

けんぽ・ききんだより



私たち家族に名前がつけました！
詳しくは **次のページ** をご覧ください。

Contents

- P 2 マスコットのお名前 決定！／開催報告 全国Web歩け歩け大会
- P 3 家庭用常備薬等のあっせん
- P4-5 インフルエンザ予防接種の費用補助が始まります！
- P 6 ジェイテクト企業年金基金 2022年度決算等のお知らせ
- P 7 ジェイテクト健康保険組合 2022年度決算
- P 8 ジェイテクト企業年金基金 政策資産配分の見直し
- P 9 使っていこうマイナ保険証
- P10 事業所訪問がスタートしました
- P11 野菜をおいしく食べる デリ風ごはん
- P12 知っておきたい！ 健保のしくみ

スマホで

二次元バーコードを読み込むと

けんぽ・ききんだより

デジタルブックがご覧いただけます。



マスコットのお名前 決定!

ジェイテクト健康保険組合、企業年金基金では、マスコット「葉っぱの妖精たち」のおじいさま、おばあさま、おかあさん、おとうさんのお名前投票を実施しました。投票にご参加いただいたみなさん、ありがとうございました。投票の結果、以下の名前に決定しましたのでご紹介します。

おじいさま	おばあさま	おかあさん	おとうさん
			
ジェイコブ(Jacob)	ネネ(Nene)	キャシー(Kathy)	ポール(Paul)
投票数	投票数	投票数	投票数
<ul style="list-style-type: none"> ジェイコブ(Jacob) 86 ジェリー(Jerry) 30 ジェイス(Jace) 25 	<ul style="list-style-type: none"> ネネ(Nene) 54 ネル(Nell) 48 ニール(Neal) 39 	<ul style="list-style-type: none"> キャシー(Kathy) 79 キャンディ(Gandy) 47 キンゼル(Kinzel) 15 	<ul style="list-style-type: none"> ポール(Paul) 91 ポップ(Pop) 39 ポー(Poe) 11

家庭用常備薬等のあっせん時に
使用できるクーポンを
右記の方々に進呈しました♪

◆ マスコットごとに、もっとも多くの得票を集めた名前に投票された方に
..... 1名につき **500円分** (最大2,000円分)

本クーポンは、**P3** または **折り込みチラシ** に掲載した「家庭用常備薬等のあっせん販売」にご利用ください。

開催報告

をご参加いただいたみなさん ありがとうございました!

全国Web 歩け歩け大会

ウォーキングイベント『全国Web歩け歩け大会』を被保険者の方を対象に5月(5月1日～31日)に開催しましたが、楽しんでいただけましたでしょうか?

今後も多くのみなさんが、ウォーキングや体を動かすきっかけとなるようなイベントを開催していくつもりです。お楽しみに!

参加者 344名



家庭用常備薬等のあっせん時に
使用できるクーポンを
右記の方々に進呈しました♪

◆ 目標の**1日8,000歩**を超えた方 **150円分**
◆ 期間中、目標を**10日以上**達成の方 **踏破賞 1,500円分**(上限)

本クーポンは、**P3** または **折り込みチラシ** に掲載した「家庭用常備薬等のあっせん販売」にご利用ください。



お申し込みはWEBからになります!

家庭用常備薬等のあっせん

ジェイテクト健保では、ご家族の疾病予防対策の一環として家庭用常備薬等のあっせん販売を行っています。お申し込みはPCやスマホからご利用ください。

FAXでのお申し込みはできませんのでご注意ください。

ご注文は『健向Navi』から



対象者 被保険者(従業員の方)

申込期間 2023年9月18日(月)～10月31日(火)

チャンス!! 期間中、何度でも注文でき、その都度ご自宅まで郵送されます!

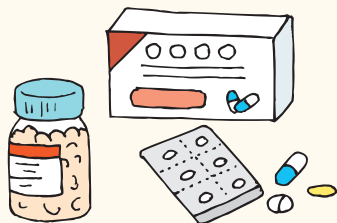
送料について 申込金額が2,000円以上の場合は送料無料!

