

健保だより



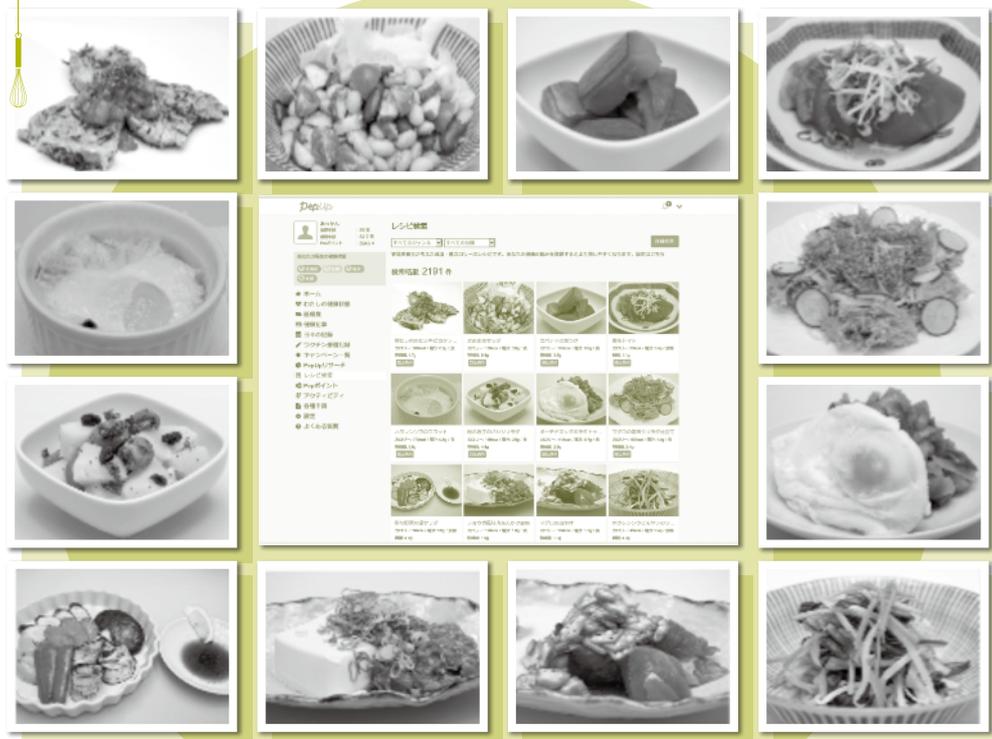
健康についてご家族皆さんで話してみませんか。

近畿日本鉄道健康保険組合 No.121

「健康レシピ」で健康リスクを下げましょう!

「Pep Up* (ペップアップ)」の「健康レシピ」画面には、
管理栄養士が監修した約 2,200 の健康メニューを掲載。
各メニューには、管理栄養士による解説、栄養成分表示、具材、作り方が満載で、とっても便利!
「高血圧が気になる」「血糖値が……」「肥満が……」などの条件検索で、
あなたの健康上の悩みに合わせたレシピのチェックも簡単!
誰にでもある三度の食事。「健康レシピ」で体にやさしいメニューを探してみませんか!

*「Pep Up」の新規登録方法や提供サービスの内容は、本紙4～5ページをご覧ください。



「40歳以上の53.6%が高血圧リスク保有者*」という事実 あなたもその1人ではありませんか!?

*高血圧リスク保有者の判定基準(法定の特定保健指導の判定基準に基づく)
最高(収縮期)血圧 130mmHg 以上、または最低(拡張期)血圧 85mmHg 以上

40歳以上の被保険者の 高血圧リスク保有者の割合*1	近鉄健保	53.6% (全国5段階評価で最低ランク)*2
	業態平均	43.0%
	全国健保平均	35.2%

*1 厚生労働省、経済産業省、日本健康会議による令和2年度「健康スコアリングレポート」より

*2 肥満、肝機能、脂質の各リスク項目で、近鉄健保は5段階評価の下から2番目のランク

健保組合の緊急事態を回避するために

(令和2年度 事業概況)

