

スポーツクラブの契約を一部変更しました

令和6年3月末をもちまして、「セントラルスポーツ」「コナミスポーツクラブ」の法人会員契約を終了いたします。長年にわたりご利用いただき、ありがとうございました。継続して利用される方は、各スポーツクラブに個人利用の手続きについてのご確認および手続きをお願いいたします。

「スポーツクラブ ルネサンス」については、法人会員契約を継続しておりますので、ぜひご活用ください（下記参照）。

明治グループ健康保険組合では、みなさんの「運動の日常習慣化」や「生活習慣改善」の強化に取り組んでまいります！

いつでも誰でも取り組むことができるKENPOSウォーキング、WEBGYM、あすけんなどをあわせてご活用ください。

「行かないや」じゃなくて「行きたくなる。だから続く！成果が出る！」

トレーナーから直接教えてもらえる！

安心して一歩を踏み出してくれたため、満足度（返金）保証制度を設けています。

目的の数だけ、プログラムがある！

新たに始める方を応援！

満足度保証制度

週1でも効果出した！

今日はサウナだけ使いたい！

スッキリ爽快！ストレス解消！

楽しく続けられる秘訣はコレ！

法人会員の皆様なら、お得にご利用いただけます！

一般会員 ~~16,500~~ 円/月(税込)
(全国マスター会員)

ライフスタイルに合わせて、2つのプランからお選びいただけます！

いつでも通って月額固定で使い放題！ 都度払いから自分のペースで通えます！

<p>Monthly</p> <p>コーポレート会員</p> <p>月払い</p> <p>10,450 円/月 (税込)</p>	<p>1 Day</p> <p>コーポレート会員</p> <p>都度払い</p> <p>1,980 円/回 (税込)</p>
--	--

いつでも通って月額固定で使い放題！ 都度払いから自分のペースで通えます！

※上記の金額は「スポーツクラブルネサンス」でご利用いただける金額です。
※レンタル用品のお取り扱いがない店舗や、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。

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。

被扶養者の削除手続きを忘れずに！

就職したお子さんの削除手続きを忘れていませんか？

被扶養者が就職、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、被扶養者から外す手続きが必要です。事業所の健保事務担当者へご連絡のうえ、速やかに削除手続きを行ってください。

被扶養者の認定基準から外れた方の削除手続きを行っ

ていない場合は、毎年実施している被扶養者確認調査の対象になってしまいます。調査対象者となった後に削除手続きを行ったとしても、確認書類の提出が必要となりますのでご注意ください。

明治グループ健保のLINEに、ぜひご登録ください



明治グループ健保
de **健康**



健保のLINEって何？

- 各種健診の予約、インフルエンザ予防接種の補助金申請などができる
- 料理レシピ、エクササイズ動画など、健康づくりに役立つ情報を提供 など



電話健康相談・ウェブ相談のご案内

明治グループ健康保険組合では、からだや心の悩み・不安などを相談できる電話健康相談を提供しています。利用方法など詳細はこちらをご覧ください。心

の相談については、こちらのウェブサイトでも相談できます。気軽にご利用いただき、健康づくりにお役立てください。



今号から「けんぽ」はWeb版になりました

よろしくね！



- P2 ● 令和6年度予算のお知らせ
- P4 ● 令和6年度保健事業のご案内
- P6 ● KENPOSアプリをご利用ください
- P7 ● 上手な医療のかかりかた
- P8 ● 健診のご案内

- P9 ● 令和6年度からのデータヘルス計画等
- P10 ● マイナ保険証
- P11 ● 被扶養者の手続きのご案内と認定について
- P14 ● 年収の壁について
- P16 ● スポーツクラブ契約等各種ご案内

収入は前年度並みの一方、 高齢者医療費の支出負担増で、 赤字を見込む予算編成

明治グループ健保組合の令和6年度予算が、先日行われました組合会において可決・承認されましたので、その内容をお知らせします。

一般勘定

- 主な財源となる健康保険収入は、前年度予算比0.1%増の92億9,982万円を見込んでいます。
- 主な支出である保険給付費（医療費給付等）は、前年度予算より0.4%減の51億6,554万円を見込んでいます。
- 国への前期高齢者納付金は前年度予算より約1.8億円増となります。これは、ベースとなる明治グループ健保組合における前期高齢者（65歳～74歳）医療費の上昇によります。この結果、高齢者医療制度への拠出金（納付金・支援金）は、前年度予算比3.9%増の47億963万円を計上しています。

- 保健事業費には、支出の7.2%にあたる8億3,470万円を充てます。財政状況が厳しい状況を踏まえ、前年度予算より約53百万円減額しますが、脱メタボ対策を始めとした重点施策にはさらなる保健事業の強化・拡充を図り、みなさんの健康を支援します。
- 以上の結果、補助金等を除く実質的な収支は、経常収入93億3,346万円、経常支出109億8,409万円、経常収支16億5,063万円の赤字を見込んでいます。このため、別途積立金の取崩しを行い、繰入金として20億円を計上します。

