

# スマイル Smile

健保だより

令和6年  
春号

SPRING

P2 令和6年度予算のお知らせ  
P3 令和6年度健康保険組合の議員をご紹介します  
P4 主な保健事業の年間スケジュール  
P5 今から使おう！マイナ保険証

P6 PeP Upであなたの健康がわかる、ポイントもたまる  
P7 ヘルスアップキャンペーン  
P8 人間ドック受診方法が変わります！



# 令和6年度予算のお知らせ

令和6年2月19日に第146回組合会が開催され、令和6年度予算が承認されました。

## 一般勘定（健康保険）

### 【収入】

(単位：百万円)

科目	金額
健康保険収入	1,475
その他経常収入	6
経常収入合計	1,481
別途積立金繰入	230
調整保険料収入	21
財政調整事業交付金等	8
合計	1,740

### 【支出】

(単位：百万円)

科目	金額
事務費	39
保険給付費	857
納付金	718
保健事業費	48
その他経常支出	3
経常支出合計	1,665
財政調整事業拠出金	22
予備費	53
合計	1,740

納付金は対前年度予算+68百万円程度となり、保険給付費は令和5年度までの傾向から令和6年度も増加すると見込んだため、経常収支では約184百万円の赤字予算となりました。

予算上は赤字となっていますが、健康保険料率は、別途積立金残高に余裕があるため、現行の85.00%を据え置くことにしました。

しかしながら、令和6年度末には、別途積立金残高が4億円前後まで減少することが見込まれるため、令和7年度には料率の見直しが必要となる可能性があります。

### 【収入】

収入合計は、保険料収入では微増を見込んでいますが、保険給付費の増加

および納付金の増加に対応するため、別途積立金を230百万円繰入れ、1,740百万円を予算化しました。

### 【支出】

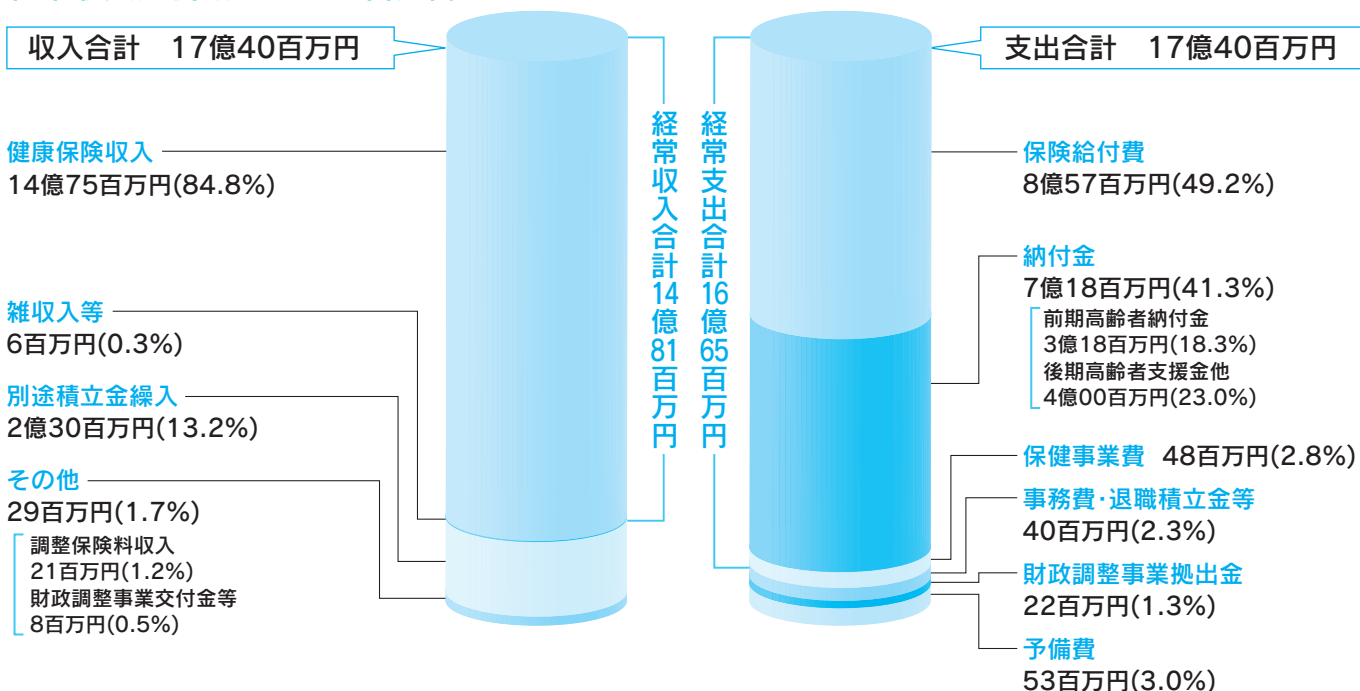
令和6年度の保険給付費については、令和5年度までの増加傾向を踏まえ、令和5年度を上回る額を予算化しました。一方、納付金については、前期高齢者納付金が前年度より63百万円増加、後期高齢者支援金が前年度より5百万円増加するため、支出合計では前年度予算を67百万円上回る1,740百万円を予算化しました。

