

1.1. 保健指導宣伝事業について

(1) 組合機関誌「すこやか」の発行

機関誌「すこやか」は組合の情報誌として、組合事業、医療保険、健康情報等を掲載し、被保険者の方々へ月1回発行します。発行にあたっては、加入者に対し、組合事業への参加奨励や健康意識の向上に役立つ記事を掲載し、分かりやすい誌面づくりに努めます。また、生活習慣病の予防、社会保障関係の動き、健康に特化したコラム、お便りの紹介やクイズも引き続き掲載します。

また、機関誌「すこやか」は事業所に限りデータ配信をしています。毎月1日に当組合から事業所担当者宛へ「メール」でデータを提供しています。なお、従来どおり冊子をご希望の場合は引き続きお送りします。部数を指定していただくことも出来ます。

(データ配信をご希望の場合はホームページの「出版健保メール受付」から登録してください。)



(2) 2025年度版「健保ガイド」の作成

例年どおり、令和7年度の事業計画及び健康保険業務の手引き等を掲載した「健保ガイド」を、事業所の事務担当の方々に配布しますので、健保事務にご活用ください。ホームページにも掲載しています。



2024年度版 健保ガイド

事業計画

令和6年度 事業計画..... 4

健康保険・適用

適用関係の諸届一覧.....	13
事業所の所在地・名称が変わったとき.....	14
事業主や事業所に関することで変更があったとき.....	14
被保険者証(保険証)とマイナ保険証.....	15
被保険者の範囲.....	16
従業員を採用したとき.....	17
すでに提出した被保険者資格取得届に誤りがあったとき.....	17
被保険者が退職・死亡したとき.....	19
資格喪失年月日に誤りがあったとき.....	19
被保険者・被扶養者の氏名、生年月日、住所等に変更や訂正があるとき.....	19
被保険者証をなくしたとき、き損したとき.....	20
退職者等から被保険者証を回収できないとき.....	20
60歳以上で退職する方を継続再雇用するとき.....	21
被扶養者の範囲と認定.....	22
被扶養者が被保険者と離れて住むようになったとき.....	25
後期高齢者医療制度の障害認定を受けたとき.....	25
被扶養者が増えたとき、減ったとき.....	25
保険料の計算.....	28
保険料の納付.....	28
標準報酬.....	29
標準報酬の決定される時期.....	29
標準賞与.....	32
標準賞与の決定される時期.....	32
産前産後休業期間中の保険料免除等.....	33
育児休業期間中の保険料免除等.....	34
任意継続被保険者制度.....	35
特例退職被保険者制度.....	37
高齢受給者に関すること.....	39
高齢者医療制度.....	40
介護保険制度.....	42

イメージは2024年度版です

被保険者

■被保険者の範囲

(1) 被保険者となる方

健康保険の適用事業所に使用される方が被保険者となります。
「使用される」とは、法律上の雇用関係があるかどうかは絶対的な条件ではなく、事実上の雇用関係をいいます。

具体的には、

- ① 労務の提供があること
 - ② 労務の対価として賃金を受けていること
 - ③ 労務管理等がされていること
- が基準となります。

たとえば、名目上は雇用契約があっても、他の事業所へ向出したときや、労働組合の専従職員になり、休職扱いになって給料が出ないようなときは、事業主との間に事実上の雇用関係がないものとして、被保険者でなくなります。逆に、技術養成というような名目でも、働いた日数や給与などからみて雇用関係の実態がある場合は、被保険者となります。

また、法人の理事、取締役等の代表者であっても、法人から労務の対価として報酬を受けていれば、法人に使用されるものとして被保険者となります。

(2) パートタイマーの被保険者資格

短時間就労者、いわゆるパートタイマーが健康保険・厚生年金保険の被保険者の資格を取得するかどうかは、その身分関係だけでなく、雇用関係の実態によります。その取り扱い基準は平成28年10月1日からは次のとおりです。

パートタイマーが、使用される事業所の同種の業務に従事する従業員の1週間の所定労働時間、1か月の所定労働日数のいずれも4分の3以上就労しているときは、被保険者となります。

※平成28年9月30日以前に「旧4分の3基準（1日または1週のいずれかの労働時間、1か月の所定労働日数がいずれも4分の3以上）」にて資格取得された被保険者については、同じ事業所において同契約で雇用されている間は、引き続き被保険者となります（雇用契約の更新などにより、時間または日数のどちらかでも要件を欠くときは資格喪失となります）。

