

# 保 健 だより

No.182 2015 1  
JANUARY

東部ゴム健康保険組合

<http://www.toubugomukenpo.or.jp>



## 新年のご挨拶



東部ゴム  
健康保険組合

理事長

小杉 茂夫

新年あけましておめでとございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また日頃より当健康保険組合の事業運営につきまして多大なご理解とご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。

昨年6月に閣議決定された「経済財政運営と改革の基本方針2014」（骨太の方針）と「日本再興戦略改訂2014」には、社会保障改革の分野についてさまざまな方針、提言が盛り込まれました。基本的な考え方として「聖域なく見直し、徹底的に効率化・適正化していく必要がある」ことが示され、健保組合等の被保険者に対して給付の効率化・適正化、被保険者機能の強化や疾病予防・健康管理への取り組み強化が求められており、新たに個人や被保険者に対する健康・予防イン

センティブの付与等の検討もなされています。

このように健保組合を取り巻く環境は大きく変化しようとしていますが、健保財政は依然として厳しい状況にあるといわざるを得ません。健康保険組合は、現行の高齢者医療制度のもとで国民医療費全体の約6割を占める高齢者医療費を「現役世代からの支援金」という形で拠出していますが、制度創設後7年間における拠出額は実に20兆7,000億円にもなります。

この多大な負担が健保組合の財政悪化の最大の要因であり、平成27年度には団塊世代全員が前期高齢者に移行することから、高齢者医療制度への拠出金は今後より一層重くなることは明らかです。

こうした厳しい財政状況の中にあつて、健保組合の重要な使命は、みなさまとご家族の健康づくりを積極的に推進していくことにあります。健診をはじめとする保健事業を中心にみなさまの健康寿命の延伸を図りながら、医療費の伸びを抑制することが健保組合の存在意義であると考えます。みなさまにおかれましては、日々の健康づくりと適正受診、ジェネリック医薬品使用による医療費の低減などにご協力くださいませう、お願い申し上げます。

結びに、この一年がみなさまにとって実り多き年となりますようお祈り申し上げます、新年のご挨拶とさせていただきます。

# 皆保険を次世代へつなぐ

## 改革実現総決起大会

去る11月26日、平成26年度健康保険組合全国大会が開催されました。

当日は、会場となった東京国際フォーラムに全国から約4,000人が参加。増え続ける医療費に対し、国を挙げての実効性ある医療費適正化対策の推進を強く訴えました。

大会冒頭の基調演説で、健康保険組合連合会（健康保険組合の上）の代表者として、健康保険組合連合会（健康保険組合の上）の大塚隆毅会長は「平成20年度以降の拠出金は総額で約20兆7,000億円にも及び、さらなる負担増は世界に



冠たる国民皆保険制度の存続さえ危ぶまれる状況である」と指摘。国民の安心確保のために皆保険制度を守り、次の世代へとつなげるために、以下の項目の実現を組織の総意として決議しました。

### 前期高齢者医療への公費投入の実現

団塊の世代が前期高齢者（65～74歳）へ移行したことに伴い、現役世代からの拠出金負担は急増している。現役世代の過重な負担の解消に向け、消費税率引き上げまでの間も、適切な公費投入による財政支援、現行制度の改正等によって、現役世代の負担の軽減を図るべきである。

### 高齢者医療費の負担構造改革と持続可能な制度の構築

国民医療費全体の6割を占める高齢者医療費を、国民全体でどのように負担していくかが、皆保険制度を維持するための最優先課題である。現役世代と高齢者の負担の公平性を確保するため、高齢者医療制度への公費の拡充に加えて前期高齢者にかかる財政調整における不合理な負担方式の是正等、現行の負担構造を見直すとともに、実効性のある医療費適正化対策をさらに推進して、持続可能な制度の構築を図るべきである。



大会当日、雨の中を周回する街宣車。「不合理な制度にドーン！」



JR有楽町駅周辺等ではビラ配りも行われました

## 事業主・被保険者の

### みなさまへ

健康保険組合連合会が発表した「平成26年度健康保険組合予算早期集計結果の概要」によると、全国1,410組合の経常収支差引額は3,689億円の赤字となり、高齢者医療制度等へ拠出した額は制度創設以降7年間で20・7兆円にも及んでいます。

国民皆保険のもと、高齢者の医療費を現役世代が支援していくことは当然必要なことです。しかし、現行のしくみは、その支援の原資を「現役世代の保険料」に過度に依存するものであり、健康保険組合の負担はすでに限界を迎えています。当健康保険組合でも、増加する拠出金負担の捻出のため、各種の財政健全化施策を実施して収入の確保と支出の削減に努めました。26年度はそれでもなお約4億円※の赤字が見込まれている状況です。

