

ダイハツ健康保険組合

健保だより

2023
夏
No.133

ご家族皆様でご覧ください

2023年8月 健保ポータルサイト上でWEBによる扶養調査を実施します！



登録していない方は今すぐ登録を！

<https://dk.kenpo.gr.jp/portal/login.asp>



くわしくは
P.2をご覧ください

ダイハツ健康保険組合

健保ポータルサイト

組合員利用者認証

ログイン情報を入力して、ログインボタンを押してください。

NO

ID

パスワード

ログイン

パスワードをお忘れの場合はこちら

パスワード初期化マニュアル

ポータルサイトのパスワードをお忘れの場合は、上記の[パスワードをお忘れの場合はこちら]ボタンより初期化をお願いします。
※以前は電話にて初期化を付けていましたが、今後はパスワード初期化申請フォームより受け付けいたします。

● ログイン方法「登録の流れ」
● 当健康保険組合の「個人情報について」

もくじ

- 扶養調査 (P.2~P.3)
健保ポータルサイト上で
WEBによる扶養調査を実施します
- マイナンバーカード (P.4)
2024年(令和6年)秋 保険証廃止
マイナンバーのご準備を！

- ファミリー健診 (P.5)
予約はお早めに！
- 2022年度決算 (P.6)
- 保健センターだより (P.7)
夏バテ対策

- ラコンテ有馬 (P.8)
鍋メニュー リニューアル
9月特別優待予約受付中

2023年度 扶養確認調査

今年度より、健保ポータルサイト上で実施いたします

扶養確認調査は、健康保険法により毎年実施するよう定められています。

2022年度までは該当する方に調査票を郵送し返送していただいていたましたが、今年度からポータルサイト上で実施することになりました。

該当される方には、別途7月下旬にご案内を郵送しますので、必ず健保ポータルサイト上で回答してください。



対象者 19歳以上のご家族（2024年4月1日での年齢です）
（2023年1月以降に認定された家族、海外帯同者、任継の家族は除く）

調査項目 収入調査、同居・別居 等
ファミリー健診予約状況（30歳以上の方）

開始日 2023年8月1日（火）

締切日 2023年8月31日（木）
（注）締切日までにご回答いただけない場合、認定基準該当の確認ができないため、
扶養認定取り消しとなります。

調査開始までに、必ず健保ポータルに登録してください
<https://dk.kenpo.gr.jp/portal/login.asp>



ダイハツ健康保険組合

健保ポータルサイト

組合員利用者認証

ログイン情報を入力して、ログインボタンを押してください。

① NO

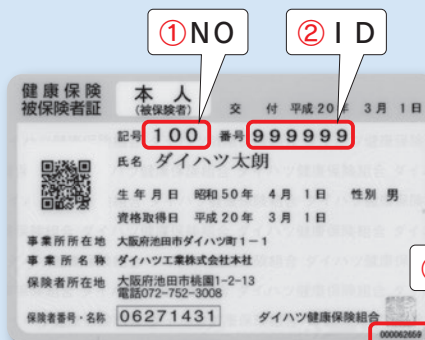
② ID

③ パスワード

ログイン

初期設定は下記のとおりです。

- ① NO 保険証記号
- ② ID 保険証番号
- ③ パスワード 保険証発行通番



③パスワード

※「0」から始まる
9ケタの数字

初回ログイン設定

新しいパスワードとメールアドレスを
入力してください。
これで登録完了です。

実施のお知らせ



アクセス方法

1

ダイハツ健保のホームページへアクセスします。
<https://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>



