

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)

2019年

5月

No.126

CONTENTS

- 1 公告情報
- 2 2019年度予算が決まりました
- 4 家族健診のご案内
- 6 知っておきたい健康保険の手続き
- 8 特定健診・特定保健指導

川崎汽船健康保険組合

公告情報

- 4月19日に当組合の互選議員の総選挙ならびに選定議員の選定が行われ、所定の手続きを経て下記の方々が議員に就任されました。

◎任期は2019年4月19日から2022年4月18日までの3年間です。

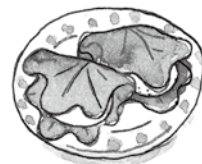
(敬称略)

職務	選挙区	就任者名	所属事業所	職務	就任者名	所属事業所
互選議員	第1区	山内 潤毅	川崎汽船(株)	選定議員	小樽 慎吾	川崎汽船(株)
		石黒 雅彦	川崎汽船(株)		伊東 俊一	川崎汽船(株)
	第2区	川戸 淳	川崎近海汽船(株)		植松 永治	川崎汽船(株)
		讃岐みづほ	(株)ケイ・エム・ディ・エス		森 一雄	川崎汽船健康保険組合
	第3区	田辺 賢洋	(株)シンキ		内山 典雄	日本高速輸送(株)
		松田 健二	日東物流(株)		平井 芳信	北海運輸(株)
		姫田 孝二	ケイラインローローバルクシップマネージメント(株)		岩井 勝	(株)シーゲートコーポレーション

- また、4月26日に当組合の理事選挙・監事選挙・理事長選挙が実施され下記の方々がそれぞれ当選し、就任いたしました。なお、理事長の指名により森一雄氏が常務理事に就任いたしました。

(敬称略)

	就任者名	所属事業所
理事長(選定理事)	小樽 慎吾	川崎汽船(株)
常務理事(選定理事)	森 一雄	川崎汽船健康保険組合
選定理事	平井 芳信	北海運輸(株)
互選理事	山内 潤毅	川崎汽船(株)
互選理事	川戸 淳	川崎近海汽船(株)
互選理事	松田 健二	日東物流(株)
選定監事	伊東 俊一	川崎汽船(株)
互選監事	讃岐みづほ	(株)ケイ・エム・ディ・エス



2019年度 予算が決まりました

当健康保険組合の2019年度予算が、
2019年2月21日に開催された第78回組合会において承認され決定いたしました。

収入・支出の主要項目の予算額は以下のとおりです。

なお、当該予算については、健康保険・介護保険とも新料率で算出しています。

(健康保険：9.0% 介護保険：1.4%)

2019年度 収入支出予算額

健康保険

●収入

科 目	予算額
保 険 料 収 入	2,045,537 千円
調 整 保 険 料 収 入	30,122 千円
繰 越 金	40,189 千円
繰 入 金	0 千円
国 庫 補 助 金 収 入	605 千円
財 政 調 整 事 業 交 付 金	20,000 千円
雑 収 入	9,700 千円
退 職 積 立 金 繰 入 金	30,000 千円
そ の 他	4,000 千円
収入 計	2,180,153 千円



●支出

科 目	予算額
事 務 費	113,293 千円
保 険 給 付 費	1,001,009 千円
法 定 給 付 費	985,654 千円
付 加 給 付 費	15,355 千円
納 付 金	830,005 千円
前 期 高 齢 者 納 付 金	357,215 千円
後 期 高 齢 者 支 援 金	472,737 千円
病 床 転 換 支 援 金	3 千円
日 雇 抛 出 金	2 千円
退 職 者 給 付 抛 出 金	48 千円
保 健 事 業 費	99,870 千円
営 繕 費	1,000 千円
財 政 調 整 事 業 抛 出 金	30,122 千円
退 職 積 立 金	5,080 千円
予 備 費	98,383 千円
雑 支 出 等	1,391 千円
支出 計	2,180,153 千円

