

Wellset

ウェルセット



東京不動産業
健康保険組合

vol.294

2018

3

平成30年度予算のお知らせ



本誌はホームページでもご覧いただけます

東京不動産業健保 検索



trkenpo.or.jp

保険料率は前年度と同率に据え置きます

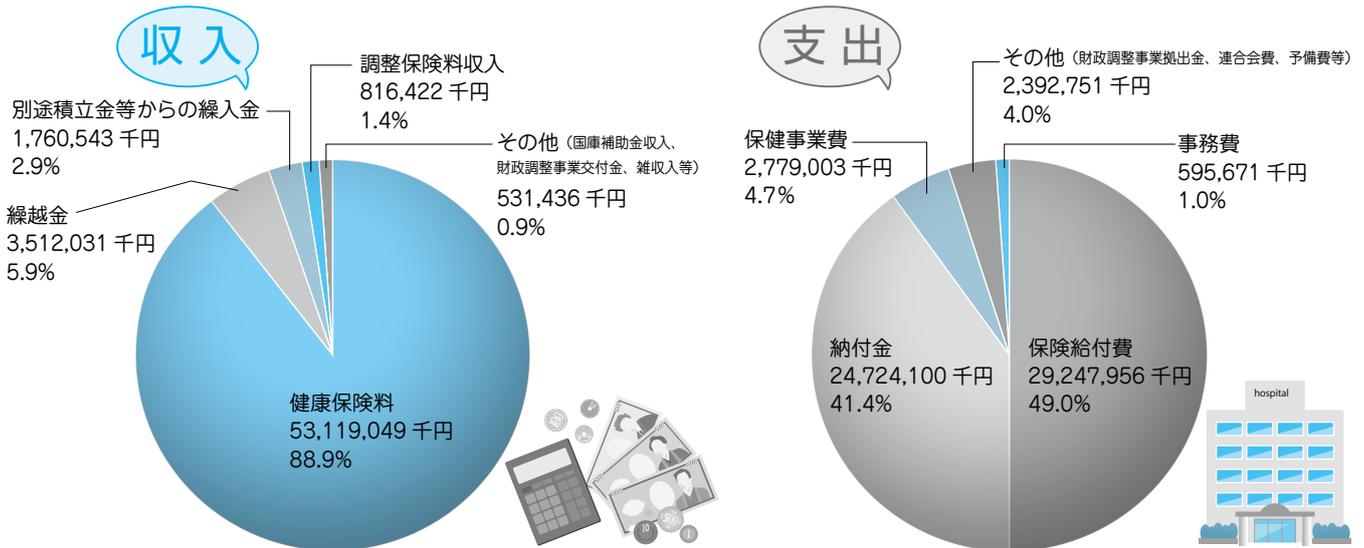
平成30年3月1日に開催された第77回組合会において、当健保組合の平成30年度の事業計画および予算が決定しました。一般保険料率・介護保険料率ともに前年度と同率に据え置きとなりましたが、どちらも保険料収入の不足分を繰越金と別途積立金・介護準備金(貯蓄資産)を取り崩した予算となっており、今後の収支は益々厳しくなることが予想されます。

一般勘定

平成30年度の保険料率は1000分の86で据え置きですが、「実質保険料率(※)」は1000分の91.51となり、保険料収入の不足分を平成29年度の残金からの繰越金(約35億円)と別途積立金(貯蓄資産:約17億円)を取り崩して収支均衡となる予算を編成しています。

※健保組合の会計は、単年度収入で支出をまかなうことが原則です。当年度の支出を保険料収入だけでまかなうことができる保険料率を「実質保険料率」といいます。

合計 59,739,481 千円 **経常収支差引額▲4,218,217 千円** ●保険料率 86/1000
 内) 経常収入合計 53,186,626 千円 経常支出合計 57,404,843 千円 ●被保険者数 122,000人



介護勘定

健保組合は、40歳以上64歳以下の被保険者のみなさまから介護保険料を徴収し介護納付金を国へ納めています。介護勘定も介護保険料収入だけでは支出のすべてをまかなうことができず、平成29年度の残金からの繰越金(約2億円)と介護準備金(貯蓄資産:約4億円)を取り崩して収支均衡となる予算を編成しています。

