

# マツダ健康保険組合 やすらぎ



No.480

2021年3月発行

<http://mkenpo.mazda.co.jp/>

マツダ健保

検索



※持ち帰ってご家族のみなさまでお読みください。

スマホやパソコンで  
健康づくり

## PepUp 2021年度 チャレンジメニュー決定!!

登録・利用料  
無料です!

ご自身の健康状態を把握していますか? 食事や運動などの生活習慣に問題はないですか?

PepUp (ペップアップ) 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、ステキ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」してご利用ください。

チャレンジメニュー		獲得ポイント	対象者	
季節毎のイベント	春 月間ウォーキングチャレンジ	●チームで、個人で参加!	全員	
	夏 健康クイズチャレンジ	●目指せ、健康博士!	全員	
	秋 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!	全員	
	冬 体重測定チャレンジ	●年末年始増えてもリカバーすればOK	全員	
その他のメニュー	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	●おすすめの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
	健診早期申込チャレンジ	●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。

### PepUpユーザー登録方法ご案内

7月末にお届けした登録案内で、スマホまたはPCからご登録ください。



#### ■再交付

※登録案内通知を紛失された方は、右のQRコードから再交付可能です。



ポイントを貯めて  
商品に交換可能!

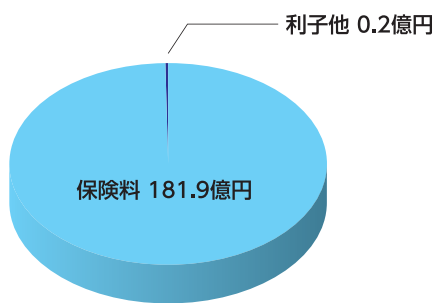
WAONポイント  
Amazonカード  
クオカードなど



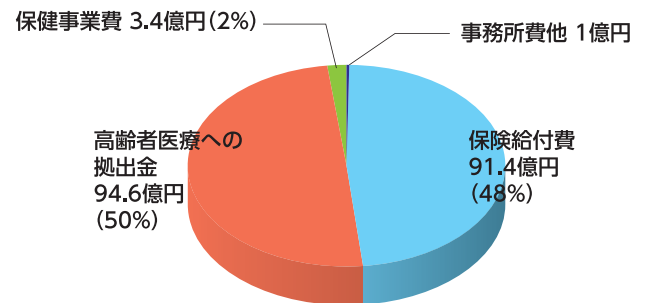
- ◆2021年度予算は、以下の要因により、現在の保険料率8.5%のままであれば約19億円の赤字となります。
  - ・被保険者数の減少による **【保険料収入】** の減少
  - ・全国の高齢者医療費を支援するための **【拠出金】** の増加 (支出総額の50%)
- この赤字を積立金の取り崩しにより補填をしても、2年後には積立金が底をつくため、**保険料率を0.5ポイントアップの9.0%に改定**します。(アップ分については会社と被保険者(本人)とで折半)
- ◆介護保険料の料率については1.74%のまま据え置きます。

## 2021年度予算

■ 経常収入 182.1億円



■ 経常支出 190.3億円



健康保険料率 (単位:%)	2021年3月分 (4月給与控除)より	現行	差
事業主(会社)	5.41	5.16	0.25
被保険者(本人)	3.59	3.34	0.25
計	9.0	8.5	0.5

※加入者1人平均年間15,000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 36万円、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	12,924円	50,260円	205,348円
介護保険料	3,132円	12,180円	49,764円
計	16,056円	62,440円	<b>255,112円</b>

## 主な保健事業

保健事業は、加入者のみなさまの健康の維持・増進のため、また、健康保険料の増加を可能な限り抑制するための事業です。

### ● 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
- 40歳未満の若年層への保健指導

##### 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 健診結果要受診者への早期受診を促す受診勧奨通知(年2回)
- ⑥ 個人向けWebサイトPepUpの運営(詳しくは、本紙1ページをご覧ください。)



# マツダ健康保険組合の運営体制について



## 各種申請書等のご提出について

健康保険手続きの各種申請書等のご提出につきましては、郵送または社内便にて受付しております。また、申請書等をマツダ健保に直接提出される場合は、事務所と同じ建物の1階にある、「マツダ健保専用ポスト」をご利用ください。

- 郵送先:〒734-0064 広島市南区小磯町1-1 マツダ健康保険組合
- 社内便ポスト宛先:ポストNo.D55 マツダ健康保険組合
- 直接提出先:ふれあい会館1階南側「マツダ健保専用ポスト」

## 健康保険手続きに関するご相談について

お電話、またはメールでのご相談を承ります。

電話受付時間:10:00~14:30(土日祝除く)

※担当者不在の際は、お問い合わせ等への回答が翌日以降となることがあります。

マツダ健保ホームページからもお問い合わせいただけます



問い合わせ用連絡先:(082) 287-4644 (内線 22860)

メールアドレス:kenpo@mail.mazda.co.jp

検索やQRからも!

