

# 健康だより

KENPO DAYORI

令和  
6年  
**春**  
号

No. 620

## Contents

健康保険組合の名称が変わります

令和6年度予算大綱

契約保養所「尾瀬山荘」のご案内



ご家庭に  
お持ち帰り  
ください。



東京都電気工事健康保険組合

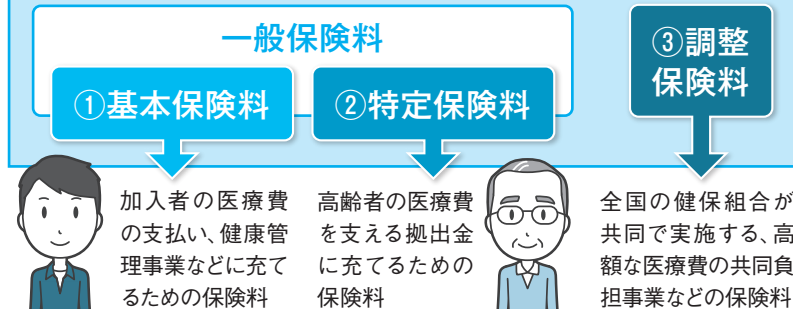
<http://www.denkoukenpo.or.jp>



■保険料率  
変更は  
ありません

		一般・調整保険料率 (基本+特定+調整)	介護保険料率	計
負担割合	事業主	48.5 / 1000	9.0 / 1000	57.5 / 1000
	被保険者	48.5 / 1000	9.0 / 1000	57.5 / 1000
計		97.0 / 1000	18.0 / 1000	115.0 / 1000

