



※持ち帰ってご家族のみなさままでお読みください。

## 2020年度 PepUp チャレンジメニュー決定!!

登録・利用料  
無料です!

PepUpは、マツダ健保に加入の従業員、配偶者のみなさまが継続して健康アクションできるように開発された、個人向けWebサイトです。チャレンジメニューに挑戦すると、素敵な商品に交換できるポイントも獲得できます。まだ利用していない方は、マツダ健保がお送りした封書の手順に従って「ユーザー登録」してください。

ポイントメニュー	獲得ポイント	対象者
<b>春</b> 月間ウォーキングチャレンジ ●チームで、個人で参加!	600P	全員
<b>夏</b> 健康クイズチャレンジ ●目指せ、健康博士!	300P	全員
<b>秋</b> 月間ウォーキングチャレンジ ●春できなかったことに再挑戦!	600P	全員
<b>冬</b> 体重測定チャレンジ ●レコーディングダイエットに挑戦!	300P	全員
<b>通年</b> PepWalkチャレンジ ●毎日8000歩に挑戦!	3P×365	全員
健康記事閲覧チャレンジ ●おすすめな健康記事が届きます	1~3P×12	全員
医療費確認チャレンジ ※1 ●毎月確認すれば50Pもらえる	50P×12	全員
健診結果改善チャレンジ ●健診結果がA判定なら文句なし	最大1,100P	健診受診者 ※2
健診受診チャレンジ <b>NEW!</b> ●7/31までに予約申し込みするだけ!	1,000P	40歳以上の配偶者

少しがんばれば  
年間3000ポイント以上  
獲得可能!



※1 毎月忘れずに医療費確認するためにPepUp設定メニューから「0円でもメールを受け取る」にチェックを入れましょう。  
 ※2 対象となる方は、血液検査を含む健診受診者のみです。

おすすめ!  
毎日ウォーキング  
イベント  
開催!

### ■ユーザー登録方法ご案内

ユーザー登録がお済みでない方は、2月に各職場へお送りした登録案内で、ご登録ください。

登録用QR



ポイントを貯めて素敵な商品に交換できます!



年間 **3000P** 以上獲得可能  
(3年間有効)



# 春は異動の最も多い季節です。健康保険の扶養削除の届出はすみやかに。

次のようなケースでは、『健康保険被扶養者(異動)届【削除届用】』に「保険証」を添付して削除の届出をお願いします。削除手続きを忘れたまま保険証を使用すると、事実発生日に遡っての削除となり、医療費の健保負担分を返還していただくことになります。

## 就職等

### 保険証が交付された

被扶養者(家族)が就職等で勤務先の健康保険に加入した場合は、短期間であっても扶養から削除しなければなりません。

## 収入基準超過

### パート、年金等の収入が認定基準額を超えた

基準額	年収	月収 <b>重要</b>
60歳未満の方	130万円未満	108,334円未満
60歳以上の方または障がい者	180万円未満	150,000円未満

※被扶養者(家族)の年収が上記基準内であり、かつ被保険者の収入の1/2未満であること

## 仕送り不備

### 別居の被扶養者(家族)に仕送りをしない

例: 学生で別居している被扶養者が、卒業後に就職しておらず別居を継続する場合、仕送りの証明書類(※)が必要です。仕送りをしない場合は扶養から削除しなければなりません。

### 住民票上で同一世帯に属していない方を被扶養者とする場合の注意事項!

1. 被保険者(本人)から被扶養者に対し、毎月、被扶養者の収入を上回る仕送りをする。
2. 仕送りの証明書類(※)をいつでも提出できるようにしておく。
3. 手渡しや同一口座での入出金は、送金人と受取人の確認が不可能なため認められません。
4. 数ヵ月分まとめて振り込む方法は、対象者の生活を継続的に支援している状態とは言えないので認められません。

※仕送りの証明書類とは、口座間送金や現金書留の送付の控えなど、“被保険者”から“被扶養者”への仕送りであることが明記され金額も送金日も記載されているものに限りです。

