

ガラスけんぽニュース

# Glass

## Kenpo News

2023.10 No.158

Active  Life

いつもの夜空を見る目が変わる

遠くて近い神秘に癒される

天体観測

全国硝子業健康保険組合 <https://www.glasskenpo.or.jp/>

自分でできずこう自分の健康。健やかな長寿を目指して!!



ご家庭へお持ち帰り  
ください





# 令和4年度 決算の概要について

第126回組合会において、硝子健保の令和4年度決算と事業報告が承認されましたので、その概要についてお知らせいたします。

令和4年度

## 収入支出決算（一般勘定）

収入支出差引額	7億9,488万円
経常収入支出差引額	1億5,067万円



保険給付費  
62億3,871万円  
皆様の医療費・給付金です。  
 被保険者1人当たり  
26万2,660円

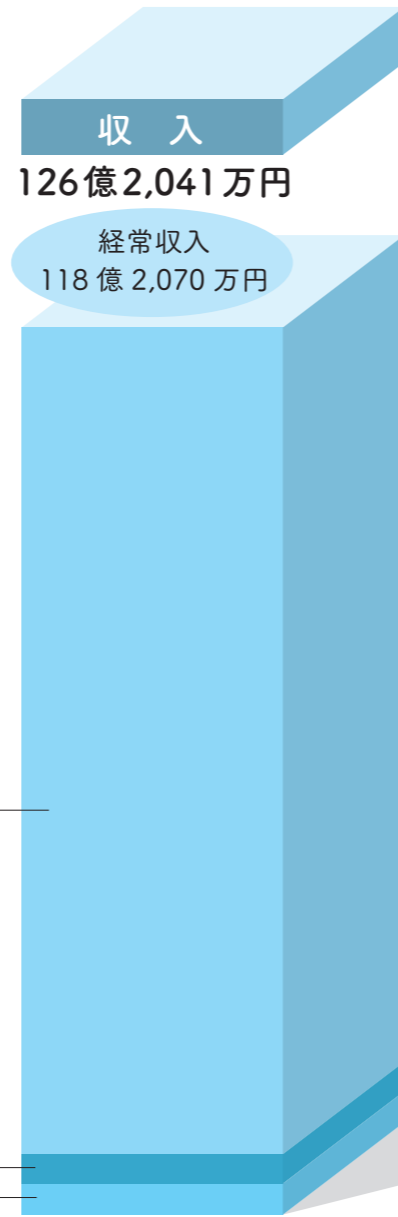
納付金・支援金  
47億5,285万円  
現役世代の皆様が高齢者医療のために拠出する費用です。  
 被保険者1人当たり  
20万103円

保健事業費  
4億7,880万円  
皆様の健康管理・健康づくりのための費用です。  
 被保険者1人当たり  
2万158円

その他  
3億5,517万円  
事務費、財政調整事業  
拠出金などです。

## 令和4年度 実施した主な事業

- ・若年者健診
- ・生活習慣病健診（簡易含む）
- ・女性生活習慣病健診
- ・人間ドック
- ・特定健診
- ・インフルエンザ予防接種の補助
- ・柔道整復療養費の点検・照会
- ・年間柔道整復療養費通知の送付
- ・年間医療費通知の送付
- ・ジェネリック医薬品差額通知の送付



保険料  
117億4,509万円  
皆様から納めていただいた保険料です。  
半分は事業主が負担しています。  
 被保険者1人当たり  
49万4,488円

その他  
4億2,915万円  
調整保険料収入、国庫補助金収入、  
財政調整事業交付金、雑収入などです。

繰越金  
4億4,617万円  
令和3年度決算からの繰越金です。

## 一般勘定

令和4年度は、保険料率を9.8%に据え置き運営にあたりました。当初、経常収入支出差引額で8億7139万円の赤字予算を編成していましたが、収入において保険料の基礎数値となる被保険者数、平均標準報酬月額、総標準賞与額が想定を上回ったこと、支出において保険給付費、納付金・支援金が予算額内に収まったことから、収入支出差引額で7億9488万円の黒字、経常収入支出差引額でも1億5067万円の黒字で決算を終えることができました。

主な収支項目について令和3年度決算と比較すると、保険料収入は3億3393万円増の117億4509万円、保険給付費は1億8847万円増の62億3871万円、納付金・支援金は2億168万円減の47億5285万円となりました。保険料収入の増加は基礎数値の上昇によるもの、保険給付費の増加はコロナ患者増と傷病手当金受給者増によるもの、納付金・支援金の減少は前々年度の精算金によるものです。

