

For a healthy life

でんづうけんぽ

2026.冬.No.225



【特集】

- ◆理事長から新年のごあいさつ
- ◆マイナンバーカードと電子証明書の有効期限にご注意ください
- ◆「子ども・子育て支援金」制度が始まります
- ◆2025年度 健康保険組合全国大会が開催されました

おしるこ

新年のごあいさつ



電通健康保険組合

理事長 鈴木 宏美

あけましておめでとうございます

加入員の皆さまにおかれましては、穏やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。本年もどうぞよろしくお願ひします。

健康保険組合の目的は、皆さまの健康を守り、安心して医療を受けられる環境を整えることです。そしてその使命は、適正な保険給付を行い、疾病予防や健康増進の取り組みを推進し、制度の持続可能性を確保することにあります。昨年は健康ポータルサイト「Pep UP」を開設し、健康づくりをさらに進めてきました。ぜひこのサイトをご利用ください。

さて、団塊の世代がすべて後期高齢者となり、高齢者医療への拠出金や医療の高度化、高額薬剤の保険適用により、医療費は増加の一途をたどっています。一方、少子化により減少する現役世代が増大する医療費を支える構造的課題は深刻さを増しています。世代間の公平性を確保し、全世代が負担能力に応じて支え合う持続可能な制度への転換が急務です。当組合においても財政状況は厳しさを増しており、皆さまのご理解とご協力をいただきながら、健全な事業運営に取り組んでまいります。

また、昨年12月で健康保険証が廃止され、マイナ保険証を基本とする仕組みが始まりました。マイナ保険証を使えば、過去の処方箋や健診情報が医師や薬剤師と共有され、重複検査や不適切な投薬を防ぐことができます。より安全で効率的な医療の実現に向け、当組合もデジタル化による利便性向上を積極的に推進し、安心して利用できる環境整備に努めます。

新しい年は、新しい健康習慣を始める絶好の機会です。日々の生活に小さな健康行動を取り入れてください。皆さまの健康意識が組合の安定運営にもつながります。医療費節減を意識して過ごしていただければ幸いです。本年が皆さまにとって健やかで笑顔あふれる一年となりますよう心から祈念申し上げて、新年のごあいさつとさせていただきます。

千支の話

「午」の字の意味



「午」は十二支の7番目、動物では「馬」を充てています。「午」という文字はもともと杵きねを描いた象形文字が由来となっています。それでは、なぜ馬の意味が充てられたかというと、昔の庶民でも分かりやすくするために、それぞれの時刻などの呼び名に動物の名前を充てたのが始まりと



うま

馬にまつわる故事



「人間万事塞翁さいおうが馬」という故事があります。これは、人生においては思いがけないことが幸せを招いたり、不幸せにつながったりと予測することができないものだから、目の前の出来事に安易に一喜一憂しても始まらないという意味で、中国の故事が由来となっています。

昔、とりでの近くに住む塞翁さいおうという老人の飼っていた馬が逃げてしましました。人々が気の毒がると、塞翁は「福が来る」と言い、その言葉通り、馬は足の速いもう1頭の馬を連れて戻ってきました。人々がお祝いしていると塞翁は今度は「これは不幸を招くだろう」と言いました。その通り、塞翁の息子が落馬して足の骨を折ってしまいました。お見舞いに訪れた人々の前で塞翁は、「これは幸福の前触れだ」と言いました。その後、足の骨を折った息子はけがのおかげで兵役を逃れることができたという話にちなんでいます。

人は嫌なことがあると何かとくよくよしてしまいますが。しかし、不幸な出来事も幸せへ転じる瞬間は必ずやってきます。落ち込んだ時も常にさ

されています。また、「午」には「草木の成長が絶頂に達し、落ち着いてくるころ」という意味も含まれています。このことから、午年は前半は日々の努力が実る時期であり、後半になるとそれが人々に知れわたる年ともいわれています。

