

健康保険委員だより

協会けんぽ 広島支部
マスコットキャラクター
健康 いろは



協会けんぽ 広島支部
マスコットキャラクター
健康 かえで



三次のひまわり畑・広島県

目次

今から使おう!マイナ保険証!	P2
「資格情報のお知らせ」の配付にご協力をお願いします	P3
【協会けんぽ広島支部×マイナビ健康経営】 健康経営セミナーを開催しました!	P4
いろはとかえでの企業探訪!～健康経営の好事例のご紹介～ Vol.3	P5
年に1度の健診に生活習慣病予防健診を利用しませんか?/ 大切な従業員の皆様の健康を守るため「健康サポート(特定保健指導)」の利用を お勧めください!	P6
スポーツクラブで健康づくり!はじめませんか?	P7
【傷病手当金支給申請書】事業主証明の記載ポイント/ 出張相談窓口の閉鎖について/KENCOコラム・レシピを公開中!	P8



今から使おう！マイナ保険証※！

⚠️ 現行の健康保険証は令和6年12月2日から新規発行が廃止されます

※健康保険証を利用登録したマイナンバーカード

マイナンバーカードを健康保険証として利用登録することで、マイナンバーカードを使って医療機関を受診できます。マイナンバーカードを健康保険証として利用すると、より適切な医療を受けることができたり、窓口で限度額以上の支払いが不要となるなどのメリットがあります。

いつもの通院等が便利に!

就職や転職後の健康保険証の切り替え・更新が不要!

※新しい保険者によるマイナンバーの資格登録は必要



被保険者の市区町村民税が非課税の方は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請が別途必要です。

限度額適用認定証についてはこちら



支払い

医療費が高額な場合に申請する「**限度額適用認定証**」が**不要**

受付

顔認証で自動化された受付 **高齢受給者証の持参も不要**

顔認証※付きカードリーダーで本人確認と保険資格の確認が一度に実施可能。

※数字4桁の暗証番号の入力でも可。

旅行先や災害時でも、薬の情報等を連携できます。



診療・薬剤処方

医療情報の共有化でより適切な医療が受けられる

過去に処方された薬や特定健診等の情報を医師や薬剤師と共有できます。

※本人の同意なく共有されることはありません。

マイナポータルで もっと簡単!便利に!

- 自身でも特定健診や薬の情報をマイナポータルで確認できる
- マイナポータルからe-Taxに連携し、確定申告が簡単に

令和6年12月2日以降、マイナ保険証をお持ちでない方には「資格確認書」が交付され、引き続き保険診療を受けることができます。また、現在お持ちの健康保険証は、資格喪失になる場合を除き、令和7年12月1日まで使用できます。

マイナンバーカードの健康保険証利用の申込は

医療機関で

医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申し込めます



スマホから

マイナポータルアプリをインストール



iPhone



Android

セブン銀行ATMで

必要なものはマイナンバーカードのみ!

ATM画面

- 1 マイナンバーカードでの手続き
- 2 健康保険証利用の申し込み



マイナンバーカードの健康保険証利用に関するお問い合わせはこちら



マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0178

マイナンバー

平日:9時30分~20時 土日祝:9時30分~17時30分

詳しくはこちらから

健康保険証とマイナンバーカードの一体化(マイナ保険証)に関する説明動画(YouTube)

「使ってみよう!マイナ保険証」



マイナ保険証特設ページ

協会けんぽホームページ



ぜひご覧ください



令和6年9月・
令和7年1月～2月
事業所様へ送付

「資格情報のお知らせ」の配付にご協力をお願いします

加入者の皆様に安心してマイナ保険証をご利用いただくため、また、健康保険の諸手続きを行うための資格情報をお知らせすることを目的とし、資格情報のお知らせと加入者情報(マイナンバーの下4桁)を事業所様に送付いたします。従業員の皆様への配付にご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

