

ジーエス・ユアサ健康保険組合

健保だより

2026年春

No.55



- 目次
1. 令和8年度予算と事業計画が決まりました
 2. 令和8年4月～子ども・子育て支援金制度
 3. 今日からプレコンセプションケア
 4. 令和8年度 健康づくり事業のご紹介

ご家庭にお持ち帰りになり、ご家族とごいっしょにご覧ください

令和8年度

予算と事業計画が決まりました

予算規模

一般勘定：34億9,628万円 介護勘定：3億8,750万円 子ども勘定：7,592万円

一般勘定

健康保険組合連合会の「令和6年度健康保険組合決算見込（概要）について」によると、令和6年度は保険給付費と納付金が令和5年度決算から増加したものの、保険料の増収により黒字決算となりました。保険料増収の主な要因は、賃金引き上げに伴う平均総報酬額の増加や、保険料率の引き上げです。

収支は改善したものの、今後、前期高齢者数がさらに増加することで前期高齢者納付金の増加が見込まれ、今後を楽観できる状況ではありません。

こうしたなか、当健康保険組合も相変わらず厳しい予算編成を強いられていますが、本年度も一般保険料率を据え置きました。このため、本年度も別途積立金を3億5,000万円取り崩して財源を確保しており、経常収支は▲3億2,947万円の赤字予算となりました。

予算の概要

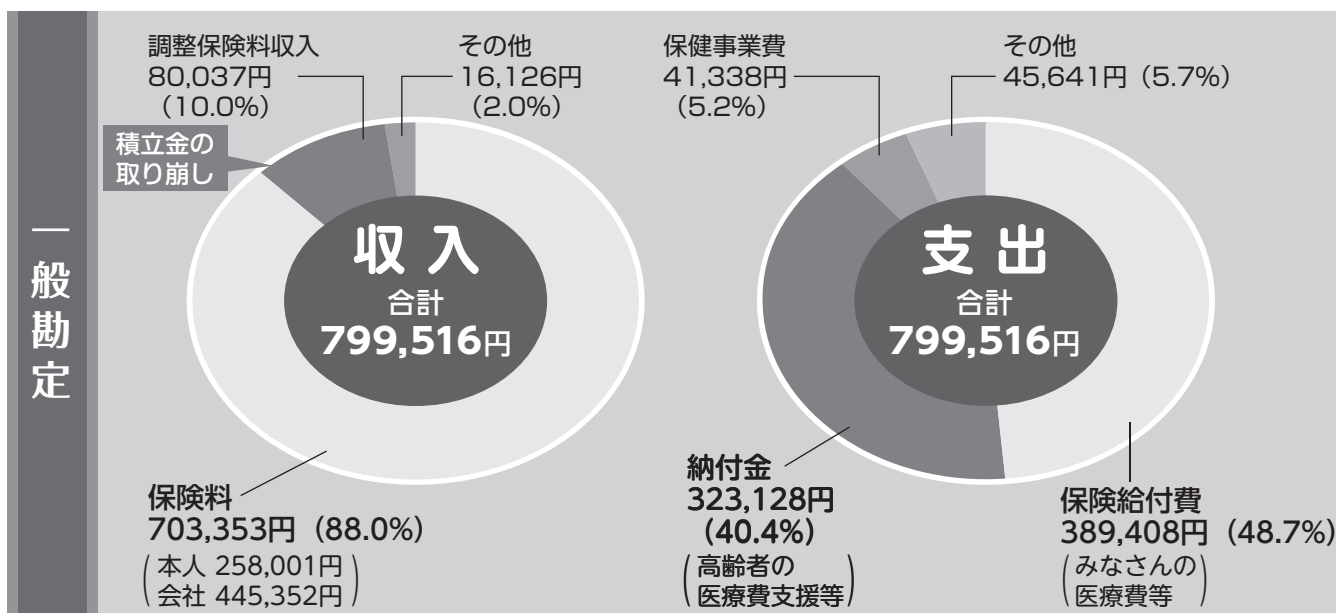
予算基礎となる被保険者数は4,373人（前年度予算対比：128人増）、標準報酬月額の前平均は500,000円（同：30,000円増）と見込んでいます。これらにより収入の大半を占める保険料は30億7,576万円（同：2億7,178万円増）となります。

一方、保険給付費は17億288万円（同：1億549万円増）、納付金は14億1,304万円（同：3億8,144万円増）となりました。保険給付費と納付金を合わせた義務的経費が保険料収入を上回っており、今年度も厳しい財政状況が続くと予想されます。