午年に込める願いと期待



に幸福がやつてくることを信じて前向きな気持ちで日々を過ごしてみてはいかがでしょうか。

健康面では、馬の持つ持久力やバランス感覚を目指し、適度な運動を心掛けることで、体力の向上と精神的な安定を得ることにつながるでしょう。ウォーキングやジョギングなど、継続的な運動習慣を身に付けることで、午年らしい活力ある一年を過ごすことができます。馬のようにさつそぐと、そして着実に歩みを進めながら、充実した毎日を送りたいものです。

午年生まれの著名人

松任谷由実 (歌手)

林 真理子 (作家)

古館伊知郎 (フリー
アナウンサー)

長嶋 一茂 (タレント)

野村 萬斎 (能楽師)

国生さゆり (俳優)

MISIA (歌手)

小泉孝太郎 (俳優)

ゆやんトリバ (芸人)

四十住さくら (スケートボード
選手)

畠 芽育 (俳優)

藤井 智太 (棋士)

など

健康保険
の手続き
早分かれ

便利で安心な これからの 受診のカタチ

医療機関等の受診はマイナ保険証

2025年12月1日をもって**健康保険証の利用が終了しました**※。

これからの医療機関等の受診には、マイナンバーカードに
保険証利用登録をした「マイナ保険証」をご利用ください。

※健康保険証の返却は不要です。



● マイナ保険証のメリット



医療費控除の
確定申告が簡単



限度額以上の
窓口支払いが不要



転職や退職時も
切り替え不要



お薬・診療情報の共有^{*}
でより良い医療
※同意した場合のみ



救急時の円滑な
搬送先選定や処置

マイナ保険証の利用には マイナンバーカードの保険証利用登録が必要です

● マイナ保険証の利用登録方法

登録は最初の1回のみです

スマホがあるなら!

スマートフォン

マイナポータル
から手続き



お近くに
セブンがあるなら!

セブン銀行ATM

「健康保険証利用の申込み」
から手続き



病院に行く
予定があるなら!

医療機関・薬局

受付の顔認証付き
カードリーダー
から手続き



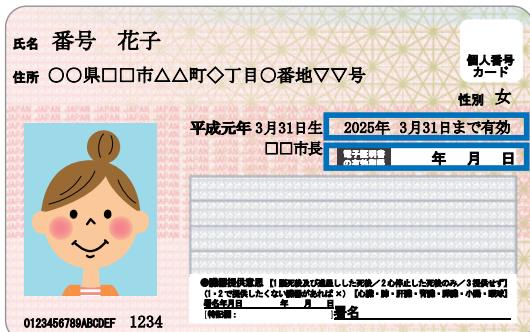
※マイナンバーカードをお持ちでない方は最初にマイナンバーカードを取得してください。

マイナ保険証をお持ちでない方は「資格確認書」で受診できます

マイナンバーカードと電子証明書の有効期限にご注意ください

マイナ保険証には、カード本体と、搭載されている電子証明書の**2つの有効期限**があります。

● 有効期限の確認方法



①マイナンバーカード本体の有効期限

発行から10回目の誕生日まで
※発行時18歳未満は5回目の誕生日まで。

②電子証明書の有効期限

※任意記入のため空白の場合があります。

発行から5回目の誕生日まで

電子証明書の有効期限は、
マイナポータルからも確認
できます。



マイナポータル

● 更新方法

有効期限の2~3ヵ月前をめどに「有効期限通知書」が送付されますので、内容を確認して更新手続きを行ってください。更新にかかる手数料は無料です。

マイナンバーカードの更新方法

①以下のいずれかの方法で事前申請

スマホ or
パソコン

証明写真機

郵送

②申請後、交付通知書が

届いたら、市区町村
窓口で交付を受ける

電子証明書の更新方法

①マイナンバーカードと有効期限通知書を持参して、
お住まいの市区町村窓口で手続きをする

※有効期限通知書がなくても手続き可能。

スマートフォンをマイナ保険証として 利用できるようになりました

健康保険証の利用登録がされたマイナンバーカードをスマートフォンに追加することで、カードを取り出すことなく、スマートフォンをかざして医療機関等を受診できます。

機器の準備が整った医療機関・薬局から順次利用できます。

※15歳未満の方はスマートフォンのマイナンバーカードをご利用いただけません。

※スマートフォンにマイナンバーカードを追加しても、実物のマイナンバーカードは引き続きご利用いただけます。

マイナンバーカードの
持ち歩きによる紛失の
心配がなくなります



登録方法

スマートフォンをマイナ保険証として利用するには、最新のマイナポータルアプリから利用申請・登録を行ってください。

Android

※Android11以上のバージョンが必要です。



詳しくは[こちら](#)

iPhone

※iOS18.5以上のバージョンが必要です。



詳しくは[こちら](#)

