

KENPO DAYORI

健保だより

30年
春号

No. 596

Contents

平成30年度予算大綱

第50回レクリエーションのご案内～東京ディズニーシー～

糖尿病の重症化を防ぐ!



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>



第142回組合会が2月15日に開催され、健康保険組合の平成30年度予算が決定されました。

今後の医療保険制度については、2025年に日本の人口の約800万人を占める団塊世代が、後期高齢者となり「超高齢化社会」へ突入と言われております。

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25兆円に急増するため、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います。

また、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います。

このような厳しい状況ではありますが、これまでの各種保健事業の見直し、さらに前々年度の納付金の大幅な精算による還付により、健康保険組合の財政状況も一定の改善が見られたことから、平成30年度健康保険料率（一般保険料率と調整保険料率の合計）は、表1のとおり前年度の9.90%から9.70%といたします。

なお、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、引き続き皆様に対する健康づくり事業の推進をいたします。

本年度の平成30年度は、第2期データヘルス計画の策定年度となりますので、厚生労働省の指針に基づき、平成27年度からスタートした第1期データヘルス計画を踏まえ、健診・レセプト等を有効活用した医療費抑制はもとより、事業所訪問事業、健康企業宣言への参加及び認定の支援など、事業主との協働事業（コラボヘルス事業）を行い、表2の「職場の健康づくり」などもサポートいたします。

また、保健事業の効果的な実施及び事務処理においては、個人情報等の安全かつ合理的な運用及び適正な管理を図り、被保険者及び被扶養者の立場に立ち、正確、迅速、親切をモットーに、適切なサービスと業務の効率化及び経費の削減に努めてまいります。

■予算の基礎

区分	被保険者数	平均標準報酬月額
男	19,150人	401,000円
女	2,800人	272,000円
計	21,950人	385,000円

■平成30年度保険料率

（平成30年3月1日適用）

		一般・調整保険料率*（基本+特定+調整）	介護保険料率	計
負担割合	事業主	4.85%	0.8%	5.65%
	被保険者	4.85%	0.8%	5.65%
計		9.70%	1.6%	11.3%

■平成30年度変更点

*一般・調整保険料率の内訳（表1）

		改正後	改正前
一般	基本保険料率	5.77%	5.67%
	特定保険料率	3.80%	4.10%
調整保険料率		0.13%	0.13%
計		9.70%	9.90%

