

Wellset

ウェルセット

令和4年度 秋季婦人生活習慣病予防健診のご案内
家庭常備薬配付及び補助斡旋のご案内

6

No.311
2022

Quiz

次の文で説明している食品は何でしょう？

1個で1日に必要なビタミンCの半分がとれます。抗酸化作用の強いリコピンが含まれ、がんや動脈硬化の予防効果が期待できます。酸味があり、旨みを増す野菜なので減塩したいときの食材としてもおすすめです。



ヒント：

生でも食べられるし
加熱して食べる
こともあります。

正解とこの食品を使ったレシピをこちらで紹介していますよ(作り方動画付きです)！

東京不動産健康保険組合

答えは当健保組合のホームページ

広報誌「Wellset」バックナンバー

Wellset

<https://www.tfkenpo.or.jp/member/wellset/>をご覧ください。



令和4年度

秋季婦人生活習慣病予防

健診のご案内

※この健診は、一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）へ業務委託をして行っています。

令和4年10月から令和5年2月にかけて、全国726カ所の公民館等の公共施設に移動検診車を配置して、秋季婦人生活習慣病予防健診を実施します。
この健診は、30歳以上の女性の被保険者・被扶養者を対象に、生活習慣病健診と乳がん・子宮頸がんの検査をセットにしたもので、育児や介護で長時間外出できない方には便利な健康診断です。

お申込みは、
パソコン・スマホから



受診対象者

30歳以上の女性の被保険者・被扶養者
※30歳未満の方でも令和5年3月末までに30歳になる方は受診できます。

受診料金

無料(全額健保負担)

実施期間

令和4年10月から令和5年2月

実施会場

当健保組合のホームページをご覧ください。

<https://www.tfkenpo.or.jp> ▶
保健事業NEWS ▶ 秋季婦人生活習慣病
予防健診のご案内



健診お申込み後の案内

健診のご案内は、9月より順次、会場を担当する医療機関から「健康診断のお知らせ」（健診日時・問診票・会場案内図・検査容器のセット）がご自宅宛に送付されます。

お申込み方法は…

WEBのみのお申込みとなります。

①パソコンからのお申込み

▶ 当健保組合ホームページ <https://www.tfkenpo.or.jp>

②スマホからのお申込み ▶ QRコードから ▶

保健事業NEWS ▶ 秋季婦人生活習慣病予防
健診のご案内
からお申込みください。



検査項目

- ①問診 ②身体計測
 - ③血圧測定 ④胸部X線
 - ⑤検尿 ⑥視力・聴力 ⑦胃部X線
 - ⑧便潜血反応 ⑨心電図 ⑩血液検査
 - ⑪乳房診(超音波またはマンモグラフィー)
 - ⑫子宮頸がん検査(自己採取法または医師採取法)
- ※乳房診、子宮頸がん検査については、検査方法をそれぞれ選んでください。
※詳細につきましては、「健康診断のお知らせ」でご通知いたします。
※会場での健診を受けずに、子宮頸がん検査だけを受診することはできません。

再検査・精密検査の方は…

再検査・精密検査が必要とされた方は、保険証と健診結果をご持参のうえ、かかりつけの医師または専門医にご相談ください。

お申込み期間

令和4年6月20日(月)～令和4年7月19日(火)

お申込み前にご確認を！

- 30歳以上の女性の被保険者・被扶養者であること。
※令和5年3月末までに30歳になる方は受診できます。
- 受診当日に当健保組合の資格がない場合(被保険者の退職等で資格を喪失した場合など)は受診できません。
- 令和4年度(令和4年4月1日～令和5年3月31日)に春季婦人生活習慣病予防健診・生活習慣病健診・人間ドックを受診された方は、受けられません。

注意

同一年度内に複数回受診した場合、2回目以降の健保補助金相当額を返還していただきますのでご注意ください。

【健診日・会場・キャンセル等】

東振協・婦人健診専用ダイヤル ☎ 03-5619-5910(平日9:00～17:00)