令和8年度収入支出予算概要表

収入	科目	予算額(千円)	支出	科目	予算額(千円)
		保険料		3,075,764	
	国庫負担金収入・他	791		保険給付費	1,702,882
	調整保険料収入	47,492		（法定給付費	（1,617,343
	繰入金	350,000		（付加給付費	（85,539
	国庫補助金収入	460		納付金	1,413,037
	出産育児交付金	2,156		（前期高齢者納付金	（559,371
	財政調整事業交付金	17,280		（後期高齢者支援金	（853,664
	雑収入	2,339		（病床転換支援金	（1
				（流行初期医療確保拠出金	（1
				保健事業費	180,772
				還付金	610
				財政調整事業拠出金	47,492
				連合会費	1,693
				積立金	834
				雑支出	2,001
				子ども勘定繰入	423
				予備費	37,388
	収入合計	3,496,282		支出合計	3,496,282
	経常収入合計	3,081,503		経常支出合計	3,410,968
				経常収支差引額	▲329,465

被保険者1人当たり額に見る収支の割合



保健事業を活用し、病気の早期発見・早期治療ならびにポイント獲得を

健保財政にとっての二大支出である保険給付費と納付金を抑制するためにも、当健保組合の医療費支出の節減に効率的かつ効果的な保健事業を実施することが欠かせません。このため、会社とも連携して、当健保組合の健診結果や医療費などの分析に基づいたデータヘルス計画を策定し、疾病予防対策として、生活習慣病対策、がんの早期発見、呼吸器系疾患対策、ハイリスク者に対する重症化予防に重点を置いた保健事業などに引き続き取り組んでまいります。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、当健保組合が実施するこれらの保健事業を病気の早期発見・早期治療、生活習慣病の予防などに役立てていただくとともに、保健事業の利用によりポイントが貯まる「ヘルスケアポイント制度」を大いにご活用ください。

介護勘定

国から通知される介護納付金は前年度に比べ3,400万円増加しましたが、繰入金等で対応することとし、介護保険料率は千分の16.2に据え置きました。

介護勘定	収入		支出	
	科目	予算額 (千円)	科目	予算額 (千円)
	介護保険収入	362,583	介護納付金	387,000
	繰越金	1,440	介護保険料還付金	500
	繰入金	23,476		
	雑収入	1		
	収入合計	387,500	支出合計	387,500

子ども勘定

詳細は、p.6をご確認ください。

令和8年4月から、子ども・子育て支援金の徴収が始まります。介護保険と同じく、健康保険組合は国に代わって支援金を徴収する役割を果たしています。

今年度の支援金率は千分の2.3となります。

子ども勘定	収入		支出	
	科目	予算額 (千円)	科目	予算額 (千円)
	子ども・子育て支援金収入	75,497	子ども・子育て支援納付金	71,543
	一般勘定受入	423	子ども・子育て支援金還付金	200
			積立金	4,177
	収入合計	75,920	支出合計	75,920



横須賀

海上自衛隊と米海軍の基地があり、
軍港の町として知られる横須賀。
小さな漁村が江戸時代末期、
黒船の来航を機に開国した幕府により
海防の拠点として発展した
異国情緒漂う港町のウォーキングを楽しもう。



三笠公園

「日本の都市公園100選」「日本の歴史公園100選」に選ばれた横須賀を代表する公園。園内には東郷平八郎の像があるほか、記念艦三笠が展示され猿島への玄関口にもなっている。2027年3月(予定)のリニューアルオープンに向けて再整備を実施中。

- 🕒 8:00～21:00 ※時期に応じて異なる。
- 🏠 無休 ※園内施設は営業時間、休業日あり。
- 🎫 無料
- 🌐 <https://www.kanagawaparks.com/mikasa/>

JR横須賀駅を出て、ヴェルニー公園に向かって歩こう。駅のすぐ近くに位置するヴェルニー公園には約130種類1,300株のバラが植えられており、春と秋にバラが楽しめる。春バラは例年4月下旬から5月下旬頃が見頃だ。園内のミュージアム、ティボディエ邸にも立ち寄ってみよう。

潮風に吹かれ、艦船や対岸の旧横須賀製鉄所跡地を見ながらドブ板通りに向かうと、建物の壁面に書かれた“HONCH DOBUITA WEST”の文字が見えてくる。近くに来たら、「スカジャン」をモチーフにしたマンホールの蓋があるので探してみるのも一興。ドブ板通りは、アメリカ人向けに営業している店も多いため、英語表記の看板が多く、異国情緒を堪能できるエリアだ。

