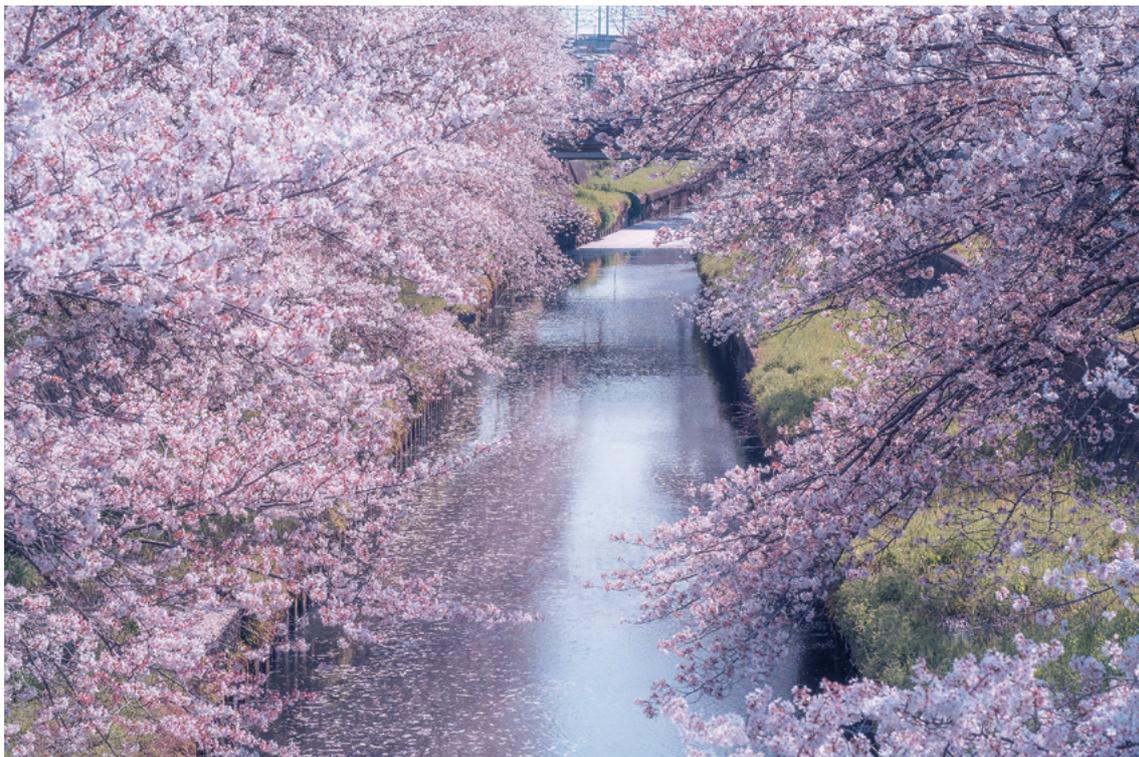


健保だより

題字は 栗田和雄 理事長揮毫



零れ桜 (埼玉県：さいたま市)

T.N さん

2025 4月号

CONTENTS

- P2 令和7年度の収入支出予算が決定しました
- P4 食事療養負担額および生活療養負担額の一部が改正されます／
繁忙期に伴う届書の提出について
- P5 令和7年度 第1回メンタルヘルスセミナー開催のお知らせ／
令和7年度 第1回健康づくりセミナー開催のお知らせ
- P6 ウォーキング大会のお知らせ「東京ディズニーリゾート®」
- P7 契約保養所をご利用ください！
- P8 春の家庭用常備薬等あっせんのご案内
- P10 東実健保主催「第12回ミニマラソン大会」の結果
- P11 ふれあい健康事業推進協議会主催
令和7年度 オンデマンド型「介護教室・健康教室」のお知らせ／
組合からのお知らせ／今月の表紙／事業月報
- P12 実務担当者講習会開催のお知らせ／令和7年6月の保養所空き状況



