

みんなが健康で明るい職場と家庭が願い

掲示板

兵庫県建築健康保険組合

2022年8月17日 No. 223

3つの密を避けましょう!

- ①換気の悪い密閉空間
- ②多数が集まる密集場所
- ③間近で会話や発声をする密接場面



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

かかりつけ医機能の制度整備など 骨太方針にみる今後の社会保障

政府が6月に決定した「経済財政運営と改革の基本方針2022」(骨太方針2022)には、健保組合、健保連が長年主張してきた事項の多くが取り込まれました。

その最たるものが、「かかりつけ医機能が発揮される制度整備」です。かかりつけ医という言葉自体は一般に浸透していますが、実はこれまで明確な定義や根拠がありませんでした。今後、コロナ禍の教訓も踏まえ、かかりつけ医に求められる機能が制度上明確に定められ、その機能を備えた医療機関(医師)を国民が探し、選びやすくするためのさまざまな環境整備が順次進められ、安全・安心で効率的・効果的な医療が受けられることが期待されます。

また、社会保障分野でのDXを含む技術革新を通じたサービスの効率化・質の向上が指摘され、前月号で紹介したもの以外では、オンライン資格確認の推進が挙げられます。保険医療機関・薬局に対し来年4月以降の導入を原則義務化するとともに、24年度中を目途に保険者の保険証発行の選択制の導入および、オンライン資格確認の導入状況等を踏まえて、原則保険証の廃止を目指すとの方針が明記されました。これを受けて厚生労働省から健保組合に対し、マイナンバーカードの取得や同カードの健康保険証利用申し込みへの協力依頼の通知がされたところです。

このほか、4月の診療報酬改定で導入されたリフィル処方箋についてもその普及・定着の実現を目指しています。同処方箋の解禁を主張していた健保連も6月下旬にホームページに、その仕組みや活用にあたっての留意点などを掲載し理解と周知を行いました。

骨太方針には少子化対策、全世代型社会保障の構築など各分野で盛りだくさんの項目があります。7月の参議院選挙は与党が圧勝し、いわゆる「黄金の3年間」が始まるといわれていますが、この間政府には早急に解決すべき医療保険制度の課題を確実に実行してもらいたいものです。

「すこやか健保 2022年8月号」(健康保険組合連合会 2022年8月1日発行)

無断転載を禁ずる



● 新型コロナウイルス感染症による傷病手当金の支給について

傷病手当金は疾病により、療養のため労務に服することができない場合、3日間の待機期間の後、4日目から標準報酬月額額の $1/30 \times 2/3$ に相当する金額を支給します。

傷病手当金の請求には、医師の意見書および事業主の証明書が必要ですが、新型コロナウイルス感染症については、症状があるが医師による診察が困難であったり、無症状であっても「新型コロナウイルス陽性」と判定され自宅療養を求められる場合があるなど、医師の意見書の提出ができない場合があります。保健所等が発行する「宿泊・自宅療養証明書」を医師の意見書の代わりとして取り扱いますが、今後は「宿泊・自宅療養証明書」の入手も困難な場合が想定されます。

当健康保険組合では、厚生労働省が示している「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」により判断しますので、請求手続きでお困りの際はお問い合わせください。また、上記のQ&Aは当健康保険組合ホームページの「けんぽからのお知らせ」に掲載していますので、ご確認ください。

なお、無症状であり、感染が確認されない場合の自宅待機は傷病手当金の支給の対象にはなりません。

● 被扶養者の認定状況の定期確認（検認）について

被扶養者の認定状況の定期確認（検認）については、健康保険法施行規則第50条の規定により、平成16年度から毎年実施しているところです。令和4年度は、令和4年9月15日にお願ひ文書等をお送りしますので、令和4年10月17日（月）までに提出いただくようお願いします。

検認は、保険診療を適正に受けていただくための重要な事項であり、「健康保険被扶養者認定取扱要領」により取り扱うこととしますので、事業主・被保険者・被扶養者の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

新型コロナウイルスワクチン接種業務に従事して、一時的に収入増となった場合は年間収入からは除きますので、ワクチン接種による収入であることが分かる給与明細などをご準備ください。

