

保険料率のお知らせ

令和8年
3月から

- 健康保険料率…8.90%（現行どおり）
- 介護保険料率…1.56%（現行どおり）
- 子ども・子育て支援金率…0.23%（新設）

令和8年2月25日、第186回組合会（健康保険組合の事業計画、予算等の重要事項を決定する議決機関）を開催し、以下のとおり決定しました。

健康 保険料率

	保険料率	内訳	
		事業主	被保険者
現行どおり	8.90%	5.18%	3.72%

※任意継続被保険者の方は事業主負担がありませんので、全額被保険者負担となります。

介護 保険料率

	保険料率	内訳	
		事業主	被保険者
現行どおり	1.56%	0.78%	0.78%

※任意継続被保険者の方は事業主負担がありませんので、全額被保険者負担となります。

※介護保険料の徴収対象者は「40～64歳の被保険者」（第2号被保険者）と「40～64歳の被扶養者がいる40歳未満もしくは65歳以上の被保険者」（特定被保険者）の方です。

子ども・ 子育て 支援金率 (令和8年4月から)

	保険料率	内訳	
		事業主	被保険者
新設	0.23%	0.115%	0.115%

※任意継続被保険者の方は、事業主負担がありませんので、全額被保険者負担となります。

※詳しくは3ページをご覧ください。

改定年月日 令和8年3月1日

改定 年月日

一般被保険者	給与	令和8年3月保険料（4月控除）から適用 （子ども・子育て支援金分は、令和8年4月保険料〔5月控除〕から適用）
	賞与	令和8年3月支給分から適用
任意継続被保険者		令和8年4月保険料から適用

子ども・子育て支援金制度が始まります

子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体が支えることを目的に、4月からスタートしました。皆さんから徴収した子ども・子育て支援金は、以下の給付の拡充などに有効活用されます。



拡充される給付の例

児童手当の拡充

- ・所得によらず支給の対象となります
- ・支給期間を高校生年代まで延長
- ・第3子以降はより手厚く、1人当たり月3万円に増額
- ・支給頻度が4カ月に1回から2カ月に1回へ

※令和6年10月から拡充されています

育児時短就業給付

「育児時短就業給付」を創設し、子どもが2歳未満の期間に、時短勤務を選択した場合、時短勤務時の賃金の原則10%を支給します。

※令和7年度から実施されています

妊婦のための支援給付

「伴走型相談支援」の面談と合わせて、妊娠届出時に5万円、妊娠後期以降に妊娠している子どもの数×5万円を支給します。

※令和7年度から実施されています

出生後休業支援給付

子の出生直後の一定期間内に両親ともに14日以上育児休業を取った場合、最大28日間、取りの10割相当を支給します。

※令和7年度から実施されています

こども誰でも通園制度

保育所等に通っていない0歳6カ月から満3歳未満の子どもが時間単位等で柔軟に利用できる制度です。子ども1人当たり10時間/月の利用が可能です。

※令和8年度から全国実施

子ども・子育て支援金制度



Q1 「子ども・子育て支援金制度」って？

A1 すべての世代や企業のみならずから支援金を拠出いただき、子育て施策の拡充に充てるもので、子どもや子育て世帯を社会全体で支える制度です。

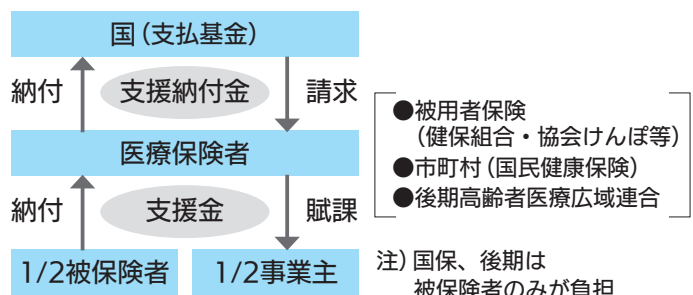
Q2 なぜ単身世帯や高齢者も支払うの？

A2 子どもたちは成長し、やがて社会保障制度の担い手となることから、支援金制度はすべての方にメリットがあるという考え方のためです。

Q3 どうして「支援金制度」が必要なの？

A3 少子化・人口減少の進行が加速していることから、政府が令和5年12月に、子ども・子育て支援の拡充を実施することを決めたからです。支援金制度はこれを支える財源の一部です。

