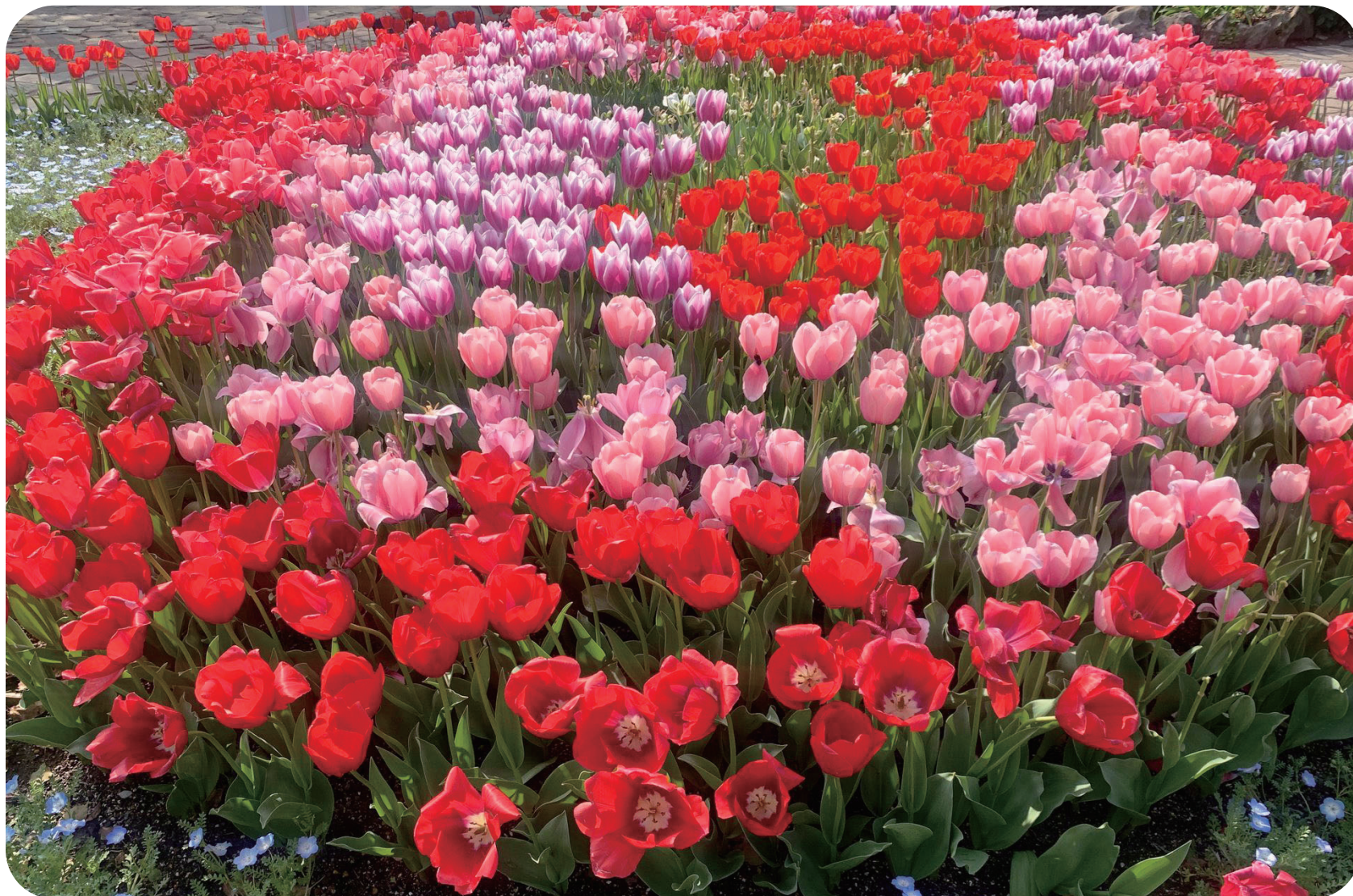




医療機関の受診はマイナ保険証で

健康保険証はマイナンバーカードと一体化され、マイナ保険証となりました。現在お持ちのカード型の健康保険証は、令和 7 年 12 月 1 日以降ご使用できなくなります。

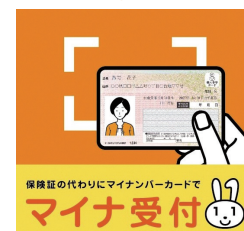
まだマイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードの発行手続きをお願いします。

また、マイナンバーカードをすでにお持ちでも、まだ保険証の利用登録がお済みでない方は、お早めに保険証の利用登録を行ってください。登録はスマートフォンや病院の窓口で簡単にできます！

