

いちばけんぽ



東京中央卸売市場健康保険組合

〒135-0061 東京都江東区豊洲6-6-1 管理施設棟2階
TEL 03-6633-0711 FAX 03-6636-6100

2023年
春号

健保組合のHPをご覧ください

いちばけんぽ

検索

令和5年度 予算と事業計画

健保勘定の予算（保険料率9.90%）

収入の部	5年度予算（千円）	割合	事項
保険料収入	8,863,201	91.52%	
繰入金	600,001	6.20%	
その他の収入	220,689	2.28%	調整保険料収入、繰入金等
収入総額	9,683,891	100.00%	

支出の部	5年度予算（千円）	割合	事項
保険給付費	5,627,646	58.11%	医療費、現金給付の支払い
納付金	3,358,466	34.68%	前期・後期高齢者納付金等の支払い
保健事業費	237,069	2.45%	職場健診・人間ドック等の費用
その他の支出	460,710	4.76%	事務費、予備費等
支出総額	9,683,891	100.00%	

介護勘定の予算（保険料率1.70%）

収入の部	5年度予算（千円）	支出の部	5年度予算（千円）
保険料収入	1,012,986	介護納付金	1,021,694
繰入金	30,000	その他の支出	21,294
その他の収入	2		
収入総額	1,042,988	支出総額	1,042,988



2023年度予算は、収入については標準報酬月額、賞与支給額ともにコロナ禍前の水準までは至らないものの回復傾向にあり、保険料収入は増加を見込んでいます。ただし支出も保険給付費の増加、高齢者医療制度の納付金負担の大幅な増加など厳しい状況であり、別途積立金から6億円を繰り入れ、保険料率は9.90%のまま据え置くこととしました。

保健事業につきましては、2023年度もいちばけんぽの発行や健康診査（特定健診）の費用補助、インフルエンザ予防接種への助成など、皆様の健康維持・増進を目的とした事業を行ってまいります。

介護保険については、国に治める介護納付金が保険料収入を上回ると見込んでおり、準備金のうち3,000万円を繰り入れ、保険料率は1.70%のまま据え置くこととしました。

令和5年度事業計画（基本項目）

- 被保険者の資格、標準報酬月額・賞与額の適正な調査決定に努める。
- 被扶養者の資格確認調査を行う。（2年に1度：6月実施予定）
- 被保険者及び被扶養者の資格取得時にマイナンバーの収集、登録を確実に実施する。
- 電子申請の義務化に伴い、システム環境の整備等を行う。
- 健康保険及び介護保険料債権の管理及び確実な収納に努める。
- 診療報酬明細書（レセプト）点検の強化、医療費の分析、

- ジェネリック医薬品の使用促進等により医療費の適正化に努める。
- 医療費通知（Web（毎月更新）及び紙（年1回））を実施する。
- ジェネリック通知を医療費通知（紙）と併せて実施する。
- 特定健診の受診促進、特定保健指導の実施、その他健康相談等生活習慣病予防に重点を置いた各種保健事業を実施する。
- 機関紙・ホームページにより業務、医療、健康等の情報を適切に提供する。

令和5年度事業計画（保健事業）

(1)健康診査（特定健康診査）の実施

(ア)直接契約 () 内は引き下げ前の金額。

健診種目	年齢制限等	受診者負担額（円）
①一日人間ドック健診	40歳以上	16,000 (19,000)
②生活習慣病健診 胃部血液検査	制限なし	8,000
③生活習慣病健診 胃内視鏡・バリウム検査	40歳以上	10,000

