

健保だより

(No.100)

平成23年1月

川崎汽船健康保険組合

〒105-0003

東京都港区西新橋1-4-7(桜田ビル5階)

TEL (03)3595-6082 FAX (03)3595-6099

- 1 新年のご挨拶
- 2～3 接骨院・整骨院の施術(治療)に関するお願い
- 4～5 生活習慣病とジェネリック医薬品
- 6 税金の医療費控除をご存じですか？
- 7 皆保険維持に、公費拡充待ったなし！
- 8 健康保険証が変わります！健保事務所移転のご案内

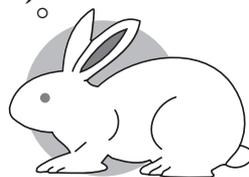
新年のご挨拶

川崎汽船健康保険組合

理事長 山口 高志

新年明けまして

おめでとーございませう。



昨年の世界経済は2008年9月のリーマンショックから3年目を迎え、上期では中国・アジアを中心とした新興国の景気拡大などで堅調に推移しましたが、本格的な回復までには至りませんでした。ギリシャ・アイルランドの財政危機の顕在化や米国の失業率の高止まりなどで下期における景気は先行きの不透明感が強まっています。一方、国内景気は、エコポイント、猛暑特需、たばこ増税駆け込み特需、新興国需要などが追い風になり、上期はリーマン前の水準まで回復しましたが、下期においてはそれらの反動や世界経済の減速、円高・株安の影響などで足踏み局面に入っています。

さて、我が国社会保障制度の中核のひとつであり、まず医療保険制度に関しては、民主党の政権公約である「後期高齢者医療制度」の見直しが行われ、2年後の2013年度より新高齢者医療制度として導入されることが報道されています。高齢者医療の最大の課題は財源問題といわれています。健保組合は高齢者医療制度維持のための支援金の拠出が義務づけられており、拠出金の保険料収入に占める割合

は半分近くに達しています。高齢者医療費の財源は、5割が公費、4割が各保険制度からの支援金、残り1割が高齢者自身の保険料となっており、公費の拡充が今後の大きな課題となっています。

人口構成の高齢化が進む中、生活習慣病の増加も相まって、医療費は増大の一途です。これまで病気の早期発見が重視されてきましたが、今では病気の発病そのものを予防するための「一次予防」「特定健診・特定保健指導」が健康保険組合にとっての重要な課題になってきており当健保組合でも積極的に取り組んでおり、法定健診以外の健診への補助、歯科健診の実施、健康増進キャンペーンなどの保健事業推進に力を入れているところです。

また今年には当健保組合独自のホームページの開設を予定しております。健康保険のしくみや解説、給付情報、結婚・出産・退職などイベント毎の各種手続き、契約保養施設の情報をおフィスからのみならずご家庭からいつでも手軽に検索し参照できるようにいたしますのでご期待ください。

被保険者並びにご家族の皆様におかれましては、健康維持のための自己管理、自助努力、具体的には「規則正しい生活、十分な休息」「手洗い、うがいの励行」「腹八分目の食事」「食後の歯磨き」「適度な運動」など基本的な生活習慣の励行が、医者や薬の厄介にならぬための、また病気のない明るい生活への近道だと思っておりますので、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

最後に本年が明るい展望の開ける年、皆様のご健康と更なる飛躍の年になりますよう心からお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。

《治療》に関するお願い！

いつも健康保険業務にご理解・ご協力いただきありがとうございます。
 平成11年より「接骨院・整骨院」の受診に際して、照会をさせていただいています。

皆様の中では、「接骨院・整骨院」も「健康保険適用」と表記されていれば医療機関と同様とお考えになる方が大半かと思えます。しかし「接骨院・整骨院」は内科・外科などの医療機関とは全く違う存在です。そのために、各健康保険組合では健康保険法にそった利用をしているか確認するために「施術（治療）を受けた被保険者・被扶養者の方に照会をする」という形をとるようになりました。



健康保険組合からの照会で
 確認をしていること

- ① 施術（治療）を受けた理由が健康保険診療に適切か
- ② 施術（治療）を受けた回数が本人の記憶と相違ないか
- ③ 支払金額がいくらであったか

健康保険が 使えない場合

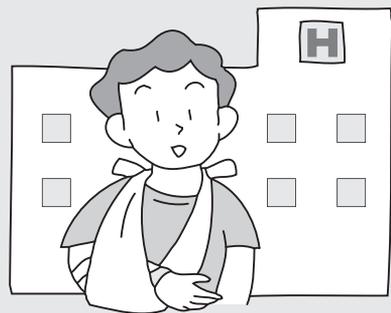
- 右記以外の
- ▲ 日常生活での疲労や肩こり
 - ▲ スポーツ後の筋肉痛
 - ▲ 加齢による痛み
 - ▲ 以前負傷した箇所の痛み（一年以上前のけが等の痛み）など



