

健保だより

〒105-0003

東京都港区西新橋1-10-2(住友生命西新橋ビル5階)

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

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

(閲覧にはID・パスワードが必要です)

平成 30 年

9 月

No.124

CONTENTS

- 1 公告情報／
秋の旅行に保険証の携帯を！
- 2 ジェネリック医薬品で
お薬代を節約しましょう
- 4 歯周病予防／歯科健診
- 6 平成 29 年度決算報告

川崎汽船健康保険組合

公告情報

- 選定議員、選定理事及び理事長の辞任に伴い、所定の手続きを経て下記の方が新たにそれぞれ就任されました。

職務	就任日	新任者 (事業所)	前任者 (事業所)
選定議員	平成 30 年 3 月 31 日	小樽 慎吾 (川崎汽船株)	明珍 幸一 (川崎汽船株)
選定理事	平成 30 年 4 月 2 日		
理事長	平成 30 年 4 月 2 日		

職務	就任日	新任者 (事業所)	前任者 (事業所)
選定議員	平成 30 年 6 月 22 日	岩井 勝 (株シーゲートコーポレーション)	吉田 仁 (株シーゲートコーポレーション)

秋の旅行に保険証の携帯を！

行楽シーズンの秋、

旅行やお出かけのご予定がある方もいらっしゃると思います。

旅先で保険証を提示せず医療機関にかかると、

その場で医療費の全額を支払うことになってしまいます。

ケガや急な病気に備えて、保険証を携帯するように心がけ、

安心してレジャーを楽しみましょう。



ジェネリック医薬品で お薬代を節約しましょう

「ジェネリック医薬品」とは、新薬の特許終了後にほかの製薬会社でも製造・販売できるようになった後発薬のこと。安全性も保障されているうえ、研究・開発費をあまりかけずに作ることができるので、価格も安くお得です。

Point ・お薬の価格は、一般的に先発薬の2～7割

・効き目や安全性は**先発薬と同等**

国によるきびしい審査を受け
承認されています

・短期間だけの処方**も可能**

試して合わなければ、元のお薬に戻せます

知って得する

ジェネリック医薬品Q&A

Q ジェネリック医薬品が安いのはどうして？

A 先発薬より開発費が安いからです。

新薬の開発には数百億円かかるといわれますが、ジェネリック医薬品は特許が切れた“新薬と同じ主成分（有効成分）”を使うことで開発費を大幅に抑えています。そのため先発薬より安く販売できるのです。主成分は先発薬と変わりません。

Q ジェネリック医薬品はお試しもできる？

A 可能です。

これまで服用していた先発薬をジェネリック医薬品に変えることに不安がある場合は、試しに短期間切り替えてみることもできます。医師・薬剤師にご相談ください（医学的な理由から変更できない場合もあります）。もし体に合わなければいつでも先発薬に戻せます。

Q 安さ以外にもジェネリック医薬品のメリットはある？

A 先発薬より服用しやすく改良されている場合があります。

ジェネリック医薬品には後発品ならではのさまざまな改良や工夫がされて、より利用しやすくなっているものもあります。錠剤の大きさや味、においなどの改良や、湿気や光に弱いなどの品質面の改善は、利用者にとっても大きなメリットといえます。



身近なお薬もお得！

慢性的な病気（高血圧症・糖尿病など）だけではなく、「かぜ」「花粉症」「腰痛」「皮膚炎」などの病気や症状に効くジェネリック医薬品もたくさんあります。身近によく使うお薬で節約してみませんか？

たとえばこんなお薬をチェンジ！

トローチ

目薬

シップ薬

ぬり薬 など

あなたの自宅にも届いていますか？ お薬代がお得になるチャンス♪

9月に「ジェネリック医薬品差額通知」をお送りしています。
ぜひチェックしてみましょう！

※生活習慣病等のお薬を処方されていて、一定の減額効果がある方にお送りしています。



※ジェネリック医薬品への切り替えはご本人の意思を第一に尊重するもので、強制するものではありません。

Column

お薬手帳を持参したほうが 窓口での負担が安くなる!?

