

任意継続の手引き

資格取得月：令和8年4月から令和9年3月

東京都医業健康保険組合

目次

1. 任意継続とは	2
2. 任意継続の保険料	2
3. 任意継続の手続きについて	4
4. 保険料の納付方法の選択について	5
5. 保険料の納付の仕方・納付場所	6
6. 資格喪失について	7
7. 任意継続加入後の各種手続きについて	8
8. 任意継続加入後の健康診断等の「健康推進事業」について	9
9. 任意継続加入後の継続給付について	12
10. 任意継続加入後の保険給付について	13
11. 任意継続Q & A	16
12. 令和8年度 年間スケジュール	19
13. 各種お問い合わせ先	20
14. 資格喪失申出書（任意喪失用）	21

1. 任意継続とは

現在日本では国民皆保険制度が採用されておりますので、事業所を退職し健康保険の資格を喪失した後は「国民健康保険被保険者」「任意継続被保険者」「ご家族が加入している健康保険の被扶養者」のいずれかになるお手続きをしていただく必要があります。

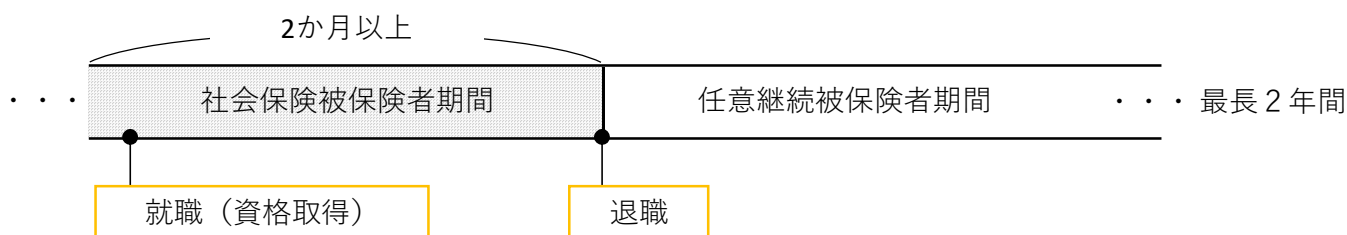
このうち任意継続とは、事業所を退職して健康保険の被保険者資格を喪失した時に、一定の条件のもとに個人の希望により加入していた健康保険の被保険者に最長2年間継続してなることができる制度です。

● 加入要件

任意継続に加入するには、以下の3点を満たしていることが条件となります。

① 資格喪失日の前日まで、継続して2か月以上の社会保険の被保険者期間があること。

(共済組合および任意継続の被保険者期間は除く)



② 資格喪失日 (退職日の翌日) から20日以内に、任意継続加入の手続きをすること。

※ 20日を過ぎると任意継続のお手続きはできません。

③ 75歳未満であること。

※ 75歳以上の方および65歳以上の障害認定を受けた方は、後期高齢者医療制度の被保険者となるため、任意継続のお手続きはできません。

2. 任意継続の保険料

保険料は任意継続の資格取得をした月から発生します。月単位となり、日割り計算はありません。事業所にお勤めの期間の保険料は、事業主と折半でお支払いいただいておりますが、退職後は**今まで事業主が負担していた分がなくなるため、倍額の保険料をお支払いいただくこととなります。**保険料は、資格取得時に決定した金額から原則として2年間変更はございません。

※ 被扶養者に対する保険料はかかりません。

● 保険料の決定方法

保険料は、退職した時の標準報酬月額に保険料率を掛けて算出します。

- ・健康保険 料率 99.48 / 1000
- ・子ども・子育て支援金率 2.3 / 1000
- ・介護保険 料率 16.0 / 1000 ※令和8年4月から令和9年3月まで

標準報酬月額やご自身の保険料について、詳しくは当組合までご連絡ください。

● 保険料の上限

標準報酬月額の上限は、 5 0 等級 1 3 9 0 千円 となります。

- ・ 介護保険のある方 1 6 3, 7 1 4 円
- ・ 介護保険のない方 1 4 1, 4 7 4 円

※ 介護保険のある方とは、4 0 歳から6 4 歳までの介護保険第 2 号被保険者を指します。

● 保険料が変更となる場合

収入による保険料の見直しはありませんので、**原則として2年間保険料の変更はございません。**
ただし、以下に該当した場合は保険料が変更となります。

① 介護保険第 2 号被保険者に該当したとき（4 0 歳になったとき）

4 0 歳になった月から、健康保険料に介護保険料を加えた金額を納付することとなります。

② 介護保険第 1 号被保険者に該当したとき（6 5 歳になったとき）

6 5 歳になった月から、健康保険料のみ納付することとなります。

※ ①・②の年齢到達について

民法の規定により、出生日の前日をもって年齢が加算されます。

たとえば、5 月 1 日生まれの方は前日の 4 月 3 0 日に介護保険第 1 号（または 2 号）に該当するので、4 月分の保険料から納付額が変更となります。

③ 保険料率の改定があったとき

年度毎に見直しをしています。改定がある場合はご案内を郵送いたします。

ポイント

退職後は、どの保険に加入するのが 1 番お得？

- 任意継続 退職時の報酬によって 2 年間の保険料が決定します
- 国民健康保険 前年の収入によってその年の保険料が決定します
- 社会保険被扶養者 被扶養者の保険料はかかりません

任意継続（以下任継）と国民健康保険（以下国保）は保険料の決定方法が異なります。
任継は当組合へ、**国保はお住まいの市区町村の国民健康保険課へ保険料の確認し、金額の比較・検討をしてみましょう。**

退職後すぐは任継の保険料が安くても、翌年は国保の保険料が下がって任継の保険料より安くなっている場合がありますので、毎年金額の比較・見直しがおすすです。

ご家族が加入している健康保険の扶養に入れる場合は保険料がかかりません。収入要件など、扶養に入れる条件を満たしているか確認しましょう。例えば、年金収入、失業手当等も収入になるので注意が必要です。詳しくはご家族の加入健保へお問い合わせください。

なお健康推進事業や保険給付については、原則任意継続資格取得後も在職時と同様の給付が受けられます。詳しくは、本冊子の 9～1 5 ページをご確認ください。

任継に加入する場合は、2 0 日以内に手続きをする必要がありますのでご注意ください。

3. 任意継続の手続きについて

① 資格取得申請書を提出する

資格取得申請書をご用意ください。申請書は当組合ホームページより印刷ができます。印刷ができない場合はご自宅に申請書をお送りいたしますので、当組合適用課までご依頼ください。必要事項を記入後、以下の書類を当組合まで郵送にて提出してください。

