

兼松連合

健保だより



KENPO NEWS 2026 SPRING Vol.113 CONTENTS:

令和8年度予算のお知らせ / 令和8年度保健事業のご案内 / 令和8年度保健事業に関するお知らせ / ファミリー健康相談のご案内 / 高額療養費の申請方法が変わります ~マイナポータルで医療費を確認しよう~ / 令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が始まります

健診事業にいくつかの変更点があります!



埼玉県 武甲山と花畑 / 提供: アマナ

重要なお知らせとお願いがあります

この冊子をご家庭に、お持ち帰りください

兼松連合健康保険組合
<https://www.krkenpo.or.jp>



賃金上昇で保険料収入が堅調に推移

健康の保持・増進のための効果的・効率的な保健事業を推進します

兼松連合健康保険組合の令和8年度の予算案が、去る2月13日開催の第111回組合会において可決・承認されましたので、その概要をお知らせします。



予算のポイント

- 健康保険料率を引き下げました。
令和7年度決算において黒字を確保できる見通しであることから、保険料率の引き下げを行います。
旧健康保険料率 92.0 / 1000 新健康保険料率 89.7 / 1000
- 介護保険料率を引き下げました
介護納付金が全面総報酬割となって以来、健保組合にとって介護勘定は、保険料の徴収代行的な意味合いが強くなっています。このような状況に合った保険料率の設定とするため、保険料率を改定しました。
旧介護保険料率 18.0 / 1000 新介護保険料率 16.0 / 1000
- 子ども・子育て支援金の拠出が開始
開始初年度に皆さまより徴収する支援金の率は、国が示す一律の率0.23%です。初年度に限り4月分から翌年2月分までの11ヶ月分の支援金が徴収されます。

最初に、先の組合会において、健康保険料率を令和8年3月1日より引き下げる事が決議されましたのでお知らせします。新保険料率のもと、当健保組合の令和8年度の予算総額は39億2,694万円となり、経常収支で6,443万円の赤字となりました。

収入の柱となる保険料収入は、保険料率が引き下げとなるものの、賃金上昇に伴う総報酬額の増加により堅調に推移するものと見込みました。

支出面では、令和8年度に予定されている診療報酬の改定(アップ)による医療費の増加を予算に織り込み、保険給付費は前年度より3%程度の増加を見込みました。令和8年度の予算では、継続的な賃上げによる保険料収入の増収効果が、保険料率の引き下げによる減収、法定給付費の増加による支出増を緩和し、収支的には均衡するものと見込んでいます。

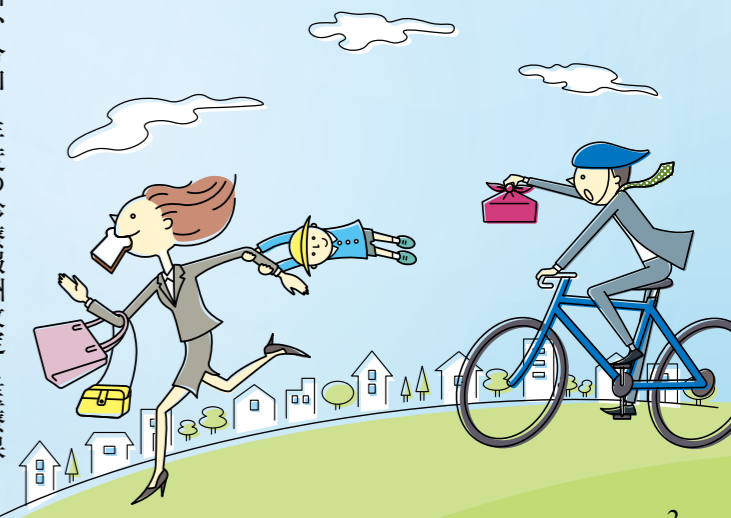
令和7年度より当組合の財政は若干落ち着いた状況となっており、健康保険料も引き下げることといたしました。しかしながら、高齢者医療への拠出金の増加や医療技術の進歩による高額な治療及び薬剤の増加など、健保財政が予断を許さない状況にあることと変わ

りありません。

このような中、令和8年度の診療報酬改定と医療保険制度改革が進められています。高額療養費制度では所得に応じた負担の見直しや年間上限額の新設が盛り込まれ、OTC類似薬については患者に一定の追加負担を求める仕組みが導入される方向です。これらの改革が医療費抑制につながる事が期待されます。

本年度から、子ども・子育て支援金制度が開始されます。児童手当の拡充や育児支援の財源を全世代で負担し合い、子育て世帯を支える仕組みです。支援金は保険料として位置付けられ、健康保険組合が国に代わって徴収・納付しますが、健康保険組合の保険給付や保健事業には充当されません。ご理解いただけますようお願いいたします。

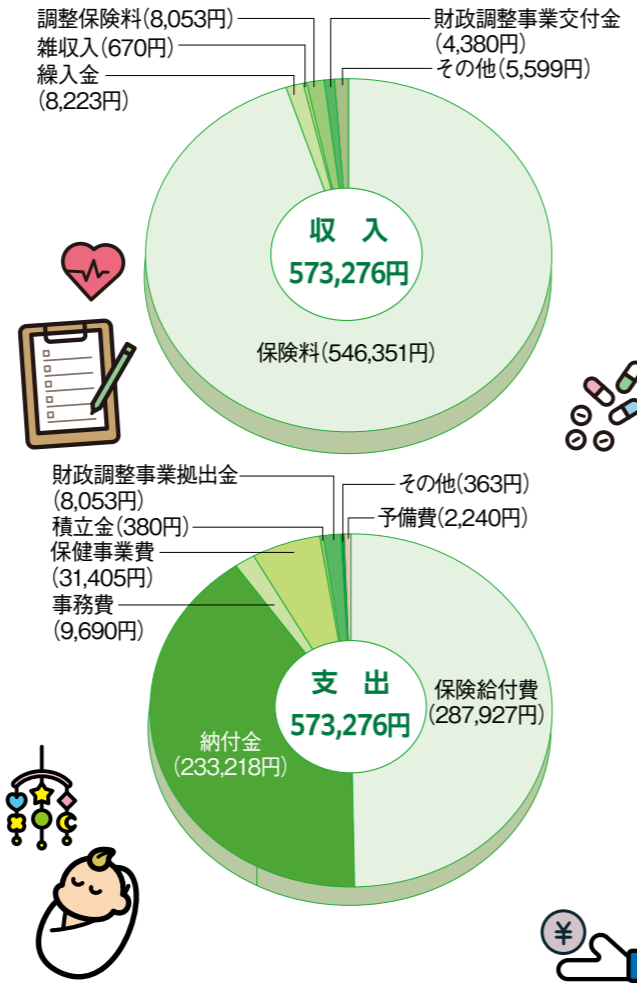
当健保組合は、厳しい状況下でも、限られた資源を最大限活用し、より質の高いサービスの提供に努めてまいります。皆さまには、日頃から健康管理に努めていただき、適切な医療機関の受診を心掛けていただきますようお願い申し上げます。



令和8年度 収入支出予算概要

収入		支出	
保険料	3,742,502	事務費	66,379
基本保険料	2,144,742	保険給付費	1,972,303
特定保険料	1,597,760	法定給付費	1,969,783
国庫負担金収入	1,255	付加給付費	2,520
調整保険料	55,161	納付金	1,597,540
繰越金	0	前期高齢者納付金	575,402
繰入金	56,330	後期高齢者支援金	1,022,136
国庫補助金収入	905	その他の	1
特定健康診査等事業収入	32,232	保健事業費	215,125
出産育児交付金	3,962	還付金	210
財政調整事業交付金	30,000	財政調整事業拠出金	55,162
雑収入	4,593	連合会費	2,051
合計	3,926,940	積立金	2,600
経常収入合計	3,791,774	雑予備	225
		支備	15,345
		合計	3,926,940
		経常支出合計	3,856,200
		経常収支差引額	▲64,426千円

