



※持ち帰ってご家族のみなさまでお読みください。

PepUp 2022年度 チャレンジメニュー決定!!

登録・利用料
無料です!

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

健康状態を見える化するPepUpは、マツダ健保に加入の従業員、配偶者のみなさまの、**継続的な健康活動、生活習慣の見直し促進、健康情報の有効活用、自分の健康年齢を知ること**※にお役立ていただけます。

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。

※健康年齢は、健康診断結果を会社等から連携いただいている従業員様、およびマツダ健保が40歳以上の被扶養者様に案内する家族健診を受診された方が表示されます。

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!	600P	全員
	夏 健康クイズチャレンジ ●目指せ、健康博士!	300P	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!	600P	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	300P	全員
通年メニュー	PepWalkチャレンジ ●毎日8000歩に挑戦!	3P×365日	全員
	健康記事閲覧チャレンジ ●健康豆知識やレシピ、疾病関連ニュースなど	1~3P×12回	全員
	医療費確認チャレンジ ※1 ●毎月の医療費を確認!	50P×12回	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 2,200P	健診受診者 ※2
	家族健診受診ありがとうポイント ※3 ●家族健診受診+PepUp登録で獲得!	1,000P	40歳以上の配偶者



昨年比 2 倍に
ポイント
アップ

獲得しやすくなりました

- ※1 毎月忘れず確認するためにPepUp設定メニューから「0円でもメールを受け取る」にチェックしましょう。
- ※2 対象となる方は、血液検査を含む健診受診者のみです。
- ※3 健診結果改善チャレンジポイントが付与された後、3ヵ月以内にポイント付与します。

PepUpユーザー登録方法ご案内

職場・またはご自宅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。

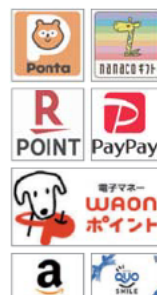


■再交付

※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!

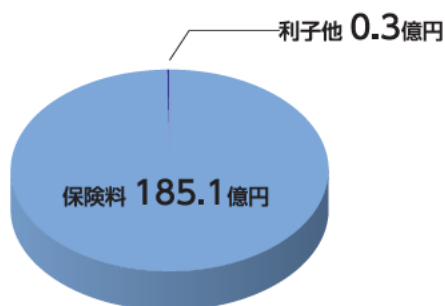


2022年度の予算および事業計画 ～保険料率9.0%を維持します。～ 組合会(2月24日)にて承認

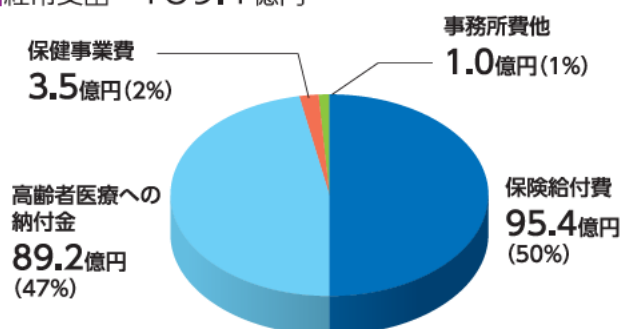
- ◆2022年度は約3.7億円の赤字が見込まれます。
- ◆全国の高齢者医療費を支援するために拠出する「納付金」は2021年度予算に比べ減少しますが、支出総額の47%と過重な負担となっています。また、みなさまの医療費等を給付する「保険給付費」は約4億の増加を見込んでおり、総支出額の50%を占めています。
- ◆これらを皆様から徴収する保険料では賅えないため、積立金を取り崩して赤字を補填することで健康保険料率9.0%を維持します。
- ◆介護保険料の料率についても1.74%のまま据え置きます。

2022年度予算

■ 経常収入 185.4億円



■ 経常支出 189.1億円



2022年度保険料率 (単位：%)

	事業主負担	被保険者負担	合計
健康保険	5.41	3.59	9.00
介護保険	0.87	0.87	1.74
合計	6.28	4.46	10.74

【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	49,632円
計	16,045円	62,440円	254,980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
- 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カ月毎)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、1ページをご覧ください。)

