

デパートけんぽ

ご家庭にお持ち帰りください。ご家族の方もお読みください。

4 2019
No.258

平成31年度 保健事業特集

平成31年度の予算が決まりました

ディズニーハイクを開催します

『血管イキイキ・骨げんき教室』に参加しませんか？



平成31年度予算がまとまりました

納付金の負担が依然として重く、赤字予算編成に

全国の健保組合を取り巻く環境は、医療費の高額化や高齢者医療制度への過重な負担などによって依然として厳しい情勢にあります。とくに、高齢者医療制度に対する負担は、健保組合財政を圧迫する大きな要因となっており、このために健保組合は積立金の取り崩しや、保険料率の引き上げなどといった対応による財政運営を強いられています。

当健保組合においても、苦しい状況におかれていることと変わりはなく、平成31年度も厳しい予算編成となりました。

＊ 高齢者医療費の負担等により 経常赤字は21億円

当健保組合の平成31年度予算は、健康保険料率を前年度と同じ千分の102とし、予算総額415億円を計上しました。しかし、経常収入においては383億円、経常支出は404億円となり、経常収支差引額21億円の赤字を見込むことになりました。

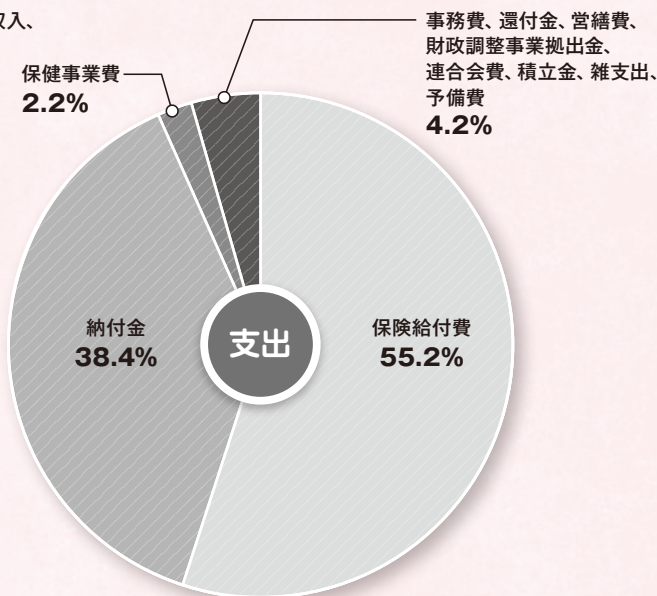
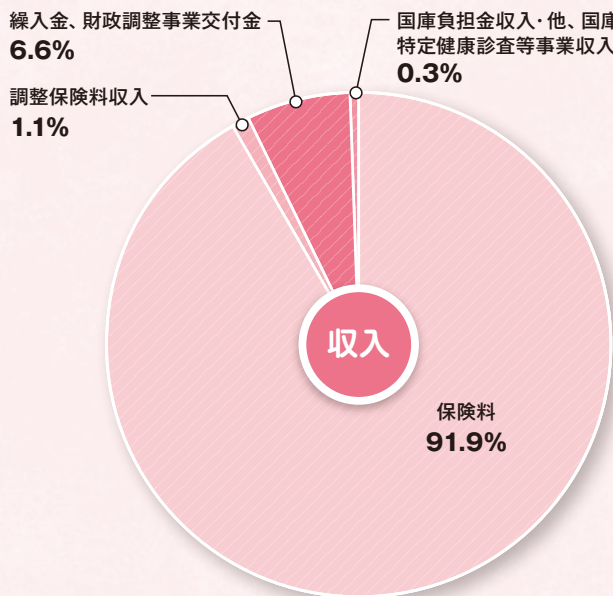
収入では、その大部分を占める保険料について、被保険者数の増加にともない、前年度比16億円増加の381億円としました。

支出では、みなさまの医療費や出産などの給付金として使われる保険給付費を、被保険者数の増加や平均年齢の上昇、診療報酬改定

などを見込んで同比13億円増加の229億円としました。高齢者医療費にあてられる納付金については納付金額が増加となったことを反映して、前年度に比べ2億円増加の159億円となっており、保険料収入の4割以上を占めるほど、重い負担となっています。

保健事業費は、ほぼ前年度並みの9億円となっています。前年度より「第2期データヘルス計画」「第3期特定健康診査・特定保健指導」をスタートさせておりますが、みなさまの健康の保持・増進を図るために、引き続き、各種健診の実施や費用補助による重症化予防、体力づくりや心身のリフレッシュなどに役立つまざまな事業を積極的に進めてまいります。

割合で見ると 平成31年度予算 一般勘定



平成31年度 収入支出予算概要表

(四捨五入のため一部合計の合わない箇所があります)

一般勘定

収入 (健康保険料率 102%)

科 目	予算額 (千円)	1人当たり額 (円)
保険料	38,107,591	322,946
国庫負担金収入・他	23,671	201
調整保険料収入	450,136	3,815
繰入金	2,218,807	18,803
国庫補助金収入	6,616	56
特定健康診査等事業収入	310	3
財政調整事業交付金	530,001	4,492
雑収入	114,238	968
合 計	41,451,370	351,283
経常収入合計	38,258,668	324,226

支出

科 目	予算額 (千円)	1人当たり額 (円)
事務費	595,772	5,049
保険給付費	22,864,270	193,765
法定給付費	22,727,154	192,603
付加給付費	137,116	1,162
納付金	15,913,146	134,857
前期高齢者納付金	7,352,891	62,313
後期高齢者支援金	8,559,422	72,537
病床転換支援金	54	—
退職者給付拠出金	779	7
保健事業費	930,882	7,889
還付金	600	5
営繕費	6,000	51
財政調整事業拠出金	450,136	3,815
連合会費	28,562	242
積立金	60,000	508
雑支出	2,002	17
予備費	600,000	5,085
合 計	41,451,370	351,283
経常支出合計	40,395,223	342,332

介護勘定

収入 (介護保険料率 20%)

科 目	予算額 (千円)	1人当たり額 (円) *
介護保険収入	4,360,500	64,600
繰入金	77,063	1,142
国庫補助金受入	1	—
雑収入	1	—
合 計	4,437,565	65,742

