

# 東京都歯科健康保険組合ニュース

令和 7 年  
10月号

- 理事長就任のご挨拶 (2 ページ)
- 令和 6 年度の決算がまとまりました (3 ページ)
- 令和 6 年度版 (令和 5 年度実績分) 健康スコアリングレポートが届きました (4 ~ 7 ページ)
- 2025 年 12 月 2 日から従来の保険証は使用できなくなります (8 ページ)
- 健康状態は年々変化するだから健診受けてよかった! (9 ページ)
- 令和 7 年度 健康ウォーキングのご案内 (10 ページ)
- 組合日誌 (11 ページ)
- 秋鮭ときのこの包み蒸し (12 ページ)



年に 1 回は健診を受けましょう

## 旬の食材で腸活! 簡単おかずレシピ

腸を元気に保つ「腸活」には、発酵食品と食物繊維を上手にとることが大切です。今回は、秋が旬の食材を使った、腸を元気にする簡単おかずレシピをご紹介します。

料理制作 ■ 緑川 鮎香 (管理栄養士)  
撮影 ■ 巢山 サトル  
スタイリング ■ 白井 千尋



1人分  
エネルギー 195kcal  
食塩相当量 1.7g

### 食材をのせて包むだけ! 食欲そそる秋の香り 秋鮭ときのこの包み蒸し

#### 材料 (2人分)

- しめじ、舞茸 …… 計150g
- 長ねぎ …… 1/2本 (50g)
- 鮭 (無塩) …… 2切れ (160g)
- 塩麴 …… 大さじ2
- 酒 …… 小さじ2
- バター …… 10g
- レモン (お好みで) …… 適量

#### 作り方 (調理時間: 15分)

- ① しめじと舞茸は手でほぐす。長ねぎは厚さ5mmの斜め切りにする。
- ② クッキングシートを35cmほどの長さに2枚切り、中央に①の半量と、その上に鮭を1切れのせる。鮭に塩麴の半量をかけ、酒の半量をふりかけてキャンディー状に包む。もう1セットも同様に作る。
- ③ 耐熱皿に②を1セットのせ、電子レンジ (600W) で4分加熱する。もう1セットも同様に作る。
- ④ シートを開いてバターをのせ、レモンを添える。

#### 調理のポイント

- 👉 きのこはエリンギやえのきなどもよく合います。
- 👉 鮭はお好みの種類で。秋鮭は脂が少なくあっさりとした味いに、銀鮭は脂のりがよくコクのある仕上がりに。鱈や鯛などの白身魚でもおいしくいただけます。

皆様からのご質問・ご意見・投書をお待ちしています。

発行元 東京都歯科健康保険組合 〒170-0004 東京都豊島区北大塚 2-11-11 TEL (3918) 7511 FAX (3918) 0588



## 理事長就任のご挨拶



東京都歯科健康保険組合  
理事長 北村 晃

被保険者ならびにご家族の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。平素より当健康保険組合の事業運営に対しまして格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。このたび、井上前理事長の後任として、7月23日付で東京都歯科健康保険組合の理事長職をお引き受けすることとなりました。就任にあたりましてご挨拶を申し上げます。

2025年は団塊の世代がすべて後期高齢者となる節目の年ですが、これからも高齢化は進行し、2040年ごろにはついにそのピークを迎えることが予想されています。今後しばらくは高齢者医療費の増加と、そのことに伴う現役世代の拠出金負担がさらに重くなっていくことが見込まれますが、「超高齢社会」を迎えた今、現役世代に過度に依存することなく、すべての人が能力に応じて安心を支え合う全世代型社会保障制度の構築が喫緊の課題となっております。

また、今年の12月には保険証利用の経過措置が終了してマイナ保険証での受診が基本となるほか、来年度以降は子ども・子育て支援金制度の開始や出産の保険適用な

ど、健康保険を取り巻く情勢は大きく変化します。

このような大きな変革の時期に理事長職という重責を引き継ぎますことに、身の引き締まる思いがしております。厳しい状況下ではありますが、当健康保険組合では皆様が心身ともにすこやかな毎日を送れるよう各種保健事業の実施に引き続き注力し、広報ツールを活用した健康課題解消への取り組みを多角的に展開してまいります。

皆様におかれましては、くれぐれも日々の健康管理にご留意ください。とくに、疾病の予防と早期発見・早期治療のためには健診の受診が重要なカギを握ります。「昨年受けたから」「自身の体のことはよくわかっているから」受けなくてもよい、などとは考えず、定期的な健診受診に加え、ご自身の健康保持・増進のために、生活習慣の改善などにも積極的に取り組んでください。健康保険組合はそのお手伝いをするべく、各種事業を展開してまいります。

私としても、今後は健康保険組合の旗振り役として、誠心誠意、職務に邁進する所存でございますので、今後とも変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。就任のご挨拶とさせていただきます。

令和6年度の  
決算が  
まとまりました

# 経常収支差引は2年連続の赤字決算に

当健保組合の令和6年度決算がまとまりましたので概要をご紹介します。

※端数処理のため、合計等の一部合わない箇所があります。

## 一般勘定

健保組合の収入源である健康保険収入（国庫負担金収入含む）は、前年度決算比で2、188万円増の71億1、578万円となりました。また、繰入金には6億円を見込み、収入総額は81億4、136万円となりました。