送付対象者 令和6年12月2日より前に加入の全加入者様

送付先 事業所様に送付

送付時期 令和6年9月と令和7年1月～2月

送付物イメージ

資格情報のお知らせ

健康保険の資格情報

- 記号番号枝番
- 氏名・負担割合
- 生年月日
- 資格取得年月日 等

万が一、下に表示されている下4桁の数字が、ご自身の個人番号(マイナンバー)の下4桁と一致していない場合には、保険者までご連絡ください。

**** **** **** **6825**

資格情報のお知らせ

- 記号番号枝番
- 氏名
- 生年月日
- 資格取得年月日 等

1 資格情報をお知らせします

各種給付金等の申請に必要な健康保険の記号・番号を知ることができます。

2 マイナンバーの下4桁を記載しています

医療保険のデータベースに登録されているマイナンバーの下4桁を記載しており、加入者様にご確認をお願いするものです。

※マイナンバーの未提出等により協会けんぽで正確なマイナンバーが把握できていない場合は、マイナンバーを記載せず、マイナンバーをご登録いただくための「マイナンバー登録申出書」を同封しています。

3 資格情報のお知らせ(携帯・保管用)

切り取って携帯・保管ができます。また、マイナ保険証を利用できない医療機関や健診機関等において、マイナンバーカードと併せて提示すれば受診することができます。

従業員様への配付方法

ご家族様分も含め、**被保険者様に配付**をお願いします。

(送付する封筒のイメージ)

(記号) 12345678 (番号) 123
(被保険者氏名) 協会 太郎 様
(対象者氏名) 協会 花子 様

親展

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

- ◆「資格情報のお知らせ」は個人ごとに封入されています。
- ◆封筒の窓から、被保険者氏名と封入されている方(対象者氏名)を確認できます。

配付例

①被保険者 協会 太郎 様

②ご家族 協会 花子 様

③ご家族 協会 次郎 様

(記号) 12345678 (番号) 123
(被保険者氏名) 協会 太郎 様
(対象者氏名) 協会 花子 様

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

(記号) 12345678 (番号) 123
(被保険者氏名) 協会 太郎 様
(対象者氏名) 協会 太郎 様

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

(記号) 12345678 (番号) 123
(被保険者氏名) 協会 太郎 様
(対象者氏名) 協会 次郎 様

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

- ① 被保険者: 協会 太郎 様
- ② ご家族: 協会 花子 様
- ③ ご家族: 協会 次郎 様

①～③を被保険者の協会 太郎 様へお渡しください。

※現時点で国から示されている方針等に基づき作成したものです。今後、国から示される内容等により変更が生じる可能性があります。

全ての加入者様への一斉送付は今回限りの予定です。
ご負担をおかけしますが、ご協力の程何卒よろしくお願いいたします。



協会けんぽ広島支部×マイナビ健康経営

健康経営セミナーを開催しました！

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

健康経営を通じた人材の採用・定着に実績のある「マイナビ健康経営」と初コラボし、令和6年3月12日に「健康経営セミナー」を開催しました。基調講演から始まり、実際を取組事例の紹介やパネルディスカッションなど、盛りだくさんな内容となりました。その様子をご紹介します。



NPO法人健康経営研究会
副理事長 平野 治 様

基調講演1 これまでの「健康経営」とこれからの「健康経営」

健康経営の第一歩として、社内のコミュニケーションを活性化することに力を入れてほしい

他社の取組をそのまま当てはめるのではなく、自社の特性に合った独自の戦術で、まずは従業員が抱える実感から課題を見出し、解決法を探ることが大切です。

基調講演2 健康経営を推進することで得られる効果

効果が実感できるまでには多少時間がかかるかもしれないが、健康経営に取り組む価値は大いにある

健康経営を推進するためには、取組をしっかりと評価することも大切です。そうして健康経営を進めていくと、少しずつ成果が見えてきます。



IKIGAI WORKS株式会社
代表取締役 熊倉 利和 様

パネルディスカッション

セミナー後半では、講師2名に加えて、株式会社ファーストクリエート(福山市)の大本様と油藤様、リライアンス・セキュリティー株式会社(広島市)の有田様をお迎えし、健康経営に取り組むうえでの具体的な工夫や本音を伺いました。

