

兼松連合 健保だより



KENPO NEWS 2025 AUTUMN Vol.112 CONTENTS:

理事長就任のご挨拶／令和8年度より「子ども・子育て支援金」が始まります／令和6年度決算のお知らせ／令和7年12月2日にマイナ保険証へ完全移行／「医療費のお知らせ」が「マイナ医療費通知」に変わります／2024年度版「健康スコアリングレポート」／令和7年度健診事業のご案内（再掲）



長野県 白馬岩岳から望む三段紅葉

重要なお知らせとお願いがあります

この冊子をご家庭に、お持ち帰りください

兼松連合健康保険組合
<https://www.krkenpo.or.jp>



2025年(令和7年)12月2日から 従来の健康保険証は 使えなくなります

デジタル技術によって行政コストを削減し保険料が上がらなくて済むように、事業所のコスト・事務負担が軽減されるように、マイナ保険証への全面切り替えにご協力をお願いいたします。

マイナ保険証をお持ちの方

医療機関を受診する際にはマイナ保険証を使い、新しい受診方法に慣れておきましょう。

マイナンバーカードの保険証利用登録をおこなっていない方

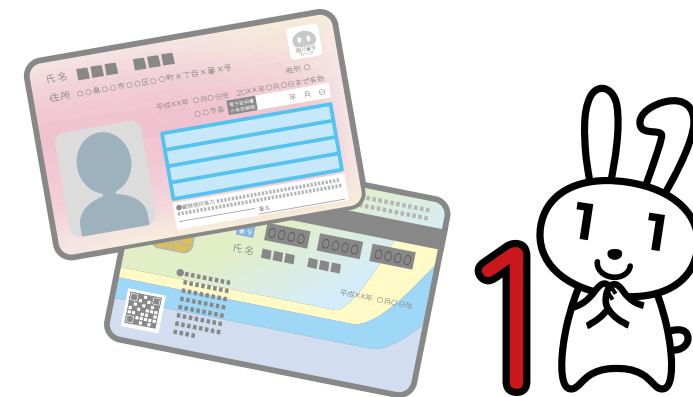
マイナンバーカードの健康保険証としての利用登録を行っていない方は、医療機関等を今受診する必要のない方も含めて、速やかに利用登録をしていただくようお願いします。スマホで専用サイトから、セブン銀行ATMで、医療機関・薬局のカードリーダーで簡単に利用登録が出来ます。

マイナンバーカード電子証明書の更新時期を迎えている方

有効期限は電子証明書の発行日から5回目の誕生日までです。「有効期限通知書」が地方自治体より届きましたら、速やかに手続きしましょう。

マイナンバーカードをお持ちでない方

今すぐに申請手続きをお願いします。健康保険証の完全廃止が近づくと、申請・登録が混み合い、通常よりもマイナンバーカードの作成などに時間がかかる可能性があります。



令和8年度より「子ども・子育て支援金」が始まります

子ども・子育て支援金制度とは

子ども・子育て支援金制度は、社会連帯の理念を基盤に、子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体が支える**新しい分かち合い・連帯の仕組み**です。

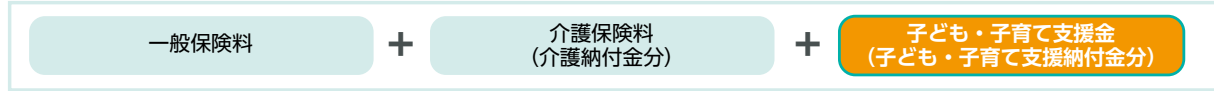
いつから？

開始時期について

■ 子ども・子育て支援金は**令和8年4月分保険料（5月納付分）**より一般保険料・介護保険料と合わせて徴収されます。



■ これまでの保険料に加え、子ども・子育て支援金が追加されます。



※健保組合は、子ども・子育て支援金の**代行徴収的**な位置づけになります。

何に使う？

支援金の使途は

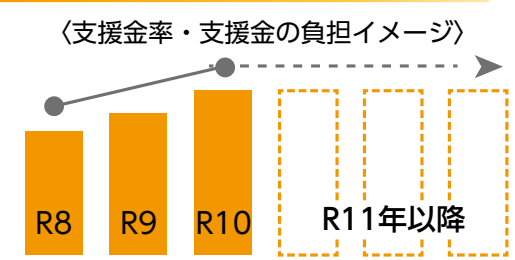
- 支援金を財源として、国が**こども未来戦略「加速化プラン」**の取り組みを実施します。
- 加速化プランとは、我が国の**少子化対策を促進**するために、児童手当の拡充等の給付を拡充するなど、さまざまな施策のことです。

〈加速化プランの施策〉

- 妊婦のための支援給付 ● 出生後休業支援給付率の引き上げ ● 育児時短就業給付 等

いくら支払う？

どの程度の負担感か



一人当たり負担額・イメージ
(標準報酬月額 × 支援金率 = 毎月の負担額)

例) 標準報酬月額が30万の場合
30万 × 0.4% = 1,200円/月

負担主体	負担額
事業主負担	600円
被保険者負担	600円

〈各年度における支援納付金の総額〉

R8年度…約6,000億円 ▶ R9年度…約8,000億円 ▶ R10年度…約1兆円

- 負担率（支援金率）は、令和8年からスタートし、令和10年度には**0.4%程度に段階的に上がることが想定**されます。
- ただし、国が令和10年度に支援納付金の最大規模を決めているため、今後、健康保険料や介護保険料のように**右肩上がり**で増え続けることはありません。
- 健保組合と協会けんぽには、国が一律の支援金率を示すこととなっています。

兼松連合健康保険組合

健康保険組合連合会

※こども家庭庁・厚生労働省と内容を調整・確認のうえ作成しています。



理事長就任のご挨拶

兼松連合健康保険組合

理事長

藤井 励起

事業主ならびに加入者の皆さまにおかれましては、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。このたび、海野 太郎前理事長の退任にともない、さる7月4日の理事会におきまして、皆さまのご推挙により兼松連合健康保険組合の理事長に就任いたしました。ご加入者の皆さまの健康を守るため、事業の円滑な実施と健全な財政運営に最善の努力を尽くす所存でございますので、前理事長と同様、ご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

さて、現在進行している加速度的な少子化と、それにもなうこれからの労働人口の減少は、経済規模縮小や社会保険料収入の減少につながり、社会保障制度を徐々に弱めてゆく「静かなる有事」とも言われています。健康保険組合は、高齢化の進行や医療の高度化により、現在厳しい状況に置かれています。更に少子化の深刻化が健康保険組合の将来に暗い影を落としています。こうしたなか、政府は、少子化に歯止めをかけるため、「子ども未来戦略・加速化プラン」を策定し、児童手

