



提案を聞く組合会議員

# 第144回組合会を開催 2026年度 予算・事業計画を承認

## 国保組合だよ

東京土建国民健康保険組合  
東京都新宿区北新宿1-8-16  
郵便番号169-0074  
電話 03(5348)2980(代)  
03(5348)2981  
ファックス 03(5348)2981



国保組合  
ホームページ

◆被保険者数	
組合員	79,848人
家族	67,103人
合計	146,951人
前年同月比	3,855人減

◆特定健診 (2025年度)	
対象者数	81,271人
受診者数	29,807人
受診率	36.7%

◆特定保健指導 (2025年度)	
対象者数	14,228人
利用者数	715人
利用率	5.0%
(2月末現在)	

理事長 佐藤 豊

## 公示

下記により、東京土建国民健康保険組合第145回組合会を開催します。  
一、日時 2026年4月

一、場所 けんせつプラザ  
東京3階A・B会議室  
一、議題 役員改選

## 運動で改善も厳しい財政状況続く

### 26年度保険料を引き上げ

2月25日、けんせつプラザ東京で、第144回国保組合会を開催しました。組合会議員(委任を含む)・理事・監事・顧問48人が出席し、2026年度事業計画及び歳入歳出予算案、保険料の改定案、組合規約の一部改正案などが提案され、審議の上、可決されました。

### 事業計画・保険料

開会にあたり、組合会成立の報告があり、続いて佐藤理事長のあいさつの後、ご臨席いただいた3人の来賓の方々よりごあいさつをいただきました。

国保組合をめぐる情勢の報告後に、26年度事業計画や保険料を提案。計4つの議案は全て承認されました。

25年度は今まで以上の組合員・ご家族の皆さんによる、はがき要請・議員訪問などの旺盛な取り組みによって、26年度の国・都からの補助金は現行水準を確保することができたほか、27年度以降の国の補助金算定に係る基準の改定が見込まれ、厳しい財政状況の克服を展望できるものとなりました。

これまで物価高やコロナ禍で苦しむ組合員の実情をふまえ、保険料の引き上げを抑制

してきましたが、国保組合に課せられる高齢者拠出金の増加、相次ぐ超高額薬剤の登場やコロナ禍の受診控えの反動などによる医療費の急増により、国保組合の収支改善を図るために昨年は、大幅な保険料の引き上げをお願いするところとなりました。その額は3

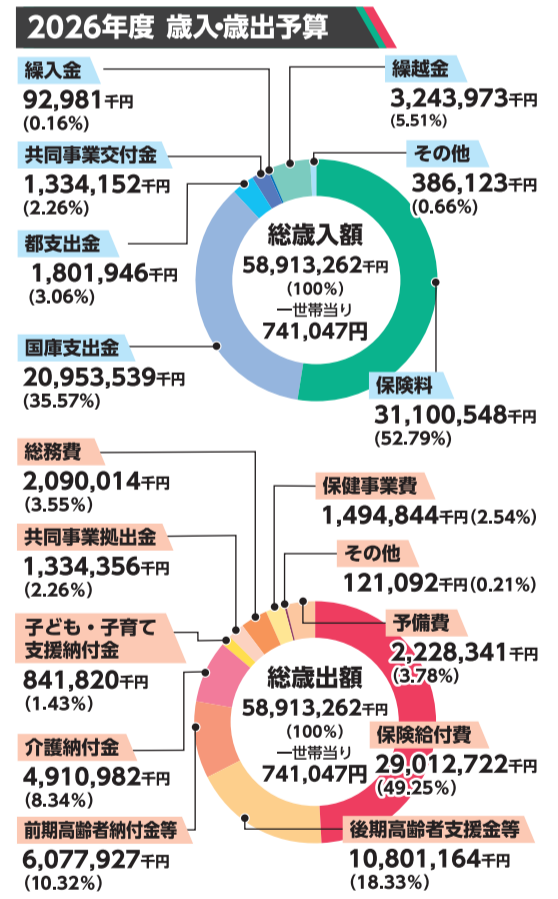
年間で月額6000円の保険料引き上げであり、1年目となる25年度の引き上げ額は1世帯あたり2297円でありました。

