

KENPO

For your health

138
2023 春号



大阪鉄商健康保険組合

令和5年度 予算

令和5年度保険料率は 据え置きとなります。

一般勘定 **96%** 介護勘定 **18%**

予算総額 12,159,312,000円

一般勘定 **11,001,726,000円**

介護勘定 **1,157,586,000円**

令和5年2月に開催しました第154回組合会において、令和5年度予算案が承認されました。

令和5年度における予算につきましては、支出の約半分を占める医療費について、コロナウイルス感染症が一定の落ち着きを見せていることなどにより、昨年度の医療費をピークとして少し減少するものと予想されます。

しかしながら、高齢者医療保険制度に関する拠出金については、前年度を大きく上回ることが見込まれ、全体としては、前年度を上回る支出となる見込みです。

また、収入面においては、令和2年度のコロナ関連による収入の落ち込みから回復し、平均給与額も伸びている状況ですが、さまざまな経済活動の不透明感はぬぐえない状況から、賞与等の支払額に影響を及ぼすことが予想され、保険料収入の大幅な増加は見込めない状況となっています。

これらのことから、令和5年度予算策定にあたり収入の不足分を準備金から繰入を行うことにより収支の均衡を図り、保険料率の変更は行わず予算編成を行いました。

今後につきましても高齢化による医療費の増加や、団塊の世代の75歳到達に伴う高齢者支援金の増加が見込まれることから、現役世代の負担増は避けられないことが予想され、現在の法の枠組みでは、現役世代の負担軽減が不十分であると言わざるを得ず、国に対して健康保険組合連合会を通じ、国民皆保険制度の健全な運営のため、さらなる制度改革を求めているところです。

当健康保険組合では、被保険者の皆様とご家族の皆様の健康を維持するため、健康診断費用の補助事業や重症化予防事業を始めとした、保健事業のより一層の充実を図り、効率的かつ効果的な事業運営を図りたいと考えますので、今後につきましても皆様のご理解ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

予算概要

一般勘定（健康保険）

● 収入

保険料収入については、現在の保険料率96%を維持し、99億9,884万2千円を計上。その他収入といたしまして、高額医療交付金や健診の自己負担金などで2億288万4千円、準備金からの繰り入れで8億円を計上し、収入の総額は110億172万6千円となりました。

● 支出

保険給付費については、昨年度の医療費の動向等やコロナウイルス感染症の影響等を勘案し、51億636万2千円を計上しました。

また、高齢者医療保険制度に係る納付金や支援金については、令和3年度の精算金が追加され、昨年度から5億円弱の増加となる49億8,818万6千円を計上し、保険給付

費と合計すると総支出の約91.8%を占めます。

その他の支出といたしましては、皆様の健康維持増進を目的とした保健事業費を5億362万円計上し、事務所運営にかかわる経費及び予備費を含めた総支出額は、110億172万6千円となりました。

