# 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》

- 令和二年度　決算報告
- 各種サービスのご案内
- 被扶養者資格調査（検認）にご協力ください

2021
秋号
No.22

## インフォメーション

◆事業報告・その他
・令和二年度決算報告
・健康診断について
・給付状況について
・適用状況について

◆理美けんぽからのお知らせ
・インフルエンザ予防接種事業
・家庭用常備薬等の特価案内
・スポーツクラブルネサンス秋キャンペーンのお知らせ
・フォローアップ型禁煙サポート事業

◆秋の健康づくり
・特定健診・特定保健指導を受診しましょう
・受けていますか？がん検診
・上手に医療機関にかかりましょう
・健康保険を使って接骨院・整骨院にかかるとき
・新型コロナウイルス感染症とこころのケア

◆理美けんぽからのお願い
・被扶養者の皆さまへ「被扶養者資格調査（検認）」にご協力ください
・～健康保険法改正について～
　任継続被保険者制度の見直しについて
　傷病手当金の支給期間が通算化されます

RibiKenpo

## 令和二年度　決算報告

令和2年度事業報告および収入支出決算が、先の組合会において承認されましたのでご報告いたします。

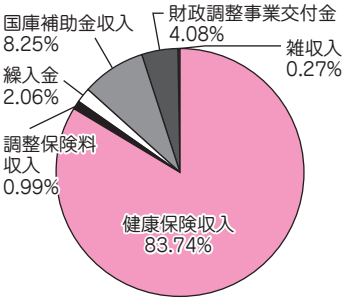
### ▶ 収支報告

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症に伴う休業等により被保険者の標準報酬月額が著しく低くなり、健康保険料収入が48.7億円（前年度比2億円減）となりました。また、医療機関への受診を控える傾向にあったことから、保険給付費は対前年度で1億3900万円減少に転じました。一方で、納付金による支出は、全体の約5割を占め依然として高い割合を占めています。前期高齢者の医療費は、納付金の金額に大きく影響を与えることから、保健事業の充実、疾病予防対策など、組合財政の健全化を図ってまいる所存です。今後も組合員の皆さまには、ご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

一般勘定

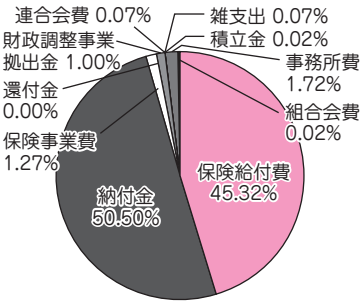
○収入　　単位：千円

| 科目 | 令和2年度決算額 |
|---|---|
| 1.健康保険収入 | 4,876,761 |
| 2.調整保険料収入 | 57,721 |
| 3.繰入金 | 120,000 |
| 4.国庫補助金収入 | 480,721 |
| 5.財政調整事業交付金 | 272,801 |
| 6.雑収入 | 16,007 |
| 収入合計 | 5,824,011 |




○支出　　単位：千円

| 科目 | 令和2年度決算額 |
|---|---|
| 1.事務所費 | 99,200 |
| 2.組合会費 | 1,356 |
| 3.保険給付費 | 2,608,487 |
| 4.納付金 | 2,906,497 |
| 5.保健事業費 | 73,010 |
| 6.還付金 | 90 |
| 7.財政調整事業拠出金 | 57,690 |
| 8.連合会費 | 3,837 |
| 9.積立金 | 1,076 |
| 10.雑支出 | 4,307 |
| 支出合計 | 5,755,550 |




**※主な用語の解説**

**収　入**

- **健康保険料収入**
  被保険者・事業主の皆さま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踏まえ、健保組合の連合組織である健康保険組合連合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）皆さまの病気、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・事業主の皆さま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」の財前となる費用で、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。

## 事業報告・その他

### ▶ 健康診断について

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、健康増進、医療費の抑制にもつながります。令和2年度の受診率は、69.3%になりました。新型コロナウイルス感染症の影響から、前年度より受診率が低くなっていますが、過度な受診控えは健康上のリスクを高める可能性もあるため、年に一度は必ず健康診断を受診いただくようお願いいたします。

