

こんなときに 手続きを!

ライフイベントごとに
健康保険に関する手続きを
まとめています。
保存版としてお役立てください。

インデックス で該当する項目をすぐに引けます。

QRコード で簡単に解説と手続きのサイトを
閲覧でき詳細を知ることができます。

* Web版PDFをご覧の方はQRコードにリンクを張っているのでクリック
(またはタップ)してください

* QRコードスキャナーの種類によっては、狙った画像ではなく、その周
りのQRコードを読み取ってしまうことがあります。その場合、読み取り
たくないQRコードを手や紙で隠す方法もお試ください。

* その他、カメラの設定を「QRコードのスキャンON」にして読み取る方
法もあります。スマートフォンの機種やバージョンに合った方法をお試
ください。

ソニー健保では

**社員も家族も
みんなで健康!
みんなで元気♪**

を合言葉に

保健事業を展開しています。

本誌P.23～33も併せてご覧ください!



赤ちゃんが
生まれたとき

手続き

01



家族を扶養に
入れるとき

手続き

02



家族を扶養から
はずすとき

手続き

03



資格確認書が
必要なとき

手続き

04



住所を変更したとき

手続き

05



退職したとき

手続き

06



病気やけがをしたとき

手続き

07



交通事故等で
けがをしたとき

手続き

08



医療費が高額に
なったとき

手続き

09



自治体の医療費助成を
受けるとき

手続き

10



病気やけがで仕事を
休んだとき

手続き

11



本人・家族が
亡くなったとき

手続き

12



立替払いをしたとき

手続き

13



証明書が必要なとき

手続き

14

* QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

はじめに

健康保険組合の運営について

ソニー健康保険組合（以下：ソニー健保）には「加入者の資格確認と保険料徴収」「保険給付」「保健事業」の3つを運営する大事な仕事があります。

