

社会保険

いばらき

4

令和4年度 健康診断のご案内

2022 April
NO.525

- 限度額適用認定証をご活用ください
- 社会保険手続きは電子申請でカンタンに
- 茨城県年金協会連合会から会員募集のお知らせ



輝く桜（撮影：常陸大宮市（山方））：日本写真家協会会員 藤井 正夫

職場内で回覧しましょう

協会けんぽ茨城支部からのお知らせ

受けないともったいない！

令和4年度健康診断のご案内

協会けんぽでは年度内お一人さま1回に限り、健診費用の一部を補助しています。

生活習慣病は自覚症状がないまま悪化するため、定期的に健康診断を受診しましょう！

生活習慣病予防健診

ご案内



3月下旬にご案内をお勤め先へお届け

対象者

35歳～74歳の被保険者（お勤めされている方）

費用

ご本人様負担**約7,000円**
（約19,000円分の健診内容でがん検診も含まれています）

健診項目

- ・診察等
- ・問診
- ・身体計測
- ・血圧測定
- ・尿検査
- ・血液検査
（血糖、脂質、
肝機能等）
- ・心電図検査



がん検診

- ・便潜血反応検査
（大腸がん検査）
- ・胸部レントゲン検査
（肺がん検査）
- ・胃部レントゲン検査
（胃がん検査）
- ・乳がん検診※1
- ・子宮頸がん検診※2

※1 乳がん検診…40～74歳の偶数年齢の女性
※2 子宮頸がん検診…36～74歳の偶数年齢の女性

受診までの流れ

※協会けんぽへの申し込みは不要です。

- ①健診機関に受診日を予約
※健診機関はHPとパンフレットでご確認いただけます
- ②保険証等を持って、健診機関から送付された案内に沿って受診

特定健康診査

ご案内



4月にご案内を被保険者の住所へお届け

対象者

40歳～74歳の被扶養者（ご家族の方）

費用

茨城県内の市町村集団健診の場合
●ご本人様負担**無料**
茨城県内の契約医療機関の場合
●ご本人様負担**無料**または**約1,600円**

健診項目

●基本的な健診

- ・診察等
- ・問診
- ・身体計測
- ・血圧測定
- ・尿検査
- ・血液検査
（血糖、脂質、肝機能）

●詳細な健診

- （医師の判断により実施）
- ・貧血検査
 - ・眼底検査
 - ・心電図検査
 - ・血清クレアチニン検査



受診までの流れ

- ①被保険者の住所に受診券（セット券）が届く
- ②ご希望の健診機関へ予約
- ③受診券（セット券）、保険証等を持って受診

皆様の取り組みが保険料率に影響します！

～ インセンティブ制度 ～

平成30年度から保険料率に関するインセンティブ（報奨金）制度が導入され、その一つの評価指標「健診受診率」が設けられています。健康診断の受診率が高ければ高いほど茨城支部の取り組みが評価され、インセンティブ（報奨金）を受けることができ、保険料率に反映されます。年に一度は健康診断を必ず受診しましょう！取り組みへのご協力をお願いいたします。



高額な医療費の窓口負担を軽減できます

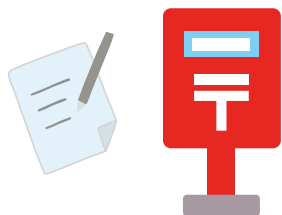
限度額適用認定証をご活用ください

医療機関窓口でのお支払いが高額な負担となりそうなときは、「限度額適用認定証」の提示で、各医療機関ごとの窓口でのお支払いが「自己負担限度額」までとなり、窓口負担が軽減されます。

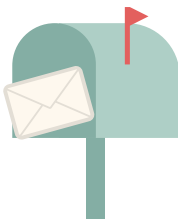
所得区分（標準報酬月額）	自己負担限度額（限度額）	多数該当の限度額
83万円以上	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1%	140,100円
53万円～79万円	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1%	93,000円
28万円～50万円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
26万円以下	57,600円	44,400円
住民税非課税者等（低所得者）	35,400円	24,600円

お手続き方法

①「健康保険限度額適用認定申請書」を協会けんぽへご郵送



②限度額適用認定証を1週間程度でお届け



③保険証と併せて限度額適用認定証を提示



ご注意ください

✓ 有効期限について

申請書を受け付けた日の属する月の1日から最長で1年間の範囲となります。（※途中で75歳を迎えられる方は74歳まで）申請書受付月より前の月の限度額適用認定証の交付はできません。

✓ 住民税が非課税の方へ

被保険者（お勤めされている方）が住民税非課税の場合には、「健康保険限度額適用・標準負担額減額認定申請書」での申請が必要です。添付書類も必要となります。詳しくはホームページをご確認ください。