◎年度別 受診者数･受診率

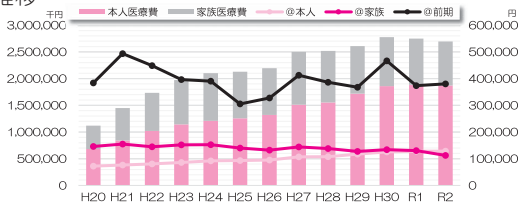
| | H28年度 | H29年度 | H30年度 | R1年度 | R2年度 |
|---|---|---|---|---|---|
| 受診者数（人） | 10,513 | 10,383 | 10,408 | 10,824 | 9.611 |
| 受診率（%） | 72.6 | 70.6 | 70.5 | 73.7 | 69.3 |

### ▶ 給付状況

令和2年度は、総医療費が約26億848万円（前年度比約1億3,921万円減）、被保険者一人あたり医療費に換算すると179,388円で前年度比4%減となりました。

また、前期高齢者の一人あたり医療費は、380,014円（前年度比6,479円増）となり、令和元年度は減少となったものの令和2年度は増加に転じました。前期高齢者の医療費は、拠出金の金額に大きく影響を与えることから、保健事業の充実、疾病予防対策など、前期高齢者医療費対策が今後も引き続き検討課題となっております。

◎年度別 医療費の推移

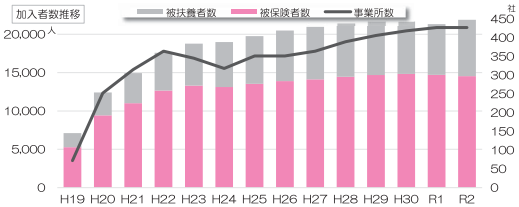



| | H28年度 | H29年度 | H30年度 | R1年度 | R2年度 |
|---|---|---|---|---|---|
| 総医療費（千円） | 2,518,609 | 2,607,276 | 2,775,927 | 2,747,706 | 2,608,487 |
| 被保険者1人当たり医療費（円） | 174,202 | 177,656 | 187,272 | 186,970 | 179,388 |

### ▶ 適用状況

令和２年度は事業所の加入が10社、削除が10社で計427社、被保険者数は前年度比155人減の14,541人となりました。被扶養者に関しては前年度比702人増の7,336人となりました。扶養率は前年度の0.45から0.49と増加しております。報酬に関しては新型コロナウイルス感染症による影響もあり前年度比7,854円減の287,269円と減少に転じました。

また、介護保険該当となる第2号被保険者（40歳～64歳の加入者）に関しては、本人たる第2号被保険者数は、前年度比307人増の5,216人、平均報酬月額は前年度比18,589円減の346,918円となりました。



## 理美けんぽからのお知らせ　～各種サービスのご案内～

理美けんぽでは、以下のサービスおよびキャンペーンを実施しています。
皆さまの健康づくりにお役立てください。

### ● インフルエンザ予防接種事業

9月からインフルエンザの予防接種の申込受付が開始されました。
本人のみならず、家族、勤務先関係者など身近な人への感染・重症化予防や医療費負担の軽減にもつながります。

【実施概要】
▶ 対　象　者：被保険者・被扶養者
▶ 期　　間：申込受付開始：令和3年9月1日～
　　実　施　期　間：令和3年10月1日～令和4年3月末日
▶ 実 施 方 法：指定医療機関または集合会場での接種
▶ 自己負担額：**3,960円（税込）**以下

### ● 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品と健康関連商品を特別価格にてご案内いたします。
お求めやすい特別価格となっておりますので、この機会に是非ご活用ください。

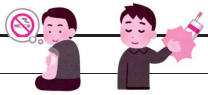
| | |
|---|---|
| 申込方法 | 添付いたしました商品一覧から希望する商品を選び、専用申込書（またはFAX）でお申し込みください。<br>※代金は振込用紙（商品同封）にてお支払いください。 |
| 申込時期 | **令和3年10月1日～令和3年12月10日** |

