

# 健保だより

2023  
AUTUMN

第 423 号

ご家庭にお持ち帰りになって みなさんでお読みください。



奈良県 吉野山の紅葉 / 提供: アマナ

令和4年度 決算のお知らせ	2-3
組合会議員が改選されました	4
インフルエンザ予防接種費用補助事業のご案内	5
家庭用常備薬の斡旋のご案内	6
オンライン禁煙プログラム	7
にっぽんウォーキング旅「香川県高松市」	8-9
あした元気に	10-11
スポーツクラブルネサンス 法人利用のご案内	12
交通事故に遭ってしまったら	13
被扶養者の資格調査を実施します	14
医療費通知・ジェネリック差額通知のWEB化について	15
自宅で手軽にできる「腸内環境検査」のご案内	16

ホームページも  
ご活用ください!



<https://www.marubenirengo-kenpo.jp/>

丸紅連合健康保険組合

検索

▶▶▶ 届出・請求書のダウンロード ◀◀◀

お手元のプリンターから必要な書類を取り出すことができます。  
ぜひご活用ください!

丸紅連合健康保険組合

コロナ禍による一時的な納付金の減少で  
黒字確保

引き続き皆さまの  
健康増進と疾病予防に努めます

収入  
63億7,694万4千円

支出  
58億4,420万6千円

経常収支差引額  
3億9,021万3千円



丸紅連合健康保険組合の令和4年度の決算が、去る6月20日に開催された第114回組合会で承認されましたのでお知らせいたします。

当健保組合の令和4年度の決算は、収入63億7、694万4千円に対し、支出58億4、420万6千円となり、経常収支差引額で3億9、021万3千円の黒字となりました。

令和4年度は、新型コロナウイルス感染症対策と社会経済活動の両立が緩やかに進んだことを受け、総標準賞与額は減少したものの、標準報酬月額、被保険者数が前年度を上回ったことにより、保険料収入が増加しました。

支出では、前年度に続き、新型コロナウイルスによる受診控えの反動から受診者数が増加した影響等で、保険給付費が増加しました。

一方、高齢者医療への納付金については、前々年度の受診控えの影響により、前期高齢者納付金の額が一時的に低水準にとどまりました。この結果、令和4年度決算では、黒字を確保したものの、令和5年度の納付金は大きく増加しており健保財政の大きな負担となっています。

このような中、少子化の克服や現役世代の負担増の抑制を目指した健康保険法の改正案が成立しました。全世代が安心できる持続可能な社会保障制度の構築を目指して有意義な歩みといえます。

健康保険組合としては、第3期データヘルス計画ならびに第4期特定健診・特定保健指導のスタートを来年度に控え、今年度は、これまでの成果を振り返り、新たな目標を設定する重要な期間となります。当健保組合では、今後も時代に即した保健事業の推進や事業主と連携したコラボヘルスを通して、皆さまの健康増進や疾病予防への取り組みを進めてまいります。

皆さまにおかれましても、健診や特定保健指導などの積極的な活用により、健康管理に取り組んでいただくとともに、引き続き医療費節減にもご協力いただきたくお願いいたします。

# 令和4年度 収入支出決算概要

## 健康保険分 (千円)

収入	
保険料	6,135,206
国庫負担金収入	1,619
調整保険料	87,106
国庫補助金収入	29,288
財政調整事業交付金	112,535
雑収入	11,190
合計	6,376,944
経常収入合計	6,147,434

支出	
事務費	81,401
保険給付費	2,965,497
納付金	2,472,036
保健事業費	230,382
財政調整事業拠出金	86,903
その他	7,987
合計	5,844,206
経常支出合計	5,757,221

決算残金	532,738千円
経常収支差引額	390,213千円

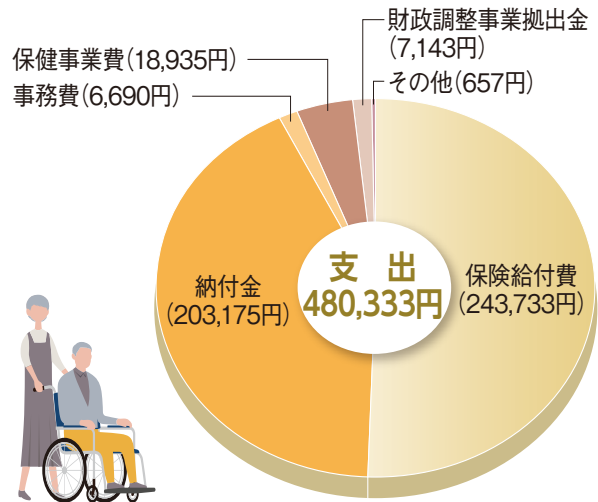
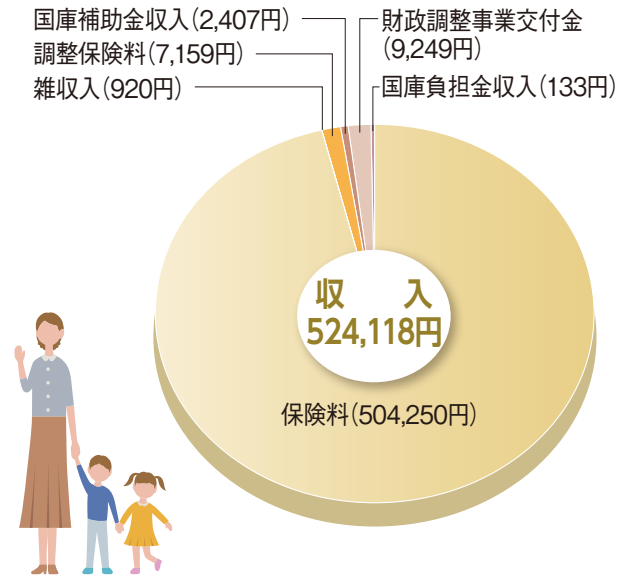
## 介護保険分 (千円)