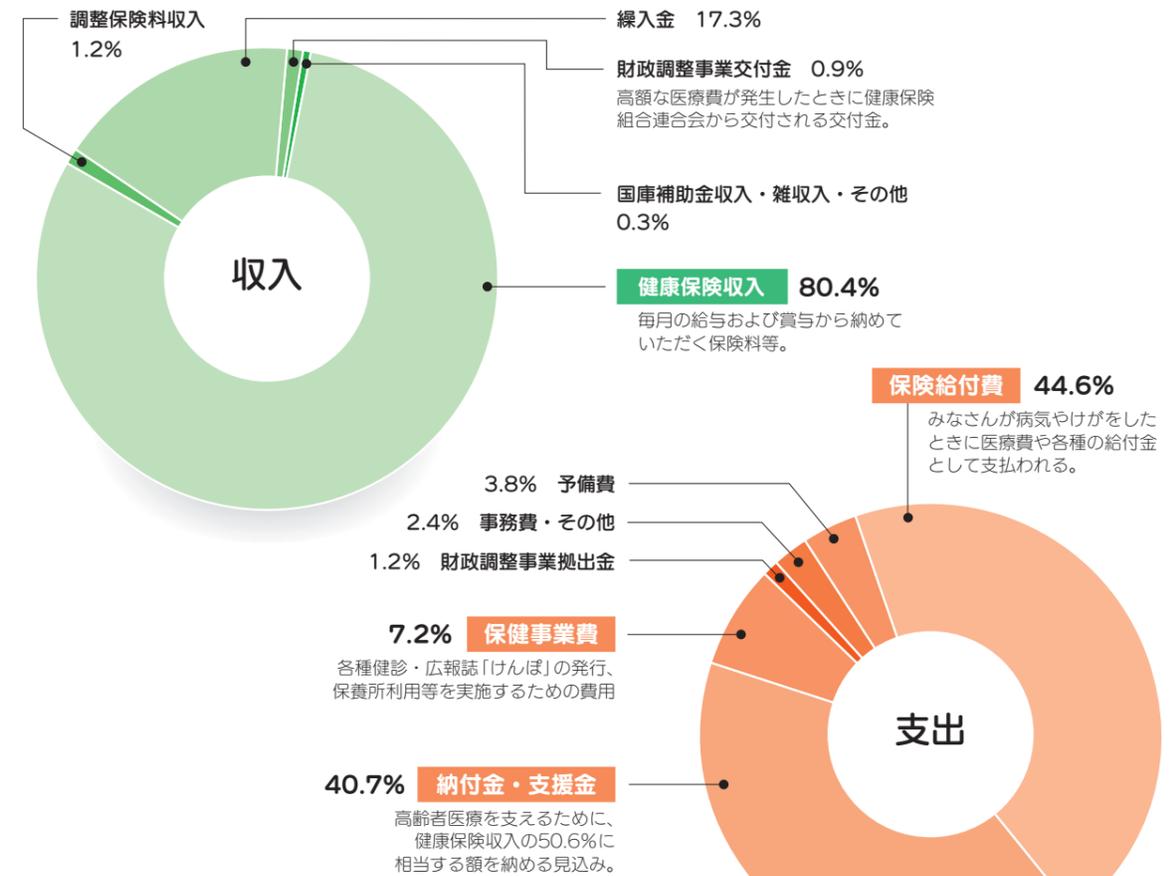
● 収入

科目	予算額(千円)	被保険者1人当たりの金額(円)
健康保険収入	9,299,821	610,184
調整保険料収入	136,172	8,935
繰入金	2,000,001	131,225
国庫補助金収入	2,603	171
財政調整事業交付金	100,000	6,561
雑収入・その他	31,948	2,096
合計	11,570,545	759,172
経常収入合計	9,333,463	612,392

● 支出

科目	予算額(千円)	被保険者1人当たりの金額(円)
保険給付費	5,165,542	338,924
納付金・支援金	4,709,633	309,011
保健事業費	834,703	54,767
財政調整事業拠出金	136,172	8,935
事務費	263,820	17,310
その他	15,895	1,043
予備費	444,780	29,183
合計	11,570,545	759,172
経常支出合計	10,984,093	720,694

一般勘定 収支の割合



介護勘定

- 介護保険料は、国から健康保険組合に示される介護納付金によって決定されています。
- 令和6年度は、介護納付金が前年度より約1.1億円増額となるが見込まれますが、介護保険収入にて賄える範囲となりますので、料率を据え置くこととします。なお、今後も介護報酬の引き上げ等により、介護納付金が増加することが想定されますので、財政的には厳しい状況が続くことになり変わりありません。

● 収入

科目	予算額(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	1,303,549	129,861
繰入金・雑収入	50,003	4,981
合計	1,353,552	134,843

● 支出

科目	予算額(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	1,152,391	114,803
介護保険料還付金・積立金	2,001	199
予備費	199,160	19,841
合計	1,353,552	134,843

