

2026年度
START!

子ども・子育て支援金

子ども・子育て支援金制度が2026年度からスタートします。
子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体で支える新しい制度です。



開始はいつから？

子ども・子育て支援金は2026年4月分保険料（5月納付分）から、一般保険料・介護保険料とあわせて徴収することになります。

2026年4月分からの保険料

一般保険料

+

介護保険料
(介護納付金分)

+

子ども・子育て支援金
(子ども・子育て支援納付金分)

※健康保険組合は、子ども・子育て支援金の代行徴収的な位置づけになります。



支援金は何に使われるの？

「こども未来戦略」において、我が国の少子化対策を本格化するためのさまざまな施策が盛り込まれた「加速化プラン」が策定され、支援金はその財源を担うものです。具体的には、児童手当の抜本的拡充、妊婦のための支援給付、出生後休業支援給付率の引き上げ、育児時短就業給付の創設、こども誰でも通園制度、国民年金第1号被保険者の育児期間に係る保険料免除措置等に充てられます。



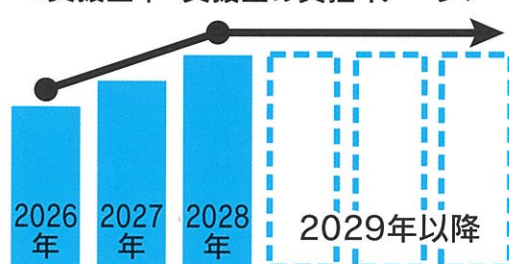
負担する対象者は？

社会保険に加入しているすべての人が対象となります。



どれくらいの負担になるの？

<支援金率・支援金の負担イメージ>



支援金は、2026年からスタートし、2028年度まで段階的に上がり※、2028年度の子ども・子育て支援金の加入者1人当たり平均月額450円を想定されています。報酬に応じ負担額は異なり、健康保険組合は共済組合に次いで負担が多くなる見込みです。

※2028年度に支援納付金の最大規模を決めているため、2029年度以降、健康保険料や介護保険料のように右肩上がりが増え続けることはありません。

詳しくは、こども家庭庁のホームページをご参照ください。

<https://www.cfa.go.jp/policies/kodomokosodateshienkin>



加入者のみなさまへ

接骨院・整骨院への通院内容等の照会にご協力ください

当健保組合では、健康保険を使って接骨院・整骨院の施術を受けられた方に、医療費適正化の一環として通院理由や負傷原因・費用などの照会をさせていただいています。もし、照会文書が送られてきましたら、期限までに業務委託先のガリバー・インターナショナル株式会社「保険管理センター」あてに回答をご返送ください。

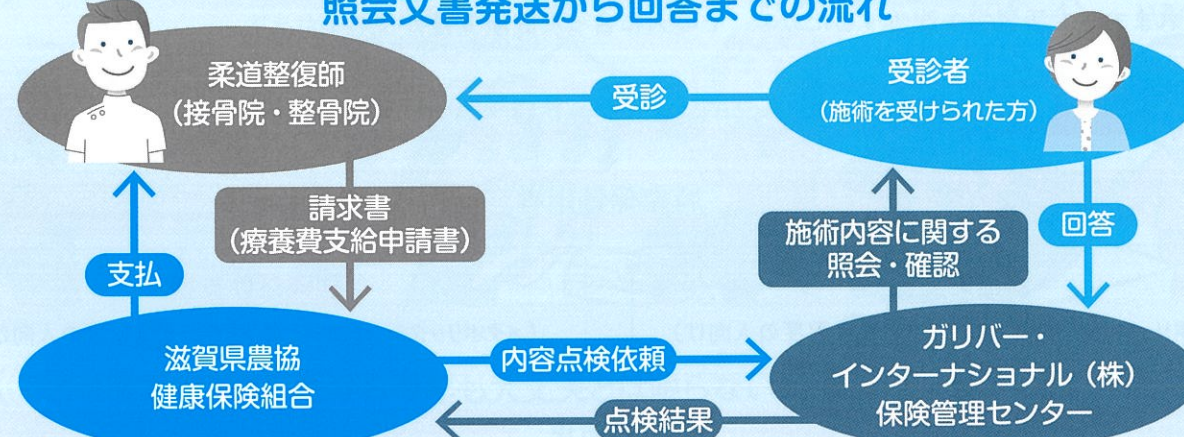
また、受診してから数か月後に照会することになりますので、領収書等の保管をお願いします。

