契約保養所「エクシブ」からのご案内

当健保組合の契約保養所「エクシブ（リゾートトラスト）」から、おすすめのホテルと近郊の観光スポットをご紹介します。
エクシブを利用して余暇を有意義に過ごしてみませんか?比較的予約の取りやすい平日のご利用がおすすめです。

宇治橋の日の出（伊勢神宮）

三重県
グランドエクシブ 鳥羽 から車で約30分

伊勢神宮（内宮）宇治橋付近では、冬至を中心とした
前後約1カ月、宇治橋の大鳥居中央から昇る
美しい日の出を望むことができます。
（見頃：11月下旬～1月下旬 午前7時30分頃）

場所 三重県伊勢市宇治舘町1　TEL 0596-24-1111（代）

弁天島の赤鳥居

静岡県
グランドエクシブ 浜名湖 から車で約15分

冬至の前後1カ月あたり（11月中旬～1月中旬）にて、
赤鳥居越しに沈んでいく夕日を見ることができます。

場所 静岡県浜松市中央区（旧 西区）舞阪町弁天島3775-2
TEL 053-592-0757（一般社団法人 舞阪町観光協会）

MOA美術館

神奈川県
エクシブ 湯河原離宮 から車で約25分

MOA美術館では、琳派を代表する尾形 光琳の
「紅白梅図屏風」をはじめとした国宝3点が
同時公開される「名品展」が開催されます。
〈期間：2025年1月24日（金）～3月11日（火）〉

場所 静岡県熱海市桃山町26-2　TEL 0557-84-2511（代）

妙満寺「雪の庭」

京都府
エクシブ 京都 八瀬離宮 から車で約10分

本坊の「雪の庭」は俳諧の祖・松永 貞徳が造園し、
清水寺「月の庭」、北野天満宮「花の庭」とともに
「雪月花の三庭苑」と称されています。

場所 京都府京都市左京区岩倉幡枝町91
TEL 075-791-7171

ホテルのご予約は、LINE公式アカウントが便利でお得！

- メリット1 「空室状況」や「予約サイト」へ手軽にアクセス
- メリット2 「プラン」や「観光情報」をタイムリーに配信
- メリット3 「友だち限定」のうれしい情報が届く

まずは友だち追加
ID：@590rtyxx

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください
https://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ 契約保養所 ▶ リゾートトラスト
メンバーズサイトのログインパスワードはP.3をご覧ください。

●お問い合わせ　保健事業グループ　TEL 内線 70-4613　外線 0566-21-7784

ライフナビ
2025年 冬号 2025年1月発行
豊田自動織機健康保険組合　愛知県刈谷市宝町8丁目1番地　TEL（0566）21-7784　FAX（0566）23-7648
https://www.shokki-kenpo.jp/

