

# 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。



## ウォーキング大会(歩Fes.)を開催します

**開催時期** 令和2年4月1日～5月31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MY HEALTH WEBに記録

今回の特典はコチラ！

- 《参加賞》 個人戦にエントリーした方に 300 ポイント
- 《目標達成賞》 期間中に総歩数50万歩達成した方に 1,000 ポイント
- 《個人賞》 期間中の総歩数が上位10名の方に 500 ポイント
- 《チーム賞》 申請したチームの平均歩数が上位5チームの参加者に 500 ポイント

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「ウォーキング大会(歩Fes.)」に、みなさまの積極的なご参加をお待ちしております。

くわしくは掲示ポスターやチラシをご覧ください

もらえるポイントを  
 QUOカードpayや  
 Amazonギフト券と  
 交換しようかな～



## 前回のウォーキング大会(歩Fes.) 結果報告

令和元年10月1日～11月30日に実施した「ウォーキング大会(歩Fes.)」にご参加いただきありがとうございました。

個人賞	チーム賞 (平均歩数)	参加者
<b>1位</b> H・H 2,028,702歩 <b>2位</b> ウイングゼロ 1,847,251歩 <b>3位</b> NS 1,284,176歩	<b>1位</b> ギリギリ 787,684歩 <b>2位</b> 美コンセと仲間達 730,334歩 <b>3位</b> ヘルシー志向 637,784歩	<b>279名</b> 歩数・成績に応じたMY HEALTH WEBポイントを12月24日に付与しました。

## 令和2年度 事業計画と予算

令和2年2月13日開催の第130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特定保健指導を実施

#### ◆保健指導宣伝事業

- ・個人向けポータルサイト「MY HEALTH WEB」の活用(歩Fes.やインフルエンザ予防接種に係るインセンティブ付与など)
- ・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
- ・健康年齢測定(家族も実施)

#### ◆疾病予防事業

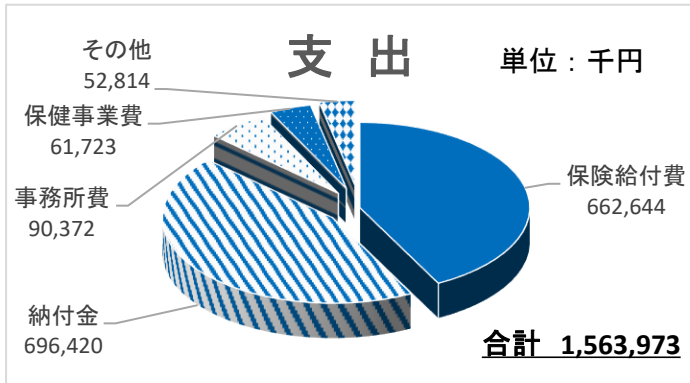
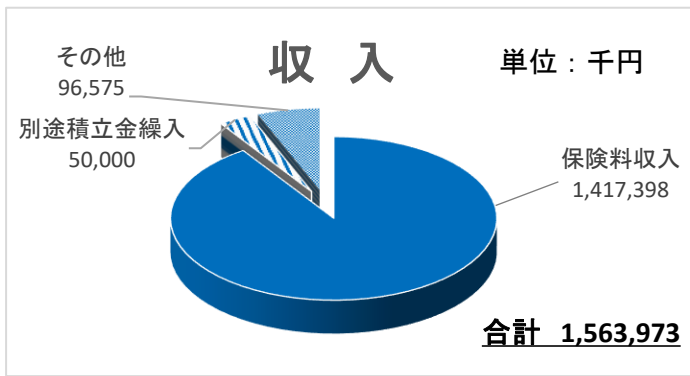
- ・定期健診、特殊健診、家族健診の実施
- ・専門職による生活習慣病予防指導、健康相談、事業所訪問の実施
- ・ファミリー健康相談窓口、メンタルヘルスカウンセリング相談窓口の設置
- ・禁煙対策補助金(事業所)と禁煙外来治療補助金(被保険者)の実施
- ・海外勤務被保険者に家庭常備薬を配布
- ・感染症予防薬セットの配布
- ・糖尿病重症化予防対策