チャンス!! 昨年の4,000円以上から半分に!
※2,000円未満の場合には、送料が500円/回かかります。

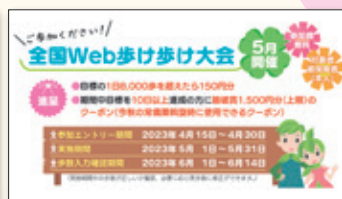
代金の精算 給与控除または銀行振込(事業所により異なります)

チャンス!! 精算には、下記キャンペーンで獲得した常備薬クーポンが使えます!

※常備薬クーポンは、『健向Navi』のトップページ ▶ ポイント から確認できます。



ご応募、ご参加ありがとうございました!

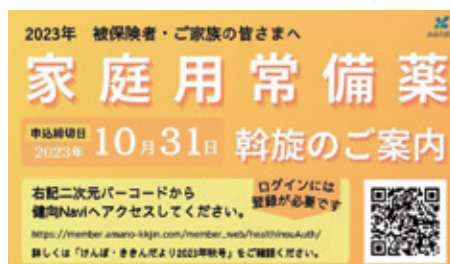


注文方法

右記の二次元バーコードまたはジェイテクト健保のホームページから『健向Navi』にログインいただいたあと、「常備薬等あっせんサイト」にてご注文ください。お待ちしております!

! FAXでのご注文はできません。二次元バーコードまたはジェイテクト健保のホームページを経由した『健向Navi』からご注文いただけます。

このバナーが目印!



詳しくは折り込みチラシをご参照ください



本年度より 健保の補助を活用! インフルエンザ予防接種の 費用補助が始まります!

生後6か月～
中学3年生の
お子さま対象

- 対象者** 生後6か月～中学3年生の被扶養者
(生年月日が2008年4月2日～2023年4月1日までの方)
- 補助上限額** 1期間内 **2,000円**(1人当たり)
- 対象期間** 2023年10月1日(日)～2024年1月31日(水)
- 接種回数** 対象期間中に1回のみ

接種券

表 接種補助券



裏 補助金申請書

ここからチェック!

NPOあいち 検索



予約

予防接種を希望する医療機関に、
事前に予約をしてください。

予約した医療機関は?

愛知県内

愛知県外

『接種補助券』(表面)が利用できる医療機関ですか?

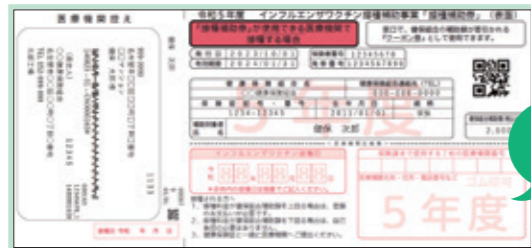
利用できる

利用できない

表面の『接種補助券』を使用

1 医療機関窓口で下記2点を提出

① 『接種補助券』(表面) *コピー不可



❗ 切り取らずに、医療機関窓口へ提出してください。
(切り取ってしまった場合は、両方とも医療機関窓口へ提出)

② 対象者の保険証



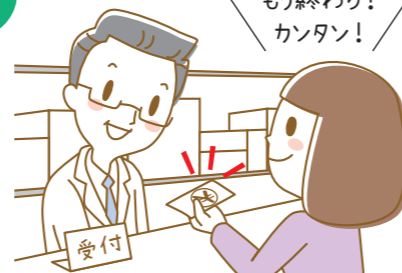
2 支払い

● 差額を支払い

※接種料金が補助額を下回る場合は
差額支払いはありません。

「5年度」と
記載されている
接種補助券を
ご使用ください

手続きはこれで
もう終わり!
カンタン!



よくあるお問い合わせ

健保の補助と市町村の補助は併用できますか?

どちらの補助も併用していただけます。市町村にも領収書の添付
が必要な場合、原本はジェイテクト健保へ提出してください。

領収書を失ってしまったのですが、 どうしたらよいですか?

