

みんなの健康・体力づくりを応援します

西日本パッケージング

2025

# 健保だより



第51号

新年のごあいさつ...2

医療費控除!  
組合からのお知らせ  
...8



マイナ保険証への  
移行スケジュール...3

高血圧...4~7

Re RENAISSANCE  
...9

にっぽん 旅  
ウォーキング  
...10・11

マイナ保険証...12

ホームページもご活用ください!

<https://packagingkenpo.jp/>

西日本パッケージング健康保険組合

検索



届出・請求書のダウンロード

お手元のプリンターから必要な書類を取り出すことができます。ぜひご活用ください!

# 新年のごあいさつ



西日本パッケージング

健康保険組合

理事長 三木 秀一

あけましておめでとうございます

被保険者ならびにご家族の皆さまにおかれましては、つつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、長期化するロシアによるウクライナ侵攻、イスラエル・パレスチナ紛争など、世界情勢がますます混沌とする中、昨年はアメリカをはじめ、世界各国で政権選択の選挙が行われました。新たなリーダーには、利害を超えて、世界全体の平和を目指す不断の努力を期待したいところです。

国内でも、昨秋に衆議院の解散総選挙が行われました。選挙の過程では、各政党から社会保険に関するさまざまな政策が提案されました。

私たち健保組合を取り巻く環境も厳しさを増しています。日本の少子化は深刻化しており、昨年の出生数は70万人を割り込む公算となつていきます。また、ついに団塊の世代がすべて75歳以上となり、国民の5人に1人が後期高齢者となりました。今後、団塊のジュニ

ア世代が高齢期に入り、高齢者人口がピークを迎える2040年に向けて、社会保障費の増大、医療・介護人口の不足、労働力人口の減少のさらなる進行が懸念されます。

健保組合では、保険料収入に占める後期高齢者支援金の割合が急増しており、健保組合の財政は厳しい状況に置かれています。後期高齢者医療については、これまでも窓口負担の見直しなどが行われましたが、まだまだ十分とはいえません。

そのような中、健保組合では昨年4月から第3期データヘルス計画をスタートさせました。データヘルス計画は、レセプト・健診データの分析等を通じて、被保険者の皆さまの健康の保持増進を図る事業計画です。第3期では、多様化する働き方に対応し、時代に即したより効果的な保健事業の展開を図ります。また、第4期を迎えた特定健診・特定保健指導についても、受診率の向上に向け着実に取り組んでまいります。

皆さまにおかれましても、当健保組合の保健事業を有効に活用していただき、ご自身の健康の保持・増進に努めていただくとともに、引き続きジェネリック医薬品の利用や医療機関の適正な受診などを意識していただき、医療費の節減にご協力いただきますようお願い

いたします。

昨年12月には、健康保険証の新規発行・再発行が廃止となり、医療機関への受診はマイナンバーカードに一体化(以下、マイナ保険証)されました。従来の健康保険証を引き続き1年間は使用できますが、マイナ保険証ならば、薬剤情報や特定健診の結果などを活用したより適切な医療の提供が可能となり、高額医療費制度における限度額を超える支払いが免除されるなど、被保険者の皆さまにもさまざまなメリットがあります。マイナ保険証をまだお持ちでない方は、早めの取得・登録をお願いするとともに、マイナ保険証の利用促進にご理解とご協力をお願いいたします。

最後になりましたが、本年が皆さまにとって幸多き一年となることを心よりお祈り申し上げます。新年のごあいさつとさせていただきます。

# マイナ保険証への移行スケジュール（令和6年12月2日以降）

マイナンバーカードと健康保険証（以下、「保険証」という）の一体化に伴って、従来の保険証の新規発行・再発行が令和6年12月2日で終了しました。今後、医療機関を受診する際には、マイナ保険証を基本に、次の3つの方法で資格確認が行われることになります。

## A マイナ保険証

保険証として利用登録されたマイナンバーカード「マイナ保険証」を受診時に毎回持参し、医療機関や薬局の窓口を設置された顔認証付きカードリーダーで受け付けをします。

## B 従来の保険証

従来の保険証も、有効期限内のものに限り、経過措置として最長で令和7年12月1日まで使用できます。

## C 資格確認書

マイナンバーカードをまだ取得していない方や、取得していても保険証としての利用登録をしていない方には、Bの従来の保険証が使えなくなる前に、保険者（健康保険組合や協会けんぽ等）から順次、「資格確認書」が交付されます。これには、加入者本人の被保険者情報が記載されており、従来の保険証と同様に、医療機関や薬局に持参して提示し使用できます。

