



みなさまが使っている保険証は
今年12月2日に廃止されます

※本誌4ページをご覧ください。

今のうちからマイナ保険証を
使ってみましょう！



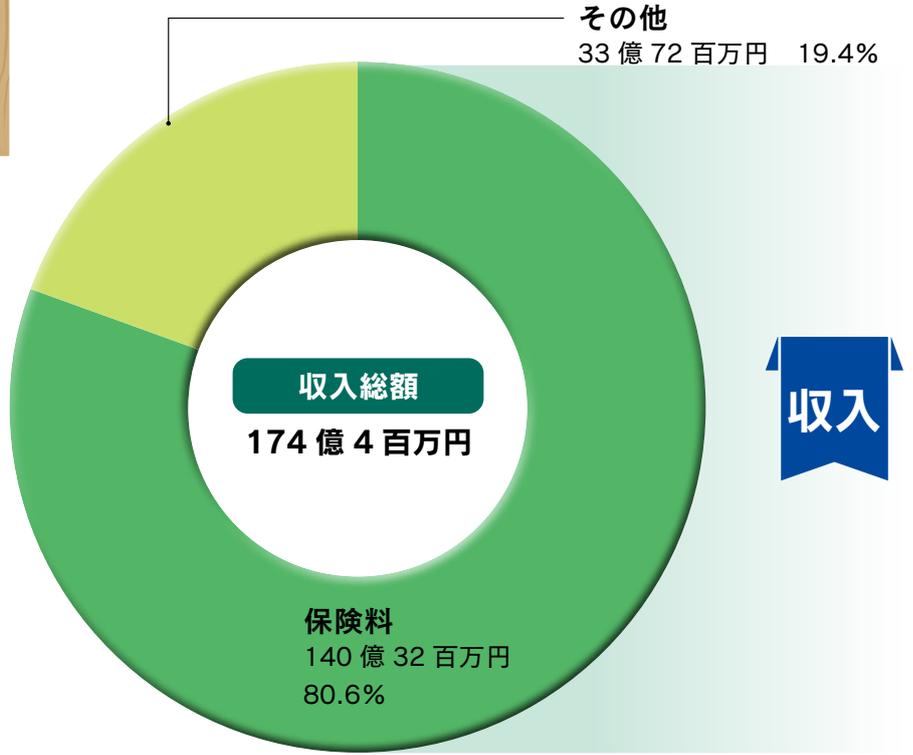
contents

- 令和5年度 決算のお知らせ 2
- 今から使おう！ マイナ保険証** 4
- 今すぐ健康診断のご予約を！！
契約健診機関検索システムをご活用ください
ピロリ菌郵送検査（被保険者の対象を拡大）・歯科健診のご案内 6
- もっと歩いて もっと健康に
ストレスに強くなるウォーキング 7
- MY HEALTH WEB の登録がまだの方！ 今すぐご登録を！
家庭常備薬等の WEB 斡旋のお知らせ
「家具けんぽ WEB ウォーキング大会（歩 Fes.）」を開催します！ 8
- よくあるご質問 Q&A 9
- 第62回 軟式野球大会結果報告 10
- 保養所「みやぎの」
大規模修繕工事が終了しました 11
- 「家具けんぽウォーキング大会」を開催いたします！
（東山動植物園・海遊館・東京ディズニーリゾート）** 12



令和5年度 決算のお知らせ

当健保組合の令和5年度
収入支出決算がまとまりましたので、お知らせいたします。



決算の POINT

- 平均標準報酬月額および総標準賞与額の増加等により、保険料は予算比で増加
- 保険給付費は増加が続き、1年で4億5千万円も増加
- 納付金等も年々増加
- 保険料収入の増を保険給付費の増が上回り、経常収支は6年ぶりに赤字

介護保険分

収入

科目	決算額 (千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額 (円)
介護保険収入	1,697,135	102,484
繰越金	94,501	5,707
雑収入	30	2
合計	1,791,666	108,192

支出

科目	決算額 (千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額 (円)
介護納付金	1,674,639	101,126
介護保険料還付金	92	6
合計	1,674,731	101,131