2

「健保ポータル」のバナーを選択して、「NO」「ID」「パスワード」を入力してログインしてください。



パソコンからアクセスする場合は
ここをクリックしてください



スマートフォンからアクセスする場合は
ここをタップしてください

3

ログイン後、「MY HEALTH WEB（扶養確認調査）」のバナーを選択してください。



パソコンからアクセスする場合は
ここをクリックしてください



スマートフォンからアクセスする場合は
ここをタップしてください

4

クリックすると、「MY HEALTH WEB（扶養確認調査）」に移ります。

ジェネリック医薬品のお知らせを掲載しました。

令和6年秋から保険証廃止



マイナンバーカードで受診するための準備

1 マイナンバーカードがない方はマイナンバーカードを取得

申請

※以下から選択

1



スマホから パソコンから
オンライン申請

2



証明写真機
から

3



郵送

受け取り

- ①ハガキが届く
- ②受け取りに行く



詳しくはこちら



マイナンバーカード
総合サイト

2 へ

2 マイナンバーカードがある方は保険証利用の申込み

マイナンバーカードを保険証として利用するには、申込みが必要です。※以下から選択

医療機関で

- ☒ 医療機関・薬局の顔認証つきカードリーダーから申し込みます



スマホから

- ☒ 下記3つを準備

マイナポータル

- ①マイナンバーカード
- ②マイナンバーカード読取対応のスマホ
- ③アプリ「マイナポータル」のインストール

- STEP1 「マイナポータル」を起動する。
- STEP2 「申し込む」をタップする。
- STEP3 利用規約等に同意する。
- STEP4 マイナンバーカードを読み取る。



iPhone Android



セブン銀行ATMで

- ☒ 必要なものはマイナンバーカードのみ!

ATM 画面

マイナンバーカード
での手続き

健康保険証
利用の申込み



マイナンバーカードでの医療機関・薬局の受付方法



マイナンバーカードは毎回受診時に持参して受付します!



カードを
預けない
から安心

- 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。

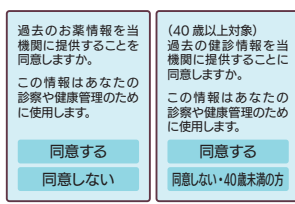


▲顔認証



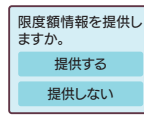
▲暗証番号確認

- 2 カードリーダーのカメラで顔認証または暗証番号を入力して、本人確認。



▲薬剤情報 ▲特定健診情報

- 3 「薬剤情報の閲覧」「特定健診情報の閲覧」の同意確認。



▲限度額情報

- 4 「限度額情報の閲覧」の同意確認。

あっという
間に
受付完了!

マイナンバーカードで受診するメリット

安心

よりよい医療が受けられる!

- 特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査のリスクが少なくなります。
※本人が同意した場合のみ。
- 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。
※本人が同意した場合のみ。
- 旅行先や災害時でも、薬の情報等が連携されます。

便利

各種手続きも便利・簡単に!

- 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。
- 医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が省略できます。
- 就職や転職後の保険証の切り替え・更新が不要。
※新しい保険者によるマイナンバーの資格登録が必要です。
- 高齢受給者証の持参もなくなります。

令和5年4月～12月の特例

医療費の加算

	初診	再診	調剤
マイナンバーカード利用	20円	0円	10円
従来の保険証利用	60円	20円	40円

※患者負担は上記金額の2割または3割。加算があるのは同一医療機関において月に1回、調剤は6カ月に1回。

ダイハツ健保では、事業主から提供を受けたマイナンバーを登録しています。
事業主へのマイナンバー提供にご協力をお願いします。

マイナンバーカードの健康保険証利用について

マイナンバーカードの健康保険証利用に関するお問合せはこちら



マイナンバー
フリーダイヤル

0120-95-0178

音声ガイダンスに従って「4・2」の順にお進みください。

受付時間 (年末年始を除く)

平日: 9時30分～20時00分

土日祝: 9時30分～17時30分

マイナンバーカードの保険証情報の誤り、その他お気付きの点がありましたら、このお問合せ先へ

ご予約は
お済み
ですか？

2023年度 ファミリー健診

※健診を受診していただくことは法律で義務づけられています。

ご家族（任継含む）の方は、必ず年に1回、健診を受診してください。

早めに病気を発見できるかどうかでこれからの人生が変わります

「いつかお医者さんに聞こうかな」
と思っていた
不安を相談できるのに…

健診費用は**無料**なのに…



健康状態をチェックでき、
将来の病気が防げるかも
しれないのに…

注目!

ファミリー健診を
受けないなんて
もったいない!

