

みんなが健康で明るい職場と家庭が願い



- 淡路ハイウェイオアシススマート IC 建設工事
- 淡路土建株式会社

掲示板

兵庫県建築健康保険組合

2020年4月15日 No.195

TEL : 078-997-2311 FAX : 078-997-2328
E-Mail: hyougokenkentu@mub.biglobe.ne.jp
URL : <http://www.hyogo-kenchiku-kenpo.or.jp/>

医療保険制度の現状を知り

皆保険を守るための理解を

4月には新社会人のデビューの季節です。引っ越しなどで生活の環境が変わることも多く、希望や喜び、期待、不安など様々な思いが入り混じる時期ですが、新社会人の皆さんに知っておいてもらいたいことがあります。それは、医療保険制度の現状です。

日本は世界有数の長寿国ですが、一方で少子化が急速に進んでおり、今や他に類を見ない超高齢社会でもあります。

現在、国民医療費 43.1 兆円（2017 年度）のうち、75 歳以上の後期高齢者の医療費は 16.1 兆円（構成比 37%）ですが、団塊の世代が 75 歳になり始める 2022 年には 19.9 兆円（同 41%）、団塊の世代全員が 75 歳以上となる 25 年には 23 兆円（同 44%）まで膨らみ、現役世代の医療費を上回る見込みです（健保連推計）。

一方、高齢者の医療費を支える現役世代の被保険者 1 人当たりの年間保険料（事業主負担分含む）は 49.0 万円（17 年度）ですが、22 年度には 54.9 万円、25 年度には 58.5 万円と増え続け、8 年間で約 10 万円も増加する見込みです。この背景には、健保組合が保険料収入の 4 割超を高齢者医療に「拠出金」として負担している現状があるのです。このままでは、60 年以上の歴史を持つ国民皆保険制度が早晩立ち行かなくなるのは、火を見るよりも明らかです。

今、求められるのは皆保険を守り続けること。高齢者にも個々の負担能力に応じた保険料や窓口負担を支払ってもらい、さらに公費（税金）を投入することで、高齢者医療を支える現役世代の負担の増大に歯止めをかけることです。

日本の医療保険制度はあらかじめ保険料を出し合い、病気などにかかった時に、安心して医療を受けられる相互扶助の仕組みであることを知り、国民 1 人ひとりが皆保険を支えているという自覚を持つことが重要です。



