先発医薬品の患者負担増額制度について

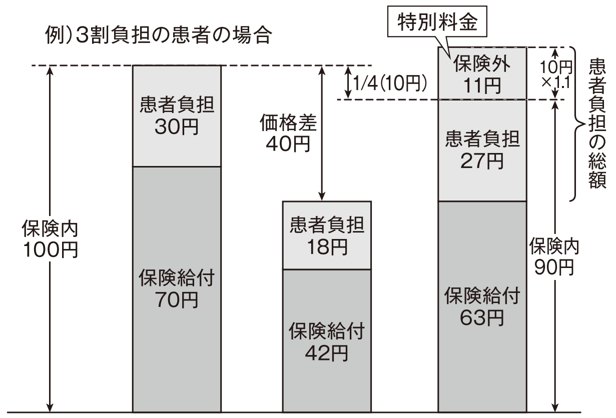
薬品の自己負担の新たな仕組み「長期収載品の選定療養」が10月から始まりました。これは医療上の必要性がない中、あえて後発医薬品ではなく長期収載品（特許が切れた先発医薬品）の使用を希望した場合、患者が特別料金を負担する仕組みです。これはより後発医薬品を利用してもらい、患者負担と保険給付の両方を軽減することが目的です。

そのため、例えば"使用感"や"味"など薬の有効性に関係のない理由で長期収載品の使用を希望する場合に、長期収載品と後発医薬品の価格差の4分の1相当を特別料金として負担することになります。（右図参照）

ただし、流通の問題などにより、医療機関等に後発医薬品の在庫がない場合は特別料金を支払う必要はありません。

厚生労働省「後発医薬品のある先発医薬品の選定療養について」はこちら

長期収載品の選定療養の概要（イメージ図）



	先発医薬品	最も高い後発医薬品	先発医薬品 ※2024年10月～
価格	100円/錠	60円/錠	100円/錠
患者負担分	30円/錠	18円/錠	38円/錠

食生活で健康づくり

（監修）
東武食品サービス㈱
総務部課長 管理栄養士
磯川文代さん

✿ 温活 冷えむくみに対応する身体づくり ✿

冷えやむくみの原因は主に血行不良です。バランスのよい温かい食事で血行促進し、生活面では、運動や入浴、マッサージで血流やリンパの流れをよくしましょう!

食材選びのポイント **バランスのとれた食事と規則正しい食生活が基本です**

◎体を温め、血液の循環をよくする食材を積極的に摂りましょう

野菜はサラダよりも温野菜や煮物にしましょう。夏が旬のトマトや茄子などの体を冷やす食品は加熱するようにします。ねぎやしょうがなど体を温める食材を取り入れ、過度の糖分や脂肪、塩分を控えましょう。糖分や脂肪は血糖や中性脂肪を増やし塩分は体液の濃度を上げ、血行不良の原因となります。

◎血行をよくするビタミンEや鉄の不足に注意しましょう

血行不良には末梢の血管まで血液が流れるように赤血球を変形させたり、血管を広げたりするビタミンE、全身に酸素を運ぶ鉄の摂取はとくに重要です。また鉄分の吸収をサポートするビタミンCやとうがらしに含まれ発汗や血行を促進して体温を上げるカプサイシンもおすすめです。

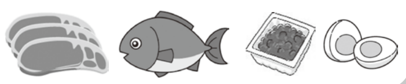
効果的な栄養素と食材

●たんぱく質●

効果：たんぱく質は筋肉を維持し、体熱を産生します。また体内の水分をコントロールします

食材：肉や魚、大豆製品や卵など。

※血行の循環を促進するビタミンEが豊富な鮭やサバなどの青背の魚がおすすめです



●ビタミンE●

効果：ビタミンEは血管壁にこびりついた過酸化物質を分解し、血行を促進する作用があります

食材：アーモンドやカシューナッツなどの種実類やかぼちゃなど

●カリウム●

効果：カリウムは過剰なナトリウムの排泄を促し細胞内の水分浸透圧を一定に保つ働きがあります。塩分を摂りすぎた時は積極的に摂りましょう

食材：バナナ、アボカド、野菜・芋類など

運動、入浴、マッサージ

適度な運動で筋力をつけ、血液の循環を改善したり、ストレッチやマッサージで血流やリンパの流れをよくすることや、ぬるめのお風呂で体を温めることも効果的です。

健保NewsLetterへのお問い合わせは東武流通健康保険組合までお願いいたします。

住所 〒171-0021 東京都豊島区西池袋3-29-12　電話 03-3988-9327　Fax 03-3988-1964
ホームページ https://www.toburyutsukenpo.jp　メールアドレス office@toburyutsukenpo.jp

