

Wellset

ウェルセット

3

2024
No.318

令和6年度予算のお知らせ

令和6年度 保健事業年間スケジュール

実施・申込に関するご案内は、『Wellset』および健保組合ホームページで行いますので、ご確認ください。

契約医療機関での健康診断 通年(4月～翌年3月)		生活習慣病健診・人間ドック
4月～8月		春季婦人生活習慣病予防健診
5月		東京総合健保 テニスフェスタ2024
6月～8月		家庭常備薬配付および補助斡旋 ※補助金額1,800円あり
7月～8月		第36回 事業所対抗 野球大会
10月～11月		第11回 フットサル大会
10月～11月		東振協 いきいき健康づくり2024
10月～1月		秋季婦人生活習慣病予防健診
10月～12月		インフルエンザ予防接種費用補助
1月～2月		家庭常備薬割引斡旋 ※補助金なし
1月～2月		Webによる介護・健康講座 ※受講料 無料
2月～3月		第33回 東京総合健保 ミニマラソン大会

毎年健診を受けましょう。年1回補助が受けられます。



テニスフェスタや野球大会については、4ページを見てね！



フットサル大会は女性の参加も大歓迎です！



健保組合の保健事業を活用して健康に過ごそう！



令和6年度の保険料率は前年度と同率に据え置きます

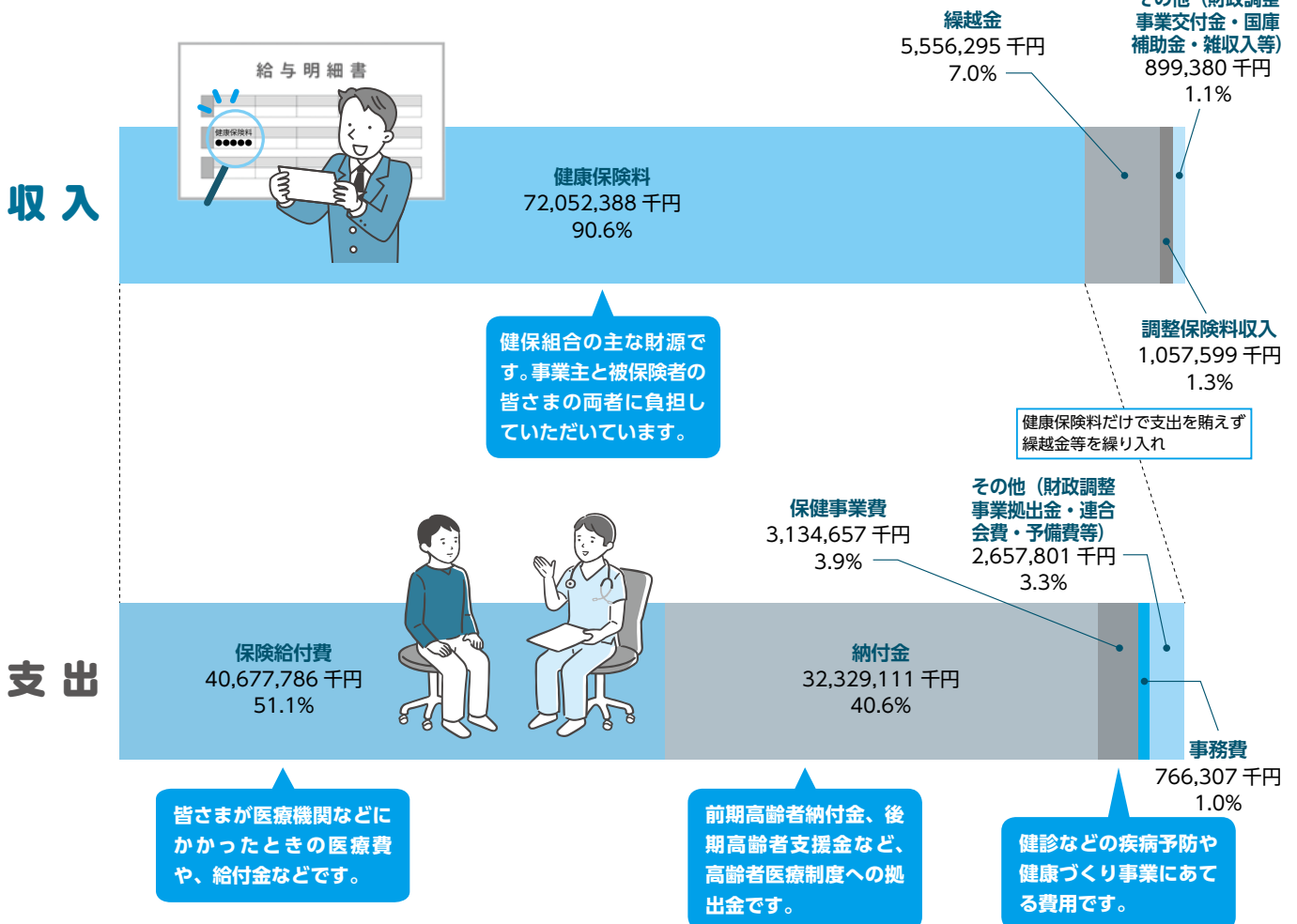
令和6年2月20日に開催されました第89回組合会において、当健保組合の令和6年度の事業計画および予算が慎重審議のうえ承認され、一般保険料率・介護保険料率ともに前年度と同率に据え置くこととなりました。