※端数処理の関係で、合計が合わない箇所があります。



令和6年度

保健事業の年間カレンダー

年間スケジュールをご紹介しますので、健康づくりにお役立てください。
詳しくは、明治グループ健保組合ホームページをご覧ください。

事業内容	対象者	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	備考	
情報発信	変更 広報誌「けんぼ」Web版					●							●	今年度より、自宅配送を廃止しますので、ホームページ上でご覧ください。明治グループ健保組合独自の記事を中心に、役立つ情報をお届けします。	
	ホームページ	←→												新着情報のチェックができ、手続き方法の確認や申請書の印刷もできます。	
	LINEによる情報提供	←→												重要なお知らせ、タイムリーな健康情報などを毎月発信します。LINE登録をお願いします(最終ページ参照)。	
医療費情報	医療費照会・ジェネリック医薬品	←→												最新の情報をKOSMO Webより閲覧できます。	
	ジェネリック医薬品促進通知	←→												医療費抑制のための通知をご自宅に送付します。	
各種健康診断	人間ドック	←→												疾病予防のための健診が受診できます。 詳細は8ページをご覧ください。 10月は予備期間となります。 9月末までに受診してください。 	
	女子検診(乳がん・子宮頸がん)	←→													
	主婦健診	←→													
	家族健診	←→													
	生活習慣病健診	←→													
	定期健康診断(特定健康診査含む)	←→													事業所で実施します。生活習慣病・がん検査項目費用を明治グループ健保組合で負担します。
	ネットワーク歯科健診・歯周病検査	←→													毎年実施しています。
疾病予防	重症化予防対策	←→												ハイリスク者に対しアンケート形式での受診確認および勧奨を行います。	
	メタボ保健指導(特定保健指導)・健康相談	←→												外部委託による指導・相談を行います。	
	健康相談	←→												メタボ対象者以外の保健指導を行います。	
	インフルエンザワクチン補助金	←→												明治グループ健保組合として1人1回1,000円を限度に補助金を支給します(13歳以下の子どもは2回まで)。	
	禁煙サポートプログラム	←→												オンラインでサポートが受けられます。	
	ウォーキングマイレージ	←→												生活習慣病予防の一環として通年で実施します。1日8,000歩を目標に歩いてみませんか。	
	あすけん (食を中心としたオンライン健康管理サービスアプリ)	←→												KENPOSサイトから無料で閲覧できます。	
体育奨励	スポーツ奨励助成費	←→												事前申請を行い、参加被保険者1人当たり1,000円の補助金を支給します。	
	健康啓発セミナー	←→												外部業者を活用したセミナー費用や事業所の独自企画を対象に補助金を支給します。オンライン開催も可。	
各種電話健康相談	ファミリー健康相談 メンタルヘルスカウンセリング ベストドクターズ・サービス	←→												こころの悩み、育児の悩み、病気の心配など、あらゆることに専門スタッフがお答えします。	
スポーツクラブ	変更 ルネサンス	←→												法人会員価格で利用できます。	
	WEBGYM (東急スポーツオアシス・スポーツ動画アプリ)	←→												KENPOSサイトから無料で利用できます。	
保養所	ラフォーレ倶楽部	←→												会員制の直営・提携施設が利用できます。	
	東急ハーヴェストクラブ	←→												会員制のホテルが利用できます。	
	健保連共同利用保養所	←→												健康保険組合連合会に所属する健保組合の全国の保養所が共同で利用できます。 	

※事業名称は広報誌作成時点(3月1日)のものであり、名称が変わる場合があります。

健康ポイントが リニューアルします

令和6年度



みなさんにご利用いただいているKENPOSは、
令和6年度はポイントがUPし、内容も変更され、より取り組みやすくなります。

KENPOS
とは?

健診の申込や健診結果の閲覧（過去5年間分）ができるほか、ウォーキングマイレージへの参加、体重や食事など各種健康づくりの記録づけ、健康づくりに役立つアプリとの連携（エクササイズ動画「WEBGYM」）（食事記録「あすけん」）など、みなさんの健康を応援・サポートするサイト。利用にあたっては右記より登録してください。



●健康ポイント・KENPOSチケット付与対象者

- ・被保険者
- ・被扶養者（KENPOSチケットのみ付与）

●健康ポイント・KENPOSチケット一覧

たまった健康ポイントは、商品に交換できます。

① = ポイント チケット 10枚で抽選ゲームに参加できます

項目	内容	ポイント数・チケット
ログインすると もらえる	KENPOSへの初回登録	100 ① 初回のみ
	KENPOSログイン	チケット
	KENPOSアプリ	チケット
参加すると もらえる	ウォーキング歩数記録 1日10,000歩以上	30 ① /1日
	ウォーキング歩数記録 1日8,000～9,999歩	20 ① /1日
	ウォーキング歩数記録 1日6,000～7,999歩	10 ① /1日
	クイズ	チケット
記録をつけると もらえる	変更 体重入力	100 ① /月20日以上 ↑ up
	新規 行動入力	50 ① /月20日以上
	変更 食事記録入力	50 ① /月20日以上 ↑ up
	変更 運動記録入力	50 ① /月20日以上 ↑ up
	毎日の記録	チケット
アプリと連携で もらえる	毎日の食事記録（「あすけん」※アプリ）	チケット
	毎日の運動記録（「WEBGYM」※アプリ）	チケット
健診を受けると もらえる	婦人科検診受診（女子検診またはオプション受診）	100 ① /年1回
	胃がん検診受診	50 ① /年1回
	変更 歯科受診	100 ① /年1回 ↑ up
健診結果で もらえる	非喫煙と回答した場合	100 ① /年1回
	体重の維持・管理（BMI値18.5～25未満の場合）	1,000 ① /年1回