健康保険分

収入

科目	決算額 (千円)	被保険者1人当たり額 (円)
保険料	14,031,966	499,074
国庫負担金収入	5,504	196
調整保険料収入	184,999	6,580
繰越金	581,610	20,686
繰入金	277,064	9,854
国庫補助金収入	22,925	815
財政調整事業交付金	214,714	7,637
その他の収入	166,195	5,911
不用財産等売払代	1,919,239	68,261
合計	17,404,216	619,015

※端数処理のため、合計が合わない箇所があります。

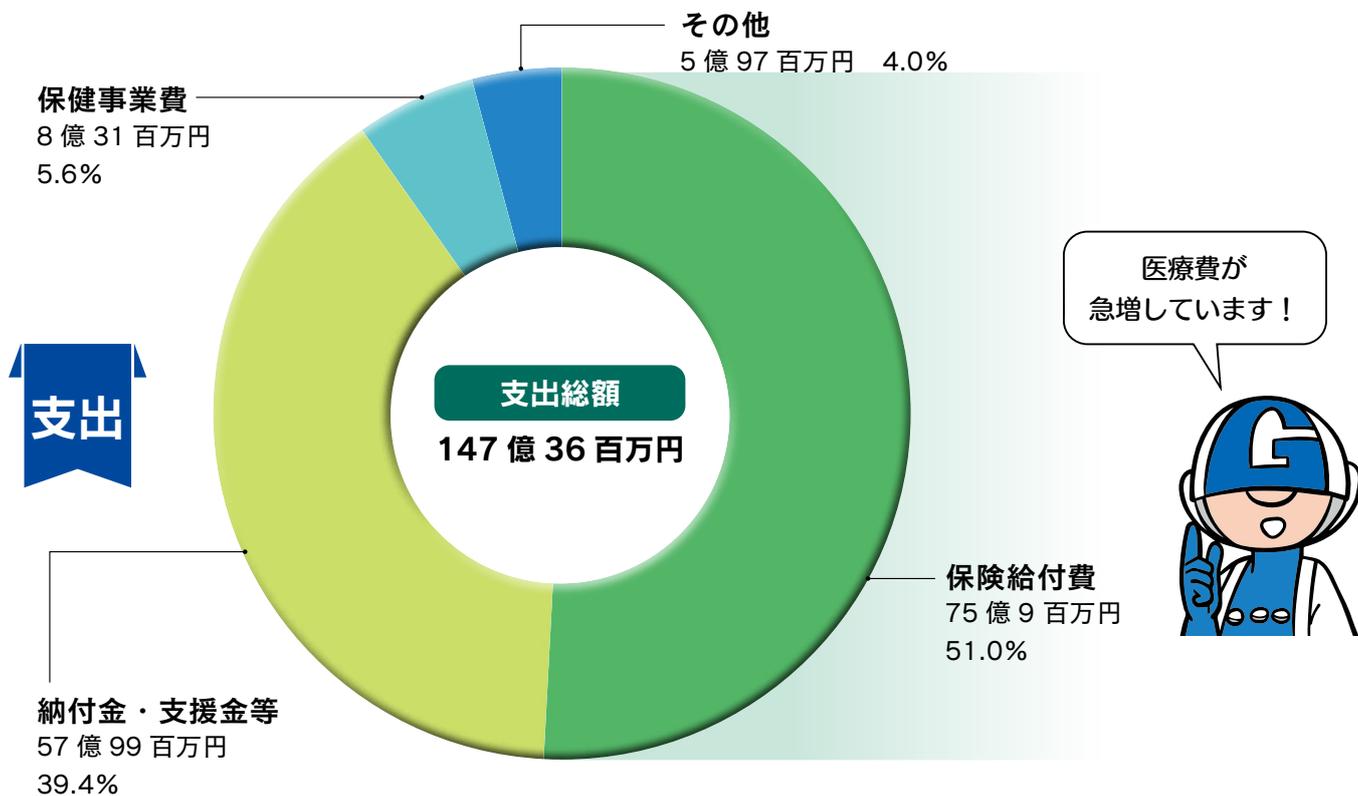
支出

科目	決算額 (千円)	被保険者1人当たり額 (円)
事務費	230,696	8,205
保険給付費	7,508,693	267,061
法定給付費	7,441,995	264,689
付加給付費	66,698	2,372
納付金・支援金等	5,798,814	206,246
前期高齢者納付金	2,539,106	90,308
後期高齢者支援金	3,259,662	115,936
病床転換支援金	4	-
退職者給付拠出金	42	1
保健事業費	831,444	29,572
財政調整事業拠出金	184,813	6,573
その他の支出	181,287	6,449
合計	14,735,747	524,105

