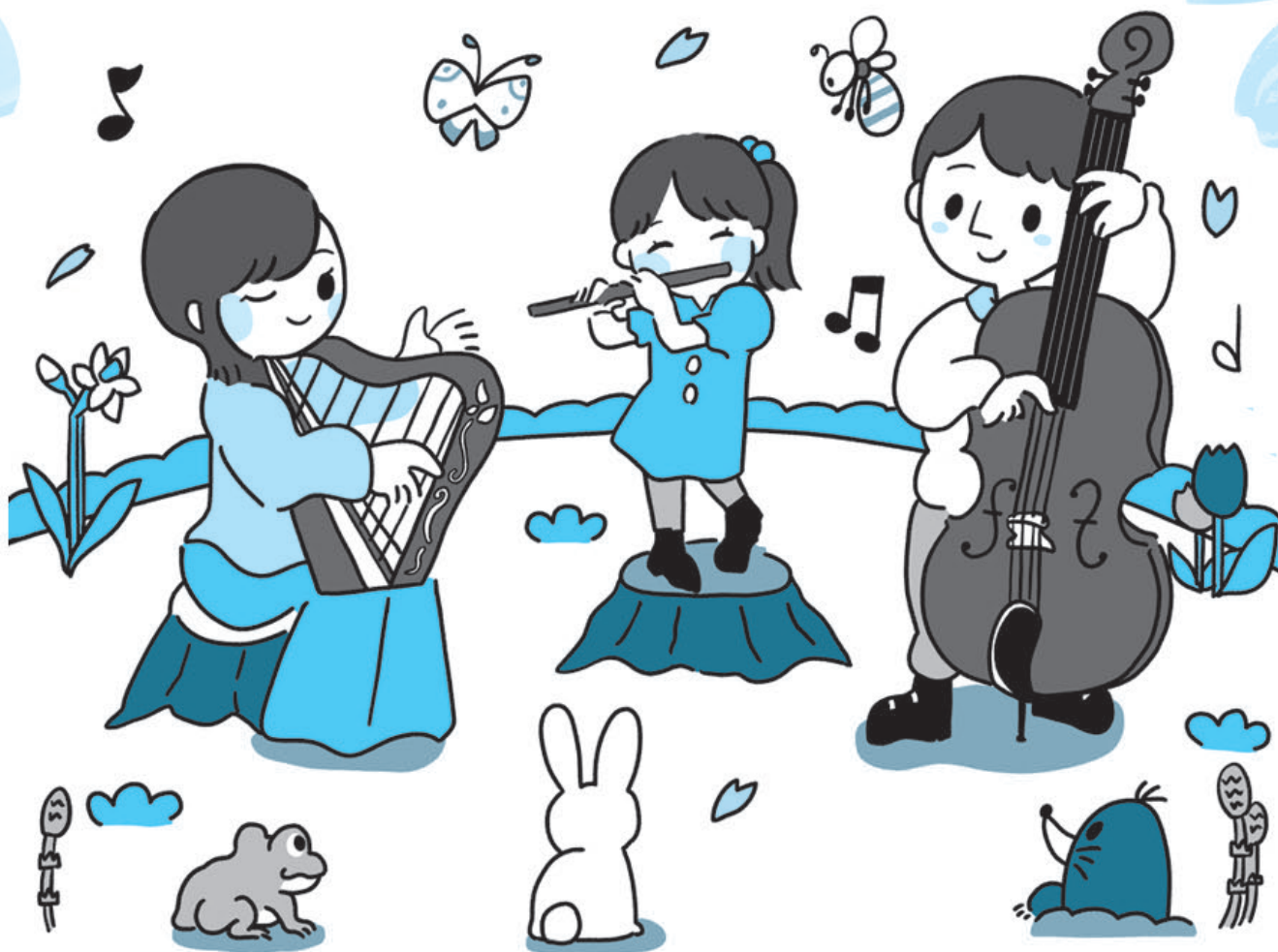


けんぽだより

2023年 4月号



このけんぽだよりは、ご本人だけでなく、
ご家族の皆さんも一緒にご覧ください。

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

Google、Yahoo! から で click!!



4月START! 健保組合からのお知らせをLINE配信します!

LINEによる組合員向けサービス 「高島屋健保de健康エール」を開始します!

メニューから
検診の予約や
申請書を
ダウンロード
できる!!

健保からの
お知らせや
お得な情報を
受け取れる!!

まずは
友達登録
から

今すぐLINEで
友だち登録!

※対象は、被保険者・被扶養者・(任意継続被保険者を含む)です。

家族の異動はありませんか?

就職や結婚など、世帯の状況に変化が生じたときは、扶養削除などの手続きを行ってください。
詳しくは高島屋健康保険組合のホームページ【保険証編 → 家族が脱退するとき】をご覧ください。

*所得税の扶養控除等申告書の提出とは別に、健保組合への削除申請が必要です。

すみやかに
届け出を!