収入	
保険料	720,976
雑収入	2
合計	720,978

支出	
介護納付金	677,032
還付金	114
合計	677,146

決算残金	43,832千円
------	----------

### 被保険者1人当たりで見ると



## 組合現況

令和5年3月末現在



- 被保険者数 12,207人 (男性 7,016人、女性 5,191人)
- 平均年齢 40.45歳 (男性 42.27歳、女性 38.00歳)
- 平均標準報酬月額 370,169円 (男性 423,916円、女性 293,910円)
- 健康保険料率(調整保険料率含む) 1,000分の93
- 介護保険料率 1,000分の18

## 事業所削除のお知らせ

事業所名	削除年月日
丸紅ファッションプランニング株式会社	令和5年4月1日

# 組合会議員が改選されました

当組合の組合会議員の任期満了に伴い、8月25日に総選挙が行われました。その結果、次の方々が組合会議員として選出され、今後3年間（令和5年9月1日～令和8年8月31日）、健全な組合運営のためご尽力いただくこととなります。

	役職名	氏名	所属事業所名
選定議員	理事長	田中 孝憲	MXモバイリング株式会社
	常務理事	赤田 力夫	丸紅連合健康保険組合
	理事	川野 光一郎	丸紅エネックス株式会社
	理事	榎並 伸恭	日清丸紅飼料株式会社
	監事	田中 裕之	丸紅連合企業年金基金
	議員	内山 明	丸紅ロジスティクス株式会社
	議員	熊木 秀一	電元社トーア株式会社
	議員	井上 淳	興亜工業株式会社
	議員	島田 仁	丸紅エアロスペース株式会社
互選議員	理事	江里口 秀和	丸紅ファッションリンク株式会社
	理事	福元 史郎	丸紅メタル株式会社
	理事	篠田 貴央	株式会社ウェルファムフーズ
	理事	三浦 寛之	株式会社丸紅フットウェア
	監事	椎葉 博一	ヤマトガワ株式会社
	議員	太田 涼二	丸紅ブラックス株式会社
	議員	舩重 定信	丸紅食料株式会社
	議員	石井 亜起人	丸紅都市開発株式会社
	議員	久米 英次	丸紅テツゲン株式会社

組合会	予算や決算など組合の重要事項を決定する議決機関として組合運営の中核をなすものです。組合会議員の数は偶数とし、事業主側を代表する選定議員と、従業員（被保険者）側から選出された互選議員（各半数ずつ）により構成されています。
理事会	組合会で決定された事項を具体的に執行するための執行機関であり、理事の合議により行います。理事は組合会議員の中から選出しますが、その数は選定、互選それぞれ同数で構成されています。
監事	執行機関に対して、業務の執行や財産の状況等全般について監査を行います。選定、互選それぞれから各1名を選出します。

補助金申請手続きが**不要**です!

## インフルエンザ予防接種費用補助事業(利用券方式)のご案内

当組合では、一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会(以下「東振協」という)に「インフルエンザ予防接種事業」を委託し、費用補助を実施しています。

新型コロナウイルス感染症への対応が変わり、マスク着用が任意になったこともあり、今シーズンはインフルエンザの流行が懸念されます。早めにインフルエンザワクチン接種を受けておきましょう。



実施場所・予防接種費用の確認、利用券の発行は、東振協のホームページで行えます。

<https://www.toshinkyō.or.jp/influenza.html>

下記、丸紅連合健康保険組合のホームページからもアクセスできます。

<https://www.marubenirengo-kenpo.jp/>

丸紅連合健保

検索



実施方法	《院内予防接種》 《集合予防接種》 《出張予防接種》	利用者が医療機関の施設内で受診 利用者が公的施設(ホテル等の会場)で受診 事業所に医療スタッフを派遣し受診
申込期間	《院内・出張予防接種》 《集合予防接種》	令和6年1月31日まで 令和5年12月まで(※実施会場により異なります)
実施期間	《院内・出張予防接種》 《集合予防接種》	令和5年10月1日～令和6年1月31日 令和5年11月～12月
実施場所	東振協が契約している医療機関及び実施会場	
予防接種費用	実施機関が設定している予防接種料金(上限3,960円)から、組合補助額(3,000円)を差し引いた額	
対象者	被保険者及び被扶養者(接種は年齢を問わず年度内1人1回を限度) ※重複(年度内に2回以上)した補助利用や無資格利用があった場合には、後日、東振協の事務手数料を含む組合補助額を請求させていただきます。2回接種を推奨されている方でも補助は1回分のみです。	
利用方法	①医療機関選択 ②電話等で接種日の予約(※事前に必ず予約申込を行ってください) ③利用券の発行 ④当日：保険証及び利用券を提示	
利用券発行	東振協申込ページより印刷してください(令和6年1月31日まで)。	
注意事項	※補助金申請方式との併用はできません。 ※予防接種にあたり、不安がある場合は、事前に医師へご相談ください。 ※当組合では、予防接種先の医療機関のご案内や紹介等はいりません。	

