

みんなが健康で明るい職場と家庭が願い



朝来市 竹田城跡からの眺め

掲示板

兵庫県建築健康保険組合

2026年5月15日 No. 268

TEL : 078-997-2311 FAX : 078-997-2328
E-Mail : hyougokenkentu@mub.biglobe.ne.jp
URL : <https://www.hyogo-kenchiku-kenpo.or.jp/>

● ホームページをリニューアルしました

令和8年4月1日からホームページを新たに作成しています。
URLは変更していませんので、これまでどおり <https://www.hyogo-kenchiku-kenpo.or.jp/> にアクセスしてご確認ください。

兵庫県建築健康保険組合

個人情報保護方針 | マイナンバー制度 | リンク集 | サイトマップ | アクセス

HOME | 保険料と保険給付 | こんなとき | 健康づくり | 申請書ダウンロード | 健康保険のしくみ | よくある質問

けんぽからの お知らせ | お知らせ一覧

重要 2026年04月16日 [労働契約内容による年間収入が基準額未満である場合の被扶養者の認定における年間収入の取り扱いについて](#)

INFO 2026年02月01日 [年取の壁・支援強化パッケージについて](#)

INFO 2024年01月11日 [【Q&Aの追記・修正】年取の壁・支援強化パッケージ](#)

INFO 2023年12月15日 [【取扱いの追加】年取の壁・支援強化パッケージ](#)

INFO 2019年08月30日 [兵庫県建築健康保険組合が保有する個人情報の利用目的の公表について](#)