支出

科 目	予算額 (千円)	1人当たり額 (円) *
介護納付金	4,437,563	65,742
介護保険料還付金	1	—
雑支出	1	—
合 計	4,437,565	65,742

*介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額



健康づくりサポートの活用で
医療費節減にご協力を

前述の結果、納付金の過重な負担などによって保険料だけでは支出をまかなえないことから、準備金より22億円を繰り入れて収支の均衡を図ることにしました。
こうした厳しい財政状況でありますので、みなさまにおかれましては、日々の健康づくりに一層取り組んでいただくとともに、医療機関にかかる際の適正受診など、医療費の節約にご協力いただけましたら幸いです。ご理解・ご協力をお願いいたします。

平成31年度

予算のポイント

1

保険料だけで支出すべてをまかなえない

収入のおもな財源である保険料が増収となったものの、みなさまの医療費(保険給付費)と、高齢者の医療費負担(納付金)への支出だけで保険料を上回る異常な事態に。

2

みなさまの保険料の多くが高齢者の医療費負担へ

保険料の4割以上が高齢者の医療費負担のためにあてられることに。納付金額は国から示されるため、健保組合の努力で減らすことはほぼ不可能です。

3

医療費節減へみなさまのご協力を

21億円の経常赤字を見込むため、準備金より繰り入れを行って収入不足に対応。ただし、準備金には限りがあり、こうした対応はいつまでも可能ではないので、みなさまの医療費節減へのご協力が必要です。

主な健康づくり
&
疾病予防事業

当健保組合による充実のサポート みなさまの健康づくりに きっとお役に立ちます!

みなさまにいつまでも元気にお過ごしいただくために、当健保組合は各種健診や体力づくり、保養、健康情報の提供など、さまざまな健康づくりのサポートを行います。毎年、事業の充実を図っておりますので、どうぞご利用ください。

健診で 基本の健康づくり

40歳以上75歳未満の方

特定健診

被保険者

●実施方法…事業所が実施する定期健康診断とともに、特定健診『質問票』（当健保組合が依頼を受けた事業所に配布）を回答された方、もしくは、当健保組合と契約する人間ドックのいずれかを受診した方は、特定健診を受診したことになります。

被扶養者および任意継続被保険者

●実施方法…健保組合より特定健診の『受診券』を該当者宅へ送付。全国の契約健診機関で受診。詳細は7ページをご参照ください。

●料金…無料。（当健保組合が全額負担）

特定保健指導

被保険者、被扶養者および任意継続被保険者

●実施方法…特定健診データをもとに特定保健指導対象者を抽出し、該当者宅へ『特定保健指導利用券』を送付。契約医療機関で特定保健指導を受けます。

●料金…無料。（当健保組合が全額負担）

40歳以上で3歳おきの年齢の方
対象となるのは次表の方です。

人間ドック・脳ドック（オプション）対象年齢表

年齢	生年月日
40歳	昭和54年1月1日～12月31日生まれ
43歳	51年 //
46歳	48年 //
49歳	45年 //
52歳	42年 //
55歳	39年 //
58歳	36年 //
61歳	33年 //
64歳	30年 //
67歳	27年 //
70歳	24年 //
73歳	21年 //

医療機関等施設内で実施する人間ドック

●申込方法…『平成31年度契約医療機関リスト』（当健保組合ホームページ参照）で受診予約のうえ、『受診申込書』を事業所経由で健保組合へ提出し、『承認書』の交付を受けて受診します。

●健診料金…

東振協契約医療機関

バリウム 35,300円（税別）

胃カメラ 36,790円（税別）

組合直接契約医療機関

医療機関ごとに料金が異なります。

『平成31年度契約医療機関リスト』でご確認ください。

●補助金額…1人年度1回30,000円を限度に補助。

●主な健康づくり事業実施カレンダー

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特定健診	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
特定保健指導	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
人間ドック（脳ドック）＊	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
35歳被保険者生活習慣病予防健診	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
女性被扶養者 春・秋季婦人生活習慣病予防健診	○	○	○	○			○	○	○	○		
男性被扶養者人間ドック	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
健康教室	○	○				○					○	
前期高齢者健康教室など									○			
体育大会補助	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
スポーツクラブ ルネサンスの利用	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ディズニーハイクの開催					○							
インフルエンザ予防接種費用補助（東振協共同事業含む）							○	○	○	○	○	○
禁煙支援補助事業	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
メンタルヘルス対策補助事業	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ジェネリック医薬品使用促進のお知らせ				○						○		

＊脳ドックは人間ドックのオプションです。

健診車による人間ドック

- 申込方法、補助金額…人間ドックと同じ。
- 健診料金…当健保組合ホームページをご参照ください。

脳ドック

- ※人間ドックのオプションです。（右ページ参照）脳ドックのみでは受診できません。
- ※一度受診後、次回は6年以上経過、かつ対象年齢のときに受診可能。

- 申込方法…人間ドックと同様。

- 補助金額…1人年度1回15,000円を限度に補助。

35歳の方

対象となるのは昭和59年1月1日～12月31日生まれの方です。

35歳被保険者生活習慣病予防健診

- 申込方法…『平成31年度契約医療機関リスト』（当健保組合ホームページ参照）で受診予約のうえ、『受診申込書』を事業所経由で健保組合へ提出し、『承認書』の交付を受けて受診します。

- 健診料金…

東振協契約医療機関

バリウム18,160円（税別）
胃カメラ22,070円（税別）

組合直接契約医療機関

医療機関ごとに料金が異なります。

『平成31年度契約医療機関リスト』でご確認ください。

- 補助金額…1人年度1回14,000円を限度に補助。

61歳以上75歳未満の方

女性被扶養者 春・秋季婦人生活習慣病予防健診

- 申込方法…当健保組合から対象者に送付される『ご案内兼払込取扱票』にて健診費用を振り込み、医療機関から受診録等の交付を受けて受診します。

- 健診料金…春季17,690円（税別）

秋季17,690円（超音波診断法選択の場合。税別）

18,390円（マンモグラフィ選択の場合。税別）

- ※秋季は乳房診検査の選択方法により健診料金が異なります。

- 補助金額…春季10,105円を超えた額を補助

秋季10,000円を超えた額を補助

平成31年度秋季の健診から、乳房診検査にマンモグラフィが追加されます。これと、従来の超音波診断法からいずれか一つを選択することになります。詳細は9ページをご覧ください。

