

ご家庭にお持ち帰りください

みどりのたより

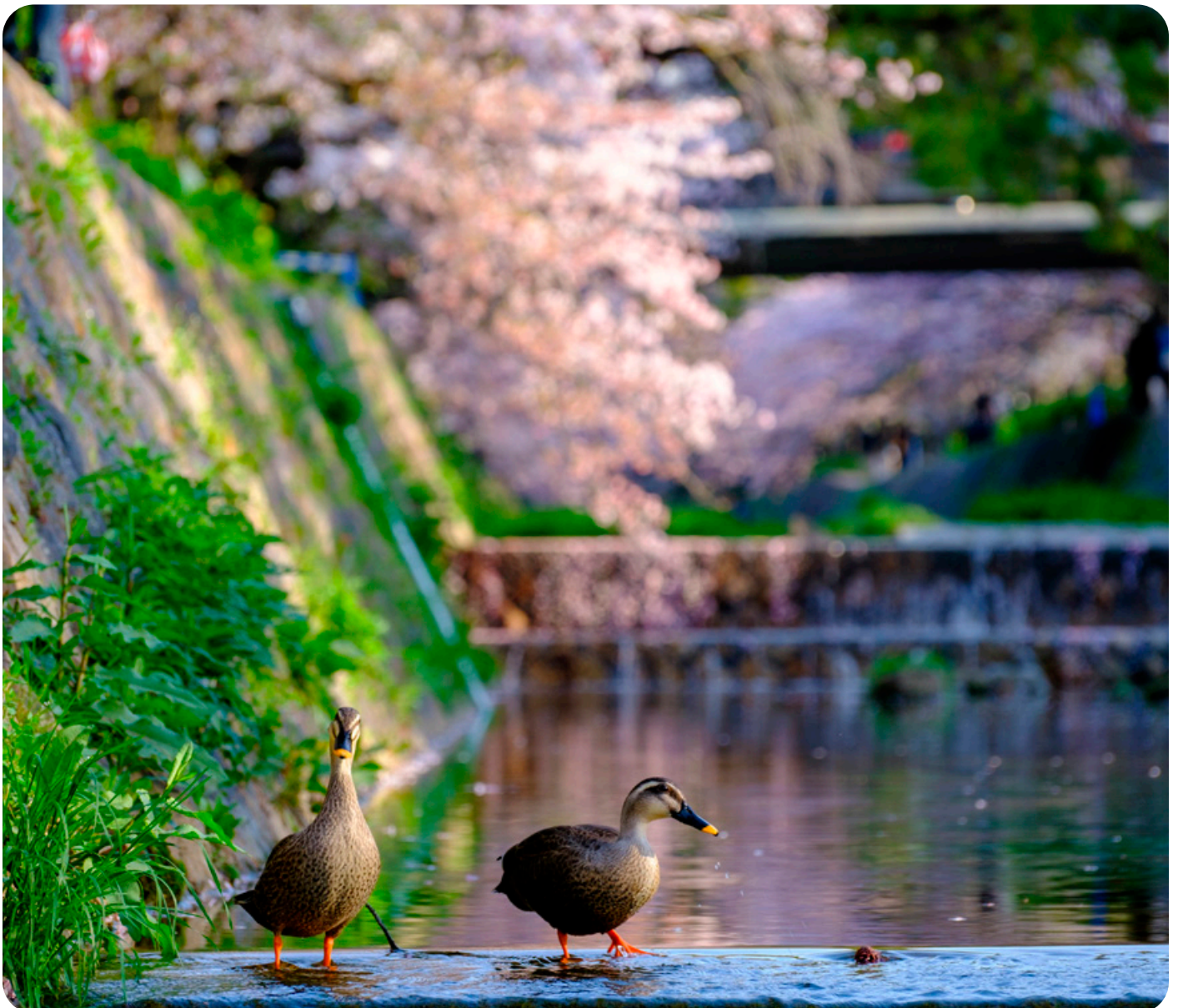
健康保険組合

- 令和 7 年度収入支出予算決定 P2
- 令和 7 年度の主な保健事業 /
任意継続被保険者の標準報酬月額の上限が変わります P3
- 見のがさないで！カラダのサイン 歯周病 P4 ~ 7

企業年金基金

- 令和 7 年度予算のお知らせ P8
- 事業計画(案)について P9
- それ行け！ねんきん商事総務部 P10
- NEWS CLIP P11
- 健保の広報機能サービス「健康エール」の活用 ... P12
- 「あなたの薬箱」を利用してOTC 医薬品への切替え ... P12

