

増えてます!

特定健診・特定保健指導を受ける方

40歳以上で、2019年度にまだ特定健診を受けていない方は、P5を参考に受診してください。

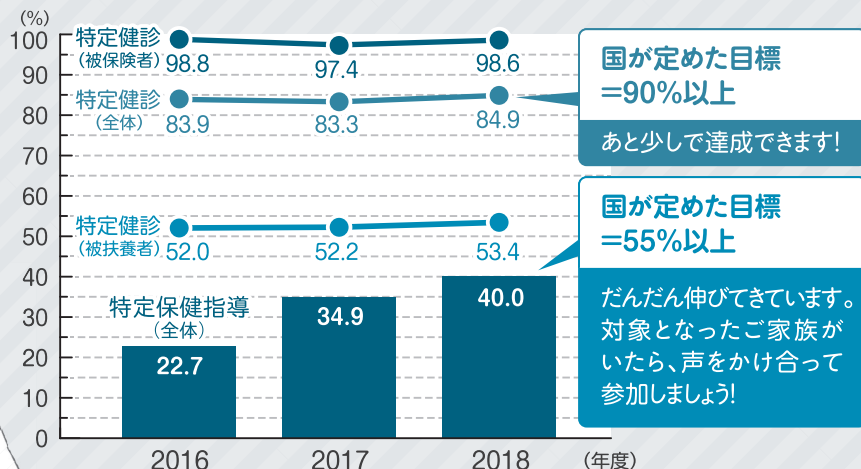
40歳以上の加入者に対し特定健診・特定保健指導を実施することは、法律で定められた健保組合の義務です。

また、みなさまが特定健診・特定保健指導を受けることは、日頃の生活習慣を振り返り、改善に必要なサポート支援が受けられる良い機会となります。

まずは、必ず特定健診を受けましょう。



北電けんぽの特定健診・特定保健指導実施率 (%)



国が定めた目標 =90%以上
あと少しで達成できます!

国が定めた目標 =55%以上
だんだん伸びてきています。対象となったご家族がいたら、声をかけ合って参加しましょう!

▼特定健診とは

メタボリックシンドロームのリスクを見つける検査です。

▼特定保健指導とは

腹囲(男性85cm以上、女性90cm以上)や、BMI(体重(kg)÷(身長(m))²)、血糖・血圧・血中脂質・喫煙習慣の結果から、メタボリックシンドロームまたは予備群と判定された方が対象となります。保健師・管理栄養士等の医療専門職から、無料で生活習慣の改善に向けたアドバイスを受けられます。



歩数計アプリを使って、 QUPiO+をもっと便利に!

健康づくりの取り組みにより、抽選でAmazonギフトカード500円が当たるかも!

北電けんぽでは、みなさまの健康維持・増進のため、個人用WEBサービス「**QUPiO+**」を導入しています。さらに、「**QUPiO+** 歩数計アプリ」を合わせて使うと、歩数を**QUPiO+**に自動連携でき、とっても便利。キャンペーンやイベントでの歩数も自動連携できます。ぜひご利用ください!



QUPiO Plus 歩数計アプリ

アプリの無料ダウンロードは、下記のQRコードからどうぞ。



ios版



Android版

ID・パスワードをお忘れの方

クビオプラス QUPiO+ のログイン画面で「ログインID・パスワードをお忘れの方」をクリック。画面の案内に沿って再設定を行えます。



アクセスやログインができない方のお問合せ先

通話無料 0120-818-448

受付時間 月曜～土曜 9:00～18:00 (日・祝日、年末年始等を除く)

2018年度 決算のご報告

実質収支では黒字決算も、依然過重な「納付金」負担

2018年度の健康保険決算は、実質収入額54億5,829万円、実質支出額47億9,101万円で、収支差引額は6億6,728万円のプラスとなりました。

収入面では、「保険料」が前年度比約8,900万円の減少となったものの、支出面で、高齢者医療を支えるための「納付金」が約6億600万円の大幅減となったため、収支が改善されました。

