

# 大貨健保だより



柳谷観音 楊谷寺（京都府長岡京市）

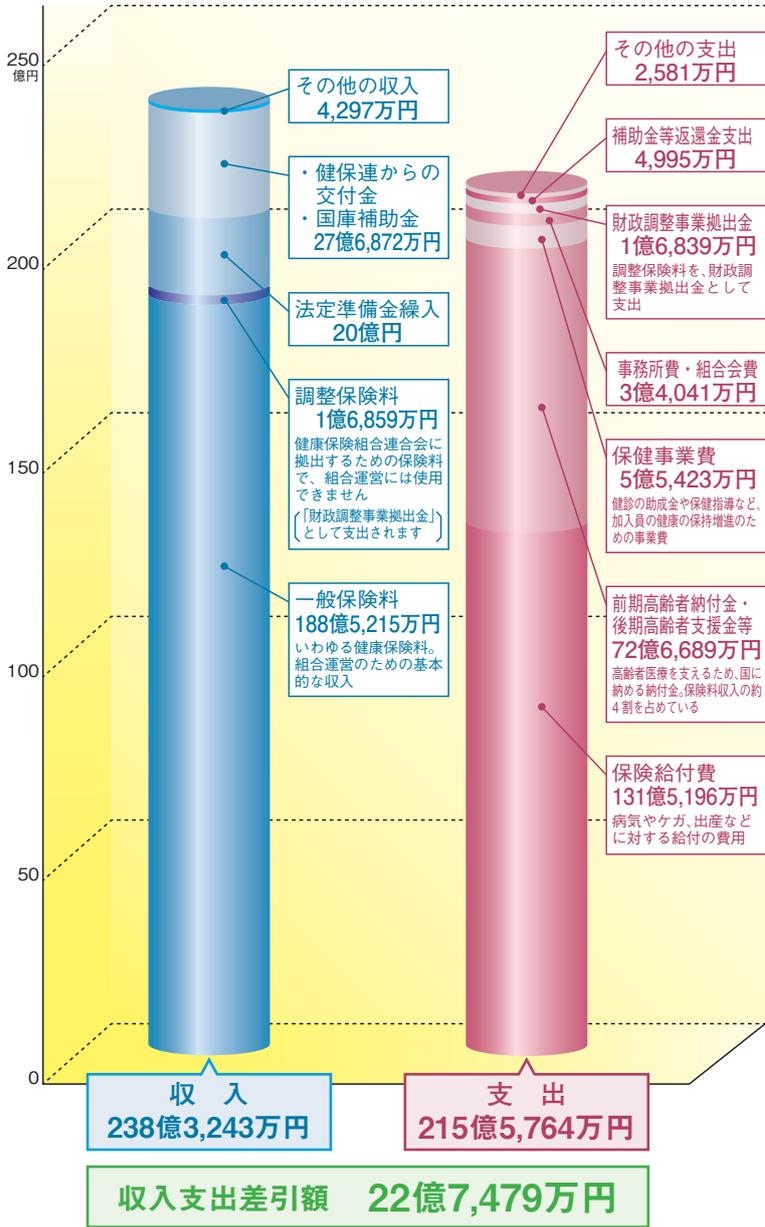


## 令和6年度

# 収入支出決算 概要について

令和6年度の事業報告ならびに収入支出決算について、7月16日開催の第244回組合で承認されました。

収支決算は、一般勘定で22億7479万円、介護勘定で2億5642万円の黒字となりましたが、国からの補助金・健康保険組合連合会からの交付金を除いた経常収支では、一般勘定で24億3209万円の大幅な赤字決算です。



医療費の高騰が続いている保険給付費は131億5196万円（被保険者一人当たり33万1267円）で、前年比98.69%となり、4年続いた過去最高額の更新は回避されましたが、医療費はなおコロナ禍前を上回る水準にあります。また、保険料収入の約4割を占める高齢者医療制度等への納付金・支援金の負担が非常に大きく、財政を圧迫する要因となっており、依然として厳しい運営状況を強いられ、自立運営には程遠い状態です。

