

# デパートけんぽ



事業所  
探訪

地域のお客様とのかかわりや、  
社員の人材育成も重視する

(株)フレッセイ

9 2025  
No.283

ご家族でご覧ください

## 令和6年度決算のお知らせ 従来の保険証の使用について

(株) 田原屋 山中久美子 様

県外からの旅行者も必ず行くという熱海  
プリンを食べに行きました。カラメルが  
ほろ苦くてとっても美味しかったです！

表紙を飾る写真を募集しています！ 詳しくは11ページをご覧ください。

読者参加型コーナー「私のOff Time」の募集もお待ちしております！



## 令和6年度決算が まとまりました

# 保険料収入の増加などにより 好転するも、 今後は予断を許さない状況

全国の健保組合における財政は、高齢者医療制度への拠出金である納付金負担によって、長年にわたって苦しめられています。高齢者が今後も増え続ける一方、現役世代の減少は続くため、負担増は必至であり、さらなる財政悪化が懸念されています。こうしたなか、当健保組合の令和6年度決算がまとまりましたので、その概要をお知らせします。

※四捨五入のため一部合計の合わない箇所があります。

### 前年度より大幅増加の 保険料などで経常黒字に

当健保組合の令和6年度決算は、収入総額473億円、支出総額459億円、収支差引額14億円となり、経常収支でも経常収入額457億円、経常支出額451億円となり、差引額6億円の黒字で終了することができました。

収入では、収入の96%を占めるみなさまからお納めいただいた保険料が、被保険者数や標準報酬月額のアップを反映し、前年度に比べ30億円増加の455億円となりました。

支出では、みなさまの医療費や各種給付金に使われた保険給付費が、被保険者数の増加などを反映し

て、同比10億円増加の288億円となりました。一方、前期高齢者納付金や後期高齢者支援金など、高齢者の医療費にあてられた納付金については、前期高齢者納付金の算定方法の見直しにより前年度から19億円減少の151億円となりました。しかし、金額は減少していますが、納付金が保険料に占める割合は33%であり、今後の増加が見込まれ、当健保組合財政にとって重い負担であることには変わりありません。

このほか、健康づくりの費用である保健事業費は、健診機関の拡充を含めた各種健診制度の実施、メンタルヘルスカウンセリングやリフレッシュ事業の提供、健康経営へのサポートなどを行い、6億円となりました。

令和6年度予算は厳しい財政運営により経常赤字が予想されたことから、健保組合の関連団体である健康保険組合連合会（健保連）からの、組合財政支援交付金を計上していましたが、前述の状況によりその必要はなくなりました。

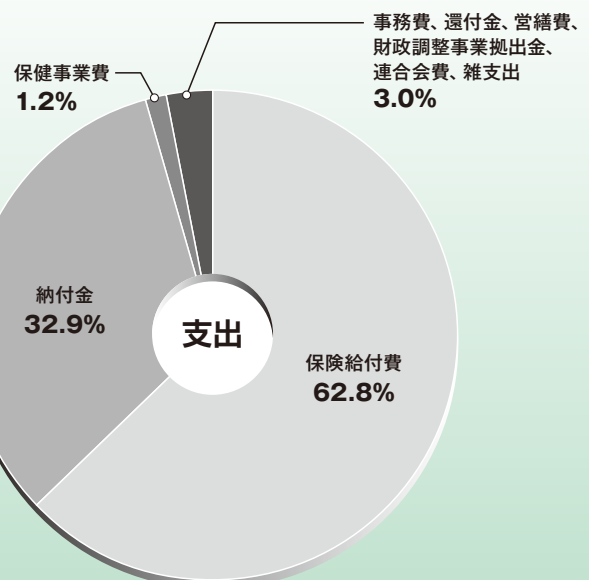
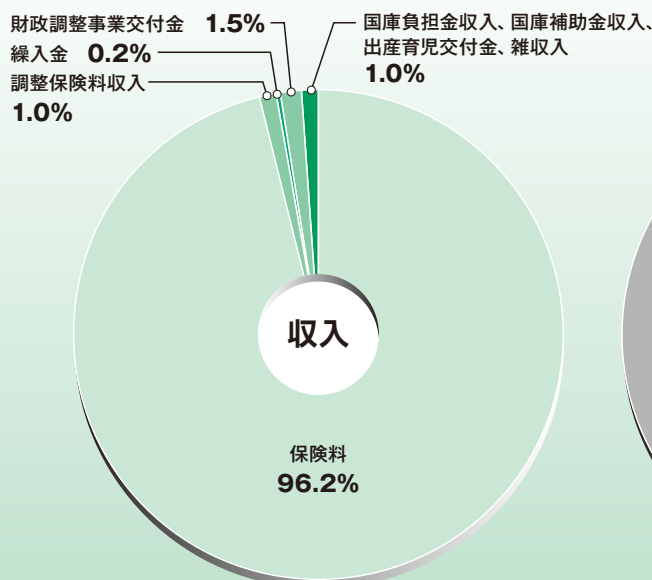
### 健康づくりサポートの活用で 医療費節減にご協力ください

令和6年度の当健保組合の財政は黒字決算となりましたが、決して楽観できるものではありません。財政は長年にわたってひっ迫しており、令和7年度予

#### 割合で見る

#### 令和6年度決算

#### 一般勘定



## 令和6年度 収入支出決算概要表

※科目ごとに四捨五入しているため、一部合計が合わない箇所があります。

### 一般勘定

#### 収入 (健康保険料率 102%)

| 科 目       | 決算額(千円)    | 1人当たり額(円) |
|-----------|------------|-----------|
| 保険料       | 45,492,253 | 340,582   |
| 国庫負担金収入   | 24,405     | 183       |
| 調整保険料収入   | 491,025    | 3,676     |
| 繰入金       | 81,599     | 611       |
| 国庫補助金収入   | 195,319    | 1,462     |
| 出産育児交付金   | 20,348     | 152       |
| 財政調整事業交付金 | 729,273    | 5,460     |
| 雑収入       | 247,738    | 1,855     |
| 合 計       | 47,281,960 | 353,981   |
| 経常収入合計    | 45,671,141 | 341,922   |

