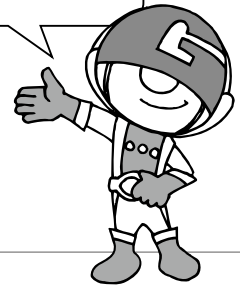




医療費節減のカギを握る  
ジェネリック医薬品を  
積極的に活用しましょう！



## 平成26年度 決算のお知らせ

健保財政の健全化にはみなさんのご協力が必要です ..... 2

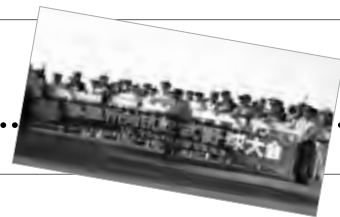
ジェネリック医薬品をお使いですか？ ..... 3

被扶養者（異動）届の適切な提出のお願い ..... 4

平成27年10月から  
あなたに「マイナンバー」（個人番号）が届きます ..... 5

けんぽQ&A  
退職後の健康保険、任意継続被保険者と国民健康保険ではどちらがお得か？ ..... 6

第53回  
軟式野球大会が開催されました ..... 7



第10回 家具けんぽウォークラリー  
江の島散策でリフレッシュ！ ..... 8

保健師に聞く！いまさら聞けないカラダのこと  
本当はメタボかも！？  
健診を受けないとわかりません ..... 9

緑豊かな箱根保養所「みやぎの」で  
社内研修を！ ..... 10

# 健保財政の健全化には みなさんのご協力が必要です

## ●平成26年度の決算総額

健康保険	収入総額	134億 1,644万 6千円
	支出総額	126億 8,799万 3千円
介護保険	収入総額	12億 3,114万 0千円
	支出総額	12億 824万 9千円

★健康保険・介護保険とも、残額については次年度予算への繰り越しと、法定準備金への繰り入れといたしました。

当健保組合では、平成26年度も相当額の収入不足が見込まれていたなかで、保険料率の引き上げは行わずに予算を編成しました。しかし、収支のバランスをとるために前年度からの繰越金や法定準備金からの繰入金を充当したため、経常収支の差し引きでは約1億3,300万円の赤字が生じることとなりました。

赤字の大きな原因となっているのが、健康保険制度とは別の制度である高齢者医療制度に対して健保組合が拠出している「納付金」ですが、26年度は保険料収入の45・34%を占めるまでになりました。

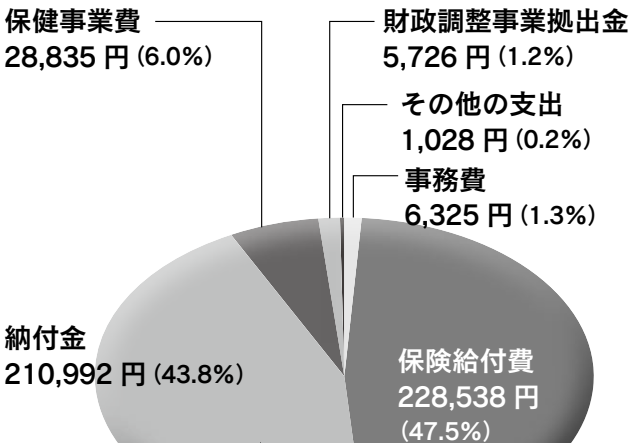
納付金のしくみは「制度による取り決め」であり、健保組合独自の経営努力のみで解決できる問題ではありません。必要なのは、医療保険全体における制度の再構築。健保組合では、一刻も早い抜本改革の必要性をこれまで以上にアピールしてまいります。みなさんも病気にかかった際に「よくない受診のしかた」でムダな医療費を発生させたりしないようご協力ください。

本誌『家具けんぼ』では、健康保険の正しい届出方法や、正しい医療のかかり方など、みなさんのお役に立つさまざまな情報を取り上げてまいります(今回は、左ページに「シエネリック医薬品」の知識についてまとめてみましたのでご覧ください)。職場でお手にとるだけでなく、ぜひともご家庭にお持ち帰りになり、ご家族でお読みいただければと思います。

