



エイチ・アイ・エス健康保険組合

- 平成28年度予算と事業計画が決まりました
- 被保険者及び被扶養者の方は1年に1回無料で健康診断を受診できます
- メタボリックシンドロームの危険性を知っていますか？

- こころの悩み・健康の不安、まずは電話で相談を！
- 医療機関や薬局で「ジェネリック希望」／医療機関は「診療時間内」に／整骨院・接骨院では、健康保険を使えるケースは限定

公告第91号

平成28年度 予算と事業計画が決まりました

○平成28年度の予算の概要

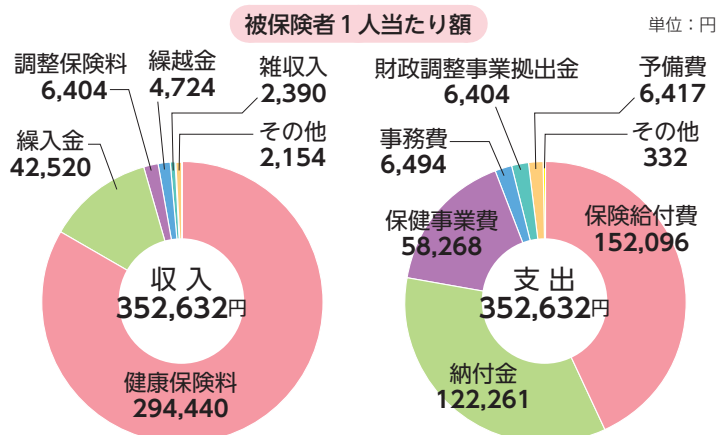
平成28年2月19日開催の第29回組合会において、平成28年度予算が承認されました。近年の当健保財政の傾向は、毎年度の医療費の増加（被扶養者増）や国への納付金の増加により『支出増』となっており、大変厳しい財政状況となっております。特に納付金として納める『高齢者支援納付金』が、昨年度より約2億円の大幅増という状態となり、健保財政を圧迫しております。そのほか、医療費関連で被保険者及び被扶養者（家族）のけがや病気、出産関連に伴う医療費が、人数増加とともに漸増している現状です。この支出をまかなう財源として、保険料率の引き上げやカフェテリアポイントの全廃を検討いたしました。昨年来の消費税増加や景気不透明感に伴う影響と、事業主の状況も考慮し、被保険者ならびに事業主の負担増を回避するため、健保の財産を取り崩し対応することといたしました。（健保財産：残高約6億、一般保険料率、カフェテリアポイント：ともに現状維持）

しかしながら、今後も被保険者の平均年齢の上昇、被扶養者の増加、それに伴う医療費増大及び国への納付金（高齢者支援納付金）の増大に対応せざるを得ない状態が予想され、来期、保健事業の縮小（カフェテリアポイントの廃止）及び健保独自の付加給付金の見直しや保険料率の改定をさせていただきます。被保険者及び被扶養者の皆様の健康を維持していただくことが、皆様の生活のみならず、財政確保の近道となります。健康を保つための基本的な取り組み（禁煙、食事バランス、定期的な運動、健康診断、ストレス軽減など）を行い、生活習慣の改善を一人一人が意識し、実践していただくよう切にお願いいたします。

●一般勘定

一般収入総額の9割超を占めるのが、事業主と被保険者の皆様に納めていただく保険料です。平成28年度の保険料収入は、3%の伸びを見込んでおります。一方支出は、保険給付費と納付金のみで78%を占めております。また保健事業費に関しては、平均年齢上昇に伴う35歳以上の人間ドック健診費用が増大すると見込んでおります。これら3つの支出で保険料収入額をオーバーするため、①平成27年度の決算残金予定額を繰り越すこと、②財産からの積立金を取り崩して繰り入れることにより、激増した高齢者納付金の支払いに対応し、収入不足分を補うことといたしました。

