



こんなときに 手続きを!

…P.3-14

『マイナ保険証』INFORMATION …P.15-21

医療機関・薬局の受付では 『マイナ保険証』をぜひご利用ください!

- 記号・番号・校番は「マイナポータル」でも確認できます
- 『マイナ保険証』で受診する方法
- 『マイナ保険証』で受診するメリット
- マイナンバーカード更新の手続きのご案内
- 『資格確認書』の発行について



新規
加入者
必読

『資格情報
のお知らせ』
について

KENPO Information

…P.22

ご家族がソニー健保に加入するときの
健康保険と所得税法上の
扶養の違いについて

広報誌 「ハイジイ」の 意味ってなに?

What's
“HAIJII”



「ハイジイ」という名前は、ギリシャ神話に出てくる「健康の女神=Hygieia」（英語読みハイジア、独語読みヒュギエイア）に由来しています。ソニー健保では、皆さんの健康を願って、広報誌の創刊当時より、この名前を使っています。

また、ハイジイの「ハイ」は、元気な返事の「ハイ!」。「老若男女、いつまでも健やかに、元気でいられるように」と願いを込めてネーミングしています。

令和8年度 保健事業一覧

…P.23-33

- 1 健康診断（被扶養者・退職被保険者）
 - 2 特定保健指導
 - 3 無料歯科健診
 - 4 インフルエンザワクチン予防接種補助
 - 5 健康相談&メンタルヘルスカウンセリング
 - 6 禁煙サポート
 - 7 ヘルシーチャレンジ
 - 8 契約宿泊施設
 - 9 歩きingイベント
 - 10 契約フィットネス施設
 - 11 フィットネス利用補助
 - 12 広報誌「HAIJII」(ハイジイ)
 - 13 ウェブサイト
 - 14 ソニー健保加入者専用「マイページ」
- 応募御礼 表紙モデル&Healthyピープル

令和8年度 予算のお知らせ

…P.34-35

令和8年度
予算のコトバ

解説

【子ども・子育て支援金】

…P.36



デスクを離れて
3MOVE

猫背を解消♪

…P.37



えびと春キャベツの あんかけ生姜炒め

…P.38

そうどく
数独

初心者向け

クイズ応募用紙／アンケート用紙

…P.39-40

本誌「ハイジイ」は、配布可能な事業所には冊子で、その他加入者の方にはWeb版でご覧いただいています。 * 記事やイラスト、写真等の無断転載はご遠慮ください。

発行日：2026年4月2日

発行所：ソニー健康保険組合

〒108-0075 東京都港区港南1-7-1 ソニーシティ11階