削除手続きが必要なとき

妻(夫)、子女が就職した	新しい 保険証の取得日 で削除
妻(夫)、子女の今年度収入が基準を超えた	健保受付日 で削除
子女の結婚	婚姻日 で削除
同居していた被扶養者と別居し、扶養基準から外れた	別居した日 で削除



★奥様の就職や
奥様の年収130万円オーバー
(健康保険での収入は通勤交通費を含んだ額となります)

手続きの方法と資格喪失後の受診について

- 削除事由発生日から5日以内に**保険証**を添付のうえ、各店G-HALまたは各社総務担当窓口で**削除手続き**を行ってください(健保組合への提出は、届け出を受けた各店・各社で行います)。
- 上記の削除日以降は、高島屋健康保険組合の**保険証は使用できません**。
誤って使用された場合、健保組合より後日、健保組合が負担した医療費の返還請求を行うことになります。

事業収入・不動産収入等がある方の収入額は

健康保険の被扶養者認定などにおいて、収入が事業収入、不動産収入である場合に収入から差し引きできる経費は、所得税法上の必要経費とは異なり、売上原価、給与賃金(支払対象者が本人・親族の場合のみ)、外注工賃(事業に必要な業務の一部をより専門とする業者に委託した場合のみ)、水道光熱費(収支内訳書の住所と事業所所在地が同一の場合は1/2の額)、広告宣伝費、修繕費、消耗品費です。これを売上金額から差し引いた額を収入として判定します。

確認書類として、市区町村発行の所得証明書および直近(前年度)の確定申告時に税務署に提出した「確定申告書」「収支内訳表(または青色申告決算書)」(いずれも写し、税務署の受付印のあるもの)をご提出いただいています。

定健データ分析の概要

2022年度より、会社（事業主）と健保組合との連携（コラボヘルス）をより強化し、効率的かつ効果的な事業の実施に向け、労働安全衛生法に基づき行われる定期健康診断の情報を、(株)高島屋と当健保組合で共有・活用することについて覚書を締結しました。それを受け、直近3年間の定期健康診断結果データを分析結果の概要を簡単にご紹介します。

※2023年度からは、前述の定期健康診断データの共同利用についてグループ各社とも覚書を締結し、高島屋グループ全体としての取り組みを進めます。

まとめ

2020年度は新型コロナによる在宅勤務や臨時休業の影響から全般的にリスク保有率が高かった。分析結果のうち特徴的だったものは以下の通り。

	20代	30代	40代	50代	60代
男性	肝機能リスク上昇		血糖リスク上昇		
	脂質リスク上昇		血圧リスク保有者率は、全国平均と比べて低い		
女性	内臓脂肪リスクが全国平均を上回る			肝機能リスク上昇	
	喫煙率が全国平均より高い			血圧リスク保有者率は、全国平均と比べて低い	

今まで健保組合では40歳以上の特定健診データしか把握できませんでしたが、今回の取り組みにより全年齢のデータについて分析ができるようになりました。

その結果、男性は30歳代までに「肝機能」「脂質」リスク上昇、40歳代に入り「血糖」リスク上昇が見られ、女性は30歳代から「内臓脂肪」リスク上昇が見られました。また、女性の喫煙率がとくに40歳代以上が全国平均を上回っているのが特徴です。

対策としては、やはり当たり前のこととなりますが、日常生活において「運動」「食事」「飲酒」「喫煙」「睡眠」など、できることから「意識する」「気にする」習慣をつけることが大切です。そのためのツールとして、健保組合では「健康ポイントプログラム」企画（8、9ページ参照）、「禁煙チャレンジ」企画（10ページ参照）などを準備し、これからも皆さまの健康づくりを応援していきます。

従業員の健康寿命を延ばすため、 会社と健保組合がコラボヘルスを推進します 個人情報の共同利用にご理解を！

昨年度より、会社（事業主）と当健保組合との連携（コラボヘルス）の一層の推進と保健事業のより効果をも高めるため、定期健康診断結果データの共同利用を開始しましたが、本年度よりこの取り組みを高島屋グループ各社に拡大します。

被保険者の定期健康診査等および保健事業等の推進事業（従来に加え、定期健康診査を追加）

共同利用の相手先	事業主
事業内容	事業主が労働安全衛生法第66条ならびに労働安全衛生規則第44条の定めに基づき実施する定期健康診査と当健保組合が高齢者の医療の確保に関する法律に基づいて実施する特定健康診査ならびに健康保険法第150条に基づき実施する保健事業としての健康診査（以下「定期健康診査等という」）の事業を共同で実施し、その情報を共同利用のうえ保健事業に活用します。
共同して利用する個人データの項目	被保険者の社員番号、所属、健康保険証記号・番号、氏名、住所、性別、生年月日、年齢、および定期健康診査等の結果データ
個人データを取り扱う人の範囲	（共同利用の相手）産業医、保健スタッフ、健診担当者 （当健保組合）当健保組合の職員
取り扱う人の利用目的	（共同利用の相手）産業医、保健スタッフ、健診担当者による個別の健康管理ならびに指導を必要とする個人への健康管理に利用します。 （当健保組合）被保険者の健康の保持・増進を目的とし、健診の事後処理、生活習慣病対象者およびその予備群の他、その他リスク保有者の健診データをもとに、保健指導および健康相談ならびに健診結果の分析に利用します。
データの管理責任者の氏名または名称	（共同利用の相手）事業主の人事総務責任者 （当健保組合）当健保組合の常務理事