支援金の徴収の流れ



こども家庭庁ホームページ「子ども・子育て支援金制度について」



令和8年度

保健事業

今年度の保健事業のお知らせです。

補助事業

項目	対象者	概要
特定健診・ 人間ドック補助 (PET検査・脳ドック [頭部MRI]は補助対象 外)	40～74歳の 任意継続被保険者・ 被扶養者	特定健診項目の受診費用は、全額当健保組合負担 特定健診項目を含む人間ドックまたはその他の追加検査(特定 健診と同時受診に限る)を受診した場合は、特定健診費用とは 別に15,000円を上限に受診費用の実費を補助(年度内1回まで) ※受診方法等については、対象者へ別途ご案内します。
生活習慣病健診補助 (特定健診項目の実施)	40歳未満の 任意継続被保険者・ 被扶養配偶者	当健保組合が指定する健診機関で受診の場合は、窓口負担なし。 それ以外の健診機関で受診した場合は、特定健診項目の受診費 用の実費を補助(年度内1回まで)
インフルエンザ 予防接種補助	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者	インフルエンザの予防接種補助 1回接種 2,000円上限(年度内1回申請) 2回接種 4,000円上限(年度内1回申請) ※2回接種は、13歳未満の方(13歳でも1回目接種の際に12歳で あれば2回接種となる)、または、13歳以上の基礎疾患(慢性 疾患)のある方で、著しく免疫が抑制されている状態にある 等医師の判断のある方が対象です。 ※2回接種の方は、必ず2回目の接種が終了した後にまとめて申 請してください。 ※フルミスト(インフルエンザ点鼻ワクチン)も、従来の皮下 注射ワクチンと同様に補助の対象です(上限2,000円)。
婦人病検診補助	任意継続被保険者・ 被扶養者	子宮がん検診・乳がん検診を受けた場合、それぞれ1件あたり 1,500円を上限に受診費用の実費を補助(年度内1回まで)

※マイナ保険証等を使用しての受診(保険診療)は補助の対象とはなりません。当健保組合の補助事業を利用される場合は、事前に「自費診療(保険外診療)」で受診する旨を医療機関にお伝えください。なお、「自費診療(保険外診療)」の取扱いについては受診される医療機関等にてご確認ください。

健康情報の提供

項目	対象者	概要
ホームページ	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者	健保のしくみ、健保の給付、保健事業、各種手続き、申請 書一覧などを掲載 https://www.qdenkenpo.or.jp
機関誌の掲載	任意継続被保険者・ 被保険者	当健保組合からのお知らせや健康に関する情報を提供 (年2回ホームページに掲載)
健康ポータルサイト (MY HEALTH WEB)	任意継続被保険者・ 被保険者・ 被扶養配偶者 40～64歳の被扶養者	ご自身の毎月の医療費情報、ジェネリック医薬品差額情報 及び健診結果情報等の確認・印刷、資格情報のお知らせの 確認・印刷、インフルエンザ予防接種補助金の電子申請、 医療費控除申告のe-Tax用医療費通知データダウンロード、 書面申告用の紙通知書発行・送付申込み 他 ※ご利用については、登録が必要となります。
ファミリー健康相談 (電話健康相談) (ベストドクターズ・サービス※)	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者	健康相談は24時間・年中無休で、海外からの相談も無料で 対応(詳しくは8ページをご覧ください)
女性サポート相談	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者	女性医師や看護師に女性特有の体の不調等を相談できるサ ービスです。チャットやAIによる相談も可能です。専用ダ イヤル等の詳細は当組合ホームページをご確認ください

※ Best Doctors, Inc. は、Teladoc Health, Inc. 及び Teladoc Health International, S.A.U. の一員です。

健康づくり事業

項目	対象者	概要
無料歯科健診 (実施時期：通年)	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者	提携歯科医院で無料の歯科健診を実施 ※利用方法は、ホームページより確認できます。
デンタルIQ プラス (WEB問診による歯科受診勧奨) (実施予定時期：10～11月)	20～39歳の 被保険者・被扶養者で 希望される方	WEB問診による口腔内のリスク調査を行い、 リスク保有者に対し受診勧奨を実施
前期高齢者健康サポート事業 (実施予定時期：11～3月)	65～74歳の 任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者で 基準に該当した方	対象者が健やかな生活を送るため、専門相談員 による健康サポートを実施
禁煙推進事業 (申込予定期間：8～9月)	20歳以上の 任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者で 希望される方	スマートフォン等の禁煙外来アプリを用いたオ ンライン禁煙プログラムを実施 ※一部負担金あり。 ※過去に当健保組合が実施した禁煙プログラムに 参加された方は対象外です。

