

事業所担当者様へ

家具健保監修

# 健康教育DVDをご活用ください

健康に関する13テーマを収録。  
1テーマ10分程度なので、社内研修や安全衛生委員会の際にお貸し出しできます。  
ぜひ社員様の健康管理にお役立てください。

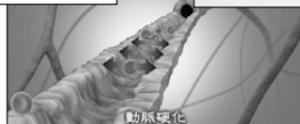
**テーマ**  
高血圧、糖尿病、動脈硬化、歯周病、歯科受診、熱中症、受動喫煙、COPD、たばこの害、ニコチン、ドロイン、呼吸筋ストレッチ、ウォーキング

ご希望がありましたら、健康管理課までお問い合わせください。

受動喫煙とは



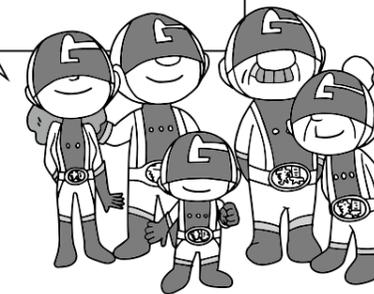
スクワットとドロインの正しいやり方



# 家具けんぽ

2023.3 no.230

健診事業が大きく変わります！  
同封している『健診事業のご案内』をご確認ください！



## contents

令和5年度 予算がまとまりました ..... 2

令和5年度 当健保組合が取り組む保健事業 ..... 3

健診事業およびインフルエンザ費用補助事業の変更点をお知らせします！ ..... 4

保養所「みやぎの」が **令和5年4月1日から** よりオトクにご利用いただけます！ ..... 6

マイナンバーカードでもっと便利に！保険証利用と公金受取口座登録 ..... 7

異動届の提出と保険証返却をお忘れなく／住所変更届提出のお願い／  
出産育児一時金が引き上げられます ..... 8

整骨院・接骨院にかかるとき ..... 9

当健保組合の事業は MY HEALTH WEB 経由に切り替わります！  
医療費明細のダウンロード方法のご案内 ..... 10

健康教育 DVD / ころの相談をご活用ください 他 ..... 12

## ころの相談

職場で  
孤立している  
気がする



人と話すのが  
苦痛……



部下との  
コミュニケーションが  
うまくいかない



相談料・通話料 無料

プライバシーは厳守します

## ひとりで悩まず、まずは相談を

月曜日が  
憂うつ……



スマホに  
依存している  
子どもが心配



ママ友との  
付き合いに  
疲れた



### ご相談方法

### 受付 時間

平日 9:00 ~ 21:00、土曜 10:00 ~ 18:00  
(日・祝日、1/1 ~ 3は休み)

今すぐ相談したいとき  
**電話相談**

直接会って相談したいとき  
**面接相談** 面接相談は5回まで無料(年度)

ころの相談ネットワーク メンタルヘルス相談室

**0120-112-826**  
携帯・PHS OK

相談内容をお話ください。  
臨床心理士、精神保健福祉士等の専門職がお答えします。

時と場所を選ばず相談できる  
**WEB相談**

3営業日以内に  
WEBで返信



WEBサイト: <https://kateinoigaku.jp/>  
団体コード(保険者番号): 06134340

<https://kateinoigaku.jp/> ※会員登録と所属団体登録をしてご利用ください。

**組合の現況**  
(令和5年1月末現在) 事業所数…570事業所 被保険者数…27,876名(男18,369名 女9,507名)  
被扶養者数…18,558名 平均標準報酬月額…346,878円(男393,596円 女256,612円)



スマホにも  
対応!

# 当健保組合の保健事業は みなさまの保険料により実施しております ご自身の健康のためにぜひご利用ください!

当健保組合の令和5年度予算が、先に開催された組合会で承認されました。令和5年度は健康保険料率を「千分の100」、介護保険料率を「千分の18.0」に据え置き、予算を編成いたしました。

※本文中の金額表示は、千円単位を四捨五入しています。

## 健康保険

当健保組合の令和5年度予算は総額で151億3,417万円となりました。前年度予算比で平均被保険者数は0.8%減、平均標準報酬月額が1.5%増、平均賞与支給額(1人当たり額)は7.7%の増を見込み、保険料は前年度予算比1.7%増の138億510万円を見込みました。一方、支出面では支出全体の5割ほどを占める保険給付費に前年度予算比5.5%増の77億24万円、高齢者医療制度への納付金等には前年度予算比10.7%増の58億6,949万円を見込みました。

