

あなたとご家族の健康のために

# Smile

ご家族と一緒にご覧ください

健保だより

2024.4 No. 218



甲子園歴史館 (西宮市)

兵庫自動車販売店健康保険組合

URL <http://hyogojidousya-hanbaiten-kenpo.or.jp/>



令和6年度

# 予算のお知らせ

去る2月8日に開催された第122回組合会において、令和6年度予算が承認されましたので、その概要をお知らせします。

## 予算総額 33億6,932万円

### 一般保険料率

前年度の10%(事業主5.05%、被保険者4.95%)のまま据え置きます。

### 介護保険料率

前年度の1.8%(事業主・被保険者ともに0.9%)のまま据え置きます。

## 一般勘定

### 基礎数値

●被保険者数	4,650人
	[男性 3,816人 女性 834人]
●被扶養者数	4,146人
●扶養率	0.90人
●平均年齢	43.04歳
	[男性 44.23歳 女性 37.43歳]

●平均標準報酬月額	371,000円
●一般保険料率(調整保険料率含む)	10%
事業主負担	5.05%
被保険者負担	4.95%

### 収入

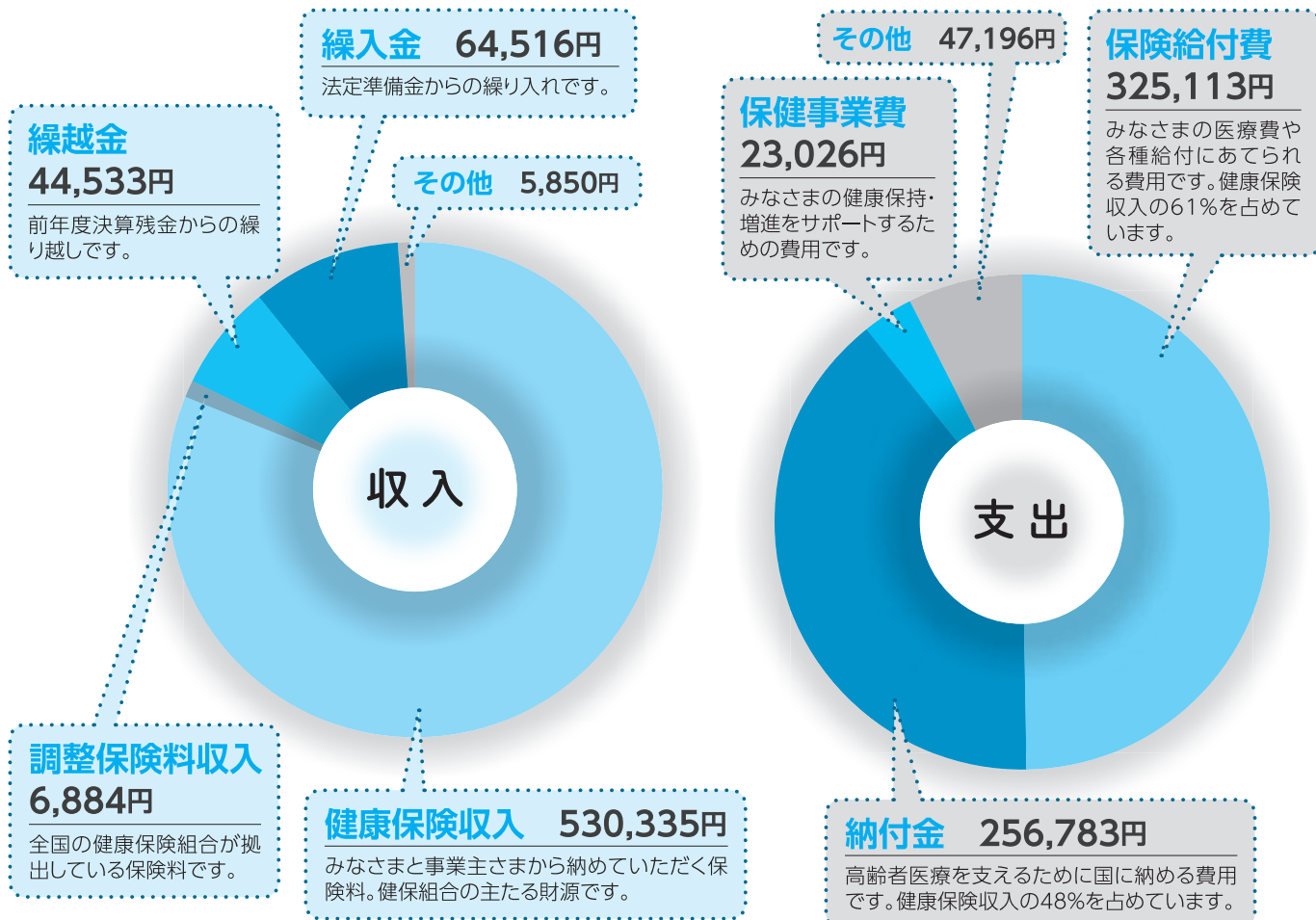
科目	予算額(千円)
健康保険収入	2,466,056
調整保険料収入	32,012
繰越金	207,080
繰入金	300,000
国庫補助金収入	866
出産育児交付金	1,055
財政調整事業交付金	19,040
雑収入	6,239
<b>合計</b>	<b>3,032,348</b>