このステッカーが
スマートフォン対応の目印です



ご利用可能な施設か事前にご確認ください。

※厚生労働省HPでも対応施設が確認ができます。



新KOSMO Web 利用開始のお知らせ

～ 医療費・給付金のお知らせ・資格情報のお知らせなどのWEB照会サービス～
**本人確認強化などセキュリティの向上を目的に
全面リニューアル！**

■ 新KOSMO Webは、利用者全員にアカウントが必要

【URLの変更】

<https://www.dentsukenpo.portal.kosmo-web.jp>

【ユーザID】

- 現在のIDを引き続き利用

【パスワードの初期化】

- リニューアルに伴い「記号 + 番号 + 生年月日」にリセットしました。
- 例：記号12 番号3456789 1980年12月1日生の場合、
12345678919801201と入力

【認証機能の強化】

- ログイン時に、生体認証・ワンタイムパスワード認証（アプリ）・ワンタイムパスワード認証（メール）の3つの認証方法から選択・設定してください。

■ 注意点

①新KOSMO Web登録には、個別のメールアドレスが必要です。

②IDがわからない場合は、KOSMO Webのログイン画面から再発行の手続きができます。

※過去に一度もログインしたことがない、または不明な方、再発行手続きができない場合は、メールにて健康保険組合にお問い合わせください。

【宛先】ope102@dentsu.co.jp

【件名】KOSMO WebのユーザID・パスワード問い合わせ

③電通ドメインのメールアドレスは、セキュリティチェックで届かない場合がありますので、個人のメールアドレス(gmail等)を登録していただくことを推奨します。

■ 在職中の方とそのご家族の方

- 被保険者（本人）のみに発行していたIDを被扶養者（家族）にも交付します。
- 現在加入中の家族にはID通知ハガキを自宅に発送（11月下旬送付済）しています。

※ハガキでのお知らせ対象者は11月5日までに認定済みの被扶養者（家族）

- 資格確認書は、新KOSMO Webにて電磁的に交付します。
家族間で子の資格確認書を表示する場合、ひとつのデバイスで複数のアカウントにログインすることは可能ですが、1アカウントにつきそれぞれのメールアドレスの設定が必要です。

2026
年度
から

「子ども・子育て支援金」制度

が始まります

一般保険料と併せ

子ども・子育て支援金の拠出を

お願いいたします



子ども・子育て支援金って何？



子ども・子育て支援金制度は、社会連帯の理念を基盤に、子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体が支える新しい分かち合い・連帯の仕組みです。国は、支援金を財源として、子ども未来戦略「加速化プラン」を実施します。加入者の皆さんには、**支援金の拠出**をお願いいたします。

加速化プランの施策

- 妊婦のための支援給付（出産・子育て応援交付金）
- 出生後休業支援給付率の引き上げ（育休給付率の手取り10割相当の実現）
- 育児時短就業給付（育児期の時短勤務の支援）など

いつから始まるの？



子ども・子育て支援金は、**2026年4月分保険料(5月納付分)**から一般保険料・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、一般保険料、介護保険料に続き、**第3の費目**として追加されます。

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)

負担はどのくらいになるの？



支援金の額を決める支援金率は、令和8年度からスタートし、令和10年度にかけて**0.4%程度**に段階的に上がることが想定されています。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で増え続けることはありません。なお、支援金は**事業主と被保険者が負担します**。

1人当たり負担額 (標準報酬月額 × 支援金率 = 每月の負担額)

