

## 健康保険の予算総額 57億7,518万円

(1万円未満四捨五入)

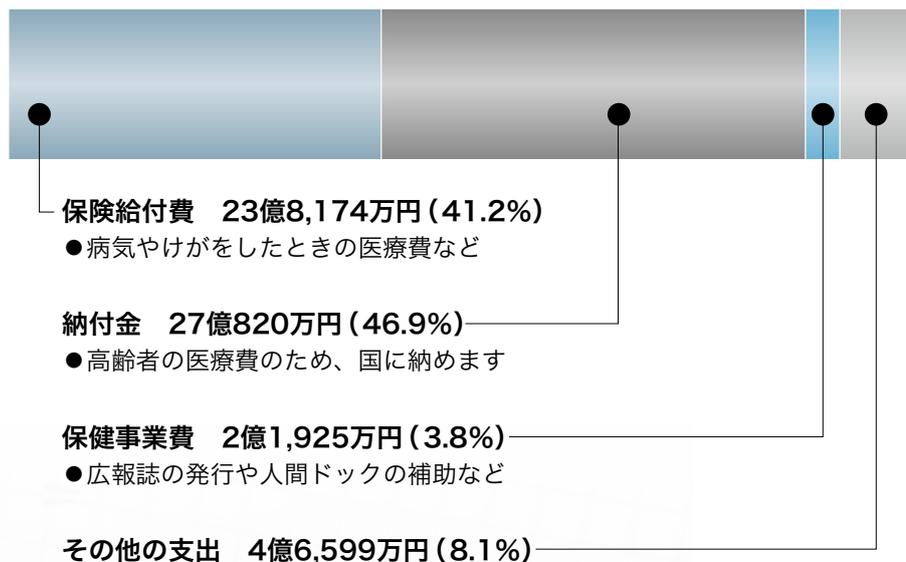
**収入** 合計 57億7,518万円



● 保険料 56億円 (97.0%)  
● みなさまと会社に納めていただきます

● その他の収入 1億7,518万円 (3.0%)

**支出** 合計 57億7,518万円



● 保険給付費 23億8,174万円 (41.2%)  
● 病気やけがをしたときの医療費など

● 納付金 27億820万円 (46.9%)  
● 高齢者の医療費のため、国に納めます

● 保健事業費 2億1,925万円 (3.8%)  
● 広報誌の発行や人間ドックの補助など

● その他の支出 4億6,599万円 (8.1%)

# 厳しい健保財政が続き、 保険料率を改定

平成28年2月25日、第201回組合会が開催され、森永健康保険組合の予算案が承認されました。今年度の予算は、保険料収入だけで保険給付費(医療費)と義務的経費の納付金(高齢者医療への拠出金)をまかなえないため、28年度は保険料率を改定し、黒字となりました。



予算のポイント

健康保険

- 被保険者数10,500人(前年度比50人減少)、標準報酬月額35万1,580円(同約4,300円アップ)等を基礎数値とした。
- 保険料収入は保険料率改定により、同約8億9,400万円増加の見込み。
- 保険給付費は前年度実績見込みの1%増加を見込む。
- 納付金は総額で同約2億3,210万円増加。保険料収入の48%相当に。
- 保健事業費は各事業の見直しにより同約1,000万円減少。

介護保険

- 介護納付金が約5,700万円増加し、支出予定額を充足する保険料収入が見込めないため、準備金で補てんし、介護保険料率は1000分の14を維持。



介護保険の予算総額 5億1,715万円

(1万円未満四捨五入)

収入 合計 5億1,715万円

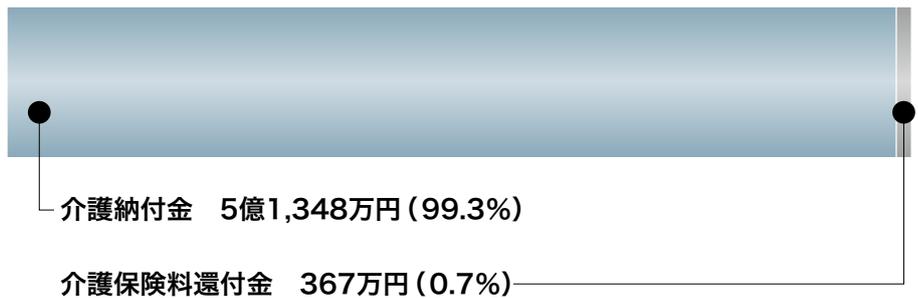


介護保険収入 4億7,599万円 (92.0%)

