新年のご挨拶

大阪薬業健康保険組合
大阪薬業厚生年金基金
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・加入員ならびにご家族のみなさまにおかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、平素より当健康保険組合と当厚生年金基金の事業運営につきまして多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

国民医療費は平成27年度で42.3兆円となり、年を追うごとに増え続けています。健康保険組合連合会の推計では、団塊の世代のすべてが後期高齢者となる平成37年度には57.8兆円にまで跳ね上がると予測されています。

増え続ける医療費を誰がどのような形で負担していくのか、国民全体でよりよい在り方を考え、世界に冠たるわが国の公的医療保険制度を守っていく必要があります。

現在、健保組合は高齢者医療を支えるための多額の支援金・納付金等を国に納めており、それが大きな要因となって大変に厳しい財政運営を余儀なくされておりますが、本年も当健保組合はみなさまの健康を守るため、各種健診をはじめとする健康づくり事業に力を注いでまいります。

健保組合では平成27年度からレセプトデータや健診データをベースにして効果的・効率的に保健事業を進める「データヘルス計画」を実施しています。平成30年度からはその２期目となり、当健保組合としてもみなさまの健康づくり、病気の重症化予防等のお役に立てるよう、事業主のご理解とご協力をいただきながら積極的に事業展開してまいります。

みなさまも「自分の健康は自分で守る」という意識のもと、健保組合が実施している健診の受診と健診結果を活用しての健康づくり、医療機関の正しい受診などによる医療費適正化にご協力を賜りますようお願い申し上げます。

平成26年４月に改正厚生年金保険法が施行されて以降、厚生年金基金の存続条件が厳格化される中、当基金として基金制度改革検討委員会で慎重な議論を重ねるとともに、理事会並びに代議員会での議決を経て、平成30年３月28日に厚生年金基金解散と同時に後継制度を設立することになりました。

当基金では、後継制度の設立に向けて平成29年８月の事業所説明会を開催後、事業主並びに加入員のみなさまにご同意をいただき、併せて平成29年９月から10月にかけて受給権者のみなさまにご案内を送付し、後継制度への分配金持ち込みのご同意をいただきました。この間、ご理解とご協力をいただきました事業主、加入員並びに受給権者のみなさまに心より感謝を申し上げます。

平成29年12月に開催しました後継制度設立準備委員会において、後継制度として「大阪薬業企業年金基金」の設立を議決し、また、理事会並びに代議員会において、厚生年金基金の解散を議決しましたので、12月に厚生労働大臣あて認可申請を行いました。

平成30年３月28日の厚生年金基金解散、後継制度設立認可に向けて、円滑に移行できるよう引き続き努めてまいりますので、一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、みなさまのこの一年のご多幸とますますのご健勝を祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

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!

奥さんやお子さんが就職した、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します。

公示 任意継続被保険者の平成30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　平成29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。

平成29年 10月 事業状況

		大　阪	神　戸	京　都	合　計
事業所数（件）		627	93	72	**792**
被保険者数（人）	男	57,915	7,754	4,979	**70,648**
	女	24,701	2,793	2,228	**29,722**
	計	82,616	10,547	7,207	**100,370**
平均報酬月額（円）	男	417,188	415,449	364,731	**413,300**
	女	271,595	271,869	229,691	**268,480**
	計	373,658	377,427	322,984	**370,415**
保険料(給与分)1人あたり額(円)		34,750	35,101	30,038	**34,449**
保険料(賞与分)1人あたり額(円)		472	3	53	**393**
保険給付1人あたり額(円)		41,557	41,409	43,593	**41,687**
扶養率		0.89	0.97	0.82	**0.90**

保険給付1人あたり額には、前期高齢者納付金等を含む

高額療養費ってなに?

