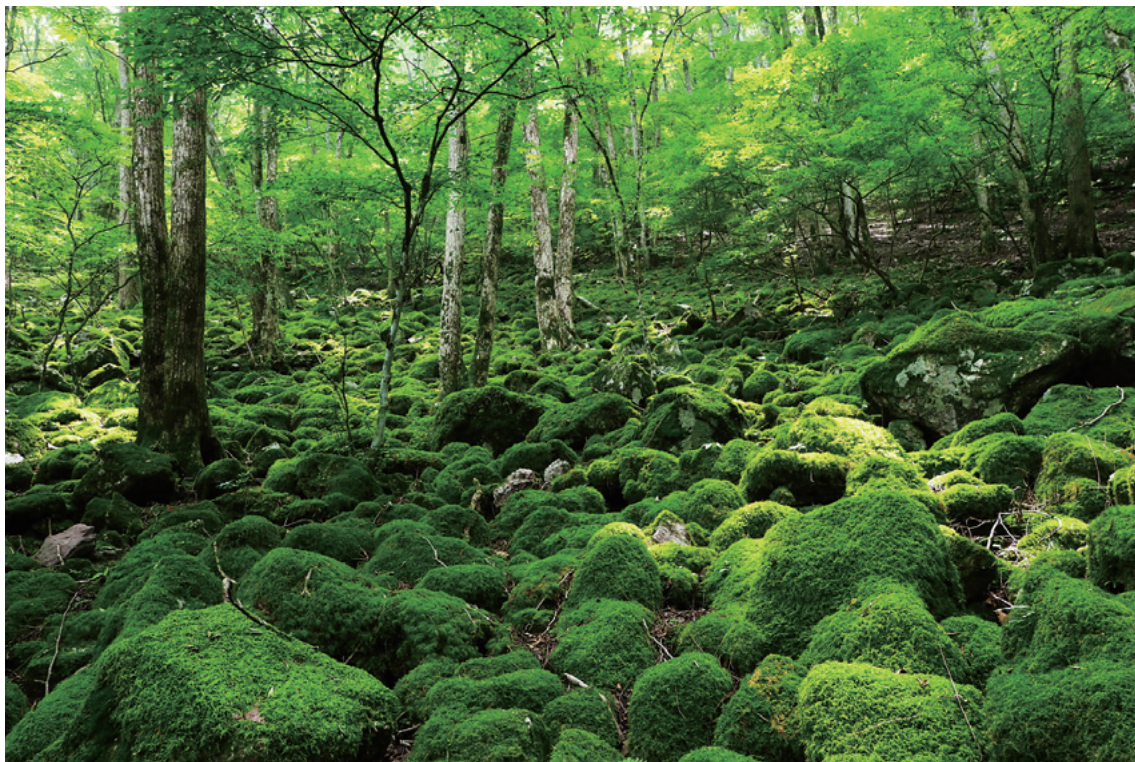


健保だより

題字は 栗田和雄 理事長揮毫



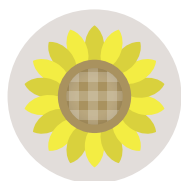
こけ
苔むした石群（埼玉県：飯能市）

S.E さん

2025 8月号

CONTENTS

- P2 令和6年度決算が承認されました
P4 健保財政の圧迫要因ー前期高齢者医療制度
P5 マイナ保険証の利用申込みを済ませておきましょう。／
「資格確認書」の一斉交付について
P6 令和8年度より「子ども・子育て支援金」が始まります
P7 令和7年度 第2回健康づくりセミナー開催のお知らせ
P8 スマートフォンを活用したウォーキング大会を実施いたします！
P9 第36回ボウリング大会のお知らせ
P10 年末年始の直営保養所の利用申込み（抽選分）
P11 組合監事監査が実施されました／
組合からのお知らせ／今月の表紙／事業月報
P12 会場歯科検診のお知らせ／令和7年10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6年度決算が承認されました

