

国保だより

KOKUHO DAYORI

No. 154

令和6年
9月発行



(茨城・袋田の滝)

もくじ

- | | | |
|--|--|-----------------------------------|
| 2 理事長挨拶 | 14 第3期データヘルス計画策定について | 22 健康セミナー開催のお知らせ |
| 3 第189回理事会、第157回通常組合会を開催しました
吉澤利喜平先生ご逝去 | 15 入院時食事代の自己負担額変更のお知らせ
新入職員紹介 | 23 コパトンALKOOに参加しませんか？ |
| 4-6 令和5年度歳入・歳出決算 | 16 接骨院・整骨院(柔道整復師)の施術の受け方 | 24 新規契約健診施設のお知らせ |
| 7 令和5年度事業報告 | 17 第三者行為 ～自動車事故などにあったとき～ | 25 国保川柳 優秀作品発表
第十六回 国保川柳作品募集！ |
| 8 保険料及び保険料世帯賦課限度額の改定について
産前産後期間の保険料免除について | 18 部位別カラダのお悩み相談 歯のお悩み | 26 シン・タバコ事情 |
| 9 資格喪失者の保険証回収・返却のお願い | 19 困った時は一人で抱え込まない | 27 必ず受けよう がん検診の精密検査 |
| 10-12 保険証の廃止について | 20 インフルエンザ予防接種補助金の申請について | 28-31 郵送によるがん検診・検査を実施します |
| 13 健康診断の受診方法について | 21 インフルエンザ予防接種集団接種事業のご案内
新しい高齢受給者証を発送しました | 32 チャレンジ！数字パズル
家庭用常備薬等のご案内について |



関東信越税理士国民健康保険組合

〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町4丁目376-1
☎048-631-2211 (代) FAX 048-644-3030
HP: <http://www.ka-z-kokuho.or.jp>



チャレンジ! 数字パズル



パズルに挑戦して脳を活性化させましょう!

ルール

9×9のマスの中空欄に、1から9までの数字を記入します。ただし、次の3つのルールを守らなければなりません。

- ①タテ1列の中で同じ数字を使わない
- ②ヨコ1行の中で同じ数字を使わない
- ③3×3のブロック(太枠で囲まれた部分)の中で同じ数字を使わない



・右記QRコードから「チャレンジ数字パズル・国保川柳回答紙」をダウンロードし、事務局にFAXしてください。
・読み取れない方は事務局にお問い合わせください。



正解された方の中から抽選で10名様に粗品をプレゼントいたします。

家庭用常備薬等のご案内について

国保からの
お知らせ

今回も特色ある薬品等を特別価格でご案内いたします。薬品以外にも幅広い商品をご用意しております。ぜひご覧ください。

商品によっては品切れになる場合もありますので、早めにWEB又はFAXにてお申込みください。

秋から冬に向けて、紅葉・ハロウィン・クリスマスなどイベントが多い時期、インフルエンザなどに気をつけて、元気に楽しく過ごせるようこの機会にぜひ、常備薬等をご活用ください。



次回は、令和7年1月にご案内をお送りいたします。

一、二、三、
手足伸ばして
健康づくり

あとがき

2024年、久しぶりにとても前向きなニュースを見た。2028年に日本人が初めて月面へ行けることが決定したという。その名も有人月面探査計画「アルテミス計画」。人類がおよそ50年ぶりに月面着陸を目指すというその計画で、日本人の宇宙飛行士2人が月での探査に参加する機会を得ることが決定したという。

宇宙に比べれば、自分はちっぽけな存在であるかもしれないが、前向きなニュースを糧に、精一杯自分のできることを行い、平穏な日々を過ごしたいものだ。

第189回理事会・ 第157回通常組合会を 開催しました

第189回理事会

令和6年7月10日(水)開催

次の内容が議決された

- 第1号議案 令和5年度事業報告、歳入歳出決算及び財産目録の承認について
- 第2号議案 令和5年度決算剰余金処分の承認について
- 第3号議案 令和6年度歳入歳出予算の補正について
- 第4号議案 規約の一部改正について
- 第5号議案 保養所利用規程の一部改正について
- 第6号議案 第157回通常組合会の招集及び提出する議案について

第157回通常組合会

令和6年7月26日(金)開催

次の内容が議決された

- 第1号議案 令和5年度事業報告、歳入歳出決算及び財産目録の承認について
- 第2号議案 令和5年度決算剰余金処分の承認について
- 第3号議案 令和6年度歳入歳出予算の補正について
- 第4号議案 規約の一部改正について

※全ての議案に対しまして、可決承認をいただきました。

吉澤利喜平先生ご逝去

当組合の顧問であります吉澤利喜平先生が、去る令和6年4月1日にご逝去されました。享年94歳でした。吉澤先生は松本支部に所属され、昭和60年から平成5年までの8年間を「副理事長」、平成5年から平成9年までの4年間を「理事長」として組合役員を歴任。平成9年から顧問に就任していただき、組合運営に大変ご尽力いただきました。

当組合以外にも関東信越税理士会、関東信越税理士会長野県支部連合会など、税理士会全体の発展のため長年要職を歴任されてきました。謹んで、ご冥福をお祈りいたします。

健康で健全な 税理士事務所づくりを 目指しましょう!!



理事長 本塚 雄一郎

事業主ならびに被保険者・ご家族の皆さまにおかれましては、当国民健康保険組合の運営に関しまして平素よりご理解とご協力をいただき御礼申し上げます。

現在、令和6年2月8日開催の組合会で承認を頂きました事業計画、事業歳入歳出予算に基づき、令和6年度業務を開始し順調に推進しております。

当組合は「全国国民健康保険組合協会」の一員ですが、毎年、6月に定期総会が開催されています。本年の開催地は山形市でありました。また、税理士会ゆかり国保組合としては全国で2組合しかない「近畿税理士国民健康保険組合」と定期総会開催地の近隣で「協議会」を毎年開催しています。組合の運営、特に財政、事業、国の政策について同業であるからこそ理解しあえる集中した協議が行われています。

特に本年は国民健康保険発祥の地として名高い「山形県戸沢村(旧角川村)」の「山形県農村環境改善センター」設置の「相扶共済」の文字が刻まれている記念碑を見学し、説明担当者から「角川村国民健康保険組合」の発祥に関する研修を受けました。国民健康保険発祥の地としては埼玉県越谷市に肩を並べる認可第1号の国民健康保険組合が昭和13年8月1日に誕生したのであります。

記念碑からは「時代は進み、社会保障制度は著しく進展をみせ、特に国保の拡充愈々重大性を帯び、幸福はまず健康からの感を深くするものである。」との記載も確認できました。

考えてみますと、昭和36年に我が国の国民皆保険が完成されたといわれますが、この「相扶共済」はこの当時以前から現在まで86年に亘り、営々と国民健康保険法のもとにある国民健康保険組合運営の根底にありました。

団塊の世代の方々が75歳を迎える「2025年問題」の到来が目前に迫っており、国はこの様な状況の中、高齢者に対する医療制度及び介護保険制度対策を包含する全世代型社会保障改革を推進しております。こうした超高齢化社会に対応する為、質の高い医療サービス、医療事務の効率化を目指した「医療DX」を推進し、医療サービスにデジタルテクノロジーを利用推進していくことを決定の上、オンライン資格確認システムの拡充やマイナンバーカードに保険証機能を持たせた政策(マイナ保険証)を開始しておりますが、当組合の舵取りは上記「相扶共済」を大前提に於かなければならないと考えています。

また、当組合の存在意義、使命は、「健康で健全な税理士及び税理士事務所づくりへの支援」であると考えております。

理事長就任時に申し上げましたが、当組合を取り巻く環境には下記のような現状があります。

- ①組合員・被保険者の減少(特にご家族の減少が顕著です)
- ②定率補助率の低減(令和6年4月には16%から13%に補助率が改定されました)
- ③調整補助金の廃止(2020年ごろ以降、国から段階的に支給がなくなって参りました)
- ④医療給付費の増加(1人当たり医療費(特に生活習慣病)が急増して

います)

- ⑤高額医療費の増加(ex.ゾルゲンスマ(脊髄性筋萎縮症(SMA)遺伝子治療薬薬価1.67億円/人)等高額薬剤)が目立ってきています
- ⑥全世代型社会保障改革に基づく新制度への対応

当組合は上記の様な現状がある中でも組合員・被保険者への医療費給付をしっかりと維持継続しなければなりません。一方では、組合の財政基盤を安定させる歳入歳出バランスを図っていかねば、しっかりとした医療給付はおぼつかなくなります。また、上記に加えて、被保険者への医療給付サービスについて「費用抑制とサービスの質の両立」を考えなければならぬという点では苦悩が存在しております。

この度、令和6年7月26日開催の組合会にて苦渋の判断でありましたが、近未来の当組合の運営に関する総合的判断の結果、令和7年4月以降の「基礎課税課税保険料」を改定させていただくことになり、承認を頂いたところであります。皆様には是非ともご理解を頂ければ幸いです。

今後は保険料の改定について、組合員等の皆様に対し改定に至った経緯を説明する為に県連国保会議等あらゆる機会を利用して十分に丁寧に説明をしていく所存でございます。

この度の保険料の改定を前提として、基本理念である「相扶共済」の精神を基盤として、将来に向けての恒久的維持発展を目指し、税理士業務に従事する全ての人の健康を支援する組合として、健康づくり事業をはじめとする各種の保健事業を積極的に推進していきたいと考えております。

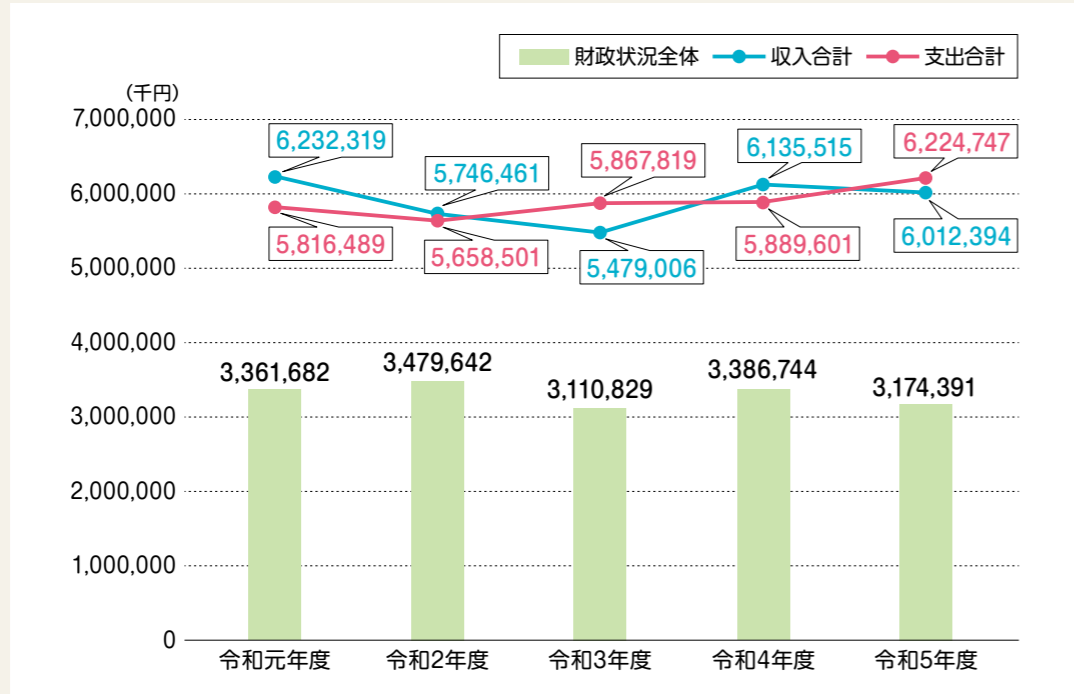
ところで、私は今後の事業の推進の關係で、信州大学医学部特任教授の能勢 博教授に面談する機会を持ちました。いわゆる「インターバル速歩」の第一人者であります。当組合のことをお話ししながら、日本の社会保障にも話が弾みましたが、先生持論の人間の生き方(面白く生きる)についての情熱一杯の話もいただきました。