このような痛みに対する施術（治療）は健康保険証を使用せずに自費で治療してもらってください。

健康保険が 使える場合

- ◎ 急性・亜急性の外傷性の骨折やひび・脱臼・打撲およびねんざ
- ◎ 急性・亜急性の外力による筋・腱の断裂（いわゆる肉ばなれ）



接骨院・整骨院の施術

この3点を確認させてもらっています。
治療費を支払った際には必ず領収証（レシート）をもらい、保管してください。
また、この照会は施術（治療）を受けた方の記憶で記載していただくものですから、再度接骨院や整骨院へ確認される必要はありません。

保険診療可能な疾患

「鍼・灸・マッサージ」に対して、健康保険の対象となるのは、「慢性的な疼痛（ずきずきする痛み）があり、病院など医療機関で治療をうけても効果が得られないと医師が判断した場合」であり、具体的に保険診療可能な疾患は「神経痛・リウマチ・頸腕症候群・五十肩・腰痛症及び頸椎捻挫後遺症等」です。

健康保険で治療を受ける場合は、医師の同意書か診断書（疾患名、症状、発病年月日が記載されており、鍼灸治療が必要である旨が判断できるもの）が必要であることから、受診している医療機関の医師と相談の上、「同意書」を作成してもらって施術（治療）を受けた場合のみ、健康保険が適用となります。



ご注意ください！

健康保険でかかる際の料金基準等が 変わりました

2010年6月から…

- 一度に複数の部位を施術したときの料金基準が変わりました
- 2回目以降の基本施術料が引き上げられました

2010年9月から…

- 領収書の無料発行・明細書の希望発行が義務づけられました
- 「療養費支給申請書」の必須記載項目が増えました

2011年1月から…

- 施術日の記載が義務づけられます

「ご回答にご協力ください」

この照会は、接骨院・整骨院に健康保険組合から「療養費」を支払うために行っています。照会に対して、「ご回答がなければ保留となり、接骨院・整骨院にも迷惑がかかります。ご多忙とは存じますが、照会状が届いた際には、速やかにご回答くださいますようお願いいたします。

公示情報

任意継続被保険者の標準報酬月額上限額

この度、任意継続被保険者の平成23年度標準報酬月額上限限度額は、健康保険法第47条第2号により、前年度と同じく470千円と決定しました。

生活習慣病とジェネリック医薬品



ジェネリック医薬品の効果をご理解いただくために、主な生活習慣病とそれに適したジェネリック医薬品の例示を先発医薬品と対比した形でお示ししたいと思います。

今回は、第二回目として「高血糖・糖尿病」についてご紹介します。



血糖値とは？

「血糖」とは、血液中に含まれる「ブドウ糖」のことです。「ブドウ糖」は大切なエネルギー源ですが、高くなりすぎた状態が続くとさまざまな臓器に影響を及ぼす可能性が高くなります。

この血糖値は、体の中のインスリンというホルモンの作用でほぼ一定に保たれていますが、この血糖値を保つ仕組みがうまく働かなくなり、血糖値が高い状態が続いてしまうのが糖尿病です。

最初のうちはほとんど症状がありませんが、血糖値が高い状態が続くと、のどの渇き、疲労感、多飲・多尿などの症状が現れるようになり、次第に血管や神経が傷ついて全身のさまざまな臓器に影響を及ぼします。

逆に、糖尿病になっても、血糖値のコントロールがうまく行えていれば、症状をおさえ合併症を予防することができます。

最近では手頃な価格で血糖値測定器も販売されているので、気になる方は自宅で測定して記録をつけてみるのもいいですね。



●糖尿病の診断基準は？

- ①早朝空腹時血糖値 126mg/dl 以上
- ②OGTT (75g 経口ブドウ糖負荷試験) 2時間値 200mg/dl 以上
- ③随時血糖値 200mg/dl 以上
- ④ヘモグロビン A1C JDS 値 6.1% (NGSP 値は 6.5%) 以上

2010年7月1日から新基準。
糖尿病の診断が最低1回の
検査で可能になりました。



血糖コントロール

糖尿病は生活習慣病です。食べすぎ、飲みすぎ、運動不足、ストレスなどの原因を取り除くために、生活習慣を改善することが基本です。「ちょっと血糖値が高いくらい、問題ない。症状も無いし」と放っておくことが最も危険です。

食事療法や運動療法が治療の基本です。これで血糖値が改善されれば問題ないのですが、それでも改善されない場合は、薬物での治療を並行して開始します。糖尿病の薬の種類には、血糖値を下げるインスリンの注射、すい臓からのインスリン分泌を促進する薬、インスリンの働きを良くする薬、糖分の吸収を少なくする薬などがあり、症状、年齢、生活習慣などに合わせて処方されます。



