

健康の
最初の一歩は
健診から



健康の
最初の一歩は

国保
だより

vol.164
2026.4

これが生涯健康ロードマップ

神建連国保の仲間のみなさん。
ぜひ健康診断を一年に一回うけましょう。
生涯健康ロードマップの最初の一步、
それは健診受診です！

年度内(4月~3月)に1回無料！

加入中の家族(20歳以上)も一緒に予約するのじゃ

健診に
GO!

指定医療機関で
受診をする



指定医療機関は
こちらから
探せます

予約は
指定医療機関へ
電話をするだけ

まずは
血圧測定・血液検査
尿検査・問診



基本検査

身長・体重
BMI・腹囲

ちゃんと
見えるかな

視力
検査



肺のレントゲン
検査



無料
オプションも
忘れずに！

これが
最高だ
ワン！

聴力検査

工事現場の
騒音が心配



心電図
検査



胃がん
大腸がん
検診

ここがポイント！

40歳以上。毎年無料です。
早期発見がなにより大事！

女性限定！
乳がん
子宮頸がん
検診

ここがポイント！

20歳以上。もちろん、毎年無料です。
これは協会けんぽにもない大きな魅力！

お支払いは

ゼロ円

基本検査の**8,250円**
オプション検査の**最大25,630円**
(40歳以上女性の場合)
すべて無料に。心も安心♪

やったね



いつまでも
健康に
働ける！

生活習慣病対策の
特定保健指導も**無料**。

食事、運動習慣の
改善も**サポート**じゃ。

加入中の家族(20歳以上)も一緒に予約を。

お問い合わせは

神建連国保 保健課

☎045-453-9661

さらに





佐久間氏

2026年2月20日（金）、第114回国保組合会を開催しました。

当日は組合会の前段に、講演として一般社団法人メディホープかながわ代表理事佐久間誠氏より「OTC類似薬の自己負担見直しと私たちの生活への影響」について講演がありました。

組合会は益田理事長のあいさつの後、2026年度事業計画を提案しました。

2026年度は神建連国保の優れた制度を継続させ保険料は据え置き、給付水準も維持しつつ、国が進める子ども・子育て支援制度に伴う保険料を新設することを提案しました。

国民負担増が進められる中、神建連国保の制度で組合員を守りながら、組織拡大運動で仲間を増やし、健康づくりや健康診断運動を積極的に取り組むことで、神建連国保の優れた制度を維持していくことを確認しました。組合会に提案された議案はすべて承認されました。



益田理事長

2026年度予算案と情勢について

2026年度予算案は、総額約306億円の予算規模となりました。

2025年度は上半期の医療費が期間予算内で収まりつつも、下半期はインフルエンザなど感染症の流行を考慮し医療費の高騰を予想しています。そうした中、組合員の加入人数は年間で昨年度を下回ることが見込まれる一方で、保険料収入は所得水準が上昇したため当初予算を超える見込みです。

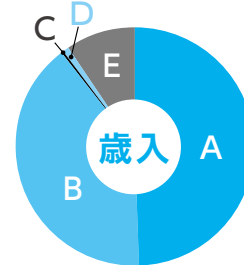
また国保組合に対する2026年度政府予算案は国会議員訪問やハガキ要請運動の力で神建連国保の運営に必要な予算額を確保することができ、神建連国保の制度運営を支えています。

しかし、政府は引き続き全世代型社会保障の構築を進め、昨年、凍結した高額療養費の自己負担限度額の改定や、OTC類似薬品に自己負担制度の導入を検討するなど患者負担を増やし、医療費抑制を狙っています。

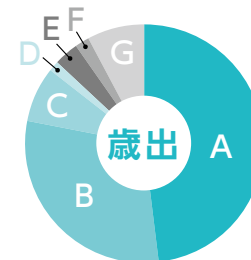
神建連国保は組合員の力で制度を維持することができています。引き続き組合員の負担軽減となる制度を維持するため、母体組合と共に予算要求運動や社会保障改悪阻止の運動を強化していきます。

2026年度歳入・歳出予算

歳入・歳出総額 30,585,642千円



A	保険料	49.6%	15,168,301千円
B	国庫支出金	40.1%	12,275,809千円
C	県支出金	0.1%	30,000千円
D	繰入金・繰越金	0.8%	240,168千円
E	共同事業交付金、他	9.4%	2,871,364千円



A	保険給付費	48.3%	14,774,029千円
B	高齢者医療拠出金	29.9%	9,134,068千円
C	介護納付金	7.5%	2,296,516千円
D	子ども・子育て支援納付金	1.3%	404,838千円
E	総務費	3.4%	1,032,441千円
F	保健事業費	2.0%	608,500千円
G	共同事業拠出金、他	7.6%	2,335,250千円

も〜っと、知りたい! 熱中症編

熱中症の労働災害による死亡は年間30人を超えています。熱中症を疑ったらすぐに判断して対処できるように現場で情報を共有しましょう。

現場で熱中症を疑ったら? ー対応例ー

めまい 筋肉痛 こむら返り 頭痛 不快感 吐き気
力が入らない ふらつき 生あくび 大量の発汗 けいれん など

すぐに作業を中止させ、仲間に伝える

涼しい場所へ移動させる

身体を冷却する

水分と塩分を補給
経口補水液やスポーツドリンク

*** 迅速に体温を下げられれば救命率が上がります!**

症状が改善しない場合
早めに医療機関へ搬送します。

症状が改善し回復した後も体調が急変する場合があります。休養しましょう。



こんな症状は要注意!

*** 重症度が高いので救急要請が必要!**



- 呼びかけに反応しない
- 言動がおかしい、ボーっとしている
- 意識がはっきりしない
- 自力で水分が摂れない

本人が大丈夫と言っても躊躇せず対応します

足を高くして寝かせ、服を脱がせ水をかけて、うちわや扇風機の風に当てます。氷嚢があれば、首や脇の下、足の付け根に当てます

*** 熱中症応急セット(氷嚢や経口補水液)を現場に用意しておきましょう。**

吐き気がある時は無理に水分補給せず医療機関に搬送し点滴などの処置を受けましょう。

熱中症対策は早めがカギ!!

神じいの 今日も元気



ホームページ
はこちらから!



国保だより vol.164

神奈川県建設連合
国民健康保険組合

〒221-0045
神奈川県横浜市神奈川区神奈川2-19-3
TEL:045-453-9661