

2023

けんぽだより

ご家族と一緒にご覧ください。



大建工業健康保険組合

2023年度 予算のお知らせ

去る2月24日に開催されました組合会において、2023年度予算が承認されましたので、その概要をお知らせします。

予算総額 14億4,550万4千円

一般保険料率 1000分の103に据え置き

介護保険料率 1000分の17に据え置き

一般勘定

基礎数値

●被保険者数 2,020人

[男性 1,550人 女性 470人]

●被扶養者数 2,006人

●扶養率 0.96人

●平均年齢 43.47歳

[男性 44.36歳 女性 40.56歳]

●平均標準報酬月額 373,000円

●一般保険料率(調整保険料率含む)

103.00/1,000

事業主負担 51.50/1,000

被保険者負担 51.50/1,000

収入

科目	予算額 (千円)
健康保険収入	1,154,204
調整保険料収入	14,886
繰越金	180,000
繰入金	85,000
国庫補助金収入	155
財政調整事業交付金	10,000
雑収入等	1,259
合計	1,445,504
経常収入合計	1,155,407

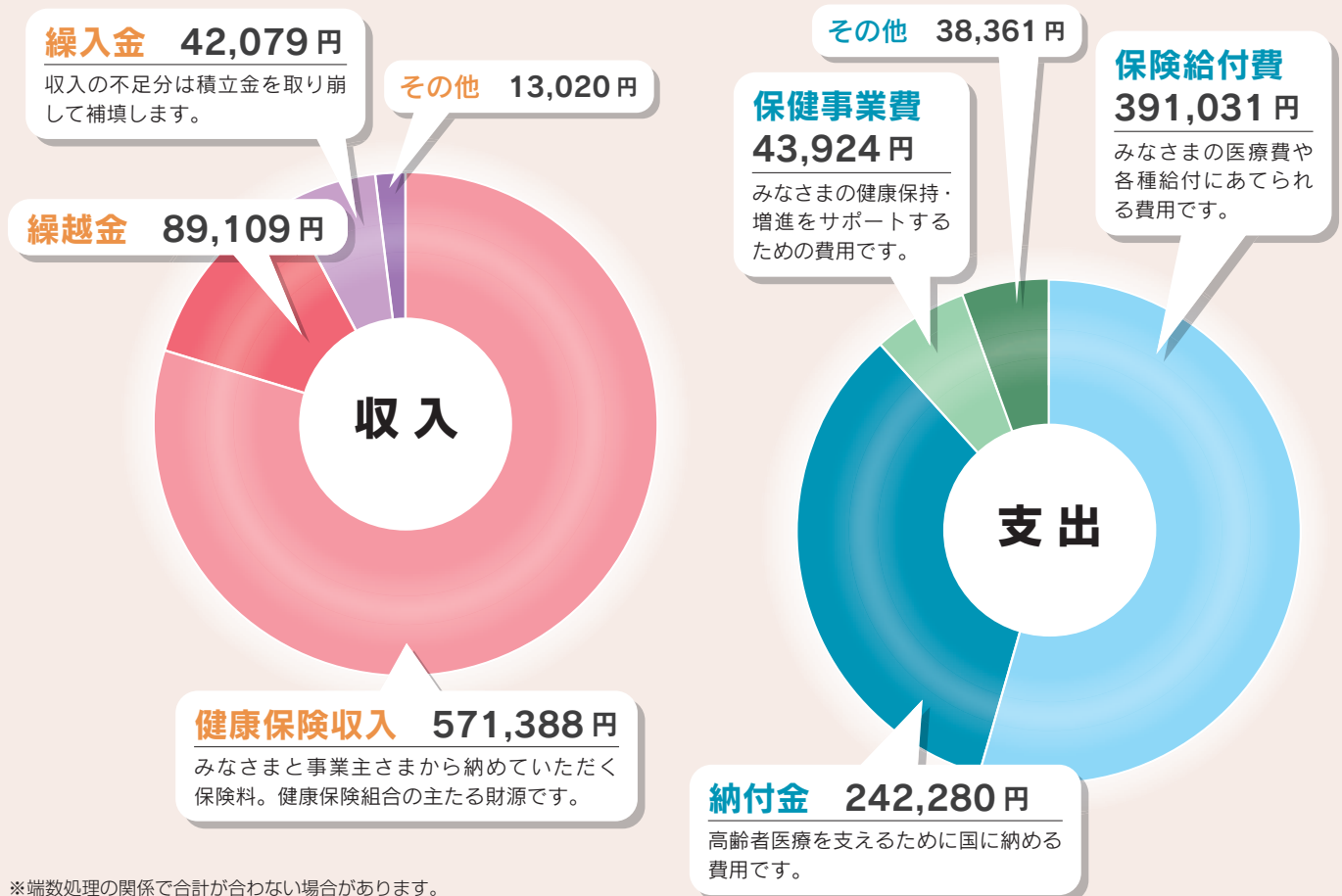
支出

科目	予算額 (千円)
事務費	35,021
保険給付費	789,883
法定給付費	774,103
付加給付費	15,780
納付金	489,405
保健事業費	88,726
財政調整事業拠出金	14,886
還付金・雑支出	1,348
予備費	26,235
合計	1,445,504
経常支出合計	1,404,372

予算額を1人当たりでみると…



予算総額 715,596 円



※端数処理の関係で合計が合わない場合があります。

介護勘定

基礎数値

●介護保険第2号被保険者数

1,760人

●介護保険第2号被保険者たる被保険者数

1,210人

●平均標準報酬月額 430,000円

●介護保険料率 17.000/1,000

事業主負担 8.500/1,000
被保険者負担 8.500/1,000

収入

科目	予算額 (千円)
介護保険収入	139,219
繰越金	5,000
繰入金	5,000
その他	2
合計	149,221

支出

科目	予算額 (千円)
介護納付金	148,300
介護保険料還付金	100
積立金	821
合計	149,221

パソコン・スマホで医療費が確認できます！

まずはkencomにご登録をお忘れなく！▶▶▶