合計 4,901,401 千円 ●保険料率 14/1000
 ●介護保険第2号被保険者たる被保険者数 49,500人



※端数処理の関係で、各項目を合計した金額とは一致しない場合があります。

平成30年度事業方針

① 健康経営等推進プロジェクトによる健康管理及び疾病予防の推進に取り組みます。

- 組合員、ご家族の健診受診率・特定保健指導実施率の向上（次ページ参照）
- 企業の健康経営をバックアップ
- 糖尿病性腎症等の重症化予防

② 収入の確保・支出の抑制に努め、健全な財政基盤を堅持します。

- 優良事業所の加入促進
- 被扶養者資格の再確認（検認）による公平公正な扶養認定
- 傷病手当金の不正受給防止、柔道整復療養費の不正請求防止
- 第三者行為（自動車事故等）による損害賠償権の確実な回収
- レセプト点検業務の質の向上
- 医療費適正化（セルフメディケーション税制・医療費通知を活用した医療費控除の周知、ジェネリック使用促進通知等）



③ 組合員のみならずから信頼され喜ばれるクオリティーを追求します。

- ホームページの充実やTFKBoardの普及など、積極的な情報提供
- 電子文書配信システムの拡充（電子申請の拡充）
- 個人別のポータルサイトを設置（予定）し、健康づくりを支援

④ 円滑な事業運営の基礎となる事務処理体制を強化します。

- 内部統制強化、職員の資質向上
- 事務改善・効率化のため不断の点検を実施
- 個人情報・特定個人情報（マイナンバー）の保護・管理を徹底



会社の元気は社員の健康から！

健康企業宣言[®]

平成30年1月18日付けで、健康優良企業の証「銀の認定証」を取得された株式会社荒井商店のご担当者さまに、「健康企業宣言」の取り組みについての感想をうかがいました。

1. 「健康企業宣言」を行ったきっかけは？

これまで、社員の健康診断受診の徹底や室内の温度・湿度調節、インフルエンザ予防など従業員の健康管理にはそれなりに気を配っておりましたが、昨今「健康経営[®]」や「働き方改革」等のキーワードが注目される中、「健康企業宣言」の取り組みを知り、社員の健康増進をもう一步前進させる良い機会だと捉え、今般チャレンジすることにしました。

2. 社員の变化はありましたか？

職場の意見交換を通じて、社員が自ら行うべきことや会社に対して希望することなど多数の意見が出ました。また、今年は定期健康診断の受診者（予約含む）がほぼ終了しました。本取り組みを通じて社員の健康に対する意識が高まった結果だと思えます。

3. どういうところが難しかったですか？

特定保健指導の受診勧奨も、通達や個別メール等で積極的に行いましたが、残念ながら100%には及びませんでした。ただ、社員に対し自分の健康を今一度考える良い機会を提供できたものと思えます。

4. 人事総務部長からの一言

本取り組みは、社員の健康に対する関心を高める上で一定の効果はあったと思えます。当社は平均年齢も40歳半ばと少し高めですので、会社にとって社員の健康管理は重要な課題です。今般、「銀の認定証」をいただきましたが、今後も背伸びすることなく、未永く着実に健康経営の取り組みを前進させていきたいと思えます。

平成30年度 保健事業年間スケジュール

当健保組合が平成30年度に実施する事業を年間スケジュールでご紹介します。
実施に関するご案内は、『ウェルセット』および健保組合ホームページで行いますので、ご確認ください。

