

# 大貨健保だより



**D.K** 大阪府貨物運送健康保険組合

〒536-8567 大阪市城東区鳴野西2丁目11番2号  
大阪府トラック総合会館3F

<https://www.daika-kenpo.or.jp>



🔍 だいかけんぽ

# 令和8年度の収入支出予算

## 子ども・子育て支援制度が新設、支援金率は0.23%

一般保険料率は10.60%・介護保険料率は1.80%と令和7年度と同率、調整保険料率は0.097%に変更

第246回組合会にて、令和8年度の予算が承認されました。

一般保険料率は10.60%、介護保険料率は1.80%と令和7年度から据え置きとしていますが、調整保険料率は厚生労働省の通知に基づき令和7年度の0.094%から0.097%に変更となっています。

また、令和8年度より「子ども・子育て支援金制度」が始まり、健康保険組合が国の代行として「子ども・子育て支援金」を徴収することとなり、これまでの保険料率に加えて「子ども・子育て支援金率」が設けられ、0.23%に設定されました。

### 健康保険（一般勘定）

予算の基礎数値：被保険者数 40,000 人 平均標準報酬月額 354,000 円 平均賞与額 390,000 円

#### 【収入】

科目	金額	一人当たり(円)
健康保険料収入	196億4,159万円	491,040
調整保険料収入	1億8,002万円	4,501
小計	198億2,161万円	495,541
繰越金・繰入金	15億2,547万円	38,137
国庫補助金収入	629万円	157
出産育児交付金	811万円	202
財政調整事業交付金	3億円	7,500
雑収入・その他	4,933万円	1,233
収入合計	217億1,081万円	542,770
経常収入合計	197億1,075万円	492,769

#### 【支出】

科目	金額	一人当たり(円)
保険給付費	133億2,952万円	333,238
納付金	67億4,954万円	168,739
事務所費・組合会費	4億2,409万円	10,602
保健事業費	6億1,314万円	15,328
財政調整事業拠出金	1億8,002万円	4,501
その他	3,672万円	918
予備費	3億7,778万円	9,444
支出合計	217億1,081万円	542,770
経常支出合計	211億5,248万円	528,812

### 介護保険（介護勘定）

予算の基礎数値：第2号被保険者（本人）数 28,500 人 平均標準報酬月額 371,000 円 平均賞与額 420,000 円

#### 【収入】

科目	金額	一人当たり(円)
介護保険料収入	25億171万円	87,779
繰入金	1,000円	0
国庫補助金	0円	0
雑収入	878万円	308
収入合計	25億1,049万円	88,087

#### 【支出】

科目	金額	一人当たり(円)
介護納付金	21億8,657万円	76,721
還付金	60万円	21
積立金等	1億4,110万円	4,951
予備費	1億8,222万円	6,394
支出合計	25億1,049万円	88,087

### 子ども・子育て支援金（子ども・子育て支援金勘定）

予算の基礎数値：一般勘定と同じ

#### 【収入】

科目	金額	一人当たり(円)
子ども・子育て支援金収入	3億9,327万円	9,832
繰入金	0円	0
雑収入	11万円	3
一般勘定受入	47万円	11
収入合計	3億9,385万円	9,846

#### 【支出】

科目	金額	一人当たり(円)
子ども・子育て支援納付金	3億7,099万円	9,275
還付金	60万円	15
積立金・一般勘定繰入	0円	0
雑支出	1,000円	0
予備費	2,226万円	556
支出合計	3億9,385万円	9,846

### 保険料率

負担割合		令和8年3月分保険料(4/16告知分)から適用			令和8年4月分保険料(5/18告知分)から適用
		一般保険料率	調整保険料率	介護保険料率	子ども・子育て支援金率
合	被保険者	5.05 %	0.0485 %	0.90 %	0.115 %
	事業主	5.55 %	0.0485 %	0.90 %	0.115 %
	合計	10.60 %	0.097 %	1.80 %	0.23 %

## 井上運輸倉庫株式会社 (東北支部)

「健康経営優良法人認定」を取得されている、井上運輸倉庫株式会社（大阪府大東市）を訪問し、代表取締役の井上 算さまに健康経営の取り組みについてお話をうかがいました。



### 健康経営優良法人認定を取得したきっかけは何ですか？

当社は昭和50年9月に創業以来、めまぐるしい経済変動のなか、全社員が一丸となって誠実に業務に取り組み、ここまで着実に歩むことができました。

そういった熱心に勤務してくれている従業員の幸せを第一に考えて、「経営理念」の一番目に「全従業員およびそのご家族の物心両面の幸福を追求する」を掲げ、従業員の健康への取り組みを行ってきました。

