

新年のご挨拶



大阪薬業健康保険組合
大阪薬業企業年金基金

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・加入者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。また日頃より当健康保険組合と当企業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。

本年は、5月に「平成」から新元号に切り替わり、10月に消費税率10%への引き上げが予定される変化の年となります。健保組合にとっても、「経済財政運営と改革の基本方針2018（骨太方針）」に示されましたように、予防・健康づくりの推進、「被保険者番号の個人単位化」と「オンライン資格確認」導入への準備、健康経営のサポートなど、多くの役割が期待される年となります。

しかし、健保組合の財政は一段と厳しい状況にあります。健康保険組合連合会が発表した平成29年度健保組合決算見込によると、納付金総額は組合全体で約3.5兆円、前年度に比べて7.5%の増加となりました。高齢者医療費の伸びに伴い、現役世代が負担する年間保険料も上昇の一途をたどり、この10年間で被保険者1人当たり約10.6万円の負担増となっています。

健保組合では、増え続ける高齢者医療費の負担構造改革を国に求めていくのと並行して、みなさまの健康づくりを積極的に推進するという使命を果たしてまいります。現在、「第2期データヘルス計画」を実施しておりますが、健診データと医療費データの分析から得られた健康課題の改善を目指して効果的な保健事業を展開してまいります。

みなさまにおかれましては、健康の保持・増進と健康寿命の延伸を図るためにも健診等を必ず受けていただくとともに、日々の健康づくりと適正受診等で、医療費の伸びの抑制にご協力くださいますようお願い申し上げます。

一方、平成30年3月28日付で「大阪薬業企業年金基金」を設立してから約9カ月が経過し、はじめての年明けとなりました。

企業年金基金の事業運営につきましては、経済がグローバルな動きのなかで米国大統領に翻弄される不安定な展開となっておりますが、資産運用をはじめとした財政面と、基金制度の安定した運営に向けた取り組みを進めるなかで、事業主並びに加入者の皆様の期待に応えられるよう、役職員一同精進して参る所存でございます。

厚生年金基金につきましては、昭和42年10月に設立してから50年の節目でその歴史・役割を終えることになりましたが、永年にわたり当基金を支えていただきました事業主並びに加入者のみなさまに感謝を申し上げます。

厚生年金基金解散後は、清算人会のもと清算事業を進めており、清算終了まで約2~3年を要します。厚生年金記録との突合後に最低責任準備金を確定し、未請求者への裁定勧奨等を確実にいき、2019年度には行政の実地監査を経て財産目録の承認後に分配金、残余財産の分配を行います。2020年度には決算報告書の承認後に国への関係書類の引継ぎをもって、厚生年金基金は清算終了となります。

本年も企業年金基金の安定した事業運営と厳正な事業管理を行うとともに、厚生年金基金の確実な清算業務に努めてまいりますので、事業主並びに加入者のみなさまには、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。

結びに、この一年がみなさまにとって実り多き年となりますようお願い申し上げ、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。



公 示

任意継続被保険者の 平成31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30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。

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

平成30年10月 事業状況

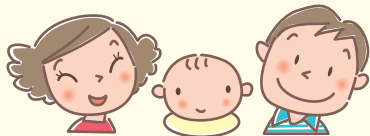
保険給付1人あたり額には、前期高齢者納付金等を含む

		大 阪	神 戸	京 都	合計/全体
事 業 所 数	(件)	631	93	72	796
被 保 険 者 数 (人)	男	58,370	7,835	4,965	71,170
	女	25,405	2,899	2,301	30,605
	計	83,775	10,734	7,266	101,775
平 均 報 酬 月 額 (円)	男	417,608	418,300	365,914	414,078
	女	276,416	276,523	232,232	273,104
	計	374,791	380,009	323,579	371,685
保 険 給 付 1 人 あ た り 額 (円)		41,406	41,859	39,906	41,347
扶 養 率		0.87	0.95	0.80	0.87

（出産には健康保険が使えない？）

「出産育児一時金」があるから大丈夫です！

正常な出産は健康保険の対象外ですが、健保組合から「出産育児一時金」が支給されますのでご安心ください。立て替え負担をしないで済む方法もあります。



●支給される額

出産育児一時金（被扶養者の場合は家族出産育児一時金）

1児につき **42万円**

※在胎週数 22 週未満の出産、産科医療補償制度に加入していない医療機関等での出産、海外での出産は 40 万 4,000 円

健康保険でいう出産とは？

妊娠 4 カ月以上（13 週以上）の出産をいい、早産、死産、流産なども含まれます。

健康保険の対象となるケースもあります

帝王切開分娩など、医師による治療行為が発生する場合は健康保険が適用され、3割負担となります。予定帝王切開の方は、事前に「限度額適用認定証」の交付を受けておくと、窓口負担が軽減されます。なお、健康保険が適用された場合も、出産育児一時金は支給されます。

