

# 健保だより

KENPO DAYORI

30年

新春号

No. 595

Contents

年頭のご挨拶

「医療費のお知らせ」をお送りします

毎年1回健診を受けましょう!



ご家庭に  
お持ち帰り  
ください。



東京都電気工事健康保険組合

<http://www.denkoukenpo.or.jp>



# 年頭のご挨拶



理事長 西村 康廣

謹んで新春のご祝詞を申し上げます。

被保険者並びにご家族の皆様におかれましては、新しい年を健やかに迎えられることとお慶び申し上げます。

また、平素は当健康保険組合の事業の運営にあたり格別のご理解、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、健康保険組合を取り巻く情勢ですが、健康保険組合連合会がまとめた、「2025年度に向けた国民医療費等の推計」によりますと、国民医療費は2015年度の42兆円から2025年度には1.4倍の58兆円に増加。このうち6割が65歳以上の医療費で、とくに後期高齢者医療費は15兆円から1.7倍の25兆円に急増。医療費の伸びの抑制と高齢者医療費を国民全体でどのように支えるかが最大の課題となっております。

健康保険組合全体で2015年度から2025年度までの間に、法定給付費の伸びが16%程度であるのに対して、高齢者医療のための拠出金は38%程度も増加すると推計されております。また、2025年度には拠出金が加入者に対する法定給付費を上回り、拠出金割合の平均が50.7%に到達するという保険制度としては異常な状況が示されております。

このような厳しい状況ではありますが、健康保険組合としての取り組みの基本は医療費適正化であり、皆様に対する健康づくり事業の推進や重症化予防といえます。国では健康寿命の延伸に向けた取り組みを進めておりますが、健康保険組合においても従来の生活習慣病予防としての特定健診・特定保健指導とあわせて、加入者の皆様の健康をサポートするため「データヘルス計画」を推進しておりますので、当健康保険組合の事業を積極的にご利用いただき、健康づくりにお役立ていただくとともに、日頃から健康管理に十分ご留意いただき、医療費節減にご理解、ご協力をいただければ幸いです。

結びとなりますが、皆様方の益々のご発展と、ご健勝を心からお祈り申し上げます。年頭のご挨拶いたします。

## 謹賀新年

組合会議員一同

理事長 西村 康廣  
 常務理事 倉持 孝  
 選定理事 勝俣 和久  
 山 中 義 明  
 山 中 電 機  
 (株)山 中 電 機  
 (株)由 井 ビ ル  
 ミヤコ電機(株)  
 恵比寿電機産業(株)  
 (株)野尻電気工業所  
 (株)ジューキ  
 紫光電気(株)  
 加瀬電機(株)  
 岩崎電気工事(株)  
 (株)上杉電機工業  
 山梨電設興業(株)  
 宝生工業(株)  
 三興電気(株)  
 (株)カタヤマ  
 酒井電気工業(株)  
 (株)アルプス電業  
 高橋電業(株)  
 松永電機工業(株)  
 多摩電気工事(株)  
 東京都電気工事工業組合  
 (株)スズデン  
 協立電気興業(株)  
 東電物流(株)  
 (株)チネン電機工業  
 東邦電気工事(株)  
 東電タウンプランニング(株)  
 東京パワーテクノロジ(株)  
 東京電設サービス(株)  
 埼玉配電工事(株)

互選理事

選定議員

互選議員

新 實 晃  
 野 尻 和 義  
 宮 崎 聡  
 山 下 陽 一  
 石 郷 宗 明  
 岩 崎 俊 治  
 上 杉 克  
 内 田 眞  
 漆 坂 敏 夫  
 加 賀 政 文  
 片 山 進 一  
 酒 井 良 幸  
 関 俊 道  
 高 橋 靖 幸  
 松 永 一 郎  
 伊 藤 光 昌  
 菅 正 則  
 鈴 木 馨  
 高 島 宏 喜  
 田 島 啓 之  
 知 念 眞  
 豊 岡 晋  
 中 澤 正 仁  
 深 谷 晴 俊  
 山 吹 仁 志  
 吉 澤 雄 久

(五十音順)

# 柔道整復の適正利用について

接骨院・整骨院などで健康保険が使えるのは一部の施術のみです



接骨院・整骨院は、医師が治療を行う病院ではなく、柔道整復師などが施術を行う施術所です。

そのため、健康保険が適用されるものは一部のケースに限られます。

## ○ 健康保険が使えるケース

※急性または亜急性のケガのみ

- 骨折・脱臼  
(応急手当以外は医師の同意が必要)
- 打撲・捻挫・挫傷(肉離れなど)

