

みんなが健康で明るい職場と家庭が願い



伊丹市街並み

掲示板

兵庫県建築健康保険組合

2023年12月15日 No. 239

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

将来世代が希望を持てる制度改革を！

健康保険組合全国大会を開催

この1年を振り返ると、新型コロナが、インフルエンザと同じ「5類」に移行し、普通の生活に戻りつつある一方、夏、秋ともかつてない記録的な猛暑に。外に目をやれば世界規模での異常気象やロシアによるウクライナへの軍事侵攻が依然として続く中、新たにイスラエルとイスラム組織の間で軍事衝突が勃発するなど、世界中で変動が多かった年と言っても過言ではありません。

一方、わが国の少子化は止まらず、出生数は過去最少を更新しました。岸田文雄首相は「異次元の少子化対策」を掲げ、本年6月に策定した「加速化プラン」の具体化や安定的な財源の確保に向けた議論を年末に向けて重ねています。

その財源について11月9日、こども家庭庁の有識者会議で医療保険料に上乗せして徴収する「支援金制度」が提案されました。政府は、徹底的な歳出改革等も行い、全体として追加負担とならないことを目指すとしていますが、健保連は「税や一般的な社会保険とは性質が異なる。国がしっかり合理的な説明をし、国民に納得してもらう必要がある」と意見を述べました。

健保連は10月25日、健保組合全国大会を都内で開催し、昨年引き続きオンラインによる同時開催も実施しました。大会のテーマとして「将来世代が希望を持てる制度へ！医療DXを推進し、改革実現と健保組合のさらなる機能強化を」を掲げ、その実現に向けて、①社会情勢の変化を見据え、全世代で支え合う制度へ②医療DXを推進し、国民の健康と安心を確保③安全・安心で効果的・効率的な医療提供体制の構築④保険者機能の推進による健保組合の価値向上——の4つのスローガンに基づく決議を健保組合の総意として採択しました。

これらは少子高齢化が急速に進む中で、医療保険制度を維持していくための最低限の主張です。来年こそ将来世代が希望を持ち、未来への不安が少しでも払拭され、明るい年となるよう期待したいものです。



● 年収の壁・支援強化パッケージにおける被扶養者認定について

～ 人手不足などにより残業等が増え一時的に収入増となった場合の取扱いについて ～

令和5年11月15日、各事業主様に「年収の壁・支援強化パッケージにおける被扶養者認定について」の文書をお送りし、今般の措置について令和5年10月20日以降に適用することをご説明したところです。

その取扱いにおける「一時的な収入変動」および確認できるもの等について、再度お知らせします。

なお、事情を問わず130万円以上の収入があっても被扶養者として認められるものではありませんので、ホームページに掲載している厚生労働省が示している取扱いのQ&Aを必ずご確認ください。

1 「一時的な収入変動」とは

一時的な収入増加の要因としては、主に時間外勤務（残業）手当や臨時的に支払われる繁忙手当等が想定され、一時的な収入変動に該当する主なケースとしては、

- ・当該事業所の他の従業員が退職したことにより、当該労働者の業務量が増加したケース
- ・当該事業所の他の従業員が休職したことにより、当該労働者の業務量が増加したケース
- ・当該事業所における業務の受注が好調だったことにより、当該事業所全体の業務量が増加したケース
- ・突発的な大口案件により、当該事業所全体の業務量が増加したケース

などが想定されます。

令和5年11月15日に当健康保険組合から発出した文書では『※「一時的に」とは、おおむね連続する3か月間と考えています。4か月を超えて扶養基準額を上回った場合は恒常的とみなして、原則、被扶養者と認められない場合があります。』としているところです。

一時的に残業等が増えた原因や、勤務先での具体的な就業状況等について、別途確認できる資料の提出をお願いする場合があります。

また、この度の措置は「一時的に変動」「2回までの適用」とされていることから、2年連続して基準額を超える場合は恒常的とみなします。

2 「一時的な収入変動」を確認できるものとは

「被扶養者の収入確認に当たっての「一時的な収入変動」に係る事業主の証明書」と合わせて、「雇用契約書」または「労働条件通知書」の写し、および前年・前々年の給与支払額の分かるものとして「源泉徴収票」、「給与明細」、勤務先の事業主による「給与支払額証明書」を添付してください。