実施時期 (予定)	内 容			ご案内時期	
				Wellset	ホームページ
随 時 (4月～翌年3月)	 契約 医療機関	☆生活習慣病健診・人間ドック 被保険者・被扶養者を対象に、健康診断費用の補助事業を行っています。		—	「健康サポート」 に随時掲載
4月～7月	 健 診	☆春季婦人生活習慣病予防健診 30歳以上の女性の被保険者および被扶養者を対象に、公民館等の公共施設に移動検診車を配置して行う集合健診です。		前年12月号 掲載済み	12月～1月
5月～6月	 スポーツ	☆東振協 硬式テニス大会 被保険者の方を対象にした、テニス大会です。		今月、3月号 5ページ ご案内中	3月～4月 ご案内中
6月～8月	 常備薬 補助金あり	☆家庭常備薬配付および補助斡旋 ※補助金額1,200円あり 被保険者の方を対象に、家庭常備薬の購入費用に補助を行います。		6月号	6月～8月
7月～8月	 スポーツ	☆第31回 事業所対抗 野球大会 被保険者の方を対象にした、事業所対抗 野球大会です。		今月、3月号 5ページ ご案内中	3月～4月 ご案内中
10月～11月	 スポーツ	☆第6回 事業所対抗 フットサル大会 被保険者の方を対象にした、事業所対抗 フットサル大会です。		6月号	6月～7月
10月～11月	 健 康	☆東振協 健康フェスティバル 被保険者および被扶養者の方を対象に実施される、健康増進キャンペーンです。期間中は健康に関する相談会や講演会、スポーツイベントが開催されます。		9月号	9月～11月
10月～1月	 健 診	☆秋季婦人生活習慣病予防健診 30歳以上の女性の被保険者および被扶養者を対象に、公民館等の公共施設に移動検診車を配置して行う集合健診です。		6月号	6月～7月
10月～12月	 予防接種	☆インフルエンザ予防接種費用補助 被保険者・被扶養者を対象に、インフルエンザワクチン接種の費用補助を行います。		9月号	9月～12月
1月～2月	 常備薬 割引斡旋	☆家庭常備薬割引斡旋 ※補助金額なし 被保険者の方を対象に、家庭常備薬を特別割引価格にて斡旋いたします(健保組合の補助はありません)。		12月号	1月～2月
1月～2月	 セミナー	☆東振協 一日介護・健康講座 被保険者および被扶養者を対象に、正しい介護の知識と寝たきりにさせない介護技術の体験講習、メタボ予防・解消のための生活習慣について学べるセミナーです。		—	11月
3月	 スポーツ	☆東振協 ミニマラソン大会 被保険者の方を対象にした、ミニマラソン大会です。		12月号	12月～1月

健保組合から案内があったら 特定保健指導をぜひお受けください!

当健保組合では、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)のリスクを抱えた方に、生活習慣改善のための指導を行っています。メタボを放っておくと、糖尿病や心臓病、脳卒中など、命にかかわる重大な病気へと進行してしまう恐れがあります。特定保健指導の案内が届いたら、ぜひお受けください。

リスクが重なっている方が対象です

特定健診を受けた結果、腹囲、BMIの数値が一定以上の方は、内臓脂肪が蓄積していると考えられます。これに加えて血糖、血圧、脂質異常、喫煙習慣のリスクが重なっていると、メタボリックシンドローム該当者や予備群となり、糖尿病や脳卒中、心筋梗塞などになるリスクが高くなります。深刻な病気を未然に防ぐために、リスクが重なっている方に特定保健指導を実施します。特定保健指導には2種類あり、リスクが高い方は「積極的支援」、リスクが中程度の方は「動機づけ支援」となります。

特定保健指導ではどんなことをするの?

保健師・看護師・管理栄養士が、お一人お一人の身体状況に合った方法で、生活習慣の改善に向けたサポートを6カ月にわたり実施します。

- 対象：40歳～74歳の当健保組合の組合員
- 費用：無料(費用は全額当健保組合が負担)

メタボリスクが高い方
積極的支援

【初回面接】
専門家と面接をし
今後の目標を立てる

【3カ月以上の継続的支援】
専門家のアドバイスのもとに
生活習慣の改善を实践

【6カ月後】
健康状態や
生活習慣の確認

メタボリスクがある方
動機付け支援

【初回面接】
専門家と面接をし
今後の目標を立てる

自身で目標に沿って
生活習慣の改善を实践

【6カ月後】
健康状態や
生活習慣の確認

生活習慣病は、生活習慣を改善することで予防でき、重症化や合併症を避けることが可能です。
対象となられた方は、必ず特定保健指導を受けて、メタボからの「脱出」をめざしましょう!

第31回 事業所対抗 野球大会

- ☀ 開催日 平成30年7月18日・25日・8月1日
(いずれも水曜日) ※予備日 平成30年8月8日・15日・22日
- ☀ 開催場所 大宮けんぽグラウンド
- ☀ 参加資格 当健保組合の被保険者で構成するチーム
- ☀ 試合方法 2部制トーナメント方式
- ☀ 参加費用 1チーム 50,000円
- ☀ 申込方法 参加をご希望のチームは、当健保組合ホームページより募集要綱、申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえFAXにてお申し込みください。
- ☀ 申込送信先 FAX 042-440-6687 (株)共栄商会
- ☀ 申込締切 平成30年4月27日(金)



