

みづほ

けんぽ

ニュース

2024.4

No.272



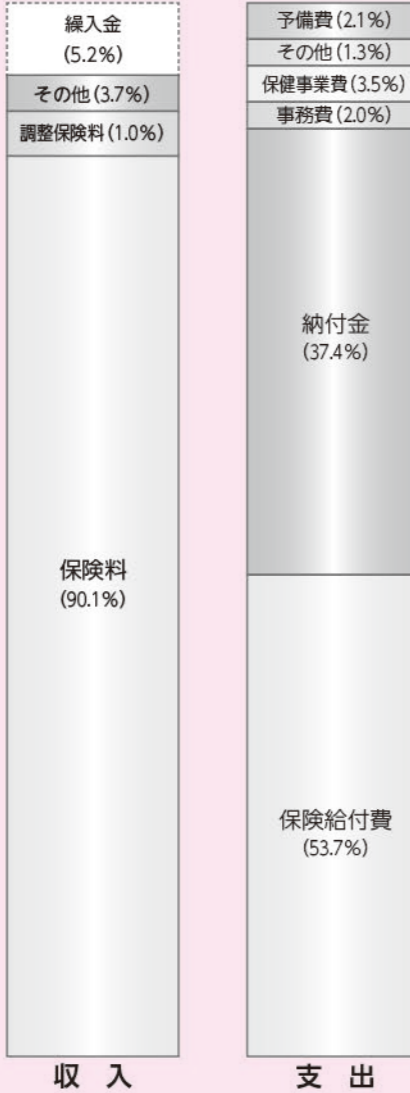
西都原古墳群の桜並木(宮崎県)

ご家庭へお持ち帰りになり ご家族ともどもご覧ください

令和6年度 収入支出予算概要

健康保険分

収入と支出の割合



POINT 保険料

毎月の給与とボーナスから納めていただく健保組合の主要財源です。「基本保険料」は皆さまの医療費などに使われ、「特定保険料」は高齢者の医療費を支えるために使われます。

収入 (千円)	
保険料	2,242,650
国庫負担金収入	1,018
調整保険料	24,912
繰越金	7,956
繰入金	129,536
国庫補助金収入	484
出産育児交付金	848
財政調整事業交付金	60,000
雑収入	20,897
合計	2,488,301

POINT 納付金

65歳～74歳の方が対象の前期高齢者医療制度への納付金と75歳以上の人が対象の後期高齢者医療に対する支援金などです。

POINT 保険給付費

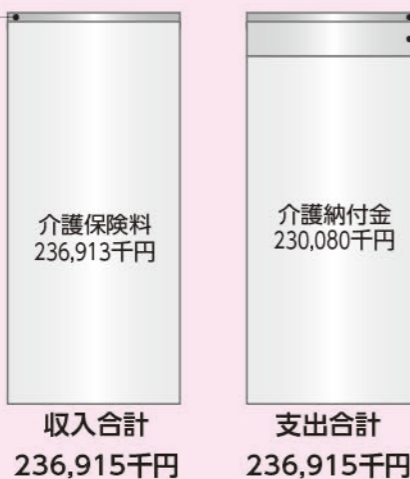
医療費の給付や出産、死亡時の手当金の給付などをするための費用です。

支出 (千円)	
事務費	50,444
保険給付費	1,334,597
納付金	929,852
前期高齢者納付金	422,662
後期高齢者支援金	507,185
その他	5
保健事業費	86,752
還付金	263
財政調整事業拠出金	24,913
連合会費	2,454
積立金	2,363
雑支出	3,279
予備費	53,384
合計	2,488,301

経常収入合計 2,264,939 千円 — 経常支出合計 2,409,898 千円 = 経常収支差引額 ▲ 144,959 千円

介護保険分

雑収入 2千円



POINT 介護保険料

40歳～64歳の被保険者が負担している介護保険の保険料です。

POINT 介護納付金

市区町村に介護保険の財源として配分するために健保組合が負担する納付金です。

収入支出予算額

- 予算総額 24億8,830万円
- 経常収支差引額 ▲ 1億4,495万円

予算編成の基礎となった数字

- 被保険者数 5,090人 (男性 3,485人、女性 1,605人)
- 平均年齢 45.14歳 (男性 45.43歳、女性 44.48歳)
- 平均標準報酬月額 306,000円
- 健康保険料率 (調整保険料率を含む) 105/1,000 (事業主 59.5/1,000、被保険者 45.5/1,000)
- 介護保険料率 18/1,000 (事業主 9/1,000、被保険者 9/1,000)