現在、当健康保険組合の一般保険料率は千分の100。平成25年度に引き続き26年度も保険料率の引き上げを行ったことで、中小企業の従業員やそのご家族が加入する都道府県単位の「協会けんぽ」と同じ料率となっております。そのようなことから、昨年は財政検討委員会を設置し、事業の見直しおよび保険料率の改定も含めた健保財政の検討を行っております。

健康保険組合は「皆保険制度の維持・発展」に向け、今後もさまざまな医療費適正化施策の推進に取り組み所存です。なにとぞご理解いただき、医療費の節減・適正化にご協力ください。よろしくお願いいたします。

※26年度予算数値

# 70歳未満の方の高額療養費「自己負担限度額」が平成27年1月診療分から変更されます

ご本人やご家族が病院などで受診（入院・外来）した際に支払う自己負担額が高額となった場合、一定の基準に基づいて計算した自己負担限度額を超えた額が「高額療養費」として、後日、健保組合より支給されます。

ただし、自己負担額が高額になると見込まれる場合は、あらかじめ「健康保険限度額適用認定証」の交付申請手続きを行い、病院などで提示することで、当日、窓口での支払いを自己負担限度額までですませることが可能です。

平成27年1月診療分から、70歳未満の方の自己負担限度額が変更されます（別表）。現在「健康保険限度額適用認定証」の交付を受けている方も、有効期限は平成26年12月31日となっておりますので、引き続き平成27年1月以降も交付を希望される方は申請書のご提出をお願いいたします。

申請書は当健保組合ホームページ（<http://www.toubugomukenko.or.jp>）からダウンロードできますのでご利用ください。

※70歳以上の方については申請の必要はありません。「健康保険被保険者証」と「健康保険高齢受給者証」を医療機関の窓口へ提出してください。



### 平成27年1月診療分から

所得区分	自己負担限度額
標準報酬月額 83万円以上	252,600円+ (総医療費-842,000円)×1%
標準報酬月額 53万円～79万円	167,400円+ (総医療費-558,000円)×1%
標準報酬月額 28万円～50万円	80,100円+ (総医療費-267,000円)×1%
標準報酬月額 26万円以下	57,600円
低所得者 (住民税非課税)	35,400円

### 平成26年12月診療分まで

所得区分	自己負担限度額
上位所得者 (標準給与月額 53万円以上)	150,000円+ (総医療費-500,000円)×1%
一般所得者 (上位/低所得者以外)	80,100円+ (総医療費-267,000円)×1%
低所得者 (住民税非課税)	35,400円

※差額ベッド代や健康保険で認められていない先進医療などの費用は、全額自己負担となり対象外です。

お問い合わせ 業務課 TEL 03-6447-2513

# 被扶養者(異動)届の

## 添付書類が変わりました



被扶養者を新たに届出される場合は、被扶養者(異動)届に収入に関する証明書を添付していただき扶養の認定を行っていましたが、これまで一部証明書を省略していたこともあり被扶養者の収入額が正確に確認できないこともありました。被扶養者の適正な認定を行うため、平成26年12月1日からは**18歳以上の方はすべて収入に関する証明書(学生は在学証明書等)を添付していただき認定を行って**おります。被扶養者数は医療費や高齢者医療制度への拠出金に影響いたしますので、被保険者の方には大変お手数をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。

### 被扶養者の認定基準

- **被保険者と同居の場合**  
被扶養者の年収が130万円(60歳以上の人はまたは障害者は180万円)未満であって、かつ被保険者の年間収入の2分の1未満であること。また、被保険者の収入で主として生計維持をしていること。
- **被保険者と別居の場合**  
被扶養者の年収が130万円(60歳以上の人はまたは障害者は180万円)未満であって、かつ被保険者からの援助額(仕送り額)より少ないこと。
- **夫婦双方に収入がある被扶養者の認定について**  
夫婦共働きなどで夫婦双方に収入がある場合の被扶養者の認定については、被扶養者の人数にかかわらず、年間収入の多い方の被扶養者となります。