一般勘定の基礎数値	
被保険者数	6,350人
平均標準報酬月額	281,000円
総標準賞与額	3,600,000千円
保険料率	78/1000



※端数処理により合計が必ずしも一致しないことがあります。

収 入		
科 目	予算額 (千円)	被保険者1人当たり額 (円)
健康保険料	1,869,695	294,440
調整保険料	40,667	6,404
繰越金	30,000	4,724
繰入金	270,000	42,520
国庫補助金	305	48
特定健診等事業	3,370	531
財政調整事業交付金	10,000	1,575
雑収入	15,179	2,390
合 計	2,239,216	352,632

支 出		
科 目	予算額 (千円)	被保険者1人当たり額 (円)
事務費	41,239	6,494
保険給付費	965,810	152,096
法定給付費	926,978	145,981
付加給付費	38,832	6,115
納付金	778,645	122,621
保健事業費	370,000	58,268
還付金	305	48
営繕費	500	79
財政調整事業拠出金	40,667	6,404
その他	1,298	205
予備費	40,751	6,417
合 計	2,239,216	352,632

● 介護勘定

近年、40歳到達者の増加ペースが加速しているため、介護納付金が今年度も前年度比20%増と引き続き高い伸び率となっております。これに対し、一人当たりの保険料収入額は年々低下している状態です。介護保険料率は、平成27年度同様**16/1000**にて対応します。(平成27年度に3%引き上げ実施済み)

次年度以降も、国への納付金額により、保険料率を調整していく方向です。

介護勘定の基礎数値	
第2号被保険者数	1,584人
第2号被保険者たる被保険者数	1,140人
平均標準報酬月額	355,000円
総標準賞与額	1,100,000千円
保険料率	16/1000

収入		
科目	予算額 (千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額(円)
介護保険収入	95,302	83,598
繰入金	1	1
雑収入他	2	2
合計	95,305	83,601

支出		
科目	予算額 (千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額(円)
介護納付金	88,000	77,193
介護保険料還付金	20	18
積立金	7,285	6,390
合計	95,305	83,601

○ 平成28年度の事業計画

● 平成28年度に実施予定の保健事業

- ① カフェテリアメニューによる保健事業の実施
カフェテリアポイントを24,000P付与
 - ② 人間ドック (35歳以上の本人とその被扶養者)
 - ③ 生活習慣病健診 (30歳以上の本人とその被扶養者)
 - ④ 簡易生活習慣病健診 (30歳未満の本人と被扶養者)
 - ⑤ WEB医療費通知の実施
 - ⑥ インフルエンザ予防接種費用の補助
 - ⑦ 24時間電話健康相談の実施
 - ⑧ メンタルヘルスの相談サービスの実施
 - ⑨ 出産のあった被保険者及び被扶養者に育児冊子の配付
 - ⑩ メタボリック予防対策事業の実施
(データヘルス計画実施)
- 特定健診・特定保健指導の実施
- ・40歳～74歳の被保険者本人だけでなく、家族である被扶養者の方も全額補助対象です。
 - ・健診の結果、内臓脂肪型肥満(メタボリックシンドローム)といわれる脂質異常、高血圧、高血糖の方を対象にそのレベルに応じた保健指導が行われます(40歳未満の方も、ご希望があれば、対応いたします)。
- ⑪ メンタルヘルス予防対策
 - ⑫ 禁煙推進への取組み
 - ⑬ 付加給付(出産手当金付加金、出産育児一時金付加金)

● 保険料率

- ① 健康保険料：**78/1000** (据え置き)
- ② 介護保険料：**16/1000** (据え置き)

● その他特記事項

★今年度の注力事業

- ・メタボリック予防対策
- ・生活習慣病改善策
(データヘルス計画及び特定保健指導率向上)
— メタボの対策の情報共有・見える化
- ・ジェネリック医薬品利用促進、啓蒙
— WEB医療費通知にて差額の案内