先生の著書では「体力とは何か」に対して、「運動生理学で扱う体力とは「持久力」と「筋力」である。」と発言しておられます(「ウォーキングの科学」)。また、「何歳からでも体力アップは可能か」に対して、「運動形態に関わらず」個人の最高酸素消費量の60%の強度を目標とした運動を、30分/日、3~4日/週、3~6か月間行うと「年齢、性別、初期体力を問わず、最高酸素消費量が初期値に比して10%~20%向上することが明らかになっている」(「前書」と明言しておられます。7000人のエビデンスを基礎にしており、「何歳からでも効果的な方法により、負荷をかけて歩くことは体力アップに繋がる」ということを確信し、実践しているところでございます。

最後に保険者としての今後の課題は、保険証廃止(令和6年12月2日)への対応問題、子ども子育て支援金制度(令和8年4月)への対応問題、今後の年金制度改正での議論となりますが「勤労者皆保険」への対応問題等、当組合は国の社会保障改革への対応に挑んでいかねばなりません。組合員・被保険者の皆様におかれましては、ご理解とご支援を心からお願い申し上げます。

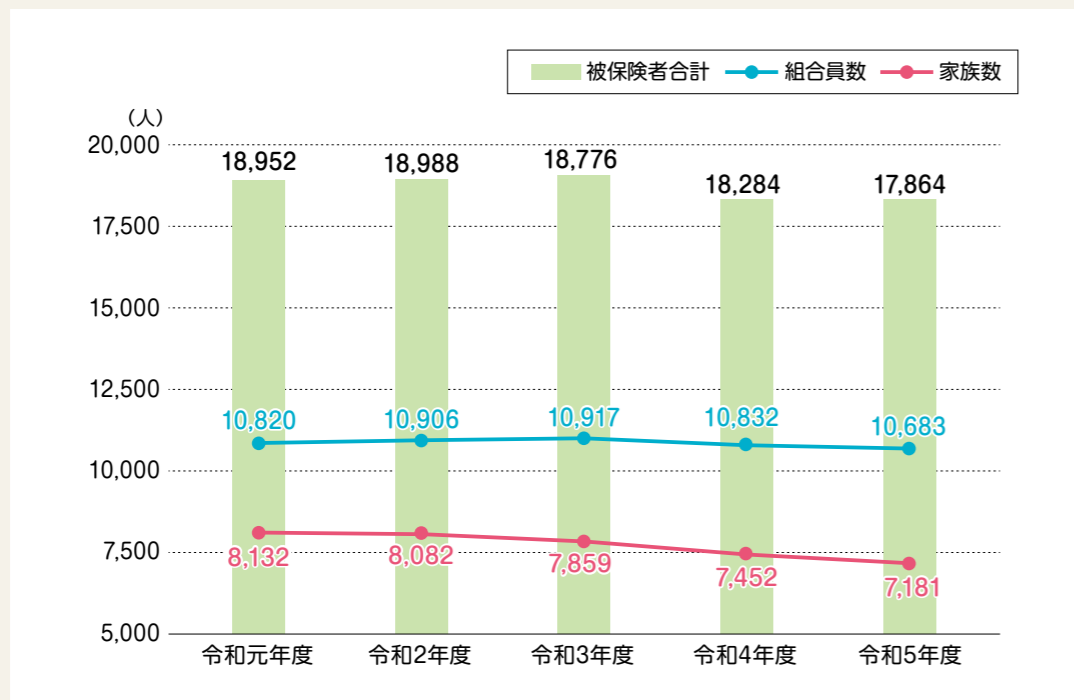
令和5年度 歳入歳出決算

1、財政状況



※1、収入合計には前年度繰越金を含んでおりません。

2、被保険者加入状況



歳入

科目(款)	収入済額(千円)
1、国民健康保険料	4,767,371
2、使用料及び手数料	50
3、国庫支出金	903,114
4、前期高齢者交付金	1,208
5、県支出金	5,744
6、共同事業交付金	245,642
7、財産収入	5,089
9、繰入金	0
10、繰越金	1,773,039
11、諸収入	84,176
合計	7,785,433

歳出

科目(款)	支出済額(千円)
1、組合会費	2,434
2、総務費	148,898
3、保険給付費	3,550,064
4、後期高齢者支援金	1,227,408
5、前期高齢者納付金	61
7、介護納付金	641,489
8、共同事業拠出金	241,005
9、保健事業費	343,417
10、基金積立金	0
11、諸支出金	69,971
合計	6,224,748

【説明】

- 国民健康保険料が対前年度で約105,584千円の減少。(被保険者数は減少、後期高齢者組合員数は増加)
- 国庫支出金(補助金)が対前年度で約78,139千円の減少。(補助対象事業の縮小等)
- 保険給付費が対前年度で約116,941千円の増加。(薬価高騰等による1名当たりの金額の増加等)
- 保健事業費が対前年度で約6,921千円の増。(人間ドック等補助金支給件数の増加等)

財産目録 令和6年5月31日現在(出納閉鎖期間末日)

財産区分	使用目的等	金額(円)
一般会計	保険料入金、医療費支払等	1,560,685,733
特別積立金	法定準備金(法定額：635,090,223円)	696,515,274
給付費等支払準備金	法定準備金(法定額：359,231,699円)	549,993,223
施設整備準備金	建物立替に伴う任意準備金	73,000,000
保健センター維持管理資金積立金	建物修繕に伴う任意準備金	20,000,000
その他	建物 1062,217㎡ 4階 土地 538㎡	288,877,000 274,196,213
資産合計		3,463,267,443

令和5年度決算剰余金の処分

令和5年度決算剰余金処分につきましては、次のとおり承認をいただきました。

1、令和5年度決算剰余金	1,560,685,733円
2、国民健康保険法施行令第19条の規定による特別積立金	60,000,000円
3、国民健康保険法施行令第20条の規定による給付費等支払準備金	0円
4、令和6年度への繰越金	1,500,685,733円

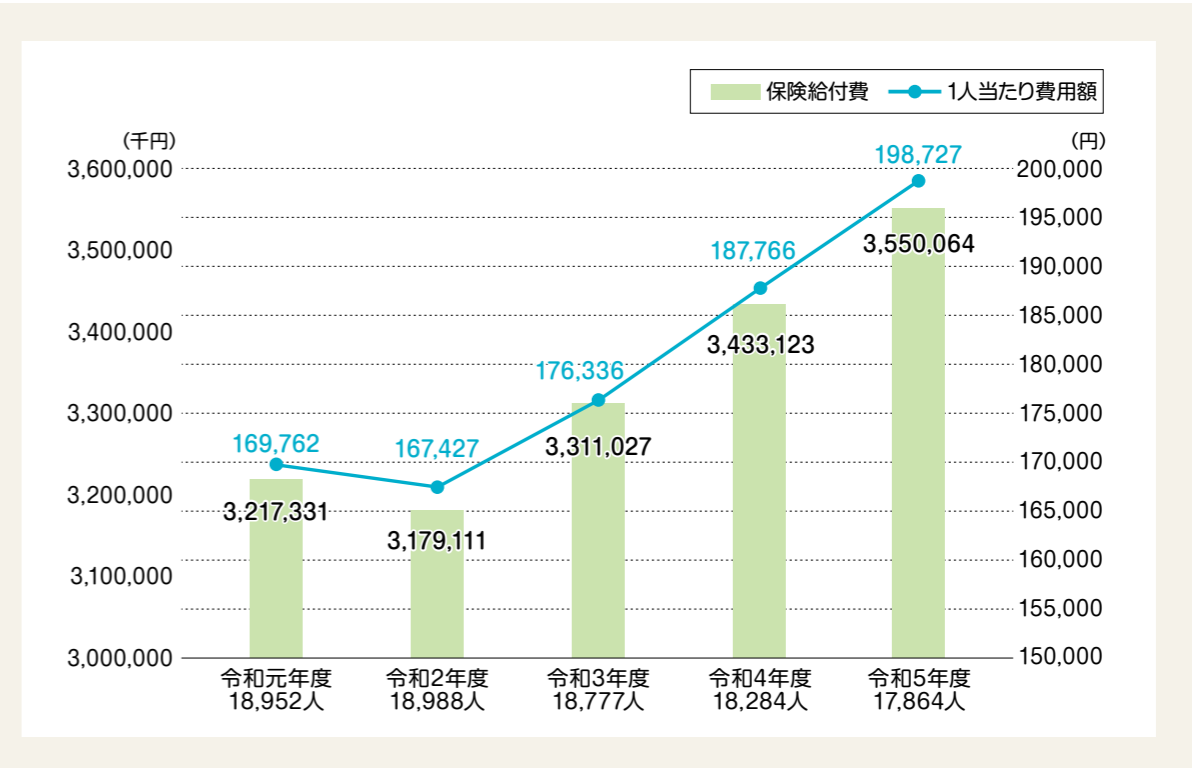
事業報告

令和5年度の主な事業についてご報告いたします。

事業名	開催日	説明
1、組合会	令和5年7月28日	第155回通常組合会 58名出席(書面等出席13名)
	令和6年2月8日	第156回通常組合会 60名出席(書面等出席17名)
2、理事会	令和5年7月12日	第186回理事会 55名出席(書面出席17名)
	令和5年7月28日	第187回理事会 56名出席(書面出席15名)
	令和6年1月24日	第188回理事会 52名出席(書面出席13名)
3、監査	令和5年6月22日	令和4年度決算監査実施
	令和5年11月20日	令和5年度中間監査実施
4、執行役員会	—	年間 12 回開催
5、常務理事会	—	年間 12 回開催
6、顧問相談役会	—	年間 2 回開催
7、顧問及び相談役との意見交換会	—	18 名出席
8、予算編成委員会	—	年間 3 回開催
9、資産管理運用委員会	—	年間 3 回開催
10、県支部連合会事業費交付金審査会	令和5年5月19日	1回開催
11、支部国保長研修会	令和5年8月23日	66名出席
12、コンプライアンス研修会	令和6年1月24日	39名出席
13、その他会議等出席	—	関連団体等の会議、総会に出席 年間 15 回
14、県連国保会議等出席	—	各県連国保主催の会議等に出席 年 21 回
15、県支部連合会事業費交付金交付	—	6 県支部連合会に交付金を交付
16、保健センター利用状況	—	1F 健康増進室 118 名利用
	—	3F・4F 会議室 23 団体利用
17、その他の事業実施状況		・「巡回健診」18会場 1,191名が受診
		・「巡回レディース健診」9会場 665名が受診
		・「郵送によるがん検診」1,876名受検
		・「郵送による検診」535名受検
		・特定健診受診状況 52.1%
		・特定保健指導終了率 4.8%
		・「医療費通知」年6回通知
		・広報誌「国保だより」年2回発行
	・家庭用常備薬 2,152件申込	
	・PCR検査 申込者なし	
	・医療費分析の実施	



3、保険給付費状況



4、令和5年度データ分析

1、健診状況

(KDBシステム令和6年6月1日現在)

① 特定健診受診率	関東信越税理士	国平均	
	51.7%	36.0%	
② 健診結果所見率	関東信越税理士	国平均	
	メタボ予備群	11.0%	11.2%
	メタボ該当者	14.3%	20.2%
③ 保健指導実施率	関東信越税理士	国平均	
	0.1%	9.1%	

