

理美けんぽ通信



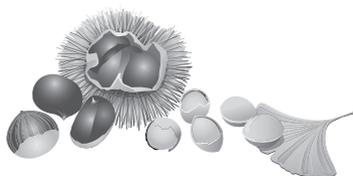
✿ 理美けんぽより皆さまへ

✿ インフォメーション

- ・理美けんぽの取り組みについて
- ・被扶養者の皆様へ「被扶養者資格調査（検認）」にご協力ください！
- ・「特定健診」の受診はお済みですか？
- ・平成23年度 決算報告
- ・保健事業・その他ご報告
- ・「メンタルヘルス支援サービス」を積極的にご活用ください
- ・理美けんぽからのお願い
- ・データで知る理美けんぽの現状

✿ 職員日より

理美けんぽより皆さまへ



秋も深まり朝夕はめっきり冷え込むようになりました。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋…と秋は趣味を楽しむ季節ですが、風邪などを引きやすい季節でもあります。体調管理にはくれぐれもお気をつけください。

さて、今号では“医療費支出の適正化”をテーマに「『被扶養者資格調査（検認）』のご案内」や「整骨院・接骨院の適正な受診」、「ジェネリック医薬品の利用」、増加傾向にあるメンタルヘルス疾患の未然予防の観点から「メンタルヘルス支援サービス」等について取り上げています。

是非ご一読のうえ、これを機に“たすけあい”の制度である「健康保険」への理解を深めていただければ幸いです。

インフォメーション

理美けんぽの取り組みについて

理美けんぽでは、傷病手当金や出産手当金等をはじめとした現金給付のご申請からお振込みまでの期間短縮、保険証等の交付申請から交付までの期間短縮に取り組んでいます。

「加入者の皆さまの視点に立ったサービス」「一層の安心を提供する」という考えに立ち、これまで以上のさらなるサービス向上を目指してまいります。

被扶養者の皆様へ「被扶養者資格調査（検認）」にご協力ください！

平成24年度「被扶養者資格調査（以下「検認」といいます）」の実施に伴い、対象となる方におかれましては確認書類のご提出が必須となってまいります。大変お手数おかけしますが、健全な健康保険組合運営のため、ご理解・ご協力のほどお願いいたします。

★今年度の検認より確認書類（ご提出いただく書類）の取扱いが一部変更となります。
（主なケース）

●子（学生）が被扶養者で、かつ配偶者が被保険者の被扶養者に認定されていない場合

▶ 対象の子の確認書類に加え、次の書類が必要となります。

⇒被保険者の配偶者の課税（非課税）証明書

（本来、収入の多い配偶者が子の扶養義務を負うため）

●別居の父母が被扶養者で、かつ他に被保険者の被扶養者に認定されていない兄弟姉妹等がいる場合

▶ 対象の父母の確認書類に加え、次の書類が必要となります。

⇒該当する兄弟姉妹等の課税（非課税）証明書

（被保険者より扶養能力の高い親族の有無を確認するため）

● 検認の意義

健康保険では、一定の条件を満たすご家族の方について、保険料の負担なく「被扶養者」としてご加入いただくことができます。

しかしながら、時間の経過とともに次のような例で条件を満たさない方が「被扶養者」のままとなっている例が見受けられます。

（例）

- ・就職等で新たに健康保険に加入した
- ・結婚して配偶者が加入する健康保険の被扶養者となった
- ・パートなどによる総収入（※）が年間130万円以上（60歳以上または障害厚生年金の受給要件に該当する程度の障害者の場合「180万円」に読み替えます）、または被保険者の収入の概ね1/2以上を超えるような方（見込の場合も含みます）

〔 ※総収入には、所得税の課税対象になっていない収入も含めてすべての収入が対象となります。公的年金はもちろん、恩給、失業給付、傷病手当金、労災補償、配当、不動産収入、内職収入などのすべてが含まれます。 〕

本来、扶養に該当しない人を扶養認定してしまうことは、健保財政に大きな影響を与え、将来的には保険料の値上げ等、被保険者・事業主の皆様の負担増にもつながってしまいます。給付の適正化・健保財政の健全化を図るため、検認にご理解とご協力をお願いいたします。