#### ◆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

## 一般勘定

### ◆予算の概要◆



### ① 給与・賞与の減少による保険料収入減と納付金・保険給付費増で別途積立金を5,000万円取り崩し

残業規制などで給与等が減少することは保険料収入が減少することにつながります。また令和元年度からの医療費(特に被保険者)の増加と、納付金の増加で保険料収入だけでは支出が賅えないため、別途積立金を取り崩し支払いに充てます。

### ② 国への納付金は7,100万円の増

特定健診・特定保健指導実施率は国の基準をクリアしているため、後期高齢者納付金が6年連続の減算対象もあり2,200万円減となったものの、加入率の影響\*で、前期高齢者納付金が前年度比9,300万円の増となりました。

### ③ 保険給付費は2,200万円の増

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、令和元年度の医療費が前年度比約6,000万円増(うち被保険者で4,000万円)の見込みとなったため、令和2年度も継続することを想定し、6億6,264万円を計上しました。

#### \*前期高齢者納付金のしくみ

○保険者間で高齢者が偏在する(65～74歳の約8割が国保)ことによる負担の不均衡を是正するため、各保険者が加入者数に応じて費用負担の調整を行う。  
○前期高齢者の加入率が全国平均より低い場合にはその差額を支払い、高い場合にはその差分の交付を受ける。

## 介護勘定

### ◆予算の概要◆

科目	予算額
介護保険収入	181,581
国庫補助金受入	1
雑収入	2
<b>合計</b>	<b>181,584</b>

科目	予算額
介護納付金	175,193
介護保険料還付金	30
積立金	1,000
雑支出	4
予備費	5,357
<b>合計</b>	<b>181,584</b>

### ① 介護納付金の全面総報酬割

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)が段階的に導入されており、令和2年度の納付金は前年度比300万円増となりました。

### ② 保険料率を17.5%に引き上げ

介護納付金増と厚生労働省の納付金の計算誤りによる差額徴収500万円により、令和元年度に介護準備金を大きく取り崩したため、保険料率を3.0%引き上げて、支払いと積立に充てます。

### ◆予算の基礎数値

\* ( )は介護保険の基礎数値

被保険者数	2,840 名	( 2,150 名)
平均標準報酬月額	360,000 円	(397,000 円)
賞与対象被保険者	2,660 名	( 1,530 名)
平均標準賞与額	1,200千円	( 1,475千円)
育児休業見込数	15 名	( 1 名)

### ◆令和2年度の保険料率

(単位は%)

	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	17.5	9.8	7.7

## 公 告

番号	公告日	件 名
第603号	R1.9.5	インフルエンザ予防接種によるインセンティブ付与に関する公告
第604号	R1.11.14	組合会議員の補欠選挙に関する公告
第605号	R1.11.26	立候補者及び無投票選挙の公告
第606号	R1.12.6	組合会互選議員当選決定の公告
第607号	〃	互選理事補欠選挙の公告
第608号	R1.12.23	互選理事補欠選挙当選者決定の公告
第609号	R2.3.1	任意継続被保険者の標準報酬月額

## 組 合 会 議 員 変 更 (敬称略)

	退任した議員		就任した議員	
	役職名	氏名	役職名	氏名
互選	理事	宮川 和久	理事	加藤 博行

令和元年12月に実施した組合会議員の退任に伴う選挙が行われ、上記のとおり決定致しました。退任された議員の方、お疲れ様でした。

# 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
4/22～4/24	J	ケミコン山形(株)長井工場
4/27～4/28	I	ケミコン山形(株)米沢工場
5/15・6/11	G	ケミコン福島(株)喜多方工場
5/25～5/26 6/1～6/2	C	ケミコン岩手(株)
5/25～5/26	D	日本ケミコン(株)高萩工場
5/27～5/29	F	ケミコン福島(株)福島工場
5/27～5/29	B	ケミコン宮城(株)
6/4	K	ケミコン長岡(株)
6/5	H	日本ケミコン(株)新潟工場
6/10	E	ケミコン精機(株)
6/16～6/17	A	日本ケミコン(株)本社