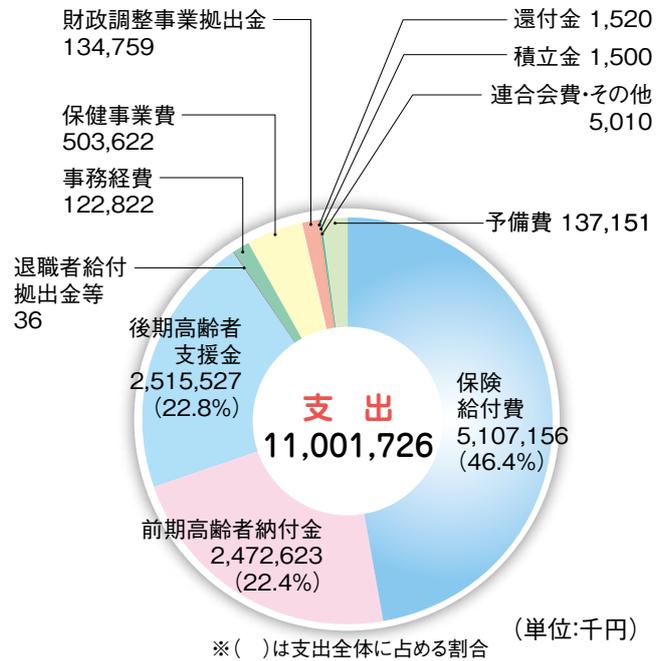
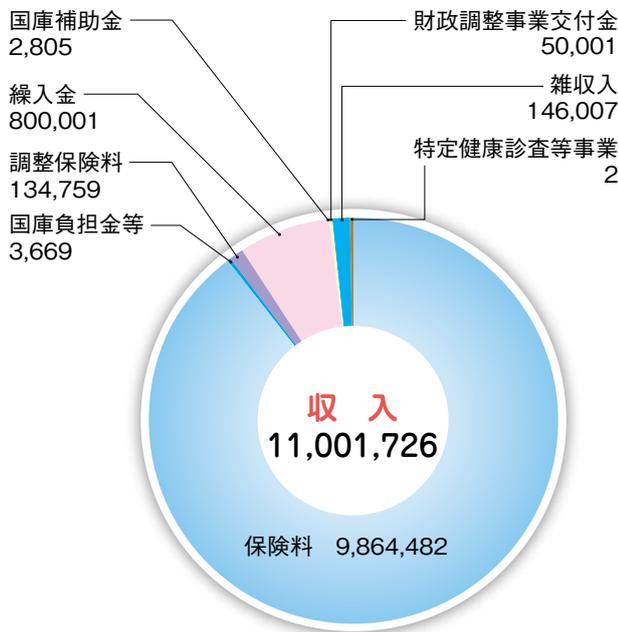
介護勘定

介護勘定につきましては、国へ納付する介護納付金がほとんどの支出額となり、令和5年度の納付金については、昨年度より約9,000万円増加の11億5,337万4千円となりました。

この支出額に対応する収入額とするため、介護保険料率は据え置き、準備金より5,000万円の繰り入れを行いました。

収入支出予算の概要

一般勘定の収入支出のあらまし



被保険者1人当たりでみると

(単位:円)

項目	金額
保険料	533,215
国庫負担金	198
調整保険料	7,284
繰入金	43,243
国庫補助金	152
財政調整事業交付金	2,703
雑収入	7,892
合計	594,687

項目	金額
保険給付費	276,062
前期高齢者納付金	133,655
後期高齢者支援金	135,974
退職者給付拠出金等	2
事務経費	6,639
保健事業費	27,223
還付金	82
財政調整事業拠出金	7,284
積立金	81
連合会費・その他	271
予備費	7,414
合計	594,687

予算編成基礎数値

介護勘定の予算 (単位:千円)

一般勘定

- 被保険者数 18,500名
- 被扶養者数 15,695名
- 平均標準報酬月額 373,000円
- 一般保険料率 94.710/1,000(労使折半)
- (内訳) 基本保険料率 46.818/1,000
- 特定保険料率 47.892/1,000
- 調整保険料率 1.290/1,000(労使折半)

介護勘定

- 介護保険第2号被保険者数 13,361名
(内 健康保険の被保険者数 9,400名)
- 平均標準報酬月額 433,000円
- 介護保険料率 18/1,000(労使折半)

収入

保険料	1,107,583
繰入金	50,000
雑収入	3
合計	1,157,586

支出

介護納付金	1,153,374
還付金等	100
予備費	4,111
雑支出	1
合計	1,157,586

お知らせ

令和5年3月分(任意継続被保険者は4月分)
からの保険料率は以下のとおりです。



■健康保険料率(労使折半)

※合計の保険料率に変更はありません。

			変更前 (カッコ内は折半数値)	変更後 (カッコ内は折半数値)
健康 保 険 料 率	一般 保 険 料 率	基本保険料率	48.882/1,000(24.441/1,000)	46.818/1,000(23.409/1,000)
		※1特定保険料率	45.838/1,000(22.919/1,000)	47.892/1,000(23.946/1,000)
		※2調整保険料率	1.280/1,000(0.640/1,000)	1.290/1,000(0.645/1,000)
	計	96.000/1,000(48.000/1,000)	96.000/1,000(48.000/1,000)	

