

協会けんぽ

ほっかんど

全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ

職場内での回覧・配付にご協力をお願いします！

今月号のトピックス

- 協会けんぽの2024（令和6）年度決算（見込み）と北海道支部の取り組み
- 今すぐできる！医療費見直しポイント
- 知ってほしい！「バイオシミラー」のこと
- 協会けんぽとSDGs
- 健康事業所宣言、始めてみませんか？

医療を受けるならマイナ保険証！

マイナ保険証には、より良い医療が受けられたり、窓口で限度額以上の支払が不要になったりする等のメリットがあります。具体的なメリットや安全性等についてはリンク先のページをご覧ください。

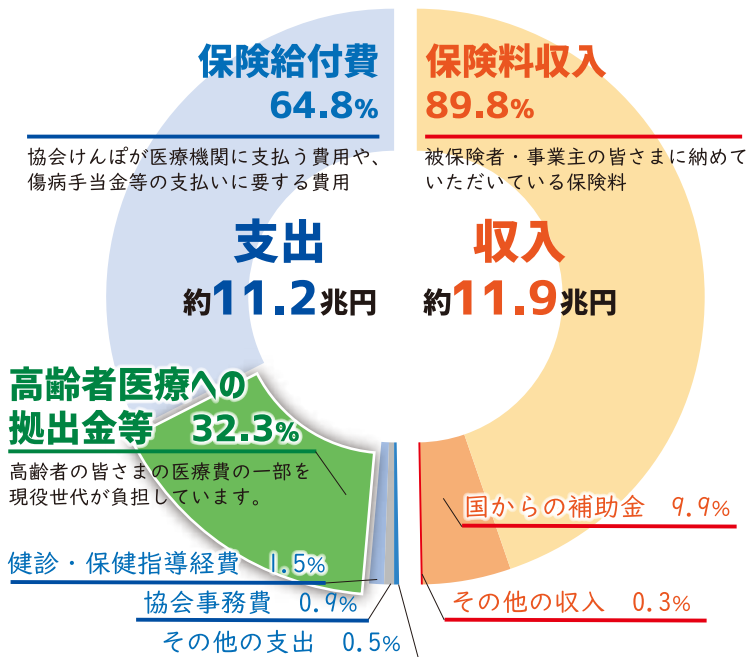
協会けんぽの2024（令和6）年度決算（見込み）と
北海道支部の取り組み

2024年度の決算は収入が11兆8,525億円、支出が11兆1,939億円、収支差は前年度から1,923億円増加し、6,586億円となりました。収入・支出の主な内訳は以下のとおりです。

2024年度決算（見込み） | 医療分
(単位：億円)

収入	保険料収入	106,490 (+3,492)
	国庫補助等	11,690 (▲1,184)
	その他	346 (+113)
	計	118,525 (+2,421)
支出	保険給付費	72,552 (+1,040)
	拠出金等	36,195 (▲1,030)
	その他	3,193 (+487)
	計	111,939 (+497)
単年度収支差		6,586 (+1,923)

※（ ）内は、対前年度比
※ 支出の「その他」は右図の「健診・保健指導経費」「協会事務費」「その他の支出」の合計



上記の決算（見込み）状況を踏まえ、医療費の伸びを抑えるため、北海道支部では、引き続き加入者の健康増進の取り組みを中心とした医療費の適正化に努めています。

北海道支部の
医療費適正化の
取り組み事例

令和6年度は「上手な医療のかかり方」の普及促進のため、XやYouTubeで、マンガによる広告を展開しました。



医療機関を受診する前に、医療のかかり方を見直すことで、自己負担の軽減や医療費の適正化につながります。

詳しくは
次のページを
ご覧ください。

今すぐできる！医療費見直しポイント

セルフメディケーションを生活に取り入れましょう

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度の身体の不調は自分で手当てすること」（WHOの定義）です。取り組みのポイントは以下のとおりです。