2、疾病状況

④ 疾病統計

(KDBシステム
令和6年6月1日現在)

	入院	総件数	通院	総件数
糖尿病	846,799円/1件	285	35,992円/1件	15,358
高血圧症	954,362円/1件	451	26,600円/1件	27,216
脂質異常症	872,418円/1件	238	24,365円/1件	25,615
脳血管疾患	916,795円/1件	190	27,978円/1件	3,463
心疾患	951,963円/1件	109	43,548円/1件	3,812
腎不全	1,232,872円/1件	69	92,742円/1件	1,638
精神	832,964円/1件	243	24,003円/1件	10,831
悪性新生物	824,017円/1件	465	58,095円/1件	9,487
歯周炎・歯周病	454,266円/1件	17	10,865円/1件	34,859

⑤ 特定疾病該当者数

(人工腎臓を実施して
いる慢性腎不全)

年度	年度末の人数	全体の割合
令和元年度	27名	0.142%
令和2年度	26名	0.137%
令和3年度	25名	0.133%
令和4年度	21名	0.115%
令和5年度	19名	0.106%

保険料及び保険料世帯賦課 限度額の改定について

組合の国民健康保険料の基礎賦課分は、平成29年度に改定を行って以来、支出の削減や剰余金の活用等により、引き上げずに据え置いてきましたが、令和6年7月26日に開催されました第157回通常組合会において、当組合の運営に関する総合的判断の結果、令和7年4月(令和7年5月1日引落分)から世帯賦課限度額を含め、下記のとおり改定させていただくこととなりました。

ご理解とご協力をお願い申し上げます。

※詳細につきましては、令和6年8月吉日付けで送付させていただきました「国民健康保険料改定に係る重要なお知らせ」をご参照ください。

		改定前	改定後
基礎賦課分	税理士／勤務税理士	26,000円／月	30,000円／月
	職員	15,000円／月	18,000円／月
	家族	8,000円／月	10,000円／月
	世帯賦課限度額	73,000円／月	87,000円／月

※規約第18条第3項及び第4号の規定により、「事業主である社員税理士」・「勤務税理士」・「職員」・「家族」の方が負担する基礎賦課分保険料の金額は上記の2分の1です。

※後期高齢者支援金分保険料(6歳～74歳・5,200円/月)及び介護納付金分保険料(40歳～64歳・6,200円/月)並びに後期高齢者事業分保険料(75歳以上・3,000円/月)の改定はありません。

産前産後期間の 保険料免除について

出産される方の出産前後一定期間の保険料が免除される制度が令和6年1月から始まりました。

- 対象者** 令和5年11月1日以降に出産又は出産予定の被保険者
※妊娠85日(4か月)以上の出産が対象(死産・流産・早産及び人工妊娠中絶の場合も含まれます)
- 免除期間** 産前産後期間の4か月間(多胎妊娠の場合は6か月間)、対象者本人の保険料が免除されます
- 提出書類** ①産前産後の保険料軽減措置届出書
②母子健康手帳の以下の写し
○表紙頁(保護者記載頁)
○分娩予定日又は出生届出済証明頁
※届出書は組合ホームページからダウンロードできます
※多胎妊娠の場合、母子健康手帳は人数分のコピーが必要です
- 受付期間** 出産予定日の6か月前から届出ができます



詳しくは組合ホームページをご確認ください。

資格喪失者の 保険証回収・返却のお願い

就職や退職、加入世帯から外れたなどの理由で税理士国保組合の資格を喪失される場合、**資格喪失日以降は保険証を使用することができません**ので、必ず保険証をご返却ください。

保険証の返却方法について

- ・資格喪失届出書をこれから提出する場合、届出書に添付のうえ返却してください。
- ・資格喪失届出書を提出後に保険証を返却する場合、資格喪失日を過ぎましたら速やかに組合まで返却してください。
- ・保険証を紛失された場合、資格喪失届出書(裏面)の「被保険者証・高齢受給者証添付不能・滅失届」を必ずご記入ください。

※資格喪失時は保険証の他、高齢受給者証や限度額適用認定証、組合員証等も返却の対象となります。

資格喪失日以降に保険証を使用してしまった場合

資格喪失日以降に保険証を使用してしまった場合、**税理士国保が負担した分の医療費について返還請求をさせていただきます**場合がありますので、ご注意ください。

よくある質問

- ・次の保険者から新しい保険証が届くまで、税理士国保の保険証を使用したい
- ・月の途中で資格を喪失したが、保険証は月末まで使用したい
→保険証はどのような理由でも**資格喪失日の前日まで**しか使用できません。資格喪失日を過ぎましたら速やかに保険証を返却してください。
- ・病院の窓口で保険証を見せたら喪失日以降でも使えた
→喪失の手続きが完了していないと、窓口ではその保険証が有効かどうかの判断ができません。資格を喪失することが決定している場合は、速やかに喪失届出書の提出及び保険証の返却をお願いします。

◎医療費の返還はご本人の大きな負担になります。誤った保険証の使用をなくすことで医療費の適正化にもつながりますので、組合の資格を喪失した際は速やかに保険証を返却してください。

保険証の廃止に伴う注意点

- ・令和6年12月2日をもって**保険証の発行が廃止**となります。
(※詳しくはP10～12の「保険証の廃止について」をご覧ください)
- ・廃止日以前に交付された保険証は有効期限(最長で令和7年9月30日まで)ご使用いただけますが、**廃止日以降は新規発行だけでなく紛失などによる再発行もできかねます**のでご注意ください。
- ・マイナ保険証の利用登録を終えている方についても、有効期限前に資格を喪失された場合は速やかに保険証を返却してください。

保険証の廃止について **重要!**

国から示されたマイナンバーカードと保険証の原則一本化の方針に基づき、**保険証は令和6年12月2日から新規発行が廃止となります。**

現行の保険証の有効期限について

令和6年12月2日以前に交付された保険証は、有効期限の令和7年9月30日までご使用いただけます。

※期間中に75歳を迎える方、外国籍の方で在留期限がある場合など一部の方は有効期限が異なりますので、ご確認ください。

ご注意ください!

有効期限内であっても、令和6年12月2日以降に次のような変更等があった場合は、保険証の新規発行がされなくなりますのでご注意ください。

- ・就職や転職によって当組合に新規で加入する場合
 - ・引越して住所が変わった場合
 - ・氏名が変わった場合
 - ・保険証を紛失、破損した場合
 - ・事業所の代表者変更や法人設立、事務所所在地が変更(支部が変わったとき)した場合
- など



保険証廃止後の医療機関へのかかり方(令和6年7月時点の情報)

1. 令和6年12月2日以降の有効期限である保険証をお持ちの方

保険証右上に記載の有効期限まではお使いいただくことができます。

※有効期限が切れた場合や保険証に記載の資格情報(記号番号・氏名・住所等)の変更があった場合は、2以降をご覧ください。

2. マイナンバーカードの保険証利用登録がお済みの方

保険証として利用登録しているマイナンバーカード(マイナ保険証)をご利用ください。

マイナ保険証の保有者が自分の被保険者資格を簡易に把握できるよう、新規加入時や70歳以上の負担割合変更時等に「**資格情報のお知らせ**」を交付します。

「資格情報のお知らせ」とは?

マイナンバーカードの印字面からは現行の保険証に記載されている(記号番号・資格取得年月日等)情報が確認できません。

以下のような理由により、「資格情報のお知らせ(サイズはA4型を予定)」発行することになりました!

- ・組合への各種補助金申請や療養費申請などのお手続きに必要な資格情報をお知らせするため。
- ・受診時にマイナンバーカードを読み取る専用端末(以下「カードリーダー」という)がない医療機関等や故障中など、カードリーダーが使えない場合でも、マイナ保険証と「資格情報のお知らせ」を一緒に提示することで、保険診療を受けることができるため。

「資格情報のお知らせ」のみでは保険診療を受けることはできないので、マイナ保険証をご持参ください。

※マイナポータル「わたしの情報」からも確認ができ、「資格情報のお知らせ」の代わりになります。

3. マイナンバーが未登録の方、マイナンバーカードの保険証利用登録がお済みでない方など

「**資格確認書(サイズは現行の保険証と同じカード型を予定)**」を交付します。資格確認書を医療機関の窓口に表示することで、引き続き保険診療を受けることができます。

- ・令和6年12月2日以降に新規加入する方
お手続きの際に「資格確認書」を交付します。

- ・令和6年12月2日以降の有効期限である保険証をお持ちの方
有効期限到来の際に交付することを予定しております。



※国では令和6年12月2日以降、現行の保険証が使用可能な方には、その間は、資格確認書を交付しない運用を想定しています。

保険証として利用登録しているマイナンバーカード(マイナ保険証)を利用すると、何がかわるの?

- ①医療費が節約できる** ※薬剤・診療情報を医師等に提供するための同意が必要です。
毎回医療費を20円節約でき、皆様の自己負担も減ります。全国民が使えば、年間43億円が節約できる想定となっております。
- ②限度額適用認定証の手続きなしで高額な窓口支払いが免除**
- ③保険証としてずっと利用できる**
転職や引越しをしても保険者による加入や変更の手続きが完了次第、マイナンバーカードを保険証としてそのまま使えます。
- ④自身のデータに基づいた医療を受けられる**
初診の医療機関等でもご自身の健診結果や薬剤・診療情報を医師と共有することができ、よりよい医療がうけられる(本人の同意が必要)。
複数の医療機関を利用されている場合、薬の重複や飲み合わせが悪い処方を防ぐこともできます!
- ⑤医療費控除の確定申告が簡単に(e-Taxとの連携で確定申告書へ自動入力・自動計算)**
- ⑥医療費の領収書を管理しなくてもマイナポータル^(※)から管理ができる**
(※)行政が運営するオンラインサービスで、パソコンやスマホアプリから所得やかかった医療費など個人情報がいつでも確認できます。

マイナンバーカードを作ろう! 保険証利用登録をしよう!

マイナンバーカードの申請方法は 保険証利用登録はこちら (マイナポータル <https://myna.go.jp/>)

マイナポータルアプリのインストール方法 **IOS版** **Andoroid版**



マイナンバー制度・マイナンバーカードについてのお問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル
マイナンバー
0120-95-0178

受付時間 (年末年始を除く)
平日 9:30~20:00
土日祝 9:30~17:30

紛失・盗難による
一時利用停止については
24時間365日受付!



健康診断の受診方法について

組合では「特定健康診断事業」の他、組合に加入している皆さんが健康管理のために受診する「健康診断の費用」について「人間ドック等補助金」(以下、補助金)を支給しています。

人間ドック等補助金 税理士・勤務税理士：4万円／職員：3万円／家族・組合員(75歳以上)：2万円

※健診費用として1万円以上負担すると1会計年度1回補助金を支給します。(補助金額未済の場合は実費まで)

① 契約健診施設で補助金を利用して受診する時 **補助金申請 不要・健診結果提出 不要**

- 被保険者(組合員)として1万円以上の健診を予約し受診すると、支払いの際、補助金が差し引かれるため申請は不要です。
- 契約健診施設は、組合ホームページ「契約健診施設一覧」をご覧ください。
- 補助金が利用できないコースもございますので、ご予約の際施設へご確認ください。
- 補助金を利用せず全額自己負担した時は、下記③をご覧ください。**
- 窓口で補助金が差し引かれた時は、重複して補助金の申請はできません。



▲契約健診施設 QRコード

② 全国巡回健診レディースで受診する時 **補助金申請 必要・健診結果提出 不要**

男性も
受診可能!