● 健康診断を受けましょう

被扶養者の特定健康診査（40歳以上75歳未満）は、40%に満たない低い受診率になっています。

健康診断を受けることで、自身の健康状態を把握し重症化リスクを低下させることができます。ご家族の健康を守るために、皆様の一層のご協力をお願いします。

また、健康診断受診の際にはオプション検査として各種のがん検診が用意されています。せっかくの機会ですから、がんの早期発見のために合わせて検査を受けていただくようお勧めします。



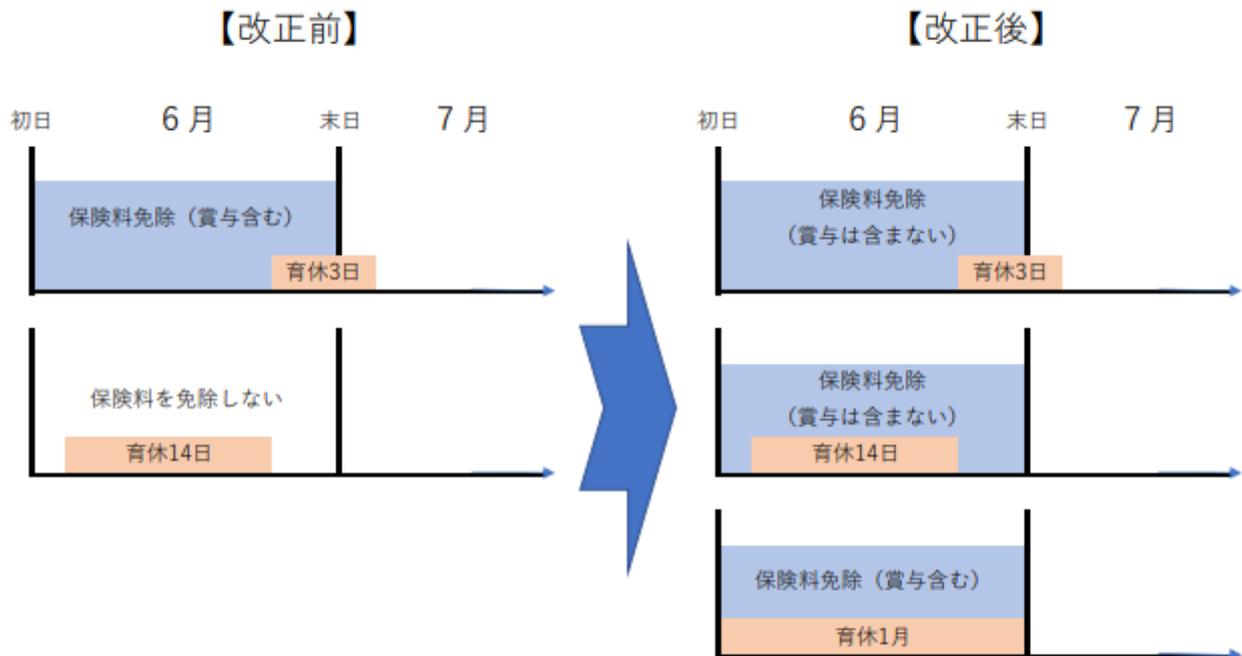
- 1 令和4年5月25日（水）に、特定健康診査の受診対象（令和4年4月1日現在資格のある40歳以上75歳未満）となる被扶養者の自宅宛に、「特定健康診査受診券等の送付について」（「特定健康診査受診券」「巡回型健診のご案内」「郵送自己検診申込書」）を送付しています。
- 2 6月末に事業主様を通じ「施設型レディース健診」（被扶養者の女性限定）のご案内をさせていただいています。受診医療機関が限定されていますが、乳がん、子宮がん検診が自己負担なしで受けていただける有利な内容ですので、ぜひご活用ください。
- 3 パート先で受けた健診結果をご提供いただいた方には、クオカードを進呈いたします。
※ 上記1、2の健診結果は対象外です。

● 育児休業期間中の保険料免除要件が見直されます

同月内に2週間以上の育児休業で免除に ～令和4年10月から～

改正前はその月の末日が育児休業期間中である場合のみ保険料が免除されており、該当しないケースや末日のみ育児休業を取得して保険料免除を受けるなど問題視されていましたが、改正後はそのことに加えて、同月内に14日以上^{以上}の育児休業等^等を取得した場合であっても当該月の保険料を免除します。(改正後は賞与に係る保険料は要件が変わります)