掲示板

保健事業ガイド

料額表

特定健診機関リスト

入社したとき | 退職したとき(任意継続) | 給料が変更になったとき | 賞与を支払ったとき | 資格確認書の交付・再交付を申請するとき

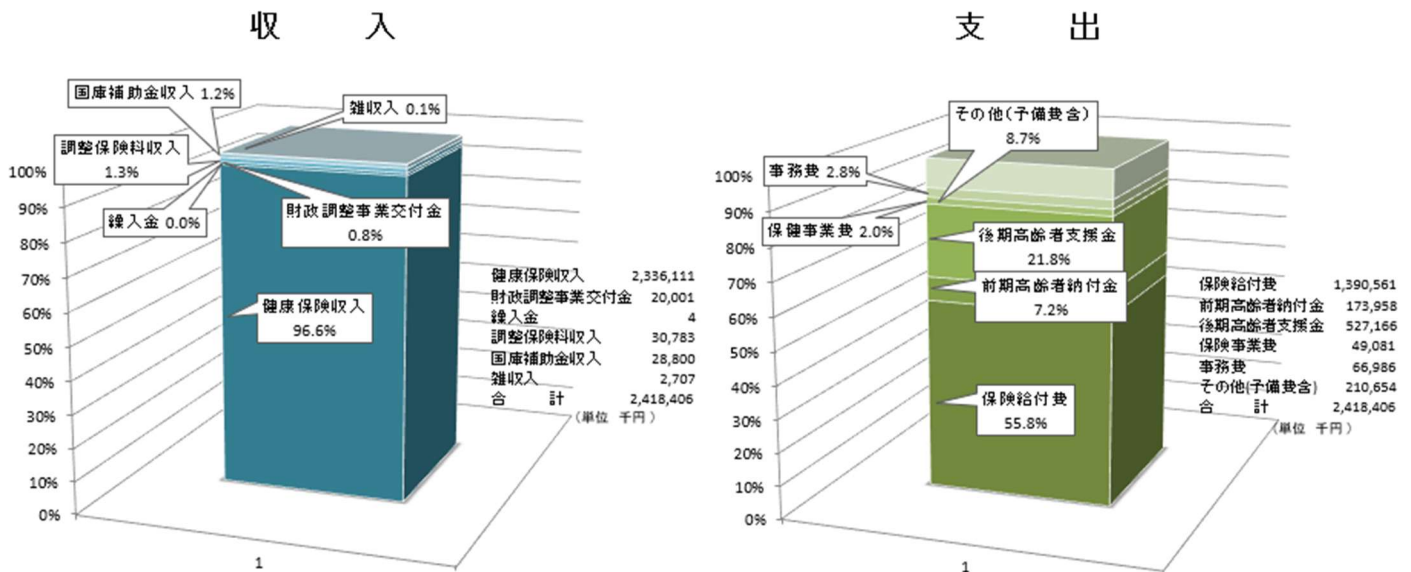
● 3月分保険料から（4月納付分）

～ 保険料率5%引き下げ、介護保険料率2%引き下げ ～

4月分保険料から（5月納付分）子ども・子育て支援金をいただきます

～ 子ども・子育て支援金率2.3%引き上げ ～

【令和8年度収入支出予算の概要】



令和8年2月18日、第135回組合会において、令和8年度の事業計画および収入支出予算が決定されました。

組合会で報告された令和7年度決算見込では、経常収支の黒字が2億5千万程度であり、決算後の残金が3億円近くになる見込みとなっています。

昨年7月の令和6年度決算組合会において、令和8年度から健康保険料率を10.1%に引き下げる方向で検討を進めることとしていましたが、当初の目論見以上の準備金(積立金)の保有になること、および、協会けんぽが平均保険料率を0.1%(1%)引き下げて、兵庫県の協会けんぽの保険料率が10.12%(10.2%)になったことにより、さらに引き下げることを決定しました。

このことにより、令和8年3月分保険料から保険料率の合計を5%引き下げて100.00%とし、介護保険料率についても2%引き下げて16.00%とすることになりました。

なお、保険料率引き下げ後の令和8年度予算でも経常収支が128,781千円黒字の予算になっています。

一方で、令和8年4月1日から子ども・子育て支援金の徴収が始まるので、令和8年4月分保険料から子ども・子育て支援金率2.3%を引き上げることも決定されています。

結果、令和8年4月分以降は一般保険料率98.7%、子ども・子育て支援金率2.3%、調整保険料率1.3%となり、合計の健康保険料等率は102.3%になります。

※調整保険料とは、健康保険法に規定されており、すべての健康保険組合が健康保険組合連合会に拠出し、健康保険組合連合会は集めた調整保険料と国からの補助を合わせて、高額な医療費に対する補助金の交付や財政運営が困難な健康保険組合に支援補助金を交付する原資となるものです。

○ 令和8年度保健事業について

保健事業については、令和7年度の事業内容と変更なく実施することが決定されました。

特定保健指導をはじめ、保健事業は健康の保持・増進のために重要な取り組みですので、皆様の積極的な参加をお願いします。

「受診券」って何？

健康診断の**無料招待券**のことです。

被扶養者である40歳以上のご家族が利用できます。

こちらが受診券です
対象の方のご自宅にお送りします



| 特定健康診査受診券 | |
|------------|------------------------------|
| 受診券整理番号 | 24500000103 |
| 交付日 | 2026年 5月 25日 |
| 受診者の氏名 | 健保 花子 |
| 性別 | 女 |
| 生年月日 | 昭和27年11月 2日 |
| 有効期限 | 2027年 3月 31日 |
| 健診内容 | ・特定健康診査 ・その他(当日保健指導) |
| 窓口での自己負担 | |
| 特定健診(基本部分) | 自己負担なし - |
| 特定健診(詳細部分) | 自己負担なし - |
| その他(保健指導) | 自己負担なし - |
| 保険者所在地 | 神戸市西区美賀多台1丁目1番地の2 |
| 保険者電話番号 | 078-997-2311 |
| 保険者番号・名称 | 06281315 兵庫県建築健康保険組合 |
| 契約とりまとめ機関名 | 健保連集合A① 集合B① 健保連集合A② 集合B② |
| 支払代行機関番号 | 94899010 |
| 支払代行機関名称 | 社会保険診療報酬支払基金 |

～ ご家族の健康を守るために、大切なご案内です ～

令和8年5月25日(月)に、特定健康診査の受診対象となる被扶養者の自宅宛に、「特定健康診査受診券等の送付について」(「特定健康診査受診券」「巡回型健診のご案内」「けんぽれんレディース健診のご案内」)を送付します。

受診対象者は、令和8年4月1日現在(令和8年4月13日までに届出があった方)資格のある40歳以上75歳未満の方です。資格喪失などにより加入資格の無くなった方は特定健康診査を受けていただくことはできません。

○ 受診券を使わずに健康診断や人間ドックを受けた場合は、健診結果をお送りください

パート先等で事業主健診を受けた場合や当健康保険組合の補助事業である人間ドックを受けた場合は、特定健康診査を受診したものとみなされますので、「健診結果の写し」及び「質問票」*1を当健康保険組合へご提供していただくよう、被保険者を通じて、被扶養者の方への周知についてご高配を賜りますようお願いいたします。

