

令和6年度決算のお知らせ

前年度より納付金が大幅増も、
引き続き黒字決算を維持

健康保険料率8.0%を維持して運営



当健保組合の令和6年度決算が、7月25日に開催された組合会にて可決・承認されましたので、その概要をお知らせいたします。

決算の概要 健康保険（一般勘定）

収入

科 目	決算額（千円）
健康保険収入	3,464,921
〔保険料〕	3,464,357
〔国庫負担金収入〕	564
調整保険料収入	70,551
繰入金	518,489
国庫補助金収入	16,329
出産育児交付金	1,348
財政調整事業交付金	69,147
雑収入	18,872
合 計（A）	4,159,657
経常収入合計（C）	3,486,009

収入支出差引額（A）－（B）	1,013,825千円
経常収入支出差引額（C）－（D）	410,462千円

支出

科 目	決算額（千円）
事務費	76,085
保険給付費	1,406,826
〔法定給付費〕	1,332,430
〔付加給付費〕	74,396
納付金	1,447,260
〔前期高齢者納付金〕	436,875
〔後期高齢者支援金〕	1,009,141
〔日雇拋出金〕	1,240
〔退職者給付拋出金〕	4
保健事業費	143,323
財政調整事業拋出金	70,256
連合会費	929
積立金	700
還付金・その他	453
合 計（B）	3,145,832
経常支出合計（D）	3,075,547

況である経常収入支出差引額は4億1,046万円の黒字となりました。

保険料収入の増加により、令和6年度は黒字決算となりましたが、団塊の世代がすべて後期高齢者となる2025年を迎え、今後も保険給付費や納付金の増加が予想されます。健保組合の財政負担は厳しい局面が続く見込みですが、より一層効果的・効率的な組合運営を心がけてまいります。

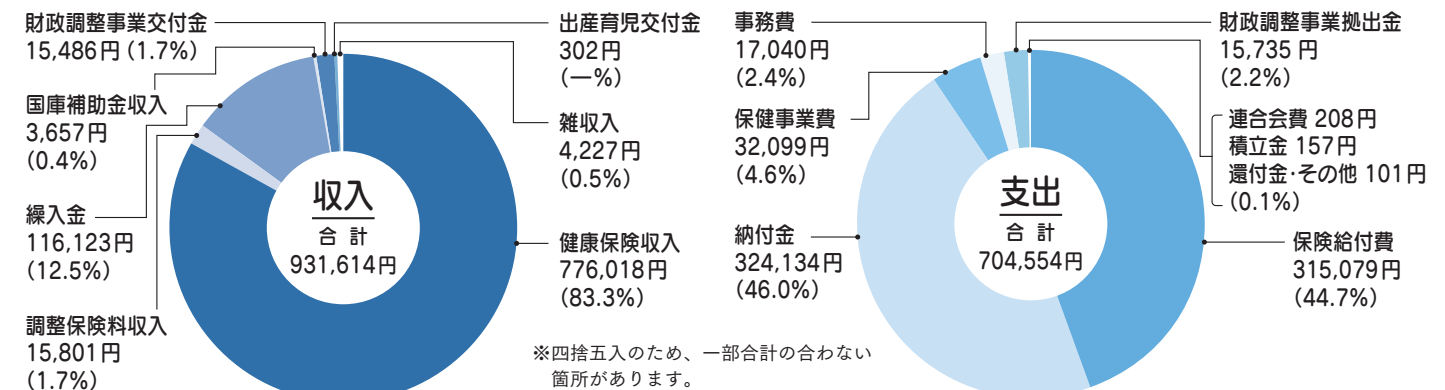
健康保険（一般勘定）

収入では、被保険者と事業主の皆様にご納めいただく保険料が、前年度比2億932万円増の34億6,436万円となりました。

支出では、皆様が病気やけがをしたときの医療費などにあてられた保険給付費が、同比1億395万円増の14億683万円となりました。また、高齢者医療への納付金は同比4億1,300万円と大幅増の14億4,726万円となり、支出の46.0%に相当します。

収入支出差引額は10億1,383万円、実質的な収支状

被保険者1人当たりの収支の割合 健康保険（一般勘定）



決算の概要 介護保険（介護勘定）

収入

科 目	決算額（千円）	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額（円）
介護保険収入	436,717	181,814
繰入金	46,313	19,281
雑収入	31	13
合 計	483,061	201,108

