

保 健 だより

No.186 2016 1
JANUARY

東部ゴム健康保険組合

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



新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、すこやかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、平素より当健康保険組合の事業運営に関しまして、格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

世界でもトップクラスの長寿国であるわが国では、平均寿命が延び続け、女性86・83歳、男性80・50歳（平成26年簡易生命表）と、この50年間で12年以上も長くなっています。この長寿の実現には、医療技術の発達とともに、誰もが安心して医療が受けられる国民皆保険制度が寄与しており、日本が誇るべきことです。私たちの健康保険組合は、多くの納付金を高齢者医療制度に拠出し、国民皆保険制度を支えています。また、高齢化の進展とともに納付金は年々増加し、その過重な負担により全国健康保険組合の5割が赤字に陥っている状況です。解散に追い込まれる健康保険組合が続出すれば、日本の誇る国民皆保険制度の維持も危ぶまれます。

健康保険組合では、収支改善のため効率的な事業運営を図る一方で、現役世代に過重な負担を強いる高齢者医療制度の負担構造の見直しを求めています。



東部ゴム健康保険組合

理事長

小杉 茂夫

りました。今後も、平成29年4月の消費税増税に向けて、税財源を高齢者医療制度に投入するよう働きかけを継続するとともに、2年目を迎えるデータヘルス計画の推進やマイナンバー制度実施への対応など、みなさまの健康と安心を支える保険者として、業務にまい進する所存です。

みなさまにおかれましては、健康保険組合の行う健診や健康づくり事業を積極的にご活用いただき、ご自分やご家族の健康にお役立てください。

また、今年は診療報酬改定や入院時食事代の引き上げ、紹介状なしで大病院を受診した際の定額負担の義務化など、みなさまが利用する医療にかかわる変更が行われます。これは、今後さらに高齢化が進展する中で、限りある医療財源を効率的に利用していくための改定です。こうした社会の動向をご理解いただき、みなさまが医療機関を受診される際は、適正な受診を心がけ、ジェネリック医薬品を積極的に利用するなど、医療費節減にご協力くださいますようお願いいたします。

最後になりましたが、本年がみなさまにとって幸多き一年となることを祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

平成27年度
健康保険組合
全国大会開催

現役世代が納得できる 公平な制度の実現へ

去る11月25日、平成27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3,500人が参加。国民皆保険制度を維持するため、現役世代の過重な負担を解消することをめざし、以下にご紹介する4本のスローガンを決議し、早急な制度改革の実現をアピールしました。



大会スローガン

- 高齢者医療費の負担構造改革の実現
- 安定した組合運営に向けた財政支援の継続・拡充
- 実効ある医療費適正化対策の実施
- 保険者機能の発揮に効果的な健保組合方式の維持・発展



約3,500人の
健保組合関係者が
全国から集結



基調演説を行う
健保連・
大塚陸毅会長

事業主・被保険者の みなさまへ

現在、健康保険組合を取り巻く環境は急速な少子高齢化などによる大きな変化に直面しており、医療保険制度を持続可能なものにするための構造改革が急務となっています。

健康保険組合連合会（健保連）が昨年発表した「平成27年度予算早期集計結果の概要」によると、健康保険組合全体で1,429億円の経常赤字となることが見込まれています。

この財政悪化の最大の要因は、高齢者医療制度への過大な納付金です。特に、団塊世代の高齢化に伴う高齢者医療費の増大や、後期高齢者支援金の総報酬割部分が段階的に全面総報酬割に拡大されることにより、支援金・納付金負担がさらに重くなることは確実です。保険料率の引き上げ等による対応が限界に達している中、高齢者医療費の負担構造の改革が早期に求められます。

こうした状況ではありますが、健康保険組合の使命は、保険者機能を最大限に発揮し、質が高くきめの細かい保健事業を通じてみなさまの健康をサポートし、医療費の削減につなげていくことにあります。そのため、家庭常備薬・乾煎など従来からの保健事業に加え、昨春からスタートしているデータヘルスを実施することで、重症化予防などに取組み、より一層、みなさまが毎日を明るくすこやかに過ごせるよう応援してまいります。

