Smile Kenpo

Autumn / 2026
vol.47

神戸本社／Rebloomさん
立ち向かう初秋の向日葵





ONC中央日本支店／
まりんぽんさん
おでかけ準備万端♪

2025年度の
決算を
お知らせします

CONTENTS

2025年度 **決算**のお知らせ……2
インフルエンザ**予防接種費用補助**……4
2026年8月から**高額療養費の自己負担限度額**が変わりました……5
生活習慣で**「脂質異常」**を予防・改善……6
体を動かして心も体も健康に……8
脂質をとりすぎないレシピ……9
寒霞渓……10
リリー健保からの**お知らせ**……12

ー ご家族皆さんでご覧ください ー

日本イーライリリー健康保険組合

2025年度 決算のお知らせ

決算総額 29億2,141万円

2025年度 収入支出決算の概要

健康保険分

健康保険料率 76.00‰ （事業主 39.33‰　被保険者 36.67‰）

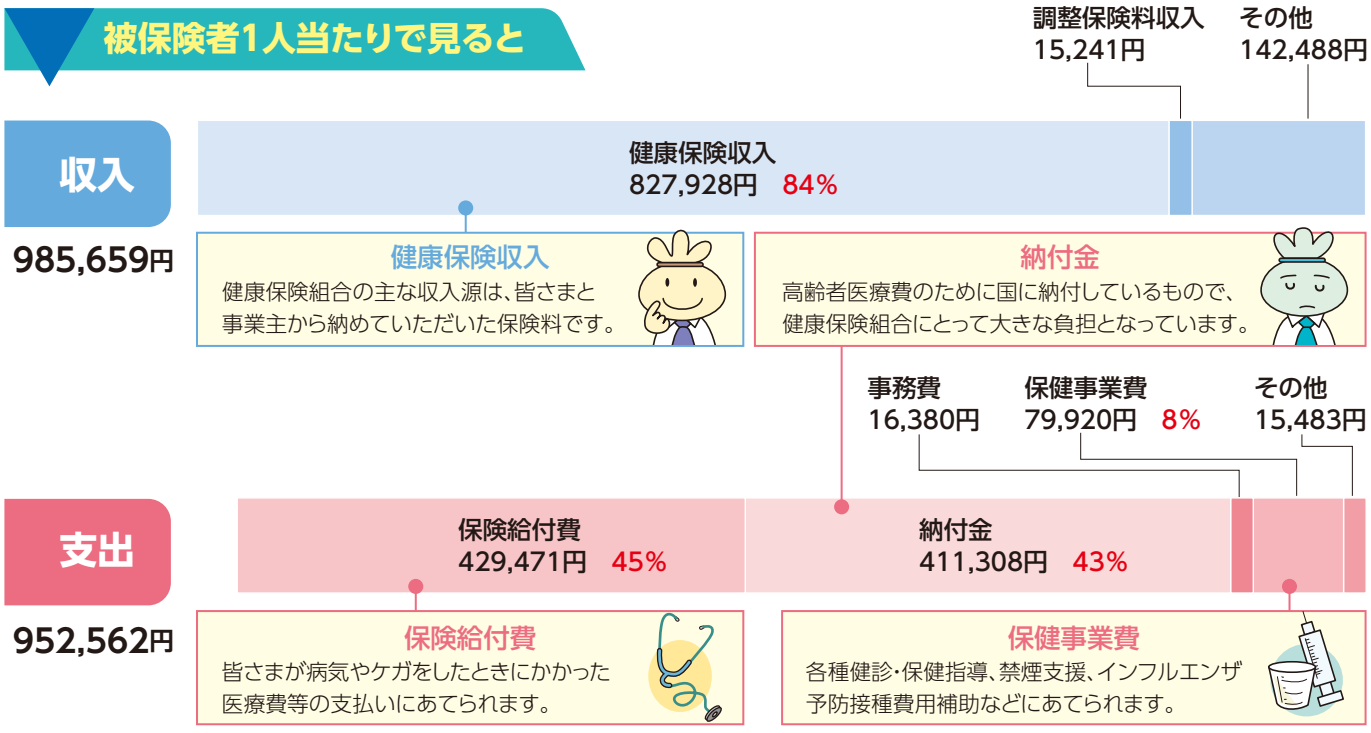
（千円）

収入		
	健康保険収入	2,458,947
	調整保険料収入	45,267
	繰越金	59,662
	繰入金	300,000
	国庫補助金収入	16,508
	特定健康診査等事業収入	15,608
	出産育児交付金	1,236
	財政調整事業交付金	16,032
	雑収入	14,146
	合計	2,927,406
	経常収入合計	2,490,871