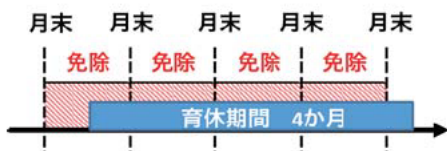


育児休業中の保険料の免除要件の見直しについて ~2022年10月~

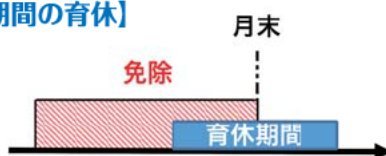
法改正により育児休業中の保険料の免除要件が令和4年10月から変わります。短期の育児休業の取得に対応して、月内に14日以上育児休業を取得した場合には当該月の保険料が免除されます。賞与に係る保険料については1か月を超える育児休業を取得している場合に限り、免除の対象となります。本件について、詳しい申請方法につきましては、お勤め先にお問い合わせください。

現行

【長期間の育休】



【短期間の育休】



改正後

【長期間の育休】

長期間の育休については変更なし



【短期間の育休】

変更なし



要件追加!



改正後の賞与に係る保険料免除要件

月末において育児休業等を取得しているかつ 1か月を超える育児休業を取得している

家族の特定健診のご案内

毎年の健診で、毎日の安心を

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。(3月下旬発送予定)
この家族健診の機会を逃すことなく、今年度も受診をお願いいたします。

1年に1度、カラダの声をききましょう!

また、健診受診とあわせてPepUpに登録いただくと、**健診値改善チャレンジポイント**などの獲得※や、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ページのチャレンジメニューをご確認ください。

オプション検査を含む健診の申込期限は
2022年10月31日です。



今年は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。被扶養者の変更があった場合はすみやかなお手続きをお願いします。

昨年の調査の結果、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。

2022年春予定

マツダ健保のホームページが変わります!

加入者のみなさまの利便性向上のため、さらなる見やすさ、分かりやすさを目的としてマツダ健保ホームページをリニューアルいたします。



適正な被扶養者申告は、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をそのままにしておくと、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、健保組合の財政悪化につながります。

春は異動が多い時期です、被扶養者の削除手続きをお忘れなく!

よくある
ケースの
ご紹介

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。ご家族が認定要件を満たさなくなった場合、すみやかに削除手続きを行ってください。

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

	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。

特別キャンペーンに加え、新メニューも続々登場! マツダ健保ホームページのルネサンス特設ページよりご確認ください!



新しいジブン、
始めよう。

新生活のスタートに、新しいことを始めようと思っっているあなた!
まず、カラダ磨きから始めてみませんか?
カラダを動かすと、自然とココロもリフレッシュ!
ルネサンスの充実のマシンで、運動習慣を始めましょう。

期間限定 3/19(土) ▶ 5/29(日)

月額固定 使いたい放題プラン

月々 **9,570**円 (税込)

Monthlyコーポレート会員

おすすめ!

・事務手数料

・月会費 **1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・ハーフパンツ

最大2ヵ月分 **0**円

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,980**円 (税込)

1Dayコーポレート会員

レンタル用品

通常1,600円/月(税込)
タオル(大小セット)・
シューズ・Tシャツ・
ハーフパンツ

入会当日 **0**円

まずは見てから!
ラクラク見学予約はコチラ!



お手続きに
必要なものなど
詳細もご案内
しています。

※特典は新規でコーポレート会員にご入会いただいた方（退会後7ヵ月以上経過している方も含む）のみ適用。また、8ヵ月以上、月額固定プランでご継続の方に限ります。(1dayコーポレート会員は対象外です。) ※レンタル用品のお取り扱いがない店舗もございます。

RENAISSANCE

03-5600-5399

平日/
11:00~16:00

店舗の詳細は

ルネサンス 店舗一覧

検索

やすらぎ(No.482)
2022年3月発行

発行者 マツダ健康保険組合
広島市南区小磯町1-1 電話(082)287-4644

やすらぎ
バックナンバー▶