みなさんが医療機関を受診すると、窓口で医療費の1～3割の一部負担金（自己負担）を支払います。この一部負担金が一定の額（自己負担限度額）を超えた場合は、その超えた分が高額療養費として後で払い戻されます。

●自己負担限度額（70歳未満の方。70歳以上の高齢者は別に限度額が定められています）

所得区分		自己負担限度額（月ごと）	多数該当の場合 ＊下記（★）参照
ア	標準報酬月額83万円以上の方	252,600円＋（医療費－842,000円）×1%	140,100円
イ	標準報酬月額53万円～79万円の方	167,400円＋（医療費－558,000円）×1%	93,000円
ウ	標準報酬月額28万円～50万円の方	80,100円＋（医療費－267,000円）×1%	44,400円
エ	標準報酬月額26万円以下の方	57,600円	44,400円
オ	非課税者等	35,400円	24,600円

自己負担限度額の計算ルール

1 暦月ごとに計算
月の1日から末日までを1カ月として計算します。

2 病院・診療所ごとに計算
複数の病院や診療所にかかっている場合は、別々に計算されます。

3 歯科は別に計算
同じ病院に歯科があって同時に受診している場合は、別々に計算されます。

4 入院と外来は別に計算
同じ月に同じ病院に、入院と外来でかかっている場合は、別々に計算されます。

5 入院時の食費や居住費は対象外
計算対象に含まれません。

6 差額ベッド代などは対象外
差額ベッド代、個人でつけた看護費用などは対象外です。

特例もあります

1 多数該当（★）
直近12カ月の間に同一世帯（同じ健康保険に加入）で3回（3カ月）以上高額療養費に該当した場合は、4回目から自己負担限度額が減額されます。

2 世帯合算
同一月に同一世帯（同じ健康保険に加入）で21,000円以上の自己負担が2件以上ある場合は、それらを合算した額が自己負担限度額を超えたときにも高額療養費に該当します。

3 特定疾病
血友病、人工透析、抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群患者は、「特定疾病療養受療証」を提示すると、自己負担限度額が1カ月1万円（標準報酬月額53万円以上の人工透析患者は2万円）になります。

※このほか介護保険と医療保険の自己負担を合算して軽減する「高額介護合算療養費」の制度もあります。

※事前に「限度額適用認定証」を用意しておくと、窓口での支払いが限度額までで済みます!

所得区分を確認する「限度額適用認定証」を提示すれば、病院窓口での支払いが自己負担限度額までで済みます。入院・外来いずれの場合でも、高額な医療費がかかることがわかったら、健保組合に事前に申請して、交付を受けておくと便利です。70歳以上の方は「高齢受給者証」で所得区分を確認できるため、申請は不要です。

■当組合においては、被保険者のみ一部負担還元金の制度があります。

算出方法

所得区分	一部負担還元金
標準報酬月額83万円以上の方	窓口負担額－高額療養費－80,000円
標準報酬月額53万円～79万円の方	窓口負担額－高額療養費－50,000円
標準報酬月額28万円～50万円の方	窓口負担額－高額療養費－30,000円
標準報酬月額26万円以下の方	窓口負担額－高額療養費－20,000円
非課税者等	窓口負担額－高額療養費－20,000円

