

兵庫県運輸業 健保だより

2024
春号
No.168

あなたの健康づくりを応援します

ホームページに皆さまに役立つ情報を掲載しております。

兵庫県運輸業健康保険組合 検索



<http://www.hyogo-unyu-kenpo.or.jp/>



兵庫県/明石海峡公園 シャーレポピー

主 な 内 容

- 令和6年度予算のお知らせ
- 健康保険証廃止のお知らせ
- 令和6年度保健事業のご案内

あなたの加入している健康保険組合です。
大切なお知らせを掲載しています。 ご家族の皆さままでお読みください

令和6年度 収入支出予算概要

健康保険分

収入(千円)	
保険料	3,838,161
基本保険料	2,146,432
特定保険料	1,691,729
国庫負担金収入	1,570
調整保険料	39,425
繰入金	210,000
国庫補助金収入	1,096
出産育児交付金	1,064
財政調整事業交付金	272,524
雑収入	13,172
合計	4,377,012
経常収入合計	3,851,420

支出(千円)	
業務費	76,791
保険給付費	2,469,965
納付金	1,688,790
前期高齢者納付金	818,702
後期高齢者支援金	869,190
その他	898
保健事業費	70,849
還付金	394
財政調整事業拠出金	39,425
連合会費	3,452
積立金	2,086
雑支出	137
予備費	25,123
合計	4,377,012
経常支出合計	4,312,456

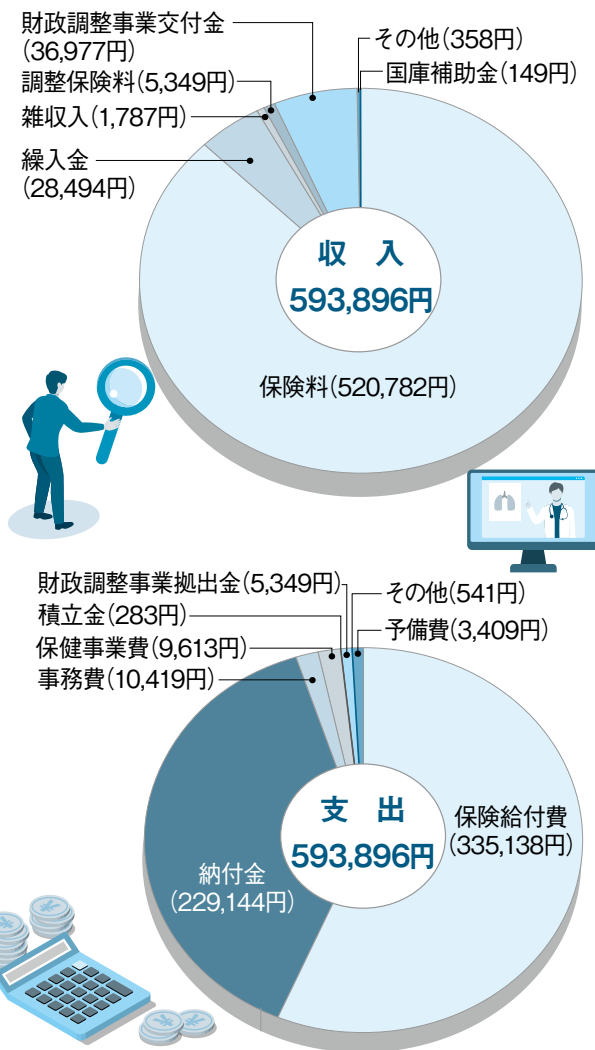
経常収支差引額 ▲457,485千円

介護保険分

収入(千円)	
保険料	458,850
繰入金	30,000
雑収入	5
合計	488,855

支出(千円)	
介護給付費	456,878
納付金	120
還付金	1
積立金	2
雑予備費	31,854
合計	488,855

被保険者1人当たりで見ると



予算編成の基礎となった数字

- 被保険者数 7,370人 (男性 6,470人、女性 900人)
- 平均標準報酬月額 357,347円 (男性 371,838円、女性 251,293円)
- 総標準賞与額(年間合計) 6,265,608千円
- 平均年齢 47.97歳 (男性 48.26歳、女性 45.87歳)
- 被扶養者数 6,409人
- 前期高齢者加入率 5.029393%
- 健康保険料率 1,000分の102.4 (事業主 1,000分の51.45、被保険者 1,000分の50.95)
- 一般保険料率 1,000分の101.36 (事業主 1,000分の50.93、被保険者 1,000分の50.43)
- 基本保険料率 1,000分の56.684 (事業主 1,000分の28.482、被保険者 1,000分の28.202)
- 特定保険料率 1,000分の44.676 (事業主 1,000分の22.448、被保険者 1,000分の22.228)
- 調整保険料率 1,000分の1.04
- 介護保険の対象となる被保険者数 6,742人
- 介護保険料率 1,000分の17.00 (事業主 1,000分の8.50、被保険者 1,000分の8.50)

●保険料率は一般保険料率、介護保険料率ともに据え置き

一般保険料率、介護保険料率ともに据え置きます。しかし、今後は保険給付費、高齢者医療への拠出金の増加が見込まれることから、引き上げも避けられない状況になっています。

●高齢者医療への拠出金が健保財政を圧迫

高齢者医療への拠出金は、16億8,879万円となり、義務的経費に占める拠出金の割合は44.68%と、依然として健保財政を圧迫しています。

●効率的な保健事業で給付費の削減を目指す

第3期データヘルス計画に沿った効率的な保健事業で健康の保持増進を推進し、保険給付費の削減を目指します。

予算のポイント

当健保組合の令和6年度の予算総額は、43億7,701万2千円となり、経常収支では4億5,748万5千円の赤字となりました。

厳しい健保財政の主な要因は、高止まりする保険給付費と、高齢者医療への拠出金の増加によるものです。特に、高齢者医療への拠出金は、健保組合に支出が義務付けられている「義務的経費」の約4割を越えており、健保財政を大きく圧迫しています。

収入面では、平均報酬と賞与額は増加しているものの被保険者数が減少傾向にあることを総合的に勘案し、保険料収入は前年度予算並みとしました。

支出面では、社会経済活動の回復に伴い医療費の伸びが著しい状況から保険給付費は増加しました。高齢者医療への拠出金は、新型コロナウイルスの感染拡大に伴う高齢者の受診控えによる一時的な減少から一転し、前年度予算から大きく増加しています。

健保組合全体の直近の令和4年度決算見込みを見ると、1、365億円の黒字で、前年度に比べ収支は改善したものの、全体の4割の健保組合が依然として赤字という状況です。すべての「団塊の世代」が後期高齢者に移行する「2025年問題」を来年に控え、高齢者医療への拠出金は、さらなる増加が見込まれています。少子高齢化が加速する中、社会保障費の増加を公平に支える仕組みは不可欠となっています。