●40歳以上65歳未満のみなさまと事業主に納めていただきます

繰越金、繰入金 4,116万円 (8.0%)

支出 合計 5億1,715万円



介護納付金 5億1,348万円 (99.3%)

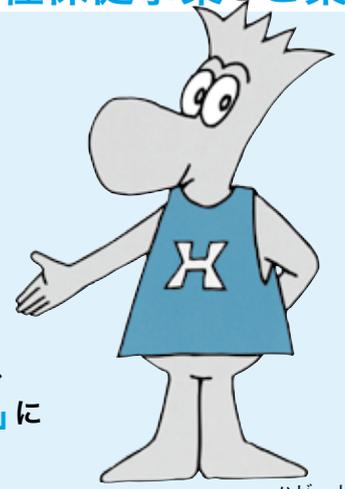
介護保険料還付金 367万円 (0.7%)

平成28年度の保険料率(%)

	一般保険料率			調整 保険料率	小計	介護 保険料率 (40歳以上)
		基本 保険料率 (再掲)	特定 保険料率 (再掲)			
事業主	58.195	30.430	27.765	0.805	59.0	7.00
被保険者	38.505	20.134	18.371	0.495	39.0	7.00
計	96.700	50.564	46.136	1.300	98.0	14.00

# 皆様の健康づくりを 応援しています！

当健保組合では、平成28年度の健康づくり事業を次のとおり実施いたします。  
引き続き「ハビット」を中心に、  
疾病の第一次予防として生活習慣の改善による「生活習慣病の予防」と、  
第二次予防として人間ドック・脳ドックによる「早期発見と早期治療」に  
重点を置いて展開してまいります。



ハビット

## 森永健保の7大保健事業

### 1 特定健診・特定保健指導

① 40歳以上75歳未満の被扶養者を対象に、最寄りの医療機関を利用して特定健診を実施します

(被保険者は会社の法定健診および人間ドックデータで代用することになります)。

② 特定保健指導については、対象となる方のうち希望者に対して実施します。



※特定健診・特定保健指導の詳細は10～11ページをご覧ください。

### 2 レディース健診

① 被扶養者の健診受診率向上のため実施する健診です。

② 40歳以上75歳未満の被扶養者を対象に各地域で実施します(特定健診のご案内に同封します)。



### 3 データヘルス計画

① 「健康モリナガ21」第二ステージを中心に取り組みます。

② 各健診等の結果を踏まえ、受診勧奨のフォローを実施します。

### 4 保健指導宣伝事業

① 広報誌「けんぼモリナガ」の配布(年2回発行、定期2回)

きめ細かな情報を提供していきます。

② 健康づくり運動「健康モリナガ21」の推進

- (1) ポスター(改訂版)を作成し、運動の啓発を図ります。
- (2) 事業主主催の「健康づくり教育」実施の促進(随時)
- (3) 第15回生活習慣改善プラン「ハビット」の実施(9月～11月)

これまでどおり全員参加の取り組みとします。

④ 「ハローエンゼル健康相談」(電話による健康相談)の継続実施(通年)

⑤ 禁煙外来による補助(最大1万円補助・14～15ページ参照)

⑥ 育児雑誌の配布(第一子出産者のみを対象として継続実施)

③ 「ジェネリック医薬品差額通知」を実施  
引き続き該当者の方へご案内します。



## 本年度 の 特徴

- 1 特定健診・特定保健指導を継続実施します(データヘルス計画を含みます)。  
40歳以上75歳未満の被保険者・被扶養者が対象です。
- 2 レディース健診を実施します。  
40歳以上75歳未満の被扶養者が対象です。
- 3 広報誌『けんぽモリナガ』を年2回発行(定期2回)します。
- 4 「ホームページ」の拡充を図ります。  
当健保組合の事業内容周知強化ならびに申請書等の提供サービスを実施します。
- 5 生活習慣改善キャンペーン「ハビット」を継続実施します。  
参加率向上を目指します。
- 6 「人間ドック・脳ドック」「郵送健診(メタボリックシンドローム・生活習慣病、大腸がん検査、子宮頸がん検査他)」を強化的に継続実施します。
- 7 「ハローエンゼル健康相談」(電話による健康相談)を継続実施します。