イ) 全国一括契約

①人間ドック健診	40歳以上	16,000 (16,500)
②生活習慣病健診	制限なし	6,500
③婦人生活習慣病予防健診	制限なし	※6,000

※婦人生活習慣病予防健診は令和6年度（令和5年11月受付分）から3,000円予定。

ウ) 職場健診

①職場健診	A2コース	3,000 (4,000)
②職場健診	A1コース	2,500

エ) その他の健診

①特定健康診査(被扶養者限定)	40歳以上	無料
-----------------	-------	----

オ) メンタルヘルス

メンタルヘルスの相談窓口を東京都総合組合保健施設振興協会と契約

カ) 二次健診

二次健診等の該当者、要医療受診者への受診勧奨

(2)特定保健指導の実施について

健診結果に基づき、健康管理が必要な方へ対し、特定保健指導を行う。

(3)インフルエンザ予防接種費用一部補助について

ア) 補助金対象者 被保険者、被扶養者を対象に実施する。

ただし、被扶養者の実施方法については下段エ) ①東振協利用に限る。

イ) 補助金額

年1回1,000円を限度とし実施する。

ウ) 対象接種期間 令和5年10月1日～令和6年2月末日まで

エ) 予防接種の実施方法

①東振協（東京都総合組合保健施設振興協会）を利用する場合

・あらかじめ費用を差引いた額で接種できる。

②東振協以外の医療機関を利用する場合

・接種後「申請書」に、「領収書」を添えて提出する。

(4)脳検査委託事業の実施について

●東振協と検査業務委託を契約し、全国、約140の医療機関が利用可能。

●脳検査費用は、1人1回につき30,800円（税込）以下の契約で、全額利用者負担となる。

●対象者は、被保険者、被扶養者とし、年齢制限はなし。

(5)脳ドックについて

●脳ドック66,000円（税込）は、全額利用者負担で割引契約を継続する。

(6)保健指導宣伝事業について

●機関紙「いちばけんぽ」を原則、年4回（3月（春号）、6月（夏号）、9月（秋号）、12月（年末号））発行する。

●健診・レセプトデータの経年解析を行い、組合全体又は事業所単位の健康増進に関する課題を整理するため委託業者と契約。【株式会社JMDC】

●国（健康保険組合連合会）が行う「組合運営サポート事業」として

①健康管理アプリ（スマートフォン用）【株式会社 グッピーズ】

②アプリによる禁煙サポートプログラム【株式会社 CureApp】

を導入。

●加入者に向けた健康教室の実施。（健康づくりの働きかけ）

(7)体育奨励事業について

●東京都総合組合保健施設協議会主催の「ミニマラソン大会」への参加の補助を行う。

●スポーツ施設「ルネサンス」「メガロス」との団体契約

(8)契約保養所利用料一部補助について

補助金は、一人1泊2,000円で年間3泊（6,000円）を限度とする。

●旅行会社と利用契約 = Knt（近畿日本ツーリスト）、JTB（Web）等

●公共施設と利用契約 = 休暇村協会

●施設と直接利用契約 = ラビスタ東京ベイ他、グリーンピア津南、プリンスホテル等

※裏面も大切なお知らせがありますのでご覧ください。

公金受取口座を給付金の受け取りに利用できます

マイナポータル等で登録された公金受取口座について、当組合からの給付金の受取口座として登録できるようになりました。すでに当組合へ登録済みの口座を公金受取口座へ変更されたい場合は、「給付金口座登録

依頼書」をご提出ください。
また、傷病手当金等の申請時に利用される場合には、各申請書にございます希望欄へのチェックをお願いいたします。

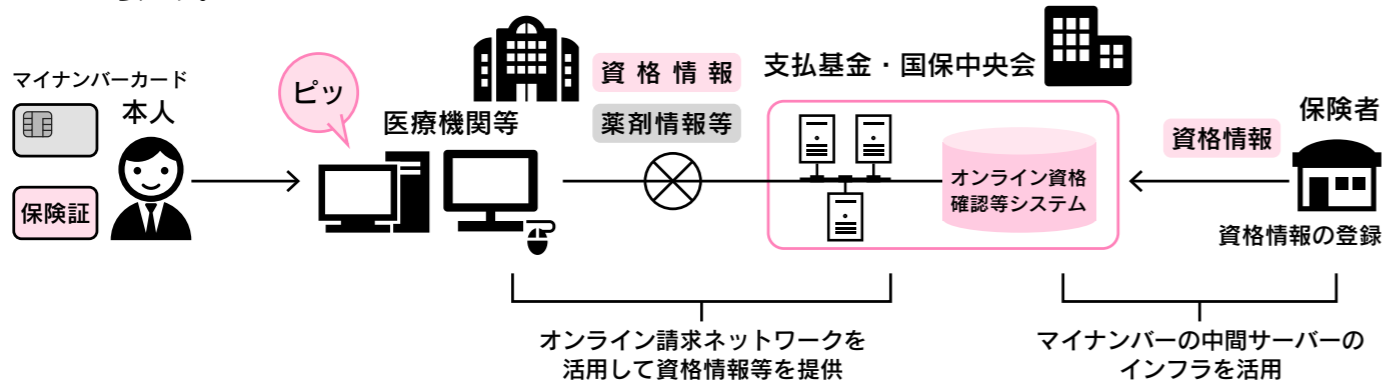
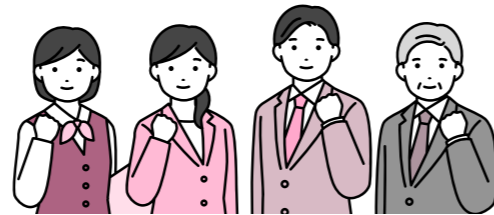
オンライン資格確認が原則義務化されます