新型コロナウイルスによる感染症対応

1 政府における対応

【新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針】（抜粋）

令和2年3月28日 新型コロナウイルス感染症対策本部決定

三 新型コロナウイルス感染症対策の実施に関する重要事項

(3) まん延防止

- ① 都道府県は、まん延防止策として、クラスター対策及び接触機会の低減を、地域での感染状況を踏まえて、的確に打ち出す。
- ② 地方公共団体は、厚生労働省や専門家と連携しつつ、積極的疫学調査により、個々の濃厚接触者に対する健康観察、外出自粛の要請等を行うとともに、感染拡大の規模を正確に把握する。
- ③ 都道府県は、クラスターが発生しているおそれがある場合には、法第24条第9項に基づき、当該クラスターに関係する施設の休業や催物（イベント）の自粛等の必要な対応を要請する。これに関連し、国及び地方公共団体間で緊密に情報共有を行う。
- ④ 都道府県は、密閉空間、密集場所、密接場面という3つの条件が同時に重なるような集まりについて自粛の協力を強く求めるとともに、全国的かつ大規模な催物等の開催については、リスクへの対応が整わない場合は中止又は延期することを含め、主催者による慎重な対応を求める。その上で、感染が拡大傾向にあり、オーバーシュートの予兆がみられるなどの地域では、期間を示した上で、外出や催物の開催の自粛について協力を迅速に要請する。その結果、感染が収束に向かい始めた場合には、感染拡大のリスクの低い活動から自粛の要請の解除を行うこととする。特に大都市圏では、人口数及び人口密度が高く、交通の要所でもあることを踏まえて、十分な注意を払うこととする。
- ⑤ 政府は、関係機関と協力して、クラスター対策にあたる専門家の確保及び育成を行う。
- ⑥ 厚生労働省は、関係機関と協力して、特に、感染拡大の兆しが見られた場合には、専門家やその他人員を確保し、その地域への派遣を行う。
- ⑦ 政府及び地方公共団体は、クラスター対策を抜本強化するという観点から、保健所の体制強化に迅速に取り組む。これに関連し、都道府県は、管内の市町村と迅速な情報共有を行い、また、対策を的確かつ迅速に実施するため必要があると認めるときは、法第24条に基づく総合調整を行う。さらに、都道府県は、クラスターの発見に資するよう、都道府県間の迅速な情報共有に努めるとともに、政府は、対策を的確かつ迅速に実施するため必要があると認めるときは、法第20条に基づく総合調整を行う。なお、政府は、感染症法第12条に基づく都道府県知事等から厚生労働大臣への報告が迅速に行えるよう必要な支援を行う。
- ⑧ 厚生労働省は、地方公共団体と協力して、医療施設や高齢者施設等において職員が感染源とならないようにすることも含め、院内感染や施設内感染対策を徹底するよう周知を行う。
- ⑨ 文部科学省は、3月24日に策定した「新型コロナウイルス感染症に対応した臨時休業の実施に関するガイドライン」に関し、今後の感染拡大の状況や専門家会議の見解を踏まえ、厚生労働省の協力を得つつ、学校における感染防止や感染者が出た場合の対応、必要に応じ地域における臨時休業の在り方等に関し追加的な指針を策定する。都道府県は、学校設置者に対し、保健管理等の感染症対策について指導するとともに、地域の感染状況や学校関係者の感染者情報について速やかに情報共有する。
- ⑩ 政府は、関係機関と協力して、公共交通機関その他の多数の人が集まる施設における感染対策を徹底する。
- ⑪ 政府は、職場等における感染の拡大を防止するため、労働者を使用する事業者に対し、事業場内及び通勤・外勤時の感染防止のための行動（手洗い、咳エチケット等）の徹底、在宅勤務（テレワーク）や時差通勤、自転車通勤の積極的な活用、事業場の換気等の励行、発熱等の風邪症状が見られる労働者への出勤免除（テレワークの指示を含む。）や外出自粛勧奨、出張による移動を減らすためのテレビ会議の利用等を強力に呼びかける。
- ⑫ 政府は、水際対策について、国内への感染者の流入及び国内での感染拡大を防止する観点から、入国制限、渡航中止勧告、帰国者のチェック・健康観察等の検疫の強化、査証の制限等の措置等を引き

続き実施する。なお、厚生労働省は、関係省庁と連携し、健康観察について、保健所の業務負担の軽減や体制強化等を支援する。

- ⑬ 諸外国での新型コロナウイルス感染症の発生の状況を踏まえて、必要に応じ、国土交通省は、航空機の到着空港の限定の要請等を行うとともに、厚生労働省は、特定検疫港等の指定を検討する。
- ⑭ 厚生労働省は、停留に利用する施設が不足する場合には、法第 29 条 の適用も念頭に置きつつも、必要に応じ、関係省庁と連携して、停留に 利用可能な施設の管理者に対して丁寧な説明を行うことで停留施設の確保に努める。

