

けんぽだより

2025年 10月号

健康ポータルサイト「高島屋健保マイポータル」開設!



健保キャラクター
たかしま先生

～笑顔・いきいき、活力あふれる毎日へ～
始めよう、健康づくりの第一歩。



健保キャラクター
バーラちゃん

NEW

- 健康情報の「一元・経年管理」に。
…健康診断結果の閲覧や毎月の医療費明細をご確認いただけます。
- 各種手続きが「簡単・便利」に。
…健保への申請の一部がポータル上で行えるようになります。

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 高島屋健康保険組合 で 検索 click!!



「高島屋健保マイポータル」開設!

高島屋健康保険組合では、加入者の皆さまに「より役立つ健康情報をお届けしたい」、そんな思いから、機能充実・サービス向上を目的に、加入者専用のWebサイト「高島屋健保マイポータル」を2025年8月1日(金)より立ち上げました。

今後、各種申請やお知らせ等の発信を、「高島屋健保マイポータル」を通じて行いますので、全ての被保険者の方は、必ず「新規利用登録(手順は本ページ下部)」をお願いします。



健保キャラクター
たかしま先生

～笑顔・いきいき、活力あふれる毎日へ～
始めよう、健康づくりの第一歩。



健保キャラクター
バーラちゃん



健保マイポータル 新規利用登録の流れ **かんたん 4STEP!**

新規利用登録に必要なログインID・仮パスワードをご自宅へお届けしています

1

「高島屋健保マイポータル」
ログインページへ
アクセスします



2

【メールアドレス登録】

マイポータル画面の下の「新規利用登録」から
メールアドレスを入力し【送信する】をクリック

3

【ログインID・PW登録】

- ①届いたメールに、郵送していますID・PWを入力
- ②新ログインID・PWを入力し【登録】をクリック

4

【登録完了!】

利用者情報登録完了の画面とともに、
ご登録のメールアドレスへ完了メールが届きます

ID・PWは、7月時点での加入者の皆さまには、ご自宅宛てに特定記録郵便でお届けしています(7月末～8月初)。その後の新規加入の皆さまには加入時に事業所よりお渡ししています。
未登録の方は今すぐご登録ください!

健保マイポータルでご利用いただけるコンテンツ

- 健診結果の閲覧
- 毎月の医療費の確認
- 医療費控除データ作成

※従来の医療費通知Webサイト(KOSMO Web)は2025年8月末で終了しています。
過去の医療費も含め、こちらのポータルサイトからご確認ください。

- ジェネリック医薬品通知
- 各種申請書ダウンロード
- 資格喪失証明書等の証明書受取
- 補助金申請



その他

健康情報配信など、新たな機能も
順次拡充予定です！

新規

インフルエンザ・新型コロナウイルス

予防接種費用補助の開始について

本年10月より、新たに予防接種費用補助を開始します！

- 対象者 在職被保険者本人のみ(任意継続者・被扶養者は対象外)
- 補助額 インフルエンザ：2,000円(年度の補助は1回まで)
新型コロナウイルス：5,000円(年度の補助は1回まで)
申請受付月の翌月給与にて支給(会社により一部異なる場合あり)
- 対象接種期間 インフルエンザ：毎年10月1日～翌年3月末日まで
新型コロナウイルス：通年(毎年4月1日～翌年3月末日まで)
- 申請方法 **高島屋健保マイポータルでの申請**
「マイポータル補助金申請」より該当項目
(インフルエンザor新型コロナウイルス)を選択
⇒必要事項を入力、領収書(画像)を添付ファイルとして
アップロード(原本提出は不要)
- 申請期限 翌年度4月末日まで

女性の健康相談専用ほっとラインを新設しました!

生理痛・PMS・更年期障害…

不快な症状や痛みに悩んでいませんか?

イライラや痛みで仕事に集中できない…女性ホルモンの影響かもしれません。女性ホルモンは、心身に大きな影響を与えるものです。年齢とともに分泌量が変化するため、年代によっても女性ホルモンの影響によって起こる症状には変化があります。イライラや集中力の低下、頭痛や腹痛などご自身の今の状態や症状にあわせた対処法を知り、いきいきとした毎日にお役立てください。



生理痛・月経困難症

下腹部や腰の痛み、頭痛、吐き気、嘔吐 など

月経前症候群(PMS)

腹部や乳房の張り、肩こり、頭痛、むくみ、体重増加、便秘、イライラ、集中力の低下 など

更年期障害

ほてり、発汗、めまい、動悸、頭痛、肩こり、腰や背中の痛み、関節の痛み、イライラ、意欲の低下、情緒不安定、不眠 など

妊娠・出産…

不安や戸惑いはありませんか?