新型コロナウイルス感染症の脅威に見舞われ早1年半が経ちました。当時懸念していた感染拡大の第二波、第三波は現実となり、今の焦点はいかに早く多くの人にワクチン接種を完了するかに移っています。新型コロナの猛威に晒され、人々の暮らしや経済活動は深刻な影響を受けてきましたが、当年度の健保財政も同じです。

当年度は一般勘定で約4億2千万円の経常赤字となりました。特別収支では国や健保連から補助金等を受け、準備金(過去からの蓄え)を取り崩して2億3千万円繰り入れた結果、最終収支は約2億5百万円となりました。



経常赤字の要因はひとえに収入の減少です。新型コロナによる事業所業績の悪化に伴い標準報酬月額は下がり、賞与額も大きく減少した結果、保険料収入は前年比で約4億7千万円減少。この減収が経常赤字に置き換わった形です。

支出面では、コロナ感染を懸念する受診控えの影響により、保険給付費(健保負担分の医療費)は前年比で約2億円減少しました。ただ、令和3年度に入ってから保険給付費は、コロナ禍以前にあたる令和元年度実績を上回るレベルまで急増しており、今後のゆくえが懸念されます。

一方、保険給付費と支出を二分する高齢者医療への拠出金は、前年比で約4億4千万円増えました。このうち前期高齢者納付金の増加は、主に当健保・前期高齢者1人あたりの療養給付費の増加に連動したものです。また、後期高齢者支援金では、近年の増加傾向に加え、団塊の世代の後期高齢者移行に伴い支援金の急増が始まる「2022年危機」が迫っています。

このように健保組合の緊急事態は、この先いよいよ本格化する様相です。窮状が続けば、保険料率の引き上げや健保解散・協会けんぽへの移行が議論の俎上にのぼる日がやってきます。健保組合がなくなれば、「保健事業」(=疾病予防・健康づくりのサービス)は利用できなくなります。単一企業健保としての手続きの便利さやメリットも一切なくなります。

こうした事態を回避するため加入者の皆さんに心がけていただきたいことは、種々の保健事業を積極的に活用し、確実に疾病予防・健康維持増進を図ること、そして将来にわたり長く医療費の適正化・増大抑制を図ることです。

当年度の介護勘定は一般勘定と同様、標準報酬月額の減少による保険料減収の影響で赤字となるため、準備金から1億2千万円を繰り入れました。高齢化の進展による介護サービス利用者の増加、介護の担い手不足に伴う介護報酬の見直しの動きなど、国の介護費用は膨張を続けています。今後も慎重に見守る必要があります。



当年度の主な決算額は、次の3ページのとおりです。

健保組合組合会議員の一部変更について

詳しくは近鉄健保ホームページ・ホーム画面「お知らせ」欄をご覧ください。

(<https://www.kintetsu-kenpo.or.jp>)

一般勘定

決算基礎数値	・年間平均被保険者数	16,629人	・保険料率 1,000分の103 負担割合：会社 59.00 被保険者 44.00	(調整保険料率 1,000分の1.19を含む)
	・年間平均被扶養者数	15,399人		
	・年間平均標準報酬月額	353,292円		

収入

健康保険料収入

・一般保険料収入
87億7,562万4千円(1人あたり 527,730円)
 皆さんの給料・賞与と保険料率をもとに計算し、皆さんと会社から徴収する保険料です。(任意継続被保険者は全額本人から徴収)

・調整保険料収入
1億247万円(1人あたり 6,162円)
 全国約1,400の健保組合間の財政調整財源として皆さんと会社から徴収する保険料です。

準備金繰入

2億3,000万円(1人あたり 13,831円)
 保険給付費や納付金などの必要な支出のため収入に不足が生じますので、準備金を取り崩して収入に繰り入れます。

高齢者医療運営円滑化等補助金ほか

1億8,384万1千円(1人あたり 11,055円)
 前期高齢者医療制度への拠出金負担の重い健保組合を支援するため、国が助成する補助金などです。

高額医療交付金

2億834万6千円(1人あたり 12,529円)
 高額療養費の割合が高い健保組合の負担軽減のため、全国の健保組合の調整保険料を財源として健保連から交付されます。