ジェネリック医薬品の積極的な活用を



ジェネリック医薬品は、特許期間が切れた先発医薬品と同じ有効成分が同じ量含まれている医薬品です。厚生労働省の認可を得て製造販売されているため、効き目や安全性は先発医薬品と変わりませんが、価格は先発医薬品の2～8割ほど割安となります。これは、薬の研究・開発費がかからないため、慢性的な疾患で長期にわたり薬を服用している人や複数の薬を服用している人はジェネリック医薬品に替えることで薬代を大幅に節約できます。

ジェネリック医薬品の使用について医師や薬剤師に相談し、切り替えが可能であれば、ぜひ利用しましょう。

新薬とジェネリック医薬品の値段（3割負担の場合）



日本ジェネリック医薬品・バイオシミラー学会資料より（令和5年4月）
※上記は薬代だけの参考値です。実際に窓口で支払う金額は薬代に調剤技術料や薬学管理料などが加算されます。

あると便利! かかりつけ薬局 /

複数の医療機関を受診した場合でも、処方せんは毎回同じ薬局へ持っていく、薬を出してもらうようにしましょう。かかりつけ薬局を持つことで、同じような薬が重複していないか、飲み合わせの悪い薬が出されていないかなどを薬剤師がチェックできるため、適切なアドバイスをもらえます。また、同じ薬局で3カ月以内に再

び処方を受けるとき、お薬手帳を持っていると服薬管理指導料が安くなるというメリットもあります。

ジェネリック医薬品についても、かかりつけ薬局であれば薬の履歴を把握しているため、安心して相談できます。

ジェネリック医薬品の継続的な使用にご協力ください

明治グループ健保組合ホームページの「KOSMO Communication Web」に利用登録をいただくと、直近で薬剤（後発品がある薬剤）が処方された月からさかのぼって、1年3カ月分のご自身の処方実績が確認でき、切り替え可能なジェネリック医薬品が表示されます。

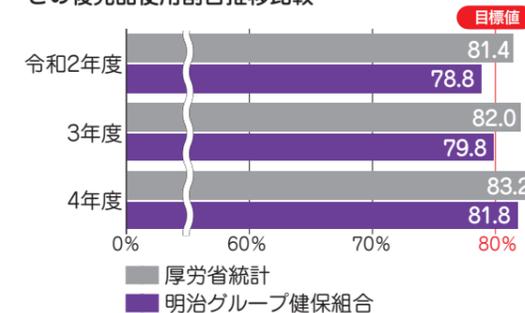
明治グループ健保組合におけるジェネリック医薬品の使用率は、これまでの国の目標値である80%を超えました。ジェネリック医薬品のさらなるご利用をお願いします。

★健康管理に役立つお薬手帳・アプリもご活用ください。

詳細はこちら →



●調剤医療費の動向（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6年度

各種健診のご案内

健診は早めに受けよう!



KENPOSで今すぐ
申し込めるよ!
3月1日より受付中

健診事業委託先：(株)イーウェル (KENPOS)

健診実施期間 ▶ 令和6年4月1日～10月31日

※実施期間中に1人1コースまで。
※できるだけ9月末までに受診してください。
※この期間以外では、明治グループ健保組合からの補助はありません。

予約期間 ▶ 令和6年10月15日まで

健診機関 ▶ (株)イーウェル指定の健診機関 ※今年度75歳になる方は、75歳の誕生日前日までに受診してください。

健診名称	人間ドック	主婦健診	家族健診	生活習慣病健診	女子検診 (乳がん・子宮頸がん検査)
コース名称	イーウェル 人間ドックAコース	イーウェル一般健診A1コース			単独婦人科検診
対象区分	被保険者・被扶養配偶者 任意継続被保険者 任意継続被扶養配偶者	女性のみ 被扶養配偶者 任意継続被扶養配偶者	被扶養者 任意継続被扶養者 (主婦健診対象者以外)	任意継続被保険者	女性被保険者
受診対象年齢 (令和7年3月末)	35歳以上	年齢制限なし	35歳以上	年齢制限なし	年齢制限なし
自己負担金	7,000円	35歳以上：無料 34歳以下：3,000円	無料	無料	無料
	・自己負担金は税込みの健診費用を対象とし、規程の補助上限を上回った場合、差額は自己負担となります (健診機関や受診項目により、上表の自己負担金より高くなる場合があります)。 ・健診機関ごとの詳細は、KENPOS「健診申し込み」ページでご確認ください。 ・令和5年度より健診費用の事後精算はなくなりましたので、ご注意ください。				

このほか「単独胃部検診(X線または内視鏡)」を実施します。事業所や自治体等で定期健診(胃部検査を含まない)を受け、胃部検査のみを単独で受ける場合に利用できます。35歳以上の被保険者・被扶養者が対象です。他のコース・女子検診等との併用はできません。各コース内、または、オプションの胃部検査をご利用ください。

健診申し込みは KENPOS で

被扶養者・任意継続被保険者向けの健診案内冊子は、
明治グループ健保組合ホームページ内の「KENPOS」に掲載済みです。

★健診案内冊子の送付は行っておりません。

KENPOSへの登録・ログインはこちらから <https://www.kenpos.jp/>

★初回登録の際は保険証をご用意ください。



KENPOSならこんなに便利!

