

210

平成28年10月

けんぽだより

大阪府建築健康保険組合

(万博記念公園 日本庭園の紅葉)



ご家庭にお持ち帰りになり皆さんでお読みください

優れた効果がある高額な医療を どのような仕組みにすべきか

「オプジーボ」という抗がん剤が話題になっていきます。患者自身の免疫に働きかけてがん細胞の増殖を防ぐ新薬で、皮膚がんの一種であるメラノーマ（悪性黒色腫）や手術のできない進行性・再発の肺がんの治療に健康保険が適用されます。一部の患者では「がんが消えた」というほどの効果があることから、医師からは「画期的な新薬」という声が上がっています。

オプジーボが話題になるのは、その高い効果だけが理由ではありません。掛かる医療費が非常に高いのです。薬の値段である薬価が高額で、オプジーボの投与を1人の患者が1年間受けると、約3500万円もかかります。

仮に肺がん患者の中から5万人が投与を受けるとすると、薬代だけで1兆7500億円。日本の1年間の薬剤費の合計は約10兆円ですから、たった1種類の薬で薬剤費が2割近くも増えてしまうかもしれないのです。

健康保険では高額療養費の仕組みがあるため、このような高額な薬を使用しても、毎月の自己負担は一定額まで

で済みます。裏返すと、高額な薬の費用は、そのほとんどを健康保険が負担することになります。

オプジーボのような画期的な新薬や治療技術が開発され、治療できなかった病気が治療できるようになり、命が救われる人が増えるのは素晴らしいことです。しかし、やみくもに高額な医薬品を用いれば、健康保険の財政を圧迫して保険料や税の負担増につながってしまいます。

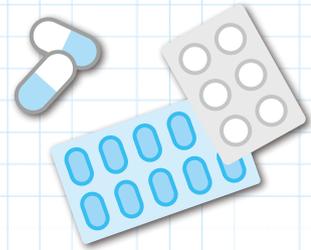
厚生労働省では、高額な医薬品の適正利用のために、本来に必要な患者だけに使用を制限するガイドラインを検討中です。また、高額な医薬品の薬価については、健康状態や生活の質がどれだけ改善するかを薬価に反映するために、「費用対効果」の仕組みを2018年から導入することを決めていきます。こうした仕組みを通じて、効果を上げながら薬剤費の抑制につながる考えです。

高額な医療技術に対する議論は、治療効果、財政負担、産業振興などさまざまな問題が関係します。最終的には

命のあり方、死生観も影響するものですから、慎重な議論が求められます。しかし、いずれの立場であっても、健康保険が保険料や税を財源とする支え合いの制度であることは忘れてはなりません。



薬価



健康保険が適用される医療用医薬品の値段のことを薬価といいます。薬価はどのように決まるのでしょうか。

一般用医薬品と医療用医薬品

薬には大きく分けて、ドラッグストアなどで医師の処方箋がなくても購入できる「一般用医薬品」と、処方箋が必要な「医療用医薬品」があります。薬価とは、医療用医薬品の価格のことをいいます。

一般用医薬品はメーカーや販売店が自由に価格を決めることができるため、セールで大幅に割引して販売されることもあります。一方、医療用医薬品は健康保険が適用されるため、全国どこでも同じ価格です。