その他の収入

3,599万5千円(1人あたり 2,165円)
 被保険者から一旦お預かりする常備薬代金、資格喪失後に当健保保険証を使ってかかった医療給付の返還金、利子収入などです。

収入合計

95億3,627万6千円(1人あたり 573,472円)

支出

事務費

7,112万3千円(被保険者1人あたり 4,277円)
 健保組合を運営するための事務執行費用です。例えば、職員の人件費、システム維持費および組合会等の諸経費にあてる費用です。

保険給付費

47億5,342万5千円(1人あたり 285,852円)
 皆さんやご家族の方が、病気やけがで医者にかかったり、出産や葬祭の費用あるいは病気で会社を休み、給料がもらえなくなった場合に給付する費用です。

拠出金

42億2,034万6千円(1人あたり 253,794円)
 65歳～74歳の前期高齢者や75歳以上の後期高齢者の医療にあてるための国への拠出金、あるいは被用者保険加入者だった退職者の医療にあてるための国への拠出金です。

保健事業費

1億7,519万1千円(1人あたり 10,535円)
 皆さんやご家族の方の健康保持・増進を図るための各種健診、人間ドック、スポーツ、レクリエーションなどにあてる費用です。

その他の支出

1億1,108万2千円(1人あたり 6,680円)
 全国の健保組合の財政安定のための拠出金や予備費等の費用です。

支出合計

93億3,116万7千円(1人あたり 561,138円)

収支差引額

2億510万9千円

介護勘定

決算基礎数値	・40歳以上64歳以下の被保険者・被扶養者数(年間平均)	17,237人	・介護保険料率 1,000分の16.5 負担割合：会社 8.25 被保険者 8.25
	・介護保険料を負担する年間平均第2号被保険者数	12,002人	
	・年間平均標準報酬月額	386,192円	

収入

介護保険収入

11億2,790万5千円(1人あたり 93,976円)
 40歳～64歳の皆さんの給料・賞与と保険料率をもとに計算し、皆さんと会社から徴収する保険料です。(任意継続被保険者は全額本人から徴収)

準備金繰入

1億2,000万円(1人あたり 9,998円)
 準備金を取り崩して収入に繰り入れます。

その他の収入

9千円(1人あたり 1円)
 銀行利子収入などです。

収入合計

12億4,791万4千円(介護保険を負担する第2号被保険者1人あたり 103,975円)

支出

介護納付金

12億4,183万3千円(1人あたり 103,469円)
 介護費用の財源にあてるため、40歳～64歳の皆さんとご家族の人数をもとに計算し、国に納める納付金です。

その他の支出

2万5千円(1人あたり 1円)
 還付を要する分の保険料です。

支出合計

12億4,185万8千円(1人あたり 103,471円)

収支差引額

605万6千円

お陰様で「PepUp」

登録者 **8,430** 名、

登録率 **37.3** % !

健康増進支援サービス「Pep Up (ペップアップ)」の健康サービスをご利用いただきありがとうございます。

昨年4月導入以来、温かいご支援・ご協力により、全被保険者の42.8%、30歳以上の被扶養者の22.2%の皆さんにご登録をいただきました。

※登録者・登録率は令和3年7月13日現在



「Pep Up」は、体を大切に考えていただくための健康ポータルであり、生活習慣を見える化する便利ツール。利用の仕方は使う方の工夫次第です！

あらためて未登録者・登録者の方々に「Pep Up」の機能をご紹介します。

「健康年齢®」

(株)JMDCが160万人の健診データをもとに開発した統計モデルに基づき、あなたの健診データ(対象データは法定の特定健診項目)を判定します。

令和元年度の近鉄健保約1万4千件の健診データでは、実年齢との年齢差の平均は「-1.5歳」。年齢差のマイナス拡大、健康増進のご参考に！

⇒ P5「6. 健診結果改善チャレンジ」もチェック！

補助金申請

これまで紙の申請書を事業所経由で健保組合へご提出いただいていた補助金申請は、直接「Pep Up」で被保険者・被扶養者どちらからでも行えます。

補助金対象：婦人科検診(女性被保険者のみ)、歯科医院での歯科健診、インフルエンザ予防接種

「日々の記録」「やることリスト」

日々のバイタル(体重、血圧、心拍、体脂肪率、歩数、体温、睡眠時間、腹囲)を記録できます。体があなたに発信する日々の変化に気づきましょう！スマホやウェアラブル端末との自動連携も可能です。

