2025年度版

聖隷けんぽからのお知らせ

この冊子には病気やけが、
健診など様々な給付についての情報が載っています。

健康保険、健保組合ってなに？

私たちの生活を守る健康保険

私たちが毎日の暮らしを送っていくうえで、心配することのひとつに、自分や家族の誰かが病気になったり、けがをしたときなどの医療費や生活費の問題があります。

健康保険は、このような場合に備えて、働いている人たちがその収入に応じて保険料を出し合い、事業主も負担をし、病気・けが・出産・死亡などのときに必要な医療や給付金を支給して、お互いに生活上の不安を少しでもなくしていこうという目的から生まれた制度です。

私たちの聖隷健康保険組合は、2004年に厚生労働大臣の認可を得て設立されました。

健保組合の行う二大事業

健保組合は主に「保険給付」と「保健事業」という2つの仕事をしています。

保険給付

本人や家族の病気、けが、出産、死亡などのとき、医療費を負担したり、いろいろな給付金を支給します。これは健康保険の生まれた直接の目的である大切な仕事です。

保健事業

本人と家族のみなさまの健康の保持増進を図る事業です。健康に関する情報の提供、病気の予防を目的とした各種健診、運動や保養のための環境整備など、さまざまな事業を行っています。

CONTENTS

●健康保険、健保組合ってなに？…… 1
●健康保険組合のメリット／保険料はどのくらい？… 2
●被扶養者の範囲／被扶養者になるための条件…… 3
●マイナ保険証が基本になります…… 4
●こんなとき、こんな給付が受けられます…… 6
●聖隷健康保険組合独自の給付…… 7
●聖隷健康保険組合の保健事業
・職員（被保険者）の健康診断…… 8
・ご家族（被扶養者）の健康診断…… 9
・婦人科検診…… 10
・特定健康診査／特定保健指導／歯科健診…… 11
・インフルエンザ予防接種／育児支援事業……12
・健康づくり支援事業……13
・健康ポータルサイト Pep UP に登録を！ ……14
・ファミリー健康相談／メンタルヘルスカウンセリング …15

聖隷健康保険組合

（2025年4月1日現在）

健康保険組合のメリット

Merit 1

加入者の声が反映されます。

健康保険組合は、事業主と被保険者の代表によって自主的に運営されるしくみになっています。ですから、加入者の声が正確に反映され、実情に合った運営を行うことができます。

Merit 2

独自の給付を行うことができます。

病気やけがに対する療養の給付や出産に対する出産育児一時金など、法律で定められた給付のほかに、プラスアルファの給付（付加給付）を行うことができます。

Merit 3

キメ細かな健康管理ができます。

加入者の年齢構成や男女比、かかりやすい病気などを把握し、それに合わせたキメ細かい健康管理や健康増進の事業を積極的に行うことができます。

- 人間ドックや婦人科検診の補助
- 禁煙や健康づくりの支援

保険料はどのくらい？

（2025年4月現在）

■聖隷健康保険組合の保険料率
（調整保険料を含む）

被保険者負担率	健康保険料率	48.25/1000	事業主負担率	健康保険料率	50.25/1000
	介護保険料率	9.5/1000		介護保険料率	9.5/1000

保険料をいただく方

健康保険料：被保険者（本人）すべての方（産休・育休取得者除く）

介護保険料：① 40 歳以上 65 歳未満の被保険者（第 2 号被保険者）
（65 歳以上の方は、年金等より天引きとなります）
② 被保険者本人は 40 歳未満または 65 歳以上で介護保険の第 2 号被保険者（40 歳以上 65 歳未満）に該当せず、介護保険の第 2 号被保険者に該当する被扶養者を有している場合（特定被保険者）。

特定被保険者とは？
自分自身は 40 歳未満または 65 歳以上の第 1 号被保険者または介護保険の適用除外となっているが、介護保険第2号被保険者である被扶養者がいる人です。