★28年度 健診受診期間 4月よりスタート (受診可能)

★28年度以降の検討見直し予定の事業

- ・カフェテリアプラン (全廃)
- ・付加給付制度の見直し (出産手当金)
⇒支出に関わる事業の調整、見直しなど
『国への納付金(高齢者納付金)対応策として』

○ 平成28年4月から医療保険制度が変わります

昨年5月に成立した医療保険制度改革関連法により、次の改正等が行われます。

- ① **紹介状なしの大病院受診への追加負担の義務化**
特定機能病院や500床以上の地域医療支援病院に紹介状を持たずにかかる、初診で5,000円以上、再診で2,500円以上の追加負担がかかるようになります。
- ② **入院時の食事代を1食あたり260円→360円へ引き上げ**
在宅で療養する方との負担の公平の観点から、調理費が加えられます。ただし、低所得者(現行100円または210円)と難病および小児慢性特定疾病の患者等については据え置かれます。
- ③ **「患者申出療養」がスタート**
患者からの申出に基づいた新しい保険外併用療養のしくみ、患者申出療養が創設されます。
- ④ **標準報酬月額が3等級追加**
保険料の計算の基礎となる標準報酬月額の上限が第47級から3等級が追加され、50等級となります。また標準賞与額の上限が、これまでの「540万円」(年度累計)から、「573万円」に引き上げられます。
- ⑤ **傷病手当金・出産手当金の算定方法が変わります**
標準報酬日額の算定方法が、現在の「標準報酬月額÷30」から、「支給開始月を含む直近の12カ月の各月の標準報酬月額を平均した額÷30」に変更されます。

被保険者及び被扶養者の方は1年に1回健康診断を受診できます

各医療機関と契約している基本コースについては、自己負担は一切ありません。積極的に受診して、疾病予防にお役立てください。なお、オプション検査を希望する場合は、各基本健診コース費用+オプション検査項目費用が補助額内までは健保組合が負担します。費用は医療機関により異なりますので、詳しくは当健保HPの「健診予約」のリンクバナーからのログインまたは予約時にご確認ください。

年齢	生年月日	基本健診コース（種類）	婦人科	補助額 オプション検査項目追加時
29歳以下	1987年4月1日以降	簡易生活習慣病健診	-	6,500円
30～34歳	1982年4月1日～ 1987年3月31日	生活習慣病健診 （+婦人科）	希望者	31,000円
35歳以上	1982年3月31日以前	人間ドック	希望者	60,000円

※補助額を超えるオプション検査費用は、現金またはカフェテリアポイントで支払うことが可能です。ポイント利用は、契約項目のみ可能で、健保組合のホームページからの事前登録が必要になります。

※医療機関により人間ドックに婦人科検査が含まれている場合と含まれていない場合がありますので、予約時にご確認ください。含まれていない場合はオプション検査となり、表の補助額までを健保組合が負担します。

※年度末(今年度は平成29年3月31日)時点の年齢が基準です。

「要治療」「要精密検査」「要再検査」の項目を放置していませんか？

健診結果で「要治療」「要精密検査」「要再検査」などの項目があった場合、すみやかに医療機関を受診することが必要です。放置していると、取り返しのつかない重篤な病気につながる可能性もあります。今一度、健診結果をご確認ください。



再検査の予約を
とりたいんですが…

メタボリックシンドロームの危険性を知っていますか？

内臓に脂肪がついた内臓脂肪型肥満に、高血圧症・糖尿病・脂質異常症が組み合わさった状態をメタボリックシンドロームといいます。単に太っているだけとは違い、動脈硬化を進行させ重篤な病気になりやすくなるため、危険です。