2025
SPRING



兵庫トヨタ自動車健康保険組合・兵庫トヨタ自動車企業年金基金

令和7年度 収入支出予算決定

兵庫トヨタ自動車健康保険組合の令和7年度収入支出予算を審議する第147回組合会が、令和7年2月14日（金）にWEBで開催され、24名の組合会議員の方々による審議が行われた結果、令和7年度予算関係と医療給付費の増大になることへの理解、一般保険料率の引き上げおよび介護保険料率の据え置き等、全ての議案および報告事項が全議員の賛成により可決承認されました。

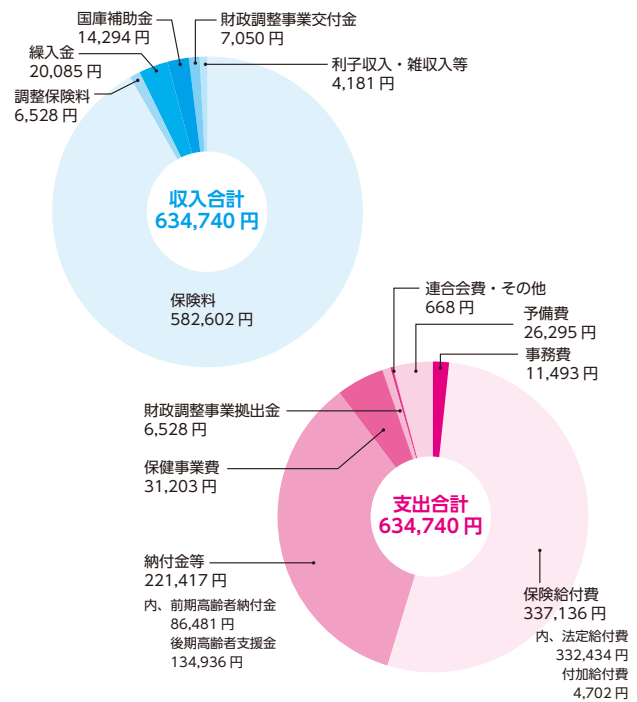
令和7年度の当健康保険組合の予算では、被保険者数・被扶養者数は昨年より減少予定であるが、60歳以降の再雇用・新規雇用が今後も増加傾向にあると考えられます。保険料収入は、令和6年度決算予定よりも増加を見ていますが、一方で保険給付費は昨年からの増加傾向が止まりません。ただ納付金負担は前期高齢者・後期高齢者を合わせて見ると昨年より納付額は減少する予算となっています。

前年度の保健事業2つの業者を代替えし、新たに被保険者・被扶養者の健康への意識づけができるよう関心の持てる事業にしていきます。

令和7年度収入支出予算概要

令和7年度収入支出予算概要	収入	保険料	2,900,777千円
		調整保険料	32,503千円
		繰入金	100,001千円
		国庫補助金	71,171千円
		財政調整事業交付金	35,100千円
		利子収入・雑収入等	20,816千円
		収入合計	3,160,368千円
	支出	経常収入合計	2,922,762千円
		事務費	57,233千円
		保険給付費	1,678,602千円
法定給付費		1,655,190千円	
付加給付費		23,412千円	
納付金等		1,102,435千円	
前期高齢者納付金		430,588千円	
後期高齢者支援金		671,845千円	
その他（退職者給付等）		2千円	
保健事業費		155,361千円	
財政調整事業拠出金		32,503千円	
連合会費・その他		3,310千円	
予備費		130,924千円	
支出合計	3,160,368千円		
経常支出合計	2,995,940千円		
経常収支差引額	△ 73,178千円		

被保険者1人当たりで見ると



経常収支差引額 7,317万8千円の赤字予算となりました

健康保険の部

●予算の基礎数値

- 被保険者数.....4,979人
(男性 4,095人、女性 884人)
- 平均標準報酬月額.....375,231円
(男性 395,146円、女性 277,447円)
- 総標準賞与額.....6,032,260千円
- 被保険者平均年齢.....42.36歳
(男性 44.22歳、女性 33.90歳)

- 被扶養者数.....4,513人
(男性 1,580人、女性 2,933人)
- 保険料率.....104.00 / 1,000
(前年度より4%アップ)
一般保険料率 102.850 / 1,000
(基本保険料率 63.760 / 1,000)
(特定保険料率 39.090 / 1,000)
調整保険料率 1.150 / 1,000

介護保険の部

●予算の基礎数値

- 第2号被保険者数.....2,512人
(男性 2,245人、女性 267人)
- 特定被保険者数.....103人
(男性 102人、女性 1人)