※各会場へのお問い合わせはご遠慮くださいますようお願いいたします。

当健保組合と東振協では、健診にお申込みいただいた皆様の個人情報を適切に取り扱うよう万全を尽くしてまいります。なお、「個人情報保護の取り組み」については、業務委託先である東振協のホームページにも記載しております。

東振協ホームページアドレス
<https://www.toshinkyō.or.jp>



第9回 フットサル大会

フットサル大会のお申込み受付中！ ※令和4年7月29日(金) 必着

詳しくは、当健保組合ホームページで確認してください。

<https://www.tfkenpo.or.jp> ▶ 保健事業NEWS ▶ フットサル大会参加申込案内

※新型コロナウイルス感染予防のため中止となる場合がございます。



家庭常備薬配付及び補助幹旋のご案内

ご家庭で日常的にある軽微な切傷や軽症のかぜ・発熱のときなど、薬を常備しておけば夜間などでも応急処置として対応ができ、医療費の節減にもつながりますのでこの機会にぜひご利用ください。 **お得情報** にも注目です！



安い薬が
たくさんある～！
補助金が
増えてる～♡
さっそく申込み
しなくっちゃ!!

昨年度から、補助金額がアップしました！

当健保組合から 1,800円！の
補助が出ますので、ぜひ、お申込みください！



健保補助額について

- ① ご案内の常備薬には「補助金対象品」(A群)と「補助金対象外品」(B群)の2種類がございます。
「補助金対象品」(A群)は、**1,800円まで当健保組合で補助**させていただきます。
- ② A群で1,800円を超えた分に関しては、自己負担となります。
- ③ B群は補助対象外です。
- ④ B群のみの購入はできません。
- ⑤ お一人様一回限りのお申込みとなります。なお、お申込み後の変更はできませんのでご注意ください。
- ⑥ お申込みをされない方には、薬の配付はありませんのでご注意ください。
 - ・ 申込対象者：令和4年6月1日現在当健保組合の被保険者の方。
 - ・ 補助金額：1,800円まで
 - ・ 申込方法：事業所を経由して6月上旬に配付される「家庭常備薬配付及び補助幹旋のご案内」または、当健保組合ホームページをご覧ください。



<https://www.tfkenpo.or.jp> ▶ 保健事業NEWS ▶ 家庭常備薬配付及び補助幹旋のご案内



WEB申込み(パソコン・スマホ)



郵送申込み



FAX申込み

- 申込締切日：令和4年8月31日(水) (厳守)
- 配付方法：お申込み時にご指定いただく「届け先住所」宛てに宅配便でお送りします。
※原則、個人宅に配送します。
- 送料：無料
- 配付時期：お申込み受付順に、約3週間程度で配達いたします。
- 支払方法：自己負担のある方は、薬品をお届けする際に同封する振込用紙にて、コンビニエンスストアまたは郵便局でお支払いください。

お得情報

WEBからの方が
さらにお得感が
あるわ～!



郵送並びにFAXでのお申込みの場合は補助対象100医薬品・補助対象外42品の中から選んでいただきますが、WEB(当健保組合ホームページ)から申込みると、補助対象・補助対象外とも、より多種類から値引き医薬品が選べます！
さらに、**抽選で「健康関連グッズ(粗品)」**が当たります。※WEB申込みの方のみ。
ぜひ、WEB(パソコン・スマホ)からお申込みください。

ポラスグループ

【事業所概要】

- 所在地 本社 埼玉県越谷市南越谷 1丁目21番地 2
- 従業員数 4423名 (2022.4.1 時点)
- 2018 年より 5 年連続「健康経営優良法人(ホワイト 500)」に認定されています。