令和4年度は赤字予算から一転、黒字決算で終えることができましたが、令和5年度は経常収入支出差引額で11億8484万円の赤字予算を編成しており、今後の日本経済の先行きが不透明なこともあって楽観視はできません。皆様におかれましては、硝子健保の保健事業をご活用いただき、健康管理・健康づくりに取り組んでいただきますようお願いいたします。

なお、令和4年度の決算残金については、準備金へ1億7833万円、別途積立金へ1億9789万円を繰り入れ、令和5年度へ4億1866万円を繰り越しました。

## 介護勘定

健保組合は、国の代わりに40歳以上65歳未満の被保険者から介護保険料を徴収し、介護納付金として国に納めています。介護保険料率は、介護納付金を納めることができるよう、健保組合が設定しています。

令和4年度は、介護保険料率を1.76%から1.7%に引き下げました。この結果、介護保険収入は14億3014万円、これに対し介護納付金は13億3950万円となり、繰越金3000万円等、その他の収支項目を含めた決算残金は1億2047万円となりました。決算残金については、準備金へ1966万円を繰り入れ、令和5年度へ1億81万円を繰り越しました。

令和4年度

## 収入支出決算（介護勘定）

●収入	
介護保険収入	14億3,014万円
繰越金	3,000万円
収入合計	14億6,014万円
●支出	
介護納付金	13億3,950万円
介護保険料還付金	17万円
支出合計	13億3,967万円



いつもの夜空を見る目が変わる

# 遠くて近い神秘に癒される

## 天体観測

古代から人間の想像力を刺激してきた星空。星や星座は、ときに信仰の対象であり、私たちの生活に欠かすことのできない暦や時間の基盤にもなりました。人々が星空の神秘に魅了されるのは今も同じ。手軽に神秘的な感動を味わえる天体観測を始めてみませんか？



## Place

### 天体観測はどんな場所でもできる！

天体観測は自宅でも街中でも、空が見える場所であればどこでも可能です。ただし、できるだけ光が少なく広い場所を選びましょう。街中であれば、広めの公園や駐車場、校庭やグラウンドなどがおすすめです。

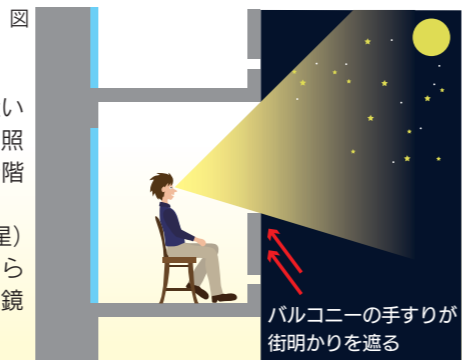
もちろん、山や高原、海辺など、光のほとんどない場所に行けば、宝石箱をひっくり返したような“満天の星空”を堪能することができます。旅行先やキャンプ場でも、思い立ったらすぐに楽しめるのが天体観測の魅力のひとつといえるでしょう。

やってみよう！

#### 自宅のベランダで天体観測

できるだけ明かりが少なくなる時間帯、できれば夜 10 時～ 11 時以降の深夜に近い時間帯を選ぶようにするとよいでしょう。室内の明かりを消して、手元は懐中電灯で照らすなどして光を最小限にします。また、視点をやや低くして、ベランダの手すりや階段下の視界を遮るようにすると（図）、強い光が目に入るのを避けることができます。

準備ができたなら、暗い空をしばらくじっと見続けてみましょう。月や明るい星（惑星）であれば、肉眼でも十分に楽しむことができます。双眼鏡や天体望遠鏡があれば、さらに暗い星も見ることができます。ただし、その場合は近隣の住宅に双眼鏡や天体望遠鏡を向けないよう注意しましょう。