### ● スポーツクラブルネサンス秋キャンペーン

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、**秋キャンペーン（令和3年10月1日から令和3年12月２６日まで）**を実施しています。
オトクにスタートできるキャンペーンですので、体力づくりにご活用ください。
詳細は、別添チラシをご覧ください。

### ● フォローアップ型禁煙サポート事業

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。禁煙が継続できるよう専門の薬剤師がサポートしますので、禁煙成功に向けて取り組んでください。



| | |
|---|---|
| 対象者 | 禁煙外来を受けていない被保険者 |
| 実施期間 | 令和3年4月1日から令和4年3月31日 |
| 補助内容 | **ニコチネルパッチ6週間分（18,000円相当）を無償で支給**（1年度に1回） |

〇令和２年度の禁煙申込状況について
令和２年度中に申し込みいただいた方のうち、約57％の方が禁煙達成し、約16%の方は、喫煙本数の減少に成功しました。

| 申込者数 | 禁煙達成者 | 本数減少 | 失敗 | その他（資格喪失等） |
|---|---|---|---|---|
| 68名 | 39名 | 11名 | 15名 | 3名 |

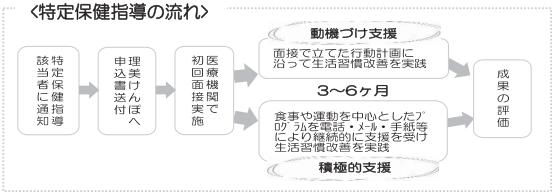
## ● 特定健診・特定保健指導を受診しましょう

### 特定健診とは

40歳以上のご家族を対象とした生活習慣病予備軍といわれる“メタボリックシンドローム”（内臓脂肪症候郡）に着目した健診です。（毎年6月頃に無料受診券を配布しています）
生活習慣病といわれる糖尿病や高血圧症、脂質異常症は、最初は症状がなくても心筋梗塞、脳卒中などの重大な病気につながり、生活の質の低下や医療費の増大を招きます。
生活習慣病は、日本人の死亡原因の6割を占めており、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、生活習慣病を予防することができます。

### 特定保健指導とは

特定健診の結果より生活習慣病の発症リスクの高い方には、専門スタッフ（保健師・栄養士など）が生活習慣を見直すサポートを無料で実施しています。
事業所の福利厚生として特定保健指導を活用いただくことにより、労働生産性の向上や人材育成リスクの軽減につながります是非、積極的にご活用ください。




### 特定保健指導を受けないとどうなる？

理美けんぽの特定保健指導受診率は低い状況です。特定保健指導の実施率の低い健保組合は、後期高齢者支援金の加算（ペナルティー）が課され、組合の財政・運営に大きな影響をあたえ、健康保険料の負担額増加につながります。
特定保健指導に該当された方は、必ず参加いただきますようご協力をお願いいたします。

### 特定保健指導受診の特典

特定保健指導の申込後、初回の面談をされた方全員に**Quoカード2,000円分**、その後継続支援を終了された方は、更に**Quoカード3,000円分**を進呈いたします。是非、積極的にご参加ください。

## ● 受けていますか？ がん検診

日本では、2人に1人が“がん”になり、3人に1人が“がん”で亡くなっています。
しかし、“がん”が不治の病と言われたのは、昔のことで、現在では定期的にがん検診を受けることが早期発見・早期治療でその多くが治るようになりました。
お住まいの市町村では、健康増進法に基づいてがん検診を実施しています。ほとんどの市町村では、がん検診の費用の多くを公費で負担しており、一部の自己負担でがん検診を受けることができます。詳しくは、市町村にご確認ください。
まずは、自分の体をきちんと知ることが健康維持の第一歩です。

| がん検診の種類 | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 胃がん | 大腸がん | 肺がん | 乳がん | 子宮頸がん |

肺がん・大腸がん検診は年に1回、胃がん・子宮頸がん検診は2年に1回受けましょう。
日本人のがんによる死亡率第1位は肺がん、第2位は大腸がんです。いずれのがんも定期的に検診を受ければ早期発見が可能です。

