

健やかライフ

インターネット版

※ 公告等の記事についてはホームページ上には掲載しておりませんので、内容については本誌をご覧ください。

健保組合ホームページ ▶ <http://www.st-kenpo.or.jp>



CONTENTS

- P2～4 ▶ 平成30年度 事業計画・保険料率・予算のお知らせ
- P5 ▶ 4月から 8月から 健康保険が変わります
- P6～7 ▶ 特定保健指導を受けましょう!
- P8 ▶ 「医療費のお知らせ」の通知時期の変更について
効きめや安全性は新薬と同じで安い「ジェネリック医薬品」

安心して医療を受け続けていくために、皆さんの声を集め、発信していく「場所」として「あしたの健保プロジェクト」のWEBサイトを、ぜひご覧ください。当健保組合のホームページからもアクセスできます。

健康保険。みらいのために、今、変えよう。

あしたの健保
プロジェクト

平成30年度

事業計画・保険料率・予算のお知らせ

平成30年2月14日(水)に開催されました第100回組合会におきまして、当健保組合の平成30年度の事業計画・保険料率・予算が可決・承認されましたので、その概要をお知らせします。

事業計画

平成30年度の事業計画につきましては、基本的にはこれまでと同様、加入員の皆様が病気やケガをしたときの医療費を負担したり、皆様の健康の維持・増進のために各種保健事業を中心に実施してまいります。

当健保組合の医療費は、増加の一途をたどっており組合財政を圧迫しております。

支払う医療費の財源は、被保険者及び事業主の皆様に負担いただいている保険料であり、医療費が増え続ければ、

保険料を引き上げざるをえなくなります。

そのため、当健保組合では皆様の保険料の上昇を抑えるため、下記の諸事業を特に重点的に実施することで医療費の増加を抑制するよう努めてまいります。

皆様におかれましても、ぜひ、当健保組合の各種保健事業をご活用いただき、ご自身の健康維持・増進に取り組んでください。

重点事業その1 健康診断の実施

当健保組合では、加入員の皆様がご自身の体の状態を確認したり、病気の早期発見、早期治療を目的に健康診断事業を実施しています。

健康診断の受診場所、申込方法、費用等の詳細につきましては、本誌「健やかライフ4月号」の別冊「健康診断・保健指導ガイド」により、ご案内しています。

健康診断を受けることで、自覚症状のない病気を早期に発見できることもありますので、ご自身の体の状態を確認するため、健康診断を一年に一度は必ず受診してください。

重点事業その2 特定保健指導の実施

当健保組合では、将来の生活習慣病を防ぐため、生活習慣を見直すためのアドバイスが受けられる特定保健指導事業を実施しています。

特定保健指導の詳細につきましても、上記「健康診断・保健指導ガイド」により、ご案内しています。健康診断の結果、生活習慣を見直すための保健指導が必要と判定された場合には、当健保組合よりご案内をしますので、ご自身の健康のため、必ず保健指導を受けてください。

重点事業その3 受診促進通知の実施

当健保組合では、健康診断の結果、「治療」または「精密検査」が必要と判定されながら、その後、医療機関に受診していない方のうち、特に早急に医療機関に受診が必要な方に対して、医療機関への受診を促す通知をご自宅に送付しています。

体に異常が見つかったにもかかわらず未受診のまま放置すれば、病気が進行し、入院や手術が必要になるなど重病化する恐れがあります。健康診断の結果、「治療」または「精密検査」が必要と判定された場合には、必ず医療機関で受診してください。

事業所への 情報提供

通知後も受診が確認できない場合、被保険者については、労働安全衛生法に規定する定期健康診断の検査項目について事業所に情報提供し、事業所と共同して重病化予防に取り組んでいきます。

平成30年度に実施するその他の保健事業

【疾病予防・健康管理】

インフルエンザ予防接種の費用補助	10月～1月	健やかライフ 平成30年8月号	
医療費のお知らせ	1・3月	本誌 8ページ	
後発医薬品促進通知	6・9・1・3月		
事業所用救急薬品の配付	12月		
被扶養者への健康診断の受診促進	6月		
被保険者向け救急薬品の斡旋	6～9月 11月～3月	健やかライフ 平成30年6月・11月号	
電話健康相談	通年	別冊 保養施設ガイド	19ページ、本誌折込チラシ
育児書の配付			19ページ

