

きりんけんぽ

2026
AUTUMN

No. 440

キリンビール健康保険組合 <https://kirinkenpo.or.jp>

今年度の健康診断の受診は お済みですか？

詳しくは6ページに

けんぽだより

2025年度収入支出決算について
他

マキノ高原 メタセコイア並木(滋賀県)



キリンビール健康保険組合
畠山智子さん



グンのすけくん
(アメリカンショートヘア♂)



あなたの「かわいいペット」を『きりんけんぽ』で
紹介しませんか？ 詳細は裏表紙にて！

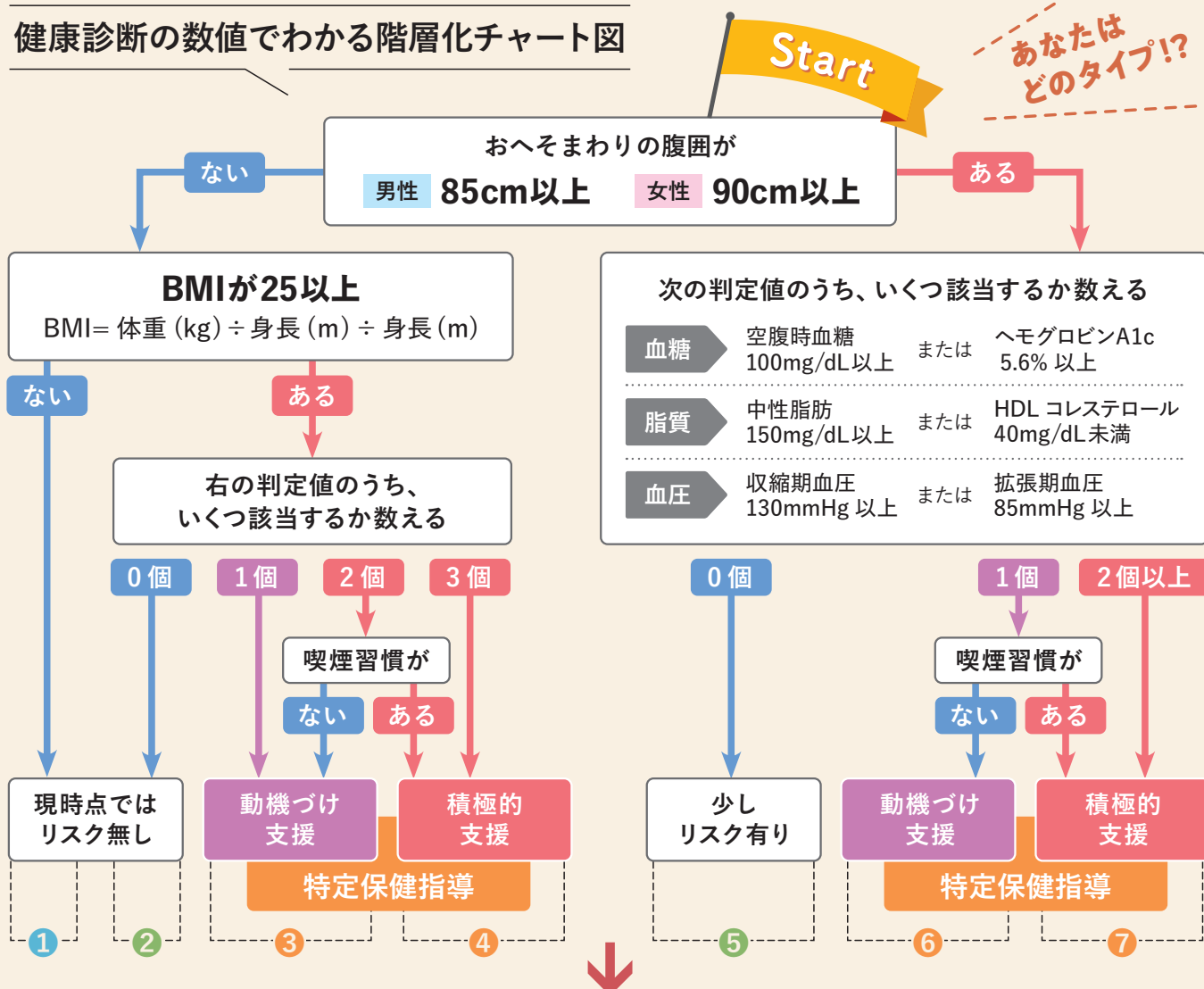
2026年度から新たな取り組みを開始しています！

対象者：18歳以上の在職被保険者



健康診断結果（腹囲・身長・体重・血液検査）から生活習慣病リスクを確認してみよう！

健康診断の数値でわかる階層化チャート図



キリンビール健保組合加入者の階層別（①～⑦）割合 ～ 2024年度健診結果から～

※在職従業員数：約13,000人

単位：%

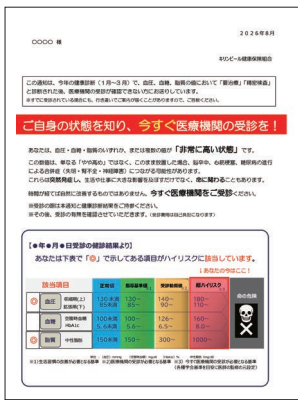
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	その他	計
60.7	2.1	1.4	0.2	6.2	5.9	10.5	13.0	100.0

最もリスクが少ない①に該当する方が約6割、一方で、
③④⑥⑦の特定保健指導対象者＝生活習慣病予備群の方も2割弱いらっしゃいます！

以下の3つのグループに分けて プログラムを提供していきます！

リスク高



	グループ1	グループ2	グループ3
対象者	超高リスク（例：血圧180以上）がありながらも適切な治療を受けていない方	一定のリスクがある方	現時点ではリスクは低い が、将来に向けて予防が必要とされる方
左ページの階層化図	主に③④⑥⑦の一部の方	③④⑥⑦に該当するが、 「グループ1」以外の方	⑤に該当する方 ※②は皮下脂肪型であり、 相対的には生活習慣病リスクが低い ため除外。
健保対応	警告レターの発信	特定保健指導の継続	運動、食事プログラム
提供プログラム (イメージ)	NEW 該当者へ警告レターを送付 【重要】 医療機関受診のお願い 	現・提供プログラムの継続 特定保健指導で もっと健やかな生活へ ステップアップ！ 	NEW chocoZAP chocoZAP 半年間無料利用  食事記録プログラム 