- ・健診申し込みがカンタン、受診予約日の14日前までの入力でもOK。
- ・受診券の印刷が不要、受診券に記載の予約番号を健診機関窓口で伝えるだけ。
- ・窓口負担額もわかりやすい。

KENPOSアプリからも申し込みができます



第3期データヘルス計画が始まります

データヘルス計画とは、健診結果や医療費データを活用した効果的な予防・健康づくりのための計画です。
健康寿命延伸を目指す国全体の新たな試みとして2015年度からスタートし、
2024年度から第3期がスタートします。



なぜ、データを 活用することが必要なの?

個人の生活習慣や職場の健康状況を
データから把握することで、加入者や
職場の特性を踏まえた健康づくり対
策が設計できるようになります。



データヘルス計画のねらいは?

- 働き盛り世代の健康課題を
解決するための事業計画です。
- 加入者の健康を基盤として
持続可能な健康保険制度を構築します。
- データヘルス計画の標準化によって
保健事業の質を向上させます。

第4期特定健診・特定保健指導が見直されます

メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防に特化した特定健診と、対象者が受ける保健指導についての国の指針(「令和6年度標準的な健診保健指導プログラム」=第4期特定健診・特定保健指導)の一部が2024年度から変わります。みなさんに関係する変更点は下記のとおりです。

■ 適正な指導のために質問票が細分化

喫煙に関して、「以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない」の選択肢を追加することで、「過去に喫煙していた」禁煙者の指導を適正に行えることとなりました。

飲酒に関しても飲酒頻度と飲酒量についての選択肢が細分化され、飲酒頻度は「やめた」「飲まない(飲めない)」で禁酒者を区別できるようになりました。

■ 広がるICT型特定保健指導

特定保健指導におけるスマートフォンやタブレットなどのICT (Information and Communication Technology) 機器の活用について、対面と同等の評価とする旨が明記されました。

■ 随時中性脂肪の基準値が追加

中性脂肪は食事の影響が大きいことから、基準値に随時採血を行った場合の「随時中性脂肪 ≥ 175 mg/dl」が追加されました。

■ 特定保健指導の評価の見直し

特定保健指導の報告に対する評価に「成果」が導入されました。目標を達成できなければ「×」ではなく、例えば「腹囲2cm、体重2kg減」の目標に達していない場合でも、生活習慣改善の過程で「腹囲1cm、体重1kg減」であれば一定の成果として評価されます。



令和7(2025)年4月1日より、
現在の明治グループ健保組合の保険証は使えなくなります!

マイナンバーカードを保険証としてお使いください!

健康保険法の改正により、健康保険証が廃止されます。

- ・令和6年12月2日より健康保険証の新規発行(加入時・扶養認定時・再交付・事項訂正等のすべて)は停止いたします。
- ・令和7年4月1日より、現在の明治グループ健保組合の健康保険証は使えなくなります(当組合で発行する健康保険証の有効期限が、令和7年3月31日のため)。
- ・マイナンバーカードをまだ作っていない方や、健康保険証としての登録がまだの方は、手続きをお進めくださいますようお願いいたします。

マイナ保険証の
手続きは済んで
いますか?



マイナンバーカードはお持ちですか?

YES

NO

マイナポータルサイトで
マイナンバーカードの
健康保険証登録をしましたか?

YES

マイナンバーカードの保険証
登録方法ははこちら



- ※マイナポータルアプリで登録。
- ※セブンイレブンATMでも登録可能です。
- ※医療機関の顔認証端末からも登録可能です。

マイナンバーカードの
保険証利用登録が済んだ

YES

医療機関で、マイナンバーカードを
保険証として使えます

マイナンバーカードの保険証の使い方



ご自身とご家族のマイナンバーカードをご手配ください
申請方法ははこちら



- 伊達市役所が作成した映像について使用許可を得ています。
- ※お手元にカードが届くまでに1~2ヵ月かかる場合があります。お早めに申請願います。

マイナンバーカードが手元に届いた

YES

マイナンバーカードの利用メリット

医療費関係

- ①入院などのとき、高額医療の限度を超える支払いが免除(限度額適用認定証が不要。ただし、住民税非課税世帯は除く)
- ②医療機関で過去の診療情報、薬剤情報が確認でき、より良い医療を受けられる
- ③過去の特定健診結果等をスマホなどで閲覧できる
- ④医療費通知情報をスマホなどで得られ、確定申告に使える
- ⑤初診料・再診料が安くなる

行政関係

- ①公的な本人確認証明として使える
- ②住民票、所得証明書などがコンビニで発行できる
- ③オンラインで各種サービスを受けられる
 - ・行政手続き：転居届、認可保育園入所申請、児童手当申請など
 - ・行政からのお知らせを受け取れる：予防接種、健診、防災など
 - ・税金、年金などの確認ができる

