

ダイハツ健康保険組合

健保だより

2024
春

No.135

ご家族皆様でご覧ください

マイナンバーカードへの保険証登録をお願いします!!



登録していない方は今すぐ登録を!

https://myrna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html



くわしくは
P.5をご覧ください



12月2日に
健康保険証は廃止!
医療機関での受診には
マイナ保険証を提示
してください



使ってみよう!
マイナ保険証

もくじ

● ファミリー健診 (P.2~P.3)

予約はお早めに!!
婦人科検診全額補助します!

● 2024年度健保スケジュール (P.4)

D-Kipsポイント交換サイト利用方法変更 (別紙参照)

● マイナ保険証 (P.5)

保険証利用のご準備を!

● 2024年度予算 (P.6)

● 保健センターだより (P.7)

禁煙について考えよう

● ラコンテ有馬 (P.8)

3月 クエ鍋はじまります

2024年度 ファミリー健診

～お早めに予約をお願いします～

(予約日が受診NGとなった場合でも日程変更可能)

ダイハツ健保に加入する30歳以上の家族(任継本人含む)の方は、必ず年1回ファミリー健診を受けてください。

「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!

今年度は
**乳がん・子宮頸がん・
前立腺がん検診も無料**

対象者
30歳以上

**乳がん・子宮頸がん・前立腺がん
検診費用を全額補助します!**

2024年度は無料

2年に1回
偶数年度のみ

- 乳がん検診 30代はエコー
40代以上はマンモ
- 子宮頸がん検診
- 前立腺がん検診

ファミリー健診と一緒に受診しましょう

**全額補助
します**

厚生労働省「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」では、乳がん・子宮頸がん検診は、2年に1回行うものと示されています。

※2年に1回では心配という方は、奇数年度は全額自己負担となりますが、毎年受診していただけます。

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**
 (同封の受診券を使用)

無料

生活習慣病健診 **おすすめ**
 ④に胸部X線、心電図、大腸がん、乳がん・子宮頸がん・前立腺がん検査を追加したコース **無料**
 今年度は腹部エコー、ABC検診は有料となります

無料

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25,100円)
56、60、64歳の方は基本項目が無料
 (年齢基準日：2025年3月31日)

健診費用の60%補助

56、60、64歳の方は基本項目が無料
(年齢基準日：2025年3月31日)

おすすめ

受診券が使用可能か確認が必要

健診予約受付センター

(株)ベネフィット・ワン
(ダイハツ健康保険組合 健診業務委託機関)

0800-9199-029
(平日・土 10:00-18:00)

スマホでの
お申し込み
はこちら



パート先等で
受診された方

[illegible]

添付必須[パート先等健診結果 送付票]

- 健診受診日 2024年4月1日～2025年3月31日
- 健診に必要な検査項目

身長・体重・腹囲・血圧・尿糖・尿蛋白・LDLコレステロール・HDLコレステロール・
中性脂肪・AST (GOT)・ALT (GPT)・ γ -GT (γ -GTP)
空腹時血糖またはHbA1c

※上記検査項目にモレがある場合は上記A～Cいずれかを受診願います。

ダイハツ健保のホームページにPDFデータがあります。

https://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/contents/03hoken/family/pdf/family_part.pdf



レベル5

- 身体活動・運動不足
- 不適切な食生活（エネルギー・塩分・脂肪の過剰等）
- 喫煙 ● 過度の飲酒 ● 過度のストレス

●肥滿 ●高血糖 ●高血圧 ●脂質異常

- 肥満症（とくに内臓脂肪型肥満）
- 糖尿病 ●高血圧症 ●脂質異常症

レベル 5

自分の健康レベル「現在地」を知ろう

2024年度 健保スケジュール

ポイント獲得には
健保ポータルへの
登録が必要!!

4月16日
ポイント交換サイト
セキュリティ強化

対象者の方へ
ガイドブックを
送付します

主な内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健康 ^{チャレンジ} 8 D-Kips						案内	チャレンジ期間			達成 ポイント		
ファミリー健診 (30歳以上)	通年実施 (無料) 人間ドック (56歳・60歳・64歳は基本項目無料)										P.2~P.3	
人間ドック補助 (30歳以上)	受診後に補助金請求											
禁煙外来補助	受診後に補助金請求											
特定保健指導 (40歳以上)	2023年度対象者						2024年度対象者					
歯科健診 (予定)				案内	→	健診				案内	健診	
家庭常備薬斡旋 (予定)								案内	ご自宅にお届け 健保だより秋号に同封			
健保だより (自宅送付) 発行時期変更あり				夏号				秋号				春号
扶養調査					調査							
任意継続 (保険料案内)						半年払 後期分					次年度分	
医療費控除用医療費情報 (健保ポータルにてデータ提供) ※12月診療分データは3月中旬以降											※2024年1月 以降診療分	

DMCの方は
保健センターへ
お問い合わせ

対象者には案内を
送付します
Webでご回答
ください

✳2024年度の任意継続保険料の上限について

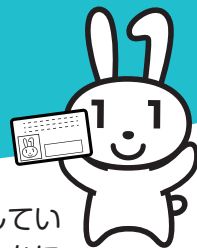
- ①2024年度の健康保険料 38,540円/月
- ②2024年度の介護保険料 7,380円/月 ①+②=45,920円/月

家庭常備薬
申込案内送付

健康保険証は、2024年12月2日に廃止

医療機関等の
受診は

マイナ保険証で!!