- ・ 記入済の資格取得申請書（必要があれば申請書②もご提出ください）
- ・ 退職証明書（コピー） ※ 事業所より発行されていない場合は、省略可

提出期限は退職日の翌日から20日以内組合必着となります。

（20日目が土日祝の場合は、翌営業日組合必着）



② 納付書が到着したら、初回の保険料を納付をする

申請書が組合に到着し処理が完了しましたら、納付案内および申請された年度内分のすべての納付書をご自宅へ郵送いたします。

納付書が到着しましたら、納付案内に従い、納付書記載の期限内に必ず納付を完了させてください。

※ 納付方法については、「4. 保険料の納付方法の選択について（5ページ）」をご確認ください。また、納付場所については6ページをご確認ください。



③ 資格情報のお知らせ※1が送付される

資格情報のお知らせがお手元に届きましたら、マイナ保険証が利用可能です。

期限内に保険料の納付がない場合、資格が無効となりますのでご注意ください。

また、資格確認書※2の発行が必要な方には資格情報のお知らせとあわせて送付いたします。

※1 ≪ 資格情報のお知らせのお取り扱いについて ≫

資格情報のお知らせは、加入者の記号・番号等を把握いただくため皆様へ送付いたします。ただし、資格情報のお知らせのみでは、保険診療を受けることができませんのでご注意ください。

※2 ≪ 資格確認書のお取り扱いについて ≫

資格確認書は、マイナ保険証の代わりになるものです。医療機関等へ提示することで保険診療を受けることができます。マイナンバーカードを持っていない方や、持っても保険証利用登録をしていない方、個別の事情でマイナ保険証の利用ができない方へ、申請により交付いたします。

※任意継続資格取得申請書にて”発行が必要”欄にチェックを入れていただいたうえでマイナ保険証の利用登録をしていないことが当組合にて確認できた方のみ交付対象となります。

4. 保険料の納付方法の選択について

資格取得月の保険料は1か月分としてお支払いいただきますが、取得月の翌月からの納付方法は月納・前納のいずれかをご選択いただくことができます。

● 月納（月払い）

毎月、納付期限（その月の10日）までにその月の保険料を納付していただく方法です。

10日が土・日・祝祭日の場合、翌銀行営業日が納付期限となります。

⚠ 月納を選択するときの注意

保険料の納付によってその月の資格を取得することとなりますので、**納付期限日までに振込みがない場合、期限日の翌日をもって資格喪失となります。**資格を継続したい場合は納付忘れに注意が必要です。**納付期限と納付金額は毎月必ず納付書で確認してください。**

● 前納（まとめでの支払い）

取得月の翌月からの保険料をまとめてお支払いいただく方法です。1か月あたり数円～数百円の割引が適用されます。9月分までと3月分までの半期ずつ納付する前納（①）と、3月分までの年度分すべてを納付する前納（②）のいずれかを選択できます。

申請時に選択した納付方法で納付をしていただくことになるため、9月分までの半期の前納を選択された方は10月分から3月分の納付方法も半期の前納となります。

納付期限は前納開始月の前月末日（土日祝の場合は翌営業日）までとなりますので、取得月の翌月に取得の手続きをする場合は前納を選択することはできません。

- ① 取得月の翌月分から、その年度の9月分までと10月から翌年3月分までの前納
- ② 取得月の翌月分から、その年度分すべて（3月分まで）の前納

② 取得月の翌月から年度末まで（最長11か月分）											
①-A 取得月の翌月から9月分まで						①-B 翌年3月分まで					
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月

例：5月に取得した場合、①を選択すると6月～9月分までの4か月分の前納（①-A）と10月～翌年3月分までの6ヶ月の前納（①-B）となります。

②を選択すると6月～翌年3月分までの10か月分の前納（②）となります。

⚠ 前納を選択するときの注意

初回の手続きにおいて、前納希望をされる方は**前納納付期限（取得月の月末）の1週間前までに申請書を当組合に送付（組合に必着）してください。**

※ もし、前納希望される方で喪失日が月末から1週間前未満またはそれまでに送付できない都合がある方は前もって当組合適用課までご連絡ください。

● 加入した年度以降の納付方法

申請時に選択していただいた納付方法で資格喪失まで納付をしていただきます。納付方法を変更したい場合は変更期日までに当組合へ「**納付方法変更申出書**」の提出が必要となります。

変更期日は次のようになります。**4月分からの変更⇒2月末日 10月分からの変更⇒8月末日必着**

※変更希望の方は適用課までご連絡ください。

5. 保険料の納付の仕方・納付場所

保険料は、ご自宅に送付される納付書を使用して納付していただきます。

● 納付書の送付・納付スケジュール

以下の通り、納付書がご自宅に届きますので、それぞれ期限内に納付してください。

・ 申請された年度分の納付書

申請書が提出された後、納付案内とあわせて年度分すべての納付書が届きます。

それぞれの納付書に記載されている納付期限日をご確認ください。

【月納を選択した方】 介護保険料の有無によって同一年度内でも保険料が異なる場合がございます。それぞれの納付書に記載の保険料・納付期限は必ずご確認ください。

【前納を選択した方】 9月分までの前期や年度内のすべての前納を選択された方は取得月と同時に納付することをおすすめします。（前納の開始月は**取得月の翌月**です。）

10月からの後期の前納は**9月中に納付をしてください。**

・ 資格取得した次年度からの納付書

原則、申請時に選択していただきました納付方法にて資格喪失まで納付をしていただきます。前納を選択された方は3月初旬頃、月納を選択された方は4月初旬頃に年度内分すべての納付書が届きます。納付方法の変更を希望する方は当組合適用課へご連絡ください。

なお、納付書がお手元に届いてから、納付額を確認のうえ、保険料を納付してください。

● 保険料の納付場所

▷ ATM・インターネットバンキングから振り込み

納付書の納付期限の下に載っている当組合の口座へ納付してください。

依頼人氏名に番号（納付書の一番上に記載されている5桁の数字）と氏名を必ず入力してください。

※手数料はご本人様負担となります。

※納付金額や口座の誤りがあった場合、当組合での責任は負いかねます。

▷ 各金融機関 窓口（ゆうちょ銀行を除く）

銀行の窓口には納付書と保険料を持参し、納付してください。郵便局やコンビニの窓口では納付できません。

※手数料はご本人様負担となります。

● 納付に関する注意

- ・ 午後に納付をすると、金融機関の都合上納付日が翌営業日扱いとなる場合がありますので、保険料は可能な限り期限日の前日までに納付を完了させてください。
納付期限当日に振込処理を行い、納付日が翌営業日扱いとなった場合は当組合適用課までご連絡ください。