米海軍横須賀基地の近くを歩いて三笠公園へ。世界三大記念艦「三笠」が保存されており、艦の大きさに圧倒される。

いちごよこすかポートマーケットには横須賀市内でも人気の飲食店が出店しているので、食事や休憩におすすめだ。お腹を満たしたら、うみかぜ公園に歩を進めよう。釣り人や、スケートボードを楽しむ人が多い。

帰路はよこすか海岸通りを戻り、高台にある平和中央公園まで足を運ぶ。東京湾と横須賀市街の展望を楽しんだら、ゴールの京急横須賀中央駅をめざそう。



Information

アクセス 🚉 JR横須賀線「横須賀駅」



HPはコチラ
横須賀市観光案内所
<https://yokosuka-kanko.com/information>



YOKOSUKA 軍港めぐり

海上自衛隊や米海軍の艦船を間近で見られる、日本で唯一のクルージングツアー。1周約45分。

- 🏠 無休(整備期間を除く)。
- 🎫 大人 2,000円～2,500円、小学生 1,000円～1,250円、小学生未満 大人1名につき1名無料(大人の人数を超えた場合、小学生料金を人数分適用)
- ※運航時間、料金(乗船日により変動)等の詳細はホームページでご確認ください。

🌐 <https://yokosuka-gunko.jp/>



ヴェルニー公園

対岸に臨める旧横須賀製鉄所の建設に貢献した、フランス人技師ヴェルニーの名を冠する公園。左右対称性などが特徴のフランス庭園様式が取り入れられている。



米海軍横須賀基地
(旧横須賀製鉄所)

よこすか近代遺産ミュージアム

ティボディエ邸 (ヴェルニー公園内)

横須賀製鉄所副会長 ジュール・セザール・クロード・ティボディエの官舎として1869年頃に建築された。その西洋館の小屋組みを移設したミュージアム。

🕒 9:00～17:00 休 無休
🎫 無料 ※シアターには一部有料コンテンツあり。
🌐 <https://thibaudier-yokosuka.com>



スカジャンがモチーフのマンホールの蓋

記念艦三笠 (三笠公園内)

日露戦争の勝利に貢献した戦艦「三笠」。戦後、復元工事が実施され、1961年に往時の姿を取り戻した。

🕒 9:00～17:30 (4月～9月)
※時期に応じて異なる。
※最終入艦は閉艦の30分前。
🎫 12月28日～31日
🎫 一般600円、65歳以上500円、高校生300円、中学生以下無料
🌐 <https://www.kinenkan-mikasa.or.jp>



いちご よこすかポートマーケット

かつて巨大な冷凍倉庫として利用されていた建物をリノベーションしてできたマーケット。三浦半島の新鮮な食材を使った料理が味わえ、食材を購入できる。

🕒 10:00～19:00 ※店舗により異なる
🌐 <https://yokosukaport-market.com/>



うみかぜ公園

猿島が目前に迫り、浦賀水道を航行する船舶を一望できる眺望が魅力。スケートボードエリアなどのスポーツ施設やバーベキューが楽しめる広場などがある。



平和中央公園

展望台から東京湾と横須賀市街を一望でき、市民の憩いの場として親しまれる。明治時代には砲台が設置されたこともあったが、現在は平和モニュメントが設置されるなど平和を祈念する場となっている。



およそ
5.8km 1時間30分
8,000歩

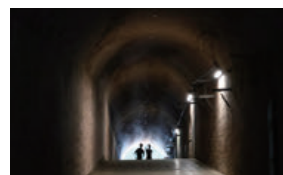
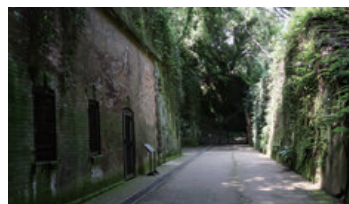


ドブ板通り商店街

アメリカと日本の文化が入り混じった異国情緒漂う、観光名所のひとつ。スカジャンが購入できる店やヨコスカ ネイビー バーガーなどの飲食店が多く、横須賀を堪能できるスポット。

ひと足延ばして 猿島

原初からの大自然と刻まれた歴史の跡が時空を超えて共存する猿島。定期船で片道約10分。旧日本軍の砲台や要塞跡が残り、猿島全体が「国史跡」に指定されている。島内にテイクアウトレストランもある。



