

兵庫県運輸業 健保だより

2017
夏号
No.141

あなたの健康づくりを応援します



主な記事

- 制度改正について 2
- マイナンバー提出のご協力のお願い 3
- 夏期プール・海の家施設開設のご案内 5
- 特定健診受診の注意点 7

ご家庭にお持ち帰りのうえ、皆さまでお読みください

70歳以上の人

高額療養費の自己負担限度額の見直し

世代間の負担の公平性や能力に応じた費用負担とするために、70歳以上の人の高額療養費の自己負担限度額が見直されます。見直しは**平成29年8月から平成30年8月からの2段階に分けて**行われます。

70歳以上75歳未満の人の高額療養費の自己負担限度額

平成29年7月まで	所得区分	1カ月の自己負担限度額	
		外来・個人ごと	入院・世帯
現役並み所得者 (標準報酬月額28万円以上)	44,400円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% [多数該当 44,400円]	
一般 (標準報酬月額26万円以下)	12,000円	44,400円	
低所得Ⅱ (住民税非課税・年金収入80万円~160万円)	8,000円	24,600円	
低所得Ⅰ (住民税非課税・年金収入80万円以下)		15,000円	

平成29年8月から 平成30年7月まで	所得区分	1カ月の自己負担限度額	
		外来・個人ごと	入院・世帯
現役並み所得者 (標準報酬月額28万円以上)	57,600円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% [多数該当 44,400円]	
一般 (標準報酬月額26万円以下)	14,000円 (年間上限144,000円)	57,600円 [多数該当 44,400円]	
低所得Ⅱ (住民税非課税・年金収入80万円~160万円)	8,000円	24,600円	
低所得Ⅰ (住民税非課税・年金収入80万円以下)		15,000円	

平成30年8月以降	所得区分	1カ月の自己負担限度額	
		外来・個人ごと	入院・世帯
標準報酬月額83万円以上	252,600円+(総医療費-842,000円)×1% [多数該当 140,100円]	区分の見直し	
標準報酬月額53万円~ 標準報酬月額79万円	167,400円+(総医療費-558,000円)×1% [多数該当 93,000円]		
標準報酬月額28万円~ 標準報酬月額50万円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% [多数該当 44,400円]		
一般 (標準報酬月額26万円以下)	18,000円 (年間上限144,000円)	57,600円 [多数該当 44,400円]	
低所得Ⅱ (住民税非課税・年金収入80万円~160万円)	8,000円	24,600円	
低所得Ⅰ (住民税非課税・年金収入80万円以下)		15,000円	

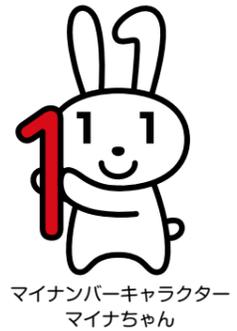
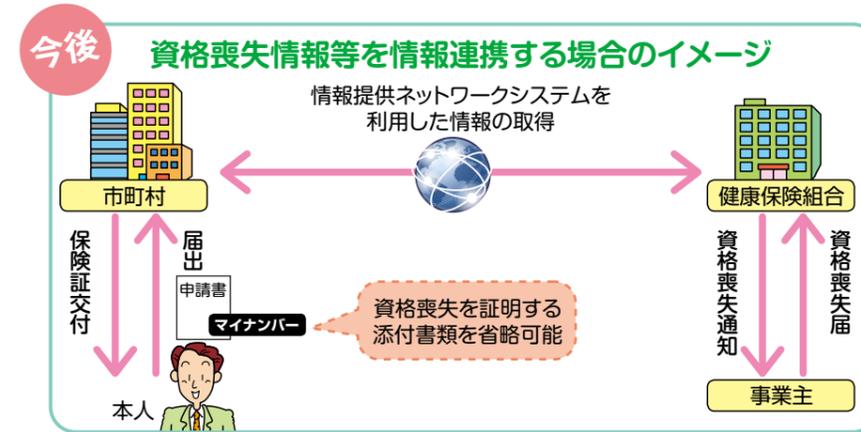
マイナンバーの運用が始まりました

加入員の皆さまには「個人番号(マイナンバー)」の収集にあたり、格別のご理解とご協力をいただきありがとうございました。運用テストが終了し、7月から「マイナンバー」の運用が始まりました。

個人番号利用事務実施者として、「マイナンバー」を利用して、「番号法」に規定されている健康保険の事務に必要な限度で国や地方公共団体等と情報連携を行います。国等の他機関から特定個人情報の提供の求めがあった場合には、同法の規定により提供することが義務づけられています。

