

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.130

●「健保だより」のバックナンバーは当健保ホームページ「健保だより」で。

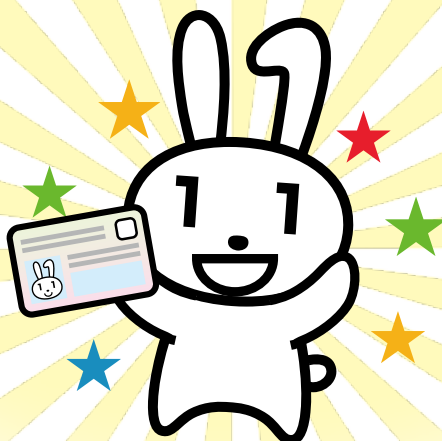
ホームページ URL <https://www.kintetsu-kenpo.or.jp>



！ ご注意ください！

**本年12月2日から
現行の健康保険証は
発行されなくなります**

**マイナンバーカードを
ご利用ください**



マイナンバーカードの保険証利用登録がまだの方

利用登録は窓口(医療機関・薬局)のカードリーダーでできます

保険証廃止に向け 「マイナ保険証」は 今すぐご準備を!



使ってみよう!
マイナ保険証

※「マイナ保険証」…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登録したもの

健康保険証は法律改正により令和6年12月2日廃止され、

同日以降、健康保険証の新規交付、再発行はできなくなります。

「マイナ保険証」登録がまだの方、マイナンバーカードをお持ちでない方は、今すぐご準備ください。

マイナンバーカードで受診するための準備

1 マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

申請

※以下から選択

1 オンライン申請



スマホから



パソコンから

2



証明写真機から

3



郵送

受け取り

1 ハガキが届く

2 受け取りに行く



詳しくはこちら



マイナンバーカード総合サイト

2 マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナ保険証の登録 登録申込みは、医療機関、スマホ、セブン銀行ATMのいずれかで

とっても簡単!

医療機関で

1 受付

マイナンバーカードをカードリーダーに置いてください。



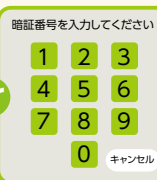
2 本人確認

顔認証または4桁の暗証番号を入力してください。



顔認証

or



暗証番号

3 同意・登録

医療情報利用、マイナポータル利用規約などに同意のうえ、登録してください。

※カードリーダーの画面表示は機種により多少異なります。



「登録する」を選択してください。

4 登録完了



準備
OK

スマホから

下記3つを準備



iphone

android

- 1 マイナンバーカード
- 2 マイナンバーカード読取対応のスマホ
- 3 アプリ「マイナポータル」のインストール

STEP1 「マイナポータル」を起動する。

STEP2 「申し込む」をタップする。

STEP3 利用規約等に同意する。

STEP4 マイナンバーカードを読み取る。



セブン銀行ATMで

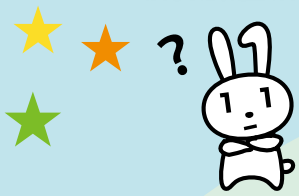
必要なものは
マイナンバーカード
のみ!

ATM画面

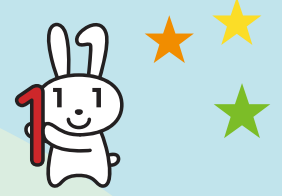
マイナンバーカードでの
手続き
↓
健康保険証利用の
申込み



医療機関・薬局でマイナンバーカードを 使ってみませんか？



マイナンバーカードを健康保険証として使うと…
どんないいことがあるの？



安心

よりよい医療を受けられる！

より良い医療が 可能に！

本人が同意をすれば、初めての医療機関でも特定健診や診療の情報を医師と共有できる！
正確なデータに基づき、正確な診断、適切な治療が受けられる！



より良い医療は 薬局でも！

本人が同意をすれば、初めての薬局でも薬の情報を薬剤師・医師と共有できる！
重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクや健康被害のリスクが小さくなる！

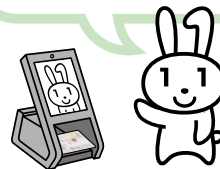


従来の 健康保険証利用より 負担が軽く！

カードリーダーのある医療機関等でマイナ保険証を利用したとき、初診料等が低くなる！

急な場面でも安心！

旅行先や災害時に受診する場合でも、薬の情報等が連携されます。



手続きなしで 高額な窓口負担が 不要に！

限度額適用認定証がなくても、本人が同意すれば、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除される！



