

けんぽだより

2024年4月号

健保からのお知らせ・お得情報をLINEで配信

高島屋健保de **健康** 

今すぐLINEで友だち登録！

さっそく
登録しよう！



私たち組合員って
色々な補助や
サービスを
受けることが
できるのね！



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

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

Google、Yahoo! から で click!!



2024年12月2日より

皆さまがお使いの健康保険証が廃止されます!

2024年12月2日に健康保険証は廃止され、新規・再発行は行われません。医療機関の受診は、マイナンバーカードを保険証として利用することになります。マイナンバーカードを取得していない方は速やかに取得と保険証への利用登録をお願いします!



廃止されたらすぐ使えなくなるの?

いいえ。廃止された日から最長1年間はこれまでどおり使用できる予定です!



マイナンバーカードを取得しなかったらどうなるの?

マイナンバーカードを取得していない人や、失くしてしまった人は健保組合に申請していただくことで、ご本人の被保険者資格の情報などを記載した「資格確認書」を交付する予定です。



※「資格確認書」とは?→医療機関などの窓口で提示すれば、引き続き一定の窓口負担で医療を受けることができる書類です

マイナ保険証はメリットがいっぱい!

※マイナ保険証とは健康保険証の利用登録が完了しているマイナンバーカードを指します。

メリット① 医療情報の共有化で質のよい医療が受けられる!

- 特定健診や診療情報を医師と共有でき、重複検査のリスクが減少する。
- 薬剤情報を医師や薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクが減少する。
- 旅行先や災害時でも、薬の情報等が連携される。

メリット② 各種手続きも簡単・便利に!

- 転職・転居などによる保険証の切替や更新が不要。
※保険者が変わる場合は手続きが必要。
- 手続きなしで、高額な窓口負担が不要。
- 高齢受給者証の持参が不要。
- マイナポータルで医療費控除の確定申告が簡単に。

マイナンバーカードの申請方法

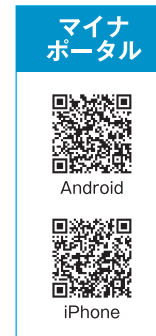
マイナンバーカードの申請は、**スマホ・PC・郵送・街なかの証明用写真機**の4種類があります。
※交付は市区町村窓口

スマホ申請が早くおすすめ!

マイナ保険証の申請はカンタン!

スマホから

- STEP 1** 「マイナポータル」をインストールし、起動する
- STEP 2** 「マイナンバーカードの健康保険証利用申込」をタップする
- STEP 3** 利用規約等を確認・同意する
- STEP 4** マイナンバーカード交付時に設定した4桁の暗証番号を入力し、マイナンバーカードを読み取る



準備が完了したら、医療機関・薬局でマイナ保険証を利用しよう!

- 1** 医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置く
- 2** オンラインで医療保険資格を確認します
マイナンバーカードのICチップにある電子証明書により医療保険の資格をオンラインで確認します。



なぜ、マイナ保険証によるオンライン資格確認が必要?

迅速な本人確認を行い、ご加入の健保組合におけるあなたの資格情報を把握し、なりすましや不正利用を防止したりするためです



マイナンバーカードへの不安を解決するには?

マイナンバーカードを失くしても個人情報は流失しません。マイナンバーカードのICチップには、健康・医療・税・年金情報などのプライバシー性の高い情報は入っていないのでご安心ください。

