

兵庫県運輸業 健保だより

2023
春号
No.164

あなたの健康づくりを応援します

ホームページに皆さまに役立つ情報を掲載しております。

兵庫県運輸業健康保険組合 検索 

<http://www.hyogo-unyu-kenpo.or.jp/>



兵庫県 / あわじ 花さじき

主な内容

- 令和5年度予算のお知らせ
- 令和5年度保健事業のご案内
- 令和5年4月1日からの出産育児一時金引き上げについて

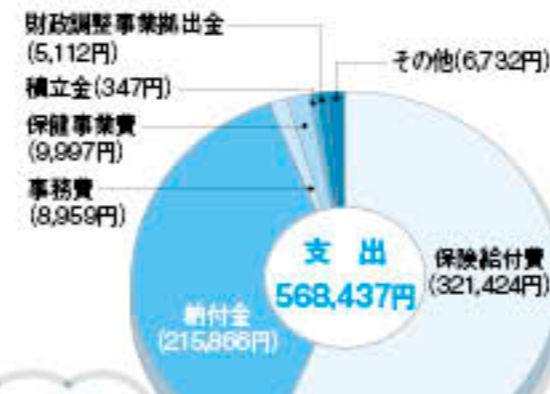
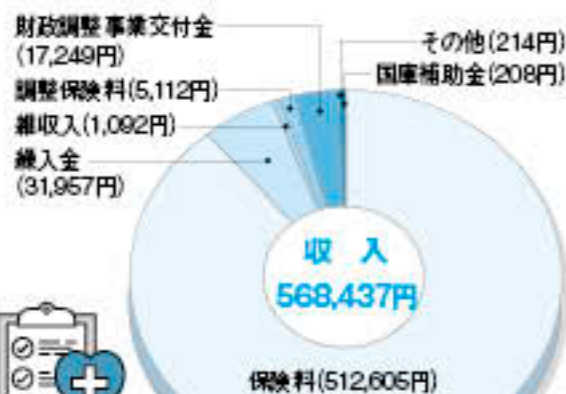
あなたの加入している健康保険組合です。
大切なお知らせを掲載しています。 ご家族の皆さまでお読みください

令和5年度 収入支出予算概要

収入(千円)		
保険料	3,849,667	
基本保険料	2,232,685	
特定保険料	1,616,982	
国庫負担金収入	1,597	
調整保険料	38,393	
繰越金	0	
繰入金	240,000	
国庫補助金収入	1,561	
財政調整事業交付金	129,540	
雑収入	8,203	
合計	4,268,961	
経常収入合計	3,860,403	

支出(千円)		
事務費	67,282	
保険給付費	2,413,892	
納付金	1,621,155	
前期高齢者納付金	759,611	
後期高齢者支援金	860,593	
その他	951	
保健事業費	75,077	
繰入金	394	
財政調整事業提出金	38,393	
連合会費	3,459	
積立金	2,606	
雑支出	100	
予備費	46,603	
合計	4,268,961	
経常支出合計	4,183,957	

経常収支差引額 ▲323,554千円



被保険者
1人当たりで見ると

介護保険分

収入(千円)		
繰越金	455,037	
繰入金	0	
雑収入	30,000	
合計	485,042	

支出(千円)		
介護納付金	448,493	
繰入金	120	
積立金・雑支出	3	
予備費	36,426	
合計	485,042	

予算編成の基礎となった数字

- 被保険者数 7,510人 (男性 6,630人、女性 880人)
- 特定健診の受診対象者数 1,424人 (被保険者 55人、被扶養者 1,369人)
- 平均標準報酬月額 356,054円 (男性 369,268円、女性 254,656円)
- 総標準費与額(年間合計) 6,047,551千円
- 平均年齢 47.51歳 (男性 47.82歳、女性 45.22歳)
- 被扶養者数 6,568人
- 前期高齢者加入率 5.019796%
- 健康保険料率 1,000分の102.40 (事業主 1,000分の51.45、被保険者 1,000分の50.95)
- 一般保険料率 1,000分の101.39 (事業主 1,000分の50.94、被保険者 1,000分の50.45)
- 基本保険料率 1,000分の58.803 (事業主 1,000分の29.544、被保険者 1,000分の29.259)
- 特定保険料率 1,000分の42.587 (事業主 1,000分の21.396、被保険者 1,000分の21.191)
- 調整保険料率 1,000分の1.01
- 介護保険の対象となる被保険者数 5,040人
- 介護保険料率 1,000分の17.00 (事業主 1,000分の8.50、被保険者 1,000分の8.50)

令和5年度 予算のお知らせ

増加する高齢者医療への拠出金により厳しい健保財政 より効果的な保健事業で 疾病予防・重症化予防に努めます

予算のPoint

●一般保険料率は引き上げ、介護保険料率は引き下げ

保険給付費、高齢者医療への拠出金の増加が見込まれることから、第166回組合会においてご審議いただき、一般保険料率を102.0%から102.4%に引き上げ、介護保険料率は18.4%から17.0%に引き下げました。

