

健保だより

2016
秋

No.113

- 2017年1月から「セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)」が始まります
- 家庭常備薬幹旋のお知らせ
- 第17回「健康ウォーキング大会」開催のお知らせ
- ファミリー健診(特定健診)のご案内
- 保養所だより ラコンテ有馬 秋のおすすめ冬の特別メニュー
- 保健センターだより
- 2016年10月から 短時間労働者に社会保険が適用されます

厚生労働省は、2015年度の国民医療費が過去最大の42.3兆円(見込み)になると公表しました。さらに、高齢化・医療の高度化が医療費高騰の原因になるという分析も公表しています。とくにC型肝炎やがんなどへの高額薬剤が次々に発売され、薬剤費の高騰が著しい状況です。

2017年1月から 「セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)」が始まります

このような背景のもと、薬剤費を少しでも抑えようという動きがあり、従来の医療費控除制度の特例として、2017年1月から新たに「セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)」が施行されることになりました。特定の成分を含んだスイッチOTC医薬品(※)の年間購入額が「合計12,000円」を超えた場合に適用される制度です。

※スイッチOTC(オーバー・ザ・カウンター)医薬品: 医療用から市販用へ転用された医薬品(かぜ薬・胃腸薬・関節痛等の貼付薬 など)

対象となる スイッチOTC医薬品は?

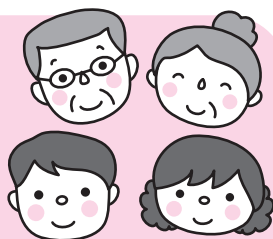
厚生労働省のホームページで、この制度の対象となる具体的なスイッチOTC医薬品を確認することができます。



「セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)について」(厚生労働省)
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

対象となる人は?

健康の維持増進や疾病予防のために、特定健診、予防接種、定期健康診断、健康診断、がん検診を受けていて、対象となるスイッチOTC医薬品を購入した人。



いくら所得控除 されるの?

対象となるスイッチOTC医薬品の年間購入額が1万2,000円を超えると、その超えた部分の金額(上限金額: 8万8,000円、生計を一にしている家族の分も含まれます)が課税所得から控除されます。



注意!

- 従来の医療費控除制度と同時に利用することはできません。購入したスイッチOTC医薬品の代金に係る医療費控除制度については、従来の医療費控除制度とセルフメディケーション税制(医療費控除の特例)のどちらの適用とするか、対象者ご自身で選択することになります。
- 2021年12月31日までの特例となります。

スイッチOTC医薬品を購入した場合のレシート(領収書)は、こまめに保管しておく習慣をつけましょう

ご家族のみなさんとともにお読みください

家庭常備薬軒旋のお知らせ

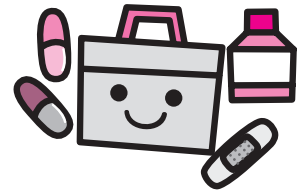
ダイハツ健康保険組合では、疾病予防事業の一環として、家庭常備薬等の軒旋を実施しています。

ご活用いただける商品を豊富に揃え、お求めやすい価格でご用意いたします。

軒旋期間：2016年11月下旬～12月上旬

申込締切日：12月9日（金）

自宅配送：1月中旬



The collage features a large central flyer with the title "家庭常備薬等の軒旋について" (About the rotation of household medicines). It lists various products with their prices, such as "128 さむかハープの香り" (Samuca Harp Scent) for 950 yen, "129 さむかハープの香り" (Samuca Harp Scent) for 950 yen, and "130 さむかハープの香り" (Samuca Harp Scent) for 950 yen. Other products include "131 さむかハープの香り" (Samuca Harp Scent) for 950 yen, "132 さむかハープの香り" (Samuca Harp Scent) for 950 yen, "133 さむかハープの香り" (Samuca Harp Scent) for 950 yen, and "134 さむかハープの香り" (Samuca Harp Scent) for 950 yen. The flyer also includes a section for "今日の特別企画商品" (Today's Special Plan Products) and "個数制限商品" (Limited Quantity Products).



