



健診結果は**放置禁止!** 健診結果を見逃さないで



こんなとき

あなたなら どうしますか?



次ページへ

すかいらーくグループでは、
健保組合と**会社**が
協力して**健康管理**に
取り組んでいます

健診結果をもとにすぐに受診が必要な状態の方へ「**健康診断結果についてのお知らせ**」をお送りしています。

あなたなら、
どちらの人生
を選びますか？

病院を予約・受診

早期なので薬を使わずに様子を見ましょう

早期発見だったため、数回の通院と生活習慣の改善で済みました。



その後も健康的な生活習慣を継続し、
毎年健診を受けて健康状態をチェック!

いい汗かいた～

今年も大丈夫ね!



レベル重症 **レベル1** は、
すぐに**受診が必要な状態**です!

レベル重症と**レベル1**に該当する方は、**病気の発症リスクが極めて高い非常に危険な状態**です。ただちに医療機関での診断と治療を受けましょう。

「レベル2」の方も放置すると病気の発症リスクが高い状態なので、速やかに予約または受診しましょう。



生活習慣の見直しを
しましょう

「レベル3」の方には健保組合から直接の通知はありませんが、健康状態に注意が必要です。生活習慣を見直しましょう。

自覚症状がなくても受診することが大切

ジョナサン マネージャー Mさん

早期に受診したことで、元気に仕事が続けられています

健診で血圧が高めと指摘を受けました。自覚症状はなかったものの、数値が高いことが気になり受診しました。高血圧・脂質異常症と診断され、医師からは痩せるように言われました。食事は脂ものを控え、寝る直前に食べないよう気をつけました。

店舗勤務ですと生活が不規則で、決まった時間に薬が飲めないこともありました。そのような時でも忘れずに内服し、食べる時間がない時は軽くつまんでから内服するようにしました。通院は公休や仕事の休憩を使い、薬がなくなる前に行くようにしています。

数値も安定し、2カ月毎の通院間隔になりました。早期に受診したことで、毎日元気に仕事が続けられています。

Interview



ダウンを予防するチャンスです!



高血糖を指摘され

レベル重症

となったAさん

直後

忙しくて病院に行く時間ないし、
自覚症状もないから大丈夫…と放置



元気だし、
昔から健康
には自信が
あるんだ!

5年後

脳梗塞を発症!

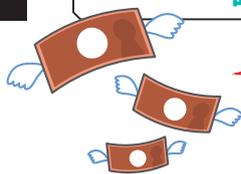
入院治療・リハビリを行うものの、
退院後も後遺症が残り不自由な
生活に。



**QOL (生活の質) の低下!
医療費は年間百万円以上*!**

6年後

服薬と定期的な通院で
医療費も高額に



医療費は年間数十万*!

*医療費は健康保険の適用前です。

「健康診断結果についてのお知らせ」
を受け取られた方へ

ご自身の体のために早めに
病院をご受診ください!



病院を受診されましたら、お知らせ裏面の返
信欄に記入し健保組合までご返送ください。

※二次元コードでも返信できます



健保組合は皆さんの通院状況を確認し、受診
が必要な状態で通院していない方へ、個別に
ご連絡いたします。



ご連絡後も通院が確認できない場合は、**会社**
の人事担当よりご連絡させていただきます。

※ **レベル重症** や **レベル1** に該当された方は、
通院状況等について
健保組合と会社の人事担当の間で情報を共有していきます。

健保ホームページの「健診結果について」
の内容をあわせてご確認ください。



病院探しに迷ったら…

すかいらーくグループ健康相談

フリーダイヤル **0120-621-860**

●健康・医療・介護・育児のご相談 ●医療機関情報提供 ●メンタルヘルスのご相談

※プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。

24時間

年中無休

無料



委託先：ティーパック㈱

秋の総合健診

人間ドック

が始まります



婦人科検査(オプション)は無料で追加できます*
*契約医療機関以外の場合、上限額があります。

受診期間 2024年 8月1日(木)～11月30日(土)

急な体調不良など、やむを得ない理由で予約変更する場合の救済期間として12月中も受診可能です。

忙しい人ほど早めの健診予約がおすすりめです!