例えば、こんな人

30 歳の被保険者が
60 歳の母親を扶養

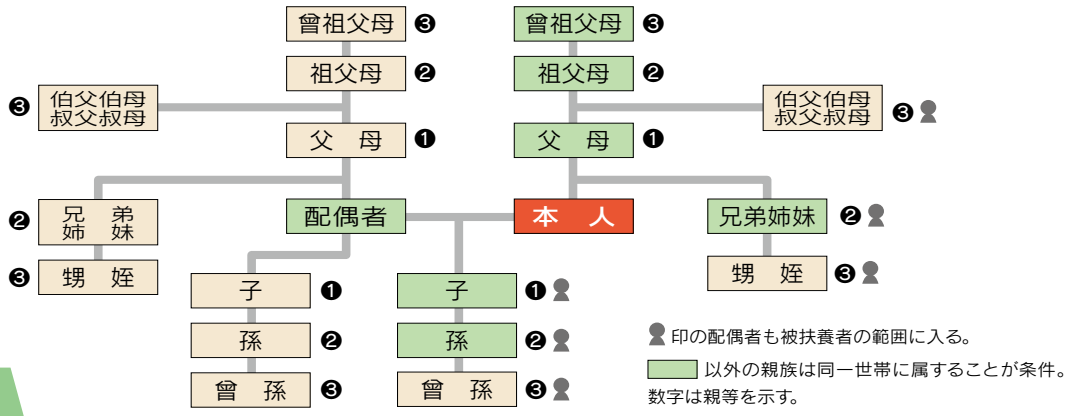
66 歳の被保険者が
64 歳の妻を扶養

次に該当する方は介護保険の適用除外者となります。

①身体障害者療護施設等、適用除外施設に入所する人
②海外勤務者で居住していた市区町村に転出届を提出した人
③在留見込期間 3 ヵ月以下の短期滞在の外国人

適用除外者となった場合や適用除外者であった人が適用となった場合は健康保険組合にご連絡ください。

被扶養者の範囲



被扶養者になるための条件

1	被保険者の父母、祖父母などの直系尊属と配偶者（内縁も含む）、子、孫、兄弟姉妹で、主に被保険者の収入によって生活している人
2	被保険者の３親等内の親族で、被保険者と同一世帯にいて、主に被保険者の収入によって生活している人
3	婚姻の届出をしていないが、実際には婚姻状態にある人（内縁の配偶者）の父母、子で被保険者と同一世帯にいて、主に被保険者の収入によって生活している人
4	日本国内に住所（住民票）がある人

収入に関する条件

健康保険の被扶養者になるためには、収入に関する条件もあります。

①認定対象者が被保険者と同居の場合

ア．認定対象者の年収が 130 万円未満であること（60 歳以上、障がい者は 180 万円）

イ．認定対象者の収入が、被保険者の収入の 1/2 未満であること

②認定対象者が被保険者と別居している場合

上記、①－アに加え、認定対象者の収入が、被保険者からの仕送り額より少ないこと

※①②とも生活の実態を勘案して判断します。

※ここでいう年間収入とは、直近の収入等から将来の収入を見込むものとします。

※収入には給与収入以外に年金（遺族年金など）、事業収入、不動産収入、農業収入などを含みます。

※自営業者については、税法上と健康保険上で認められる「経費」が異なりますので、特にご注意ください（健康保険で認められる経費は直接的必要経費に限られます）。

被扶養者が就職したら、手続きを！

大学生や高校生のお子さんが就職したり、配偶者の就職（パート）で一定以上の収入を得ることになった場合は、それぞれ勤務先の健保組合等に加入することになります。

聖隷健康保険組合の被扶養者ではなくなるので、勤務先の健保事務担当者を通して、届書を提出してください。

（喪失後受診）

資格喪失後に“うっかり”健康保険を使ってしまうと・・・・・・かなり大変です。

・加入資格を喪失したあとは、当健保組合の健康保険は使えません。

・当健保組合が負担した医療費を返還していただくことになります。

被扶養者の異動（加入、喪失）は、５日以内に施設担当者にお申し出ください。

マイナ保険証※が基本になります

※マイナ保険証とは…保険証利用登録をしたマイナンバーカードのこと

保険証は、2024 年 12 月 2 日に廃止され、
マイナ保険証での受診が基本となります。
すでにお持ちの保険証は、2025 年 12 月 1 日まで使用できますが、
紛失や転職時に新規発行・再発行ができません。

マイナ保険証の作り方

1 マイナンバーカードを申請

申請方法はこちらを確認してください！

マイナンバーカードを受け取ったら…

2 保険証利用登録

加入者自身のマイナポータル、セブン銀行ＡＴＭ、医療機関等の窓口にて登録

マイナンバーカードの健康保険証利用登録状況の確認方法

ご自身ではマイナ保険証を持っていない（利用登録していない）つもりでも、案外持っている（利用登録が済んでいる）方が多いようです。
一度、マイナ保険証の利用登録状況をご確認ください。