当の拡充などの経済支援を含む幅広い対策を講じました。そして、令和8年度からはその少子化対策の財源を確保するため、子ども・子育て支援金制度を開始することとし、同支援金の徴収にあたり医療保険者もその一躍を担うこととなりました。皆さま、また健康保険組合にとっても、現行の高齢者医療への拠出金、介護納付金に続く、新たな負担となりますが、同制度は、子どもや子育て世帯を社会全体で応援する大切な仕組みであり、皆さまのご理解を賜ればと思います。

当健康保険組合では、このような厳しい財政状況においても、必要な予算はしっかりと確保し、効率的で効果的な保健事業をさらに推進してまいります。皆さまにおかれましては、健康診断や特定保健指導等の健診事業を積極的に活用いただき、引き続き疾病予防と医療費の適正化にご協力いただければ幸いです。

最後に、皆さまの一層のご健勝とますますのご活躍をお祈り申し上げ、理事長就任の挨拶とさせていただきます。

兼松連合健康保険組合 組合会議員名簿

令和7年7月4日現在

選定議員			互選議員		
理事長	藤井 励起	兼松コミュニケーションズ株式会社	理事	高道 英明	ホクシン株式会社
理事	米山 健	兼松連合健康保険組合	理事	山下 直人	兼松トレーディング株式会社
理事	玉岡 英人	兼松エレクトロニクス株式会社	理事	手崎 美和	兼松食品株式会社
議員・監事	近藤 司	カネヨウ株式会社	議員・監事	高橋 敦史	株式会社兼松ケーJーケイ
議員	井上 重幸	協和スチール株式会社	議員	山口 嘉人	兼松ケミカル株式会社
議員	宮本 一男	兼松ペトロ株式会社	議員	山川 直樹	ケー・イー・エルテクニカルサービス(株)
議員	大神 康治	永和金属株式会社	議員	金沢 裕一	日本オフィス・システム株式会社

任期 自 2023年12月15日 至 2026年12月14日（敬称略）

令和6年度 収入支出決算概要

健康保険分

POINT 保険料収入は前年度より増加

皆さまに納めていただいた、健保組合の主な財源である保険料収入は、令和5年度決算より2億8千万円増加しました。このうち、「基本保険料」は、皆さまへの保険給付や保健事業などに充てられる保険料です。「特定保険料」は、前期高齢者納付金や後期高齢者支援金など高齢者医療を支える拠出金に充てられる保険料です。



POINT 病気やけがの治療などのための保険給付費は減少

新型コロナが落ち着いてきたことから医療費の伸びが穏やかになり、保険給付費は令和5年度決算より3千2百万円減少しました。

POINT 健保財政の大きな負担となっている高齢者医療への拠出金

高齢社会を支えるため、義務的経費となっている高齢者医療への拠出金は、保険料収入の約44%を占め、依然として健保財政を大きく圧迫しています。



POINT 介護納付金は一時的に減少

介護納付金は、前々年度の精算額の戻りの影響で一時的に減少しています。

収入 (千円)	被保険者1人 当たり収入額 (円)
保険料	526,602
基本保険料	284,899
特定保険料	241,703
国庫負担金収入	131
調整保険料	7,563
別途積立金繰入	6,166
国庫補助金収入	14,027
特定健康診査相当法定健診受託料	4,736
出産育児交付金	342
財政調整事業交付金	13,843
雑収入	548
合計	573,958
経常収入合計	532,495

支出 (千円)	被保険者1人 当たり支出額 (円)
事務費	7,529
保険給付費	279,967
法定給付費	279,595
付加給付費	372
納付金	233,480
前期高齢者納付金	89,266
後期高齢者支援金	144,213
その他の	1
保険事業費	29,150
還付金	71
財政調整事業拠出金	7,545
連立金繰入	289
雑支出	484
合計	558,527
経常支出合計	550,968

決算残金 100,101千円
経常収支差引額 ▲119,835千円

収入 (千円)	支出 (千円)
保険料収入	419,438
繰入金	0
雑収入	91
合計	419,529
介護納付金	375,272
介護保険還付金	10
合計	375,282
決算残金	44,247千円

令和6年度 決算のお知らせ

保険料収入の増加と保険給付費の減少により収支改善

引き続き健康づくりの支援と医療費適正化に努めます

収入 ● 37億2,326万7千円

支出 ● 36億2,316万6千円

経常収支差引額 ● ▲1億1,983万5千円



兼松連合健康保険組合の令和6年度の決算が、去る7月11日に開催された第110回組合会で承認されましたのでお知らせいたします。

当健保組合の令和6年度決算は、収入37億2,326万7千円に対し、支出36億2,316万6千円となり、経常収支差引額は1億1,983万5千円の赤字となりました。

決算の内訳としては、賃金引き上げ等により標準報酬月額と標準賞与額が上昇したこと、保険料収入が前年度決算より増加しました。支出では、秋ごろから流行したマイコプラズマの影響はあったものの、新型コロナウイルスの流行が落ち着いてきたことから医療費の伸びが全体的に穏やかになり、保険給付費は前年度決算より減少しました。また、前期高齢者への納付金が前々年度の精算額の影響により減少しました。

こうしたことから、当年度決算は経常収支において赤字となったものの、その赤字額は前年度の経常収支差引額(▲4億2,189万円)に比較して大幅に減少しました。一方、保険料収入に占める高齢者医療への拠出金の割合は4割を超えており、依然として健保財政を圧迫している状況です。

医療技術の進歩や画期的新薬の保険適用による医療の高コスト化が進む中、超高齢社会がピークを迎える2040年に向け、医療需要はさらに拡大すると予測されています。これに伴い、高齢者医療を支える現役世代の拠出金は増加の一途をたどり、生産年齢人口の減少と相まって、現役世代の社会保障の負担

はさらに重くなることが危惧されています。

こうした構造的課題に対応するため、政府は「全世代型社会保障」の理念に基づき、年齢ではなく負担能力に応じた公平な社会保障制度への転換を図るべく、さまざまな改革案を検討しています。社会全体の福利向上と現役世代とその次を担う世代の負担軽減につなげていく施策が期待されます。

12月2日からは、医療機関等への受診はマイナ保険証へ完全移行し、経過措置も終了してこれまでの健康保険証は使用できなくなります。マイナ保険証を未取得の方は資格確認書で受診できますが、マイナ保険証には医療情報の一元化による医療サービスの向上や手続きの簡素化などさまざまなメリットがありますので、お早めに取得の手続きをお願いいたします。