去る、7月16日(水)に開催されました第175回組合会において、令和6年度の決算が承認されましたので、概要をお知らせいたします。



経常収支差引額は
43億2,443万1千円の黒字

収入 **1,582億1,692万円**

経常収入 **1,442億4,874万4千円**

- ◎年間平均被保険者数は **325,290名**
- ◎年間平均標準報酬月額、**334,180円**
- ◎その他収入については、前年度からの繰越金93億円を受け入れ、経常外収入は、139億6,817万6千円

支出 **1,418億4,158万9千円**

経常支出 **1,399億3,086万4千円**

- ◎保険給付費は、**751億6,462万1千円**
全体の1人当たり保険給付費では231,070円となりました。これにより、保険給付費総額は751億6千万円となり、予算を57億5千万円下回りましたが、呼吸器系疾患や悪性新生物などの増加により、前年度決算比は11億4千万円の増額となりました。
- ◎納付金は、**579億3,067万1千円**
前年度決算比では3億5千万円の増額。団塊世代の後期高齢者移行による加入者の増加等が要因となりました。
- ◎その他支出は、**68億3,557万2千円**
保健事業費をはじめ事務所費、診療所費など各種事業にわたり契約等の徹底した見直しを図るなど、諸経費の節減に努め、予算比9億3,030万1千円の減額となりました。

介護保険

収入 **151億1,177万3千円**

支出 **135億2,652万1千円**

- ◎介護保険の収支差引額は、**15億8,525万2千円**の黒字となりました。

決算のポイント

令和6年度の決算状況の収入面では、保険料率を引き上げさせていただいたことに加え、被保険者数の増加や賃金引き上げ効果による平均標準報酬月額の増額により保険料収入が前年度決算比124億2,271万2千円の増収となりました。

支出面では、高齢者医療拠出金の過重な負担があったものの、令和5年度までは新型コロナウイルス感染症やその他の感染症の流行によって高い伸びが続いていた保険給付費の伸び率が比較的落ち着いたことにより、経常収支においては、43億2千万円の黒字となり、5年ぶりの黒字という結果となりました。

今後の当組合の財政状況は、高齢化の進展や医療の高度化による保険給付費の増加はもとより、高齢者医療制度および介護保険制度への支援金・納付金の負担が一段と重くなることが予測されることから、厳しい状況が続くことは確実であり、予断を許さない情勢にあります。

