

がんに関する相談窓口

がん相談支援センターが力になります

がん相談支援センターとは？

全国のがん診療連携拠点病院にあるがんに関する相談窓口です。
かかりつけの病院かどうかは問いません。誰でも無料で利用できます。
※お近くのがん診療連携拠点病院は「がん情報サービス(ganjoho.jp)」で検索できます。

がん相談支援センターで相談できること

病気のこと、予防のこと、治療のこと、副作用のこと、これからの療養生活のこと、仕事のことなど、がんに関する様々な相談にお応えしています。治療費などのお金に関することや、利用できる社会制度、仕事と治療の両立支援についてもご相談していただけますので、ぜひご利用ください。



がん相談員からのメッセージ

がんと診断されても、慌てて仕事を辞めないでください。
治療をしながら仕事を続けている方も増えています。
まずは、がん相談支援センターにご相談ください。仕事と治療の両立を一緒に考えます。



詳細は神鋼記念病院サイトへ

★ 第3回 ★

職場での健康づくり募集！

職場の仲間（3人以上グループ）での健康づくりを募集します！
（運動、禁煙、体重コントロールなど）

応募期間

2024年10月1日～12月31日

応募方法

下記申請書 (Forms) より



<https://forms.office.com/r/Nkn0wWs33k>

掲載方法

「2025年 けんぽだより春号」、「ホームページ」に活動内容掲載予定です。
※最優秀賞、優秀賞の方には受賞の連絡と共にメンバーの写真ご提供の依頼をします。



お問い合わせ 保健グループ：078-261-6514

けんぽだより休刊の予告

当健保組合では、昨今の自然環境意識の高まりなどを考慮し、2025年春号をもって休刊することいたします。今後の情報発信は、ホームページ・Pep Up 等でタイムリーにお届けいたします。
引き続き、よろしくお願いいたします。