支出		
	事務費	48,650
	保険給付費	1,275,529
	納付金	1,221,584
	保健事業費	237,361
	その他	45,984
	合計	2,829,108
	経常支出合計	2,784,084

経常収入支出差引額	▲ 293,213

被保険者1人当たりで見ると



介護保険分

介護保険料率 20‰ （事業主10‰、被保険者10‰）

（千円）

収入		
	介護保険収入	488,949
	雑収入等	453
	合計	489,402

支出		
	介護納付金	427,003
	介護保険料還付金等	45
	合計	427,048

収入支出差引額	62,354

健康保険組合のおかれた状況について

健康保険組合連合会が発表した「令和8年度健康保険組合予算編成状況―早期集計結果（概要）について―」によると、約8割の健保組合が経常収支で赤字、全体の経常収支は▲2,890億円の赤字の見通しとなることがわかりました。

内容を見てみますと、保険料収入が3.8%増加しているものの、医療費となる保険給付費が3.4%、高齢者医療への拠出金が2.2%増加していることが要因となっています。

高齢者拠出金が増え続ける一方、支え手となる現役世代の減少が続くため、健保財政はますます厳しい状況となる見通しです。

現役世代の負担を軽減し、能力に応じて全世代が支え合う、全世代型社会保障の構築に向けた改革は急務です。

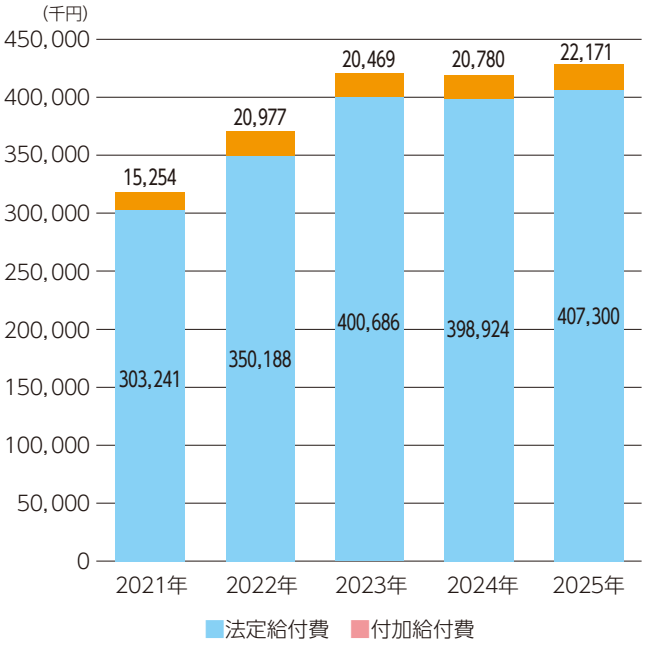
リリー健保の現状について

2025年度は、保険料収入が増加した一方、保険給付費と前期高齢者や後期高齢者の医療費となる納付金が増加しました。その結果、4年連続の経常赤字となりました。

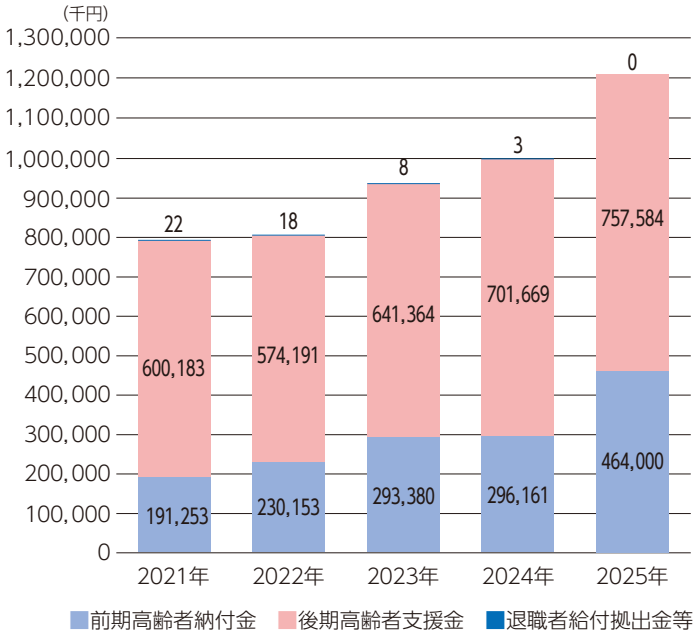
この傾向は2026年度以降も続くと見込まれています。そのため、保険料率の見直しも想定しております。