- ・ 領収書はすべて確定申告の際に必要なとなりますので、大切に保管してください。
領収書の再発行はできません。

- ・ 保険料は、資格喪失月は発生しませんが、取得月と喪失月が同月の場合は発生します。

6. 資格喪失について

● 資格喪失となる場合

次のいずれかに該当した場合、任意継続の資格を喪失します。

資格確認書は資格喪失日より使用できなくなりますので、お持ちの方はご注意ください。

① 任意継続被保険者となった日から2年を経過したとき

期間満了となり、資格情報のお知らせ等に記載されている喪失予定年月日に資格喪失します。

② 被保険者が死亡したとき

死亡日の翌日に資格喪失します。

③ 保険料を納付期限までに納付しなかったとき

保険料未納となり、納付期限日の翌日に資格喪失します。

④ 就職により社会保険の被保険者となったとき

社会保険の資格取得日に資格喪失します。

⑤ 船員保険の被保険者となったとき

船員保険の資格取得日に資格喪失します。

⑥ 後期高齢者医療制度の被保険者となったとき

75歳の誕生日または、65歳以上の障害認定日に資格喪失します。

⑦ 被保険者から申出があったとき

喪失申出書が届いた日の属する月の翌月1日に資格喪失します。

(月末が土・日・祝祭日の場合は当組合の営業末日が喪失申出書の締め日となります。)

● 資格喪失の手続きと、喪失証明書の発行について

▷ 当組合へ喪失の連絡が必要なとき

- ② 死亡
- ④ 就職

上記の場合はお手続きや確認事項がございますので、当組合適用課まで事前にご連絡ください。

▷ 当組合へ喪失の連絡が不要なとき

- ① 期間満了
- ⑥ 後期高齢者医療制度該当（65歳以上の障害認定の場合はご連絡が必要となります。）
- ⑦ 申出による喪失

上記の場合は資格喪失日に当組合より証明書を発送いたします。

到着後、資格確認書をお持ちの方は当組合へご返却ください。

ポイント

任意継続を脱退したいときはどうしたらいいの？

「任意継続を脱退したい」といった理由で資格を喪失する場合は、切り替えを希望する月の前月に「資格喪失申出書」のご提出が必要となります。21ページ掲載の申請書に必要事項記載の上提出してください。受理された日の属する月の翌月1日にその資格が喪失します。喪失処理後に資格喪失証明書を送付いたしますので保険の切り替えにご使用ください。切り替え希望月の前月に当組合に喪失申出書が届かなかった場合、希望月の保険料を納付していない方は納付期限の翌日にて喪失処理をいたします。既に納付している方は翌月の1日にて喪失処理をいたします。

7. 任意継続加入後の各種手続きについて

任意継続加入後、以下に該当する場合はそれぞれお手続きをお願いいたします。

届書は当組合ホームページより印刷ができます。

● 転居し住所が変わったとき

「任意継続住所変更届」を記入し提出してください。

● 氏名が変わったとき

「任意継続氏名変更届」を記入し、提出してください。

資格確認書の交付が必要な場合は「氏名変更前の資格確認書（家族分含む）」

「任意継続資格確認書（再）交付申請書」をあわせて提出してください。

● 就職して別の健康保険に加入したとき

お手続き方法をご案内いたしますので、**当組合適用課まで必ずご連絡ください。**

就職先で健康保険の資格取得した月は、任意継続保険料はかかりません。

（例）9月16日に就職先で健康保険の資格取得をした場合、任意継続保険料は8月分まで納付になります。

● 国保や家族の扶養へ保険を切り替えたいとき

「任意継続被保険者喪失申出書」を記入し、喪失希望月の前月に提出してください。

● 被扶養者が扶養から外れるとき

お手続き方法をご案内いたしますので、当組合適用課まで必ずご連絡ください。

※その他お手続きや、ご不明な点がございましたら当組合適用課までご連絡ください。

ポイント

前納したが就職して社会保険に加入した時は保険料は戻ってくるの？

就職して他の社会保険に加入した場合は、就職日をもって資格喪失となります。社会保険に入ることが決定した時点で当組合適用課へご連絡をいただければ手続きについて説明をいたします。手続き終了後に重複している保険料の還付手続きへと移行させていただきます。

※被保険者の死亡や65歳以上の障害認定による後期高齢者医療制度の被保険者になった場合も上記と同様の手続きが必要となりますので当組合適用課へご連絡ください。

8. 任意継続加入後の健康診断等の「健康推進事業」について

● 健康診断・癌検診等について

当組合と委託契約を結んでいる医療機関（委託医療機関）で健康診断等が受診できます。

受診できる検査等

- 健康診断
- 胃癌検診・子宮癌検診・乳癌検診・前立腺癌検診
- インフルエンザワクチン接種
- ツベルクリン反応検査

費用について

健康診断・各種癌検診につきましては、基本無料（組合負担）でご受診いただけますが、医療機関の料金設定や検査項目（胃カメラ検査等）によっては一部負担金が発生する場合がございます。

ご予約の際に東京都医業健康保険組合加入員である旨をお伝えし、一部負担金が発生するかを必ずご確認ください。

また、インフルエンザワクチン接種につきましては2,200円、ツベルクリン反応検査につきましては780円の助成となりますので、それぞれ差額分のご負担をお願いします。

お手続きについて

次ページの「健康診断・各種癌検診等 ～受診から請求までの流れ～」をご確認ください。

ご注意点

- 委託医療機関に受診を希望される病院がない場合は、当組合までご相談ください。
- 健康診断や癌検診等の補助金申請は、事業所在籍中・任意継続中に関わらず年度につき1人1回（インフルエンザワクチン接種は2回）までです。