一般用 医薬品

処方箋なしで誰でも自由に購入できる薬。メーカーや販売店が価格を決める。

医療用 医薬品

医師の処方箋が必要で、健康保険で購入する薬。国が価格を決め、全国一律の価格。

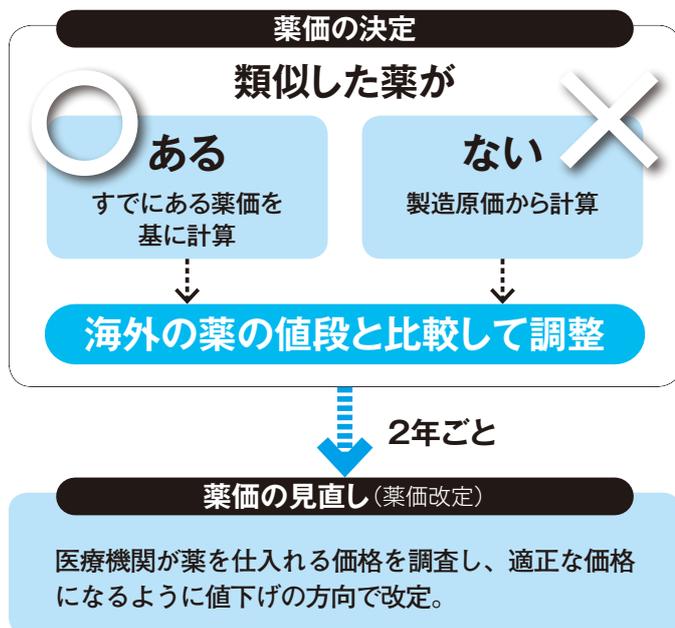
薬価は2年に1度、見直される

新しい薬が開発されて健康保険の適用が決まると、医療用医薬品として保険で使える薬の一覧表に登録されます。その際に薬の値段として「薬価」も定められます。

薬価が新しく決まるときには計算のルールがあり、効用・効果の類似した薬がある場合はその価格から、類似した薬がない場合は製造原価を基に決められます。海外の薬の値段と比較して差が大きくなり過ぎないような調整も行われています。