健保News Letter

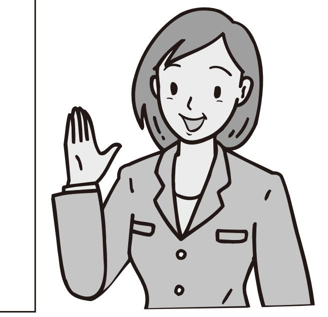
2025・3
vol.60
発行 東武流通健康保険組合

第154回 組合会報告

2025年度予算のお知らせ

2025年2月13日に第154回組合会が開催され2025年度収入支出予算・保健事業計画などの次の議案が全会一致で承認・可決されました。また、監査結果、準備金について報告しました。
昨年12月に健康保険証が廃止されマイナ保険証に移行しましたが本年12月には経過措置で継続使用できている健康保険証が使用できなくなるためマイナ保険証未取得者については早期に取得していただくよう推進していくことを報告しました。

（議案）1号 **2025年度収入支出予算の件** ……… 賛成17名・反対0名
2号 **2025年度保健事業計画の件** ……… 賛成17名・反対0名
3号 **組合規程一部変更の件** ………………… 賛成17名・反対0名
4号 **理事長専決承認の件** …………………… 賛成17名・反対0名
（報告）1号 **監事監査実施結果について**
2号 **準備金の運用について**
3号 **マイナンバーカードと保険証の一体化について**



2025年度収入支出予算

■健康保険

○2024年度見込ー経常収支は1,800万円黒字の見込みです

（収入）保険料収入は予算に対して被保険者の減少に伴い減収の見込みです。
（支出）保険給付費について被保険者は減少しましたが保険者一人当り金額は予算比で増額し全体でも大幅に増額しました。
（収支）総収支(※)は約 3,800万円の黒字見込みです。※国・健保連からの補助金等を入れた収支です。

○2025年度予算ー保険料率の変更はありません（本人5.1％、会社5.4％、計10.5％）

（収入）保険料収入は前年に引き続き被保険者減少で前年見込みに対して減収の予算です。
（支出）保険給付費の被保険者一人当り金額は前年見込比で減額し、全体でも被保険者の減少で減額の予算です。
納付金は前期高齢者納付金が大幅に減額した予算です。
（収支）経常収支は約2,900万円の黒字予算です。

■介護保険

○2024年度見込 ー 収支は約 2,000万円黒字の見込みです

（収支）予算に対し被保険者が大幅に減少しましたが納付金が減額し約2,000万円の黒字見込みです。

○2025年度予算ー保険料率の変更はありません（本人 0.78％、会社 0.82％、計 1.6％）※40才以上

（収支）介護保険料収入と納付金の差が少ない予算です。収入が不足した場合に備え前年度残金約2,000万円の内1,000万円を繰越金としました。

□保健事業計画（特定保健指導の強化）

定期健康診断で生活習慣病リスク基準に該当した方を対象に管理栄養士による保健指導を実施します。
会社内、スマートフォン等で面接を行い食事や運動などのアドバイスを行います。実施率が低い健保組合は皆様の組合費から国へペナルティを支払わなければなりません。ご協力をお願いします。

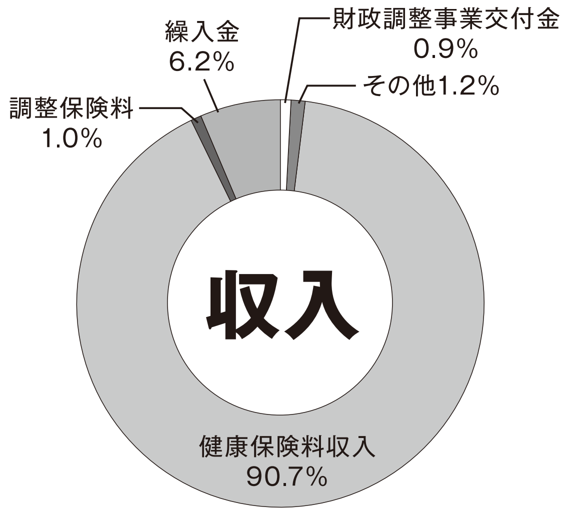
◎健保ニュースレターは電子化推進の一環として東武流通健康保険組合のホームページにも同時掲載しています。