介護保険

●収入

科 目	予算額
介 護 保 険 料 収 入	206,851 千円
繰 越 金	4,457 千円
繰 入 金	9,857 千円
雑 収 入	2 千円
収入 計	221,167 千円

●支出

科 目	予算額
介 護 納 付 金	221,086 千円
還 付 金	81 千円
積 立 金	0 千円
支出 計	221,167 千円

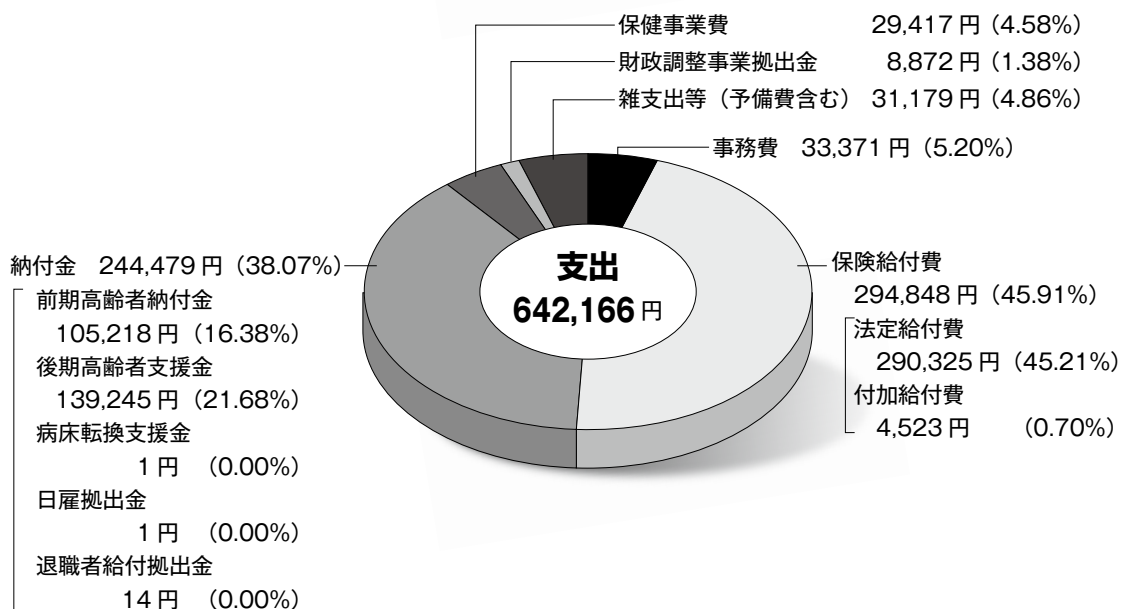
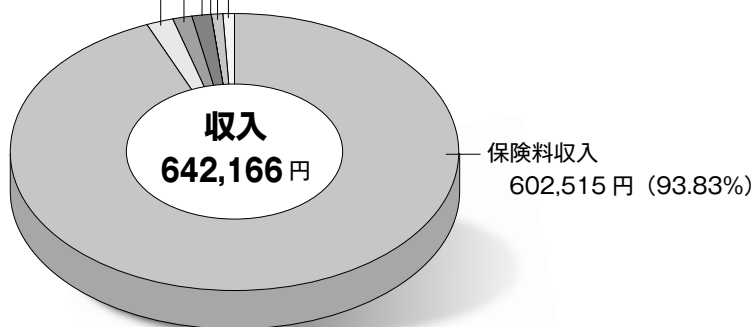
予算の基礎数値

- 被保険者数 3,395 人
- 平均標準報酬月額 482,712 円
- 平均年齢 43.53 歳
- 健康保険料率 90.0/1000
(内 調整保険料率 1.30/1000)
- 介護保険料率 14.0/1000



被保険者 1 人当たり予算額とその割合

繰入金 8,837 円 (1.38%)	国庫補助金収入 178 円 (0.03%)
調整保険料収入 8,872 円 (1.38%)	財政調整事業交付金 5,891 円 (0.92%)
繰越金 11,838 円 (1.84%)	雑収入等 4,035 円 (0.63%)