豊田自動織機健康保険組合

ライフナビ

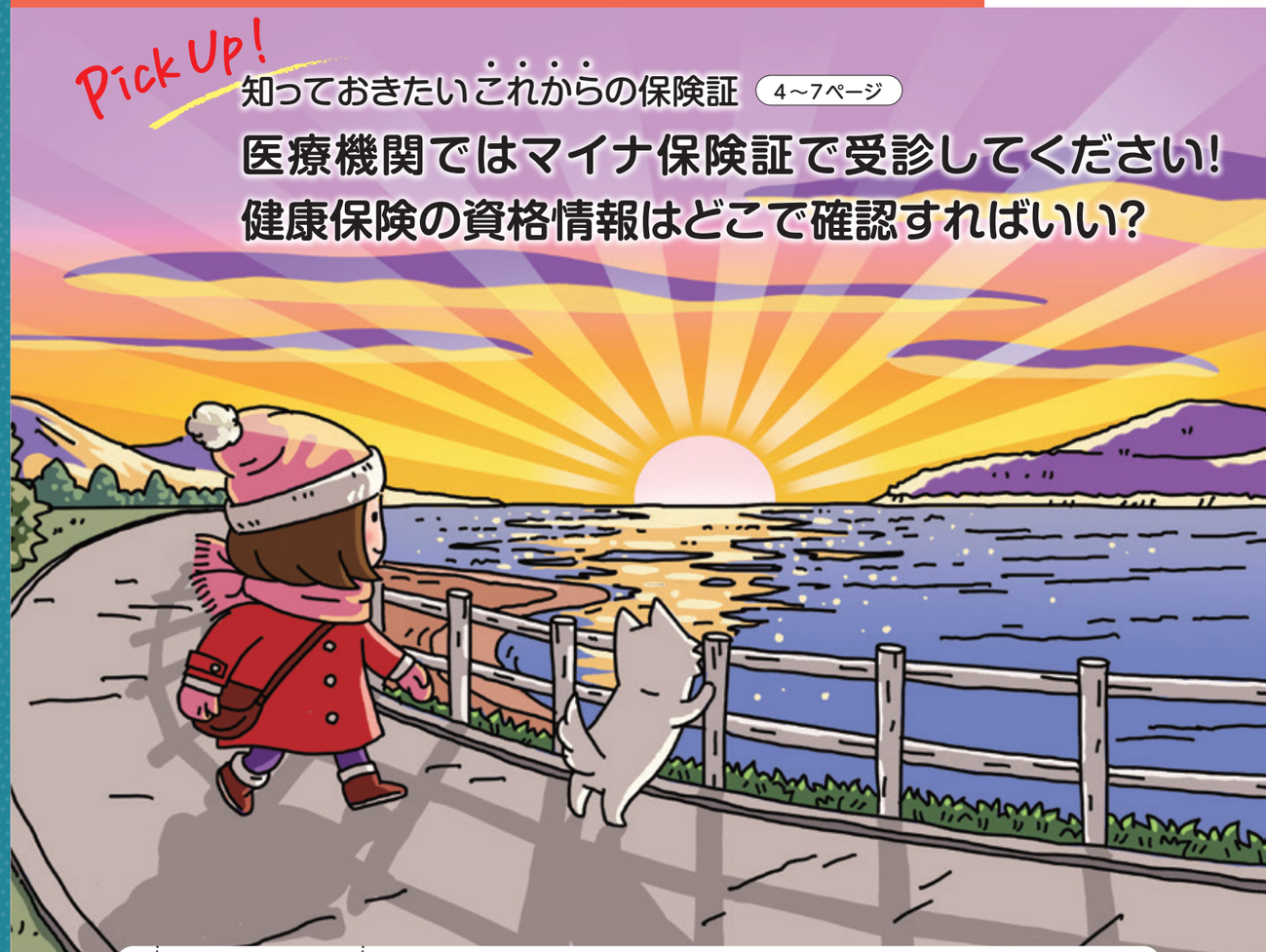
2025 冬 vol.66

Pick Up!

知っておきたいこれからの保険証 4～7ページ

医療機関ではマイナ保険証で受診してください！

健康保険の資格情報はどこで確認すればいい？



CONTENTS

2025年 干支の話 …… ②
健保カレンダー（2024年度 下期 1月～3月・2025年度 上期 4～6月） …… ③
「年間医療費のお知らせ」を発行します …… ⑧
治療用装具の保険給付（療養費）を申請するとき …… ⑩
刈谷豊田総合病院・高浜豊田病院で受ける女性のためのお得な健診 …… ⑫
参加者募集 ハッピーウォーク 2025 春 …… ⑬
接骨院で健康保険を使って施術を受けるためのルール …… ⑭
一部の申請書の様式が変わりました 被扶養者資格調査のご案内 …… ⑮

https://www.shokki-kenpo.jp/
織機健保

おトクな情報満載！ご家族でお読みください。

2025年 干支の話

巳の日に弁財天参詣で金運・財運アップ!

巳は十二支の6番目にあたります。月は旧暦の4月、時刻は午前10時を中心とする2時間を表し、方位は南南東で、動物はへびがあてられています。草木の成長が極限に達した状態を表す「已(い)」であったものに、後に「巳(へび)」が割りあてられたといわれ、読み方の「み」は、へびの古語「へみ」よりきています。

巳の日は弁財天の縁日で、金運・財運に恵まれる吉日とされます。弁財天は、元々は豊穣や音楽、知恵などを司るインドの河の神で日本に渡ってきた当初は、「弁才天」と書かれていました。後世、福徳を授ける吉祥天や、財運の力を持つ人頭蛇身(じんとうじゃしん)の宇賀神(うがじん)と同一視されることで、弁財天とも書かれるようになったのです。水との関わりが深い、弁財天の使いは、古くから金運や商売繁盛を招くと考えられてきた白蛇です。巳の日にお参りをすると使いの白蛇が願いを聞き、弁財天に伝えてくれるといわれています。

昔から、「へび皮の財布を持つと金運が上がる」「へびの抜け殻を財布に入れるとお金が入ってくる」などといわれますが、こうした言い伝えは弁財天と白蛇の金運・財運を背景に生まれたものなのかもしれません。

ヤマタノオロチは大河だった?

世界各地の神話や伝承には数多くのへびが登場しますが、日本でよく知られているのは、やはり「古事記」のヤマタノオロチでしょう。

年に一度、娘を食べにくる大蛇・ヤマタノオロチは、出雲に降り立ったスサノオノミコトに退治されます。ヤマタノオロチは、「目はホオズキのように赤く、1つの体に8つの頭、8つの尾を持ち、体には苔や檜(ひのき)、杉が生え、谷8つ、山8つにわたるほど巨大で腹はいつも血でただれている」といわれています。なぜ、これほど巨大で不気味な姿をしているのでしょうか。

実はヤマタノオロチはスサノオノミコトの降り立った出雲を流れる肥河(ひのかわ)(斐伊川(ひいかわ))を表しているといわれます。へびは昔から水神・山神としてあがめられ、雨や水を司るとされてきました。そして、川が山や谷を越えながらうねり流れるさまは、まさに大蛇の姿を連想させます。肥河は古代から流域の農耕に恩恵をもたらす半面、たびたび氾濫を引き起こしてきました。人間の力ではどうすることもできない自然の脅威が、ヤマタノオロチという巨大な蛇神として恐れられ、崇拝されてきたのでしょう。

救急車に描かれている医学を象徴するへび

救急車の車体には、6本の柱が放射状に伸びる青いマークが描かれています。このマークは、「スター・オブ・ライフ」といい、世界中で救急医療のシンボルになっています。6本の柱は、頂点から時計回りに、「覚知(かくち)」「通報」「出場」「現場手当」「搬送中手当」「救急医療への引き渡し」という救命救急の基本プロセスを表しています。

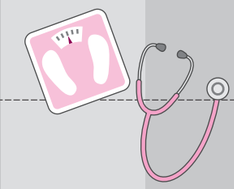
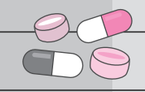
そして、スター・オブ・ライフの中央には、1匹のへびが巻きついた杖が描かれています。この杖は「アスクレピオスの杖」といい、持ち主であるアスクレピオスは、ギリシャ神話に登場する医学の神で、死者さえも蘇らせる技術を持ち、後にへびつかい座となりました。

杖に巻きついたへびの意味については諸説ありますが、へびは脱皮をくり返すことから、再生・復活の力を持つとして、神聖視されてきたことがひとつ。また、へびは人命を危険にさらす毒を持っている一方、酒に漬けたり粉末にして煎じたり、薬として使われてきたことから、毒にも薬にもなるという二面性が、生と死、病と健康という相反することがらを扱う医学を表すシンボルとなったともいわれます。

当健保組合の主な行事予定です!

