

ご家庭に持ち帰り、ご家族とご一緒にお読みください

健保だより

2019年12月

第227号

広島県自動車販売健康保険組合

〒733-0036 広島市西区観音新町2-4-25 TEL (082) 292-8643 FAX (082) 292-8779

迫る2022年危機！ 今こそ改革断行を！

— 現役世代を守りたい！国民皆保険を支えるために —

去る11月22日、東京国際フォーラム（東京都千代田区）で令和元年度健康保険組合全国大会が開催され、全国約1,400の健保組合の関係者ら約4,100名が集まりました。

「迫る2022年危機！今こそ改革断行を！」をタイトルに掲げた今大会では、急速な健保財政の悪化が心配される2022年危機を乗り越えるために、一刻も早く改革の断行を求める決議が満場一致で採択されました。



- 一、皆保険の維持に向けて、まずは高齢者の原則2割負担の実現
- 一、必要な公費の拡充。現役世代の負担増に歯止め
- 一、保険給付範囲の見直しによる医療費の適正化
- 一、人生100年時代。健康寿命延伸に資する保健事業の推進

禁煙サポート事業のご案内 ★禁煙にチャレンジする皆様へ★

アプリではじめる「アスクエア卒煙プログラム」

通院不要！ スマホで参加できる禁煙サポート。6か月間のアプリによる禁煙サポートプログラムです。チャット、学習、記録、実践といったアプリの機能で禁煙に必要な知識と習慣が身につく、禁煙指導員によるオンライン面談、禁煙補助薬提供のサービスが受けられます。

対象者 広島県自動車販売健康保険組合加入の被保険者本人

- 参加条件**
1. スマートフォンを使用できる方（iPhone：OS 9.0以上 Android：OS 5.0以上）
 2. 禁煙を希望する方（一時的な禁煙や本数を減らすことを目的としないこと）

費用 無料

内容と実施の流れ 当健康保険組合のホームページ（<http://hj-kenpo.or.jp>）をご覧ください

お申込み ☎ 082-292-8643

広島県自動車販売健康保険組合（平日9時～17時）までご連絡ください。

専用アプリのダウンロード及び禁煙プログラムへ参加（登録）するために必要な「招待コード」の記載された手順書をご自宅にお送りします。

医療費通知をお送りしました。

被保険者やご家族の方が、病気やけがで医療機関に受診したときの医療費について、及び柔道整復施術療養費について定期的にお知らせしています。

今回のお知らせは、5月から8月に受診した医療費と、7月から10月に支給決定した柔道整復施術療養費について「医療費通知書」をお送りしました。

これら医療費等は皆さまが医療機関等の窓口でお支払いする費用と、月々のお給料から納付されている大切な保険料が財源になっていることを正しくご認識いただき、日々の健康管理に気をつけて医療費等の節約にご協力をお願いします。

医療費通知を受け取ったら、医療機関や薬局等の領収証と間違いがないかチェックしていただき、日数や金額が相違している場合は、ご面倒でも健康保険組合にお知らせください。



医療費控除では

医療費通知も

添付書類に使えます

1年間の医療費支払額（高額医療費などで健康保険組合から給付した額を除く。）がご家族で10万円を超える場合は医療費控除を受けることができます。

税制改革により医療費控除の申告の手続きが、従来の医療費等の領収書等の添付に代わり、医療費通知書を添付することでも申告ができるようになっていきます。

医療費通知書により申告するときの留意点としては、医療費通知書の発行には医療機関の受診から時間がかかるため反映されていない部分については、医療費の領収書から作成した明細書を添付することになります。また実際に支払った額と一致しない場合には、申告者自身に実際に負担した額に訂正して申告していただくことになります。

制度の仕組みや対象など詳しい内容については、最寄りの税務署などでご相談ください。



セルフメディケーション税制

税金が
安くなる!