*介護保険料率 変更なし

■コラボヘルス事業に注力して実施いたします。（表2）

<数を増やして実施>

事業所訪問事業…12社⇒24社

<新たに実施>

- ①禁煙事業（らくらく禁煙コンテストへの参加）
- ②職場の健康づくり支援事業（事業所への血圧計 斡旋）

※禁煙事業、職場の健康づくり支援事業の詳細は実施の際に別途ご連絡いたします。

一般勘定 予算額

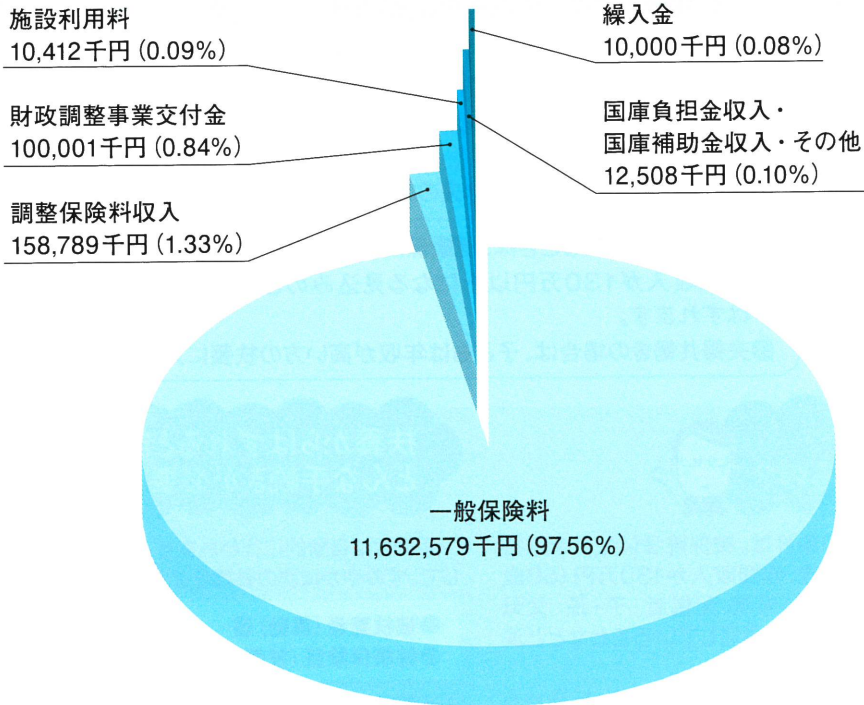
11,924,289,000円

介護勘定 予算額

1,382,428,000円

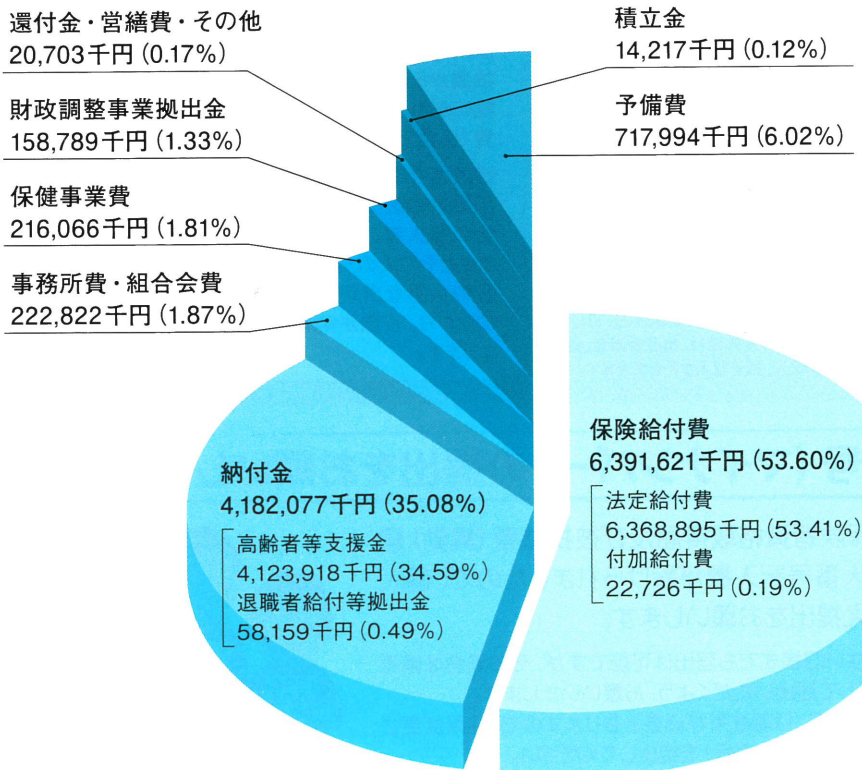
収入の部

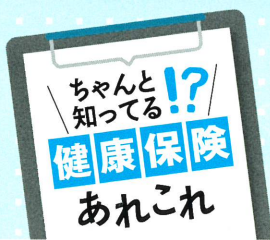
11,924,289千円



支出の部

11,924,289千円





被扶養者の異動

健康保険組合の被扶養者のご家族が、就職したり収入が増えた場合は、扶養からはずす手続きをする必要があります。手続きは自動的に行われませんので、すみやかに手続きしてください。

