

けんぽだより

2020 新年号 Vol.275

新年のご挨拶

- 令和元年度 健康保険組合全国大会
- 令和2年度 健康保険料・介護保険料の保険料率について
- 被扶養者の認定要件に「国内居住」が加わります
- 第36回 野球大会・テニス大会のお知らせ
- 健診を受けていないご家族はいませんか？
- 大阪薬業保健センターでは各種健康診査だけでなく、内科診療もおこなっています
- インフルエンザを予防しよう
- はり・きゅう、あんま・マッサージ・指圧 健康保険の適用になる施術・ならない施術
- 薬業福祉共済会だより
- 医療費控除を活用して上手に節税

「けんぽだより」はホームページでもご覧いただけます！

ホームページトップ画面の「けんぽだより」をクリックしてください！

▶けんぽだより



クリック

新年のご挨拶



大阪薬業健康保険組合
理事長 柳原 良一

新年あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、穏やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、当健康保険組合の事業運営につきまして、平素より多大なるご理解とご協力を賜りまして、心より御礼申し上げます。

2019年は5月に新元号「令和」へ移行し、10月には消費税率10%への引き上げが行われ、国民生活に多くの変化のあった年となりました。2020年は東京で2度目のオリンピックが開催される記念すべき年であり、みなさまも胸を躍らせて待ち望んでおられることとお察しいたします。

さて、健康保険組合を取り巻く環境は、現役世代の減少や高齢化による医療費の増加を背景に厳しい状況が続いています。全国の健康保険組合で保険料率の引き上げを実施せざるを得ず、現役世代の負担は膨らみ続けています。全体の収支動向を見ますと、2014年度から5年連続の経常黒字となっていますが、このことは保険料率の引き上げなどによるもので、依然として3割の組合が赤字の状況にあります。事業を運営するに当たって重い負担となっている高齢者医療への納付金は、団塊の世代が75歳に達しはじめる2022年度以降さらに急増することが明らかで、大きな課題となっています。

また、介護保険料につきましても高齢化の伸展に伴う要介護・要支援認定者の増加による納付金の増加もあり、重い負担を強いられています。当健康保険組合においても厳しい財政状況での運営となっており、本年4月からは介護保険料率の引き上げをお願いしなければなりません。

国民皆保険制度を持続可能にするためには、給付と負担のさらなる見直し、世代間・世代内のアンバランスの是正などの改革への継続的な取り組みが必要不可欠です。健康保険組合連合会では、2020年初夏にまとめられる「骨太方針2020」に向けて、「高齢者医療費の負担構造改革」「保険給付の適正化」「保健事業の取り組みを通じて健康な高齢者を増やす」の3点の実現を、喫緊の課題として求めてまいります。

少子高齢化により社会保障の支え手が減少するなか、健康寿命の延伸と医療費の増加抑制を担う役割が一層求められています。当健康保険組合といたしましても、事業所とのコラボヘルスを推進し、データ分析に基づいた効果的かつ効率的な保健事業を実施して、みなさまの健康増進をサポートしてまいります。

オリンピックの年、スポーツへの関心も高まります。みなさまにおかれましても、日々の生活に運動習慣を取り入れ、健康にご留意いただきますとともに、特定健診・保健指導の対象となられた方は必ずお受けいただき、健康管理の指標としてお役立てください。

また、健康診断をはじめ、さまざまな保健事業を積極的にご活用になり、ご家族全員の健康の維持増進、ひいては健康寿命の延伸につなげていただければと存じます。

最後になりますが、本年がみなさまにとって実り多き1年となりますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

迫る2022年危機！今こそ改革断行を！

—現役世代を守りたい！国民皆保険を支えるために—



令和元年11月22日、東京・丸の内の東京国際フォーラムにて「令和元年度 健康保険組合全国大会」が開催されました。全国の健康保険組合から約4,100人が結集しました。

今年度の大会は「迫る2022年危機！今こそ改革断行を！」をテーマに、「現役世代を守りたい！国民皆保険を支えるために」をサブタイトルに掲げ、下記決議を満場一致で採択しました。