住まい価値創造企業

POLUS
ポラスグループ



▶健康優良企業への取組みのきっかけについて

以前は、健診の未受診者がいたり、健診で再検査が必要という判定が出ているにもかかわらず、受診しない従業員もいました。このままではいけないということで、人事課の健康管理部門から会社の経営者層に働きかけ、2016 年から健康経営に向けた取組みを本格的にスタート。

生産性向上のほか、従業員の健康を守る会社であることを社内外に認知したいという思いがありました。



(左) 健康経営に向けた取組み推進の原動力として活躍している人事課谷津田係長 (右) 従業員の皆さんの健康管理に日々向き合っている人事課健康相談室の吉澤保健師

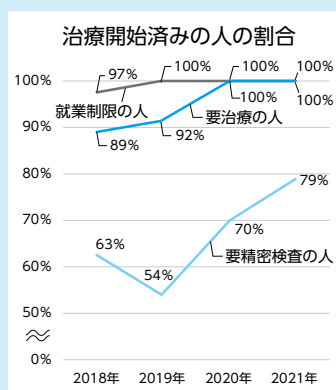
Q どんな取組みを実施されていますか？

人事部とグループ各社の衛生委員が連携し、グループ全体で健康経営に取り組んでいます。企画・運営は人事課で担い、実施する際は経営者層からのトップダウン式で進めるしくみをとっています。また各部門の行動計画行程表には、健康に関する事項も入れてもらい、行程表にしたがって全部門で取組みを進めています。

①要精検・要治療者などへの徹底した受診勧奨

病気の重症化を防ぐため、健診で「要精密検査」「要治療」などの判定があった人にはきちんと受診してもらうよう、段階的な働きかけを行っています。

まずは保健師から受診勧奨を行います。それでも未受診の人には各部門長からの声かけを実施。有所見の項目などの個人情報



情報は開示せず

③HOT 運動・健康通信の配信

体も心も温めて健康増進を図ること、また「誉める (HO)」「達人 (T)」を増やして職場のコミュニケーション向上を図ることを目的に「HOT 運動」を実施し、役立つ情報を年数回配信しています。

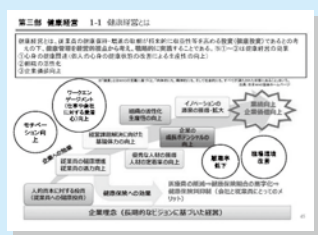
そのほか衛生委員会の産業医・保健師・衛生委員が健康づくりに役立つ情報をまとめ、「健康通信」を作成して配信しています。

②健康に関する勉強会やテストを実施

●管理職向け健康教育勉強会
健康経営に関する管理職向けの勉強会を年 1 回実施しています。メンタルヘルスや、関係する法律のほか、会社の健康課題などを入れた詳細な資料を作成し、実施しています。

●全従業員向け健康知識理解度テスト

健康経営、疾病予防、がんやメンタルヘルスの相談窓口等を知ってもらうための資料をあらかじめ全従業員に配付し、確認テストを実施しています。



▲勉強会資料の一部

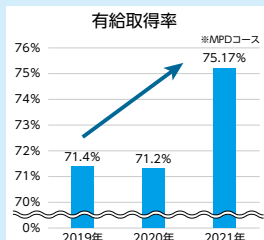
④新型コロナウイルスワクチン 職域接種の実施

ポラスグループでは、2021年 7、8 月で 1・2 回目の職域接種を約 6400 名に、2022 年 3、4 月で約 3400 名に接種しました。従業員とその家族だけでなく、協力会社、関係会社、地域の方々とそのご家族にまで接種対象者を広げ、安全な職場環境を提供するとともに、コロナ禍の早期収束に貢献するため実施しました。



Q 健康優良企業への取組みをされて変わったことや良かったことを教えてください

①グループ全体で、経営層も従業員も意識の変化が見られます。事業責任者自ら受診勧奨を行ってくれる部門が増え、速やかに再検査や受診をしてもらえるようになりました。これは**重大な病気の予防**につながっていると思います。②メンタルヘルスにおいては、管理職向けの勉強会により、早めの段階で部下の不調に気がつき、「休職しそう」な段階で保健師などに相談がくるようになりました。③勉強会、HOT 運動のほかストレスチェック等の分析結果による職場改善などにも力を入れており、**有給休暇の取得率**も年々上がっています。



