

10月1日インフルエンザ予防接種費用補助 WEB申請受付を開始します

2024年度のインフルエンザ予防接種費用補助を10月1日から開始します。詳細は、9月にカネカ健保ホームページでご連絡します。領収書記載事項不備により補助を受けることができない場合がありますので、領収書記載内容は必ずご確認をお願いします。

対象者 被保険者（任意継続被保険者含む）、被扶養者
※接種日にカネカ健保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 2024年10月1日～2025年1月31日

申請期間 2024年10月1日～2025年2月28日（申請受付は世帯ごとに1回限り）

申請方法 MY HEALTH WEB（カネカ健保ホームページHOME画面からアクセス可）からのWEB申請
初めてご利用の方、登録済の方でログイン方法が異なります。
ログイン方法は、9月末にカネカ健保ホームページでご連絡します。

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）

予防接種のみの
記載では補助を
行うことは
できません！！

2024年10月から薬の負担額がかわるかもしれません
ジェネリック医薬品を利用してみませんか

患者の希望で長期収載品を選択した場合は、選定療養（患者負担）の対象になる仕組みがスタートします。後発医薬品の最高価格帯と長期収載品の価格差の4分の3までが保険給付の対象となり、選定療養部分の差額には10%の消費税が課税されます。選定療養の仕組みが導入されることにより窓口での支払が増える場合があります。後発医薬品を選択することで窓口支払額を抑えることができるかもしれません。（医療上の必要性がある場合は、医師の判断により後発医薬品への変更不可とすることができることにしています。）

後発医薬品（ジェネリック医薬品）とは…

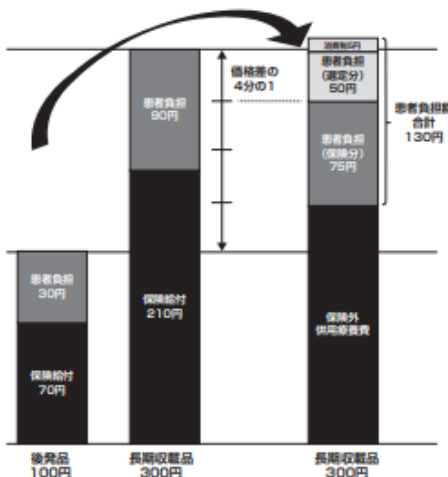
先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に製造・販売される、新薬と同じ有効成分を含有し、同等の効能・効果があると認められた医薬品のことです。錠剤の大きさを小さくして飲みやすしたり、飲みやすさが追加されたものもあります。開発費用が抑えられているため、新薬と比べ安価に抑えられています。
※すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。

長期収載品とは…

後発医薬品が発売されてから5年以上経過した医薬品（後発医薬品置換率が1%未満のものは除く）または後発医薬品置換率が50%以上のもの

3割負担の場合（2024年10月以降の負担額イメージ）

後発医薬品ではなく長期収載品を選択した場合、プラス100円



カネカけんぽ情報局

カネカ健保組合 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/>

2024年7月開催の組合会において、2023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。

2023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。

【一般勘定について】

2023(R5)年度の収支は黒字（13百万）となっていますが、これまで積み立てた積立金（貯金）を270百万取り崩しています。つまり、繰入金270百万を除くと、実質は257百万の赤字となっています。