申請には「領収書」が必要になります。領収書を紛失した場合は
補助の対象外となりますので、紛失されないようご注意ください。

領収書に「インフルエンザ予防接種」と書かれていない場合はどうしたらよいですか?

必要事項の記載がない領収書を使用して申請した場合は、補助の対象外となります。不足している事項については、接種先の医療機関に記載いただいでください。

領収書に記載が
必要な事項

- 医療機関名
- 被接種者氏名
- 接種日
- 接種金額
- 内訳(但し書き)に「インフルエンザ予防接種」と記載

『補助金申請書』(裏面)または『令和5年度インフルエンザ予防接種補助金申請書』(A4サイズ)を使用して 健保へ申請した場合、いつまでに補助金が振り込まれますか?

『補助金申請書』(裏面)と『令和5年度インフルエンザ予防接種補助金申請書』(A4サイズ)は、ともに2024年2月20日(火)健保
必着となります。『補助金申請書』(裏面)については月次処理、『令和5年度インフルエンザ予防接種補助金申請書』(A4サイズ)に
ついてはまとめて2024年3月25日(月)に健保から事業所へ振り込みます。その後、各事業所との取り決めに従った日程で、各事業所
から被保険者に振り込まれます。

健保から配付された『接種券』を失ってしまったのですが、補助を受けられますか?

『接種券』を失くしても、下記の手順で補助を受けていただくことが可能です。

- ① 自費(全額自己負担)で接種を受ける
- ② 医療機関窓口で支払い後、「インフルエンザ予防接種」と記載された領収書を受け取る
- ③ 健保HPから『令和5年度インフルエンザ予防接種補助金申請書』(A4サイズ)を印刷し、必要事項を記入する
- ④ 「②領収書」と「③令和5年度インフルエンザ予防接種補助金申請書」をジェイテクト健保に社内便、または郵送で送付する

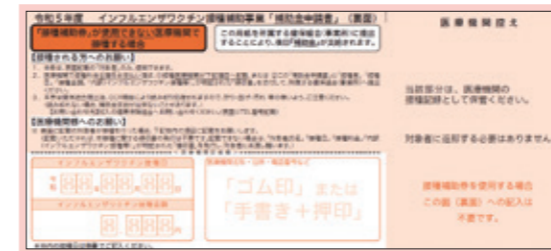
※補助が受けられるのは、ジェイテクト健保から『接種券』を送付された方のみです。 ※『接種券』の再発行はいたしません。



裏面の『補助金申請書』を使用

1 医療機関窓口で下記2点を提出

① 『補助金申請書』(裏面) *コピー不可



❗ 切り取らずに、医療機関窓口へ提出してください。

② 対象者の保険証



3 書類提出

● 『補助金申請書』(裏面) *コピー不可

ジェイテクト健保に、
社内便または郵送で
右記を提出



❗ 医療機関控え部分は切り取らずに提出してください。

2 支払い

● 全額を支払い

● 『補助金申請書』(裏面)に
医療機関の証明(接種日・接種金額・
医療機関名など)を依頼

❗ 「医療機関で接種証明をしてもらえない場合」
または「文書料が必要といわれた場合」は、
『補助金申請書』(裏面)を使わず、領収書を
必ずもらってください。
(文書料は健保の補助対象ではありません)

「医療機関で接種証明をしてもらえない場合」
または「文書料が必要といわれた場合」は
下記2点を送付

- ① 未使用の『補助金申請書』(裏面)
- ② 「インフルエンザ予防接種」と
記載された領収書(原本)

