

# 健保だより

2023年3月号  
静岡県中部機械工業健康保険組合

☎ 054-255-8401 fax 054-255-0848  
ホームページ <http://www.chubukikaikenpo.or.jp>

中部機械健保

検索

先日はお忙しい中、保健事業等説明会にご出席いただきましてありがとうございました。

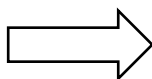
新型コロナウイルス感染拡大のため、ここ3年の間中止していましたが、4年ぶりの開催となり皆様とお会いでき、とても嬉しく思いました。残念ながら出席できなかった事業所様、来年は是非とも出席をお待ちしています。

全国健康保険協会静岡支部保健師の『【自分】で決まる、【自分】の将来。』のセミナーはいかがでしたか？保健事業等説明会で“こんな話を聞いてみたい”等ご要望がありましたら、健保組合までご連絡ください。

## ◆令和5年4月より出産育児一時金の金額が引き上げられます◆

健康保険法の改正により出産育児一時金の支給額が現行の42万円から50万円に引き上げられます。

令和5年3月31日までの出産  
42万円



令和5年4月1日以降の出産  
50万円

※産科医療補償制度に加入していない医療機関等で出産した場合は48万8千円となります。

ご不明な点につきましては、健康保険組合までお問い合わせください。

## ◆被扶養者調査票の提出について◆

4月1日より新年度がスタートし、進学・就職等により被扶養者が異動する時期ですので、確認をさせていただきます。

『健康保険被保険者・被扶養者調査表』を3月下旬に送付しますので、内容等をご確認の上、4月21日(金)までの提出に御協力をお願いします。

### ☆ 就職等により被扶養者に該当しなくなったとき

届出書・・・「健康保険 被扶養者(異動)届」

※ 個人番号(マイナンバー)の記載は、扶養から外す際は記載不要です。

添付物・・・被保険者証(限度額適用認定証等)

なお、保険証は扶養から外れた日以降は使用することができません。万一誤って使用した場合、後日医療費を返還していただくことになりますので、必ず返却をお願いします。

## ◆令和5年度ウォーキングキャンペーン開催のお知らせ◆

令和5年度もウォーキングキャンペーンを5月と10月に開催します。5月の記録表は「けんこうNo.134」に掲載しております。「けんこうNo.134」は3月下旬に送付予定)

普段、体を動かしている人はもちろん、苦手な方も是非、1ヶ月250,000歩にチャレンジして完歩賞をゲットしよう。多くのご参加をお待ちしております。

あなたをはじめよう  
適正受診

医療費の無駄を省くといっても、具合が悪いのに受診せずに我慢することではありません。医療の受け方を見直すだけでなく、薬のもらい過ぎに注意するなど、一人ひとりのちょっとした心がけが制度を守ります。