

被扶養者調査票の提出にご協力ください

例年ご協力をいただいております被扶養者認定状況確認（検認）につきましては、調査対象者がいらっしゃる事業所様には令和 7 年 1 月 8 日に書類をお送りさせていただきます。提出の際は、次の点に注意して令和 7 年 2 月 14 日（金）までに調査票のご提出をお願いいたします。

・給与収入のある方は給与・賞与支払証明書を添付してください。

・職業、年収の欄は忘れずに記入をお願いいたします。

・所得証明書の原本は最新のものを添付してください。

（市役所等で発行手続きをする際には最新のものがほしい旨をお伝えください。）

・直近の年金振込通知書（写）・年金改定通知書（写）は、氏名が記載されているかご確認ください。

（金額面に氏名の記載がない場合には該当書類の宛名部分のコピーも添付をしてください。例年、氏名が不明の状態の通知書が多く見受けられます。ご協力をお願いいたします。）

・年金振込通知書はご本人様宛に交付された書類です。原本ではなく写しを添付してください。

・別居されている方は、仕送り額が確認できる振込等公的証明書の写しを添付してください。（直近 6 ヶ月分、振込元及び振込先の氏名が明記されているもの）

今年度より給与収入証明に源泉徴収票は使用できなくなりました。

下記のように被扶養者基準に該当しない方は、被扶養者から外す手続きを早急に行ってください。

- ① 就職等で被保険者資格を取得した方。
- ② 収入の超過等により被保険者による生計維持関係が認められない方。
- ③ 税法上の扶養控除から外れた方で、年収 130 万円（60 歳以上及び障害者の方は 180 万円）を超えた方。また、雇用契約の変更等により、変更日以降の年収が 130 万円（60 歳以上及び障害者の方は 180 万円）を超える事が見込まれる場合も、被扶養者基準に該当しない方となります。

被扶養者調査票のご提出時に限らず、被扶養者基準を満たすか不明な場合はお問合せください。

資格確認書及び資格情報のお知らせの発送について

12 月 2 日の保険証廃止に伴い、現在は資格取得等のお手続きの際に資格確認書及び資格情報のお知らせ（マイナ保険証をお持ちの方へは資格情報のお知らせのみ）を交付しております。健康保険証と同様にお届出の処理が完了次第発送する形に変更いたしました。

制度改正により様式や交付物の変更等ご不便をおかけしております。ご理解、ご協力の程よろしくをお願いいたします。また、マイナ保険証への登録も引き続きご協力をお願いいたします。

当健保のマイナ保険証等登録率			
対象月	加入者数	マイナ保険証登録数	加入者のマイナ保険証登録率
令和 6 年 11 月末	9,978 名	6,939 名	69.54% (0.89%UP)
令和 6 年 10 月末	9,982 名	6,853 名	68.65%

年末年始休業のお知らせ

令和 6 年 12 月 28 日（土）から令和 7 年 1 月 5 日（日）までお休みさせていただきます。

郵送に時間がかかりますので各種届出書の提出はお早めをお願いいたします。また提出の際は、記載内容や添付書類に誤りや漏れが無いか改めてご確認ください。なお、令和 6 年 12 月 27 日（金）は健保システムのメンテナンス作業のため、対応しかねる場合がございますのでご了承ください。

ヒートショックに気を付けましょう！

ヒートショックとは急な温度変化の影響で血圧が大きく変動し、脳卒中や心筋梗塞等の血管の病気や、めまい・失神を引き起こす現象です。室外から室内への移動だけでなく、家の中でも温度差の大きい場所への移動（脱衣所から浴室等）の際に起こることがあるため注意が必要です。

- ・入浴前後に水分をしっかりとる。
- ・空調等を利用し部屋同士の温度差を小さくする。
- ・食後すぐや飲酒後、服薬後の入浴を避ける。
- ・お風呂の温度は 38～40℃にし、長湯を控える。