無料 各種サービスのご案内

被保険者だけではなく、被扶養者も利用できます！

＊相談内容は会社を含め、一切外部に知られることなくプライバシーは厳守されます。

イオン健康相談

（健康・医療・介護相談、メンタルヘルス、女性の健康）

0120-862-412（委託先：ティーペック株式会社）

https://consult.t-pec.co.jp/service/712356

こころとからだの健康相談

- 電話相談　24時間　年中無休
- 電話カウンセリング　9:00～22:00　年中無休
- WEBカウンセリング
  24時間　年中無休（返信には数日を要します。）
- 面談カウンセリング
  予約が必要です。（1回約50分　年間5回まで無料）
  ①電話予約／平日 9:00～21:00 土 9:00～16:00
  日曜・祝日と12/31～1/3は休み
  ②WEB予約／24時間年中無休
  （受付後、日程調整のお電話があります。）

ベストホスピタルネットワーク®サービス

0120-712-356（委託先：ティーペック株式会社）

月～土 9:00～18:00 ※日曜・祝日と12/31～1/3は休み

がんなどの重篤な病気と診断されたときや、治療内容に疑問を感じた時など、セカンドオピニオンや専門医療機関への受診手配・紹介といったサービスで、あなたやご家族をサポートします。

歯科健診サービス

（一般歯科／矯正／審美歯科／インプラント）

- 詳細・お申し込み

https://www.ee-kenshin.com/

https://ee-kenshin.com/sp/

お近くの提携歯科医院の健診予約ができます。

歯科健診センター　検索

イオンの禁煙サポート

＊1・2・3のお申し込みは年1回限り。

1 オンライン禁煙プログラム

自己負担なし！

パソコンやスマホ、タブレットのビデオ通信機能を利用して、専門家のアドバイスを受けながら禁煙チャレンジ！

2 ノンスモ禁煙サポート

自己負担なし！

いきなり本格的な治療はちょっと…という方へのお試し禁煙です。

3 禁煙外来治療補助

通院で禁煙治療を受ける場合、上限1万円の補助があります。受診前に「禁煙外来治療補助エントリーシート」と「禁煙宣言」の提出が必要です。イオン健保ホームページの「禁煙サポート事業」からダウンロードしてください。

禁煙情報やアドバイスも掲載！

イオン健康保険組合　禁煙サポート　検索

イオン健康保険組合のホームページをご活用ください

健康保険制度の解説と申請方法	申請書・届出書のダウンロード	契約健診機関リスト
健康動画	「ヘルシーファミリー」のバックナンバー	Pep Up イベント情報

＊閲覧する情報によってはパスワードが必要です。06120661と入力してください。

パスワードはこれです

イオン健康保険組合　検索

AEON イオン 健康保険組合

〒261-8515　千葉県千葉市美浜区中瀬1-5-1　TEL. 043(212)6048　FAX. 043(212)6806　https://aeonkenpo.or.jp

HEALTHY FAMILY

ヘルシーファミリー

年間保存版

No. 122
2023 April

健康保険の概要

健康保険について・個人情報の利用について …… 2
健康保険証の取り扱いの注意点・
マイナンバーカードを保険証として利用しよう …… 3
ライフイベントと健康保険の手続き・申請 …… 4～5
保険料・被扶養者認定・保険給付 …… 6～7
賢い受診のしかた …… 8
ご存知ですか？ 健康保険が使えないもの …… 9
ウォーキングラリーを開催！ …… 9

保健事業を利用して健康維持・増進！

2023年度主な保健事業計画 …… 10
Pep Up 2023 年間イベント …… 11
CKD（慢性腎臓病）を知っていますか？ …… 12
40歳以上の方に人間ドック等健診の受診券を配付します …… 13
がん検診は受ける価値あり！ …… 14
申請書あり
イオン健康保険組合のがん検診等補助 …… 15～17

2023年度予算のお知らせ …… 18

各種サービスのご案内 …… 20

健康相談・歯科健診・禁煙サポート・ホームページのご案内

●ご家族のためにご家庭にお持ち帰りください●

AEON イオン 健康保険組合

https://aeonkenpo.or.jp

健康保険について

健康保険とは

健康保険とは会社（事業主）と被保険者の皆さまの保険料を財源とし、被保険者およびその被扶養者であるご家族の業務外の事由による疾病、負傷、死亡または出産について保険給付を行い、生活を安定させることを目的とした社会保険制度です。

イオン健康保険組合は政府が行う健康保険事業を代行する「公法人」という立場で、皆さまへの保険給付と健康の保持・増進をはかる保健事業を行っています。

ご家族は健康保険法で定められた要件を満たせば、被扶養者としてイオン健康保険組合に加入することができます。一度加入しても、被保険者の退職や被扶養者の要件を満たさなくなった時点で他の健康保険組合等へ加入手続きが必要です。また、75歳になった時点で「後期高齢者医療制度」の加入者となり当組合の加入資格を喪失します。

健康保険組合の2大事業

保険給付

●**病気やケガの診療が受けられる（現物給付）**
健康保険を扱っている医療機関に保険証を提示し、医療費の2～3割を負担することで、診療を受けることができます。残りの医療費は健保が負担しています。

●**給付金を受けられる（現金給付）**
出産や死亡したとき、病気やケガなどで高額の医療費を支払ったときや、病気などの療養のために欠勤して会社から給与の支給を受けられないときに給付金を受けることができます。

保健事業

●**生活習慣病やがん予防のために**
40歳以上の方を対象に特定健診（人間ドック）の補助や保健指導、また、がん検診補助を行っています。

●**皆さまの健康維持・増進のために**
健康寿命の延伸を目指し、皆さまの生活習慣の改善、健康意識の向上に役立つイオン健保独自の施策を行っています。

個人情報の利用について

イオン健康保険組合は、お勤め先経由で提出いただく被保険者・被扶養者情報や、被保険者ご本人からいただく各種申請書、受診された医療機関等から当組合に請求される診療報酬明細書、調剤報酬明細書及び訪問看護療養費明細書、健康診断を受けられた際の健診結果数値等の個人情報を基に個人情報データベースを作成し、健康保険組合の事業に限定して利用します。

利用目的

❶保険給付のため　❷保険料徴収のため
❸加入資格認定のため　❹保健事業実施のため
❺医療費適正化事業のため
❻事業の効果検証のため
❼業務遂行上必要な他健保や医療機関等との照会

個人情報の共同利用について

◆**事業所との共同利用**
従業員の健康寿命の延伸を目指すべく、以下の目的で健診結果等をお勤めの事業所と健康保険組合で共有・活用します。
❶生活習慣病リスク保有者への事後指導のため
❷治療要と判断される「高リスク保有者」に対する医療機関への受診勧奨のため
※リスク者の受診有無のみで健診数値や病歴等の情報は含まれません。

❸イオン健康推進室及び各事業所での健康経営推進の効果分析のため
※匿名加工済のデータを使用し本人は特定されません。

◆**健康保険組合連合会との共同利用**
当組合に高額な医療費が発生した際は、その費用の一部について交付を受けるため、対象レセプトの記載情報を利用します。

外部委託について

円滑な業務遂行のため、当組合の一部業務を外部機関に委託しています。委託に際しては個人情報保護に関する契約を結び、適切に運用されているかを当組合が定期的に監査しています。
詳細はイオン健康保険組合ホームページをご覧ください。

イオン健康保険組合　プライバシーポリシー　検索

第三者提供について

当組合は右記の通知および書類について、被保険者および各事業所の利便性を考慮し被保険者宛てに被扶養者分もまとめた一世帯分の情報をお送りしています。被保険者もしくは被扶養者の方から特段の申し出がない限りは、同意（黙示）をいただいているものと解釈し送付させていただきます。この件についてのご相談はイオン健康保険組合　個人情報保護担当者までお願いします。

❶医療費のお知らせ
❷保険給付金決定通知書
❸ジェネリック医薬品のお知らせ
❹外傷原因調査および第三者行為求償の書類
❺多剤投与・頻回受診の方へのお知らせ
❻あん摩、はり、きゅう、柔道整復にかかった方への調査

健康保険証の取り扱いの注意点

●保険証は健康保険組合からの貸与物であり、資格喪失時に返却する義務があります。
●資格喪失後に当組合の保険証で受診した場合は後日、当組合が負担した医療費を請求します。
●保険証を紛失・破損等した場合は、直ちに「被保険者証再交付申請書」を事業主を経由して当組合に申し出てください。（再発行手数料がかかります。）
●保険証は、クレジットカード等とは異なり紛失・盗難にあった場合でも、効力を停止できませんので、早急に警察に届け出てください。
●保険証を他人に貸すことは厳禁です（詐欺の教唆、ほう助となります）。

ご注意ください！

《表》

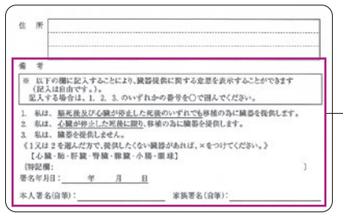
表面

●令和3年4月よりも前に発行された保険証には枝番がありませんが問題なく利用できます。

●婚姻等で氏名が変わった場合は再発行が必要です。勤務先の人事総務ご担当者経由で申請してください。

《裏》

裏面



●住所欄にはお名前が記載されているご本人の現住所を記入してください。住所変更時はご自身で修正してください（再発行はしません）。

●臓器提供意思表示欄の記入は任意です。15歳以上の方が記入した場合に限り有効です。提供しない旨の意思表示は年齢にかかわらず有効です。

日本臓器移植ネットワーク　検索

マイナンバーカードを保険証として利用しよう

オンライン資格確認を導入済みの医療機関・薬局が対象です

マイナンバーカードのICチップもしくは従来の保険証の記号番号を使って、オンラインで資格情報を確認し、医療事務を効率化する仕組みをオンライン資格確認といいます。現在、導入が進められており、対応している医療機関・薬局では「マイナ受付」のポスターやステッカーが掲示されています。これらの医療機関では、マイナンバーカードで受診すると初診料等が安くなります（詳細はP8参照）。

