

健保だより

題字は 栗田和雄 理事長揮毫



色彩満ちる静寂（京都府：帰命山 蓮華寺）

T.K さん

CONTENTS

- P2 確認しましょう！定時決定により保険料が変わる方がいます
P4 「資格情報のお知らせ」を確認しましょう
P6 《東実医療厚生会》秋の家庭用常備薬等あっせんのご案内
P8 今年も受けよう！特定健診
P9 ふれあい健康事業推進協議会主催
令和6年度 オンライン型「介護教室・健康教室」のお知らせ
P10 スキー・スノーボード教室に参加しよう
P11 組合からのお知らせ／今月の表紙／事業月報
P12 契約保養所（補助金対象施設）をご利用ください／

令和6年12月・年末年始保養所空き状況

2024 10月号



東京実業健康保険組合

<https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/>



マイナ保険証を利用しましょう！

確認！
しましょう！

皆さまに毎月納めていただいている健康保険料は、原則年1回、4・5・6月の3カ月に受けた報酬に基づいて見直しを行い、その年の9月に決定します。これを「定時決定」といいます。

今年も7月に皆さまの健康保険料や介護保険料、保険給付額を決定するために必要な「算定基礎届」をご提出いただき、それに基づいて新しい「標準報酬月額」が決定されました。



定時決定により
保険料が
変わる方がいます

◎ 標準報酬月額とは？

保険料や保険給付額の決定の基礎となる「仮の報酬」のことです。皆さまのお給料は昇（降）給や残業などにより毎月違う額となる場合が多く、保険料額を毎月のお給料で個々に算定すると事務処理が煩雑になってしまいます。そこで、健康保険事業の運営を円滑かつ迅速に行うために50等級に区分された仮の報酬等級に当てはめて、皆さまの標準報酬月額を決定いたします。

◎ 保険料の計算方法は？

決定した「標準報酬月額」に保険料率を乗じた額が毎月の保険料となります。ただし、保険料は事業主と折半となるため、実際にお給料から控除されるのはその半半となります。

健康保険料＝標準報酬月額×千分の100

介護保険料＝標準報酬月額×千分の18.2

※40歳以上65歳未満の方は、介護保険料を負担します。

健康保険料は、用途によって次のように区分されています

健康保険料 (千分の100)	一般保険料 (千分の98.71)	基本保険料 (千分の56.93)	被保険者および被扶養者の医療費や保険給付費、健診などの保健事業費などに充てられます。
		特定保険料 (千分の41.78)	後期高齢者支援金、前期高齢者納付金、退職者給付拠出金などに充てられます。
	調整保険料 (千分の1.29)	高額医療交付金交付事業と組合財政支援交付金交付事業の財源に充てられます。	

◎ 定時決定による新しい保険料はいつから納めるの？

9月に決定した保険料は、事業主が10月末日までに一括して納めます。健康保険への意識を高める意味で、ご自身がどれだけの保険料を支払っているのか、給与明細書をしっかり確認しましょう。

なお、新しい保険料については、10月中旬に事業所宛に「標準報酬月額改定(定時決定)一覧表」をお送りします。ご担当の方は必ず内容をご確認いただきますようお願いいたします。

◎ 定時決定による新しい保険料は1年間変わることはないの？

定時決定で決められた標準報酬月額、次の定時決定まで変更しないことを原則としています。したがって、令和6年9月分から向こう1年間は新しい標準報酬月額による保険料となります。ただし、以下のような場合には、次の定時決定を待たずにその都度標準報酬月額を実態に合うように見直しを行います。