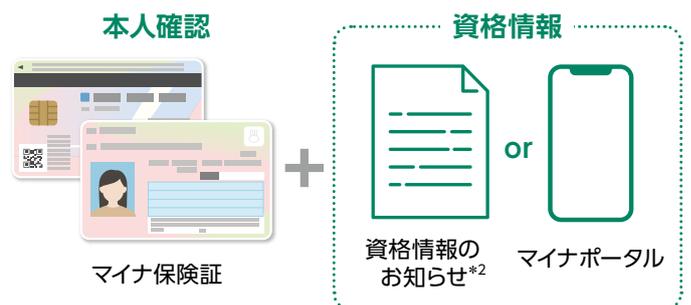
### ・従来の保険証が使えるのは、令和7年12月1日まで

	令和6年		令和7年												令和8年
	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月～
<b>A マイナ保険証</b> 			令和6年12月2日 保険証新規発行・再発行終了					令和7年12月1日 保険証経過措置終了							
転職や引っ越し等のライフイベント後も 保険証の切り替えを待たずに継続して利用可能 ※マイナンバーカードに書き込まれた電子証明書の有効期限：5年 （お住まいの市区町村の窓口で更新手続きを行う必要あり）															
<b>B 従来の保険証</b> 			令和6年12月2日以降、最長1年間 （最長で令和7年12月1日 <sup>*1</sup> まで）使用可能 *1：有効期限が令和7年12月1日より前に切れる場合は、その有効期限まで												保険証使用不可 マイナ保険証を使用
<b>C 資格確認書</b> 			令和6年12月2日以降、 <b>マイナ保険証を保有していない方へ</b> 従来の保険証（B）が使えなくなる前に保険者が順次交付 有効期限は令和11年12月1日												

### ・マイナ保険証が使えないときは？

医療機関や薬局によっては、マイナ保険証によるオンライン資格確認システムが未導入でカードリーダーが設置されていない場合や、設置されていても故障等で使えない場合があります。そういった場合は、マイナ保険証で本人確認をした上で、ご自身の「資格情報」を提示すれば、受付・受診が可能です。この「資格情報」は、マイナポータルで確認でき、PDFで保存しておくことをお勧めします。また、加入者全員に交付される「資格情報のお知らせ」でも確認できます。

### カードリーダーが未設置や故障等の場合



\*2：保険者から被保険者・被扶養者宛てに順次交付されています。健康保険の各種給付金等の申請にも必要な健康保険の記号・番号等が記載されています。



ポイント1 「マウヤさん」で減塩!

塩分は体に必要なものですが、取り過ぎは血圧の上昇を招きます。1日の塩分摂取量は、高血圧の場合は6g未満となっています。

塩の代わりに「こうやさん(香辛料・うまみ・薬味・酸味)」を上手に使い分けて、薄味でもおいしく食べる工夫をしましょう。



- こ 香辛料 こしょう、カレー粉、とうがらし など
- う うまみ 昆布やかつお節、干しいたけなどのだし
- や 薬味 しそ、ねぎ、しょうが、にんにく など
- さん 酸味 酢やレモン、ゆず など

塩分1gの目安

- 食塩 小さじ1/5
- しょうゆ 小さじ1強
- 中濃ソース 小さじ1と1/3
- トマトケチャップ 大さじ2弱

ポイント2 食材は「まごわやさしい」を取る!

カリウムや食物繊維には、余分な塩分を体外に出す働きがあります。またカルシウムやマグネシウムも不足すると血圧の上昇を招きます。そして、肥満の人ほど血圧が上がりやすくなるので、脂質や糖質は控えめに。そんな食生活改善のための食材が「まごわやさしい」です。

- ま 豆&大豆製品 血液を作る良質なたんぱく質、カリウム、カルシウム、食物繊維が豊富
- ご ごま ビタミン・ミネラルが多い。セサミンの抗酸化作用で血管を若々しく
- わ わかめ(海藻類) 食物繊維がたっぷり。血液浄化と肥満防止の強い味方
- や 野菜 ビタミン・ミネラル。食物繊維の宝庫
- さ 魚 特に青背魚は血液がキレイになり血流がスムーズに
- し しいたけ(きのこ類) 余分な塩分とコレステロールを体外に出す
- い いも類 ビタミンと食物繊維の供給源。じゃがいもにはカリウムが豊富

ポイント3 1日30分以上の運動を!