バルコニーの手すりが街明かりを遮る

## Goods

### 天体観測をより楽しむために

次のような道具を揃えるとより宇宙を身近に感じることができます。

#### 星座アプリ

「星図アプリ」、「星座アプリ」などで検索し、好みのものをダウンロードして使しましょう。  
※有料アプリ、アプリ内課金ありのものもあるので要確認。



#### 星座早見盤

日付、時刻、緯度を合わせると、今どの方角にどんな星座が見えるのかがわかります。



#### 方位磁石

星や星座が見える方角をチェックします。



#### 双眼鏡、天体望遠鏡

肉眼では見えない星、見えづらい星が観察できます。軽くて使う場所を選ばない双眼鏡は初心者や子どもにもおすすめ。



## Season

### 冬がベストといわれるけれど

天体観測に最も適したシーズンは「冬」といわれていますが、その理由は水蒸気の量が少なく、空気が澄んでいるため、遠くの星まで見ることができるからです。しかし、星空には季節ごとに特徴があり、四季を通じて楽しむことができます。ここでは季節を代表する星座と、今年の秋から冬にかけてやってくる流星群を紹介しましょう。

春



夏

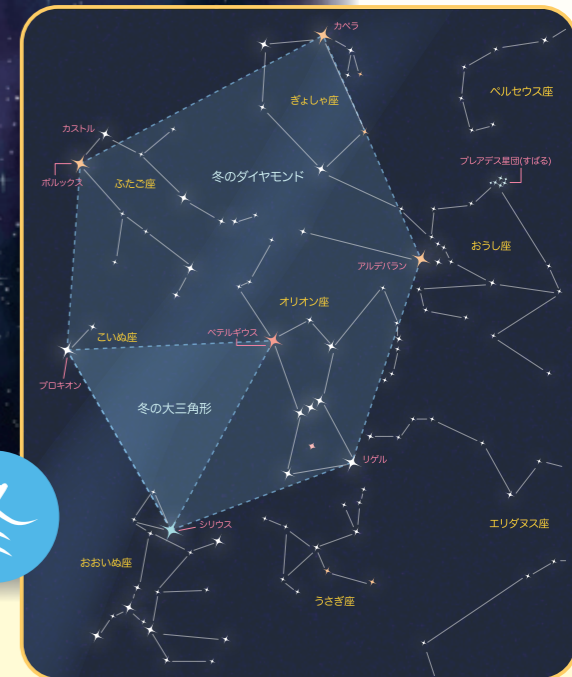


季節の星座

秋



冬



#### 2023年・秋から冬にかけてやってくる流星群

流星群	ピーク日	1時間/流星
りゅう座流星群 (ジャコビニ流星群)	10月9日	10
オリオン座流星群	10月22日	20
しし座流星群	11月18日	10
ふたご座流星群	12月14日	150
こぐま座流星群	12月23日	10

「流星（流れ星）」とは、宇宙に漂う極小の塵が猛スピードで地球とぶつかり、大気中で高温となり発光する現象をいいます。その流星が短時間にたくさん現れる現象が「流星群」です。

#### 街中で観測気分を味わう「プラネタリウム」

博物館や科学館などに併設されていることも多く、映像に合わせたBGM、星や星座にまつわる神話、宇宙科学の知識など、施設ごとに様々な音や解説をつけて上映されています。天体観測のノウハウを手軽に学べるだけ



でなく、美しい映像と音楽が流れる空間でのプラネタリウム鑑賞には、日ごろのストレスを解消して心身をリラックスさせる効果も期待できます。



## \\ 第三者行為にあったとき //

問題

次のうち、保険証を使って受診したときに、健保組合に届け出が必要な場合はどれでしょう？



答えは

**全部！**

交通事故など、第三者(他人)の行為が原因で病気やけがをしたときは、保険証を使って治療を受けることができますが、必ず健保組合への届け出が必要です。健保組合は加害者が支払うべき医療費を一時的に立て替えるだけで、負担した医療費は後で加害者に請求します。

第三者行為にあったときは…

### 1. 警察に連絡し、加害者を確認

できるだけ冷静になって、どんな小さな事故でも、必ず警察に連絡しましょう。加害者の氏名・住所・連絡先などを運転免許証などで確認してください。

### 2. 医療機関を受診

目立った外傷がなくても、脳や骨などに損傷を受けている場合があります。早めに医療機関を受診し、診断書・領収書をもらいましょう。

### 3. 健保組合に連絡

保険証を使った場合は、健保組合に必ず連絡してください。「第三者行為による傷病届」「交通事故証明書」などを提出していただきます。

示談にご注意！

加害者との話し合いで示談をしてしまうと、健保組合から加害者に請求すべき費用を請求できなくなる場合があります。示談をする場合は、事前に健保組合にご連絡ください。

こんなときは

**健康保険が使えません**

業務中や通勤時にけがをしたときは、労災保険(労働者災害補償保険)が適用されます。健康保険を使うことはできませんのでご注意ください。

給付係からのお願い

## 給付関係の申請書について、 確認欄のチェックを忘れずに

厚生労働省からの「押印廃止の方針」に伴い、各申請書に確認欄を設けておりますが、確認欄の□にチェックがない申請書が多く見受けられます。下図のように確認欄の□に忘れずにチェックをしていただくようお願いいたします。