令和6年度の健保組合を取り巻く情勢としては、第4期特定健康診査・特定保健指導および第3期データヘルス計画の実施が挙げられます。当健保組合でも、特定健診・特定保健指導の受診勧奨と、被保険者・被扶養者の皆さまの健康的な生活に寄与する保健事業を進めてまいります。併せて、事業主とのコラボヘルスやICTの活用、医療費適正化や経費節減にも積極的に取り組んでまいります。

令和6年度 予算のお知らせ

保険給付費と高齢者医療への拠出金が財政を圧迫
効率的な保健事業と
医療費適正化に取り組みます

兵庫県運輸業健康保険組合の令和6年度の予算案が、去る2月21日開催の第168回組合会において可決・承認されましたので、その概要をお知らせします。



また、今年12月2日には現在の健康保険証が廃止され、医療機関の受診はマイナンバーカードに一本化されることが決まりました。発行済みの保険証については保険証廃止後も最大1年間有効となります。また、マイナンバーカードの交付を受けていない方などには、健保組合から「資格確認書」が交付されます。当健保組合でも、マイナンバーカードと健康保険証の一体化にむけて、皆さまに安心して受診していただけるようお知らせしてまいります。

さらに、令和6年度は、医療費の単価である診療報酬の改定が実施されます。最終的に診療報酬本体は0.88%引き上げ(薬価等1.0%引き下げ)、介護報酬は1.59%引き上げという改定率になりました。引き上げは患者の負担増、保険料の上昇につながるため、容易には受け入れ難いことですが、財源は医療・介護従事者の人材確保のための処遇改善等に充てられることなどから、一定の理解はできます。現役世代の負担上昇の抑制は、持続可能な社会保障制度のためにも重要な課題です。改めて踏み込んだ給付と負担のバランスの検討が求められます。

当健保組合としましては、今後も皆さまの健康保持増進に努めてまいります。皆さまにおかれましても、当健保組合の保健事業を積極的に活用いただき、健康管理・疾病予防を心掛けていただきますようお願いいたします。

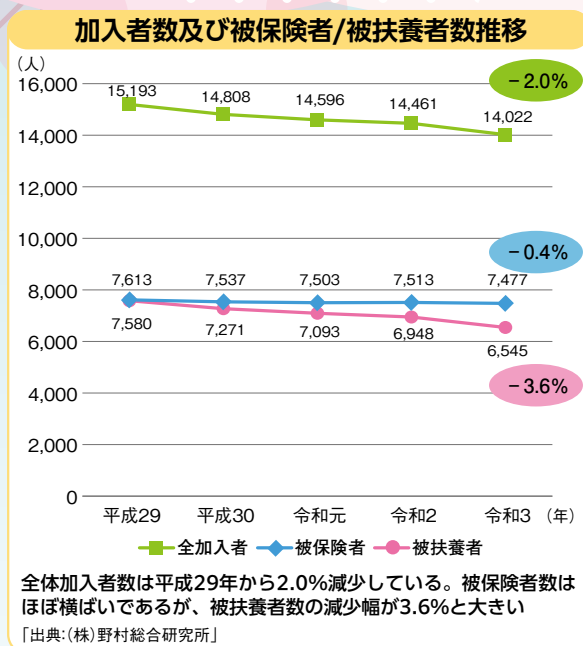
健康課題を見える化し

皆さまの健康に役立つ保健事業を実施します。

データヘルス計画は、各保険者がレセプトや健診データを分析し、分析から浮かび上がった健康課題に基づき、加入者の皆さまの健康増進に役立つ事業を実施する保健事業計画です。また、病気の罹患や重症化の予防により医療費の削減や事業所における生産性向上の面でもプラスになります。令和6年度から始まる第3期計画は11年度までの6年間の期間となります。当組合の第3期データヘルス計画についてお知らせします。

全体加入者は減少

平成29年度から令和3年度の加入者数を比べると被保険者数、被扶養者数はともに減少傾向にあり特に被扶養者数は短時間労働者の適用拡大の影響もあり3.6%減少しています。



40歳以降の男性比率が高い

加入者の年齢構成を全国平均と比較すると40歳以降の男性比率が大きく上回っています。20歳から39歳の男女は特に全国平均と比べて大きく下回っています。

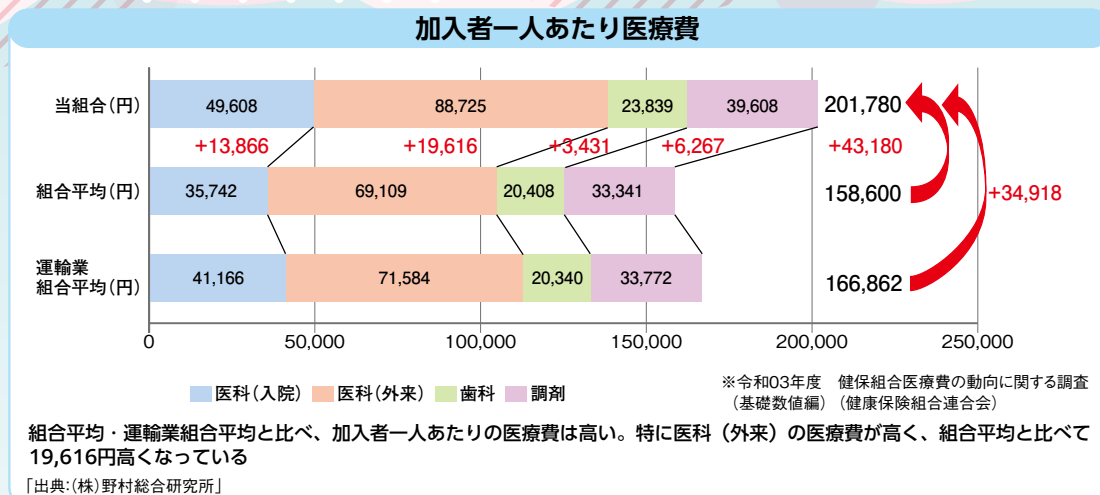
加入者構成分類と特徴

年齢	男性	女性
～19歳	平均12.4% < 12.9% +0.5ポイント	平均11.6% < 12.4% +0.8ポイント
20～39歳	平均16.4% > 13.7% ▲2.7ポイント	平均14.1% > 7.2% ▲6.9ポイント
40～64歳	平均21.8% < 31.8% +10ポイント	平均20% < 16.4% ▲3.6ポイント
65～74歳	平均1.9% < 3.5% +1.6ポイント	平均1.7% < 2.0% +0.3ポイント

※健康保険・船員保険被保険者実態調査 令和3年10月 統計表(組管掌健康保険) (e-stat)