昨年成立した医療保険制度改革関連法に伴う制度改正の実施により、本年4月からは医療機関にかかった際のみなさまの負担が増えるケースも少なくありません。そのため、「自分の健康は自分で守る」という強い意識と自覚をもって健康管理に留意され、充実した日々を過ごされますようお願いいたします。

平成28年
1月から

マイナンバー制度が始まっています！

「1人に1つのマイナンバー（個人番号）の制度が始まっています。平成28年1月からは、順次、社会保障・税・災害対策の3分野の行政手続きにおいてマイナンバーが必要になります。

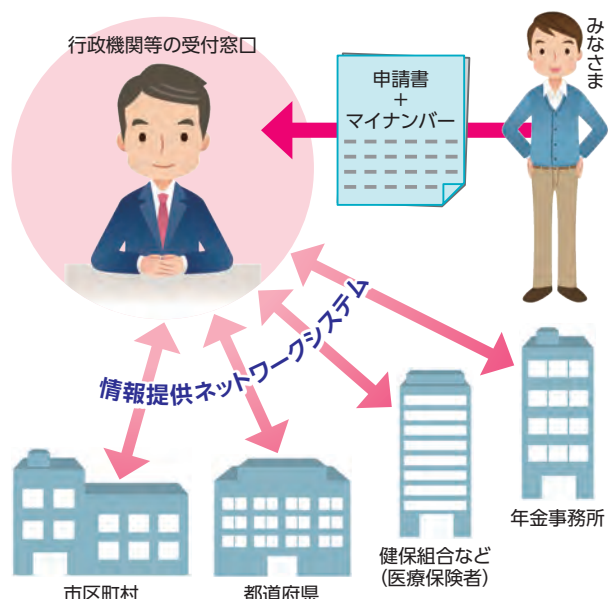
マイナンバー制度の対象は、 社会保障・税・災害対策の3分野に限られます

マイナンバー制度の対象は、社会保障・税・災害対策の3分野に限られ、法律や地方公共団体の条例で定められた行政手続きのみ、使うことができます。

みなさまにおいて想定される場面としては、たとえば、児童手当の現況届を提出する際、健保組合に被扶養者の届出や各種給付金の申請をする際、厚生年金の裁定請求をする際などです。また、源泉徴収票や法定調書などにも記載が求められますので、勤務先（事業主）や保険会社などにもマイナンバーを告知することになります。

なお、マイナンバーは、左記の場合を除き、むやみに他人に提供することはできません。他人のマイナンバーを不正に入手したり、不当に提供すると、処罰の対象となります。

マイナンバー制度とはこんな制度です



※「情報提供ネットワークシステム」は、平成29年1月から、まずは国の行政機関で運用が始まる予定です（日本年金機構においては、最大で11カ月延期されます）。

今後のスケジュール

平成29年1月 健保組合で「マイナンバー」利用開始

健保組合へ提出する申請書等にマイナンバーの記入が必要になります。なお、平成28年12月までは、健保組合へ提出する添付書類（住民票等）は、マイナンバーの記載がないものをご用意ください。

平成29年7月頃 健保組合等の情報連携開始

健保組合等で情報連携が始まります。医療保険者間の健診データの連携、予防接種の履歴の共有、そしてその後、受診時のオンライン資格確認の導入等も予定されています。

マイナンバー
制度に関する
お問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル（無料）

0120-95-0178

平日9:30～22:00／土日祝9:30～17:30（年末年始除く）

医療保険制度改革関連法が決まりました

昨年5月、「社会保障と税の一体改革」の一環として医療保険制度改革関連法が成立しました。

今回の法改正では、持続可能な医療保険制度を構築していくことを目的として、国保や協会けんぽの財政基盤の安定化が図られますが、健保組合が求める高齢者医療制度改革には触れられず、むしろ健保組合にさらなる負担増を強いる内容となっています。