### 支出

科目	予算額(千円)
事務費	64,103
保険給付費	1,511,776
[法定給付費]	[1,510,576]
[付加給付費]	[1,200]
納付金	1,194,039
保健事業費	107,073
財政調整事業拠出金	32,012
連合会費等	5,074
予備費	118,271
<b>合計</b>	<b>3,032,348</b>

# 予算額(一般勘定)を1人当たりで見ると…

予算額(一般勘定) 652,118円



## 介護勘定

### 基礎数値

●介護保険第2号被保険者数	3,566人	●平均標準報酬月額	419,000円
●介護保険第2号被保険者たる被保険者数	2,580人	●介護保険料率	1.8%
		事業主負担	0.9%
		被保険者負担	0.9%

### 収入

科目	予算額(千円)
介護保険収入	283,981
繰越金	52,988
雑収入	3
<b>合計</b>	<b>336,972</b>

### 支出

科目	予算額(千円)
介護納付金	278,177
介護保険料還付金	400
雑支出	10
予備費	58,385
<b>合計</b>	<b>336,972</b>

# 毎年、健診を受けましょう！

おおよそ  
被扶養者の  
2人に1人は  
受けています



被扶養者のみなさん、健診を受けていますか。「忙しいから」「具合も悪くないから」と後回しにしていますか。健診は健康状態を確認するよい機会です。ご自身のため、ご家族のためにも年に1回、健診を受けましょう。特定健診は、40歳以上の方が受ける健診で、メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病の予防を目的としています。健保組合からお知らせが届いたら、さっそく健診の予約を入れましょう。

## 健診を受けるメリット

### 病気の 早期発見ができる

生活習慣病などの病気は、予備群や発症したばかりの段階では自覚症状がほとんどありません。体調が悪くなる前に健診で病気の芽を見つけ、早めに摘むことが大切です。

### 生活習慣を 振り返ることができる

健診結果を参考に、ふだんの食生活や運動習慣、飲酒などの生活習慣を振り返り、ご自身の健康管理に役立てましょう。

### 定期的に 健康チェックができる

毎年健診を受けていると、検査数値の経年変化を見ることができ、年ごとの自分の体の変化を確認することができます。

## 「健診のご案内」が届いたら、すぐに予約しましょう

「健診のご案内」が届いたのに、予約を後回しにすると、予約を取ることをそのまま忘れて受けそびれてしまうこともあります。また、時期が遅くなると、健診機関が混み合うため、予約が取りづらくなります。

ご自身の都合のよいときに受診するためにも、早めに予約しましょう。



## 特定健診 令和6年度からの変更点

- 血中脂質検査：中性脂肪の測定値  
通常は空腹時（10時間以上の絶食が必要）に測定を行います。やむを得ず空腹時以外で測定する場合、**随時中性脂肪による血中脂質検査が可能となりました。**
- 喫煙や飲酒に係る質問項目  
より正確にリスクを把握できるように、**詳細な選択肢に修正されました。**