決議

世界に類のない優れた制度と評価される我が国の皆保険制度は、半世紀を超えて受け継がれ、国民の健康増進と長寿社会の実現に大きく貢献してきた。一方で、急速な高齢化や医療の高度化等により医療費は増加の一途をたどり、また支え手の現役世代の減少とともに、財政的に制度の存続が危ぶまれる状況に陥っている。特に、団塊の世代が75歳に到達しはじめる2022年以降、高齢者医療費の増加に伴い制度全体の財政悪化が更に急速に進むと見込まれる。今のまま放置すれば、皆保険制度を支えてきた健康保険組合は更なる負担増に耐え切れず解散を余儀なくされ、支え手を失い皆保険が極めて危機的状況に陥ることは明白である。

この窮状を乗り越え、現役世代を守り、皆保険制度を将来世代へつなぐためには、「高齢者医療費の負担構造改革」を中心とした医療保険制度の抜本的な改革が不可欠である。

現役世代に過度に依存することなく、公平な負担による「全世代型社会保障制度」を目指すべく、まずは高齢者の患者負担を75歳到達者から順次原則2割とし、高齢者にも応分の負担を求めるとともに、後期高齢者の現役並み所得者への公費5割投入、拠出金負担割合に50%の上限を設定し上限を超える部分は国庫負担とするなど、現役世代の拠出金負担に一定の歯止めをかけるべきである。

また、制度の持続性を確保するためには、あらゆる方策を通じて医療費全体の伸びを抑制することが欠かせない。具体的には、個人が負担しきれない大きなリスクの保障を重視しつつ、「保険給付範囲の見直し」や「薬剤処方適正化」を行うなど、医療費適正化対策を果敢かつ着実に実行すべきである。同時に、我々健康保険組合をはじめ保険者も加入者一人ひとりが適切な受診行動を心掛け、医療費を大切に使う意識を持つよう啓発活動に一層取り組んでいかなければならない。

健康保険組合は、これまで労使と一体となって加入者の実態に沿ったきめ細やかな保健事業を効果的に展開し、健康づくり・疾病予防等に取り組んできた。「人生100年時代」といわれる今、加入者の健康増進を通じて、健康寿命の延伸につながり健康な高齢者が元気に働き続ける「支える側」を増やす取り組みにも貢献できる健康保険組合の役割はより一層高まっている。これからも我々は保険者の先頭に立ち、国民の安心と健康の基盤である皆保険制度を中核となって支え続けていく決意である。

目前に迫る“2022年危機”を乗り越えるため、改革の断行を求め、我々健康保険組合は次の事項について組織の総意をもってここに決議する。

- 一、皆保険の維持に向けて、まずは高齢者の原則2割負担の実現
- 一、必要な公費の拡充。現役世代の負担増に歯止め
- 一、保険給付範囲の見直しによる医療費の適正化
- 一、人生100年時代。健康寿命延伸に資する保健事業の推進

令和元年11月22日

令和元年度健康保険組合全国大会

迫る2022年危機！今こそ改革断行を！—現役世代を守りたい！国民皆保険を支えるために—

～ 介護保険料率に変更になります ～

令和
2年度

健康保険料・介護保険料の 保険料率について

健康保険料率

93/1000 (変更なし)

介護保険料率

15.0/1000 → 19.0/1000

一般の被保険者は、令和2年3月分保険料から任意継続被保険者は令和2年4月分保険料から適用されます。

変更後	健康保険料率		介護保険料率	
	事業主	46.5/1000	9.5/1000	
	被保険者	46.5/1000	9.5/1000	
	合計	93.0/1000	19.0/1000	

今さら聞けない、介護保険？

1 介護保険の保険料とは？

◆ 第1号被保険者 (65歳以上の人) ⇒ 市区町村が徴収

年金月額15,000円以上の方は年金から天引きされ、15,000円未満の方は市区町村が個別に徴収します。保険料額は各市区町村が条例で設定する基準額に、所得に応じた段階別の保険料率を乗じた額で、全額自己負担となります。

