

健保だより

2016
春

No.111

- 2016年度予算
- 2016年度ファミリー健診のご案内
- 保養所だより
- 第16回「健康ウォーキング大会」開催のお知らせ!!
- 第15回「健康ウォーキング大会」が行われました!
- 2016年4月から医療保険制度が改正されます
- 健保ホームページをリニューアルしました!!
- ご家族の保険証をご確認ください!!
- マイナンバー制度導入に伴い
個人情報保護をより強化します
- 保健センターだより
ウォーキングで身体の中からリフレッシュ!!

2016年度予算

法定納付金が前年度比約6億円増加

2016年度の保険料収入83.2億円、医療費などの保険給付費は42.3億円、高齢者医療制度への法定納付金は48.2億円を見込んでいます。法定納付金は前年度比約6億円増加し、単年度の財政状態を示す経常収支では約9.7億円の赤字となる見込みです。

健康保険組合の財政悪化の要因の一つは、高齢者医療制度への過大な法定納付金です。特に、団塊世代の高齢化に伴い、法定納付金の負担がさらに重くなることは必至です。このような厳しい状況ですが、健康保険組合は皆さまの健康を守り、安心を高めるお手伝いをさらに進めていきます。皆さまにおかれましても、ダイハツ健康保険組合を維持するため、引き続き、事業運営にご理解とご協力をよろしくお願いします。