●高齢者医療への拠出金が健保財政を圧迫

高齢者医療への拠出金は、16億2,115万円となり、義務的経費に占める拠出金の割合は42.59%と、依然として健保財政を圧迫しています。

●積極的な疾病予防事業で給付費の削減を目指す

健保組合のメリットを実感していただけるよう疾病予防事業に積極的に取り組み、保険給付費の削減を目指します。



兵庫県運輸業健康保険組合の令和5年度の予算案が、去る二月一六日開催の第266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5年度の予算総額は、四二億六、八九六万一千円となり、経常収支では三億二、三五五万四千円の赤字を計上しました。

今年度は、75歳に到達する団塊世代がさらに増えることから、健保組合から後期高齢者医療への支援金も増加が見込まれています。また、コロナ禍の下、受診控えにより一時的に減少していた医療費は、令和三年度からは増加に転じ、コロナが終息しつつある中、今後の保険給付費の状況は不透明であると言わざるを得ません。

健保財政の収入の柱となる保険料収入は、前年度との比較では増加しているものの、保険料収入の伸びを上回るペースで高齢者医療への拠出金と保険給付費が増加していることから、健保財政は厳しい状況となっております。

政府は、人口減少・超高齢社会の課題に対し、「全世代型社会保障構築会議」を開いて議論を重ね、昨年末に「報告書」をまとめました。医療・介護分野では、「すべての世代での支え合い」「世代間・世代内における公平性の確保」「保険者間の格差是正」などの観点から施策が提案されています。直近では、令和5年4月から出産育児一時金の額が42万円から50万円へ引き上げられることとな

りました。その財源の一部には、段階的に後期高齢者医療からの支援が当てられるなど、世代間の負担バランスに配慮した内容となっています。

「保険者間の格差是正」としては、前期高齢者納付金について、現行の加入者割に加え、部分的に報酬水準に応じた調整を行う仕組みを導入する案が示されました。これにより負担が増加する健保組合もありますが、負担増を抑制する支援案も併せて示されており、今後の動向が注視されるところです。

その他、ICTを活用した医療の質の向上や効率化を推進するために、令和6年秋をめどに現行の健康保険証を廃止し、マイナンバーカードと健康保険証を一体化する方針が示されています。

当健保組合は、財政健全化の重点課題として医療費の削減を目標にかかげ、今後もより効果的・効率的なサービスを推進し、皆さまの疾病予防・重症化予防に取り組みまいります。皆さまにおかれましては、当健保組合の保健事業を積極的に活用して健康管理に取り組みいただくほか、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けますようお願いいたします。



16種類以上の豊富な機能でポイントがザクザク貯まる!

グッピーヘルスケア

1,000ポイント以上貯めると抽選で

Amazon
ギフト券



毎月
150
名様

1,000円分が当たる!

1000ポイント以上の加入者様が対象になります



さらに 友達招待で **あなたも** 友達も 両方とも
必ずもらえる **300ポイント**

インストールはこちらから

GUPPY healthcare



グッピーヘルスケア

*本プログラムは株式会社グッピーズによる開発です。本プログラムについてお問い合わせはAmazonではお受けしていません。株式会社グッピーズ / TEL:06-5906-3983までお問い合わせください。©Amazon, Amazon.co.jp およびそのほかのロゴは Amazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

健康記録をしてポイントを貯めよう!

1 健康活動を記録



日々の健康活動を記録してポイントを得る

2 1,000ポイント以上貯める



1,000ポイント以上貯めてアプリ内で応募

3 Amazonギフト券が当たる



抽選で毎月150名様に当たります

公告

令和4年9月30日における当組合の全被保険者の平均標準報酬月額を平均した額が351,817円になりましたので、健康保険法第47条第2項の規定により、令和5年度における任意継続被保険者の標準報酬月額は、次のとおりとなります。

① 標準報酬月額

第25等級

360,000円

ただし、資格喪失時の標準報酬月額が第25等級以下の被保険者は、資格喪失時の標準報酬月額となります。

② 適用期間

令和5年4月1日～

令和6年3月31日

ひょうご健康企業宣言

「ひょうご健康企業宣言」(健康企業を目標として、事業所と健康保険組合が協働して健康づくりに取り組むことを宣言する)を当組合加入の次の事業所が宣言しました。



株式会社新宮運送

兵庫県たつの市

令和5年4月1日から

出産育児一時金が引き上げられました

被保険者や被扶養者が出産したときに健康保険組合から支給される出産育児一時金の額が、令和5年4月1日から50万円に引き上げられました。

出産育児一時金の引き上げ



令和5年3月31日までの出産

1児につき **42万円**

(産科医療補償制度の対象外の医療機関等で出産した場合は40.8万円)

令和5年4月1日以降の出産

1児につき **50万円**

(産科医療補償制度の対象外の医療機関等で出産した場合は48.8万円)

