

酒販国保

被保険者たより

去る3月14日に、第142回通常組合会が行われ、集中改革期間の取組の集大成として、当組合の置かれている状況と対応策について取りまとめた「経営改善2025」を報告し、それに基づいた令和7年度歳入歳出予算等について議決いただきましたので、ご報告します。

経営改善2025(骨子)

● 酒販国保の概況

組合員数、被保険者数の減少が止まらない。

組合員に占めるコンビニエンスストアの割合が令和6年度に初めて過半数を超えた。(56%)

このまま何もしなければ、積立金が早晚枯渇する。

● 経営改善の検討

収入で唯一自主的に決定出来るのは保険料のみ

支出の最大は医療費で、令和6年度は過去最高を記録しているが、有効な方策はない。

● 経営改善案

保険料に応能割(所得割)を導入する。

・医療給付分は、住民税基礎控除後の世帯合計所得×0.3%（月額）

但し、50万円未満の世帯（3人世帯の場合、総所得179万円未満）は、賦課しない。

・後期高齢者支援金分は、住民税基礎控除後の世帯合計所得×0.1%（月額）

但し、400万円未満の世帯（3人世帯の場合、総所得529万円未満）は、賦課しない。

● 経営改善の効果と影響

今回の見直しによる経営改善効果は、被保険者数の減少が加速してきており、思ったような効果が出るのか不透明

実施時期は、遅くとも10月までには実施する。

令和7年度保険料概要

① 医療給付分

組合員世帯割、準組合員世帯割A、準組合員世帯割B、被保険者均等割（全て据置）

令和7年度途中から、応能割(所得割)を導入 ※

② 後期高齢者支援金分

均等割分（据置）

令和7年度途中から、応能割(所得割)を導入 ※

③ 介護納付金分（40歳以上65歳未満の被保険者）

1人当たり月額3,700円（300円の値上げ）

④ 保健事業分（後期高齢者組合員）…1人当たり月額500円（据置）

※ 応能割(所得割)の実施時期は事前にお知らせします。

こんなにお得！ 酒販のドック



年齢とともに「がん」や「生活習慣病」の発生リスクが高まります。がんや生活習慣病の多くは初期段階ではほとんどは自覚症状がないため、検診により早期発見・早期治療につなげることが重要です。

酒販国保の健康診査は、特定健診、生活習慣病共同検診、ミ二人間ドック、半日人間ドックなど多彩です。今回は、その中から、ミ二人間ドック、半日人間ドックをご紹介します。ドックも値上げする契約機関が増えていますが、令和7年度は、自己負担据え置きで実施します。特定健診、生活習慣病共同検診の案内は後日送ります。

ミ二人間ドック（半日人間ドックより検査項目が少なくなります）

- ・自己負担 なし （通常2～3万円程度）
- ・40歳から受診できます。
- ・検査項目等詳細は、酒販国保ミ二人間ドック契約機関※ に直接お問い合わせください。※令和7年度は実施機関が大幅に増えています。
- ・希望の契約機関に直接受診の申込みをし、4月下旬に送付する特定健診の受診券を持って受診してください。
- ・同一年度内1回限りで、他の特定健診等との重複受診は出来ません。

半日人間ドック（脳ドック併用可）

- ・自己負担 1万円 （通常4～5万円程度）

*併用して脳ドックを受診する場合は、自己負担は1万円の追加負担

- ・35歳から受診できます。
- ・検査項目等詳細は、酒販国保半日人間ドック契約機関※ に直接お問い合わせください。
- ・希望の契約機関に受診予約した後、酒販国保本部に申し込みください。事前に送付する利用券を持って受診ください。後日、酒販国保本部に自己負担分を振り込みいただきます。
- ・同一年度内1回限りで、他の特定健診等との重複受診は出来ません。

