

今年もみなさんの健康づくりをサポートします！

平成26年度 保健事業のお知らせ

平成26年度からの健康保険料の引き上げにご理解・ご協力をいただきありがとうございます。

当健保組合では、加入者の皆様の疾病予防や病気の早期発見・早期治療に重点を置いた施策を引き続き着実に進めてまいりますので、ご家族そろって積極的にご活用いただきますようお願いいたします。

なお、今年度は次の変更を行います。

- ・人間ドック契約医療機関の新規追加
- ・人間ドック補助金事業の変更
- ・乳がん検診事業の変更



● 主な事業は次のとおりです ●

病気の予防に

項目	実施時期	対象	内容
インフルエンザ予防接種への助成	10～3月	被保険者・被扶養者	・予防接種費用の一部助成 【助成額】1,000円 ・集団接種の実施（被保険者対象）
家庭常備薬の斡旋	10月	全世帯	感冒薬・胃腸薬・栄養剤などの家庭常備薬の有償斡旋

早期発見・早期治療に

項目	実施時期	対象	内容
人間ドック利用への助成	通年	20歳以上の被保険者・被扶養者	日帰りコースおよび1泊2日コースの人間ドック利用料の一部助成 【助成額】 日帰り 男性25,000円（福井県内のみ30,000円） 女性28,000円（福井県内のみ32,000円） 1泊2日 男性25,000円 女性28,000円 新たに契約医療機関が加わりました。金沢医科大学氷見市民病院
※節目年齢の方は、右記の助成も受けられます	通年	40・45・50・55・60歳（平成27年3月31日現在）の被保険者・被扶養者	日帰りコースおよび1泊2日コースの人間ドック利用料の一部キャッシュバック 【助成額】5,000円 新たに被保険者も対象とし、節目年齢に60歳を追加しました。
特定健診への助成および特定保健指導の実施	5月～	40歳以上の被保険者・被扶養者	メタボリックシンドロームに着目した特定健診の健診料全額助成および保健指導の実施
家族向け女性健診の実施	6～10月	35歳以上の女性被扶養者	富山、石川、福井県内の11会場（延16回）で特定健診と女性特有のがん検診をセットにした人間ドック並の健診の実施
がん自己検診への助成	10月～	被保険者・被扶養者	自身で採取した検体を検査機関に郵送するがん簡易検査の一部助成 ・大腸・胃・肺がん 30歳以上 ・前立腺がん 50歳以上 ・子宮頸がん 20歳以上 【自己負担額】500～1,000円
乳がん検診の実施	通年	30歳以上の女性被保険者	〈集団検診〉北陸電力拠点事業所に検診車が巡回する検診の実施 〈個別検診〉任意医療機関で受診された領収書を元にキャッシュバック ・マンモグラフィ検診 40歳以上 ・超音波エコー検診 30歳代のみ 【助成額】3,000円 個別検診を受診された場合も助成対象となりました。
PET検診への助成	通年	20歳以上の被保険者・被扶養者	PET検診費用の一部助成（年1回） 【助成額】30,000円

体力づくりに

項目	実施時期	対象	内容
ウォーキングサイト「あるろく」の活用	通年	被保険者・被扶養者	「あるろく」への登録による健康増進を支援（登録料無料）
健康ウォークへの参加奨励	通年	被保険者・被扶養者	健康ウォーク開催情報の提供（健康ウォーク主催者から参加者に粗品を提供）
契約スポーツ施設利用への助成	通年	被保険者・被扶養者	富山県（6施設）、石川県（2施設）、福井県（2施設）のスポーツ施設の利用料の一部助成

