

HEALTHY FAMILY

ヘルシーファミリー

No. 126
2024
September

健康チャレンジ 2024



元氣UP キャンペーン 開催します!



イオンの健康経営と2024年の取り組み 2~3
健康チャレンジ2024 元氣UPキャンペーン開催! 4
普段の生活をよりアクティブに 5~6
健康チャレンジ2023 結果報告 7
6月の診療報酬改定で医療の値段はどう変わったの? 8
「限度額適用認定証」本当に必要ですか? 9

2023年度決算のお知らせ 10~11
KENPO information 裏表紙
被扶養者資格調査(検認)を実施しています
各種サービスのご案内
イオン健康保険組合ホームページをご活用ください

●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>

イオンの健康経営と2024年の取り組み

イオンが考える「健康経営」とは、従業員が健康であることが、豊かな地域生活につながる好循環です。従業員が心身ともに健康になることで、生産性や創造性が向上し、その結果、お客さま満足度の向上につながります。

イオンは2016年に「イオン健康経営宣言」を発表。グループ一丸での健康経営の推進により、生産性の向上、離職率の低減、従業員満足度・働きがいの向上を目指しています。

- 従業員の健康状態を心身ともに向上することで以下を実現 -



イオン健康経営宣言

イオンは、従業員と家族の健康をサポートします。そして、従業員とともに地域社会の健康とハピネスを実現します。

イオングループ健康経営方針について皆さまの声を収集しました

イオンは2024年度グループ健康経営方針として右記の5つに取り組み、健康経営を推進します。これらの取り組みについて2024年4月に実施した「イオン健康経営アンケート」(回答者数9,474人)では、従業員の健康管理とその意識向上は企業力に直結すると広く認識されており、心身の健康が仕事の質と効率に多大な影響を与えるとする意見が多く見受けられました。

また、メンタルヘルスケアの強化、仕事のストレスに対する配慮が重要視された指標である点が評価されました。企業による定期健康診断の実施は、特に病気の早期発見や健康状態の把握に寄与していることが評価されている一方、健診後の二次検査や保健指導、メンタル面のフォローが不十分であるという意見もあり、積極的な健康支援と健診内容の質の向上を望む声が多く挙がりました。

2024年度重点取組項目	2022年度	2023年度	
①心と体の健康 (定期健康診断受診率)	96.4%	98.3%	
②早期発見・治療 (二次検査受診率)	71.8%	72.2%	
③生活習慣予防 (特定保健指導申込み率)	49.8%	50.5%	
④メンタルヘルス 研修参加率	ラインケア研修	78.7%	87.3%
	セルフケア研修	71.5%	72.9%
⑤健康経営度調査認定取得	50社	57社	

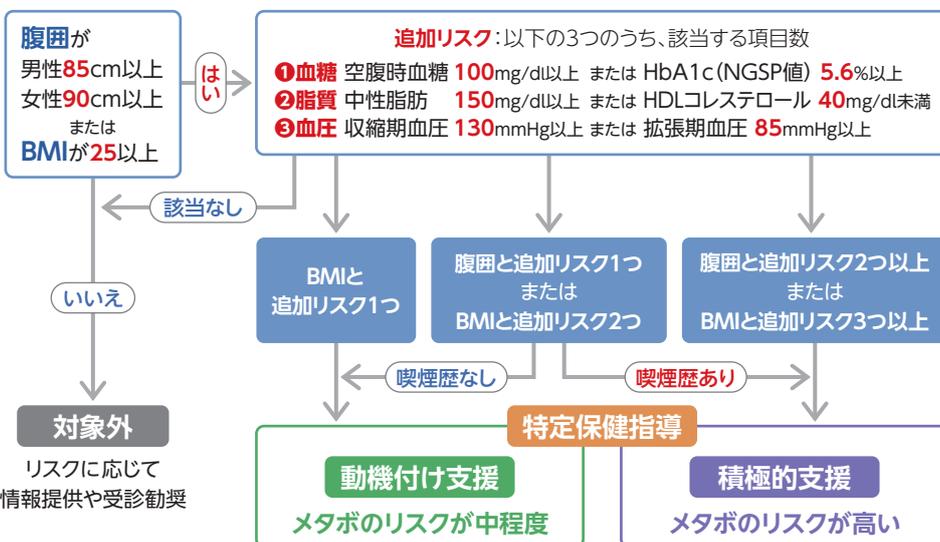
①～④は100%、⑤は健康経営度調査票のグループ全社100%提出を目指します!

健診を受けっぱなしにさせない!