※算出額が1,000円未満の場合は不支給

はり・きゅう、マッサージのかかり方

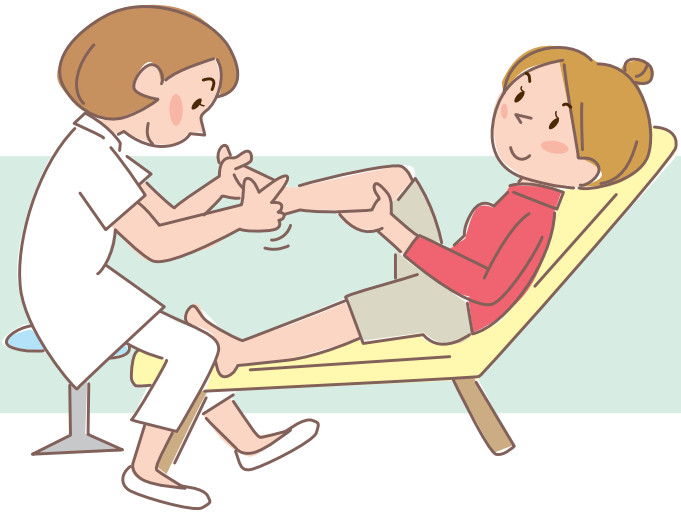
はり・きゅう、マッサージは健康保険の適用範囲が制限されています。

健康保険が使えるのは…

1 はり・きゅうの場合

医師の発行した同意書または診断書があり、神経痛・リウマチ・頸腕症候群・五十肩・腰痛症・頸椎捻挫後遺症などの慢性的な疼痛を主症とする疾患の施術※を受けたとき

保険医療機関で同じ対象疾患の治療を受けている間は、健康保険は使えず、全額自己負担になりますのでご注意ください。



2 マッサージの場合

医師の発行した同意書または診断書があり、筋麻痺や関節拘縮などであって、医療上マッサージを必要とする症例について施術※を受けたとき

※ 保険医療機関における「治療」と区別するためにはり・きゅう、マッサージでは「施術」という表現が用いられます。

専門家からの健康アドバイスを無料で受けられる

特定保健指導を受けるとこんなにお得です！

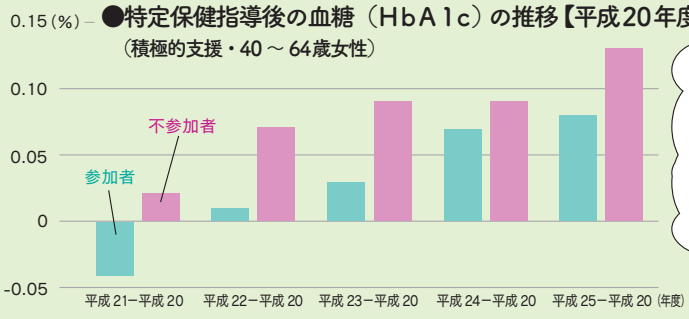
健保組合では、特定健診の結果からメタボリックシンドロームやその予備群と判断された人に対し、特定保健指導（「積極的支援」「動機づけ支援」）を実施しています。特定保健指導では、対象者のみなさんのライフスタイルなどにあわせて生活習慣の改善ができるよう、医師や保健師、管理栄養士などの専門家がサポート（保健指導）します。

