

健保だより

<http://www.maruchan-kenpo.or.jp/>

健康のことで悩みがあるときは

- ご家族(扶養家族)の方もお気軽にご利用ください
- 派遣社員の方もご利用いただけます

TSグループ社員のみなさん ご利用ダイヤル

0120-166-558



平日 10:00 ~ 20:00
土 10:00 ~ 17:00
(日曜・祝日・夏季・年末年始休み)

【サービス提供者：ヒューマニーズ相談センター】

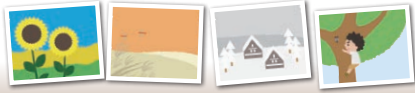


Photo Gallery

フォトギャラリー

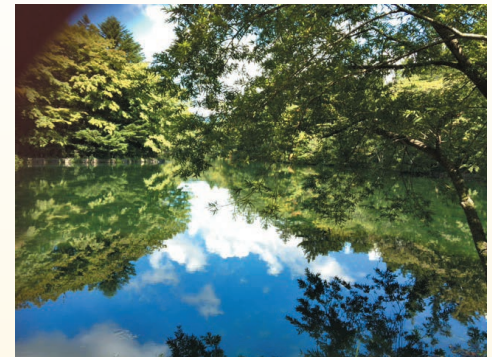


ホームページで「フォトギャラリー」のコーナーを開設中！
みなさんからご投稿いただいた作品の中から4つを紹介しします。



タイトル 夏まっさかり

(撮影者：t.kurimoto3180さん)



タイトル 雲場池

(撮影者：のんびりねこさん)



タイトル 青い衝撃

(撮影者：マッハゴーゴーさん)



タイトル 赤い傘雲

(撮影者：富士山ウォッチャーさん)

投稿写真 大募集！

ご自慢の作品を
フォトギャラリーで
発表してみませんか？

投稿方法など、
詳しくはホームページを
ご覧ください！



Contents

- P1 フォトギャラリー
- P2 令和2年度の決算がまとまりました
●経常収支で約5億6,300万円の黒字に。ただし、先行き不透明な財政状況です
- P3 整骨院・接骨院で施術を受けるとき
●健康保険が使えるケースは限られています。施術を受ける方はルールを守りましょう
- P4 交通事故にあって保険証を使って受診したら必ず健保組合に届けてください
●すみやかに「第三者の行為による傷病届」などの必要書類を提出してください
- P5 喫煙は新型コロナウイルス感染症重症化の最大のリスク／加熱式タバコに注意！
●禁煙外来受診の費用一部補助を実施しています。この機会を有効にご活用ください！
- P6 オンライン資格確認プレ運用中 健康保険証等もご持参ください
／令和4年1月から健康保険（傷病手当金・任意継続被保険者）が変わります

大幅な黒字決算となりましたが 先行き不透明な財政状況です

令和2年度決算は経常収支で約5億6,300万円の黒字になりました。ただし、これは納付金の大幅な減少による一時的なもので、今後については厳しい財政運営が見込まれています。当健保組合では、引き続き医療費の適正化を推進してまいります。



経常収支差引額
5億6,361万8千円

=

経常収入
28億8,247万1千円

—

経常支出
23億1,885万3千円

一般勘定



令和2年度は、納付金が前年度に比べて約6億1千万円も減少しました。ただし、次年度以降は一転して増加する見通しで、特に前期高齢者納付金（65歳以上75歳未満の方の医療費にあてられる）の大幅増加が見込まれています。

収入
29億9,678万8千円

支出
23億4,863万3千円



前期高齢者にかかる医療費は納付金の算出と関連があり、当健保組合に加入している前期高齢者の1人当たり医療費を抑えることが納付金の抑制につながります。前期高齢者の方も健診等で体のメンテナンスを行い、健康増進に努めましょう！