チェック！

確認欄



この届出については、①又は②の要件を満たしたものである。

- ①申請者本人(被保険者)が作成したものである。
- ②記載内容については誤りがないか申請者本人が確認している。

また、旧申請書や他の保険者(協会けんぽ等)の申請書での提出も見受けられますので、硝子健保ホームページに掲載されている申請書での提出にご協力ください。

※確認欄にチェックがない申請書や硝子健保ホームページ掲載の申請書以外の申請書で提出があった場合は、申請書を返却させていただきますのでご注意ください。

### 申請書ダウンロード方法

硝子健保ホームページ  
(<https://www.glasskenpo.or.jp/>)

申請書一覧

給付・請求に関する書式



※ホームページ掲載の「記入上の注意」や「記入例」も併せてご確認ください。



# 被扶養者の皆様、

## 健診の予約は

### お済みですか？

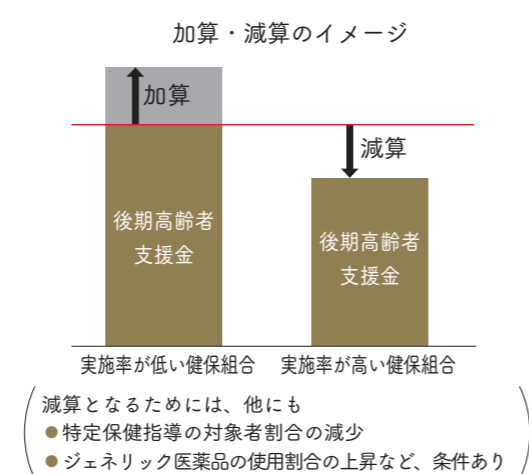
会社で健診を受ける被保険者とは異なり、被扶養者の皆様は自分で健診の予約をしなければならぬため、つい後回しにしてしまいがちです。病気のリスク管理でもっとも重要なのは、早期に発見することです。受けなかったその一年で、後悔することのないよう、必ず健診を受けましょう。

健診うけた？

被扶養者に対し、特定健診・特定保健指導を実施することの義務です。これらの実施されるしくみが導入されています。このペナルティとは、健保高齢者支援金を最大10%加算する実施率が高く健康づくりや予防には最大10%の減算が行われます。実施率が低い後期高齢者の財源をまかなうため、皆保険料の料率を引き上げる健診・特定保健指導を受けるともつながります。ぜひ、

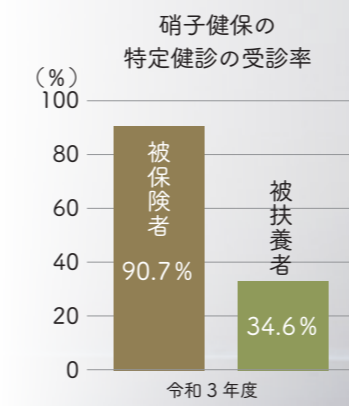
40歳以上の方を対象とした特定健診の受診率をみると、被扶養者は被保険者に比べてかなり低いことがわかります。実に3人に2人が健診を受けておらず、この方たちは病気の早期発見を逃しているかもしれません。