いずれも、その財源は皆さんが収入に応じて出し合う保険料で、会社（事業所）も保険料を負担して運営を支えています。

1

資格確認
保険料徴収

2

保険給付

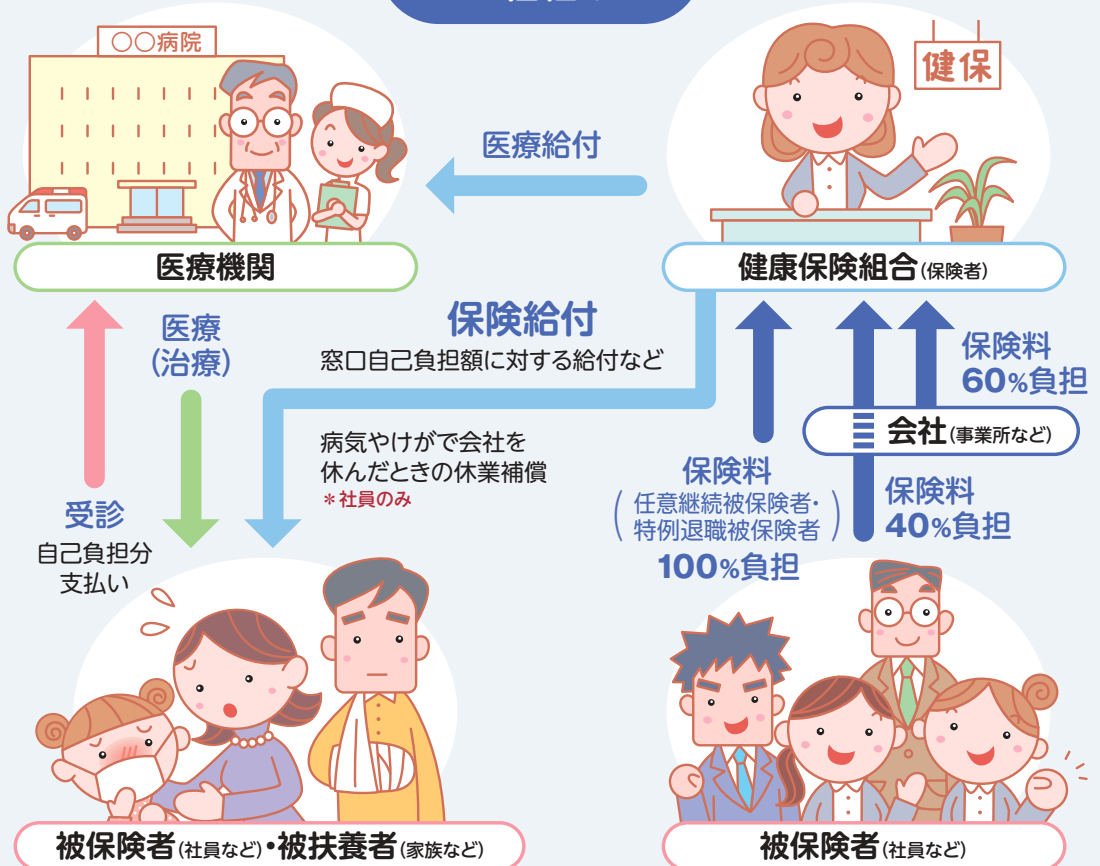
3

保健事業

本誌P.5～14にライフイベントごとに必要な手続きを掲載

本誌P.23～33に掲載

健康保険組合の仕組み



* 皆さんの保険料がどのように使われるのか等、本誌P.34～35「令和8年度予算のお知らせ」をご覧ください。

赤ちゃんを扶養に入れる〔適用〕

赤ちゃんが生まれたときに、ソニー健保の被保険者の扶養に入れることができます。出産したらすみやかに手続きが必要です。また、配偶者がソニー健保の被扶養者ではない場合、配偶者の収入証明の提出が必要になります。

解説
サイト



手続き
サイト



出産育児一時金を請求する〔給付〕

ソニー健保の加入者（被保険者または被扶養者）が出産したときに請求できます。

解説
サイト



手続き
サイト



出産手当金を請求する〔給付〕

ソニー健保の女性被保険者が出産のため仕事を休み、給料がもらえなかったときに請求できます。

解説
サイト



手続き
サイト



書類の提出先は、健康保険の「記号」によって異なります

必ずソニー健保のウェブサイト「各種手続き」で「提出先」をご確認ください。

*ソニー健保加入者の健康保険の「記号」は、『マイナポータル』または『資格確認書』で確認できます。

▶ 詳細は、本誌P.16もご覧ください

提出先
〔適用〕



提出先
〔給付〕



家族を扶養に入れるとき

家族を扶養に入れるときは、事由発生から実働5日以内に扶養申請する必要があります。
審査の結果問題なければ扶養者の認定をいたします。

* 認定を受けるためには「被保険者と一定の親族関係にあること」「主として被保険者の収入によって生活していること」が大前提の条件となり、そのほか各種条件を満たす必要があります。

こんなときに扶養追加の申請が必要です (主なパターン)