高島屋健康保険組合 第191回 組合会報告

去る2月27日に開催されました、第191回高島屋健康保険組合組合会において、「2023年度事業計画および収入支出予算」などが審議され、可決・承認されました。その概要についてお知らせいたします。

2023年度 事業計画

従来からの疾病予防に向けた保健事業に加え、各事業所が実施する定期健康診断データの当健保組合との共同利用をグループ各社に拡大し、コラボヘルスの更なる強化を目指します。また、健診代行システム、健康ポイントプログラム等を継続強化し、将来的な健康寿命の延伸に向けた加入者の健康維持に取り組んでいきます。

2022年度の決算見込み

2022年度の経常収支差額は、4.4億円の黒字となる見込みです（予算は4.7億円の黒字）。経常外収支は、予備費を使わなかったこと以外はおおむね予算どおりで、経常収支に経常外収支を加減した収支差額である決算残金は5.0億円となる見込みです。

2023年度 収入支出予算概要

一般勘定

予算基礎数値

- 被保険者数 11,516人
- 平均標準報酬 月額340,857円
- 保険料率 96/1000
- 会社 55/1000 被保険者 41/1000

収入

●保険料収入 54億3,000万円

皆さんの給与・賞与と保険料率をもとに計算し、皆さんと会社から徴収する保険料です。（任意継続被保険者は全額ご本人から徴収）

●別途積立金繰入 4億6,400万円

保険料の減収により、保険給付費などの必要な支出を満たすための収入が不足しますので、積立金（貯金）を取り崩して収入を賄います。

●その他収入

高額療養費の割合が高い健保組合の財政負担軽減のための交付金、利子収入などです。

収入合計 60億3,400万円

支出

●保険給付費 30億1,600万円

皆さんやご家族の方が病気やけがで医者にかかったり、出産や葬祭の費用あるいは病気で会社を休み、給与がもらえなくなった場合に給付する費用です。

●高齢者医療制度納付金 23億3,000万円

65歳～74歳の前期高齢者や75歳以上の後期高齢者の医療を支えるための国への拠出金です。

●保健事業費 2億2,500万円

皆さんやご家族の方の健康保持増進を図るための各種健診、人間ドックの補助などに充てる費用です。

●その他の支出

健保組合を運営するための人件費、その他事務執行費用や予備費等の費用です。

支出合計 60億3,400万円

介護勘定

予算基礎数値

- 被保険者数 8,935人
- 平均標準報酬 月額354,459円
- 保険料率 20/1000
- 会社 10/1000 被保険者 10/1000

収入

●介護保険料収入 9億4,500万円

原則40歳～64歳の皆さんの給与・賞与と保険料率をもとに計算し、皆さんと会社から徴収する保険料です。

収入合計 9億4,500万円

支出

●介護納付金 7億7,100万円

介護費用の財源にあてるため、40歳～64歳の皆さんとご家族の人数を元に計算し、国に納める納付金です。

●その他 1億7,300万円

ほぼ全額が予備費です。

支出合計 9億4,500万円

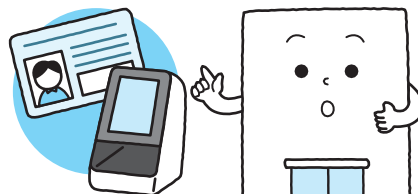
※健保会計、介護会計では国の予算編成と同様、単年度の事業計画・支出予算とそれに見合う収入予算を設定するので、収入、支出合計は同額となります。

マイナンバーを当健保事務の範囲内で使用する旨のお知らせです

マイナンバーを会社に提出されていない、または提出が遅れる場合、健保加入者が医療機関（病院・薬局）の窓口でオンライン資格確認ができない、といったトラブルにつながる恐れがあります。そのような中、健保組合は行政から直接マイナンバーを（JLIS照会というシステムを通じて）取得することを求められています。

つきましては、マイナンバー未提出の方、提出が遅れている方のマイナンバーについて、法^{*}に基づき、定期的に行政システムより取得・連携させていただきますので、ご承知ください。

※行政手続きにおける特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律（提供の要求）第十四条2:個人番号利用事務実施者は、個人情報利用事務を処理するために必要があるときは、住民基本台帳法第三十条の9～12までの規定により、機構に対し機構保存本人確認情報の提供を求めることができる。



2021年10月より、マイナンバーカードを健康保険証として利用し、医療機関で受診できるようになりました（医療機関により開始時期は異なります）。健康保険証として利用する前に、「マイナポータル」への登録が必要です。

また、マイナポータルで自身の薬剤情報や特定健診情報、医療費情報を確認できるようになり、医療機関の領収書がなくても確定申告が可能になります。

「マイナポータル」とは？

国が国民に提供するオンラインサービスです。子育てや社会保障などの行政サービスの検索やオンライン申請ができたり、行政機関等からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。



マイナンバーカードが健康保険証として利用できます

準備が整った医療機関や薬局ってどうやってわかるの？

「マイナ受付」のステッカーやポスターが貼ってある医療機関や薬局では、マイナンバーカードが健康保険証として利用できます。

※医療機関・薬局によって開始時期が異なります。利用できる医療機関・薬局などについては、厚生労働省のホームページをご確認ください。



▲ステッカー



▲ポスター

なにが便利になるの？

- ◆本人が同意すれば、医療機関や薬局は、過去の薬剤情報や特定健診情報を確認できる
- ◆「マイナポータル」で、過去の薬剤情報や特定健診情報をいつでも閲覧できる
- ◆確定申告書の作成時に、医療費通知情報をデータで連携できる
- ◆限度額適用認定証がなくても、医療機関・薬局で限度額以上の一時支払いが不要となる
- ◆転職した場合、新しい健康保険証が手元に届いていなくても、健康保険証として利用できる