#### 支出

| 科 目       | 決算額(千円)    | 1人当たり額(円) |
|-----------|------------|-----------|
| 事務費       | 562,212    | 4,209     |
| 保険給付費     | 28,820,647 | 215,769   |
| 法定給付費     | 28,793,591 | 215,566   |
| 付加給付費     | 27,056     | 203       |
| 納付金       | 15,112,292 | 113,140   |
| 前期高齢者納付金  | 5,641,045  | 42,232    |
| 後期高齢者支援金  | 9,471,195  | 70,907    |
| 病床転換支援金   | 5          | —         |
| 退職者給付拠出金  | 47         | —         |
| 保健事業費     | 563,507    | 4,219     |
| 還付金       | 1,718      | 13        |
| 営繕費       | 932        | 7         |
| 財政調整事業拠出金 | 490,698    | 3,674     |
| 連合会費      | 27,060     | 203       |
| 雑支出       | 296,610    | 2,221     |
| 合 計       | 45,875,676 | 343,453   |
| 経常支出合計    | 45,094,678 | 337,606   |

|           |           |        |
|-----------|-----------|--------|
| 収入支出差引額   | 1,406,284 | 10,528 |
| 経常収入支出差引額 | 576,463   | 4,316  |

### 介護勘定

#### 収入 (介護保険料率 19%)

| 科 目    | 決算額(千円)   | 1人当たり額*(円) |
|--------|-----------|------------|
| 介護保険収入 | 5,126,371 | 65,119     |
| 雑収入    | 102       | 1          |
| 合 計    | 5,126,473 | 65,120     |

#### 支出

| 科 目      | 決算額(千円)   | 1人当たり額*(円) |
|----------|-----------|------------|
| 介護納付金    | 4,278,498 | 54,349     |
| 介護保険料還付金 | 169       | 2          |
| 合 計      | 4,278,667 | 54,351     |

\*介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額

|         |         |        |
|---------|---------|--------|
| 収入支出差引額 | 847,806 | 10,769 |
|---------|---------|--------|

## 令和6年度 決算のポイント



### 1 6億円の経常黒字、しかし、今後も厳しい財政状況

保険料による収入が増加したことに加え、高齢者医療費である納付金の減少などで6億円の黒字に。しかし、納付金負担は今後ますます増えるものと予想されるため、財政は厳しさを増す一方です。

### 2 保険給付費の1人当たり額は抑制

保険給付費の1人当たり額は、ここ数年4%弱の伸びでしたが令和6年度は横ばいであり、収支に大きな影響を与えました。



算でも健保連からの組合財政支援交付金を計上しています。また、保険給付費は令和6年度では1人当たりの伸びは抑制されましたが増加傾向にあり、納付金についても団塊の世代が後期高齢者となることで高齢者医療費の負担がますます増える「2025年問題」もあり、予断を許さない状況です。

当健保組合としては、みなさまのニーズに合った健康づくりのサポートを行うことで、医療費節減に努めるほか、医療費の適正化にも積極的に取り組んでおります。どうかみなさまには健康づくりにご留意いただき、医療費の節減にご協力くださいますようお願いいたします。

なお、介護保険については、健保組合は国に代わってみなさまから介護保険料を徴収させていただき、令和6年度は43億円を介護納付金として国へ納めました。

令和7年12月2日から

# 従来の保険証は 使用できなくなります



従来の保険証は令和6年12月2日をもって発行を終了し、マイナ保険証を基本とする体制へと移行しました。マイナ保険証へ切り替えるための1年間の経過措置期間も、いよいよ令和7年12月1日までとなります。まだマイナ保険証に切り替えていない方は、早めの切り替えをお願いします。

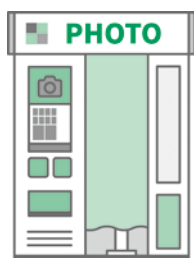
## マイナ保険証の利用登録はお済みですか？



### マイナンバーカードをお持ちでない方

- 1 次のいずれからマイナンバーカードを申請
- 2 マイナンバーカードが交付される
- 3 保険証の利用登録

- スマホもしくはパソコン（オンライン申請）
- 街なかに設置されている証明写真機
- 郵送



はがきが届くので、市区町村窓口へ受け取りに行く



次の項目をご覧ください

申請方法の詳細はこちら



### マイナンバーカードをお持ちで、マイナ保険証未登録の方

次のいずれかの方法でマイナンバーカードの保険証利用登録ができます

医療機関・薬局窓口の  
カードリーダー

受診時などにマイナンバー  
カードを置いて登録



セブン銀行ATM

マイナンバーカードを挿入し、  
4桁の暗証番号を入力

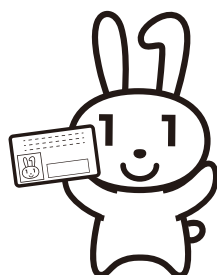


スマホ・パソコン

マイナポータルアプリを  
起動して登録



利用方法登録の詳細はこちら



## 資格確認書を交付します



令和7年12月2日以降は、従来の保険証は使えなくなり、マイナ保険証、または資格確認書を利用することになります。

この保険証の廃止にともない、当健保組合では、令和6年12月1日以前の加入者で、マイナ保険証の利用登録がお済みでない方で、当健保組合にて確認できている方に対し、資格確認書を令和7年10月下旬から11月初旬にかけて一括交付を行い、事業所経由でお届けする予定としています（申請は不要です）。