被保険者1人当たりで見ると



子ども・子育て支援金分 (千円)

収入	子ども・子育て支援金	97,372
繰入金	0	
雑収入	223	
合計	97,595	
支出	子ども・子育て支援納付金	84,846
還付金	7	
予備費	12,742	
合計	97,595	

収入		支出	
繰越金	3,950,064	介護納付金	420,943
繰入金	0	還付金	20
雑収入	30,000	積立金	2
合計	425,605	予備費	4,640
		合計	425,605

予算編成の基礎となった数字

- 被保険者数6,850人 (男性4,424人、女性2,426人)
- 平均標準報酬月額400,000円 (男性446,187円、女性309,130円)
- 総標準賞与額(年間合計)10,416,001千円
- 平均年齢41.95歳 (男性43.64歳、女性38.92歳)
- 被扶養者数3,990人
- 前期高齢者加入率1,776%

- 健康保険料率 1,000分の89.7 (事業主 1,000分の44.85、被保険者 1,000分の44.85)
- 一般保険料率 1,000分の88.4 (事業主 1,000分の44.20、被保険者 1,000分の44.20)
- 調整保険料率 1,000分の1.3 (事業主 1,000分の0.65、被保険者 1,000分の0.65)
- 介護保険の対象となる被保険者数4,361人
- 介護保険料率 1,000分の16.0 (事業主 1,000分の8.00、被保険者 1,000分の8.00)
- 子ども・子育て支援金率 1,000分の2.3 (事業主 1,000分の1.15、被保険者 1,000分の1.15)

令和8年度保健事業

皆さまの「健康づくり」をサポートします。健診事業についていくつかの変更点があります。内容をよくご確認ください。(詳細はP6～P14)

種目	令和8年度事業内容
生活習慣病予防健診	原則40歳以上の被保険者、被扶養者が対象。特定健診をベースに詳細検査項目、がん検診項目を追加して実施します。40歳以上の方は、本健診にて特定健診を受診したことになります。また、被保険者につきましては、事業所との共同事業となります。
一般健診	原則35～39歳の被保険者、被扶養者が対象。法定健診(節目健診)の検査項目を実施します。胸部レントゲン検査以外のがん検診項目は含まれていません。組合HPの実施要項、注意事項等をよく読み受診してください。尚、被保険者については事業所との共同事業となります。
二次(精密)検査	当組合の一般健診、生活習慣病予防健診を受診した結果、3カ月以内の受診指示がある場合に、窓口で負担した費用を補助します。令和8年度に於ける変更点がありますので、組合HP「令和8年度健康診断の二次検査に対する補助について」を参照してください。
オプション検査補助A	50歳以上(年度内)の被保険者(男性)を対象に、年度内1回に限り3,000円を上限に補助します。健診時の追加検査や歯科検診などの疾病予防、生活習慣の改善やメンタルヘルスの改善に対して取り組む方々に費用補助をいたします。(詳細はP12～13参照)
変更 オプション検査補助B	35歳以上(年度内)の被保険者で一般健診を受診した方を対象に、年度内1回に限り、5,000円を上限に補助します。健診時の追加検査や歯科検診などの疾病予防、禁煙に取り組むための費用、メンタルヘルスカウンセリング費用に利用できます。
レディースオプション	40歳以上(年度内)女性・被保険者(任意継続の方は除きます)を対象に、毎年5,000円を上限に補助します。ご自身の健康課題に対処するための検査や生活習慣の改善に資する費用全般、メンタルヘルスの改善のための関連費用についても補助の対象とします。(詳細P6～14参照)
子宮頸がん検診費用補助	20～34歳の被保険者、35歳以上の被保険者及び被扶養者で一般健診を受診した方を対象に5,000円を上限に補助します。但し、偶数年齢(年度内)での受診のみが補助の対象となります。(詳細P12～13参照)
変更 喀痰検査費用補助	国立がん研究センター「肺がん検診ガイドライン」の改定により、喀痰検査はがん検診として推奨されなくなりました。これにともない当該事業を令和8年度より廃止します。(詳細P12参照)
インフルエンザ予防接種	被保険者および被扶養者で予防接種を希望される方を対象に、年度内一人3,500円を限度に補助します。(児童については、限度金額内で2回接種可) 実施期間：令和8年10月1日～令和8年12月31日(予防効果を高めるため、年内に摂取してください。) 個人で補助申請をする場合は、Web申請となります。
家庭常備薬の斡旋	年2回(4月、10月)実施。(セルフメディケーション税制対応) 「健保だより」に申し込み用紙を折り込んで配布します。
その他 スポーツクラブ法人契約	ルネサンス(旧東急スポーツオアシスの施設を含む)、JOY FIT(JOYFIT・JOYFIT24・JOYFIT YOGA)、FIT365が法人契約価格でご利用できます。(詳細はHP参照) (入外時に必要なプロモーションコード) JOYFIT：334680705635 FIT365：法人番号C00076

健診事業の変更点については次ページへ

特定健診 検査項目

検査項目	内容
診 察	既往歴・自覚症状・他覚症状
身体計測	身長・体重・腹囲・BMI
血圧測定	収縮期・拡張期
尿 検 査	蛋白・糖
循 環 器	心電図(安静時)
血液一般	赤血球・ヘモグロビン・ヘマトクリット
糖 尿 病	空腹時血糖・HbA1c
肝 機 能	GOT・GPT・γ-GTP
脂 質	中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール (non-LDLコレステロール)
腎 機 能	クレアチニン(eGFR)
高血圧・高血糖	眼底検査

※太字：医師の判断に基づき選択的に実施

特定保健指導対象者の判定基準

腹 囲	追加リスク		④喫煙歴	対 象	
	①血圧	②脂質 ③血糖		40～64歳	65～74歳
≥85cm(男性)	2つ以上該当		あり	積極的支援	動機付け支援
≥90cm(女性)	1つ該当				
上記以外で BMI≥25	3つ該当		あり	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当				
	1つ該当		なし		

①血圧：収縮期 130mmHg以上 または 拡張期 85mmHg以上
 ②脂質：中性脂肪 150mg/dℓ以上(やむを得ない場合は随時中性脂肪 175mg/dℓ以上) または HDLコレステロール 40mg/dℓ未満
 ③血糖：空腹時血糖 100mg/dℓ以上(空腹時血糖値がない場合はHbA1c5.6%以上を代用)
 ※血圧、脂質、血糖いずれかの服薬者は保健指導の対象から除かれます。