健康保険証として利用するにはどうすればいいの？

健康保険証利用には、事前申し込みが必要です。

まずは、マイナンバーカードの取得が必要です。その後、事前にマイナポータルでの登録が必要です。マイナンバーカード取得については、「マイナンバーカード総合サイト」をご覧ください。

詳細はこちらから



本年度の各種健診予約が始まりました

4月1日から
スタート

健康維持や病気の早期発見・早期治療のために、できるだけ定期的・継続的に人間ドックをはじめとした各種健診を受けましょう。

人間ドック・脳ドック

対象者 予約申込日に当健保組合加入者でかつ受診日を含む年度に**満40歳以上**（2024年3月末に40歳以上の被保険者）

負担金額 実費の3割（受診当日に医療機関へ支払い）

受診機関 当健保組合（株式会社ベネフィット・ワン提携）の契約医療機関

予約方法 ハピルス健診予約サイトより（次頁をご覧ください）

利用期間 年1回（4月～翌年3月末）

**50歳、59歳の
在職被保険者は、
人間ドックを無料で
受診できます**

対象者 予約申込日に当健保組合加入者でかつ受診日を含む年度に満50歳・59歳（2024年3月末時点）の在職被保険者

負担金額 無料

予約方法 ハピルス健診予約サイトより（次頁をご覧ください）

婦人科検診

検査項目 子宮頸がん検査、乳がん検査、骨密度検査

対象者 予約申込日および受診日当日に当健保組合加入者である女性被保険者

負担金額 無料（ただし、後述②の契約医療機関での受診の場合、費用補助に上限があります）

受診機関 ①当健保組合（株式会社ベネフィット・ワン提携）の契約医療機関

②①での契約医療機関以外での受診

③各店各社（事業所で実施の検診）

予約方法 ①の場合、ハピルス健診予約サイトより予約（次頁をご覧ください）

②の場合、ご本人より予約、**高島屋健保HPより「婦人科検診（立替払い）申請書」を印刷、持参**、医療機関に提出のうえ、指示に従ってください。受診後、当健保組合に立替請求してください（**書類の印刷ができない環境の方は、当健保組合までご連絡ください**）。

③の場合、各店各社（事業所）のHAL窓口にお尋ねください。

利用期間 年1回（4月～翌年3月末）

その他 一つの検査項目についての費用補助は、年度内に1回限りです。
よって、同一の検査を年度内に2カ所以上で受けることはできません。

主婦（女性被扶養配偶者）向けの健診

次の2つのうち、いずれかをご選択ください（両方は受診できません）。

■ **パターンA：人間ドック+婦人科検診** ■ **パターンB：法定健診**（会社で従業員に実施する法定健診と同レベルのもの）

対象者 予約申込日および受診日当日に当健保組合の女性被扶養配偶者（妻）

パターンA 人間ドック+婦人科検診

負担金額 実費の3割負担（受診当日に医療機関へ支払い）

※費用補助に上限があります。

受診機関 ①当健保組合（株式会社ベネフィット・ワン提携）の契約医療機関

②①での契約医療機関以外での受診

予約方法

①の場合、次頁のハピルス健診予約サイトよりお申し込みください。WEB予約画面からメインコース「人間ドック」を選び、次にオプションとして希望する婦人科検診項目（乳がん検査、子宮がん検査、骨密度検査）を追加してください。

②の場合、ご本人より予約、当健保組合より4月中に自宅郵送された書類を確認し、「主婦健診（立替払い）申請書」「検査結果が記載された主婦健診健康診断票」を持参、医療機関に提出のうえ、指示に従ってください。受診後、当健保組合に立替請求してください（**書類が未着の場合、当健保組合までご連絡ください**）。

利用期間 年1回（4月～翌年3月末）

パターンB 法定健診（会社で従業員に実施する法定健診と同レベルのもの）

負担金額 無料

受診機関 当健保組合（株式会社ベネフィット・ワン提携）の契約医療機関

予約方法 次頁のハピルス健診予約サイトよりお申し込みください。

WEB予約画面から次のいずれかをお選びください。

①「施設型」⇒メインコース「法定健診」

②「巡回型」

利用期間 年1回（4月から翌年3月末）

※「巡回型」のお申し込みは2024年1月20日まで予約が必要です。

※オプション検査として、婦人科検診項目を実費の3割負担で受診できます。

各種健診の予約方法について

(推奨)ハピルス健診予約で予約・受診される場合

①健診予約サイト(ハピルス健診)にアクセス

高島屋健保HPのトップ画面より、「各種健診のご案内」バナーをクリック、または以下の高島屋健康保険組合加入者専用画面URLにアクセスしてください。

<https://kenshin.happy1th.com/takashimaya>

スマホから
アクセスするなら
コチラ



②(初めての方)ログイン画面から「初回登録」をお願いします

- 「初回登録」をクリック
 - 加入者情報確認画面に必要事項を入力(お手元に健康保険証をご用意ください)、認証するをクリック
 - 登録が完了すれば、そのまま本予約サイトをご利用いただけます
- (すでにハピルスアカウントをお持ちの方) ID、パスワードを入力し、ログインしてください。

