

【早期発見・早期治療に】

事業名	実施時期	対象	事業概要
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 ※女性は婦人科系検診も含む
※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29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
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	7月～	35歳以上の女性被扶養者	富山、石川、福井県内の会場を巡回し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 ●子宮頸がん 20歳以上 ●前立腺がん 50歳以上 【自己負担額】無料～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 【自己負担額】1,000円
PET検診への助成	通年	20歳以上の被保険者・被扶養者	がんの早期発見ができる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】

事業名	実施時期	対象	事業概要
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(3施設)、福井県(2施設)のスポーツ施設の利用料の一部助成 【新規契約】 エイム:石川県内5カ所(金沢市内:2、白山市:1、七尾市:1、野々市市:1)
運動体験プログラムへの費用助成	随時	メタボリックシンドローム該当者・予備群の被保険者・被扶養者	契約スポーツ施設が実施する運動プログラム参加者に減量結果により奨励金を支給。

【保健情報の提供に】

事業名	実施時期	対象	事業概要
広報誌「けんぽビュー」の発行	5・10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
健診結果に関する情報提供誌「クピオ」の配付	通年	被保険者	健康状態を同世代や経年で把握できる情報誌を配付(今年度より40歳未満のメタボ等該当者へも配付)
「クピオ」Web版のサービス提供	通年	被保険者	健康を維持するためのコンテンツ等を展開
「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。みなさんのご利用をお待ちしています。

今年もみなさんの健康づくりをサポートします!

平成28年度 保健事業のお知らせ

日頃から当健保組合の事業運営にご理解・ご協力をいただきありがとうございます。
今年度は、従来の保健事業に加え、よりみなさんの健康づくりに役立つ事業を展開してまいります。セミナー、保健指導などの生活習慣病対策のほか、歯の健康を高めるための事業をスタートします。歯の病気は、からだ全体の健康状態悪化につながりやすく、また多額の医療費がかかってきます。無料の歯科健診、少額の自己負担で受けられる歯周病検査を行ってまいりますので、ぜひご家族で受診してください。
また、従来からの病気の予防、早期発見・早期治療に重点をおいた事業も継続してまいりますので、積極的にご活用いただきますよう、お願いいたします。



主な事業は次のとおりです

新規事業

事業名	実施時期	対象	事業概要
家族向け特定健診勧奨セミナーの実施	年1回	特定健診受診歴のない40歳以上の被扶養者	血糖値を測定し健診の必要性を学ぶセミナーを富山県内で試行開催 【自己負担額】無料
若年者向けの保健指導の実施	随時	40歳未満の被保険者	40歳未満でメタボに該当する方へ、保健師による個別面談指導を実施
40歳未満の方向け健康情報提供冊子「クピオ」の配布	通年	40歳未満被保険者(定期健康診断結果、血液検査の有所見者)	40歳未満で定期健診結果に所見のある方の自宅へ、一人ひとりの健診結果に合わせた情報冊子を送付
柔道整復師受診内容案内の送付	年1回	柔道整復師の受診が多い方	柔道整復師からの不正請求を防止するため、受診履歴の案内

【歯の健康に】

事業名	実施時期	対象	事業概要
無料歯科健診の実施	通年	被保険者・被扶養者	歯科健診センターと提携する地域の歯科医院で無料健診を実施
歯周病スクリーニング検査の実施	5～7月	被保険者・被扶養者	唾液採取による簡単な歯周病疾患のスクリーニング検査を委託して実施 【自己負担額】500円

今回の「けんぽビュー」に同封しています!

【病気の予防に】

事業名	実施時期	対象	事業概要
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

今年も

特定健診を受けましょう



あなたが気づかない体の異常を

いち早く見つけるのが健診です

多くの生活習慣病は、自覚症状がないまま体の中で進行するため、病気になっていてもなかなか気づくことができません。毎年1回の健康診断は、あなたの検査数値の変化から、体の「異常」をいち早く見つける手段です。病気になる前に異常が見つければ、ふだんの生活習慣を改善するだけで、健康を取り戻せます。

メタボリックシンドロームにご用心!

食べすぎや運動不足などの生活習慣が積み重なると、内臓まわりに脂肪がたまるメタボリックシンドロームに。そのまま放置すると、命にかかわる生活習慣病のリスクが高まり、危険です。



受けてよかった!