## 5 疾病予防事業

### 1 人間ドック(日帰りドック)の実施

(年1回・4月～平成29年2月)

本人・家族とも30歳から受診できます。



★健保組合への人間ドック利用申し込みについては、当健保組合ホームページからお願いします。

★受診期間は、4月から翌年2月までですが、できるだけ12月頃までに受診するようにしてください(3月は受診できません)。

★利用料金(受診者負担割合)  
日帰りドック契約料金の30%

### 2 脳ドックの実施(オプション)

本人・家族とも40歳以上5歳刻みごと(40・45・50・55・60・65歳)に該当する方が受診対象者となります(11ページ参照)。

★人間ドックとのセット受診となり、脳ドックのみの受診はできません。

★利用料金(受診者負担割合)  
脳ドック契約料金の50%

3 郵送健診(メタボリックシンドローム・生活習慣病、大腸がん検査、子宮頸がん検査他)の実施(5月～7月・健診費用は無料)  
家族で28年度に人間ドックを受診されない方が対象となります。

★申込者のご自宅に健診用キットが届くので、その検体を宅配便で返送してください。後日、結果がご自宅に届けられます。

★検査内容は、封入のリーフレットでご確認ください。

※本年度は無料歯科健診を中止しました。

## 6 福祉事業(通年)

### 1 介護機器の購入・レンタル費用の補助

在宅で介護を必要とする高齢者および介護をする家族を経済的に支援する制度です。介護ベッド、車椅子等の在宅介護機器用品の購入・レンタル費用の補助として、年間10万円を限度に、購入価格またはレンタル価格の50%を補助します。

### 2 高額医療費にかかわる資金の貸付

傷病により思わぬ高額な医療費が発生した場合、医療費の一部を無利子で貸し付けます。貸付額は高額療養費見込額の9割です。

### 3 出産費にかかわる資金の貸付

出産にかかわる当座の資金として\*42万円を無利子で貸し付けする制度です。  
\*産科医療補償制度に加入していない医療機関で出産した場合は40万4千円です。

## 7 家庭常備薬の斡旋

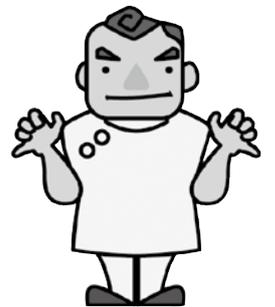
(年2回、5月～7月・9月～11月)

従来行っている家庭常備薬の特価斡旋を、引き続き行います。本誌封入のリーフレットをご確認ください。

正しく  
かかろう！

はり・きゅう、マッサージ

# 柔道整復師、はり・きゅう師等にかかる方へ



## 整骨院・接骨院

整骨院や接骨院は保険医療機関ではありません。「健康保険が使えます」と表示があっても、病院や診療所での治療とは取り扱いが異なり、健康保険が使える範囲は限られています。利用する前に、けがや痛みの原因が健康保険が使えるケースであるかどうかを確認しましょう。

全額  
自己負担と  
なります

## はり・きゅう、マッサージ

はり・きゅう、マッサージ等の施術を健康保険で受ける時も、一定の症状があり医師が認めた場合に限り、次の疾患や症状で健康保険が使えます。

### はり・きゅうの対象疾患

- 神経痛
- リウマチ
- 腰痛症
- 五十肩
- 頸腕症候群
- 頸椎捻挫後遺症

### マッサージの対象症状

- 筋麻痺、関節拘縮等、医療上マッサージを必要とする症状

### 施術を受けるときのチェックポイント

□ いつ・どこで・何をして・どんな症状があるのかを正確に伝えましょう。

\* 負傷原因が骨折・脱臼・打撲・捻挫・挫傷以外の場合や、仕事または通勤途上の負傷には、健康保険が使えません。また、交通事故による負傷の際は、当健保組合に連絡してください。