③予約可能な画面に進みます

①受診したい医療機関・健診メニュー・予約希望日を株式会社ベネフィット・ワン(ハピルス健診)

健診予約受付センターに連絡 ※WEB・スマホ以外では、電話、FAX、郵送でもハピルス健診予約をご利用いただけます。

WEB・スマホ



高島屋健康保険組合
加入者専用画面URL



<https://kenshin.happy1th.com/takashimaya>



フリーダイヤル 0800-9199-021

平日・土/10:00~18:00 ※日・祝日は除く

有料 03-6746-5071



089-900-8281



〒790-0035 愛媛県松山市藤原2-8-8
株式会社ベネフィット・ワン健診予約受付センター宛

②株式会社ベネフィット・ワンが健診機関と日程調整

③日程が確定後、ご連絡いたします(WEB・スマホ申し込みの方はメール、それ以外の方はハガキにて)



受診者

①候補日を連絡

- WEB ●スマホ
- 電話 ●FAX ●郵送

③確定の連絡

WEB・スマホ申し込みの方はメール、それ以外の方はハガキ



株式会社ベネフィット・ワン

②調整



健診機関

ハピルス健診提携以外の医療機関で一旦立替払いにて受診される場合(婦人科検診・主婦健診)

①直接、ご自身で健診機関に電話予約をお願いします

【婦人科検診の場合】

高島屋健保HPより「婦人科検診(立替払い)申請書」を印刷、持参、医療機関に提出のうえ、指示に従ってください。受診後、当健保組合に立替請求してください(書類の印刷ができない環境の方は、当健保組合までご連絡ください)。

【主婦健診(人間ドック+婦人科検診)の場合】

当健保組合より4月中に自宅郵送された書類を確認し、「主婦健診(立替払い)申請書」「検査結果が記載された主婦健診健康診断票」を持参、医療機関に提出のうえ、指示に従ってください。

受診後、当健保組合に立替請求してください(書類が未着の場合、当健保組合までご連絡ください)。


2023
年度

アプリを使って健康習慣を身につけよう

健康ポイントプログラムのご案内

昨年に引き続き、2023年度も「健康ポイントプログラム」を実施します。対象者は高島屋グループ在職の被保険者全員（任意継続被保険者除く）です。昨年も多くの皆さんに参加いただき、日々の生活習慣から健康を意識し、意欲的に健康増進に取り組まれています。日々の歩数を気にする、体重を気にするなど、少しでも健康を「意識」するためのツールとして、まだ参加されていない方は、今年はぜひともご登録をお願いいたします。

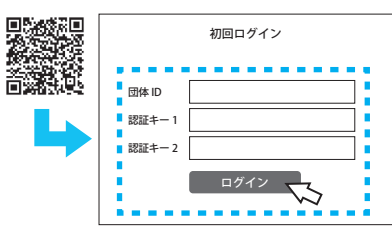
以下の通り、年間で最大1万円のインセンティブが付与されます。ご自身の健康意識を高め、さらにインセンティブを獲得できる、とても魅力ある企画にぜひ参加しましょう。

①まずはアカウントを作成してログインをしよう!	アカウントの作成方法は下記の参加方法①をご覧ください。 ◆初回ログイン:300ポイント ◆日々のログイン:5ポイント/日	
②健康習慣を身につけよう! (本年は日々での取り組みポイント付与を増やしています)	(例)◆ウォーキング:8000歩で5ポイント/日 ◆生活習慣チャレンジ:最大10ポイント/日 ◆ストレスチェック受検:200ポイント	
③インセンティブをもらおう!	●期間中(4/1～翌3/31)に取得したポイントに応じてインセンティブが付与されます。 ●2000ポイントを超えると2,000円、以降500ポイントを超えるごとに500円のインセンティブが付与されます。 ●半年で一旦インセンティブ付与を清算しますが、ポイント累計は1年間を通じて行います。 (9月までに2,700ポイント、翌3月までに6,100ポイント取得の場合、原則11月に2,500円、翌5月に3,500円を保険給付として給与振込します)	

※アプリ画面には「ポイント交換」の表示がありますが、当健保組合企画では上記のインセンティブ付与での対応となります。(商品との交換ではありません)

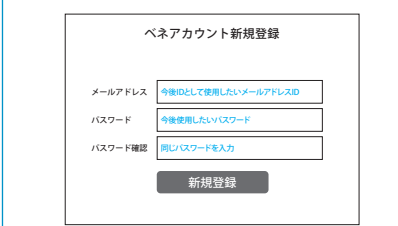
健康ポイントプログラムの参加方法

①初回ログイン登録を行う




■団体ID：C100002FC
■認証キー1：保険証の記号+番号+生年月日(8桁)
【例】記号2、番号5423
生年月日:昭和59(1984)年4月23日
→2542319840423を入力。
■認証キー2：06273700
をそれぞれ入力し、【ログイン】をタップ