今後、改革が進められる一方で、医療費の適正化対策や高齢者医療制度の負担構造改革など、医療保険制度には多くの課題が残されたままとなっています。

主な改正内容

- 後期高齢者支援金への全面総報酬割を段階的に実施
- 入院時食事代を段階的に引き上げ
- 紹介状なしの大病院受診に定額負担を導入
- 標準報酬月額の上限額を引き上げ
- 患者申し出による「混合診療」がスタート
- 傷病手当金・出産手当金の基礎となる日額を見直し
- 健康保険料率の上限を引き上げ

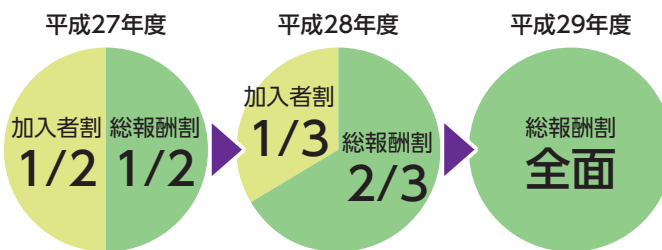
後期高齢者支援金への全面総報酬割の導入

平成27年度から段階的に実施

75歳以上の方が加入する後期高齢者医療制度に対して、健保組合等が負担している後期高齢者支援金。この支援金は従来、その額の3分の2を加入者割で、残りの3分の1を総報酬割で算定されていましたが、これを左図のように、段階的にすべて総報酬割とすることとなりました。

これにより、多くの健保組合は今後さらに支援金が増加することになります。

● 段階的に拡大される総報酬割



加入者割と総報酬割

健保組合の加入者数（被保険者+被扶養者）に応じて決められるしくみを加入者割、一方、被保険者の総報酬額（給与・賞与等）に応じて決められるしくみを総報酬割といいます。

健保組合は協会けんぽに比べ、報酬水準の高い組合が多くなっているため、総報酬の割合が高くなるほど負担が増える傾向にあります。

入院時の食事代引き上げ

平成28年度から実施

入院時に医療機関から提供される食事の費用については、現在、食材費相当額を患者が負担しています。が、在宅療養との公平性を図る観点から、調理費相当額も負担することになりました。

● 食事代の患者負担額(1食につき)



※低所得者の負担額(現行100円または210円)と、難病および小児慢性特定疾患の患者については、現行どおり据え置かれます。

紹介状「なし」での大病院受診時に定額負担を

平成28年度から実施

今後、先進医療を行う特定機能病院など的大病院は、高度な医療を必要とする重症の入院患者等に特化させ、通常の外来受診は診療所等へと医療機関の機能分化を促進させます。このため、平成28年度から、ベッド数500床以上、または特定機能病院等的大病院を紹介状なしで外来受診した患者に対して、救急等を除き、初診料とは別に一定額の料金を「選定療養」として徴収することが義務づけられることになりました。金額は5,000円～10,000円程度で検討されています。



医療費(保険診療)	選定療養
保険給付：7割 (健保組合負担)	5,000～10,000円定額 (患者負担)
一部負担：3割 (患者負担)	

※医療費の割合は70歳未満被保険者の場合。

標準報酬月額の上限引き上げ

平成28年度から実施

被保険者のみなさまの毎月の給与額を一定の区分にあてはめた標準報酬月額、保険料の計算基礎で47の等級に区分されています。

平成28年度からは、現行の上限である第47等級121万円は3等級引き上げられ、上限が139万円（給与等135万5,000円以上）となる50の等級区分になります。また、同時に標準賞与額も見直されます。

● 標準報酬月額等の見直し

等級	標準報酬月額	報酬月額
47	121万円	1,175,000円以上1,235,000円未満
48	127万円	1,235,000円以上1,295,000円未満
49	133万円	1,295,000円以上1,355,000円未満
50	139万円	1,355,000円以上