そうした厳しい状況に追い込まれた25年度でしたが、皆さんが取り組んだ諸運動による「補助金の現行水準確保及び被保険者数の維持」、また、健診・特定保健指導を中心とした健康増進活動による医療費適正化にもない、大幅な収支改善を成し遂げる1年となりました。

しかし、物価高騰や人件費上昇による医療機関の経営難化による影響のため、26年度

の診療報酬改定は大幅な引き上げが行なわれるなど、依然として厳しい財政運営が求められています。

これらの状況をふまえ、26年度は、1世帯あたり983円の引き上げ(組合員300円・1700円)とさせていただきます。



### 事業内容

26年度事業の特徴点は以下  
①就業実態調査を実施します  
法人事業所、従業員5人以上の個人事業所または任意包括適用事業所に従事している被保険者の現況確認を、算定基礎届などの提出により実施します。あわせて、個人事業主及び個人事業所従業員、一人親方を対象とする就業実態調査も実施します。

②法人B種保険料区分の所得範囲を拡充します(26年8月から)  
現在の法人B種の所得範囲を「200万円超250万円以下」から「200万円超400万円以下」へ拡充します。

③適正受診・適正服薬指導事業の対象を拡大します  
これまで重複受診、重複服薬及び多剤服薬に対する指導の対象を60歳以上の被保険者としていたものを、50歳以上までその対象を拡大し、医療費のさらなる適正化を図ります。

④オンライン禁煙プログラム  
毎年、定員50人を対象にした禁煙プログラムの参加条件を「一度もこのプログラムに申込をしたことがない人」に限定し、新規利用者の拡大を図ります。また、禁煙の取り組みを事業所単位に広げるため、健康企業宣言参加事業所に利用を呼びかけます。

⑤自発的な健康増進活動のさらなる推進にむけて  
「けんチャレプログラム」からkencomeへの一本化に向け、「けんチャレプログラム」の条件を達成した場合のインセンティブで「kencome」で使えるけんポイントを選択した場合、従来の500ポイント(500円相当)から800ポイント(800円相当)に引き上げます。また、健康ウォーキングは11月8日(日)に多摩地域で開催します。

⑥ポピュレーションアプローチ  
組合員の死亡原因の約4割を占める「がん」について、25年度に引き続きポピュレーションアプローチ(東京土建全体の健康リスクを低減させる取り組み)のテーマとし、がんについての意識・知識を深め、がん検査の受診率向上を図ります。

今回は「肺がん・大腸がん」について、がん検査の必要性や日常生活での予防法に焦点

### 学習・講演

今回は「肺がん・大腸がん」について、がん検査の必要性や日常生活での予防法に焦点

### 閉会あいさつ

閉会にあたり、塩野副理事長より、保険料の引き上げへのご理解に対するお礼のほか、組合会での質疑に対する総括をふまえ、国保組合のさらなる育成強化の決意を込めた閉会のあいさつをもって、第144回国保組合会を閉会しました。

### ジェネリック医薬品をおすすめできる3つの理由

- 1 安心だから  
先発医薬品と同等の効き目、安全性が国から認められています。
- 2 経済的だから  
開発費などが大幅に抑えられるため、先発医薬品より低価格です。
- 3 便利だから  
味やにおい、形などが改良され、使いやすくなっているものもあります。

切り替えは簡単！ ●医師や薬剤師に「ジェネリックで」と伝える ●配布しているジェネリックシールを医療機関の窓口や医師、薬剤師に見せる

不安な方は…分割調剤でお試いただけます  
<1回目の調剤> 短期間分をジェネリック医薬品で処方してもらい、様子を見る。  
<2回目の調剤> 問題がなければ、残りもジェネリック医薬品で処方してもらう。

!切り替え後、体調に異変を感じたら、すぐに医師・薬剤師に相談してください。  
!ジェネリック医薬品への切り替えは、家計への負担を減らすだけでなく、医療保険制度を守るために役立ちます。  
!ジェネリック医薬品がある薬について、あえて先発医薬品の処方希望した場合、窓口で追加負担(先発医薬品とジェネリック医薬品の価格差の1/4に相当する額)が求められます。