契約医療機関一覧表
はこちら



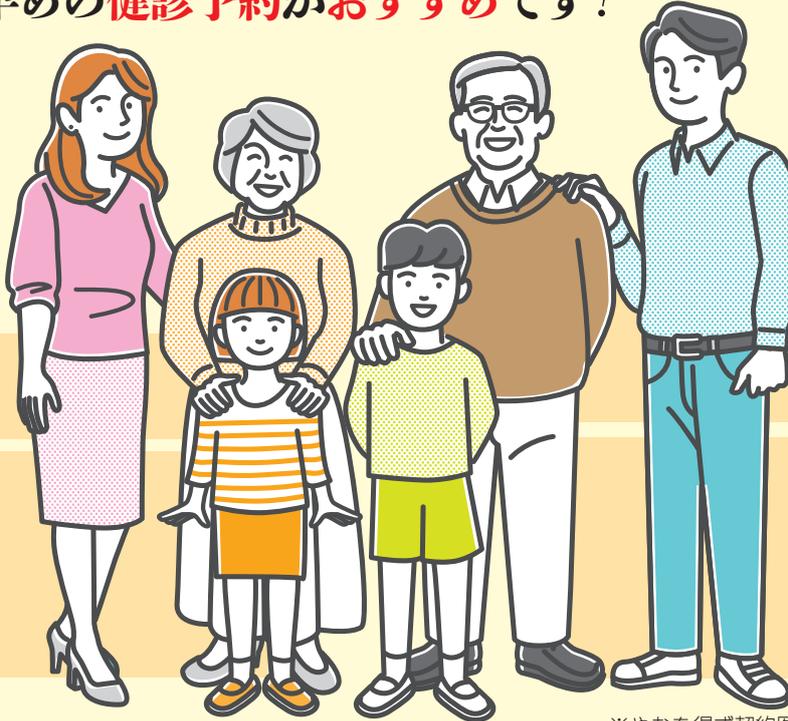
対象者

秋期総合健診

被保険者・被扶養者

人間ドック

社会保険資格取得後
6カ月以上経過した
35歳以上の被保険者・被扶養者



受診者負担額

(契約医療機関)

秋期総合健診

被保険者 0円
被扶養者 1,000円

人間ドック

被保険者 5,000円
被扶養者 5,000円
(40歳以上)
10,000円
(35～39歳)

※やむを得ず契約医療機関以外で受診する場合は、別途、補助金の支給となります。

秋期総合健診・人間ドックいずれかの健診を期間内に1回のみご受診いただけます。

総合健診・ドックを受診される方へのお願い

「予約が確認できない」「予約はしたものの会社への報告を忘れていたため、受診前に受診票が届かない」など、医療機関にご迷惑をかけるケースが年間約1,000件発生しています。

1

「すかいらーくグループの健診」を希望することを電話予約時に必ず伝えてください

2

電話で日程を予約したら、速やかにご本人が会社へ報告してください

3

受診される医療機関から届く案内や注意事項を必ず確認してください



詳しくは会社の通知、ご自宅に送られた書類、健保ホームページをご確認ください



健康保険は正しく使いましょう！

仕事中や通勤途上のケガは
健康保険が使えません

労災保険の手続きが必要です

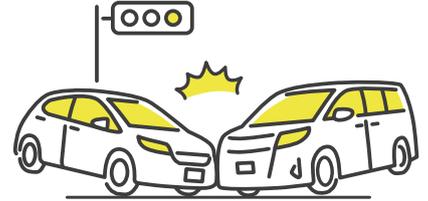
速やかに会社の労災担当へケガの状況や状態を報告しましょう。健康保険は、仕事中や通勤途上のケガとは関係のない傷病でしか使用できません。



相手（第三者）のいるケガは
健保組合へ連絡してください

交通事故など、相手（第三者）の行為によりケガをした場合、その医療費は加害者が負担します。

健康保険を使って一時的に治療費を立替える場合は、必ず届出が必要です。



健保組合より照会文書を送る場合があります。文書が届いたら必ず返送してください。

退職や雇用契約を変更する方へ

退職や雇用契約変更により健康保険の資格がなくなる場合は、資格喪失日を自分で確認し、速やかに次の健康保険への切り替えをしてください。**資格がなくなってから当組合の健康保険を使用した場合、医療費を返還していただきます。**

64歳の従業員の方へ

65歳になると、退職や雇用契約変更により一部の方を除いて今までの健康保険が使えなくなります。左記と同様に資格喪失日を早めに確認し、健康保険の切り替えが遅れないようにしてください。

接骨院（整骨院）にかかるとき

接骨院（整骨院）で、健康保険が使えるのは限られたケースだけだということをご存じですか？知らずにかかると、思わぬ出費につながるかもしれません。

健康保険が使える場合と
使えない場合

※仕事中や通勤途上のケガは労災保険の適用となり、健康保険は使えません。

使える場合

外傷性が明らかで、慢性的（3カ月以上）な状態に至っていない以下のもの
骨折※ 脱臼※ 打撲 捻挫 肉離れ

※骨折、脱臼は、応急処置を除き、あらかじめ医師の同意が必要。

使えない場合

- 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- 保険医療機関で治療中の負傷
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 症状の改善が見られない長期の施術