皆さまへのご案内は
11月下旬に配付予定です

（案内のデザイン等は変更される場合があります）



※表紙に掲載していますように、2017年1月から医療費控除の特例が始まり、今回の軒旋で購入されたOTC医薬品も対象になります。この機会にぜひ、ご購入ください！

第17回

「健康ウォーキング大会」開催のお知らせ!!

開催日：10月30日(日)

募集中!!

申込締切:10月18日!

映画「超高速!参勤交代」のロケ地にもなりました!

情緒あふれる城下町…篠山

江戸時代にタイムスリップ!

昔ながらの武家屋敷や商家の町並みを歩いてみませんか?



篠山城跡を中心に、“やすらぎの城下町ささやま”をご家族や小グループでゆったり楽しく歩いていただく企画となっております。

① 篠山城 大書院



② 武家屋敷安間家史料館



③ 青山歴史村



④ 歴史美術館



江戸期の歴史と文化の素顔に触れましょう!

わが国最古の木造裁判所を改装した美術館です。



①～④
4館共通入館券付き♪

古民家カフェや
雑貨屋さんが
ありますよ!



河原町妻入商家群

当時の武家の
暮らしに触れることが
できますよ!

旧篠山町役場が洋風の
建物に改装されました!
特産品コーナーやレストラン、
黒豆ソフトクリームや
黒豆コーヒーも
テイクアウトOK♪



大正ロマン館

昭和のレトロ感まんざい!
お土産物いっぱい♪



昭和百景館ささやま



篠山の特産品
お土産にどうぞ♪

お昼ご飯(秋彩御膳)付き♪



日頃運動不足の方も観光スポットを
巡って楽しく歩くことができます。
ぜひご参加ください。

★ 参加料無料!! ★

ご案内(申し込み)は、メールまたはチラシ等でお知らせしています。

健保ホームページにも掲載中!!

⇒ <http://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>

お問い合わせ

【外線】072-752-3008

【内線】661-4990

(担当) 徳永・松井

30歳以上のご家族（被扶養者）の皆さまへ

ファミリー健診（特定健診）のご案内

治療より**予防！** 病気の **早期発見**は『健診』から です！

健診を受けて病気等の早期発見に努めましょう！ いつまでも **健康長寿**のために…

各健診コースのご案内

集合契約健診 (40歳以上)

『受診券』を使って、**お近くの医療機関**で受診できます！

最も身近で信頼できるお医者さん、
気軽になんでも相談できるお医者さん、
「**かかりつけ医**」をお持ちですか？



こんな **メリット** が…

- ・ 受診手続きが簡単
- ・ 身近で気軽な相談がいつでもできる
- ・ 健康状態を把握 してくれ、もしもの時に
素早い対応をしてくれる
- ・ 健康管理のアドバイスをもらえる

手軽受診

特定健康診査受診券

「**かかりつけ医**」を持って、ぜひ健診を毎年受けましょう！！

★ 健診を受けるには「受診券」が必要です。

3月下旬の「2016 年度 健康診断案内」で『特定健康診査受診券』を同封しておりますのでご活用ください。

★ お手許にない方は**気軽に**
お申し出ください。
発行いたします。

申込方法

① お近くの医療機関
に、「受診券」使用
で健診が受けられ
るかご確認ください

➡ ② 予約を
入れる

➡ ③ 「受診券」と保険証
を持って受診する

ダイハツ 保健センター



受診枠も残りわずかとなりました！

健 診 日：第1・4木曜日（1月は休み）

健診時間：9:00～10:40の間で10分ごとに
予約をお取りします。

受診時間は**30分程度**で終わります。
お電話一本で申込完了！



(近畿地区) 巡回健診



健診と同じ日に、オプションで…
乳がん・子宮がん検診 も受けられます!(有料)

乳がん検診

マンモグラフィ・乳房超音波検査

★初めての方でも検査への不安が
無いよう女性の技師がサポート!



子宮がん検診

子宮細胞診検査

★婦人科へ行くのに抵抗のある方でも
健康診断といっしょに受けられます。



健診バスがやってきて
健診を行います

近畿地区の **ホテル** や
公共施設 などの
会場で実施!

