



国保だより

No.245

【発行者】
岐阜県建設国民健康保険組合
 岐阜市藪田南 3丁目9番5号
 TEL (058) 213-3337
 FAX (058) 274-7757
 URL <https://gifukenro.or.jp/>
 E-mail giken303@gifukenro.or.jp

もうすぐ皆様にお届けする保険証は 来年(令和7年)11月30日まで使えます

令和6年12月に健康保険証が廃止され、**マイナ保険証**(マイナンバーカードを保険証として利用する登録をしたもの)を基本とする新しい制度が始まります。

新しい制度に慣れるまでの経過措置として、令和6年11月末日までに皆様にお届けする保険証は令和7年11月30日まで使えます。※1

その後、令和7年11月中旬頃に「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」がお手元に届きます。

今年(令和6年)12月以降、 保険証は新たに発行されません

今回お送りする保険証を紛失したり、住所を変更したり、新たに扶養家族が増えても保険証は発行されませんが、岐建国保の資格を適切にお持ちいただくために必ず届出を行ってください。

届出時点の被保険者ごとのマイナ保険証の有無によって、以下のようにご対応をお願いいたします。



マイナ保険証

持っている

マイナ保険証で
病院にかかってください

岐建国保から「資格情報のお知らせ」をお渡ししますが、これのみで受診することはできません。病院の読み取り機がマイナ保険証を読み取らない場合に、マイナンバーカードと「資格情報のお知らせ」の提示が求められます。

持っていない

資格確認書で
病院にかかってください

岐建国保から「資格確認書」をお渡しします。保険証と同じ大きさで、保険証と同じ機能を持っていますので、病院にかかる際に提示してください。

※1…ただし、令和7年11月30日までに75歳になる方、および75歳になる組合員本人の扶養家族を除く。



全建岐阜公式LINE ID:@171ewwav

ぜひ登録を!



みなさん、今年度の健康診断は受診されましたか？

出張健診を受けようと思っていたのに都合が合わなかった



申し込みし忘れていた

様々な理由で健診を受けていない方!
まだ間に合います!

対象者

岐建国保被保険者

ただし、下記に該当する方を除く

- ・出張健診を受診した方
- ・特定健診受診券(ピンク)を使用した方
- ・指定医療機関で受診し助成金を申請した方(申請予定の方)



一般財団法人 健康診断・人間ドック・作業環境測定機関

ききょうの丘健診プラザ



実施場所

ききょうの丘健診プラザ

土岐市土岐ヶ丘2丁目12-1

☎0572-56-0115(平日8:30~16:00)

実施期間

令和7年1月7日(火)~2月21日(金)

平日のみ 土日祝は不可

申込方法・申込期間

令和6年11月1日(金)~12月25日(水)

期間内にききょうの丘健診プラザへ電話で申し込む。
保険証を用意し、岐建国保の被保険者と伝えてください。



年に1度は健康診断を受診してご自身の健康状態を確認しましょう。

※この健診以外での健康診断を希望する方は岐建国保までお問い合わせください。

法人化を検討されている方は一度ご相談を!!



法人化したけど、協会けんぽか岐建国保か迷っていて…
法人化したのは1ヶ月前だけど。

社労士や税理士に法人化についてアドバイスをもらって
協会けんぽに切り替えただけど、建設国保には残れないの？



⚠️ 上記の場合、残念ながら岐建国保に残ることができません ⚠️

法人化した時や従業員が5人以上になった時に、健保適用除外の手続きを14日以内に行うことで
引き続き岐建国保に残ることができます!

必ず手続きを行う前に岐建国保へご相談ください!!

お工作中的のケガには健康保険証が使えません

感染症予防してますか？

これから更に気温も下がり、空気も乾燥して
感染症ウイルスが流行しやすくなります。

感染症予防を徹底してこの冬を元気に乗り越えましょう！！



冬に流行しやすい感染症

インフルエンザウイルス

潜伏期間 1～3日
症状 発熱(38℃以上)、頭痛、のどの痛み、筋肉痛、関節痛

毎年11月下旬頃～3月頃まで感染者が増加。症状は1週間ほど続く。

RSウイルス

潜伏期間 2～8日
症状 発熱、鼻水、咳

何度も感染を繰り返し、2歳までにはほぼ全員が感染する。軽い風邪の症状から重い肺炎まで様々

マイコプラズマ肺炎

潜伏期間 2～3週間
症状 発熱、全身倦怠感、頭痛、乾いた咳

感染者の約8割は14歳以下の子供。今年は特に感染者が急増している。

ノロウイルス

潜伏期間 24～48時間
症状 吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱

1～2日で症状は治まる。無症状の場合や、軽い風邪のような症状のときもある。

ロタウイルス

潜伏期間 2～4日
症状 下痢、吐き気、嘔吐、腹痛、発熱

乳幼児がかかりやすい。水のような下痢(白色便)や嘔吐を繰り返す。重い脱水症状が数日続くことがある。

予防方法



手を洗おう



消毒しよう



うがいしよう



マスクしよう



換気しよう

毎日の予防はもちろん、適度な運動やバランスの良い食事を心掛けて免疫力も高めましょう！

インフルエンザ予防接種の補助について

- 対象者** 18歳年度末
- 支給額** 1,500円まで(年度内1回)
- 接種期間** 10月～翌年1月
- 申請期間** 接種日より1年間
- 申請方法** 申請書を管轄事務所へ提出
- 必要書類** 領収書、診療明細書(インフルエンザ予防接種の記載があるもの)



領収証	
領収 見本 様	〇〇年 〇月 〇日
保険	
保険外	
〇〇医院	〇〇〇〇円

負傷原因等のお尋ねハガキが届いたら必ず提出しましょう

岐建国保の健康教室

脳トレ × 体幹運動 バランスボールヨガ エクササイズ

運動が苦手の方も
音楽に合わせて楽しく弾んで
笑ってリフレッシュしませんか？



日時

12月20日 金
13:30 ~ 15:00

場所

県本部厚生会館
岐阜市藪田南3-9-5

申込

TEL: 058-213-3337
QRコード: 11/25~12/20
当日12時まで申込可能です！



参加費無料！

水分、マットは岐建国保がご用意
します。動きやすい服装で来ても
らえればOKです！

8月開催時の様子

夏休み中の開催で、お子様も
一緒に参加してくれました！



次回の予定

日付	時間	場所	内容
2月21日(金)	13:30~15:00	県本部	お腹まわりスッキリ！バランスボールヨガエクササイズ

健康教室での様子を機関紙等に掲載させていただくことがございます。ご了承ください。
不掲載を希望される場合は、当日お申し出ください。

健康教室は岐建国保が運営する事業です