2024年
2月20日(火)
ジェイテクト健保
必着



2022年度

決算等のお知らせ



2023年7月24日(月)に開催された代議員会にて、全員一致で可決、承認されました。

2022年度の年金経理の収支状況は

2022年4月1日～2023年3月31日

収益勘定…4,363百万円

掛金等収入	2,184百万円
運用収益	767百万円
責任準備金減少	1,412百万円

費用勘定…4,363百万円

給付費等	4,066百万円
運用報酬・業務委託費等	296百万円

年金・一時金4,039百万円、
移換金27百万円

2022年度末の年金資産の積立状況は

2023年3月31日現在

資産勘定…89,965百万円

現金・預貯金等	流動資産	6,678百万円
信託資産・保険資産等	固定資産	83,288百万円

負債勘定…89,965百万円

責任準備金	62,889百万円	将来の年金給付のために現時点で保有していなければならない額
支払準備金等	438百万円	未払給付費等の支払準備金
別途積立金	26,639百万円	財政再計算後の剰余金

安心できる年金給付のために 積立状況をチェック

みなさんの将来の年金給付を確かなものとするために、基金では毎年度、保有する資産について、支払いに足りる十分な資産を保有しているか、国の財政基準に従って検証しています。継続基準1.42、非継続基準1.55と、要件を満たしており、給付に必要な資産が確保されています。

2022年度の業務経理の状況は

2022年4月1日～2023年3月31日

● 収入・支出の状況 (千円)

項目	決算額
収入	
掛金収入(事業主からの掛金)	37,200
雑収入(受取利息等)	1
基本金戻入金	616
合計	37,817
支出	
人件費(給与・賞与・手当・旅費等)	22,288
需用費(消耗品・通信費等)	8,376
会議費等	23
基本金への繰入金	3,069
雑支出	2,493
合計	36,249
当年度剰余金	1,568

● 資産・負債の状況 (千円)

項目	決算額
資産	
現金・預貯金	78,144
未収事務費掛金	3,100
工作物・備品	3,771
電話加入権	72
合計	85,086
負債	
基本金	3,843
繰越剰余金	78,802
引当金	874
当年度剰余金	1,568
合計	85,086

参考 2022年度末時点の基金の
主なデータ数値

主なデータ項目	数値・金額等
加入者数(社員)	16,015人
年金支払人数	2,480人
年金資産残高(現預金除く)	896億円
決算運用利回り	1.56%
実際の給付総額(年間)	4,066百万円
実際の掛金総額(年間)	2,184百万円
年金選択率(当年度)	20.5%



コロナ禍の受診控えの反動で医療費が増加するも、 納付金が一時的に減少し、**実質収支は黒字**に

2023年7月26日(水)に開催された組合会にて、全員一致で可決、承認されました。

一般勘定

実質収支 378百万円の黒字



調整保険料収入 167百万円(1.4%)
その他収入 41百万円(0.3%)

収入総額

11,919
百万円

健康保険料収入 11,567百万円(97.0%)



健保組合の主な収入源は、みなさんと事業主から納めていただいた保険料です。
2022年度の保険料率は1000分の91.0でした。

財政調整事業交付金 144百万円(1.2%)

疾病予防のための各種健診・保健指導、体育奨励・直営保養所の運営などにあてられます。

事務費 131百万円(1.1%)

保健事業費 233百万円(2.0%)

財政調整事業拠出金 167百万円(1.4%)

営繕費 18百万円(0.2%)

支出総額

11,541
百万円

保険給付費 6,234百万円(54.0%)

納付金 4,753百万円(41.2%)

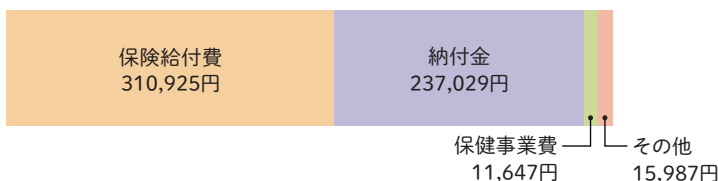
みなさんが病気やケガをしたとき
にかかった医療費等の支払いに
あてられます。



世代を超えた保険の支え合いとして、
高齢者の医療費を健保組合等の保険者
が国に納付しているもので、健保組合
にとって大きな負担となっています。

連合会費 5百万円(0.0%)

● 支出を1人当たりでみると…



決算の基礎数値(一般勘定)