<http://www.tfkenpo.or.jp> ▶ 保健事業NEWS ▶ 野球大会参加申込案内

第32回 東京総合健保 硬式テニス大会

- ☀ 主催 (一社)東京都総合組合保健施設振興協会
- ☀ 開催日 開催場所

ダブルス 1回戦～準々決勝	平成30年5月12日(土) 大宮けんぽグラウンド(さいたま市) ※予備日 平成30年5月26日(土)
シングルス 1回戦～準々決勝	平成30年5月19日(土) 大宮けんぽグラウンド(さいたま市) ※予備日 平成30年6月2日(土)
ダブルス シングルス 準決勝・決勝	平成30年6月9日(土) 品川プリンスホテル・高輪テニスセンター
- ☀ 参加資格 当健保組合の被保険者
- ☀ 募集種目
 - ① 男子ダブルス2組 ② 女子ダブルス2組
 - ③ 男子シングルスA(40歳以上)2名
 - ④ 男子シングルスB(40歳未満)2名
 - ⑤ 女子シングルス2名
 ※参加は1人1種目のみです。 ※男子シングルスA・Bの年齢基準日は平成30年5月1日現在。
- ☀ 参加費用

ダブルス 1チーム 3,000円	シングルス 1名 1,500円
-------------------------	------------------------
- ☀ 大会要綱 申込方法 参加をご希望の方は、当健保組合ホームページより大会要綱、申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえFAXにてお申し込みください。
※申込多数の場合は抽選を行い、当落にかかわらず4月19日(木)以降ご通知申し上げます。
- ☀ 申込送信先 FAX 03-3343-2810 健保組合 保健事業推進課
- ☀ 申込締切 平成30年4月9日(月)
- ☀ 大会内容 お問い合わせ先 (一社)東京都総合組合保健施設振興協会
TEL 03-3626-7504
<http://www.tfkenpo.or.jp> ▶ 保健事業NEWS ▶ テニス大会に参加してみませんか?





ジェネリック医薬品にかえる おトクなひとこと

ジェネリック医薬品にかえられますか？
ジェネリック医薬品を試してみたいのですが…

まずは1週間分、ジェネリック医薬品を試してようすを試してみますか？



「お試し調剤」でようすをみることができます！

ふだん服用している薬をいきなりジェネリック医薬品に変更するのが不安な場合は、「お試し調剤」を利用してはいかがでしょうか。慢性疾患などで長期に服用する薬を処方された場合など、最初の1週間くらいジェネリック医薬品にかえてみて、ようすをみることもできます。合わないようなら他のジェネリック医薬品や以前服用していた先発医薬品にかえることもできます。

注意！ 先発医薬品の特許が切れていないなどジェネリック医薬品がないものもあります。また、医師の治療上の方針からジェネリック医薬品にかえられない場合もあります。
お試し調剤では、2回目に薬局へ行った際、薬代に上乗せ料金がかかります。



お子さんのお薬にもジェネリック医薬品があります

お子さんの医療費負担は無料の自治体が多くなっていますが、実は医療費の8割（就学後は7割）は健保組合が負担しています。小児用の薬もジェネリック医薬品にかえられる場合がありますので、医師や薬剤師におたずねください。



お医者さんか、薬剤師さんに「ジェネリックでお願いします」って、言えばいいんだよね

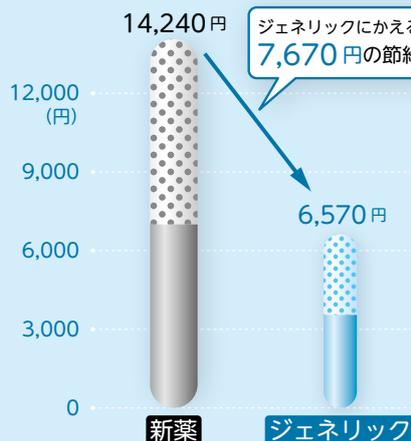
お薬手帳を持って、かかりつけの薬局に行けば、さらにオトクだよ！※



例）こんなにオトクです

アレルギー

フェキソフェナジン塩酸塩錠 60mg を1日2回1錠、3割負担の場合（年額）



日本ジェネリック医薬品・バイオシミラー学会
「かんじゃさんの薬箱」より算出（2018年1月）

※「薬剤服用歴管理指導料」に差があります。

・6カ月以内に調剤してもらったことのある薬局にお薬手帳を持ってかかった場合…380円（3割負担110円）
・はじめての薬局や、お薬手帳なしでかかった場合…500円（3割負担150円）

ジェネリック医薬品について詳しく知りたいとき、
ジェネリック医薬品を探したいときはこちらをごらんください

●かんじゃさんの薬箱 <http://www.generic.gr.jp/> 日本ジェネリック医薬品・バイオシミラー学会



任意継続被保険者制度のご案内

会社を退職すると翌日から健康保険の被保険者の資格を失いますが、次の条件を満たしていれば、所定の手続きを行うことによって、退職後も個人で当健保組合に継続して最長2年間加入することができる制度です。