種目	令和8年度事業内容
特定健康診査・保健指導	<p>法定 特定健康診査(特定健診)</p> <p>40歳～74歳の全員(被保険者・被扶養者)が対象。平成20年度より「高齢者医療確保法」で実施が義務付けられた、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)予防に着目した健診です。当組合の生活習慣病予防健診を受診することで、特定健診の検査項目をカバーします。</p> <p>法定 特定保健指導</p> <p>特定健診でメタボ・メタボリスク有と判定された方が受ける生活習慣改善のための保健指導です。「高齢者医療確保法」で実施が義務付けられています。原則 ICT(スマートフォンやPC)を利用して専門職(管理栄養士等)とのWeb初回面談を実施します。ご家族(被扶養者)については適宜ご案内をご自宅に送付します。</p> <p>*被扶養者の方/お問い合わせ・申し込み 電話：06-6231-1877 e-mail：tokutei@krkenpo.or.jp</p> <p>スマホでも参加OK </p>
保健宣伝事業	<p>機関誌「健保だより」</p> <p>「健保だより」を年2回(4月、10月)、事業所を經由して被保険者全員に配布します。必ずご自宅にお持ち帰りください。</p> <p>変更 医療費通知</p> <p>令和7年度より、紙ベースの医療費通知「医療費のお知らせ」は廃止となり、マイナポータルからご自身で医療費を確認いただく方式に変更となっています。定期的にマイナポータルでご自身及びご家族の医療費を確認してください。尚、確認いただいた結果、高額療養費に該当する医療費があった場合には、「高額療養費支給申請書」を提出してください。</p> <p>変更 ジェネリック差額通知</p> <p>令和6年10月からの制度変更により、後発医薬品(ジェネリック医薬品)ではなく先発品をご自身の希望で処方して貰った場合、後発品と先発品の差額の1/4が、窓口負担分とは別に自己負担となっています。当該制度変更により、現行ジェネリック差額通知はご希望される方のみに発行しています。尚、当該自己負担額が1/4から1/2に変更されることが検討されています。調剤薬局でお薬を貰う際には、ジェネリック医薬品を希望しましょう。</p> <p>ホームページ・専用健康サイト</p> <p>健康保険に関するしくみ・手続き、お知らせ等の情報を的確にHPより発信して参ります。健康ポータルサイト「ファミリー・ケア・ネットワーク」では、育児や病気の解説、レシピなど、健康に役立つコンテンツを掲載しています。また、こちらの窓口でWebファミリー健康相談が利用できます。 HP「兼松連合健康保険組合」で検索 (https://www.krkenpo.or.jp) 健康サイト「ファミリー・ケア・ネットワーク」で検索、またはHPよりリンク ➡電話番号877002を入力 (https://familycare.sociohealth.co.jp)</p> <p>変更 出産・育児雑誌の送付</p> <p>お子様が生まれたご家庭に(対象:被保険者及び被扶養者)、ご出産後1年間、育児月刊誌「赤ちゃん!」(含むお誕生日号、「お医者さんにかかるまでに」、「こどもの事故防止」)をお送りします。初産はもとより第二子、第三子も対象となります。お母さまだけでなくお父さまも含めて、育児に関する最新の知識と情報にタイムリーに接していただき、子育てにお役立ていただければと思います。「出産育児一時金付加金申請書」の育児雑誌送付確認欄に○を記載して提出すれば、自動的にご自宅に送付されます。</p>
健康相談	<p>急な病気やけがで困ったときにいつでも相談できる心強いパートナーです。</p> <p>ファミリー健康相談(業務委託先:株法研)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●24時間年中無休、医師が24時間常駐 ●各科顧問医師と直接相談が可能(小児科医は24時間対応) ●携帯電話・スマートフォンを含め、相談料・通話料無料 ●海外からの相談も無料に対応 ●WEBからの相談も可能 ●医療機関情報も提供しています <p>当組合専用番号 0120-877002 </p> <p>メンタルヘルスカウンセリング(業務委託先:株法研)</p> <p>ストレス、メンタルヘルスに関する悩みに、電話と面接のカウンセリングを提供します。すべて、「臨床心理士」の資格を有する経験豊富なカウンセラーが応じます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●面接カウンセリングのご予約 本人・家族とも1人5回まで無料。6回目から有料。予約受付 月～土曜日 午前10時～午後8時(日曜日・祝日・年末年始は休み) ●電話カウンセリングのご利用 利用時間 月～土曜日 午前10時～午後10時(日曜日・祝日・年末年始は休み) ●電話カウンセリングのご予約 予約受付 月～土曜日 午前10時～午後6時(日曜日・祝日・年末年始は休み) <p>当組合専用番号 0120-877002 (自動音声ガイダンスに従って利用したいサービス番号をプッシュ)</p>

令和8年度 健診事業のご案内 (健診事業体系図)

健診に含まれるがん検診について、その実施内容・方法を国の基準にあわせてゆくことを目的として、令和5年度より当組合の健診事業を段階的に変更しています。令和7年度からは、奇数年齢における乳がん・子宮頸がん検診の受診は任意となりました。

■国で推奨されているがん検診

種類	検査項目	対象者	受診間隔
胃がん	問診に加え、胃部レントゲン、又は胃内視鏡検査のいずれか	50歳以上※1	2年に1回※1
肺がん	質問(問診)、胸部レントゲン(重喫煙者は低線量CT)※3	40歳以上	年に1回
大腸がん	問診及び便潜血検査	40歳以上	年に1回
子宮頸がん	問診、視診、子宮頸部細胞診及び内診	20歳以上	2年に1回
乳がん	質問(問診)及びマンモグラフィ※2	40歳以上	2年に1回

出典：厚生労働省 がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針(令和3年10月1日一部改定)より
 ※1. 当分の間、胃部レントゲンについては40歳以上に対し年1回実施可 ※2. 視診、触診は推奨しない
 ※3. 「有効性評価に基づく肺がん検診ガイドライン 2025 版」対象者 50歳～74歳

がん検診を含まないコース(一般健診)と
 がん検診を含むコース(生活習慣病予防健診)の2つのコースがあります。

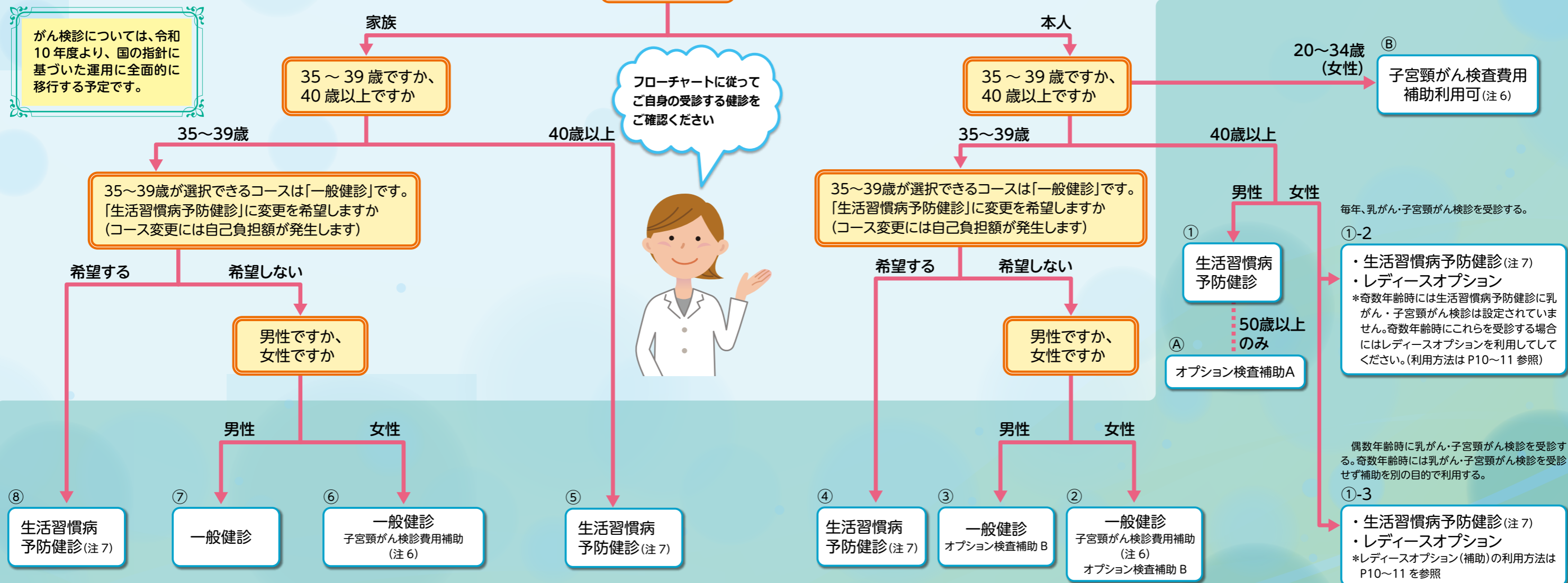
【一般(法定)健診の検査項目】

- ・診察、身体計測、視力、聴力、血圧
- ・尿検査(蛋白、糖)
- ・呼吸器(胸部レントゲン)
- ・循環器(心電図)
- ・血液検査(赤血球、ヘモグロビン)
- ・糖尿病(空腹時血糖)
- ・肝機能(GOT、GPT、γ-GTP)
- ・脂質(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)