一方の支出では、皆さまとご家族

の医療費等にあてられた保険給付費が40億2、464万円、前年度決算比で2億2、343万円の減少となりました。高齢者医療制度への納付金は26億9、513万円、同比で2億6、079万円の増額となりました。また、皆さまの健康を支援する保健事業費は3億2、075万円、同比で344万円減となりました。支出総額では73億9、364万円で、同比では

7、595万円の増加となりました。収入支出差引額は7億4、772万円、経常収支差引額は1億2、357万円の赤字決算となりました。

## 介護勘定

収入総額7億2、126万円、支出総額6億8、832万円、差引残額は3、295万円となり、全額を準備金に繰り入れました。

## 一般勘定

| 収入の部（単位：千円） |           |           |                 |
|-------------|-----------|-----------|-----------------|
| 科 目         | 決算額       | 予算額       | 増減<br>(決算額－予算額) |
| 健康保険収入      | 7,115,784 | 7,174,928 | △ 59,144        |
| 調整保険料収入     | 96,727    | 97,975    | △ 1,248         |
| 繰入金         | 630,000   | 930,000   | △ 300,000       |
| 国庫補助金収入     | 151,429   | 504       | 150,925         |
| 出産育児交付金     | 6,803     | 6,803     | 0               |
| 財政調整事業交付金   | 122,961   | 65,000    | 57,961          |
| 雑収入         | 17,654    | 15,423    | 2,231           |
| 収入合計        | 8,141,358 | 8,290,633 | △ 149,275       |
| 経常収入合計      | 7,173,411 | 7,227,478 | △ 54,067        |

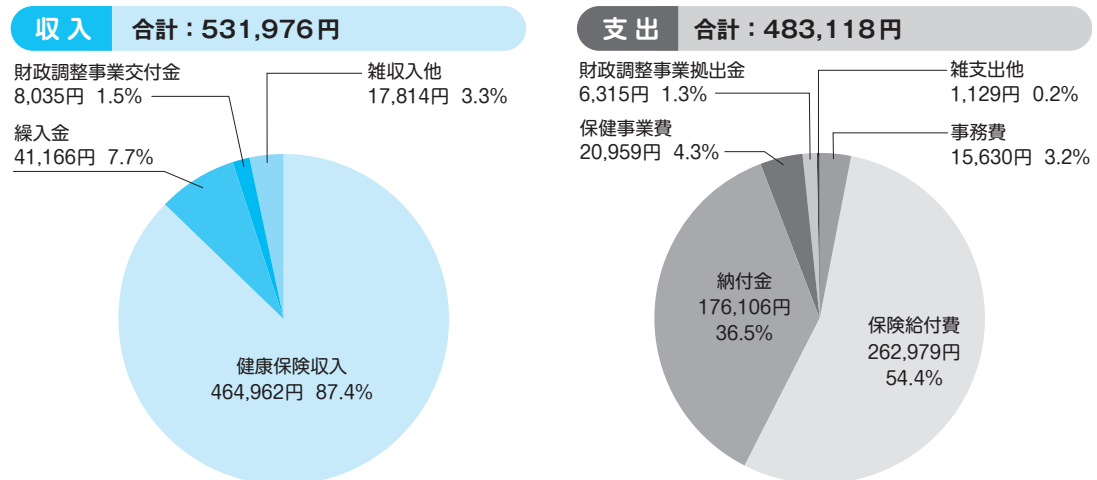
| 支出の部（単位：千円） |           |           |                 |
|-------------|-----------|-----------|-----------------|
| 科 目         | 決算額       | 予算額       | 増減<br>(決算額－予算額) |
| 事務費         | 239,202   | 275,472   | △ 36,270        |
| 保険給付費       | 4,024,636 | 4,563,913 | △ 539,277       |
| 納付金         | 2,695,126 | 2,707,360 | △ 12,234        |
| 保健事業費       | 320,752   | 404,131   | △ 83,379        |
| 還付金         | 641       | 2,950     | △ 2,309         |
| 宮繕費         | 0         | 10,500    | △ 10,500        |
| 財政調整事業拠出金   | 96,647    | 97,975    | △ 1,328         |
| 連合会費        | 3,856     | 4,062     | △ 206           |
| 積立金         | 11,000    | 11,000    | 0               |
| 雑支出         | 1,779     | 5,001     | △ 3,222         |
| 予備費         | 0         | 208,269   | △ 208,269       |
| 支出合計        | 7,393,639 | 8,290,633 | △ 896,994       |
| 経常支出合計      | 7,296,984 | 7,973,849 | △ 676,865       |

## 介護勘定

| 収入の部（単位：千円） |         |         |                 |
|-------------|---------|---------|-----------------|
| 科 目         | 決算額     | 予算額     | 増減<br>(決算額－予算額) |
| 介護保険収入      | 651,175 | 657,149 | △ 5,974         |
| 繰入金         | 70,000  | 70,000  | 0               |
| 雑収入         | 89      | 2       | 87              |
| 収入合計        | 721,264 | 727,151 | △ 5,887         |

| 支出の部（単位：千円） |         |         |                 |
|-------------|---------|---------|-----------------|
| 科 目         | 決算額     | 予算額     | 増減<br>(決算額－予算額) |
| 介護納付金       | 688,173 | 688,173 | 0               |
| 介護保険料還付金    | 144     | 450     | △ 306           |
| 積立金         | 0       | 0       | 0               |
| 予備費         | 0       | 38,528  | △ 38,528        |
| 支出合計        | 688,317 | 727,151 | △ 38,834        |

