



大阪薬業健康保険組合

けんぽだより

vol.299

2026
新年号

ご家庭にお持ち帰りになって、ご家族みなさまの健康増進にお役立てください

MY HEALTH
WEB



迎春



新年のご挨拶

- 子ども・子育て支援金
- これからのお受診はマイナ保険証が基本です
- 「医療費のお知らせ」はスマホ・パソコンでご確認ください！
- 第41回大阪薬業健康保険組合
野球大会・テニス大会の結果報告

- 第9回歩fes.
大阪薬業けんぽウォーキング大会2025秋結果発表
- 40歳以上のみなさまへ
特定健診・特定保健指導を受けましょう！
- 歯の健康づくり、始めましょう
- 日本スキー場開発グループ優待プラン
- 公示/令和7年10月事業状況

「けんぽだより」はホームページでもご覧いただけます！

ホームページトップ画面の「けんぽだより」をクリックしてください！▶

けんぽだより



新年のご挨拶



大阪薬業健康保険組合
理事長 岡本 総一郎



新年あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、清々しい新年を迎えたこととお慶び申し上げます。また、日頃より当健康保険組合の事業運営につきまして多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、国内外で不安定な情勢が続いた一年でした。依然として続く国家間の紛争はエネルギー価格や物価の上昇につながり、現在も消費者の生活に多大な影響を及ぼしています。一方で、4月13日から10月13日に開催された大阪・関西万博には国内外から国境や人種を超えて多くの人が来場しました。奇しくも戦後80年という節目の年に国を超えた交流が行われたことは、国際情勢の緊張が続く中で明るい話題となりました。

さて、健康保険組合を取り巻く情勢を見ると、昨年はすべての団塊の世代が後期高齢者となる「2025年問題」に直面した年でした。総人口の5人に1人が後期高齢者という日本では、高齢者への拠出金の増加によって健保財政が今後ますますひっ迫することが予想されます。同時に、高齢者の医療費を支える現役世代の負担軽減についても、対策に注力していかなければなりません。これは超高齢社会であると同時に少子社会である日本において、喫緊の課題となっています。

また、今年はマイナ保険証に完全移行して迎える最初の年となります。昨年12月1日に猶予期間が終了し、従来の健康保険証は役目を終えました。マイナ保険証は、よりよい医療を効率的に受けられる、医療現場の負担を軽減するといったさまざまなメリットがあります。マイナ保険証への移行により、保健・医療・介護の分野で得られるデータを活用し、業務効率化と医療の質の向上を図る医療DX(デジタルトランスフォーメーション)がさらに推し進められると期待されています。

あわせて、本年4月からは子どもや子育て世帯を全世代が支える「子ども・子育て支援金」がスタートします。少子化対策を促進するための取り組みについてのご理解・ご協力をお願いいたします。

結びに、本年もみなさまがご健勝でご多幸でありますよう心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

令和8年度
START!

子ども・子育て支援金

子ども・子育て支援金制度が令和8年度からスタートします。

子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体で支える新しい制度です。

開始はいつから?

子ども・子育て支援金は令和8年4月分保険料(5月納付分)から、一般保険料・介護保険料と合わせて徴収することになります。

令和8年4月分からの保険料

一般保険料

+

介護保険料
(介護納付金分)

+

子ども・子育て支援金
(子ども・子育て支援納付金分)

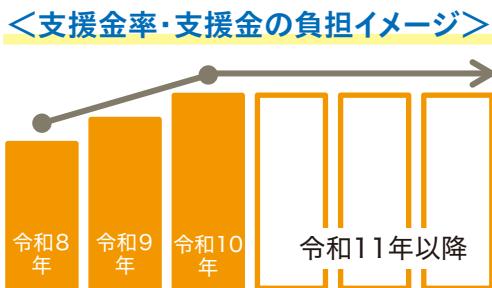
※健康保険組合が加入者のために行う保険給付や保健事業に充てることはできないため
あくまで国の代わりに徴収し、納付するだけとなります。

支援金は何に使われるの?