保険料収入
28億7,466万8千円

組合を運営するための主要財源として、事業主とみなさんに納めていただきました。

調整保険料収入
2,978万8千円

健保組合間の財政調整事業に支出するため、納めていただきました。

繰越金
5,153万1千円

前年度の決算残金からの繰越金です。

財政調整事業交付金
2,663万2千円

高額な医療費等に対する健保組合間の財政調整として、健康保険組合連合会から交付されました。

その他
1,416万9千円

保険給付費
13億90万2千円

みなさんが病気やけがをしたときの医療費や、各種の給付金として支払いました。

納付金
8億5,330万円

高齢者医療への支援にあてられる納付金等の総額です。

保健事業費
7,772万8千円

各種健診の補助・健康保持増進事業などの費用として支出しました。

財政調整事業拠出金
2,978万円

健保組合間の財政調整のために健康保険組合連合会へ拠出しました。

事務費、その他
8,692万3千円

介護勘定

令和2年度の介護勘定決算は、収入総額2億8,711万円、支出総額2億6,442万円となり、収支差引2,269万円の決算残金をもって終了しました。

介護保険にかかる費用は年々増加していることから、今後、健保組合に課される介護納付金のさらなる増加が予想されています。

収入
2億8,711万7千円

支出
2億6,442万1千円

介護保険収入
2億7,711万7千円

介護納付金
2億6,441万4千円

繰越金
1,000万円

介護保険料還付金
7千円

健康保険でかかる場合
ルールがあります

医療費の上手な節約術

整骨院・接骨院で施術を受けるとき

近年、整骨院・接骨院の数が増え、多くの人が気軽に利用できるようになっています。なかには、どんな施術でも健康保険証が使えると勘違いしている人もいますが、健康保険証が使えるのはごく限られたケースです。施術を受ける方もルールを知って、守ることが大切です。

健康保険が使えるケースは限られています

駅前の整骨院、健康保険証が使えるようだし、マッサージしてもらおうかな



日常的な肩こりで、健康保険証は使えないわよ全額自己負担よ

Q 看板や広告に「各種保険取扱」と書かれているけど…?

A 整骨院・接骨院の看板や入口でよく見かける「各種保険取扱」とは、健康保険が適用される負傷のみ健康保険適用になります、という意味です。

健康保険が使える

外傷性の
負傷のみ

外傷性が明らかで、慢性的な状態に至っていない、下記のものに限られます。

骨折、脱臼、打撲、捻挫 (肉ばなれなど)

※骨折、脱臼は、応急処置を除き、あらかじめ医師の同意が必要。

健康保険が使えない

全額自己
負担に!

- 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- 保険医療機関で治療中の負傷
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 症状の改善が見られない長期の施術
- 労災保険が適用となる仕事や通勤途上に起きた負傷

…など

健康保険適用の施術を受けた場合、「療養費支給申請書」の内容をよく確認のうえ、自分で署名

申請書の内容をよく読まれてから、署名をお願いします



支払いは「受領委任払い」、柔道整復師が患者に代わって健保組合へ請求します

柔道整復師に健康保険でかかった場合、患者は窓口で自己負担分のみを支払い、柔道整復師に健保組合への請求を委任する「受領委任払い」が認められています。受領委任払いでは、「療養費支給申請書」の内容を確認し、自分で署名する必要があります。必ず、負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、自筆で署名をしてください。

※全額を自分で支払い、あとで健保組合に申請して還付を受ける「償還払い」の整骨院・接骨院もあります。

健保組合から、施術を受けられた方に施術内容等を照会させていただくことがあります

健保組合では、健康保険証を使って整骨院・接骨院の施術を受けた方に、後日、施術日や施術内容、負傷原因等について確認させていただく場合があります。保険料を適正に活用するため、ご理解とご協力をお願いします。

交通事故 において 保険証を使って受診したら 必ず健保組合に届けてください



交通事故など、第三者（他人）の行為が原因で病気やけがをしたとき、健康保険で治療を受けることができますが、このような場合、健保組合は加害者が支払うべき医療費を一時的に立て替えるだけで、負担した医療費は後で加害者に請求することになります。