保険料収入は標準報酬月額のアップにより前年比で増加していますが、支出面では、保険給付費*が前年比で保険料収入を上回る増加額となっています。

更に、納付金**（前期高齢者納付金+後期高齢者支援金）が前年比で大幅増（416百万）となっており、これが健保収支を悪化させている大きな原因となっています。

高齢化の進展により納付金**の一層の増加が予想されるため、健康保険料の改訂も視野に入れながら健保組合の財政状況を引き続き注視していく必要があります。

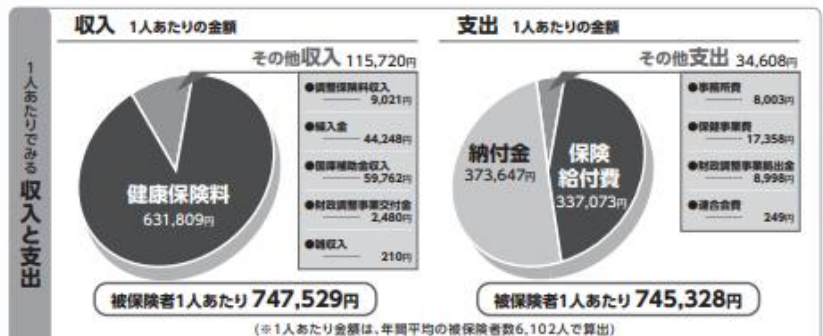
*保険給付費…皆さんやご家族の方が病気やけがをしたときの医療費の他、傷病手当金・出産一時金といった現金給付の費用です。

**納付金…高齢者の医療にかかる費用を各健保組合が負担するもので今年度は約23億円の拠出となりました。これは上記の保険給付費（約21億円）を上回り、支出に占める割合が一番高くなっており、健保財政にとって大きな負担となっています。

【介護勘定について】

昨年度に引き続き、収支は黒字になりました。

	一般勘定	介護勘定
収入	4,561,422千円	516,800千円
支出	4,547,990千円	477,180千円
差引残高	13,432千円	39,620千円



カネカ健保の概要（2024年3月末現在） 被保険者6,086人 被扶養者6,281人 扶養率1.03

みんなの健康ひろば

健診受けてますか？今クローズアップされている女性の健康。
カネカ健保ではみなさまの健康によりそっていきたいと思っています。

【保健師だより①】 健診は自己管理の出発点

年に1回の健診、欠かさずに受診していますか？
そして、結果がお手元に届いたら内容をじっくり確認していますか？

がん検診が病気の早期発見を目的としているのに対し、健診は、自身の健康状態を確認し生活習慣を見直す機会として、生活習慣病等の病気を予防し、健康寿命を延ばすことを目的としています。
健診を受け結果が届いたら、次に何をしたらよいかを考える必要があります。

- ①健診結果の判定やコメントがある場合は必ず確認し、その指示に従ってください。
- ②受診先に迷った場合は、健診した医療機関やお勤め先の産業医・健康管理スタッフに相談してみましょう。（『ここからからだの健康相談』もご利用いただけます。）
- ③「異常なし」の場合でも、今までの健診結果と比べて変化のある場合は、食生活や運動習慣、生活リズムなどを振り返り、変わった点はないか点検してみましょう。

コレステロールや中性脂肪、血糖値などの検査値は日々の食事や活動量、飲酒、睡眠などの影響を受けています。お気に入りの食品にめぐりあって、ついつい食べていたらコレステロール値が高めになったなど、あり得る話です。すぐに病気にはならなくても、検査値の変化に気づかずにそのままの行動が続いた場合は、段々と健康の平衡状態に変化が起き始めます。
何も症状はなくても年に1回検査することで、体の平衡状態を知ることができます。



【保健師だより②】 メタボリックシンドロームはなぜ悪い

その1) 動脈硬化を起こしやすくする

高血圧・喫煙・高血糖・脂質異常は単独でも危険ですが、重複すると、動脈硬化の危険度は大きくなります。動脈硬化は脳血管疾患・虚血性心疾患の危険因子です。

その2) 多すぎる内臓脂肪は高血圧・高血糖・脂質異常などを引き起こす不都合なホルモンを分泌します。

その3) 内臓脂肪面積100cm²を超えるとこれらの危険が高まるため、日本では100cm²以上をメタボリックシンドロームとしています。
*内臓脂肪面積100cm²は、腹囲では 男性85cm 女性90cm に相当

その4) 健康寿命を全うするためには、要介護状態になることを避ける努力が必要
*要介護の要因：認知症・脳血管疾患・筋骨格系の障害・フレイルなど
メタボも含め、生活習慣の改善が予防に役立ちます。



注意! 健康情報は氾濫しています。安易な選択で健康障害を発生させないために専門家に相談することをお勧めいたします。

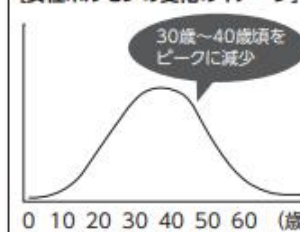
女性の健康 子宮がん・乳がんだけじゃない!