- 被保険者(組合員)の健診費用の支払額が1万円以上の時は、補助金申請書に領収書(原本)を添付して申請してください。
- 全国巡回健診レディースは、組合ホームページの男女別「会場一覧」をご覧ください。
- 特定健診対象者(当年度40歳含む)は、基本検査費用(12,100円)が無料です。
- 特定健診対象者の支払額が1万円以上となった場合は補助金の申請ができます。
- 令和6年4月2日以降に新規加入した40～74歳の方はWEB申込がご利用いただけません。**詳しくは右記ホームページをご覧ください。



▲全国巡回レディース QRコード

③ その他で受診する(契約健診施設で補助金利用しない)時 **補助金申請 必要・健診結果提出 必要**

- 医療機関で健診費用が1万円以上の時は、**補助金交付申請書と領収書(原本)、健診結果シート**を添付して申請してください。詳しくは、組合ホームページ「人間ドック等補助金」をご覧ください。

お願い

「健診結果シート」は右記よりダウンロードのうえ、下記(1)又は(2)の方法にてご提出ください。**【可能な限り(1)での提出にご協力をお願いいたします】**

- (1)ご自身で健診結果を基に「健診結果シート」に必要項目を転記して提出する。
- (2)「健診結果シート」に氏名・記号番号・生年月日・年齢(受診日時点)・健診施設名・受診日、問診項目内の全てを記入し、必要項目が全て記載してある健診結果の写しを添付する。

※「健診結果シート」下段の「がん検診の受診状況」の回答にも、ご協力をお願いします。



▲人間ドック申請・健診結果シート QRコード

お知らせ 5月にお送りした巡回健診で、健診まで2週間以上ある定員に達していない日程については、予約可能な場合がございますので、直接右記までお問い合わせください。(あまの創健 TEL:052-930-8071) 【10/5所沢ミューズ・10/12JA長野県ビル・10/13長野県税理士会館・10/14宇都宮マロニエプラザ・10/26保健センター】※7月末時点

国保組合の取り組みについて 組合ではプライバシーマークを取得した業者と契約を締結し皆様の健康維持に努めています。

- 特定健診の結果により、生活習慣病を発症するリスクが高い方に対し、生活習慣改善のため組合が委託している **HSC** 保健支援センター より「特定保健指導のご案内」を送付し、保健師などの専門家が保健指導を行います。費用は無料ですのご案内が届きましたら、ぜひ、ご利用ください。
- 特定保健指導では対象外となった、医師の処方などによっても数値が改善されない方や、数値の高い方に対し「重症化予防事業」として組合が委託している **U** 株式会社エム・エフ・エー より「受診勧奨」や「生活改善」についてご案内を送付し、保健師などの専門家が無料でお話をさせていただきますので、ぜひ、ご利用ください。

皆様の健康への取り組みをお手伝いさせていただきますので、案内が届きましたら積極的にご参加くださいますようお願い申し上げます。

ここが知りたい!

Q マイナンバーカードを常に持ち歩くのは不安なのですが…

A マイナンバーカードのICチップには、医療情報や税情報などのプライバシー性の高い情報は入っていません。また、第三者がマイナンバーを使って手続きなどができない仕組みになっています。



※万が一なくした場合などは、すぐにマイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)まで連絡し、一時利用停止をしてください。

大切なお知らせ

「個人番号(マイナンバーの下4桁)のお知らせ」の送付について

国からの通知【令和6年1月9日付「被保険者等への加入者情報等の送付について」(依頼)】により、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に、加入者情報(マイナンバーの下4桁)をお知らせして、マイナンバーの紐づけで誤りがないか確認を行うこととなりました。

郵送方法は特定個人情報(マイナンバーの下4桁)を含むため、**特定記録郵便**にて送付いたします。

送付時期	令和6年9月～10月(予定)
送付対象者	組合員(家族加入者の情報も記載)
送付先	組合員自宅宛で・特定記録郵便
記載事項	氏名・個人番号(マイナンバー)の下4桁

大切なお知らせ 様式4

医療保険のデータベースに登録されている
個人番号(マイナンバー)のお知らせ

保険証に表示されている、あなたの保険情報データは、国民健康保険制度のデータベースに登録されている、マイナ保険証でも利用可能な状態となっています。マイナ保険証をお持ちの方は、ぜひ、ご確認ください。

なお、国民健康保険制度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、以下のとおりです。万一、異なっている場合は、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

氏名	個人番号(マイナンバー)
山田 太郎	**** * 1234
山田 花子	**** * 5678
山田 次郎	**** * 9101

(注)上記、個人番号は国民健康保険制度のデータベースに登録されている個人番号の下4桁を表示しています。

お問い合わせ先
〒000-0000
〇〇市国民健康保険課
TEL: 〇〇-〇〇-〇〇〇〇



ご自身の個人番号(マイナンバー)の下4桁と一致しているか確認いただき、誤りがある場合は当組合までご連絡をお願いいたします。

*お知らせのイメージ

第3期データヘルス計画 策定について

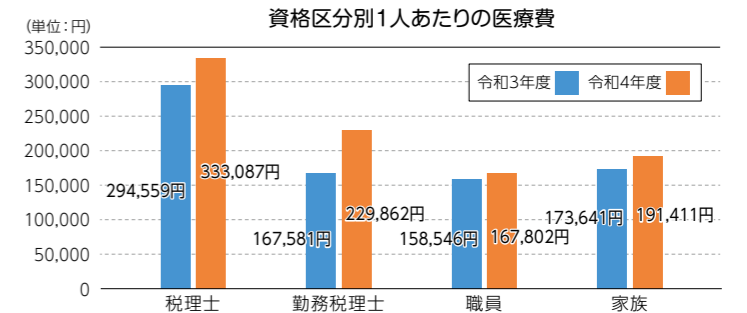
データヘルス計画とは？

特定健診・特定保健指導、診療報酬明細書(レセプト)等を用いて被保険者のデータを分析し、保険者独自に必要な保健事業を効率的、効果的に実施するために行う取組みのことです。

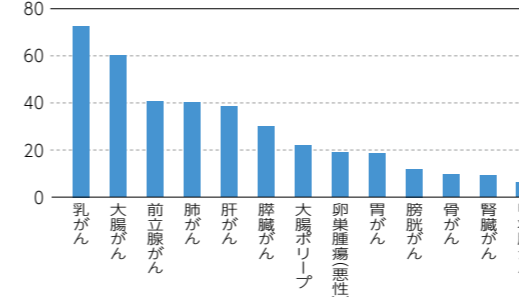
【診療報酬明細書(レセプト)とは…ひと月毎に医療機関が保険者へ提出する医療費の請求書のこと】

●資格区分別1人当たりの医療費

令和3・4年度の1人当たりの医療費を資格別にみると、いずれも前年より増加しており、最も医療費の高い税理士は、最も低い職員のおよそ2倍も差があります。「税理士の健康」は組合の運営だけでなく、職員や家族の生活に多大な影響を与えるため『重要な課題』となっています。



●「がん」の疾病別医療費

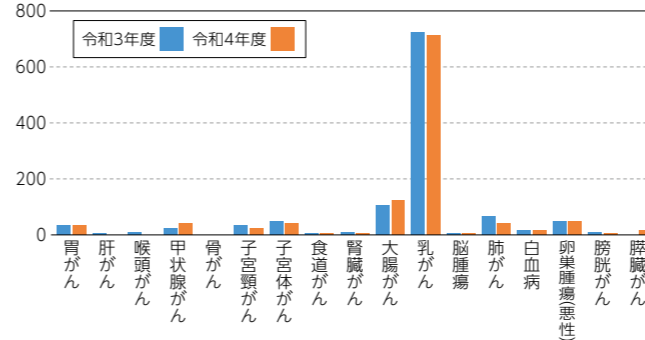


医療費で最も大きな割合を占める「がん」について、令和4年度の医療費を「がんの種類別」にみると、上位の「乳がん」と「大腸がん」だけで「がんの医療費」の30%を超えています。続いて「前立腺がん」「肺がん」「肝がん」「膵臓がん」となっています。

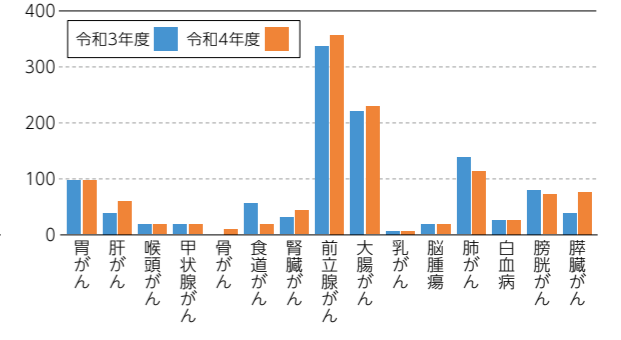
●男女別にみる「がん」のレセプト件数

女性の「がん」の疾病別医療費で最も多い「乳がん」は女性の「がん」のレセプト件数の60%以上を占めています。続いて「大腸がん」「肺がん」となっています。男性のレセプト件数が多い「がん」は、「前立腺がん」と「大腸がん」でこの2つで50%近くを占めています。続いて「肺がん」「胃がん」「膀胱がん」「膵臓がん」となっています。「がん」の医療費は年代が上がるほど増加する傾向にあるため、若いうちからの定期的な検診によって早期発見を目指し、早期治療を開始することが重要となっています。

【女性】主な悪性新生物のレセプト件数



【男性】主な悪性新生物のレセプト件数



◆令和6年度からの新たな『データヘルス計画』の一部を掲載いたしました。全ての内容は組合ホームページの保健事業「第3期データヘルス計画」(第4期特定健診実施計画を含む)に掲載していますので、ぜひご覧ください。皆様には今後も、医療費削減に向けた健康管理や健診結果の提出、特定健診の受診や保健指導の利用、重症化予防(受診勧奨や生活改善サポート)を利用いただき、保健事業にご理解、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

入院時食事代の自己負担額 変更のお知らせ

近年の食材費等の高騰を踏まえ、健康保険及び国民健康保険の食事療養標準負担額及び生活療養標準負担額が一部改正され、入院時の食事代が下表のとおり変更となりました。

■70歳未満の方の入院時食事療養費

区分	1食あたりの自己負担額(標準負担額)	
	令和6年5月31日まで	令和6年6月1日から
住民税課税世帯(下記以外の世帯)	460円	490円
市町村民税非課税世帯	90日までの入院	210円
	12か月以内に91日以上入院	160円
		230円
		180円

■70～74歳の方の入院時食事療養費

区分	1食あたりの自己負担額(標準負担額)	
	令和6年5月31日まで	令和6年6月1日から
住民税課税世帯(下記以外の世帯)	460円	490円
低所得Ⅱ(※1)	90日までの入院	210円
	12か月以内に91日以上入院	160円
		230円
		180円
低所得Ⅰ(※2)	100円	110円

■療養病床に入院する65歳以上の方の食費・居住費

区分	1食あたりの自己負担額(標準負担額)		1日あたりの居住費 変更なし
	令和6年5月31日まで	令和6年6月1日から	
住民税課税世帯(下記以外の世帯)	460円(※3)	490円(※3)	370円
低所得Ⅱ(※1)	210円	230円	
低所得Ⅰ(※2)	130円	140円	

※1. 低所得Ⅱとは世帯全員(同一被保険者証記号番号・後期高齢者に移行した者を含む)が非課税である世帯。
 ※2. 低所得Ⅰとは低所得Ⅱで尚且つ所得が0円の世帯。
 ※3. 保険医療機関の施設基準により令和6年5月31日までは420円、令和6年6月1日からは450円の場合もあります。

新入職員紹介

恒岡 千尋

- 星座 ふたご座
- 血液型 A型
- 好きな食べ物 辛い物
- 好きな言葉 犬も歩けば棒に当たる
- 趣味 写真撮影
- 一言 皆様のお役に立てるように、精いっぱい頑張ります。よろしくお願いいたします。