特定保健指導は、検査値を改善し医療費を抑えます！

① 翌年の検査値が改善するだけではなく、その後も効果が続く

平成20年度に特定保健指導を受けた人（参加者）は、翌年の検査値が改善し、その後も効果が続いています

●特定保健指導後の血糖（HbA1c）の推移【平成20年度との差】
（積極的支援・40～64歳女性）

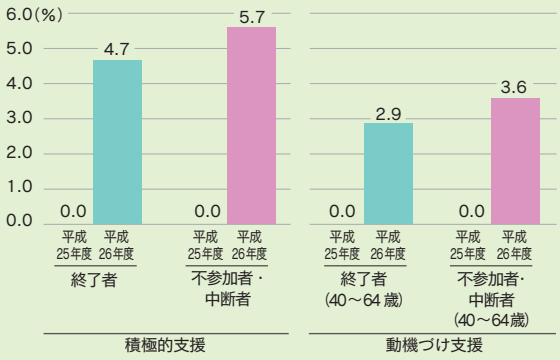


血糖だけでなく、ほかの検査項目でも改善効果が続くことが確認されているのニャ

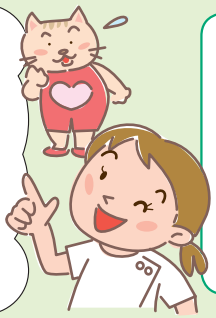
資料：第19回保険者による健診・保健指導等に関する検討会　資料1

② 特定保健指導を受けた人のほうが、1年後に服薬している割合が低い

●薬の使用の有無（血圧を下げる薬）



特定保健指導を受けた人（終了者）は、保健指導を受けなかった人（不参加者・中断者）に比べ、1年後に薬をのんでいる人の割合が低いニャ



糖尿病の薬や、コレステロールを下げる薬でも、特定保健指導を受けた人のほうが薬の服用割合が低いんですよ

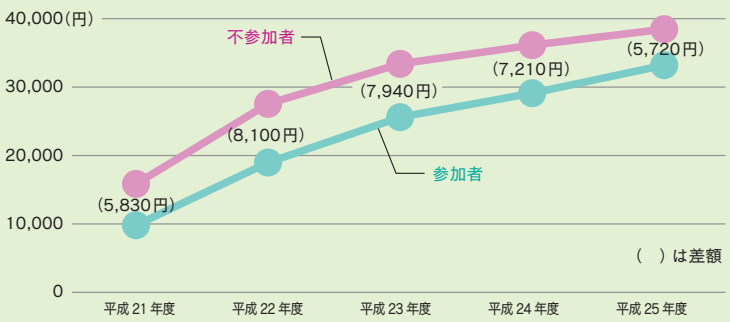
資料：第28回保険者による健診・保健指導等に関する検討会　資料2-2

③ 特定保健指導を受けた人は、受けない人より医療費が安い

特定保健指導を受けた人（参加者）は、受けなかった人（不参加者）に比べ、1人当たり入院外医療費が5,720円～8,100円低くなっているニャ

資料：第19回保険者による健診・保健指導等に関する検討会　資料1

●特定保健指導を受けた人と、受けなかった人の1人当たり入院外医療費
（積極的支援・40～64歳男性・高血圧症、脂質異常症、糖尿病の医療費）



Q 2年連続で特定保健指導の対象となったら？

A 2年連続で特定保健指導の対象となった人を調査した結果によると、2年目の特定保健指導も受けた人は、多くの検査項目で改善傾向がみられましたが、1回目しか受けなかった人では、改善がみられなかったり悪化したりする傾向がありました。2年連続で特定保健指導の案内を受け取った場合も、ぜひ参加しましょう。

高齢者が気をつけたい

冬の病気・事故と予防

冬は健康管理が難しい季節です。
起こりやすい病気や事故の予防策をしっかりたてて、
寒い冬を楽しみましょう！

監修：田中州鶴医院
医師 田中州鶴

意外と知らないお風呂の危険
入浴事故

入浴事故の原因は主に二つ。浴室と脱衣所の温度差による血圧の変動、そして浴槽内での血圧・心拍数の急増です。意識障害による溺死や、脳卒中、心筋梗塞など、重大な事態に陥るケースも少なくありません。脱衣所と浴室の温度差が激しい冬は、とくに注意が必要です。

予防するには

- 入浴前に脱衣所や浴室を暖める
- 湯温は41℃以下、湯につかる時間は10分までに
- 浴槽から急に立ち上がらない

下痢や嘔吐にひそむ危険
ノロウイルス

主な症状は、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛で、軽度の発熱を伴う場合もあります。通常は1～2日で治癒しますが、高齢者の場合、下痢や嘔吐などの症状がきっかけとなって脱水症状を引き起こしたり、自分の嘔吐物を誤って気道に詰まらせたりと、命に関わる危険もあります。

予防するには

- 調理前・食事前・トイレの後の手洗いを徹底
- 食品（特に貝類）はしっかり加熱
- キッチンや調理器具の消毒

合併症にも注意が必要
インフルエンザ

38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れます。一般的に高齢者は、免疫力が低下しているため、インフルエンザから起きる肺炎球菌性の肺炎や、高熱による脱水症状などの合併症にも注意が必要です。

予防するには

- 外出後の手洗い・うがいを徹底
- バランスのよい食事と休養で免疫力を高める
- 加湿器などを使って適度な湿度を保つ

「自分は大丈夫」がケガのもと！
凍結などによる転倒

雪が積もったり、路面や階段が凍結したりする冬には、高齢者の転倒事故が多発します。入院するほどのケガを負っている方も多く、最悪の場合、骨折が原因で寝たきりになることも。人や車が多く通る場所は、雪が踏み固められて滑りやすくなるので、特に危険です。

予防するには

- 小さな歩幅で、ゆっくりと歩く
- 靴は滑りにくいものを選ぶ
- 手袋や帽子で体を保護する

大阪薬業健保

第34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15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。

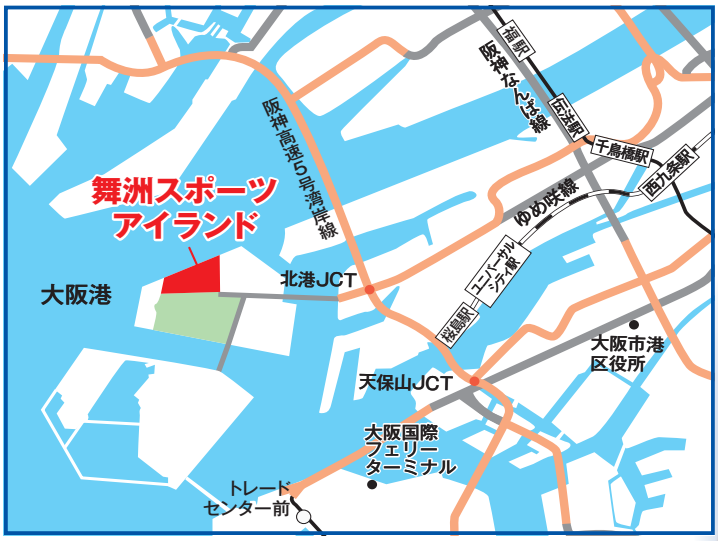
開 催 日／平成30年3月10日(土)から6月末までの土曜日に開催

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／平成30年1月12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／平成30年5月19日(土)、20日(日)、26日(土)の3日間
※予備日：5月27日(日)、6月16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

