

For your health KENPO

137
2022年 秋号

あなたとご家族の健康のためにご家族と一緒にご覧ください



大阪鉄商健康保険組合

令和3年度の決算につきましては、去る令和4年6月22日開催の第152回組合会において承認されましたので、お知らせします。

一般勘定

収入決算額 110億9,405万円
支出決算額 104億1,629万円
収支差引額 6億7,776万円

介護勘定

収入決算額 11億6,137万円
支出決算額 10億3,785万円
収支差引額 1億2,352万円

当健康保険組合の令和3年度収入支出決算は、新型コロナウイルスの感染拡大が続く中であっても、国内の景気が堅調に推移したことから、被保険者数の増加に加え、平均標準報酬月額や賞与額が前年度に比べて大幅に増加し、その結果、保険料収入が大幅な増となりました。

一方、支出においてはコロナ禍による受診控えが影響した昨年度と比べて医療費の大幅な増加や高齢者医療制度にかかる前期高齢者納付金の増加により、経常収支としては赤字決算となりました。

健康保険組合を取り巻く情勢は、新型コロナウイルスの感染が収束しない中、医療技術の高度化、高額薬剤の保険適用や人口の高齢化による医療費の増加、加えて75歳以上の後期高齢者が増加し始めることによる高齢者医療制度にかかる拠出金の増加を考えると、今後も厳しい状況が見込まれます。

決算概要

一般勘定（健康保険）

収支の状況

収入支出の状況は、収入総額110億9,405万円、支出総額が104億1,629万円となり、差引6億7,776万円が残金となり、財政調整事業繰越金を除き、準備金に繰り入れました。

収入

被保険者や事業主の皆様より納めていただいた保険料収入は、算出の基礎となる被保険者数の増加に加え、平均標準報酬月額及び賞与額が前年度より大幅に上回ったことから、前年度より2億9,285万円増の100億165万円となり、その他収入としては、高額医療交付金及び一部負担金等で2億9,239万円となっています。

また、準備金から8億円の繰り入れを行いました。

健康保険組合におきましては、今後とも加入者の皆様の健康維持増進・疾病予防対策に向け、効果的な健康づくり事業を積極的に進めるとともに、医療費の適正化対策を推進してまいりますので、引き続き事業の運営にご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