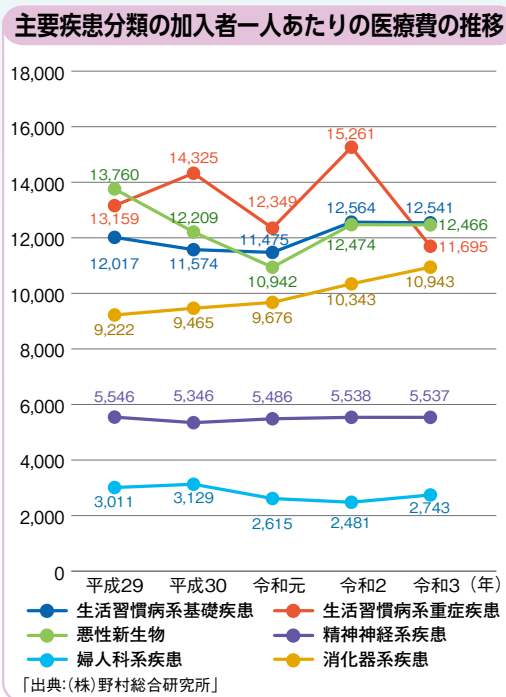
全国平均と比べて高い医療費

令和3年度の加入者1人あたり医療費は全国の健康保険組合の平均や運輸業組合平均と比べて医科(入院)・医科(外来)・歯科・調剤すべて高い傾向となっています。



(疾患別医療費) 消化器系疾患を除き減少

平成29年度から令和3年度までの加入者1人あたり医療費の推移を疾患別分類で見ると、平成29年と比べて消化器系疾患を除き、減少しています。



生活習慣病系疾患の割合が増加

令和3年度までの5年間で、全加入者数が減少している

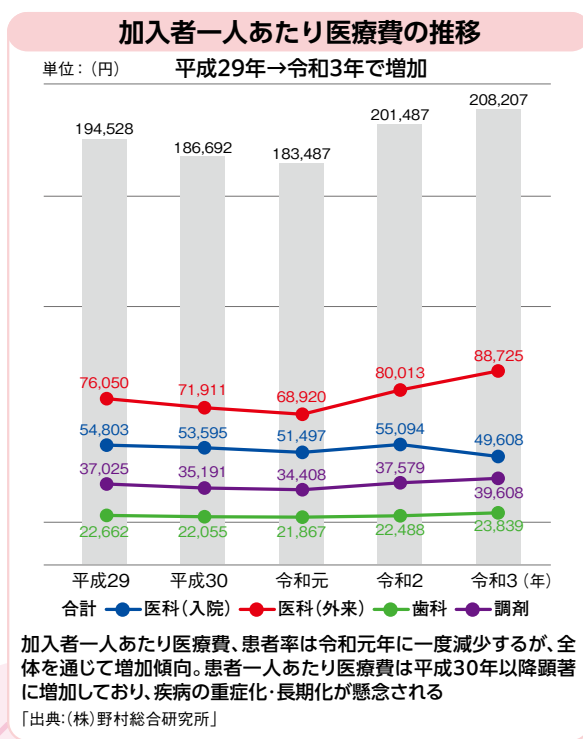
主要疾患分類の患者数の推移

年度	上段:患者数、下段:患者率	傾向 (平成29年-令和3年)
全加入者数	15,193 14,022 -1,171	↓
生活習慣病系	基礎疾患: 3,392 3,608 216 22.3% 25.7% 3.4pts	↑
	重症疾患: 1,617 1,610 -7 10.6% 11.5% 0.9pts	→
悪性新生物	1,302 1,376 74 8.6% 9.8% 1.2pts	↑
精神神経系疾患	1,859 1,982 123 12.2% 14.1% 1.9pts	↑
婦人科系疾患	1,026 1,024 -2 6.8% 7.3% 0.5pts	→
消化器系疾患	3,970 3,702 -268 26.1% 26.4% 0.3pts	→

生活習慣病系基礎、悪性新生物、精神神経系の患者数が平成29年比で増加。患者率は生活習慣病系基礎と消化器系の疾患が25%以上を占めている
[出典:(株)野村総合研究所]

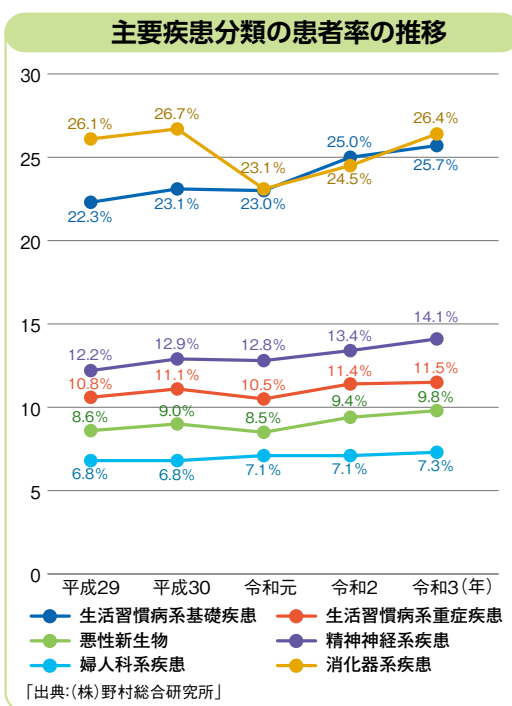
加入者1人あたり医療費は増加傾向

年間医療費をその年の総加入者数で除して算出した加入者1人あたり医療費は、平成29年度が、194、528円でしたが、令和3年度では208、207円と増加しています。加入者1人あたり医療費は令和元年にかけて一度減少していましたが、新型コロナウイルス感染症による受診控えの反動から医科(外来)・歯科・調剤医療費が増加傾向にあります。特に、医科外来医療費が急増しており、この傾向は令和4年度以降も続いていることから疾病の重症化や長期化が懸念されます。



中、生活習慣病系疾患(基礎)、悪性新生物、精神神経系疾患の患者数が増加しています。生活習慣病系(重症)疾患の患者数は横ばいで推移しています。

患者数を全加入者数で除した患者率を見ると、生活習慣病基礎と消化器系疾患がそれぞれ全体の25%以上を占めています。生活習慣病系(重症)疾患の医療費は減少していますが、患者率は増加しています。



健康課題に対する主な取り組み

- 生活習慣病疾患に関する取り組み
- 特定健診、特定保健指導の受診率・実施率・成果の向上
- 重症化予防プログラムへの参加率の向上
- 悪性新生物に関する取り組み
- がん健診受診率の向上
- がん健診後の受診勧奨の実施
- 事業所訪問などを通じて保健事業へのご参加を増やしてまいりますので皆さまのご協力をお願いいたします。

特定保健指導

健診結果と質問票に基づき、生活習慣病のリスクがある方には、『動機付け支援』『積極的支援』に階層化し、保健師等による保健指導を実施いたします。対象となられた方は、積極的に特定保健指導を受けてください。