しかし、みなさまの医療費にあてる「保険給付費」は約4,700

万円増加しており、今後も平均年齢の上昇に伴います増加が見込まれます。また、「納付金」は保険料収入の36.6%を占めており、依然として財政を大きく圧迫しています。

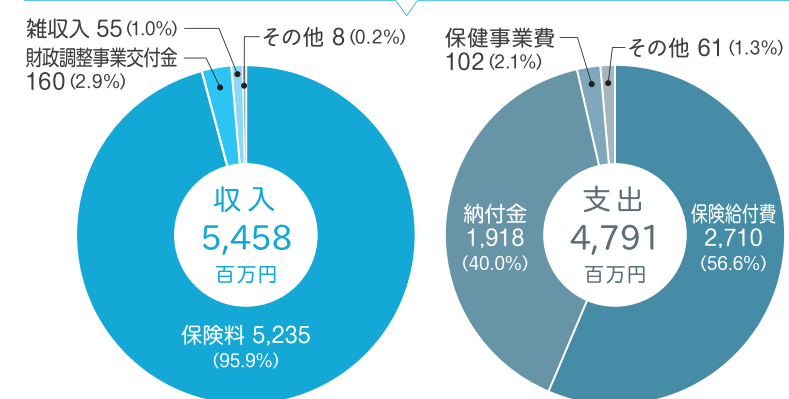
このような状況ではありますが、当健保組合では、みなさまの健康づくりに役立つさまざまな保健事業を厳選して実施してまいります。ご家族で積極的にご利用いただき、健康の維持と医療費の削減を目指していただきますよう、お願いいたします。

▼健康保険 決算のあらまし

	科目	金額(万円)
収入	保険料	523,488
	財政調整事業交付金	16,049
	雑収入	5,457
	その他	835
	A 合計	545,829
支出	保険給付費	271,037
	法定給付費	267,470
	付加給付費	3,567
	納付金	191,769
	前期高齢者納付金	73,329
	後期高齢者支援金	117,342
	病床転換支援金	1
	退職者給付拠出金	1,097
	保健事業費	10,197
	その他	6,098
B 合計	479,101	
収支差額: A-B		66,728

※端数処理により計算が合わない場合があります。

実質収支をグラフでみると(単位:百万円)



決算の基礎となった数値

- 被保険者数 ……9,956人
- 平均標準報酬月額 ……393,102円
- 平均年齢 ……43.64歳
- 被扶養者数 ……9,952人
- 扶養率 ……1.00人
- 前期高齢者加入率 ……2.7%
- 保険料率 ……千分の92 (調整保険料率含む)
- 事業主 ……千分の55
- 被保険者 ……千分の37

2018年度 決算のポイント

- 1 納付金の減少により実質収支では黒字に
- 2 保険給付費・納付金の合計で保険料収入の88.4%を占める

▼介護保険 決算のあらまし

	科目	金額(万円)
収入	介護保険料収入	61,690
	国庫補助金受入	783
	雑収入	3
A 合計	62,476	
支出	介護納付金	63,779
	介護保険料還付金	3
	B 合計	63,782
収支差額: A-B		▲1,306

※端数処理により計算が合わない場合があります。

決算の基礎となった数値

- 介護保険第2号被保険者数 ……8,513人
- 介護保険第2号被保険者たる被保険者数 ……6,120人
- 平均標準報酬月額 ……445,429円
- 介護保険料率 ……千分の15.2
- 事業主 ……千分の7.6
- 被保険者 ……千分の7.6



必ず受けよう 特定健診

対象者 当健保組合に加入する40歳以上の方

選べる4タイプ! 年に1度の特定健診を受けましょう!

タイプ別	内容	必要なもの	いつまで
特定健診 (受診券利用タイプ)	かかりつけ医などでの受診 無料	特定健診受診券	2020年3月末
35歳以上の 家族向け女性健診 (がん検診セットタイプ)	巡回型健診 (富山、石川、福井県内で 健診会場を設け、巡回車での健診) 35歳以上の女性家族に 別途案内済	専用申込ハガキ	2019年12月末
人間ドック	当健保契約医療機関での受診 一部助成あり	電話にて申込み	2020年3月末
パート先健診	パート先で健診を受けた場合は、結果を当健保へ 送付してください	健診結果票の写しおよび 特定健診問診票を送付	いつでも受付

自宅でカンタン! 郵送するだけ! がん自己検診

検査項目	対象者 (年齢は2020年3月末日現在)	自己負担	実施時期
大腸がん	30歳以上の加入者	無料	10月下旬~ 1月末
胃がん		1,000円	
肺がん		1,000円	
子宮頸がん	20歳以上の女性加入者	無料	
前立腺がん	50歳以上の男性加入者	無料	

詳しくは同封の「毎年必ず受けましょう! がん検診」をご覧ください

歯周病リスク 検診

唾液を採取するだけの簡単検診!
(唾液に含まれる血液反応を測定します)

自己負担 500円

詳しくは同封の
「歯周病リスク検診のご案内」
をご覧ください。

流行前に早めに受けよう!