勝田 美幸

- 星座 みずがめ座
- 血液型 O型
- 好きな食べ物 チョコレート、いちご
- 好きな言葉 感謝の気持ちを忘れずに
- 趣味 旅行、音楽鑑賞
- 一言 皆様が安心してお手続きいただけるよう、丁寧に業務を行いたいと思っています。よろしくお願いいたします。

接骨院・整骨院(柔道整復師) の施術の受け方

接骨院・整骨院では**保険証が「使える場合」と「使えない場合」**があります。柔道整復師は医師ではないため、施術の行為が限定されていますので、誤った受診とならないようご注意ください。

保険証が使える場合

- 外傷性が明らかな打撲、ねんざ、肉離れ
 - 骨折、脱臼(応急手当を除き医師の同意が必要)
- 例えば
- ・階段で足を捻じった
 - ・日常生活やスポーツでねんざや骨折をした

保険証が使えない場合 (全額自己負担)

- 日常の疲れで慢性化した肩こり、筋肉疲労
- 病気(内科的原因による疾患)によるこりや痛み
- 脳疾患後遺症の慢性病
- 症状の改善が見られない長期の施術
- スポーツなどによる肉体疲労改善のための施術
- 工作中や通勤途中で起きた負傷(労災保険からの給付になります)

施術を受けるときの注意事項

1. 負傷原因を正確に伝える。
2. 医療機関での治療と重複して保険証は使えません。
3. 施術が長期にわたる場合は医師の診察が必要です。
4. 療養費支給申請書は原則、自分で署名してください。(記載内容をよく確認してから署名してください。)
5. 領収書・明細書は必ずもらいましょう。



近年、接骨院や整骨院による不正請求が問題となっています。知らないうちに不正請求に巻き込まれないよう気をつけましょう。

医療費の適正化にご協力ください

医療費の一部は組合加入者皆様の貴重な保険料でまかなわれています。医療費は毎年上昇傾向にあります。一人ひとりが国民健康保険の使える範囲を正しく理解し、適切に受診することが医療費の適正化につながります。ご理解ご協力をお願いいたします。

なお、施術内容等について文書またはお電話で照会させていただく場合があります。(柔道整復療養費の照会業務をガリバー・インターナショナル(株)に委託しております)通知や照会があった場合は内容の確認等ご協力をお願いいたします。



解説

健康保険

関連ワード

第三者行為

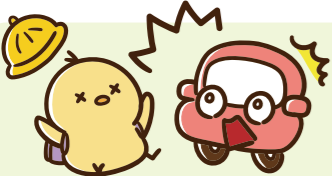
～自動車事故などにあつたとき～

解説します

第三者行為
とは?

交通事故やケンカ、工事現場の落下物によるケガなど、相手(第三者)によって負傷することを第三者行為による傷病といいます。第三者行為による被害に遭い、医療機関等で保険証を使用して治療を受けるときには、組合に届出が必要です。

第三者行為に
あつたときは?



まずは、ケガの程度に関わらず、相手の氏名や住所、連絡先を確認し、警察に連絡します。交通事故の場合は、免許証や加入する保険内容などを確認し、警察(自動車安全運転センター)から交通事故証明書もらいます。

医療機関等を受診し、医師から診断書をもらい、医療費などの領収書は保管しておきます。組合には届出が必要です。まずはすみやかに電話などで連絡をし、その後なるべく早く書類を提出してください。

*仕事中・通勤途中の場合は、労災保険で治療を受けます。

第三者行為に該当するケース

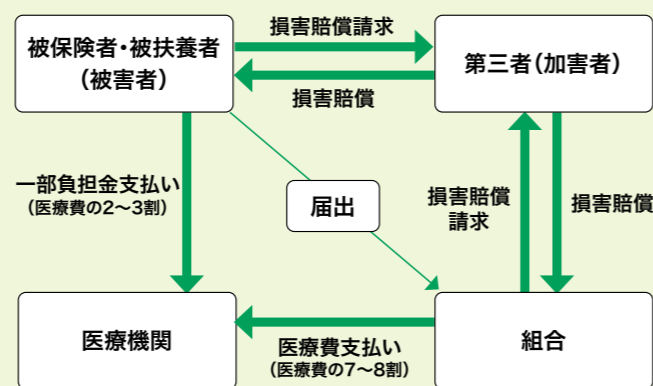
- 自動車事故
- バイクや自転車との事故
- 暴力行為を受けたとき
- 他人のペットにかまれたとき
- 工事現場からの落下物に当たったとき
- スキーやスノーボードでの衝突事故
- 飲食店での食事が原因で食中毒になったとき など

治療費などの負担は?



第三者行為によって負傷した際の治療費などの費用は、本来であれば加害者が支払うべきものです。第三者行為による傷病で健康保険を使う場合、組合は加害者に代わって一時的に医療費などを立て替えることになり、後日、加害者や相手方の保険会社にその費用を請求します。

■ 第三者行為にあつたとき



>>> 第三者行為に関する届出

【届出書】「第三者行為による被害届」

【提出時期】すみやかに

【添付書類】・交通事故証明書
・事故発生状況報告書
・誓約書 ・念書 など



One Point!

用語解説

示談

当事者同士での話し合いで損害賠償などについて決めることを示談といいます。示談の内容によっては、健康保険を使わずに全額自己負担となる場合もありますので、自己判断で対応せず示談前に組合に相談してください。

困った時は一人で抱え込まない

精神科や心療内科の受診に抵抗がある人でも、困ったときに話を聞いてくれる場所はたくさんあります。「こんなことでも相談してよいのだろうか」と相談することに壁を感じる人もいるかと思いますが、内容に合わせて様々な相談に対応しているので安心してください。自分の気持ちを率直に話してもらえれば、相談員はしっかりと聞いてくれます。より適切な相談先があれば紹介してくれます。下記に紹介した窓口のほかにも、事務所の産業医や保健師、相談窓口などがあれば利用してもよいでしょう。地域の保健所や精神保健福祉センターで相談できる場合もあります。



困ったときの相談窓口

こころの耳

厚生労働省委託事業として一般社団法人日本産業カウンセラー協会が受託して開設。

働く人の「こころの耳電話相談」 0120-565-455

(月・火 17:00～22:00 / 土・日 10:00～16:00 <祝・年末年始除く>)

働く人の「こころの耳SNS相談」 LINEアプリにて「友達登録」

(月・火 17:00～22:00 / 土・日 10:00～16:00 <祝・年末年始除く>)



LINEアプリQRコード

こころの健康相談統一ダイヤル

県や政令指定都市が実施していた公的な電話相談事業が全国共通の電話番号に統一され開設。

0570-064-556 (月～金 18:30～22:30)

いのちの電話

孤独でつらい思いをしている方々が再び生きる力を取り戻せるよう全国各地で活動する無償のボランティアによる市民活動。

0120-783-556 (毎日 16:30～21:00 毎月10日 8:00～翌朝8:00)

0570-783-556 (毎日 16:30～22:00)

すぐできるストレスチェックをしてみよう

定期的なセルフチェックで心身の状態に気を配る習慣をつけましょう。

	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
神経過敏に感じましたか？	0	1	2	3	4
絶望的だと感じましたか？	0	1	2	3	4
そわそわ、落ち着かなく感じましたか？	0	1	2	3	4
気分が沈み込んで、何が起っても気が晴れないように感じましたか？	0	1	2	3	4
何をしても骨折れだと感じましたか？	0	1	2	3	4
自分は価値のない人間だと感じましたか？	0	1	2	3	4

大野裕ほか「厚生労働省科学特別研究事業 一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニングに関する研究」よりK6日本語版

上記のことが過去30日間でどのくらいの頻度でありましたか？ 合計で5点以上あった場合は要注意といえ、ストレスが高い状態にあります。

自分が何にストレスを感じているのか原因を見極め、具体的な対処法を考えてみてください。その際、一人で悩むのではなく信頼のおける人や窓口に相談してもよいでしょう。

なお、上記のストレスチェックのほかにも労働者50人以上の事業所で義務化されている「職業性ストレス簡易調査票」というチェックもあります。

部位別 / カラダのお悩み相談

監修 東京医科歯科大学 名誉教授 川口陽子

歯のお悩み

日々の生活を送る上で、人の悩みは尽きないもの。このページでは身体の部位別に健康に関するお悩みをお聞きします。あなたのカラダはいかがですか？



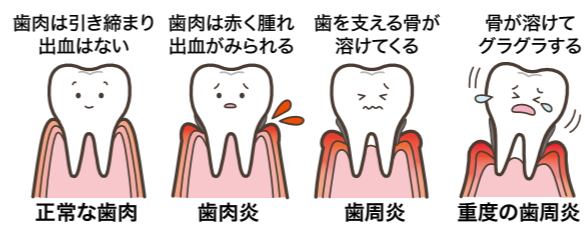
歯みがきをすると血が出るんです・・・

それは歯周病の可能性が有りますね



歯と歯肉のすき間(歯周ポケット)に細菌が侵入し、歯肉に炎症が起こると、歯みがき時に出血します。これは歯肉炎で、歯周病の初期症状です。

歯周病の進行プロセス(正常→歯肉炎→歯周炎)



歯肉炎を放置しておくと、進行して歯を支える骨が溶けて歯周炎となり、歯が抜け落ちてしまうことも。歯科を受診して歯や歯肉の状態をチェックしてもらいましょう。歯周病と診断された場合、症状に応じた治療やブラッシング指導などが行われます。**適切な処置することで、早期の歯周病である歯肉炎は健康な状態に戻すことが可能です。**

糖尿病の人は要注意

歯周病と糖尿病は相互に関連しています。歯周病による炎症性物質はインスリンの働きを妨げ、糖尿病を発症・進行させます。一方、糖尿病の人は免疫力の低下により歯肉の炎症が起きやすく、歯周病にかかりやすくなります。血糖値が高い人は特に注意が必要です。



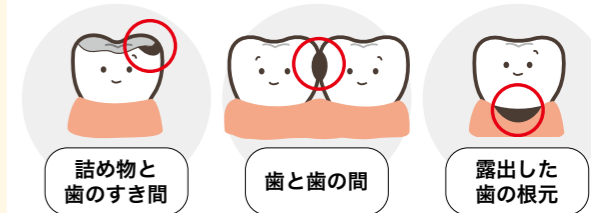
イタタ・・・歯の痛みが耐えられない

痛くなるまでむし歯を放置してはいけませんよ

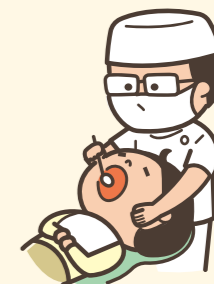


歯の痛みがある場合は、すぐに歯科医院で治療を受けてください。むし歯は子どもだけでなく、成人にも発生します。**40代では歯を失う原因の約4割がむし歯です。**成人のむし歯は過去に治療した詰め物が取れたり、詰め物と歯のすき間、歯と歯の間、歯周病や加齢で歯肉が下がって露出した歯の根元などから発生することが多いです。

成人でむし歯が発生しやすい場所



重症化したむし歯を治療するには、多くの時間や費用がかかります。また、状況によっては歯の神経の治療や抜歯が必要になる場合もあります。痛みが出るまでむし歯を放置するのはよくありません。**定期的に歯科を受診し、歯や歯肉のチェックを受ける習慣を身につけましょう。**



これでV! 歯と歯肉を守る予防策

自分で毎日行うセルフケア

- 歯ブラシを歯と歯肉の境目に約45度にあてて小刻みにみがく
- 歯と歯の間には歯間ブラシやデンタルフロスなどを活用
- フッ素配合の歯みがき粉を使用するとむし歯予防に効果的