血糖値は食事を摂ることで上昇します。そのため、食事と服薬のタイミングは非常に大切です。まず、食事は1日3回きちんと摂りましょう。仕事などの関係で難しいときは、その状況を医師、薬剤師に必ず相談してください。処方内容や薬を服用するタイミングについて、説明してくれます。難しいこともありますが、出来ることも必ずあるはずですよ。一緒に探していきましょう。

糖尿病の薬物療法は長期にわたります。食事療法、運動療法とあわせて根気よく続けましょう。

以下に、糖尿病に使用される主な治療薬を紹介します。

最近では、ジェネリック医薬品という、先発医薬品と有効成分が全く同じで安価な薬も販売されていますので、薬剤費を削減することができます。同封の「ジェネリック医薬品お願いカード」を活用してください。

●主な糖尿病治療薬（※一般的な用法・用量で計算）

先発医薬品名	ジェネリック医薬品名	1カ月薬価差(円)*	1年間薬価差(円)*
オイグルコン／ダオニール	オペアミン	276～1,104	3,358～13,432
グリミクロン	ダイアグリコ	702～2,808	8,541～34,164
ペイスン	ペイスロース	2,250～3,204	27,375～38,982
ペイスン OD	ボグリボースOD錠「MED」	1,566～1,647	19,053～20,038

*各薬剤の規格（含有される成分量）によって差異が生じることあり

*金額差は10割負担の場合で記載

*2010年12月28日現在

税金の医療費控除を ご存じですか？

被保険者やその家族が、1年間に支払った医療費の自己負担額の合計が一定額を超えたときは、確定申告で医療費控除を申請すれば、超えた部分について一定の金額の所得控除を受けることができます。



年間10万円を超える 医療費には控除があります

一家で支払った医療費（健康保険などで補てんされた金額を除く）が年間10万円（または年間所得金額の5%のいずれか少ないほう）を超えたときは、その超えた額（最高200万円まで）を総所得金額から控除することが認められています。

この医療費控除を受けるためには、医療費などの領収書、給与の源泉徴収票、印かんなどを持参して、所轄の税務署に確定申告をします。

医療費控除は5年前までさかのぼって申告できます。

注：健保組合で付加給付がある場合は、支給明細書等が必要です。

領収書を もらっておきましょう

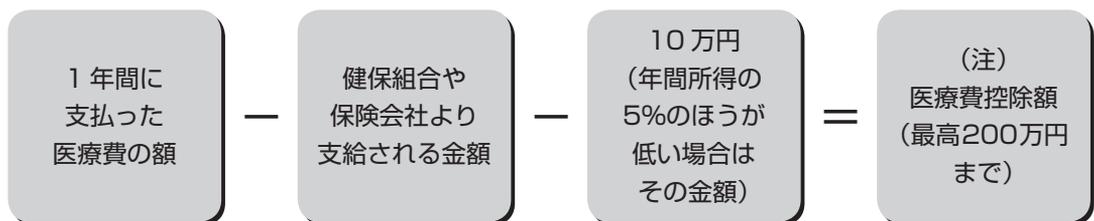
医療費の控除を受けるためには領収書を添付する必要がありますから、医師にみてもらったら必ず領収書を請求してください。

家族の多い家庭などでは、1人が1回に支払う額は少なくとも、家族合わせれば相当の金額になることもあるので、1人ひとり領収書を必ず受け取るようにしましょう。

なお、漢方薬にも控除が認められているものがありますから、購入時に確かめましょう。

確定申告の時期は毎年2月16日から3月15日までですが、税金を払い戻してもらうだけの申告なら2月15日以前でも可能です。

医療費控除額の計算方法



（注）この計算式による医療費控除額がそのまま戻ってくるわけではありません。計算した控除額が10万円だったとすると、課税対象が10万円減ということです。

医療費控除の対象になるもの（一例）

- 医師または歯科医師による診療または治療費
- 一部の介護保険サービスの自己負担額
- 整体やはり治療の代金（ただし、疲れを癒やしたり、体調を整えるといった治療に直接関係のないものは除く）
- 治療や療養のために購入した医薬品（ビタミン剤や健康食品は除く）
- 医療機関への交通費