## 被保険者1人当たりの収支額 (健康保険分)

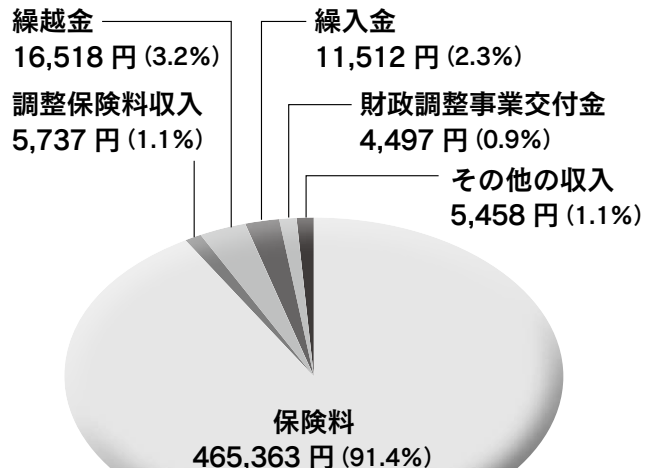
※掲載の決算額は、被保険者1人当たりの数値です。※グラフの数値は端数処理のため、合計の一致しない箇所があります。

**支出合計 481,445 円**



全支出の40%以上が「別制度への持ち出し」です！

**収入合計 509,086 円**



# ジェネリック医薬品をお使いですか？

世界に追いつこう、  
ジェネリックシェア



健保組合から  
「切り替えのおすすめ」を



当健保組合ホームページで  
差額を調べることができます



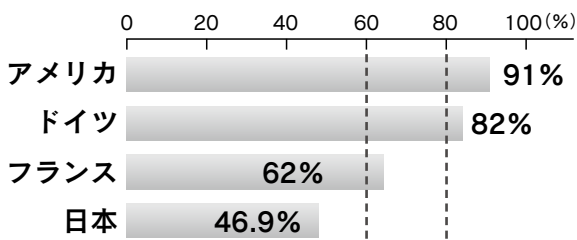
みなさんは「ジェネリック医薬品」をご存じですか？  
ジェネリックは単に「価格がディスカウントされている」だけでなく、「先発医薬品（新薬）」と同じ効き目で、安全性も信頼できる」お薬のこと。

平成25年9月時点の日本における使用率（数量シェア）は46・9%でしたが、厚生労働省では、この率を28年度末までに60%以上（左記グラフA）、32年度末までのなるべく早い時期に80%以上（同B）に引き上げることを目標にしています。

当健保組合では、「あなたがご使用されている薬をジェネリック医薬品に変更した場合」の差額通知をお送りし、ジェネリック医薬品の使用促進に努めています。



## 世界のジェネリック医薬品シェア



平成32年度時点での医療費削減効果は1.3兆円と見込まれています！

※日本ジェネリック製薬協会より。海外の使用率は平成23年の数量ベース、また、日本の使用率は25年9月の薬価調査に基づく集計値。

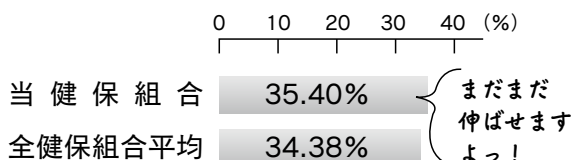
## ジェネリック医薬品差額通知の効果

当健保組合が差額通知をお送りした方々の結果をもとに集計しました。



## ジェネリック医薬品使用率の全健保組合対比

平成27年1月分におけるジェネリック医薬品の使用率（薬剤費ベース）です。



<http://www.kagukenpo.or.jp>

検索



ココをクリック！

当健保組合のホームページでは、今あなたが服用している薬（先発医薬品）をジェネリック医薬品に変更した場合の差額を調べることができます。ぜひ一度アクセスしてください！