今後とも、当健保組合の事業運営にご理解とご協力をお願いいたします。



※個人情報保護法に基づき、ご回答いただきました内容につきましては、柔道整復師に確認する際の資料としてのみ使用します。

照会文書発送から回答までの流れ



被扶養者（40～74歳）のみなさまへ

まだ間に合う

特定健診

被扶養者（配偶者を含む）の特定健診の対象者へ、滋賀県内550か所の医療機関で受診できる「特定健康診査受診券（以下、受診券と表記します）」を6月に配布しています。

健診の申し込みを忘れていた方や生活習慣病予防健診に申し込みなかった方でも、この受診券を使った特定健診は来年の1月末までの受診が可能です。受診券を紛失した場合は再発行いたしますので、健保組合までご連絡ください。



インフルエンザ予防接種助成のご案内

インフルエンザの発病予防と重症化予防をはかるため、予防接種費用の助成を行います。

- 対象者 被保険者及び被扶養者（接種日に64歳までの方）
- 申請受付期間 2025年11月4日（火）～2026年1月30日（金）（健保組合必着）
- 助成額 被接種者1人につき1,500円（ただし、1人につき接種合計金額が1,500円以下は対象外となります）
- 申請回数 申請受付期間内に被保険者・被扶養者1人につき1回のみ
- 手続き インフルエンザ予防接種助成申請書（各事業所健康保険担当部署にお尋ねください）、接種に係る領収書で必要事項が記載されているもの（コピー可）を事業所担当者に提出してください。
申請書は当健保組合ホームページからダウンロードすることもできますのでご利用ください。
(<https://www.shiga-nokyokenpo.or.jp/>)

※接種日に65歳以上の方は健保組合の助成対象外ですが、各市町のインフルエンザ予防接種助成がありますのでご利用ください。詳しくは各市町にお問い合わせください。

武雄・御船山



2 御船山楽園

御船山の断崖を借景に、19世紀の武雄領主・鍋島茂義が完成させた池泉回遊式庭園。

① 〈紅葉まつり期間〉8:00～22:00 (17:30よりライトアップ)
〈通常期〉8:00～17:00

★ 無休
¥ 〈紅葉まつり期間〉昼/夜各 大人600円、小学生300円 (昼夜共通券あり)
〈通常期〉大人500円、小学生200円

📍 <https://www.mifuneyamarakuen.jp/>

武

雄温泉駅楼門口(北口)を出たら、県道24号を西に向かう。武雄市下西山の交差点を越えて、国道34号に入る。

左手に見えてくる慧洲園は九州随一といわれる純日本庭園。庭園内の陽光美術館では陶磁器などの芸術品を見ることが出来る。

国道34号に戻り直進すると、左手に御船山楽園が見えてくる。標高207m、武雄のシンボルともいえる御船山の断崖を借景に庭園の木々が紅葉する様子は、まさに楽園のような美しさだ。高低差のある園内を、景色を眺めながら散歩するのも楽しい。

御船山楽園を後にし、木立を抜け進むと、武雄神社に到着する。印象的な白い社殿の脇の竹林を抜けると、樹齢3000年といわれる武雄の大楠が姿を現す。時を積み重ねた荘厳なたたずまいには、ただただ圧倒される。武雄市図書館にも立ち寄ってみよう。モダンな建物にカフェも併設され、多くの利用者が訪れる。

武雄神社前の県道330号に戻ったら、ゴールの武雄温泉をめざす。鮮やかな色彩が竜宮城を思わせる楼門をくぐったら、温泉に到着だ。ウォーキングで疲れた体を、歴史ある出湯でしっかり癒そう。

豆知識

陶器のまち

16世紀に始まった武雄の窯業。現在市内には80近くの窯元があり、例年秋に窯開きが行われる。

窯開きの期間中、工房の一角で陶器を販売する一峰窯の様子。
(<https://ippogama.thebase.in/>)



Information

アクセス

西九州新幹線・佐世保線
武雄温泉駅

Edit this



武雄市観光協会



佐賀県西部に位置する武雄市。その昔、神功皇后が新羅からの帰りに「御船」をつながれたことから名づけられたという御船山、1300年続く武雄温泉など、見どころがいっぱい。秋風に吹かれて、ウォーキングに出かけよう。