【生活習慣病予防健診の検査項目】

- ・法定健診の検査項目
- ・詳細項目
- ・胃がん検診(内視鏡・レントゲン)※4
- ・大腸がん検診
- ・乳がん検診(マンモグラフィ)
- ・子宮頸がん検診

※4. 胃がん検診を受診されない場合に、健診自体が受診できない健診機関があります。この場合、他の受診可能な健診機関に変更いただくか、一般健診へのコース変更をお願いします。(HP健診機関リスト参照)



がん検診については、令和10年度より、国の指針に基づいた運用に全面的に移行する予定です。



フローチャートに従ってご自身の受診する健診をご確認ください



詳細は次ページへ

注：・年齢は年度内年齢(その年度の3月31日に於ける年齢)です。
 ・「子宮頸がん検診費用補助」は2年に1回、偶数年齢での受診のみが補助の対象となります。(注6)
 ・令和7年度より、奇数年齢時に於ける「生活習慣病予防健診」に乳がん・子宮頸がん検診の設定はありません。(偶数年齢時には、これまで通り組合の費用負担で受診出来ます。)また、偶数年齢時に於ける乳がん検診の検査方法がマンモグラフィのみとなり乳房超音波は選択出来ません。(注7)
 ・40歳以上であっても「一般健診」を受診することが出来ます。


あなたの受ける健診は
これ!!

区	受診する健診・補助金額・自己負担額	注意事項
⑥ 家族女	<p>**一般健診**</p> <p>契約健診機関で受診・・・全額健保負担 一般健診機関で受診・・・上限11,000円補助</p>	<p>・原則、35～39歳の被扶養者(家族)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・子宮頸がん検診は、偶数年齢(年度内)での受診に限り補助の対象となります。(注6)</p> 
	<p>**子宮頸がん検診費用補助(隔年)**</p> <p>上限5,000円補助</p>	
⑦ 家族男	<p>**一般検診**</p> <p>契約健診機関で受診・・・全額健保負担 一般健診機関で受診・・・上限11,000円補助</p>	<p>・原則、35～39歳の被扶養者(家族)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。</p>
⑧ 家族男女	<p>**一般健診から生活習慣病予防健診へのコース変更**</p> <p>【契約健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく、一律20,000円の自己負担</p> <p>【一般健診機関で生活習慣病予防健診相当の健診を受診した場合】 がん検診の受診に関係なく、一律11,000円を補助</p>	<p>【契約健診機関で受診】 ・一般健診から生活習慣病予防健診に変更希望の方は、変更費用20,000円を自己負担し、コース変更することが出来ます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。) ・費用精算:契約健診機関の窓口で個人がコース変更に伴う自己負担額を支払います。</p>
	<p>**オプション検査費用補助A**</p> <p>上限3,000円補助</p>	<p>・50歳以上の被保険者(本人)が対象。 ・オプション検査補助を利用して、検査項目を任意に追加することが出来ます。</p>
⑨ 本人男	<p>**子宮頸がん検診費用補助(隔年)**</p> <p>上限5,000円補助</p>	<p>・20～34歳の被保険者(本人)が対象。 ・子宮頸がん検診は、偶数年齢(年度内)での受診に限り補助の対象となります。(注6)</p>
本人家族男女	<p>**2次(精密)検査費用補助**</p>	<p>・40歳以上は生活習慣病予防健診項目(但し、乳がん検診・子宮頸がん検診を除く)、35歳～39歳は一般健診項目に対する2次(精密)検査を補助の対象とします。オプション検査及びコース変更により追加された検査項目、乳がん・子宮頸がん検診に対する2次(精密)検査は補助の対象外となります。 ・詳細はHPをご参照ください。</p>
本人家族男女	<p>**生活習慣病予防健診から一般検診へのコース変更**</p> <p>【契約健診機関で受診】 全額健保負担</p> <p>【一般健診機関で受診】 上限11,000円補助</p>	<p>・40歳以上の方が一般健診へコース変更することが出来ます。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・被保険者(本人)の方はレディースオプション及び子宮頸がん検診費用補助を利用することが出来ます。(注意事項は上記と同じ) ・被扶養者(家族)の方は子宮頸がん検診費用補助を利用することが出来ます。(注意事項は上記と同じ)</p> 
	<p>**生活習慣病予防健診**</p> <p>【契約健診機関で受診】 全額健保負担</p> <p>【一般健診機関で受診】 上限11,000円補助</p>	

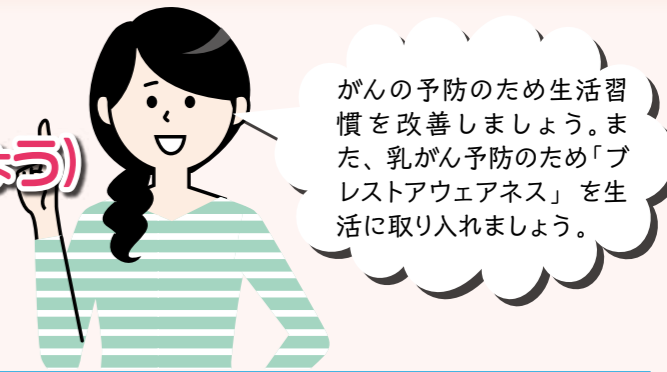
健診項目の詳細は P14 へ

注④～⑦：健診コース比較表をご参照ください。

令和8年度 受診可能な健診の種類・費用補助及び補助上限額等

区	受診する健診・補助金額・自己負担額	注意事項
① 本人男女	<p>**生活習慣病予防健診**</p> <p>【契約健診機関で受診】 全額健保負担</p> <p>【一般健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく一律上限30,000円を補助</p> <p>**レディースオプション** 上限5,000円補助(女性限定)</p>	<p>・原則、40歳以上の被保険者(本人)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。奇数年度に於ける婦人科検診の受診、乳がん検診に於ける乳房超音波(エコー)を希望される方は、下記レディースオプションを利用して受診することが可能です。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。) ・50歳以上の男性についてはオプション検査費用補助A、40歳以上の女性についてはレディースオプション。</p>
	<p>**一般健診**</p> <p>契約健診機関で受診・・・全額健保負担 一般健診機関で受診・・・上限11,000円補助</p> <p>**子宮頸がん検診費用補助(隔年)**</p> <p>上限5,000円補助</p> <p>**オプション検査費用補助B**</p> <p>上限5,000円補助</p>	<p>・原則、35～39歳の被保険者(本人)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・子宮頸がん検診は、偶数年齢(年度内)での受診に限り補助の対象となります。(注6) ・オプション検査費用補助Bを利用して、検査項目を任意に追加することが出来ます。がん検診項目に当該補助を充当することも可とします。</p> 
	<p>**一般検診**</p> <p>契約健診機関で受診・・・全額健保負担 一般健診機関で受診・・・上限11,000円補助</p> <p>**オプション検査費用補助B**</p> <p>上限5,000円補助</p>	<p>・原則、35～39歳の被保険者(本人)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・オプション検査費用補助Bを利用して、検査項目を任意に追加することが出来ます。がん検診項目に当該補助を充当することも可とします</p>
③ 本人男	<p>**一般健診から生活習慣病予防健診へのコース変更**</p> <p>【契約健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく、一律15,000円の自己負担</p> <p>【一般健診機関で生活習慣病予防健診相当の健診を受診した場合】 がん検診の受診に関係なく、一律16,000円を補助</p>	<p>【契約健診機関で受診】 ・一般健診から生活習慣病予防健診に変更希望の方は、変更費用15,000円を自己負担し、コース変更することが出来ます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。) ・費用精算:契約健診機関の窓口で個人がコース変更に伴う自己負担額を支払います。</p>
④ 本人男女	<p>**生活習慣病予防健診**</p> <p>【契約健診機関で受診】 全額健保負担</p> <p>【一般健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく一律上限30,000円を補助</p>	<p>・原則、40歳以上の被扶養者(家族)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。)</p>
⑤ 家族男女	<p>**生活習慣病予防健診**</p> <p>【契約健診機関で受診】 全額健保負担</p> <p>【一般健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく一律上限30,000円を補助</p>	<p>・原則、40歳以上の被扶養者(家族)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。)</p>