実施方法

下記の2通りの方法があります。指導案内時にご自身で選択することができます。

- ①個人面談型
- ②遠隔型特定保健指導

最寄りの医療機関でも特定保健指導が受けられます。医療機関での特定保健指導をご希望の方は、当組合が発行する利用券が必要になりますので、申し出てください。

また、健診日当日に特定保健指導が実施できる医療機関もあります。健診機関より特定保健指導の案内をされた方は、積極的な参加をお願いします。



特定保健指導を終了された方へは、1,000円分のQUOカードを進呈しております。



健康診断結果の生活習慣病リスク改善に伴う疾病予防事業(訪問指導)

当組合では、健康診断の結果により生活習慣病のリスクが疑われる方へ、上記の「特定保健指導」とは別に、生活習慣病予防や重症化予防のため、下記の訪問保健指導や勧奨事業を実施しています。対象となられた方は、将来の健康のため積極的に参加してください。

1. 2年連続ハイリスク受診勧奨事業

「血圧」・「脂質」・「血糖」のいずれかが2年連続で非常に高いリスク保有者であり、早急に医療機関への受診が必要な方へ勧奨文書にて連絡します。

2. 糖尿病性腎症重症化予防事業

血糖値が高く、尿蛋白検査が+以上の方へ、腎不全予防のため、保健師による保健指導をご案内します。

3. 若年者にかかる重症化予防事業及び生活習慣病重症化予防事業

特定保健指導に該当しない40歳以下の方や特定保健指導非該当者の方で、生活習慣病のリスクが疑われる方に、保健師による保健指導をご案内します。

4. 前期高齢者前の重症化予防事業

50歳から64歳の加入員のうち、「血糖」・「血圧」・「脂質」の数値が高い方へ、動脈硬化による循環器系疾患予防のため、保健師による保健指導をご案内します。

当組合には、保健師が在勤していますので、相談事や質問等がありましたら、ご連絡いただきお気軽にご活用ください。

★ピロリ菌検診補助(新規事業)

ピロリ菌(胃の表層を覆う粘膜の中に住み着く菌)は年齢が高い方が感染率が高く、放置すると慢性胃炎・胃十二指腸潰瘍・胃がんなどが引き起こされる可能性が高くなります。当組合までそういった方の発病リスクを抑えるため、50歳以上の加入員の皆さまを対象にピロリ菌検診を実施いたします。

本年度の実施時期は10月から11月頃を予定しています。利用者の一部負担金は1名につき500円となり別途徴収いたします。
※実施時期が近づきましたら、健保だより等でご案内いたします。

★ファミリー歯科検診

「近畿総合健康保険組合協議会との共同事業としてファミリー歯科検診を年2回(秋・冬)実施しています。日程および会場についてはあらためてご案内させていただきます。この事業は自己負担金はなく、ご家族(当組合加入者)が参加できる歯科検診となっております。
案内時期の7月と1月発行の健保だよりにてご案内いたします。

保健事業のご案内

加入者の皆さまの健康管理や健康づくりにお役立ていただけるように、令和6年度の保健事業をご案内いたします。

★健康管理や健康づくりに関する広報★

●機関誌「健保だより」を発行

年4回(春・夏・秋・冬)発行し、被保険者のご自宅(春・秋)または事業所(夏・冬)に送付いたします。

●育児冊子の配付

被保険者並びにご家族が出産されたとき、子育ての手助けや赤ちゃんの健康管理の参考となるように育児書を1年間ご自宅に送付いたします。

●特定健診・特定保健指導・その他の保健事業

ご自身の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことが重要です。1年に1度、特定健診を受診し、生活習慣の改善が必要な方は、特定保健指導を受けましょう。



..... 特定健診は **40歳以上のすべての人が対象です。**

被保険者の方

特定健診の健診項目は労働安全衛生法に基づく事業主健診に含まれており、健診結果を提供いただくことで、特定健診の実施に代えることができます。お勤め先で健診を受けていない方は、ご連絡いただいたら特定健診受診券(無料)を発行します。

被扶養者の方

対象となる皆さまには5月下旬頃、最寄りの医療機関にて受診するときに必要な「特定健診受診券」(無料)を全員に送付し、「レディース巡回健診のご案内」については6月中旬頃を目途に送付します。また、特定健診を受診する際には2通りの方法によりいずれか一方をご選択いただき必ず受診をお願いします。

勤務先で健康診断を受診した際には、当組合まで提供をおねがいします!!

パート勤務先で健康診断を受け、当組合の特定健診をご利用されない方は、健診結果を当組合までご提供をお願いします。後日1,000円分のQUOカードを進呈させていただきます。ただし、特定健診項目を実施された方に限ります。

特定健診項目

診 察	質問（問診）		○
	計 測	身長	○
		体重	○
		肥満度・標準体重	○
		腹囲	○
	理学的所見（身体診察）		○
	血圧		○
脂 質	中性脂肪		○
	HDL コレステロール		○
	LDL コレステロール		○
肝機能	AST（GOT）		○
	ALT（GPT）		○
	γ-GT（γ-GTP）		○

代謝系	空腹時血糖	○
	H b A 1 c	※食後3.5時間未満の測定ができない場合実施
	随時血糖	やむを得ない場合は食後3.5時間以上可
	尿糖	○
尿・腎機能	尿蛋白	○
血液一般	ヘマトクリット値	医師の判断により実施
	血色素測定	医師の判断により実施
	赤血球数	医師の判断により実施
心機能	12誘導心電図	医師の判断により実施
眼底検査		医師の判断により実施
血清クレアチニン		医師の判断により実施
e GFR		医師の判断により実施

