ご家庭に持ち帰って家族みんなで読みましょう。

健保だより

2024
10
NO.139

P2 2023年度 決算のお知らせ　　P3 組合会議員 異動のお知らせ 他

しんきんの煌き人

9月26日開幕『第54回バンテリン東海クラシック』に出場！

出場前のインタビューはP6へ！

旭ヶ丘支店 次長
築樋 謙一さん

▲左から　キャディーさん、築樋さん

三岐しんきん健康保険組合

健保組合のホームページ　https://www.sangishinkinkenpo.jp/

組合会議員 異動のお知らせ

組合会議員に異動がありましたのでお知らせいたします。

（敬称略）

事業所名	退任議員	就任議員	異動年月日（就任年月日）
北伊勢上野信用金庫	太田　幹彦	原　かおり	2024年4月30日
東濃信用金庫	村瀬　竜也	佐伯　孝幸	2024年6月28日
関信用金庫	櫻井　広志	石竹　智範	2024年7月8日

開催中！禁煙サポートプログラム「ascure卒煙」

「自分で禁煙できるか不安」「健康が気になる」など、タバコに関する悩みはありませんか？この機会に、スマホを使った新しい卒煙プログラムにトライしてみましょう。

参加条件
・**当健保組合の被保険者および被扶養者の方**
・**卒煙を希望する方**（真面目に禁煙を考えている方）
・**アプリを利用できる方**（PC・タブレットでの利用不可）

申込期間　2025年 2月28日（金）まで

プログラム内容　**申込日から約6ヵ月間、以下の支援を受けることができます**
（6ヵ月後に検査キットによる禁煙判定を行います）

通常54,000円のところ…▼**参加費無料！**

医薬品
禁煙補助薬（ニコチンパッチまたはニコチンガム）の提供

※薬が利用できない方でも、医療提供なしで参加可能

アプリ
医師開発の専用支援アプリの提供
※スマホのみ利用可能

指導員
医療資格を持つ指導員のオンラインサポート
※原則、計6回（1回30分程度）、3ヵ月目までは毎月最低1回

参加申込・アプリのダウンロードはこちら　アプリの登録時に必要な招待コード **951085**

詳しくは、当健保組合ホームページをご覧ください

「育児誌」の無料配付を開始しました！

当健保組合では育児支援の一環として、出産された被保険者および被扶養者を対象に、「育児誌」の無料配付を開始しました。

対象者　2024年4月1日以降に出産された被保険者および被扶養者の方

配付する育児誌　（株）赤ちゃんとママ社 発刊
『お医者さんにかかるまでに』『お誕生号（1歳半までの成長・発達に合わせたサポートBOOK）』

申請は不要です　通常、出産から2～3ヵ月後にご自宅へ発送します

2024年10月から 先発医薬品を希望すると負担増に

10月以降、ジェネリック医薬品がある先発医薬品※を希望する場合は、ジェネリック医薬品との差額25%にあたる金額を患者が負担することになりました。**あえて先発医薬品を選ぶと、従来よりも自己負担額が高く**なります。

※対象となる先発医薬品は、ジェネリック医薬品の発売から5年以上経過した薬、またはジェネリック医薬品の使用割合が50%以上となった薬。

〈例〉	薬価	自己負担額（3割）	
		2024年9月まで	2024年10月から
先発医薬品	500円	150円	50円増 200円
ジェネリック医薬品	250円	75円	変化なし 75円

2023年度 決算がまとまりました

2023年度の健康保険勘定の決算は、収入総額1,764百万円、支出総額1,644百万円で120百万円の黒字でしたが、経常収支差引額は24百万円の赤字となりました。

今決算では、収入面においてみなさまからいただく保険料収入が前年度比144百万円増加しました。加えて、支出面ではみなさまの医療費にあてられる「保険給付費」が同39百万円減少したものの、高齢者医療への支援金である「納付金」が同128百万円増加し、経常赤字の解消には至りませんでした。このため、前年度に続き過去からの積立金を2百万円繰入れての運営となりました。

2023年度　決算のあらまし

健康保険

収入

科目	総額（千円）	1人当たり額（円）
保険料（調整保険料含む）	1,616,788	525,443
国庫負担金収入	606	197
繰越金	95,757	31,120
繰入金	1,574	512
国庫補助金収入	33,929	11,027
財政調整事業交付金	14,408	4,682
その他	604	196
計	1,763,666	573,177
内経常収入	1,600,657	520,201