レディースオプション (女性の变化してゆく健康課題に対して必要な対策を考えましょう)



がんの予防のため生活習慣を改善しましょう。また、乳がん予防のため「プレストアウエアネス」を生活に取り入れましょう。

令和7年度に偶数年齢で補助を利用しなかった方の本年度の補助上限は、繰り越し分を含め上限10,000円となります。また、令和7年度に偶数年齢で組合指定の乳がん検診、子宮頸がん検診を受けなかった方については、本年度の補助の用途が当組合指定の乳がん・子宮頸がん検診に限定されます。昨年度の健診を振り返り、本年度の利用方法を決めましょう。

補助の利用例



女性Aさんの場合

(乳がん・子宮頸がんに関連して通院をしていない)

注1: 毎年5,000円のオプション補助枠が付与されます。ご自身の健康課題に対処するため、自由に用途を選択することが出来ます。

注2: 当組合の乳がん(マンモ)・子宮頸がん検診を偶数年齢において受診しない場合には、奇数年齢の補助の用途は当該未受診の検査に限定されます。

国の基準では、乳がん・子宮頸がん検診は2年に1回の受診となります。毎年受診は推奨されていません。

乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診しないと、翌年(奇数年齢)の補助の用途が限定されます。

偶数年齢時

■50歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
ジョギングを開始する。ジョギングシューズの購入に補助を使用。

奇数年齢時

■51歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
骨粗鬆症検査(骨密度)を健診時に追加する。
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

偶数年齢時

■52歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○
子宮頸がん検診 受診状況: X

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
歯科医院で歯科検診を受診する。

奇数年齢時

■53歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
補助の用途が子宮頸がん検診受診に限定されます。
(上限額内であれば残額を他の目的に充当しても可。)



女性Bさんの場合

(乳がんに関連して定期通院をしている)

注3: 既に通院している等の理由で当組合の乳がん・子宮頸がん検診を受けない場合は、これらの検査を受診したものと取り扱い、補助を受けることが出来ます。

注4: 偶数年齢時の補助額を奇数年齢に繰り越すことが出来ます。(奇数年齢から偶数年齢への繰り越しは不可。また、偶数年齢時に一部でも使用した場合には繰り越しが出来ません。)

症状が出ていたり、自覚症状がある場合には、当組合のがん検診ではなく直ちに専門医療機関を受診してください。

通院している等、乳がん・子宮頸がん検診を受診しない理由がある場合には、これらを受診したものと見做します。

補助の用途が限定されません。

補助金額を繰り越すことが出来ます。

偶数年齢時

■42歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: X
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
ヨガ教室に入会。補助を入会金に使用する。

奇数年齢時

■43歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
フェムテックに補助を利用する。

偶数年齢時

■44歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: X
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
補助を利用する機会が無かったので、奇数年齢に補助額を繰り越す。

奇数年齢時

■45歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円+繰越額5,000円

補助利用例:
筋トレを始める。スポーツジムへの入会金に使用する。



女性Cさんの場合

(これまで通り、乳がん・子宮頸がん検診を毎年受診したい)

オプション補助を利用して、奇数年齢時に乳がん・子宮頸がん検診を受けることが出来ます。

偶数年齢時

■44歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
補助を利用しないで、補助額を奇数年齢に繰り越す。

奇数年齢時

■45歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ等) : 設定なし
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円+繰越額5,000円

補助利用例:
乳がん検診(エコーも可)・子宮頸がん検診を追加して健診時に受診する。
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

偶数年齢時

■46歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:
補助を利用しないで、補助額を奇数年齢に繰り越す。

奇数年齢時

■47歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ等) : 設定なし
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円+繰越額5,000円

補助利用例:
乳がん検診(エコーも可)・子宮頸がん検診を追加して健診時に受診する。
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

③「レディースオプション」

対象：40歳以上の被保険者(女性限定)*任意継続被保険者を除く
補助金額：年5,000円(詳細はP10～11参照)

補助使用例：

(疾病の予防)

(生活習慣の改善)

(メンタルヘルスの改善)..... オプション補助Aと同様

「オプション検査補助A」の利用例に加えて、

(女性固有の健康課題への対応)

- 粗しょう症、月経困難症、更年期障害等に対する検査
- 偶数年齢時に於ける乳房超音波、奇数年齢時に於ける乳がん検査(マンモグラフィー・乳房超音波)、奇数年齢時に於ける子宮頸がん検査(細胞診)、子宮超音波(但し、HPV検査、腫瘍マーカーは補助対象外)
- フェムテック利用に要する費用
- ロコモティブシンドローム対策に要する費用



④「子宮頸がん検診費用補助」

対象者：20～34歳の被保険者、35歳以上の被保険者及び被扶養者で一般健診を受診した方
補助金額：5,000円を上限に補助

対象となる検査：子宮頸部細胞診

- 注意点：
- 偶数年齢(年度内)での受診のみが補助の対象となります。
 - 事業所の法定健診、当組合の一般健診の機会を利用して、オプションとして健診機関に申し込んでください。
 - 地方自治体のがん検診で受診しても可。婦人科医院で受診してもOKです。(但し、保険診療の場合を除く)

⑤「乳がん・子宮頸がん検診(単独受診)費用補助」

下記に該当する場合には、生活習慣病予防健診と切り離して、乳がん・子宮頸がん検診を単独で受診することが出来ます。

- 健康増進法に基づき地方自治体が主催する乳がん・子宮頸がんを受診する場合
- 健診機関に於いて組合の指定する乳がん・子宮頸がん検診を実施していない場合
- 生活習慣病予防健診受診時に於いてやむを得ない理由があり乳がん・子宮頸がん検診を受診出来なかった場合
- 婦人科専門医で受診する場合

対象者：40以上の被保険者及び被扶養者で当組合の生活習慣病予防健診受診者

補助金額：各検査それぞれ5,000円を上限に補助

対象となる検査：マンモグラフィー(乳がん)、子宮細胞診(子宮頸がん)

- 注意点：
- 偶数年齢(年度内)での受診のみが補助の対象となります。
 - 保険診療扱いとなるものは補助の対象となりません。

科学的根拠に基づくがん予防

国立がん研究センターでは、日本人のがん予防にとって重要な、「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」の5つの生活習慣の改善に「感染」を加えた6つの要因を取り上げ、科学的根拠に根ざした予防ガイドライン「日本人のためのがん予防法(5+1)」を定めました。がん検診自体は、がんの罹患リスクそのものを減らすものではありません。一方、5つの健康習慣を実践することでがんリスクがほぼ半減することが分かっています。女性では乳がんにおいて、身体活動量が高い人ほどリスクが低下することが報告されています。

▶国立がん研究センターがん情報サービスでは、科学的根拠に基づいた「日本人のためのがん予防法(5+1)」を公表しています。日常生活の中で実践できるがん予防法を具体的に説明しているので、参考にしてください。