WEB登録は
無料

大建工業健康保険組合の組合員のみなさんとそのご家族なら、「医療費のお知らせ」をパソコンやスマートフォンでご確認（WEB閲覧）いただけます。

WEBでの閲覧には事前の登録が必要となります。まだご登録がお済みでない方は、すみやかにご登録をお願いいたします。

「医療費のお知らせ」だけじゃない！！

merit

1

いつでもどこでも
健診データが見られる

merit

2

あなたの健康状態に
合わせた情報が毎日届く

WEB
閲覧の
メリット

merit

3

全国の同性同年代の人と自分の
健康度の比較ができる

merit

4

健康状態の経年変化を
確認できる

大建工業健康保険組合ホームページをご活用ください

大建工業健康保険組合ホームページアドレス

<https://www.kenpo.gr.jp/daiken/index.html>

大建工業健保組合 検索



kencomでできること

- 医療費の確認
- 健診結果の確認
- 歩数登録
- 健康情報
- kencomポイントが貯まる！使える！



お知らせ&トピックス

「健保組合からのお知らせ」を
いち早くキャッチ！

健康保険のしくみや、
各種届出は、ここで
確認を！

こんなとき どうするの？

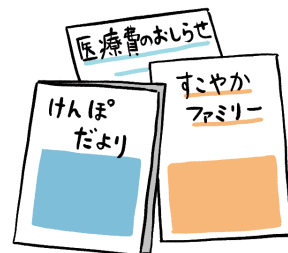
不慮の事故や病気で
高額医療費がかかる
とき、出産したとき、
会社を辞めるとき…
など、急な手続きが
必要となったときは
ここで確認を！

2023
年度

あなたの健康を サポートする保健事業

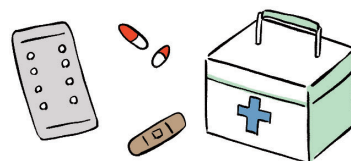
保健宣伝

- ▶「けんぽだより発行」(6月)
- ▶被扶養者に「すこやかファミリー」配布(年2回)
- ▶医療費のお知らせ(WEBでの閲覧)
- ▶ホームページの更新



疾病予防

- ▶生活習慣病健診 費用補助(5月～予定)
対象者 被保険者・被扶養者
- ▶人間ドック 費用補助(5月～予定)
対象者 被保険者・被扶養者
- ▶郵送大腸がん検診 費用補助(10月～1月)
対象者 被保険者・被扶養者
- ▶郵送子宮頸がん検診 費用補助(10月～1月)
対象者 被保険者・被扶養者
- ▶インフルエンザ予防接種 費用補助(10月～1月)
対象者 被保険者・被扶養者
- ▶救急箱配布(7月予定)
対象者 新規採用被保険者



体育奨励

- ▶各事業所で実施された体育奨励事業に費用補助(4月～3月)





毎年
受けています!

