

あなたに役立つ情報が満載！

けんぽ

No.182 令和5年 夏・秋号



- * 「脱メタボチャレンジ」のご案内
- * ウォーキングマイレージ
- * 令和4年度決算のお知らせ

KMバイオロジクス(株)

チャーチルくん(茶色)
ぷーちんくん(白)

「仲良くすまし顔」
尻尾の角度も揃ってます



Meiji Seikaファルマ(株)

こはくくん

「お散歩大好き！」
お外が大好きで、いつもなかなか家に帰りたがりません



(株)明治
四つ葉くん

「お留守番」
ご苦労さまです

明治グループ健康保険組合
<http://www.meijigroup-kenpo.or.jp/>



「脱メタボチャレンジ」参加方法



明治グループ健保組合のLINEサイト **明治グループ健保 de 健康工房** に登録

LINEのリッチメニューから申し込み

「脱メタボチャレンジ」を選択。「コース詳細」を確認し、希望する1コースを選択

<p>Aコース</p> <p>マイナス2・2チャレンジ</p> <p>指導機関：(株)インサイト</p>	<p>Bコース</p> <p>オンライン指導プログラム</p> <p>指導機関：(株)リンケージ</p>	<p>Cコース</p> <p>アプリでボディメイク</p> <p>指導者：明治グループ健保組合 保健師</p>
---	---	--

指導機関申し込みサイトへ
初回面談日をサイトで予約

申し込みフォームにて必要事項を入力、
メール・電話にて初回面談調整

初回面談…脱メタボチャレンジの開始

3ヵ月チャレンジ後、各コースにて終了報告

<p>Aコース</p> <p>マイナス2・2チャレンジ</p> <p>専用サイトへ報告</p>	<p>Bコース</p> <p>オンライン指導プログラム</p> <p>メール報告</p>	<p>Cコース</p> <p>アプリでボディメイク</p> <p>最終面談</p>
--	---	--



「体重-2kgかつ、腹囲-2cm」を達成すると…

KENPOS健康ポイント 10,000pt もらえる!

さらに、2024年度の健診結果で体重5%減できたら…

KENPOS健康ポイント 5,000pt もらえる!

健保スペシャル企画!

「脱メタボチャレンジ」に参加してみませんか



これまで明治グループ健保組合では、健診結果をもとに、ある一定の基準を超えた方を対象として、保健指導を行ってまいりましたが、今年度は、「脱メタボチャレンジ」と名称を変え、参加者の興味をより引き出し、楽しみながら継続できる取り組みへと、内容をアップグレードさせました。

詳細は下記をご覧ください。期間は3ヵ月間、参加費用は無料ですので、対象のみなさんの積極的な参加をお待ちしております!

「脱メタボチャレンジ」をおすすめする理由

- 1 選べる3コース。いずれも費用は無料**

参加者が「面白そう」「これなら始められそう」など、興味をもったコースを1つ選べます。
- 2 自分の都合に合わせてチャレンジできる**

Zoomやアプリ、対面など、参加者がチャレンジしやすいタイミングや環境で取り組みます。
- 3 正しい情報に基づいたプログラム**

インターネット上にあふれるダイエットや健康づくりの情報は、誤ったものも見受けられますが、「脱メタボチャレンジ」で提供する全3コース(いずれも3ヵ月間)は、保健師・管理栄養士等の専門家による保健指導です。そのため、個人に合ったダイエットアドバイスが受けられます。



さらに、ポイントまでもらえる!

- 各コースにて2023年度健診時の体重・腹囲から「体重-2kgかつ、腹囲-2cm」を達成すると、KENPOS健康ポイントが付与されます
- 2024年度の健診の体重の項目において、2023年度より体重5%減を達成すると、追加のKENPOS健康ポイントが付与されます

対象者

・被保険者(35~64歳) [定期健康診断(人間ドック等含む)の結果により、保健指導のレベルが「積極的支援」または「動機付け支援」と判定された方。]
 ・被扶養者(40~64歳)

費用

無料(ただし、Zoomやアプリの通信費用は参加者負担となります)。





Bコース

オンライン指導プログラム

指導機関：(株)リンケージ

専用サイトで記録づけと情報収集ができ、支援メールの有無が選べる

プログラムの特徴は？

- 面談専用サイトにて ICT 面談・積極的支援（ゴールドレベル） 該当者は遺伝子検査で肥満タイプを分析し、結果に合った保健指導が受けられます。
- 生活習慣支援サイト「ウエルサポート」が1年間利用可能。自身の体重や食事の記録ができて、自己管理に役立ちます。
- 期間中、5回の指導員によるアドバイスメールが届きます