従来からの補助金申請方式による方法も可能です。

ホームページの閲覧ができない場合などは、従来どおり補助金の申請を行ってください。

# 家庭常備薬の斡旋のご案内

一部商品のご案内

WEB限定品!

## ミラブルzero



本体一式/サイエンス

3つの水流で毛穴、シワの奥まで  
ウルトラファインパブルが入り込み、  
汚れを落とすシャワーヘッド。

参考価格 49,390円 ▶ **38,800円**

## 交換用トルネードスティック



1個/サイエンス

ミラブル(zero,プラス)とホースの  
間に取り付ける専用カートリッジ。  
さらにやさしく美しく

参考価格 3,190円 ▶ **2,880円**

## コラリッチEX ブライトニングリフトジェル<ハーフサイズ>

キューサイ 28g ※スパチュラ(ヘラ)付き

年齢肌の悩み、諦めない。  
ハリ×弾力、これ一つで。



8 年齢サイン\*1に働きかける  
種類のコラーゲン\*\*2

参考価格 3,168円 **1,680円**

シリーズ累計  
販売実績  
**2,500万**  
突破!

## ※シリカプロテイン SILICA PROTEIN

ジャパンコンテンツエンターテインメント株式会社/約10日分(230g) \*1日1食、1食当たり23g



おちよぼ自身が  
健康ボツヤクワのために、  
こだわり尽くした  
ワンランク上の  
ビューティーダイエット  
プロテイン

- ◆ソイプロテインを使用
- ◆植物性シリカを高濃度配合
- ◆ビタミンは約1/3日分を配合
- ◆たんぱく質の吸収を助ける
- ◆4つのミネラル配合(Ca、Mg、亜鉛、鉄)
- ◆腸活成分を配合  
(食物繊維・酵素・乳酸菌ビフィズス菌)

国内工場製造から充填まで対応

1食23g(付属スプーンすりきり約2杯半)を目安に200~250mlの水に  
溶かしてお召し上がりください。量は好みでご調整ください。

参考価格 3,218円 **2,980円**



クレジットカード対応

## WEB申込み

右記の二次元バーコードから  
ID・パスワードでログイン!



ログインID ▶ kusuri  
パスワード ▶ 保険者番号



切手不要  
郵送申込み

申込書記載の  
宛名ラベルを  
ご活用ください

※お客様にて  
市販の定型封筒を  
ご用意ください。

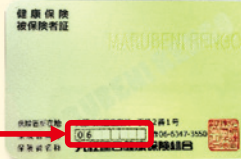


フリーダイヤル  
FAX申込み

▼ FAX  
**0120-61-8891**

※申込書送信の際は、  
表裏にご注意ください。

被保険者証をご用意いただき、



「保険者番号」  
(06から始まる数字8桁)  
をご入力ください。

WEB申込でも紙申込でも **5,000円以上**  
ご購入いただいた方の中から  
クレベ&アンドウイルス菌除去シートを



**300名様に  
プレゼント!!**

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

詳しくは  
『家庭常備薬等の斡旋申込書』  
をご覧ください。

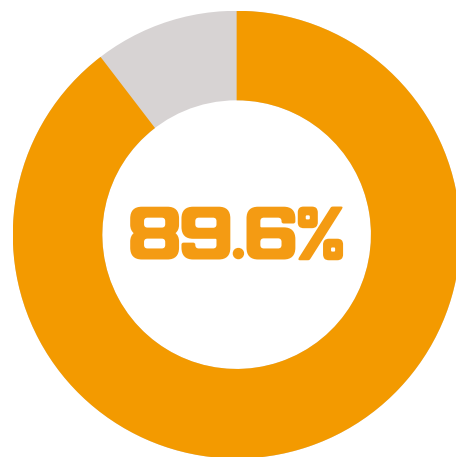


## ▼ 申込方法等に関するお問い合わせ先

白石薬品株式会社 受付時間：平日(月～金曜)の午前9時から午後5時まで  
お申込み、お届け内容の確認、▶ 大阪営業部 TEL 072-961-7471  
返品・交換などに関すること  
お薬等掲載商品に関すること ▶ 本社薬店 TEL 072-645-4666