## 健診を受けないと 保険料が上がるかも？!

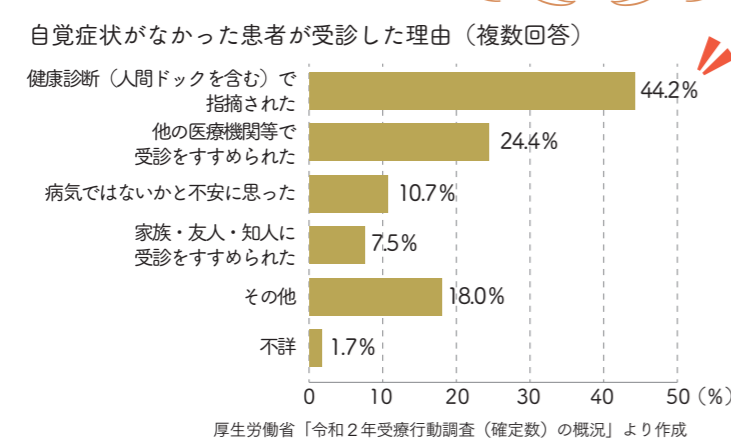


40～74歳の被保険者・特定保健指導を実施することの義務です。これらの実施されるしくみが導入されています。このペナルティとは、健保高齢者支援金を最大10%加算する実施率が高く健康づくりや予防には最大10%の減算が行われます。実施率が低い後期高齢者の財源をまかなうため、皆保険料の料率を引き上げる健診・特定保健指導を受けるともつながります。ぜひ、

## 被扶養者の受診率が 低調です…



## 多くの人が健診を きっかけに受診



医療機関の受診に関する調査において、自覚症状がない人の受診理由としてもっとも多いのは「健康診断等で指摘された」（44.2%）でした。多くの方は、自分で病気を疑うよりも先に健診で指摘され医療機関を受診していました。日ごろ自分では気づかない健康状態の変化も、数値等で明確に知らせてくれるのが健診です。

## 健診の予約申込みはお早めに!

年に1回、健診を受けて体の状態をチェックすることは、自分と家族が安心してすこやかに暮らすことにつながります。健保組合の健診なら、年度内30歳以上の被扶養者は補助が受けられるので、金銭的な負担も軽くて済みます。申込みが遅くなると、希望する時期に受診できない可能性があります。お早めにお申し込みください。



## 女性（30歳以上）の皆様へ

### 令和6年度 春季（令和6年4月～7月実施予定）東振協婦人健診のご案内

申込み方法等、詳細につきましては令和5年11月下旬頃に事業所へお知らせいたします。同時期に硝子健保ホームページにもご案内が掲載されます。任意継続被保険者の方はホームページをご確認くださいようお願いいたします。



# インフルエンザを予防しましょう

新型コロナウイルス感染症の流行の影響から、インフルエンザの発生動向が大きく変わってきており、この春夏にインフルエンザが流行した地域もありました。とはいえ、これからの乾燥した寒い季節は呼吸器系の感染症の増加が予測され、インフルエンザにも注意が必要です。しっかり予防対策をして、元気に冬を乗り切りましょう！



## インフルエンザ予防接種の費用を補助します

硝子健保では年度内1回に限り、1人につき税込1,000円を上限としてインフルエンザ予防接種費用の補助を実施します。申請には、医療機関に費用を支払った際に発行される領収書の原本※が必要となります。忘れずにもらい、捨てずに保管しておきましょう。

任意継続被保険者以外の方は事業所ごとに健康保険ご担当者様がとりまとめた申請となります。申請できる期間は原則として予防接種後2カ月以内となっておりますので、予防接種を受けたらすみやかに申請しましょう。

- ※必要記載事項：不足の場合は別途証明書等が必要となります。
- ①日付（接種年月日） ②接種者氏名（フルネーム）
  - ③支払金額 ④「インフルエンザ予防接種代」と明記
  - ⑤医療機関名称および連絡先（「領収印なき場合無効」とある場合は領収印も必要）

注：ご自身で記入されたものは受付不可です。

詳しくは硝子健保ホームページ「NEWS & TOPICS」をご覧ください。

## いつでも予防！

コロナ対策で身についた感染対策はインフルエンザにも有効です！ 日常生活でも引き続き実践しましょう。



**帰ったら手洗いを！**  
アルコール製剤による消毒も効果があります。



**適度な湿度を保つ！**

空気の乾燥で、気道の粘膜の防御機能が弱まるのを防ぐため、加湿器などで湿度を50～60%に保つとよいでしょう。



**十分な休養とバランスのとれた食事！**

体の抵抗力を高めましょう。



**人混みや繁華街への外出を控える**

特に高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、体調の悪い方、睡眠不足の方は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。



**こまめな換気**

冬場は室温が下がらないよう、暖房を使用するなど注意しましょう。



# パート勤務先などで受けられた健診結果のご提出をお願いします

40歳以上の被扶養者の皆様へ

健保組合は40歳以上の方を対象とする特定健診の実施と実績報告を国から義務付けられています。硝子健保が実施する健診を利用しない場合も、パート勤務先などで受けた健診の結果を硝子健保にご提出いただくことで、実績に含めることができます。健診受診率が低い健保組合には、ペナルティを課せられてしまいます（詳しくは8・9ページをご覧ください）。ペナルティ回避のためにも、健診結果の提出にご協力をお願いします。

