



大阪自転車

けんぽだより

NO.196

2024/1



ホームページをご活用ください!

<http://www.cyclekenpo.or.jp>



届出・請求書のダウンロード

お手元のプリンターから必要な書類を取り出すことができ、書類申請が便利です。ぜひご活用ください!

ご家庭にお持ち帰りになって みなさんでお読みください。



新年のごあいさつ

大阪自転車健康保険組合

理事長

津山 晃一

謹んで新春のお慶びを申し上げます

平素より当健康保険組合の事業運営に格別のご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、5月に新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが季節性インフルエンザと同じ5類に移行され、7月には日経平均株価がバブル後の最高値を更新するなど、社会経済活動の回復傾向が顕著となっています。長いデフレから脱却し、30年ぶりといわれる変化に、今後の日本経済への期待感も高まっています。

わが国の人口構造を見ますと、総人口の減少が続く中で65歳以上の人口割合は年々増加しています。高齢化率の上昇により、医療費をはじめとした社会保障費は増大し、2021年度の社会保障給付費は国内総生産（GDP）の25%を超え、過去最高となりました。昨年5月に成立した健康保険法等の一部改正法は、社会保障制度の支え手である現役世代の負担増を抑制し、少子高齢化による社会保障費の増加を公平に支える仕組みが盛り込まれましたが、まだ十分とはいえず、課題が残ります。

昨年6月には、岸田政権が今後の政策方針となる「骨太の方針2023」などを閣議決定しました。少子化対策は待ったなしで社会全体で取り組むべき課題としていますが、財源については今後の検討となる事項も多く、健保組合への影響などを注視していく必要があります。

健保組合全体の令和4年度の決算は、コロナ禍の受診控えに伴い高齢者医療への納付金が一時的に減少したことで、全体では黒字となりました。

た。しかし、当組合を含めた約4割の健保組合では依然として赤字となっており、厳しい状況にあるといえます。令和5年度は、高齢者医療への拠出金の増加と、コロナ禍前の水準を上回る医療費の伸びが予想されています。「団塊の世代」がすべて後期高齢者となる2025年以降もこの傾向は続くと考えられ、健保組合を取り巻く状況は予断を許さない状況です。

また、6月にはマイナンバー法等の一部改正法が可決・成立し、今年秋には健康保険証とマイナンバーカードを一体化させ、現行の健康保険証を廃止する方針が示されました。マイナンバーカードの健康保険証利用は、医療DX推進に欠かせない仕組みであり、薬剤情報や特定健診の結果などを活用したより適切な医療の提供など、被保険者のメリットにもつながることから、保険者として協力していきたいと考えています。

令和6年度は、診療報酬と介護報酬のダブル改定や、第3期データヘルス計画、第4期特定健診・特定保健指導など、健保組合にとっても重要な施策が始まる年となります。第4期特定保健指導では、保健指導の効果を具体的に評価するためのアウトカム（結果）評価が導入されます。また、働き方が多様化する中で、女性の健康課題や加齢に伴う運動機能の低下の予防といった新たな取り組みも重視されます。当健保組合も、一つ一つ課題を乗り越えながら、時代に即した取り組みを進めてまいります。

最後になりましたが、皆さまがこの一年を明るく健やかに過ごされますことを心よりお祈り申し上げます。新年のごあいさつとさせていただきます。

「辰」の字の意味



「辰」という字は、二枚貝が足を伸ばして進む様子を表す象形文字です。「しん」とも読み、「振」（ふるう、ととのう）の意味も兼ね備え、物事を



千支の話

揺り動かして活気をもたらし、成長して整うことを表すとされます。過去の辰年には、東京スカイツリーの開業（2012年）、青函トンネル、瀬戸大橋の開通（1988年）、東海道新幹線の開業（1964年）など、国家レベルのプロジェクトが進みました。

権力や出世の象徴



十二支には動物が当てはめられますが、辰年には、十二支の中で唯一架空の生物である「龍（竜）」が当てられています。中国の古典によれば、その外見は、角は鹿、頭はラクダ、目はウサギ、うなじは蛇、腹は蟹、うろこはコイ、爪はタカ、手のひらは虎、耳は牛で、あらゆる生き物の頂点に君臨する存在としてあがめられました。皇帝を象徴する模様にも用いられ、龍は特別で神聖なもの、あるいは権力の象徴として広く認識されてきました。また、龍は天に昇る力を持つとされることから、立身出世の象徴としても用いられます。「登竜門」は中国の黄河中流にある「龍門」に激しい滝がある場所があり、その滝を登ったコイは龍になるといふ伝説からできた言葉です。

