

# 平成29年度の保健事業をお知らせします

病気予防のために (年齢は平成29年3月31日現在)

健診	対象者	実施期間	補助額
成人病健診 人間ドック	本人	4月～7月 (契約外機関は6月まで) 女性の家族対象 巡回健診は 7月～12月	成人病健診 20,000円まで 前立腺がん検診 2,000円まで (50歳以上の男性)
	家族		
乳がん検診 子宮がん検診	本人	年間	あわせて 5,000円まで
	家族		
脳ドック	50歳以上の被保険者・被扶養者 (受診条件を満たしていれば50歳未満も受診可)	年間	23,000円まで
肺ドック	被保険者・被扶養者 (年齢制限なし)	年間	5,000円まで
歯科健診	被保険者・被扶養者 (年齢制限なし)	年間	健診分 約3,000円*
海外駐在者・出向者健診	海外在住の被保険者・被扶養配偶者 (年齢制限なし)	年間	全額 (健保指定健診機関)
インフルエンザ 予防接種の補助	被保険者・被扶養者 (年齢制限なし)	10月1日～12月15日	1,000円まで
特定保健指導	被保険者・被扶養者 (40歳以上でメタボのリスクが高い方 (被保険者は35歳以上))	年間	—
前期高齢者への 訪問保健指導	65歳～74歳	年間	—
健康食品・医薬品の斡旋		11月	—
保健指導・相談		年間	—
受診勧奨通知		年間	—
生活習慣改善指導		年間	—

成人病健診の  
対象でない  
女子社員・奥様も  
補助が  
受けられます

対象者のご家庭を  
専門スタッフが訪問し  
健康相談や治療の  
アドバイスを  
行っています

\*健診の種類により異なります。詳細は別途ご案内します。

## 保健指導活動

- 機関紙「健保だより」発行[春・秋]…健保組合からのお知らせや、その他健康情報が満載です。
- ホームページ公開中[年間]…健保独自のHPを公開し、情報を発信しています。各種手続きも案内しています。
- 医療費のお知らせ[毎月]…受診した医療費の記録です。給付を受けたときなど確定申告に必要な場合もあります。大切に保管してください。
- 健康教育[4月]…新入社員を対象に「社会保険の知識」を配付し、保険制度に対する理解を深めています。
- 救急箱の支給[年間]…新規加入時にお渡ししています。
- 子ども向けキャンペーン[10～1月]…かぜ、むし歯予防のキャンペーンを行います。

## 体力づくりに

- けんぽれんあいち健康ウォーク参加  
開催予定日：4月1日(土)・秋は未定
- あいち健康プラザ1日実践型健康づくり教室  
開催予定日：9月9日(土)・10月21日(土)

## 心身のリフレッシュに

- 契約保養所[年間]  
ラフォーレ倶楽部・健保連施設等の利用補助(1人1泊2食プランは3,000円、素泊まりは1泊1,000円を、年間3泊分まで)  
お食事・ゴルフ・トレッキング・観光などお楽しみください。季節ごとに格安プランもあります。  
詳細は健保組合ホームページをご覧ください。

## 「再検査」「精密検査」は必ず受けましょう!

健診は、受けることも大切ですが、健診結果を健康管理や生活習慣の改善に活かすことがさらに重要です。再検査や精密検査、治療が必要との判定があった方は、必ずその指示に従ってください。

▼当健保組合の「要再検査」「要精密検査」該当者の受診状況 (単位：人)

部位	受診済み	未受診
肺	9	5
胃	51	26
大腸	51	24
乳房	5	3
子宮	3	5
前立腺	11	1

再検査の実施率は前年度とほぼ同じ67%でした。(2016年12月現在)

## 平成29年度 予算と事業計画

# 保健事業を活用し、健康管理を!

当健康保険組合の平成29年度予算は13億1,339万2千円、一人当たり65万1,807円で皆様の健康をお守りすることになりました。

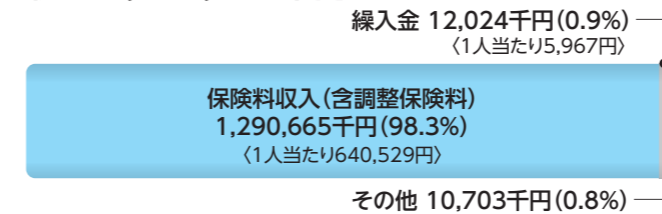
支出において、高齢者医療制度への納付金だけで、支出全体の約4割を占める重い負担となっており、財政上はまだまだ厳しい状況が続いています。当健康保険組合では今年度も皆様の健康づくりに役立つ、さまざまな保健事業を実施してまいります。皆様におかれましても、これらの事業を十分に活用され、ご家族そろって健康な一年を過ごしていただきますようお願いいたします。