被保険者が入社したとき

家族が扶養条件を満たしており、扶養追加したい場合

結婚したとき

配偶者が扶養条件を満たしており、扶養追加したい場合

配偶者が出産したとき

配偶者がすでに扶養者で、生まれた子どもを扶養追加したい場合

* P.5の手続き参照

または、扶養者ではない配偶者が出産し、

収入が被保険者より低い場合、生まれた子どもを扶養追加したい場合

家族が退職したとき

扶養者ではない家族が仕事を退職して、退職日翌日以降の収入が扶養範囲内の場合

家族の失業給付の受給が終了したとき

扶養者ではない家族の失業給付受給終了日翌日以降の収入が扶養範囲内の場合

家族と同居を始めたとき

扶養追加に同居条件がある家族と同居を開始した場合

配偶者と年間収入が逆転したとき

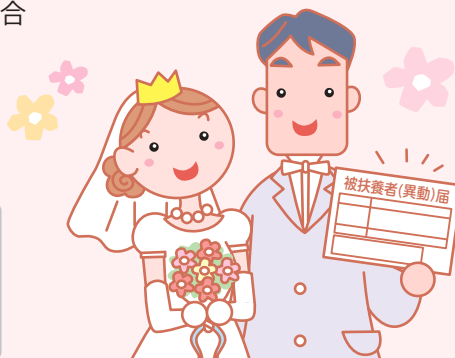
夫婦間の収入逆転により、

扶養追加や異動が必要になった場合

解説
サイト



手続き
サイト



医療機関受診時は『マイナ保険証』か『資格確認書』を提示していただきます。

▶ 詳細は、本誌P.15～21もご覧ください

家族を扶養からはずすとき

家族を扶養からはずすときは、すみやかに扶養削除の手続きが必要です。

* 被扶養者の資格削除日から健康保険は使えません。

こんなときに扶養削除の手続きが必要です

被扶養者が就職して他の健康保険の被保険者になったとき

就職先の健康保険の資格取得日から削除が必要です。

ソニー健保の扶養からはずす手続きが完了するまでの間、医療機関窓口でのオンライン資格情報では、ソニー健保の情報が表示されてしまいます。

就職先の健康保険組合の情報を正しく表示するためにも、すみやかにお手続きをお願いします。



被扶養者認定条件を一つでも満たさなくなったとき

- 収入条件*を超える収入を得るようになった場合
 - * 年収130万円未満(ただし、被保険者の配偶者を除く19歳以上23歳未満の家族は150万円/60歳以上または障害年金を受給中の家族は180万円未満)
- 雇用保険の失業給付の基本手当日額が3,612円以上(ただし、被保険者の配偶者を除く19歳以上23歳未満の家族は4,167円以上/60歳以上または障害年金受給中の方は5,000円以上)で、受給を開始した場合
- 扶養に入っている配偶者と離婚した場合
- 別居の被扶養者で、被保険者からの仕送り額が、対象者となる方の年間収入以上、かつ最低送金額以上でない場合

被扶養者が死亡したとき

死亡日の翌日が扶養削除日となります

被保険者が退職または死亡して資格喪失したとき

被保険者の退職または死亡の翌日に被扶養者も資格喪失となります

解説
サイト



手続き
サイト



資格確認書が必要なとき

マイナンバーカードの電子証明書の有効期限が切れていたり、『資格確認書』の紛失等により交付(再交付)が必要な場合は、申請が必要です。

解説
サイト



手続き
サイト



▶ 詳細は、本誌P.20もご覧ください

▶ 交付・再交付の方法は、手続きサイトをご覧ください

住所を変更したとき

引っ越しなどで住民票の住所を変更したときは、ソニー健保に登録されている住所も変更が必要です。
住所変更が必要な理由は…

解説
サイト



手続き
サイト



- ソニー健保からの発送物が届かなくなる
- 市区町村の医療費助成制度を受けているかの判断ができなくなる

住所変更 ソニー健保への手続き方法



いずれも
被保険者(本人)
が申請手続きを
してください!

提出する
書類

- 事業所規定の届出をする
- 『被扶養者(異動)届【住所変更】』
- 『任意継続被保険者諸変更届』※1
- 『特例退職被保険者諸変更届』※1

※1…被扶養者(扶養の家族)のみの住所変更は『被扶養者(異動)届【住所変更】』

① 被保険者(社員/本人)



② 被扶養者(扶養の家族)
[下記、③以外の方]

③ 被扶養者(扶養の家族)
[※2の健康保険記号を参照]

④ 任意継続被保険者
[扶養の家族を含む]

⑤ 特例退職被保険者
[扶養の家族を含む]

お勤めの事業所

ソニー健保へ直接

ソニー健保へ直接

ソニー健保へ直接

ソニー健保

【社内便または郵送】
〒108-0075
東京都港区港南1-7-1 ソニーシティ11階
ソニー健康保険組合 適用担当宛

※2…③被扶養者(扶養の家族)の健康保険記号は、次のとおりです。

101、108、109、302、318、341、349、350、379、411、422、430、435、450、600、706、709、711、728、729、735、738

ソニー健保の任意継続被保険者になる

退職により被保険者資格を喪失した方が、一定の条件を満たしていれば、次の健康保険制度に加入するまでの間、最長2年間ソニー健保の被保険者資格を継続できます。

保険料は、①資格喪失時の標準報酬月額か、②前年9月末日現在のソニー健保の全被保険者の標準報酬月額の平均額を比較して、

①と②いずれか低い額に決められます。

解説
サイト



手続き
サイト



ソニー健保の特例退職被保険者になる

退職して公的年金を受給している方が、一定の条件を満たしていれば、後期高齢者医療制度の医療を受けるまで（75歳の誕生日前日）加入することができます。保険料は、被保険者本人の年収や扶養人数に関わらず、特退の加入者全員が一律の健康保険料です。

健康保険料が決まる基準（健康保険料算定の基準）になる平均標準報酬月額※にソニー健保の保険料率をかけた額となります。

※ソニー健保の平均標準報酬月額、保険料率については本誌P.34～35「令和8年度予算のお知らせ」をご覧ください。

解説
サイト



手続き
サイト



国民健康保険に加入する

退職した方が国民健康保険に加入する場合、『資格喪失証明書』が必要になります。『資格喪失証明書』は勤務されていた事業所より退職の届出がソニー健保へ提出され、手続きが完了しましたら、ソニー健保加入者専用『マイページ』にアップロードされます。

* 事前交付はできません。

解説
サイト



手続き
サイト



「マイページ」から
ダウンロード!



