



ダイハツ健康保険組合

健保だより

2025 春

No.138

ご家族皆様でご覧ください

2025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!!



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.5参照											
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)	2024年度対象者						2025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 (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												※2025年 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

家庭常備薬
申込案内送付

もくじ

- マイナ保険証 **P.2~P.3**
- 2025年度予算 **P.4**
保険料率改定します
- ファミリー健診 **P.5**
予約はお早めに!

- 健保医療費給付金 **P.6**
申請は不要です!!
- 保健センターだより **P.7**
花粉症対策でQOL低下を防止!
- ラコンテ有馬 **P.8**

「マイナ保険証」での医療

2024年12月2日以降、新たに健康保険証は発行されなくなり、マイナンバーカードの健康保険証利用（マイナ保険証）を基本とするしくみに移行しました。
医療機関等を受診の際は、マイナ保険証をご利用ください。

マイナンバーカードをまだお持ちでない方

STEP
1

マイナンバーカードの取得

お手元に交付申請書を用意して、次の方法で申請してください。



●スマートフォンやパソコン
でのオンライン申請



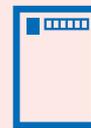
●証明写真機
での申請



●郵送による申請



～約1カ月後～



交付通知書（はがき）
が届きますので、通知
書を持って市区町村
の窓口に取りに行きましょ

※申請から交付通知書が届くまで、おおそ1カ月かかります。ただし、お住まいの市区町村によって状況が異なりますので、ホームページ等
でご確認ください。

詳しくはマイナンバーカード総合サイトへ➡



マイナンバーカードは持っているけど 健康保険証利用が未登録の方

STEP
2

健康保険証利用の申し込み

次の方法でお申し込みください（申し込みは1回のみです）。

これを行えば
「マイナ保険証」として
使用できます

●医療機関窓口のカードリーダー

～画面の指示どおりに手続きを行うだけ！～



●マイナポータル ～スマホで簡単に申し込みます！～

マイナポータルとは、健康医療や子育て、介護、税金などの各種行政手続きがワンストップで
行える、政府が運営するオンラインサービスのことです。ご自身の薬の情報や特定健診の結果
を確認することもできます。

マイナンバーカードを準備し、スマホに「マイナポータル」のアプリをインストール
➡ログイン➡「健康保険証」をタップ➡画面に沿って登録を行う

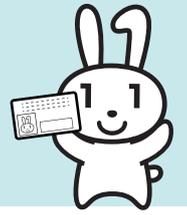


●セブン銀行ATM ～お買い物のついでに～

マイナンバーカードを用意して、画面の指示に沿って登録してください



機関受診をお願いします



マイナ保険証をお持ちの方

STEP
3

マイナポータルから資格情報をダウンロード

医療機関等を受診する際に、資格情報の確認が必要になる場合があります。その場合に備えて、スマホアプリ「マイナポータル」から、ご自身のスマホに「資格情報」をダウンロードしておきましょう。



STEP
4

とってもカンタン！ 医療機関等を受診の際は マイナンバーカードをご利用ください

医療機関でのマイナ保険証の使い方

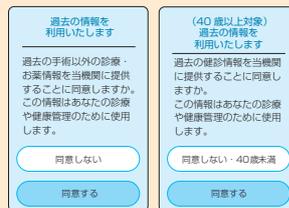
① カードリーダーにマイナンバーカードを置く



② 顔認証もしくは4桁の暗証番号を入力して本人確認を行う

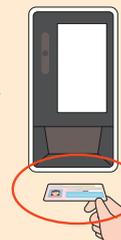


③ 同意の確認を行う



※画面はイメージです

④ 受付完了と同時に限度額適用認定証の手続きも完了



4月より保険料率を改定



2月17日に開催された組合会において、2025年度健康保険料率、介護保険料率、予算が承認されました。急激な財政悪化に伴い、健康保険料率を引き上げさせていただくことになりました。