疾病予防

生活習慣病予防健診・短期人間ドック・がん検診等の費用の一部を補助します。なお、個別契約をしている医療機関は次ページのとおりでです。



項目 種別	対象者	組合補助金額		申請方法
生活習慣病予防健診	令和7年3月31日現在で 35歳以上 の被保険者及び被扶養者で、 <u>特定健診項目を満たしている方</u> 年1回限り	被保険者 被扶養者	費用の半額 (上限3,000円)	医療機関の請求書、領収書(保険診療は対象外)のコピー及び検査結果(コピー又はXMLデータ)を添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 ※XMLデータ料金が発生する場合は健診費用と合わせて請求してください。 ※紙媒体で健診結果を提出いただく場合は、質問票(問診票)の提出が必要です。 【注意!!】空腹時血糖(食後3.5時間)が困難の場合、HbA1c検査を受診してください。受診されない場合は補助金の対象外となります。
短期人間ドック (一般ドック)	令和7年3月31日現在で 35歳以上 の被保険者及び被扶養者 年1回限り	費用の半額 (上限20,000円)		医療機関の領収書(保険診療のものは対象外)のコピー及び検査結果(コピー又はXMLデータ)を添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 ※XMLデータ料金が発生する場合は健診費用と合わせて請求してください。
大腸がん検診	令和7年3月31日現在で 40歳以上 の被保険者及び被扶養者	便潜血	上限 500円	医療機関の領収書(保険診療のものは対象外となります)のコピーを添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 ※市町村が実施するがん検診を受診された場合の自己負担金に対しても補助します。各市町村で実施しているがん検診実施状況については市町村のホームページ等でご確認ください。 ※今年度より補助金額条件内容変更いたしました。
胃がん検診		胃透視・内視鏡	上限2,000円	
肺がん検診		喀痰細胞診	上限1,000円	
前立腺がん検診		P S A	上限1,000円	
子宮がん検診	令和7年3月31日現在で 20歳以上 の被保険者及び被扶養者	細胞診 HPV検査	上限2,500円	
乳がん検診	令和7年3月31日現在で 40歳以上 の被保険者及び被扶養者	視触診・マンモグラフィ 乳房超音波	上限3,000円	
循環器(動脈硬化)検診	令和7年3月31日現在で 62歳及び63歳 の被保険者及び被扶養者	頸動脈エコー検査 心臓超音波検査 血圧脈波検査 BNP検査 ホルター心電図検査	費用の全額	医療機関の領収書及び検査結果のコピーを添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。
インフルエンザ予防接種	被保険者及び被扶養者 ≪10月～2月の間に予防接種した者に限る≫ 年1回限り	被保険者 被扶養者	費用の半額 (上限2,000円)	医療機関の領収書のコピーを添えて、事業所で取り纏めて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 ※領収書は受診者1人1回の金額が明確にわかる領収書を医療機関で発行してもらってください。

1人1回の補助となりますので、年2回予防接種された方は、どちらか一方を選択いただき請求してください。
※合算しての請求はできませんので、ご注意ください!

※脳ドック・肺ドック・PET/CTドック等の特殊ドックを受診された場合は、補助の対象となりません。
※補助金請求額が上限に達しなく、さらに費用の半額に端数が生じる場合には、端数を切捨てた額が補助額となります。また、補助金請求の締切は年度末(令和7年3月31日)となります。

★各種アプリ事業(利用者自己負担金無料)

- 健康管理アプリ「グッピーヘルスケア for 健保」
ご自身の健康管理として使用していただくアプリを提供しています。ポイントを毎日貯めていただき、1,000ポイント達成した方には、Amazonギフト券をプレゼントしています。差し込みリーフレットをご参照いただきアプリをインストールの上ぜひご利用ください。
- 禁煙サポート事業
禁煙希望の方へ、禁煙のスペシャリストとオンラインにて面談、6か月間禁煙にチャレンジしていただきます。禁煙にチャレンジしてみたい方は、差し込みリーフレットをご参照の上ご利用ください。

★OTG利用促進事業

医療費の削減を目的として、家庭用常備薬の数品目に一部補助を加えて、更なる安価の家庭常備薬利用促進をおこないます。詳しくは家庭常備薬斡旋のご案内をご覧ください。

—— 個人向けポータルサイト「マイ・ヘルスウェブ」閲覧終了のお知らせ ——

ご自身で医療費情報や健康診断の結果情報など閲覧できる「個人向け健康ポータルサイト：マイ・ヘルスウェブ」を加入員の皆さまへ提供しておりましたが、マイナンバーカードと連携する「マイナポータル」において、同情報が確認できるようになったことに伴い、本サービスを**令和6年3月31日**をもって終了いたしました。
なお、医療費控除の電子申告やご自身の医療費情報及び健診結果情報の閲覧については「マイナポータル」で確認が可能となっておりますので、ぜひご活用ください。

コラム

マイナポータルとは?

マイナポータルは、政府が運営するオンラインサービスです。子育てや介護をはじめとする行政手続がワンストップでできたり、行政機関からのお知らせを確認できたりします。
マイナポータルで提供される具体的なサービスは以下のとおりです。

公金受取口座の登録や変更ができる

公金受取口座とは、国や地方自治体から給付金を受け取るための口座です。臨時の給付金だけでなく、年金や税金の還付金、児童手当なども受け取れます。
公金受取口座を登録すれば、緊急時の給付金などを申請する際に口座情報の記載や書類添付が不要となります。

健康保険証利用を申し込めば、医療面がさらに便利に

令和3年の10月にマイナンバーカードの健康保険証の利用が開始されました。
マイナポータルで健康保険証利用を申し込むと、下記のようなメリットがあります。

健康保険証利用の メリット

- ✓最新の健康保険証情報の確認
- ✓診療、薬剤、医療費、健診情報などの確認
- ✓確定申告時の医療費控除の申請が便利になる

年金に関する情報の確認や手続きができる

マイナポータルでは、「ねんきんネット」との連携ができるため、自分の年金に関する情報の確認や手続きが行えます。

行政機関の手続きを検索して、電子申請ができる

マイナポータルの「ぴったリサービス」では、子育て・介護・被災者支援などの申請について、どんな手続きが必要か、どの書類を用意したらいいかなどを簡単に検索できます。

「わたしの情報」で行政が保有する自分の個人情報を確認できる

マイナポータルにログインすると「わたしの情報」で、行政が管理している個人情報を確認できます。

「もっとつながる」で外部サイトと連携できる

マイナポータルの「もっとつながる」機能は、外部サイトの機能を利用したり通知の確認ができたりする便利なサービスです。

詳しくは右記の二次元バーコードでご確認ください



日帰り保養施設

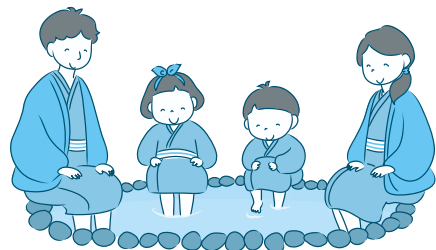
被保険者並びにご家族の皆さまの保養や疲労回復、健康増進の一助として、下記の施設と割引契約を結んでいます。利用券は当組合で用意しておりますので、日帰り保養施設利用申込書に利用者負担金を添えて、事業所単位でお申し込みください。（利用者負担金を振込の場合は、後日利用券を郵送します。）