けんぽだより

あなたのそばに健保組合

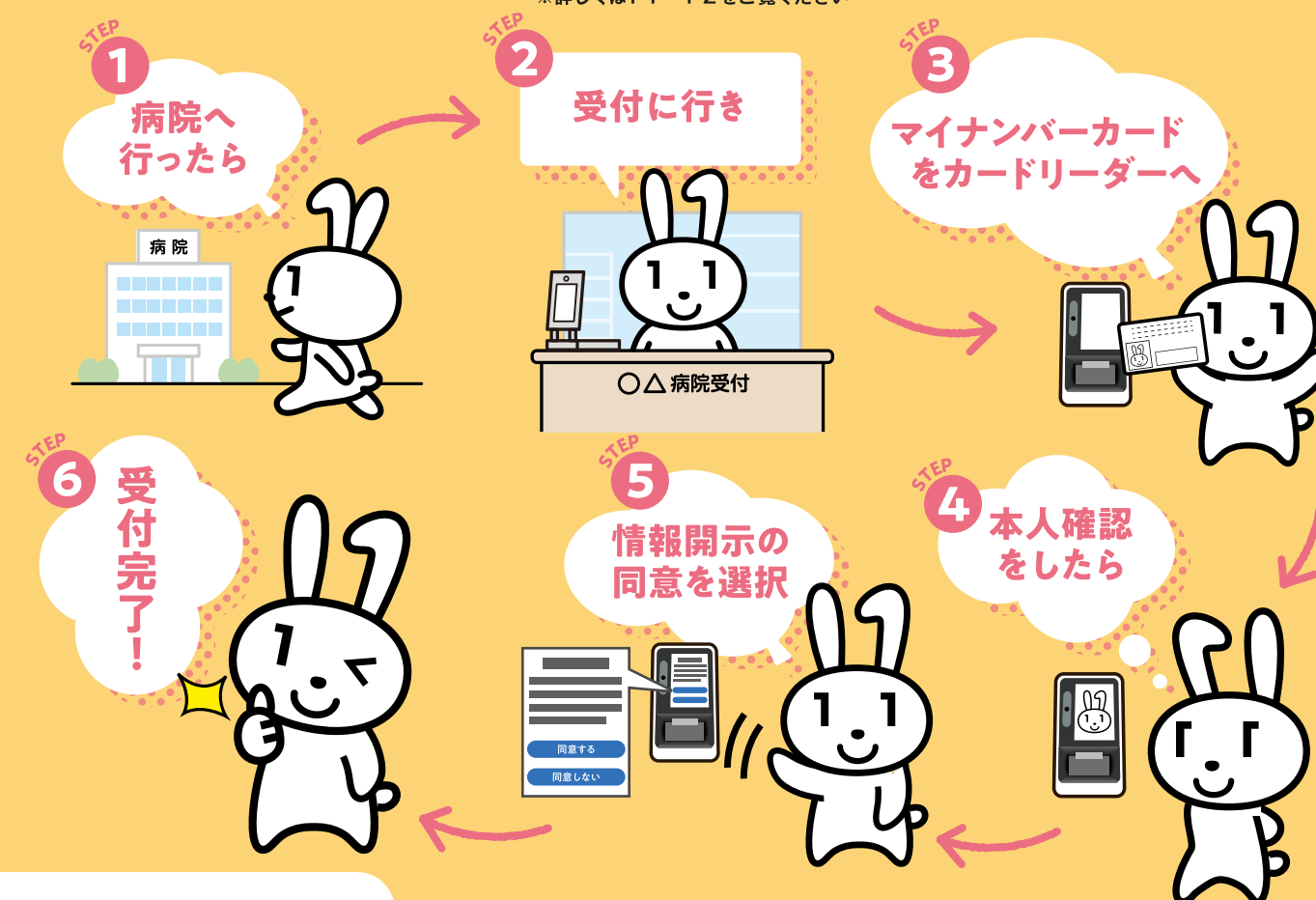
2024
AUTUMN
Vol.251



マイナ保険証特集

「今から使おう！マイナ保険証」

※詳しくはP1～P2をご覧ください



CONTENTS

保険証廃止に向けてのお知らせ	p01	インフルエンザ予防接種費用補助金申請書	p07
今から使おう！マイナ保険証	p02	がん検診について聞きました！	p08
2023年度決算	p03	胃がん検診変更のお知らせ	p09
卒煙応援キャンペーン / 契約保養所のお知らせ	p04	大腸がん検診変更のお知らせ	p10
保健師の部屋によろこそ	p05	がんに関する相談窓口	
インフルエンザ予防接種費用補助金	p06	職場での健康づくり募集	p11

本年12月2日保険証廃止に向けてのお知らせ



「資格情報のお知らせ」を送付します（9～10月頃）

資格情報のお知らせ（イメージ）

通知対象者

2024年夏時点の全ての加入者

通知目的

- ①マイナンバー総点検を経て加入者の情報が正確に登録されていることを伝えて安心してマイナ保険証を利用いただく
- ②保険証廃止後も自身の資格情報を確認できるようにする※

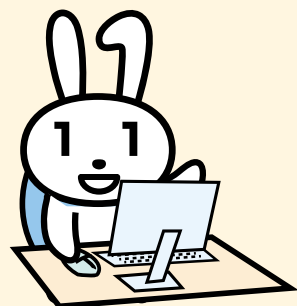
通知の概要

様式右下端に「資格情報のお知らせ」を添付。切り取って携帯いただくことを想定しています※

通知方法

個人番号の下4桁が含まれるため、個人単位の封筒へ封入して事業所経由で被保険者の方へ送付します（任意継続被保険者の方はご自宅宛て送付）

※マイナポータルで確認できる場合は不要です



保険証に代わる医療機関のかかり方（既にご利用可能です）

保険証

※2024年12月1日以前に交付された保険証は、2025年12月1日まで引き続き有効です

マイナ保険証による受診【原則】

健康保険証利用登録をしたマイナンバーカードが **マイナ保険証** です。保険証に代わる証となり、ご自身でご用意いただきます

マイナ保険証がないときは？（12/2以降必要により順次交付）

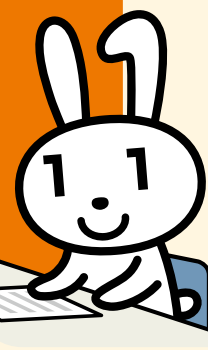
イメージ：資格確認書（はがきサイズの予定）

マイナ保険証で受診ができない場合は代わりに「資格確認書」を発行します

対象者

- ・マイナンバーカードを取得していない方、マイナバーカードは取得しているが健康保険証利用登録をしていない方 等
- ・マイナ保険証を取得していても諸事情で必要とする方（施設や介助者に預ける場合など）