□ 「療養費支給申請書」の負傷名、日数、金額をよく確認してから、署名または捺印しましょう。

□ 施術が長期にわたる場合、内科的要因も考えられますので、医師の診断を受けましょう。

## 健康保険が使えない場合

- \* 単なる（疲労性・慢性的な要因からくる）肩こりや筋肉疲労
- \* 脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善のみられない長期の施術
- \* 保険医療機関（病院、診療所など）で同じ負傷等を治療中のもの
- \* 労災保険が適用となる仕事や通勤途上での負傷

## 健康保険が使える場合

### \*骨折・脱臼

応急手当てをする場合を除き、あらかじめ医師の同意が必要

### \*打撲・捻挫・挫傷（肉離れなど）

急性または亜急性（急性に準ずるもの）の外傷性のものに限る

### 施術を受けるときのチェックポイント

（上記のチェックポイントに加えて）

□ 初めて健康保険で施術を受けるときに、医師の同意書または診断書が必要です。また、継続して受ける場合には、3カ月に一度、医師の再同意が必要です。

□ 医療機関と同時にかかることはできません。  
\* 保険医療機関で同じ負傷等の治療中の場合は、はりきゅう院で健康保険を使用することはできません。

□ 患者の自宅で施術をする「往療」は、歩行困難など真に安静を必要とする、やむを得ない理由がある場合に限り健康保険が適用されます。

整骨院や接骨院に健康保険を使ってかかった方に、後日ガリバー・インターナショナル(株) (当健保組合委託先) から施術内容を確認させていただくことがあります。施術内容はメモするなどして控えておいてください。ご協力をお願いいたします。

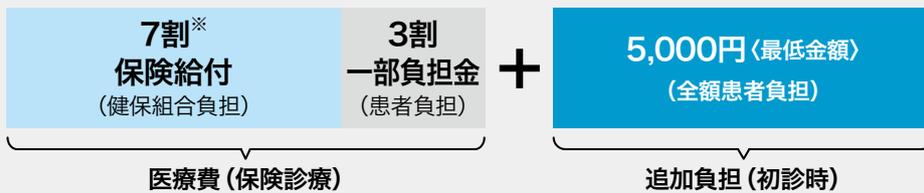
平成28年  
4月から

## 健康保険

こんなところが変わっています

### 紹介状なしでの大病院受診に 追加負担が義務づけられました

紹介状をもたずに大病院を受診する場合には、救急時などを除き、初診料等とは別に、一定額を追加負担することが義務づけられました。身近な診療所や中小病院では通常の外来診療、特定機能病院などの大病院では専門的な外来診療に特化するという、医療機関の役割分担をさらに進めるためです。



※70歳未満の被保険者・被扶養者の場合  
(年齢や収入により負担割合が異なる場合があります。)

\*再診時は2,500円<最低金額>

### ◆入院時の食事代の患者負担額(1食当たり)



※低所得者と、難病および小児慢性特定疾病の患者の負担額については、従来どおりに据え置かれます。また、平成28年4月1日時点で、1年を超えて精神病床に入院している患者の負担額についても、経過措置として据え置かれます。



在宅で療養する方との負担の公平の観点から、入院時の食事代に食材費のほかに調理費が加えられ、260円から360円に引き上げられています。

入院時の食事代が引き上げられました

平成28年度

「特定健診・特定保健指導」を継続実施します

# 当健保組合の取り組み

高齢者医療確保法に基づき、40歳以上75歳未満の被保険者と被扶養者（家族）は全員、年に一度の健診、と必要な方は保健指導を受けることになっていきます。平成28年度に当健保組合が進める取り組みについてご紹介します。

## 特定健診

被保険者の方は、会社（事業所）で健康診断（法定健診）を受診されている場合、改めて特定健診を受診する必要はありません。また、人間ドックを受診して法定健診に代用されている方も同様です。

被扶養者の方は、これまでどおり**集合契約**を利用し、受診していただきます。

その際、医療機関に提出する「受診券」を当健保組合にて発行し、平成28年5月中（予定）にマイレクトメールにて発送します（この受診券と保険証を健診機関に提出することにより、健診費用は無料となります。健診費用は当健保組合で負担しますが、交通費等は自己負担となります）。なお、人間ドックと特定健診の両方を受診することはありません。

40歳以上75歳未満の被保険者と被扶養者は**全員、受診してください**

### ★「集合契約」とは？

全国各地に居住する健保組合の被扶養者が、地元など身近な医療機関で受診できるように健診などの機会を確保すること、個々の契約等の事務簡素化を図ることを目的とする契約です。