また、健保組合の重要な事業である保健事業には、前年度予算比2.5%増の9億2,424万円を充てております。令和5年度から健診事業の体系が大きく変更となるため、加入者および事業主のみなさまへの丁寧な周知・広報を行い、事業の円滑な実施に努めるとともに、みなさまの健康維持・増進をサポートする事業を積極的に進めてま

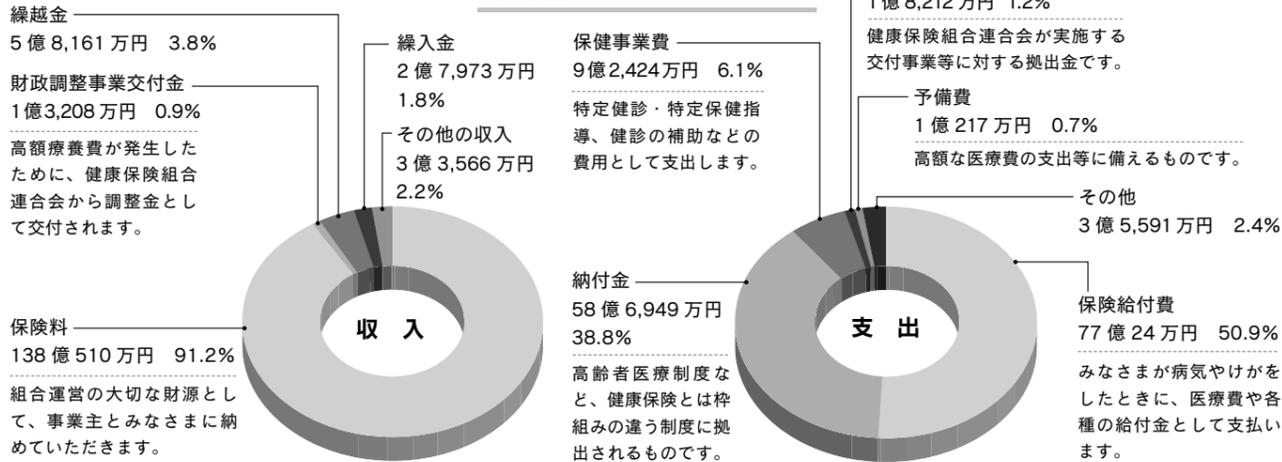
いります(保健事業の詳細・変更点等については、3～6ページをご参照ください)。

以上の結果、収支差引額では7億3,717万円の収入不足が生じることとなり、前年度からの繰越金および別途積立金からの繰入金を組み入れて収支の均衡を図りました。

健保組合の事業は、みなさまに納めていただく大事な保険料により実施しております。被保険者および被扶養者のみなさまにおかれましては、年に一度必ず健診を受診されるとともに、当健保組合の保健事業を健康づくりにお役立ていただくことで、ご自身の保険料をご自身の健康のためにご利用いただきたく存じます。また、健保組合の健全な運営を今後も維持していくため、ジェネリック医薬品の利用や適正な受診による医療費節減にもご協力をお願いいたします。

### グラフで見る予算(健康保険)

予算総額 151億3,417万円



任意継続被保険者の保険料賦課限度額は…  
令和4年3月31日以前に取得した方：34万円  
令和4年4月1日以降に取得した方：83万円

## 介護保険

健保組合は、40歳以上65歳未満の方(介護保険第2号被保険者)に納めていただいた介護保険料を「介護納付金」として国に納めています。

令和5年度の介護納付金は前年度予算比7.3%増の16億7,464万円が見込まれます。これに対し令和5年度の

介護保険料収入の見込みは16億7,191万円となるため、健康保険同様、前年度からの繰越金を組み入れて収支の均衡を図りました。これにより、介護保険料率は18.0%を維持しております。

