

健保だより



◆マツムシソウ

おもな内容

平成 28 年度決算がまとまりました／整骨院・接骨院の正しいかかり方／家に「残薬」はありませんか？／たばこを吸うとストレス解消になるのですか？／公告／健保ポナンザ

第113号

2017・9

平成28年度決算がまとまりました

納付金が一時的に大幅減となり 経常収支差引額は黒字に!

平成28年度の事業報告と収入支出決算が7月24日に開催された組合会において承認されましたので、ご報告いたします。

※金額、割合の合計は、四捨五入の関係で合わない場合があります。

一般勘定	収入総額	32億562万5千円
	支出総額	27億8,290万1千円
	収支差引額	4億2,272万4千円
	経常収支差引額	3億7,607万9千円

一般勘定

収入 保険料は対予算比1億1,083万9千円増

一般保険料率は前年度同様1000分の92に据え置きました。保険料は、平均標準報酬月額が予算に比較して減少したものの賞与支給額が増加し

たことにより、対予算比1億1,083万9千円増の31億1,124万6千円となりました。

支出 納付金は保険料の32.6%を占め、依然として健保財政を圧迫

保険給付費は、対前年度決算比3,174万8千円減の15億4,041万7千円となりました。

また、納付金は対前年度決算比3億492万1千円減の10億1,581万4千円となりましたが、保険料に占める割合は32.6%と、依然として健保財政を圧迫しています。

保健事業費は、事業所の協力を得て特定保健指導ならびに疾病の重症化予防事業を行い、対前年度決算比2,181万6千円増の1億1,148万3千円

となりました。

平成28年度の決算は、納付金の大幅減が大きな要因となり経常収支差引額が3億7,607万9千円の黒字となりました。しかし、納付金の大幅な減少は一時的なものですので、健保財政は今後も厳しくなることが予想されています。引き続き財政健全化に向けて努力してまいりますので、皆様には医療費節減にご理解、ご協力をお願いいたします。

平成28年度収入支出決算概要表

一般勘定

収入

科目	決算額(千円)	被保険者1人当たり額(円)	割合(%)
保険料	3,111,246	491,897	97.1
国庫負担金収入	1,281	203	0.0
調整保険料収入	40,273	6,367	1.3
国庫補助金収入	1,105	175	0.0
財政調整事業交付金	46,612	7,369	1.5
雑収入	5,108	808	0.2
合計	3,205,625	506,818	100.0
経常収入合計	3,118,741	493,082	—

■決算残金処分内訳

平成28年度の決算残金処分は、次のとおりとなりました。

別途積立金	422,690千円
財政調整事業繰越金	34千円
計	422,724千円

支出

科目	決算額(千円)	被保険者1人当たり額(円)	割合(%)
事務費	72,200	11,415	2.6
保険給付費	1,540,417	243,544	55.4
法定給付費	1,511,861	239,029	54.3
付加給付費	28,556	4,515	1.0
納付金	1,015,814	160,603	36.5
前期高齢者納付金	352,116	55,671	12.7
後期高齢者支援金	617,141	97,572	22.2
病床転換支援金	4	1	0.0
退職者給付拠出金	46,536	7,357	1.7
老人保健拠出金	17	3	0.0
保健事業費	111,483	17,626	4.0
還付金	117	18	—
財政調整事業拠出金	40,237	6,362	1.5
連合会費	2,506	396	—
雑支出	127	20	—
合計	2,782,901	439,984	100.0
経常支出合計	2,742,662	433,622	—

介護勘定

収入

科目	決算額(千円)	第2号被保険者等1人当たり額(円)	割合(%)
介護保険収入	305,285	81,890	95.0
繰入金	16,000	4,292	5.0
合計	321,285	86,182	100.0

