

TOKA

東京貨物運送健康保険組合ニュース

ホームページ
アドレス

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



2022.3月号

No.
568

◆今月の主な記事

- 令和4年度事業運営方針と
収入支出予算が決まりました……………2
- スマホで健康管理「トーカ元気!」……………4
- 「年間医療費のお知らせ」が届きます／
お子さんが就職したときは扶養削除手続きを…6
- 「脳MRI健診」補助金について／
任意継続被保険者に関する改正……………7
- 令和4年度保健事業実施概要……………裏表紙

健康保険組合は、
あなたの健康を支えます

Let's ウォーキング!



東京貨物運送健康保険組合では
健診受診率アップ
をめざしています

●健康づくりは年に1回の健診から。ご夫婦そろってぜひ健診を受けるようにしましょう。●

令和4年度

事業運営方針と 収入支出予算が 決まりました

2月21日に開催予定だった第188回組合会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、書面審議とさせていただきます。令和4年度の事業運営方針と収入支出予算が可決承認されましたのでお知らせします。

令和2年度の好決算から一転して、令和3年度は反動による厳しい決算が見込まれ、令和4年度も赤字予算となりましたが、一般勘定では大幅な準備金の繰り入れにより、健康保険料率10.2%、介護保険料1.8%を維持しての予算編成となりました。

また3年間の「保険者機能強化支援事業」は終了しましたが、今後も保健事業をはじめ、予防医療と事業所の健康経営推進のため、積極的に事業運営を行っていきます。

新型コロナウイルス感染症が確認されて2年が経過したが、新たな変異株が出現するなど依然終息の見通しが立たず、コロナ禍、日本の経済は生活様式の変化による需要減と原材料の高騰、労働力・生産能力の低下など供給制約による物価上昇の2つの側面があり、今後の経済状況は一層不透明で不確実な状況が続くと思われる。

当組合の母体である運送業界も一部改善の傾向はあるものの、燃料費の高騰、ドライバー不足など運送事業者の経営環境は一段と厳しさを増している。

このような状況の中、今年度の組合運営はこれまでにない厳しい状況にあると考えられる。昨年度まであった納付猶予の保険料は完納され、被保険者の一時帰休はほぼ無くなったが、平均標準報酬月額・平均賞与額は未だ回復していない状況にある。保険給付費は令和2年度の受診控えによる医療費の減少から一転して3年度から大幅な増加に転じ、今年度も診療報酬のマイナス改定があっても高齢化による医療費の自然増、コロナの感染症対策等で大幅な増加が見込まれる。また、法律改正により1月施行の傷病手当金の支給期間の通算化、短時間労働者の適用拡大等により給付費の増加が懸念される。納付金については、今年度より「団塊の世代」が後期高齢者医療制度に移行する「2022年危機」は、令和2年度の医療費がコロナの影響もあり医療費の減少に伴う令和2年度のマイナス精算分により、納付金が一時的に減少し1年先送りされたが、5年度には大幅に増加することが見込まれている。保健事業については、従来からの事業に加え、令和元年度より3年間の「保険者機能強化支援事業」で構築した事業を継続し、事業所向け健康レポート、被保険者向けの健康スコアやアプリを活用して加入者の健康状態を見える化し、分かりやすい情報提供により医療費の削減に努める。また、希望者の多かった「禁煙キャンペーン」は喫煙率、また禁煙成功者数も他の健保加入者と比較して高いことから今年度も引き続き行うこととする。加えて脳MRI健診は、加入者の多くがドライバーであり、脳血管障害を業務中発症すると重大な事故につながる恐れもあることから、補助金の規程を作り、3年に一度の補助金支給で希望者に健診を受診していただくこととした。近年加入事業所の健康経営への意識が高まり、組合としても健診の受診勧奨・保健指導等を通して「健康企業宣言」のサポートをしていくこととする。