特定健診項目

診 察	質問(問診)	○	代謝系	空腹時血糖	○	
	計 測	身長		○	HbA1c	※食後3.5時間未満の測定ができない場合実施やむを得ない場合は食後3.5時間以上可
		体重		○	随時血糖	
		肥満度・標準体重		○	尿糖	○
		腰囲	○	尿・腎機能	尿蛋白	○
	理学的所見(身体診察)	○	血液一般	ヘマトクリット値	医師の判断により実施	
血圧	○	血色素測定		医師の判断により実施		
		赤血球数		医師の判断により実施		
脂 質	中性脂肪	○	心機能	12誘導心電図	医師の判断により実施	
	HDLコレステロール	○	眼底検査		医師の判断により実施	
	LDLコレステロール	○	血清クレアチニン		医師の判断により実施	
肝機能	AST(GOT)	○	eGFR		医師の判断により実施	
	ALT(GPT)	○				
	γ-GT(γ-GTP)	○				

★健診前チャレンジ(ダイエット事業)

35歳から45歳の加入者のBMI[24]以上の方を対象に、次回の健診前に体重・腰囲減少を目指していただく事業となります。

対象の方には個別にご案内しますので、登録後の3ヵ月間、体重や腰囲のダイエットに挑戦してください。達成された方へはAmazonギフト券プレゼントいたします。

★ファミリー歯科検診

「治療」から「予防」に視点を向けた歯と口腔の健康づくりのため、近畿総合健康保険組合協議会との共同事業としてファミリー歯科検診を年2回(秋・冬)実施しています。

日程、会場は実施時にあらためてご案内させていただきます。この事業は自己負担なく、ご本人とご家族(当組合加入者)が参加できる歯科検診となっております。

案内時期の10月と1月の健保だよりでもご案内いたします。

★各種アプリ事業

1. マイヘルスウェブ

当組合では個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」を開通しています。このサイトではご自身の医療費情報・健診情報等が確認することができます。ご利用には登録が必要であり、当組合のホームページより簡単にアクセスできます。

2. 健康管理アプリ「グッピーヘルスケアfor健保」

ご自身の健康管理として使用していただくアプリを提供しています。毎日、健康管理にトライすることによりポイントを貯めていただき、1,000ポイント達成した方には、Amazonギフト券をプレゼントしています。詳細は5ページの通りとなりますので、ぜひアプリをインストールの上ご利用ください。

3. 禁煙サポート事業

禁煙希望の方へ、禁煙のスペシャリストとオンラインにて面談、6ヵ月間禁煙にチャレンジしていただきます。禁煙にチャレンジしてみたい方は、別途アプリを取得する必要があります。詳しくは、差し込みリーフレットをご覧ください。

★OTG利用促進事業 新規事業

医療費の削減を目的として、家庭用常備薬の数品目に一部補助を加えて、更なる安価の家庭常備薬の利用促進をおこないます。詳しくは家庭常備薬特設のご案内をご覧ください。

保健事業のご案内

被保険者並びに家族の皆さまの健康管理や健康づくりにお役立ていただけるように、令和5年度の保健事業をご案内いたします。

★健康管理や健康づくりに関する広報★

1. 機関誌「健保だより」を発行

年4回(春・夏・秋・冬)発行し、被保険者のご自宅(春・秋)または事業所(夏・冬)に送付いたします。

2. 育児冊子の配付

被保険者並びにご家族が産まれたとき、子育ての手助けや赤ちゃんの健康管理の参考となるように育児書を1年間ご自宅に送付いたします。

3. 特定健診・特定保健指導・その他の保健事業

生活習慣病は、一人ひとりがバランスのとれた食生活、適度な運動習慣を身に付けることにより予防が可能です。そのためにもご自身の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことが重要です。1年に1度、特定健診を受診し、生活習慣の改善が必要な方は、特定保健指導を受けましょう。

特定健診は**40歳以上のすべての人が対象です。**

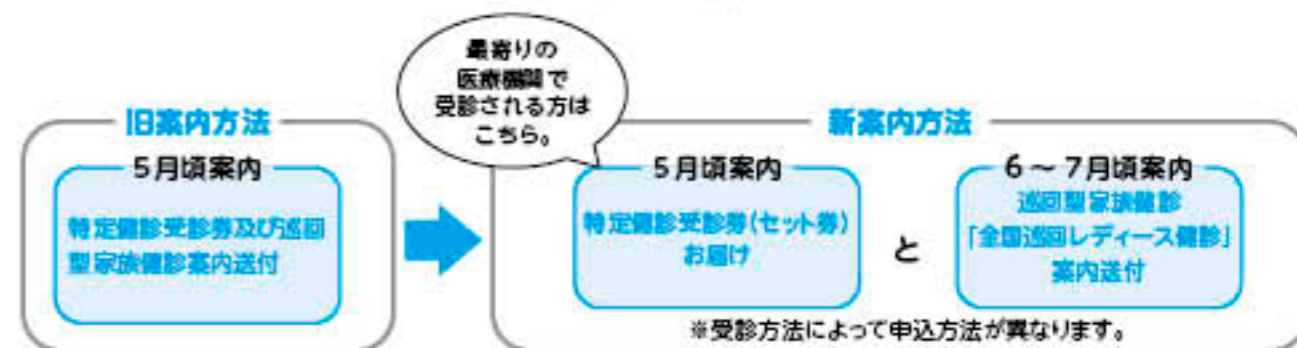
被保険者の方

特定健診の健診項目は労働安全衛生法に基づく事業主健診に含まれており、健診結果を提供いただくことで、特定健診の実施に代えることができます。お勤め先にて健診を受けていない方は、特定健診受診券の発行することも可能です。