こんな誤解をしていませんか？

- ① 息子が就職！健康保険組合が扶養から自動的にはずしてくれるんだよね？
- ② 妻のパートのお給料が増えた！正社員じゃないから被扶養者のままでよいよね？
- ③ 子どもが生まれた！年収は夫の方が高いけど、妻の扶養に入れてよいよね？

- ① 扶養からはずれるときは、健康保険組合へ手続きが必要です。
- ② 年間収入が130万円以上になる見込みのときは、扶養からはずれます。
- ③ 夫婦共働きの場合は、子どもは年収が高い方の扶養に入ります。



どんなとき、扶養からはずれるの？



健康保険の被扶養者の条件は、被保険者に生計を維持されている、3親等内の親族、年間収入が130万円（60歳以上や障がい者は180万円）未満、配偶者・子・孫・父母など直系尊属・兄弟姉妹以外は同居していることなどと決められています。

次のような場合は条件を満たさなくなるため、扶養からはずれることになります。

扶養からはずれるとき

- 就職したとき
- 年収に換算して130万円（108,334円／月、3,620円／日）※1以上の収入※2を得るようになったとき
- 離婚したとき
- 結婚して相手の扶養に入ったとき
- 同居が条件の人と別居になったとき
- 別居の人への仕送りをやめたときや仕送り額が少なくなったとき
- 雇用保険から失業給付を受けるとき
- 75歳になったとき（後期高齢者医療制度に加入します）

※1 60歳以上や障がい者は180万円（150,000円／月、5,000円／日）。従業員501人以上の会社で働く人は106万円（88,000円／月、2,934円／日）。

※2 パート収入、アルバイト収入、年金、雇用保険の失業給付、出産手当金、傷病手当金、不動産収入、自営収入、農林業収入、利子収入などを含みます。

扶養からはずれるときは、どんな手続きが必要なの？



手続きは自動的に行われませんので、会社のご担当者を通じて、すみやかに次の書類を健康保険組合に提出してください。

- 被扶養者（異動）届
- 健康保険証（扶養からはずれる方の分）

*75歳になったときは事前に健康保険組合から後期高齢者医療制度への加入についてご案内いたしますので、上記の手続きもお願いします。

扶養からはずれる手続きをしないとどうなるの？



保険証を使ったときは医療費を返還していただくことも扶養からはずれる状況になった後に今までの保険証で病院にかかったときは、後日、健康保険組合が給付する医療費（医療費の7～9割）の返還請求をさせていただきます。

健康保険組合の財政が悪化して保険料が上がることも高齢者の医療費や介護保険への納付金は、健康保険組合の加入者の人数に比例して増えます。扶養からはずさないとその人の分まで計算に含まれてしまい、健康保険組合の余計な出費が増えます。それが健保財政の悪化につながり、皆様から負担いただく保険料が上がる要因にもなります。

