

# カネカけんぽ情報局

カネカ健康保険組合 大阪市北区中之島2丁目3番18号 TEL.06-6226-5034 編集・発行人 小出 貴  
ホームページアドレス: <https://www.kaneka-kenpo.or.jp/>

2023年7月開催の組合会において、2022年度決算が承認されました。  
今回は、決算内容と厳しい財政の中でカネカ健保の事業を有効にご活用いただくための各種情報をお伝えします。

## 2022年度決算のお知らせ

去る7月18日開催の組合会にて承認・決定されました。

**健康保険**…収入面では国庫補助金収入が大きく増加する一方で、支出面では法定給付費の伸びが前年に比べて僅かであったため、収支面では昨年度より黒字幅は拡大しました。但し、高齢化の進捗により納付金等の一層の増加が予想されるため、保険料率改訂も視野に入れながら財政状況を注視していく必要があります。

**介護保険**…昨年度に引き続き、差引残高は黒字となりました。

	一般勘定	介護勘定
収入	4,192,392千円	512,765千円
支出	4,076,532千円	479,555千円
差引残高	115,860千円	33,210千円

### 収入のポイント

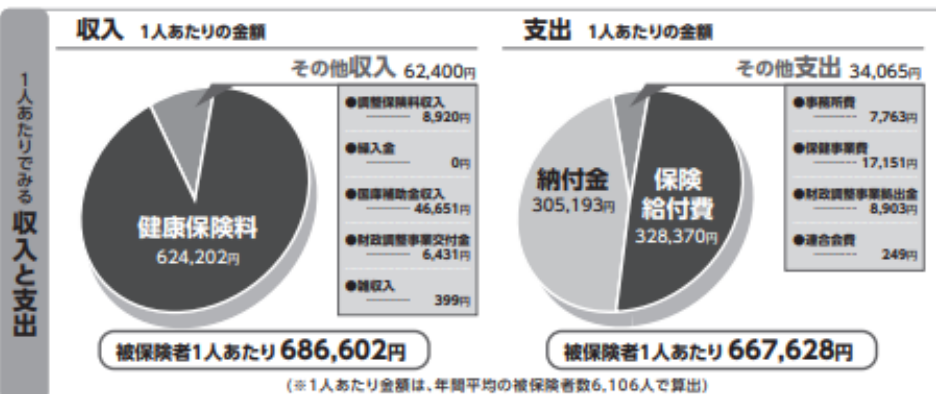
**健康保険料** 会社と個人から納めていただいている保険料が、収入の90.9%を占めています。当年度の健康保険料収入は、昨年度に比し1.3%増となりました。

**介護保険料** 保険料収入は、前年度比2.1%増加しました。

### 支出のポイント

**保険給付費** みなさんやご家族の方が病気やけがをしたときの医療費の他、傷病手当金・出産育児一時金といった現金給付の費用です。総額は昨年度を3.2%上回る発生となりました。健保全体の支出の49.2%を占めています。

**納付金** 高齢者の医療にかかる費用を負担するもので、今年度の拠出も約19億円の拠出となりました。これは、保険給付費の支出に占める割合(49.2%)とほほ肩を並べる割合(45.7%)であり、健保財政における大きな負担となっています。



カネカ健保の概要 (2023年3月末現在) 被保険者6,091人 被扶養者6,392人 扶養率1.05

## マイナンバーの記載をお願いします。

「被扶養者異動届」は5日以内に健保組合へ提出いただく必要があります。  
異動届には、正確なマイナンバー、住民票に記載されている氏名(漢字・カナ)・生年月日・性別・住所の記載をお願いします。



### マイナンバーカードに健康保険証を登録しましょう。

政府の方針で2024年度に保険証の原則廃止が検討されています。  
いまのうちにマイナンバーカードを取得して、マイナンバーカードを健康保険証として利用登録しましょう。

## 保健だより

### ～暑さで疲弊した体を立て直し、残暑を乗り切りましょう～

年々厳しくなる気候、この夏も酷い猛暑が続きました。  
酷暑に晒されることでの体への負荷、  
エアコンの利いた環境と外との気温差での体への負荷など、  
夏の間も身体の恒常性の維持に負荷をかけ続けてきました。  
この調整には自律神経が大きくかかわっています。  
自律神経のバランスを保てるよう以下のことに少し意識を向けてみてください。



- **意識してリラックスした時間をもちましょう。**

ゆったりした気分で過ごせるお気に入りの時間を持ちましょう。

- **シャワーですませず、ぬるめのお風呂につかりましょう。**

- **たっぷり睡眠を取りましょう。理想は7～8時間。**

夜は煌々とした照明でなくムードのある明るさで過ごし、  
スマホやテレビはほどほどに。

- **食事は抜かずにしっかり食べましょう。**

特に朝食は、セカンドミール効果で筋合成や  
夕食後の血糖上昇抑えるなどメリットが盛沢山!  
今まで朝食抜きだった方も、食べやすいものから  
挑戦してみてください。