(4) 医療

- ① 厚生労働省は、地方公共機関や関係機関と協力して、感染拡大の状況に応じ、以下のように、地域ごとに柔軟な医療提供体制を確保する。
 - ・ 現行では、帰国者・接触者相談センター及び帰国者・接触者外来により、適切な感染管理を行った上で、新型コロナウイルス感染症が疑われる患者への外来医療を提供すること。
 - ・ また、医師の判断により検査を実施し、患者が認められた場合には、感染 症法第 19 条に基づく感染症指定医療機関等への入院勧告・措置を実施し、まん延防止を行いつつ、患者に対し、適切な医療を提供すること。
 - ・ 患者が増加し重症者等に対する入院医療の提供に支障をきたすおそれがあると判断する都道府県では、厚生労働省に相談の上、重症者等に対する医療提供に重点を移す観点から、入院治療が必要な軽症者等は自宅療養とし、電話等情報通信機器を用いて遠隔で健康状態を把握していくとともに、医師が必要とした場合には電話等情報通信機器を用いて診療を行う体制を整備すること。
 - ・ また、自宅療養とする際、家族構成等から高齢者や基礎疾患を有する者等への感染のおそれがある場合には、地方公共団体は、軽症者が宿泊施設等での療養を行うことや、同居家族が一時的に別の場所に滞在すること等、家族内感染のリスクを下げるための取組を講じること。
 - ・ 患者が更に増加し帰国者・接触者外来での医療提供に支障をきたすおそれがある地域では、地域の感染状況や医療需要に応じて、帰国者・接触者相談 センターの体制を強化したうえで、帰国者・接触者外来を増設し、外来を早急に受診できる体制を整備すること。
 - ・ さらに患者が増加し増設した帰国者・接触者外来での医療提供の限度を超えるおそれがあると判断する都道府県では、厚生労働省に相談の上、必要な 感染予防策を講じた上で、一般の医療機関での外来診療を行うこと。
 - ・ こうした状況では、感染への不安から安易に医療機関を受診することでかえって感染するリスクを高める可能性があることも踏まえ、症状が軽度である場合は、自宅での安静・療養を原則とし、状態が変化した場合に、かかりつけ医等に相談した上で、受診するよう周知すること。
- ② 厚生労働省は、地方公共団体や関係機関と協力して、オーバーシュートや今後の感染者の大幅な増加を見据え、必要に応じ、法第 31 条に基づく医療等の実施の要請等も念頭におきつつ、以下のように、医療提供体制の確保を進める。
 - ・ 例えば、新型コロナウイルス感染症の患者を優先的に受け入れる医療機関の指定など、地域の医療機関の役割分担を行うとともに、結核病床や一般の医療機関の一般病床等の活用も検討し、ピーク時の入院患者を受け入れるために必要な病床を確保すること。
 - ・ 専門性を有する医療従事者や人工呼吸器等の必要な医療機器・物資等を迅速に確保し、適切な感染対策の下での医療提供体制を整備すること。
 - ・ 医療機関は、業務継続計画（BCP）も踏まえ、必要に応じて医師の判断により延期が可能と考えられる予定手術や予定入院の延期を検討すること。
 - ・ 地域の診療所など一般の医療機関に勤務している医療従事者の派遣を検討すること。
 - ・ 例えば、重症化しやすい方が来院するがんセンター、透析医療機関及び産 科医療機関などは、必要に応じ、新型コロナウイルス感染症への感染が疑われる方への外来診療を原則行わない医療機関として設定すること。
 - ・ 地域でのオーバーシュートに備え、都道府県域を越える場合も含めた広域的な患者の受入れ体制を確保すること。
- ③ 厚生労働省は、この他、適切な医療提供・感染管理の観点で、次の事項に取り組む。
 - ・ 関係省庁と協力して、オーバーシュートの発生に備えて、感染症病床等の利用状況について一元的

かつ即座に把握可能とする仕組みの構築を進めること。

- ・ 外来での感染を防ぐため、関係機関と協力して、医療機関の外来において、一般の患者も含め、混雑を生じさせないよう、予約による診療や動線が適切に確保された休日夜間急患センターの施設活用などを推進すること。
- ・ 関係機関と協力して、外国人が医療を適切に受けることができるよう、医療通訳の整備などを、引き続き、強化すること。
- ・ 関係省庁・関係機関とも連携し、有効な治療薬やワクチン等の開発を加速すること。特に、他の治療で使用されている薬剤のうち、効果が期待されるものについて、その効果を検証するための臨床研究・治験等を速やかに実施すること。
- ・ 法令に基づく健康診断及び予防接種については、適切な感染対策の下で実施されるよう、時期や時間に配慮すること。