収支

収入支出差引額	2,668,469
---------	-----------

※(売却等に伴う収入・支出額を除いた場合) 852,752千円



保険給付費・納付金の増加傾向続く

当健保組合の保健事業を活用して、医療費の節約にご協力ください!

健康保険分

収入

収入総額は 174 億 4 百万円で、予算に対し 22 億 70 百万円の増額となりました。このうち保険料は 140 億 32 百万円 (80.6%) で、平均標準報酬月額および総標準賞与額が予算基礎数値より増額になったこと等から、予算比で 2 億 27 百万円の増となっています。そのほか、調整保険料収入、国庫補助金収入、財政調整事業交付金、雑収入等で 33 億 72 百万円 (19.4%) となりました。なお、雑収入には、健保会館の土地および建物の売却益 19 億 19 百万円が含まれています。

支出

支出総額は 147 億 36 百万円で、みなさまの医療費等にあてた保険給付費に 75 億 9 百万円 (51.0%)、高齢者医療に対する納付金等には 57 億 99 百万円 (39.4%) を支出しました。

支出のおおむね半分を占める保険給付費は、被保険者 1 人当たり置きかえると 267,061 円となり、前年度より 14,326 円増加。納付金等は被保険者 1 人当たり置きかえると 206,246 円となり、前年度より 18,598 円増加し、財政悪化の要因となっています。また、健診・保健指導等の保健事業費には 8 億 31 百万円 (5.6%) を支出し、みなさまの健康づくりをサポートしました。そのほか、事務経費、共同事業経費等で 5 億 97 百万円 (4.0%) となりました。

収支

収入額と支出額の差し引きは、保険料収入が伸びたこと、また、重要財産 (健保会館の土地および建物) の売却益が生じたこと等から 26 億 68 百万円の残となりました。

しかしながら、売却益および前年度からの繰越金、積立金の取崩し (繰入金) を除く、本来事業分の収支差では赤字となっています。

なお、決算残金 26 億 68 百万円の処分については、令和 6 年度予算に計上済みの繰越金に 5 億 50 百万円をあて、1 億 18 百万円を法定準備金として、20 億円を別途積立金として積み立てることとしました。

令和6年12月2日 保険証廃止

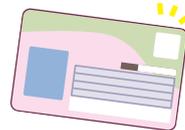
今から使おう!

マイナ保険証

現行の保険証は今年12月2日に廃止され、マイナンバーカードに一体化されます。

今から、医療機関の窓口でマイナ保険証を使ってみてください。

※マイナ保険証…保険証利用登録をしたマイナンバーカードのこと。



マイナ保険証で受診しましょう

画面の指示にしたがってご利用ください。

1 顔認証つきカードリーダーにマイナンバーカードを置く
(カバーは外してください)

※カードリーダーには複数の種類があります。



2 画面に顔を写して本人確認します
(4ケタの暗証番号入力でも本人確認できます)



3 診療・お薬情報、健診情報の提供について同意します

同意すると医師等がお薬情報と健診情報を見ることができます

過去の情報を利用いたします

過去の手術以外の診療・お薬情報を当機関に提供することに同意しますか。
この情報はあなたの診療や健康管理のために使用します。

同意しない 同意する

(40歳以上対象) 過去の情報を利用いたします

過去の健診情報を当機関に提供することに同意しますか。
この情報はあなたの診療や健康管理のために使用します。

同意しない・40歳未満 同意する

4 受付完了!

カードをしまってください

マイナ保険証の使い方の動画はこちら
厚生労働省▶



マイナ保険証のメリット



1 高額な窓口負担が手続きなしで軽減

医療費が高額になるとき、「限度額適用認定証」を健保組合に事前申請して提出すると窓口負担が軽減されますが、マイナ保険証なら「認定証なし」で負担が軽減されます。健保組合への手続きは不要です。

マイナ保険証
なら健保組合への
申請不要に!