一般
勘定

合計 **79,565,662千円** 経常収支差引額 ▲4,750,702千円 ●保険料率 90/1000
 内) 経常収入合計 72,225,451千円 経常支出合計 76,976,153千円 ●被保険者数 140,830人

保険料収入の基礎となる被保険者数や標準報酬月額等は堅調に推移しておりますが、それを上回る勢いで医療費や高齢者医療制度への納付金の増加が続いており、令和6年度は不足する保険料収入を令和5年度の決算残金約56億円を繰り入れる予算編成となりました。

団塊世代がすべて後期高齢者となる2025年、高齢者数がピークを迎える2040年に向けて医療費と納付金の更なる増加が見込まれるうえ、国会では少子化対策の財源として令和8年度から新たな支援金を拠出する法案が審議されるなど、財政状況はより一層厳しくなることが予想されます。従いまして令和6年度においても事業方針に基づき効果的・効率的な事業運営に努めてまいりますので、皆さまにおかれましては、日頃の疾病予防・健康づくりによる医療費節減に引き続きご協力いただきますようお願いいたします。



※端数処理の関係で、各項目を合計した金額とは一致しない場合があります。

合計 8,255,340千円

●保険料率 18/1000

●介護保険第2号被保険者たる被保険者数 60,610人

収入



介護保険料
7,623,225千円 92.3%

繰越金
632,103千円 7.7%

雑収入
12千円

支出

介護納付金
7,952,339千円 96.3%

介護保険料還付金
3,000千円

予備費等
300,001千円 3.6%

健保組合は、40歳以上64歳以下の被保険者の皆さまから介護保険料を徴収し介護納付金として国へ納めています。介護納付金が年々増加していることから、一般勘定同様、不足する保険料収入を令和5年度の決算残金約6億円を繰り入れる予算となっており、介護勘定についても厳しい財政状況となっています。

※端数処理の関係で、各項目を合計した金額とは一致しない場合があります。

令和6年度事業方針

1 組合員の健康管理・疾病予防のために、保健事業を促進します。

- とくに特定保健指導の実施率の向上に向け、効果と利便性を高めるため、外部委託の更なる推進及び健診当日の初回面談の実施を推進し、又実施率の影響が大きい事業所に重点的に受診勧奨のお願いをします。
- 前期高齢者の医療費に比例して前期の納付金が決まることから、医療費抑制のために前期予備軍（50歳～64歳）で、健診結果の各数値が受診勧奨対象者で未受診者に受診勧奨を行います。
- 糖尿病性腎症等に対する受診勧奨を拡充します。
- セルフメディケーション意識を高め、医療費負担を軽減するため家庭常備薬を配付します。
- 健康経営（健康企業宣言）に取り組む企業を拡大するため、健康スコアリングレポートの活用や、各事業所の医療費・健診データを集計・分析資料として提供し（データヘルス）フォローアップも強化します。