市販薬を購入したら領収書(レシート)を大切に保存しておきましょう。1年間に家族で購入した合計額が12,000円を超えた場合、税務署で「セルフメディケーション税制」の申告を行うことで、医療費控除を受けて税金の還付が受けられます(控除上限88,000円)。対象となる市販薬にはパッケージにマークが付いています。

このマークが
目印です

セルフメディケーション
税 控除 対象



対象商品のレシート(領収書)には、商品名、金額、セルフメディケーション税制の対象商品であることが記載されています。

利用には健診の受診やインフルエンザワクチンの接種など健康を守るための取り組みが必要です。詳しくは国税庁のWEBサイトなどでご確認ください。

※セルフメディケーション税制を利用すると、従来の医療機関での支払いに対する医療費控除は受けられなくなります。

歯周病検査のお知らせ

歯を失う主な原因は虫歯と歯周病です。そこで、今回郵送による歯周病リスク検診を実施いたします。

- ①検査対象者 20歳以上の被保険者・被扶養者
- ②検査費用 全額健康保険組合が負担します
- ③検査内容 今回同封しているチラシをご参照ください(組合ホームページにも掲載しています)
- ④申込方法 今回同封している申込ハガキを送付ください
- ⑤業務委託先 (株)アーテム及び(一財)日本予防医学協会

インフルエンザ予防接種を受けましょう

当健康保険組合では、インフルエンザ予防接種の助成をしています。

詳細については、健保だより(2019年9月第226号)及び組合ホームページに掲載していますのでご覧ください。

今年度の健康診断は
もう受けましたか？

1年に
1度の

健康診断を 忘れないで！



健診を受ける メリット

「忙しいから…」「ウツカリ…」などと言いつつ、健康診断を受けないのはもったいない。健診では、自分の健康状態を詳しく知ることができます。専門家のチェックを受けて、特に異常がなければ安心して暮らせます。「要精密検査」という結果になったときは、危険ゾーンから引き返すチャンスだと考えて、きちんと医療機関を受診しましょう。

その1 定期的に 健康チェックができます

毎年健診を受けることで、自分の体内で起こっている「経年変化」が確認できます。少しずつ体重が増えたり、基準数値内であっても、危険区域のグレーゾーンに移行していることに気がつけば、生活習慣を見直して健康な体を維持することができます。

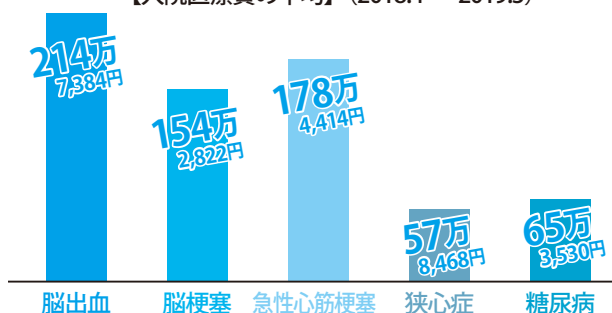
その2 病気を 早期発見できます

血圧、血糖値、コレステロールは、高い数値になっていても自覚症状がほとんどありません。生活習慣病は、症状が出てから病院に行くころにはかなり悪化していることがよくあります。定期的に健診を受けることで、病気の芽を摘んでリスクを回避しましょう。

その3 将来の医療費減に つながります

健診を受けない、あるいは再検査を受けないことにより、いつの間にか病気が進行して、突然重篤な状態に陥ることが少なくありません。心臓病や脳卒中は命にかかります。幸い死に至らなくても重い後遺症が残ると、高額な医療費の支出につながります。年に1度の健診で、将来の医療費も減らすことができます。

【入院医療費の平均】(2018.4～2019.3)



(公益社団法人全日本病院協会：2018年度平均入院費)

※高額療養費制度により患者負担は軽減されますが、健保組合の負担は大きくなります。



特定保健指導の対象になった方

特定健診(40歳以上)を受けて「特定保健指導」の対象となった方は、メタボリックシンドロームのリスクがあると判定された方です。メタボとは、内臓脂肪の蓄積によって生活習慣病を発症しやすくなる状態をいいます。特定保健指導では、保健師などプロのアドバイスをを受けて、食事や運動など生活習慣の改善に取り組み、病気の発症を食い止めるための個別のプログラムを実行します。特定保健指導を受けて、将来に禍根を残さないようにしましょう。

