

- 平成29年度予算と事業計画が決まりました
- 当健保組合のホームページがリニューアルしました！
- 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

- ジェネリック医薬品を利用しましょう／整骨院・接骨院で健康保険を
使えるのは／ここからだの不安、まずは電話ください
- WEB医療費明細及びジェネリック医薬品差額通知をご活用ください

公告第96号

●平成29年度 予算と事業計画が決まりました

平成29年度の予算の概要

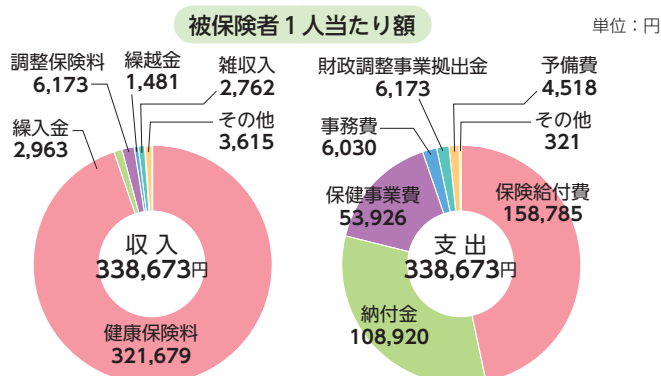
平成29年2月20日開催の第31回組合会において、平成29年度予算及び事業計画が承認されました。近年の当健保財政の傾向は、医療費の増加（被扶養者増）や国への納付金の増加により『支出増』となっており、大変厳しい財政状況が続いております。特に納付金として納める『高齢者の医療費負担金』が昨年度以上に増加しており、健保財政を圧迫しております。また被保険者（本人）及び被扶養者（家族）のけがや病気、出産に伴う医療費等と共に、被扶養者数の増加が加わり保険給付費が漸増している現状です。この支出を賄う財源として、ここ数年カフェテリアポイントの調整や健保の財産を取り崩し、支出を補っておりました。しかし平成29年度は以前よりお知らせしていた料率改定に関して、収支均衡をベースにした実勢料率にて運営することが決定し、**一般保険料率を85/1000（8.5%）に7年ぶりに改定**されます。また、カフェテリアポイントの減額を実施し、増加する医療費、国への納付金増に対応いたします。なお、カフェテリアポイント制度の規程変更として、①付与ポイント24,000P→**12,000Pへ改定（但し、健康診断受診が必須条件）**②新たに『**健康奨励ポイント制度**』を制定し、健康奨励をメッセージとして健診結果の優良者へ別途インセンティブポイントの追加付与をスタートいたします（詳細は、健保ホームページ「健康奨励ポイント利用規程」を参照願います）。本制度は、健診結果をより注視し、生活改善を通して健康な日常への取組みを奨励する制度といたしました。

また今後将来的に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増に対応をせざるを得ない状態です。5年、10年、20年先を見据え健康維持を保つことが、豊かな日常生活のみならず、財政確保、企業の繁栄の近道となります。そのためにも、健康への基本的な取組み（禁煙、食事バランス、定期的な運動、健康診断など）を行い、生活習慣の改善を一人ひとりが意識、実践していただくようお願いいたします。

一般勘定

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29年度は、保険料率改定に伴い保険料収入として15%増の伸びを見込んでおります。一方支出に関して、保険給付費と納付金のみで保険料収入の約80%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に伴う費用が増大すると見込んでおります。これら3大支出に対応し、収支均衡を保つため、料率を85/1000（8.5%）へ改定し、高齢者納付金及び医療費への支払いに対応することといたしました。

一般勘定の基礎数値	
被保険者数	6,750人
平均標準報酬月額	281,000円
総標準賞与額	3,900,000千円
保険料率	85/1000



※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	2,171,335	321,679
調 整 保 険 料	41,668	6,173
繰 越 金	10,000	1,481
繰 入 金	20,000	2,963
国 庫 補 助 金	306	45
特定健診等事業	4,095	607
財政調整事業交付金	20,000	2,963
雑 収 入	18,641	2,762
合 計	2,286,045	338,673

支 出		
科 目	予算額 (千円)	被保険者1人 当たり額 (円)
事 務 費	40,700	6,030
保 険 給 付 費	1,071,800	158,785
法 定 給 付 費	1,027,390	152,206
付 加 給 付 費	44,410	6,579
納 付 金	735,207	108,920
保 健 事 業 費	364,000	53,926
還 付 金	331	49
営 繕 費	500	74
財政調整事業拠出金	41,668	6,173
そ の 他	1,344	198
予 備 費	30,495	4,518
合 計	2,286,045	338,673