- 平均標準報酬月額.....400,560円
- 総標準賞与額.....3,205,970千円
- 保険料率.....17.50 / 1,000
(前年度から据え置き)

項目	金額 (千円)
保険料	298,760
繰越金	20,000
繰入金	0
一般勘定受入	0
合計	318,760

項目	金額 (千円)
介護納付金	293,717
還付金	30
積立金	500
予備費	24,513
合計	318,760

令和7年度の主な保健事業

◎被保険者健康診断は4～7月のドックか秋の定期健康診断か、どちらか一方の受診となります。

令和7年度被保険者ドックは**6月30日まで申込み可能**ですが、胃カメラ検査の枠が厳しくなるのでまだ予約がお済みでない方は早急に申し込んでください。(自己負担金に変更はありません)

◎家族ドック・巡回健診は現在申込みを受け付けています。(申し込み締め切りは**6月30日**です)

組合ホームページの家族ドック・巡回健診の項をご覧ください、期日までに申し込んでください。

自己負担金は前年度から変更はありません。(家族ドック：5,000円、巡回健診：無料)

例年通り、今年度健診コースを受診された方に「健康年齢通知サービス」を実施いたしますので、ぜひ積極的に受診してご自身の健康管理にお役立てください。

前年同様家族(女性)向けの特定保健指導のご案内をさせていただきます。

◎ドック等が受診できない方に郵送による大腸がん・子宮がん検診を実施します。

◎35歳未満の女性被保険者・被扶養者の方の郵送による子宮がん検診は6月にご案内の予定です。

今年もHPV検査が受診できます。自己負担はありませんので、積極にご利用ください。

HPV検査は、子宮頸がんのリスクファクターである「ヒトパピローマウイルス」の有無を調べる検査です。

◎健診の結果2次検診の受診が必要な方(一定基準を超える方)に受診勧奨通知をお送りします。

◎医療機関等で乳がんや子宮頸がんの検診を受けられた方に補助金を支給します。

◎ご自宅でできる乳がん自己検査用のグローブ(12枚組)を、希望される方に配付します。

◎インフルエンザ予防接種の補助(最大1,000円)は、被保険者の方を対象として実施します。

◎被保険者の歯科健診を実施しますので積極にご利用ください。〔「歯科健診」として受診〕

◎被保険者の定期健康診断時に歯周病検査を実施します。(30歳から70歳の5歳刻みの方)

◎随時購入できるセルフメディケーション(あなたの薬箱)を実施いたします。

◎30歳及び25歳の方の定期健診時に血液検査・心電図検査を実施します。

◎被保険者・被扶養者とも健診結果により生活習慣病のリスクが高い方は、特定保健指導をドック等受診施設で利用することができます。(案内に表記している施設に限ります。)

◎ラインを活用した健保の広報機能強化サービスを実施しています。

LINEを活用した保健事業支援サービスで、健康保険組合からの健康に関する発信を、いつでもどこでもLINEで見れるようになっていきますので被保険者・被扶養者の方に利用していただけます。健康保険組合のホームページへのアクセスも簡単にできます。

●任意継続被保険者の標準報酬月額の上限が変わります●

任意継続被保険者にかかる標準報酬月額の上限について、当健康保険組合の令和6年9月末における全被保険者の標準報酬月額を平均した標準報酬月額で決定します。

標準報酬月額…380,000円、標準報酬日額…12,670円

この標準報酬月額は令和7年4月1日から令和8年3月31日まで適用します。

ホームページに、第613号「一般保険料率の変更について」、第614号「規約44条の一部変更について」、第615号「保険料率の改定について」、第616号「調整保険料率の変更について」、第617号「任継者にかかる標準報酬月額の上限について」を掲載しました。

今すぐはじめる
生活習慣病
予防

見のがさないで！
カラダのサイン

歯周病

監修／勝木美佐子 医学博士、日本産業衛生学会指導医、労働衛生コンサルタント

「人生100年時代」といわれる現代、元気で長生きするにはお口の健康維持も大切です。

しかし、厚生労働省が発表した「令和4年 歯科疾患実態調査」によると、

全年齢層で2人に1人が歯周病にかかっているという結果に。

歯周病は口の中だけでなく、全身の健康とも深く関わっており、

糖尿病などの生活習慣病にも影響を及ぼすことが分かっています。

歯を失う以外にも、さまざまな健康リスクを高める恐れがある歯周病について

正しい知識を身に付け、お口と全身、両方の健康づくりをしていきましょう。

こんなサイン
ありませんか？

- ☐ 歯と歯の間に
食べ物が挟まりやすい
- ☐ 歯磨きをすると出血する
- ☐ 朝、目が覚めると
口の中がネバネバする
- ☐ 歯肉の色が赤く腫れやすい
- ☐ 以前と比べて
歯が長くなった気がする
- ☐ タバコを吸う
- ☐ 歯がグラグラする
- ☐ 口臭がある