※有効な保険証をお持ちの方には交付しません



今から使おう！マイナ保険証

保険証交付廃止に備え、マイナ保険証での受診に切り替えましょう！

マイナンバーカードをお持ちでない方、保険証利用登録がお済みでない方は、お早めにご対応ください。

よくある質問

マイナンバーカードは所持しているが、保険証利用登録ができていないか、確認できる方法がありますか？

マイナポータルにログインし、「注目の情報」の「健康保険証等利用の申込状況を確認」から確認いただけます。登録が完了している場合は、健康保険証としての登録状況に「登録完了」と表示されます。

※アプリのバージョン等によっては、画面遷移が異なる場合があります。

事前に保険証利用登録をしなければ、医療機関でマイナンバーカードは利用できないのですか？登録方法を教えてください。

医療機関で利用するには、「保険証利用登録」を行う必要がありますが、登録をしていない状態で医療機関のカードリーダーにかざすと、保険証利用登録画面に遷移しますので、その場で簡単に登録が可能です。マイナポータル、セブン銀行ATM等での事前登録も可能です。当健保HPでも事前登録方法の動画を掲載していますので、そちらもご覧ください。

マイナ保険証のメリット

1 より良い医療を受けることができます！

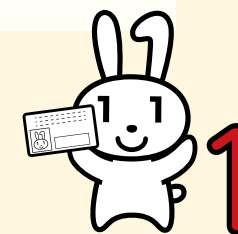
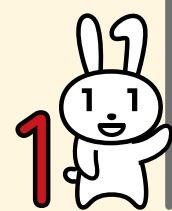
医療機関を受診した際に、お薬の情報や健診結果の提供に同意すると、医師等からご自身の情報に基づいた総合的な診断や重複する投薬を回避した適切な処方を受けることができます。

2 窓口で限度額以上の支払いが不要になります！

高額な医療費が発生する場合でも、マイナ保険証を使うことで、ご自身の高額な医療費を一時的に負担したり、限度額適用認定証の書類申請手続きをする必要がなくなります。

3 確定申告の医療費控除が簡単にできます！

マイナポータルから保険医療を受けた記録が参照できるため、領収書を保管・提出する必要がなく簡単に医療費控除申請の手続きができます。



マイナ保険証利用登録率と利用率（2024.7時点）

保険証利用登録が未登録の方がいる世帯の被保険者に、Pep Up通知にて個別でお知らせしています。順次ご登録をお願いします。

保険証利用率は、全国平均よりも低い状況ですので、皆様のご協力をよろしくお願いします。

保険証利用登録率 **62.4%** 保険証利用率 **7.5%** (全国平均8.4%)

当健保ホームページ「マイナ保険証に関するお知らせ」もご覧ください



2023年度 決算

7月2日に開催された神鋼健保組合で、2023年度決算が承認されました。

2023年度の健康保険決算は▲8.1億円の経営収支赤字となりました。厳しい財政状況は続きます。厳しい財政状況を改善するためにも、各人の予防活動による医療費の抑制が必要です。健康増進WebサービスPep Upを活用して健康な身体づくりを積極的にチャレンジしましょう。

