

For a healthy life

でんつうはんぽ

2025. 春. No.222



【特集】

春の和菓子 紅白の桜餅でティータイム

- ◆2025年度予算・事業計画のお知らせ
- ◆扶養しているご家族に変更があったら手続きをお忘れなく！
- ◆さあ今年も健診でキッチリ体のチェックをしよう！
- ◆柔道整復師やあん摩マッサージ師等のかかり方

2025(令和7)年度 予算のお知らせ

○2025(令和7)年度の予算が第165回組合会で承認されました

○予算のポイント

- ・今年度の予算は、5年ぶりの赤字予算となります
- ・健保組合の財産である別途積立金を取り崩して収支のバランスを図っています

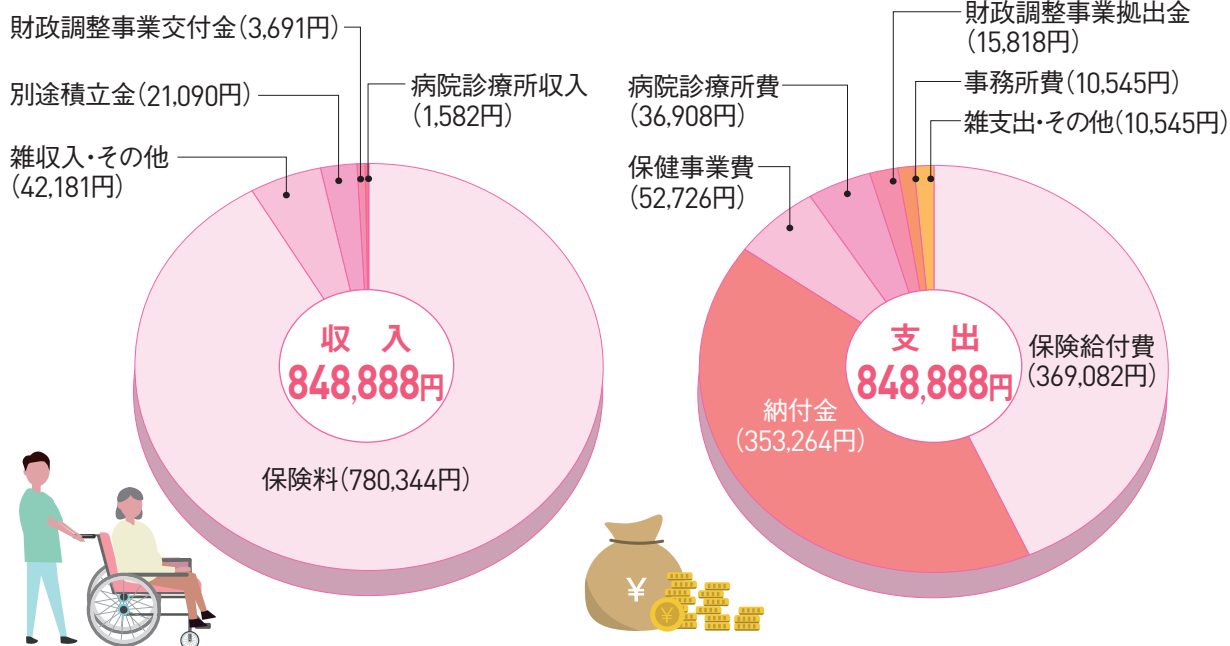
○財政状況は厳しさを増すばかりです

- ・2025年4月診療分から、一部負担還元金等の自己負担限度額を2万円から2万5千円に見直します
- ・日々の健康管理に心掛けていただき、医療費削減にご協力をお願いします

(億円)		
収入	●保険料	148
	●別途積立金	4
	●病院診療所収入	0.3
	●財政調整事業交付金	0.7
	●雑収入・その他	8
	収入合計	161

(億円)		
支出	●事務所費	2
	●保険給付費	70
	●納付金	67
	●保健事業費	10
	●財政調整事業拠出金	3
	●病院診療所費	7
	●雑支出・その他	2
	支出合計	161