明るい所で手鏡を使って歯周病をチェック

歯周病は「沈黙の病気」ともいわれ、初期の発見が難しい病気です。

罹患者は40歳以上になると急増しますが、近年では10代・20代の若者が発症する「若年性歯周炎」も注目され、世代を超えた予防が必要になっています。

「痛くなったら歯医者に行く」のでは、すでに症状が進行しています。早期発見、早期治療を目指しましょう。

歯周病は、細菌の感染によって口の中に炎症が起こる病気です。歯と歯肉（歯茎）の間に歯垢（プラーク）と呼ばれる細菌の塊ができると、そこにたまった多くの細菌により歯肉が炎症を起こして赤くなったり、腫れたりします。ほとんどの場合、初めのうちは自覚症状がありません。気付かないまま悪化していくと徐々に歯を支える骨（歯槽骨）などが溶けて、最終的には歯を抜かなければならなくなってしまうです。

歯を失う原因の多くは 歯周病

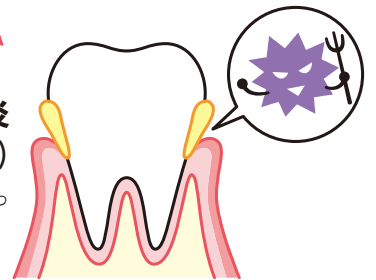


健康な歯

歯が歯肉、歯槽骨などでしっかり支えられている。

歯肉炎 （歯周病の初期）

歯垢の中の歯周病菌によって歯肉に炎症が起こる。



歯周病

炎症が悪化して歯周ポケットが深くなり、歯を支える組織が壊れる。歯肉からは膿や血が出て、最終的に歯が抜け落ちる。

まずは知りたい

歯周病の基礎知識

歯周病は歯を失う原因のトップであり、国民の90%が罹患するともいわれている病気です。しかし、単なる「口の中の病気」ではなく、全身の健康にも悪影響を及ぼす生活習慣病の一つと考えられています。基礎知識を身に付けて、適切な予防や治療につなげましょう。

タバコが歯周病に及ぼすメカニズム

タバコの煙や成分が
口の中の粘膜や歯肉から吸収される

ニコチンなどの有害物質が血管を収縮させる

歯肉の血液循環が悪化し、
酸素が十分に行きわたらなくなる

歯周ポケット中の細菌が増え、
歯周病を進行させる

歯周病菌のほとんどは、酸素が苦手な「嫌気性菌」です。酸素を避けて歯周ポケットの奥に入り込み、炎症を進行させます。



喫煙は 歯周病を悪化させます

タバコに含まれるニコチンなどの有害物質には、血管を収縮させ、歯肉の血液循環を悪化させる作用があります。歯周病菌のほとんどは酸素が苦手。酸素を運搬する血液の循環が悪化した環境の方が、活発になる傾向があります。また、血液循環の悪化には一時的に炎症を抑え、歯肉の出血や腫れといった歯周病のサインを表れにくくする作用もあります。