習慣的な有酸素運動は血圧を低下させる効果があるといわれています。

1分間の心拍数が100~120程度の「ややきつい」と感じる強度の運動を1日30分以上行いましょう。10分以上の運動を合計して1日30分以上になるようにしても構いません。



高血圧のリスクがある人へ

高血圧の放置は深刻な病気の引き金になります!

監修: 及川孝光 医療法人社団 こころとからだの元氣プラザ 学術特任顧問  
医療法人社団 大地の会(KRD日本橋) 理事長

血管の壁にかかる圧力が高い状態が続くのが「高血圧」。放置すると動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中、腎臓病などの深刻な病気を引き起こします。



高血圧の診断基準とは

診察室で測定したとき(診察室血圧)

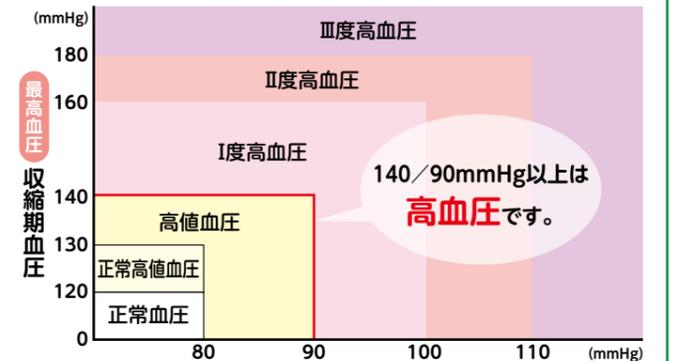
収縮期血圧(最高血圧) 140mmHg以上  
あるいは  
拡張期血圧(最低血圧) 90mmHg以上

自宅で測定したとき(家庭血圧)

診察室血圧よりも5mmHg低い値

※血圧は絶えず変動するため、原則として一度だけの測定でなく、複数回測って診断が下されます。

成人における血圧値の分類(診察室血圧)



最低血圧 拡張期血圧

高血圧治療ガイドライン2019



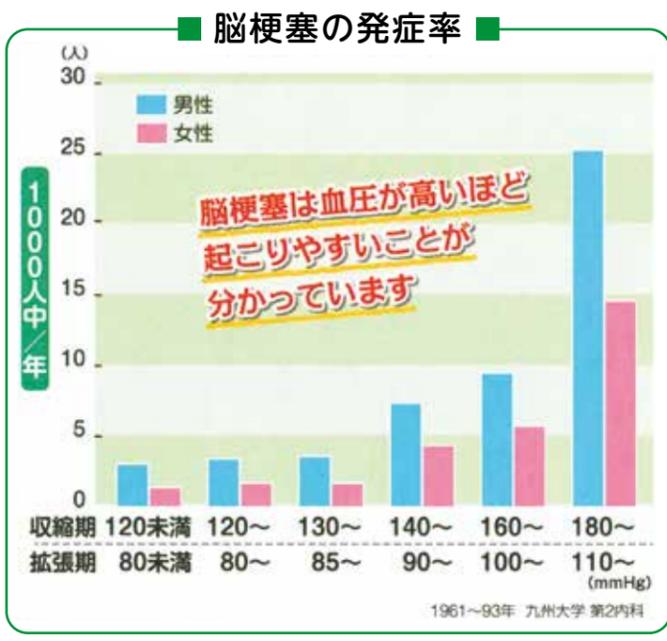
# 強い圧力が続くと 心臓や血管は大ピンチ!

