daily コラム

2026 年 11 月 24 日(火)

〒308-0842　茨城県筑西市一本松 624-3
税理士法人和敬会筑西事務所　TEL 0296-22-3689　FAX 0296-25-0627
Email tfc@wakei-kai.com

退職後の健康保険

退職後の医療保険 3 つの選択肢

会社を退職したとき次の 3 つの中から選んで健康保険に加入します。

1. 現在加入している健康保険の任意継続被保険者
2. 市町村の国民健康の被保険者
3. 家族の健康保険の被扶養者

家族の加入している健康保険の扶養の範囲であれば加入できます。

Ⅰ．任意継続被保険者の制度

次の 2 つの要件を満たすことが必要です。

① 資格喪失日（退職日の翌日）までに健康保険の加入期間が継続して 2 か月以上あること

② 資格喪失日から 20 日以内に電子申請又は「任意継続被保険者資格取得申出書」を記載し住所地を管轄する協会けんぽに提出すること。健保組合は組合へ提出。

事業所から提出される「資格喪失届の情報が協会けんぽに連携されたのち、任意継続の資格取得に進み、おおむね２週間程度でお知らせが自宅に届きます。急ぐ場合は直に任意継続被保険者資格取得申出書と公的機関の退職の証明を付けて協会けんぽに提出すると期間は短縮されます。

③ 任意継続の被保険者期間

任意継続の被保険者期間は原則として 2 年間です。ただし、被保険者の就職、保険料の期限内支払い未納、後期高齢者となったとき、亡くなったとき、任意継続被保険者をやめる希望を出したときは資格を喪失します。

④ 任意継続の保険料

協会けんぽの任意継続保険料は「退職時の 2 倍」と説明されることもありますが、正しくは次の低い額の方です。

・退職時標準報酬月額×都道府県保険料率
・協会けんぽが定める任意継続の標準報酬（上限 32 万円）

40 歳から 64 歳までの方はこれに介護保険料が加わります。

Ⅱ．国民健康保険制度

国民健康保険は出産手当金、傷病手当金はありませんが、従来の保険と給付は同じです。国民健康保険は 4 月から翌年 3 月までの保険料を前年の 1 月から 12 月までの所得を基に算定しています。

住民票のある市町村の保険年金課で確認することができます。



在職中の給与明細書などで任意継続と国民健康保険料の比較ができます