

2025 年度健康強調月間 健保健康クイズ大会



昨年度に引き続き、今年度も健保健康クイズ大会を開催します。

問題は、2025 年 1 月以降に発行された「タダノ健保だより」の記事から出題しています。

健保だよりを見返していただきながら、ご参加ください。

(健保 HP→健康づくり→健保だより <https://www.tadano-kenpo.or.jp/health-promotion/magazine.php>)

●内容

クイズ全 5 問に解答してください。

解答フォーム: <https://forms.office.com/e/27hcHp8iBz> ← コチラをクリック

※会社のメールアドレスがない方は、下記の解答用紙で健保まで提出してください。

●応募条件

当組合の被保険者

●賞品

全問正解者のうち、抽選で 20 名の方に、QUO カード 2,000 円分プレゼント。

●応募締め切り

10 月 31 日(金)

宛先 タダノ健康保険組合 まで

(社内のメールアドレスをお持ちの方は、解答フォームから送付してください)

2025 年度 健保健康クイズ大会 解答用紙

社員番号		氏名	
所属名(賞品送付先に使用します)			
クイズの解答(クイズは次ページにあります)			
第 1 問			
第 2 問			
第 3 問			
第 4 問			
第 5 問			
健保へのご意見、クイズに解答してのご感想などご記入ください(自由回答)。			

2025 年度 健保健康クイズ

解答フォーム: <https://forms.office.com/e/27hcHp8iBz>  コチラをクリック

第 1 問 労災保険について(2025年冬号)

以下の状況でケガをしたとき健康保険が使えないのはどれでしょうか？(複数選択可)

- ① 出社途中に、駅の階段で転んでケガをした
- ② 帰宅途中に総菜を購入し、通勤経路に戻った後にケガをした
- ③ 仕事中にトイレに行ったり、水を飲んだりする途中にケガをした
- ④ 出張中にケガをした

第 2 問 知っておくべき健康保険(2025 年春号)

ご家族が就職や収入増加で扶養者の資格を失ったとき何日以内に異動届出(各事業所経由で健保組合)が必要でしょうか？

- ① 1日以内
- ② 3日以内
- ③ 5日以内
- ④ 7日以内

届出を忘れて後日資格を失っていることが判明した場合は、資格を失った日までさかのぼって健保組合が負担した医療費を返還していただくことになります。ご注意ください！

第 3 問 医療費節約術(2025 年春号)

ポリファーマシーとは、「ポリ」は複数、「ファーマシー」は薬局という意味を組み合わせた造語です。単に服用する薬が多いことではなく、複数の薬を服用することで副作用を起こしたり、薬の飲み忘れにや飲み間違いなどの可能性につながる状態のことです。

以下の文章で正しいものを選んでください。(複数選択)

- ① 高齢者では6種類以上薬剤を処方されていると有害事象(ふらつきや転倒、記憶障害、せん妄など)が起こりやすくなる。
- ② 多くの薬が処方されることで薬剤費が増えて医療費の増大につながり、患者負担も増加する。
- ③ 薬が多くて飲み忘れて薬が残る、残薬の問題もある。
- ④ ポリファーマシーを防ぐには医師や薬剤師に相談したり、「はしご受診」を控える。

※はしご受診:同じ病気やケガのために複数の医療機関にかかること

第 4 問 健康保険証が利用できなくなったらどうなるの？(2025年夏号)

12月2日に、これまでの健康保険証は利用できなくなります。以下の文章で正しいものを選んでください。(複数選択)

- ① マイナンバーカードを作成し、受け取った後は、自分で健康保険証利用登録が必要である。
- ② マイナ保険証とは健康保険証利用の登録が完了しているマイナンバーカードのことである。
- ③ 「資格情報のお知らせ」は、マイナ保険証と併せて携帯するようにした方が良い。
- ④ マイナ保険証を持っていない人には「資格確認書」が交付される。

第 5 問 健康スコアリングレポート(2025 年夏号)

健康スコアリングレポートは、毎年、厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が協同で作成し、健保に通知されるものです。内容は、健保加入者の健康状態や健康づくりの取り組み状況を全健保や業態平均などと比較して「見える化」したもので、「健康の通信簿」となっています。

タダノ健保加入者の健康状況で一番リスク保有者の割合が高いのは以下の項目のうちどれでしょうか。(1つのみ)

- ① 肥満リスク
- ② 血圧リスク
- ③ 肝機能リスク
- ④ 脂質リスク
- ⑤ 血糖リスク