検診・保健指導

項目	対象者	概要
大腸がん検診 (申込予定期間： 10月中旬～11月末)	40歳以上の 任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者で 検査を希望される方	郵送式による便潜血検査を実施 (申込みは当健保組合のホームページからとなります) ※お勤め先の健康診断等で大腸がん検診を受けた方は対象外 です。
胃がんリスク ABC分類検査 (申込予定期間： 8月中旬～9月末)	25歳以上の 被保険者・被扶養者で 検査を希望される方	血液郵送式のABC分類(ペプシノゲン検査、ピロリ菌検査) による胃がんリスク判定を実施 (申込みは当健保組合のホームページからとなります) ※一部負担金あり。 ※胃がんリスクを評価する検査であり、胃がんを見つける検 査ではありません。 ※平成30～令和7年度当健保組合が実施した本検査及び過去に 健診等で同一検査を受診された方は対象外です。
特定保健指導 (実施時期：通年)	40～74歳の 任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者で 基準に該当した方	特定健診の結果から、生活習慣を改善していただくため に適切な支援が必要とされる方に特定保健指導を実施
生活習慣病 重症化予防事業 (実施予定時期：12～3月)	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者で 基準に該当した方	特定健診の結果から生活習慣病重症化リスクが高い方へ 保健指導や専門医療機関への受診勧奨などを実施
頻回・重複受診者への 受診行動適正化 (実施予定時期：8～9月)	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者で 基準に該当した方	医学的にみて過剰受診が疑われる方に対して、適正受診 (行動変容) 勧奨を実施
特定保健指導対象者 減少に向けた取組み (実施予定時期：2月)	任意継続被保険者・ 被保険者・被扶養者で 基準に該当した方	直近の特定健診の結果から、腹囲が特定保健指導該当基 準値に近い方に対して、腹囲の改善(健診前ダイエットの 取組み等) 勧奨を実施

事業・申請に関する詳細については、当健保組合のホームページをご覧ください。

アドレス：<https://www.qdenkenpo.or.jp>

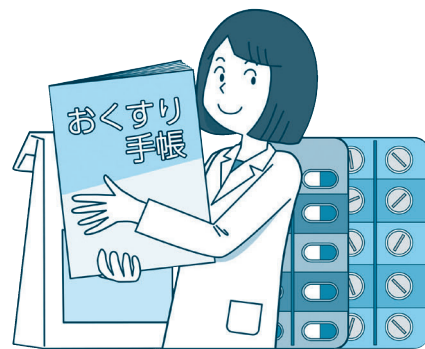
九州電力健康保険組合

検索





お薬手帳の メリット



日々の診療や薬の受け取りの場面で、「お薬手帳をお持ちですか」と尋ねられることが増えています。ここでは、持ち歩くことで得られる主なメリットをご紹介します。



01 薬の重複や飲み合わせのリスクを防ぐ

複数の医療機関にかかっていると、同じ薬が重複して処方されたり、相性の悪い薬が組み合わさる可能性があります。お薬手帳があれば、薬剤師や医師が過去の処方内容を確認でき、より安全な治療につながります。



02 緊急時にあなたの“薬の履歴”が命を守る

事故や急病で意識がない場合、医療者は迅速な判断を求められます。お薬手帳には、普段飲んでいる薬やアレルギー、副作用歴が記録されているため、治療方針を決める大きな手がかりになります。