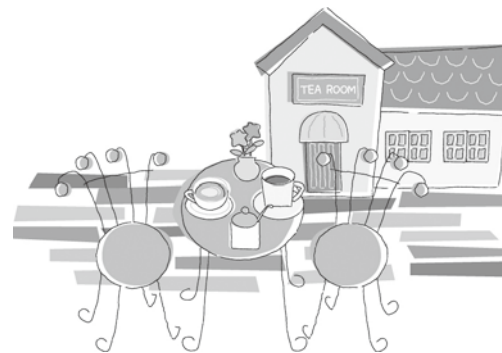
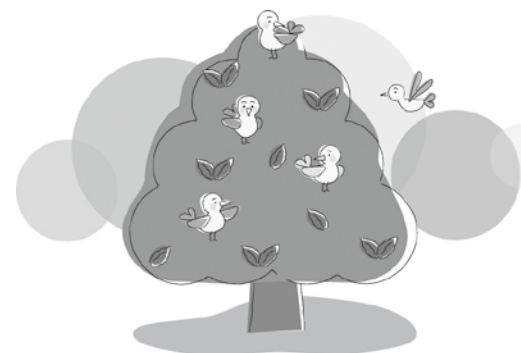
■決算残金処分内訳

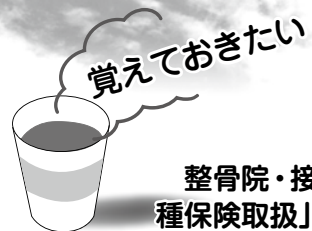
平成28年度の決算残金処分は、次のとおりとなりました。

準備金	16,387千円
計	16,387千円

支出

科目	決算額(千円)	第2号被保険者等1人当たり額(円)	割合(%)
介護納付金	304,898	81,786	100.0
合計	304,898	81,786	100.0





整骨院・接骨院の正しいかかり方

整骨院・接骨院に病院と同じ感覚でかかっていませんか？ 実は、看板に「各種保険取扱」と書かれていても、健康保険が使えるケースは限られているのです。

整骨院・接骨院

Q & A

次のケースは健康保険が使えるのでしょうか？

Q. 筋肉痛、肩こり、筋肉疲労で、整骨院に行きました。

A. スポーツによる筋肉痛、肩こり、筋肉疲労に健康保険は使えません。また、過去のけがや事故の後遺症などにも健康保険は使えません。



Q. 整形外科に通院中ですが、早く治したいので整骨院にも行きました。

A. 病院で受診している場合、重複して整骨院・接骨院で健康保険を使うことはできません。



Q. 仕事の帰りに駅の階段でねんざしてしまい、すぐ近くの整骨院にかかりました。

A. 通勤中・業務中のけがは健康保険ではなく、労災保険の扱いとなります。



ご注意ください！ こんな場合は健康保険が使えません！（全額自己負担になります）

次のような場合は、整骨院・接骨院では健康保険が使えません。もし、仮に「健康保険が使える」と説明を受けても、後日、施術費の全額または一部の返還を求められることがあります。

- ・日常生活による慢性的な肩こりや筋肉疲労
- ・マッサージ代わりの利用
- ・スポーツによる筋肉痛、肩こり、筋肉疲労
- ・病気（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど）からくる痛み・こり
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・過去の交通事故等による後遺症
- ・症状の改善のみられない長期の治療
- ・医師の同意のない骨折や脱臼の治療（応急処置を除く）
- ・仕事や通勤途中におきた負傷（労災保険が適用されます）

整骨院・接骨院に正しくかかるための4 STEPS

STEP 1 整骨院・接骨院に入る前に…

不適切な看板・広告ではないか確認
肩こり・マッサージなどの表記は認められていません。あった場合は柔道整復師法違反です。

STEP 2 施術前に…

負傷原因・症状を具体的に伝える
健康保険の対象が見極めるため、**負傷の原因・症状は具体的に伝える必要があります。**

STEP 3 施術後に…

白紙の「療養費支給申請書」には絶対にサインをしない
負傷名・日付・金額等をよく確認したうえで、**必ず自分で氏名等を記入**します。

STEP 4 会計のときに…

領収書をもらったら内容を**確認し、必ず保管**
後日、**医療費通知**が届いたら、**通知の内容と領収書の内容が異なっていないか確認**します。

長引く痛みは要注意！

3カ月以上症状が改善されない方は…
内科・整形外科などの受診をオススメします。



医師による治療が必要な傷病の可能性もあります。長期間整骨院・接骨院に通っても改善しないときは、医療機関を受診してみましょう。

このような例もあります！

サッカーで腰を痛め、整骨院で「ねんざ」とされ長期施術。のちに「腰椎骨折」であることが判明。

柔道整復師(整骨院等)受診の施術内容照会にご協力ください



整骨院や接骨院で治療（施術）した場合は、すべてに健康保険が使えるわけではありません。日常生活による単なる疲れや肩こり、単なる加齢からの痛み等には健康保険が使えません。

