

2023.8.第44号

けんぽだより

CONTENTS

- * 理事長就任のご挨拶 2
- * 令和4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
鶏ひき肉のガパオライス 裏表紙



日本レストランエンタプライズ健康保険組合

理事長就任のご挨拶

日本レストランエンタプライズ健康保険組合
理事長 深谷 光浩



この度、日野前理事長の後任として理事長に就任いたしました。当健康保険組合は平成12年4月の組合設立から、決して順風満帆な時代ばかりではなかった時も、常に事業主と被保険者とが互いに連携し、相互扶助の精神の下で協力を惜しまず運営を行ってきたとっております。

しかしながら、昨今の高齢化による医療費の増大、高齢者医療への過重な拠出金の負担増、また現役世代の減少による財源不足など、健保組合を取り巻く環境は年々厳しさを増し、数多くの健康保険組合が赤字運営に苦しんでいるのが現状です。

また、この数年間は新型コロナウイルス感染拡大により、経済活動の停滞、生活行動の制限が余儀なくされ、非常時の医療提供体制の脆弱さも露呈されました。

このように厳しい状況の中、理事長に就任したことに、改めてその責務の大きさを痛感しておりますが、今後とも当健康保険組合が健全で更なる発展を実現するよう全力で取り組んでまいりますので、前理事長同様、温かいご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

末筆にはなりますが、健康保険組合加入の被保険者・ご家族の皆様のご健勝を心から祈念しまして、就任のご挨拶とさせていただきます。

令和4年度 収支決算 について

一般勘定

令和4年度も新型コロナウイルス感染症拡大による保険料収入が懸念され、被保険者数でも対前年比95.1%と減少した結果、大きな減収を覚悟しましたが、平均標準報酬月額や総標準賞与額が増額となったことで、経常収入は対前年比103.4%となりました。しかしながら、支出では保険給付費は総額で減少したものの、納付金が対前年比120.8%となったため、経常支出は対前年比105.5%となっています。その結果最終的な経常収支差引額は142,352千円の赤字決算となりました。

介護勘定

介護勘定は、介護保険料率の引下げ(18.60%→17.60%)を実施し、保険料収入の減収を見込んだうえで予算編成を行いました。しかし結果としては、一般勘定と同様に平均標準報酬月額や総標準賞与額が増額となったことで、介護収入は対前年比102.6%となりました。一方で支出では介護納付金は増額(対前年比105.3%)となりましたが、介護勘定の最終的な収支差引額は21,891千円の黒字決算となりました。

【一般勘定】令和4年度収入支出決算

収入

(単位：千円)

科目	令和4年度 決算額	令和3年度 決算額
健康保険収入	1,423,734	1,379,439
調整保険料収入	19,574	18,956
繰入金	202,334	300,000
財政調整事業交付金	39,564	20,861
雑収入・その他	22,512	2,563
収入合計	1,707,718	1,721,819

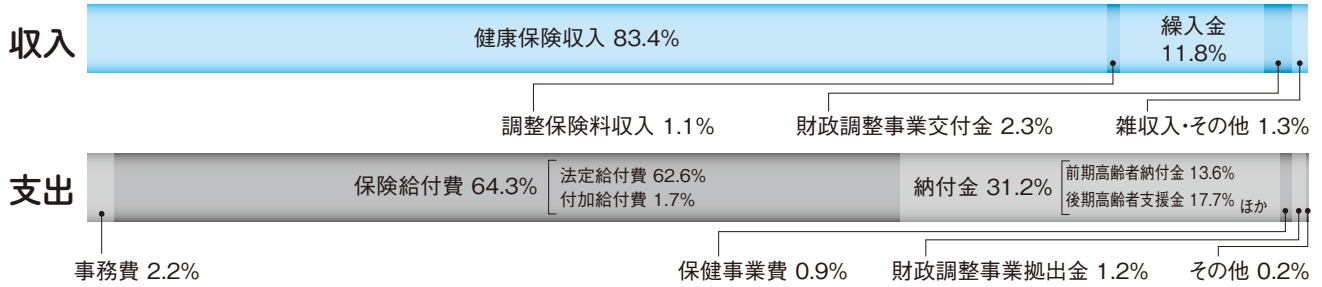
支出

(単位：千円)

科目	令和4年度 決算額	令和3年度 決算額
事務費	35,286	33,486
保険給付費	1,022,322	1,027,433
法定給付費	994,608	1,001,948
付加給付費	27,714	25,485
納付金	496,829	411,157
前期高齢者納付金	215,515	59,830
後期高齢者支援金	281,313	351,316
保健事業費	13,568	14,323
財政調整事業拠出金	19,551	18,910
その他	2,860	2,403
支出合計	1,590,416	1,507,712

差引残金 1億1,730万2千円

一般勘定 ● 令和4年度収入支出決算



介護勘定 ● 令和4年度収入支出決算



収入合計 1億5,765万2千円

支出合計 1億3,576万1千円

収入支出差引額 2,189万1千円

今年のご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**73%**
引き!

