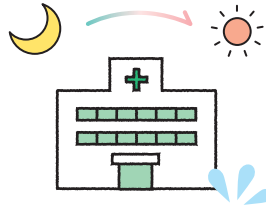


医療費の
上手な
節約術

受診の時間によって 割増料金がかかります

平日の遅い時間や土曜日でも診療する病院や診療所は便利ですが、表示の診療時間外に受診をすると割増料金がかかります。さらに、診療所※の場合、診療時間内でも割増料金が加算されることがあります。

※無床もしくは19床以下の病床を有する医療機関



時間外の受診は、
最大でこれだけ**割り増し**に

下記のうちいずれか加算

初診料

早朝・夜間加算

最大

または

+

休日加算

→

4,000円以上

再診料

深夜加算

※保険薬局も最大2倍
高くなることも…

¥



受診時間を変えるだけで、医療費は減らせます

Q

&

A

01

いつ受診を
すると
いいの？

一般的に平日は8時～18時、土曜日は8時～12時が診療時間とされています。やむを得ない場合以外は、診療時間内の受診を心がけましょう。

02

受診すべきか
判断に困った
ときは？

まずは相談ダイヤルへお電話を。
愛鉄連けんぽでは、24時間いつでも無料で相談できる『愛けんぽファミリー健康相談(0120-25-3728)』をご利用いただけます。

愛鉄連健康保険組合

〒453-0804 名古屋市中村区黄金通1-18

TEL 052-461-6131(代表) ホームページ <https://www.aiteturen-kenpo.or.jp>

FAX 052-461-6135 e-mail aikenpo@aiteturen-kenpo.or.jp

家族みんなで受けよ！ インフルエンザ 予防接種



咳エチケットは
常識だよ！

咳をするときは、口と鼻を押さえましょう！



ティッシュペーパーを使用して
口と鼻を押さえましょう！
使用後のティッシュはゴミ箱へ。



ティッシュペーパーがない
ときは、二の腕で押さえま
しょう。手は洗わないように。



他の人にうつさないために、
サージカルマスクをしま
しょう。



愛・けんぽ ファミリー健康相談 (委託先: ティーベック株式会社)

専用電話 1122 25-37-28

0120-25-37-28

医師や専門のスタッフが24時間・年中無休で健康相談や医療機関情報
についての相談にお答えします。

家に着いたら手洗い・うがい！ 家族で防ごうインフルエンザ

愛鉄連健康保険組合 マスクぼうやファミリー マスクぼうやファミリーは、愛鉄連健康保険組合の
オリジナルキャラクターです

マイナ保険証が利用できない方に 資格確認書を交付します！

令和7年12月2日をもって現行の健康保険証が廃止されます。現在、健康保険証をお持ちの方で、下記の①～⑤の被保険者、被扶養者を対象に『資格確認書』を職権交付いたします。(令和7年11月頃を予定)

- 1 マイナンバーカードを取得していない方
- 2 マイナンバーカードを保有しているが、健康保険証利用登録を行っていない方
- 3 マイナ保険証の利用登録解除を申請した方
- 4 マイナンバーカードの電子証明書の有効期限切れの方
- 5 マイナンバーカードを返納した方

当組合では、皆さまがより安心して医療を受けられるよう「マイナ保険証」の利用を推奨しておりますので、切り替え手続きをお願いします。

当組合に加入する際に、念のために『資格確認書』を申請するケースが見受けられます。本来、交付を受けるには、厚生労働省が定めた基準のとおり、**マイナ保険証での受診が困難な場合、もしくは上記①～⑤に該当する必要があります**があります。令和7年12月以降は、交付条件に該当するか確認の上、『資格確認書』を交付させていただきますので、ご理解、ご協力をお願いします。

被扶養者認定
における

収入要件が変更になりました

被扶養者の年収要件(60歳未満)は通常130万円未満ですが、令和7年10月1日から**19歳以上23歳未満の方**(被保険者の配偶者を除く)については「**150万円未満**」になりました。



令和7年10月1日から

一年間の
収入見込み

19歳以上23歳未満

(被保険者の配偶者を除く)

150万円未満

左記以外の60歳未満

130万円未満

※年齢はその年の12月31日現在が基準となります。

※60歳以上はこれまでと変更ありません(障害年金受給者を含む)

令和8年度より

「子ども・子育て支援金」が始まります

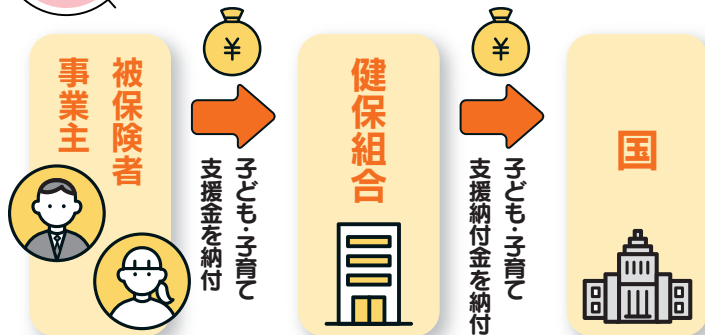


子ども・子育て支援金制度とは？

子ども・子育て支援金制度は、社会連帯の理念を基盤に、子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体が支える**新しい分かち合い・連帯の仕組み**です。