※事業所在籍中すでに健診・癌検診等を受診されている場合、同年度内は申請できません。

【例】





健康診断・各種癌検診等 ～ 受診から請求までの流れ ～



1 必要書類を用意しましょう！

健康診断を受診される方

- 健康診断補助金交付申請書
- 補助金明細表
- 個人別健康診断結果報告書
- 健康診断質問票

各種癌検診等を受診される方

- 補助金交付申請書
- 補助金明細表
- 実施結果報告書



※当組合ホームページより印刷してください。

2 医療機関を選び、予約しましょう！

当組合ホームページより受診される医療機関を選択し、予約をお取りください。
希望する医療機関が掲載されていない場合は、当組合までご相談ください。



3 受診当日は以下のものをご持参ください！

- ①でご用意いただいた必要書類（記入・捺印漏れにご注意ください）
- 健康保険の資格確認ができるもの
- 受診する医療機関より依頼されたもの

費用の請求について

窓口で支払いが無料 または一部負担のみの場合

受診された医療機関から当組合へご請求いただきますので、受診者様のお手続きはございません。

窓口で全額お支払いされた場合

受診者様から当組合へご請求いただきます。

健診結果が出ましたら、①でご用意頂いた必要書類と領収書（コピー可）を組合宛に郵送し、ご請求ください。後日、記載された口座へご入金いたします。

予約の際、検査費用の自己負担分の有無及び精算方法についてご確認ください。



健康保険（治療等）にて実施したものや、文書料については組合補助対象外となります。

● 当組合主催行事について

- 歯周病郵送検診 . . . 6月
- ウォーキングキャンペーン . . . 5月・10月
- 森林セラピー . . . 5月～3月

※上記各主催行事の内容や手続きにつきましては、開催の約1ヶ月前に登録住所へご案内をお送りします。

- こころの健康アバター支援サービス . . . 通年
- 女性の健康・育児相談窓口 . . . 通年

※通年開催行事の内容や手続きにつきましては、当組合ホームページをご覧ください。

● レジャー・宿泊施設などのご案内

当組合と法人契約を結んでいる各施設が優待料金でご利用いただけます。

対象施設や内容につきましては当組合ホームページ「レジャー施設・宿泊施設などのご案内」をご覧ください。

【契約施設】



ご不明な点は、
健康推進課までお願いします

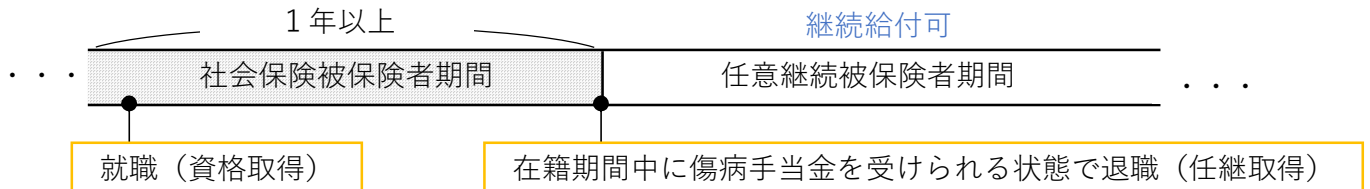
9. 任意継続加入後の継続給付について

任意継続被保険者になってからの傷病手当金および出産手当金は申請することができません。

ただし、資格喪失後の継続給付に該当する場合、任意継続被保険者であっても引き続き受給することができます。

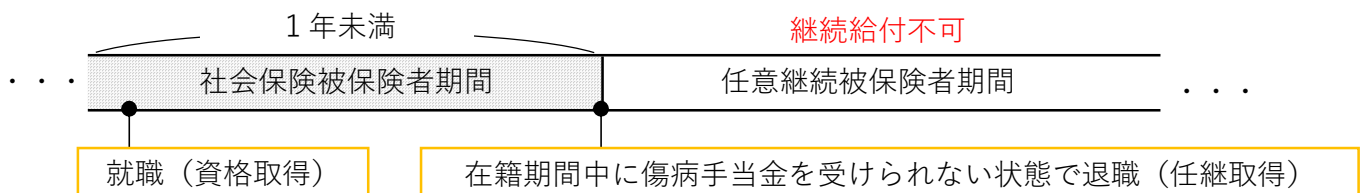
● 傷病手当金

▷ 資格喪失後、傷病手当金が受給できる条件



- ・ 社会保険の被保険者期間が継続して1年以上あること
- ・ 退職日まで傷病手当金を受けている、または受けられる状態であること

▷ 資格喪失後、傷病手当金が受給できない例



- ・ 退職日に出勤していると継続給付に該当しません。
- ・ 継続給付中仕事に就くことができる状態になる、または働いた時点から打ち切りとなります。（雇用保険の受給、パート、アルバイトを含む）
- ・ 請求期間が1日でも間が空くと、継続給付に該当しないため受給できません。
- ・ 新たな傷病で傷病手当金を申請することはできません。

▷ 老齢年金や障害年金を受給されている方

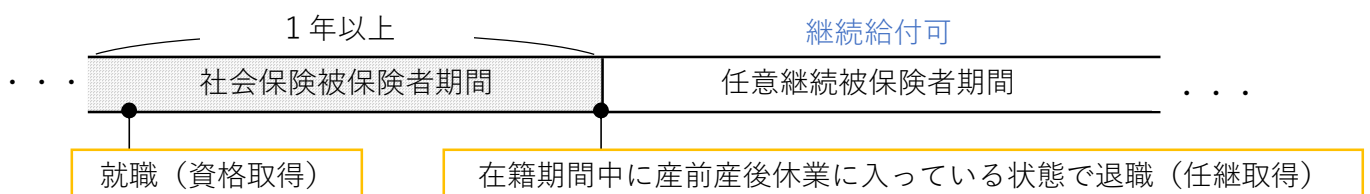
傷病手当金を受給中、老齢厚生年金・障害厚生年金等の「公的年金」を受給している場合、「傷病手当金と公的年金との給付調整」を行います。

⇒ 年金裁定通知書の写しを必ず添付してください。

なお、年金額に変更があった場合、年金額改定通知書の写しを追加でお送りください。

● 出産手当金

▷ 資格喪失後、出産手当金が受給できる条件



- ・ 社会保険の被保険者期間が継続して1年以上あること
- ・ 退職日が産前産後休業にかかり、受けられる状態であること

10. 任意継続加入後の保険給付について

原則として、在職中と同様の保険給付を受給できます。

● 高額療養費

医療費の窓口支払額が、該当する区分の自己負担限度額を超える場合、超えた額が高額療養費として支給されます。区分は、受診時の標準報酬月額により決定します。

任意継続の標準報酬月額は「ア」～「オ」（70歳以上は「現役並みⅢ」～「低所得者Ⅰ」）のいずれかの区分に該当します。

* マイナ保険証をお持ちの方は、限度額適用認定証の申請が不要です。

被保険者が非課税に該当している場合、標準負担額減額認定申請書（非課税証明書添付必須）の申請が必要です。

○ 70歳未満

令和7年4月現在

区 分	標準報酬月額	自己負担限度額(カウント1～3回まで)	多数該当(4回目～)
ア	83万円以上	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1%	140,100円
イ	53～79万円	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1%	93,000円
ウ	28～50万円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
エ	26万円以下	57,600円	44,400円
★ オ	非課税（住民税）	35,400円	24,600円