健康保険

収入 96.4億円



支出 96.4億円

介護保険

収入 6.8億円

●介護保険収入 5.9億円
○繰入金 0.9億円

支出 6.8億円

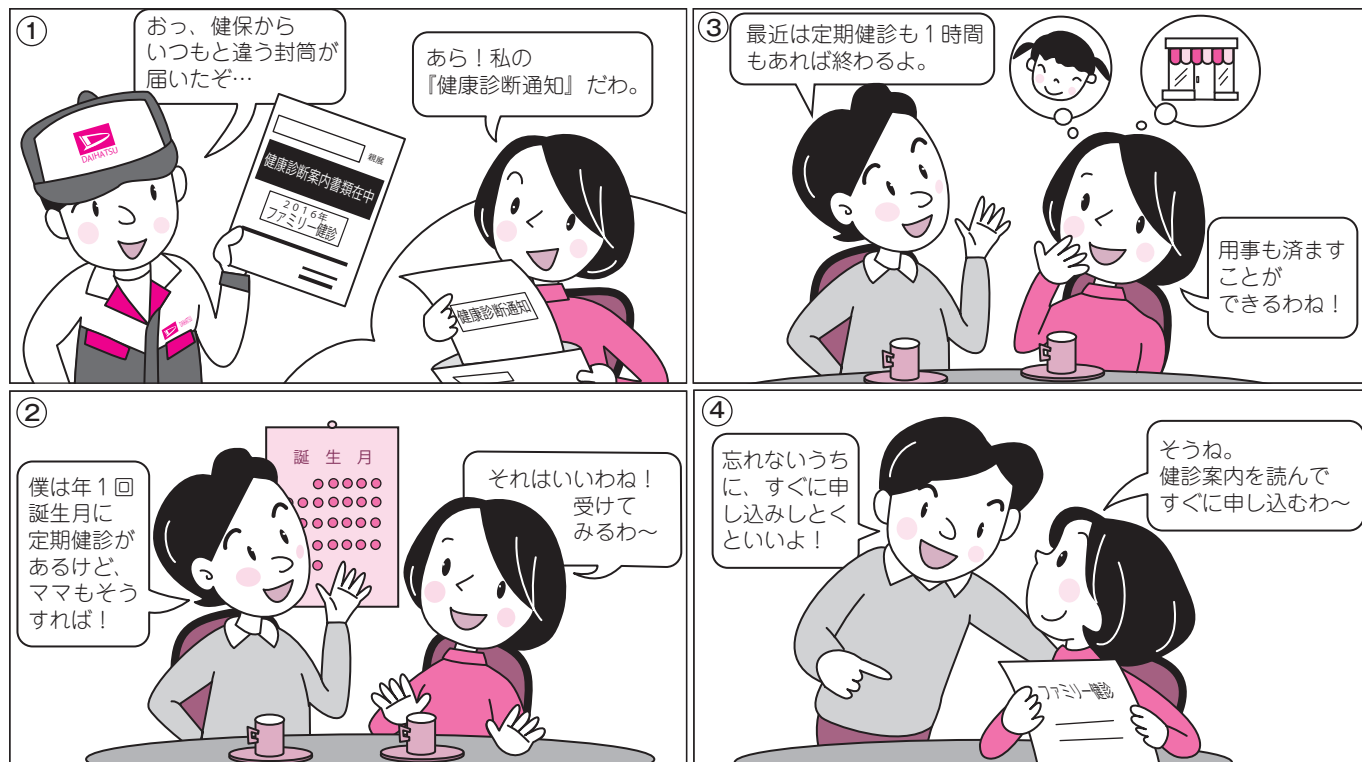
●介護納付金 6.8億円



ご家族のみなさんとともにお読みください

2016年度 ファミリー健診（特定健診）のご案内

4月からご家族の「ファミリー健診」を実施します!!



「ABC検診」が基本項目に含まれ、**全員実施**となります!!



※「ABC検診」は、胃がんの発生リスクを調べるために行います。
血液検査で ピロリ菌の有無、胃粘膜の萎縮度（老化）を検査します。
➔ 異常があれば精密検査（胃カメラ等）を受けましょう。

まだ「ファミリー健診」を受診したことがない方もぜひ、受けましょう!!

➔ 健診案内の詳細は『2016年度健康診断案内』をご確認ください。



健診計画は **お早目に! 5月末まで** にお申し込みください。

お願い!

パート先で受けられた方は「**健診結果コピー**」を**健保へご提出**ください。

※健診日：2015年4月～2016年3月のは至急（4月末までに）提出、2016年4月以降のものは受診後提出してください。
※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】 【外線】 072-752-3008 【内線】 661-4990 （担当）：徳永

保養所だより

ラコンテ有馬でのんびり リフレッシュしませんか♪

保養所ならではの！お得に宿泊できます♪

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）

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

左記以外の方は

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）

~~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

露天風呂は有馬の名湯 **金泉** でゆったり 日々の疲れを癒します

お食事はラコンテ有馬名物 **しゃぶしゃぶ** のほか、各種鍋もご用意♪

また、季節の素材を使用した **月替わり会席** も好評です♪

食事のあとには **カラオケや麻雀** で楽しいひと時をお過ごしいただけます
（食事・施設は事前申し込みが必要です）



有馬でガラス作品体験 のご紹介

ガラスアクセサリー体験★ステンドグラス教室★サンドブラストコップ製作★

などのアートワーク体験 ができる♪

有馬温泉街内にあるアートギャラリーで世界に1つだけのオリジナルガラス作品を作ってみませんか？

体験は前日までにお電話にて直接ご予約ください

当日の体験は空きがあれば可能ですのでお電話にて確認ください

**ROSE GLASS GALLERY
ARIMA KOBE**

公式サイトURL : <http://glass-japan.jp>

お問い合わせ・ご予約は 078-907-5300 〒651-1401神戸市北区有馬町1353-4
（ギャラリーへ直接ご予約ください）

※ラコンテ有馬発行の優待チケット持参で体験料金10%OFF

ギャラリーの講師によるガラス工芸教室を企業年金会館にて開講中です♪

詳しくは 072-752-7557 ダイハツ企業年金基金会館までお問い合わせください



春の昼食プランも開催いたします!! 詳細はホームページをご覧ください★

ご予約
お問い合わせ

【外線】072-752-3008 【FAX】072-752-7706

【内線】661-4990 担当:佐藤

★★ホームページをご覧ください★★

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/daihatsu/>

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。

第16回

『健康ウォーキング大会』開催のお知らせ!!

都会の中の自然… **万博記念公園**を歩いてみませんか?

“EXPO’70パビリオン” & “EXPOCITY”へ行こう!

ご家族や小グループで楽しみながら歩く企画となっております。
当日は楽しいイベントがいっぱい♪



大阪万博“特別展”
開催中!
入館券付き♪



“桜まつり”開催中!
露店もあるよ♪



展望タワー

緑と絶景が広がる
園内の**空中散歩**が
楽しめます(^^)♪

参加費無料!!
お弁当付き♪

※お帰りは、
「EXPOCITY」へ
どうぞ♪



“全国大陶器市”
開催中!
「お宝」に出会う
かも…♪



開催日:4月9日(土)

ご案内は、健保ホームページに掲載中!!
⇒ <http://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>

【お問い合わせ先】

〔外線〕072-752-3008

〔内線〕661-4990

(担当) 徳永・松井

第15回『健康ウォーキング大会』が行われました!