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！

令和7年度の収入支出予算が 決定しました

去る、2月19日(水)に開催されました第174回組合会において、令和7年度の収入支出予算が承認されましたので、その概要をお知らせします。



予算基礎数値

- 被保険者数…**325,000名**
- 健康保険料率…**100%**(調整保険料率1.30を含む)
- 平均標準報酬月額…**330,000円**
- 介護保険料率…**15.8%**

健康保険料

収入

▶健康保険収入

1,410億8,116万9千円

前年度比で
36億1,333万7千円
の増額を見込む

- ◎被保険者数を前年度に比べ4,000名増の325,000名で設定。
- ◎平均標準報酬月額は、前年度に比べ5,000円増の330,000円で設定。

支出

▶保険給付費

812億9,192万5千円

▶納付金

594億8,125万円

▶保健事業費

53億8,346万円

- ◎保険給付費は、過去の平均伸び率および直近の医療費の動向を基礎に算出し、前年度に比べ、3億75百万円増額し計上。
- ◎納付金の、「前期高齢者納付金」は、前年度に比べ5億60百万円減額し計上。
これは、団塊世代の方がすべて後期高齢者に移行したこと等により、当組合における前期高齢者の加入者調整率が低下したため、負担が減少したものであり、「後期高齢者支援金」については、前年度に比べ18億89百万円増額し計上。
- ◎保健事業費は、直営保養所である、鎌倉保養所(かまくら味彩館)・熱海保養所(サンライズ熱海)および東実体育センターの廃止に伴い、前年度に比べ2億12百万円減額し計上。今後においても、各保険者に対し特定健康診査、特定保健指導の実施率向上が求められることから、当組合においても「第4期特定健康診査等実施計画」に基づき、令和11年度における実施率目標に向けて、受診率・実施率の向上に取り組んでまいります。

介護保険料

▶介護保険は収入支出ともに、**141億2,016万9千円**

- ◎被保険者数の増加等により、前年度に比べ4億3百万円の増額を見込む。
- ◎介護保険料率については、介護準備積立金から繰り入れることで、介護納付金を賄える見込みであることから、介護保険料率を千分の18.2から千分の15.8への引き下げとなります。

予算の概要

令和7年度予算の収入面においては、被保険者数および平均標準報酬月額が増加・増収を見込んでおり、前年度に比べ36億13百万円増額し計上しております。

支出面においては、ここ数年の保険給付費の大きな伸びは縮小傾向ではありますが、月によって保険給付費の差が大きく見通しが難しい状況であり、また、納付金は団塊世代の方々の後期高齢者への移行等により確実に増加しています。

結果として、報酬も伸びてはおりますが支出を大きく上回る状況には至っており、前年度からの繰越金を繰り入れたとしても経常収支差引額では、66億13百万円の赤字予算となっております。

収入支出予算概要表

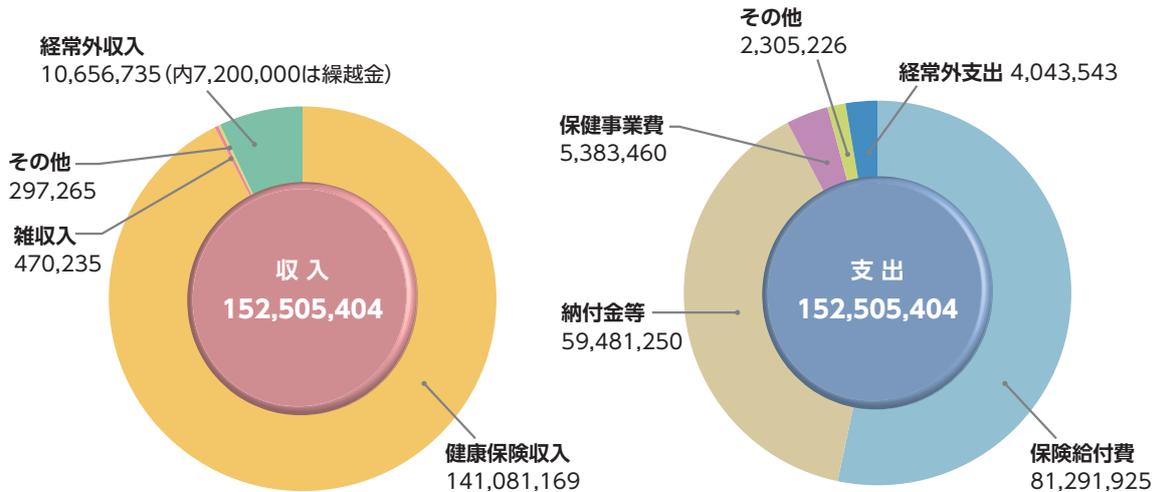
(単位 千円)

