

2026
秋

第72号

ナイスグループ

健保だより

ご意見・感想募集中



今後のイベントに
反映されるかも!?

第36回 ナイスヘルシーウォーキング大会

過去最多の
56チームが熱戦!!

団体戦ベスト3インタビュー

第1位

花

平均歩数 26,632歩

気軽に参加したつもりが、チームメイトに刺激を受けて本気モードに。本気で優勝を狙いに行くことが確実にダイエットにつながります!



涼しい日が多かったので、通勤では2駅分歩き、休日は終日散歩、自宅ではウォーキングマシンも活用しました。その積み重ねが過去最高の歩数につながったと思います。

普段はマイペースにランニングを続けていますが、モチベーションを保つために50kmのウルトラマラソンヘントリーしました。「1人エントリー制度」により、個人でも団体戦に参加できて楽しかったです!

第2位

あまおうRC

平均歩数 19,923歩



最初の頃から毎回参加しています。大会期間中は歩数をより意識するようになり、ランニング以外でも夫婦で積極的に歩くようになりました。

よく食べ、よく飲みますが、ここ数年は体重も増えておらず、大会の効果を感じています。

第3位

☆SGM☆エース

平均歩数 18,605歩



相模原営業所内で歩数が多いエース級のメンバーでチームを組みました!お互いの歩数を確認するのが楽しくて、良い運動期間になると思います。

毎日ランキングを確認し、目標歩数をクリアできるようにメンバー同士が助け合いの精神でカバーしていました。

あと一歩で表彰台!

チーム木太郎

平均歩数 18,232歩

第3位との差は373歩! 惜しくも表彰台は逃しましたが、隠れた実力派チームにもインタビューしました。



ご利用いただくお客様の残業時間を削減して、心身の健康を守る「木太郎」を世に知らしめるために集まったチーム木太郎です。

中に筆って仕事をする職種ですが、全員が工夫して「歩く」時間を捻出した結果ですので、胸を張りたいと思います。

特別表彰

ナイスチームワーク賞

相模原営業所

☆SGM☆エース ☆SGM☆スタメン
☆SGM☆ヤング ☆SGM☆ほけつ

住設・木材・総務・SDロジ(株)の垣根を越えて4チーム(全15名)を結成し、楽しみながら健康づくりに取り組みました。会社・部署を超えたチームワークを称え、特別表彰として表彰状と副賞をお送りしました!



ナイスコンピュータシステム(株)では
独自に表彰を実施



肺がん検診を毎年受けて安心を手に入れましょう！

肺がんは早期発見が難しく、進行が速いがんです。
できるだけ早期に発見することがその後の治療に影響します。
そのために欠かせないのは何といたっても検診です！

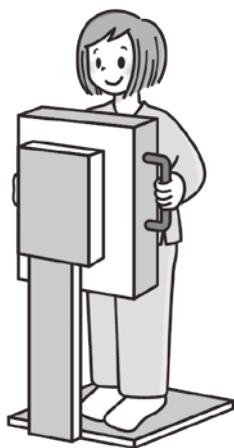
毎年

胸部X線検査

胸部全体のX線撮影を行い、
肺や気管支などの呼吸器、
心臓などの病変を調べる検査です。

40歳を過ぎたら
年1回の肺がん検診が
おすすめ！
ご家族は無料・低額で
受けられる自治体検診を
ぜひ活用しましょう

ナイスグループでは、会社
の健康診断の際に、全社員
に胸部X線検査を実施して
います。



精密検査

病変が見つかったら

胸部CT検査

胸部全体の断層画像を撮影し
コンピュータで解析する検査です。

小さな病変や、早期の肺がんの
発見に有効！



喫煙者のみなさま

CT検査+禁煙で肺の健康を守りましょう

喫煙者は非喫煙者と比べて肺がんにかかるリスクが男性で4.4倍、女性で2.8倍高いといわれています。
ナイスグループ被保険者（社員）の喫煙率は24.5%（全国成人の喫煙率は14.8%）です。