心身の保養に

項目	実施時期	対象	内容
山中グループ保養所の運営参画	通年	被保険者・被扶養者	保養所の利用により健康増進と心身両面をリフレッシュ

保健情報の提供に

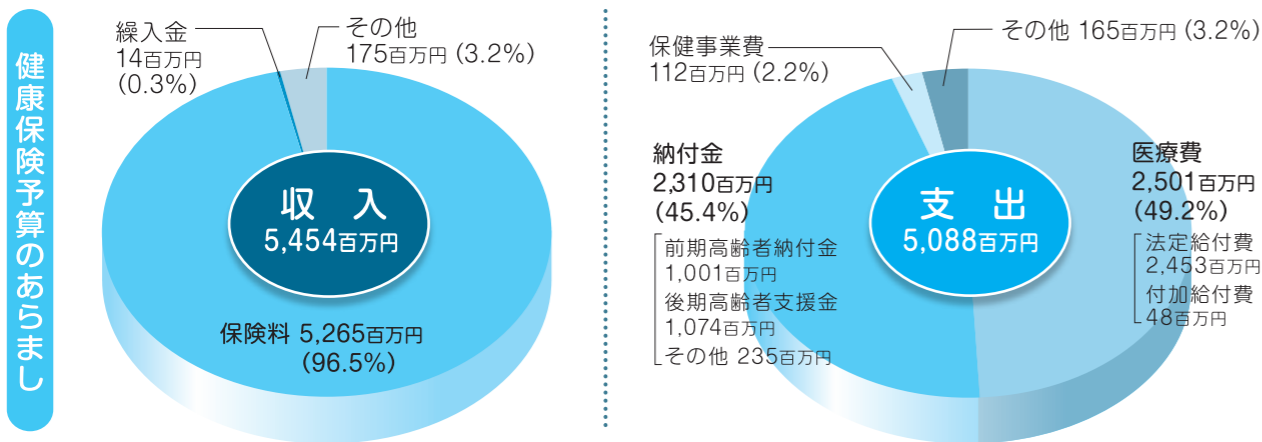
項目	実施時期	対象	内容
広報誌「けんぽビュー」の発行	5・9月	全世帯	健康情報（ジェネリック・歯科対策など）や保健事業内容をPR
「医療費のお知らせ」の配付	通年	全世帯	社内イントラ・はがきなどで医療費のお知らせを配付
「ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ」の配付	年2回	該当者	ジェネリック医薬品を利用した場合の差額について通知

◎各保健事業の詳細については、内容が決定次第ご案内しますので、みなさんのご利用をお待ちしています。

平成26年度 予算

保険料率の引き上げにより 7年ぶりの黒字予算

平成26年度予算は収入54億5,422万円、支出50億8,788万円で、3億6,634万円の黒字を想定しています。今年度より健康保険料率を引き上げさせていただき、被保険者数も増加したことで保険料収入は増加しました。一方、支出においては、高齢者医療を支えるための納付金が25年度に比べ減少しましたが、その額は23億円を超えており、依然として健保財政を大きく圧迫しています。



予算のポイント

- ・保険料率の引き上げや被保険者数の増加により、「保険料」収入が約53億円（25年度比+11億円）
- ・「納付金」は約23億円（25年度比約11%減）

保険料率（調整保険料率含む）…… 92/1000

事業主	55/1000
被保険者	37/1000

特定健診を受けましょう

食べすぎや運動不足などの生活習慣が積み重なって起こる、メタボリック・シンドローム。特定健診・特定保健指導は、その予防や早期発見・早期治療のため、毎年1回行われています。今年も必ず受診しましょう。

特定健診・特定保健指導を受けると
こんなメリットが!

特定健診を毎年受ければ、1年ごとの健康状態の変化が数値で確認できます!

特定保健指導では、保健師、管理栄養士などのプロのサポートが受けられます!

特定健診を受診

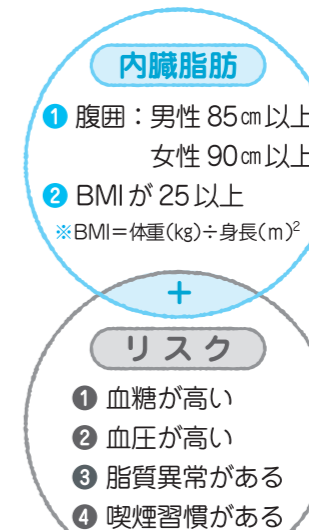
- 対象者 40～74歳の被保険者と被扶養者
- 必須項目

診察	<input checked="" type="checkbox"/> 問診 <input checked="" type="checkbox"/> 身長 <input checked="" type="checkbox"/> 体重 <input checked="" type="checkbox"/> 肥満度 <input checked="" type="checkbox"/> 腹囲 <input checked="" type="checkbox"/> 身体診察 <input checked="" type="checkbox"/> 血圧
脂質	<input checked="" type="checkbox"/> 中性脂肪 <input checked="" type="checkbox"/> HDL コレステロール <input checked="" type="checkbox"/> LDL コレステロール
肝機能	<input checked="" type="checkbox"/> AST (GOT) <input checked="" type="checkbox"/> ALT (GPT) <input checked="" type="checkbox"/> γ-GT (γ-GTP)
代謝系	<input type="checkbox"/> 空腹時血糖 <input type="checkbox"/> ヘモグロビン A1c } いずれか1つ
尿・腎機能	<input checked="" type="checkbox"/> 尿たんぱく