基礎数値

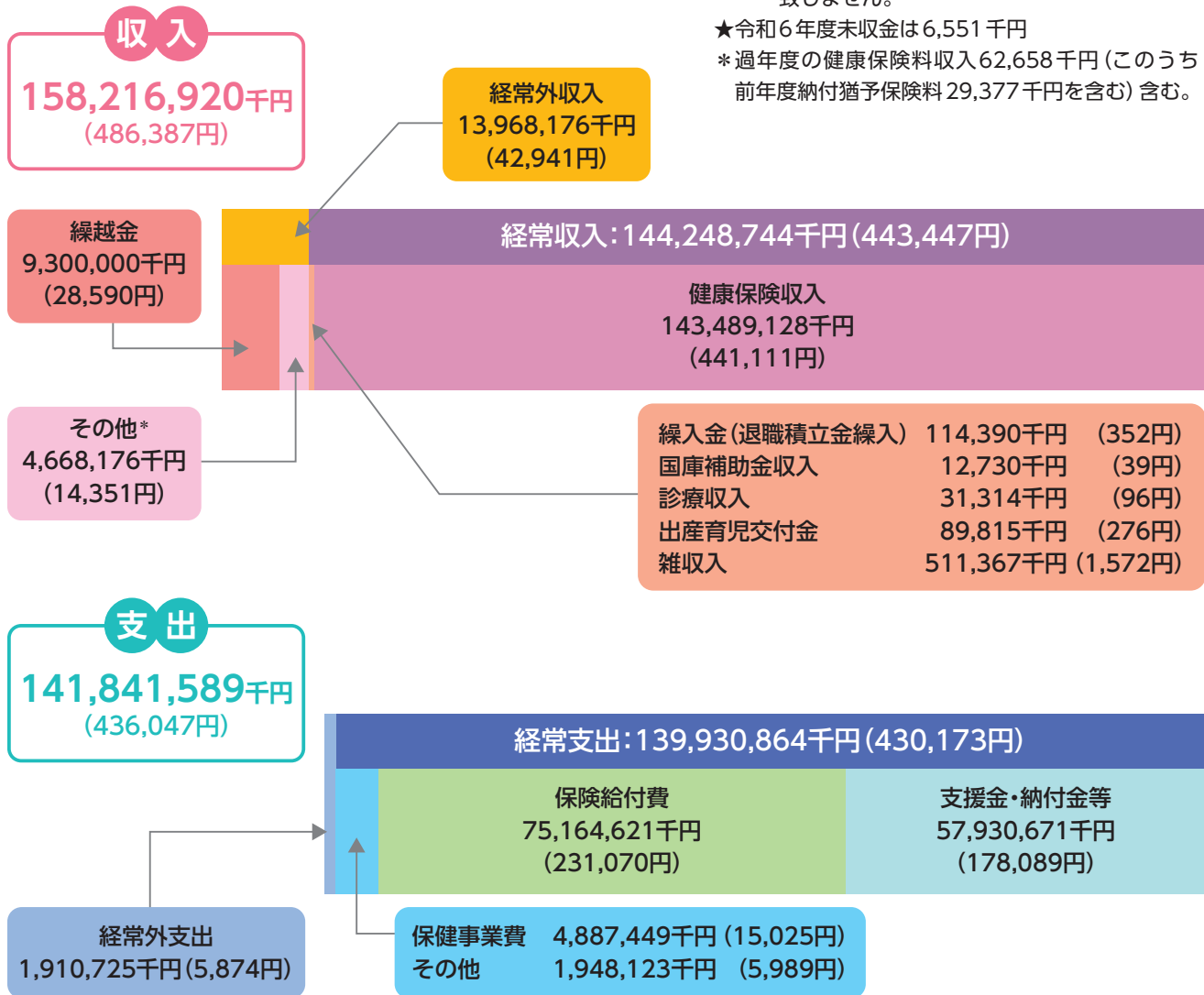
被保険者数… **325,290名** 健康保険料率… **100%** (調整保険料率 1.29 を含む)
 平均標準報酬月額… **334,180円** 介護保険料率… **18.2%** (令和7年度より 15.8%)

収入支出決算概要表

★ () 内は被保険者 1 人当たり額。
 (注) 被保険者 1 人当たり額は端数整理のため合計が一致しません。

★ 令和6年度末収金は6,551 千円

* 過年度の健康保険料収入62,658 千円 (このうち前年度納付猶予保険料 29,377 千円を含む) 含む。



今後の見通し

今後の健保組合を取り巻く情勢としては、依然として増え続ける医療費や高齢者医療制度および介護保険制度への支援金・納付金により、組合財政をさらに圧迫することは確実であり、組合運営にとっていっそう厳しい状況が続いていくものと考えられます。

そのため、組合運営の基礎となる保険料収入の確保を図り、支出の大半を占める医療費の適正化対策として、自動点検方式によるレセプト審査の積極的な推進、ジェネリック医薬品の使用促進、柔道整復療養費に対する照会業務を強化するとともに、第3期データヘルス計画に基づき、生活習慣病の重症化予防のほか、支援金・納付金の減算にもつながるよう特定健診・特定保健指導の受診率・実施率の向上を図り、組合財政の健全化に努めてまいります。