知っていますか?



私って対象者なの?

特定健診・特定保健指導

2008 年度から始まった特定健診・特定保健指導。

対象者や検査項目などの基本を改めて理解して、生活習慣の改善にいかしましょう!

対象者は

40 ~ 74 歳の
被保険者および被扶養者

私も対象なのね!



40歳になったら
年に1回よね

目的は

メタボリックシンドローム
(内臓脂肪症候群) の予防・
改善が大きな目的です。
メタボとは、肥満や高血糖・
高血圧・脂質異常などの危
険因子を併せ持ち、生活習
慣病のリスクが高い状態の
ことです。



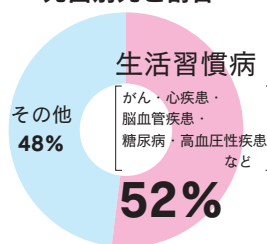
もしかして
私ってメタボ?

生活習慣病って怖いのか?

がん、心疾患、脳血管疾患、動脈硬化症、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病は、日本人の死因の5割超、介護要因の約3割を占め、生命やQOL(生活の質)に多大な影響を及ぼす一方で、かなり進行するまで自覚症状がほとんど現れません。

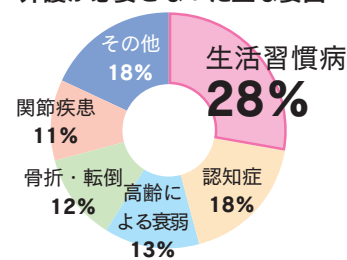
不健康な生活習慣を続けていると、ある日突然、重大な病気を発症することがあるので、健診でチェックすることが大切です。

死因別死亡割合



「令和3年 人口動態統計月報年計(概数)の概況」より作成

介護が必要となった主な要因



「令和元年 国民生活基礎調査の概況」より作成

どんな検査をするの?

	特定保健指導判定値	受診勧奨判定値
診察・計測	☐ 問診・身体診察 ☐ 身長・体重・BMI ☐ 腹囲	— — —
血圧	☐ 最高血圧(収縮期) ☐ 最低血圧(拡張期)	130 mm Hg 以上 85 mm Hg 以上 140 mm Hg 以上 90 mm Hg 以上
脂質	☐ 中性脂肪 ☐ HDL コレステロール ☐ LDL コレステロール(または non-HDL コレステロール)	150 mg/dL 以上 40 mg/dL 未満 120 (150) mg/dL 以上 300 mg/dL 以上 35 mg/dL 未満 140 (170) mg/dL 以上
肝機能	☐ AST (GOT) ☐ ALT (GPT) ☐ γ-GT (γ-GTP)	31U/L 以上 31U/L 以上 51U/L 以上 51U/L 以上 51U/L 以上 101U/L 以上
血糖・尿	☐ 空腹時血糖(または HbA1c)※ ☐ 尿糖 ☐ 尿たんぱく	100 mg/dL (5.6%) 以上 + (参考値) + (参考値) 126 mg/dL (6.5%) 以上 + (参考値) + (参考値)
血液	☐ ヘモグロビン値 ☐ ヘマトクリット値 ☐ 赤血球数	男 13.0 女 12.0g/dL 以下 — — 男 12.0 女 11.0g/dL 以下 — —
その他	☐ 心電図 ☐ 眼底検査 ☐ 血清クレアチニン検査 (eGFR)	— — —

