

222

2020年5月

けんぽだより

大阪府建築健康保険組合

(有馬富士公園：兵庫県)



ご家庭にお持ち帰りになり皆さんでお読みください



令和2年度 予算のお知らせ

当健保組合の令和2年度事業計画・収支予算が、
去る2月13日の組合会において可決承認されましたので、
お知らせいたします。

● 予算総額 67億5,000万円

● 経常収支差引額 3億1,505万円



健保組合は、自主自立の財源構成のもとで、
加入者の健康づくりなどに努力を続けています。
しかし、団塊の世代が後期高齢者となり始める
2022年からは高齢者の医療費が急増し、それ
に伴い高齢者医療制度への拠出金負担がさらに増
大すると見られ、医療保険制度全体の財政悪化が
危惧されています。この「2022年危機」を乗
り越えるためには、国の施策として高齢者医療へ
の負担構造改革を中心とした抜本的な制度改革が
強く望まれるところです。

令和2年度の事業計画では、健保組合の役割と
して、保険者の基本的業務だけではなく、保健事

業に関してはデータヘルス計画の中間年度にあた
り、効果検証や進捗状況等の確認、事業主とのコ
ラボヘルス及び特定健診・保健指導は引き続き被
扶養者の実施率向上等に取り組むほか、社会保
障・税番号制度関連施策や被保険者番号の個人単
位化とオンライン資格確認等へも対応していきた
いと考えております。

皆さまにも生活習慣の見直しとともに、被保険
者だけでなく被扶養者の方にも健診や人間ドッ
ク、特定保健指導を受診いただき、疾病予防にと
もに医療費の適正化にご協力いただきますようお
願いいたします。

● 予算編成の基礎となった数字

● 被保険者数	11,400人 (男性8,800人、女性2,600人)
● 平均標準報酬月額	406,216円 (男性443,000円、女性278,018円)
● 総標準賞与額(年間合計)	12,191,050千円
● 平均年齢	45.27歳 (男性46.91歳、女性39.77歳)
● 被扶養者数	9,690人
● 前期高齢者加入率	6.42%

● 一般保険料率	98.00/1,000 (事業主 50.00/1,000、被保険者 48.00/1,000)
● 基本保険料率	60.00/1,000 (事業主 30.61/1,000、被保険者 29.39/1,000)
● 特定保険料率	38.00/1,000 (事業主 19.39/1,000、被保険者 18.61/1,000)
※基本保険料率には、1.30/1,000、調整保険料率が含まれています。	
● 介護保険の対象となる被保険者数	9,301人
● 介護保険料率	16.60/1,000 (事業主 8.30/1,000、被保険者 8.30/1,000)

令和2年度 収入支出予算概要

健康保険分

収 入 (千円)			支 出 (千円)		
保 険 料	6,539,481	573,639	事 務 費	115,383	10,121
国 庫 負 担 金	2,387	209	保 険 給 付 費	3,292,090	288,780
調 整 保 険 料	88,168	7,734	納 付 金	2,503,097	219,570
繰 入 金	20,000	1,754	前 期 高 齢 者 納 付 金	970,686	85,148
国 庫 補 助 金 収 入	1,098	96	後 期 高 齢 者 支 援 金	1,532,355	134,417
財 政 調 整 事 業 交 付 金	58,000	5,088	そ の 他	56	5
施 設 利 用 料	28,990	2,543	(退職者給付拠出金等)		
雑 収 入 ・ そ の 他	11,876	1,042	保 健 事 業 費	325,666	28,567
合 計	6,750,000	592,105	財 政 調 整 事 業 拠 出 金	88,169	7,734
			連 合 会 費	3,500	307
			積 立 金	20,000	1,754
			そ の 他 ・ 雑 支 出 等	30,220	2,651
			予 備 費	371,875	32,621
			合 計	6,750,000	592,105
			経 常 収 支 差 引 額	315,055 千円	

介護保険分

収 入 (千円)		支 出 (千円)	
保 険 料	738,574	介 護 納 付 金	779,044
繰 入 金	42,423	還 付 金	300
国庫補助金収入	1	積 立 金	546
雑 収 入	2	雑 支 出	110
合 計	781,000	予 備 費	1,000
		合 計	781,000