マイナンバーカードに関するお問い合わせは

マイナンバー総合フリーダイヤル **0120-95-0178**

※音声ダイヤルに従って「4⇒2」の順にお進みください

- 平日/9時30分～20時
- 土日祝/9時30分～17時30分(年末年始を除く)
- 紛失・盗難による一時利用停止は24時間365日受付

★マイナンバーカードの申請はこちらから
地方公共団体
情報システム機構



★マイナンバーカードの健康保険証利用について
厚生労働省



第3期データヘルス計画が始まります

データヘルス計画とは？

国の成長戦略として医療情報（レセプト）や健診結果の情報等のデータ分析に基づき、PDCAサイクルで効率的・効果的な保健事業を実施する取り組みの事です。

2015年度からすべての健康保険組合に実施が義務付けられています。

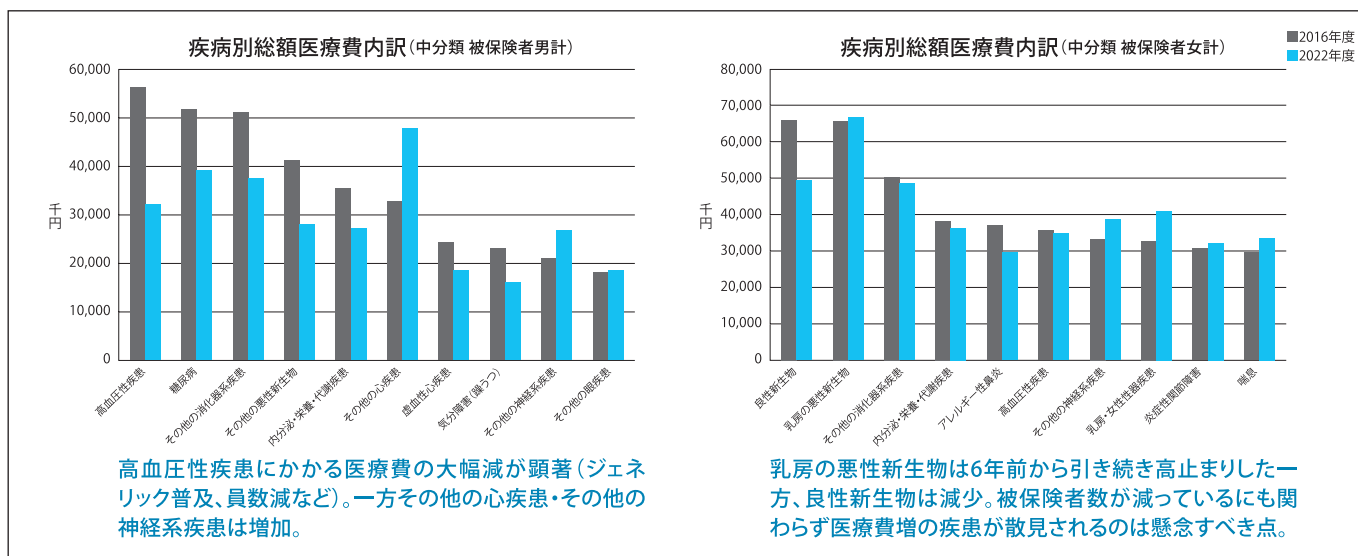
2018年度～2023年度までが第2期、本年度より次の6年間で第3期となります。