当健保組合は引き続き、加入者の皆さまの健康づくりを支援する効果的な保健事業を展開するとともに、安定した財政基盤を確保するため、医療費の適正化と経費節減に取り組んでまいります。皆さまにおかれましては、健康診断や各種保健事業を積極的にご活用いただき、日常的な健康管理に役立てていただくほか、ジェネリック医薬品の選択や多重投薬の見直しなど、医療費適正化につながる取り組みへご協力いただきたくお願いいたします。

組合の現況 (令和7年3月末現在)

- 保険者数 6,468人 (男性 4,190人、女性 2,278人)
- 平均標準報酬月額 386,782円 (男性 428,560円、女性 305,518円)
- 総標準賞与額(年間合計) 8,582,455千円 (被保険者1人当たり 1,329,733円)
- 平均年齢 41.83歳 (男性 43.65歳、女性 38.51歳)
- 被扶養者数 4,132人

- 健康保険料率 1,000分の92.0 (事業主 1,000分の46.0、被保険者 1,000分の46.0)
- 介護保険の対象となる被保険者数 4,421人
- 介護保険料率 1,000分の18.0 (事業主 1,000分の9.0、被保険者 1,000分の9.0)



マイナ保険証を持っているが使えないとき

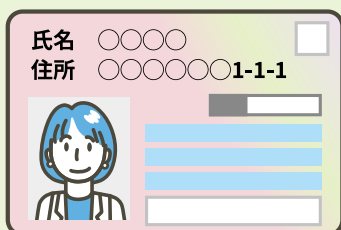
2

マイナンバーカードと「マイナポータル画面」または「資格情報のお知らせ」を提示します

顔認証付きカードリーダーの不具合などによりマイナ保険証が使えないときは、マイナンバーカードと併せて「マイナポータル画面」または「資格情報のお知らせ」を併せて提示することで受け付けできます。

顔認証付き
カードリーダーの
不具合などのとき

マイナンバーカード



マイナポータル画面や「資格情報のお知らせ」単体では資格確認ができません。必ずマイナンバーカードとセットで提示してください。

いずれかを提示

マイナポータル画面

スマホ等でマイナポータルにログインし、「健康保険証」を選択すると、医療保険の資格情報が表示されます。あらかじめマイナポータルからダウンロードしたPDFでもOKです。



または

資格情報のお知らせ

加入者全員に申請によらず交付されている書類です。

資格情報のお知らせ



マイナ保険証には有効期限があります

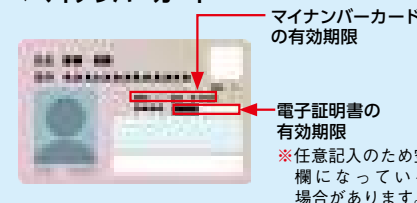
マイナンバーカードに書き込まれた電子証明書は、マイナ保険証の利用時に必要となります。電子証明書の有効期限は、発行から5回目の誕生日までです。

有効期限の2～3ヵ月前に「有効期限通知書」が届きますので、市区町村窓口で電子証明書の更新手続きを行ってください。有効期限後も3ヵ月間はマイナ保険証として使用できますが、診療情報等の共有はできません。

■電子証明書の有効期限を確認するには？

マイナンバーカードの券面もしくはマイナポータルから確認できます。

▼マイナンバーカード



▼マイナポータル



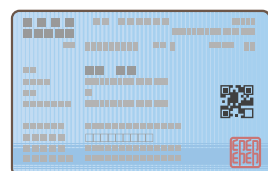
マイナ保険証を持っていない方

お早めに
マイナ保険証の
取得を！

3

経過措置として最長で令和7年12月1日まで従来の健康保険証が使えます

有効期限内のものに限り、経過措置として令和7年12月1日まで使用できます。それ以降は使用できません。



4

暫定的に「資格確認書」で受診できます

従来の健康保険証が完全に終了した後もマイナ保険証を保有していない場合は、「資格確認書」を医療機関等に提示して受診できます。ただし、「資格確認書」の有効期限は、マイナ保険証を取得するにあたって必要とされる期間に限定されます。



健康保険の手続き 早分かり

令和7年12月2日にマイナ保険証へ完全移行 従来の健康保険証は使えなくなります

令和6年12月2日に従来の健康保険証の新規交付・再交付が終了し、医療機関へは、マイナンバーカードを保険証利用登録した「マイナ保険証」で受診するのが基本の仕組みとなっています。従来の健康保険証も、経過措置として最長で令和7年12月1日まで使用可能ですが、経過措置の終了後は完全に利用できなくなります。

マイナンバーカードまたはマイナ保険証を未取得の方は、早めの取得手続きをお願いします！



従来の健康保険証廃止前後の医療機関の受付方法

	令和7年12月1日まで	令和7年12月2日以降
マイナ保険証を持っている方	①マイナ保険証	
マイナ保険証を持っているが使えないとき ※医療機関等のカードリーダーが使えないときなど	②マイナンバーカード +マイナポータル画面 ③マイナンバーカード +資格情報のお知らせ	
マイナ保険証を持っていない方	④従来の健康保険証 ④資格確認書	使用不可 ※新規交付や再交付はできません ※有効期限があります

マイナ保険証を持っている方

1

マイナ保険証を受診時に持参して提示します

マイナンバーカードを保険証利用登録した「マイナ保険証」を医療機関等の受診時に持参し、窓口で設置された顔認証付きカードリーダーで受け付けします。



控除額の計算方法

医療費控除の額 (上限200万円)	=	実際に支払った 医療費の合計額	-	保険金などで 補填される額*	-	10万円
セルフメディケーション 税制の控除額 (上限8万8,000円)	=	対象の市販薬 (スイッチOTC医薬品等) の購入額	-	保険金などで 補填される額*	-	1万2,000円

*健康保険で給付される高額療養費や出産育児一時金、生命保険などの入院給付金など。



セルフメディケーション
税 控除 対象

セルフメディケーション税制の対象
となる市販薬には、左記マークが
付いています。

〈例〉・医療機関の窓口で支払った1年間の医療費の額…70,000円
・ドラッグストア等で1年間に購入したスイッチOTC医薬品等の額…40,000円 ※保険金などで補填される額はなし

医療費控除の額：(70,000円+40,000円)-100,000円=10,000円
セルフメディケーション税制の控除額：40,000円-12,000円=28,000円