【心身の保養・体力づくり】

直営保養所の開設	通年	別冊 保養施設ガイド	2～4ページ
契約保養所の利用補助			6～18ページ
東京ディズニーリゾートの利用補助			18ページ
プールの利用補助	7・8月	健やかライフ 平成30年6月号	
マス釣り大会の実施	10月	健やかライフ 平成30年8月号	
スキリフト・アイススケートの利用補助	12月～3月	健やかライフ 平成30年11月号	

保険料率

当健保組合の平成30年度保険料率は次のとおり決定し、現行の保険料率を維持することとなりました。

健康保険料率

千分の98.4 (前年度と同じ)

※事業主と被保険者で折半負担

介護保険料率

千分の16.4 (前年度と同じ)

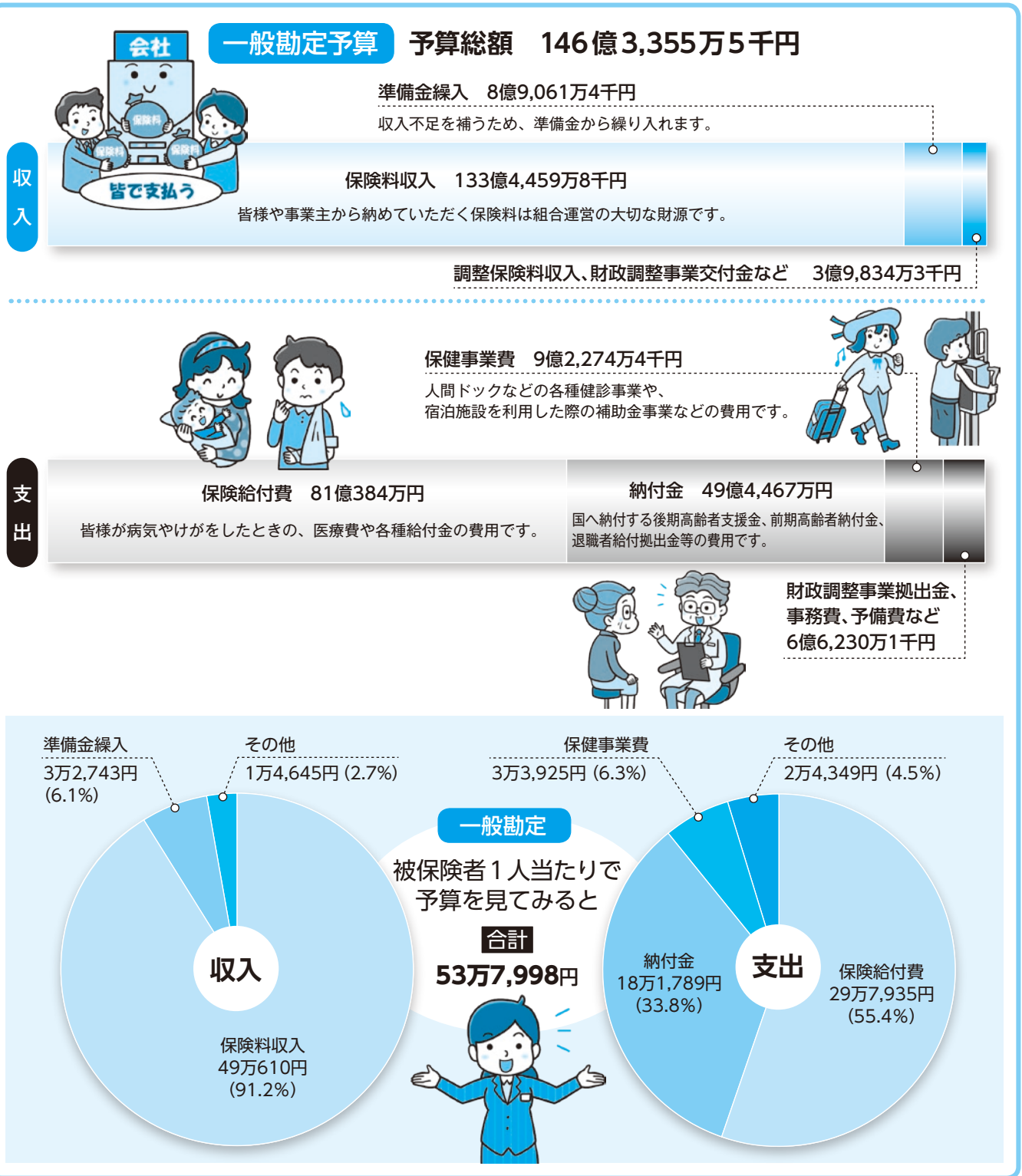
※事業主と40歳から65歳未満の被保険者で折半負担

●健康保険料率の内訳

区 分			保険料率 (千分率)	内 容
健康 保 険 料	一 般 保 険 料	基本保険料	61.12	健保組合加入者に対する保険給付等に充てる保険料
		特定保険料	35.98	後期高齢者医療制度への「支援金」、前期高齢者医療制度への「納付金」等に充てる保険料
	調整保険料		1.30	健保組合間の財源不均衡の緩和のため健康保険組合連合会へ拠出する保険料
	合 計		98.40	

予算

当健保組合の平成30年度予算の主な内容は次のとおりです。



収入	
科目	予算額(千円)
介護保険収入	1,558,267
繰入金	62,895
雑収入等	12
合計	1,621,174

介護勘定予算

介護勘定予算は
総額16億2,117万4千円に決定
されました。



支出	
科目	予算額(千円)
介護納付金	1,620,474
介護保険料還付金	700
合計	1,621,174

4月から

8月から

健康保険が変わります

4月から 紹介状がないと5,000円を徴収される病院が増えました

平成30年3月までは、大学病院などの特定機能病院と500床以上の地域医療支援病院は紹介状のない初診の患者から5,000円以上の定額負担を徴収していました。4月からその対象が特定機能病院と400床以上の地域医療支援病院に拡大されました。

4月から 入院時の食費負担などが変わりました

1 入院時の食費負担が
1食460円に