⇒ P5「3. 日々の記録」もチェック！

「食」「運動」「飲酒」「喫煙」「睡眠」「歯磨き」「その他」各ジャンルにいろいろな「やること」が！自分オリジナルの「やること」設定もできます。

「健康記事」

一人ひとりの健診結果や健康課題に即した健康情報を配信します。健康記事を読んで評価すると、「Pepポイント」がもらえます。

「Pep Up」新規登録方法

登録対象は全被保険者と30歳以上(本年度末)の被扶養者です。

登録ご希望の方は当健保組合までお電話ください。「本人確認用コード」を記載した登録用資料をご自宅へお送りさせていただきます。

TEL：06-6775-3455 近鉄社線：82-2648

「お知らせ」メール

健保からのご案内や「Pep Up」イベントのお知らせ、ご登録のPC・スマホへ随時お届けします。職場での掲示や回覧を見逃したときにも便利です。

医療費通知

これまで半年ごとに紙の通知でお知らせしていたものが、毎月「Pep Up」でご覧になれます。ご自分や家族の診療・調剤内容の確認にご利用ください。

「Pepポイント」「商品交換」

健康イベント(5ページ参照)への参加で、結果に応じてポイントがもらえます。貯めたポイントはいろいろな商品と交換できます。

「Pep Up」新規登録で1,000ptプレゼント！この機会にぜひご登録を！

⇒ P5「Pepポイント」交換商品もチェック！

「健康レシピ」「健康イベント」

「健康レシピ」は本号表紙、「健康イベント」は5ページをご覧ください。

PepUp 健康イベントに参加して、「Pep ポイント」をもらおう！

「Pep Up」の（ブラウザ、アプリ）、スマホの（iOS、Android）の違いなどにより、情報の掲載位置が異なりますので、ご注意ください。
本年度イベントは以下のとおりです。

対象項目	イベント参加方法	賞品または付与「Pep ポイント」
------	----------	-------------------

1. 「Pep Up」登録

「Pep Up」への登録	<ul style="list-style-type: none"> ●登録対象者： 被保険者、30歳以上（令和4年3月31日現在）の被扶養者 ●健保組合へご連絡ください。 TEL：06-6775-3455 登録方法のご案内をお送りします。 	登録者1人につき 1,000ポイント
--------------	--	-----------------------

2. 「2021 秋 近鉄ウォーキングラリー」※正式には後日メールでお知らせします。

実施期間中の平均歩数	<ul style="list-style-type: none"> ●参加受付： 令和3年10月1日～10月31日（予定） ●実施： 令和3年11月1日～11月30日（予定） 	<ul style="list-style-type: none"> ●個人賞、チーム賞とも平均5,000歩、8,000歩、1万歩以上で300、500、1,000ポイント（予定）
------------	--	--

3. 「日々の記録」

毎日の歩数、体重、睡眠時間	<ul style="list-style-type: none"> ●手入力、ウェアラブル端末またはアプリからの連携でデータ入力 ●毎日参加可能 ●通年実施 	歩数、体重、睡眠時間の1項目記録ごとに 1日1ポイント
---------------	--	--------------------------------

4. 「PepWalk（ペップウォーク）」（「Pep Up」事務局主催）

毎日の歩数	<ul style="list-style-type: none"> ●1日8,000歩達成で毎日「くじ引き」に参加可能。 ●毎月1回エントリーが必要です。 ●「キャンペーン一覧」>「PepWalk」専用バナー>「参加する」ボタンをクリック。 	<ul style="list-style-type: none"> ●賞品は月替わりです。 ●くじを引くたび、全員に3ポイント（※くじを引いた日数（賞品当選日は除きます）×3=1カ月間のポイント数）
-------	--	--

5. 期間限定キャンペーン「5名にfitbitが当たる！」

なし	<ul style="list-style-type: none"> ●毎月1回エントリーが必要です。 ●「キャンペーン一覧」>「期間限定キャンペーン〈5名にfitbitが当たる!〉」専用バナー>「申し込む」ボタンをクリック。 	Fitbit社のウェアラブル端末
----	---	------------------