1. 健康保険

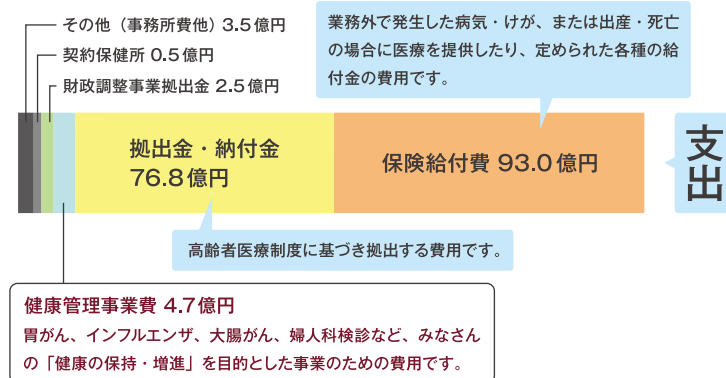
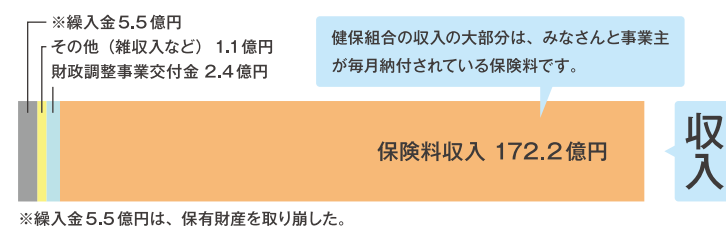
① 基礎数値

被保険者数 28,548人
標準報酬月額 414,709円
標準報酬賞与 1,852,483円
保険料率 89/1000
被保険者 35.5/1000
事業主 53.5/1000

② 決算額

A 収入総額 181.2億円
B 経常収入総額 170.2億円
C 支出総額 181.0億円
D 経常支出総額 178.3億円

(A - C) 収入支出差引額 0.2億円
(B - D) 経常収支差引額 ▲8.1億円



2. 介護保険

① 基礎数値

介護保険料第2号被保険者数 14,146人
平均標準報酬月額 475,023円
平均総標準賞与額 2,387,847円
被保険者 8.9/1000
事業主 8.9/1000

② 決算額

収入支出差引額 2.5億円
※介護保険は2.5億円の黒字となりました。
(来期繰越金へ1.9億円、準備金繰入へ0.6億円)



2024年度限定 被保険者対象

卒煙一応援

キャンペーンのお知らせ

神鋼健保の2023年度喫煙率は27.7%と、世間より高い状態で足踏みしており、今後の健康リスクが高い状態です。吸わない人がもっと増えるように、2024年度限定・被保険者対象で下記を実施します。

卒煙応援キャンペーン達成で

1,000 Pep ポイント進呈

【記録期間】

2025年1月15日～2月13日（申込は2024年12月16日～）

対象者 2023年度定期健康診断問診で「吸う」と回答したPep Up登録済み被保険者（従業員）

※対象者のみ12/16よりPep Upに申込用お知らせ画面が表示されます

参加方法 お知らせ画面に掲載の申込Formsに入力・送信して参加登録、記録用紙をダウンロードして印刷、タバコを1本も吸わなかった日を記録用紙に○記入、記録期間終了後に用紙提出
25日以上タバコを吸わなかったら達成とし、1,000ポイント♪ 応援した被保険者にも1,000ポイント♪

*達成者と応援者には条件があります。 詳細はQRコードから実施要領をご確認ください。

- ・3月末にPepポイントで付与予定、上限は1000ポイント（複数人を応援したり、達成者が他の参加者を応援した場合も付与は1000ポイントのみ）
- ・応援者は2名まで申請可、応援者なしでも可、参加者が達成しなかった場合は応援者へのポイント付与なし
- ・応援者として申請できるのは被保険者（従業員）のみ、被扶養者（家族）は申請できません
- ・応援者がポイントを受け取るには、応援者も2025年2月末までにPep Up登録が必要



吸わない人には例年より増額して
1,000 Pep ポイント進呈

（2023年度定期健康診断問診で「吸わない」または「止めた」と回答した被保険者へ2024年秋頃付与）

契約保養所のお知らせ

契約保養所（リゾートトラスト・ラフォーレ倶楽部）の利用・補助金申請方法は健保HPにて確認のうえご利用ください。

利用されると…
大人5,000円/人・小学生3,000円/人の補助金（条件あり）があります。

神戸製鋼所健康保険組合



リゾートトラスト



ラフォーレ倶楽部

各ホテルの詳細については
右記のQRコードをご利用ください。





保健師の部屋に ようこそ

心身の活力は「睡眠」から

当健保組合は日本健康会議・経産省・厚労省が共同で健康保険組合へ発行された健康スコアリングレポート(いわば、私たちの健康状態を示す通知簿のようなもの)から「睡眠で休養が十分にとれている」に「はい」と健診時間診で回答した者の割合が業種平均(金属工業)と比べると少ない割合になっています。