### 平成26年12月1日から変更となった点

<b>2</b>	<b>1</b>
配偶者の方が被扶養者として届出される場合は、配偶者の収入額が確認できるもの(非課税証明書、所得証明書、給与支払証明書、確定申告書など)の添付が必要です。	配偶者の方を被扶養者として届出される場合は、配偶者の収入額が確認できるもの(非課税証明書、所得証明書、給与支払証明書、確定申告書など)の添付が必要です。
<b>5</b>	<b>4</b>
被扶養者の年齢が18歳以上の方(学生は除く)は生計維持の詳細を確認するため、「被保険者および被扶養者の現況書」の添付が必要です。	任意継続被保険者となったとき、または被保険者の再雇用で再び被保険者となったときも扶養家族のいる方は被扶養者(異動)届および添付証明書が必要。
<b>3</b>	<b>3</b>
被扶養者の方が被保険者の方と別居している場合は、生計援助額の確認できる書類(送金証明書など)の添付が必要です。	被扶養者の年齢が18歳以上の方(学生は除く)は生計維持の詳細を確認するため、「被保険者および被扶養者の現況書」の添付が必要です。

添付書類の一覧については当健保組合ホームページ(<http://www.toubugomukenpo.or.jp>)からご覧いただけますので、ご確認ください。

**お問い合わせ先:業務課 TEL.03-6447-2513**

# 「被扶養配偶者非該当届」の提出に

## ご協力ください!

### 届出が必要となるケース

- ① 第3号被保険者の収入が基準額以上に増加し、扶養から外れた場合
- ② 配偶者(第2号被保険者)と離婚した場合

\*第2号被保険者が退職等により第1号被保険者となる場合は、その事実を日本年金機構において確認できるため、届出は不要です

平成25年6月に国民年金法が一部改正され、第3号被保険者の記録不整合問題※に対応するための法律が公布されました。この法律に基づき、平成26年12月から、第3号被保険者が下の①または②に該当した場合、被扶養配偶者でなくなったことを、新たに事業主(会社)を経由して届けていただくこととなります。

当健保組合に加入している事業主のみなさまには、「被扶養配偶者非該当届」とりまとのうえ、当健保組合を経由して日本年金機構に提出することとなりますので、ご協力よろしくお願いたします。

## Column

### 20歳以上の全国民が年金制度に加入しています

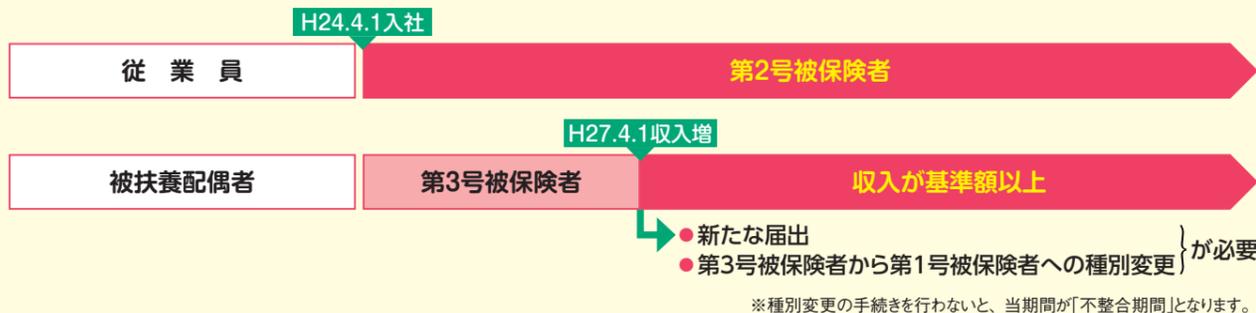
国の年金には、20歳以上の全国民が必ず加入する「国民年金」と、民間サラリーマンが加入する「厚生年金」、公務員等が加入する「共済組合(共済年金)」があります。当健保組合の被保険者のみなさまは、「国民年金」と「厚生年金」の2つに加入しています。

国民年金の場合、国民すべてが加入していますので全員が被保険者となり、次のように区分しています。

- 第1号被保険者** 自営業・自由業・農林漁業とその配偶者および学生
- 第2号被保険者** 厚生年金または共済組合に加入している人
- 第3号被保険者** 第2号被保険者の被扶養配偶者。被扶養配偶者とは、健康保険の被扶養者に該当する配偶者のことです。

### 平成26年12月から新たに届出の対象となる事例

届出が必要となるケースの「第3号被保険者の収入が基準額以上に増加し、扶養から外れた場合(上記ケース①)」は、図に示したとおり、新たな届出とともに第3号被保険者から第1号被保険者への種別変更が必要となります。