支出

科目	総額（千円）	1人当たり額（円）
事務費	36,793	11,957
保険給付費	816,152	265,243
法定給付費	816,152	265,243
付加給付費	0	0
納付金	724,031	235,304
前期高齢者納付金	397,216	129,092
後期高齢者支援金	326,810	106,211
退職者給付拠出金	5	2
病床転換支援金・他	0	0
保健事業費	45,496	14,786
財政調整事業拠出金	19,005	6,176
その他	2,478	806
計	1,643,955	534,272
内経常支出	1,624,864	528,068

介護保険

収入

科目	総額（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	164,668	95,129
繰越金	2,560	1,479
繰入金	4,518	2,610
雑収入	1	1
計	171,747	99,218

支出

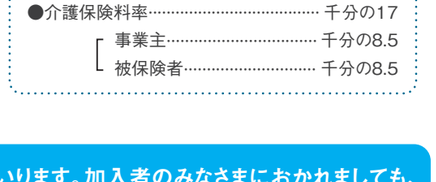
科目	総額（千円）	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額（円）
介護納付金	163,841	94,651
介護保険料還付金	54	31
計	163,895	94,682

※端数処理により合計が合わない場合がございます。

決算のポイント

納付金の増加等により
経常収支は引き続き赤字

保険料収入に占める支出の割合は
保険給付費約50.5%、納付金約44.8%



決算の基礎となった数値（年間平均値）

●平均被保険者数……3,077人
●平均標準報酬月額……323,516円
●総標準賞与額（年間合計）……3,332,576千円
●平均年齢……43.42歳
●前期高齢者加入率……1.56%
●保険料率……千分の108
　事業主……千分の55
　被保険者……千分の53

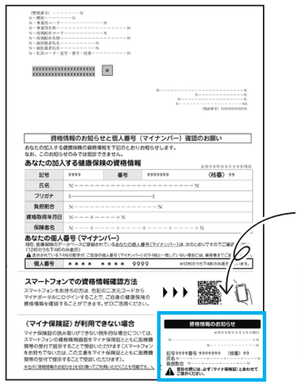
決算の基礎となった数値（年間平均値）

●平均介護保険第2号被保険者数……2,185人
●平均介護保険第2号被保険者たる被保険者数……1,731人
●平均標準報酬月額……364,151円
●総標準賞与額（年間合計）……2,156,693千円
●介護保険料率……千分の17
　事業主……千分の8.5
　被保険者……千分の8.5

厳しい状況下にありますが、今後も効率的な事業運営に努めてまいります。加入者のみなさまにおかれましても、健保財政の健全化、医療費の適正化のために、いっそうの健康管理をお願いいたします。

資格情報のお知らせを交付しました

対象 2024年8月21日時点で当健保組合に加入している方



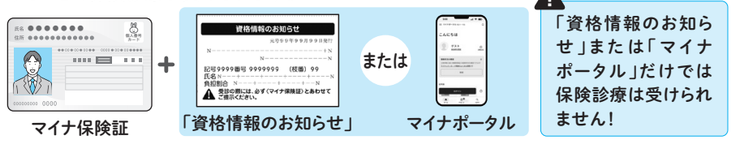
※様式イメージ

当健保組合の資格情報（健康保険の記号・番号）と加入者情報（マイナンバーの下4桁）をご確認いただくもので、**全加入者様に交付**しました。**内容に誤りがある場合は、必ず当健保組合へご連絡ください。**

※マイナンバーが未提出の方については、交付していません。

医療機関等でカードリーダーの不具合によりマイナ保険証が使えないときは…

この部分を切り取って、マイナ保険証と一緒に（マイナ保険証とマイナポータルでも可）提示することで保険診療が受けられます。



「資格情報のお知らせ」または「マイナポータル」だけでは保険診療は受けられません！

新規 **交付後に当健保組合に新規加入した方** マイナンバーの下4桁を含まない「資格情報のお知らせ」を交付します。

資格確認書を発行します

対象 2024年12月1日以前に当健保組合に加入し、マイナンバーカード・マイナ保険証をお持ちでない方

※様式イメージ

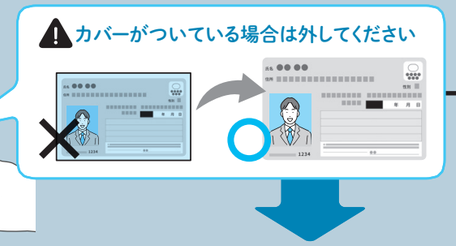
マイナンバーカード・マイナ保険証をお持ちでない方に発行するもので、**保険証として代用**できます（発行までは従来の保険証を使用してください）。