第2期の振り返り

「生活習慣病改善による将来疾病予防を目指した事業の更なる強化」に向け、主目標として以下の4つを掲げ、各種事業に取り組みました。

第2期DH計画での主目標	左記を受け実施してきた各種保健事業	結果・進捗
①生活習慣病予防の取り組みとしてのBMI値改善 (BMI値25.0以上の方の比率19.0%以下を目標)	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健診受診勧奨(受診率90%目標) ・特定保健指導受診勧奨(完了率55%目標) ・健康ポイントプログラム(登録者数2000名目標) ・チーム対抗ウォーキングイベント(参加者数1000名目標) ・人間ドック利用補助(7割補助、50・59歳時は全額補助) 	<ul style="list-style-type: none"> ・被扶養者、任継加入者の受診率低迷37% ・インセンティブ付与でやや伸びるも目標未達15% ・登録数は徐々に伸びるも目標未達1200名 ・新規参加伸び悩み、直近実施時332名 ⇒BMI値25.0以上の比率は23%台と横ばい
②婦人科検診・主婦健診受診率の向上 (2016年度対比で5%以上UP、婦人科53%以上、主婦41%以上へ)	<ul style="list-style-type: none"> ・婦人科検診受診勧奨(機関紙・HP・個別案内等) ・主婦健診受診勧奨(機関紙・HP・案内自宅郵送等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・婦人科検診受診率50.6%⇒2022年度46.4% ・主婦健診受診率39.2%⇒2022年度39.5%
③喫煙率の低下 (年代別性別の全国平均以下を達成)	<ul style="list-style-type: none"> ・禁煙チャレンジ企画の実施とブラッシュアップ(らくらく禁煙コンテストの年2回実施⇒アプリを用いたeラーニング導入、禁煙補助剤の無料提供の通年実施等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・年間数名の参加に止まっている ※2022年度喫煙率(カッコ内は全国平均) 男性27.5%(25.4%) 女性13.2%(7.7%)
④メンタルヘルス未然防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・定期的な「健康相談ほっとライン」の周知(機関紙・HP・新型コロナ時の各種職制通知内での案内等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・相談窓口としての機能は一定周知できており、年間500件前後の利用者(2022年度481件)

また、被保険者の疾病別総額医療費(男女別)を経年比較してみました。



第3期データヘルス計画(2024年~2029年)の方向性と主内容

当健保被保険者数のボリュームゾーンは男女とも50~59歳(前期では45~54歳)へと移っており、生活習慣病リスクが高まる可能性が高いことに加え、更なる高齢化による重症化リスクにも着目する必要があります。

前期の検証を踏まえた第3期データヘルス計画の策定にあたり、3つのキーワード「生活習慣病リスク」「高齢化進展による重症化リスク」「女性の健康課題に着目」をもとに具体的な取り組みを進めていきます。

	検証から見える健康課題	第3期データヘルス計画での主目標	アウトプット目標	アウトカム目標
①	更なる高齢化の進展による重症化リスク上昇 (心疾患に顕著)	特に健診数値が相当高い方にスポットを当てた保健事業の実施	各重症化予防参加率20%	生活習慣病重症者数(2百万円以上レセプト発生者): 2022年度25名 →2029年度15名
②	被保険者男女とも内臓脂肪リスク保有率が全国平均より高い	特定保健指導参加率の更なる向上特定保健指導(運動食事等)以外の内臓脂肪対策	特定保健指導利用率: 2022年度15% →2029年度までに60%(国の目標値)	特定保健指導対象者率 2021年度14.8% →2029年度までに13.0%
③	若年層への対策	30-39歳かつ特定保健指導対象要件に該当する方にも保健指導を実施	保健指導参加率50%	40-45歳保健指導該当者率: 2022年度6.5% →2029年度3.0%
④	被扶養者・任継被保険者の特定健診受診率が低い	健診受診の機会増、補助の拡大	被扶養者・任継被保険者特定健診受診率: 2021年度37.3% →2029年度60%	—
⑤	女性特有の健康課題への取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ●女性の興味・関心を引く、保健事業の案内作成 ●女性の健康課題について、男性の認識向上策検討 ●不具合が顕著な疾病の予防策提案 	女性の特定保健指導終了率: 2021年度7.4% →2029年度40% 婦人科系疾患新規事業参加率50%	全体特定保健指導利用率: 2022年度15%→ 2029年度までに60%(国の目標値) 被保険者婦人科健診受診率: 2022年度46.4% →2029年度60%、 被扶養者50%

2022年度からは事業所(会社)と定期健診データの共同利用の覚書を締結し、40歳未満の方も含めた健診データ分析を経年で行い、継続して課題抽出と改善に役立てるように進めています。