## 平成 26 年度の検認結果

就 職

66 名

収入増

67 名

その他

45 名

合計で 178 名の方が「被扶養者ではなかった」という結果となりました。

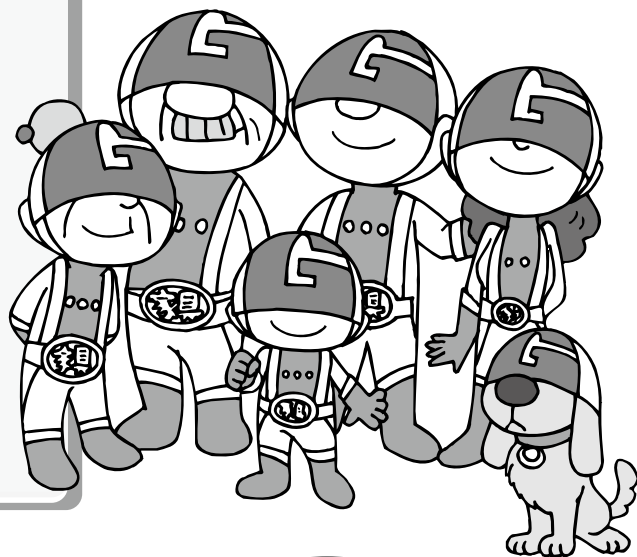
### こんなときは 5 日以内に 「被扶養者(異動)届」を 提出してください

- 被扶養者が就職した  
勤め先の健康保険の被保険者になった
- 被扶養者の年間収入が増えた  
被扶養者の年間収入が被保険者の年間収入の 1/2 以上になった
- 被保険者の年間収入が減った  
被保険者の年間収入が減ったことで、被扶養者の年間収入が被保険者の年間収入の 1/2 以上になった
- お子さんが結婚した  
結婚して配偶者の被扶養者になった
- 被扶養者が 75 歳になった  
後期高齢者医療制度に該当するため、被扶養者ではなくなる
- 被扶養配偶者と離婚した
- 被扶養者が死亡した
- 赤ちゃんが生まれた

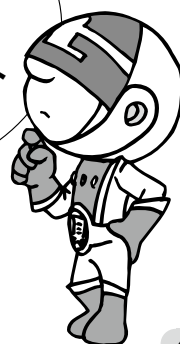
※年間収入は、課税・非課税を問わず、すべての収入が対象になります(ただし、退職金、遺産相続や不動産売却収入等の一時的なものは除きます)。

# 被扶養者(異動)届の 適切な提出のお願い

健康保険の「被扶養者」になると、保険料を負担することなくいろいろな給付や手当金を受けることができます。しかし、被扶養者の資格がない人が加入したまましていると、健保組合ではムダな支出をすることになります。  
このため健保組合では、毎年、被扶養者の資格の有無を確認するため「検認」を行っています。毎回同じような理由でたくさんの方が届け出を忘れていたりすることがあります。



高齢者  
医療制度への  
納付金はすべての  
被扶養者がカウント  
されます



当健保組合の保険料収入の約半分は「医療費」として医療機関等に支払われ、あとの約半分は高齢者医療制度にかかる「納付金」として、いったん国に支払われた後、国から後期高齢者医療制度や市町村に分配されます。  
この納付金の額を決める計算式には、被保険者だけでなく、赤ちゃんから高齢者医療制度加入前のすべての被扶養者の人数も組み込まれているため、被扶養者の資格のない人を認定したまましていると、その分、支払う納付金が増えることとなります。  
そのような事態が続いていると、最終的には保険料率の引き上げにもつながりかねません。被扶養者の資格がなくなったら、すみやかな届け出をお願いいたします。

平成27年10月から

あなたに

# 「マイナンバー」(個人番号)が届きます

平成28年1月から「社会保障・税番号制度」が始まります。そこで、平成27年10月から順次、「通知カード」がお住まいの市区町村から郵送され、国民1人ひとりに固有のマイナンバー(個人番号)が通知されます。

## ▼通知カードのイメージ

個人番号	000000000000
生年月日	○年△月□日
性別	男
氏名	番号太郎
住所	○県△市□町 1-1-1

## マイナンバーは今後どう使うの？

平成29年1月から、健康保険の各種申請書や届出書等にマイナンバーを記入することになります。また、マイナンバーは健康保険だけでなく、年金や雇用保険、税金等、法律や条例で定められた手続きでも使うこととなります。

※健康保険以外の開始時期は制度によって異なります。

通知カードは、こうした手続きで自分の番号を確認するために使います。また、手続きする窓口で通知カードの提示を求められますので、手続きの際は忘れずに持っていくようにしましょう。郵送による手続きの場合は通知カードのコピーの提出が必要になります。

通知カードのほか、平成28年1月以降は、希望によりマイナンバーが記載された「個人番号カード」の交付を受けることができます。また、希望によりマイナンバーが記載された住民票の交付も受けられます。ただし、健康保険の被保険者証にはマイナンバーは記載されません。