高血圧になると、心臓は絶えず強い力で血液を送り出さなくてはならず、心臓や血管に負担がかかり、血管が詰まったり破裂したりしてしまいます。

## 高血圧の背景に潜む 動脈硬化

もともと日本人は血圧が高くなりやすい遺伝子を持っており、高血圧はそうした体質にさまざまな生活習慣が加わって起こることが多いと考えられています。

高血圧の状態が続くと、血管がダメージを受けて傷つき、傷ついた部分にコレステロールが入り込み血管の内腔が細くなる「動脈硬化」が進行します。動脈硬化が進行すると、血栓が詰まったり、血管が破裂したりする心筋梗塞や脳出血、脳梗塞、腎硬化症などの病気を引き起こしやすくなります。



## 生活習慣の改善が鍵に!

高血圧は、初期のうちには自覚症状がほとんどないため、放置してしまいがち。しかし、放っておくと知らないうちに動脈硬化を進行させ、ある日突然、深刻な病気を引き起こすことから、別名「サイレントキラー」とも呼ばれます。

高血圧を誘発しやすい要因は、塩分過多の食事や肥満、多量の飲酒、運動不足、喫煙、ストレスなどの生活習慣や加齢です。高血圧を改善するには、こういった生活習慣の改善が欠かせません。

こんな生活から脱却を!