以上のことから喫煙者は、非喫煙者よりも歯周病が悪化しやすいことが分かっています。

怖いのは 全身に及ぼす悪影響

認知症

歯周病菌がアルツハイマー型認知症の発症因子とされる「アミロイドβ」の蓄積を増やすといわれています。

脳梗塞

歯周病菌が動脈硬化を誘導する物質を産生する影響で血管が詰まり、脳梗塞が引き起こされます。

インフルエンザ

歯周病菌が持つたんぱく分解酵素がウイルスを活性化させ、インフルエンザに感染しやすくなります。

心筋梗塞/心筋症

歯周病菌による動脈硬化が進行し、心臓の血管を詰まらせると心筋梗塞を発症することがあります。

関節リウマチ

歯周病菌の一種が過剰に産生する抗CCP抗体というたんぱく質が発症を促すと考えられています。

メタボリックシンドローム

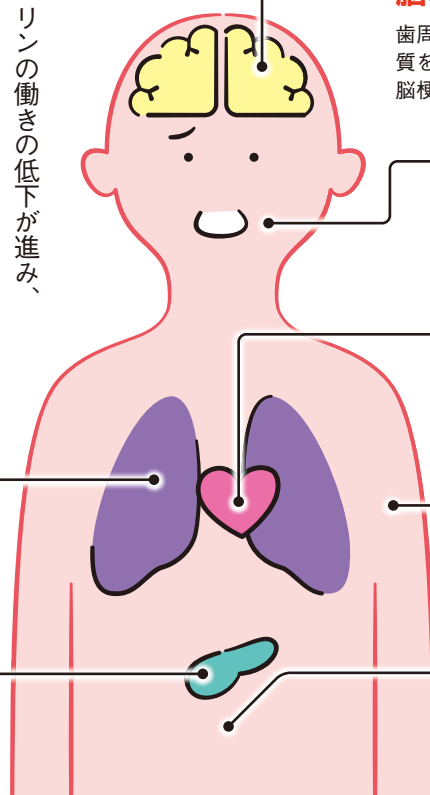
歯周病菌が放出する炎症性物質の影響で脂肪細胞が肥大しやすくなり、脂肪を蓄えやすくなります。

誤嚥性肺炎

誤って気管に入った唾液中の歯周病菌が肺に感染し、誤嚥性肺炎を引き起こすこともあります。

糖尿病

糖尿病は多くの合併症を併発する病気です。近年は歯周病も糖尿病の合併症の一つといわれており、互いに影響し合って病気を悪化させます。



歯周病は歯の健康を損なうだけの病気ではありません。歯周病菌や歯周病菌が出す毒素が血液によって全身に運ばれ、さまざまな病気を引き起こしたり、悪化させたりすることが分かっています。糖尿病、心筋梗塞、脳梗塞、動脈硬化といった生活習慣病や誤嚥性肺炎は、歯周病が原因の一つだといわれています。

中でも糖尿病は、歯周病との関連が深い病気です。糖尿病は、血糖をコントロールするインスリンの働きが低下することにより、血糖値が高くなって起こる病気です。歯周病になると血液中に放出された炎症性物質によってインス

リンの働きの低下が進み、糖尿病を誘発したり悪化させたりしてしまいます。そして糖尿病の状態が続くと、今度は免疫の働きが低下し、歯周病にかかりやすく、進行しやすくなるという悪循環に陥ります。

その他、歯周病で口の中が不衛生になると、インフルエンザなどの感染症にもかかりやすく、重症化しやすくなるといわれています。歯周病は全身の病気とも関係しているため、予防や治療を行うことで、全身のさまざまな病気のリスクを下げることもできますといえます。

「痛くなったら行く」では遅い！ 定期的な歯科検診を

歯周病は進行するまで自覚症状が表れにくく、歯科検診を受けなければ早期発見が難しい病気です。歯周病から歯を守るには、歯磨きなどの歯のケアをすること、定期的な歯科受診を欠かさないことが大切です。

歯科検診を受けている人の割合を見ると、特に20〜50歳の男性の受診率が低いのが目立ちます。さまざまな病気を引き起こすリスクがあり、口臭や歯を失う原因にもなる歯周病予防のため、かかりつけの歯科医を持って定期的に検診を受けましょう。



歯周病を予防・改善する生活習慣

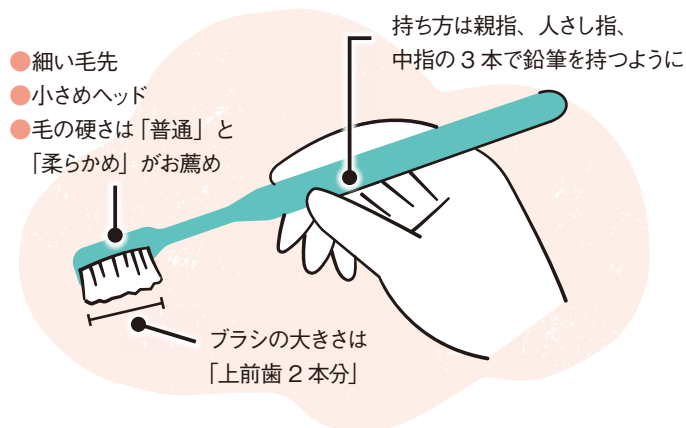
歯周病を予防するために、禁煙をする、偏った食生活を見直す、十分な睡眠・休養をとるなどの生活習慣改善に努めましょう。

そして、何よりも重要なのが、毎日の歯のセルフケアです。歯ブラシやデンタルフロス、歯間ブラシなどを正しく使って、歯と体の健康を維持していきましょう。

✓ 歯ブラシの選び方

歯周病予防には「毛先が細く」「小さめヘッド」「適度な毛の硬さ」の歯ブラシがおすすめです。ブラシ部分の大きさは「上の前歯2本分の長さ」が目安。毛の硬さは「普通」を基本に、歯肉が弱っている方や出血しやすい方は「柔らかめ」でもよいでしょう。