〈猿島航路〉

🕒 乗船時間は夏期と冬期で異なる。詳細はホームページ参照。 休 無休 (欠航を除く)
🎫 猿島公園入園料 + 乗船料 (往復) 大人 2,100円～2,500円、中学生 1,850円～2,250円、小学生 1,050円～1,250円、小学生未満 大人1名につき1名無料 (大人の人数を超えた場合、小学生料金を人数分適用)
※乗船日により変動。詳細はホームページでご確認ください。
🌐 <https://sarushima.jp/>

※営業時間や料金等は変更される場合があります。



ヨコスカ ネイビー バーガー

2008年、米海軍の伝統的なハンバーガーのレシピが、米海軍横須賀基地から横須賀市へ提供された。このレシピをもとにしたハンバーガーを総称して「ヨコスカ ネイビー バーガー」と名づけられた。基地周辺の店舗で販売されている。



🎫 CHEESE BURGER
Regular 2,050円
TSUNAMI BOX
🕒 11:00～22:00 休 1月1日
🌐 <https://www.navyburger.com>

令和8年4月～

子ども・子育て支援金制度

この制度は、国が少子化対策として掲げる、こども未来戦略「加速化プラン」を実現するための財源を確保する制度です。健康保険などの医療保険制度に加入している被保険者と事業主が費用を負担し、子どもや子育て世帯を社会全体で支えることを目的としています。



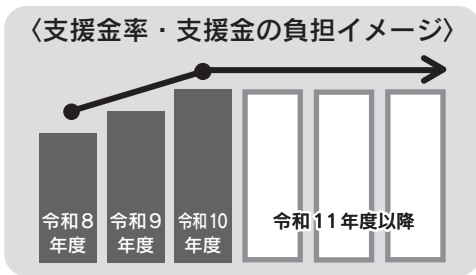
子ども・子育て支援金加算イメージ

健康保険組合は、子ども・子育て支援金の代行徴収機関を担います。



※健康保険に加入しているすべての被保険者（特例退職・任意継続を含む）が対象となります。年齢や性別、子どもの有無、海外赴任等とは関係ありません。ただし、産休中や育休中の被保険者は免除されます。

支援金の額について



標準報酬月額 × 支援金率^{*} = 毎月の支援金額

〈労使折半の場合〉

令和8年度は、標準報酬月額30万円なら月345円、50万円なら月575円になる見込みです。

※支援金率は、令和8年度から0.23%ではじまり、令和10年度には0.4%程度に段階的に引き上げられる見込みです。ただし、国が令和10年度分支援納付金の最大規模を決めているため、右肩上がりが増えることはありません。

支援金のおもな使いみち



児童手当の拡充

- ・所得に関係なく支給
- ・高校生の年代まで支給期間を延長
- ・第3子以降は1人当たり3万円に増額
- ・年6回（偶数月）に支給回数を増加



妊娠・出産時の支援給付

妊娠届出時に5万円が支給され、妊娠後期以降にも妊娠している子どもの人数×5万円が支給されます。
※原則10万円相当の経済的支援が受けられます。



出生後休業支援給付

子の出生直後の一定期間内に両親ともに14日以上育児休業を取得した場合、最大28日間、手取りの10割相当が支給されます。



育児時短就業給付

2歳未満の子を養育するために時短勤務を選択した場合、時短勤務時の賃金の原則10%が支給されます。



こども誰でも通園制度

0歳6カ月から満3歳未満の子どもが月10時間まで、時間単位等で柔軟に保育所等を利用できる仕組みの創設。



国民年金保険料免除措置

自営業やフリーランス等の国民年金第1号被保険者について、その子が1歳になるまでの期間の国民年金保険料を免除。

詳しくは

こども家庭庁のホームページをご覧ください

<https://www.cfa.go.jp/policies/kodomokosodatehienkin>



今日から プレコンセプションケア

妊娠前の健康管理を指す「プレコンセプションケア」。妊娠・出産を希望する・しないにかかわらず、男女ともに若いうちから生活習慣や体調を整えることが大切です。その積み重ねが、将来の健康や理想のライフプランの実現、次世代のこどもたちの健康にもつながります。

やせすぎ・ 太りすぎを防ぐ！

適正体重をキープすることは、妊娠・出産のための体づくりだけでなく、多くの病気や健康トラブルの予防にも大事なことです。とくに過度なダイエットなどによる女性のやせすぎは、低体重児の出生やその子の成長にもかかわります。やせすぎ・太りすぎを防ぐためには、食事内容や生活リズムを整え、適度に体を動かす習慣をつけることが大切です。