※1項目でも足りない、特定健診を受けたことにならないので、必ずすべての項目を受けてください。
※医師の判断に基づき選択的に実施する項目…ヘマトクリット値・血色素量・赤血球数・12誘導心電図・眼底検査

健診結果に基づきレベル分け(階層化)

内臓脂肪の蓄積とその他のリスクの状況から、特定保健指導の対象となる方をレベルごとに選び出します。



特定保健指導(対象者のみ)

「動機づけ支援」「積極的支援」となった方には、当健保組合から特定保健指導のご案内をいたします。

ご家族のみなさんの特定健診

平成26年度 特定健診のご案内

当健保組合では、40歳以上の被扶養者や任意継続の方*を対象に特定健診を実施しており、毎年多くのみなさんに受診していただいております。対象者の方には、5月中旬に「特定健診のご案内」を送付しますので、次の4つの受診方法から一つを選択して受診してください。
*被保険者の方は、会社が実施する定期健診で受診。

①「市町村特定健診」を受診

当健保組合から送付した「受診券」をご利用ください。(受診料無料)
※特定健診機関は市町村の広報または当健保組合のホームページでご確認ください。

②「家族向け女性健診」で受診

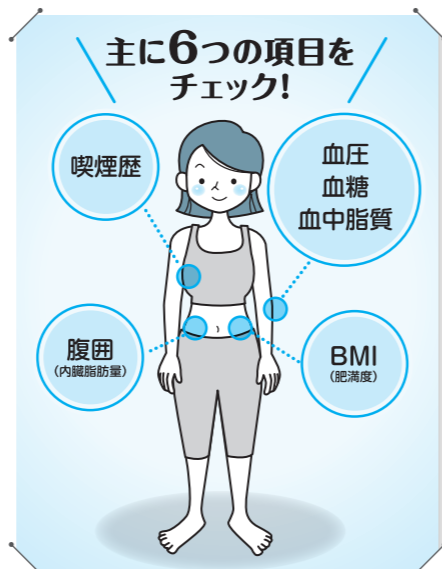
詳細は下記をご覧ください。

③人間ドックで受診

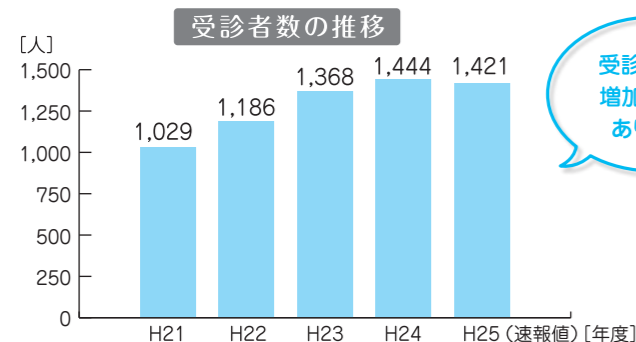
詳細は当健保組合の「人間ドックのしおり」中の「人間ドックと他の健診との関係」をご覧ください。
※「人間ドックのしおり」は、当健保組合のホームページや会社の電子掲示板でご覧いただけます。

④パート先で受診

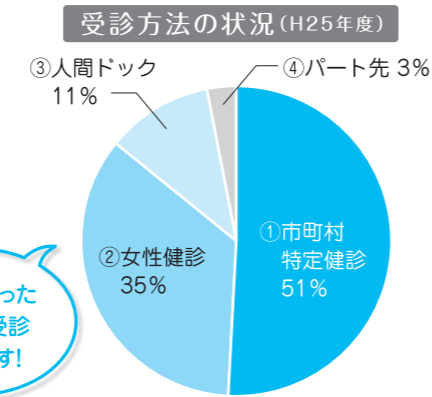
パート先で受診された方は、健診結果のコピーと問診票を併せて当健保組合までご提出ください。



特定健診の実施状況(被扶養者・任意継続者)



自分にあった方法で受診可能です!