会場・日程も選べ、
「申込書」を送付
するだけ!



まだ申込は可能です!
ぜひ受けてください

「巡回健診日程一覧」(ホームページ 参照)よりご希望の会場・日程を選び、「巡回健診申込書」にご記入後送付ください。
送付先: (委託機関) 京都工場保健会 (「2016年度 健康診断案内」に同封の返信用封筒をご利用ください)

(東京地区) 巡回健診

(委託機関) 株式会社あまの創健 へお申し込みください。
(TEL) 052-930-8071 (受付時間) 9:00~16:00

各健診コース詳細は、「2016年度 健康診断案内」をご覧ください。
ホームページにも掲載しております ⇒ <http://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>

お願い!

◆パート先等で健康診断を受けた方は「健診結果コピー」を健保へご提出ください。
※国への報告に必要です。ご提出よろしくお願いします。

《お問い合わせ先》 ダイハツ健康保険組合 (担当: 徳永) 【外線】 072-752-3008 【内線】 661-4990

電話による健康相談

24時間年中無休

メンタルヘルスカウンセリング

月~土曜日 午前10時~午後10時

専用番号

0120-921420

(ダイハツ健保組合員に限りです)

携帯電話もOK!

相談料・通話料無料

プライバシーは厳守

このようなことでお悩みのとき…

- 夜中に子どもが高熱を出した
- 休日にけがをしてしまった
- なかなかよくなりないので、別の病院に行こうかと考えている
- 職場環境の変化になかなか慣れない
- 部下への指導方法に悩んでいる
- 否定的に考えがちな性格に悩んでいる



ラコンテ有馬 秋のおすすめ 冬の特別メニュー

秋のお出かけに有馬の紅葉狩り!冬休みは温泉と限定夕食メニューを堪能ください!

被保険者・被扶養者・皐月会会員(と配偶者)の方は

お一人様(13歳以上・1泊2食付)

宿泊代 **5,000円**~(4名様以上利用)

※フロントで保険証・皐月会会員証の提示が必要となります

以外の方は

優待日にご利用いただくと...

お一人様(13歳以上・1泊2食付)

宿泊代 ~~10,600円~~ → **8,600円**~
(4名様以上利用)でご利用できます

※被保険者、皐月会会員のご紹介が必要となります

秋の
オススメ
☆



有馬・六甲の紅葉

10月下旬~11月が見頃です♪

ラコンテ有馬のご利用者にうれしい特典♪
六甲有馬ロープウェイ特別優待セット

往復版・通常2,120円を → **1,100円**

片道版・通常1,310円は → **700円**で好評販売中!!

(ラコンテ有馬フロントで購入できます♪)



有馬紅葉の名所 瑞宝寺公園

11/2(水)・3(木)に

有馬大茶会を開催☆

Christmas Dinner

昨年のお好評を受けて
今年の冬もクリスマスディナーをご用意しました!!



MENU
前菜
スープ
パスタ
メイン料理
パン
デザート
珈琲または紅茶
(プラス1,020円)

1日限定
30食!!

お子様クリスマスメニュー
が新登場♪

今年は家族で
ラコンテの温泉クリスマス
ゆったり楽しんでみては**

クリスマスメニュー:12/1~25 まで



冬季限定メニュー 大好評! 蟹づくし会席! ぼたん鍋! 蟹鍋!!

初登場! ふぐ鍋! 冬の味覚を心ゆくまでお楽しみください♪



心を込めて調理します。
ぜひご賞味ください!

岸料理長 太鼓判!!
冬の特別メニューをたっぷり
ご堪能ください!!