便利

各種手続きも便利・簡単に！

自身の健康管理に 役立つ！

マイナポータルで自身の特定健診情報や薬剤情報・医療費通知情報が閲覧できる！



オンラインで 医療費控除がより 簡単に！

マイナポータルを通じた医療費通知情報の自動入力で、確定申告の医療費控除がよりカンタンに！



健康保険証として ずっと使える！

就職・転職・引越をしても健康保険証としてずっと使える！
医療保険者が変わる場合は、加入の届出が引き続き必要です。



その都度の申請や 持参は不要！

医療費が高額な場合に申請する限度額適用認定証が不要！申請から交付までの所要日数はゼロに。
70歳以上の人の高齢受給者証の医療機関等への持参も不要！



※マイナンバーカードの健康保険証利用には、ICチップの中の「電子証明書」を使うため、医療機関や薬局の受付窓口でマイナンバー（12桁の数字）を取り扱うことはありません。また、ご自身の診療情報がマイナンバーと紐付くことはありません。



マイナ保険証のメリットの詳細は、右の二次元コードからご確認ください。
厚生労働省作成動画▶【何が便利になるの？メリット編】



令和5年度 事業概況

コロナ禍を経て当年度5月、新型コロナの感染症法上の位置づけがインフルエンザと同じ5類に変更されました。事業所では業績が着実に回復し、保険料収入も伸びを見せました。ただ、加入者1人あたり医療費（金額、伸び率）は加入者1人あたり保険料収入をはるかに凌ぐ勢いで増加を続けており、私たち自身に由来する最大の懸念材料として意識しなければなりません。

当年度決算について一般勘定では、被保険者1人あたり標準報酬月額がコロナ前水準まで回復し、経常赤字額は1億4千万円まで減少しました。経常赤字は4年連続ですが、コロナ禍で14億円に達した準備金繰入れ（過去の貯金の取り崩し）を実施することなく、財政改善に向かっています。

収入面では、平均標準報酬月額が前年度から12千円増の35万7千円、総標準賞与額が11億円増の191億円となった結果、被保険者数は減少しましたが、これら報酬額に基づく保険料収入は3億円増の88億7千万円となりました。

支出面では、医療機関の診療や薬局の調剤などの保険給付費は令和2年度、新型コロナを警戒した受診控えで一旦減少するも、3年度は例年並みまでリバウンドし、4年度は前年度比1億2千万円増、当年度は2億5千万円増の53億2千万円と増加の一途をたどっています。

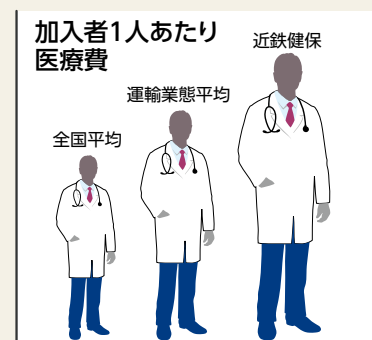
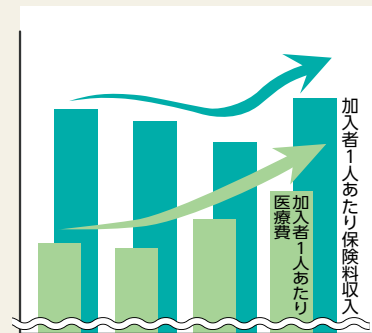
保険給付費とともに支出額を二分する高齢者医療への拠出金（65歳以上の前期・75歳以上の後期高齢者への現役世代からのいわゆる仕送り分）のうち、前期高齢者納付金は、健保の前期高齢者の医療費が5倍余り（当年度ベース）に増幅、賦課される仕組みのため、当健保加入者の3.4%に当たる970名余の前期高齢者の健康状態が力ギを握っています。一方、後期高齢者支援金は前年度比2億1千万円増えました。さらにこの先、団塊の世代の後期高齢者への移行が完了する6年度末には拠出金負担が急増する「2025年問題」が控えています。

全般的には当健保加入者の健康状態は決して良好とは言えません。厚生労働省・経済産業省から健保加入事業所の経営者あてに毎年通知される「健康スコアリングレポート」によれば、当健保加入者1人あたり医療費額（性別、年齢構成の偏りを補正後）はこの5年間、全国の健保平均や同じ運輸業に属する80余の健保との差が開き続け、直近では7%も高い状況です。

加入者1人あたり医療費額の高さは判明しても、その要因の解明は容易ではありません。解明を待つ間もなく、医療費は膨張を続けます。当事者である加入者一人ひとりが確実に実行できることは疾病予防・健康づくりへの行動です。保健事業費予算額は3億9千万円でしたが、決算額は2億6千万円にとどまりました。保健事業費額を保健事業の活用度合いとして見れば、加入者のより一層の健康づくりへの意識向上や行動変容が望まれます。