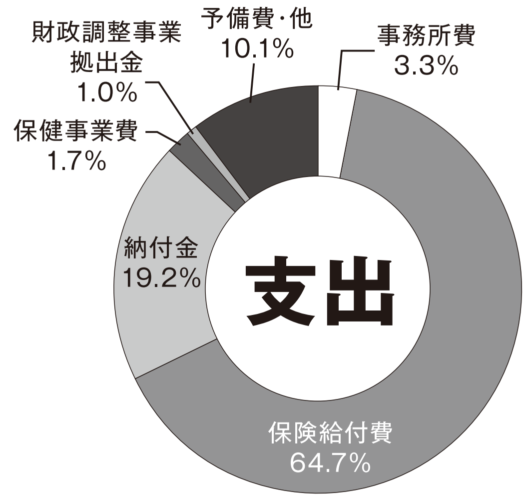
2025年度予算概要

■科目別予算額（健康保険）

収入			支出		
科目	予算額	被保険者1人平均額	科目	予算額	被保険者1人平均額
健康保険料収入	1,472,241千円	364,597円	事務所費	53,947千円	13,360円
調整保険料	16,756	4,150	保険給付費	1,050,062	260,045
繰入金	100,000	24,765	納付金	311,419	77,122
財政調整事業交付金	14,001	3,467	保健事業費	27,824	6,891
その他	19,998	4,952	財政調整事業拠出金	16,756	4,150
			予備費	161,714	40,048
			その他	1,274	316
計	1,622,996	401,931	計	1,622,996	401,931

■科目別構成比（健康保険）





■収支推移（3年間）

《健康保険》

（百万円）

年度		2025年度（予算）		2024年度（見込）		2023年度（決算）	
保険料率		10.50%		10.50%		10.50%	
科目		金額	前年比	金額	前年比	金額	前年比
収入	保険料収入	1,472	99.2%	1,484	99.4%	1,493	97.1%
	繰越金・繰入金	100	―	0	―	100	―
	補助金他	51	134.2%	38	82.6%	46	143.8%
	計	1,623	106.6%	1,522	92.9%	1,639	101.2%
支出	保険給付費	1,050	99.2%	1,059	101.8%	1,040	98.4%
	納付金	311	93.4%	333	74.3%	448	111.2%
	保健事業費・予備費他	262	284.8%	92	96.8%	95	105.6%
	計	1,623	109.4%	1,484	93.7%	1,583	102.1%
総収支計		0	―	38	67.9%	56	80.0%
	経常収支	29	161.1%	18	―	▲70	―

《介護保険》

（百万円）

年度		2025年度（予算）		2024年度（見込）		2023年度（決算）	
保険料率		1.60%		1.60%		1.75%	
科目		金額	前年比	金額	前年比	金額	前年比
収入	介護保険収入	156	98.7%	158	90.8%	174	96.7%
	繰入金他	10	―	0	―	0	―
	計	166	105.1%	158	90.8%	174	96.7%
支出	介護納付金	152	110.1%	138	89.6%	154	87.0%
	予備費他	14	―	0	―	0	―
	計	166	120.3%	138	89.6%	154	87.0%
収支計		0	―	20	100.0%	20	666.7%

マイナ保険証について

健康保険証の発行は、終了しました

これからの保険受診は、マイナ保険証（マイナンバーカード）を基本とする次のしくみとなりました。

Ⅰ. マイナ保険証をお持ちの方

■マイナ保険証（マイナンバーカード）にて受診ください

マイナンバーカードをお持ちで保険証登録を未だお済でない方は医療機関窓口のカードリーダーで簡単に保険証利用登録ができます。登録後は、その場でマイナ保険証として利用できます。