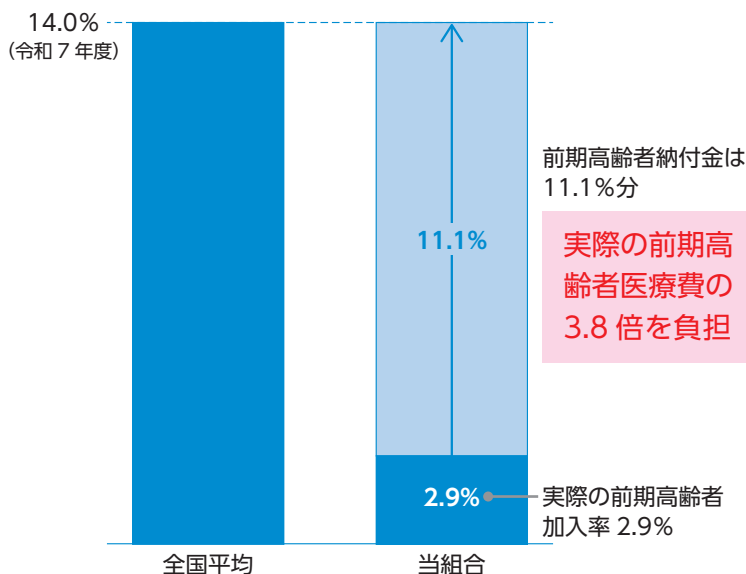
● 健 ● 保 ● 財 ● 政 ● の ● 圧 ● 迫 ● 要 ● 因 ● ～ 前期高齢者医療制度～



65～74歳の高齢者を支える「前期高齢者医療制度」では、健保組合など各医療保険に加入している「前期高齢者」の人数に偏りがあるため、財政負担を調整する仕組みとなっています。

前期高齢者加入率と納付金のイメージ

前期高齢者加入率が当組合は2.9%



Q

前期高齢者になると受けられる給付は変わるのですか？

A

前期高齢者医療制度は、後期高齢者医療のような独立した仕組みではなく、保険者間の財政負担を調整する制度です。したがって、加入する保険者が同じならば、前期高齢者になっても従来と同じ保険給付を受けることができます。

POINT

前期高齢者の皆さまが早期の受診により重症化を防ぐことで、実際の医療費が減少し前期高齢者納付金の負担を抑制することができます。また、皆さまの家計の負担も軽減することができます。

● 健康を維持するために心掛けましょう

① 年に一度は健診で健康チェック

健診は、初期には自覚症状がほとんどない糖尿病や高血圧などの生活習慣病やがんを早い段階で発見し、早期受診により重症化の予防につながります。

② 生活習慣の見直し

適度な運動、バランスの取れた食事を日頃から心掛けるなど、生活習慣を見直すことが、病気の予防につながります。また、禁煙や十分な睡眠も重要です。

● 医療費を抑えるために

① ジェネリック医薬品を活用しよう

新薬と同等の効果で半額以下と安価なジェネリック医薬品の活用で医療費を抑えられます。

② 「はしご受診」を控えよう

同じ病気で複数の医療機関を渡り歩くと、同じ検査を何度も受けるなどで医療費が余計にかかります。また、体にも負担となってしまいます。

③ かかりつけ医を持とう

健康状態を把握してくれているかかりつけ医なら、適切なアドバイスが受けられるほか、必要に応じて紹介状を書いてくれるので、紹介状なしで大病院を受診する際に加算される特別料金がかかりません。

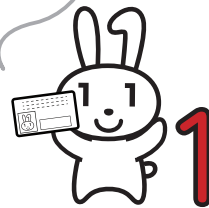
④ 夜間・休日の安易な受診を控えよう

診療時間外の夜間や休日の受診は、時間外料金が発生します。救急医療の妨げにもなりますので控えましょう。



マイナ保険証の 利用申込みを 済ませておきましょう。

健康保険証は
令和7年12月2日に
廃止！



マイナンバーカードの健康保険証に関する **4** つのメリット



マイナンバーカードを健康保険証として利用することで、いつもの通院においても、その他の場面でもさまざまなメリットがあります。

1

データに基づく
より良い医療が受けられる

2

手続きなしで高額療養費の
限度額を超える支払いが免除

3

マイナポータルで確定申告時に
医療費控除が簡単にできる

4

医療現場で働く人の
負担を軽減できる

健康保険証の廃止に伴う

「資格確認書」の一斉交付について

健康保険証の廃止に伴い、マイナ保険証の利用が難しい方などには、令和7年10月下旬ごろ、ご本人の申請を要することなく、事業所等を通じて「資格確認書」が交付されます。詳細につきましては、今後、健保だよりや当組合ホームページ等でお知らせいたします。