確認方法

準備するもの：スマートフォン、マイナンバーカード

マイナポータルにログイン

「ログイン」ボタンからスタート

「登録済」➡ マイナ保険証ご利用ください

「未登録」➡ 利用登録を行ってください

利用登録方法

準備するもの：スマートフォン、マイナンバーカード

マイナポータルにログイン

「ログインして利用登録をはじめる」ボタンからスタート

資格情報のお知らせ（青色の A4 サイズの用紙。右下部分を切り取って携帯できます）

被保険者資格の登録が完了し、マイナ保険証での受診が可能になった場合に発行されます（被扶養者がいる場合は被扶養者にも発行）。また、保険給付の申請時に必要となる記号・番号・枝番をお知らせする通知でもあります。マイナポータルの資格情報画面をご自身のスマートフォンに保存しておくと資格情報のお知らせの代わりになります。

こんな時に使います

- マイナ保険証を利用できない医療機関等を受診するなど例外的な場合にマイナ保険証と共に提示することで受診できます（資格情報のお知らせのみでは受診できません）。
- 保険給付の申請をするとき、記号・番号を確認できます。

資格確認書（ハガキサイズの紙製）

マイナ保険証を取得していない場合には、「資格確認書」が交付されます（有効期限あり）。保険医療機関を受診する場合には、資格確認書を使用します。

- マイナンバーカードを紛失した・更新中の方は「資格確認書（再）交付申請書」の提出が必要です。

Q 病院にかかるときは、どうなるの?

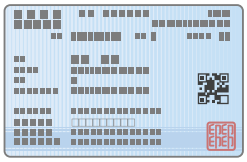
A 次の４つの方法で保険診療を受けることができます。

1 マイナ保険証（原則）

過去の診療情報に基づく的確な医療を受けられます。

2 お手元の保険証

経過措置として
2025年12月1日まで使用可能です。

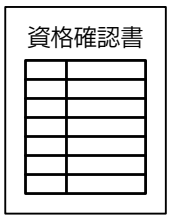


3 マイナ保険証＋「資格情報のお知らせ」

マイナ保険証が利用できない医療機関等にセットで提示することで保険診療が受けられます。

4 資格確認書

2024年12月2日以降、新規に加入された方、保険証の紛失や氏名変更があった方で、マイナ保険証をお持ちでない方に交付します。



必ず施設にマイナンバーを登録（提出）してください

マイナンバーが健保組合に未提出だったり、間違って提出されていたりすると、マイナ保険証によるオンライン資格確認ができません。
就職・転職されたときには、ご家族の分も含め、番号の間違いがないよう、正確に速やかに施設へマイナンバーをご登録（ご提出）いただくようお願いいたします。

こんなとき、こんな給付が受けられます

健康保険では、被保険者とその家族が仕事以外のことで病気にかかったり、けがをしたり、出産した場合、および死亡した場合に保険給付を受けられます。

病気やけがをしたら

▶療養の給付（医療費）

かかった費用の３割（入院時の食事療養・生活療養を除く）の負担で医師にかかれます。
※未就学児は医療費の２割。70 歳以上は２割または３割。

▶療養費

やむを得ず保険医でない医師にかかったとき（保険証が使えなかったとき）、請求すればあとでその費用を保険の範囲で支給

▶保険外併用療養費

特定の医療サービスや高度な医療を受けるとき、該当部分の差額を負担すれば保険扱いで医師にかかれます。

▶訪問看護療養費

定められた全費用の７割を支給

▶移送費

健康保険組合が認めたときに限り、算定基準額内の実費について全額支給

▶高額療養費

※令和７年８月から、自己負担限度額の変更が予定されています。

１件の診療ごとに、１カ月にかかった医療費の自己負担額が限度額（所得区分に応じて決定）を超えたとき、超えた額を支給

▶傷病手当金

病気やけがのため欠勤して給料をもらえないとき、１日につき直近 12 カ月の標準報酬月額平均額の 1/30 の３分の２相当額を支給

▶入院時食事療養費

入院時、１日３食 1,380 円を限度に１食 510 円（市町村民税非課税者の場合は 110～ 240 円）を超えた額を支給

出産したら

▶出産手当金

出産のため欠勤して給料をもらえないとき、１日につき直近 12 カ月の標準報酬月額平均額の 1/30 の３分の２相当額を支給

▶出産育児一時金

１児につき 500,000 円＊を支給

＊産科医療補償制度に加入する医療機関等の医学的管理の下で出産（死産を含み、妊娠 22 週以降のものに限る）した場合。
産科医療補償制度に加入していない医療機関等で出産した場合は 488,000 円です。