- 塩辛い食べ物をよく食べる
- お酒をたくさん飲む
- タバコをやめられない
- すぐにイライラする
- ほとんど運動していない
- 体重が増えている

## 毎朝の血圧測定を習慣に!

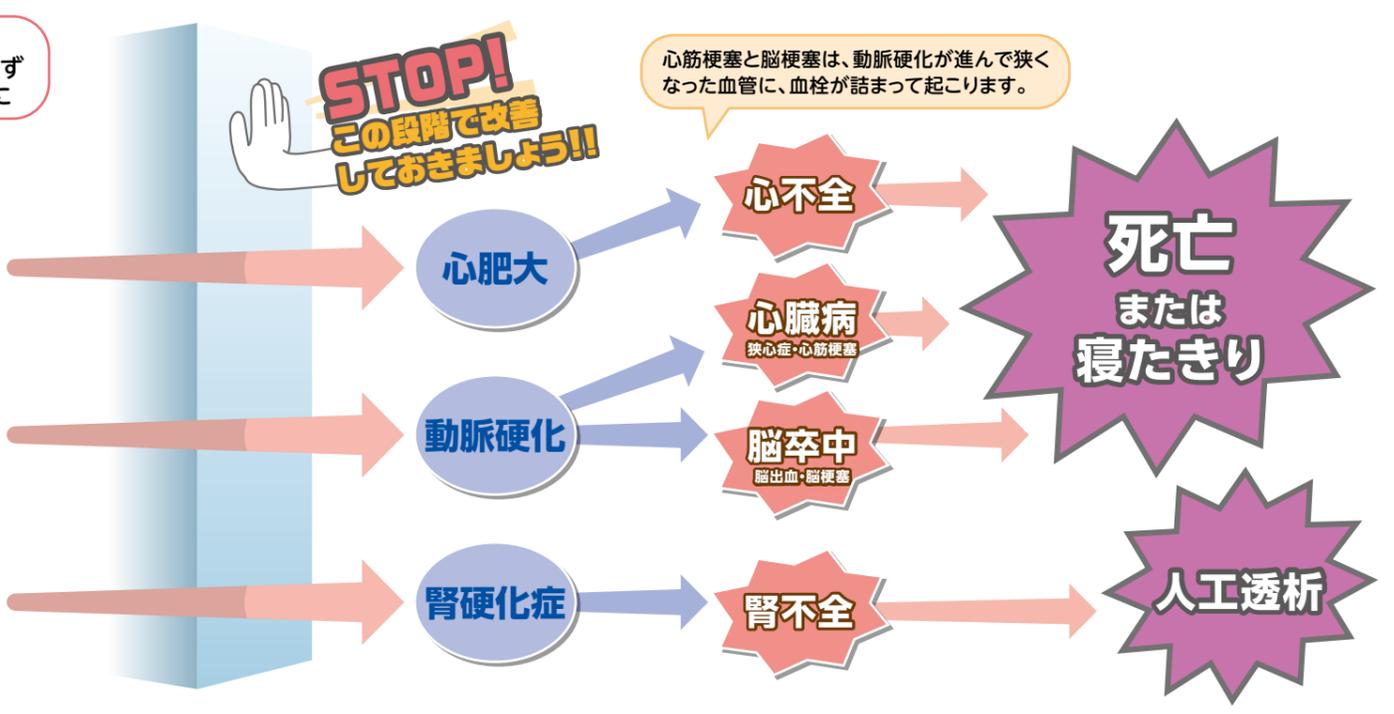
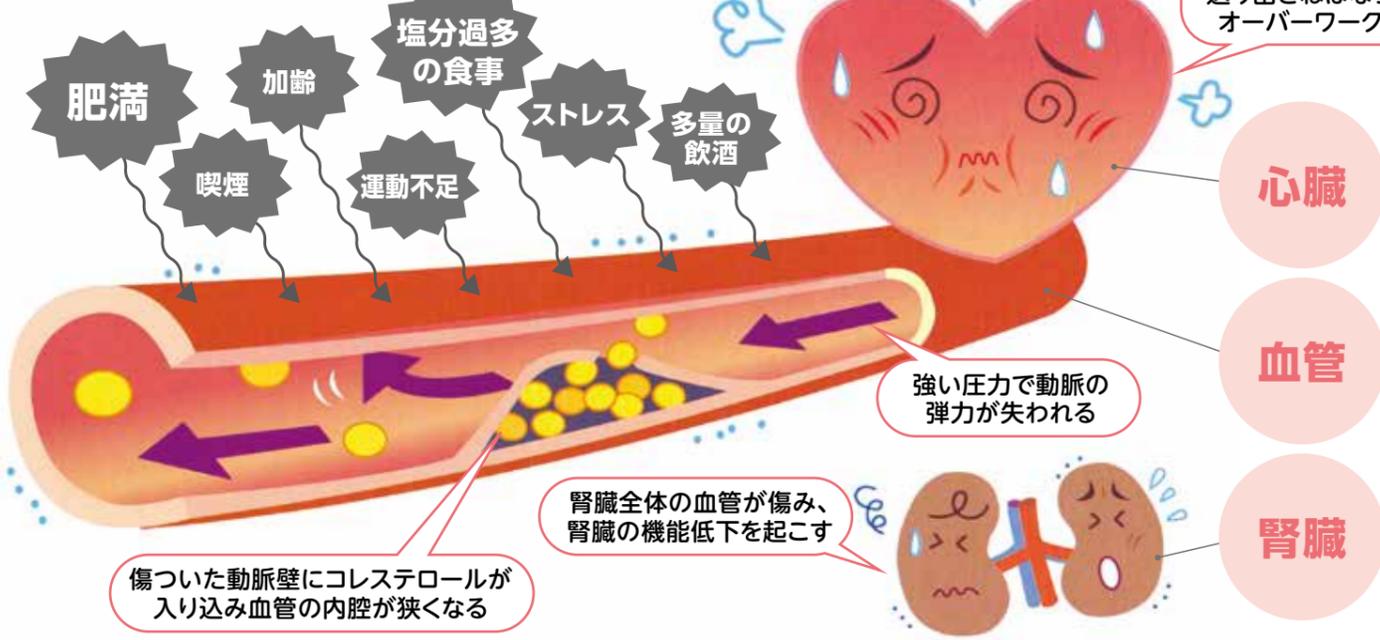
血圧コントロールは、自分の血圧を把握することが第一歩。血圧はいろいろな条件によって変化するので、毎日同じ時間・条件で測るようにしましょう。

血圧は日中は高く、夜は低くなる傾向がありますが、高血圧の中には、夜も高いままの「夜間高血圧」や、朝急激に上昇する「早朝高血圧」もあります。朝の血圧測定はこれらの早期発見にもつながります。健診時には正常でも、自宅や職場で高い「仮面高血圧」も要注意です。

メタボリックシンドロームに注意!

内臓脂肪型肥満、高血圧、高血糖、脂質異常などの生活習慣病のリスクが複数重なった状態がメタボリックシンドロームです。この状態を放置すると動脈硬化が急激に進み、心臓病などの危険が高まります。高血圧自体は軽症でもメタボに該当する人は、軽視せずに生活習慣の改善を中心とした血圧の管理が必要です。

## 高血圧の誘因



# 医療費控除を受けましょう!

医療費や薬代が一定額を超えたとき、税金の一部が返ってくる場合があります。

## 1年間の医療費が10万円を超えたら 医療費控除の申告を

夫が糖尿病で入院したり、  
歯の治療に通ったり、医療  
費にお金がかかったわ。

家族の分を含めて、1年間(1月～12月)に自己負担した医療費が10万円(年収200万円未満の場合は所得の5%)を超えたとき、確定申告をすることで税金の一部が返ってきます。(上限200万円)