「子ども未来戦略」において、我が国の少子化対策を本格化するためのさまざまな施策が盛り込まれた「加速化プラン」が策定され、支援金はその財源を担うものです。具体的には、児童手当の抜本的拡充、妊婦のための支援給付、出生後休業支援給付率の引き上げ、育児時短就業給付の創設、子ども誰でも通園制度、国民年金第1号被保険者の育児期間に係る保険料免除措置等に充てられます。



どれくらいの負担になるの?

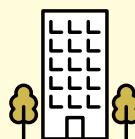


1人当たり負担額・イメージ

(標準報酬月額 × 支援金率 = 毎月の負担額)

例) 標準報酬月額が当組合平均の 41 万円の場合

$$41\text{万円} \times 0.4\% = 1,640\text{円}/月$$



事業主負担
820円

被保険者負担
820円

- 負担率(支援率)は令和8年からスタートし、令和10年度には0.4%程度に段階的に上がることが想定されます。
- ただし、国が令和10年度に支援納付金の最大規模を決めているため、今後、健康保険料や介護保険料のよう~~に右肩上がりで増え続けることはありません。~~
- 健保組合と協会けんぽには、国が一律の支援金率を示すこととなっています。

詳しくは、こども家庭庁のホームページをご参考ください。

<https://www.cfa.go.jp/policies/kodomokosodateshienkin>



これからの受診は マイナ保険証 が基本です

令和7年12月2日に、健康保険証が完全廃止となり、医療機関等での受診はマイナ保険証^{*1}を基本とする流れになっています。

まだマイナンバーカードを取得していない方や、マイナ保険証の登録がお済みでない方は、すみやかに申請・登録を行いましょう。

*1 保険証利用登録をしたマイナンバーカードのこと。



Q これからはどうやって医療機関に
かかればいいの？

A <マイナ保険証を持っているとき>

受付にあるカードリーダーにマイナンバーカード
をかざすだけ！

<マイナ保険証を持っていないとき>

当組合が交付した「資格確認書」を提示すれば受診
できます。

Q 「資格情報のお知らせ」は
どんなときに必要なもの？

A 「資格情報のお知らせ」は、カードリーダーの
不具合など、何らかの事情でマイナ保険証による
資格確認ができないときに必要となります
ので、大切に保管するようにしてください。
なお、「資格情報のお知らせ」のみでは保険診療を
受けることはできません。

Q これまでの保険証は
どうすればいいの？

A 従来の健康保険証は使用
できなくなるため、ご自身
で裁断するなど、再利用
できない状態にして処分
してください。



Q 転職で加入する保険者が
変わりました。
手続きはどうなるの？

A マイナ保険証の登録がお済みの場合は、転職
や退職などで加入する保険者が変更になっても
再度の登録は必要ありません。

Q マイナ保険証を
スマートフォンに取り込んで
使うことができるの？

A 機器の準備が整った医療機関・薬局において、
マイナ保険証がスマートフォンでも使えるよう
になりました。ただし、スマートフォンをマイナ
保険証として利用するには、事前の準備や設定
が必要です。また、未対応の施設もあるため、
引き続き、実物のマイナンバーカードもご持参
ください。

！ ご注意ください！

1台のスマートフォンにつきひとりの
マイナンバーカードしか追加できません。
また、15歳未満の方は原則スマート
フォンのマイナンバーカードをご利用
いただけません。



Q マイナンバーカードは無期限に使用できるの？



マイナンバーカードと電子証明書※2にはそれぞれ有効期限があります。「電子証明書が失効しています」と表示された場合は、医療機関等において、マイナ保険証としてご利用できません。

マイナンバーカードは、発行から10回目の誕生日(18歳未満は発行から5回目の誕生日)までが有効期限です。「有効期限通知書」が届いたり、利用時にアラートが出た場合は、①オンライン②郵送③証明写真機のいずれかで更新手続きを行ってください。電子証明書の有効期限は発行から5回目の誕生日までです。「有効期限通知書」が届いたら、必ずお住まいの市区町村の窓口で更新手続きを行ってください。オンラインではできません。