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	宇都宮記念病院総合健診センター
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	リエル労働衛生協会 名古屋支部
大阪地区	Q	みどり健康管理センター
	R	リエル労働衛生協会 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



登録はお済みですか？ (4ページへ)  
健診結果の確認やポイント交換が可能

## ◆健康年齢測定2019の結果

健康保険組合設立50周年記念事業として実施した「健康年齢測定」は、健康診断の結果に基づいて算出された生活習慣病リスクを表す指標医療費と「ひも付き」になっています。健康年齢が1歳増減すると、年齢で多少の差はあるものの、医療費は一人当たり年間約3,000円増減すると予測されています。

当健保の被保険者は約2,800名ですので、全体では約840万円増減することになり、この金額は被保険者の2018年度医療費の3.3%に相当します。みなさん一人ひとりが健康年齢を改善することは、医療費の削減にもつながります。

**今年も健康年齢測定を実施します！**

**健診結果が反映されますので、歩Fes.に参加して減量チャレンジ！**

※40歳以上の方の事業所別集計					
順位	事業所名	対象者数	実年齢	健康年齢	年齢差
1	ケミコン精機	33人	51.8歳	48.7歳	-3.19歳
2	ケミコン山形 米沢	83人	51.1歳	48.7歳	-2.39歳
3	ケミコン岩手	211人	51.1歳	48.8歳	-2.27歳
4	ケミコン宮城	245人	51.3歳	49.1歳	-2.23歳
5	本社	276人	52.2歳	50.3歳	-1.89歳
6	新潟工場	69人	46.1歳	44.2歳	-1.85歳
7	ケミコン山形 長井	168人	51.3歳	49.9歳	-1.38歳
8	高萩工場	159人	48.6歳	47.4歳	-1.28歳
9	KDK販売	7人	49.4歳	48.3歳	-1.10歳
10	健保・基金	11人	53.5歳	52.5歳	-1.02歳
11	福島事業所	91人	49.6歳	48.8歳	-0.75歳
12	ケミコン福島 福島	130人	51.8歳	51.1歳	-0.74歳
13	ケミコン福島 喜多方	76人	49.6歳	49.2歳	-0.32歳
14	ケミコン長岡	64人	52.4歳	52.2歳	-0.26歳
	組合全体	1623人	50.9歳	49.2歳	-1.63歳

## 整骨院・接骨院は「病院」ではありません

整骨院・接骨院で治療にあたる人は「柔道整復師」といい、「医師」とは言いません。そのため柔道整復師が患者に行うのは「診療」ではなく「施術」といいます。柔道整復師による施術は医師ではないことから、健康保険の使用に制限があります。「保険適用取扱」と看板を掲げていても、すべての施術が健康保険の対象になるわけではありません。健康保険が使えるのは下記の一部のケースに限られており、あてはまらない場合は、全額自己負担になります。施術を受ける前にきちんと確認して正しく施術を受けることが大切です。

### 健康保険が使える場合

- ★急性等の外傷性のねんざ・打撲・出血していない肉離れ等
- ★骨折・不全骨折・脱臼  
(応急手当を除き医師の同意が必要)

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、施術内容や施術経過、負傷原因等の照会をさせていただく場合があります。健保組合から問い合わせがあった場合は、ご回答にご協力ください。

### 健康保険が使えない場合

- ☆症状の改善がみられない長期の施術
- ☆医師の同意のない骨折・不全骨折・脱臼
- ☆仕事や通勤途上に起きた負傷(労災保険からの給付)等
- ☆スポーツなどによる肉体疲労改善のための マッサージ等
- ☆保険医療機関(病院、診療所など)で同じ負傷等の治療中での施術(保健医療機関からの投薬やシップの処方がある場合も含む)
- ☆日常生活からくる疲労・肩こり・腰痛・原因不明の痛みや違和感等
- ☆病気(神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・腰椎椎間板ヘルニア等)による凝りや痛み
- ☆脳疾患後遺症・過去の交通事故等による後遺症・以前負傷した箇所の痛みなどの慢性病