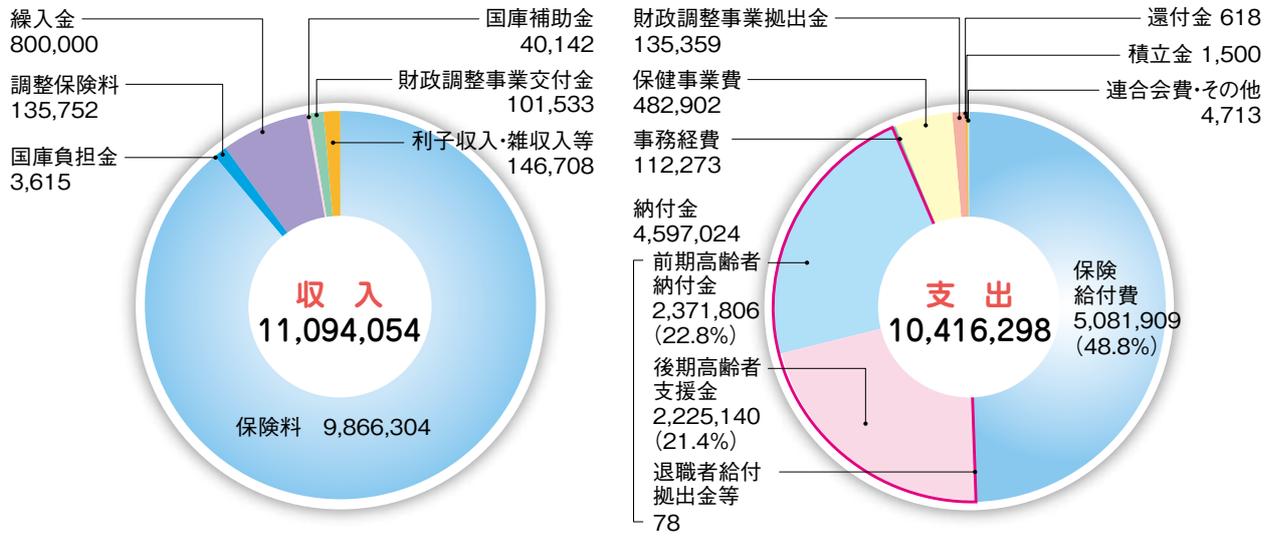
介護勘定

保険料収入は、一般勘定（健康保険）と同様に被保険者数、標準報酬月額・賞与額ともに増加したことにより、前年度と比べ3,959万円増の11億2,637万円となり、一方、支出である介護納付金が前年度に比べ1,022万円増の10億3,778万円となりました。

準備金から繰り入れた3,500万円を加えた収支においては、1億2,352万円が残金となり、全額を準備金に繰り入れました。

収入支出決算の概要

一般勘定(健康保険)の決算



(単位:千円) ※ ()は支出全体に占める割合

被保険者1人当たりでみると

(単位:円)

収入	保険料	533,170
	国庫負担金	195
	調整保険料	7,336
	繰入金	43,232
	国庫補助金	2,169
	財政調整事業交付金	5,487
	利子収入・雑収入等	7,928
合計	599,517	

支出	保険給付費	274,624
	前期高齢者納付金	128,171
	後期高齢者支援金	120,245
	退職者給付拠出金等	4
	事務経費	6,067
	保健事業費	26,096
	還付金	33
	財政調整事業拠出金	7,315
	積立金	81
	連合会費・その他	255
合計	562,891	

介護勘定の決算 (単位:千円)

収入	保険料	1,126,379
	繰入金	35,000
	合計	1,161,379
支出	介護納付金	1,037,785
	還付金等	66
	合計	1,037,851

組合現況 令和4年3月末現在

一般勘定

- 被保険者数 **18,400名**
- 被扶養者数 **16,305名**
- 平均標準報酬月額 **371,339円**
- 一般保険料率 **94.70/1,000 (労使折半)**
- (内訳) 基本保険料率 47.018/1,000
- 特定保険料率 47.682/1,000
- 調整保険料率 **1.30/1,000 (労使折半)**

介護勘定

- 介護保険第2号被保険者数 **13,470名**
- (内 健康保険の被保険者数 9,476名)
- 平均標準報酬月額 **431,477円**
- 介護保険料率 **18.00/1,000 (労使折半)**

短時間労働者の 加入要件が変わります。

特定適用事業所で働く「パートタイマー」などの短時間労働者の加入要件が、令和4年10月1日から以下のとおり改定されます。

短時間労働者の加入要件

・ 現 行

- ①1週間の所定労働時間が20時間以上である。
- ②賃金月額が88,000円以上である。
※通勤手当や残業手当などを含めず。
- ③1年以上の雇用見込である。
- ④学生ではない。
- ⑤70歳未満の被保険者が501人以上いる事業所で勤務している。



・ 改定事項

③の1年以上の雇用見込が、**2カ月以上の雇用見込**に改定されます。

⑤の事業所規模について、501人以上から **101人以上**に改定されます。

※101人以上とは、支店・営業所などの70歳未満の被保険者を合計した人数です。

(未加入の「パートタイマー」などを除く)



禁煙にチャレンジ!

