

理美けんぽ通信

ご家族の皆様にもご覧いただくために、ぜひ毎号ご自宅へお持ち帰りください。

《TOPICS》

令和2年度 予算決定



理美けんぽより皆さまへ

インフォメーション

令和2年度の予算が決まりました

加入者サービス計画

- ・リニューアルした禁煙サポート事業のご案内
- ・スポーツクラブ優待利用サービス～春のおトクなキャンペーン～
- ・家庭用常備薬の特価案内

健康づくりにお役立てください

- ・知ってトクする!? 医療費節約術
- ・ジェネリック医薬品でもっとおトクに
- ・特定健診・特定保健指導を受けましょう
- ・一人で悩まないで。メンタルヘルス支援サービス

- 「被扶養者資格調査（検認）」へのご協力ありがとうございました
- 被扶養者の認定要件に「国内居住」が加わります
- 春は異動の季節、届出もれはありませんか？
- 仕事中や通勤途中の病気やケガは保険証が使えません！
- 理美けんぽから皆さまへお願い



RibiKenpo



理美けんぽより皆さまへ

日頃より多大なるご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、理美けんぽでは、去る2月に行われた組合会で承認を受け、令和2年度の健康保険料率を10.00%、介護保険料率を1.78%とし、健康保険料率・介護保険料率ともに前年度から据え置きとなりました。

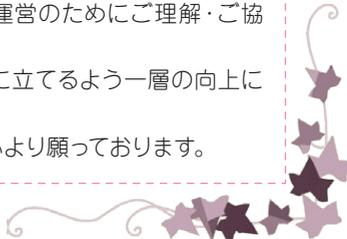
今年度は、「職場の健康づくり」をテーマに、病気の早期発見・早期治療を目的とした各種健康診断をはじめ、きめ細やかなサポートで禁煙成功を目指すプログラムにリニューアルした禁煙サポート事業（P5）、生活習慣病予防策として有効な特定保健指導（P7）等の保健事業の普及・推進に努めてまいります。

生活習慣病の原因は、喫煙、不健康な食事や運動不足によって引き起こされます。当組合では、40歳以上の加入者を対象とした「特定健診」の健診結果をもとに、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して「特定保健指導」を実施し、専門スタッフが無料で生活習慣の改善サポートを行っております。今年度はその実施率向上を目指し、皆さまの健康維持・増進を奨励します。

事業所におかれましても、従業員の方の健診結果を踏まえ、再検査や要治療と判定された方に対する受診勧奨を行うなど、従業員の方の健康管理に努めていただければ幸いです。従業員の皆さまの健康は、事業所の生産性の向上や事業所全体の健康増進につながり、皆さま一人ひとりの心がけが医療費削減にもつながります。職場の健康づくりの一環として積極的にご活用いただき、安定した組合運営のためにご理解・ご協力いただきますようお願いいたします。

今後も理美容業界の福利厚生の一助として、少しでもお役に立てるよう一層の向上に努めてまいります。

皆さまが健康で穏やかな日々をお過ごしになられますよう心より願っております。



インフォメーション

令和2年度の予算が決定しました

～令和2年度の予算規模は60億3800万円になります～

■一般勘定（健康保険）予算概要

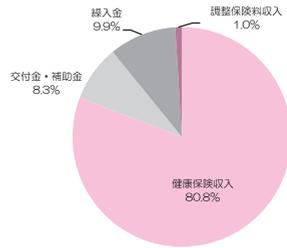
収入面では、被保険者・事業主の皆さまから納めていただいた保険料が、全体の80%、金額にして約49億計上しています。その他、健康保険組合連合会や国からの補助金を計上しています。

支出面では、昨年度の医療費動向を踏まえ、保険給付費が全体の約45%、約27億円を計上しています。一方、高齢者医療制度への納付金は全体の49%、約30億円と支出の半分を占めており、今後も厳しい組合運営が続く見込みです。

○収入

単位：千円

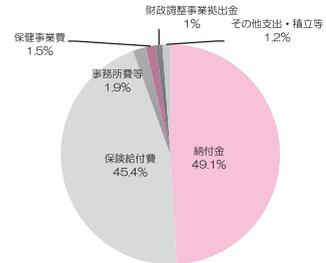
科目	令和2年度予算額	割合
1. 健康保険料収入	4,879,525	80.81%
2. 調整保険料収入	57,763	0.96%
3. 繰入金	599,279	9.92%
4. 国庫補助金収入	447	0.01%
5. 財政調整事業交付金	500,000	8.28%
6. 雑収入	1,441	0.02%
収入合計	6,038,455	