2 質のよい医療が受けられます

マイナ保険証で受診すると、あなたのお薬や診療の情報、健診結果を医師が確認できます。同じ薬が処方されたり、併用してはいけない薬が処方されるリスクが減り、正確な情報をもとに質のよい医療が受けられます。

旅行先・災害時も安心

旅行先や災害時も、マイナ保険証なら全国の医療機関で情報が連携され、診療歴やお薬の情報をもとに、適切な医療を受けることができます。



マイナンバーカードを 保険証として利用できるようにするには？

マイナンバーカードを保険証として利用できるようにするには、**ご自身で「保険証利用の登録」が必要**です（登録は1回のみ）。

急な病気のとくにあわてないよう、早めに登録しておきましょう。



マイナンバーカードの
保険証利用申し込みの
動画はこちら
[厚生労働省](#)▶



マイナンバーカードを
お持ちでない方はこちら
[マイナンバーカード
総合サイト](#)▶



保険証利用の登録はここでできます

スマホで
簡単!

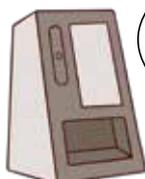


マイナポータル



セブン銀行ATM

受診時に
簡単に
できます!



医療機関窓口の
カードリーダー



市区町村の窓口

秋を待っていたら予約がとれません！

今すぐ健康診断のご予約を！！

●健康診断の受け方は

こちら →



家具けんぽの
一般健診を
お願いします！



●契約健診機関の検索は

こちら →



家具けんぽの
フルパック健診を
お願いします！

簡単！便利！

契約健診機関 検索システムをご活用ください

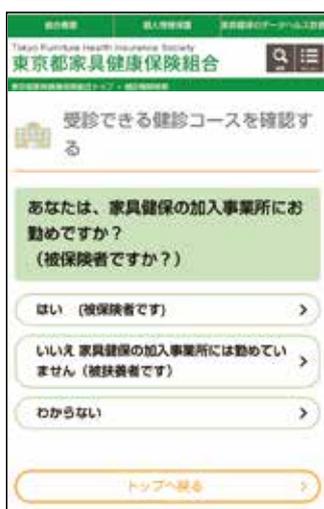
当健保組合ホームページに、ご自身の受診可能な健診コースやお近くの健診機関が検索できるシステムを導入しました。加入者区分や生年月日などを入力するだけで簡単に検索できますので、ぜひご利用ください！

利用のながれ

トップ画面のバナーをタップ

加入者区分を選択

健診機関が表示されます



生年月日、性別等、画面にしたがって選択・入力していきます



※画像は更新される場合があります。

下記の事業も実施しています！

ヘリコバクター・ピロリ菌郵送検査

被保険者の対象を拡大しました！

これまで年度末年齢が5歳刻みの節目年齢の方を対象としていましたが、令和6年度から新たに下記①の方も対象になりました。

- 対象者**
- ①令和4年4月1日～令和6年4月1日までに被保険者資格を取得された方（定年再雇用等で取得された方は対象外）
 - ②年度末年齢（令和7年3月31日時点の年齢）が25歳、30歳等の5の倍数の年齢の方（本要件を満たした被保険者・20歳以上の被扶養者）