あなたはできている？

- 適正体重をキープしている
- 食事バランスを意識している
- 1日60分以上体を動かしている

今日から実践!! ケアのポイント

POINT 1 栄養バランスを考えて 食生活を整えよう

ダイエットや多忙を理由に食事を抜くのはNG。1日3食を欠かさず、きちんと栄養をとることが肝心です。とくに若い女性に不足しがちな栄養素には、たんぱく質、カルシウム、食物繊維などがあげられます。手軽に用意できる一品を追加するなどして、栄養バランスを意識した食事を心がけましょう。



POINT 2 若いうちから 運動習慣を身につけよう

デスクワークの仕事が増え、体を動かすことが少なくなり、とくに若い女性は体力が低下しがちです。1日の歩数は8000歩、60分以上体を動かすことを目安にしましょう。たとえば目的地の1駅手前で降りて歩く、階段を使うなど、無理のない範囲で意識的に運動量を増やしていきましょう。



令和8年度

健康づくり事業のご紹介

データヘルス計画に基づき、令和8年度の保健事業を実施します。

※対象の年齢はすべて年度末時点の満年齢です。

保健(保険)のPR

- 1 ホームページ、健康情報サイト「kencom」による情報提供(医療費のお知らせなど)
- 2 機関誌「健保だより」の発行(春・秋 2回)
- 3 育児誌「Akachanと!」の配布(出産した被保険者・被扶養者に2年間家庭に配布)
- 4 健保連保健指導宣伝



病気の予防・健康づくり

- 1 特定健診・特定保健指導……………対象:40歳以上の被保険者および被扶養者
- 2 人間ドック……………対象:35歳以上の被保険者および被扶養者(自己負担15,000円 1年に1回)
- 3 脳ドック……………対象:35歳以上の被保険者および被扶養者(自己負担5,000円 3年に1回)
※35歳を起点に3年ごと(35歳、38歳、41歳、44歳、47歳、50歳、53歳、56歳、59歳……)
- 4 消化器集団検診……………事業所健診にて
 - 胃部X線検査……………対象:35歳以上の被保険者の希望者
 - 血液検査(胃がん)……………対象:35歳の被保険者の未受診者
- 5 腹部超音波検査……………対象:事業所健診にて35歳以上の被保険者の希望者
- 6 前立腺がん検診……………対象:事業所健診にて50歳以上の被保険者
- 7 血液検査(生活習慣病等、肝機能)……………対象:事業所健診にて全被保険者
- 8 家族健診……………対象:35歳以上の被扶養者および任意継続被保険者(1年に1回)
[ヘルスケアポイント 500P 付与]
- 9 乳がん検診……………対象:20歳以上の被保険者および被扶養者(補助金上限10,000円 1年に1回)
[ヘルスケアポイント 500P 付与]
- 10 子宮がん検診……………対象:20歳以上の被保険者および被扶養者(補助金上限5,000円 1年に1回)
[ヘルスケアポイント 500P 付与]
- 11 がん郵送自己検診……………●大腸がん検診……………対象:全被保険者および35歳以上の被扶養者
[ヘルスケアポイント 1000P 付与]
●子宮がん検診……………対象:20歳以上の被保険者および被扶養者
●肺がん検診……………対象:35歳以上の被保険者および被扶養者
●胃がん検診……………対象:35歳以上の被扶養者および任意継続被保険者
●前立腺がん検診(PSA測定)……………対象:50歳以上の被扶養者および任意継続被保険者
- 12 歯科検診……………対象:被保険者および被扶養者(無料 1年に1回)
- 13 インフルエンザ予防接種補助金……………対象:被保険者および被扶養者(補助金上限2,000円 1年に1回)
- 14 健康づくり活動……………被保険者を中心にウォーキングイベントなどの実施
一部[ヘルスケアポイント 付与]
- 15 ファミリー健康相談……………ジーエス・ユアサ健康保険組合の専用フリーダイヤルおよびWEB相談
- 16 ヘルスケアポイント制度……………対象:任意継続被保険者を除く被保険者 お薬の購入やスポーツクラブの利用等の健康支援
[ヘルスケアポイント 5000P 付与]

ジーエス・ユアサ健康保険組合のホームページ

アドレスは <http://www.gsyuasa-kenpo.or.jp/>

ジーエス・ユアサ健康保険組合

検索

当健康保険組合では、ホームページからも被保険者・被扶養者のみなさまへの情報提供を行っています。健康保険の給付や健康づくりなどの保健事業の情報、個人情報保護ポリシー、必要な申請書類等のダウンロードなど、さまざまなコンテンツをご用意していますので、ぜひご家族でご活用ください。