○支出

単位：千円

科目	令和2年度予算額	割合
1. 事務所費	113,120	1.87%
2. 組合会費	3,000	0.05%
3. 保険給付費	2,738,535	45.35%
4. 納付金	2,965,466	49.11%
5. 保健事業費	89,940	1.49%
6. 還付金	210	0.00%
7. 営繕費	200	0.00%
8. 財政調整事業拠出金	58,030	0.96%
9. 連合会費	4,500	0.07%
10. 積立金	1,076	0.02%
11. 雑支出	5,060	0.08%
12. 予備費	59,318	0.98%
支出合計	6,038,455	



※主な用語の解説

収入

- ・健康保険料収入
被保険者・事業主の目標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鑑み、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。

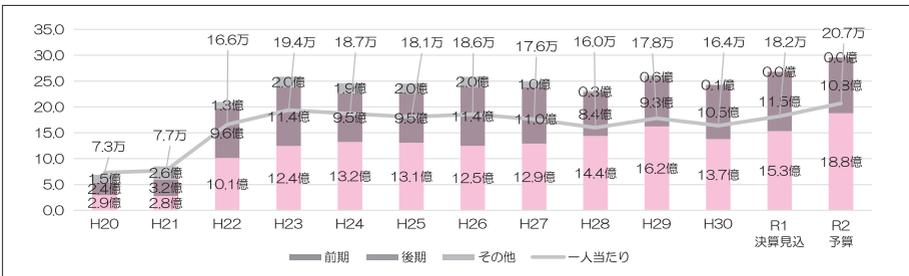
支出

- ・保険給付費
加入者（被保険者・被扶養者）目標の病気、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・事業主の目標から納めていただく保険料のうち、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」の不足となる費用で、すべて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。

健康保険料収入

- 被保険者・事業主の目標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鑑み、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。

【納付金の推移】



平成20年度より新たにスタートした高齢者医療制度により、高齢者医療を支える拠出金は、平成22年度以降、支出の40%以上を占め、健保組合の財政を圧迫しています。また、団塊の世代が75歳に到達しはじめる2022年から、現役世代の高齢者医療のための拠出金負担が急増することが見込まれます。更に今後は、高齢化の加速や医療技術の高度化による保険給付費の支出増大により、健保組合は厳しい状況が続くものと考えられます。

加入者サービス計画

理美けんぽでは、令和2年度に以下のサービス実施を予定しております。
加入者の皆さまの健康づくりや生活習慣の改善に是非お役立てください。

事業名称	事業概要	実施期間	
各種健康診査	加入者（被保険者・被扶養者）を対象とした各種健診の補助 ※指定医療機関等の情報については、理美けんぽホームページをご参照ください。	1年度に1回	
特定健診	40歳以上74歳未満の被扶養者を対象とした無料の健診	毎年6月頃に 受診券を配布	
特定保健指導	特定健診の結果をもとに、対象者に内臓脂肪蓄積の程度とリスク要因の数に着目した生活習慣改善プログラム	対象者へ随時 通知	
インフルエンザ 予防接種事業	加入者を対象としたインフルエンザ感染の予防接種	毎年10月～3月	
記念サービス 禁煙サポート事業	禁煙外来を受けていない被保険者を対象とした禁煙補助剤の無償配付と薬剤師による禁煙サポート	1年度に1回	
メンタルヘルス 支援サービス	加入者および事業主（労務管理責任者）が利用できるメンタルヘルス（うつ病など）専門の無料相談サービス（電話・Web）	随時	
各種 優待 サー ビス	スポーツクラブ 優待利用サービス	15歳以上の加入者（被保険者・被扶養者）とその家族がスポーツクラブを優待価格にて利用できるサービス	通年
	冠婚葬祭サービス	・プライダルサポート 加入者とその家族が提携結婚式場等において各種優待が受けられるサービス	随時
		・葬儀プラン 加入者とその家族が提携葬儀社において葬儀サービス一式を優待価格で受けられるサービス	
		・葬儀支援制度（セレモニーサポート） 加入者とその家族（2親等以内）の方を対象とした葬儀社の紹介・割引利用制度	
パッケージツアー 割引サービス	加入者およびその同行者を対象としたJTB、JALパック等の各種国内・海外パッケージツアーの割引サービス		
各種宿泊施設の 優待利用サービス	加入者とその家族の方を対象とした各種宿泊施設の割引サービス		
プレママ・子育て家庭 支援事業	プレママ（妊娠期の女性）やお子様を出産された加入者を対象とした包括支援事業（妊娠・出産に関連した情報提供や育児専門誌の配付等）	出産された方 へ送付	
ジェネリック医薬品 転換通知	ジェネリック医薬品に切り替えることにより薬代が安くなる対象者へ送付	毎年1月頃	
医療費通知	前年の1月から10月に医療機関を受診し、一定額以上の自己負担の支払いをしている方へ送付	毎年1月頃	
機関誌の発行	予算・決算や各種事業のご案内などを掲載した機関誌を発行	年2回 （春・秋）	
家庭用常備薬の 斡旋事業	職場や家庭に常備する薬や健康関連用品を特価で案内	年2回 （春・秋機関誌発行時）	
「健康保険のしおり」 「ジェネリック医薬品 希望シール」の配付	健康保険の手引き・ジェネリック医薬品希望シールを配布	保険証交付時 に同封配布	