令和6年度

## 保健事業の概要

当健康保険組合では、被保険者および被扶養者のみなさまの健康保持増進等にお役立ていただくことを目的として令和6年度は下記の事業を実施します。

区分	項目	実施時期	事業内容
特定健康診査	特定健康診査 (特定健診)	5月～2月	40歳以上の被保険者・被扶養者を対象に実施 被保険者は事業所での定期健康診査と同時に実施 被扶養者は近隣の医療機関・健診機関や、当健康保険組合の指定会場(ホテルや公会館など)で受診できる受診券を自宅へ送付 受診後は特定健診の結果に加え、生活習慣を見直すきっかけとなる情報を提供
	情報提供	6月～3月	
特定保健指導	動機付け支援	11月～翌年5月	特定健診の結果により指導の対象となった被保険者・被扶養者に、生活習慣改善の支援を実施(自己負担なし) 被保険者は事業所または自宅へ、被扶養者は自宅へと保健師等が訪問(リモート面談や電話・メールによる支援も選択可能) (訪問等が困難な場合、保健指導の行える事業者を利用できる利用券を発行)
	積極的支援	11月～翌年5月	
保健指導宣伝	機関紙の発行	年4回(4・8・10・1月)	健保だより「Smile」を被保険者全員に配付
	高齢者電話健康相談	5月～3月	65歳以上の被保険者・被扶養者を対象に、保健師等による電話健康相談・保健指導を実施
	医療費通知	年1回(3月)	1年分(1月～12月)の医療費のお知らせを全被保険者に配付
	後発医薬品のお知らせ	年1回(12月)	後発(ジェネリック)医薬品に切り替えた場合の医薬品名や、削減可能な金額等についての情報を提供
疾病予防	定期健康診査	5月～7月	各事業所を巡回して健康診査を実施
	胃検診 大腸がん検診	5月～7月 (定期健康診査時に実施)	35歳以上の被保険者・被扶養者を対象に実施 胃:血清ペプシノーゲン検査(血液検査)、大腸:便潜血検査(採便検査)
	人間ドック	通 年	35歳以上の被保険者・被扶養者が人間ドックを利用された場合に、費用の半額(補助限度額30,000円)を補助(年度1回) 婦人科(乳がん、子宮がん)検診も同様に補助
	家族健康診査	通 年	30歳以上の被扶養者が、一般医療機関、健診機関および市区町村の実施する健康診査(がん検診を含む)を受診された場合、受診費用を補助(特定健診を除く) (年度1回)補助限度額2,500円
	インフルエンザ予防接種	10月～1月	被保険者・被扶養者がインフルエンザ予防接種を受けた場合、予防接種費用を補助(期間内に1回)補助限度額2,000円
	家庭用常備薬等の有償斡旋	6・10・2月	被保険者・被扶養者を対象に、家庭用常備薬や健康食品等を有償で斡旋 個人ごとに事業所経由で当健康保険組合まで申し込む
	生活習慣病受診勧奨	12月～3月	糖尿病・高血圧症が疑われる方へ電話による保健指導を実施
	禁煙サポート	通 年	禁煙宣言者に対して禁煙ガムを無償配付(年度1回)
		8月～10月	チャットのサポートによる禁煙支援
	デンタルケアキャンペーン	10月	被保険者・中学生以上の被扶養者を対象に、毎食後のデンタルフロス(糸ようじ)と歯磨きの併用励行宣言者に、デンタルフロスと歯ブラシ、ハミガキを無償配付
	歯科健診	8月～9月、1月～3月 (年2回)	被保険者・被扶養者を対象に、無償で歯科健診を年度内に2回実施
	感染症予防キャンペーン	11月～1月	3歳から小学6年生までの被扶養者を対象に、手洗い・うがい・歯磨きによる感染症予防対策を実施
	みんなでちょこやせ キャンペーン	10月～12月	20歳以上の被保険者・被扶養者を対象に、生活習慣の見直しと体重管理を続けることで減量をめざしてもらい、健康保持・向上を図るよう支援
	ウォーキングキャンペーン	4月～6月	被保険者および30歳以上の被扶養者を対象にウォーキングを続けることで運動不足解消をめざしてもらい、健康保持・向上を図るよう支援
体育奨励	潮干狩 プール・海の家 アイススケート・スノーパーク	4月～6月 7月～8月 11月～3月	被保険者・被扶養者の健康増進・体力づくりを目的として実施 休憩所整理券(入浜料を含む)発行 プール・海の家入場整理券発行 アイススケート利用券・スノーパーク入園引換券発行
	スポーツクラブ	通 年	法人会員料金にて利用可能 利用者一部負担あり
保養所	保養施設	通 年	被保険者・被扶養者が、保養を目的として一般旅館・ホテル等を宿泊で利用された場合に補助(一人につき2,000円)(年度1回) ただし、仕事での出張や事業所主催の慰安旅行等は補助対象外

◎各種事業内容についての詳細は、当健康保険組合までお問い合わせください。TEL.078-453-3211

# 潮干狩休憩所の開設

被保険者および被扶養者のみなさまの体育奨励の一環として、「潮干狩休憩所」を次のとおり開設しますので、ご案内します。

## 開設場所

### かもめ

兵庫県たつの市御津町新舞子海岸  
TEL.079-322-0028

## 開設期間

令和6年4月13日(土)～令和6年6月30日(日)