いずれかを選択

Q

医療費控除の対象となる医療費はどんなものですか？

A

医療費控除の対象になるのは、主に「治療」に関わる費用です。
医療機関の窓口で支払う医療費の自己負担分のほか、通院のための公共交通機関による交通費、出産費用、治療目的の市販薬の購入費なども対象です。
一方、予防を目的とした人間ドックや予防接種の費用、疲れを取るためのマッサージ費用などは対象外となります。

医療費の対象となるもの

- 医療機関の窓口で支払う医療費
- 処方薬の購入費
- 治療目的で購入した市販薬の購入費
- 医療機関に行くための電車やバスなどの交通費
- 入院時の食事代／やむを得ない差額ベッド代
- 治療目的で作成された診断書代
- リハビリ費用 ● 介護費用(一部) ● 出産費用
- 松葉づえや車イスなどのレンタル・購入費用
- 健康診断・人間ドックなどで異常が見つかった場合の費用
- レーシック手術などの近視治療の費用器等の使用

医療費の対象とならないもの

- 健康診断・人間ドックなど予防に関わる費用
- 予防接種の費用
- 治療目的でないマッサージ費用
- ビタミン剤など、病気予防や疲れを取る目的の薬の購入費
- 医療機関に行くために利用した自家用車のガソリン代／駐車場代
- 入院時に自ら選択した個室代／寝間着等のレンタル費用
- 医療用ウィッグの費用
- 一般的なコンタクトレンズ・眼鏡の作成費用

※詳細は、所轄の税務署や税相談ダイヤルへお問い合わせください。国税相談ダイヤル：0570-00-5901

「医療費のお知らせ」が 「マイナ医療費通知」に変わります

当組合では、これまで医療費通知「医療費のお知らせ」を事業所経由で被保険者の皆さまにお渡ししていました。これを、本年度より、個人がマイナポータルから医療費情報を確認いただく「マイナ医療費通知」に切り替えることとしています。よって、今後紙ベースの医療費通知は発行されませんのでご注意ください。尚、この変更については、個人情報に対するセキュリティ強化、ペーパーレス化による資源の削減、事業所及び健保組合に於ける事務の効率化の観点より行うものです。ご理解のほどお願いいたします。

マイナポータルで医療費情報を確認する方法

マイナポータルのサイトにアクセスします
必ず定期的に確認しよう!

<https://myna.go.jp>



アイコン一覧から「診療・薬剤・医療費・健診情報の確認」をクリックします。



「私の情報ページ」内にある「医療費通知を確認する」をクリックします。



ログインして医療費通知情報を確認します。

- ご自身が受診した病院名、受診日、窓口で負担した金額を確認してください。何かおかしいと思ったら、当組合までご連絡をお願いします。
- 高額療養費を申請する場合には、支払い金額をマイナポータルで確認のうえ、「高額療養費支給申請書」に転記してください。

マイナンバーカードを使って医療費控除

マイナ保険証があれば、マイナポータルから e-Tax に情報連携され、医療費情報(令和7年1月～12月分)が自動集計されます。確定申告を簡単に行うことができます。
※家族分もマイナポータルから連携して e-Tax で申請する場合は、事前に家族の代理人登録が必要です。

メリット

- ・自動入力自動計算、入力する手間なし!
- ・書面を紛失する心配なし
- ・今まで確定申告の申告期限までに間に合わなかった12月診療分の医療費明細を反映させることが出来ます。



面倒な確定申告はさようなら

※健康保険組合では確定申告に関する問い合わせは受け付けておりません。具体的な手続き等については、最寄りの税務署へお問い合わせいただくか、国税庁のHP等でご確認ください。



マイナポータル連携を利用するための事前準備

🔧 手順に時間がかかる場合がありますので、お早めの準備をお願いします

必要なもの

- ✓ マイナンバーカード
- ✓ マイナンバーカード読取対応のスマホ
- ✓ マイナンバーカードのパスワード2つ



スマホに
マイナポータルアプリ
をインストール

パスワードを忘れた場合やロックされた場合の対処法については、公的個人認証サービスのポータルサイトをご確認ください。



準備手順



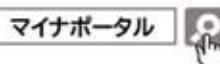
STEP1

✓ マイナポータルで利用者登録

すでにマイナポータルで利用者登録済みの方はログインします



利用者登録はこちら



STEP2

✓ 「確定申告の事前準備」ページで取得したい証明書等を選択

証明書等の種類や証明書等を発行する発行元を選択します



確定申告の事前準備ページはこちら

STEP3

✓ マイナポータルとe-Tax・民間送達サービス・ねんきんネットを連携

マイナポータルとe-Taxを連携した上で、取得したい証明書等の種類に応じて、マイナポータルと民間送達サービス、ねんきんネットを連携します

STEP4

✓ 民間送達サービスと証明書等を発行する企業との連携

- 1 証明書等の電子交付サービスの利用者登録や電子交付への同意
※ 手続完了までに数日かかる場合があります
- 2 企業連携の実施
民間送達サービスと証明書等を発行する企業を連携します

STEP5

✓ e-Taxのマイページで情報取得希望の登録

給与所得の源泉徴収票情報等を確定申告書に自動入力する場合には、e-Taxのマイページで情報取得を希望する旨の登録や、マイナンバーの提供等が必要です



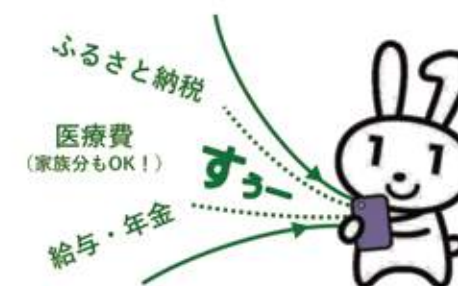
事前準備が完了したら、確定申告書の作成を開始！

確定申告書等作成コーナーからマイナンバーカードでe-Tax！



作成コーナー

確定申告は マイナポータル連携で 自動入力



一度 ご利用いただくと そのメリットを実感！ 翌年以降はさらに便利に♪

マイナポータル連携のメリット

- ✓ 医療費の領収書等の収集や集計が不要
- ✓ 確定申告書の該当項目へ自動入力
- ✓ 作成した確定申告書をe-Taxで送信
- ✓ 書類の管理・保管が不要

＼ 利用した方から驚きの声！ ／

確定申告書の
作成時間が短縮！

医療費やふるさと納税の
データが自動で連携されて楽！
入力の手間も
ミスもなく安心♪



マイナポータル連携の対象はこちら

収入関係

- 給与所得の源泉徴収票※
- 公的年金等の源泉徴収票
- 株式の特定口座年間取引報告書

※「給与所得の源泉徴収票」の情報が自動入力の対象になるためには、お勤め先(給与等の支払者)が税務署にe-Taxで給与所得の源泉徴収票を提出していること等の要件があります。

