

事業名	実施時期	対象	事業概要
人間ドック(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の一部助成 【助成額】 日帰り 男性 25,000円 女性 28,000円 1泊2日 男性 25,000円 女性 28,000円
※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(2020年3月31日現在)の被保険者・被扶養者	上記に追加して助成 【助成額】男女共に5,000円
特定健診および特定保健指導	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および特定保健指導の実施
若年者向け保健指導	8月～	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
家族向け女性健診	7月～	35歳以上の女性被扶養者	特定健診に女性特有のがん検診をセットにした健診を実施 【自己負担額】3,500円
乳がん検診	10月～	40歳以上の被保険者	集団検診を外部検診機関に委託して実施 【自己負担額】1,000円 マンモグラフィ検診のみ
乳がん検診(助成)	通年	被保険者	個別検診を任意に受診した方の検診費用の一部助成 【助成額】1項目 3,000円 マンモグラフィまたは超音波検診
PET検診(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 【助成額】30,000円

事業名	実施時期	対象	事業概要
契約スポーツ施設(助成)	通年	被保険者・被扶養者	富山県(7施設)、石川県(6施設)、福井県(2施設)のスポーツ施設の利用料の一部助成 ※エイム(石川県内)は被保険者のみ利用可能 【自己負担額】300～650円
運動実践型体験プログラム(助成)	随時	被保険者・被扶養者	契約スポーツ施設や自治体等が主催する運動実践型有償プログラムへの参加者に奨励金を支給 【自己負担額】15,000～20,000円

◎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。

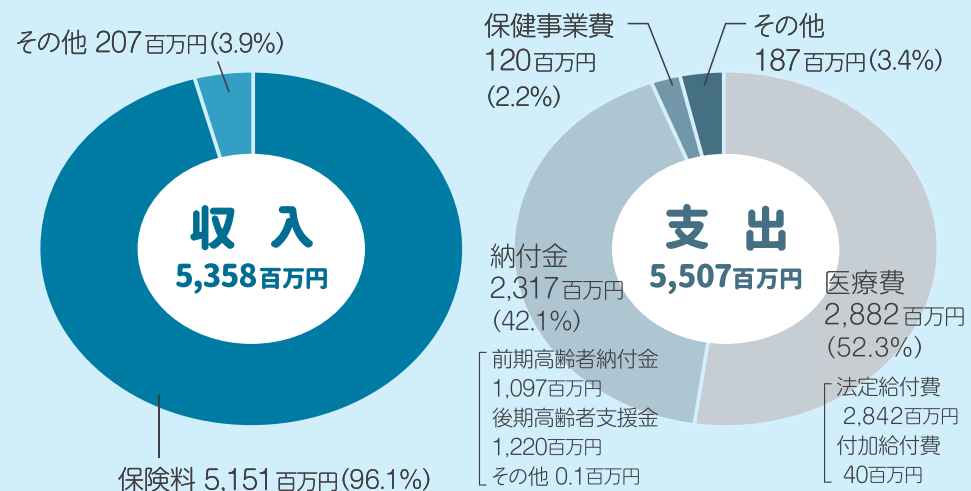
## 2019年度 予算

# 約1.5億円の赤字に… 納付金が予算を圧迫

2019年度予算は、収入53億5,800万円、支出は55億700万円で約1.5億円の赤字を想定しています。支出の高齢者医療を支えるための「納付金」が増加したためです。

納付金は23億円(昨年度予算比で約4億円の増加)に達する見込みで、支出の4割以上を占めており、健保財政を大きく圧迫しています。

## 健康保険予算のあらまし



## 予算のポイント (2018年度比)

- ・被保険者数は微増、被扶養者数は微減
- ・保険料収入は微増の約51.5億円
- ・納付金支出は約4億円増の約23億円

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

## 2019年度

# 保健事業のお知らせ

今年もみなさんの健康づくりをサポートします!



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。

当健保組合では、加入者のみなさんの疾病予防や病気の早期発見・早期治療に力を入れたさまざまな施策を展開してまいりますので、健康増進・維持のために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。

## ▼主な事業は次のとおりです

新規	事業名	実施時期	対象	事業概要
	コラボヘルスイベント	6月	北陸電力株の被保険者のみ	QUPio+(クビオプラス)のWeb版を活用したウォーキングイベントを北陸電力株企画で実施【共同事業】
	禁煙促進剤のあっせん	通年	特定保健指導で積極的支援を開始した方	禁煙希望者へニコチンパッチをあっせん配付し、8週間の禁煙にチャレンジ
	禁煙プロサポート	10月～	被保険者	禁煙希望者へ医療専門職から電話支援などのサポートを実施
強化	「QUPio+(クビオプラス)」Web版の利用促進	5月	被保険者	初回登録が未である方全員に、認証コード通知ハガキを配付
	郵送がん自己検診費用の助成拡大	10月	30歳以上の被保険者・被扶養者	大腸がん・子宮頸がん・前立腺がんの3検査項目が無料