当組合の令和2年4月からの 〈任意継続被保険者の標準報酬月額〉

任意継続被保険者の標準報酬月額は、健康保険法の定めにより、以下の①、②いずれか低いほうとなります。

- ①資格喪失(退職)時の標準報酬月額
- ②当組合の令和元年9月30日における全被保険者の標準報酬月額を平均した額

※②の額は下記のとおりです。

記

- 標準報酬月額：410,000円
- 1ヵ月の保険料：
 - 一般保険料 40,180円
 - 介護保険料 6,806円

※介護保険料は、40歳以上65歳未満の被保険者(介護保険2号被保険者)にご負担いただきます。

被扶養者資格確認に ご協力いただき ありがとうございました。



昨年末から実施いたしておりました被扶養者資格確認におきまして、書類の提出等ご協力をいただきありがとうございました。

今回の確認におきましても、1年近くの期間を遡る就職による被扶養者からの削除漏れ等が、多数見受けられました。

被扶養者の人数は、高齢者の医療に対する納付金の計算に影響し、ひいては組合財政にも大きく影響することとなります。

引き続き皆様の被扶養者に関する適正な届出のご協力をよろしくお願いいたします。

令和2年4月から

被扶養者になれるのは

国内に住所がある人だけになりました

被扶養者の要件に
「国内に住所があること」が
加まりました。

健康保険法の改正により被扶養者の認定基準に「国内に住所を有すること」が加まりました。国内に住所を有することの確認は住民票で行いますので、海外に住んでいて国内に住民票がない人は、令和2年4月以降は原則として被扶養者になることができません。収入など、その他の被扶養者になるための基準は変わりありません。

国内居住の 例外となる 場合

働くための海外への渡航ではなく、渡航が一時的なものである場合には、日本に生活の基礎があり、いずれ日本に戻り生活すると考えられるため、例外的に被扶養者になれます。具体的には海外留学中の学生や被保険者の海外赴任への同行、ボランティア活動などで一時的に海外に渡航している場合などです。その他、渡航目的などの事情から判断して日本国内に生活の基礎があると認められる場合には、被扶養者になることができます。

外国籍で 適用除外と なる場合

外国籍の人の場合には、たとえ日本に住所があったとしても、日本に来ている目的によっては被扶養者になることはできません。具体的には、医療を受ける目的で日本に滞在している「医療滞在ビザ」の人や、医療目的で滞在している人の日常生活の世話をする目的で滞在している人の場合、観光・保養などの目的で1年を超えない滞在の「ロングステイビザ」の人の場合には、国内に生活の基礎があるとはいえないため、被扶養者にはなれません。

国内居住要件の例外チャート

被扶養者となる人は
日本国内に
住所が
ありますか？

いいえ

国内居住要件の例外に該当していますか？

- ①外国に留学する学生
- ②外国に赴任する被保険者に同行する人
- ③観光、保養、ボランティア活動など、就労以外の目的で一時的に海外に渡航している人（青年海外協力隊への参加、ワーキングホリデーなど）
- ④被保険者の海外赴任期間にその被保険者との身分関係が生じた人で、外国に赴任する被保険者に同行する者と同等と認められる人（海外赴任中に生まれた子供、現地で結婚した配偶者など）
- ⑤上記以外で、渡航目的その他の事情を考慮して日本国内に生活の基礎があると認められる人