支出

科 目	決算額（千円）	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額（円）
介護納付金	420,310	174,983
介護保険料還付金	24	10
合 計	420,334	174,993

収入支出差引額	62,727千円
---------	----------

介護保険（介護勘定）

健保組合は、40歳から64歳の被保険者から介護保険の財源となる介護保険料を納めていただき、国に納付しています。介護保険料による収入は4億3,672万円、一方、国に納める介護納付金は4億2,031万円となりました。

た。令和6年度は介護納付金を介護保険料だけで賄うことができ、その他の収入・支出を合わせて収入支出差引額は6,273万円の黒字となりました。



組合会（令和7年7月25日開催） 主な議題及び報告事項について

- 【議案】
- 第1号議案 令和6年度事業報告書承認の件
 - 第2号議案 令和6年度収入支出決算案承認の件
 - 第3号議案 理事長専決事項 報告・承認の件

- 【報告】
- 令和7年度財産運用方針の件
 - 保険証廃止について
 - 子ども・子育て支援金について
 - 「ポスト2025」健康保険組合の提言について



被扶養者資格調査（検認）を行います

当健保組合では、保険給付費や納付金の適正化を目的として被扶養者資格調査（検認）を行います。調査の結果、被扶養者の認定基準から外れていると判定した場合は、該当者を扶養から削除します。また、就職や収入増などによって被扶養者の資格基準から外れた場合も、すみやかに扶養削除の手続きを行ってください。皆様のご理解とご協力をお願いします。



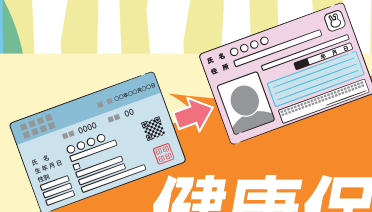
Web版「医療費のお知らせ」をご活用ください

当健保組合のホームページから、医療費や健保組合からの給付金、ジェネリック医薬品を使った際の差額などを確認できます。ぜひご活用ください。

■ Web版「医療費のお知らせ」組合員専用Webサイト
https://web.kenpo.gr.jp/mol-kenpo/login.asp

▶ スマートフォン用2次元コード





令和7年12月2日から 健康保険証が使えなくなるって ホント!?



医療機関の受診時に、まだ従来の健康保険証を利用されている方もいるのではないのでしょうか。しかし、今年の12月2日から健康保険証は完全に廃止され、利用できなくなります。

マイナ保険証※や資格確認書での受診に変わりますので、早めにマイナ保険証に切り替えましょう。

※保険証の利用登録済みのマイナナンバーカード
※マイナナンバーカードの取得、マイナ保険証の利用登録は任意です。

12月2日以降の病院のかかり方は？

マイナ保険証、または資格確認書で保険診療を受けることができます。

①マイナ保険証

原則12月2日以降は、マイナ保険証の利用が基本となります。情報提供に同意すると、医師や薬剤師が過去の診療やお薬情報を確認できるので、適切な医療を受けられるなど、従来の保険証になかったメリットがあります。

メリットはこちら

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_22682.html



②マイナ保険証+資格情報のお知らせ

カードリーダーが不具合などで使用できない場合、マイナ保険証とあわせて、「資格情報のお知らせ」を提示することで保険診療を受けられます。

③資格確認書

マイナ保険証をお持ちでない方は、資格確認書を使用して医療機関を受診することになります。

要注意！マイナンバーカード・電子証明書には有効期限があります

有効期限が切れると、マイナ保険証としてはもちろん、e-Tax等の電子申請や各種証明書のコンビニ交付等も利用できなくなります。有効期限の2～3カ月前をめどに「有効期限通知書」が届くので、案内に沿って更新手続きを行ってください。

▶マイナンバーカードの有効期限

★18歳以上の場合

発行から10回目の誕生日まで

★18歳未満の場合

発行から5回目の誕生日まで

※マイナンバーカードの有効期限は、カードの表面に印字されます。
※令和4年3月31日までに交付申請された20歳未満の方のマイナンバーカードの有効期限は、発行から5回目の誕生日までです。