※利用券に有効期限がある場合がありますので、詳細は当組合までお問い合わせください。

契約施設名	一般料金	利用者負担金	備 考
鳴尾浜温泉 熊野の郷 西宮市鳴尾浜1-1-3 TEL：0798-44-4126	990円 (中学生以上平日) 1,100円 (中学生以上休日)	400円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小人(3歳～中学生未満) 一般料金400円(土・日・祝日450円) ※3歳未満無料 ※別途入湯税75円がかかります。
万葉倶楽部 神戸市中央区東川崎町1-8-1 (神戸ハーバーランド) TEL：078-371-4126	2,530円 (中学生以上全曜日) 1,270円 (小学生全曜日) 990円 (幼児3歳～全曜日)	1,200円 (中学生以上全曜日) 500円 (小学生全曜日) 400円 (幼児3歳～全曜日)	有効期限：あり
H A T なぎさの湯 神戸市中央区脇浜海岸通1-3-1 TEL：078-231-4126	870円 中学生以上(平日) 970円 中学生以上(土・日・祝)	450円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小人(小学生以下) 一般料金450円、 幼児(3歳から) 300円(店頭販売のみ) ※2歳以下無料 有効期限：あり
有馬温泉 金の湯 神戸市北區有馬町833 TEL：078-904-0680	650円 中学生以上(全曜日)	350円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小学生340円、幼児無料 ※定休日：第2・4火曜日及び1月1日
有馬温泉 銀の湯 神戸市北區有馬町1039-1 TEL：078-904-0256	550円 中学生以上(全曜日)	300円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小学生290円 幼児無料(6歳未満) ※定休日：第1・3火曜日及び1月1日
有馬温泉 太閤の湯 神戸市北區有馬町池の尻292-2 TEL：078-904-3117	2,750円 (平日) 2,970円 (土・日・祝・特定日)	1,300円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※子ども(小学生) 1,239円(平日) 1,430円(土・日・祝・特定日) 幼児(3歳から5歳) 440円(平日) 550円(土・日・祝・特定日) 〔店頭販売のみ〕 有効期限：あり
加古川天然温泉 ぶくぶくの湯 加古川市加古川町南備後字松葉315-1 TEL：079-456-2614	700円 中学生以上(平日) 800円 中学生以上(土・日・祝)	400円 中学生以上(全曜日)	※子ども 平日 一般料金400円、 土・日・祝日450円(店頭販売のみ) 定休日：偶数月第3木曜日 有効期限：あり

契約保養所

日本旅行(窓口)及び亀の井ホテル(旧かんぼの宿)で予約・宿泊された方を限定に補助をいたします。加入員の皆さまの保養や疲労回復にご利用ください。



補助対象及び補助金額

年度内(令和5年4月1日～翌年3月31日)の利用日当日に資格を有する被保険者並びにご家族に対し、年度内1回に限り、大人(中学生以上)2,000円、小学生1,000円となります。(※小学生未満は補助の対象外です。)

補助対象外となるもの

- ・日本旅行及びかんぼの宿以外で利用された場合。
- ・日本旅行で予約したが、ネット予約された場合。

補助金使用方法

予約完了後、当組合まで利用者および宿泊日の連絡をお願いします。窓口で提示いただく証明書を対象者様へ送付いたしますので、利用料金精算時に証明書を提示いただくと組合補助を差し引いた額でご利用できます。

人間ドック等個別契約健診機関

下記の健診機関で人間ドック等を受診されますと、組合補助金額を差し引いた料金で受診できます。なお、健診コースや料金については、ホームページにてご確認ください。

健診機関名	住 所	電話番号
医療法人医誠会 医誠会病院	大阪府大阪市淀川区菅原6丁目2番25号	(06)6326-1121
特定医療法人中央会尼崎中央病院健診センター	尼崎市潮江1丁目12番1号	(06)6499-3045
一般社団法人西宮市医師会	西宮市染殿町8-3	(0798)26-9497
社会医療法人神鋼記念会 新神戸ドック健診クリニック	神戸市中央区熊内町7-6-1	(078)261-6736
社会医療法人神鋼記念会 総合健康管理センター	神戸市中央区脇浜町1丁目4-47	(078)261-6773
独立行政法人 地域医療機能推進機構 神戸中央病院	【本院】 神戸市北区惣山町2丁目1番1号	(078)594-8622
	【ハーバーランド健康管理クリニック】 神戸市中央区東川崎町1-5-7 (神戸情報文化ビル カルメニ17階)	※予約は本院でしてください (078)594-8622
サニーピアクリニック	神戸市中央区波止場町3番12号	(078)331-6141
新神戸ウェルネスクリニック	神戸市中央区北野町1丁目1 コトノハコ神戸1階	(078)272-0707
公益財団法人兵庫県健康財団	神戸市兵庫区荒田町2丁目1-12	(078)579-3400
公益財団法人 兵庫県予防医学協会	【健診センター】 神戸市灘区岩屋北町1-8-1	(078)855-2730
	【健康ライフプラザ】 神戸市兵庫区駅南通5丁目1番2-300号	(078)652-5207
公益財団法人加古川総合保健センター	加古川市加古川町篠原町103-3	(079)429-2923
一般社団法人姫路市医師会診療所	姫路市西今宿3丁目7番21号	(079)295-3322
医療法人社団汐咲会井野病院	姫路市大塩町汐咲1丁目27番地	(079)254-6852
一般財団法人京都工場保健会	【総合健診センター(本部)】 京都府京都市中京区西ノ京北壺井町67番地	(075)802-0131(代表) 0120-823-053(予約専用)
	【宇治健診クリニック】 京都府宇治市広野町成田1番地7	(0774)48-1270(代表) 0120-823-053(予約専用)
	【神戸健診クリニック】 神戸市中央区元町通2丁目8番14号 オルトンシアビル7階	(078)326-2430(代表) 0120-823-053(予約専用)
	【姫路健診クリニック】 姫路市西駅前町73番地 姫路ターミナルスクエア3階	(079)221-5001(代表) 0120-823-053(予約専用)
	【BRIO健診クリニック】 尼崎市塚口本町6-9-22 三菱電機伊丹総合保健体育館1階	(06)6422-3400(代表) 0120-395-520(予約専用)
	【山科健診クリニック】 京都府京都市山科区竹鼻竹ノ街道町92番地 ラクトC301	0120-823-053(予約専用) 0120-540-910(代表)
一般財団法人日本予防医学協会	【ウェルビーイング毛利】 東京都江東区毛利1-19-10 江間忠錦糸町ビル5階	(03)3635-5711
	【ウェルビーイング栄】 愛知県名古屋市中区新栄町1-3 日丸名古屋ビル地下1階	(052)950-3707
	【ウェルビーイング南森町】 大阪府大阪市北区西天満5-2-18 三共ビル東館5階	(06)6362-9063
	【ウェルビーイング博多】 福岡県福岡市博多区博多駅前3-19-5 博多石川ビル2階	(092)472-0222
医療法人社団協友会 船橋総合病院	千葉県船橋市北本町1-13-1	(047)425-1153

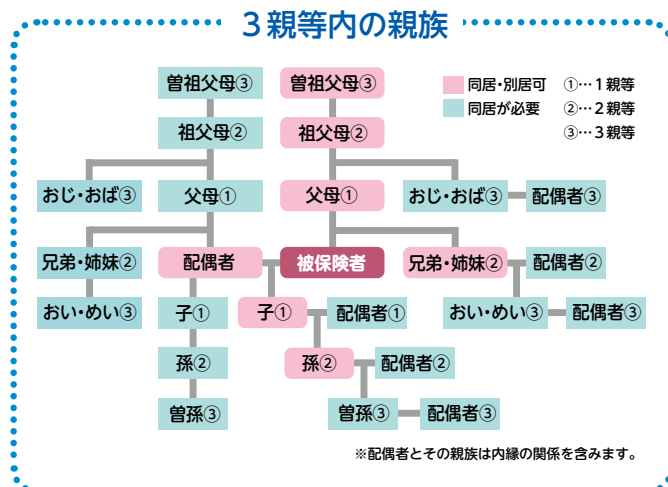
扶養している「ご家族」に 変更はありませんか？

健康保険では、被保険者の収入で生活している75歳（一定の障害のある人は65歳）未満の家族も「被扶養者」として保険給付が受けられます。
被扶養者になるには健保組合から認定を受ける必要があります。