※休館日

4月:16日(火)～18日(木)・23日(火)～25日(木)

5月:7日(火)・8日(水)・14日(火)・21日(火)・  
28日(火)～30日(木)

6月:4日(火)・11日(火)～13日(木)・

18日(火)・25日(火)～27日(木)

## 休憩所整理券

休憩所整理券は、休憩料と入浜料がセットになっています。

ご利用の際は、本券が必要です(駐車料金は別途必要)。事業所総務へお申し込みください。

## 一部負担金

おとな(中学生以上) 650円

こども(3歳～小学生) 350円

## その他

一部負担金は利用の有無にかかわらず返金できませんのでご了承ください。



**ご家族(被扶養者)が就職や結婚  
されたときなどは健保組合に届け出が必要です!**



春は、就職や結婚など被扶養者の状況が変わることが多い季節です。

被扶養者であるご家族が就職などで他の保険で資格取得された場合は、被扶養者の資格を失うこととなりますので、「被扶養者異動届」に該当する被扶養者の「保険証」を添えて、事業主経由で5日以内に健保組合へ提出してください。

※該当する被扶養者が「高齢受給者証」「限度額適用認定証」をお持ちの場合は、それらもあわせて提出をお願いします。

## 公告

### ■任意継続被保険者に適用する標準報酬月額の上限額

標準報酬月額 380,000円

適用年月日 令和6年4月1日

※任意継続被保険者の標準報酬月額は「前年9月末の平均標準報酬月額」または「その方の退職時の標準報酬月額」のいずれか低い方の額が適用されます。

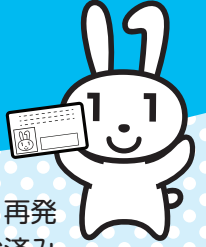
## 組合の現況(令和6年2月末現在)

事業所数		29
被保険者数	計	4,557人
	男	3,755人
	女	802人
被扶養者数		4,133人
平均標準報酬月額	平均	376,621円
	男	399,902円
	女	267,621円
前期高齢者数 (再掲)	計	304人
	被保険者	216人
	被扶養者	88人

# 健康保険証は、令和6年12月2日に廃止されます

医療機関等の  
受診は

# マイナ保険証で!!



現行の健康保険証は令和6年12月2日に廃止され、同日以降を交付日とする健康保険証の新規・再発行は行われません。マイナンバーカードを取得していない方、健康保険証利用の申込手続きがお済みでない方は、すみやかに申請・登録を行いましょ。

※マイナ保険証とは健康保険証の利用登録が完了しているマイナンバーカードを指します。

## マイナ保険証のメリット



### データに基づく適切な診断や処方が可能!

※本人が同意した場合のみ

- 特定健診や診療情報を医師と共有でき、重複検査などのリスクが減少する
- 薬剤情報を医師や薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与などのリスクが減少する
- 旅行先や災害時などでも、薬の情報等が連携される

### 各種手続きも簡単・便利に!

- 転職・転居などによる保険証の切替や更新が不要に  
※保険者が変わる場合は手続きが必要
- 手続きなしで、高額な窓口負担が不要に
- マイナポータルで、過去の健診・薬剤の処方・医療費の閲覧や医療費控除の手続きができる

## マイナ保険証の申請はカンタン

マイナンバーカードを保険証として使用するには申し込みが必要です。

### ● スマホから

#### STEP 1

「マイナポータル」をインストールし、起動する

マイナポータル



Android



iPhone

#### STEP 2

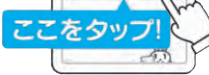
「マイナンバーカードの健康保険証利用申込」をタップする

#### STEP 3

利用規約等を確認・同意する

#### STEP 4

マイナンバーカード交付時に設定した4桁の暗証番号を入力し、マイナンバーカードを読み取る



### ● 医療機関・薬局の顔認証付カードリーダー

受診時に申込OK



### ● セブン銀行ATM

マイナンバーカードをかざし、4桁の暗証番号を入力



### マイナ保険証がないと保険診療が受けられなくなるの?



健康保険証廃止後、発行済みの健康保険証を最長令和7年12月1日まで（先に有効期間が到来する場合は有効期間まで）使用できる経過措置が設けられています。

オンライン資格確認を受けることができない方には、氏名・生年月日、被保険者等記号・番号、保険者情報等が記載された「資格確認書」を交付する予定です。「資格確認書」があれば、当分の間、これまでどおり保険診療を受けることができます。