資格確認書一斉交付対象者（有効な健康保険証をお持ちの方）

- ① マイナンバーカードを持っていない方
- ② マイナンバーカードを持っているが、マイナ保険証の利用登録をされていない方
- ③ マイナンバーカードの電子証明書の有効期限が切れた方
- ④ マイナ保険証の保険証利用登録を解除した方
- ⑤ 当組合にマイナンバーの届出がない方

「資格確認書」一斉交付対象者

【約 **14** 万人（令和7年6月末データ）】

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8年度より「子ども・子育て支援金」が始まります

子ども・子育て支援金制度とは

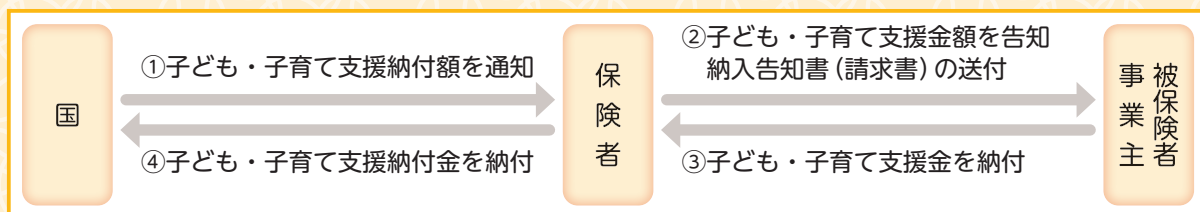
子ども・子育て支援金制度は、社会連帯の理念を基盤に、子どもや子育て世帯を**全世代・全経済主体**が支える**新しい分かち合い・連帯の仕組み**です。

いつから

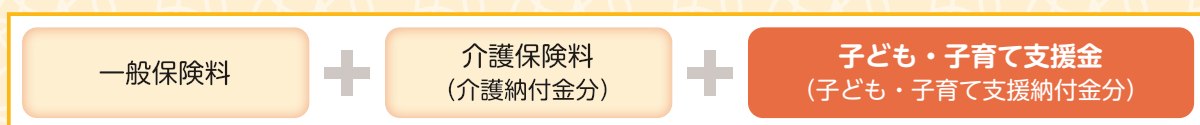


開始時期について

- 子ども・子育て支援金は**令和8年4月分保険料(5月納付分)**より一般保険料・介護保険料と合わせて徴収されます。



- 納入告知書(請求書)には、**第3の費目**として子ども・子育て支援金が追加されます。



※健保組合は、子ども・子育て支援金の**代行徴収的な**位置付けになります。

何に使う



支援金の使途は

- 支援金を財源として、国が**こども未来戦略「加速化プラン」**の取り組みを実施します。
- 加速化プランとは、わが国の**少子化対策を促進**するために、児童手当の拡充等の給付を拡充するなど、さまざまな施策のことです。

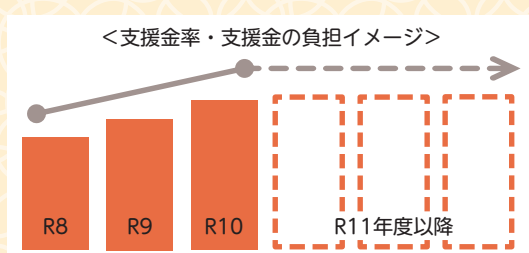
<加速化プランの施策>

- 妊婦のための支援給付 ● 出生後休業支援給付率の引き上げ ● 育児時短就業給付 等

いくら支払う



どの程度の負担額が



1人当たり負担額・イメージ

(標準報酬月額×支援金率=毎月の負担額)

