



神電けんぽで いつも安心。

当健保組合では、みなさまへの情報提供のために、スマホやPCからご利用可能なホームページを公開しており、健康保険のしくみや給付の内容、健康づくりにお役立ていただくためのさまざまな情報をご覧になれます。各種の申請用紙も掲載していますので、必要なときに手軽にダウンロードしてご活用ください。



「扶養家族に関する手続き」「出産したとき」など、キーワードをもとに知りたい情報を検索できます

各種申請用紙のダウンロードはこちらから

最新のお知らせがここに掲載されています

グループ参加もOK！

恒例事業の「ヘルシーウォーキング大会」特設ページです

見逃した本誌のバックナンバーはこちらで閲覧

※掲載内容は随時更新されます。

スマートフォンからもアクセスできます！

<https://www.sindenkenpo.or.jp>



神電けんぽ

検索

お知らせ

健保連神奈川連合会の2024年度100キロウォークの開催可否等の情報は同連合会ホームページでご確認ください。

<https://kenpo-kanagawa.or.jp/general/>

神電けんぽ 第234号

令和6年10月発行

編集兼発行／神奈川県電子電気機器健康保険組合

〒220-0002 横浜市西区南青井11-1

☎ 045-320-1188 FAX 045-320-0011

神奈川県電子電気機器健康保険組合

神電けんぽ

題字は堀之内初代理事長揮毫

No. 234 2024
秋号



江ノ島の夕景 片瀬西浜(神奈川県)

主な掲載項目

第19回ヘルシーウォーキング大会 途中経過報告	2
保養施設のご案内 等	3
保険証の廃止について	4
事務局より	6
ホームページのご案内 ほか	8

DATA	(2024年8月末日現在)
被保険者数	22,955人
平均年齢	45.07歳
被扶養者数	15,039人
扶養率	0.66
平均標準報酬月額	397,841円
事業所数	183
健康保険料率	92/1000 (一般保険料率+調整保険料率)
介護保険料率	19/1000