保健指導、治療等が必要になった方へのアプローチを強化します

健診結果より対処すべき所見があった方には、治療や保健指導を受けていただくよう、業務上の配慮と職制を通じ、会社と健康保険組合が協働で受診・参加勧奨を行います。

■特定保健指導の対象基準



Q. 去年も特定保健指導を受けたのに今年も受けないといけないの?



A. 健診項目や禁煙等生活習慣を改善し、特定保健指導の対象基準から外れるまで毎年受けてください。(重症化している場合は病院受診勧奨をします。)

*血圧降下剤等を服薬中の人は、特定保健指導の対象になりません。
*65歳以上の人は積極的支援レベルでも動機付け支援となります。
*2年連続で積極的支援に該当した人のうち、1年目に積極的支援を終了して2年目の特定健診結果が一定以上改善している人は、2年目の特定保健指導は動機付け支援となる場合があります。

イオン健康保険組合加入者と生活習慣病

2022年度の健診・病院受診の状況を見ると、「患者予備群」・「治療放置群」の構成比が下がり、会社と健康保険組合のコラボで実施する特定保健指導と受診勧奨等により、健診結果を放置せず、健康のために行動する方が増えてきています。とはいえ、治療が必要なレベルにいる加入者（治療放置群～生活機能の低下）は48%を占め、年々増える傾向にあります。加齢により健診数値は悪くなっていきますが、生活習慣病はその名の通り、悪い生活習慣が原因となっており、食事・運動・睡眠といった日々の習慣の見直しや、必要な場合は投薬治療で、数値改善・発症予防・状態維持等、コントロールが可能です。

40歳未満が受ける法定健診には、血糖・脂質等の生活習慣病関連の検査項目がありませんが、引き金の多くは「肥満」のため、まずは体重コントロールが重要です。また喫煙はすべての病気を悪化させるため禁煙しましょう。40歳の時点ですでに予防の段階を過ぎている方もおり、若いころから健康を意識した生活習慣を続けることが大切です。

健康マップ(生活習慣病からみた分布) 対象年齢 40～74歳

	未通院 (生活習慣病のレセプトが無い人)				通院/入院 (生活習慣病のレセプトがある人)			
	正常	不健康な生活	① 患者予備群	② 治療放置群	生活習慣病	重症化	生活機能の低下	
	正常値レベル	保健指導が必要なレベル	病院で診察を受けたほうが良いレベル	治療する必要があるレベル	合併症はない	合併症あり	重篤な状態	
血糖	空腹時血糖 (mg/dl)	100未満	100以上	110以上	126以上	2型糖尿病・高血圧症・脂質異常症のいずれかがあり、合併症はない状態	生活習慣病があり、糖尿病性合併症・脳血管疾患・動脈疾患・虚血性心疾患がある状態	入院を伴う四肢切断急性期・冠動脈疾患急性期・脳卒中急性期、および透析期(通院含む)の状態
	HbA1c (%)	5.6未満	5.6以上	6.0以上	6.5以上			
血圧	収縮期血圧 (mmHg)	130未満	130以上	140以上	160以上			
	拡張期血圧 (mmHg)	85未満	85以上	90以上	100以上			
脂質	空腹時中性脂肪 (mg/dl)	150未満	150以上	300以上	500以上			
	LDLコレステロール (mg/dl)	120未満	120以上	140以上	180以上			
	HDLコレステロール (mg/dl)	40以上	39以下	39以下	29以下			
2022年度	17,899人 12.6%	25,781人 18.2%	29,905人 21.1%	8,224人 5.8%	43,843人 31.0%	15,182人 10.7%	771人 0.5%	
2021年度	17,197人 12.4%	24,715人 17.9%	30,263人 21.9%	8,877人 6.4%	42,328人 30.6%	14,264人 10.3%	745人 0.5%	
2020年度	15,065人 12.1%	21,800人 17.6%	27,843人 22.4%	8,981人 7.2%	37,135人 29.9%	12,549人 10.1%	704人 0.6%	

- ①「患者予備群」は一度精密検査を受けて、今後の治療方針を決めて生活習慣改善に取り組むことが望ましいとされています。すぐに投薬による治療になるとは限りません。
- ②生活習慣病の初期は自覚症状がなく、健診結果で状態を把握するしかありません。体調不良を訴えて受診したときには重症化していることが多く、「治療放置群」の方はすぐ治療を受ける必要があります。

一人一人が健康指標を持って改善に取り組もう! 「健康の日」のご報告

WHOが設定している4月7日世界保健デーを「健康の日」とし、自分自身や大切な人の健康を改めて考え、健康行動を振り返る。そして4月を健康づくりを始める月として、Pep Upで募集した皆さまの「健康宣言」を一部ご紹介させていただきます。



「健康宣言」をされた方の中から、抽選で100名様にfitbitを贈呈しました。お寄せいただいた3,176名の皆さま、力強い宣言をありがとうございました!



この2024年、自分の健康のために何をしますか? 皆さんの健康宣言をお聞かせください。



- 早朝の運動と筋トレでカッコいい父となる。
- 私はイオンの人に憧れてパートをしています。イオンでしっかり働ける毎日を過ごすために、仕事以外で1日6000歩を明るい時間に歩きます! 継続でき、今の職場で経験をたくさん積んで自信に繋がったら正社員になりたいです。
- 不規則な生活をしているため睡眠不足や眠りが浅かったり熟睡も出来てない事もあるので、朝身体がダルいこともしばしば(・・;)。ここで宣言する事で、自分自身に言い聞かせたいです。『早寝早起きを定着化させたいです!』
- 睡眠時間6時間以上を継続、揚げ物は週1回に抑える! 生活習慣見直しで自信を持ってミニスカを履けるようになる!
- 子供が習い事を頑張っている時間に私も有酸素運動でウォーキングを頑張ったり、宅トレで筋トレを頑張って、子供に頑張ることは子供だけでなく大人もできるんだよと行動で伝えつつ一緒に成長していきたい! いつまでもカッコいいママでいたい!
- ダイエットと合わせて筋トレを頑張って軽くなった体で推しのライブ思いっきり楽しむ!!