詳細は同封のリーフレットをご覧ください

■**マイナンバーカードを保険証利用するには**
マイナポータルで保険証利用のための初期登録が必要です。

マイナンバーカードの保険証利用申込はこちらから

マイナンバーカードと保険証の一体化について
●政府は、令和6年秋に保険証を廃止する方針を示しました。
●保険証の廃止後は、マイナンバーカードが保険証の代わりとなります。
●紛失等、例外的な事情でマイナンバーカードがない方の受診方法については、今後、検討が進められます。

ライフイベントと健康保険の手続き・申請

下記のようなライフイベント時は、職場の人事ご担当を通じてすぐに必要な届出を行いましょう 。
任意継続被保険者の方は直接イオン健保へ届出てください。

資格の手続き（被保険者および被扶養者）

申請

入社した

■「健康保険証」受領

入社と同時に被保険者となり、保険給付を受けられると共に保険料が徴収されます。

結婚した

■配偶者を被扶養者にする

- ▶被扶養者（異動）届
- ▶被扶養者現況届
- ▶生計維持を証明するもの　等

■改姓した

保険証を変更します。

- ▶被保険者氏名変更届
- ▶「健康保険証」を返却

子供が生まれた

■子供を被扶養者にする

- ▶被扶養者（異動）届

出産で休業

■保険料免除（変更・終了等）の手続き

- ▶産前産後休業取得者申出書
- ▶育児休業等取得者申出書　等

家族の就職・結婚・収入増

■被扶養者資格を外す

- ▶被扶養者異動届
- ▶「健康保険証」を返却

＊被扶養者の収入が130万円（60歳以上は180万円）以上になるとき
＊収入が上記未満でも、被保険者の収入の1/2以上となるとき
＊就職・結婚等で他の健保に加入するとき

退職した

■被保険者資格を喪失

- ▶「健康保険証」を返却

※退職日の翌日から無効になります（被扶養者も同様）。受診時には、加入健保が変わったことを医療機関窓口に伝えてください。

■改めてイオン健保に加入する（勤続2カ月以上の希望者）

- ▶任意継続被保険者資格取得申請書
- ▶被扶養者現況届　等

＊保険料は事業主負担がなくなるので全額自己負担

扶養家族の現況調査（毎年）>>>> 被扶養者となっている方（18歳以上）が、現在も被扶養者の認定基準を満たしているかを確認するため、毎年、生計維持を証明する書類等の提出をお願いしています（P6参照）。（健康保険法施行規則第50条）

保険給付

申請・請求

病気・けがで受診した

健康保険証を提示し、医療費の2～3割を窓口で支払います。残りの7～8割はイオン健保が負担します。

事故やけんかでケガをした

健康保険証を使う場合は加害者への請求手続が必要になるため、すぐに健保にご一報ください（P9参照）。

- ▶第三者行為による負傷届

㊟業務上、通勤途上の傷病は労災保険の適用です。職場の人事ご担当にすぐに連絡してください。

医療費が高額になるとき

■病院窓口の支払いを軽くする

事前に限度額適用認定証の交付を受ければ、自己負担限度額までの支払で済みます（P7参照）。

- ▶限度額適用・標準負担額減額認定申請書

※マイナンバーによるオンライン資格確認導入済の医療機関等では原則不要です。必要かどうかは、まず医療機関にご確認ください。

■支払った医療費を払い戻す

自己負担が自己負担限度額を超えた場合、高額療養費申請で払戻しが受けられます。

- ▶本人高額療養費・家族高額療養費・合算高額療養費支給申請書

医療費を全額負担した

やむを得ず健康保険証なしで受診したときなどは、療養の給付として払戻しが受けられます。

- ▶療養費支給申請書

出産した

法改正

■出産育児一時金をもらう　※産科医療補償制度未加入の分娩機関の場合は488,000円（令和5年3月31日以前の出産は408,000円）

被保険者または被扶養者が出産した場合、令和5年4月1日以降の出産は一児につき50万円（令和5年3月31日以前の出産は42万円）※が支給されます。出産費用が一時金の額より少ない場合は差額が支給されるので、後日、健保から事業所経由で本人に差額請求書を送付します。

- ▶出産育児一時金請求書　等

■出産手当金をもらう

被保険者が出産のため休業し、給料がもらえないときに支給されます。

- ▶出産手当金請求書

病気やけがで会社を休んだ

■傷病手当金をもらう

被保険者が療養のため連続して3日間仕事を休んだ後（待機）、4日目以降、休んで報酬を受けられない日に対し、支給開始日から通算して1年6カ月まで標準報酬日額の3分の2相当額が支給されます。

- ▶傷病手当金請求書

亡くなったとき

■埋葬料をもらう

- ▶被保険者…埋葬料（費）請求書
- ▶被扶養者…家族埋葬料請求書

通知（事業所経由）

医療費のお知らせ >>> 発行は8月（1～5月受診分）・2月（6～11月受診分）・3月（12月受診分）の年3回です。再発行はできませんので大切に保管してください。**なお、健康ポータルサイト「Pep Up」やマイナポータルでも毎月の医療費を確認できます。**

支給決定通知書 >>> 傷病手当金や高額療養費等、皆さまの請求申請により銀行口座に振り込んだ現金給付があった場合に振込み月の翌月に発行されます。事前通知はありません。

イオン健康保険組合のホームページの「各種届出書・申請書ダウンロード」から必要な書類を印刷してください。

健康保険制度を ざくっと 紹介!

健康保険制制度の基本的な知識や手続き等を動画でわかりやすく解説しています。こちらもぜひ、ご覧ください。

https://kenpo-mov.jp/shakaihoken/aeonkenpo/

保険料について

1. 保険料率は、毎年見直しが行われます。
2. 毎月の各保険料は「被保険者(=あなた)に決められた標準報酬月額(A)×保険料率」で算出され、被保険者(=あなた)と会社で折半負担します。健康保険の40歳以上65歳未満の被保険者は「介護保険料(C)」を上乗せして徴収されます。
3. 保険料は、総報酬制により、毎月の給与のほか、賞与からも同じ保険料率で徴収されます。※標準賞与額の年間上限は573万円です。
4. 標準報酬月額(A)は実際に被保険者(=あなた)が受けた報酬額に合わせ毎年見直されます。(定時決定)
   ※4月～6月の3カ月間の報酬(賞与除く)の平均月額に基づき、9月～翌年の8月までの1年間の標準報酬月額(A)が決まります。固定的賃金の変動により、2等級以上変わったときは、変動月より4カ月目より標準報酬月額(A)は改定されます。(随時改定)
5. 月額保険料(被保険者=あなたの負担分)に円未満の端数がある場合、50銭以下は切り捨て51銭以上は切り上げして1円となります。
   ※会社と被保険者との間で特約がある場合には、その特約に基づき端数処理することができます。
6. 令和4(2022)1月1日より任意継続被保険者の標準報酬月額上限は300,000円です。(全額自己負担)

●健康保険・介護保険 標準報酬&保険料月額表

当健康保険組合の健康保険料率は $\frac{103}{1,000}$ [被保険者 $\frac{51.50}{1,000}$ 事業主 $\frac{51.50}{1,000}$] 介護保険料は $\frac{20}{1,000}$ [被保険者 $\frac{10}{1,000}$ 事業主 $\frac{10}{1,000}$] です。

標準報酬			報酬月額	月額保険料(あなたの負担分)	
				健康保険料(B)	介護保険料(C)
等級	月額(A)	日額	報酬月額	51.5/1,000	10/1,000
	円	円	円以上 円未満	円	円
1	58,000	1,930	～ 63,000	2,987	580
2	68,000	2,270	63,000～ 73,000	3,502	680
3	78,000	2,600	73,000～ 83,000	4,017	780
4	88,000	2,930	83,000～ 93,000	4,532	880
5	98,000	3,270	93,000～101,000	5,047	980
6	104,000	3,470	101,000～107,000	5,356	1,040
7	110,000	3,670	107,000～114,000	5,665	1,100
8	118,000	3,930	114,000～122,000	6,077	1,180
9	126,000	4,200	122,000～130,000	6,489	1,260
10	134,000	4,470	130,000～138,000	6,901	1,340
11	142,000	4,730	138,000～146,000	7,313	1,420
12	150,000	5,000	146,000～155,000	7,725	1,500
13	160,000	5,330	155,000～165,000	8,240	1,600
14	170,000	5,670	165,000～175,000	8,755	1,700
15	180,000	6,000	175,000～185,000	9,270	1,800
16	190,000	6,330	185,000～195,000	9,785	1,900
17	200,000	6,670	195,000～210,000	10,300	2,000
18	220,000	7,330	210,000～230,000	11,330	2,200
19	240,000	8,000	230,000～250,000	12,360	2,400
20	260,000	8,670	250,000～270,000	13,390	2,600
21	280,000	9,330	270,000～290,000	14,420	2,800
22	300,000	10,000	290,000～310,000	15,450	3,000
23	320,000	10,670	310,000～330,000	16,480	3,200
24	340,000	11,330	330,000～350,000	17,510	3,400
25	360,000	12,000	350,000～370,000	18,540	3,600
26	380,000	12,670	370,000～ 395,000	19,570	3,800
27	410,000	13,670	395,000～ 425,000	21,115	4,100
28	440,000	14,670	425,000～ 455,000	22,660	4,400
29	470,000	15,670	455,000～ 485,000	24,205	4,700
30	500,000	16,670	485,000～ 515,000	25,750	5,000
31	530,000	17,670	515,000～ 545,000	27,295	5,300
32	560,000	18,670	545,000～ 575,000	28,840	5,600
33	590,000	19,670	575,000～ 605,000	30,385	5,900
34	620,000	20,670	605,000～ 635,000	31,930	6,200
35	650,000	21,670	635,000～ 665,000	33,475	6,500
36	680,000	22,670	665,000～ 695,000	35,020	6,800
37	710,000	23,670	695,000～ 730,000	36,565	7,100
38	750,000	25,000	730,000～ 770,000	38,625	7,500
39	790,000	26,330	770,000～ 810,000	40,685	7,900
40	830,000	27,670	810,000～ 855,000	42,745	8,300
41	880,000	29,330	855,000～ 905,000	45,320	8,800
42	930,000	31,000	905,000～ 955,000	47,895	9,300
43	980,000	32,670	955,000～1,005,000	50,470	9,800
44	1,030,000	34,330	1,005,000～1,055,000	53,045	10,300
45	1,090,000	36,330	1,055,000～1,115,000	56,135	10,900
46	1,150,000	38,330	1,115,000～1,175,000	59,225	11,500
47	1,210,000	40,330	1,175,000～1,235,000	62,315	12,100
48	1,270,000	42,330	1,235,000～1,295,000	65,405	12,700
49	1,330,000	44,330	1,295,000～1,355,000	68,495	13,300
50	1,390,000	46,330	1,355,000～	71,585	13,900