神電健保のホームページ <https://www.sindenkenpo.or.jp>

ご家庭に持ち帰ってみなさんでご覧ください。

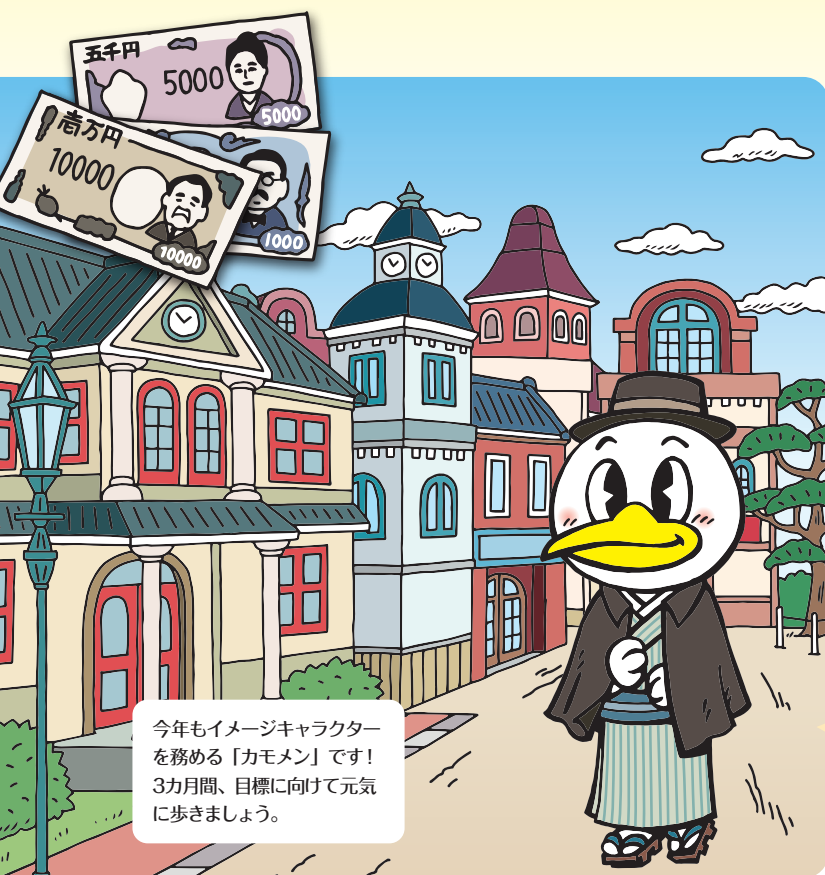
本紙はスマートフォンからもご覧になれます



第19回

ヘルシーウォーキング大会のご案内

途中経過報告



今年のコースは「カモメンと巡る
渋谷栄一・津田梅子・北里柴三郎
ゆかりの地」チーム対抗戦も
開催します！

第19回ヘルシーウォーキング大会は、
1日平均1万歩、3カ月間で90万歩を目標とした
紙上（ウェブ）ウォーキング大会です。
期間は残り約1カ月。
ケガのないよう、がんばりましょう！

大会期間は**11月30日（土）**まで！
期間内90万歩の達成めざして
今日も一歩を踏み出しましょう！

第19回

途中経過報告

ヘルシーウォーキング大会

エントリー数（917名）
エントリー用紙で申し込み：69名
ウェブから申し込み：848名

個人 トップ10

順位	合計歩数	（1日平均）
1位	944,553歩	（55,561歩）
2位	739,556歩	（43,503歩）
3位	650,148歩	（38,244歩）
4位	580,918歩	（32,273歩）
5位	564,687歩	（33,216歩）
6位	543,193歩	（38,799歩）
7位	539,073歩	（31,710歩）
8位	524,129歩	（34,941歩）
9位	512,828歩	（30,166歩）
10位	511,105歩	（28,394歩）

チーム対抗戦

参加チーム数：36チーム
参加人数：142名（3～5名で1チーム）

順位	チーム名	（平均歩数）
1位	3Walkers	（635,532歩）
2位	門井ファミリー	（389,483歩）
3位	カオ・カー・ムー	（369,631歩）
4位	ちーむちいかわ★	（360,897歩）
5位	Pikmin♥	（346,779歩）
6位	ビバ！五反田	（314,562歩）
7位	お菊さん5	（282,082歩）
8位	都筑グラスホッパーズ	（248,908歩）
9位	こんがりポテト	（243,888歩）
10位	チームNIKOHA	（241,499歩）

※ウェブによる参加者成績
（9月18日現在／入力日数20日以上の方）

【ご利用可能時間・エリア】●営業時間中、終日ご利用できます。
※24hジム導入店舗のみ、ジムエリアは24時間利用可能（未成年の方は、有人時間のみの利用となります）。●ジム、スタジオレッスン、ロッカールームと付帯の温浴施設。プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員など他のプランをご選択ください。
【ご利用期間・条件】●最長5ヵ月、新規ご入会者様限定の会員プランで、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただける方に限ります。●過去6ヵ月以内に在籍していた方は対象外になります。●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別に変更となります（後から種別変更も可能）。会員プランについては料金ページでご確認ください。

RENAISSANCE 店舗の詳細は ➡ ルネサンス 店舗一覧 検索

期間限定 10/1(火)▶12/7(土)

月額固定 使いたい放題プラン

・月会費 **2ヵ月分**
法人ジム・サウナおためし会員 Monthlyコーポレート会員 **0円**
※事務手数料がかかります。
・タオル&シューズレンタル
通常2,090円/月（税込） **最大2ヵ月分**
さらに ルネサンス公式オンラインショップ ¥2,000OFF クーポンプレゼント！
2人以上同時入会 でそれぞれ / 月会費 1ヵ月分 **1,100円割引！**

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,980円**（税込） 1Day
コーポレート会員

レンタル用品 **入会当日**
通常1,760円/回（税込）
タオル（大小セット）・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ **0円**