※1 特定保険料率は、一般保険料率の内、国への納付金に充てるための保険料率です。

※2 調整保険料とは、高額な医療費や財政逼迫組合への助成事業の財源に充てるための保険料で、その料率は毎年度、健康保険組合連合会が設定します。

■介護保険料率(労使折半) … 変更はありません。

健康保険の被保険者で40歳以上65歳未満の方が対象です。

介護保険料率	18.000/1,000(9.000/1,000)
--------	---------------------------

■任意継続被保険者の標準報酬月額 … 変更はありません。

健康保険法第47条第1項第2号で定める令和4年度の任意継続被保険者に係る標準報酬月額の上限は以下のとおりです。

標準報酬月額	380,000円
--------	----------



令和5年4月1日以降の出産から
出産育児一時金が増額されます

420,000円 → 500,000円

(産科医療補償制度掛金を含む)



保健事業

当健康保険組合では、被保険者と被扶養者の皆様が健康な生活を送れるように、健診費用等の補助を行い、健康増進のためのさまざまなサポートを行っています。



病気の早期発見と早期治療のために

一般健診・生活習慣病予防健診・人間ドックにかかる費用を補助します。

種 目	対象年齢	検 査 項 目
一般健診 (B)	40 歳未満	身長・体重・視力・聴力・血圧・尿検査・胸部X線
一般健診 (C)	制限なし	身長・体重・腹囲・視力・聴力・血圧・尿検査・胸部X線・血液検査
一般健診 (D)		身長・体重・腹囲・視力・聴力・血圧・尿検査・胸部X線・血液検査・心電図
生活習慣病 予防健診	35 歳以上	身長・体重・BMI・腹囲・視力・聴力・血圧・尿検査・胸部X線・血液検査 心電図・胃検査
人間ドック		身長・体重・BMI・腹囲・視力・聴力・血圧・尿検査・胸部X線・血液検査 心電図・胃検査・腹部超音波

年度内
いずれか 1 回

罹患率の高い**5つのがん**に関する検診費用を補助します。

種 目	対象年齢	検 査 項 目
子宮がん	20 歳以上	頸がん・体がんの細胞診
乳がん	30 歳以上	マンモグラフィ・エコー
肺がん	35歳以上	喀痰細胞診・シフラ
前立腺がん		PSA・エコー
大腸がん		便潜血

年度内
それぞれ 1 回

※他にも**健診等の二次検査・インフルエンザのワクチン接種や歯周治療(検査)・禁煙治療**に関する費用を補助します。

詳しくは、当健康保険組合ホームページをご覧ください



がん検診のすすめ 早期発見が大切！



今年は、「健診」と「がん検診」を合わせて受けませんか。
後悔先に立たずです。

がん検診のメリット！

メリット

① 早期発見できる！

早期発見できれば高い確率で治癒すると
いられています。



メリット

② がん以外の病気もみつける ことができる！

子宮筋腫や子宮内膜症など、特に女性特
有の病気も早期治療につなげることがで
きます。



メリット

③ 安心して生活できる！

健診を受けて「異常なし」と診断されれば、
安心して毎日を過ごすことができます。



検診費用を一部補助します。

禁煙のすすめ

健康のために禁煙…と思っても自分の意志だけではなかなかうまくいかないものです。

しかし、うまくいかない理由は意志に問題があるからではなく、ニコチン依存の状態にあることです。

自分にあった方法でさあ禁煙！



当健康保険組合の禁煙サポート

方法はⅠまたはⅡを選択

Ⅰ 禁煙外来で支払った治療費を請求により補助します。(実質0円)

Ⅱ アプリによる“卒”煙プログラム

医師開発アプリ「**ascure 卒煙**」により保健師などが「完全オンライン」で支援します。



{ プログラムの特徴 }

1

資格をもった指導員による定期的なオンライン面談での丁寧なアドバイス

2

アプリで毎日をフォロー

3

ニコチン依存がなくなるまで、しっかり6ヶ月間のサポート

禁煙補助剤はご自宅に送付されますので通院は不要です！ **参加費0円**

ascure 卒煙アプリをダウンロード



(Androidの方)