フォローアップ型禁煙サポート事業のご案内～禁煙したいけどなかなかやめられないあなたへ～

理美けんぽでは、禁煙による健康増進や受動喫煙防止を目的とし、禁煙補助剤（ニコチネルパッチ）の無償配布を実施しています。

禁煙はメタボ改善や生活習慣病の重症化予防にもつながります。また、本人のみならず家族や職場などの身近な人の健康増進・疾病予防につながります。

禁煙を始める前はタバコのない生活への変化や不安が多くあるかと思えます。

そこで理美けんぽでは、禁煙が継続できるよう専門の薬剤師がサポートしますので、安心して禁煙成功に向けて取り組んでください。禁煙をして後悔している人はいません。禁煙したいという気持ちを大切に、思い切って禁煙にチャレンジしてみましょう。

【実施概要】

対象者：禁煙外来を受けていない被保険者

実施期間：2020年4月1日から2021年3月31日

補助内容：ニコチネルパッチ6週間分（17,000円相当）を無償で配布（1年度に1回）

※申込方法等詳細は、理美けんぽHP(<https://www.ribi-kenpo.com/nonsmoking.html>)へ



●禁煙するとこんなにたくさんのメリットが！

厚生労働省の調査によると、喫煙者の4分の1は禁煙を考えていることがわかっています。

禁煙で得られるメリットは多く、メタボリックシンドロームの改善や生活習慣病の重症化予防などの健康面のメリットや、肌への影響等の美容面のメリットなどがあります。また、タバコを吸っていた人が禁煙をすると、タバコ代だけで年間16万4250円もの節約ができます。この機会に上手に禁煙しましょう。

●タバコにかかる費用と節約

<1日1箱（20本450円と仮定）のタバコを吸っていた人が禁煙した場合>



スポーツクラブネサンス春キャンペーンのお知らせ

ご好評いただいているスポーツクラブ優待利用サービスでは、春キャンペーン（令和2年4月2日から6月30日まで）を実施しています。おトクにスタートできる機会ですので、春からカラダにいいことはじめましょう！

ご好評につき春も特価でお求めいただけるようになりました！

家庭用常備薬等の特価案内

日々の健康管理・維持に欠かせない家庭用常備薬等を特別価格にてご案内しています。

お求めやすい低価格となっておりますので、是非ご利用ください。

申込方法	添付いたしました商品一覧から希望する商品を選び、専用申込書（またはFAX）でお申し込みください。※代金は振込用紙（商品同封）にてお支払ください。
申込時期	令和2年4月1日～令和2年7月31日

知ってトクする！医療費節約術 ～あなたは上手に医療機関を受診していますか？～

医療費は受診の仕方です節約できることがあります。正しい受診の仕方を身につけることは、皆さまの医療費負担額を軽減するだけでなく、健保組合の医療費削減につながります。正しい知識を身につけ「ムダ」を省き、上手に医療機関にかかりましょう。