健康保険料



一般勘定 予算額

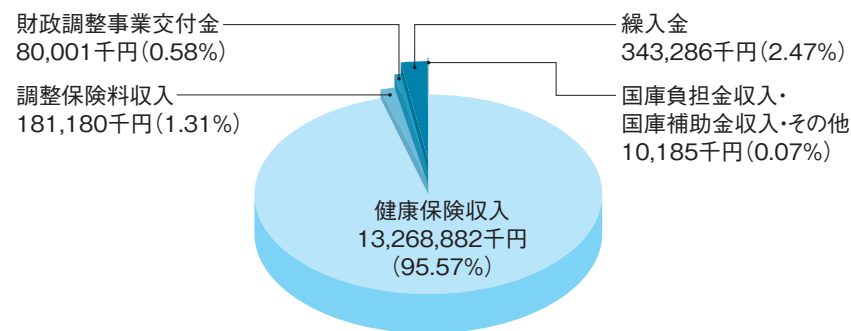
13,883,534,000円

介護勘定 予算額

1,672,025,000円

収入の部

13,883,534千円



■予算の基礎

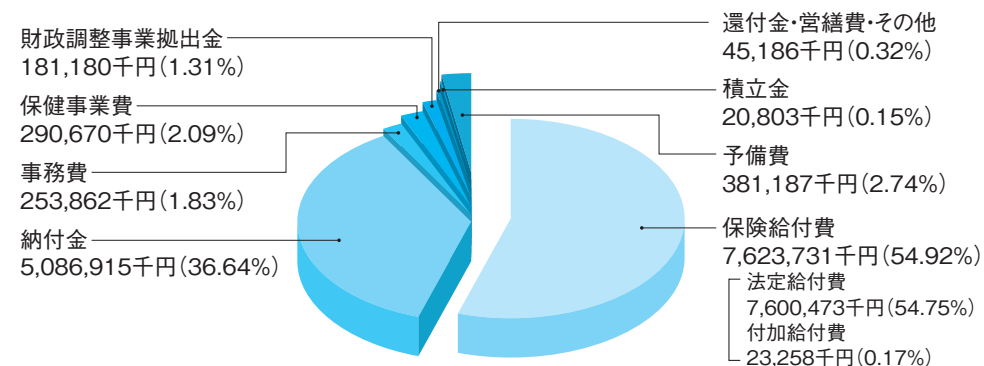
区分	被保険者数
男	19,750人
女	3,450人
計	23,200人

区分	平均標準報酬月額
男	418,000円
女	297,000円
計	400,000円

支出の部

13,883,534千円



今年度も禁煙促進のため、禁煙外来を終了された方への補助に加え、継続して禁煙を宣言された方にインセンティブを贈呈し、禁煙をサポートいたします。  
また、特定保健指導を終了された方へのインセンティブ贈呈を引き続き実施いたします。  
さらに、腎不全の重症化を予防するため、糖尿病治療中の方への重症化予防事業を引き続き実施いたします。

健康保険組合の名称が変わります

当健康保険組合の名称については、かねてより長年にわたり理事会・組合会において変更等について協議を重ねていただいておりますが、今般、第466回理事会、第467回理事会、第468回理事会及び第156回組合会において慎重にご審議をいただいた結果、令和7年1月1日をもって、「でんきテクノロジー健康保険組合」に名称変更することとなりました。

当健康保険組合は各種「でんき」（電気、電機、電器）関連の事業を行う皆さまにご加入をいただいております。

電気関連事業は、無くてはならないライフラインの事業を行う、社会において極めて有意義かつ重要な役割を担い、今後到来するであろう脱炭素社会においても大きな役割を果たすことが期待される将来性ある業種です。

このため、テクノロジー（技術）の語を名称に冠することで、高度な技術者であるご加入の皆さまの健康保険組合であると明示し、ブランディングを図ってまいります。

当健康保険組合は令和6年12月1日をもって設立60周年を迎えます。

新しい名称のもと、100年続く健康保険組合として、より一層皆さまのご期待にお応えするよう、職員一同努力してゆく所存でございます。

令和6年度 予算大綱

我が国の経済はコロナ禍を乗り越え、30年ぶりとなる高水準の賃上げや企業の高い投資意欲など、経済には前向きな動きが見られますが、健康保険組合にとって、本年は、昨年成立した全世代型の社会保障制度改革が本格施行される年であるとともに、いわゆる「団塊の世代」が全て後期高齢者となる「2025年問題」を来年に控え、医療費の増嵩、拠出金の増加等、まさに正念場の年となります。

そのような中、経済や社会保障の動向等を見据えながら、健康保険組合の令和6年度の予算編成は次のような内容とし、2月21日に開催された第156回組合会にて決定されました。

収入面については、平均標準報酬月額の伸び等を見込みながら、収入の基礎となる被保険者数及び標準報酬月額を、前年度と同水準を維持しました。

一方、支出面における保険給付費については、外来患者及びコロナ治療薬を含む抗ウイルス剤の増加等による診療費の伸びから約76億2千万円を予算数値といたしました。

なお、高齢者等納付金においては、厚生労働省より提示された諸係数により計算した結果、前年度3.7%の伸び率となりました。

經常収入支出差引額では、収入支出においては、別途積立金繰入による予算編成にはなりますが、ほぼ均衡が保つことができるため、健康保険料率（一般保険料率と調整保険料率の合計）は、前年度と同様の保険料率を維持する9.70%といたしました。

また、健康保険法附則第2条に定められた健康保険組合間における財政調整のための調整保険料率は、前年度同様の0.13%となります。

健康保険組合に徴収業務のみを義務付けられた40歳以上65歳未満の被保険者が適用となる介護納付金については、社会保険診療報酬支払基金から示された諸係数等を基に国へ納める介護納付金額を算出した結果、介護保険料率は1.80%となりました。