年に一度の特定健診で家族もあんしん

## 特定保健指導

- ①各事業所から法定健診の結果表をお借りし、特定健診データを抽出します。
- ②それぞれの健診数値に基づき階層化を行って、健康リスクの度合いを「低い」、「中程度」、「高い」に区分し、特に高いリスクの方について一定期間、特定保健指導を実施します。また、被扶養者の方についても階層化を行い、希望者に実施していきます。

◎以上が平成28年度の実施計画です。  
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



## 平成28年度日帰り人間ドック要綱

料金負担割合	受診者負担	健保負担
人間ドック	30%	70%
オプション	30%	70%
脳ドック	50%	50%

※ただし、脳ドックについては健保組合負担額の上限を30,000円とします。

### 受診対象者

#### ●人間ドック

30歳（受診年度末に30歳になられる方）以上の被保険者および被扶養者

#### ●脳ドック（人間ドックオプション）

40歳（受診年度末に40歳になられる方）以上、5歳ごとの節目年齢の被保険者および被扶養者

### 脳ドック対象者年齢早見表

対象年齢	生年月日（受診年度末までに対象年齢を迎える方）
40歳	昭和51年（1976年）4月1日～昭和52年（1977年）3月31日
45歳	昭和46年（1971年）4月1日～昭和47年（1972年）3月31日
50歳	昭和41年（1966年）4月1日～昭和42年（1967年）3月31日
55歳	昭和36年（1961年）4月1日～昭和37年（1962年）3月31日
60歳	昭和31年（1956年）4月1日～昭和32年（1957年）3月31日
65歳	昭和26年（1951年）4月1日～昭和27年（1952年）3月31日



※上記対象年齢以外の方は、当健保組合ホームページ「人間ドック利用申込」からの脳ドック入力ができないようになっているため、当日持参券（紙）も発行されません。

からだの状態は、日々変化していくもの。自覚症状がなくても、健診や人間ドックを毎年受診して、健康状態をチェックすることが大切です。

人間ドックは転ばぬ先の杖。  
つえ



## 人間ドック（日帰りドック）の申し込みは、ホームページからお願いします

人間ドック（日帰りドック）の申し込みはWEBへ完全移行しています。当健保組合ホームページからの申し込みをお願いします。

森永健保

検索

詳しくはホームページの「人間ドック利用申込（マニュアル）」をご参照ください。

人間ドックを受診する際には「当日持参券」が必要です。

※受診日当日には、窓口へ「保険証」と「当日持参券」を提示してください。



\*パソコンを使えない環境の方は、スマートフォンから入力できます。その際、「当日持参券」は画面表示を見れば受診できます。

この機会に「禁煙外来」を受診してみませんか？

健康保険を使って禁煙治療が受けられるのをご存じですか？ 禁断症状を緩和し、禁煙成功率を高めるには、ニコチンパッチなどを使う禁煙治療が有効です。また、森永健保では卒煙支援として、禁煙達成者に10,000円を限度に支援を行っています(15ページ参照)。

健康保険による禁煙治療を受ければ、12週間(約3カ月)で5回の治療を、ニコチンパッチなどの薬も含め3割負担で受診できます。ただし、禁煙治療は一定の条件を満たさないと健康保険で受診できません。受診を考えている方は、左記の条件を確認しましょう。

健康保険で禁煙治療を受けるための条件

- ① ニコチン依存症のスクリーニングテスト(TDS)でニコチン依存症と診断された方
- ② 1日の喫煙本数×喫煙年数(ブリックマン指数)が200以上の方
- ③ ただちに禁煙を希望していること
- ④ 禁煙治療プログラムについて説明を受け、そのプログラムへの参加を文書で同意した方