## 法改正

### 被扶養者(家族)の認定要件に「国内居住」が追加となります

健康保険法の改正により令和2年4月1日から、被扶養者の認定要件に「住民票が日本国内にある」が追加となります。これにより、国内に居住していない被扶養者は、令和2年4月1日で被扶養者の資格喪失となりますのでご注意ください。なお、国内居住要件の例外は以下のとおりです。

1. 海外において留学をする学生
2. 海外赴任する被保険者に同行する者
3. 観光、保養又はボランティア活動その他就労以外の目的で、一時的に海外に渡航する者
4. 海外赴任中に被保険者との身分関係が生じ、海外赴任に同行する者と同等と認められるもの

例: 海外赴任中に生まれた被保険者の子ども、海外赴任中に現地で結婚した配偶者、等  
5. 渡航目的その他の事情を考慮して日本国内に生活の基礎があると認められるもの



**今年も7月に健康保険被扶養者の資格調査を行います。ご協力よろしくお願いいたします。**

(マツダ健保では、22歳以上の被扶養者を対象に資格確認調査を毎年実施しています。)

## 厳正で公平な被扶養者認定は、健保組合の財政基盤安定への第一歩です

被扶養者(家族)は、保険料を負担することなく給付(医療費負担)や健診などを受けられますが、その費用は被保険者(本人)および事業主に納めていただいている健康保険料によってまかなわれています。

被扶養者の認定要件を満たさなくなった家族が認定され続けると、不公平が生じるばかりでなく、健康保険料から本来負担しなくてもよい費用を支出する事になり、健保組合の財政の悪化、ひいては保険料の引き上げにもつながるおそれがあります。

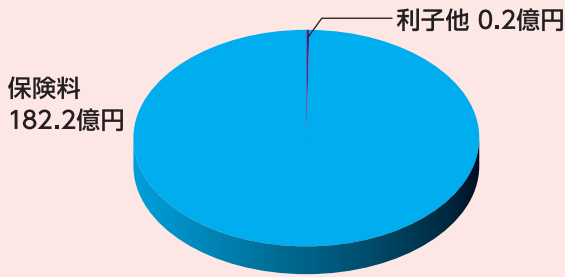
# 2020年度の予算および事業計画 ～保険料率(8.5%)を維持します。

組合会(2月19日)にて承認

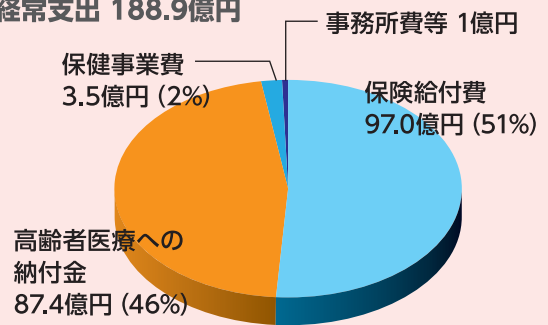
- ◆2020年度予算は、6.5億円の赤字となります。
- ◆【保険料収入】は、被保険者数が増加するものの報酬レベルの減少により、わずかに減少が見込まれます。
- ◆みなさまの医療費等を給付する【保険給付費】は、人数増ほかの影響により増加が見込まれます。(支出総額の51%)
- ◆全国の高齢者医療費を支援するために拠出する【納付金】は、支出総額の46%と過重な負担となっています。
- ◆赤字を補てんするため、積立金を取り崩して対応し、健康保険料率8.5%(会社5.16%、被保険者3.34%)を維持します。

## 2020年度予算

### ■経常収入 182.4億円



### ■経常支出 188.9億円



## 主な保健事業

### ■病気の予防・早期発見のために…

#### ① 健診および特定保健指導事業

##### 【従業員の方】

30・35歳および40歳以上を対象に、事業主と共同で、がん検診も含めた健診→対象となる方に特定保健指導を実施  
 ※今年度から、40歳未満の若年層への保健指導も開始します。

##### 【ご家族の方】

40歳以上を対象に、基本の健診コース(一般健診コースまたは特定健診コース)を実施  
 ※オプション検査(胃部X線・子宮がん・乳がん)を付加可能  
 →対象となる方に受診勧奨通知・特定保健指導