お寺と龍の深い関係



ところで、お寺を訪れると、天井に龍の絵が描かれていたり、手水場に龍の彫刻があったりするのを見掛けませんか。これは、龍がお釈迦様を守る八人の守護神の一人とされていることから来ています。法堂や本堂などに龍の絵を描くことで、信仰を守り、修行を見守る意味が込められています。また龍は「竜宮城」などというように、水に密接に関連し、雨をもたらす力があると信じられています。日本の寺院は木造建築物が多く、火事

の危険があるため、火災よけの願いも込められています。

また、龍の絵をよく見ると、手には玉が握られています。これは「如意宝珠」と呼ばれ、「どんな願いでもかなえる宝珠」とされています。そのため龍は、幸運や成功を願う際の大切なモチーフとしても用いられます。

大きな夢を追求するにふさわしい年



このように辰年は、運氣上昇や立身出世、満願成就など、大きな夢を追求するにふさわしい年といえそうです。大志を抱きアクティブに動くには健康であることが大前提。適切な生活習慣を大切に、活力に満ちた一年にしたいものです。

辰年 生まれの 著名人

王 貞治	(元プロ野球選手)
三浦 友和	(俳優)
中島みゆき	(歌手)
さだまさし	(歌手)
小池百合子	(東京都知事)
村上 龍	(作家)
薬師丸ひろ子	(俳優)
阿部 寛	(俳優)
内村 光良	(お笑い芸人)
増田 明美	(元マラソン選手)
新垣 結衣	(俳優)
池江璃花子	(水泳選手)

など

将来世代が希望を持てる制度へ！ 医療DXを推進し、 改革実現と健保組合のさらなる機能強化を

昨年10月25日、東京国際フォーラム（東京都千代田区）で、令和5年度健康保険組合全国大会が開催されました。4年ぶりに来場数制限を取り払った開催となり、全国約1300ある健保組合関係者ら約3000人が参加しました。また、大会の様子はオンラインでもライブ配信され、約1500人が視聴しました。

今年度は、「将来世代が希望を持てる制度へ！医療DXを推進し、改革実現と健保組合のさらなる機能強化を」をタイトルに掲げ、少子化の課題を乗り越え、国民皆保険制度を将来へ確実につなぐとして、満場一致で決議を採択しました。

決 議

我が国では、経済社会に大きな混乱をもたらした新型コロナウイルス感染症が、今年5月に5類感染症に引き下げられ、アフターコロナに向けて踏み出している。コロナ禍にあった約3年の間、国民の生活や意識は大きく変化し、ICTツールを活用した新たな行動様式も定着する一方で、旧来の慣習や制度に依拠した社会構造そのものの変革も求められている。

国民の安心の拠り所である社会保障制度も例外ではない。コロナ禍にあっては非常時における病床逼迫やかかりつけ医の不在など、医療提供体制の脆弱性が改めて浮き彫りとなった。加えて、医療費の伸びはコロナ禍前の水準を大きく上回る状況が続き、「団塊の世代」がすべて後期高齢者となる2025年、高齢化のピークを迎える2040年に向けて医療費の負担が年々増大していく。出生数の急減による少子化の一層の加速も現実の脅威として明らかであり、このままでは、現役世代の負担はさらに厳しさを増し、極めて重大な難局に直面することが確実である。

今こそ、誰もが安心して医療を受けられる「国民皆保険制度」を維持し、「将来世代が希望を持てる制度」へ、大きく転換しなければならない。

今年5月に成立した改正法は、現役世代の負担軽減に資する内容が盛り込まれたものの、まだまだ十分とは言えず、後期高齢者の現役並み所得者への公費投入や拠出金負担割合の上限設定など残された課題への対応が急務となる。また、火急の課題である少子化対策は、我が国の最重要課題であればこそ国民の十分な理解のもと国全体で取り組むとともに、その財源対策は国民全体、特に現役世代の納得感を得ることを前提として進めるべきである。

国民が安心して、より良質かつ効率的な医療サービスを受けられる体制を築くためには、医療の質を担保しつつ給付の伸びを抑制し、医療費にかかる負担の軽減を図ることも欠かせない。