やっぱりタバコは 喫煙すると血管が収縮して歯肉の血流量が減少し、貧血状態になります。すると**歯肉出血がみられず、歯周病に気づきにくくなります。**また、免疫機能が低下して歯周ポケット内で歯周病菌が繁殖して、歯周病が進行していきます。禁煙も大切なセルフケアの一つです。

プロフェッショナルケア

歯石の除去、歯科健診、保健指導など、歯科医師や歯科衛生士が行う専門的な口腔健康管理のことをいいます。

歯石は唾液中のカルシウムが歯垢に沈着して硬くなったもので、歯周病菌の温床となります。歯をみがくだけでは落とせないため歯科医院で除去する必要があります。また、定期的に歯科健診を受ければ、初期のむし歯や歯肉炎を発見することができます。自分に適した歯のみがき方なども指導してもらえます。

痛みや腫れなどの**自覚症状が出てから受診するのではなく、定期的にプロに任せて歯の健康を保ちましょう。**

インフルエンザ予防接種 補助金の申請について

インフルエンザ予防接種をした方に対し補助金を支給しています。
申請方法をご確認いただき接種後、組合までご申請ください。

資格区分	補助金額
組合員と組合加入の家族	2,000円/1回

*接種費用が1,000円未満(消費税込)の自己負担の時は補助の対象外です。
*接種費用が補助金額未満の時は実費負担分までの補助となります。



手続き方法

1 個人申請する時

- 「インフルエンザ予防接種補助金交付申請書」を医療機関に持参し、**医療機関証明欄に証明印をもらう。**
- 医療機関から**接種日・ワクチン名(インフルエンザ)・接種者名が個別に分かる領収書を発行してもらう。**
- 「インフルエンザ予防接種補助金交付申請書」(医療機関の証明のあるもの)に添付書類を添えて申請する。
 - 申請人、振込口座は接種した者の属する世帯の組合員

添付書類

領収書原本(接種日・ワクチン名(インフルエンザ)・接種者名が個別に記載のもの)
*医療機関証明欄に証明印はもらえないが接種済証がある時は、人数分の接種済証を添付してください。

2 事務所申請する時

※事業主が、雇用する職員及びその家族のインフルエンザ予防接種の費用を支払った場合

- 「インフルエンザ予防接種補助金交付申請書(事務所一括用)」を医療機関に持参し、**医療機関証明欄に証明印をもらう。**
- 医療機関から**接種日・ワクチン名(インフルエンザ)・事業所又は事業主名義の領収書を発行してもらう。**
- 「インフルエンザ予防接種補助金交付申請書(事務所一括用)」(医療機関の証明のあるもの)に添付書類を添えて申請する。
 - 申請人、振込口座は事業主(個々への振込希望時は各組合員の口座でも可)

添付書類

- 「インフルエンザ予防接種・被接種者一覧」(代表者の署名)**
- 領収書原本**(インフルエンザ接種について記載された事業所又は事業主名義の領収書)
 - *領収書が個別に発行された場合は接種者全員の領収書原本を添付してください。
 - *医療機関証明欄に証明印はもらえないが接種済証がある時は、人数分の接種済証を添付してください。

● 証明書類に不備がある場合のお願い

申請に必要な証明等がもらえなかった場合は、申請書の裏面の『添付不能理由書』にその理由とご署名をお願いします。
記入例：医療機関から証明を拒否された／証明が有料だった／申請書を持参しなかった等

お願い

- 申請に不備がある場合は一度申請書類を返却いたします。再度ご申請をお願いします。
- 2回接種された場合や予防接種を受けた方が複数人いる場合は、まとめてご申請をお願いします。
- 領収書原本の返却を希望の方は、メモにて一筆お書き添えのうえ、返信用封筒を同封してください。
- 申請が集中する時期(11月～2月頃)は、お振込まで2か月以上要することもあります。予めご了承ください。


申請書類は組合ホームページ(<http://www.ka-z-kokuho.or.jp/>)からダウンロードしてください。

インフルエンザ予防接種 集団接種事業のご案内



組合では、例年、インフルエンザウイルスによる感染及び重症化を予防することを目的とし、前ページの通り、予防接種費用に対する補助事業を行っています。

今年度も、昨年同様、従来の補助事業に加え、以下のとおり集合予防接種を実施いたします。募集人数に制限がありますのでお早目にお申込みください。

開催場所	関東信越税理士国民健康保険組合【保健センター1階】	募集人数	200名限定
日時	令和6年11月9日(土) 9:30～12:00	募集期間	令和6年9月1日～10月末日 200名に達した時点で受付終了
対象者	①国保組合被保険者及び組合員 (接種日時時点で13歳以上に限る) 未成年者は問診票に保護者の同意のサインが必要です。 ②未加入者(税理士会登録事務所の税理士・職員・家族)も対象となります。	接種費用	《税込：1人あたり》 国保組合被保険者及び組合員 2,000円 未加入者 4,000円
申込	組合ホームページ (http://www.ka-z-kokuho.or.jp/) 予約サイトからお申込みください。	支払方法	現金のみ
当日持ち物	①の方…保険証(75歳以上は組合員証)・予診票・費用 ②の方…本人確認書類(運転免許証など)・予診票・費用	 こちらのQRコードを読み取り組合ホームページ新着情報から予約サイトへお申し込みください。	
その他	①の方は、予防接種補助金2,000円差引での支払の為、接種当日以前に遡って資格喪失された場合は補助金額を返還請求いたします。		

新しい高齢受給者証を 発送しました

70歳から74歳の方に交付される「高齢受給者証」の更新分(有効期限8月1日～)を、令和6年7月末日に事務所宛・簡易書留で発送いたしました。

記載事項に誤りがないかご確認いただき、新しい高齢受給者証(薄橙色)をご使用ください。

※確定申告の遅れや修正申告等で所得額が変動する場合、負担割合が変更となる可能性があります。必ず組合まで申し出ください。



健康セミナー開催の お知らせ

受講
無料

埼玉県・茨城県

受講方法は「会場型」と「オンデマンド配信」

ご都合に合わせて
受講できます！

組合に未加入の税理士・職員・家族も受講可能

ご参加者様より

- とても勉強になった。知識面もプラスで良かった。
- 有益な情報が聞けて良かった。
- できることから実践していきたいです。
- 普段意識はしていたが、非常にためになりました。
- 大変有意義な研修をありがとうございました。

テーマは、意外に悩んでいらっしゃる方が多い「睡眠」です。
「睡眠の質」なんて上げられるの？という方、ぜひ受講を！

①②会場型セミナー「睡眠編」

各回先着50名様

RIZAPによる講義60分・運動30分
睡眠の質を上げる「食事・運動・生活習慣」快眠セミナー

- 日時 令和6年11月9日(土) 午前10時00分～午前11時30分
場所 関東信越税理士国民健康保険組合 保健センター【さいたま市大宮区桜木町 4-376-1】
 - 日時 令和6年11月11日(月) 午前10時00分～午前11時30分
場所 つくば国際会議場「多目的ホール」【茨城県つくば市竹園 2-20-3】
- 申込期間 令和6年9月1日～10月31日
※①②会場型をお申込みの方は「お申込み不要」で③のオンデマンド配信もご視聴いただけます。

配信期間中、何度でもご視聴可能ですので、ぜひご参加ください

③オンデマンド型セミナー

※視聴するパソコン、スマートフォンのメールアドレスをご登録ください。

- 第1回 配信 「睡眠編／講義64分」(令和6年10月22日～11月22日)
睡眠の質を上げる「食事・運動・生活習慣」快眠のためのセミナー
 - 第2回 配信 「スタートアップ編／42分」(令和6年11月23日～12月22日)
自分のバランス力や柔軟性をチェック。老若男女問わず参加いただけるセミナー
- 申込期間 令和6年9月1日～12月20日

申込方法 令和6年9月1日よりWEB申込み開始

- ①②③ともに組合ホームページ新着情報「健康セミナー」申込フォームに必要事項を入力の上お申込みください。申込完了後、自動返信メールをお送りします。
- ※団体でオンデマンド型セミナーをご視聴いただく場合は「代表者」がお申込みください。後日、組合からご連絡させていただきます。



組合ホームページ
QRコード

コバトンALKOOに 参加しませんか？

組合加入者
「限定」!



皆様の健康づくりのため、
毎日の生活の中のウォーキングを
一緒に楽しんでいただくために
実施しています！

お持ちのスマートフォンに「コバトンALKOO(あるこう)」アプリをダウンロード
すると、毎日、自動的に歩数を計測し、歩数データを見ることができます！
毎日の歩数送信は不要で、自動的に「マイレージポイント」を獲得！
ポイントに応じて抽選で埼玉県の特産品など、いろいろな賞品が当たります！

更に年度末、
組合からも
抽選でプレゼントが！

コバトンALKOO(あるこう)の登録は簡単！

- 「ALKOO」アプリを右のQRからダウンロード。
- アプリの初期設定を行う。
- アプリ内の「コバトンALKOO(あるこう)マイレージ」上と同じマークをタップする。
- 会員情報を「保険証」(75歳以上は「組合員証」)を見ながら入力すれば、登録は完了です。



ご注意 埼玉県以外に在住の方は、登録住所にご注意ください

- 埼玉県在住 登録住所は、ご自宅の住所を番地まで全て入力してください。
- 埼玉県以外在住 登録住所は、下記、国保組合住所を入力してください。
〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町4-376-1

※事務所住所で登録した場合、当選品が届かない場合があります。

お問合せ・不明な点は 「コバトンコールセンター」 TEL 0570-015566
受付時間:9時～17時(土日・祝日・年末年始除く) ナビダイヤルの通話料金は発信者の負担となります。

新規契約健診施設のお知らせ

下記の2施設と契約締結いたしました。

- 人間ドック等補助金をご利用いただけます。
- ※ 10,000円以上(消費税含)の健診に限ります。
- ※ 1会計年度1回に限ります。
- ※ 契約施設で受診の際は、当日窓口で補助金額を差し引いてお支払いだけで、組合に申請の手間が省けます。健診の種類によっては差し引きできない場合もありますので予約の際医療機関にご確認をお願いします。

区分	補助額上限
税理士・勤務税理士	40,000円
職員	30,000円
家族	20,000円
75歳以上の組合員	20,000円

一般社団法人 東日本予防医療協会 加須健診クリニック

令和6年5月
より契約

人間ドック・健康診断専門のクリニックです。定期健康診断・巡回健康診断・特殊健康診断など何でもご相談ください。健康診断を通じて皆様の健康生活、企業様の健康経営をサポートする予防医療に特化したクリニックです。

健診の種類

- オリジナルドック(男性) 46,000円
- オリジナルドック(女性) 46,000円
- 基本ドック(胃バリウム検査) 42,000円
- 基本ドック(胃ABC検査) 40,000円

※ 税別の金額となります。

お問合せ先	
所在地	〒349-1145 埼玉県加須市間口1271-1
TEL	0480-31-7711 (代表・予約専用)
HP	https://kazokenshin.jp



医療法人社団 メディーノ しおや消化器内科クリニック

令和6年7月
より契約

健診専用の施設を令和6年4月にOPENしました。

クリニック主導でスピーディーな診断、早期の治療開始で最良の結果を。

ワンストップで健診から結果・診察までスムーズに実施、専門知識を持った医師が約20名在籍し、それぞれの専門分野で健診・診察を行います。各分野の専門医が迅速な診断をご提供。もし検査結果が良くない場合は健診センター直結の当院で速やかに治療を開始。適切な病院とも連携します。

健診の種類

- プレミアムドック 42,000円
- 生活習慣病検診(上部消化管内視鏡検査含む) 26,950円
- 定期健診A(上部消化管内視鏡検査含まない) 12,650円

※ 税込の金額となります。

お問合せ先	
所在地	〒338-0003 埼玉県さいたま市中央区本町東3-4-7
TEL	048-829-7484 (代表)
HP	https://www.shioya-clinic.com/



お知らせ

- ・稲里生協クリニック(長野市)ですが、令和7年4月から半日ドックの実施はいたしません。
- ・草津ナウリゾートホテルは、令和6年5月末で契約解除となりました。

国保川柳 優秀作品発表

国保だより令和6年4月号にて募集いたしました「我が家の働き方改革川柳」ですが、多数ご応募いただき誠にありがとうございました。

事務局にて厳正なる審査を行い、以下三作品を優秀作品として掲載させていただきます。

※ 優秀作品に選ばれた方には、記念品の粗品をお贈りいたします。



ママさんは 早寝しますと 店じまい (宇都宮支部 / 風呂ゴルファーさん)
 マイホーム 寝るため返済 普段は会社 (浦和支部 / コイケさん)
 我が家では 夫の小遣い 減額よ (新発田支部 / ナベマサさん)

第十六回国保川柳も募集いたします。

第十六回 国保川柳作品募集!