！ 秋の健康チャレンジ活動を 10/1-10/31 開催

2024年度「睡眠」をテーマにPep Upイベントを開催。
(株)神戸製鋼所 神戸本社 安全・環境部安全衛生グループ
とコラボヘルスとして共催しています。よい睡眠のために
できることをためてみてはいかがでしょうか。

生活習慣の経年変化		2022年	
喫煙	貴組合	100	
	業態平均	95	
	上位10%	98	
運動	貴組合	121	
	業態平均	93	
	上位10%	108	
食事	貴組合	107	
	業態平均	107	
	上位10%	115	
飲酒	貴組合	94	
	業態平均	97	
	上位10%	98	
睡眠	貴組合	92	
	業態平均	98	
	上位10%	99	

健康スコアリングレポート

睡眠習慣チェック票

健やかな睡眠をとるために、日頃の生活習慣を確認しましょう。

毎日同じ時間に起きる 	起きたら朝日を浴びる 	規則正しい食習慣 	適切な運動習慣
夕方時以降は カフェイン制限 	寝酒はしない／減らす 	寝る前はパソコン (刺激になること) はしない 	夜は明るすぎない照明
自分なりのリラックス法 (睡眠儀式)を おこなう 	寝る前の水の 取りすぎに注意 	眠くなってから 寝床につく 	休日の朝寝坊と昼寝の しすぎに注意

監修:北里大学大学院 教授 田中克俊氏 / 資料提供: (株)神戸製鋼所 安全・環境部安全衛生グループ

2024年度インフルエンザ予防接種費用補助金

対象者	当健保組合加入者 ※接種日時時点で当健保組合に加入している方
接種期間	2024年10月1日～2025年2月28日
申請締切	WEB (Pep Up): 2025年 3月17日中 紙申請: 2025年 3月10日必着
補助金額	1回接種 5,000円 2回接種 7,000円(1回目接種日時時点で12歳以下に限りです) ※2回接種の場合は、2回分の領収書をまとめて申請してください。
領収書	下記内容を明記してもらってください。 ①接種者氏名 ②接種年月日 ③インフルエンザ予防接種代金であること ④金額
申請方法 (①・②のどちらか一方)	① WEB (Pep Up)からの申請 各種申請はこちら 領収書の写真を撮影 (明細も合わせて撮影) その他の各種申請から必要事項を 入力し写真を添付する。(左のQR コードを読み取る) 完了!! ② 紙での申請 けんぽだより掲載は今年度で終了です! P7の申請用紙(当健保ホームページよりダウンロード可)に必要事項記入の上、領収書と合わせて当健保 組合へ送付
お支払	毎月10日(Pep Upは毎月20日)までの申請があったものを、翌月の給与に含めて支払 います。ただし、事業所によっては翌々月になる場合もあります。 任意継続者の方は保険料引き落としのゆうちょ銀行口座に翌月25日に振り込みます。
その他	●国内接種分に限りです。 ●フルミスト(経鼻インフルエンザ生ワクチン)については、日本国内で承認済み のワクチンに対してのみ補助可能です。2歳以上19歳未満が対象で1回 5000円が上限となります。(一般的な皮下注射による予防接種とは併用できません) ●年度内に一度の補助となります。会社・巡回健診で接種した場合は、その他の 機関での接種分は補助対象外となります。
問い合わせ先	神戸製鋼所健康保険組合 保健グループ TEL 078-261-6506

2024年度インフルエンザ予防接種費用補助金申請書

●青色の箇所を記入してください。

補助金請求額 ※上限金額までの実費額を記入	
--------------------------	--

●健保記入欄

決定金額	
------	--

保険証の記号-番号	
-----------	--

事業所名(会社名) ※出向されている方は出向先を、任意継続者は「任意継続」と記入ください	
---	--

委任状 ※任意継続者は記入不要	この補助金の受領を事業主に委任します。 記入日： 年 月 日 従業員氏名(自署)： 必須
--------------------	--