したがって、保険証を使って治療を受けた場合は、健保組合にご連絡のうえ、できるだけすみやかに「第三者の行為による傷病届」などの必要書類を提出してください。

交通事故にあっってしまったなら…

1

できるだけ冷静に

ショックで冷静な判断を失うことがあります。できるだけ冷静に対処してください。

2

警察に連絡

どんな小さな事故でも、必ず警察に連絡しましょう。警察への事故の届出がないと「交通事故証明書」が発行されませんので、必ず届出ましょう。

3

加害者を確認

加害者の氏名・住所・連絡先、車種・ナンバー、任意保険加入の有無などを運転免許証、車検証、損害保険の保険証券などで確認しましょう。

5

健保組合に連絡

保険証を使った場合は、健保組合へ連絡し、「第三者行為による傷病届」「交通事故証明書」などをすみやかに提出してください。

4

医師の診察を受ける

外傷はなくても、脳や骨などに損傷を受けていることもあります。早めに医療機関を受診し、診断書・領収証をもらっておきましょう。



注意!

示談の前に健保組合に連絡を!

自動車事故には後遺障害の危険がありますから、示談は慎重にしましょう。また、加害者との話し合いで示談をしてしまうと、健保組合から加害者に請求するべき費用を請求できなくなる場合があります。示談の前に健保組合へ連絡しましょう。

交通事故以外にも、次のような場合は第三者行為になります

● 学校やスーパーなどで設備の欠陥によりけがをしたとき

● 他人のペットに噛まれてけがをしたとき

● 不当な暴力や傷害行為を受け、けがをしたとき

● 飲食店などで食中毒にあったとき

● 運動中に他人の不注意でけがをしたとき

業務中や通勤時にけがをしたときは、**労災保険（労働者災害補償保険）**が適用されます。健康保険を使うことはできませんのでご注意ください。

喫煙は新型コロナウイルス感染症重症化の最大のリスク

喫煙者のリスクは3倍以上

中国・武漢の新型コロナウイルス感染症患者（1,099人）のデータを分析した結果^{*1}、喫煙者は人工呼吸器の装着あるいは死亡する危険性（リスク）が、非喫煙者の3倍以上になることが明らかになっています。また高年齢などの条件よりも喫煙のほうがリスクを高めることがわかってきました。



WHO（世界保健機関）ではこれらの状況を受け、新型コロナウイルス感染症の重症化予防のため、「禁煙すること」を強く推奨しています。

*1 Guan WJ, et al. Clinical Characteristics of Coronavirus Disease 2019 in China. N Engl J Med. 2020 Feb 28; NEJMoa2002032. doi: 10.1056/NEJMoa2002032.

喫煙所でコロナ感染の事例も

そもそも喫煙という行為は、ウイルスで汚染されたかもしれない指先を口元に近づけるため、感染のリスクが高くなります。また職場ではマスクなどで感染予防をしても、休憩中に喫煙所で感染した疑いのある事例も発生しました。喫煙は、家族や周囲の人に対するたばこの害だけでなく、新型コロナウイルス感染のリスクを高めているといえます。

令和2年度からは、禁煙外来がオンライン診療で受けられるようになりました。また、保険適用される禁煙アプリ^{*2}も出てきました。新型コロナウイルス感染症予防のためにも、喫煙者の方は、禁煙を始めましょう！

*2 CureApp SC ニコチン依存症治療アプリ及びCOチェッカー：患者のスマホにダウンロードする「患者アプリ」、患者の呼気中のCO濃度を測定し患者アプリに送信する「COチェッカー」、患者アプリの進捗確認等ができる「医師アプリ」で構成されています。

加熱式タバコによる肺炎に注意！

加熱式タバコは害がない？

「紙巻きタバコをやめて、加熱式タバコにすれば少しは健康的かな」と思っている人はいませんか？

紙巻きタバコは、タバコの葉を燃焼させた煙を吸うものですが、加熱式タバコは、加熱によって発生した蒸気を吸うため、煙が出ずにおいも少なくなっています。また加熱式タバコの製品紹介には“紙巻きタバコと比べ、有害性成分の量が平均で95%低減”などと書かれているものもあり、紙巻きタバコより健康被害が少ないように思えます。