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」	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
	健康情報提供冊子「QUPio+(クビオプラス)」	通年	40歳以上被保険者	健康状態を同世代や経年で把握できる情報誌を配付
	健康情報提供冊子「QUPio+(クビオプラス)」(若年者向け)	通年	40歳未満被保険者	定期健康診断結果に血液検査判定がある方
	健保ホームページ スマートフォンで閲覧できるようになりました	通年	全世帯	健康保険制度、保健事業内容などの情報提供【保健事業ページはパスワード:rikudenkの入力が必要】
	医療費のお知らせ	通年	全世帯	社内イントラ・ハガキなどで医療費の詳細を通知
	柔道整復師への受診内容案内	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、受診履歴の案内送付

歯の健康に	事業名	実施時期	対象	事業概要
	子ども向け虫歯・風邪予防キャンペーン	10月	3～9歳のお子様をお持ちのご家庭	虫歯予防と風邪予防のため、親子で取り組むキャンペーン ■毎日みみがきシール台紙の配付
	歯周病リスク検診	5・10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

重症化予防に	事業名	実施時期	対象	事業概要
	インフルエンザ予防接種(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

# 初回登録方法（初めての方は、会員登録が必要です）

**1** 「健康保険証」と、登録用の「メールアドレス」をご用意ください  
(メールアドレスがログインIDとなります)



**2** 以下のいずれかの方法で、当健保組合のHPにアクセス

- ① URLから ▶ <http://rikudenkenpo.jp/>
- ② 検索エンジンから ▶ 北陸電力健康保険組合 検索
- ③ スマートフォンでQRコードから ▶

**3** トップページのパナーをクリック



**4** 案内に沿って手続き画面へ

- ① あなたの「認証コード」を確認(サイトまたは、ハガキや冊子)
- ② QUPiO+の会員登録画面へアクセス
- ③ あなたの情報を登録(IDやパスワードを設定)



## ▼「QUPiO+」サポート窓口(アクセスやログインができない方)

右記の「サポート窓口」まで、お気軽にお問い合わせください。

**TEL.0120-818-448**

受付時間:月曜日～土曜日/9:00～18:00  
(日・祝日および年末年始等を除く)

# 今年も受けよう! 特定健診のご案内

40～74歳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います。今年度対象となる方には、4月下旬に『2019年度特定健診のご案内』等のDM(ダイレクトメール)を送付しておりますので、詳細をご確認ください。

特定健診は右記のいずれかひとつの方法で受診してください。

- 1 市町村特定健診(受診券利用タイプ)** ▶▶▶ かかりつけ医などお近くの医療機関で受診でき、受診料は無料です。
- 2 家族向け女性健診(がん検診セットタイプ)** ▶▶▶ 富山、石川、福井県内で健診会場を設け、巡回車による健診です。対象となる方(35歳以上)には、別途ご案内します。
- 3 パート先健診(パートタイプ)** ▶▶▶ 健診後は、健診結果表の写しおよび特定健診問診票を提出してください。(問診票はDMに同封しています)
- 4 人間ドック(ドックタイプ)** ▶▶▶ 当健保組合契約医療機関で受診でき、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。



積極的に  
ご利用  
ください

# 北陸電力健保組合の ホームページに、スマホ版登場!

当健保組合のホームページに、スマホ版が登場して、ますます便利になりました。健康維持・増進のサポートサービスとして、積極的にご利用ください。



# QUPiO WEB版が新しくなって、これまで以上にみなさんの健康をサポート!

## ご利用ください 健康情報サービス「QUPiO+」

当健保組合では、みなさんの健康維持・増進を図るため、健康情報提供サービス「QUPiO+」を導入しています。このサービスは、一人ひとりに合わせた健康情報や、生活習慣病発症予測、健康コラムといったコンテンツを提供しています。ご利用の際には、初回登録が必要となります。ぜひ、一度試しにご登録いただき、QUPiO+を覗いてみてはいかがでしょうか。



## 被保険者(本人)限定 こんなサービスがあります

- 生活習慣病発症予測**  
健診結果をもとに、5年後の生活習慣病(糖尿病・高血圧症・脂質異常症)の発症率を%で表示。
- 改善支援**  
生活習慣病の改善がスムーズに行えるよう、「行動計画」(マイルール)をシステムが提案。歩数や食事などの記録も可能。
- 健康コラム**  
200本以上ある健康コラムから、健診結果や生活習慣をもとにあなたにおすすめのものを掲載。



## ●ヘルスケアリワード

QUPiO+にログインし、健康づくりに取り組むと、抽選でプレゼントがもらえます。本コンテンツは利用者本人の努力や意思により「インセンティブ」を獲得できるサービスです。詳細はサイトでご確認ください。

### STEP 1 獲得条件をチェック

- ・初めてのログイン賞
- ・マイルール設定賞
- ・5日連続ログイン賞
- ・3日連続10000歩達成賞
- ・5日連続健康記録賞

など

### STEP 2 抽選にチャレンジ



### STEP 3 プレゼントをGET(抽選)

Amazonギフトカード  
500円が当たるかも!