テーマ1 健康経営を始める上で一番大切なことは？

自社をよく知り、その特性を生かすこと

- ▶建設業の特性上、創業当初より従業員の安全を重視し、それを守るためにマンパワーを割いてきました。長年地道に取り組んできたことが、今の健康経営の土台となっていると感じます。
- ▶お客さまのニーズに応じて警備の仕事を全うするためには、従業員の健康状態を整えておくことが大前提でした。

セミナーのダイジェストを公開しています



テーマ2 健康経営に着手できている企業と着手できていない企業の違いは？

トップの本気度。経営者が「○○しよう！」と音頭をとり、熱を伝えられるかどうか、その先を大きく左右します。

テーマ3 明日からできる健康経営とは？

- ★身近な相手を思いやること。
- ★経営者層を納得させるため、担当者が本気で提案すること。



健康経営の
第1歩

「ひろしま企業健康宣言」エントリー事業所様を募集しています！

広島支部では、「ひろしま企業健康宣言」を設け、健康宣言にエントリーいただいた事業所様を積極的にサポートしています！

- ✓健康経営に役立つ情報を掲載した「い・ろ・か(定期通信)」をお届け
- ✓無料の「健康づくり講座」を受講できます！
- ✓健康経営の取組状況に応じて「健康づくり優良事業所」として認定



◀エントリーはこちらから



いろはとかえでの企業探訪!

～健康経営の好事例のご紹介～

Vol.3



ひろしま企業
健康宣言事業所

福山熱煉工業株式会社 様

ひろしま企業健康宣言事業所様の取組をご紹介します「いろはとかえでの企業探訪!」第3弾となる今回は、「令和5年度健康づくり優良事業所」および「健康経営優良法人 2024中小規模法人部門 ブライト500」に認定された福山熱煉工業株式会社様をご紹介します。

紹介させていただいた取組事例を参考に、職場の健康づくりの実施にお役立てください。



- ▶従業員数: 430名
- ▶所在地: 福山市箕島町6280-1
- ▶事業内容: 金属熱処理

健康経営の主な取組

- 1 全6工場において始業開始時に「 Netzレン体操」の実施
- 2 全6工場において「体力測定(5種目)」の実施
- 3 健康推進を目的とした「オンラインボウリング大会」イベントの実施
- 4 協会けんぽ主催の出前講座の実施
- 5 公認心理師面談を開設し、メンタルヘルスケアの機会を提供

具体的な取組内容を教えてください。

朝礼時にストレッチを行っていましたが、無音状態にて行っていたことから**弊社独自のオリジナル体操を作成し、実施する取組**を行いました。

専門トレーナー監修の下、生産現場や事務職の人でも同じ動きができ、効果が高い種目を厳選して、明るくポップな音源をプロに依頼して作成しました。現在ではすべての工場で構内放送設備にて曲を流して始業後に体操を行っています。

健康経営の取組によってどのような効果がありましたか。

弊社では健康経営の取組を3年続けています。当初は従業員の健康経営に対する認識やモチベーションは低かったのですが、地道に取組を進める中で、「**楽しいの先に健康を**」というスローガンのもとに、色々な取組をしました。取組開始前は、特定保健指導の利用率が一桁まで落ちていましたが、現在では**ほぼ100%の利用率で対象者の数も減ってきています**。

今後の取組や目標を教えてください。

いつまでも従業員の方が元気で楽しく仕事ができ、退職した後も健康的なセカンドライフを送っていただくことを目的として健康経営を始めました。「**誇れる会社、明るい家庭**」の実現には、健康経営の取組が必要不可欠と判断し、どうせやるならNo.1を狙い、どこの企業様もやっていないような楽しく健康的な取組を目指して今後もトップランナー目指して頑張ります。

本年度より、福山市歯科医師会様のご協力を賜り、弊社の健康経営プロジェクトに入っただき、「**歯と体の健康推進**」を目指して**共に取り組んで参ります**。一生ものの永久歯を大切に、健康の源である食の入り口の歯を大事にして健康的な食事や運動を推進します。今後は福山市歯科医師会様と協力して、**地元地域の企業様へ健康経営を普及していきたいと思っております**。