### 【収支】

経常収入は1,481百万円、経常支出は1,665百万円となり、経常ベースで184百万円の赤字を見込んでいます。

## グラフで見る予算の状況

### 経常収支差引額 △184百万円



## 介護勘定（介護保険）

### 【収入】

(単位：百万円)

科目	金額
介護保険料収入	229
合計	229

### 【支出】

(単位：百万円)

科目	金額
介護納付金	219
積立金等	9
合計	229



介護保険については、令和5年度の保険料率を18.00%に据え置きましたが、黒字を確保し準備金保有率は400%を超えています。こうした状況から、令和6年度も保険料率は18.00%に据え置きます。

## 令和6年度健康保険組合の議員をご紹介します

選定議員		
理事長	新任	北村 誠
常務理事	新任	岩曾 正孝
理事	新任	谷本 英
議員(監事)	新任	遠山 圭介
議員		長谷川 仁
議員		横井 誠一
議員		和多田 裕
議員	新任	小林 健治
議員		今井 尚子

互選議員		
理事		西田 俊彦
理事		山本 佑亮
理事		鈴木 康平
議員(監事)		安部 謙二
議員	新任	小林 香織
議員		亀山めぐみ
議員		藤原 清美
議員	新任	矢口 生実
議員	新任	鹿田 昌代

(4月5日現在)



### 理事長就任にあたり 北村 誠

令和6年度より理事長に就任いたしました北村です。令和6年度は、第3期データヘルス計画、第4期特定健診・特定保健指導がスタートする重要な年度となります。一方、令和6年度においても共栄火災は「健康経営優良法人」に認定され5年連続の認定となりました。こうした健康への取組みを共栄火災グループとともに発展させ、従業員やその家族の健康維持・増進に貢献していきたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願いたします。

## 今年度の健保組合の取り組みポイントは

健保組合として今年度取り組んでいく保健事業のポイントをご紹介しますので、是非ご自身やご家族の疾病予防や健康増進に向けて積極にご活用ください。

### コラボヘルス ～事業主と健保組合が共同で取り組む事業～

共栄火災および関連グループ各社と健保組合は、「健康宣言」の下、コラボヘルスを進めていくことで、より実効性の高い保健事業を展開していきます。

#### 《被扶養者の特定健診》

特定健診は40歳以上のすべての方々に受診が義務付けられていますが、被扶養者においては約4割の方が未受診という状況です。当健保組合の保健事業として、被扶養者の方は無料で受診できる仕組みを用意しております。被扶養者の特定健診受診率の向上を目指します。



#### 《特定保健指導》

「特定健診」の結果、厚生労働省が定める基準（生活習慣病リスクの高い方）に従い「特定保健指導」を行っ

ています。従業員一人ひとりの将来の健康を守るため共栄火災も重要課題と位置づけ重点的に取り組んでいます。

#### 《喫煙対策》

一昨年度より「オンライン禁煙プログラム」を無償で提供してきました。昨年度は17名の申し込みがあり、高い禁煙達成率で成果を挙げています。今年度も引き続き禁煙へのサポートを行っていきます。

#### 《重症化予防》

定期健診、特定健診の結果に基づき、医療機関を受診していない方への受診勧奨の取組みを行っていきます。糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病に加え糖尿病性腎症（CKD）の高リスク対象者にも受診勧奨を行っています。

