KENPOだより

CONTENTS

- P2 健保組合事務所 移転のお知らせ
- P3 インフルエンザ予防接種を受けましょう!
- P4 マスコットキャラクター 名前が決まったよ!!
- P5 ヘルシーハイキングのご案内
- P6 毎月納めている保険料はどのように決まるの?
- P7 高額な医療費が かかりそうなときは?
- P8 みんなで歩活
- P10 受けよう! 特定健診
- P11 2020 年度 決算報告

AUTUMN 2021 * Vol.152



健保組合事務所 移転のお知らせ

- ■業務開始日 2021年9月21日 (火)
 - ※9月16日(木)までは、現事務所で営業しています。9月17日(金) は移転準備のため、業務は休止いたしますのでご了承ください。
- ■新所在地 〒 151-0061 渋谷区初台 1-47-1 小田急西新宿ビル2階
- ■アクセス 京王新線 初台駅より徒歩3分
- ■移転後の電話番号 代表電話番号 03-3372-3860 FAX番号 03-3372-3858



課名	担当者	電話番号	受付時間
総務課		03-3372-3860	
₩攻≡	適用担当	03-3372-3861	
業務課	給付担当	03-3372-3862	平日9:30~16:30 (12:00~13:00は除く)
/Act 签TEE	事務担当	03-3372-3865	(12.00 - 13.00 協所 ()
健康管理課	保健師	03-3372-3866	

! 郵便物の宛先にご注意ください

事務所移転後に旧所在地宛に郵便物が送られると、到着に時間がかかり、手続きの遅れにも つながります。宛先のお間違いにご注意ください。

健康保険証等の更新を行います!

健康保険組合の事務所移転に伴い、記載事項が変更となるため、

【健康保険証、限度額適用認定証、高齢受給者証】の更新を行います。

新しい保険証等につきましては、事務所移転日以降順次、会社経由で交付します。

*任意継続被保険者の方には、ご自宅に直接郵送いたします。

なお、お手元に届くまでは、現在お持ちの証を引き続きで使用いただけます。

現在お持ちの保険証等は個人での処分はせず、ご家族全員分を必ずご返却ください。

また、今回の更新に伴い、ジェネリック医薬品利用促進の環境整備の一環として、「ジェネリック医薬品希望」と印字した保険証を交付させていただきますので、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

※原則として「ジェネリック医薬品希望」表記となっておりますので、希望をされない方は医療機関の窓口で申し出るか、目隠しシールをご用意していますので、会社(任意継続被保険者の方は健保組合)までお申し出ください。 詳細につきましては、健保組合ホームページ等で別途お知らせします。

インフルエンザ予防接種を受けましょう!

当健保組合では、今年もインフルエンザの予防接種に対して補助金を支給します。

新型コロナウイルスのワクチン接種も進んでいますが、変異株の出現などもあり、予断を許さない状況が続いています。インフルエンザの予防接種もしっかり受けて、発症や重症化予防に役立てましょう。

インフルエンザの流行シーズンのピークは、例年 12月から 3月にかけてです。接種してから体内に免疫ができるまでには約 2週間かかり、効果が持続するのは約 $5 ext{ <math>\tau}$ 月とされています。流行前に接種できるようスケジュールを立てましょう。

新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に接種できません。新型コロナワクチンとその他のワクチンは、互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます(厚労省ホームページより)。

インフルエンザ予防接種補助金のご案内

申請方法

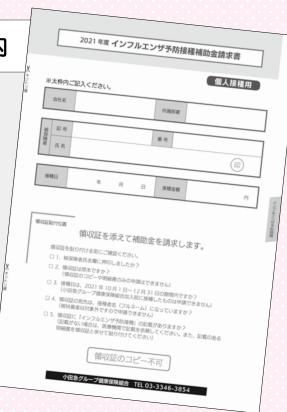
4月に配布した「2021年度保健事業のご案内補助金申請書一式」または健保組合ホームページをご覧ください。