費用 **500円**（通常、税込7,260円かかる検査です。差額は当健保組合が負担します）

申込方法 「MY HEALTH WEB」内の専用フォームより

申込締切 令和7年1月31日（金）



※申込みには、「MY HEALTH WEB」への登録が必要です。

※申込方法や検査の詳細については、「MY HEALTH WEB」内の案内をご確認ください。



歯科健診

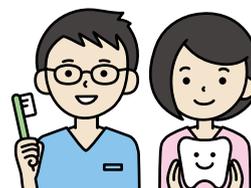
対象者 当健保組合に加入しているすべての被保険者・被扶養者

費用 **無料**（健診以外の治療や精密な検査には費用が発生します）

申込方法 (株)歯科健診センター（事業委託先）のホームページより

受診期間 令和7年3月末まで

申込みは
コチラ ▶



もっと歩いて
もっと健康に

監修

フリーインストラクター 今井 真紀

ストレスに強くなる ウォーキング

ウォーキングは体だけでなく心にも良い影響を及ぼします。もっと歩いてストレス耐性を高め、毎日を心軽やかに過ごしましょう。

ストレスに強くなるカギは「セロトニン」

「セロトニン」は神経伝達物質のひとつで、怒りなどのネガティブな感情をコントロールして心を安定させる働きがあります。

セロトニンが脳内にたっぷり存在するとイヤなことがあってもそれを受け流せるようになり、ストレス耐性が高まります。

集中して歩くとセロトニンの分泌が増える

何も考えず歩くことに集中すると、脳にあるセロトニン神経が活性化してセロトニンの分泌が増えることがわかっています。

ほかにも、歩くことには気分を爽快にしたり、自律神経のバランスを整えるなど心をすこやかに保つ効果があります。

ストレスに強くなる歩き方のポイント

POINT 1

歩くことに集中する

- 会話をしたり、景色を楽しんだりしない。
- 音楽を聞くとときは歌詞のない音楽にする。

POINT 2

リズムカルに歩く

- セロトニン是一定のリズムで体を動かすことによって分泌が促される。

POINT 3

疲れるまで歩かない

- 疲労がたまるとセロトニンの働きが弱まる。



歩く時間

- 15～30分が目安。ただし、5分ぐらい歩くとセロトニンが分泌し始める。

歩く速度

- ラクもしくはややキツイと感じる程度。

歩く時間帯

- 朝や昼間などの太陽が出ている時間帯。とくに朝がおすすめ。

歩く頻度

- できるだけ毎日。ムリのない範囲で3カ月は続ける。

MY HEALTH WEB の登録がまだの方！ 今すぐご登録を！

(MHW)

ご登録方法は、当健保組合ホームページ「MY HEALTH WEB 特設ページ」をご確認ください。

URL

<https://www.kagukenpo.or.jp/katuyou/my-health-web/>

ここをクリック！



▲画像は更新される場合があります。

「家庭常備薬等の WEB 斡旋」のお知らせ

健保組合斡旋ならではの「特納品」も取り扱っています。
ご家庭でのケガや病気、健康保持対策として、ぜひご利用ください。

メリットいっぱいの WEB 申込

- MY HEALTH WEB から簡単に申込み
- ご指定の住所へお届け ※日本国内
- 期間内は 24 時間いつでも申込可能
- クレジットカード支払いも可能です

申込方法



MY HEALTH WEB にログイン後、
トップページのバナーをクリック
してお申込みください。



※申込方法の詳細は、申込期間前に「MHW」の MY メールにて配信いたします。

「特納品」とは

特納品とは、健康保険組合・共済組合・各種団体等で疾病予防の一環として、各組合員に特別限定販売されている商品で、市販されておりません。

今回は全 250 品を掲載。
特納品も多数採用、小容量でお値打ちです。

申込期間とお届け日

令和 6 年 9 月 1 日～10 月 31 日

… 申込後約 2 週間以内にお届け

医薬品
販売業者

（株）あまの創健

愛知県名古屋市中区五反田町 178-5

TEL:0120-170-228



ウォーキングイベント



歩Fes. おるふえす

「家具けんぽ WEB ウォーキング大会」を開催します！

イベント概要

MY HEALTH WEB 上のウォーキングイベント「家具けんぽ WEB ウォーキング大会（歩 Fes.）」にエントリーしていただくことで、ウォーキング実施期間中の日々の歩数をランキング形式で確認することができます！

ランキング上位の方から抽選で、Amazon ギフト券を進呈いたしますので、ぜひご参加ください！

開催期間

- エントリー期間：9 月 1 日（日）～9 月 30 日（月）
 - ウォーキング実施期間：10 月 1 日（火）～11 月 30 日（土）
- ※エントリー期間を過ぎると参加できませんのでご注意ください。