# 春季婦人生活習慣病予防健診実施のお知らせ

## 検査項目

- 1 問診
- 2 身体計測  
【身長・体重・腹囲・BMI指数・標準体重】
- 3 視力検査
- 4 血圧測定
- 5 尿検査【糖・蛋白・潜血反応】
- 6 胸部X線【間接撮影】
- 7 心電図【12誘導】
- 8 生化学検査  
肝機能検査  
【GOT (AST)・GPT (ALT)・γ-GTP・ALP】  
血液脂質検査  
【HDL / LDLコレステロール・中性脂肪】  
代謝系検査  
【空腹時血糖またはHbA1c (NGSP値)・尿酸】  
腎機能検査【クレアチニン】
- 9 血液検査  
【血球容積値・血色素量・赤血球数・白血球数・血小板数】
- 10 胃部X線【間接撮影】
- 11 便潜血検査【免疫2回法】
- 12 乳房診【超音波診断法】
- 13 子宮頸部細胞診  
【自己採取法または医師採取法】

- **受診対象者**  
被扶養者である35歳以上の女性
- **実施期間**  
平成27年4月1日～7月31日
- **健診会場**  
全国690カ所  
(会場一覧は各事業所へ配布済みです)

- **受診者負担額(消費税込)**  
○ 子宮細胞診を希望しない場合 3,240円  
○ 子宮細胞診を自己採取法または医師採取法で実施した場合 3,780円
- **申込期限**  
平成27年1月19日(月)必着とし、事業所経由でお申し込みください。  
※春季婦人生活習慣病予防健診の詳細につきましては、各事業所実施案内をFAXにて送付しておりますので、そちらを必ず参照ください。

奥さま、年に一度の  
健診受診で健康チェックを！

平成27年度も、巡回方式による「春季婦人生活習慣病予防健診」を実施いたします。

## 医療費控除で賢く節税！

出産や歯科の保険外診療などで医療費が多くかかった人は、医療費控除を活用しましょう。  
納めすぎた税金が払い戻されます。

### 医療費控除の計算式

支払った 医療費	-	保険金などで 補てんされる額	-	10万円	=	医療費控除額
<small>家族分も含め、1月1日～12月31日に支払った医療費の年間合計額</small>		<small>健康保険からの高額療養費・出産育児一時金、生命保険からの入院給付金など</small>		<small>所得総額の5%のほうが少ない場合はその差額</small>		<small>控除額は最高200万円まで。払い戻される税金額は控除額と年間所得に応じた税率により決定</small>

国税庁のホームページから  
申告書をダウンロードできます

<http://www.nta.go.jp>

忙しくて税務署に行けない人や、パソコンでの作業になれている人は、国税庁のホームページを利用してみましょう。申告書のダウンロードができるだけでなく、入力指示に従って申告書をパソコン上で作成することができます。事前の登録など準備が必要ですが、インターネットを利用したe-Taxで申告することもできます。

## 使えるケース

- ◎ 外傷性の打撲、ねんざ、肉離れ
- ◎ 骨折、ひび、脱臼の応急処置  
(応急処置でない場合は医師の同意が必要です)  
\*通勤中や勤務中のけがは、労災保険の取り扱いとなります。

## 使えないケース 全額自己負担になります

- ◎ 慢性的な肩こり・腰痛
- ◎ 神経痛やリウマチなどからくる痛み・こり
- ◎ あんま・マッサージ代わりの利用
- ◎ スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛
- ◎ 症状の改善がみられない長期にわたる施術
- ◎ 応急処置後、医師の同意のない骨折、ひび、脱臼
- ◎ 過去の負傷等による後遺症
- ◎ 異なる患部への「ついでマッサージ」

ご注意ください！

柔道整復師に「健康保険が使えます」といわれて施術を受けたとしても、**健康保険の適用範囲内**でなければ、後日、治療費の全額または一部を自己負担(返還)していただくことがあります。医療費は、事業主とみなさんに納めていただいた保険料でまかなわれています。不適正な医療費支出は健保財政の悪化を招き、保険料の負担増加につながりかねません。**整骨院・接骨院にかかるときは、上記のルールを守りましょう。**

### 整骨院・接骨院で保険証を使った方へ

後日、健保組合から施術内容を確認させていただくことがあります。施術内容はメモに残すなどして控えておくことをおすすめします。  
照会があった場合にはご協力ください。みなさんから納めていただいている健康保険料を適正に使うためです。よろしくお祈りします。

# 柔道整復師の施術は 正しく受けよう

整骨院や接骨院で、柔道整復師の施術を受ける人が増えています。看板には「各種保険取扱」などと書かれていますが、どんな施術にも健康保険が使えるわけではありません。健康保険が使えるケース、使えないケースを確認しておきましょう。