ファミリー健診のご案内

選べる3つの「健診コース」

A

集合契約健診

40歳以上限定
ご近所の病院や医院で受診 **無料**
(受診券を使用)

B

生活習慣病健診

おすすめ

①に胸部X線、心電図、大腸がん、
腹部エコー等を追加したコース

今年は腹部エコーは **無料** となります

C

人間ドック

おすすめ

身体の健康状態を
トータルチェックするコース

健診費用の60%補助

(上限25,000円)

56、60、64歳の方は基本項目が無料

ご自身で

医療機関へ直接予約

受診券が使用可能か確認が必要

予約窓口は1つです

健診予約受付センター

(株)ベネフィット・ワン

(ダイハツ健保 健診業務委託機関)



0800-9199-029

(平日・土 10:00-18:00)

スマホで
お申し込み
はこちら



パート先等で受診された方

パート先等健診結果 送付票

ダイハツ健康保険組合 御中

※当組合のファミリー健診を受診された方の提出は不要です

パート先等健診結果 送付票

必要事項を記入して健診受診結果と

提出期限: 2022年5月31日(但し、2021年4月1日～2022年3月31日実施の健診が対象)

一緒に提出してください

ダイハツ健保のホームページに

PDFがあります

保険証記号	番号	被保険者氏名
受診者氏名	西暦 年 月 日	健診年月日
健診機関名	〒	
住 所		
電 話 番 号	TEL	

健診結果の写しをご提出ください

◆パート先や市区町村で健康診断を受診された場合は、その「健康診断結果票の写し」とホームページ上の「パート先等健診結果送付票」を一緒にご提出ください。