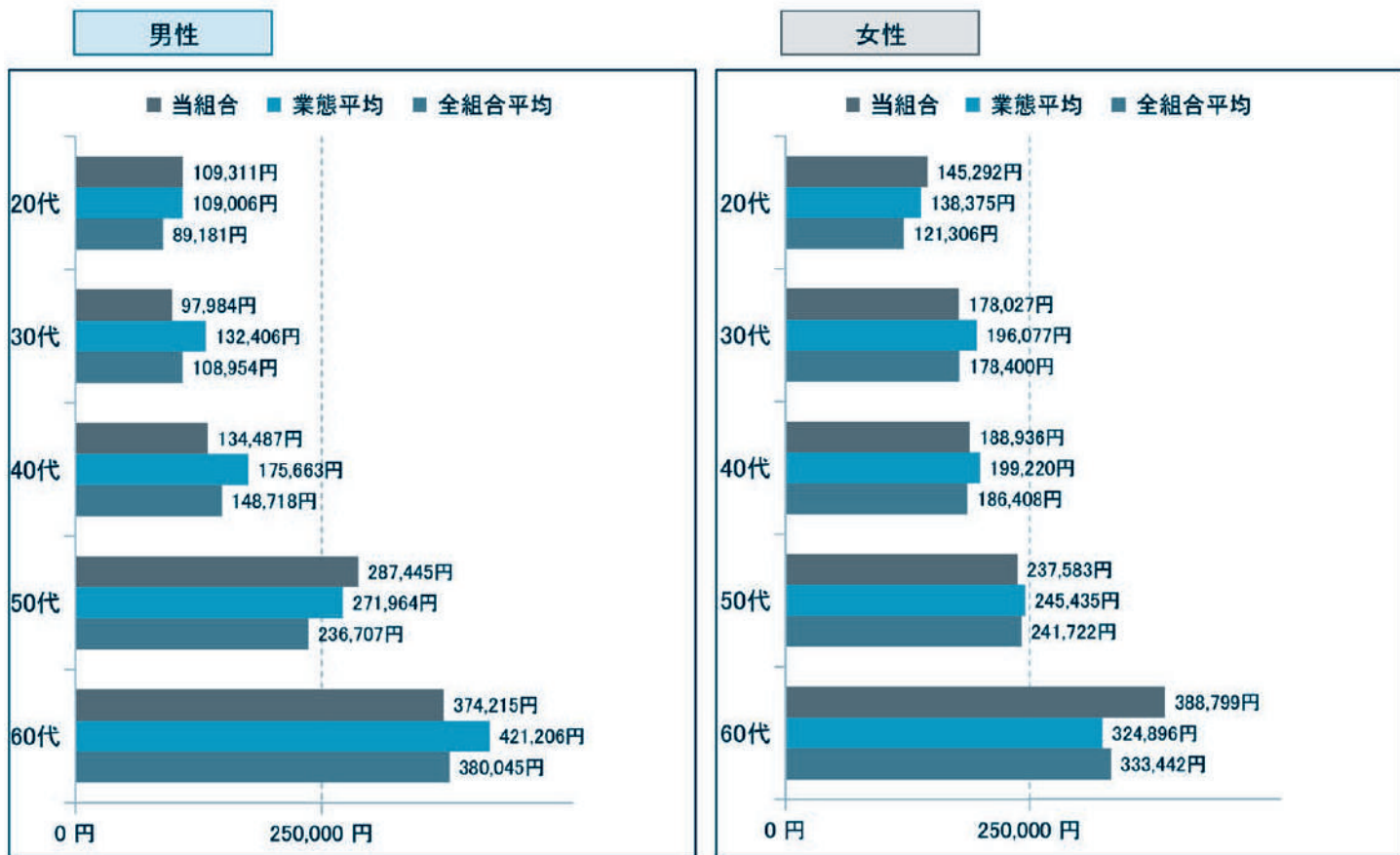
## 被保険者1人あたりでみた収支の割合（一般勘定）





## 当組合の医療費概要

### 【男女別・年代別1人あたり医療費の状況】



### 【当組合の1人あたり医療費の状況】

|       | 加入者全体    | 男性       | 女性       |
|-------|----------|----------|----------|
| 医療費   | 219,548円 | 278,157円 | 197,025円 |
| 医科医療費 | 151,113円 | 200,258円 | 132,227円 |
| 歯科医療費 | 21,969円  | 17,530円  | 23,675円  |
| 調剤医療費 | 46,466円  | 60,369円  | 41,123円  |

### 【男女別・年代別1人あたり医療費の状況】

|       | 男性       |          |          |          |          |
|-------|----------|----------|----------|----------|----------|
|       | 20代      | 30代      | 40代      | 50代      | 60代      |
| 当組合   | 109,311円 | 97,984円  | 134,487円 | 287,445円 | 374,215円 |
| 業態平均  | 109,006円 | 132,406円 | 175,663円 | 271,964円 | 421,206円 |
| 全組合平均 | 89,181円  | 108,954円 | 148,718円 | 236,707円 | 380,045円 |

|       | 女性       |          |          |          |          |
|-------|----------|----------|----------|----------|----------|
|       | 20代      | 30代      | 40代      | 50代      | 60代      |
| 当組合   | 145,292円 | 178,027円 | 188,936円 | 237,583円 | 388,799円 |
| 業態平均  | 138,375円 | 196,077円 | 199,220円 | 245,435円 | 324,896円 |
| 全組合平均 | 121,306円 | 178,400円 | 186,408円 | 241,722円 | 333,442円 |