※当該費用は運営元である「SOMPOヘルスサポート株式会社」の協賛となります。



登録方法は左ページをご覧ください



はり・きゅう・あんま・マッサージ・指圧（あはき療養費）

要注意

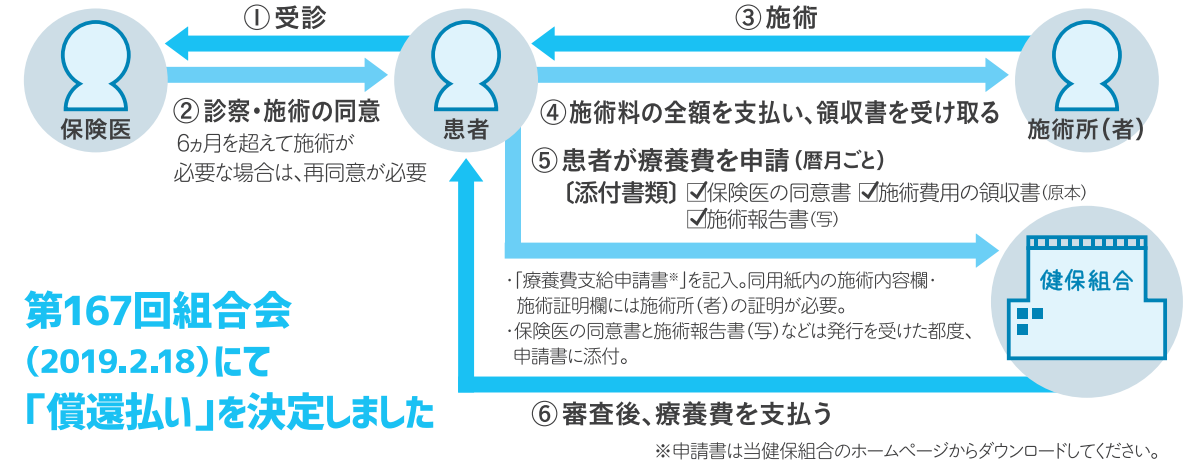
2019年6月1日  
施術分から



# 療養費の申請方法が 償還払い方式に変更となります

当健保組合では、2019年6月1日から、はり・きゅう・あんま・マッサージ・指圧の施術費用の支払方法を償還払い方式に変更させていただきます。内容をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

当健保組合の支払方法 **償還払い** 患者が施術所(者)で全額を支払った後、健保組合へ療養費を申請



## あはき療養費の保険適用となる施術は、次の疾病・症状に限定されます

### はり きゅう の場合

慢性病で医師による適当な  
治療手段がない場合に限り、  
健康保険が使えます

医師の  
同意書が  
必要です

#### 対象となる疾病

- 神経痛 ● リウマチ ● 頸腕症候群
- 五十肩 ● 腰痛症 ● 頸椎捻挫後遺症

※神経痛・リウマチなどと同等の慢性的な痛みを主な症状とする  
ものについては、上記以外でも認められることがあります

はり・きゅうの対象疾病であっても、同時に同疾病の治療を  
医療機関で行っている場合は対象外となります。

### あんま マッサージ 指圧 の場合

医療上、施術を必要とする  
症例に限り、健康保険が使えます

医師の  
同意書が  
必要です

#### 対象となる主な症状

- 筋麻痺 ● 関節拘縮 など

ただし、可動域の拡大等、症状の改善を目的としていること

同一疾病により、医療機関で医療上のマッサージを  
行っている場合は対象外となります。

- 保険医が交付する施術への「同意書」が必要です。
- 疲労回復・慰安・予防を目的とする施術は対象外となります。

## 保険適用となる施術に必要な保険医の同意・再同意のポイント

- ① 医療機関の保険医(主治医)の診察が必要
- ② 同意書(文書)の交付が必要
- ③ 同意書に基づく療養費の支給が可能な期間は6か月 あんま・マッサージ・指圧の変形徒手矯正術については1か月です。
- ④ 施術期間が6か月を過ぎた場合、再同意書(文書)の交付が必要

※保険医の再同意にあたり、施術所(者)は「施術報告書」を作成し、保険医へ施術の内容や患者の状態などを伝えることになっています。

保険医の同意のある期間に受けた施術であっても、健保組合が厚生労働省の通知に基づく審査により「保険適用と認められない」と判断した場合は、施術料の全額について自費となります。