チャレンジの流れ

（「遺伝子検査有り」の場合）

- 1 事前問診と面談（初回のみ）**
スマホ（個人）の専用アプリにて事前に問診に回答し、面談を予約します。オンラインで保健師または管理栄養士と面談を行います。
- 2 チャレンジスタート**
ウエルサポートを利用しながら減量に取り組み、アプリで体重の記録づけを行います。メールによる継続的なサポート（5回）も受けられます。
- 3 最終評価**
3ヵ月後、メールで成果を報告して終了です。

「遺伝子タイプ検査」で肥満タイプを分析



※動機付け支援の方は、受けられません。

Bコースを選択した方にはさらにこんな特典も!



女性参加者には、女性ヘルスケアサービス情報サイトが利用できます



Aコース

マイナス2・2チャレンジ

指導機関：(株)インサイト

マイナス2kg マイナス2cmでヘルシーチェンジ!

プログラムの特徴は？

- 専用サイトで情報を入手して、自己管理による減量チャレンジ
- 生活習慣改善に取り組んで、「できた」ことをスマホで記録
- 取り組みへのサポートとして、3ヵ月間、プログラムから毎週メールが送信される



チャレンジの流れ

- 1 Web遠隔面談**
保健師または管理栄養士とのWeb面談で生活習慣改善目標を決めます。パソコン（会社・個人）、スマホ（個人）を利用して、Zoomでの面談です。
- 2 マイナス2・2チャレンジスタート**
マイナス2・2チャレンジ専用サイトにて、面談で決めた目標の取り組み状況や、体重・腹囲を専用Webアプリで記録します。専用サイトからは健康情報も入手できます。
- 3 マイナス2・2達成への評価**
面談から3ヵ月後に、専用サイトにて体重・腹囲を記録して終了です。マイナス2kg・マイナス2cmの達成状況を評価します。

Aコースを選択した方にはさらにこんな特典も!



マイナス2kg・マイナス2cmを達成できた場合はQUOカードPayもプレゼント。



野菜は、ビタミンやミネラル、食物繊維などの栄養が豊富で、健康の維持・生活習慣病の予防には欠かせません。今回は、一皿でさまざまな種類の野菜をとれるレシピをご紹介します。彩り豊かな野菜を使った“デリ風”ごはんをおうちで作ってみましょう。



シーフードボールのすだち和風サラダ

1人分 196kcal / 食塩相当量 1.7g

CHECK!

作り方の動画は
コチラ



<http://douga.hfc.jp/imfine/ryouri/22autumn02.html>

材料〈2人分〉

- シーフードミックス -----200g
- 小麦粉 ----- 大さじ 1
- サラダ油 ----- 大さじ 1/2
- かぼちゃ (1cm 幅) -----1/8個
- すだちのしぼり汁 ----- 大さじ 1
- しょうゆ ----- 小さじ 2
- 水菜 (4cm 幅) ----- 1/2袋 (100g)
- 紫キャベツ (千切り) ----- 10g
- すだち (輪切り) ----- 1個

作り方

- 1 解凍したシーフードミックスと小麦粉をフードプロセッサー(またはハンドブレンダー)にかけ、形が少し残る程度の粗いすり身にする。
- 2 フライパンにサラダ油を入れ中火にかけ、かぼちゃと団子状にした 1 を焼く。
- 3 すだちのしぼり汁としょうゆを合わせておく。
- 4 器に水菜、紫キャベツを盛りつけ、その上に 2 とすだちを盛りつける。
- 5 仕上げに 3 を回しかける。

✓ 栄養メモ

一皿の中に、酸味・甘味・うまみなどさまざまな味があると、食べたときの満足感がアップします。また、**えびやいか**に含まれる「**タウリン**」は、疲労回復のほか高血圧予防にも効果的といわれています。



レシピ開発
今村 結衣 (管理栄養士)
撮影・スタイリング
Tokyo Trend Kitchen



Cコース

アプリでボディーメイク

指導者：明治グループ健保組合 保健師

明治グループ健保組合の保健師が、参加者のチャレンジを応援します！

プログラムの特徴は？

- アプリによる食事分析で、食事改善のポイントがわかり、体重や血糖値、血圧を下げられます
- 指導キャリアを積んだ保健師による生活習慣分析で個人に合った目標設定ができます
- 明治グループ健保組合への来所にて、医療機器による内臓脂肪の測定ができます