グループ1 対象者の方

警告レターを受け取られた方は、速やかに医療機関を受診ください。

健康診断を受けた時期	警告レター送付時期
1月～3月	8月下旬に送付済
4月～6月	2026年11月予定
7月～12月	2027年5月予定

グループ3 対象者の方

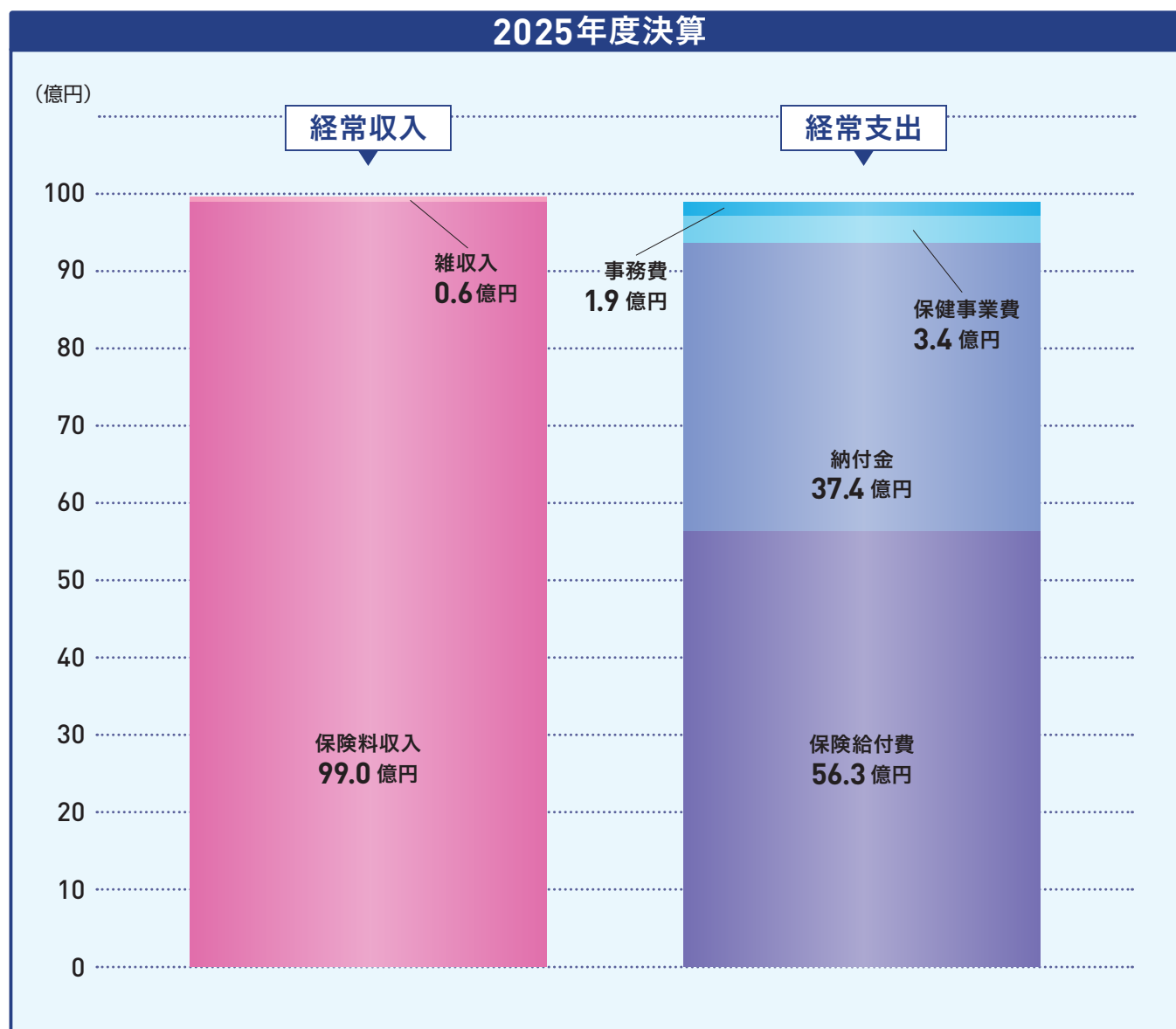
生活習慣改善に向け、プログラムをご活用ください。
※該当者には当健保組合から直接ご案内いたします。

健康診断を受けた時期	健保からの案内時期	chocoZAP 利用開始時期
1月～6月	2026年9月	2026年11月～
7月～12月	2027年3月	2027年5月～

2025年度 収入支出決算について

2026年7月27日開催の組合会にて、2025年度事業報告ならびに収入支出決算が可決承認されましたので、ご報告いたします。

健 康 保 険



	収入	支出	差引
経常	99.6 億円	99.0 億円	0.6 億円
経常外※	36.5 億円	1.4 億円	35.1 億円
総額	136.1 億円	100.4 億円	35.7 億円

※経常外収入：前年度繰越金、調整保険料収入等
 ※経常外支出：財政調整事業拠出金等

収入の部

被保険者の標準報酬月額増加(+10,000円/人・月)に加え、2社編入による被保険者数の増加(+750人)等が影響し、保険料収入は2024年度決算と比較し、803百万円増加しました。その他、出産育児交付金や高額医療交付金といった国からの補助金も増加し、収入全体で1,335百万円増加しました。

概要

支出の部

被保険者1人あたりの給付費の増加(+22,210円/年)に伴い、2024年度決算と比較し、保険給付費が600百万円増加、また高齢者医療のための納付金も233百万円増加となり、支出全体で887百万円増加しました。

収支の状況

単年度の実力を表す経常収支は60百万円の黒字となり、3年連続の黒字となりましたが、保険給付費および高齢者医療納付金等はこれからも増える見通しのため、今後も予断を許さない状況となっています。

介護保険

収入

保険料収入	13.0 億円
繰越金	5.3 億円
合計	18.3 億円

支出

介護納付金	11.4 億円
その他	— 億円
合計	11.4 億円

概要

収支の状況

収入は被保険者の標準報酬月額増加に伴う保険料収入、および繰越金の増加により+207百万円の増加、支出は介護納付金の増により+48百万円の増加となった結果、収支は6.9億円の黒字となりました。