*1 質問票は日常生活習慣に関する質問です。用紙はホームページからダウンロードできます。

なお、パート先で受けた健診結果をご提供いただいた方には、クオカードを進呈いたします。

● マイナンバーカードの更新手続きをお願いします

マイナンバーカードに書き込まれた電子証明書には5年間の有効期限があります。

有効期限が過ぎた場合には、e-Tax等の電子申請やコンビニ交付・健康保険証等に使用できなくなりますので、お住まいの市区町村の窓口で更新手続きを行っていただくようお願いいたします。

💡 電子証明書の初回の有効期限は、マイナンバーカードの交付日から5回目の誕生日までになります。

💡 有効期限の2か月から3か月前に、地方公共団体情報システム機構(J-LIS)から「マイナンバーカード・電子証明書有効期限通知書」が届きます



● 労働契約内容による被扶養者認定の取り扱いについて

労働契約内容によって年間収入が基準額未満であることが明らかである場合の、被扶養者の認定における年間収入の取扱いに関して、厚生労働省から通知が発出され、令和8年4月1日から適用することになりましたのでお知らせします。

詳細については、ホームページ「けんぽからのお知らせ」2026年4月16日掲載の「労働契約内容による年間収入が基準額未満である場合の被扶養者の認定における年間収入の取り扱いについて」をご確認いただくようお願いします。

この紙面では、概要のみお知らせします。

【変更点：「3か月間の給与明細を添付」に代えて「労働条件通知書等を添付」でも可能になる】
＝基準額未満であることを判定する年間収入の推計方法を追加することになります。

被扶養者の年間収入の判定については、これまで過去の収入や現時点での収入または将来の収入見込みなどを総合的に判断して、今後1年間の収入見込額として判定しています。

そのため、収入のある被扶養者は「3か月間の給与明細を添付」していただいています。

この判定方法と考え方に変更はありませんが、労働契約の内容で1年間の収入額が見込める場合は労働契約内容のわかる「労働条件通知書等を添付」いただいて判定することが可能になります。

【労働契約内容で見込額を判定する条件】

- 1 今後1年間の収入額が、労働契約内容で基準額を下回ることが見込める場合であること
＝労働条件通知書が交付されていること（賃金単価、勤務日数、勤務時間が明確である）
- 2 収入が給与収入のみであること
＝年金や自営業の収入が無いこと、また労働条件通知書が交付されていない副業が無いこと
- 3 臨時に受ける残業手当や賞与で、労働契約に明記されていないものは、認定時の収入見込みから除外すること
ただし、実態的に残業や賞与の支給額が社会通念上妥当とは言えない金額であれば被扶養者として認められないこと

【被扶養者認定要領の改訂および添付書類について】

収入が給与収入のみである申立書が必要になることから、被扶養者異動届を提出いただく際に留意していただきたいことなどを記載した「被扶養者認定に関する確認書」を作成しました。

15歳未満の子どもを除いて被扶養者が追加になる届出の際には、必ず添付していただくようお願いいたします。

「被扶養者認定に関する確認書」の様式は右ページのとおりです。ホームページの申請書ダウンロードのページからプリントして使用してください。

なお、これまで学生、配偶者以外の収入のない方には「収入がない人の扶養理由申立書」を添付していただきましたが、今後は「被扶養者認定に関する確認書」の1確認事項の①無収入の欄のチェックボックスに☑してください。

【臨時に受けるもので、社会通念上妥当と考えられる範囲とは】

統計資料によるとパートタイム労働者の残業は月平均2.1時間（令和6年実績）であり、年間25時間以内程度が妥当であると考えます。また、賞与が支給されている割合は約31%（令和5年実績）であり、労働契約上に定めのない賞与が支給されている事例はほぼ無いものと思われるので、寸志程度が妥当であると考えて判断することとしています。