※ご提出いただいた健診結果は、硝子健保の個人情報保護規程を遵守し適正に管理いたします。



## ご提出いただく書類

### ① 健診結果のコピー（原本はご自身の健康管理のため保管してください）

提出前にチェックをお願いします（健診結果に下記検査項目が入っていないと、国への実績報告に含めることができません）

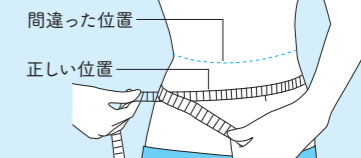
身長・体重		
BMI 指数（なくても可）		
腹囲		
血压		
血液検査	脂質	中性脂肪（TG）
		HDL コレステロール
		LDL コレステロールまたは non-LDL コレステロール
	肝機能	GOT（AST）
		GPT（ALT）
		γ-GTP
血糖	空腹時血糖（食後10時間以上）	
	ヘモグロビンA1c（HbA1c）	
	随時血糖（食後3.5～10時間）	
尿検査	尿糖	
	尿蛋白	
健診機関名		
健診機関医師名（なくても可）		
健診受診日		

腹囲の記載がない方へ

右の「腹囲の測り方」をご覧ください。計測値は、健診結果の余白に記入してください。

いずれか1つ実施でもOKです。

### 腹囲の測り方



- (1) 直接、素肌のうえにメジャーをあてて測ります。（位置はおへその上、ウエストの細い部分ではありません。）
- (2) 両足をそろえて立ち、お腹に力を入れず前を向き、下を見ないでください。
- (3) メジャーはどの部分も床と水平になるようにします。
- (4) 息を吐いたときの値を記入してください。（何度か測り、同じ値が2回得られた数値を記入してください。）

注 測定は食後を避けてください。少なくとも食後2時間後、おすすめは起床・排尿後です。

### ② 問診票（特定健康診査に関する質問票）

※問診票は硝子健保ホームページからダウンロードできます（<https://www.glasskenpo.or.jp/> [申請書一覧](#) > [保健事業に関する書式](#) に掲載。インターネット等の環境がない方は、硝子健保へご連絡いただければお送りします）。提出の際は、記入もれのないようにしてください。

■なお、次に該当する方は、ご提出いただく必要はありません。

- 硝子健保が実施する健診（硝子健保が発行した受診券を利用しての特定健診も含む）を受診された方
- 令和6年3月31日までに満40歳に達しない方

送付先およびお問い合わせ先

〒130-0026 東京都墨田区両国4-25-12  
全国硝子業健康保険組合 健康支援係



03-3634-5792（直通）





レシピ開発  
今村 結衣 (管理栄養士)  
撮影・スタイリング  
Tokyo Trend Kitchen



## 鶏肉とさつまいものハニーマスタードロースト

1人分  
297kcal / 食塩相当量 1.7g

### 材料 (2人分)

鶏もも肉 (皮なし) -----	1 枚	さつまいも (1cmの輪切り) -----	1/2本 (100g)
A 粒マスタード -----	大さじ 1/2	玉ねぎ (6等分のくし形切り) -----	1 個
はちみつ -----	大さじ 1/2	しめじ (大きめにほぐす) -----	1/2 パック
しょうゆ -----	大さじ 1	しいたけ (薄切り) -----	3 個
オリーブオイル -----	大さじ 1/2	ミニトマト -----	5 個

### 作り方

- 1 鶏もも肉を一口大に切る。
- 2 ボウルに1の鶏もも肉とAを合わせて15分程度漬け込む。
- 3 耐熱皿に2と残りの材料を並べ、200℃のオーブンで30分焼く。

### ✓ 栄養メモ

きのこやさつまいもには、**食物繊維**が豊富に含まれています。**食物繊維**はコレステロールの吸収を抑えるといわれており、生活習慣病予防のためにも積極的にとりたい栄養素のひとつです。

## 野菜を美味しく食べるコツ

### 食欲の秋はヘルシーに満足感をアップ

秋野菜は工夫次第でおいしさが変化する楽しい野菜です。れんこんはさっと炒めてシャキシャキ食感を残したり、さつまいもはじっくり火を通して甘味を引き出し、ほくほく食感を味わうのも楽しいです。ほかにも、きのこなどは薄切りにして秋晴れの日に干してから料理に取り入れるのも、一味違ったおす