はい

三親等内の親族で生計維持などの要件を満たすと、被扶養者になることができます

いいえ

被扶養者になることは
できません

はい



被扶養者となる人は
日本国籍ですか？

いいえ

日本の滞在目的(ビザ)が次の内容以外のものですか？

- ①医療機関に入院し、医療を受ける「医療滞在ビザ」の人、またその世話をする人
- ②1年を超えない期間滞在する「観光・保養を目的とするロングステイビザ」の人

はい

三親等内の親族で生計維持などの要件を満たすと、被扶養者になることができます

いいえ

被扶養者になることは
できません

はい



ときに役立ちます

給付一覧

窓口負担で済んだり、出産時などにさまざまな給付が受けられますので、給付内容を確認しておきましょう。

本人（被保険者）

病気やけがをしたとき	療養の給付 健康保険を取扱っている病院・診療所（保険医療機関）に被保険者証（70歳以上は高齢受給者証も）を提示すれば、必要な医療をうけられます（処方せんをもらったときは、保険薬局で調剤）。患者は一部負担金として70歳未満は医療費の3割、70歳以上は2割（現役並み所得者は3割）を負担し、そのほかの医療費は、あとで健康保険組合から支払われます。 保険外併用療養費 保険医療機関で評価療養（先進医療、医薬品・医療機器等の治験など）や選定療養（特別室への入院、予約診療・時間外診療、200床以上病院での紹介なしの初診・再診など）を受けたとき、その基礎的部分が保険外併用療養費として健康保険組合から支払われます。 療養費 やむを得ず非保険医にかかったり被保険者証を提示できないとき、国外で医療を受けたときなどは、健康保険組合が認めれば、健康保険の標準料金から一部負担相当を除いた額が払いもどされます。 高額療養費・高額介護合算療養費 1ヵ月の自己負担額が自己負担限度額を超えたときは、超えた分が払いもどされます。また、あらかじめ認定をうければ1保険医療機関等あたりの窓口負担自体が自己負担限度額までとなります（高額療養費の現物給付）。 なお、同一世帯で健康保険と介護保険の1年間の自己負担額の合計が別に設定された限度額を超える場合も払いもどしが行われます。 訪問看護療養費 在宅療養の難病患者等が訪問看護ステーションの訪問看護を受けたときは、その費用の一部（療養の給付と同じ割合）を基本利用料として負担し、そのほかの費用は訪問看護療養費として現物給付されます。 入院時食事療養費・入院時生活療養費 入院時の食事の費用は食事療養標準負担額（1食460円（低所得者・難病患者等は減額））を除いた部分が入院時食事療養費として現物給付されます。療養病床に入院する65歳以上の人には、生活療養の費用から生活療養標準負担額（1日370円（難病患者等は不要）+1食460円または420円（低所得者・難病患者等は減額））を除いた部分が入院時生活療養費として現物給付されます。 移送費 必要な医療を受けるため緊急に移送されたときは、健康保険組合が認めた範囲の実費が払いもどされます。
病気やけがで働けないとき	傷病手当金 被保険者（任意継続被保険者を除く）本人が療養のため仕事を4日以上休んで給料をうけられないときは4日目から1日につき直近12ヵ月間の標準報酬月額の前月平均額の30分の1の3分の2が支払われます（支給開始日から1年6ヵ月の範囲）。
出産したとき	出産育児一時金 出産したときは1児ごとに420,000円（産科医療補償制度に未加入の医療機関等で出産した場合や、在胎週数が22週に達していないなどの場合は404,000円）が支払われます。直接支払制度・受取代理制度を利用して健康保険組合が直接医療機関等に出産費用を支払うか、出産後に健康保険組合に申請して一時金の支給を受けるかは、妊婦などが選択できます。 出産手当金 被保険者（任意継続被保険者を除く）本人が出産で仕事を休み、給料をうけられないときは、出産（予定）日以前42日（多胎98日）から出産日後56日までの期間、欠勤1日につき直近12ヵ月間の標準報酬月額の前月平均額の30分の1の3分の2が支払われます。
死亡したとき	埋葬料 被保険者（本人）が死亡して、家族が埋葬を行ったとき、50,000円が健康保険組合から支払われます。 埋葬費 家族がいない等の理由で被保険者（本人）の勤め先や友人などが埋葬を行ったとき、埋葬料（50,000円）の範囲内の実費が支払われます。

