

けんコーギー
と学ぼう

健康保険

のはなし

ぼく、
けんコーギー！

健保組合はみんなの
健康をサポートするよ！

1

マイナ保険証

を使おう！

1

みんなはマイナンバーカードを持っているかな？
マイナンバーカードは医療機関や薬局で健康保険証として利用することができるよ。
健康保険証利用登録をした
「マイナ保険証」で受診しよう！

マイナンバーカードの健康保険証利用
申し込みの詳細は右の二次元コードから
確認してみてね。

厚生労働省▶マイナンバーカードの健康保険証利用方法



けんこーぎー

2

マイナンバーカードやマイナンバーカードに搭載されている本人確認用の電子証明書には**有効期限があるから注意**してね。
有効期限の2～3カ月前を目途に有効期限通知書が送付されるから、通知書の案内にそって忘れずに更新手続きをしよう。

更新手続きの詳細は、右の二次元コードから確認してみてね。

マイナンバーカード総合サイト▶更新手続きについて



3

マイナ保険証活用のメリット

安心

質のよい医療が受けられる！

便利

各種手続きが簡単・便利に！



過去の診療実績に基づく診療・処方が受けられる

初めてかかった医療機関でも、過去の診療情報を医師・薬剤師が共有できるので、重複する検査や投薬を防ぎ、より適切な診療が受けられます。

※ご本人の同意がなければ、過去の診療情報が共有されることはありません。



手続きなしで高額な窓口負担が不要に

医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」の提出が不要になります。



転職等をして、引き続きマイナ保険証として利用できる

転職等をした場合でも、新たに加える健保組合等で手続きをすれば、引き続き同じマイナンバーカード（マイナ保険証）で受診することができます。

もっと便利に！快適に！

医療機関の**受診はマイナ保険証**でね！

マイナ保険証のメリットの詳細は、
右の二次元コードから確認してみてね。

厚生労働省作成動画▶【何が便利になるの？メリット編】



マイナンバーカードを紛失した場合

マイナンバーカードを無くしてしまったら、再発行手続きをしよう。
マイナンバー総合フリーダイヤル（0120-95-0178）に一時利用停止の連絡をした上で、お住まいの市区町村で再発行できるよ。

マイナ保険証を基本としたこれからの医療の受け方について、動画からも確認してみてね。

デジタル庁・厚生労働省作成動画▶

2024年12月2日以降の医療の受け方について





公的な医療保険と民間の医療保険の違い

公的な医療保険は、健康保険組合や国民健康保険（国保）など全国民が加入する保険のことだよ。
民間の医療保険は、個人が任意で契約する保険で、入院や手術などの際に、契約内容に応じた給付を受けるものになるよ。
（ちなみにペット保険は民間の保険オンリーだね！）

1

「けんぽ」って聞いたことあるけど、なんのことかな？

? KENPO
けんぽ ケンポ

2

正しくは、健康保険組合（通称・健保組合）！

けんぽ 健保ともいう！

健康保険組合

健康保険組合の仕事は、「病気・ケガなどの保障（保険給付）」、「病気・ケガの予防（保健事業）」という、主に2つの大きな仕事をしているんだ。

健康保険組合の財源は、君たちと会社が納める健康保険料※だよ。

※健康保険料については4話を確認しよう

ボクにお任せ！

3

みなさんをサポートする

健保組合の2つの大きな仕事

病気・ケガなどの保障
(保険給付)

業務外の病気やケガ、出産、死亡、休職などに対して、必要な医療費の支払いや手当金を支給する仕事です。



病気・ケガの予防
(保健事業)

健康で健やかな毎日を送れるよう、病気の予防や早期発見の手助けをしたり、健康増進のためのさまざまな事業を行う仕事です。



心強いですね！
ちなみに、歯科医院でのホワイトニングは…？

もちろん自腹（保険適用外）だよ！

業務中に病気やケガをした場合

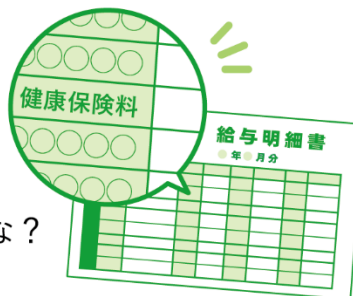
工作中・通勤中の事故などが原因で、労働者が病気やケガをした場合に補償してくれる保険を「労働者災害補償保険（労災保険）」というよ。治療費や休業時の賃金などの補償を受けることができるんだ。労災保険は、個人で加入するものではなく、会社が加入するもの。労働者が安心して働くことができるようにつくられた制度なんだ。