### 控除の対象となる費用

- 医療機関に支払った治療費
- 治療のための医薬品購入費
- 通院費用・往診費用
- 入院時の食事療養等の費用
- 歯科の保険適用外の費用
- 妊娠から産後までの診察・出産費用など



### 控除の対象とならない費用

- 健康診断や人間ドックの費用
- 美容目的の整形や歯列矯正費用
- 自家用車で通院する際のガソリン代や駐車料金
- ビタミン剤や体力増強剤など、治療のためではない医薬品の購入費用
- インフルエンザ予防接種の費用 など

こちらが選択

## 市販薬の購入額が年間12,000円を超えたら減税の対象に

市販薬もいろいろ買うと、  
けっこうな出費になるなあ。

### 医療費控除の特例

#### 「セルフメディケーション税制」

家族の分を含めて、対象となる市販薬を購入した額が1年間(1月～12月)で12,000円を超えたとき、確定申告をすることで税金の一部が返ってきます。(上限88,000円)



### 対象となる人

所得税や住民税を納めていて、下記のいずれかを受けている人。

- 特定健康診査
- 予防接種
- 定期健康診断
- 人間ドック
- がん検診 など



### 対象となる医薬品

特定の成分を含む市販薬。厚生労働省のホームページで確認できるほか、パッケージにある下のマークが目印です。

対象となる医薬品を購入すると、シートに★や●などの印がついています。

セルフメディケーション  
税 控除 対象

マークがついていないものもあります。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

詳しくは最寄りの税務署へお問合せください。

## 健康保険被扶養者資格の再確認について

今年度も実施いたしました、「健康保険被扶養者確認調書」の提出にあたりまして、みなさま方にはご多忙のところ、ご協力いただきありがとうございます。

今回の確認時におきましても、被扶養者の方が就職している場合や収入増加により被扶養者の要件から外れるにもかかわらず、被扶養者から削除されていないケースが多く見受けられました。

被扶養者の人数は、健康保険組合が負担する高齢者医療制度への納付金の算出に大きな影響を及ぼします。ご負担いただく保険料の増加要因ともなりますので、被扶養者の要件から外れた場合は速やかに「健康保険被扶養者(異動)届」により削除(届出)の手続きをお願いいたします。

## 年間医療費のお知らせについて



3月上旬に、令和6年1月から令和6年12月診療分の「年間医療費のお知らせ」を事業主さま経由でお届けいたします。みなさま方が支払われた医療費の自己負担金額をご確認いただき、そのうえで、当健康保険組合が実際に医療機関などに支払っている医療費の総額も認識ください。また、確定申告等にもご利用ください。なお、「年間医療費のお知らせ」は再発行できませんので、失くさないようにしてください。年間医療費のお知らせは、従来どおり、世帯単位で作成します。



Let's start!  
 今年こそ、健康投資を始めよう!

5カ月間ず → っとお得!

法人ジム・サウナ おためし会員 5,500円/月

0円 1カ月目  
 5,500円 2カ月目  
 5,500円 3カ月目  
 5,500円 4カ月目  
 5,500円 5カ月目  
 6カ月目以降  
 ご希望の  
 会員種別

今なら、お得に始められる!

新春キャンペーン実施中! 1/4(土) ~ 2/11(火)

<p><b>使いたい放題 月額 利用</b></p> <p>月額費1ヵ月分 <b>さらさら 0円</b> + タオル&amp;シューズ レンタル 最大2ヵ月分 <b>0円</b> (最大4,180円相当)</p> <p>ルネサンス公式 オンラインショップ 2,000円分 クーポンプレゼント!</p> <p>●ご利用エリアに応じて以下のプランからお選びいただけます (詳細は右記二次元バーコードからご確認ください)</p> <p><b>Monthly</b> コーポレート会員 ジム、スタジオレッスン プール、温浴施設が利用可能! 月額: <b>10,450円</b></p> <p><b>新プラン</b> 法人ジム・サウナ おためし会員 筋トレもサウナもスタジオ レッスンも... まずはおためし! 月額: <b>5,500円</b></p>	<p><b>使う度に 都度 払い</b></p> <p>レンタル用品 (タオル(大小セット)・シューズ Tシャツ・ハーフパンツ) (最大1,760円相当) <b>0円</b> 入会当日</p> <p><b>1Day</b> コーポレート会員 <b>1,980円/回</b></p>
--	--