男性被扶養者人間ドック

- 申込方法…東振協人間ドック実施医療機関で受診予約のうえ、『受診申込書』を健保組合に提出し、『承認書』の交付を受けて受診します。

- 健診料金…35,300円（税別）

- 補助金額…18,000円を限度に補助。

詳細は9ページをご参照ください。

体力づくり・ 保養のために

健康教室の開催

被保険者・被扶養者を対象に開催。事業所単位で健康教室のご要望がありましたら、ご相談ください。

前期高齢者健康教室など

前期高齢者を対象に健康保持・増進のための健康教室を実施。

体育大会補助

事業所が開催する、体力づくりを目的とした各種大会等について、その費用の一部を補助します。

●対象…事業所。



●実施期間…4月1日から翌年3月末日。
●補助金額…開催に要した総費用の3分の1を限度に補助。(各事業所への割当以内)

スポーツクラブ ルネサンス

●対象者…被保険者・被扶養者。(15歳未満の利用はできません)
●利用可能施設…全国約210カ所以上の施設をご利用いただけます。
(<https://www.s-re.jp>)
●利用料金…1回1,620円からご利用いただけます。

デイズニーハイク

●対象者…被保険者・被扶養者。
●実施日…8月9日(金)。
※詳細につきましては、『デパートけんぽ』今月号の裏表紙にてお知らせしています。
また、事業所へ別途通知いたします。

病気の 予防のために

インフルエンザ予防接種補助

●対象者…被保険者・被扶養者。
●実施期間…10月1日から翌年3月末日。(ただし、新型インフルエンザが流行した場合、期間延長あり。別途通知)
●補助金額…1人実施期間内1回1,000円。



東振協インフルエンザ予防接種共同事業

●対象者…被保険者・被扶養者。
●実施期間…10月1日から翌年3月末日。
●補助金額…1人実施期間内1回1,000円(自己負担は上限2,890円)

禁煙支援補助事業

参加条件を満たした被保険者・被扶養者を対象に、禁煙外来を受診した場合に、年度内1回5,000円を上限として自己負担を軽減するための補助金を支給します。

健康表彰を実施

一定の条件を満たした方を表彰し、記念品を贈呈します。

メンタルヘルス対策補助事業

厚労省策定の指針に基づいて行われる管理

監督者研修を実施した事業主(事業所)を対象に、補助を行います。

●実施期間…4月1日から翌年3月末日。
●補助金額…20万円を限度に補助。(講師費用のみ。会場費、交通費等は除く)

保健や保険知識を 高めていただくために

ジェネリック医薬品使用促進のお知らせ

先発医薬品を処方されており、ジェネリック医薬品に切り替えることで自己負担の軽減が見込まれる方の自宅へ、お知らせを郵送します。詳細は15ページをご参照ください。
●通知時期…平成31年7月、平成32年1月予定。

医療費のお知らせ

医療機関等にかかられた際の医療費を、年1回、医療費通知としてお知らせします。内容をご確認ください。

●通知時期…平成32年2月予定。

育児指導書を配布

新生児が誕生した被保険者を対象に、申込により配布します。詳細は10ページをご参照ください。

特定健診・特定保健指導(メタボ健診)事業

40歳以上75歳未満の被扶養者と
任意継続被保険者が対象です

当健保組合では、40歳以上75歳未満の被扶養者と任意継続被保険者のみなさまを対象とした、特定健診・特定保健指導(メタボ健診)を実施しています。対象者には5月上旬に、『特定健康診査受診券(セット券)』(見本1)『特定健康診査・特定保健指導実施機関リスト』(見本2)を発送の予定です。費用は全額健保組合が負担いたします。

平成32年3月31日までに、必ず受診してください。

『特定健康診査受診券(セット券)』

特定健康診査受診券(セット券)		注意事項	
2018年04月20日 交付		1. この券の交付を受けたときは、すぐに、下記の住所欄にご自宅の住所を記載してください。 (特定健康診査受診結果等の送付に用います。)	
受診券整理番号	受診者の氏名	2. 特定健康診査を受診するときは、この券と被保険者証を窓口に出してください。どちらか一方だけでは受診できません。	
性別	生年月日	3. 特定健康診査はこの券に記載してある有効期限内に受診してください。	
有効期限	2019年03月31日	4. 特定健康診査受診結果は、受診者本人に対して通知するとともに、被保険者に対して保存し、必要に応じて、保健指導等に活用しますので、ご了承の上、受診願います。	
健診内容	・特定健康診査 ・その他(当日保健指導)	5. 健診結果(・保健指導結果)のデータファイルは、決済代行機関で点検されることある他、国への実施結果報告として匿名化され、部分的に提出されますので、ご了承の上、受診願います。	
窓口での自己負担	特定健診(基本部分)	6. 被保険者の資格が無くなったときは、5日以内にこの券を保険者に返してください。	
	特定健診(詳細部分)	7. 不正にこの券を使用した者は、罰則により詐欺罪として懲役の処分を受けることもあります。	
	その他(当日保健指導)	8. 特定健康診査の結果、特定保健指導の対象となった場合であって、この券を用いて健診当日に特定保健指導を利用するときは、以下をご注意ください。	
保険者所在地	保険者電話番号	9. 医療機関に受療中の場合、主治医に特定保健指導を受けてもよいかどうか確認してください。	
保険者番号・名称	06150528	10. 窓口での自己負担は、原則、健診当日(特定保健指導実施時)に全額をお支払い頂きます。なお、全額徴収できない場合は、次回利用時以降にもお支払い頂きます。	
契約とらよめ機関名	健保連東合A①、健保連東合A②、東合B①、東合B②	11. 特定保健指導の実施結果は保険者において保存し、必要に応じ、次年度以降の保健指導等に活用しますので、ご了承の上、受診願います。	
支払代行機関番号	9489910		
支払代行機関名	社会保険診療報酬支払基金		