2022年は健康保険法制定100周年の節目の年で、世界に冠たる「国民皆保険制度」堅持、人生100年時代における働き方の多様化、社会変化に対応し、医療保険制度の持続可能性確保に向けて、保険者機能を十分に発揮して、課題に取り組み、健保組合の存在意義を事業主・加入者に認めていただくよう努める。

本年度事業運営に当たっては、各委員会を有効に活用し、次の重要事項に基づき厳しい諸条件のもと事業運営に努める。

1. 諸経費の削減

予算の執行にあたっては、資金の効率的な運用に努めるとともに、従来の事業の分析・評価等を行い効果が希薄と思われる事業を見直し、効果的に実施するよう努める。

2. 保険料の納期内納入の促進と滞納の防止

保険料の徴収は、適正かつ計画的に行い、口座振替納入の促進を図るほか、滞納整理を積極的に実施し滞納防止を図る。

3. 保険給付の適正化

診療報酬明細書(レセプト)及び柔道整復療養費の不適正な医療費を排除するため、効果的な点検調査を実施する。また、医療費通知により医療費に対するコスト意識の高揚とともにジェネリック医薬品の使用促進に積極的に取り組み、医療費の適正化に努める。

さらに、傷病手当金等の現金給付等は関係資料との照合確認、調査等により適正な支給に努める。

4. 被保険者資格及び標準報酬の適正化

保険料および保険給付の基礎となる被保険者の標準報酬の適正な把握に努め、特に定時決定時における正確な調査により適正を期する。また、無効となった被保険者証の回収や被扶養者の認定の適否を確認するため、被保険者証の検認を毎年実施する。

5. 保健事業の積極的な推進

生活習慣病に着目した疾病予防の重要性が一層高まっていることを踏まえ、特定健診・特定保健指導をはじめ、生活習慣病健診、日帰り人間ドック等の疾病予防に取り組み、被保険者及び被扶養者の健康保持・増進に努める。

6. 個人情報保護管理及び事故防止対策の強化

個人情報保護法によって、加入者情報をはじめ、適用、現金給付、レセプト、健康診査及び健康管理関係情報の個人情報保護管理に努める。また、事故防止についても万全を期す。

7. 広報活動の積極的な推進

健康保険組合事業の円滑な運営を図るため、制度の目的、内容、現状について計画的かつ効果的な広報活動を推進する。

8. 対外活動及び職員の資質の向上

健康保険組合の関係団体である健康保険組合連合会、東京都総合健康保険組合協議会等と連携を保ち、諸情報に対応する。また、各種研修会に積極的に参加するなど職員の資質の向上に努める。

令和4年度

予算のお知らせ

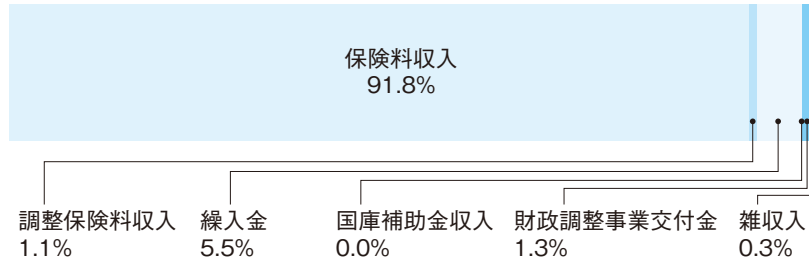
令和4年度も
保険料率に変更なし

一般勘定では経常収支で約14億円の赤字、法定準備金の繰入で収支均衡に

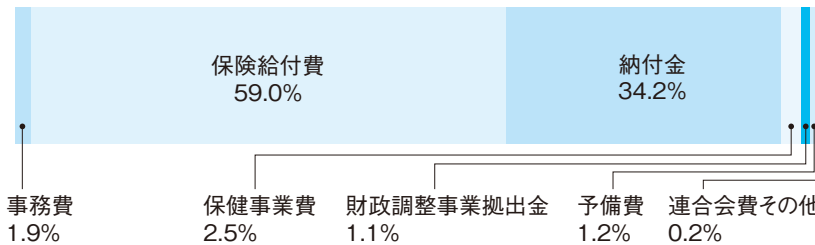
一般勘定

令和4年度収入支出予算

収入



支出



収入支出予算額

260億6,191万円

被保険者1人あたり

479,079円

予算の基礎数値(一般勘定)