経常収入 計 141,848,669

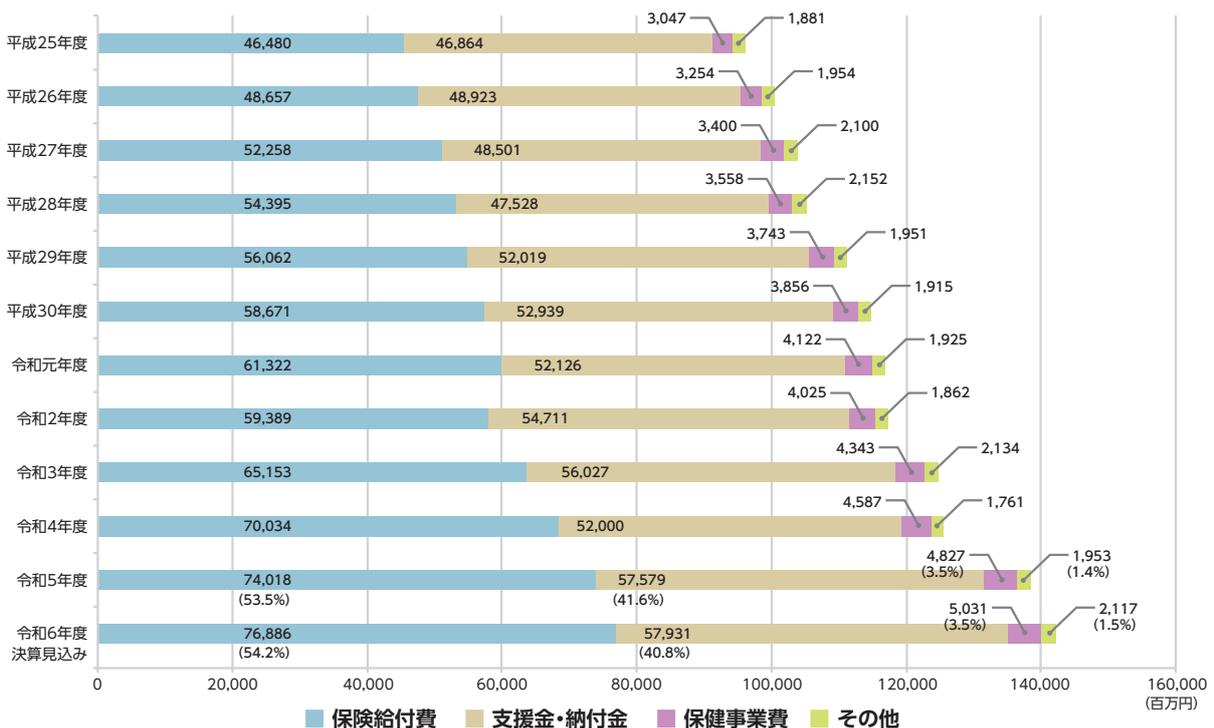
経常支出 計 148,461,861

経常外収入 計 10,656,735

経常外支出 計 4,043,543



経常支出内訳の年度比較



食事療養負担額および生活療養負担額の一部が改正されます



※3月21日現在の情報のため変更になる場合があります。

食材料費などの高騰が続いていることを考慮して、令和7年4月1日から食事療養負担額及び生活療養負担額のうち食事の提供に関わるものについて、1食につき20円引き上げとなりました。

ただし、非課税世帯は以下の通り

- 住民税非課税世帯に属する70歳以上の方で、前年の公的年金収入が80万円以下等は据え置き
- その他住民税非課税世帯に属する方については、1食につき10円の引き上げ