◎直接支払制度を利用すると、窓口での支払いが出産費から出産育児一時金を差し引いた額で済みます。

死亡したら

▶埋葬料（費）

50,000 円を支給

◎家族にも同様な給付があります（ただし、傷病手当金・出産手当金は被保険者本人のみの給付となっています）。
◎それぞれの申請は、各施設の事務担当者にお申し出ください。

聖隷健康保険組合独自の給付

当健康保険組合では、病気やけがで医療費が高額になった場合でも、加入者のみなさまが安心して治療が続けられるよう、法律で定められた給付にプラスして支給する給付があります。

付加給付金（一部負担還元金など）

◇医療費の自己負担が 30,000 円を超えた場合について「付加給付金」を支給します。

・所得区分に応じた「自己負担限度額」を超えた額については、法律で定められた給付（高額療養費等）を支給します。

・「付加給付金」「高額療養費」とも、申請は不要です。概ね３カ月後に支給されます。

◇医療費の総額が 100 万円であった場合（標準報酬月額 28 万円の方の例）

医療費総額（医療機関）　100 万円			
健保に直接請求　70 万円	窓口での支払　30 万円		
療養の給付【7 割】(＝医療費) 70 万円	高額療養費※1 242,400 円	付加給付金（独自の給付） 27,600 円	実際の自己負担額※2 30,000 円

※１　**「限度額適用認定証」を事前申請する**ことで、窓口での支払いが自己負担限度額までで免除されます。
マイナ保険証を使って受診する場合は限度額適用認定証の事前申請は不要です。

※２　互助会員が互助会指定病院を受診した場合、「医療見舞金として申請」できることがあります（詳細は互助会の手引き等をご覧ください）。

※令和７年８月から、自己負担限度額の変更が予定されています。

ご注意ください！　次のような場合は、健康保険が使えない場合がありますのでご注意ください。

交通事故など第三者の行為により病気やけがをしたとき

1 必ず当健保組合に連絡を！

注）自損事故の場合も含む
電話：053-413-3323

2 こんな場合も「第三者行為による傷病」です

●不当な暴力や傷害行為を受け、けがをしたとき

●他人の飼い犬やペットなどによりけがをしたとき

●外食や購入食品などで食中毒になったとき

●ゴルフやスキーなどで他人の行為によりけがをしたとき

柔道整復の施術について

× 健康保険が使えない場合　病気による痛み・原因不明の痛み

●日常生活による単なる疲れや肩こり
●単なる加齢からの痛み
●特に症状の改善がみられない長期にわたる漫然とした施術
●スポーツなどによる肉体疲労からの回復目的
●脳疾患などの後遺症
●リウマチ・関節炎などの痛み
●打撲・ねんざ・肉離れ（挫傷）で、外科・内科・整形外科など医療機関で治療を受けながら、接骨院・整骨院にかかっている場合

○ 健康保険が使える場合　外傷性が明らかな負傷のみ

負傷原因がはっきりしており、かつ以下の外傷性の負傷で慢性に至っていないものに限られます。

●打撲　●肉離れ（挫傷）　●ひび（不全骨折）
●ねんざ　●骨折　●脱臼

聖隷健康保険組合の保健事業

みなさまとご家族の健康をバックアップするために、各種健康診断の費用補助を行っています。
年に１度は必ず健康診断を受診しましょう。

定期健康診断結果の共有と保健指導の共同実施

聖隷健康保険組合と聖隷互助会では、事業所が実施する労働安全衛生法に基づく定期健康診断に対して補助を行い、事業所と定期健康診断を共同実施します。これにより、聖隷健康保険組合・聖隷互助会・事業所は３者で健診結果を共有し、協力して保健指導を行うこととします。

なお、特段の申し出が無い場合は、同意したことと判断します。

職員（被保険者）の健康診断

当健康保険組合の被保険者は各自の所属施設が実施する年に１回（勤務条件によっては２回）の定期健康診断に代えて人間ドックを受けることができます。職員は『定期健康診断』または代用としての『人間ドック』のどちらかを必ず受診しなければなりません。