※2 オンラインでマイナンバーカードを使用する際に本人であることを電子的に証明するためのもの。



Q マイナ保険証利用にはどのようなメリットがあるの？



マイナ保険証利用には以下のようにさまざまなメリットがあります。

受けられる医療がより適切に

初めて受診する医療機関では、過去の受診情報や処方薬などを正確に伝えることは難しいかもしれません。マイナ保険証を使って受診すれば、情報提供に同意することで過去に処方された薬や受診情報を医師、薬剤師と共有できるため質の高い医療を受けられます。



緊急時の「マイナ救急」

救急車で搬送される際は、本人の病状や家族の動揺により、本人情報の正確な聞き取りが困難な場合もあります。「マイナ救急」では、マイナ保険証によって本人の病歴や薬剤情報が正確に救急隊員に伝わり、適切な応急措置や搬送先病院の選定が行えます。



窓口での支払い時に 限度額を超える支払いが免除に

高額療養費制度では、医療機関や薬局などの窓口で支払う金額が限度額を超えた場合、限度額適用認定証を提示すれば窓口での負担を限度額に抑えることができます。しかし、マイナ保険証で受診することで限度額適用認定証がなくても窓口負担を限度額までに抑えられるようになります。



「医療費のお知らせ」は スマホ・パソコンでご確認ください!



「MY HEALTH WEB」登録サイトはこちらから!

【アプリのダウンロードはこちら】



App Store
からダウンロード



Google Play
で入手よろ

【初回登録はこちら】

<https://daiyaku-kenpo-oauth.mhweb.jp/oauth/activation>

まず、「MY HEALTH WEB」の登録が必要だよ!

「医療費のお知らせ」の確認方法は右の二次元コードからマニュアルを確認してね

マニュアル・Q&Aはこちら

医療費通知確認
マニュアル



医療費のお知らせの
WEB化に関するQ&A



従来の紙の「年間医療費のお知らせ」は廃止となっております。

確定申告の医療費控除には、「MY HEALTH WEB」から医療費明細をダウンロードまたはプリントアウトしてご利用ください。

確定申告の申告期間に「MY HEALTH WEB」で確認できない診療分については、医療機関等からの領収書に基づき作成した医療費控除の明細書を確定申告書に追加して添付してください。(例:令和7年12月分等)

電子申告の場合(e-Tax)

- ①「MY HEALTH WEB」にログイン
- ②医療費情報のプルダウンから医療費控除申告用をクリック
- ③「XMLデータダウンロード」をクリックしてダウンロード
- ④国税庁e-Taxのホームページで電子申告時に③でダウンロードした「XMLデータ」をアップロード

書面申告の場合

- ①「MY HEALTH WEB」にログイン
- ②医療費情報のプルダウンから医療費明細をクリック
- ③「PDFダウンロード/印刷」をクリックしてPDFを保存
- ④PDFをプリントアウトして医療費控除の明細書として使用

医療費明細や健診結果情報を確認するには「セキュリティコード」が必要です。

「セキュリティコード」は新規発行に1週間ほどかかります。

よくあるご質問



Q1

診療からどれくらいでMY
HEALTH WEBの医療費明細が
確認できますか?



Q2

扶養家族の医療費明細は
どのように確認するのですか?

A1

診療の3ヵ月後の下旬からご確認
いただけます。ただし、医療機関
からの医療費請求状況等によって
遅れる場合があります。なお、医療費
明細は毎月更新され、過去5年分の
診療についてご確認いただけます。



Q3

MY HEALTH WEBで医療費
明細が確認できるのを待って
いたら、確定申告期間に間に
合わないのではないか?

A2

扶養家族の医療費明細について
も、被保険者によりMY HEALTH
WEBからご確認いただけます。



Q4

医療費控除とセルフメディケー
ション税制の両方を申請でき
ますか?

A3

医療費控除は確定申告の中でも
「還付申告」ですので、確定申告
期間とは関係なく、医療費を払った
年の翌年1月1日から5年間提出
することができます。



また、従来通りお手元の領収書で
医療費を計算しても問題ありません。



Q5

健康保険の資格を喪失した後
もMY HEALTH WEBで医療費
明細は確認できますか?

A4

セルフメディケーション税制は、
医療費控除の特例(特定一般用
医薬品等購入費を支払った場合
の医療費控除の特例)ですので、
どちらか一方を選択して申請する
ことになります。



Q6

資格喪失後に医療費明細を確認
したい場合、組合へ連絡する
以外の方法はないのですか?