(3) 短時間労働者の被保険者資格

次の①～⑤のすべての要件に該当するときは、被保険者となります。

- ① 週の所定労働時間が20時間以上あること
- ② 賃金の月額が8.8万円以上あること（時間外労働への賃金や通勤手当等は含まれません）
- ③ 勤務期間が2か月を超えることが見込まれること
- ④ 学生ではないこと
- ⑤ 規模101名以上の事業所（特定適用事業所）であること

※令和6年10月からは「51名以上」まで引き下げられます。

※101名未満の事業所についても労使同意による申し出をすることで被保険者とすることができます。

(4) 被保険者から除外される方

健康保険・厚生年金保険の適用事業所に使用される方は原則として被保険者になりますが、次のいずれかに該当する場合は被保険者となりません。これを適用除外といいます。

- ① 船員保険の被保険者（厚生年金保険では被保険者となります）

(3) 「出版健保のご案内」の作成

出版健保の概要と諸手続き、健康管理、健康・体力づくり、保養施設・スポーツ施設、健康管理センター等の事業案内を掲載します。

今年度から、各事業所に1部配布させていただきます。また「出版健保のご案内」は「ホームページ」に掲載していますので、加入者の皆様にご周知のほど宜しくお願いします。

各事業所、特例退職被保険者の方々には令和7年3月に在籍している方を対象に4月号の機関誌「すこやか」と併せて配布します。

2024年度版 出版健保のご案内

CONTENTS

- 出版健保概要のしくみ……………2
- 出版健保への手続き……………4
- 出版健保の届け……………7
- 保険料はどのように決まりますか……………10
- 出版健保の保険料を減額して……………12
- 健康づくりをしましょう……………13
- 健康管理事業……………14
- 特定健診・特定保健指導……………15
- 「特定健診」年齢別年表……………16
- 健診一覧……………18
- 検査のチェック項目……………18
- 補助金を交付します……………18
- 健康相談センター情報をご利用ください……………22
- 健康相談……………26
- 出版健保スポーツ大会スケジュール……………27
- 保健指導……………26
- 自律運動施設……………34
- 知的スポーツ施設……………39
- 利用の予約制・その他の補助……………40
- 出版健保ホームページ……………41
- 一覧・成人検・入場ドック・家族健診……………42
- 西村健診・調検査受診機関一覧……………42
- 検査申請書(特例・併進者等)……………46

出版健保
ホームページアドレス <https://www.publishing-health.jp>

特定健診・特定保健指導

国民医療費の約3割、日本人の死亡原因の約半数を占める生活習慣病。【特定健診】とは、こうした生活習慣病の予備群といわれているメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目して行うもので、40歳以上75歳未満の被保険者と被扶養者が対象です。

特定健診の結果から保健指導が必要とされた方には、専門スタッフ（医師、保健師、管理栄養士など）が生活習慣を見直すサポートを実施します。これを「特定保健指導」といいます。

特定健診の検査項目（出版健保が実施している40歳以上の健診は、すべて【特定健診】の検査項目を実施しています）

● 質問票（服薬歴、喫煙歴等）	● 身体計測等（身長、体重、BMI、腹囲等）	● 血圧測定
● 理学的検査（診察）	● 尿（尿糖、尿蛋白）	
● 血液検査	● 脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）	
	● 血糖検査（空腹時血糖またはHbA1c）	
	● 肝機能検査（AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT(P))	

医師が必要と認めた場合に実施

● 心電図 ● 眼底 ● 貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）
● 血清クレアチニン（eGFRによる腎機能の評価を含む）

特定保健指導対象者の選定方法と判定基準

特定健診の結果から、次のステップに沿って、保健指導の支援レベルを選定し、スタッフがサポートします。

STEP 1 内臓脂肪蓄積のリスクを判定

タイプ① 腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上
タイプ② 腹囲は上記未満だが、BMI(体重(kg)÷身長(m)×身長(m))が25以上

STEP 2 検査結果、質問票から追加リスク数をカウント

- 血糖：空腹時血糖（やむを得ない場合は随時血糖）100mg/dec以上、または HbA1c 5.6%以上
- 脂質：空腹時中性脂肪 150mg/dec以上（やむを得ない場合は随時中性脂肪 175mg/dec以上）または HDLコレステロール 40mg/dec未満
- 血圧：収縮期血圧 130mmHg以上、または 拡張期血圧 85mmHg以上
- 質問票：喫煙歴あり（上記の1～3のリスクが1つ以上の場合はのみカウント）

STEP 1	STEP 2	保健指導の内容
①のリスクに該当した場合（脂質測定）	1～4のリスク数が2つ以上	積極的支援
	1つ	積極付け支援
	0	情報提供
②のリスクに該当した場合（BMI）	1～4のリスク数が3つ以上	積極的支援
	1～2つ	積極付け支援
	0	情報提供