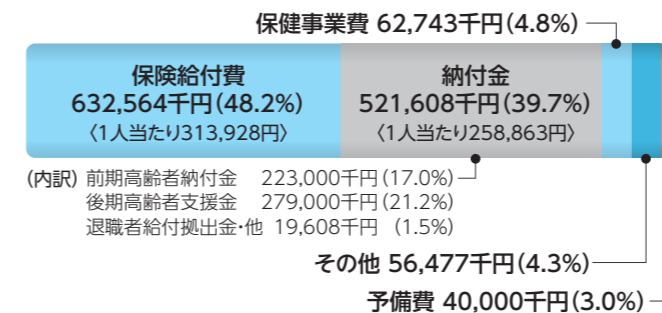
## 健康保険

### 29年度予算をグラフで見ると

収入 1,313,392千円



支出 1,313,392千円



### 予算の基礎となった数字(健康保険)

● 被保険者数	2,015人	(1,969人)
[男]	1,736人	(1,703人)
[女]	279人	(266人)
● 平均標準報酬月額	419,000円	(412,500円)
[男]	440,550円	(433,400円)
[女]	275,150円	(275,100円)
● 平均年齢	41.63歳	(41.36歳)
[男]	42.18歳	(41.94歳)
[女]	38.23歳	(37.66歳)
● 被扶養者数	2,592人	(2,568人)
● 扶養率	1.31人	(1.32人)
● 前期高齢者加入率	1.29%	(1.17%)
● 保険料率	千分の98.00	(千分の98.00)
[事業主]	千分の52.92	(千分の52.92)
[被保険者]	千分の45.08	(千分の45.08)

( )は平成28年度の基礎数値

## 介護保険

### 予算のあらまし

	科目	総額(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)
収入	保険料	119,978	102,721
	繰入金	5,501	4,710
	雑収入	1	1
支出	介護納付金	125,430	107,389
	介護保険料還付金	50	43
	計	125,480	107,432

### 予算の基礎となった数字(介護保険)

● 介護保険第2号被保険者数	1,745人
(40～64歳の本人・家族)	
● 介護保険第2号被保険者たる被保険者数	1,168人
(40～64歳の本人)	
● 平均標準報酬月額	484,867円
● 介護保険料率	千分の14.00
[事業主]	千分の7.56
[被保険者]	千分の6.44

# 平成29年春 健康ウォークに参加しましょう!

主催：健保連愛知、富士機械製造健康保険組合

毎年春と秋に行っている「健康ウォーク」  
 今回は4月1日に開催されます。ご家族そろってご参加ください。

**コース** 春爛漫 徳川家ゆかりの地、岡崎 城下町散策 (約9.0km)

**開催日** 平成29年4月1日(土) 雨天催行 参加者用の駐車場はありません。公共交通機関でお越しください。

**受付場所** 岡崎信用金庫本部  
 (名鉄名古屋本線「東岡崎駅」下車 徒歩10分)

**受付時間** 午前8時30分～午前10時30分(受付後随時スタート)

(参加申込受付は終了しています。)

お楽しみ企画  
 実施します!

- ★お菓子のつかみどり
- ★おにぎり・お茶をプレゼント
- ★くじ引き抽選会  
 (特賞：ラフォーレのペア宿泊券など)

平成29年  
 1月から

## 健保組合でもマイナンバーの利用が始まっています

平成28年から雇用保険や税の分野などで利用が開始されているマイナンバーですが、今年1月からは健保組合でも利用しています。

### 提出書類にマイナンバーの記載が必要に

事業主やみなさんが健保組合に提出する届出のうち、マイナンバーが必要になるのは、

- ◆被保険者資格取得届
- ◆被扶養者(異動)届
- ◆傷病手当金の支給の申請(任意)
- ◆出産育児一時金の支給の申請(任意)
- ◆限度額適用認定の申請(任意)

などです。

### マイナンバー制度とは?

国民一人ひとりに割り振られた番号で、複数の機関にある個人の情報を同一人の情報として結び付けられるようにする制度です。

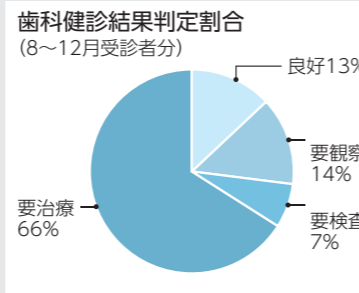
- 対象…社会保障、税、災害対策の3分野のみ
- 個人番号(マイナンバー、12桁)…市区町村長が通知カードにより本人に通知  
 \*法人番号(13桁)…国税庁長官が指定し通知
- 個人番号カード…申請すると市区町村長から交付される(顔写真付き)

## 歯科健診の結果から

### 受診者の約7割が「所見あり」!

右のグラフは、平成28年度に行った歯科健診の結果判定割合を表しています。「要検査」「要治療」を合わせると、全体の73%が何らかの処置が必要な異常所見があり、歯科健診の必要性がわかります。「要治療」の原因は歯石沈着・虫歯・歯周病などです。

