

健保だより

第129号

2025・9

ご家庭にお持ち帰りになり、皆様でご覧ください

杏(あん)ちゃん R6.6.17生



蓮(れん)くん R6.6.17生



望翠(のあ)くん R6.8.9生



緋鞠(ひまり)ちゃん R6.10.20生



はじめまして!



美桜(みお)ちゃん R6.4.10生



芙美(ふみ)ちゃん R6.3.11生



【赤ちゃんのお写真提供】
神奈川三菱ふそう自動車販売(株)
の加入者の方



廉(れん)くん R6.6.22生



保険料収入は増えましたが、 高齢者等納付金の 大幅増加が影響

令和6年度の事業報告と収入支出決算が組合会において承認されましたので、ご報告いたします。

※金額、割合の合計は、四捨五入の関係で合わない場合があります。

一般勘定

収入 総額は前年度比で 3億円を超える増加

一般保険料率は千分の94を据え置きました。前年度と比べ平均被保険者数はやや減少したものの平均標準報酬月額が増加した影響もあり、収入総額は前年度比3億447万8千円増となる38億3913万3千円となりました。

支出 高齢者等納付金の大幅増

保険給付費は、入院件数が増加し、傷病手当金等の現金給付も増加したものの、前年度比3818万5千円減の16億4778万3千円となりました。4年ぶりの減少ですが、これは被保険者数の減少による影響もあり、被保険者1人当たり保険

給付費はやや増加しています。

また、高齢者等の納付金は、同比2億3830万9千円増の15億8406万3千円となりました。これは、令和4年度の前期高齢者納付金確定額が概算額より大幅に増加したことにより前期高齢者納付金が増加したことによります。また、被保険者1人当たりの納付金は前年度に比べ4万円以上増加しました。納付金は合計すると保険料収入の半分以上を超え、50・5%に相当する由々しき状況となっています。

保健事業費は9314万円でしたが、特定健診・特定保健指導や疾病予防事業の低迷する達成度を引き上げることができませんでした。

令和6年度決算は収入・支出ともに増加しましたが、経常収支差引額は2億6537万3千円の赤字決算となり、赤字幅は前年度比で2億円程度拡大しました。

一般勘定

収入総額	38億3,913万3千円
支出総額	34億6,631万3千円
収支差引額	3億7,282万0千円
経常収支差引額	△2億6,537万3千円

◆◆◆
令和6年度は、中東地域における軍事的攻撃やロシアによるウクライナ侵攻の長期化等が世界経済に与えた影響は大きく、日本国内においても歴史的な円安による物価上昇など大変厳しい状況でした。

また、日本の自動車業界では、物価上昇に伴い、新車の生産・販売台数が伸び悩んだことに加えて、少子化による若年層の人手不足が業界全体の喫緊

の課題となりつつあり、特に、製造分野やアフターサービス分野においては、外国人の労働力に活路を見出すなど各事業体で新たな取組みが進んでいます。

一方、健康保険組合を取り巻く情勢は令和6年12月2日から保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証を基本とした仕組みに移行しました。加入者が切れ目なく保険診療を受けられるため、「資格情報のお知らせ」、「資格確認書」の発行等、新たな業務も発生しております。

介護勘定

令和6年度も介護保険料率を1000分の18に据え置きました。

介護勘定の収入支出決算の結果は、収入総額4億833万4千円、支出総額3億7689万9千円、差引残高3143万5千円となりました。

..... 令和6年度収入支出決算概要表

一般勘定

▼ 収入

科 目	決算額 (千円)	被保険者1人 当たり額 (円)	割合 (%)
保 険 料	3,139,156	532,783	81.8
国庫負担金収入	1,139	193	0.0
調整保険料収入	43,469	7,377	1.1
繰 入 金	558,500	94,790	14.5
国庫補助金収入	60,678	10,298	1.6
出産育児交付金	970	165	0.0
財政調整事業交付金	27,399	4,650	0.7
雑 収 入	7,822	1,328	0.2
合 計	3,839,133	651,584	100.0
経常収入合計	3,157,551	535,905	—