3 その他

①令和5年度検認（被扶養者確認）は今般の措置の施行日前に終わっていますので、適用しないこととお知らせしたところです。

ただし、令和5年度検認において、確認時には基準額を超えることが見込まれるが、11月以降は基準額を超えないような勤務にすることを申し立ていただき、後日に令和5年収入額（源泉徴収票など）を報告いただく予定にしている方は、この措置の対象となりますが、11月以降の給料が一時的に変動している場合に限られることをご留意ください。

②今般の取扱いは2回を限度とするとされていますので、検認（被扶養者確認）については、令和6年度、7年度の取扱いとします。

事務局休業のご案内

令和5年12月29日（金）から令和5年1月4日（木）までの間、お休みとさせていただきます。ご不便おかけし申し訳ございませんがご理解のほどよろしくお願いいたします。

● 医療費控除の申請について

- 1 皆様のご家庭で、令和5年中に支払った医療費が10万円を超える場合、「医療費控除」としてお住まいの税務署に申告すれば税金の還付が受けられます。

対象期間は、1月1日から12月31日までの1年間で、本人又は家族が病気やケガ、出産などで支払った医療費から、健康保険組合からの給付金（高額療養費や出産育児一時金等）や生命保険契約などから支払われた保険金を差引いた額が医療費控除の対象金額となり、10万円（所得の合計額が200万円までの人は所得の合計額の5%）を超えた金額が医療費控除額（最高200万円）として所得から差引かれます。

- (1) 平成29年分の確定申告から、領収書の提出の代わりに、様式に沿って作成した「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。

- (2) 医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります（税務署から求められたときは、提示又は提出しなければなりません。）

- (3) 健康保険組合から交付を受けた「医療費通知」（原本）を添付すると、明細書の記入を省略できます。

※ 当健康保険組合は、原則として令和5年1月診療分から令和5年11月診療分までの医療費を反映した医療費通知（年間医療費のお知らせ）を、令和6年2月15日付けで、事業主様宛に、一括して送付する予定です。

※ なお、医療費通知に反映できない令和5年12月診療分の医療費については、欠落している事項を領収書に基づいて医療費通知に手書き補完することも可能とされています。
この場合、領収書は5年間保存する必要があります。

- (4) マイナンバーカードの保険証利用登録をされている方は、マイナポータルとe-Taxの連携により医療費情報がデータで取得できますので、入力作業が省略できます。

- 2 平成29年1月1日から令和8年12月31日までの間に、健康の維持増進及び疾病の予防への取組として、一定の取組を行う個人が、2万円を超えて、自己又は自己と生計を一にする配偶者その他の親族に係る一定のスイッチOTC医薬品を購入した場合、その年の総所得金額等から超過分（12,000円を超える部分で88,000円を限度）を控除できる、「セルフメディケーション税制」（前記1の医療費控除の特例）の適用を受けることができます。

※ セルフメディケーションは、世界保健機構（WHO）において、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と定義されています。

- (1) 上記の「一定の取組」とは、次の検診等又は予防接種（医師の関与があるものに限る。）をいいます。

①特定健康診査 ②予防接種 ③定期健康診断 ④健康診査 ⑤がん検診

- (2) 上記の「一定のスイッチOTC医薬品」については、セルフメディケーション税制の対象となる、[厚生労働省ホームページ](#)に掲載の「対象品目一覧」をご覧ください。

※ 対象となる医薬品の薬効の例は、かぜ薬、胃腸薬、鼻炎用内服薬、水虫・たむし用薬、肩こり・腰痛・関節痛の貼付薬ですが、この薬効の医薬品の全てが対象となるわけではありません。