窓口負担を軽減する 「直接支払制度」をご利用ください

「直接支払制度」を利用する場合、健保組合が医療機関等に直接、出産育児一時金を支払います。みなさんの窓口負担は出産育児一時金を差し引いた額で済みます。ほとんどの医療機関等で対応していますので、出産予定の医療機関等におたずねください。

▶ 手 続 き

医療機関等と代理契約合意文書を交わすだけです。健保組合への申請は必要ありません。

▶ 差額があるとき

出産費用が 42 万円（または 40 万 4,000 円）未満だった場合は、健保組合に申請してください。健保組合から差額を支給します。

※「直接支払制度」「受取代理制度」以外に、全額自己負担した後健保組合に申請する方法もあります。

「受取代理制度」対象の医療機関等では 事前申請が必要です

出産予定の医療機関等が小規模届出医療機関の場合には、「受取代理制度」を利用できます。事前申請により、窓口負担が出産育児一時金（42 万円か 40 万 4,000 円）を差し引いた額で済みます。

▶ 手 続 き

出産予定日 2 カ月前以降に、医療機関等の証明済みの申請書を健保組合に事前申請します。

▶ 差額があるとき

出産費用が 42 万円（または 40 万 4,000 円）未満だった場合は、健保組合に申請してください。健保組合から差額を支給します。

●女性被保険者が出産のため仕事を休んだときは **出産手当金**

女性被保険者が、出産のために仕事を休み、給料等をもらえなかったときは、生活保障として「出産手当金」が支給されます。

●支給される額

出 産 手 当 金

休業 1 日につき **標準報酬日額*の 2/3 相当額**

*支給開始月を含む直近の 12 カ月の各月の標準報酬月額を 30 で割った額。

●支給される期間

出産の日以前 42 日（双子以上の場合 98 日）間、出産の日後 56 日間のうち、仕事を休んだ日数分です。

出産の日

産前 42 日 (双子以上の場合 98 日)	産後 56 日
----------------------------------	----------------

※ 出産日は産前に数えます。

※ 出産予定日より遅い出産の場合、遅れた日数分も支給されます。

さらに…

産前産後休業期間中と育児休業期間中は、健康保険料が免除されます。免除期間中も変わらずに保険証を利用できます。

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

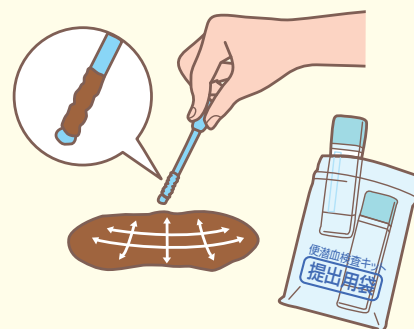
男女とも35歳になったら 1年に1回「大腸がん検診」を受けましょう

国では大腸がんのリスクが高まる40歳以降、1年に1回「大腸がん検診」を受けることを推奨していますが、大阪業業健康保険組合では35歳から「大腸がん検診」を受けることができます。大腸がん検診で行うのは「便潜血検査」で、がん検診のなかで死亡率が下がることがもっともよく証明されています。

便潜血検査

大腸にがんやポリープがあると、便が通るときにこすれて出血するため、便に血液が混じっていないかを調べます。

便潜血検査は検査キットを使い、自宅で2日分便を採取するのが一般的です。便が採取しやすいように工夫されており、簡単にできます。



便潜血検査

便の表面をまんべんなくこすり、容器に入れて提出するだけ。

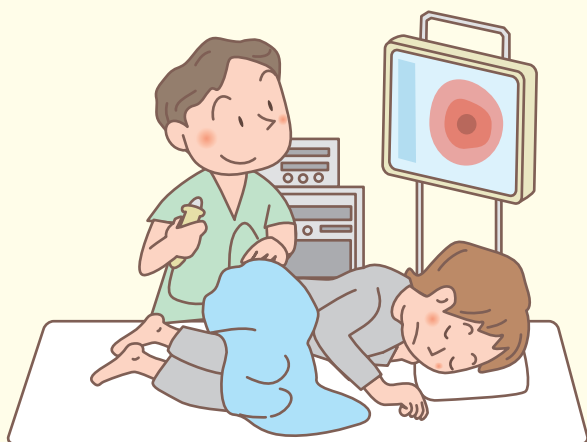
大腸がんの死亡数が多いのは、 検診の受診率が低い

大腸がんは治りやすいにもかかわらず死亡数が多くなっています。恥ずかしいなどの理由で大腸がん検診を受けていないか、受けても「異常あり」だった場合に精密検査を受けておらず、がんが進行してからみつかることが多いからです。

便潜血検査で「異常あり」だったら 精密検査を受けましょう

大腸がん検診を受けて精密検査が必要となる人は約7%で、そのうちがんが見つかるのは約3%です*。精密検査では「大腸内視鏡検査」を行います。

※平成27年度地域保健・健康増進事業報告(厚生労働省)



