

健保だより



2021年度

健康保険組合収入支出決算が承認されました

2022年9月20日に当健保組合の組合会が開催され、2021年度の決算が承認されました。

2021年度決算は収入総額40億30百万円、支出総額38億58百万円となり、収入支出差引額は1億71百万円となりました。

当健保組合では今年度も、病気の予防や健康づくりなど、医療費の伸びを抑えるための事業を実施し、より効果的・効率的な運営に努めてまいります。皆様におかれましても、健康の維持・増進を心がけ、医療費節減にご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。



フジパングループ健康保険組合 2021年度 収入支出決算概要

▼健康保険

	科 目	決算額(千円)	割 合
収 入	保 険 料	3,747,484	93.0%
	繰 入 金	180,000	4.5%
	そ の 他	102,050	2.5%
	合 計	4,029,534	100%

	科 目	決算額(千円)	割 合
支 出	事 務 費	47,882	1.2%
	保 険 給 付 費	1,985,841	51.5%
	前 期 高 齢 者 納 付 金	810,533	21.0%
	後 期 高 齢 者 支 援 金	891,414	23.1%
	退 職 者 給 付 抛 出 金 他	32	—
	保 健 事 業 費	68,891	1.8%
	そ の 他	53,885	1.4%
	合 計	3,858,478	100%

基礎となった数値

被保険者数

男 6,067人 / 女 4,665人
計 10,732人

被保険者1人当たり扶養率

0.41人

平均年齢

男 40.65歳 / 女 41.41歳
男女平均 40.98歳

平均標準報酬月額 266,659円

一般保険料率 95.0%

うち被保険者負担 47.5%

(3月末現在数)

▼介護保険

	科 目	決算額(千円)	割 合
収 入	介 護 保 険 収 入	294,812	81.9%
	繰 入 金	65,000	18.1%
	合 計	359,812	100%

	科 目	決算額(千円)	割 合
支 出	介 護 納 付 金	359,384	100%
	介護保険料還付金	4	—
	合 計	359,388	100%

基礎となった数値

介護保険第2号被保険者数

5,736人

介護保険第2号被保険者たる

被保険者数 4,890人

平均標準報酬月額 287,787円

介護保険料率 15.0%

うち被保険者負担 7.0%

(3月末現在数)



※端数処理の関係で合計が合わない場合があります。

ピロリ菌検査を気軽にご自宅で！

9月26日
検査申込
スタート!!

TEST FOR
HELICOBACTER
PYLORI

通常7,260円(税込)の検査費用が
先着 **200名様限定** で **無料**に!!

全被保険者・被扶養者が対象です **ただし、昨年度ご利用の方は対象外***

*対象外の方がお申込されても、検査キットは送付されませんのでご了承ください。

胃がんの98%はピロリ菌感染によるものです。

胃がんで命を落とさないために、まずは「ピロリ菌検査」でピロリ菌の有無をチェックしましょう！

「自宅でできる！ピロリ菌検査」

- ▶お申込後、10日～14日で検査キットが届きます。
- ▶検査キット到着後、1週間以内にご返送ください。
- ▶返送後、2週間程度で検査結果が届きます。



郵送型血液検査デメカル
(ピロリ菌抗体)

1 PC・スマートフォンから申込

2 検査キット到着(普通郵便)

3 検体(血液)採取

4 検体送付(当日ポスト投函)

5 検査結果到着

ピロリ菌検査と除菌のメリット

- 自宅や会社で採血できる郵送検査です。
病院に行かなくていいので**仕事や家事に支障をきたしません！**
- ピロリ菌は幼少期(おおむね0歳～12歳)にしか感染せず、
除菌後の再感染はないといわれています！
- ピロリ菌**除菌療法が成功すれば、除菌状態が維持**できます！

**「自宅でできる！ピロリ菌
検査」ってどんなもの？**

詳しくはこちらを
ご覧ください！▶▶▶



ここからも
お申込
できます♪

対象者・申込期間・申込方法など

対象者

フジバングループ健康保険組合の
被保険者・被扶養者(昨年度ご利用の方は対象外)

申込期間

2022年9月26日(月)～10月31日(月)
(先着200名になった時点で受付終了)

検体返送締切

2022年11月30日(水)(検体必着)

申込方法

「令和4年度 ピロリ菌検査」申込フォーム

PC <https://forms.gle/5BAMLz2xA77cAJH68>

スマートフォン

こちらから▶▶▶



〈ピロリ菌検査に関するお問い合わせ〉 株式会社ウイズネット 栃木県栃木市大宮町2628-3 TEL 0282-28-7756

〈主催〉 フジバングループ健康保険組合 TEL 052-831-3385(平日9:00～12:00/13:00～17:00)

好評第4回！ こぞってご参加ください！

9月26日
参加登録
スタート!!