②アカウントを新規登録する



メールアドレス(今後ログインIDとして使用します)とご自身で作成した任意のパスワードを入力して【新規登録】をタップ。
登録したメールアドレスに、アカウント登録メールが届きます。メールに記載のURLをタップすると、本人確認画面に遷移するので、設定した任意のパスワードを入力し、送信をタップ。
最後にご本人の氏名が表示されるので、確認後送信をタップしてください。

③アプリをダウンロード



■ベネワン健康アプリ

iPhoneの方はこちら [こちら](#)
Androidの方はこちら [こちら](#)

Apple, Appleのロゴは米国もしくはその他の国や地域におけるApple Inc.の商標です。App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。
Google PlayおよびGoogle PlayロゴはGoogle LLCの商標です。

ログインをタップし、ログインID(メールアドレス)とパスワードを入力してサービス開始です!

皆さまのご参加をお待ちしております。

※高島屋グループ共済会メニューの「ベネフィット・ステーション」にてベネアカウント登録済みの方は、すでにお持ちのベネアカウントとの紐づけが必要です。詳しくは、当健保組合までお問い合わせください。

ダイヤル06-6631-1383 ローズネット821-5311

健康ポイント
プログラム内で

「チーム対抗!ウォーキングチャレンジ」 開催のお知らせ

チームを作ってウォーキングチャレンジに参加し、特別ポイントをゲットしよう!

前ページに案内の健康ポイントプログラムをより楽しく利用いただくための企画として、昨年秋に引き続き今年度は年2回(5月、10月)、「チーム対抗!ウォーキングチャレンジ」を開催します。

お好きな方々でチームを組み、その平均歩数をチーム対抗で競い合います。

すでに健康ポイントプログラムに参加されている方はもちろん、まだ参加されていない方もこの機会にぜひご参加ください。まず今回は、5月開催のご案内となります。



エントリー期間	2023年4月14日(金)~4月30日(日)
実施期間	5月1日(月)~5月31日(水)までの1カ月間
ルール	最低2人から最大30人までで1つのチームを作り、歩数ゼロのメンバーも含めて参加者全員の1日あたりの平均歩数をカウントします。その平均歩数の1カ月の合計で順位を競います。
景品(健康ポイント付与)	①本チャレンジに登録・参加された方全員に100ポイント付与(期間中に歩数カウント0の方は除きます) ②上位10チームの構成メンバーにそれぞれ1,000ポイント付与 ③上位11~20チームの構成メンバーにそれぞれ500ポイント付与

「ウォーキングチャレンジ対抗戦」のエントリー方法

※健康ポイントプログラムに未参加の方は、前ページをご覧ください、まずベネワン健康アプリをダウンロードしてからプログラムにご参加ください。



STEP1 代表者がチームを作成し、10桁のチームコードを発番します。

STEP2 そのチームに参加したい方にチームコードを共有します。

STEP3 参加したい方はチームコードを使ってチームに入ります。



まず、ウォーキングチャレンジのエントリー画面の「チーム作成・参加」をタップしてください。チームの作成、個人のエントリーとも同じ画面で入力します。

代表者がチーム作成

代表者のニックネームと、作成するチーム名を入力し登録をタップ。

チームコード(10桁)が作成されます。チームに参加したい方にこのコードを教えてあげてください。

既存チームに参加

チームに参加したい方は、ご自身のニックネームと10桁のチームコードを「チームに入る」欄に入力して参加してください。

皆さまのご参加を
お待ちしております。

禁煙チャレンジ
2023

オンライン卒煙プログラム で禁煙に挑戦してみませんか？

アプリを取得して
初回面談を予約！

招待コード
176689



参加費用は
¥0



禁煙に導く3つのサポート

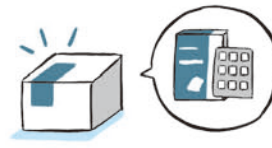
1 卒煙カウンセラーによる オンライン面談



2 医師開発の アプリでサポート



3 禁煙補助剤は 自宅に配送 (※1)(※2)



プログラム参加方法

1 アプリをダウンロード

Apple Storeまたは
Playストアで
「ascure卒煙」を検索、
または二次元バーコード
からアプリをダウンロード



2 ユーザー登録

アプリの手順に従って登録
途中で必要な「招待コード」はこちら

招待コード
176689

3 アプリで面談予約

アプリで初回面談の
予約をしていただくと指
導員より面談方法に
ついてのご連絡



プログラムの流れ

■ 2か月の集中期間

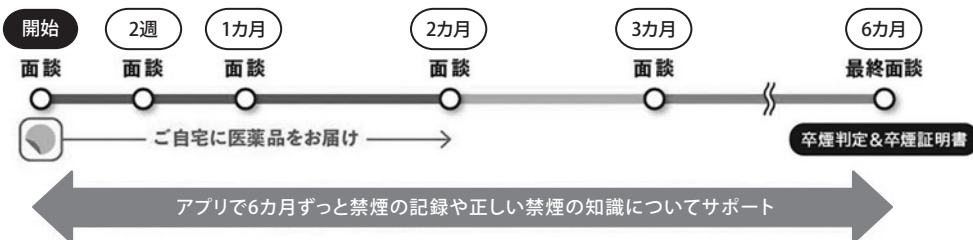
定期的な面談と医薬品*で禁煙初
期のがんばり時を丁寧にサポート

■ 1か月のサポート期間

「医薬品がなくても継続できる禁煙
生活」を面談でサポート

■ 3か月のフォロー期間

3か月のフォロー期間。不安なとき
は追加の面談も可能



ご参加 条件

- アプリを利用できる方
動作環境: iOS 10.0以上 (iPhone) android 5.0以上のスマートフォン (PC, タブレット不可)
- 禁煙を希望する方
- 高島屋健康保険組合の在職被保険者の方
- 申込期限 / 2024年3月30日までにアプリをダウンロードされた方