■ 介護 勘 定

近年、40歳到達者の増加が加速しているため、介護納付金が今年度も前年度比24%増（21,000千円増）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28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	1,723人
第2号被保険者たる被保険者数	1,320人
平均標準報酬月額	360,000円
総標準賞与額	1,188,000千円
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	110,246	96,707
雑収入他	3	3
合 計	110,249	96,710

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	108,000	94,737
介護保険料還付金	20	18
積 立 金	2,229	1,955
合 計	110,249	96,710

平成29年度の事業計画

▶ 平成29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**12,000P**付与
〔但し、(前年度)健康診断受診が必須条件〕
- ② 〈NEW〉健康奨励ポイント制度スタート
健診結果の判定に伴い、健康優良者へポイント付与
- ③ 人間ドック（35歳以上の本人とその被扶養者）
- ④ 生活習慣病健診（30歳以上の本人とその被扶養者）
- ⑤ 簡易生活習慣病健診（30歳未満の本人と被扶養者）
- ⑥ WEB医療費通知の実施
- ⑦ インフルエンザ予防接種費用の補助
- ⑧ 24時間電話健康相談の実施
- ⑨ メンタルヘルスの相談サービスの実施
- ⑩ 出産のあった被保険者及び被扶養者に育児冊子の配布
- ⑪ 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）と言われる脂質異常、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）

- ⑫ メンタルヘルス予防対策
- ⑬ 禁煙推進への取組み

▶ 保険料率

- ① 健康保険料：**85/1000**（78/1000から改定）
- 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

★29年度 健診受診期間 4月よりスタート (受診可能)

★30年度以降の検討見直し予定の事業

- ・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』

お知らせ

市販薬の購入で減税が適用されます！～セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)～

平成29年1月1日以降に、市販薬を年間12,000円を超えて購入した場合、超えた金額について所得控除が受けられるようになりました。領収証（レシート）はきちんと保管しておくようにしましょう！

③従来の医療費控除と同時に適用を受けることはできません。

●対象となる薬は…

医師から処方される医療用医薬品から、ドラッグストアなどで購入できる市販薬に転用された「スイッチOTC医薬品」を購入した場合に適用されます。対象となる薬は厚生労働省のホームページで確認できるほか、薬のパッケージに右記のマークがついています。

セルフメディケーション
税 控除 対象

●対象となる人は…

健康の維持増進および疾病予防への取り組みとして、下記のいずれかを受診している人。

- ・特定健診
- ・予防接種
- ・定期健康診断
- ・健康診査
- ・がん検診

●所得控除金額は…

1月～12月の1年間に対象となる薬の購入額が合計12,000円(※)を超えるとき、その超える部分の金額(上限は88,000円)について、その年の総所得金額等から控除されます。(※)生計を同じくする家族の分を合算することができます。

●詳しくは、お近くの税務署へお問い合わせください。

当健保組合のホームページがリニューアルしました！ http://hiskenpo.or.jp

ぜひ
ご活用ください！



『健康奨励ポイント』制度スタート！

健康促進の一環として「健康奨励ポイント」を新設しました

7月下旬付与予定

健康促進の一環として「健康奨励ポイント」を新設しました。前年度の健康診断の結果をもとに判定し、次年度のインセンティブポイントを付与します。

健康増進を維持・改善することでポイントが付与される制度です！

①トップページの「健診結果」をクリックしてログインします。

②「健診結果管理システム」で健診結果を確認します。

(※法定項目部分の健診結果より判定)

③あなたの健診結果によって次年度に付与される健康奨励ポイントはこのようになります。

A	異常なし
B	概ね正常
C	日常生活に注意
CC	有症状受診
D	経過観察後再検査
DD	経過観察継続
E	要治療
EE	治療継続
F	すぐに再検査
FF	要精密検査

H29年度

〈法定健診項目にて判定〉	受診P	健康奨励P	付与計	健康奨励ポイント付与範囲
A：異常なし	12,000	12,000	24,000	全ての法定項目*健診についてA判定
B：概ね正常				全ての法定項目*健診についてAまたはB判定
C：日常生活に注意				
D：経過観察後再検査				
E：要治療	12,000	0	12,000	C判定以下は、対象外
F：すぐに再検査				
FF：要精密検査				
未受診者	0	0	0	—