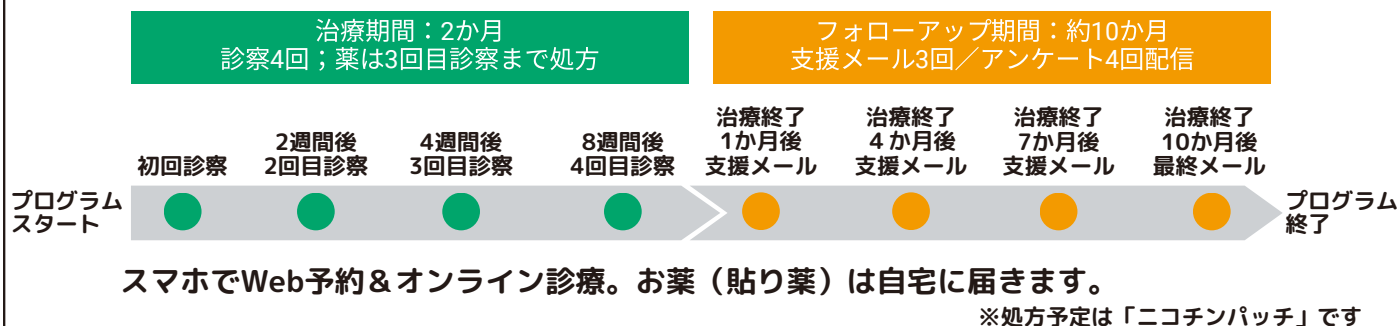
# 受診をした人の 約9割が禁煙に 成功しています

リンケージ実績データより：n = 7,766  
治療開始3ヶ月後アンケート結果より（2021年～2023年）



## のべ13,000人超が参加した オンライン禁煙プログラムで タバコから卒業しましょう！

### < 禁煙治療の概要 >



対 象： 丸紅連合健康保険組合の加入者（社員）

申込期間： **2023年12月28日**まで

募集人数： 先着 **50名**

参加費用： **無料**

※昨年度（2022年度）のプログラム参加者は申込みできません

※プログラムを途中で中断した場合は10,000円を自己負担いただきます

※プログラム費用53,500円を健保組合で負担します



<http://bit.ly/2ILwrqG>

QRコードから申込ページへアクセスし参加申込をしてください。  
オンライン面談アプリをご案内します。

本事業は株式会社リンケージに委託しています。個人情報に関しましては相互に締結した個人情報取り扱いに関する契約内容に従い、適切に取り扱います。

【参加に関するお問い合わせ】

保健事業担当：電話 06-6347-3550

【プログラムについて】

リンケージサポートデスク：電話 0120-33-8916

Mail [sd@linkage-inc.co.jp](mailto:sd@linkage-inc.co.jp)

# にっぽん 旅

## ウォーキング

香川県高松市

# 港に臨む秋の城下町で 「二歩一景」の景観に魅せられる

古来、海上交通の要所として発展した高松は、江戸時代には松平家が治める12万石の城下町として栄えた。現在も、香川県の県庁所在地であり、陸・海・空の交通手段を備えた「四国の玄関口」だ。歴史と文化に彩られた高松の多彩な魅力を感じながら歩こう。

昭和町駅から少し歩くと、ガラスの外壁で囲まれた建物「サンクリスタル高松」が見えてくる。その3階には、高松市出身の作家・菊池寛の功績と、その生涯を紹介する「菊池寛記念館」がある。なお、高松駅周辺には記念館以外にも、碑石、銅像など、氏ゆかりのスポットが点在している。

香川大学をはじめ教育施設が多い閑静な文教地区を南下していくと、国の特別名勝「栗林公園」にたどり着く。紫雲山を背景とした江戸初期の回遊式大名庭園は、一歩ごとに異なる景色が楽しめる。「二歩一景」と称されている。中でも、鮮やかに色づいた紅葉が湖面に映る秋の景色は格別だ。

栗林公園を出たら、日本最長のアーケード街を有する「高松市中央商店街」を歩く。どこか懐かしさを感じるローカルな街並みが、

高松駅に近づくほど徐々に都会的な雰囲気になっていくのが楽しい。商店街の中には、「香川のソウルフード」といわれる骨付鳥を食べられる店もあるので、ぜひ食べておきたい。ジュシーな「若どり」と、歯応えとうま味たっぷりの「親どり」、どちらも熱々の状態で食べるのが香川の流儀だ。

商店街には「高松市美術館」が隣接している。開放感あるエントランスホールは、開館中は自由に通り抜けることができ、しばしばコンサートやパフォーマンスも行われる。

駅前の近代的な都会の街並みを抜けて進むと、かつて松平家の居城であった高松城の跡を整備した「史跡高松城跡・玉藻公園」がある。瀬戸内海の海水をお堀に引き入れた城は、日本三大大水城として知られている。







### 3 高松市中央商店街

高松城の城下町がそのまま発展した高松駅前商店街で、アーケードを中心に8つの商店街が基盤の目のように存在する。日本最長を誇る総延長約2.7kmのアーケード街には、都会的な大型商業施設からローカルで懐かしい雰囲気の商店までが軒を連ね、ショッピングや飲食が一日中楽しめる。