特に医療DXは、急速な少子高齢化に直面する我が国において、限られた医療資源の適正化を推進するための重要なツールとなる。まずは、オンライン資格確認システムなどを基盤とした全国医療情報プラットフォームの創設等を確実に進め、医療DXを社会生活に浸透させていかなければならない。さらに医療DXの推進に不可欠であるマイナンバーカードと保険証の一体化は、現行の保険証では実現できない質の高い医療の提供や医療の効率化に寄与するものであり、健保組合の現場の負担に配慮しつつ着実に実現すべきである。

我々健保組合は、これまで労使と連携しながら、加入者の働き方やニーズを踏まえた保健事業を実践し、健康づくりや疾病予防など、健康寿命の延伸に貢献してきた。今後も、特定健診・特定保健指導やデータヘルス、コラボヘルスなどの推進、就業者の高齢化や女性の社会進出等の社会情勢の変化に合わせた取り組みにも注力して、これまで以上に優れた保険者機能を発揮し続けていく。

健保組合が国民の安心と健康の基盤である国民皆保険制度を支え、将来世代につないでいくために、我々は組織の総意をもってここに決議する。

- 一、社会情勢の変化を見据え、全世代で支え合う制度へ
- 一、医療DXを推進し、国民の健康と安心を確保
- 一、安全・安心で効果的・効率的な医療提供体制の構築
- 一、保険者機能の推進による健保組合の価値向上

令和5年10月25日

令和5年度 健康保険組合全国大会

将来世代が希望を持てる制度へ！

医療DXを推進し、改革実現と
健保組合のさらなる機能強化を



健診結果に異常があったら 放置しないで医療機関へ！

健診結果で異常を指摘されているのに、「いつものことだ」と放置していませんか。健診結果を受け取ったらしっかり確認し、再検査・精密検査など医療機関の受診を指示されている場合は放置しないで必ず受診してください。

結果が基準値内で「異常なし」の判定であったとしても、昨年までの結果と比較して悪化する傾向がある場合は要注意。健康に不安を感じたり、治療が必要になる前に健康的な生活を意識して、毎日の生活習慣を見直すようにしてください。



「要治療」 があったら



すぐに治療が必要な状態ですから、早急に医療機関で治療を始めましょう。適切な治療を継続することで病状の悪化を食い止められます。

「要精密検査」 があったら



詳しい検査が必要な状態で放置するのはとても危険！できるだけ早く医療機関を受診し、検査を受けて異常の原因を突き止めてください。

「要再検査」 「経過観察」 があったら



健診結果が基準値を外れている状態です。すぐに生活習慣の見直しに取り組みましょう。再検査が必要な場合は指示に従って受けてください。

「正常」 「異常なし」 だったら



正常範囲内でも悪化している項目は注意が必要。自分の健康を過信しないで、健康的な生活習慣を維持していけるようにしましょう。

生活習慣病のリスクが高い方には**特定保健指導を実施**します

健診結果から生活習慣病のリスクが高いと判定された40歳以上の方には、特定保健指導を実施します。特定保健指導では、保健師などの専門家が生活習慣を改善して健康になるためのサポートを行います。費用は健康保険組合が負担するため無料です。健康を守るための大事な機会ですので、対象になった場合は必ず受けてください。



健康保険 の手続き 早分かり

ワンポイント

- 世帯当たりの年間の医療費が10万円超なら超えた分を所得から控除
- 控除額の上限は200万円
- 医療費控除を受けるには確定申告が必要



医療費控除

1年間に支払った医療費が一定額を超えて高額になったときは、超えた分を所得金額から差し引いて、納税額を軽減できる制度があります。

年間の医療費10万円超なら超えた分を所得から差し引く

医療費控除とは、その年の1月1日～12月31日までの間に支払った医療費の合計が10万円（総所得金額が200万円以下の人は総所得金額の5%）を超えた場合に、超えた分の医療費を所得金額から差し引く（控除する）ことで、結果として所得税額を軽減できる制度です。控除できる上限額は200万円です。所得金額などを基に算出する翌年度の住民税が減額となることもあります。

医療費控除の対象となるのは、窓口で支払った医療費や通院のための公共交通機関による交通費、治療目的の市販薬やリハビリ費用などです。本人だけでなく、生計が同一であれば、同居・別居を問わず家族の分を合算できます。

医療費控除の特例

「セルフメディケーション税制」

市販薬については、「セルフメディ

ケーション税制」（医療費控除の特例）を使うこともできます。これは、特定の成分を含む市販薬（スイッチOTC医薬品等）の購入額が年間1万2000円を超えた場合に、超えた分（上限額8万8000円）を、

