

2024.8.第46号

けんぽだより



CONTENTS

- * 令和5年度 収支決算について 2
- * 「資格情報のお知らせ」の交付について/
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
イワシのトマトカレー 裏表紙

一般勘定

新型コロナウイルス感染症は5類に引き下げられたことから、当健康保険組合の事業主の業績が回復基調をたどっています。

健康保険組合は前年までの赤字決算からの脱却のため、令和5年度は保険料率を引き上げ(96.00/1,000→99.00/1,000)、また総標準賞与額の増額(対前年140.3%)もあり、保険料収入は予算を上回り(対前年112.6%)になりました。一方、支出については保険給付額(傷病手当金等)が対前年107.3%、納付金(医療費等)が同129.6%になり、最終的な経常収支差引額は▲187,889千円の赤字決算になりました。

介護勘定

令和5年度は介護保険料率の引き下げ(17.60%→15.60%)を実施し、介護保険料収入は減収で予算編成をしましたが、一般勘定同様平均報酬月額や総標準賞与額が増額になったため、収入は対前年100.4%になりました。国に納める介護納付金は増額になっております。結果、最終的な介護勘定の収支差引額は20,556千円の計上となりました。

【一般勘定】令和5年度収入支出決算

収入

(単位：千円)

科目	令和5年度 決算額	令和4年度 決算額
健康保険収入	1,602,589	1,423,734
調整保険料収入	21,333	19,574
繰入金	300,000	202,334
財政調整事業交付金	17,430	39,564
雑収入・その他	38,571	22,512
収入合計	1,979,923	1,707,718

支出

(単位：千円)

科目	令和5年度 決算額	令和4年度 決算額
事務費	33,342	35,286
保険給付費	1,096,444	1,022,322
法定給付費	1,065,882	994,608
付加給付費	30,562	27,714
納付金	644,111	496,829
前期高齢者納付金	333,879	215,515
後期高齢者支援金	310,231	281,313
保健事業費	16,195	13,568
財政調整事業拠出金	21,314	19,551
その他	2,068	2,860
支出合計	1,813,474	1,590,416

経常収支差引(令和5年度) = ▲187,889千円
※令和4年度 = ▲142,352千円



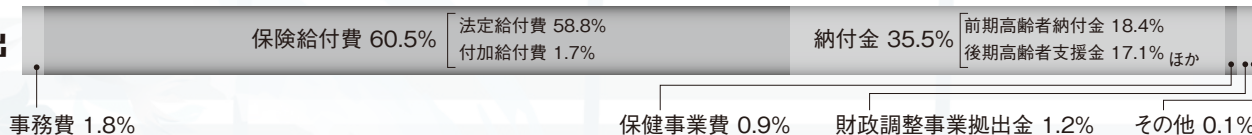
差引残金 1億6,644万9千円

一般勘定 ● 令和5年度収入支出決算

収入



支出



介護勘定 ● 令和5年度収入支出決算

収入



支出



収入合計 1億6,028万7千円

支出合計 1億3,972万1千円

収入支出差引額 2,056万6千円

「資格情報のお知らせ」の交付について

令和6年の8月下旬から9月にかけて、健康保険組合から「資格情報のお知らせ」*を現在ご加入中の被保険者・被扶養者の皆様へ交付いたします。

*「資格情報のお知らせ」とはマイナンバーカードに係る個人番号を改めてご確認いただくための資格確認のお知らせのことで。

▼「資格情報のお知らせ」



1 個人番号の確認

「資格情報のお知らせ」をお受け取りになったら、該当の方の個人番号の12ケタのうち下4ケタが正しいかどうかをご確認をお願いいたします。もし番号が異なっている場合は、必ず会社へお知らせ願います。

2 資格情報のお知らせは大切に保管を

今年の12月に健康保険証の新規発行は廃止となります。現在お持ちの健康保険証については猶予措置として1年間（令和6年12月2日から）は有効となっておりますが、いずれは使用不可となります。その場合「資格情報のお知らせ」が当健康保険組合における記号番号の控えとなりますので、大切に保管をお願いします。

3 カードリーダー未設置の医療機関で使用可能 (必ずマイナ保険証も持参)

資格情報のお知らせはA4用紙の右下隅の点線部分を剥がしていただくと、財布に入るサイズのカードとなります（剥がした後の台紙は大切に保管ください）。この「資格情報のお知らせカード」と「マイナンバーカード」を一緒に、カードリーダー未設置の医療機関に提示することで保険診療を受けることが可能となります。

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。

掲載品目数
250品目以上!

例 頭痛バファリンA・グリーンデンタルFやロキソニンSなども購入できます!