公費で医療機関を受診している方へ

『市区町村等医療費助成届』をご提出ください

健康保険では業務外の病気やけがの場合に療養の給付が行われますが、病気の種類や患者さんの条件によっては、医療費の全額あるいは一部を国や地方公共団体で負担するケースがあります。これを「公費負担医療制度」といいます。

主なものとしては、 右表のものが 있습니다。

これらの「医療証」「受給者証」を所持し、保険医療機関にかかった際に自己負担金が軽減されている、あるいは無料となっている方は、健保組合への届け出が必要です。

乳 子 親

乳幼児医療、子ども医療、ひとり親家庭医療等

障 福 老 都

心身障害者医療、重度心身障害者医療、福祉医療
自立支援医療(精神通院医療、更生医療、育成医療)等

その他

特定医療費(指定難病)、小児慢性特定疾病医療等

※医療証、受給者証をお持ちでなくても、居住地の役所に申請すれば自己負担分が返還される場合がありますが、その場合も届け出が必要です。

健保組合への 届出方法について

在職者の方は、10月以降、各事業所(所属会社総務等)から発信される公式文書をご確認のうえ、「市区町村等医療費助成届」に受給者証(写)を添付し、各事業所(社会保険担当者)へご提出ください。
◎特例退職被保険者・任意継続被保険者の届出方法については、本誌にはさみこんでおります「受給者証(写)の提出について」をご覧ください。

今年度の健康診断の 受診はお済みですか？

ご家族の皆さまも
お忘れなく！

健診は病気を早期発見できる絶好の機会になります。年に1度、必ず受診を！

申込期限：2027年2月28日(日) 受診期限：2027年3月31日(水)

健診・検診概要

在職被扶養者(家族)、任意継続者(本人・家族)、特例退職者(本人・家族)

18～34歳
※女性のみ

女性がん検診(乳がん・子宮頸がん)

10,000円相当が無料

女性がん検診が無料[※]で受診できます！

35歳以上
※男女

一般健診 A1コース【施設・巡回】

13,000円相当が無料

人間ドック Aコース

自己負担3割で充実した検査

★扶養ご家族の40歳・50歳・60歳の節目は、人間ドックが無料です
※2027年3月31日時点で上記年齢に該当する方が対象

一般健診・人間ドックにオプション追加で、女性がん検診が無料[※]で
受診できます！(女性のみ) ※その他のオプションは自己負担あり

人間ドック・一般健診のオプション検査項目 ※自己負担30%(女性がん検診は無料)

- 胃部 X 線検査 ●胃部内視鏡 ●前立腺がん(PSA)検査 ●骨密度検査 ●腹部エコー ●子宮頸がん検査
- 乳がん検査(マンモグラフィーまたは乳房エコー) ●全額自己負担：脳検査・頸動脈エコー(脳ドック)

申込み方法

申込みは簡単3ステップ！

ご希望日でご受診するためにも、**お早めにご予約ください！**

1 健診機関をえらぶ

2 健診機関に電話で予約

3 イーウェル*に受診券発行依頼

*イーウェル(当組合の健診代行機関)

申込みは「KENKOBBOX」から

スマホ用二次元コード

または パソコンの検索画面で「KENKOBBOX」を検索



(スマホ用二次元コード)



KENKOBBOX Q 検索

LINE であなたが受けられる健診プランを確認！

「KENKOBBOX」にも直接アクセスができて便利

「キンビール健保 de 健康エール」

※健保から大切なお知らせ配信もあります。皆さまのご登録をお待ちしています。



←友だち追加

健診お問い合わせ先

(株)イーウェル健康サポートセンター

施設健診：ナビダイヤル 0570-057091 受付時間 9:30～17:30(日曜・祝日・12/29～1/4を除く)

上記番号がご利用いただけない場合は、[050-3850-5750]