(※1) 職場などご指定の場所に配送することも可能です。

(※2) 既往歴等によっては、参加者さまの健康を守るため、医薬品をお渡しできない場合があります。

高島屋 健康相談ほっとライン

例えば、こんなときご利用ください

相談料
無料



赤ちゃんが夜中に発熱。どうしよう？

飲んでいる薬の副作用について知りたい。

不意の怪我の応急手当は？

家族の介護のことで相談したい。

医師に手術しか治す方法はないと言われたが・・・。

ストレスがたまって精神的にまいっている。

専門医の意見を聞きたいが・・・。

受診できる医療機関を探している。

高度な医療が必要らしいが、どうしたら良いのか解らない。



ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方々にご利用いただけます。

ご利用及び詳細はこちらから

オンライン機能を拡充し、より使いやすいポータルサイトを立ち上げました。

<https://consult.t-pec.co.jp/service/8900b0>



日常の健康に関するお悩みは
24時間健康相談サービス

通話料無料

☎ **0120-308-173**

受付時間 24時間・年中無休

メンタルヘルスカウンセリング

電話・Webカウンセリング受付時間

電話 9:00~22:00 (年中無休)

※電話によるカウンセリングは1回あたり20分目安となります。

Web 24時間・年中無休 (返信は数日を要します)

面談・オンライン面談・

電話継続カウンセリング予約受付時間

電話 9:00~21:00 (土曜日は16時まで)

(日曜・祝日、12/31~1/3を除く)

Web 24時間・年中無休

(受付後、日程調整のお電話をさせていただきます)

※面談、オンライン面談、電話継続カウンセリングは、初回利用時に利用方法をいずれか1つから選択していただけます。利用途中での変更は原則不可。

万が一、大きな病気と診断されたら
ドクターオドクターズネットワーク®サービス

通話料無料

☎ **0120-308-008**

受付時間 月~土 9:00~18:00

(日曜・祝日、12/31~1/3を除く)

ドクターオドクターズネットワーク®

セカンドオピニオン手配サービス

各診療科領域における学会等で要職を経験した医師(特別顧問と評議員)とその医師が認め厳選した専門医から、現在の診断に対する見解や今後の治療方針等に意見をもらうことができます。

受診手配サービス

通院先の医療機関では対応できない治療が必要と主治医が判断した場合、提携する医療機関にその専門分野の医師が在籍し治療可能な場合に受診の手配をいたします。

プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。(委託先 ティーベック株式会社)

ご利用の際の諸条件などがありますので、ご不明点はお問い合わせください。

個人情報の取扱いについて

●本サービスは、ティーベック(株)が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック(株)は、面談を伴うサービスを適切に実施するため、ご利用者よりいただく個人情報の取り扱いを面談担当者(本事業提携事業者)に委託する場合がありますが、十分な個人情報の保護水準を満たす者を選定し、契約を締結するなど必要かつ適切に監督いたします。(個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。)また、受診の予約手配をする目的で、本事業提携医療機関に、ご利用者本人のご依頼により氏名や電話番号などの連絡先に関する個人情報を提供いたします。●ティーベック(株)は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にもとづく場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要がある当社が判断した場合を除き、取得した個人情報を委託先以外の第三者に提供いたしません。●ティーベック(株)は、応対品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただいております。●ご提供いただきました個人情報の開示等を求めることが可能です。お手続ききは〒110-0005 東京都台東区上野 5-6-10 ティーベック(株)個人情報相談窓口責任者(個人情報保護責任者代理)までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。



高島屋健康保険組合

医療費のお知らせ (KOSMO WEBサービス) を見ていただいていますか？



皆さまが医者にかかったり、薬を購入したときは、必ず明細書付きの領収書を受け取り保管しておきましょう。

当健保組合では、被保険者の皆さまと当健保組合が医療機関に支払った医療費についてお知らせする「医療費のお知らせ」をWEBでご確認いただいています。新規適用者には「WEBサービスのご案内」を(前々月と前月の適用者分を)奇数月にご自宅へ郵送しています。ご案内が届きましたら、記載されている登録の手順に従って、IDおよびパスワードを登録してください。

領収書と「医療費のお知らせ」をチェックして、診察を受けたことがないのに医療費のお知らせに載っているなど、不明な点があれば、当健保組合までご連絡ください。

もし、このサービスをご利用いただけていないで、当時(2018年以降入社の方は入社3カ月以内)にご自宅にお送りした「WEBサービスのご案内」をなくされた方や、ID・パスワードを忘れた方は、当健保組合までお知らせください。仮ID・仮パスワードを再発行します。