あなたと家族の
安心を守る

健康保険はこんな

健康保険に加入していることで、実際の医療費よりもかなり低減された

家 族（被扶養者）

病気やけがをしたとき	療養の給付 被保険者（本人）の療養の給付と同様に、70歳未満は、3割を自己負担します。ただし義務教育就学前の乳幼児は2割を負担、70歳以上は2割（現役並み所得者は3割）を負担し、そのほかの医療費は、あとで健康保険組合から支払われます。 保険外併用療養費 被保険者（本人）と同様に、保険医療機関で評価療養（先進医療、医薬品・医療機器等の治験など）や選定療養（特別室への入院、予約診療・時間外診療、200床以上病院での紹介なしの初診・再診など）を受けたとき、その基礎的部分が保険外併用療養費として健康保険組合から支払われます。 家族療養費 被保険者（本人）と同様に、やむを得ず非保険医にかかったり被保険者証を提示できないとき、国外で医療を受けたときなどは、健康保険組合が認めれば、健康保険の標準料金から一部負担相当を除いた額が払いもどされます。 高額療養費・高額介護合算療養費 1ヵ月の自己負担額が自己負担限度額を超えたときは、超えた分が払いもどされます。また、あらかじめ認定をうければ1保険医療機関あたりの窓口負担自体が自己負担限度額までとなります（高額療養費の現物給付）。 なお、同一世帯で健康保険と介護保険の1年間の自己負担額の合計が別に設定された限度額を超える場合も払いもどが行われます。 家族訪問看護療養費 被保険者（本人）と同様に、在宅療養の難病患者等が訪問看護ステーションの訪問看護を受けたときは、その費用の一部（家族療養費と同じ負担割合）を基本利用料として負担し、そのほかの費用は家族訪問看護療養費として現物給付されます。 入院時食事療養費・入院時生活療養費（家族療養費として給付） 被保険者（本人）と同様に、入院時の食事の費用は食事療養標準負担額〔1食460円（低所得者・難病患者等は減額）〕を除いた部分が家族療養費として現物給付されます。療養病床に入院する65歳以上の人には、生活療養の費用から生活療養標準負担額〔1日370円（難病患者等は不要）+1食460円または420円（低所得者・難病患者等は減額）〕を除いた部分が家族療養費として現物給付されます。 家族移送費 被保険者（本人）と同様に、必要な医療をうけるため緊急に移送されたときは、健康保険組合が認めた範囲の実費が払いもどされます。
出産したとき	家族出産育児一時金 被保険者（本人）と同様に、出産したときは、1児ごとに420,000円（産科医療補償制度に未加入の医療機関等で出産した場合や、在胎週数が22週に達していないなどの場合は404,000円）がうけられます。直接支払制度・受取代理制度を利用して健康保険組合が直接医療機関等に出産費用を支払うか、出産後に健康保険組合に申請して一時金の支給を受けるか選択できます。
死亡したとき	家族埋葬料 被扶養者である家族が死亡したとき、50,000円が健康保険組合から支払われます。

大河ドラマ「麒麟がくる」 ゆかりの大山崎を歩く

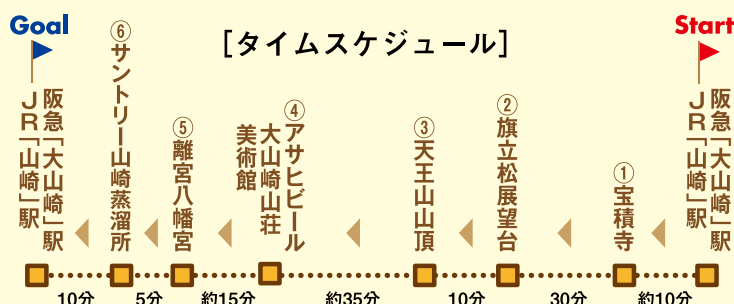


宝積寺

NHK大河ドラマ「麒麟がくる」の放送が1月からスタート。動乱の時代に戦国武將たちが天下を狙って戦う戦国絵巻です。主人公は明智光秀。光秀というと主君・織田信長を本能寺の変（1582年6月2日）で討ち倒した裏切り者というイメージが

京都と大阪の境界・大山崎町 歴史的名所と自然の宝庫

強いですが、身分の低い地方の侍が苦難を強いられながら軍才、明晰な頭脳によつてスピード出世を果たし、遂に三日天下とはいえ頂上に上り詰めた努力と忍耐の人。知られざる生い立ちにも触れ、斎藤道三、今川義元、織田信長、豊臣秀吉など多くの



英傑たちが織りなす戦乱の世に
翻弄されながら懸命に生きた光
秀の姿が演じられています。

光秀の半生で一番の中クライ
マックスは天王山の戦いともいわ
れる山崎の合戦(同年6月13
日)。その舞台になったのが現在
の京都府大山崎です。信長の死
を知って毛利軍が籠る高松城攻
めから引き返してきた羽柴秀吉
の大軍勢と激突し、光秀軍が大

敗しました。

それらの歴史にちなんだ史跡
を中心に、新旧の名所が点在し

天下分け目の山崎の合戦 戦場や城址に思いをはせる

スタートは阪急京都線「大山
崎」駅(もしくはJR「山崎」駅)。
駅前から北へ、JRの踏切を渡っ
てしばらく行くと霊泉連歌講跡
碑と「天王山登り口」の石柱があ

豊かな自然が残る大山崎の町を
散策しましょう。

ります。ここから山に向かう坂
道を上がり左手の静かな急坂を
のぼると、宝積寺に出ます。
724年に聖武天皇の命によっ
て行基が建立した寺で、打出と

小槌が祀られていることから「宝
寺」とも呼ばれています。山崎の
合戦の際には秀吉がここに本陣
を置き、勝利を祈願して三重塔
を一夜で建てたとか。主君・信
長を討った光秀討伐への強い思い
が偲べれます。