被扶養者の方

特定健診を受診する方法は①最寄りの医療機関にて受診する方法と、②巡回型家族健診で受診する方法と2通りあり、例年、対象者の皆さまにはどちらの方法で受診するのか選択の上、受診していただいております。

今年度より②の巡回型家族健診は、健康保険組合連合会のサポート事業に参加して実施する予定にしており、それに伴い、下記のとおり対象の皆さまへの案内方法等が若干変更となります。



今年度より案内を別々にお届けします。対象者の皆さまへはご不便をおかけしますが、ご確認の上、受診していただくようお願いいたします。

なお、今年度からの巡回型家族健診は、がん検診(大腸がん検診・乳がん検診・子宮がん検診)が無料で受診することができます。ただし、胃がん検診(胃X線検査)や肺がん健診(喀痰細胞診検査)を追加することができませんのでご注意ください。

なお、最寄りの医療機関(当組合ホームページにて検索可)でも特定健診を無料でうけることができます。また、がん検診費用の補助も一部行います。

特定健診は年1回の実施となります。そのため、同年度中に異なる方法にて受診された場合には、2回目の健診費用はご本人様より返還していただくこととなりますので、ご了承ください。また、健診受診の際にはご注意ください。よろしくお願いいたします。

パート等勤務先で健康診断をうけられた方は…

パート等勤務先で健康診断を受け、当組合の特定健診をご利用されない方は、健診結果を当組合までご提供をお願いします。後日1,000円分のQUOカードを差送らせていただきます。ただし、特定健診項目を実施された方に限ります。

疾病予防



生活習慣病予防健診・短期人間ドック・がん検診等の費用の一部を補助します。なお、個別契約をしている医療機関は次ページのとおりです。

種別	対象者	組合補助金額	申請方法
生活習慣病予防健診	令和6年3月31日現在で35歳以上の被保険者及び被扶養者で、 特定健診項目を満了している方	被保険者 被扶養者 費用の半額 (上限3,000円)	※補助金額変更しました 医療機関の請求書、領収書(保険診療は対象外)のコピー及び検査結果(コピー又はXMLデータ)を添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 ※XMLデータ料金が発生する場合は健診費用と合わせて請求してください。 ※紙媒体で健診結果を提出いただく場合は、質問票(問診票)の提出が必要です。 【注意II】空腹時血糖(食後3.5時間)が困難の場合、HbA1c検査を受診してください。 受診されない場合は補助金の対象外となります。
短期人間ドック(一般ドック)	令和6年3月31日現在で35歳以上の被保険者及び被扶養者	費用の半額 (上限20,000円)	医療機関の領収書(保険診療のものとは対象外)のコピー及び検査結果(コピー又はXMLデータ)を添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 ※XMLデータ料金が発生する場合は健診費用と合わせて請求してください。
大腸がん検診	令和6年3月31日現在で40歳以上の被保険者及び被扶養者	便潜血 費用の半額 (上限500円)	医療機関の領収書(保険診療のものとは対象外)のコピーを添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 今年度より、市区町村より一部補助を受けている場合も補助の対象となりました。
胃がん検診		胃透視・内視鏡 費用の半額 (上限2,000円)	
肺がん検診		喀痰細胞診 費用の半額 (上限1,000円)	
前立腺がん検診		PSA 費用の半額 (上限1,000円)	
子宮がん検診	令和6年3月31日現在で35歳以上の被保険者及び被扶養者	細胞診 費用の半額 (上限2,500円)	補助金額変更しました
乳がん検診	令和6年3月31日現在で40歳以上の被保険者及び被扶養者	視触診・マンモグラフィ 乳房超音波 費用の半額 (上限3,000円)	補助金額変更しました
循環器(動脈硬化)検診	令和6年3月31日現在で62歳及び63歳の被保険者及び被扶養者	頸動脈エコー検査 心臓超音波検査 血圧脈波検査 BNP検査 ホルター心電図検査 費用の全額	医療機関の領収書及び検査結果のコピーを添えて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。
インフルエンザ予防接種	被保険者及び被扶養者<10月~2月の間に予防接種した者に限る>	被保険者 被扶養者 費用の半額 (上限2,000円)	医療機関の領収書のコピーを添えて、事業所で取り纏めて健康保険組合へ補助金請求書を提出してください。 ※領収書は受診者1人1回の金額が明確にわかる領収書を医療機関で発行してもらってください。 ※費用の半額に増徴が生じる場合は、増徴切迫した額を請求してください。

1人1回の補助となりますので、年2回予防接種された方は、どちらか一方を選択いただき請求してください。
※合算しての請求はできませんので、ご注意ください!