#### ② 高齢者訪問健康指導(63歳以上のご家族を対象)

### ■保健指導・PRのために…

#### ① 機関紙「やすらぎ」の発行(年2回)

② 育児情報誌「お医者さんにかかるまでに」を新生児誕生家庭に配布

③ 加入事業所との共同保健事業(メンタルヘルス・禁煙推進・体力づくり事業などを支援)

④ ジェネリック通知の発行(年2回)・PepUpへの掲載(3ヵ月毎)および希望シールの配布

⑤ 個人向けWebサイトPepUpの運営(詳しくは、1ページをご覧ください。)

### ■事業のスリム化

- ・医療費通知
- ・ご家族への健康年齢通知

紙面での発行を廃止

**pepUp** をご利用ください!

医療費・健診結果や健康年齢がいつでも確認できます。同時にポイントがたまり、素敵な商品と交換できます。ぜひご利用ください。

## 介護保険料率を改定します。(介護保険対象は40～64歳のみ)

介護保険事業の財源として国に納付する健保組合負担額は年々増加しています。これに見合う保険料収入を確保するため、毎年度料率を見直しています。

2020年度は、保険料率を現行から0.14ポイント増の1.74%に改定します。

(単位:%)	2020年3月分 (4月給与控除)より	現行	差
事業主(会社)	0.87	0.8	0.07
被保険者(本人)	0.87	0.8	0.07
計	1.74	1.6	0.14

被保険者1人平均年間4,850円の負担増です。

### 参考例

被保険者1人当たりの年間保険料負担額  
 (給与月額38万円、賞与年額140万円、40歳以上の方の場合)

	給与から	賞与から	年間合計
健康保険料	12,692円	46,760円	199,064円
介護保険料	3,306円	12,180円	51,852円
計	15,998円	58,940円	250,916円





退職日までは必ず持っておいてください。退職日を過ぎたら、会社の指示に従ってすみやかにご返却をお願いいたします。退職日を過ぎて保険証を使用した場合は、医療費を返還していただくことになります。

家族の特定健診のご案内

あなたと家族の笑顔のために!

40歳以上の家族のみなさまのご自宅に、4月に特定健診の案内を送付しますので、希望する健診コースにて受診をお願いいたします。  
**小さな異常は、早期発見できれば少しの取り組みで改善できます。**  
**年に一度、客観的に自分の体をチェックして、未来の安心につながりましょう!**



また、健診予約とあわせてPepUpに登録いただくと**1000P**の獲得(※)や、体の健康状態を見える化する**健康年齢**の確認もできます。  
 2020年度は申込期限が短くなっておりますのでご注意ください。  
 ※本紙1ページの健診受診チャレンジをご確認ください。



オプション検査を含む健診の申込期限

**2020年7月31日**

「特別キャンペーン」のご案内!

REHAISSANCE

春だから カラダにいいことスタート

ボクはいろいろな施設を楽しみたいから... いつでも選んで月額定額 **Monthly**

私は毎日 通えないから のんびり... 自分のペースで健康払い **1 Day**

お好みに合わせて2タイプ

使いたい放題 **Monthly** 8,580 円/月 (税込)

月ごとに 変更可能 (変更手数料なし)

1回ごとに **1 Day** 1,650 円/回 (税込)

キャンペーン実施中! 2020年 3/20 → 5/31

Monthly コーポレート会員	1 Day コーポレート会員
※新規でMonthlyコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。 <b>入会時の手数料 0円</b> (通常 1,100円(税込))	※新規で1dayコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。 <b>レンタル用品</b> タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ 通常 1,600円/箱(税込)
<b>レンタル用品 0円</b> (通常 1,600円/箱(税込)) ※最大2ヶ月間	<b>入会当日 0円</b>

※レンタル用品のお取り扱いはない店舗もございます。

お近くのルネサンスで登録ください。事前にWEB入会登録をしていただくご利用です。

ご入会に必要なもの

マツダ健康保険組合 保険証 + Monthlyコーポレート会員

月会費2ヶ月分 (ご所属が11日-4日-14日-23日によって異なります。)

ルネサンスカードの口座振込がWEBで完了していない場合は、キャッシュカードと連携

1Dayコーポレート会員 入会時の手数料 1,100円(税込)

お問い合わせ **03-5600-5399**

平日/10:00~17:30