第47回広島県自動車販売健康保険組合軟式野球大会



広島トヨタ自動車(株)が 8年ぶりの優勝

第47回軟式野球大会は、9月3日(火)に広島市西区「コカ・コーラボトラーズジャパン広島総合グラウンド野球場」で開催されました。

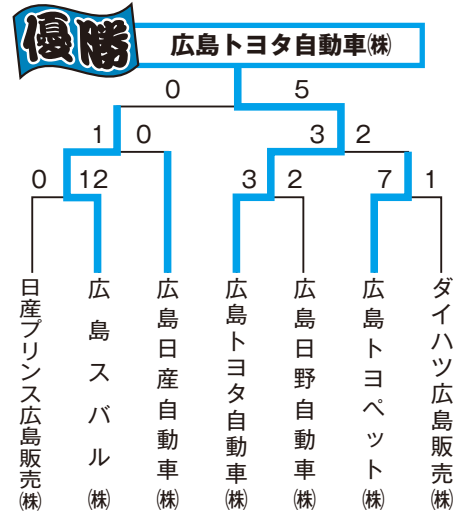
大会はトーナメント方式で行われ、今年度は参加7チームで優勝が争われ、一回戦から白熱した好ゲームが展開されました。優勝戦は本大会9年ぶりに参加された広島スバル(株)チームと1回戦で7連覇中の広島日野自動車(株)チームに勝利し勢いづく広島トヨタ自動車(株)チームの対戦となりました。試合は前半お互い見事な攻防で推移していましたが、左腕エースを中心とした鉄壁な守りで無得点に抑えた広島トヨタ自動車(株)チームが勝利し、本大会8年ぶりに優勝の栄冠を勝ち取りました。

同チームは、来年度開催予定の健保連広島連合会軟式野球大会へ出場することになります。

大会の結果 優勝 広島トヨタ自動車(株)チーム 準優勝 広島スバル(株)チーム

【優勝戦】

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	計
広島スバル株式会社	0	0	0	0	0	—	—	0
広島トヨタ自動車株式会社	0	0	2	1	2	—	—	5



優勝した広島トヨタ自動車(株)チーム



準優勝の広島スバル(株)チーム



【健保連広島連合会軟式野球大会】



去る9月に、県内健保組合10チームにより開催された健保連広島連合会軟式野球大会において、当健康保険組合を代表して出場した広島日野自動車(株)チームは1回戦にマツダチームと対戦するも惜敗しました。なお、優勝は広島信用金庫チームでした。

スポーツクラブルネサンスの利用案内

健康保険組合では、皆さまの健康保持増進を目的としてスポーツクラブ「ルネサンス」と法人契約を結んでいます。この度、まだスポーツクラブ「ルネサンス」を利用されたことが無い方へ向けて、ワンコイン(500円)で体験できる案内がございましたのでお知らせします。体験期間は3月31日までの期間限定の企画となっています。詳細については、組合ホームページをご覧ください。

現金給付の12月 最終支払日について

傷病手当金、出産手当金などの現金給付について、12月の最終支払日は次のとおりです。

令和元年12月23日(月)受付分までを、令和元年12月26日(木)にお支払いします。

健康保険組合では、年末年始の12月28日(土)から1月5日(日)までを休業日とさせていただきますので、加入者等の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

健康保険組合の現況

(令和元年10月末現在)

1. 事業所数 17社
2. 被保険者数 3,894人
(男3,306人、女588人)
3. 平均標準報酬 365,617円
(男384,299円、女260,575円)
4. 平均年齢 40.48歳
(男41.17歳、女36.64歳)
5. 被扶養者数 4,131人
6. 前期高齢者数 169人