薬局でお薬を処方してもらう場合、お薬手帳への記載や薬の説明などにかかる費用として「薬剤服用歴管理指導料」がかかります。お薬手帳を持参した場合は410円（*）、初回およびお薬手帳がない場合は530円です。3割負担の場合、お薬手帳の持参で窓口での負担が約40円安くなります。



（*）原則6カ月以内に同じ薬局（お薬手帳の活用実績が高い薬局）で処方を受ける場合

今日から始めよう 歯周病予防

歯を失う原因のおよそ 4 割を占める歯周病。しかし痛みなどで気づきやすいむし歯と異なり、歯周病は自覚症状がないまま進行し悪化します。さらに歯周病は、生活習慣病をはじめとする全身のさまざまな病気とも深く関係することがわかっています。

歯周病と生活習慣病との関係

糖尿病

歯周病と糖尿病は相互に影響しあう関係といわれ、どちらかが悪化するともう一方も悪化します。反対に歯周病の治療が糖尿病の改善につながることもあります。

心筋梗塞・脳梗塞

歯周病は循環器疾患（心筋梗塞、脳梗塞など）のリスクを高めることが知られています。これらの疾患の原因となる動脈硬化に歯周病菌が関与することがあるからです。

肥満・メタボリック症候群

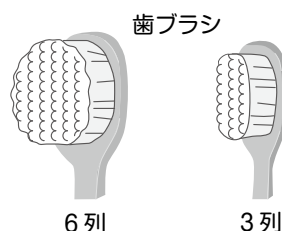
よく噛んで食べると満腹感が得られ、食べすぎ防止につながります。歯周病が進行するとしっかり噛めなくなり、肥満・メタボリック症候群をまねやすくなります。

今日からできる歯周病ケア

歯ブラシ選び ……ヘッドがコンパクトで奥歯に届く、中程度の硬さのものが基本です。しっかりみがけている自信のない人は、毛が 5 ～ 6 列のタイプも選択肢に。

歯みがきのポイント ……力を入れすぎず、小さく細かい動きでみがきます。奥歯の裏側や噛みあわせ面、歯並びが悪い箇所の周りもていねいに。

歯間もきちんと ……歯と歯の間は、デンタルフロスや歯間ブラシを使ってきれいに。



歯科健診（左ページ参照）で歯の状態をチェックし、
歯とからだの健康を守りましょう！

歯科健診についてのお知らせ

本年度も「巡回型歯科健診」および「費用補助型歯科健診」を実施しますので、被保険者の皆様は奮って参加いただきますようお願いいたします。



① 平成 30 年度巡回型歯科健診（各事業所）

各事業所の健診会場にて実施しますので、出張等でやむを得ない場合を除き可能な限り受診いただきますよう、ご協力をお願いします。当日、受診票に健康保険証の記号・番号を記入していただきますので、必ず保険証をご持参ください。スケジュールは下記をご覧ください。

平成 30 年度川崎汽船健康保険組合 歯科健診日程表（9 月以降）

9 月 5 日	（水）	川崎汽船（株）本社
9 月 6 日	（木）	川崎汽船（株）本社
9 月 6 日	（木）	北海運輸（株）札幌本部
9 月 13 日	（木）	川崎近海汽船（株）本社
9 月 19 日	（水）	ケイラインローローバルクシップマネジメント（株）神戸本社
10 月 1 日	（月）	日東物流（株）六甲ターミナル
10 月 1 日	（月）	日東物流（株）大阪総合物流センター
10 月 2 日	（火）	日東物流（株）水島事業部
10 月 3 日	（水）	（株）シーゲートコーポレーション広島本社
10 月 4 日	（木）	日東物流（株）本社
10 月 5 日	（金）	川崎汽船（株）名古屋支店
10 月 16 日	（火）	ケイラインローローバルクシップマネジメント（株）幕張支店
10 月 19 日	（金）	神戸ペイント（株）本社工場