第3期データヘルス計画について

詳細は、本書P4・P5をご覧ください。

2024年度 事業計画

前述の第3期データヘルス計画にて、当健保の健康課題解決に向けた中期的な取り組み目標を掲げています。それを受け、同計画の初年度としての取り組みを進めていきます。

詳細は、次ページをご覧ください。

2023年度の決算見込み

2023年度の経常収支は、保険給付費が予算より約0.4億円増加しましたが、保険料収入が予算より1.7億円増えたこと等により、赤字幅を縮小でき、0.1億円の赤字に止まる見込みです（予算は2.2億円の赤字）。

経常外収支は、過去の積立金からの繰入れ（4.6億円）、国からの補助金収入（0.5億円）等もあり、6.0億円となり、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5.9億円となる見込みです。

2024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 11,550人
- 平均標準報酬月額349,027円
- 保険料率 96/1000
- 会社 55/1000 被保険者 41/1000

収入

- **保険料収入 56億4,400万円**（被保険者一人あたり約48万9千円）
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 5億9,600万円**
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 63億8,100万円

支出

- **保険給付費 30億3,600万円**（被保険者一人あたり約26万3千円）
皆さんやご家族の方が病気やけがで医者にかかったり、出産や埋葬の費用あるいは病気でご社を休み、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 26億4,800万円**
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 2億2,800万円**
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 63億8,100万円

介護勘定

予算基礎数値

- 被保険者数 9,054人
- 平均標準報酬月額363,004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 9億8,900万円**
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 9億8,900万円

支出

- **介護納付金 8億3,000万円**
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 1億5,900万円**
ほぼ全額が予備費です。

支出合計 9億8,900万円

※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。

2024年度 保健事業計画

従来からの保健事業に加え、第3期データヘルス計画の初年度としての新たな事業を追加します。

■ 継続事業

① 保険給付

法定給付(療養の給付、高額療養費、家族療養費、傷病手当金、出産手当金 等)

付加給付(一部負担還元金、家族療養費付加金、傷病手当金付加金、出産手当金付加金 等)

② 疾病予防

人間ドック、脳ドック(40歳以上の被保険者、被扶養配偶者)

婦人科検診(女性被保険者、女性被扶養者)

配偶者健診

③ 生活習慣病健診

各事業所で実施される法定健診以外の生活習慣病健診(胃がん検診、便潜血検査、B.C型肝炎検査、

法定外血液検査、腫瘍マーカー(PSAのみ)、ピロリ菌検査、眼底検査)を支援します。

④ 健康ポイントプログラム、ウォーキングキャンペーン

⑤ ジェネリック医薬品差額通知

⑥ 禁煙チャレンジ

⑦ 健康相談事業「高島屋健康相談ほっとライン」

■ 本年度の新規・強化事業

P4・P5にある「第3期データヘルス計画」の初年度として、以下の取り組みを行います。

① 高血糖値該当者への糖尿病重症化予防プログラム受診勧奨	さまざまな合併症の重症化にもつながる糖尿病にスポットを当て、血糖値測定器とアプリの連動等ICTを活用した、参加しやすいプログラムを導入します。
② 特定保健指導メニューの多様化による参加率向上	サプリメントの活用等、未導入であった保健指導の新メニューを検討、実施します。
③ 若年層(30歳代)への保健指導の実施	40歳になる手前で、生活習慣を見直すための保健指導を早期に実施します。内容は、当該年齢層に興味を持ってもらえる内容を検討していきます(例:姿勢改善プログラムなど)。
④ 主婦健診の性別要件撤廃と任継被保険者、その他被扶養者へのハピルス無料健診適用	主婦健診の性別要件を撤廃し、男性被扶養配偶者も半日ドックやハピルス無料健診を適用拡大します。一方20歳以上のその他被扶養者・任継被保険者にはハピルス無料健診を利用できるようにします。
⑤ HPV郵送検査	過去2年に婦人科(子宮がん検査)検診を受診していない被保険者および主婦の方へ郵送のHPV検査を実施し、婦人科(子宮がん検査)検診の受診へつなげていきます。