2025年
3月10日必着

空白の場合
補助できません

現住所	〒		
連絡先	Tel	※申請内容に不明な点があった場合、電話連絡もしくは返却いたします。	

●1枚につき1名の申請

接種者区分		☐ 1 本人(被保険者)	☐ 2 家族(被扶養者)
フリガナ 接種者氏名		生年月日	接種回数
セイ	メイ	☐ S ☐ H ☐ R 年 月 日	☐ 1回 ☐ 2回 ※2回接種は12歳以下のみ
姓	名		窓口負担額 円

領収書をテープ、のり等で貼り付けてください

必須

領収書	
① 健保花子 様	② XXXX 年 XX 月 XX 日
④ ￥2,000円	
③ インフルエンザ予防接種代として	〇〇病院印

領収書には、下記内容を明記してもらってください。

- ① 接種者氏名
- ② 接種年月日
- ③ インフルエンザ予防接種代金であること
- ④ 金額

提出前にチェックをお願いします。

- ☐ 領収書にインフルエンザ予防接種費用であることは明記されていますか？
- ☐ 予防接種以外の金額が含まれている場合は、内訳が明確になっていますか？

2回接種の場合

- ☐ 1回目受診日時点で12歳以下に該当しますか？
(13歳以上は2回接種されていても1回目のみの補助となります)
- ☐ 2回分合わせて申請されていますか？

申請書送付先

社 内 便： 神戸)神戸製鋼所健康保険組合 保健グループ宛
郵送先住所： 〒657-0845 神戸市灘区岩屋中町5丁目2-20

※申請書と領収書の写しは、必ずお手元に保管ください



角谷先生に

がん検診について 聞きました!



がんは、生涯で2人に1人が罹患(りかん)し、3人に1人の死亡原因となる病気です。がんの中でも、5大がん(胃・大腸・肺・乳・子宮頸)は検診を受けることによって、死亡率を下げることが分かっています。

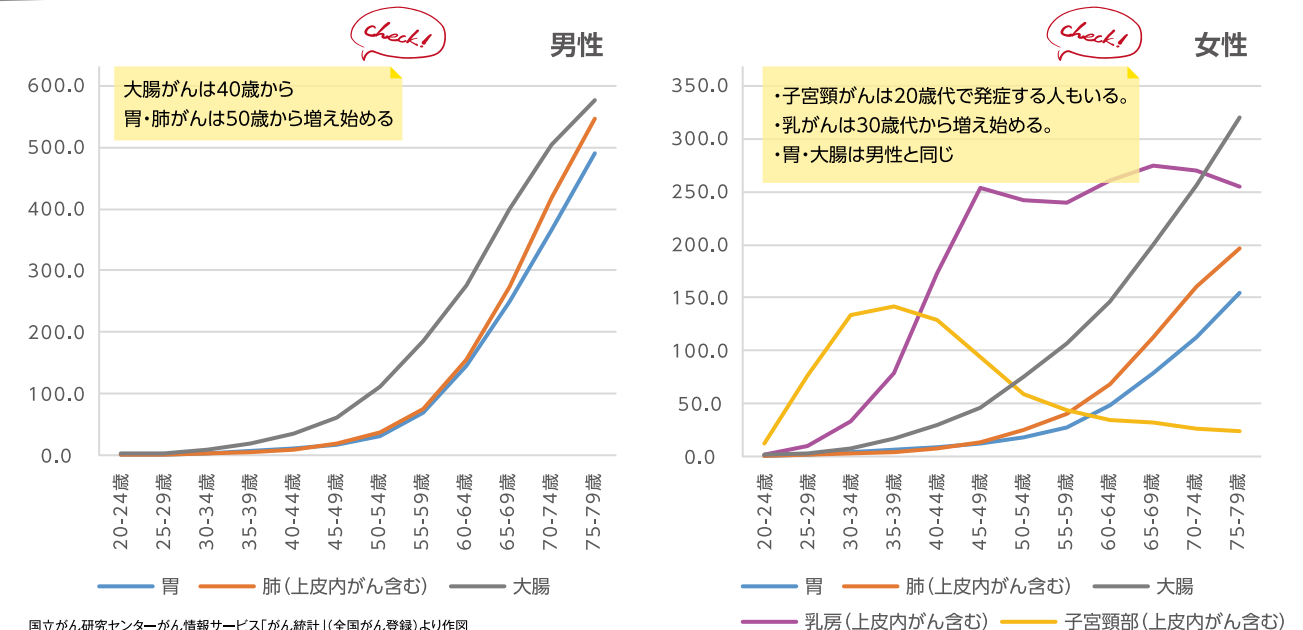
神鋼健保組合では、加入者の皆さんの生涯にわたる安心を支えるために、がん検診を実施しています。