メリット編



医療関係

行政関係

令和6年2月末時点での予定です。日程は変更になる場合があります。

被扶養者の条件と

手続きに関する Q & A

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。被扶養者認定されるには、収入限度額や被保険者との続柄関係、生計維持関係など一定の条件を満たしており、健保組合に届出を行う必要があります。

ここでは特に被扶養者の収入限度額について説明いたします。

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。

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必要があります。

<表1>

	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	180万円未満	150,000円未満
障害年金受給者		(180万円未満/12ヵ月)

※収入金額には非課税交通費等も含まれます。

※被扶養者申請をする方は、扶養申請時に直近3ヵ月間の収入金額(丸1ヵ月分の就労が反映されたもの)が月額収入限度額を超過していないことが必要です。

Q 収入限度額を超過しなければ被扶養者資格を認められるのですか?

A 被扶養者資格は「収入金額」のみで判断するものではありません。収入額をもとに、「独立生計が可能な金額か」、「被保険者との生計維持関係があるか」等も確認のうえ、総合的に判定します。

Q 被扶養者認定された後に、収入限度額を超過してしまいました。被扶養者資格はどうなりますか?

A 被扶養者として認定されていても、収入が月額限度額を超過した場合は、扶養から外れます。表2のとおり、「収入限度額を超過した時点」から被扶養者資格を失います。

<表2> 例 3月支払から収入が増え、月額限度額を超えたため、被扶養者資格を2月から失った

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~ 2/29	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)	7万円	6万円	12万円	11万円	13万円	9万円	13万円	14万円	8万円	14万円	12万円	9万円	128万円

2/1削除⇒

<削除日の決定> 給与の支払が、月末締め、翌月25日払いのため、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。

「被扶養者認定」の考え方

1 被扶養者とは

健康保険の被扶養者とは、主として被保険者の収入で生計を維持し、健保組合の認定を受けた家族のことをいいます。保険証が発行され、医療費の支払いなどの保険給付を受けることができます。

被扶養者になることができるのは、日本国内に住所を有する方で※1、被保険者からみて3親等内の親族です(図1)。親族によっては、被保険者と同居でなくてもよい人と、被保険者と同居(同一世帯)であることが条件の人がいます。

被扶養者となるためには、収入が基準額であり、継続してその生活費の半分以上を被保険者が負担していることが必要です。健康保険法上と税法上では、被扶養者になれる基準がまったく異なるためご注意ください。審査にあたっては、被保険者に扶養できる能力があるか、継続的な生活費の援助の状況のほか、被扶養者となる人(申請対象者)の収入状況などから総合的に判断します。

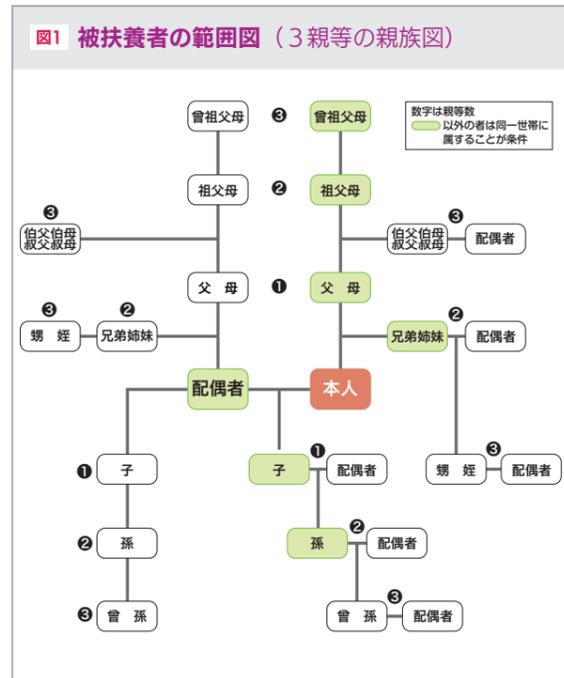
※1 国内に生活の基礎があることが必要です。また、外国籍の人は、国内に住所があっても「医療滞在ビザ」(その人の生活の世話を目的の人も)や、観光・保養などが目的の「ロングステイビザ」では被扶養者になれません。

1. 被扶養者となる人(申請対象者)は健康保険法(第3条第7項)に定める被扶養者の範囲であること。
2. 被扶養者となる人(申請対象者)に被保険者以外の主たる生計維持扶養義務者が他にいないこと。(主たる生計維持扶養義務者とは、被扶養者となる人の「配偶者」、被扶養者となる人が母の場合は「父」、兄弟姉妹・祖父母の場合は「両親」など。)
3. 主たる生計維持扶養義務者には扶養能力がなく、被保険者がその家族を扶養せざるを得ない理由があること。
4. 被保険者は被扶養者となる人(申請対象者)を経済的に主として扶養している事実があること。(=その家族の生活費の半分以上を主として負担していること。)
5. 被保険者には継続的に被扶養者となる人(申請対象者)を養う経済的能力があること。

