

広報誌「掲示板」は毎月発行しています。過去の記事はホームページの掲示板サイトをご覧ください。

みんなが健康で明るい職場と家庭が願い



たつの市 街並み

掲示板

兵庫県建築健康保険組合

2024年8月19日 No. 247

TEL : 078-997-2311 FAX : 078-997-2328
E-Mail : hyougokenkentu@mb.biglobe.ne.jp
URL : <https://www.hyogo-kenchiku-kenpo.or.jp/>

「骨太の方針2024」を閣議決定

医療・介護等のDXを着実に推進

政府は6月21日、国の予算編成や経済財政運営の指針となる「骨太の方針2024」を閣議決定しました。骨太の方針では、多岐にわたる課題を取り上げていますが、少子高齢社会における医療・介護等の課題についても言及しています。

少子化といえば、厚生労働省が同月5日に公表した2023年の人口動態統計月報年計（概数）では、出生数が72万7277人で8年連続減少し過去最少を記録、女性が一生の間に産む子どもの数を表す合計特殊出生率も1.20と過去最低を記録したことが分かりました。一方、死亡数は157万5936人、自然増減数は△84万8659人と17年連続の減少で過去最大です。

こうした中で決定された骨太の方針では、経済・財政・社会保障の持続可能性を確保するためには、人口減少が本格化する2030年度までが経済構造の変革を促すラストチャンスであるとし、欧米並みの生産性上昇率への引き上げ、高齢者の労働参加率の上昇ベースの継続や女性の就業の正規化促進など、わが国の成長力を高める取り組みが必要としています。

社会保障分野では、医療・介護の担い手を確保し、より質の高い効率的な医療・介護の提供体制を構築するため、政府を挙げて医療・介護DXを強力に推進するとしています。そのための具体的な課題として、ロボット・デジタル技術やICT・オンライン診療の活用などを挙げています。さらに、12月2日からマイナ保険証を基本とする仕組みに移行するほか、全国医療情報プラットフォームの構築、電子カルテの導入や電子カルテ情報の標準化、電子処方箋の普及拡大などを推進するとしています。

この数十年で人口や社会の構造、さらに人々の働き方は大きく変わりました。今後、社会保障の持続可能性を確保していくためには、医療・介護を含む社会全体のDXを推し進めていくことが、今回の骨太の方針が求めている取り組みの1つであるといえそうです。

「すこやか健保 2024年8月号」（健康保険組合連合会 2024年8月1日発行）

無断転載を禁ずる



● 資格情報のお知らせを送付します

～ 被保険者の皆さまに配布をお願いします ～

令和6年9月6日時点で加入いただいている、被保険者・被扶養者の全員分を令和6年9月21日に事業所あてに送付します。

資格情報のお知らせは、マイナンバーカードに健康保険証の記号・番号が表記されていませんので、健康保険組合への各種申請の際に必要な記号・番号をお知らせすると共に、健康保険組合に登録されている情報およびマイナンバーが、正しいことを確認いただき、安心してマイナ保険証をご利用いただけるようお送りします。

《事業所にまとめて送付します》

- 対象者リストは9月17日発送の納入告知書に同封して送付します。
- 一つの封筒に世帯分をまとめて封入しています。(4人まで)
世帯人数が5人以上の場合は封筒が二つになります。
- 特殊な文字がお名前に使われている方は、別途送付します。
(約1週間後に送付予定)
- 事業所に送付の際に受け取りいただくご担当者様の氏名が必要になります。
後日、ご連絡させていただきますので、ご協力をお願いします。

《今後送付する資格情報のお知らせ》

マイナンバーカードが健康保険証として有効に利用できることをお知らせします。(マイナンバー下4桁の記載はありません)

- 令和6年9月7日以降に加入手続きされた被保険者・被扶養者には、令和6年12月2日以降に作成し、送付します。
- 令和6年12月2日以降に新規に加入手続きされた被保険者・被扶養者には、資格情報のお知らせ又は資格確認書をその都度送付します。