チャレンジの流れ

- 1 **初回面談**
事前の問診票で参加者の生活習慣を分析します。Webexによるパソコン面談、または、明治グループ健保組合での対面面談を行い、保健師と生活改善点を話し合います。
- 2 **チャレンジスタート**
KENPOS内の「あすけんアプリ」で食事内容を記録。それに基づいて、次の食事についてアドバイスがもらえます。
- 3 **2週間後に保健師よりフォロー**
メールまたは電話でフォローを行います。
- 4 **ラスト2週間前に保健師よりフォロー**
メールまたは電話でフォローを行います。
- 5 **3ヵ月後に最終面談**
Webexによるパソコン面談、または、明治グループ健保組合での対面面談を行い、保健師と取り組みの成果を確認して終了です。



明治グループ健保組合
高橋保健師より一言

保健師として相談歴30年間、多くのメタボの方の面談を担当してきましたが、サポートさせていただいた方の50%は、翌年の健診結果で「メタボ脱出」に成功しています。みなさんの生活状況にあった生活目標を決め、二人三脚するつもりで支援させていただきます。私と一緒に頑張ってみませんか？

● **ストレス解消にもおすすめ!** ●

契約スポーツクラブで お得にエクササイズしませんか?

明治グループ健保組合では、全国展開する大手スポーツクラブ3社と契約を結んでいます。みなさんは法人会員として、通常の料金より安く利用できます。仕事帰りに会社の近くで、休日はお住まいの近くなどで、どうぞご利用ください。



利用できるスポーツクラブと対象者

	セントラルスポーツ	被保険者・中学生以上の被扶養者
	コナミスポーツクラブ	被保険者・16歳以上の被扶養者
	スポーツクラブ ルネサンス	被保険者・15歳以上の被扶養者

各スポーツクラブの特徴

利用方法やお近くの施設を知りたい場合は、各スポーツクラブのホームページでご確認ください。期間限定のお得なプロモーションを実施していることもありますので、各スポーツクラブのホームページのチェックを！
※ここでご紹介しているプログラム等は、店舗によっては利用できない場合もあります。

- **セントラルスポーツ** 初心者向けのプログラムが充実しており、インストラクターがサポート。年齢や目的に合わせたマンツーマンで行うサポートプログラムもあります(有料)。マシンジムのほか、テニスコート、ゴルフレンジ等も備えています(一部、対象外施設あり)。スタジオプログラムも充実のラインナップです。
- **コナミスポーツクラブ** 施設数がもっとも多く、自宅近くだけでなく、外出先などでも気軽にご利用いただけます。マシンジムのほか、ヨガやゴルフなどのスタジオ、サウナなどの温浴設備が充実した施設が多いのも特徴です。
- **スポーツクラブ ルネサンス** 24時間利用可能な店舗があり、生活スタイルに合わせてご利用可能です。オンラインでも指導を受けることができ、アプリを使ったさまざまなサポートもあります。多様なプログラムが提供されているので、モチベーションアップにつながります。

通勤で、お散歩で、ポイントもらえる!



ウォーキング マイレージ

強化月間 キャンペーン

令和5年
10月31日まで



今年も
チャレンジを!

毎日8,000歩 めざせ2ヵ月で48万歩♪
ウォーキング目標を達成するとKENPOS健康ポイントがもらえます!

- 実施期間 9月1日(金)～10月31日(火)
- 対象者 被保険者(本人)
- 達成条件 KENPOSに毎日の歩数を記録し、50日以上入力、かつ、2ヵ月で合計48万歩以上
※歩数入力締切: 11月6日(厳守)
- 達成賞 健康ポイント300pt

Wチャンス!



ウォーキング目標を達成して抽選会に参加しよう!

- 抽選期間 12月7日(木)11時～12月11日(月)17時
- 賞品 健康ポイント3,000pt×200名

(参考)年間実施の明治グループ健保組合独自ポイント

ウォーキング歩数記録 1日10,000歩以上	30pt
ウォーキング歩数記録 1日8,000歩～9,999歩	20pt
ウォーキング歩数記録 1日6,000歩～7,999歩	10pt
クイズボーナス	チケット

ウォーキング・マイレージの参加は「KENPOS」から (<https://www.kenpos.jp/>)

ログインし、毎日の歩数を入力します。

KENPOSアプリを利用すると、スマートフォンの歩数集計機能と自動連携が可能です。

● KENPOSへの歩数自動連携について ●

アプリの起動をお忘れなく、歩数を確認できるとモチベーションアップ!