現行の健康保険証は2024年12月2日から発行されなくなります。マイナンバーカードを取得していない方、マイナンバーカード取得後に健康保険証利用の申込手続きがお済みでない方は、すみやかに申請・登録を行いましょう。医療機関ではマイナ保険証を提示してください。

※マイナ保険証とは健康保険証の利用登録が完了しているマイナンバーカードを指します。

マイナ保険証のメリット

1 医療費が 安くなります

マイナ保険証で受診すると、従来の保険証で受診するよりも**初診料が20円、調剤管理料が20円、安くなります。**

※患者負担は上記金額の2割または3割。初診料の加算は同一医療機関で月1回、調剤は6カ月に1回。
※令和6年6月から初診料の加算は、従来の保険証30円、マイナ保険証10円になります。



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。正確な情報をもとに**質のよい医療が受けられます。**

※本人が同意した場合のみ



3 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、マイナ保険証で受診すると「**限度額適用認定証**」なしで窓口負担が軽減されます。**健保組合の手続きは不要です。**



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）。急な病気のときにあわてないよう、早めに登録しておきましょう。

保険証利用の
登録は
ここです



実証ベータ版
マイナポータル



正式版
マイナポータル



医療機関窓口の
カードリーダー



セブン銀行 ATM



市区町村の窓口

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)



マイナ保険証によるオンライン資格確認で、不正利用防止や医療機関の業務負担軽減にもつながります。
医療機関ではマイナ保険証をご利用ください。

マイナンバーカードに関するお問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0178

平日 9時30分～20時 土日祝 9時30分～17時30分（年末年始を除く）

紛失・盗難などによる一時利用停止は24時間365日受付



★マイナンバーカードの
申請はこちらから

地方公共団体
情報システム機構



★マイナンバーカードの
健康保険証利用について

厚生労働省



2024年度 予算

53.5億円（皆さまの医療費）
50.7億円（高齢者の医療費）

104.2億円 > 87.4億円
(保険料=主な収入)

※経常収支では▲22億円の赤字予算

皆さまへのお願い

団塊の世代すべてが75歳以上の後期高齢者となる「2025年問題」や少子化、医療の高度化によって、財政状況は今後も厳しくなると見込まれています。

皆さまにおかれましては、ダイハツ健保が実施する各種健診や健保ポータルをはじめとする保健事業をご活用いただき、日々の健康づくりに留意されますようお願いいたします。

健康保険基礎数値

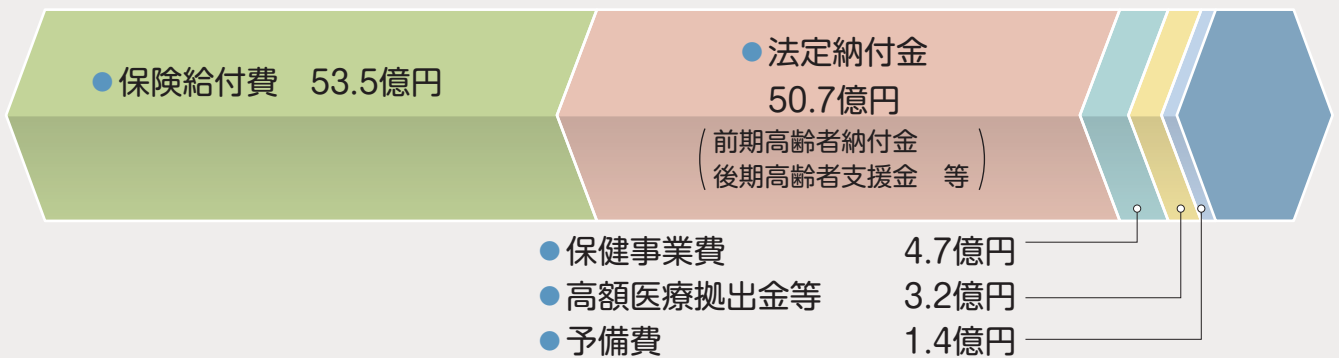
■被保険者数	15,000人
■被扶養者数	17,305人
■扶養率	1.14人
■平均年齢	42.99歳
■平均標準報酬月額	420,000円
■保険料率	9.4%
[事業主 5.2% 被保険者 4.2%]	