ここから天王山山頂と続くハ
イキングコース。途中に「山崎合
戦之地」の石碑がある「旗立松展
望台」や、山崎の合戦や本能寺
の変などを物語風に描いた陶板
画、江戸時代に起きた禁門の変
の首謀者たちが新政府樹立の夢

かなわず天王山の山中で自刃し
た十七烈士の墓があります。さ
らに山頂まで登ると、山崎の合
戦に勝利した直後に秀吉が築城
し天下統一の出発点とした「山崎
城」の城跡も。山頂のなだらかな
広場から大阪平野が望まれ、ゆっ
くり休憩できます。

なお、270mの山頂を極め
た人にはチャレンジ精神を褒めた
たえ、天王山からいざ出陣と書
かれた登頂証明書が発行されま
す。

レトロな山的美術館で モネの『睡蓮』や古美術を鑑賞

この後、来た道を戻り大山崎
山荘への案内板を左折すると、

「アサヒビール大山崎山荘美術
館」。大正〓昭和初期の英国風
邸宅を改修し、平成8年に美術
館として開館しました。本館と
安藤忠雄氏設計の「地中の宝石
箱」などに河井寛次郎など民芸
運動ゆかりの作品やモネの『睡
蓮』などが展示されています。ま
た、テラスからは木津川、宇治川、
桂川の流れと広大な風景が見渡

せ美しい庭園で癒しのひととき
が過ごせます。

約15分ほど坂を下り、西に
歩くと古来から油座のシンボル
で今も油の神様として製油業者
から信奉されている「離宮八幡
宮」や「サントリ―山崎蒸溜所」
も見学・試飲できます(要予
約)。来た道をそのまま戻ると、
ゴールのJR「山崎」駅もしくは
阪急「大山崎」駅に到着です。



契約保養所

- ① 契約保養所 保養を目的とした国内旅行に対し、1人1泊につき1,000円
年度間3泊を限度に補助金を支給
- ② 個別契約保養所等 かんぽの宿、健保連共同利用保養所、
船員保険保養施設



健保会館

集会施設 事業所・組合員の集会、研修会、講習会等会場に貸出

保健師だより

特定保健指導が充実した体制になりました！



こんにちは！保健師の若井です。

昨年度から始まりました事業所訪問型の【特定保健指導】が、今年度より保健師1名、管理栄養士1名の体制となりました。

特定保健指導は、メタボリックシンドロームに着目し、「内臓脂肪の減少と健診項目の数値改善」を目的に、生活習慣のスモールチェンジを目指した面談を実施しています。

生活習慣を変えるためには、頑張らないとできない目標ではなく、「これくらいならできそうだ！」と思える行動目標を、伴走支援者である保健師や管理栄養士とともに見つけ、着実に実行することで体重減少などの目標を達成していきます。

また、大阪府建築健保会館内でも実施することが可能です。

今年度から、管理栄養士が関わることになり、食事の改善ポイントや誰にでも簡単にできそうな栄養バランスの整った時短料理の紹介など保健だよりを通して、ご紹介していきたいと思っています。

特定保健指導をお受けになられたことがない方は、この機会に是非一度ご体験ください。

新規委託契約健診機関

健診機関名	所在地	TEL
(一財)日本予防医学協会 附属診療所 ウェルビーイング南森町	530-0047 大阪市北区西天満5-2-18 三共ビル東館5F	06-6362-9063
(一財)住友生命福祉文化財団 住友生命総合健診システム	532-0011 大阪市淀川区西中島5-5-15	06-6379-3334
(医)厚生会 神田南口クリニック	103-0022 東京都中央区日本橋室町4-1-6 クアトロ室町7F	0120-260-709
(医社)進興会 ミッドタウンクリニック名駅	450-6305 愛知県名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋5F	052-551-1569

令和2年度 保健事業のご案内

健康寿命の延伸と医療費の適正化を進めるため、「データヘルス事業計画」に基づく効果的な保健事業を実施いたします。
(健康診断については裏表紙に記載)