- WebサイトKENPOSへ初回登録します。
- KENPOSアプリをダウンロードし、プライバシーポリシーを確認し同意します。
- ①で登録したKENPOSのログインIDとパスワードを入力し、KENPOSアプリにログインします。
- KENPOSアプリの初回設定を行います。
- 歩数・体重データの取得設定を行います。iOSヘルスケア/Google Fit/Fitbitとの連携が可能です。各アプリがスマホにインストールされていることを確認します。
- 定期的にKENPOSアプリを起動することで、起動時に数値が連携されます。

Webサイト
KENPOS



iPhone用アプリ



Android用アプリ



調査中の照会について

提出いただいた書類の内容を確認後、必要な場合は事業所担当者経由で照会の「通知」を送付します。照会内容の回答および追加書類の提出をお願いします。

調査の結果について

調査の結果、被扶養者の認定基準を満たしていない方には、事業所担当者経由で「結果通知書」(削除)を送付します。被扶養者の削除手続きをしてください。
※扶養資格基準を満たしている方へのご連絡は省略させていただきます。

被扶養者の削除について



- 1 今まで被扶養者に認定されていた家族が、就職、離婚、死亡、収入超過等で被扶養者の認定基準を満たさなくなった場合は、被扶養者から削除する手続きが必要です。
- 2 今回の調査で被扶養者としての条件を満たしていないことが判明した場合は、その事実が発生した日にさかのぼり、被扶養者資格が喪失となります。
- 3 被扶養者資格を喪失した後に発生した医療費、その他の給付金等については、被保険者に請求しますので明治グループ健保組合へ返還してください。

被扶養者認定について

被保険者に扶養されている家族は、「被扶養者」として健康保険に入ることができますが、家族であればだれでも被扶養者になれるわけではありません。一定の条件を満たしている必要があります。

Q 収入の基準となる「年間」とは、いつからいつまでですか？

A 暦上の1年間(1~12月)ではなく、扶養申請日以降の1年間をいいます。
「年間」については「いつからいつまで」を指すのかは法令や通達で明確にされていません。
明治グループ健保組合では「扶養申請日以降1年間」を「年間」とし、その間の収入見込額を確認します。
※動き始めた(収入が増えた)時点より、被扶養者から外れます。
※就職しても、健康保険に加入できない場合(試用期間など)も就職(入社)した時点から被扶養者から外れます。
※収入には非課税の交通費も含まれます。

例) 3月支払から収入が増え、月額収入限度額を超えたため、被扶養者資格を2月から失った (単位:円)

給与の支払月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
就労期間	12/1~12/31	1/1~1/31	2/1~2/28	3/1~3/31	4/1~4/30	5/1~5/31	6/1~6/30	7/1~7/31	8/1~8/31	9/1~9/30	10/1~10/31	11/1~11/30	
総支給額(非課税交通費等含む)	7万	6万	12万	11万	13万	9万	13万	14万	8万	14万	12万	9万	128万

削除日の決定 給与の支払が、月末締め、翌月25日払のため、2月より収入が増える働き方をしている。よって、2月より被扶養者資格削除となった。

Q 収入限度額とは？

A 表1のとおりです。年間収入限度額、月額収入限度額を共に超過していないことが必要です。

	年間収入限度額	月額収入限度額
60歳未満	130万円未満	108,334円未満(130万円未満/12ヵ月)
60歳以上 障害年金受給者	180万円未満	150,000円未満(180万円未満/12ヵ月)

Q 「所得証明書」の金額が130万円未満※であれば、被扶養者になれるか？

A 所得証明に記載された金額は、その年の1月1日~12月31日までに支払われた課税対象の金額になります。提出された所得証明書の収入金額は目安です。非課税収入も含めた金額で被扶養者資格の判定をしています。「所得証明書」の金額が130万円未満ということだけで被扶養者になれる、ということはありません。「親族の範囲」と「収入」と「生計維持関係」について一定の条件を満たしていることが必要です。
※60歳以上または障害年金受給者の場合は、130万円未満と180万円未満と読み替えてください。

