

健保からのお知らせ

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。



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

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。

記録表は健保ホームページの「NEWS&TOPICS」からダウンロードできます。ダウンロードできない方は管理グループで入手してください。

開催時期 平成31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31年5月10日(金)まで
青梅健保 木村宛

1日7,000歩あるくと...

約 217Kcal
(おにぎり1個分)
のカロリー消費

※体重60kgの人の場合

2か月続けると

体脂肪
約 2 kg 減
の効果



MY HEALTH WEBポイント
1,000ポイント

Amazonギフト券、QUOカード
日用品等に交換可能

※雨天などウォーキング
ができない場合は、記録
表の「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

★参加特典★

日用品やギフト券などに交換可能な「MY HEALTH WEBポイント」がもらえます！

①参加賞のポイント

500,000歩以上の方 1,000ポイント
499,999歩以下の方 500ポイント

②さらに歩数に応じたポイント

例 400,000～599,999歩 500ポイント

③平均歩数が一番多い事業所の 参加者全員に500ポイント

1事業所に対し3人以上の参加が条件



前回 歩こうキャンペーン 結果報告

事業所別の平均歩数

順位	事業所	平均歩数
1	企業年金基金	574,908
2	日本ケミコン(株)	551,125
3	健康保険組合	530,331
4	日本ケミコン(株)高萩工場	519,077
5	ケミコン宮城(株)	516,132
6	日本ケミコン(株)新潟工場	450,142
7	ケミコン精機(株)	447,473
8	ケミコン山形(株)長井工場	439,068
9	ケミコン長岡(株)	368,601
10	ケミコン福島(株)喜多方工場	342,978

※但し、3人以上の参加が条件

平成30年10月1日～11月30日に実施した「歩こうキャンペーン」にご参加頂きありがとうございました。

日本ケミコン
企業年金基金
平均歩数 574,908歩
特別ポイントの500ポイント
が付与されました。
おめでとうございます！

参加者 95名
歩数に応じたMY
HEALTH WEBポイントを
12月27日(木)に付与
しました。

MY HEALTH WEB の登録はお済みですか？

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。ぜひご利用ください！

パソコン・スマートフォンからのアクセス方法

- ・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、あるいは右のQRコードを読み取りアクセス



↑
QRコードはこちら！

平成31年度 事業計画と予算

平成31年2月14日開催の第127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

- ・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」の活用
- ・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
- ・感染症予防セットの配布
- ・糖尿病重症化予防対策
- ・インフルエンザ予防接種に対する支援

◆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◆

保健事業は、50周年記念事業「健康年齢測定」やインフルエンザ予防接種に対する支援等で535万円の増

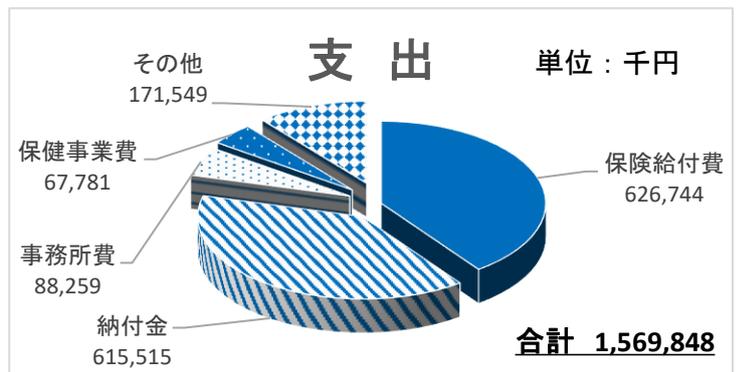
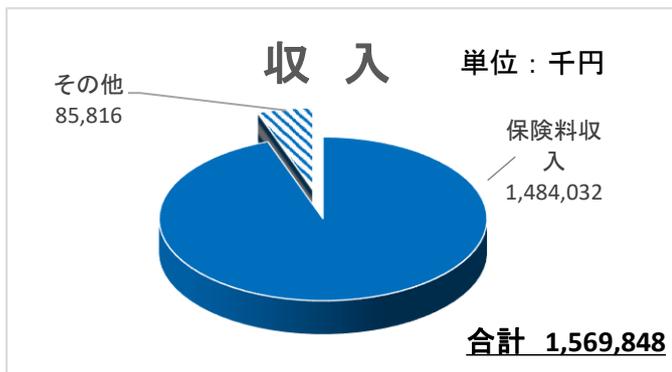
昨年と同様の事業は実施しますが、その他に50周年記念事業として健康診断の結果を基にした「健康年齢測定」と、インフルエンザ予防接種を受けた方に自助努力に対する支援を行う予定です。詳細は次号でお知らせします。

国への納付金は4,500万円の増

みなさんの給与・賞与の増や平成29年度の医療費増などから、納付金は増えています。

保険給付費はH30予算比2,200万円の減

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30年度の医療費が本人・家族とも少なかったものの、平成31年度も継続するかが不確定なため、6億2,674万円を計上しました。



介護勘定

◆予算の概要◆

収入 (千円)

科目	予算額
介護保険収入	157,091
準備金繰入	20,000
雑収入	2
国庫補助金受入	1
合計	177,094

支出 (千円)