なお、賞与に係る保険料については、連続して1月を超える育児休業等^等を取得している場合に限り、免除の対象とすることとします。



● 保健事業のご案内

- WEBGYM「ウェブジム」(東急スポーツオアシスのアプリを利用)
令和4年5月下旬にご自宅へお送りした「令和4年度保健事業のご案内」にチラシを同封しています。詳しくは当健康保険組合ホームページ「けんぽからのお知らせ」令和4年5月20日をご覧ください。
- ファミリー歯科検診
近年、歯と全身疾患の研究が進んでおり、歯周病が糖尿病・脳血管疾患・心疾患などの原因になることや、歯周病と糖尿病が相互に症状悪化に影響を及ぼすとも言われています。
会場を借上げて休日に行いますので、ご家族そろって受診いただくことができます。
この度は前期分として阪神間を中心に会場を設定していますが、後期分は県下全域で実施しますので、阪神間以外にお住まいの方は、ご案内までしばらくお待ちください。詳しくは当健康保険組合ホームページ「けんぽからのお知らせ」令和4年7月20日をご覧ください。
- ノンスモ禁煙サポートプログラム
目指すのは「禁煙する」のではなく「短期間のタバコを吸わない生活を体験する」ことです。
愛煙家の皆さまに8月17日、事業主様経由でチラシをお配りしますので、ニコレットを活用して2週間のタバコのない生活にチャレンジしてください。