○ 70歳以上

令和7年4月現在

区 分	標準報酬月額	自己負担限度額(カウント1～3回まで)		多数該当(4回目～)
現役並みⅢ	83万円以上	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1%		140,100円
現役並みⅡ	53～79万円	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1%		93,000円
現役並みⅠ	28～50万円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%		44,400円
一 般	26万円以下	外来 18,000円	入院 57,600円	44,400円
★ 低所得Ⅱ	非課税（住民税）	外来 8,000円	入院 24,600円	—
★ 低所得Ⅰ	非課税（住民税）	外来 8,000円	入院 15,000円	—

※ 被保険者75歳誕生日時の特例負担区分は別途ございます。

【申請に必要な書類】

○ 被保険者

- ・ 本人高額療養費・一部負担還元金支給申請書
- ・ 領収書（写）

○ 被扶養者

- ・ 健康保険高額療養費支給申請書
- ・ 領収書（写）

★ 被保険者が非課税に該当した場合は、非課税証明書を添付してください。

● 一部負担還元金（被保険者のみ）

医療機関ごとの入院・外来通院・歯科それぞれ別の自己負担額が以下の表に掲げる区分に応じた「対象となる自己負担額」を超えた場合、一部負担還元金として支給されます。算出方法は、自己負担額から区分に応じた「控除額」を差し引いた額になります。なお、算出した額が1,000円未満は不支給、100円未満の端数は切り捨てとなります。

○ 一部負担還元金区分表

区 分	標準報酬月額	対象となる自己負担額	控除額
ア	83万円以上	81,000円	80,000円
イ	53～79万円	71,000円	70,000円
ウ	28～50万円	61,000円	60,000円
エ	26万円以下	51,000円	50,000円

- 診療を受けた月ごと（1日～月末単位）に算出します。
- 院外処方時の処方箋（薬剤負担分）も含みます。
- 保険診療分のみ対象です（食事療養費負担・差額室料・自費による検査などを除く）。
- 被扶養者は申請できません。

【申請に必要な書類】

- ・ 本人高額療養費・一部負担還元金支給申請書
- ・ 領収書（写）

● 出産育児一時金

妊娠4か月（妊娠85日）以上で出産（死産・流産を問わず）した場合、出産育児一時金として最大50万円が支給されます。

【申請に必要な書類】

○ 直接支払制度を利用する場合

- ・ 出産育児一時金支給申請書（直接支払制度を利用するとき）
- ・ 分娩/出産費用明細書（写）
- ・ 直接支払制度を利用する合意文書（写）

○ 直接支払制度を利用しない場合

- ・ 出産育児一時金支給申請書（直接支払制度を利用しないとき）
- ・ 分娩/出産費用明細書（写）
- ・ 直接支払制度を利用しない合意文書（写）

○ 受取代理制度を利用する場合

- ・ 出産育児一時金支給申請書（受取代理用）

※ 事前申請の為、出産予定日の2ヶ月以内に当組合へご提出ください。

● 埋葬料（費）・付加金

被保険者や被扶養者が死亡した場合、埋葬料として5万円が支給されます。

家族や身近な方が全くいない場合は、実際に埋葬を行った方に対して

実費分の埋葬費（上限5万円）が支給されます。

また埋葬料に加え、条件を満たした方には付加金として以下の金額が追加で支給されます。

○ 被保険者が死亡した場合 25,000円

○ 被扶養者が死亡した場合 15,000円

【申請に必要な書類】

○ 被保険者

- ・ 本人埋葬料（費）付加金支給申請書
- ・ 添付書類 ※

○ 被扶養者

- ・ 家族埋葬料付加金支給申請書
- ・ 添付書類 ※

※ 死亡者と請求者との関係性によって添付書類が異なる為、埋葬料（費）支給申請書の裏面を参照し、添付してください。

★ 特定疾病療養受療証について

人工透析を行っている慢性腎不全については、同月内・医療機関ごと（但し「入院」「外来+調剤」別）の自己負担額が10,000円を超えた額（標準報酬月額が53万円以上である世帯のうち70歳未満の方は20,000円を超えた額）を給付します。

血友病や抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群についても、同月内・医療機関ごと（但し「入院」「外来+調剤」別）の自己負担が10,000円を超えた額を給付します。

○ 該当する方は【特定疾病認定】の申請を行ってください。

- ・ **マイナ保険証を利用されている方は、【特定疾病認定】の事務処理が完了しましたらマイナ保険証による受診時に特定疾病情報が反映されるため、特定疾病療養受療証は発行されません。**
- ・ **資格確認書をお持ちの方には、特定疾病療養受療証を発行いたします。**

▷ 保険給付・特定疾病療養受療証について・・・ 給付課 までお問い合わせください。

★ 限度額適用認定証について

- ・ **マイナ保険証をお持ちの方は、限度額適用認定証の新たな発行が不要です。標準負担額減額認定証（住民税非課税対象者）は新たな発行が必要になります。**

▷ 限度額適用認定証について…………… 業務課 までお問い合わせください。

○ 各種申請用紙は当組合ホームページ「申請書一覧」の「給付・請求に関する書式」からダウンロードできます。

1 1. 任意継続 Q & A

任意継続について、よくある質問をまとめておりますのでご参照ください。

Q 1. 再就職先で、社会保険に加入しました。任意継続をやめる手続きは必要ですか？

- A. 手続きが必要なため、当組合適用課宛にお電話ください。
「健康保険任意継続被保険者 資格喪失申出書（就職用）」をご郵送いたしますので、必要事項をご記入のうえ、
- ・健康保険任意継続被保険者 資格喪失申出書（就職用）
 - ・加入先の資格情報のお知らせ（コピー）または資格確認書（コピー）
 - ・当組合発行の資格確認書（**発行者のみ**）

以上2点（資格確認書が発行されている方は3点）を当組合までご提出ください。

Q 2. 任意継続の手続きをしましたが、後日、家族の扶養に加入できることがわかりました。任意継続を途中で脱退することはできますか？

- A. 「健康保険の被扶養者になるため」や「国民健康保険への切り替え」という理由で脱退する場合は「健康保険任意継続被保険者 資格喪失申出書」の提出が必要となり、**脱退を希望する月の前月に提出していただくことが条件となります。**

Q 3. 過払いした保険料はどうなりますか？

- A. 以下の理由により任意継続の資格を喪失した場合、当該事実が確認出来次第、当組合より還付金請求書を送付します。還付金請求書のご提出後、指定口座へ還付金をお振り込みします。

1. 被保険者が就職して、他の社会保険の被保険者となったとき
2. 被保険者が死亡した場合
3. 被保険者から喪失の申出があったとき

※任意継続の資格を取得した日と、就職や死亡により任意継続の資格を喪失した日が同月の場合は1か月分の保険料が必要となりますので、取得月の保険料の返還はございません。