* 詳細につきましては、理美けんぽホームページおよび通知書類（事業所経由）にてご案内いたします。

「特定健診」の受診はお済みですか？

特定健診（注）の受診カードを、平成24年6月に送付しています。

注 「特定健診」とは、40歳以上74歳以下のご家族（被扶養者）を対象に行う、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した生活習慣病予防のための健診です。

生活習慣病の早期発見には、自覚症状がなくても定期的を受診することが大切です。是非この機会に「特定健診」をご活用ください。（受診費用は無料です）

* 受診期限は平成25年3月31日までです。

平成23年度 決算報告

平成23年度事業報告および収入支出決算が、去る7月9日に開催された第18回組合会において承認されましたので、ご報告いたします。

■収支報告

収入面では、平成23年度は被保険者数が前年より年間平均で642人増加し、13,311人となりました。この結果、健康保険料収入は38億7,900万円と、前年度比で4億7,000万円増となり、収入合計は51億7,400万円となりました。

支出面では、「保険給付費」と「納付金」が大半を占めております。とりわけ「納付金」に関しては25億8,200万円と、前年度比で4億8,400万円増となり、支出合計は47億5,900万円となりました。

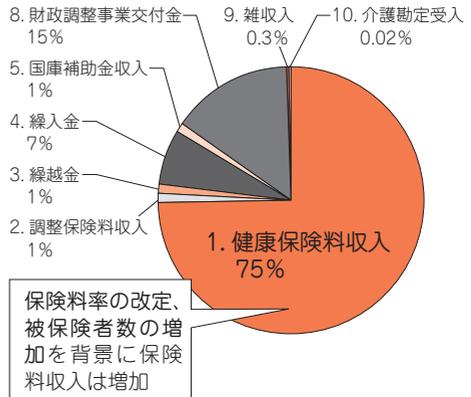
収支差額上では4億1,500万円の黒字となっておりますが、一部補填として「繰入金」の3億5,000万円を含めていたためであり、その金額は決算処理にて再度準備金に積み立てる必要があるため、**実質収支差額はそれを除いた6,400万円の黒字**となります。

■収入（一般勘定）

単位：千円

科目	23年度決算額	割合
1. 健康保険料収入	3,879,020	74.96%
2. 調整保険料収入	54,709	1.06%
3. 繰越金	52,091	1.01%
4. 繰入金	350,393	6.77%
5. 国庫補助金収入	55,082	1.06%
6. 特定健康診査等事業収入	0	0.00%
7. 前期高齢者交付金	0	0.00%
8. 財政調整事業交付金	765,769	14.80%
9. 雑収入	16,781	0.32%
10. 介護勘定受入	1,092	0.02%
収入合計	5,174,937	

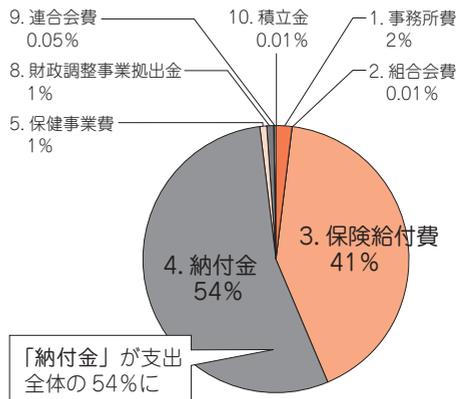
実質収入 4,824,544



■支出（一般勘定）

単位：千円

科目	23年度決算額	割合
1. 事務所費	100,193	2.10%
2. 組合会費	493	0.01%
3. 保険給付費	1,974,788	41.49%
4. 納付金	2,582,844	54.26%
5. 保健事業費	43,792	0.92%
6. 還付金	0	0.00%
7. 営繕費	0	0.00%
8. 財政調整事業拠出金	54,669	1.15%
9. 連合会費	2,580	0.05%
10. 積立金	448	0.01%
11. 雑支出	89	0.00%
12. 予備費	0	0.00%
13. 介護勘定繰入	0	0.00%
支出合計	4,759,896	