「被扶養者確認調査」にご協力をお願いします

健保組合は、医療費の適正化や公平な保険給付の実施を目的とした「被扶養者の資格の再確認」が義務づけられています。本年度も、被扶養者資格の確認調査を実施しています。7月中旬に配付しました「被扶養者確認調査書」に、必要書類を添付のうえ、提出期限までに、事業所の健保事務担当者へご提出をお願いいたします。

確認調査等の書類が提出されないと、被扶養者資格の適否の判断ができません。よって明治グループ健保組合で定める最終提出期限までに書類の提出がなく、検認ができなかった場合は、令和4年1月1日または扶養認定日にさかのぼり、被扶養者資格を失うことになります。

明治グループ健保組合の事業運営の適正化のために必要な調査ですので、みなさんのご理解とご協力をお願いいたします。



最初にお読みください

令和5年7月

明治グループ健保組合

「健康保険 被扶養者確認調査」実施のご案内

明治グループ健保組合(以下、当組合と云う)では厚生労働省の指示(注1)に基づき、被扶養者資格認定および登録状況の確認(検認)調査を実施します。これは、既に被扶養者として認定されている方が引き続き資格があるかの確認をするものです。当組合の健全運営のために必要な調査ですので、みなさまのご協力をお願いいたします。
なお、当組合で確認を行った結果、被扶養者として認められない場合は、被扶養者資格を失った日までに、削除手続きを行い、医療費等を返還していただくこととなりますので予めご了承ください。
また、被扶養者資格を失った日以降の健康保険料の支払い、給付金(医療費)の受取り等については、本来加入すべき健康保険の窓口(国保・協会健保・組合健保等)へご相談ください。

記

調査対象者 被扶養者全員
※対象者抽出日:令和5年6月30日
ただし、令和6年3月31日迄に75歳(後期高齢者)になる方は対象外

実施期間 令和5年7月~
【提出期日】各事業所の定められた日
(各事業所の健保事務担当者へご確認ください)

提出書類 ●健康保険被扶養者確認調査書(以下、「確認調査書」)(全員)
●確認書類(全員)
●送金状況報告書(該当者のみ)
●給与支払証明書(該当者のみ)
●新型コロナウイルスワクチン接種業務に従事した際の収入にかかる申立書(該当者のみ)

提出先 事業所指定の提出先
(各事業所の健保事務担当者へご確認ください)

その他 「確認調査書」・「確認書類」の提出が無いと、被扶養者資格の適否の判断ができません。よって当組合で定める最終提出日までに書類の提出がなく、検認ができなかった場合は令和4年1月1日または扶養認定日に遡り、被扶養者資格を失います。(保険者決定)後日、別途、被扶養者の削除手続きを行っていただきます。

注1 ●健康保険法施行規則第50条
(保険者は、毎年一定の期日定め、被扶養者の確認(検認)を行うこととする)
●厚生労働省保険局長通知保保1029004号
(被扶養者の確認については、保険給付適正化の観点から毎年実施すること)
●厚生労働省保険局長通知保保第1029005号
(被扶養者の確認または更新に関しては、被扶養者の認定の適否を再確認すること)
●個人情報保護法および当組合の個人情報保護に関する基本方針に基づき実施しています。

【お問合せ先】各事業所の健保事務担当者にお問合せください

明治グループ健保組合

▲配付したご案内

被扶養者確認調査とは？

健康保険では、被保険者だけでなく、被保険者に扶養されている家族にも保険給付を行います。この家族のことを被扶養者といいますが、被扶養者分の健康保険料は、徴収されません。被扶養者分の保険給付金は、被保険者全員でまかなうしくみとなっていることから、被保険者からのみ健康保険料が徴収されています。そのため、被保険者が納める健康保険料が適正に使われるよう、被扶養者の資格再確認が重要です。

被扶養者として認定されるためには、「親族の範囲」と「収入」と「生計維持関係」について一定の条件を満たしていることを公的な書類で証明する必要があります。

被扶養者確認調査では、この一定の条件を引き続き満たしているかどうかを、書類をご提出いただくことで確認します。



ホームページで「医療費照会」ができます

明治グループ健保組合のホームページにおいて、「医療費照会等 KOSMO Communication Web」にご登録いただくと、医療費情報（医療費通知明細）が閲覧できるようになっています。確定申告での医療費照会を行う場合は「KOSMO Communication Web」をご利用ください。また、医療費等が確定したときは、登録いただいたメールアドレスにお知らせをお送りしています。