登録後は医療機関や薬局でマイナ保険証を使う「マイナ受付」が利用できます。

マイナンバーカードを作成しただけでは、保険証として利用できません。
マイナポータルから「保険証の利用登録」を行う必要があります。

このステッカーが
目印です



マイナンバーカードの発行方法・マイナンバーカードの保険証利用登録はこちら

まだマイナンバーカードをお持ちでない方は、
まず、マイナンバーカードを取得しましょう。



マイナンバーカード作成後、まだ保険証の利用
登録がお済みでない方は、こちらの動画を参考
にマイナ保険証に切り替えてください。



令和7年度の保険料率と予算が決まりました

保険料率

一般保険料率	調整保険料率	介護保険料率
10.52%	0.094%	1.9%
↓	↓	↓
10.60%	令和6年度と同率 (厚労省の通知に基づく)	1.8%

一般保険料率は 10.52% から **10.60%** に、介護保険料率は 1.9% から **1.8%**に変更となります。
調整保険料は令和 6 年度と同率の 0.094%です。

組合財政が困窮する主な原因として、医療費の増加と、国に納めなければならない「納付金」があります。

この「納付金」は、日本全国の高齢者医療を支えるお金ですが、皆さんからいただいている保険料の約 4 割がこれに使われています。

大貨健保では、医療費の削減や適正化に向けた様々な取り組みを積極的に行っています。

皆さんも健康管理に努めるとともに、ジェネリック医薬品を利用して、はしご受診をしないなど、医療費の適正化にご協力をお願いします。

健康保険（一般勘定）

予算の基礎数値 被保険者数 39,800 人
平均標準報酬月額 347,500 円 平均賞与額 370,000 円

収入科目		一人当たり(円)	支出科目		一人当たり(円)
健康保険料	健康保険料収入	480,778	保険給付費		340,902
	調整保険料収入	4,272	納付金		180,262
	小 計	485,050	事務所費・組合会費		10,046
繰越金・繰入金		66,834	保健事業費		15,614
国庫補助金収入		161	財政調整事業拠出金		4,272
財政調整事業交付金		7,538	その他		907
雑収入・その他		1,077	予備費		8,657
収入合計		560,660	支出合計		560,660

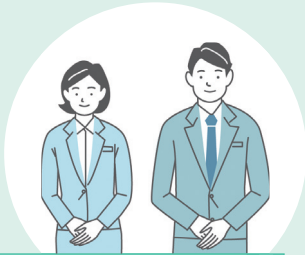
介護保険（介護勘定）

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 364,000 円 平均賞与額 400,000 円

収入科目	一人当たり(円)	支出科目	一人当たり(円)
介護保険料収入	85,912	介護納付金	75,663
繰入金	0	還付金	21
国庫補助金	0	積立金等	5,485
雑収入	99	予備費	4,842
収入合計	86,011	支出合計	86,011

届け出が必要です!!

就職や収入の増加により勤務先で社会保険に加入されたご家族はいませんか？
ご家族が勤務先で社会保険に加入されたときは、大貨健保より被扶養者として保険給付を行うことはできませんので、事業所に申し出て被扶養者抹消の届け出を行ってください。



届け出方法

① 事業所へ抹消の申し出 → ②事業所経由で大貨健保に届け出

※ カード型保険証もしくは資格確認書をお持ちの方は、同時に返却してください。

抹消日にご注意ください！

被扶養者の抹消日は、資格確認書や資格情報のお知らせに記載されている資格取得日（入社日）になります。

例：令和 7 年 4 月 1 日に入社の場合 … 抹消日は **令和7年4月1日** となります。

令和7年3月31日ではありません！

令和7年度 大貨健保の保健事業

大貨健保では、健康診断をはじめ様々な保健事業を実施しています。皆さまの健康づくりにぜひご活用ください。

健診の助成金

年度内に各 1 回ずつ（生活習慣病予防健診は年度内 2 回）

※ 健診後、検査結果に応じて「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、必ず医療機関で検査を受けましょう。

人間ドック

対 象 者 35歳以上の被保険者および被扶養者
助成金額 25,000円（日帰り・1泊）

増額
しました！

生活習慣病予防健診

対 象 者 被保険者および30歳以上の被扶養者
助成金額 7,000円

腫瘍マーカー

がんセット検査(CEA・AFP・CA19-9)

対 象 者 35歳以上の被保険者および被扶養者
助成金額 2,500円

前立腺検査(PSA)

対 象 者 50歳以上の被保険者および被扶養者
助成金額 1,000円

※ 腫瘍マーカーのがんセット検査・前立腺検査は「生活習慣病予防健診」または「人間ドック」とあわせてお申し込みください。単独の助成はありません。

胃検診

対 象 者 被保険者および30歳以上の被扶養者
助成金額 6,000円

婦人科検診

対 象 者 被保険者および20歳以上の被扶養者
助成金額 乳がん検診・子宮がん検診 各2,500円

健診データ提供

対 象 者 被保険者および30歳以上の被扶養者
助成金額 2,000円

※ 大阪府トラック協会の移動健診を受診の場合は1,000円

特定健康診査(特定健診)