大腸内視鏡検査

大腸全体の内部を観察し、病変があればその一部を採取して、がんかどうかを調べる。

食の欧米化や便利な生活が 大腸がん増加の要因

大腸がんは大腸の粘膜にできたポリープ(良性腫瘍)ががん化するものと、粘膜から直接発生するものがあります。進行するにつれて大腸の壁に深く入り込み、リンパ節や肝臓、肺などに転移します。

大腸がんが増えている背景に、食の欧米化があります。かつての食事は一汁三菜の和食が中心でしたが、現在は肉類や動物性脂肪を多く摂取するようになってきました。また、交通手段などの発達によって体を動かす機会が減り、現代人の多くが運動不足です。こうした食生活や生活環境の変化が関係していると考えられています。

- **大腸がんのリスク要因**
- 肉類をよく食べる。
 - 運動不足である。
 - たばこを吸う。
 - 飲酒量が多い。
 - 肥満ぎみである。
 - 大腸がんになった血縁者がいる。

第2期 データヘルス計画実施中!

「特定保健指導」で 健康な生活をGET!

特定健診を受けた方のうち、生活習慣病になるリスクが高い方に「特定保健指導」が行われます。病気を未然に防ぐチャンスですから、**案内が届いた方は必ず参加してください。**

特定保健指導は、 その効果も実証済みです

健診の数値が改善し、
医療費が下がっています

特定保健指導は2008年度から続く国をあげた取り組みです。厚生労働省がその効果を分析し、調べたところ、参加者の健康数値改善や医療費減少がみられています。

特定保健指導は、きちんと結果が出ている「エビデンスのある健康サポート」と言えます。



美保さん
40代 女性

健さん
40代 男性

今年度の健診をまだ申し込んでいない方は、 早めにお申し込みください!

年度後半になると、健診機関の予約がとりづらくなります。また、健診を受けたあとに、特定保健指導の対象になったり再検査となることもありますので、早めに受診してください。

ご家族の健診にも、被保険者のみなさまが 責任をもちましょう

ご家族が健康でないと、被保険者のみなさまも安心して働けません。ご家庭にいる奥様の健診受診率がとくに低くなっています。40歳以上のご家族は必ず年1回健診を受けて健康チェックをするよう、被保険者のみなさまが責任をもってください。



どんな人が、どんな指導をしてくれるの？

特定保健指導を行うのは、保健師や看護師、管理栄養士など、病気予防のエキスパートです。

健診結果を見ながら、一人ひとりの生活に合った行動計画を一緒に作成します。一方的に指導するのではなく、自分自身の生活習慣をふり返り、達成できそうな目標を設定して、健康的な生活習慣を続けられるようにサポートしてくれます。

健診機関によっては、健診を受けた当日に保健指導を受けられたり、電話やメールで受けたりすることもできます。健康管理のエキスパートにご自身の健康について相談できるよい機会を、ぜひご活用ください。



大阪薬業健保

第35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17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31年3月9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31年1月11日(金)必着

ご注意／今大会も球場確保の事情から土曜日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／2019年5月18日(土)、19日(日)、25日(土)の3日間
※予備日：5月26日(日)、6月15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



医療費控除を活用していますか？

医療費控除とは、前年1月から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。

医療費控除の計算式

$$\text{医療費控除額} = \text{1年間に支払った医療費等} - \text{補てんされる金額} - \text{10万円} \left[\text{総所得金額等の5\%のほうが少ない場合はその金額} \right]$$

※補てんされる金額：健康保険の高額療養費・家族療養費・出産育児一時金、健保組合の付加金等および生命保険の入院給付金等

Memorandum

2017年分の確定申告から、医療費等の領収書の提出が不要となっています（税務署から求められたときは提示または提出しなければならないため、5年間の保管が必要）。

医療費控除の対象は？

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
- 通院費用や往診費用、出産費用
- 入院時の食事療養費等の費用 ほか

対象とならない主な費用

- 健康診断や人間ドック、予防接種の費用
- ビタミン剤や健康食品等の購入費
- 自家用車で通院するときの駐車料金やガソリン代 ほか

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ときに、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』は大切に保管しておきましょう。

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」

お得なほうを選択

「セルフメディケーション税制」は、かぜ薬や胃腸薬など、スイッチOTC医薬品*の購入合計額が年間12,000円を超えた場合、医療費控除の対象となる特例の制度です。ただし、定期健診、予防接種など健康づくりに一定の取り組みをしていることが条件となるため、申告時には健診結果通知表などの添付または提示が必要です。また、購入した医薬品が対象であることを示すドラッグストアなどのレシートや領収書は、自宅等で5年間保管する必要があります。

「セルフメディケーション税制」は、医療費控除の一部であるため、従来の「医療費控除」との併用はできません。12,000円を超えてスイッチOTC医薬品を購入し、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することになります。

どちらの減税額が多いかは、国税庁ホームページでシミュレーションできます。お得なほうを選んで申告しましょう。

※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。住所地为管轄する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 大阪市中央区平野町3丁目2番5号 ☎06(6941)5001
大阪薬業企業年金基金 大阪市中央区平野町3丁目2番5号 ☎06(6945)1021