◆ 第2号被保険者 (40歳以上65歳未満の人) ⇒ 健康保険組合が徴収を代行

※介護保険は市町村により運営されており、第2号被保険者の介護保険料については、健康保険組合が徴収を代行しています。

健康保険料と同様に、標準報酬月額および標準賞与額に介護保険料率を乗じた額が、給料および賞与から差し引かれます。介護保険料率は、行政当局から通知される当健保組合の介護納付金に基づき、年度ごとに決定されます。

2 介護保険料率はなぜ上がるの？

- 高齢化の進展に伴う要介護・要支援認定者の増加
- それに伴う介護納付金の増加
- 介護納付金に総報酬割 (報酬の高い健康保険組合ほど負担が増えるしくみ) が導入されており、令和2年度からは現在の3/4から全面総報酬割になり、さらに負担が増えることとなります。

公 示

任意継続被保険者の 令和2年度標準報酬月額上限について

任意継続被保険者の保険料や保険給付などの算定の基礎となる標準報酬月額の上限は健康保険法の規定に基づき下記のとおりとなります。

上限標準報酬月額

380,000円

令和元年9月30日における
全被保険者の標準報酬月額の平均額

※退職時の標準報酬月額が上の額を下回るときは、退職時の標準報酬月額が適用されます。

健康保険被扶養者現況届の

ご提出ありがとうございました

監督局の指導に基づき、年に1回の被扶養者の現況確認を行いました。業務多忙な時期にもかかわらずご協力いただいたみなさまに御礼申し上げます。今後も適正な被扶養者認定にご協力くださいますようお願いいたします。

家族が被扶養者の資格を**喪失**したら、 忘れずに**届出**を!

奥さまやお子さまが就職した、パート収入が認定基準を超えたなどの場合は、被扶養者の資格を喪失します。健保組合に5日以内に「被扶養者異動届」の提出と保険証の返納をお願いいたします。



被扶養者の認定要件に「**国内居住**」が加わります

令和2年4月から被扶養者認定の要件が見直され、被扶養者になれる条件に「国内に住所を有していること」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、令和2年4月1日で被扶養者の資格を失いますのでご注意ください。

なお、下記のケースは例外となります。

- 1 留学する学生
- 2 海外赴任に同行する家族
- 3 観光・保養やボランティアなど就労以外の目的で、一時的に日本から海外に渡航している人
- 4 海外赴任中に身分関係が生じ、新たな同行家族とみなすことができる人
- 5 その他日本に生活の基礎があると認められる特別な事情があるとして健保組合が判断する人

(例) ワーキングホリデー、
青年海外協力隊など

(例) 海外赴任中に生まれた
被保険者の子ども、海外
赴任中に結婚した被
保険者の配偶者など

また、日本国内に住所を有していても、日本に滞在する目的（ビザ）が次の特定活動の人は、被扶養者としてすることができません。

- 1 病院・診療所に入院し、医療を受ける人
- 2 1の日常生活の世話をする人
- 3 1年を超えない期間、観光・保養を目的として滞在する人

お問い合わせ先：適用課 ☎06-6941-5004 神戸支部 ☎078-221-6100 京都支部 ☎075-801-2905

令和元年10月 事業状況

保険給付1人あたり額には、前期高齢者納付金等を含む

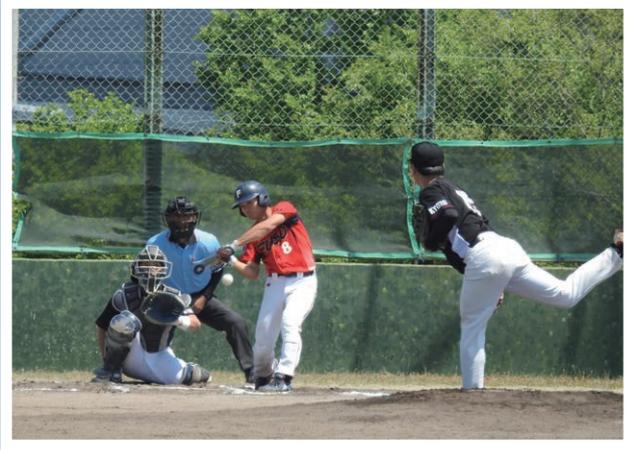
		大 阪	神 戸	京 都	合計/全体
事 業 所 数	(件)	627	92	69	788
被 保 険 者 数 (人)	男	57,280	7,794	4,981	70,055
	女	25,112	2,958	2,349	30,419
	計	82,392	10,752	7,330	100,474
平 均 報 酬 月 額 (円)	男	417,664	418,754	367,815	414,241
	女	278,823	280,042	234,338	275,506
	計	375,347	380,593	325,041	372,238
保 険 給 付 1 人 あ た り 額 (円)		42,524	44,395	42,135	42,696
扶 養 率		0.86	0.92	0.79	0.86