規則正しい生活を心がける

自分の健康に積極的にかかわることで、知識が向上し、健康維持に役立ちます。

- バランスのいい食事
- 適度な運動 など

健康と生活習慣をチェック

日ごろから自身の健康状態をチェックして健康への意識を高めましょう。

- 健康診断等でご自身の健康状態を確認し、健診後は生活習慣を振り返りましょう。

受診する時間がない方にオススメ

正確な知識を持つ (専門家を活用)

わからないことがあれば、医師・薬剤師などの医療専門家に相談してみましょう。

OTC医薬品(市販薬)を上手に使う

軽度な体の不調には、OTC医薬品の活用も選択肢になります。

- 忙しくて受診ができない
- 病院に行くほどでもないけど、体調が悪い
こんな時こそ、OTC医薬品をご活用ください！

ジェネリック医薬品にしましょう

ジェネリック医薬品とは、従来の先発医薬品と品質・効き目が同等であると国が認めたお薬です。特徴は以下のとおりです。

飲みやすい 工夫

薬の形・大きさなどの工夫ができ、薬の小型化や苦みを抑えるなど、先発医薬品より飲みやすいものもあります。

先発医薬品 より安い

ジェネリック医薬品は、先発医薬品の特許期間が過ぎた後、同じ有効成分を利用して開発されます。そのため、開発期間やコストが抑えられることにより安くなります。

ジェネリック医薬品のある一部の先発医薬品（長期収載品）について、ご自身の希望で先発医薬品を希望した場合、通常の自己負担分とは別に選定療養として「特別の料金」がかかります。

※医療上必要があると医師が判断した場合や、薬局にジェネリック医薬品の在庫がない等の場合は選定療養費の対象となりません。

ジェネリック医薬品は長期服用のお薬ほど大きな節約になります。ジェネリック医薬品で上手に自己負担を軽減しましょう！

他にも医療費の自己負担軽減ポイントがあります。詳しくは協会けんぽのホームページをご覧ください。

協会けんぽ 医療費節約術

検索



知ってほしい！「バイオシミラー」のこと

バイオシミラーとは？

バイオシミラーは、バイオ医薬品（先行バイオ医薬品）の特許が切れた後に、他の製薬会社から販売される薬で、先行バイオ医薬品と同等、同質の品質、安全性、有効性を有しています。



バイオ医薬品とは？

バイオ医薬品は、遺伝子組換え技術や細胞培養技術等を応用し、生物が持つタンパク質（ホルモン、酵素、抗体等）を作る力を利用して製造される医薬品です。今までは治療が難しかった病気への効果が期待されています。

バイオ医薬品、
バイオシミラー
が使われている
病気の例

- がん ●糖尿病
- 関節リウマチ
- 腎性貧血
- 低身長 ●クローン病
- 潰瘍性大腸炎
- 加齢黄斑変性 など

バイオシミラーを使うメリットは？

効果や安全性はそのまま、お財布にやさしいバイオ医薬品です。
バイオシミラーは原則として、特許が切れたバイオ医薬品の70%の値段になります。
患者・ご家族の経済的な負担の軽減につながることが期待されています。

ジェネリック医薬品とバイオシミラーの違いは？

項目	ジェネリック医薬品	バイオシミラー
先発/先行医薬品	化学合成医薬品	バイオ医薬品
先発/先行医薬品との有効成分（品質特性）の比較	同一であること	同等性/同質性（類似性）
剤形	多様	主に注射剤

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と品質・効き目が同等の医薬品です。
一方、バイオシミラーは、複雑な構造のため、先行バイオ医薬品と全く同じものをつくるのが困難です。
そのため、多くの検証・試験によって先行バイオ医薬品と同じ効能・効果、用法・用量で使える（＝同等/同質である）ことを検証しています。

詳しくは、日本バイオシミラー協議会のホームページをご覧ください。

<https://www.biosimilar.jp/>



セルフメディケーションに取り組むことや、ジェネリック医薬品、バイオシミラーを利用することで、医療の質を保ちつつ、患者負担の軽減や医療費の適正化につながります。ご利用・ご協力をお願いします。