マイナポータルで医療費通知情報が 閲覧できるようになりました！



マイナンバーカードを健康保険証として利用するため登録をした方については、マイナポータルで令和3年9月受診分以降の保険診療分の医療費通知情報が閲覧できるようになりました。

マイナンバーカードを健康保険証として利用する方法については、当組合ホームページ上の広報誌「Wellset」バックナンバー（2020年9月号の7ページ・2020年12月号の6ページ～7ページ）に掲載されておりますのでご参照ください。



Q マイナポータルとは？

A 政府が運営するオンラインサービスであり、医療費通知情報のサービスを受けるためにはマイナンバーカードが必要となります。

Q 保険診療分の医療費通知情報ではどのような内容の情報が閲覧できるの？

A 受診者本人の診療年月、診療区分、診療実日数、医療費総額、保険者負担額、公費負担額、窓口負担相当額、医療機関等名称が閲覧できますが、高額療養費等給付額については、閲覧はできませんので、当健保組合発行の「医療費通知」、または「給付金支給額のお知らせ」でご確認ください。

※整骨院、鍼、灸、あんま、マッサージ等の施術費用（療養費分）は閲覧できません。

Q 何年分の医療費通知情報が閲覧できるの？

A 過去3年分の閲覧が可能となります。ただし、令和3年8月以前の診療分については、閲覧対象外となります。

Q 保険医療機関、薬局を受診してからどれぐらいのタイミングで閲覧できるの？

A 保険医療機関、薬局を受診後、約2カ月後には閲覧が可能となっております。

Q 医療費通知情報を活用して医療費控除の申告をする場合、具体的な手続きはどうなるの？

A 申告の際に、マイナポータル連携を利用することにより、医療費通知情報のデータを取得することができますので、当該データを申告書とともにe-Taxで送信してください。この場合、当該医療費通知情報に含まれる医療費については、領収書を保存する必要はありません。詳細については、国税庁ホームページ、住所地の管轄税務署に直接ご確認ください。



制度変更 ①

任意継続被保険者の保険料の上限が変更されます

任意継続被保険者制度とは…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。

- 条件① 被保険者期間が継続して2カ月以上あること
- 条件② 申出書を退職日の翌日から20日以内に健保組合へ提出すること
(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)

当健保組合の任意継続被保険者の標準報酬月額（上限）について

健康保険法の一部改正により、令和4年1月1日から任意継続被保険者の標準報酬月額の上限に関する規定が変更できることとなり、令和4年3月に開催された組合会で、**令和4年10月1日以降に加入される任意継続被保険者の方の標準報酬月額**は、健康保険法第47条第2項に基づき、**被保険者資格を喪失したときの標準報酬月額とすることが決定されました。**

なお、令和4年9月30日までに任意継続被保険者に加入される方は、加入時の標準報酬月額に上限（38万円）があります。

令和4年10月1日以降に新たに任意継続被保険者となった場合の保険料

- 40～64歳 ▶ 退職時の標準報酬月額に応じて計算 **上限 150,120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 125,100円（月額）**

任意継続被保険者制度の加入条件や手続きについては当健保組合ホームページでご確認ください。

<https://www.tfkenpo.or.jp> ▶ 健保のしくみ ▶ 任意継続被保険者制度（退職後の健康保険）について



制度変更 ②

短時間労働者の適用が拡大されます

健康保険法の一部改正により、令和4年10月1日から短時間労働者の適用要件が以下のように見直されます。

現行	週労働時間 20時間以上	雇用期間 1年以上	月額賃金 8.8万円以上	学生でない	特定適用事業所 (501人以上) 任意特定適用事業所
今回 令和4年10月 変更	週労働時間 20時間以上	※1 雇用期間 <u>2カ月超</u>	月額賃金 8.8万円以上	学生でない	※2 特定適用事業所 <u>(101人以上)</u> 任意特定適用事業所
令和6年10月 変更予定	週労働時間 20時間以上	雇用期間 2カ月超	月額賃金 8.8万円以上	学生でない	特定適用事業所 <u>(51人以上)</u> 任意特定適用事業所