※主な用語の解説※

収 入

- ・健康保険料収入
被保険者・事業主の皆様から納めていただいた健康保険の保険料です。
- ・繰入金
収入の不足を補うため、積立金から予算に繰入れるものをいいます。
- ・財政調整事業交付金
健保組合の財政事情を踏まえ、健保組合の連合組織である健康保険組合連合会から交付される交付金をいいます。

支 出

- ・保険給付費
加入者（被保険者・被扶養者）皆様の病気、ケガ、出産、死亡などに対する医師の診療（現物給付）や手当金（現金給付）のことをいいます。
- ・納付金
被保険者皆様・事業主から納めていただく保険料のうち、後期高齢者医療制度等の医療費をまかなうために健康保険組合が負担する拠出金をいいます。
- ・財政調整事業拠出金
健康保険組合連合会が、各健保組合に交付する「財政調整事業交付金」の財源となる費用で、すべての健保組合が負担しています。収入科目の「調整保険料収入」から充てられます。

保健事業・その他ご報告

①被扶養者の資格調査（検認）の実施

理美けんぼでは、保険料負担のないご家族の方（被扶養者）が引き続き扶養の条件（家族関係や収入等）を満たされているかを確認するため、平成23年度も「被扶養者資格調査（検認）」を実施しました。その結果、対象者545名のうち約14%（69名）が扶養の要件を満たしていないことが判明しました。

②健康診断の実施

健康診断は、病気を早期発見することにより重症化・長期化を防ぎ、健康の保持増進、医療費の抑制にもつながります。平成23年度は、前年度より若干受診率は下がったものの、約半数の加入者が健診を受診しています。また、今年度より新たに実施した子宮がん検診の一部無料化（自己採取法）により、子宮がん検診の受診者は合計390名（うち自己採取は102名）となっています。

◎年度別 受診者数・受診率

	H19年度	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度
受診者数	635人	1,888人	3,909人	6,419人	6,570人
受診率	12.0%	20.1%	35.5%	50.7%	49.4%

③豆本の配布

保険証交付時に理美けんぼの給付内容等をまとめた豆本を配布、加入者（被保険者・被扶養者）皆様への周知・広報活動に努めました。

「メンタルヘルス支援サービス」を積極的にご活用ください

理美けんぽでは、「メンタルヘルス支援サービス」（無料）を通じて少しでも加入者皆様の悩みや不安の解消につながればと考えています。どんな些細（ささい）なことでもお気軽にご相談・ご活用ください。

また、事業主の皆様におかれましては、従業員のメンタルヘルス疾患の未然防止の一助としてお役立てください。

▶ 電話相談（無料サービス）

- ・対象者：被保険者、配偶者、被扶養者（18歳以上）
- ・受付：月曜～金曜：9：30～21：30
土曜：11：00～19：00
※日曜・祝祭日・年末年始は休業となります。
- ・TEL：0120-783-373（通話料無料・携帯電話可）
- ・その他：受付の際、カウンセラーから、組合名、属性（本人・家族）、年齢および性別の照会がありますのでお申し出ください。電話番号は「非通知」にしないでください。相談時間は概ね30分以内です。（一日あたり1人一回までとなります）

▶ Web相談（無料サービス）

- ・対象者：被保険者、配偶者、被扶養者（18歳以上）
- ・受付：24時間年中無休（回答には3営業日程度かかります）
- ・URL：<https://www.kokoro-soudan.net/>
※初回アクセスの際は、ログイン画面にて「ribikenpo」と入力の上、新規登録フォームにてユーザー登録を行ってからご利用ください。

*ご相談には、臨床心理士等の資格を持つ経験豊富なカウンセラーが対応いたします。プライバシーは厳守いたしますので、安心してご相談ください。

◎今回、広報用のポスターとチラシをお送りしています。是非ご活用ください。

理美けんぽからのお願い

● 整骨院・接骨院の適正受診にご協力ください！

整骨院・接骨院では、日常生活からくる首や肩のこり・腰痛などには健康保険が使えません。整骨院・接骨院へのかかり方を正しく理解され、適正な受診をされますようご協力をお願いいたします。

