

2022.8.第42号

けんぽだより

CONTENTS

- *令和3年度 収支決算について2
- *家庭用常備薬販売のお知らせ3
- *子宮頸がん・大腸がん
郵送による検診のご案内4
- *ヘルシー&優しいレシピ
ガスパチヨ風そうめん裏表紙



日本レストランエンタプライズ健康保険組合

令和3年度 収支決算について

一般勘定

令和3年度は、(株)JR東日本フーズを含むJR東日本子会社4社が統合・合併し(株)JR東日本クロスステーションが設立・発足した年度になりました。この合併による被保険者数の大幅な増加や減少等はありませんでしたが、令和2年度から引き続き新型コロナウイルス感染拡大による飲食・サービス業界への影響は大きく、健康保険組合運営にも大きな影響がありました。

一般勘定においては、前述の通り新型コロナウイルスの影響による保険料収入の落ち込みを見込んで、令和3年度は保険料率の引き上げ(94.00%→96.00

%)を実施いたしました。また予算編成にあたっては予め収入に係る平均標準報酬月額や総標準賞与額を低めに設定しておりましたが、実際には令和3年度の被保険者数の減少は想定以上のものとなり、最終的な経常収入額は対前年比89.6%となりました。支出については被保険者一人当たりの保険給付費は増加した一方で、経常支出全体では対前年比97.9%という結果となりました。最終的には、経常収支差引き額は平成26年度以来7年ぶりの経常赤字決算となりました。

介護勘定

一般勘定と同様に新型コロナウイルスの影響を見越して、令和3年度の介護保険料率の引き上げ(17.60%→18.60%)を実施いたしました。しかしながら被保険者数・平均標準報酬月額・総標準賞与額の減少によ

て、令和3年度の介護保険料収入は対前年比98.0%という結果でした。一方、支出に関しては対前年比93.9%となったため、介護勘定における収支差引額は24,713千円の黒字計上となりました。

【一般勘定】令和3年度収入支出決算

収入

(単位：千円)

科目	令和3年度 決算額	令和2年度 決算額
健康保険収入	1,379,439	1,541,149
調整保険料収入	18,956	21,662
繰入金	300,000	230,000
財政調整事業交付金	20,861	25,041
雑収入・その他	2,563	2,708
収入合計	1,721,819	1,820,560

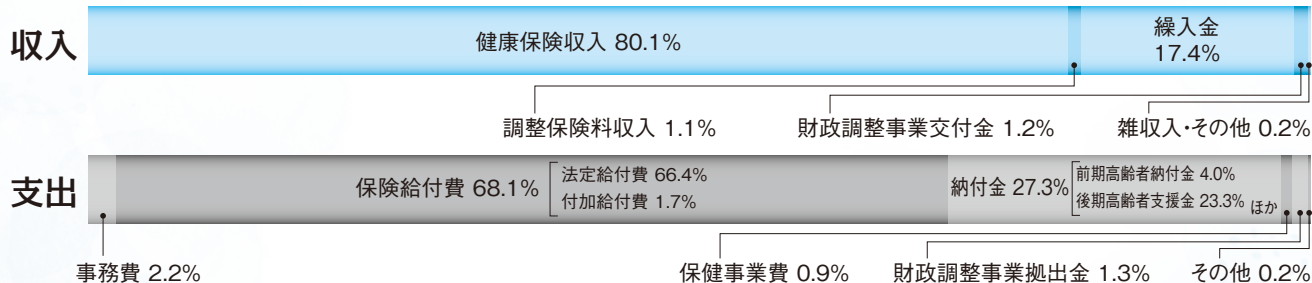
支出

(単位：千円)

科目	令和3年度 決算額	令和2年度 決算額
事務費	33,486	32,249
保険給付費	1,027,433	1,034,840
法定給付費	1,001,948	1,010,814
付加給付費	25,485	24,026
納付金	411,157	438,415
前期高齢者納付金	59,830	50,810
後期高齢者支援金	351,316	387,592
保健事業費	14,323	13,116
財政調整事業拠出金	18,910	21,624
その他	2,403	2,669
支出合計	1,507,712	1,542,913

差引残金 2億1,410万7千円

一般勘定 ● 令和3年度収入支出決算



介護勘定 ● 令和3年度収入支出決算



今年の家庭用常備薬販売のお知らせ



風邪薬、胃腸薬、花粉予防薬、その他健康食品等がお値打ち価格となっております。

定価価格より
最大70%
引き!