健康チャレンジ 2024

2024年 10/1(火)~11/30(土)

元気UP キャンペーン 開催!



『元気UPキャンペーン』はイオン健康保険組合のWEBサービス『Pep Up』で2か月間開催される生活習慣改善イベントです。複数の健康増進コースからお好きなものを選んで、2か月間チャレンジしましょう。2コース達成と終了アンケートの回答で500ポイントの達成賞を贈呈します。コース内容は、エントリー開始時に公開されます。お楽しみに!

ご参加にはPep Upのユーザー登録が必要です

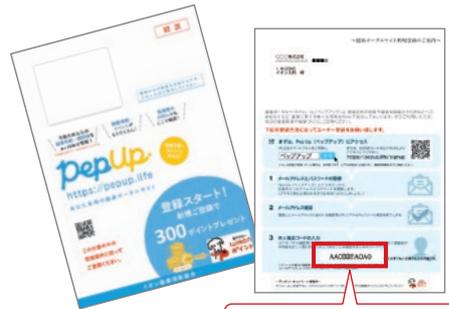
Pep Upの登録には「本人確認用コード」が必要です。本人確認用コードを印字した初回登録の案内は、イオン健康保険組合に加入後、3か月前後を目途に、所属部署経由にて親展の封書でお届けしています。また、2月と8月送付の「医療費のお知らせ」にもご案内を同封していますのでご確認ください。

初回登録案内が見つからない場合

イオン健康保険組合ホームページ内のPep Up専用ページで「本人確認用コードの再発行」をお申し込みください。約10日後に電子メールで通知します。



イオン健保 ペップアップ



本人確認用コード
はここ

キャンペーンの流れ

1. 9月20日 エントリー開始

Pep Upにアクセスし、キャンペーン入口から実施内容をご確認ください。「参加する」をクリックして、開始日までお待ちください。

参加する!

TIP
※各コースのマークを押すと
コース内容と達成基準が確認できます。

2. 10月1日~11月30日 生活習慣改善にチャレンジ!

チャレンジできた日は各コースのカレンダーに★印をつけていきます。



※チャレンジ期間中いつでも参加できます。
※コース変更・遡り登録できます。

3. アンケートに回答し終了 12月6日まで

チャレンジ期間最終日の11月30日に表示される「終了アンケート」にご回答ください。登録は12月6日まで。チャレンジ実績も遡って登録できますので忘れずに登録しましょう。

2コース以上達成
終了アンケート回答で **達成賞!**

500 ポイント
進呈!

※2025年1月初旬付与予定

運動すればカラダもココロも変わる!

体重増加や生活習慣病のリスクなど、健康状態で気になっていることはありませんか? 運動はそのお悩みにきつと効果があります。元気UPキャンペーンで運動にチャレンジしてうれしい変化を感じてみませんか?

- やせてカッコよくなる
- 病気のリスクが減る
- 体力がついて疲れにくくなる
- ストレスが解消される
- 睡眠の質がよくなる
- 肩こり・腰痛などの不調がよくなる

血圧が
下がった!



持久力・
筋力が
ついた!



スッキリして
気分転換に
なった!



普段の生活をよりアクティブに

忙しくて運動の時間がとれない、いきなりスポーツはハードルが高いといった場合は、普段の生活の中で、からだを動かす機会を増やすことで運動量を増やすのも1つの方法です。

10分からだを動かすだけでも減量や体力向上の効果があります。10分からはじめて、運動量を積み上げていきましょう。



通勤・会社で



電車やバスで、目的地の1駅前で降りて歩く

内線やメールを使わず、歩いて伝える



会社や駅でエスカレーターを使わず階段を使う



昼休みに会社の近くを散歩する



電車で座らずにしながら運動をする

自転車通勤する



家庭生活で



そうじや洗濯などの家事でこまめにからだを動かす



からだを動かして子どもと遊ぶ



あえて1つ先のコンビニまで足をのぼす

駐車場でお店から一番遠い場所に車を停める



なるべく車を使わず歩いて移動する



テレビを見ながら筋トレやストレッチをする



座りすぎにご注意ください

座っている時間が長すぎると、肥満や糖尿病、心臓病になる確率が高くなり、寿命も短くなるという研究結果があります。また、足の筋力を中心に身体能力が低下したり、血流が滞ることでエコノミークラス症候群(肺血栓塞栓症)になるリスクが高まったりします。たとえば30分に1回など、こまめに立ち上がってからだを動かすようにしてください。

- 物を運ぶときは複数回に分けて運ぶ
- 立って仕事や家事をする(昇降式デスクも検討)
- テレビCMの時間は必ず席を立つ
- 読書するときは1章読んだらストレッチをする
- 立つ時間を知らせてくれるアプリを活用する

ウォーキングに筋トレ・ストレッチをプラス!