人間ドック【年度末時点で35歳以上】 ＊35歳未満は互助会ドック対象

利用条件

- 利用回数：１年度に１回
- 健診機関：当健康保険組合が指定する契約健診機関（詳細はホームページ参照）

受診料金

	35歳以上で互助会加入	35歳以上で互助会未加入
『定期健康診断』の代わりに１日人間ドックを受ける場合	0円	3,000円

※35歳未満の場合は、互助会より補助が出ます。詳細は「聖隷互助会ご利用の手引き」を参照してください。
※１泊人間ドックについては受診する健診施設の１日人間ドックの補助金額と同額となります。補助金額を超える部分は本人負担となります。

オプション（以下に指定のオプションのみ補助あり、それ以外は自己負担で追加可能）

※胃内視鏡検査（胃カメラ）：基本コースに入っている場合・オプション扱いの場合ともに無料です。
※胸部CT検査および脳MRI検査：年度末時点で40歳以上、いずれか片方または両方を受診しようとする場合に5,000円を上限に健康保険組合が負担します。
※乳房・子宮の検査（婦人科検診）：10ページ参照

受診の手続き

契約健診機関に直接ご予約ください。

※受診当日はマイナ保険証もしくは資格確認書・『互助会モバイル会員証』を必ずご持参ください。
※定期健康診断の代用にしない場合は「申出書（人間ドックを定期健康診断に代用しない）」を提出してください。

ご家族（被扶養者）の健康診断

人間ドック【年度末時点で35歳以上】 ＊35歳未満は互助会ドック対象

自己負担　1日ドック　8,000円

※35歳未満の場合は、互助会より補助が出ます。詳細は「聖隷互助会ご利用の手引き」を参照してください。
※1泊人間ドックについては受診する健診施設の1日人間ドックの補助金額と同額となります。補助金額を超える部分は本人負担となります。

オプション（以下に指定のオプションのみ補助あり、それ以外は自己負担で追加可能）

※胃内視鏡検査（胃カメラ）：オプション扱いの場合は自己負担、ただし健診機関により基本コースに入っている場合は無料です。
※胸部CT検査および脳MRI検査：年度末時点で40歳以上、いずれか片方または両方を受診しようとする場合に5,000円を上限に健保組合が負担します。
※乳房・子宮の検査（婦人科検診）：10ページ参照

特定健診（特定健康診査）【年度末時点で40歳以上】

当健康保険組合では、がん検診も含めた人間ドックをお勧めしていますが、無料で受診できる『特定健康診査』もお選びいただくこともできます。【11ページ参照】

自己負担　なし（無料で受診できます）

※勤務先等で健康診断を受けた場合は、結果票のコピーを当健保組合までご提出ください。（詳細はホームページ参照）

家族の健康診断共通

利用条件

- 利用回数：1年度に1回（人間ドック・特定健診いずれか1回）
- 健診機関：当健康保険組合が指定する契約健診機関（詳細はホームページ参照）

受診の手続き

当健康保険組合への申請は不要です。契約健診機関に直接ご予約ください。

※予約の際は『聖隷健康保険組合の被扶養者です』とお伝えください。
※受診当日はマイナ保険証もしくは資格確認書を必ずご持参ください。

婦人科検診

年に１回は必ず受けましょう。契約健診機関では子宮がん検診・乳がん検診を無料で受診できます。

●対 象 者：年度末時点で 20 歳以上の被保険者・被扶養者
●利用回数：１年度に１回
●検査項目：下表のとおり

	20歳以上 35歳未満	35歳以上
子宮頸がん	○	○
経膣エコー	○	○
乳房視触診	○	○
乳房エコー	○	○
乳房レントゲン検査（1方向）	×	○

※検診である旨を必ず窓口で伝え「健康保険」は使用しないでください。
（健康保険を使用された場合は補助は出ません）
※健診機関によって実施できない検査がありますのでご確認ください。
※できるだけ生理日を避けてご予約ください。
※不正出血などの症状がある場合は必ず医療機関を受診しましょう。
※月に１回は乳房の自己検診を行いましょう。

受診の手続き

当健康保険組合への申請は不要です。契約健診機関に直接ご予約ください。

※予約の際は『聖隷健康保険組合の加入者です』とお伝えください。
※受診当日はマイナ保険証もしくは資格確認書を必ずご持参ください。

指定の契約健診機関以外で実施（健康保険を使用された場合は、補助の対象外です）

かかりつけ医や、お近くの診療所等で受診することもできます。また、お住まいの自治体が実施する婦人科検診を受診した場合でも自己負担分を補助いたします。その場合は立て替え払いをし、健康保険補助金支給申請書・領収書・結果帳票のコピーを当健康保険組合へ提出してください。