女性には、がんや心疾患などの男女共通の健康課題の他に、女性ホルモンが影響して起こりやすい課題が多いということをご存知ですか？

特に女性ホルモンが失われ始める40代から50代以降、ホルモン低下を引き金として体の機能の低下、自律神経や免疫系など不調、そして疾患の発現がもたらされる時期でもあります。例えば骨粗しょう症、関節・筋肉の変形や弱体化なども女性ホルモんに大きく関係しております。

残念ながら今すぐに効果がある対策はありません。毎日の生活の中で、食事・適度な運動などを振り返っていただき、年齢とともに明日の健康のための行動を積み重ねて頂ければと思います。

【女性ホルモンの変化のイメージ】



Run,Run,Run.Kaneka 2024 でのブース出展【ホネの健康診断、受けてみませんか？】

来る2024年9月28日、恒例のカネカグループの一大イベント、Run,Run,Run.Kaneka 2024が開催されます。今年度はWellnessブースとして骨の強さの測定会、「ホネチェック」が出演されます。そこでカネカ健保のメンバーがブーススタッフとして参加することとなりましたので、ぜひイベントにお越しの方はブースにもお立ち寄りいただき、ご自身の「骨の強さ」を確認してみてください。



オンライン型女性向けセミナー

カネカ健保では、他の健康保険組合と共同で健康と介護をテーマとした各種オンライン講座を実施しています。2024年度は新たに年代別の女性の健康セミナーをリリースいたしました。無料でご利用いただけますので、カネカ健保ホームページ・INFORMATIONをご確認の上、お申し込みをお願いします。皆様のご利用をお待ちしております。
（セミナー案内の送付をご希望の場合は、カネカ健保へご連絡をお願いします。）

【みんなの家庭の医学】では、電話・WEBでの相談だけでなく、妊娠・出産・育児、女性ホルモン、女性特有の病気等、様々なお悩みに関する情報をご確認いただくこともできます。
アプリダウンロードで、スキマ時間にいろいろな情報をご確認いただくことができます。ご自身、ご家族の健康管理に是非お役立てください。

ここからからだの健康相談

アプリダウンロード
電話・メールで、24時間365日ご相談できます。
「みんなの家庭の医学」アプリ・WEBサイト
アプリから直接電話相談・メール相談ができるほか、症状・病名・病状・薬治療やお悩みQ&A集(約5,000ケース)など、お役立ち情報が満載。右側の登録はユーザー登録と連携してご利用いただけます。
WEB: kateimokajuku.jp 団体コード

相談窓口について

各分野の専門職である有資格者によりご相談を承ります。必要に応じて19科目の専門医と直接ご相談いただくこともでき、早期発見、早期治療にお役立ていただくことができます。こちらの相談では全国の提携機関でカウンセリングが年5回まで無料です。

●からの相談 | 24時間365日
健康全般、医療機関情報、育児や介護(介護制度含む)などに関する
ことを電話、メールで相談できます。

●このころの相談 | 平日9:00~21:00 土曜10:00~18:00(日・夜1/1・2・3)
職場の人間関係やプライベートの悩み、こちらの不調に関するこ
となどを電話、メール、対面面談でご相談できます。

この相談窓口は外部の専門機関(株式会社保険別付コンテニア)に委託しています。



重要なお知らせ

2024年12月2日 健康保険証はマイナ保険証へ移行します

マイナンバーカードと健康保険証の一体化により、本年12月2日から現行の健康保険証の新規発行を終了して、「マイナ保険証」を基本とする仕組みに移行します。「マイナ保険証」は、医療機関・薬局において、直近の資格情報等を確認することができるとともに、医療情報の共有化により、健康・医療に関する多くのデータに基づいたより良い医療を受けていただくことが可能となります。