# 当健保組合が取り組む保健事業

当健保組合が令和5年度に実施する健康づくり事業です。

## 特定健診および特定保健指導

●特定健診  
40歳以上の加入者に対する健診

●特定保健指導  
健診結果に基づき、メタボリックシンドロームの該当者および予備群に対して行う保健指導

## 疾病予防に関する事業

●被保険者に対する「一般健診」 ⇒ 4-5 ページ参照  
40歳未満の被保険者対象。  
※35歳以上の人間ドック希望者を除きます。

●被保険者に対する「フルパック健診(生活習慣病健診)」 ⇒ 4-5 ページ参照  
40歳以上の被保険者対象。

●被扶養者に対する「一般健診」 ⇒ 4-5 ページ参照  
20歳～29歳の被扶養配偶者および30歳～39歳の被扶養者対象

●被扶養者に対する「フルパック健診(生活習慣病健診)」 ⇒ 4-5 ページ参照  
40歳以上の被扶養者対象

●人間ドック補助 ⇒ 4 ページ参照  
35歳以上の希望する被保険者対象。上限補助額 15,000円

●インフルエンザ予防接種補助 ⇒ 5 ページ参照  
接種にかかる費用の一部を補助します。  
上限補助額 1,000円  
※MY HEALTH WEBからの個人申請となります。

●高血圧重症化予防対策  
脳血管疾患・心疾患のリスクが高く、高血圧の治療をしていない方に対し、文書による受診勧奨を行います。

●ヘリコバクター・ピロリ菌検査  
胃がんの原因菌であるヘリコバクター・ピロリ菌検査を実施します。  
20歳からの5歳刻み年齢の希望者を対象。  
※MY HEALTH WEBよりお申し込みができます。

●糖尿病重症化予防対策  
糖尿病合併症のリスクが高く、糖尿病の治療をしていない方に対し、文書による受診勧奨を行います。

●40歳未満の肥満者対策  
肥満状態についての通知、すぐに始められる対策の案内等を実施します。40歳未満を対象

●歯科健診  
全国1,700の歯科医院をネットワークする事業者へ委託して実施します。全加入者対象。

●ヘルシーメニュー体験教室  
健康セミナーを年2回、直営保養所「みやぎの」において開催します。

●心の健康相談(メンタルヘルスケア)  
電話相談やWEB相談、面接相談ができるよう専門機関に委託し相談体制を整えます。

●保健指導予約のオンライン化  
保健指導の予約をオンラインで行います。

●健康教育DVD教材の貸出  
運動、喫煙、歯科、高血圧、糖尿病、熱中症などについての教材を事業所を対象に貸し出します。

## 健康教育・健康相談に関する事業

●広報誌「家具けんぼ」の発行

●ホームページの充実

●健康相談の実施

●新入社員健康スクール  
※動画配信を含む

●健康経営通信等の送付

●健康保険委員会の開催

●健康企業宣言事業所に対する支援事業

## 健康づくりに関する事業

●直営保養所「みやぎの」の運営

●事業所対抗軟式野球大会の開催

●ウォーキング事業の実施

●診療所の設置

●スポーツクラブの利用促進

●契約保養所の利用

●東京都総合組合保健施設振興協会が実施する共同事業への参加

●全国社会保険共済会事業との連携

# 健診事業および

令和5年度

# インフルエンザ費用補助事業の変更点をお知らせします！

## 健診事業



令和5年度からの健康診断については、各年齢層に応じた必要な検査項目を提供し、ご家族（被扶養者）の方にも広く健診を受診していただくとの観点から、健診体系を大きく変更いたします。

### ●健診コースと健診対象者

健康診断の対象者が右記のように変更となります。被保険者、被扶養者ともに各健診の年齢区分が変更となり、被扶養者は受診対象者の年齢範囲を拡大しております。

	受診者区分		
	被保険者	被扶養者	
34歳まで	一般健診	20歳未満	配偶者のみ
		20歳～29歳	
35歳以上	人間ドック	30歳～39歳	すべての被扶養者
		40歳以上	
40歳以上	フルバック健診（生活習慣病健診）	40歳以上	