# 2026年度 東京土建国民健康保険組合の事業案内

国保組合の事業について、詳しくは、資格確認書などと一緒にお配りした「土建国保ガイド」またはホームページをご覧ください。



建設産業で働くみなさんと家族の健康を守り、これからも頼りにされる国保組合をめざします

## 2026年度の特徴点

**保険料**  
保険料が変更となっていますので、必ずご確認ください。

**子ども・子育て支援金**  
2026年4月分から、18歳以上の組合員・家族から保険料と一緒に徴収します。詳しくは右ページをご覧ください。

**法人B種保険料区分の所得範囲の拡充**  
2026年8月以降の保険料から、法人B種の所得範囲を200万円超400万円以下に拡充します。

**けんチャレプログラム2026**  
年2回の提出を可能とし、1回ごとにkencom(下記)のどけんポイント800円分またはクオカード500円分を進呈します。支部ごとの応募数によって賞品が上乘せされます。

**禁煙チャレンジ**  
パソコンやスマートフォンで、医師による「オンライン禁煙プログラム」60,000円相当を無料で利用できます(先着50名)。

2026(令和8)年度から「子ども・子育て支援金制度」が始まります

子ども・子育て支援金制度は、子どもや子育て世帯を社会全体で支える仕組みです。この制度に必要な費用にあため、国は2026(令和8)年度より東京土建国保を含むすべての医療保険者から子ども・子育て支援金を徴収することとしました。

### 子ども・子育て支援金の徴収について

- ◆2026(令和8)年4月分から、毎月納めていただいている保険料と一緒に徴収します。
  - ◆子どもがいる・いないに関係なく、18歳以上\*1の組合員・家族から徴収します\*2。
- \*1 「18歳以上」とは、毎年4月1日時点で18歳以上の方を指します。  
\*2 5人目以降の家族加入者、保険料免除対象者等からは徴収しません。

## 土建国保ガイドの配布

「2026年度土建国保ガイド」を、3月の交付会などで新しい資格確認書または資格情報のお知らせと一緒に配布します。土建国保ガイドには、国保組合の給付金や健診などの事業案内を詳しく掲載しているほか「健康診査(契約外)補助金」、「宿泊旅行補助金」や「インフルエンザ予防接種補助金」の申請書と「けんチャレプログラム記録票」を綴じ込んでいます。ぜひ活用ください。万一、お手元に届かない場合は、所属の支部にお問い合わせください。



## 健診をはじめとする保健事業

### 東京土建健診 年に一度はカラダのチェックを!

組合員と19歳以上の家族は、年度内に1回、**無料**で健診を受けられます。



健診契約機関一覧

### 節目健診(人間ドック) 5年に一度のチャンス!

節目年齢(40・45・50・55・60・65・70歳)の方は、健診機関が設定する人間ドックの金額から、**国保補助額25,000円**(脳MRI検査ありの場合は**50,000円**)を差し引いた金額でお得に人間ドックを受けられます。



### 健診と合わせてがん検査を

東京土建健診では、肺がん(胸部レントゲン)・大腸がん(便潜血検査)、節目健診では胃がん(胃バリウム/胃カメラ)の検査が含まれています。また、一部の健診契約機関では「胃・乳・子宮頸・前立腺がん検査」を東京土建健診または節目健診と同日に受ける場合、お安く検査できます。対象機関は右上のQRコードからご覧ください。\*対象は40歳以上。

### 事業所健診の健診結果提出に提供料

法人、個人事業主が契約外健診機関で事業所健診を行ない、国保組合に加入する従業員の健診結果票などを提出していただいた場合は、一人につき**3,000円**の提供料を支払います。