見本1

<平成31年度版>

特定健康診査・特定保健指導実施機関リスト

見本2

デパート健康保険組合

『特定健康診査・特定保健指導実施機関リスト』
(Aタイプの実施機関リスト)



申込～受診までの流れ

- ①『実施機関リスト』のなかから、受診したい医療機関を選び、電話で直接予約を入れる
- ②特定健診を受ける
- ③特定保健指導を受ける

受診の結果、特定保健指導が必要と判断された方は：

①『利用券』が送られる

②『実施機関リスト』のなかから医療機関を選び、電話で直接予約を入れる

◎被保険者の方の特定健診は、定期健康診断結果を事業主よりご提供いただくか、当健保組合と契約している人間ドックを受診することにより特定健診として取り扱います。健診の結果、特定保健指導の対象となった方には、特定保健指導の『利用券』を送付します。被保険者の方は、保険証と『利用券』を提示して、特定保健指導を受けてください。具体的な流れについては、左記をご参照ください。

最新の特定健診・特定保健指導(メタボ健診)実施機関につきましては、
健保組合ホームページ [デパート健保](#) [検索](#) でご案内しています。

35歳被保険者生活習慣病予防健診事業

健診事業

若いうちから健康づくりへの意識を高めていただくため、35歳の被保険者を対象とした健診です。

普段、からだの不調を感じていなくても、20代のころと比べて各検査の数値が悪くなっていることがあるもの。ぜひ、この健診を受けていただき、「自分のからだチェック」を行ってください。健診費用については、当健保組合から補助がありますのでご利用ください。

平成31年度よりプラスαのサポート！

当健診受診後、健診結果通知とともに健康づくりに役立つ情報を提供します。結果が良かった方は、今後も良い状態をキープしていただくために、また、結果が思わしくなかった方は、日ごろの生活習慣の改善ポイントや方法について参考にし、活用ください。



対象者

昭和59年1月1日～12月31日生まれの被保険者

※受診日当日に被保険者資格のある方に限ります。

実施期間

平成31年4月1日～平成32年3月31日

申込締切日

原則として受診月の前月18日までに『35歳被保険者生活習慣病予防健診受診申込書』を事業所経由で健保組合に提出

実施機関

当健保組合ホームページ『平成31年度契約医療機関リスト』参照

補助金額

実施期間内1回14,000円を上限に当健保組合が負担

申込～受診までの流れ

① 当健保組合ホームページに掲載の『平成31年度契約医療機関リスト』のなかから、受診を希望する医療機関を選ぶ

② 直接、医療機関へ受診予約をする

③ 予約がとれたら、『受診申込書』に必要事項を記入し、事業所経由で当健保組合へ提出する

④ 当健保組合より事業所へ『承認書』を交付

⑤ 受診

標準的な検査項目

- 問診
- 身体計測（身長・体重・腹囲・BMI指数・標準体重）
- 視力
- 血圧測定
- 聴力（オージオメーター）
- 検尿（糖・蛋白・潜血反応）
- 胸部X線（直接撮影）
- 心電図（12誘導）
- 生化学的検査（GOT・GPT・γ-GTP・ALP・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪・クレアチニン・尿酸・空腹時血糖・HbA1c）
- 血球検査（赤血球数・ヘマトクリット・ヘモグロビン・MCV・MCH・MCHC・白血球数・血小板数）
- 胃部X線または胃部内視鏡
- 便潜血反応（免疫2日法）

詳細は当健保組合のホームページで確認できます。

デパート健保

検索



61歳～74歳被扶養者の健診事業

女性被扶養者 春・秋季 婦人生活習慣病予防健診

当健保組合より、対象者の方々へ、『春季（秋季）婦人生活習慣病予防健診ご案内兼払込取扱票』をお送りします。左記の概要をご覧のうえ、お申込ください。なお、秋季の健診から、乳房診検査について選択肢が増えます。また、マンモグラフィーを補助対象に追加します。

対象者

61歳（当該年度中に61歳に達する者を含む）～74歳の女性被扶養者

※受診日当日に被扶養者資格のある方に限ります。

実施期間

春季…平成31年4月1日～平成31年7月31日
（申込を締切りました）

男性被扶養者 人間ドック

当健保組合より、5月下旬に対象者の方々へ、『平成31年度人間ドック受診申込書』をお送りします。左記の概要をご覧のうえ、お申込ください。

対象者

当該年度中に61歳以後、3歳おきの年齢（61・64・67・70・73歳）になる男性被扶養者

※受診日当日に被扶養者資格のある方に限ります。

秋季…平成31年10月1日～平成32年1月31日

翌年春季…平成32年4月1日～平成32年7月31日（予定）

申込書類の発送

秋季…平成31年5月下旬に『秋季婦人生活習慣病予防健診ご案内兼払込取扱票』を対象者に送付

翌年春季…平成31年11月下旬に『春季婦人生活習慣病予防健診ご案内兼払込取扱票』を対象者に送付（予定）

申込締切日

春季…申込を締切りました

秋季…平成31年7月11日（払込締切日）

翌年春季…平成32年1月中旬（予定）

自己負担額

春季…10,105円

秋季…10,000円

翌年春季…10,000円

（自己負担を超える金額は当健保組合が負担します）

実施期間

平成31年4月1日～平成32年3月31日

申込書類の発送

5月下旬に『平成31年度人間ドック受診申込書』（『受診申込書』）を送付

申込締切日

原則として受診月の前月18日までに『受診申込書』を提出

健診料金

35,300円（税別）

補助金額

18,000円を限度に補助

申込～受診までの流れ

① 受診希望者は、『受診申込書』に同封の『人間

申込～受診までの流れ

① 受診希望者は、『春季（秋季）婦人生活習慣病予防健診ご案内兼払込取扱票』の通信欄に必要事項を記入のうえ、申込締切日までに『払込取扱票』に記載の金額を郵便局で支払うことで申込が完了いたします