骨付鳥は、骨付きの鶏のもも肉を丸ごとジュースに焼き上げた、香川県丸亀市発祥のご当地グルメ。



### 1 菊池寛記念館

文藝春秋社の設立、芥川賞・直木賞の創設など近代文壇発展の礎を築いた高松市出身の作家・菊池寛の記念館。生前の写真や直筆の原稿、遺品をはじめ、東京の自宅にあった書齋を再現したコーナーのほか、著書や大衆文学作品を閲覧できる研究閲覧室も併設している。

**DATA** 時間：9:00～17:00（入館は閉館30分前まで）／休：月曜（祝日の場合は翌平日、年末年始）／電話：087-861-4502

### 2 特別名勝 栗林公園

高松藩歴代藩主が100年余りの年月をかけて完成させた大名庭園。国の特別名勝に指定されている庭園の中でも、最大の広さを持つ。春の梅・桜、夏の花ナショウブ・ハス、秋のカエデ、そして冬のツバキと四季折々の景色が楽しめる。紅葉の見頃は、例年11月下旬～12月上旬。

**DATA** 時間：月により異なる／休：無休／電話：087-833-7411（栗林公園観光事務所）



園の池の畔にたたずむ茶屋「掬月亭」では、抹茶が楽しめる。



walking map  
約6.8km  
125分

### 5 史跡高松城跡・玉藻公園



讃岐国領主・生駒家、高松藩主・松平家の居城だった高松城跡を整備した公園。園内には、国の重要文化財に指定されている建築が多数保存されている。

**DATA** 時間：月によって異なる／休：年末／電話：087-851-1521（玉藻公園管理事務所）



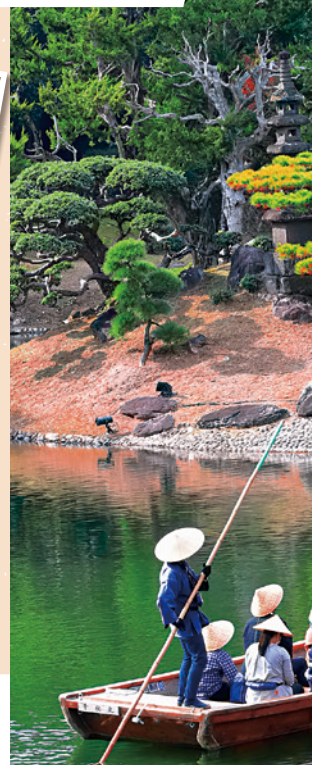
### 4 高松市美術館

「戦後日本の現代美術」「20世紀以降の世界の美術（版画）」「香川の美術（漆芸・金工）」を3つの柱として系統的に収集を行っており、現在1,700点以上の作品を収蔵している。特に現代美術のコレクションは質・量ともに充実している。

**DATA** 時間：9:30～17:00（特別展会期中の金・土曜は～19:00。展示室への入室は閉館30分前まで）／休：月曜（祝日の場合は翌平日）／電話：087-823-1711



開放感あるエントランスホール。



1万人の悩みを解決した

管理栄養士が教える

ダイエット・栄養・健康

に関するハウツー

# あした 元気に



管理栄養士  
健康運動指導士  
NR・サプリメントアドバイザー

菊池真由子



## 12時間水以外取らない

12時間断食ダイエットでは、例えば、朝7時に朝食を食べた場合、夕食は午後7時に完了させます。1日3食の朝食・昼食・夕食を7時〜19時までの12時間のうちに済ませるのです。朝食以降の12時間は、食事内容に制限なく、自由に食べられるので、気軽にチャレンジしやすいのがメリットです。時間帯のみの制限なので、カロリー（エネルギー）などを計算する必要はありません。

1日は24時間ですので、この場合残りの12時間は何も食べないようにするので「12時間断食」と呼ばれています。断食の時間帯は水などノンカロリーの食品しか飲食はしないようにするのが基本です。時間帯を守ることによって、太る原因になる「遅い夕食」や「寝

る前の間食」などを防ぐことができます。もともと日本人は夕食を豪華にする習慣があるので、遅い時間帯のごちそうは高カロリー・高脂肪・高糖質になりやすいものです。寝るまでにだらだらとスナック菓子などを食べると食塩や砂糖を無自覚に食べ過ぎてしまいます。

夜に絶食することで、太りやすい時間帯に深酒や高カロリー食を避けることができるので、ダイエット効果のほかメタボリックシンドロームを改善してくれます。特に食欲や血糖値のコントロールに効果が見られています。夜遅い時間帯の飲食は体脂肪の合成が上がってしまつので、体脂肪率の低下の効果も期待できます。

## 時間栄養学にお勧め

このダイエットの良さは朝食・昼食・夕食をしっかりと食べることにつながる点です。特に朝食を必ず食べることによって、体内時計がリセットされて1日の食欲が落ち着くので、1日の代謝が活発になり太りにくい体にしてくれるのです。もちろん、無駄な食欲が湧かずに済むので、何かを我慢するつらさも軽減できます。慣れるまでは多少の我慢は必要かもしれませんが、今までのまま断食方法で成果を感じられなかった方はチャレンジしてみてください。どうか。