(iPhoneの方)



※サポートは1回限りです。



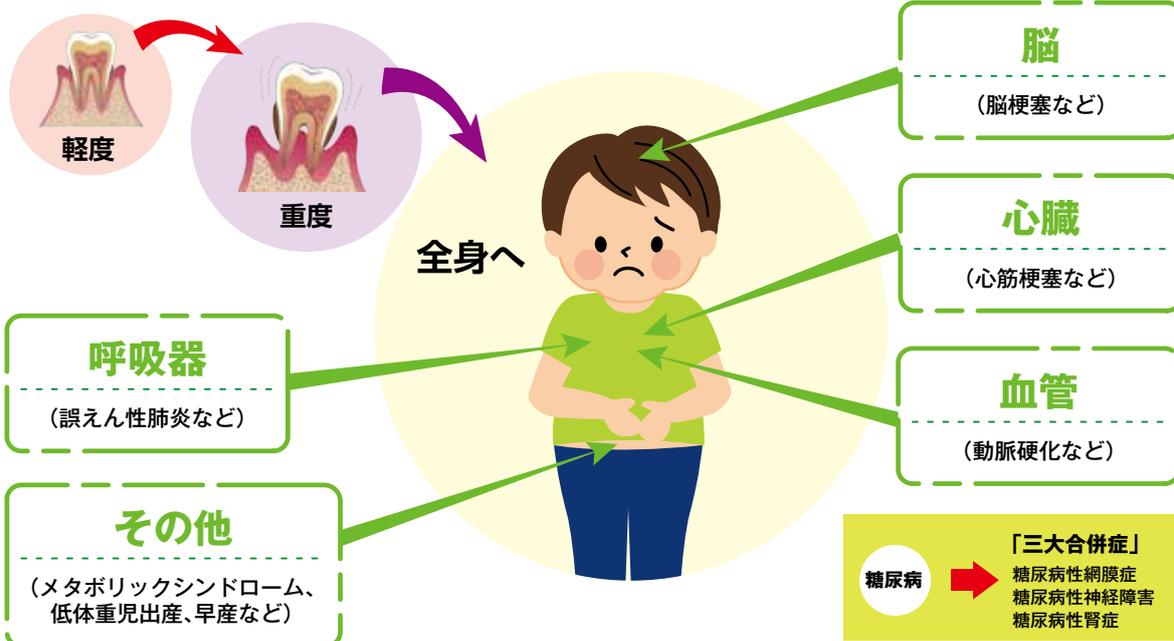
禁煙成功者には特典をプレゼント！ ※K-POINTの登録が必要です。

詳しくは、当健康保険組合ホームページをご覧ください



「歯の健康」は、 全身に影響します！

歯周病の進行



定期的な受診で歯周病の早期発見・早期治療に繋がります。

歯周病予防のために「かかりつけ歯科医」を持ちましょう！

- ・当健康保険組合では、40歳以上の被保険者・被扶養者に歯周組織の検査・治療等の補助を行っています。
- ・40歳未満の方も含め、全ての被保険者・被扶養者には歯周組織の検査のみを無料で行う「ファミリー歯科健診」を実施しています。