2 保険者の対応

事務連絡 令和2年2月26日 厚生労働省保険局

【新型コロナウイルス感染症に対する医療保険関係事業者の対応について】

1 医療保険関係事業者に共通する対応

今般、職場における感染や事業を通じた感染を防止するため、次の例示も踏まえ、感染機会を減らすための工夫を検討するようお願いいたします。

- (1) 全職員に対し、外出に当たっては、感染しやすい環境に行くことをなるべく避けるとともに、手洗い、咳エチケット等の徹底を呼びかける。
- (2) 患者・感染者との接触機会を減らすため、テレワークや時差出勤の推進等を強力に呼びかける。
- (3) 職員の健康管理を徹底する。
- (4) 発熱等の風邪症状が見られる職員に対し、休暇取得、外出の自粛等を呼びかける。また、やむを得ず外出する場合にはマスクを着用するよう呼びかける。
- (5) 職員に対し、以下のような場合には、都道府県に設置されている「帰国者・接触者相談センター」に相談した上、その結果を職場に連絡させ、当該職員は病気休暇を取得するよう呼びかける。
 - ・ 風邪の症状や 37.5° C 以上の発熱が4日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならないときを含む。）
 - ・ 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある ※ 高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合
- (6) 職場における手洗い、咳エチケットの徹底等を呼びかける。また、建物の入口等にアルコール消毒薬を設置する。
- (7) 主催するイベント等については、全国一律の自粛を要請するものではないが、感染拡大防止の観点から、感染の広がり、会場の状況等を踏まえ、当該イベント等の開催の必要性について改めて検討を行う。また、開催する場合には、感染機会を減らすための工夫（例：参加者への手洗いの推奨やアルコール消毒薬の設置、風邪のような症状のある方には参加をしないよう依頼をすること）を講じる。
- (8) 感染が拡大している国に滞在する邦人職員等がいる場合の適切な情報提供、支援を行う。

2 保険者等における対応

医療保険関係事業者のうち、保険者等の対応について、上記1の対応に加え、次のとおり適切な事業運営をお願いいたします。

- (1) 被保険者証の発行など、迅速な処理が必要な業務については、遅滞なく行われるよう留意する。
なお、窓口業務において感染拡大が生じないよう、受付時間の適切な設定、待合スペースの確保、職員のマスク着用等に留意する。
- (2) 医療の円滑運営のため、診療報酬の支払いについては、遅滞なく行われるよう留意する。
- (3) 特定健診・特定保健指導等の実施については、「新型コロナウイルス感染症の感染事例の発生に

伴う特定健康診査・特定保健指導等における対応について（注意喚起）」（令和2年2月26日付け厚生労働省保険局保険課・国民健康保険課・高齢者医療課・医療介護連携政策課事務連絡）（別添3）を踏まえ、適切に対応する。

3 臨時的対応

(1) 電話等による薬剤の処方について

令和2年3月16日

事業主様

兵庫県建築健康保険組合

慢性疾患等を有する定期受診患者等に関する留意点

今般の新型コロナウイルスによる感染症の流行に際し、慢性疾患等を有する定期受診患者等について、医師が電話や情報通信機器を用いて診療し医薬品の処方を行い、ファクシミリ等で処方箋情報を送付することを想定した取り扱いが示されました。（「新型コロナウイルス感染症患者の増加に際しての電話や情報通信機器を用いた診療や処方箋の取扱いについて」（令和2年2月28日厚生労働省医政局医事課、医薬・生活衛生局総務課事務連絡））
取り扱いの概要は以下のとおりです。

慢性疾患等を有する定期受診患者等について、感染源と接する機会を少なくするため、原則：長期投与によってなるべく受診間隔を空けるよう努める。

しかし、慢性疾患等の医薬品が必要になった場合。

医療機関（診察・処方）

- 患者がかかりつけの医師に電話等で相談。
- 医師が電話・情報通信機器で診察（医師の判断で実施）。

○医師は、患者の同意のもと、医薬品（これまで処方されていた慢性疾患治療薬等）の処方箋を FAX 等で患者が希望する薬局に送付（医師の判断で実施）。

または、

○医師は、患者が希望する場合には、患者自身が処方箋を FAX 等で希望する薬局に送付することにしてもよい。（医師の判断で実施）※

※いずれの場合においても、医療機関は処方箋を保管し、後日、薬局に処方箋を送付するか、患者が受診した際に手渡し、薬局に持参させること。

薬局（調剤）

○薬局は、その処方箋情報に基づき調剤。

※患者から FAX で処方箋情報の送付を受けた場合は、処方元の医療機関に内容を確認。

○薬局は、患者と相談の上、薬剤の品質の保持や、確実な授与がなされる方法（宅配便等）で渡し、服薬指導は電話や情報通信機器で行うことができる。

○薬局は、調剤後も必要に応じ電話や情報通信機器で服薬指導等を実施する。

以上の取扱いが可能になっておりますので、まずはかかりつけの医師や薬剤師・薬局にご相談・ご確認いただくことを含めて、周知いただければと存じます。

(2) 傷病手当金の支給について

【新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の支給に関するQ&A】

Q 1 被保険者が新型コロナウイルス感染症に感染しており、療養のため労務に服することができない場合、傷病手当金は支給されるのか。

A 被保険者が業務災害以外の理由により新型コロナウイルス感染症に感染している場合には、他の疾病に罹患している場合と同様に、療養のため労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過した日から労務に服することができない期間、直近12ヶ月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の3分の2に相当する金額(※)を、傷病手当金として支給することとなる。