引き続き健全な運営を行ってまいりますが、健診の受診やウォーキングなど保健事業をご活用いただき、時間外の受診を控えるなど、医療費の節減にもご理解とご協力をお願いいたします。

1人当たり保険給付費の推移



納付金の推移



決算編成の基礎数値

- 被保険者数 2,970人　（男性 1,976人、女性 994人）
- 平均標準報酬月額 784,690円　（男性 822,614円、女性 705,901円）
- 平均年齢 43.45歳　（男性 44.26歳、女性 41.84歳）
- 被扶養者数 3,805人　扶養率 1.30人
- 前期高齢者加入率 0.43%

- 介護保険の被保険者数 2,000人
- 介護平均標準報酬月額 852,107円

電子申請サービス
インフルエンザ予防接種費用補助



リリー健保では、疾病予防事業として予防接種の費用補助を行っています。
予防接種の効果を最大限に発揮するため、抗体が作られる期間を考慮し、
12月中旬までには接種を済ませましょう。[厚生労働省推奨事項]

スマホからも申請OK
紙の申請は行っておりません

対象者
リリー健保の被保険者および被扶養者

実施方法
各自が病院・診療所でワクチンを接種

補助金額
1人あたり4,000円を上限とします。

対象接種期間
2026年10月1日(木)～2027年1月31日(日)

申請期限
2027年3月31日(水)まで

申請方法
リリー健保のホームページから電子申請
※領収書の画像添付必須(原本は送付不要)。

振込日
健保受付月の翌月末
例)健保受付10月→振込11月末
※健保からの振込通知は行いませんので、預金通帳でご確認願います。
※給付金は給与口座に振込となります。

▼電子申請は次のように行ってください

ホームページの「電子申請」をクリックして、案内に沿って手続きを行ってください



注意事項

領収書には①～⑤の記載が必須
①接種者氏名(個人名)　②接種日　③接種金額(接種者個人)
④医療機関名(領収印)　⑤インフルエンザ予防接種代である旨
※日本で承認されていないワクチンは対象外。
※期限を過ぎると補助金は支給されませんので、ご注意ください。
※領収書は被保険者と被扶養者分を1つのファイルにまとめて添付していただいてもOKです。
(ただし、画像が不鮮明な場合は再提出をお願いする可能性があります)

時事解説

2026年8月から、高額療養費の自己負担限度額が変わりました

健康保険の高額療養費制度は、医療費が高額になった場合でも自己負担の上限を設けることで家計の破綻を防ぐセーフティーネットです。一方で、高齢化の進行などに伴う医療費増大によって制度の持続可能性の確保が急務でした。このため、高額療養費の自己負担限度額が見直されることになりました。

2026年8月から、月額上限が引き上げられ、年間上限が新設されました

2026年8月から、ほぼすべての所得区分で月額上限が引き上げられました。標準報酬月額28万円～50万円の一般所得層では、約80,100円から約85,800円への引き上げとなります。一方で年間上限（8月～翌年7月）の新設、多数回該当の据え置きにより、抗がん剤治療や慢性疾患で数万円の負担が長期にわたって続く患者の経済的負担に配慮した内容となっています。

2026年8月～　高額療養費の自己負担限度額　＜水色　の部分が変更箇所＞

標準報酬月額	自己負担限度額（月額上限）			新設 年間上限
	外来特例（70歳以上）		多数回該当	
83万円以上	270,300円＋（医療費－901,000円）×1%		140,100円	1,680,000円
53万円～79万円	179,100円＋（医療費－597,000円）×1%		93,000円	1,110,000円
28万円～50万円	85,800円＋（医療費－286,000円）×1%		44,400円	530,000円
26万円以下	22,000円 *1	61,500円		530,000円 *3
住民税非課税（70歳未満）	36,900円		24,600円	290,000円
住民税非課税（70歳以上）	11,000円 *2	25,700円		
一定所得以下（70歳以上）	8,000円	15,700円	—	180,000円