2 収入の確保・支出の抑制に努めます。

- 優良事業所の加入促進に努めます。
- 滞納事業所に対する早期着手と滞納の防止に努めます。
- マイナンバーを活用し、被扶養者資格の再確認（検認）を強化します。
- 現金給付（傷病手当金・柔道整復施術療養費等）の迅速かつ適正な審査を推進します。
- 第三者行為（交通事故等）による損害賠償債権を確実に回収します。
- 返納金債権（資格喪失後受診）発生防止のため保険証の回収を強化するとともに、返納金回収も強化します。
- 医療費通知・ジェネリック薬品の使用促進通知を行い医療費削減に努めます。

3 デジタル基盤の構築に向けた取組みを推進します。

- 保険証の廃止に向け、マイナンバーカードの保険証の利用登録について加入者への更なる周知徹底や、オンライン資格確認システムへの迅速で正確な加入者情報の登録に取り組めます。そのため、電子申請による届出を更に促進し、加入者情報等の早期紐づけと事務手続きコストの負担軽減を図ります。
- マイナポータルからの情報（医療費・薬剤・健診等）の利用を促します。

4 事務処理体制の整備や事務処理方法の見直し、改善等を常に実施します。

- 事務処理の効率化・簡素化を推進するため、一時的な業務量の多寡への対応や優先度に対応できる職員の多能化を図るなど、柔軟かつ最適な事務処理体制を構築します。
- 事故防止の観点から、内部統制を強化し職員資質の向上に努めます。
- 個人情報・特定個人情報（マイナンバーを含む）の保護と管理を徹底します。



第36回 事業所対抗 野球大会

熱中症予防等の理由から開催時期を検討中ですが、令和6年度は、令和5年より1週繰り上げて7月3日(水)から大会をスタート!

<https://www.tfkenpo.or.jp> ▶ 保健事業NEWS ▶ 野球大会参加申込案内



東京総合健保 テニスフェスタ 2024



令和6年3月15日申込開始です。(被保険者、被扶養者の方対象) レベル別のシングル、経験者のダブルス、また小さなお子さんと楽しめる親子部門と豊富な5コースをご用意しております。(グループレッスンを新設) 詳しくは、当健保組合ホームページで確認してください。

<https://www.tfkenpo.or.jp> ▶ 保健事業NEWS ▶ 東京総合健保テニスフェスタ2024



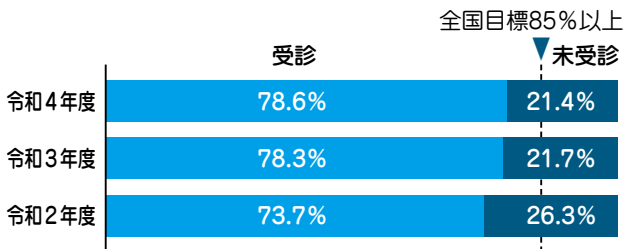
令和4年度 健診受診結果を報告いたします



令和4年度の当健保組合の健診受診率は以下の結果となりました。健診は病気の早期発見・早期治療につながります。必ず年度内に1回ご受診ください。

◆特定健康診査の受診率

特定健康診査の受診率は78.6%でした。

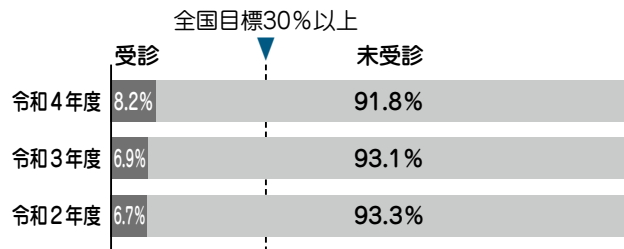


特定健康診査

特定健診は、メタボをはじめとする生活習慣病をいち早く見つけて、予防・改善につなげるための健診です。当健保組合の健診(生活習慣病健診/人間ドック)には、特定健診の検査項目がすべて含まれていますので、別途特定健診を受ける必要はありません。毎年欠かさず受診することで生活習慣の課題を見つけ、早めの対策を心がけましょう。