スポーツとしてのウォーキング

ウォーキングは手軽に誰でもはじめられ、最も人気が高いスポーツです。歩くのがスポーツ?と思うかもしれませんが、強度のコントロールやフォームに気をつけることで、立派なスポーツになります。自分の感覚で「ややキツイ」と感じるくらいで、「何とか会話ができるくらい」の速歩きがウォーキングに適した強度です。

■散歩とウォーキングの違い

	散歩	ウォーキング
感覚	かなりラク〜ラク	ややキツイ
スピード	4~4.8km/時 くらい	5.4~6.6km/時 くらい
状態	おしゃべり、鼻歌できる	何とか会話できる

強度を上げるには、歩幅を広げてスピードを上げる

■1日平均歩数からわかる、予防できる病気

歩数(歩)	中強度の活動時間	予防できる病気
2,000	0分	寝たきり
4,000	5分	うつ病
5,000	7.5分	要支援・要介護、認知症、心疾患、脳卒中
7,000	15分	がん、動脈硬化、骨粗しょう症、骨折
7,500	17.5分	筋肉減少、体力の低下
8,000	20分	高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボ(75歳以上)
9,000	25分	高血圧(正常高値血圧)、高血糖
10,000	30分	メタボ(75歳未満)
12,000	40分	肥満

*12,000歩(うち中強度の活動が40分)以上の運動は健康を害することもあります。
※中之条研究「1年の1日平均の身体活動からわかる予防基準一覧」より引用

筋トレ・ストレッチで運動効果にプラスα

ウォーキングのような有酸素運動と、筋トレ(無酸素運動)・ストレッチでは効果が違います。目的に合わせて運動を選んだり、組み合わせて行ったりすると効果的です。ストレッチは、運動前の準備体操や、運動後の整理体操として行うのにも適しています。

■運動の種類と効果

種類	効果
有酸素運動	体脂肪が減る、心肺能力が高まり持久力がアップする
筋トレ	筋力がアップして動きやすくなる、基礎代謝が向上してやせやすくなる
ストレッチ	柔軟性アップ、肩こり・腰痛の予防・改善、心身のリフレッシュ

腰痛予防・改善と正しい歩き方ができる!

腰痛予防に重要なのは柔軟性・筋力・姿勢。手軽なトレーニングと上手な体の使い方方で身体機能をアップさせませんか。



「運動」について
バルセロナ五輪50km競歩日本代表が教える「正しい歩き方」も必見です!

*イオン健保HP「健康サポート」内の「腰痛予防」からも視聴できます。



■健康維持に効果的なウォーキングフォーム

頭・視線

頭を揺らさないようにして、あごを軽く引き、目の高さを一定に保ってやや速く(15m先くらい)を見る。

肩

肩の力を抜いてリラックスすると、腕を大きく振りやすくなり、リズムカルに歩ける。

腕

ひじを直角に曲げて手を軽く握り、胸の位置くらいまで上げる。大きく振れば歩幅も広がる。

胸・背中

胸を張り、背筋をしっかりと伸ばす。背中を反りすぎると腰を痛める原因になるので注意。

足

足を前方へまっすぐ伸ばしてかかとから着地する。体重を移動してつま先で地面を蹴る。

腰

腰の回転を意識すると足が前に出やすくなる。股関節周辺の筋肉が使われ、運動効果も上がる。



目的に合わせて歩くタイミングを選ぶ

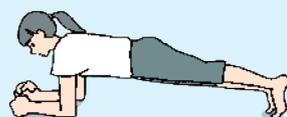
●ダイエットなら食前

血液中の糖質が少なくなっていて、脂肪が分解されてエネルギーとして使われやすくなるため、ダイエットには食前が向いています。

●糖尿病予防なら食後

食事でとった糖質がエネルギーとして使われるため、血糖値が下がりやすくなります。食後30分~1時間の間に歩くのが効果的です。

筋トレ



Point

- 大きい筋肉(胸・肩・お腹・背中・お尻・太ももなど)を優先して行う。
- 週2~3回行うと効果が出やすい。
- 部位ごとに行う日を変えてもいい。

ストレッチ



Point

- はずみや反動をつけず、ゆっくり伸ばす。
- 痛くなく、気持ちいい程度に伸ばす。
- 伸びている筋肉を意識する。
- 息を止めずに、20~30秒伸ばす。

健康チャレンジ 2023 結果報告

昨年の元気UPキャンペーンでは、全被保険者の21.0%に当たる41,513人が生活習慣改善にチャレンジ。そのうち23,509人(56.6%)が目標の2コースを達成しました。

被保険者数の規模で分けた5つの各グループで、見事、参加率1位となった企業を表彰しました。イオンの健康向上に貢献いただきありがとうございました。



優秀事業所表彰

圧倒的
人数で
2年連続
1位!

順位	グループ(被保険者数)	参加率	参加人数	被保険者数	Pep Up登録率
1位	Aグループ(被保険者5000人以上)	37.7%	25,153人	66,753人	81.7%
イオンリテール株式会社					
1位	Bグループ(被保険者2000~4999人)	36.2%	850人	2,346人	75.0%
イオンリテールストア株式会社					

元気UPキャンペーンに向け夏からPep Up登録促進を全社で開始。地域を統括する各カンパニーが中心となり、各部室店ごとに毎週参加状況の進捗管理を行い、皆に健康づくりに取り組んでもらうよう呼びかけました。

各カンパニー

人事総務部 人事グループの皆さま

今回の1位は近畿カンパニー/



北関東カンパニー



南関東カンパニー



東海カンパニー



中四国カンパニー



北陸信越カンパニー



本社人事部

返り咲き
1位!