A5

資格喪失するとMY HEALTH WEB
をご利用いただくことができなく
なり、医療費明細も確認できなく
なります。資格喪失後に医療費
明細が必要な場合は、当組合まで
ご連絡ください。



A6

マイナンバーカードを健康保険証として登録して
いると、マイナポータルからも確認できます。
ただし扶養家族分を閲覧するためには、その家族も
マイナンバーカードを取得し、健康保険証として
登録済みであること、さらに本人と家族の間で
代理人設定をする必要があります。代理人設定
の詳細はマイナポータルホームページをご確認
ください。

※ 具体的な確定申告の方法等については、国税庁ホームページまたは最寄りの税務署にてご確認ください。

第41回 大阪薬業健康保険組合 野球大会・テニス大会の結果報告

野球大会の決勝が令和7年10月19日(日)に大阪シティ信用金庫総合体育グラウンドで行われ、村中医療器株式会社が優勝を飾りました。また、令和7年11月1日(土)にはテニス大会の決勝がコ・ス・パ神崎川で行われ、男子は藤井・尼寺組、女子は金田・羽岡組が優勝を飾りました。



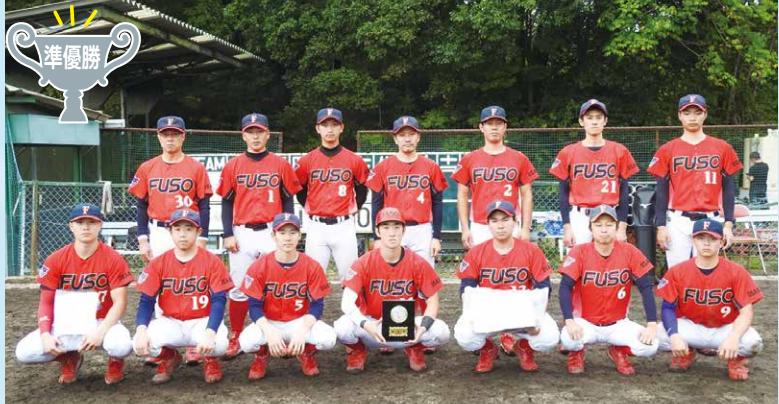
優勝 村中医療器株式会社

準優勝 扶桑薬品工業株式会社

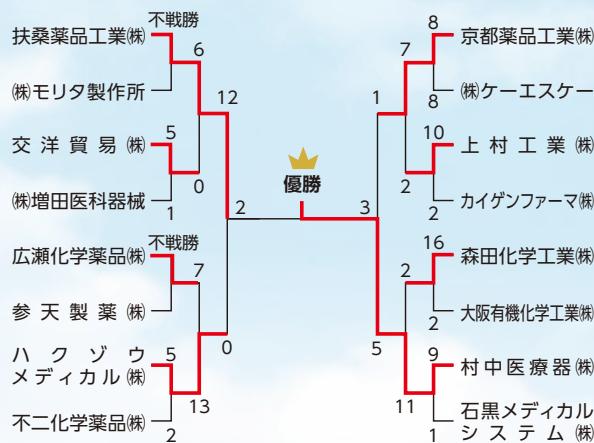
第3位 ハクゾウメディカル株式会社・
京都薬品工業株式会社

最優秀選手 麻生 趟徳
(村中医療器株式会社)

敢闘選手 中野 亮太
(扶桑薬品工業株式会社)



(敬称略)