2 どのくらい
通っていますか？

接骨院（整骨院）では国家資格をもつ「柔道整復師」が施術を行います。病院ではないので、投薬や注射、手術、リハビリテーションなどはできません。

長く通っても症状が改善しない場合は、内科的要因も考えられますので不調の原因を確かめるためにも、医療機関の受診をおすすめします。

※長期にわたって施術を受けている方へは、健保組合から照会が行われます。

3 領収書・明細書を
もらいましょう

領収書・明細書は**必ず**受け取り、金額や施術内容が実際と違っている場合は健保組合にご連絡ください。



療養費支給申請書に
署名する際は
よく確認を

接骨院（整骨院）が患者に代わり健保組合に請求する「受領委任払い」は、健康保険を使って施術を受けた後、患者が「療養費支給申請書」に署名することで、窓口での支払いが一部負担（現役は原則3割）となる支払方法です。

療養費支給申請書には、負傷原因、負傷名、日数、金額が記載されています。この内容をもとに健保組合へ申請されるものなので、よく確認したうえで自筆で署名するようにしてください。

2024年（令和6年）12月2日保険証は **廃止** に！

健保ホームページの最新情報もあわせてご確認ください



今から使おう！マイナ保険証

現在の保険証は今年12月2日に廃止され、マイナンバーカードに一体化されます。

廃止後1年間は現在お持ちの保険証を使用できますが、廃止日以降に氏名変更や紛失等があった場合は無効となり新規発行もできません。事前にマイナンバーカードを発行し利用登録を済ませておくことをおすすめします。

こんな場合も新しい保険証は発行されません

- 氏名変更（結婚など苗字が変わるとき）
- 扶養の追加や削除（被扶養者が就職するとき）
- 再交付（紛失や破損したとき）
- 退職・再就職（新たな保険に加入するとき）

マイナ保険証のメリット

医療費が安くなります

マイナ保険証で受診すると、従来の保険証で受診するよりも初診料が20円、調剤管理料が20円、安くなります。

※患者負担は上記金額の2割または3割。初診料の加算は同一医療機関で月1回、調剤は6カ月に1回。



質のよい医療が受けられます

マイナ保険証で受診すると、あなたのお薬や診療の情報、健診結果を医師が確認できます。正確な情報をもとに質のよい医療が受けられます。

※本人が同意した場合のみ



高額な窓口負担が手続きなしで軽減

医療費が高額になるとき、マイナ保険証で受診すると「限度額適用認定証」なしで窓口負担が軽減されます。健保組合の手続きは不要です。



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）。急な病気のあるときにあわてないように、早めに登録しておきましょう。

保険証利用の登録はここです



マイナンバーカードの保険証利用申し込み動画（厚生労働省）



「資格情報のお知らせ」をお届け予定です

健康保険の資格情報とマイナンバーの下4ケタを記載した「資格情報のお知らせ」を9月～10月頃にお届け予定です。お手元に届いたら、内容に誤りがないかご確認ください、大切に保管してください。

「資格情報のお知らせ」はこんなときにご利用いただけます

医療機関にカードリーダーがないとき、不具合でカードリーダーが使えないとき

「マイナンバーカード」とセットで提示すると、保険診療が受けられます。

健保組合へ申請するとき

健保組合への各種申請時に必要な記号・番号をご確認いただけます。

※2025年（令和7年）12月1日までは従来の保険証も利用できます。

健康保険の被扶養者からはずれるとき、必ず届け出をしましょう！



健保ホームページ「家族の加入」の内容を
あわせてご覧ください。

すかいらーく健保

検索



被扶養者からはずれるのはどんなとき？

被扶養者からはずれる手続きは自動的に行われません。会社の社会保険担当にご連絡ください。

就職・他の健保組合に加入した

- 被扶養者が就職し、就職先の健康保険の被保険者になった。
- 短時間で働く被扶養者が、パート先で被保険者になった。



パートやアルバイトをしていて
下記の要件をすべて満たす場合は、
パート・アルバイト先の
健康保険の被保険者になる。

- 1 週の所定労働時間が 20 時間以上
- 2 賃金月額が 88,000 円（年収 106 万円）[※]以上
※残業代、通勤手当などを含めない所定内賃金
- 3 雇用期間が 2 カ月以上見込まれる
- 4 学生でない
- 5 職場が以下のいずれかに該当
 - ① 従業員が 101 人以上
(2024 年 10 月からは 51 人以上)
 - ② 従業員が 100 人以下
(2024 年 10 月からは 50 人以下) で、
社会保険の加入について労使合意を行っている