※個人情報保護の観点から、健康診断を受診されるご本人様以外からのお問い合わせは受付していません。

2026年8月から国内の「高額療養費制度」が見直されましたが、 当健保組合の皆さまは付加給付があるため、 負担額は変わりません。

高額療養費制度とは、医療機関や薬局の窓口で支払った額*が、ひと月（月の初めから終わりまで）で上限額を超えた場合に、その超えた金額が払い戻される制度です。

近年の医療費の伸びに対応するため、2026年8月から月額自己負担限度額が引き上げられました。また、新たに「年間上限」を導入するなど、長期療養者等の経済的負担に配慮した見直しも行われています。

※入院時の食費負担や差額ベッド代などは含みません。



70歳未満の方の自己負担限度額 ※70歳以上は別途上限額の設定があります。

改定前		改定後（2026年8月から）	
所得区分（標準報酬月額）	月額上限	月額上限	年間上限 新設
83万円～	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1% 〈140,100円〉	270,300円 + (医療費 - 901,000円) × 1% 〈140,100円〉	1,680,000円
53～79万円	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% 〈93,000円〉	179,100円 + (医療費 - 597,000円) × 1% 〈93,000円〉	1,110,000円
28～50万円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% 〈44,400円〉	85,800円 + (医療費 - 286,000円) × 1% 〈44,400円〉	530,000円
26万円以下	57,600円 〈44,400円〉	61,500円 〈44,400円〉	530,000円*
低所得者（住民税非課税）	35,400円 〈24,600円〉	36,900円 〈24,600円〉	290,000円

〈 〉内の金額は「多数回該当」における上限額。過去12カ月以内に3回以上、月額上限に達した場合は、4回目から多数回該当となり、上限額が下がります。

※標準報酬月額15万円以下に該当することが確認できた方は、年間上限41万円を適用し、2027年8月以降に償還払い。

皆さまの負担額は付加給付によって、 さらに抑えられます

当健保組合は、高額療養費に加えて独自の付加給付を支給しています。付加給付は、自己負担限度額から25,000円（合算高額療養費付加金）を控除した額を支給しております。

このため、2026年8月以降も最終的な自己負担額に変更はありません。

例

1カ月の医療費総額が100万円で、窓口負担が30万円だった場合
（70歳未満／本人／標準報酬月額28万円～50万円のケース）

高額療養費

自己負担3割
30万円

—

自己負担限度額
85,800円 + (1,000,000円 - 286,000円) × 1%
= 92,940円

=

高額療養費（健保負担）
207,060円

当健保組合はさらに付加給付を支給

自己負担限度額
92,940円

—

付加給付（健保負担）
67,900円*
※100円未満の端数は切り捨て。

=

最終的な自己負担額
25,040円



実はこんなに怖い「受動喫煙」

「そろそろ禁煙しようかな…」と思いながらも、今もたばこを吸い続けていませんか？

たばこを吸い続けると、みなさんの周りにいるご家族や同僚などにも深刻な健康被害が及ぶ可能性があります。周りの方の健康を守るためにも、禁煙に取り組んでみませんか？

受動喫煙が及ぼす周囲の人への健康リスク

喫煙者が周囲にいることで、本人が吸っていないくても他人のたばこの煙を吸い込んでしまうことを「受動喫煙」といいます。

火のついたたばこの先から立ち上る「副流煙」には、吸う人が直接吸い込む主流煙と同じく有害な成分が含まれています。また、ニコチンやタール、一酸化炭素などの成分量は、主流煙よりも多いといわれています。

受動喫煙では、肺がん、虚血性心疾患、脳血管障害、乳幼児突然死症候群のリスクが確実に高まり、年間約15,000人の非喫煙者が受動喫煙によって亡くなっています※。

毎日の何気ない一服が、喫煙者本人だけでなく、周りにいる家族や同僚などの命を危険にさらす可能性があるのです。

受動喫煙によるリスク

大人

- + 肺がん
- + 虚血性心疾患
- + 脳血管障害 など

妊婦

- + 乳幼児突然死症候群 など

子ども

- + ぜん息 など

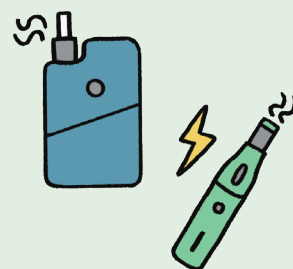


■ 加熱式たばこは決して安全ではありません！

加熱式たばこは、たばこ葉を電子機器で加熱させることで発生する、蒸気（エアロゾル）を吸い込むタイプのたばこ製品です。

喫煙者本人および周囲への健康影響やにおいなどが、紙巻たばこより少ないという期待から、使い始める人が多くいますが、**加熱式たばこからの受動喫煙によって健康被害が生じる可能性は高い**とされています。