KOSMO Communication Webへのログインについて

● ユーザーID、もしくはパスワードを忘れた場合

ログイン画面の「IDを忘れた方はこちら」もしくは「パスワードを忘れた方はこちら」をクリックして、手順にしたがってお手続きください。

● ユーザーID・パスワードを両方とも忘れた場合

「KOSMO Web ID・パスワード再発行申請書」を事業所担当者経由で提出してください（任意継続被保険者は、直接、明治グループ健保組合に提出）。

仮ID・仮パスワードを再発行しますが、時間を要しますので、ご了承ください。

利用方法



A：医療費情報を紙で出力して確定申告に使用する場合
 通知情報照会 → 医療費照会 → 2023年度で検索 → 印刷用画面表示から印刷

B：医療費情報をe-Tax（電子申告）で確定申告に使用する場合
 医療費控除用通知 → 医療費控除用通知（e-Tax向け）ダウンロード画面からダウンロード

※ダウンロードは、国税庁が提供するe-Taxへアップロードする場合に使用する機能です。e-Taxへアップロードしない場合は、**A**の方法で印刷してご利用ください。



医療費情報提供の時期

医療費情報は、医療機関等での診療月の約3ヵ月後から閲覧可能となります。医療機関等の窓口で実際に支払った領収書の金額と間違っていないかをご確認ください。

医療費情報の確定前に確定申告（詳しくは右ページ参照）をする場合は、ご自身で医療費控除の明細書に追記してください（医療機関受診時に発行される医療費領収書をご利用ください）。

● 10月診療分のデータ提供日	1月中旬
● 11月診療分のデータ提供日	2月8日頃
● 12月診療分のデータ提供日	3月8日頃

節税に役立つ 医療費控除を「活用」ください

医療費控除とは、前年1月から12月の1年間に、ご家族の分も含めた医療費等が一定額を超えたとき、税務署に確定申告をすることで納めた所得税の一部が還付される制度です。

支払った医療費等の金額が10万円（または総所得金額等の5%）を超える場合、上限200万円まで課税所得額から控除され、税金が精算されます。

● 医療費控除の対象になるもの

- 医療機関に支払った診療費
- 医療器具の購入またはレンタル費用
- 入院時食事療養や生活療養に係る本人負担額
- 通院のための公共交通費やタクシー代
- 妊娠から産後までの健診・診察、出産費用
- 治療のためのはり・きゅう、マッサージ、整骨院代
- 歯科の保険外費用の一部
- 介護保険制度に基づく一定の施設および居宅サービスの自己負担額 など

● 医療費控除の計算式

$$\text{医療費の総額} - \text{健保組合や保険会社から支給される金額}^{\ast 1} - 10\text{万円}^{\ast 2} = \text{医療費控除 (最高200万円)}$$

※1 健保組合の高額療養費・家族療養費・出産育児一時金など、生命保険の入院給付金など、自治体からの乳幼児等の医療費助成金など

※2 総所得金額等の5%のほうが少ない場合はその金額

● 申告に必要な書類や申告方法などの詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。

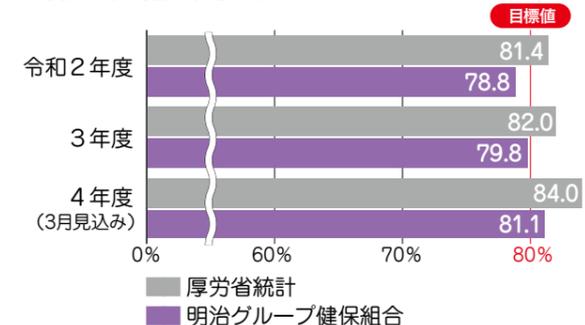


ジェネリック医薬品の利用が進んでいます

明治グループ健保組合における令和4年度のジェネリック医薬品の使用率は、国の目標値である80%に達する見込みです（グラフ参照）。

増え続ける医療費や健康保険料の上昇を抑えるためにも、引き続きジェネリック医薬品のご利用をお願いします。

■ 調剤医療費（電算処理分）の動向（厚生労働省保険局調査課）との後発品使用割合推移比較



令和4年度決算が確定しました

高齢者医療拠出金の一時的な減少で黒字に しかし今後は負担増の見通し



明治グループ健保組合の令和4年度決算が、7月28日開催の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。