控除関係

- 医療費
- ふるさと納税
- 社会保険(国民年金保険料・国民年金基金掛金)
- 生命保険
- 地震保険
- iDeCo(個人型確定拠出年金)
- 小規模企業共済掛金
- 住宅ローン控除関係

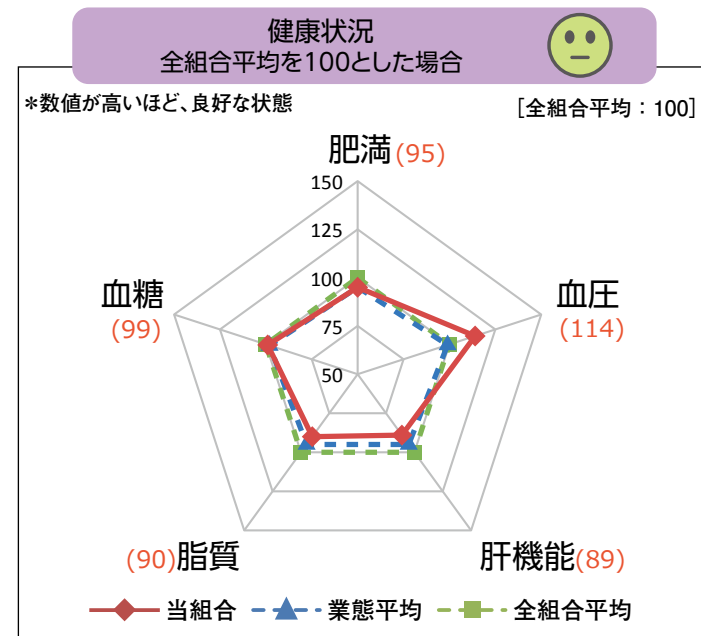
マイナポータル連携
の詳細はこちら



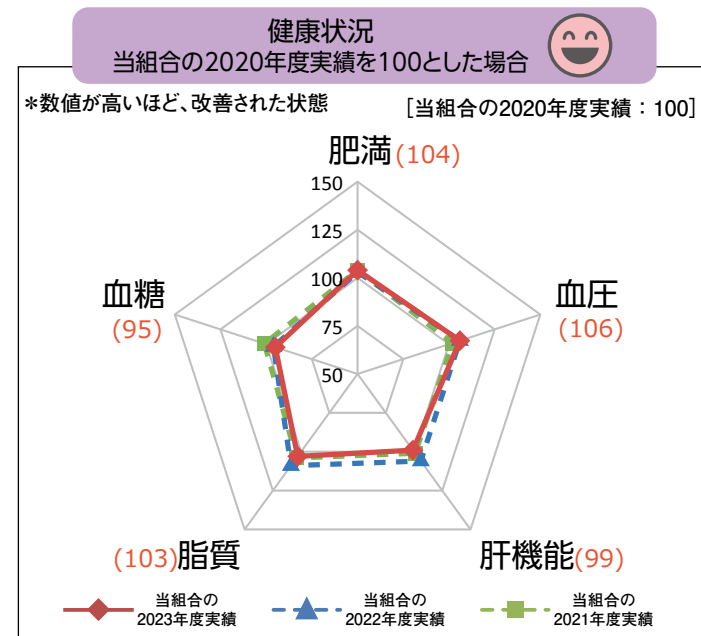
連携に対応している
証明書発行企業等はこちら



||||||| 当組合の健康状況(生活習慣病リスク保有者の割合) |||||



※2023年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。



血糖値が高い状態をほうっておくと、三大合併症と呼ばれる「糖尿病性網膜症」、「糖尿病性腎症」、「糖尿病性神経障害」を発症する確率が高くなります。
特に、糖尿病性腎症により腎透析が始まると、QOL(生活の質)が著しく低下するとともに、医療費も非常に高額になることもあります。

また肝臓には、エネルギーを貯蔵する役割があるため、食べ過ぎや運動不足などで、食事から摂取したカロリーが消費量を上回ると、肝臓に中性脂肪が蓄えられて脂肪肝になります。すると、あまりお酒を飲まない人でもALT、ASTなどの肝機能の検査数値が標準より高くなりがちです。

心当たりのある人は、

- 果物を含めた、甘い物の食べ過ぎ
- 脂質の多い食品の取り過ぎ
- 生または加熱が不十分なジビエ(野生鳥獣の肉)の摂取などに気を付けましょう。

他健保と比較して……

健康状況の経年変化		2021	2022	2023	
肥満	当組合	95	94	95	😞
	業態平均	95	95	95	
血圧	当組合	110	115	114	😊
	業態平均	99	110	99	
肝機能	当組合	93	94	89	😞
	業態平均	96	96	95	
脂質	当組合	93	97	90	😞
	業態平均	95	95	95	
血糖	当組合	104	100	99	😐
	業態平均	100	100	98	

当組合の過去の実績と比較して……

健康状況の経年変化		2021	2022	2023	
肥満	当組合	104	103	104	😊
	業態平均	104	103	104	
血圧	当組合	102	106	106	😊
	業態平均	102	106	106	
肝機能	当組合	101	106	99	😞
	業態平均	101	106	99	
脂質	当組合	104	109	103	😊
	業態平均	104	109	103	
血糖	当組合	101	96	95	😞
	業態平均	101	96	95	



兼松連合健康保険組合の 健康スコアリングレポート

今年3月に日本健康会議、厚生労働省、経済産業省が連携し、各健康保険組合に【健康スコアリングレポート】が送付されました。皆さまの健康状態と生活習慣、特定健診・特定保健指導についての概要をお知らせします。