03 薬局での説明がより丁寧・的確に

薬剤師は手帳をもとに、薬の変更点や注意点を確認しながら説明してくれます。前回との違いや副作用のリスクなど、よりあなたに合わせたアドバイスが受けられます。



04 薬代が安くなる場合がある

お薬手帳を提示すると、調剤料が減額されるケースがあります。つまり、持っていくだけで薬代が少しお得になる可能性があります。



05 電子お薬手帳も利用可能

最近はスマートフォンで管理できる電子版も普及しています。持ち歩きの負担がなく、手帳の紛失も防げます。



薬の数、
大丈夫？

重複受診によるポリファーマシー

「念のため」「別の病院でも診てもらおう」と、複数の医療機関を受診した結果、薬が増えていませんか？ ポリファーマシーとは、多くの薬を服用することで、副作用や飲み間違いなどのリスクが高まる状態です。単に医療費がかさむだけでなく、健康を害する原因にもなりかねません。お薬手帳を使って賢く医療機関を受診し、ご自身の健康と家計を守りましょう！

ポリファーマシーが招く意外なリスク

薬の「重複」による効きすぎ・副作用

別の医療機関から、同じような効能の薬が処方されると、成分が重なって薬が効きすぎたり、予期せぬ副作用が出やすくなったりします。特に高齢者は、肝臓や腎臓の機能が低下していることが多いため、薬の影響を受けやすく、ふらつき、転倒、意識障害などを引き起こす危険性が増します。

薬の「飲み合わせ」による悪影響

ある薬が、別の薬の効果を強めたり、逆に弱めたりすることがあります（これを「相互作用」といいます）。治療効果が得られないばかりか、予期せぬ体調不良につながることもあります。

お薬手帳は、毎日の健康管理を安心して続けるための大切なツールです。
まだ活用していない方は、ぜひこの機会に手帳を持ち歩く習慣を始めてみてください。

被扶養者(お子様など)が就職する場合、 扶養からははずす手続きが必要です



ご家族の中に、この春から就職された方はいらっしゃいませんか。これまで被扶養者として当健保組合に加入されていた方が就職(パート・アルバイトを含む)された場合、当健保組合の被扶養者からははずす手続きが必要となります。

この手続きが漏れた場合、認定基準を満たしていない人を認定し続けることになり、当健保組合にとって不要な医療費の支払いが生じてしまう等、健保組合財政の悪化にもつながります。

正しい届出の重要性をご理解いただき、就職等されたご家族がいるか、いま一度ご確認のうえ、手続き漏れのないようお願いいたします。

手続き

資格がなくなった日以降、速やかに事業主を経由して当健保組合へ提出してください。

【提出書類】

- 健康保険被扶養者(異動)届【必須】
※「被扶養者でなくなった日」は、就職先の健康保険の資格取得年月日をご記入ください。
- 資格確認書、限度額適用認定証、高齢受給者証(交付されている場合のみ)

ご注意ください

- 就職先の健康保険との重複加入はできません。
- 就職後に当健保組合の健康保険で受診すると、後日医療費の精算が生じる場合があります。

次のような場合も、被扶養者からははずす手続きが必要です

次のような場合も、被扶養者からははずす手続きが必要です。

- パートやアルバイトの収入が被扶養者の認定基準額(60歳未満は130万円未満、19歳以上23歳未満(配偶者除く)は150万円未満、60歳以上または障害年金受給者は180万円未満)を超えた(一部特例あり)
- 雇用保険(失業給付)を受給している場合、日額が60歳未満は3,612円以上、19歳以上23歳未満(配偶者除く)は4,167円、60歳以上または障害年金受給者は5,000円以上
- 結婚して配偶者の被扶養者となった
- 別居して生計維持関係がなくなった

別居の被扶養者には、仕送り証明が必要です

別居の被扶養者(被保険者と住民票が異なっている方)については、扶養申請時及び年1回の資格調査時に「仕送り証明」が必要です。これまで被扶養者であった方も、新たに別居した場合は、別居日以降は仕送り証明が必要となります。

対象者

被保険者と別居している被扶養者が対象です。ただし、次に該当する方は除きます。

[別居している「配偶者」または「配偶者と同居の家族」、学生、特別養護老人ホーム等に入所中の家族]

仕送り額

別居の被扶養者の場合、被扶養者の収入以上の送金が必要となります。



仕送り証明

※証明書は資格調査時に提出できるよう2年以上は保管してください。

- 「誰から誰へ、いつ、いくら送金したか」がわかるものとします(現金手渡し不可)。
- 振込人、差出人は被保険者(本人名義以外不可)、受取人は被扶養者に限ります。