健康自慢の私ですが、健診で血圧やコレステロール値の異常を発見。早く見つかったので、薬と食生活の改善で正常値に戻りました。



特定健診のご案内

当健保組合では、被扶養者や任意継続の方を対象に特定健診を実施しています。対象者の方には「特定健診のご案内」を送付しますので1~4.いずれかひとつの受診方法で受診してください。

1. 市町村特定健診

お近くの医療機関で受診でき、受診料は無料

当健保組合から送付した「受診券」をご利用ください。

2. 家族向け女性健診

特定健診と、女性特有のがん検診などを組み合わせた女性のための健診

富山、石川、福井県内で健診会場を設けますので、気軽に人間ドック並みの健診ができます。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。

3. 人間ドック

じっくり体をチェックしたい方にオススメ

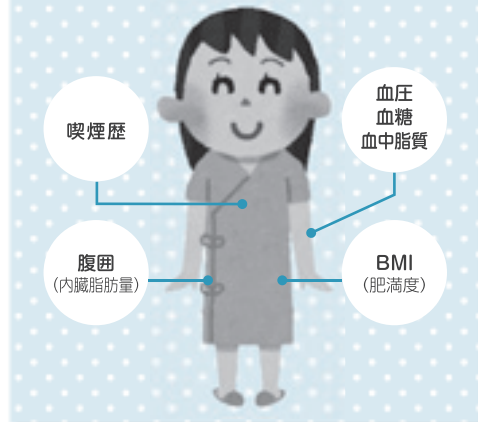
日帰り・1泊2日コースがあり、利用料の一部助成があります。
※詳細はホームページにてご確認ください。

4. ご勤務先健診

ご勤務先(パート等)で「定期健康診断」を受診した方は当健保組合まで、健診結果の写しをご送付ください。

※特定健診検査項目が足りない場合には、特定健診を受診したことになりませんので、検査項目を必ず確認してください。

主に6つの項目をチェック!



平成28年度
予算

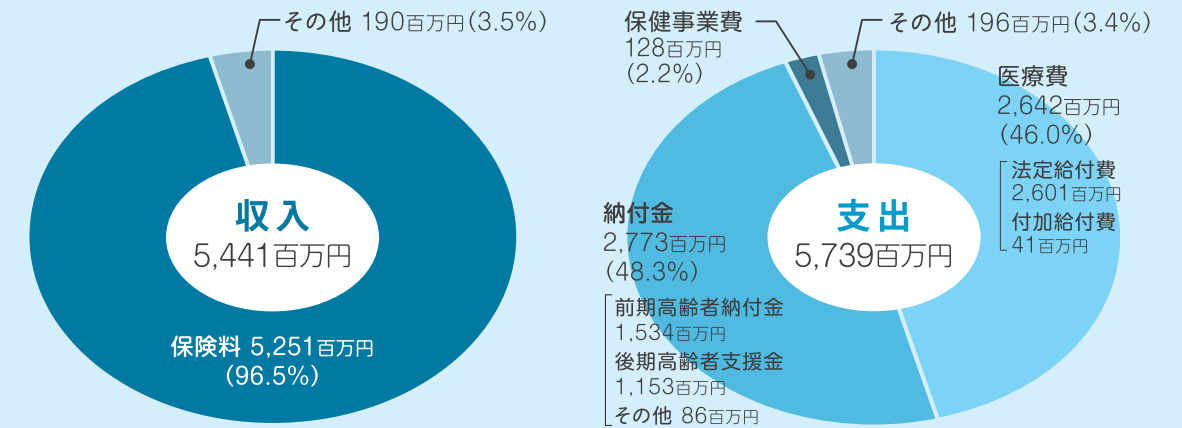
高齢者納付金の増加により 厳しい予算

平成28年度予算は収入54億4,137万円、支出57億3,940万円で2億9,803万円の赤字を想定しています。赤字の要因は、高齢者の医療を支えるための前期高齢者納付金*が大幅に増加するためです。この増加分については、積立金を取り崩して対応することになります。

今後も納付金の増加が予想されており、厳しい健保財政が続きます。

*65~74歳の高齢者医療を支える負担金「前期高齢者納付金」、75歳以上の高齢者医療のための負担金「後期高齢者支援金」等を国へ納めています。北陸電力健保では、これら納付金が保険料収入の半分以上を占めており、健保財政を圧迫する要因となっています。

健康保険予算のあらまし



予算のポイント

- ・被保険者数、被扶養者数は微増
- ・「保険料」収入は27年度比ほぼ横ばいの約53億円
- ・「納付金」は27年度比5億円増の約28億円

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

平成28年 4月から

健康保険の諸制度が変わりました!

