

富自販けんぽだより

**(お知らせ)「令和5年度の健康保険・介護保険ともに
保険料率の変更はございません。」**

保険料率	令和5年度	令和4年度	対前年増減
健康保険料率	9.60%	9.60%	—
介護保険料率	1.80%	1.80%	—



(疾病予防に関する事業) 令和5年度の主な保健事業概要

- 人間ドック………35歳以上の被保険者・被扶養者を対象(自己負担あり)
脳ドック………40歳以上の被保険者・被扶養配偶者を対象(自己負担あり)
- 若年者向け生活習慣病予防簡易健診(旧:巡回バス検診)(自己負担なし)
被保険者………25歳以上35歳未満又は35歳以上のドック未受検者を対象
被扶養者………40歳以上の被扶養者(ドック未受検者)を対象
- インフルエンザ予防接種補助…1回 1,500円(13歳未満は2回まで)



(保健指導に関する事業)

- 特定保健指導(ドックの健診機関で実施又は保健師が事業所に訪問)
- オンライン卒煙プログラム…スマホを活用した禁煙事業



(運動支援に関する事業)

- スマホ健康アプリ事業……健康スマホアプリを活用したウォーキング事業
- 事業所健康体験セミナー…事業所による健康体験セミナーの実施
- メタボ対象者による運動継続支援……健康セミナー参加後の3か月間の運動支援



(その他に関する事業)

- 医療費通知の配付……病院でかかった医療費を年1回通知
- ジェネリック医薬品の差額通知…ジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額効果を年1回通知
- 育児雑誌の送付…初めて出産された被保険者・被扶養者に育児に関する「赤ちゃんと!」を送付
- 健康冊子の送付…65歳以上の前期高齢者の方を対象に「いきいきライフさん」を配付



❖組合設立50周年の記念事業について❖

当健康保険組合は、令和5年11月1日で設立50周年を迎えます。

これもひとえに、事業主や加入者の皆様のご理解とご協力があったことと心より感謝申し上げます。

設立記念に際しまして、加入者の皆様とともに「健康の大切さ」・「健康づくり」について考えることを柱に、被保険者の皆様の健康意識を高めることを目的とした下記の記念事業を今年度実施させていただきますので、是非ご参加くださいますようお願い申し上げます。

1. 4月-6月/健康アプリを活用した「健康ウォーキングチャレンジ8,000歩」

1ヶ月平均8,000歩以上を3ヶ月間連続して達成したアプリ登録者(健保の登録含む)に、2,000円のギフトカードを達成賞としてプレゼントいたします。

2. 8月-9月/健康づくり標語コンテストの開催(詳細は7月頃ご案内いたします)

健康づくりの標語を募集させていただきます。大人の部、小人の部と2部門に分けて上位表彰者には表彰をおこないます。

運動が
健康づくりの
キーワード



●被保険者に変更があった場合の届出はお忘れなく

3～4月は就職等で、被扶養者の異動が多い時期です。

被扶養者が健康保険に加入された場合は、健康保険の被扶養者ではなくなりますので5日以内に「健康保険被扶養者異動・変更届」に記入・捺印の上、被保険者証（被扶養者分）を添付し、健康保険組合へ提出してください。

又、ご本人が会社を退職した場合・退職後任意継続をしていたが、資格が切れたというような場合は、速やかに保険証を返納くださいますようお願いいたします。



●4月より新年度がはじまります。 人間ドック(特定健診含む)・特定保健指導を受けましょう

ドック受検の際に検査結果により生活習慣改善が必要な場合に特定保健指導を行います。該当した場合は、必ず保健指導をお受けくださいますようお願いいたします。

※一部健診機関では、当日の保健指導を実施していない場合がありますので、対象となった場合には健康保険組合より後日、保健指導の通知がございます。



「特定健診・特定保健指導」ほか「下記の重症化予防対策」にご協力をお願いします。

- 1.カラダつうしんぼの送付・・・生活習慣病のリスクの高い方のほかドック健診受検者等にも送付
- 2.健診後のフォローアップ・・・要精検等で医療機関未受診者への受診勧奨



●マイナンバーカードの 公金受取口座を活用した保険給付等の受給について

<概要>

・公的給付支給等口座登録制度は、国民が金融機関に保有している預貯金口座（一人一口座）を、公的給付等を受け取るための口座として、マイナポータル等において事前に国へ登録することにより、行政機関等で実施している各給付手続等に活用できる制度である。

<健康保険では>

・令和5年4月分からの保険給付において利用可能

<公金受取口座の利用方法は？>

・各種保険給付を申請する際に、「公金受取口座の利用をしたい」旨を健保組合にご連絡ください。



●出産育児一時金（本人・家族）の引き上げについて

<出産育児一時金の支給額・施行期日について>

- ・現行：42万円 ➡ 改正後：**50万円** ※現行、改正後どちらも産科医療保障制度の加算額1.2万円含む
- ・令和5年4月1日以降の出産について引き上げ

●組合ホームページもご覧ください。

富山自販健保