1



給与明細に
書いてある
これってなに？

どうやって
決まるのかな？



2

いいところに目をつけたね！
さっそく詳しく見てみよう！



≡ 保険料はこうして決まる ≡

毎月納める
保険料

=

4・5・6月給与の
平均額（標準報酬月額）

× 保険料率

賞与から納める
保険料

=

賞与額

× 保険料率

3



実際に計算してみよう！

給与が大幅に変わったときなどにも再計算されるよ。

大阪府貨物運送健保組合の保険料率は、10.694%
（調整保険料含む）
負担割合は 君たち:会社 = 5.097:5.597だ！

君たち	会社
5.097%	5.597%

君たちの健康を守る
ため、会社(事業主)も
健康保険料を負担
してくれているよ！



例 4・5・6月給与の平均額（標準報酬月額）20万円の人

4・5・6月給与の平均額
（標準報酬月額）
20万円

×

保険料率
5.097%

=

毎月の健康保険料

10,194円

例 年間の賞与額50万円の人

年間の賞与額
50万円

×

保険料率
5.097%

=

賞与時の健康保険料

25,485円

暗算で解けたかな？



健康保険料は、主に2つの保険料から成り立っている

健康保険料

基本保険料

…病気・ケガなどの保障（保険給付）や病気の予防（保健事業）などにあてる保険料

特定保険料

…高齢者の医療を支える費用にあてる保険料

※基本保険料には、全国の健保組合が共同で実施する、高額な医療費の共同負担事業などの調整保険料が含まれています。

少子高齢化で高齢者の医療費の支払いが増え、君たちが納める保険料が引き上がる背景もあるけど、健康保険のすべては「助けあい」だよ！



1

大変だったね…。

長期の入院だったから、医療費の支払いが心配だな。

はあ……

2

そんなときでも大丈夫！
健保組合が医療費の**7割**を支払ってくれるよ！

さらに 医療費が高額になった場合は、健保組合から「**高額療養費**」が支給されるんだ！

■高額療養費制度のしくみ (2025年2月時点)

仮に100万円の医療費がかかっても

医療費100万円	
自己負担 30万円	健保負担 70万円

例

自己負担 30万円	-	さらに 高額療養費として支給 21万円	=	実際の自己負担額 約9万円	自己負担額は 9万円ほど！
-----------	---	---------------------	---	---------------	---------------

※年齢や所得に応じて変わります。

貯金しなくてもいいんだ!!!
健保組合、尊すぎる…。 いや、貯金はしようよ…。

3

仕事中・通勤中のケガなどには健康保険は使えないよ!!

※詳しくは3話のマメ知識を確認しよう

■医療費支払いのしくみ

診療・治療

自己負担額の支払い 3割

被保険者(あなた)

医療機関

保険料納付

健保組合

請求

支払い 7割

7割は健保組合から!

健康保険こそがわれわれの暮らしを支えているっ!!

なるほど

すごい 大きだな

けんコーギー
の
マメ知識

保険給付はほかにもいろいろあるよ！健保組合のHPで確認してみよう

■傷病手当金
業務外の病気やケガのため欠勤して給料がもらえないときに支給される

■出産手当金
出産のため欠勤して給料がもらえないときに支給される

■出産育児一時金
女性の加入者が出産したときに支給される

1

めんどくさいな…

明日は健康診断か…。
別にどこも悪くないし。そもそも若いし。
あー、行きたくないな。

2

もったいない！

**健康診断は
将来の自分のために受けよう！**

明日健康診断に行くことで
病気の早期発見ができるかもしれないよ？

年に1回の自分の健康状態を
チェックする日として
健康診断は必ず受けよう！

記念日だよ♪

3

病気の予防・早期発見や 健康づくりのための取り組み(保健事業)

■実施状況

健診助成金	生活習慣病予防健診や人間ドッグなどの助成
特定保健指導	生活習慣についてアドバイスを 行い、将来の病気を未然に防ぐ
重症化予防対策	高血圧や糖尿病の重症化を防ぐ お手伝い
インフルエンザ 予防接種助成金	1人につき年度内1回2,000円 を限度に助成
LINEによる加入員 向け広報	LINEで健康管理などの情報を お届け
禁煙サポート事業	禁煙補助薬とスマホアプリを 活用した卒煙カウンセラーに よるWeb指導
ファミリー歯科検診	お近くの会場で手軽に受けら れる歯科健診
子育て支援	育児情報誌を1年間毎月お届け
後発医薬品の使用促進	ジェネリックに切り替わると いくら安くなる？
健康管理アプリ	スマホアプリで生活改善のお 手伝い
巡回レディース健診	女性被扶養者を対象に健診車 による巡回レディース健診

健診以外にも
こんなにあるんだね！



詳しくは健保組合に
聞いてみよう！

記念日が
増えちゃうかも♡



詳しくは

だいかけんぽ

Q検索



大阪府貨物運送健保組合の取り組み

大阪府貨物運送健保組合では加入した君たちとご家族の病気の予防・早期発見や健康づくりに力を入れているよ。取り組みを確認してみよう。

みんなの助けあいでも成り立つ健康保険には、限りがあるよ。1人ひとりが適切な受診と健康保持・増進を心がけよう！