男子

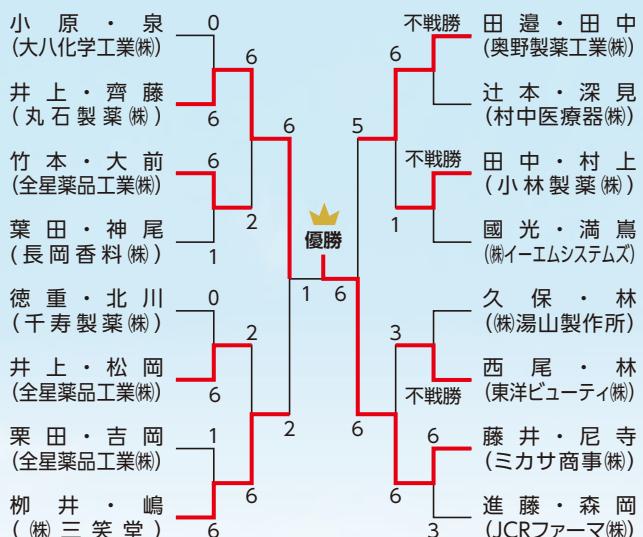


女子



優勝 藤井・尼寺組 (ミカサ商事(株))
 準優勝 井上・齊藤組 (丸石製薬(株))
 第3位 柳井・嶋組 (株)三笑堂
 田邊・田中組 (奥野製薬工業(株))

優勝 金田・羽岡組 (太陽ファルマテック(株))
 準優勝 御手洗・小林組 ((株)湯山製作所)
 第3位 川口・田宮組 (小林製薬(株))
 萩原・高橋組 (丸石製薬(株))



第9回



大阪薬業けんぽウォーキング

令和7年11月にMY HEALTH WEBを利用したウォーキング大会を行いました!
今大会では、エントリー者数が前回よりも約200名増えました。また、大会初となる川柳・短歌＆写真コンテストでは、両部門合わせて177作品ものご応募をいただき、総投票数は110(無効票含む)となりました。ご参加いただき誠にありがとうございました!

最優秀賞

会社から

歩けどと言われて向かう先

パン屋ケーキ屋食欲の秋

みなさん



お問い合わせ先:

保健事業推進課 06-6941-6173

〈上級〉

総歩数が45万歩以上の方

1,500ポイントget!

402名

〈中級〉

総歩数が30万歩～44万9,999歩の方

1,000ポイントget!

568名

〈初級〉

総歩数が24万歩～29万9,999歩の方

500ポイントget!

318名

川柳・短歌部門

最優秀賞 1,000ポイント贈呈

優秀賞

私より
犬につけたい
万歩計

おはぎんさん

5票獲得

歩fesで
健康寿命
伸ばそうよ!
KPR-誠さん

夜歩き
どこからともなく
金木犀
KPR-まるちゃんさん

優秀賞
優秀賞
優秀賞
モーちゃんさん

老犬が
歩かなくなり
減る歩数
モーちゃんさん

優秀賞
優秀賞
優秀賞
おはぎんさん

ランチ後は歩フェス効果で
ちょいウォーク
今年の健診結果や如何に
豆大福さん

5票獲得

無理をせず
自分のペースで
健康管理
たけちゃんマンさん

駐輪代
ポイ活ダブルで
ホツクホク
ゆうしさん

優秀賞
優秀賞
優秀賞
おぼろ月さん

金木犀 かおりさそわれ
さまよえ歩数ましまし
脚力ましまし
おぼろ月さん

優秀賞
優秀賞
優秀賞
豆大福さん

5票獲得

川柳・短歌部門 入選のみなさん

ニックネーム	得票数	ニックネーム	得票数
おたかさん	4	よしくさん	4
釣藤さんさん	4	RUさん	4
pomyさん	4	ゴルフ道さん	4

紙面に掲載できる作品数に限りがあるため、入選とその他の作品は、後日、MY HEALTH

歩く大会2025

秋

結果発表

〈チーム賞〉

チームの平均歩数が30万歩以上のチーム全員

500ポイントget!

149チーム
(589名)

〈応募賞〉

川柳・短歌&写真コンテストにご応募いただいた方全員

50ポイントget!