順位	グループ(被保険者数)	参加率	参加人数	被保険者数	Pep Up登録率
1位	Cグループ(被保険者500~1999人)	41.0%	760人	1,852人	62.9%
イオンスーパーセンター株式会社					



各店担当のきめ細かなフォローや同僚の協力で、ネットが苦手な方々も初参加。結果、Pep Up登録率50%→63%・キャンペーン参加率27%→41%と、昨年から大幅アップ!中でも、イオンスーパーセンター釜石店は登録率80%・参加率70%と素晴らしい実績を残し、釜石店後方担当の岩澤様が優秀社員社長賞で表彰されました。

左から 人事総務部 人事G担当 千田様、代表取締役社長 矢木様、イオンスーパーセンター釜石店 後方担当 岩澤様、人事総務部 人事Gmgr 本橋様

2年
連続の
1位!

順位	グループ(被保険者数)	参加率	参加人数	被保険者数	Pep Up登録率
1位	Dグループ(被保険者100~499人)	54.7%	156人	285人	78.9%
メガペット株式会社					



「参加率1位死守!」を掲げ、キャンペーン開始前に自社の健康課題を皆に共有。全社で行う健康イベントに、一人一人が自分事として参加し、本来の目的である生活習慣改善につなげられるようになりました。新規入社時のPep Up登録を必須とし、継続して登録・活用を全社に呼びかけ、全員と一緒に健康づくりに取り組める環境を目指しています。

後列左から 人事総務部メンバー 佐藤様、鈴木様、益子様、永島様、林様
前列左から 太田様、常務 三浦様

不動の
1位!

順位	グループ(被保険者数)	参加率	参加人数	被保険者数	Pep Up登録率
1位	Eグループ(被保険者100人未満)	87.0%	40人	46人	97.8%
イオン・リートマネジメント株式会社					



Pep Up登録率は2024年3月末で100%!
元気UPキャンペーンだけでなく、年に2回の会社企画の健康セミナー及び産業医によるセミナー開催、野菜スムージーの常設、全員参加のウォーキングイベントでは優勝チームへランチ代の一部補助の実施など、健康増進の取組みはコミュニケーション向上にもつながっています。

左から 取締役 豊島様、代表取締役社長 関様、経営管理部長 田中様

全事業所の
ランキングは
こちらから





厚生労働省「令和6年度診療報酬改定」より

2024年6月 診療報酬改定で医療の 値段はどう変わったの？



診療報酬とは、わたしたちが病気やケガをしたときに受ける医療行為の値段で、国によって1つ1つ決まっています。その金額や算定要件は2年に1回(薬価は年に1回)見直され、2024年度はシステム改修等の負担を減らすため、6月からの実施となりました(薬価については2024年4月実施)。今回はその一部をご紹介します。

※実際に負担する金額は1~3割です(入院時の食事代の負担額は除く)。

初診料・再診料の引き上げ

外来診療における感染防止対策と、病院職員の賃上げ実施等により外来・在宅ベースアップ評価料が新設され、初診料・再診料も引き上げられました。

■外来の初診料・再診料

	改定前	改定後
初診料	2,880円 (2,510円)	2,910円 (2,530円)
再診料	730円 (730円)	750円 (750円)

【新設】
外来・在宅ベース
アップ評価料
初診時 60円
再診時 20円
*外来・在宅ベースアップ
評価料(I)の場合

※()内は情報通信機器を用いたオンライン診療の場合

入院時の食費基準額の引き上げ

入院したときの食事代は、1食につき決められた負担額を支払います。食材費等が高騰していること等を踏まえ、負担額が引き上げられました。

■入院時の食事代の標準負担額

	改定前	改定後	
一般	460円	490円*	
低所得者世帯	90日までの入院	210円	230円
	91日以降の入院	160円	180円

*指定難病患者、小児慢性特定疾病患者については280円

マイナ保険証の利用を進めるために

マイナ保険証を持参すると医療費が少し安くなりますが、2024年6月以降は下表のようになりました。また、マイナ保険証や電子処方せんなど、医療DX体制の整備も進められます。

■マイナ保険証の有無による加算

	マイナ保険証 の利用	改定前	改定後*
初診	なし	40円	30円
	あり	20円	10円
再診	なし	20円	20円
	あり	—	10円



*初診時は月1回、再診時は3ヶ月に1回加算

ジェネリックのさらなる使用促進及び お薬受診を減らすために

●ジェネリック医薬品の使用促進

- 一般名での処方やジェネリックを処方したときの加算金額を引き上げ
- ジェネリック発売後5年以上の先発医薬品を使用した場合などに、ジェネリックとの差額の一部を保険給付対象外に(2024年10月実施)