② 後日、健診実施機関より『健診受診録』『婦人科検査質問票』『検査容器』などが送付されます

※やむをえずキャンセルする場合は、健保組合本部施設課へご連絡ください
（電話03-3279-5920）

③ 健診機関より指定された日時に受診してください

ドック（D2コース）契約医療機関リストから、希望する医療機関を選び、直接医療機関へ予約してください

② 予約がとれたら『受診申込書』に必要事項を記入し、受診月の前月18日までに、当健保組合へ提出してください

③ 当健保組合より、『受診申込書』に承認印を押して受診希望者に送付します

④ 予約日当日に受診し、自己負担額をお支払いください

詳細は当健保組合のホームページで確認できます。

デパート健保 検索

詳細は東振協のホームページで確認できます。

東振協 健康診断 検索

直営保養所

申込方法

平日なら3泊4日も
OKです！

- ① 当健保組合が直接電話にて受付いたします。加入者は保険証をご用意のうえ、当健保組合本部施設課へ申込んでください（電話03-3279-5953）。なお、従来どおり事業所の担当者からの利用申込も受付けています。
 - ② 申込受付開始日・利用月の2カ月前の1日午前9時から
 - ③ 予約確認がとれましたら『保養所申込・利用書』に記入のうえ、当健保組合本部施設課へFAX（03-3246-1558）もしくは郵送で提出し、『保養所申込・利用書』の交付を受けてください。当健保組合ホームページから『保養所申込・利用書』をプリントアウトできます。
 - ④ 変更およびキャンセルの場合は当健保組合本部施設課へ連絡してください。休日等の場合は直接現地保養所へ連絡してください。（利用書に添付されている案内書を参照してください）
- キャンセル料：利用日の2日前から、キャンセル料として利用料金を全額ご負担いただきます。

お知らせ 直営保養所は、平成31年2月20日開催の組合会において、平成32年3月31日をもって閉鎖することが決定いたしました。なお、閉鎖までの期間、引き続きご利用ください。

ご注意 直営保養所は、毎月、休館日を設けていますので、当健保組合ホームページでご確認ください。



直営保養所一覧

（申込受付、利用手続きはすべて当健保組合本部施設課で取扱います）

施設の詳細、空室状況は、当健保組合ホームページでご確認ください。

保養所名	所在地	利用料金		支払い方法	備考
		本人・家族	その他		
仙緑苑	神奈川県足柄下郡箱根町仙石原1246	大人 5,500円 幼児 4,500円	大人 7,000円 幼児 6,000円	現地にて現金払い	1泊2食付 幼児3～6歳
せせらぎ荘	栃木県日光市栗原417-2	大人 5,500円 幼児 4,500円	大人 7,000円 幼児 6,000円	現地にて現金払い	1泊2食付 幼児3～6歳

※直営保養所は利用料金の補助はありません。

※「本人・家族」は当健保組合の被保険者および被扶養者（加入者）です。

育児指導書の配布



月刊『赤ちゃん和妈妈』

“ふしぎと、今知りたかったことが書かれている”と評判の育児専門誌です。豪華執筆陣が子育てのポイントを優しく伝えます。その他、離乳食レシピや手作りコーナーなど、子育てをより楽しく、豊かにするコーナーが満載！

対象者

新生児が誕生した被保険者（希望者）

申込方法

育児指導書配布申込書により、当健保組合本部施設課あてに、直接、または事業所を通じてお申込ください。

お届けする内容

- 月刊『赤ちゃん和妈妈』（1年間12冊/毎月1冊）
- 『お誕生号』（初回配布時のみ）
- 『お医者さんにかかるまでに』（初回配布時のみ）
- ※ 月刊『赤ちゃん和妈妈』を1年間継続して読まれた方に、季刊『1・2・3歳』（1年間4冊）を1年間お届けします。

妊娠中の食事の大切さを、バランスのとれた献立例やレシピなどで具体的に紹介している「プレママの食事」（デジタル版）が、このQRコードでご覧いただけます。

プレママの食事



契約保養所

被保険者・被扶養者に、
年度2泊まで1人1泊
3,000円を補助

※乳幼児等で宿泊料金が発生しない場合や食事代のみ場合は、補助金はありません。

一般契約保養所

利用方法

- ① 契約保養所に直接、予約申込をし、「デパート健康保険組合の加入者である」旨をお伝えください。
- ② 予約が取れましたら、ただちに『契約保養所申込・利用書』を当健保組合本部施設課に提出し、承認印が押された『契約保養所申込・利用書』の交付を受けてください。
- ③ 『契約保養所申込・利用書』を契約保養所へ提出してください。加入者は、利用補助金を差し引いた料金で利用できます。

注意

利用当日は『契約保養所申込・利用書』を契約保養所のフロントへ必ず提出してください。提出がない場合は、当健保組合からの補助は受けられません。キャンセルの際は契約保養所と当健保組合へ必ず連絡してください。

JTB 契約保養所

利用方法

- ① JTB支店（JTB総合提携店を含む）に直接、予約申込をし、「JTB契約保養所システムを利用する」旨をお伝えください。
 - ② 予約が取れましたら、『JTB契約保養所（宿泊）利用申込書』を当健保組合本部施設課に提出し、承認印が押された『利用申込書』の交付を受けてください。事業所経由で予約申込者あてに送付されます。
 - ③ 『利用申込書』をJTB支店に提出し、利用者負担額をお支払いください。加入者は、利用補助金を差し引いた料金で利用できます。
 - ④ JTB支店から渡される「旅行クーポン券」を宿泊施設に提出してください。
- ※「JTB契約保養所」は、直接、JTB支店窓口でお手続きください。インターネットでのお手続きはできません。

インターネット契約保養所システム（たびゲーター）

「宿泊のみ」プランに加え、「国内航空券＋宿泊」プランが加わりました。補助金申請から宿泊施設の予約・支払まで、インターネット上でお手続きで

きます。

※現地支払いも可能です。

利用方法

- ① 当健保組合ホームページから専用サイトへアクセスし、利用日・宿泊施設を選び、専用サイトから補助金申請をしてください。

注意

この時点で宿泊施設の予約はしないでください。

- ② 当健保組合で補助金申請が承認されると、①で登録したメールアドレスあてに、たびゲーターから「割引クーポン」が送信されます。

- ③ 受信したメールに記載の予約方法にしたがい宿泊施設の予約をしてください。予約の際に、②の「割引クーポン」に記載された「クーポンコード」と「パスワード」を入力し、クーポン金額を差し引いた旅行代金をお支払いください。