## どのようなスケジュール？

平成 27 年 10 月

### マイナンバー通知開始

「氏名、住所、生年月日、性別、個人番号(マイナンバー)」が記載された「通知カード」が届きます。マイナンバーは生涯にわたって利用する12桁の番号です。カード紛失や番号漏えいのないよう大切に保管しましょう。必要なとき以外は、番号をむやみに他人に教えないようにしましょう。

平成 28 年 1 月

### マイナンバーの利用開始

児童手当など地方自治体の給付手続きや確定申告などの税手続きでマイナンバーを使います。市区町村に申請すると「氏名、住所、生年月日、性別、個人番号(マイナンバー)、顔写真」が掲載された「個人番号カード」が交付されます。

平成 29 年 1 月

### 情報提供ネットワークシステム、マイナポータル<sup>※</sup>の運用開始

平成 29 年 7 月

### 健康保険組合等の情報連携の開始

保険者間の健診データ連携等、受診時のオンライン資格確認が段階的に導入される予定です。

## 社会保障・税番号制度とは？

社会保障・税番号制度(内閣官房)のホームページをご覧ください。

ホームページ内にあるFAQ(よくある質問)もご活用ください。

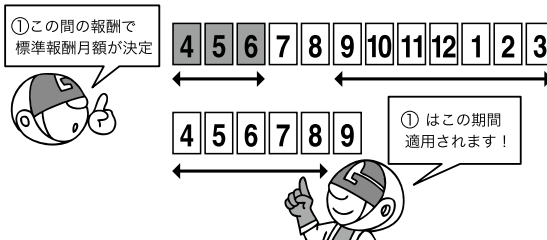


<http://www.cas.go.jp/seisaku/bangoseido/>

## 「標準報酬月額」は算定基礎届(定時決定)で毎年見直されています

保険料や傷病手当金・出産手当金の給付金の計算基礎となる「標準報酬月額」は、実際の報酬額と報酬月額との間に大きな差が生じないように毎年見直されています。

7月1日現在で加入しているすべての被保険者の方の4月から6月に支払われる報酬をもとに行う算定基礎届(定時決定)で決定され、決定された「標準報酬月額」は、その年の9月から翌年8月まで適用されます。なお、給料等に大きな変化がない場合は改定されない場合もあります。



「任意継続被保険者」になると、市町村の「国民健康保険」に加入するのでは、どちらの保険料が低いのか？



# 退職後の健康保険、任意継続被保険者と国民健康保険ではどちらがお得か？

— そういったご質問を加入員の方からよくいただきます。

任意継続被保険者の保険料は、退職時の保険料の2倍（今までのご本人分と事業主が負担されていた分）になります。ただし、上限があり、保険料の算出基礎となる標準報酬月額が34万円になりますので、それ以上の方はみなさん同じです。

また、任意継続被保険者の標準報酬月額は退職時のものを使用し、加入期間中は変わることがありませんので、保険料率が変わられるか標準報酬月額の上限が改定されない限り任意継続被保険者の保険料は変動することはありません。

一方、国民健康保険は、市区町村によって保険料（税率も異なり、前年度収入（所得）やご家族の人数、なかには固定資産も考慮して決定されるところもあるため、お住まいの市区町村役場の国民健康保険担当（窓口）にお問い合わせください。

なお、国民健康保険では、平成22年4月より、非自発的失業（解雇・雇止め等）をされた方の保険料（税）を軽減する措置があるため、これに該当する方は通常より保険料（税）が低くなります（この軽減措置に該当するかどうかは、雇用保険受給資格者証の離職理由で確認できます）。

## 1 軽減措置の対象者

- ① 離職日時点で 65 歳未満の方
- ② 「雇用保険受給資格者証」の「離職理由」が下表のコードに該当している

	コード	離職理由
特定受給資格者	11	解雇
	12	天災等の理由により事業の継続が不可能になったことによる解雇
	21	雇止め（雇用期間3年以上雇止め通知あり）
	22	雇止め（雇用期間3年未満更新明示あり）
	31	事業主からの働きかけによる正当な理由のある自己都合退職
	32	事業所移転等に伴う正当な理由のある自己都合退職
特定理由離職者	23	期間満了（雇用期間3年未満更新明示なし）
	33	正当な理由のある自己都合退職
	34	正当な理由のある自己都合退職（被保険者期間12カ月未満）