被保険者1人当たりで見ると



介護保険分

収入	保 険 料	2,047,288
	繰 越 金	448,943
	雑 収 入	3
	合 計	2,496,234

支出	介 護 納 付 金	1,786,181
	還 付 金	1,059
	積 立 金	708,994
	合 計	2,496,234

●基本指標

区分	2024年度決算見込	2025年度予算	前年度比
【一般勘定】			
加入事業所数	37事業所	39事業所	2事業所
被保険者数	17,868人	18,966人	1,098人
被扶養者数	13,992人	14,177人	185人
平均標準報酬月額	738,447円	735,000円	▲3,447円
平均標準賞与額 (再 掲)	1,219,882円	1,135,953円	▲83,929円
特退被保険者数	996人	946人	▲50人
〃 被扶養者数	623人	588人	▲35人
標準報酬月額	320,000円	320,000円	—
【介護勘定】			
第2号被保険者数	8,692人	8,967人	275人

●保険料率

【健康保険料】 一般保険料および調整保険料の保険料率は下表のとおりです

一般被保険者

(単位: %)

	一般保険料率		調整保険料率	合 計
	基本保険料率	特定保険料率		
事業主	2.7284	2.1970	0.0846	5.0100
被保険者	1.8189	1.4647	0.0564	3.3400
合計	4.5473	3.6617	0.1410	8.3500

(注)2025年3月分(4月徴収)保険料からとする

任意継続被保険者・特例退職被保険者

(単位: %)

	一般保険料率		調整保険料率	合 計
	基本保険料率	特定保険料率		
被保険者	4.5473	3.6617	0.1410	8.3500

(注)2025年3月分(4月徴収)保険料からとする

【介護保険料】 健康保険組合では、毎年度、国から割り当てられる「介護納付金」の財源とするため、健康保険に加入する40歳以上65歳未満の被保険者から介護保険料を徴収します

(単位: %)

	一般被保険者	任意継続被保険者 特例退職被保険者
事業主	1.14	—
被保険者	0.76	1.90
合計	1.90	1.90

就職・引っ越しされたご家族はいませんか？

扶養しているご家族に 変更があったら 手続きをお忘れなく！



ご家族が就職や引っ越しなどで被扶養者の要件を満たさなくなったときは、扶養から外す手続きが必要です。**5日以内**に「被扶養者異動届」を提出してください。

ご確認ください



こんなときは被扶養者ではなくなります

- ▶ 就職して他の健康保険に加入した
- ▶ パート・アルバイト先で健康保険に加入した
- ▶ 年収が130万円以上
(60歳以上または障害者は180万円以上)になった※1
- ▶ 生計維持関係がなくなった
- ▶ 結婚して他の被保険者の被扶養者になった
- ▶ 離婚した
- ▶ 亡くなった
- ▶ 国内に住所がなくなった(海外留学、海外赴任への同行などは除く)
- ▶ 同居が条件となる被扶養者※2が別居した
- ▶ 75歳になり後期高齢者医療制度に加入した



※1 繁忙期などによる一時的な収入の超過は、事業主の証明の提出により、引き続き被扶養者となることができます。

※2 被保険者の直系尊属、配偶者、子、孫、兄弟姉妹以外の3親等内の親族が被扶養者になるには同居している必要があります。

被扶養者となる要件

- ☑ 3親等内の親族で被保険者に生計を維持されている人
- ☑ 日本国内に居住していること
- ☑ 収入が下記①②の両方を満たす

- ① 年収130万円未満
(60歳以上または障害者は180万円未満)
- ② 被保険者と同居の場合：収入が被保険者の2分の1未満
被保険者と別居の場合：収入が仕送り額未満

上記を基準に健保組合が総合的に判断します。

扶養から外す手続き

「被扶養者(異動)届」を会社を通じて提出してください。提出の期限は、被扶養者でなくなった日から**5日以内**です。健保組合から発行された有効期限内の健康保険証や資格確認書があれば、添えてください。

5日以内



手続きが遅れた場合、その間の自己負担分を除く医療費等を返還していただきますのでご注意ください。

新年度スタート!

さあ今年も**健診**で キッチリ体のチェックをしよう!



健診は、自覚症状がないうちに体の状態をチェックして、病気の早期発見・重症化の予防につなげるためのものです。大事な体が壊れてしまう前に、健診を有効活用しましょう。

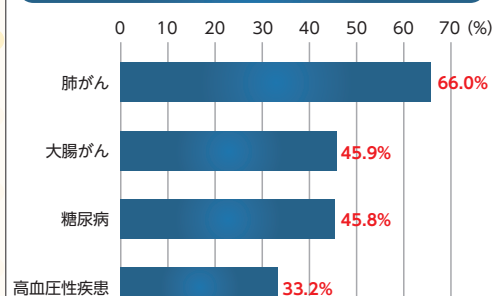
きっかけは
健診!