【健康スコアリングレポート】とは…

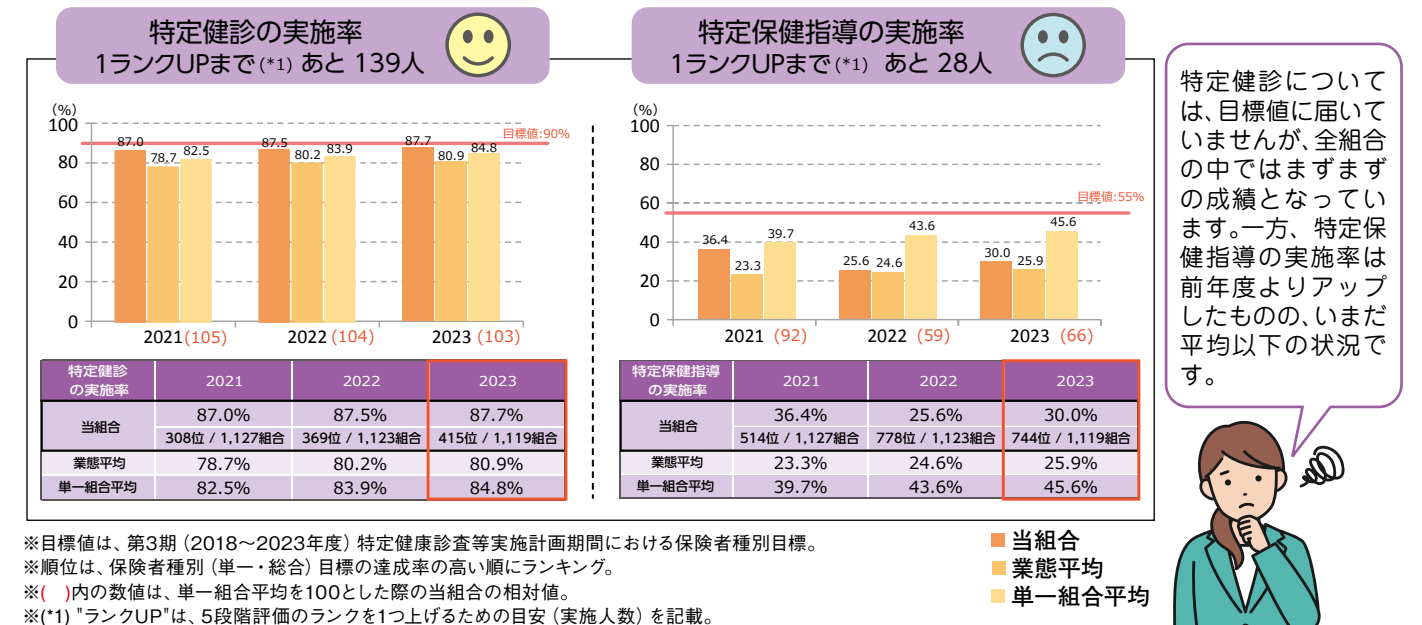
各健康保険組合の加入者の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取り組み状況等について、健康保険組合全体の平均や業態平均と比較したデータ等を見える化したものです。各企業単位のレポートも作成され、経営者あてに送付されています！

😊 良好 ← 中央値と同程度 → 😞 不良

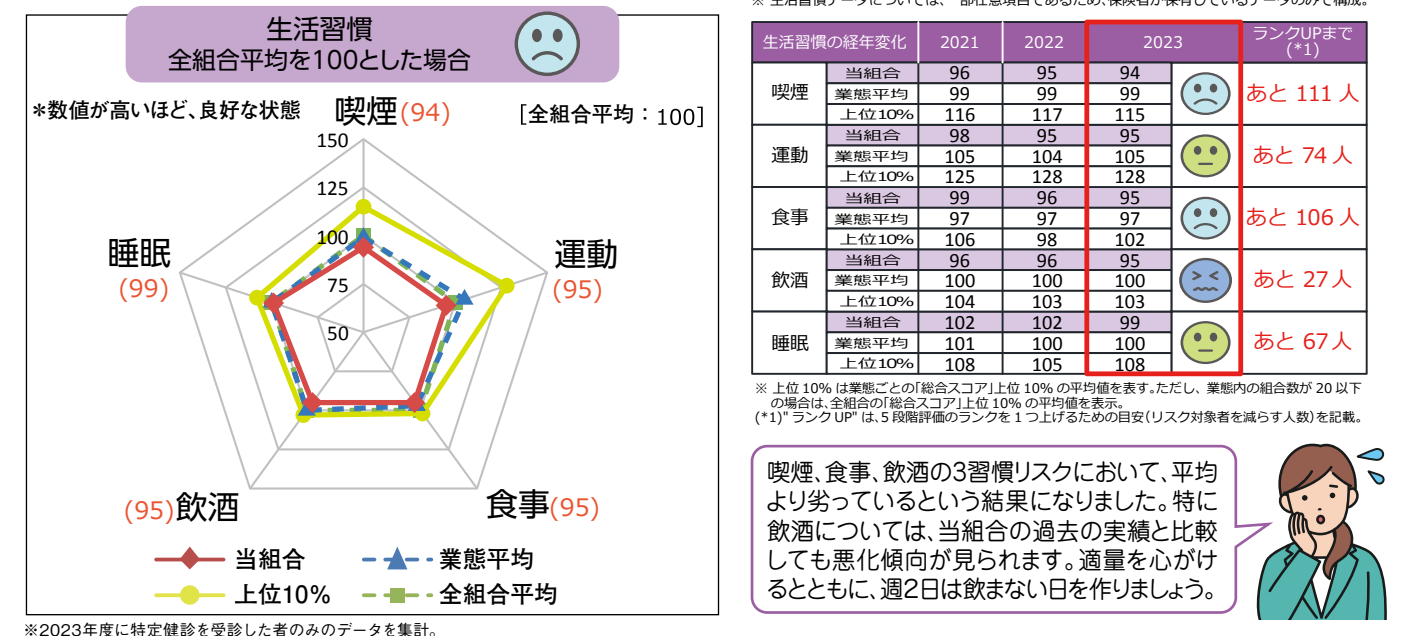
全健保組合平均を100とした際の各組合の相対値を高い順に5等分し、「良好😊」から「不良😞」の5段階で表記しています。

||||||| 【特定健診・特定保健指導】 |||||

特定健診・特定保健指導	単一組合順位	713位 / 1,119 組合
	全組合順位	840位 / 1,374 組合



||||||| 当組合の生活状況(適正な生活習慣を有する者の割合) |||||



再揭

令和7年度 健診事業のご案内 (健診事業体系図)