MY HEALTH UP
CAMPAIGN

マイヘルスアップキャンペーン

無理なく楽しく健康習慣を身につけよう



マイヘルスアップキャンペーン

毎回、大変なご好評をいただいている「MY HEALTH UP CAMPAIGN」。

皆様の健康づくりをサポートするため、この秋もちろん開催いたします！

簡単な24種類の健康目標から2コースを選び、PCやスマートフォンで実行したかどうかを記録していくだけ。
2ヵ月間継続すれば自然と健康的な習慣が身につき、しかもQUOカードがもらえます。ぜひご参加ください。

第4回マイヘルスアップキャンペーン概要

日程

登録期間 2022年9月26日(月)～10月15日(土)

実施期間 2022年10月16日(日)～12月15日(木)の**2ヵ月間**

対象者

フジバングループ健康保険組合の被保険者

参加方法

参加登録期間中に

PC <https://mhup.healthlog.jp/fujipan/healthup/gate/top>
フジパンノーツ社内掲示板→健康保険組合
にアクセスし、「参加登録はこちら」をクリック
して、案内に沿って参加登録をしてください。

スマートフォン

こちらから▶▶▶

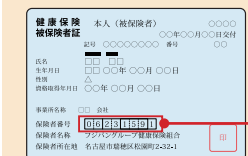


達成できたら
難易度に応じた金額の
QUOカードを
プレゼント！



登録に必要なものはたったこれだけ！

① ユーザー名(メールアドレス) ② パスワード



登録時に必要と
なるパスワードは
こちらの数字です
06231591

以下の24種類の中から2コースを選び、「できた」「できなかった」を毎日記録するだけ！

難易度 ☆…やさしい ☆☆…ふつう ☆☆☆…大変かも？

食生活編

- ① LOVEベジタブルコース☆
- ② お控えなすって! 塩コース☆☆
- ③ 飲み物は無糖コース☆
- ④ おやつは我慢コース☆☆
- ⑤ 腹八分目がベストコース☆☆
- ⑥ 噛む噛むゆっくりコース☆
- ⑦ 朝ごはんを食べようコース☆
- ⑧ 寝る前は食べないコース☆☆

運動編

- ⑨ 毎日、ラジオ体操コース☆☆
- ⑩ 毎日、8000歩コース☆☆☆
- ⑪ 階段を使おうコース☆☆
- ⑫ いろいろ運動コース☆☆☆
- ⑬ 腰痛・肩こり改善コース☆☆
- ⑭ 15分deストレッチコース☆☆
- ⑮ 筋トレで筋力UPコース☆☆☆
- ⑯ 呼吸と姿勢改善コース☆

日常生活編

- ⑰ タバコよ、さらばコース☆☆☆
- ⑱ 飲むなら適量コース☆☆
- ⑲ 歯を大切にコース☆☆
- ⑳ おはよう&ありがとうコース☆
- ㉑ 手洗い・うがいコース☆
- ㉒ いい湯だな～コース☆
- ㉓ 自分だけのリラックスタイムコース☆
- ㉔ 6時間寝たろうコース☆



〈お問い合わせ〉 フジバングループ健康保険組合 TEL 052-831-3385(平日9:00～12:00/13:00～17:00)