▼ 支出

科 目	決算額 (千円)	被保険者1人 当たり額 (円)	割合 (%)
事 務 費	92,647	15,724	2.7
保 険 給 付 費	1,647,783	279,664	47.5
〔法定給付費〕	〔1,614,042〕	〔273,938〕	〔46.5〕
〔付加給付費〕	〔33,741〕	〔5,726〕	〔1.0〕
納 付 金	1,584,063	268,850	45.7
〔前期高齢者納付金〕	〔840,805〕	〔142,703〕	〔24.3〕
〔後期高齢者支援金〕	〔743,257〕	〔126,147〕	〔21.4〕
〔病床転換支援金〕	〔1〕	〔0〕	〔0.0〕
保 健 事 業 費	93,140	15,808	2.7
還 付 金	165	28	0.0
財政調整事業拠出金	43,381	7,363	1.3
連 合 会 費	2,074	352	0.1
積 立 金	2,767	470	0.1
雑 支 出	293	49	0.0
合 計	3,466,313	588,308	100.0
経常支出合計	3,422,924	580,944	—

決算残金処分内訳

令和6年度の決算残金処分は、次のとおりとなりました。

別途積立金	372,734 千円
財政調整事業繰越金	86 千円
計	372,820 千円

介護勘定

▼ 収入

科 目	決算額 (千円)	第2号被保険者等 1人当たり額 (円)	割合 (%)
介 護 保 険 収 入	408,266	113,313	100.0
雑 収 入	68	19	0.0
合 計	408,334	113,332	100.0

▼ 支出

科 目	決算額 (千円)	第2号被保険者等 1人当たり額 (円)	割合 (%)
介 護 納 付 金	376,868	104,598	100.0
介護保険料還付金	31	9	0.0
合 計	376,899	104,607	100.0

決算残金処分内訳

令和6年度の決算残金処分は、次のとおりとなりました。

準備金	31,435 千円
計	31,435 千円



ウォーキングキャンペーン

2025 秋

参加
無料

歩こう!

— 期間内3日以上歩数を登録するだけで
QUO カード Pay をプレゼント —

東海道五十三次の宿場町を
浮世絵で巡るバーチャルマップ

参加賞

3日以上歩数を登録したら
QUO カード Pay
300 円分プレゼント

達成賞

達成基準（総歩数 48 万歩）
を満たしたら
QUO カード Pay
500 円分プレゼント

※参加賞・達成賞のいずれか一方
のみ受賞が可能です。

※参加賞および達成賞の贈呈は、
各ご契約団体につき上限 1,000 名様までとなります。
定員を超えた場合は、厳正なる抽選のうえ、受賞者を決定させていただきます。

エントリー & 歩数入力受付期間

2025 10/1^水 ~ 11/30^日

※入力締切 2025 12/10^水

エントリーは簡単です

キャンペーンサイトにアクセスし、

1 「今すぐ参加登録!」のバナーを
クリックします。

参加登録はこちらから!

[https://mhwalk.healthlog.jp/
campaign/](https://mhwalk.healthlog.jp/campaign/)



2 「利用資格の確認」画面で参加パスワードとな
る「保険者番号」(06141220)を入力し「次へ」
をクリックします。

3 「メールアドレス登録」画面が表示されたらメールア
ドレスを入力し、「送信」をクリックします。登録さ
れたアドレス宛に「参加登録のご案内」が送信されます。

4 受信した「参加登録のご案内」に記載された URL を
クリックすると、参加登録画面が表示されますので、
必要事項を入力してください。完了画面が表示されまし
たら、参加登録完了となります。歩数登録を開始してく
ださい。

※スマホアプリ（RenoBody）との連携方法はキャンペーンサイト
をご参照ください。アプリ連携機能は RenoBody の利用規約に同
意の上、ご利用ください。