*適用実施期間:2023年3月1日(2023年4月納付から)～2024年2月29日

被扶養者の認定・現況調査・削除について

●被扶養者になるための条件〈健康保険法第3条〉

1. 被扶養者の範囲(三親等内の親族)に含まれていること
   続柄によっては同一世帯に属している(同居)が条件となります。
2. 主として被保険者の収入(送金)によって生計を維持されていること
   被保険者の年収の1/2未満で、かつ以下の条件を満たしていなければなりません。

被扶養者の年収	60歳未満	年収130万円未満	月額108,333円以下 日額3,611円以下
	60歳以上～75歳未満 障害厚生年金の受給要件に該当する程度の障害のある人	年収180万円未満	月額149,999円以下 日額4,999円以下

*収入について　給与収入の場合:交通費を含む総支給額
年金収入の場合:介護保険料、所得税額控除前の年金支払額
課税対象ではない遺族年金、障害年金、恩給、雇用保険失業給付金、傷病手当金、出産手当金等も含まれます。

3. 別居の場合は被保険者から収入以上の送金を受けて生活をしていること
   原則として毎月金融機関を用いた送金が必要です。手渡しや1つの口座でのやりとり、数カ月分まとめての送金は認められません。
4. 国内に居住していること〔令和2(2020)年4月より〕
   留学中や被保険者が外国赴任中等の例外を除き、国内居住が要件となります。

●被扶養者を継続して認定するとき(被扶養者の現況調査)

〈健康保険法施行規則第50条〉

被扶養者の状況確認のための書類を求められたときは、遅滞なく提出をし、検認を受けなければなりません(年1回実施)。検認または更新を受けない被保険者証は無効となります。削除日以降に使用された場合は医療費を返納することになるのでご注意ください。

●被扶養者を削除しなければならないとき

被保険者、被扶養者の状況が変わり、要件を満たさなくなることがわかった場合(就職、離婚、死亡、収入増等)は、「被扶養者(異動)届」「保険証」「高齢受給者証(交付を受けているとき)」を削除に該当する日から5日以内に、お勤め先の人事・総務(社会保険)担当者(任意継続被保険者は健康保険組合)に提出し、被扶養者から除く手続きを行ってください。

保険給付について

保険証を提示して受ける現物給付

■療養の給付・家族療養費

健康保険を扱っている病院・診療所に保険証を提示することで医療費の一部を自己負担するだけで病気・けがが治るまで治療が受けられます。
また、在宅医療・在宅看護も受けられます。(訪問看護療養費／家族訪問看護療養費)

■療養の給付・家族療養費

●70歳以上の方の医療

70歳以上の方(後期高齢者医療制度の加入者を除く)が診療を受けるときは、「保険証」と「健康保険高齢受給者証」を保険医療機関に提示します。

●個人の窓口負担割合

小学校入学前	2割
小学校入学後～69歳	3割
70歳～74歳	一般2割　現役並み所得者3割

※現役並み所得者:標準報酬月額28万円以上で、かつ夫婦2人世帯で年収520万円(単身世帯で383万円)以上の方
※70歳未満の被保険者に扶養されている70歳以上の方は一般と同様

■入院時食事療養費・入院時生活療養費・家族療養費

入院中の食事の費用については、1食460円の標準負担額を除いた部分が入院時食事療養費(家族療養費)として給付されます。
療養病床に入院する65歳以上の方の生活の費用については標準負担額を除いた部分が、入院時生活療養費(家族療養費)として給付されます。
※低所得者(市町村民税非課税世帯等)の方には、申請により軽減措置があります。

保険証・認定証等を提示して受ける給付

■高額療養費の現物給付

●通院・入院時に支払う医療費が自己負担限度額までになります

オンライン資格確認導入済みの医療機関で、ご本人が確認に同意した場合、「限度額適用認定証」は原則不要です。医療機関に提示を求められた場合、事前に健康保険組合から交付された「限度額適用認定証」を提示することで、保険医療機関や薬局の窓口で支払う額が、暦月で一定額が超える場合は、自己負担限度額で済むようになります。(入院時の食事負担や差額ベッド代等は対象外です。)

■70歳未満の方の自己負担限度額　〈表1〉

区分			高額療養費の自己負担限度額(1カ月あたり)
ア	標準報酬月額	83万円以上	252,600円+(かかった医療費−842,000円)×1%
イ		53万円～79万円	167,400円+(かかった医療費−558,000円)×1%
ウ		28万円～50万円	80,100円+(かかった医療費−267,000円)×1%
エ		26万円以下	57,600円
オ	低所得者(住民税非課税者)		35,400円

■「健康保険高齢受給者証」をお持ちの70歳以上の方
※70歳以上の方の高額療養費の算定基準については、平成30(2018)年8月施行分より見直しがされました。詳しくは健康保険組合・ホームページにて確認ください。

●「限度額適用認定証」申請の流れ

限度額魔適用認定証が必要かどうかは、まずは医療機関にご確認ください。

1. イオン健康保険組合のホームページから「限度額適用・標準負担額減額認定申請書」を入手し必要事項を記入の上、イオン健康保険組合に送付。
↓
2. イオン健康保険組合より「限度額適用認定証」が届きます。
↓
3. 医療機関の窓口に「限度額適用認定証」を提示します。

※外来と入院や、院外処方箋による調剤など窓口で対応できないものは「高額療養費」の申請により差額分の支給を受けてください。

■長期高額療養者(特定疾病)の負担軽減

特定疾病の認定を受けると、毎月の自己負担限度額が10,000円(標準報酬月額53万円以上の人は20,000円)に軽減されます。※事前の申請が必要です。

資格を失った後の給付

資格を喪失するまで継続して1年以上被保険者だった方は、資格喪失後も次のような給付を受けられます。

■傷病手当金・出産手当金
資格を喪失したとき傷病手当金や出産手当金の支給を受けていた方、または、資格を喪失したとき支給を受ける条件を満たしている方は、支給期間内で支給されます。
※老齢年金・障害年金を受給している場合は、減額調整されます。
■出産育児一時金
女子被保険者が、資格を喪失してから6カ月以内に出産したとき
※被扶養者については支給されません。
■埋葬料(費)
❶被保険者の資格を喪失してから、3カ月以内に死亡したとき
❷被保険者の資格を喪失した後、傷病手当金、出産手当金の支給を受けている間に死亡したとき
❸被保険者が❷の給付を受けなくなった日から3カ月以内に死亡したとき
※❶～❸のいずれかの場合、埋葬料(費)が支給されます。尚、❶は被保険者期間が1年未満でも給付を受けられます。

健康保険で受けられる現金給付

▶被保険者(本人)が受けられる保険給付(請求により現金で受ける)

		法定給付
病気・けが	療養費	やむを得ず保険証なしで受診したときや、コルセットなど治療用装具代等立て替え払い等をしたとき、保険基準額の70%(年齢により80%)
	高額療養費	1人1カ月(暦月)、1件につき自己負担限度額を超えた額 ※1人1カ月(暦月)1件とは、「医療費のお知らせと給付金の通知」の1行 ※自己負担限度額は、〈表1〉参照。ただし、同一世帯で1年間に高額療養費が3月以上になったときは、4月目から自己負担額が軽減されます。
	合算高額療養費	同じ世帯で同一月に21,000円以上の自己負担が2件以上あり合計して自己負担限度額を超えた額
	傷病手当金	療養のため連続して3日間仕事を休んだ後(待機)、4日目以降、休んで報酬を受けられない日に対し、支給開始日から通算して1年6カ月まで標準報酬日額の3分の2相当額
出産	出産育児一時金	(法改正に伴い)令和5年4月1日以降の出産は一児につき500,000円(令和5年3月31日以前の出産は420,000円) ※産科医療補償制度に加入していない分娩機関の場合は488,000(令和5年3月31日以前の出産は408,000円) ※妊娠85日以上であれば死産・流産でも支給されます ※分娩機関への直接支払制度が利用できます
	出産手当金	出産のため欠勤して給料が受けられなかったとき 産前42日(多胎妊娠98日)産後56日の範囲で、無給1日につき標準報酬日額の3分の2相当額
死亡	埋葬料(費)	50,000円 生計維持関係のない人が埋葬したときは、埋葬料の限度額内で実費