※ 被保険者期間が12ヶ月に満たない者については、①当該被保険者の被保険者期間における標準報酬月額の平均額、又は②当該被保険者の属する保険者の標準報酬月額の平均額、のいずれか低い額が算定の基礎となる。

Q 2 被保険者には自覚症状はないものの、検査の結果、「新型コロナウイルス陽性」と判定され、療養のため労務に服することができない場合、傷病手当金は支給されるのか。

A 傷病手当金の支給対象となりうる。

Q 3 被保険者が発熱などの自覚症状があるため自宅療養を行っており、療養のため労務に服することができない場合、傷病手当金は支給されるのか。

A 傷病手当金の支給対象となりうる。

Q 4 被保険者が発熱などの自覚症状があるため自宅療養を行っていた期間については、労務に服することができなかった期間に該当するのか。

A 従前より、医師が診察の結果、被保険者の既往の状態を推測して初診日前に労務不能の状態であったと認め、意見書に記載した場合には、初診日前の期間についても労務不能期間となり得ることとしている。今般の新型コロナウイルス感染症の相談・受診の目安として、

- ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている(解熱剤を飲み続けなければならないときを含む。)
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※ 高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合のいずれかに該当する方について、「帰国者・接触者相談センター」に相談し、相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場に、「帰国者・接触者相談センター」から紹介された専門の「帰国者・接触者外来」を受診するよう示していることを踏まえ、上記のような発熱などの症状があるため被保険者が自宅療養を行っていた期間は、療養のため労務に服することができなかった期間に該当することとなる。

なお、やむを得ない理由により医療機関への受診を行わず、医師の意見書を添付できない場合には、支給申請書にその旨を記載するとともに、事業主からの当該期間、被保険者が療養のため労務に服さなかった旨を証明する書類を添付すること等により、保険者において労務不能と認められる場合、傷病手当金を支給する扱いとする。

Q 5 発熱などの自覚症状があるため自宅療養を行っていた方が、休職して4日目以降に帰国者・接触者相談センターに相談したものの、体調悪化等によりその日には医療機関を受診できず、結果として、その翌日以降、医療機関を受診せずに病状の改善が見られた場合には、傷病手当金は支給されるのか。支給される場合、医師の意見書を添付することができないが、何をもって労務不能な期間を判断するのか。

A 傷病手当金の支給対象となりうる。本問のように、医療機関への受診を行うことができず、医師の意見書を添付できない場合には、支給申請書にその旨を記載するとともに、事業主からの当該期間、被保険者が療養のため労務に服さなかった旨を証明する書類を添付すること等により、保険者において労務不能と認められる場合、傷病手当金を支給する扱いとする。

Q 6 発熱などの自覚症状があるため自宅療養を行っていた方が、休職して4日目に医療機関に受診し、新型コロナウイルス感染症ではなく別の疾病に罹患しているために労務不能と判断された場合には、傷病手当金は支給されるのか。

A 傷病手当金の支給対象となりうる。

Q 7 事業所内で新型コロナウイルス感染症に感染した者が発生したこと等により、事業所全体が休業し、労務を行っていない期間については、傷病手当金は支給されるのか。

A 傷病手当金は、労働者の業務災害以外の理由による疾病、負傷等の療養のため、被保険者が労務に服することができないときに給付されるものであるため、被保険者自身が労務不能と認められない限り、傷病手当金は支給されない。なお、法律等に基づかない使用者の独自の判断により、一律に労働者に休んでいただく措置をとる場合のように、使用者の責に帰すべき事由による休業の場合には、労働基準法に基づき、使用者は、休業期間中の休業手当（平均賃金の100分の60以上）を支払わなければならないとされている。

Q 8 本人には自覚症状がないものの、家族が感染し濃厚接触者になった等の事由において、本人が休暇を取得した場合には傷病手当金は支給されるのか。

A 傷病手当金は、労働者の業務災害以外の理由による疾病、負傷等の療養のため、被保険者が労務に服することができないときに給付されるものであるため、被保険者自身が労務不能と認められない限り、傷病手当金は支給されない。