病気やけがをしたとき

病気やけがで医療機関を受診するとき

業務外で病気やけがをしたとき、健康保険を使うと、一部負担金を支払うことで必要な療養が受けられます。

解説
サイト



医療機関窓口の自己負担分

小学校入学前	2割負担
小学校入学～69歳	3割負担
70歳～74歳	2割負担 *現役並み所得者は3割負担



ジェネリック医薬品を活用しましょう

上手な医療のかかり方を促進するため、「ジェネリック医薬品利用促進」のお手紙をお送りしています。
* 発送時期についてはソニー健保のウェブサイト「新着情報」に掲載します。

接骨院・整骨院にかかるとき

転倒など、原因が明らかな外傷性のけが（捻挫、打撲など）をしたとき、保険医療機関と同様に健康保険を使用して施術を受けることができます。

* ただし、医療機関ではないため、健康保険が適用できるケースはごく限られています。

解説
サイト



業務中に病気やけがをしたとき

仕事・通勤中に起きた病気やけがは「労災保険」が補償します。この場合は、健康保険は使用せずに、勤務先の労災担当に連絡してください。

交通事故等でけがをしたとき

ソニー健康保険組合に届け出る

交通事故（自転車も含む）など他人の加害行為が原因で病気やけがをしたときは、健康保険を使うことができますが、事前に健康保険組合に健康保険を使用する承諾を得なければなりません。承諾を得た後、すみやかに『交通事故、第三者（他人）等の行為による傷病届』を提出してください。

解説
サイト

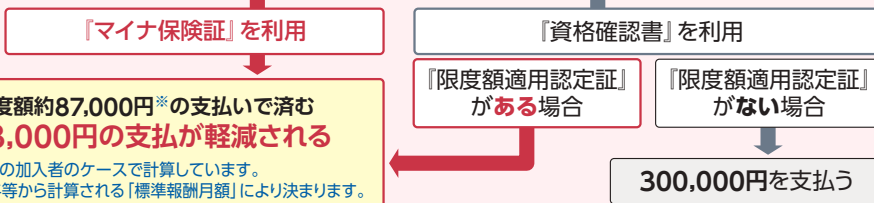


『マイナ保険証』を活用しましょう (高額療養費)

医療費が高額になると見込まれる場合でも、『マイナ保険証』を利用すれば、『限度額適用認定証』不要で病院窓口での医療費支払額を被保険者の標準報酬額に応じた自己負担限度額までに抑えることができます。



〔例〕医療費総額 1,000,000円
自己負担が3割の加入者が30日間入院した場合



自己負担限度額約87,000円*の支払いで済む
差額約213,000円の支払が軽減される

*70歳未満「ウ」区分の加入者のケースで計算しています。
なお、限度額は給与等から計算される「標準報酬月額」により決まります。

300,000円を支払う

▶『マイナ保険証』と『資格確認書』詳細は、本誌P.15～21もご覧ください

！『限度額適用認定証』の発行が必要な場合もあります

70歳未満の低所得者区分（住民税非課税）に該当する場合は、
「健康保険限度額適用・標準負担額減額認定申請書」の事前申請を必ずしてください。

ソニー健保の付加給付について (一部負担還元金・家族療養費付加金)

「高額療養費（家族高額療養費）」のほかに、ソニー健保には独自の給付金「付加給付（一部負担還元金・家族療養費付加金）」があります。

医療機関の窓口で支払った自己負担額が2万円を超えた場合、自己負担額から2万円を控除した金額（100円未満切り捨て）を、後日支給しています。医療機関から届くレセプトと呼ばれる医療費の請求書を基に計算し、自動支給するため申請は不要です。



* 18歳未満の子どもについては、自動支給を停止しています。
詳細はP.12「自治体の医療費助成を受けるとき」の解説サイトをご覧ください。

対象者	支給日	振込先
在職中の方（被扶養者分含む）	診療月の3か月後の給与支給日	お勤めの会社の給与口座
任意継続・特例退職健康保険に加入の方	診療月の3か月後の20日	加入時にご登録の給付金口座