※発行までの間に従来の保険証を紛失した場合は、ご本人からの申請に基づき「資格確認書」を発行します。

新規 **2024年12月2日以降に当健保組合に新規加入した方** マイナンバーカード・マイナ保険証をお持ちでない場合は、原則として資格取得届などによるご本人からの申請に基づき「資格確認書」を発行します。

マイナ保険証を一度使ってみよう！

医療機関等に設置されたカードリーダーにマイナ保険証を置いて、本人確認を行います。※❶❷のどちらかを選択



❶ 暗証番号入力
マイナンバーカード受取時に自身で設定した4桁の番号です。

❷ 顔認証
カードリーダーの所定の位置に顔を近づけます。

本人確認の後は、カードリーダーに表示される指示に従って、過去の投薬情報提供などの同意事項の確認・選択を行います。

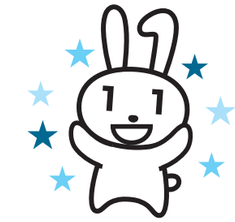
マイナンバーカードの「発行」および「健康保険証利用」に関するお問い合わせ

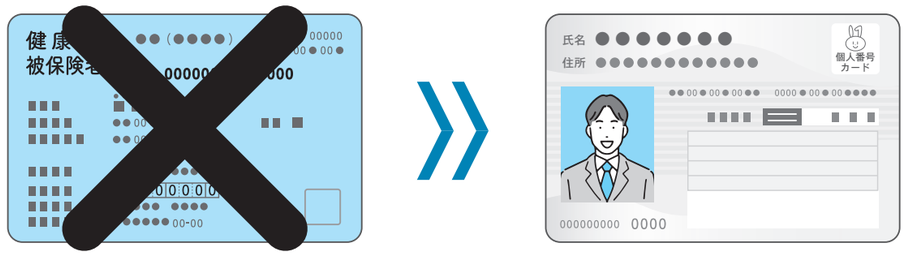
マイナンバー総合フリーダイヤル **0120-95-0178**
（紛失・盗難などによる一時利用停止については、24時間365日対応）

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

従来の保険証は2024年12月2日にマイナ保険証に一本化

医療機関等の受診は マイナ保険証で！





- ただし、2024年12月1日までに発行された従来の保険証は、最長1年間（2025年12月1日まで）ご使用いただけます。
- 従来の保険証の紛失等に伴う**再交付は2024年12月2日以降はできなくなります**ので、マイナ保険証の利用登録をお願いします。

※マイナ保険証…保険証利用の登録をしたマイナンバーカードのこと。

急な病気のときにあわてないよう、早めに登録しよう！

マイナンバーカードを保険証として利用できるようにするには？

マイナンバーカードを保険証として利用できるようにするには、ご自身で「保険証利用の登録」が必要です（登録は1回のみ）。

保険証利用の登録はここでできます

医療機関等に設置のカードリーダー

セブン銀行ATM

マイナポータル

マイナンバーカードの保険証利用申し込みの動画はこちら
厚生労働省 ▶

マイナンバーカードをお持ちでない方はこちら
マイナンバーカード総合サイト ▶

まずはマイナンバーカードを取得！

しんきんの煌き人

東濃信用金庫

旭ヶ丘支店 次長 築樋（ちくひ） 謙一さん

ベストスコア66（オフィシャルハンディキャップ2）

『東海マスターズ』に初出場・初優勝

『東海クラシック』に出場決定!