科目	予算額
介護納付金	171,240
介護保険料還付金	30
積立金	1
雑支出	5
予備費	5,818
合計	177,094

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31年度の納付金は1,454万円の増となりました。

保険料率を0.5%引き上げ

介護納付金増には、保険料率を0.5%引き上げ、さらに準備金を2,000万円取り崩して対応していきます。

◆予算の基礎数値

* () は介護保険の基礎数値

被保険者数	2,780 名	(2,147 名)
平均標準報酬月額	382,000 円	(418,000 円)
賞与対象被保険者	2,620 名	(1,540 名)
平均標準賞与額	1,310千円	(1,500千円)
育児休業見込数	13 名	(1 名)

◆平成31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	14.5	8.1	6.4

公 告

番 号	告 告 日	件 名
第588号	H30.11.22	組合会議員の補欠選挙に関する公告
第589号	H30.12.3	立候補者及び無投票選挙の公告
第590号	H30.12.12	組合会互選議員当選決定の公告
第591号	H30.12.12	互選理事補欠選挙の公告
第592号	H30.12.12	組合会選定議員選定換えの公告
第593号	H30.12.26	互選理事補欠選挙当選者決定の公告

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
選定		千田 雅人		伊藤 和義
互選	理事	高橋 清	理事	吉田 和之
		西田 光利		松谷 秀幸

組合会議員の辞任に伴い選挙が行われ、上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。

はり・きゅう、あんま・マッサージ 償還払いに変更

2019年4月施術分より、療養費の支給適正化に伴い健康保険法の定める原則どおりに、償還払いに変更することが先般行われた組合会において議決されました。

償還払いとは？

被保険者が窓口で施術の全額を支払い、後日、申請書と添付書類を健康保険組合へ申請します。

提出書類

- 療養費支給申請書
(はり・きゅう用)(あんま・マッサージ用)の原本
 - 領収書の原本
 - 初回のみ保険医の施術同意書の原本
- ※他、添付書類が必要な場合は追ってご連絡する場合がございます。

詳細はHPIにも掲載いたしますので、併せてご覧ください。
また、過去2年間に施術を受けた方には個々にご案内をお送りいたします。

他人の行為で病気・けがをした時は 健保に届出を！

交通事故など他人の加害行為が原因でケガや病気になった場合、健康保険で治療を受けることができます。その場合、すみやかに「第三者の行為による傷病届」を提出してください。

第三者行為の例

- ・自動車事故にあったとき
- ・学校やスーパー等の設備の欠陥でけがをしたとき
- ・他人の飼い犬やペット等により、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
- ・飲食店等で食中毒にあったとき

業務上の事故が原因のときは

業務上あるいは通勤途中に第三者行為が原因で病気やけがをしたときは、健康保険ではなく労災保険が適用となりますので、事業所担当者にお問い合わせください。

※業務上の負傷等でも労災保険の給付対象とならない場合は、法人(5人未満の法人除く)の役員としての業務を除き、健康保険の給付対象となります。

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
5/7~5/9	J	ケミコン山形(株)長井工場
5/10	I	ケミコン山形(株)米沢工場
5/8~5/9	D	日本ケミコン(株)高萩工場
5/10	G	ケミコン福島(株)喜多方工場
5/20~5/21	C	ケミコン岩手(株)
5/27~5/28		※家族健診日5/28
5/29~5/31	B	ケミコン宮城(株)
5/29~5/31	F	ケミコン福島(株)福島工場
6/6	K	ケミコン長岡(株)
6/7	H	日本ケミコン(株)新潟工場
6/12	E	ケミコン精機(株)
6/18~6/19	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
	Q	みどり健康管理センター
大阪地区	R	リエル労働衛生協会 大阪支部
	S	西日本産業衛生会 福岡健診診療所
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

歩こうキャンペーンに参加して
減量チャレンジ！



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。平成31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 平成31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(配偶者、学生の子を除く)への送金確認
提出期限 平成31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。

注意

1. 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。
2. 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。
3. 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)をもって削除になります。
4. 扶養調査後に給与額や年金額が増えた場合は、健保にお問い合わせください。

平成30年度被扶養者調査票審査の結果報告

被扶養者調査にご協力頂きありがとうございます。平成30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	収入増	雇用保険受給開始	離婚	その他	合計
5	4	4	2	5	20

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異動、死亡等

被扶養者認定における被扶養者の収入は税法上とは異なります

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。

なお、健康保険での「年間収入」とは必ずしも1~12月に限定されたものではなく、どの12ヶ月をとっても130万円未満(60歳以上又は障害年金受給者は180万円未満)であることをいいます。

被扶養者認定時の提出書類の変更

厚労省の通知により、平成31年5月1日以降に扶養の申請をする場合は、続柄・収入・同居別居の確認のための証明書類の提出が必須となります。詳細は健保または管理グループにお問い合わせください。

添付書類の例

・続柄の確認
戸籍謄本 等

・収入の確認

給与支払証明書、離職票、年金振込通知書(写)、
確定申告書、所得証明書、課税証明書 等

・同居の確認

住民票

・別居者への送金確認

送金証明書、預金通帳(写)、払込明細書(写) 等

※申請前に別居者への送金事実が少なくとも1回は必要

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/>



平成31年4月1日で健保は
設立50年を迎えます。

健保ホームページのご案内

当健保では、ホームページを開設しております。
最新情報の確認や、申請書のダウンロードができて
便利です。
パソコンやスマートフォンからもアクセスできますので
ご活用ください。

パソコンなら検索から、スマホなら
QRコードの読み込みが便利です！



日本ケミコン 健保