🚭 禁煙治療に要した費用を補助します。

補助対象者 . . . 20歳以上の被保険者及び被扶養者
40歳以上の方は、通常の健診を受診・予定している方

🚭 禁煙サポート事業をご活用ください。

禁煙外来を希望 . . . 医師が治療の経過を見守ります。
オンライン . . . オンラインにて卒煙までカウンセラーが
卒煙プログラム サポートします。(無料)
を希望

※詳しくは、当健康保険組合のホームページをご確認ください。



ascure 卒煙

オンライン卒煙プログラム申し込み受付中

禁煙に導く3つのサポート

サポート

1 卒煙カウンセラーによる
オンライン面談

面談はオンラインなのでご自宅でも会社でも
どこでも実施可能。
ライフスタイルに合わせて無理なく続けられます。



面談可能日時 毎日9:00~20:00
(年末年始及び指定の休業日を除く)

サポート

2 医師開発の専用
アプリでサポート



サポート

3 禁煙補助薬は
ご自宅に配送



STEP 1

アプリをダウンロード

App Store または Play ストアで
「ascure 卒煙」を検索、または QR
コードからアプリをダウンロード



STEP 2

ユーザー登録

アプリの手順に従って登録。
途中で必要な「招待コード」は
当健康保険組合にお問合せください。

STEP 3

アプリで面談予約

アプリで初回面談の予約をして
いただくと、指導員より面談方法
についてのご連絡があります。



¥0 無料

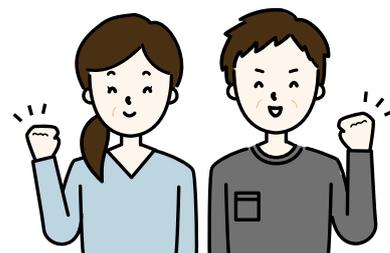
年を取ったときに元気で いられるように♡

マストなこと



病にならないための 予防

- ・食生活に気を付ける。
- ・適度な運動をする。
- ・心身の休養をとる。
- ・禁煙を頑張る。
- ・アルコールは程々にし、休肝日設ける。



病気の 早期発見

- ・年一回の健診は必須です。(補助あり)
(特定健診・生活習慣病予防健診・各種がん検診)



病気を発見したときの 早期対応

- ・健診の結果、再検査や要治療となった方は、
自覚症状がなくても必ず受診する。
- ・保健指導に該当した方は、最後まで指導を受ける。



あなたの知らないところで **病気が進行** しているかも!?

命に危険が及ぶ前に、日々の心がけ♡

健康のグッド・サイクルでみんながウィン・ウィン

事業所・健康保険組合・被保険者が一体となり“健康”に取り組むことにより

みんなで笑おう ~the power of teamwork~



健康保険組合の役割

- 医療の給付(病院での治療など)
- 健診補助事業(病気の早期発見など)
- 重症化予防事業
(健診結果に基づく再検査等の案内など)
- 保健指導事業
(メタボ該当者の個別面談指導など)
- 病気の予防事業
(禁煙補助事業、ウォーキング事業など)

事業所の役割

- 健康経営(健康宣言)の推進
被保険者(従業員) = 被扶養者
- 職場環境の改善
 - 運動習慣、食事習慣の改善
 - 禁煙の推進
 - 健康診断などの確実な受診



連携の強化

被扶養者

40歳以上の被扶養者については、国により健診受診が義務付けられている。

グッド・サイクル

健診等事業

毎年 全員の受診が目標

健康診断の受診

結果に応じ

- 個別保健指導
- 再検査の案内

早期治療
生活改善

メリット

- ① ○病気の早期発見、治療による重症化予防が図れる。
○健康の維持増進が図れる。
- ② ○健康に働き続けられる。 ○安定した生活が送れる。
- ③ ○会社の発展につながる。 ○医療費が抑制される。
- ④ ○組合の財政が安定する。 ○保険料が安くなる。
○健診事業などの充実が図れる。

歯周病って何なん？

Q 歯周病ってどんな病気なん？

A 歯周病とは、細菌の感染によって歯の周りの歯茎が炎症を起こす病気です。30歳以上の約80%が罹っているといわれており、かなり症状が進まなければ目立った自覚症状がないうえに、進行してしまうと元に戻りません。

Q 歯周病ってこわい病気なん？

A 歯周病は、軽度であれば歯茎の腫れ・出血などが主な症状ですが、進行すると痛みが加わり、最終的には歯を支える骨などが溶けて歯を失うだけでなく、歯周病を起こす原因となる細菌が何かのきっかけで血管や気管から全身に入ると、糖尿病や脳卒中など、恐ろしい病気を引き起こすこともあります。