科学的根拠に基づくがん予防



令和8年度保健事業に関するお知らせ

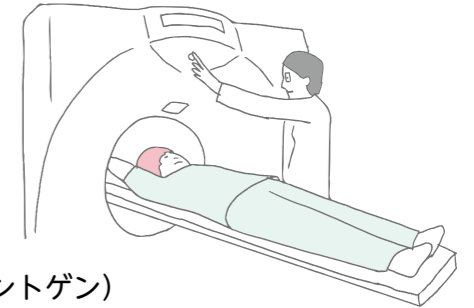
喀痰検査費用補助の廃止について

国立がん研究センター「肺がん検診ガイドライン」が2025年に改定され、喀痰検査が非推奨となりました。これにともない、令和8年度より当組合の「喀痰検査費用補助」は廃止します。尚、当該ガイドラインでは、新たに低線量CTが推奨されています。低線量CTに対する当組合の取り扱いは現在未定であり、同検査の受診は任意(個人判断)となります。当組合の補助としては、「オプション補助A」、「オプション補助B」及び「レディースオプション」で利用可能です。

低線量CTによる肺がん検診ガイドラインの要点

重喫煙者(高リスク群)に対して年1回の低線量CTを推奨

- 対象年齢：50～74歳
- 喫煙指数600以上(例：1日20本 X 30年以上など)
- 禁煙してから15年以内の重喫煙者も対象
- 胸部レントゲンとの併用は不可
- 非重喫煙者(一般リスク群)には推奨されない(従来通り胸部レントゲン)



各種オプション検査費用補助、乳がん・子宮頸がん検診費用補助のご案内

オプション検査は各自がご自身の健康課題に応じて利用目的を選択することとしています。利用例をご参考にいただき補助をご活用ください。また、対象年齢など補助の対象となる条件をよくご確認ください。令和7年度より個人、事業所からのメールでの申請も受け付けています。

①「オプション検査補助A」

対象者：50歳以上の被保険者(男性限定)

補助金額：年3,000円を限度に補助

補助使用例：

(疾病の予防)

- 個別の健康課題に対処するための追加検査。尚、PSA以外の腫瘍マーカー検査は補助の対象外。
- 歯科検診

(生活習慣の改善)

- 禁煙外来の費用、禁煙補助剤(ニコチンパッチ)等の購入
- フィットネスジム、ヨガ教室等の運動補助
- ジョギング・ウォーキング、スポーツ全般に使用する道具、シューズ・ウェア等
- 各種健康セミナーへの参加費用、健康増進に関するアプリの導入(薬剤、サプリメントの購入は不可)

(メンタルヘルスの改善)

- メンタルヘルスカウンセリング費用(当組合の実施するカウンセリングの無料回数を超過して利用した場合の自己負担額への充当等)
- 職場復帰のためのリワークプログラム、再就労支援等に関する費用



②「オプション検査補助B」

対象者：一般健診を受診した35～39歳までの被保険者(男・女)

補助金額：年5,000円を限度に補助対象となる検査等は下記の4つです。

- 個別の健康課題に対処するための追加検査(腫瘍マーカー検査は補助の対象外)
- 歯科検診
- 禁煙外来の費用、禁煙補助剤(ニコチンパッチ)等の購入
- メンタルカウンセリング費用(保険診療は除く)

健康や生活に関するさまざまな相談はこちらへ

ファミリー健康相談 (からだの電話健康相談)

サービス番号 1 保健師・看護師など、ベテラン相談員が健康に関するあらゆる相談にお答えします。たとえば急なお子様の発熱や育児・妊産期の不安、また休日や夜間に受診できる病院や女医のいる病院を探しているときなども、まずお電話ください（医師との予約相談も可能）。

受付時間 年中無休・24時間サービス

海外からは…

コレクトコール ☎ 03-5524-8500
でお電話ください。

WEB相談もご利用ください

<https://familycare.sociohealth.co.jp/>
上記のサイトで、専用番号を入力してログインしてください。



職場や家庭の悩み、ストレス・うつなど、こころの健康相談はこちらへ

メンタルヘルスカウンセリング (こころの電話健康相談)

サービス番号 2 **面接カウンセリングの予約窓口**

東京カウンセリングセンター、もしくは全国主要都市のカウンセリングルームで、臨床心理士・公認心理師の資格を有するカウンセラーが対応します。最寄りのカウンセリングルームについてはご予約の際にご案内します。

受付時間 電話 月～土曜日（日曜・祝日、年末年始はお休み）
10時～20時
WEB 年中無休、24時間

WEB予約ページ
<https://socio.my.site.com/HealthReception/s/>
*WEB手続きののち2営業日以内に電話させていただきます。
電話に回答されない場合は自動キャンセルとなります。



オンライン面接カウンセリング

ビデオ会議ツール「Zoom」「Teams」等を利用したオンラインでのカウンセリングです。サービス番号2の窓口でオンライン面接ご利用のご希望をお伝えください。ご継続中の面接でオンライン面接をご利用いただくことも可能です。

※一部のカウンセリングルームでは対応不可の場合があります。
(年度中、対面とオンライン合わせて1人5回まで無料/6回目から有料)

サービス番号 3 **電話カウンセリング**

電話カウンセリングは1回20分程度が目安です。面接を受けなくなったときは、面接に移行できます（要・面接予約）。

受付時間 月～土曜日
(日曜・祝日、年末年始は休み)
10時～22時

サービス番号 4 **電話カウンセリングの予約窓口**

電話カウンセリングで混雑を避けたいときは、翌日以降の予約もできます。

受付時間 月～土曜日
(日曜・祝日、年末年始は休み)
10時～18時

※ご予約の際には所属団体名、予約希望日時、氏名、電話番号、保険証番号等をおうかがいします。

がん・心筋梗塞・脳卒中など一生を左右するような重篤な病気の相談はこちらへ

ベストドクターズ・サービス (名医紹介サービス)

サービス番号 5 ●専門医同士の相互評価にもとづいて認定された医師を紹介します。インターネットや雑誌の名医情報とは一味違うハイクオリティなサービスです。

●相談者の医療に対する理解を深め、決断をサポートします。
●名医によるセカンド・オピニオンの取得をサポートします。

受付時間 月～土曜日
(日曜・祝日、年末年始は休み)
10時～21時

※ベストドクターズ・サービスは、がん・心筋梗塞・脳卒中などの疾患のみを対象としています。詳細はお電話でお問い合わせください。

兼松連合健康保険組合 健診コース比較表

検査項目	検査内容	健診コース（注1）	
		一般健診	生活習慣病予防健診
医師診断	一般診察・問診	○	○
身体計測	身長・体重・腹囲	○	○
	(BMI)		○
	標準体重		○
	肥満度		○
眼科	視力	○	○
	眼底		○
聴力	オージオメーター	○	○
血圧測定	収縮期・拡張期	○	○
循環器	心電図(安静時)	○	○
呼吸器	胸部レントゲン	○	○
消化器	胃部レントゲン		○
	胃内視鏡(注3)	(いずれかを選択)	
	便潜血検査(2日法)		○
腹部超音波	胆のう・肝臓・腎臓・膵臓・脾臓		○
尿検査	蛋白・糖	○	○
	潜血		○
	沈渣		○
	ウロビリノーゲン		○
血液一般	赤血球・ヘモグロビン	○	○
	ヘマトクリット		○
	(MCV・MCH・MCHC)		○
	血小板		○
糖代謝	空腹時血糖	○	○
	HbA1c		○
脂質	総コレステロール		○
	中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール	○	○
	(non-HDLコレステロール)		○
肝機能	AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GTP	○	○
	総蛋白		○
	総ビリルビン		○
	ALB		○
	LDH		○
	ALP		○
腎機能・痛風	クレアチニン		○
	(e-GFR)		○
	尿素窒素		○
	尿酸		○
膵機能	アミラーゼ		○
乳がん (女性希望者)	乳房X線検査(マンモグラフィー)	(注4)	○ 隔年実施(注5)
子宮頸がん (女性希望者)	子宮細胞診	費用補助あり(注6)	○ 隔年実施(注7)

