

健保からのお知らせ

日本ケミコン健康保険組合ホームページ
<http://www.chemi-con-kenpo.com/>

当健康保険組合のホームページには、健康保険制度の仕組、保健事業や健康情報が満載。申請書もダウンロードできますので、有効にご活用下さい。

歩こうキャンペーン 開催中

ウォーキングによって、肥満・高血圧・糖尿病などの生活習慣病や、がん・うつ病・認知症のリスクが低下すると言われています。定期健康診査前の「歩こうキャンペーン」に、みなさまの積極的なご参加をお待ちしております。

開催時期 平成30年3月1日～4月30日
 対象者 当健康保険組合の被保険者
 実施方法 2ヶ月の歩数を記録し、記録表を提出
 提出期限 平成30年5月11日(金)まで
 青梅健保 木村宛



主な運動の目安

運動の種類	歩数
腕立て伏せ(10回)	100
背筋(10回)	100
腹筋(10回)	100
ストレッチ体操(10分)	500
日常生活の運動(10分)	500
なわとび(10分)	800
各種スポーツ運動(10分)	1,000
タンベル体操(10分)	1,500
ヨガ(20分)	2,000

特典!

- ①参加者全員に参加賞
 - ②歩数に応じたMY HEALTH WEB ポイント
 - ③参加者の平均歩数が一番多い事業所(3人以上の参加が条件)には、その事業所の参加者全員に500ポイント
- 貯めたMY HEALTH WEBポイントは日用品やギフト券などに交換可能!

※日常生活の運動とは、洗濯(干す、取り込む)・アイロンがけ・掃除(電気掃除機)・家庭菜園、草むしりなどをいいます。

※記録表は事業所の管理Gで配布の他、健保ホームページの「NEWS & TOPICS」からもダウンロードできます
 ※雨天などウォーキングができない場合は、「主な運動の目安」を参考にして歩数に換算することが可能です

MY HEALTH WEBを利用した医療費控除申告手続きについて

平成29年分の確定申告から医療費控除申告の際に健康保険組合から交付を受けた医療費通知を確定申告書に添付する明細書として活用することができます。

これに伴い、平成30年2月1日より、MY HEALTH WEBで医療費控除申告手続きに必要な医療費通知のデータダウンロードや紙通知書発行・送付申込を行うことが可能となりました。詳細は健保ホームページをご覧ください。

健保HP > MY HEALTH WEB > 「MYデータ」 > 「医療費情報」 > 「医療費控除申告手続用」 より申請できます。

※医療費控除の還付申告は1年ごとの集計で5年前の分まで遡って申請できます

※医療費控除のように税金が戻ってくるタイプの確定申告(還付申告)はいつでも提出ができます

MY HEALTH WEB を活用しましょう!

MY HEALTH WEBでは、健診結果情報・医療費明細・給付金支給明細・ジェネリック医薬品差額情報・正しく食べて「やせる」レシピ等、様々なお得な情報を閲覧できます。ぜひご活用ください!

また、MY HEALTH WEBにログインするとポイントがたまります!!

MYポイントを貯めると様々なアイテム(商品)と交換できます。

例) Amazonギフト券、QUOカード、ギフトカタログ、常備薬セット、マッサージャー など

《こんなときにポイントがつきます》

- ・MY HEALTH WEBにログイン時のサイコロの出た目(1回/1日)
- ・日々の体重、血圧、歩数を記録すると1ポイント(1回/1日)
- ・「医療費のお知らせ」を閲覧すると10ポイント(1回/1ヶ月)
- ・「健診結果」を閲覧すると30ポイント(1回/6ヶ月)
- ・健保主催のキャンペーンに参加



↑MY HEALTH WEBのQRコードはこちら!