令和6年度の保健事業等につきましては、当健康保険組合における特定保健指導の実施率は国の納付金加算基準をクリアしてはいるものの、今後、基準が増加していくことが見込まれるため、国の定める指針に即した「第4期特定健康診査等実施計画」に基づき、実施率向上に努めてまいります。また、昨年に引き続き、感染症対策を行う事業主の支援及び腎重症化予防事業、禁煙外来治療者への補助等、健康寿命の延伸に向けて予防・健康づくりの推進をするべくデータヘルス計画を柱とする更なる保健事業の拡充を図ってまいります。



# 今年も健康に過ごしたい!

(健診など保健事業)



健康保険組合では、加入者が健康で過ごすための事業（保健事業）を事業主と協力しながら実施しています。保健事業は、各健康保険組合が独自に実施するもので、健康診断をはじめ、保健師による保健指導、ウォーキング大会や禁煙支援など、加入者の健康維持・増進に効果的な取り組みです。

### ■特定健診・特定保健指導

健康保険組合の40歳以上の加入者は、1年に1回、生活習慣病のリスクを早めに発見するための特定健診の受診が必要です。特定健診の結果、メタボリックシンドローム（メタボ）のリスクがある人は、保健師や管理栄養士などによる特定保健指導が受けられます。特定保健指導では、生活習慣改善の取り組みについて3ヶ月以上のサポートが行われます。

### ■特定保健指導の対象者

腹囲	追加リスク			④喫煙	対象		*追加リスク
	①血圧	②脂質	③血糖		40-64歳	65-74歳	
≥85cm(男性) ≥90cm(女性)	2つ以上該当			あり	積極的支援	動機付け支援	・血圧… 収縮期血圧 130mmHg以上 または 拡張期血圧 85mmHg以上 ・脂質… 空腹時中性脂肪 150mg/dl以上(やむを得ない場合は随時中性脂肪 175mg/dl以上) または HDLコレステロール 40mg/dl未満 ・血糖… 空腹時血糖(やむを得ない場合は随時血糖) 100mg/dl以上 または HbA1c 5.6%以上 *積極的支援…メタボのリスクが高い人 動機付け支援…メタボのリスクが中程度の人
上記以外	3つ該当			なし	積極的支援	動機付け支援	
BMI≥25kg/m <sup>2</sup>	2つ該当			あり	積極的支援	動機付け支援	
	1つ該当			なし			

## こんなときは?

### ケース① 健診、受けなきゃいけないの?

生活習慣病予防・改善のため、自分のからだの変化を確認するためにも、健康保険組合が実施する健診を年に1度受診しましょう。健康保険組合の補助があるので充実した内容の健診を安価で受けることができます。

### 健診を受ける人が少ないと保険料が上がる!?

特定健診・特定保健指導の実施率が低い健康保険組合は、国に拠出する後期高齢者支援金が増加する仕組みになっています。その結果、健保財政が悪化し、保険料が上がる原因になります。パート先などで健診を受けた被扶養者の方は、健診結果などを健康保険組合に提出してください。ご協力をお願いします。

### ケース② 健診以外にどんな保健事業があるの?

健康保険組合では、ウォーキング大会などの事業を実施しています。詳しくはホームページをご覧ください。

令和6年度は、特定保健指導をすべて終了された方に、1,000円分のQUOカードを贈呈いたします(対象となる方には健康保険組合からご案内いたします)。

**終了された方にもれなくQUOカードを差し上げます!**



ご不明の点は保健課 (TEL 03-3861-1852) までお問い合わせください。

# 春は卒業・就職のシーズンです ご家族に異動はありませんか?



お子様の就職など、扶養されている方々に次のような異動が生じたときは、「被扶養者(異動)届」に保険証を添え、5日以内に会社のご担当者を通じて当健保組合に届け出てください。

※高齢受給者証、限度額適用認定証をお持ちの被扶養者は、あわせて返却してください。

- 就職したとき(短時間労働者に該当したときを含む)
- 結婚したとき(配偶者の加入する健康保険の被扶養者になったとき)
- 死亡したとき
- 年金やパート、アルバイト等の年間収入が130万円(108,334円/月、3,612円/日)\*1以上の収入を得るようになったとき
- 離婚等により配偶者や子供との生計維持関係が消滅したとき
- 雇用保険から失業給付を受けるとき