使ってみよう！
マイナ保険証



111-222-33

事業所	1234 〇〇〇〇株式会社		
所 属	人事部		
記号番号	1234-0000		
氏 名	健保 太郎 様		
		#0001	

〇〇〇〇健康保険組合
 保険者番号：06130000
 〒999-9999
 東京都●●区●●町0-0-0
 電話番号 03-0000-0000

資格情報のお知らせと個人番号(マイナンバー) 確認のお願い

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします(令和6年〇月〇日時点)。なお、このお知らせのみでは受診できません。

記 号	0 0 0 0	番 号	0 0 0 0 0 0 0 0	枝 番	0 0
氏 名	健保 太郎				
フリガナ	ケンボ タロウ				
負担割合	3割				
資格取得年月日	平成〇年〇月〇日				
保 険 者 名	〇〇〇〇健康保険組合				

スマートフォンをお持ちの方は、以下の二次元コードからマイナポータルにログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご活用ください。
— マイナポータルへのアクセス・ダウンロードはこちら —

マイナ保険証の読み取りができない例外的な場合については、スマートフォンの資格情報画面をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます(スマートフォンをお持ちでない方は、この文書をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます)。

なお、現在、医療保険のデータベースに登録されているあなたの個人番号(マイナンバー)は次の通りですのでご確認ください(12桁のうち下4桁のみ表示)。
 万が一、表示されている下4桁の数字が、ご自分の個人番号(マイナンバー)の下4桁と一致していない場合には、ご加入の健康保険組合までご連絡ください。

***** 6825
マイナンバーの下4桁を表示

資格情報のお知らせ

令和〇年〇月〇日発行
〇〇〇〇健康保険組合
保険者番号：06130000

記号 0000 番号 0000000 (枝番) 00

氏 名 健保 太郎

負担割合 3割

受診の際にはマイナ保険証があわせて必要です
↑ここを下に折り曲げてはがしてください。
上のカードをはがしてご利用いただくこともできます
(このお知らせのみでは受診できません)

健康保険に関する 「加入者情報のご案内」

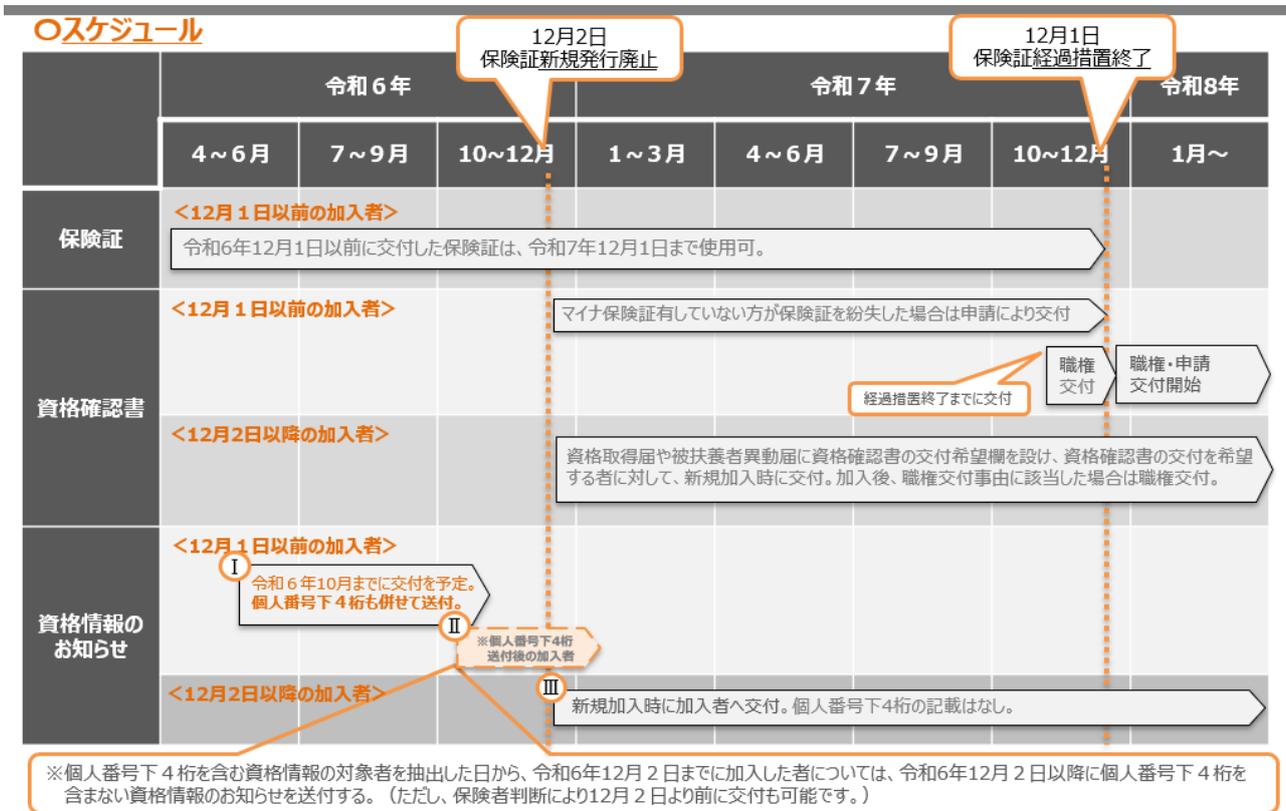
		111-222-33	
事業所	1234 〇〇〇〇株式会社		
所 属	人事部		
記号番号	1234-0000		
氏 名	健保 太郎 様		
		#0001	