※直接支払制度の利用を希望される方は、分娩機関の窓口までお問い合わせください。
※高額介護合算療養費の支給を希望する方は、お住まいの市区町村の介護保険担当窓口でご確認の上、健康保険組合までご相談ください。

▶被扶養者(家族)が受けられる保険給付(請求により現金で受ける)

		法定給付
病気・けが	家族療養費	やむを得ず保険証なしで受診したときや、コルセットなど治療用装具代等立て替え払い等をしたとき、保険基準額の70%(年齢により80%)
	家族高額療養費	1人1カ月(暦月)、1件につき自己負担限度額を超えた額 ※1人1カ月(暦月)1件とは、「医療費のお知らせと給付金の通知」の1行 ※自己負担限度額は、〈表1〉参照
出産	家族出産育児一時金	被扶養者家族が出産したとき (給付内容は被保険者の出産育児一時金と同じ)
死亡	家族埋葬料	被扶養家族が死亡したとき、50,000円

次のようなときには給付が制限されます

次のような場合は、健康保険制度の健全な運営を阻害することになりますので保険給付の全部または一部が制限されます。

1 故意に事故を起こしたとき	保険給付は行われません。
2 ケンカ、泥酔などで事故を起こしたとき	保険給付の全部または一部が制限されます。
3 正当な理由がないのに医師の指示に従わなかったとき	保険給付の一部が制限されます。
4 詐欺その他不正な行為によって保険給付を受けたとき	保険給付は行われません。刑法上の詐欺罪に当たります。
5 健康保険組合の質問や指示する診断などに応じないとき	保険給付の全部または一部が制限されます。

業務上や通勤途上の病気・けがの場合

業務上や通勤途上の原因による病気・けがは、労災保険で医療を受けます。お勤め先の人事・総務(社会保険)担当者へご一報ください。

負傷事故やケンカなどの傷病で受診する場合

交通事故をはじめとする負傷事故やケンカ等、第三者の加害行為や過失による傷病の治療費は、本来、加害者が全額負担するものです。諸事情により健康保険を使う場合は、健康保険組合が加害者(の損保会社等)に対し損害賠償請求ができるよう「第三者行為の届出」をする義務があります〈健康保険法施行規則第65条〉。
まずは受診前に必ず健康保険組合までご一報ください。

賢い受診のしかた

病気やケガをしたとき、医療費がかかるのは仕方ないと思いがちですが、受診のしかたによっては、病院や薬局に支払う医療費を節約することができます。医療費をムダなく適切に使うことは、皆さんの家計にやさしいだけではなく、保険料や国民医療費増の抑制につながります。

時間外や夜間に受診しない

時間外に医療機関を受診すると下記のように割増料金が加算されます。緊急の場合以外は診療時間内に受診しましょう。

■診療時間外の加算　※（　）内は6歳未満の場合

	時間帯	加算額	
		初診	再診
時間外加算	概ね6時～8時、18時～22時 土曜8時前と正午以降	850円（2,000円）	650円（1,350円）
休日加算	日曜・祝日・年末年始	2,500円（3,650円）	1,900円（2,600円）
深夜加算	22時～6時	4,800円（6,950円）	4,200円（5,900円）

※薬局にも加算があります。
※夜間や早朝、休日も営業している医療機関では営業時間内であっても、割増料金がかかる場合があります。

子どもの医療費について

とくに6歳未満の子どもの場合、加算額が大きくなります。子どもの医療費が無料の自治体も多いですが、**公費負担は自己負担分（2～3割）だけで、残りは健康保険組合が負担するため、診療時間内の受診にご協力お願いします。**

電話相談等もご利用ください

- **イオン健康相談　0120-562-412**
  24時間（委託先：ティーペック株式会社）
- **小児救急電話相談　#8000**
  小児科の医師や看護師からアドバイスが受けられます。（自治体運営）
- **こどもの救急（ONLENE）　http://kodomo-qq.jp**
  6歳以下の子供が対象。（日本小児科学会運営）
- **救急相談センター　#7119**
  救急隊経験者や看護師などによるアドバイスが受けられます。（自治体運営）

はしご受診はしない

病院を何度も変えてしまう、いわゆる「はしご受診」は、そのたびに初診料がかかり、同じような検査を繰り返すなど、ムダな医療費がふくらんでしまうばかりか、からだにも負担があります。治療に不安や疑問があるときは、まずは今かかっている医師に伝えてみましょう。

いきなり大病院に行かない

紹介状を持たず、いきなり一定基準以上の大病院を受診すると、医療費に特別料金が加算されます。2022年10月からこの定額負担が**初診で7,000円以上に、再診で3,000円以上**に引き上げられました。まずは身近なかかりつけ医を受診して、必要に応じて紹介状をもらいましょう。

お薬受診を減らす

お薬をもらうためだけの通院が多い人におすすめなのが「リフィル処方せん」。「リフィル処方せん」とは同じ処方せんを繰り返し使用できるもので、2022年4月に導入されました。**慢性疾患など、病状の安定した患者が対象で同じ処方せんで3回まで利用できます。**通院の回数を減らすことで医療費と時間を節約できますので、当てはまりそうな人は医師に相談してみましょう。

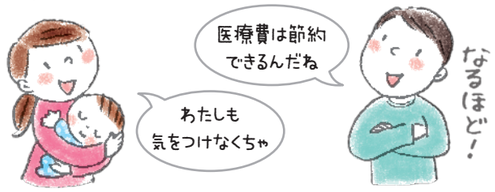
マイナンバー保険証で受診する

マイナンバー保険証が使える医療機関では、マイナンバー保険証を提示した方が、従来の保険証を提示した場合よりも負担が軽くなります。

■マイナンバー保険証で受診した場合の追加負担（2023年4月～12月）

	従来の保険証	マイナ保険証
初診時	18円（12円）	6円（6円）
再診時	6円（0円）	0円（0円）

※3割負担の場合。（　）内は改正前
※マイナ保険証非対応の医療機関では従来の保険証でも追加負担はありません。



ご存知ですか？ 健康保険が使えないもの

皆さんが病気やケガをしたとき、ほとんどの場合は健康保険で治療を受けられますが、**下記のようなケースは保険適用外となります。**健康保険で治療を受けると、保険給付分の返還や届出等が必要になりますので、ご注意ください。

✕ 業務上や通勤途中の事故などによるケガは労災保険

業務上や通勤途中でのケガや病気は、労災保険の適用となります。明らかに労災に該当する場合は、労災病院を受診するか、労災病院以外では保険証を提示せず労災であることを告げて受診してください。

労災保険にあたるケース

- 通勤途中のケガ（直行・直帰を含む）
- 仕事中のケガ（トイレ休憩等を含む）※在宅ワークでも認められる場合があります。
- 出張中のケガや病気
- 労働基準法で定められている業務上の疾病　など

✕ 急性のけが以外で接骨院・整骨院の施術を受けるのは全額自己負担

接骨院・整骨院で健康保険が使えるのは、捻挫・打撲・挫傷（肉離れなど）、脱臼・骨折*のみです。右記の場合は「健康保険取り扱い」と表示されている場合でも健康保険は使えません。

*医師の同意が必要（応急手当の場合は手当後に医師の同意が必要です）。

健康保険は使えません

- 日常生活による単純な疲労や肩こり
- スポーツなどによる筋肉疲労・筋肉痛
- 加齢からくる痛み
- 脳疾患後遺症、神経痛、リウマチなどの慢性病からくる痛みやしびれ
- 病状の改善が見られない長期の施術
- 保険適用となる施術であっても同一部位について医療機関の治療を受けながら、同時に接骨院・整骨院の施術を受けている場合

✕ 交通事故やケンカなど、第三者行為によるケガの治療費は加害者負担

他者の行為で負った傷病を第三者の行為による傷病（以下、第三者行為）といいます。治療で保険証を使用したい場合は、まず健保にご一報のあと、健保が保険給付分を加害者へ請求できるよう「第三者行為による負傷届」をご提出ください。

第三者行為にあたるケース

- 自動車、バイク、自転車などの交通事故
- ゴルフでの他人の打球によるケガ
- 他人のペットなどによるケガ
- 不当な暴力や傷害行為によるケガ
- 購入食品や飲食店での食中毒
- 他者所有建物の設備の欠陥などによる事故　など

※示談にすると必要な補償が受けられなくなるため、事前にイオン健保にご連絡ください。

4月7日 世界保健デーよりウォーキングラリーを開催！

世界保健デーは、世界保健機関（World Health Organization：WHO）が設立された1948年（昭和23年）4月7日を記念して設けられました。イオン健康保険組合では、この日に合わせてウォーキングラリーを開催し、皆さまの健康づくりを応援します。

■第14回イオン健保ウォーキングラリー概要

期　間　4月7日～5月18日（エントリーは4月13日まで）
参加方法　Pep Upにログインしイベントページからエントリー。
歩数目標　個人8,000歩/日　チーム6,000歩/日

目標達成で**500**ポイント！

■過去参加状況

2022年度実績	個人参加者	チーム参加者
第13回	12,179人	6,222人
第12回	11,402人	5,902人
第11回	11,683人	5,945人