2025年4月給与の徴収分から

保険料率を引き上げます

健康保険料率を改定いたしますが、今回の改定はすべて会社負担となり、皆さまの負担は変更ありません

健康
保険料率

2024年度まで

9.4%

会社：5.2%
皆さま：4.2%

こう変わります

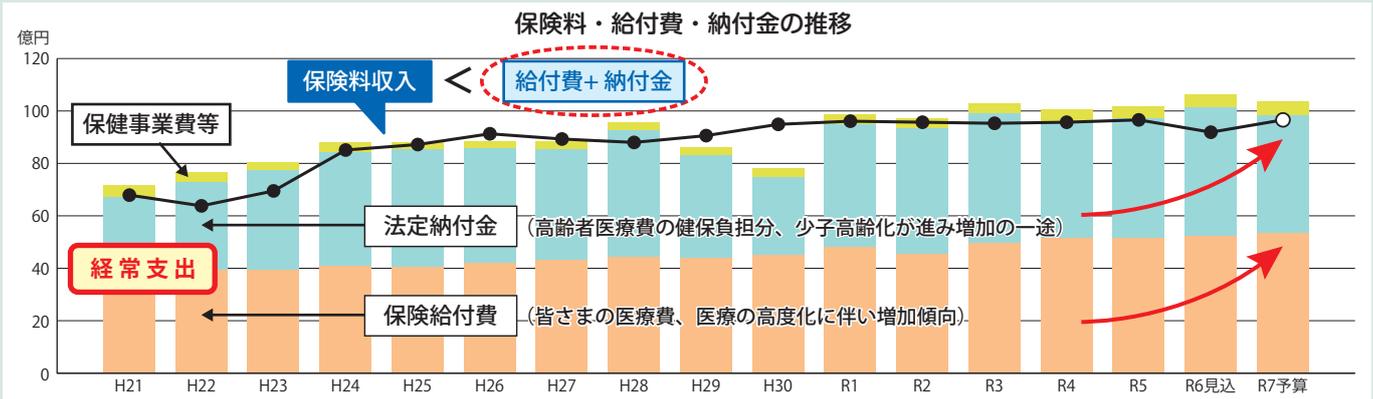
2025年度

9.8%

→ **0.4%アップ**
会社：5.6% → **0.4%アップ**
皆さま：4.2% → 引き上げなし

ダイハツ健保では、健康保険料率を2012年度に9.4%に改定して以降、法定納付金や保険給付費の増加が続くなか、積立金を取り崩しながら対処してまいりました。2024年度は22億円を取り崩し、2025年度も厳しい状況に変わりないと考えられます。

このような逼迫した財政状況を踏まえ、2025年度は保険料率を改定させていただきます。ただし、社会情勢を鑑み増加分の0.4%は会社に負担していただくことになりました。皆さまには健保事業をご活用いただき、健康の維持・進進に努めていただきますようお願いいたします。



2025年予算

健康保険

収入 **106.5億円**

● 保険料 96.7億円

● 別途積立金取り崩し 7.7億円
● その他収入 2.1億円

支出 **106.5億円**

● 保険給付費 53.3億円

● 法定納付金 45.0億円
(前期高齢者納付金 後期高齢者支援金 等)

● 保健事業費 3.7億円
● 高額医療拠出金等 3.2億円
● 予備費 1.3億円



健康保険基礎数値

■ 被保険者数	15,000人
■ 被扶養者数	16,562人
■ 扶養率	1.10人
■ 平均年齢	43.33歳
■ 平均標準報酬月額	420,000円
■ 保険料率	9.8%
[事業主 5.6% 被保険者 4.2%]	

介護保険

収入 **11.1億円**

● 介護保険収入 11.1億円

支出 **11.1億円**

● 介護給付費 11.1億円

介護保険基礎数値

■ 介護保険第2号被保険者数	12,410人
■ 介護保険第2号被保険者たる被保険者数	8,640人
■ 平均標準報酬月額	451,700円
■ 保険料率	1.8%
[事業主 0.9% 被保険者 0.9%]	

2025年度の任意継続保険料率改定および保険料の上限について

保険料決定上限額 報酬月額上限 **410,000円**

① 2025年度の健康保険料 (料率9.8%) **40,180円/月**

② 2025年度の介護保険料 (料率1.8%) **7,380円/月**

①+②=**47,560円**

2025年度 ファミリー健診

～お早めに予約をお願いいたします～

(予約日が受診NGとなった場合でも日程変更可能)

ダイハツ健康保険組合に加入する30歳以上の家族（任継本人含む）の方は、必ず年1回健診を受けてください。

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…

健診費用は**無料**なのに…

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**
(同封の受診券を使用)