健保カレンダー

2024年度下期 1〜3月　2025年度上期 4〜6月

行事項目	1月	2月	3月	4月	5月	6月
各種健診	人間ドック・主婦健診・婦人科検診・脳ドック・CTがん検診 契約健診機関にて通年					
	いきいき健診・主婦健診ニコニコキャンペーン P.12参照					
全豊田 巡回健診A・巡回健診	開催中		案内送付 3月	前期 愛知県・岐阜県・三重県・静岡県西部在住者 被扶養者・任意継続被保険者(30歳以上の女性) 4月〜8月		
全豊田 巡回健診B・婦人科健診	開催中		案内送付 3月	前期 愛知県・岐阜県・三重県・静岡県西部在住者 被保険者(20歳以上の女性) 4月〜8月		
全国 巡回健診C・巡回健診	開催中				案内送付 5月	〔愛知県・岐阜県・三重県・静岡県西部在住者〕以外 被扶養者・任意継続被保険者(30歳以上の女性) 7月〜1月
全国 巡回健診E・婦人科健診	開催中				案内送付 5月	〔愛知県・岐阜県・三重県・静岡県西部在住者〕以外 被保険者(20歳以上の女性) 7月〜1月
歯科健診	下期 歯ッピー健診 〜1月26日				上期 歯ッピー健診 5月初旬〜8月初旬(予定)	
	診療所型歯科健診(愛知県・岐阜県・三重県・静岡県) 通年					
健康ウォーク P.13参照	ハッピーウォーク2025"春" 申込 〜2月25日			ハッピーウォーク2025"春" 4月1日〜5月31日		
薬品・健康管理用品斡旋				家庭常備薬 申込	配付 5月	
インフルエンザ予防接種	予防接種費用補助	満6カ月〜満15歳までの被扶養者 〔2009(平成21)年4月2日〜2024(令和6)年7月31日生まれの方〕				
		申請書提出締切 2月28日				
禁煙推進	禁煙費用補助 通年					
	禁煙キャンペーン 〜3月31日					禁煙キャンペーン
生活習慣病重症化予防	受診勧奨通知 通年					
	心筋梗塞・脳梗塞発症予防のための保健指導					
広報誌発行	ライフナビ 冬号発行			ライフナビ 春号発行		
医療費通知 P.8参照		医療費のお知らせ送付				
ジェネリック利用促進	ジェネリック利用促進通知					
資格確認		被扶養者調査				
組合会		予算組合会				

当健保組合のホームページをご活用ください!
健保のしくみや給付、保健事業などを詳しく紹介しています。

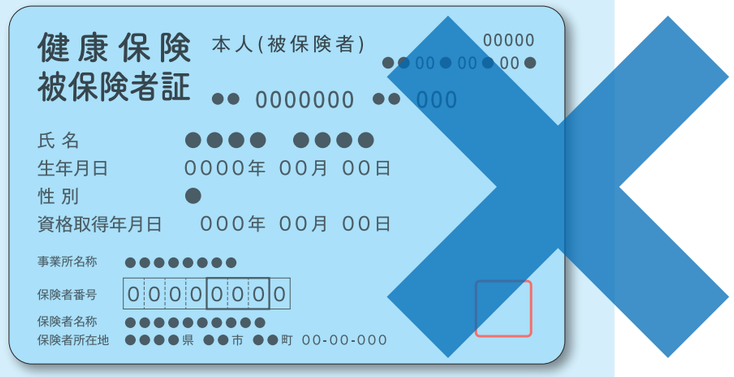
https://www.shokki-kenpo.jp/
メンバーズサイトのログインパスワードはお手元にお届けした「ライフナビ」をご覧ください。