例) 標準報酬月額が30万の場合

$$30\text{万円} \times 0.4\% = 1,200\text{円/月}$$



<各年度における支援納付金の総額>

R8年度…約6,000億円 → R9年度…約8,000億円 → R10年度…約1兆円

- 負担率(支援金率)は、令和8年からスタートし、令和10年度には**0.4%程度**に段階的に上がることが想定されます。
- ただし、国が令和10年度に支援納付金の最大規模を決めているため、今後、健康保険料や介護保険料のように**右肩上がり**で増え続けることはありません。
- 健保組合と協会けんぽには、国が一律の支援金率を示すこととなっています。

令和7年度
第2回

健康づくりセミナー 開催のお知らせ

腸から始める生活習慣改善

今回の「健康づくりセミナー」は、正しい腸活を理解し、腸の働きを活性化させる食生活と運動の方法を学び、日常生活の中で腸活のための食事と運動の行動がとれるようになります。

日常生活を振り返り、腸に働きかける食事・運動習慣の改善方法を実践を通し学ぶことができます。ぜひ、ご参加ください。

プログラム

◇講話「正しい腸活の理解」

◇実技 ストレッチ

●HIITパート筋力トレーニング

●くつろぎパート

◇まとめ<質疑応答>

HIIT
とは?



数分の間に複数の筋トレとインターバルを繰り返すことで、ダイエット効果や体力向上が期待できる運動法です。

日時

10月3日(金)

18:30~20:00 (受付 18:00~)

(プログラム実施時間は 18:30~19:30)

会場

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

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

8月18日(月)から9月16日(火)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、結果は申込締切後申込者全員へ通知いたします。

HIITパート 30秒動き、30秒休めます
※休憩中は足踏みしたり、呼吸を整えたりしましょう

①スクワット

②③サイドスクワット

④ランジ



★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2回 健康づくりセミナー開催のお知らせ】



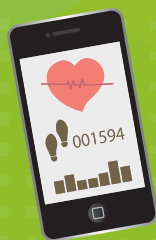
問合せ・申込み

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



スマートフォンを活用した ウォーキング大会を 実施いたします!



令和7年度より新規事業としてスマートフォンアプリ「**PepUp** (ペップアップ)」を利用したウォーキング大会を実施いたします。

今回はその機能のひとつである「ウォーキングラリー機能」を活用し、「スマホウォーキング大会」を開催いたしますので、日頃の運動不足解消、健康保持・増進のために、ぜひご参加ください。

なお、エントリーは「Pep Up」より行いますので、今すぐに「Pep Up」の申請・登録をお願いします(申請から登録完了までは約2週間かかります)。

参加対象者 >>> **被保険者および被扶養配偶者**

参加条件 >>> ※①8月7日(木)までに当組合への加入手続きが完了しており、下記開催期間中に資格があること。
②Pep Upと次の⑦～⑩のいずれかで歩数連携ができること。
⑦ヘルスケア (iPhone) ⑧ヘルスコンネクト (Android)
⑨Fitbit ⑩Garmin ⑪OMRON Connect