※脳ドック・肺ドック・PET/CTドック等の特殊ドックを受診された場合は、補助の対象となりません。

特定保健指導

健診結果と質問票に基づき、生活習慣病のリスクがある方には、「動機付け支援」「積極的支援」に階層化し、保健師等による保健指導を実施いたします。対象となられた方へは、別途ご案内いたしますので、積極的に特定保健指導を受けましょう。

実施方法

下記の2通りの方法があります。指導案内時にご自身で選択することができます。

①個人面談型

保健師等と直接面談し、保健指導を実施していく方法。ただし、2回目以降の支援は、電話またはアプリにて支援を行います。

②遠隔型特定保健指導

スマートフォン(タブレット・パソコンも可)を通じて保健師等と面談を行っていく方法。ただし、2回目以降の支援は、チャット形式で保健師と支援を行います。会議アプリ[ZOOM]のダウンロードが別途必要となります。

※今年度よりタブレットを貸出する遠隔指導を導入予定です。ご自身でアプリのインストールが面倒な方も気軽に参加できます。



最寄りの医療機関でも特定保健指導が受けられます。医療機関での特定保健指導をご希望の方は、当組合が発行する利用券が必要になりますので、申し出てください。

また、健診日当日に特定保健指導が実施できる医療機関もあります。健診機関より特定保健指導のご案内をされた方は、積極的な参加をお願いします。

特定保健指導を終了された方へは、1,000円分のQUOカードを進呈しております。

生活習慣病リスク改善のための疾病予防事業(訪問指導)

当組合では、健康診断の結果により生活習慣病のリスクが疑われる方へ、上記の「特定保健指導」とは別に、訪問保健指導や動員事業を実施しています。対象となられた方へは、別途ご案内いたしますので、将来の健康のため積極的に参加してください。

1. 2年連続ハイリスク受診動員事業

「血圧」・「脂質」・「血糖」・「肝機能」のいずれかが2年連続で非常に高いリスク保有者であり、早急に医療機関への受診が必要な方へ動員文書にて連絡します。

2. 糖尿病性腎症重症化予防事業

血糖値が高く、尿蛋白検査が+以上の方へ、腎不全予防のため、保健師による保健指導をご案内します。

3. 若年者にかかる重症化予防事業及び生活習慣病重症化予防事業

特定保健指導に該当しない40歳以下の方や特定保健指導非該当者の方で、生活習慣病のリスクが疑われる方へ、生活習慣病予防や重症化予防のため、保健師による保健指導をご案内します。

4. 前期高齢者前の重症化予防事業

50歳から64歳の加入員のうち、「血糖」・「血圧」・「脂質」の数値が高い方へ、動脈硬化による循環器系疾患予防のため、保健師による保健指導をご案内します。

当組合には週2日、保健師が在動していますので、相談ごとや質問等がありましたら、お気軽にご連絡ください。



健診機関名	住所	電話番号	HP
公益財団法人 加古川総合保健センター	加古川市加古川町篠原町103-3	(079)429-2923	
一般社団法人 姫路市医師会診療所	姫路市西今宿3丁目7番21号	(079)295-3322	
医療法人社団汐咲会井野病院	姫路市大塩町汐咲1丁目27番地	(079)254-6852	
一般財団法人京都工場保健会	【総合健診センター(本部)】 京都府京都市中京区西ノ京北壱井町 67番地	075-802-0131(代表) 0120-823-053(予約専用)	
	【宇治健診クリニック】 京都府宇治市広野町成田1番地7	0774-48-1270(代表) 0120-823-053(予約専用)	
	【神戸健診クリニック】 神戸市中央区元町通2丁目8番14号 オルタンシアビル7階	078-326-2430(代表) 0120-823-053(予約専用)	
	【姫路健診クリニック】 姫路市西駅前町73番地 姫路ターミナルスクエア3階	079-221-5001(代表) 0120-823-053(予約専用)	
	【山科健診クリニック】 京都府京都市山科区竹鼻竹ノ街道町 92番地ラクトC301	0120-823-053(予約専用) 0120-540-910(代表)	
医療法人社団協友会 船橋総合病院	千葉県船橋市北本町1-13-1	(047)425-1153	



人間ドック等個別契約健診機関

下記の健診機関で人間ドック等を受診されますと、組合補助金額を差し引いた料金が受診できます。
 なお、健診コースや料金については、健診機関または当組合までお問い合わせいただくか、ホームページにてご確認ください。