所得金額から控除できる制度です。医療費控除とセルフメディケーション税制は併用

できず、どちらか一方を選択します。どちらが有利かは、ケースによつて異なりますので、試算してみるとよいでしょう。

セルフメディケーション税制の対象となる市販薬には、上記マークが付いています。



セルフメディケーション税制の対象となる市販薬には、上記マークが付いています。

医療費控除を受けるには確定申告が必要

医療費控除やセルフメディケーション税制の控除を受けるためには、確定申告が必要です。確定申告の際には、支払った医療費の内容が



分かるように、健康保険組合から発行される医療費通知を添付します。医療費通知に記載されない分は「医療費控除の明細書」を作成して提出します。領収書は添付不要ですが、5年間保有しておき、税務署から求められれば提示しなければなりません。

確定申告は、スマホとマイナンバーカードを使った電子申告（e-Tax）ならば、いつでも申告でき、添付書類も不要となり便利です。また、「マイナポータル連携」を利用すると、医療費通知情報を自動で取得し、確定申告書の該当項目へ自動入力してくれるなどさらに効率的です。なお、マイナポータル連携は事前の設定が必要です。確定申告に関する詳細は、国税庁ホームページを参照してください。

控除額の計算方法

医療費控除の額 (上限200万円)	=	実際に支払った 医療費の合計額	-	保険金などで 補填される額 [※]	-	10万円
セルフメディケーション 税制の控除額 (上限8万8,000円)	=	対象の市販薬 (スイッチOTC医薬品等) の購入額	-	保険金などで 補填される額 [※]	-	1万2,000円

※その給付の目的となった医療費の額を限度として差し引く。

〈例〉・医療機関の窓口で支払った1年間の医療費の額…70,000円

・ドラッグストア等で1年間に購入したスイッチOTC医薬品等の額…40,000円 ※保険金などで補填される額はなし

医療費控除の額：(70,000円+40,000円)-100,000円=10,000円

セルフメディケーション税制の控除額：40,000円-12,000円=28,000円

いずれかを選択

Q

医療費控除の対象となる医療費はどんなものですか？

A

医療費控除の対象になるのは、主に「治療」に関わる費用です。
医療機関の窓口で支払う医療費の自己負担分のほか、通院のための公共交通機関による交通費、出産費用、治療目的の市販薬の購入費なども対象です。
一方、予防を目的とした人間ドックや予防接種の費用、疲れを取るためのマッサージ費用などは対象外となります。

医療費の対象となるもの

- 医療機関の窓口で支払う医療費
- 処方薬の購入費
- 治療目的で購入した市販薬の購入費
- 医療機関に行くための電車やバスなどの交通費
- 入院時の食事代/やむを得ない差額ベッド代
- 治療目的で作成された診断書代
- リハビリ費用 ● 介護費用(一部) ● 出産費用
- 松葉づえや車イスなどのレンタル・購入費用
- 健康診断・人間ドックなどで異常が見つかった場合の費用
- レーシック手術などの近視治療の費用器等の使用

医療費の対象とならないもの

- 健康診断・人間ドックなど予防に関わる費用
- 予防接種の費用
- 治療目的でないマッサージ費用
- ビタミン剤など、病気予防や疲れを取る目的の薬の購入費
- 医療機関に行くために利用した自家用車のガソリン代/駐車場代
- 入院時に自ら選択した個室代/寝間着等のレンタル費用
- 医療用ウィッグの費用
- 一般的なコンタクトレンズ・眼鏡の作成費用

Q

健康保険の高額療養費や出産育児一時金などと併用できるの？

A

健康保険で給付される高額療養費や、出産育児一時金、生命保険などから支給される入院給付金など、保険金で補填される額は医療費控除の対象外となります。

保険金などで補填される額は、その給付の目的となった医療費の額を限度として差し引かれます。引ききれない額が生じた場合でも、ほかの医療費から差し引かれることはありません。

インフルエンザ予防のために ワクチン接種を受けましょう

インフルエンザが大流行

新型コロナウイルス感染症への対応が変わり、マスク着用が緩和されたこともあり、今シーズンはインフルエンザの流行が懸念されます。早めにインフルエンザワクチンの接種を受けておきましょう。