■被扶養者の要件

下記のいずれにも該当する方を基準に、健保組合が総合的に判断して被扶養者の認定をします。

- ①主として被保険者の収入で生活している
 - ②被保険者の3親等内の親族である
 - ③原則として国内に居住している
 - ④年収*が下記(1)(2)の両方を満たす
 - (1)年収130万円（60歳以上または障害者の場合は180万円）未満
 - (2)被保険者と同居の場合…年収が被保険者の半分未満
被保険者と別居の場合…年収が被保険者からの仕送り額未満
- * 年収とは、向こう1年間の収入見込み額です。雇用保険の失業等給付、公的年金、健康保険の傷病手当金や出産手当金も含まれます。



5日以内
■被扶養者に変更があるときは
手続きが必要です

結婚・出産などにより扶養家族を有するようになったとき、就職・引っ越しなどにより被扶養者でなくなったときなど、被扶養者に変更があった場合は、「被扶養者(異動)届」に必要な書類を添付して、5日以内に事業主を経由して当健保組合に提出してください。

就職などで他の健保組合の被保険者になったお子さまはいませんか？

被扶養者の方が就職などで、他の健康保険の被保険者や共済組合の組合員になった場合は、**扶養から外す手続きが必要**です。他の健康保険に加入した日が、被扶養者の資格喪失日となります。

その他にも、こんなときは扶養から外れます

- パートやアルバイト先で健康保険の被保険者になった
- 75歳になった（後期高齢者医療の被保険者になった）
- 年収が130万円（60歳以上または障害者の場合は180万円）以上見込まれる
- 年収が被保険者の半分以上になった
- 年収が被保険者からの仕送り額を超えた
- 結婚して他の被保険者の被扶養者になった
- 離婚した
- 亡くなった
- 同居が扶養の要件の人が別居した
- 日本国内に住所を有しなくなった（海外留学など例外あり）

手続きを
お忘れなく！

「年収の壁」への対応について

「年収の壁」対策として、パート・アルバイト等で働く被扶養者で、人手不足で働く日数が多くなった、残業時間が増えたなどの理由で被扶養者の収入要件を超える一時的な収入増があった場合は、**事業主の証明書を提出すれば、継続して被扶養者になることができます**（連続2回まで）。

▶詳しくは厚生労働省のHPをご確認ください。https://www.mhlw.go.jp/stf/taiou_001_00002.html 年収の壁 検索

体 育 奨 励

姫路市的形的形潮干狩場とたつの市新舞子海岸「潮干狩休憩所かもめ」と利用契約を結びました。被保険者並びにご家族の皆さまで楽しい時間を過ごしてください。

潮干狩り休憩所

「形的形潮干狩場」

開設期間：令和6年4月1日（月）から6月30日（日）
姫路市的形的町形的1718 電話番号：0120-559-939

	一般料金	利用者負担	申 込 方 法
大人（中学生以上）	1,500円	900円	潮干狩り場利用券申込書に利用者負担金を添えて、事業所単位でお申し込みください。（利用者負担金を振込の場合は、後日利用券を郵送します。）
小人（4歳～小学生）	900円	500円	

※駐車場有。ただし、駐車料金要（1台：500円）

※電車でご利用の方は、山陽電車・大塩駅前より送迎車が出ています。1名からでも送迎可能。

通常は、連絡しなくても電車の到着時刻に合わせて、送迎車が待機していますが、平日のご利用の場合は、連絡していただくと送迎可能です。

※事前に貝のばらまき状況を電話で確認のうえ、来場されたほうがより楽しめます。

※利用券の払い戻しはできませんので、ご注意ください。

「かもめ」

開設期間：令和6年4月13日（土）から6月30日（日）
（ただし、毎週火曜日・4月17～18日・4月24～25日・5月8日・5月29～30日・
6月12日～13日・6月26日～27日の合計11日間は除く。）
たつの市御津町新舞子海岸 電話番号：(079) 322-0028

	一般料金	利用者負担	申 込 方 法
大人（中学生以上）	1,600円	900円	潮干狩り休憩所利用券申込書に利用者負担金を添えて、事業所単位でお申し込みください。（利用者負担金を振込の場合は、後日利用券を郵送します。）
小人（3歳～小学生）	1,000円	500円	

※事前に貝のばらまき状況を電話で確認のうえ、来場されたほうがより楽しめます。

※利用券の払い戻しはできませんので、ご注意ください。

※駐車場有。ただし、駐車料金要（1台：500円）



夏期プール・冬期アイススケート

施設と利用契約を結び利用いただくよう準備を進めています。詳しくはホームページに掲載しますのでご確認ください。

姫路セントラルパーク利用券交付終了のお知らせ

契約施設「姫路セントラルパーク」については、前売り券購入に際し、利用日や購入者を事前に設定する方法に施設側で変更となったため、**前年度同様に割引利用契約締結不能となりました。**つきましては、**今年度より入園券購入及び入場券の交付を終了いたしました**ので、お知らせいたします。



自身の情報をマイナポータルで 確認してみましょう!!

ご自身の健康保険証情報がシステムに正しく登録されているか確認をお願いします。
スマホ等のマイナポータル(わたしの情報)上でご確認いただけます。

確認方法



1. アプリ「マイナポータル」をダウンロードの上、マイナポータルにログインします。
2. ログイン後、画面下部の「注目の情報」までスクロールし、「最新の健康保険情報の確認」を押します。
3. 健康保険証情報のページが表示されます。ページ中段にある「あなたの健康保険証情報」から、登録されている健康保険証情報を確認いただけます。

◆令和5年8月8日第2回マイナンバー情報総点検本部資料一部加工

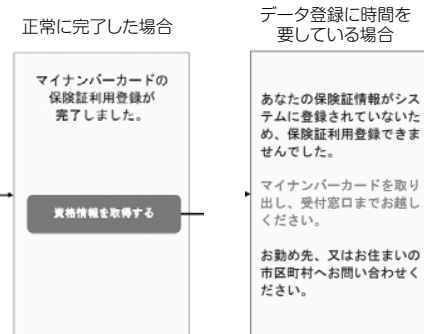
初めての利用時など、登録が完了しているかどうかわからない状態で受診する場合は、
念のため、マイナンバーカードとあわせて健康保険証を携行してください。

