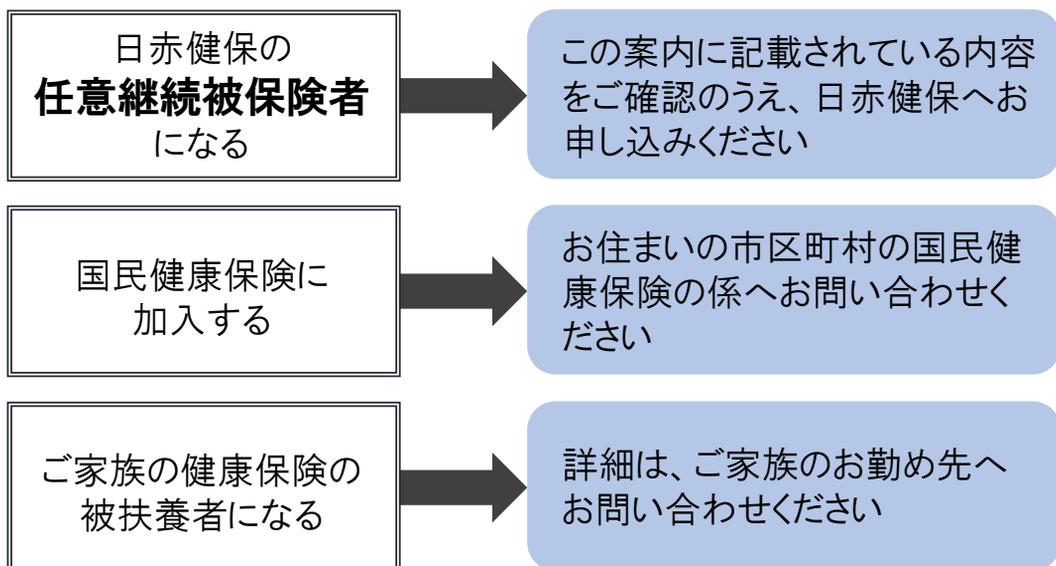


# 退職後の健康保険のご案内



退職後の健康保険には3つの選択肢があります。保険料や加入条件などを事前にご確認のうえ、選択された健康保険のお手続きをしてください。



※任意継続被保険者のお申込みには期限がございますのでご注意ください。

## ◆健康保険任意継続制度とは…

退職したあと、加入条件を満たしていれば退職前の健康保険に引き続き加入できる制度です。

## ◆加入条件

- 継続して2ヵ月以上被保険者であったこと
  - 退職日の翌日から20日以内に、「任意継続被保険者資格取得申請書」が日赤健保に到着していること
- 上記の要件を2つとも満たしている必要があります。

## ◆加入期間

退職した日の翌日から2年間です。

ただし下記のいずれかの事由に該当するときは資格を喪失します。

- 再就職して他の健康保険などの被保険者となったとき
- 保険料を指定された納付期日までに納めないとき
- 後期高齢者医療制度の被保険者となったとき
- 被保険者の希望により資格喪失を申し出たとき  
(資格喪失日は組合が申し出を受理した日の翌月1日となります)
- 死亡したとき

# ◆保険料

## ☆保険料決定

保険料計算の基礎となる標準報酬は、退職された時の標準報酬月額<sup>※1</sup>と前年9月末日現在の当健康保険組合の全被保険者の標準報酬月額の平均額<sup>※2</sup>を比較して、いずれか低い額によって決定されます。

また、退職前の健康保険料は事業主と被保険者で折半負担していますが、任意継続被保険者となると事業主による保険料負担がないため、全額を自己負担することになります。

※1 報酬額を一定の範囲に応じて定めた標準額

※2 平均額が変更となった場合、お支払いいただく保険料も変更となる場合がございます。

$$\text{毎月の保険料} = \text{標準報酬月額} \times \text{保険料率}^{\text{※3}} \text{ (40歳以上65歳未満の方は介護保険料率も含む)}$$

※3 保険料率は年度ごとに決定されるため、お支払いいただく保険料額も変動する可能性があります。

退職前の保険料	被保険者負担	事業主負担
任意継続被保険者の保険料	被保険者負担	

※ 40歳以上65歳未満の方については介護保険料も合わせて徴収させていただきます。

## ☆保険料払込方法

毎月払い(送付する納付書を用いて銀行の窓口で納付<sup>※4</sup>)、年払い(前納)、半年払い(前納)<sup>※5</sup>から選択することができます。また、毎月払いに限り口座自動振替をご用意しています。

口座振替は別途お申込みいただき、2~3か月後の開始となります。

※4 振込手数料はご自身で負担願います。三井住友銀行の窓口による納付の場合は手数料がかかりません。

※5 前納をご希望の場合、納付期限は前納開始月の前月末日(土日祝日の場合は翌営業日)までとなります。

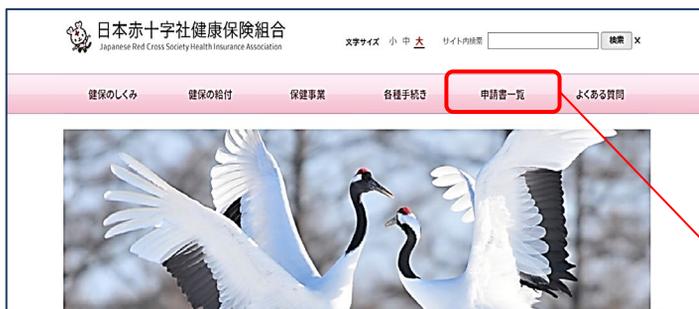
納付書の発送時期により、前納の申出に添えない場合がありますのでご了承ください。

納付書に記載されている納付期限までに保険料が払い込まなかった場合は、納付期限の翌日で自動的に任意継続被保険者の資格を喪失することとなります。また、初回の保険料を期限までに納付されなかった場合は、任意継続の資格が資格取得日に遡って取り消されますのでご注意ください。