所得区分	食事療養標準負担額	
一般	1食 490円→510円	
指定難病患者または 小児慢性特定疾病児童	1食 280円→300円	
低所得【オ】 低所得Ⅱ（注1）	入院 90日以下	1食 230円→240円
	入院 90日超	1食 180円→190円
低所得Ⅰ（注2）	1食 110円	

所得区分	生活療養標準負担額	
	食費	
一般	1食 490円→510円	
管理栄養士等を配置していない 保険医療機関に入院している場合	1食 450円→470円	
低所得【オ】 低所得Ⅱ（注1）	入院 90日以下	1食 230円→240円
	入院 90日超	1食 180円→190円
低所得Ⅰ（注2）	1食 140円→150円	
境界層該当者（注3）	1食 110円	

（注1）低所得【オ】・低所得Ⅱは被保険者の住民税が非課税の場合。

（注2）低所得Ⅰは被保険者及び被扶養者全員の所得がない場合。

（注3）境界層該当者とは、限度額適用・標準報酬負担限度額認定の低所得者適用を受けることにより生活保護を必要としなくなる方。

各詳細については、当組合ホームページ掲載の「東実健保の給付内容一覧」をご参照ください。



問合せ

東京実業健康保険組合 審査第二課 TEL 03-3663-1361(代)

繁忙期に伴う届書の提出について

例年、4月は新規採用や退職による異動に伴い届書の提出が増加し、5月の連休前後においても各種届書の提出が集中します。通常期には届書の受付から2～3日後に決定通知書等を発送しているところですが、当該期間の前後は受付から処理までに一定の時間を要することが想定されるため、発送までに通常期より数日多くかかることがあります。

また、届書を提出いただく時期によっては、保険料の告知が翌々月になる場合があります。

なお、電子申請につきましては申請日と当組合受付日にズレが生じる場合もあることから、処理までに日数を要することがありますのでご了承ください。

迅速な対応に努めてまいります。ご理解くださいますようお願い申し上げます。

※届書の事前受付は行っておりません。事実発生日以降に提出してください。



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)

令和
7年度

第1回 メンタルヘルスセミナー開催のお知らせ

メンタルヘルスに関する正しい知識を学びながら、心の健康度を向上するためのセルフケアを習得していただく内容となっております。ぜひ、ご参加ください。

日 時	5月16日(金) 13:30～16:30 (受付は13:00～) 東実健保会館6階 大ホール 東京都中央区東日本橋3-10-4
プログラム	「働きがいを高めるポジティブメンタルヘルス」
講 師	(株)カイトック 皆川 芳弘 氏(専門:組織心理学、運動生理学)
参加資格	職場の管理職、人事・総務担当者等
募集人数	60名
参加料	無 料
申込方法	4月4日(金)から4月30日(水)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、結果を5月上旬に申込者全員へ通知いたします。



★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」➔【令和7年度 第1回 メンタルヘルスセミナー開催のお知らせ】



令和
7年度

第1回 健康づくりセミナー開催のお知らせ

眼精疲労の対策につながる行動や運動について理解を深め、日常生活でも取り入れることのできる行動や運動を身に付けます。また、パソコン作業を行ううえで疲れにくい作業環境や作業姿勢を学び、疲労を回復するストレッチや、眼精疲労予防のセルフマッサージを体験できる内容となっております。ぜひ、ご参加ください。

日 時	6月17日(火) 18:30～20:00 (受付は18:00～) 東実健保会館6階 大ホール 東京都中央区東日本橋3-10-4
プログラム	「眼精疲労すっきりセミナー」
指導運営	(株)ルネサンス
参加資格	当組合の被保険者
募集人数	60名
参加料	無 料
申込方法	4月4日(金)から5月30日(金)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、結果を6月上旬に申込者全員へ通知いたします。



★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」➔【令和7年度 第1回 健康づくりセミナー開催のお知らせ】



問合せ・申込み

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



ウォーキング大会 のお知らせ!