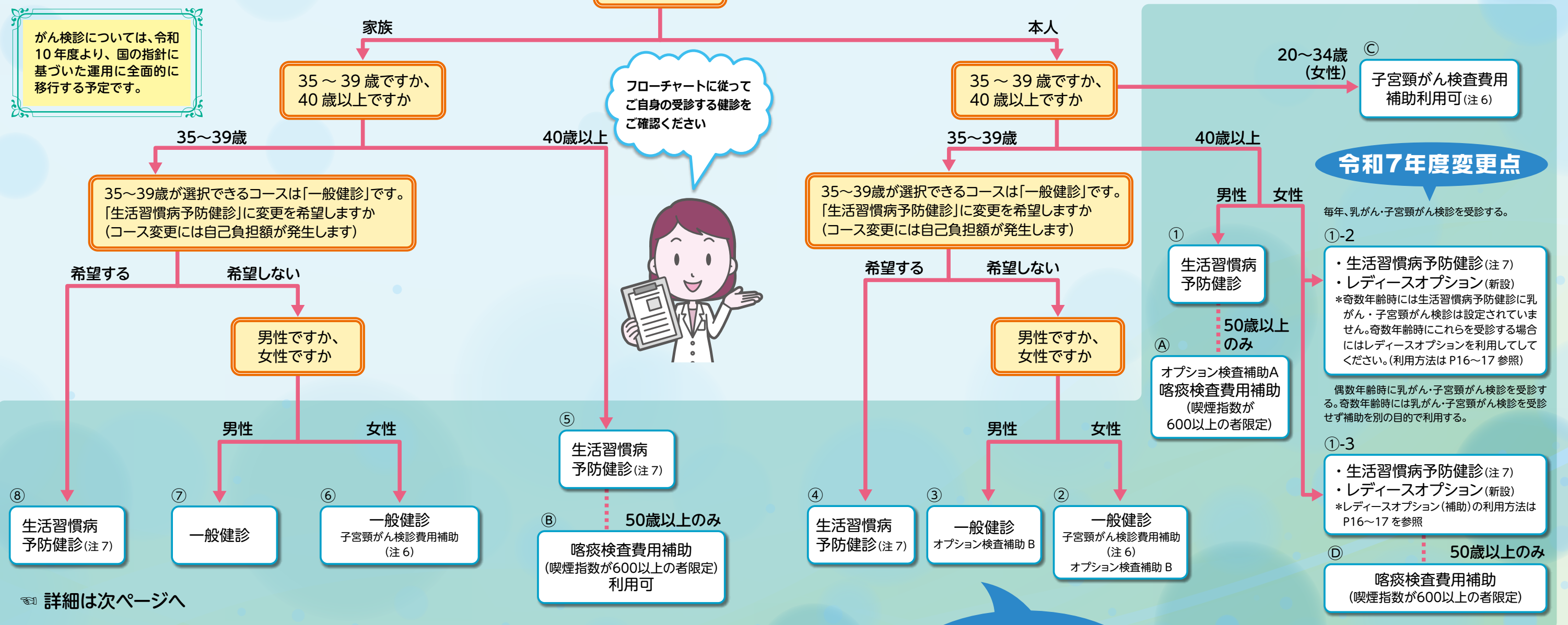
令和7年度より、奇数年齢における婦人科検診（乳がん・子宮頸がん検診）の受診は任意となりました。
詳細は、「健保だより」春号（令和7年4月1日発行）或いは当組合のホームページをご参照ください。

■国で推奨されているがん検診

種 類	検査項目	対象者	受診間隔
胃がん	問診に加え、胃部レントゲン、又は胃内視鏡検査のいずれか	50歳以上※1	2年に1回※1
肺がん	質問(問診)、胸部レントゲン及び喀痰細胞診	40歳以上	年に1回
大腸がん	問診及び便潜血検査	40歳以上	年に1回
子宮頸がん	問診、視診、子宮頸部細胞診及び内診	20歳以上	2年に1回
乳がん	質問(問診)及びマンモグラフィ※2	40歳以上	2年に1回

※1. 当分の間、胃部レントゲンについては40歳以上に対し年1回実施可 ※2. 視診、触診は推奨しない

がん検診については、令和10年度より、国の指針に基づいた運用に全面的に移行する予定です。



注：・年齢は年度内年齢(その年度の3月31日に於ける年齢)です。

・「子宮頸がん検診費用補助」は2年に1回、偶数年齢での受診のみが補助の対象となります。(注6)

- ・令和7年度より、奇数年齢時に於ける「生活習慣病予防健診」に乳がん・子宮頸がん検診の設定はありません。(偶数年齢時には、これまで通り組合の費用負担で受診出来ます。)また、偶数年齢時に於ける乳がん検診の検査方法がマンモグラフィのみとなり乳房超音波は選択出来ません。(注7)

・40歳以上であっても「一般健診」を受診することができます。

がん検診を含まないコース(一般健診)と
がん検診を含むコース(生活習慣病予防健診)の2つのコースがあります。

【一般（法定）健診の検査項目】

- ・診察、身体計測、視力、聴力、血圧
- ・尿検査（蛋白、糖）
- ・呼吸器（胸部レントゲン）
- ・循環器（心電図）
- ・血液検査（赤血球、ヘモグロビン）
- ・糖尿病（空腹時血糖）
- ・肝機能（GOT、GPT、 γ -GTP）
- ・脂質（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）

【生活習慣病予防健診の検査項目】

- ・法定健診の検査項目
- ・詳細項目
- ・胃がん検診（内視鏡・レントゲン）※3
- ・大腸がん検診
- ・乳がん検診（マンモグラフィ）
- ・子宮頸がん検診

※3.胃がん検診を受診されない場合に、健診自体が受診できない健診機関があります。この場合、他の受診可能な健診機関に変更いただくか、一般健診へのコース変更をお願いします。（HP健診機関リスト参照）

あなたの受ける健診は
これ!!

レディースオプション(レディース・ヘルス アップサポートプログラム)

女性の体は、年代とともに異なる健康課題に直面します。これは女性の体と心にさまざまな影響を通じて変動することが関係しています。変化してゆく健康課題に対して、その時々のご自身に

を及ぼす「女性ホルモン」が「1カ月ごと」と「一生」必要な対策を考えましょう。



がんの予防のため生活習慣を改善しましょう。また、乳がん予防のため「ブレストアウェアネス」を生活に取り入れましょう。

補助の利用例



女性Aさんの場合

(乳がん・子宮頸がんに関連して通院等をしていない)

注1：毎年5,000円のオプション補助枠が付与されます。ご自身の健康課題に対処するため、自由に用途を選択することが出来ます。

注2：当組合の乳がん(マンモ)・子宮頸がん検診を偶数年齢において受診しない場合には、奇数年齢の補助の用途は当該未受診の検査に限定されます。

国の基準では、乳がん・子宮頸がん検診は2年に1回の受診となります。毎年受診は推奨されていません。

乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診しないと、翌年(奇数年齢)の補助の用途が限定されます。

偶数年齢時

■50歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
ジョギングを開始する。ジョギングシューズの購入に補助を使用。