※空腹時以外に行った場合、随時血糖値(100 mg/dL 以上)が保健指導判定値になります。

□: 必須項目で、1つでも受けないと特定健診を受診したとみなされません。

○: 医師の判断により実施します。

人間ドックを受診されま
すと、特定健
診を受診した
ことになります。

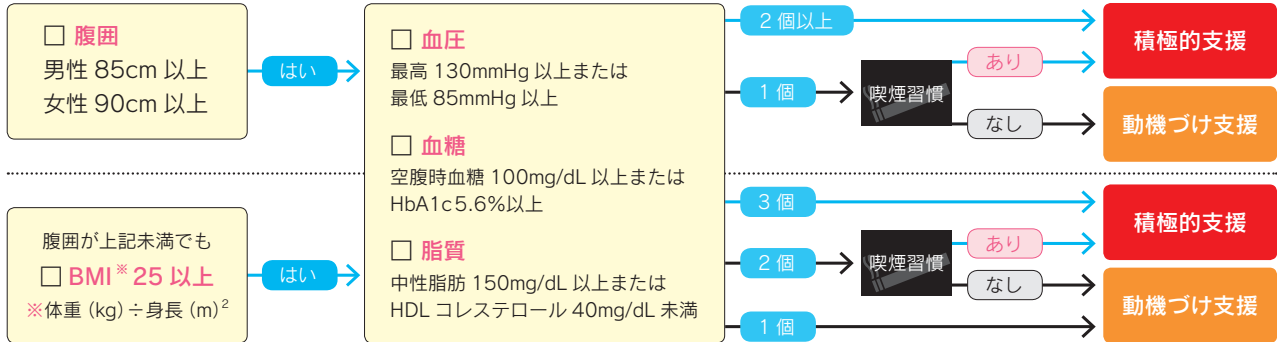


特定保健指導って なに？

特定健診の結果からメタボリスクが高いと判定された方へ、保健師や管理栄養士が脱メタボに向けた支援を行います。

「積極的支援」と「動機づけ支援」に該当した方は、特定保健指導を利用することができます。

こうやって決まる、特定保健指導の対象者



※服薬中の人は特定保健指導の対象外です。また、65～74歳の人は積極的支援に該当しても動機づけ支援となります。

動機付け支援

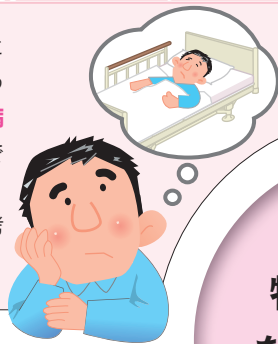
自分自身の健康状態をしっかり認識し、どうしてそういう状態になったのか、運動や食事など生活習慣との関係を理解してもらえよう、医師や保健師、管理栄養士らが面接を行って目標と計画を立て、生活改善を実行する動機づけのための指導が原則 1 回行われます。

積極的支援

自分自身の健康状態をしっかり認識し、どうしてそういう状態になったのか、運動や食事など生活習慣との関係を理解し、自分で生活習慣の改善を実行できるよう、医師や保健師、管理栄養士らが面接を行って計画を立て、3 ヶ月にわたる実践のサポートを行います。

改善を始めるのは今

自覚症状がないからといって放置してしまうと、**いずれは生活習慣病を発症してしまう状態**です。改善を始めるタイミングは、今がベストと考えましょう。



怒られることはありません

指導というと一方的なものを想像するかもしれませんが、実際はサポートです。できそうなこと、続けられそうなことを、**保健師・管理栄養士と一緒に考えます。**



特定保健指導 をおすすめる 理由

ゴールがあります

数カ月先の目標値を設定して、生活習慣の改善に取り組みます。無理な目標は設定しませんので、**着実にこなしていけば十分に達成可能**です。



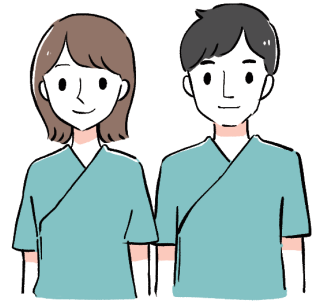
無料です

特定保健指導にかかる費用は、**当健康保険組合が負担**します。みなさんは生活習慣の改善に集中して取り組んでください。



年に1回、忘れずチェックを!!

定期健診・生活習慣病健診・ 総合健診（人間ドック）



各健診の種類

*対象年齢と違う健診を受けた場合は、補助ができませんのでご注意ください。

健診の種類		対象年齢※1	対象者	検査費用※2
定期健康診断		満30歳未満	被保険者	全額事業主負担（検査費用の上限：10,000円）
生活習慣病健診（法定）		満30歳以上 35歳未満	被保険者	自己負担3,000円（検査費用の上限：25,000円）
			被扶養者	全額健康保険組合負担（検査費用の上限：25,000円）
総合健診 （人間ドック）	日帰りドック	満35歳以上	被保険者	自己負担10,000円（検査費用の上限：45,000円）
			被扶養者	
	特定健診	満40歳以上 75歳未満	被保険者	全額健康保険組合負担（規定項目以外の受診費用は自己負担）
			被扶養者	

上記以外の健診

婦人科健診	満20歳以上	被保険者 被扶養者	健康保険組合補助10,000円（10,000円を超えた分は自己負担）※3
-------	--------	--------------	--------------------------------------