6. 「健診結果改善チャレンジ」

※「健診」とは、被保険者の場合、定期健康診断、被扶養者の場合、巡回型家族健診、受診券による特定健康診査、人間ドック、勤務先での定期健康診断のいずれかのことです。

健康年齢	<ul style="list-style-type: none"> ●健診結果を当健保がデータ登録することで自動的に参加 ●対象者： 40歳以上（令和4年3月31日現在）の被保険者・被扶養者 ●対象となる健診データ： 	実年齢との差に応じて、 マイナス0.1歳あたり 10ポイント (上限1,000ポイント)
肥満度（BMI）	<ul style="list-style-type: none"> ●対象となる健診データ： 	前年度からの改善度に応じて、 最大100ポイント
その他10項目	<ul style="list-style-type: none"> ・BMI ・収縮期血圧 ・拡張期血圧 ・空腹時血糖 ・HbA1c（NGSP） ・HDLコレステロール ・LDLコレステロール ・中性脂肪 ・γ-GT（γ-GTP） ・ALT（GPT） ・AST（GOT） 	前年度からの改善度に応じて、 各項目ごとに 最大50ポイント

7. 「特定保健指導チャレンジ」

上記6.と同じ12項目	<ul style="list-style-type: none"> ●自動的に参加 ●対象者：前年度に特定保健指導を受けた方 ●対象となる健診データ：上記6.と同じ 	上記6.の付与ポイントの5倍
-------------	--	----------------



「Pep ポイント」交換商品

- ・ポイントと交換できる商品ジャンル：期間限定、ポイント・商品券、寄付、カタログギフト、家電、食品・飲料、スポーツ・アウトドア、キッチン用品、日用品、美容、その他
- ・交換ポイント：最小額相当の楽天ポイント100pt、amazonギフト券100円分から、数万ptの高額相当アイテムまで
- ・ポイント有効期限：ポイント発行日から3年後の月末



日々の記録

本年5月1カ月間の登録件数は、歩数38,854件。「Pep Up」開始以来、記録件数は毎月上昇。今日の振り返りを忘れずに！



健診結果改善チャレンジ

本年6月15日現在、6,992名がポイントを獲得！最高は1,440pt獲得の54歳の方。日頃の地道な努力が実を結んでよかったです



「保健事業」はあなたの健康のためにあります

直近5年間の加入者1人あたり医療費額^{*1}では、当健保は全国健保平均を上回り続けている一方、健康づくりや疾病予防のための保健事業の利用率^{*2}は全国平均を大きく下回り続けています。

- *1 加入者の性別・年齢の構成比率の相違分を補正した医療費額（「健康スコアリングレポート・2020年度版」〈厚労省・経産省・日本健康会議〉より）
 *2 経常収入に占める保健事業費の割合

医療費額の増大は、健保財政にとってダメージですが、本当にダメージを受けるのは、健康を害しているあなた自身です。

上記の状況を踏まえると、あなたもわたしも他健保の方々よりもっと健康を意識する必要がありそうです。

日頃当たり前に存在する健康を損なったときに気づくその尊さ、ありがたさ。その気持ちを、もっと保健事業に向けてください。

保健事業は法律で健保組合にこそ認められている貴重な事業です。当健保では本年度も、加入者の健康状態や事情を考えた事業を行っています。

自分の健康について人並み以上に考え、行動してみませんか!?

令和3年度 保健事業一覧

※ 各項目には条件等があります。詳しくは健保組合（06-6775-3455）までお問い合わせください。
 併せて、近鉄健保ホームページ（<https://www.kintetsu-kenpo.or.jp>）もご参照ください。