硬い方が歯垢を落としやすいですが、その分、歯や歯肉にかかる負担が大きくなります。

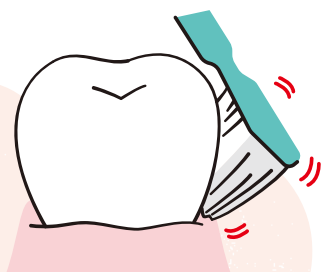


✓ 歯周病対策の磨き方

歯と歯肉の境目に、歯ブラシの毛先を45度になるように当て、小刻みに動かして歯を1～2本ずつ丁寧に磨きます。前歯の裏側は歯ブラシを縦にしてブラシのかかとを使い、1本ずつ磨きましょう。

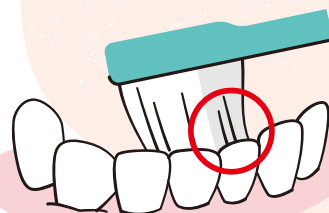
歯ブラシの当て方

- 歯と歯肉の境目に45度の角度で当てる。
- 歯を1～2本ずつ軽く力を入れ、ブラシを振動させるように小刻みに動かす。



前歯の裏側の磨き方

- 歯ブラシを縦に使い、ブラシのかかとを使って磨く。



✓ デンタルフロスや歯間ブラシも習慣化

デンタルフロスや歯間ブラシの使用には、歯磨き前、歯磨き後、それぞれにメリットがあります。いずれの場合でもまずは習慣化することが大切です。

歯磨き前のメリット

- デンタルフロスを使用後に歯ブラシを使った方が、歯垢の量が減少したという報告があります。
- 虫歯予防に役立つフッ化物の口中濃度が高い状態で維持されるともいわれています。

歯磨き後のメリット

- 歯磨きで大部分の汚れを取り除いた後にデンタルフロスを使うことで、歯と歯の間に残った細かい汚れや食べかすをさらに確実に除去できます。
- 夜寝る前など、特に口腔内を清潔に保ちたい場合には、歯磨き後のデンタルフロス使用が有効といわれています。

デンタルフロス

歯と歯の隙間が狭い方にお勧め。

F字型

前歯の歯垢の除去に適しています。

Y字型

奥歯の歯垢の除去に適しています。

L字型

奥歯の歯垢の除去に適しています。

I字型

前歯の歯垢の除去に適しています。

歯間ブラシ

歯と歯の隙間が広い（根元に三角形の隙間がある）方にお勧め。

- 厚生労働省ポータルサイト「iha-からだの健康、お口から-」は、日常の口腔ケアや生活習慣改善のポイント、歯科検診などに関する情報コンテンツが満載です。歯と体の健康づくりに参考にしてください。

iha-からだの健康、お口から-



兵庫トヨタ自動車
企業年金基金

令和7年度

予算のお知らせ

去る2月14日に開催された第24回代議員会におきまして、提出された議案は、いずれも原案どおり可決承認されましたのでお知らせします。

提出された議案

- 第1号議案 令和7年度予算及び事業計画（案）について
第2号議案 運用の基本方針の変更について

報告事項

- ① 財政計算結果について
② 理事長専決処分について
③ 令和6年12月度 年金資産運用実績について
④ 資産運用委員会の議事について

第1号議案 令和7年度予算（案）について

年金経理

年金・一時金の給付や掛金の徴収、年金資産の運用損益などを処理する会計（単位：百万円）

● 予定損益計算書

（令和7年4月1日～令和8年3月31日）

費用勘定		収益勘定	
科 目	推 計 額	科 目	推 計 額
年金給付費	482	掛金等収入	466
移換金	4	受換金等	0
運用報酬等	42	運用収益	191
業務委託費等	22	責任準備金減少額	0
責任準備金増加額	107	当年度不足金	0
当年度剰余金	0		
計	657	計	657

● 予定貸借対照表

（令和8年3月31日現在）

資産勘定		負債勘定	
科 目	推 計 額	科 目	推 計 額
流動資産	78	流動負債	0
預貯金	39	支払備金	63
未収掛金	39	未払給付費	63
未収受換金	0	未払移換金	0
固定資産	8,786	責任準備金	7,416
信託資産	8,786	責任準備金	7,416
基本金	0	基本金	1,385
繰越不足金	0	別途積立金	1,385
当年度不足金	0	当年度剰余金	0
計	8,864	計	8,864