(左)代表取締役社長 河田 一実 様
(中)テクノ工場 第二生産課 課長 岡田 孝 様
(右)テクノ工場 品質管理課 課長 小林 弘幸 様

年に1度の健診に生活習慣病予防健診を利用しませんか？

協会けんぽでは、35歳～74歳の被保険者(ご本人)様を対象に生活習慣病予防健診を実施しています。

✓ 健診費用がお得！

約19,000円の健診について、**約7割(13,583円)**を補助します。一般健診の自己負担は最高5,282円でお得！



✓ がん検診がセット！

胃・大腸・肺がん検査もセットで受診が可能。40歳以上の偶数年齢の女性は乳・子宮頸がん検診を追加受診(別途費用)できるため、5大がんをカバーできます。

※年齢により子宮頸がん検診のみ単独で受診できる場合もあります。

✓ 定期健康診断として利用可能！

労働安全衛生法に基づく**定期健康診断**の項目をカバーしています。さらに通常の定期健康診断よりも**安価**で、**検査項目も豊富**です。



✓ 令和6年度健診から付加健診の対象年齢拡大

追加!!

40歳、50歳 ▶ 40歳、**45歳**、50歳
55歳、60歳、**65歳**、**70歳**

※付加健診とは生活習慣病予防健診の一般健診に腹部超音波検査、眼底検査、肺機能検査、詳細な血液検査などを追加した健診です。

受診の流れ

- STEP 1 従業員の皆様に健診を受診するよう周知
- STEP 2 健診機関に直接予約 ※協会けんぽに連絡不要
- STEP 3 健診を受診
- STEP 4 生活習慣の改善が必要な場合→健康サポート(特定保健指導)を利用



健診機関はこちらから▶



大切な従業員の皆様の健康を守るため「健康サポート(特定保健指導)」の利用をお勧めください！

健診の結果、生活習慣の改善が必要な方を対象に、健康づくりの専門家である保健師等から最高31,000円相当の健康サポート(特定保健指導)を**無料**で受けられます。対象となった方が、生活習慣の改善を目指し、健康サポートを受けていただくよう、ご担当者様から働きかけていただくことが、大切な従業員の皆様の健康を守ることに繋がります。

健康サポート(特定保健指導)の利用方法は**3つ!**

おすすめ

- ✓ **健診当日、健診機関で健診後すぐ**
- ✓ 健診後日、勤務先に保健師等が訪問
- ✓ 健診後日、Zoomによる遠隔面談

協会けんぽからのお願い

健康サポート(特定保健指導)は20～30分程度お時間がかかります。**健診当日に健康サポートを利用できるよう、お時間に余裕をもって受診していただけるよう、ご配慮をよろしくお願いいたします。**

スポーツクラブで健康づくり！はじめませんか？

協会けんぽ広島支部加入者様は、下記スポーツクラブを優待価格でご利用いただけます。
運動不足解消や健康づくりにお役立てください。

メディカルフィットネス B-1

特長

初心者の方でも安心。
健康づくりのプロがヘルスケアをサポート！
健康運動指導士がご要望をカウンセリングし、
お客様に合ったトレーニング方法をアドバイス
します。

連絡先等

広島市中区八丁堀6-7 チュリス八丁堀3F
株式会社 メディカルフィットネスB-1

スタジオTEL

082-227-7166

特典 (全て税込)

- ◆被保険者(ご本人)様
入会金 22,000円(通常55,000円)
初回パーソナルアドバイス料金 3,300円(通常5,500円)
- ◆被扶養者(ご家族)様
入会金 22,000円(通常55,000円)
- ◆ひろしま企業健康宣言事業所の被保険者(ご本人)様
入会金 11,000円(通常55,000円)
初回パーソナルアドバイス料金 3,300円(通常5,500円)
- ◆ひろしま企業健康宣言事業所の被扶養者(ご家族)様
入会金 11,000円(通常55,000円)