○健康保険が使える場合

急性・外傷性の傷病（業務上・通勤途上の災害を除く）で、整骨院・接骨院等の施術を受けた場合に限り、健康保険の給付が受けられます。

- 骨折・不全骨折・脱きゅう（ただし、応急手当以外は医師の同意が必要です）
- 捻挫・打撲・挫傷（肉離れ等）（病院と重複受診しての使用は不可）

×健康保険が使えない場合

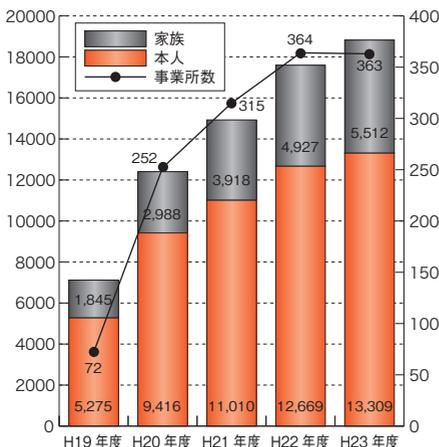
- 日常生活からくる疲れ・肩こり・腰痛等
- 加齢からの痛み（五十肩・腰痛）
- スポーツなどによる肉体的疲労・筋肉痛改善のためのマッサージや温冷あん治療
- 過去の交通事故等による頸部・腰部など疼痛
- 脳疾患後遺症等の慢性病のリハビリやリウマチ・関節炎等の神経性疼痛
- 病院・医院等で医師の治療を受けながら、同一疾病について同時に接骨院・整骨院で治療を受けること
- 医師の同意がない骨折・不全骨折・脱きゅう

●ご存知ですか？ジェネリック医薬品のこと

ジェネリック医薬品とは、新薬と同じ有効成分ながら、特許の期限が切れた後に作られるために開発費用がかからない安価な医薬品のことです。新薬からジェネリック医薬品への変更は、みなさまの医療費負担を減らすだけでなく、理美けんぼにとっても大きな支出抑制効果をもたらします。積極的にご使用ください。（医師や薬剤師に「ジェネリック医薬品を希望します」と伝えてください）

データで知る理美けんぼの現状

●加入者数・事業所数の推移



平成23年度は、被保険者数の伸び以上に扶養家族が増加しており、扶養率（扶養家族の数を被保険者の数で割ったもの）は0.4を超えるに至りました。扶養家族の平均年齢は17.04歳で、6歳未満の乳幼児が全体の約37.1%を占めており、65歳以上の被保険者の親世代は約2.2%と比較的年齢層は若い傾向にあります。

職員だより

私の健康法

「体に良い」といわれることを始めてもいつもあまり長続きしなかった私ですが、少し続いていることがあります。それは、毎日お酢を摂ることです。

お酢には体にとって良い効果があるそうです。お酢に含まれる栄養分によって「クエン酸サイクル」という体の働きが起こりその働きが活発になることで、疲労回復・コレステロール低下・老化予防・ダイエット効果があるといわれています。また、体をアルカリ性に保つ働きもあり、むくみを取る効果も期待できるそうです。

ちなみに私の一番手軽な摂取法は「お酢ドリンク」で、好みのお酢大さじ1～2杯を水や炭酸水で5倍程度に薄めて飲むだけの簡単な方法です。最近ではお酢レシピが家族に好評なため、参考までにオリジナルレシピを載せてみました。ご活用いただければ幸いです。

◎家族大好き照焼き味

しょうゆ・酒・酢・砂糖を1：1：1：1.2の割合で合わせ、焼き色をつけた豚・鶏・魚などの食材にかけ煮詰めます。どの食材にも良くあい、お弁当のおかずにも好評です。（これからも、無理なく手軽にお酢を摂り健康な体作りを心がけたいと思います）

（適用課：萬）



理美けんぽ通信 2012年秋号（2012年11月発行）

編集・発行：全日本理美容健康保険組合

所在地：〒103-0011 東京都中央区日本橋大伝馬町1-7
イトーピア大伝馬町ビル4F

連絡先：TEL03-6661-6106 FAX03-5652-5757

受付時間：月曜～金曜 9：00～17：30

ホームページ：<http://www.ribi-kenpo.com/>（パソコン・携帯共通）