対象者

2021 年 10 月 1 日 ~ 12 月 31 日の間に予防 接種を受けた被保険者・任意継続被保険者 (被扶養者は対象ではありません)

補助金額

2,000 円 ※ただし費用が 2,000 円に満たない場合は実費を支給 (インフルエンザワクチンの種類、接種回数にかかわらず 1人1回)



発症すると、 新型コロナとインフルエンザの 区別がつきにくい



新型コロナの感染拡大と インフルエンザの流行の 時期が重なる可能性がある

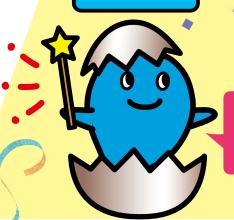


ありがとうございました

小田急健保 マスコットキャラクター

名前が決まったよ!!





ぽぽん

生まれたばかりの ぼく、わたしを かれいがってネ!!

ご応募ありがとうございました。厳正に審査した結果、大和市H·Aさんの名前に決定!

ホームページのトップページ掲載写真が決定!

ありがとうございました

たくさんの写真から調布市在住のC・Tさん、杉並区在住のN・Aさん、小平市在住のE・Aさんの写真に決定しました。







募集します!

ホームページ掲載写真は、今後とも募集させていただきます。 あなたの撮ったお気に入りの写真をご応募ください!

写真の応募方法 (メール)

●必要事項

①**応募者の氏名** ②会社名 ③保険証の記号・番号 ④電話番号 ⑤住所 をご記入のうえ、横向きの写真データを添付して下記宛先までご応募ください。

メール ogkhp@ogkenpo.com

プレゼント

採用された方には、3,000円分のQUOカードをプレゼントします。ご応募お待ちしています!

●留意事項

- 1. 採用された写真の著作権は、当健保組合に帰属します。
- 2. 応募に際してお預かりした個人情報は、選考のために利用し、それ以外の目的では利用しません。

応募締切10月15日(金)健保組合必着

ヘルシーハイキングのご案内

完歩した方には、500円分のQUOカードを プレゼント!



多摩動物公園

小田急グループ健保組合独自企画

【コース案内】

多摩丘陵の自然溢れる園内、動物を見ながら散策しませんか? 当日ご参加いただいた加入者には入園券をプレゼントします。

【集合場所】多摩動物公園(京王動物園線・多摩モノレール多摩動物公園駅徒歩1分)

※混雑が予想されます。電車・モノレールをご利用ください。

【対象者】小田急グループ健康保険組合加入者

【受付時間】9:30~11:00 受付後、随時スタート ※飲食店が少ないため、お弁当と敷物シートをご用意いただく

※飲食店が少ないため、お弁当と敷物シートをご用意いただく ことをおすすめします。

【申し込み方法】メール:healthy-hiking@ogkenpo.com会社名、健康保険証の記号・番号、参加者名(人数分)、電話番号を記入の上、お申し込みください。



11月27日(土)

伊勢原の田園めぐり

健保連かながわ100キロウォークタイアップ企画

【コース案内】

鈴川の清流を見て歩きます。川沿いや公園の樹木は紅葉真っ盛りです。広々とした田園風景を満喫しながら歩きましょう。

【集合場所】

ひかりのまち公園 (小田急線鶴巻温泉駅徒歩4分)

【コース内容】ひかりのまち公園〜上萬寺〜スポーツ公園〜鈴川沿い〜環境美化センター〜みやの根公園〜ひかりのまち公園〜鶴巻温泉駅

【対象者】小田急グループ健康保険組合加入者

【受付時間】9:30~10:00

【参加費】200円 (スポーツ保険代)

【申し込み方法】メール:healthy-hiking@ogkenpo.com 会社名、健康保険証の記号・番号、参加者名(人数分)、 電話番号を記入の上、お申し込みください。



当日、新型コロナウイルス感染状況または荒天等により中止になる場合は、 前日までに健保組合ホームページにてお知らせします。

9月のヘルシーハイキング中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、9月25日 (土) に予定していたヘルシーハイキング「酒匂川左岸 ひょうたん池と最明寺」(100キロウォークタイアップ 企画)は、残念ながら開催中止となりました。楽しみ にしていたみなさまにお詫び申し上げます。