健診機関名	住所	電話番号	HP
医療法人医誠会 医誠会病院	大阪府大阪市淀川区菅原6丁目2番25号	(06)-6326-1121	
特定医療法人中央会尼崎 中央病院健診センター	尼崎市瀬江1丁目12番1号	(06)6499-3045	
一般社団法人西宮市医師会	西宮市染殿町8-3	(0798)26-9497	
社会医療法人神鋼記念会	【新神戸ドック健診クリニック】 神戸市中央区熊内町7-6-1	(078)261-6736	
	【総合健康管理センター】 神戸市中央区脇浜町1丁目4-47	(078)261-6773	
独立行政法人 地域医療機能推進機構 神戸中央病院	【本院】 神戸市北区惣山町2丁目1番1号	(078)594-8622	
	【ハーバーランド健康管理クリニック】 神戸市中央区東川崎町1-5-7 (神戸情報文化ビル カルメニ17階)	<u>※予約は本院でしてください</u> (078)594-8622	
サニーピアクリニック	神戸市中央区波止場町3番12号	(078)331-6141	
新神戸ウェルネスクリニック	神戸市中央区北野町1丁目1 コトノハコ神戸1階	(078)272-0707	
公益財団法人兵庫県健康財団	神戸市兵庫区荒田町2丁目1-12	(078)579-3400	
公益財団法人 兵庫県予防医学協会	【健診センター】 神戸市灘区岩屋北町1-8-1	(078)855-2730	
	【健康ライフプラザ】 神戸市兵庫区駅南通5丁目1番2-300号	(078)652-5207	

体育奨励

姫路市的形的形潮干狩場とたつの市新舞子海岸「潮干狩り休憩所かもめ」と利用契約を結びました。被保険者並びにご家族の皆さまで楽しい時間を過ごしてください。

潮干狩り休憩所

「形的形潮干狩場」

開設期間：令和5年4月1日(土)から6月30日(金)
姫路市的形的形1718 電話番号：0120-559-939

	一般料金	利用者負担	申込方法
大人(中学生以上)	1,400円	900円	潮干狩り場利用券申込書に利用者負担金を添えて、事業所単位でお申し込みください。(利用者負担金を振込の場合は、後日利用券を郵送します。)
小人(4歳~小学生)	800円	500円	

※駐車場有。ただし、駐車料金要(1台：500円)

※電車をご利用の方は、山陽電車・大舞駅より送迎車が出ています。1名からでも送迎可能。

通常は、連絡しなくても電車の到着時刻に合わせて、送迎車が待機していますが、平日のご利用の場合は、連絡していただく送迎可能です。

※事前に員のばらまき状況を電話で確認のうえ、来場されたほうがより楽しめます。

※利用券の払い戻しはできませんので、ご注意ください。

「かもめ」

開設期間：令和5年4月15日(土)から6月25日(日)
(ただし、毎週火曜日・4月19日~21日・5月8日・24~25日・6月7日・21日~22日の合計18日間は除く。)
たつの市御津町新舞子海岸 電話番号：(079) 322-0028

	一般料金	利用者負担	申込方法
大人(中学生以上)	1,600円	900円	潮干狩り休憩所利用券申込書に利用者負担金を添えて、事業所単位でお申し込みください。(利用者負担金を振込の場合は、後日利用券を郵送します。)
小人(3歳~小学生)	1,000円	500円	

※事前に員のばらまき状況を電話で確認のうえ、来場されたほうがより楽しめます。

※利用券の払い戻しはできませんので、ご注意ください。

※駐車場有。ただし、駐車料金要(1台：500円)



夏期プール・冬期アイススケート

施設と利用契約を結び利用いただくよう準備を進めています。
詳しくはホームページに掲載しますのでご確認ください。



フリマアプリ・ネットオークション等での利用券の転売はできません。
不正使用・流用は利用契約解除の原因となり、加入員皆様の迷惑となりますので絶対におやめください。



日帰り保養施設

被保険者並びにご家族の皆さまの保養や疲労回復、健康増進の一助として、下記の施設と割引契約を結んでいます。利用券は当組合で用意しておりますので、日帰り保養施設利用申込書に利用者負担金を添えて、事業所単位でお申し込みください。(利用者負担金を振込の場合は、後日利用券を郵送します。)

※利用券に有効期限がある場合がありますので、詳細は当組合までお問い合わせください。

契約施設名	一般料金	利用者負担金	備考
鳴尾浜温泉 熊野の湯 西宮市鳴尾浜1-1-3 TEL: 0798-44-4126	990円 (中学生以上平日) 1,100円 (中学生以上休日)	400円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小人(3歳~中学生未満) 一般料金400円(土・日・祝日450円) ※3歳未満有料 ※介護入浴税75円がかかります。
万葉倶楽部 神戸市中央区東川崎町1-8-1 (神戸ハーバーランド) TEL: 078-371-4126	2,530円 (中学生以上全曜日) 1,270円 (小学生全曜日) 990円 (幼児3歳~全曜日)	1,200円 (中学生以上全曜日) 500円 (小学生全曜日) 400円 (幼児3歳~全曜日)	有効期限：あり
HATなぎさの湯 神戸市中央区磯辺通1-3-1 TEL: 078-231-4126	870円 中学生以上(平日) 970円 中学生以上(土・日・祝)	450円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小人(小学生以下)一般料金450円、 幼児(3歳から)300円(別途販売のみ) ※2歳以下無料 有効期限：あり
有馬温泉 金の湯 神戸市北区有馬町833 TEL: 078-904-0680	650円 中学生以上(全曜日)	350円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小学生340円、幼児無料 ※定休日：第2・4火曜日及び1月1日
有馬温泉 飯の湯 神戸市北区有馬町1039-1 TEL: 078-904-0256	550円 中学生以上(全曜日)	300円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※小学生250円、幼児無料(5歳未満) ※定休日：第1・3火曜日及び1月1日
有馬温泉 太鼓の湯 神戸市北区有馬町池の尻292-2 TEL: 078-904-3117	2,750円 (平日) 2,970円 (土・日・祝・特定日)	1,300円 中学生以上(全曜日)	※入浴のみ ※子ども(小学生)1,239円(平日) 1,430円(土・日・祝・特定日) 幼児(3歳から5歳)440円(平日) 550円(土・日・祝・特定日) (別途販売のみ) 有効期限：あり
加古川天然温泉 ぶくぶくの湯 加古川市加古川町南瀬学校前315-1 TEL: 079-456-2614	700円 中学生以上(平日) 800円 中学生以上(土・日・祝)	400円 中学生以上(全曜日)	※子ども 平日 一般料金400円、 土・日・祝日450円(別途販売のみ) 定休日：毎月第3木曜日 有効期限：あり