【提出書類】 下記のいずれかをご提出ください。

銀行・郵便局 (窓口・ATM)	<ul style="list-style-type: none"> 振込依頼書 払込票 利用明細書 通帳(コピー) 	<ul style="list-style-type: none"> 送金額と受取人、振込人の記載があるもの(通帳コピーの場合、送金以外の部分は消してください)
現金書留	<ul style="list-style-type: none"> 差出人が郵便局から受領する控え(現物)及び受取人に届いた封筒(コピー可) ※損害要償額、お受取人、引受日付印が記載のもの 	
インターネット	送金額と受取人、振込人の記載がある書面	

申請書一覧は、
当健保組合ホームページをご覧ください。



健康経営優良法人2026の認定及び健康宣言の取得について

NEWS & TOPICS

令和8年3月、当健保組合に加入する以下の事業主が、健康経営優良法人2026に認定されましたので、ご紹介いたします。

【大規模法人部門】（順不同）

- 九州電力株式会社・九州電力送配電株式会社（ホワイト500）
- 株式会社QTnet（ホワイト500）
- Qsol株式会社（ホワイト500）
- 九電産業株式会社
- ニシム電子工業株式会社
- 株式会社九電ハイテック

※ホワイト500＝健康経営優良法人に認定された大規模法人部門の中で、評価が高い上位500法人

【中小規模法人部門】（順不同）

- 株式会社福岡エネルギーサービス
- 九州林産株式会社
- 西日本空輸株式会社
- 九州電力健康保険組合

また、以下の事業主が、健康宣言（*）を行い、健康経営の取り組みを積極的に行っています。

【健康宣言取得事業主】（順不同）

- 九電テクノシステムズ株式会社（令和2年度～）
- 光洋電器工業株式会社（〃）
- 株式会社ニシコー（令和4年度～）
- 九電ネクスト株式会社（令和6年度～）
- 株式会社九電送配サービス（〃）
- 一般財団法人九州電気保安協会（令和7年度～）
- 九州共同発電株式会社（令和7年度～）

*健康宣言とは、事業主の経営層自らが従業員の健康づくりに取り組む旨を宣言すること。

市町村でがん検診が受診できます

ご存知ですか？

がんは早期発見・早期治療することで、治すことができます。早期発見には、定期的ながん検診の受診が大切です。がん検診はお住まいの市町村で受けることができます。

また、がん検診の費用補助を行っている市町村も多いので、お住まいの市町村にご確認ください。

▼市町村で行われている主ながん検診（国が勧める科学的根拠に基づいたがん検診の項目）

種類	検査項目	対象者	受診間隔
胃がん検診	問診に加え、胃部エックス線検査または胃内視鏡検査のいずれか	50歳以上 ※当分の間、胃部エックス線検査については40歳以上に対し実施可	2年に1回 ※当分の間、胃部エックス線検査については年1回実施
子宮頸がん検診	問診、視診、子宮頸部細胞診及び内診	20歳代	2年に1回
	問診、視診、子宮頸部細胞診及び内診		2年に1回
	問診、視診及びHPV検査単独法 ※実施体制が整った自治体で選択可能	30歳以上	5年に1回 ※罹患リスクが高い者については1年後に受診
肺がん検診	質問(問診)、胸部エックス線検査	40歳以上	年1回
乳がん検診	問診及び乳房エックス線検査（マンモグラフィ） ※視診、触診は推奨しない	40歳以上	2年に1回
大腸がん検診	問診及び便潜血検査	40歳以上	年1回

※がん検診の実施内容は市町村によって異なります。

ファミリー健康相談／ベストドクターズ・サービス®

当健保組合では被保険者ご本人とご家族を対象とした、無料健康相談を開設しています。休日・夜間の急病の対応や、医療や健康づくりの疑問や不安などに保健師、看護師、管理栄養士などのベテラン相談員がアドバイスします。

ベストドクターズ・サービスでは、対象疾患*にかかったときなどに優れた専門医をご紹介します（受付：月～土（祝・年末年始除く）10時～21時）。

電話相談も
ご活用
ください！

- 電話健康相談は年中無休24時間サービス
- 通話料無料 ●携帯からもご利用可能

専用ダイヤル お気軽にお電話ください

0120-959910

*対象疾患についてはお問い合わせください。
※詳細は健保ホームページからも確認いただけます。