●提出先：ダイハツ健康保険組合

◆受診項目等の要件を満たしている場合、2023年度ファミリー健診を受診したことに替えさせていただきます。



2022年度決算

51.4億円（皆さまの医療費）
（対前年度比1.9億円増）

44.8億円（法定納付金）
（対前年度比4.7億円減）

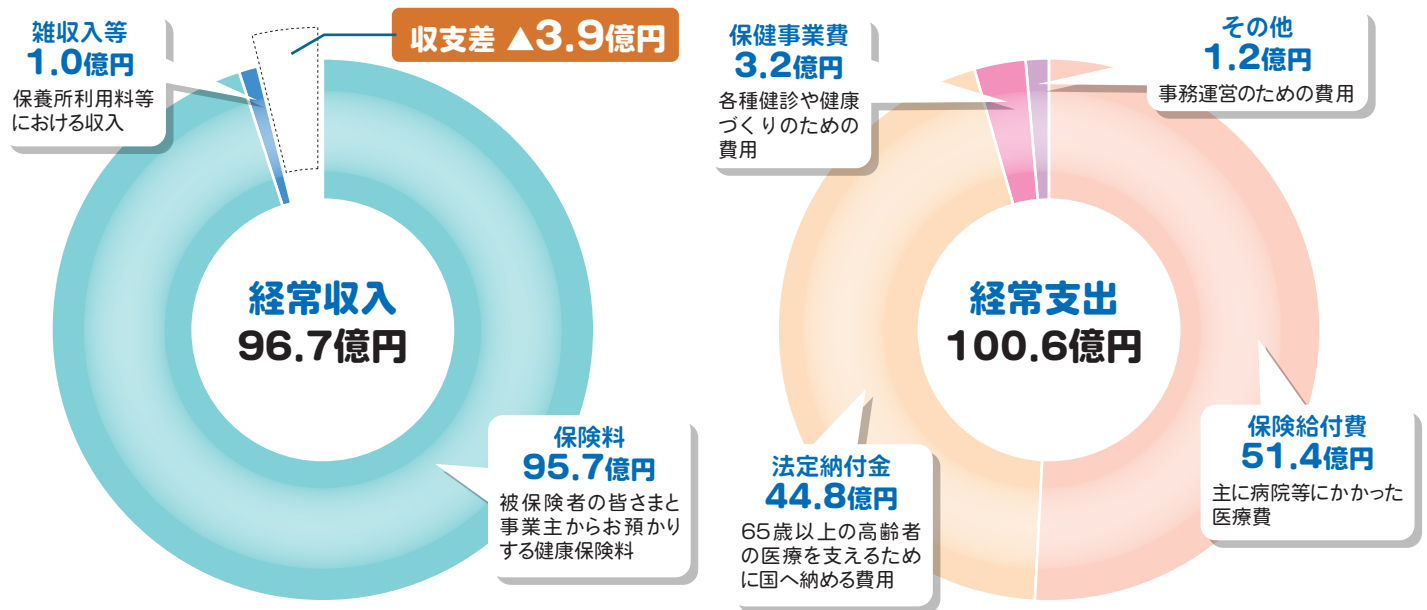
96.2億円 > 95.7億円（保険料＝主な収入）

- 経常収支では**3.9億円の赤字決算**（不足分は積立金を取り崩して対応）

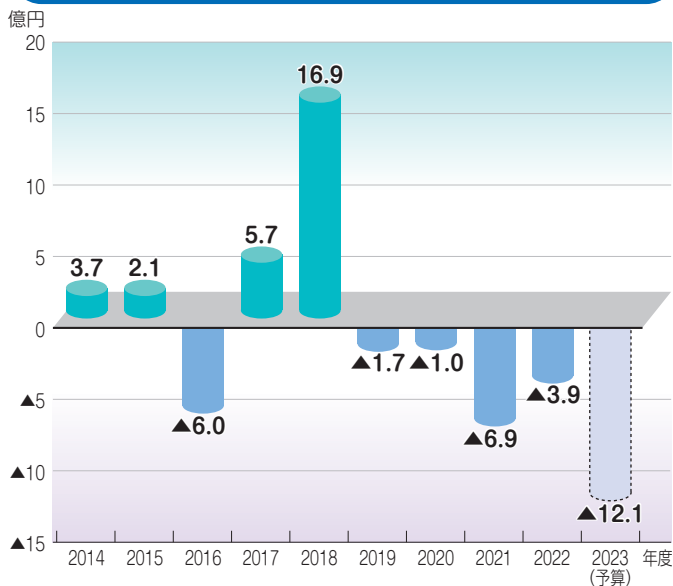
皆さまへのお願い

- 医療費が増加傾向にあります。「健診を受診する」「健康チャレンジに参加する」など、ご自身の健康管理や健康づくりに努めてください。
- 「はしご受診はやめる」「ジェネリック医薬品にする」など、適正な受診を心がけてください。

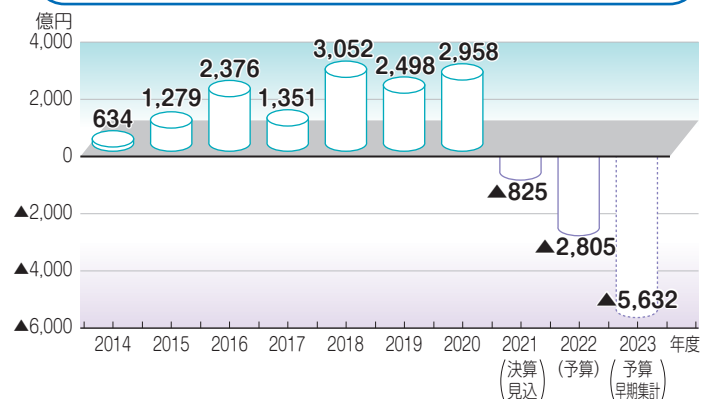
2022年度 収入支出決算（健康保険） 【経常収支】



ダイハツ健保の経常収支差



全国の健康保険組合の経常収支差



2022年度 収入支出決算（介護保険）

収入
11.6億円

介護保険収入 11.6億円

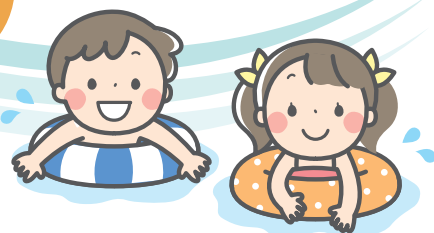
支出
10.8億円

介護納付金 10.8億円

収支差 0.8億円



夏バテ対策



毎日暑い日が続きますね。今年の夏こそは、夏バテ対策をして
楽しい夏を満喫しましょう！！

夏バテ

危険度チェック!!