健康保険で使えるのは、ねんざや打撲など急性の外傷によるものに限られています。

そこで当健康保険組合では、皆様に納めていただいた大切な保険料を有効かつ無駄なく使うため、医療費適正化対策として柔道整復師からの請求書の内容点検などを行ってまいりましたが、このたび、柔道整復施術料の点検専門業者と提携し、柔道整復師の施術料点検を強化することになりました。

つきましては、提携業者（株式会社大正オーディット）より皆様のもとへ書面や電話で、柔道整復師の施術内容などについての照会、確認等をさせていただく場合がありますので、照会があった場合には、ご協力を賜りますようお願いいたします。



「薬」のはなし

余った薬

家に「残薬」はありませんか？

病院で処方された薬をのみ忘れた、すべて使い切る前に症状が改善した、何の薬かわからなくなる、などして余ってしまった医薬品を「残薬」といいます。残薬による損失は在宅高齢者のみでも年間500億円とされています。

残薬解消は、体にも家計にも◎！

病院でもらった薬を適切に使わないと、病状が改善しなかったり悪化したりします。すると、より強い薬や新しい薬が処方され、のみ合わせや副作用のリスクが増すこともあるので、薬は医師の指示どおりに使しましょう。

また、残薬が解消されれば、医療費のムダがなくなり、その分、私たちの負担も減ることになります。

残薬を減らそう！



①何の薬がどのくらい余っているかをメモしたり持参するなどし、次の受診時に、薬が余っていることを医師に伝える

薬が余った事情を医師に伝えれば、使いやすい薬に変更してもらえることも！

(例：業務上の理由から昼の服用が難しいことを伝えて、1日2回の薬に変更してもらう など)



②薬が処方されたら、かかりつけ薬局に行き「お薬手帳」を提示し、残薬の把握や整理をしてもらう

6カ月以内に行ったかかりつけ薬局でお薬手帳を提示すると、自己負担が40円減る場合があります！

残薬解消で薬剤費 21%の削減

福岡市薬剤師会では平成25年2月～26年1月に、薬局を訪れた患者に「節薬バッグ」を渡し、次回来局時に残薬をバッグに入れて持参してもらい、残薬確認と調整を行う取り組みを実施しました。その結果、薬剤費の削減率は21%に上りました。