1週間に2回は30分以上の運動をしよう！

イオン健保ウォーキングラリーは年3回の開催です。詳細はP11へ。

ウォーキングとは
日常生活の歩きや散歩とは異なり、“健康のため”という目的をもって行う歩きで、手軽にできる有酸素運動です。

2023年度 主な保健事業計画

メニュー	対象者	内　　容	備考
被保険者 人間ドック等 健診補助	2023/4/1時点で在籍 かつ40歳以上74歳未満の 被保険者	特定健診と定期健診項目を満たす健診（人間ドック等）費用に対し11,200円までの実費を補助。「人間ドック等健診受診券」を5月下旬に会社経由で送付します。　※会社の集団健診で受けた場合は会社に補助	詳細は P13参照
被扶養配偶者 人間ドック等 健診補助	2023/4/1時点で在籍 かつ40歳以上74歳未満の 被扶養配偶者	特定健診項目を満たす健診（人間ドック等）費用に対し7,000円までの実費を補助。「人間ドック等健診受診券」を5月下旬に会社経由で被保険者に送付しますので、ご本人にお渡しください。	詳細は P13参照
配偶者を除く 被扶養者 特定健診補助	2023/4/1時点で在籍 かつ40歳以上74歳未満の 被扶養者（配偶者除く）	健康保険組合連合会が主管する特定健診（集合契約A）費用を全額補助（窓口負担なし）。5月下旬に会社経由で受診券を被保険者に送付しますので、ご本人にお渡しください。	受診期間 2024/1/31まで
被扶養配偶者 健診補助	2023/4/1時点で在籍 かつ30歳以上40歳未満の 被扶養配偶者	最寄りの健診機関等で受診した健康診断に5,000円までの実費を補助します。	受診期間 2024/3/31まで 申請期日（必着） 2024/4/5
35歳付加健診 補助	2023/4/1時点で在籍 かつ35歳の 被保険者	定期健康診断時に追加で受ける検査5項目（尿酸・クレアチニン・HbA1c・尿潜血・ウロビリノーゲン）を全額補助します。 ※会社の集団健診で受けた場合は会社に補助	受診期間 2024/1/31まで 申請期日（必着） 2024/2/29
特定保健指導	被保険者・被扶養者	特定健診の結果、保健指導基準と判定された方には、専門家のアドバイスのもと、3～6カ月間で減量等、数値改善に取り組んでいただきます。通知が届いたら必ず申し込み、生活習慣改善につなげてください（無料）。	該当の方に通知
重症化予防	被保険者・被扶養者	特定健診の結果、病院受診が必要と判定されながら未受診の方に、受診勧奨通知をお届けします。受け取った方はすぐに受診してください。	該当の方に通知
NEW HPV感染 リスク検査	2023/4/1時点で 20歳以上70歳未満の 被扶養者	子宮頸がんの発症原因となるHPV（ヒトパピローマ・ウイルス）の感染有無を自宅で調べることができます。	お申込みは Pep Upから （ちらしをご覧ください）
がん検診補助	被保険者・被扶養者	胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がんの検診を受診した場合に対する費用補助（上限5,000円）　＊自治体実施の検診は対象外	詳細は P15～17参照
自治体検診 補助	被保険者・被扶養者	自治体が主管する「がん検診」等の検診を受けた場合の費用補助（上限5,000円）。＊上記「がん検診補助」を受ける場合は申請できません。	
歯科健診	加入者	歯科健診センターを通じて、近くの歯科医院にて歯科健診・相談（無料）	
健康相談	加入者	❶健康相談、医療相談、介護相談、メンタルヘルス　0120-862-412 https://consult.t-pec.co.jp/service/712356 ❷セカンドオピニオンサービス　0120-712-356	詳細は 健保HPで
海外医療相談	加入者	海外勤務者向けの健康相談、医療相談、育児相談、メンタルヘルス https://consult.t-pec.co.jp/service/gdtx8j	
シニア世代の 健康サポート	被保険者	60歳以上を対象にしたロコモティブシンドロームとフレイル予防のためのオンライン動画セミナー。	
禁煙サポート	加入者	❶禁煙外来補助（10,000円までの実費） ❷オンライン禁煙プログラム・禁煙体験（無料）	年1回の補助
機関誌の発行	被保険者	健康保険と保健事業の概要・健康情報を「ヘルシーファミリー」でお届け。年3回　4月・9月・1月	HPにも掲載
Pep Up	被保険者	個人向け健康ポータルサイト。医療費のお知らせやお薬情報、健診結果（40歳以上）、健康情報をWEBでお届け。健康イベントも開催。	登録無料
健康教室	事業所（会社）	事業所単位で開催する禁煙やメンタルセミナーの開催費用を補助。	上限10万円/回

≫申請書や詳細情報はイオン健康保険組合HPで入手できます。

Pep Up 2023

年間イベント情報

日々イベントに参加して楽しく健康改善につなげよう！

※WAONポイントなら500ポイントから交換できます。

スマホ・タブレット・パソコンからいつでもアクセス可能！

年間最大 5,000P ゲット

年間イベント

イベントタイトル	企画内容	実施期間	ポイント付与基準	ポイント付与日
日々の記録	「日々の記録」コーナーより、「体重」「血圧」「睡眠時間」を記録。	2023年　2024年 4月1日～3月31日	●体重 ●血圧 ●睡眠時間 各1ポイント／日	即日
40歳以上対象 健診結果改善チャレンジ	健康診断結果に基づいて ❶BMIの値が「A」にランクされると100ポイント付与。 ❷40歳以上の被保険者は健康年齢が実年齢より0.1歳若返ると10ポイント付与。	年度内に会社の健康診断や人間ドックを受診してください。	最大600ポイント ❶で100ポイント ❷で最大500ポイント ※0.1歳刻みでポイントが加算されます。	健診数値反映の翌日 ❶2022年度健診分 ～2023年11月付与 ❷2023年度健診分 2023年12月付与開始 （11月までに数値が反映した場合は12月に付与）

期間限定イベント

イベントタイトル	企画内容	実施期間	ポイント付与基準	ポイント付与日
健康クイズ （eラーニング）	教材を全て読了かつクイズに全問正解するとポイント付与。	2023年7月	●達成基準を満たした場合 100～300ポイント	2023年9月頃
事前エントリー制 ウォーキングラリー	個人参加の目標　1日平均 8,000歩 チーム参加の目標　1日平均 6,000歩	第1弾 2023年 4月7日～5月18日 第2弾 2023年 9月1日～9月30日 第3弾 2023年 12月18日～2024年 1月28日	●個人で達成した場合 400ポイント ●チームで達成した場合 100ポイント ●個人・チーム両方で達成 500ポイント	第1弾 2023年7月上旬 第2弾 2023年11月上旬 第3弾 2024年3月上旬
元気UPキャンペーン	生活改善コースを選択し、2カ月間チャレンジ。	2023年 10月1日～11月30日	●達成基準を満たした場合 500ポイント	2024年1月頃

健康ポータルサイト「Pep Up」に登録して健康イベントに参加しよう！

Pep Upは「医療費通知」や「ジェネリック通知」「健康ニュース」等多彩なメニューであなたの健康を総合的にサポートします。

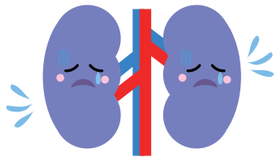
※40歳以上の方は、健康診断の結果を基に、ご本人の健康年齢をご提示します。

登録には本人確認コードが必要です。イオン健保加入約3カ月後に所属部署経由にて登録案内を送付しています。また2月・8月送付の「医療費のお知らせ」でも案内しています。紛失された方はイオン健保ホームページから再発行申請してください。

イオン健保　ペップアップ　検索

20歳以上の8人に1人がかかっている!?

CKD（慢性腎臓病）を知っていますか？

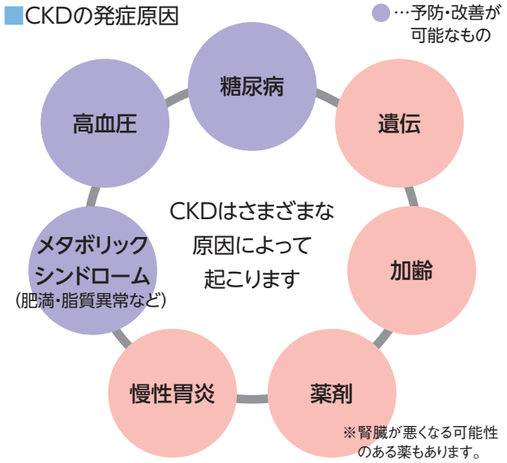


CKD(慢性腎臓病)とはたんぱく尿や腎臓の機能低下など、腎臓の異常が続いている状態のことをいいます。成人の8人に1人がかかっているともいわれており、新たな国民病として注目されています。しかし、CKDはほとんど自覚症状がなく、気づいたときにはすでに重症化しているケースも少なくありません。

CKDはさまざまな病気の重大な危険因子であり、**人工透析や腎移植などの原因になるだけではなく、脳卒中や心不全、心筋梗塞などのリスクが高まる**ことも知られています。

CKDの発症原因には遺伝や加齢によるものもありますが、**多くは糖尿病や高血圧などの生活習慣病由来で起こります。**これらの病気のある人は、治療や生活習慣の改善に努めることはもちろん、また、そうでない人も健診でたんぱく尿等の異常を指摘されたら、絶対に放置しないようにしましょう。

■CKDの発症原因　●…予防・改善が可能なもの



CKDの発症・重症化を防ぐには

症状が出てからでは遅い!? まずは定期的な健診を

CKDはほとんど自覚症状がないので、定期的な健康診断でチェックするしかありません。下記の検査項目で異常（再検査・二次検査・要治療）を指摘されたら、必ず指示に従ってください。