健康保険

収入 113.5億円



支出 113.5億円



介護保険

収入 11.4億円

- 介護保険収入 (Nursing Insurance Income): 10.5 billion yen
- その他 (Others): 0.9 billion yen

支出 11.4億円

- 介護給付費 (Nursing Benefit Payment): 11.4 billion yen

介護保険基礎数値

■介護保険第2号被保険者数	12,269人
■介護保険第2号被保険者たる被保険者数	8,300人
■平均標準報酬月額	462,000円
■保険料率	1.8%
[事業主 0.9% 被保険者 0.9%]	



タバコを吸う人も吸わない人も 禁煙について考えてみませんか？

改正健康増進法の「望まない受動喫煙をなくす」ため、公共施設や商業施設等で完全禁煙化が進んでいます。その背景には、喫煙に起因する病気で亡くなる人が年間17万人にものぼり、タバコが健康に大きな影響を与えるからです。

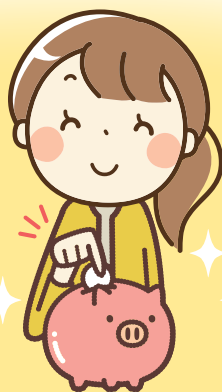
また、タバコは吸う本人の健康だけでなく、受動喫煙によって職場の同僚、同居の家族の健康にも影響を及ぼします。

上記のことから、**社員の健康を守るためダイハツ工業は2024年4月から完全敷地内禁煙をスタートします!!**

タバコを吸う方は“禁煙をスタートしよう!!”、そのご家庭や職場では“禁煙のサポートをしよう!!”など、この機会に皆さんで禁煙について考えてみませんか？

イライラから解放されます

タバコを吸うとイライラが止まると思いませんか？
ニコチンが切れると、禁断症状からイライラが起こり、喫煙したくなります。
喫煙をやめれば、そのイライラから解放されます。



お小遣いが増える

1日1箱（580円）の場合、
年間21万円もお小遣い増!!

禁煙するといいいとたくさん

口臭や歯肉の着色を予防できる
→ 歯周病を予防できる

味覚が戻り、食事がおいしく
感じられる
→ 幸福感アップ

肌の色が明るくなり、抜け毛等を抑える

→ 若返る

ご存じですか？ サードHANDSモーク（3次喫煙）

タバコから出る副流煙と喫煙者が吐いた煙を吸うのが「2次喫煙」です。

タバコを吸っていないくても、喫煙者の髪の毛や衣類、部屋、車のソファやカーペット、カーテンなどの表面に煙や成分が付着して、それを吸うのが「3次喫煙」です。

とくに、部屋で過ごす時間の長い乳幼児やペットの健康に大きく影響します。

また、換気扇の下やベランダで喫煙しても、それは受動喫煙の防止にはなりません。



職場でタバコを吸う人同士、夫婦または親子などタバコを吸う家族同士で、一緒に禁煙を始めてみませんか？

仲間と苦しみを分かち合い励ましあうことで、禁煙の成功率が高まります！

また、喫煙者の方は飲み会等で禁煙中の方にタバコを勧めたりせず、温かく見守ってあげてください。



お問い合わせ先

安全健康推進室 京都診療所 外線：075（956）1195 内線：663-2118

ダイハツ健保 保養所『ラコンテ有馬』だより

料理長こだわりの会席料理とお鍋を
ぜひ、ラコンテ有馬で!!



すき鍋

ラコンテ有馬には月替わり会席の他に
しゃぶしゃぶ鍋・すき鍋・季節鍋等たくさんのメニューを
ご準備しております!

現在の季節鍋はクエ鍋です。

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で変更をご希望の場合は、ポータルサイトよりご自身で変更を
お願いいたします。

※鍋物は、2人前以上でご注文ください。



月替わり
桜会席



(写真はイメージです)

クエ鍋



↑ オードブルは約4～5人前!!
当日頼める単品料理もあり!!



↑ こども食(4歳～12歳)も豪華!!
ジュース付き



↑ ステーキコースで
たまには洋風も!!

4月～5月のGWも満室が予想されます!
ダイハツ健保のホームページより
ご予約・変更・キャンセルができますので、
ご確認ください。
【利用開始日の11日前まで可能】



※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。

※駐車場は1部屋につき1台のご用意とさせていただきます。

それを超える場合は有料駐車場へお願いいたします。ご協力をお願いいたします。



お問い合わせは … ダイハツ健康保険組合 外線：072-752-3008 FAX：072-752-7706

ダイハツ健康保険組合

〒563-0045 大阪府池田市桃園1-2-13 TEL 072-752-3008
ホームページ <https://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>
健保ポータル <https://dk.kenpo.gr.jp/portal/login.asp>