WEB
申込み 対応



東京ディズニーリゾート®

指定期間中に
好きな日を選んでご参加いただけますので、
ぜひお申込みください。

指定期間

7月1日(火)から12月31日(水)

開催場所

東京ディズニーリゾート®
(東京ディズニーランド®または東京ディズニーシー®)

参加資格

組合員 (当組合の被保険者および被扶養者)

募集人数

4,000名

参加費

大人(18歳以上) 中人(中学生・高校生) 小人(4歳~小学生)

※参加当日満3歳以下は無料です。

各料金に対し1,000円補助の「コーポレートプログラム利用券」を発行いたします。

チケットの価格については東京ディズニーリゾート・オフィシャルサイトでご確認ください。

申込方法

●WEB申込みの方

4月7日(月)から5月14日(水)23:59までに当組合ホームページNEWS&TOPICSの「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

4月7日(月)から5月14日(水)(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、結果は当選された方にもみ6月12日(木)に送付先住所へ通知および「コーポレートプログラム利用券」を郵送いたします。

★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」→「ウォーキング大会のお知らせ【東京ディズニーリゾート®】」



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



春の家庭用常備薬等

あっせんのご案内

春の「家庭用常備薬等のあっせん」の受付が始まります。
 風邪や体調不良など、いざというときのために準備されてはいかがでしょうか。
 商品一覧や申込書等については、各事業所宛に順次送付いたします。
 また、WEB申込みでは、第一類医薬品の取扱いもございますので、ぜひご利用ください。

	事業所経由の場合	WEB申込みの場合
申込方法	専用申込書に記入し、各事業所の担当の方へご提出ください。 ※申込書は4月中旬より各事業所宛に順次送付いたします。	当組合ホームページ「家庭用常備薬等のあっせんはこちら」よりお申込みください。 団体コード「 tjik 」 アドレス ⇒ https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/ ※1回の申込金額が4,000円未満のときは送料500円が別途必要です。
締切日	2025年7月31日(木)必着	2025年9月30日(火)
納品	お申込み受付完了後、約2～3週間で事業所単位でお届けいたします。	お申込み受付完了後、約2～3週間でご指定の場所にお届けいたします。
支払方法	商品到着後、同封の振込用紙 (PayPay等のバーコード決済、コンビニエンスストアでも支払い可能) にてお支払ください。	※ゆうちょ銀行・郵便局はご利用いただけません。
問合せ	株式会社あまの創健 〒462-0011 愛知県名古屋市中区五反田町178-5 フリーダイヤル 0120-170-228	営業時間：9時～12時、 13時～16時 (土日祝休日除く)

セルフメディケーション税制

医療費控除の特例で、対象となる医薬品の年間購入額が12,000円を超えるものについては、その超える部分の金額88,000円を上限として確定申告により所得から控除される制度です。詳しくは厚生労働省のホームページでご確認ください。

[URL] <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

〈WEB申込方法〉

■アクセス方法

①東京実業健康保険組合
ホームページ

「家庭用常備薬等の
あっせんはこちら」

よりお申込みください。

[https://
www.tojitsu-kenpo.or.jp/](https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/)

スマホから
アクセスは
こちらから



②下記コード欄に「**tjik**」と入力し、
認証をクリックしてください。

東実医療厚生会
下記に指定のコードを入力してください

tjik

認証

ログインできない方は、株式会社あまの創健へお問い合わせください。
TEL:0120-170-228
営業時間：月～金曜日 9：00～12：00、13：00～16：00（休業日：土日祝）

③ トップ画面より商品を検索しお申込みください。
(※写真は「商品を探す」で検索した例)