(3) はりきゅう（再同意）の取り扱い

令和2年3月17日、事務連絡、厚生労働省保険局医療課

【はり、きゅう及びあん摩マッサージ指圧（変形徒手矯正術を除く。）の再同意】

前回交付の同意書に基づく支給可能な期間の最終日が令和2年2月25日から4月末までである場合において、支給可能な期間を超えた日から令和2年4月末までの期間に受けた施術については、引き続き療養費（施術報告書交付料を含む。）の支給対象となる期間と認めること。

(4) 小児用眼鏡の取り扱い

令和2年3月17日、事務連絡、厚生労働省保険局医療課

【新型コロナウイルス感染症に関する小児弱視等の治療用眼鏡等に係る療養費の臨時的な取扱いについて】

小児弱視等の治療用眼鏡等による治療を行う場合の療養費の支給対象は、通知により9歳未満の小児とされているが、令和2年2月25日から令和2年4月末までに9歳となる者が保険医の診察及び検査並びに治療用眼鏡等の作成指示を令和2年4月末までに受けた場合は、通知による支給対象年齢にかかわらず、療養費の支給対象とすることは差し支えない。

4 検討中のもの

(1) 特定健康診査について

被扶養者の方の特定健康診査については、受診券をお送りし受診いただくよう準備中です。

令和2年5月25日に特定健康診査の受診対象となる被扶養者の自宅あて受診券をお送りしますが、現下の状況をふまえ、緊急事態宣言が発出されている期間内は受診を見合わせ、受診予約を先の方に設定いただくようお願いいたします。なお、受診日が近づいても状況に変化がない場合は、キャンセルいただくなど、感染リスク回避のため適切な対応をお願いいたします。

(2) 特定保健指導について

特定保健指導の実施については、令和2年4月23日に事業主を経由して対象となる被保険者の方に案内を送付する予定にしています。

今年度より、電子機器を活用した新たな保健指導のプランを用意していますので、予定通り行います。

ただし、面談による保健指導については、緊急事態宣言が発出されている期間については行いません。新型コロナウイルスによる感染症の動向を見て判断し、別途ご連絡させていただきます。

5 兵庫県建築健康保険組合の対応

BCP（事業継続計画）に基づき、「2020年、新型コロナウイルスによる感染症対応」を策定し感染症の拡大に伴い、適切なサービス提供が可能となるよう準備しています。（概要は以下のとおり）

状況によっては、事業継続に支障が生じることも想定されますが、事業主・被保険者皆さまのご理解をお願いいたします。

2020年3月27日策定

兵庫県建築健康保険組合

新型コロナウイルスによる感染症対応について【事業継続計画】

計画対応期間：2020年3月から2020年5月末日までの間

1 人命の安全を守る【感染防止対策】

(1) 不要不急の外出を控える

- ① 10名以上が集合する諸会議の開催を見合わせる。
- ② 休日においても外出を控え、人混みを避ける。

(2) 感染症防止対策の励行

- ① うがい、歯磨き、手洗いを励行する。
- ② 入室の際には手の殺菌、消毒を行う。

(3) 感染の疑いがある場合の対応

職員および家族の感染症症状および濃厚接触がある場合の対応～省略～

2 組合の事業運営を維持する

従事可能な職員が限定的となった場合に、保険証の発行を中心として、以下の業務処理を優先順位Aとして事業継続することとします。

優先順位 A

- 重要業務 ・資格取得・扶養認定、被保険者証（限度証、高齢証）作成（再発行）
- ・資格喪失、2以上保険料登録
- ・適用関係月締め処理
- ・レセデータ、特定健診データの取得
- ・現金給付金締め、確定処理
- ・支払（給与支払い）
- ・文書の授受

【緊急事態宣言発出に伴う追加対応】

計画対応期間：2020年4月9日から2020年5月6日までの間（追加対応分）

1 人命の安全を守る【感染防止対策】

- ① 可能なかぎり交通用具等（自動車、バイク、自転車、徒歩）を使用した通勤を要請する。
- ② 公共交通機関を使用するの通勤については、出勤時間を10時とする。
- ③ 入室の際には手および衣服の殺菌、消毒を行うこと。来客にも協力を求めること。

2 組合の事業運営を維持する

令和2年4月7日、兵庫県に緊急事態宣言が発出されたことに伴い、交代勤務による勤務時間の短縮を実施することとし、優先度の高い業務を重点に処理を行うこととする。

※健保組合の営業時間に変更はありません。

● 健康ウォーキング運動 50万歩又は100万歩にチャレンジしましょう!