そんな折「健康経営優良法人認定制度」の話を聞き申請項目を確認したところ、特別に新たな取り組みをしなくても現状の取り組みのままで認定を受けられるのではないかと思いついた挑戦することになりました。



### 健康経営の取り組みを

お聞かせください。

健康経営優良法人の認定を受けるために特別な取り組みはしていませんが、毎年の「健康診断」を何よりも重視しています。

当社は年二回、夏に生活習慣病予防健診を実施し、冬には扶養家族を含めて人間ドックを実施しています。

また、付加検診である腫瘍マーカー検査も全従業員を対象に、さらに女性従業員全員に乳がん検診と子宮がん検診も実施しています。いずれも費用は会社で全額負担しています。

やはり健康状態の悪化を未然に防ぐためには健康診断の結果を確認し、健康への行動変容に繋がらなければ何の意味もありません。

そこで、この仕事に就く前、高等学校で16年間保健体育の教師として生徒に指導をしてきた経験を活かして、直接健康診断データをもとに従業員全員と個別面談を行い、二次検査の受診勧奨やアドバイスをしています。

その結果、従業員の健康診断の結果は毎年良くなってきています。



### これからの健康経営について

私は教師時代に生徒に対して行っていた姿勢と同じように、従業員に対して個別の面談や様々な取り組みを通じて一人一人の健康について親身になって向き合い接してきました。従業員も元々健康に対する意識が高かったのですが、最近ではさらに私の期待に応えようとしてくれていることを感じています。

社内の喫煙ルールを従業員が自発的に制定し徹底するようになるなど自ら考えて健康経営に取り組みむようになっていけると感じられ大変喜んでおります。

このように何事にもひたむきな従業員のために、今後も健康経営を通じてワークエンゲージメントを高めて、いつまでも元気で明るく活き活きとした会社にしていきたいと考えています。

取材にご協力いただきありがとうございます。ありがとうございました。

先日、健康経営優良法人2026の認定事業所の発表があり、大貨健保の加入事業所から大規模3社、中小規模45社（うち2社はネクストブライト1000）が認定を受けられました。

大貨健保では健康経営優良法人認定取得に向けた様々なサポートをおこなっています。

（詳細につきましては健康管理センター  
06-6996514056までお問い合わせ  
ください。）

# 健事業のご案内

## その他の保健事業



### 特定保健指導

無料

健診を受けた40歳以上の方で、特定健診の結果から、「動機付け支援」・「積極的支援」に該当された方は、保健師など専門スタッフによる特定保健指導を受けることができます。



### 重症化予防対策事業

「高血圧」や「糖尿病」の治療が必要な方に電話相談の実施や生活習慣病をわかりやすく解説した冊子をお送りし、重症化しないためのお手伝いをします。



### インフルエンザ予防接種助成金

被保険者および被扶養者を対象に1人につき、年度内1回2,000円を限度に助成します。



### 子育て支援事業

1人目のお子さんが誕生されたご家庭に、初めての育児に役立つ育児情報誌を1年間12冊お届けします。



### 禁煙サポート事業

無料

専用アプリを利用し、オンライン診察と禁煙補助薬で段階的に禁煙をサポートします。



### 契約保養所補助金

一泊あたり被保険者は3,000円、被扶養者は1,500円を補助します。  
※ 連泊の場合は2泊を限度とし、宿泊料が発生しない乳幼児は対象外です。



### ファミリー歯科健診

無料

お近くの会場で、虫歯や歯周疾患の健診、歯石清掃、ブラッシング指導など、15分ほどで受けられる歯科健診です。



### 健康管理アプリ

スマホアプリで、毎日の歩数や生活習慣を記録して生活改善のお手伝いをします。



## 健康診断の助成金

年度内に各1回ずつ

皆さまへお願い

健診結果で「要再検査」「要精密検査」と判定された場合は、放置せず早期に医療機関を受診してください。

※ 脳ドック・PET健診などは助成対象外です。  
 ※ 契約医療機関は当組合のホームページをご覧ください。

### ◆ 契約医療機関で受診する健診

健診の種類		助成金額	対象者
半日人間ドック		25,000円	35歳以上
一泊人間ドック			
生活習慣病予防健診 (年度内1回に変更)		7,000円	全被保険者と 30歳以上の被扶養者
胃検診		6,000円	
婦人科検診	乳がん検診	2,500円	全被保険者と 20歳以上の被扶養者
	子宮がん検診	2,500円	
腫瘍マーカー	がんセット検査 (CEA・AFP・CA19-9)	2,500円	35歳以上
	前立腺検査 (PSA)	1,000円	50歳以上