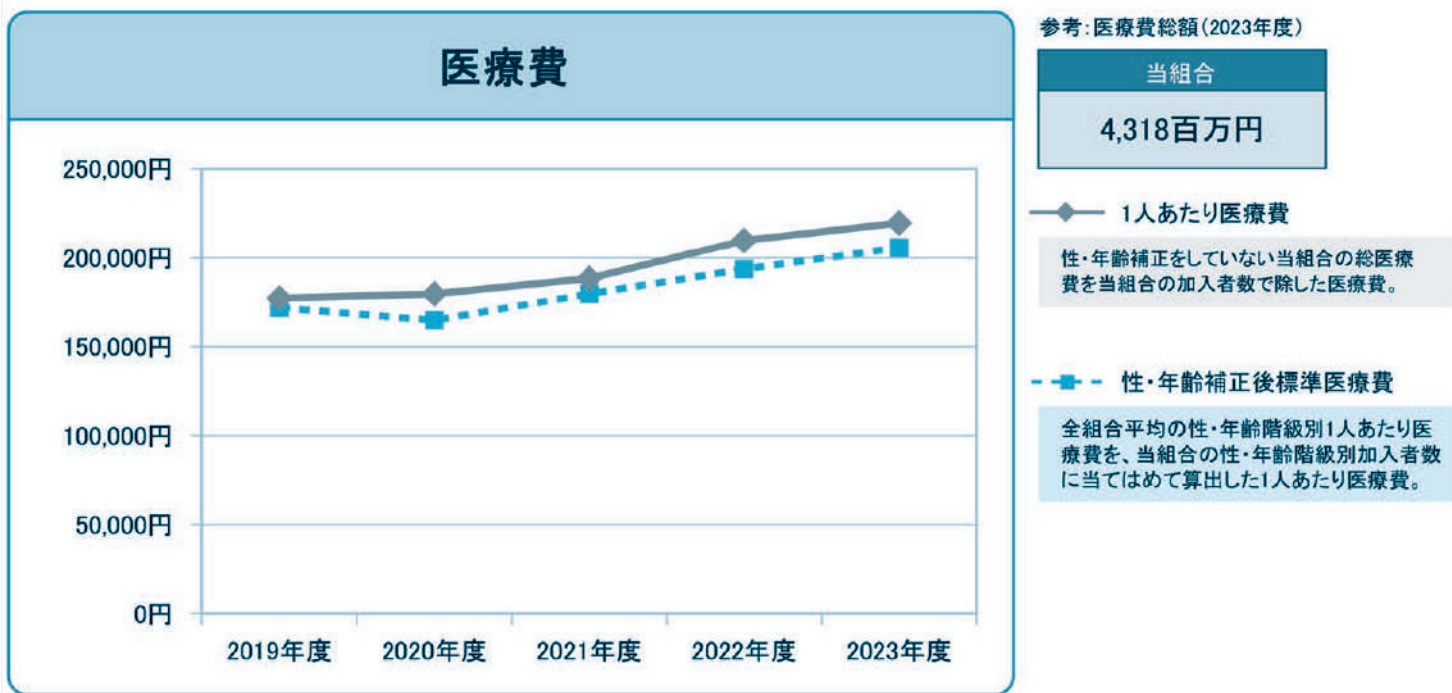
# 令和6年度版（令和5年度実績分） 健康スコアリングレポートが届きました

厚生労働省・日本健康会議・経済産業省が作成

「健康スコアリングレポート」は、健保組合等の保険者がデータヘルスを強化し企業の健康経営との連携を推進するため、厚生労働省、日本健康会議、経済産業省が連携し従業員等の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取り組み状況をスコアリングし、通知するものです。このたび、令和5年度の実績分が届きました。ぜひ詳細をご確認され、ご自身の生活習慣の改善等にお役立てください。

## 当組合の医療費概要

### 【当組合の医療費の状況】1人あたり医療費と性・年齢補正後標準医療費の推移



|              | 2019年度   | 2020年度   | 2021年度   | 2022年度   | 2023年度   |
|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 1人あたり医療費     | 177,471円 | 179,843円 | 188,533円 | 209,754円 | 219,548円 |
| 性・年齢補正後標準医療費 | 171,971円 | 164,896円 | 179,864円 | 193,760円 | 205,692円 |

### 【当組合の1人あたり医療費（2023年度）】

| 当組合      | 性・年齢補正後標準医療費 | 性・年齢補正後組合差指数 |
|----------|--------------|--------------|
| 219,548円 | 205,692円     | 1.07         |

参考：当組合の男女別・年代別1人あたり医療費（2023年度）

|       | 男性       | 女性       | 20代      | 30代      | 40代      | 50代      | 60代      |
|-------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 当組合   | 278,157円 | 197,025円 | 140,375円 | 166,031円 | 179,435円 | 252,363円 | 381,218円 |
| 業態平均  | 198,649円 | 201,447円 | 129,742円 | 176,874円 | 192,943円 | 251,975円 | 357,048円 |
| 全組合平均 | 180,887円 | 193,725円 | 103,629円 | 141,346円 | 166,931円 | 239,107円 | 358,956円 |