協会けんぽとSDGs

協会けんぽは日本最大の医療保険者として、また被用者保険の最後の受け皿として、加入者の皆さまが末長く安心して良質な医療を受けられるよう、持続可能性の観点を踏まえた安定的・効率的な運営を行うとともに、加入者の皆さまの健康増進に取り組んでおります。

限られた医療資源を効率的・効果的に活用するため、ジェネリック医薬品の使用促進や上手な医療のかかり方の啓発等による医療費の適正化の促進に取り組み、「持続可能な開発目標」（SDGs）の17の目標のうち「3.すべての人に健康と福祉を」に貢献していきます。

詳しくは、協会けんぽのホームページをご覧ください。

協会けんぽとSDGs

検索

3 すべての人に健康と福祉を



健康事業所宣言、始めてみませんか？

健康事業所宣言とは、健康経営®に取り組むことを社内外に発信（宣言）し、協会けんぽと連携して社員の健康づくりに計画的に取り組むことです。会社が社員の健康づくりを積極的に取り組むこと（健康経営®）で、社員が健康で元気に働くことができます。また、生産性の向上や組織の活性化をもたらす、人材確保や様々なリスクの軽減につながります。

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

エントリー要件

- ①健康診断の実施
- ②特定保健指導（健康サポート）の実施
- ③再検査・要治療者への受診勧奨の実施
- ④職場の健康プランを設定し取り組む
- ⑤健康保険委員の登録

エントリー方法

以下の2点を協会けんぽ北海道支部にご郵送ください。

- ①健康事業所宣言エントリーシート
- ②提供依頼書

宣言後に受けられるサポートを一部ご紹介！

フォローアッププログラム

社内研修として利用できる無料プログラム（全33種類）をご用意しております。宣言事業所が取り組む職場の健康プランの実践にご利用いただけます！

プラン内容

- 喫煙対策プラン
- 食生活、栄養プラン
- 運動の推進プラン
- メンタルヘルス対策プラン



プログラムの例

健康測定機器の無料貸出

生活習慣の改善や社内コミュニケーションの向上につながる機器を無料でご利用いただけます。令和7年度は野菜摂取量を測定できる「ベジチェック®」を貸出しています。



「ベジチェック®」はカゴメ株式会社の登録商標です。



詳しくは、北海道支部のホームページをご覧ください

協会けんぽ北海道支部 始めよう！健康事業所宣言！

検索

広がる健康経営！

「健康経営優良法人認定制度」の認定も目指しませんか？

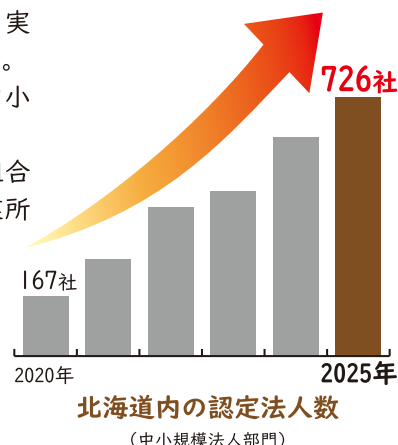
「健康経営優良法人認定制度」とは、経済産業省が実施する優良な健康経営を実践している大企業や中小企業等の法人を日本健康会議が認定する顕彰制度です。

「健康経営優良法人2025」では北海道内から726法人が認定されました。（中小規模法人部門）

「健康経営優良法人」の認定には、加入している保険者（協会けんぽ、国保組合等）が実施している健康宣言事業への参加が必要です。北海道支部加入の事業所さまの場合、まずは「健康事業所宣言」にエントリーしましょう。



詳しい認定制度や申請方法については、経済産業省のホームページ内をご覧ください。
https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuryouhouzin.html



発行元



全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ

〒001-8511
札幌市北区北10条西3丁目23-1
THE PEAK SAPPORO 3階
TEL (011) 726-0352
FAX (011) 726-0379