※1 対象年齢は、2023年3月31日時点

※2 検査費用は税込金額

※3 婦人科健診では乳がん検診（マンモグラフィ）と子宮がん検診が実施されます。いずれか1つだけ、両方受診、いずれの場合も補助額は10,000円までとなります。

受診期間（一次健診・精密検査とも）

2023年5月10日～12月末まで。

※詳細は、各事業所担当部門にお問い合わせください。

実施部門

各事業所の担当部門で実施（従来どおり）。

健診機関

地区の国公立病院、結核予防会所属総合保健センター、その他健診専門機関（原則）。

精密検査（二次検査）

精密検査は、事業主が行う定期健診および一次健診で「要精検」と判定された方が、保険証を使用して受診。保険適用分の費用30%は個人負担となります。

健康診断予約システム

予約システム

（株）ベネフィットワン・ヘルスケア（ハピルス健診）

予約期間

● 2023年4月26日以降

お申し込み希望の方は、ハピルスコールセンター（0800-9199-023）にお問い合わせください。

利用対象

● 「大建工業健康保険組合」の加入者（従業員）およびその被扶養者

対象事業所：大建工業（株）、（株）スマイルアップ、ダイケンエンジニアリング（株）

※なお、井波工場、岡山工場、高萩工場、三重工場に所属されている従業員につきましては、原則として各工場の健診ルールに則って受診いただきますよう、よろしくお願いいたします。

当健康保険組合独自の制度です！

下記の費用補助をご活用ください

注意！

総合健診（人間ドック）には、大腸がん検診・子宮頸がん検診が含まれています。
そのため、総合健診（人間ドック）を受診された方がこちらの検診を受診した場合は、自費となりますので
ご注意ください。



大腸がん検診

見つけにくい
初期症状を検診で
早期発見!!



対象者

35歳以上の被保険者および被扶養者
※対象年齢は、2023年8月31日時点

注意！ ただし、検査が重複となるため
人間ドック受診者は除く

検診費用

全額健康保険組合負担（ただし、器具返送代は本人負担）
※申し込みされた方で、検査を受けられなかった場合、器具代を徴収させていただきます。

申込方法

所定の検診申込書に必要事項を記入のうえ、健康保険組合へお申し込みください。

申込締切日

2023年10月中旬（予定）

受診の手続き

35歳以上の
被保険者・被扶養者

① 申込書に必要事項を記入して健康保険組合へ申し込み

大建工業健康保険組合

③ 締め切り3週間以内に個人宛に検査器具郵送

④ 問診票と採取した器具を同封の封筒に入れ返送
※郵送料は自己負担

検査機関

② 申し込み

⑤ 器具到着後3週間以内に結果郵送



子宮頸がん検診

対象年齢は
20歳から!!