- 被保険者数 54,400人
- 平均標準報酬月額 331,500円
- 標準賞与額 (年間1人当たり) 386,029円
- 被保険者の平均年齢 47.89歳

介護保険

令和4年度収入支出予算

収入



支出



収入

科目	予算額(千円)	被保険者年間1人当たり額(円)
健康保険収入	23,904,240	439,416
収入		
国庫負担金収入他	11,461	211
調整保険料収入	280,036	5,148
繰入金	1,430,000	26,287
国庫補助金収入	7,297	134
財政調整事業交付金	350,001	6,434
雑収入	78,877	1,450
合計	26,061,912	479,079
経常収入合計	24,012,643	441,409

支出

科目	予算額(千円)	被保険者年間1人当たり額(円)
事務費	502,351	9,234
保険給付費	15,370,869	282,553
納付金		
前期高齢者納付金	3,777,358	69,437
後期高齢者支援金	5,128,291	94,270
病床転換支援金	19	0
日雇拠出金	7,483	138
退職者給付拠出金	149	3
(小計)	8,913,300	163,847
保健事業費	639,482	11,755
財政調整事業拠出金	279,900	5,145
連合会費その他	56,010	1,030
予備費	300,000	5,515
合計	26,061,912	479,079
経常支出合計	25,458,845	467,993

経常収支差引額 -1,446,202千円



2022年
4月スタート

スマホで健康管理

トーカ元気!



マスコットキャラクター
はこ坊

あなたの健康をスマホで管理

スマホで健康管理できる「トーカ元気!」は、当健保の加入者の皆様なら無料でご利用いただけるアプリです。ご自身の健診データが閲覧できたり、健康に役立つ情報が定期的に掲載されるほか、ログインなどで貯めたポイントを様々な賞品と交換することもできます。

ご登録はスマホから簡単に登録できます(5ページ参照)。ぜひご利用ください。



何ができるの?

\\ アプリの機能 //

1 What's Life

生活習慣アンケートや調査であなたの結果を確認。

2 コンテンツ

栄養、運動など様々な情報をご提供。

3 V-Point

健診データや健康スコアの情報をいつでも確認。

4 Let's Do It

自由に目標を立て、改善に取り組む。
参加したプログラムの確認。

5 メッセージ

保健師や管理栄養士と直接やり取り。

ポイントを
貯めて
賞品をGet!

ポイントを貯める

- 新規登録
- ログイン
- 健診受診
- 特定保健指導
- 健康イベント参加

など

賞品の一例

- クオカード
- トーカ熱海宿泊券
- トーカ熱海 特別料理券
(伊勢海老、アワビ等)
- ナト・カリ調味料
- 健康グッズ

4月1日より
登録OK!

ご登録はスマホから

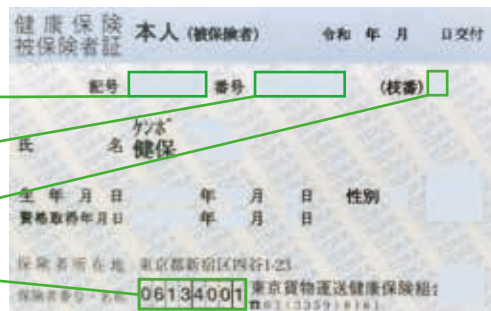
保険証の記号・番号を
ご用意ください



<https://www.risptokyo.com/Toka-Genki/>

にアクセスしてください

QRコードから簡単アクセス



新規登録をクリックして情報を入力してください

保険証の番号は間違えずに入力してください。番号を間違えると情報が反映されません。入力画面の(※参考)をクリックして保険証を確認しながら入力していただくことをおすすめします。被保険者名カナ、記号、番号、保険者番号、生年月日、性別が一致しないと登録できません。