介護勘定では、国から通知された納付金額は前年度比1億円増の9億8千万円でした。納付金額がコロナ禍前の12億円前後の水準にまで戻れば、一気に保険料収入不足に陥り、場合によっては介護保険料率の引上げも必要となります。超高齢化の進展で国の介護需要は高まり、それに要する介護給付金はますます膨張を続けることは確実です。介護をとりまく状況は今後も注視が必要です。

当年度の主な決算額は、次の5ページのとおりです。



令和5年度決算報告

7月22日開催の組合会にて、当健保組合の令和5年度決算が承認されました。
※端数整理のため、計数が整合しないことがあります。

一般勘定

決算基礎数値

- ・年間平均被保険者数 15,907人
- ・年間平均被扶養者数 12,891人
- ・年間平均標準報酬月額 357,528円

- ・保険料率 1,000分の103

負担割合：会社	59.00	(調整保険料率 1,000分の0.90を含む)
被保険者	44.00	

収入

健康保険料収入

・一般保険料収入

88億7,195万2千円（1人あたり 557,739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

7,819万9千円（1人あたり 4,916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。健康保険組合連合会に拠出します。

高齢者医療運営円滑化等補助金ほか

1億7,320万円（1人あたり 10,888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

1億5,717万4千円（1人あたり 9,881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康保険組合連合会から交付されます。

その他の収入

3,642万8千円（1人あたり 2,290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

93億1,695万3千円（1人あたり 585,714円）

支出

事務費

7,885万7千円（被保険者1人あたり 4,957円）

健保組合を運営するための事務執行費用です。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

53億2,020万1千円（1人あたり 334,457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

33億9,167万2千円（1人あたり 213,219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

2億5,869万5千円（1人あたり 16,263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

8,368万3千円（1人あたり 5,261円）

全国の健保組合の財政安定のための拠出金などです。

支出合計

91億3,310万8千円（1人あたり 574,157円）

収支差引額

1億8,384万5千円

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）15,841人
- ・介護保険料を負担する年間平均第2号被保険者数 11,259人
- ・年間平均標準報酬月額 388,115円

- ・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

収入

介護保険収入

11億713万5千円（1人あたり 98,333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）

その他の収入

1千円（1人あたり 0.1円）

利子収入です。

収入合計

11億713万6千円（介護保険を負担する第2号被保険者1人あたり 98,333円）

支出

介護納付金

9億8,407万4千円（1人あたり 87,403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

5千円（1人あたり 0.4円）

還付を要する分の保険料です。

支出合計

9億8,407万9千円（介護保険を負担する第2号被保険者1人あたり 87,404円）

収支差引額

1億2,305万7千円

どうなる?! 私や家族のからだ どうする?! 健診

早いもので令和6年度もまもなく折り返しです。「健診はそのうちいつか」が「もう今さら」「今年は見送り」にならないように。病魔の進行は季節を選びません。

思い立ったが受診どきです。特定健診、人間ドック、脳ドック、婦人科検診、生活習慣病健診で、見えないからだのリスクをチェックしましょう。

健診は、補助金充実! 申込手续カンタン! の「ハピルス健診」で。

健診内容により申込期限は2つ(令和7年1月20日、同年2月28日)に分かれています。ご注意ください!



「ハピルス健診」の利用方法(1または2)

- (1) PC・スマホで近鉄健保専用画面にアクセス
▶ <https://kenshin.happylth.com/kintetsu>
(2) 電話で「ハピルス健診」予約受付センターへ
(平日・土曜 / 10時~18時 ※年末年始は除く)

※初回ログイン時のみ、
加入者情報について
会員登録してください。



フリーダイヤル **0800-9199-017** 有 料 **03-6746-5070**

予約受付センター(運営: (株)ベネフィット・ワン)が希望の健診機関と日程を調整します。日程確定後、PC・スマホでお申込みの方へはメールにて、電話でお申込みの方へはハガキにて、同センターからご連絡します。

- 希望の健診機関(「ハピルス健診」提携機関、提携内容が必須。)に直接予約したのち、上記予約受付センターにその旨ご連絡ください。(ご連絡がないまま受診した場合、補助金は支給されません。)

「ファミリー健康相談」 まずはスマホに専用フリーダイヤルのご登録を!