誰もが手軽にできるウォーキングは、心肺機能や筋力が鍛えられ、体力がアップするだけでなく、心身のリフレッシュ効果も大きいです。

令和2年度第1回目の健康ウォーキング運動（50万歩又は100万歩にチャレンジ）は、令和2年5月1日（金）から令和2年7月31日（金）までの間、実施されます。目標を達成された被保険者・被扶養者の方に記念品を進呈します。

「ご案内」と「(50・100)万歩記録表」は、当健康保険組合のホームページに掲載しましたので、必要に応じて、コピーし、被保険者等の皆様に周知徹底を図っていただきますようお願いいたします。

● 令和2年4月1日から現物給与の価額が改正されます。

報酬や賞与の全部又は一部が、通貨以外のもので支払われる場合（現物給与）の価額は、厚生労働大臣が定めることとされています。この度、令和2年3月13日付け厚生労働省告示第73号により現物給与の価額が改正され、令和2年4月1日から適用されます。

「厚生労働大臣が定める現物給与の価額」（令和2年4月1日適用）は、当組合ホームページの新着情報をご参照願います。

● 家庭常備薬の夏季有償斡旋のご案内書を送付します。

家庭常備薬の夏季有償斡旋のご案内書は、令和2年5月12日（火）に、委託業者（株式会社あまの創健）から事業主様宛に送付する予定です。到着しましたら、ご多忙のところ誠に恐縮ですが、各被保険者に配布していただきますようお願いいたします。

各被保険者への案内書の配布をはじめ、申込書の取りまとめ・健康保険組合への送付、商品の受領・配付、代金の徴収・納付と大変お手数をお掛けしますが、よろしく願います。

- 令和2年度 家庭常備薬の夏季有償斡旋事業実施日程（予定）
 - ・ 案内書発送 令和2年5月12日（火）
 - ・ 申込締切日 被保険者から取りまとめ担当者へ 令和2年5月28日（木）
担当者から健康保険組合へ 令和2年6月4日（木）
 - ・ 商品発送 令和2年7月8日（水）

● ホームページの新着情報

- 令和2年4月1日より、ホームページのリニューアルが完了し、新たなホームページに切り替わりました。

なお、ホームページのドメイン（hyogo-kenchiku-kenpo.or.jp）は変更していませんので、現在のお気に入り等の設定のままにご利用いただけます。

- ホームページの企業サイトおよび個人サイトを新たに作成いたします。
 - ・ 個人サイトについては、被保険者の皆さま各個人の健康情報や医療費のお知らせなどを掲載し、保健事業への申し込みを行っていただけるようにいたします。

- また、保健事業各種補助金の申請書を個人サイト内で簡便に作成いただけるようにいたします。
- ・企業サイトについては、事業所ごとの健康度についての資料提供や各種届書、申請書をサイト内で作成いただけるようにいたします。

- 企業サイトおよび個人サイトのログイン ID およびパスワードについて
各種情報が掲載された企業サイト、個人サイトを利用いただくためには、個人を識別するためのログインが必要になります。
令和2年4月23日にログイン ID と仮パスワードを事業所経由でお送りしますので、皆さまに本登録をお願いします。

● 保健事業のお知らせ

- 24時間電話相談を行っています。

新型コロナウイルスの感染拡大が続いており、病院の受診についても感染リスクを心配されている方がおられると思います。迷ったときにはご相談ください。

兵庫県建築健康保険組合健康相談ダイヤル



夜中に発熱!?