◆特定保健指導の実施率

特定保健指導の実施率は8.2%でした。



特定保健指導

特定健診の結果、生活習慣病を発症しやすい状態ではあるけれど、治療の域には達していない方を対象にした保健指導です。このタイミングを逃すと動脈硬化はさらに進化し、心臓病や脳卒中、腎不全といった命に関わる深刻な病気を発症しやすくなります。特定保健指導はあなたに合った健康目標を見つける場です。無料で受けられますので積極的に受診しましょう。

被扶養者の皆さまの受診率が低い場合、ご家族で健診を受診されているか話をしてみてもいいかもしれません。





【事業所概要】

- 所在地 東京都千代田区大手町1-6-1 大手町ビル8階
- 従業員数 41名（令和6年2月1日）
- 健康経営優良法人 2021年～2023年認定（2021年～2023年ブライト500認定）

Q 健康経営に取り組むきっかけは？

健康は従業員が仕事で活躍する上で最も重要なことだと考え、創業以来、働き方の質の向上について多様な取り組みを行ってきました。

採用活動をする中でも、学生から「不動産業はブラックなのではないか」と嫌厭されることが少なくありません。それを払拭し、優秀な方に入社していただくこと、そして入社後も長く活躍してもらいたいという経営判断があり、健康経営に力を入れて取り組んでいます。



健康経営の取り組みを進める人事部の岸春華さん(中)、会社が進める取組みに積極的に参加している不動産販売グループの宮内健吾さん(左)と加納拓弥さん(右)

Q どんな取組みを実施されていますか？

弊社は若い社員が多く、健康に対する課題を感じている人が少ないため「将来の健康不安を軽視する傾向が強いこと」が課題です。そこで健康を維持するための働き方の工夫を主な取組みとし、勤務時間調整、勤務中の喫煙制限、食生活改善などに力を入れて行っています。

① 健康診断やストレスチェックによる健康の向上

健診受診率 100%は必ず実現することとし、健診結果などから健康課題を整理して目標を設定し、さまざまな取組みを行っています。

また、ストレスチェックについても社内全員が100%実施することとし、メンタルヘルスマネジメントについても配慮しています。

一般的なストレスチェックのほか、年間2回の「360度サーベイ」を実施し、上司やその他関わるスタッフに対して自分の思うこと（相手への業務上の改善希望点含め）を伝える機会や、感謝を伝える（受け取る）機会を作っています。

高い目標を追求する組織では、一定程度のストレスは不可避ですが、そのストレスを改善できる人間関係を土台にしておくことや、自分の居場所や心理的安全性を認識する機会が、最終的には自らストレス解消できるパワーの源になると考え、ストレスチェックだけでなく360度サーベイの取組みをとっても大事にしています。

360度サーベイは、普段は照れくさくて伝えられない感謝の気持ちを相手に贈ることができ、とてもありがたいです。自分にも多くのメッセージをいただき、「ここに居場所がある」「承認されている」と感じて気持ちよく働くことに繋がっています。

宮内健吾さん（不動産販売グループ/係長）



② 「働き方をより良くする」制度づくり

健康に留意して「より良い働き方を目指す」さまざまな取組みを行っています。

■部署ごとの勤務時間調整制度

従来は全社一律の勤務時間でしたが、生産性向上と社員の健康を考えた結果、組織の最小単位であるユニットごとに勤務時間を調整できる制度に変更し、残業時間を削減することができました。

■シェアの取組み

身体的な健康感とともに、心理的な健康感、組織効力感も非常に重要と考えています。「悩みの9割が人間関係」というアドラー哲学の考え方に則り、人間関係の負荷を軽減する取組みとして、「シェア」の時間をかなり多くとっています。



※「シェア」とは、朝礼、終礼時や、月2回の全体ミーティングで周囲の人に自分の考えを話し、それを聞いてもらうという取組みです。周りの人の考えに触れることで連帯感が生まれ、また自分の考えを知ってもらうことで安心感ももたせたり、組織効力感を高めることがねらいです。

③ 健康に関する社内活動やイベントなど

ゴルフやバスケなど体を動かす部活動や、ダイエット部などもあります。会社からの補助があり、参加率は年々上がっています。今後は健保組合のフットサル大会にも参加していきたいと思っています。

また、冬は使い捨てカイロ、夏は塩飴やファンベストを配付したり、サラダや軽食を配付する取組みやイベントも行っています。会社が社員の健康に配慮することが、本人の健康意識への働きかけになっています。

バスケ部のみなさん



④ 健康経営の取組みを情報発信

健康経営の取組みを、YouTube や TikTok、Instagram などの SNS で情報発信し、社内外の方に理解していただけるように努めています。

各種メディアからの取材依頼も積極的に受け、これまでも日経ヘルスや朝の情報番組 ZIP! など弊社健康経営の取組みを取材していただきました。

Instagram をご覧ください!