●つわりがひどくて毎日がつらい

●出産の痛みに耐えられるかしら

●産休で職場に迷惑をかけるのが心苦しい

生理痛、PMS、更年期障害、妊娠・出産など、女性の健康に関するお悩みがある場合はお気軽にご相談ください。

高島屋女性健康相談窓口 24時間電話健康相談サービス (年中無休)

ご自身やご家族の健康・医療についてのご相談に。
医師や保健師・看護師等の有資格者が、24時間365日対応します。

通話料・相談料無料

0120-786-037

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)

高島屋
健康相談

ほっとラインのご案内

詳しくは
コチラから



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

- こどもが急に熱を出した
- 親の介護のことで相談したい
- どの診療科を受診すべきかわからない…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.t-pec.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:ティーベック株式会社

ウォーキングチャレンジ2025秋
開催のお知らせ

今回も、個人参加枠がありますよ!

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	10月1日(水)～10月15日(水)	
実施期間	10月16日(木)～11月15日(土)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ゼロの方は除く)
	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、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。

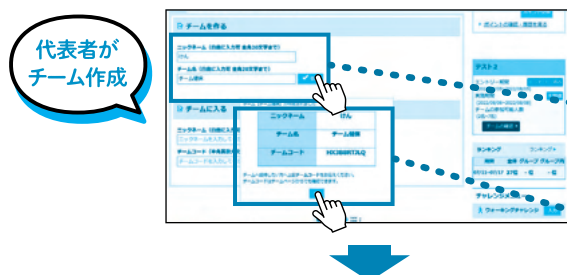
以下のメール宛に照会いただくか、電話にて照会願います。

takakenpo-event@ad.takashimaya.co.jp

電話 06-6631-1383 ローズネット 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。

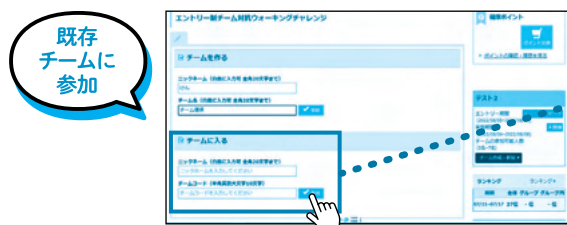
【個人戦】STEP1で共有、取得です。

STEP3 【全 員】チームコードを使ってチームに入ります。

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あげてください。



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。

特定保健指導のご案内 定期健康診断の結果はいかがでしたか？

多くの方は、すでに本年度の定期健康診断を受診されたと思いますが、健診結果はいかがでしたか？ 特定健診の結果、生活習慣病リスクがあると思われる方には、生活習慣病のサインを早期に発見し、予防のための生活改善につなげるため、当健保組合より、「特定保健指導のご案内」を10月以降に順次お送りします。

「特定保健指導」とは、専門家である相談員（管理栄養士・保健師・看護師など）と一度フラクに面談（基本はWEB利用、一部対面もあり）をしていただき、健診結果を踏まえながら、これまでの生活習慣・運動や食事習慣を振り返り、少しの意識と日常の行動を変えてみることで、健診数値の改善やそれに伴う生活習慣病リスクを減らすためのアドバイスを受けるものです。

■以下に該当する数により対象者が選定されます

※病院などの医療機関で糖尿病・高血圧症・脂質異常症にかかる服薬治療を受けている方は、対象外となります。

A ①腹囲が 男性で85cm以上 女性で90cm以上	B ②BMI が25 以上 ③脂質異常 ④高血圧 ⑤高血糖 C ⑥喫煙している 喫煙歴がある	+	検査項目	保健指導判定値	検査結果にかかわる病気
			□腹囲 (cm)	男性:85以上 女性:90以上	肥満 メタボリックシンドローム
			□BMI (kg/m ²)	25以上	
			□血圧 (mmHg)	収縮期:130以上 拡張期:85以上	高血圧症
			□血糖/空腹時または随時 (mg/dL)	100以上	糖尿病
			□HbA1c(%) (ヘモグロビンエーワンシー)	5.6以上	
			□中性脂肪 (mg/dL)	空腹時:150以上 随時:175以上	脂質異常症
			□HDL コレステロール (mg/dL)	39以下	

■2025年の実施方法について

本年も、原則オンライン面談をご案内していきます（大阪店にご勤務の方には、合わせて事業所での面談もご案内します）。

保健指導の対象者（被扶養者の方を含む）には、10月以降ご自宅へご案内をお送りします。ぜひご参加ください。

オンライン（ICT）面談は、同封のご案内に沿ってお申し込みいただき、随時参加いただけます。

特定保健指導の費用は
全額当健保が負担します。
自己負担はありません。

（保健指導を受けられる場所までの交通費
やスマホなどの通信料は自己負担です）

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
サービスを
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!