本年度の各種健診予約が始まりました

(人間ドック・脳ドック・法定健診・婦人科検診)

4月1日から予約開始しています！

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て各種健診を受けましょう。

各種健診予約・受診は、「ハピルス健診」をご利用ください。

予約期間 4月1日～2月14日 ※例年より約1カ月短い予約期間となります。

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。

健診メニューと費用補助対象者一覧

		在職被保険者		任継被保険者		在職・任継の被扶養配偶者		在職・任継の配偶者以外の被扶養者	
		女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性
人間ドック	対象年齢	40歳以上	40歳以上	40歳以上	40歳以上	40歳以上	40歳以上	×	×
	自己負担	3割		3割		3割		-	
		※50、59歳は無料		-		-		-	
脳ドック	対象年齢	40歳以上	40歳以上	40歳以上	40歳以上	×	×	×	×
	自己負担	3割		3割		-		-	
法定健診	対象年齢	会社での定期健診に包含		20歳以上	20歳以上	20歳以上	20歳以上	20歳以上	20歳以上
	自己負担			無料		無料		無料	
婦人科検診	対象年齢	○	×	○	×	○	×	×	×
	自己負担	無料	×	無料	×	3割	×	-	

○:年齢制限なし (2025年3月末時点での年齢です)

本年度からの主な変更点

①主婦健診の案内方法が変わりました(補助内容は同様です)。

補助対象となる健診メニューは以下の3種類です。

①人間ドック(自己負担3割) ②法定健診(無料) ③婦人科検診(自己負担3割)

注1) ①と②の組み合わせはできません。それ以外は単独受診・セットでの受診ができます。

注2) ①人間ドック補助対象の年齢は40歳以上になります。

注3) ②法定健診補助対象の年齢は20歳以上になります。

②男性の被扶養配偶者への補助メニューを拡大しました。

①人間ドック(自己負担3割) ②法定健診(無料) ※いずれか1つになります

③20歳以上の在職被保険者以外の方に対し、②法定健診(無料)メニューを追加しました。

ハピルス健診の利用方法 1 予約センターへ申し込み

①受診したい健診メニュー・健診機関・予約希望日を「ハピルス健診」予約受付センターへお申し込みください。申込方法は下記①または②です。

①PC・スマホで高島屋健保専用画面にアクセス
<https://kenshin.happylth.com/takashimaya>

②電話で「ハピルス健診」予約受付センターへ
フリーダイヤル(平日・土曜/10時~18時 ※日祝・年末年始除く)

0800-9199-021

スマホから
アクセスするなら
コチラ



初回ログイン時のみ、加入者情報について会員登録をお願いします。登録完了後はそのまま健診機関の検索や予約が可能な画面に進みます。

②「ハピルス健診」予約受付センター(運営:株)ベネフィット・ワンが健診機関と日程を調整します。

③日程確定後、PC・スマホでお申し込みの方へはメールにて、電話でお申し込みの方へはハガキにて同センターからご連絡します。

ハピルス健診の利用方法 2 希望の健診機関に直接予約

希望される健診機関(「ハピルス健診」提携機関になります)に直接予約したのち、「ハピルス健診」予約センターにその旨ご連絡ください。ご連絡がないまま健診を受診した場合、補助金は支給されませんのでご注意ください。



婦人科検診については、ハピルス健診提携機関以外での受診も可能です

ご本人が直接予約し、当健保HPより「婦人科検診(立替払い)申請書」を印刷して、医療機関に提出のうえ、一旦費用をお支払いください。受診後、当健保組合に立替請求してください(申請書の印刷ができない方は、当健保組合までご連絡ください)。

※人間ドック・脳ドック・法定健診については、任意の医療機関での受診はできません。
ハピルス健診提携機関での受診をお願いします。

2024
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

本年度も「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! (本年度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:8,000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。 ●2,000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

i Phoneの方はこちら Androidの方はこちら

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。
ダイヤルイン06-6631-1383 ローズネット821-5311

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!