第十六回目のお題は「我が家のフリーランス川柳」です。個人事業主やフリーランスが安心して業務受託できる環境の整備を目的とした「フリーランス・事業者間取引適正化等法」が令和6年11月1日より施行されます。サラリーマンも本業以外の仕事をもつことが一般的になりつつある時代ですが、フリーランス・副業にまつわるハプニングやエピソードを交えた、ユーモアのある川柳をお待ちしております!

※ 五・七・五の俳句に限ります(字余り可)

※ 優秀作品に選ばれた方には、次回の国保だより(令和7年4月号)及びホームページへの作品掲載と、記念品をお贈りいたします。

別紙「チャレンジ数字パズル・国保川柳応募用紙」をFAXいただくか、郵送にてどしどしご応募ください!



(例文) 納期厳守 したけど報酬 期日過ぎ
 猫の手は 借りても OK 個人事業 (事務局 / 高田)

今すぐできる がん予防

日本人の2人に1人ががんにかかり、死因の第1位でもあります。ここでは、私たちが簡単にすぐに取り組みめるがん予防法を紹介します。
※ここでいう「予防」には、がん検診を受けて早期発見・治療する「二次予防」が含まれています。

必ず受けよう がん検診の精密検査

国はがん精密検査の受診率の目標を90%としています。精密検査まで受けて初めてがん検診の意味があります。対象となった人は必ず精密検査を受けましょう。

要精密検査



精密検査までが がん検診

「要精密検査」ってどんな状況？

「要精密検査」とは、「がんである可能性がある」ので、精密検査で確かめる必要があります」ということです。「がんかもしれない」状況なので、「症状がない」などの理由でそのまま放置するのは非常に危険です。

一次検診とどうちがうの？

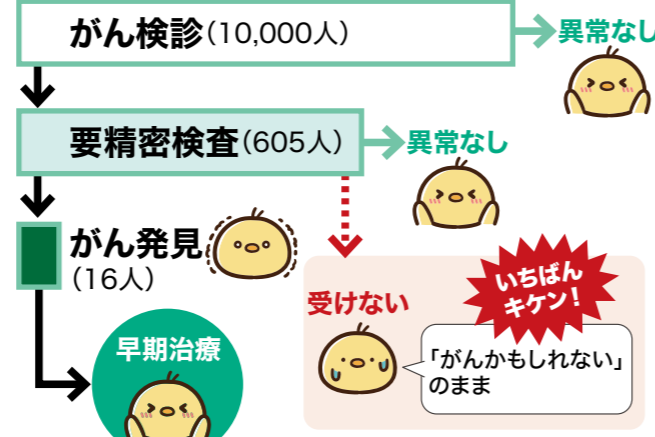
一次検診は、安全性重視の比較的簡易な検査で、健康な人と、少しでもがんの可能性が疑われる人をふるいわけするものです（「スクリーニング」といいます）。よって、精密検査でくわしく調べることで初めて本当にがんかどうか診断されます。

精密検査まで受けないとがん検診の意味がありません。必ず受診を！



がん検診とがん発見率 (10,000人あたり)

※人数は大腸がんのがん検診受診者1万人あたりの精密検査対象者、がん発見者の人数(2020年度) 厚生労働省「令和3年度地域保健・健康増進事業報告の概況」より



■早期発見なら治りやすい(1期で発見された場合の5年生存率)

胃	肺	大腸	乳房	子宮頸
92.8%	82.2%	92.3%	98.9%	94.9%

※国立がん研究センター・2014-2015年5年生存率(ネット・サバイバル)

精密検査を受けていない方へ

対象となった大部分の方が精密検査を受けています。がんを早期発見・早期治療するチャンスですので、通知を受け取った方はすぐに検査を予約してください。受診場所については、がん検診を受けた医療機関や自治体、かかりつけ医などに相談してください。

CASE 1

忙しくて受ける時間がない



がん検診で発見されるレベルのがんは、すでに大きく成長して成長速度が増しているため、1~2年で倍の大きさになってしまいます。自分のからだを守るために、半日だけ時間をつくってください。

CASE 2

がんだったらと思うと怖い



精密検査を受けて実際にがんが見つかる人は、そこまで多くありません(子宮頸がん1%、乳がん5%)。がんではないことを確かめて安心するためにも、精密検査を受けましょう。

CASE 3

便潜血検査が陽性…痔のせいでは？



痔であっても便潜血検査で陽性となる確率は、痔ではない人が陽性になる確率とほとんど変わらないという調査があります。今回の出血が痔によるものだと本当に言い切れますか？

早期発見のため、組合の健診や自治体のがん検診などを利用して、定期的にかん検診を受けましょう。

シン・タバコ事情

「望まない受動喫煙をなくす」ことが国民の義務となり、これからはますます吸いにくい環境になっていきます。「タバコはかっこいい」とされていた昭和の時代から事情は大きく変わりました。

※政府やタバコ産業は「たばこ」、科学者は外来品として「タバコ」と表記しています。

新型タバコ、その害は

「新型なら害は少ない」…は誤解です。加熱式タバコは、200~300℃でタバコ葉を蒸し焼きにすることで発がん性物質が発生。紙巻きタバコより量が少なくても、長年使用すれば、健康を害するおそれがある。もちろん、ニコチンも発生するので「ニコチン依存症」から一生抜け出せません。

また、加熱式のスティックや、電子タバコのリキッドに使われている有機溶剤などの添加物による害も懸念されます。

■加熱式タバコ・電子タバコの害

加熱式タバコ

タバコ葉の加熱で発生

- ニコチン
- ホルムアルデヒド等の発がん性物質 など

⚠ 乳幼児による金属片の誤嚥が問題になる商品も

電子タバコ

有機溶剤(グリセロール)の影響

- 食品添加物として食べる分には無害だが、ミストにして肺に内側から吹き付けた場合の影響は未知数で、肺炎を起こすリスクも
- 加熱することで、アルデヒド類などの発がん性物質が発生



ネバネバの有機溶剤グリセロール(独:グリセリン)

※厚生労働省 e-ヘルスネット「加熱式たばこの健康影響」「電子たばこ」

加熱式タバコVS禁煙

禁煙へのステップとして加熱式・電子タバコへの切り替えを考えている方、ちょっと待って！ **加熱式タバコは禁煙意欲を低下させ、禁煙成功率が低くなる**という調査結果が出ています。ちなみに、加熱式タバコを近くで使用された場合、吐き出す息に含まれている有害物質により、パートナーや同僚などが危険にさらされることになります。

■加熱式タバコで禁煙しようと思っても…

- 紙巻きを吸える場所では紙巻きを、吸えない場所では加熱式、と使い分けが発生している
- 会社や市内の喫煙所など……紙巻き
- 家族や同僚がいる室内や車中…加熱式

ニコチン依存が継続・禁煙意欲が低下

⚠ いつまでもニコチン依存症から抜け出せない



近くで加熱式を使用された場合、タバコを吸わない人の半数に気分不良などの健康被害が生じる

ラクに禁煙?!

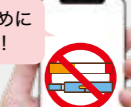
禁煙できないのは、ニコチン濃度が低下したときの禁断症状を乗り越えられないから。決して意志が弱いせいではありません。しかし、**ドラッグストア等で買える禁煙補助薬を正しく使用すれば、比較的ラクに禁煙できます**。また、タバコがないと落ち着かないという心理的な依存のケアには、禁煙アプリもおすすめです。

■市販の禁煙補助薬で禁煙

- ニコチンパッチ** ●1日1回起床時に貼って、皮ふからニコチンを補給 ●パッチのサイズを小さくしていき、スムーズな禁煙を達成!

- ニコチンガム** ●ニコチン切れでイライラしたときに1粒 ●頬と歯ぐきの間に挟んで、ニコチンをゆっくりと染み込ませる

子どものために禁煙します!



一緒にがんばりましょう!

禁煙アプリで血圧改善等の成果や節約できたタバコ代・時間を確認する、禁煙仲間と励ましあうなど、楽しく禁煙!

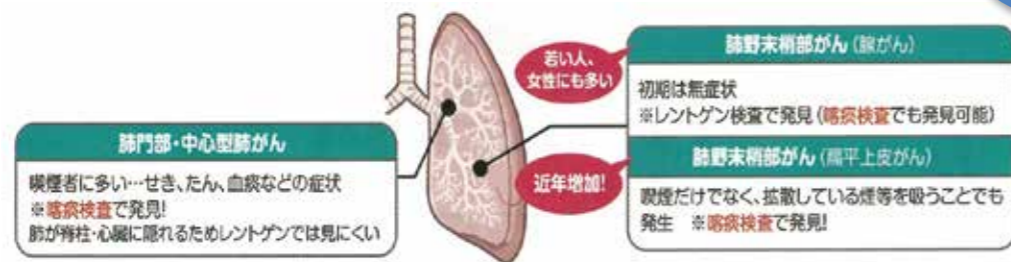
※ニコチンパッチ・ニコチンガムは、購入時に薬剤師から説明を受け、使用上の注意をよく読んでお使いください。
※2023年時点で、メーカーの出荷停止により内服薬の禁煙治療薬は使用できません。

1 肺がん検診

肺がん検診はあなたを肺がんから守ります

- がんの死亡原因では**第1位!**
- 胸部レントゲン検査で見つかりにくいタイプのがんに有効です。
- **喀痰細胞診**は、中心型早期肺がんの唯一のスクリーニング方法です。

アレルギー・
咳喘息・
COPDが
気になる人も!



◎ 喀痰検査はハイリスク群(喫煙指数600以上)に特に有効ですが、タバコを吸っていない人にも有効です。治療が必要な肺がん以外の疾患も見つかります。

2 大腸がん検診

早く見つければ見つけるほど治りやすい

大腸がんは **がんの罹患数 第1位!**
がんの死亡数 女性 第1位! 男性 第2位

出典: 国立がん研究センター 最新のがん統計予測

誰にでもかかるリスクがあります!
毎年検診を受けて!



ですが、**早期発見! 早期治療でほぼ治ります!**
自覚症状のない時にこそ、大腸がん検診!

Point

人間ドックや一般の自治体の検査よりさらに精度の高い検査です!
便秘がちな方には特におすすめです!