Q 4. 納付期限を過ぎてしまいました。今からでも納付できますか？

- A. 納付期限日翌日以降の納付はできません。
また、任意継続は一度でも納付期限内に納付ができないと、資格喪失となります。
ただし、天災地変や交通・通信関係のストライキなど納付の遅延について正当な理由があると当組合が認めたときはこの限りではありませんので、その場合は当組合適用課までご相談ください。

Q 5. 納付書を紛失してしまいました。

- A. 納付期限日までに納付がないと資格喪失となってしまいますので、納付書を紛失した場合は当組合適用課まで早急にご連絡ください。

Q 6. 資格喪失後に資格確認書等を使うとどうなりますか？

- A. 資格喪失後に資格確認書等を誤って医療機関の窓口で提示した場合は、当組合が負担した医療費（総医療費の7～8割）を後日ご返還いただくことになります。
また、遡って資格喪失後受診が判明した際も同様に、医療費をご返還していただきます。
被保険者の資格喪失後に被扶養者の方が資格確認書等を使用した場合も同様ですのでご注意ください。

Q 7. 退職時の給料から健康保険料が引かれています。二重払いではないですか？また、保険料は日割り計算ですか？

- A. 健康保険の保険料は、加入した月は必要ですが、資格を喪失した月は必要ありません。
通常事業所では、その月の給与から前月分の保険料を控除しています。そのため、事業所で控除された保険料と任意継続保険料が二重払いになることはありません。
また健康保険料は、月単位となっており、日割りでの保険料納付はありません。
任意継続の加入が月初めでも月末でも同じ1か月分の保険料を納めていただきます。

例 3月31日退職・4月1日任意継続加入

→ 4月分から任意継続保険料が必要 / 3月分までは給与から控除

3月29日退職・3月30日任意継続加入

→ 3月分から任意継続保険料が必要 / 2月分までは給与から控除

Q 8. 自己都合ではなく、会社都合で退職しました。この場合、任意継続に加入できますか？

- A. 任意継続の加入条件を満たせば、加入することができます。
ただし、解雇など雇用保険の特定受給資格者及び特定理由離職者に該当される方は、国民健康保険料（税）を軽減する制度がありますので、お住まいの市区町村の国民健康保険課、並びに公共職業安定所（ハローワーク）にご確認をお願いします。

Q 9. 任意継続の制度を知らず、申請期限の資格喪失日（退職日の翌日）から20日を過ぎてしまいました。今からでも申請できますか？

- A. できません。申請書類が提出期限である資格喪失日（退職日の翌日）から20日以内を経過して提出された場合は、当組合が「正当な理由」（天災地変、交通、通信関係のストライキなどによって法定期間内に届出が提出できなかった）があると認めた場合以外は認められません。
誤って、他の健康保険組合に申請書を送付した場合も同様の理由で申請はできませんので、送付先にはご注意ください。

Q10. 申請期限の資格喪失日（退職日の翌日）から20日以内は、土日祝日を含みますか？

- A. 土日祝日を含めて資格喪失日（退職日の翌日）から20日以内となります。ただし、20日目が土日祝日に当たる場合はその翌営業日までが申請期限となります。

Q11. 任意継続取得後、限度額適用認定証はどうしたらよいですか？

- A. 任意継続取得後は被保険者等記号及び番号が変更になりますので、現在お持ちの限度額適用認定証はご返却ください。
マイナ保険証をお持ちの方は任意継続資格取得後の限度額適用認定証の申請が不要です。
引き続き限度額適用認定証が必要な方は、改めて「健康保険限度額適用認定証申請書」及び被保険者が住民税非課税に該当している方は、「健康保険限度額適用・標準負担額減額認定申請書」をご提出ください。
任意継続の資格取得を確認次第、簡易書留で郵送いたします。
また、市区町村発行の医療証につきましては、担当窓口にて変更手続きを行ってください。

12. 令和8年度 年間スケジュール表

月納【毎月の支払い】の場合			
納付対象月	保険料納付期限	保険料未納による 資格喪失日	保険料未納による 喪失通知書発送時期
令和8年4月	令和8年4月10日(金)	令和8年4月11日(土)	令和8年4月14日頃
令和8年5月	令和8年5月11日(月)	令和8年5月12日(火)	令和8年5月13日頃
令和8年6月	令和8年6月10日(水)	令和8年6月11日(木)	令和8年6月12日頃
令和8年7月	令和8年7月10日(金)	令和8年7月11日(土)	令和8年7月14日頃
令和8年8月	令和8年8月10日(月)	令和8年8月11日(火)	令和8年8月13日頃
令和8年9月	令和8年9月10日(木)	令和8年9月11日(金)	令和8年9月14日頃
令和8年10月	令和8年10月13日(火)	令和8年10月14日(水)	令和8年10月15日頃
令和8年11月	令和8年11月10日(火)	令和8年11月11日(水)	令和8年11月12日頃
令和8年12月	令和8年12月10日(木)	令和8年12月11日(金)	令和8年12月14日頃
令和9年1月	令和9年1月12日(火)	令和9年1月13日(水)	令和9年1月14日頃
令和9年2月	令和9年2月10日(水)	令和9年2月11日(木)	令和9年2月12日頃
令和9年3月	令和9年3月10日(水)	令和9年3月11日(木)	令和9年3月12日頃
半年前納【半年毎の支払い】の場合			
納付対象月	保険料納付期限	納付対象月	保険料納付期限
令和8年4月～9月	令和8年3月31日(火)	令和8年10月～ 令和9年3月	令和8年9月30日(水)
1年前納【1年間の支払い】の場合			
納付対象月		保険料納付期限	
令和8年4月～令和9年3月		令和8年3月31日(火)	

※資格取得月の納付期限は、組合で指定した日にちとなります。

※月納を選択した方で、納付期限までに納付がない場合、期限の翌日に資格喪失となります。

※資格取得時の前納納付期限は、取得月の月末です。(末日が土日祝日の場合は翌営業日)

※令和9年度の前納納付書の発送は、令和9年3月上旬頃を予定しております。

13. 各種お問い合わせ先


東京都医業健康保険組合

電話番号 : 03-3353-4311 (代表)

住所 : 〒160-0012 東京都新宿区南元町4番地

受付時間 : 平日 9:00~17:00 (土日祝日・年末年始を除く)

URL : <https://www.toui-kenpo.or.jp/>

東医健保 

- ▷ 任意継続の手続きや保険料、制度に関するお問い合わせ・・・・・・・・・・ 適用課
- ▷ 保険料の入金や、領収書に関するお問い合わせ・・・・・・・・・・ 経理課
- ▷ 任意継続中の健康推進事業に関するお問い合わせ・・・・・・・・・・ 健康推進課
- ▷ 任意継続中の保険給付(傷病手当金・出産手当金等)に関するお問い合わせ・・ 給付課
- ▷ 限度額適用認定証や、第三者行為(交通事故等)に関するお問い合わせ・・・・ 業務課