重 要

大切なお知らせです。
必ず開封して内容をお読みください。

〇〇〇〇健康保険組合
保険者番号：06130000
〒999-9999
東京都●●区●●町0-0-0
電話番号 03-0000-0000

● 健康保険証廃止に向けた今後の予定について



《資格確認書とは》 ～マイナ保険証を使える方は作成しません～

マイナンバーカードを取得していない方、マイナンバーカードは取得しているが健康保険証利用登録をしていない方、および施設や介助者に預けるなどの諸事情でマイナ保険証を取得していても、資格確認書を必要とする方に作成し交付します。

☆ 令和6年12月2日以降は健康保険証を作成しませんので、マイナ保険証を使えない方が医療機関を受診できるよう速やかに交付します。

- ① 交付申請により作成します。(申請様式は別途お知らせします)
 - ② 令和6年12月2日以降に新規に加入された被保険者・被扶養者の方、および健康保険証(資格確認書)を紛失(棄損)された方に交付申請をしていただきます。
- ※ マイナ保険証を使える方は必要ありません。

☆ 令和7年12月2日以降は現行の健康保険証が使えませんが、マイナ保険証を使えない方が医療機関を受診できるよう速やかに交付します。

- ① 令和7年12月2日時点でマイナ保険証が使えない方(マイナンバーカードを持っていない、またはマイナ保険証利用登録をしていない方)に健康保険組合で一括して作成し交付します。
 - ② マイナ保険証を取得していても、諸事情で必要とする方に交付申請していただきます。
 - ③ 新規に加入された被保険者・被扶養者の方、および資格確認書を紛失(棄損)された方に交付申請をしていただきます。
- ※ マイナ保険証を使える方は必要ありません。

● ジェネリック医薬品をお使いいただくために、ご案内を送付します

ジェネリック医薬品に変更していただくことにより、薬代が 500 円以上安くなる被保険者・被扶養者に『「ジェネリック医薬品」促進のご案内』を送付します。

令和 6 年 8 月 19 日に、該当事業所様に一括送付させていただきますので、お手数をお掛けして恐縮ですが、該当被保険者の皆様に配布させていただきますよう、よろしく願いいたします。

ジェネリック医薬品を活用することにより、家計負担・医療費を軽減することができます。

令和 5 年 12 月診療分から令和 6 年 5 月診療分までの医薬品（病院等で処方されたお薬）について、ジェネリック医薬品に変更することで健保組合全体の自己負担金額の削減効果は次のとおりとなります。

	支払金額 (負担金額総合計)	効果
先発医薬品での処方分	1,326,544 円	ジェネリック医薬品に変更することで、 <u>824,831 円</u> 負担金額の削減が可能です。
ジェネリック医薬品（後発医薬品）での処方分	1,114,728 円	ジェネリック医薬品が処方されたので、先発医薬品の場合と比べて、 <u>1,405,074 円</u> 負担金額が削減できました。