※特典は、ルネサンスに初めてご入会される方で、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していた方(新規ご入会者様限定の会員プランで、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していた方)に限り適用(都度払い会員は対象外)。※過去6ヵ月以内に在籍していた方、フィットネス個人会員からコーポレート会員へ変更の方は対象外。※レンタル用品のお取り扱いがない店舗や、キャッシュレス運営をしている店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。 ※表示はすべて税込み価格です。 ※オプションサービスの無料期間終了後は通常月額会費に自動移行となります。解約をご希望される場合はフロントでお手続きください。

【ご利用可能時間・エリア】 ●営業時間中、終日ご利用できます。 ※24hジム導入店舗のみ、ジムエリアは24時間利用可能(未成年の方は、有人時間での利用となります) ●ジム、スタジオレッスン、ロッカールームと付帯の温浴施設。プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員など他のプランをご選択ください。

【ご利用期間・条件】 ●最長5ヵ月、新規ご入会者様限定の会員プランで、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していた方(新規ご入会者様限定の会員プラン)に限り適用。 ●過去6ヵ月以内に在籍していた方は対象外になります。 ●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別に変更となります。(後から種別変更も可能) 会員プランについては料金ページでご確認ください。

店舗の詳細はこちらから [ルネサンス 店舗一覧](#)

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。 ※表面に記載の会員は、月ごとに変更可(変更手数料なし)。 ※以下の項目に該当する方の施設利用をお断りすることがあります。 ●医師等により、運動を禁じられている方 ●妊娠中の方 ●他人に感染する恐れのある疾病を有する方 ●酒気を帯びている方 ●刺青(タトゥー含む)のある方 ●ペット連れの方 ●反社会的勢力関係者 ●弊社の会員規約にご同意いただけない方 ●その他弊社が不適当と認めた方



絵馬には神紋にちなんだ梅のモチーフの物もあり、合格祈願に人気。

### 3 大阪天満宮

梅をこよなく愛した学問の神様、菅原道真公を天神様として祀るため、地元では「天満の天神さん」と親しまれている。境内にはさまざまな御利益スポットがあり、本殿の東西にある「登竜門」は、合格、就職、立身出世祈願の「本殿通り抜け神事」の際、約10日間のみ開けられる。境内が約100本の梅で彩られる2～3月に「てんま天神梅まつり」を開催。

DATA 時間：6:00～18:00(冬期) / 電話：06-6353-0025 (大阪天満宮社務所)



### 2 造幣博物館

貨幣を製造する造幣局内にある博物館。明治時代の西洋風建築の建物内に貨幣や造幣局にまつわる貴重な資料の数々が展示されている。歴史的にも価値の高いコレクションや体験コーナーなど見応え抜群。「お金」についてさまざまな角度から学ぶことができる。

DATA 時間：9:00～16:45(入館は16:00まで) / 休：第3水曜、年末年始、「桜の通り抜け」開催期間 / 電話：06-6351-8509  
※入場無料、博物館は予約不要(団体は要予約)、工場見学は公式サイトから事前予約が必要。



walking map  
約5.7km  
85分

### 1 大阪城 梅林

約1.7ヘクタールの敷地に105種、1,245本の梅の木が植えられており、毎年1～3月にかけてさまざまな品種が次々と花を咲かせる。早咲きを探す「探梅」が冬の時季の楽しみ方。梅の季節のみ「梅林ローソン」がオープンし、梅関連の商品やお土産がそろふ。

DATA 見学自由 / 電話：06-6755-4146 (大阪城パークセンター)

梅林内の和歌道(わかのみち)では、2025年も例年通り、著名な歌人が詠んだ梅の花にまつわる和歌を紹介予定。



# 薄紅色のグラデーション 凜と咲く梅の花が織りなす

厳寒に先駆けて咲く梅の花は、大阪府の花に指定される府のシンボル。さまざまな品種の梅が楽しめる「大阪城公園」と「大阪天満宮」は、関西屈指の梅の名所として知られており、寒さの残る早春のころは梅の良い香りが、一足早く浪速の街に春を告げる。