- **規則正しい生活をしましょう。**

体に備わっているサーカディアンリズムに  
なるべく逆らわないように生活しましょう。



## 扶養状況調査へのご協力ありがとうございました。

8月1日より実施しておりました扶養状況調査について、ご協力頂きましてありがとうございました。現在、順次回答内容とご提出資料を確認させて頂いております。追加で確認が必要な方におかれましては、個別にご連絡をさせて頂いておりますので、お忙しいところ恐れ入りますが引き続きご協力を宜しくお願い致します。

未提出の方・扶養対象外の判定となった方におかれましては、2023年10月1日付でカネカ健保の資格喪失となるため扶養削除の手続きが必要となります。順次ご連絡させて頂いておりますので、対象となられた方は速やかにお手続きへのご協力をお願い致します。

## カネカ健保の2023年度これまでこれからTOPICS

### これまで

4月

健診申込受付スタート



7月

女性被保険者がん検診受付



8月

健康保険扶養状況調査

事業所巡回主婦健診申込締切



### これから

10月

インフルエンザ予防接種費用補助申請受付開始

「カネカけんぼ情報局」発送



11月

家庭常備薬斡旋販売実施

京都工場保健会巡回主婦健診(近畿地区以外)申込締切



12月20日

各種健診受診申込締切! 健診申込がまだの方はお急ぎください!!



2024年2月

「年間医療費のお知らせ」発行

インフルエンザ予防接種費用補助申請締切



2024年3月

「2024年カネカ健保のしおり」発行

「2024年主婦健診受診ご案内」配布



## インフルエンザ予防接種費用補助 [10月1日WEB申請受付開始]

WEB申請方法は同封のチラシをご確認ください。

領収書記載内容不備のため、受け付けられない場合がございますので、ご確認をお願いします。

**対象者** カネカ健保加入被保険者(任意継続被保険者含む)・被扶養者

※接種日にカネカ健康保険組合に加入しておられる方

**補助の内容** インフルエンザ予防接種費用に対して1人1,000円を上限に補助

**補助回数** 対象期間内の接種について、1世帯1回限り

**接種期間** 2023年10月1日～2024年1月31日

**申請期間** 2023年10月1日～2024年2月29日(申請受付は世帯ごとに1回限り)

**注意事項** 領収書記載内容不備の場合は、補助を行うことができませんのでご注意ください。

[領収書必須記載内容]

接種者氏名(フルネーム)

金額

接種年月日

内容(インフルエンザ予防接種)

医療機関名(領収済印)



## 介護・健康教室 [集合教室・オンライン版]

講座内容詳細および申込書は、カネカ健保ホームページ>INFORMATIONに掲載しておりますので、ご興味ございましたら、お申し込みください。申込書が印刷できない方、HPをご確認いただけない方は、案内資料をお送りいたします。講座名(集合教室は開催地・開催日)をご連絡ください。

対象者	カネカ健保加入被保険者(任意継続被保険者含む)・被扶養者
費用	無料(集合教室交通費、オンライン版インターネット接続費用は自己負担)

### 集合教室

申込締切日 開催日の前週日曜日

開催時間 10:00～15:00(昼食つき)

カリキュラム	開催地	開催日
【健康教室】 血糖値測定型! 糖尿病予防講座	大阪府大阪市	11月11日(土)
	神奈川県横浜市	12月9日(土)
	埼玉県さいたま市	2024年2月3日(土)
【介護教室】 介護保険と介護技術の 基本を習得	千葉県千葉市	10月21日(土)
	愛知県名古屋市	12月2日(土)
	東京都新宿区	2024年1月27日(土)
【介護教室】 認知症フレンドリー講座& 映画上映会	神奈川県横浜市	2024年3月9日(土)
	北海道札幌市	10月14日(土)
	宮城県仙台市	11月18日(土)
	福岡県福岡市	2024年1月20日(土)
	広島県広島市	2024年2月10日(土)
	兵庫県神戸市	2024年3月2日(土)

### オンライン版

受講の流れ

毎週木曜日申込締切。翌週全曜日教材発送。視聴は視聴開始から2週間。

健康教室	ストレスマネジメント
	女性ホルモンを知って、人生を楽しく、キレイを磨く
	科学に基づくよりよい眠りのためのヒント
	東洋医学で解決!美容と健康セルフケア
	怒りの感情と上手に付き合う方法
介護教室	健診結果を健康維持に活かす
	寝種が招く、健康被害と問題点
	自宅や職場で続けるエクササイズ
	知っておきたい口腔ケア
	糖尿病をよく知ろう 糖尿病の基礎知識
介護教室	心がけよう 眼の健康(9月リリース予定)
	介護のパターンと心構え、大事なものを守るためのお金の話
	介護ストレスを溜めないための心構えと制度の活用
	今から考えておきたい「介護とその後」への備え 相続に向けた準備学
	健康寿命を延ばす介護・健康教室
	認知症フレンドリー講座

健康の悩みも心の悩みも、今すぐ電話で相談してみませんか



みんなの  
家庭の医学