資格確認書とは、マイナ保険証の利用登録がお済みでない方に当健保組合が交付する証明書のことで、マイナ保険証の代わりになるものです。

資格確認書を提示することで、これまでどおり受診はできますが、マイナ保険証には質の高い安全な医療を受けられるメリットがあります。また、資格確認書は一時的に健康保険の資格を確認するための書類であり、5年の有効期限が設けられています。マイナ保険証の登録・利用をおすすめします。

## マイナカードの有効期限をご確認ください



マイナンバーカードには有効期限が設けられており、発行日から10回目（未成年者は5回目）の誕生日まで、電子証明書（健康保険証の利用登録など）の有効期限は発行日から5回目の誕生日までです。

マイナンバーカードの有効期限は、マイナンバーカードの券面に記載されています。電子証明書の有効期限は、マイナポータルにアクセスしてご確認ください。

また、発行時に自治体の担当者が券面に記入している場合もあります。

マイナンバーカードの有効期限が切れてしまうと、マイナ保険証として利用できなくなるほか、本人確認書類として使えなくなったり、オンラインでの手続きやサービスの利用ができなくなりますので、ご注意ください。



### 有効期限切れ前にお知らせがあります

電子証明書の有効期限の約3カ月前に有効期限通知書(封書)が届きます。また、有効期限の3カ月前から3カ月後の間は、医療機関等で利用の際にカードリーダーで更新アラートが表示されます。万が一、有効期限までに更新できなかった場合でも、有効期限切れから3カ月の間はマイナ保険証としてのみ利用できますが、お住まいの自治体で速やかに更新してください。



# 被扶養者の資格確認調査にご協力ください

当健保組合では被扶養者の認定状況の確認（検認）を9月から行います。

これは、扶養要件以上の収入がある方には、適切に保険料をご負担いただき、公平な医療保険制度を維持するため、現在被扶養者となっている方々に引き続きその資格があるかどうかを確認するものです。

また、本誌2～3ページでもご案内のとおり、当健保組合では高齢者の医療保険制度を支えるために、毎年過重な額の「納付金」を負担していますが、この金額の算定に被扶養者の人数が深く関係しており、適正な支出を図るうえで正確な人数把握が非常に重要な課題となっています。

事業主と被保険者のみなさまにはお忙しいところ誠に恐縮ですが、こうした実情をご理解のうえ、ご協力をお願い申し上げます。具体的な要領は左記のとおりです。

## 検認日程

| 項目                   | 時期      |
|----------------------|---------|
| 再認定扶養届・事業所別被扶養者一覧表送付 | 9月中旬ごろ  |
| 提出期限                 | 10月下旬ごろ |

※ 本部・支部で若干日程が異なります。対象事業所宛に、後日、案内の文書を送付します。

## 注意とお願い

当健保組合より『再認定扶養届』を対象事業所宛てに送付いたしますので、該当者がいる被保険者に配布をお願いいたします。該当者は太枠内に必要事項を記載し、裏面の「再認定取扱要領」にしたがって確認書類をご用意のうえ、届出書に添付して事業所へご提出ください。事業所で取りまとめて提出期限内にご提出いただきますよう、ご協力のほどお願いいたします。

## 10月から

# 保険料が変わる方がいます

健保組合の運営にはならない保険料。毎月の給料やボーナスから、みなさまと事業主よりお納めいただいておりますが、10月から保険料が変わる方がいます。

## 保険料は定期的に見直しが行われます

保険料は、被保険者の給与の平均額に、健保組合が毎年設定する保険料率をかけて算出します。この平均額は、4月、5月、6月の給与をもとに計算し、9月分の健康保険料から翌年8月分まで適用されることになります。これを「定時決定」といいます（下図参照）。

保険料は翌月徴収となりますので、10月中に支払われる給与から保険料額が変わる方がいます。みなさまの給与は毎年変動するため、定期的に見直しを行うことになっているのです。

また、大きく給与が変動した場合は、適時、届出により、新たな保険料が適用されます。

※ ボーナス等からも同じ保険料率を用いて算出した保険料を徴収します。

## 保険料は報酬に応じて毎月納めます

健保組合では、月単位で保険料を徴収し、その額は、被保険者の報酬（給料等）に応じて決められます。具体的には、あらかじめ定められた50等級（5万8,000円～139万円）に分かれた「標準報酬月額」に各被保険者の報酬をあてはめ、保険料率を乗じて毎月の保険料を計算します。