1月のヘルシーハイキングの予定

【開催日】2022年1月22日(土)

【コース名】「新春の大和市遊歩道散策」

(100キロウォークタイアップ企画)

大和市の南北につながる歩行者専用道路をたどり、 新春でにぎわう大和市を楽しんで散策しましょう。

【集合場所】やまと公園(小田急線大和駅徒歩4分)

健保連かながわ「100キロウォーク」の最新情報は、健保連神奈川連合会ホームページをご覧ください。



毎月納めている保険料は どのように決まるの?

保険料は年に一度見直しを行っています 9月分(10月徴収分)から 保険料が変わる人がいるんです

保険料は、給与額をもとに決めた「標準報酬月額」に当健保組合の保険料率をかけて決めています。 標準報酬月額は毎年7月に、みなさまの4・5・6月払いの給与額をもとに見直しをしています。【定時決定】 給与額の変動によって標準報酬月額が変わる場合は、10月の給与から控除される保険料が変わること になりますので、給与明細でご確認ください。

1 標準報酬月額

毎月の給与を、計算しやすい単位で区分した仮の報酬金額です。 毎年7月、事業主(会社)より届け出されるみなさまの4・5・6月払いの給与をもとに見直しをしています。

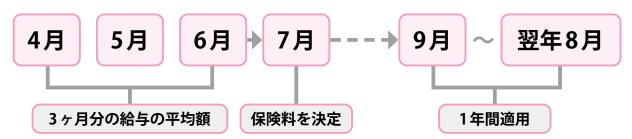
2 保険料率

当健保組合の財政状況に応じて決定しています。

3 保険料

見直された「標準報酬月額」は、9月分の保険料(10月給与から控除される分)から原則として翌年の 8月分まで使用します。

◆保険料決定のしくみ



そのほか、以下の場合にも 保険料が見直しされます

- ●給与が大幅に変動したとき (随時改定)
- ●産前産後休業が終了して職場復帰したとき
- ●育児休業等が終了して職場復帰したとき



詳しくは健保組合のホームページをご覧ください。



高額な医療費が かかりそうなときは?

限度額適用認定証を使ったとき、 使わなかったとき

具体的な例で、医療費が高額に なった場合の支払方法を比べてみよう!

標準報酬月額50万円の人で医療費(1ヶ月)が100万円かかった場合

*自己負担限度額は所得により異なります。詳しくは健保組合ホームページをご覧ください。

健保組合負担分(7割)70万円

自己負担分(3割)30万円

法定の高額療養費	小田急健保独自の付加給付	最終的な自己負担額
212,570円	62,400円	25,030円
	医療機関窓口での自己負担限度額 87,430円	

工结七年	限度額適用認定証		
手続き等	なし	あり	
メリット	健保組合への事前申請手続き 不要	自己負担限度額のみ 支払い	
デメリット	自己負担分全額 を支払う	健保組合への事前申請手続き 必要	
病院での支払額	300,000円	87,430 用	
	212,570円	0円	
健保組合からの 高額療養費給付額	申請不要 おおよそ診療月の3ヶ月後、事業所 経由にて自動的に振り込まれます 任継の方は、健保組合より自動的に 振り込まれます		
	62,400円		
健保組合からの 付加給付額	申請不要 おおよそ診療月の3ヶ月後、事業所経由にて自動的に振り込まれます 任継の方は、健保組合より自動的に振り込まれます		
最終的な自己負担額	25,030⊞		

- ※業務外の病気やケガに限ります。
- ※自費(食事の標準負担額・差額ベッド代・文書料など)は 給付対象外です。

※有効期限が切れるか、必要がなくなった限度額適用認定証は事業所・健保へご返却ください。

最終的な自己負担 額は同じですよ〜



ᅶ kencom









健康増進アプリ kencomにて 2021 年 4月 27日~5月 31日の期間、チーム対抗ウォーキングイベント「みんなで歩活」を開催しました。136チーム、954名の方にご参加いただきました。ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。

今回は、スコアランキング上位5チームに賞品(JCBギフトカード)をプレゼントしました。上位チームのみなさま、おめでとうございます!