随時改定

昇(降)給などによりお給料の固定的な部分(基本給・家族手当など)に著しい変動が生じ、ある一定の要件を満たした場合。

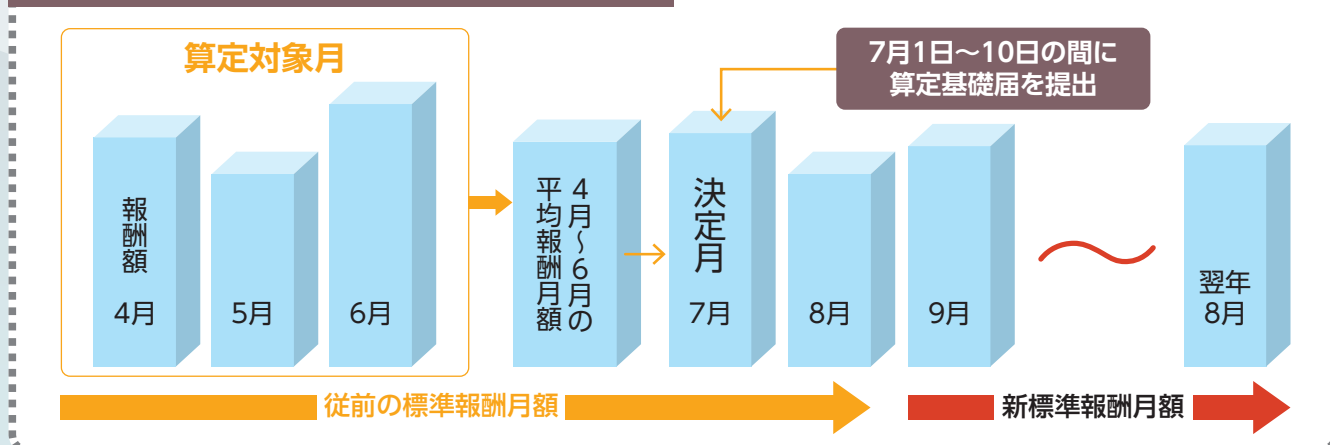
産前産後休業終了時改定

産前産後休業が終了し、短時間勤務や所定外労働の免除などで休業前に比べてお給料が変動した場合。

育児休業等終了時改定

育児休業等を終了し、かつ、3歳未満の子を養育している方が職場に復帰し、休業前に比べてお給料が変動した場合。

【標準報酬月額の定時決定の適用期間】



次の方は定時決定の対象から除かれます

- ① 6月1日から7月1日までの間に被保険者の資格を取得した人
資格取得時の標準報酬月額が翌年8月まで適用されます。
- ② 7月・8月・9月のいずれかに随時改定、または産前産後休業終了時改定・育児休業等終了時改定に該当する人
各改定の標準報酬月額が翌年8月まで適用されます。
- ③ 6月30日までに退職した人(資格喪失日が7月1日以前)

標準報酬月額の確認をお願いいたします

算定基礎届の提出については、健康保険分は当組合へ、厚生年金分は日本年金機構へそれぞれ提出いただいております。当組合と日本年金機構との間で決定された標準報酬月額に相違がないかを必ずご確認ください。相違がある場合は、管轄の本支部適用課(係)までご連絡ください。



ご協力
ありがとう
ございました

今年度もお忙しい中、事業主ならびに健康保険ご担当の皆さまには、「算定基礎届」の提出にご協力いただき、誠にありがとうございました。

無事に算定業務を終了することができましたことをご報告するとともに、心より感謝申し上げます。

問合せ

組合本部 適用課 TEL 03-3663-1361(代)
城南支部 適用係 TEL 03-5537-2400(代)

城西支部 適用係 TEL 03-3342-8821(代)
城北支部 適用係 TEL 03-3980-1501(代)

WEB「資格情報のお知らせ」を確認しましょう

令和6年12月2日より健康保険証の新規発行が廃止され、健康保険証を利用登録したマイナンバーカード（マイナ保険証）による医療機関等の受診を基本とした仕組みに変わります。

マイナ保険証を安心してご利用いただくために、厚生労働省の通達に基づき、当健康保険組合で登録している「資格情報（個人番号下4桁を含む）のお知らせ」をWEBにて掲載いたします。