この検査は一本の採便容器から一般的なヘモグロビンだけでなくトランスフェリンも同時に測定します。特に女性に多い深部大腸の病変(ヘモグロビン陰性のがん)の発見に有効です。

トランスフェリンは深部(上行・横行)の疾患に特に有効です。



3 胃がんリスク検診

ピロリ菌感染が胃がんの主な原因です

胃がんリスク検診とは

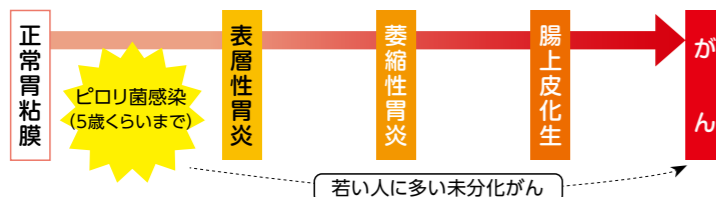
胃がんを引き起こす「**ピロリ菌**」感染の有無と胃粘膜の萎縮の程度がわかる**ペプシノゲンの値**を調べ、その組み合わせによって胃の健康度(胃がんリスク度)を層別化する検査です。

ピロリ菌
除菌は早めが
効果的!



胃がん発生の仮説

ピロリ菌に感染すると、胃の粘膜が萎縮し、潰瘍・がんを引き起こします。



がんの中でも男女ともに「**胃がん**」の経済的負担が最も高い!

ピロリ菌を除菌すると...

- 胃がん罹患予防に有効
- 胃がんリスク軽減だけでなく、**大腸がんリスクの軽減**にも効果あり
- 経済的負担の軽減につながる

あなたの胃の健康度がわかります。

		ピロリ菌検査	
		陰性	陽性
ペプシノゲン値	陰性	A群	B群
	陽性	C群	

A群: 健康的な胃粘膜 (胃がん発生年率: ほぼ0%)

B群: 潰瘍性疾患に注意が必要 (胃がん発生年率: 0.1%)

C群: 胃がんに対する注意が必要 (胃がん発生年率: 0.2 ~ 1.25%)

郵送によるがん検診・検査を実施します

簡単な検体郵送による自己検診

令和6年度

今年度より、自己負担1,000円で実施となりました。
自身の健康状態を把握するためにもこの機会にぜひご利用を!!!

実施要領 郵送によるがん検診

安価で
受けられます

対象者 組合員及び組合加入のご家族

検査項目/検査方法	参考価格	自己負担額
①肺がん検診 / 喀痰細胞診(3日分の喀痰採取)	3,300円	1,000円
②大腸がん検診 / 便検査2日法	2,450円	1,000円
③胃がん検診 / ①・②血液検査 *専用器具を使い指先から採取します ③便検査	① 6,500円 ② 4,400円 ③ 3,300円	1,000円
④胃がんリスク... 胃がんになるリスク・萎縮性胃炎に至るリスクを知りたい方に推奨		
⑤ペプシノゲン... 胃の粘膜の状態(胃の老化度)を知りたい方・胃粘膜の経年変化を知りたい方に推奨		
⑥便によるピロリ... 過去ピロリ菌検査(呼気・血液)が陰性だった方・幼少の方(非浸襲性1日のため)・ご家族に胃の疾患がなくピロリ菌陰性の可能性が高い世代(39歳以下)の方に推奨		

*胃がん検診については、上記検査①、②、③いずれか1つ選択してください。

申込人数	締切日まで制限なし
申込締切日	令和6年10月末日(消印有効)
検査器具送付時期	約2週間後に検査器具送付
検体返送締切日	令和6年11月末日(消印有効) *必ず期日までに検体をご返送ください。
検査結果通知	検体到着後約3週間で個人宛に通知されます。
支払方法	検査キット送付時に郵便振替用紙を同封しますのでお振込みお願いいたします。(振込手数料は組合負担)

◆ FAXでお申し込みの方

別紙同封の「がん検診申込書」に必要事項を記入し、下記検査機関にお申込みください。

◆ 郵送でお申し込みの方

別紙同封の「がん検診申込書」に必要事項を記入し、その裏面の封筒組立例を参考に組立て、ポストに投函してください。

◆ QRコードでお申し込みの方

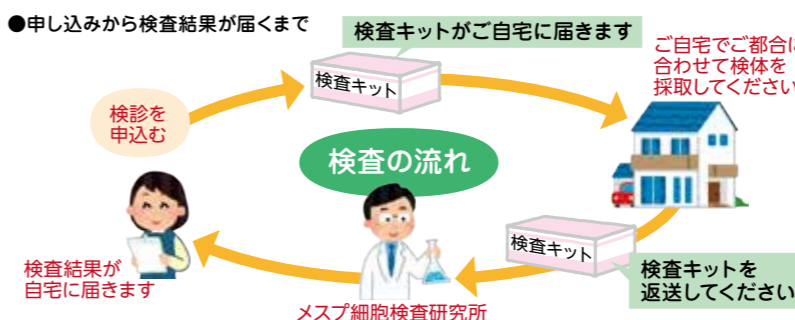
右記のQRコードを読みとって手順にしたがってお申込みください。



注意: 検体返送締切日までに検体の返送がない場合は、自動的にキャンセルされたものとし器具代+手数料を徴収いたします。

*異常があった場合には、専門医による精密検査が受けられるよう、適切な指導をいたします。また、病院紹介・紹介状作成をご希望の方は、下記検査機関にお問い合わせください。

● 申し込みから検査結果が届くまで



検査機関

メスブ細胞検査研究所

- 医療機関紹介
- 紹介状の作成
- 検査へのご質問
- 検査結果へのご質問
- その他

TEL 075-231-2230(平日9:00~17:00)
FAX 075-211-7400
メール mail@msh-kyoto.co.jp
ホームページ http://www.msh-kyoto.co.jp

お気軽に
お問合せ
ください

*受診者の個人情報は検査器具・請求書送付・検査結果報告、それにとまう統計・分析などの範囲に限定して使用されます。

4 腸内環境検査

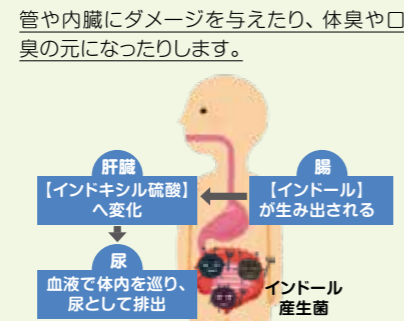
長寿のカギをにぎるのは腸内細菌!

腸内環境検査とは?

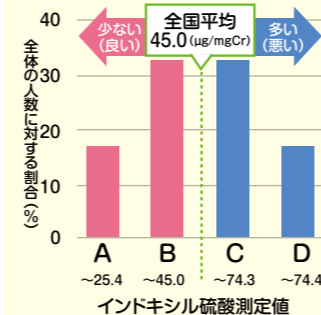
- 手軽にわかりやすく、腸内の健康度が分かります。
- 尿に含まれる「**インドキシル硫酸**」という物質を測定し、腸内環境の健康度を4段階のランクで示します。

腸内細菌によって作られる「インドール」に注目!

- **インドール=腐敗物質**
インドールは腸から体内に吸収されると肝臓でインドキシル硫酸に変換されてから、尿とともに体外に排出されます。
- **腸内環境が悪くなると増加する**
- **腸内環境を判断する一つの指標**
尿中のインドキシル硫酸は腸内細菌由来。この物質の量を測定することで腸内の環境を推し量ることができます。
腐敗物質が腸から体内に吸収されると、血



測定値とランクの対応



免疫の約7割は腸に集中しています。
免疫力を高めるためには、腸内環境を良好に保つことが大切です。

5 尿中ナトリウム検査

自分の「食塩摂取量」、知っていますか?

国民医療費 42兆9,665億円 (2020年度) → **40兆円を超えるのは8年連続!**
医療費の低い地域は、老衰と脳卒中による死因が多い傾向にあります。
脳卒中を減らしながら、大往生となる老衰を増やす対策が重要!



脳卒中は日本人の三大死因の1つ 脳卒中を引き起こす一番の原因は、「**高血圧**」です。

高血圧を予防するために、まずは**自分の食塩摂取量を知るところから始めてみましょう!**

尿中ナトリウム検査を受けることで、簡単に食塩摂取量を知ることができます。

- あなたは食塩 (塩分) を摂りすぎていませんか?
 - 血液中の塩分 (ナトリウム) 濃度が高くなると、その濃度を下げするために血流量が増え血圧が上がります。
 - 塩分過多の状態が続けば、慢性的な高血圧の原因になる場合もあります。
 - 食事により日々変わる食塩の摂取量を、自分で正確に測定することは非常に困難です。
- ※1日分の食塩摂取量目標値 (2020年 厚生労働省発表) 男性 7.5g未満 女性 6.5g未満

6 歯周病リスク検査

定期的な検査で歯とからだを健康に

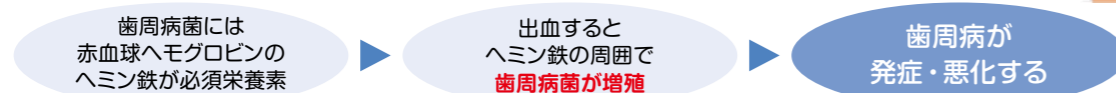
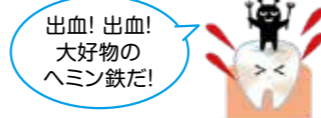
出血で歯周病が悪化!?

歯磨きをしているときや、何もしていない時でも歯茎から血が出ることはありませんか?

歯周病菌は赤血球ヘモグロビンの“ヘミン鉄”が好物です。

鉄分を得て歯周病菌は爆発的に増殖します。

歯茎からの出血は要注意なのです!!



歯周病の予防には「**バイオフィルムの除去、出血しない歯茎**」が重要なキーワードとなってきます。

一度検査をして異常なしだった場合、安心してしまいがちですが、**歯周病を予防、早期発見するためには、たとえ自分の歯の状態は健康だと思っても、定期的に検査を受ける必要があります。**

また、バイオフィルムは日々の歯磨きで完全に除去するのは難しいため、歯科医院もあわせて受診し、定期メンテナンスを行いましょう。

実施要領 郵送による腸内環境・尿中ナトリウム・歯周病リスク検査

9月～10月の2か月間実施いたします。

*検査は人数制限を設けておりますので、抽選となります。ご了承ください。

安価で受けられます

対象者 組合員及び組合加入のご家族

お1人様、3検査申込み可能です。

検査項目/検査方法	申込人数	参考価格	自己負担額
④ 腸内環境検査/尿検査 *腸の劣化や免疫力の低下が気になる方はぜひ!	200名	3,100円	1,000円
⑤ 尿中ナトリウム検査/尿検査 *血圧が気になる人、食塩摂取量が気になる方はぜひ!	200名	3,000円	1,000円
⑥ 歯周病リスク検査/唾液 *歯磨きの際に出血があり、歯周病が気になる方はぜひ!	200名	2,600円	1,000円

申込締切日	1回目 2回目	令和6年9月末日 (消印有効) 令和6年10月末日 (消印有効)	*締切日の翌日抽選
検査器具発送時期	約2週間後に検査器具等送付		
検体返送締切日	令和6年12月20日 (金) (消印有効) *必ず期日までに検体をご返送ください。		
検査結果通知	検体到着後約3週間で個人宛に通知		

申込方法

◆ 郵送によるがん検診同様にFAX・郵送にて申込用紙 (ピンク色) の用紙をご利用のうえお申込みください。

◆ QRコードでお申込みの方は、右記のQRコードを読み込み、手順にしたがってお申込みください。



◆ 10月末、申込者数に達しなかった場合は、9月末の抽選で漏れた方を再抽選といたします。
ご当選者については検査器具の発送をもってかえさせていただきます。

支払方法

◆ 検査キット送付の際、郵便振替用紙を同封いたしますのでお振込みをお願いします。

《注意1》 全ての検診・検査について検体返送締切日までに検体を返送されない場合は、自動的にキャンセルされたものとし、器具代+手数料を徴収いたします。

《注意2》 全ての健診・検査の送料については、各自ご負担ください。