知っておきたい これからの 保険証 その①

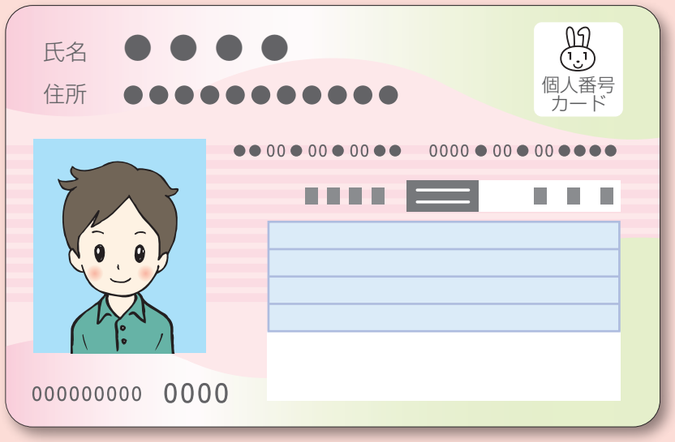
医療機関ではマイナ保 険証で受診してください！

昨年12月2日をもって、
従来の健康保険証の新規発行（再発行も含む）は終了となり、
これからはマイナ保険証での受診が基本となります。

●健康保険証



●マイナ保険証（マイナンバーカード）での受診が基本



当健保組合がマイナ保険証利用を推奨する理由

国が推進する“医療DX化”の第一歩が「マイナ保険証」であり、
みなさんにとっても大きなメリットがあるからです。

マイナ保険証のメリット

1 より質の高い医療が受けられる

病院や薬局で

医師や薬剤師が過去の薬、特定健診のデータ等を確認できます。重複投薬や併用禁忌を確認してもらえるので、安全で質の高い医療が受けられます。

※患者の同意が必要になります

旅行時・災害時も安心

マイナ保険証は、全国の医療機関で情報が連携され、診療歴やお薬の情報を元に適切な医療が受けられます。旅行先や災害時に、いつもと違う医療機関にかかっても安心です。

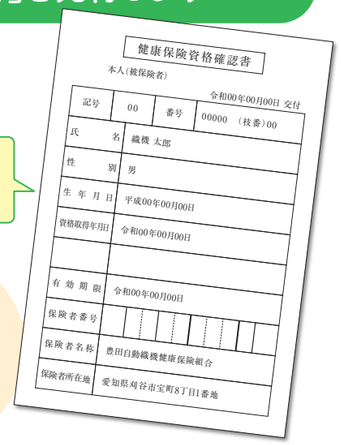
2 高額な費用が必要になったときに「手続きなし」で負担が軽減できる

医療費の支払いが簡単に

マイナ保険証で資格確認を行うため、「限度額適用認定証」の事前申請などの手続きをしなくても、窓口負担が軽減されます。

マイナ保険証をお持ちでない方等へは「資格確認書」を発行します

マイナンバーカードでの受診が困難な要配慮者やマイナ保険証を持っていない方が健康保険を使って医療機関等にかかれるよう「資格確認書」を発行します。



発行対象者

医療機関等に提示することで、健康保険証の代わりになります

1 介助者が必要な方

2 マイナンバーカードは持っているが健康保険証の利用登録をしていない方

3 マイナンバーカードを持っていない方

みなさんへお願い

資格確認書は、あくまでもマイナ保険証への切り替えが済むまでの仮の措置です。
できる限り早くマイナ保険証で受診いただきますようご理解・ご協力をお願いいたします。

知っておきたい これからの 保険証 その②

健康保険の資格情報は どこで確認すればいい？

マイナ保険証（マイナンバーカード）には、加入者個人を識別するための「記号・番号」をはじめ、健康保険の資格情報が記載されていません。そこで今後これらの情報は、**「資格情報のお知らせと個人番号（マイナンバー）確認のお願い」**または**「マイナポータル」**にて確認していただくことになります。

資格情報の確認方法

1 従来の健康保険証の記載事項で確認

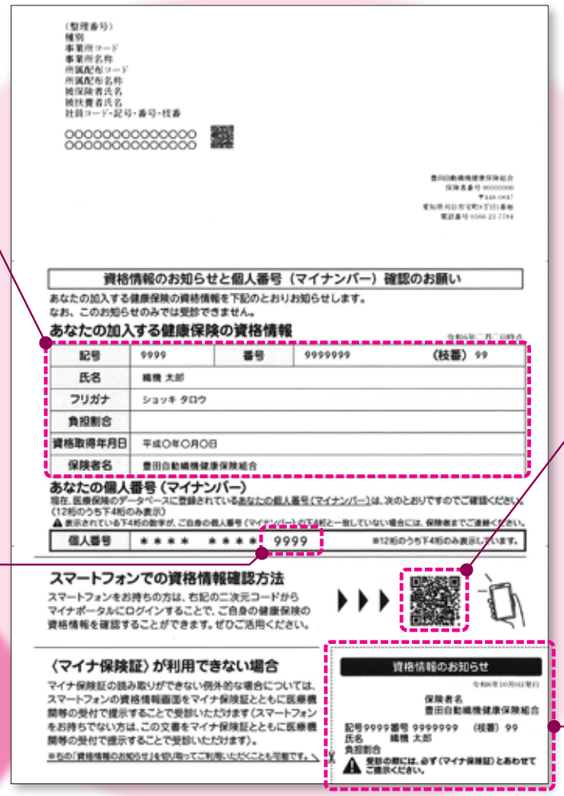
2 資格情報のお知らせと個人番号（マイナンバー）確認のお願いで確認

3 マイナポータルで確認

昨年10月に、被保険者・被扶養者お1人に1通お届けしています

- **記号・番号** ●**氏名/フリガナ**
- **資格取得年月日**
- **保険者（豊田自動織機健保組合）名**
  ［70歳以上の方のみ負担割合］が記載されています。

みなさんの**マイナンバーの下4桁**が記載されています。


（整理番号）
種別
事業所コード
事業所名称
所属配布コード
所属配布名称
被保険者氏名
被扶養者氏名
社員コード・記号・番号・枝番

資格情報のお知らせと個人番号（マイナンバー）確認のお願い

あなたの加入する健康保険の資格情報

記号	9999	番号	9999999	（枝番） 99
氏名	織機 太郎			
フリガナ	ショッキ タロウ			
負担割合				
資格取得年月日	平成〇年〇月〇日			
保険者名	豊田自動織機健康保険組合			

あなたの個人番号（マイナンバー）

個人番号	＊＊＊＊ ＊＊＊＊ 9999

スマートフォンでの資格情報確認方法

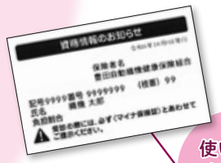
〈マイナ保険証〉が利用できない場合

資格情報のお知らせ

保険者名 豊田自動織機健康保険組合
記号 9999 番号 9999999 （枝番） 99
氏名 織機 太郎
負担割合
受診の際には、必ず〈マイナ保険証〉とあわせてご提示ください。