STEP 4 特定保健指導

● 治療中（糖尿病、脂質異常症、高血圧）の方は継続的に医療機関を受診しているため、特定保健指導の対象にはなりません。

● 特定健診の問診票に関する質問項目は、正確にもれなくご記入ください。

● 前期中高齢者（65歳以上75歳未満）は、積極的支援の対象になった場合でも積極付け支援レベルになります。

保健指導レベルに合わせたご案内をします

情報提供	健康的な生活習慣の重要性に対する理解と関心を深め、生活習慣を見直すきっかけとなるような、基本的な情報を提供します。
積極付け支援（リスク低）	生活習慣を振り返り行動計画を立て、目標達成に向けて実行できるようサポートします。 ・初回面談：個別に20分以上（ICTを活用した遠隔面談は30分以上）、対象者に合わせた実践的なアドバイスを行います。 ・実践指導：3か月以上経過後に健康状態、改善状況を確認をします。 ・継続指導：3か月以上経過後に健康状態、改善状況を確認をします。 ・生活習慣の改善が顕著でさらなる目標を設定してサポートします。 ・上経過後に目標（腹囲20cm・体重2kg減）を達成した場合は支援生活習慣病予防につながる行動変容や過程等を含めて評価されます。

イメージは2024年度版です

健康相談

健康管理事業の一環として、「出版健保健康相談サービス」を開催しております。メンタルヘルスカウンセリングのほかに、身体の不調や医療・介護・育児に関することなど幅広い内容をご相談いただける総合的な健康相談窓口です。

健康管理事業の一環として、「出版健保健康相談サービス」を開催しております。メンタルヘルスカウンセリングのほかに、身体の不調や医療・介護・育児に関することなど幅広い内容をご相談いただける総合的な健康相談窓口です。

で心身の不調を感じている方はお気軽にご相談ください。業務委託方式で、看護師、臨床心理士などの有資格者が相談を受けます。相談者および相談の内容については個人情報として保護されますので、プライバシーの面でも安心してご利用いただけます。

1. 対象者 被保険者および被扶養者

2. 利用方法

- 専用ダイヤル 広聴部までお電話ください（通話料無料）。※発信番号の通知設定が必要となります。
- 受付時間
 - (1)健康相談…24時間・年中無休
 - (2)メンタルヘルスカウンセリング（スポットカウンセリング）
 - ①電話相談…9:00～22:00・年中無休（相談時間の目安：1回20分）
 - ②Web相談…24時間・年中無休（返信には数日を要します）
<https://consult-tpcc.co.jp/service/220348>

以下の相談は予約制となります。

- ③面談カウンセリング
- ④オンライン面談カウンセリング
- ⑤電話継続カウンセリング

初回利用時にいずれか1つを選択。利用途中での変更はできません。（相談時間の目安：1回50分）

- ・電話による予約…月曜日～金曜日 9:00～21:00
土曜日 9:00～16:00
(日曜日・祝日・12月31日～1月3日を除く)
- ・Webによる予約…24時間・年中無休
<https://consult-tpcc.co.jp/service/220348>
(受付後、日程調整の電話があります)

※③～⑤の利用については年度内5回までとなります。

3. 利用料金 無料

(4) 「リーフレット」等の作成

出版健保会館での健診案内、直営保養施設のリーフレットを作成します。直営保養施設等のリーフレットにつきましてはホームページに掲載しています。印刷することもできますので、ニーズに合わせてご利用ください。

●一般健診 ●成人病健診 (兼特定健診)

検査項目および検査内容

項目	一般	成人	内容
受付	●	●	診察日前通知等、健康質問票、健康増進相談、健康増進相談山、保健指導の要出(成人病健診健診者)
身体測定	●	●	身長・体重・BMI・視力・聴力
視力	●	●	視力検査
血圧	●	●	血圧測定
聴力	●	●	オーディオトーン(1,000Hz、4,000Hz)
採尿	●	●	尿白、尿、尿糖反応
胸部X線	●	●	デジタル撮影
採血	●	●	生化学検査(赤血球数、白血球数、血小板数、ヘマトクリット、AST、ALT、GPT、ALP、γ-GT、TP)、糖質代謝(空腹血糖、HbA1c、LDL-C、HDL-C、クレアチニン、eGFR(成人病健診のみ)、尿酸、尿酸飽和値、HbA1c)
	●	●	生化学検査(赤血球数、白血球数、血小板数、ヘマトクリット)
心電図	●	●	12誘導
超音波	●	●	肝、胆、膵臓の超音波
超音波	●	●	食道、胃、十二指腸超音波(デジタル撮影)
眼底	●	●	眼底鏡による眼底撮影
大腸	●	●	便潜血反応
診察	●	●	医師による診察
前立腺	●	●	PSA検査(50歳以上)
乳房	●	●	乳房超音波(マンモグラフィ)
	●	●	X線マンモグラフィ(マンモグラフィ)、超音波(マンモグラフィ)
子宮頸部	●	●	細胞診