「生活習慣病予防健診」または「人間ドック」とあわせてお申込みください。単独での助成はありません。

### 受診までの流れ

- ① 大貨健保ホームページに掲載の契約医療機関へ予約する
- ② 受診日前に「健診利用申込および助成金交付申請書」を大貨健保に提出する
- ③ 大貨健保より送付された利用券を持って医療機関を受診する



### ◆ 健診データ提供

契約医療機関以外で定期健診等を受診し、健診データをご提供いただいた場合、助成金をお支払します。

対象者	助成金額	申請方法
全被保険者と 30歳以上の被扶養者	2,000円 ※ 大ト協の移動健診を受診の場合は 1,000円	受診後に次の書類を提出してください。 ・健診データ提供料申請書 ・特定健診質問票 ・結果票 (写) ※ 大ト協の移動健診を利用の方は上記書類は不要です。

### ◆ 被扶養者の健診助成金

被扶養者の方は、契約医療機関以外にも、ご利用いただける健診があります。

健診の種類	対象者	助成金額	申請方法
特定健康診査	40歳以上の被扶養者	全額大貨健保の負担	受診には「 <u>受診券</u> 」が必要です。ご利用の方は必ず受診前に大貨健保へ申請してください。
巡回レディース健診	女性の被扶養者を対象に、全国各地で健診車による巡回レディース健診を実施しています。対象の方のご自宅へ、案内パンフレットをお送りしますので、ぜひご利用ください。		

# 被扶養者現況報告書のご提出 ありがとうございました

皆様のご協力により、令和7年度の被扶養者現況確認が完了いたしました。

これは、健康保険の被扶養者として加入されている家族の方が、被扶養者としての認定基準を満たしているかを再確認するもので、厚生労働省より毎年実施することが義務付けられています。

就職や所得の増加などにより被扶養者の認定基準を満たさなくなった方が、そのまま被扶養者として加入していると、事業主と被保険者の皆様から納めていただいた保険料の中から、不適切な医療費を支払うこととなります。

組合の健全な運営のためにも、ご協力の程よろしくお願いいたします。



## 被扶養者抹消の通知が届いた事業主様へ



被扶養者に該当しなくなった方は、令和8年4月1日付けで被扶養者資格が抹消となります。  
対象となる従業員の方へ連絡のうえ、大貨健保まで以下の届け出と資格確認書の返却をお願いいたします。

- 配偶者の方……………・国民年金第3号被保険者異動届（通知に同封しております）  
・資格確認書（交付されている方のみ）
- それ以外のご家族の方…・資格確認書（交付されている方のみ）

※ 資格喪失日以降に当組合の健康保険を誤って使用した場合、医療費の返還をお願いすることになりますので、ご注意ください。

## 届け出が必要です!!

# この春就職されたご家族の方は いらっしゃいませんか？

今春より就職などにより、職場で社会保険に加入したご家族は、大貨健保へ被扶養者抹消の届け出が必要になります。

従業員様からご家族の抹消等の申し出があったときは、速やかに届け出をお願いいたします。  
(資格確認書の交付を受けている場合は、届出書に添付してください)

ご注意ください

### ■令和8年4月1日入社の場合

抹消日→令和8年3月31日…誤りです！

正しくは 抹消日を令和8年4月1日と記載してください。

# 19歳以上23歳未満の扶養の収入要件が変わりました！

## 変更前

	年間収入要件
60歳未満の方	130万円（月額108,334円 / 日額3,612円）未満



## 変更後 令和7年10月1日以降

	年間収入要件
19歳以上23歳未満の方 （配偶者を除く）	<b>150万円（月額125,000円 / 日額4,167円）未満</b>
上記以外の60歳未満の方	130万円（月額108,334円 / 日額3,612円）未満

## 注意事項

- 被保険者の配偶者（事実婚含む）は対象とはなりません。
- 学生であることは要件ではありません。
- 年齢はその年の12月31日現在の年齢で判定します。  
※ 民法の年齢計算に関する法律が準用され、年齢は誕生日の前日に加算されるため、誕生日が1月1日の方は12月31日に年齢が加算されることに注意してください。
- 今回変更された「年間収入要件」以外の要件に変更はありません。

# マイナンバーカードの有効期限ご存知ですか？

マイナンバーカードには **2つの有効期限** があります。

## 1 マイナンバーカードの有効期限

発行日から10回目の誕生日（未成年者は5回目）までです。  
マイナンバーカードの有効期限はカードの裏面に印字されています。  
ご自身やご家族のカードの有効期限を一度ご確認ください。