+ × マイナ保険証の利用について × +

重要

**お持ちの健康保険証は本年12月2日以降は
利用できなくなります**

昨年12月1日までに加入されている皆さまには健康保険証(カード型)を交付していますが、マイナ保険証を用いたしくみへの移行に伴い、本年12月2日以降は利用できなくなります。
マイナ保険証への移行がまだの方は、早めのご準備をお願いします。

マイナ保険証の利用の申し込みをしましょう!

マイナンバーカードで受診するメリット

よりよい医療が受けられる!

- 健診・診療情報を医師と共有でき、重複検査を防ぎ、自身のデータに基づくより適切な医療を受けられる
- 薬の情報も医師・薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクも減少する
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 旅行先や災害時に受診する際も薬の情報等が連携される

各種手続きも便利・簡単に!

- 医療費が高額な場合に申請する「**限度額適用認定証**」が不要に
- **高齢受給者証の持参も不要に**
- 就職や転職後の資格確認書の差し替え等が不要
※新しい保険者による登録手続きが必要
- マイナポータルで医療費通知情報を入手でき、医療費控除の確定申告が簡単にできる

注意!

**電子証明書の有効期間切れの場合も
マイナ保険証の利用ができなくなります!**

マイナ保険証をすでに利用中の方も、マイナンバーカードの電子証明書の有効期限にご留意ください。
5年の有効期限を過ぎて更新しなかった場合、期限満了から3カ月を経過すると、**マイナ保険証を使用できなくなります。**

有効期限の2~3カ月前に有効期限通知書が自治体から送付されますので、更新手続きをお願いいたします。

マイナ保険証を保有していない方には…

健保組合より「資格確認書」を交付します。

11月上旬ごろにはお手元にお届けする予定です。

「資格確認書」があれば、これまでどおり医療機関にかかることができますが、マイナ保険証の利用促進にご協力ください。

本年度の人間ドック・脳ドック・法定健診・配偶者健診はお済みですか？

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 **2026年2月9日(月)まで**

※次年度(2026年4月1日～)の予約受付は、3月2日(月)から開始予定です。

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（2026年3月末時点での年齢です）

主な変更点

①主婦健診の案内方法を2024年4月から変更しています（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2024年4月より拡大しました。

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・任意の配偶者以外の被扶養者の方に対し、2024年4月より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。

健保マイポータル
からもログイン
できます！

- 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:㈱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、当健保組合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)。

立替払い受診用申請書の 入手方法

当健保組合HP

▼
各種健診のご案内

▼
婦人科検診

▼
申し込み方法

ここから印刷してご利用ください。印刷ができない場合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。

高島屋健康保険組合 第196回 組合会報告

去る7月25日に開催されました、第196回高島屋健康保険組合組合会において、「2024年度事業報告および収入支出決算」「2024年度決算残金処分(案)」が審議され、全議案が満場一致で可決されました。

2024年度 高島屋健康保険組合事業報告

第3期データヘルス計画初年度として、同計画で掲げた主課題に対する新規・強化事業を展開。新規事業として「高齢化進展に伴う重症化リスク対策」「若年層含む生活習慣病対策」「女性特有の健康課題への取り組み」等を推進。既存事業として、各種健診や「健康ポイントプログラム(ウォーキングチャレンジ)」「禁煙チャレンジ」「LINE公式アカウントでの情報発信」等を継続実施。

2024年度 高島屋健康保険組合決算概要

■加入者の状況

被保険者数	被扶養者数	加入者数
11,571人	4,494人	16,065人 (予算より105名減、前年より239名減)