被保険者数 20,051人
平均標準報酬月額 405,001円
総標準賞与額 32,894百万円



介護勘定

実質収支 49百万円の黒字

健保組合では、40～64歳の本人加入者から介護保険料を徴収し、国に納めています。2022年度の介護保険料率は1000分の17.6でした。



収入総額
1,486
百万円

介護保険収入
1,486百万円

支出総額
1,437
百万円

介護納付金
1,437百万円

ジェイテクト企業年金基金 政策資産配分の見直し

基金では毎年1回、最新の金融変数(資産別に設定された収益率とリスクの予想数値)を用いて向こう1年間の期待収益率が基金の目標収益率3%※に達するかの検討を行っています。本年4月、運用環境の変化に伴い、4年ぶりに政策資産配分の見直しを行いました。 ※目標収益率3%とは予定利率2.5%と運用に関する諸費用0.5%の合計。

見直した内容

資産運用区分	見直し前比率	見直し後比率	
円建債券	23%	17%	▲6%
国内株式	14%	18%	+4%
外国株式	17%	14%	▲3%
生保一般勘定	26%	26%	±0%
オルタナティブ	20%	25%	+5%

見直しの考え方

基金の運用目標である年間収益率3%を達成するための資産配分における組み合わせの中で、リスクを最小限にするような運用資産の配分を検討します。

みなさんの確定拠出年金(DC)についても資産運用の配分見直しを検討されてはいかがでしょうか？

資産運用について

●リスクとリターン(収益率)とは

過去を振り返る	リターン	3.0% ▶ 平均すると年あたり3.0%の収益があった
	リスク	4.0% ▶ 年によって平均比±4.0%の振れ幅があった
将来を予測する	リターン	3.0% ▶ 平均すると年あたり3.0%の収益が見込まれる
	リスク	4.0% ▶ 予測誤差が上下に4.0%(▲1.0~7.0%)程度



●伝統的資産

安定的な発行・流通市場が存在する有価証券投資が該当。海外は先進国が中心。債券・株式を“伝統的4資産”と呼ぶこともあります。

債券	長期にわたり金利収入をもたらす、ブレの小さい投資対象。
株式	経済成長や企業の生産能力の向上を背景とした長期的上昇力に期待する投資対象。

国内
債券

外国
債券

国内
株式

外国
株式

●非伝統的資産(オルタナティブ投資) ※Alternative:代替的な

ヘッジファンド

不動産

プライベートエクイティ

ローン債権

運用難時代を経て急速に浸透。投資の様態も幅が広がり、第5の資産の地位も。

最近の運用実績

	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度
ジェイテクトDB基金	3.62%	▲1.40%	13.27%	6.88%	1.56%
全国のDB基金	1.60%	▲1.26%	12.26%	2.88%	0.63%

※全国のDB基金の数値は企業年金連合会発表の確定給付企業年金(DB)基金の実績。ただし、2022年度は速報値。



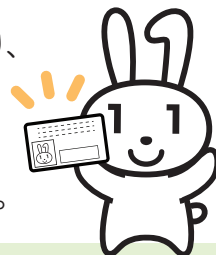
ジェイテクト企業年金基金のホームページもご確認ください
<https://www.nenkin-kikin.jp/jtekt/>



企業年金に関するお問い合わせ
kikin@jtekt-kk.or.jp

使っていこう マイナ保険証

政府は、マイナンバーカードと健康保険証の一体化(マイナ保険証)を進めており、2024年秋には、現在の健康保険証の原則廃止をめざしています。
 まだ、マイナンバーカードを取得していない方は、早めに取得しておきましょう。
 また、マイナンバーカードを受け取った方は、マイナ保険証の利用登録を行いましょ。



マイナ保険証のメリット

- 就職・転職・引っ越しをしても健康保険証として利用できます
- 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
- 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