○マイナ保険証が使えなかった場合の資格（加入者の健保組合情報）確認方法

マイナンバーカードと以下の①～⑥いずれかにより資格を確認しますので医療費が10割負担になることはありません。

① 健康保険証の提示　※令和7（2025）年12月1日まで
② 健康保険組合より送付された紙の「資格情報のお知らせ」の提示
③ マイナポータル（スマホ）⇒健康保険証⇒資格情報　の画面の提示
④ ③の「資格情報をPDFで保存」でダウンロードしたPDFファイルの提示
⑤ 過去の受診歴が医療機関にあれば、医療機関のスタッフから患者へ口頭確認
⑥ 医療機関窓口に用意されている「被保険者資格申立書」という書類に、必要な情報を記入

○マイナ保険証で受診すると健保組合に申請が不要となる各証

次の証はマイナ保険証を利用することで医療機関が必要なデータを確認することができます。

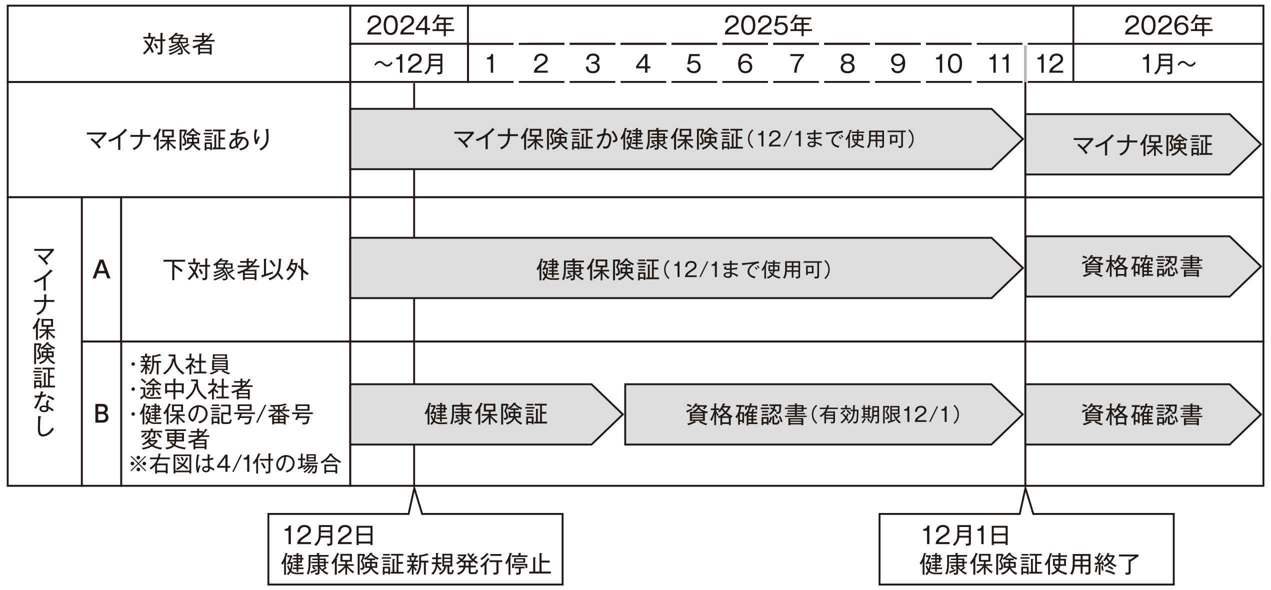
- 限度額適用認定証 ー 医療費が高額になった時、窓口支払い額を軽減します。
- 高齢者受給者証（70歳以上の方） ー 医療費の本人負担（2割か3割）を確認します。

Ⅱ. マイナ保険証をお持ちでない方

■医療機関で次の①または②いずれかを提出し受診してください

① 健康保険証 ※令和7（2025）年12月1日まで使用できます。再発行はできません
② 資格確認書（有効期限　～令和7年12月1日）※令和6（2024）年12月2以降交付の方

○令和7（2025）年12月1日時点でマイナ保険証を持っていないAまたはBの加入者全員に令和7（2025）年12月2日付で資格確認書を交付（申請不要）します。ただし、紛失や破損等で再発行が必要な場合は健保組合への申請が必要です。



加入者全員に交付しました「資格情報のお知らせ」は大切に保管して下さい。