(注1) 原則、一般健診は35～39歳が対象、生活習慣病予防健診は40歳以上が対象となります。(但し、コース変更可)
(注2) 国のがん検診に係る基準に於いて胃内視鏡検査は2年に1回の実施となっておりますが、当面の間、毎年受診することを可とします。
(注3) 令和7年度より、乳がん検診の検査方法は乳房X線検査のみとなります。乳房超音波は選択できません。
(注4) 令和7年度より、乳がん検診は2年に1回の実施(偶数年齢時の実施)となります。
(注5) 子宮頸がん検診費用補助は一般健診を受診する方で2年に1回、偶数年齢(年度内)での受診のみが補助の対象となります。
(注6) 令和7年度より、子宮頸がん検診は2年に1回の実施(偶数年齢時の実施)となります。
(注7) 健診機関によって、検査項目が追加となることがあります。

② 世帯の医療費を合算して判断する場合(世帯合算)

同一世帯(被保険者と被扶養者)で同一月に、レセプト単位(医科・調剤合算レセプトの場合を含む)で21,000円以上の自己負担(70歳未満)が複数ある場合、該当するレセプトを合計した金額で高額療養費に該当するかどうかを判断します。

例 夫(被保険者)が高額療養費に該当し、窓口で自己負担限度額を支払った。妻(被扶養者)が同じ月に21,000円以上の窓口負担額を支払った。

妻(被扶養者)のレセプトも高額療養費の対象となりますので、夫と妻のレセプト金額を合算し払い戻し金額が再計算されます。健保組合へ高額療養費の申請を行ってください。

例 夫(被保険者)が同一月に複数回、異なる病院で3割の自己負担額を支払った。いずれの自己負担額も21,000円以上であった。同じ月に子(被扶養者)が病院にかかり、窓口で自己負担額2割を負担したところ、その自己負担額は21,000円以上であった。世帯で21,000円以上の窓口負担額を合計すると高額療養費の自己負担限度額を超えていた。

個々のレセプトが高額療養費の対象でなくても、世帯で合算して高額療養費に該当することがあります。ご家族の医療費明細をマイナポータルでご確認のうえ、該当する場合は高額療養費の支給を健保組合へ申請してください。



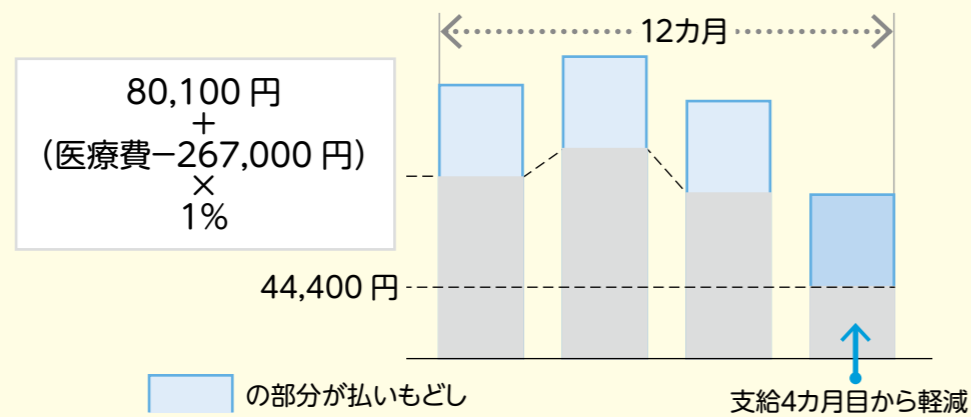
③ 同一世帯で12か月間に3か月以上高額療養費に該当(多数該当)

同一世帯で高額療養費が発生し、その発生した月以前の12カ月に既に高額療養費の発生した月が3か月以上あるとき、その発生した月(高額療養費が発生した4度目の月)の自己負担限度額は軽減自己負担限度額が適用されます。

例 令和7年2月に夫(被扶養者)の療養費が高額療養費に該当した。令和7年5月に妻(被扶養者)が高額療養費に該当した。令和7年12月に子(被扶養者)が高額療養費に該当した。令和8年1月に夫が高額療養費に該当した。

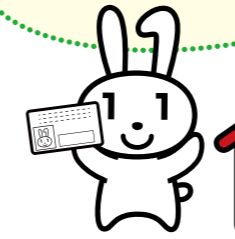
令和8年1月の高額療養費には軽減自己負担限度額が適用されます。マイナポータルでご家族の医療費を確認して、該当する場合は健保組合に申請してください。

[70歳未満(標準報酬月額28万~50万円)の場合]



注: 同じ病院に通院している等で、医療機関が過去の実績を把握している場合には、4カ月目の高額療養費の窓口負担が自動的に軽減自己負担限度額に減額されることがあります。

高額療養費の申請方法が変わります マイナポータルで医療費を確認しよう



令和8年度より、マイナポータルでご自身とご家族の医療費をチェックのうえ、高額療養費に該当するかどうかを確認いただく方法に変わりました。マイナポータルで定期的に医療費を確認いただき、高額療養費に該当する場合は、健保組合へ申請してください。〔高額療養費支給申請書〕は当組合のホームページに掲載しています。

マイナ保険証で窓口での自己負担は限度額まで自動的に減額されます

高額療養費制度は、医療費が高額となった場合に、自己負担が所得区分に応じた限度額まで減額される制度です。医療機関はマイナ保険証で受診者の所得区分を確認し、高額療養費に該当する場合は自動的に窓口負担額を限度額まで減額します。よって、健保組合へ高額療養費の申請は必要となりません。しかしながら、下記に記載する一部のケースについては、医療機関では高額療養費かどうか判断できないため、健保組合に申請し支給を受ける必要があります。

所得区分	自己負担限度額	多数該当
ア(標準報酬月額83万円以上)	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	140,100円
イ(同53万~79万円)	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	93,000円
ウ(同28万~50万円)	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	44,400円
エ(同26万円以下)	57,600円	44,400円
オ(低所得者(市区町村住民税の非課税者等))	35,400円	24,600円

高額療養費の判断基準

高額療養費に該当するかどうかは医療機関が発行するレセプト(診療報酬明細書)単位で判断されます。

レセプト(診療報酬明細書)とは

- レセプトは、各人ごと、1カ月ごと、医療機関ごとに作成されます。
- ただし、同じ医療機関であっても、医科と歯科とは別々の、入院と通院は別々のレセプトとなります。
- また、病院で発行された処方箋を調剤薬局に提出しお薬の給付を受けた場合には、病院のレセプトと調剤薬局の2つのレセプトは同じ一つのレセプトとして取り扱われ、医科(歯科)と調剤のレセプト金額を合算した金額で高額療養費であるかどうか判断されます。
- 病院の発行する診療日当りの領収書等はレセプトではありません。レセプト金額はマイナポータルでご確認ください。

健保組合へ支給申請が必要な高額療養費とは

健保組合へ支給申請が必要な高額療養費は主に3つあります。

① 医科(歯科)レセプトと調剤レセプトを合算して判断する場合(医科・調剤合算)

病院のレセプトと調剤薬局のレセプトは発行する医療機関が違っても一つのレセプトとして取り扱います。

例 A病院での療養が高額療養費に該当した。A病院で発行された処方箋をB薬局に提出し、薬代として3割を窓口負担した。

➡ B薬局での窓口負担額に自己負担限度額が適用されていません。健保組合へ高額療養費の申請が必要です。

例 A病院及びB薬局でそれぞれ3割を窓口で負担した。A病院とB薬局のレセプトを合算すると、高額療養費に該当する。

➡ 医科(歯科)レセプトと対となる調剤レセプトは一つのレセプトとして取り扱われます。A病院の療養費とB薬局の調剤費は高額療養費に該当しますので、健保組合へ高額療養費の申請が必要となります。