内容はご確認いただけましたか？

ここからマイナポータルへのアクセスが可能です。



この部分は切り離して、マイナ保険証と一緒に携帯できるので、便利です。

使い方は右ページ参照

大切に保管してください！

2024年12月2日以降に当健保組合の資格を取得された方には、「マイナンバー」の記載がない「資格情報のお知らせ」を発行します。

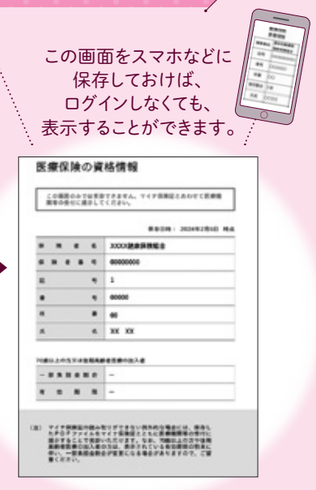
従来の健康保険証や資格確認書を使用する場合、提示は不要です。

マイナ保険証をお持ち（マイナンバーカードの健康保険証利用登録済）の方ならどなたでも見ることができます

ログイン

トップページの「健康保険証」を選択

資格情報が表示されるので、「端末に保存」を選択



資格情報がダウンロードされて端末に保存される

資格情報はこんなときに必要になります

医療機関等の受付で不具合があったとき

受付のカードリーダーの不具合等でマイナ保険証が使えない場合、**マイナ保険証とセットで提示**すれば健康保険を使って治療を受けることができます。

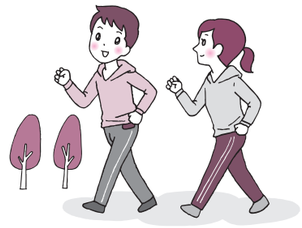
健保組合への問い合わせや申請をするとき

被扶養者の異動や、傷病手当金、出産手当金など給付金の申請には「記号・番号」が必要になります。

マイナ保険証の本格運用に伴い、一部申請書の様式が変わりました。詳しくはP.15をご覧ください。

健保組合の保健事業を利用するとき

健康診断、歯科健診、ウォーキングイベントへの参加などをお申込みいただく際に「記号・番号」が必要になります。



確定申告の医療費控除に使用できます

「年間医療費のお知らせ」を発行します

2025年2月中旬予定

みなさんが支払った医療費などがわかる「年間医療費のお知らせ」を2025年2月に発行します。2024年分の確定申告では、医療費控除の適用を受ける際に、この「年間医療費のお知らせ」を医療費控除の明細書として確定申告書に添付できます。
なお、記載されている金額が公費負担などで実際の支払額と異なる場合、下記❷をご参照ください。

再発行はできません。大切に保管してください。

ご注意ください!!

「年間医療費のお知らせ」は内容をよくご確認ください！

❶ 記載されない医療費等があります

2025年2月に発行する「年間医療費のお知らせ」には、以下の項目が記載されません。医療費控除の申告をする際は、それぞれの「領収書」に基づいて「医療費控除の明細書」を作成してください。

記載されないものの例

- 2024年12月受診分の医療費
- 差額ベッド代（入院時に患者が希望して入る特別室や個室などの費用）など、健康保険適用外のもの
- はり・きゅう、あんま・マッサージ・指圧の施術費
- 医薬品の購入費　● 通院のための交通費　など

❷ 記載の金額と支払額が異なる場合があります

「年間医療費のお知らせ」に記載されている金額（窓口支払額）が**“領収書と異なる”**もしくは、**“公費負担で記載の額から減額（免除）されている”**等の場合は、領収書および減額後の金額に訂正のうえ、確定申告を行ってください。

〈ご参考〉
国税庁　医療費控除に関する手続きについて
※Q6・Q7をご覧ください

領収書の保存をお忘れなく

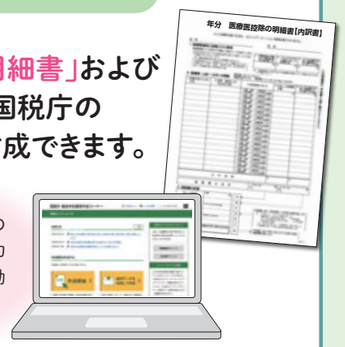
「年間医療費のお知らせ」を添付した場合

記載されている医療費の領収書の提示は必要ありません。ただし、確定申告の照合書類として、5年間は保存しておくことをおすすめします。

「医療費控除の明細書」を作成した場合

税務署から領収書の提示・提出を求められる可能性がありますので、確定申告期限から5年間は保存してください。

「医療費控除の明細書」および「確定申告書」は国税庁のホームページで作成できます。



ホームページ内のフォームに直接入力でき、合計額が自動計算されます。

申告にあたっては、当健保組合発行「年間医療費のお知らせ」に記載の注意事項もよくお読みください。

＼どちらかを選択して申告を／

税金の還付が受けられる2つの制度

医療費控除

生計をひとつにする家族の分も含めて1年間に支払った医療費等が「10万円」または「所得総額の5%」のどちらか少ないほうを超える場合、その超過分が所得税から控除され、税金の一部が還付されます。

この金額をもとに税金が精算され、還付される金額が決定します。

医療費控除額（年間200万円まで）

医療費控除額の計算式

（1月～12月に支払った医療費等 − 補填される金額※） − 10万円または所得総額の5%

※高額療養費、家族療養費、出産育児一時金等健保組合からの給付金および生命保険の給付金等

控除の対象となる費用（例）

- 医療機関に支払った治療費
- 治療のための医薬品購入費
- 通院・往診費用
- 妊娠から産後までの診察・出産費用
- 歯科の健康保険適用外の費用（ホワイトニングなど審美的治療は除く）
- 医師の証明がある6ヵ月以上寝たきりの人のおむつ代
- 訪問看護ステーションの利用料
- 老人保健施設、療養病床の利用料（介護費・食費・居住費の自己負担分）

＊当健保組合の「年間医療費のお知らせ」に記載がないものは、領収書に基づいて「医療費控除の明細書」の作成が必要です。

控除の対象とならない費用（例）

- 健康診断や人間ドックの費用（健診後、治療をしなかった場合）
- ビタミン剤や体力増強剤など治療のためではない医薬品の購入費
- インフルエンザなど予防接種の費用

セルフメディケーション税制

生計をひとつにする家族の分も含めて、特定の市販薬（スイッチOTC医薬品など）の購入額が年間12,000円を超える場合（上限88,000円）、その超過分が所得税から控除され、税金の一部が還付されます。