インフルエンザワクチンには、インフルエンザの発症を防ぐ効果と発症した際の重症化を防ぐ効果が期待できます。ワクチンが効果を発揮するまでには接種から2～3週間ほどかかりますので、流行が始まる前の段階で接種を受けることをお勧めします。ワクチンの効果が続くのは5ヵ月程度ですので、昨年受けている人も改めて接種を受けておきましょう。



特にワクチン接種が推奨される人



- 65歳以上の高齢者
- 子供（乳幼児や小学校低学年など）
- ぜんそく、糖尿病など持病のある人
- 妊婦
- 上記の人と同居している人



インフルエンザ予防接種補助について

今年もインフルエンザ予防接種費用補助を実施いたします。ぜひご利用ください。

【接種対象者】被保険者及び被扶養者。

【補助限度額】上限1,500円（期間中1人1回限り）。

【接種対象期間】令和5年10月1日から令和6年2月29日までの接種。

【請求方法】「インフルエンザワクチン接種補助金請求書」に、ワクチン接種費用の領収書（コピー可）を添付のうえ、健保組合までご請求ください。補助金の請求は、できる限り事業所ごとに取りまとめていただき、1ヶ月単位でご請求ください。

【補助金請求期限】令和6年3月8日（金曜日）（必着）

※請求期限を過ぎたものにつきましては、補助の対象となりません。



見本

ウォーキングは生活習慣病予防に効く!

手軽にいつでもどこでも行えるウォーキングは、生活習慣病予防にとっても効果的です。1日8,000歩を達成することで、多くの生活習慣病の予防につながることが分かっています。

ウォーキングで健康増進!

血糖値をコントロール!

余分な糖分がエネルギーとして消費され、血糖値をコントロールしやすくなります。インスリンも効きやすい体質になるため、糖尿病が予防できます。

脂質異常症が改善!

血液中から余分なコレステロールを回収するHDL(善玉)コレステロールが増加し、中性脂肪が減少することで脂質異常症が改善します。

血圧が下がる!

ウォーキングなどの有酸素運動を行うことで血管の内側がしなやかで柔軟になり、動脈硬化が改善して血圧が下がります。

肝機能の低下を防ぐ!

ウォーキングで肝臓にたまった脂肪が燃焼され、脂肪肝の状態が改善することから、肝機能の低下を防ぐことができます。

脳梗塞・心血管疾患の予防!

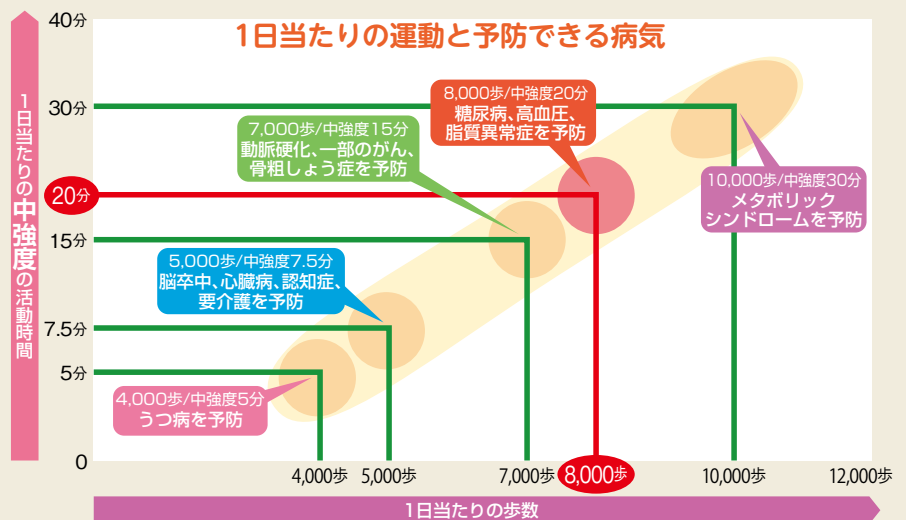
毎日30分歩く人と1時間以上歩く人を比較すると、脳梗塞で約3割、心血管疾患で約2割も死亡リスクが減少します。



1日8,000歩 & 中強度の運動20分で多くの病気が予防できる

1日8,000歩を達成し、さらに軽く息が上がる程度の中強度の運動を1日20分程度行くと、多くの生活習慣病を予防できることが分かっています。早歩きを意識してウォーキングを行えば、8,000歩 & 中強度の運動の両方が一度に達成できます。

エレベーターやエスカレーターを使わず階段にしたり、通勤の際は早歩きにしたりと、毎日の生活の中で歩く時間を増やして、病気予防につなげましょう。



出典：中之条研究（東京都長寿医療センター研究所 青柳幸利）

無料!