## 毎月納める保険料

＝ 標準報酬月額 × 保険料率

## ■ 保険料決定のしくみ(定時決定の場合)



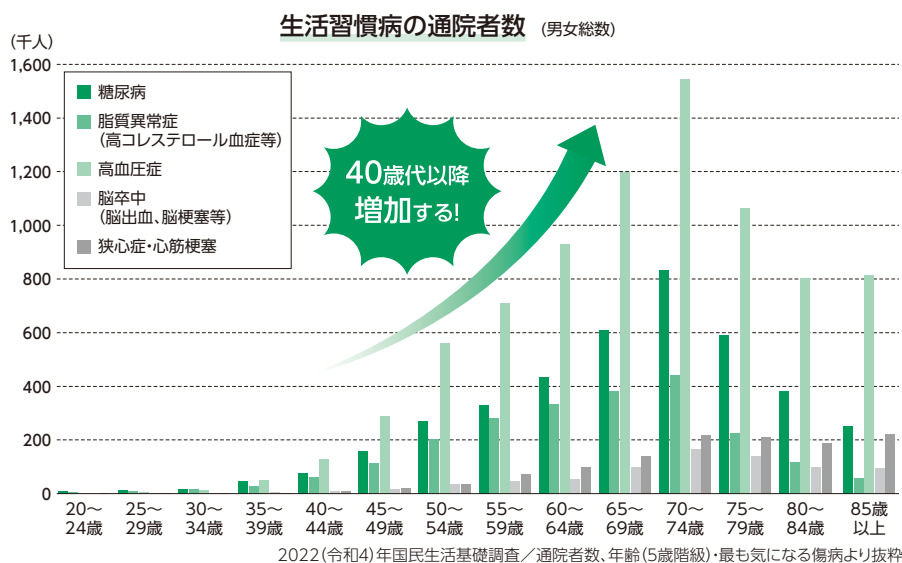
# 40歳を超えたら生活習慣病のリスクが高まります！

## 特定健診を受けましょう！

特定健診は40～74歳を対象とした生活習慣病を予防するためのメタボリックシンドロームに着目した健診です。



### 被扶養者のみなさん、健診はお済みですか？ 特定健診を受けて生活習慣病を予防しましょう！



内臓脂肪の蓄積に高血糖、脂質異常、高血圧のうちの2つ以上が重なった状態をメタボリックシンドロームといいます。40歳代以降に増加してきますが、症状がないため気づかずに放置していると、いずれ糖尿病や虚血性心疾患、脳卒中などの深刻な病気の発症につながりかねません。

特定健診でメタボリックシンドロームに早めに気づき、案内があれば特定保健指導を受け、重症化を防ぐことが大切です。

毎年健診を受けて、  
自分の健康状態が  
悪化していないかどうか  
チェックしましょう！

また、ご家族が  
健診を受けているのかも  
確認してみましょう！



特定健診で  
早めに疾病の兆候を見つけ、  
早期改善して  
重症化を防ぎましょう！

40歳代以降はがんも  
増える年代です。  
がん検診の受診も忘れずに！

# インフルエンザ予防接種の 費用補助をご利用ください

当健保組合では今年度も、インフルエンザ予防接種の費用補助(年度内1回、1,000円の補助)を行っています。当健保組合の補助対象となる予防接種は令和7年10月1日から令和8年3月末日までに接種したことになります。

**対象者** 被保険者(任意継続被保険者)・被扶養者(接種時に当健保組合の加入者であること)

## ① 契約医療機関による予防接種

東振協\*と共同で医療機関と契約し、費用補助の申請手続きが不要で、費用がすでに補助されたインフルエンザ予防接種を受けることができます(税込みの接種料金4,060円(上限)のところ、当健保組合の補助で、3,060円(上限)で受けられます)。

接種方法は下記①～③の3種類。いずれか1つを選択して、お申込みください。

\*一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会の略称。東京都における総合健保組合の保健事業の振興と総合健保組合制度の普及・啓発のための事業を行っています。

### ① 院内予防接種

東振協契約医療機関での予防接種  
(利用券・マイナ保険証等\*)

\*マイナ保険証・健康保険証または資格確認書

### ② 集合予防接種

公的施設(ホテル等)での予防接種(利用券・マイナ保険証等)

### ③ 出張予防接種

事業所へ医療スタッフが出向き、予防接種を実施  
(利用申込書)

\* ①・②は、被保険者または被扶養者が東振協ホームページで予約と「利用券」の作成(発行)を行ってください。

\* ③は、事業所の健保担当者等が予約を行ってください。

★ 詳しくは東振協のホームページでご確認ください。

[東振協ホームページ](#)

[東振協 インフルエンザ](#)

[検索](#)

## ② 契約医療機関外での予防接種

上記①を利用できない場合、任意の医療機関等でインフルエンザ予防接種を受け、接種料金(1,000円以上)を支払った後に、申請をすることで費用補助が受けられます。

### ●接種機関

東振協と共同実施しているインフルエンザ予防接種の契約医療機関等以外の全国の医療機関および予防接種センター

注) 接種料金が1,000円未満の場合は、費用補助はありません。

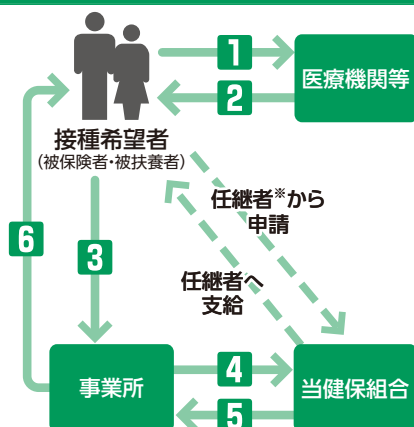
注) 2回接種法による場合でも、費用補助は1,000円のみとなります。

●申請期限 令和8年4月30日まで

【例】

| 接種料金                 | 補助金額   | 自己負担額  |
|----------------------|--------|--------|
| 999円                 | 0円     | 999円   |
| 3,500円               | 1,000円 | 2,500円 |
| 1回目 800円<br>2回目 800円 | 1,000円 | 600円   |

## 補助金支給までの流れ



1 最寄りの医療機関等で接種を受ける。

2 医療機関等に予防接種費用を全額支払い、領収書またはレシートを受取る。

3 領収書またはレシート(原本)の裏に、予防接種を受けた方の被保険者等の記号・番号および氏名を明記して事業所の健保担当者等に提出する。

注) 領収書等には、「被接種者の氏名」「接種日」「接種費用」「実施医療機関名」「インフルエンザ予防接種の領収書等であることがわかる但し書き等の表示」があることを確認してください。

注) 領収書等の原本を返却希望の場合は、あらかじめ事業所の担当者にお申出ください。

4 インフルエンザ予防接種補助金支給申請書とインフルエンザ予防接種者名簿を作成し、医療機関等が発行した領収書等の原本(事業主の確認証明がある場合は不要)を添付して当健保組合へ申請する。

5 当健保組合から事業所の健保口座に補助金が振込まれる。

6 被接種者へ補助金を配付。

\*任意継続被保険者(任継者)の方は、当健保組合ホームページのインフルエンザ予防接種補助金支給申請書(任継用)を使用して、申請書を作成し、医療機関等が発行した領収書原本を添付して、当健保組合へ直接申請してください。