個人番号（マイナンバー）の提出をお願いします

平成29年度から被保険者資格取得届及び被扶養者（異動）届の様式が変更され、個人番号記入欄が設けられましたので、個人番号を必ずご記入のうえ提出をお願いします。

※マイナンバーの記載欄のない旧様式でも届出は可能ですが、その場合は備考欄等にマイナンバーを記載して届出いただくよう、お願いいたします。

なお、個人番号による情報連携には現住所が必要となりますので、住所変更された場合は速やかに「健康保険住所変更届」を提出してください。



ご不明の点は適用課（TEL 03-3861-1854）までお問い合わせください。

第50回 レクリエーションのご案内

東京ディズニーシーにて実施

今年は『東京ディズニーシー』にて実施いたします！

日時	平成30年7月22日(日)																												
参加資格	当健康保険組合の被保険者及び被扶養者(4歳以上)で開催日まで資格のある方																												
参加料	3,700円(税込)	申込締切	平成30年5月9日(水)																										
募集人数	2,800名 ※定員を超えた場合は抽選となります。	結果通知	平成30年5月18日(金) 予定																										
参加料金の支払い方法	当選された事業所(任意継続被保険者含む)には、結果通知と併せて参加料金の支払い納付書を同封いたしますので、納期期日までに指定取扱銀行にお振込みください。なお、振込手数料は参加者負担となります。																												
入場券受け渡し	入場券はまとめて事業所の参加申込代表者様宛にお送りいたします。(6月末までに配達予定)ただし、任意継続被保険者様には書留郵便で自宅へお送りします。																												
申込方法	4月発行の「健保だより」の配送と共に申込書を各事業所毎に1部お送りいたします。各事業所担当者様を通して、申込書に参加者をご記入のうえ、当健康保険組合へ郵送またはFAXにてお申込みください。																												
申込人員	できるだけ多くの事業所の方に参加していただくため、1事業所の申込みにつきましては、右記の人数までとさせていただきます。	<table border="1"> <thead> <tr> <th>被保険者</th> <th>申込人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1名～30名</td> <td>5名まで</td> </tr> <tr> <td>31名～50名</td> <td>10名まで</td> </tr> <tr> <td>51名～100名</td> <td>20名まで</td> </tr> <tr> <td>101名～300名</td> <td>30名まで</td> </tr> <tr> <td>301名～500名</td> <td>40名まで</td> </tr> <tr> <td>501名～700名</td> <td>50名まで</td> </tr> </tbody> </table>	被保険者	申込人数	1名～30名	5名まで	31名～50名	10名まで	51名～100名	20名まで	101名～300名	30名まで	301名～500名	40名まで	501名～700名	50名まで	<table border="1"> <thead> <tr> <th>被保険者</th> <th>申込人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>701名～1,000名</td> <td>60名まで</td> </tr> <tr> <td>1,001名～1,400名</td> <td>70名まで</td> </tr> <tr> <td>1,401名～1,800名</td> <td>80名まで</td> </tr> <tr> <td>1,801名以上</td> <td>90名まで</td> </tr> <tr> <td>任意継続被保険者</td> <td>2名まで</td> </tr> </tbody> </table>	被保険者	申込人数	701名～1,000名	60名まで	1,001名～1,400名	70名まで	1,401名～1,800名	80名まで	1,801名以上	90名まで	任意継続被保険者	2名まで
被保険者	申込人数																												
1名～30名	5名まで																												
31名～50名	10名まで																												
51名～100名	20名まで																												
101名～300名	30名まで																												
301名～500名	40名まで																												
501名～700名	50名まで																												
被保険者	申込人数																												
701名～1,000名	60名まで																												
1,001名～1,400名	70名まで																												
1,401名～1,800名	80名まで																												
1,801名以上	90名まで																												
任意継続被保険者	2名まで																												

※申込日現在の被保険者数(実施日まで資格のある方)

※当選後のキャンセルはできませんのでご注意ください。

東京都電気工事健康保険組合 保健課 TEL 03(3861)1852 FAX 03(3862)9700

平成30年4月1日受付分より

療養費(治療用装具)支給申請にかかる添付書類の追加について

治療上必要があり、『靴型装具』を作成し療養費の支給申請をされる際には、**装具の写真(実際に装着する現物の写真)**が必要となります。

※当健康保険組合では治療用装具の申請について、適正な保険給付の観点から作成内容等の確認を実施しています。照会文書が届きましたら、ご回答いただきますようお願いいたします。



療養費(治療用装具)申請時の添付書類

- 保険医療機関が交付する証明書(治療用装具作成指示書)
- 領収書及び料金明細書(義肢装具士の氏名の記載があるもの)
- 靴型装具に係る写真 **追加**

血糖値高めを 放置していませんか？

監修 順天堂大学大学院医学研究科
代謝内分科学
教授 綿田裕孝

糖尿病の 重症化を防ぐ！

糖尿病とは、血液中のブドウ糖（血糖）が増え過ぎた状態が続く病気のことを言います。人間のからだは、ブドウ糖をエネルギー源にしていますが、必要量を上ると余ったブドウ糖が血液中のたんぱく質と結びついて、血管の壁を傷つける原因となります。放っておくと、人工透析※、失明など重大な事態を引き起こします