### 健診結果票の提供にご協力を

40歳以上の方で、受診券を使わずに、元請やパート先などで特定健診を受けた場合、健診結果票を提出いただくと、**1,000円**分のクオカードを進呈します。



### 特定保健指導 無料で病気のリスクを回避!

健診の結果、生活習慣病のリスクのある40歳以上の方は、**無料**で特定保健指導を受けることができます。利用者に**3,000円**分のクオカードを進呈します。

### 二次受診のおすすめ

健診結果から、詳しい検査が必要な方には通知を送ります。

### 禁煙チャレンジ

オンラインによる禁煙プログラムを**無料**で利用できます(先着50名)。



### 職業病対策

健診時の胸部レントゲンの再読影や、入院レセプトから職業病の疑いがある方へ通知をします。また、専門医による「じん肺検診」をお安く受けられます。

### 無料歯科健診

(株)歯科健診センターと提携する全国の歯科医院で、年に2回まで**無料**の歯科健診を受けることができます。



### 健康企業宣言® 求人にも役立ちます!

事業所全体で取り組む従業員の健康づくりです。健康優良企業に認定(銀の認定)されると求人で有利になるほか、経済産業省「健康経営優良法人」の申請が可能になります。支部と国保組合の保健師がサポートしますので、所属の支部または健康増進課までお問い合わせください。

### 契約レジャー施設・温泉施設の優待割引

優待料金で契約レジャー施設・温泉施設を利用できます。施設の詳細や割引券は「土建国保ガイド」をご覧ください。



## kencomで「どけんポイント」を貯めて、様々なギフト券をもらう!



19歳以上の方(2027年3月31日時点)は、スマートフォンでゲームやギフト機能が楽しめる、健康支援サービス「kencom」を無料で利用できます。健康づくりで貯まる「どけんポイント」は、様々なデジタルギフト券やコーヒーチケットへ交換できます。無料登録・ご利用方法は、国保組合ホームページをご覧ください

## 仲間を誘ってけんチャレ2026に取組もう!

組合員全員とご家族(2027年3月31日時点で19歳以上)の方を対象に、**1カ月20日分の体重などの記録を提出**いただいた先着**2,000名**(年2回まで応募可能。各回先着1,000名)に、1回提出ごとにkencomのどけんポイント800円分またはクオカード500円分を進呈します。また、**支部の仲間の応募数に応じてプレゼント金額が上乘せされ、最大2,600円**(年2回応募計)のどけんポイントまたはクオカードをプレゼントします。ぜひ仲間を誘って積極的にご応募ください。詳しくは、ご所属の支部にお問い合わせください。  
\*記録票は土建国保ガイド、国保組合ホームページにあります。

## けんさぼ24 (こころとカラダの健康サポート24)

フリーダイヤル ☎0120-201-099

24時間365日利用できる電話健康相談と、対面やオンラインなどでも利用できるメンタルヘルスカウンセリングを行なっています(委託先:ティベック(株))。経験豊かな医師、保健師、看護師などの相談スタッフが、健康・医療・介護・育児などに関する相談や、こころの悩みにアドバイスします。無料で利用できますので、一人で悩まずに、お気軽にお問い合わせください。

## 東京ディズニーリゾート®

パークチケットの購入の際に**1,500円割引**で利用できる「コーポレートプログラム利用券」を、所属の支部にて年度内一人につき1枚配付します。ご希望の方は、所属の支部にお問い合わせください。

## ツアー旅行割引でお得に旅行を楽しもう!

HISとツアー旅行の優待割引契約を結んでいます。詳しくは「土建国保ガイド」、国保組合ホームページをご覧ください。

問い合わせ先 健康増進課 ☎03-5348-2982



## 国保種類(保険料区分)と保険料

みなさんに納めていただいた保険料の使いみちは主に以下の4点です。

- 医療給付費分保険料は医療費・給付金などに使用
- 後期高齢者支援金分保険料は後期高齢者支援金として国へ納入
- 介護分保険料は介護納付金として国へ納入
- 子ども・子育て支援納付金賦課額は子ども・子育て支援納付金として国へ納入