\*1 60歳以上や障害年金の受給資格を有する者は180万円(150,000円/月、5,000円/日)

## 被扶養者異動(削除)届の提出をお忘れなく

### Q. 扶養からはずれる手続きをしないとどうなるの?

#### A. 保険証を使ったときは医療費を返還していただきます

扶養からはずれる状況になった後に今までの保険証で病院にかかったときは、後日、健康保険組合が給付する医療費(医療費の7~8割)の返還請求をさせていただきます。

#### 健康保険組合の財政が悪化して保険料が上がることも

高齢者の医療費や介護保険への納付金は、健康保険組合の加入者の人数に比例して増えます。扶養からはずさないとその人の分まで計算に含まれてしまい、健康保険組合の余計な出費が増えます。それが健保財政の悪化につながり、皆さまから負担いただく保険料が上がる要因にもなります。

医療機関等でオンラインによる資格確認ができるようにするためには…

## 事業主へ個人番号を提出してください!

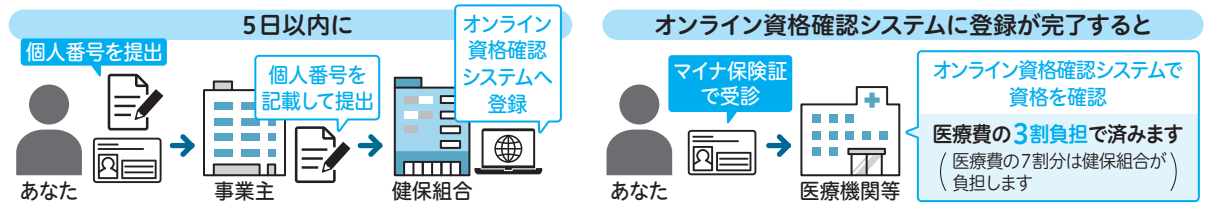
個人番号はマイナンバーカードの裏面に記載されています

法令により、健保組合の加入者は個人番号を事業主経由で健保組合へ届出する必要があります



手続きと資格確認のしくみ

マイナ保険証のオンライン資格確認システムへの登録は、健保組合が行っています。ご家族(被扶養者)の分も含め、会社を通じて健保組合へ届出をお願いします。



ご不明の点は適用課 (TEL 03-3861-1854) までお問い合わせください。

第466回理事会

標記理事会在令和5年12月19日に開催され、左記事案について可決承認されました。

記

1. 協議事項  
第1号議案 令和6年度収入支出予算骨子等の件  
第2号議案 健康保険組合名称変更の件  
第3号議案 諸規程整備の件  
第4号議案 事業所の編入・削除の件

2. 報告事項  
(1) 事業概況

第467回理事会

標記理事会在令和6年2月6日に開催され、左記事案について可決承認されました。

記

議題

1. 協議事項  
第1号議案 一般保険料率(基本保険料率、特定保険料率)及び調整保険料率の件  
第2号議案 介護保険料率の件  
第3号議案 令和6年度事業計画(案)の件  
第4号議案 令和6年度収入支出予算(案)の件  
第5号議案 重要財産処分(令和6年度)  
第6号議案 健康保険組合名称変更の件  
第7号議案 規約・規程関係変更の件  
第8号議案 第4期特定健康診査等実施計画(案)の件  
第9号議案 電気工事健康保険会館冷暖房空調設備改修工事の件  
第10号議案 事業所の編入・削除の件
2. 報告事項  
(1) 固定資産の廃棄処分について  
(2) 事業概況