### ●一部負担金等について

フルバック健診（生活習慣病健診）では、国が推奨する5大がん検診をオプション検査扱いではなく、基本項目とするため、被保険者の一部負担金の変更を行います。

被扶養者については、若年時から健診受診を習慣づけていただくため、令和5年度より被扶養者健診の一部負担金は撤廃し、無料とします。

対象者	健診コース	一部負担金等
被保険者	一般健診【40歳未満】	無料 （※1）35歳～39歳の被保険者へのオプション検査 胃X線受診：3,000円 胃内視鏡受診：5,000円
	フルバック健診（生活習慣病健診）【40歳以上】	胃X線検査 / PSAなし：7,000円 胃X線検査 / PSAあり：8,000円（※2） 胃内視鏡検査 / PSAなし：12,000円 胃内視鏡検査 / PSAあり：13,000円（※2）
被扶養者	一般健診（※3）【20歳以上40歳未満】	無料
	フルバック健診（生活習慣病健診）【40歳以上】	*被扶養者のフルバック健診の胃の検査はX線検査のみとなり、胃内視鏡検査の受診はできません。胃内視鏡を希望される場合は、自費となります。

※1）胃X線検査または胃内視鏡検査は、35歳～39歳の被保険者のオプション検査となります。  
 ※2）PSA検査は、50歳以上の男性被保険者のオプション検査となります。  
 ※3）被扶養者の20歳～29歳の健診対象者は、妻または夫（被扶養配偶者）のみとなります。

### ●人間ドックの補助について

当組合の健康診断は、フルバック健診（生活習慣病健診）を推奨する観点から、人間ドックはこれまで通り補助事業となりますが、組合の補助上限額を30,000円から15,000円に変更いたします。

【現行】人間ドックの補助上限額：30,000円  
 ↓  
 【見直し後】人間ドックの補助上限額：15,000円

### その他の変更事項

#### (1) 被保険者の受診資格

・被保険者の受診資格を以下のように変更いたします。

【現行】前年度（3月31日）までに資格取得し、受診日まで継続して資格を有する者

【見直し後】当該年度の4月1日までに資格取得し、受診日まで継続して資格を有する者

※当該年度の4月2日以降に資格を取得した者は対象外となります。

・被扶養者の受診資格は、これまでと同様に健診当日に資格がある者が対象となります。

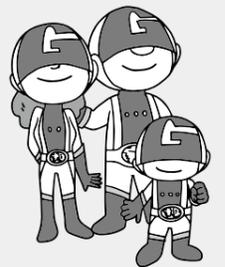
#### (2) 健康診断の受診期間

・受診機会の拡充のため、受診期間を以下のように変更いたします。

【現行】一般健診、生活習慣病健診は4月から10月まで

人間ドック、被扶養者健診は4月から翌年1月まで

【見直し後】すべての健診において、4月から翌年3月までの通年で実施



#### (3) 管理検診（二次健診）について

管理検診（二次健診）は、受診者が少ないことから、令和5年度からは健診としての取り扱いを中止します。そのため、すでに発行している管理検診受診券については、令和5年4月1日以降は使用できません。

① 検査項目・受診方法等の詳細は、同封の『健診事業のご案内』をご確認ください。

### ★「フルバック健診」とは…

これまでの生活習慣病健診に国が推奨する5大がん検診を標準項目に加えた健診となります。

- 血圧測定
- 血液検査
- 尿検査
- 心電図検査
- 胸部レントゲン検査
- 胃部レントゲン検査
- 便潜血反応検査

メタボリックシンドロームに加え  
**5大がん** 肺 胃 大腸 子宮 乳房 までカバー

※メタボリックシンドロームとは、お腹まわりに内臓脂肪がたまることで、高血圧・高血糖・脂質異常などが起こりやすくなり、生活習慣病になりやすくなっている状態をいいます。



## インフルエンザ予防接種補助

新型コロナウイルスの流行により、感染予防対策（アルコール消毒、マスクの着用、手洗い）を徹底することがインフルエンザの感染予防に極めて有効であることがわかってきております。そのため今後のインフルエンザ対策の軸は感染予防対策の周知・広報に移すという観点から、費用の補助額を2,000円から1,000円に変更いたします。

【現行】インフルエンザ予防接種補助上限額：2,000円  
 ↓

【見直し後】インフルエンザ予防接種補助上限額：1,000円

令和5年4月1日から

# 保養所「みやぎの」が よりオトクにご利用いただけます！

## 被扶養者ではない家族も、被保険者と同じ料金に

ご家族でお得にご利用いただけるよう、組合員料金の適用範囲を拡大します。これにより、令和5年4月1日以降は、加入員（被保険者・被扶養者）が保養所を利用する際に同行する被保険者およびその配偶者の「祖父母・父母・配偶者・子・子の配偶者・孫」については、被扶養者ではない方も組合員料金でご利用いただけるようになります。