腎臓はいったん悪くなってしまうと機能を回復するのは難しくなります。健診を受けて早期に異常を発見し、適切な治療や生活習慣の見直しを行うことがとても重要です。

CKDと関連のある検査項目とCKDが疑われる所見

- ●たんぱく尿（+）、（++）、（+++）
- ●血清クレアチニン検査（eGFR）60未満

■CKDの進行度

ステージ	ステージ1	ステージ2	ステージ3	ステージ4	ステージ5
eGFR値	90以上	60～89	30～59	15～29	15未満
腎臓病の程度	正常	軽度低下	中程度低下	高度低下	腎不全
症状	・自覚症状はほとんどない ・タンパク尿や血尿などが出ることがある		・自覚症状はほとんどない ・高血圧　・貧血 ・夜間頻尿	・疲れやすくなる ・むくみが出る	・食欲低下 ・吐き気 ・息苦しさ ・尿量が減る
治療法		・生活習慣改善　・薬物療法			・透析療法　・腎臓移植

腎臓を守るために生活習慣を見直しましょう

❶塩分を控える

まずは調味料の摂取量を減らし、めん類のつゆは残すようにしましょう。

❷水分摂取を意識する

脱水の状態は腎臓に負担をかけます。こまめに水分補給しましょう。

❸肥満の人は減量する

食事は腹八分目にし、ウォーキングなどの運動を習慣づけましょう。

❹禁煙する

喫煙は血圧の上昇を招き、腎臓の血管を傷つけます。加熱式たばこもやめましょう。

特定保健指導のご案内を受け取ったら

健康保険組合が実施している特定保健指導は、CKDの危険因子である、メタボを改善するためのプログラムです。ご案内を受け取った人は、ぜひ数値改善にお役立てください。

重要

2023年度 40歳以上の方に人間ドック等健診の受診券を配付します

受診券は受診時に健診機関窓口へ提出が必要です。

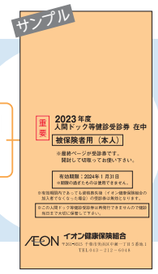
5月下旬以降、お手元に届きます

所属会社の人事より本人に配付されます。

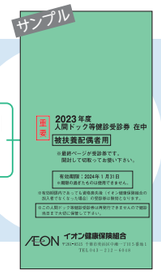
被扶養配偶者の方に速やかに手渡してください。

再発行はできませんので大切に管理してください。

被保険者用 オレンジ



被扶養者用 グリーン

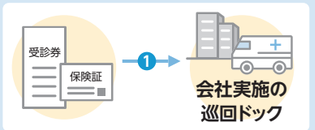


■人間ドック等健診補助金制度について

		被保険者（本人）	被扶養配偶者（妻・夫）
補助対象条件	対象者	2023年4月1日現在、イオン健康保険組合に加入している在籍者で40歳以上の方（1984年3月31日以前生まれ）　※但し、資格喪失後の受診は対象外となります。	
	実施期間	2023年4月1日～2024年1月31日受診分まで	
	補助回数	1回限り	
	有効期限	受診券の有効期限は2024年1月31日まで	
	補助対象の健診補助額	定期健康診断及び特定健康診査を含む健診・人間ドック等11,200円までの実費分	特定健康診査を含む健診・人間ドック等7,000円までの実費分
	補助金の申請期間	2023年4月1日～2024年2月29日（イオン健康保険組合必着）	
健診受診方法		下の図を参照	

パターン1（自己負担なし）

●会社（店舗や事業所）で実施される定期健康診断で巡回ドックを受診する

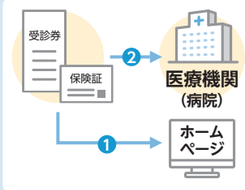


❶受診当日、健康診断の受付に「2023年度人間ドック等健診受診券」を提出、及び「保険証」を提示して受診する。

★保険証と受診券の持参忘れに注意!!

パターン2（自己負担あり）

●イオン健康保険組合の契約健診機関（病院等）で受診する



❶イオン健康保険組合のホームページから自分の条件に合った契約健診機関を選んで自分で予約。

イオン健康保険組合　契約健診機関　検索

❷受診当日、窓口に「2023年度人間ドック等健診受診券」を提出、及び「保険証」を提示、自己負担分を精算。

★保険証と受診券の持参忘れに注意!!

パターン3（一旦、全額自己負担）

●止むを得ず、イオン健康保険組合と「契約の無い健診機関（病院等）」で受診する

＊「2023年度人間ドック等健診補助金支給申請書」に「領収書（原本）」と「特定健康診査受診結果通知表（電子データ可）」および受診券を添付しイオン健保へ補助金申請をしてください。提出書類に不備があると補助金が支給できない場合があります。

パターン4（自己負担あり）

●巡回レディース健診（女性限定・被保険者は対象外）を利用して受診する

※詳しくは、別途対象者にお送りする「巡回レディース健診のご案内」を参照してください。

≫ 詳細は5月下旬以降に「人間ドック等健診受診券」と合わせて配付予定の「案内リーフレット」でご確認ください。

早期発見できれば治る確率が高い！ がん検診は受ける価値あり！

現在、がんは日本人の死亡原因の第1位。日本人が一生にうちにがんと診断される確率は、男性65.5%、女性で51.2%、2人に1人はかかるといわれています(2019年)。

しかし、がんは早期に発見できれば治るものが多く、医療の進歩とともに生存率も伸びています。その早期発見に欠かせないのが「がん検診」で、**とくに国が推奨している5つのがん検診は「対策型がん検診*」といい、日本人全体(集団)の死亡率を下げる科学的根拠がある**として、公共的な医療サービスとして実施されています。この5つのがん検診は、最低限受けておきたい検診です。

*がん検診の種類には対策型のほか、個人が任意で受けられる任意型検診があります。

がん罹患数の順位

2019年	1位	2位	3位
男性	前立腺	大腸	胃
女性	乳房	大腸	肺

がん死亡数の順位

2021年	1位	2位	3位
男性	肺	大腸	胃
女性	大腸	肺	膵臓

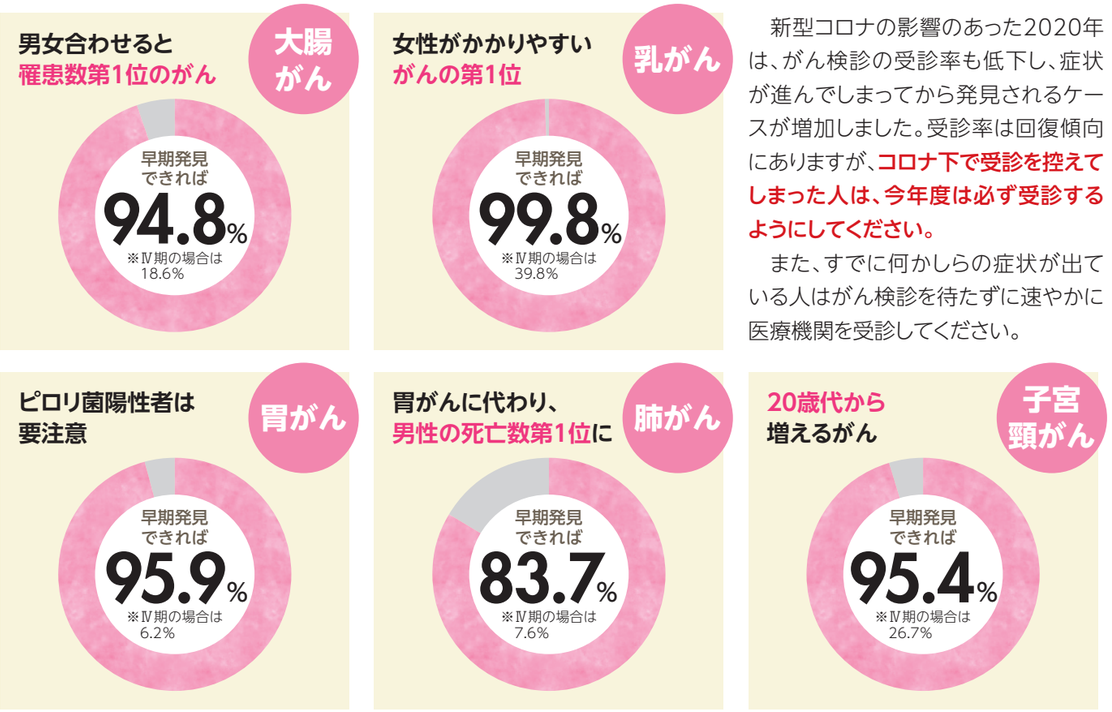
■国が推奨している5大がん検診(対策型検診)

	受診のめやす	検査方法
胃がん	1年に1回／50歳以上	問診に加え、胃部X線検査または胃内視鏡検査 ※当分の間、胃部X線検査に関しては40歳以上に実施も可
肺がん	1年に1回／40歳以上	問診および胸部X線検査 ※50歳以上の喫煙者で喫煙指数(1日の本数×喫煙年数)600以上の人は喀痰細胞診検査を併用
大腸がん	2年に1回／40歳以上	問診および便潜血検査
乳がん	2年に1回／40歳以上	問診およびマンモグラフィ
子宮頸がん	2年に1回／40歳以上	問診、視診、子宮頸部細胞診および内診

■年代別 受けるべきがん検診(被保険者・被扶養者とも)

- 20歳～39歳の女性
  - ●子宮頸がん検診
- 40歳以上の男性
  - ●胃がん検診
  - ●肺がん検診
  - ●大腸がん検診
- 40歳以上の女性
  - ●乳がん検診
  - ●子宮頸がん検診
  - ●胃がん検診
  - ●肺がん検診
  - ●大腸がん検診

早期発見であればこんなに治る確率が高い！



新型コロナの影響のあった2020年は、がん検診の受診率も低下し、症状が進んでしまってから発見されるケースが増加しました。受診率は回復傾向にありますが、**コロナ下で受診を控えてしまった人は、今年度は必ず受診するようにしてください。**