## 医療給付費分・後期高齢者支援金分保険料

国保種類(保険料区分)	保険料		後期高齢者支援金分(再掲)
	都内居住者	都外居住者	
法人A種 法人事業所の代表者	41,250円	43,550円	10,500円
法人B種 法人事業所の代表者のうち所得200万円超250万円以下の方【届出必要】	37,050円	39,350円	9,400円
法人C種 法人事業所の代表者のうち所得200万円以下の方【届出必要】	32,850円	35,150円	8,300円
組合員 第1種 個人事業所の事業主	34,850円	37,150円	8,800円
第2種 一人親方、法人事業所の代表者以外の役員 第1種組合員のうち所得200万円以下の方【届出必要】	28,450円	30,750円	7,200円
第3種 常時又は日々事業所に雇用されている方	23,150円	25,450円	5,900円
第4種 第3種組合員に該当する方で30歳以上35歳未満の方	23,150円	25,450円	5,900円
第5種 第3種組合員に該当する方で25歳以上30歳未満の方	16,850円	19,150円	4,300円
第6種 第3種組合員に該当する方で20歳以上25歳未満の方	12,550円	13,750円	3,200円
第7種 第3種組合員に該当する方で20歳未満の方	9,650円	10,850円	2,500円
成人男性 一般 18歳以上の者で成人男性以外の方		12,100円	3,100円
高校生相当 15歳以上18歳未満の方		4,600円	
中学生相当 12歳以上15歳未満の方		3,800円	
小学生相当 7歳以上12歳未満の方		3,000円	
幼児 3歳以上7歳未満の方		1,800円	
乳児 3歳未満の方		1,800円	

\*2026年8月以降の保険料から上限金額が「250万円以下」から「400万円以下」に拡充されます。家族保険料は、「成人男性」「一般」「高校生相当」「中学生相当」「小学生相当」「幼児」「乳児」の順で4人目まで徴収します。5人目以降の家族保険料は徴収しません。介護保険以外の年齢区分は、2026年4月1日現在の満年齢で、1年間変わりません。

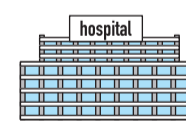
問い合わせ先 資格課 ☎03-5348-2988



## 保険給付や補助金制度

### 疾病入院給付金(入院したとき)

組合員が連続して5日以上入院したとき、入院1日目から1日**3,400円~5,400円**(5年間で180日限度)が支給されます。



### 一部負担払戻金(入院したとき)

入院したときの一部負担金は、組合員も家族も17,500円を超えた分が払い戻されます。\*17,500円までの一部負担金は、どけん共済の対象となります。

### 一部負担払戻金(通院のとき)

組合員が通院したとき、1カ月に1つの医療機関などで支払った一部負担金のうち、17,500円を超えた分が払い戻されます。\*院外処方の方は、病院と薬局それぞれで17,500円を超えた分が払い戻されます。

### インフルエンザ予防接種補助金(インフルエンザの予防接種を受けたとき)

組合員・家族がインフルエンザの予防接種(経鼻接種含む)を受け、自己負担が発生した場合、一人につき年度内1回、一律**2,000円**が補助されます。

### 出産育児一時金(出産したとき)

組合員・家族が出産したとき、**50万円**が支給されます。

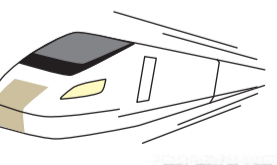
### 出産手当金(出産したとき)

組合員が出産したとき、出産の日以前42日(多胎出産の場合は98日)、出産の日後56日以内で仕事を休んでいた期間に対して、1日**3,400円~5,400円**が支給されます。



### 宿泊旅行(国内)利用者補助金(旅行に行ったとき)

日本国内で宿泊旅行をすると、一人につき年度内1回**3,000円**(65歳以上は**5,000円**)が補助されます。申請書に宿泊施設から証明をもらい、健診受診年月または予定年月をご記入ください。