### 保養所「みやぎの」利用料金（1泊2日）

	現在	令和5年4月1日～
被保険者および被扶養者	5,000円	5,000円
被扶養者ではない家族※1	7,000円	5,000円※2

※1 被保険者およびその配偶者の「祖父母・父母・配偶者・子・子の配偶者・孫」

※2 加入員（被保険者・被扶養者）が同行する場合

## 団体利用（20名以上）の際の料金が割引に

当健保組合の適用事業所の保養所利用（研修会や会議等）を促進するため、団体利用（20名以上）する場合に、宿泊料金を減額する割引制度を導入します。

### 割引額（令和5年4月1日以降）

⇒当健保組合の適用事業所が  
団体利用（20名以上）する場合に限り、  
1人につき500円割引

## 『保養所みやぎの 特集号』をぜひご覧ください！

前号（No.229）に同封した、『保養所みやぎの 特集号』には、各種施設の紹介や、温泉・料理について等、詳しく掲載しております。

また、『保養所みやぎの 特集号』を受付時にご提示いただくと、ご宿泊される全員にウェルカムドリンクのサービスをしておりますので、ご一読いただき、ぜひ保養所へお越しください！なお、特集号が手元がない方は、当健保組合までご連絡ください。

### 利用者の方々の声



70代・男性

立地も環境も良く、しかもコスバのよい料金で宿泊できました！



60代・女性

特別洋室はリフォームされていて快適でした！



40代・男性

朝のバイキングはメニューも多く美味しく、最高でした。

### 保養所「みやぎの」からのお知らせ

GWはぜひ保養所「みやぎの」へ！

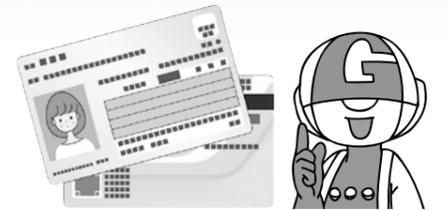
令和5年5月分の抽選申込の締切は、令和5年3月30日（木）です。  
詳しくは、当健保組合ホームページをご覧ください。



令和6年秋にはマイナンバーカードと保険証が一体化予定！

# マイナンバーカードでもっと便利に！ 保険証利用と公金受取口座登録

政府は、マイナンバーカードと健康保険証の一体化を進めており、令和6年秋には、現在の健康保険証の原則廃止を目指しています。また、マイナンバーカードを申請していない方は、早めに申請しておきましょう。また、マイナンバーカードを受け取った方は、保険証利用登録と公金受取口座登録を行いましょう。



まずは  
ここから！

まだの方は  
早めに  
お手続きを！

### ①マイナンバーカードを取得しましょう

令和4年7月ごろからQRコード付き交付申請書が順次送付されています。スマホやパソコン、証明写真機、郵送のいずれかの方法で申請できます。

### ②健保組合にマイナンバーを届け出てください！

マイナンバーと保険証番号との紐づけ登録は健保組合が行っています。ご家族（被扶養者）の分も含め、事業所を通じて届け出をお願いします。

## マイナンバーカードの保険証利用の申込みをしましょう

### メリット

- 就職・転職・引っ越しをしても健康保険証としてずっと利用できます。
- マイナポータルで特定健診情報や薬剤情報・医療費を閲覧できます。
- 限度額適用認定証が不要になります（医療費が高額になりそうな場合）。
- マイナポータルで確定申告の医療費控除が簡単にできます。

## 公金受取口座登録制度を利用しましょう

令和4年10月から、給付金などを受け取るための預貯金口座「公金受取口座」として、1人1口座を「マイナポータル」に任意で登録する制度が始まっています。登録しておくことで、保険給付の申請の際に口座情報等の記載が不要になり、「公金受取口座」利用の意思を示すことで受け取る事が可能となります（給付金の申請自体は必要）。