# 地域のお客様の毎日を支える 店舗・商品づくりを実践しています

(株)フレッセイ

## DATA (株)フレッセイ

本社所在地：群馬県前橋市力丸町491-1

創業：嘉永3年 設立：昭和25年

代表者：代表取締役社長 早川 仁

従業員：5,023人

(令和7年5月現在)



▲ 朝倉店(前橋市)

(株)フレッセイは、群馬・栃木・埼玉の3県にスーパーマーケット50店舗を展開しています。地域に密着し、お客様に必要とされる店舗づくりをめざす同社の事業や職場環境づくり等について、島田労務企画室室長と市川教育採用室室長にお話を伺いました。

### 御社の業務内容について教えてください。

当社は嘉永3年、前橋で鮮魚・塩干物の卸小売業「松葉屋」として創業しました。そして、昭和33年に北関東で初めてのスーパーマーケットを開店し、平成25年に原信ナルスホールディングスと経営統合を行なってアクシアルリテイリンググループの一員となりました。グループの経営理念である「我々は毎日の生活に必要な品を廉価で販売し、より豊かな文化生活の実現に寄与することを目的とする。」を基に、(株)フレッセイとして群馬に44店舗、栃木に3店舗、埼玉に3店舗を展開しています。

経営の根幹にはTQM(トータルクオリティマネジメント…総合的品質管理)を据え、「豊かさ」「楽しさ」「便利さ」をご提供するため、おいしさ、健康生活、簡単・便利、ローカルのテーマを軸としたお店づ



▲「より豊かな文化生活の実現」について語る島田労務企画室室長

くりを進めています。ベーカーリーや惣菜では、おいしさにこだわって、お弁当などのリニューアルを計画的に行なっています。また、アクシアルのプライベートブランド(PB)の販売にも注力しており、現在では約500種類のPB商品があります。

### 人材の育成についてお話しください。

人材教育においては、各種研修や改善活動を通じて、社員一人ひとりの成長を支援しています。新入社員は、入社時基礎研修にて経営理念や接客対応の基本、衛生管理などについて学びます。その後、約1ヵ月間、本部にある訓練センターで技術と知識を身につけてから店舗に配属されます。トレーナーが集中的に教育・訓練を行なうことで、店舗に出る時点で業務の基本が身についており、安心して仕事に取り組むことができます。

また、技術のばらつきを抑えるために、マニュアルに基づいた教育を実施しています。例えば、刺身の厚さや盛りつけ方など、主力の商品はどの店舗で誰が作っても、同じ品質の商品を提供できるよう標準化を図っています。



▲働きやすい環境づくりに注力する市川教育採用室室長

### 職場環境づくりはどのようにされていますか。

感じたこと、思ったことがあれば遠慮せずに指摘し、指摘されたら感謝の気持ちで受け止めて解決につなげていく「アサーション」を推進しています。アサーションが共通認識となることにより、「まず話を聞こう」というマインドセットができ、風通しのいい風土が醸成されて、新しい価値創造の原動力につながっていると考えています。

当社の育児休業取得率は、女性は100%、男性は約60%で、男性の育児休業取得を推進しています。健康管理については、定期検診の実施のほか、重症化予防対策として、要精密検査の判定が出ていても、未受診の社員に対して、受診の勧奨を行なっています。

### 地域とのかかわりについてお話しください。

子育て支援、高齢者支援として、買い物割引になる日を作っています。また、地元の高校生の企画に協力するなどの取組を行なっています。

さらに、地域のお客様の毎日の生活を支えるという観点から、一部店舗で元日営業を続けています。2025年は16店舗で元日営業を行ない、新鮮なお刺身やお寿司などを提供しました。



▶ 群馬名物のソースかつ重



▶ 群馬名物のみそパン

## JO1、いつもありがとう

(株)ヤオコー ペンネーム JAMさん

**私**の趣味はJO1に恩返しすることです。

過去の私は学校や社会に慣れず、たくさんの「試練」という壁に心が苦しくなり、笑うことすらできなくなっていました。

生きることが嫌になって泣いてばかりだった時、JO1に出逢いました。

みんなの笑顔を見た瞬間、「笑顔はこんなにも素敵なんだ、笑顔は見ている人の心まで明るくするんだ」と今まで感じたことのない気持ちになりました。

人生で初めてJO1のライブに参戦したあの日のドキドキや感動、そして幸せを今でも覚えています。

その日のためにオシャレやメイクをして準備するときの楽しみや、会場に向かうまでのドキドキ、会場の一体感は幸せな時間だなと思います。

JO1に出逢ってからは「笑顔が素敵だね」と言われるようになりました。

JO1のみんな『ありがとう』

感動デバポ(泣)。

JAMさんが  
初めてライブに参戦した日の  
ドキドキや感動を、  
これからも忘れずに  
持ち続けてほしいデバよ！  
素敵なお話ありがとうデバ！



機関誌編集長 デバポ

## 世界に一つだけのアクセサリ

(株)福田屋百貨店 高橋恵奈さん

**私**の趣味はハンドメイドアクセサリ作りです。

きっかけは友人が簡単なキットをプレゼントしてくれたことでした。

初めて作ったときの楽しさが忘れられず、少しずつ材料を集めるようになりました。

魅力は、自分の好みに合わせてデザインを自由に考えられるところと、完成した瞬間の達成感です。



特にイヤリング作りが好きで、たくさんのパーツの中から色や質感のバランスを考え、一つ一つていねいに組み合わせていく工程が楽しいです。

最近は、同じパーツでも光沢感のあるものとマットなものを組み合わせるなど、質感の違いを楽しんでいます。

ロマンティックデバ〜！  
自分で作るからこそ、  
さらに特別感を感じるデバよね！  
デバポも抜け落ちた羽で  
何か作ってみたいデバ！  
これからも楽しんでデバ！