奇数年齢時

■51歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されています。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
骨粗鬆症検査(骨密度)を健診時に追加する。
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

偶数年齢時

■52歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：X

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
歯科医院で歯科検診を受診する。

奇数年齢時

■53歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：X

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
補助の用途が子宮頸がん検診受診に限定されます。
(上限額内であれば残額を他の目的に充当しても可。)



女性Bさんの場合

(乳がんに関連して定期通院をしている)

注3：既に通院している等の理由で当組合の乳がん・子宮頸がん検診を受けない場合は、これらの検査を受診したものとして取り扱い、補助を受けることが出来ます。

注4：偶数年齢時の補助額を奇数年齢に繰り越すことが出来ます。(奇数年齢から偶数年齢への繰り越しは不可。また、偶数年齢時に一部でも使用した場合には繰り越しが出来ません。)

症状が出ていたり、自覚症状がある場合には、当組合のがん検診ではなく直ちに専門医療機関を受診してください。

通院している等、乳がん・子宮頸がん検診を受診しない理由がある場合には、これらを受診したものと同見做します。

補助の用途が限定されません。

補助金額を繰り越すことが出来ます。

偶数年齢時

■42歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：X
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
ヨガ教室に入会。補助を入会金に使用する。

奇数年齢時

■43歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されています。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
フェムテックに補助を利用する。

偶数年齢時

■44歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：X
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
補助を利用する機会が無かったので、奇数年齢に補助額を繰り越す。

奇数年齢時

■45歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：X

オプション補助上限額：5,000円+繰越額5,000円

補助利用例：
筋トレを始める。スポーツジムへの入会金に使用する。



女性Cさんの場合

(これまで通り、乳がん・子宮頸がん検診を毎年受診したい)

オプション補助を利用して、奇数年齢時に乳がん・子宮頸がん検診を受けることが出来ます。

偶数年齢時

■44歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
補助を利用しないで、補助額を奇数年齢に繰り越す。

奇数年齢時

■45歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されています。

乳がん検診(マンモ等) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円+繰越額5,000円

補助利用例：
乳がん検診(エコーも可)・子宮頸がん検診を追加して健診時に受診する。
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

偶数年齢時

■46歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。
*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：○

オプション補助上限額：5,000円

補助利用例：
補助を利用しないで、補助額を奇数年齢に繰り越す。

奇数年齢時

■47歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。
*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ等) 受診状況：○
子宮頸がん検診 受診状況：X

オプション補助上限額：5,000円+繰越額5,000円

補助利用例：
乳がん検診(エコーも可)・子宮頸がん検診を追加して健診時に受診する。
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

健康の不安、こころの悩み— まずは電話で相談 してみませんか？

急な病気の心配や職場・ご家庭の問題から起こるストレスなど、からだやこころの健康についての悩みがあれば、まず「ファミリー健康相談」「メンタルヘルスカウンセリング」をご利用ください。経験豊かなスタッフが、からだとこころの健康についてのご相談に応じます。



**ファミリー
健康相談**
(からだの電話健康相談)



**メンタルヘルス
カウンセリング**
(こころの電話健康相談)
—オンライン面接も可能—

相談料・通話料 **無料**
プライバシー **厳守**

「こんなとき…」は
お電話ください

- こどもが急に熱を出した
- どの診療科に受診すべきかわからない
- 病気がなかなかよくなる
- 仕事でストレスがたまる
- 職場の人間関係で悩んでいる
- 育児・介護がづらい



ベストドクターズ・サービス
(名医紹介サービス)

1人で悩まずに **まずお電話を**

相談は無料です！	電話相談は、相談料・通話料ともかかりません。
プライバシー 厳守！	プライバシー保護のため、相談事業は外部へ委託して運営しています。個々人の相談の有無・内容等が職場等に伝わることはありません。 ※ご相談の関連上、年齢・都道府県名・相談者と相談対象者の続柄等をうかがう場合がありますが、プライバシーは厳守されます。

電話番号が「非通知設定」の場合は、始めに「186」をつけてご利用ください。



携帯電話に登録してね } **専用番号** **0120-877002**

兼松連合健康保険組合

兼松連合健康保険組合にご加入の皆様へ
スポーツクラブ ルネサンス 法人利用のご案内

Re RENAISSANCE

運動、サウナ、スパで!

家族で使えて
オトク!

ルネサンスなら
「始めたい」が
きっと見つかる。

健康 習慣

初心者向けの
運動も豊富!

5ヵ月ずーっとおトク! /

**ジム・サウナ
おためし会員** 月々 **¥5,500**

入会キャンペーン！ 9/13(土)～11/9(日)

月会費 2ヵ月分 0円	タオル& シューズ レンタル 最大2ヵ月 通常4,180円	都度利用も 特典対象! その他お得な 会員種別も あります。 詳しくはこちら!
-------------------------------	--	--

さらに!
ルネサンス公式オンラインショップ **2,000円分** クーポンプレゼント!



※特典は8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただいている方に限り適用（都度払い会員は対象外）。※フィットネス個人会員からのコーポレート会員へ変更の方は対象外。※レンタル用品のお取り扱いがない店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。※オプションサービスの無料期間終了後は通常月会費に自動移行となります。解約を希望する場合はフロントにてお手続きください。※事務手数料は別途必要となります。※ご契約の内容により紙面と一部サービスが異なる場合がございます。詳細は二次元バーコードから貴社専用ページでご確認ください。※表示価格は全て税込となります。

【ご利用可能時間・エリア】 ●営業時間中、終日ご利用できます。※24hジム導入店舗のみ、ジムエリアは24時間利用可能(未成年の方は、有人時間のみ利用となります) ●ジム、スタジオレッスン、ロッカールームと付帯のスパ施設、プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員などのプランをご選択ください。【ご利用開始・条件】 ●最長5ヵ月、新規ご入会者様限定の会員プランで、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただける方に限ります。 ●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別にご変更となります。(後から種別変更も可能) 会員プランについては料金ページでご確認ください。

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※記載の会員は、月ごとに変更可(変更手数料なし)。※以下の項目に該当する方の施設利用をお断りすることがあります。 ●医師等により、運動を禁じられている方 ●妊娠中の方 ●他人に感染する恐れのある疾病を有する方 ●酒気を帯びている方 ●刺青(タトゥー含む)のある方 ●ペット連れの方 ●反社会的勢力関係者 ●弊社の会員規約に同意いただけない方 ●その他弊社が不適当と認めた方
※2025/5/20 時点 2025秋_840010627851