6ヵ月目以降の会員種別等は
こちらをご覧ください！



※特典はルネサンスに初めてご入会される方で、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただける方に限り適用（都度払い会員は対象外）。※過去6ヵ月以内に在籍していた方、フィットネス個人会員からコーポレート会員へ変更の方は対象外。※レンタル用品のお取り扱いは店舗によって異なります。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。※オプションサービスの無料期間終了後は通常月額会費に自動移行となります。解約を希望する場合はフロントにてお手続きください。

忙しい人ほど、ウォーキングです

運動不足を感じても、時間やかかるお金を想像して二の足を踏んでいませんか？
歩くこと＝ウォーキングは立派な有酸素運動です。
忙しくて時間がない、お金もかけたくない人こそ、歩きましょう。

ついでに歩く

ウォーキングは、そのための時間を無理につくる必要がありません。どこかへ行くときに少し遠回りをする、エスカレーターを使わずに階段を使う、1駅くらいだったら歩いてみる…などでも運動になります。
移動の時間がそれほど変わらないなら歩くという意識がコツです。



スキマ時間に歩く

他のスポーツと異なり、場所を限定しないのもウォーキングのメリットです。準備にかかる時間もいらないので、ちょっとした待ち時間やスキマ時間など細切れの時間を運動に使うことができます。
忙しいときでも、スキマ時間なら意外に見つかるはずですよ。



お金もかからない

専用の道具がいらないので、今日から始められるのもメリットです。お金もかからないので、たとえ三日坊主になってしまっても損をせず、いつでもリスタートできます。
専用のシューズを買うのはウォーキングが習慣になってからでも遅くありません。



＝ 仕事にも、よい影響をもたらします ＝

ストレス 軽減

ウォーキングのような軽度でリズムカルな運動は、セロトニンの分泌を促します。セロトニンは、ストレス耐性を調整するホルモンです。

頭の リフレッシュ

根を詰めてデスクに向かっていても、効率が悪くなるばかりです。脳が情報を整理する時間としても、ウォーキングは有効です。

よい 睡眠

適度な運動は寝付きをよくし、熟睡につながります。翌日の仕事に疲れを残さず、ベストパフォーマンスが期待できます。

保険証の廃止について

マイナンバーカードと健康保険証の一体化に伴い、令和6年12月2日より現行の健康保険証の発行を終了し、健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード（以下「マイナ保険証」という。）を利用する仕組みに移行されるところです。

つきましては、改めて現行の健康保険証の発行終了について、また、マイナ保険証への移行に伴う今後の取り組みについてお知らせいたします。



保険証の交付

資格取得届や被扶養者異動届、氏名変更届、健康保険証再交付申請書等の健康保険証の発行に伴うすべての申請書について、令和6年12月2日から発行しません。

現行の保険証の利用

現行の保険証は、令和7年12月1日までは、経過措置期間として医療機関等の受診に利用可能です。
健康保険証利用の経過措置期間終了日までに退職された方及び記載事項に変更が生じた場合は、事業所を通して返却してください。
なお、経過措置期間終了後は健康保険証の返却は必要ありません。

『資格情報のお知らせ』の交付

マイナ保険証の利用に向け、マイナ保険証に正しく当健康保険組合の資格情報が登録されていることをお知らせする目的から、加入員のみなさまに事業主経由で資格情報に関するお知らせを送付します。

1

『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』（第一弾）
令和6年9月4日までに健保組合へ加入され、資格情報とマイナンバーが紐づけされている加入者には、すでに9月中旬に発送しております。お手元に届いた方は、ご自身のマイナンバーの下4桁と一致しているか確認してください。

2

令和6年9月5日から同年12月1日までに加入し、資格情報とマイナンバーが紐づけされた加入者を対象に、同年12月中旬に送付予定です。（第二弾）

3

令和6年12月2日以降の資格取得及び扶養認定の際、オンライン資格確認システムへのデータ登録が完了した方に交付します。
（資格確認書が交付される方を除きます。）

- ・『資格情報のお知らせ』だけでは医療機関等を受診することができません。
- ・『資格情報のお知らせ』には、有効期限はありません。
- ・『資格情報のお知らせ』を紛失した場合は、再交付申請が可能ですが、マイナポータルにより自身の資格情報を確認することができる方については、再交付は要しません。
- ・交付申請書の様式は決まり次第お知らせいたします。