注意

補助金は、インターネット契約保養所システムの専用サイトから予約したものに限り、利用日以後は、「割引クーポン」の取消はできません。



宿泊のみ



国内航空券＋宿泊

健康保険組合共同利用保養所

他の健保組合の保養所を、割安な料金で利用することができます。デパート健保組合の加入者であることを伝え、各健保組合に直接お申込みください。また、利用に関する詳細につきましては、各健保組合（保養所）によって異なりますので、ご予約の際にご確認ください。

※健保組合からの補助金はありません。

一般契約保養所、健康保険組合共同利用保養所の施設一覧は、当健保組合ホームページをご覧ください。

病気などのいざというときに、 健保組合が給付でサポート

みなさまが仕事以外で病気やけがをしたとき、また、出産されたり亡くなられたとき、健保組合は保険給付でみなさまの生活をサポートしています。これにプラスして当健保組合独自の給付も行っています。

種別	対象		概要
	被保険者	被扶養者	
■病気やけがをしたとき			
療養の給付	●	●	かかった医療費のうち原則7割が支給されます。
高額療養費	●	●	1ヵ月の医療費自己負担分が、所得に応じて定められた額を超えたとき、超えた分が支給されます。
訪問看護療養費	●	●	医師の指示により訪問看護・介護サービスを受けたとき、厚生労働省が定める基準額の7割が支給されます。
移送費	●	●	健保組合が認めた場合に限り、移送に要した実費が支給されます。
高額介護合算療養費	●	●	1年間に医療と介護にかかった自己負担の合計額が、自己負担限度額を超えたとき、超えた額を医療にかかった比率に応じて支給されます。
療養費	●	●	医療機関で医療費をいったん全額を立て替え払いした（保険証が使えなかった場合など）あとで、健保組合に請求すれば、保険の範囲の費用が支給されます。
傷病手当金	●		病気やけがのため仕事を休み給料をもらえないとき、1日につき直近12ヵ月間の標準報酬月額平均額÷30×3分の2相当額が最長1年6ヵ月間支給されます。
入院時食事療養費・ 入院時生活療養費	●	●	入院時、1日3食を限度に、1食につき460円を超えた額が支給されます（入院時食事療養費）。65～74歳の高齢者が療養病床に入院時、1食につき460円・居住費370円を超えた額が支給されます（入院時生活療養費）。
保険外併用療養費	●	●	個室に入院したり高度な医療を受けるとき、保険外の部分を自己負担すれば、それ以外の検査や入院などの部分には健康保険が適用されます。
一部負担還元金・ 家族療養費付加金 当健保組合独自のプラスの給付	●	●	自己負担額（1ヵ月、1件ごと。高額療養費は除く）から3万5,000円を控除した額。
訪問看護療養費付加金 当健保組合独自のプラスの給付	●	●	1ヵ月の自己負担額（高額療養費は除く）から3万5,000円を控除した額。
合算高額療養費付加金 当健保組合独自のプラスの給付	●	●	合算高額療養費の支給を受けるとき、自己負担額の合計額（合算高額療養費は除く）から1件につき3万5,000円を控除した額。
■出産したとき			
出産手当金	●		出産のため仕事を休み給料をもらえないとき、1日につき直近12ヵ月間の標準報酬月額平均額÷30×3分の2相当額が支給されます。
出産育児一時金	●	●	1児につき42万円が支給されます。
■死亡したとき			
埋葬料（費）	●	●	5万円が支給されます。
埋葬料付加金 当健保組合独自のプラスの給付	●	●	一律2万円が支給されます。

各種給付にあたっては、適用とならない場合や条件などがありますので、
詳細は必ず当健保組合ホームページをご覧ください。

デパート健保

検索



一部負担還元金、家族療養費付加金等（付加給付）の 取り扱いについて

みなさまが医療機関の窓口で支払いが高額になった場合、当健保組合から一部負担還元金、家族療養費付加金等の付加給付を支給しています。

一方、自治体では、障害のある方やひとり親家庭の方などを対象に「医療費助成制度」を実施しています。また、病気によっては公費の助成が受けられる場合があります。

あります。

当健保組合では規約の改正を行い、このような場合については、自治体や公費からの助成を優先とすることとしました。

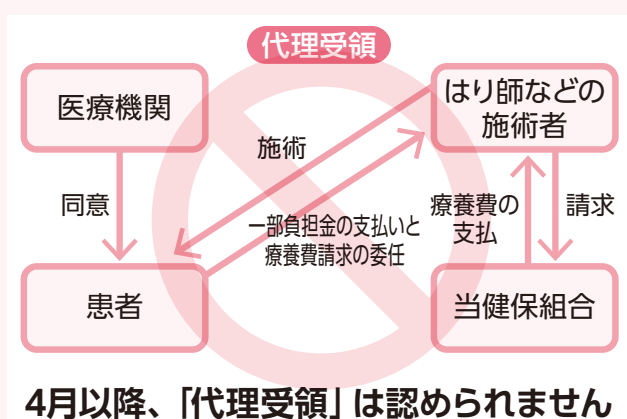
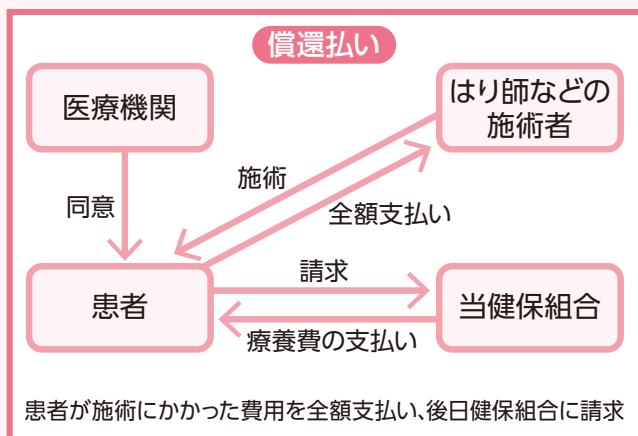
該当する方は、まずお住まいの市区町村にご相談ください。