② 費用補助型歯科健診

①の巡回型健診でカバーできない事業所において、事業所が契約する近隣の医療機関にて健診を実施する場合は、健保組合から一人当たり 3,000 円までの補助をしています。詳細は各事業所までお問い合わせください。

平成29年度決算報告

平成 30 年 7 月 12 日開催の第 76 回組合会において
平成 29 年度の収支決算および事業報告が承認されました。

▶ 収支決算のあらまし

収入面については、適用事業所の人数増に因り、保険料収入が前年度比 15 百万円増加しました。一方、支出面については、保険給付費が前年度比微減で納まりましたが、納付金が 2 年前の概算払いとの精算及び納付金の算出方法が全面報酬割となった影響により、同 225 百万円の大幅増となりました。また、事務費と保健事業費は前年度比微増となりました。その結果、経常収支は 167 百万円の大幅赤字となりましたが、繰越金や積立金の取崩しにより総収支上は 75 百万円の黒字となりました。総収支戻の 75 百万円の処分は、次年度（平成 30 年度）への繰越金として 50 百万円、積立金として 25 百万円計上しました。

一般保険（経常収支）

収 入 (単位：百万円)		
項 目	金 額	前年度比
一 般 保 険 料 (除く調整保険料)	1,893	15
施設利用料収入他	19	0
経 常 収 入	1,912	15
積 立 金 繰 入	50	50
繰 越 金 等	222	31
収 入 合 計	2,184	96

支 出 (単位：百万円)		
項 目	金 額	前年度比
保 険 給 付 費	1,002	▲ 8
納 付 金	918	225
保 健 事 業 費	88	3
事 務 費	63	1
そ の 他	8	4
経 常 支 出	2,079	225
そ の 他	30	0
支 出 合 計	2,109	225

平成 29 年度 決算残金処分 (単位：百万円)

項 目	金 額	前年度比
積 立 金	25	▲ 29
次 期 繰 越 金	50	▲ 100

介護保険（経常収支）

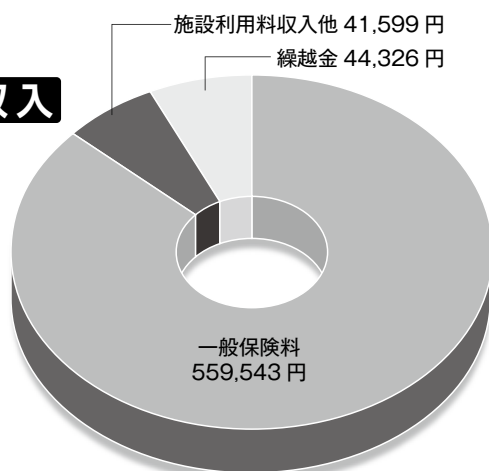
収 入 (単位：百万円)		
項 目	金 額	前年度比
介 護 保 険 料	179	1
繰 越 金	21	21
そ の 他	2	2
収 入 合 計	202	24