※多数回該当…過去12カ月以内に3回以上、上限額に達した場合の4回目以降の上限額
*1 年間上限216,000円　*2 年間上限96,000円
*3 標準報酬月額15万円以下に該当することを確認できた場合は410,000円（2027年8月以降に償還払い）

2027年8月から、所得区分の細分化による負担の適正化が図られます

高額療養費の自己負担限度額の見直しは、2段階で行われます。2027年8月からは、所得区分の細分化が実施されます。70歳未満では5区分が、より負担能力に応じたものとなるよう13区分へと細分化され、中高所得層を中心により細密な所得水準に合わせた月額上限の引き上げが行われます。

2027年8月～　高額療養費の自己負担限度額　＜水色　の部分が変更箇所＞

標準報酬月額	自己負担限度額（月額上限）			年間上限
	外来特例（70歳以上）		多数回該当	
127万円以上	342,000円＋（医療費－1,140,000円）×1%		140,100円	1,680,000円
103万円～121万円	303,000円＋（医療費－1,010,000円）×1%			
83万円～98万円	270,300円＋（医療費－901,000円）×1%			
71万円～79万円	209,400円＋（医療費－698,000円）×1%		93,000円	1,110,000円
62万円～68万円	194,400円＋（医療費－648,000円）×1%			
53万円～59万円	179,100円＋（医療費－597,000円）×1%			
44万円～50万円	110,400円＋（医療費－368,000円）×1%		44,400円	530,000円
36万円～41万円	98,100円＋（医療費－327,000円）×1%			
28万円～34万円	85,800円＋（医療費－286,000円）×1%			
20万円～26万円	28,000円 *1	69,600円		
16万円～19万円		65,400円		
15万円以下	22,000円 *1	61,500円	34,500円	410,000円
住民税非課税（70歳未満）	36,900円		24,600円	290,000円
住民税非課税（70歳以上）	13,000円 *2	25,700円		
一定所得以下（70歳以上）	8,000円	15,700円	—	180,000円

※多数回該当…過去12カ月以内に3回以上、上限額に達した場合の4回目以降の上限額
*1 年間上限216,000円　*2 年間上限96,000円

高額療養費は、月ごと、個人ごと、医療機関ごと、入院・外来別、医科・歯科別に計算されます。月をまたいで入院した場合は、月ごとに計算されます。また、入院時の食事代や居住費・差額ベッド代は対象外となります。

監修●川上正舒　練馬光が丘病院名誉病院長

生活習慣で「脂質異常」を予防・改善

これといった自覚症状もなく、見過ごされがちな「脂質異常」ですが、放置していると動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳梗塞の発症リスクを高めます。

食事や運動、飲酒、喫煙などの生活習慣を見直して、血管を守りましょう。

脂質異常は動脈硬化の危険因子

血液中に含まれる脂質を血中脂質といい、血液検査では「LDLコレステロール」「HDLコレステロール」「中性脂肪」の値を測定します。

「悪玉」と呼ばれるLDLコレステロールは、増えすぎると血管の壁にたまって動脈硬化を引き起こします。一方、「善玉」のHDLコレステロールには、余分なコレステロールを回収する働きがありますが、少なすぎると回収が追いつかず、結果として動脈硬化を進行させてしまいます。さらに、中性脂肪が多いと「善玉」が減り、「悪玉」が増えやすくなります。

このように、脂質異常は動脈硬化の進行につながるため、早めに改善に取り組むことが大切です。

今すぐ実践！

脂質異常を予防・改善する生活習慣

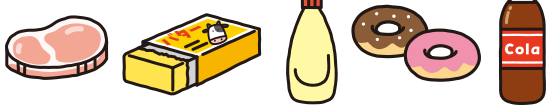
［食事］

脂質や糖質のとりすぎに注意しよう

揚げ物や脂身の多い肉料理は食べる回数や量を減らしましょう。また、マヨネーズやバター、生クリームなどを控え、お菓子や糖分の多い清涼飲料水は「ときどきの楽しみ」に留めることが大切です。ご飯や麺類の大盛りやおかわりもできるだけ避けましょう。