入院時の食事費用のうち調理費相当額が引き上げられ、4月から1食当たりの負担額が460円になりました。

●入院時1食当たりの負担額

	平成30年 3月31日まで	平成30年 4月1日から
①一般(②③以外)	360円	→ 460円
②住民税非課税世帯に属する人 (③以外)	210円	210円
過去1年間の入院日数が90 日を超えている場合	160円	160円
③②のうち、所得が一定基準に 満たない人(70歳以上)	100円	100円

※②③に該当しない指定難病、小児慢性特定疾病の患者負担額は260円で据え置き

2 65歳以上の医療療養病床入院時の
居住費負担が1日370円に

医療療養病床(長期にわたり療養が必要な患者のための病床で医療保険から給付を受けるもの)に入院する65歳以上の患者の居住費(光熱水費相当)が、医療の必要性が高い人についても370円に引き上げられました。

●医療療養病床入院時1日当たりの居住費負担額

医療療養病床に 入院している 65歳以上の患者	平成30年 3月31日まで	平成30年 4月1日から
①医療の必要性の低い人 (医療区分Ⅰの人)	370円	370円
②医療の必要性の高い人 (医療区分Ⅱ、Ⅲの人)	200円	→ 370円

※指定難病患者、老齢福祉年金受給者は負担なしで据え置き

4月から 靴型装具の療養費支給申請の添付書類が変わりました

4月1日から、靴型装具の療養費支給申請に際しては、当該支給申請を行う装具の現物写真の貼付が必要になりました。

●4月以降に靴型装具の療養費支給申請をする場合の必要書類

- ①医師の意見および装具装着証明書の原本 ②装具の明細が記載(または添付)されている領収書の原本
③当該支給申請を行う装具の現物写真

8月から 70歳以上の方の 高額療養費制度の見直しが行われます

●現行(70歳以上)(平成29年8月～平成30年7月)

区分	外来(個人)	限度額(世帯※) 〈 〉内は多数回該当
現役並み所得者 標準報酬月額 28万円以上	57,600円	80,100円 + (医療費総額 - 267,000円) × 1% 〈44,400円〉
一般所得者 標準報酬月額 26万円以下	14,000円(年間14.4万円上限)	57,600円 〈44,400円〉
住民税非課税者	8,000円	24,600円
住民税非課税者(所得が一定以下)		15,000円