## ● 上手に医療機関にかかりましょう

コンビニに出かけるような軽い気持ちで、夜間や休日の時間外に病院を受診していませんか？
また、なんとなく大きい病院のほうが安心という理由で大病院を選んでいませんか？
そのような医療機関のかかり方をすると、待ち時間が長くなったり、医療費が高くなったりするなど、多くのデメリットがあります。夜間や休日に受診できる医療機関の探し方や、お子さんが急に体調を崩した場合の電話相談窓口などを活用し、上手に医療機関にかかりましょう。

### 気軽に相談できる「かかりつけ医」をもちましょう

地域の診療所の中で「かかりつけ医」を決めておきましょう。「かかりつけ医」がいると、体調の変化で気になることを気軽に相談できたり、新たな病気にかかったときも、体質や過去の病歴などに照らして診療してもらえます。

### 時間外診療は控えましょう

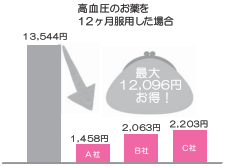
休日や夜間に受診すると追加の費用がかかります。また、日中とは診療体制も異なり、検査なども十分にできないことがあります。やむを得ない場合を除き、時間外受診は控えましょう。

### はしご受診はやめましょう

病気やケガの治療中に自己判断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、大きな無駄につながります。

### ジェネリック医薬品に切り替えましょう

ジェネリック医薬品とは、特許が切れた新薬と同じ成分で製造された薬です。開発費がかからない分、値段を安くできるため、ジェネリック医薬品を使用すれば、ほぼ同じ効き目で薬代を節約できる場合があります。お使いの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。




参照：日本ジェネリック医薬品学会「かんじゃさんの薬箱」

### 医療費控除の申告を忘れずに

医療費控除は、1世帯で1年間に支払った医療費が10万円（または年間所得の5%の少ないほう）を超えるとき、上限200万円まで課税所得額から控除され、確定申告すると税金の還付が受けられる制度です。また、通院のための交通費や治療に必要なセルフメディケーション税制の対象となるOTC薬品の購入も対象になります。

**「セルフメディケーション」とは**

普段から健康管理を心がけ、正しい知識により市販薬を活用しながら自身の健康を保つことです。セルフメディケーション税制の対象となる市販薬には、下記マークがついています。
（マークがついていないものもあるので、詳しくは薬局などで確認してください）

セルフメディケーション 税 控除 対象

**時間外の子どもの症状は ☎#8000へ**

**時間外の急病は ☎#7119へ**

平日日中のお困りごとは、利用されている病院の「相談窓口」へ

**◎過度な受診控えは健康リスクを高めます。コロナ禍でも必要な受診はしましょう。**

## ● 健康保険を使って接骨院・整骨院にかかるとき

接骨院・整骨院で健康保険が使える治療（施術）は、外傷性に限り健康保険が使えます。
正しいかかり方を理解して適正な受診をしましょう。

| 健康保険の対象となる場合 | 健康保険の対象とならない場合 |
|---|---|
| **外傷性が明らかなケガ**<br>**・骨折・不全骨折・脱臼**<br>（応急手当する場合以外は医師の同意が必要）<br>**・捻挫・打撲・挫傷（肉離れ等）**<br>（病院と重複受診しての使用は不可） | ・単なる肩こり、筋肉疲労<br>・慰安目的のあんま・マッサージ代わりの利用<br>・病気（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど）からくる痛み・こり<br>・脳疾患後遺症などの慢性病<br>・過去の交通事故による後遺症<br>・症状の改善が見られない長期治療<br>・医師の同意のない骨折や脱臼の治療（応急処置を除く）<br>・仕事中や通勤途上におきた負傷 |

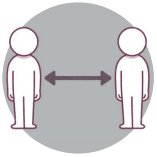
**◎けんぽから治療内容を確認させていただく場合があります**

接骨院・整骨院による健康保険の対象とならない施術の請求や架空請求・水増し請求といった不適正な請求が一部見受けられます。接骨院・整骨院にかかった際は、受診の記録や領収書等を大切に保管いただき、けんぽから照会がありましたらご自身で回答できるようご協力お願いいたします。（照会時期は手続き上、施術日から数か月後になります）