● 被扶養者の認定状況の定期確認（検認）について ～事前のお知らせ～

被扶養者の認定状況の定期確認（検認）については、毎年実施させていただいており、本年も令和 6 年 9 月 17 日に調書をお送りし、令和 6 年 10 月 15 日までに提出いただく予定で準備を進めています。

なお、収入の確認できるものや高校生以上の方の在学証明書（学生証のコピー）などが必要になりますので、お手数をおかけしますが少しずつ準備を始めていただくようお願いいたします。

- 給与明細が紙で発行されず、パソコン上で確認（通知）する場合が増えてきています。印刷（写真撮影）して添付いただく場合に氏名や総支給額が印刷されるよう注意してください。
- 障害年金、遺族年金については非課税ですが、収入となりますので、老齢年金と同様に金額のわかるもの（年金額改定通知書や年金支払通知書のコピー）を添付してください。
- 学生証の有効期限が印字された面をコピーして添付してください。

また、「年収の壁・支援強化パッケージにおける被扶養者認定」として、人手不足などにより一時的に収入の変動があった場合に特例措置として被扶養者として認定される取り扱いについては、当健康保険組合のホームページの「けんぽからのお知らせ」をご確認ください。

※ 事業主証明書様式：令和 5 年 11 月 22 日

当健康保険組合の取り扱い：令和 5 年 11 月 22 日、令和 5 年 12 月 18 日

● 「ひょうご健康企業宣言」をされた事業所をご紹介します

健康保険組合連合会兵庫連合会と兵庫県建築健康保険組合は、「ひょうご健康企業宣言（健康企業を目指して、事業主が事業所全体で健康づくりに取り組むことを宣言する）」の運動を実施しています。

この度、次の事業所が宣言されましたので、お知らせします。

○ 株式会社 高階

三木市末広 1 丁目 5 番 35 号

第 213 回財政対策委員会の結果について（報告）

I 日 時 令和 6 年 7 月 11 日（木）12 時～14 時

II 場 所 兵庫建設会館 201 号会議室

III 出席状況 財政対策委員 出席者 6 名 欠席者 3 名
事務局 出席者 1 名

IV 議 題

1 事業運営報告について

- (1) 令和 5 年度保健事業の実施状況について
- (2) 令和 6 年度保健事業における重要課題について

2 検討課題について

- (1) 第 1 3 1 回組合会 第 1 号議案 令和 5 年度収入支出決算（案）について
- (2) 第 1 3 1 回組合会 第 2 号議案 令和 5 年度事業報告書（案）について
- (3) 第 1 3 1 回組合会 第 3 号議案 令和 5 年度収入支出決算残金処分について

V 会議内容

1 谷理事長挨拶（要旨）

令和 5 年度の経常収支は 2,715,000 円の黒字で、保険料の範囲内で支出のすべてを賄うことができ、令和 4 年度に続いて黒字で決算を終えられて安心している。

当組合においては 65 才以降の継続雇用の増加、若年入職者の減少により加入者の平均年齢が高く医療費支出が大きくなっている。一方で保険料収入の基礎である、加入者の報酬は微増にとどまっている。

賃上げには事業者の経営が安定し、先行きに明るさが見えることが必要。政府には十分かつ安定的な公共事業予算の継続確保、一層の民間景気刺激策強く望むところである。

令和 7 年度には、団塊の世代全員が後期高齢者となり、それ以降の後期高齢者医療費は急増し、高齢者医療制度への拠出金は大幅に増加する見込みであり、しっかりとした財政基盤を確立することが重要と考える。

財政の健全化に向けては、経費の節減はもちろん、大きな割合を占める医療費支出の適正化が必要である。健康診断や人間ドック、医療機関での適正な受診など、病気の早期発見・早期治療や重症化防止のために一人ひとりが自らの健康を守っていくという意識を持っていただくことと、企業として従業員の健康を守っていく取組が重要と考えており、皆様方には、引き続き健康保険組合の健全な財政運営と事業推進に一層の協力をお願いする。

