

# 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  
<https://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。



## 歩フェスを開催します

**開催時期** 令和3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

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「歩フェス」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。

今回の主な特典はコチラ！

- 《参加賞》 個人戦にエントリーした方 → 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 → 1,000 ポイント
- 《個人賞》 期間中の総歩数が上位10名の方 → 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 → 500 ポイント



## 前回の歩フェス 結果報告

令和2年10月1日～11月30日に実施した「歩フェス」にご参加いただきありがとうございました。今回は323名の方がご参加くださいました。参加された方には参加賞などのポイントを12月25日(金)に付与しましたのでご確認ください。

### 個人賞

1位	hirohiro3	2,588,183歩
2位	ウイングゼロ	2,423,092歩
3位	竈門炭治郎	2,285,387歩

### チーム賞

(平均歩数)

1位	鬼滅の刃	1,777,020歩
2位	大阪営業所	1,161,193歩
3位	美ヨンセと仲間達	901,059歩

### 飛び賞

もり、桜島、わんわん、コウタ、なまはげ、Saito-san、あき、かつぬま、キン、いわっち

## 令和3年度 定期健康診査を実施します

令和3年度 定期健康診査を下記の通りご案内いたします。年に一度の健康診査を受診してセルフケアに役立てて頂ければ幸いです。なお、健診会場では手指消毒液の設置、室内換気、消毒拭き上げ等の新型コロナウイルス感染症対策を実施し、安心して受診頂けるよう取り組みを行っております。

実施日	会場コード	健診会場
4/21～4/23	J	ケミコン山形(株)長井工場
4/26～4/27	I	ケミコン山形(株)米沢工場
5/24～5/26	D	日本ケミコン(株)高萩工場
5/26～5/28	F	ケミコン東日本(株)福島工場
5/27～5/28	C	ケミコン東日本(株)岩手工場
5/31～6/1		※家族健診日6/1
6/2～6/4	B	ケミコン東日本(株)宮城工場 ※婦人科健診日6/2～6/3
6/2～6/3	A	日本ケミコン(株)本社
6/4 6/25	G	ケミコン東日本マテリアル(株)喜多方工場
6/10	H	日本ケミコン(株)新潟工場
6/11	K	ケミコン長岡(株)
6/15	E	ケミコン精機(株)

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	オリエンタル労働衛生協会(名古屋)
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

※子宮細胞診検査の受診対象年齢は35歳以上(S.62.3.31生以前)になります。34歳以下で子宮細胞診検査をした場合は、自己負担となり、後日請求させていただきますのでご了承ください。

※上記の健診機関は全日本労働福祉協会となります。

新型コロナウイルス  
対策のおねがい

1. 健診当日の朝、検温をし、37.5度以上の熱や倦怠感がある場合は受診しないで下さい。
2. 健診受診前に手を洗いましょう。  
(うがいは誤って水を飲む可能性があるため実施しないで下さい)
3. マスクはできるだけ着用して下さい。  
(ただし検査内容によってははずすことがあります)
4. ムダな会話を避けましょう。
5. 3密を防ぐため、受診時間は厳守して下さい。



手洗い



マスク



検温

# 令和3年度 事業計画と予算

令和3年2月12日開催の第133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「月刊赤ちゃんとママ」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

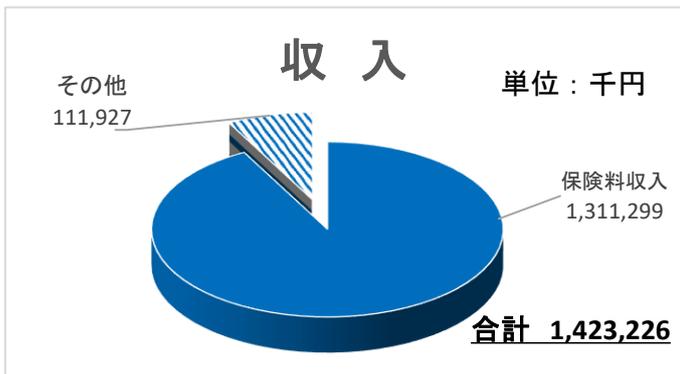
- ・定期健診、特殊健診、家族健診の実施
- ・専門職による生活習慣病予防指導、健康相談、事業所訪問の実施
- ・ファミリー健康相談窓口、メンタルヘルスカウンセリング相談窓口の設置
- ・禁煙対策補助金（事業所）と禁煙外来治療補助金（被保険者）の実施
- ・海外勤務被保険者に家庭常備薬を配布
- ・感染症予防薬セットの配布
- ・糖尿病重症化予防対策

### ◆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 国への納付金は前年度比1億7,000万円の減

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7年連続の減算対象となっています。また、被保険者数や標準報酬総額の大幅減並びに2年前の納付金の精算金マイナス3,000万円があり、納付金は5億3,000万円となりました。