139名

総エントリー者数

2,242名

総エントリーチーム数

262チーム



写真コンテスト 作品

写真部門

500ポイント贈呈 入選 250ポイント贈呈



▲「茜色の帳」ゆゆゆさん



▲「雨直前の空」ライゾウさん

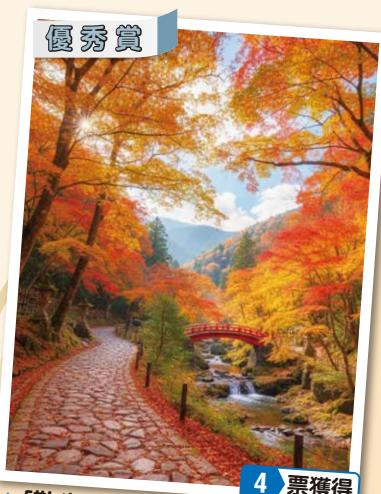


▲「秋桜」釣藤さんさん

最優秀賞



6 票獲得



4 票獲得



▲「まだ歩けません!」ななちゃん

写真部門 入選のみなさん

ニックネーム	得票数
komayume39さん	2
バイカルアザラシさん	2
KP_誠さん	2
トリジンさん	2
Airiさん	2



次回は春大会を開催予定!
ご参加をお待ちしております!

WEBに掲載させていただきます。



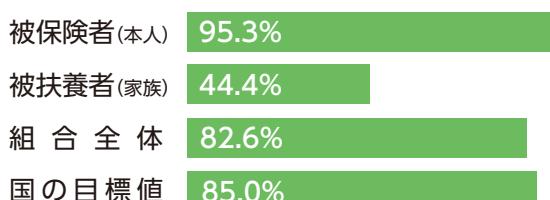
40歳以上のみなさまへ

特定健診・特定保健指導を 受けましょう！

特定健診とは？

40歳～74歳の方を対象に行う健康診断です。メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病を予防・早期発見することが目的です。

特定健診受診率（令和6年度）

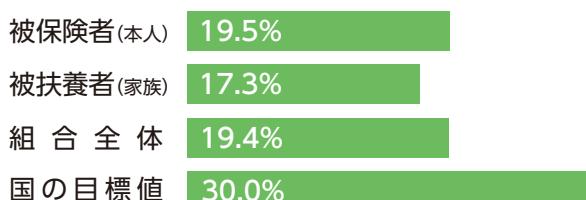


組合全体の受診率は、国の目標値まであと少しです。しかし、ご家族の受診率は44.4%とまだまだ低い状態です。ご自身の健康状態の把握のために、ぜひ、特定健診を受けましょう。

特定保健指導とは？

特定健診の結果、生活習慣の改善が必要と判定された方を対象に、保健師などの専門職が生活習慣を見直すサポートをします。

特定保健指導実施率（令和6年度）



組合全体の割合は、前年度から約6.8ポイント増加しているものの、国の目標値と比べるとまだまだ低い状態です。特定保健指導を受けると将来の生活習慣病リスクを低減できます。将来のために特定保健指導を受けましょう。

生活習慣を改善せず、
症状が無いなどの理由で放置してしまうと…

血糖値が高い
血圧が高い
中性脂肪が高い
善玉コレステロール値が低い

糖尿病
高血圧症
脂質異常症

脳梗塞
人工透析
失明
四肢切断
心筋梗塞
狭心症
恐ろしい合併症を
引き起こします

年に一度は、忘れずにご自身の健康をチェックしましょう！

40歳以上の被扶養者・任意継続被保険者の方に、5月と11月（未受診の方）に健診の受診案内をお送りしています。

乳がん検診等のオプション検診も補助していますので、ぜひご利用ください。

また、当組合の補助を受けずにパート先等で健診を受けられた40歳以上の被扶養者・任意継続被保険者の方で、健診結果を当組合にご提供いただいた方へ「クオカード1,000円分」を進呈いたします。ご協力よろしくお願ひいたします。



歯の健康づくり、始めましょう



歯および口腔の健康は全身の健康と密接に関連しており健康で質の高い生活を営む上で重要な役割を果たしています。

初期の虫歯や歯周病は自分では気づきにくいため、毎日のセルフケアに加え、定期的に歯科健診を受けることが重要です。

当組合では、現在、「令和7年度後期ファミリー歯科健診」を実施しておりますので、ぜひ、ご利用ください。

令和7年度後期 ファミリー歯科健診

申し込み受付中！

健診を受診して歯周病予防に努めましょう!!