※人工透析 腎不全になると尿で老廃物を排出できなくなります。このため、ダイアライザーという機械を体に接続し、血液中の老廃物を人工的に排出させることを人工透析といいます。1回あたり3時間～4時間、週2～3回、生涯にわたり必要になります。

健診で糖尿病の疑いがあるとされた方

本当に糖尿病かどうか、詳しい検査を受ける必要があります。空腹時血糖値126mg/dlまたは、HbA1c6.5%を超えていた場合、ブドウ糖負荷試験（OGTT）という検査を受けることになります。最初に空腹のまま血糖値を測り、75gのブドウ糖を飲み、30分後、60分後、120分後に採血して血糖値を測ります。120分後の血糖値により「糖尿病型」、「正常型」、「境界型」と判定されます。糖尿病型と認められた方は、できるだけ早く医療機関で受診する必要があります。境界型の場合は、3～6か月に1回ほど再検査を受けることになります。

健診で要治療と言われた方

すでに血糖値がかなり高く、治療が必要なレベルです。放っておくと、「糖尿病性腎症」「糖尿病網膜症」「糖尿病性神経障害」などの恐ろしい合併症を引き起こすリスクが高まりますので、必ず医療機関を受診してください。すぐに薬による治療を行うこともありますが、病状によっては、食事療法や運動療法により、薬を使うことなく糖尿病をコントロールすることも可能です。

特定保健指導の案内が届いた方は、ぜひ受けましょう

健診後、生活習慣の見直しによって糖尿病（メタボ）のリスク改善が見込める方には、健康保険組合から特定保健指導のご案内をいたします。保健師等から生活習慣改善のためのアドバイスが受けられますので、案内が届いたらぜひ受けるようにしましょう。

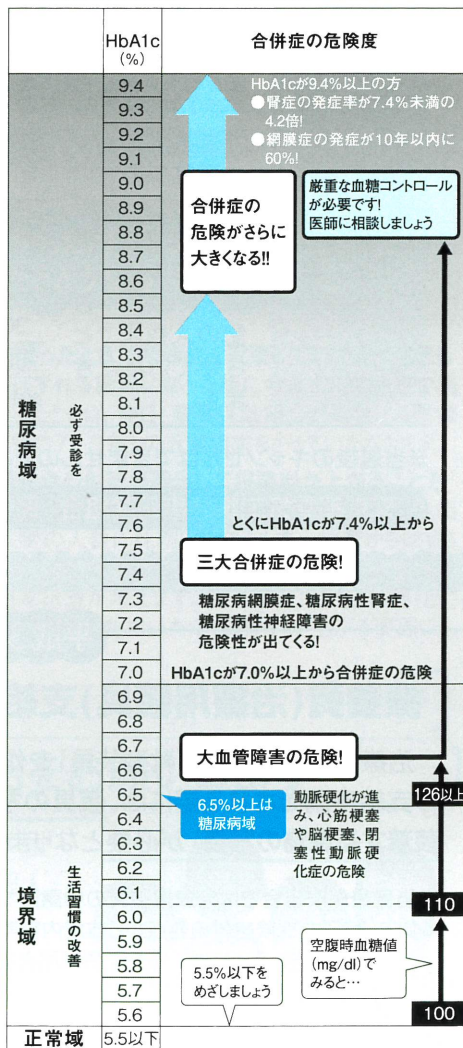
病院受療の案内が届いた方は、病院へ行きましょう

健康保険組合では、健診結果と、加入者の皆様が病院へ行った時のレセプトを分析して、生活習慣病が重症化するかもしれない未治療の方のご自宅あてに、お医者さんにかかるようお願いする案内を送っております。