メタボリックシンドロームは知らないうちに、危険因子を次々と引き起こして動脈硬化を進行させ、その危険因子が重なって、死への危険を早めていることを知っておいてください。メタボリックシンドロームは、食べ過ぎや運動不足など、悪い生活習慣の積み重ねが原因となって起こるため、生活習慣の改善によって予防・改善できます。健診や人間ドックを毎年受けて、早期発見・早期改善をめざしましょう。

特定健診と特定保健指導を受けましょう

40歳以上が対象の特定健診は、このようなメタボリックシンドロームとその予備群の方を見つけ出すために行う健診です。年1回は受けましょう。特定保健指導の対象者となった方は生活習慣改善のよいきっかけとなりますので、必ず受けるようにしてください。



こころの悩み・健康の不安、 あわてて病院に駆け込む前に、まずは電話で相談を！

ファミリー健康相談

メンタルヘルス
カウンセリング

ベストドクターズ®
サービス

専用ダイヤル

0120-248-987

無料！

携帯・PHSからもご利用できます



こんなときは… お気軽にお電話ください！

子どもが急に
熱を出した

どの病院に
受診すべきか
わからない

病気が
なかなか
よくなる

仕事で
ストレスが
たまる

職場の
人間関係で
悩んでいる

育児・介護が
つらい

ファミリー健康相談（電話健康相談）

…保健師・看護師・医師などベテラン相談員が健康に関する相談にお答えします。

ファミリー健康相談では、電話だけでなくWEBでも相談を受け付けています。



「248987」を
入力してください。

WEBでの
相談はこちらから

<https://familycare.sociohealth.co.jp/>



育児の困りごと、
悩みごとを
Q&Aで解説

血糖値や血圧が
気になる人におすすめ
のレシピを紹介

いろいろな病気の解説
や対処方法を紹介

メンタルヘルスカウンセリング

…こころの悩みをインターネットで相談できます

こころのWeb相談

<https://www.mh-c.jp/kokoro/>

日曜日・祝日・年末年始を除く、3営業日以内に臨床心理士が回答いたします。

プライバシーは厳守されます

個々人の相談の有無・内容等が健康保険組合や会社に伝わることはありません(個人を特定できない、統計的な月次データで報告されます)



ここに「248987」を
入力してログイン

ベストドクターズ・サービス

…三大疾病などにかかったとき、専門医をご案内します。



◆ご利用者できるのは、被保険者 および 被扶養者

(「ファミリー健康相談（電話健康相談）」のみ、被保険者 および ご家族)

◆専用ダイヤルへお電話し、音声ガイドに従ってサービス番号をプッシュしてください。

●免責事項 本サービスは利用される方に適切な医療・健康関連情報を提供すること、および適切なメンタルヘルスカウンセリングを提供しメンタルヘルスの改善に役立ててもらふことが目的であり、当健康保険組合および当健康保険組合が本サービスを委託した株式会社法研、株式会社東京カウンセリングセンター、同社が提携するカウンセリング施設、ならびに医師情報を提供するベストドクターズ社 (Best Doctors, Inc.)、ベストドクターズ社が案内した専門医、関係するスタッフ (以上を総称して「サービス関係者」という) は、その目的を達成するために誠心誠意努力します。しかしながら、その目的が達成できなかった場合でも、サービス関係者はいかなる責任も負いません。また、本サービスは医師法等関連法令が規定する診察・治療や医薬品の提供は一切行いません。以上をご理解いただいた上でご利用ください。

ベストドクターズは Best Doctors, Inc. の登録商標です。

医療費節減のお願い！

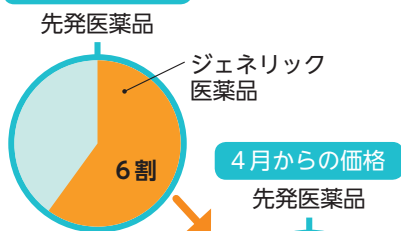
医療機関や薬局で「ジェネリック希望」と伝えましょう

先発医薬品の特許期間が切れたあとに、同じ主成分で製造・販売される「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」は、先発医薬品に比べて研究開発費がかからないため、価格も大幅に安くなっています。