がんや糖尿病、高血圧などの生活習慣病は、初期には自覚症状がないまま進行することがほとんどです。健診を年に1回必ず受けることで、こういった病気の早期発見や重症化予防につながります。

自覚症状なく病院を受診したきっかけの第1位は「健康診断等で指摘されたため」となっています。



外来患者で自覚症状がなかった人の割合



厚生労働省「令和2(2020)年受療行動調査(確定数)の概況」より作成

ご家族にも受診を勧めてください



被扶養者の場合、ご自身で申し込まないと健診を受けないままになってしまい、健康リスクが高まります。電通健保に加入されているご家族の約4割の方が健診を受けていません。ご家族が健診を受けていない場合は、ぜひ受診を勧めてください。

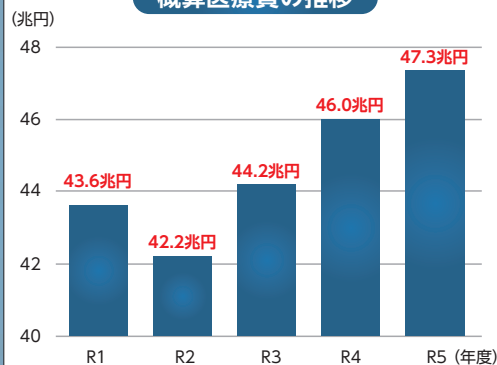


健診受診で
医療費節約を

医療機関の窓口での支払いは、医療費の一部(原則3割)にすぎず、残りは皆さんが加入している健康保険組合が支払っています。

健康保険組合は主に加入者と事業主の保険料で運営されているため、医療費の増加は納める保険料の引き上げにつながります。病気は進行すると治療にかかる費用も膨らみます。健診を受けて病気を早期発見し、医療費の節約につなげましょう。

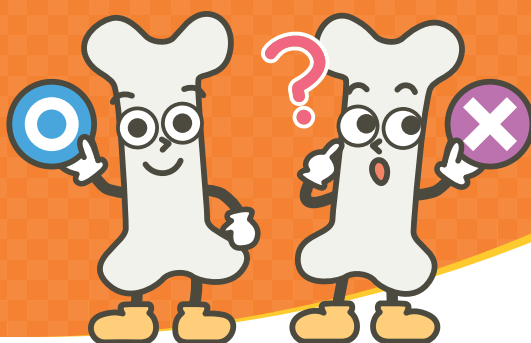
概算医療費の推移



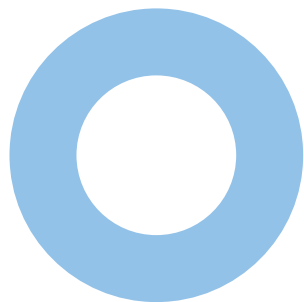
厚生労働省「令和5年度医療費の動向」より作成

健康保険を使うときは、 正しくかかりましょう！

接骨院・整骨院で柔道整復師による施術を受ける場合や、
あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師等(以下、あはき師)の
施術を受ける場合は、健康保険で使える範囲が決まっています。
柔道整復師やあはき師への
正しいかかり方を理解して、
適正に受診してください。



接骨院・整骨院(柔道整復師)にかかるとき



**健康保険が
使えます**

骨折、脱臼

(応急手当以外は、あらかじめ医師の同意を得る必要があります)

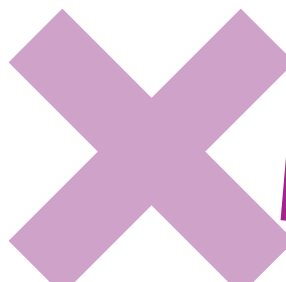
外傷性が明らかな捻挫、打撲、挫傷(肉離れ)

外傷性とは、「関節等の可動域を超えた捻れや外力によって身体の組織が損傷を受けた状態を示すもので、いずれの負傷も、身体の組織の損傷の状態が慢性に至っていないものであること」とされています。

負傷原因がはっきりしている骨・筋肉・関節 のケガや痛み

骨折、脱臼の施術後に運動機能の回復を目的 に行った運動

負傷日から15日間を除き、2回目以降の施術の際に運動機能回復のための各種運動を20分程度行った場合です。いわゆるストレッチングは対象になりません。



**健康保険は
使えません**

健康保険が使えないため全額自己負担

単なる(疲労性・慢性的な要因からくる)
肩こりや筋肉疲労

病気(神経痛・リウマチ・椎間板ヘルニアなど)
による痛み

脳疾患の後遺症などの慢性病

症状の改善がみられない長期の施術

内科的要因も考えられますので、医師の診察を受けましょう。

医療機関で同じ部位の治療を受けているとき

労災保険が適用される工作中や通勤途上
でのケガ(雇用されている人)