詳しくは国税庁のホームページをみてください。

国税庁「タックスアンサー」 <http://www.nta.go.jp/taxanswer>

皆保険維持に、公費拡充待ったなし！

平成 22 年度健康保険組合全国大会

去る平成 22 年 11 月 16 日に東京で開催された平成 22 年度健康保険組合全国大会にて、以下の決議がなされましたのでお知らせします。

決議

健保組合は今、極めて深刻な財政状態に陥っている。平成 21 年度決算では、過去最大の 5200 億円を超える赤字を計上し、赤字組合も 8 割に達している。また、法定給付費と高齢者医療制度への拠出金の合計額が、初めて保険料収入を上回った。今後も、高齢化等による医療費の増大や、長引く不況による保険料収入の減少等から更なる財政悪化が懸念され、また本年度からの、後期高齢者支援金への総報酬割の導入による負担増も加わり、財政悪化は深刻さを増している。

この財政危機の最大の要因は、保険料収入の実に 5 割近くを占める過重な高齢者医療制度に対する拠出金の負担にある。国民の「安心」を支える皆保険制度を持続性あるものとするためには、保険者機能の発揮が不可欠である。健保組合は、その保険者機能を最も効果的かつ効率的に発揮できる保険者であるが、過重な拠出金の負担によって、健保組合の最大の特徴が十分に発揮できないばかりか、存続まで危うくなっている。

高齢者の医療は広く国民全体で支えるべきであり、現役世代の保険料による支援に過度に頼ることなく、国は公費の投入を拡充し、そのための安定財源の確保に努めるべきである。同時に、安定的に皆保険制度を維持するために、国はまず社会保障全体にわたるグランドデザインを示し、そのうえで、健保組合をはじめとする保険者の持続安定性を高める方向で制度設計を行うべきである。

さらに、改革が行われるまでの間、財政危機に瀕している健保組合に対し、適切な財政支援を講ずるべきである。

われわれ健保組合は、次の事項を実現するため、組織の総意をもってここに決議する。

- 高齢者医療制度に対する公費投入の拡充と安定財源の確保
- 保険者機能が十分に発揮できる医療保険制度の確立
- 健保組合方式維持のための財政支援の充実・拡大

健康保険証が変わります!

平成 23 年 4 月 1 日に更新される健康保険被保険者証の表面の 「事業所名称」と「事業所所在地」が削除されます

前回の「健保だより」にてご案内致しましたとおり、改正臓器移植法の趣旨を踏まえ、健康保険被保険者証（以下、健康保険証という）の裏面に「臓器提供に関する意思表示欄を設けること」が原則となりました。当健保組合もこの原則に従い、2011 年（平成 23 年）3 月末の健康保険証の切替え時に、「臓器提供に関する意思表示欄」を新しく発行する健康保険証の裏面に表示することにしました。

また、平成 22 年 6 月 18 日の政府閣議決定により、健康保険証の記載事項について事業所の名称及び所在地の記載が省略できることになったことから、上記の切替え時に健康保険証の表面に記載してある「事業所名称」及び「事業所所在地」を削除することにしました。これにより、事業所の合併による事業所名称の変更又は事業所の移転による事業所所在地の変更に起因する健康保険証の代替に係る当該事業所の被保険者・被扶養者を含む全ての関係者の時間、手間及びコストが掛からないこととなります。

なお、更新される健康保険証の色は現在の「グリーン」から「ふじ色」となります。



新しい「健康保険被保険者証」は「ふじ色」です

【表面】

健康保険被保険者証
被保険者本人

記号 000 交付 平成23年 3月25日
番号 12345 有効期限 平成26年 3月31日

氏名 カサキ タロウ
川崎 太郎

生年月日 昭和〇年×月△日 性別 男
取得年月日 平成3年1月1日

保険者所在地 東京都港区西新橋1-10-2 TEL 03-3595-6082 印
保険者番号・名称 06138101 川崎汽船健康保険組合

- 「事業所名称・所在地」が省略されます。

【裏面】

注意事項 保険医療機関等において診療を受けようとするときには、必ずこの証をその窓口で渡してください。

住所

※ 以下の欄に記入することにより、臓器提供に関する意思表示をすることができます。記入する場合は、1 から 3 までのいずれかの番号を○で囲んでください。

1. 私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいずれでも、移植の為に臓器を提供します。
2. 私は、心臓が停止した死後に限り、移植の為に臓器を提供します。
3. 私は、臓器を提供しません。
(又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。)
【心臓・肺・肝臓・腎臓・膵臓・小腸・眼球】

(特記欄)
署名年月日 年 月 日
本人署名(自筆): _____ 家族署名(自筆): _____

見本

- 「臓器提供に関する意思表示欄」が新設されます。

※「臓器提供意思表示欄」は、任意の記入となります。

健保事務所移転のご案内

平成 23 年 2 月 28 日より
当健保組合の事務所が以下の通り変更となります。(TEL,FAXは変更ありません)
〒105-0003 東京都港区西新橋一丁目10番2号 住友生命西新橋ビル5階
TEL (03) 3595-6082 FAX (03) 3595-6099