✓ 70歳以上の方へ

お手持ちの高齢受給者証の自己負担割合が**2割の方は原則お手続き不要です**。3割の方や非課税の方は取り扱いが異なります。

✓ 認定証の期限が切れてしまった方へ

有効期限の自動更新はされません。引き続き必要となる場合は、改めて申請のお手続きが必要です。また、有効期限の切れた認定証はご返却をお願いします。



【みなさまへのお願い】協会けんぽへの各種申請手続きは郵送でお願いいたします！

 **全国健康保険協会 茨城支部**
協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ibaraki/>

〒310-8502
水戸市南町3-4-57
水戸セントラルビル

☎029-303-1500（代表）

申請書のダウンロードができます。
申請書の記入方法のポイントも公開中です！

協会けんぽ 茨城

検索

日本年金機構からのお知らせ

事業主の皆さまへ

社会保険手続きは

電子申請で カンタンに!

電子申請とは、申請・届出を紙やCD・DVDではなく、インターネットを利用して行うことです。

なお、2020年4月から特定の事業所について電子申請の義務化が始まっています。詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

電子申請のメリットは？

24時間365日いつでもどこでも申請可能です。
郵送費などのコスト削減も期待できます。

費用はかかりますか？

GビズIDを使うと利用料なしで電子申請を始めることができます。

電子申請のやり方がわかりません

日本年金機構ホームページに利用手順を掲載しています。

電子申請が いちばん早い!

電子申請を利用すると紙や電子媒体で申請されたものよりも早く処理されます。

例えば、保険証は紙で申請するより3～4日早く届きます。

ぜひ電子申請をご利用ください!



日本年金機構 電子申請

検索

<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>

電子申請のご利用方法



※1 **GbizID**とは1つのアカウントで複数の行政サービスにアクセスできる認証システムです。

※2 **届書作成プログラム**とは届書を簡易に作成・申請できるプログラムで日本年金機構ホームページから無料でダウンロードできます。

「GbizID」の詳しい内容、手続きは
GbizIDホームページをご覧ください。



GbizID

検索

<https://gbiz-id.go.jp>

初めて電子申請を利用される方は

電子申請
ご利用案内動画を
ご覧ください

日本年金機構ホームページに、初めて電子申請をする方向けの「電子申請ご利用案内動画」を掲載しております。

提出にあたりご不明な点は

電子申請
相談チャットを
ご利用ください

日本年金機構ホームページに、電子申請に関するよくあるお問合わせに自動でお答えする電子申請相談チャットを開設しています。
24時間いつでも対応しています。

お電話での電子申請のご利用に関するお問合わせ先はこちらです

《ねんきん加入者ダイヤル（日本年金機構 電子申請・電子媒体申請照会 窓口）》

- 0570-007-123（ナビダイヤル）→「2番」をお選びください
- 050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913→「2番」をお選びください
〈受付時間〉月～金曜日:午前8時30分～午後7時/第2土曜日:午前9時30分～午後4時
※ 祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

茨城県年金協会連合会から

会員募集のお知らせ

私たちの年金協会は、年金制度の一層の充実改善と、年金受給者の福祉の向上を図ることを目的とし、昭和45年に設立された団体です。

現在、茨城県内に居住する各種年金(厚生年金・国民年金・共済等)受給者及び受給予定者約6千人の会員で構成し、運営しております。

全国組織として、中央には一般社団法人全国年金受給者団体連合会があり、全国の年金受給者団体が所属し約35万人の会員で構成されております。

高齢社会の一員としての自覚を高めながら、生きがいのある充実した生活を目指し、会員相互の交流を図る事を主体に、いろいろな事業を中心に日常活動を進めております。

会員の特典

●各種事業を通じて仲間との出会いがあります。

- ★グラウンドゴルフ等、スポーツ事業
- ★海岸清掃等のボランティア活動
- ★旅行・スポーツ・グルメ料理・歩く会・カラオケ等のサークル活動
- ★教養・知識を深めるための各種講座・研修会
- ★年金・医療・介護保険制度や税制等の改善について、陳情・要請活動



- 年金関連情報の提供(全年連だより・会報誌)
- 各種保険が団体扱いとなり保険料が安くなります。
・アフラックガン保険・医療保険・傷害保険等
- 各種提携宿泊施設、JR運賃、国内・国外の旅行の割引があります。
- 葬儀支援サービスが受けられます。



上記の他にも特典が多数あります。詳しくは全年連のホームページをご覧ください。

会費は年会費制となっており、お一人年間2,000円、ご夫婦で加入の場合はお二人で年間3,000円となっております。

これを機会に会員になってみませんか。皆様の加入をお待ちしております。

☆ご入会のお申し込みやお問い合わせは、下記までご連絡ください。

(一社)全国年金受給者
団体連合会 **茨城県年金協会連合会**

〒310-0021 水戸市南町3-4-57 水戸セントラルビル3階 ☎029-300-4165

ホームページ

全年連

検索

CLICK!