資格確認書の交付

令和6年12月2日以降の資格取得及び扶養認定の際、対象者がマイナ保険証によるオンライン資格確認（医療機関等の受診）を受けることができない状況にある方※で、交付を希望される方を対象に、医療機関等にて保険診療が受けられるよう資格確認書を交付します。申請方法や様式、有効期限等は、詳細が決まり次第改めてお知らせいたします。

資格確認書の記載内容

- ・記号・番号
- ・氏名
- ・性別
- ・生年月日
- ・資格取得日及び有効期限 など

※はがき型（紙）の様式となります

健康保険資格確認書

本人（被保険者） 年 月 日交付

記 号	番 号	(支部)
氏 名		
性 別		
生 年 月 日		
資格取得年月日	年 月 日	
一部負担金の割合 発 効 年 月 日	割	年 月 日
有 効 期 限		
保 険 者 番 号		
保 険 者 名 称		

印

様式イメージ

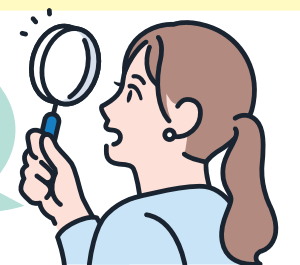
※オンライン資格確認を受けることができない状況にある交付対象者

マイナンバーカードを紛失した・更新中の方／マイナ保険証での受診が困難で、介助者等の第三者が要配慮者等と同行して資格確認を援助する必要がある方／マイナンバーカードを取得していない方／マイナンバーカードを保有しているが健康保険証利用登録を行っていない方／マイナ保険証の利用登録解除を申請した方（登録解除者）／マイナンバーカードの電子証明書の有効期限が切れている方／マイナンバーカードを返納した方

！ 資格確認書の返却について

資格確認書の有効期限前に退職する場合は、資格確認書を事業所を通して返却してください。また、資格確認書の記載事項に変更が生じた場合は、差し替え（返却・再交付）が必要となります。
なお、有効期限を満了した資格確認書は返却不要となります。

有効期限等、
記載内容のご確認を
お願いいたします



※高齢受給者証（70歳以上）及び限度額適用認定証、特定疾病療養受療証については、これまでどおり紙の証で交付します。

経過措置終了後について

現行の健康保険証を保有している方で、経過措置期間が終了した時点でマイナ保険証を保有していない方には、別途資格確認書を交付します。

※交付対象者は、当健康保険組合にてマイナ保険証の保有状況を確認のうえ決定します。

マイナ保険証の利用登録はお済みですか？

マイナンバーカードをお持ちでない方はこちら

マイナンバーカード
総合サイト



マイナ保険証の利用登録は簡単にできます

マイナンバーカードの
保険証利用登録の方法 動画



受診の際はマイナ保険証を使ってみましょう

マイナ保険証の
利用方法 動画



9/24
(火)

健康管理委員研修会を開催いたしました

去る令和6年9月24日（火）、各事業所の健康管理委員の方にご出席いただき、ホテル・ザ・ノット・ヨコハマでの会場参加と併せて、WEB配信による健康管理委員研修会を開催いたしました。

当日は、二所ノ関親方（元横綱・稀勢の里）を講師に迎え「組合設立50周年記念講演」と題した講演を行いました。



「家庭用常備薬等」補助金付きの幹旋をご利用ください

申込締切日：令和7年 1月20日(月)

今年度も、疾病対策の一環として、家庭用常備薬等の補助金付き幹旋を行います。

希望の医薬品等をご自身でお選びのうえ、申し込みいただくものです。ご自宅への配送も可能ですので、急な発熱や腹痛、ケガなどのときに役立つ救急医薬品等の備えや、これからの季節の疾病対策のためにもぜひご利用ください。申込締切日は1月20日（月）となります。