●「はしご受診」はやめましょう

病気やケガの治療中に自分の判断だけで病院を変えると、その都度初診料がかかり、検査ももう一度最初から繰り返すなど大きなムダにつながります。また、同じ病気で複数の医療機関を受診することは、重複する検査や投薬によりかえって体に悪影響を与える心配もあります。医療機関を変更したいときなどは、医師に相談のうえ、「紹介状」をもらってから転院しましょう。

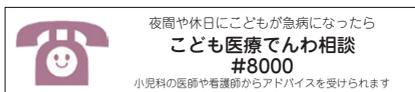
●「コンビニ受診」はやめましょう

単に「平日は休めない」や「用事がある」など個人的な理由により、急病でもないのに時間外や深夜、休日に受診するコンビニ受診は、割増料金ばかりでなく救急医療の妨げにもなります。コンビニに行くような感覚で夜間や休日に受診することはやめましょう。

●「かかりつけ医」をもちましょう

かかりつけ医は、気になる症状などをいつでも気軽に相談したり診察してもらえる身近なお医者さんです。

ご自身の健康状態を把握してもらうことにより、適切な治療やアドバイスをもらえるはず。必要に応じて専門病院などを紹介してもらいましょう。



 理美けんぼでは1ヶ月に複数の医療機関などを受診されている方を対象に、受診状況等確認のお知らせをお送りしています。適正な医療機関の受診にご協力いただきますようお願いいたします。

ジェネリック医薬品でお薬代をもっとおトクに！ お使いのお薬を「ジェネリック医薬品」に切り替えてみませんか？

●ジェネリック医薬品とは

先に開発された薬の特許が切れた後、他のメーカーが有効成分・効能・効果が同じ薬として申請し、厚生労働省が承認した安全な医薬品です。飲みやすくなるように薬の大きさや味、においの改良や、湿気や光に弱いなどの改善による保存性の向上など、よりよく工夫されたものもあります。

ジェネリック医薬品に切り替えて医療費をかしこく節約しましょう！

●ジェネリック医薬品に切り替えた場合どのくらい安くなるの？



※ 日本ジェネリック医薬品学協会レポート「ご存知ですか？ 統計にやさしい医療！」

●処方してもらうには？

お使いのお薬がジェネリック医薬品に切り替えられるか、医師・薬剤師に相談してみましょう。

「かんじゃさんの薬箱」ではジェネリック医薬品が検索できます。

<http://www.generic.gr.jp/> **かんじゃさんの薬箱**



保険証や診療券、お薬手帳に貼ってジェネリックを希望しましょう

特定健診・特定保健指導を必ず受けましょう ～大切なあなたと家族のために～

理美けんぼでは、生活習慣病予防のために、ご家族（被扶養者）向けの健康づくりの事業として、「特定健診」と「特定保健指導」を行っています。
生活習慣病は、一人ひとりが、バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身に付けることにより予防可能です。
年に一度、特定健診を受診し、自身の健康状態の把握と生活習慣を見直すきっかけにしましょう！

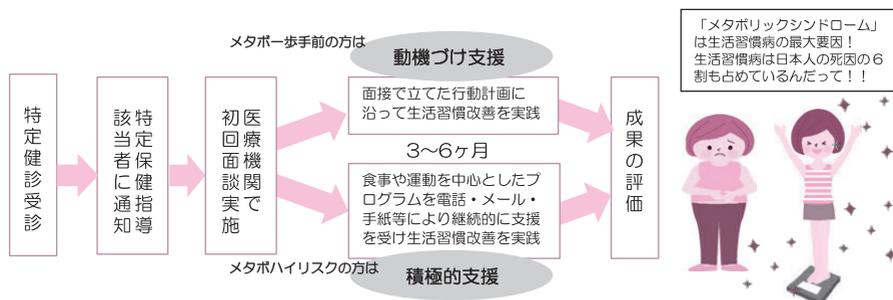


●「特定健診」とは

40歳以上74歳未満のご家族（被扶養者）を対象に行うメタボリックシンドロームに着眼した健診です。自覚症状がない段階から内臓脂肪の蓄積をチェックすることで、「メタボリックシンドローム」を予防・解消し、生活習慣病を予防しましょう。**無料受診券は毎年6月頃に配布**しています。