※右記すべてに該当することが必要ですが、4月から35歳未満の場合は②の条件を満たさなくてもよいこととなりました。

例

健康保険で禁煙治療を受けたA夫さん

今まで、何度も禁煙に失敗してきたA夫さん。森永健保の卒煙支援を知り、禁煙外来を受診することになりました。

1 初診(第1回目) 禁煙治療スタート

禁煙治療プログラムへの参加に同意し、医師から禁煙治療に必要な薬の説明を受け、ニコチンパッチを処方してもらいました。いよいよ禁煙スタートです。



2 再診(2週間後) ニコチンパッチで禁断症状を緩和

ひとまず2週間は禁煙に成功し、医師からほめられたA夫さん。パッチのおかげで禁断症状は出ていませんが、タバコを吸いたい気持ちは残っています。



3 再診(1カ月後) せきやたんが改善

せきやたんが出なくなり、禁煙が1カ月続いていることを喜ぶA夫さん。医師からニコチンパッチのサイズを段階的に小さくすることを提案されました。禁煙後、食欲が増したので体重管理に気をつけます。



4 再診(2カ月後) ニコチンパッチを終了

ニコチンパッチを終了し、禁煙を続けることに。体重が禁煙前に比べ3kg増えたことを医師に指摘され、妻と歩く時間を増やしました。



5 再診(3カ月後) 禁煙成功!

禁煙治療の最終回となりました。医師から禁煙成功をほめられ、自分でも禁煙してよかったと報告。治療が終了しても、禁煙を続けていく決意をしました。



Q 禁煙外来はどこで受診できますか？

A 健康保険を使って禁煙治療が受けられる医療機関は、全国に16,258カ所あります(4月22日時点)。受診する前に、下記のサイトでどこで治療が受けられるか確認しましょう。

URL <http://www.nosmoke55.jp/> (日本禁煙学会)

トップ画面 → 禁煙治療に保険が使える医療機関情報最新版

## 卒煙に向けての 5カ年計画を 実施中です

40歳以上の喫煙率を、現状の27・2%から毎年1ポイント以上減らして、最終的に20%以下とすることを目標に、5カ年計画を実施しています。

### 卒煙支援

#### ●禁煙外来補助

……10,000円を限度として達成者に支援

禁煙外来終了後、1カ月間禁煙を継続した場合を達成とします。



## けんぽ揭示板



## お子さんが就職したら 被扶養者から はずれます

この春、お子さんが就職された方はいらっしゃいますか。被扶養者であった方が就職された場合、就職先の企業・団体が加入する医療保険の被保険者本人となるため、当健保組合の被扶養者資格を喪失します。

春は就職シーズンです。該当する方がいらしたら、被扶養者削除の手続きを、5日以内に※「被扶養者【異動届】」に保険証を添えて、事業主経由で当健保組合へ提出してください。

※健康保険法施行規則第三十八条にて規定

### 次のような場合も 届出が必要になります

- ①後期高齢者医療制度(75歳以上)の被保険者になったとき
- ②配偶者がパートなどの仕事を始め、被扶養者の範囲を超える収入\*を得たとき  
\* 被扶養者として認められる収入は、年収が130万円未満(60歳以上または障害者の場合は180万円未満)です。
- ③扶養していた父母が他の兄弟などに扶養されることになったとき

このほか、年金受給開始時や失業給付受給開始時にも届出が必要です。  
詳しくは、当健保組合にお問い合わせください。



異動が  
あったときは、  
5日以内に  
届出を

## ご自分にあつた方法で、 年に1回は からだのチェックを!

当健保組合が実施している健診には、いくつかの種類があります(10~11ページ参照)。

①会社が実施する「法定健診」は法律で受診が義務づけられています。従業員(被保険者)の方は必ず受診しましょう。  
②30歳以上の本人・家族を対象とした「人間ドック」は、全国に約190カ所ある健診機関と独自に契約し、実施しています。

③「郵送健診」は、自宅にいながら生活習慣病や大腸がん検査および子宮頸がん検査が受けられることから、多くの方に利用されています。

④「特定健診・特定保健指導」は、健保組合に実施が義務づけられています。40歳以上の本人・家族を対象とし、生活習慣病(糖尿病等)の撲滅、医療費の節減を図ることを目的としています。

⑤40歳以上の被扶養者を対象とした「レディース健診」は、健診受診率向上のために平成25年度より実施しています。健康管理のため「法定健診」、「人間ドック」、「郵送健診」、「特定健診」、「レディース健診」のいずれかを受診しましょう。

### 健診事業を ご利用 ください

#### 公告

事業所編入  
森永乳業九州株式会社  
(平成28年4月1日付)  
理事長就任  
平久江 卓  
(平成28年4月1日付)  
選定議員就任  
坂田 裕彦  
(平成28年4月1日付)