実施要領は
こちら



[https://www.daiyaku-kenpo.or.jp/
system/data/news/864/864_1.pdf](https://www.daiyaku-kenpo.or.jp/system/data/news/864/864_1.pdf)

申し込みは
こちら



PC・スマホ用

<https://www.nihonshika.net/sokyo/kyodo/>



携帯用

<https://www.nihonshika.net/sokyo/kyodo/i/>

●対象者：当組合の被保険者・被扶養者（大阪薬業健康保険組合の資格をお持ちの方）

●費用：無料

注意事項 ◆今年度、すでに当組合の補助を利用し歯科健診を受けられた方、または受けられる予定のある方は、お申し込みいただけません。

大自然を楽しもう!

2025-6 WinterSeason

日本スキー場開発グループ優待プラン

ロープウェイやゴンドラのリフト券などが優待価格でご利用いただけます。ぜひご利用ください。

優待特典

詳しくは、当組合のホームページをご覧ください。



ウィンターシーズン

白馬岩岳スノーフィールド

長野県
優リゾート入場チケットプラン
ゴンドラ&リフト1日券プラン
(レンタル優待プランもあり)



つがいけマウンテンリゾート

長野県
優ゴンドラ&リフト1日券プラン



白馬八方尾根スキー場

長野県
優ゴンドラ&リフト 1日券プラン



竜王スキーパーク

長野県
優ロープウェイ&リフト1日券プラン
(食事券付もあり)



鹿島槍スキー場ファミリーパック

長野県
優リフト1日券プラン



菅平高原スノーリゾート

長野県
優リフト1日券プラン



SPICYレンタル

長野県
優スキー／スノーボード
1日レンタルプラン



めいほうスキー場

岐阜県
優リフト1日券プラン
(食事券付、レンタル優待プランもあり)



みやぎ蔵王えぼしリゾート

宮城県
優ゴンドラ&リフト1日券プラン



オグナほたかスキー場

群馬県
優リフト1日券プラン(食事券付もあり)



ご利用方法

お申し込みはスマートフォンが便利です!

STEP 1 二次元バーコード読み取り、
またはURLにアクセス

<https://www.nippon-ski.jp/coupon/>

または「日本スキー場開発」を検索
→「ご契約企業のお客様」バナーをタップ



お問い合わせはメールにて nsdyutai@nippon-ski.jp

STEP 4 必要情報を入力し送信

- 企業団体名:大阪薬業健康保険組合
- 利用日・利用人数・メールアドレス*
- *@nippon-ski.jpを受信できるアドレスをご入力ください

▶▶▶お申し込み完了メール受信

STEP 2 利用希望施設・優待内容確認

施設ごとに最新のプランをご紹介しております。
料金・利用日・条件などはここで確かめください。

STEP 3 申し込みボタンをクリック

パスワードを入力

お問い合わせ先:施設課 06-6941-5002



STEP 5 ご利用日
申し込み完了メールを提示



お申し込み完了メールを画面提示



お申し込み完了メールを印刷して持参・提出

公示

令和8年度 任意継続被保険者の 標準報酬月額の上限額が改定されます

標準報酬月額の上限

410,000円

※退職時の標準報酬月額が上の額を下回るときは、退職時の標準報酬月額が適用されます。

任意継続被保険者の保険料にかかる標準報酬月額は、健康保険法の規定に基づき『資格喪失時の標準報酬月額』または『前年の9月30日における全被保険者の標準報酬月額の平均額』のいずれか低い額をもって決定しております。

令和7年9月30日における標準報酬月額の平均額が410,000円となり、令和8年度より任意継続被保険者の標準報酬月額の上限額が現在の380,000円から410,000円に改定となりますのでお知らせいたします。

令和7年10月 事業状況

保険給付1人あたり額は、高齢者納付金等を含む

事業所数(件)		大阪	神戸	京都	合計
被保険者数(人)	男	598	82	64	744
	女	57,831	7,059	4,951	69,841
	計	28,526	2,925	2,906	34,357
平均報酬月額(円)	男	86,357	9,984	7,857	104,198
	女	448,454	446,519	396,970	444,609
	計	318,204	314,841	264,050	313,337
保険給付1人あたり額(円)		405,429	407,941	347,808	401,325
扶養率		44,804	47,872	42,775	44,945
		0.73	0.81	0.66	0.73