家族健診のご案内

当健保組合は、2019 年度から家族健診の委託業者を株式会社イーウェルに一本化して、すべての受診資格者が上質の家族健診を平等に受診できる体制に移行しました。

したがって、長年ご愛顧いただいた日本健康増進財団の家族健診は 2019 年度から受診できませんので、あらかじめご了承くださいませようお願いいたします。

当健保組合が提供する人間ドックについては、配偶者である被扶養者（満 35 歳以上）に限定されます。当該人間ドックを受診した人は、同一年度に株式会社イーウェルが実施する家族健診を受診することはできません。

株式会社イーウェル（巡回型・施設型健診併用）

受 診 資 格 2019 年度内（2019 年 4 月～2020 年 3 月）に満 35 歳以上になるすべての被扶養者および任意継続被保険者（任意継続被保険者の被扶養者も含む）

受 診 日 時 申込後随時（受診場所により異なる）

健 診 場 所 上記受診資格のある被扶養者および任意継続被保険者のお住まい近くに展開する医療機関・診療所および健診会場（巡回型健診）

申 込 方 法 受診資格者に、株式会社イーウェルから健診の案内（パンフレット、健診実施医療機関名簿、申込用紙）を 4 月頃に発送しましたので、同封申込用紙で直接イーウェルに申し込んでください。

最終申込締切 2020 年 3 月 10 日（施設型健診）、巡回型健診は会場によって申込締切日が異なります。

健 診 料 オプション項目を含めて 30,000 円（税込）まで当健保組合が負担いたします。

健 診 項 目 ☎ 左ページをご覧ください。オプション健診項目を含め 30,000 円（税込）を超過した場合、その超過分の費用については健診を受けた医療機関の窓口等で精算してください。

**健 診 業 者
お 問 合 せ**

株式会社イーウェル健康サポートセンター
TEL 0570-057091
FAX 0570-057021

株式会社イーウェル けんぽ共同健診 2019 年度健診内容

健診項目	詳細項目	イーウェル一般健診コース		イーウェル特定健診コース	
		A1 (便検査あり)			
		巡回型	施設型	巡回型	施設型
身体測定・診察等	問診	●		●	
	理学所見	●		●	
	身長	●		●	
	体重	●		●	
	BMI	●		●	
	血圧	●		●	
	腹囲	●		●	
	視力	●			
胸部 X 線	胸部 X 線撮影 (直接)		●		
	胸部 X 線撮影 (間接)	●			
聴 力	オーディオメーター (1000/4000)	●			
尿 検 査	尿糖 (US)	●		●	
	尿蛋白	●		●	
	尿潜血	●			
	ウロビリノーゲン	●			
血液検査	血液一般	赤血球 (RBC)	●		☐
		血色素 (ヘモグロビン)	●		☐
		ヘマトクリット (Ht)	●		☐
		血小板 (PLT / PL)	●		
		赤血球色素量	●		
		赤血球色素濃度	●		
		赤血球容積	●		
		白血球	●		
	脂 質	総コレステロール (T-Chol)	●		
		中性脂肪 (TG)	●	●	
		HDL-cho	●	●	
		LDL-cho	●	●	
	肝 機 能	GOT (AST)	●	●	
		GPT (ALT)	●	●	
		γ-GTP (γ-GT)	●	●	
	腎 機 能	尿酸 (UA)	●		
		尿素窒素 (BUN)	●		
		血清クレアチニン (CRE)	●		
	血 糖	空腹時血糖 (BS)	●	●	●※
		グリコヘモグロビン A1c (HbA1c)	●	●	
心 電 図	12 誘導	●			☐
眼 底 検 査	片眼以上		☐		☐
便潜血検査	2 回法	●			