大阪薬業健保

第36回

野球大会・テニス大会

今年も恒例の野球大会・テニス大会を開催いたしますので、奮ってご参加ください。



野球大会



昨年と同じく舞洲スポーツアイランドで開催いたします。
大会のご案内は、昨年12月16日に各事業所あてにお送りしています。ご案内と参加申込書は、当組合ホームページの「お知らせ」からもダウンロードできます。

開催日 ●令和2年3月14日(土)から6月末までの土曜日に開催

開催場所 ●舞洲スポーツアイランド 西運動場(2面)・中央運動場(1面)
〒554-0042 大阪市此花区北港緑地2丁目
TEL06-6460-5193
ホームページ
<http://maishima.jp/>

競技方法 ●トーナメント方式[最大130チーム、申込先着順]

申込締切 ●令和2年1月10日(金)必着

ご注意 ●今大会も球場確保の事情から土曜日のみの開催になります。
大会期間中の試合日程の確認等は、すべて健保ホームページの「お知らせ」でご確認いただくことになります。
日程は、天候等により変更される場合があります。



のお知らせ

お問い合わせ先／大阪薬業健康保険組合 施設課内
野球・テニス大会事務局
TEL06-6941-5002 FAX06-6942-9582
ホームページ <http://www.daiyaku-kenpo.or.jp/>



テニス大会



昨年と同じくマリンテニスパーク・北村で開催いたします。
大会の詳細は1月中旬に各事業所あてに送付しますご案内をご確認ください。

開催日 ● 令和2年5月16日(土)、17日(日)、23日(土)の3日間
※予備日: 5月24日(日)、6月13日(土)

開催場所 ● マリンテニスパーク・北村
〒551-0032 大阪市大正区北村3丁目3番70号
TEL06-6555-6161
ホームページ
<http://kitamura.tennis-school.co.jp/>