健診は1回限りではなく、定期的に受けることで効果が出ます。健保組合では平成29年度も歯科健診の補助を行う予定です。詳細は改めてご案内しますので、ぜひ受診してください。



## 身体活動量を増やしてできる がん予防と健康長寿!

がんの早期発見・早期治療のために、検診を受けることは大切です。また、日常的に運動を行うことでがんを予防できることがわかってきました。国立研究開発法人・国立がん研究センターの予防研究グループによると、仕事や運動など身体活動量が多くなるほど、がん全体の発生リスクが低くなることが示されています。なかでも大腸(結腸)がん、閉経後の乳がん、子宮体がんのリスクを下げることは「ほぼ確実」と評価されています。さらに、身体活動量が多いと、がんのみならず心疾患の

死亡リスクも低くなることから、死亡全体のリスクも低くなることがわかりました。

厚生労働省は、18~64歳の身体活動について、「歩行またはそれと同等以上の身体活動(家事や通勤など)を毎日60分行うこと」、それに加え「息が弾み汗をかく程度の運動を毎週60分行うこと」を推奨しています。

身体活動量を保つことは、健康で長生きするための鍵になりそうです。

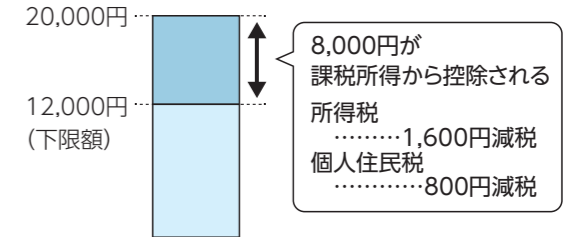
\*高血圧などの持病をお持ちの方は、必ず主治医の指示に従ってください。

# 1月から セルフメディケーション税制が始まりました

## セルフメディケーション税制って何?

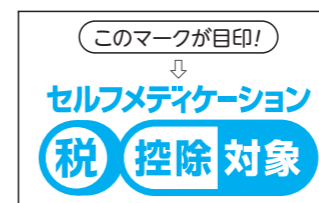
特定の成分を含んだOTC医薬品\*の購入額が1年間(1~12月)に12,000円(家族分を含む)を超えた場合、12,000円を超えた金額(上限88,000円)が所得から控除され、所得税の一部が戻ってくる制度です。これは、軽度な不調は自分自身で手当とする「セルフメディケーション」を推進するために設けられた医療費控除の特例です。OTC医薬品を購入した際の領収書は、大切に保管しておきましょう。  
 \*OTC医薬品…薬局・薬店・ドラッグストアなどで販売される一般用医薬品。  
 [旧称「大衆薬」「市販薬」]

●課税所得400万円の人が対象医薬品を年間20,000円購入した場合



## 対象となる医薬品は?

医療用医薬品から転用された特定の成分を含むOTC医薬品。対象となる製品にはパッケージにマークが表示されるようになりました。



例)市販のカゼ薬、頭痛薬等

\*詳細は厚生省HP該当ページ(下記URL)をご参照ください。  
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

## 対象となる人は?

1年間(1~12月)に健康の維持増進および疾病の予防のために、一定の取り組み\*を行っている人。

\*インフルエンザ等の予防接種、がん検診、定期健康診断、特定健康診査、健康診査のいずれかを受けていること。

★それぞれの領収書や健診結果などの証明が必要です。大切に保管しましょう。

セルフメディケーション税制を利用できるのは

- 平成29年1月以降の購入分から(平成33年12月31日まで)
- 申告は平成30年1月から

ただし、従来の医療費控除と同時に利用することはできません。OTC医薬品の代金に係る医療費控除については、従来の医療費控除とセルフメディケーション税制のどちらを利用するか、ご自身で選択することになります。



知っておきたい!

## 介護保険



介護保険は、年をとって介護が必要になった人に介護サービスを提供することを目的とした社会保険制度です。そのしくみについて知っておきましょう。

介護保険は各市区が運営を行い、40歳以上のすべての人が加入します。健康保険の被扶養者も、介護保険では被保険者となります。健康保険組合は介護保険料の徴収で協力します。

被保険者	保険料	介護サービスの受給条件	介護サービスの利用
65歳以上の人 (第1号被保険者)	市区町村で定められた額を徴収	「要介護状態」「要支援状態」になったとき	●居宅サービス ●施設サービス ●地域密着型サービス ※費用の1~2割を自己負担
40~64歳の人 (第2号被保険者)	健康保険組合が給料や賞与から徴収 当健康保険組合の介護保険料率…千分の14 [事業主負担…千分の7.56 被保険者負担…千分の6.44]	がん(末期)や関節リウマチ等 特定疾病により「要介護状態」「要支援状態」になったとき	●居宅サービス ●施設サービス ●地域密着型サービス ※費用の1~2割を自己負担