ご自身でログイン後、自身の資格情報に誤りがないかご確認ください。



WEB掲載期間

令和6年10月22日（火）～令和6年12月31日（火）

対象者

令和6年10月1日現在加入している被保険者・被扶養者
（ただし、マイナンバー登録されていない方を除く）

※令和6年10月2日以降に新規加入の被保険者および被扶養者は、後日個人番号下4桁なしのお知らせをお送りする予定となっております。

ログインについて

東京実業健康保険組合
TOKYO JITSUGYO HEALTH INSURANCE SOCIETY

文字サイズ 小 中 大

問合せ | リンク | サイトマップ | お問合せフォーム | よくある質問

ホーム | 健保のしくみ | 健保の給付 | 各種手続き | 健康管理事業 | 各種健診 | 保養施設 | 体力づくり | 年間行事 | 申請書一覧

東実健保について

- ▶ 組合案内 / アクセス
- ▶ 東実総合健診センター
- ▶ 診療所（内科・歯科）
- ▶ 体育センター
- ▶ 会議室のご案内
- ▶ 加入のご案内
- ▶ 機関誌等メール配信の実施について
- ▶ 東実医療厚生会事業
- ▶ 個人情報保護について
- ▶ マイナンバー制度

各種健診
年に一度は健康診断を受診しましょう

健康管理
特定健診・特定保健指導のご案内、40歳から74歳の方は特定健診を忘れずに

保養施設
直営保養所および東実健保が契約している保養施設をご利用できます

体力づくり
皆さまの健康増進に役立つ

NEWS&TOPICS【健康保険】にて、令和6年10月22日より「資格情報のお知らせ」のWEB配信についてを掲載予定です。

インフルエンザ予防接種
インフルエンザ予防接種の補助金についてご案内します

東京実業健康保険組合 HP >>>



〇〇〇〇健康保険組合
ご加入者様
発行通番 0001111111

〒000-0000
東京都中央区1丁目1番地1号
〇〇ビル10階
〇〇〇〇健康保険組合
TEL 00-0000-0000
保険者番号 00000000

資格情報のお知らせと個人番号(マイナンバー)確認のお願い

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします。
なお、このお知らせのみでは受診できません。

令和6年10月 1日 時点

記号	0000	番号	00000000	(枝番)	00
氏名	健康 太郎				
フリガナ	タツタ タロウ				
負担割合	3割				
資格取得年月日	平成30年 4月10日				
保険者名	〇〇〇〇健康保険組合				

現在、医療保険のデータベースに登録されているあなたの個人番号(マイナンバー)は次のとおりですのでご確認ください。(12桁のうち4桁のみ表示)
表示されている下4桁の数字が、ご自分の個人番号(マイナンバー)の下4桁と一致していない場合には、保険者までご連絡ください。

*** ** 0000

マイナ保険証の読み取りができない例外的な場合には、スマートフォンの資格情報画面をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます(スマートフォンをお持ちでない方は、この文書をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます。)

スマートフォンをお持ちの方は、以下の二次元コードからマイナポータルにログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。

→マイナポータルへの
アクセス・ダウンロードはこちら→



右を切り取ってご利用いただくこともできます
ご自身で印刷してご利用ください
(このお知らせのみで受診はできません)

資格情報のお知らせ

発行通番 0001111111 令和6年10月 1日 発行
〇〇〇〇健康保険組合 △△支部
保険者番号 00000000

記号 0000 番号 00000000 (枝番) 00
氏名 健康 太郎
負担割合 3割

受診の際にはマイナ保険証が合わせて必要です

以下のような場面でご利用いただけます

医療機関等の受診時に！

- ▶医療機関等にカードリーダーがない場合、不具合でカードリーダーが使えない場合、「マイナンバーカード」と「資格情報のお知らせ」を併せて提示することによって保険診療が受けられます。



※「資格情報のお知らせ」は必ずご自身で印刷し「マイナンバーカード」と携帯してください。

健康保険組合へ申請等行うときに！

- ▶健康保険組合へ各種申請等には保険証の記号・番号の記載が必要です。保険証廃止後も「資格情報のお知らせ」でご確認いただけます。



切り取って
マイナンバーカードと
セットで
携帯いただけます。

※令和7年12月1日までは従来の保険証も利用できます。

- ▶マイナポータルでは登録されているご自身の保険証情報を確認することができます。

「わたしの情報」／「医療保険の資格情報」で、登録されている情報を確認できます。

- ▶「医療保険の資格情報」をスマートフォンに保存できます。

医療機関受診時などに、ICチップの破損などでマイナ保険証の読み取りができない場合には、「医療保険の資格情報」をPDFファイルで保存した画面をマイナ保険証とセットで受付窓口へ提示することで、受診が可能です。なお、PDFファイルのみでの受診はできませんのでご注意ください。