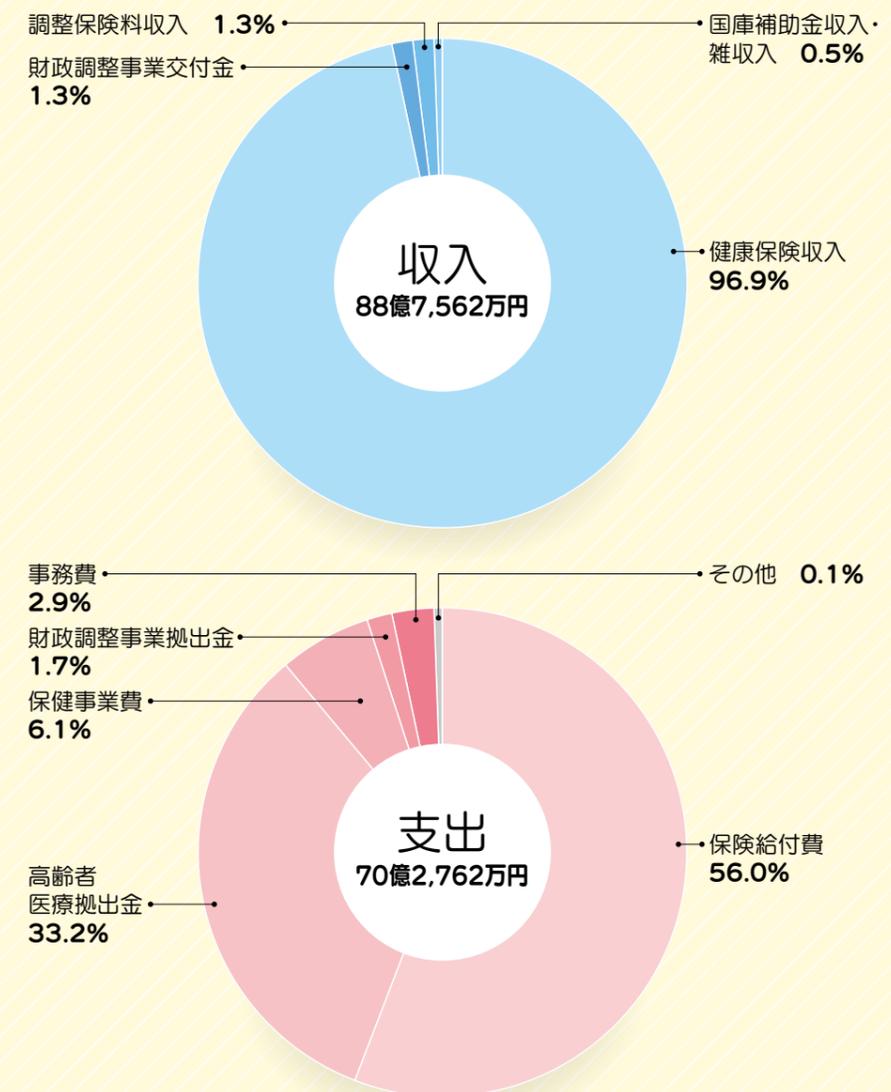
一般勘定

現役世代の医療費が増加、医療費節減にご協力を

収入の大部分を占める健康保険収入は前年度比1・4%減の86億343万円となりました。

支出は、医療費が主を占める保険給付費が同比3・2%増の39億3,596万円でした。高齢者医療制度の支援にあてられる国への拠出金は同比34・4%減の23億3,616万円となりました。これは、令和2年度のコロナ禍にもなう受診控えの影響により、おもに前期高齢者納付金がマイナスとなったためです。このほか、「健康経営」に貢献するべく、み

一般勘定 収支の割合



一般勘定

収入

科目	決算額(千円)	被保険者1人当たりの金額(円)
健康保険収入	8,603,428	627,026
調整保険料収入	117,373	8,554
国庫補助金収入	3,647	266
財政調整事業交付金	111,429	8,121
雑収入	39,745	2,897
合計	8,875,622	646,864
経常収入合計	8,642,917	629,904

支出

科目	決算額(千円)	被保険者1人当たりの金額(円)
保険給付費	3,935,959	286,857
高齢者医療拠出金	2,336,158	170,261
保健事業費	430,631	31,385
財政調整事業拠出金	116,774	8,511
事務費	201,363	14,676
その他	6,730	490
合計	7,027,615	512,180
経常支出合計	6,910,178	503,621