被扶養者認定に関する確認書

私は、被扶養者_____の認定申請にあたり以下の事項を確認し、1については承諾した上で、2の場合は認定対象者が自署を、3の場合は該当する項目に□に✓を付して、申請します。

| 1 確認事項 | |
|---|---|
| ① | 現在の収入は以下のとおりです。(該当する全ての□に✓してください) <input type="checkbox"/> 給与 <input type="checkbox"/> 公的年金 <input type="checkbox"/> 個人年金(数年にわたり分割受給のもの) <input type="checkbox"/> 自営業 <input type="checkbox"/> 不動産収入 <input type="checkbox"/> 雇用保険給付金 <input type="checkbox"/> 保険金収入(出産手当金・傷病手当金) <input type="checkbox"/> 投資収入 <input type="checkbox"/> 利子収入 <input type="checkbox"/> 被保険者以外からの収入 <input type="checkbox"/> その他() <input type="checkbox"/> 無収入(学生を除いて、現在収入が無い方は下記の理由□に✓してください) ⇒ <input type="checkbox"/> 就職活動中 <input type="checkbox"/> 病気療養中 <input type="checkbox"/> 受験勉強中 <input type="checkbox"/> その他() |
| ② | 年間収入基準を超えてしまった場合は、超えた日(給与の支払日等)を不該当日とした「被扶養者異動届」を提出し、扶養から削除します。 |
| ③ | 年間で収入基準を超えない場合でも、3ヶ月連続して月額収入の基準を超えた場合は、4ヶ月目の1日を不該当日とした「被扶養者異動届」を提出し、扶養から削除します。 |
| ④ | 収入増や他の健康保険の資格を得たこと等により、被扶養者でなくなった日以降に要した費用(医療費・療養費・特定健診費用・各種補助金等)があった場合は、返還いたします。 |
| 2 労働契約内容により年間収入が見込める認定対象者(被扶養者)の場合 | |
| 被扶養者である認定対象者の 私、(氏名)_____ (認定対象者が氏名部分を自署してください。)は、収入が給与収入のみであることを申し立てます。 | |
| 3 離職により被扶養者の認定を申請する場合 | |
| 雇用保険の受給状況について、以下の項目に当てはまる□に✓してください。 | |
| <input type="checkbox"/> | 雇用保険の失業給付の受給申請中です。給付制限期間中は、扶養認定していただくようお願いいたします。なお、給付制限期間後の基本手当受給の際には、受給開始日をもって被扶養者から削除する旨の届出を速やかに行います。 |
| <input type="checkbox"/> | 雇用保険の失業給付を受給しますが、基本日額が3,612円未満(配偶者を除く19歳以上23歳未満は4,167円未満、60歳以上の場合は5,000円未満)のため扶養認定していただくようお願いいたします。 |
| <input type="checkbox"/> | 雇用保険に加入していませんでした。または、雇用保険の失業給付は受給しません。 |
| <input type="checkbox"/> | 雇用保険の失業給付を受給延長します。受給延長中は、扶養認定していただくようお願いいたします。なお、失業給付の受給開始時期になりましたら、速やかに被扶養者から削除する旨の届出を行います。 |
| <input type="checkbox"/> | 雇用保険の失業給付の受給申請中で、かつ教育訓練等を受けます。基本手当受給の際には、受給開始日をもって被扶養者から削除する旨の届出を速やかに行います。 |

兵庫県建築健康保険組合理事長 殿

年 月 日

健康保険の記号_____ 番号_____

被保険者(氏名)_____

《収入基準》

| 認定対象者 | 年間収入 | 月額収入 (年間収入の12分の1) | 日額収入 (年間収入の360分の1) |
|------------------------------------|--------------|----------------------|-----------------------|
| 60歳未満の者 | 1,300,000円未満 | 108,334円未満 | 3,612円未満 |
| ※19歳以上23歳未満の者(配偶者を除く) | 1,500,000円未満 | 125,000円未満 | 4,167円未満 |
| 60歳以上の者(又は配偶者厚生年金の受給要件に該当する程度の障害者) | 1,800,000円未満 | 150,000円未満 | 5,000円未満 |

※19歳以上23歳未満は、その年の12月31日現在の年齢で判断

● ウォーキングイベントを開催します

～ 5月中にエントリーをお願いします ～

健康を維持するために歩くことは効果的だといわれています。

日常生活での歩くことに少しプラスして、昼休みに職場の周りを歩いてみたり、朝や夕方にウォーキングをしてみませんか。

イベントに参加し期間内に平均歩数 8,000 歩以上を達成されたすべてのの方に 1,000 円分のクオカードを差し上げます。(チラシに書かれている、抽選で当たる Amazon ギフトカードとは別に、達成者全員に差し上げます)

参加の際にはグッピーヘルスケアアプリをダウンロードして、参加登録が必要です。

今回は被扶養者の皆様もご参加いただけます。

被保険者の勤務先のチームコードで登録してください。

Amazonギフトカード合計 **1,000**円分が当たるチャンス!