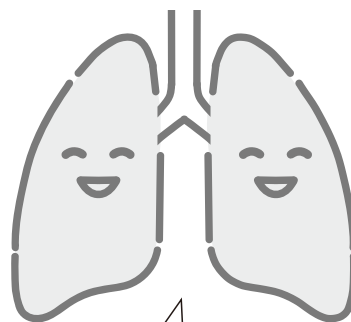
自費診療で受ける胸部CT検査は
オプション検査補助金の対象です！

※保険診療で受ける検査（胸部X線検査の結果、要精密検査となり
受けるCT検査等）は補助金の対象外です。

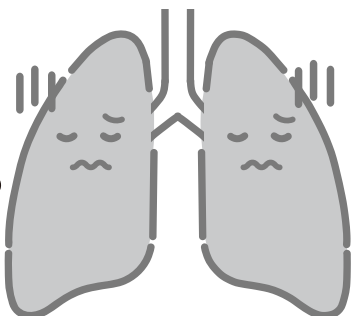


喫煙歴のある方は要チェック！

胸部CT検査は、胸部X線検査では見つけにくい小さな異常の
発見に役立つことがあります。



自覚症状はないけど、
今の肺は大丈夫かな？



胸部CT検査の受診とあわせて、
禁煙へのチャレンジもおすすめ

禁煙プログラムの補助制度の詳細は、
右のQRコードからご確認ください。



* QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

お薬代を見直してみませんか？

～ジェネリック医薬品・バイオシミラーの活用を～

バイオ医薬品の主な対象疾患

- 糖尿病 ●乳がん、胃がん、白血病
- 肥満症 ●アレルギー ●骨粗しょう症
- 貧血 ●片頭痛
- 関節リウマチ、潰瘍性大腸炎、クローン病、乾癬などの自己免疫疾患
- 加齢黄斑変性などの眼疾患

3

1

2

4

	ジェネリック (後発医薬品)	バイオシミラー (バイオ後続品)
薬価	先発医薬品の 約50%	先行バイオ医薬品の 約70%

6月から 先発医薬品を選んだ場合の自己負担が増加しました

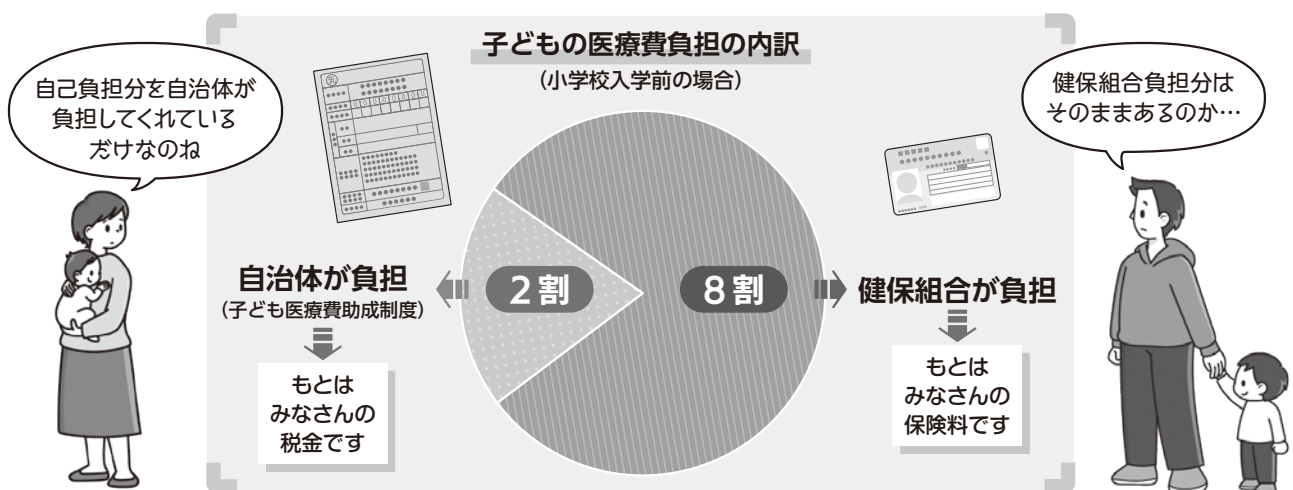
後発医薬品（ジェネリック医薬品）があるにもかかわらず、患者が先発医薬品（長期収載品）を希望し処方してもらおうと、自己負担が加算されます。これまではジェネリック医薬品との差額のうち「4分の1」が加算されていましたが、6月からは「2分の1」に引き上げられました。