また、すでに何かしらの症状が出ている人はがん検診を待たずに速やかに医療機関を受診してください。

※早期(I期)で発見できた場合の5年相対生存率。国立がん情報センターがん情報サービス「院内がん登録5年生存率集計結果(2014診断年)」による

2023年度

イオン健康保険組合のがん検診等補助

イオン健保にはがん検診等を受けた場合に、以下の2つの補助制度があります。対象の方は**どちらかの制度を年度内1回に限り申請することができますので**、自分が受ける検診内容や費用によってどちらを申請するか、ご自身で選択してください。

① がん検診補助制度について

■**支給対象者**

2023年4月1日時点でイオン健康保険組合に加入している被保険者・被扶養者で以下の年齢の方。

がん検診の種類	補助対象者
子宮頸がん検診	20歳以上 (2004年3月31日以前に生まれた方)
その他	30歳以上 (1994年3月31日以前に生まれた方)

*資格喪失後の受診は対象外になります。
*受診期間中に資格の喪失があった場合は補助対象外になります。

■**受診期間**

2023年4月1日～2024年3月31日に受診したもの

■**申請期間**

2023年4月1日～2024年4月5日
(イオン健康保険組合必着)

■**支給金額**

1人あたり5,000円までの実費支給(年1回限り)

*各がん検診それぞれに5,000円の支給ではありません。
*1年分をまとめて1回でご請求ください。

保険診療扱い(窓口負担3割)で受けた検査は対象外です。

■**補助対象となる検査方法**

下記以外の検査方法は対象となりません。

がん検診の種類	検査方法
胃がん	胃部X線検査、胃内視鏡検査、ヘリコバクター・ピロリ抗体検査、ペプシノゲン検査、胃がんリスク層別化検査(ABC分類)
肺がん	胸部X線検査、喀痰細胞診
大腸がん	便潜血検査
乳がん	乳房X線検査(マンモグラフィ)、乳房超音波検査
子宮がん	子宮頸がん…頸部細胞診、HPV検査、経膣超音波検査 子宮体がん…体部細胞診、経膣超音波検査

■**申請方法**

「2023年度がん検診補助金支給申請書」(P16)に、検診種類(項目)および自己負担額が確認できる領収書の原本(レシート不可)を添付して、直接イオン健康保険組合へ申請してください。申請書はイオン健康保険組合のホームページからもダウンロードできます。

*領収書の返却はいたしません。

② 自治体検診補助制度について

■**事業の内容**

居住している(住民票がある)自治体の保健所、保健センターやその委嘱を受けた医療機関が実施する「がん検診」、「肝炎検診」等を受診した場合の自己負担額について補助を行います(一般健診、インフルエンザ予防接種は除く)。

■**支給対象者**

2023年4月1日時点でイオン健康保険組合に加入している被保険者・被扶養者で以下の年齢の方。

がん検診の種類	補助対象者
子宮頸がん検診	20歳以上 (2004年3月31日以前に生まれた方)
その他	30歳以上 (1994年3月31日以前に生まれた方)

*資格喪失後の受診は補助対象外になります。
*がん検診補助金申請書を提出された方は申請できません。
*受診期間中に資格の喪失があった場合は補助対象外になります。

■**受診期間**

2023年4月1日～2024年3月31日に受診したもの

■**申請期間**

2023年4月1日～2024年4月5日
(イオン健康保険組合必着)

■**支給金額**

1人あたり5,000円までの実費支給(年1回限り)

*1年分をまとめて1回でご請求ください。

■**申請方法**

「2023年度自治体検診補助金支給申請書」(P17)に、検診種類(項目)および自己負担額の確認できる領収書の原本(レシート不可)と自治体の検診であることが確認できるもの(※領収書に「○○市がん検診」等の記載があれば提出は不要です)を添付して直接イオン健康保険組合へ申請を行ってください。申請書はイオン健康保険組合のホームページからもダウンロードできます。

*領収書の返却はいたしません。

【注意】保険診療扱い（窓口で3割負担）として受けた検診は申請できません。

2023年度　がん検診（自治体検診は除く）　補助金支給申請書（本人・被扶養者）

イオン健康保険組合理事長殿　　申請日　（西暦）　　年　　月　　日

※私は、対象のがん検診を受診しましたので、下記のとおり申請いたします。

被保険者（請求者）記入欄	記号・番号	－	会社名 部室店名		
	被保険者氏名		日中連絡がとれる電話番号（店舗等）	勤務先： 携帯等：	
	受診者氏名		受診者生年月日	（西暦）　年　月　日	
	振込先（被保険者の口座）※ゆうちょ銀行不可	銀行・信金　本・支店	口座番号（普）	ﾌﾘｶﾞﾅ 口座名義	

↓受診した検診に○		受診日（西暦）	受診機関名	＜検査方法＞ 受診した検査方法を囲んで下さい（以下に記載のない検査は補助対象外）	費用
	胃がん	年　月　日		胃部エックス線 ・ 胃内視鏡 ﾍﾘｺﾊﾞｸﾀｰﾋﾟﾛﾘ抗体検査 ペプシノゲン検査 胃がんﾘｽｸ層別化検査（ABC分類）	円
	肺がん	年　月　日		胸部エックス線 喀痰細胞診	円
	大腸がん	年　月　日		便潜血	円
	乳がん	年　月　日		乳房エックス線（マンモグラフィ） 乳房超音波検査	円
	子宮がん	年　月　日		頸部細胞診 ・ 体部細胞診 HPV検査 ・ 経膣超音波	円
				合計額	円

【注意】保険診療（保険証使用）として受けた検診は補助対象外です。

領収書（原本）貼付欄

注意事項

①対象となる検診：医療機関が実施する、「胃がん検診」、「肺がん検診」、「大腸がん検診」、「乳がん検診」、「子宮がん検診」のうちイオン健保が指定した検査項目　**（上記に記載のある検査方法のみ補助対象。）**

※自治体が実施している検診はこの制度では申請できません。「自治体検診補助金支給申請書」にて申請願います。

②対 象 者：2023年4月1日現在、当健康保険組合に加入の30歳以上
（2024年3月31日現在：1994年3月31日以前生まれ）の被保険者と被扶養者
（※但し「子宮頸がん検診」のみ20歳以上（2024年3月31日現在：2004年3月31日以前生まれ）も対象）

この制度の申請を行う場合は、同年度内に「自治体検診補助制度」を申請することはできません。

③受診期間：2023年４月１日～2024年３月３１日

④補 助 額：上限5,000円までの実費

⑤提出期限：2024年４月５日（イオン健康保険組合必着）**＊１年分をまとめて年１度のみ申請可**

⑥提出書類：**ａ．この用紙（補助金支給申請書）**
ｂ．領収書の原本（レシート不可）（返却はいたしません）

・検診種類（項目）および自己負担額が確認できること

・領収書に**検診種類（項目）の明記が無い場合、医療費明細書等（コピー可）確認できるものを**必ず添付下さい。

・人間ドック等の基本検査項目に含まれており、検査項目の費用が個別で算出できない場合は申請できません。

⑦振 込 み：原則、毎月５日迄に受理した申請書については、２５日の振込みとなります。
尚、記入もれや添付書類のもれ等がありますと振込みが遅れる場合もありますのでご注意下さい。
（２５日が金融機関休業日の場合は翌営業日以降の振込みとなります）

※　保険診療扱い（窓口で3割負担）として受けた検査は補助金支給対象外となります。

※　資格喪失後の受診は補助金支給対象外となります。※　ゆうちょ銀行への振込みはおこなっておりません。

※　提出いただきました書類の返却は行いません。必要な場合は写しをおとり下さい。

＜イオン健康保険組合手続き欄＞　資格取得日　．　．　資格喪失日　．　．

支給決定伺				補助金	出納日印
常務理事	事務長	課長	係	円	

受付印

切り取り線

2023年度　自治体検診　補助金支給申請書（本人・被扶養者）

イオン健康保険組合理事長殿　　申請日　（西暦）　　年　　月　　日

※私は、自治体検診を受診しましたので、下記のとおり申請いたします。

被保険者（請求者）記入欄	記号・番号	－	会社名 部室店名		
	被保険者氏名		日中連絡がとれる電話番号（店舗等）	勤務先： 携帯等：	
	受診者氏名		受診者生年月日	（西暦）　年　月　日	
	振込先（被保険者の口座）※ゆうちょ銀行不可	銀行・信金　本・支店	口座番号（普）	フリガナ 口座名義	

検査項目記入欄　※受診した検査種類をすべて記入してください。

	受診日（西暦）	検査種類（項目）	自治体名	受診機関名	自己負担額
記入例	2023年 5月 12日	胃がん検診	千葉市	イオン病院	○○○円
①	年　月　日				円
②	年　月　日				円
③	年　月　日				円
			自己負担額の合計額		円

【注意】この制度の申請を行う場合は、同年度内にがん検診補助制度を申請することはできません。

領収書（原本）貼付欄

注意事項

①対象となる検診：居住している（住民票がある）自治体の保健所、保健センターやその委嘱を受けた医療機関が実施する「がん検診」「肝炎検診」等
（一般健診、インフルエンザ予防接種を除く）

②対 象 者：2023年４月１日現在、当健康保険組合に加入の30歳以上（2024年３月31日現在：1994年３月31日以前生まれ）の被保険者と被扶養者
（※但し「子宮頸がん検診」のみ20歳以上（2024年３月31日現在：2004年３月31日以前生まれ）の被保険者と被扶養者も対象となります。）

この申請を行う場合は、同年度内に「がん検診補助制度」を申請することはできません。

③受診期間：2023年４月１日～2024年３月31日　＊１年分をまとめて年１度のみ申請可

④補助金額：１人あたり5,000円までの実費（年１回のみ）

⑤提出期限：2024年４月５日（イオン健康保険組合必着）

⑥提出書類：**ａ．この用紙（補助金支給申請書）**
ｂ．領収書の原本（レシート不可）（返却はいたしません）
・検診種類（項目）および自己負担額が確認できること
ｃ．自治体の検診であることが確認できるもの（自治体からの検診の案内等）
※領収書に「○○市がん検診」等記載があれば提出は不要です。