はり師・きゅう師およびあん摩マッサージ指圧師の 施術に係る療養費の支払い方法について

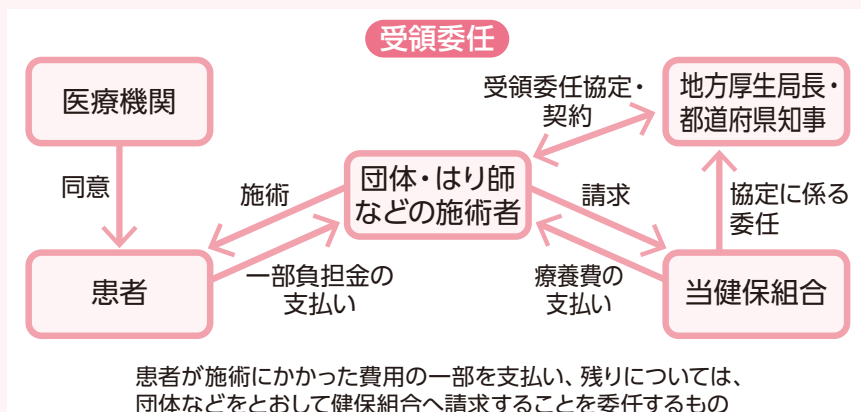
医師の同意により、はり師・きゅう師およびあん摩マッサージ指圧師の施術を受けた場合の療養費の支払い方法について、平成31年1月より「受領委任制度」※1が導入されました。これにともない、健保組合では「受領委任制度」「償還払い」※2のいずれかを選択、公表することになり、当健保組合においては先日の組合会において「償還払い」とすることを決定しました。

※1 健保組合・はり師などの施術者・行政の三者協定・契約にもとづいて、施術者が健保組合に施術にかかった療養費（費用）を請求。

※2 施術にかかった療養費（費用）を患者がいったん全額を施術者に支払い、領収書等を健保組合に提出し、療養費の支給を申請。



**当健保組合では
この方法を採用**



i ご家族が就職されたときなどは「被扶養者異動届」の提出を

就職して新生活が始まるときなど、下記のようなケースは被扶養者でなくなります。必ず当健保組合に届け出を行い、保険証も返却していただきますようお願いいたします。「被扶養者異動届」の用紙は、当健保組合のホームページからダウンロードも可能です。

被扶養者が就職（パート、短時間勤務等含む）して、勤め先の健康保険の被保険者になったとき

配偶者と離婚したとき

被扶養者が75歳を迎えた（後期高齢者）とき（65～74歳の一定の障害がある方を含む）

被扶養者が亡くなったとき

扶養していた父母が他の兄弟などに扶養されることになったとき

被扶養者がパートなどの仕事を始め、被扶養者*の範囲を超える収入を得たとき

* 被扶養者として認められる収入は、年収が130万円未満〔月額10万8,334円未満。60歳以上または障害者の場合は180万円未満（月額15万円未満）〕で、かつ被保険者の年収の1/2未満の場合です。

これら以外にも、平成28年10月より社会保険の適用拡大によって被保険者になった方や、年金受給開始時、失業給付受給開始時に収入の範囲を超える方は届出が必要です。

詳細はホームページでご確認ください。

本誌を読んでクイズにチャレンジ

問題 ①～⑤の問題をそれぞれ解いて
お答えください

- ① 薬代の自己負担の軽減額がわかる『○○○○○○○医薬品使用促進のお知らせ』が年2回、対象者へ郵送されます。
- ② 割安料金で利用できる保養所には、当健保組合が運営する○○保養所のほかに、一般の宿泊施設やJTB、他健保組合の保養所などがあります。
- ③ あんまやはり、マッサージなどで施術を受けた場合、その費用をいったん全額を支払い、その後、健保組合に費用を請求するしくみを○○○○といひます。
- ④ 平成31年度の当健保組合の被保険者1人当たりの医療費（保険給付費）は○円です。
- ⑤ 当健保組合の脳ドックの費用補助額（上限額）は○円です。

賞品は選択制です！ どちらでも応募ください。

東京ディズニーリゾートパークチケット（1日無料パスポートペア券）、もしくは直営保養所無料宿泊券〔平成32年2月末日まで有効宿泊券を1組4名様まで〕を合計10組様にプレゼント！

Relax Corner

応募資格 当健保組合の被保険者および被扶養者

応募方法 通常はがきまたはFAXにて受け付けます。クイズの解答を記入のうえ、希望賞品、郵便番号、住所、氏名、電話番号、保険証の記号・番号、勤務先の事業所名を明記し、ご応募ください。

応募先 はがき 〒103-0023
東京都中央区日本橋本町1-6-1
丸柏ビル9階
デパート健康保険組合「クイズ」係
FAX 03-3246-1558 「クイズ」係

締切日 平成31年5月10日（金）必着

賞品・当選者 5問全部正解された方には、左記賞品のどちらか一つをプレゼントします。はがきに必ずどちらの賞品を希望するか明記してください。

正解者多数の場合は厳正な抽選を行い、当選者10組の方を決定いたします。なお、発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

当健保組合では、クイズ応募に際して収集した個人情報、クイズの抽選および賞品の発送の目的にのみ利用いたします。

257号正解 風邪予防

デパート健保共済会からのお知らせ

当共済会では、アフラックの「がん保険」「医療保険」を、
集団料率の保険料にてご案内しております。

- がん保険は、「デパート健保共済会オリジナルがん保険」をご案内しております。
- 健保の被保険者本人が保険契約者となることで、本人およびご家族（2親等以内）も集団割引の保険料が適用されます。
- アフラックの「がん保険」「医療保険」に個別取扱（月払）でご加入済みの方は、当共済会の集団割引に変更できます。

＜保険に関するお問合せ先＞ ☎ 0120-86-7711
募集代理店 インケア株式会社 平日 9:00～17:00（携帯電話可）

i 健康経営に取り組みませんか？

健康経営とは、企業（経営者）がリーダーとなって、従業員が健康づくりに積極的に取り組むことをいいます。

健康保険組合連合会東京連合会は、所定の成果を上げた事業所に対して、「健康優良企業」として認定しています。当健保組合では下記の加入事業所が認定（「銀の認定」）を受けています。