第127回決算組合会の結果について（ご報告）

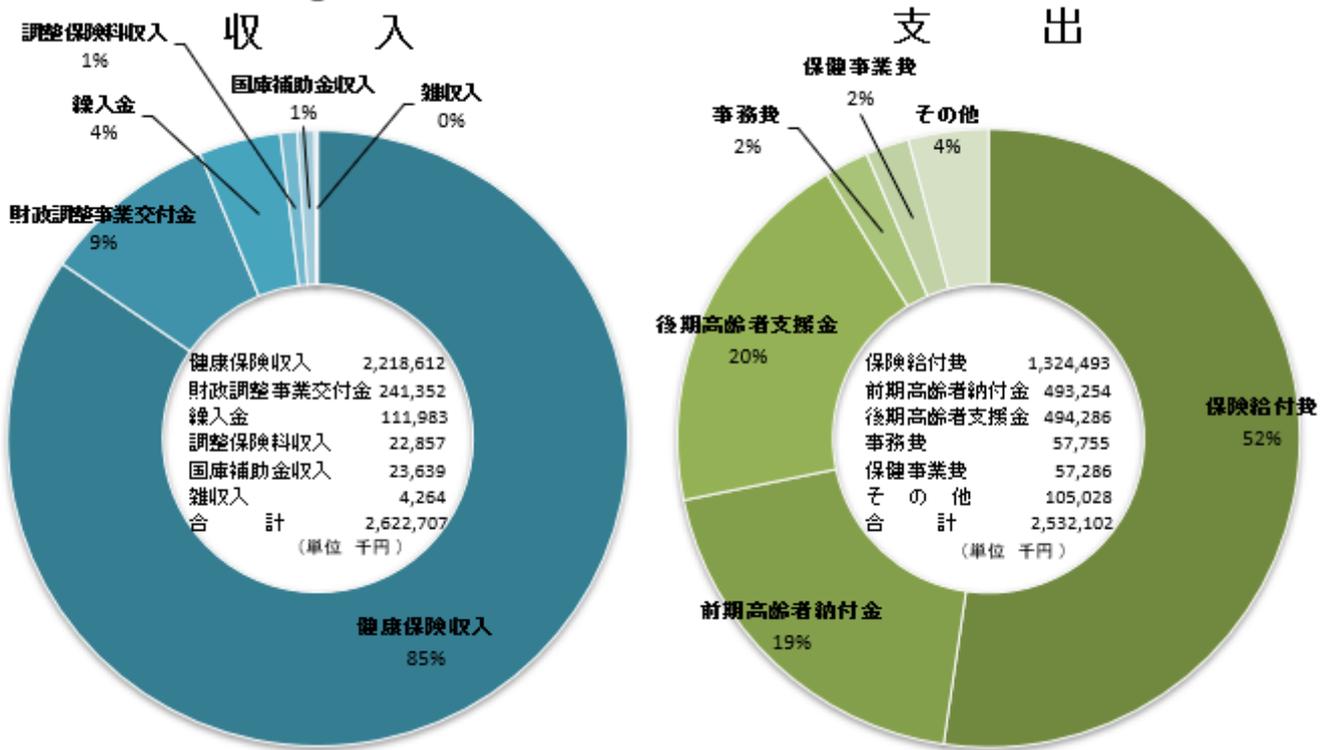
1. 令和3年度収入支出決算の概要

令和3年度の決算は9,060万5千円の黒字となりました。

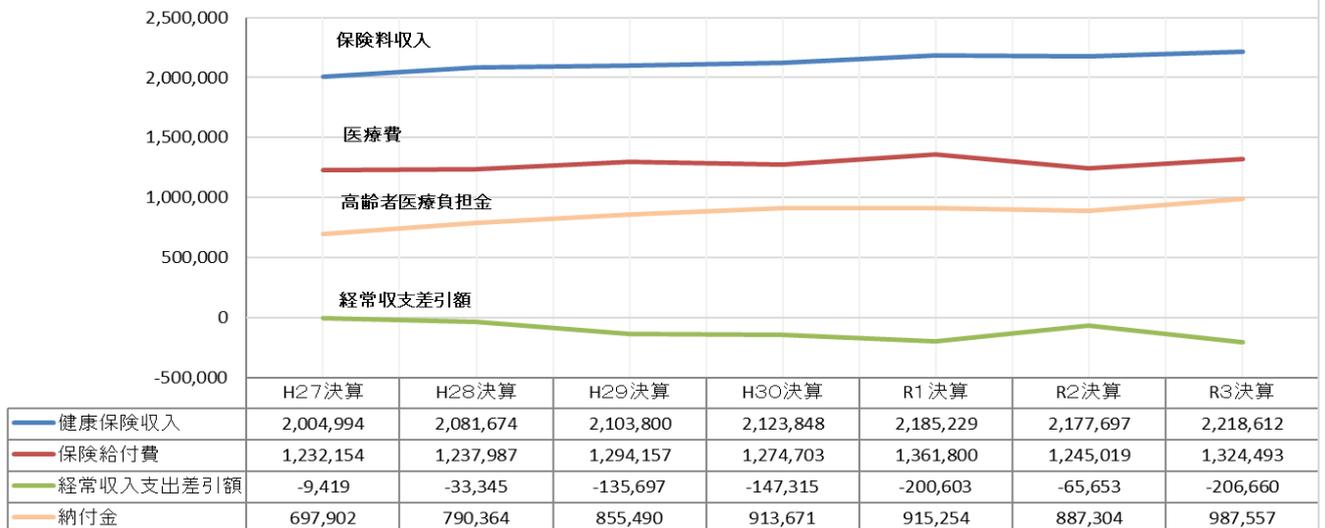
しかし、皆さまに負担いただいている保険料収入での収支は2億666万円の赤字となっており、健康保険組合連合会（財政調整事業交付金）や国（国庫補助金）からの補助金を得て運営しています。

決算状況について前年比較で見ると、医療費については、前年度はコロナ禍による病院の受診控えで減少しましたが、令和3年度は例年を上回る水準となり、7,947万4千円増加しました。また、前期高齢者納付金・後期高齢者拠出金が11.3%、1億25万3千円増加しています。

一方、保険料収入は1.88%、4,091万5千円の増加となりましたが、報酬額、賞与額ともにコロナ禍前の水準に戻ったという状況です。



収支の変遷



2. 第127回組合会の結果について

- 1 日 時 令和 4年7月29日(金)
- 2 場 所 書面により審議いただいた
- 3 意見表明者 議員 28名(議員定数28名)
- 4 議 題

(1) 議案等について

- ① 令和3年度収入支出決算(案)について (第1号議案)
- ② 令和3年度事業報告(案)について (第2号議案)
- ③ 令和3年度収入支出決算残金処分(案)について (第3号議案)
- ④ 令和4年度保健事業実施計画の追加(案)について (第4号議案)
- ⑤ 令和3年度組合財政支援交付金の申請時に提出した「審査資料」等に基づき健保連から要請された「組合財政の健全化に向けた取り組み」(案)について (第5号議案)
- ⑥ 【報告事項】「理事長専決事項について」「監査報告について」「財政対策委員会・健康管理事業推進委員会の開催結果について」
- ⑦ その他の事項について
・令和5年度以降の保険料率設定について (検討課題)