子どもと医療のはなし

子どもの医療費は無料ではありません

子どもが医療機関を受診しても自己負担がないため、`医療費はかからない。と誤解しがちです。しかし、もちろん医療費はかかっていて、健保組合の負担があるのは大人と同じです。自己負担がないのは、自治体の医療費助成があるからです。

健保組合はみなさんの保険料から、自治体はみなさんの税金から医療費を負担しています。医療費負担のしくみについて知っておきましょう。



《注》 子ども医療費助成制度の内容は、自治体によって異なります。詳細はお住まいの自治体にご確認ください。

令和7年度

決算がまとまりました

7月15日に行われた組合会において、令和7年度決算が承認されましたので、概要をお知らせします。

健康保険

その他
2,517万円(1人当たり1万4,533円)

収入の部

総額 **11億1,807万円**

(1人当たり
64万5,539円)

保険料

10億9,290万円(1人当たり63万1,006円)

みなさまや事業主からいただいた大切な保険料です

各種健診やオプション検査等の補助など、
当健保組合オリジナルの保健事業を実施しました

保健事業費
3,390万円(1人当たり1万9,572円)

支出の部

総額 **11億442万円**

(1人当たり
63万7,656円)

保険給付費

5億5,550万円(1人当たり32万727円)

医療費の7割部分や傷病手当金、
出産手当金などの給付金です

納付金

4億7,045万円(1人当たり27万1,625円)

高齢者の医療費を支援するために
国へ納めています

保健事業を活用して、医療費の節減にご協力ください

健保財政を圧迫しています

黒字を維持しましたが、
保険給付費(医療費)が増加しています

その他
4,457万円(1人当たり2万5,732円)

収 支

11億1,807万円 (収入) - 11億442万円 (支出) = 1,365万円 (繰越・積立)

介護保険

介護納付金は1億5,722万円で、748万円増加しました。

収入

介護保険収入	1億4,345万円
繰越金	208万円
繰入金	1,300万円
合 計	1億5,853万円

支出

介護納付金	1億5,722万円
合 計	1億5,722万円

収 支

1億5,853万円 (収入) - 1億5,722万円 (支出) = 131万円 (繰越・積立)



決算のポイント

(数値の増減は前年度比)

- ① 保険料率は96.3/1000のまま据え置きましたが、標準報酬月額、賞与額ともに減少した結果、収入は前年度より4,298万円減少となりました。
- ② 支出では、納付金が1,462万円減少しましたが、保険給付費(医療費)が3,360万円増加し、総額では前年度より2,806万円増加になりました。
- ③ 令和7年度の収支は、保険料収入が減少したものの、納付金が減少したため、1,365万円の黒字となりました。
- ④ 介護保険は、保険料率を1/1000引き上げたことと、準備金から1,300万円繰入したことにより、131万円の黒字になりました。

組合会議員が任期満了に伴い改選されました

(任期：令和8年8月8日～令和11年8月7日)

選定議員		互選議員	
理事長	津戸 裕徳	理事	秋葉 健介
常務理事	長峰 岳徳	理事	田澤 遵
理事	上野 尚哉	理事	佐藤 大樹
議員	荻谷 孝斉	議員	柳原 直也
議員	山田 直樹	議員	向田 一貴
議員	岩田 創平	議員	安田 有希
監事	渡部 亮一	監事	山田 真弘