

## 新理事長挨拶

サンケン電気健康保険組合 理事長・嶋内 功

このたび深作前理事長の後任として、平成29年10月23日付で、サンケン電気健康保険組合の理事長に就任いたしました。

当健保組合は設立以来、被保険者やご家族の皆様から信頼される健康保険組合を目指し、健康管理体制の充実や保健事業の推進など、重要な役割を果たしてまいりました。

健康保険組合を取り巻く環境は、高齢化の進行による医療費の増大と、高齢者医療制度への補てんとして拠出する各種納付金・支援金等の増額などで、予断を許さない状況に

あります。

こうした厳しい環境下にあります。当健保組合としては引き続き医療制度改革の動きに注目しながら事業の効率化に努め、皆様の健康づくりを支援していきたいと考えております。

微力ではありますが、被保険者やご家族の皆様の疾病予防と健康づくりに全力で取り組んでまいります。皆様の温かいご指導とご鞭撻を賜りますよう、心からお願い申し上げます。

## 保険給付費(医療費)は増加傾向、 納付金増大により、保険料率引き上げへ！

被保険者並びに被扶養者の皆様におかれましては、日頃より当健保組合の事業運営に対し、多大なるご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、今年度の当健保組合の財政は、収入は保険料収入が予算どおりに推移したものの、支出は保険給付費(医療費)が前年度実績を上回る状況となり、さらに後期高齢者支援金の総報酬制への移行で、大変厳しい状況に置かれています。このまま収支が推移したとしても、2年連続の経常赤字は避けられません。今後の保険料収入や保険給付費の状況によっては赤字の拡大が見込まれ、前年度からの繰越金や積立金の繰り入れにより財政を維持するという、大変苦しい状況となっています。

年明けから行う「平成30年度の予算編成」では、平成28年度の前期高齢者医療費が平年の1.5倍以上に増加したことで、「前期高齢者納付金」は当年度の2倍以上の負担になると見込まれます。さらに「後期高齢者支援金」も総報酬制による負担増が避けられず、これまでの積立金を全額充当しても

不足してしまうため、保険料率の引き上げによる保険料収入の確保を行わなければならない厳しい状況です。

こうしたなか、当健保組合では限りある保険料収入を適正に使用するために、「医療機関からの明細書(レセプト)のチェック」「接骨・整骨院等からの療養費支給申請書のチェック」「第三者行為の求償」「被扶養者資格の検認調査」「無資格者受診による医療費の返還要求」など、医療費の適正化に向けた取り組みを引き続き強化するとともに、「医療費通知、ジェネリック医薬品差額通知の発行」「柔道整復師による施術に関する点検および照会活動」「特定健診・特定保健指導」などの保健事業に取り組み、財政の健全化に向けた事業運営を推進してまいりたいと考えております。加入者皆様のご理解とご協力、ご支援をよろしくお願い申し上げます。

最後に、皆様におかれましては、年末年始の多忙な時期を迎え、体調に十分留意していただきますよう、お願い申し上げます。

# 医療費の適正利用のために できること

「医療費の節約」は私たちの健康保険組合を守るために必要です！

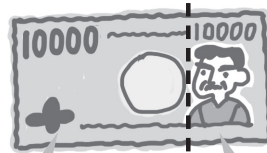
“医療費の適正利用”と言われても、ピンとこない人も多いのでは？  
でも、定期的な健診で体調管理をしたり、不要不急の受診を避けたりする  
ことは、“医療費を大切に使う＝医療費の適正利用”のための行動です。



## 医療費と健保組合の関係

保険証を使ってお医者さんにかかる場合、窓口で支払うのはかかった医療費の3割\*で、残りは、健保組合等が負担をしています。医療費の支払いには私たちが納める保険料が充てられているため、医療費支出が増えればその財源となる保険料も増やさなければなりません。医療費を大切に使うことは、健保財政の安定と私たちの保険料引き上げの抑制につながります。

\* 就学後～69歳の場合



**7割\***

健保組合が負担している額(保険料が財源)

**3割\***

私たちが医療機関の窓口で支払う額

## 医療費を大切に使うためにできること

### ●信頼できる

#### かかりつけ医を持ちましょう

いきなり大病院を受診すると、初診料等に追加して5,000円以上の負担が求められます。まずは、近所の信頼できるかかりつけ医に診てもらいましょう。大病院での検査や治療が必要なときは「紹介状」を書いてもらえます。

### ●ジェネリック医薬品のご利用を

薬代の節約には、新薬と効能・効果が同等で価格が安いジェネリック医薬品へ切り替えを！長期間の服薬ならさらに節約効果は大！です。ドラシロップなど飲みやすく改良されたものもありますので、子どもの薬にもジェネリック医薬品を選択肢に加えてみては？

### ●コンビニ受診(休日・時間外受診)や

#### はしご受診はNG

「夜の方が空いているし、時間があるから」等の理由で、救急外来(時間外)を受診することは、やむを得ない場合を除きやめましょう。かかる医療費も割高になります。ひとつの病気で安易に医療機関を変えるはしご受診も、無駄な診療や投薬につながるうえ、体に負担がかかるおそれがあります。