●残薬確認による薬剤費削減率●

	処方された薬剤費	削減された薬剤費	削減率
総数	16,593,964円	3,492,722円	21.05%

※参加薬局 127、患者数 1,367人

出典：福岡市薬剤師会における医療費および患者負担軽減を目指した残薬調整の取り組み ～節薬バッグ運動の実践～

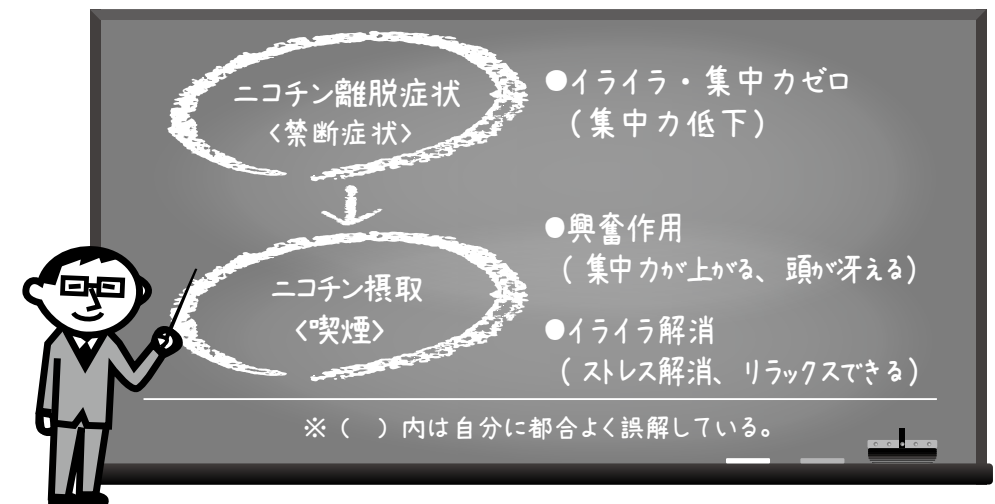
禁煙の誤解を解く

たばこを吸うとストレス解消になるのですか？

喫煙者が禁煙しない(できない)理由として、たばこを吸うと、①集中力が上がるから、②ストレス解消になるから、③リラックスできるから、④頭が冴えるから、などといった声をよく聞きます。本当に喫煙のメリットなんてあるのでしょうか？

喫煙で日常生活のストレスは解消されません

①～④の声は図にすると下のようになります。①については、ニコチン離脱症状でイライラしていて、そもそも集中力が低下していたところ、たばこを吸ってイライラが収まっただけのことを「集中力が上がる」かのように誤解しています。②や③についても、単にイライラが解消しただけのことを「ストレス解消」「リラックスできる」と誤解しています。④については、ニコチン摂取による興奮作用を「頭が冴える」と誤解しています。



図に示したとおり、自分に都合よく誤解していますね。喫煙者がメリットとしてあげる「ストレスの軽減」は、実のところニコチンの離脱症状が緩和されたに過ぎないのです。ですから、喫煙で日常生活のストレスが解消されることはありません。

むしろ、禁煙することでニコチンの離脱症状から解放されれば、たばこが吸えないストレスはなくなります。禁煙は最初苦しいかもしれませんが、誤解に惑わされることなく取り組んでみてはどうでしょうか。

公 告

(敬称略)

理事長の辞任および就任について 神奈川日産自動車(株)	【辞任】 関口 雄介 【就任】 横山 明
組合会議員(互選)の辞任および就任について 日産サービスセンター(株)	【辞任】 佐々木 三男 【就任】 津島 広明
組合会議員(互選)の辞任および就任について 神奈川県軽自動車協会	【辞任】 森田 雅文 【就任】 石塚 幸博
平成28年度収入支出決算について	
新規適用事業所について	エクセレント工業(株) イースタン商事(株) (株)マイカープラザ



- ◆応募要領 問題の空欄を埋めてください。答えは、『健康だより』の中にあります。
- ◆締め切り 11月30日
- ◆賞品 正解者10名様に記念品をお贈りします(正解者多数の場合は抽選。初当選の方を優先します)。
- ◆発表 『健康だより』第114号 当選者の方はお名前を掲載させていただきますので、ご了承のうえ、応募してください。
- ◆応募規定 1名1通。郵便ハガキに答え、住所、氏名、事業所名、保険証の記号・番号をご記入のうえ、健康保険組合へ送付してください。

問 題

- ①平成28年度の決算は、〇〇〇の大幅減が大きな要因となり経常収支差引額が3億7,607万9千円の黒字となりました。
- ②整骨院・接骨院に病院と同じ感覚でかかっていませんか？ 実は、看板に「各種保険取扱」と書かれていても、〇〇〇〇が使えるケースは限られているのです。
- ③病院で処方された薬をのみ忘れた、すべて使い切る前に症状が改善した、何の薬かわからなくなる、などして余ってしまった医薬品を「〇〇」といいます。

『健康だより』第112号 ボナンザクイズ当選者(敬称略)

● 抽選の結果、次の10名の方々に決定しましたので記念品を贈呈します。

横浜日野自動車株式会社	竹ノ内麻美	株式会社日産サティオ湘南	柏木 吉男
神奈川ダイハツ販売株式会社	片岡 直恵	株式会社日産サティオ湘南	佐藤 智則
一般社団法人全国軽自動車協会連合会神奈川事務所	村田 雅美	神奈川スバル株式会社	藤田 みく
日産プリンス神奈川販売株式会社	榎本真由子	神奈川スバル株式会社	伊藤 史也
日産サービスセンター株式会社	中村 均	神奈川スバル株式会社	菊池 笑