健診費用は全額健保負担!!

近畿総合健康保険組合協議会

令和5年度
後期

ファミリー歯科健診のご案内

「むし歯」も「歯周病」も予防にはセルフケアが大切です。毎日のブラッシングに加えて、定期的に専門家によるチェックを受け、歯のメンテナンスをしましょう。

内容

- ①むし歯および歯周疾患の健診
- ②歯の健康相談
- ③歯石清掃
- ④歯面清掃(着色除去)
- ⑤ブラッシング指導、歯間ブラシ等の補助清掃用具を必要とする方への指導
- ⑥フッ素塗布(対象年齢：0歳～12歳の希望者)

■健診の1人あたりの所要時間は、約15分程度です。 ※受診前に必ず歯を磨いておいてください。

「歯ブラシセット」プレゼント

ファミリー歯科健診にご参加のみなさまには、お一人お一人に「歯ブラシセット」をプレゼントしていますので、ぜひ受診してください。なお、予約人数分をご用意しますので、申し込まれた方はできるだけキャンセルせずに受診してくださいますようよろしくお願いいたします。

受診要領

受診対象者はファミリー歯科健診実施健保組合の加入者に限ります。

パソコン・スマホ・携帯で申し込み

申し込みサイトへ
アクセス
12月18日8時から
アクセスできます

PC・スマホ

<https://www.nihonshika.net/sokyo/kyodo/>

携帯

<https://www.nihonshika.net/sokyo/kyodo/i/>



スマホ用



携帯用

- 費用 無料 (全額健保組合負担)
- 実施時間 終日 ▶午前9時30分～午後4時 (受付終了 午後3時30分)
(ウイングあいち 午前9時30分～午後2時30分)
(昼休憩 午後0時30分～午後1時30分)
午前のみ ▶午前9時30分～午前11時30分
(受付終了 午前11時15分)

■連絡先 申込内容の変更やキャンセルをされる場合は、必ず下記までご連絡ください。

実施日前 日本歯科衛生協会 TEL 06-6325-8011
(月～金、午前9時～午後5時、祝日を除く)
実施日当日 関西地区 ▶TEL 090-3654-6342 090-1152-8041
関東地区 ▶TEL 080-9677-8036
中部地区 ▶TEL 080-4890-8048

ご予約完了メールが届かない場合

申込後、自動受付メールが返信されない場合は着信拒否設定になっている可能性がありますので、お手数ですが、[@nihonshika.net]からのメールが受信できるよう、ドメイン指定受信の設定をお願いします。

申し込みは実施日の10日前(土・日含む)までに

所属の健保組合を選択する
所属の健保を間違えると資格承認ができず再申し込みが必要となります。

必要事項を入力し、申し込みを確定する

自動受付メールが返信される

資格承認お知らせメールが届く

申し込んだ会場・日時に受診する
所属確認のため、お知らせメールを印刷して持参するか、画面を受付で提示してください。

申込内容などの個人情報については、歯科健診以外の目的で使用することは一切ありません。

ファミリー歯科健診は感染症予防対策を講じたうえで実施いたします。詳しくは<https://www.nihonshika.net/private/boshisakuksfamily.pdf>をご覧ください。