# 多くの方から健康づくりや趣味などの 投稿をいただきました！



いつもご応募いただき、ありがとうデバ！ みんなの趣味などが知れてデバポ感無量デバ～！ 誌面の関係で、すべてはご紹介できないけど素敵なお話ばかりだったデバ！  
さて、今回応募してくれたみんなをご紹介するデバ！ 今回、記事の紹介ができなかった応募者のみんなも、また応募してほしいデバよ！

## ● 筋トレ・スポーツ

体を動かして、汗を流すって本当にスッキリするデバよね！ 文章がエネルギーにあふれてたデバ！ ちなみにデバポは、週4で筋トレしてるデバ！ 野球も大好きデバ！

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| ・(株)八百半フードセンター K.Wさん | 「世界共通行動。それは歩く事!!」     |
| ・(株)フレッセイ A.Sさん      | 「全力応援でストレス発散」         |
| ・(株)ヤオコー T.Mさん       | 「世界最高の技と集中力に立ち会える瞬間！」 |
| ・(株)ヤオコー S.Hさん       | 「ストレス発散」              |
| ・(株)ヨシケイ埼玉 M.Eさん     | 「鍛えて、労わって、楽しんで！」      |
| ・(株)せんだう R.Nさん       | 「筋トレは、身も心も、スッキリ！」     |
| ・(株)柳屋 H.Yさん         | 「心身共に整います！」           |
| ・(株)ヨシケイ横浜 H.Nさん     | 「健康を維持できる魅力」          |
| ・(株)ウオロク M.Hさん       | 「苦しいがまた行ってしまうのが登山」    |
| ・(株)ウオロク M.Aさん       | 「筋トレで得る『幸せ感』と『ヤッタぜ感』」 |

## ● 映画・ドラマ

映画・ドラマって、非日常を体験できる良さが素敵デバよね！ デバポもたくさん映画見るんだデバ！

|                |               |
|----------------|---------------|
| ・(株)ヤオコー Y.Kさん | 「癒しの世界観を楽しむ。」 |
|----------------|---------------|

## ● 音楽・ライブ

音楽は心を元気にしてくれるデバよね♪ 音楽は世界共通でハッピーにしてくれる魔法～♪

|                |              |
|----------------|--------------|
| ・(株)ヤオコー K.Aさん | 「歌は免疫力をあげる！」 |
|----------------|--------------|

## ● 旅行・アウトドア

外に出ると新しい発見や出会いがあって、自分の世界がぐーんと広がるデバよね！  
気分も体もリフレッシュデバ！

|                 |                            |
|-----------------|----------------------------|
| ・(株)タイヨー S.Hさん  | 「達成感がある!!!」                |
| ・(株)田原屋 M.Iさん   | 「旅行は心のデトックス！」              |
| ・(株)エイヴイ E.Tさん  | 「季節を身体で感じる！」               |
| ・(株)サンパンド Y.Sさん | 「知らない場所は、魅力的で好奇心に満ち溢れている！」 |

## ● その他

夢中になれることで、毎日をキラキラさせてほしいデバ！好きなことに夢中なあなたが、一番輝いているデバ！

|                |                           |
|----------------|---------------------------|
| ・(株)ヤオコー S.Kさん | 「イラスト描きは、宇宙との対話（かも知れない?）」 |
| ・(株)エイヴイ K.Yさん | 「タダで楽しめる」                 |
| ・(株)ウオロク M.Kさん | 「裁縫は、癒しと創造力で心を豊かにしてくれる」   |
| ・(株)ツルヤ A.Kさん  | 「一石二鳥！」                   |

## あなたが撮った思い出や風景などの写真を募集します！

『デパートけんぽ』の表紙を飾ってみませんか？  
採用された方には、QUOカードPay 4,000円分を進呈いたします！

## 読者参加型コーナー『私のOff Time』大募集！

あなたの趣味を教えてください！  
掲載された方にはQUOカードPay5,000円分を進呈いたします！

表紙写真・『私のOff Time』  
応募要領

応募締切日 令和8年1月号掲載分：10月20日（月）

応募方法 右記の二次元コードを読み取り、応募フォームへお進みください。  
また、応募方法等の詳細は、当組合HPをご覧ください。  
<https://www.depaken.com/member/info/letter.html>



## 参加者募集

# オンライン禁煙外来



**募集期間** ~令和8年3月30日(月) 3/31(火)までに必ず初回診療の実施をお願いします。

**参加費用** 通常60,500円(税込)のプログラムが **自己負担0円!**

**参加対象** 被保険者(任意継続被保険者)および被扶養者

### POINT 1



#### 完全オンライン対応

スマホ1台で  
時間や場所を  
選ばず参加可能

### POINT 2



#### 禁煙補助薬はご自宅へ

お薬は登録住所の  
ポストにお届け

### POINT 3



#### 禁煙成功率 88.8%

医師の診察と禁煙補助薬で、  
多くの方が禁煙に成功しています。  
※2023年度メドケア株式会社全体の参加者実績

## プログラムの流れ・スケジュール

「Medically 禁煙外来プログラム」は初回診察から2ヵ月間(個人差があります)  
オンライン診察と禁煙補助薬で段階的に禁煙をサポートしていきます。



★プログラム終了後もプッシュ通知やメールマガジンで6ヵ月間サポート

## 参加方法

- ① お手持ちのスマートフォンにアプリをダウンロード
  - ② 以下の健保識別番号を入力いただきプログラムスタート
- アプリは右の2次元コードからダウンロードできます。  
もしくは、App Store・Google Playにて「Medically」と検索してください。



ユーザー登録の際に必要な識別番号

680110

プログラムに関する  
お問い合わせ

メドケア株式会社 Medically  
Medically サポートチーム (電話受付時間: 平日10時~18時)  
03-6908-2424 support@medically.com