### 健保事業の健全性を維持する取組み

#### 《後期高齢者支援金の加算・減算への対応》

健保財政においては、納付金（前期高齢者納付金、後期高齢者支援金）の支出が大きな影響を与えています。後期高齢者支援金では、被保険者数や報酬等の規模による配分もありますが、健康増進への取組みに対する加算・減算の制度が取り入れられています。加算・減算項目として、特定健診の実施率、特定保健指導の実施率、要治療者への受診勧奨のほか、後発医薬品（ジェネリック医薬品）の使用促進、予防接種の実施、喫煙

対策などがあります。これらの加算・減算項目への対応に積極的に取り組んでいきます。

#### 《健康保険証の廃止に向けた取組み》

令和6年12月2日をもって健康保険証が廃止となります。（使用の猶予期間1年間）マイナ保険証の一体化に向け、マイナンバーカードを健康保険証として利用できるようにする「マイナンバーカードと健康保険の紐づけ」の登録率、「マイナ保険証」の利用率の向上に向けて、周知活動を行いスムーズな移行を図ります。



## 主な保健事業の年間スケジュール

実施時期	事業内容	対象者	内容
通年	禁煙プログラム	参加希望の被保険者 (先着20名)	禁煙プログラムによる喫煙対策
通年	スポーツクラブ等	被保険者、被扶養者	スポーツクラブ・ルネサンス、ホットヨガ・LAVAとの法人契約 ●入会金免除、割引等の特典あり
通年	健康相談 メンタルヘルスカウンセリング セカンドオピニオン	被保険者、配偶者 およびそのいずれかの 被扶養者	24時間電話健康相談サービス メンタルヘルスカウンセリングサービス セカンドオピニオンサービス
通年	医療費明細の通知	被保険者・被扶養者	PepUp上で医療費明細情報を提供
通年	確定申告用医療費通知の提供	被保険者・被扶養者	PepUp上で医療費通知の電子申告用データ および書面申告用通知書を提供
通年	特定健診結果の情報提供	40歳以上の被保険者	PepUp上で過去10回の特定健診結果 および健康年齢の情報を提供
4月～ 翌年2月	人間ドックへの補助	30歳以上の被保険者・ 被扶養配偶者	人間ドックの受診促進 ●22,000円補助 ●婦人科検診はさらに2,200円補助
随時	ヘルスアップキャンペーン	被保険者・被扶養者	ウォーキング等の運動、 食生活等の生活改善イベントによる健康増進
7月～9月	被扶養者資格確認	該当被保険者・ 被扶養者	被扶養者資格確認調査の実施
7月～ 翌年1月	被扶養者健診	40歳以上の被扶養者・ 任意継続被保険者	被扶養者および任意継続被保険者の特定健診 の実施 ●自己負担なし ●オプション検診への一部補助
随時	ジェネリック差額通知	該当被保険者・ 被扶養者	ジェネリック医薬品への切替促進
10月～ 翌年1月	郵送がん検診	被保険者・ 被扶養配偶者	郵送スクリーニング検査等の実施 ●自己負担なし
10月～	特定保健指導	該当被保険者	保健師や管理栄養士の支援による生活改善の 取組み
10月～ 12月	インフルエンザ予防接種補助	被保険者	インフルエンザ予防への取組み ●2,000円補助
随時	重症化予防に向けた受診勧奨	該当被保険者	生活習慣病の重症化予防に向けた医療機関への 受診勧奨通知

### 【注意】

- 被保険者には任意継続被保険者を含みます。
- 各事業の詳細は、健康保険組合HP、健保組合からの連絡文書、パンフレット等をご覧ください。
- 実施時期や内容は、変更となる場合もあります。