●リフィル処方や長期処方の促進

- 通院回数を減らすため、リフィル処方せん*や、28日分以上の薬を処方してもらう要件が見直されました(医師の判断による)。



*受診しなくても3回まで薬局で薬が受け取れる処方せんです。

生活習慣病管理料の見直し

生活習慣病の効果的・効率的な疾病管理を行うため、脂質異常症、高血圧、糖尿病で通院している人の生活習慣病管理料が見直されました。

【新設】 生活習慣病管理料(II) 月1回 3,330円

検査等をしない場合の管理料として新設されました。検査等をする場合は、従来通り「生活習慣病管理料(I)」がかかりますが、療養計画書への同意や診療ガイドライン等を参考とした質の高い疾病管理が行われます。



歯科診療報酬改定について

歯科についても初診料・再診料が引き上げられました。また、歯冠の修復や義歯を作成した場合の費用も引き上げられました。

■初診料・再診料

	改定前	改定後
初診料	2,640円	2,670円
再診料	560円	580円

【新設】 歯周病ハイリスク患者加算 800円

歯周病の重症化予防を推進するために新設されました。糖尿病患者に対して歯周病安定期治療を行う場合に加算されます。



「限度額適用認定証」本当に必要ですか？

～この機会にマイナンバーカードの保険証利用をお願いします～

マイナ保険証の
メリット
解説します！

マイナ保険証(保険証利用登録を済ませたマイナンバーカード)の主なメリットには次のようなものがありますが、今回は**③の限度額適用認定証**について解説します。

- ①従来の保険証で受診するよりも医療費が少し安くなる
- ②医師が過去の診療・薬情報等を確認できるのでよりよい医療を受けることができる
- ③**限度額適用認定証の発行申請が不要になる**

※ただし、被保険者が住民税非課税の場合は「非課税証明書」を添えて健保への申請が必要です。

マイナ保険証の場合

医療費が高額になったときの 面倒な手続きが一切不要に！

健康保険には医療費が高額になったとき、自己負担限度額を超えた分を払い戻す制度があります。今までは限度額適用認定証(窓口で限度額までにできる証明書)の申請など面倒な手続きがありました。マイナ保険証であれば受付時に「提供ボタン」を押すだけで済みます。

下記の
手続きが
なくなって
とっても便利!



■限度額適用認定証を発行する場合

- ①事前準備
入院前等に病院から認定証を準備するよう指示がある
- ②限度額適用認定証の交付申請
書類をダウンロードして必要事項を記入し、イオン健保へ郵送
- ③限度額適用認定証の受取
イオン健保から認定証を受け取る(申請書到着後、3営業日以内に発行、郵送)
- ④提示・支払い
限度額適用認定証を病院の窓口へ提示。自己負担が限度額までに
- ⑤返却
限度額適用認定証の有効期限が切れたとき、資格を喪失したときはイオン健保に返却



2024年12月2日から現行の保険証は発行されません。マイナ保険証での受診をお願いします。

マイナンバーカードを取得していない人は
まず、発行申請を。

いずれかの方法で申請してください。

- ①オンライン申請
(パソコン・スマートフォンから)
- ②郵便による申請
- ③まちなかの証明写真機からの申請



マイナンバーカードは持っているが、
保険証利用登録がまだの人は利用登録を。

- ①医療機関・薬局の受付
(カードリーダー)で行う
- ②「マイナポータル」から行う

オススメ!



- ③セブン銀行ATMから行う

決算のお知らせ

2024年7月23日の第141回組合会において、
2023年決算報告および下記議案が承認されました。

第141回 組合会議案内容

議決を求めるもの

- 議案第1号 令和5年度事業報告について
- 議案第2号 令和5年度収入支出決算について
- 議案第3号 令和5年度決算残金処分及び財産目録及び監査報告について
- 議案第4号 イオン健康保険組合中期課題検討会(健康管理事業推進含む)について
- 議案第5号 被保険者証の廃止に伴う規程の改訂等について
- 議案第6号 会計事務取扱規程変更について
- 議案第7号 ダイエー健康保険組合との合併について
- 議案第8号 令和6年度収入支出予算変更について

報告承認を求めるもの

- 報告第1号 令和6年度「被扶養者現況調査」の実施について
- 報告第2号 令和5年度の款内項間の予算流用及び予備費充当について(理事長専決)
- 報告第3号 能登半島地震による被災者に係る一部負担金の徴収の免除等に係る取扱期間延長について(理事長専決)
- 報告第4号 規約、規程変更について(理事長専決)
- 報告第5号 第3期データヘルス計画KPI変更について

一般勘定



収入合計 70,944,790千円
(経常収入 62,734,786千円)

支出合計 69,560,527千円
(経常支出 68,874,140千円)

収入支出
差引額

1,384,263千円
(経常収支
差引額 ▲6,139,354千円)

総収入は前年度比6.4%増加し、70,944,790千円となり、総支出は前年度比7.4%増加し、69,560,527千円となりました。その結果、収支残金は1,384,263千円となりました。経常収入は前年度比4.7%増加し、62,734,786千円となり、経常支出は前年度比7.8%増加し、68,874,140千円となりました。

その結果、経常収支は6,139,354千円の赤字となりました。収支赤字を補うため、健保連の財政調整事業交付金から4,874,110千円(組合財政支援交付金3,976,545千円、高額医療交付金897,565千円)、準備金限度外部分から1,800,000千円繰入、前年度残金処分より500,000千円繰り越しました。