なお、準備金の保有率は217.55%を確保しているため、自主運営が制限される指定組合には該当しません。

## 一般勘定

一般・調整を合わせた保険料収入190億2,074万円、法定準備金からの繰入20億円、国からの補助金6,622万円、健康保険組合連合会からの交付金27億250万円、その他収入4,297万円で収入合計は238億3,243万円。

一方、支出は保険給付費131億5,196万円（被保険者一人当たり331,267円）、高齢者医療制度への納付金72億6,689万円、その他事務所費等を加えた支出合計は215億5,764万円で、差し引き22億7,479万円の黒字となりました。しかしながら、経常収支は24億3,209万円の大幅な赤字となっています。

### 基礎数値

被保険者数	39,702名	経常収入	189億633万円
標準報酬月額	344,277円	経常支出	213億3,842万円
標準賞与額	395,579円	経常収支差引額	▲ 24億3,209万円
保険料率（一般・調整）	10.614%		

## 介護勘定

収入合計は25億7,098万円、支出合計は23億1,456万円で、2億5,642万円の黒字となりました。

	決算額	
収入の部	介護保険料	25億6,969万円
	繰入金	0円
	その他の収入	129万円
	収入合計	25億7,098万円
支出の部	介護納付金	23億1,444万円
	その他の支出	12万円
	支出合計	23億1,456万円
収入支出差引額		2億5,642万円

### 基礎数値

第2号被保険者数（本人）	28,442名
標準報酬月額	361,083円
標準賞与額	425,356円
保険料率	1.90%

# 健康経営優良法人 2025

## 認定事業所一覧

健康経営優良法人認定制度とは、地域の健康課題に即した取り組みや日本健康会議が進める健康増進の取り組みをもとに、特に優良な健康経営を実践している大企業や中小企業等の法人を顕彰する制度です。

大貨健保の加入事業所では大規模法人部門が2法人、中小規模法人は38法人（そのうち特に優れた取り組みを行う法人が認定される「ネクストブライト1000」は1法人）認定されました。

大貨健保では健康経営の取得をサポートしています。これから申請を考えている事業主、ご担当の方はぜひ一度ご連絡ください。

### 健康経営優良法人2025 大規模法人部門

#### ■ 認定法人 2法人（記号順）

河 北	株式会社つばめ急便	大阪市
浪速南	東洋テック株式会社	大阪市



### 健康経営優良法人2025 中小規模法人部門

#### ★ 「ネクストブライト1000」認定法人

泉 州	丸高運送株式会社	堺 市
-----	----------	-----



#### ■ 認定法人 37社（記号順）

河 北	阪神石油運送株式会社	大阪市	北大阪	大阪北合同運送株式会社	門真市
	仁川運輸株式会社	伊丹市		株式会社東陽運輸	大阪市
	西元運輸株式会社	茨木市	東 北	越野運送株式会社	大阪市
	株式会社陽光	大阪市		井上運輸倉庫株式会社	大東市
	共和運輸株式会社	高槻市	南大阪	株式会社京豊運輸	大阪市
株式会社千里カーゴサービス	大阪市	株式会社豊興		松原市	
中 央	株式会社マルカミ物流	大東市	東大阪	豊興サービス株式会社	忠岡町
	堂島運輸株式会社	浪速南		新運輸株式会社	大阪市
浪速南	株式会社リクス		大阪市	ジャパンパレック株式会社	忠岡町
	木津運送株式会社	大 正	中村運輸倉庫株式会社	大阪市	
東海運輸株式会社	大阪市		泉 州	上神谷梱包高速株式会社	堺 市
丸西運輸商事株式会社	港	株式会社大木組		高石市	
アサヒコーポレーション株式会社		大阪市	上田運輸株式会社		大阪市
第 六	北港運輸株式会社	大阪市	佐竹運送株式会社	泉佐野市	
	谷川運輸倉庫株式会社		水間急配株式会社		
	梅田運輸倉庫株式会社		関空運輸株式会社		
	株式会社合通トラスコ		大阪府貨物運送協同組合連合会		
	株式会社阪急阪神ロジパートナーズ			大阪府貨物運送健康保険組合	
	Kグループホールディングス株式会社		大阪市		