例

頭痛バファリンA **43% OFF!**

新ルルエース **66% OFF!**

今年はWEBページからのみ、ご購入の受付を行っております。
パソコンまたはスマートフォンからお申し込みください。

申し込み受付期間

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

令和4年 9月 1日

令和5年 1月 31日

1 下記アドレスより、販売サイトへアクセスしてください。

https://www2.kenkoujin.jp/assen/users/sign_in/red

スマートフォンをお持ちの方は、
二次元バーコードからでもアクセスできます。



2 「ID」「パスワード」「暗証番号」を入力して、ログインしてください。

- *初めてアクセスする方は、「ID」「パスワード」を当該ページで設定してください。
(前年ご注文いただいた方など「ID」「パスワード」を既にお持ちの方は、そのままご利用可能です。)
- *「暗証番号」は「6985」とご入力ください。

家庭常備薬・健康管理用品のご案内

ID・パスワードを入力してログインして下さい。

ログインID

パスワード

キャンセル ログイン

※IDをお持ちでない方はこちら (IDを取得して下さい)

初めての方は
こちらから

子宮頸がん・大腸がん



郵送による検診のご案内



令和4年度は、子宮頸がん(HPV)検査と大腸がん検診を実施いたします。なお、検診ごとにそれぞれ年齢基準がありますので、ご注意ください。

申込
締切日

令和4年
11月30日(水)まで

子宮頸がん(HPV)検査

25歳以上の女性の被保険者と被扶養者

(保険証をお持ちのご家族)

※妊娠中、出産後1年未満の方の申し込みはご遠慮ください。

●子宮頸がん検査方法について

子宮頸がん検査は、HPV(ハイリスク・ヒトパピローマ・ウイルス)の検査となります。HPVは、感染が持続すると子宮頸がんの主な原因となるウイルスです。HPV感染の有無を検査することによって、がんになる前の早い段階にリスクを取り除くことが可能になります。



大腸がん検診

40歳以上の被保険者と被扶養者

(保険証をお持ちのご家族)



ご希望の方は申込書にご記入の上、ご郵送ください。WEBでの申し込みも受け付けております。

ご自宅に検査キットをお送りしますので、検体を採取し検査機関へご返送ください。検診費用は「けんぽ組合」が負担いたします。申込書郵送料84円と検体郵送料(140円)については、受診者様にご負担をお願いします。

ぜひ、この機会をご自分の体と向き合うきっかけとしてご利用ください



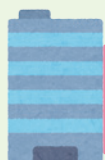
※なお例年、郵送式がん検診を申し込んで「検査キット」を受け取られても、「検体」を郵送されない方がいらっしゃいます。検体を郵送されない場合は「受診勧奨通知」をお送りしておりますが、それでも検体を郵送しない方には、検診の実費相当額(事務手数料含む)をご負担いただくこととなりますのでご注意ください。

家庭に
いながら
自己検診

申し込みから検査結果通知までの手順



今年度から
WEBでの
申し込みも
受け付けています



(株)あまの創健

②申し込み通知

検査を受ける人
(受診者)

① 郵送キットの届き



③ 検体キットの回収

④ 検体郵送

⑤ 検体郵送通知

④の検体の郵送期限は
令和5年1月31日(火)
までとなります。



半田市医師会
健康管理センター

③ のりしろ

①キリトリ線

※こちら側にのり付けをしてください。

4 6 1 8 7 9 0

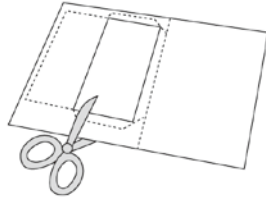
おそれいりま
すが、必ず84
円切手を貼
ってください!

封筒の作り方

手順

①

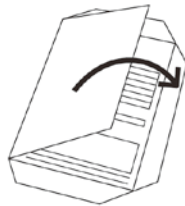
申込用紙を“キリトリ線”で
切り取ります。



手順

②

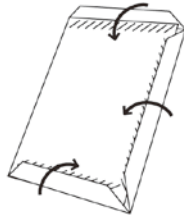
“やま折り線”に沿って申込書
を内側にして折ります。



手順

③

“のりしろ”にのりを付けて、
はがれないように貼りつけ
てください。



手順

④

封筒に84円切手を
貼ってポストに
投函してください。



② やま折り

株式会社 あまの創健

郵送検診窓口 行

名古屋市東区泉二丁目20番20号

③ のりしろ

日本レストランエンタプライズ健康保険組合

※こちら側にのり付けをしてください。

①キリトリ線

③ のりしろ

疾病の治療は大切です。予防も大切です。
でも一番大切なことは、**早期発見!**

郵送検診申込書

<ご記入の注意事項>

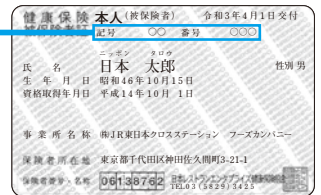
お届け先住所(棟番号)、氏名、被保険者証番号を必ずご記入ください。
被保険者証番号がない場合は受診できないことがありますので、ご注意ください。
(社員番号ではなく、必ず被保険者証番号をご記入ください。)

申込締切日：R4年11月30日(水) 到着分

被保険者証
記号・番号

—

※社員番号でなく、必ず保険証番号を
ご記入ください。



被保険者
氏名

事業所名(会社名)

フリガナ						希望検診項目に○印をつけてください。
受診者氏名 被保険者	男 女	昭 平	年	月	日生	満 才
フリガナ						希望検診項目に○印をつけてください。
受診者氏名 被扶養者	男 女	昭 平	年	月	日生	満 才
受診者の住所 マンション、アパート等は、 部屋番号を記入してください。	〒 — — — — —		電話番号 ()		—	