売れ筋商品・目玉商品は \ コチラ! /

★ はセルフメディケーション税制対象商品

● 特 は特納品です

※ あっせん価格には消費税が含まれています。



★ ●
商品番号 No.1 新プレコールS顆粒 / 24包
希望小売価格 ¥3,080 あっせん価格 ¥580



★
商品番号 No.27 リングルアイビー / 18カプセル
希望小売価格 ¥1,442 あっせん価格 ¥850



★
商品番号 No.32 アレジンAZ錠 / 24錠
希望小売価格 ¥1,320 あっせん価格 ¥500



★ ●
商品番号 No.35 爽AL点鼻薬a / 16ml
希望小売価格 ¥1,408 あっせん価格 ¥390



★
商品番号 No.73 スローソフトS / 12錠
希望小売価格 ¥968 あっせん価格 ¥260



★ ●
商品番号 No.80 アイビットFX / 12ml
希望小売価格 ¥1,100 あっせん価格 ¥330



●
商品番号 No.101 リゲインs / 100ml x 10本
希望小売価格 ¥2,200 あっせん価格 ¥1,080



★ ●
商品番号 No.113 ロキテクトゲル / 25g
希望小売価格 ¥1,540 あっせん価格 ¥530



★ ●
商品番号 No.121 パスタムプラス / 30枚
希望小売価格 ¥1,320 あっせん価格 ¥590



商品番号 No.127 オロナインH軟膏 / 20g
希望小売価格 ¥550 あっせん価格 ¥290



★ ●
商品番号 No.137 マキロンかゆみどめ液A / 50ml
希望小売価格 ¥858 あっせん価格 ¥440



商品番号 No.154 サンカットRパーフェクトUVジェル / 80g
希望小売価格 オープン あっせん価格 ¥990



★
商品番号 No.180 新ビホナエースクリーム / 20g
希望小売価格 ¥2,200 あっせん価格 ¥600



商品番号 No.240 糸ようじ / 60本
希望小売価格 ¥825 あっせん価格 ¥590



商品番号 No.337 ハトムギ配合肝油グミ葉酸プラス / 150粒
希望小売価格 ¥2,484 あっせん価格 ¥1,200

※ 全商品については、事業所宛に送付する申込書または当組合ホームページよりご確認ください。

ミニマラソン大会の結果

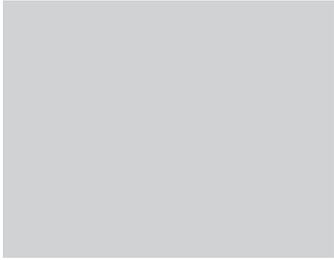
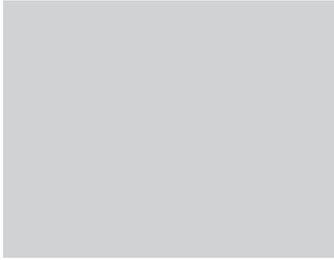
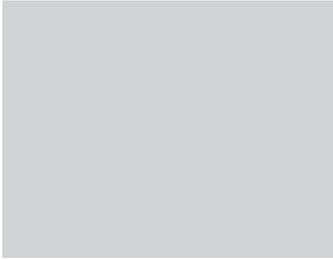
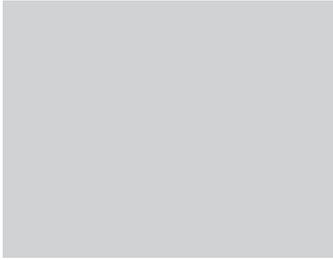


今年度の最後を締めくくるイベント「第12回東実健保主催のミニマラソン大会」が、2月15日(土)、荒川河川敷大島小松川公園脇にて開催されました。

当日は、天候にも恵まれ穏やかなコンディションのなか、参加された皆さんは心地よく楽しそうにゴールされていました。なお、入賞された方々は次のとおりです。

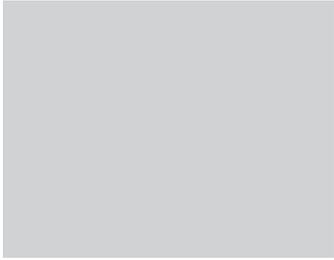
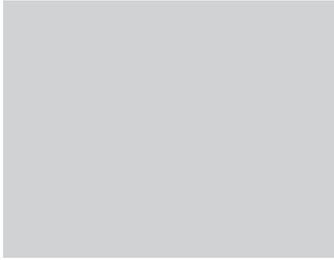
小学生(低学年) 1 kmの部

👑第1位 今井 大貴くん(4分38秒) 👑第3位 小野 陽貴くん(4分55秒)
👑第2位 千葉悠希人くん(4分52秒) 第4位 三井 智陽くん(4分57秒)