# 成金 Q & A

**Q3** 便検査を提出できませんでした。助成金は受けられますか？

**A** 受けられません。

検査項目が不足している場合は、助成の対象になりません。  
検査項目の不足が判明した場合、助成金相当額をお返しいただくことになります。

**Q4** 胃の具合が悪かったので受診したところ、胃の検査を実施されました。助成金は受けられますか？

**A** 保険診療（3割負担・2割負担）で受けた検査は助成の対象外です。  
健診で受けた検査であれば、助成金の対象となります。

**Q5** 健診助成の対象年齢はいつ時点の年齢で考えたらいいですか？

**A** 受診日当日の年齢です。

**Q6** 人間ドックで胃の検査を受けました。人間ドックと胃検診の両方の助成金が受けられるのですか？

**A** 人間ドックの項目に胃検診は含まれているので、併用して助成金の対象とはなりません。

**注意！** 人間ドック受診時に胃の検査をキャンセルした場合は、人間ドックの助成金を受けることはできません！

## 健診が終わったら……

健診結果を確認して、「要再検査」や「要精密検査」といった通知が出た場合は、  
放置せずに必ず医療機関に受診して下さい！  
症状が無くても病気が隠れている場合があります。早期発見によって治療の負担が  
軽くなり、完治の可能性も高まります。



**ご注意ください!!**

令和8年度より生活習慣病予防健診は  
年度2回の助成から1回の助成に変更になります。

■ 全ての検査項目を満たしていないと助成金の対象になりません。■

# 健診助

**Q1** 助成金を使って健診を受けたいが、手続きの方法が分かりません。

**A** 当組合の契約施設で受診することになり、手順は以下のとおりです。

## 1 予約

当組合の契約医療機関に連絡し、希望する健診を予約します。この時、大貨健保の加入員であることをお伝えください。契約医療機関は大貨健保のHPで確認できます！

手続きにお時間をいただきます。なるべく余裕を持ってご予約をお願いします。



## 2 申請

健診助成金申請書に必要事項を記入し、健康保険組合に郵送します。申請書は大貨健保のHPに掲載しています。

複数人が同じ病院で受診する時は「団体用」の申請書が便利です。



## 3 受診

健保組合から「利用券」が届くので、受診日に医療機関へ提出し、健診を受診。

窓口で助成金を除いた金額を精算します。



**Q2** 近くに契約医療機関がありません。健診の助成は受けられないのですか？

**A** 一旦全額自費でご負担いただいた後に、事後申請が可能です。

**注意！** 当組合が定める項目を満たしていないと助成を受けることができません。

### 生活習慣病予防健診 検査項目

- 診察 ●血圧
- 身長 ●体重 ・腹囲 ・BMI
- 視力、聴力 (1000Hz・4000Hz)
- 尿一般検査 (糖、蛋白、潜血)
- 血中脂質検査 (総コレステロール、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)
- 肝機能検査 (GOT、GPT、γ-GTP)
- 痛風、腎機能検査 (尿酸、血清クレアチニン)
- 貧血検査 (赤血球数、白血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリット)
- 糖尿病検査 (空腹時血糖、Hb-A1c)
- 胸部X線検査 (直接撮影)
- 心電図検査 (12誘導)
- 便潜血検査 (免疫2日法)