当健保組合でも、この制度への対応を準備中です。準備が整い次第、事業所を通じて開始時期等を改めてご案内いたします。

### 保険証利用と公金受取口座登録の申込方法

申込みは、スマホやパソコンから「マイナポータル」にアクセスするか※、セブン銀行ATMから行います。ご自身のマイナンバーカードと、交付の際に設定した数字4桁の暗証番号を準備しましょう。

※スマホの場合は専用アプリ、パソコンの場合はICカードリーダーと専用アプリが必要です。

●マイナポータル  
(マイナンバーカードの保険証利用)



●マイナポータル  
(公金受取口座の登録について)



## 「異動届」の提出と保険証返却をお忘れなく!

春は異動の季節です。学校を卒業し就職されるお子さまは「当健保組合の被扶養者」から、「就職先の健康保険の被保険者」となり、当健保組合の被扶養者の資格を失います。被扶養者の資格は自動的に削除されるものではなく、当健保組合への届出が必要です。

例年、就職により被扶養者の資格を失っている

にもかかわらず、削除の届出がなく、資格が重複しているケースが見受けられます。

被扶養者の資格を失った場合は、すみやかに「被扶養者（異動）届」に「保険証」を添えて、勤務先を通じて当健保組合に提出してください。

このほか、以下のような場合も「被扶養者（異動）届」の提出が必要です。

- 被扶養者の年間収入が増えた  
（60歳未満は130万円未満、60歳以上または障害者は180万円未満。また、被保険者の収入の2分の1未満）
- 失業給付金を受給し始めた  
（雇用保険の基本手当日額、60歳未満は3,612円以上、60歳以上は5,000円以上を受給するようになった）
- お子さまが結婚し、配偶者の被扶養者となった
- 被扶養者が75歳になった
- 被扶養配偶者と離婚した
- 被扶養者が死亡した
- その他、認定要件を満たさなくなった

詳細は当健保組合ホームページでご確認ください (<https://www.kagukenpo.or.jp>)



## 「住所変更届」提出のお願い

転勤や引っ越しなどで住所が変更になっている場合は、勤務先を通じて「被保険者住所変更届」の提出をお願いします。

※任意継続の方はご自身の届出が必要となります。

\* 申請書は当健保組合ホームページからダウンロードできます。



令和5年4月から

## 出産育児一時金が引き上げられます



正常な出産は病気でないため、健康保険が使えません。代わりに健保組合は、出産育児一時金を支給しています。令和5年度から、政府の少子化対策強化の一環として出産育児一時金が42万円から50万円に引き上げられます。

※令和5年4月1日以降の出産に適用。

～令和5年3月

1児につき

42万円

令和5年4月～

1児につき

50万円

※被保険者と被扶養者、いずれの出産の場合も支給されます。

おサイフよろこぶ 医療のかかり方

## 整骨院・接骨院にかかるとき



整骨院や接骨院で、健康保険が使えるのは限られたケースだけだということをご存じですか？ 知らずにかかると、思わぬ出費につながるかもしれません。

### 1 健康保険が使える場合と使えない場合

#### 使える場合

外傷性が明らかで、慢性的な状態に至っていない以下のもの

- 骨折\* 脱臼\* 打撲 捻挫 肉離れ

\*骨折、脱臼は、応急処置を除き、あらかじめ医師の同意が必要。



知らずにかかると、自費診療になるかも……

#### 使えない場合

- 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- 保険医療機関で治療中の負傷
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 症状の改善が見られない長期の施術

※仕事や通勤途上におきた負傷は労災保険の適用となり、健康保険の対象外です。



早く治ったほうが、体も元気になるし、ほくもうれしいよ!

### 2 どのくらい通っていますか?

整骨院・接骨院では国家資格をもつ「柔道整復師」が施術を行います。病院ではないので、投薬や注射、手術、リハビリテーションなどはできません。長く通っても症状が改善しない場合は、内科的要因も考えられます。3カ月以上施術が続く場合は、不調の原因を確かめるためにも、医療機関の受診をおすすめします。