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、ABC検診等を追加したコース **無料**
乳がん・子宮頸がん・前立腺がん検査、腹部エコー検診は有料となります

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25,300円)
56、60、64歳の方は基本項目が無料
(年齢基準日は2026年3月31日)

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
(ダイハツ健康保険組合 健診業務委託機関)
0800-9199-029
フリーコール (平日・土 10:00-18:00)
スマホでのお申し込みはこちら

受診された方
パート先等で

[パート先等健診結果 送付票]

ダイハツ健康保険組合 申中

※当組合のファミリー健診を受診された方が提出は不要です。

パート先等健診結果 送付票

パート先等健診結果を提出するにあたって、以下の健康診断結果を必ずご提出ください。
送付票の欄を記載している場合、2025年度のファミリー健診を受診したことに代わります。

提出期限: 2025年5月31日(日)止、2025年4月1日～2025年3月31日実施の健診が対象

本欄内容を必ずご記入ください。

保険証記号	番号	被保険者氏名	記入日	年	月	日
受診者氏名	性別	健康年月日	2025年4月1日～2025年3月31日実施の健診結果です。	年	月	日
健診機関名	〒	健診機関区振名				
住 所						

健診結果の写しをご提出ください

添付必須 [パート先等健診結果 送付票]

※ファミリー健診ガイドブック内添付

- 健診受診日 2025年4月1日～2026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)・BMI
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

医療費が高額になったとき、 給付金はありますか？



医療機関等にかかったときの自己負担は、医療費の3割（年齢等によっては2割）ですが、**自己負担が基準額を超えると、ダイハツ健保から給付金として払い戻しを受けることができます。**



Q1 > 医療費が高額になると思われます。どのような給付がありますか？

A1 > 自己負担が基準額（自己負担限度額または30,000円）を超えた場合、「高額療養費」やダイハツ健保独自の「付加給付」があります。

高額療養費 自己負担が「自己負担限度額」を超えた場合、**超えた部分の額を「高額療養費」として給付します。**

●自己負担限度額の計算式

標準報酬月額	自己負担限度額
830,000円以上	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1%
530,000円以上830,000円未満	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1%
280,000円以上530,000円未満	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%
280,000円未満	57,600円
低所得者※	35,400円

※市町村民税非課税者である被保険者と被扶養者、または低所得者の適用を受けることにより生活保護を必要としない被保険者と被扶養者。

*1カ月・1人・1医療機関ごと（入院・外来は別）

*自費診療分は医療費から除く



**給付を受けるための
申請は不要です**

受診してから3~4カ月後に
給与に加算して**自動的に給付**
されます。

付加給付 自己負担額が**30,000円**を超えた場合、**超えた部分の額を「付加給付」として給付します。**

*1カ月・1人・1医療機関ごと（入院・外来は別）

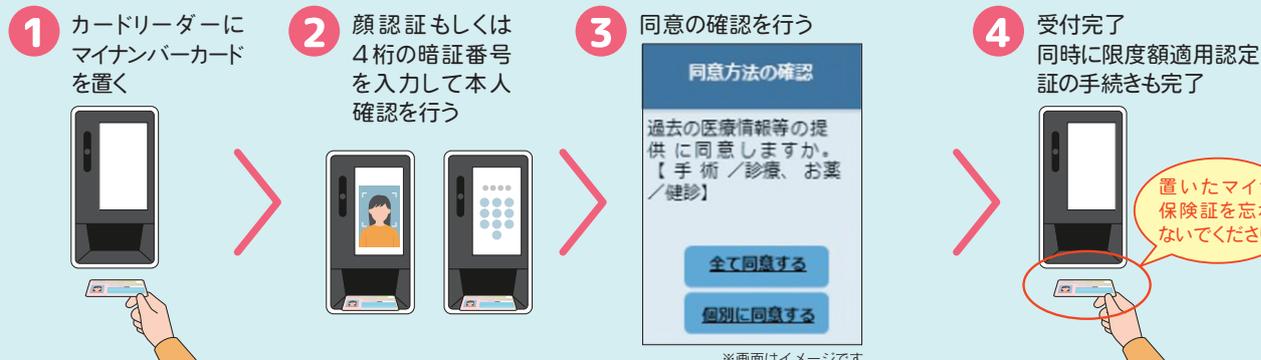
*100円未満切り捨て

*自費診療分は除く

Q2 > 医療機関から「限度額適用認定証」を用意するように言われました。認定証があるとどうなるのですか？

A2 > マイナ保険証をカードリーダーで認証する際に、「限度額情報を提供」することで、窓口での負担が自己負担限度額までとなります。ダイハツ健保への手続きは不要です。