収支差引額	1,848,007千円
経常収支差引額	1,732,739千円



介護勘定

収入

科目	決算額(千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たりの金額(円)
介護保険収入	1,205,139	136,932
繰越金・雑収入	2,001	227
合計	1,207,140	137,159

支出

科目	決算額(千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たりの金額(円)
介護納付金	1,079,418	122,647
介護保険料還付金	530	60
合計	1,079,948	122,707

※端数処理の関係で、合計が合わない箇所があります。

介護勘定

国へ約11億円を納付、残金は介護準備金として積立

介護保険収入は12億514万円、これに前年度からの繰越金を加えた収入総額は12億714万円でした。

一方、支出の大部分を占める国への介護納付金は10億7,942万円、支出総額は10億7,995万円となり、収支差引額1億2,719万円となりました。残金は、介護準備金として積み立てを行います。

ご確認ください！ 今年度より、健診案内冊子の送付は中止しました

毎年3月にご自宅へ送付しておりました「健診案内冊子」は発行しておりません。「KENPOS」よりWebにて申し込みができます。受診締切は10月31日(申込は10月16日)までです。**未受診の方はお早めに申し込みをお願いします！**



来年度より、広報誌「けんぼ」は冊子配付を終了します

ペーパーレス化に伴い、年2回発行していましたが「けんぼ」は次号より冊子を廃止します。来年度からは、明治グループ健保組合ホームページから閲読をお願いします。また、健保LINE「健康エール」のリッチメニューからも簡単にアクセスできるようになりました。配信時期は3月・8月頃を予定しています。

オンライン禁煙プログラムにチャレンジしませんか

2ヵ月間、オンライン上で医師との面談4回と、服薬治療を受けます。終了後10ヵ月間、フォローメールがあります。通院しなくても、お持ちのスマートフォンやパソコンで禁煙にチャレンジできます。明治グループ健保組合が費用の補助を行いますので、どうぞご活用ください。

対象者 被保険者・被扶養者(先着50名)

申し込み締切 令和6年2月29日

参加費用 11,000円(総費用58,850円)

申し込み/お問い合わせ先

(株)リンケージ ☎0120-33-8916

sd@linkage-inc.co.jp

申し込みはこちら



インフルエンザ予防接種の費用補助を行います！

新型コロナウイルス感染が一段落した中、免疫力が低下しているため、インフルエンザ罹患者が増えています。今年度は対象期間を例年10月から9月へ変更しています。

対象期間 9月から12月末日まで

補助金額 1人1回まで1,000円を上限

※2024年3月末時点で13歳以下は2回まで。

申請期間 10月から1月12日まで

申請方法 Webサイト「KENPOS」内の「SMARTDESK」から申し込み画面にアクセスします。



▲「KENPOS」内の申請ページボタン

①WEB申請：PC、スマートフォン等からWEBの申請ページに必要事項を記入し、領収証の写真を申請ページにアップロード。領収証の写真が撮れない方は、申請ページを印刷して領収証原本を貼付し、(株)イーウェルに提出。

※KENPOSへの登録が必要です。登録はURL (<https://www.kenpos.jp/>) または二次元コードから。→



②紙面申請：WEB環境が無い方は、紙面申請書に必要事項を記入し、領収証原本を貼付し、(株)イーウェルに提出。

※詳細については、事業所からのご案内をご確認ください。



電話健康相談のご案内



健康に関すること、心の悩み、なんでもご相談ください！

ファミリー健康相談

子どもの病気、高齢者の健康や介護、病気の悩みや不安、受診に関する疑問、健康管理のコツなど
受付時間：24時間・年中無休

メンタルヘルスカウンセリング

職場の人間関係や仕事のストレス、介護のストレス、家庭でのストレスなど
受付時間は当健保組合ホームページをご覧ください

ベストドクターズ®・サービス

最適な医療やセカンドオピニオン取得のために、専門医の相互評価が高い評価を得た優秀な専門医をご案内
受付時間：月～土曜日 10～21時

専用ダイヤル

0120-542-882

無料

★相談者のプライバシーは厳守しております

個人が特定される情報(相談内容、部署、名前)が会社や明治グループ健保組合に報告されることは一切ありません。

※携帯電話からも利用できます。

発信者番号は「通知設定」でおかけください。ご利用者の状況または相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合があります。

* Best Doctors®およびベストドクターズはBest Doctors, Inc. の商標です。