5 結 果

- (1) すべての議員から意見表明書の提出があり、議案はすべて承認されました。
- (2) 第4号議案、令和4年度保健事業実施計画の追加(案)については、次のことを提起しています。
 - i がん検診受診率の向上
目標：受診率50%を目標とする
対応：① 一般健康診断(定期健診)のオプション検査にがん検査の追加
② がん検査補助金の増額
①については、各事業所で実施している健診時にオプション検査として、がん検診を追加していただきたい。
②については、がん検診の補助金として1検査あたり3,000円を上限として健康保険組合から補助していますが、残りの自己負担額についても事業主から補助していただくことを検討いただきたい。
 - ii 被扶養者の特定健診受診者の拡大
目標：受診率50%を目標とする
対応：① 定期的な受診勧奨
② 事業所の定期健診に被扶養者が参加
①については、健保組合から定期的に発信、勧奨していきます。被保険者への資料配布や受診に向けたお声掛けなど協力いただきたい。
②については、被保険者と一緒に健診受診ができることで、受診への動機づけにつなげたい。そのため一般健診の契約先と調整いただき、被扶養者の受け入れを検討いただきたい。なお、被扶養者の健診費用は健康保険組合が負担します。
 - iii 健康管理委員の活動促進
- (3) 検討課題である令和5年度以降の保険料率については次のとおり議員に説明しています。

令和4年度一般保険料率を1.4%引き上げ、調整保険料と合わせた保険料率を102.4%とすること(令和3年度の保険料率101.0%、保険料の増収は年間で約3,100万円)を決定しておりましたが、令和4年度においては、一旦、保険料率の引き上げを凍結したところです。

令和4年度は予算どおりの執行が可能と見込んでおりますが、令和5年度においては再び経常収支の赤字額が増えることが想定されます。

令和4年度の決算状況および令和5年度の予算編成を踏まえて、あらためて保険料率の設定を検討し、お諮りしたいと考えています。

発見が遅れがちな「食道がん」

～ 飲酒・喫煙など生活習慣がリスクに ～

食道がんの症状

◆ 食道がんとは？

食道とは消化管の一部で、口から入った食べ物を胃に送る際に通る管状の器官です。のどから胃の入り口までの約25cm、厚さ4mmほどの臓器で、粘膜や筋肉の層で構成されています。食道がんとは、この食道の粘膜からできてくるがんです。

食道がんによる死者数は毎年1万人に及び、この30年間でほぼ2倍に増えています。また、5年相対生存率を比較すると、胃がんは約65%であるのに対し、食道がんは約40%にとどまっています。初期の自覚症状が少なく発見が遅れがちなことや、周囲への浸潤や転移を起こしやすいことなどが原因としてあげられています。

咳や痰

食道がんがかなり進行して気管、気管支、肺へ及ぶと、むせるような咳(特に飲食物を摂取した際)や血の混じった痰が出るようになります。声がかすれたりもする。

食べ物がつかえるような感覚

がんがさらに大きくなると、食道の内側が狭くなるので、食べ物がつかえてがんに気付くことになる。ものを丸飲みしたり、よくかまずに食べたりしたときに、突然この症状に気付くことも多い。喉がつかえるように感じることもあるので、喉の異常を疑うケースもあるが、喉に異常が見つからない場合は食道の検査を受けてみることを。

食道がしみるような感覚

食べ物を飲み込んだときに胸の奥がチクチクしたり、熱いものを飲み込んだときにしみるように感じたりする症状ががんの初期に見られる。早期発見のためには、内視鏡検査などを受けることが大切。