全てを入力すると携帯電話のSMSに「認証コード」が送られますので、その数字を入力して確認ボタンを押したら、**登録完了**です！

※認証コードは登録した携帯番号に届きます。 ※ショートカットをスマホの画面に登録すると、次回以降は1タップで起動できます。

お問合せ
はこちら

東京貨物運送健康保険組合

TEL.03-3359-8162

〒160-0004 東京都新宿区四谷1-23

合同会社 生活習慣病予防研究センター

TEL.050-3823-0100

Mail. risp-support@jrisp.com

自分や家族の健康、 従業員の健康管理で お悩みは ありませんか？



健康サポートデスクでは健康に関してわからないこと、困っていることのご相談を承っております。保健師(看護師)や管理栄養士がしっかりと無料の健康相談サポートをいたします。

血糖値が高いので、
専門医がいる病院を教えてください…

〇〇駅の近くに専門医がいるクリニックがあります。火、水、木曜日に先生がいるようなのですが、行けそうですか？

従業員の健康診断で有所見者が多いけど…

健康保険組合では治療勧奨や数値をうまくコントロールできない人へのサポートや保健指導での生活アドバイスなどができます！

健康サポートデスク TEL 050-5358-0600 (平日10:00~17:00)

年間医療費のお知らせが届きます

4月に送付されます



当組合では、医療費についてより深くご理解いただくために、被保険者・被扶養者が健康保険を使って、昨年1年間(令和3年1月～令和3年12月診療まで)に医療機関等で治療や投薬などを受けた医療費の総額、受診者負担額等の内訳を記載した「年間医療費のお知らせ」を被保険者単位(被扶養者分を含む)で作成し、事業所あて(任意継続の方は自宅あて)に送付いたします。

医療機関等から組合へ請求される診療報酬明細書の処理上、送付は4月となります。

このお知らせをご覧になり、日頃から健康の大切さに関心を持って、医療費の削減にご協力いただきますようお願いいたします。

事業主ならびに事務担当者の方にはお手数をおかけしますが、該当する被保険者のみなさまにお渡しくださいますようお願いいたします。

ご注意

「年間医療費のお知らせ」は大切な個人情報です。取り扱いには十分ご注意ください。

対象の期間内に受診された場合でも、医療機関からの請求時期により記載されない場合もあります。

資格を喪失(退職)された被保険者の分がありましたら、お手数ですが健保組合にご返送いただくか、貴社にて破棄していただきますようお願いいたします。

【黙示の同意】について

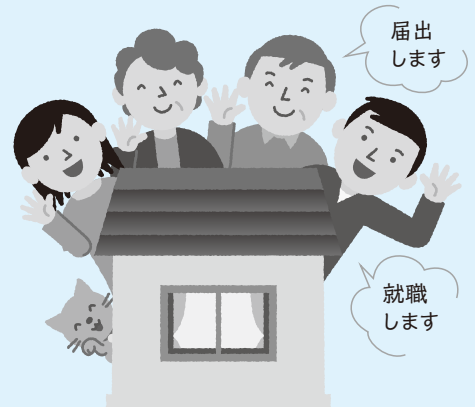
当組合では組合員のみなさまにあらかじめ同意が得られているものとして業務を行いますが、「年間医療費のお知らせ」の実施について同意されない方は、いつでも異議を申し立てられますので、同意されない方は健保組合総務課まで申し出てください。

お子さんが **欠**就職したときなどは 扶養削除の手続きを!