お問い合わせはメールでどうぞ：ウォーキングキャンペーン事務局：campaign@kenpo-net.jp

日頃の生活習慣を改善しましょう

「健康スコアリングレポート」は、厚生労働省等が連携して、被保険者・被扶養者の健康状態や健康づくりへの取り組み状況等の傾向を健保組合（等）単位でまとめ、それぞれの健保組合や会社に通知するものです。

当健保組合に先日届いた最新レポート2024年度版（2023年度実績）を見ますと、多くの生活習慣に問題点が指摘されました。その中でも「喫煙」「運動」「飲酒」については徐々に改善傾向にあります。しかし「食事」「睡眠」については改善が見られず、とりわけ「食事」はやや悪化の傾向が見られました。

日常の食生活を見直して、生活習慣病の予防につなげるヒントの一例をまとめましたので、ご覧ください。

元気な毎日を維持するために、規則正しい食習慣を！

若い世代を中心に「朝食を食べない」「夕食を食べ過ぎる」「夜食などを日常的にこつてしまう」など、食生活のバランスを崩しがちな人が増えています。とりわけ重大なのが朝食の欠食です。生体リズム（体温や血圧、血糖値、消化、睡眠などの適切なリズム）が乱れて体内時計が狂い、時差ボケのような状態が続いてしまいます。

規則正しく食事をとると...



体内時計が正常になり、生体リズムが整う

体の調子や脳の働きがよくなる

必要なエネルギーや栄養素を過不足なくとれる

肥満や生活習慣病のリスクが減る

いつ、何を食べる？ 毎日の食生活を規則正しくするコツ

理想的な食事のタイミングと内容（一例）

朝食

- 起床後、最初に太陽光を浴びて（曇りの日もOK）から2時間以内に食べる。
- 糖質とたんぱく質を、できる限り毎食とる。
- できれば野菜をプラスする。

昼食

- 基本的に何を食べてもかまわないが、できるだけ主食（ごはんやパンなど）・主菜（メインになるおかず）・副菜（サラダなど補助的なおかず）がそろった献立にする（丼物＋サラダでもOK）。
- 主食は大盛りにしない。

夕食

- 朝食後12時間以内に食べるのが理想的。
- 主食・主菜・副菜がそろった定食スタイルがベスト。
- 高カロリーな揚げ物などは避け、主食と主菜は食べすぎない。

残業などで夕食の時刻が遅くなる場合は「分食」を！

夕方に時間を作って主食（おにぎりなど）を食べておき、帰宅してから主菜と副菜を食べましょう。トータルが多過ぎないように注意。



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・
介護保険料とともに第3の費目として徴収されます。

一般保険料

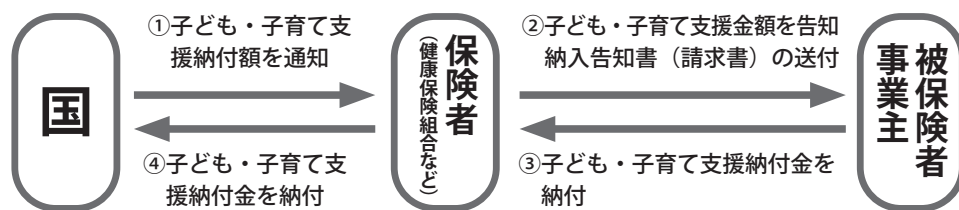
+

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、医療保険料とあわせて所得に応じて徴収します。健保組合は、子ども・子育て支援金の代行徴収者に近い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「子ども未来戦略・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ています。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。

しかし、国が最大規模を定めているため、際限なく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となっています。

「子ども・子育て支援金制度」は、日本が直面している「少子化・人口減少」の危機に対し、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。