加熱式たばこを使っていれば安全という風潮に惑わされず、早めに禁煙に取り組みましょう。



※参考：「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書」2016（厚生労働省）

「健康日本21アクション支援システム 健康づくりサポートネット 生活習慣病などの情報 喫煙」（厚生労働省）

■ 目に見えない「サードハンド・スモーク」にもご注意ください

ベランダや屋外、喫煙所など、人がいない場所で喫煙すれば周囲へのタバコの影響を抑えられると思っていませんか？

実はそれだけでは不十分。目に見えない「サードハンド・スモーク（残留受動喫煙、三次喫煙）」にも注意が必要です。タバコの煙に含まれる成分は、**喫煙者の衣服や髪、また壁や家具などに付着して長時間残留し、時間がたってからも周囲の人に影響をあたえます**。これをサードハンド・スモークといいます。

「ベランダで喫煙して部屋に戻った後、タバコ臭いと言われた」「タバコの火を消した後も部屋や車内ににおいが残る」といった場合は、タバコの有害成分が自身の服や髪、部屋中に残ってしまっている可能性があります。

喫煙後は手洗いや着替えをし、45分以上待ってから部屋に戻ることも有効と考えられていますが、ご自身や周囲の人の健康を確実に守るためには、完全に禁煙するようにしましょう。



キリンビール健康保険組合の禁煙サポート

一人で抱え込まず、禁煙サポートを活用してみませんか？

家族や周囲の人を、受動喫煙やサードハンド・スモークから守るために

キリンビール健康保険組合では、在職被保険者（20歳以上の喫煙者）を対象に、無料のオンライン禁煙サポートプログラム「ascure（アスクア）卒煙プログラム」を提供しています。



全コース
完全無料！



サポート費用・医薬品も0円

すべて
オンラインで
完結！



スマホアプリやLINEで
気軽に利用

3つのコースから
選べます！



- 1 卒煙スタンダード
- 2 卒煙スマート
- 3 卒煙ライト

あなたに合ったサポートを
自由に選択できます

プログラムの特長

- ✓ 健保への事前申請は不要、委託先へ直接申し込みが可能。
- ✓ 3つのコースから自分に合ったコースを選択可能。
- ✓ スマホがあればオンラインで完結、通院は不要。
- ✓ 面談予約は8:00～20:00（土日祝を含む）で可能。
- ✓ 禁煙補助薬の職場配送にも対応。

禁煙したいと思ったとき、いつでも利用できます。初めての禁煙という方も、再チャレンジという方も、ぜひお気軽にご活用ください。

▼ 禁煙サポート詳細はこちら



卒煙成功者
インタビューは
こちら▶



スマートフォンをマイナ保険証として利用できます

2025年9月より、機器の準備がととのった医療機関・薬局において、スマートフォンをマイナ保険証として利用できるようになっています。これにより、実物のマイナンバーカードだけでなく、スマートフォンでも保険診療を受けることができます。

☆デジタル庁が提供するiOS/Androidアプリ「マイナポータル」は、2026年8月25日から「マイナアプリ」へと呼称が変更されています。

スマートフォンでのマイナ保険証利用のメリット

スマートフォンで医療機関を受診(※)