対象者

- エントリー期間中に MY HEALTH WEB をご利用できる方
- 実施期間終了まで当健保組合員の資格がある方

※申込方法の詳細は、エントリー期間前に「MHW」の MY メールにて配信いたします。



よくあるご質問 Q & A



今号から、加入者のみなさまから当健保組合に多く寄せられるご質問を紹介します。
ぜひご一読いただきますようお願いいたします。

マイナ保険証

Q マイナンバーと被保険者証情報の紐づけが正しく行われているか心配です。自分の資格・受診情報等を、他人に見られることはありませんか？

A 当健保組合では、令和5年9月15日時点で当健保組合の加入者である方について、当健保組合で管理している加入者情報（漢字・カナ氏名、生年月日、性別、住所）を、**マイナンバーで管理している情報とすべて突合・確認し、紐づけが正しく行われていることを確認しております。**また、令和5年9月16日以降に新たに当健保組合の加入者となられた方については、**その都度、点検確認を行ったうえで紐づけを行いますので、ご安心ください。**

なお、マイナポータルサイトにある「その他のわたしの情報」から「健康保険証等情報を確認する」アイコンをタップし、ログインしていただくと表示される「あなたの健康保険証等情報」画面に、現在紐づけされている健康保険証情報が表示されますので、間違いがないかご確認ください（万が一、違っている場合には、当健保組合までご連絡をお願いいたします）。

※マイナポータルへのログインには、マイナンバーカードが必要となりますので、まだマイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードの交付を受けてください。

Q マイナ保険証は、受診のたびに医療機関や薬局に提示が必要ですか？（マイナ保険証を持ち歩くのが心配です）

A 医療機関を受診する際には、資格喪失後受診やなりすまし受診等を防止するために、現在でも健康保険証を毎回提出しなければならないこととされています（健康保険法施行規則第53条等）。この取扱いは、マイナ保険証に切り替わっても変わりませんので、**医療機関や薬局にかかる際には、毎回マイナ保険証の提示をお願いいたします。**

なお、マイナンバーカードに搭載されているICチップには、資格情報や受診情報などは記録されていません。また、マイナンバーカードを仮に紛失しても、写真付きのため第三者が容易になりすましすることはできませんし、文字をレーザーにより彫り込むとともに、複雑な彩紋パターンを施すなどの特殊加工がなされており、顔写真を含めた券面の偽造は困難となっておりますので、ご安心ください。



被扶養者の健診

Q 胃の検査をX線（バリウム）から内視鏡（カメラ）へ変更することはできますか？

A **できません。**当健保組合へご連絡いただいても、健診としては変更不可となります。なお、変更された場合、胃内視鏡検査の料金は受診先へお支払いください（支払方法については、受診先へご確認ください）。



Q 被扶養者健診は、以前は、家具健保に申込みをしてから受診していたかと思いますが、申込案内はいつ頃届きますか？

A **現在は【申込不要】で受診できるようになっていますので、案内の送付はありません。**ご自身で直接、健診機関へ予約して受診するようにしてください。受診方法や契約健診機関の検索については、6ページをご参照ください。



保養施設

Q 保養所「みやぎの」に行けなくなってしまいました。キャンセルをしたいのですが、キャンセル料はかかりますか？

A **ご利用日の前日および当日のキャンセルは100%キャンセル料をいただいています。**キャンセルのご連絡は原則として当健保組合にお願いしておりますので、当健保組合の営業日、時間等に注意し、早目にご連絡をお願いします。



Q 保養所は「みやぎの」以外にはないのですか？

A 当健保組合直営の保養所は「みやぎの」のみですが**他の総合健保組合が所有する各地の保養所（24施設）を、共同利用保養所として当健保組合の加入者の方もご利用いただくことができます。**詳しくは、東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）のホームページをご覧ください。