注 1. 上記 ●は必須項目となります。

注 2. ●※はいずれかを必ず実施となります (施設型の場合、健診機関によって実施項目が異なります)。

注 3. □は医師の診断により実施する項目です (施設型のみ。受診施設の料金に準じて精算)。

知っておきたい 健康保険の手続きいろいろ

保険証を
紛失した！

結婚したので
配偶者を
被扶養者に

医療費が
高額に
なりそう

健康保険の届出や給付について、主要な項目をまとめました。

健康保険の各種手続きについて知りたいときは、こちらや健保組合ホームページをご参照ください。

届出編

このような場合は、
すみやかに健保組合へ
届け出てください。

※下記以外の提出書類が必要な場合もあります。
詳しくは健保組合ホームページをご覧ください。

保険証を紛失したとき

ただちに

「被保険者証再交付申請書」を提出

保険証の更新、検認のため
提出を求められたとき

ただちに

「保険証」を提出

結婚などで被保険者の氏名に
変更や訂正があったとき

ただちに

「氏名変更（訂正）届」を提出

結婚、出生、就職、退職、死亡など
被扶養者に異動があったとき

5日以内に

「被扶養者（異動）届」と
必要な添付書類を提出

退職や死亡などにより
被保険者の資格を失ったとき

5日以内に

「保険証」を返却



他人にけがをさせられた場合

ただちに

「（第三者の行為による）傷病原因届」

（交通事故の場合は「第三者の行為による傷病届（交通事故）」を
提出してください。

※交通事故、他人のペットに噛まれた、暴力を受けた、など第三者（加害者）の行為
でけがをした場合、加害者との交渉が成立し、損害賠償が支払われるまでの間の治
療費を健保組合で立て替え払いします。

この届出を提出した場合、被害者に代わって健保組合が加害者との交渉を行うこと
になりますので、示談交渉は必ず健保組合に連絡した後に慎重に行ってください。



給付編

病気やけがをしたり、出産または死亡したときには、
以下のような給付金を支給します。

状況	給付	内容・詳細	健保への申請書類
医療費が高額になったとき	高額療養費	1カ月の自己負担額が一定額を超えた場合、その超えた分が高額療養費として、あとで払い戻されます。 ※窓口負担の時点で限度額内にとどめたい場合は、 事前に 健保組合に申請し「限度額適用認定証」の交付を受けてください。	不要 左欄「※」の場合は「健康保険限度額適用認定申請書」（要事前申請）
やむを得ず保険証を提示せずに診療を受けたとき	療養費	保険診療相当額から自己負担分を引いた額が払い戻されます。	療養費支給申請書 明細書 領収書
海外で医療を受けたとき			療養費支給申請書 診断内容明細書 領収書 ほか
治療用装具を装着したとき （治療上必要な義手、義足、 コルセット、ギプス、治療用眼鏡など）		基準額から自己負担分を引いた額が払い戻されます。	療養費支給申請書 領収書 保険医の証明書 ほか
出産したとき	出産育児一時金	1児につき 420,000 円（産科医療補償制度加算対象出産でない場合は 404,000 円）が支払われます。	出産育児一時金請求書
出産のため仕事を休む間、 給与が支払われないとき	出産手当金	1日につき、直近 12 カ月の平均標準報酬月額額の 30 分の 1 の 3 分の 2 相当額が支払われます。	出産手当金請求書
病気やけがで仕事を休む間、 給与が支払われないとき	傷病手当金		傷病手当金等請求書
死亡したとき	埋葬料 （または埋葬費）	50,000 円（「埋葬費」の場合は、範囲内で埋葬にかかった実費）が支払われます。	埋葬料（費）・家族埋葬料請求書 領収書（埋葬費の場合）



保険給付の時効は「2 年」です

健康保険法において、現金給付の消滅時効は 2 年です。上記の給付は、2 年経つと給付を受ける権利がなくなりますのでご注意ください。

業務中・通勤途中のけがは労災保険で

業務中・通勤途中に起こったけがや、業務に原因があると認められる病気については、健康保険ではなく労災保険の適用となります。労災保険が適用されると、治療費の全額が保険適用になり、本人の負担はありません。