マツダ健保 検索



## 各種申請書類への押印が不要となりました!

厚生労働省からの通達により、2020年12月25日から各種申請書類への押印が不要となりました。申請の際にはマツダ健保ホームページに掲載しております最新の申請書をダウンロードしてご利用ください。

※事業主印も省略可能となりました。詳細は別途ご連絡します。



## オンライン資格確認が始まります!

2021年3月開始

オンライン資格確認とは、マイナンバーカードまたは保険証を提示して医療機関や薬局にかかる際に、オンラインで資格情報を照会・確認する仕組みです。就職や転職をしてもマイナンバーカードを保険証として使用できたり、医療保険の事務コストの削減が図れるなど様々なメリットがあります。2021年3月から順次開始されます。マイナンバーカードを医療機関等で利用するためには、事前にマイナポータルで申し込む必要があります。マイナンバーカードの保険証としてのご利用の可否に関しては、直接医療機関へお問い合わせください。

## 今こそつくる! マイナンバーカード

マイナポイントのキャンペーンも要チェック!!

■マイナンバー総合フリーダイヤル

マイ ナンバー

■受付時間(年末年始を除く)

平日/9:30-20:00 土日祝/9:30-17:30

0120-95-0178

■マイナンバーカードの申請方法はこちら▶▶



●健康保険証利用申込については、音声ガイダンスに従って「4→2」の順にお進みください。

## 健康をずっと、笑顔をもっと

家族の特定健診のご案内

世の中が大きく変化している中で日々大変な状況かと存じますが、みなさまの健康の維持・増進に少しでもお役に立ちますよう、40歳以上のご家族様のご自宅に、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。

1年365日のうち1日だけ、ご自身の健康チェックのため、未来の安心のために健診をご受診ください!  
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。 ※本紙1ページの健診早期申込チャレンジをご確認ください。



PepUp

オプション検査を含む健診の申込期限

2021年10月30日

## 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にもつながるおそれがあります。

### 異動の多い季節となりました **被扶養者の資格削除手続きをお忘れなく！ ～よくあるケースをご紹介します～**

削除の手続きを忘れたまま保険証を使用すると、後からその期間の医療費を返還いただくことになります。

#### 就職 就職し保険証が交付された

ご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いけません。

#### 収入基準超過 パート、年金等の収入が増加した

基準額	年間	月額換算	日額換算
60歳未満の方	130万円未満	108,334円未満	3,612円未満
60歳以上の方、または障がいのある方	180万円未満	150,000円未満	5,000円未満

※被扶養者の年間収入額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・別世帯の家族に仕送りをしない

主として被保険者により生計を維持されている方を被扶養者として認めています。同一世帯でない方を被扶養者とする場合、被保険者から被扶養者に対し、定期的かつ継続的に被扶養者の収入を上回る仕送りをしており、仕送り証明※を保管しておく必要があります。※仕送りの証明書類とは、被保険者から被扶養者へ、いつ、いくら…が明記されている、第三者が見て明らかな金融機関の書類です。（金融機関の書類とは、振込の控えの写し・振込人と受取人の記載のある通帳の写し・現金書留の送金控えと封筒の写し等です。）

#### 注意

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。また、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いえないので原則認められません。

## 今年も8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。昨年は調査の結果、140名が資格削除となりました。資格削除理由は件数の多い順に、**就職・収入基準超過・仕送り不備**でした。被扶養者に変更があった場合は速やかなお手続きをお願いします。

### 「特別キャンペーン」のご案内!

しっかり対策で、安心トレーニング

- マスク
- 検温
- ソーシャルディスタンス
- 除菌
- 換気
- 検温カメラ
- パーティション

**期間限定 3/20(土) ▶ 5/30(日)**

月額固定 使いたい放題プラン

月々 **8,580**円 (税込)

Monthlyコーポレート会員

おすすめ!

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,650**円 (税込)

1Dayコーポレート会員

入会するなら、今すぐ!

**WEB予約はコチラ!**

※特典は、新規でコーポレート会員にご入会いただいた方(連合会7ヵ月以上経過している方も含む)のみ適用。また、3ヵ月以上ご継続の方に限ります。 ※レンタル用品のお取り扱いはない店舗もございます。 ※上記記載の金額は変更となる場合がございます。最新情報はHPにてご確認ください。

**入会時の手数料**  
通常1,100円(税込)

**月会費** **半額**  
3ヵ月分

**レンタル用品**  
通常3,630円/月(税込)  
タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・パーフォーマンス **0**円  
最大2ヵ月間

**レンタル用品**  
通常3,630円/月(税込)  
タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・パーフォーマンス **0**円  
入会当日



**RENAISSANCE** 03-5600-5399 平日/10:00~17:00 店舗の詳細は [ルネサンス 店舗一覧](#)