夏バテを起こしやすい食生活や生活習慣になっていませんか？
あなたの夏の過ごし方をチェックしてみましょう。
該当する場合は、□に○を入れてください。

- ☐ ① 夏になると食欲がなくなる。
- ☐ ② よく食事を抜くことがある。
- ☐ ③ ジュースや炭酸飲料、アイスクリームなどをよく飲んだり食べたりする。
- ☐ ④ 夏はシャワーで済ますことが多い。
- ☐ ⑤ そうめんや冷麺などあっさり系のもので食事を済ますことが多い。
- ☐ ⑥ 最近運動不足だと思う。
- ☐ ⑦ 冷房のきいた部屋に長時間いることが多い。
- ☐ ⑧ 暑い夜は寝つきが悪く、いつも寝不足だ。
- ☐ ⑨ 野菜（とくに緑黄色野菜）が嫌い。
- ☐ ⑩ うなぎや焼肉をたくさん食べているから夏のスタミナは大丈夫だ。



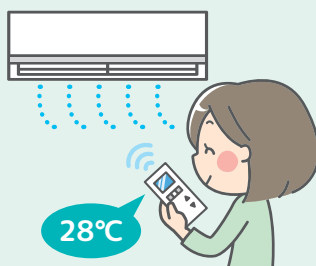
○の数が、**0～3個** … 健康的な生活が送れています。
○の数が、**4～6個** … 夏バテ予備軍、夏バテになりやすい傾向です。
○の数が、**7個以上** … 夏バテする可能性が高いです。

※○の数が4個以上の場合は、食生活や生活習慣を見直しましょう。

夏バテ 対策

1) 冷房温度をうまく調整する

室内と室外の温度差が大きいと、体の温度調整機能がうまく働かなくなると言われています。冷房をつける場合、室内の温度は28度を目安にしましょう。



2) 快適に睡眠できる環境を整える

寝る1～2時間前に冷房をつけて、寝室を冷やしておきましょう。また、寝ている間、冷房がかかっていると体に負担がかかるので、タイマー設定をうまく利用しましょう。

3) 冷たい飲み物のとりすぎに注意

暑いときに冷たい飲み物をとりすぎると胃液が薄まり、消化機能の低下を招いてしまいます。そうならないために、温かい飲み物もとるように心がけましょう。



4) 規則正しい生活リズムを送る

規則正しい生活と適度な運動を心がけて、生活リズムを整えましょう。また、朝食を抜かずに、できるだけ一定の時間に3食きちんととるようにしましょう。

お問い合わせ先

安全健康推進室 滋賀1診療所 【外線】0748-57-1301 【内線】662-2220

ダイハツ健保 保養所『ラコンテ有馬』だより

お待たせいたしました！
6月よりお鍋がリニューアルして再開！！

しゃぶしゃぶ鍋・すき鍋・有馬太閤鍋に
季節鍋を新しく追加しております♪



しゃぶしゃぶ



すき鍋



季節鍋は“クエ鍋”です



有馬太閤鍋

現在の季節鍋はクエ鍋です(3月～11月)。
詳しくはダイハツ健保のホームページ、ラコンテ有馬お品書きページをご確認ください。
現在ご予約されている方は、ポータルサイトよりご自身で変更することができます。
※鍋物は、2人前以上でご注文ください。
※原材料等の値上げのため、価格改定をさせていただいております。

(写真はイメージです)

9月の特別優待企画予約受付中♪

被保険者様・被扶養者様（ダイハツ健保加入者）または皐月会会員様が同伴
でご宿泊された場合に限り、被保険者本人と同じ宿泊料金で一般利用者様が
ご利用いただけます。



9月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
休	5	6	7	8	9	10
休	12	13	14	15	16	17
18	休	20	21	22	23	24
休	26	27	28	29	30	

＝ 特別優待日

9月のご予約はスタートしております。
健保ポータルサイトより空室状況の確認・予約が
できます。



※カラオケ室・麻雀室は時間貸しとなりました。必ず仮予約時にお電話でご予約ください。