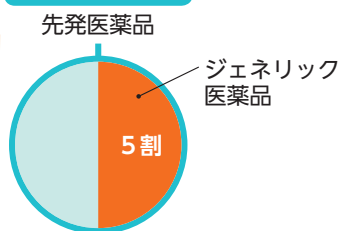
これまで、先発医薬品の特許が切れたときに初めて発売されるジェネリック医薬品の価格（薬価）は、先発医薬品の6割でしたが、薬代の負担をさらに減らすため、4月から5割に引き下げられます。医療機関で処方された薬にジェネリック医薬品がある場合は、そちらを選べば薬代の節約につながります。

4月からジェネリックの 新規価格は先発薬の5割に

3月までの価格



4月からの価格



ジェネリックにすると こんなに安くなる

* 高血圧の代表的な薬を例に。
(平成28年2月15日現在の薬価をもとに算出)

● エナラプリルマレイン酸塩 10mg 錠の場合 (1日1回、1錠を服用した場合の薬代)

先発医薬品 1錠 134.7円	1年間 49,166円 (3割負担 14,750円)
ジェネリック 医薬品 1錠 24.9円	1年間 9,089円 (3割負担 2,727円)

「薬の80%以上を
ジェネリックに…」が
国の目標



ジェネリックにすると
薬代が
約2割に

(株)法研『4月から健康保険と医療費が変わります』より

医療機関は「診療時間内」に受診するのが基本

医療機関の診療時間が終わって閉まっているとき、急病なので診察してもらおうと、「時間外加算」（深夜なら深夜加算、日曜・祝日なら休日加算）がかかります。また、地域の医師らが当番で自分の病院を開け、夜間や休日の患者を受け入れている場合もこれらの加算はかかります。

「時間外加算」「休日加算」 「深夜加算」がつく時間帯と 加算額

* 右表は、平日の午前8時～午後6時、土曜日
の午前8時～正午を、通常の診療時間
にしている医療機関の場合。
* 初診時と再診時（カッコ内）の加算額。
患者の窓口負担は年齢に応じて1～3割。

	午前6時	8時	正午	午後6時	午後10時
平日	深夜加算	時間外加算	時間内（加算なし）	時間外加算	深夜加算
土曜日	深夜加算	時間外加算	時間内（加算なし）	時間外加算	深夜加算
平日が休日の場合	時間外加算				
日曜・祝日が休日の場合	休日加算				
		時間外加算 850円 (650円) [※]		休日加算 2,500円 (1,900円)	深夜加算 4,800円 (4,200円)

※ 地域医療支援病院、救急病院、救急診療所などでは、時間外加算として2,300円（初診時。再診時1,800円）がつかう場合があります。

診療所の場合は、通常の診療時間内であっても次の時間に受診すると「夜間・早朝等加算（500円）」がかかることがあります。

・平日 18時から翌朝8時 ・土曜日 12時（正午）～翌朝8時 ・日・祝日

整骨院・接骨院では、健康保険を使えるケースは限定されています！

こんな場合は健康保険を利用できません

- 単なる肩こり、筋肉疲労
- 過去の交通事故の後遺症
- 病気からくる痛み・こり
- 仕事中や通勤途上におきた負傷
- 脳疾患後遺症などの慢性病

● 整骨院・接骨院の柔道整復師による施術に対し、健康保険を使えるのは、急性または亜急性の外傷性による骨折、脱臼、打撲、ねんざ（肉離れを含む）のときです。

※ 骨折・脱臼は、あらかじめ医師の同意が必要です（応急手当を除く）。

● また、施術を受けた際に、柔道整復施術療養費支給申請書への記入を求められたら次のことを確認しましょう。

- ・ 負傷原因 ・ 施術内容
- ・ 自己負担額（支払う額と同じかどうか） ・ 施術日