ご不明な点がございましたら、上記までお気軽にお問い合わせください。

※組合 記入欄	月納 ・ 前納
------------	---------

事務局長	部長	課長	係長	係

健康保険任意継続被保険者 資格喪失申出書

①被保険者等 記号・番号		任意喪失用	
記号	5001	番号	
②被保険者の氏名		③被保険者の生年月日	
フリガナ		昭和 平成	
		年 月 日	
④被保険者の住所			
〒			
⑤被保険者の電話番号		⑥資格喪失希望月	
()		令和 年 月 1 日 ※ 希望月の前月に当組合必着で提出してください	
⑦資格喪失の事由		備考 ※組合記入欄	
a. 国保加入	b. 家族の扶養	資格喪失年月日	
c. その他()		令和 年 月 1 日	

受付年月日

東京都医業健康保険組合

※ 記入方法は裏面(記入例)をご確認ください。

(6.12)

【 注意事項 】

- * この申出書は任意での資格喪失をご希望の場合にご使用ください。
就職や被保険者の死亡などの事由による資格喪失は他の届出書になりますので当組合の適用課へご連絡ください。
(詳しくは当組合のホームページまたは任意継続の手引きの7ページをご確認ください。)
- * 資格喪失日は申出書を「受理した日の属する月の翌月1日」となりますので必ず喪失希望月の前月に当組合へ提出してください。
「受理した日」とは当組合に到達した日(当組合の郵便受けに投函された日)となります。月の末日が土・日・祝祭日の場合は当組合の翌営業日が受理日となります。
- * 希望月の前々月以前に申出書が当組合に届いた場合は返戻させていただきますのでご注意ください。
- * 希望月以降に申出書が届いた場合は納付状況に応じて資格喪失の処理をさせていただきます。
希望月の保険料を納付をしていない方は希望月の納付期限の翌日にて資格喪失します。既に納付をしている方は申出書を受理した日の翌月1日にて資格喪失します。
- * 申出書の提出により保険料の還付が発生する場合は喪失処理後、当組合から資格喪失証明書を送付する際に還付金請求書を同封いたしますので必要事項を記載の上、当組合へご返送ください。
- * 資格確認書は資格を喪失するまで使用できます。お持ちの方は資格喪失後にご返却ください。
- * 原則として、申出後の取り消しはできませんので、ご注意ください。

健康保険任意継続被保険者 資格喪失申出書 記入例

①被保険者等 記号・番号		任意喪失用
記号 5001	番号 □□□□□	
②被保険者の氏名		③被保険者の生年月日
フリガナ	ケンボ 健保	タロウ 太郎
		(昭和) 50年 1月 10日 平成
④被保険者の住所		
〒123-4567 東京都□□区□□町1-2-3 □□マンション102号室		
⑤被保険者の電話番号		⑥資格喪失希望月
03 (□□□□) □□□□		令和 8年 5月 1日 ※希望月の前月に必ず提出してください
⑦資格喪失の事由		備考 ※組合記入欄
<input checked="" type="radio"/> a. 国保加入	<input type="radio"/> b. 家族の扶養	資格喪失年月日
<input type="radio"/> c. その他()		令和 年 月 1日

【記入方法について】

- * ④・⑤は、現在使用している住所・電話番号を記入してください。
手続き完了後に資格喪失証明書をお送りしますので、誤りのないようご確認ください。
- * ⑥は喪失を希望する月を記載してください。希望月の前月に必ず提出してください。
- * ⑦は、資格を喪失する事由に○をしてください。

【注意事項】

- * この申出書は任意での資格喪失をご希望の場合にご使用ください。
就職や被保険者の死亡などの事由による資格喪失は他の届出書になりますので当組合の適用課へご連絡ください。
(詳しくは当組合のホームページまたは任意継続の手引きの7ページをご確認ください。)
- * 資格喪失日は申出書を「受理した日の属する月の翌月1日」となりますので必ず喪失希望月の前月に当組合へ提出してください。
「受理した日」とは当組合に到達した日(当組合の郵便受けに投函された日)になります。月の末日が土・日・祝祭日の場合は当組合の翌営業日が受理日となります。
- * 希望月の前々月以前に申出書が当組合に届いた場合は返戻させていただきますのでご注意ください。
- * 希望月以降に申出書が届いた場合は納付状況に応じて資格喪失の処理をさせていただきます。
希望月の保険料を納付をしていない方は希望月の納付期限の翌日にて資格喪失します。既に納付をしている方は申出書を受理した日の翌月1日にて資格喪失します。
- * 申出書の提出により保険料の還付が発生する場合は喪失処理後、当組合から資格喪失証明書を送付する際に還付金請求書を同封いたしますので必要事項を記載の上、当組合へご返送ください。
- * 資格確認書は資格を喪失するまで使用できます。お持ちの方は資格喪失後にご返却ください。
- * **原則として、申出後の取り消しはできませんので、ご注意ください。**

【送付先】

〒160-0012 東京都新宿区南元町4番地 東京都医業健康保険組合 適用課宛

ご不明な点がございましたら当組合の適用課宛にお問い合わせください。

03-3353-4311(代表)

任意継続 資格取得申請書①

※申請は、退職日の翌日から
20日以内に組合必着です。

事務局長	部長	課長	係長	担当

被保険者等	記号				番号	※勤務していた時に使用していた記号・番号です。 ご不明な場合は空欄で申請できます。			
被保険者氏名	(フリガナ)					生年月日			性別
	(漢字)					昭和 平成	年	月	日
退職時の名字から変更あり		(旧姓)				変更年月日：令和 年 月 日			
住所	現在の居住地	〒 -							
	住民票の所在地	<input type="checkbox"/> 居住地と同じ <input type="checkbox"/> 居住地と相違(右に記入)：〒 -							
電話番号(必須)		- -				複数ある場合は、日中に連絡がつく番号をご記入ください			
資格喪失年月日		令和 年 月 日 ※退職日の翌日を記入してください。							
元勤務先	所在地								
	名称(法人名)								
保険料 納付方法	資格取得月(退職日の翌日の属する月)の翌月～資格喪失月の前月までの納付方法								
	<input type="checkbox"/> 月納 : 毎月、納付期限内に納付する								
	<input type="checkbox"/> 半年前納 : 年2回、分割で納付期限内に納付する(申請日が月末の方はご連絡ください)								
	<input type="checkbox"/> 1年前納 : 年1回、一括で納付期限内に納付する(申請日が月末の方はご連絡ください)								
		※上記で選択した納付方法が、資格喪失月の前月まで継続します。 変更をご希望の際は、組合に申し出る必要があります。							
資格確認書発行要否		※マイナ保険証によるオンライン資格確認を受けることができる状況にある方は、資格確認書の交付対象となりません。 <input type="checkbox"/> 発行が必要(マイナ保険証によるオンライン資格確認を受けることができない)							