2022年度 秋以降の保健事業



秋以降も、皆様一人ひとりの体調や環境に寄り添った保健事業を展開してまいります。
健康づくりと医療費の節減にお役立てください。



1

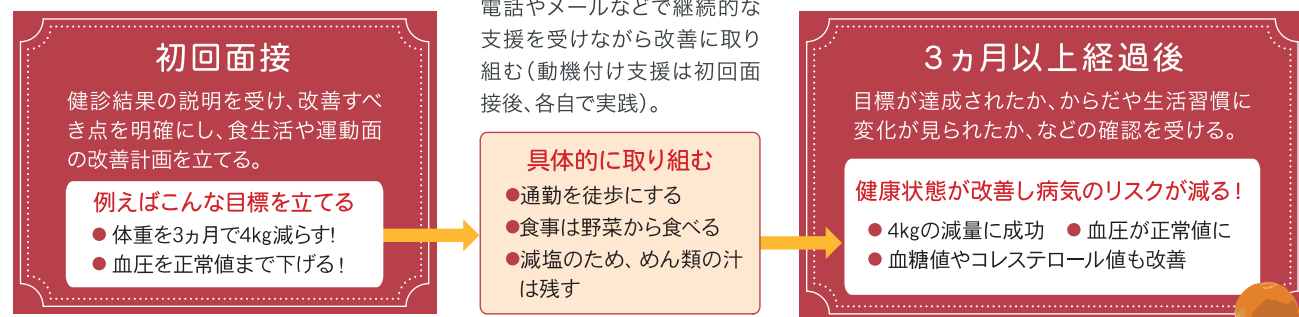
特定保健指導 未来の健康を守るために！

対象 40歳～74歳の被保険者で、生活習慣病リスクの高い方

対象者にご案内をお送りします。届いたら必ず受けてください！

健診（特定健診）の結果から、指導対象となる方を抽出し、ご案内します。 ※高血圧症、糖尿病、脂質異常症の治療のための薬を服用中の方は特定保健指導の対象となりません。

▼特定保健指導の流れ



特定保健指導を受けないと…

特定保健指導は国の制度です。実施率が低い健康保険組合には、国への納付金を増額しなければならないというペナルティが課せられます。つまり、皆様が特定健診・特定保健指導を受けないと、病気の発症・重症化によって医療費がかさむだけでなく、皆様と会社から納めていただく大切な保険料から拠出する納付金が増大して健保財政が圧迫され、やがて保険料率の引き上げにつながるかもしれません。

ご案内が届いた皆様は、必ず特定保健指導を受けてください！



2

生活習慣改善冊子の配付 あなたに合わせた健康情報

対象 40歳以上の被保険者



3

生活習慣病予防事業 皆様とご家族の健康をサポート

対象 40歳～74歳の被保険者・被扶養者



4

つよい子になるぞ!! キャンペーン2022 お子さまと楽しく健康づくり！

対象 2022年度に満3歳～満6歳になるお子さま

キャンペーン
期間

2022年10月1日(土)～12月31日(土)
(3ヵ月間)

キャンペーン後にアンケートの回答を事務局に送ると、
もれなくプレゼントがもらえます。



5

インフルエンザワクチン接種補助 対象 被保険者・被扶養者(未就学児のみ)

当健保組合からの補助

いずれも1人当たり2,500円(年1回、10月～12月に接種された方)



6

薬用消毒ジェル・子ども用マスク配付 対象 未就学児のお子さまをもつ被保険者



7

家庭用常備薬の斡旋

当健保組合からの補助

3割(春と秋)

申込は
こちら▶



URL: <https://kamiyamaweb.com/ndc/>



健康保険組合からのお知らせ



繰り返し使える「リフィル処方せん」が始まりました

処方せんの「リフィル可」に「✓」がある場合、一定期間内にその処方せんを3回まで繰り返し使えるしくみ『リフィル処方せん』が2022年4月にスタートしました。ただし、医師がリフィル処方を可能と判断した場合に限ります。

※投薬量に限度のある医薬品や湿布薬など、リフィル処方せんにできない薬もあります。



マイナンバーカードの健康保険証利用を申請しましょう

いまならマイナポイント
もらえます！

マイナンバーカードを取得し、健康保険証として利用できるように申請しましょう。
マイナンバーカードの取得方法等は下記からご確認ください。

■マイナンバーカード取得はこちら！
マイナンバーカード総合サイト▶
<https://www.kojinbango-card.go.jp/>



■健康保険証利用申込はこちら！
マイナポータル▶
https://myna.go.jp/html/hokenshoraiyou_top.html



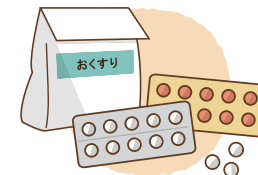
がん検診・歯科検診を受けましょう

国は5つのがん検診(胃・大腸・肺・乳房・子宮頸部)や定期的な歯科検診を推奨しています。
各種助成を受けられますので、詳しくは各自治体窓口へお尋ねください。



ジェネリック医薬品で医療費を節減

積極的に利用して医療費を節減しましょう。
医師や薬剤師に「ジェネリックにしたい」とお伝えください。



お悩み、
お電話でご相談ください

ファミリー健康相談

健康に関することなら何でもOK！
心とからだのライフライン

*いづら電話等を避けるため、非通知で入電された場合は
お受けできないしくみとなっております。

匿名で!!