すめの楽しみ方です。

また、秋野菜は甘味のある野菜が多いのも魅力のひとつ。**レモン汁**や**マスタード**など酸味のある調味料と組み合わせると、甘味やうまみが引き立ちます。

食欲の秋はおいしいものが豊富で、ついつい食べ過ぎてしまいますよね。そこで、秋野菜をたっぷりと食卓に取り入れ、ヘルシーに食事の満足感をアップさせましょう。



秋は、食物繊維が豊富な根菜類やきのこ類がおいしい季節です。食べ応えがあり満足感たっぷりの“デリ風”ごはん、おいしく食べながら健康の維持・生活習慣病の予防をしましょう。



## 秋鮭のレモンクリームパスタ

1人分 592kcal / 食塩相当量 1.7g

### 材料 (2人分)

生鮭 -----	2 切れ	塩 -----	小さじ 1/2
白ワイン (鮭用) -----	小さじ 1	白ワイン -----	大さじ 1
オリーブオイル -----	大さじ 1/2	パスタ (乾燥 1.6mm) -----	160g
にんにく (輪切り) -----	1 かけ分	小麦粉 -----	大さじ 1
A しめじ (手でほぐす) --	1/2 パック	レモン (いちょう切り) -----	1/8 個
玉ねぎ (薄切り) -----	1/2 個	豆乳 (無調整) -----	200mL
キャベツ (短冊切り) -----	30g	パセリ -----	適量
れんこん (いちょう切り) --	1/3 節	黒こしょう -----	適量

### 作り方

- 1 生鮭は2等分に切って、白ワインをふっておく。
- 2 フライパンにオリーブオイル、にんにく、1の鮭、Aを入れ、塩を加えて中火で炒める。
- 3 鮭の表面の色が変わったら、白ワインを加えてフタをし2～3分蒸らし炒めにする。
- 4 パスタを表示時間より1分短く茹でる。
- 5 3に小麦粉をふり入れ、粉っぽさがなくなるまでさらに炒める。
- 6 レモンと豆乳を加えてとろみがつくまでさっと混ぜ合わせ、茹でたパスタを加えて皿に盛る。
- 7 仕上げにパセリと黒こしょうを散らす。

### ✓ 栄養メモ

レモンやにんにく、パセリ、黒こしょうなど食材で味のアクセントをつけると、塩分控えめでも塩気をカバーしてくれます。生クリームや牛乳の代わりに、**豆乳**で仕上げると脂質のカットにつながり、カロリーが抑えられます。

CHECK!

作り方の動画は  
コチラ



<http://douga.hfc.jp/imfine/ryouri/22autumn01.html>



# クラブオフで 日常をより お得に！

## 「ガラスけんぼクラブオフ」とは…

全国硝子業健康保険組合に加入する企業で働く方やその家族が利用できるお得な福利厚生サービスです。国内宿泊・海外宿泊、レジャー、スポーツ、ショッピング、育児・介護サービスなどが優待価格でご利用いただけます。

ガラスけんぼクラブオフでは、下記の他にもご自宅でも使える様々な優待メニューをご利用いただけます。また、期間限定のお得なメニューも随時登場しますので、会員専用ホームページをご覧ください。

### ●コメダ珈琲店

対象店舗限定



(イメージ)

通常サイズの価格で  
たっぷりサイズへの  
サイズアップ無料

### ●ジョリーパスタ



(イメージ)

ドリンクバー  
286円 → 176円

### ●ポムの樹、ポムズファーム他 (ポムフードグループ)



(イメージ)

お食事ご注文の方  
ソフトドリンク  
1杯サービス

**グルメ** お持ち帰り、宅配などあります

**ショッピング** 必要なものがお得に購入できます

### ●ビックカメラ・コジマ



お会計金額  
3% OFF

オンラインショッピング  
でもクーポンコードで  
3% OFF

### ●三井 アウトレットパーク

平日限定

「スペシャルクーポン」  
プレゼント



### ●お買得ソクホウ



60%以上OFFの  
商品も常時販売！  
人気商品は即完売！  
数量限定商品は  
早い者勝ちなので  
お買い逃しなく。

毎週水曜開始、  
48時間限定タイムセールも  
好評開催中です!!