詳しくは、当健康保険組合ホームページをご覧ください

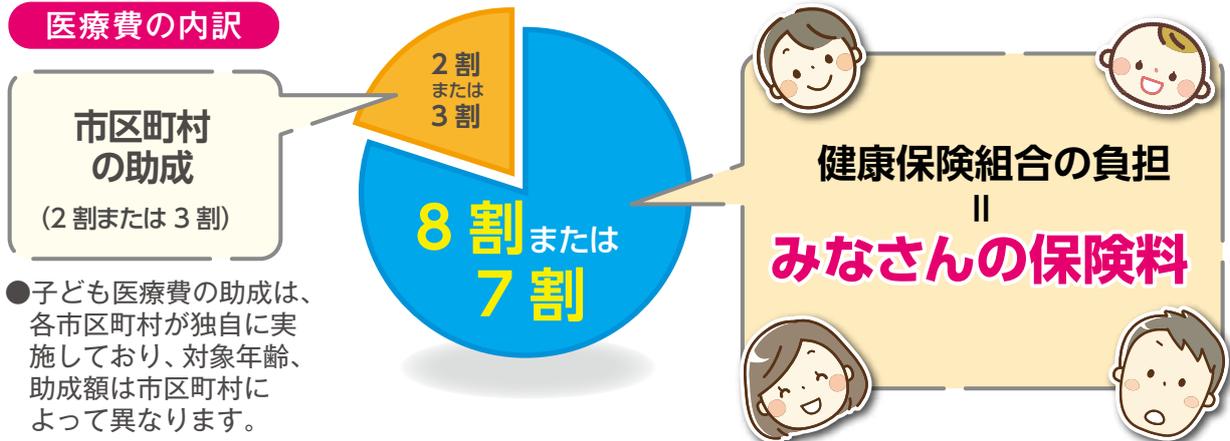


知っていますか？

子ども医療費の仕組み

子どもが病院にかかったとき、各市区町村の助成により、窓口へ支払う個人負担金は0円(無料)になることがほとんどです。これは、みなさんが窓口へ支払う2割(3割)を各市区町村が助成を行い、残りの8割(7割)は健康保険組合が負担しています。

医療費の内訳



このお知らせは、子どもの医療費の仕組みを理解いただき、適正に医療機関へ受診いただくことをご案内するもので、受診を抑制することを目的としておりません。

子どものために

安心のために

かかりつけ医を決めよう

免疫力が低い子どもは、ふだんの健康状態や体質などがわかる「かかりつけ医」が特に大切です。必要があれば専門の医療機関も紹介してもらえますので、余計な検査をせずに安心して治療が受けられます。

体質や病歴などがわかるので、適切な治療ができます。

紹介があるので、余計な検査をしないで済みます。

必要に応じて紹介

専門の医療機関

かかりつけ医

ふだんの治療・健康管理・相談

よく知っている先生だから安心だね！

被扶養者の皆さまへ

今年も

けんしん



受けなくちゃっ!!

あなたは、簡単な健診と詳しい健診、どっちを受けますかー？

1 特定健診(メタボ健診)



- 無料で受診できます
- 自宅近くのクリニックなどで受診できます

2 生活習慣病予防健診など(詳しい健診)



- 生活習慣病予防健診…自己負担4,000円程度
- 人間ドック…20,000円の補助

(各自で申し込みを行ってください。)



3 パート先で受診



- 結果表(コピー)と質問票を組合へ送付する

(組合までお電話ください。質問票と返信用封筒をお送りします。)

- 健診の受診扱いとなります
- お礼にクオカード(1,000円分)プレゼント



40歳以上の方の健診は国が定めています。
どれか一つ、必ず受診して下さい。

受診すると嬉しい特典つき♡



クオカード500円分プレゼント中!

(受診した40歳以上の被扶養者全員)

保健
指導

メタボを 甘くみないで!



健診の結果、**脳卒中**や**心疾患**の**リスクが高い方**
には当組合から個別に**保健指導の案内**をお送りしています。
案内が届いた方は**必ず参加**してください。

- ・ 専門知識を持った指導員が生活習慣改善をサポートします
- ・ 無理なく、できることから始めます
- ・ WEBでの面談も可能です
- ・ 全国各地で、平日・土日いずれも対応可能です
- ・ 費用はかかりません