未来の自分のために

今年度も**特定健診**を受けましょう！

現在、日本人の5割超が、がんを含む生活習慣病によって命を落としています。**特定健診**は、その生活習慣病の入り口である**メタボリックシンドローム（メタボ）**に着目した健診です。生活習慣病の発症リスクが高く早期に改善が必要と判断されれば、専門スタッフから指導（**特定保健指導**）を受けることができます。

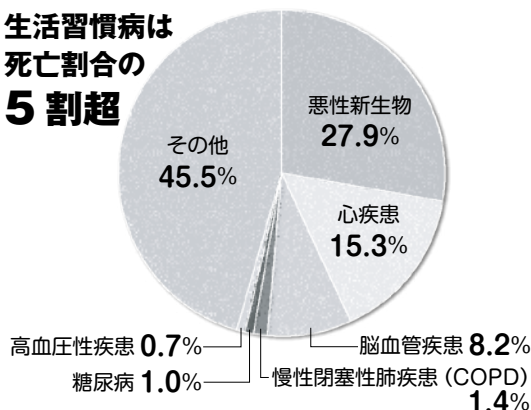
去年受けたから今年はいいかな…

NO! 1年が経てば体の状態は変わりますので、昨年の健診結果も現在の安心材料にはなりません。生活習慣病のリスクを初期発見するには、毎年の定期的な健診受診がカギになります。

太ってないからメタボじゃない

NO! 「メタボ」＝「太め体型」ではありません。「メタボ」とは内臓脂肪が多く、さらに脂質、血糖、血圧のうち2項目以上に異常がある状態のこと。一見痩せ型なのに内臓脂肪が多い「痩せメタボ」の人も増えています。

生活習慣病は 死亡割合の 5割超



死因別死亡総数に占める割合（出典：平成29年人口動態統計）

もし対象になったら

必ず**特定保健指導**を受けましょう！

特定健診で「生活習慣病リスクあり」と判定されると、特定保健指導の対象となります。専門家があなたをサポートし、食事や運動などの生活習慣を改善して健康を取り戻すお手伝いをします。

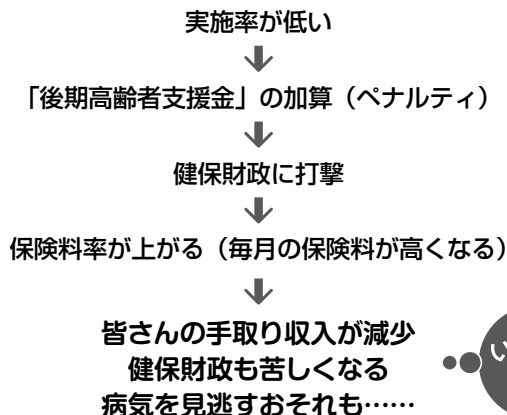
CHECK 特定保健指導後、5年間にわたり 検査値が改善※！

特定保健指導（積極的支援）の参加者は不参加者と比較すると、おおむねすべての検査値において、特定保健指導後の5年間という長期にわたり、検査値の改善効果が継続していることが確認されています。また、参加者は不参加者に比べて医療費が低いという結果も示されました。

※第19回保険者による健診・保健指導等に関する検討会（厚生労働省：2016（平成28）年4月13日）

特定健診・特定保健指導を受けないと 保険料が高くなる!?

特定健診・特定保健指導の実施率が低いと、ペナルティとして健保が負担する「後期高齢者支援金」が引き上げられてしまいます。



いいこと
なし

川崎汽船健康保険組合公式サイト

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

川崎汽船健保

検索

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）

【お詫び】

『笑顔』2019年1月号P2で、介護保険料率を（当時）現行1.24%と記載しましたが、正しくは1.26%です。お詫びして訂正いたします。