### ●「飲み残した薬」は医師や薬剤師に相談を

飲み残したり、何の薬かわからなくなってしまったもの、多すぎて飲みきれない薬などがあれば、薬局に持参し、相談してみよう。薬剤師が薬を整理してくれたり、多すぎる投薬や服用方法の変更について医師に確認してくれたりします。

## ●健康診査は毎年受けましょう

健康診査を受けてもその結果だけに一喜一憂していませんか？健康診査は毎年受け、数値の経年変化をチェックすることが大切です。異常なしでも、数値が少しずつ悪くなっていれば注意が必要です。生活習慣を見直すきっかけにしましょう。

## ご存じですか？

医療費控除の特例(セルフメディケーション税制)では、健康診査や予防接種を受けていることが条件です！

「セルフメディケーション税制」(→次ページ)を利用するには、所得税・住民税を納めているほか、健保組合等が行う健康診査や予防接種を受けていることが条件です。申告時には健康診査結果通知や予防接種の領収書などの添付が必要となります。

## ●インフルエンザにかからないために

インフルエンザの流行シーズンです。予防のためにセルフケアを忘れずに！

## ◆こまめな手洗い

外出後、食事の前は流水・石けんを使った手洗いで、手指についたウイルスを洗い流します。

## ◆マスクの着用

せきやくしゃみの飛沫を浴びないようにするほか、手指で口や鼻を触る機会を減らすことができます。自身にせきなどの症状があれば、エチケットとして必ずマスクを着用しましょう。

## ◆室内は適湿に

室内は、加湿器やぬれタオルを使って50～60%の湿度を保ちましょう。

## ◆流行前の予防接種

重症化防止に効果があります。ワクチンの効果は接種後約2週間から5カ月間です。

## 接骨・整骨院の利用は適切に

接骨・整骨院では、「各種健康保険取扱い」と書かれていても、健康保険(保険証)が使える範囲は限定されています。

具体的には、急性のけがである**打撲・ねんざ・挫傷(肉離れ等)**と、**骨折・脱臼の応急手当**に限り認められています。



## 次のような場合は健康保険が使えず全額自己負担となるのでご注意ください

- 保険医療機関(外科等)で同時期に治療中の同部位のけが
- 日常生活による単なる疲れや肩こりなど
- スポーツなどによる筋肉疲労
- 病気(神経痛、五十肩など)からくる痛み
- 脳疾患後遺症などのリハビリ
- 症状の改善がみられない長期の施術

※通勤途上、業務上のけがは労災保険が適用となります。

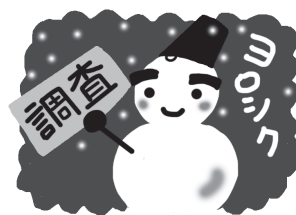
## まもなく特定健診の受診期間終了

被扶養者の皆様には、今年6月に「特定健診の受診券」を配付しました。

**受診有効期限が年内(12月末まで)**となっております。まだ受診されていない方は、早めの受診をお願いします。

特定健診により、日ごろ気づかない体の変化、病気のリスクを確認していただき、生活習慣の見直しや疾病の重症化予防にお役立てください。

## 被扶養者の検認調査について



昨年度に続き、「被扶養者の検認調査」を次のとおり実施いたします。この調査は「健康保険法施行規則第50条」および「厚生労働省の指導」により実施するものです。この調査は、被扶養者と認定されている方が現在も維持され、引き続きその資格があるかどうかを再確認するものです。これは、保険診療を適正に受けていただくために必要な調査で、高額になっている高齢者医療制度の拠出金にも影響することから、被保険者の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

- |                   |  |
|-------------------|--|
| <b>平成30年 1月調査</b> | ● サンケンオプトプロダクツ、福島サンケン、鹿島サンケン、山形サンケン            |
| <b>平成30年 2月調査</b> | ● サンケン電気、サンケン電設、サンケンロジスティクス、サンケンビジネスサービス、基金、労組 |

医療費が多くかかったという方は……

## 医療費控除で税金が戻ります

家族全員で支払った医療費の総額が1月から12月の1年間で10万円を超えたとき、税務署に「医療費控除」の申告をすると、超えた分を課税対象から差し引くことが認められています。これにより、超えた分にかかる税金が還付されることになります。

また、平成29年1月からスタートした「セルフメディケーション税制」は、年間(1～12月)で12,000円を超えて特定の市販薬を購入した場合、医療費控除の申告をすることで所得税等が戻ってくる制度です。詳しくは、国税庁のホームページ「タックスアンサー」を確認してみましょう。

タックスアンサー

検索

### セルフ メディケーション 税制対象市販薬

価格に関わらず、特定の有効成分を含んだ市販薬で、8月時点で約1,650品目が対象です。

対象商品の多くに目印となる識別マークが入っています。

セルフメディケーション  
税 控除 対象