## 2 電子証明書の有効期限

発行日から5回目の誕生日までです。  
電子証明書の有効期限はマイナポータルから確認できます。  
有効期限が切れて3カ月を過ぎると健康保険証として使えなくなりますのでご注意ください。

電子証明書の  
期限切れが  
急増しています！！



それぞれ有効期限の2～3カ月前に、有効期限通知書が送付されます。なお、通知が届いていない場合でも有効期限の3カ月前から更新できます。詳しくはお住いの市区町村へご確認ください。

# 新しい契約保養施設のご紹介

新しい契約保養施設が増えました。ぜひご利用ください。

## 全国35か所

- |                   |                  |
|-------------------|------------------|
| 【北海道】 支笏湖         | 【愛知県】 伊良湖/茶白山高原  |
| 【岩手県】 岩手網張温泉/陸中宮古 | 【石川県】 能登千里浜      |
| 【秋田県】 乳頭温泉郷       | 【福井県】 越前三国       |
| 【宮城県】 乳仙沼大島       | 【滋賀県】 近江八幡       |
| 【山形県】 庄内羽黒        | 【兵庫県】 南淡路/竹野海岸   |
| 【福島県】 裏磐梯         | 【和歌山県】 紀州加太/南紀勝浦 |
| 【栃木県】 那須/日光湯元     | 【鳥取県】 奥大山        |
| 【群馬県】 雄志温泉        | 【岡山県】 森山高原       |
| 【埼玉県】 奥武蔵         | 【広島県】 大久野島/帝釈峡   |
| 【千葉県】 館山          | 【香川県】 讃岐五色台      |
| 【新潟県】 妙高          | 【愛媛県】 瀬戸内東予      |
| 【長野県】 リトリート安曇野ホテル | 【福岡県】 志賀島        |
| 乗鞍高原              | 【熊本県】 南阿蘇        |
| 【静岡県】 南伊豆/富士      | 【鹿児島県】 指宿        |



## ご利用方法

保養施設に予約をしてください。  
このとき、大貨健保の補助金を利用することを伝えてください。

「契約保養施設利用申込・補助金交付申請書」  
を大貨健保に提出してください。  
申請書は、大貨健保のホームページから印刷できます。

大貨健保から「利用通知書」（ピンク色のカード）が届きます。

宿泊当日、フロントに利用通知書を提出し補助金額を差し引いた金額をお支払いください。

- ※ 必ず宿泊前に申請してください。宿泊後の補助金は交付できません。
- ※ 補助金をご利用いただけるのは、大貨健保の加入者に限ります。
- ※ 予約方法や決済方法により補助金の対象にならないことがあります。

## 補助金額

一泊につき 被保険者 ……**3,000円** 被扶養者 ……**1,500円**

※ 連泊のときは2泊を限度とします。宿泊費が発生しない乳幼児は対象外です。

「休暇村」ホームページはこちらから



健康管理センター TEL06-6965-4056

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。

★ 以前、登録いただいた方で、配信が届かない場合はこちらから再登録をお願いします。



ちょっと  
ブレイク

## シェアサイクルの利便性

皆さんはシェアサイクルを利用したことはありませんか？最近では様々なシェアサイクルが街中に設置されており、目にする方も多いため、わが国でも、返却場所へ到着するまでに時間がかかりました。実際、公園内の返却場所を指定して30分の予約で利用したときに、返却時間の10分前には近くまで来ていたにも関わらずなかなか見つけることができず、結局60分の料金が適用されてしまいました。

から選ぶことはできるのですが、公園内や商業施設の駐輪場に設置されている場所を選ぶと、多くは遠くから撮影した写真となったため、わが国でも、返却場所へ到着するまでに時間がかかりました。実際、公園内の返却場所を指定して30分の予約で利用したときに、返却時間の10分前には近くまで来ていたにも関わらずなかなか見つけることができず、結局60分の料金が適用されてしまいました。

それでも、目的の場所へ向かうまでに気になるお店に気軽に寄り道ができたり、返却後に消費カロリーをせんべい1枚分といったように食べ物で表示してくれるので、少しばかりは運動していると実感できています。

その後何度もシェアサイクルで外出していますが、1つ気を付けないといけない点を学びました。それは返却場所です。私が使用しているシェアサイクルでは、出発する時に返却予定の場所を選ぶことができません。この時、周辺写真

春の陽気が心地よい季節になりました、皆さんもシェアサイクルでお出かけしてはいかがでしょうか？

(大貨健保職員…Y)