標準報酬月額上限
121万円→139万円
標準報酬月額を3等級追加

標準賞与額上限
540万円→573万円
年間上限額を引き上げ

患者申し出による「混合診療」がスタート

平成28年度から実施

患者からの申し出に基づき、厚生労働大臣が定める高度の医療技術等が保険外併用療養費の対象となります。これにより、日本国内では承認されていない医薬品等を保険外併用療養費として使用することが可能となります。

※安全等の審査あり。

傷病手当金・出産手当金の基礎となる額の見直し

平成28年度から実施

算定の基礎となる日額が、直近12カ月間の標準報酬月額の平均額の30分の1となります。



健康保険料率の上限が引き上げ

平成28年度から実施

健康保険料率の上限が、これまでの「千分の120」から「千分の130」へと引き上げられます。

春季婦人
生活習慣病
予防健診実施の
お知らせ

奥さま、今年も 健診受診をお忘れなく!

平成28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。

検査項目

8	7	6	5	4	3	2	1
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】	心電図【12誘導】	胸部X線	尿検査【糖・蛋白・潜血反応】	血圧測定	視力検査	身体計測 【身長・体重・腹囲・ BMI指数・標準体重】	問診

13	12	11	10	9	
子宮頸部細胞診 【自己採取法または 医師採取法】	乳房診【超音波診断法】	便潜血検査【免疫2回法】	胃部X線	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】	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】

- 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28年4月1日～7月31日
- 健診会場
全国706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
○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
3,240円
3,780円
- 申込期限
平成28年1月18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、各事業所に実施案内をFAXにて送付しておりますので、そちらを参照
ください。

整骨院・接骨院での施術には 健康保険が使えるケースと 使えないケースが あります

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。

健康保険
取り扱い



…という看板でも、
健康保険が使えないケースが
あります。ご注意ください!

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・筋肉疲労
- ◎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、事業主とみなさま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、左記のルー
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。みなさまから納めていた
だいている健康保険料を適正に使うためです。よろしくお願いします。

医療費控除で節税のおすすめ

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
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		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		所得総額の5%のほうが少ない 場合はその差額		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

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しま
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。

「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所です。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27年10月19日(月)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。

家庭常備薬の斡旋

毎年9月発行の『健保だより』で家庭常備薬の斡旋しておりますが、今年度は2月から3月にかけて健保組合のホームページでも斡旋を行います。花粉症関係のお薬のご用意もありますので、ぜひ、ホームページの「NEWS&TOPICS」をクリックしてみてください。2月15日に公開の予定です。

データヘルス計画による糖尿病 重症化予防事業の実施について

特定健診やレセプトデータ等を基に作成しました「データヘルス計画」の新規事業といたしまして、現在、「糖尿病重症化予防」事業を実施しております。具体的には、特定健診とレセプトデータを基に対象者を抽出し、受診勧奨のパンフレット等を対象者のご自宅あてに送付しております。

糖尿病は、一度かかってしまうと一生つきあわなければならない病気です。また、症状を放置しておくと、失明や腎不全(人工透析が必要になる)など、こわい合併症へと進行する可能性もあります。早期受診をして、糖尿病の重症化を予防しましょう。

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。

健診プラザ両国

東京都墨田区両国4-25-12 TEL 03-3846-3731

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

対象期間 12月~3月、8月(この期間に限りです)

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。

公告 平成28年度任意継続被保険者の 標準報酬月額および日額

(平成28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124回けんぽクイズ (クロスワードパズル)

【答え:ハロウィン】※敬称略・順不同

上田真弓(昭和アルファックス(株))、君嶋幸一郎(三洋ゴム工業(株))、橋本茂樹(ナガセケンコー(株))、井出かよ子(三協物産(株))、瀬尾美智子(櫻護謨(株))、丸應真千子((株)ノブカワ)、河埜美智子((株)タバタ)、伊藤亜生((株)シバタ)、下谷美由紀(埼玉ゴム(株))、西尾夏央里((一財)化学物質評価研究機構)