健康保険組合では、一定の条件を満たしたご家族を被扶養者として認定し、保険給付を行っています。

しかし、就職等による収入の増加など、被扶養者認定基準をはずれたときは、被扶養者資格を削除する届出が必要です。

(健康保険の扶養削除手続きは、自動的に処理されません)



このようなケースに該当する方は、届出が必要です

お子さん

- ▶ 就職した
- ▶ アルバイト収入が増えた
- ▶ 結婚した(相手の扶養に入る場合)

配偶者

- ▶ 年収が130万円以上になった(就職した、パート収入が増えたなど)
- ▶ 離婚した

親または配偶者(60歳以上)

- ▶ 年収が180万円以上になった(再就職した、年金をもらうようになった、不動産収入があったなど)
- ▶ 同居していた義理の親と別居になった

手続き

5日以内に被扶養者届(異動届)を提出し、該当する被扶養者の保険証を返却してください。

*被扶養者認定基準について

年収については130万円(障害者と60歳以上は180万円)未満であり、かつ被保険者の年収の1/2未満であることが条件です。また、被保険者の配偶者の父母などは同居が条件になります。ご不明な点がございましたら、当健康保険組合までお問い合わせください。

資格課からののお知らせ 資格取得・資格喪失の際には速やかに届出をお願いします

従業員を採用したとき、被保険者が退職・死亡したときは、5日以内に届出をしてください。オンライン資格確認が始まり、健康保険の資格情報の確実な運用が求められています。速やかな届出にご協力をお願いいたします。

お問合せ先 資格課

Tel 03-3359-8164(直通)

令和4年度

「脳MRI健診」補助金について

当組合では、令和2・3年度の2年間 保険者機能強化支援事業において「脳MRI健診」無料受診事業を行い15,000名以上の方に受診していただきました。

令和4年度からは補助金事業として下記のとおり行います。
まだ症状の出していない脳梗塞や脳出血を早期発見し将来の発症予防のために脳MRI健診を受診しましょう。



対象者

被保険者で40歳以上
(同一年度内に到達するものを含む)

補助金

上限10,000円
(3年に1回)

申請方法

脳MRI健診補助金申請書・
領収明細書

任意継続被保険者に関する改正

→ 資格喪失事由に「任意継続被保険者からの申出」が追加されました。

令和4年1月1日以降、任意継続被保険者でなくなることを希望する旨の申出があった場合には、その申出が受理された日の翌月1日に、任意継続被保険者の資格を喪失することとなります。

→ 任意継続被保険者の標準報酬月額について、令和4年4月1日以降に任意継続被保険者となる方は、資格喪失時の標準報酬月額となります。

なお、令和4年3月31日までに、既に任意継続被保険者の方及び任意継続被保険者となる方は、従来通り資格喪失時の標準報酬月額と組合平均(*)のいずれか低い額となります。

※【組合平均】令和3年度(令和3年4月分～令和4年3月分)は『320千円』、令和4年度(令和4年4月分～令和5年3月分)は『340千円』となります。

公告〔第2002～2009号〕

【事業所の所在地変更】

事業所名	変更後の所在地	変更前の所在地
千代田運輸株式会社	東京都江東区	東京都品川区
株式会社ギンテック	東京都江東区	東京都港区
株式会社シンコー	東京都港区	東京都大田区

【事業所の編入】

事業所名	所在地
内宮ホールディングス株式会社	東京都江戸川区

【事業所の削除】

事業所名	所在地
有限会社木村運送店	東京都千代田区
都立運送有限会社	東京都世田谷区
赤城運送有限会社	東京都葛飾区
丸正運輸株式会社	東京都墨田区
京南運送株式会社	東京都大田区

令和4年3月31日までに任意継続被保険者である方につきましては、健康保険法第47条第2項の規定による当健康保険組合の令和3年9月30日における全被保険者の平均標準報酬月額は331,886円、標準報酬月額は340千円です。