問い合わせ先 給付課 ☎03-5348-2985



# がん哲学外来

樋野 興夫先生  
医学博士。順天堂大学名誉教授。著書は「がん哲学外来へようこそ」など多数。



がんの不安や悩みをかかえていませんか？不安な気持ちや折れそうなお心のうちを、がん専門医の樋野先生に打ちあけて、心の処方せんをもらいませんか。

**対象者** がんでお悩みの組合員・ご家族 **費用** 無料

**開催日時** 4月25日(土) 10時~12時  
5月30日(土) 13時30分~15時30分  
6月20日(土) 10時~12時

**場所** 「けんせつプラザ東京」3階  
新宿区北新宿1-8-16  
(JR大久保駅徒歩3分)

各組30分~50分程度  
※日時は変更になる場合があります。

「がん哲学外来」→  
ホームページはこちら



申込み・問い合わせ先 健康増進課 ☎03-5348-2982まで

## クロスワード

パズル制作:スカイネットコーポレーション

キーワードに文字を入れてください。

はがき、またはメールで、①キーワード、②所属支部名、③住所、④氏名、⑤年齢、⑥資格確認書または資格情報のお知らせの記号・番号(現在、国保組合未加入の方は不要)、⑦マイナ保険証の利用や保険証廃止に関する事、国保組合への要望などをご記入のうえ、下記国保ガイドへのご意見、国保組合への要望などをご記入のうえ、下記の宛先へお送りください。締め切りは2026年4月3日(金)です。正解者の中から、抽選で10名にクオカードをプレゼントします。なお、抽選結果の発表は、発送をもって代えさせていただきます。また、お寄せいただいた感想・要望などは、国保組合だよりの掲載や取材依頼をすることがありますので、あらかじめご了承ください。次回は5月1日発行の国保組合だよりに掲載します。お楽しみに!

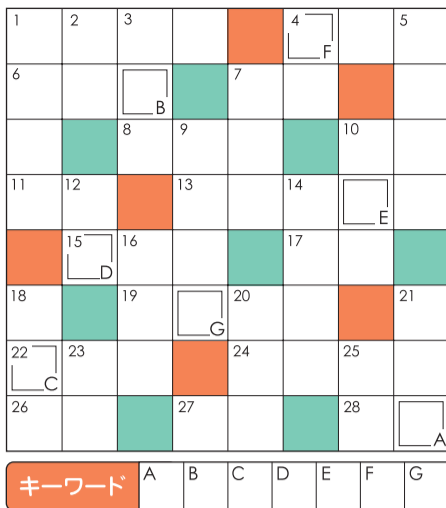
※応募は東京土建国保組合加入者、または東京土建一般労働組合加入者に限らせていただきます(国保組合脱退後、労働組合に引き続き加入している方も応募可能です)。

〒169-0074 東京都新宿区北新宿1-8-16  
東京土建国民健康保険組合 健康増進課

メールアドレス  
kenzo@tokyo-nhis.or.jp  
(QRコードもご利用ください)

メールで応募ができます!

※①~⑦を忘れずに送信



キーワード A B C D E F G  
前回の答え **デンキストーブ**  
多数のご応募ありがとうございました。

メールアドレス

kenzo@tokyo-nhis.or.jp  
(QRコードもご利用ください)

メールで応募ができます!

※①~⑦を忘れずに送信

## 知って!しらべて!わたしたちの「がん」!

### 「がん」と診断されたら

専門職コーナーではがんに関するマメ知識をお伝えします。今月は「がん」と診断されたときの対応のヒントをご紹介します。



2人に1人が、がんになるんでしょう? 本当になんかになったときはどうしたらいいんだろう...

さすが太郎さん。「もしも」のときのことを考えておけば、こころの御守りになるわ。

がんを診断されたときに大事なのは **自分も家族も、ひとりきりで悩まないこと。**

主治医以外にもいろいろな相談先があるから、チェックしておきましょう。

主治医への質問は事前にまとめておくのをおすすめするわ。



### 電話をつかって、気軽に専門職に相談できます

- **がん相談ホットライン 03-3541-7830**
- **けんさぼ24 0120-201-099**

※けんさぼ24は、24時間年中無休で、無料でご利用いただけます。国保組合の組合員および同一生計のご家族の方々にご利用いただけます。



がんの正しい情報を知ることとても大事よ。「がん情報サービス」を見てみてね。(右記二次元コード)



## 家族が社会保険に加入したときは届出を

加入している家族が就職した、勤務先での就業時間が増えたなどにより社会保険に加入した場合は、土建国保の資格を喪失する手続きが必要です。社会保険を取得した日から14日以内に、所属の支部へ届出をお願いします。届出が遅れると、納付いただいた保険料を返還することができなくなったり、医療費を返していただくこともありますので、ご注意ください。届出に必要な書類や手続方法については、所属の支部または国保組合資格課(03-5348-2988)までお問い合わせください。