## × 健康保険が使えないケース

- 日常生活からくる肩こり・腰痛
- 神経痛・リウマチ・五十肩などの痛み
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- スポーツによる筋肉痛
- 既に病院等で治療中のもの
- 仕事中や通勤途上のケガ

## 接骨院・整骨院などに 注 意 点 がかかるときの

- 1 痛みの原因や症状を具体的に伝える  
いつ、どこで、何を、どの部分が痛くなったのか 等
- 2 書類の内容を確認してから署名する  
負傷部位、施術日数、金額 等
- 3 領収書を必ず受け取る  
領収書の無料発行は義務化されています

当健康保険組合では接骨院・整骨院などの受診について、施術内容の確認を実施しております。当健康保険組合の委託先であります(株)東計電算を通じて照会文書が届きましたらご回答いただきますようご協力お願いいたします。

※接骨院・整骨院などで健康保険が使えると言われて施術を受けても、後から使えないケースであることがわかった場合、利用者に費用を請求させていただく場合もあります。

ご不明の点は給付課 (TEL 03-3861-1853) までお気軽にお問い合わせください。

# 「医療費のお知らせ」をお送りします

1. 送付時期 平成30年1月下旬
2. 送付先 お勤め先の事業所（任意継続被保険者の方はご自宅）
3. 対象期間 平成29年1月診療分～10月診療分

（診療費の請求が健康保険組合に届くのは、受診月から早くて2か月後になります（平成29年10月診療分が届くのは平成29年12月）。このため、発行時期の関係上、10月診療分までの記載になります。）

内容をご確認いただき、ご不明な点がございましたら当健康保険組合（給付課）までお問い合わせください。

TEL

03-3861-1853

## 「医療費のお知らせ」を医療費控除の申告手続きで使用することができるようになりました

平成29年度税制改正により、所得税等の医療費控除の申告手続きが、従来の医療費等の領収書の添付等に代わり、医療費等の明細書（「医療費のお知らせ」）を添付する方式に改められました。

**対象：平成29年1月診療分以降の確定申告書を平成30年1月1日以降に申告する場合から**

※「医療費のお知らせ」の原本を提出することになりますので、大切に保管していただきますようお願いいたします。なお、再発行はできませんので、確認等で必要な場合はあらかじめコピーをとる等のご対応をお願いいたします。

### 注意事項

- 11月以降の診療や請求が遅れているもの等、記載されていないものがある場合
- あなたが窓口を支払った額と実際に負担した額が異なる場合（公費負担医療、地方自治体の助成がある等）
- 差額ベッド代等の保険診療外の医療費や市販薬の購入費、交通費等、「医療費のお知らせ」に記載されていない医療費等を申告する場合
- 「医療費のお知らせ」に記載されている医療費に未払いがある場合

### 領収書に基づいて作成した明細書を申告書に添付（領収書は5年間保存）

- 柔道整復療養費について、医療機関名称欄には、施術を受けた接骨院等が委任した支払先名称が記載されている場合があります。

医療費控除の申告に関することは、最寄りの税務署にお問い合わせください。

平成30年  
から

# セルフメディケーション税制の 確定申告スタート!



対象の市販薬を  
12,000円以上  
購入した場合、  
減税が受けられます

平成29年分から、薬局やドラッグストアなどで医療用成分を含んだ市販薬の購入について、医療費控除の特例(セルフメディケーション税制)が受けられるようになりました。確定申告の時期は毎年2月中旬～3月中旬ですが、還付申告のみの場合は1月から行うことができます。具体的な手続き等については**税務署**にお問い合わせください。

## 対象となる市販薬は?

主に医療用から転用された医薬品です。対象となるものには下記のマークがついています。また、レシートにも印がついています。

## セルフメディケーション 税 控除 対象

○×薬局 <領収書>	
2017年1月23日(月) 12:34	
青腸薬	¥1,296
★ ××頭痛薬	¥972
★ △△湿布薬	¥972
◎◎鼻炎薬	¥1,620
合計	¥4,860
(内消費税)	¥360
現金	¥5,000
釣銭	¥140
★印はセルフメディケーション 税制対象	