このため、まだ、「マイナンバー」をご提出いただいていない加入員様には、勤務先を通じて、至急、ご提出いただきますようお願いいたします。

「マイナンバー」の提出がない場合で個人番号利用事務処理の必要が生じたときは、「住民基本台帳法」の規定に基づき、住民基本台帳ネットワーク(住基ネット)経由で収集いたしますので、ご了承くださいませようお願いいたします。



●制度の詳細については内閣官房のWEBサイトをご覧ください。

マイナンバー社会保障・税番号制度 [検索](#)

健康保険に関するよくあるQ&A

療養費

Q 療養費が受けられるときは、どのようなときですか。

A やむを得ない事情で、保険医療機関で保険診療を受けることが困難なときなどの特別な場合に療養費が支給されます。

※次のようなときが、「保険診療を受けることが困難なとき」になります。

- 事業主が資格取得届の手続き中で被保険者証が未交付のため、保険診療を受けられなかった場合
- 「付近に保険医療機関がない」、「特殊な診療を必要とし、付近の保険医療機関でこれを行うことができないため、その診療が可能な最寄りの非保険医療機関で診療を受けた」等で、保険者が客観的判断により認められた場合

Q マッサージ、はり、きゅうを受けたとき療養費は支給されますか。

A 特殊な疾病や症状のため、保険医療機関で通常行う治療を行っても、なお効果が得られず、はり師、灸師等の施術によれば相当の効果が期待できるものとして、保険医の同意により、保険者がその必要性を認めたときは支給されます。

海外療養費

Q 海外旅行中に現地の医療機関で診療を受けた場合、療養費は支給されますか。

A 海外旅行、海外赴任等は問わず、日本国内で保険診療として認められている医療行為は支給されます。ただし、美容整形やインプラントなど、日本国内で保険適用となっていない医療行為や薬が使用された場合は支給されません。

Q 治療を目的として海外で診療を受けたとき、療養費は支給されますか。

A 療養(治療)を目的で海外へ出向き診療を受けた場合は、支給の対象とはなりません。

接骨院・整骨院は 病院ではありません!

原則
**全額
自己負担**

医師の治療と異なり、原則として健康保険は使えません。

健康保険が使えないケース (全額自己負担になります)

日常生活からくる
疲労・肩こり・腰痛・体調不良

スポーツによる
筋肉疲労・筋肉痛

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

脳疾患
後遺症などの
慢性病

過去の交通事故等による
後遺症

慰安目的の
**あん摩・マッサージ
代替の利用**

原則として同一負傷に対して
**同期間に保険医療機関などで診察を
うけている場合**

症状の改善の
みられない
長期の治療

医師の同意のない
**骨折や脱臼の治療
(応急処置を除く)**

原則として仕事中や
通勤途上におきた
負傷

ご注意ください!!
以上の場合、「健康保険が使える」と説明を受け整骨院・接骨院を受診されても、その治療費は、全額または一部を自己負担していただくことがあります。
その場合、後日整骨院から請求されるか、もしくは健康保険組合から請求させていただくことになります。

健康保険が使えるケース

- 柔道整復師(整骨院・接骨院)で、健康保険が使えるのは、急性などの外傷性の打撲・捻挫および挫傷(肉離れなど)・骨折・脱臼です。
※骨折・脱臼については医師の同意が必要です。
※健康保険が使えないケースがありますので(応急処置を除く)注意してください。



ジェネリック医薬品にすると、こんなにお得に!

CASE 1 糖尿病の人の場合
食後の血糖値の上昇を抑える薬
(ベイスン錠0.2mgを1日3錠)

59% OFF

▼1年間の自己負担額(3割)

新薬 1錠の価格 **35.0円**
ジェネリック医薬品 **14.5円**

11,498円
↓
4,763円
6,735円も
お得!

》》そこが知りたい**ジェネリック!**

- Q 勝手に変更して大丈夫ですか?**
- A** 変更できる・できないは処方せんに記載されています

Point!
治療上の理由などでジェネリックに変更できない場合もあります。調剤する薬剤師は処方せんで変更できないことがわかります。

CASE 2 高血圧の人の場合
血圧を上げる物質の生成を抑える薬
(レニベース錠10mgを1日1錠)

83% OFF

▼1年間の自己負担額(3割)

新薬 1錠の価格 **122.7円**
ジェネリック医薬品 **21.2円**

13,436円
↓
2,321円
11,115円も
お得!