令和6年度 予算のお知らせ

義務的経費が高止まりし赤字を引き続き効果的・効率的な保健事業に努めます

みづほ健康保険組合の令和6年度の予算案が、去る2月20日開催の第181回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。

当健保組合の令和6年度の予算総額は24億8,830万円となり、経常収支では1億4,495万円の赤字予算となりました。

健保財政の収入の柱となる保険料収入は、加入事業所の直近の決算状況などから、平均標準報酬月額・標準賞与額の上昇を見込み、22億4,265万円として

います。

一方、主な支出である保険給付費は、1人当たりの医療費単価の伸び、今年10月からの適用拡大による加入者数の増加の影響を鑑み、13億3,345万円を見込んでいます。

高齢者医療への納付金は、人口ボリュームの大きい団塊の世代の後期高齢者への移行が進み、後期高齢者医療への支援金が急増していることから、9億2,985万円を見込みました。

介護保険は、介護納付金が2億3,008万円となる見込みで、現行の介護保険料率で賄える予定です。令和6年度予算では、高齢者医療への拠出金は、健保組合に支出が義務付けられている「義務的経費」の約4割を占めており、健保財政を圧迫する要因となっています。

令和7年には、団塊の世代がすべて75歳以上になり、国民の5人に1人が後期高齢者となるとされています。一方で、出生率は令和4年に過去最低を更新するなど、少子化・人口減少が止まりません。少子化対策については、政府は「加速化プラン」を打ち出し、さまざまな施策に取り組んでいます。少子化の流れを変えるこ

とは、支え手の減少に歯止めをかけ、社会保障の持続性を高めることにつながるから、健保組合としても重要な課題だと認識しています。その財源は、全世代が納得し、負担能力に応じて広く支えるべきものであることが求められます。

また、一人一人が健康づくりに取り組み、健康寿命の延伸を図ることが、医療費や介護費の増加を抑えることにつながります。日々の健康管理は持続可能な社会保障制度の大切な要素だといえます。

さて、令和6年度からは、「第4期特定健康診査・特定保健指導」及び「第3期データヘルス計画」がスタートします。これに当たり、当健保組合は新しい保健事業の実施計画を策定しました。事業主とのコラボヘルス、ICTの活用、他の健保組合の好事例の活用などを通して、よりいっそう、皆さまの健康保持・増進に向けた効果的・効率的な保健事業に取り組んでまいります。また、同時に、医療費適正化や、事業運営に関わる経費削減への取り組みも進めてまいります。

今年12月2日には現在の健康保険証が廃止され、医療機関の受診はマイナンバーカードに一本化されることが決まりました。医療DXの推進に欠かせないマイナンバー保険証は、質の高い医療の提供など加入者の皆さまのメリットにつながるから、利用促進に向けた取り組みも進めてまいります。マイナンバーカードの保険証利用を登録すると、マイナンバーで自身の医療費・薬剤費情報や特定健診結果が確認できるようになります。健康管理や医療費の節減にご活用いただきたいと思えます。

加入者の皆さまにおかれましても、当健保組合の保健事業を積極的に活用してご自身の健康管理に取り組んでいただくほか、ジェネリック医薬品の利用などを通して、引き続き医療費削減にご協力いただきますようお願いいたします。