日程・会場

終日の会場は午後が空いています。

地区	実施日	時間	実施場所
関西	1月27日(土)	終日	アクティ近江八幡 1F 多目的ホール
	1月27日(土)	終日	センタープラザ西館 6F 9号室
	1月28日(日)	終日	長岡京市中央生涯学習センター 2F 市民ギャラリー1・2
	2月 3日(土)	終日	奈良県労働会館 3F 大会議室A・B 【エルトピア奈良】
	2月 4日(日)	終日	三田市総合文化センター アクトスクエア 【郷の音ホール】
	2月10日(土)	午前のみ	京田辺市商工会 4F キララホール 【CIKビル】
	2月10日(土)	終日	センタープラザ西館 6F 9号室
	2月11日(日)	終日	姫路市網干市民センター 1F 展示室
	2月17日(土)	終日	尼崎市総合文化センター 7F 第2会議室
	2月17日(土)	終日	明石市立西部市民会館 2F 練習室
	2月18日(日)	終日	野洲文化小劇場 1F
	2月18日(日)	午前のみ	三田市総合文化センター アクトスクエア 【郷の音ホール】
	2月25日(日)	終日	姫路市飾磨市民センター 2F 大ホール
中部	3月 3日(日)	9:30~14:30	ウインクあいち 13F 1303会議室
関東	1月28日(日)	終日	川崎商工会議所 川崎フロンティアビル 2F 会議室
	2月 3日(土)	終日	相鉄岩崎学園ビル 横浜西口2号館 5F 509号室
	2月 3日(土)	終日	松戸商工会議所 4F 中会議室
	2月 4日(日)	終日	TKPガーデンシティ渋谷 渋谷東口ビル 4F ホール4C
	2月18日(日)	終日	JA共済埼玉ビル B1F A・B・C会議室
	3月 2日(土)	終日	岩崎学園 新横浜2号館 7F 704・705号室
	3月 3日(日)	終日	船橋商工会議所 6F 602号室
	3月10日(日)	終日	アットビジネスセンター 池袋駅前別館 伊藤ビル 7F 706号室

私たちが共同でファミリー歯科健診を実施します

- 尼崎機械金属健康保険組合
 - 大阪ニット健康保険組合
 - 神戸機械金属健康保険組合
 - 大阪菓子健康保険組合
 - 大阪府貨物運送健康保険組合
 - ダイハツ系連合健康保険組合
 - 大阪紙商健康保険組合
 - 大阪婦人子供既製服健康保険組合
 - 電線工業健康保険組合
 - 大阪機械工具商健康保険組合
 - 大阪府信用金庫健康保険組合
 - 兵庫県運輸業健康保険組合
 - 大阪産業機械工業健康保険組合
 - 大阪府電設工業健康保険組合
 - 兵庫県建築健康保険組合
 - 大阪自転車健康保険組合
 - 大阪府木材健康保険組合
 - 兵庫自動車販売店健康保険組合
 - 大阪鉄商健康保険組合
 - 大阪薬業健康保険組合
- (50音順)

受診日時等のお問い合わせについては、下記をお願いします。

ファミリー歯科健診の委託機関：**日本歯科衛生協会** (月～金、午前9時～午後5時、祝日を除く)

〒533-0033 大阪市東淀川区東中島2-9-15 (日大和生ビル) **TEL 06-6325-8011**

「受診券の有効期間もあとわずかです」

健診費用は
無料です。

今年度の**特定健診**は 受けられましたか？

～健康寿命の延伸には健診の受診は必須です～



当該年齢の被扶養者には、健診を受けるための受診券をお送りしています

「けんぽだより 4月号」でもご案内いたしましたが、健保組合では40歳以上もしくは年度中に40歳となられる被扶養者の方々に、年度当初に特定健診のご案内をお送りいたしました。まだ、特定健診を受診されていない方は、出来るだけ早く受診してください。

※被保険者の方々は、原則として事業主が実施する労働安全衛生法に基づく健康診断を受診してください。（国が指定する特定健康診査の項目が含まれています。）

※なお、令和5年4月以後すでに健診（一泊ドック・半日ドック・婦人総合健診・生活習慣病健診・定期健診等）を受けられた方は受診できません。

パート先で健診を受けられた方

被扶養者の方がパート先等で、労働安全衛生法に基づく健康診断を受診された場合、その健診結果を当健康保険組合にご提出いただくことにより、特定健診を実施したとみなす取扱いとなりますので、結果の提出にご協力をお願いします。ご連絡いただければ特定健康診査質問票と返信用封筒を送付いたします。



健康優良者の表彰

当健康保険組合では毎年、医療給付を受けなかった被保険者を健康優良者として表彰しております。今年度は10年間以上の6名、平成30年4月から令和5年3月までの5年間の10名、令和2年4月から令和5年3月までの3年間の49名、令和4年4月から令和5年3月までの1年間の225名、計290名の方を表彰いたしました。

10年間以上
表彰者
6名

5年間表彰者
10名

3年間表彰者
49名

1年間表彰者
225名

任意継続 被保険者の 令和6年度 標準報酬月額

任意継続被保険者の保険料や保険給付費などの算定の基礎となる標準報酬月額（令和5年9月30日における全被保険者の平均額）は次のとおりです。

410,000円

※退職時の標準報酬が、この額を下回るときは、その月額とします。
（令和6年4月1日から令和7年3月31日まで適用）