エントリー期間	4月11日(木)~4月30日(火)	
実施期間	5月1日(水)~5月31日(金)までの1カ月間	
ルール	チーム戦	最低2名から最大30名までで1つのチームを作り、歩数ゼロのメンバーを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。
	個人戦	個人でウォーキングチャレンジに参加されたい方は、当健保組合が別途指定するチームコードを使って個人戦に参加できます。チーム戦同様、1カ月の平均歩数で順位を競います。
景品 (健康ポイント付与)	参加者全員	○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の方は除く)
	チーム戦	①上位10位チームの構成メンバーにそれぞれ1,000ポイント付与 ②上位11~20位チームの構成メンバーにそれぞれ500ポイント付与 ③上位21~30位チームの構成メンバーにそれぞれ250ポイント付与
	個人戦	1位~3位の方:800ポイント付与 4位~8位の方:500ポイント付与 9位~15位の方:250ポイント付与

エントリー方法

※チーム戦・個人戦の両方には参加はできません。いずれかをお選びください。

※健康ポイントプログラムにまだ参加されていない方は、前ページを参照のうえ、まずはベネワン健康アプリをダウンロードしてから本プログラムにご参加ください。



STEP1 【チーム戦】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。

【個人戦】当健保組合が指定する10桁の個人戦用コードを取得します。

以下のメール宛に照会いただくか、電話にて照会願います。

takakenpo-event@ad.takashimaya.co.jp

電話 06-6631-1383 ローゼット 821-5311

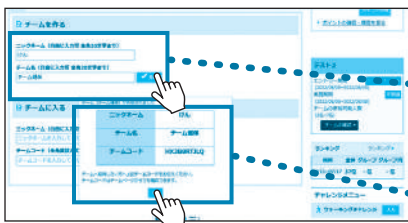
STEP2 【チーム戦】そのチームに参加したい方にチームコードを共有します。

【個人戦】STEP1で共有、取得です。

STEP3 【全 員】チームコードを使ってチームに入ります。



代表者が
チーム作成

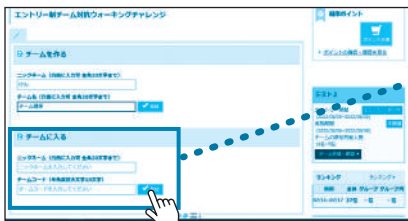


まず、ウォーキングチャレンジのエントリー画面の「チーム作成・参加」をタップしてください。チームの作成、個人のエントリーとも同じ画面で入力します。

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。

健保からのお知らせ・お得情報をLINEで配信

高島屋健保de 健康エール

さっそく
登録しよう!



私たち組合員って
色々な補助や
サービスが
受けることが
できるのね!



今すぐLINEで
友だち登録!



健保の重要なお知らせ見逃していませんか?

健保からの
重要なお知らせが
すぐスマホに
届く!!

健診予約
などの補助金申請
忘れを予防

生活習慣病や
がんに関する
健康知識などが
手に入る!

手続き方法も
すぐわかる!

家族の異動はありませんか?

速やかに
届け出を!

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。
詳しくは当健保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、当健保組合への削除申請が必要です。

◆削除手続きが必要なとき

配偶者、子女が就職した	新しい 保険証の取得日 で削除
配偶者、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

●配偶者の就職や
配偶者の年収
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(当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、後日、当健保組合が負担した医療費の返還請求を行うこととなります。

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。

2024
年度

オンライン卒煙プログラム

禁煙 に挑戦しませんか？

アプリを取得して
初回面談予約！

- ①アプリをダウンロード
二次元コード、もしくはApp Storeまたは
Google Playストアで「ascore卒煙」と検索
- ②アプリで初回面談を予約