## 2 軽減措置の対象者の保険料（税）の計算方法

軽減措置の対象者の給与所得を100分の30として国民健康保険料（税）を計算します。

## 3 軽減措置の対象期間計算方法

離職した翌日の属する月から、その月の属する翌年度末までが対象となります。

国民健康保険についてはお住まいの市区町村役場の国民健康保険担当（窓口）へ、当健保組合の任意継続被保険者については当健保組合業務課（TEL 03-3833-6162）までお問い合わせください

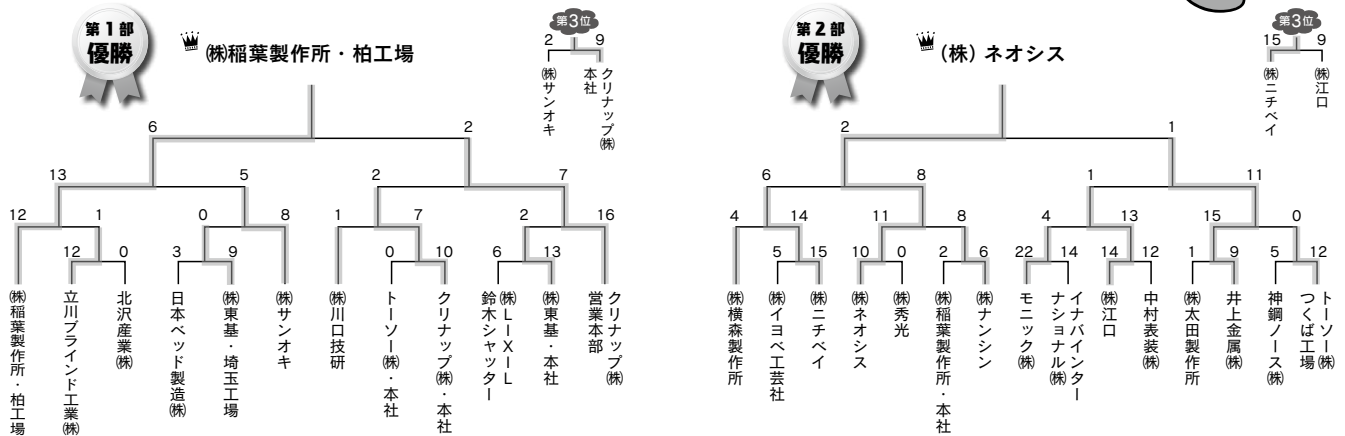
# 軟式野球大会が開催されました

去る5月10日・17日の2日間にわたり、第53回軟式野球大会が全27チーム参加のもと、大宮けんぼグラウンドにおいて行われました。

初日・最終日とも天候に恵まれ、ホームランも予想を上回るほどの本数が飛び出し、女性選手も活躍されるなど素晴らしい大会となりました。

第1部は、(株)稲葉製作所・柏工場チームが6連覇を達成、また第2部では、(株)ネオシスが初の優勝を果たしました。第1部優勝の(株)稲葉製作所・柏工場チームのみなさんには、秋に開催予定の日刊スポーツ杯でのご活躍を期待しています。

※詳しい結果報告は、当健保組合ホームページのトピックスに掲載していますのでそちらをご覧ください。



## 各優勝チーム・受賞のコメント

第1部 優勝

(株)稲葉製作所・柏工場



**最優秀監督賞 鹿島 厚志さん**

チームが一丸となり優勝することができました。1人ひとりの力が発揮できた試合になったと思います。選手たちには感謝しています。また、日刊スポーツ杯においては、精一杯がんばります。ありがとうございました。

**最優秀選手賞 上柿 良太さん**

稲葉野球部一丸となって優勝できたこと、最優秀選手賞を獲れたことを大変嬉しく思います。来年も優勝できるように頑張ります。応援よろしくをお願いします。

第2部 優勝

(株)ネオシス



**最優秀監督賞 伊藤 久人さん**

家具健保野球大会では、今まで2回決勝戦まで進んだことがあったのですが、2回とも準優勝で終わっていました。今回ようやく優勝することができてとてもうれしいです。いろいろな方の協力があつて優勝することができたと思います。どうもありがとうございました。

**最優秀選手賞 山崎 祐平さん**

最優秀選手賞をいただけるとは思っていなかったのでビックリです。微力ながらチームの優勝に貢献できたかなと思います。大会に参加するのは今回が最後になりますが、チームとしても個人としてもよい成績を残せてよかったです。