スイッチOTC医薬品とは？

医療機関で処方されていた医療用医薬品が、市販薬として転用されたもので、より高い効果が期待できる成分を含んでいます。

⇩対象となる市販薬は厚生労働省のホームページでも確認できます

セルフメディケーション税制対象医薬品　品目一覧

申告には購入した薬局の領収書（レシート）が必要になりますので、捨てずに保管しておきましょう。

この税制を受けるためには、以下のいずれかを受けていることが条件となります。

- 特定健診、会社の定期健診、人間ドック、市区町村の健診またはがん検診
- インフルエンザ等予防のためのワクチン接種

など

セルフメディケーション（自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること）を推進するための医療費控除の特例です。
期間限定（2026年12月31日まで）の制度ですので、有効に活用しましょう。

医療費控除と**セルフメディケーション税制**を、**同時に申告することはできません。**

詳しくは、最寄りの税務署にお問い合わせください。

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください
https://www.shokki-kenpo.jp/　トップページ ▶ 健保のしくみ ▶ 医療費控除

●お問い合わせ　医療保険グループ　TEL 内線 70-4611　外線 0566-21-7784

治療用装具の
保険給付(療養費)を申請するとき

健康保険を使って作製できる「治療用装具」は、
治療のために必要不可欠なもので健保組合が認めたものに限られています。
療養費の支給ができるかを判断するために、申請書類は注意点を守って提出してください。

治療用装具とは?

- 治療のために必要不可欠であること。
- 症状が固定する前に、医師の指示のもと一時的に使われるものであること。
- 個々の患者の身体に合わせたオーダーメイド品(オーダーメイドと同等の機能を有した既製品を含む)であること。(市販品や既製品は対象外)

例 コルセット、膝装具、足底装具(インソール)、弾性着衣、小児治療用眼鏡 など

申請に必要なもの

1. 療養費支給申請書
2. 医師の証明書
3. 装具代金の領収書
4. 作製した装具の写真
   (小児治療用眼鏡の場合は不要)
   1 2 を参照してください
5. 装具作製確認書

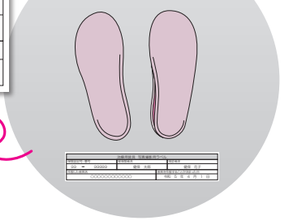
1 装具の撮影について共通の注意事項

- 装具作製確認書下部の「写真撮影用ラベル」と一緒に撮影

写真撮影用ラベル

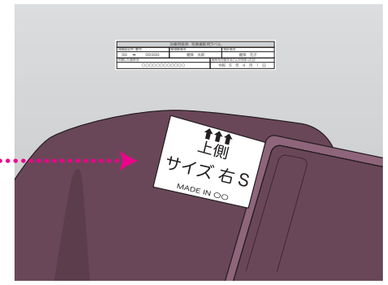
治療用装具　写真撮影用ラベル		
被保険者等記号・番号	被保険者名	受診者名
99　－　99999	健保　太郎	健保　花子
作製した装具名	装具を作製することが決まった日	
右短下肢装具 F-1硬性	令和　6　年　4　月　1　日	

ラベルは装具にかぶらないようにしてください



- 構成の確認を行うため、装具全体を確認できるように撮影
- 装着状態ではなく、装具単体で撮影
- 前後左右を撮影
- タグ・ロゴ・取扱説明書・付属部品等がある場合は、それらも撮影

タグがついているもの



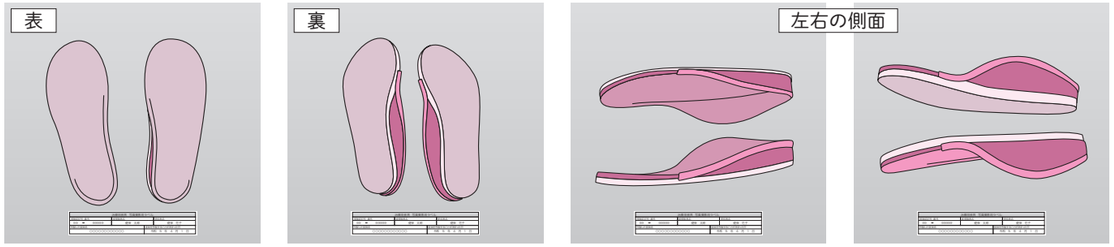
取扱説明書

装具の形状や内容が不鮮明等で確認不可の場合は、再提出をお願いすることがあります。装具の大きさによっては、ラベルの内容が読み取れないことがあります。その際は、任意の用紙等にラベルと同様の情報を大きく記載し、ラベルと置き換えて撮影してください。

2 各装具撮影の注意事項

足底装具(インソール)

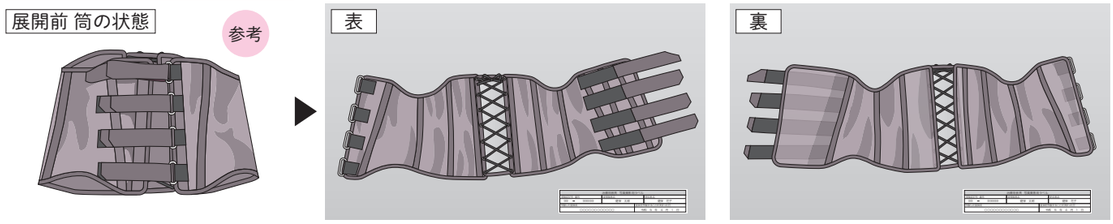
●靴から出した状態　●表、裏、左右の側面　●左右を作製の場合は、左右そろえて撮影