改善プラン



健診ってなんで受けなあかんの？



Q 体調工エのに受けなあかん？

A  深刻な病気の多くは重症化するまで自覚症状がありませんので、健診により定期的なチェックが必要です。 

Q 忙しくて行く時間ないねんけど？

A  病気になって治療に費やす時間と比べたら、年に1回健診を受診する方が、時間を有効に活用できます。 

Q 太ってへんから大丈夫ちゃう？

A  太っていないなくても、高血圧、高血糖、脂質異常などさまざまな病気がかくれているおそれがありますので油断大敵です。 

Q 悪い結果がでるのが怖いねんけど…

A  病気がみつかったときに感じる不安は、専門家がしっかりサポートします。わからないことがあれば、当健康保険組合の「健康管理室」にお気軽にお問い合わせください。 

大阪鉄商健康保険組合 健康管理室のご案内

○健康管理室では、医師、看護師、保健師による血圧・血液・尿・心電図の二次検査及び健康相談を行っています。

○健診結果及び二次検査の結果に基づき、医療機関への紹介を行っています。

開室時間

火曜日 9:00～12:00
木曜日 9:00～12:00

電話受付時間

平日 9:00～17:00



宿泊施設を割引でご利用ください



当健康保険組合では、以下の施設と一般料金より安い料金で利用できる契約を行っています。

ご利用の際には、各施設に当健康保険組合の被保険者であることを伝えて直接申し込んでください。

なお、施設に宿泊された被保険者の方を対象として、**年度内(4月~3月)に1回、2,000円の宿泊費用補助**を行っています。

亀の井ホテル (旧かんぽの宿) の利用提携

●ご予約方法…

お電話またはインターネット（利用の6か月前の1日より受付開始）にて、ご希望の各宿へ直接ご予約ください。ご予約時、大阪鉄商健康保険組合の組合員様であることをお伝えください。

●提携内容…

チェックイン時、「健康保険証」を提示で、**1名1泊あたり500円割引!**

※1泊2食ご利用の小学生以上の方

※健康保険証1枚につき 同伴者3名まで対象

★割引除外日や割引対象外のプランもございますので、詳しくは各宿までお問い合わせください。

利用可能な宿については当健康保険組合ホームページ「提携施設一覧」をご確認下さい。

提携施設一覧
はこちら



優待対象施設

- アドベンチャーワールド
- 関西サイクルスポーツセンター
- スパワールド世界の大温泉
- 千早川マス釣り場

優待対象施設

- アドベンチャーワールド
- 関西サイクルスポーツセンター
- スパワールド世界の大温泉
- 千早川マス釣り場

優待対象施設

- アドベンチャーワールド
- 関西サイクルスポーツセンター
- スパワールド世界の大温泉
- 千早川マス釣り場

優待対象施設

- アドベンチャーワールド
- 関西サイクルスポーツセンター
- スパワールド世界の大温泉
- 千早川マス釣り場

優待対象施設

- アドベンチャーワールド
- 関西サイクルスポーツセンター
- スパワールド世界の大温泉
- 千早川マス釣り場

優待対象施設

- アドベンチャーワールド
- 関西サイクルスポーツセンター
- スパワールド世界の大温泉
- 千早川マス釣り場

レジャー施設優待割引のご案内



“レジャー施設共通割引券”を、各施設(チケット購入)窓口に提出することで、入園料などの割引を受けることができます。ぜひ、ご利用ください。



アドベンチャーワールド

和歌山県白浜町 「こころにスマイル未来創造パーク」をテーマとしたテーマパーク

優待内容 入園料割引

大人 (18歳以上)	5,300円→ 5,100円
セニア (65歳以上)	4,300円→ 4,100円
中人 (中学生・高校生)	3,800円→ 3,600円
小人 (4歳以上・小学生)	2,800円→ 2,600円

駐車料金 普通車 1,200円 HP <https://aws-s.com>

※共通割引券については原本をご提出下さい(コピー不可)

スパワールド世界の大温泉

大阪市浪速区 「世界12カ国17種類のお風呂とでっかいプールが楽しめる!!」

優待内容 入館料等割引

通常期間	入館料のみ	大人 (12歳以上)	一般料金から200円引き
		小人 (12歳未満)	一般料金から100円引き

特別期間 (お盆期間等) 入館料のみ 大人3,000円→2,000円 小人1,700円→1,000円

※特定日は料金が異なりますので施設にお問い合わせください。
※別途入湯税、深夜0時～午前5時に利用する際は1,300円の深夜割増料金が必要です。

駐車料金 普通車 1時間300円 HP <https://www.spaworld.co.jp/>

※駐車場は台数に限りがあります。公共の交通機関にて御来館ください。
地下鉄「動物園前」駅、JR・南海電車「新今宮」駅より徒歩すぐ

関西サイクルスポーツセンター

河内長野市 緑豊かな自転車のテーマパーク

優待内容 入場券付パスポート割引ほか

大人 (中学生～60歳未満)	3,200円→ 2,800円
小人 (3歳～小学生:身長110cm以上)	2,900円→ 2,500円
小人 (3歳～小学生:身長110cm未満)	2,100円→ 1,700円
シルバー (60歳以上)	2,300円→ 2,200円