マイナポータル



問合せ

組合本部 適用課 TEL 03-3663-1361(代)
城南支部 適用係 TEL 03-5537-2400(代)

城西支部 適用係 TEL 03-3342-8821(代)
城北支部 適用係 TEL 03-3980-1501(代)

今年も受けよう！

特 定 健 診

当組合では、生活習慣病予防のため、40歳から74歳までの**被扶養者**と**任意継続被保険者**の方を対象に特定健診受診券を送付しています。

特定健診は生活習慣病の予防に役立てるのはもちろんのこと、日頃のライフスタイルを見直すきっかけにもなります。ご家族の中でまだ受診されていない方がいらっしゃいましたら、早めの受診をお願いいたします。

当組合が実施している特定健診

- ① 特定健診「集合契約Aタイプ」【健保連の契約健診（医療）機関】
- ② 特定健診「E区分」【東振協の契約健診（医療）機関】
- ③ 特定健診の検査項目を含む各種健診

- ・生活習慣病予防健診【B区分、D1区分、D2区分】
- ・婦人生活習慣病予防健診〈会場型〉【C1区分、C3区分】
- ※今年度の婦人生活習慣病予防健診〈会場型〉の申込受付は終了いたしました。
- ・総合健診（日帰り人間ドック）【東実総合健診センター、契約施設】



当組合が実施する健康診断は1年度（4月から翌年3月末日まで）1回の受診です

※重複受診にご注意ください。

受診方法

① 特定健診「集合契約Aタイプ」

送付している「特定健診のご案内」に掲載の契約健診（医療）機関から受診を希望する機関を選び、直接予約してください。受診当日は「受診券」・「健康保険証等」を持参し、特定健診を受診してください。

※自己負担額は、1,500円（消費税込）です。

※受診券の有効期限は**令和7年3月31日**までとなります。

※特定健診のご案内に掲載の契約健診（医療）機関以外をご希望の場合は当組合ホームページで検索できます。⇒<https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/UploadedFiles/kenporentokutei.pdf>

- ② 特定健診「E区分」、③ 特定健診の検査項目を含む各種健診は当組合のホームページをご覧ください。



ご協力
ください

健康保険組合には、国から特定健診の実施と実施率の報告が義務付けられております。パート先など、当組合が実施する健診以外で特定健診の検査項目を含む健診を受診した**40歳以上の被扶養者**の方は、「健診結果表」のコピーと特定健診「質問票」を健康管理課へ提出くださいますようお願いいたします。

※特定健診「質問票」は当組合ホームページよりダウンロードできます。

★詳細は、当組合ホームページをご覧ください。

NEWS&TOPICS「健診関係」➡【今年も受けよう「特定健診」】



問合せ・提出先

東京実業健康保険組合 健康管理課

〒103-8465 東京都中央区東日本橋3-10-4
TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510



