

全問正解者の中から
抽選で15名の方に
賞品をお送りします！
(QUOカード)

次回の「けんぽだより」で正解と当選者名を発表します。

	a	b	c	d
1 睡眠について正しくないものは？	日本人の睡眠時間は外国と比べて少ない	睡眠はインフルエンザ予防にも効果がある	寝酒は睡眠の質を低下させる	睡眠時無呼吸症候群の治療法はない
2 感染症について正しくないものは？	任意接種のワクチンは効果がない	蚊が媒介する感染症もある	冬でも換気は必要	今まで流行った季節以外に発症する場合もある
3 薬の飲み方で正しいものは？	マイナ保険証で処方されている薬がわかる	飲み忘れたときは次の服用時に倍量を飲む	市販薬は自分で判断して購入する	サプリは薬の飲み合わせに無関係
4 特定保健指導で正しくないものは？	特定健診の結果でメタボリスクがある人が対象	対象になっても受けたくない場合は受けなくてよい	受けないと保険料が上がる可能性がある	無料で健康になれるチャンス
5 マイナ保険証について正しくないものは？	救急搬送時には暗証番号の入力は不要	スマホにマイナ保険証の機能を搭載できる	家族分も含めて医療費控除の手続きが可能	手続きなしに保険証として使用できる
6 健康保険の記号・番号について正しくないものは？	マイナポータルで確認できる	資格情報のお知らせで確認できる	保険証廃止後は使用しない	健診受診などの際に必要
7 退職するときの健康保険の手続きで正しくないものは？	次の健康保険加入の手続きが必要	手続きすれば健康保険組合に継続加入できる	マイナ保険証の切り替え手続きは不要	退職後も資格確認書で受診できる
8 子ども・子育て支援金について正しいものは？	健康保険組合の加入者のために使える	健康保険組合は、国に代わって徴収して納める	子どもがいない人は納付しなくてよい	5年間だけの期限付きの制度である
9 レッツ・ウォーク・キャンペーンの参加者で1日当たりの平均歩数が10,000歩以上だった人の割合は？	3.1%	15.8%	18.9%	64.9%
10 健保WEBサービス「iBss」でできないことは？	加入手続き	歩数の記録	かかった医療費の確認	服用薬とジェネリック医薬品の差額の確認

下記の解答欄に○をつけ、必要事項を記入のうえ、このページをコピーして提出してください（FAXでも可）。

※全問正解者の中から厳正なる抽選のうえ、15名の方に賞品を差し上げます。

解答欄	1	a	b	c	d	6	a	b	c	d	
	2	a	b	c	d		7	a	b	c	d
	3	a	b	c	d		8	a	b	c	d
	4	a	b	c	d		9	a	b	c	d
	5	a	b	c	d		10	a	b	c	d

2026年

1月30日(金)まで
〈健保組合必着〉

FAX03(3567)4086

必要事項

※後日賞品をお送りするため、以下の個人情報を収集させていただきます。

勤務先			
健康保険	記号・番号		
氏名			