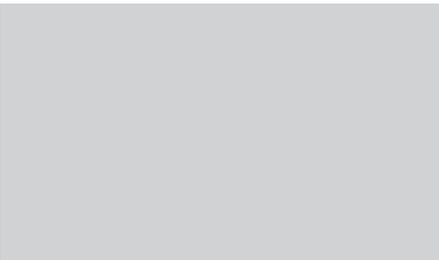
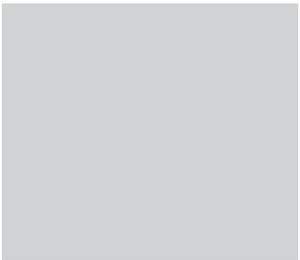
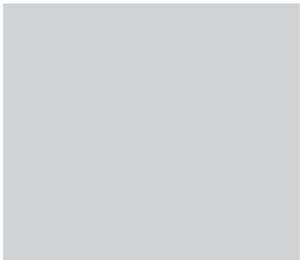
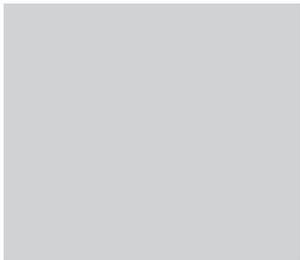
小学生(高学年) 1 kmの部

👑第1位 田村 友晴くん(3分28秒)
👑第2位 秋浜 純くん(3分28秒)



男子 5 kmの部

👑第1位 井上 榎未さん(16分45秒) 第4位 角田 一誠さん(20分18秒)
👑第2位 工藤 成弘さん(19分19秒) 第5位 野村 直生さん(20分24秒)
👑第3位 草薨 匠さん(19分52秒) 第6位 安井 寛弘さん(20分29秒)



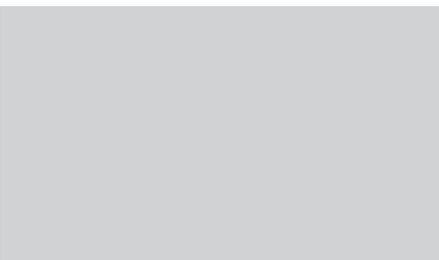
女子 5 kmの部

👑第1位 泉 愛さん(28分08秒) 第4位 鈴木由佳子さん(29分18秒)
👑第2位 村本 維子さん(29分03秒) 第5位 杉本 夏希さん(35分46秒)
👑第3位 坂本 教子さん(29分12秒) 第6位 廣辻 里穂さん(35分53秒)



男子 10 kmの部

👑第1位 三橋 和弘さん(34分55秒) 第4位 石原 直樹さん(39分01秒)
👑第2位 千葉 潔秀さん(35分11秒) 第5位 西江 吉広さん(39分52秒)
👑第3位 田村 雅彦さん(36分59秒) 第6位 齊藤 芳典さん(40分26秒)



ふれあい健康事業推進協議会主催

令和7年度 オンデマンド型「介護教室・健康教室」のお知らせ

当組合では、オンデマンド型「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。

オンデマンド型「介護教室・健康教室」

視聴期間 令和7年4月から令和8年3月 費用 無料 申込期限 令和7年9月30日(火)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7年度オンデマンド型「介護教室・健康教室」のお知らせ】

問合せ・申込み

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



組合からのお知らせ

■健保だより5月号の発送について

「健保だより」は毎月5日(土・日・祝の場合は翌営業日)の発送としておりますが、ゴールデンウィークの祝日により発送業務が停止するため、5月号につきましては5月8日(木)の発送とさせていただきます。なお、当組合ホームページへの掲載およびメール配信設定をされている事業所様につきましても同様に、5月8日(木)の掲載(配信)となります。ご不便をおかけして誠に申し訳ございませんがよろしくお願いいたします。

■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)機関に新規契約がありました。

●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	13483	一般財団法人 全日本労働福祉協会 ぜんにほん健診クリニック新宿南口	渋谷区代々木2-5-4 榊原記念ビルディング6階	03-5767-1724	×	○	○	○	○
愛知	23092	社会医療法人 宏潤会 DAIDO MEDICAL SQUARE	名古屋市中区栄4-1-1 中日ビル9階	052-211-8682	○	○	○	○	○