- Q 効果・安全性に違いはありませんか?**
- A** 効果と安全性を確かめるために、しっかりと検査されています

Point!
薬事法に基づいた検査により、新薬と同等の効果があることが確認されなければ、ジェネリック医薬品として製造できません。

- Q どのお薬も変更できますか?**
- A** 在庫がないなど変更できないこともあります

Point!
薬局によって対応する在庫がないことがあります。また、特許期間中のため、ジェネリック医薬品がまだ製造されていない場合があります。

夏期(プール・海の家)施設を開設しました

加入員の皆さまの健康保持増進と体力の向上に努めていただくため、下記施設と利用契約を結びました。

利用券は、当組合で用意していますので、事業所を通じてお申し込みください。(任意継続被保険者は、ホームページから利用申込書をダウンロードのうえ、直接、当組合へ申し込んでください。ただし、各施設合わせて20枚を限度とします。)

なお、使用されなかった場合、返金できませんのでご了承ください。



尼崎スポーツの森 ウォーターパーク「アマラゴ」

場所: 尼崎市扇町43 電話: (06)6412-1639

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人	1,300円	850円	7月8日(土)~9月10日(日)	9:00~17:30 ※ただし、7月21日(金)~8月31日(木)は18:30終業
中高生	800円	500円		
小学生	700円	450円		

リゾ鳴尾浜

場所: 西宮市鳴尾浜3-13 電話: (0798)42-2161

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人(高校生以上)	1,750円	1,100円	7月1日(土)~9月10日(日) ※ただし、7月5日、7月12日、9月6日は休館	10:00~22:00 ※ただし、夏休み期間中の日、祝、及び8月12日(土)、8月14日(月)~8月16日(水)は9:30から営業
中学生	1,340円	800円		
小人 小学生	1,030円	550円		
幼児(3~6才)	720円			

デカパトスプール

場所: 神戸市東灘区向洋町中8丁目1 電話: (078)857-1170

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人	1,400円	900円	7月8日(土)~9月10日(日) ※ただし、9月4日~8日は休館	◎7月8日(土)~7月21日(金)及び9月1日(金)~9月10日(日) 10:00~17:00 ◎7月22日(土)~8月31日(木) 10:00~17:30
中高生	900円	550円		
小学生	700円	400円		
幼児(4才以上)	400円	200円		

浜の宮市民プール

場所: 加古川市尾上町口里817 電話: (079)424-6635

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人	600円	400円	7月1日(土)~8月31日(木) ※ただし、7月3日~7日は休館	10:00~18:00
小人(3才~小学生)	300円	200円		

姫路セントラルパーク

場所: 姫路市豊富町神谷436-1 電話: (079)264-1611

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人(中学生以上)	3,500円	1,800円	7月15日(土)~9月3日(日) ※入園引換券は期間中のみ有効	9:30~17:30 ※期間中の土曜・日曜、祝日は9:30~18:00 8月11日(金)~8月15日(火)は9:00~18:00
子供(小学生)	2,000円	1,100円		
幼児(3才~小学生未満)	1,200円	600円		

姫路市民プール

場所: 姫路市西延末(ひめじ手柄山遊園内) 電話: (079)296-0503

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人(中学生以上)	1,100円	700円	7月1日(土)~9月3日(日)	9:30~18:00
小人(4才~小学生)	500円	300円		

須磨・海の家

場所: 神戸市須磨区須磨浦通1丁目 電話: 078-732-5980(西海岸) / 090-3490-1321(東海岸)

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人(中学生以上)	1,000円	600円	7月1日(土)~8月31日(木)	9:00~19:00
小人(3才~小学生)	500円	300円		

的形海水浴場

場所: 姫路市の形町の形1718 電話: 0120-559-939

	一般料金	利用者負担	営業期間	営業時間
大人(中学生以上)	800円	500円	7月1日(土)~8月31日(木)	8:00~17:00
小人(4才~小学生)	500円	300円		

歯を失って…

口から老化するのを防ぐために

免疫力を高める生活に
 歯周病も細菌による感染症ですから免疫力が重要です。規則正しい生活に加えて禁煙を。細菌を増やさないために細菌のエサになる糖分は控えめに。

ブラッシングでプラークを減らす
 雑な3回より丁寧な1回が効果的。歯間ブラシやデンタルフロスも活用してすみずみまできれいに。特に大事なのは寝る前です。

よくかんで唾液を増やす
 だ液は細菌の増殖を防ぎ、口と歯を守ります。よくかんで食べることでだ液の分泌を増やしましょう。しっかりかめるように悪い姿勢の見直しも。

口腔歯科健診のご案内

平成29年度より当組合人間ドック契約施設「公益財団法人兵庫県健康財団」の人間ドックに口腔健診が追加されました。
 費用は人間ドック契約料金で受けられますのでこの機会にぜひ受診しましょう。