支 出 (単位：百万円)		
項 目	金 額	前年度比
介 護 納 付 金	178	21
支 出 合 計	178	21

(単位：百万円)		
項 目	金 額	前年度比
介 護 準 備 金	0	0
次 期 繰 越 金	24	3

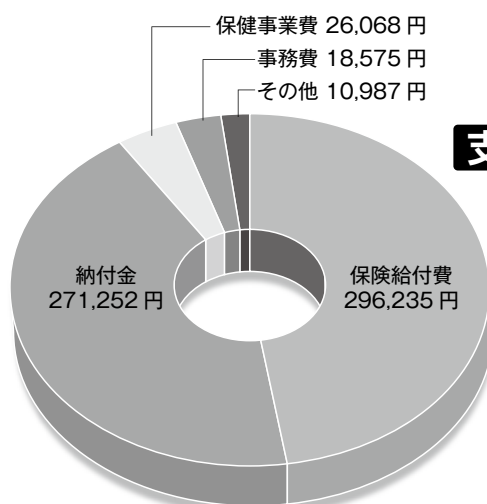
一般保険（被保険者一人当たり）

収入



収入合計 645,468 円

支出



支出合計 623,117 円

組合財産

一般保険では、期中に積立金繰入 50 百万円を実施しましたが、前年度決算残金処分として別途積立金に 25 百万円を積立てたので都合 25 百万円の減少となり 435 百万円となり、準備金の 459 百万円と合算した平成 29 年度末の合計額は 894 百万円となりました。介護保険は前年度決算残金処分として次期繰越金に 24 百万円を計上するため、介護準備金の残高は前年度と同額の 2 千 2 百万円となりました。

【法定準備金、積立金の推移】

（単位：百万円）

	平成 26 年 3 月末実績	平成 27 年 3 月末実績	平成 28 年 3 月末実績	平成 29 年 3 月末実績	平成 30 年 3 月末実績
法 定 準 備 金	459	459	459	459	459
別 途 積 立 金	321	346	406	460	435
合 計	780	805	865	919	894
前 年 比	▲ 22	25	60	54	▲ 25
介 護 準 備 金	37	20	22	22	22
前 年 比	▲ 19	▲ 17	2	0	0



毎年必ず流行する! 備えて安心 インフルエンザ

インフルエンザといえば、毎年 1000 万人以上がかかる国民的な感染症です。流行規模の大きさや、ピークのずれはあるものの、毎年必ず流行します。日頃からできる備えは万全にし、流行のシーズンを乗り切りましょう。

流行時期は？

▶ 例年 12 月～3 月頃に流行します。

予防接種はいつする？

▶ ワクチン接種による効果が出現するまでに 2 週間程度を要することから、毎年 12 月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

予防接種はなぜする？

▶ 3 つの大きな理由があります。

- ① インフルエンザにかかるリスクを軽減
- ② 仮にかかっても重症化させない
- ③ 周囲にうつさない（流行を最小限に防ぐ）

※インフルエンザワクチンは任意の予防接種です。接種を受ける場合は、医師から十分な説明を受けてご判断ください。

日常でもしっかり感染予防

- ✓ 休養と栄養を十分にとる
- ✓ 室内を適度な温度・湿度（50～60％）に保つ
- ✓ 1 時間に数回は部屋の換気をする
- ✓ 外出後は手洗いとうがいを忘れずに
- ✓ 人ごみではマスクを着用する
- ✓ 咳エチケットを守る
- ✓ 「かかったかな？」と思ったら、医療機関に連絡を入れたうえで受診する
- ✓ かかったら、安静にして、睡眠と水分を十分にとる



当健保では、インフルエンザ予防接種補助対象を“全ての被扶養者等”に拡大

対 象 者：全ての被扶養者等（任意継続被保険者も含む）

対 象 期 間：平成 30 年 10 月 1 日から翌年 1 月末の接種分まで

補 助 内 容：1,500 円（税込、期間内 1 人 1 回まで）

※申請により、自己負担した金額に対し上記を上限に補助

申 請 方 法：当健保サイトから「インフルエンザ予防接種補助金申請書」をダウンロードしてご利用ください。

※健保サイトをご利用できない場合は、所属事務所の健保担当者に申請書のダウンロードを依頼してください。

申 請 期 限：申請書は平成 31 年 2 月 20 日（水）までに当健保必着

申請について：医療機関発行の領収書（原本）の添付が必要です。

★詳細は当健保サイトをご参照いただき、注意事項は必ずご一読ください。

川崎汽船健保サイト

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

ID・パスワード：保険者番号
（保険証に記載されている 8 桁の数字）