2 事務局は、議題について説明した結果、いずれも承認された。

3 発言等の概要

(1) 被保険者証の廃止について

- ・ 使用できなくなった保険証は返却するのか。

(2) 保険料率変更後の状況について

- ・ 高齢者医療費のピークアウトは、いつ頃になるのか。
- ・ 協会けんぽ並みの積立金の保有を目指しているとのことだが、準備金の保有率はどれくらいが妥当なのか。
- ・ 医療費については、下がってきている原因がわからないか。
- ・ 公共工事の受注では、賃上げが必要となっている。減税などもあり、保険料率引き上げのタイミングは良かったと思っている。
- ・ 後期高齢者の拠出金が多くなってくる 10 年を見越して保険料率を上げたことは妥当と考える。

常務理事からは次のとおり説明した。

(1) については、被保険者証は令和7年1月2日2日2日で法律上廃止となるため、それ以降は返却の必要はない。

(2) については、協会けんぽの積立金並みの300%の準備金保有を目指し、後期高齢者支援金の状況を見ながら、適切な保険料率設定を検討していく。

医療費の減少傾向は、「がん」と「血管病」の医療費の減少が顕著であることから、重症患者が一時的に減少していることと、コロナを経験し医療機関にかかり方の意識が変わってきているのはいか。

65歳以上人口は2050年頃から減少に向かうと予測されており、現役世代が支える高齢者の割合も減少していく予測である。

以上

● ホームページの新着情報

当健康保険組合のホームページの新着情報をご案内します。

○ 「掲示板」の掲載

令和6年8月7日

2024.7.16 No.246 ・健康管理事業推進委員会の結果 ・令和6年度保健事業の重要課題 ・ひょうご健康企業宣言をされた事業所 ・マイナポータルで確認を ・マイナ保険証への理解と利用を ・健康コラム「鳥インフルエンザ」 ・マイナ保険証チラシ



● 事業状況

区 分		令和6年7月分	令和5年7月分	前年同月比
		(A)	(B)	(A) ÷ (B)
事業所数 (件)		166	168	98.81%
被保険者数 (人)	男	3,257	3,305	98.55%
	女	731	708	103.25%
	計 ①	3,988	4,013	99.38%
平均標準報酬月額 (円)	男	412,188	404,272	101.96%
	女	267,472	263,904	101.35%
	計	385,661	379,507	101.62%
標準賞与額総計 (累計・千円)		2,015,817	1,799,081	112.05%
被保険者1人当たり標準賞与額 (累計・円)		505,471	448,313	112.75%
被扶養者数 (人)	②	3,160	3,282	96.28%
扶養率 (人)	② ÷ ①	0.79	0.82	96.89%

◆ 実は複雑な「熱中症」のメカニズム

熱中症とは、熱によって起こる様々な体の不調のことをいいます。暑さによって体温調節機能が乱れたり、体内の水分量・塩分量のバランスが崩れたりすることが原因です。

運動や作業をすると、体内で熱が生まれます。ただし、人間の体には体温調節機能が備わっているため、体温が上がり過ぎたときには、自律神経の働きによって末梢血管が拡張し、皮膚に多くの血液が流れ込むことで熱を体外に放出します。同時に、体温が上がったら汗をかき、その汗が蒸発するときに体の表面から熱を奪うことで、上がった体温を下げようと働きます。ところが、あまりに暑い環境に長くいると、体温調節機能が乱れて体外への熱の放出ができなくなり、体内に熱がこもって体温が上昇します。また、急激に大量の汗をかくと、体内の水分と塩分が失われ、体液のバランスが崩れてしまいます。

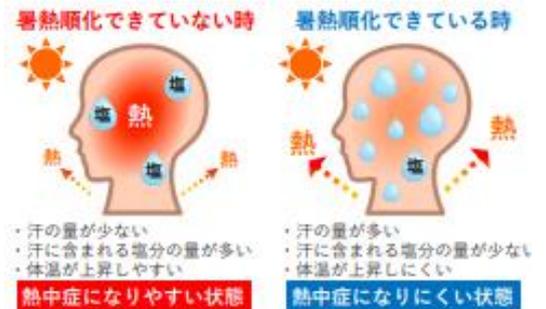
それが筋肉や血流、神経など体の様々な部分に影響をおよぼすと、けいれんやめまい、失神、頭痛、吐き気といった熱中症の症状があらわれるのです。