例) 標準報酬月額が50万円、支援金率が0.4%の場合

$$50\text{万円} \times 0.4\% = 2,000\text{円}/月$$

事業主負担 1,200円

被保険者負担 800円

※賞与からも別途徴収されます。

健保組合の給付に使われる？



子ども・子育て支援金は、健保組合などの医療保険者が保険料として徴収し、納付することが法律で定められています。法律上、保険料として規定されていますが、健保組合が加入者のために行う**保険給付や保健事業に充てることはできません**。健保組合は、国の代わりに徴収し、納付する役割だけを担います。

皆保険存続の危機！ 持続可能な制度のために今こそ抜本改革を

—現役世代を守れ、2025年問題は終わっていない—

去る令和7年10月22日、東京国際フォーラム（東京都千代田区）で、令和7年度健康保険組合全国大会が開催されました。全国約1400ある健保組合の関係者ら約3000人が参加したほか、大会の模様はオンラインでもライブ配信され、約2000人が視聴しました。

今年度は、「皆保険存続の危機！ 持続可能な制度のた

めに今こそ抜本改革を —現役世代を守れ、2025年問題は終わっていない—」をテーマに掲げ、現役世代に過度に依存した負担構造のままでは国民皆保険制度そのものが危機的状況に陥ることを訴え、全世代で支える持続可能な制度とするための抜本的改革を断行していくかなければならぬと、満場一致で決議を採択しました。



決 議

全ての団塊の世代が75歳以上となる2025年を迎えた。我々がこの数年来、組織の総力を挙げて求めてきた全世代型社会保障制度改革は、高齢者の一定以上所得者の自己負担引き上げや保険料算定の見直しなどの法改正が行われたものの、高齢者医療への拠出金は依然として過重な負担が続き、厳しい健保組合財政を好転させるには至っていない。現役世代の人口減少と、高齢化に伴う高齢者医療費の増加が重なる「2025年問題」は終わっておらず、より大きな壁として立ちはだかっている。

加えて、高齢化のピークを迎える2040年頃にかけて、医療の高度化等も相まって医療費はさらに増加することが確実であり、医療保険財政の一層の悪化は避けられない。現役世代に過度に依存した負担構造のままでは、給付と負担のアンバランスが拡大し、国民の安心の礎である「国民皆保険制度」そのものが危機的状況に陥ることになる。今こそ制度を抜本的に見直し、全世代で支える改革を実現しなければならない。

そのためには、加入者や国民の理解と協力が不可欠であり、医療費の財源は有限であるとの認識のもと、自身の健康を守ることから始めるセルフメディケーションの取り組み推進を図るほか、保険給付範囲の見直しや経済性も考慮した薬剤使用の最適化などの「保険給付の適正化・重点化」を進めるとともに、世代内・世代間の「負担の公平性」を確保すべきである。

また、今後の医療ニーズの変化や医療・介護従事者の急減を想定すれば、医療機能の分化・連携の強化やかかりつけ医機能の浸透により、国民にとって安全・安心で効果的・効率的な医療・介護体制を構築しなければならない。医療DXについても、限られた医療資源を有効活用し、持続可能な社会保障制度を築くために不可欠なツールとなる。まずは12月に迫ったマイナ保険証への完全移行を成し遂げ、国民がメリットを実感でき、より良質かつ効率的なサービスを受けられる体制を整備すべきである。

健保組合はこれまで事業主とともに、加入者の特性に応じたきめ細やかな保健事業を効果的・効率的に展開し、健康づくり・疾病予防等に取り組むことで健康を創出し、健康寿命の延伸にも貢献してきた。

今後も加入者の多様化など社会の変化に対応し、医療DXを活用しながら、これまで以上に現役世代への理解促進のための取り組みも強化しつつ、加入者のために先駆的な役割を果たしていくことを宣言し、組織の総意をもってここに決議する。

- 一、現役世代の負担軽減と全世代で支える持続可能な制度の実現
- 一、保険給付の適正化・重点化と負担の公平性確保
- 一、安全・安心で効果的・効率的な医療提供体制の構築と医療DXの推進
- 一、加入者の健康を支える健保組合の保健事業の充実・拡充

令和7年10月22日
令和7年度 健康保険組合全国大会

皆保険存続の危機！
持続可能な制度のために今こそ抜本改革を
—現役世代を守れ、2025年問題は終わっていない—