

任意継続被保険者の皆さまへ

# 健康保険ガイド

退職後の健康保険制度の概要と、ご利用いただける保健事業について解説しています。  
健康維持・管理にぜひご活用ください。



荏原健康保険組合

# 退職後の 健康保険について

会社をやめた後の健康保険についてはいくつかの選択肢があります。

1

他社へ再就職した場合、就職先の健保組合などへ加入する。

2

再就職しないでの被用者保険にも加入しない場合、国民健康保険に加入するかまたは家族の方の健康保険の被扶養者になる。

3

引き続き荏原健保に加入する(「任意継続被保険者」になる)。

## 任意継続被保険者制度とは

退職後、つぎの就職等までのつなぎとして引き続き荏原健保の被保険者になれる制度があり、これを「任意継続被保険者制度」と呼びます。

### 加入条件

- 退職日以前に、継続して2ヶ月以上荏原健保の被保険者であったこと
- 国民健康保険や家族の扶養に加入の予定がない方

### 資格取得手続き 申請期限

- 任意継続被保険者資格取得申請書
  - 任意継続被扶養者届 (扶養家族も申請する場合)
- ※退職の翌日から20日以内に健保組合必着 (事前申請も可能)

### 加入期間

- 資格取得日から2年間



## 保険給付

被保険者とその被扶養者が病気にかかったり、けがをしたり、出産・死亡した場合に、保険給付を受けられます。下記のほかにも受けられる給付があります。

※詳しくは荏原健保ホームページをご覧ください。

### ■ 医療費が高額になったとき

医療機関の窓口で支払う1ヶ月の医療費自己負担額が一定額以上になったときに、払い戻しを受けられます。

算定は(1)各診療月ごと (2)1人ごと (3)各病院ごと (外来・入院別、医科・歯科別、旧総合病院では各科別など)に行われます。

### 高額療養費

医療費（保険診療）の自己負担額が高額になったときの負担を軽減するために設けられた給付で、負担額が一定の額を超えた時に、その超えた部分を「高額療養費」として払い戻します。※入院時の食事療養費や保険診療とならない差額ベット代等は含まれません。

#### 算定式

標準報酬月額	自己負担限度額	多数該当(※1)の場合
28万円～50万円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
26万円以下	57,600円	44,400円
市町村民税非課税者(※2)	35,400円	24,600円

(※1)高額療養費を申請される月以前の直近12ヶ月の間に高額療養費の支給を受けた月が3ヶ月以上ある場合は、4ヶ月目から「多数該当」という扱いになり、自己負担額が軽減されます。

(※2)非課税者の方は健保にご連絡ください。

### 限度額適用認定証の交付について

マイナ保険証で受診すると、限度額適用認定証がなくても、本人が同意すれば高額療養費制度に基づき限度額を超える医療費の立替払いが不要となります。健保組合への申請手続きは不要です。※限度額適用認定証の交付を希望する場合は、健保組合までご連絡ください。

### 付加給付

それぞれの健保組合が独自に行う給付です。

#### 算定式

$$\left. \begin{array}{l} \text{病院の窓口で支払った医療費} \\ \text{(高額療養費および入院時食事療養に} \\ \text{かかる標準負担額は除く)} \end{array} \right\} - \left\{ \begin{array}{l} 30,000\text{円} + (\text{総医療費} - 267,000\text{円}) \\ \times 1\% \text{円を差し引いた額} \\ (2,000\text{円未満不支給} \cdot 100\text{円未満切捨}) \end{array} \right\}$$

※支払は、病院から健保組合に送られてくる「診療報酬明細書」をもとに計算し、自動的に行いますので、手続きは不要です。支払時期はおおよそ診療月の3ヶ月後になりますので、ご了承ください。

## 現金給付について

### 療養費

保険証不携帯での医療機関の受診や補装具などを作製した場合に、一旦本人（家族）が全額窓口で支払、後日健保組合へ申請することによって保険者負担分の払い戻しを受けることができます。

### 埋葬料（費）

本人が死亡したときにはその遺族に埋葬料（費）が、被扶養者が死亡したときには本人に家族埋葬料が支給されます。

給付に関する  
問合せ先

給付関係担当 kenpo-kyufu@ebara.com

# 保健事業について

## 健康診断

被保険者、被扶養者の皆さんの総合的な健康管理のために、下記の健診を行っております。  
特に生活習慣病やがんなどの早期発見にお役立てください。

### ■健康診断実施一覧表

健診コース	①巡回レディース健診	②生活習慣病健診	③特定健診	④人間ドック
受診資格	30歳以上の 被保険者・被扶養者	30歳以上の 被保険者・被扶養者	40歳～74歳の 被保険者・被扶養者	30歳以上の 被保険者・被扶養者
自己負担金	無料			20,000円程度 (施設によって異なります。)
受診期間	4月～翌年2月			