しかし加熱式タバコに含まれるプロピレングリコール、グリセロール（グリセリン）といった物質については、加熱して吸引すると気管支や肺に炎症を起こし、重い肺炎の原因になる可能性が指摘されており、病気にかかるリスクがないわけではありません。

加熱式タバコによる病気や死亡リスクの関連性については、販売されて間もないため科学的に明らかになるにはまだ時間がかかりますが、製品紹介にも“リスクがないわけではない”と明記されており、吸わないに越したことはありません。

加熱式タバコの禁煙治療も保険適用です

令和2年度からは、加熱式タバコの禁煙治療も保険適用^{*3}となっています。加熱式タバコの利用者も、紙巻きタバコの利用者と同様に、自分に合った方法で、禁煙を始めましょう。

*3 一定の条件あり。

禁煙治療に保険が使える医療機関はこちら

<http://www.nosmoke55.jp/nicotine/clinic.html>



本気で禁煙したいと考えているみなさんへ 禁煙外来受診の費用補助を実施しています

たばこが健康に良くないことは分かっているけど、どうしてもやめられない…、そんな方は禁煙外来を受診してみませんか？当健保組合では禁煙外来受診の費用一部補助を実施しています。詳しくは当健保組合ホームページをご覧ください。

- 対象者 被保険者
*任意継続被保険者の方は対象外です。
- 補助額 10,000円（上限）
- 申込期間（後期）9月1日～10月10日

オンライン資格確認 健康保険証等もご持参ください

プレ運用中

令和3年3月より、オンライン資格確認等システムのプレ運用が始まっています。事前登録をすれば、このシステムを導入した病院や薬局などの保険医療機関でマイナンバーカードの健康保険証利用が可能です。対象となる医療機関は順次拡大していき、本格運用は、令和3年10月が予定されています。

なお、プレ運用期間中については、オンライン資格確認システムを導入している保険医療機関等を受診する場合でも、マイナンバーカードにあわせて**健康保険証等**をご持参ください。



必要なのは…

- 健康保険証
- 高齢受給者証
- 限度額適用認定証
- 限度額適用・標準負担額減額認定証
- 特定疾病療養受療証



マイナンバーカードの健康保険証利用
「プレ運用」参加医療機関・薬局リストはこちらから

https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16743.html



Health Information

令和4年
1月から

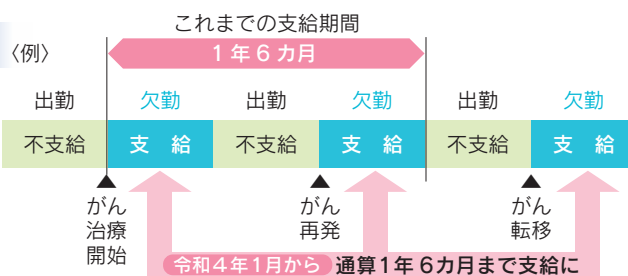
傷病手当金 任意継続被保険者 } が変わります

けがや病気で働けないときに給付金が受けられる「傷病手当金」と、退職後も健康保険組合に加入できる「任意継続被保険者」について、次の改正が行われます。

傷病手当金の改正

● 傷病手当金の支給期間の変更

傷病手当金の支給期間は、支給開始日から起算して1年6カ月を超えない期間とされますが、がん治療で長期間にわたり休暇をとりながら働くケースなど、治療と仕事の両立を支えるために、働いた期間を除いて1年6カ月を通算できるようになります。



任意継続被保険者の改正

● 本人の申請による資格喪失が可能に

任意継続被保険者になると任意で2年間脱退する規定がありませんでしたが、被保険者が保険者に申請することにより脱退できるようになります。

● 任意継続被保険者の標準報酬月額決め方の変更

任意継続被保険者の保険料決定のもとになる「標準報酬月額」は、「退職前の標準報酬月額」と「全被保険者の平均標準報酬月額」のうちの「低い額」が適用されていましたが、健保組合が規約を変更すれば「退職前の標準報酬月額^{*}」とすることができるようになります。当健保組合の運用が決まり次第、ご連絡いたします。

^{*}その他一定の条件で健保組合が規約で定めた額も可能