POINT



平成30年度 事業計画と予算

平成30年2月15日開催の第125回組合会で承認されました。

事業計画

◆特定健康診査事業と特定保健指導事業

- ・被保険者及び被扶養者を対象に特定健康診査を実施
- ・「行動変容セミナー」を実施
- ・特定保健指導該当者に保健指導を実施
- ・家族健診受診者への保健指導

◆保健指導宣伝事業

- ・データ分析事業の実施及び情報提供
- ・個人向けポータルサイト「MY HEALTH WEB」の充実
- ・組合機関誌「健保からのお知らせ」発行(年2回)
- ・出産家庭に育児専門書「月刊赤ちゃん和妈妈」誌を1年間配布(毎月)
- ・健康者表彰

◆疾病予防事業

- ・定期健診、特殊健診、家族健診の実施
- ・専門職による生活習慣病予防指導、健康相談、事業所訪問の実施
- ・ファミリー健康相談窓口、メンタルヘルスカウンセリング相談窓口の設置
- ・禁煙対策補助金(事業所)と禁煙治療外来補助金(被保険者)の実施
- ・海外勤務被保険者疾病予防対策として家庭常備薬を配布
- ・感染症予防対策として「予防薬セット」の配布
- ・[糖尿病重症化予防対策](#)

◆体育奨励事業

- ・健保組合主催による健康づくり事業の開催
- ・グループで実施した体育奨励事業に助成
- ・健康強調月間に事業所単位でウォーキングを中心とした事業の実施

第2期データヘルス計画が始まります！

「データヘルス計画」とは、日本再興戦略の中で、すべての健康保険組合が、レセプト等のデータの分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画「データヘルス計画」を作成・公表・事業実施、評価等の取組を推進するものです。

第2期は平成30～35年度の6年間となります。
この第2期データヘルス計画で、日本ケミコン健康保険組合が特に力を入れていく事業は「[糖尿病重症化予防](#)」です。



Plan(計画) データ分析に基づく事業の立案
Do(実施) 事業の実施
Check(評価) データ分析に基づく効果測定・評価
Act(改善) 次サイクルに向けて修正

糖尿病は、日本に1000万人を超える患者がいると言われており、ケミコングループでも21人に1人が健康診査で糖尿病の判定が出ています。糖尿病は、眼や腎臓などに合併症が発生すると、失明や人工透析になり日常生活が制限されます。

そこで当健康保険組合では、健康診査の結果で糖代謝の結果が基準値を超えた方を3段階に分類して保健指導を行い、みなさんが元気に日常生活を送れるようサポートしていきます。

情報提供	HbA1c 5.6～5.9	糖尿病に関するパンフレットを配布
	空腹時血糖 100～109	
糖尿病予備軍	HbA1c 6.0～6.4	面談による保健指導を実施
	空腹時血糖 110～125	
糖尿病	HbA1c 6.5以上	面談による保健指導を実施 さらに医療機関への受診が必要
	空腹時血糖 126以上	

一般勘定

◆予算の概要◆

保険料率を3%引き下げ

健康保険料率は、95/1000から92/1000へ引き下げます。

国への納付金は、4年連続の減算対象もあり4,000万円の減

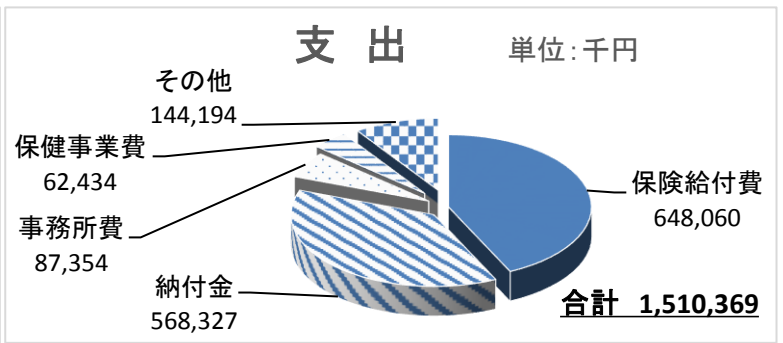
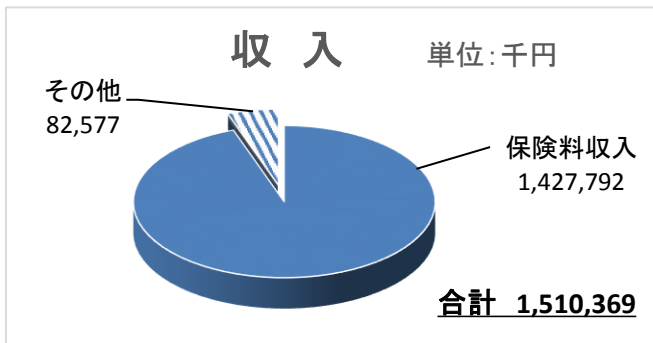
当組合は平成25年度から4年連続で、後期高齢者支援金が減算対象となりました。これは、40歳以上の特定健診・特定保健指導の実施率が減算基準を満たしているため、平成29年度減算対象となった組合数は1,398組合中63組合しかありません。