主な改正のポイント

紹介状なしの大病院*受診に追加負担が義務化

*特定機能病院、500床以上の地域医療支援病院

3月まで 医療機関が独自に設定した特別料金

4月から 初診 5,000円~
再診 2,500円~
【全額自己負担】

入院時の食事代が引き上げ

*低所得者、難病・小児慢性特定疾病等の患者を除く

3月まで 1食260円

4月から 1食360円

平成30年
4月から 1食460円

傷病手当金・出産手当金の算定方法が変更

3月まで 標準報酬月額
の30分の1

4月から 原則として支給開始月を含む直近12ヵ月間の標準報酬月額平均額の30分の1

標準報酬月額・標準賞与額の上限の引き上げ

3月まで ・標準報酬月額 121万円までの47等級
・標準賞与額(年度累計) 540万円

4月から ・標準報酬月額 139万円までの50等級
・標準賞与額(年度累計) 573万円

保険料率の上限の引き上げ
【当健保組合の保険料率は変更ありません】

3月まで 上限12%

4月から 上限13%

むし歯をそのままに していませんか？

むし歯は子どもに多いもの…そんなイメージがありますが、大人の9割以上にむし歯があり、45歳以上では、以前よりも増えているというデータがあります（厚生労働省「歯科疾患実態調査（平成23年）」）。

歯をなくす原因として、これまでは歯周病が注目されていましたが、最近の調査ではむし歯も同様に大きな原因となることがわかっています。むし歯や歯周病は、よほどの早期でない限り、自然に治ることはありません。そのうえ、大人のむし歯は進行が早く、痛みなどを感じてからの通院ではかなり悪化している場合が多いのです。

定期的に歯や歯ぐきの状態をチェックし、気になる場所があればすぐに歯科医院を受診して治療を始めましょう。



北陸電力健保 被保険者は、受診率・医療費ともに「むし歯」が1位！



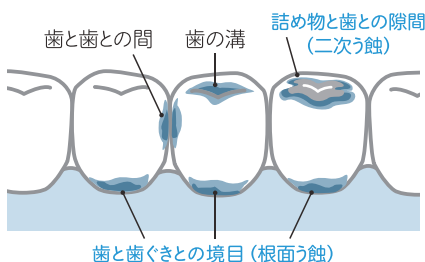
過去1年の医療費データを見ると、被保険者本人の受診率、医療費ともに1位はむし歯。家族も1位と2位になっています。日頃から歯を大切に、年をとっても自分の歯で不自由なく食べることができるようにしたいものです。

	受診率ワースト3 [*] レセプト件数(件)	医療費ワースト3 [*] 金額(千円)
本人	<ul style="list-style-type: none"> 1位 むし歯 14,053 (0.12%) 2位 高血圧 5,940 (0.05%) 3位 その他の内分泌・栄養代謝疾患 3,323 (0.03%) 	<ul style="list-style-type: none"> 1位 むし歯 125,913 (11.7%) 2位 その他の悪性新生物(がん) 53,355 (5.0%) 3位 高血圧 42,635 (4.0%)
家族	<ul style="list-style-type: none"> 1位 むし歯 16,086 (0.13%) 2位 皮膚の病気 4,991 (0.04%) 3位 上気道感染症 4,745 (0.04%) 	<ul style="list-style-type: none"> 1位 糖尿病など 132,447 (10.7%) 2位 むし歯 107,449 (8.7%) 3位 損傷(骨折など) 37,772 (3.0%)

※平成27年3月～28年2月請求分。薬剤は除く。

大人のむし歯はここがタイヘン！

- 加齢や歯周病により歯ぐきが下がり、露出した部分にむし歯がしやすい。
- 過去に治療した詰め物やかぶせ物の下にむし歯ができ、気がつかないうちに進行しやすい。



歯のケアのヒント

- 1 1日1回はじっくり歯をみがく
(1本1本ていねいに。就寝前がおすすめです)
- 2 早めの治療と定期的な歯のチェックを
(年に1～2回は歯科医院で健診を！)
- 3 歯ブラシだけでなく、フロスや歯間ブラシも活用
- 4 外出先でもみがけるよう、携帯用歯ブラシを持とう
(口臭予防やリフレッシュにも役立ちます)

健保の
無料健診を
活用してください！



★「けんぽビュー」では、後半ページで歯みがきのポイントを掲載しています。ぜひ参考にしてください。