医療機関等にある顔認証付きカードリーダー上での健康保険証利用登録時は、このような画面が表示されます

医療機関・薬局に設置されている顔認証付きカードリーダー上で利用登録を行った場合も、利用登録が正常に完了しているかを確認することができます。

登録が正常に完了している場合は、「マイナンバーカードの保険証利用登録が完了しました。」と画面に表示されます。

データ登録に時間を要している場合は、「あなたの保険証情報がシステムに登録されていないため、保険証利用登録できませんでした。」と画面に表示されます。



◆厚生労働省HP掲載資料一部加工

公告

令和5年9月30日における当組合の全被保険者の平均標準報酬月額を平均した額が354,813円になりましたので、健康保険法第47条第2項の規定により、令和6年度における任意継続被保険者の標準報酬月額は、次のとおりとなります。

① 標準報酬月額 第25等級 360,000円

ただし、資格喪失時の標準報酬月額が第25等級以下の被保険者は、資格喪失時の標準報酬月額となります。

② 適用期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日

令和6年12月2日に現行の健康保険証が原則廃止され、マイナ保険証に一本化されます

マイナンバーカードを 健康保険証として 利用しましょう!

このポスターやステッカーがある
医療機関・薬局で利用できます

医療機関・薬局の受付にある顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードをかざし、顔認証か暗証番号で本人確認をするだけ!
※顔写真は機器に保存されません。
※マイナンバー(12桁の数字)を取り扱うことはありません。



ポスター



ステッカー

マイナンバーカードを健康保険証として利用すると、 何が変わるの?

1 健康保険証としてずっと利用できる

就職、引っ越しなどをして、新しい健康保険証の発行を待つことなく、医療機関・薬局で利用できます。
※医療保険者が変わる場合には、これまでどおり届け出が必要です。

2 高額療養費の限度額を超えた分の窓口支払いが不要に

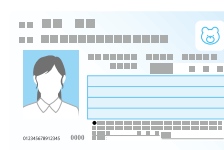
限度額適用認定証の申請や持参をしなくても、同意をすれば高額療養費の限度額を超える支払いが自動的に免除されます。
高齢受給者証も持参不要になります!

3 医療費控除の確定申告手続きが簡単になる

マイナポータル上で年間の医療費通知情報が取得でき、確定申告に必要な情報も自動的に入力されるので手続きが簡単に。

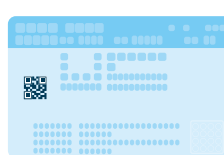
保険証廃止後の 医療機関の受診方法

マイナンバーカード(マイナ保険証)



マイナンバーカードを使って受診します。なお、受診前にマイナポータルでマイナンバーカードを保険証として利用するための「利用申し込み」が必要です。(初回のみ)

現在の保険証



経過措置として、保険証廃止後1年間はすでに交付されている保険証をそのまま利用できます。

資格確認書



保険証廃止後、マイナンバーカードを保険証として利用できない方には、ご本人の申出により資格確認書を発行します。

資格情報のお知らせ

ご自身のお勤め先を通じて「資格情報のお知らせ」を送付します。お手元に届いた際には、安心してマイナ保険証を使っていただくため、ご自身の情報が正しいか今一度確認しましょう。

にっぽん旅

ウォーキング

富山県砺波市

砺波平野に春を告げる 可憐な花の絨毯

春の高い晴天率と肥沃な土地、良質で豊富な水を有する富山県は、チューリップの栽培に適した環境であり、その球根出荷量は日本一を誇る。チューリップ栽培始まりの地・砺波エリアで、街中を彩る可憐な花を眺め、春の訪れを感じよう。



砺波駅の南口から街を歩くと、あちこちでチューリップの花の絨毯に出合えることがある。これらは観賞用ではなく、球根栽培のための畑だ。砺波は、大正時代に稲作後の裏作として、国内で初めてチューリップ栽培が導入された地であり、現在もチューリップ球根出荷量日本一の富山県の中でもトップの出荷量を誇る。

4月下旬から5月初旬のチューリップの花が咲く時期は、「となみチューリップフェア」が開催され、約300品種300万本のチューリップが30万人を超える来場者を魅了する。その会場の一つ「富山県花総合センターエレガガーデン」は、フェアの穴場で、比較的ゆったり花を楽しむことができる。

フェアのメイン会場の中にあるガラス張りの建物「チューリップ四季彩館」では、特殊技術によってチューリップが一年中楽しめる。売店で買えるチューリップモチーフの雑貨は、お土産に最適だ。

次は砺波平野の散居村風景から着想し、70本のケヤキを周囲に巡らせたシンメトリーな構造の建物「砺波市美術館」へ。好天日には、3階テラスから雄大な立山連峰を眺めることができる。

「砺波チューリップ公園」はフェア会場の中心だけあって、チューリップ回廊、大規模な花壇など見どころがたくさんある。中でも、チューリップタワーから眺める17品種21万本のチューリップを用いた大花壇の地上絵は圧巻の光景である。

最後は「道の駅 砺波」へ。新鮮な地場産野菜や名産品の大門、素麺などの、チューリップを育んだ砺波の豊かな水と土の恵みを買って帰ろう。

2 チューリップ四季彩館

チューリップが一年中見られる世界唯一の施設。四季折々の花々とチューリップのコラボを楽しめる「ワンダーガーデン」では360度をチューリップで



囲まれる「チューリップパレス」や、チューリップが万華鏡のように映し出される「パレットガーデン」など見どころ満載。また、チューリップの成長過程や歴史も学べる。館内のカフェで食べられる、チューリップの花のエキス入りシロップを使ったチューリップソフトクリームはほのかな花の香りと優しい甘さが人気。

DATA 時間：9:00～18:00／休：年末年始、展示入替日等／電話：0763-33-7716

3 砺波チューリップ公園

チューリップタワーをシンボルとした都市公園。春はチューリップ、夏にはコキアやカンナなどが咲きそろい、冬にはイルミネーションが輝くなど、四季を通じて楽しめる。園内には、全国でも最大級の「五連揚水水車」や、涼やかなひょうたん池、築250年を超える散居農家「旧中嶋家」など見どころが多い。

DATA 時間：チューリップフェア期間を除き散策自由※開館時間は施設により異なる／休：チューリップフェア前後に準備および撤去作業のため臨時休園あり／電話：0763-33-7716（チューリップ四季彩館）

1 富山県花総合センターエレガガーデン

栽培技術や活用方法など、花に関する情報を総合的に提供する施設。温室やモデル花壇、イングリッシュガーデン風花壇、バラ花壇、立体花壇、ふれあい広場、観賞池、西洋シャクナゲ花壇などが整備されているほか、年3回の花まつりが開催され、気軽に花と出合えるのが魅力だ。



DATA 時間：9:00～16:30／休：火曜／電話：0763-32-1187



※営業時間などデータは変更される場合があります。詳細は各施設にお問い合わせください。