東振協 HP

<https://www.toshinkyō.or.jp/resort/index.html>



第62回

軟式野球大会が開催されました

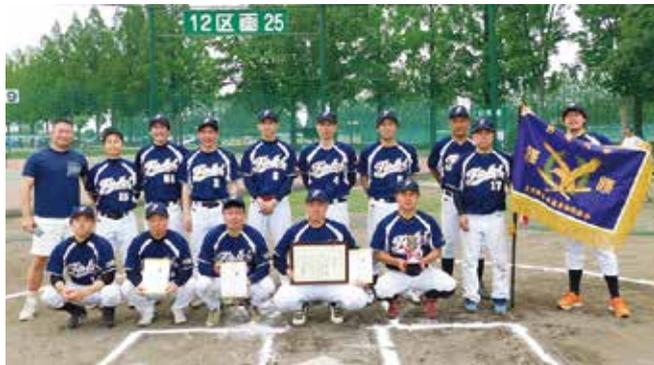
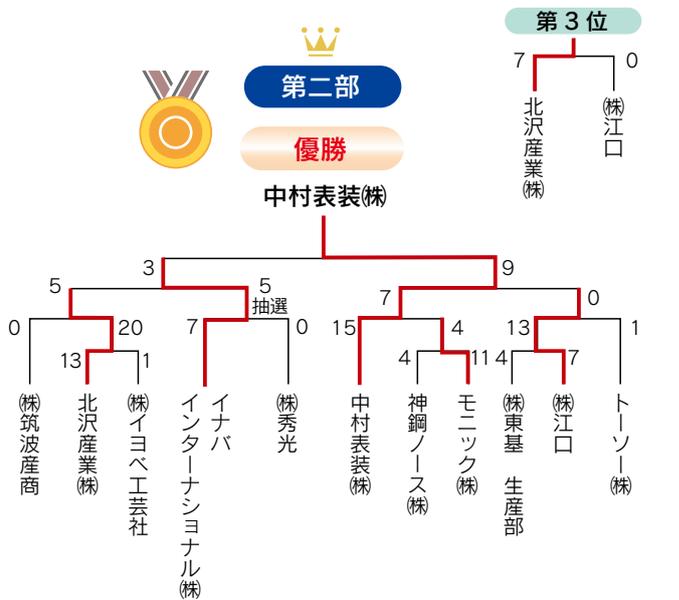
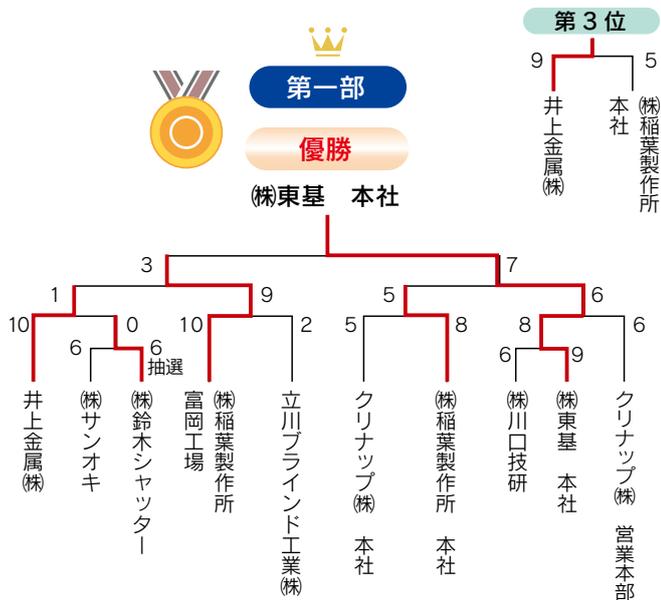
去る5月12日・19日の2日間にわたり、第62回軟式野球大会が大宮けんぼグラウンドにおいて開催されました。

第一部は、(株)東基本社チームが決勝で勝利を収め、頂点に輝きました。また、第二部は、中村表装(株)チームが新星のごとく輝き出て、勝利を収めました。2チームとも初優勝となります。

なお、第一部優勝の(株)東基本社チームは、当健保組合代表チームとして日刊スポーツ杯に参加していただく予定です。皆様の応援をよろしくお願いいたします。

大会期間中の写真は、当健保組合ホームページ「お知らせ」からぜひご覧ください！

第一部・第二部とも、念願の初優勝！



最優秀監督賞 高山 知己さん

何年間も一部残留が精一杯であったチームでしたが、今大会は投打がかみ合い、一勝するごとに勢いづき、優勝することができました。応援いただきました方、ありがとうございました。重ねて、大会運営にご尽力いただきました皆様に感謝申し上げます。