業務委託先のウィーメックス(株)より健診のご案内を送付いたしますので、申込方法等をご確認ください。

### 健康診断に関する 問合せ先

ウィーメックス(株) 電話 0120-507-066  
受付時間/月～土9:00～17:30(日祝日年末年始除く)

### ■がん検診および予防接種補助一覧表

対象項目	①乳がん	②子宮頸がん	③前立腺がん	④インフルエンザ予防接種
対象者	30歳以上の 被保険者・被扶養者	30歳以上の 被保険者・被扶養者	50歳以上の 被保険者・被扶養者	被保険者・被扶養者
補助金額	上限20,000円 (触診・超音波検査・マンモグラフィ検査)	上限10,000円 (子宮細胞診：頸部)	上限5,000円 (PSA：前立腺特異抗原)	上限5,000円 (2回接種の場合は、1回のみ)
受診期間	4月～12月			10月～翌年2月
受診方法	直接、地方自治体または医療機関へ問合せ、受診をしてください。 ※地方自治体で行っている健診は、各自治体によって違いがあります。 各自治体で配布している機関紙や保健所等にお問合せください。			
請求方法	「Pep Up」からWEB申請 詳細はHP参照			

荏原健康保険組合ホームページをご活用ください。

 <https://ebarakenpo.jp/>

荏原健保



ユーザー名

ebarakenpo

パスワード

ebara

## 特定保健指導のご案内

健康診断（特定健診）の結果により、対象となった方に特定保健指導を実施します。  
意欲的にご自身の健康管理に取り組めるよう保健師などの専門スタッフによる食事や運動など生活習慣の改善を中心に行います。健診後、対象者へご案内をしますので、自らの健康を守るためにも積極的に受けるようにしましょう！

## 体カづくり

### ■マイヘルスアップキャンペーン

自分に合ったコースを選択し40日間チャレンジ！2コース達成した場合はQUOカードをプレゼントします。  
詳細は11月下旬頃ホームページにてご案内します。

### ■choco ZAP

健康増進ならびに生活習慣病改善を目的とし、気軽に運動習慣を身につけるために、費用補助を実施しています。

## 健康ポータルサイト PepUp（ペップアップ）

Pep Up（ペップアップ）はあなたの「健康年齢」を維持改善するためのヘルスケアプラットフォームです。  
健康状態を見る化し、あなたの健康活動をサポートします。

# PepUpでこんなことできたの!?

## 健康のための機能が盛りだくさん

貯めたポイントでほしい商品と交換

健康年齢 & 健診結果確認

健康チャレンジでポイントが貯まる

自分にあった健康記事

ジェネリック医薬品の確認

日々の記録 & やることリスト

健保からのお知らせ

### PepUpに関する 問合せ先

### PepUpカスタマーサポート

営業時間／月～金10時～18時（土日祝日、指定休業日を除く）

①メール：support@pepup.life

②Web問合せフォーム：

（メールには下記情報をご記入ください。）

<https://pepup.life/inquiry>

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1 組合名        | 2 漢字氏名       |
| 3 健康保険資格情報記号 | 4 健康保険資格情報番号 |
| 5 生年月日       | 6 お問合せ内容     |

## 健康相談

不安や悩み、ストレスなど、なんでも気軽にご相談ください。

### 女性サポート相談

妊娠・出産・育児で変化する女性のさまざまなライフイベントに寄り添う相談サービスです。

#### 女性産婦人科医による相談(予約制)

看護師がご相談内容を伺い、医師との相談予約を受け付けます。

受付時間：24時間

相談時間：月～金曜日

10:00～18:00（祝日・年末年始除く）

専用ダイヤル

 **0800-777-0269（無料）**

#### 妊娠・出産チャットボット

受付・

相談時間：24時間



#### 女性のためのメンタルSNS相談

受付・

相談時間：水～金曜日

12:00～19:00（祝日・年末年始除く）



### メンタルヘルスカウンセリング

悩み事は一人で抱え込まないことが大切です。プライバシーは守られますので、安心してご相談ください。

#### ◆電話カウンセリング・面接カウンセリング予約

（携帯電話からもご利用いただけます。）

 **0120-911065（無料）**

#### 電話カウンセリング

相談時間：月～土曜日

10:00～22:00（祝日・年末年始除く）

#### 面接カウンセリング

予約受付：月～土曜日

10:00～20:00（祝日・年末年始除く）

※面接カウンセリングは年度中1人5回まで無料。6回目からは有料となります。

#### 年中無休・24時間サービス

### ファミリー健康相談

経験豊かな医療スタッフが、皆さまのご相談にわかりやすくお答えします。

 **0120-911065（無料）**

#### ◆WEB上でも相談を受付ます

QRコードよりアクセスし、専用のフリーコール番号の下6桁「911065」を入力し、ログインしてください。



#### アクセス方法

荏原健康保険組合ホームページ（右記QRコード）内の「電話相談サービス（メンタル・健康）」よりログインしてください。



保健事業に関するの  
問合せ先

保健事業担当 kenpo\_hokenjigyo@ebara.com