医療機関でのマイナ保険証の使い方



ご参考

高額療養費の見直しについて

将来的に、高額療養費の見直しが検討されていますが、ダイハツ健保では、これまでどおり自己負担が30,000円を超えた部分の額を「付加給付」として給付します。

※給付を受けるための申請は不要です。

受診から3~4カ月後に給与に加算して（任継は個人口座）自動的に給付されます。



花粉症対策で QOL低下を防止!



皆さん、『QOL』という言葉を知っているでしょうか？ Quality of Lifeの略で『生活の質』を意味します。花粉症は日常生活にいろいろな悪影響を及ぼし、QOLの低下につながります。今回は対策などをお伝えします。

花粉症とは？

花粉によって引き起こされるアレルギー反応を指します。アレルギー反応には個人差がありますが、くしゃみや鼻汁、鼻づまり、目のかゆみなどが生じます。また、現時点で花粉症ではない方も、大量の花粉などがきっかけで、アレルギー反応が出てくる可能性もあります。



花粉症によるQOLの低下とは？

花粉によるアレルギー反応の症状から以下のような状態となります。花粉症の人は経験があるのではないのでしょうか？

① 勉強・仕事・家事の支障	⑩ まわりの人が気になる
② 精神集中不良	⑪ 睡眠障害
③ 思考力の低下	⑫ 倦怠感
④ 新聞や読書の支障	⑬ 疲労
⑤ 記憶力の低下	⑭ 気分が晴れない
⑥ 運動、野外生活の支障	⑮ いらいら感
⑦ 外出の支障	⑯ ゆうつ
⑧ 人との付き合いの支障	⑰ 生活に不満
⑨ 他人との会話・電話の支障	

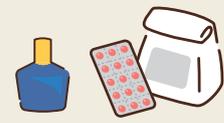


今年とはくに、花粉飛散量が広い範囲で例年より多く、なかには例年の2倍以上になる地域もあるようです。いまは花粉症の症状が出ていない方も、花粉症対策をしてQOLを維持していきましょう。

QOLの低下を防ぐために...

どのような対策が良い？

- ① **花粉が多いときは、外出を控えて窓を閉めておく**
とくに花粉が多くなる「正午ごろ」「夕方」は注意！
- ② **外出するときは、ナイロン素材の服やマスク・花粉症用メガネを活用**
花粉が体に付着しない、入らないようにする工夫が大切
- ③ **規則正しい生活を心がける**
鼻粘膜の状態を悪くする睡眠不足や飲酒、タバコは控えましょう
また、症状が軽い状態でくすりを開始すると、症状が抑えられるといわれています
新しい治療法もありますので、シーズン前から、耳鼻科・内科・アレルギー科を受診することも大切です



参考：厚生労働省「的確な花粉症の治療のために」「花粉症対策」、日本気象協会「2025春の花粉飛散予測」

ダイハツ健保 保養所『ラコンテ有馬』だより

★3カ月～6カ月先の予約のみ可能となっております。

4月1日からは
2025年7月～10月のご予約

5月1日からは
2025年8月～11月のご予約

※例：4月16日にご予約される場合、7月17日～10月31日までのご予約が可能です。

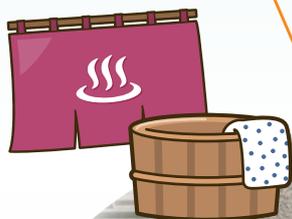
◆本予約期限は宿泊日の3カ月前となります。

(仮予約のままですと自動的にキャンセルとなります。また、復活は不可となります)

◆宿泊キャンセル料は利用日の14日前から発生（1,100円）

◆食事キャンセル料は前日より発生（食料料全額）

★新しくウェルカムドリンクや
浴衣の棚の設置をしております♪



地下1階のラウンジに
ウェルカムドリンクを
ご用意しております



フロントに浴衣の棚を
設置しております



※お食事のデザートはご自身でお選びいただけます♪



詳しくはダイハツ健保ホームページまたは
ラコンテ有馬 外線：078-903-4315 FAX：072-752-7706