最優秀監督賞 難波 由郎さん

第二部優勝という素晴らしい成績を残せたこと、チームメンバーをはじめ、かかわってくださったすべての方に御礼申し上げます。家具健保の野球大会には以前から出場させていただいており、弊社の中でも恒例の社内行事となっています。今年は長らく使用していたユニフォームを新調した記念すべき年でもありました。そのような年に好成績を残せたので、ぜひ来年も全力で参加させていただきたいと思っております！

最優秀選手賞 八木 芳樹さん

会社として初めて優勝ができ、とても嬉しく思います。楽しく、全員で、一つひとつの試合に臨むことができ、東基らしさが全面に出ていると思います。最優秀選手賞をいただきましたが、チーム全員が活躍した結果です。来年も楽しめるように頑張ります！

最優秀選手賞 田辺 紳悟さん

チーム優勝だけでなく、個人的にもこのような素晴らしい賞をいただき感謝です。社内に野球が好きなメンバーがいながらも、仕事の繁忙もあり、なかなか練習ができないので、初戦敗退で悔しい想いをする年も多々あったと先輩達から聞いていました。今年は大会前に事前練習を行うことができたので、ぜひ来年もまた好成績を残せるように頑張りたいと思っております。

組合の現況

(令和6年6月末現在)

事業所数…558 事業所 被保険者数…28,491名 (男 18,529名 女 9,962名)

被扶養者数…17,489名 平均標準報酬月額…348,202円 (男 394,144円 女 262,751円)

保養所「みやぎの」 大規模修繕工事が終了しました

保養所「みやぎの」は、老朽化に伴い、屋根および外壁等の大規模修繕工事を行ってまいりましたが、令和6年7月26日（金）に予定しておりました工事がすべて完了しました。

工事期間中は、利用者の方には何かとご不便をお掛けしましたが、皆様のご理解・ご協力により、無事に工事を完了することができました。長期間にわたりご協力いただきありがとうございました。

リニューアルした保養所「みやぎの」をぜひご利用ください。

外 観



大広間

ラウンジ



駐車場

心身の
リフレッシュに！

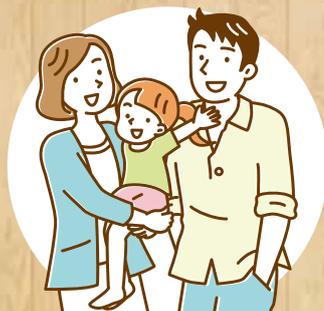
箱根周辺の
観光拠点に！

保養所「みやぎの」
からのお知らせ

令和6年9月2日（月）～6日（金）まで休館となります

保養所「みやぎの」は定期メンテナンスのため、上記期間中は休館となります。
ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

「家具けんぽウォーキング大会」を 開催いたします!



今年も下記の3つの会場で開催いたします! 参加のお申込みは、昨年同様に「MY HEALTH WEB (MHW)」からとなります。まだMHWに登録していない方は、ご登録のうえお申込みください。
※申込方法の詳細は、申込期間前に「MHW」のMYメールにて配信いたします。

- 対象者：被保険者および被扶養者・同行する配偶者および子ども（高校生まで）
- 募集人員：**各300名** ※申込み多数の場合は抽選 ※いずれか1カ所の申込みとなります。
- 申込期間：**令和6年8月5日（月）～9月2日（月）**

実施場所 ①

中部地区 ↓

東山動植物園

愛知県名古屋市千種区東山元町 3-70

実施期間 令和6年10月1日（火）～12月28日（土）

- *入園券および東山スカイタワー入館券をお送りします。
- *中学生以下は、無料のため申込みの必要はありません。



※画像はイメージです。

実施場所 ②

関西地区 ↓

海遊館

大阪府大阪市港区海岸通 1-1-10

実施期間 令和6年10月1日（火）～令和7年2月28日（金）

- *入館引換券をお送りします。
- *2歳以下は、無料のため申込みの必要はありません。



※画像はイメージです。

実施場所 ③

関東地区 ↓

東京ディズニーリゾート®

千葉県浦安市舞浜

実施期間 令和6年10月1日（火）～令和7年2月28日（金）

- *東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用券(割引券) 1,500円/1人をお送りします。
- *3歳以下は、無料のため申込みの必要はありません。