# ◆申込手続き

退職前に使っていた保険証をお勤め先の事業所に返納し、「任意継続被保険者資格取得申請書」に必要事項を記入のうえ、退職日の翌日より20日以内に日本赤十字社健康保険組合へご提出ください。任意継続被保険者資格取得申請書はお勤め先の事業所で取得するか、もしくは日本赤十字社健康保険組合のホームページからダウンロードすることができます。



日本赤十字社健康保険組合  
ホームページ  
<https://www.kenpo-jrc.or.jp>

トップページ上部の「申請書一覧」をクリック



申請書一覧のページ  
保険証・適用に関する書式の  
「任意継続被保険者資格取得申請書」を  
ダウンロード

ダウンロードした申請書に必要な事項(継続して被扶養者になるご家族がいる場合はその氏名など)をご記入のうえ、日本赤十字社健康保険組合へご提出ください

# 日本赤十字社健康保険組合

# ◆健康管理について

## ☆任意継続の手続き後の場合(被保険者・被扶養者)

### 健康診断について

加入期間中であれば、1年に1回受診が可能です

40歳以上の人は、生活習慣病予防健診と巡回レディース健診は健診の仲介業者から、また特定健診は日赤健保から案内冊子をご自宅宛てに届きます。

※ 年度途中に任意継続の加入手続きをした場合は、案内は届きませんので、職場での健診を受けていない場合は健康保険組合までご連絡ください。

40歳未満の人はご自身で、日赤健保の契約健診機関に予約をして受診してください。

※年齢は当該年度3月末日時点の年齢

40歳以上	35歳～39歳	20歳～39歳の女性	35歳～74歳の女性
いずれかひとつ			
特定健診	生活習慣病 予防健診	子宮頸がん 検診(単独)	乳がん検診 (単独)
生活習慣病 予防健診	(被保険者のみ)	(被保険者のみ)	(被保険者のみ)
巡回レディース 健診(女性)			



### 特定保健指導(ヘルシーライフサポート)について

特定健診などを受診した健診結果により、健康のための生活習慣の改善が必要と判断された場合は日赤健保から案内がご自宅宛てに届きますので必ずご利用ください。

### 要精密検査(医療機関の受診が必要)と結果にあった場合について

すみやかな医療機関受診とその後の指示や指導を受け、疾病の早期発見や治療につとめてください。かかりつけ医がある方は担当の医師の指示や指導を受けてください。

### 健康情報や健康保険組合からのお知らせについて

LINE公式アカウントに登録いただくと定期的に健康情報やお知らせを受信することができますので是非ご登録ください。

ホームページや広報誌を閲覧することもできます。

※登録方法は裏面に記載しています。



健保からのお知らせや、健康情報が届くよ～ぜひ、お友だちになってみてガ～

## ☆国民健康保険に加入の場合

自治体で実施する特定健康診査等をうけることができます

自治体のホームページや広報誌等を確認の上受診をお願いします。

その他、自治体がおこなっている保健事業(療養の給付、療養費の支給など)がありますので詳しくは自治体のホームページや広報誌、担当窓口を確認をお願いします。

## ☆他の健康保険組合に加入またはご家族の被扶養者になる場合

特定健診や特定保健指導は、新たに加入した健康保険組合の制度に応じて利用できます

健診結果が要精密検査(医療機関の受診が必要)となった結果がある場合は速やかな医療機関受診とその後の指導や指示を受けて疾病の早期発見や治療につとめてください。

その他、新たに加入した健康保険組合がおこなっている保健事業(療養の給付、療養費の支給など)がありますので詳しくは加入した健康保険組合にご確認ください。

# 日本赤十字社健康保険組合

# ☆ LINE公式アカウント登録方法

被扶養者(40~74歳)向け  
**LINE**はじめました



健康情報・イベントなど  
お役立ち情報を  
LINEでお届け  
します!

お友だち  
登録方法

日本赤十字社健康保険組合

友だち 5

健康づくりに役立つ情報をお届けします  
日本赤十字社健康保険組合の公式アカウントです。 >

- ①LINEアプリを起動
- ②「友だち追加」で「QRコード」選択
- ③QRコードを読み取る  
⇒友だち追加が完了



日本赤十字社健康保険組合  
Japanese Red Cross Society Health Insurance Association

文字サイズ 小 中 大 サイト内検索 検索 ×

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 よくある質問

RENAISSANCE × スポーツオアシス

## スポーツクラブネサンス

お得な法人会員のご案内

新着情報 健康情報 公告

- [2025/02/18] 再掲・補足【被扶養者・任意継続被保険者及び被扶養者の方へ】令和7年度 健診のお知らせ発送日について
- [2025/01/17] 医療費通知発行のお知らせ
- [2025/02/20] お勤め先を退職される方へ【退職後の健康保険に関するご案内】
- [2025/02/13] LINE公式アカウント配信記事No.17「2月は生活習慣病予防月間！」
- [2025/02/12] 【第3回】健康づくり特別セミナー「薬の正しい服用について」のご案内
- [2025/02/06] がん対策ニュースレター-vol.21「働く女性が輝くために職場でがん対策を」
- [2025/01/30] LINE公式アカウント配信記事No.16「上手な医薬のかり方について」

新着情報 一覧を見る

使ってイナ！マイナ保険証CM動画

マイナ保険証

被扶養者資格調査

過去のLINE配信記事に関しては  
トップページの「新着情報」にも掲載中

日本赤十字社健康保険組合  
ホームページ  
<https://www.kenpo-jrc.or.jp>

## 日本赤十字社健康保険組合