1 加入の条件

〈条件①〉被保険者期間が2カ月以上あること。

〈条件②〉退職日の翌日から20日以内に申出書を健保組合必着で申出ること
(※退職日の2週間前から申出書を事前にお預かりいたします)



2 手続きに必要な書類

[手続き①] (1) 「任意継続被保険者資格取得申出書」…………… 1通
(2) 居住証明(住民票、免許証どちらかの写し)… 1通
上記の書類を当健保組合へ郵送してください。

[手続き②] 健保組合から自宅あてに「払込取扱票」を送付しますので、指定の期日までに初回の保険料をお振込みしてください。(初回は、三井住友銀行または郵便局限定)

当健保組合の任意継続保険料

40歳～64歳 退職時の標準報酬月額に応じて計算 上限 38,000円(月額)

それ以外 退職時の標準報酬月額に応じて計算 上限 32,680円(月額)

※事業主負担分がなくなりますので退職時の健康保険料控除額の2倍を目安にお考えください。

国民健康保険との選択について

国民健康保険の保険料は、ご本人の前年の所得や退職理由(解雇・倒産など)によって、異なりますので、お住まいの市区町村の国民健康保険窓口へお問合せください。

※平成22年4月より退職理由によっては、国民健康保険料の軽減措置が行われており、任意継続保険料より安くなる場合があります。任意継続の保険料を払い込んだ期間については、国民健康保険への切り替えができませんのでご注意ください。

☆任意継続をご希望の方は当健保組合ホームページで詳細をご確認ください。

http://www.tfkenpo.or.jp/member/outline/retire_a02.html

任意継続被保険者のみなさまへ

●平成30年4月からの保険料払込用紙(納付書)の送付について

1) 毎月納付されている方……………平成30年3月29日(木) 発送

2) 年一括または半期ごとに納付されている方……………平成30年3月1日(木) 発送

●任意継続被保険者期間(2年)の満了により資格を喪失される方には満了日より前に「任意継続被保険者資格喪失通知書及び証明書」を送付します。任意継続被保険者の保険証(家族分を含む)は資格を喪失した日から5日以内に健保組合へ返却してください。

～被保険者および被扶養者のみなさま～ マイナンバーと住所のお届けをお忘れなく

健保組合では被保険者様・被扶養者様のマイナンバーとご住所を管理しています。マイナンバーは市区町村等の情報連携に、住所は健診受診率の向上等にむけた保健事業に活用します。住民票を移された場合は、お忘れなくお勤めの事業所にお届けください。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

次回の『ウェルセット』は6月上旬に発行します。

第77回組合会が開催されました

去る3月1日(木)組合会が開催され、次の議案について可決・承認されました。

議案

- 第1号議案 平成30年度事業計画について
- 第2号議案 平成30年度健康保険収入支出予算について
- 第3号議案 平成30年度介護保険収入支出予算について
- 第4号議案 平成30年度収入支出予算の款内項間流用について
- 第5号議案 諸規程等の改正について(総務委員会報告)
- 第6号議案 組合財産の資産運用について(金融委員会報告)
- 第7号議案 事業所編入及び脱退について(編入審査委員会報告)
- 第8号議案 保健事業について(保健事業推進委員会報告)
- 第9号議案 理事長専決処分について
- 第10号議案 その他

平成30年4月から入院時の食費負担などがかわります!

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円になります。

〈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す。

〈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

たばこクイズ

Q 喫煙による社会的なコストはどのくらいでしょう?

① 約2兆1,900億円

② 約4兆3,300億円

答えは②の約4兆3,300億円です。医療経済研究機構の研究で、健康面、施設・環境面、労働力損失から推計した値です。これに、喫煙によって余分にかかる介護費や、喫煙時間分の労働損失を加えると、6兆3,600億円を超える金額になるとのことです。

ちなみに①の2兆1,900億円は、平成27年度のたばこ税(たばこ特別税含む)の額。喫煙による社会的なコストは、たばこの税収の2~3倍にもなることがわかります。「喫煙は個人の嗜好の問題」といいますが、喫煙によってかかるコストは、喫煙者だけではまかないきれないようです。



事業概況

平成30年
1月末現在

事業所数



1,424社

被保険者数



男 80,901人
女 39,886人
計 120,787人

被扶養者数



85,154人

ご家族あわせて



205,941人

平均標準報酬月額



375,664円