開始時期
について

子ども・子育て支援金は**令和8年4月分保険料(5月納付分)**より健康保険料・介護保険料と合わせて徴収されます。



※健保組合は、子ども・子育て支援金の**代行徴収的**な位置づけになります。

支援金の
使途は

- 支援金を財源として、国が**こども未来戦略「加速化プラン」**の取り組みを実施します。
- 加速化プランとは、我が国の**少子化対策を促進**するために、児童手当の拡充等の給付を拡充するなど、さまざまな施策のことです。

「加速化プラン」の施策

妊婦のための
支援給付

出生後休業支援
給付率の引き上げ

育児時短就業
給付

等

がんにかかる人の約1/4は 40～64歳の現役世代

がんは日本人の死因の第1位であり、生涯のうちに約2人に1人ががんに罹ると推測されています。しかし、医学や医療の進歩により、早期発見・早期治療ができれば治る可能性が高くなり、早期であればあるほど、身体的・経済的な負担も軽く済むようになります。

がんは、ほとんど自覚症状がないまま進行していくため、定期的ながん検診を受けることが大切です。



がん検診はどのように受けられる？

CASE 01

住民検診

市区町村

対象者に
がん検診の受診を
勧めています



CASE 02

職域検診

事業者・保険者

対象者に
がん検診の受診を
勧めています



CASE 03

その他のがん検診 (人間ドック)

個人

自分で
医療機関を
探して受診



40歳 を過ぎたら ロコモ予防!

ロコモって? 「知らなかった!では手遅れに」



お住まいの「がん検診窓口」検索はこちら

日本医師会ホームページ「知っておきたいがん検診」は、がん検診に関する情報や各自治体のがん検診窓口検索が可能です。

知っておきたいがん検診



自分の「ロコモ度」が知りたい方はこちら

日本整形外科学会 ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイト「ロコモONLINE」では、ロコモチェックの他、ロコモ対策に関する情報が確認できます。

ロコモONLINE





歯を失う原因第1位!?

歯周病を防ぐセルフケア

歯周病は歯を失う原因のトップであり、国民の90%が罹患すると言われている病気です。

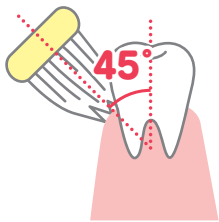
歯周病を予防するために重要なのが、毎日の歯のセルフケアです。歯ブラシと併用してデンタルフロスや歯間ブラシを使うことで、歯垢の量を減少させることができます。正しく使い、歯の健康を維持していきましょう。



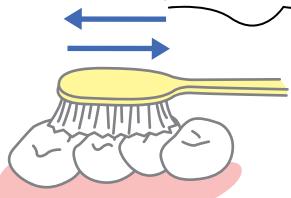
POINT1

**歯と歯ぐきの境目を
重点的にブラッシング**

歯ブラシは
超極細毛が
おすすめ



毛先を45度の
角度で当てる



軽い力で
小刻みに動かす



POINT2

**デンタルフロスや歯間ブラシで
歯と歯の間を清掃する**

デンタルフロス		歯間ブラシ	
すき間が狭い部分に		すき間が広い部分に	
ロールタイプ	ホルダータイプ	ゴムタイプ	ナイロンタイプ
Floss			
F字タイプ	Y字タイプ	L字型	I字型
		L字型	L字型



インフルエンザを防ぐためには予防接種が効果的です。感染を完全に防ぐことはできませんが、感染のリスクを軽減することができます。また、予防接種を受けることで、重症化を防ぐ効果があります!

予防接種の費用について

予防接種の金額は医療機関により異なりますので、受診される医療機関へお問い合わせください。

なお、当組合では**予防接種費用の補助**を行っています。
詳しくは中面の「申請マニュアル」をご覧ください。



予防接種 Q & A

Q. いつ受ければいいのか?

- A. 流行前の**10月～12月**にかけて受けるのが理想的です。
13歳未満は2回接種のため、早めに受けるようにしましょう。

Q. 13歳未満の子どもが2回接種した場合は、1回接種ごとに費用補助がある?

- A. 2回接種した合計金額に対して、費用補助をします。
(組合補助額1,500円)