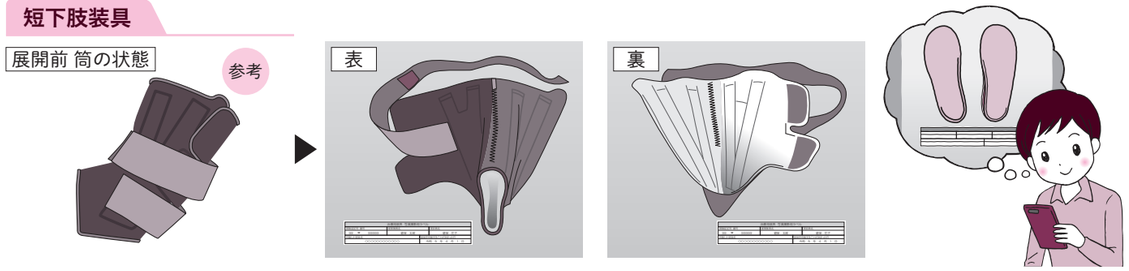
筒状の装具(腰椎装具、短下肢装具等)

展開可能なもの ➡ ●できるだけ展開し表裏を撮影

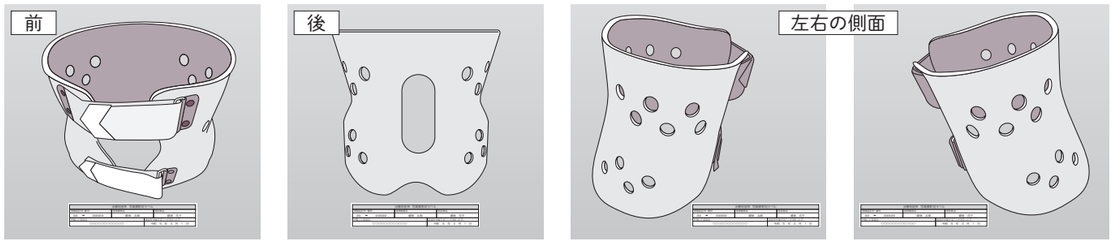
腰椎装具



短下肢装具



展開不可なもの ➡ ●筒状の場合、前後左右を撮影　●長方体の場合、前後上下を撮影



メール送信時の注意点

送信いただいた写真については、必ず当健保組合から返信をいたします。送信後、数日経過しても返信がない場合は、容量オーバー等により、メールが届いていない可能性があります。その際は、再度送信いただくか下記医療保険グループまでご連絡ください。

添付画像は5MB以内でお願いします。

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください
https://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ 健保の給付 ▶ 立替え払いをしたとき

●お問い合わせ　医療保険グループ　TEL 内線 70-4612　外線 0566-21-7784

刈谷豊田総合病院・高浜豊田病院
健診センターからのお知らせ

女性のための お得な健診コース

期間限定 2024年12月2日～2025年3月28日

女性専用のエリアで行う期間限定の健診を今年も実施しています。少ない自己負担でお得に受けられますので、ぜひご利用ください。

- 当健保組合の補助が受けられるのは「人間ドック」「巡回健診」「いきいき健診」「主婦健診」「特定健診（受診券利用）」のいずれかを年度内1回のみです。

いきいき健診

基本検査（血液・尿・生化学）と婦人科検査（乳がん・子宮頸がん）がお安くお手軽に受けられるコースです。

お得なのね

対象者	30歳以上の女性被扶養者（任意継続含む） 30歳以上の女性任意継続被保険者
自己負担額	2,200円（税込）

女性だけだから安心

主婦健診 ニコニコキャンペーン

主婦健診を期間限定で 2,000円引き で受けられます。

対象者	女性被保険者（任意継続含む） 女性被扶養者（任意継続含む）
自己負担額	6,700円（税込） （通常は8,700円（税込））

清潔感あふれる広々とした空間が好評です

お早めに
電話で直接お申し込みください。

刈谷豊田総合病院 健診センター
TEL 0566-25-8182
〈受付時間〉月～金曜日の8:00～16:00

高浜豊田病院 健診センター
TEL 0566-52-8660
〈受付時間〉月～金曜日の10:00～16:00

「豊田自動織機健康保険組合の加入者」であることを伝えてください。

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください
https://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ News & Topics「健診・健康づくり」2024.12.10付

●お問い合わせ　保健事業グループ　TEL 内線 70-4613　外線 0566-21-7784

ハッピーウォーク 2025春

参加者募集! グループ賞あり!!

楽しく健康をサポートする歩数計アプリ

RenoBody

Download on the App Store / Google Play で手に入れよう

対応OS　iOS（iOS13以上）／Android（Android5以上）

各種連携　OMRON connect／iOS Healthcare Google Fit／スマートフォン歩数計

RenoBody とは…日本最大級のウォーキングアプリ、全国500以上の企業・団体で70万人超が利用中

その他のデバイスを利用した場合、健保組合はデータ連携の不具合について責任を負いかねますので、予めご了承ください。

アプリの特長

1. スマホだけで参加可能
2. 歩数でWAON POINTが貯まる
3. 歩いて貰えるクーポン機能
4. 目標設定・ダイエット機能

スマホがあれば、活動量計なしで参加できます!!

イベント期間	2025年 **4月1日**（火）～ **5月31日**（土）の2カ月間
参加資格	被保険者・**18歳以上の被扶養者**で RenoBodyアプリ対応のスマホをお持ちの方 **18歳以上の被扶養者** … 2007年4月1日以前の生まれ
個人賞 目標設定	A 初心者コース … 8,000歩以上歩いた日が35日以上 B 挑戦者コース … 8,000歩以上歩いた日が45日以上 〈初心者コース条件〉ハッピーウォーク初参加の方、もしくはまだ初心者コースを達成してない方
グループ賞 目標設定	RenoBodyでイベント参加した5人以上のグループで、グループポイント平均「0.60P」以上（平均目標達成率「60%」以上） ※申込締切時点でメンバー1人のグループは、個人参加に切り替えますので、予めご了承ください。
申込方法	当健保組合のホームページ「各種イベント申し込み」からお申し込みください。 *前回までにご参加の方は、申し込みは不要です。 *1週間以内に、メールで参加者ID・パスワードをお知らせします。 申し込みページのQRコード メンバーズサイトのログインパスワードは P.3 をご覧ください
申込締切	2025年 **2月25日**（火）

賞品プレゼント!