歯周病の進行



Q 受診はどうしたらいいんやろか？

A 歯科で検査を受けることができます。定期的に受診することで歯を健康に保つことができます。40歳以上の方は歯周治療・検査の補助もありますので、詳しくは当健康保険組合のホームページをご確認ください。

「ファミリー歯科健診」がスタート

● 歯科健診を家族（ファミリー）みんなで受診できます。

指定の日程・会場での健診となります。

健診費用は無料です。

HPはこちら ▶



※詳しくは、当健康保険組合のホームページをご確認ください。

上手なお医者さんのかかり方

自分に合った「かかりつけ医」をもちましょう。

「かかりつけ医」とは、健康に関することを何でも相談できる上、最新の医療情報を熟知していて、必要なときには専門医や専門の病院を紹介してくれる身近で頼りになるお医者さんのことです。

※詳しくは厚生労働省公式ウェブサイト「[上手な医療のかかり方.jp](http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/shingi2_001.html)」▶



体の不調を感じたら、まずは「かかりつけ医」にかかりましょう。

大病院は、他のお医者さんからの紹介により、重症患者に対し、より高度かつ専門的な治療を行うところです。

調子が悪いからといって、紹介状なしで大病院で診てもらうと、通常の医療費とは別に保険外の選定療養費（5,000円程度）がかかります。



同じ病気を違うお医者さんで診てもらうとき

同じ病気を複数のお医者さんで診てもらうと、同じような検査が繰り返されたり、用量を超えた薬の服薬や飲み合わせによる副作用など、体に大きな負担をかけることにもつながりますので、「かかりつけ医」に相談してからにしましょう。

また、複数の病院にかかると、病院が変わるごとに初診料（再診料の約4倍）がかかります。



「お薬手帳」を活用しましょう。

「お薬手帳」はご自身の服薬履歴などをお医者さんや薬剤師に伝えるための大切な手段です。

お医者さんに診てもらうときや薬局で薬を処方してもらうときは、「お薬手帳」を使って自分の健康状態を伝えましょう。

※「お薬手帳」を見せて同じ薬局で薬を処方してもらうと代金が安くなることがあります。詳しくは薬局でおたずねください。



梨狩りのご案内

90分
食べ放題

- 期間** 令和4年9月3日(土)～令和4年10月2日(日)
午前9時開園(受付は午後2時30分まで)
- 開園日** **土日祝日のみ開園**
- 場所** **「龍水園」**
住所：奈良県吉野郡大淀町薬水 1168-12
TEL：0747-52-3408
- 申込方法** 所定の申込書を当健康保険組合へ提出してください。
申込期限：令和4年9月26日(月)
- 料金** 大人(中学生以上) **1,000円** (梨のお土産付)
小学生以下 **無料**
料金については、後日事業所宛に請求します。
- その他** 駐車場有
入園には「入園券」が必要です。
(当健康保険組合が発行します)



HPはこちら



※詳しくは、当健康保険組合のホームページをご確認ください。▶▶▶

ジムしかないスポーツクラブより、
すべてが「ととのう」
ルネサンスへ!

筋トレで、
かっこよく!

Booom!

ヨガ・ダンスを
思いっきり!

空き時間で、
テレワーク!

始めよう!
秋から
スポーツ習慣。

自分へのご褒美!
スパ・サウナ

プールで
すっきり爽快!

家でも
オンラインで!

YEAR

期間限定 9/3(土)▶10/30(日)

月額固定 使いたい放題プラン

月々 **9,570円** (税込)
Monthlyコーポレート会員

おすすめ!

・月会費 **2ヵ月分**

・レンタル用品 **最大2ヵ月分**
通常3,740円/月(税込)
タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

0円

※事務手数料がかかります。

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,980円** (税込)
1Dayコーポレート会員

レンタル用品
通常1,760円/月(税込)
タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

入会当日 **0円**

まずは見てから!
ラクラク見学予約はコチラ!