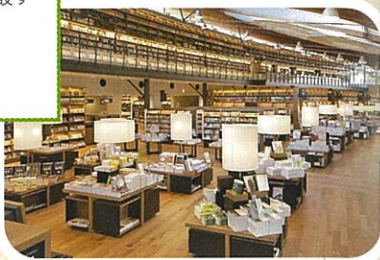
6 楼門

天平様式と呼ばれる典型的な和風建築で、東京駅を設計した辰野金吾も関わっている。平成17(2005)年に国指定重要文化財に指定されている。

5 武雄市図書館・歴史資料館

「市民の生活をより豊かにする図書館」をコンセプトに、民間会社が運営。約25万冊の蔵書レイアウトが美しく、書店やカフェを併設する、新しいスタイルの図書館。

🕒 9:00～21:00 📅 無休
📍 <https://takeo.city-library.jp>



写真提供：武雄市観光協会

7 武雄温泉 元湯

アルカリ単純泉。保温性に優れ、肌になじみしっとりすることから、美人の湯と呼ばれる。元湯は明治9(1876)年築で、現存する木造の温泉施設としては日本最古といわれる。

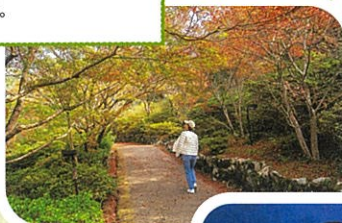
🕒 6:30～23:45(最終受付23:00)
¥ 大人500円、3歳～小学生250円



写真提供：武雄市観光協会

2 御船山楽園

紅葉を見上げて園内を散歩。



4 武雄の大楠

推定樹齢3000年の大楠。高さ27m、根回り26m、根元にある12畳ほどの空洞には天神様が祀られる。

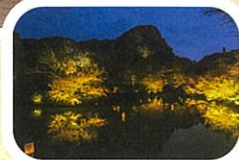
同敷地内にあるホテルにはチームラボによるアート作品も。



3 武雄神社

天平7(735)年創建。
主祭神・武内宿禰命をはじめ五柱の「武雄大明神」を御祭神とする。かつては「九州五社ノ内」の一社に数えられ、九州の宗社として隆盛を極めた。

📍 <https://takeo-jinja.jp/shrine>



夜はライトアップされ、昼間とは違う姿に。水面に浮かぶランタンが幻想的。

6.0km

1時間 30分

8,000歩

体験

やきものアクセサリ作り体験 (陽光美術館内)