医療費控除の活用で税金が返ってくる！

家族でかかった医療費や薬代が一定額を超えたとき、税金の一部が返ってくる制度があります。
支払いが多かった方は、上手に活用して家計の節約に役立てましょう。

夫が虫垂炎で入院したり、
私も歯の治療に通ったり、
最近医療費に
お金がかかるなあ…。

ちょっと待って！

支払った医療費が10万円を超えたら医療費控除の申告を

ご家族の分を含めて、1年間（1月から12月まで）に自己負担した医療費が10万円（年収200万円未満の場合は所得の5%）を超えたとき、確定申告をすることで税金の一部が返ってきます。

控除の対象となる費用

- 医療機関に支払った治療費
- 治療のための医薬品購入費
- 通院費用・往診費用　●入院時の食事療養等の費用
- 歯科の保険適用外の費用（ホワイトニング等は除く）
- 妊娠から産後までの診察・出産費用　など

控除の対象とならない費用

- 健康診断や人間ドックの費用
- 美容目的の整形や歯列矯正費用
- 自家用車で通院する際のガソリン代や駐車料金
- ビタミン剤や体力増強剤など、治療のためではない医薬品の購入費用
- インフルエンザ予防接種の費用　など

上記「医療機関に支払った治療費」については、平成29年度税制改正により組合で発行する「医療費のお知らせ」が領収書の代わりとして使用できることとなりました。しかしながら、当組合からのお知らせは、前年10月から当年9月まで1年間の診療分を通知するもので、申告対象期間をすべて網羅するものではございません。また、病院等からの請求遅延等で組合に到着していないものも通知されません。

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保管しておいてください。

忙しくて病院に
行けなかったから
市販薬を買ったけど、
いろいろ買うと結構
お金かかるかも…。

ちょっと待って！

スイッチOTC医薬品は上手に使うと減税の対象に

医療費控除の特例「セルフメディケーション税制」により、ご家族の分を含めて、対象のOTC医薬品を購入した額が1年間（1月から12月まで）で12,000円を超えたとき、確定申告をすることで税金の一部が返ってきます。

対象となる人

所得税や住民税を納めていて、下記いずれかを受けている人。

○特定健診　○予防接種
○定期健康診断　○人間ドック
○がん検診　など

対象となる医薬品

厚生労働省のホームページ（http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html）で確認できるほか、パッケージにある右のマークが目印です。対象医薬品を購入すると、レシートに★や●などの印がついています。後で対象医薬品の購入額を確認するためにも、レシートはまとめて保管しておくのがおすすめです。

セルフメディケーション 税 控除 対象

※マークがついていないものもあります。

注意点　従来の「医療費控除」と「セルフメディケーション税制」を併用することはできません。
どちらがおトクになるか考え、ご自身で選択してください。

医療費控除

☑ 医療費の自己負担分、治療のために購入した医薬品（セルフメディケーション税制対象の医薬品も含む）
☑ 合計が10万円を超えた場合（上限200万円）

セルフメディケーション税制

☑ セルフメディケーション税制対象の医薬品のみ
☑ 購入代が12,000円を超えた場合（上限88,000円）

どちらか選択 → 確定申告

申告の手続き

確定申告は、住民票のある地域の税務署またはe-Tax（http://www.e-tax.nta.go.jp/）で行います。
確定申告の一般的な受付期間は、2月16日から3月15日ですが、医療費控除（還付申告）のみの場合は1月から手続きが可能です。

詳しくは最寄りの税務署へお問い合わせください。

●発行所
大阪薬業健康保険組合　大阪市中央区内平野町3丁目2番5号　☎06(6941)5001
大阪薬業厚生年金基金　大阪市中央区内平野町3丁目2番5号　☎06(6945)1021