令和6年度 保健事業概要のお知らせ

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、今年度の事業を下記の通り実施いたします。



事業名	実施時期	対象者	事業内容
大腸がん検診	年度内1回	35歳以上の被保険者・被扶養者	郵送方式による検査 無料（詳細は8ページをご覧ください）
前立腺がん検診 ※	年度内1回	35歳以上の被保険者・被扶養者	前立腺がん検診を受けられた方に対し、1,000円を限度に補助します。
肝炎(B型・C型)検査 ※	年度内1回	35歳以上の被保険者・被扶養者	肝炎ウィルス検診を受けられた方に対し、1,000円を限度に補助します。
乳がん検診 ※	年度内1回	20歳以上の被保険者・被扶養者	乳房超音波または乳房マンモグラフィーのいずれかの検診を受けられた方に対し、3,000円を限度に補助します。
子宮がん検診 ※	年度内1回	20歳以上の被保険者・被扶養者	子宮頸部細胞検診または子宮体がん検診のいずれかの検診を受けられた方に対し、3,000円を限度に補助します。
歯科健診事業 ※	通年	被保険者全員	各事業所において健診希望者が10名以上いれば、事業所や事業場に歯科医師・歯科衛生士を派遣、健診機材を持ち込み実施し、歯科衛生指導を行う。（自己負担なし）
重症化予防事業	年度内1回	被保険者・被扶養者	健診結果から生活習慣病の重症化リスクが高いと判断された方を対象として、その方々に保健師が電話による保健指導を実施します。（自己負担なし）
前期高齢者対策保健指導	年1回	50歳～64歳の被保険者・被扶養者	保健師が電話により皆さまの現状を伺い、生活習慣病予防のためのアドバイスなどで健康管理を支援します。
みんなでちょこやせハッピーキャンペーン	10月～11月	20歳以上の被保険者・被扶養者	週1回体重を記録し、自身の食習慣・運動習慣を見直しなが、減量につながる具体的な行動目標に取り組み、健康的に痩せるためのキャンペーンを実施します。（自己負担なし）実施前にお知らせします。
家族で取り組むかぜ&むし歯キャンペーン	11月～1月	2歳～12歳までの被扶養者	お子様に手洗い・うがい・歯みがきの習慣づけを行っていただくことを目的とした事業です。楽しく取り組めるようカレンダーにシールを貼るといった内容です。（自己負担なし）実施前にお知らせします。
潮干狩り・プール・海の家・六甲山スノーパーク ※	4月～6月 7月～8月 12月～3月	被保険者・被扶養者全員	体育奨励の一環として実施します。利用者の費用負担を一部補助します。 
契約保養所	通年	被保険者・被扶養者全員	保養を目的として組合（注）が契約する旅館、ホテル等を利用された場合、年1回を限度として下記金額が補助されます。 被保険者 2,000円 被扶養者 1,000円

※は各事業所にお知らせします。

◎各事業については、実施時期、対象者などを変更することがあります。

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 - 371 - 6302

（注）契約保養所とは健保連・健保連兵庫連合会ほか各都道府県健保連（一部除く）で契約している保養所となります。健保連ホームページ（みづほ健康保険組合ホームページ <https://www.miduho-kenpo.or.jp/> からリンクしています）の「共同利用保養所の案内」から検索いただくか、当健康保険組合までご確認ください。

事業名	実施時期	対象者	事業内容
特定健康診査	通年	40歳以上の被保険者・被扶養者	被保険者については事業所巡回型健診等にて実施します。被扶養者については、近隣の健診機関で受診していただくための受診券を発行します。（自己負担なし）
特定保健指導事業	通年	40歳以上の被保険者・被扶養者	特定健診を受診した結果、保健指導の対象（動機付け支援・積極的支援）となった方に実施します。被保険者については事業所への巡回訪問にて実施します。被扶養者については保健師等が自宅を訪問し、生活習慣改善の支援を実施します。（自己負担なし） 
機関誌の発行	年4回 (4・8・10・1月)	被保険者全員	健康保険組合からのお知らせや健康づくり情報、疾病予防に関する情報等を掲載した機関誌「みづほけんぼニュース」を発行して、事業所経由で被保険者へ配布。
育児誌	通年	出産された被保険者・被扶養者	出産された方へ冊子を配布し、不安や悩みの解消を図り健全な子育てを支援します。
医療費通知	年1回 (2月中旬)	被保険者全員	医療にかかった費用を「医療費のお知らせ（1月～11月分まで）」にて対象者へ通知し、医療費に対する啓蒙を図ります。
ジェネリック医薬品促進通知	年2回 (9月・3月)	被保険者・被扶養者全員	ジェネリック医薬品の使用率向上を図るため、対象者を抽出して通知する。
定期健康診断 ※	年度内1回	被保険者・一部の被扶養者	人間ドック・特定健診受診者を除き、健康管理のための定期健康診断に対し、7,500円を限度に補助します。
胃部健診 ※	年度内1回	35歳以上の被保険者・被扶養者	胃部検診・胃部エックス線検査・胃部内視鏡検査・血清ペプチノーゲン検査（血液検査）のいずれかの検査を対象に3,000円を限度に補助します。
人間ドック ※	通年	35歳以上の被保険者・被扶養者	検査費用額から下記金額を控除した額が受診者負担額となります。 被保険者 日帰りドック：24,000円 一泊人間ドック：41,000円 被扶養者 日帰りドック：18,000円 一泊人間ドック：31,000円
インフルエンザ予防接種 ※	10月～1月	被保険者・被扶養者全員	インフルエンザ予防接種を受けられた方に対し、1,000円を限度に補助します。 