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。

●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)
愛知	医療法人 あいち健康クリニック	津島市藤里町2-5	0567-26-7328	29,700
愛知	医療法人 士正会 栄エンゼルクリニック	名古屋市中区栄5-4-12	052-238-0323	27,500
愛知	社会医療法人 宏潤会 DAIDO MEDICAL SQUARE	名古屋市中区栄4-1-1	052-211-8682	25,300

●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
静岡	医療法人社団 生駒会 生駒脳神経クリニック	島田市大津通15-2	0547-37-3155	令和7年2月1日

■割引契約解除施設のお知らせ

(割引契約保養施設) ホテル オークヒル【山形】・猿ヶ京温泉 源泉湯の宿 千の谷【群馬】・せと川【千葉】・ひまわり荘【千葉】
(公的契約保養施設) グリーンピア南阿蘇【熊本】 長い間、ご愛顧ありがとうございました。

今月の表紙

T.Nさん

零れ桜

(埼玉県：さいたま市)



桜の開花が記録的に遅れた去年の春、待ちに待った桜は一気に満開になり近所でも綺麗な景色を見せてくれました。待たされて、いつもより早く散る桜に季節の始まりと寂しさを感じながら撮影しました。

東京実業健康保険組合
令和7年2月分 事業月報

	[事業所数].....	2,983 件
	[被保険者数].....	325,370 人
	男.....	156,105 人
	女.....	169,265 人
	[平均標準報酬月額].....	333,315 円
	男.....	387,656 円
	女.....	283,200 円
	[保険料調定額].....	11,225,280,976 円
	[支出総額].....	12,134,706,337 円
	[法定給付].....	6,594,609,688 円
	[付加給付].....	121,755,500 円
	[拠出金等].....	4,827,552,000 円
	[その他].....	590,789,149 円

実務担当者講習会開催のお知らせ

健康保険に関する実務をはじめて担当される方や担当経験年数の浅い方を対象とした講習会です。ぜひご参加ください。

詳細については、3月17日(月)に送付(またはメール配信)しております「組合からのお知らせ」または当組合ホームページ3月17日(月)付NEWS&TOPICSをご確認ください。



開催日時	令和7年5月20日(火) 9:30～12:20(予定) (受付は9:00～)
開催会場	東京実業健康保険組合 6階大ホール 東京都中央区東日本橋3-10-4
定員	126名(申込先着順) ※定員になり次第締切りとなりますが、後日、当日の様様をWeb配信いたします。
その他	テキスト・資料等は当日お渡しいたします。
申込締切日	令和7年4月18日(金)
問合せ	組合本部 適用課 TEL 03-3663-1361(代)

★令和7年6月保養所空き状況(令和7年3月末現在)

■満室 □若干余裕あり □余裕あり □休館日

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
ベルビュー南熱海		休	休													休	休													

※かまくら味彩館・サンライズ熱海については、令和6年度をもって閉鎖となりました。

※4月1日以降の電話予約は含まれていませんので、異なる場合があります。

※空室状況はホームページから確認できます。

東京実業健康保険組合報

健保だより(毎月1回)

第73巻 4月号

編集兼発行所 東京実業健康保険組合

〒103-8465 東京都中央区東日本橋3丁目10番4号
☎03(3663)1351(代)



城西支部

〒163-0560 東京都新宿区西新宿1-26-2 新宿野村ビル36階
☎03(3342)8821(代)

城南支部

〒105-8440 東京都港区新橋2-19-10 新橋マリンビル4階
☎03(5537)2400(代)

城北支部

〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-33-8 NBF池袋タワー4階
☎03(3980)1501(代)

アイコンについて



コチラにも掲載しています。

ホームページにも情報が掲載されています。以下のアドレスにアクセスしてください。【スマートフォン対応】



ダウンロード

申込書



ダウンロード

申請書がホームページからダウンロードできます。「ホーム」の「NEWS & TOPICS」または「申請書一覧」より各項目をクリックしてください。