* 医療機関からソニー健保への請求が遅れた場合、給付金の支払いも遅くなります。
* お勤めの会社によっては支払日や振込先が異なる場合があるので、在籍会社の健保担当にご確認ください。

自治体の医療費助成を受けるとき

自治体医療費助成制度 該当届を提出する

解説
サイト



手続き
サイト



「障がい者医療費助成」「ひとり親家庭等医療費助成」を受けている方は、ソニー健保へ届出をお願いいたします。届出により、高額療養費・付加給付の自動支給を停止します。



付加給付の重複受給を防ぐための郵便物を発送

【対象者】令和7年1月～12月診療分についてソニー健保からの給付金(付加給付)を支給しており、レセプトに公費番号が記載されない自治体の医療機関を受診した方

【発送時期】令和8年4月から順次発送

* 詳細については、発送時期にソニー健保のウェブサイト「新着情報」に掲載します。

病気やけがで仕事を休んだとき

傷病手当金の請求をする

被保険者が業務災害以外の病気やけがで療養のため仕事を休み、その間給与等が支払われない(給与が減額されたためその支給額が傷病手当金の給付額より少ない場合等)とき、被保険者の生活費を保障するために給付される保険給付です。

解説
サイト



手続き
サイト



本人・家族が亡くなったとき

埋葬料(埋葬費)の請求をする

被保険者や被扶養者が死亡したときには、「埋葬料」が支給されます。もしも家族や近親者がまったくいない場合は、実際に埋葬を行った人(ご友人等)に「埋葬費」を支給します。

解説
サイト



手続き
サイト



扶養家族の削除をする

亡くなった被扶養者をはじめ手続きが必要となります。

解説
サイト



手続き
サイト



任意継続・特退の被保険者が死亡したとき

ソニー健康保険組合まで、電話かメールでご連絡ください。

電話：050-3807-5059 メール：kenpo-ninkei-tokutai@jp.sony.com

立替払いをしたとき

『マイナ保険証』等を持たずに受診したとき〔療養費〕

やむを得ない理由で『マイナ保険証』等が手元になく医療機関を受診し全額自己負担したとき、または以前の健康保険を使用してしまったときなど、いったん医療機関等に全額支払った費用について、実際にかかった費用から負担割合を乗じた額を計算し支給します。

* 保険適用分のみ対象

解説
サイト



手続き
サイト



治療用装具を購入したとき〔療養費〕

支給対象となるのは、医師が治療のために必要であると認め、医師の指示のもと作成された治療用装具、小児弱視等の治療用眼鏡、弾性着衣（弾性ストッキング）等です。

厚生労働省の通知に基づき、保険給付の対象となるかソニー健保にて審査を行い、認められた場合に実際にかかった費用から負担割合を乗じた額を計算し支給します。

* 日常生活の便宜目的とされるものや、美容を目的としたもの、症状固定後に作成されたものは給付の対象にはなりません。

解説
サイト



手続き
サイト



海外で病気やけがをしたとき〔海外療養費〕

海外で急な病気やけがで医療機関を受診した際に支払った医療費は「療養費」として払い戻しを受けることができます。

解説
サイト



！ 海外療養費については、事前にご連絡を

海外療養費については、あらかじめ必ずソニー健保へご連絡ください。

連絡先



証明書が必要なとき

『医療費のお知らせ』 給付金の『支給決定通知書』を手に入れたいとき

ソニー健保加入者専用『マイページ』内の『通知書・証明書』に掲載しています。

* 毎月20日に掲載します。ログインしてご確認ください。

解説
サイト

『マイページ』未登録の場合はこちら

『マイページ』の解説や新規登録方法については、こちらをご覧ください。

『マイページ』
解説サイト新規登録方法
【文章解説】新規登録方法
【動画解説】

書面で申請をする場合はこちら

ソニー健保脱退後の申請や、郵送（書面）での手続きが必要な場合は、申請書をご利用ください。

申請書



『資格喪失証明書』が紙で欲しいとき

●被保険者の退職時

『健康保険資格喪失証明書』が紙で欲しいときは、『証明書発行申請書』で申請をしていただくことで発行可能です。

●家族の扶養削除時

『被扶養者（異動）届【扶養削除】』にて扶養削除申請するときに、証明書発行希望欄にを入れていただくことで『健康保険資格喪失証明書』を発行いたします。

解説
サイト退職時
申請書扶養削除時
申請書