保健事業項目	概要	対象者 (年齢は受診時の年度末現在)
特定健康診査	① ② ・本誌の裏表紙「未受診者の『特定健診』あるある」にて関連記事を掲載しています。	
特定保健指導	③ ・定期健康診断・特定健康診査の結果が、特定保健指導の判定基準に該当する方に、生活習慣の改善に向けての指導を専門指導員により6カ月間行う。費用は全額を健保が負担。	対象者となった 40歳以上74歳以下の 被保険者・被扶養者
メタボリスク重症化予防のための受診勧奨	④ ・定期健康診断・特定健康診査の結果が、対象基準を超えており、いまずぐ医療機関で診療を受けていただく必要のある方へ、受診を促す通知を配布。 ・その後の受診状況を追跡し、電話で受診を勧める。	対象者となった 40歳以上74歳以下の 被保険者・被扶養者
食事サポートプログラム	⑤ ・糖質制限、減塩指導を要する生活習慣病高リスク者へ、スマホまたはタブレットを通じて3カ月間、専任管理栄養士がサポート。 ・日常の食事写真の投稿で随時の相談・指導。 ・必要に応じ2週間貸与される血糖値測定ツールで糖質管理。 ・サポート完了後も最大1年間継続利用可。	対象者となった 被保険者・被扶養者
慢性腎臓病重症化予防のための受診勧奨	⑥ ・定期健康診断・特定健康診査の結果が、慢性腎臓病の判定基準に該当する方へ、その進行、重症化を予防するため、医療機関での受診を促す通知を郵送。 ・その後の受診状況を追跡し、必要な場合は受診を勧める。	対象者となった 被保険者・被扶養者
生活習慣改善支援プログラム	⑦ ・重大疾病の発症予防・再発予防のため、専門の医療職が生活習慣改善支援をスマホ、タブレットまたはPCを通じて6カ月間12クール行う。期間中は、食塩摂取測定器やウェアラブル端末も貸与。費用は全額を健保が負担。	生活習慣病の管理不良、または血管疾患（脳、心臓）の既往歴のある被保険者・被扶養者
人間ドック (2日ドックにも適用されます)	⑧ ・人間ドックの基本料金のうち、20,000円まで補助 ・脳ドックの検査料金の2分の1を補助 ただし、CT検査は6,000円、MRI・MRA検査は15,000円が上限	被保険者・被扶養者
	⑨ ・人間ドックの基本料金のうち、20,000円まで補助	被保険者・被扶養者
	⑧ ⑨ ・下欄の婦人科検診を人間ドックでオプション受診可能	女性の被保険者
婦人科検診	・任意の医療機関または健診機関で、婦人科検診（子宮（子宮頸）がん・乳がん検診）を受診した場合、検査料金のうち10,000円まで補助（保険診療の場合は不可。）	女性の被保険者

保健事業項目	概要	対象者 (年齢は受診時の年度末現在)
禁煙プログラム ⑩	<ul style="list-style-type: none"> 禁煙達成のため、スマホ、タブレットまたはPCを通じて2カ月間の医師の指導・処方とその後10カ月間のフォローを行う。 医療機関への通院は不要。費用は全額を健保が負担。 下記「ノンスモ禁煙サポートプログラム」経験者は参加可能。 	被保険者・被扶養者 ただし、過去にこのプログラムを利用した方は除く
ノンスモ禁煙サポートプログラム ⑩	<ul style="list-style-type: none"> 禁煙達成のため、スマホ、タブレットまたはPCを通じて10日間の専門職の指導・処方とその後10日間のフォローを行う。 医療機関への通院は不要。費用は全額を健保が負担。 	被保険者・被扶養者 ただし、過去に上記の「禁煙プログラム」を利用した方は除く
がん検診・歯周病検診【検体郵送方式】 ⑪	<ul style="list-style-type: none"> 6月にご自宅に郵送された申込書を参照。 がん検診対象：大腸がん、肺がん、胃がん、子宮頸がん、前立腺がん 	
歯科医院での歯科健診	<ul style="list-style-type: none"> 任意の歯科医院で受診した歯科健診料金のうち、3,500円まで補助金支給（保険診療の場合は不可。） 「事業所派遣の歯科健診」と重複受診の場合、補助金は要返還。 	被保険者 30歳以上の被扶養者
インフルエンザ予防接種	<ul style="list-style-type: none"> インフルエンザ予防接種料金のうち、1,000円まで補助金支給。年度1回限り。 	被保険者・被扶養者
ジェネリック医薬品への転換促進 ④・⑫	<ul style="list-style-type: none"> 先発医薬品からジェネリック医薬品に転換することで、支払う薬代が一定額以上安くなる方にお知らせを郵送。 未転換の方には薬剤師がお薬相談を行う。 	対象者となった被保険者・被扶養者
多剤・重複・禁忌の服薬指導 ⑫	<ul style="list-style-type: none"> 一定種類以上の薬や効果効能が重複する薬の服用による副作用が懸念される場合、薬剤師が電話・面談により指導し、服薬状況の改善を行う。 	対象者となった被保険者・被扶養者