■総収入

科 目	決算額(千円)
保険料	62,620,768
国庫負担金収入	25,805
特定健康診査・保健指導補助金・雑収入	88,213
経常収入合計(A)	62,734,786
財政支援交付金・高額医療交付金	4,874,110
繰入金	1,800,000
調整保険料収入	683,174
繰越金	500,000
国庫補助金・雑収入	352,720
経常外収入合計	8,210,004
収入合計(C)	70,944,790

■総支出

科 目	決算額(千円)
事務費	378,357
保険給付費	44,580,087
納付金	22,185,268
保健事業費	1,691,424
還付金・連合会費	39,004
経常支出合計(B)	68,874,140
財政調整事業拠出金	682,043
調整保険料還付金他	4,344
経常外支出合計	686,387
支出合計(D)	69,560,527

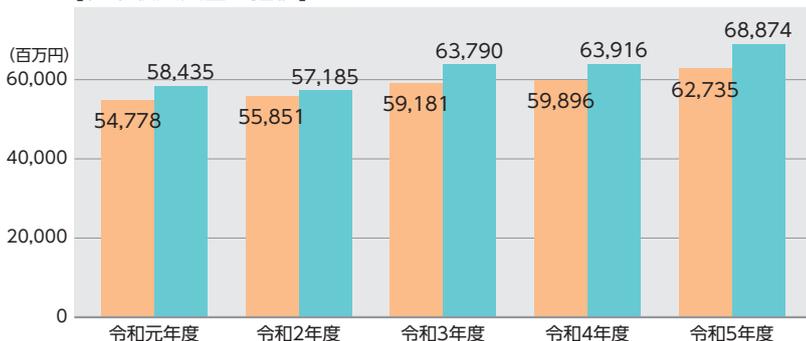
(A) - (B) 経常収入支出差引額 ▲6,139,354千円

(C) - (D) 収入支出差引額 1,384,263千円

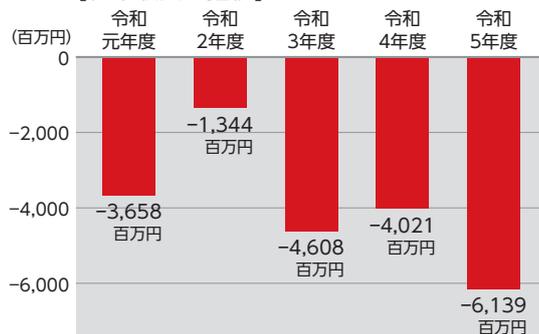
■経常収支について

令和5年度は被保険者増加により保険料収入が増加(前年比104.3%)の一方、保険給付費が大幅に増加(前年比109.1%)し、収支差は▲6,139百万円になりました。

【経常収入支出の推移】 収入 支出



【経常収支の推移】



■被保険者数と保険料収入について

令和5年度平均被保険者数は194,185人(前年度比103.1%)となりました。また、令和6年3月末の被保険者数はフジグループ等の加入が3月にあり202,833人となり、令和5年3月末189,417人より13,416人の増加となりました。雇用年齢の引き上げや短時間労働者の適用拡大で令和6年3月末短時間労働者数は30,079人(内65歳以上4,779人)で前年より3,274人(前年度比112.2%)と大幅に増加しました。年間標準報酬月額、賃上げの効果の一方で、標準報酬月額が低い短時間労働者の構成拡大が影響し、年間平均標準報酬月額は233,707円、前年度比101.4%、増加額は3,217円と小幅な伸びとなりました。

■保険給付費総額は前年度比109.1% 総支出の64.1%を占める

加入者増、および被保険者一人当たり給付費が前年度比105.8%と増加したことにより、保険給付費総額は前年度比109.1%と大幅な伸びとなりました。高額療養費も、加入者数・平均年齢上昇に比例し年々増加しています(前年度比114.8%)。

■納付金と保険給付費の適正化について

納付金(高齢者医療制度への拠出金)は、前年度比5.5%(1,149百万円)増加の22,185百万円となり、総支出額の31.9%を占めました。納付金の適正化を図るため、令和5年度は6月末時点の18歳以上75歳未満の被扶養者24,346人を対象に被扶養者現況調査を行い、724人(被扶養者の2.97%)を削除しました。これにより、令和4年度の前期高齢者納付金及び介護納付金の精算において、削減効果が見込まれます。また、保険給付費について

は、被扶養者一人当たり144千円(令和5年度被扶養者の法定給付費8,312百万円÷被扶養者数年間平均57,782人)と試算すると、約104,256千円の削減効果が見込まれます。

■医療費適正化の取組み

ジェネリック医薬品利用促進、柔整支給申請書内容点検、レセプト点検、第三者行為求償、無資格受診への請求を実施しました。また、多剤処方、重複・頻回受診による健康被害防止のため、該当者に正しい受診方法をリーフレットで周知しました。