令和8年度の

# 東京ディズニーリゾート®・ コーポレートプログラム利用券について

配布対象者：被保険者（任意継続被保険者）、被扶養者  
（ただし、令和8年度中に4歳以上となる方）

補助金額：2,000円

申込期間：令和8年1月5日（月）～2月28日（土）

申込方法：Pep Upアプリから

※当健保組合ホームページに令和8年1月5日（月）よりご案内を掲載予定です。

★令和8年度より当利用券はチケットレスになります。

健康ポータルサイト「Pep Up」からのお申込みとなります。お申込みにはPep Upアプリへの登録が必要となりますので、まだお済でない方は早めにご登録をお願いいたします。

## Pep Upに登録するには 「本人確認用コード」が必要です

本人確認用コードの発行は当健保組合のホームページより「登録申請フォーム」にアクセスいただき、Web申請いただいた方のご自宅へ発送いたします。

※被扶養者（家族）の方はご利用いただけませんので、被扶養者の方がお申込みをする場合は、被保険者の方にお申込みをご依頼ください。

### 申請方法

お持ちのパソコン、スマートフォンで  
利用できます。

下記のURLもしくは、右記のQRコードより登録申請フォームにアクセスしお申込みください。

<https://pepup.life/users/ekyc/7Afv1Je/issues/new>



## Relax Corner

### ナンバープレイスにチャレンジ

**問題** 2つの二重マスの数字を加えた数が今回の答えになります。

出題：©スカイネットコーポレーション

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 4 | 3 |   |   |   | 6 | 2 |   |
|   |   |   | 5 | 6 | 7 |   |   |   |
| 5 |   |   | A |   |   |   |   | 8 |
| 2 | 7 | 9 |   |   |   | 8 | 4 | 1 |
|   |   |   | 7 | 9 | 1 |   |   |   |
|   |   |   |   |   | B |   |   |   |
| 6 | 2 |   |   | 3 |   |   | 1 | 9 |
|   |   |   | 2 |   | 4 |   |   |   |
|   | 5 | 7 |   |   |   | 2 | 3 |   |

◎タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1～9の数字が1つずつ入ります。  
◎3×3の太い線で囲まれた9個のブロックの中にもそれぞれ1～9の数字が1つずつ入ります。

**応募資格** 当健保組合の被保険者（任意継続被保険者）、被扶養者

**応募方法** 下記のURLまたはQRコードの定型フォームよりお申込みください。クイズの解答を入力の上、メールアドレス、お名前（フルネーム）、電話番号、被保険者等記号・番号を入力し、ご応募ください。

**応募先** <https://forms.office.com/r/vfSq9rpqrT>



**締切日** 令和7年10月20日（月）

**賞品・当選者** 正解された20名の方にQUOカードPay（2,000円）をプレゼントします（正解者多数の場合は厳正な抽選を行います）。なお、発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

当健保組合では、クイズ応募に際して収集した個人情報、クイズの抽選および賞品の発送の目的にのみ利用いたします。

**282号正解** ①7 ②発がん性 ③赤字  
④高額療養費 ⑤ウォーキング

## i 特定健診情報の提供について

当健保組合は、政府が医療保険制度の効率的な運営を図るために推進しているオンライン資格確認等システムを導入しております。このシステムの機能の1つとして、加入者が当健保組合に加入する前に加入していた健保組合等が、当該健保組合で受けた特定健診の情報を当健保組合に提供することができるようになっています。この特定健診の提供については、当健保組合または旧健保組合等は加入者または加入

者であった方の同意を得ることは不要とされております。取得した特定健診情報については、健康づくりのサポートに活用させていただいております。

ただし、加入者が、旧健保組合等で実施された特定健診の情報を、当健保組合に提供することを希望しない旨の申し出があった場合は、当健保組合では、旧健保組合等の特定健診情報の取得ができないようにオンライン資格確認等システムの設定を行っております。

LINE で ご利用いただけるようになりました！

- ご利用いただける方：  
デパート健保の被保険者(任意継続被保険者)  
および被扶養者

# カウンセリングサービスご利用案内

「職場の人間関係で悩みがある」、「頭から離れない出来事があってつらい」、「ずっと気分が晴れない」…  
そんなときはカウンセリングを利用してみませんか。カウンセラーと一緒に解決方法をさがしてみませんか。

WEBサイトのURLとログインが、令和7年7月2日より、下記のとおり変更になっています。  
これまでご利用いただいていた方は、ご注意ください。

## 電話カウンセリング

電話番号は機関誌でご確認ください(無料)

平日 9:30～21:30/土曜11:00～19:00  
原則1日1回50分まで  
最終開始時間は終了時間の20分前  
日祝・年末年始12/29～1/4を除く

## 対面カウンセリング

年度内で5回まで無料

年度初回はフィスメック経由で予約  
電話(0120-000-663)または  
「こころのひろば」から予約可能

「こころのひろば」ではご利用案内の確認や対面カウンセリングの予約ができます。困ったときにすぐ利用できるよう、友だち登録やブックマークをお願いします。

LINE ID等は機関誌でご確認ください



URL等は機関誌でご確認ください

for foreigners (insured individual only)

Text-based counseling using English is available for foreign members.  
Please contact us by email at "kenkousuishin@depaken.com".