詳細はこちら

<https://www.kojinbango-card.go.jp/card/renewal>



▶電子証明書の有効期限

年齢にかかわらず、
発行から5回目の誕生日まで

※マイナンバーカード表面の電子証明書の有効期限欄には印字されておりません。市区町村窓口で記入してもらうか、有効期限を確認のうえ、ご自身で記入する必要があります。

マイナンバーカードの申請方法、マイナ保険証の利用登録方法については以下のサイトでご確認いただけます

●マイナンバーカードの申請

<https://www.kojinbango-card.go.jp/apprec/apply/>



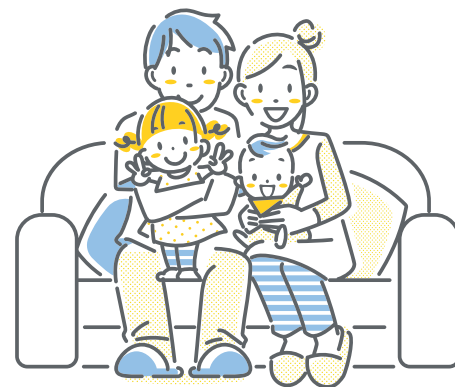
●マイナ保険証利用登録

https://myna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html



令和8年度より「子ども・子育て支援金制度」が始まります

未来のために、 今できること



子ども・子育て支援金制度は、日本が直面している危機である「少子化・人口減少」に対し、社会全体で子ども・子育て世帯を応援していくための新しい連帯のしくみです。



いつから始まる？

子ども・子育て支援金は、少子化対策のための特定財源です。令和8年4月分保険料（5月納付分）より、一般保険料・介護保険料と併せて徴収されます。



納入告知書（請求書）には、第3の費目として子ども・子育て支援金が追加されます。

一般保険料

+

介護保険料
(介護納付金分)

+

子ども・子育て支援金
(子ども・子育て支援納付金分)

支援金は、高齢の方や事業主を含む全世代・全経済主体から、所得に応じて徴収されます。健保組合は、子ども・子育て支援金の代行徴収機能的な位置づけになります。



何に使われる？

支援金を財源として、国が少子化対策を促進するための「こども未来戦略・加速化プラン」の取り組みを実施します。

<加速化プランとして考えられる主なもの>

●妊婦のための支援給付 ●出生後休業支援給付率の引き上げ ●育児時短就業給付 等



どのくらいの1人当たり負担になる？

負担率（支援金率）は、令和8年度からスタートし、令和10年度には0.4%程度に段階的に上がることが想定されます。1人当たり負担額（月額）は、負担率0.4%、標準報酬月額30万円と仮定した場合、事業主負担600円／被保険者負担600円、合計1,200円程度と見込まれています。

ただし、国が令和10年度に支援納付金の最大規模を決めているため、今後、健康保険料や介護保険料のように右肩上がりが増え続けることはありません。健保組合に対しては、国が一律の支援金率を示すことになっています。

※健康保険組合連合会リーフレットより作成

眠りを整え、元気な毎日を



すこやか睡眠習慣

多くの働く世代が抱える「睡眠」に関する悩み。

眠りを整え、すこやかな日々を送るためのヒントをご紹介します。

睡眠環境編

質のよい睡眠のために、眠る環境を整えましょう。肝心なのは**寝室の温度**です。特に**残暑の寝苦しい時季**には、**27度前後にエアコンの温度を設定し、タイマー機能を使用する**など、暑くて起きてしまうという状況を避けて、目覚めまで快適な室温を保ちましょう。

実践のコツ

空調に合わせて寝具や寝間着を選ぶ

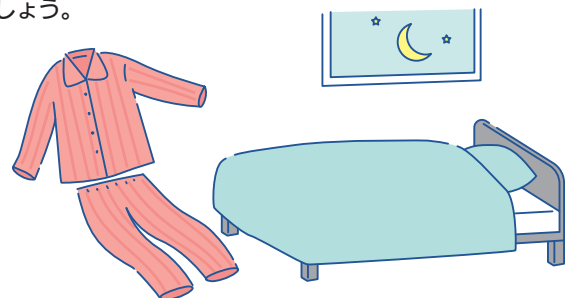
エアコンによる体の冷えは、起床時の体のだるさにつながると考えられています。そのため、就寝時は薄手の素材で長袖・長ズボンを着用するのがおすすめ。涼しい室温であることを前提に、体が冷えすぎないようにしましょう。



寝苦しい夜には
エアコンを上手に活用！

寝具や寝間着は通気性のよい素材に

寝間着の素材は吸湿性の高い麻や綿を選びましょう。逆にポリエステルは蒸れやすいので、夏には避けるのがベスト。エアコンをつけている場合、**寝具は体が冷えすぎないことと通気性を重視**して、薄めの夏掛け布団などを使いましょう。