※ 対象となる医薬品には、パッケージに識別マーク（セルフメディケーション税控除対象）が記載されます。

- (3) この特例の適用を受ける場合には、前記1の医療費控除の適用を受けることはできません。

「医療費控除」か「セルフメディケーション税制」のどちらかを選択いただくことになります。

- (4) 令和4年1月1日から、健診結果等の書類の添付は不要となり、医薬品購入費と共に明細書に記載する取り扱いとなりました。

- 3 確定申告の一般的な提出時期は、令和6年2月16日から令和6年3月15日までとなっていますが、納税にかかる所得の確定申告ではなく、納めすぎとなった税金の還付申請の場合は、翌年の1月1日から5年間、確定申告期間とは関係なく申請が可能となっています。

● N-NOSE®（せん虫によるがん一次スクリーニング検査）

今年度も「N-NOSE®検査」の補助事業（200 名限定※200 名を超えた場合は抽選となります。）を昨年同様 40 歳から 74 歳の被保険者を対象に実施いたします。

掲示板No.238 令和 5 年 11 月 15 日発行で検査募集人数の上限を 250 名とする記事を掲載しておりましたが、200 名の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

今年度の検査の実施スケジュールは次のとおりです。

- | | | |
|---|----------|--|
| 1 | 検査案内の送付 | 令和 5 年 12 月 15 日 |
| 2 | 検査申込締め切り | 令和 5 年 12 月 28 日 |
| 3 | 検査キットの到着 | 令和 6 年 1 月 19 日 |
| 4 | 検体提出予約 | 令和 6 年 1 月 26 日までに（N-NOSE®予約サイト） |
| 5 | 検体提出 | 令和 6 年 2 月 7～9 日（健保組合事務局は 2 月 1 日～9 日） |
| 6 | 検査結果の到着 | 令和 6 年 3 月中旬頃 |

※ 検査費用の自己負担額は 7,000 円とさせていただきます。

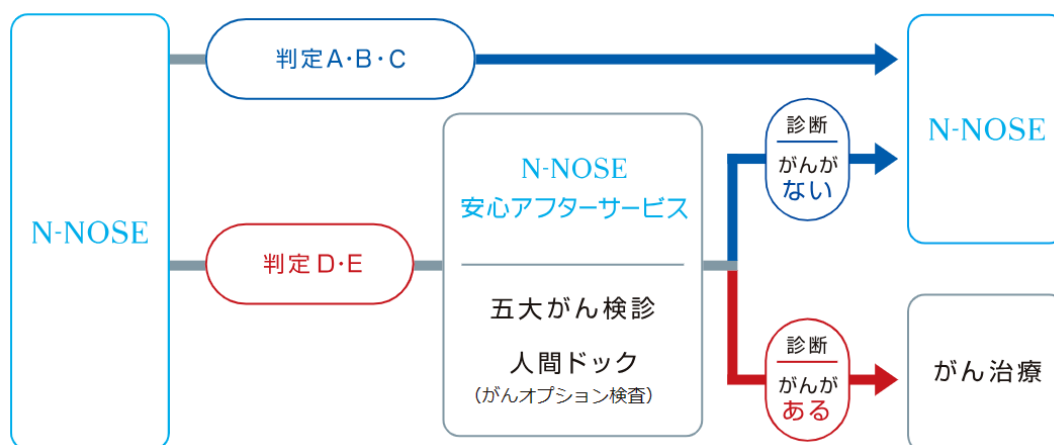
リスク判定による対応について、HIROTSU バイオサイエンスのホームページでは、下図のような案内がされています。

リスク判定結果により、心配される場合が多いと思われませんが、高リスク判定の場合はオンラインによる相談を受け付けているとのこと。

また、当建築健康保険組合では、高リスク判定で希望される方には、MRI による検査を受けていただけるよう手配しておりますので、安心してお申し込みください。

なお、この検査はスクリーニングであり「がん検診」として罹患の有無を判定するものではありません。この検査とは別に定期的に「5 大がん検診」を受けるようにしてください。