日常や旅行先などでの急病の心配、職場や家庭での問題から起こるストレスなど、体や心の健康についてお悩みがあれば、保健師、看護師、管理栄養士などの経験豊かなスタッフが的確にアドバイスします。

お名前はお聞きしませんので、お気軽にご利用ください。

相談料・通話料 **無料** プライバシー **厳守**

24時間無料の「からだの電話健康相談」

●ファミリー健康相談 サービス番号 ①

ご利用者 被保険者・被扶養者

受付時間 年中無休・24時間

WEB相談もご利用ください

<https://familycare.sociohealth.co.jp/>

※上記サイトで、下記専用フリーダイヤルの11ケタを入力しログインしてください。



三大疾病などにかかった場合の「名医紹介サービス」

●ベストドクターズ®・サービス サービス番号 ⑤

ご利用者 被保険者・被扶養者

受付時間 月~土曜10時~21時 (日曜・祝日・年末年始は休み)

「こころの電話健康相談」

●メンタルヘルスカウンセリング

面接予約窓口

サービス番号 ②

電話カウンセリング

サービス番号 ③

電話予約窓口

サービス番号 ④

ご利用者 被保険者・被扶養者

受付時間 月~土曜10時~20時

(日曜・祝日・年末年始は休み)

* 電話カウンセリングは10時~22時

電話予約窓口は10時~18時



「こんなとき…」は
お電話ください

子どもが急に
熱を出した

どの診療科に受診すべきか
わからない

病気がなかなか
よくならない

仕事でストレスが
たまる

育児・介護が
つらい

携帯電話に
登録してね!

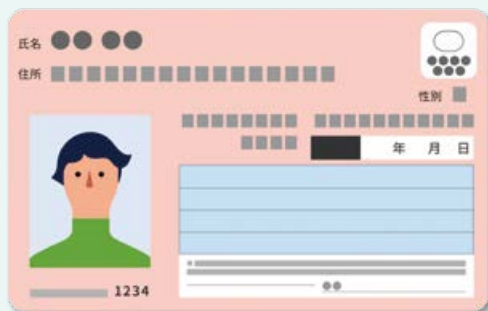
専用
フリーダイヤル

0800-7009-885

電話のガイダンスに従って、上記サービス番号
①~⑤を選んでください。

この事業は株式会社法研に委託しています。

マイナンバーカードを安心してお使いいただくために



マイナンバーカードが他人に見られたとしても、他人が本人になりすまして手続きを行うことはできません。個人情報の保護には十分な安全対策が講じられていますので、安心して利用できます。



マイナンバーカードを健康保険証として利用する場合においても、カードおよびICチップに個人情報・医療情報は含まれません。そのため、キャッシュカードのように持ち歩いても問題はありませんが、暗証番号は別で管理をしてください。また紛失した場合は、速やかに下記フリーダイヤルにお電話いただき、一時停止手続きをしてください。



マイナンバー総合
フリーダイヤル

0120-95-0178

[平 日] 9時30分から20時00分まで
[土日祝] 9時30分から17時30分まで(年末年始を除く)

● 健保組合組合会議員の一部変更について ●

詳しくは当健保ホームページ・ホーム画面「お知らせ」欄をご覧ください。
(<https://www.kintetsu-kenpo.or.jp>)

「健保だより 2024 春号」 アンケート当選者

抽選の結果、米原市のS・Sさん、桑名市のK・Tさん、他18名の方が当選されました。

当選された皆さんにはすでに、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

二次元コードを読み取り、健康ポータルサイト「Pep Up」の「アンケートフォーム」からお答えください。下記 URL、あるいは「Pep Up」ホーム画面・「健保だよりアンケート」からでもお答えいただけます。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。



<https://pepup.life/surveys/9452>

回答締切 令和6年9月30日

※アンケート回答の前に…

「Pep Up」の利用登録がお済みでない方は、当健保組合までお知らせくださるか、二次元コードを読み取り、「ユーザー登録申請フォーム」からお知らせください。

(06-6775-3455 近鉄社線: 82-2648)

「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。

「Pep Up」の利用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。



マイナンバーカードを健康保険証として使うには

読み取り

1

マイナンバーカードをカードリーダーに入れてください

※カードリーダーには複数の種類があります



本人確認

2

顔認証または暗証番号のどちらかを選んでください

顔認証の場合

画面の枠に顔が収まるようにすると自動的に撮影されます。



または

暗証番号の場合

カード申請時に設定した4桁の暗証番号を入力します。



同意取得

3

医師・薬剤師に提供する情報を選んでください

①過去の診療 / 薬剤情報

過去の診療、処方された薬の情報を医師・薬剤師に提供します。

お薬情報に関する
情報提供の同意に
ついて

同意する

同意しない

②特定健診情報

メタボ健診(40～74歳)や高齢者健診(75歳以上)の結果を提供します。

40歳以上対象
特定健診情報の提供
について

同意する

同意しない・40歳未満

受付完了

4

受付が完了します。
カードをカードリーダーからお取りください

高額療養費制度をご利用される方は、カードを取らずに限度額情報を「提供する」を押してください。窓口で限度額以上の支払いが不要になります。

限度額情報を
提供しますか

提供する

提供しない