皆さまの『健康づくり』のきっかけとしていただくために、10月31日(土)
第15回健康ウォーキング大会を開催しました。

当日は快晴! **333名(159家族)**、前回に続き多数の参加となりました!

法隆寺など(奈良斑鳩の里)を歩いていただきました。

法隆寺駅前



(朝の受付風景) さあ、歩くぞ!!



藤ノ木古墳

この日は石室内の特別公開! ラッキー!
古代史ファンにはたまりません(笑)

日本最古の
五重塔
風格たっぷり
でした!



法隆寺境内は歩きごたえが
あるなあ

最終ゴールまで約9km! お疲れさまでした
次回もご家族・グループでのご参加お待ちしております

2016年4月から 医療保険制度が改正されます

負担の公平化、持続可能な医療保険制度の構築をめざして、2016年4月から医療保険制度が改正されます。

被保険者のご家族のみなさんに直接関係するものは次のとおりです。



● 入院時の食事代の引き上げ

入院と在宅療養の負担の公平を図る観点から、在宅療養でも負担する費用として、食材費相当額に加え、調理費相当額の負担も求めることになります（住民税非課税者等の低所得者などは据え置き）。

【2015年度まで】 260円

【2016年度から】 360円

【2018年度から】 460円

● 紹介状なしで 大病院を受診する場合の 追加負担の導入

紹介状なしで特定機能病院および500床以上の病院を受診する場合には、救急時などを除き、原則として、一定額の追加負担（初診で**5,000円以上**、再診で**2,500円以上**）をすることが義務づけられます。

● 標準報酬月額の上限の 引き上げ

【2015年度まで】 上限121万円（全47等級）

【2016年度から】 上限**139万円**（全**50等級**）

※標準賞与額もあわせて見直され、年間上限額が540万円から**573万円**に引き上げられます。

● 一般保険料率の上限の 引き上げ

【2015年度まで】 12%

【2016年度から】 **13%**

〈参考〉現在（D健保 9.4%
協会けんぽ 10.0%）



● 傷病手当金・出産手当金の算定方法の見直し

【2015年度まで】 標準報酬月額÷30の3分の2

【2016年度から】 ●被保険者期間が**1年以上の場合**

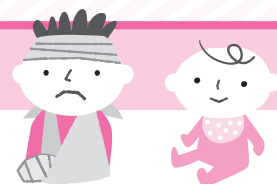
支給開始月を含む直近12カ月の各月の標準報酬月額を平均した額÷30の3分の2

●被保険者期間が**1年未満の場合**

① 被保険者の直近の継続した各月の標準報酬月額を平均した額

② 加入している健保組合の標準報酬月額を平均した額

①か②のいずれか少ない額÷30の3分の2



● 患者申出療養を創設

患者からの申出に基づいた新しい保険外併用療養のしくみ**患者申出療養**が創設されます。

※国内未承認の医薬品などを迅速に保険外併用療養として使用したいという患者のニーズに応える改正となります。これにより申出から承認までの期間が、現在の6～7カ月から6週間（前例がある医療の場合は2週間）に短縮されます。

● 後期高齢者支援金の 全面総報酬割の導入

【2015年度まで】 2分の1総報酬割

【2016年度から】 **3分の2総報酬割**

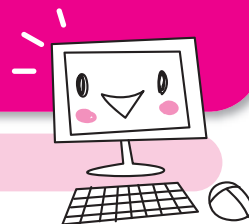
【2017年度から】 **全面総報酬割**



健保ホームページをリニューアルしました!!

健康づくり（健診案内など）・保養所・こんなときどうする？等
健保事業をわかりやすく掲載しておりますので、ご覧ください。

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



2016年度 保健事業年間スケジュール

健康保険組合は、皆さまの健康づくりのためいろいろな保健事業を実施しています。

2016年度は下記のような事業計画を予定していますので、ぜひお役立てください。

個々の詳細は、個別に配付する案内やメール等でお知らせしますが、**健保ホームページ**でもご覧ください。

事業	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ファミリー健診	お住まいの近くの医療機関											
	保健センター											
	近畿地区巡回健診											
	滋賀地区（地区健診）											
	東京地区巡回健診											
人間ドック												
子宮がん検診補助												
歯科健診												
健康ウォーキング大会												
家庭常備薬斡旋							申込期間		配送			
電話健康相談												
健保だより												

保養所ラコンテ有馬				鯉（はも）鍋				蟹（カニ）鍋		
								ぼたん鍋		

忘れずに!