## ● 新型コロナウイルス感染症

世界的大流行となった新型コロナウイルス感染症は、いまだに収まることはなく、感染力が強い変異株への置き換わりが急速に進み新たな脅威となっています。
自分のため、みんなのため、そして大切な人のために、私たち一人ひとりができることをしっかりしていくことが感染拡大防止につながり、私たちの未来をつくります。

### ゼロ密を目指しましょう～1つの密でも避けましょう～



密接しない

密集しない

密閉しない

**人と会うときは**

- 人と十分な距離を保つ！
- 混雑している場所や時間を避ける！
- オンラインの利用や時差出勤を！
- 屋外でも密接、密集を避ける！

**飲食するときは**

- 少人数・短時間で大声は避けて！
- ガイドラインを守ったお店で！
  （アクリル板の設置、消毒、換気の徹底など）
- テイクアウトやデリバリーも！

### 手洗いのすすめ

**水とハンドソープでウイルスは減らせます！**

**手洗いの5つのタイミング**

## ● こころのケア～メンタルヘルス支援サービスのご案内～

新型コロナウイルス感染症の蔓延とその対策の影響を受けて、仕事や生活に不安やストレスを感じている方も少なくないと思います。理美けんぽでは、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。皆さまの心の安定に少しでもお役にたてれば幸いです。

**〈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

**〈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）」にご協力ください

理美けんぽでは、今年度も「被扶養者調査（検認）」を実施いたします。
これは、保険料負担のないご家族の方（被扶養者）が引き続き扶養の認定条件を満たされているかを確認する調査です。被扶養者の医療費や給付金は、皆さまにお納めいただいている保険料から補っており、扶養の認定条件を満たさない被扶養者が加入していることは、国に納める支援金の負担や医療費の負担増など、健保組合の財政を圧迫し、将来的には保険料負担の増加につながりかねません。
昨年度実施の同調査では、対象者5,875名のうち約4.3%（254名）が扶養の要件を満たしていないことが判明しました。
健全な健保組合運営のため、今年度もご理解・ご協力のほどお願い申し上げます。

**【令和３年度対象者】**
**平成 19 年 4 月 1 日から令和 2 年 12 月 31 日の間に被扶養者認定された方**
（該当の方へ 10 月以降送付いたします）

**【提出書類および注意点】**
・健康保険被扶養者調査票
・令和３年度の所得証明書（満 18 歳以上の方）
・別居扶養（子・配偶者以外）の場合は、直近３ヶ分の送金証明書
◎被扶養者の状況によって追加で書類をご提出いただく場合がございます。
※提出期限までに書類をご提出いただけない場合は、被扶養者資格を喪失することとなりますのでご注意ください。

## ～令和4年1月からの健康保険法改正について～

### ● 任意継続被保険者制度が見直されます

任意継続被保険者の保険料の算定基礎を、現在の「①退職時の標準報酬月額、または②全被保険者の平均の標準報酬月額のうち、いずれか低い額」から退職時の標準報酬月額で保険料を算定することに変更されます。
また、任意継続被保険者の脱退は、「2年経過」や「75歳到達」、「保険料の未納」などの理由しか認められていませんでしたが、被保険者の任意脱退も可能となります。

### ● 傷病手当金の支給期間が通算化されます

傷病手当金について、出勤に伴い不支給となった期間がある場合、その分の期間を延長して支給を受けられるよう、支給期間の通算化を行います。

**健康保険における傷病手当金の支給期間**
⇒支給開始から１年６ヶ月を超えない期間まで支給
（１年６ヶ月後に同じ疾病が生じた場合は不支給）

参考：医療保険部会資料より（一部加工）

**共済組合における傷病手当金の支給期間**
⇒支給期間を通算して１年６ヶ月の期間まで支給
（延長される期限に限度はない）

理美けんぽ通信 2021年秋号（2021年10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（祝日除く）　9：00～15：00
ホームページ：http://www.ribi-kenpo.com/（パソコン・スマホ共通）