「子ども・子育て支援金制度」が始まります

令和8年度より



お知らせ

19歳以上23歳以下の被扶養者の認定について

10月からは年収の認定基準が「150万円未満」となります

2025年10月1日から、被扶養者認定における年収の規定が一部変更されます。

基本的には、健康保険の被扶養者として認定されるための資格としては、被扶養者になる人の年収は130万円未満でなければなりません。

しかし先ごろ厚生労働省からの通達があり、若年層のアルバイト等を含む就業を促進する施策の一環として、被保険者の配偶者を除く満19歳以上23歳未満の人は、被扶養者として認定されるための年間収入の上限額が「150万円未満」に引き上げられます。なお、該当者の年齢はその年の12月31日時点が原則です。



公告

(敬称略)

組合会議員（選定）の 辞任及び就任について 日産神奈川販売株式会社	(辞任) 高濱 圭裕 (就任) 小林 隆之
組合会議員（互選）の 辞任及び就任について 株式会社日産ユーズドカーセンター	(辞任) 布施 猛 (就任) 井岸 哲朗
選定理事の就任について 日産神奈川販売株式会社	北野 豊
組合規程の改正について	検査及び監査規程
	会計事務取扱規程
令和6年度事業報告、収入支出決算について	



◆応募要領	問題の空欄を埋めてください。 答えは、『健保だより』の中にあります。
◆締め切り	令和7年12月1日(月)
◆賞品	正解者10名の方に記念品をお送りします(正解者多数の場合は抽選。初当選の方を優先します)。
◆発表	『健保だより』第130号 当選者の方はお名前と所属事業所名を掲載させていただきますので、ご了承のうえ応募してください。
◆応募規定	1名1通。郵便はがきに答え、住所、氏名、所属事業所名、保険証の記号・番号をご記入のうえ、当健康保険組合へ送付してください。

Quiz

問題

- 令和6年度決算では高齢者等の納付金は増加しました。これは、〇〇〇〇〇〇〇〇が増加したことによります。
- 残業などで夕食の時刻が遅くなる場合は、夕方に時間を作って〇〇(おにぎりなど)を食べておき、帰宅してから主菜と副菜を食べましょう。
- 子ども・子育て支援金は、〇〇〇〇〇〇のための特定財源です。

『健保だより』第128号 ボナンザクイズ当選者(敬称略)

抽選の結果、次の10名の方々に決定しましたので、記念品を贈呈します。

(一社) 日本自動車販売協会連合会	中原 由里	神奈川ダイハツ販売株式会社	松本 規保
(一社) 日本自動車販売協会連合会	善波 保夫	神奈川ダイハツ販売株式会社	一本木 奨
(一社) 日本自動車販売協会連合会	佐藤 大樹	神奈川ダイハツ販売株式会社	亀井 佑美
(一社) 日本自動車販売協会連合会	磯田 英之	株式会社サティオ湘南	玉田 寛
神奈川ダイハツ販売株式会社	長谷川 誠	株式会社サティオ湘南	清田 博之