さらに今回は参加者全員に300ポイントプレゼント!

参加して
当たる!

当イベントに参加し
平均歩数5,000歩を達成すると
抽選で最大**1,000**名様

500
円分



貯めて
当たる!

アプリで健康保険組合を登録し
1,500ポイント以上貯めると

抽選で毎月
500
円分

令和8年度

スマホ de

チーム対抗ウォークラリー

今回は北陸新幹線の下りコース
めざせ「金沢」!

開催期間 6/1日(水)～6/30日(火)

エントリー期限 5/31日(木)まで

参加
無料

スマートフォンを用いて、健康保険組合や事業所同士で歩数を競うウォーキングイベントです。歩いて運動不足を解消！お得に景品をゲットしましょう!

6/25(木)までに一度も歩数の登録がなく、0歩のままの参加者については、その時点でイベント参加登録が取り消されます。取消後の再参加はできませんので、6/24(水)までに必ずアプリを起動し、歩数を反映させてください。



登録方法・イベント参加方法について詳しくは裏面へ

イベントに関するお問合せ

株式会社 FINC Technologies グッピーヘルスケア事業部 ☎050-1743-1694 ✉hc@finc.com

〒101-0054 東京都千代田区神田錦町2丁目2-1 KANDA SQUARE 11F 営業時間:9:00～18:00(土日祝日除く)

参加方法

STEP 01 グッピーヘルスケアアプリのダウンロードとプロフィール登録

1 アプリをダウンロード 2 プロフィール・目標設定

GUPPY healthcare

グッピーヘルスケア

Androidをご利用の場合、「Google Fit」および「ヘルスコンネクト」のインストールが必要になります。

STEP 02 健康保険組合の登録

すでに健康保険組合の登録がお済 STEP03に進みください

1 カテゴリから選択 2 健康保険組合を選ぶ 3 区分の選択、利用規約への同意

左上の「+」マークから健康保険組合をタップ

所属している健康保険組合をタップ

各項目を入力して「同意して利用規約」をタップ

※景品(Amazonギフトカード)の抽選に参加するには「健康保険組合」の登録が必要となります。

STEP 03 ウォークラリーへの参加

共有されたチームコードを登録ください

1 トップ画面から競速追加 2 カテゴリから選択 3 チームコードを登録 4 登録完了

左上の「+」マークをタップ

イベント「ウォークラリー」をタップ

チームコードを登録

注意事項

- 6/25(木)までに一度も歩数の登録がなく、0歩のままの参加者については、その時点でイベント参加登録が取り消されます。取消後の再参加はできませんので、6/24(水)までに必ずアプリを起動し、歩数を反映させてください。
- イベント終了時点で参加者全員に7月分のポイントとして300ポイントを付与させていただきます。上記、歩数が0歩で参加取消となった方には付与されませんのでご注意ください。
- 一日あたりの歩数上限を30,000歩で設定しています。30,001歩以上歩いた場合でも30,000歩となります。
- チームのメンバーと会話ができるチャット機能があります。アプリ内ウォークラリーページの右上からチャットページに遷移できます。チーム内でのコミュニケーションや励ましあいにご利用ください。
- ウォークラリーの「ランキング」に表示するお名前は一覧設定すると変更できません。また、参加者全員が閲覧できるお名前となります。
- チームコードは入力後の変更ができません。入力間違いにご注意ください。

参加方法の詳細と、事業所ごとに設定されている「チームコード」はホームページの「けんぽからのお知らせ」に掲載していますので、ご確認ください。

● 「家庭常備薬の夏季有償斡旋」のご案内

～購入金額の2分の1を補助（上限2,000円）します～

家庭常備薬の夏季有償斡旋のご案内書を、同封してお送りしています。

なお、お申し込みについては、これまでどおり各事業所において取りまとめていただくこととして
います。

事業所には令和8年5月15日に納入告知書に同封して、取りまとめ依頼をお送りさせていただきますので、ご多忙のところ誠に恐縮ですが、ご協力をよろしくお願いいたします。