適切な時間に朝食を食べる習慣は、体重の減少だけでなく、メタボ予防・改善やメンタルを整えるのにも効果的です。朝食をしっかり食べるために、さかのぼって「夕食を早めの時間帯に取って、朝食まで12時間空ける」というのは時間栄養学でも勧められている食べ方です。

# 12時間断食 ダイエットとは

今、ダイエット方法のトレンドの一つに「12時間断食」というものがあります。毎日の食事の時間帯を12時間に限定し、この時間帯以外は何も食べない、という方法です。体脂肪率の低下が期待でき、時間栄養学でも勧められている食べ方を見てみましょう。



です。そして、3食のボリュームは朝3:昼3:夕4です。朝食の比率が高いのですが、朝食がお粗末だと、体内時計の調整がうまくいわずに太りにくい体になりません。

もう一つは、食べる内容で毎食不可欠なのが「糖質」と「たんぱく質」ですので、ご飯やパン、肉や魚、卵などを毎食食べることで、糖質というと抵抗があるかもしれませんが、毎食お茶わん3分の2杯(100g)ぐらいいは食べておくと、体内時計や内臓の働きが活発になってかえって痩せやすくなるのです。たんぱく質は食事のカロリーを体温として発散させるだけでなく、体内時計の調節、脳の働きを良くし、精神的な落ち着きをもたらします。きちんと食べることで無駄な食欲を抑えることができます。

ダイエットは毎日実践してこそ効果が出ますが、今までの食事リズムもあります。まずは休日からトライしてみるとよいですね。

## まずは休日からトライ

一方、このダイエット方法には大きな注意点が2つあります。一つは「食事の開始時間を午前8時ぐらいまでしておくこと」です。仮に「夕食が22時になるので朝食を10時にしよう」としてしまうと、朝食が遅くなり過ぎて効果が出ません。また、食べてよい時間帯が12時間ですので、朝と夕食といった2食にしてしまう場合がありますが、まったくお勧めできません。食事を抜くほど体脂肪が上がるデータはたくさんあります。食べなければ食べないほど痩せる、というわけではない

### column

たまには夜の夕食や豪華なディナーを取ることだってあります。そうすると、プチ断食の時間帯から外れて飲食することになってしまいますが、時たまのことなのでぜひおいしく食べて満喫してください。やはり食事は楽しくいただきたいもの。

といっても、前日に食べ過ぎたから朝食を抜いて、とカロリーの帳尻を合わせようとする逆にと太ります。朝食の「痩せ効果」を逃してしまって太りやすくなるからです。カロリーを調節するのなら、翌日の3食全体のカロリーを抑えるようにし、朝・昼・夕食のリズムは守りましょう。カロリーを抑えるには、いつもの8割ぐらいの食事量、つまり「あともうちょっと食べたいな」というところで抑えるのです。これを3日ぐらい続けると食べ過ぎた分を帳消ししてくれます。「食べないで調節」ではなく、「食べる量だけを調節」に切り替えてください。

また、断食(ファスティング)で期待されている効果が、ネット上にあふれています。中には「血液がきれいになる」「免疫力が上がる」「寿命が延びる」「認知症予防」「便秘解消」などがあるのですが、どれも事実関係が不明です。むしろ、食物繊維を食べた方が効果あるのでは?と考えられるようなものもあります。食物繊維が豊富な野菜・きのこ・海藻類はほとんどカロリーがないので、食べ過ぎた後のカロリー調節にもお勧めです。



# ルネサンスで、 一緒に はじめよう!

家族と、友達と、トレーナーと。  
 カラダ改善!

友達と一緒に  
 リラックス  
 タイム!

仲間と  
 一緒だと  
 楽しい!

トレーナーと  
 一緒だから  
 続けられる!

始めるなら、今! 最大2か月分 **0円** キャンペーン実施中!

**10/1(日) ▶ 12/28(木)**

おすすめ!

月額固定 使いたい放題プラン

月々 **10,450円** (税込) Monthly  
 コーポレート会員

● 月会費 **2か月分**

● レンタル用品 通常3,740円/月(税込) **最大2か月分**  
 タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

**0円**  
※事務手数料がかかります。

＼ご家族やお友達と一緒に!/  
 2人以上同時入会ですらにお得に!!

月会費1か月分がそれぞれ

**1,100円(税込) 割引!**

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,000円** (税込) 1Day  
 コーポレート会員

レンタル用品

通常1,760円/回(税込)  
 タオル(大小セット)・シューズ・  
 Tシャツ・ハーフパンツ

**0円**  
 入会当日

※上記記載の月会費は価格改定後の金額です。※特典は、ルネサンスに初めてご入会される方(退会後7ヵ月以上経過している方も含む)のみ適用。フィットネス個人会員からコーポレート会員への変更は対象外です。※8ヵ月以上、月額固定プランでご継続の方に限ります。(1dayコーポレート会員は対象外) ※レンタル用品のお取り扱いがない店舗や、キャッシュレス運営をしている店舗がございます。



まずは見てから! ラクラク見学予約はコチラ! ➡



お手続きに必要なものなど  
 詳細もご案内しています。

# 交通事故に 遭ってしまったら

健康保険で治療を行う際は、  
健保組合に連絡、  
「第三者行為による傷病届」の  
提出を!!