対象者

20歳以上の女性被保険者および女性被扶養者
※対象年齢は、2023年8月31日時点

注意！ ただし、人間ドックで検査を
受けられている方は対象外

検診費用

全額健康保険組合負担（ただし、器具返送代は本人負担）
※申し込みされた方で、検査を受けられなかった場合、器具代を徴収させていただきます。

申込方法

所定の検診申込書に必要事項を記入のうえ、健康保険組合へお申し込みください。

申込締切日

2023年10月中旬（予定）

受診の手続き

20歳以上の
被保険者・被扶養者

① 申込書に必要事項を記入して健康保険組合へ申し込み

大建工業健康保険組合

③ 締め切り3週間以内に個人宛に検査器具郵送

④ 問診票と採取した器具を同封の封筒に入れ返送
※郵送料は自己負担

検査機関

② 申し込み

⑤ 器具到着後3週間以内に結果郵送

インフルエンザ予防接種の 費用補助が受けられます

当健康保険組合では、インフルエンザ予防接種の費用補助を実施しています。

インフルエンザの流行前にワクチン接種することで、発症や重症化の予防が期待できます。この機会にぜひ、予防接種を受けることをおすすめいたします。

対 象 者

当健康保険組合の被保険者および被扶養者

補 助 内 容

1人当たり1,000円（期間内1回、13歳未満は2回以上接種可）。

ただし、接種費用が1,000円以下の場合は実費補助

接 種 期 間

2023年10月1日（日）～2024年1月31日（水）

申 請 期 限

2024年2月20日（火）必着



ご家族も年に一度、 健康チェック 特定健康診査受診券の配布

40歳から74歳までの対象のご家族（被扶養者）に、特定健康診査受診券を配布します。受診費用は無料です。ぜひこの機会に受診し、ご自身の健康を確認しておきましょう。

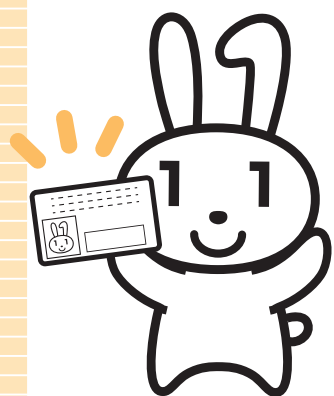


次の方は受診の必要はありません。

- ▶ 今年度中に健康保険組合の補助を受けて人間ドックを受診される被扶養者
※健診項目が重複するため
- ▶ パート・アルバイト先などで定期健診を受診され、受診結果（コピー）をご提出いただける被扶養者



マイナ保険証を 利用しましょう



政府は、マイナンバーカード（マイナカード）と健康保険証の一体化（マイナ保険証）を進めており、2024年秋には、現在の健康保険証の原則廃止を目指しています。

まだ、マイナカードを申請していない方は、早めに申請しておきましょう。また、マイナカードを受け取った方は、マイナ保険証の利用登録を行いましょう。

マイナ保険証のメリット

- ◎ 就職・転職・引っ越しをしても健康保険証として利用できます
- ◎ マイナポータルで特定健診情報や薬剤情報・医療費を閲覧できます
- ◎ マイナポータルで確定申告の医療費控除が簡単にできます
- ◎ 窓口への書類の持参が不要になります



マイナ保険証で受診すると医療費が安くなる？

2022年10月に制度が改正され、マイナ保険証で受診すると、従来の保険証で受診するよりも医療費が安くなりました。2023年4月からは、さらに差が広がります。医療費節減のためにも、マイナ保険証で受診しましょう。

		現行の加算		特例措置※	
		点数	3割負担の場合の額	点数	3割負担の場合の額
初診	従来の保険証で受診	4点	12円	6点	18円
	マイナ保険証で受診	2点	6円	2点	6円
再診	従来の保険証で受診	—	—	2点	6円
	マイナ保険証で受診	—	—	—	—
調剤	従来の保険証で受診	3点	9円/6カ月に1回	4点	12円/6カ月に1回
	マイナ保険証で受診	1点	3円/6カ月に1回	1点	3円/6カ月に1回

※特例措置：2023年4月1日～2023年12月31日限定

マイナ保険証を利用するには

- ◎ マイナポータルから、スマートフォンもしくはパソコンを使って利用登録できます
- ◎ セブン銀行のATMからも利用登録できます

※詳しくはマイナポータルのサイトをご覧ください。

https://myna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html



マイナ保険証



4月から、 出産育児一時金が 引き上げられました

～ 2023.3

1児につき

42万円

※被保険者と被扶養者、いずれの出産の場合も支給されます。

2023.4～

1児につき

50万円



正常な出産は病気でないため、健康保険が使えません。代わりに健康保険組合は、出産育児一時金を支給しています。2023年度から、政府の少子化対策強化の一環として出産育児一時金が42万円から50万円に引き上げられました。出産育児一時金は1994年に創設され、出産費用の増加に伴いたびたび引き上げられてきましたが、8万円の引き上げは過去最大幅となります。



出産育児一時金の 対象になる 出産とは？

A 妊娠4ヵ月以上（13週以上）の出産をい、早産、死産、流産なども含まれます。なお、帝王切開分娩など、医師による治療行為が発生する場合は健康保険が適用されます。

出産育児一時金の 受け取り 方法は？

A 医療機関と代理契約合意文書を交わす「直接支払制度」の利用が一般的です。健康保険組合が医療機関に出産育児一時金を直接支払いますので、申請の必要はありません。

出産費用は いくらかかる？

A 正常な出産は健康保険が適用されないため、医療機関によって異なるのが実情です。厚生労働省では、2024年4月を目途に医療機関ごとの出産費用を公表する仕組みをつくる予定です。

出産育児一時金50万円のうち、1.2万円は産科医療補償制度（出産に関連して重度脳性麻痺となった場合に補償金を支給する制度）の掛金です。このため、直接支払制度で出産費用が48.8万円を下回った場合は差額を受け取れます。この場合は健康保険組合に申請してください。