※ミニ人間ドック、半日人間ドックの契約機関は、右のQRコードで確認ください

名称、連絡先等は、一部令和6年3月データです。
ドックの検査項目、実施曜日等詳細は、
受診を希望される契約機関に直接お尋ね願います。



重要なお知らせ 保険証の有効期限が迫っています

既にお手元に郵送していますが、酒販国保の保険証（被保険者証）は、令和7年3月31日で期限が切れ、4月1日からは使用できません。

そこで、現在お持ちの保険証と引き替えに、

- ・マイナ保険証の利用登録が済んでいる方には、「資格情報のお知らせ」
- ・未登録の方には、「資格確認書」

を発行しています。

併せて、加入者の資格確認調査をしますので、保険証の返却と一緒に既に郵送しています「資格確認申立書」に必要事項を記入の上、所属の小売酒販組合にご提出ください。

マイナンバーカードには有効期限があります

マイナ保険証は、健康保険証利用登録をしたマイナンバーカードのことです。マイナンバーカードの有効期限は10年（未成年は5年）で、電子証明書の有効期限は5年ですので、有効期限が過ぎてしまうとマイナ保険証として使うことは出来ません。ご注意ください。

マイナンバー総合ダイヤル 0120-95-0178

保健師通信

酒販国保で10年余りお世話になっています。保健師の追立富慈子といいます。

担当しているのは「健診をお受けください」とお勧めしたり、健診後の健康相談でお電話したり、仕事先に訪問させていただいたりしています。

所謂「メタボリックシンドローム」（内臓脂肪型肥満）は将来生活習慣病になりやすいので食事や運動に気を付けてメタボを脱出しましょう、そのお手伝いをします、というものです。

とはいものの少々検査結果が正常基準をオーバーしていても日常的には何ら支障ないというのが普通ですので、私のやっていることは余計なお世話かも知れませんが、機会がありましたらお付き合いください。お会いできるのを楽しみにしております。

これからは、保健指導等をしている中で、気づいたことなどを不定期に「被保険者たより」の紙面でご紹介したいと思います。

こころの健康相談あります

こころが健康であることは生き生きとした生活を送る上でとても大切なことです。ストレスや不安があつて悩んでいる方は、自分ひとりで抱え込みます、専門家に相談してみませんか。専門家に相談してみたい方は、「こころの健康相談」や「ストレスドック」を利用するすることができます。希望者は直接電話で、実施機関に申し込んでください。

【実施機関】

京都工場保健会

御池メンタルサポートセンター

TEL 0120-59-0040

重複・多剤服薬と ポリファーマシーについて

重複・多剤服薬は、同じ時期に同じ効能の薬を処方され重複して服用したり、必要以上に処方され服用したりすることで、また、ポリファーマシーは、何種類もの薬を服用することで、副作用を招いたりする状態を言い、いずれも、医療費の無駄だけではなく、体への負担も懸念されます。かかりつけ薬局に相談してみましょう。

ジェネリック医薬品で 医療費を節約してください

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、新薬（先発品）の特許期間が切れた後に開発された薬です。新薬と全く同じ有効成分で同じ量使用しており、効き目や安全性も新薬と同等と国から認められています。新薬よりも2～7割も低価格となっていますので、是非ご検討ください。

リフィル処方やセルフメディケーション を活用ください

リフィル処方は、症状が安定している人に対して、医師が決めた期間・回数内で、繰り返し使用できる処方箋です。また、セルフメディケーションは、自分自身で健康を管理し、あるいは疾病を治療するセルフケアの一つで、医療費控除の特例を受けることが出来ます。

歯周病は万病のもとです 歯科健診を受けましょ

歯は健康の源であり、健康な歯が多いほど長生きだと言われています。歯を失う原因のトップである歯周病は口の中だけにとどまらず、細菌が血液や肺に入り込んで動脈硬化、糖尿病、心筋梗塞、脳卒中などの原因となることがあります。大切な歯を守り、口腔の疾患を予防するため酒販国保では、京都府歯科医師会と連携して、歯科健康診断を実施しています。ぜひ歯科健康診断を受けてください。

【対象者】 満 40 歳～74 歳の被保険者

【実施機関】 京都府歯科医師会会員医療機関

【費用】 4,400 円 うち本人負担 500 円

（いったん医療機関に本人が全額を支払い、後日酒販国保が本人に 3,900 円を支払う）
酒販国保本部に申込みの上、利用券の交付を受けてください。

忘れず、早めに手続きを！！

- 保険料の引き落としは、
毎月 10 日です
- 家族の方に異動があれば
14 日以内に届出を
- 交通事故にあったら、
すぐに酒販国保本部へ
- 住所変更や高額療養費の申請などには、
個人番号（マイナンバー）
の記入が必要です

〒604-0872

京都市中京区東洞院通竹屋町下る
竹屋町法曹ビル201号

京都府酒販国民健康保険組合

TEL 075-221-6360

FAX 075-251-0471