実施者または業務委託先

① 一般財団法人京都工場保健会

② 健康保険組合連合会が委託する全国の健診機関

③ (株) ベストライフ・プロモーション

(株) 保健支援センター

スギメディカル(株)

④ (株) エム・エイチ・アイ

⑤ (株) Mealthy (メルシー)

⑥ (株) JMDC

⑦ (株) PREVENT (プリVENT)

⑧ 近鉄健保が委託する健診機関

⑨ 健康保険組合連合会が委託する健診機関

⑩ (株) リンケージ

⑪ メスブ細胞検査研究所

⑫ (株) 日本医薬総合研究所

近鉄健保のホームページを開設しています！

近鉄健保のホームページを開設しています。健康保険に関する情報をご自宅のパソコン、スマホ、タブレット等でご覧いただくことができ、申請用紙・届出用紙もダウンロードすることができます。

今後は「健保だより」とともに、ホームページを通じて近鉄健保からの情報を発信していく予定です。どうぞご活用くださいますようお願いいたします。

ホームページ URL

<https://www.kintetsu-kenpo.or.jp>



未受診者 3,614 名 未受診率 64.4 % !

この数字は、法律で40歳以上の被扶養者、任意継続被保険者の方*が受けていただくことになっている特定健診（特定健康診査）の昨年度の結果です。*令和3年度の受診対象者：令和4年3月末時点で40～74歳の方

未受診者の「特定健診」あるある

生活習慣病は静かに進行します。健康状態が不明のまま放置を続けると、次の健診で、速やかに医療にかかるよう「受療勧奨」判定が出る恐れもあります。

特定健診は何年も受けていないけど、病気はないから大丈夫

以前からかかりつけ医で定期的に検査を受けているので、特定健診は受けなくて大丈夫

その検査は生活習慣病に的を絞った特定健診ですか？

かかりつけ医の先生に一度ご確認ください。また生活習慣病で通院中の方でも、特定健診の受診は法定義務です。

近年の傾向に反し、昨年度、がんによる死亡が増えた理由を、国のがん対策プロジェクト議長を務める東京大学大学院の中川特任教授は「コロナを恐れるあまりの受診や治療の自粛」とし、「検査や受診の自粛は進行がんを増やす」と述べています。

定期的な健診が病気発見の大切な機会であることは特定健診も同じです。

コロナ禍の今、健診を受ける必要はない

巡回型家族健診の日程と自分の予定が合わないで、今年はパス

巡回型家族健診の申込受付は終了*¹しましたが、受診券*²による最寄りの健診対応医療機関での特定健診、または人間ドック*³なら申し込みOKです。

* 1 予約に空きがあれば申し込みOKです。

* 2 有効期限は令和4年2月末。受診券ご希望の際は当健保まで。
TEL：06-6775-3455

* 3 健診機関は [近鉄健保ホームページ](#) > 定期健康診断を受けるとき > 人間ドック をご参照ください。

「健保だより 2021 春号」アンケートはがき当選者

抽選の結果、大和高田市のM・Aさん、寝屋川市のU・Nさん、他8名の方が当選されました。

当選された皆様にはすでに、健康ポータルサイト「Pep Up」で商品と交換できる「Pep ポイント」1,000ポイントを進呈させていただきました。

アンケートにお答えください

同封のはがき「アンケート」にお答えいただき、ご投函ください。
抽選で1,000円相当の「Pep ポイント」をプレゼントさせていただきます。
(応募締切：令和3年10月15日必着)

※ 抽選の対象者はお名前、保険証記号・番号を記入された方とし、プレゼントは「Pep Up」登録者に限らせていただきます。