失業給付金を受給した

- 被扶養者が基本手当日額 3,612 円（60 歳以上は 5,000 円）以上の失業給付金を受給するようになった、または被保険者の収入の 1/2 以上の失業給付金を受給するようになった。



収入額が変わった

- 被扶養者の年収が 130 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。
 - 年収が 130 万円未満であっても、月収が 108,333 円[※]を超える。
 - 共働き夫婦が子どもを共同で扶養する場合、被扶養者を扶養する被保険者の収入が配偶者より少なくなった（原則として年間収入が多いほうの被扶養者になる）。
- [※] 60 歳以上または障害がある場合は、老齢年金、障害年金、遺族年金を含み年収 180 万円（月収 15 万円）以上。



仕送りをやめた・少なくした

- 別居している被扶養者への仕送りをやめた、仕送りが被扶養者の収入を下回ったときなど。

健康保険被扶養者確認調書について

今年も 8 月～10 月頃に実施いたしますので、書類が届いた方は提出期限までに必ずご提出ください。
皆様のご理解、ご協力をお願いします。

⚠️ 書類をご提出いただけない場合は、被扶養者の要件を満たしていても被扶養者資格がなくなりますのでご注意ください。
(書類をご提出いただいても、調査の結果、資格がなくなることがあります)

健保の財政状況

事業概況 (令和6年3月31日現在)

事業所数	被保険者数	平均標準報酬月額	被扶養者数
6	18,542人 男性 8,051人 女性 10,491人	244,134円 男性 306,919円 女性 195,951円	5,665人 (扶養率 0.31) 男性 2,198人 女性 3,467人

令和5年度 決算見込みのお知らせ

一般勘定 (健康保険)

収入

科目	金額 (千円)
保険料	5,648,178
調整保険料	72,225
繰入金	1,000,000
その他	634,340
合計	7,354,743

支出

科目	金額 (千円)
事務費	124,687
保険給付費	3,505,896
法定給付費	3,459,889
付加給付費	46,007
納付金	3,133,201
保健事業費	364,676
財政調整事業拠出金	72,223
その他	3,716
合計	7,204,399

介護勘定 (介護保険)

収入

科目	金額 (千円)
介護保険収入など	1,153,850
合計	1,153,850

支出

科目	金額 (千円)
介護納付金など	709,275
合計	709,275

令和6年度 予算のお知らせ (2月9日の第79回組合会にて承認)

一般勘定 (健康保険)

収入

科目	金額 (千円)
保険料	6,519,765
調整保険料	68,251
繰入金	300,000
その他	311,498
合計	7,199,514

支出

科目	金額 (千円)
事務費	149,244
保険給付費	3,772,745
法定給付費	3,722,439
付加給付費	50,306
納付金	2,636,897
前期高齢者納付金	1,237,622
後期高齢者支援金	1,399,266
病床転換支援金	1
退職者給付拠出金	7
流行初期医療確保拠出金	1
保健事業費	448,840
財政調整事業拠出金	68,251
その他	123,537
合計	7,199,514

保険料率が
変更になりました

- 一般保険料率
110/1000 (+15/1000)
(令和6年3月1日より実施)
- 介護保険料率
20/1000 (据え置き)



公 告

- | | | |
|-----------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 238 組合会議員選挙に関する公告について | 247 理事就職の公告について | 256 互選議員の立候補の公告 |
| 239 理事及び理事長の選挙並びに組合会 (監事選挙) 開催の公告 | 248 理事長選挙における立候補の公告について | 257 投票による選挙を行わない公告について |
| 240 選挙における互選議員立候補の公告 | 249 投票による理事長選挙を行わない公告について | 258 互選議員の当選に関する公告 |
| 241 投票による選挙を行わない公告について | 250 理事長就職の公告について | 259 互選議員の就職に関する公告 |
| 242 互選議員の当選に関する公告について | 251 常務理事就職の公告について | 260 令和6年度平均標準報酬月額に関する公告 |
| 243 互選議員就職の公告について | 252 監事選挙における立候補の公告について | 261 一般保険料率変更に関する公告 |
| 244 選定議員就職に関する公告について | 253 投票による監事選挙を行わない公告について | 262 組合規約変更に関する公告について |
| 245 理事選挙における立候補の公告について | 254 監事就職の公告について | 263 選定議員就職に関する公告について |
| 246 投票による理事選挙を行わない公告について | 255 互選議員補欠選挙に関する公告 | |