マイナンバーカードの持ち歩きが不要になります。

※スマートフォン受付対応の医療機関に限ります。

※対応施設でも、当日の状況によりご利用できない場合もあります。



マイナアプリのログインが簡単に！

マイナンバーカードの読み取り作業が不要になります。マイナアプリでご自身の「健康保険の記号・番号」や「医療情報」などを簡単に確認できます。

✓ スマートフォンのマイナ保険証利用には、マイナアプリでの事前準備が必要です

- 1 マイナンバーカードの保険証利用登録をする。
- 2 マイナンバーカードをスマートフォンに追加する。

詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

厚生労働省
スマートフォンの
マイナ保険証利用について



✓ 受診前に、スマートフォン受付の対応が可能かどうか下記のサイトで確認しましょう

ご利用の際には、医療機関等の窓口で顔認証付きカードリーダーを操作し、スマートフォンに搭載されたマイナ保険証をスマートフォン用の汎用カードリーダーにかざします。

厚生労働省
スマートフォンのマイナ保険証対応
医療機関・薬局検索ページ



マイナ保険証への切り替えがまだの方はこちら

マイナンバーカードの申請方法

①申請する

個人番号カード交付申請書を準備の上、オンラインや証明写真機で申請します。

②受け取る

交付通知書(はがき)が届いたら、必要書類を確認のうえ、市区町村窓口で受け取ります。

マイナ保険証の登録方法

- 医療機関・薬局の受付(顔認証付きカードリーダー)で登録
→ 受診時に簡単に登録できます。
- ご自身の「マイナアプリ」にアクセスして登録
→ スマートフォンにマイナアプリをダウンロードしてから画面の指示に従って操作・登録してください。
- コンビニ(セブン銀行ATM)で登録
→ 4桁の暗証番号を入力して登録します。