胸や背部の痛み

がんが広がり、肺や背骨、大動脈を圧迫するようになると、胸の奥や背中に痛みを感じるようになる。肺や心臓などの病気にもこうした症状があるが、食道の病気も疑ってみる必要がある。

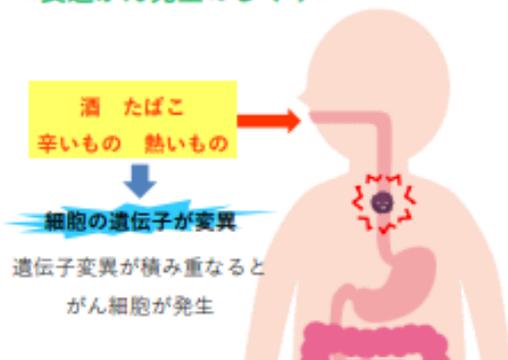
体重の減少

食べ物がつかえることで食事量が減り、栄養不足で体重が減少する。体重の減り方が「いつもと違う」と感じたら、すぐに受診を。

食道がんの場合、初期症状はほとんどない。上記のような症状に心当たりがあれば、病期が進んでいる可能性も考えられるので、放置せずに検診を受けること。

◆ 食道がんの原因となる危険因子

◀ 食道がん発生のしくみ ▶



食道がんは60～70代の男性に多く(男女比6:1)、特に飲酒と喫煙が大きな原因であることがわかっています。特にお酒を飲むと顔が赤くなる人は注意が必要です。ビール1杯程度で赤くなる人が毎日お酒を飲むと、食道がんのリスクが高くなると考えられています。また、非喫煙者が食道がんになる危険度を1とした場合、喫煙者は約3倍危険が大きくなります。1日20本のたばこを20年間吸った人は、吸わない人の約5倍のリスクになるといわれています。受動喫煙によっても食道がんの危険度は増すので、たばこを吸わない人も注意が必要です。飲酒・喫煙以外にも、熱いものや辛いものが好きだったり、野菜や果物をあまり食べなかったりすることも、食道がんの発生に影響していると考えられています。生活習慣が食道がんに影響を及ぼすのは、食道が食べたものに直接触れる器官だからといえます。

◆ 野菜・果物を積極的に食べましょう！

厚生労働省研究班の調査から、野菜と果物を多く食べる人ほど、食道がんのリスクが低いことが分かってきました。あまり野菜や果物を食べない人と比較すると、よく食べる人は、食道がんのリスクが約半分と大幅に低下します。また、野菜や果物を100g多く取るごとに、リスクが10%ずつ低下するという結果も出ています。特にキャベツ、大根、小松菜などは、イソチオシアネートという制がん作用がある成分が含まれており、リスクを低減する効果が高いことも分かりました。ただし野菜だけ、あるいは果物だけを食べるよりも、野菜と果物の両方を多く食べるほうが、より効果的なので、バランスのよい食事を心がけましょう。

野菜・果物による効果は、飲酒や喫煙習慣のある人にもみられます。同調査によると、毎日2合以上のアルコールを飲み、たばこも吸う人は、リスクが7.67倍になります。しかし、野菜や果物を多く取ることで、リスクは2.86倍にまで低下します。ただし、飲酒と喫煙習慣は、それ自体が食道がんのリスクを高める要因であることを忘れずに。



広報誌「掲示板」は毎月発行しています。過去の記事はホームページの掲示板サイトをご覧ください。

● ホームページの新着情報

当健康保険組合のホームページの新着情報をご案内します。

○ 「掲示板」の掲載

令和4年7月30日

2022.7.15 No.222 ・健康管理事業推進委員会の結果報告 ・令和3年度保健事業の実施状況 ・令和4年度保健事業（変更）のご案内 ・健康企業宣言事業所のご紹介 ・健康コラム「早期発見が難しい胆道がん」

○ 「健保からのお知らせ」の掲載

令和4年7月30日

新型コロナウイルス感染症による傷病手当金の支給に関するQ&A

令和4年7月20日

ファミリー歯科健診の申し込みを受付中です。詳しくはチラシをご覧ください。



● 事業状況

区 分		令和4年7月分	令和3年7月分	前年同月比
		(A)	(B)	(A) ÷ (B)
事業所数 (件)		170	172	98.84%
被保険者数 (人)	男	3,384	3,416	99.06%
	女	679	674	100.74%
	計 ①	4,063	4,090	99.34%
平均標準報酬月額 (円)	男	401,466	394,706	101.71%
	女	260,353	254,430	102.33%
	計	377,883	371,589	101.69%
標準賞与額総計 (累計・千円)		1,758,273	1,853,498	94.86%
被保険者1人当たり標準賞与額 (累計・円)		432,752	453,178	95.49%
被扶養者数 (人)	②	3,545	3,725	95.17%
扶養率 (人)	② ÷ ①	0.87	0.91	95.80%