こうした仕組みを実現し、安心してマイナ保険証をご利用いただくため、加入者情報とマイナンバーの下4桁を掲載した「資格情報のお知らせ」を発行し、マイナンバーの紐づけに誤りがないか確認を行います。

<「資格情報のお知らせ」の送付について>

「資格情報のお知らせ」は2024年10月に、被保険者へ被扶養者分も併せて送付します(2024年9月20日時点で健保加入の方が対象)。お持ちの保険証記号により、電子的な送付・紙による送付に分かれています。

●電子的な送付対象事業所(医療費通知に掲載しているKOSMO Communication Webにて確認)
保険証記号:1000・3004・3009・3016・5008

●紙による送付対象事業所(事業所経由で配布)

保険証記号:2001・2002・2008・3002・3003・3005・3008

※任意継続被保険者の方および一部事業所経由での配布が困難な方についてはご自宅へ直接お届けします。

「資格情報のお知らせ」の内容(イメージ)



①資格情報について記載されています

・記号・番号・枝番・氏名・フリガナ・生年月日・負担割合
・資格取得年月日・保険者名

②マイナンバーの下4桁が記載されています

医療保険のデータベースに登録されているマイナンバーの下4桁を表示していますので、誤りがないかご確認ください。

※マイナンバー未提出の場合は記載されませんので、未提出の方は速やかにご提出ください。

③携帯用「資格情報のお知らせ」です

2024年12月2日から以下の場合に使用できます。
切り取るなどしていただき、大切に保管してください。

1. 自身の資格情報を確認したいときに
(例: 給付金等を申請するとき)
2. オンライン資格確認システム(※)を導入していない医療機関等で受診するときに
(マイナ保険証と併せて提示)

(※)健康保険の資格情報等が確認できるシステム

<「資格確認書」について>

マイナ保険証へ移行できない方には「資格確認書」を交付します。詳細については、11月下旬にカネカ健保HPに掲載します。

<「マイナ保険証」・「資格確認書」・「資格情報のお知らせ」の比較>

	名称	形状	取得方法	利用目的	利用方法
①	マイナ保険証	マイナンバーカード	マイナンバーカードの入手後、マイナンバーカードの保険証利用登録を行う	医療機関を受診するとき	医療機関に設置されているカードリーダーで読み取り
②	資格確認書	はがきサイズ	資格取得時に申請 マイナ保険証を未所持者に職権※で発行 ※発行方法は後日HPに掲載	マイナ保険証を未所持の方が医療機関を受診するとき	医療機関に提示
③	資格情報のお知らせ	A4サイズ	資格取得時に送付 (既加入者については2024年10月頃に送付) 申請不要。 マイナポータル の資格情報画面でも 代用可	カードリーダーが使えない場合に医療機関を受診するとき	「マイナ保険証」と「資格情報のお知らせ」の両方を医療機関に提示(「資格情報のお知らせ」のみでは受診不可)

<マイナ保険証へ移行後の保険医療機関等の受診方法>

	受診方法	利用可能機関	有効期限
①	健康保険証	原則、すべての医療機関	2025年12月1日まで (2025年12月2日以降は全ての医療機関で利用不可)
②	マイナ保険証	原則、すべての医療機関	なし
③	資格確認書	すべての医療機関	あり 期限については未定のため、後日健保HPに掲載
④	マイナポータル(スマホ) + マイナンバーカード	すべての医療機関(※)	なし
⑤	マイナポータル(PDF) + マイナンバーカード	すべての医療機関(※)	なし
⑥	資格情報のお知らせ + マイナンバーカード	すべての医療機関(※)	なし

(※)マイナ保険証での受診が原則。オンライン資格確認ができない医療機関で受診する際は

④のケース: スマホでマイナポータルの資格情報画面

⑤のケース: スマホ等の端末にマイナポータルからPDF形式で保存した資格情報

⑥のケース: カネカ健保が発行した「資格情報のお知らせ」

とマイナンバーカードを提示することで医療機関の受診が可能

保険料や給付制度の維持においてもマイナ保険証を利用いただくことが第一歩です! 使える医療機関も増えてきていますので、まずはマイナ保険証を利用いただきますよう、お願いします。