○健診衣は当健保組合で用意いたします。
○すべての検査を効果よく行うため、検査は順番不同で行います。
(※)20歳以上の乳がん検診は実施いたしません。
30歳以上の90歳以下の方(一般健診)は検診のみです。
40歳以上の90歳以下の方(成人病健診)はX線または超音波検査のどちらか一方を選択できます。

交通のご案内

JR 京浜東北線 東横駅 徒歩5分
地下鉄 京浜東北線 東横駅 徒歩7分
京浜東北線 東横駅 徒歩7分
都営地下鉄三田線 新大塚駅 徒歩6分
京浜東北線 東横駅 徒歩5分

昨年の健診結果と比較してみませんか?

健診結果を前年と比較し、1年間の生活がどう変化したかを、昨年の結果を比較し、健康改善のヒントをアドバイスいたします。

初回登録やログイン方法は、右記からご参照ください。

出版健康保険組合 健康管理センター
〒101-8304 東京都千代田区神田区神田1-7
健康管理課 ☎03(3292)5091

出版健保ホームページ <https://www.phia.or.jp/>

ご家族にも受診をお勧めください。
※家族健診は35歳以上の方が対象です。

令和7年度健診のご案内

健診までにできることをやってみましょう!

食事編

- おやつを食べる習慣がある 60% 夕食後のおやつはやめ、食べるなら午後4時までにする
- 甘い飲み物が好き 60% 飲み物は無糖のものを選ぶ
- 朝食抜き 60% 1日3食を習慣化する
- 夜遅くに食べる 60% 就寝前2時間は食べないようにする
- ご飯はおかわりをする 60% 普通盛り1杯までにする

身体活動編

- エレベーターやエスカレーターをよく使う 60% なるべく階段を使う
- 休日は家でゴロゴロしている 60% 家事をしたり、買い物に出る
- 歩くことが嫌い 60% 現状より10分多く歩いてみる

アルコール・タバコ編

- 前日お酒を飲む 60% 飲まない日を週1日以上つくる
- タバコを吸う習慣がある 60% 禁煙を考へてみる、実行してみる

小さなことからコツコツと
取り組んだ成果を感じるはず

出版健保 健康管理センター

健診のご案内
(健保会館用)

出版健康保険組合 保養施設のご案内

Ito Kuriho

伊東 栗穂

出版健保 健康管理センター

直営保養施設用リーフレット
(画像は伊東「栗穂」)

(5) ホームページの運営

「ホームページ」は出版健保の事業にかかるタイムリーな情報をご案内しております。トップページには新着ニュースをはじめ「適用・給付」「健康管理事業」「イベント・保養施設」等、各分野別に表示し、アクセスしやすい仕様としております。

特にホームページ右側に組合からの案内を事業ごとにアクセスできる項目（「[事務担当者用ニュース](#)」「[発送文書一覧](#)」「[広報物一覧](#)」など）を設けております。大会の開催状況は「[イベント開催状況](#)」からお知らせして参ります。

その他、従来どおり健康保険の仕組みや各種手続き（適用・給付）、保健事業（健康診断・体育奨励事業・保健施設事業）、診療所運営、健康企業宣言（健康優良企業認定制度）について、機関誌「すこやか」のバックナンバー等を掲載しています。なお、令和6年度のアクセス数は約45万件（2月末）となっています。

The screenshot displays the homepage of the publisher health insurance website. At the top, there is a navigation bar with categories like 'Health Insurance Basics', 'Sickness/Injury/Birth', 'Health Management', 'Health Management Center (Clinic)', 'Welfare Facilities', 'Sports Events', and 'Various Applications'. Below this is a 'New News' section with a list of recent updates, including information about a new booklet, application procedures, and a tennis tournament. A large video player is featured in the center, showing a doctor and a patient, with text overlays about medical data and insurance. To the right, there is a sidebar with various service links such as 'MY HEALTH WEB', 'Influenza Prevention', 'Public Notices', 'Health Enterprise Declaration', 'Health Scoring Report', 'Event Status', 'Clinic Information', 'Sukoyaka Plaza', 'Staff News', 'Member Page', 'Email Subscription', 'Video Channel', 'COVID-19 Response', 'Document List', 'Publicity List', and 'Nursing Insurance System'. At the bottom, there are three small video thumbnails for 'Applicable Benefits', 'Welfare Facilities', and 'Events/Welfare Facilities'.