お手続きに
必要なものなど
詳細もご案内
しています。

※特典は新規でコーポレート会員にご入会いただいた方(退会後7ヵ月以上経過している方も含む)のみ適用。また、8ヵ月以上、月額固定プランでご継続の方に限ります。(1dayコーポレート会員は対象外)
※レンタル用品のお取り扱いがない店舗もございます。
※キャッシュレス運営をしている店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。

こ～んなに便利！マイナンバーカード

NEW!

※お住まいの地域・ご利用の機関によってサービス内容は異なりますので、事前のご確認をお願いします。

**公金受取口座の登録で
給付金等の受取が
カンタン!**

NEW!

**最大20,000円分の
マイナポイントが
もらえる!**

マイナンバーカードの新規取得等で最大5,000円分
健康保険証としての利用申込みで7,500円分
公金受取口座の登録で7,500円分

詳しくは **マイナポイント** で検索!

行政手続きも
オンラインで

住民票の写しなども
コンビニで
カンタン取得

**確定申告でも
医療費通知情報を
カンタン連携**

**健康保険証
として使える!**

**新型コロナワクチン
接種証明書の
電子交付にも利用!**

**薬剤情報や
特定健診情報等が
マイナポータルで
確認できる!**

本人確認書類
として使える

詳しくは **マイナンバーカード** で検索!

デジタル庁作成 (R4.5)



マイナンバーカードの健康保険証利用の

申込みはセブン銀行ATMで!



- お持ちのスマートフォンがマイナポータルAPアプリ(申込みに必要な専用アプリ)に対応していない方
- スマートフォンをお持ちでない方、スマートフォンの操作に自信がない方

→ **セブン銀行ATMでの申込みは簡単でオススメ!**

ATMでの申込みに必要なもの



マイナンバーカード



利用者証明用
パスワード
(4桁)

※ATMの操作に
健康保険証は
不要です。

対応している医療機関・薬局

このステッカー・ポスターが
貼ってある医療機関・薬局で
使えるようになります



保険証の代わりにマイナンバーカードで
マイナ受付

※利用できる医療機関・薬局等については、厚生労働省のホームページで公開しています。

ATMでの健康保険証利用の申込みについて
くわしくはこちら



健康保険証利用の
申込みのお問合せ



マイナンバー
フリーダイヤル

0120-95-0178

音声ガイダンスに従って「4→2」の順にお進みください。

受付時間(年末年始を除く) 平日: 9時30分～20時00分
土日祝: 9時30分～17時30分

デジタル庁
Digital Agency

総務省
Ministry of Internal Affairs and Communications

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

セブン銀行

2021年9月1日現在

K-POINT

ポイントを貯めてクオカードをGETしよう!

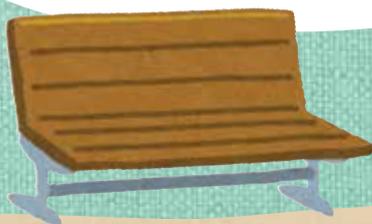
K-POINTとは…

皆様の健康づくりを応援する健康プログラムサイト(無料)です。

Walking

どんどん歩いて
「健康」と「ポイント」を
GETしよう!

※歩いた歩数を「K-POINT」の「マイページ」で入力。
1,000歩→1ポイントGET!



ポイント
対象者

ウォーキング ▶ 当健保の被保険者および
30歳以上の被扶養者

イベント ▶ 20歳以上の禁煙達成者

ポイントを
ためる

ウォーキング ▶ 1,000歩で1ポイント 1日最大10ポイント

イベント ▶ 「禁煙サポート事業」にて禁煙に成功すると 1,000ポイント

賞品を
もらう

1,000ポイント貯まるごとに健保から「クオカード」をプレゼント!

※「クオカード」は会社を通じてお渡しします。

まだ登録されていない方はまずは登録

※ネット環境のない方は、ペーパー等による対応が
可能ですのでお申し付けください。

大阪鉄商健康保険組合

検索



当健康保険組合の「なんでも相談窓口」をご利用下さい。メールまたは電話で受付しています。