平成26年度 家族向け女性健診のご案内

基本健診(特定健診を含む)と女性特有のがん検診をセットにし、各地に健診会場を設けて、手軽に人間ドック並の健診が受診できます。

■対象者 35歳以上の当健保組合のご家族(女性)

■健診項目と個人負担額(税込み)

健診セット	基本健診、乳がん検査、大腸がん検査、腹部超音波検査、子宮頸部がん検査、胃部レントゲン検査	3,000円
オプション検査(希望者のみ)	胃のABC検診、腫瘍マーカー検査(CA125)、腫瘍マーカー(CA19-9)、抗CCP抗体検査	各2,000円
	甲状腺検査	3,000円

■健診日程 6月～10月に富山・石川・福井県内の各地で実施します。

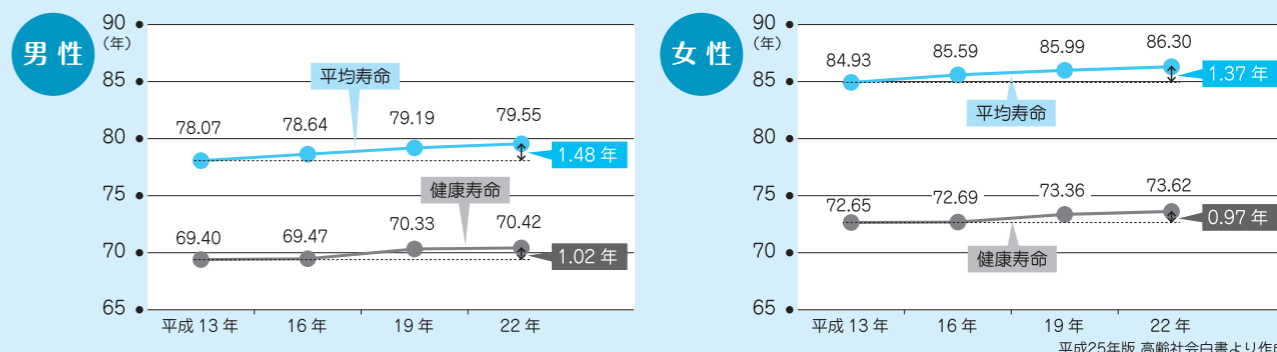
■受付時間 9時～10時30分で所要時間は1時間半程度です。(注)会場によっては受付時間が変わります。

■お申込み 対象者の方には、「家族向け女性健診のご案内」を送付しますので、希望される方は、所定の方法でお申込みください。(注)各会場とも定員があり、予約は先着順です。

平均寿命と一緒に「健康寿命」も延ばそう

平均寿命は平成13年から22年で男性1.48年、女性1.37年延びています。一方、健康寿命(健康上の問題で制限なく日常生活が送れる期間)は、同期間で男性1.02年、女性0.97年しか延びていません。特定健診を受けてメタボリック・シンドロームを防ぎ健康寿命を延ばそう、今から心がけましょう。

平均寿命と健康寿命の推移



平成
26年
4月
から

医療費・健康保険が変わりました

初診料・再診料が引き上げ

平成26年は2年に一度行われる診療報酬（診察費や薬代など医療費の価格）改定の年です。今回の改定では、おもに4月からの消費増税により医療機関の仕入コストが増すことへの対応策として、全体でプラスの改定率（価格の引き上げ）となりました。

参考 平成26年度診療報酬改定率	
診療報酬本体	+0.73%
薬価等	-0.63%
全体で0.1%UP	

初診料	医科	これまで 2,700円	▶	4月 から	2,820円 (+120円)
	歯科	2,180円	▶		2,340円 (+160円)
再診料	医科	これまで 690円	▶	4月 から	720円 (+30円)
	歯科	420円	▶		450円 (+30円)

※自己負担額は上記の3割です（年齢により異なります）。※初診料は病床数200以上の大病院の場合、特別料金が加算されることがあります。

平成26年4月以降に70歳になる方は 70～74歳の医療費自己負担割合が引き上げ

70～74歳の一般所得者の自己負担割合は、特例により1割に据え置かれていましたが、平成26年4月以降に70歳に達した方（昭和19年4月2日以降生まれ）は、70歳に達した月の翌月の診療分（4月に70歳に達した方は5月診療分）から自己負担割合が2割になります。

窓口での自己負担割合	これまで 1割	▶	4月 から	2割	※平成26年3月31日までに70歳に達している方（昭和19年4月1日以前生まれ）は1割のまま。
------------	---------	---	----------	----	-------------------------------------------------

平成26年4月30日以降に産休が終了する方は 産休中の保険料が免除

4月から、産休（産前産後休業）期間*中も、育児休業と同様に保険料（健康保険・厚生年金）が免除されるようになりました。

*産休（産前産後休業）期間とは	産前6週間（多胎妊娠の場合は14週間）、産後8週間のうち、被保険者が妊娠・出産等の理由により業務に従事しなかった期間です。
-----------------	---------------------------------------------------------------