入場券のみ 大人、小人は一般料金から2割引き ※シルバーは対象外

駐車料金 普通車 1,000円 HP <http://www.kcsc.or.jp>

千早川マス釣り場

南河内郡千早赤阪村 豊かな自然に囲まれた安心の釣り場

優待内容 釣料(釣り取り)割引

半日 (午前・午後)	3,100円→ 2,800円
1日	4,100円→ 3,800円

※大人・子供共通

駐車料金 無料 HP <http://www.chihayagawa.jp>



“レジャー施設共通割引券” ご利用時の注意事項

- * 当健康保険組合の被保険者とその家族の方がご利用いただけます。
- * 他券および各種割引との併用は出来ません。
- * 施設によっては割引券が取扱いできない期間・イベントなどがありますので、事前にご確認ください。

レジャー施設共通割引券

〈有効期間 令和6年5月31日まで〉
〈本券で5名まで有効〉

発行:大阪鉄商健康保険組合



働くカラダ改革。

健康に働くためのカラダづくりは、ルネサンスで。

メタボ対策

ストレス解消

腰痛予防

スタジオレッスン

ジム・トレーニング

スパ・サウナ



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 (全国マスター会員) ~~15,620~~ 円/月(税込)

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!

いつでも通えて月額固定で使い放題!

Monthly コーポレート会員

月払い **9,570** 円/月 (税込)

↑ ↓

月ごとに変更可能です!(変更手数料は無料)

都度払いたから自分のペースで通えます!

1 Day コーポレート会員

都度払い **1,980** 円/回 (税込)

※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っていない店舗や、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!▶



RENAISSANCE 店舗の詳細は ▶ [ルネサンス 店舗一覧](#)

マイナンバーカードで 病院を受診できます



病院を受診するときにはマイナンバーカードでも健康保険による保険診療を受けることができます。(事前登録が必要です。)

マイナンバー制度・マイナンバーカードについての問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0178

受付時間 (年末年始を除く)

平日 9:30 ~ 22:00
土日祝 9:30 ~ 17:30

K-POINT

ポイントを貯めてクオカードをゲットしよう!

K-POINTとは…

皆様の健康づくりを応援する健康プログラムサイト(無料)です。

Walking

どんどん歩いて
「健康」と「ポイント」を
GETしよう!

※歩いた歩数を「K-POINT」の「マイページ」で入力。
1,000歩→1ポイントGET!



NEW

Google Fitアプリとの連携が可能となりました。

歩数一括入力画面で連携できます。詳しくはこちらをご覧ください。

ポイント
対象者

ウォーキング ▶ 当健保の被保険者および
30歳以上の被扶養者

イベント ▶ 20歳以上の禁煙達成者

ポイントを
ためる

ウォーキング ▶ 1,000歩で1ポイント 1日最大10ポイント

イベント ▶ 「禁煙サポート事業」にて禁煙に成功すると 1,000ポイント

賞品を
もらう

1,000ポイント貯まるごとに健保から「クオカード」をプレゼント!

※「クオカード」は会社を通じてお渡しします。

まだ登録されていない方はまずは登録

※ネット環境のない方は、ペーパー等による対応が可能ですのでお申し付けください。

大阪鉄商健康保険組合

検索



当健康保険組合の「なんでも相談窓口」をご利用下さい。メールまたは電話で受付しています。

KENPO

令和5年4月 第138号 発行 大阪鉄商健康保険組合

〒550-0013 大阪市西区新町1の5の7 ☎06-6532-4373

URL : <http://www.tetsusyou-kenpo.or.jp>

mail : soumu@tetsusyou-kenpo.or.jp