優勝チームまりなーずインタビュー

優勝という高い目標を掲げ、チームで励まし合いながら頑張った結果、健康になるだけでなく職場内の絆も深まりました。獲得した優勝賞品は、今年挙式される予定のメンバー(2名)に贈呈しました!

	1位	2位	3位	4位	5位
チーム名	まりなーず 小田急電鉄株式会社	ステップス (車両本社連合) 小田急電鉄株式会社	チームプルニエ 株式会社 北欧トーキョー	亀吉 小田急電鉄株式会社	チーム まっすぐ一直線 株式会社 小田急トラベル
獲得スコア	2,790,512	2,784,930	2,769,089	2,765,247	2,728,868

※スコアランキング:1歩=1スコア、1日最大8,000スコア獲得でき、「みんなで歩活」期間中にチーム全員で獲得したスコアでランキングが決定。

職場の取り組み紹介

小田急電鉄株式会社 大野総合車両所

これまで開催していた職場内のスポーツイベントがコロナにより開催できなくなってしまったため、その代わりとして「みんなで歩活」への参加を所属員に呼びかけました。八重倉所長、職場長からの積極的な働きかけもあり、103名が参加しました。

職場全体で参加してよかったことは、チーム内外問わず、歩数やランキングに関する話題で所属員同士のコミュニケーションが増えたことです。ランキング上位チームおよび個人には、大野総合車両所独自の賞品を設けたことも、「歩活」の盛り上がりにつながりました。歩くことへのやる気が芽生え、職場全体の健康意識が向上したと感じています!

【大野総合車両所 土谷さんより】



大野総合車両所内で1位の「チェッカーズ」のみなさん

「みんなで歩活」の取り組みについて掲載希望の会社・職場は、健康管理課 保健師までご連絡ください➡ hokenshi@ogkenpo.com

The second secon







powered by kencom

リモートでも仲間と繋がる ウオーキングイベント!

チームで目指せ8,000歩!スタンプで応援しよう!



591-95 10.1 - 10.27

イベント期間 11.1-11.30

2021/10/1(金)14:00~2021/10/27(水)23:59

2021/11/1(月)00:00 ~ 2021/11/30(火)23:59

※エントリー期間中にチームを組まないとイベントに参加できません

参加算 Amazon ギフト券 500円 チーム貢献賞

イベント期間 毎日 8,000 歩以上歩いた方 Amazon ギフト券 300 円 スコアランキング 上位チーム

JCBギフトカード

1位/2万円 2位/1万円 3位/7千円 4位/5千円 5位/3千円



JCBギフトカード(スコアランキング77位、88位、99位のチーム) 各チーム2千円

> スコアランキング:1歩=1スコア、1日最大8,000スコアを獲得できます。 チーム全員で獲得した合計スコアでランキングが決まります。

みんなで歩活の参加方法





ケンコム

検索

みんなで歩活に参加するには kencomに登録・ログインをして いる必要があります



スマホはこちらから アクセス!





歩活にエントリーしたらチームを作るか、好きなチームに入りましょう

無料で受診できるのは2月末までです

医療機関によっては、早めに受付を終了する場合があります

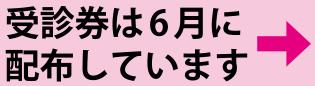


体

の中で生活習慣病

受けよう!特定健診

健診で気づくと改善が楽







今年の健診を 受けると… **芽の状態で 発見**



生活習慣改善のための労力も少なくて済 みます。正常値の範囲内でも悪化傾向が ないか確認しましょう。

な も 状

数年後の健診に なると…

もっと進んだ 状態で発見



数年間放置してしまうと、病気の 芽は成長してしまうことになりま す。自分だけでは改善することが 難しくなっているかもしれません。

健診を受けないで 放置すると…

病気を発症して 気づく



治療が必要です。

コロナ禍でも、健診は大切です!