〈脂質・糖質を多く含む食品〉

- 脂質の多い肉類　●バター　●生クリーム
- チーズ　●マヨネーズ　●甘いお菓子
- 糖分の多い清涼飲料水　など



体によい脂質を選ぼう

青魚、えごま油、アマニ油などに多く含まれる「オメガ3脂肪酸」を積極的にとりましょう。オメガ3脂肪酸には、中性脂肪を減らし、動脈硬化を予防する効果が期待できます。

ただし、体によい油であってもカロリーは高いので、とりすぎには注意しましょう。

〈オメガ3脂肪酸を多く含む食品〉

- 青魚（サバ、アジ、イワシ、サンマなど）
- えごま油※
- アマニ油※
- くるみ
- チアシード　など



※熱に弱いため、汁物やサラダにかけるのがおすすめです。

食物繊維をしっかりとろう

野菜、大豆製品、きのこ類、海藻類などに多く含まれる食物繊維には、余分なコレステロールや中性脂肪を減らす作用があります。



食べ方を見直そう

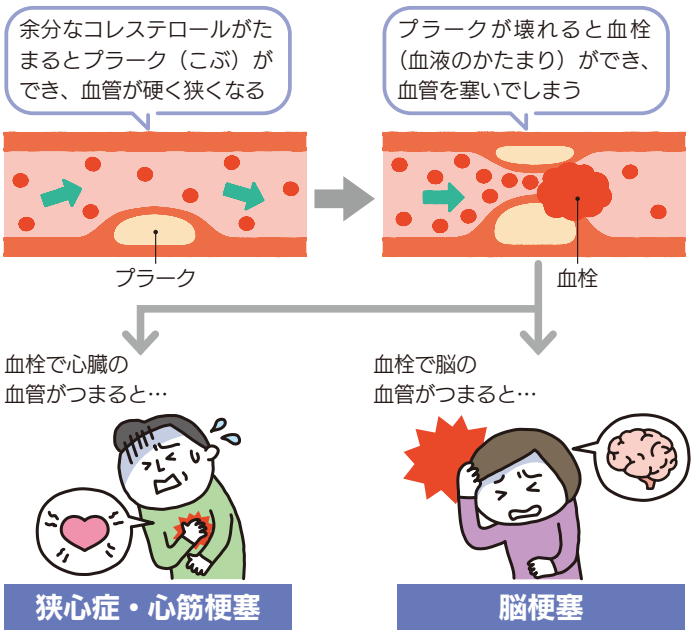
夜遅い食事や早食いは禁物です。よく噛んでゆっくり食べることを意識し、満腹になる前に箸を置く「腹八分目」を心がけましょう。



脂質異常の目安

LDL コレステロール…120mg/dL 以上
HDL コレステロール…40mg/dL 未満
中性脂肪（トリグリセライド）…150mg/dL 以上（空腹時）、175mg/dL 以上（随時）
non-HDL コレステロール※…150mg/dL 以上
※総コレステロール値から HDL コレステロール値を引いた値

動脈硬化のメカニズム



脂質異常と関連が強い生活習慣は「食事」「運動」「飲酒」「喫煙」

脂質異常の原因の多くは、食事や運動、飲酒、喫煙といった生活習慣にあります。

たとえば、脂質・糖質の多い食事や日頃の運動不足は、LDL コレステロール（悪玉）や中性脂肪を増やし、HDL コレステロール（善玉）を減らしやすくします。

さらに、過度の飲酒は中性脂肪を急激に増加させ、喫煙にいたっては血中脂質のバランスを崩して動脈硬化を直接進行させてしまいます。

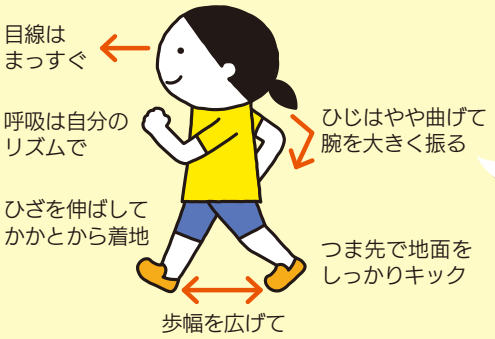
まずはこれら４つの習慣を見直し、改善することで、脂質異常・動脈硬化の予防につなげましょう。

［運動］

適度な運動を習慣にしよう

有酸素運動（ウォーキングやジョギング）を日常に取り入れ、座ったり横になったりする時間をできるだけ減らしましょう。

移動の際は階段を積極的に使うなど、無理なく続けられる範囲でこまめに体を動かすことが大切です。



おすすめの有酸素運動は「ウォーキング」

- １分間に100～130歩ほどの速度で
- 毎日、合計30分以上を目標に
- 通勤や買い物の時間を活用して、歩く機会を増やそう

［飲酒］

お酒との付き合い方を見直そう

週に２日はお酒を飲まない「休肝日」を設けましょう。飲むときはあらかじめ量や時間を決めてだらだら飲み続けないこと、度数の高いお酒は水や炭酸水で割ってゆっくり飲むことが大切です。