競技種目 ● 男子ダブルス・女子ダブルス

競技方法 ● トーナメント方式
[最大350組、申込先着順]
ノーアドバンテージスコアリング方式
1セットマッチ・6ゲーム先取



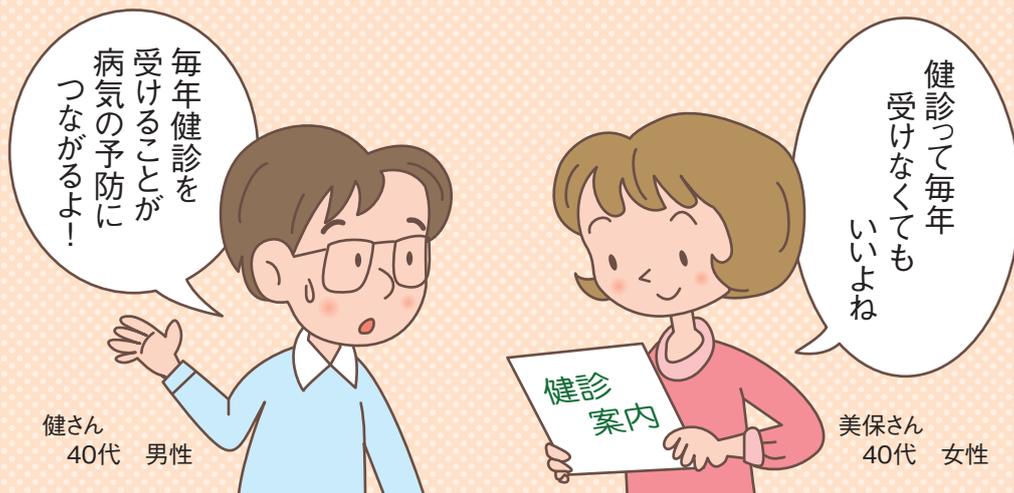
健診を受けていない ご家族はいませんか？

ご家族(被扶養者)のみなさん、今年度の健診はもう申し込みましたか？もし、健診を受けていないご家族がいたら「健診は？」と背中を押してください。

年1回、健保組合の健診を受けましょう！

人前で体重計に乗ったり、採血されたりするのは、あまり気が進まないですよね。しかし、健診を受けないまましていると、知らないうちに“病気の芽”が体の中で育ってしまうかもしれません。

定期的に健診を受け、よい生活習慣を続けることが、健康寿命を延ばすことにつながります。「予防医療」の時代になりつつある今、病気を“芽”のうちに摘むチャンスを逃さないようにしましょう。



健保組合の補助があっっておトクです！

もし、自分で健診を受けようとしたら、数千円～数万円を自分で負担しなければなりません。健保組合の健診なら、補助が受けられておトクに受診できます。

当健保組合では、とくにご家族（被扶養者）の健診の受診率向上に力を入れています。健保組合に加入しているメリットをぜひ活用してください。



大阪薬業保健センターでは各種健康診査 だけでなく、内科診療もおこなっています

● 受付時間

月曜日～木曜日 午前9時～午前11時30分
金曜日 午前9時～午前11時00分

※各曜日、阪大病院の専門医師が診察をいたします。

- ◆月曜日 内分泌（糖尿病）
- ◆火曜日 循環器（腎臓）
- ◆水曜日 循環器（心臓）
- ◆木曜日 循環器（高血圧・高脂血症）
- ◆金曜日 消化器



かぜなどの症状でもお気軽にご相談ください。

薬業大阪診療所
所在地 大阪市中央区内平野町3丁目2番5号
電話 06-6941-7467

当組合の被保険者は2割負担[※]で
受診いただけます

※被扶養者の方は3割負担になります



インフルエンザを予防しよう

インフルエンザとかぜの違い

インフルエンザとかぜの初期症状は似ています。しかしインフルエンザには、症状が急激に悪化して、38℃以上の高熱や頭痛、関節痛で体全体がだるくなるといった特徴があります。高齢者や乳幼児、持病が

ある人などは抵抗力が弱く、中耳炎や気管支炎、肺炎などの合併症を発症し、最悪の場合死に至ります。また、幼児はとくにインフルエンザ脳症に気をつけましょう。

予防と対策

インフルエンザ予防のために、日常生活で抵抗力をつけウイルスと接触せず、体の中に入れないようにすることを心がけます。

体力をつける



体力が低下すると免疫力が低下するので、バランスのよい食事と十分な睡眠をとる。

湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの防御機能が低下し、感染しやすくなる。水を入れたコップを室内に置くなどして、湿度を50～60%に保つ。



うがい、手洗い

帰宅後はもちろん、食事の前、せきやくしゃみをしたあとなどもこまめに行う。



マスク

せきやくしゃみで飛沫が飛ぶ距離は約2m。マスクをすることで低減できる。



マスクでせきエチケット

インフルエンザと診断されていなくても、せきやくしゃみなどの症状がある場合や、家族に感染者がいる場合、外出時などにはマスクをつけて周囲への飛沫感染対策を心がけましょう。



はり・きゅう、あんま・
マッサージ・指圧

健康保険の適用に なる施術・ならない施術

健康保険の適用になる施術

はり
きゅう

対象となるおもな疾病

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

※慢性病であって医師による適当な治療手段のない場合に限りです。

あんま
マッサージ
指圧施術

対象となるおもな症状

- 筋麻痺 ● 筋萎縮
- 関節拘縮



健康保険の適用にならない施術

- 単に疲労回復や慰安を目的としたもの
- 医師が施術に同意していないとき
- 病院ではり・きゅう対象疾病について治療中の場合
- 疾病予防のマッサージなど



保険適用となる施術には**保険医の同意・再同意が必要**となります

はり・きゅう、あんま・マッサージ・指圧の施術は、医師が必要と認めて同意した場合に限り、健康保険の適用となります。

保険医(主治医)の診察 ▶ 保険医による同意書(文書)の交付 ▶ 同意書の交付後、施術を実施

※保険適用となる施術が可能な期間は6カ月です。6カ月を過ぎた場合は、再同意書(文書)の交付が必要です。

※保険医の同意のある期間に受けた施術でも、当健康保険組合が厚生労働省の通知に基づく審査により「保険適用は認められない」と判断した場合は、施術料の全額について自己負担となります。