詳しくはこちら

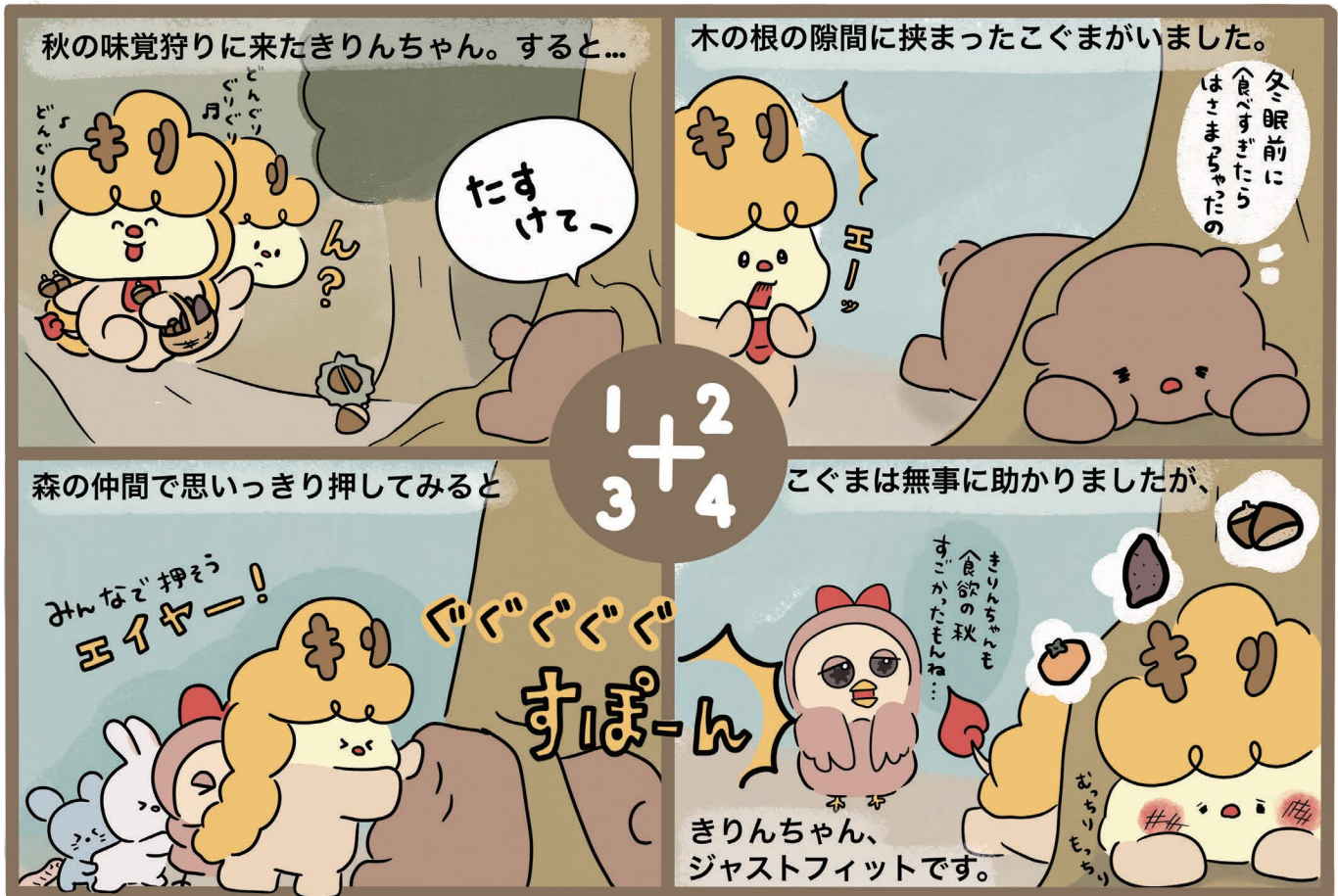


マイナンバー
カード
総合サイト

詳しくはこちら



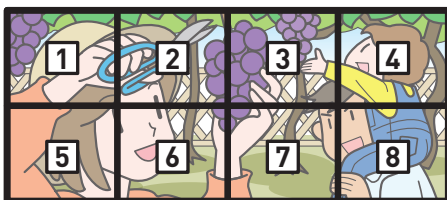
マイナンバーカードの
健康保険証利用について



まちがいさがし

上下のイラストにはまちがいが6つあるよ。エリア表を参考に間違いのあるワクをすべて答えてね。

エリア表



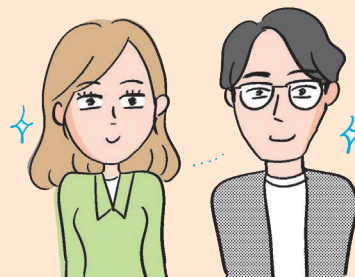
©スカイネットコーポレーション



答えは裏表紙を見てね!

プレコンセプションケア

「プレコンセプションケア」とは妊娠（コンセプション）の前（プレ）のケアの意味です。性別、また子どもをもつかどうかにかかわらず、将来のライフプランを見据えて、性や健康について正しい知識をもち、心身の健康や生活習慣を整えていく考え方です。若い世代の男女が健康について考え、将来の自分自身と、次世代の子どもたちの健やかな未来につなげていくことを目指すものです。



プレコンセプションケアで大切にしたいこと

自分の体調や 月経の変化を知る

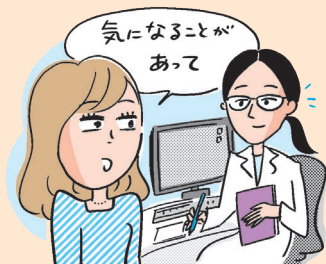
日頃の体調や、月経の周期・量・痛みなどの変化に気づくことは、自分の体を知るための大切な手がかりになります。「いつもと違う」に早く気づけることが、健康を守る第一歩です。