令和6年12月に保険証が廃止

医療機関の受診方法が

マイナンバーカードに一本化されます

令和6年12月に保険証が廃止され、
医療機関の受診はマイナンバーカードが基本になります。

令和6年12月2日に現在の保険証が廃止され、医療機関の受診方法はマイナンバーカードで行うことが基本となります。保険証廃止までに、マイナンバーカードで受診できるように、マイナポータルで保険証利用の申し込みを済ませておきましょう。まだマイナンバーカードの交付を受けていない方は、お早めに交付を受けてください。なお、保険証廃止後も最大1年間はずでに交付されている保険証が引き続き使えます。



医療機関の窓口ではカードリーダーで受け付けを行います。

● 保険証廃止後の医療機関の受診方法 ●

マイナンバーカード (マイナ保険証)



マイナンバーカードを使って受診します。受診前にマイナポータルでマイナンバーカードを保険証として利用するための「利用申し込み」を行います (初回のみ)。

現在の保険証



経過措置として、保険証廃止後もすでに交付されている保険証についてはそのまま利用できます。期間は最大1年間 (有効期限が先に到来する場合は有効期限まで) です。

今から使おう!マイナ保険証 なにが変わったの?

メリット 1 医療情報の共有化で質のよい医療が受けられます!!

マイナ保険証を使って受診すると、初めての医療機関でも特定健診や薬剤・診療情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられます。
(本人が同意した場合のみ)

メリット 2 手続きなしで高額な窓口負担が不要に!!

マイナ保険証で受診すると、限度額適用認定証がなくても、本人が同意すれば高額療養費制度に基づき限度額を超える医療費の立替払いが不要となります。健保組合への手続きは必要ありません。

マイナポータルで保険証情報を確認できます

マイナポータルでは登録されているご自身の健康保険証情報を確認することができます。万が一、正しい情報が登録されていない場合は、マイナンバーカードで医療機関を受診することができなくなってしまうので、ご自身の健康保険証情報の確認を行っておきましょう。

登録されている情報に間違いがある場合には、すぐに健康保険組合までご連絡ください。



保険証情報の確認はマイナポータルへのログインが必要です。

マイナポータル 検索

「最新の健康保険証情報の確認」のバナーをタップ



INFORMATION

潮干狩りを実施します

健康の保持・増進を図るため、例年どおり潮干狩りを令和6年度も実施します。おおいにご参加ください。

期 間 令和6年4月13日から令和6年6月30日まで (但し、有効期間中の火曜日 (4月30日は除く) と、4月17日 (水)、18日 (木)、24日 (水)、25日 (木)、5月8日 (水)、29日 (水)、30日 (木)、6月12日 (水)、13日 (木)、26日 (水)、27日 (木) の21日間を除く。)

場 所 新舞子潮干狩り場 (たつの市御津町新舞子海岸)

利用施設名 休憩所 かもめ (TEL.079-322-0028)

利 用 料 大人 (中学生以上) 680円
小人 (小学生以下3歳まで) 380円

利用方法 利用される場合は、事業所担当者に前もってお申し出ください。
(枚数に限りがありますので、使用予定数をお申し込みください。)



任意継続被保険者の 令和6年度の標準報酬月額について

任意継続被保険者の保険料の算定基礎となる標準報酬月額の上限は健康保険法に基づき、次のとおりとなります。

標準報酬月額 **300,000円**

※退職時の標準報酬月額が300,000円を下回るときは、退職時の標準報酬月額が適用されます。



新年度スタート!

今年度もきっちり健診を受けて 体のチェックを!



健康診断は、メタボリックシンドロームや高血圧などの生活習慣病を早い段階で見つけ、予防するための貴重な機会です。
年に1度は必ず健診を受けて体の状態をチェックしましょう。

健診結果のチェックのポイント

前年度までの結果と比較

「異常なし」の判定であっても、前年度までの結果と比較して悪化の傾向がある場合は要注意。

正常値ギリギリではないか

正常値の範囲内でも上限または下限ギリギリの数値となっている場合は要注意。

治療が必要になる前に、食事、運動など毎日の生活習慣を見直しましょう



再検査・精密検査は必ず医療機関受診を

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、**放置しないで必ず医療機関を受診してください。**

第4期

特定健診・特定保健指導がスタート!