早期発見につなげるために（参考例）



● 被保険者・被扶養者の住所の届出について

～マイナンバーによる情報連携により資格確認を行うために必要です～

被保険者資格取得届、被扶養者異動届を提出いただく際の住所は住民票上の住所を記載して届出をお願いします。

住民票と相違する住所にお住いの場合は、被保険者住所変更届、被扶養者住所変更届により「住民票住所以外の居所」として同時に届出をお願いします。

被扶養者住所変更届の様式を変更する予定にしていますが、当面現行の用紙を使用してください。

● ファミリー歯科健診のご案内

令和5年12月15日、後期分の案内文書をお送りしました。

前期は京阪神地区中心でしたが、この度はすべての事業所の皆さまに実施要領のチラシをお送りさせていただきます。

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。

休日の開催ですので、扶養家族の皆さまも一緒に健診を受けていただくよう、ご協力をお願いいたします。

日程・会場			
終日の会場は午後が空いています。			
地区	実施日	時間	実施場所
関西	1月27日(土)	終日	アクティ近江八幡 1F 多目的ホール
	1月27日(土)	終日	センタープラザ西館 6F 9号室
	1月28日(日)	終日	長岡京市中央生涯学習センター 2F 市民ギャラリー1・2
	2月 3日(土)	終日	奈良県労働会館 3F 大会議室A・B 【エルトピア奈良】
	2月 4日(日)	終日	三田市総合文化センター アクトスクエア 【郷の音ホール】
	2月10日(土)	午前のみ	京田辺市商工会 4F キララホール 【CIKビル】
	2月10日(土)	終日	センタープラザ西館 6F 9号室
	2月11日(日)	終日	姫路市網干市民センター 1F 展示室
	2月17日(土)	終日	尼崎市総合文化センター 7F 第2会議室
	2月17日(土)	終日	明石市立西部市民会館 2F 練習室
	2月18日(日)	終日	野洲文化小劇場 1F
	2月18日(日)	午前のみ	三田市総合文化センター アクトスクエア 【郷の音ホール】
	2月25日(日)	終日	姫路市飾磨市民センター 2F 大ホール
中部	3月 3日(日)	9:30～14:30	ウインクあいち 13F 1303会議室
関東	1月28日(日)	終日	川崎商工会議所 川崎フロンティアビル 2F 会議室
	2月 3日(土)	終日	相鉄岩崎学園ビル 横浜西口2号館 5F 509号室
	2月 3日(土)	終日	松戸商工会議所 4F 中会議室
	2月 4日(日)	終日	TKPガーデンシティ渋谷 渋谷東口ビル 4F ホール4C
	2月18日(日)	終日	JA共済埼玉ビル B1F A・B・C会議室
	3月 2日(土)	終日	岩崎学園 新横浜2号館 7F 704・705号室
	3月 3日(日)	終日	船橋商工会議所 6F 602号室
	3月10日(日)	終日	アットビジネスセンター 池袋駅前別館 伊藤ビル 7F 706号

● 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。

○ 「けんぽからのお知らせ」

令和5年11月22日

- ・年収の壁・支援強化パッケージの対応（事業主様への案内文書）
- ・年収の壁・支援強化パッケージ（厚生労働省発文書・Q&A）
- ・年収の壁・支援強化パッケージ（事業主証明様式）

○ 「掲示板」の掲載

令和5年11月22日

2023.11.15 No.238 ・年収の壁・支援強化パッケージにおける被扶養者認定 ・賞与支払届の用紙送付 ・被扶養者検認にご協力ありがとうございました。 ・保健指導のご案内 ・インフルエンザ予防接種の補助事業 ・被扶養者の健診未受診者への受診案内の送付 ・N-NOSE®検査の事前告知 ・健康コラム「胸焼けの原因は「胃食道逆流症」」



● 事業状況

区 分		令和5年11月分	令和4年11月分	前年同月比
		(A)	(B)	(A) ÷ (B)
事業所数（件）		168	169	99.41%
被保険者数（人）	男	3,263	3,341	97.67%
	女	701	684	102.49%
	計 ①	3,964	4,025	98.48%
平均標準報酬月額（円）	男	408,754	405,314	100.85%
	女	265,786	261,333	101.70%
	計	383,471	380,846	100.69%
標準賞与額総計（累計・千円）		2,273,302	2,301,425	98.78%
被保険者1人当たり標準賞与額（累計・円）		573,487	571,783	100.30%
被扶養者数（人） ②		3,261	3,475	93.84%
扶養率（人） ② ÷ ①		0.82	0.86	95.29%