以下の金額を上限に補助いたします。

■子宮頸がん検査……4,180 円
■経膣エコー検査……3,850 円
■乳房視触診……1,260 円
■乳房エコー検査……2,970 円
■乳房レントゲン検査（1 方向）……2,970 円（35 歳以上）

特定健康診査

『特定健康診査』は 40 歳～ 74 歳のすべての国民が対象になり、健康保険組合に実施が義務付けられています。40 歳を過ぎると若いときからの生活習慣のひずみがあらわれ、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）や生活習慣病のリスクが高まるため、必ず受けましょう。

特定保健指導

40 歳～ 74 歳の方は『特定健康診査』の結果に応じて『特定保健指導』の対象になることがあります。『特定保健指導』はメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防・改善および生活習慣病の予防のため、医師や保健師・管理栄養士などの専門職が生活習慣についてのお話をうかがい改善のサポートをするもので、無料で受けられます。

ご自分の健康管理のため、必ずお受けください。

歯　科　健　診

むし歯・歯周病の予防や疾病の早期発見のため、年に 1 回は受けましょう。
健診後、治療が必要となった場合の費用は保険診療となります。

- 対 象 者：聖隷健保の被保険者および 15 歳以上の被扶養者
- 利用回数：1 年度に 1 回

A　聖隷予防検診センター　＜無料＞

＊人間ドックオプションとして受診できます。人間ドックの予約の際、歯科健診の申込みをしてください。
＊歯科健診の専用問診票は人間ドックの問診票と一緒に送付されます。
＊静岡県外在住の被保険者および被扶養者も人間ドックオプションとして受診できます。
＊治療はできません。

B　静岡県内の歯科医師会会員診療所（歯科医院）　＜無料＞

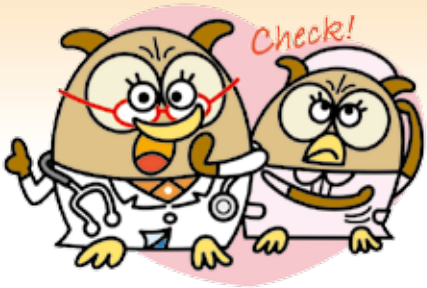
＊**静岡県内在住**の被保険者および被扶養者
＊専用の歯科健康診査票（4 枚複写）が必要となります。診査票を送付しますので聖隷健保にご連絡ください。受診当日、歯科健康診査票がない場合は、自己負担金が発生しますのでご注意ください。
＊静岡県歯科医師会会員診療所（歯科医院）は当健保または静岡県歯科医師会のホームページで検索してください。

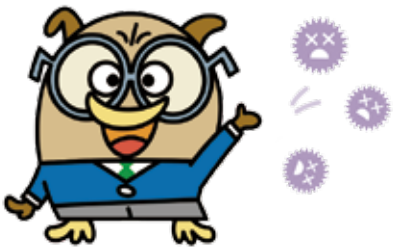
C　静岡県外の歯科医院　＜3,300 円を上限に補助＞
（健康保険を使用された場合は、補助の対象外です）

＊健診後、健康保険補助金申請書、領収書、結果票コピーを当健康保険組合へ提出してください。

インフルエンザ予防接種

インフルエンザは風邪と似た症状ですが重症化することもあり、場合によっては命に関わったり、後遺症が残る合併症を引き起こしたりすることもあります。予防接種を受けることである程度の発病を阻止する効果があり、また、たとえかかっても症状が重くなることを阻止する効果があります。





●被保険者：所属施設で取りまとめ（総務課にご確認ください）
●被扶養者：被保険者による Pep Up からの申請により 1,000Pep ポイントを付与します。Pep Up の申請には新規登録が必要です。