これからは、 マイナ保険証をお使いください。

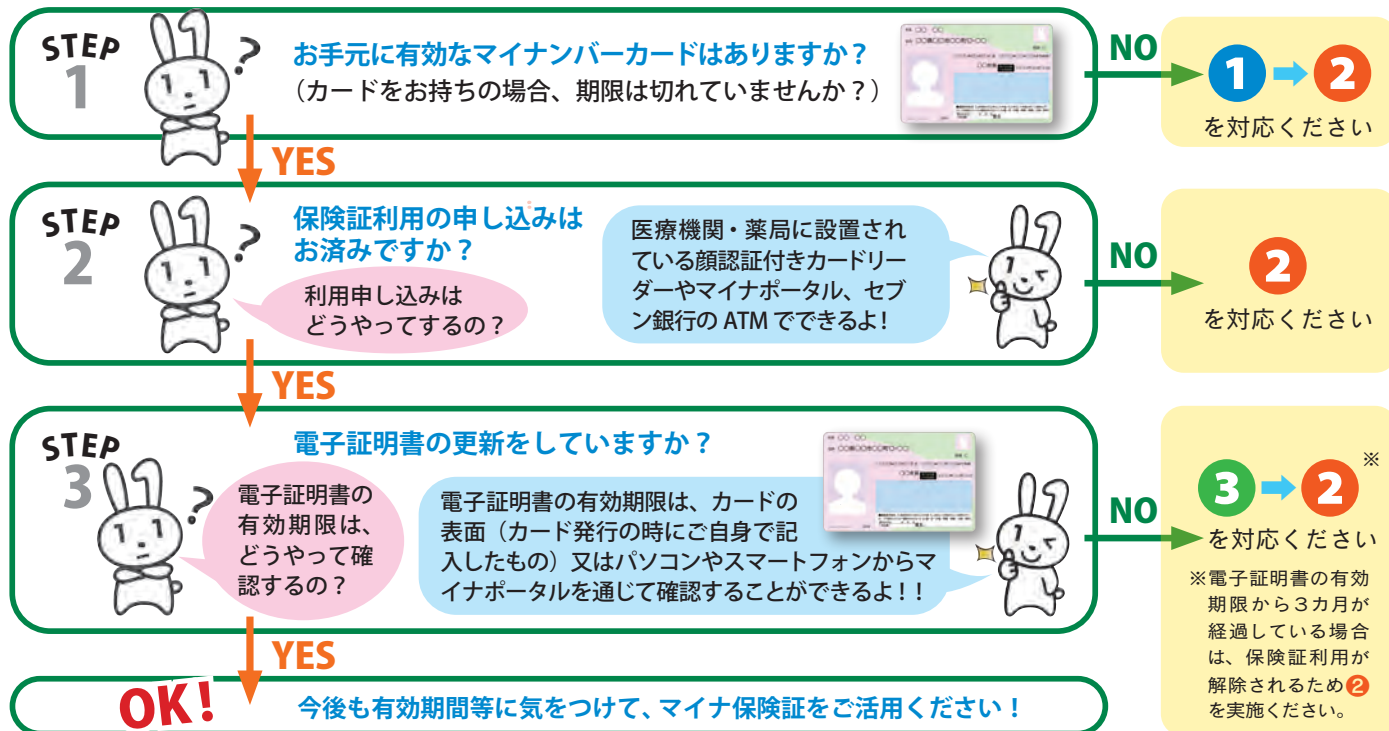


本年12月2日以降は従来の健康保険証が使用できなくなります。代替措置として「資格確認書」を送付いたしますが、この資格確認書は応急の暫定的なものであり、やがて期限が来れば使えなくなります。

今後医療機関にかかる際には、**マイナ保険証の提示が基本となります**。まだ取得していない方は、1日も早く**マイナ保険証への切替手続き**をお願いします。

マイナ保険証への切替チェックリスト

やることリスト



やることリスト

1 有効なマイナンバーカードをお持ちでない方は、まずは有効なカードを取得

申請 ※以下から選択

スマホから パソコンから
オンライン申請

証明写真機から

郵送

受け取り

①ハガキが届く
②受け取りに行く

カードをはじめて作る人はこちら

カードの期限が切れている人はこちら

マイナンバーカード総合サイト

2 マイナンバーカードをお持ちの方は
保険証利用の申込み

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、申込みが必要です。
※以下から選択

スマホから

マイナポータル

下記3つを準備

①マイナンバーカード
②マイナンバーカード読取対応のスマホ
③アプリ「マイナポータル」のインストール

STEP1	マイナポータル」にログインする。
STEP2	「健康保険証」をタップする。
STEP3	健康保険証利用に同意する。
STEP4	「登録」をタップする。

セブン銀行 ATM で

必要なものは
マイナンバーカード

ATM 画面

マイナンバーカードでの手続き

健康保険証利用の申込み

医療機関で

医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申し込みます



3

電子証明書の更新をお忘れの方は市区町村の窓口へ

電子証明書の有効期限が切れても、お住まいの市区町村窓口で手続きを行うことで再発行できます。