女性被保険者が出産のために仕事を休み、給料等をもらえなかったときは「出産手当金」が支給されます。出産の日以前42日（双子以上の場合は98日）と出産の日後56日の間、休業1日につき、標準報酬日額の2/3相当額が支給されます。

産前産後休業期間中と育児休業期間中は、保険料が免除されます。なお、免除期間中も健康保険は使えます。

2023年1月から、妊娠・出生の届出を行った女性に自治体が計10万円分のクーポンなどを支給する「出産・子育て応援ギフト」がスタートしています。自治体によって名称、内容などが異なりますので、詳細はお住まいの自治体へご確認ください。

初対面の人と話すことが苦手

初対面の人と話すとき会話が続き、気まずい思いをする…。

そんな人は自分が話すことに意識が向いている可能性があります。



相手に興味をもつことが大事

初対面の人と話すとき、自分が話すことに意識が向いていると相手のことが目に入りません。それでは会話が一方的になりがちで続きにくくなります。

初対面の人と話すときに大事なことは「相手に興味をもつ」こと。人は自分に興味があると感じる相手には好感をもちます。また、興味をもって相手を観察したり、話を聴くと質問や共感がしやすくなります。そうしてお互いにより印象をもてれば、会話がどこまでも初対面の人とのコミュニケーションは十分です。

初対面の人とのコミュニケーションのコツ

相手に興味をもっていることを示しながら、コミュニケーションをとる。

笑顔であいさつをし、相手の名前を呼ぶ

あいさつは人間関係の基本。相手の名前を呼ぶことは興味を示すサイン。

体を相手に向けて、話に耳を傾ける

相手をまっすぐ見て、うなずきやあいづちを交えながら話に耳を傾ける。

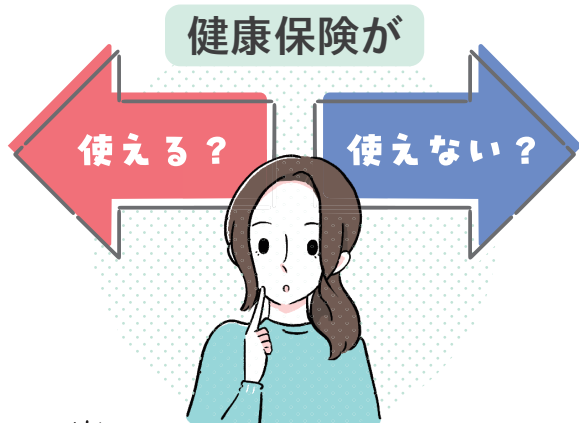
相手の趣味や好きなことを掘り下げる

相手に関心をもっていそうな話題について質問をし、話を掘り下げていく。

自分との共通点を見つけ出す

ある程度話が進んだら自分との共通点を見つけ、話題にする。どんな話題でもOK。





整骨院・接骨院の かかり方チェック!

整骨院・接骨院では、保険医療機関とは異なり、健康保険が使える場合が限られています。誤って健康保険を使った場合、あとから全額自己負担になる場合がありますので、正しいかかり方をチェックしておきましょう。



チェック① 外傷性の負傷のみ健康保険が使えます

健康保険が**使える**場合

原因がはっきりしている外傷性の負傷で、慢性に至っていないものに限られる。

- | | |
|--|---|
| ☒ 骨折 | ☒ 捻挫 |
| ☒ ひび(不全骨折) | ☒ 打撲 |
| ☒ 脱臼 | ☒ 肉離れ(挫傷) |

※骨折・ひび・脱臼は、緊急の場合をのぞき、あらかじめ医師の同意を得ることが必要です。

※内科的原因による疾患は含まれません。

健康保険が**使えない**場合

- ☒ 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- ☒ 症状の改善がみられない長期にわたる施術
- ☒ 脳疾患後遺症などの慢性病
- ☒ 保険医療機関で治療中の負傷
- ☒ 勤務中、通勤途中の負傷(労災保険対象)

など



チェック② 「療養費支給申請書」はよく確認して署名しましょう

保険適用となる施術を受けた場合は、療養費支給申請手続きが必要です。負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、自筆で署名してください。



- ①保険適用と説明を受けた負傷名のみが記載されているか
- ②その月に整骨院・接骨院に通院した日数が正しいか



チェック③ 領収書は必ず受け取り保管しましょう

保険適用となる施術を受けた場合は、領収書を必ず受け取り、保管してください。医療費控除を受ける際などに必要になる場合があります。



健康保険組合から施術内容等を確認させていただく場合があります

健康保険組合では、健康保険証を使って整骨院・接骨院の施術を受けた方に、後日、施術日や施術内容、負傷原因等を確認させていただく場合があります。みなさまの保険料を適切に使用するため、ご理解とご協力をお願いいたします。