例

頭痛バファリンA **33% OFF!**

グリーンデンタルF **55% 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5年 9月 1日

、

令和6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://ec.kenkoujin.jp/jwa/JWA101/JWA101_001/Init/6193900a5114e14d5e83239df3cee638

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

「団体コード」に「6985」を入力して
認証を進めてください。

* (株)あまの創健でのWEBサイトのリニューアルに伴い、
ログイン方法が変更となっております。



子宮頸がん・大腸がん



郵送による検診のご案内

令和5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5年11月30日(木)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「健保組合」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



検査を受ける人(受診者)



④の検体の郵送期限は
令和6年1月31日(水)までとなります。

① 郵送料(84円)と検体郵送料(140円)を
お支払いください



② 申し込み通知
③ 検体キットの返却

④ 検体郵送
⑤ 検体郵送通知



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

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

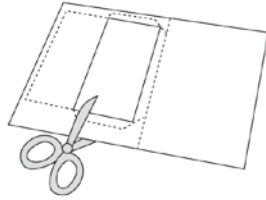
おそれいりま
すが、必ず84
円切手を貼
ってください!

封筒の作り方

手順

①

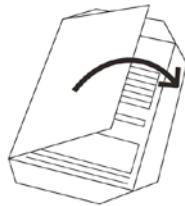
申込用紙を“キリトリ線”で
切り取ります。



手順

②

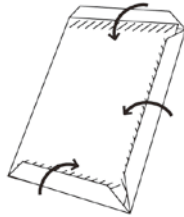
“やま折り線”に沿って申込書
を内側にして折ります。



手順

③

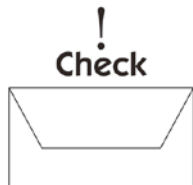
“のりしろ”にのりを付けて、
はがれないように貼りつけ
てください。



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。



※のり付けする前にもう一度
申込内容をご確認ください。

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

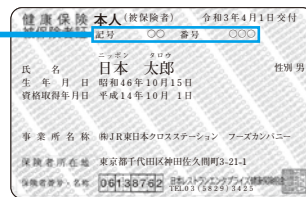
<ご記入の注意事項>

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：R5年11月30日(木) 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	大腸 ・ 子宮 (40歳以上) (25歳以上女性)
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	大腸 ・ 子宮 (40歳以上) (25歳以上女性)
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

上記の申込書を封筒に組み立てて、
ポストに投函してください。
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>

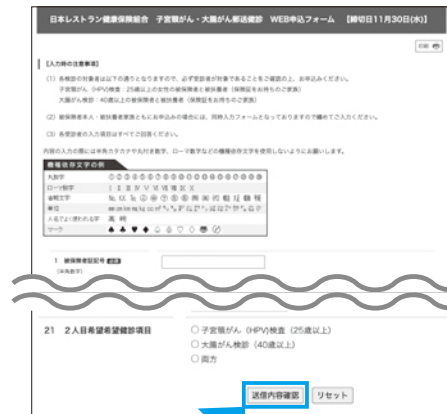
02

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

鶏ひき肉の ガパオライス



1人分 ●カロリー：649kcal
●塩分：1.6g

お家で手軽にアジア飯♪
バジルの香りが食欲をそそる、
栄養&スタミナ満点な一皿です

詳しい作り方は
こちら！



材料(2人分)

鶏ひき肉(もも)	150g
ピーマン	1個
赤パプリカ	1/4個
玉ねぎ	1/4個
生バジル	10g
にんにく	小1かけ(チューブ可)
しょうが	1/2かけ(チューブ可)
豆板醤	小さじ1/2
ナンプラー	小さじ1
オイスターソース	小さじ1
砂糖	小さじ1/2
卵	2個
サラダ油(目玉焼き用)	大さじ1
ごま油	大さじ1
麦ご飯	約300g /米1合+麦30g

作り方

- ピーマン、赤パプリカはヘタと種をとって粗みじん切りにし、玉ねぎ、にんにく、しょうがも粗く刻む。生バジルは手で細かくちぎる **Point1**。
 - フライパンにサラダ油を入れて強めの中火で熱し、卵を割り入れてふたをしないで焼き、まわりが茶色く固まってきたら取り出す **Point2**。
 - フライパンの余分な油をキッチンペーパーで拭き取ってからごま油を入れ、にんにくとしょうがを中火で炒める。香りが出てきたら鶏ひき肉を加え、細かくほぐしながら火が通るまで炒める。
 - 3**に玉ねぎ、ピーマン、赤パプリカを加えてさらに炒め、**A**を加えて全体を混ぜる。野菜に火が通ったら、生バジルを加えて軽く炒める。
 - お皿に麦ご飯を盛り付け、**4**のバジル炒めと**2**の目玉焼きをのせる。
- *鶏ひき肉は、むねを選ぶと、よりあっさり仕上がります。
*麦ご飯を白米に、鶏ひき肉を豚ひき肉に変えても美味しく作れます。

[けんぽだより]第44号(令和5年8月発行)

日本レストランエンタプライズ健康保険組合 〒101-0025 東京都千代田区神田佐久間町3-21-1 電話03(5829)3425

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

食材×栄養 ●鶏ひき肉

鶏ひき肉はからだの修復を促すアミノ酸を多く含むうえ、糖質・脂質をエネルギーに変えるのに役立つビタミンB群も豊富。また、挽いてある分消化吸収しやすいという特徴も。暑さ等で疲れがちな季節の栄養チャージにぴったりな食材です。

* * *



材料



Point1 「ガパオ」はタイ語でバジルのこと。手でちぎって調理の最後に加えると、バジルの風味が生まれます。



Point2 目玉焼きをカリカリにするコツは、油を少し多めに入れてフライパンをしっかりと温めること。ふたをせずに強めの中火で焼きましょう。

みんなで美味しく

辛いのが苦手な方(お子さん等)は**A**を下記レシピにチェンジ!

- ・薄口しょうゆ、砂糖…各大さじ1/2
- ・レモン汁……………大さじ1
- ・オイスターソース…大さじ1/4
- ・カレー粉……………小さじ1/2