*法定項目…労働安全衛生法に基づく定期健康診断の項目です。

身長、体重、腹囲、視力及び聴力の検査
／胸部エックス線検査及び喀痰検査*／血圧の測定／貧血検査*（血色素量及び赤血球数）
／肝機能検査*（GOT、GPT、γ-GTP）
／血中脂質検査*（LDLコレステロール、HDLコレステロール、血清トリグリセライド）
／血糖検査*／尿検査／心電図検査*

*の項目は医師が必要でないと認めるときは省略することができる

● 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

配偶者等で当健保組合の保険証をお持ちの方は、被保険者と同様に健診が受けられます。特に40歳以上の方は、生活習慣病のリスクが高まってくる頃でもありますので、できるだけ受診するようにしてください。また結果表がご自宅に届いたら、ひととおり内容を確認し、要精密検査等の項目があった場合には、（3割負担で）専門医等の診察や検査を受けられることをお勧めします。

■ 健診の種類と受診資格

- ★受給資格年齢は年度末（3月31日）時点の年齢です。
- 各医療機関と契約している基本健診コースについては、自己負担は一切ありません。
 - オプション検査を希望する場合、各基本健診コース費用＋オプション検査費用が補助額内（下表参照）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、詳細は健保組合ホームページまたは予約時にご確認ください。
 - 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です。
- ※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下表記載の補助額まで健保組合で負担します。

年 齢	生年月日	基本健診コース	婦人科
29歳以下	1988年4月1日以降	簡易生活習慣病健診	—
30～34歳	1983年4月1日～1988年3月31日	生活習慣病健診（＋婦人科）	希望者
35歳以上	1983年3月31日以前	人間ドック	希望者*

■ 自己負担額の支払い

- 健診の種類ごとに、補助額の上限があります。
ただし、各医療機関の設定額が補助額を超える場合は、設定額まで補助します。
 - 補助額を超えた分及びオプション検査は、すべて自己負担になります。
 - 自己負担額は、カフェテリアポイントが利用できます。
- 注：オプション検査を受診当日に追加した場合は、ポイント利用ができませんので医療機関の窓口で現金による精算をお願いいたします。

種 類	補 助 額 オプション検査追加時
簡易生活習慣病	6,500円
生活習慣病（婦人科含む）	31,000円
人間ドック	60,000円

生活習慣病を放置しておく…

健診結果で「再検査」や「要受診」を放置していませんか？

▶ 生活習慣病とは？

偏食、運動不足、喫煙、ストレス……。

生活習慣病はその名の通り、ふだんの生活習慣が、発症や進行に深く関わっています。

高血圧・脂質異常症・糖尿病・肥満（メタボリックシンドローム）などが代表的なものです。



脂質異常症

高血圧

糖尿病

肥満

など



▶ 放っておくとどうなる？

「サイレントキラー」。糖尿病や脂質異常症、高血圧がそう呼ばれるのは自覚症状がないまま体の中で動脈硬化が進行するから。「自分は大丈夫」と自己判断で放っておくと、ある日突然、心筋梗塞や脳梗塞が起こり、取り返しのつかないことになりかねません。

定期的な健康診断をしっかりと受け、自分のからだをしっかりと知ることが大切です。「再検査」や「要受診」があったら早めに医療機関にかかりましょう。



ジェネリック医薬品 を利用しましょう！

新薬の特許期間終了後、厚生労働省の承認を得て製造・販売されるジェネリック医薬品は、効きめは新薬と同等ですが、開発費用がかからないため低価格。平均すると新薬の約半額ぐらいです。

生活習慣病など長期間継続して服用する薬をジェネリック医薬品にすると、家計も助かります。ぜひかかりつけ医や薬剤師に「ジェネリック医薬品になりますか?」と聞いてみましょう！

▶薬を変えることに不安がある人は…

短期間だけジェネリックを使ってみるお試し調剤もできますので、薬局で相談してみましょう！



接骨院・整骨院で健康保険が使えるのは ケガの場合だけです！

接骨院や整骨院で健康保険が使えるのは、外傷性のケガ（打撲、ねんざ、挫傷・肉離れ、脱臼、骨折）に限られます。なお、脱臼と骨折については、緊急時以外は医師の同意が必要です。