被扶養者申請 ※退職時に認定を受けていた被扶養者で、引き続き被保険者に扶養されている方を必ずご記入ください。

被扶養者氏名	生年月日	性別	続柄	住居	職業	年収	資格確認書 発行要否
(フリガナ) (漢字)	昭和 平成 令和 年 月 日	男 女		同居 別居		万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要
(フリガナ) (漢字)	昭和 平成 令和 年 月 日	男 女		同居 別居		万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要
(フリガナ) (漢字)	昭和 平成 令和 年 月 日	男 女		同居 別居		万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要
(フリガナ) (漢字)	昭和 平成 令和 年 月 日	男 女		同居 別居		万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要

上記の中で 被保険者と別居の場合	対象者	住所	〒 -
	対象者	住所	〒 -

組合使用欄			
任継取得番号記入欄	確認印	オンライン	受付日付印
5001			

任意継続
資格取得申請書①

※申請は、退職日の翌日から
20日以内に組合必着です。

記入例

被保険者等	記号	1	2	3	4	番号	56789	※勤務していた時に使用していた記号・番号です。 ご不明な場合は空欄で申請できます。	
被保険者氏名	(フリガナ)	ケンボ タロウ				生年月日		性別	
	(漢字)	健保 太郎				昭和 平成	50年 1月 2日		男・女
退職時の名字から変更あり		(旧姓)		変更年月日		令和 年 月 日			
住所	現在の居住地	〒 123 - 4567 東京都〇〇区〇〇1丁目 〇〇マンション102号室							
	住民票の所在地	<input type="checkbox"/> 居住地と同じ <input checked="" type="checkbox"/> 居住地と相違(右に記入)：〒 567 - 8912 埼玉県〇〇市〇〇1-2-3							
電話番号(必須)	090 - 1234 - 5678		複数ある場合は、日中に連絡がつく番号をご記入ください						
資格喪失年月日	令和 8 年 4 月 1 日 ※退職日の翌日を記入してください。								
元勤務先	所在地	東京都〇〇区〇〇 1-2-3							
	名称(法人名)	医療法人社団 〇〇会							
保険料 納付方法	資格取得月(退職日の翌日の属する月)の翌月～資格喪失月の前月までの納付方法								
	<input type="checkbox"/> 月納 : 毎月、納付期限内に納付する								
	<input type="checkbox"/> 半年前納 : 年2回、分割で納付期限内に納付する(申請日が月末の方はご連絡ください)								
	<input checked="" type="checkbox"/> 1年前納 : 年1回、一括で納付期限内に納付する(申請日が月末の方はご連絡ください)								
※上記で選択した納付方法が、資格喪失月の前月まで継続します。 変更をご希望の際は、組合に申し出る必要があります。									
資格確認書発行要否	※マイナ保険証によるオンライン資格確認を受けることができる状況にある方は、資格確認書の交付対象となりません。 <input type="checkbox"/> 発行が必要(マイナ保険証によるオンライン資格確認を受けることができない)								

被扶養者申請 ※退職時に認定を受けていた被扶養者で、引き続き被保険者に扶養されている方を必ずご記入ください。

被扶養者氏名	生年月日	性別	続柄	住居	職業	年収	資格確認書 発行要否
(フリガナ) ケンボ ハナコ (漢字) 健保 花子	昭和 平成 令和 50年 10月 1日	男 女 男女	妻	同居 別居	専業主婦	0万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要
(フリガナ) ケンボ イチロウ (漢字) 健保 一郎	昭和 平成 令和 14年 8月 1日	男 女 男女	長男	同居 別居	大学生	50万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要
(フリガナ) (漢字)	被扶養者申請欄に記載がない方は 被扶養者として登録されません。 忘れずにご記入してください。			同居 別居		万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要
(フリガナ) (漢字)				同居 別居		万円	<input type="checkbox"/> 発行が必要

上記の中で 被保険者と別居の場合	対象者	健保 一郎	住所	〒987-6543 埼玉県〇〇市〇〇1丁目 〇〇ハイツ201号室
	対象者		住所	

組合使用欄			
任継取得番号記入欄	確認印	オンライン	受付日付印
5001			

任意継続 資格取得申請書②

[送付先の指定がある方、ご就職が決定している方は記載が必要です。]

被保険者氏名

■送付先を指定したい（納付書／資格情報のお知らせ／資格確認書）

*申請書に記入した住所以外の宛先を希望する場合は、下記の1～2を記入して申請書①に同封してください。

1. 送付先を指定する理由にチェックを入れ、日付をご記入ください。

理由： 帰省 旅行で不在 その他()
※その他は詳細を記載してください

____月 ____日 ~ ____月 ____日 は下記へ送付

2. 送付先をご記入ください。

■入金のご案内送付用(初回保険料の納付書)

(保険料のご案内は原則、申請書が届いた日から1週間以内に送付いたします。)

〒 _____

_____ 様

■資格情報のお知らせ(資格確認書)送付用

〒 _____

_____ 様

※1 「様」の印字は消さないで氏名をご記入ください。

※2 任意継続のご加入期間中は、すべての手続きにおいて期限があります。1日でも遅れると資格がなくなる可能性があります。郵便物が確実に届くよう、正確かつ丁寧に記入くださいますようお願いいたします。

※3 申請書提出から資格情報のお知らせ/資格確認書がお手元に到着するまで、1～2週間ほどお時間がかかります。

※4 資格確認書は簡易書留にて発送するため、対面での受取が必要です。(資格確認書の交付対象者のみ)
不在のため簡易書留郵便を受け取れない期間がある場合には、発送希望日を記載してください。

発送希望日： 令和 ____年 ____月 ____日

■就職日が決定している

*次の社会保険加入日を記入してください。

就職日(社会保険加入日)： 令和 ____年 ____月 ____日

※資格喪失に必要な書類を資格情報のお知らせ(資格確認書)発送時に同封させていただきます。

月納希望者は必要な月数分のみの納付書を送付いたしますので、就職が取消になるなど予定が変更となった場合は当組合適用課までご連絡ください。

■その他

*ご連絡事項があれば記載してください。