Pep Upユーザー登録
申請フォームはこちら



開催期間 >>> **10月1日(水)～11月30日(日)**

エントリー期間 >>> **8月1日(金)～9月30日(火)**

エントリーには、Pep Upの事前登録が必要です。

エントリー方法 >>> 個人でもチーム(2名～10名)でもエントリーできます。

▶エントリーは「個人参加」「チーム参加」いずれもエントリー期間中に、Pep Upのウォーキングラリー画面から“参加ボタン”を押下してください。

競技方法 >>> 個人、チーム別に当組合が設定した目標歩数(一日平均歩数)のクリアを目指します。

表彰 >>> 目標歩数達成者には、PepUp内で電子マネー等に交換できるPepポイントを最大1,800ポイント(チーム参加の場合)進呈します。

個人 ▶ 8,000歩以上 1,200ポイント(1,000円相当)を進呈
6,000歩以上 600ポイント(500円相当)を進呈

チーム ▶ 8,000歩以上 600ポイント(500円相当)を進呈

★参加条件やエントリー方法等についての詳細は、当組合ホームページをご覧ください。



NEWS&TOPICS「イベント」➡
【スマホウォーキング大会を実施します!】



問合せ

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)



第36回

ボウリング大会のお知らせ

職場の皆さんと
チームを組んで
参加しませんか？

開催日時	11月8日(土) 10:00~13:00
開催場所	品川プリンスホテル 「ボウリングセンター」 東京都港区高輪4-10-30
受付	ボウリングセンター 2階 9:10より
参加資格	当組合の被保険者
募集人数	160名(40チーム) 【1事業所3チームまで】
参加費	無 料
大会種目	2ゲームのトータルピンで順位を決定いたします。 ●団体戦(1チーム4名、男女混合可) ※ハンディキャップとして女子1名につき1ゲームごとに10点を加算 ●個人戦(男子・女子)
申込方法	9月11日(木)(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、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10月7日(火)に送付先住所へ通知をお送りいたします。



★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36回ボウリング大会」のお知らせ】



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



9月1日より受付開始!

年末年始の直営保養所〈ベルビュー南熱海〉の 利用申込み(抽選分)

(12月利用希望と同じ申込方法です。)

～年末年始の申込みから利用決定まで～

対 象 期 間

- ① 令和7年12月31日(水)～令和8年1月1日(木) 宿泊の2泊
② 令和8年 1月 2日(金)～令和8年1月3日(土) 宿泊の2泊

食事について

4食とも、和食となります。
申込書の食事選択欄の記入は不要です。

申 込 資 格

組合員(当組合の被保険者および被扶養者)
※組合員以外の方の同行も可能です。

申 込 方 法

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。
(年末年始専用の申込書はありません)



申 込 期 間

令和7年9月1日(月)～9月10日(水)

※9月10日(水) 必着となります。申込期間外のお申込みは無効となりますのでご注意ください。

利 用 決 定

抽選により利用決定いたします。
利用の可否につきましては、9月下旬に申込代表者様宛に郵送にて通知いたします。
なお、当選された方には、**当組合承認印のある利用通知書**を同封いたします。

利用料金(大人1人2泊朝・夕付 消費税込)