【見直しされた要件】

- ※1 短時間労働者の適用要件 → 雇用期間が2カ月を超えて見込まれること
 - ※2 特定適用事業所の要件 → 被保険者（短時間労働者除く）の総数が常時101人以上の事業所
 - ※1※2以外の要件に変更はありません。
 - ※2は令和6年10月から常時51人以上の事業所に拡大されます。
- なお、日本年金機構では、特定適用事業所に該当する事業者や該当する可能性のある事業所に対して、令和4年8月以降にお知らせ文書を送付することになっています。

からの制度変更



制度変更③

育児休業中の保険料免除が変わります



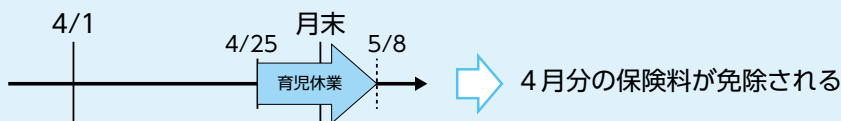
1 現在のしくみ

給与・賞与に係る保険料は、育児休業を開始した日の属する月から、その育児休業が終了する日の翌日が属する月の前月まで免除されます。

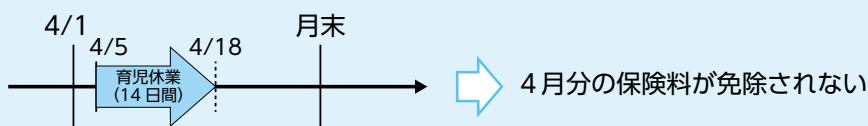
⇒月末時点で育児休業を取得していれば、その月の保険料が免除されます。

現在のしくみの具体的なケース

ケース①：育児休業の期間が月末をまたいでいるケース



ケース②：同一月内において育児休業の開始日と終了日があり、月末をまたいでいないケース



2 令和4年10月以降のしくみ

(1) 給与に係る保険料の免除は、**1現在のしくみ**に加え、育児休業を開始した日の属する月とその育児休業が終了する日の翌日が属する月とが同一であり、かつ、その月における育児休業の日数が14日以上である場合も、その月の保険料が免除されます。

⇒月内に2週間以上の育児休業を取得した場合に当該月の保険料が免除されます。

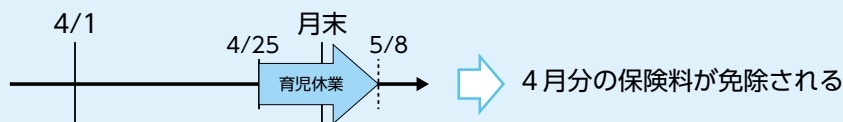
(2) 賞与に係る保険料の免除は、「育児休業期間が1カ月を超える場合」に変更されます。