インフルエンザ任意予防接種助成(一部補助)



助成対象者 当健保組合に加入する64歳までの方

助成対象期間 2019年10月~2020年1月末までの接種

助成額 一人1,000円を限度に助成(年度内1回に限り)

申請手続きは本冊子に同封の
「インフルエンザ予防接種助成申請書」で

申請のながれ ①予約▶②接種▶③申請書記入▶④提出

▲ご注意

- 同封の「申請書」は原則再発行いたしません。申請時まで大切に保管してください。
- 1家族につき申請書1枚でまとめて提出をお願いします。

▼領収書には次の項目の記載が必要です。

- 接種者氏名
- 「インフルエンザ予防接種」という予防接種名
- 接種日・接種料金



2019年10月以降の 医療保険制度改正について

2019年10月~ 初診料・再診料の見直し

医療機関にかかる時、検査料やお薬代などは別に初診料(再診のときは再診料)がかかります。2019年10月の消費税率引き上げに伴い、初診料・再診料が改定されました。

	~2019年9月	2019年10月~
初診料	2,820円(850円)	2,880円(860円)
再診料	720円(220円)	730円(220円)

()内は自己負担3割の場合の窓口支払い額

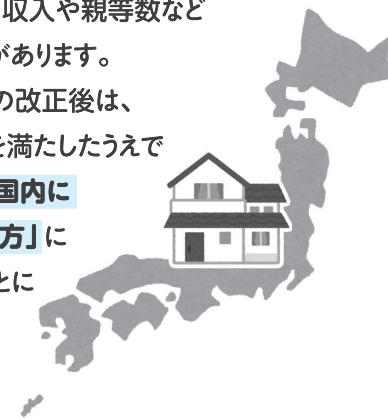
お薬代は マイナス改定



医療機関で処方されるお薬代については、市場実勢価格に基づく改定などで0.93%引き下げたうえで、増税相当分として0.42%引き上げるため、差し引きで-0.51%となります。

2020年4月~ 被扶養者の認定条件に「国内居住」を追加

ご家族を健保組合の被扶養者とするには、
そのご家族の収入や親等数など
一定の条件があります。
2020年4月の改正後は、
現状の条件を満たしたうえで
「原則、日本国内に
居住している方」に
限定されること
になります。



現行

一定の条件を満たせば、
海外に住む家族も被扶養者として認定される

2020年
4月~

一定の条件を満たしていても、
日本に住所を有していなければ認定されない
・国内に居住していても「医療滞在ビザ」などで来日している
ご家族は認定されません。
・留学生や、被保険者の海外赴任に同行するご家族で、日本に
生活の基礎があり、今後再び日本で生活することが考えられる
場合は被扶養者として認定されることがあります。

2019年10月~ 北陸電力健保組合 保健事業自己負担額の一部変更

消費税率の引き上げ等に伴い、各種事業の自己負担額を変更させていただきます。

人間ドック

日帰りコース 窓口受診者負担額を平均**800円**値上げします

1泊2日コース 窓口受診者負担額を平均**1,000円**値上げします

契約スポーツ施設

2019年10月~

ウィンディ(富山市) 大人: 350円 ▶ **360円**

グンゼスポーツ(富山市) 大人: 500円 ▶ **510円**

スポーツドーム・エアーズ(高岡市) 大人: 650円 ▶ **660円**

エイム(金沢市ほか) 大人: 620円 ▶ **630円**

ふくい健康の森(福井市) 大人: 310円 ▶ **320円**

詳しくは、当健保組合ホームページ

保健事業 ▶ 病気の予防 でご確認ください。

パスワード
rikudenk