個人賞　目標を達成した方全員に QUOカードPay（500円分）（デジタルギフト）

グループ賞　目標を達成したグループ全員に QUOカードPay（500円分）（デジタルギフト）

活動量計 購入補助

〈幹旋機器〉
オムロン HJA-331T1
（オムロンの最新機種です）

購入価格	自己負担額 **500円**（当健保組合が4,200円補助します） 2025年度もお安く購入できます（ハッピーウォーク2025“春”と“秋”で一人1個まで）
購入方法	**株式会社あまの創健Webサイトより直接ご購入ください**（あまの創健Webサイト） 支払方法　クレジットカードまたは振込用紙　納品　個人宅へ配送します 購入制限　購入は、参加者に限定していますので、先に参加申し込みをお願いします 注文期限　2025“春”の **注文期限は、2025年2月25日** です その他　参加者ごとにご注文ください（まとめて購入することはできません）

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください
https://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ 保健事業 ▶ ウォーキング ▶ ハッピーウォークのご案内

●お問い合わせ　保健事業グループ　TEL 内線 70-4614　外線 0566-21-7784

接骨院にかかる前に必ずお読みください

接骨院（整骨院を含む）で**健康保険を使って施術を受ける**ためには、ルールがあります。

ルール1　施術の対象が以下のけがであること

健康保険が使える

外傷性の負傷で、慢性の状態に至っていないことが条件

- **骨折**　●**脱臼**
  （応急手当てを除き、医師の同意が必要）
- **ねんざ**　●**打撲**　●**挫傷（肉離れ等）**

健康保険が使えないケース

（例）
- 疲労性・慢性的な肩こり　●スポーツによる筋肉疲労
- 症状の改善がみられない長期の施術　●過去のけがや事故の後遺症
- 医療機関で同時に治療中のけが（併給受診は認められません）
- 仕事中や通勤途上での負傷（労災保険の対象になります）

ルール2　「療養費支給申請書」に自身で署名すること

施術を受けた後に接骨院等で署名を求められますので内容をよく確認のうえ、ご自身でサインしてください。

⚠ 施術内容等の記載がない「白紙」の申請書にはサインしないでください！

ルール3　当健保組合からの施術内容の照会に回答すること

接骨院等にかかった方に対し、当健保組合から施術内容の詳細を確認させていただくことがあります。
必ず期日内にご回答をお願いします。

3つのルールが守られない場合、施術費は全額自己負担となります。
また、接骨院等で「健康保険が使えます」との説明があっても、当健保組合で最終的な判断をいたしますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。

●お問い合わせ　医療保険グループ　TEL 内線 70-4612　外線 0566-21-7784

2024年12月2日から、一部の申請書の様式が変わりました

必ず新様式のご使用をお願いします

昨年12月2日からマイナ保険証の本格運用に伴い、みなさんより当健保組合へ届出をいただく際の申請書の一部が新しい様式に変わっています。今後、以下の申請書については、**新様式のみ受付いたします**ので、ご協力をお願いします。

様式が変更された申請書

ご家族の異動
- 健康保険被扶養者異動届（加入用）
- 健康保険被扶養者現況届
  ➡健康保険被扶養者異動届（加入用）に統合しました。
- 健康保険被扶養者異動届（削除用）

70～74歳の方対象
- 健康保険被保険者証・高齢受給者証紛失届
- 健康保険被保険者証・高齢受給者証再交付申請書

資格情報の変更
- 氏名変更届
- 健康保険登録情報訂正届

任意継続者対象
- 健康保険任意継続被保険者資格取得申請書
- 健康保険任意継続被保険者資格喪失申出書

こちらの申請書は新設しました
- 海外居住理由届出書
- マイナンバー変更届
- 資格確認書交付申請書

当健保組合のホームページに掲載されている申請書は**新様式に変わっています。ダウンロードしてご利用ください。**

被扶養者資格調査は今後も継続的に実施します

対象となる被保険者の方には調査書をお送りしますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

2024年	対象者　18歳以上の子・父母・その他の続柄の方・前期高齢者 ※優先扶養の確認も実施しました	終了
2025年	対象者　配偶者・前期高齢者	
2026年	2026年以降も継続的に調査を実施します	

調査にはこのような書類のコピーが必要になる場合があります　会社等から受け取ったら必ず保管しておいてください

被扶養者						
給与収入のある方	退職した方	給与・年金以外の収入のある方	年金収入のある方	障害のある方	医療費助成を受けている方	被保険者と別居中の方
源泉徴収票 給与明細書	離職票1・2 または 雇用保険受給資格者証 または 退職証明書　等	確定申告書および収支内訳書または青色申告決算書、税務署発行のリーフレット「申告書等の控えへの収受日付印の押なつについて」※	年金振込通知書 または 年金改定通知書 または 公的年金等の源泉徴収票	障害者手帳	福祉医療証	送金証明書 被保険者からの ●毎月の送金明細 ●水道光熱費の支払明細

※確定申告をしていない場合は「市民税県民税申告書」

加入資格の基準については当健保組合のホームページをご覧ください
https://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ 健保のしくみ ▶ 家族の異動について

●お問い合わせ　医療保険グループ　TEL 内線 70-4611　外線 0566-21-7784