令和6年12月2日 保険証は廃止に！

# 今から使おう！ マイナ保険証

現在の保険証は今年12月2日に廃止されて、マイナンバーカードに一体化されます。ぜひ一度、医療機関の窓口でマイナ保険証を使ってみてください。

マイナ保険証…保険証利用の登録をしたマイナンバーカードのこと。



マイナ保険証の使い方の動画はコチラ（厚生労働省）



## マイナ保険証のメリット

### 1 医療費が安くなります

マイナ保険証で受診すると、従来の保険証で受診するよりも初診料が20円、調剤管理料が20円、安くなります。

※患者負担は上記金額の2割または3割。初診料の加算は同一医療機関で月1回、調剤は6カ月に1回。



### 2 質のよい医療が受けられます

マイナ保険証で受診すると、あなたのお薬や診療の情報、健診結果を医師が確認できます。正確な情報をもとに質のよい医療が受けられます。

※本人が同意した場合のみ



### 3 高額な窓口負担が手続きなしで軽減

医療費が高額になるとき、マイナ保険証で受診すると「限度額適用認定証」なしで窓口負担が軽減されます。健保組合の手続きは不要です。



## マイナンバーカードを保険証として利用できるようになるには？

マイナンバーカードを保険証として利用できるようになるには、**ご自身で「保険証利用の登録」**が必要です（登録は1回のみ）。急な病気のときにあわてないように、早めに登録しておきましょう。

保険証利用の登録はここでできます



実証ベータ版



正式版

マイナポータル



医療機関窓口のカードリーダー



セブン銀行 ATM



市区町村の窓口

マイナンバーカードの保険証利用申し込みの動画はコチラ（厚生労働省）



マイナ保険証によるオンライン資格確認で、不正利用防止や医療機関の業務負担軽減にもつながります。

医療機関ではマイナ保険証をご利用ください。

マイナンバーカードをお持ちでない方はコチラ（マイナンバーカード総合サイト）



もう登録はお済みですか？

# Pep Upであなたの健康がわかる、ポイントもたまる

Pep Up（ペップアップ）はあなたの「健康年齢」を維持改善するためのヘルスケアプラットフォームです。健康情報をついにまとめ、あなたの状態を見える化し、健康活動をサポートします。

## しばいぬと自分のペースで歩こう 「ふれんどウォーク」



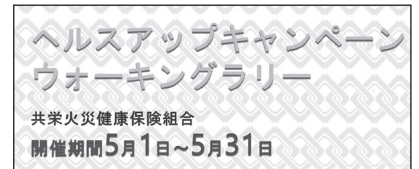
1日5,000歩以上でしばいぬがシャベルを発見！シャベルでほりほりするとPepポイントがもらえます。

## カラダ年齢がわかる 「健康年齢」



健康年齢は健康診断や人間ドックの結果からあなたの健康状態が何歳相当かを表す健康の指標です。

## 健康づくりでご褒美ポイント 「健康チャレンジ」



ウォーキングや生活習慣の改善行動に取り組みながらポイントもたまるイベントを開催。

## 隙間時間に学んでポイント 「健康記事」



健康記事を読んで評価するとポイントがもらえます。大人気コンテンツ「メタボ川柳」も絶賛連載中！

## 他にも健康づくりをサポートする機能が充実



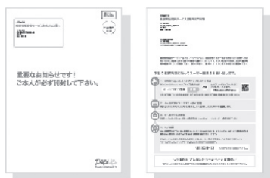
- ・ 健診結果の確認
- ・ お薬手帳
- ・ ワクチン接種記録
- ・ 日々の記録

amazon gift card

ポイントは好きな商品に交換！

POINT ポイント

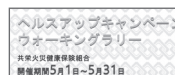
1 お届けした登録案内通知をご用意ください。



2 Pep Upへ登録完了後、特設ページからヘルスアップキャンペーン（WALKING RALLY）にご参加ください。



Pep UpログインURL  
[https://pepup.life/users/sign\\_up](https://pepup.life/users/sign_up)



ヘルスケアプラットフォーム

PepUp.