### ② 保険給付費は例年並みを想定

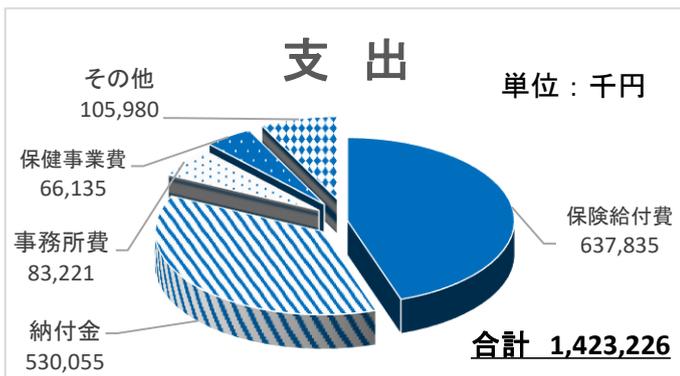
令和2年度の医療費は、新型コロナウイルス感染症の影響で受診控えがあったと推測され、令和元年度より7,471万円の減となる見込みです。そのため令和3年度の医療費がどう推移するのかわからないため、令和元年度以前の状況を想定し、6億3,783万円を計上しました。

### ③ 昨年度未実施だった保健事業も状況を見て実施

保健事業でも新型コロナウイルス感染症の影響で、実施できなかった事業が多くありました。「健康年齢測定」もその一つですが、令和3年度は被扶養者にも拡大して実施する予定です。また、インフルエンザ予防接種を受けた方へのインセンティブも引き続き実施します。

#### \*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◆

#### 収入 (千円)

科目	予算額
介護保険収入	165,859
繰入金	6,380
一般勘定受入	4,000
雑収入	3
<b>合計</b>	<b>176,242</b>

#### 支出 (千円)

科目	予算額
介護納付金	152,097
介護保険料還付金	30
積立金	1,000
一般勘定繰入	18,000
雑支出	4
予備費	5,111
<b>合計</b>	<b>176,242</b>

### ① 介護納付金は大幅減の1億5,210万円

国へ治める納付金は、令和2年度の早期退職優遇制度の影響で、人数、標準報酬総額ともに大幅減となったことから、前年度比2,300万円減の1億5,210万円となりました。

### ② 保険料率を18.5%に引き上げ

令和元年度の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による介護準備金の積立不足と、令和2年度の早期退職優遇制度による被保険者の減少で保険料収入が大幅減となったことが積み重なり、令和3年度は介護準備金を取り崩し、かつ保険料率を1%引上げ、一般勘定からも400万円繰り入れる予算となりました。

## ◆予算の基礎数値

\*( )は介護保険の基礎数値

被保険者数	2,700 名	( 2,020 名)
平均標準報酬月額	354,000 円	(385,000 円)
賞与対象被保険者	2,480 名	( 1,350 名)
平均標準賞与額	1,150千円	( 1,305千円)
育児休業見込数	17 名	( 1 名)

## ◆令和3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	18.5	10.4	8.1

## 公 告

番 号	公告日	件 名
第622号	R2.8.27	令和元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お知らせ
第623号	R2.11.13	組合会議員の補欠選挙に関する公告
第624号	R2.11.24	立候補者及び無投票選挙の公告
第625号	R2.12.4	組合会互選議員当選決定の公告
第626号	〃	互選理事補欠選挙の公告
第627号	R2.12.21	互選理事補欠選挙当選者決定の公告
第628号	R3.3.1	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	阿部 隆司	理事	小林 隆弘

令和2年12月に組合会議員の退任に伴う選挙が行われ、上記のとおり決定しました。退任された議員の方、お疲れ様でした。



## 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

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。

## 保険証の番号に枝番が付与されます

2021年3月(中旬予定)に発行する健康保険証から保険証の番号に枝番が付与され、個人が特定されるようになります。

2桁の枝番が  
加わります

- \* 本人と家族(妻・子など)全員枝番が異なります。
- \* 枝番がない保険証も引き続き使用できます。



## 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 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



# 被扶養者資格確認調査 実施のお知らせ

**配布時期** 令和 3 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3年9月末日(厳守)

※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。

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3年度は左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。

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



## 扶養調査 よくある質問

**Q. 扶養範囲の年間収入はいくら？**

**A. 年間130万円未満** 60歳以上又は障害年金受給者は180万円未満

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。

**Q. 2ヶ所以上で働いている等  
複数の収入がある場合の添付書類は？**

**A. すべての収入確認書類を添付**

2ヶ所以上で働いている場合は、そのすべての勤務先の給与・賞与明細(写)が必要になります。各種年金・不動産や農業収入・自営業等がある場合もそのすべての確認書類をご用意頂きます。詳しくは、調査票同封のフローチャートをご覧ください。

**Q. 去年アルバイトを辞めて、以降無収入だが  
所得証明書に「給与収入」が載ってしまいます**

**A. 退職日の記載がある書類を添付、備考欄追記**

アルバイトを辞めた日付のわかる書類を添付した上で備考欄に追記頂くことで、以降収入はないと判断致します。

**Q. 別居家族への送金は？**

**A. 単身赴任→給与明細(別居手当付・写)の添付  
上記以外→送金確認書類(1年分・写)の添付**

- \* **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、かつ、継続した送金(※)が必要です。

※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)

**Q. 添付書類の用意に時間がかかります**

**A. 9月末日までに間に合うようお手配願います**

調査票を配布してから提出締切まで1ヶ月以上期間がございます。

また、書類の再提出を依頼する際も、期日を設けております。書類提出の催促が長引く場合、扶養削除の対象となる場合がございますのでご注意ください。

1年以上さかのぼって扶養削除する例がありました。  
調査方法をよくご確認頂き、書類のご用意をお願いします。

### 令和2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。令和2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	未送金	他健保加入	その他	合計
7	6	6	4	5	28

## 就職等で、被扶養者でなくなったときは速やかに届出を！

- 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

左記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。

(※)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。

**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  
https://www.chemi-con-kenpo.com/