## 「はり・きゅう・マッサージ」は？

「はり・きゅう・マッサージ」などの施術を受ける場合も、健康保険が使えるケースと使えないケースがあります。いずれも、あらかじめ医師の発行した同意書または診断書が必要です。医療機関ですでに同じ負傷の治療を受けている場合は、健康保険を使うことはできません。単なる疲労回復や、美容目的の場合も、全額自己負担となります。

### <健康保険が使えるケース>

- **はり・きゅう**  
神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症および頸椎捻挫後遺症などの慢性的な疼痛。
- **あんま・マッサージ・指圧**  
筋まひや関節拘縮等であって、医療上マッサージを必要とする場合。

## 協会けんぽに加入のゴム製品関連企業をご紹介します ぜひ、東部ゴム健保へのご加入を!

当健保組合では、事業所の加入を積極的に促進しております。皆様の関連あるいは取引先の事業所で、当健保組合に未加入の事業所がございましたら、ぜひご紹介くださいますようお願いいたします。

なお加入要件は、全国健康保険協会(協会けんぽ)に加入している事業所で、ゴム製品を主体とする事業(製造・販売)およびゴム原材料の販売を主体とする事業です。また、当健保組合の加入事業所の関連会社、子会社、企業グループ会社であれば**上記以外の業種でも結構です**。

**お問い合わせ先 03-6447-2513**

## 健康管理事業推進委員会が 開催されました

当健保組合の中心的事業である健康管理事業を、効果的かつ効率的に実施していくことを目的に設置された「健康管理事業推進委員会」が、平成26年10月24日(金)に開催されました。

当健保組合の保健事業の内容について報告があり、出席した委員からも要望事項が提案され、意見交換を行いました。

## 保養所「箱根荘」予約受付 開始日が変更

「箱根荘」の予約受付開始日に関しまして、東部ゴム健保組合員(被保険者・被扶養者)の方につきましては、**ご利用希望日の6カ月前の同日から**予約を受付しておりましたが、平成26年12月1日受付分より**ご利用希望日の3カ月前の同日から**に変更させていただいております。

なお、一般の方のご利用については従来から変更ありません。

## 期間限定 日帰り人間ドック 特別料金のお知らせ

日本医科大学関連の下記3施設において、対象期間限定で日帰り人間ドックを特別料金にて受診できます。ぜひともご利用ください。

### 葛飾健診センター

東京都葛飾区立石2-36-9 TEL 03-3693-7676

### 健診プラザ日本橋

東京都中央区日本橋本町4-15-9 曾田ビル4階  
TEL 03-3693-7240

### 健診プラザ両国(新規契約)

東京都墨田区両国4-25-12 TEL 03-3846-3731

**対象期間** 12月~3月、8月  
(この期間に限ります)

**特別料金** 40歳以上被保険者負担金  
通常10,800円 → **5,400円**  
40歳以上被扶養者負担金  
通常16,200円 → **10,800円**

※健診は年度内1種類、1回の受診となります。

## 箱根荘 平成27年度(4~9月)休館日

ご利用の際は、休館日等をお問い合わせのうえで日程等をご検討ください。

<b>4月</b>	7日(火)、8日(水)、 9日(木)、21日(火)、 22日(水)	<b>7月</b>	7日(火)、8日(水)、 9日(木)、21日(火)、 22日(水)
<b>5月</b>	12日(火)、13日(水)、 14日(木)、26日(火)、 27日(水)	<b>8月</b>	18日(火)、19日(水)
<b>6月</b>	9日(火)、10日(水)、 11日(木)、23日(火)、 24日(水)、25日(木)	<b>9月</b>	1日(火)、2日(水)、 3日(木)、15日(火)、 16日(水)、17日(木)

## 公告 平成27年度任意継続被保険者の 標準報酬月額および日額

(平成27年4月1日より)

標準報酬月額	340,000円
標準報酬日額	11,330円

## 当選者発表/第122回けんぽクイズ (クロスワードパズル)

【答え:マツタケ】※敬称略・順不同  
原澤清(埼玉ゴム(株))、須田剛夫((株)TOZEN)、田口昌子(ミナトゴム(株))、森三重子(日清化工(株))、高橋夏子((一財)化学物質評価研究機構)、長沢三枝((株)ブンカゴム)、金子春美(小里機材(株))、勝俣哲也((株)江北ゴム製作所)、斎藤公男(櫻護謨(株))、吉田広子(ときわ工業(株))

## 医療費通知を装った ウイルスメールにご注意ください

健保組合などからの医療費通知メールを偽装し、ウイルスファイルが添付されたメールが複数の企業宛に送付されたとの報道がありました。

当健保組合が医療費通知を電子メールでお送りすることはございません。当該メールが送られてきた場合には、メールを開かず削除してください。