#### （資格確認書の交付対象者）

当分の間、下記の方については本人の申請によらず健保組合などの各保険者が交付します。

- マイナンバーカードを取得していない方
- マイナンバーカードを保有しているが健康保険証利用登録を行っていない方
- マイナ保険証の利用登録解除を申請した方、マイナンバーカードの電子証明書の有効期限が切れている方、マイナンバーカードを返納した方 等

（資格確認書の有効期間） 令和11年12月1日（予定）

（資格確認書のサイズ、材質）

サイズはカード型、材質はプラスチック（予定）

### マイナンバーカードに関するお問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル

# 0120-95-0178

平日 9時30分～20時 土日祝 9時30分～17時30分（年末年始を除く）

紛失・盗難などによる一時利用停止は24時間365日受付

★マイナンバーカードの申請はこちらから

地方公共団体  
情報システム機構



★マイナンバーカードの健康保険証利用について

厚生労働省



# 兵庫わくわくウォーキングマップ



関西でも指折りの酒どころとして、また野球の聖地・阪神甲子園球場のある街として知られる西宮。酒造メーカーが立ち並ぶ酒蔵通りを歩きつつ、魅力的な観光名所の数々をめぐる。

阪神電鉄の甲子園駅からスタート。駅を出て高速道路の高架をくぐれば、すぐに阪神甲子園球場が現れる。球場を右手に見ながらさらに歩くと「甲子園歴史館」があるので、ここでアクティブに野球を学び、楽しもう。そこからまっすぐに歩き、酒蔵通りに入る。かつて酒蔵が立ち並んでいたエリアで、現在は通りの周囲にある酒造メーカーの工場の関連施設や蔵を改装した博物館などが見どころ。その中の一つ「日本盛 酒蔵通り煉瓦館」では日本酒はもちろん、酒にまつわるお土産や料理などが楽しめる。酒蔵通りを用海筋で曲がり、少し進むと「酒ミュージアム(白鹿記念酒造博物館)」に到着。ここでは昔の酒蔵や伝統的な酒造工程など、酒にちなんだ歴史を学ぼう。季節に合わせた企画展もチェックし、満喫したあとは、北上して「西宮神社」へ。えびすさまをまつる本殿にお参りしたあとは、兵庫県指定の天然記念物「えびすの森」を抱く巖かな雰囲気の境内をじっくりと散策しよう。

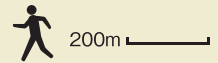
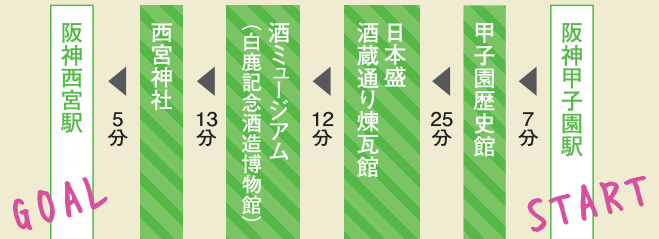
神社を出れば、ゴールの西宮駅まであと一息。最後までしっかりと腕を振って歩こう。

西宮の名所をたどる

## 甲子園～酒蔵通り周辺

約4.7km: 1時間2分(目安)

### コース



### 1 甲子園歴史館

2024年に100周年を迎える球場の歴史や高校野球、阪神タイガースの歴史を学べる。球場内を見学できるスタジアムツアーも開催。  
▶甲子園歴史館 ☎0798-49-4509



### 2 日本盛 酒蔵通り煉瓦館

お土産選びを始め、しぼりたての生原酒の利き酒や、酒に合う日本料理が楽しめる複合施設。ガラス工房では酒器などの制作体験もできる。  
▶酒蔵通り煉瓦館 ☎0798-32-2525



### 3 酒ミュージアム(白鹿記念酒造博物館)

日本にただひとつの「日本酒」と「さくら」の博物館。明治の木造蔵を利用した酒蔵館と、資料展示中心の記念館を見学できる。  
▶酒ミュージアム ☎0798-33-0008



### 4 西宮神社

福男が選ばれる「開門神事福男選び」や「十日えびす」で有名な、福の神・えびすさまをまつる神社。拝殿や豊田秀頼の寄進とされる表大門(赤門)が美しい。  
▶西宮神社 ☎0798-33-0321