また、おつまみには揚げ物やスナック菓子を控え、野菜、魚、大豆製品を選びましょう。



［禁煙］

禁煙にチャレンジしよう

まずは「今日は吸わない」から始め、タバコなしでも過ごせる日を増やしていきましょう。

吸いたくなったときは、深呼吸や軽いストレッチ、歯みがき、熱いお茶を飲むなど、気持ちをそらす工夫が有効です。どうしても難しい場合は、無理せず「禁煙外来*」を受診しましょう。

＊オンライン診療もあります。



季節の健康 TOPICS

秋は運動を始める絶好の季節！

体を動かして 心も体も健康に



体を動かすメリット

今より少し多く体を動かすだけで、さまざまな健康効果が期待できます。

将来の病気を予防し、健康寿命が延びる



身体活動※が増えるほど、循環器病や2型糖尿病、がん、ロコモティブシンドローム、うつ病、認知症などの発症・罹患リスクが軽減します。

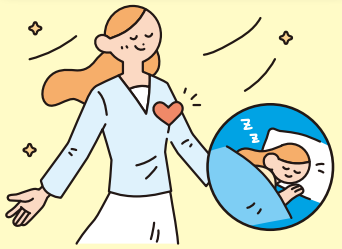
※安静時よりもエネルギー消費が多い状態（日常活動や運動、座位行動を含む）。

「座りっぱなし」の人は、とくにメリット大！



長時間座ったまま過ごすことは、生活習慣病のリスクを高めます。一方、身体活動量が多いと、そのリスクを低減できるほか、こまめに（たとえば30分ごと）立ち上がってストレッチするだけでも、血糖値や中性脂肪の改善、心血管系代謝疾患リスク低減につながります。

心がすっきり元気になる



体を動かすと、ストレスや不安の軽減につながり、思考力や学習力、幸福感向上に効果があります。また、睡眠の質の向上や集中力の維持にもよい影響があります。

理想的な活動量

激しい運動は必要ありません。今より多く体を動かすことを意識しましょう。

歩行などの身体活動を 1日60分（約8,000歩）以上



歩く　自転車　買い物　掃除

通勤や家事を含め、1日60分以上の身体活動を意識しましょう。

＋

息が弾み、軽く汗をかく程度の運動を 週60分以上

筋肉量の維持・向上は、加齢による筋力低下や転倒予防につながります。自宅でできる筋トレを週2～3回取り入れましょう。



ジョギング　ダンス　スクワット・プランクなどの筋トレ

速歩やジョギング、ダンス、水泳、筋トレなどの運動を週60分以上を目標に実施しましょう。

「身体活動・運動不足」を軽視しないで！

世界保健機関（WHO）では身体活動・運動不足を、高血圧、喫煙、高血糖に次ぐ**世界で4番目に大きな死亡リスク要因**としています。日本でも、非感染性疾患による死亡において、喫煙、高血圧に次ぐ**3番目の危険因子**といわれています。

身体活動・運動不足は、いつからでも改善できます。暑さがやわらぐこの季節に、10分多く歩くことから始めてみませんか。

野菜たっぷりヘルシーレシピ

脂質をとりすぎないレシピ

脂質異常症予防



作り方の動画はこちらから Check!

https://douga.hfc.jp/imfine/ryouri/26autumn01.html

主菜 電子レンジ de 鶏チャーシュー

1人あたり
エネルギー 220kcal　塩分 1.2g

※煮汁は1/3を食べる想定（お皿に盛りつけた場合）で栄養計算しています。

材料　2人分

鶏もも肉……大1枚（300g）
A　しょうゆ……大さじ2
　酒、みりん……各大さじ1
　すりおろししょうが、すりおろしにんにく…各小さじ1

作り方

1 耐熱ボウルに皮を取った鶏肉とAを入れてよく揉み込み、ラップをして、電子レンジ（600W）で4分加熱する。一度取り出して、裏返し、再度4分加熱する。粗熱が取れたら薄切りにする。