■保健事業費と実施状況

保健事業費は、前年度比105.0%の1,691百万円、被保険者一人当たりでは前年度から159円増となりました。被保険者、被扶養者を含む40歳以上150,702人を対象とした特定健康診査の受診者への補助人数は136,079人(90.3%)となり前年度を0.8%上回りました。内訳をみると被保険者は97.2%と高い一方、被扶養者は30.0%と落ち込んでおり、家族の疾病予防に大きな課題があります。また生活習慣病リスク者に実施する特定保健指導は、昨年より2,363人多い8,189人(対象者の40.9%)が終了し、今後も事業所の協力を得ながら進める重点項目となっています。その他、がん検診補助、禁煙支援、元気Upキャンペーンやウォークラリー等のPep Upイベント、シニア層対象の運動指導(ロコモ・フレイル予防)、ウェルネスプログラム等の健康施策を実施。また子宮頸がんの早期発見につながるHPV感染リスク検査を導入し、女性の健康増進にも取り組みました。

介護勘定



収入合計 **8,318,286千円**

支出合計 **6,835,049千円**

収入支出差引額 **1,483,237千円**

- 健康保険組合は介護保険料の徴収業務を代行しており介護納付金として国に納付しています。
- 収入支出差引額は収支残金として全額を介護準備金に積み立てました。

イオン健康保険組合 議員名簿

2024年7月23日 第141回組合会時

選定議員

役職	氏名	会社役職等
理事長	渡邊 廣之	イオン(株) 執行役員副社長 人事・生活圏推進担当 兼 リスクマネジメント担当
常務理事	加藤 里美	イオン健康保険組合 常務理事
理事	片寄 志津	イオン(株) 人事企画部長
理事	阿左見 崇	イオンリテール(株) 人事部長
理事	岡田 栄三	イオン(株) 経営管理部長
理事	金子 亮輔	イオン九州(株) 執行役員 管理本部副本部長(兼)経営企画部長(兼)財務経理部長(兼)健康経営推進責任者
議員	八巻 敏明	イオン(株) 人事企画部 健康経営リーダー
議員	広澤 章	イオンリテール(株) 近畿カンパニー 人事総務部長
議員	長谷川 正史	イオンリテール(株) 北陸信越カンパニー 人事総務部長
議員	高草木 陽子	イオン北海道(株) 管理本部 人事教育部長
議員	豊田 洋介	(株)フジ 取締役 管理担当
議員	酒井 一貴	ミニストップ(株) 人事総務本部 人事部長
議員	祝 勝崇	イオンフィナンシャルサービス(株) 人事部長
議員	二宮 大祐	イオンディライト(株) 執行役員 グループ人材戦略責任者
議員	松井 潤	(株)ゾーフット 人事教育部長
議員	羽切 直也	(株)イオンイーハート 取締役執行役員 兼 人事総務担当 兼 営業企画担当 兼 商品担当 兼 人事総務部長
議員	鈴木 稔也	イオントップパリュ(株) 人事総務部長
監事	空 考一郎	イオンアイビス(株) ビジネスサービス本部長

互選議員

役職	氏名	労組役職等
理事	上山 功樹	イオングループ労働組合連合会 事務局長
理事	西村 正光	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	郡 美津子	イオン九州ユニオン 中央執行書記長
理事	佐々木 涉	イオンモール労働組合 中央執行委員長
議員	黒川 真一	マックスパ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	マックスパリュ東海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 中央執行委員長
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	横田 晋二郎	イオンフィナンシャルサービスユニオン 中央執行委員長代行
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 中央執行委員長
議員	小林 良弘	イオンベイトユニオン 中央執行委員長
監事	福西 香織	イオングループ労働組合連合会 組織局次長

被扶養者資格調査(検認)を実施しています

皆さまの大切な保険料を公正に運用するため、健康保険法施行規則第50条および厚生労働省の指導に基づき毎年、被扶養者の資格調査(検認)を行います。

被扶養者からは保険料をいただいていないため、被扶養者の就職や収入増加等で本来扶養から外れる方が含まれていた場合、保険給付費やすべての拠出金等の支払いに影響を及ぼすことから

対象者はこの調査を必ず受けていただく必要があります。

正当な理由がないまま締切期日までに必要書類を提出されない場合は、

健康保険法施行規則第50条により、被保険者証を無効とします。



調査対象者 以下の被扶養者を有する被保険者の方

- 令和6年4月1日現在 18歳以上75歳未満の被扶養者(令和6年4月30日以前加入者)
- 健保が調査を必要と判断した被扶養者

提出書類

- ① 健康保険被扶養者資格調査票
- ② 必要書類…課税(非課税)証明書・給与明細写し・学生証写し など

*被扶養者の状況により証明書類が異なります。
お送りした「健康保険被扶養者資格調査票」の説明、当組合のホームページをご確認ください。



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

(健康相談、医療相談、
介護相談、メンタルヘルス)

女性の健康
にも対応!



☎ **0120-862-412** (委託先: ティーベック株式会社)

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



24時間 年中無休



受診・治療サポート

がんなどの大きな病気の治療選択に



☎ **0120-712-356** (委託先: ティーベック株式会社)

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。

イオン健康保険組合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
- ヘルシーファミリーのバックナンバー
- 申請書・届出書のダウンロード
- Pep Up関連の申請・イベント情報
- 法改正等の連絡
- 健康情報・動画

*閲覧する情報によっては**パスワードが必要**です。
保険者番号**06120661**を入力してください。

イオン健康保険組合



**パスワードは
これです**