第468回理事会

標記理事会在令和6年2月21日に開催され、左記事案について可決承認されました。

記

1. 協議事項  
第1号議案 健康保険組合名称変更の件

第156回組合会

標記組合会が令和6年2月21日に開催され、左記事案について可決承認されました。

記

議題

1. 協議事項  
第1号議案 一般保険料率(基本保険料率、特定保険料率)及び調整保険料率の件  
第2号議案 介護保険料率の件  
第3号議案 令和6年度事業計画(案)の件  
第4号議案 令和6年度収入支出予算(案)の件  
第5号議案 重要財産処分(令和6年度)  
第6号議案 健康保険組合名称変更の件  
第7号議案 規約・規程関係変更の件  
第8号議案 第4期特定健康診査等実施計画(案)の件
2. 報告事項  
(1) 滞納処分認可の件  
(2) 事業所の編入・削除の件  
(3) 事業概況

公告

削除事業所

名称	所在地
(株)電工会	台東区
(株)ムラタ電工	埼玉県入間郡
(有)小林電業	福生市
旭電設(株)	杉並区
東京中央電設工業協同組合	千代田区
(株)鈴木電気商会	足立区

公告第525号

健康保険法(大正11年法律第70号)第47条2号に規定する当健康保険組合の管掌する健康保険の令和5年9月30日における全被保険者の同月の標準報酬月額を平均した額を標準報酬の基礎となる報酬とみなしたときの標準報酬は、次のとおりであるので公告する。

標準報酬月額	標準報酬日額
410,000円	13,670円

適用期間 自 令和6年4月1日  
至 令和7年3月31日

令和6年1月5日  
東京都電気工事健康保険組合  
理事長 由井 茂

脳検査への補助をご利用ください

被保険者及び被扶養者の皆さまに今の生活の質を維持し健康に年を重ねていただくため、従来の健診補助に加えて、節目年齢の方が受診する脳検査に対して補助を行います。受診日年齢が35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の被保険者及び被扶養者の皆さまが東振協契約健診機関及び直接契約健診機関で受ける脳検査に対して最大10,000円の補助を行います。詳細はホームページをご覧ください。

健康管理推進委員会の講演会中止について

令和5年度の健康管理推進委員会の講演会につきましては、保健事業全体の開催状況を勘案し開催中止とさせていただきます。事業主の皆さま、健康管理推進委員の皆さまにおかれましては、ご理解をいただきますようお願いいたします。

令和6年度広報予定

当健康保険組合では、皆さまの健康のため、年に1回の健診受診をお願いしております。年度に1回健診に対する補助をしておりますので、ご利用ください。

4月 ホームページに人間ドックや生活習慣病等を受診できる病院の一覧を掲載しております。

5月 冊子「私たちの健康保険組合」に人間ドックや生活習慣病等を受診できる病院の一覧を掲載いたします。  
※ご家族にもお読みいただくため、ご自宅へのお持ち帰りをお願いいたします。

7月 今年度末時点で40歳以上の方に特定健康診査が無料でご受診いただける東振協特定健診受診券をお送りいたします。  
被保険者の方  
事業所あてにお送りいたします。  
任意継続被保険者の方及び被扶養者の方  
ご自宅あてにお送りいたします。

9月 健保だより(秋号)及びホームページにて健康づくりウォーキング大会について掲載いたします。

※レクリエーションについては6月以降、ホームページ等で広報いたします。  
※補助金申請書・質問票が新しくなります。令和6年4月健診分から、新様式をご利用ください。

ご不明の点は  
保健課(TEL 03-3809-1185)  
までお問い合わせください。

# 医療機関等を受診する際にマイナンバーカードを一度使ってみませんか?

## マイナンバーカードで受診するメリット

**安心** よりよい医療が受けられる!

**便利** 各種手続きも便利・簡単に!

- 特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査を防ぎ、自身の健康・医療データに基づくより適切な医療を受けられます。  
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 薬の情報も医師・薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクも減少します。  
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 旅行先や災害時に受診する際も、薬の情報等が連携されます。