古くから陶器の町として知られる多治見市に本店を構え、「とうしん」の愛称で親しまれる東濃信用金庫。
今回は、長いゴルフ歴を誇り、アマチュアゴルファーとして数々の大会に出場してきた築樋さんに、ゴルフの魅力や練習法について伺いました。

主な活動歴

- 2024年 第54回 バンテリン東海クラシック 出場
- 2024年 第51回 東海マスターズゴルフ 優勝
- 2023年 第40回記念岐阜オープンクラシック2023 CUT139T
- 2022年 第10回ヒマラヤGOLFカップ 2T
- 2021年 第9回 ベルフラワーオールトヨタゴルフ選手権 個人優勝
- 2019年 第8回 ベルフラワー会員会社金融部門ゴルフ選手権 チーム優勝・ベストグロス賞

左から　佐伯人事課長、近藤常勤理事・人事部長、築樋さん

ゴルフを始めたきっかけ・ゴルフ歴は？

築樋さん　美濃加茂高校に入学した際に興味本位でゴルフ部に入りました。ゴルフ部では、提携しているゴルフ場で、平日はお客様が終わられてからハーフ・ラウンド、週末は日中にキャディーのアルバイトをして、そのあとハーフ・ラウンドをさせてもらっていました。高校1年の夏から予選会や大会に参加し、初のフル・ラウンドでスコアが89だったことを記憶しています。

近藤部長　はじめから素晴らしいスコアですね。

築樋さん　何回もハーフ・ラウンドで練習を積んでいたおかげだと思います。
大学はゴルフでセレクションを受けて入学したため、本気度がアップ。レギュラーシーズンとなる3～11月までは月1回もしくは月2回で試合に出て、年間10以上の試合に出場していました。池田勇太選手、キム・ヒョンソン選手、倉本昌弘選手などといったプロ選手とラウンドする機会もありました。

近藤部長　とうしんのゴルファーとしてはナンバー・ワンとして活躍しています。

築樋さん　学生時代ほど大会には出場しなくなりましたが、『岐阜オープン』は社会人になってからも7回ほど出ていると思います。コースセッティングが難しいのと、有名プロも多数参加して、普段と違う環境でゴルフができるので、出場するのが楽しいんです。楽しめるから25年もゴルフを続けてこられたんだと思います。

近藤部長　これまで、とうしんのチームとしてはベルフラワーのゴルフ選手権しか出ていませんが、いつか『日経カップ 企業対抗ゴルフ選手権』に出場できたらいいですね。

普段はどんな練習をしているの？スコアはどれくらい？

築樋さん　社会人になってからは月に1回ラウンド、月に1～2回練習というペースで楽しんできました。ここ2年ほどは、後輩に誘われる機会が増え、月に2.5回練習場に通っています。また、今年になってからはラウンド数も増え、多いときで月に5回！少しずつうまくなってきたように感じ、ゴルフへの熱が上がってきました。

近藤部長　練習の前には、必ずストレッチをしていますね。

築樋さん　そうですね。可動域を広げるために柔軟は欠かせません。
また、練習場に行く際には、すべてのクラブを持参し、全番手を打ちます。パターを除くと13本あるのですが、最初に一通り2球ずつ打ったあと、集中的に練習したいクラブを2～3本選んでやっていきます。毎回、特定のクラブ2～3本だけを練習していると、そのクラブの癖がついてしまうので、すべてをバランス良く打つためにも全番手を打っています。とはいえ、キャリー（打ったボールが地面に落ちるまでの距離）は235ヤード、よく当たっても240ヤードほどです。ベストスコアは66、オフィシャルハンディキャップは2です。

近藤部長　ズバリ、ゴルフ上達の秘訣はありますか？

築樋さん　練習のときから「とにかく全力で打つ」ことです。手加減して軽く打たないようにしています。軽く振って芯に当てるよりは、全力で振って空振りのほうがいいと思います。

近藤部長　ちなみに、ゴルフ以外にも趣味を楽しんでいますね。

築樋さん　そうですね（笑）。釣り、ルアーフィッシングが好きで、海にも川にも出かけます。ゴルフ以上に時間をかけているかもしれません（笑）。これからの季節はアオリイカを釣りに行くのが楽しみです。『東海クラシック』が終わるまでは、ゴルフとの両立が悩ましいですね（笑）。