加入員1人あたり1回の申込につき20枚までの申込となります。
また、フリマアプリ・ネットオークション等での利用券の転売はできません。
不正使用・流用は利用契約解除の原因となり、加入員皆様の迷惑となりますので絶対におやめください。

契約保養所

日本旅行(窓口)及び亀の井ホテル(旧かんぼの宿)で予約・宿泊された方を限定に補助をいたします。加入員の皆さまの保養や疲労回復にご利用ください。

補助対象及び補助金額

年度内(令和5年4月1日~翌年3月31日)の利用日当日に資格を有する被保険者並びにご家族に対し、年度内1回に限り、大人(中学生以上)2,000円、小学生1,000円となります。(※小学生未満は補助の対象外です。)

補助対象外となるもの

- ・日本旅行及びかんぼの宿以外で利用された場合。
- ・日本旅行で予約したが、ネット予約された場合。

補助金使用方法

予約完了後、当組合まで利用者および宿泊日の連絡をお願いします。窓口で提示いただく証明書を対象者様へ送付いたしますので、利用料金精算時に証明書を提示いただくと組合補助を差し引いた額でご利用できます。



ワンポイント

- 被扶養者が就職したり年収が一定以上になると資格を喪失
- 扶養から外す手続きは5日以内に被保険者が事業主に届け出る

健康保険 の手続き 早分かり

被扶養者の要件と 被扶養者を扶養から外す手続き

春は生活の変化が多い季節です。これまで扶養していた家族が就職し、別の健康保険（健康保険組合、協会けんぽなど）に加入すると、被扶養者に該当しなくなり、扶養から外す手続きが必要となります。

被扶養者の認定要件は、被保険者の収入で生活していることに加え、①原則として国内に居住、②被保険者の3親等内の親族、③年収が基準以下④、のいずれにも該当することです。なお、3親等内の親族には、同居していないと被扶養者にならない人と、同居・別居は問わない人がいます。また、75歳（一定の障害のある人は65歳）以上の人は、後期高齢者医療の被保険者になるため、被扶養者にはなりません。

※扶養家族の認定収入基準の範囲

(次の①②の両方を満たす)
①年収130万円未満（60歳以上または障害者の場合は180万円未満）

- ②被保険者と同居の場合
年収が被保険者の収入の半分未満
- 被保険者と別居の場合
年収が被保険者からの仕送り額より少ない

次のような人は被扶養者から外れます

- 就職して別の健康保険の被保険者になった
- パートやアルバイト先で健康保険の被保険者になった
- 結婚して他の被保険者の被扶養者になった
- 年収が収入基準以上になった
- 年収が被保険者の2分の1を超えた
- 年収が被保険者からの仕送り額を上回った
- 同居が扶養の要件である人が別居した
- 亡くなった
- 被保険者と離婚した
- 75歳になった（後期高齢者医療の対象）

就職や引っ越しにより被扶養者が要件を満たさなくなったときは、扶養から外す手続きが必要です。被保険者が「被扶養者（異動）届」に資格喪失する被扶養者の保険証を添えて、5日以内に事業主に届け出ます。万一、資格喪失した人が保険証を使って医療機関を受診した場合、自己負担分を除いた医療費（保険者が負担した分）を返還しなければなりません。

被扶養者から外す手続きは5日以内



年に1回の 健診を受けましょう!

Let's Go!