悪くなる前にお医者さんにかかってください。

HbA1cと合併症の危険度

※厚生労働省「保健指導における学習教材集B-2」を改変



第431回理事会開催結果

標記理事会が平成29年12月21日に開催され、左記事案について可決承認されました。

議題

1. 協議事項

- 第1号議案 レセプト情報用サーバー更新の件
- 第2号議案 平成30年度収入支出予算骨子の件
- 第3号議案 第142回組合会開催の件
- 第4号議案 事業所の編入・削除の件

2. 報告事項

- (1) 事業概況

第432回理事会開催結果

標記理事会が平成30年2月6日に開催され、左記事案について可決承認されました。

議題

1. 協議事項

- 第1号議案 一般保険料率(基本保険料率、特定保険料率)及び調整保険料率の件
- 第2号議案 介護保険料率の件
- 第3号議案 平成30年度事業計画(案)の件
- 第4号議案 平成30年度収入支出予算(案)の件
- 第5号議案 重要財産処分(平成30年度)
- 第6号議案 事業所の編入・削除の件

2. 報告事項

- (1) 固定資産の廃棄処分について
- (2) 事業概況

第142回組合会開催結果

標記組合会が平成30年2月15日に開催され、左記事案について可決承認されました。

議題

1. 協議事項

- 第1号議案 一般保険料率(基本保険料率、特定保険料率)及び調整保険料率の件
- 第2号議案 介護保険料率の件
- 第3号議案 平成30年度事業計画(案)の件
- 第4号議案 平成30年度収入支出予算(案)の件
- 第5号議案 重要財産処分(平成30年度)

2. 報告事項

- (1) 事業所の編入・削除の件
- (2) 事業概況

公告

公告第418号

健康保険法(大正11年法律第70号)第47条2号に規定する当健康保険組合の管掌する健康保険の平成29年9月30日における全被保険者の同月の標準報酬月額を平均した額を標準報酬の基礎となる報酬とみなしたときの標準報酬は、次のとおりであるので公告する。