## 給付金・補助金の支払日

	4月	5月	6月
一部負担戻戻金(自動振込分)	17日(金)	15日(金)	19日(金)
その他給付金	1回目	13日(日)	11日(木)
	2回目	27日(日)	26日(火)
補助金(宿泊旅行、インフルエンザ等)	21日(火)	21日(木)	22日(金)

注意  
通常、申請から支払までに数週間~1カ月ほどかかります。特に療養費・高額療養費は、東京都国保連合会に審査や計算を委託しているため、支払いまで2カ月以上かかる場合があります。

## 無料の健康支援アプリ kencom のイベント情報

**みんなで歩活** 『みんなで歩活』では歩数を競い、がんばった成果をランキング形式で確認できます。平均歩数に応じて **2種類の特典もあり!**

- ▶ **エントリー期間** 2026年4月 1日(水) 14:00 ~ 2026年4月30日(金) 23:59
- ▶ **イベント本戦期間** 2026年5月 1日(土) 00:00 ~ 2026年5月31日(日) 23:59

※本戦期間中もエントリーが可能です。※参加には、kencomへの登録及び本人確認が必要です。19歳以上の組合員と家族が利用できます。

特典1 『みんなで歩活』に参加し、下記の平均歩数の条件を達成した方に、コーヒータケットなどの賞品に交換ができる「どけんポイント」をプレゼント!

- ・平均3,000歩以上⇒100ポイント
- ・平均5,000歩以上⇒300ポイント
- ・平均8,000歩以上⇒500ポイント

さらに、参加者が300人を超えた場合、達成者全員にどけんポイントを100ポイント上乗せ進呈!

※どけんポイントの付与は2026年7月中を予定しています。

特典2 『みんなで歩活』に参加された方全員に、アプリ内育成ゲームでのアイテム交換などに使える「kencomコイン」を1,000コインプレゼント!

※kencomコインの付与は2026年7月中を予定しています。

kencomの登録がまだの方はこちら! (登録無料)

参加方法 4月1日(水)のエントリー期間開始後からkencomアプリのホーム画面に「みんなで歩活」の特設ページが表示されます。ページ内のエントリーボタンを押すと、エントリー完了です。



## 証更新について

今月は各支部で2026年度証の交付会が開催されます。マイナ保険証の保有状況に応じて「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を交付します。新年度証を受け取りましたら、家族全員分が揃っているか、氏名(フリガナ)や住所、生年月日などの記載に誤りがないか、確認をお願いします。また、新年度証が入っている封筒には、「子ども・子育て支援金制度」、「資格確認書と資格情報のお知らせ」の案内チラシのほか、「ジェネリックシール」、体重・血圧などを記録することで「どけんポイント」またはクオカードがもらえる「けんチャレプログラム」の案内チラシと記録票も同封しています。この機会にぜひご覧いただき、ご活用ください。

国保組合では、被保険者全員のマイナ保険証の登録状況を確認し、「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」をお渡しします。申請は不要で、3月に各支部で開催する交付会にて、健診受診券とあわせてお渡します。マイナ保険証をお持ちでなくても、病院・薬局を受診できる「資格確認書」を交付しますので、ご安心ください。

「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」のいずれかを交付します。※どちらが交付されているかはココの名称でわかります。

来年度以降も健診受診券がセットになっています!



▶ **マイナ保険証をお持ちでない方は**  
来年度(2026年4月~)以降も1年有効の「資格確認書(健診受診券付き)」を毎年交付します

▶ **マイナ保険証をお持ちの方は**  
来年度(2026年4月~)以降も1年有効の「資格情報のお知らせ(健診受診券付き)」を毎年交付します

## マイナンバーカードの電子証明書の有効期限をご確認ください

マイナンバーカードの電子証明書の有効期限は年齢問わず、発行日から5回目の誕生日までです。有効期限の2~3カ月前に「有効期限通知書」が届き、引き続きマイナ保険証として利用するには更新が必要です。お住まいの市区町村窓口で更新手続きを行ってください。

交付会の日程など、新年度証の交付については、ご所属の支部までお問い合わせください。