交通事故等でけがをしたとき、工作中や通勤途中以外の場合、健康保険証を使用し治療を行うことができます。

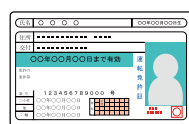
しかし、本来治療にかかる費用は加害者が負担するものであり、健康保険組合は加害者に代わって一時的に医療費を立て替えていることになります。そのため、治療にかかった費用を後日加害者に請求することになりますので、保険証を使用する場合は、必ず健保組合へご連絡ください。

## 交通事故に遭ったときの対応

1  
すぐに警察へ連絡



2  
加害者の確認



3  
病院での診察



電話などで  
健保組合に連絡

4  
「第三者行為による  
傷病届」の提出



## 自転車による事故に遭ってしまったら…

最近、自転車での事故が増加し社会問題となっています。自転車で事故に遭った際も、車での事故と同じように、すぐに警察に連絡しましょう。



## その他の事故や交通事故以外の第三者行為事故

鉄道事故、航空機・船舶事故や次のような場合も「第三者行為」となります。保険証を使用する場合は、「第三者行為による傷病届」の提出が必要です。必ず健保組合までご連絡ください。

- 学校やスーパーなどの設備の欠陥でけがをしたとき
- 他人のペットにより、けがをしたとき



- 不当な暴力や傷害行為を受け、けがをしたとき
- 飲食店などで食中毒になったとき



- ゴルフ場で他人の打球が当たって、けがをしたとき
- スキー・スノーボード等で衝突されて、けがをしたとき



### お願い

医療費適正化の一環として、業務災害や通勤災害、または第三者行為（交通事故等）の可能性があると思われるけが等について、負傷原因の照会をさせていただく場合がございます。照会文書が届きましたら、必ず期限までにご回答くださいますようお願いいたします。

なお、ご回答いただいた内容については、医療費適正化の目的以外には使用いたしません。

# 被扶養者の資格調査(検認)を実施します

丸紅連合健康保険組合では、厚生労働省の指導に基づき、「被扶養者の資格調査(検認)」を毎年実施しています。

就職や結婚、収入の増加等により、加入資格のない被扶養者がいる場合、本来支払う必要のない医療費や国へ拠出する納付金の増加により、当組合の財政を圧迫することになり、保険料率の引き上げなど他の加入者の負担に繋がることとなります。

この資格調査(検認)は、被扶養者の方が、現在もその条件を満たしているかを確認することにより、加入者間の不公平を是正するとともに、保険料の負担軽減にも繋がる大変重要な調査となりますので、趣旨をご理解のうえ、ご協力いただきますようお願いいたします。

## 資格調査(検認)の実施概要

### 【実施時期】

令和5年10月下旬～12月中旬

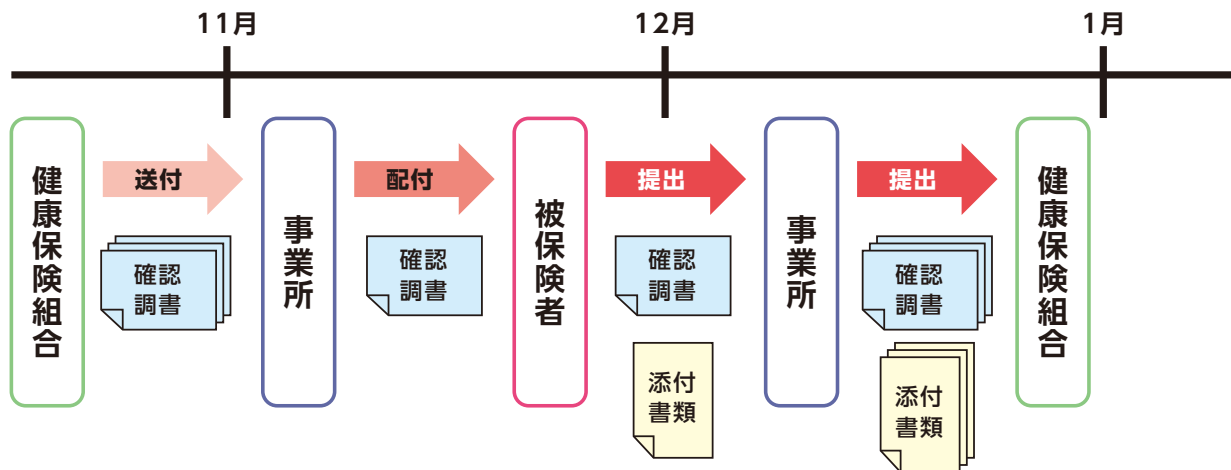
### 【対象者】

被扶養者(ただし、次の被扶養者を除きます)