こんなときは

24時間電話健康相談サービス

経験豊かな医師、保健師、看護師などを擁した相談スタッフが、健康・医療・介護・育児・メンタルヘルスなどに関するご相談にきめ細かくアドバイスいたします。

通話料無料

0120-891-305

● 24時間・年中無休

夜中に赤ちゃんが熱を出したときの対処法は？

- スポーツクラブネサンスは5月6日までの予定で臨時休業しています。

● 事業状況

区 分	令和2年3月分 (A)	平成31年3月分 (B)	前年同月比 (A) ÷ (B)	
事業所数 (件)	172	172	100.00%	
被保険者数 (人)	男	3,361	3,350	100.33%
	女	634	633	100.16%
	計 ①	3,995	3,983	100.30%
平均標準報酬月額 (円)	男	396,613	393,483	100.80%
	女	252,826	247,776	102.04%
	計	373,794	370,326	100.94%
標準賞与額総計 (累計・千円)	3,963,447	3,814,873	103.89%	
被保険者1人当たり標準賞与額 (累計・円)	992,102	957,789	103.58%	
被扶養者数 (人) ②	3,929	4,103	95.76%	
扶養率 (人) ② ÷ ①	0.98	1.03	95.48%	

マイ・ライフ ～わたしとけんこう～

第 122 回（2020 年 4 月 15 日）

「私の健康法」

株式会社 神崎組
営業本部 営業事務課課長
山本 朗光

私がランニングを始めたのは10年ほど前でしょうか。BMIが25に迫り、ウエストもメタボリックシンドロームの基準である85cmを超えていました。体が重く感じるようになり、毎日の晩酌を続けるためにも、これはいけないと思ったからでした。

健康のためであり、フルマラソンに挑戦するなんて、これっぽっちも考えたことはありませんでした。スポーツは専ら観戦専門で野球をしていたわけではありませんが、高校野球は子供のころからよく観ていました。今でも毎年、地方大会、甲子園球場にも足を運びます。負けたら終わりの真剣さに心を打たれるのでしょうか。

ほぼ毎日、ランニングをしています。平日は30分、休日は1時間程度です。始めたころは全く走ることはできませんでした。ウォーキングにもならないスピードだったと思います。ですが、根気よく続けていくうちに走れるようになり距離も伸びていきました。

10kmの大会に参加して完走しました。そうしたら、自分でも驚いていますが「フルを完走したい」という思いが湧いてきました。ランニングウォッチを身につけてタイムを計るようになりました。準備運動もせず、がむしゃらに走り出しました。タイムはよくなりましたが、これはいけません。足首が痛い、膝が痛い、あちこちが痛くなり整形外科のお世話になりました。

最初に申し込んだのは2013年の神戸マラソンでした。変なものです。申し込んでおきながら抽選で外れることを願っている心境でしたが当選してしまいました。後半は膝が痛くなり歩いてしまいましたがフィニッシュしました。歩かずに完走するという目標ができ今まで10数回、達成しています。

現在は、準備運動、整理運動を怠らず軽い負荷で走っており、年1・2度の完走が目標です。おかげでBMIは20、ウエスト76cmを保っております。

私の日常生活に溶け込んでいるランニングですが晩酌をやめることはできません。もちろん、適量の晩酌です。そのために、ランニングもやめるわけにはいかないのです。

そしてフルマラソン完走の喜び、達成感を味わうためにも。

健康法ではなく私の趣味の話になってしまいましたが、私の健康に一役買っているのは間違いのないところです。ランニングに全く興味がなかった私です。誰でも出来ると思います。

カンタンだけど大切！感染症予防対策

感染症とは？

日常生活で誰でも感染する機会があるのは、外傷による皮膚からの感染、呼吸器系からの感染と消化器系からの感染ということになります。このうち外傷による皮膚からの感染は傷の洗浄によってある程度は予防する事が可能です。

■日常生活で気を付けること

(1) 手洗い

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに石けんやアルコール消毒液などで適切なタイミングでしっかりと手を洗います。

そして近年では、手についているウイルスをより減らす効果があることから、図の手順を2度繰り返す2度洗いが薦められています。(※タオルを介して微生物が伝播する可能性があるのでタオルの共有は控えましょう。)

(2) 普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきます。持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人込みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

(3) 適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50～60%)を保ちます。

■ほかの人にうつさないために

<咳エチケット>

咳エチケットとは、感染症を他者に感染させないために、咳やくしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえることです。対面で人と人との距離が近い接触(互いに手を伸ばしたら届く距離でおおよそ2mとされています)が、一定時間以上、多くの人々との間で交わされる環境は、リスクが高いです。感染しやすい環境に行くことを避け、手洗い、咳エチケットを徹底しましょう。

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



正しいマスクの着用