ペップアップ

※登録案内通知を紛失した方は被保険者を通じて健保組合に本人確認コードの発行依頼をしてください。



# ヘルスアップキャンペーン

# WALKING RALLY

参加にはペップアップへの登録が必要です！

目標歩数を達成して  
Pepポイントをゲットしよう



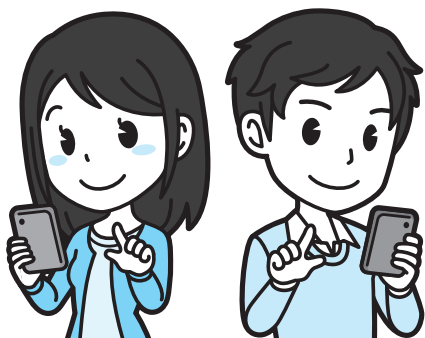
開催期間 5/1 WED ~ 5/31 FRI

申込期間 4/15 MON ~ 4/30 THU

参加方法 Pep Up内ウォーキングラリー特設ページより参加いただけます。

※チームの新規作成・参加は申込期間中のみ可能です。申込期間を過ぎると作成・参加とも行えません。

ポイント付与予定時期 6月下旬



参加で

500  
ポイント

個人目標  
毎日8,000歩  
達成で

500  
ポイント

平均6,000歩  
達成で

300  
ポイント

チーム目標  
達成で

さらに

1,000  
ポイント

※掲載されている商品名およびロゴは、各社の商標または登録商標です。  
※ポイント交換商品はPep Up運営会社（株式会社JMDC）による提供です。

## 参加の際のご注意

- 本キャンペーンは、Pep Upに登録していない場合、参加できません。
- スマホにアプリをインストールせずに参加する場合は、WEB上で歩数を手入力していただけます。
- 1日の歩数の上限は8,000歩となりますので、8,000歩以上歩いても8,000歩となります。
- チーム戦への参加は、3名以上となります。
- 本キャンペーン開催中でも「ふれんどウォーク」も開催しています。

# 人間ドック受診方法が変わります！

人間ドックの予約は、WEBもしくは健診予約センターへ電話で行ってください。  
健診機関への直接連絡や当健康保険組合への事前申請等は不要となります。

健診予約センターに連絡して予約申込が必要です！

24時間  
いつでもWEBで  
お申込可能♪

オペレーターと  
相談しながら予約  
夜19時30分まで  
対応！！

## WEB予約



i-Wellnessにログイン\*



<https://i-wellness-p.com/j00/j00101.jsf>

i-Wellnessにログイン\*

## リクエスト予約

2つの希望する医療機関と  
5つの希望日時を入力  
または、希望する期間や  
避けたい日程を申告します。

※人気の医療機関は  
予約が取りにくい場合  
があります  
※予約の取消しのご連絡  
はSTEP2のメールで届  
きますので、再度希望  
を入力してください

- お手元に健康保険証をご用意ください。
- 受診希望日の2週間前まで受付します。
- 医療機関の混雑等により希望日の予約が取れない場合には、別の日程あるいは別の医療機関を再度お選びいただくことがありますのでご了承ください。

## センターへ 電話予約



## 受付希望機関をリストで確認

健診予約センターへ電話

# 0120-783-026

オペレーターが、あなたのかわりに医療機関と日程調整

※音声ガイダンスに沿って、番号を押してください

- ご本人確認のため、①保険証の記号・番号、  
②お名前・生年月日、③健康保険組合名をお伺いします。

変更・  
キャンセルに  
ついて

健診予約センター

# 0120-783-026

【受付時間】 8:30~19:30 【休業日】 土・日・祝日・年末年始

※i-Wellnessからの予約キャンセル・変更は

受診の8日前までにすること

7日以降は健診予約センターへ予約キャンセル・変更の連絡をすること

※受診日の前日あるいは当日の予約キャンセルは、医療機関へ直接連絡し、健診予約センターへも電話で連絡すること

## WEBからの予約

健診ポータルサイト i-Wellness (<https://i-wellness-p.com/j00/j00101.jsf>) の利用方法



### (1)初回利用登録

保険証の記号、番号、氏名、性別、生年月日、メールアドレス、秘密の質問を設定してください。登録したメールアドレスへメールが届きますので、ご確認いただきi-Wellnessへログインをお願いします。

### (2)健診予約

- ①「健診予約をする」より「健診コースやオプション」を選択します。
- ②医療機関名、エリア、駅名などから検索し医療機関を選択します。(第2希望まで選択できます)
- ③受診希望日を選択します。(最低第3希望~第5希望まで選択いただけます)

④3営業日以内に予約確定メールをお送りします。

### (3)受診

- ①受診日までに予約確定メールに記載のURLよりWEB問診に回答します。
- ②受診日の2週間前に最終の受診案内ハガキをお送りします。
- ③健診を受診します。
- ④医療機関より検診結果が直接送付されます。(通常、受診日から2~3週間かかります)

## 健診費用について

人間ドックの健診費用補助金の額は、昨年度までと同様(22,000円+婦人科オプション2,200円)となりますので、健診費用の総額から補助金の額を控除した額が健診機関の窓口での支払額となります。