6. 被扶養者となる人(申請対象者)の年収は被保険者の年収の1/2未満であること。
7. 被扶養者となる人(申請対象者)の収入は**月額108,334円未満**(60歳以上である場合または概ね厚生年金保険法による障害年金の受給要件に該当する程度の障害者である場合は**月額150,000円未満**)であること※2。
8. 被扶養者となる人(申請対象者)の1年を通じて※3の収入については130万円/年(60歳以上である場合または概ね厚生年金保険法による障害年金の受給要件に該当する程度の障害者である場合は180万円/年)未満であること。
9. 夫婦がともに働いていて子供を扶養する場合、将来継続的にみて収入が多いほうの扶養とする(夫と妻で前年の年収を比較する)。

※2 雇用保険の失業給付を受給中の場合は、基本手当日額が3,612円(60歳以上である場合は5,000円)未満であること。

※3 「1年を通じて」とは、法令や通達でいつからいつまでを1年間と定めるのが明確にされていません。明治グループ健保組合での年間収入のとらえ方は、認定を受けようとする直近の収入により年間収入を推計します。



2 申請対象者の収入の範囲

1. 給与収入(通勤交通費等の非課税収入及び賞与を含む)※4
 2. 退職金
 3. 雇用保険の給付金
 4. 各種年金収入(厚生年金・国民年金・公務員等の共済年金・農業者年金・船員年金・石炭鉱業年金・議員年金・労働者災害補償年金・企業年金・各種の恩給・自社年金・非課税扱いの遺族年金・障害年金・私的年金等)※4
 5. 事業収入(農業・漁業・商業・工業等自家営業に基づく所得。また保険の外交等自由業に基づく所得)※5
 6. 不動産収入(土地・家屋・駐車場等の賃貸収入)※5
 7. 利子収入(預貯金・有価証券利子等)※5
 8. 投資収入(株式配当金等)※5
 9. 雑収入(原稿料・印税・講演料等)
 10. 健康保険の傷病手当金・出産手当金 ※6
 11. 被保険者以外の者からの仕送り(生計費・養育費等)
 12. その他生活費に充当できる収入(譲渡収入等)
- ※4 健康保険法上の収入には、非課税分(遺族年金や交通費等)が含まれます。「所得証明書」や「源泉徴収票」に記載されている金額には、非課税分の収入が含まれていないため、非課税分を加算した金額となります。
- ※5 販売業・美容院等の独立の家業または内職の程度を超える事業を行っている場合は、自営業者のため生計維持関係がないものとみなし被扶養者にはなりません。
- ※6 傷病手当金・出産手当金については、金額に関係なく扶養申請時に受給終了していることが必要です。

3 16歳以上の就労年齢に達している家族の生計維持の考え方

16歳以上の方は就労可能な年齢で、被保険者の経済的支援がなくても自立して生活できる場合が多くあります。このため、被扶養者になるためには被保険者が生活費の半分以上を援助していることを書類の提出により証明することが特に必要です。

4 仕送り(送金)の考え方

被扶養者となる人が別居している場合は、認定条件として被保険者からの継続的な仕送りでその家族の生活費を主として負担している事実を証明しなければなりません。そのため仕送り証明などの書類を準備していただくことが必要になります。

5 業務上の別居

被保険者が転勤、出向等業務上の都合で本来同一の世帯に属すべき家族と一時的に別居するときは、同一の世帯に属し、主として被保険者により生計を維持する場合に準じて取り扱います。

6 届出及び扶養認定日

法令では原則として扶養申請日より5日以内の届出となっていますが、実際にはこの期日での届出は困難なため、明治グループ健保組合では扶養申請日から、「基本書類」は3週間(21日)以内、「確認書類」は6週間(42日)以内の届出期間を設けています。この期間内で届出があり、明治グループ健保組合で認めた場合は、扶養申請日で扶養認定となります。(申請理由が出生の場合は除く。)

詳細は「被扶養者認定手順の手引き」をご覧ください。(明治グループ健保組合ホームページに掲載あり)

7 被扶養者の確認

健康保険法施行規則第50条及び厚労省通達に基づき、年に1回被扶養者の確認調査を実施しています。収入超過などで認定基準に該当しない場合は、被扶養者として再認定されず、事実が発生した日にさかのぼり被扶養者の資格を失います。また、必要書類の提出ができないときは被扶養者資格の判断ができないため資格を取り消されます。

8 虚偽の扶養申請

被保険者が事実と異なる内容で申請を行い認定されたことが判明した場合は、被扶養者の資格はさかのぼって取り消されます。

9 医療費等の返還

被扶養者資格を失った場合、資格が無くなった日以降に発生した健保負担となっている医療費分と、その他給付金等の全額を健保組合に返還しなくてはなりません。



「年収の壁・支援強化パッケージ」について

扶養申請対象者及び被扶養者の収入確認については、厚生労働省通知を基に行っておりますが、厚生労働省より『令和5年9月29日付「年収の壁・支援強化パッケージ」について』が発出されたことにより、当面の間、下記の通り一部取扱いが変更となります。