財政悪化リスク相当額	1,424
リスク充足額	1,741

数 理 債 務	8,962
未償却過去勤務債務残高等	1,902

予算策定時の運用利回りについて

・ 令和7年度 **2.00%**

業務経理 業務会計

基金の業務運営に必要な経費を処理する会計（単位：千円）

● 予定損益計算書

（令和7年4月1日～令和8年3月31日）

費用勘定		収益勘定	
科 目	推 計 額	科 目	推 計 額
事務費	17,944	掛金収入	20,354
代議員会費	0	受取利息及び配当収入	2
業務委託費	0	当年度不足金	0
福祉事業会計へ繰入	1,850		
雑支出	562		
当年度剰余金	0		
計	20,356	計	20,356

● 予定貸借対照表

（令和8年3月31日現在）

資産勘定		負債勘定	
科 目	推 計 額	科 目	推 計 額
流動資産	49,635	流動負債	1,996
預貯金	47,985	引当金	1,996
未収事務費掛金	1,650	基本金	47,639
基本金	0	繰越剰余金	47,638
当年度不足金	0	当年度剰余金	0
計	49,635	計	49,635

業務経理 福祉事業会計

基金の加入者・受給者に対する福祉に必要な経費を
処理する会計（単位：千円）

● 予定損益計算書

（令和7年4月1日～令和8年3月31日）

費用勘定		収益勘定	
科 目	推 計 額	科 目	推 計 額
事務費	830	業務会計からの受入金	1,850
福祉事業費	1,020		
雑支出	0		
計	1,850	計	1,850

第1号議案 事業計画（案）について

1. 本事業計画の期間 令和7年4月1日から令和8年3月31日の1年間となります。

2. 事業運営に関する事項

- (1) 代議員会の開催
 - ・ 令和6年度決算代議員会 令和7年7月に開催予定
 - ・ 令和8年度予算代議員会 令和8年1月または2月に開催予定
- (2) 資産運用委員会
 - ・ 第21回資産運用委員会 令和7年7月に開催予定の決算代議員会終了後を予定
 - ・ 第22回資産運用委員会 令和8年1月または2月に開催予定の予算代議員会終了後を予定
- (3) 事業所担当者会議
 - ・ 当基金加入事業所の担当者を対象に健康保険組合と合同で勉強会を実施。
 - ・ 開催は10月と3月の年2回を予定しています。
- (4) トヨタ販売店事務研究会への出席
 - 第33回トヨタ販売店企業年金基金事務研究会が開催予定。
 - ・ 開催日：場所 令和7年11月：神奈川、静岡方面
 - ・ 当番基金 KTグループ&トヨタユニテッド静岡企業年金基金
- (5) 広報活動の実施
 - ・ 当企業年金基金のHPにより、加入者および受給者などに当基金の状況を報告。
 - ・ 加入者に対して、健康保険組合HPに年3回掲載される『みどりのたより』を通して当基金の状況を報告。新年号は例年通り、機関誌としての発行も予定しています。
 - ・ 年金受給者を対象に年1回『受給者だより』を発行し、決算内容などを報告。

3. 福祉事業に関する事項

(令和7年4月1日～令和8年3月31日)

区 分	実施時期	事業概要	所要経費
遺族弔慰金	随時	旧制度の年金受給者が死亡されたとき、ご遺族に2万円を支給。	960千円
機関誌『みどりのたより』	HP：年3回 (内機関誌：年1回)	健康保険組合のHPに掲載。 基金HPにもご案内として掲載。 新年号は印刷物としても加入者に配付。	695千円
機関誌『受給者だより』	年1回	年金受給者に対してご自宅に郵送。	135千円
ライフプランセミナーの実施	随時	加入者を対象に実施。	60千円

《 報告事項 》

1. 財政計算結果について
2. 理事長専決処分について
3. 令和6年12月度 年金資産運用実績について
4. 資産運用委員会の議事について

第19回 令和6年7月25日

1. 令和5年度運用結果について
2. 令和5年度の運用環境について
3. 令和5年度投資行動について
4. 令和6年度運用状況について
5. アセットミックスについて
6. 今後の対応



ねんきん商事総務部



企業年金は働くボクらの味方! の巻



- 企業年金基金ってナニ？という、あなた。基金は、あなたの老後生活を支える大切な制度です。
- 掛金は、全額会社が負担します。基金がある会社の従業員だけが加入できる特別な年金制度です。
- 加入期間が長くなるほど、掛金と利息の合計が増え、皆さんが将来受け取る年金額もアップします。
- 基金から給付される年金は、国の年金に上乗せされ、老後の生活にゆとりと安心をプラスします。





NEWS CLIP

気になるニュースをピックアップ!