膵臓がんのリスクを上げる「慢性膵炎」

～ 早期発見・治療で進行を食い止めよう！ ～

◆ 慢性膵炎とは？

膵臓は、多くの消化酵素を含む膵液を十二指腸に分泌して食べ物を体内で消化する働きと、インスリンなどのホルモンを血液中に分泌して体内の糖분을コントロールする働きを担っている臓器です。

慢性膵炎とは、長期間にわたって膵臓の炎症が持続することによって、これらの働きが徐々に衰えていく病気です。本来食べ物を消化するはずの膵液が、膵臓自身を溶かしてしまい、繰り返し炎症を引き起こすことで膵臓の正常な細胞が徐々に破壊され、膵臓が硬くなり線維化したり、膵臓の中に石（膵石）ができたりします。こうした症状が出てくると、膵臓全体が硬く萎縮していきます。また、膵液の分泌も低下するので、食べた物を消化したり吸収したりする働きも失われてしまいます。

《慢性炎症の進行》



◆ 慢性膵炎の原因

慢性膵炎の患者数は2011年の調査では約67000人とされており、年々増加傾向にあります。慢性膵炎を引き起こす主な原因はアルコールで、飲酒量が増えるほど発症しやすくなります。そのため飲酒量の多い男性に多い病気で、男女比は4.6:1と男性が女性の4倍以上です。そのほか、胆石やストレスでも発症することが知られており、なかには原因がはっきりしない場合もあります。一般的には40～50代で発症することが多いですが、遺伝的に慢性膵炎になりやすい家族性膵炎の場合、若いうちに発症する場合もあります。

慢性膵炎になると、通常は膵臓が徐々に破壊されるため完治は望めず、膵臓がんのリスクが12倍に高まると言われています。しかし最近になって、慢性膵炎には早期の段階（早期慢性膵炎）があるということがわかってきました。この早期慢性膵炎の時点で治療を行えば、進行を食い止めることも可能です。なるべく早い段階から慢性膵炎の治療を行えば、膵臓がんのリスクを下げることも期待できます。

◆ 診断されたら生活習慣の改善を！

慢性膵炎では初期の段階からお腹や背中への痛みが出現することが多いです。飲酒や脂肪のとりすぎにより痛みは強くなり、痛みが長く続くほど、慢性膵炎は進行します。進行を遅らせるには、痛みが出ないように断酒や禁煙を心がけ、食生活にも気を配ることが大切です。

慢性膵炎は進行すると、痛み以外にも下痢・脂肪便、体重減少、糖尿病の発症などの様々な症状が現れます。膵臓の機能自体が果たされなくなり、さまざまな不具合が出てくるためです。一般的に慢性膵炎は5～15年の時間をかけて、少しずつ進行していきます。少し痛みがあるくらいの初期の段階で進行しないように気をつければ、膵臓の機能が保たれ、膵臓がんを発症する危険も少なくなります。

守ろう！9つの生活習慣

- ①油ものをとりすぎない
- ②辛いものをとりすぎない
- ③便秘にさせない
- ④脱水に気を付ける
- ⑤よく噛んでゆっくり食べる
- ⑥ストレスを避ける
- ⑦お酒を飲まない
- ⑧タバコを吸わない
- ⑨規則正しい生活を心がける

進行すると…
体重減少
下痢
脂肪便



お薬の新しい受け取り方 はじまりました



- **国の制度**として、令和4年4月から「**リフィル処方せん**」が導入されました
- 例えば、長いあいだ同じ薬を飲んでいるなど病状が安定し、通院をしばらく控えても大丈夫と**医師が判断した場合**が対象です
- 医療機関で処方せんを毎回もらわず、**同じ処方せん**を薬局で最大3回まで**繰り返し使用**できる仕組みです
くわしくは、医師にお聞きください

投薬量に限度のある医薬品や湿布薬はリフィル処方せんにできません

特設サイトを
ご覧ください



全国健康保険協会
協会けんぽ



健康保険組合連合会