～マイナンバーの提出にご協力をお願いします～

令和5年4月より、医療機関・薬局でのオンラインによる資格確認が原則義務化されます。つまり、マイナンバーカードを保険証として利用するいわゆる「マイナ保険証」が使えるようになります。（しかし、4月の段階で利用可能な医療機関等は50%程度とみられ、今後増えていく予定です。）

ただし、「マイナンバーカードを使わないので自分には関係ない」ということではありません！保険証を該当の医療機関等に提示した場合でも、この仕組みで健康保険の資格を確認します。当組合では、皆様の資格情報を下図の右側にあるように「オンライン資格確認等システム」に登録するのですが、その時にマイナンバーが必要です。

この「オンライン資格確認等システム」に資格情報が登録されていない場合、医療機関等の窓口で「この保険証では資格がありません」と言われてしまう可能性があります。そのため、資格取得届・被扶養者異動届のご提出にあたりましては、可能な限りマイナンバーの記載をお願いいたします。



出産育児一時金が増額されます

～令和5年4月1日以降の出産が対象です～

国の少子化対策の一つとして、出産育児一時金が増額されることになりました。

令和5年3月31日
までの出産

令和5年4月1日
以降の出産

42万円 → **50万円**
(40.8万円) (48.8万円)

(カッコ内は、産科医療補償制度対象外の出産の場合)



4月は就職シーズン こんなときは届出を！

～就職、結婚…健康保険に加入しているご家族に異動があったら、届出をお願いします。～

● 被扶養者(異動)届を提出するとき ●

【就職・他の健保組合に加入】

- ◆被扶養者が就職し、健康保険の被保険者になった。
- ◆被扶養者がパート先で被保険者になった。
- ◆被扶養者が他の者の健康保険の被扶養者になった。(結婚など)

【収入増】

- ◆被扶養者の年間収入が130万円(60歳以上または障害がある場合は180万円)以上見込まれることになった、または被保険者の収入の1/2以上になった。

【失業給付金を受給】

- ◆被扶養者が基本手当日額3,612円(60歳以上は5,000円)以上の雇用保険の失業給付金を受給するようになった。

【75歳になった】

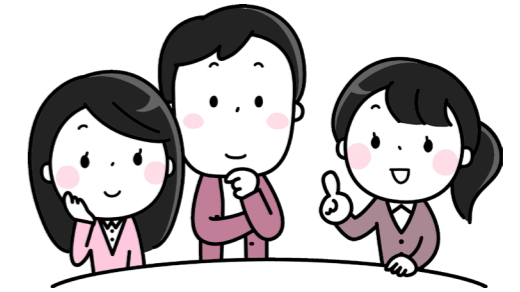
- ◆被扶養者が75歳になり、後期高齢者医療制度の被保険者になった。

※65～74歳の方が一定の障害があると認定され、後期高齢者医療制度の被保険者になったときも同様。

【国内居住要件を満たさなくなった】

- ◆日本国内に住所を有さなくなった。ただし、次のような場合は、被扶養者として認められます。

- ①留学する学生。
- ②被保険者の海外赴任に同行する家族。
- ③観光・保養やボランティアなど就労以外の目的で、一時的に海外に渡航している場合。
- ④被保険者の海外赴任中に身分関係が生じ、新たな同行家族とみなすことができる場合。



お問合わせ先 適用係

タバコの誤解 Q&A

Q 長期間吸っている人は
禁煙のメリットが少ない？

30年以上も喫煙しています。
今から禁煙すると、離脱症状
が強いわりに、メリットはあまり
ないのでは？

A 長年タバコを
吸っていても、
禁煙する
メリットは
十分ありますよ！

もちろん早めに禁煙の方が健康効果は高いといえますが、長年吸っていても表のように禁煙のメリットが十分あります。ぜひ禁煙を！

■すべての喫煙者にもたらされる禁煙の効果
(禁煙後すぐ、また長期的に現れる健康へのメリット)

禁煙してからの経過時間	健康上の好ましい変化
20分以内	心拍数と血圧が低下する
12時間	血中一酸化炭素値が低下し正常値になる
2～12週間	血液循環が改善し肺機能が高まる
1～9カ月	咳や息切れが減る
1年	冠動脈性心疾患のリスクが喫煙者の約半分に低下する
5年	禁煙後5～15年で脳卒中のリスクが非喫煙者と同じになる
10年	肺がんのリスクが喫煙者に比べて約半分に低下し、口腔、咽喉頭、食道、膀胱、子宮頸部、膵臓がんのリスクも低下する
15年	冠動脈性心疾患のリスクが非喫煙者と同じになる

世界保健機関 (WHO) 「たばこ使用者のための禁煙ガイド」(2014年)より作成