招待コードはこちら！

176689



禁煙に導く
3つのサポート

- ①禁煙カウンセラーによる
オンライン面談
- ②医師開発の
専用アプリでサポート
- ③禁煙補助薬は
ご自宅に配送



今ならプログラム費用が…

¥0

通常54,000円のところ

無料！

ご参加の
条件

- 高島屋健康保険組合の被保険者の方
- スマートフォンアプリを利用できる方
- 禁煙を希望する方

申込期間は
2025年3月末まで！

高島屋
健康相談

ほっとライン

のご案内

詳しくは
こちらから



ちょっと気になる日常の健康、
メンタルヘルスに関するご相談など、
24時間いつでも気軽に相談できます。

高島屋

健康相談ほっとライン

通話料
無料

0120-308-173

【受付時間】24時間／年中無休

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

- 子どもが急に熱を出した
- 親の介護のことで相談したい
- 妊娠中ですが、コロナが心配…等々



メンタルヘルスに関するご相談は

通話料
無料

0120-308-173

- 電話・WEBでカウンセリング
- 面談・電話継続・
オンライン面談カウンセリング

直接話しづらい
ときはWEBで

<https://consult.tpec.co.jp/service/8900b0>

重篤な病気と診断された場合

通話料
無料

0120-308-008

受付／月～土 9:00～18:00

(※日曜・祝日、12/31～1/3除く)

- セカンドオピニオン手配サービス
- 受診手配サービス

委託先:ティーパック株式会社

医療費のお知らせ

KOSMO Webサービスを見てくださいませんか?



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。新規加入者には「WEBサービスのご案内」を(前々月と前月の加入者分を)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。

接骨院の かかり方チェック!

接骨院では、保険医療機関とは異なり、健康保険が使える場合が限られています。誤って健康保険を使った場合、あとから全額自己負担になる場合がありますので、正しいかかり方をチェックしておきましょう。

チェック① 外傷性の負傷のみ健康保険が使えます

健康保険が**使える**場合

原因がはっきりしている外傷性の負傷で、慢性に至っていないものに限られる。

- 骨折
- 捻挫
- ひび(不全骨折)
- 打撲
- 脱臼
- 肉離れ(挫傷)

※骨折・ひび・脱臼は、緊急の場合をのぞき、あらかじめ医師の同意を得ることが必要です。※内科的原因による疾患は含まれません。

健康保険が**使えない**場合

- 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- 症状の改善がみられない長期にわたる施術
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 保険医療機関で治療中の負傷
- 勤務中、通勤途中の負傷(労災保険対象) など

チェック② 「療養費支給申請書」はよく確認して署名しましょう

保険適用となる施術を受けた場合は、療養費支給申請手続きが必要です。負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、自筆で署名してください。



- ①保険適用と説明を受けた負傷名のみが記載されているか
- ②その月に整骨院・接骨院に通院した日数が正しいか

チェック③ 領収書は必ず受け取り保管しましょう

保険適用となる施術を受けた場合は、領収書を必ず受け取り、保管してください。医療費控除を受ける際などに必要になる場合があります。



健保組合から施術内容等を確認させていただく場合があります

健保組合では、健康保険証を使って接骨院の施術を受けた方に、後日、施術日や施術内容、負傷原因等を確認させていただく場合があります。皆さまの保険料を適切に使用するため、ご理解とご協力をお願いいたします。

高島屋健康保険組合 保険給付のあらまし

(2024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)	
		訪問看護療養費	
		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)	
		家族訪問看護療養費	
		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(申請書は当健保組合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カ月あたり)	
㊦ 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>
㊧ 標準報酬月額 53~79万円	167,400円+ (総医療費-558,000円) ×1% ※<93,000円>
㊨ 標準報酬月額 28~50万円	80,100円+ (総医療費-267,000円) ×1% ※<44,400円>
㊩ 標準報酬月額 26万円以下	57,600円 ※<44,400円>
㊪ 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。