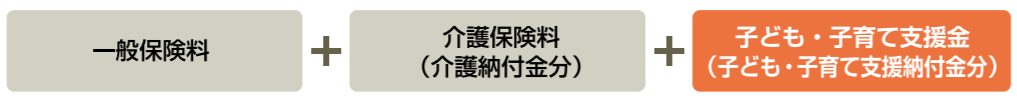
「子ども・子育て支援金制度」が始まります

一般保険料と併せ
子ども・子育て支援金の拠出を
していただくこととなります

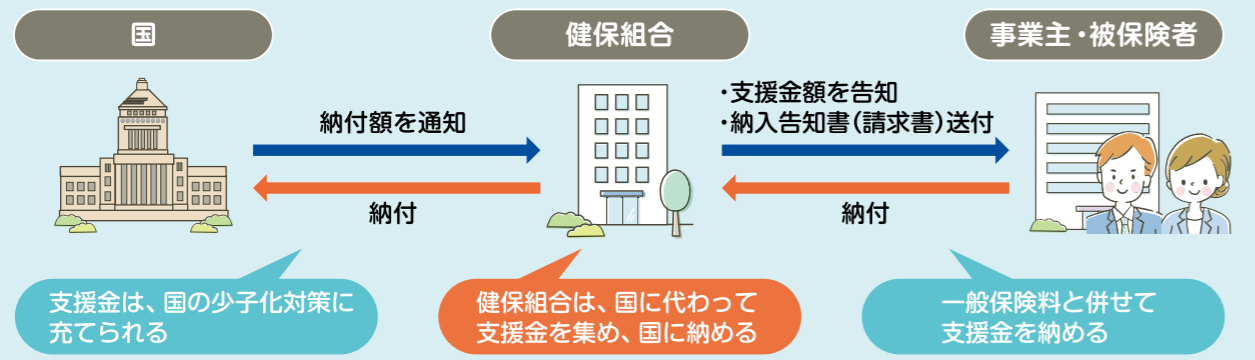


いつから始まるの？

子ども・子育て支援金は、**令和8年4月分保険料**より一般保険料・介護保険料と併せて徴収されます。納入告知書（請求書）には、一般保険料、介護保険料に続き、**第3の費目**として追加されます。



子ども・子育て支援金の徴収・納付の仕組み



子ども・子育て支援金制度って何？

子ども・子育て支援金制度は、全世代・全経済主体から**支援金を拠出**いただき、それによる**子育て世帯に対する給付の拡充**を通じて、**子供や子育て世帯を社会全体で応援する仕組み**です。

子ども・子育て支援金はこんなことに使われます

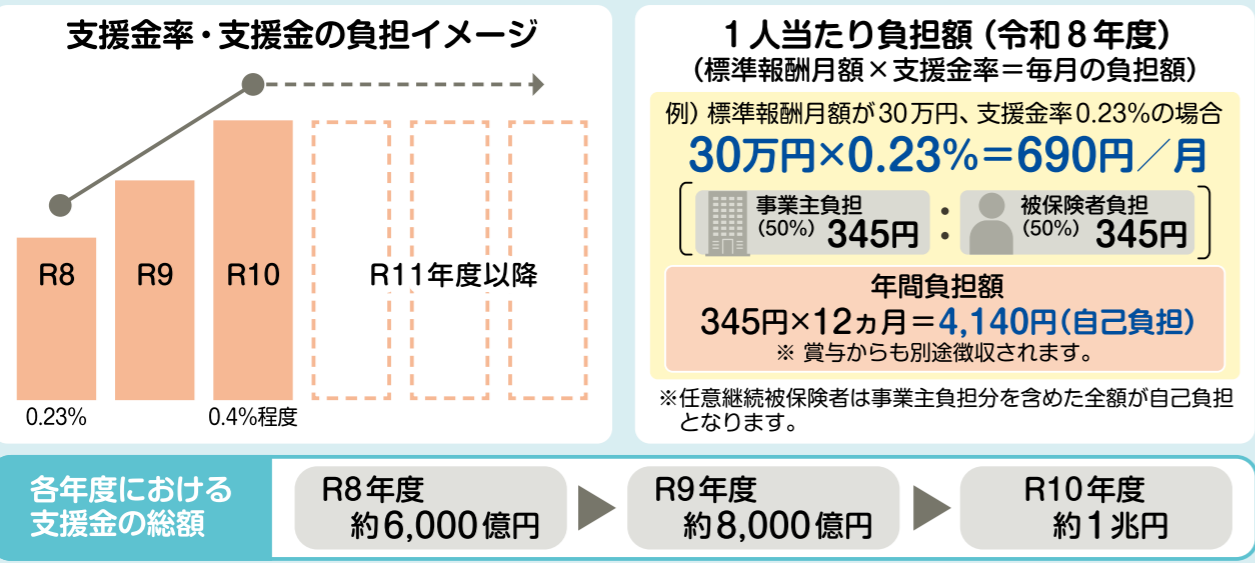
- ① **児童手当の拡充** (令和6年10月から)
所得制限を撤廃し、支給期間を高校生年代まで延長、第3子以降を増額
- ② **妊婦のための支援給付** (令和7年4月から)
妊娠時と出産時の2回に分けて、計10万円が支給される制度
- ③ **こども誰でも通園制度** (令和8年4月から)
生後6ヵ月から3歳未満の子供を、理由を問わず時間単位で保育所などに預けられる制度
- ④ **育休中の給付拡充** (令和7年4月から)
両親が出生後一定期間内に育休を取ると、給付金が最大28日間上乗せされ、手取り100%を確保する制度
- ⑤ **時短勤務時の収入減少を補填** (令和7年4月から)
2歳未満の子供を育てる人が時短勤務した場合、時短期間中の賃金の約10%が支給される制度
- ⑥ **国民年金第1号被保険者の育児期間中の保険料免除** (令和8年10月から)
自営業・フリーランス等の国民年金第1号被保険者が、子供が1歳になるまでの期間、国民年金保険料を免除される制度



負担はどのくらいになるの？

支援金の額を決める支援金率は、令和8年度は**0.23%**で、令和10年度にかけて段階的に**0.4%程度**まで上がることが想定されています。ただし、国は令和10年度に支援金の上限額を約1兆円と決めているため、今後、健康保険料や介護保険料のように右肩上がりが増えて続けることはありません。なお、支援金は**事業主と被保険者が原則折半**して負担します。

子ども・子育て支援金の負担額のイメージ



健保組合の給付に使われるの？

子ども・子育て支援金は、健康保険組合などの医療保険者が保険料として徴収し、納付することが法律で定められています。法律上は保険料として規定されていますが、健保組合が加入者のために行う**保険給付や保健事業に充てることはできません**。健保組合は、国に代わって徴収し、納付する役割だけを担います。



健康の不安、こころの悩み— まずは電話で相談 してみませんか？




急な病気の心配や職場・ご家庭の問題から起こるストレスなど、からだやこころの健康についての悩みがあれば、まず「ファミリー健康相談」「メンタルヘルスカウンセリング」をご利用ください。経験豊かなスタッフが、からだとこころの健康についてのご相談に応じます。



 **ファミリー健康相談**
(からだの電話健康相談)

 **メンタルヘルスカウンセリング**
(こころの電話健康相談) —オンライン面接も可能—

 **ベストドクターズ・サービス**
(名医紹介サービス)

「こんなとき...」は
お電話ください

- こどもが急に熱を出した
- どの診療科に受診すべきかわからない
- 病気がなかなかよくなる
- 仕事でストレスがたまる
- 職場の人間関係で悩んでいる
- 育児・介護が辛い

∴ 1人で悩まずに **まずお電話を** ∴

相談は
無料です!

電話相談は、
相談料・通話
料ともかかり
ません。



プライバシー
厳守!

プライバシー保護のため、相談
事業は外部へ委託して運営して
います。個々人の相談の有無・
内容等が職場等に伝わることは
ありません。

※ご相談に関連上、年齢・都道府県名・相談者と相談対象者の続柄等をうかがう場合がありますが、プライバシーは厳守されます。

電話番号が「非通知設定」の場合は、始めに「186」をつけてご利用ください。

携帯電話に
登録してね

専用番号

0120-877002

兼松連合健康保険組合