調理のポイント



電子レンジを使って失敗なしで作れます。
電子レンジで加熱した後、ラップのまま粗熱が取れるまで冷ますと、さらに味の染み込みがよくなります！

- 料理制作　エダジュン（管理栄養士）
- 撮影　さくらいしょうこ
- スタイリング　深川あさり

カロリーダウンの工夫

- 鶏肉の皮は脂質が多くカロリーが高いです。皮を取るだけでカロリーを約40%もダウンでき、ヘルシーに仕上がります。

お皿に盛りつける場合は…



トマト（小1個）と一緒に盛りつけ、小ネギを添えると彩りが豊かになります。
調味料を揉み込んで味をしっかりなじませているため、煮汁を多く口にしなくてもおいしく食べられます。煮汁は全部食べると塩分が高くなるので、食べる量は全体の1/3程度を目安にしましょう。



寒霞渓

群馬県の妙義山、大分県の耶馬渓とともに「日本三大渓谷美」の１つに数えられる香川県小豆島の寒霞渓。
日本書紀にも記述があるその渓谷美は、1878 年、儒学者の藤澤南岳によって寒霞渓と命名された。
古くから親しまれる、自然がつくり出した絶景を満喫するハイキングに出かけよう。

寒霞渓（第２展望所から望む）

約1,300万年前の火山活動と長年の浸食によってつくり出された奇岩怪石、四季折々の豊かな自然が織りなす圧倒的な絶景が特徴。
秋は山を彩る紅葉と岩肌、そして青い海の美しいコントラストを見に多くの観光客が訪れる。

寒霞渓には奇岩怪石などの見どころをめぐる「表12景」と「裏8景」、そして小豆島最高峰「星ヶ城」への登山道がある。今回は表登山道を登り、星ヶ城登山道を往復してロープウェイで戻るルートを歩く。なお、観光協会のホームページなどで表12景を予習しておくと見つけやすく、楽しく歩くことができる。

こううん駅を振り返り、通天窓を確認したら、すぐそばにある紅雲亭の脇から表登山道に入る。途中、表12景の場所を示す看板が出ているので、探しながら登っていこう。表12景は四望頂で最後。木々で見えなかった場合、見逃してしまった場合は気落ちせず、帰りのロープウェイで上から探してみよう。

アート作品「空の玉 / 寒霞渓」で写真を撮影したら、山頂駅を通りすぎて星ヶ城登山道へ。星ヶ城は南北朝時代、備前の豪族だった佐々木信胤が築いた山城。西峰や東峰の周辺には遺構が残り、注意深く周囲を観察するとその形跡がわかる。東峰に着くと、そこは小豆島最高峰。達成感のある景色を堪能したら、来た道を山頂駅へ戻ろう。帰りはロープウェイを使い、短い空の散歩でゴールだ。

寒霞渓は、体力や時間に合わせて柔軟にルートを選択できるのが魅力。迷うような道はないが、基本的に坂なので自分の体力を過信せず、無理のないスケジュールを立てて歩こう。

航路MAP



Information

アクセス　高松港から小豆島フェリーで土庄港、車で寒霞渓ロープウェイ「こううん駅」など

HPはコチラ
小豆島観光協会
https://shodoshima.or.jp/

グルメ　オリーブ＆手延べそうめん



小豆島は国内オリーブ栽培の発祥の地。オリーブオイルを使ったグルメが島内各所で楽しめる。また、そうめんの三大産地の1つとしても有名。伝統的な手延べ製法でつくられるそうめんはお土産にも最適。



©(一社) 小豆島観光協会

四望頂

寒霞渓「表12景」の1つ。展望スペースには東屋があり、ベンチに座ってじっくり奇岩や岩壁などを眺めることができる。



青木野枝「空の玉 / 寒霞渓」

瀬戸内国際芸術祭2022のアート作品を常設展示。玉の中に入って寒霞渓をバックにアートな写真を撮ることができる。



第1展望所

山頂からせり出すようにつくられているため開放感抜群。眼下には内海湾、瀬戸内海、遠くには四国の山並みまで一望できる。アプローチの左右の紅葉も見どころ。





星ヶ城西峰

西峰（標高805m）は星ヶ城の本城があった場所。周辺には空壕、土壇、曲輪などの遺構が残る。

星ヶ城東峰

東峰（標高816m）は小豆島だけでなく瀬戸内海の島々の中で最高峰。星ヶ城の詰城があった場所。

寒霞渓ロープウェイ

日本で唯一、『空・海・渓谷』を一度に眺望できる島のロープウェイ。12分間隔（多客時は6分間隔）で運行しており、所要時間は5分。

- 8:00～17:00
- 片道 中学生以上1,500円、小学生750円
- 往復 中学生以上2,700円、小学生1,350円
  ※B期間（11月）の金額
- 休 ホームページに掲載
- https://www.kankakei.co.jp/

