

参加費無料

3/2~3/31
配信

東振協主催

健康＊介護 オンラインセミナー



8講座すべて何度でも視聴できます！

知識と運動で不調解消へ ▶ 肩こり腰痛エクササイズ

腸の大事さ知っていますか ▶ 腸からはじめる生活習慣改善

ともに学ぶ女性の健康課題 ▶ 女性の健康を知るセミナー

睡眠は健康の土台 ▶ スリープタフネスセミナー

日々のストレス うまく対処できていますか ▶ メンタルタフネスセミナー

健診結果どうでしたか？生活習慣を見直したい人へ ▶ メタボのための数値改善～カラダかわるセミナー～

いざ介護するとき、介護されるときに備えて ▶ 介護の基礎 仕事・生活との両立

リテラシーとして知っておきたい ▶ 認知症の基礎

1講座
30～50分

対象者

被保険者・被扶養者等
事業所にて複数名で参加の場合、代表者1名の申込でOK！

募集期間

1月5日(月)～2月28日(金)

募集人数

1,000名(先着順)

イベント詳細・
お申込みはこちら



(東振協HP内)

<https://www.toshinkyō.or.jp/event/index.html#4>

<お問合せ> 東振協事務局

Tel:03-3626-7504(平日9～17時)

公告

任意継続被保険者の標準報酬月額について

令和8年度における任意継続被保険者の標準報酬月額は、令和7年9月末時点の平均標準報酬がこれまでの38万円から41万円に引き上げられたことから、下記のとおり変更となります。これに伴い、現在、任意継続被保険者で標準報酬月額が変更となる場合は、令和8年4月より保険料が変更となります。(介護保険に該当する方は介護保険も同様)



適用年月日

令和8年4月1日

(令和8年4月分
保険料から適用)

変更となる方

・退職時標準報酬月額が41万円～56万円の方
→任意継続被保険者の標準報酬月額が38万円から41万円に変更となります。

【参考】(平成7年度保険料率)

新) 標準報酬月額41万円に対応…健康保険料の月額 39,360円

旧) 標準報酬月額38万円に対応…健康保険料の月額 36,480円

変更がない方

・退職時標準報酬月額が59万円以上の方
・退職時標準報酬月額が38万円以下の方

人間ドック・生活習慣病予防健診・健康診査の 受診者負担額の一部変更について

【受診者負担額】

改定日

令和8年4月1日
受診分より

人間ドック半日コース	13,305円 (旧 11,611円)
生活習慣病予防健診※	7,137円 (旧 6,257円)
健康診査A2コース	1,890円 (旧 1,820円)
健康診査A1コース	990円 (旧 960円)

※女性生活習慣病予防健診は変更なし。(受診者負担額 4,500円)

東振協契約医療機関の検査料金が諸物価高騰により24年ぶりに改定されたことに伴い、受診者負担額が一部変更になります。

東振協以外の契約医療機関は、料金改定が行われる際に改めてお知らせいたします。

