

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についての基本的な情報は、右の二次元コードから確認してみてね。

厚生労働省▶はじめての方もこれを見れば大丈夫！
マイナ保険証クイックガイド



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。

※保険外負担分（差額ベッド代等）や、入院時の食事負担額等は対象外です。



救急時、適切な応急処置や医療機関の選定に活用

病気やけがで説明が難しいときでも、救急隊員が傷病者のマイナ保険証を使って医療情報やお薬情報を閲覧することで、円滑な搬送先医療機関の選定や、より適切な処置を行うことができます。

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！

マイナンバーカードを取り出すことなく、スマートフォンをかざして、医療機関・薬局で利用できるよ。
設定方法や対応医療機関等については、右の二次元コードから確認してみてね。

厚生労働省▶スマートフォンのマイナ保険証利用について



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。

マイナ保険証についてのよくある質問は、国・地方共通相談チャットボット（Govbot(ガボット)）でも聞けるよ。
ぜひ質問してみてね！（日本語を含め、16言語に対応）
総務省・デジタル庁▶国・地方共通相談チャットボット（Govbot(ガボット)）





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

2

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

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！

けんコーギー
の
マメ知識

業務中に病気やケガをした場合

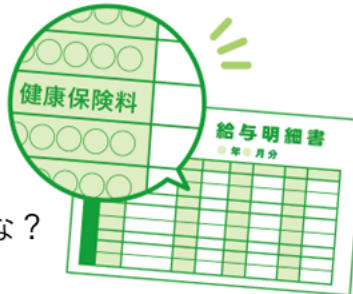
工作中・通勤中の事故などが原因で、労働者が病気やケガをした場合に補償してくれる保険を「労働者災害補償保険（労災保険）」というよ。治療費や休業時の賃金などの補償を受けることができるんだ。労災保険は、個人で加入するものではなく、会社が加入するもの。労働者が安心して働くことができるようにつくられた制度なんだ。

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

※標準報酬月額および保険料月額は、健保HPの保険料月額表を確認してね。

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。

ジェシービー健保組合の保険料率

は、**8.80%**（2026年4月現在）
負担割合は 君たち:会社 = 50:50だ！

君たち	会社
4.40%	4.40%

※保険料率は毎年見直されるよ。

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
8.8%

=

毎月の健康保険料
17,600円

※君が払う保険料はこの半額

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
8.8%

=

賞与時の健康保険料
44,000円

※君が払う保険料はこの半額

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。

医療や国民皆保険制度の未来
を変えるための行動「みどり
アクション」をチェックして
みよう！
健保連 ▶ きいろをみどりへ



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
大げさだな

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！

健診の日を忘れないようにチェックしよう！

記念日だよ♪

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

健康診断	定期健康診断、生活習慣病健診、人間ドック
家族の健診	被扶養者健診
女性特有のがん検診	乳がん・子宮がん
脳ドック	40歳以上の希望者への検査費用補助
特定健診・特定保健指導	40歳以上の該当者への保健指導
インフルエンザ予防接種	接種費用2,000円/人まで補助！
医薬品	常備薬の斡旋販売 オンライン医薬品購入
健康情報の発信	機関誌J-LIFEの掲載(年4回) 育児雑誌の配布

健診も充実！
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！

健康な身体が、幸せな未来へのカギね♡



詳しくは [ジェーシービー健保組合](#)

🔍 検索



ジェーシービー健保組合の取り組み

ジェーシービー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。健保HPを見て取り組みを確認してみよう。

ジェーシービー健保の疾病予防事業→[こちら](#)

みんなの助けあいで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！