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

令和6年 9月 1日

令和7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。

子宮頸がん・大腸がん



郵送による検診のご案内

令和6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6年
11月30日(土)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(10月1日以降の投函は110円)と検体郵送料140円(10月1日以降の投函は180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7年1月31日(金)
までとなります。

① 郵送キットの届き(郵送料別添付)



② 申し込み通知

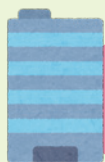
③ 検体キットの取り出し

④ 検体郵送

⑤ 検体郵送通知



今年度も
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。

9月30日までの
投函
84円切手
10月1日以降
の投函
110円切手

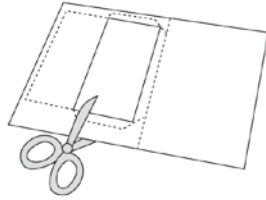
4 6 1 8 7 9 0

封筒の作り方

手順

①

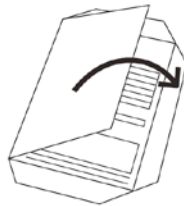
申込用紙を“キリトリ線”で切り取ります。



手順

②

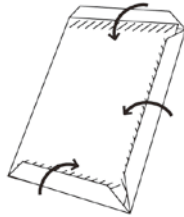
“やま折り線”に沿って申込書を内側にして折ります。



手順

③

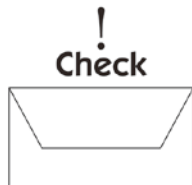
“のりしろ”にのりを付けて、はがれないように貼りつけてください。



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

名古屋市東区泉二丁目20番20号

株式会社 あまの創健

郵送検診窓口 行

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>

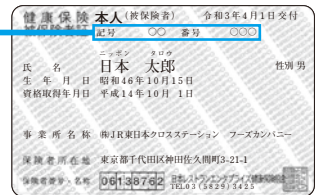
お届け先住所(棟番号)、氏名、被保険者証番号を必ずご記入ください。
被保険者証番号がない場合は受診できないことがありますので、ご注意ください。
(社員番号ではなく、必ず被保険者証番号をご記入ください。)

申込締切日：R6年11月30日(土) 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。

*10月1日以降に投函の場合は110円になります。

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、今年度をご遠慮ください。

* 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

イワシのトマトカレー

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 ◆イワシ水煮缶◆

イワシに含まれる良質な油(DHA・EPA)は、動脈硬化の予防、認知機能の維持などに役立ちます。缶詰なら面倒な下処理が不要なだけでなく、骨(カルシウムが豊富!)まで丸ごと食べることができ、効率よく栄養をとれる点も魅力です。

* * *



材料



Point1 イワシ水煮缶は汁ごと加えて、汁に溶け出したイワシの栄養も余さずとりましょう。



Point2 にんにくは風味とコクを出し、しょうがはイワシの臭みを和らげます。煮始めるタイミングで加えるのが風味よく仕上げるポイントです。

これでもOK!

- イワシ水煮缶は、しょうゆ煮缶も可。ウスターソースは大きじ1/2に減らしてください。
- スライスチーズや粉チーズのトッピングでまろやかに!

1人分 ●カロリー: 551kcal
●塩分: 1.4g

夏バテ予防にぴったり!
缶詰×カレー粉でできる
お手軽スパイスカレーです

詳しい作り方は
こちら!



材料(2人分)

イワシ水煮缶	1缶(150g)
玉ねぎ	中1/2個
ズッキーニ	1/2本(約80g)
パプリカ	1/2個
カレー粉	大きじ1
カットトマト水煮缶	1缶(400g)
ウスターソース	大きじ1
すりおろしにんにく*	小さじ1/2
すりおろししょうが*	小さじ1/2
*チューブでも可	
オリーブ油	大きじ1
ご飯	2杯分(360g)
塩・こしょう	各少々
パセリのみじん切り	適宜

作り方

- 1 玉ねぎは薄切り、ズッキーニは輪切り、パプリカはヘタと種をとって乱切りにする。
 - 2 フライパンにオリーブ油を入れて中火で熱し、玉ねぎをしんなりするまで炒めたら、ズッキーニとパプリカも加えてさらに2分ほど炒める。イワシ水煮缶を汁ごと入れて **Point1** 軽く崩しながら炒め、カレー粉を加えて全体になじませる。
 - 3 **A**を加えて軽く混ぜ合わせ **Point2**、ふたをして火を弱めて5~6分煮る。
 - 4 塩、こしょうで味をととのえて器に盛り付け、お好みでパセリのみじん切りをご飯にのせる。
- *甘口のカレー粉を使うと、お子さんや辛いものが苦手な方も美味しくいただけます。