ご案内がお手元に届きましたら、お早めにお申し込みください。

ご注意・・・・・・・・・・・・・・・・

申込内容に誤りがありますと、資格確認等に時間がかかるため、お届けまでに1カ月以上かかる場合がございます。

お申し込みの際は保険証をお手元にご用意し、保険証の記号・番号および被保険者名をご確認のうえ、お申し込みください（ご家族の方がお申し込みをすることはできません）。

また、12月2日以降、保険証をお持ちでない方はマイナポータル、もしくは資格確認書にて記号・番号をご確認ください。

事業所事務担当者のみなさまへお願い

特定健康診査のデータは、保健指導実施の際に必要となりますので、健診実施後、必ず健診機関から結果データを当健保組合にご提供いただくようご協力をお願いいたします。なお、XMLデータ作成にかかる費用は「データ提供料」として当健保組合に請求してください。



プリンスホテルご優待プランのパスワード変更について

令和6年10月より、**パスワードが「prkeiyaku3013」に変更となります。**
(なお、ユーザー名は「prkeiyaku」で変更ありません。)

新規契約健診機関のご案内

総合健診センターヘルチェック 渋谷アクシュ（東京都渋谷区）
新宿ファーストワーククリニック（東京都新宿区）
富士健診センター（静岡県富士市）
ふじの町クリニック・健診センター（静岡県富士市）
永田町クリニック健康管理センター（静岡県富士市）

みなさまの健康管理を応援します！

当健保組合の各種補助金のご案内

当健保組合では、被保険者のみなさまおよびご家族の健康管理にお役立ていただくため、健康診査、人間ドック、インフルエンザ予防接種、歯科健診などに対し、補助金を支給しています。

詳しくは、当健保組合のホームページ（<https://www.sindenkenpo.or.jp>）をご覧ください。

補助金の支給には申請が必要です！

申請方法 添付書類とともに、お勤めの事業所を通して当健保組合までご提出ください。

- 注意事項**
- 実費額（税込）が補助額未満の時は、実費額を補助します。
 - 各種補助金の申請は、年度内1検査につき1回に限ります。
 - 被保険者（任意継続被保険者を除く）にかかる健康診査について、実費額（税込）から事業主負担相当額4,000円を控除した額に対して6,000円を限度に補助します。

健康診査

検査名	種目	補助金支給限度額	対象者
特定健康診査	診察（質問票）、身体検査（身長・体重・BMI・腹囲）、血圧測定、肝機能〈AST（GOT）・ALT（GPT）・γ-GT（γ-GTP）〉、脂質検査〈中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロールまたはNon-HDLコレステロール〉、血糖〈①空腹時血糖（または随時血糖）②HbA1c（①②どちらか実施）〉、尿糖・尿蛋白以上の全種目	6,000円	満40歳以上の ①被扶養者 ②任意継続被保険者
健康診査 （特定健康診査に係る 詳細検査を含む）	一般健康診査、胃検査、心電図検査、聴力検査、便潜血検査、HCV抗体検査等実施	6,000円	①被保険者 ②満20歳以上の 被扶養者
婦人健診	乳がん健診、子宮がん健診	10,000円 ※乳がん健診のみは5,000円、 子宮がん健診のみは5,000円	①被保険者 ②被扶養者

人間ドック

検査名	補助金支給 限度額	対象者
人間ドック	30,000円	満35歳以上の ①被保険者 ②被扶養者
脳ドック	15,000円	

【対象者の年齢】
受診日の属する年度末現在の年齢

歯科健診

歯科健診の種類	補助金支給 限度額	対象者
口腔診査、口腔衛生指導、予防処置、歯周疾患予防のための簡単な歯石除去（保険診療は除く）	2,000円	①被保険者 ②被扶養者

その他

種類	補助金支給 限度額	対象者
インフルエンザ 予防接種補助	4,000円	①被保険者 ②被扶養者