マイナンバーカードの取得と健康保険証としての利用などで マイナポイントが最大20,000円分

- ・マイナポイント申込み期限：2023年2月末
- ・マイナンバーカードの申込み期限：2022年9月末

《 マイナンバーカードの保険証利用の申込みはセブン銀行ATMが簡単です 》

**マイナンバーカードの健康保険証利用の
申込みはセブン銀行ATMで!**

- お持ちのスマートフォンがマイナポータルAPアプリ(申込みに必要な専用アプリ)に対応していない方
- スマートフォンをお持ちでない方、スマートフォンの操作に自信がない方

→ **セブン銀行ATMでの申込みは簡単でオススメ!**

ATMでの申込みに必要なもの

マイナンバーカード + 利用者証明用パスワード(4桁)

※ATMの操作に健康保険証は不要です。

対応している医療機関・薬局

このステッカー・ポスターが貼ってある医療機関・薬局で使えるようになります

マイナ受付

※利用できる医療機関・薬局等については、厚生労働省のホームページで公開しています。

ATMでの健康保険証利用の申込みについて >>>

くわしくはこちら

健康保険証利用の申込みのお問合せ

マイナポイント総合センター

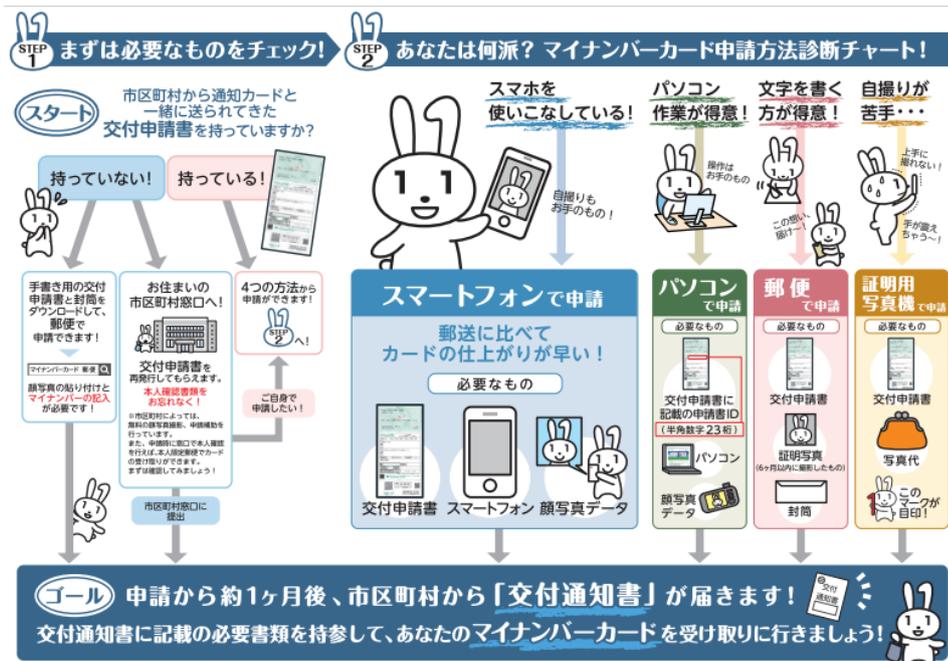
0120-95-0178

音声ガイダンスに従って「4-2」の順にお進みください。

受付時間(年末年始を除く) 平日:9時30分~20時00分
土日祝:9時30分~17時30分

2021年5月11日現在

《 マイナンバーカードをお持ちでない方はこちら 》



※ マイナンバーカードを健康保険証として使用すると、医療費の支払いに手数料(21円)が加算されます