特定健診は、40歳~74歳の方を対象に、高血圧や糖尿病、脂質異常などの生活習慣病の予防を目的として行われる健診です。特定保健指導は、特定健診によって生活習慣病の恐れがあると判断された方に対して、保健師や管理栄養士などの専門家が生活習慣の改善をサポートするものです。

特定健診・特定保健指導は、平成20年度から始まった制度で、定期的な見直しを経て、令和6年度からは第4期がスタートとなります。

第4期の主な変更点

特定健診

- ①中性脂肪は、絶食10時間以上の空腹時の採血による検査が基本ですが、やむを得ない場合は、食事開始から3.5時間が経過していれば、随時採血による検査も可能となりました。
- ②喫煙や飲酒に関する質問項目について、より詳細な選択肢が設けられ、より正確にリスクの把握ができるようになりました。

特定保健指導

- ①成果をより把握しやすくするために、具体的な数値目標が設定され、その達成が重視される仕組みになりました。主要な達成目標は腹囲2cm・体重2kg減です。
- ②遠方に居住したり、多忙な対象者に対して、リモートで保健指導を行うなど、ICTの活用がより進められることになりました。
- ③特定健診の受診当日に初回の特定保健指導を受けるなど、特定健診実施後の特定保健指導の早期実施が進められることになりました。



被保険者
被扶養者
(ご家族) の皆様へ

今年度よりWebで
申込みできるようになりました

2024年4月
みづほ健康保険組合

無料 大腸がん検診のご案内

自宅で
できます!



当健康保険組合では、増加する大腸がんへの対策として今年度も大腸がん検診を無料で実施することにいたしました。大腸がんの早期発見・早期治療のため、ぜひこの機会にご受診ください。

記

1. 検診対象者 みづほ健康保険組合加入の35歳以上の被保険者および被扶養者
2. 検診費用 無料 ※検査キットの返送料も含め全額みづほ健康保険組合負担
3. 申込方法 以下のいずれかでお申込みください。
①下記の申込書に記入し、各事業所担当者まで提出ください。
②QRコードを読み込み、お申込みください。
4. 検査器具の送付 事業所提出申込→ 申込書は月単位で事業所にて取りまとめ健保組合経由で検査機関へ送付します。検査機関に到着後約2週間で個人宛に検査器具が送付されます。
QRコード申込→ 約2週間で個人宛に検査器具が送付されます。
5. 検査機関 メスブ細胞検査研究所(京都府登録衛生検査所第38号)
〒604-0827 京都市中京区高倉通二条下ル瓦町550メスビル内
TEL(075)231-2230
6. その他 当検診を申込みされた場合、検診及び精密検査の未受診の方に対して、皆様の健康を守る目的で、事業主から受診勧奨を行う場合があります。予めご了承ください。

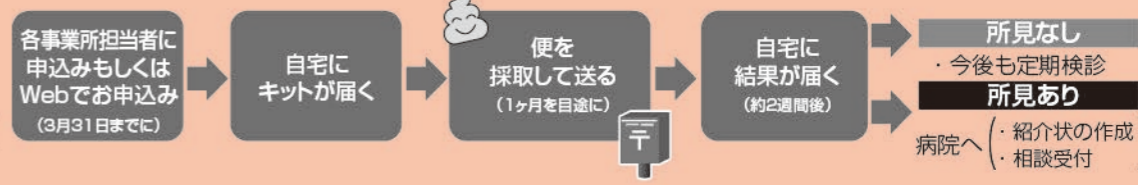
Webでお申込み
できます。



(申込み用)
QRコード

スマホから
QRコード
読みとり

自宅にしながら検査ができます。



事業所担当者 行

大腸がん検診申込書

申込締切日 2025年3月31日(月)

被保険者証記号-番号

-

受診者氏名	住所	電話番号	生年月日・年齢・性別	続柄
フリガナ	〒		西暦 年 月 日 (歳) 男・女	本人・家族
フリガナ	〒		西暦 年 月 日 (歳) 男・女	本人・家族
フリガナ	〒		西暦 年 月 日 (歳) 男・女	本人・家族

(注) 1. 被保険者証記号-番号とは被保険者証に記載されている記号-番号です。
2. この申込書に書かれた住所、氏名に検査器具が送付されますので「正しくはっきり」ご記入ください。

★個人情報の取扱いについて:

受診する方の個人情報は本検診を提供する目的および当健康保険組合の保健事業にのみ利用します。また、受診する方の個人情報を事前の承諾等を得ず第三者に提供・開示することはありません。

★本申込書をもって個人情報の取り扱いについての受診者ご本人の同意とみなし受付させていただきます。