保険給付費は4,500万円の増

みなさんが医療機関にかかった時の医療費や傷病手当金、付加給付などの保険給付費は、平成29年度の被保険者の医療費が増加したため、前年度比7.4%増の6億4,800万円を計上しました。

保健事業費は、新規事業「糖尿病重症化予防」等で400万円の増

データヘルス計画が本格稼働する平成30年度は、糖尿病重症化予防を実施します。糖尿病が重症化し人工透析になった場合、医療費が年間500万円もかかることもあります。病気の早期発見・早期治療が医療費削減につながるような事業を実施していきます。



介護勘定

◆予算の概要◆

介護納付金の総報酬割の段階的導入(継続)

国へ治める納付金は、平成29年8月から総報酬割(組合加入者の所得が高い組合ほど負担が重くなるしくみ)が一部導入されており、平成30年度の納付金は1,000万円の増となりました。

保険料率を0.5%引き下げ

納付金は増えましたが、積み立ててきた準備金を1,500万円取り崩し、皆様の負担が少しでも軽減されるよう保険料率を0.5%引き下げました。

収入 (千円)

科目	予算額
介護保険収入	149,734
準備金繰入	15,000
雑収入	2
国庫補助金受入	1
合計	164,737

支出 (千円)

科目	予算額
介護納付金	159,365
介護保険料還付金	30
積立金	1
雑支出	5
予備費	5,336
合計	164,737



◆予算の基礎数値

* ()は介護保険の基礎数値

◆平成30年度の保険料率

(単位は%)

被保険者数	2,700名	(2,153名)
平均標準報酬月額	383,000円	(416,000円)
賞与対象被保険者	2,570名	(1,570名)
平均標準賞与額	1,220千円	(1,425千円)
育児休業見込数	8名	(1名)

	保険料率	事業主負担	被保険者負担
健康保険料	92.0	51.5	40.5
調整保険料	1.3	0.73	0.57
介護保険料	14.0	7.8	6.2

定期健康診査を実施します

生活習慣病とは、食事・運動・ストレス・喫煙・飲酒などの生活習慣がその発症や進行に深く関与する病気の総称で、生活習慣病には、糖尿病、高血圧症、脂質異常症、肥満、心臓病、脳卒中などがあります。健康で活力ある毎日が送れるよう定期健康診査をきっかけに自分の健康状態を知りましょう。

実施日	会場コード	健診会場
5/7	I	ケミコン山形(株)米沢工場
5/8~5/10	J	ケミコン山形(株)長井工場
5/11	G	ケミコン福島(株)喜多方工場
5/14~5/15	C	ケミコン岩手(株)
5/21~5/22		※家族健診日5/22
5/23~5/25	F	ケミコン福島(株)福島工場
5/29~5/31	B	ケミコン宮城(株)
6/7	H	日本ケミコン(株)新潟工場
6/8	K	ケミコン長岡(株)
6/11	E	ケミコン精機(株)
6/14~6/15	A	日本ケミコン(株)本社
6/19~6/20	D	日本ケミコン(株)高萩工場