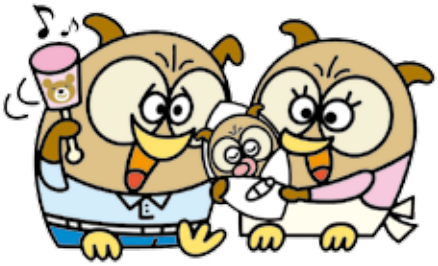
新規登録はこちら➡

互助会への申請方法は互助会からのご案内をご確認ください。

育児支援事業

お子様がご誕生された被保険者に、定期的に育児雑誌『月刊 赤ちゃんと！』をお送りします。

●対 象 者：原則、お子様がご誕生された被保険者
※被保険者の性別にかかわらず対象となります。
●送付条件：原則、申請等は不要です。以下のいずれかをもちまして送付を開始いたします。
1. 育児休業の取得
2. お子様の当健保での被扶養者申請



※上記の送付条件のどちらにも当てはまらない場合につきましては、当健康保険組合では把握することができません。しかしお子様のご誕生をお祝いし、サポートしたい想いは変わりません。お申し出いただければ対象として同様に送付させていただきます。

ファミリー健康相談もご利用ください（P15 をご覧ください）。

健康づくり支援事業

疾病の早期発見だけでなく、生活習慣病の予防と健康増進を目的としてみなさまが自主的に行うアクティビティに対して費用の一部を補助いたします。

●対 象 者：当健康保険組合の被保険者
●申請手続：所定の申請書・申込書に必要事項を記入し、郵送で当健康保険組合宛てに送付してください。

※利用要項・申込書はホームページからダウンロードできます。

健康づくり助成事業

内　容

事業所またはグループ単位で健康づくりを企画実施する事業に対し補助をします。

ウォーキング大会・シティマラソン・サイクリングなどの参加においては、1人でも申請可能です。

補　助

被保険者あたり1,000円を上限に補助します。
1人年2回まで。

申請書類

①健康づくり助成事業（実施報告書兼補助申請書）。
②参加が証明できるもの
（例：マラソン大会の完走証、領収書など）。

そ の 他

実施の内容によっては、承認されないこともあります。
飲食代については承認されません。

禁煙支援事業

1日分お試しコース

1日分のニコチンガムを無料でお試しいただけます。タバコをやめたい人だけでなく、すぐには禁煙を考えていない人もOK！
※施設単位で禁煙デー実施に合わせて配布する場合のみ、聖隷健保未加入者へも配布 OK。

7日分コース

タバコをやめる意志のある方限定で7日分のニコチンガムを無料でご利用いただけます。

個別指導コース

専門職による2カ月間の個別指導を行います。禁煙に成功した場合のみニコチンガムまたはニコチンパッチの購入費用を20,000円まで補助します。

まだ先発医薬品を希望されていますか？

先発医薬品を希望すると負担増に

2024年10月より後発医薬品（ジェネリック医薬品）のある先発医薬品を希望する場合は、後発医薬品との差額の 25%にあたる金額を自費として患者が負担することになりました。

⚠ **（職員互助会も負担しません）**

R7.1 月号健保だより
新たな仕組みについて

特例の料金の対象となる医薬品の一覧などはこちらへ▶

封書が届いたら、必ず登録が必要です

貯まったポイントで商品と交換

※対象は聖隷健保の被保険者のみです。

新規登録で1,000Pepポイント GET！

新規登録はこちらから

PepUp ではこんなことができる!!

- 被扶養者のインフルエンザの補助申請
- ジェネリック医薬品・医療費通知の確認
- 各種イベントへの参加（ウォーキングラリー等）
- 健診結果改善チャレンジ
- 健康年齢※・健診結果の確認
- 医療費シミュレーション
  同性・同年齢と比較した、10年後、20年後の医療費の確認

※医療ビックデータ（360万人の健診結果）から解析し開発された健康指標。
健康診断結果から自分の健康年齢が表示されますが、実年齢より健康年齢が高いほど、将来医療費が高くなる可能性があります。

封書が届いたら、まず登録！

※Pep Upの**新規ユーザー登録**には**封書**でお送りする

本人確認用コード が必要です

or

再発行の場合は圧着はがき

当健保より送付している「本人確認用コード」が必要です。
※新規加入者は、資格情報のお知らせがお手元に届いてから3カ月前後で封書が届きます。

Pep Upトップページでふれんどウォークのしばいぬを探せ!!

楽しみながら歩くことがヒケツ!?
毎日10,000歩のウォーキングをしているとPep Upの『ふれんどウォーク』“ごほうびほりほり”で毎日3ポイントgetできます。
ちなみに8,000歩で2ポイント、5,000歩は1ポイントです。
皆さんも是非、チャレンジしてください!!

今後、健保からのお知らせをPep Upで配信する予定ですので被保険者はご登録をお願いします。