●蟹づくし会席(プラス1,020円)

12/1~2/28まで

この冬新登場!
●ふぐ鍋(プラス1,020円)

12/1~1/31まで



写真は
イメージです



●蟹鍋(料金アップなし)

(先付・ご飯・香の物・デザート付)

12/1~2/28まで



●ぼたん鍋(プラス820円)

(先付・ご飯・香の物・デザート付)

12/1~1/31まで

ご夕食時のみ提供
鍋料理は2人前より承ります

例年好評!秋の昼食プラン開催予定です★★詳細はホームページにてお知らせします★

ご予約

お問い合わせ

【外線】072-752-3008

【内線】661-4990

【FAX】072-752-7706

担当: 佐藤

★★ホームページをご覧いただける方は★★

健保のいろいろな情報が掲載されていますので、ぜひ、ホームページもご覧ください。

<http://www.kenpo.gr.jp/daiatsu/>



ラコンテ有馬に直接ご連絡いただいても予約はできません。



「息さわやか」に 印象アップの口臭ケア

食欲の秋を向かえ、食事がいつも以上に楽しくなる季節になりました。そこで気になるのがお口の臭い。口臭はお口の中の細菌が作りだすガス、「揮発性硫黄化合物」が“ニオイ”の主な原因です。ケアをし、唾液の分泌をうながしましょう。唾液が十分に分泌されることが、口臭予防の大切な要素になります。

口腔ケア・予防の習慣を！

1 食事はよく噛むこと

やわらかい食べ物ばかりではなく、噛みごたえのある食事に変えることも大切です。



2 食後のケア

唾液を失い、口腔内の酸性化が進むと口臭が起こりやすくなったり虫歯になったりします。それを防ぐためには、水を口に含み舌の上の食べカスをキレイに取り除く、またガムを噛むのも効果的です。



3 効果的な歯磨き

起床直後と、就寝前の歯磨きが効果的です。睡眠中は唾液が分泌されず、口腔内細菌が増えます。



4 舌のケア

歯磨きのあとに舌苔を取り除くのがベスト

- ①舌用の歯ブラシを使用の場合〔奥から手前に4～5回動かします〕
 - ②ガーゼを使用の場合〔濡らしたガーゼを指に巻きつけて前後左右に擦ります〕
- 舌苔を過剰に落とすと、舌を傷つけてしまうので、やりすぎないように注意しましょう。
1日1回あまり気にならない人であれば2日に1回くらいでOK



5 適度な水分を摂る

適度な水分補給により、口腔の乾燥を防ぎ、かつ、唾液分泌の促進を図ることができます。水がおすすめです。



6 口呼吸をやめる

口呼吸は乾燥や、口腔内免疫が低下するので虫歯や歯周病の原因にもなります。



2016年10月から

パート
アルバイト

短時間労働者に社会保険が適用されます

短時間労働者の適用拡大

パートやアルバイト等で働く短時間労働者の方が、次の要件をすべて満たした場合に、10月からはお勤め先で社会保険（健康保険・厚生年金保険）に加入することになりました。

- ① 1週間の所定労働時間が20時間以上
- ② 月額賃金が8.8万円以上（年収106万円以上）
- ③ 勤務期間が1年以上見込まれる
- ④ 学生ではない
- ⑤ 従業員501人以上の企業に勤めている（特定適用事業所）



被扶養者が上記に該当し、お勤め先で新しく健康保険を取得された場合は、ダイハツ健保の被扶養者ではなくなります。その際は、すみやかに手続きをお願いします。

- 健康保険被扶養者異動届
- ダイハツ健保保険証
（扶養から外す方の保険証）
- 新しい健康保険証の写し

各事業所窓口、ダイハツ健保へ
提出してください。

被扶養者数は
健保財政に影響します

健保組合にとって重い負担となっている「納付金」は、被扶養者も含めた加入者数が多いほど増えるしくみです。被扶養者の条件を満たしていない方が加入されていると、健保組合の支出が必要以上に増えてしまうことになります。

● 加入条件を満たさない被扶養者削除の届出をすみやかに行ってください。

「兄・姉」が被扶養者となる場合の条件が変わりました

被保険者の「兄・姉」を被扶養者とする場合、被保険者と同居が条件となっていました、10月からは収入条件を満たしていれば、同居していなくても被扶養者として認定されるようになりました。

扶養確認調査（2016年7月～）

ご協力ありがとうございました



調査対象者 **629人**

扶養に変更が生じた場合は、すみやかにお手続きください。