自己負担の支払いとなります

## ◆◆◆ 施術を受けるときの注意事項 ◆◆◆

1. 負傷原因を正確に伝えてください。
2. 病院での治療(投薬)・他の接骨院等との重複はできません。
3. 施術が長期にわたる場合は、内科的要因も考えられます。医師の診断を受けてください。
4. 療養費支給申請書は必ず自分で自署(サイン)してください。
5. 領収証は必ずもらいましょう。



# 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、被扶養者認定時に適正な資格審査を行うとともに、毎年「被扶養者資格確認調査」を行っております。令和2年度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 令和2年8月予定

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(国内在住の学生を除く)への送金確認  
提出期限 令和2年9月末日(厳守)



調査票を提出期限までに提出しない場合  
扶養削除となります。ご注意ください。

※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。

## 今年の調査から別居者への送金確認が変わります

平成30年8月29日付の厚生労働省の通知により、別居者への継続した仕送りによる生計維持の確認について明文化されました。これに基づき、今年の調査から以下の内容に変更となりますのでご注意ください。

### 調査対象者

国内在住の学生又は16歳未満の子を除く別居者  
※配偶者も調査対象者となります  
※現在18歳未満は調査対象外です

### 確認期間

前年8月以降の12ヶ月分  
※認定日が8月以降の場合、認定月から直近分

### 添付書類

①～④のいずれかをご提出下さい。

ご自身で送金している人	①銀行振込明細書(写) ②通帳(写)	※①②は振込元・振込先の名前が確認できるもので、令和元年8月以降の12か月分を添付。
給与振込を分けている人	③給与明細(写) ④振込元銀行別振込一覧表(写)	※③④は被保険者による一筆と捺印が必要。 (海外勤務者に限り捺印に代わりサインも可) 例「単身赴任の為、第二口座は被扶養者(氏名)の生活費」 ※④は各自で管理グループに発行を依頼して下さい。

### 注意点

- \* 現金の手渡しは送金とみなされません。送金時の払込明細書は必ず保管しておいてください。
- \* 別居被扶養者の収入以上の送金が必要です。
- \* 継続した仕送り(※)による生計維持が確認できない場合は当該事実が確認できなくなった時点に遡って扶養削除となります。  
※毎月ではなく年間複数回、かつ一定額ではない場合も可 (例 2か月毎に送金、賞与月のみ増額 等)

## 令和元年度被扶養者調査票審査の結果

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

就職	収入増	雇用保険受給開始	他健保加入	その他	合計
15	8	2	2	1	28

年間収入が130万円未満(60歳以上および障害年金受給者は180万円未満)で被保険者の収入の2分の1未満である事が条件となります。収入が扶養範囲を超えた場合、月収が108,334円を超えた月から扶養削除になります。

## 就職等で、被扶養者でなくなったときは速やかに届出を!

以下の状況になると被扶養者の資格がなくなります。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。

- ①被扶養者が就職したとき
- ②被扶養者の収入が年間130万円以上(60歳以上および障害年金受給者は180万円以上)の見込みになったとき
- ③失業給付などの給付金を日額3,612円以上(60歳以上および障害年金受給者は日額5,000円以上)受給している期間
- ④別居している被扶養者への送金を中止した、もしくは送金額が被扶養者の収入額より少なくなったとき
- ⑤夫婦共同扶養(共働き夫婦それぞれが被保険者)で、配偶者の収入が被保険者の収入を上回るとき

その他 75歳到達により後期高齢者医療制度へ移行、死亡等



### アクセス方法

- ・健保ホームページの「MY HEALTH WEB」アイコンから
- ・スマホの場合「MY HEALTH WEB」専用アプリをダウンロード

または  
QRコードを  
読み取り  
アクセス  
→



- ★貯めたポイントはアイテムと交換できます!
- ★アイテムの絞り込み機能が追加され使いやすくなりました

日本ケミコン健康保険組合

〒198-0042  
東京都青梅市東青梅1-7-6  
TEL 0428-22-9001 FAX 0428-23-1040

<http://www.chemi-con-kenpo.com/>