- ① 平成17年4月2日以降に生まれた方
- ② 令和5年7月1日以降に被扶養者として認定を受けた方

### 【資格調査(検認)の流れ】

- ① 送付(健康保険組合)  
事業所あてに「被扶養者資格確認調書」(以下「確認調書」という)等を送付します。
- ② 被保険者への配付(事業所)  
該当被保険者へ「確認調書」等を配付します。
- ③ 「確認調書」の記入及び必要書類の添付(被保険者)  
「確認調書」の記入を行い、必要書類(収入証明等)を添付のうえ、事業所へ提出します。
- ④ 提出(事業所)  
被保険者より提出のあった「確認調書」及び添付書類等を確認のうえ、健康保険組合へ提出します。



### こんなときは手続きを!

次の場合は、被扶養者に該当しなくなりますので、被扶養者資格の削除及び保険証の返却が必要となります。

- ① 就職などにより、勤務先において被保険者資格を取得されている場合
- ② 結婚などにより、他の被保険者の方の被扶養者になっている場合
- ③ 被扶養者の収入が、基準収入額を超えている場合 (課税収入だけでなく、通勤手当など非課税収入も含まれます)  
※ 基準収入額 60歳未満の方 …………… 月額 108,334円未満(年収換算130万円未満)  
60歳以上・障害者の方 …… 月額 150,000円未満(年収換算180万円未満)
- ④ 上記以外でも、主として被保険者により生計を維持されていない場合(被保険者が生計費の半分以上を担っていない場合)

2023年

10月1日  
より利用可能

# 医療費通知 ジェネリック差額通知のWEB化について

医療費  
通知

ジェネリック  
差額通知



被保険者様とご家族の月間の医療費明細だけでなく、処方されたお薬の費用やジェネリック医薬品に変更した場合の最小の差額がWEBでご確認いただけます。また、確定申告をe-Tax(電子申告)で行う場合に利用できる医療費控除用のデータもダウンロード可能です。

ご利用にあたり、まずは下記の手順で初回登録をお願いいたします。

1 iBssポータルサイトにアクセスしログインします。  
[<https://ibss.jp/portal/signup.ibss>]

初回ログイン

スマートフォンからでも!  
Safari11以上、Chrome最新版  
※印刷等、一部ご利用いただけない機能がございます



保険者指定コードに【marubeni】と入力し、保険証に記載されている記号・番号・生年月日・氏名(カナ)を入力してください。

お手元に保険証をご用意いただき、  
記載されている記号・番号・生年月日と  
氏名(カナ)を入力



2 ご自身のIDとパスワードを作成します。

ご自身でIDとパスワードを作成し、メールアドレスを入力してください。  
登録したアドレス宛に届く認証コードを入力すれば初回登録完了です。

<メールが届かない場合、以下の原因が考えられます。>

- ①入力したメールアドレスが間違っている。
- ②迷惑メールのフィルタでブロックされている。  
⇒【no-reply@ibss.jp】からメールが届きますので、受信設定を変更してください。
- ③(会社PCの場合)外部メールの受信ができないように設定されている。  
⇒外部受信の設定を変更いただくか、別のメールアドレスを登録してください。
- ④迷惑メールフォルダに届いている可能性がある。  
⇒フォルダ内の確認をお願いします。

2回目以降のログインはこちら

2回目のログインでは登録いただいたIDとパスワードを入力いただけます。  
URL: <https://ibss.jp/portal/>



3 マイページより「医療費通知」「ジェネリック差額明細」をご確認いただけます。

下記、丸紅連合健康保険組合のホームページからもアクセスできます。

<https://www.marubenirengo-kenpo.jp/>

丸紅連合健保

Q 検索



先着200名様  
(費用負担なし)

\\ 自宅で手軽にできる //

# 『腸内環境検査』のご案内



## 腸活チェックしてみませんか？

- ◆ 腸内フローラは人それぞれ。あなたの今の腸内は健康でしょうか？
- ◆ 実践している「腸活」「菌活」は、腸にあっていのでしょうか？
- ◆ 尿検査で簡単にご自身の腸内環境の良し悪しを調べることができます！



## どうして尿から腸内環境がわかるの？

- ◆ 腸内細菌が生み出したインドール(※)は、体内で『インドキシル硫酸』という物質に変換された後に、尿とともに体の外に排出されます。  
※インドール…腐敗物質の一種で、多く作られると血管や内臓にダメージを与えたり、体臭や口臭の元になったりします。腸内環境が悪くなるとインドールが増えます。
- ◆ 尿中のインドキシル硫酸は主に腸内細菌由来と考えられているので、この物質の量を測定することで、腸内の環境を推し量ることができます。

## 検査の流れ



※ 本検査は「株式会社ヘルスケアシステムズ」が実施します。

## 募集概要・申込方法について

- 定員 先着200名様(定員になり次第締め切りとなります)
- 対象者 丸紅連合健康保険組合の被保険者に限る
- 申込締切 令和5年10月31日(火)
- 申込方法 右記、二次元バーコードよりお申込みください。

お申込みは  
こちらから!



お問い合わせ先

キンキ商事株式会社 大阪市城東区関目4-3-25  
TEL: 06-6931-2780 [9:00~17:00(土日祝日を除く)]

キンキ商事株式会社はプライバシーマークを認証取得しております。申込の際の個人情報は、本事業の遂行目的以外には一切使用いたしません。