サービスの詳細や利用方法については、必ず会員専用ホームページにアクセスしてご確認ください。

ガラスけんぼクラブオフ

検索

URL <https://www.club-off.com/glass>



スマートフォン  
からもご利用  
いただけます

何度でも応募できます！応募すれば当たるかも？

わくわく  
毎月  
プレゼント



左のロゴが  
載っているバナーを  
クリックして応募！



就職したとき

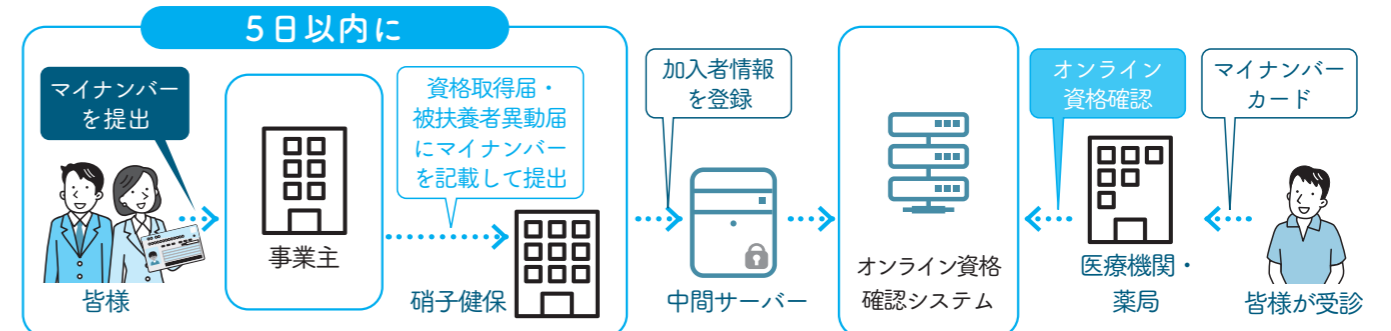


家族が増えたとき

## すみやかに勤務先へ マイナンバーを提出してください

マイナ保険証でオンライン資格確認をするためには、健保組合へマイナンバーが届け出されていることが必要です。就職したときや結婚・出産などで家族を被扶養者にするときは、勤務先へすみやかにマイナンバーの提出をお願いいたします(硝子健保に勤務先経由で皆様のマイナンバーが提出されます)。

### オンライン資格確認はこんな仕組みです



皆様が勤務先に提出したマイナンバー等を硝子健保が中間サーバーに登録しますが、誤りがあると登録ができず、医療機関・薬局の窓口でオンライン資格確認ができません。皆様には、すみやかに正確な情報(マイナンバー、氏名〔漢字・カナ〕、生年月日、性別、住民票に記載の住所)を提出していただくことが重要です。

### 勤務先からマイナンバーを求められることがあります

健康保険法施行規則により、事業主(勤務先)が資格取得や扶養追加の届出を行うために必要があるときは、被保険者に対し、マイナンバーの提出を求め、または記載事項に係る事実を確認することができるものと規定されています。勤務先からマイナンバーの提出を求められた場合には、すみやかに応じていただきますようお願いいたします。

なお、マイナンバーが不明など提出できない場合は、届出に住民票の漢字氏名、カナ氏名、生年月日、性別、住所が必要です。いずれも勤務先へ提出できない場合、硝子健保で登録ができず、医療機関・薬局の窓口でオンライン資格確認ができません。※任意継続被保険者の方は、硝子健保へ直接届け出てください。



なんだ💡

ホームページに  
のってるじゃん!



皆様の時間を節約する  
硝子健保ホームページ



<https://www.glasskenpo.or.jp/>



ホームページから「ガラスけんぽニュース」のバックナンバーをご覧いただけます!

<https://www.glasskenpo.or.jp/> [トップページ](#) [広報誌「ガラスけんぽニュース」バックナンバー](#)

※毎号、発行月に最新号を掲載します。

ファミリー健康相談

年中無休・24時間サービス

メンタルヘルスカウンセリング

月～土曜日 10:00～22:00

※面接予約受付：月～土曜日 10:00～20:00

ベストドクターズ・サービス

月～土曜日 10:00～21:00

心の悩み・健康の不安、まずは電話で相談してみませんか?

専用ダイヤル

**0120-033-632** (無料)

発信者番号は「通知設定」でおかけください。

ご利用者の状況または相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合があります。

Best Doctors® およびベストドクターズは Best Doctors, Inc. の商標です。