※営業時間、運賃は期間によって変動。
詳細はホームページでご確認ください。

およそ 6.6km / 4時間 / 15,000歩

ひと足延ばして 小豆島をめぐる

エンジェルロード

潮の満ち引きによって海の中から現れたり消えたりする神秘的な砂の道。1日に2回、干潮時間の前後約3時間だけ道が現れ、対岸の島へと歩いて渡ることができる。

香川県小豆郡土庄町甲24-92



四方指・大観望展望台

四方を指しても遮るものがないといういわれのとおり、360度のパノラマが広がる2つの展望台。寒霞渓より高い位置にあり、爽快感のある眺めが楽しめる。

香川県小豆郡小豆島町神懸嶮岨山乙1117



道の駅 小豆島オリーブ公園



瀬戸内海を見下ろす小高い丘にある道の駅公園。地中海ムードあふれる約2,000本のオリーブ畑に囲まれ、レストランや体験施設などが多数。

- 8:30～17:00
- 休 年中無休
- https://www.olive-pk.jp/

二十四の瞳映画村



『二十四の瞳』ロケセットを保存した映画村。懐かしい木造校舎や文学館、レトロな映画館などがある。

- 9:00～17:00
- 大人1,000円、小人500円
  ※期間によって変動。詳細はホームページでご確認ください。
- 休 年中無休
- https://www.24hitomi.or.jp/

※営業時間や料金等は変更される場合があります。

リリー健保からのお知らせ

Smile Kenpoクイズ

Smile Kenpoを読んで、クイズに答えよう♪

全問正解者**全員**に健保ポイント**「100ポイント」**プレゼント!
さらに抽選で**5名様**に**「500ポイント」**プレゼント!

1 インフルエンザ予防接種費用補助について正しいモノを選んでください

ⓐ補助金額は1人あたり1,000円を上限とする
ⓑ補助金額は1人あたり2,000円を上限とする
ⓒ補助金額は1人あたり4,000円を上限とする

2 脂質異常について正しいモノを選んでください

ⓐ脂質異常は放置してもいい
ⓑ脂質異常は気にしなくてもいい
ⓒ脂質異常は放置すると動脈硬化の進行につながる

3 理想的な1日の身体活動量について正しいモノを選んでください

ⓐ歩行などの身体活動を1日10分以上
ⓑ歩行などの身体活動を1日20分以上
ⓒ歩行などの身体活動を1日60分以上

応募方法

①クイズの答え
②保険証記載の記号・番号
③氏名　④所属事業所・部署名
を明記し、リリー健保宛(郵送・メール・社内便のいずれか)にお送りください。

締切:2026年10月31日(土)

〈当選者発表〉
当選者の発表はポイントの付与をもって代えさせていただきます。
〈ポイント付与予定日〉
2026年11月28日(土)

前回の回答▶ ❶a ❷a ❸a

My Health Care (私の健康管理) 投稿を募集しています

リリー健保では、広報誌・ホームページに掲載する写真、ご自身の健康法や特定保健指導などの体験談を募集しています。採用された方には健保ポイントを付与します。
皆さんのご応募をお待ちしています。

▼応募先
…リリー健保のホームページ(トップページ)の下部に応募要領などを掲載しています。こちらをご覧ください。
https://www.lillykenpo.com

▼付与ポイント
…写真は1,000ポイント、体験談は3,000ポイント

医療費明細通知について

健保ホームページ**「医療費明細」**では、被保険者・被扶養者の皆さんが医療機関を受診した際の医療費の内訳や保険給付実績を**毎月お知らせしています。**受診された月から通常3カ月後の初旬に掲載していますのでご確認ください。

10月初旬掲載分➡7月診療分となります。

※情報が登録されるまでに最短3カ月となります。医療機関から2カ月遅れで請求が来るためです。

日本イーライリリー健康保険組合 **Smile Kenpo vol.47**
〒532-0003 大阪市淀川区宮原4-1-6 アクロス新大阪10階
TEL 06-6150-1090　E-mail：info@lillykenpo.com
URL https://www.lillykenpo.com