上記の項目を満たしていない場合でも、赤色の項目があれば、健診データ提供料 (2,000 円) を助成します。  
※ 年度に1回

人間ドックは胃の検査 (バリウムもしくは胃カメラ) が必須となります。

病院の人間ドックを受けていても、胃検診がなければ助成対象外となりますので、ご注意ください。





# 算定基礎届のご提出 ありがとうございました



皆さまにご協力をいただき、令和7年度の算定基礎届の受付が終了いたしました。

決定通知書は、8月下旬の送付となりますので、お手元に届きましたら、ご確認のうえ被保険者の皆さまにご周知くださいますよう、よろしく願いいたします。

なお、算定基礎届によって決定された新しい標準報酬月額は、9月分の保険料（10月告知）から適用されます。



算定基礎届事務説明会の様子(6月18日開催)

## 標準報酬月額とは？

個々の受けた給与（または給与見込み）を国が定めた全 50 等級（厚生年金は 32 等級）に当てはめたものを「標準報酬月額」と言います。

給与は変動もありますので、毎年、この算定基礎届によって、全被保険者の標準報酬月額の見直しを行います。また、この標準報酬月額は、皆さまの健康保険料の決定以外にも様々な場面で利用されています。

### ●傷病手当金の給付額の決定

病気・ケガなどで休業し、給与の支払いを受けられない場合の給付金制度で、標準報酬月額の直近 12 ヶ月分平均の 1/30（日額）の 2/3 が支給日額になります。

### ●高額療養費の給付額の決定

入院外来問わず、1 ヶ月の医療費が高額になった場合に一定の額を超えた分を健康保険が支給する制度で、一定の額（自己負担額）は個々の標準報酬月額に当てはめて決定しています。

### ●年金額の決定

標準報酬月額は、年金受給額の計算基礎にもなります。

## 厚生年金の事業所整理記号・番号の記載をお願いします！

届出書類の日本年金機構への回付事務を円滑に行うため、厚生年金への届出も必要な申請書に「**厚生年金保険事業所整理記号**」と「**厚生年金事業所番号**」の記入をお願いします。

なお、事業所整理記号と事業所番号は、日本年金機構より届く保険料納入告知額・領収済額通知書を参考にご記入ください。（右図参考）



保険料納入告知額・領収済額通知書

あなたの本月分保険料額は下記のとおりです。

なお、納入告知書を指定の金融機関に送付しましたから、指定振替日（納付期限）前日までに口座残高の確認をお願いします。

下記の金額を指定の金融機関から口座振替により受領しました。

事業所整理記号			事業所番号			年 月 分 保 険 料			領 収 日			
納付目的年月	年	月	納付期限	年	月	日	健康助定	厚生年金助定	子ども・子育て支援助定	健康保険料	厚生年金保険料	子ども・子育て拠出金
健康助定			厚生年金助定				健康保険料	厚生年金保険料	子ども・子育て支援助定	健康保険料	厚生年金保険料	子ども・子育て拠出金
合 計			額				円			円		

令和 年 月 日

歳入徴収官

厚生労働省年金局事業管理課長  
日本年金機構  
年金事務所

〒0000-xxxx 大阪市〇〇区〇〇

〇〇×株式会社

様

# オンライン禁煙プログラムが無料 この機会に禁煙しましょう!

専用アプリを使用した医師とのオンライン診察と、禁煙補助薬の利用により、禁煙をサポートします。ご自身の健康のためにチャレンジしてみませんか。

## プログラムの参加方法

- ① お手持ちのスマートフォンにアプリをダウンロード
  - ② 以下の健保識別番号を入力いただきプログラムスタート
- アプリは右の2次元コードからダウンロードできます。  
もしくは、App Store・Google Playにて「**Medically**」と検索してください。



ユーザー登録の際に必要な健保識別番号 272439

## 参加の条件

- 大貨健保の加入者（被保険者・被扶養者）
- スマートフォンでアプリを利用できる方  
（動作環境：android7.0 / iOS13.0 以上）

## プログラム参加費用

通常 60,500 円が **無料!!**

■ 申し込み期限 2026年3月27日(金) ■

## 医療機関の受診はマイナ保険証で!!

健康保険証は令和6年12月2日に廃止され、マイナンバーカードを使ったマイナ保険証に変わりました。また、令和7年12月2日以降は、今お使いのカード型保険証も完全に使えなくなります。