実施日 毎週、月曜日・水曜日

口腔健診の内容 診察、パノラマ撮影（歯のX線撮影）、唾液潜血検査、口臭テスト、予防的歯石除去、ブラッシング指導、歯の健康相談
 ※人間ドックの結果を合わせた、総合的な保健指導も受けられます。

お問い合わせ、ご予約は **公益財団法人兵庫県健康財団**
 施設業務課 **078-579-3400** (平日8:45~17:00)

健康教室及び平成29年算定基礎事務説明会を開催しました。

去る6月19日(月)、神戸市産業振興センターにおいて、健康教室及び算定基礎届等事務説明会を開催しました。

健康教室では「ロコモ予防と健康寿命」と題し、公益財団法人兵庫県健康財団の山口一仁健康運動指導専門員から実技を交えた講演を受けました。



事務監査を実施しました。

去る6月21日(水)兵庫県運輸業健保会館3階会議室において、平成28年度における組合運営、庶務、業務全般について、当組合監事による事務監査を実施しました。

その結果、諸帳簿、証憑書類の取扱い、財産の保有管理状況は適正であって、公正に事務が執行されていることの講評をいただきました。

平成29年度 特定健診について

40歳以上の被扶養者の皆さまに本年度の特定健診のご案内を事業所を通じて送付しておりますが、本年度より、従来の受診方法に加え、京都工場保健会の健診を実施いたします。

受診券送付時にご案内しておりますが、多くの方からお問い合わせがありましたので、再度受診の方法についてご案内いたします。ぜひ、ご自身の健康管理のため、受診していただきますようお願いいたします。

注) 今年度の特定健診の受診には、従来から実施しています①最寄りの健診機関(特定健診実施医療機関)で受診する方法と、②京都工場保健会が実施する健診車による巡回型家族健診の2通りの方法があります。

- ① 特定健診実施医療機関で受診する際には、特定健診受診券を提示のうえ、受診してください。
- ② 京都工場保健会が実施する各施設で受診する際には、特定健診受診券は必要ありませんが、受診券案内時に同封した申込書に記入のうえ、京都工場保健会へ事前の申し込みが必要となります。

※京都工場保健会が実施する健診は、県内数十か所で健診車による女性専用巡回型家族健診です。どの施設で受診できるかは特定健診受診券ご案内時の資料をご確認ください。

※受診する際には、①、②どちらの方法で受診するか選択していただき、受診してください。

※従来どおり医療機関でも受診できます!!

兵庫県運輸業健康保険組合 各課からのお願い

庶務課

「特定健診」+「がん検診」=「安心」

家族のため、自分自身のためにがんばっているあなた。そんな日々の暮らしを支えているのが、あなたの健康です。話題の健康法や美容法を試す前に、何より大切なのが健診（検診）を受けることです。「特定健診」と「がん検診」を受けて、輝き続けるための第一歩を踏み出しましょう。



適用課

健康保険証の取り扱いについて

退職や扶養家族の抹消などで資格がなくなった健康保険証はすみやかに事業主に返納しましょう。最近、事業主への健康保険証の返納が遅れるケースが目立っています。よろしくご協力をお願いします。資格がなくなった健康保険証で治療を受けられた場合、健康保険負担分の治療費は全額返還いただくこととなりますのでご注意ください。

健康保険証を使用できるのは…

「被保険者は退職の日まで、扶養家族は抹消の日の前日まで」です。

給付課

第三者行為による傷病届等について

第三者の加害行為によるけがや病気とは、一般的には「交通事故」をまず考えられると思いますが、けんかによるけが、他人の犬に咬まれた、食中毒、なども該当しますので、健康保険で治療を受けるときは「第三者行為による傷病届」を提出してください。



「示談」について

めんどくさいなどの理由で、その場の流れでの安易な示談はおやめください。示談を行う場合は、事前に必ず健康保険組合に相談（連絡）ください。

審査課

薬をもらうときは、おくすり手帳を忘れずに!

「お薬手帳」は、医療機関で処方された薬の情報を記録しておく手帳です。薬の重複投与などによるトラブルを防ぐ目的がありますので、医療機関や調剤薬局にいくときは、必ずお薬手帳を提示しましょう。

※お薬手帳を提示すると、自己負担が安くなる場合があります。



兵庫県運輸業健康保険組合のホームページ
<http://www.hyogo-unyu-kenpo.or.jp/>