⑦振 込 み：原則、毎月５日迄に受理した申請書については、２５日の振込みとなります。
尚、記入もれや添付書類のもれ等がありますと振込みが遅れる場合もありますのでご注意下さい。（２５日が金融機関休業日の場合は翌営業日以降の振込みとなります）

※　ゆうちょ銀行への振込みはおこなっておりません。※　資格喪失後の受診は補助金支給対象外となります。

※　提出いただきました書類の返却は行いません。必要な場合は写しをおとり下さい。

＜イオン健康保険組合手続き欄＞　資格取得日　．　．　資格喪失日　．　．

支給決定伺				補助金	出納日印
常務理事	事務長	課長	係	円	

受付印

2023年度 予算のお知らせ

2023年2月22日の第137回組合会において、2023年予算と事業計画が承認されました。

健康保険

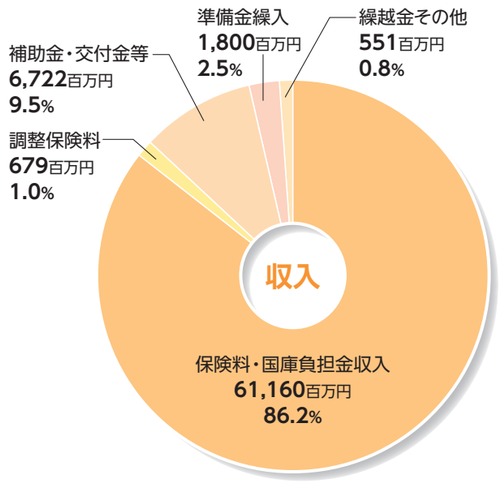
収入支出予算 **70,912**百万円

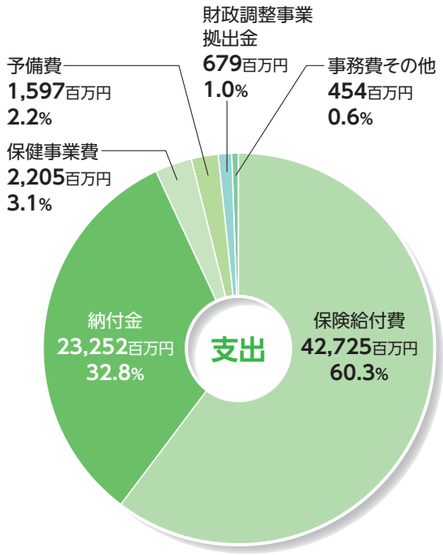
保険料率（健康保険）

被保険者	事業主	合　計
5.15%	5.15%	10.3%

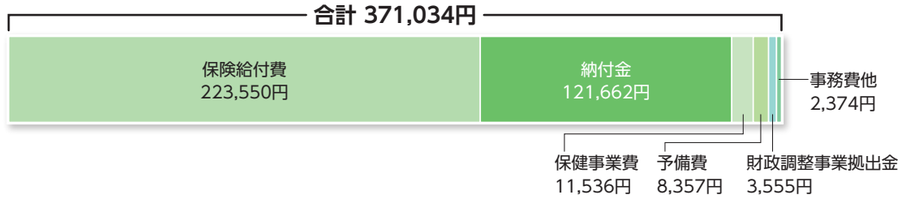
■予算の基礎

	2023年度	前年比
被保険者数(人)	191,120	101.5%
被扶養者数(人)	58,880	98.8%
平均標準報酬月額(円)	231,900	100.6%
平均総標準賞与額(円)	382,590	100.6%





被保険者1人当たりの主な支出予算額



第137回組合会議案内容

議決を求めるもの

議案第1号　健康保険料率の内訳について
議案第2号　令和5年度事業計画と予算について
議案第3号　令和5年度予算の款内項間における流用について
議案第4号　規約変更、規程の改定について

報告承認を求めるもの

報告第1号　令和4年度予算変更について（理事長専決）

介護保険

収入支出予算 **8,058**百万円

保険料率（介護保険）

被保険者	事業主	合　計
1.0%	1.0%	2.0%

健康保険組合では市区町村に代わり、40歳以上の被保険者から介護保険料を徴収し、介護納付金として国へ拠出します。

主な収入

■健康保険料と調整保険料

皆さまと事業所から折半で納付いただく健康保険料の料率は昨年と同じく10.3%とし、一人当たりの標準報酬月額と賞与額を前年比100.6%と見込み、保険料収入は国庫負担金収入を合わせ612億円としました。別途、健保連の交付金交付事業（高額な医療費や健保の財政支援等の財源）に充てられる調整保険料は6.8億円を計上しました。

■補助金・交付金・繰越金

大幅な保険給付費・納付金増等により、今年度は経常赤字が74億円になる見込みです。国と健保連からの補助金・交付金と、準備金繰り入れによる補填で運営を維持する予定です。

主な支出

■保険給付費

皆さまの医療費のうち、健保が負担する7～8割の医療費と、出産や傷病による休業時等の諸手当を合わせたものが保険給付費です。雇用延長による加入者の高齢化に伴う医療費の増大、新型コロナウイルス感染症による受診変化等を考慮し、被保険者一人当たりの医療費を前年度比103.4%と見込み、昨年10月の短時間労働者適用拡大と事業所編入による加入者増を加味して、427億円（前年比104.9%）を計上しました。

■納付金

納付金とは高齢者医療（65歳以上）を支えるため、健康保険組合が国に納付しているもので、当組合では今年度233億円（前年比110.5%）を納付します。新型コロナウイルス感染拡大の影響による高齢者の受診控えの反動と、団塊世代の後期高齢者到達による医療費増で被保険者一人当たりの納付金額が増えています。

■保健事業費

生活習慣病予防・重症化予防・メンタルヘルス・禁煙・女性の健康等の施策を実施するため22億円（前年比111.2%）を見込みました。加入者の予防・健康づくりを効果的・効率的に実施するため、組合と会社が積極的に連携する「コラボヘルス」を推進し、40歳以上を対象とした特定健診の受診率は100%、特定保健指導終了率は65%達成を目指します。また、被保険者の皆さまが、自ら生活習慣等の問題点を発見し改善に取り組めるよう、健康ポータルサイト「Pep Up」を中心に、健康増進施策や情報提供を積極的に行います。本年度の事業計画詳細は本誌10～17ページをご覧ください。

イオン健康保険組合　議員名簿

2023年2月22日　第137回組合会時点

選定議員

役職	氏名	会社役職等	
理事長	渡邉　廣之	イオン㈱	執行役副社長 人事・管理担当（兼）リスクマネジメント管掌
常務理事	高橋　文幸	イオン健康保険組合	常務理事
理事	阿左見　崇	イオン㈱	人事企画部長
理事	榊　隆之	イオン㈱	経営管理部長
理事	片寄　志津	イオンリテール㈱	本社人事部長
理事	赤木　正彦	イオン九州㈱	取締役 上席執行役員 管理本部長（兼）財務経理部長（兼）企業倫理担当（兼）健康経営推進責任者
議員	石黒　義浩	イオン㈱	人事企画部　人事企画マネジャー
議員	広澤　章	イオンリテール㈱	南関東カンパニー　人事総務部長
議員	長谷川 正史	イオンリテール㈱	北陸信越カンパニー　人事総務部長
議員	森永　修	イオン北海道㈱	人事教育部長
議員	伊渡村 直樹	マックスバリュ西日本㈱	取締役 管理担当（兼）リスクマネジメント担当（兼）ダイバーシティ推進責任者
議員	別宮　史和	ミニストップ㈱	人事総務本部　人事部長
議員	祝　勝崇	イオンクレジットサービス㈱	人事部長
議員	二宮　大祐	イオンディライト㈱	執行役員　グループ人事総務IT本部長
議員	松井　潤	㈱ジーフット	人事教育部長
議員	上之原 あけみ	㈱イオンイーハート	執行役員　人事総務部長
議員	鈴木　稔也	イオントップバリュ㈱	人事総務部長
監事	杢　考一郎	イオンリテール㈱	経理部長

互選議員

役職	氏名	労組役職等	
理事	泉澤　匡範	イオングループ労働組合連合会	事務局長
理事	上山　功樹	イオングループ労働組合連合会	労働政策局長
理事	濱本　隆宏	イオンリテールワーカーズユニオン	中央執行書記長
理事	大村　宰	イオンファンタジー労働組合	中央執行委員長
理事	伊本　博志	イオン九州ユニオン	中央執行委員長
理事	井上　克彦	イオンクレジットサービスユニオン	中央執行委員長
議員	黒川　真一	マックスバリュ西日本労働組合	中央執行委員長
議員	淵野　恵司	イオン北海道労働組合	中央執行委員長
議員	板東　圭吾	イオン東北労働組合	中央執行委員長
議員	角谷　公敏	マックスバリュ東海MYユニオン	中央執行委員長
議員	竹内 のぞみ	イオン保険サービス労働組合	中央執行書記長
議員	新井　秀和	イオンモール労働組合	中央執行書記次長
議員	西川　由紀	まいばすけっと労働組合	中央執行委員長
議員	壹岐　健	イオンディライト労働組合	中央執行委員長
議員	庄司　正人	イオンビッグ労働組合	中央執行委員長
議員	田村　明理	メガスポーツ労働組合	中央執行書記長
議員	小林　良弘	イオンペット労働組合	中央執行委員長
監事	佐々木　渉	イオングループ労働組合連合会	社会参画局次長