# 江の島 散策で リフレッシュ!

第10回 家具けんぽウォークラリーを開催いたします。



当健保組合の秋の恒例行事である「ウォークラリー」を、今年は、みなさんからの要望が多かった『江の島』で開催いたします。当日は、『江の島1dayパスポート』をお渡しいたしますので、江の島を存分にお楽しみください。

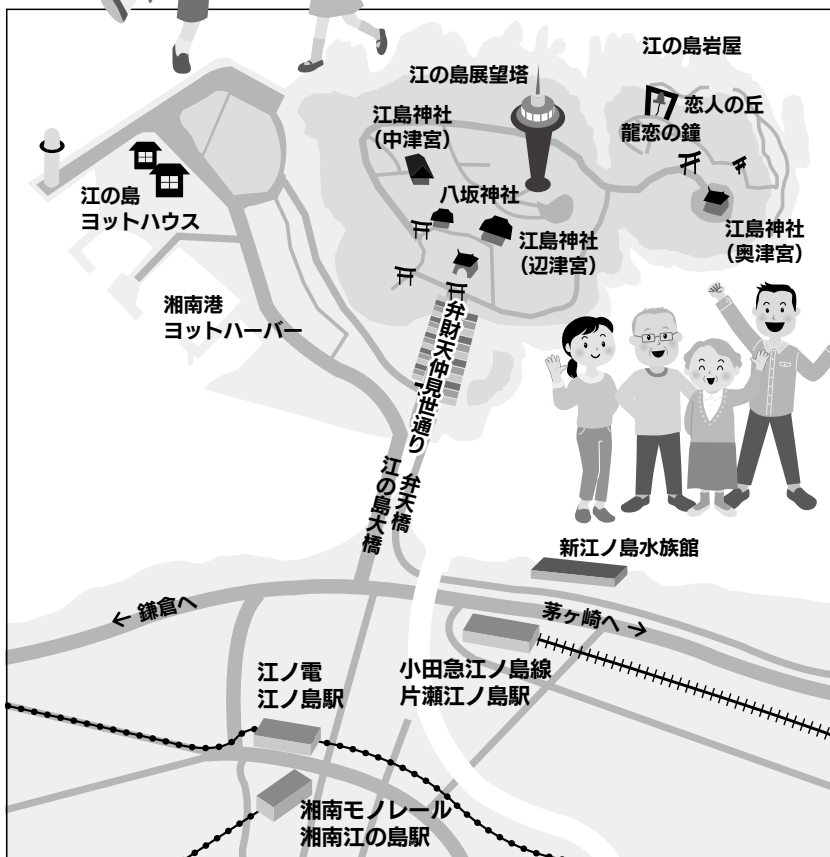


開催日時 平成27年11月8日(日) 10時 ※小雨決行

開催場所 江の島

参加資格 当健保組合の被保険者及び被扶養者

※当健保組合の加入者以外の方には、参加賞をお配りできませんので、あらかじめご了承ください。



募集人員

300名(先着順)

参加費用

無料

(現地までの交通費は参加者の自己負担になります)

参加賞

江の島1dayパスポート  
(eno = pass)

※江の島エスカター・江の島サムエル・コッキング苑・江の島シーキャンドル(展望灯台)・江の島岩屋など、人気のスポットが1日何度でも出入り自由です。その他特典もついています。

申込方法および詳細

詳細は、ホームページに掲載しておりますのでご確認ください。



メタボ診断基準

Step 1

腹囲  
(へそ周り)

男性 85cm以上

女性 90cm以上

Step 2

脂質異常

中性脂肪 150mg/dL 以上  
または  
HDL コレステロール 40mg/dL 未満

高血圧

最高(収縮期)血圧 130mmHg 以上  
または  
最低(拡張期)血圧 85mmHg 以上

高血糖

空腹時血糖値  
110mg/dL 以上

※ Step1に該当し、Step 2のうち2つ以上の項目があてはまると、メタボリックシンドロームと診断されます。



# 本当はメタボかも!? 健診を受けないとわかりません

「太っている」メタボリックシンドローム(以下、メタボ)というイメージがありますね。

実は、それは間違いなのです。メタボの診断は

「腹囲・血圧・血液検査(左記)」で行います。

例えば、腹囲が該当しても血圧や血液検査で該当しなければメタボではありません。一方、「立

ち姿勢では平気でも座るとお腹の肉が気になる」と感じるような、以前と比べて少し太った方の中には健診を受けてみると**隠れたメタボの方がたくさん**います。

メタボは全身の「血管の傷み」のサインであるものの、痛みがないので自覚することは難しいのです。「痛くないなら、メタボなんて気にする必要があるの?」と思ってしまうですが、昨日まで元気だった方が突然の休職を強いられる根底にはメタボが原因であることが多いのです。