令和
6年度

ふれあい健康事業推進協議会主催

オンライン型「介護教室・健康教室」のお知らせ

当組合では、「介護教室・健康教室」を他の健保組合と共同で開催しております。
内容は下記のとおりとなります。皆さま、お気軽にお申込みください。

視聴期間

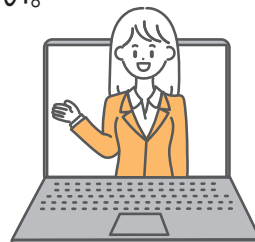
..... **令和6年10月から令和7年3月**

費用

..... 無 料

申込期限

..... **令和7年3月7日(金)まで**



★詳細は、当組合ホームページをご覧ください。

NEWS&TOPICS「イベント」➡

【ふれあい健康事業推進協議会主催

令和6年度オンライン型「介護教室・健康教室」のお知らせ】



開講講座	コース・カリキュラム	受講時間
介護教室	介護準備学(お金)コース(2024年リニューアル) ～介護のパターンと心構え、大事なものを守るためのお金の話～	180分
	介護準備学(ストレス)コース(2024年リニューアル) ～介護ストレスを溜めないための心構えと制度の活用～	
	介護準備学(相続)コース(2024年リニューアル) ～今から考えておきたい「介護とその後」への備え 相続に向けた準備学～	90分
	介護準備学(介護と仕事の両立)コース(2024年10月リリース) ～貴方の大切な人生のための介護と仕事の両立～	180分
	認知症介護コース ～認知症フレンドリー講座～	90分
健康教室	女性のための健康①コース(2024年10月リリース) ～ヤングからミドル世代の女性に向けた健康セミナー～	90分
	女性のための健康②コース(2024年10月リリース) ～40歳代半ばを迎えた女性に向けた健康セミナー～	
	睡眠コース(2024年10月リリース) ～眠りのチカラ：睡眠の正しい理解と対策～	
	肩こり・腰痛・膝痛予防コース ～肩こり・腰痛・膝痛予防～	
	がん対策コース(2024年10月リリース) ～がんと正しく向き合う心構え～	

問合せ・提出先

東京実業健康保険組合 健康管理課

〒103-8465 東京都中央区東日本橋3-10-4
TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510

まもなく
シーズン
到来!!

スキー・スノーボード教室に 参加しよう



開催期間 令和7年1月24日(金)～1月26日(日) 2泊3日

開催場所 ニュー・グリーンピア津南スキー場
▶ 宿泊：ニュー・グリーンピア津南
新潟県中魚沼郡津南町秋成12300
<https://new-greenpia.com>



募集人数 150名

参加資格 組合員(当組合の被保険者および満5歳以上の被扶養者)
※スキー・スノーボード教室に参加される方に限ります。

参加費 大人(中学生以上) 1名 18,000円(税込)
子ども(満5歳以上小学生以下) 1名 10,000円(税込)

【宿泊費、食事(朝食2回・夕食2回)、リフト2日券、スキー・スノーボード教室受講料が含まれます。】

申込方法 ▶ WEB申込みの方

10月7日(月)から11月11日(月)23:59までに、当組合ホームページNEWS&TOPICS「イベント」に掲載する申込専用フォームより、個人・家族・グループ単位でお申込みください。

※迷惑メール対策やドメイン指定受信などを設定している方は、受付確認メールが届かない場合がありますので「@dynax.jp」の受信許可設定をお願いいたします。

▶ FAXまたは郵送で申込みの方

10月7日(月)から11月11日(月)(必着)までに専用の申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送にてお申込みください。

※申込書は、当組合ホームページよりダウンロードできます。



参加決定 応募多数の場合は抽選とし、当選された方にのみ11月25日(月)に参加決定通知等を送付いたします。

日 程

1月24日(金)	8:30～	宿泊施設フロントにて受付 リフト2日券配布(自由滑走)
	15:00～	チェックイン開始
	17:30～20:00	各自夕食
1月25日(土)	7:30～9:00	各自朝食
	10:00～12:00	スキー・スノーボード教室
	12:00～13:00	各自昼食(自己負担)・休憩
	13:30～15:30	スキー・スノーボード教室
	17:30～20:00	各自夕食
1月26日(日)	7:30～	各自朝食 ※10:00までに各自チェックアウト・自由解散 (追加飲食代等はチェックアウト時に各自でご精算ください)



★詳細は、組合ホームページをご覧ください。

NEWS&TOPICS「イベント」➡

【まもなくシーズン到来!!スキー・スノーボード教室に参加しよう】



問合せ・申込み

東京実業健康保険組合 施設課

〒103-8465 東京都中央区東日本橋3-10-4
TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510



組合からのお知らせ

■「後発医薬品（ジェネリック医薬品）がある先発医薬品」の処方にかかる患者特別負担（選定療養）の導入について



令和6年10月より、「後発医薬品（ジェネリック医薬品）」があるお薬で、価格の高い「先発医薬品」の処方を希望される場合に、その差額の4分の1に当たる金額が患者負担に加算されます。