## 申告に必要なものは?

① 対象となる医薬品を購入した際のレシートまたは領収書

- 平成29年  
1月1日～12月31日分
- 合計12,000円以上

※申請時は原則として明細書に記入して提出。

② 以下のいずれかを受けた際の領収書または結果通知表

- 特定健診、予防接種、定期健康診断、健康診査、がん検診

※上記のいずれかを受けていない人は、セルフメディケーション税制は受けられません。

※健診・検診の結果通知表はコピーで可。結果は黒塗りするか切り取ってください。

## 医療費控除とセルフメディケーション税制について

**医療費控除とセルフメディケーション税制を同時に利用することはできません。**セルフメディケーション税制は市販薬の購入が多かった人向けですので、よく医療機関を利用した人は従来の医療費控除もご検討ください。

**「健保組合発行の「医療費のお知らせ」が医療費控除に使えるようになりました**

医療費控除の添付書類として使用する場合、領収書の添付は不要となります\*。なお、「医療費のお知らせ」の再発行はいたしませんので、大切に保管してください。

\*経過措置として平成31年分までは領収書の添付も可能。

### ■医療費控除とセルフメディケーション税制の違い

	セルフメディケーション税制	医療費控除
適用条件	下記の全てを満たしていること ●対象となる医薬品の合計購入額が年間12,000円以上 ●所得税や住民税を納めている ●特定健診、予防接種、定期健康診断、健康診査、がん検診のいずれかを受けている	かかった医療費の総額が年間10万円以上 ※総所得金額等が200万円未満の場合は総所得の5%以上
控除額の上限	88,000円 (購入金額として10万円分)	200万円

## Q はしご受診で医療費がかさむってホント?

**A 初・再診料だけでも、3回の受診で約2倍になります。**

病院をかわるごとに初診料がかかるだけでなく、同じような検査・薬の処方が繰り返されて医療費がかさみます。また、転医先が大病院の場合は紹介状がないと特別料金が加算されることもあります。



### ●3回の受診で初・再診料が約2倍に!

■通常受診の場合と  
はしご受診の場合の  
医療費

※検査料などもかかるので、実際の差はもっと大きくなります。  
※この金額の7割～9割を健保組合が負担しています。

通常の場合		はしご受診の場合	
2,820円+検査料など	初診料	1回目	初診料
720円	再診料	2回目	初診料+検査料など
720円	再診料	3回目	初診料+検査料など
4,260円		合計	8,460円