マイナ保険証で受診するための準備

1 マイナンバーカードがない方はマイナンバーカードを取得

申請 ※以下から選択

オンライン申請



スマホから



パソコンから

証明写真機から



郵送



受け取り

- ハガキが届く
- 受け取りに行く



詳しくはこちら



マイナンバーカード
総合サイト



2 マイナンバーカードがある方は保険証利用の登録(マイナ保険証の作成)

※以下から選択

医療機関で

医療機関・薬局の
顔認証つき
カードリーダーから
登録



スマホから

下記3つを準備 /

- マイナンバーカード
- マイナンバーカード読取対応のスマホ
- アプリ「マイナポータル」のインストール

STEP1 「マイナポータル」を起動する。

STEP2 「申し込む」をタップする。

STEP3 利用規約等に同意する。

STEP4 マイナンバーカードを読み取る。

マイナポータルの
インストールはこちらから



iPhone



Android

ここを
タップ!



セブン銀行ATMで

必要なものは
マイナンバーカードのみ!

ATM画面

マイナンバーカードでの
手続き

健康保険証
利用の申込み

※各市町村に設置の専用端末や、イオン、郵便局などマイナポイント手続きスポットでも登録できます。

覚えておこう! マイナ保険証で受診すると、自己負担が安くなります

2023年4月～12月の期間にマイナ保険証を使って医療機関を受診した場合、初診・再診料ともに安くなる措置がとられています。

従来の保険証

	初診	再診
2023年3月まで	12円	なし
2023年4月から 12月まで	18円	6円

マイナ保険証

	初診	再診
	6円	なし
	12円安い	6円安い

※自己負担3割の場合の窓口負担です。

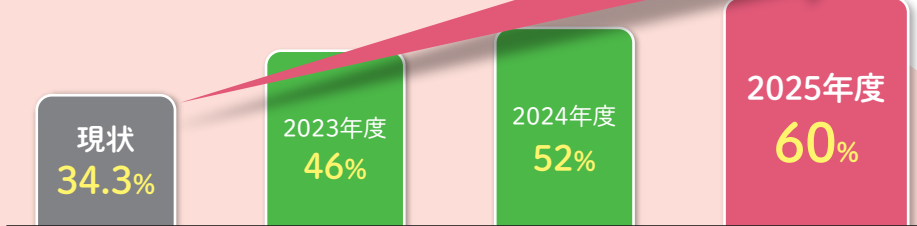
1回では少ない
金額でも、
回数を重ねると
大きな差に!



事業所訪問 がスタートしました

ジェイテクト健保では従業員ならびにご家族の健康保持・増進、特定保健指導の実施率向上をめざしています。そこで、事業所の取り組み状況のヒアリングや、健保の情報などを共有することで、健康保持・増進のための活動に役立てていただけるよう、事業所訪問をスタートしました。

特定保健指導の実施率 目標



**2025年度には
実施率60%を
めざすわよ!**

特定保健指導とは、内臓脂肪型肥満に着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導です。

事業所に訪問しました!



ジェイテクト フルードパワーシステム

7月4日訪問

- [ご担当] 衣笠さん、片山さん
- 健康経営優良法人2023を取得しました



ジェイテクト グライディングツール

7月19日訪問

- [ご担当] 加藤さん、鈴木さん、権田さん
- 事業所の女性比率が20%ほどあり、喫煙率や飲酒率が低いです



9月訪問予定

ジェイテクト コーティング

7月17日訪問

- [ご担当] 谷本さん、古川さん
- 健康経営優良法人2023を取得しました
 - 健康年齢は事業所13位⇒5位になりました



10月訪問予定

9月訪問予定



ジェイテクト エンジニアリング

6月22日訪問

- [ご担当] 児玉さん、武藤さん
- 特定保健指導は実施率100%をめざしています
 - 健康イベントを定期的実施しています



ジェイテクト グライディングシステム

6月29日訪問

- [ご担当] 岩出さん、後藤さん、鈴木さん
- 今年は健康経営優良法人の取得をめざしています



野菜をおいしく食べる

デリ風 ごはん

秋は食物繊維が豊富な根菜類やきのこ類がおいしい季節です。
食べ応えがあり満足感たっぷりの“デリ風”ごはんを、
おいしく食べながら健康の維持・生活習慣病の予防をしましょう。