食事・睡眠・運動 などの生活習慣を見直す

毎日の生活習慣は、心と体の健康に大きく影響します。できることから少しずつ整えていくことが、将来の健康につながります。

健康診断を 定期的に受ける

定期的な健康診断は、体の状態を客観的に確認する機会です。不調や病気の早期発見につながります。症状がなくても受けましょう。



不安や疑問があれば、 抱え込まずに相談する

気になることがあれば、一人で抱え込まず、医療機関や相談窓口を活用しましょう。相談することも、自分を大切にする行動の一つです。

こども家庭庁ウェブサイト

全国の「性と健康の相談センター」窓口を探すことができます。



<https://precon.cfa.go.jp/soudan/nayami/>



皆さまのペット写真を大募集！

キンビール健康保険組合では、『きりんけんぽ』の表紙を飾る、かわいいペット写真を募集します。※次号の冬号より掲載いたします。

募集要項

応募方法

下記の①～③を記載のうえ、写真データを添付して応募先アドレス宛にメールにてご応募ください。

メールの件名：ペット写真を応募します。

- ① 飼い主さんの氏名、所属会社
- ② ペットのお名前（必要に応じて種類・年齢など）
- ③ 飼い主さんからの一言コメント



応募先

キンビール健康保険組合〈健保_保健事業 N103115〉
✉ 03115_Ni@kirin.co.jp

11ページ 「まちがいさがし」

解答 1 2 4 6 7 8