がん検診はがんの早期発見・早期治療につながる一方で、受診によるデメリットもあります。ひとり一人が正しい知識を持って受診することが大切です。



神戸製鋼所健康保険組合 顧問医
株神戸製鋼所長府製造所産業医
角谷 力さん

男女・年齢別 5大がん罹患率



健診・検診・精密検査 違いは?

それぞれ
目的が異なります

健診

代表的な健診として、「定期健康診断」があり、会社を実施義務があります。項目は法律で規定されており、会社が従業員に対して、就業上の配慮や適正配置を行うとともに、受診者自身が健康状態を確認し、生活習慣病をはじめとした様々な病気を予防することが目的です。

検診

- 特定の病気を発見するために行なう検査のことで早期治療につなげることが目的です。
- 受診は任意です。既に治療中の場合は受ける必要はありません。

精密検査

健診や検診などの異常値の原因を調べ、治療が必要なのかを確認します。

健診検診結果から必要と判断された人

対象は症状がない人

胃がん検診(本人)変更のお知らせ

	2024年度まで	2025年度から
内容	胃内視鏡検査	胃内視鏡検査
対象年齢	40歳以上 (リスクの高い方は35歳から)	40歳以上
頻度	2～5年のサイクル	2年に1回
その他	・ペプシノゲン検査 毎年 ・ピロリ菌抗体検査:健保新規加入時に実施(生涯1回) ・ピロリ菌除菌薬の無償配布	・ペプシノゲン検査廃止 ・ピロリ菌抗体検査:健保新規加入時に実施(生涯1回) ・ピロリ菌除菌:保険診療へ移行(除菌薬の無償配布終了)

胃がん検診には、胃内視鏡検査と胃部エックス線検査があり、国は50歳以上2年に1回胃内視鏡検査を推奨しています。また、40歳以上に対しては、胃部エックス線検査を年1回実施可としています。

国が推奨する頻度を超えて検診を受ける場合や、対象年齢よりも若い年齢で受ける場合は、デメリットがメリットを上回ることがあります(偽陽性等)。がん検診のメリット・デメリットを理解し、どの年齢でどのような検診を受けるべきか、皆様もご自身で興味を持って考えましょう。

胃がん検診流れ



大腸がん検診(本人)変更のお知らせ

	2024年度まで	2025年度から
内容	・1次検査(便潜血検査) ・精密検査(大腸内視鏡検査)	・1次検査(便潜血検査) ・精密検査(大腸内視鏡検査):保険診療へ移行(補助金廃止)
対象年齢	・40歳以上 ・35歳以上希望者	35歳以上希望者
頻度	1年に1回	1年に1回
その他	結果が「異常なし」の場合は自宅へ結果を送付、「要精密検査」の場合は事業所担当者経由で通知	結果はすべて自宅へ送付

大腸がんは罹患する人が増加しており、日本のがん死亡率の上位です。

便潜血検査は死亡率を減少させることが科学的に証明された検査です。国は、40歳以上の方へ毎年繰り返し受けることを推奨しています。要精密検査という結果を受け取った場合は、必ず精密検査を受けてください。

神鋼健保では、大腸がん1次検査(便潜血検査)の対象年齢を35歳以上希望者としします。受診は任意です。何か症状がある場合は、がん検診ではなく、医療機関を受診してください。

大腸がん検診の流れ