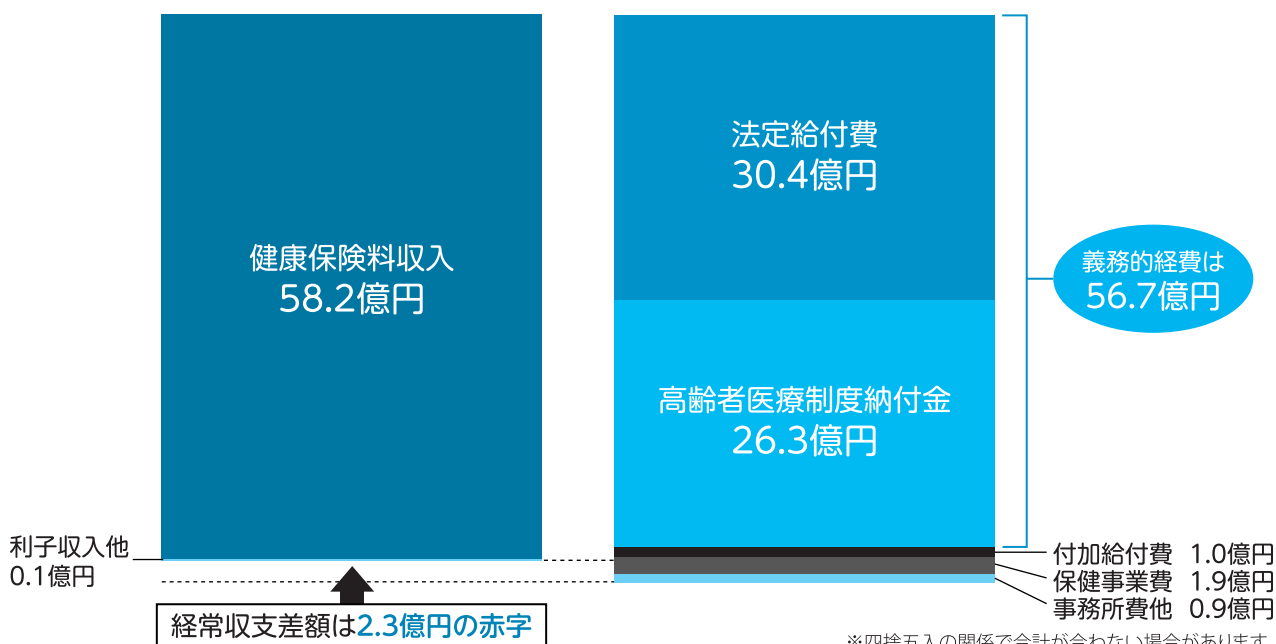
■被保険者の平均標準報酬月額＝ 353,546円 (前年より9,073円増)

■被保険者の総標準賞与額(年間合計)＝127.7億円 (前年より9.4億円増)

一般勘定の経常収支について

経常収入 58.2億円

経常支出 60.5億円



【経常収入】(≒保険料収入)平均標準報酬月額・総標準賞与額の増により、予算より1.7億円、前年より2.2億円(+3.9%)増の58.2億円

【経常支出】保険給付費(法定+付加)は31.4億円で、被保険者1人当たり法定給付費が前年比+7.9%となったことにより、前年から1億円(+3.5%)の増

高齢者医療制度納付金は26.3億円で、前年から3.4億円の増

保健事業費は、各種健診の受診率がやや伸び悩み予算内、ほぼ前年どおり

経常支出合計で60.5億円、前年より約4.5億円の増

以上の結果、経常収支差額は2.3億円の赤字となりました。

経常収支

収入

科 目	決算額 (百万円)
健康保険料収入	5,819
利子収入・他	5
経常収入計	5,824

支出

科 目	決算額 (百万円)
法定給付費	3,043
付加給付費	103
高齢者医療制度納付金	2,630
保健事業費	191
事務所費他	89
経常支出計	6,055
(経常収支差額)	▲231

経常外収支

調整保険料収入	80
前年度繰越金	0
別途積立金繰入	596
財政調整事業交付金・他	132
収入合計	6,632

財政調整事業拠出金 他	80
支出合計	6,135
決算残金(収支差引)	497

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります。

●経常外収支と決算残金処分

調整保険料収入、別途積立金の繰り入れ、財政調整事業交付金、財政調整事業拠出金などの経常外収支は差し引き7.2億円となり、これと経常収支差額の▲2.3億円の合計の4.9億円が2024年度の決算残金となりました。

2025年度予算への繰越金はありませんので、ここから財政調整事業繰越金(39万円)を除いた4.9億円を新たに別途積立金に計上します。

●期末の財産状況(決算残金処分後残高)

2024年度の決算残金処分後の別途積立金の残高は下記のとおりとなりました。

科 目	決算額 (百万円)
準備金	1,777
別途積立金	4,946

準備金は、突発的な保険給付費増などへの対応のために、健康保険法にて積立が義務づけられているものです。

別途積立金は、過去の決算残金の一部を積み立てているものです。単年度で財源不足が生じる場合に、その補填のために取り崩しています。

過去3年間の実績

一般勘定の財政状態

2024年度末の別途積立金の決算残金処分後残高は、44.4億円となります(2023年度末より5.0億円増)。

	2024年度	2023年度	2022年度
経常収入	5,824	5,604	5,583
経常支出	6,055	5,607	5,159
経常収支差額	▲231	▲3	425
別途積立金 (決算残金処分後残高)	4,946	4,444	4,910

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります。

介護勘定の決算について

2024年度の介護勘定の決算残金は1.8億円となりました。決算残金処分として全額を準備金に繰り入れます。

決算残金の繰り入れ後の介護勘定の準備金残高は9.1億円になります。

収入

科 目	決算額 (百万円)
介護保険料収入	1,013
繰入金 他	0
収入合計	1,013

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります。

支出

科 目	決算額 (百万円)
介護納付金 他	830
支出合計	830
決算残金(収支差引)	183