- マイナポータルで医療費通知情報を入力でき、医療費控除の確定申告が簡単にできます。
- 医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が不要になります。
- 就職や転職後の保険証の切り替え・更新が不要。  
※新しい保険者による登録手続きが必要です。
- 高齢受給者証の持参も必要なくなります。

## マイナンバーカードで受診するための準備


### 1 マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

申請 ※以下から選択

1




スマホから



パソコンから


オンライン申請

2



証明写真機から

3



郵送

受け取り

- ① ハガキが届く
- ② 受け取りに行く

詳しくはこちら



マイナンバーカード総合サイト

### 2 マイナンバーカードをお持ちの方は保険証利用の申込み

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、申込みが必要です。※以下から選択

医療機関で

- ✓ 医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申し込みます

スマホから

✓ 下記3つを準備

- ① マイナンバーカード
- ② マイナンバーカード読取対応のスマホ
- ③ アプリ「マイナポータル」のインストール



- STEP1 「マイナポータル」を起動する。
- STEP2 「申し込む」をタップする。
- STEP3 利用規約等に同意する。
- STEP4 マイナンバーカードを読み取る。

セブン銀行ATMで

✓ 必要なものはマイナンバーカードのみ!

- ATM画面
- マイナンバーカードでの手続き
- 健康保険証利用の申込み



# 契約保養所 「尾瀬山荘」の ご案内

加入者の皆さまの積極的な健康づくりを応援するため、「尾瀬山荘」をご利用される方への補助として、ご利用1泊につき大人3,000円、子供2,000円（同一施設2連泊を限度）を補助いたしますので、人気の施設が格安でご利用いただけます。

夕日が山の端に沈む頃、夕焼けに包まれた尾瀬は屋間の喧騒がなかったかのように、ひっそりと静まります。とっぴりと日が暮れると満天の星月夜。ゆっくりと身体を休め、目が覚めると朝霞の世界です。

山小屋に宿泊しなければ体験できない尾瀬をご堪能してみたいはいかがでしょうか。



## ご利用方法

1泊につき **大人 3,000円 子供 2,000円** の補助をいたします

- 1 利用希望の宿泊施設に電話予約にて東京都電気工事健康保険組合の組合員である旨を告げるか、尾瀬山荘ホームページ(当健康保険組合ホームページ<http://denkoukenpo.or.jp>からリンク)にてご予約いただき、通信欄に「東京都電気工事健康保険組合の補助金を利用」と明記のうえ、宿泊施設をご予約ください。
- 2 当健康保険組合ホームページから契約保養所利用申込書をプリントして、必要事項をご記入のうえ健康保険組合までお送りください。当健康保険組合から「保養所利用通知書」をお送りいたします。
- 3 保養所ご利用時に宿泊施設に健康保険証と「保養所利用通知書」をご提示のうえ、ご精算ください。

## 契約施設及び営業期間

施設名	営業開始日	営業終了日
尾瀬沼山荘	5/18(土)	10/19(土)
東電小屋	5/18(土)	10/19(土)
至仏山荘	4/19(金)	10/19(土)

※右記のご利用料金は**大人3,000円、子供・幼児2,000円補助後**の料金です

※補助は、同一施設に1回の2連泊までを限度に行います  
※大人(中学生以上)、子供(小学生)、幼児(4歳以上の未就学児)

※尾瀬沼山荘は、毎週月曜日が定休日となります

## 1泊2食付 ご利用料金(補助適用後の実際にお支払いいただく金額です)

利用形態	料金			
	大人	子供	幼児	
相部屋(男女別)	7,500円	6,500円	5,000円	
個室	4名1室	8,000円	6,500円	5,000円
	3名1室	9,000円		
	2名1室	10,000円		

## ●ご予約・ご連絡先

(東京パワーテクノロジー(株) 尾瀬林業事務所)

電話 **0278-58-7311**  
(平日9:30~17:00)