年間医療費通知の紙配布は実施していません

前述のWEBサービスによる「医療費のお知らせ」を印刷していただき、確定申告時に医療費の明細書として使用できますので、必要の際はご利用ください。

ただし、「医療費のお知らせ」に記載のない医療費については、領収書に基づいて医療費控除の明細書を作成する必要があります。

※確定申告で医療費控除を受ける予定の方で、ご自宅などにPC環境がなく、「医療費のお知らせ」を印刷できない方は、当健保組合までご連絡ください。

整骨院・接骨院の正しいかかり方

整骨院・接骨院では保険医療機関とは違い、健康保険が使える場合が限られています。さらに健康保険が使える場合にも注意が必要なこともあるので、整骨院・接骨院の正しいかかり方について確認しましょう。



**柔道整復師は
医師ではないので、
健康保険が使える施術が
限定されています**

健康保険が使えない例 (全額自己負担)

- 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- 神経痛・リウマチ・五十肩などからくる痛み・こり
- 過去の交通事故等による後遺症
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 症状の改善の見られない長期の施術
- 保険医療機関で治療中の負傷
- 労災保険が適用となる仕事や通勤途上に起きた負傷*

※仕事や通勤途上に起きた負傷は、健康保険ではなく、労災保険が適用されます。

整骨院等で施術を行う柔道整復師は医師ではないのでレントゲン撮影や注射、手術などの治療は認められておらず、健康保険が適用される施術は限定されています。打撲、ねんざ、挫傷(肉離れなど)、骨折、脱臼以外の症例で施術を受けた場合は全額自己負担となります。

健康保険が適用される施術の症例は…
打撲、ねんざ、挫傷(肉離れなど)、骨折※、脱臼※に限定されています。

※応急手当をする場合をのぞき、あらかじめ医師の同意を得ることが必要です。



左のような施術では
健康保険が適用されず、
全額自己負担
となります。

(2023年4月1日現在)

		法定給付 (健康保険法で決められた給付)	付加給付 (当健保組合が法定給付にプラスして支給する独自の給付)
本人 (被保険者)	病气やけがをしたとき	療養の給付	一部負担還元金
		★療養費	
		高額療養費(※1)	合算高額療養費付加金
		訪問看護療養費	訪問看護療養費付加金
		入院時食事療養費	—
		★移送費	
	★高額介護合算療養費		
	病气やけがで働けないとき	★傷病手当金(※2)	傷病手当金付加金
	出産したとき	★出産手当金	出産手当金付加金
		★出産育児一時金	
死亡したとき	★埋葬料(費)	—	

傷病手当金・出産手当金の「算定の基礎となる日額」の算出方法

被保険者期間が1年以上の場合	支給開始日の属する月以前の直近の継続した12カ月間の各月の標準報酬月額を平均した額の1/30に相当する額	
被保険者期間が1年未満の場合	右のいずれか少ない額	支給開始日の属する月以前の直近の継続した各月の標準報酬月額を平均した額の1/30に相当する額
		高島屋健康保険組合の平均標準報酬月額の1/30に相当する額 (2023年度の平均標準報酬月額は340千円で、その1/30に相当する額は11,330円)

		法定給付 (健康保険法で決められた給付)	付加給付 (当健保組合が法定給付にプラスして支給する独自の給付)
家族 (被扶養者)	病气やけがをしたとき	家族療養費	家族療養費付加金
		★家族療養費	
		家族高額療養費(※1)	合算高額療養費付加金
		家族訪問看護療養費	家族訪問看護療養費付加金
		家族入院時食事療養費	—
		★家族移送費	
	★高額介護合算療養費		
	出産したとき	★家族出産育児一時金	—
死亡したとき	★家族埋葬料	—	

★は申請が必要な給付です。

申請手続きは各事業所窓口で行ってください(申請書は当健保のホームページより印刷できます)。ただし、出産育児一時金(家族出産育児一時金)は申請が不要な場合があります。

※1 医療機関窓口で自己負担額が一定の額を超えたときには、その超えた額が高額療養費・家族高額療養費として後日還付されます。また、自己負担額が高額になりそうな場合に、事前に「限度額適用認定証」を提示することで、医療機関窓口では自己負担限度額だけ支払えばよいという制度があります。

※2 ただし、有給休暇や老齢年金、障害年金の受給、その他の収入や額により減額される場合があります。

医療費の自己負担限度額 (70歳未満、同一月1カ月当たり)		
㉞ 標準報酬月額 83万円以上	252,600円+	(総医療費-842,000円)×1% ※<140,100円>
㉟ 標準報酬月額 53~79万円	167,400円+	(総医療費-558,000円)×1% ※<93,000円>
㊱ 標準報酬月額 28~50万円	80,100円+	(総医療費-267,000円)×1% ※<44,400円>
㊲ 標準報酬月額 26万円以下	57,600円	※<44,400円>
㊳ 低所得者 (住民税非課税世帯)	35,400円	※<24,600円>

※< >内は多数回該当(同一世帯が直近1年間ですでに3回以上高額療養費を支給されている場合の4回目から)の自己負担額です。

詳しくはこちらから

高島屋健康保険組合ホームページ
保険料と保険給付のページを
ご覧ください。



Memo







Memo