疾病予防

- ①肥満予防対策 春季・秋季にウォーキングキャンペーンを実施
- ②かぜ・インフルエンザ予防対策 風邪ひきゼロ運動を展開し、インフルエンザ予防接種を受けた被保険者・被扶養者に、一人につき1,500円までの実費を補助
- ③水泳プール利用券の交付 2施設を対象(予定)
- ④スポーツクラブ「ルネサンス」 法人会員価格で利用
- ⑤ファミリー健康相談事業 24時間年中無休で医師やカウンセラーが応急処置や家庭介護他健康全般に関する電話相談を実施
- ⑥その他 家庭常備薬斡旋(春季・秋季・冬季の3回家庭常備薬等を斡旋)
- ⑦データヘルス計画
 - 重症化予防対策事業 検査数値が基準値を大幅に超える方、または要精密検査・要治療の判定があるにも関わらず未通院の方に文書等の通知を実施
 - 禁煙チャレンジ 喫煙者の減少を図り健康増進に寄与することを目的とした「禁煙チャレンジ」を実施
 - その他 事業所と協働して健康管理の増進につながる事業を実施



保健指導宣伝

- ①広報誌の発行等 機関紙「けんぽだより」を年3回全被保険者に作成配布
- ②諸事業指導宣伝 ホームページの管理監修等
- ③疾病予防パンフレットの配布 保健衛生に関するパンフレットの配布
- ④医療費のお知らせ 1年間に使った保険診療の額を被保険者に通知
- ⑤ジェネリック医薬品推進事業 新薬から後発医薬品に切り替えることによる医療費の差額を通知
- ⑥保険推進委員会・担当者説明会の開催 研修会や事務講習会を年3～4回開催
- ⑦データヘルスの推進 データヘルス計画を推進するために各種データを分析するプログラムの作成や機器の整備を実施



令和2年度 健康診断のご案内

当組合健康管理センター及び健診委託契約機関等で実施いたしますが、お近くに委託契約機関がない場合は、健診費用を補助いたします。

- ①一般健診▶被保険者全員に法定健診と同程度の内容で実施
※労働安全衛生法に基づく一般健診は基本年齢を問わず全項目を実施します。
(ただし医師が認めた場合においてのみ項目の省略は可能)
- ②入社時健診▶労働者を雇い入れた時に実施
- ③事業主健診▶事業主を対象に実施
- ④生活習慣病健診▶35歳以上の被保険者・被扶養者に実施
(40歳以上の希望者に眼底検査・便潜血検査を追加)
- ⑤巡回型生活習慣病健診▶35歳以上の被扶養者・任継被保険者に実施
- ⑥人間ドック健診▶35歳以上の被保険者・被扶養者に実施
(健診機関が実施する「半日人間ドック」以上の内容)
※当健康管理センターでは設備並びに他の健診の関係で実施できません。
- ⑦婦人科検診▶女性被保険者並びに35歳以上被扶養者の希望者に実施
(乳がん・子宮がん)
- ⑧消化器検診▶被保険者(年齢不問)に実施
- ⑨特定健康診査▶40歳以上の被保険者、被扶養者を対象に実施……自己負担無し
但し、強制適用被保険者は法定健診が優先
近総協出張健診・集合契約A・B(受診券)・補助金制度の各案内
データヘルス計画重点課題として受診率改善のために諸施策を講ずる
- ⑩特定保健指導▶上記40歳以上の特定健康診査受診者から、健診結果に応じてメタボリックシンドロームのリスク別に、3つのグループ(情報提供・動機付け支援・積極的支援)に分けて実施
……自己負担無し
保健師等による事業所等へ直接訪問する特定保健指導の実施(大阪府内のみ)



NEW

35歳以上の被扶養者・任継被保険者の方へ

〔巡回型〕生活習慣病健診のご案内



近くに組合契約の健診機関がなくて受診しづらかった方に朗報です!

全国の公共施設やホテル等の健診会場で
生活習慣病健診が受診できるようになりました!



最終申込期限 …… 令和2年8月31日まで
お申込みはお早めに!



人気の会場はすぐに定員オーバーになります。
スマホやパソコンで簡単WEB申込みができます。
(専用申込書を実施機関へ郵送も可能)

パンフレット等は、4月初旬に健診対象者の自宅宛お送りしています。
お手元にない場合は、当組合事業部までお電話ください。



ホームページアドレス

<http://www.kenchiku-kenpo.or.jp>