TOKYOBIGHOUSE.SAYYOU

Q 健康優良企業への取組みをされて変わったことや良かったことを教えてください

弊社での「健康」の定義は幅広く置いており、身体や心が健康であることはもちろん、会社と社員の関係も健康・健全であることを目標として、健康経営に取り組んでいます。これが入社後の定着率や生産性の向上につながっていると感じます。

健康経営優良法人として認定されたことで、採用時に「ブラック企業ではないか」と心配する親御さんに安心いただけるようになりました。また社員が仕事をする中でも、名刺にブライト500のロゴが入っていることで、取引先の大手企業様からも一目置かれるようになり、社員のモチベーションアップにもつながっています。



「健康経営[®]」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。上記 SNS サービスの各名称は各社の商標または登録商標です。

2024年12月2日に健康保険証が廃止されます

お使いですか？ マイナ保険証



マイナンバーカードの保険証利用のメリット

昨年末、政府は今の健康保険証を2024年12月2日に廃止することを正式決定しました。マイナンバーカードを保険証として利用登録（マイナ保険証）することで、こんなメリットがあります。今のうちから使ってみませんか？



◎ よりよい医療が受けられます

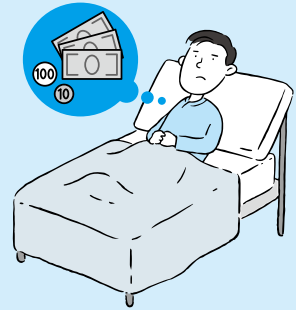
特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査のリスクが少なくなります。
※本人が同意した場合のみ。



薬の情報も医師や薬剤師と共有でき、重複投与や禁忌薬剤投与のリスクが少なくなります。
※本人が同意した場合のみ。





医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が不要になります。



マイナンバーカードで受診するための準備

1 マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

申請 ※以下から選択

1  
スマホから パソコンから
オンライン申請

2 
証明写真機から

3 
郵送

受け取り

- 1 ハガキが届く
- 2 受け取りに行く



詳しくはこちら



マイナンバーカード
総合サイト

▶ 2へ

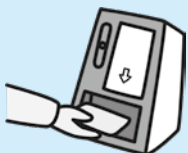
2 マイナンバーカードをお持ちの方は保険証利用の申込み

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、申込みが必要です。 ※以下から選択

※下記のほか市区町村の窓口でも申込みます

医療機関で

- 医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申込みます



スマホから

- 下記3つを準備

- 1 マイナンバーカード
- 2 マイナンバーカード読取対応のスマホ
- 3 アプリ「マイナポータル」のインストール

- STEP1** 「マイナポータル」を起動する。
STEP2 「申し込む」をタップする。
STEP3 利用規約等を確認して、同意する。
STEP4 マイナンバーカードを読み取る。

マイナポータル



iPhone Android



セブン銀行ATMで

- 必要なものはマイナンバーカードのみ！

ATM画面

マイナンバーカードでの手続き



健康保険証
利用の申込み



任意継続被保険者制度のご案内

会社を退職すると翌日から健康保険の被保険者の資格を失いますが、次の条件を満たしていれば、所定の手続きを行うことによって、退職後も個人で当健保組合に継続して最長2年間加入することができる制度です。

1 加入の条件

- 条件 ①** 被保険者期間が継続して2カ月以上あること
条件 ② 申出書を退職日の翌日から20日以内に到着するように健保組合へ提出すること
(※退職日の2週間前から申出書を事前にお預かりいたします)