### ●はしご受診には他にもデメリットが...

**[からだに負担がかかる]** X線検査による被曝量が増えたり、薬の重複による副作用のリスクが高くなります。

**[時間がムダになる]** 病院を変えるたびに問診・検査が必要となります。

**[治療が中途半端になる]** どの薬が効くのかといったデータの蓄積ができません。

# メタボ脱出のチャンス!!

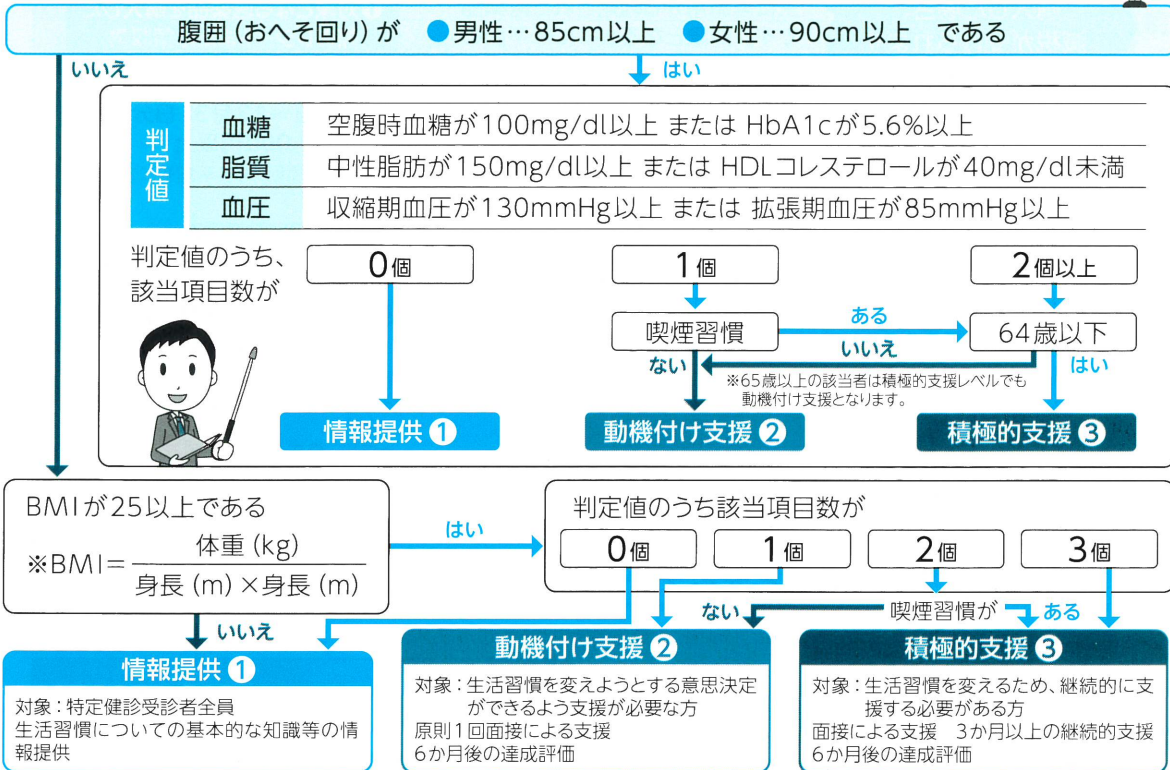
# 無料で生活改善できます



健康保険組合では、今年度ご受診いただいた健診結果※1をもとにしてメタボ該当の方に特定保健指導実施申込書※2を送付しております。(健診結果を下記チャートでチェックしてください。)

※1 健康保険組合の補助に該当した健診、または健診結果を組合に提出している方で40歳から74歳の組合員及び投薬治療を受けていない方です ※2 チャートで②または③に該当された方です

## ■特定保健指導該当基準



## 健康 健康度のイメージ あまり健康でない

メタボリックシンドロームとは生活習慣病(糖尿病、高血圧、高脂血症等)予備軍です。生活習慣病は文字どおり生活習慣(食事、運動、喫煙、飲酒等)の改善が必須な病気です。知識豊富な専門家(保健師等)と一緒に無料で生活改善の取り組みができます。生活習慣を広い視点で見直すことで、無理なくメタボ脱出を目指しましょう。

ご家族などに該当する方がいらっしゃいましたら、ぜひおすすめいただきますようご協力お願いいたします。

## スキー場割引券をお配りいたします

右記スキー場の割引券を配布いたします。ウィンタースポーツにお出かけの際は、ぜひご検討ください。ご希望の方は、保健課までご連絡ください。



スキー場		割引料金	通常料金
福島県	グランデコリゾート	3,500円	4,700円
群馬県	たんばらスキーパーク	3,300円	4,500円
栃木県	ハンターマウンテン塩原	4,600円	5,700円
	マウントジーンズ那須	4,400円	5,400円
新潟県	石打丸山スキー場	4,000円	4,500円
	舞子スノーリゾート	3,600円	4,700円
	神立高原スキー場	3,200円	4,600円
長野県	車山高原スキー場	3,800円	4,200円
	白馬八方尾根スキー場	4,200円	5,200円

ご不明の点は保健課(TEL 03-3861-1852)までお気軽にお問い合わせください。

## 第430回理事会開催結果

標記理事会在平成29年10月3日に開催され、左記事案について第1号議案および第3号議案については承認され、第2号議案については継続審議となりました。

### 記

#### 1. 協議事項

第1号議案 育児・介護休業等に関する規程一部変更の件

第2号議案 レセプト情報用サーバー更新の件  
第3号議案 事業所の編入・削除の件

#### 2. 報告事項

(一) 事業概況  
(二) その他

## 公告

### 削除事業所

名称	所在地
株山本電業社	中野区
東京都電気工事厚生年金基金	中央区
幸栄電設株	目黒区
フカギネオン看板株	中央区



## ホームページを ご利用ください!

東京都電気工事健康保険組合ではホームページを開設しております。ウォーキング大会のお知らせ、健康講演会等の各種最新のお知らせを掲載しております。



URL

<http://www.denkoukenpo.or.jp>

東京都電気工事健康保険組合 検索

## 各種健診の補助金申請は お済みですか

契約健診機関以外で健診を受診したときは、補助金申請が可能な場合があります。補助金は年度内(平成30年3月31日までに)ご申請くださいますようお願いいたします。

※補助金申請書は、平成29年度版「私たちの健康保険組合」の73ページ「質問票は74ページに掲載しておりますので、コピーしてご利用ください。」  
またホームページからもダウンロードいただけます。

## 平成29年度東京総合健保 ミニマラソン大会中止について

『健保だより 平成29年秋号(N.0594)』にてご案内いたしました東振協主催の「平成29年度東京総合健保ミニマラソン大会」について、平成30年3月4日(日)の開催を予定しておりましたが、2020年東京オリンピック・パラリンピック大会に伴う工事により急遽会場が使用できなくなり、代替会場の確保等も困難なことから、開催中止となりました。

参加を楽しみにされていた皆さまには誠に申し訳ございませんが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