もし、メタボや隠れメタボとわかって、諦めるのはまだ早いです!メタボにより傷んだ血管は、生活を見直していくことで改善する可能性が十分にあります。

改善の確認をするには、まずは健康診断を受診することです。その健診結果が、あなたを若々しくあり続けさせる方法を教えてくれる「最良のガイド役」となります。最良のガイドとして活かすには、**①毎年欠かさずに受診すること、②結果は判定を見るだけでなく、数値“の変化”を見つけること**です。ぜひ、これまでの健診結果と見比べて数値の変化を見つけてください。

婦人健診の申込は  
ホームページを  
見てね!



保健師 **ウラ** 話

「太っていても、メタボじゃないなら、その体重が私にはちょうどいい、ということですよね?」

「膝の痛みはあるけど、体重とは関係ないでしょ?」

と、質問を受けることがよくあります。残念ながら、答えはNOです。

その理由を、このようにお伝えしています。

「メタボ基準を下回っていますね。でも、今までの健診記録をよく見てください。体重が増える前はもっと数値がよかったことに気づきませんか? 体重増加前の数値が本来のあなたの基準値です。国が決めたメタボ基準を超える前に、改善できることを見つけましょう」

「今お困りの膝の痛みの軽減には、減量が効果的です」

体重増加による影響は、その他にもたくさんあります…。

みなさんには、いつまでも軽やかに活動できる体型で、すこやかに年齢を重ねていただきたいと、いつも願っています。

健診結果の見方など、  
わからないことがあれば  
健保にお電話ください  
TEL 03-3833-6164



# 緑豊かな箱根保養所「みやぎの」で 社内研修を！

箱根保養所「みやぎの」には、研修室（45名収容×2ルーム  
[最大90名収容]）や会議室（28名収容）があり、社内研修や  
会議などにご活用できることをご存じでしょうか。

仕事の後は温泉でゆっくりし、小食堂（16名収容）や大広間  
（100名収容）など個室での懇親会もできます。

また、社員旅行をはじめ、家族の方や取引先の方たちともご  
一緒に、交流の場としてもご利用ください。



研修室

#### 研修室利用料金（1ルーム）

利用時間	利用料
9:00 ~ 12:00	4,500円
13:00 ~ 17:00	6,000円
1日(9:00 ~ 17:00)	10,000円

#### 会議室利用料金

利用時間	利用料
9:00 ~ 12:00	6,000円
13:00 ~ 17:00	8,000円
1日(9:00 ~ 17:00)	13,000円

#### 宿泊料金（1泊2食付き）

組合員（大人）	5,000円
（子ども）	2,500円
一般（大人）	7,000円
（子ども）	3,500円

※子どもは3歳～小学生

**所在地** 神奈川県足柄下郡箱根町宮城野 748-1

**TEL** 0460-87-6761

**交通** 箱根登山鉄道  
強羅駅…タクシーで約10分  
※無料送迎車（要予約）もごさいます。



会議室



大広間



小食堂

#### 箱根火山の活動に関して

気象庁の発表によりますと、大涌谷周辺の噴火警戒が「レベル2（火口周辺規制）」から「レベル3（想定火口域から1km以内の立入禁止）」に引き上げられましたが、保養所「みやぎの」は火口域から約3.6km・立入禁止区域からは2.6km離れた位置にあります。また、周辺の箱根湯本・強羅といった地域に至っても立入禁止区域からは離れておりますので、「みやぎの」は平常どおり運営を行っております。

なお、最新情報および詳細データなどは、箱根町公式サイトまたは気象庁のホームページよりご確認くださいませ。

（平成27年8月1日現在の情報です）

**団体（原則として20名以上）は、約3カ月前からご予約可能です。**  
詳しくは、健保組合庶務係（TEL 03-3833-6161）までお問い合わせください。