生活習慣病は自覚症状が現れにくく、健診を受けないことには病気のリスクを発見できません。各健診機関では、感染対策をとったうえで健診を行っています。病気の発見を遅らせてしまうリスクもありますので、健診は毎年受けるようにしてください。



収入・支出ともに減少 黒字を維持

2020年度は、前年度の保険料率103%を維持して運営 を行いました。新型コロナウイルス感染症の影響による 業績低迷を受け、保険料収入は減少しましたが、医療機 関の受診控え等により医療費支出(保険給付費)も減少 しました。

この結果、収支差引額は約3.9億円、単年度収支を表

す経常収支差引額では約1.5億円の黒字決算となりまし た。各項目の決算額は下記のとおりです。

今後は各事業所の業績悪化により継続的に赤字収支に なる見込みです。みなさまにおかれましては当組合の各 種制度をご活用いただき、引き続き健康増進に努められ ますようお願いいたします。

主な経常収支科目の決算額

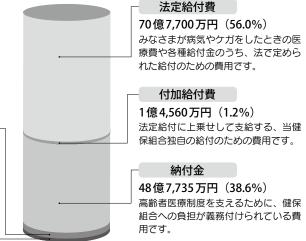
経常収入合計 127億9,323万円

支出 経常支出合計 126億3,634万円



保健事業費 3億2.844万円(2.6%) 各種健診など、みなさまや ご家族の健康管理・健康づ くりを支援するための費用 です。

その他支出 2億797万円(1.6%)



※端数処理等により合計が合わない場合があります。

■準備金・別途積立金の決算額

	2019年度	2020年度
準備金 (保有率)	31億2,881万円 (189.02%)	31億2,881万円 (187.51%)
別途積立金	93億2,131万円	96億1,587万円
合 計	124億5,012万円	127億4,468万円

■被保険者数と平均標準報酬月額の推移



■決算の基礎数値

被保険者数(平均)	25,887人
平均標準報酬月額	344,330円
平均標準賞与額	744,535円

経常収支差引額		
2019年度	2020年度	
約7億4千万円の黒字	約1億5千万円の黒字	

■経常収支差引額の推移



「健康優良企業 銀の認定」を取得しました!

銀の認定とは、健康優良企業を目指して健康づくりの取り組みを積極的に行い、一定の成果を上げた事 業所に対して、健康保険組合連合会東京連合会から与えられる認定です。詳しくは、当健保組合ホームペ ージをご覧ください。

江ノ島電鉄株式会社

本社所在地:神奈川県藤沢市片瀬海岸1-8-16

社員数:293名

銀の認定取得日:2021年7月7日



健康経営ご担当 総務部 横井さん インタビュー







- 銀の認定取得にチャレンジする事業所へ メッセージをお願いします!
- まずは簡単なことから始めるといいと思いま す。それが積み重なることで従業員も健康に ついて意識するようになり、健康の大切さへ の理解が深まり、活力がきっと生まれます!



- 社内の健康課題は 何ですか?
- 健診結果の有所見率が高 いことや、全体的に運動 不足の従業員が多いこと も課題と感じています。



- この取り組みをしてよかったこと、 改善されたことは何ですか?
- 運動不足を解消するために、通勤途上での 自転車活用や歩行運動を積極的に行うよう になりました。

また、ジュースを控えるなど、些細なこと でも健康を意識して、できることから始め ようという雰囲気が醸成されました。

- 銀の認定を目指した きっかけは?
- 健診の有所見率も高いことか ら、銀の認定の取得を目指す ことで、従業員の意識改革を 行いたいと考えました。



- 取り組みのなかで 特に力を入れたことは?
 - 喫煙対策です。まずは、完全分煙化に向 けて取り組みを進めました。今後も引き 続き取り組み、健保組合の医療費負担の 軽減にもつなげたいと考えています。



健康保険組合の状況(2021年6月末現在) ●事業所数…73事業所

●被保険者数…25,022人

●被扶養者数…18,097人