薬の処方で変わる医療のねだん

先発医薬品よりも安価なジェネリック医薬品、2・3回目の通院が不要になるリフィル処方箋は、その可否が処方箋に記載されています。

処方箋のココをチェック！

ジェネリック医薬品

処方箋の「後発医薬品（ジェネリック医薬品）への変更不可」欄に☒または☐がなければ、患者の判断で自由にジェネリックを選択することができます。薬局でジェネリックを希望することを伝えましょう。



最近、出費が多くてさ…。
今日もこれから
通院でまたお金が…

薬はジェネリック
にして？
安くなるよ

気にしたこと
なかったな、
聞いてみるよ



それがいいよ。
あとは
リフィル処方かな、
症状が安定して
いればだけど

なにそれ！？

1枚の処方箋で
最大3回、薬を
処方してもらえるんだ。
2・3回目の通院が
いらなくなるよ。
ただし、医師の判断に
よるけどね

医師の判断がマスト！

リフィル処方箋

2022年
4月～

リフィル処方箋の対象者は、長期にわたって処方内容に変更がなく、症状が安定していると医師が判断した患者です。患者が希望しても、リフィル処方箋にできないことがありますのでご承知おきください。

リフィル
処方箋で



いいこと聞いた！
ジェネリックと
リフィルだな！

かかりつけ薬局が
重要になるから、
1カ所にしなよ～

ダッ

＼かかりつけ薬局を持とう！／

リフィル処方箋では、通院しない期間の患者の経過を薬剤師がみることになります。そのため、2・3回目の処方でも同じ薬局にかかることが理想です（変更する場合は変更先の薬局に情報提供するため申し出が必要です）。職場や自宅の近くなど、通いやすいところがかかりつけ薬局を探すようにしましょう。

かかりつけ薬局があれば、ジェネリック医薬品を選ぶときや、余った薬（残薬）の調整、処方薬に限らず薬に関する些細な疑問など、気軽に相談することができます。また、重複投与や注意が必要のみ合わせのチェック、症状に合わせた市販薬を選ぶお手伝いなどもしてくれるので安心です。

覚えて
おきたい
けんぽの
知識

ご家族が被扶養者資格を 失ったときは届出が必要です

健康保険組合に必ず**5日以内**に届出を！

提出物

☑ 被扶養者異動届

☑ 被扶養者の保険証

※「高齢受給者証」「限度額適用認定証」がある場合は、あわせて提出

再確認!! 被扶養者ではなくなる CASE

- ☐ 被扶養者が就職して他の健康保険の被保険者になったとき
- ☐ 被扶養者がパート先の健康保険の被保険者になったとき



就職などで他の健康保険の被保険者になった

- ☐ 年収が130万円以上*、または被保険者の収入の1/2以上になったとき

*60歳以上または障がいがある場合は、180万円以上（老齢年金、障害年金、遺族年金を含む）



収入が増えた

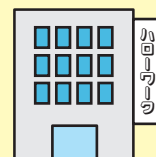
- ☐ 別居している被扶養者への仕送りをやめたとき
- ☐ 仕送り額が被扶養者の収入より少なくなったとき



仕送り額が変わった

- ☐ 被扶養者が雇用保険の失業給付金を受給するようになり、その額が1日あたり3,612円以上*のとき

*60歳以上は5,000円以上



失業給付金の受給を開始した

- ☐ 被扶養者が結婚して結婚相手の被扶養者になったとき



結婚した

- ☐ 被扶養者が被保険者と離婚したとき



離婚した

- ☐ 配偶者・子・孫・父母・祖父母・曾祖父母・兄弟姉妹以外の親族（三親等内）が被保険者と別居したとき



別居した

- ☐ 被扶養者が亡くなったとき



亡くなった

- ☐ 被扶養者が75歳になり、後期高齢者医療制度の被保険者になったとき

※65～74歳の方が一定の障がいがあり、後期高齢者医療制度の被保険者になったときも同様



後期高齢者医療制度の被保険者になった

- ☐ 国内に住所（住民票）がなくなったとき

※留学、海外赴任、観光、保養、ボランティアなどで、一時的に海外に渡航している場合は除く



外国に移住した