実施地区	会場コード	健診会場
仙台地区	L	せんだい総合健診クリニック
宇都宮地区	M	栃木県保健衛生事業団
長野地区	N	相澤健康センター
静岡地区	O	静岡市医師会健診センター
名古屋地区	P	オリエンタル労働衛生協会
大阪地区	Q	みどり健康管理センター
	R	オリエンタル労働衛生協会 大阪支部
福岡地区	S	西日本産業衛生会 福岡健診診療所
北陸地区	T	石川県予防医学協会

電話相談は無料です



電話によるファミリー健康相談

当健康保険組合では、みなさんの健康に関する不安や心配に電話でお応えする「ファミリー健康相談」を開設しております。ぜひご利用ください。

当組合専用ダイヤル **0120-911-268**
 利用できる方 **被保険者本人とご家族**
 相談対応時間 **24時間・365日対応**

被扶養者資格確認調査 実施のお知らせ

健康保険組合では、被扶養者認定時に健康保険法に基づいた厳正なる被扶養者資格審査を行っておりますが厚生労働省の指導により被扶養者の資格調査を毎年実施することとなっております。平成30年度につきましては、下記要領にて実施しますので、皆様のご理解、ご協力をお願い致します。

配布時期 平成30年8月下旬
調査対象者 18歳以上の被扶養者
調査内容

- ・収入状況
- ・現住所確認
- ・同居、別居の確認
- ・別居家族(配偶者、学生の子を除く)への送金確認

提出期限 平成30年9月末日(厳守)

※被扶養者調査に関する添付書類については、健保ホームページに掲載予定ですので、あらかじめ内容のご確認をお願い致します。

調査の際には、健康保険被扶養者調査票をはじめ添付書類等を提出して頂くこととなりますので事前にご準備下さい。



調査の結果、被扶養者の認定基準から外れていると判定した場合は健康保険組合が定めた日、あるいは事実発生日(就職等)をもって削除となります。

調査票を提出期限までに提出しない場合も提出期限をもって削除となります。

健康保険組合に提出される書類をご記入の際は、**文字が消えるフリクションペンや鉛筆での記載は無効になります**ので、十分ご注意ください。

平成29年度被扶養者調査票審査後の結果報告

就職	収入増	雇用保険受給開始	離婚	その他	合計
6	7	1	2	1	17

被扶養者調査にご協力頂きありがとうございます。平成29年度調査票審査後に削除になった方の内訳は左記のとおりです。

就職・結婚・離婚・収入が扶養の範囲(月額108,334円)を超えた・雇用保険の受給開始・死亡などの場合は保険証を添えて速やかに「健康保険被扶養者異動届」を管理グループへご提出ください。

就職等により、被扶養者でなくなったときは速やかに届出を！

ご家族が就職先から新しい健康保険証を頂いたにも関わらず、被扶養者の削除手続きを失念してしまったという方が例年多く見受けられます。被扶養者の異動が生じた場合は、速やかに事業所管理担当者を通じ「健康保険被扶養者異動届(削除)」と保険証をご提出下さい。

削除日は就職先から頂いた新しい健康保険証の資格取得日となります。

なお、就職された方は当組合の保険証は使用できなくなり、誤って使用された場合は後日、医療費を返還して頂く場合がありますのでご注意ください。



公告

番号	公告日	件名
第576号	H29.8.1	平成28年度収入支出決算書・事業報告書・財産目録及び決算残金処分の公告
第577号	H29.8.21	組合規程の一部変更について
第578号	H29.11.10	組合会議員の補欠選挙に関する公告
第579号	H29.11.20	立候補者及び無投票選挙の公告

番号	公告日	件名
第580号	H29.12.7	組合会互選議員当選決定の公告
第581号	H29.12.7	互選理事補欠選挙の公告
第582号	H29.12.20	互選理事補欠選挙当選者決定の公告
第583号	H30.3.1	任意継続被保険者の標準報酬月額

組合会議員変更のお知らせ

(敬称略)

互選	退任した議員		就任した議員	
	役職名	氏名	役職名	氏名
	理事	馬場 勸	理事	阿部 隆司

組合会議員の辞任に伴い選挙が行われ、下記の通り決定致しました。
退任された議員の方、お疲れ様でした。