ご家族の **保険証** を確認ください!!

ご家族の方で、**結婚・就職**により新しい保険証を取得した方はいませんか?

下記①～⑤の場合は健康保険の扶養取消し手続きを!(保険証を返却ください)

- ①就職・結婚し新しい保険証を持っている。
- ②収入基準をオーバーした。
60歳未満（年収130万円 月収108,000円）
60歳以上（年収180万円 月収150,000円）
- ③雇用保険の受給を開始する。
- ④死亡・離婚した。
- ⑤別居家族への仕送りをやめた。

手続方法

- 健康保険被扶養者異動届
- ダイハツ保険証
(扶養から外す方の保険証)



各事業所窓口、健保組合へ
事由発生から5日以内に提出
してください。



今年度も扶養確認調査を実施します!



マイナンバー制度導入に伴い 個人情報保護をより強化します

昨年10月からマイナンバーの通知が始まりました。民間企業においては、従業員の健康保険や厚生年金保険の加入手続きや源泉徴収手続きに個人番号が必要となります。そのため、企業にお勤めの方は、勤務先にご本人やご家族の個人番号を提示する必要があります。

また、2017年1月以降、行政機関など情報保有機関の間で情報照会や提供を行う「情報連携」が開始されます（健康保険組合では、2017年7月以降に情報連携が開始される予定です）。

当健康保険組合でも情報連携に向け、被保険者と被扶養者の方のマイナンバーの収集をする必要があります。現在、その準備を進めていますが、収集にあたり、個人情報保護を強化していきます。



写真はイメージです

当健康保険組合は、適用および保険給付、保険料等の徴収関係事務などでマイナンバーを取り扱いますが、それが個人のプライバシー等権利・利益に影響を及ぼしかねないことを十分認識し、マイナンバーの漏えい、その他の事態が発生しないように適切な措置を講じます。

今回、「情報セキュリティ基本方針」を新設し、個人情報を利用する医療保険者としての信頼感と安心感の向上を図ります。具体的には「個人情報保護管理規程」「機密文書管理規程」や「システム等運用管理規程」、「役職員等の個人情報に関する規程」などを作成・遵守し、健康保険組合が保有する個人情報保護の徹底を図ります。皆さまには当健康保険組合のホームページで取り組み状況を公開しますので、ご確認ください。



ウォーキングで 身体の中から リフレッシュ!!



春。皆さんにとってはどんな季節ですか？

春はいろんな変化の季節です。

気温の変化、人との出会いや別れの変化、昇格や進級など立場の変化 などなど
身体も心も、変化とストレスを感じやすい時期です。

そんな時には、身体からリフレッシュスイッチ押してみませんか？

ウォーキングには、

- ① 肥満改善
- ② 筋力維持
- ③ 糖尿病などの生活習慣改善
- ④ 骨粗しょう症予防
- ⑤ 動脈硬化予防
- ⑥ ストレス解消
- ⑦ うつ病予防
- ⑧ 認知症予防

などなど、たくさんの効果があるのです。

ぜひ、暖かくなってきたこの時期にいつもより少し歩くことを意識して生活してみませんか？

では、どうやって歩く時間を増やせるでしょうか？

まずは、【1日1,000歩増やしてみる】
【10分歩く時間を増やしてみる】など、
できそうだなと思う、時間と方法から
楽しみながらやってみてください。



1 近場へは歩いて行く

自転車や車で行っていた場所も、歩いてみることで新しい発見があるかもしれません。



2 日頃から、運動靴や歩きやすい靴を履くようにする

歩くために、靴は欠かせないアイテムです。
高いヒールや革靴など、歩きにくい靴だとつい歩くことが億劫になってしまいます。
すぐ履けるように玄関に常に運動靴を出しておくこともおすすめです。



3 万歩計をつけてみる

歩くためにも、目的や目安があるといいですね。
万歩計で日頃の歩数を確認してみてください。
目標は1日1万歩!!



4 楽しい目的地を作る

春は、目でも楽しめる綺麗な季節です。
歩く先にある、目的地があるとより楽しめます。