マイナ保険証には、「診察料等が安くなる」、「限度額以上の高額な窓口負担が手続きなしで免除される」、「過去のお薬情報や健診結果などが確認できる」といったメリットがあります。

マイナ保険証の利用登録がお済みでない方は、下の保険証利用登録の方法を参考に、早めに利用登録し、医療機関や薬局でマイナ保険証の利用をお願いいたします。

## 保険証利用登録の方法

1

医療機関・薬局の  
窓口(カードリーダー)  
で行う



2

セブン銀行 ATM  
から登録する



3

マイナポータル  
から登録する



マイナ保険証の利用に関するお問い合わせは、マイナンバー総合フリーダイヤル(TEL 0120-95-0178)へ電話し、音声ガイダンス5番を選択してください。

大貨健保と  
皆さんをつなげる

LINE

友だち登録は  
カンタン!!

18歳以上のご家族も  
登録できます!



お知らせや健康情報を  
配信中!

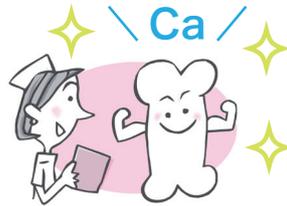
健保からの耳よりな情報をお届けします。また、イラストや動画で健康情報をわかりやすくご紹介。身近なことから簡単に取り組んでいただけます。

## 近畿交通共済協同組合の 事故防止セミナーに共催し 「骨密度測定会」を 行いました。

7月7日、アートホテル大阪ベイタワーで近畿交通共済協同組合の事故防止セミナーで「骨密度測定会」を行いました。

測定会では測定結果から食生活や運動のアドバイスをし、骨粗しょう症の予防を呼びかけました。

9月17日、10月1日の事故防止セミナーでも「骨密度測定会」を行いますので、ぜひお立ち寄りください。



骨密度測定会の様子 <<令和7年7月7日>>

ちょっと  
ブレイク

コーヒーも緑茶も、実は  
水分補給になつていない?

「コーヒーを飲んでいいるから、水分は十分取れているはず」——そんなふうにも思っていないませんか？

実は私自身も以前はそう考えていました。朝のコーヒーに始まり、仕事の合間などに緑茶や煎茶、ウーロン茶を飲む。一見「今日はけっこう飲んだな」と思いがちですが、ここに意外な落とし穴があります。

コーヒーや緑茶には「カフェイン」が含まれています。カフェインには利尿作用があるため、飲んだ分の水分がすべて体内に吸収されるわけではありません。そのため、「コーヒーやお茶は水分補給になる」と考えていると、実は脱水状態に近づいていることもあるのです。「でも別に喉は乾かないのでは？」と思う方もいるかもしれませんが、これには理由がありません。

コーヒーや緑茶は、香りや温度、味の刺激によって「飲んだ感覚」はしっかり残ります。その結果、口や喉が潤ったように感じるため、「水分は足りているはず」と錯覚しやすいのです。

しかしカフェインの利尿作用は時間差で効いてくるため、飲んだ

後しばらくしてから体の水分がじわじわ失われていきます。

つまり「喉が乾いていない」「水分が足りている」ではないのがポイントです。コーヒー派もお茶派も共通の注意点です。特に「お茶なら健康的」と思って、一日中緑茶やウーロン茶ばかり飲んでいる方は、意識して水やノンカフェイン飲料も取り入れましょう。

私自身は最近、コーヒーや緑茶を飲んだ後にコップ一杯の水を飲む習慣を取り入れています。こうすることで自然と水分摂取量が増え、体調管理にも役立っています。水分補給がより大切になるこの季節。ぜひ皆さんも、「水分補給は何で取るか？」をちょっと意識してみてくださいいかがでしょうか。普段の飲み物選びが、意外と健康づくりの第一歩になるかもしれません。

(大貨健保職員…N)