1人分
297kcal
食塩相当量 1.7g

鶏肉とさつまいもの ハニーマスタードロースト

材料 2人分

- 鶏もも肉(皮なし)..... 1枚
- 粒マスタード..... 大さじ1/2
- はちみつ..... 大さじ1/2
- しょうゆ..... 大さじ1
- オリーブオイル..... 大さじ1/2

- さつまいも(1cmの輪切り)..... 1/2本(100g)
- 玉ねぎ(6等分のくし形切り)..... 1個
- しめじ(大きめにほぐす)..... 1/2パック
- しいたけ(薄切り)..... 3個
- ミニトマト..... 5個

作り方

- 1 鶏もも肉を一口大に切る。
- 2 ボウルに①の鶏もも肉とAを合わせて15分程度漬け込む。
- 3 耐熱皿に②と残りの材料を並べ、200℃のオーブンで30分焼く。

栄養メモ さつまいもやきのこには、食物繊維が豊富に含まれています。食物繊維はコレステロールの吸収を抑えるといわれており、生活習慣病予防のためにも積極的にとりたい栄養素のひとつです。

野菜をおいしく食べるコツ

食欲の秋は
ヘルシーに
満足感をアップ

秋野菜は工夫次第でおいしさが増える楽しい野菜です。さつまいもはじっくり火を通して甘味を引き出し、ほくほく食感を味わったり、きのこは薄切りにして秋晴れの日に干してから料理に取り入れるのも、一味違ったおすすめの楽しみ方です。また、秋野菜は甘味のある野菜が多いのも魅力のひとつ。マスタードなど酸味のある調味料と組み合わせると、甘味やうまみが引き立ちます。

おいしいものが豊富な食欲の秋は、秋野菜をたっぷりと食卓に取り入れて、ヘルシーに食事の満足感をアップさせましょう。



レシピ開発／今村 結衣(管理栄養士)

撮影・スタイリング／Tokyo Trend Kitchen

第三者行為 にあったときは すみやかに当健保組合まで 届け出てください

第三者(他人)の行為が原因で病気やケガをした場合は、本来は加害者が医療費を負担します。

健康保険証を使って医療機関を受診した場合は、ジェイテクト健保が一時的に医療費を立て替えて、後日加害者に請求しますので、すみやかにジェイテクト健保へ連絡してください。

交通事故にあった



建物などの設備の欠陥や
他人の落下物により
ケガをした

こんなときは 第三者行為 です

他人が飼育する
ペットにかまれた



不当な暴力や
傷害行為を受けた

飲食店などで
食中毒にあった



運動中に他人の
不注意によりケガをした

! 示談にご注意ください!

加害者との話し合いで示談をしてしまうと、健保組合から加害者に請求すべき費用を請求できなくなる場合があります。**示談をする場合は、事前にジェイテクト健保にご連絡ください。**

仕事中 や 通勤途中 にケガをしたときは



まずは上司、そして人事・安全機能部署にご相談ください

仕事中や通勤途中にケガをした場合などは、健康保険は使えません。労災保険(労働者災害補償保険)の適用となります。

仕事中に

業務上の理由でケガをした

会社内でケガをした

出張中にケガをした(私的な行動は除く)



こんなときは 労災 です

通勤途中に

通勤途中の路上や
駅などでケガをした

帰宅途中にスーパーなどに立ち寄り、
通勤経路に戻った後にケガをした



! ご注意ください!

• 誤って健康保険証を使用した場合は、**かかった医療費を返納いただくこととなりますので、ご注意ください。**
• 労災保険の対象となるケガで医療機関を受診する場合は、**医療機関に労災であることを必ずお伝えください。**

労災保険についてのお問い合わせ先

労災保険相談ダイヤル



0570-006031

受付時間8:30~17:15
(土日祝日、年末年始を除く)