森ノ宮駅から大阪城公園に入り、内堀に沿って奥へ進むと右方向に「大阪城梅林」が見えてくる。品種や色もさまざまに、赤、白桃、黄色と花が重なり合い、一面を淡いベールで包み込むように咲き誇る。さらに歩くと姿を現す天守閣と梅林との華麗な共演も見事だ。香りに誘われるようにメジロたちもさえずり、花をつつく愛らしい姿にほっこりとした後は期間限定で開店する「梅林ローソン」でのお土産探しも楽しい。

内堀に沿って梅林を抜け向かった「造幣博物館」はレンガ造りのレトロな佇まいが目印。貴重な展示が並び、希少なコインのコレクションが見どころの一つ。時間があれば造幣局の工場見学とセットで楽しむのがお勧めだ。次の目的地、天満の天神さんへの愛称で親しまれる「大阪天満宮」へは徒

歩10分ほど。切妻造りの迫力ある表大門の先に約100本の梅が見頃を迎えている。特にしだれ梅の美しさは格別で、枝が揺れるとまるで天から花が降ってくるようだ。寒い季節にかれんに花を咲かせる力強さに触れ、早春の兆しを感じるひとときを過ごす。

日本一長い商店街、天神様参道の「天神橋筋商店街」に入り、総菜やすし、スイーツなど下町グルメで小腹を満たしたらゴールの「難波橋」へ。ライオン像が鎮座する重厚な石造りの橋は「ライオン橋」とも呼ばれ大阪を代表する橋だ。近くには「天証証券取引所」「大阪市中央公会堂」など近代レトロビルも群集しており、「大正時代」をほうふつとさせる商都の面影を残す。そこには今、100年を超える建築美と高層ビル群が融合する美しい都市景観が広がっている。



大阪に来たならたこ焼きはマスト。ソースの香りが食欲をそそる。

### 4 天神橋筋商店街

全長2.6kmほどの日本一長い商店街として知られる、大阪天満宮の参道。粉もんなどの大阪名物をはじめ、コロッケなどの総菜、すし、スイーツなど地元民御用達の「下町グルメ」がいっぱい。大阪天満宮からは1～3丁目の散策がお勧め。



### 5 難波橋 (ライオン橋)

土佐堀川と堂島川の2つの川を渡る堺筋に架けられた全長190mの大橋。橋詰の4ヵ所に阿と吽の計4体のライオン像が配置されている。大阪市の市章である「滯標」をモチーフにした欄干や華麗な照明灯、中之島公園へのアプローチなど美しい石造りが特徴で、近代大阪を彩った美しい外観を保っている。

DATA 見学自由 / 電話：06-6615-6818 (大阪市橋梁課)

# 安心・安全なマイナ保険証



## マイナ保険証とは？

マイナンバーカードに**健康保険証の利用登録**をしたもの。  
マイナ保険証で受診すると、本人が同意した場合は、過去の**診療・薬剤情報**や**特定健診情報**などを医師らが確認でき、より良い医療が受けられます。

## マイナ保険証(マイナンバーカード)は安心して利用できます！

マイナンバーカードをマイナ保険証として利用しても、**保険証の情報**や**診療・薬剤情報**、**特定健診情報**などは**ICチップ**に記録されません。

### その他にも・・・

- 1 なりすましはできません**  
✓ 顔写真入りのため、対面での悪用は困難です。
- 2 プライバシー性の高い個人情報が入っていません**  
✓ ICチップ部分には、税や年金などの個人情報も記録されません。
- 3 オンラインでの利用には電子証明書を使います**  
✓ マイナンバーは使いません。
- 4 マイナンバーを見られても個人情報は盗まれません**  
✓ マイナンバーを利用するには、顔写真付き本人確認書類などでの本人確認があるため、悪用は困難です。



## セキュリティ対策

- 紛失・盗難の場合は、24時間365日体制で停止可能  
マイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)までご連絡を。
- アプリごとに暗証番号を設定し、一定回数間違えると機能ロック
- 不正に情報を読み出そうとすると、ICチップが壊れる仕組み



健康保険証利用登録の詳細はこちらから↓

厚生労働省作成動画  
【どうやって申し込む？  
今すぐできる！簡単申込み編】