詳しくはこちらから

ルネサンス

特長

全国各地のルネサンスで優待価格にて
ご利用いただけます。
ゆるラク派もガッツリ派も「ルネの選べる自分スタイル」
多種多様なプログラムをご用意しています。

連絡先等

二次元コードのお問い合わせフォーム
からご連絡ください。

詳しくは
こちらから ▶



特典

お好みに合わせて2タイプ

月ごとに変更可能！(変更手数料はありません。)

- ◆使いたい放題 Monthly 10,450円/月(税込)
- ◆1回ごと 1Day 1,980円/回(税込)

特典は協会けんぽ広島支部にご加入の
被保険者(ご本人)様及びその被扶養者(ご家族)様が
対象となります。



Golf Tennis ZONE Hesaka

特長

お子様から壮年層の方まで長く続けられる
「生涯スポーツ」であるテニスとゴルフのレッスンを
行っています。
また、年齢や性別、体力に合わせて行えるボディーケア
コースのチューブヨガレッスンは、柔軟性を高め姿勢も
改善できるので身体のバランスを整えられます。

連絡先等

広島市東区戸坂数甲 1-3-5

TEL 082-229-0337

アクセス JR戸坂駅から徒歩10分(会員送迎あり)
広電バス城北学園前入口から徒歩1分
無料駐車場完備

特典

詳しくは
こちらから ▶



- ① おためしレッスン(通常おためし料金1,100円～
2,200円)を「無料」でご受講いただけます！
※通常のレッスン料金は、2,200円～3,355円です。
 - ② 入会金(8,800円)が「半額」になります！
※ひろしま企業健康宣言事業所ご加入者様限定特典です。
 - ③ 室内専用シューズ(テニス、ゴルフ用)プレゼント！
※チューブヨガにご入会の方は「ヨガマット」になります。
- ◆おためしレッスンは、お電話またはご来館の上で
ご予約ください。

特典は協会けんぽにご加入の被保険者(ご本人)様及び
その被扶養者(ご家族)様が対象となります。

傷病手当金支給申請書の事業主証明欄について、お問い合わせや記入誤りの多い点をご紹介します。事業主証明の作成にお役立てください。

1 勤務状況欄のポイント

- 勤務状況の「年」「月」欄は必ず記入してください。
- 申請期間のうち出勤した日は出勤時間に関係なく「○」で囲んでください。
- 早退の場合は、該当日の日付のうえに「早」と記入してください。
- 日付欄について、出勤・早退以外(有給・公休・欠勤)は記入しないでください。

2 報酬欄のポイント

- 出勤した日の報酬は記入不要です。
- 報酬額が0円の場合は記入不要です。
- 欠勤日に対して給与が支給されている場合(年次有給休暇や定額手当が支給されている場合)は、**記入が必要です。**
- 月単位の定額手当は締日ごとに記入してください。
- 複数の手当が同じ期間に対して支払われる場合は、1行にまとめて記入してください。
- 有給休暇は取得日ごとに1行に記入してください。(ただし、連続する場合は1行にまとめて記入してください。)

3 証明欄のポイント

- すべての項目を記入してください。
- 事業所所在地、事業所名称、
 事業主氏名、電話番号、
 証明年月日
- なお、証明は申請期間経過後に行ってください。



傷病手当金記入の手引きはこちら

出張相談窓口の閉鎖について

令和6年9月30日(月)をもちまして、福山年金事務所内に設置している協会けんぽ出張相談窓口を閉鎖します。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。なお、年金事務所の窓口(年金相談等)は変更ございません。

お問い合わせ・ご相談はお気軽に広島支部までお電話ください。

健康お役立ち情報 // KENCO コラム・レシピを公開中!

皆様の健康づくりにお役立ていただくため、健康に関するコラムとレシピを作成しています。コラム・レシピともに毎月1回配信している「メールマガジン」にて最新情報をお送りしています。



◀メールマガジンの登録はこちら

KENCOコラム・レシピはこちら▶



KENCOコラム (4月号)



KENCOレシピ (4月号)