●平成30年8月～

区分	外来(個人)	限度額(世帯※) 〈 〉内は多数回該当
標準報酬月額 83万円以上	252,600円 + (医療費総額 - 842,000円) × 1% 〈140,100円〉	
標準報酬月額 53万円～79万円	167,400円 + (医療費総額 - 558,000円) × 1% 〈93,000円〉	
標準報酬月額 28万円～50万円	80,100円 + (医療費総額 - 267,000円) × 1% 〈44,400円〉	
一般所得者 標準報酬月額 26万円以下	18,000円(年間14.4万円上限)	57,600円 〈44,400円〉
住民税非課税者	8,000円	24,600円
住民税非課税者(所得が一定以下)		15,000円

※ 同じ世帯で同じ保険者に属する者

特定保健指導を 受けましょう！

対象者^{※1}は体に警告が出ています！

次のいくつかの項目に該当しています！

☒ 肥満 ☒ 高血圧 ☒ 高血糖 ☒ 脂質異常 ☒ 喫煙

体が悲鳴を上げる前に改善しましょう！

当健保組合では、特定健診（40歳以上の方の健診）の結果からメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）^{※2}やその予備群と判断された対象者に、特定保健指導を無料で実施しています。

※1 対象者の階層化につきましては「平成30年度 健康診断・保健指導ガイド」8～9ページ参照

※2 **メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）**

内臓周辺に脂肪がたまる内臓脂肪型肥満で高血圧、脂質異常、高血糖など動脈硬化の危険因子が複数ある状態。放置しておくとう動脈硬化が進み、脳血管障害、心臓病、糖尿病になる可能性が大きい。

どんなことをするの？

支援スタッフと面接をし、生活習慣を改善するメリットと現在の生活を続けるデメリットについて説明を受け、生活習慣改善に向けて、運動や食事などに関する具体的な行動計画を立て、実行します。

詳細につきましては「平成30年度 健康診断・保健指導ガイド」8～9ページをご参照ください。

放置するとこんなにこわい！

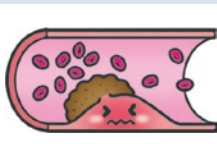
生活習慣病は、病気が進行しないと自覚症状は現れません。後回しにせず、健診で見つかったときに手を打ちましょう。

高血圧 を
放置すると



脳卒中や心筋梗塞を突然起こす危険が高く、目や腎臓の障害も招きやすくなります。

脂質 異常を
放置すると



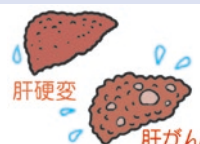
動脈硬化が進み、糖尿病や脳卒中、心筋梗塞になる危険が高くなります。

高血糖 を
放置すると



糖尿病、さらにその合併症で人工透析が必要になったり、失明や手足の壊疽（えそ）を起こす危険が高くなります。

肝機能 異常を
放置すると



脂肪肝、肝炎、肝硬変、肝がんにつながる危険が高くなります。

腎機能 異常を
放置すると



人工透析が必要になったり、心筋梗塞や脳梗塞を突然起こす危険が高くなります。

特定保健指導の健康診断当日の実施について

今年度より特定保健指導を健康診断当日に実施できる健診機関と契約をしました。従来のように日を改めて保健指導を実施いただく必要がございません

ので、契約している健診機関^(※)で健康診断を受診され、特定保健指導の対象者となった方は、ぜひ当日に受けていただきますようお願いいたします。

※別冊『平成30年度健康診断・保健指導ガイド』10～15ページの「契約健診機関一覧表」内の備考欄に「指」、**指**の表示がある機関は受診日当日に実施できます。

「特定健診・特定保健指導」の実施率により「後期高齢者支援金」^(※)が加算される場合があります。

加入者の健康の保持向上等の責任を明確にする観点から、厚生労働省において全健保組合の「特定健診・特定保健指導」の実施率を平成30年度（平成29年度実績）から公表することになりました。