## i ジェネリック医薬品を利用していますか？

新薬（先発医薬品）に比べ、薬価が約2～7割安いジェネリック医薬品（後発医薬品）。低価格なのは、新薬に比べて開発コストが少ないためです。一方、有効性・安全性は国によって厳しくチェックされ、新薬と同等であることが認められています。つまり、ジェネリック医薬品を活用することは、医療の質を落とすことなく、医療費を抑制することにつながります。

令和6年10月からは患者が新薬を希望した場合に、特別の料金が加算されるしくみ（選定療養）も導入されており、ジェネリック医薬品の利用は、医療費節約の一つの方法です。

ジェネリック医薬品への切り替えに不安がある場

合は、一度試してみることをおすすめします。調剤薬局では、処方された日数について、分割して

調剤してもらうこともできます。例えば4週間分の薬が処方されている場合、2週間分をジェネリック医薬品で調剤してもらい、その後の体調をみて、残り2週間分の薬を決めるという方法も可能です。

★ **pepUp** では、3ヵ月ごとにジェネリック医薬品通知を掲載しています。ぜひ、通知をご覧いただき、ジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。

## i 医療機関等からもらう「明細書」「領収書」を確認しましょう

みなさまが受診した際、医療機関や薬局から明細書、領収書が発行されていますが、それを確認・保管していますか？

明細書には、診療内容や薬剤名など医療費の計算の基礎となった項目が記載されています。これはみなさまが受けた治療の記録であり、今後の治療、医療費節減に役立つ情報でもあります。

### 明細書、領収書を確認・保管することのメリット

- どのような診療を受けたかがわかり、明細書を保管しておけば受診の記録になります
- 診療内容を把握することで、治療に対する患者の意識が高まり、医師と患者が一体となって治療に取り組めます
- どのような診療にいくらかったのかを確認できるので、医療費のコスト意識につながります

## 公 告

### 事業所の新規適用

| 事業所名           | 所在地     | 適用年月日     |
|----------------|---------|-----------|
| (株)横濱屋ホールディングス | 神奈川県横浜市 | 令和7年3月21日 |
| (株)横濱屋店舗開発     | 神奈川県横浜市 | 令和7年6月21日 |

### 事業所の削除

| 事業所名      | 所在地     | 削除年月日    |
|-----------|---------|----------|
| (株)ヨシケイ福島 | 福島県須賀川市 | 令和7年3月1日 |

### 事業所の名称変更

| 変更後       | 変更前            | 変更年月日     |
|-----------|----------------|-----------|
| (株)フロンティア | (株)カネスエ・フロンティア | 令和7年2月16日 |

### 互選議員の就職

| 氏名     | 所属事業所           | 就職年月日     |
|--------|-----------------|-----------|
| 山本 勝 氏 | デパート健康保険組合西日本支部 | 令和7年3月18日 |

### 選定議員の就職

| 氏名      | 所属事業所       | 就職年月日    |
|---------|-------------|----------|
| 佐藤 信彦 氏 | (一社)日本百貨店協会 | 令和7年4月1日 |

### 互選理事の就任

| 氏名     | 所属事業所           | 就任年月日    |
|--------|-----------------|----------|
| 山本 勝 氏 | デパート健康保険組合西日本支部 | 令和7年4月1日 |

### 選定理事の就任

| 氏名      | 所属事業所       | 就任年月日    |
|---------|-------------|----------|
| 佐藤 信彦 氏 | (一社)日本百貨店協会 | 令和7年8月5日 |

## 事業概況

令和7年 7月

|              |             |
|--------------|-------------|
| 事業所数         | 273事業所      |
| 被保険者数 男      | 53,620名     |
| 女            | 84,624名     |
| 計            | 138,244名    |
| 被扶養者数        | 40,948名     |
| 平均標準報酬月額 男   | 325,012円    |
| 女            | 203,576円    |
| 平均           | 250,676円    |
| 保険料調定額(介護含む) | 5,407,546千円 |
| 保険給付費        | 2,616,599千円 |
| 法定給付費        | 2,616,599千円 |
| 付加給付費        | 0千円         |
| 保健事業費        | 28,379千円    |
| 納付金(介護含む)    | 1,638,763千円 |

2025 秋～冬の健康フェスティバル開催！

# どちらのイベントにチャレンジ？ 両方チャレンジもOK！

Pep Upを利用した2つのイベントを開催します！ 1日8,000歩以上をめざす「ウォーキングラリー」・すきま時間に気軽にクイズに答える「Pep Up健康クイズ」。両方に参加、あるいは、どちらか1つに参加でもOKです。この機会に参加してポイントをもらいましょう！

なお、Pep Upの利用には登録が必要です。下記をご参照ください。



## WALKING RALLY

歩いてポイントゲット！

開催期間  
10/1 WED ~ 11/14 FRI

申込期間  
9/22 MON ~ 9/30 TUE

申込方法  
Pep Up内ウォーキングラリー参加ページより  
※チームの数の制限・参加は申込期間中のみ可能です。申込期間を過ぎると作成・参加とも行えません。

1日8000歩以上で  
**300** ポイントGET!

ポイント貯めて商品と交換！

## Pep Up KENKO QUIZ

突然ですが問題です

標準体型(体重60kg)の人が  
**10分間歩いたときに消費するエネルギーは？※1**

A 約30kcal    B 約100kcal    C 約400kcal

すきま時間でクイズにチャレンジ！

開催期間 12/2 TUE ~ 12/8 MON  
参加方法 Pep Up健康クイズページより参加

健康に関するクイズ  
全問正解で  
**100** ポイントGET!

※本イベントは開催期間中のみ、何度も挑戦可能です。  
※クイズの成績によりペップポイントを授与します。  
※掲載されている商品名およびロゴは、各社の商標または登録商標です。  
※ポイント交換商品はPep Up運営会社(株式会社JMDC)による提供です。

## Pep Upに登録するには「本人確認用コード」が必要です

本人確認用コードの発行は当健保組合のホームページより「登録申請フォーム」にアクセスいただき、Web申請いただいた方のご自宅へ発送いたします。

※ Pep Upは被保険者(本人) 資格をお持ちの方が対象です。被扶養者(家族) 資格の方はご利用いただけません。

### 申請方法

お持ちのパソコン、スマートフォンで利用できます。

下記のURLもしくは、右のQRコードより登録申請フォームにアクセスしご申請ください。  
<https://pepup.life/users/ekyc/7Afv1Je/issues/new>