近藤部長　ゴルフ中のすさまじい集中力は、釣りにも通じているんですね（笑）。

『東海マスターズ』初優勝
『東海クラシック』の出場権獲得

築樋さん　今年、たまたまインターネットを見ていたら、『東海マスターズ』の参加者募集ページが出てきました。優勝したら『東海クラシック』への出場権が獲得できるという記載に目がとまり、「それだけレベルの高い大会なのかな…」と思っていましたが、過去大会の成績を見たところ、「これならいけるかもしれない！」と思いエントリーしました。結果は…、初出場で初優勝となりました！

9月26日開幕
『東海クラシック』出場に向けて

築樋さん　記念出場にならないよう練習に励み、まずは『東海クラシック』予選通過が第一目標。そしてハードルは高いですが、ベストアマ（参加したアマチュア選手のうち、最も成績が良かった選手のこと）が獲得できたら最高だなと思います。昔からピンチに強く、予選落ちは少ないのですが、チャンスに弱いため…、なかなか良い戦績が残せなかったという過去があります。『東海クラシック』では、順位を意識せず、平常心でプレーするよう心がけ、少しでも良いスコアが出せるよう、一打一打に集中して臨みたいと思います。

近藤部長　悔いのないように、持ち前の集中力を発揮してがんばってください。応援しています。

とうしんでは、近藤部長、築樋さんを含む4名からなるチームを結成し、企業対抗のゴルフ大会に出場しています。

理事長応援メッセージ

東濃信用金庫　加知 康之 理事長

『第51回 東海マスターズゴルフ』において、初出場・初優勝し、男子ゴルフツアー『第54回 バンテリン東海クラシック』への出場権を獲得されたこと、誠におめでとうございます。当金庫の職員として、このような素晴らしい結果を出されたことを大変誇りに思います。
これからも、仕事とゴルフを両立され、更なる活躍を応援しています。

取材日：2024年8月某日

第2回

健康増進促進キャンペーンを開催します！

目標達成者には
QUOカード
1,000円分を
プレゼント！

当健保組合では今秋も、みなさまの健康維持を応援する健康増進促進キャンペーンを開催します。
期間中、目標を達成された方にはQUOカード1,000円分をプレゼントします。※
日々の運動習慣を定着させるきっかけづくりとして、ぜひご活用ください。

※達成者数が200名を超えた場合は抽選となります。

参加資格

当健保組合の被保険者および被扶養者の方 ※ただし、キャンペーン終了時まで当健保組合の資格がある方。

開催期間

2024年10月1日（火）～12月31日（火）までの3カ月間

※エントリー期間は9月25日（水）をもって終了しました。

キャンペーン内容

どちらかひとつを選んでチャレンジ！

① ウォーキング★

目標　1日平均8,000歩
（65歳以上の方は6,500歩）

② ラジオ体操 第一・第二

目標　ラジオ体操
第一・第二を毎日実施

参加方法

「第2回 健康増進促進キャンペーン記録表（ウォーキング用またはラジオ体操用）」に結果を記録してください。記録表は人事担当部署を通じてお渡しします。

開催期間が終了したら、達成報告をお願いします
記入済みの記録表を人事担当部署宛てにご送付ください。

報告締切
2025年1月24日（金）

★ウォーキングは、下記の「グッピーヘルスケア」で開催する『チーム対抗ウォークラリー』との同時参加もOK！

日々の健康づくりに
こちらもおすすめ！

健康管理アプリ
グッピーヘルスケア

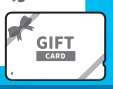
インストールはこちらから
GUPPY healthcare
App Store　Google Play
グッピーヘルスケア

「グッピーヘルスケア」は、歩数計測以外にも活用できる多機能アプリです。体重、睡眠、食事など16種類以上の健康管理機能を搭載！楽しく健康づくりに取り組みながら、お得にポイントが貯まります。

1 健康活動を記録してポイントをゲット

2 1,000ポイント以上貯めてアプリ内で応募

3 抽選で毎月150名様にAmazonギフトカードが1,000円分当たる



登録方法等の詳細は、
当健保組合ホームページをご覧ください。

アプリに関するお問い合わせ
株式会社グッピーズ ヘルスケア事業部
03-5908-3883　hc@guppy.co.jp

発行所：三岐しんきん健康保険組合　〒509-0203 岐阜県可児市下恵土2885-1（東濃信用金庫 下恵土支店3階）　TEL 0574-61-2650