また、「特定健診・特定保健指導」の実施率が低い健保組合の取組みを促すため、「後期高齢者支援金」の加算率が段階的に引き上げられ、2019年度時点の実績が特定健診50%未満・特定保健指導5%未満のいずれかに該当する健保組合に対して、「後期高齢者支援金」の10%（各5%）を上限に加算されることになりました。当健保組合の平成28年度の実績は特定健診74.2%・特定保健指導3.5%

であることから、現状の実施率では特定保健指導が加算の対象になり、後期高齢者支援金を30億円（平成30年度予算は約29億円）とした場合、1億5千万円（上限の5%）が加算されることとなります。

加算の対象になりますと、皆様から納めていただいている保険料を引き上げざるをえない状況になることから、特定保健指導の受診率向上にご協力いただきますようお願いいたします。

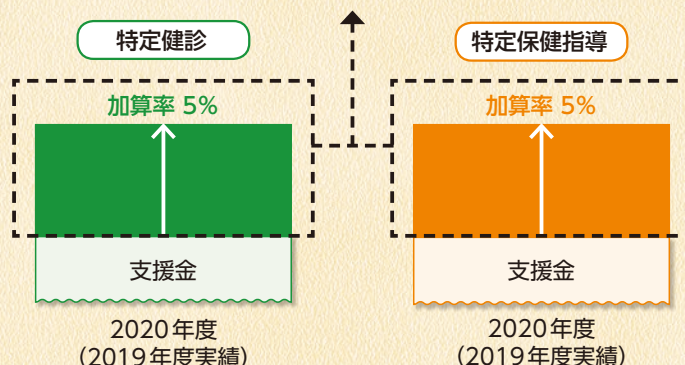
※後期高齢者支援金：75歳以上を対象とした後期高齢者医療制度を運営する財源として、健保組合等が負担している拠出金

加算（ペナルティー）

特定健診・特定保健指導について、それぞれ実施率に基準が設けられ、クリアしなければ加算率で計算された額が支援金にプラスされて健保組合の負担が一層重くなります。

・基準となる実施率は特定健診50%未満、特定保健指導5%未満へと段階的に拡大されます。また、支援金の加算率も段階的に引き上げられます。

★加算率は、現行の0.23%が、2020年度には最大10%（5%+5%）に拡大されます。



「医療費のお知らせ」の通知時期の変更について

「医療費のお知らせ」は、受診記録の照合、受診した際にかかった医療費の自己負担額および健康保険組合負担額を確認するとともに、重複・頻回受診などがないかを確認するためのものです。平成30年より所得税の確定申告の際に医療費控除に

使用する医療費の領収書に代えて、「医療費のお知らせ」が活用できるようになったことから、通知時期をこれまでの9月と3月の2回から、1月（前年1月から10月分医療費）と3月（前年11月から12月分医療費）の2回に変更します。

効きめや安全性は
新薬と同じで安い

「ジェネリック医薬品」

薬局や医療機関の窓口で、口頭で「ジェネリックをお願いします」と伝える

窓口で直接言うのはちょっと…という場合は、医療機関で健康保険証を出すとき、薬局で処方せんを渡すときに、一緒に「ジェネリックお願いカード」(*)などを提示しましょう。

長く使い続ける薬ほど、 「安さ」を実感！

高血圧や糖尿病などの生活習慣病では、多くの新薬に対してジェネリックが使えるようになっています。生活習慣病領域の多くの薬は、長く使い続けることになるため、新薬を使い続けた場合と、ジェネリックを使い続けた場合とでは、合計の薬代に明らかな差が出る場合があります。服薬が長期になる生活習慣病などは薬代の節約効果が大きくなります。



(※)「ジェネリックお願いカード」は「かんじゃさんの薬箱」のホームページよりダウンロードできます。

<http://www.generic.gr.jp/>

平成30年度 任意継続被保険者の 標準報酬月額上限について

標準報酬月額上限：360,000円

参考（平成29年度 360,000円）

適用年月日：平成30年4月1日

組合の現況 （平成30年2月末現在）

事業所数	564社
被保険者数	26,994人
被扶養者数	22,531人
平均標準報酬月額	364,483円

表紙題字は内藤理事長 揮毫