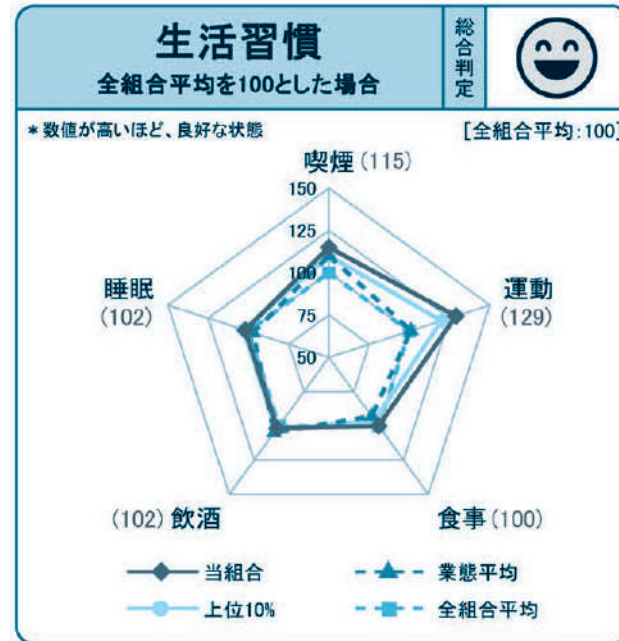
※性・年齢補正後組合差指数とは、医療費の組合差を表す指標として、1人あたり医療費について、加入者の性・年齢構成の相違分を補正し、全組合平均を1として指数化したもの。指数が1より高いほど、全組合平均と比較して性・年齢補正後の医療費が高い傾向であることを示す。



## 当組合の生活習慣

### 【当組合の生活習慣】適正な生活習慣を有する者の割合

※ 生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。



※ 2023年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

| 生活習慣の経年変化 | 2021                             | 2022              | 2023              | ランクUPまで<br>(※1) |
|-----------|----------------------------------|-------------------|-------------------|-----------------|
| 喫煙        | 当組合 115<br>業態平均 110<br>上位10% 116 | 115<br>110<br>117 | 115<br>110<br>110 | 最上位です           |
| 運動        | 当組合 132<br>業態平均 101<br>上位10% 116 | 128<br>100<br>108 | 129<br>101<br>120 | 最上位です           |
| 食事        | 当組合 99<br>業態平均 92<br>上位10% 95    | 103<br>92<br>100  | 100<br>93<br>96   | あと23人           |
| 飲酒        | 当組合 102<br>業態平均 105<br>上位10% 105 | 102<br>105<br>106 | 102<br>105<br>103 | あと33人           |
| 睡眠        | 当組合 103<br>業態平均 96<br>上位10% 100  | 103<br>96<br>102  | 102<br>97<br>103  | あと148人          |

※ 上位10%は業態ごとの「総合スコア」上位10%の平均値を表す。ただし、業態内の組合数が20以下の場合は、全組合の「総合スコア」上位10%の平均値を表示。

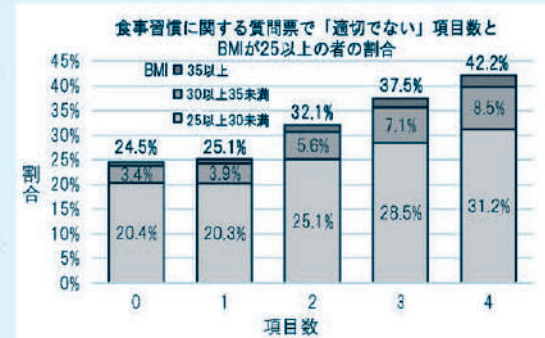
(※1)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(リスク対象者を減らす人数)を記載。

### 【コラム】肥満を予防・改善するために食事習慣を見直しましょう！

肥満の予防・改善には食事習慣や運動習慣などを見直すことが有効とされています。食事習慣に着目した場合、食事習慣に関する質問票4項目について「適切でない」に該当する項目数別にBMIが25以上である者の割合をみると、項目数が2項目以上に増加するにつれて割合も増加しています。肥満は糖尿病や脂質異常症、高血圧症、心血管疾患などの生活習慣病をはじめとした数多くの疾患のリスクを高めます。

肥満を予防・改善するために、食事習慣を見直すよう働きかけましょう。

※ 2022年度に特定健診を受診した者のうち、食事習慣に関する質問票に回答した者約1,169万人を対象に集計  
※ 食事習慣に関する質問票4項目のうち、下線部の回答を選択すると「適切でない」に該当する  
・人と比較して食べる速度が速い:「速い」「普通」「遅い」  
・就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある:「はい」「いいえ」  
・朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか:「毎日」「時々」「ほとんど摂取しない」  
・朝食を抜くことが週に3回以上ある:「はい」「いいえ」



(注)【本レポートにおけるデータ対象】

・医療費: 全加入者 / 特定健診(健康状況・生活習慣): 40歳～74歳。

・データが存在しない場合、非表示。計算不能の場合「-」を表示。

健康状況・生活習慣・医療費は、対象となる加入者数50名未満の場合「×」を表示。

・2024年4月1日以前に合併のあった組合の2023年度分の医療費については、合併前の各組合のデータを合算して表示。

■ 判定基準値(全組合平均を100とした場合)