したがって、令和4年4月1日から令和5年3月31日までに適用される標準報酬月額の上限は、第24等級340千円(33万円以上35万円未満)となります。

尚、令和4年4月1日以降任意継続を取得される方につきましては、資格喪失時の報酬月額がそのまま適用される事になります。

科目	種目	実施時期	概要
健診	特定健診	年間	当年度40歳～74歳までの任意継続被保険者および家族 (利用者一部負担金 東振協指定医療機関で受診の場合無料)
	日帰り人間ドック	年間	直接契約医療機関・東振協契約医療機関 35歳以上の本人及び家族 (利用者一部負担金 ¥5,000～¥25,000)
	生活習慣病健診		直接契約医療機関・東振協契約医療機関 本人及び35歳以上の家族 (利用者一部負担金 ¥2,000)
	定期健康診断	夏・秋・冬	東振協共同事業 35歳以上の本人及び家族 (利用者一部負担金 ¥3,000)
	男子成人病巡回健診	春・秋	あまの創健 35歳以上の家族 (利用者一部負担金 ¥2,000)
	婦人生活習慣病健診	6月～12月	
	レディース健診		
保健指導	特定保健指導	年間	当年度40歳～74歳までの本人及び家族 健康診断の結果を基に、生活習慣病の発症リスクが高い対象者に保健師・管理栄養士が実践的なアドバイスを対面、web面談により実施
保健指導宣伝	機関紙「健保ニュース」	随時	各事業所に被保険者数に応じて配布
	保健指導パンフレット 赤ちゃん和妈妈(冊子)	随時	第1子誕生(お医者さんにかかるまでに お誕生号) 第2子誕生(0才から6才までの子どもの事故予防)
	健康講演会等	年2回	健康に関する講演会、説明会等 ヘルシーバイキング
	後発医薬品の使用促進	随時	ジェネリック医薬品使用促進通知
疾病予防	各種補助金支給	随時	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健診補助金 上限¥6,000 ・婦人科検診補助金 上限¥5,000 ・インフルエンザ予防接種補助金 上限¥2,000 ・脳MRI健診補助金 上限¥10,000
		10月～2月末	
	救急薬品の補充	秋	各事業所に被保険者数に応じて配布
	医療費通知	4月	「年間医療費のお知らせ」送付
トーカ元気!	随時	スマートフォン・パソコンを活用し自身の健診データや健康スコア、「健保からのお知らせ」の閲覧、ログインポイントを貯め賞品と交換	
重症化予防	重症化予防	随時	<ul style="list-style-type: none"> ・重症化予防(事業所訪問) 保健事業の説明 ・健診・レセプトデータを分析、高血圧等高リスク対象者への受診勧奨・保健指導の実施(支援ルームの利用) ・治療勧奨 ・治療中断者向け治療勧奨 ・治療中者向け保健指導 ・二次検査フォロー ・健康サポートデスク利用
	ヘルスアップセミナー	年3回	ヘルスアップセミナー(トーカ熱海宿泊型) 宿泊研修を通じ自らの生活習慣病の自己管理能力を養成する
	禁煙キャンペーン	—	希望者に禁煙補助剤(禁煙パッチ)を提供 禁煙パッチ使用開始後からのサポート・支援
	糖尿病・歯周病対策	—	高リスクかつ歯周病の治療をしていない対象者に「かんたん歯科チェック」アプリと歯科セットを希望者に配布、歯科医院受診勧奨等
体育奨励	スポーツ大会参加補助	随時	東振協テニス大会・マラソン大会等の参加費補助
借上げ保養所	トーカ熱海	年間	組合員の健康保持増進、福利厚生
健保会館	各種会議室	月～日 (祝日含む) 9時～17時	3階会議室 (定員 20名) 5階大会議室 (定員 80名) 6階ホール (定員 120名) 7階会議室 (定員 30名)
健康経営支援 (コラボヘルス)	健診結果分析	随時	健康企業宣言申請支援・社員健康管理サポート <ul style="list-style-type: none"> ・健康レポート作成 ・事業所スコア作成 ・事業所訪問 ・健康講演会 ・専門職の派遣