なお、今年もスイッチOTC医薬品について、購入金額の2分の1の額を補助（上限2,000円）
させていただきます。不意の体調不良に備えてご準備ください。

○ 令和8年度 家庭常備薬の夏季有償斡旋事業実施日程

- ・ 申込締切日 被保険者から取りまとめ担当者へ 令和8年6月12日（金）
担当者から健康保険組合へ 令和8年6月19日（金）
- ・ 商品発送 令和8年7月中旬

● 「健診前チャレンジ」のご案内

健診までに体重を2kg減量することで、昨年の健診結果と比較してどのような変化が現れるのか、
また、体調の変化をご自身で確認していただく取り組みです。

対象となる方は、令和8年4月時点で40歳以上、BMI18.5以上の方で、令和8年8月～令和8年
9月（令和8年10月健診受診でも可）に健康診断を受診予定の被保険者を対象に実施しますので、
案内チラシのQRコードを読み取って、申込サイトへ登録してご参加ください。

チャレンジいただく期間は、6月29日から9月20日までです。

昨年の同時期に健康診断を実施した事業所には、昨年の受診者人数分のチラシを令和8年5月15日にお送りしています。その他の事業所には2部お送りしています。不足する場合は増刷して対象となる方にお配りいただくようお願いいたします。

健康診断の前に体調が気になる方は多くおられると思います。1年で一番、自身の健康状態に関心がある時期と言っても過言ではないと思います。

「健診の前だけ特別なことをせずとも普段通りで受けたらいい」と言われる方も多いと思いますが、普段通りの体調の良い状態とはどんな状態でしょうか？健診結果が届いて「ああ、やっぱり」と思われたことはありませんか？

そのような方は一度ベストな状態での健診受診にチャレンジしてみてください。

そのような方は一度ベストな状態での健診受診にチャレンジしてみてください。



兵庫建築健康保険組合

自分のペースで

「カラダにいい」行動を記録！
週に1回の体重チェックで、
スッキリちょこっとダイエット。

ダイエットの進め方
1. カラダにいい行動を記録しよう！
2. 週1回の体重報告で過ごし方を振り返ろう！
3. コラムを読んでクイズに答えよう！

amazon

登録時体重からマイナス2kg達成で、
Amazon ギフトカード
2,000円分がもらえる！

「健診」に向けてチャレンジ期間終了までに体重マイナス2kgを目指しましょう！

健診前チャレンジ

参加者募集

参加費無料！

登録期間 2026. 6.8 月 14:00 金 6.26 日

チャレンジ期間 2026. 6.29 月 9.20 日

募集対象
兵庫建築健康保険組合健康保険組合 加入者（ご本人）
(1) 令和8年4月末日時点で満40歳以上、かつ令和8年8月～9月内に健診を受診する方
(2) BMI18.5以上の方
パソコン、スマートフォンからご登録ください。

<https://wellme.jp/camp/hkenchiku/kmc202606/site/>

参加費
無料

兵庫県建築健康保険組合

Medically

オンライン 禁煙外来 プログラム

≪ スマホで診察、通院の必要なし! ≫



お手持ちのスマートフォンを活用し、テレビ電話で医師による診察及び禁煙補助薬の処方を受けていただくプログラムです。
自分の好きな時間に好きな場所でいつでもどこでも気軽にはじめることができます。

オンライン
診察時間

平日：9時～22時
土日：8時～18時



完全オンライン
対応

スマホ一台で
時間や場所を
選ばず参加可能



禁煙補助薬は
ご自宅へ

お薬は登録住所の
ポストにお届け



禁煙成功率
87.3%

(2024年度参加者実績)
医師の診察と処方される
禁煙補助薬の効果で、
多くの方が無理なく
禁煙に成功しています。

申込期間

～2027年3月30日(火)

※初回診察は2027年3月31日(水)までにお受けください。

参加費用

自己負担0円!

通常60,500円(税込)の
禁煙プログラムが

参加対象

兵庫県建築健康保険組合にご所属の組合員

参加方法

- ①お手持ちのスマートフォンにアプリをダウンロード
- ②以下の健保識別番号を入力いただきプログラムスタート

アプリは右の2次元コードからダウンロードできます。

もしくは、App Store・Google Playにて「Medically」と検索してください。

ダウンロードはこちら



ユーザー登録の際に必要な健保識別番号

281315