### 当組合の後発医薬品の使用割合(数量シェア)の推移

|            | 2020年<br>3月診療分 | 2021年<br>3月診療分 | 2022年<br>3月診療分 | 2023年<br>3月診療分 | 2024年<br>3月診療分 |
|------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 後発医薬品の使用割合 | 67.8%          | 68.6%          | 69.2%          | 72.7%          | 73.9%          |

※ 実績年度の集計値ではなく、3月診療分の集計値。

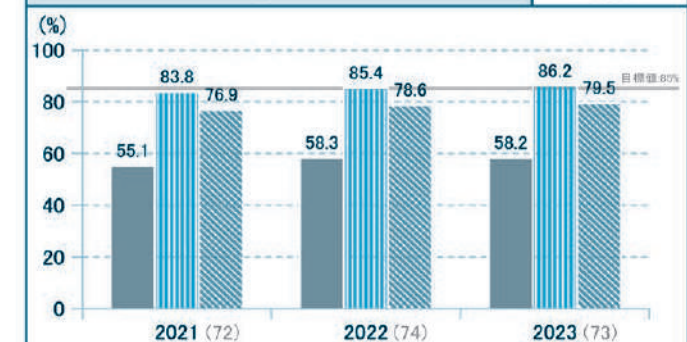
## 当組合の予防・健康づくりの取組状況と健康状況の概要

### 【当組合の特定健診・特定保健指導の実施状況】

|             |      |
|-------------|------|
| 特定健診・特定保健指導 | 総合判定 |
|             | 😊    |

|       |      |                |
|-------|------|----------------|
| 総合    | 組合順位 | 125位 / 255組合   |
| 全組合順位 |      | 827位 / 1,374組合 |

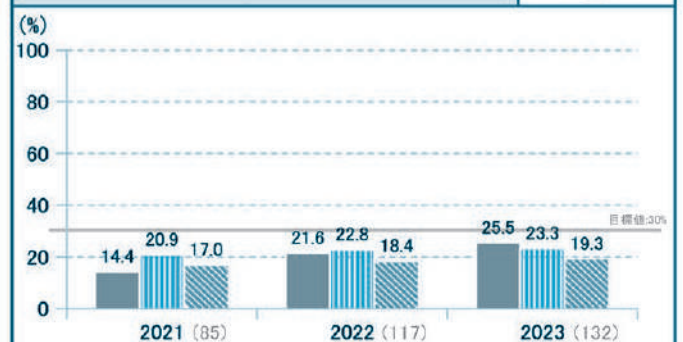
|              |          |
|--------------|----------|
| 特定健診の実施率     | 総合判定     |
| 1ランクUPまで(※1) | あと1,323人 |
|              | 😞        |



| 特定健診の実施率 | 2021  | 2022  | 2023  |
|----------|-------|-------|-------|
| 当組合      | 55.1% | 58.3% | 58.2% |
| 業態平均     | 83.8% | 85.4% | 86.2% |
| 総合組合平均   | 76.9% | 78.6% | 79.5% |

※ 目標値は、第3期(2018～2023年度)特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標。  
※ 順位は、保険者種別(単一組合)目標の達成率の高い順にランキング。  
※ ( )内の数値は、総合組合平均を100とした際の当組合の相対値。  
※ (※1)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(実施人数)を記載。

|              |       |
|--------------|-------|
| 特定保健指導の実施率   | 総合判定  |
| 1ランクUPまで(※1) | あと41人 |
|              | 😊     |

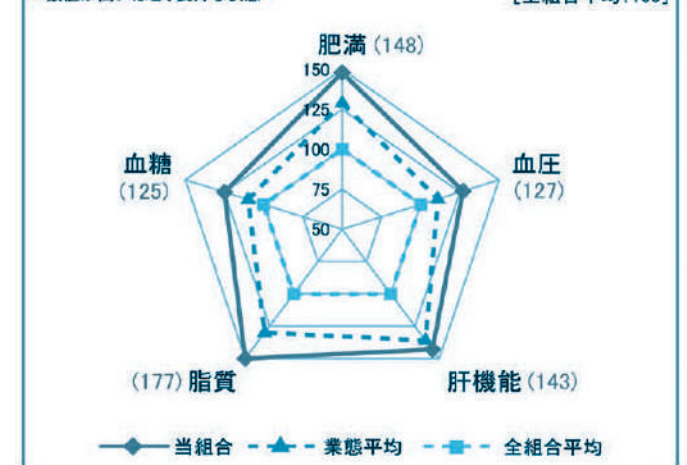


| 特定保健指導の実施率 | 2021  | 2022  | 2023  |
|------------|-------|-------|-------|
| 当組合        | 14.4% | 21.6% | 25.5% |
| 業態平均       | 20.9% | 22.8% | 23.3% |
| 総合組合平均     | 17.0% | 18.4% | 19.3% |

■ 当組合 ■ 業態平均 ■ 総合組合平均

|                |      |
|----------------|------|
| 健康状況           | 総合判定 |
| 全組合平均を100とした場合 | 😊    |

※ 数値が高いほど、良好な状態 [全組合平均:100]



※ 2023年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

| 健康状況の経年変化 | 2021                | 2022       | 2023       |   |
|-----------|---------------------|------------|------------|---|
| 肥満        | 当組合 141<br>業態平均 129 | 141<br>129 | 148<br>129 | 😊 |
| 血圧        | 当組合 117<br>業態平均 111 | 124<br>111 | 127<br>111 | 😊 |
| 肝機能       | 当組合 138<br>業態平均 139 | 139<br>137 | 143<br>136 | 😊 |
| 脂質        | 当組合 169<br>業態平均 129 | 172<br>129 | 177<br>130 | 😊 |
| 血糖        | 当組合 114<br>業態平均 111 | 124<br>111 | 125<br>110 | 😊 |