- (株)ワイズマート
- (株)千葉薬品
- (株)クスリのマルエ

また、経済産業省・厚生労働省などが認定する制度「健康経営優良法人2019」において、当健保組合の下記の事業所が認定を受けました。

- 大規模法人部門 (株)ヤオコー
- 中小規模法人部門 (株)杏林堂薬局

当健保組合では、健康経営に取り組む事業所をサポートしていますので、どうぞお問い合わせください。

i 医療機関等からもらう「明細書」「領収書」を確認しましょう

みなさまが受診した際、医療機関や薬局から明細書、領収書が発行されていますが、それを確認・保管していますか？

明細書には、診療内容や薬剤名など医療費の計算の基礎となった項目が記載されています。これはみなさまが受けた治療の記録であり、今後の治療、医療費節減に役立つ情報でもあります。

明細書、領収書を確認・保管することのメリット

- どのような診療を受けたかがわかり、明細書を保管しておけば受診の記録になります
- 診療内容を把握することで、治療に対する患者の意識が高まり、医師と患者が一体となって治療に取り組みます
- どのような診療にいくらかかったのかを確認できるので、医療費のコスト意識につながります

i ジェネリック医薬品の『お知らせ』を送付します

当健保組合では、現在服用している薬をジェネリック医薬品に切り替えることによって自己負担の軽減が見込まれる方を対象に、『ジェネリック医薬品使用促進のお知らせ』（『お知らせ』）を発行しております。この『お知らせ』を、7月に対象者のご自宅あてに発送いたします。

ぜひ、これをご覧になり、切り替えをご検討ください。また、医療機関や薬局で『お知らせ』を提示し、相談されてみるのもいいでしょう。

なお、今回『お知らせ』を初めて受け取られる方には、『ジェネリック医薬品お願いカード』も同封しています。こちらのカードを診察券や処方せんと一緒に提出すると、スムーズに希望を伝えられます。『お願いカード』は当健保組合ホームページからダウンロードも可能です。



事業概況

平成31年 2月

事業所数	285事業所
被保険者数 男	51,661名
女	68,176名
計	119,837名
被扶養者数	50,041名
平均標準報酬月額 男	312,242円
女	183,806円
平均	239,174円
保険料調定額(介護含む)	3,244,835千円
保険給付費	1,765,834千円
法定給付費	1,755,712千円
付加給付費	10,122千円
保健事業費	78,377千円
納付金(介護含む)	1,676,827千円

公 告

互選議員の退職

氏名	所属事業所名	退職年月日
横澤隆啓 氏	(株)さいか屋	平成30年12月23日
南 一生 氏	(株)オギノ	平成31年 2月28日

長い間、組合運営に多大なご尽力をいただきありがとうございました。
今後ますますのご活躍をご祈念申し上げます。

互選議員の就職

氏名	所属事業所名	就職年月日
望月孝之 氏	デパート健康保険組合西日本支部	平成31年1月22日
宮本貴司 氏	(株)さいか屋	平成31年3月18日

互選理事の就任

氏名	所属事業所名	就任年月日
望月孝之 氏	デパート健康保険組合西日本支部	平成31年2月1日

ディズニーハイクに 参加しませんか

8月9日(金)開催

毎年ご好評をいただいているディズニーハイクを今年度も開催いたします。年1回・1日限りの開催となっていますので、ご注意ください。募集人員や参加費については、下記をご覧ください。

●開催日および場所

8月9日(金) 東京ディズニーシー

●参加資格

被保険者、被扶養者

●募集人員

1,500名

※1,500名を超える申込があった場合は、抽選となります。

●参加費

大人(18歳以上) 3,700円

中人(中・高校生) 3,200円

小人(4歳以上小学生以下) 2,400円

※現地までの交通費、駐車場代、飲食代等は自己負担です。

●申込方法

所定の申込用紙にご記入のうえ、郵送にてお申込ください。

※4月2日付、事業所へ開催文書と申込書を送付します。



©Disney

●申込締切

7月3日(水) 健保組合本部必着(申込締切後、抽選)

●当選者、参加費の納付

申込締切後、当選された申込代表者へ、参加人数に応じた参加費の納付書を送付いたします。

参加費納付を確認のうえ、申込代表者へ『ディズニーハイク入園引換券』を送付いたします。開催当日、引き換え時間内にパスポートと交換してください。引き換え時間は午前7:30～午前11:00です。上記時間以外ではパスポートの引き換えができませんので、時間厳守をお願いします。

- ★参加されるグループごとにお申込ください。
- ★落選された方へもその旨通知いたします。
- ★当日、引き換え時に参加者全員分の保険証を確認します。
- ★申込に際して収集した個人情報、申込後の書類送付および連絡の目的のみに利用いたします。

『血管イキイキ・骨げんき教室』を 開催します

9月6日(金)開催

当健保組合の『血管イキイキ・骨げんき教室』に参加しませんか？血管を若々しく保つコツを、当健保組合の保健師がアドバイスいたします。



▲骨密度を測定します



▲血管年齢や血管のつまり具合がわかります

●開催日

9月6日(金)

●時間

①10:30～ ②11:30～
③13:30～ ④14:30～

●会場

健保連東京連合会「ハピネス・ケア四谷」
・JR中央線・総武線「四ッ谷」駅(赤坂口)
下車 徒歩3分
・東京メトロ丸ノ内線・南北線「四ッ谷」駅
(四ッ谷口) 下車 徒歩3分

●対象者

被保険者、被扶養者

●参加費

無料

●申込方法

当健保組合本部施設課健康推進係まで電話(03-3279-5920)またはFAX(03-3241-5115)でお申込ください。

●申込締切

8月23日(金)。申込多数の場合は、抽選によりご本人に通知いたします。

- ★電話申込の場合は、保険証をご用意ください。
- ★FAX申込の場合は氏名、保険証の記号・番号、住所、電話番号、希望時間帯、今までの参加回数を記入してください。