



# 富自販けんぽだより

**(お知らせ) 「令和7年度の健康保険・介護保険ともに保険料率の変更はございません。」**

保険料率	令和7年度	令和6年度	対前年増減
健康保険料率	9.80%	9.80%	—
介護保険料率	1.60%	1.60%	—



## ●昨年度と保健事業の変更点

コース	負担金	対象者
㊤ 一般健診 (胃透視) ㊦ 一般健診 (胃カメラ)	㊤ 3,000円 ㊦ 5,000円	35歳以上被保険者及び被扶養者
1日ドック (従来のドック) (胃透視・胃カメラ共通)	3,000円⇒10,000円	
1日+脳ドック (胃透視・胃カメラ共通)	15,000円⇒30,000円	40歳以上被保険者及び被扶養配偶者
1泊2日ドック (胃透視・胃カメラ共通)	20,000円⇒40,000円	40歳以上被保険者
1泊+脳ドック (胃透視・胃カメラ共通)	30,000円⇒50,000円	

### (健診)

- ・一般健診コースを新設しました
  - ・各ドックコースの負担金変更しました
- ※R7健診リーフレットはQRコードにて⇒



### (保健指導)

- ・40歳以上の特定保健指導として、チョコザップを活用した運動型特定保健指導を実施します。
- ・従来送付のカラダつうしんぼを変更し、ご自身の健康スコアによる生活習慣改善を図ることを目的に健康スコア・アドバイスシートを送付します

### (疾病予防に関する事業)

## 令和7年度の主な保健事業概要

- 一般健診……35歳以上の被保険者・被扶養者を対象(自己負担あり)
- 1日ドック……35歳以上の被保険者・被扶養者を対象(自己負担あり)
- 1日+脳ドック……40歳以上の被保険者・被扶養配偶者を対象(自己負担あり)
- 1泊2日ドック……40歳以上の被保険者を対象(自己負担あり)
- 若年者向け生活習慣病予防簡易健診 (自己負担なし)
  - 被保険者……25歳以上35歳未満又は35歳以上の被保険者で健診未受検者を対象
  - 被扶養者……40歳以上の被扶養者で健診未受検者を対象
- インフルエンザ予防接種補助… 1回 1,500円(13歳未満は2回まで)



### (保健指導に関する事業)

- 特定保健指導(ドックの健診機関で実施又は保健師が事業所に訪問)
  - 運動型特定保健指導の新設(対象:40歳以上、35歳以上でメタボ予備群者)
- オンライン卒煙プログラム…スマホを活用した禁煙事業
- 重症化予防改善プログラム…50歳以上を対象とした糖尿病重症化予防の実践プログラム
- 健康スコアアドバイスシートの送付…個人のかたに健康スコアアドバイスシートを送付し生活習慣の改善をはかる

### (運動支援に関する事業)

- スマホ健康アプリ事業……健康スマホアプリを活用したウォーキング事業
- 事業所健康体験セミナー…事業所による健康体験セミナーの実施



### (その他に関する事業)

- 医療費通知の配付……病院でかかった医療費を年1回通知
- ジェネリック医薬品の差額通知…ジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額効果を年1回通知
- 育児雑誌の送付…初めて出産された被保険者・被扶養者に育児に関する「赤ちゃんと!」を送付
- 健康冊子の送付…65歳以上の前期高齢者の方を対象に「いきいきライフさん」を配付



## ●被保険者に変更があった場合の届出はお忘れなく

### 3～4月は就職等で、被扶養者の異動が多い時期です。

被扶養者が健康保険に加入された場合は、健康保険の被扶養者ではなくなりますので5日以内に「健康保険被扶養者異動・変更届」に記入・捺印の上、旧被保険者証又は資格確認書（被扶養者分）を添付し、健康保険組合へ提出してください。

又、ご本人が会社を退職した場合・退職後任意継続をしていたが、資格が切れたというような場合は、速やかに、旧被保険者証又は資格確認書を返納くださいますようお願いいたします。



## ●「特定健診・特定保健指導」ほか「下記の重症化予防対策」にご協力をお願いします。



- 1.健康スコア・アドバイスシートの送付・・・ご自身の健康スコアを確認し生活習慣病改善を図っていただきます
- 2.健診後のフォローアップ・・・要精検等で医療機関未受診者への受診勧奨



## ●マイナ保険証の登録にご協力をお願いいたします

現在お持ちの旧被保険者証は、12月2日で使用できなくなります

☆富山自販けんぽの登録率 **72.1%** (全体平均69.0%)

(令和7年1月31日現在)



## 健保連作成動画「使ってみよう！マイナ保険証」をご視聴ください！

YouTube（動画 約8分）

<https://youtu.be/lmAw4sHfBV0>

QRコードからも動画視聴が可能です。



## ●ご存知ですか？子供の医療費は無料ではありません

子どもの医療費は、おおむね自己負担が軽減されており、お住まいの自治体がすべて負担しているイメージがあるかもしれませんが、実は、そうではありません。子どもの医療費も大人と同様、その多くを健保組合が負担しています。

「子どもは無料だから」「安いから」と、家族が受診したついでにちょっと診てもらってお薬を…といった受診行動は医療費全体を増大させる原因の一つでもあります。

無料の場合は領収書の発行がなく、コスト意識を持ちづらい子どもの医療費、どうなっているのでしょうか。

### ■子どもの医療費の負担先

医療機関や薬局の窓口で支払いがなくても、かかる医療費・薬剤費の8割（もしくは7割）は、当健保が負担しています。当健保の負担 = 皆さんが納めている健康保険料です。

※すべての都道府県および市区町村が、子供の医療費窓口負担の無料を実施していますが、対象年齢や補助の額・内容はそれぞれ異なります。

以外と知られていないかも・・・



## ●組合ホームページもご覧ください。

富山自販健保