### 【コラム】血糖コントロール不良者に積極的アプローチを！

HbA1cの検査結果を分類すると、正常値以外の者が全体の43.7%を占めており、服薬ありの場合でもHbA1cの値が高い者がいます。糖尿病は初期症状がほとんどありませんが、HbA1cが高くなるほど動脈硬化が進み、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞やくも膜下出血になるリスクが高くなります。また、三大合併症として、網膜症、腎症、神経障害があり、失明や透析につながる病気でもあります。健診受診者のHbA1cの検査結果を確認し、服薬の有無にかかわらず、高値の者には積極的に受診勧奨・重症化予防の取組を実施しましょう。

※ 2022年に特定健診を受診した者のうち、HbA1cの検査結果がある者1,232万人を対象に集計

| HbA1c検査値の各区分における服薬の有無別構成割合 |           |       |      |       |
|----------------------------|-----------|-------|------|-------|
| 区分                         | 服薬なし      | 服薬あり  | 合計   |       |
| HbA1cの検査結果がある者             | 95.1%     | 4.9%  | 100% |       |
| 糖尿病型の者                     | 7.0%以上(※) | 1.0%  | 2.3% | 3.3%  |
|                            | 6.5%～6.9% | 1.3%  | 1.2% | 2.6%  |
| 境界型の者                      | 6.0%～6.4% | 7.3%  | 0.9% | 8.2%  |
| 正常高値の者                     | 5.6%～5.9% | 29.2% | 0.3% | 29.5% |
| 正常値の者                      | 5.5%以下    | 56.2% | 0.1% | 56.3% |

※ 治療中の患者に対しては、合併症予防の観点からHbA1cのコントロール目標は7.0%未満とされている。  
(「糖尿病診療ガイドライン2024」より)



# 健康状態は年々変化する だから健診受けてよかった！



「これまで正常だったから今年も大丈夫とは限らない—だから毎年健診を！」

年齢や生活習慣の影響で少しずつ健康状態は変わっていきます。昨年は問題なくても今年はどうか分かりません。簡単な生活改善だけでよくなったかもしれないのに、健診を受けず、体の変化を知らないでいたために、気づいたときには治療が必要になっていた！ということも。

とくにメタボリックシンドロームに着目した特定健診は、生活習慣病の予防が主な目的です。健診結果をよく確認して、健康の維持に活かしましょう。

健診結果が  
届いたら  
ここを確認！

- ① 各検査項目の経年変化（悪化してきている項目がないか）
- ② 昨年の健診結果によって生活習慣を改善してきた項目の数値等が改善しているか
- ③ 「要再検査」「要生活改善」「要精密検査」「要治療」があったら後回しにせず、すみやかに対応する

## 健診結果判定の見方

※健診機関によって判定区分等が異なる場合があります。

A 異常なし

今回はとくに所見はありませんでした。今後も健康管理に気をつけましょう。

B 軽度異常

軽度の所見がありますが、それほど問題ありません。昨年の変化を確認しましょう。

C 要再検査・要生活改善

基準外でも、すぐに治療が必要な状態ではなく、指示された時期に再検査を受け、生活習慣を改善しましょう。

D 要精密検査・要治療

健診結果に異常が認められ、さらに詳しい検査や治療が必要です。すみやかに対応しましょう。

E 治療中

すでに治療中の方です。医師の指示に従い、治療を継続しましょう。



よく見たら、最近では毎年ちょっとずつ血圧が高くなってきていたわ

LDLコレステロールも増加傾向…

早めに気づいてよかったですね

年々変化する健康状態は、体からの大事なメッセージ。毎年健診を受けて早期改善を図りましょう！

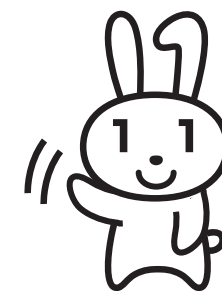


2025年  
12月2日から

# 従来の保険証は 使用できなくなります

従来の保険証は2024年12月2日に廃止され、マイナ保険証を基本とする体制へと移行しました。マイナ保険証へ切り替えるための1年間の経過措置期間も、いよいよ2025年12月1日までとなります。まだマイナ保険証に切り替えていない方は、早めの切り替えをお願いします。

※当健保組合では、加入者1人ひとりの加入記録とマイナナンバーが正しくひも付いていることを、すべて確認しております。



Q

マイナ保険証を持っているけれど、医療機関でマイナ保険証が使えない場合は？

A

医療機関等でマイナ保険証が使えない場合（システムエラー、システム未導入など）は、「資格情報のお知らせ」をマイナ保険証と一緒に提示することで、保険診療を受けることができます。「資格情報のお知らせ」とは、マイナ保険証を利用している人が、自身の健康保険の資格情報を確認できる書面で、健康保険組合から交付されます。この資格情報は、スマートフォンのアプリ「マイナポータル」からもダウンロードでき、PDF形式で保存することも可能です。