＼ご注意ください！／

次のような場合健康保険の対象にはなりません！



- ▶日常生活による肩こりや腰痛
- ▶スポーツなどによる筋肉疲労や筋肉痛
- ▶加齢による痛み
- ▶神経痛やリウマチ、ヘルニア、五十肩などによる痛みやしびれ
- ▶脳疾患後遺症などの慢性の病気
- ▶整形外科などの医療機関で治療中のもの
- ▶工作中・通勤途中のケガ（労災保険の対象になります）

こころとからだの不安、 まずはお電話ください

プライバシーは厳守されます。
あわてて病院に駆け込む前に、
まずは電話で相談を！

無料

専用ダイヤル

0120-248-987

ファミリー健康相談

被保険者とそのご家族が対象

24時間サービスの電話健康相談。
Webでの相談も受け付けます。

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



248987を入力してログイン

こころのWeb相談

被保険者と被扶養者が対象

職場の人間関係、子育ての悩み、
ストレスへの対処法などの相談をお受けします。

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



248987を入力してログイン

ベストドクターズ®・サービス 被保険者とそのご家族が対象

三大疾病などにかかったとき、
専門医をご紹介します。

〔免責事項〕 本サービス（ファミリー健康相談およびベストドクターズ®・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改善に役立ててもらうことが目的であり、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社研、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、ならびに関係するスタッフ（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。

● WEB医療費明細及びジェネリック医薬品差額通知をご活用ください

当健保ホームページよりつながることができる「医療費明細」ですが、ジェネリック医薬品を利用した場合の差額表示機能がついています。データは毎月更新されますので、どうぞご活用ください。

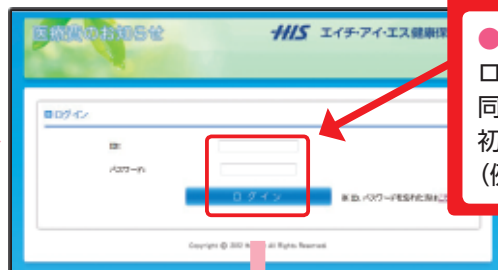
エイチ・アイ・エス健保ホームページ

<http://hiskenpo.or.jp>

ID、パスワードを入力してログインをクリック

●ログイン方法

ログインID…カフェテリアと同じIDを入力
初期パスワード…生年月日
(例：19840901)

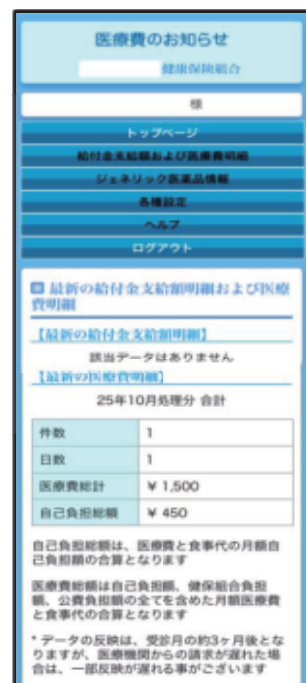


- ※スマホでも利用できます
①当健保のHPにスマホのブラウザからアクセス
②「医療費明細」のバナーをクリック



ジェネリック医薬品を利用した場合の差額が表示されます。

WEB医療費明細を見ることができます



● 適正な受診を心がけましょう

① はしご受診はやめましょう

安易に医療機関を次々と変える「はしご受診」。同じような検査や投薬を繰り返すため、体に負担がかかるうえに、医療費が余分にかかり、薬もムダになってしまいます。かかりつけ医を持つようにしましょう。



② 受診時間に気をつけましょう

「空いているから」などの理由で、夜間診療や休日診療を利用するのはやめましょう。夜間や休日には加算がつき、通常より医療費が高くなってしまいます。救急の場合以外は、平日の昼間に受診するように心がけましょう。

③ ジェネリック医薬品を活用しましょう

新薬と同等の利きめがあり、安全で値段の安いジェネリック医薬品を、積極的に利用しましょう。

④ 整骨院・接骨院はルールを守って利用しましょう

柔道整復師の施術を受けて健康保険を利用できるのは、急性または亜急性の骨折、脱臼、打撲、捻挫、挫傷のみです。疲労回復のためのマッサージなどは全額自己負担となります。