組 合 員	同 行 者
24,000円	36,000円

- ・満3歳以上満12歳未満(子ども)は上記料金の80%です。
- ・満3歳未満(乳幼児)は2,000円です。
- ・食事なしの設定はありません。

※抽選後の空室については、10月1日(水)9:00より、組合本部施設課にて電話受付となります。
※空室状況は当組合ホームページから確認できます。



★詳細は、当組合ホームページをご覧ください。
NEWS & TOPICS「イベント」➡

「9月1日より受付開始!『年末年始の直営保養所の利用申込み』(抽選分)」



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



組合監事監査が実施されました

令和7年7月2日(水)に、当組合監事の荒井秀明氏、大口順宏氏により令和6年度における経理ならびに事務全般について監査が行われました。

監査の結果、事業計画に基づき、適正な運営、事務処理が行われていると認められました。



組合からのお知らせ

■事務担当者の皆さまへ

▶算定基礎届提出のご協力について

事業主ならびに健康保険ご担当の皆さまにおかれましては、今年も「算定基礎届」のご提出にご協力をいただきまして誠にありがとうございました。

■令和7年度 契約健診(医療)機関の新規契約について

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。

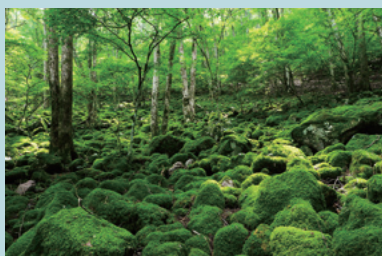
●新規契約

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(医師)	乳房超音波	マンモ
北海道	01054	医療法人社団 明日佳 札幌きたはち健診センター	札幌市北区北8条西1丁目3 さつきた8・1ビル1階	011-252-9925	○	○	○	○	○
埼玉	11105	医療法人 翔誠会 MIRAI CLINIC TODA	戸田市本町4-16-17 戸田公園メディカルブリッジ2・3階	048-229-0489	○	○	○	○	○
千葉	12072	医療法人社団 誠誓会 新東京病院	松戸市和名ヶ谷1271	047-308-3720	○	○	○	○	○
奈良	29010	医療法人 光翼会 橿原健診クリニック	橿原市土橋町609	0744-23-3102	○	×	×	○	×
島根	32005	公益財団法人 島根県環境保健公社 健康の杜 浜乃木メディカルチェックプラザ	松江市浜乃木8-2-46	0570-085-111	×	×	○	○	○
香川	37014	一般社団法人 瀬戸健康管理研究所 総合健診クリニック	丸亀市津森町219	0877-24-8300	○	○	○	○	○
福岡	40055	社会医療法人社団 至誠会 木村病院	福岡市博多区千代2-13-19	092-641-1911	○	○	×	○	○

今月の表紙

S.Eさん

こけ 苔むした石群
(埼玉県：飯能市)



埼玉県・武甲山から子持山へ大持山と「ウツや危険な尾根」を進むと緑溢れる「ウツノタワ」に到着します。エスケープ目的で急斜面を下ると石群の脇に。風の音だけの静かな場所…、人より熊と遭遇する確率が大きい地です。

東京実業健康保険組合 令和7年6月分 事業月報

事業所数	2,961 件
被保険者数	331,572 人
男	158,150 人
女	173,422 人
平均標準報酬月額	332,396 円
男	386,282 円
女	283,255 円
保険料調定額	11,040,118,981 円
支出総額	11,969,527,895 円
法定給付	6,251,794,182 円
付加給付	127,978,900 円
拠出金等	4,981,516,000 円
その他	608,238,813 円

定期検診が大切です！

東京、名古屋、
大阪で
開催いたします

会場歯科検診のお知らせ

歯を失う原因の75%は虫歯と歯周病です。特に中高年以降では歯が抜ける原因の90%が歯周病といわれています。年に一度は歯の検診を受け、健康な歯を守りましょう。ぜひ、この機会に歯科検診を受けてみませんか？

対象者 当組合の被保険者（検診当日に保険資格のある方）

※現在、歯科で治療中の方、被扶養者の方は受診できません。

検診内容 口腔疾患診査、歯石除去（一部）、口腔衛生指導

（検診時間は1人20分程度、検診結果はその場でお渡しいたします。）

検診料金 無 料 <全員に歯ブラシを差し上げます>

受付時間 9：30～11：30／13：00～16：00

（11：30～13：00は受付できません）

申込方法 専用申込書に受診人数等をご記入のうえ、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。

申込締切日 令和7年9月22日（月）

ご 注 意 検診当日は必ず⑦「健康保険証（R7.12.1まで利用可）」、
①「資格確認書」、②「マイナポータルの保険資格画面」、
③「マイナ保険証＋資格情報のお知らせ」の⑦～③いずれか1点の提示が必要となりますので、ご持参ください。



★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」➡

【無料「会場歯科検診」のご案内（東京・名古屋・大阪）】



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



★令和7年10月保養所空き状況（令和7年7月末現在）

■満室 ■若干余裕あり ■余裕あり ■休 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	31
	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	火	水	木	金
ベルビュー南熱海						休	休													休	休										

※かまくら味彩館・サンライズ熱海は令和6年度をもって閉鎖となりました。

※8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 8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】



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



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。