接骨院・整骨院で健康保険を使うときは…



痛みの原因を正確に伝える

正確に原因を伝えて、健康保険が使えるかを相談しましょう。原因がはっきりしないときは、先に医師の診察を受けてください。また、交通事故などでの負傷の場合は加入している医療保険者（健保組合、協会けんぽ等）に連絡してください。



提出する書類は白紙で署名しない

健康保険を使う際は、保険請求に使う「療養費支給申請書」に署名を求められます。白紙で署名せず、記載内容を確認してから署名してください。住所欄には郵便番号と電話番号の記入が必要です。



長期間かかる場合は医師の診察を

長期にわたって症状が改善しない場合は、医師の診察を受けましょう。内科的な病気が隠れていた場合、検査のできない接骨院・整骨院では発見が遅れてしまう可能性があります。



領収証・明細書は必ずもらう

領収証・明細書は必ず受け取って保管し、後日、医療費通知と照合して内容に相違がないか確認しましょう。領収証は医療費控除を受ける際に必要となります。明細書は、明細書発行機能つきの機器がある接骨院・整骨院では、無料で発行が義務付けられています。

あん摩マッサージ・はり・きゅうにかかるとき



あはき師の施術を受ける場合、一定の条件を満たしていれば健康保険が使えます。健康保険であはき師の施術を受けるには、**医師の同意書が必ず必要**になります。また、施術が長期にわたる場合には、**6ヵ月ごとに文書による医師の再同意が必要**になります。医師の同意がなく自分の判断だけで施術を受けた場合は、健康保険が使いません。

あん摩マッサージで 健康保険が使える症状

こうしゅく
関節拘縮

きん ま ひ
筋麻痺

- 関節が自由に動かなかったり、筋肉が麻痺している症状に対する施術で、医療上マッサージが必要と認められた場合に限ります。

はり・きゅうで 健康保険が使える疾病

神経痛

リウマチ

けい わん
頸腕症候群

五十肩

腰痛症

けい づい ねん ざ
頸椎捻挫後遺症

- 医師による適切な治療手段がなく、はり・きゅうの施術による効果が期待できるものが対象になります。

償還払いが原則ですので、いったん窓口で全額立替払いし、後で医療保険者（健保組合等）へ療養費支給申請をしてください。
※医療保険者によっては「受領委任制度」による支払方法を採用しているところもあります。

・ 施術内容についてお尋ねすることがあります ・

電通健保組合より施術日や施術内容について照会させていただくことがあります。
領収証や明細書、施術記録などを保管し、ご回答いただきますようご協力をお願いします。

4月にホームページをリニューアルします。 是非ご利用ください。

スマートフォン、タブレットでも、いつでもご覧いただけます。



URL

<http://www.dentsukenpo.or.jp/>

ID

d-kenpo

PASS

kenpo33



お問い合わせは
こちらを
ご利用ください



KOSMO
Webは
こちらから

Web版医療費と給付金のお知らせ

KOSMO Web をご利用ください

医療費情報、給付金についての情報のほか、e-TAXでご利用いただける「医療費のお知らせデータ」、「資格情報のお知らせ」のダウンロードができます。

1

医療費情報

(3カ月前～27カ月前に受診されたものに限る)

- 診療年月
- 入院・通院の区分
- 日数または回数
- 医療費の総額
- 健保組合が支払った額
- 国や都道府県等が支払った額
- あなたが支払った額

※医療機関名が掲載される場合もあります。

2

給付金支給決定通知書

(健保組合からの給付金が発生した場合のみ)

- 診療年月
- 入院・通院の区分
- 日数または回数
- 医療費の総額
- 健保組合が支払った額
- 国や都道府県等が支払った額
- あなたが支払った額
- 支給金額
- 支給決定日
- 支払日

すでにご登録済で、ID・パスワードをお忘れの方は、KOSMO Webのトップページより再発行ができます。

お問い合わせ
03-6217-7001 (受付時間: 9:00～17:00、土日祝日等を除く)
お問い合わせは10:00～17:00まで受け付けます。お急ぎの方はこちら

未登録の方は、ホームページよりこちらをクリック!