⇒賞与に係る保険料については1カ月を超える育児休業を取得している場合に限り、免除対象となります。

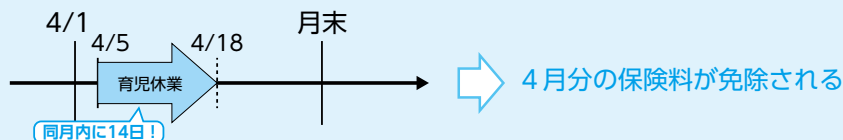
変更後の具体的なケース

▶給与に係る保険料免除の取扱い

ケース①：育児休業の期間が月末をまたいでいるケース

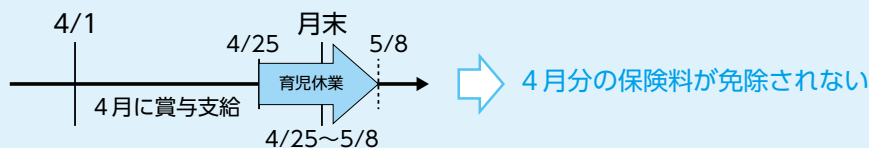


ケース②：同一月内において育児休業の開始日と終了日があり、月末をまたいでいないケース

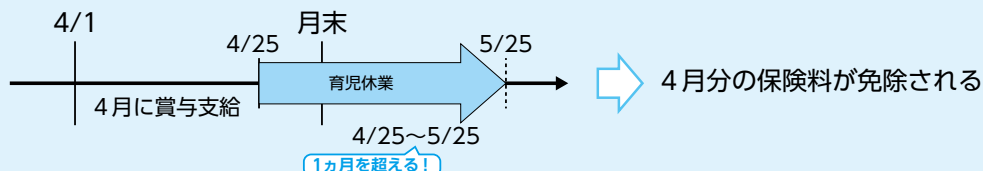


▶賞与に係る保険料免除の取扱い

ケース③：育児休業の期間が1カ月末満のケース



ケース④：育児休業の期間が1カ月を超えるケース

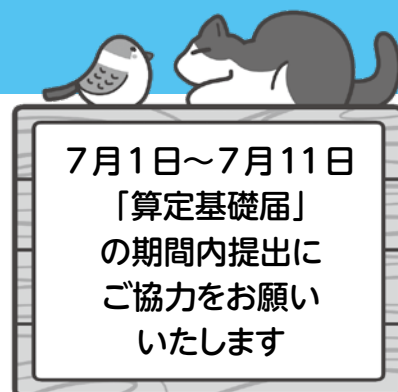


◆事業主様ならびに事務担当者様へ

1 「算定基礎届」について

提出期間は7月1日から7月11日までです。算定関係書類は昨年同様PDFファイル化し、「電子文書配信システム」にて配信させていただきます。配信時期は6月中旬を予定しております。

事業主様ならびに事務担当者様には、ご多忙のところ大変お手数をおかけいたしますが、期間内に必ずご提出いただきますようご協力をお願いいたします。



2 「賞与支払届」について

賞与の支払いがあった場合は「被保険者賞与支払届」をご提出ください。また、賞与の支払いがない場合は、「賞与不支給報告書」をご提出ください。



6月～7月
支給分の
「賞与支払届」
の提出は
お早めに！

3 電子申請・電子媒体による届出にご協力ください

「算定基礎届」、「賞与支払届」など、大量または定期的に必要となる届出は、電子申請または電子媒体でご提出いただくことにより、事務処理を正確かつ迅速に行うことが可能になります。

事業所様にとりましては、パソコンにより届出データを保存・管理ができ、届書の作成が容易かつ正確に行えるというメリットがあります。電子申請による届出につきましては、当健保組合ホームページ (<https://www.tfkenpo.or.jp/>) 「電子申請のご案内」にてご確認ください。

電子媒体による届出の情報・プログラムの取得につきましては、日本年金機構のホームページ (<https://www.nenkin.go.jp/>) または電子申請・磁気媒体申請照会窓口 (TEL 0570-007-123) でご確認ください。

上記に関するお問い合わせ先

上記 ①② の届出用紙（紙）による届出の場合
上記 ①② の電子申請・電子媒体による届出の場合
上記 ③ の電子申請配信システムの導入について

03-3343-2803（資格管理課）
03-3343-2825（情報連携課）
03-3343-2818（企画課）

事業概況

令和4年
4月末現在

事業所数



1,435社

被保険者数



男 84,286人
女 47,527人
計 131,813人

被扶養者数



82,242人

ご家族あわせて



214,055人

平均標準報酬月額



382,881円