●「特定保健指導」とは

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して、専門スタッフ（保健師、管理栄養士など）がサポートを行い生活習慣の改善をするプログラムです。健やかな生活を送るために積極的に参加しましょう。



一人で悩まないで。不安や心配ごとは気軽に相談ください

春は生活の変化で自律神経が乱れやすい季節です。

「ストレス社会」と言われる現代は、こころの健康づくりが身近なテーマとなっています。理美けんぼでは、家庭や職場でのさまざまな悩みや不安を相談いただける「メンタルヘルス支援サービス」を実施しています。過剰なストレスは心身の健康に悪影響を及ぼしかねません。不安や心配を取り除き、より健康的な毎日を過ごせるよう是非ご活用ください。

<電話相談（無料）>

対象者：被保険者（労務管理者含む）、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

詳しくはこちら<http://www.toshinkyoo.or.jp/mental/>

<Web相談（無料）>

対象者：被保険者（労務管理者含む）、配偶者、被扶養者（18歳以上）

受付：24時間年中無休

URL：<http://www.kokoro-soudan.net/>

「被扶養者資格調査（検認）」へのご協力ありがとうございました

昨年11月より被扶養者としての資格の有無確認を目的として実施いたしました、「被扶養者資格調査（検認）」につきまして、事業主・対象者の皆様には格別なご協力を賜り心よりお礼申し上げます。

今回の調査の結果、扶養不認定者は340名となり、その主な理由は「収入超過」ということが判明しました。今後の届出漏れ等にはくれぐれもご注意ください。

検認対象者数	扶養条件内（認定）	扶養不認定（削除）※不備・未提出を含む。
6,322名	5,982名	340名

今年度もご協力のほどよろしくお願いたします。

*令和2年1月末時点の数値です。

被扶養者の認定要件に「国内居住」が加わります

2020年4月から被扶養者認定の要件に「国内に住所を有すること」が加わります。

このため、被扶養者が国内に居住していない場合は、2020年4月1日で資格を喪失することとなりますのでご注意ください。

例外となる方	認定対象外の方
①海外に留学する学生 ②海外赴任する被保険者に同行する家族 ③観光・保養やボランティア活動等、就労以外の目的での一時的な海外渡航者 ④被保険者の海外赴任中に身分関係が生じ、②と同等に認められる場合 ⑤渡航目的その他の事情を考慮して日本国内に生活の基礎があると認められるもの	日本国内に住所を有していても、次の方は被扶養者としてできません。 ①医療滞在ビザで来日した場合 ※医療滞在ビザとは、健康診断等医療を受けることを目的として訪日する外国人等及び同伴者に対して発給されるもの ②短期滞在の在留者は、生活の基盤を移したものと認められない一時的な状態であるため国内居住とはみなさない

春は異動の季節です 届出もれはありませんか？

春は就職などで扶養でなくなったり、引っ越しで住所が変更になったりと1年でもっとも異動の多い季節です。加入情報に変更があった場合は、すみやかに健保組合へ届出を提出ください。

扶養から外れたときは・・・
扶養異動（削除）届と健康保険証をご提出ください。

住所に変更があったときは・・・
被保険者住所変更届をご提出ください。

ご存知ですか?? 仕事や通勤中に病気やケガをした場合、保険証は使えません!

保険証が使える

業務外の病気やケガ

保険証が使えない

仕事や通勤途中の病気やケガ → 労災保険適用（管轄は労働基準監督署）

労災に該当するときは・・・

お勤め先に申し出て、労災の手続きを行ってください。病院を受診する時は、労災である旨必ず申し出てください。

理美けんぽから皆さまへお願い

最近、当組合の資格がなくなった後に当組合の保険証を提示して医療機関を受診されている方が多くいます。

退職後や扶養から外れた場合は、健康保険証は使うことができません。

当組合の加入者でなくなった後に、医療機関に当組合の保険証を提示し診療を受けた場合、医療費を返還していただくこととなります。

退職や扶養から外れる際には、保険証を必ず返却いただきますようお願いいたします。

理美けんぽ通信 2020年春号（2020年4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
日本橋ノースプレイス4F

連絡先：TEL03-6661-6106 FAX03-5652-5757

受付時間：月曜～金曜 9：00～17：00

ホームページ：http://www.ribi-kenpo.com/（パソコン・スマホ共通）