### 3 領収書・明細書をもらいましょう

整骨院・接骨院では、領収書の発行（無料）と、施術内容が細かく記された明細書の発行（有料の場合もあり）が義務付けられています。

領収書・明細書は必ず受け取り、金額や施術内容が実際と違っている場合は健保組合にご連絡ください。



#### 施術内容等の照会には回答をお願いします

整骨院・接骨院からの請求に、健康保険の対象外や水増しなど、一部に不適切なものがあります。みなさんから納めていただいた大切な保険料を適正に使うために、施術日や施術内容、負傷原因などについて、業務委託業者（株式会社 大正オーディット）から電話や文書などで照会させていただくことがあります。その際には必ずご回答いただけますよう、ご協力をお願いいたします。



#### 療養費支給申請書に署名する際はよく確認を

「療養費支給申請書」に署名する際は、負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、自分で署名してください。※白紙の申請書には署名しないでください。

登録がまだの方は、  
今すぐご登録を！

被保険者・被扶養者のみなさま！

当健保組合の事業は 

# MY HEALTH WEB 経由に 切り替わります！

各種申請手続きや医療費明細の確認、ウォークラリーの申し込みなど、  
今後は MY HEALTH WEB 経由となります。  
登録がお済みでない方は、当健保組合ホームページよりご登録ください。

URL 

<https://www.kagukenpo.or.jp/katuyou/my-health-web/>



## MHW 機能一覧

インフルエンザ予防接種補助金申請	東振協契約医療機関以外でインフルエンザの予防接種をした場合に、申請ができます。領収書データ（画像データ）を添付し、申請いただき、当健保組合で審査のうえ指定口座に補助金をお振込みいたします。
ヘルシーメニュー体験教室 / 家庭用常備薬等の WEB 斡旋 / ヘリコバクター・ピロリ菌郵送検査申込	トップページにある対象の申込専用サイトのバナーをクリックのうえ、各申込サイトよりお申込みできます。
医療費明細情報 (* 11 ページ参照)	医療費情報をいつでも確認することができます。また、「診療年月」や「医療機関」での検索が可能です。PDF 出力して印刷・ダウンロード保存することもできます。 ※令和 6 年度より紙での医療費明細通知を廃止し、MY HEALTH WEB からの出力となる予定です。
ジェネリック医薬品 差額情報通知	処方実績とジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額をわかりやすく表示します。いつでも最新の情報を確認でき、PDF 出力して印刷・ダウンロード保存も可能です。
健診結果情報	健診結果を経年表示し、わかりやすいグラフや解説を記載しています（健康度・アドバイス含む）。
ウォーキングイベント	会場方式のウォーキングイベントの申込や、個人でご参加いただける MHW ウェブウォーキング「歩 Fes.」にご参加いただけます。
症状別受診ナビ	総合診療医が診察に用いるアルゴリズムをチャート化し、症状から疑われる病気や受診する診療科を知りたいとき等にご利用いただける WEB サービスです。
カロリー計算「カロミル」 プレミアム機能（有料）	継続的な管理が困難である食事や体重、血圧、血糖などの健康管理に必要なデータ管理を「写真を撮るだけ」で数値化できるスマートフォンアプリです。このアプリでは、以下のプレミアムサービス（有料）を提供しています。 食事提案 / メモ / リアルタイム解析 / 血圧計 / 血糖値
情報配信	当健保組合からのお知らせを、Eメールや MHW アプリのプッシュ通知などでお知らせいたします。
その他	健康情報・バイタル登録・行動目標管理などをご利用いただくことが可能になります。

## 医療費明細の ダウンロード方法のご案内

医療費情報をご覧になるには、  
MY HEALTH WEB への  
ご登録が必要です。



みなさまが医療機関で支払った医療費等の情報をお知らせする「医療費明細」が MY HEALTH WEB からご確認いただけます。

また、令和 6 年度からは、紙の医療費明細通知を廃止し、MY HEALTH WEB から出力いただく予定となっております。

### 医療費明細ダウンロード手順

- 1 MHW ログイン画面より、ID/PW を入力してログインしてください。


- 2 「医療費情報」バナーより、「医療費明細」をクリックします。


- 3 携帯電話番号を入力し、セキュリティコードの発行依頼をしてください。


- 4 携帯電話の SMS へ届いたセキュリティコードを入力し、送信してください。


- 5 医療費明細の検索画面より、「診療年月」「医療機関名」を指定することも可能です。


- 6 「PDF ダウンロード / 印刷」をクリックすると、医療費明細が出力されます。