2 加入手続き

STEP ① 資格取得申出に必要な書類を健保組合に提出します。

- (1) 任意継続被保険者資格取得申出書
- (2) 居住証明書（住民票、免許証どちらかの写し）



STEP ② 資格取得申出書を受付後、資格喪失日（退職日の翌日）以降に任意継続被保険者の資格取得手続きを行います。

保険証（被扶養者がいる方は家族分含む）、70歳以上の方には高齢受給者証、納付書（初回分・2回目以降）、「健康保険任意継続被保険者資格取得通知」、「任意継続被保険者制度の注意事項について」がご自宅に簡易書留で届きます。

STEP ③ 初回保険料を振り込みます。

- ※当健保組合指定の金融機関より納付期日までにお振り込みください（みずほ銀行、三井住友銀行）。
- ※初回保険料を納付期日までに納付されなかった場合は、任意継続被保険者の資格は取消しとなります。

当健保組合の任意継続保険料（令和6年4月以降）

40歳～64歳 退職時の標準報酬月額に応じて計算 上限 150,120円(月額)
それ以外 退職時の標準報酬月額に応じて計算 上限 125,100円(月額)

- ※ 任意継続の保険料は退職時の報酬月額によって決定されます。
事業主負担分がなくなりますので退職時の健康保険料控除額の2倍となります。

☆任意継続被保険者制度をご希望の方は当健保組合ホームページで詳細をご確認ください。

https://www.tfkenpo.or.jp/member/outline/retire_a02.html



国民健康保険との比較について

国民健康保険の保険料は、ご本人の前年の所得や退職理由（解雇・倒産など）によって異なりますので、お住まいの市区町村の国民健康保険窓口へお問い合わせください。

※平成22年4月より退職理由によっては、国民健康保険料の軽減措置が行われており、任意継続保険料より安くなる場合があります。

現在、任意継続被保険者として加入されている皆さまへ

- 令和6年4月からの保険料払込用紙（納付書）の送付について
 - 1) 毎月納付されている方 …… 令和6年3月27日(水) ご自宅へ発送予定
 - 2) 年一括または半期ごとに納付されている方 …… 令和6年3月1日(金) ご自宅へ発送予定
- 任意継続被保険者期間（2年）の満了により資格を喪失される方には満了日より前に「任意継続被保険者資格喪失通知書及び証明書」をご自宅へ送付します。現在お持ちの任意継続被保険者の保険証（家族分を含む）は資格を喪失した日から5日以内に健保組合へご返却ください。

重症化予防の個別通知

受診が必要な方は、早めにご受診ください！

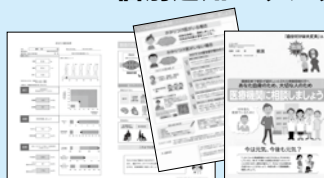
当健保組合では重症化予防対策に力を入れており、医療機関への受診が必要な方には受診をすすめる通知を個別にお送りしています。

「通知が届いていたけれど忙しくて忘れていた！」という方はいらっしゃいませんか？ ぜひ早めにご受診ください。

生活習慣病は、放置しているといつの間にか重症化してしまい、治療の負担が大きくなってしまいます。まだ大丈夫、などと自己判断せず、早めに受診しましょう。

個別通知が届きましたら
必ずご確認ください、
この通知を持参して
ご受診ください。

個別通知のサンプル



第89回 組合会が開催されました

去る2月20日(火)に組合会が開催され、次の議案について可決・承認されました。

議 題

- 第1号議案 令和6年度事業計画（案）について
- 第2号議案 令和6年度健康保険収入支出予算（案）について
- 第3号議案 令和6年度介護保険収入支出予算（案）について
- 第4号議案 令和6年度収入支出予算の款内項間流用について
- 第5号議案 組合諸規程等の一部改定及び組合財産の資産運用について
(総務金融委員会報告)
- 第6号議案 事業所編入について (編入審査委員会報告)
- 第7号議案 保健事業について (保健事業推進委員会報告)
- 第8号議案 理事長専決処分について



事業概況

令和6年
1月末現在

事業所数



1,441社

被保険者数



男 86,819人
女 50,166人
計 136,985人

被扶養者数



83,835人

ご家族あわせて



220,820人

平均標準報酬月額



407,665円