24時間
いつでも!!

相談内容
秘密厳守!!

TEL **0120-929-041** 無料

申請書類について

健保組合の各種申請書類はフジパンノーツ社内掲示板▶健康保険組合に掲載しています。各自ご確認のうえ、ご利用ください。

個人情報の取り扱いについて

私たちは個人情報を大切に取扱っています。健康保険組合では、個人情報保護法に基づき、加入者個人に関する情報について適切な安全措置を講ずることにより個人情報保護を徹底していきます。なお、健診(特定健診)の結果の個人情報(電話番号等含む)は事業主と共同利用します。(公告 フジパンノーツ社内掲示板▶健康保険組合▶個人情報保護管理規程等参照)

健康保険に関するお問い合わせは…

フジパングループ健康保険組合

名古屋市瑞穂区松園町2-32-1 TEL 052-831-3385

MY Webセミナーを開催します

当健康保険組合はこの度、明治安田生命保険相互会社の動画配信サービス「MY Webセミナー」から、健康維持に役立つ「タニタ健康セミナーこころのセルフコンディショニング～こころの元気を保つには～」を配信いたします。

配信期間内なら、PCやスマートフォン等でいつでも受講できます。ワーク・ライフ・バランスの向上にぜひご視聴ください。

※受講完了後にアンケートが表示されますのでご協力ください。 ※視聴時間は約31分、3部構成です。

MY Webセミナー

明治安田生命

【タニタ健康セミナー】

こころの セルフコンディショニング

～こころの元気を保つには～

講師 島田 保子 先生(株式会社タニタヘルスリンク 保健師)

配信期間：2022 年 9 月 26 日～ 10 月 31 日

自分自身のこころの元気を保ちたい方におすすめです。テレワークなどの新しい生活様式が形成されていく中で、仕事や生活に不安やストレスを感じてはいませんか？自分自身でこころをコンディショニングする技を身につけているかどうか、こころの元気度に大きな影響を与えます。本セミナーでは、不安やストレスと上手に付き合うコツのほか、こころのダメージを少なくする方法として「怒りのコントロールの方法」について紹介します。また、こころのメンテナンスとして、マインドフルネス瞑想を体験していただきます。



① こちらの二次元コードまたはURLから視聴登録を実施

https://mywebs-meijiwasuda.smkty.jp/public/application/add/871?Public::Application::Userenquete_D_P_D_VisitorData.attribute34=67006870001

② 登録したメールアドレス宛に送信される動画視聴用URLからセミナー視聴

アンケートに答えるとデジタルギフトチケットが当たるキャンペーンも実施中!

セミナー視聴後のデジタルアンケートにご回答いただくと、ローソンでご利用いただける下記いずれか1つを抽選で合計5万名さまにプレゼントします

【キャンペーン主催】
明治安田生命保険相互会社

お持ち帰り限定

マチカフェ コーヒーS
ホット/アイス
(税込100円)
1杯引換券



or

お持ち帰り限定

プレミアムロール
ケーキ
(税込150円)
引換券



or

お持ち帰り限定

NLのむヨーグルト
各種 200g
(税込140円)
いずれか1本引換券



※2022年4月1日～2023年3月31日の間にセミナー視聴のうえアンケートにご回答いただいた方が対象です。当社セミナーのデジタルアンケート回答者合計5万名さまに当たります(複数のWEBセミナーアンケートに回答いただいた場合、複数当選する可能性があります)。なお、キャンペーン期間中に賞品が変更になる場合がございますので、ご了承ください

※画像使用許可取得済 キ2200243地域リ

お問い合わせ先

フジパングループ健康保険組合

【連絡先】052-831-3385
(平日9:00～17:00)