無 料！

生活習慣病予防のためにメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診で、無料で受診できます。

対 象 者 40～74歳の被扶養者
助成金額 全額大貨健保の負担

その他の保健事業

特定保健指導

無 料！

食事や運動、喫煙などの生活習慣についてアドバイスをを行い、将来の病気を防ぎます。
保健師や専門スタッフとともに自分に合った生活習慣の改善方法を見つけましょう。
→特定健診の結果、「動機づけ支援」又は「積極的支援」と判定された方は、保健師などの専門スタッフによるアドバイスが無料で受けられます。

巡回レディース健診

女性の被扶養者に、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。

糖尿病・高血圧症重症化予防対策事業

「高血圧」と「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

対 象 者 被保険者および被扶養者
助成金額 1人につき、年度内1回2,000円を限度

子育て支援事業

無 料！

一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、卒煙カウンセラーによるWeb面談や、ニコチンガムなどを使用して禁煙をサポートします。

契約保養所補助金

詳しくは4ページをご覧ください

対 象 者 被保険者および被扶養者（3 歳以上）
助成金額 被保険者 1 泊 3,000 円、被扶養者 1泊1,500円
※ 連泊の場合は2泊まで助成します

ファミリー歯科健診

無 料！

お近くの会場で、虫歯や歯周病の健診、歯石清掃、ブラッシング指導など、15分ほどでお手軽に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。

キ リ ト リ

ご 注 意

- ※コピー利用不可
- ※AM0：00～AM5：00入館及び在館の方は、別途深夜料金1,300円が必要です。
- ※本券を2階インフォメーションに提出し、割引額を確認のうえ、現金でお支払いください。
- ※期間中に料金等が変更になる場合があります。



大貨健保の契約保養施設

新しい契約保養施設が増えました。ぜひご利用ください。

玉造グランド
ホテル 長生閣

島根県松江市玉湯町玉造331 TEL 0852-62-0711
<https://www.choseikaku.co.jp>

大貨健保の加入者は長生閣の公式HP料金から
10%OFFの料金でご予約できます！
一部10%割引対象外のプランもございます

★TEL 予約の場合は、大
阪府貨物運送健康保険
組合の加入員であることを
必ずお伝えください。

★長生閣HPからのWeb予
約の場合はご要望記入
欄に、大貨健保の加入
者であることを入力して
ください。

補助金額（1泊あたり）

被保険者 **3,000円**

被扶養者（3歳以上） **1,500円**

※ 連泊のときは2泊を限度とします

申し込みから利用まで

施設に予約

保養施設に直接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
をお伝えください。

申請書を提出

「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。

利用通知書が届く

大貨健保から「利用通知書」（ピンク色のカード）
が届きます。

フロントに利用通知書を提出

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。

お知らせ

日本旅行(パッケージ)の割引利用は、
令和6年9月13日付で終了しました。

契約保養施設一覧

施設名	所在地	電話番号
青山ガーデンリゾート ホテルローザブランカ	三重県伊賀市	0595-52-5586
不死王閣	大阪府池田市	072-751-3540
みのお山荘 風の杜	大阪府箕面市	072-722-2191
河内長野荘	大阪府河内長野市	0721-62-6666
くろんど荘	奈良県生駒市	0743-78-5151
ホテルよしだ	京都府舞鶴市	0773-64-6600
料理旅館 松風	京都府宮津市	0772-26-0139
普門院	和歌山県高野山	0736-56-2224
しらさぎ	和歌山県白浜町	0739-46-0321
ちぐさ旅館	香川県小豆島	0879-84-2153
若狭高浜観光協会	福井県高浜町	0770-72-0338
New 玉造グランドホテル 長生閣	島根県松江市	0852-62-0711
亀の井ホテル (旧かんぽの宿)	全国 30ヶ所 〔奥日光湯元、 別府、草津湯畑、 那智勝浦は除く〕	詳しくは「亀の井ホテル」 のホームページを ご覧ください https://kamenoi-hotels.com

健康こんぱす

毎月更新の健康情報やレシピなど
情報盛りだくさん！
大貨健保HPのトップページ
バナーより、ぜひチェック
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!



✓助成金などのお知らせ

人間ドッグ助成金やインフルエンザ予防接種補助
金など、耳よりな情報をお届けします。

✓健康情報の配信

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。

優待利用レジャー施設 割引券

休日のリフレッシュや、ご家族との楽しい時間に、優待
レジャー施設をご利用ください。
割引券を切り取り、各施設のチケット売り場に提出して
ください。

※ ご利用できる日時などは、各レジャー施設のホームページなどで
ご確認ください。

—— お知らせ ——

箕面温泉スパーガーデンは2025年
3月31日より改装のため休館して
います。
再開が決まりましたら、当組合HP
でお知らせします。

SPA WORLD HOTEL&RESORT

入館券(全日券)

大人 **200円引き**

(12歳以上)

小人 **100円引き**

(12歳未満)

氏 名

利 用 日

保険証の
記号番号

利用人数

大人

小人

※本券1枚につき10名まで利用可能 ※2025年9月30日まで有効
※2階インフォメーションに提出してください

大阪府貨物運送健康保険組合