無料

## 東振協 健康相談のご案内

健康チェックにお気軽にご参加ください。

(一社)東振協 多摩健康管理センターでは、被保険者の方とご家族を対象に健康チェックと健康相談を行います。皆さまの健康づくりにぜひ、お役立ててください。

### 内容

健康チェック(血管年齢・骨密度・体脂肪・血圧の測定)、乳がん自己検診指導、保健師による健康相談

### 開催日・開催場所

平成30年3月10日(土)  
むさし府中商工会議所ホール

### 開催時間

受付 午後1時00分～午後5時00分  
開催 午後1時00分～午後5時30分

### 申込方法

「健康相談申込書」を東振協多摩健康管理センターホームページよりダウンロードしていただき、必要事項をご記入のうえ「東振協 多摩健康管理センター総務課」まで、申込期間内(平成30年2月1日～3月9日)に郵送またはFAXにてお申し込みください(先着順)。

### お問い合わせ先

(一社)東振協 多摩健康管理センター 総務課  
TEL 042-595-6033  
(平日午前10時～午後4時まで)  
URL <http://tamakenshin.jp>



# 毎年1回健診を受けましょう!

## 被保険者の皆さまや、大切なご家族は健診を受診されてますか? /

健診は重い病気になる前の「病気の芽」を摘むことができます。今「健保だより」を読まれているご自身のために、そして大切なご家族のために、あのとき受けていれば…と後悔しないよう、1年に1回の定期的な健診をお願いいたします。早期発見により早期に治療が可能になり、重症化を防ぐことができます。

電気工事健康保険組合にご加入の皆さま、健診を受けましょう。

東京都電気工事健康保険組合の被扶養者の方の平成28年度特定健康診査受診率は約26%です・・・  
大変お得なキャンペーンとなっておりますので、この機会に、ぜひ健診をお受けください。



お得  
です!

## 人間ドック期間限定特典のお知らせ

健診機関の協賛により、**期間限定**にて特別サービスが受けられます!

今年度未受診の方のための、とてもお得なサービスとなっておりますので、ぜひご利用ください。

(34歳以下の組合員の方もご受診は可能ですが、健康保険組合からの補助はございませんので、あらかじめご了承ください。)

健診機関	所在地/予約電話番号	料金(税込)	特典	期間
芝パーククリニック	港区芝公園2-4-1 03-3434-4485	一泊人間ドック 64,800円 日帰人間ドック 44,280円	・胃部X線検査を内視鏡検査に無料で変更可能。 ・人間ドック受診の男性にはPSA(前立腺がん腫瘍マーカー)、女性にはCA125(卵巣がん腫瘍マーカー)を無料でサービス。	平成30年 2月1日から 平成30年 3月31日
鶯谷健診センター	台東区根岸2-19-19 03-3873-9161	日帰人間ドック 37,800円	日帰人間ドック受診者に、CT検査50%割引。 肺マルチスライスCT 7,560円→3,780円 腹部CT 9,720円→4,860円 内臓脂肪CT 3,240円→1,620円	平成30年 2月1日から 平成30年 3月31日
横浜東口クリニック	横浜市西区高島2-19-12 045-453-3366	日帰人間ドック 43,200円	日帰人間ドック受診者に、JCBギフトカード5,000円分を贈呈。	平成30年 1月1日から 平成30年 3月31日

35歳以上の人間ドックご受診の方へは、健康保険組合から16,000円の補助を行います。

※健康保険組合からの補助は年度に1回です

## 40歳以上の方は特定健診(メタボ健診)を無料で受けられます!

昨年7月、40歳以上の方に『東振協専用健診受診カード』をお送りいたしました。今年度中に他の健診をご受診されていない方は、無料で特定健康診査が受診できますので、3月末までにぜひご受診ください。

健診機関	所在地/予約電話番号	特定健診料金(東振協Eコース)	特典	期間	
進興会	進興クリニック	品川区大崎2-1-1 03-5408-8181	無料	特定健診(メタボ健診)受診者に、内臓脂肪測定(Fat Scan CT)を無料でサービス。 ※人間ドック・生活習慣病健診をお受けになる方も内臓脂肪測定がサービスになります。	平成30年 2月1日から 平成30年 3月10日
	オーバルコート健診クリニック	品川区東五反田2-17-1 03-5408-8181			
	セラヴィ新橋クリニック	港区西新橋2-39-3 03-5408-8181			
	立川北口健診館	立川市曙町2-37-7 042-521-1212			

ご不明の点は保健課(TEL 03-3861-1852)までお気軽にお問い合わせください。