標準報酬月額	標準報酬日額
380,000円	12,670円

適用期間

自 平成30年4月1日
至 平成31年3月31日

平成30年1月5日

東京都電気工事健康保険組合
理事長 西村 康廣

公告

■編入事業所

名称	所在地
(株)ヒロ・カンパニー 加積産業(株)	荒川区 世田谷区

■削除事業所

名称	所在地
甲賀電気(株) 復興電気工業(株)	墨田区 江東区

■平成30年度健診関連広報予定

当健康保険組合では、皆様の健康のため、年に1回の健診受診をお願いしております。

年度に1回健診に対する補助をしておりますので、ご利用ください。

4月 ホームページ上に人間ドックや生活習慣病等を受診できる病院の一覧を掲載しております。

5月 健保だより(初夏号)に健康診断項目の詳細について掲載いたします。

冊子「私たちの健康保険組合」に人間ドックや生活習慣病等を受診できる病院の一覧を掲載いたします。

※ご家族にもお読みいただくため、ご自宅へのお持ち帰りをお願いいたします。

7月 平成31年3月31日時点で40歳以上の方に特定健康診査が無料でご受診いただける東振協特定健診受診券をお送りいたします。

■被保険者の方

事業所あてにお送りいたします。
任意継続被保険者の方及び被扶養者の方
ご自宅あてにお送りいたします。

不明の点は保健課 TEL 03-3836-1185(2)まで
お問い合わせください。

記載の商品説明は記載の募集代理店によるものです。保障内容等のお問合せは募集代理店までお願いします。

アフラックの医療保険

東京都電気工事健保福祉弘済会より、アフラックの「医療保険」を集団料率の保険料でご案内いたします。

ちゃんと応える医療保険EVER 通院ありプラン 入院・通院給付金日額5,000円+総合先進医療特約 保険期間：終身（総合先進医療特約：10年）

疾病・災害入院 給付金	5日未満の場合	5日以上の場合	一生 涯 保 障	
	一律5日分 2.5万円	1日につき 5,000円		
手術 給付金	がんに対する開頭・開胸・開腹手術や心臓への開胸術など 1回につき 20万円			
	手術 重大手術を除く	入院中の手術 外来による手術		
	1回につき 5万円	1回につき 2.5万円		
放射線 治療給付金	1回につき 5万円			
疾病・災害通院 給付金	入院前（60日）、退院後（120日）の間で最高30日まで			
	1日につき 5,000円			
総合先進医療特約 先進医療 給付金	1回につき 先進医療にかかる技術料のうち 自己負担した金額と同額 通算 2,000万円まで			10年満期

※保障の対象となる先進医療は、厚生労働大臣が認める医療技術で、医療技術ごとに適応症（対象となる疾患・症状等）および実施する医療機関が限定されています。また、厚生労働大臣が認める医療技術・適応症・実施する医療機関は随時見直されます。

ちゃんと応える医療保険EVER 通院ありプラン 入院・通院給付金日額5,000円 定額タイプ 入院給付金支払限度：60日 三大疾病保険料払込免除特約なし+総合先進医療特約 保険料払込期間：終身（総合先進医療特約は10年更新）

契約年齢 0歳～満85歳

月払保険料 集団取扱

	0歳	10歳	20歳	30歳	40歳	50歳	60歳	70歳
男性	1,237円	1,332円	1,587円	1,952円	2,532円	3,802円	5,837円	8,622円
女性	1,257円	1,412円	1,722円	1,962円	2,307円	3,377円	5,007円	7,262円

特約中途付加のお取扱いはありません。

2017年12月現在

<総合先進医療特約>には更新があり、更新後の保険料は更新時の年齢・保険料率によって決まります。

商品の詳細については「契約概要」等をご覧ください。

資料をご希望の方は、お電話・FAXにて
募集代理店：インケア株式会社まで

FAX 0120-86-7705 (24時間)

TEL 0120-86-7711 (平日 9:00～17:00)

▼ 被保険者様ご本人について ※必ずご記入ください

お名前	カナ	性別	男	生年月日	昭和 平成	年	健康保険証 記号 番号	勤務先名
現住所	〒	性別	女	生年月日	月	日	電話番号 自宅 勤務先	

▼ ご家族のご希望について

※東京都電気工事健康保険組合の被保険者本人が保険契約者となることで、2親等以内のご家族まで集団料率適用

ご希望される方に
チェックしてください

お名前	カナ	性別	男	生年月日	昭和 平成	年	続柄	配偶者	子	親
お名前	カナ	性別	女	生年月日	月	日	他()			
お名前	カナ	性別	男	生年月日	昭和 平成	年	続柄	配偶者	子	親
お名前	カナ	性別	女	生年月日	月	日	他()			

ご本人



ご家族



募集代理店 御中 今回提供する個人情報の貴代理店における利用目的がアフラックの各種商品やサービスの案内・提供・維持管理であることを確認しました。

また、これらの利用目的のために貴代理店がその提携先であるアフラックに登録されている代理店と共同して対応する際には、個人情報当該代理店に提供されることにつき同意します。

<募集代理店>インケア株式会社 東京都中央区日本橋箱崎町8-1 ヤマトネ箱崎ビル6階 ☎03-3660-7711

<引受保険会社>アフラック東京第二法人営業部 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル ☎03-6385-9829

<ご案内保険会社> アフラック

アフラックは生命保険において40年以上にわたり、給付金・保険金のお支払いを迅速かつ確実にお届けする取組を行っており、当社は生命保険に関して、1985年よりアフラックの専属募集代理店として販売実績を有し、また充実した保全サービス体制を整えております。ご契約後の充実したお客様サービスの為にアフラックをお勧めします。

※当社はお客様と引受保険会社の保険契約締結の媒介を行うもので、告知受領権や保険契約の締結の代理権はありません。 AF006-2018-5015 1月23日(190123)