◆ 暑熱順化で熱中症予防

本格的な夏に向けて必要となるのが、「**暑熱順化**」です。**暑熱順化**とは、体が暑さに慣れることをいいます。暑い日が続くと、体は次第に暑さに慣れて暑さに強くなります。暑熱順化がすすむと、発汗量や皮膚血流量が増加し、発汗による気化熱や体の表面から熱を逃がす熱放散がしやすくなります。そのため、**熱中症のリスクを減らす**ことができます。

軽く汗をかく運動や入浴などを習慣化し、暑くなる前から余裕をもって暑熱順化をすすめ、暑さに備えましょう。暑熱順化には個人差もありますが、数日～2週間程度かかります。また、初夏や梅雨明け・夏休み明けなど、**体が暑さに慣れていないのに気温が急上昇するとき**は特に熱中症の危険が高まります。

無理せず、徐々に体を慣らすようにしましょう。



暑熱順化の目安	
ウォーキング	30分/週5日ほど
ジョギング	15分/週5日ほど
サイクリング	30分/週3回ほど
ストレッチ	30分/週5日～毎日
入浴	シャワーのみでなく湯船につかる

対策1

暑さに負けない体づくり

- 「水分」をこまめに取ろう
- 「塩分」をほど良く取ろう
- 「睡眠環境」を快適に保とう
- 「丈夫な体」をつくろう

熱中症を予防するためには、暑さに負けない体作りが大切です。気温が上がり始める初夏から、日常的に適度な運動を行い、適切な食事、十分な睡眠をとるようにしましょう。

対策2

暑さに対する工夫

- 「気温と湿度」をいつも気にしよう
- 「室内」を涼しくしよう
- 「衣服」を工夫しよう
- 「日差し」をよけよう
- 「冷却グッズ」を身につけよう

暑さは日々の生活の中の工夫や心がけでやわらげることができます。適度な空調で室内を快適に保ったり、衣服を工夫することで、熱中症の危険を避けやすくなります。また、日よけをして直射日光を避けましょう。

対策3

暑さから身を守る

- 「飲み物」を持ち歩こう
- 「休憩」をこまめにとろう
- 「熱中症指数」を気にしよう

炎天下でのスポーツや、空調設備の整っていない環境での作業時などでは、熱中症の危険からしっかりと身を守るアクションをとることが必要です。適度な水分と塩分の補給をおこない、こまめに休憩をとるようにしましょう。

健康保険証は2024年12月2日に廃止

医療機関の受診は マイナ保険証で

※マイナ保険証…マイナンバーカードに保険証利用の登録をしたもの（手続き方法は裏面）

マイナ
保険証
始まっています！



今から使おう！マイナ保険証 なにが変わったの？

メリット

1

医療情報の共有化で質のよい医療が受けられます！！

マイナ保険証を使って受診すると、初めての医療機関でも特定健診や薬剤・診療情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられます。
（本人が同意した場合のみ）



医師の声

Q オンライン資格確認を導入して、どのようなメリットを感じていますか？



A 多くの情報をもとに、より正確な診断、適切な治療(処方)が可能となります

他院で鎮痛剤を処方されている患者さんに当院でも同種の薬剤を処方してしまったら、健康被害につながっていたかもしれません。事前に薬剤・診療情報を閲覧していたため、重複処方を避けることができました。

メリット

2

手続きなしで高額な窓口負担が不要に！！

マイナ保険証で受診すると、限度額適用認定証がなくても、本人が同意すれば高額療養費制度に基づき限度額を超える医療費の立替払いが不要となります。健保組合への手続きは必要ありません。



患者の声

Q オンライン資格確認を利用して、どのようなメリットを感じていますか？



A 申請しなくても窓口での支払いが減額されました

急に入院することになり、健保組合に限度額適用認定証を申請しようとしたら、1週間かかると言われました。マイナ保険証を利用すると、認定証がなくても窓口負担が減額され、助かりました。

マイナ保険証のメリットの詳細は、右の二次元バーコードからご確認ください。
厚生労働省作成動画 ▶ 【何が便利になるの？メリット編】