陶片のなかからお気に入りの色を選んで、自分だけのアクセサリが作れる。

🕒 10:00～16:00
¥ 1,000円(入場料は別途必要)
ハーバリウムボールペン作り体験もできる(料金:1,500円)。

足湯のびる sightseeing

黒髪山

武雄市と有田町の境に位置する標高516mの低山ながら、そびえたつ雄岩・雌岩など、豪快な景観が魅力。近隣にはキャンプ場も整備されている。



※営業時間や料金等は変更される場合があります。

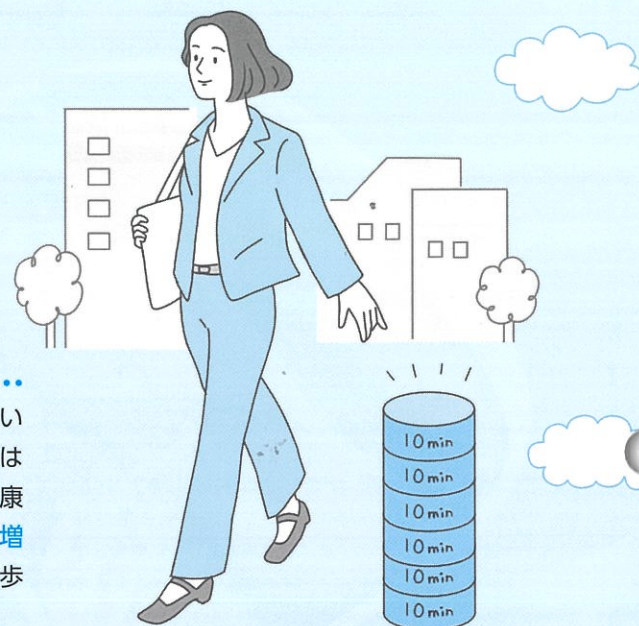
ちょっと“歩き”習慣

機会 編

日々の歩行を、ちょっとしたウォーキングに！
すこやかな毎を送るのに役立つ
“歩き”のコツをご紹介します。

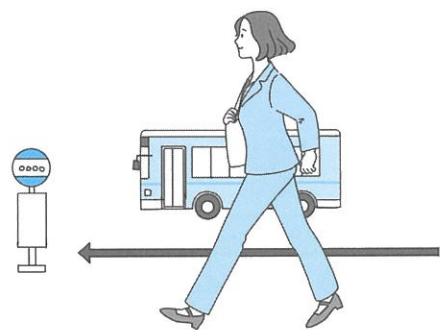
少しずつ、1日の合計歩数を増やそう！

比較的手軽にできるウォーキングは、日常生活に取り入れやすい運動の一つです。運動として習慣的にウォーキングを行うことはもちろん、**こまめに歩いて1日の合計歩数を増やす**ことでも、健康効果が期待できます。通勤や買い物などで**歩く機会を積極的に増やしてみましょう**。スマホの健康管理アプリなどを活用すれば、歩数の増減を手軽に把握することができます。



通勤時間を利用して歩く

バスや電車通勤では、1停留所・1駅前で下車して歩いてみましょう。エレベーターやエスカレーターを使わず階段を利用するのも効果的です。車通勤の場合は、勤務先から少しでも遠い場所に駐車するなどの工夫で歩数を増やせます。



ミニが実践のコツ！

家の外に出かける機会をつくる

休日には出かける機会を増やし、積極的に歩くようにしましょう。買い物などの用事で外出する際は、行き帰りの道中に遠回りしたり、広い店の場合は店内を見回ったりすることで、手軽に歩数を増やすことができます。



column

腰痛・肩こりの予防・改善にも！

ウォーキングは腰痛・肩こりの予防・改善策の一つとしても効果的です。ウォーキングによって腰回り、肩回りの筋肉が鍛えられ、筋肉が柔らかくなり、可動域が広がるためです。歩くことによって血流がよくなるため、血圧の低下や新陳代謝の活性化などが期待できます。

みんなであ
歩こう！

けんぽウォーキング大会 『歩Fes.2025秋』 開催！



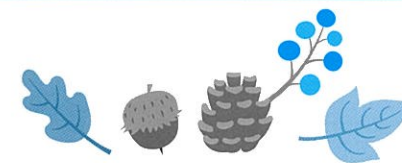
チーム戦も
参加してね！

けんぽのアプリ「MY HEALTH WEB」(略してMHW)で、スマートフォンを利用したウォーキング大会を今秋も開催します。エントリーしてスマホのバイタルデータと連携すれば、期間中スマホをいつも持って歩くだけで自動的に歩数がカウントされます。この機会にぜひご参加ください。



- イベント実施期間 2025年11月1日(土)～12月31日(水)
- エントリー・チーム作成期間 2025年10月1日(水)～10月31日(金) (チームは3人～10人)
- 参加資格 健保組合の被保険者
- 賞品 QUOカードPAY、Amazonギフト券、健康グッズ等約120種類の景品に交換できるMYポイントを付与します。
最大1,000ポイントが獲得できます。
(チェックポイント達成賞600pt、ゴール達成賞200pt、チーム賞200pt)
- 最大ポイント

※資格取得日が最近の場合は、参加できない場合があります。
※ポイント付与は、イベント終了後にまとめた付与となります。
※ポイントの付与は2025年12月31日(水)時点での健保組合の被保険者となり、それまでに資格喪失している方には、ポイントは付与されません。
※歩数の登録は2026年1月7日(水)までとなります。



詳しくはMY HEALTH WEB (MHW) または
健保組合のホームページをご参照ください。
<https://www.shiga-nokyokenpo.or.jp/>



MY HEALTH WEBから医療費明細がダウンロード、印刷できます！



MY HEALTH WEBでは健診結果も閲覧できます。

ご自身の医療費情報を確認でき、「診療年月」や「医療機関」での検索が可能です。

健保組合からの「年間医療費のお知らせ」は郵送いたしませんので、確定申告の医療費控除などには、MY HEALTH WEBから医療費明細を印刷してご利用ください。