●操作方法

マイナポータル(ログイン) ▶ 健康保険証 ▶ 端末に保存

マイナポータルとは

健康・医療や子育て、介護、税金などの各種行政手続きがワンストップで行える、政府が運営するオンラインサービス。ご自身の処方薬の情報や特定健診結果を確認することもできます。

〈マイナポータル〉



Q

マイナ保険証を持っていない場合は、どうなりますか？

A

経過措置期間終了以降、マイナ保険証をお持ちでない人には、「資格確認書」が健康保険組合より交付され、保険証の代わりとして使用できます。ただし、これはマイナ保険証をお持ちでない方のために、一時的に健康保険の資格を確認するための書類です。有効期限がありますので、ご注意ください。

Q

保険証に記載されていた健康保険の記号・番号や保険者番号はどのように確認すればよいですか？

A

「資格情報のお知らせ」や「資格確認書」、「マイナポータル」でご確認ください。

## マイナナンバーカードの 保険証利用登録がまだの方

以下の方法で登録を！

- 医療機関・薬局の受付（カードリーダー）で登録
- 「マイナポータル」にアクセスして登録
- コンビニ（セブン銀行ATM）で登録



利用登録方法の詳細はこちら



## マイナナンバーカードを お持ちでない方

以下の方法で申請を！

- オンライン申請（パソコン、スマホから）
- 郵送で申請
- 街なかの証明写真機で申請



申請方法の詳細はこちら





# 組合日誌

令和7年6月から令和7年7月まで

## 7.6.26 監査および事務検査

去る6月26日(木)、当組合会議室において、監事による監査が実施され、事務執行状況並びに収入支出決算について、諸帳簿、証拠書類、その他各種届書などと照合した結果、適正かつ良好と認められました。

## 7.7.8 理事会

### ■議案事項

1. 令和6年度事業報告及び収入支出決算に関する件
2. 令和6年度収入支出決算残金処分(案)に関する件
3. 組合が保有する不動産に関する件
4. 事務連絡費に関する件
5. 会計事務取扱規程一部改正(案)に関する件
6. 理事・理事長の選挙会に関する件

### ■協議事項

1. 健康保険委員総会の議題等について

## 7.7.22 組合会

### ■議案事項

1. 令和6年度事業報告及び収入支出決算に関する件
2. 令和6年度収入支出決算残金処分(案)に関する件
3. 組合が保有する不動産について



# 公告

事業所編入による組合規約の一部変更がありましたので、公告します。 理事長 北村 晃

|               |               |
|---------------|---------------|
| 細川歯科医院        | 板橋区大和町18-10   |
| 山田雄一歯科医院      | 八王子市子安町4-3-17 |
| 西落合リーフ歯科・矯正歯科 | 新宿区西落合1-15-12 |
| 春日歯科クリニック     | 文京区小石川2-25-10 |
| 北村歯科          | 東久留米市南沢5-3-9  |
| 前澤歯科医院        | 日野市高幡1004-3   |
| 新小岩たつみばし歯科    | 葛飾区西新小岩1-8-7  |
| 日隈歯科          | 板橋区坂下2-15-5   |

# 組合事業概況

令和7年7月末現在

| 事業所数     | 件数 |         |   |
|----------|----|---------|---|
| 被保険者数    | 男  | 3,435   | 人 |
|          | 女  | 12,129  | 人 |
|          | 合計 | 15,564  | 人 |
| 被扶養者数    | 男  | 1,631   | 人 |
|          | 女  | 2,283   | 人 |
|          | 合計 | 3,914   | 人 |
| 平均標準報酬月額 | 男  | 632,073 | 円 |
|          | 女  | 320,303 | 円 |
|          | 平均 | 389,111 | 円 |

## 令和7年10月3日オープンの 健診医療機関と契約いたしました

### 医療機関名

一般財団法人日本健康管理協会  
立川健診プラザ

### 所在地

立川市柴崎町 2-12-24  
MK 立川南ビル 1 階・2 階

### 電話番号

03-3207-2222

### ●生活習慣病予防健診

| 契約料金                     | 被保険者負担額 | 被扶養者負担額 |
|--------------------------|---------|---------|
| 胃部ペプシンノーゲン検査<br>13,200 円 | 0 円     | 0 円     |
| 胃部X線<br>19,800 円         | 0 円     | 0 円     |
| 胃部内視鏡<br>25,300 円        | 5,300 円 | 5,300 円 |

### ●人間ドック

| 契約料金     | 被保険者負担額 | 被扶養者負担額 |
|----------|---------|---------|
| 37,400 円 | 4,400 円 | 7,400 円 |

令和7年度

## 健康ウォーキング開催のご案内

被保険者・被扶養者の皆様の健康保持増進を図るため、公益社団法人東京都歯科医師会と共催の健康ウォーキングを「葛飾方面」にて、**令和7年11月30日に開催**いたします。

詳細につきましては、東京都歯科医師会『PAPYRUS』10月号、または東京都歯科医師会ホームページ(10月中旬ごろ公開予定)に掲載いたします。

皆様のご参加をお待ちしております。



柴又帝釈天 参道



水元公園

※掲載写真はイメージです(コース等の詳細は上記でご確認ください)。

## 当組合のホームページを ぜひご利用ください!

健康保険のしくみや各種補助金のご案内など  
役立つ情報が満載!  
当組合からのお知らせを  
いち早くチェックできるほか、  
各種申請書のダウンロードもできます!

<https://www.t-shikakenpo.or.jp/>

スマホにも  
対応