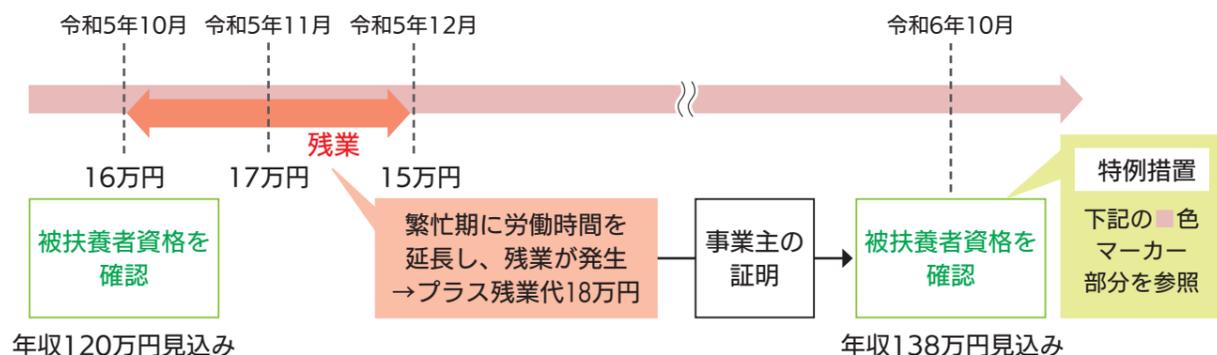
「年収の壁」とは？

「年収の壁」とは、税金や社会保険料が発生する基準となる年収額のことです。社員の配偶者等で、一定の収入がない人は、被扶養者として社会保険料（健康保険料等）の負担がありません。しかし、収入が増えると扶養から外れ、社会保険料の負担が生じます。その結果、手取りは減少してしまうため、これを回避するために就業調整する人がいます。そのような人が意識している収入基準が、いわゆる年収の壁と呼ばれています。

1 事業主の証明による被扶養者認定の円滑化を行います

(1) 事業主の証明による被扶養者認定の円滑化とは

(例) 毎月10万円で働くパートの人が、残業により一時的に収入増加となった場合



(参考) 厚生労働省資料

被扶養者の収入要件として年間収入130万円未満（60歳以上の者である場合又は概ね厚生年金保険法による障害年金の受給要件に該当する程度の障害者である場合は、180万円未満）となりますが、人手不足による労働時間の延長に伴う一時的な収入変動により時間外勤務（残業）手当、臨時に支給される繁忙手当が支給されたことにより、収入要件を超過してしまった場合、この一時的な収入変動である旨を事業主が証明し、その証明書を健康保険組合に提出することにより、これを踏まえて円滑な被扶養者認定の審査を行うことが出来るという特例措置

です。よって、法令・通知に基づき、従来と同様に、主として被保険者による継続的な生計維持関係にある事が前提となっているため、当該証明書を提出すれば被扶養者として認定されるということではありません。被扶養者申請や被扶養者確認調査の際には、今まで通り確認書類の提出は必要となります。基本給の上昇、恒常的な手当の増加の場合など、今後も引き続き収入が増えることが確実であれば、今回の「一時的な収入増加」には認められません。明治グループ健保組合では、被扶養者申請や被扶

養者確認調査の際に扶養申請対象者、被扶養者の月額収入108,334円未満（60歳以上の者である場合又は概ね厚生年金保険法による障害年金の受給要件に該当する程度の障害者である場合は、150,000円

未満）であることを確認しています。よって、月額収入についても、一時的な収入変動である旨の事業主からの証明書の提出をもって、被扶養者認定の審査を行います。

(2) 適用開始日と期間

令和5年10月20日以降における、被扶養者認定及び被扶養者の収入確認について適用します。令和5年10月20日以前の扶養認定及び被扶養者に係る確認については、遡及しない取扱いとなります。

期間について、厚生労働省からの通知において現時点では明示されていませんが、今後、年金制度改革の際に、当制度の見直しが検討されるとのことです。

(3) 対象者

扶養申請対象者、及び被扶養者の方



(4) 対象外となるケース

- 雇用契約書を踏まえ、年間収入見込み金額が130万円以上（60歳以上の者である場合又は概ね厚生年金保険法による障害年金の受給要件に該当する程度の障害者である場合は、180万円以上）となることが明らかな場合は、対象外となります。
- 特定の事業主と雇用契約関係に無いフリーランス

や自営業者の場合も対象外となります。
● 社会保険の適用事業所で正社員やパート・アルバイトとして勤務している、社会保険の適用要件（勤務時間等の雇用条件）を満たす場合は、その事業所での健康保険の被保険者となるため対象外となります。

(5) 事業主の証明書

該当する場合は、被扶養者の勤務先にて当健保が指定する下記①②の書類について証明をもらい、被扶養者確認調査時の提出期限までに明治グループ健保組合へ提出をしてください。

- ① 「被扶養者の収入確認にあたっての「一時的な収入変動」に係る事業主の証明書」
- ② 「一時的な収入変動に係る収入証明書」（年収の壁・支援強化パッケージ該当）」

2 「年収の壁・支援強化パッケージ」についての詳細なお問い合わせ

厚生労働省 年収の壁突破・総合相談窓口
フリーダイヤル0120-030-045（平日8:30～18:15 土日・祝日・年末年始を除く）
関連サイト https://www.mhlw.go.jp/stf/taiou_001_00002.html