健診



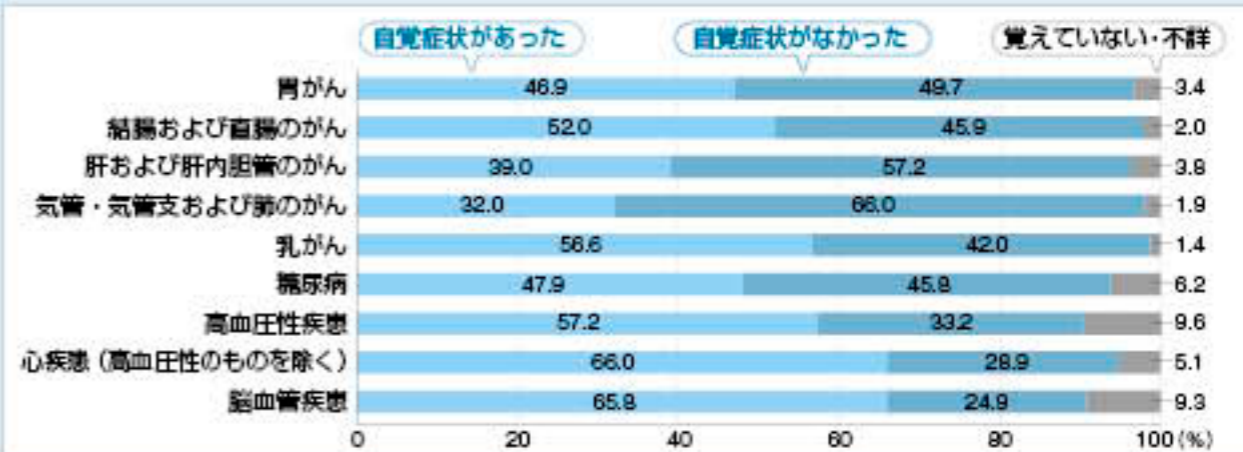
人の体は、加齢や食事・運動などの生活習慣により少しずつ変化していきます。健康診断は、今の体の状態を把握し、自分では気付かない異常を見つけ出して病気の早期発見・早期治療につなげる大切なチャンスです。健診は年に1回受診することができます。今年も受診して、安心・元気に過ごしましょう!



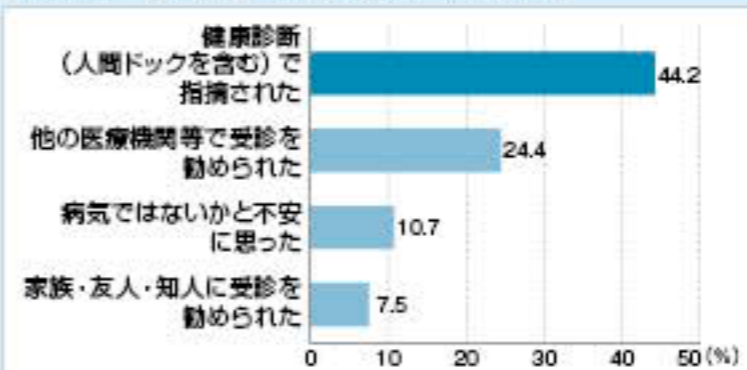
きっかけはやはり「健診」!

がんや糖尿病、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病は、初期には自覚症状のないまま進行することがほとんどです。健診を年に1回必ず受診することで、こういった病気の早期発見や重症化予防につながります。

傷病分類別に見た外来患者の自覚症状の有無



自覚症状はなかったが受診した理由（複数回答）



初めて医師に診てもらった時に「自覚症状がなかった」方は、非常に高い割合になっています。また、自覚症状なく受診した理由の1位は「健康診断（人間ドックを含む）で指摘された」となっています。



厚生労働省「令和2年受療行動調査（確定数）」の概況より作成

健診を健康づくりに生かしましょう

健康状態を知るには、最新の結果だけでなく、前回までの数値との比較が大切です。基準値内であっても、数値の急激な悪化や、少しずつ継続的な悪化が見られる場合は要注意です。

健診結果で「要検査」「要治療」と判定された方は、自覚症状がなくても放置しないで速くに対応しましょう。

40歳以上の方で健診の結果、メタボリックシンドロームまたはその予備群と判定され、特定保健指導の対象となった方は、生活習慣の改善に向けて、保健師や管理栄養士のサポートが無料で受けられますので、積極的にご利用ください。



家族みんなで 楽しく 健康習慣!

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!

ヨガでカラダを ととのえる!

筋トレで、 になりたい自分へ!

空き時間で、 テレワーク!

自分へのご褒美! スイサウナ

家族で楽しく オンライン!

マシニング 空室エクスプレス



お得に始めるチャンス! 春の入会キャンペーン実施中!

4/1(土) ▶ 5/28(日)

月額固定 使いたい放題プラン

おすすめ! 月々 **9,570** 円 (税込) Monthly コーポレート会員

・事務手数料 0円
・月会費 **1** か月分 **0** 円
・レンタル用品 通常 3,740 円/月(税込) **最大 2** か月分
タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

※ご家族もご一緒に / 2人以上なら、さらにお得!
新入会でもおとずれ月会費1か月分 **1,100** 円(税込) **割引!**

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/回(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
入会当日

※利用は、ルネサンスに初めてご入会される方(退会後7ヵ月以上経過している方も含む)のみ適用。フィットネス個人会員からコーポレート会員への変更は対象外です。※9ヵ月以上、月額固定プランでご利用の方に限ります。(1Dayコーポレート会員は対象外) ※レンタル用品のお取り返しが無い店舗や、キャッシュレス決済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!  お手続に必要なものなど詳細もご案内しています。

3023番_44001000147