※検査容器は、各受診者宅に直接送付されますので、住所、TEL等は正確にご記入ください。

※お申し込みの際は、ご記入もれがないかもう一度ご確認ください。

※郵便にて配送いたしますので、確実に受け取りのできる住所を
ご記入ください。

日本レストランエンタプライズ健康保険組合



郵便

上記の申込書をA4両面印刷の上、
封筒に組み立ててポストへ投函してください。
必ず84円切手を貼付してください。

WEBでの申し込み方法

01

下記アドレスへアクセスしてください。
スマートフォンの場合は、QRコードにも対応しています。



<https://www.kenkoujin.jp/kenkou/nre-kenpo>

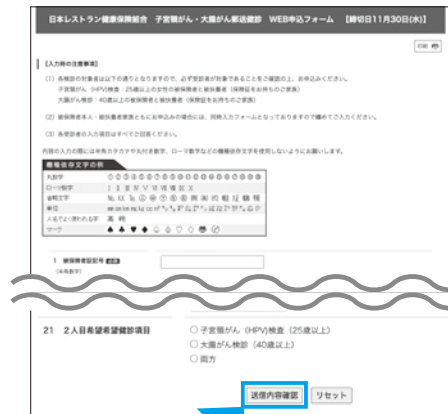
02

WEB申込フォーム内注意事項等をご確認後、ページ下部「申込フォーム」のバナーをクリック。



03

申込情報を記載の上、「送信内容確認」をクリック。
次のページに移動後、申込情報を確認し、「送信」をクリック。



04

申し込み後、約1ヶ月で検査機関よりお手元に検査キットが届きます。

お願い

- ① 郵送式検診を申し込み時には「被保険者」の資格を有していても、検査結果通知後までに資格を喪失された方には検査費用実費分をご負担いただくことがあります。
- ② 前年度も郵送式検診を申し込み、「受診勧奨通知」を受け取られても「検体」を送らずに受診をされなかった方については、今年度はご遠慮ください。

* 検診結果は「けんぽ組合」にも報告されます。
「けんぽ組合」では検診データを「個人情報保護法」に基づき厳重に管理いたします。

* **委託業者** (株)あまの創健

検診実施機関 (一社) 半田市医師会健康管理センター

(〒475-8511 半田市神田町1-1 TEL 0569-27-7877)

昨今の個人情報流出事件に配慮し、検診委託業者はプライバシーマーク認定業者にて実施いたします。

問い合わせ先

(株)あまの創健
郵送検診窓口



フリーダイヤル

0120-88-1216

検査実施機関：(一社)半田市医師会 健康管理センター健診事業部

ガスパチョ風そうめん

ヘルシー
&
優しい

レシピ

生活習慣病の予防・治療の基本は毎日の食事。からだに気をつかいつつ、ボリュームがあって美味しいメニューを紹介します。作り方も簡単なので、ぜひ挑戦してください。

●料理制作● ●撮影●
料理研究家・栄養士 今別府紘行
今別府靖子

免疫サポートポイント

オクラや大葉のβカロテン、トマトのリコピンは血管や粘膜を丈夫に保ち、免疫細胞の働きをサポートします。ミックスビーンズで、タンパク質(免疫細胞を作る・活性化させるのに必要)を摂れるのもポイントです。

* * *



材料



Point 1 オクラはゆでなくても電子レンジで加熱できます。



Point 2 ガスパチョをつくるときは一般的にミキサーを使いますが、トマトジュースなら手間と時間を短縮できます。

これも OK!

- きゅうりは、冷凍しておいてすりおろすとより簡単に!
- トマトジュースの代わりに、冷凍したトマトをすりおろしても◎

1人分 ●カロリー: 249kcal
●塩分: 1.5g

さっぱり&栄養満点!
スペインの冷製スープ、
「ガスパチョ」風のアレンジそうめんです

詳しい作り方は
こちら!



材料(2人分)

そうめん 2束(100g)
 トマトジュース 300ml
 きゅうり 1/2本
 オクラ 4本
 ミックスビーンズ 大さじ2
 コーン 大さじ2
 { オリーブ油 30ml
 A 酢 20ml
 塩 少々
 大葉 2枚

作り方

- きゅうりは粗みじん切り、大葉は千切りにする。オクラは破裂を防ぐために包丁の先やつまようじで3~5ヶ所穴をあけ、塩をまぶして手でこすり、耐熱皿に並べてラップをかけて電子レンジ(500w)で1分加熱する
Point 1。粗熱がとれたら小口切りにする。
- ボウルにトマトジュースとAを入れて混ぜ合わせ
Point 2、1とミックスビーンズ、コーンを加えて混ぜる。
- そうめんをゆで、流水で冷やして水気を切る。
- 2のガスパチョ風ソースを器に入れてそうめんを盛り付け、仕上げに大葉のをせる。

*そうめんの代わりにうどん、冷たいパスタでもOKです。
 *夏はガスパチョ風ソースを冷やしておく、より美味しくいただけます。