Q. 鼻から接種するインフルエンザワクチン「フルミスト」は費用補助の対象になる?

- A. 費用補助の対象に含みます。
「フルミスト」とは、鼻の中へ吹き付ける生ワクチンのことをいいます。接種できる対象年齢は、**2歳～19歳未満**です。

どうやって申請する？

インフルエンザ予防接種 申請マニュアル



健保組合 補助額

上手に活用しよう!補助金制度

インフルエンザ予防接種の補助は、年度内 1 回です。

対象者	組合補助額	対象者	組合補助額	
被保険者	65歳未満	被扶養者	65歳未満	生後 6 か月以上中学生まで (平成22年4月2日～令和7年7月31日生まれの方)
	1,555円		1,000円	1,500円

※任意継続者含む。 ※65歳以上の方で、市町村または他の制度により補助を受けられる方は、当組合の補助を受けることができません。

被保険者

事業所で
受けますか？

はい

ご本人が行う手続きはございません。

いいえ

愛鉄連けんぽが契約する健診機関で受けますか？

はい

01へ 事業主証明書とマイナ保険証等を持参して接種を受けてください。

自己負担額は 2,130 円です。

いいえ

01へ インフルエンザ予防接種の
但し書きのある領収書を
事業所へご提出ください。

補助金 1,555 円を受け取ることができます。



あなたは
被保険者？
被扶養者？



被扶養者

接種補助券を
利用しますか？

(年度末年齢が
65 歳未満の
愛知県内在住者
に限る)

はい

02へ 接種補助券とマイナ保険証等を持参して
接種を受けてください。

補助額を差し引いた差額を医療機関にお支払いください。

いいえ

03へ 医療機関の窓口で補助が受けられない場合も、後日補助金を受け取ることができます。

「インフルエンザ予防接種の但し書きのある領収書」または「裏面に医療機関の証明を受けた接種補助券」を事業所へ提出してください。
補助金 1,000 円または 1,500 円を事業所経由で受け取ることができます。

01

被保険者(本人) 補助方法

1 巡回接種による補助 (契約健診機関)

契約健診機関が事業所に巡回訪問して、接種します。

インフルエンザ予防接種契約料金 ※料金は税込料金です。

契約料金	組合補助額	自己負担額
3,685円	1,555円	2,130円

2 院内接種による補助 (契約健診機関)

契約健診機関に出向き、接種を受けます。

契約健診機関に予約後、「事業主証明書(インフルエンザ様式6)」と「マイナ保険証」等を持参して接種を受けてください。
自己負担金2,130円で接種できます。

3 契約健診機関以外での接種による補助

接種後、補助金を申請します。

医療機関で接種後、「領収書(コピー可、受診者氏名及び予防接種の但し書きの記載があるもの、レシートは不可)」を事業所へご提出ください。事業所でとりまとめて当組合へ補助金を申請していただきます。

※接種料金は医療機関によって異なります。

02

被扶養者(家族)・任意継続者 接種補助券を利用する場合

直接医療機関に出向いて接種を受けます。

年度末年齢が65歳未満の
愛知県内在住の方へ **接種補助券を送付しました!**

接種補助券を利用する場合(愛知県内の指定医療機関で接種)

当組合は、健康保険組合連合会愛知連合会が主催するインフルエンザワクチン予防接種補助事業(以下、接種事業 業務委託契約先:愛知県医師会)に参加しているため、この事業で利用できる「インフルエンザワクチン接種補助券(以下、接種補助券)」を発行します。

接種補助券 利用方法

接種を希望する医療機関に予約し、「接種補助券」と「マイナ保険証」等を持参して接種を受けてください。

接種料金から健保組合補助額(大人65歳未満1,000円、中学生以1,500円)を引いた差額を医療機関にお支払いください。

※「接種補助券」の有効期限は令和8年1月31日です。期限内に接種を受けてください。
※接種料金は医療機関によって異なります。

注意

「接種補助券」は、愛知県内でこの接種事業に参加している2,746(令和6年度実績)の医療機関で利用できます。

必ず予約の際に「接種補助券」が利用できるかどうか医療機関にご確認いただきますようお願いいたします。

「接種補助券」が利用できる医療機関は、健保連愛知連合会のホームページ https://kenporen-aichi.jp/influenza_list でご確認ください。



▲インフルエンザワクチン接種補助券(表面)

健保連愛知連合会の
ホームページ



図でわかる接種補助券利用



03

被扶養者(家族)・任意継続者 接種補助券を利用しない場合

接種料金を全額お支払いいただき、**領収書**を受け取ってください(補助券をお持ちの方は、裏面の証明でも可)

領収書
マスクババ様
¥3,500-
但 インフルエンザ予防接種代として
令和7年00月00日 上記正に領収いたしました
〇〇病院 印

注意

下記の記載をご確認ください

- インフルエンザ予防接種の但し書き
- 接種日
- 接種金額
- 医療機関名

「領収書」を事業所に提出し**補助金申請**してください

※任意継続者は当組合に直接申請してください

後日、**事業所**を通じて補助金をお受け取りいただきます

図でわかる補助金申請