寝る前の水分補給はカフェインに注意！

暑い時季は就寝前の水分補給が大切。ただし、コーヒーや緑茶などの**カフェインが含まれる飲料には覚醒作用や利尿作用があり、注意が必要です**。カフェインに敏感な人は就寝の5～6時間ほど前から控えるようにしましょう。

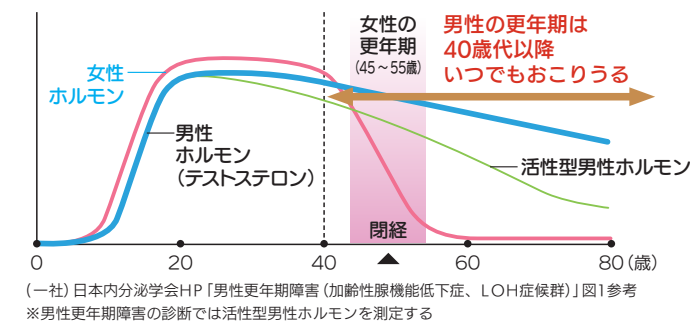


女性も男性も更年期を理解して健康に

更年期を女性の健康課題として取り組む企業が増えるなか、男性にも更年期のあることが知られるようになってきました。しかし、症状があっても「年のせい」「疲れているだけ」と放置し、更年期症状・障害に気づかず悪化させてしまう人も多いようです。生活習慣の見直しや治療など、適切な対処をして更年期に向き合うことは、更年期後の健康寿命をのばすことにもつながります。

女性と男性の更年期と更年期症状・障害

● 加齢と性ホルモン分泌の変化



● 女性と男性の更年期症状・障害の違い

	女 性	男 性
原 因	女性ホルモン（エストロゲン）の低下	男性ホルモン（テストステロン）の低下
時 期	閉経前後5年（50歳前後）	とくに決まっていない（40歳代以降いつでも）
期 間	約10年間	明確な終わりはない
症状・障害	①月経異常：不正出血が断続的に起こる ②自律神経失調：のぼせ、ほてり、発汗、冷え、動悸など ③精神・神経症状：頭痛、だるさ、不眠、不安、ゆううつ、イライラなど ④皮膚・感覚器系症状：たるみ、しわ、しみ、皮膚過敏など ⑤泌尿・生殖器症状：性交痛、尿失禁など ⑥運動器系症状：肩こり、腰痛、関節痛、手のこわばり、むくみ、しびれ、骨粗鬆症など ⑦心血管疾患：高血圧、動脈硬化など ⑧内分泌疾患：脂質異常症、糖尿病など	①身体症状：ほてり、発汗、冷え、動悸、頭痛、記憶・集中力の低下、全身の倦怠感、筋肉痛、肥満、めまい、耳鳴り、頻尿、関節痛など ②精神・心理症状：興味や意欲の喪失、睡眠障害、不安、ゆううつ、イライラ、情緒不安定、神経過敏など ③性的徴候：性欲の低下、勃起障害（ED）、射精感の消失など

（一社）日本内分泌学会HP「男性更年期障害（加齢性腺機能低下症、LOH症候群）」図2、健康長寿ネット「性差医療 男女の更年期障害」天野恵子をもとに作成

女性と男性の更年期症状・障害への対処法

更年期症状を軽減するセルフケア

① 有酸素運動とレジスタンス運動（筋トレ）を組み合わせた適度な運動習慣

② 生活リズムを整えて十分な睡眠を
テストステロンは睡眠中に分泌されます

③ 体を冷やさない
自律神経の乱れによる更年期の冷え対策として体を温めましょう

④ 1日3食栄養バランスのよい食事
とくに女性は、エストロゲンに似た働きをもつイソフラボンを含む大豆製品もとりましょう

⑤ ストレスをためない
ストレスは性ホルモンの産生能力を低下させます

⑥ ゴルフやテニス、囲碁など楽しみながら競い合う機会をもつ
認められたり、達成感を得たりすることでテストステロンが増えます

更年期症状・障害の治療

受 診 科

- 女性 産婦人科
レディースクリニック
女性外来など
- 男性 泌尿器科
メンズヘルス外来など

主な治療法

更年期症状・障害の主な治療法は、漢方薬とホルモン補充療法です。生活習慣の改善で更年期症状が軽快しなかった場合などに選択されます。治療については医師とよく相談しましょう。