年金制度改正の方向性が示されています

令和6(2024)年の財政検証結果を受け、年金制度改正についての見通しが示されています。

健康保険・厚生年金の加入対象となる短時間労働者(パートやアルバイト)の範囲が拡大される見込みです。

年金と給与・賞与を合わせて50万円(金額は年度によって変動)を上回ると年金が停止される在職老齢年金については、50万円の基準額を見直す予定です。

厚生年金の保険料を算出する際に用いる標準報酬

月額については、現行の上限等級(65万円)に新たな等級を追加することなどが予定されています。

遺族厚生年金については、子のいない妻には無期給付であるのに対し、55歳未満の夫には給付がないという男女差を解消するため、妻・夫ともに原則5年間の有期給付とする見通しが示されています。

老齢厚生年金の受給者に扶養対象となる子がいる場合の加算については、第1子、第2子までは同額である一方、第3子は少ない額となっていますが、第3子についても第1子・第2子と同額とする予定です。

令和7年度の年金額は1.9%引き上げに

年金額は物価と賃金の変動に応じて毎年度改定されています。物価が賃金を上回る場合、支え手である現役世代の負担能力に応じた給付とする観点から、賃金の変動率を年金額改定に用いることになっています。令和7年度は、物価変動率(2.7%)が名目手取り賃金変動率(2.3%)よりも高くなったため、名目手取り賃金変動率を用いて年金額を改定します。

また、物価と賃金がプラスの場合、将来の現役世代の負担が大きくなり過ぎないようにするため、少子

高齢化の影響を加味したマクロ経済スライドで年金額の調整を行います。今回は、マクロ経済スライドによる調整率▲0.4%を反映して1.9%となります。

年金と給与・賞与を合わせた額が50万円を上回った場合、年金の一部または全部が停止される在職老齢年金については、令和7年度の名目賃金変動率が2.3%になったことから、51万円に変更されます。

今回の年金額改定では、多様なライフコースに応じた年金額も合わせて公表されています。

オンラインでできる年金手続きの種類が増えています

日本年金機構では、マイナポータルとねんきんネットを連携させた電子申請サービスを拡充しています。

65歳前に特別支給の老齢厚生年金を受けている人が65歳になった際に提出する年金請求書について、令和7年1月から電子申請で手続きができるようになりました。また、年金受取口座を変更する場合の電子申請のほか、年金生活者支援給付金請求書の電子申請もできるようになりました。

また、令和6年6月からは、年金請求書の電子申請

が可能となりましたが、配偶者や子がいる場合などは対象外となっていました。令和7年3月からは、配偶者や子がいる場合でも電子申請ができるようになります。

さらに令和6年8月からねんきんネットを活用することにより、納付書がなくても国民年金保険料をインターネットバンキングで支払うことが可能になりました。

日本年金機構は、今後もオンライン化に向けた取り組みを進めていくとしています。



健保の広報機能サービス「健康エール」の活用

スマホ登録で健康保険組合の情報がいつでも見られる

- 「本人ドック」・「家族ドック」・「歯科健診」・「郵送検診」など健保主催の保健事業案内が閲覧できます。
- 当健保加入の被保険者・被扶養者が登録可能です。
- LINEを通じて健保のホームページが閲覧できます。
- 年に3回発行の健保の機関紙がスマホで閲覧できます。
- 将来的に直接健診案内の通知を行う予定です。

「LINE登録」は、
こちらからできます。
みなさまのご登録
お待ちしております。



「あなたの薬箱」を利用してOTC医薬品への切替え

忙しくて調剤薬局へ行けない! とか軽度な病気ならば、市販の薬で対処してみてもいいですか?

「あなたの薬箱」では、安価に買える市販薬のオンライン購入サイトを掲載しています。

当健康保険組合に加入している被保険者・被扶養者の方は、いつでも薬を購入することができますのでご利用ください。



ホームページアドレス www.hyogotoyota-kenpo.or.jp

「セルフメディケーション」から「あなたの薬箱」へ



皆さんの写真を「みどりのたより」に掲載しませんか

現在、健康保険組合と企業年金基金からのお知らせとして、年間3回発行しています。

みどりのたよりの表紙を飾る写真を皆様から募集させて頂き、優秀作品を使用させて頂きます。

皆様がお持ちの「新年・春・秋」各号にふさわしい写真のご提供をお願いします。

今回募集しますのは、「秋号」(9月上旬発行予定)の写真です。〔秋号応募締切日：6月30日(月)必着〕

〈表紙写真〉

写真タイトル：夙川公園の春

撮影場所：兵庫県西宮市