令和元年10月からは、患者が施術料を全額支払い、後日健保組合へ療養費の申請を行う「償還払い(立替払い)」に変わっています。

償還払い

患者が施術所で全額を支払い、後日健保組合へ療養費を申請する



お問い合わせ先：現金給付課 ☎06-6941-5005 神戸支部 ☎078-221-6100 京都支部 ☎075-801-2905

医療費控除を活用して上手に節税

2020年
3月16日まで

医療費控除とは、前年1月～12月の1年間に、家族の分も含めて負担した医療費等が一定額を超えたとき、納めた所得税の一部が還付される制度です。支払った医療費等の金額が10万円（または総所得金額等の5%）を超える場合、税務署に確定申告を行うことで、上限200万円まで課税所得額から控除され、税金が精算されます。



日本一般用医薬品連合会ホームページ「知ってトク！するセルフメディケーション税制」(<https://www.jfsmi.jp/lp/tax/>)で、どちらがおトクかシミュレーションができます。おトクなほうを選んで申告しましょう。

医療費控除の対象となる主な費用

- 医療機関等に支払った診療費
- 治療のための医薬品の購入費
- 通院費用、往診費用、出産費用
- 入院時の食事療養費等の費用 など

医療費控除の計算式

$$\text{医療費控除額} = \text{1年間に支払った医療費等}^{\ast 1} - \text{補てんされる金額}^{\ast 2} - \text{10万円(または総所得金額等の5\%)}^{\ast 3}$$

※1 生計を一にする家族の分を合算できます。

※2 健康保険の高額療養費、家族療養費、出産育児一時金、健保組合の付加金および生命保険の入院給付金など

※3 総所得金額等の5%のほうが少ない場合はその金額

健保組合発行の『医療費のお知らせ』を活用できます

医療費控除を申請する際、健保組合が発行する『医療費のお知らせ(医療費通知)』(原本)を添付することで、明細の記入を省略できます。『医療費のお知らせ』は、大切に保管してください。

健保組合からの通知対象以降の10月から12月の診療分や請求が到着していない医療費の申告については、病院等での領収書に基づいた「医療費控除の明細書」の作成、もしくは領収書の原本の添付が必要となりますので、病院等での領収書を大切に保管しておいてください。

お問い合わせ先：給付課 ☎06-6941-5006 神戸支部 ☎078-221-6100 京都支部 ☎075-801-2905

「セルフメディケーション税制」も選択可能です

「セルフメディケーション税制」は、ご家族の分も含め、スイッチOTC医薬品*の購入金額が年間12,000円を超えた場合、医療費控除の対象となる制度です(2021年12月31日までの購入費)。なお、上記の医療費控除と併用はできません。

スイッチOTC医薬品の購入額が12,000円を超え、さらに医療費等の自己負担額が10万円を超えている場合は、「セルフメディケーション税制」と「医療費控除」のどちらかを選んで申告を行うことになります。

* スイッチOTC医薬品：医師の処方が必要な医療用医薬品から転用された特定の有効成分をもつ市販薬。OTC(Over The Counter)は薬局などのカウンター越しに販売するという意味。

◎詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。か、住所地を管轄する税務署へお問い合わせください。

大阪薬業健康保険組合のホームページもご活用ください。
各種手続き方法を調べたり、届出用紙のダウンロードができます。



<http://www.daiyaku-kenpo.or.jp>

大阪薬業健保

検索



●発行所 大阪薬業健康保険組合 大阪市中央区平野町3丁目2番5号 ☎06(6941)5001