対 象	- ジェネリック医薬品が登場して5年以上経過している先発医薬品 - ジェネリック医薬品への置き換えが50%以上となった先発医薬品
対象外	- 医療上の必要性があって先発医薬品を使う場合 - 薬局にジェネリック医薬品の在庫がない場合

特別の料金の対象となる
医薬品の一覧などはこちらへ



【厚生労働省 HP】

この機会に、後発医薬品（ジェネリック医薬品）の積極的な利用をお願いいたします。

■契約健診（医療）機関の新規契約および契約解除について

1. 生活習慣病予防健診「施設健診」（A1・B・D1・D2区分）の契約健診（医療）機関に新規契約および契約解除がありましたのでご案内いたします。

●新規契約

都道府県名	コード番号	契約健診（医療）機関名称	所在地	電話番号	D区分	上部消化管内視鏡	子宮	乳房 超音波	マンモ
東 京	13475	医療法人社団 善仁会 総合健診センターヘルチェック 渋谷アクシュ	渋谷区渋谷 2-17-1 渋谷アクシュ 4階・5階	0570-012-489	×	○	○	○	○
東 京	13476	医療法人社団 ウイリング ヘルスケアクリニック秋葉原	千代田区外神田 1-17-6 アトレ秋葉原 1-5階	03-3525-7315	×	×	○	○	×
神奈川	14103	医療法人社団 日本厚生団 長津田健診・透析クリニック	横浜市緑区長津田 4-23-1	045-981-1205	○	○	○	○	○
愛 知	23090	一般社団法人 ライフ予防医学センター Life hello clinic	名古屋市中区錦 2-5-12 パシフィックスクエア 名古屋錦 1階	052-486-6875	○	×	○	×	○
大 阪	27088	医療法人愛成会愛成クリニック	枚方市山之上新町 32-15	072-845-0888	○	×	○	○	○

●契約解除

都道府県名	コード番号	契約健診（医療）機関名称	所在地	電話番号	契約解除日
東京	13321	医療法人社団 天太会 チームメディカルクリニック	港区西新橋 1-5-14 内幸町 1ビル 1階・2階	03-6206-1337	令和7年1月1日

2. 「脳検査」契約健診（医療）機関に新規契約および契約解除がありましたのでご案内いたします。

●新規契約

都道府県名	契約健診（医療）機関名称	所在地	電話番号	脳検査料金（税込）
北海道	医療法人社団 静和会 静和記念病院	札幌市西区八軒 5条東 5丁目 1-1	011-738-7111	26,000
東 京	医療法人社団 善仁会 総合健診センターヘルチェック 渋谷アクシュ	渋谷区渋谷 2-17-1 渋谷アクシュ 4階・5階	0570-012-489	29,700
東 京	社会医療法人社団 慈生会 等潤病院	足立区一ツ家 4-3-4	03-3850-7221	29,700

●契約解除

都道府県名	契約健診（医療）機関名称	所在地	電話番号	契約解除日
東 京	医療法人社団 天太会 チームメディカルクリニック	港区西新橋 1-5-14 内幸町 1ビル 1階	03-6206-1337	令和7年1月1日

今月の表紙

T.Kさん

色彩満ちる静寂
(京都府：帰命山 蓮華寺)



初めて訪れた時書院全体はもみじの反
射光で黄金色に染まり今までにない感動
に包まれました。
その後何度か拝観しましたが同じ情景
には出会えていません。しかし、又違っ
た感情が沸き起こります。それが旅をす
る理由かもしれません。

東京実業健康保険組合 令和6年8月分 事業月報

【事業所数】	3,004件
【被保険者数】	326,349人
男	156,702人
女	169,647人
【平均標準報酬月額】	326,694円
男	380,811円
女	276,707円
【保険料調定額】	14,527,200,568円
【支出総額】	11,257,811,028円
【法定給付】	5,911,630,692円
【付加給付】	122,332,500円
【拠出金等】	4,827,552,000円
【その他】	396,295,836円

補助金対象!

当組合では、組合員1人につき年度内5泊を限度として、

補助金額

補助金額 ※日帰り利用は対象外

補助金額

[illegible]

— 年末年始 —



 申込書
ダウンロード

– 12 –