一度決められた薬価は2年に1度、見直しが行われます（薬価改定）。通常は引き下げる方向で見直されるため、そのたびに薬価は引き下げられます。

▶薬価の基本的な流れ

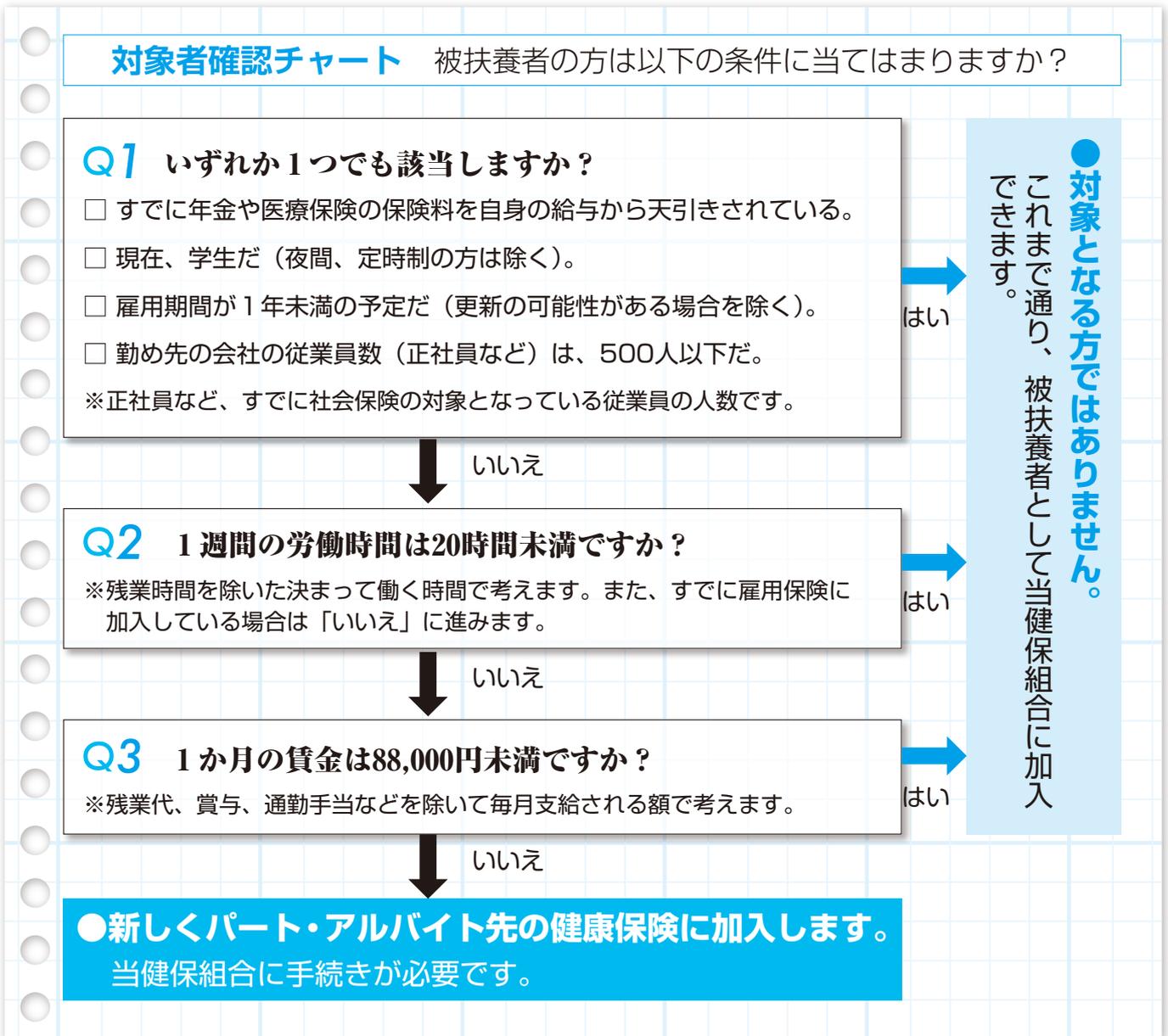


10月から

パート・アルバイトの方の健康保険の加入対象が広がります

平成28年10月から、健康保険や年金などの社会保険の加入対象となる人の基準が変わり、パート・アルバイトなどで週20時間以上働く方にも広がります。被扶養者である家族が新しく職場の健康保険に加入する場合は、当健保組合に被扶養者を外す手続きが必要です。

下記のチャートを参考に、被扶養者の方が対象となるかを確認し、対象となる場合には忘れずに手続きをお願いします。



■対象となる方は手続きを忘れずに！

新しくパート・アルバイト先の健康保険に加入する場合は、被保険者の方の事業所を通じて、当健保組合に「被扶養者（異動）届」を提出します。また、新しい保険証が加入先の健康保険から発行されますので、事業所を経由して現在使用している対象者の方の当健保組合の保険証を返却してください。

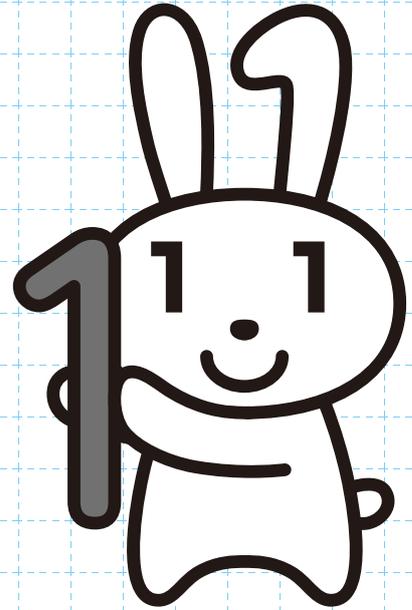


皆さまのマイナンバーの収集について

健康保険の事務では平成29年1月からマイナンバーを使用します。このため、番号利用法第14条及び健康保険法第197条により、加入者の皆さまのマイナンバーを12月頃に事業所を通じて収集させていただくこととなりますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

● 提出方法

事業所(会社)に勤務している方は、事業所を通じてご提出いただきます。健保組合に直接マイナンバーを提出いただくことはございません。また、被扶養者(家族)の方のマイナンバーについても被保険者が本人のマイナンバーであることを確認し、事業所経由で健保組合に提出します。



健保組合で利用されるまでのスケジュール

平成28年12月頃

事業所(会社)経由で
健保組合に個人番号を提出

平成29年1月

健康保険の事務で使用開始

- 各種申請書への個人番号記入欄が設置
- マイナポータル(情報提供等記録開示システム)の運用が開始され、WEBサイトから自分の個人番号の利用状況が確認可能に

平成29年7月

行政機関等の情報連携を開始

- 健保組合から直接関係機関に所得情報、住民票情報を確認可能に

規定を整備し
マイナンバーに
対応しました

マイナンバーは法律で「特定個人情報」に定められ、厳重に取り扱うことが定められています。当健保組合でもマイナンバーを利用するにあたって規定の整備を行い、特定個人情報の取り扱いに対応しました。個人情報保護の詳細につきましては、ホームページに掲載しておりますのでご参照ください。

意識していますか？

仕事と健康管理

体調が万全でなければ仕事で良い結果は出せません。健康を守るのは仕事の一部です。

社会人になると「体調管理も仕事のうち」とよくいわれます。確かに、元気でなければ能力を最大限に発揮できませんし、体調を崩して会社を休むことになれば仕事の穴埋めを誰かが行うことになってしまいます。働く上で健康を維持するのは「基本中の基本」なのです。

もちろん、健康管理の中には生活習慣病の予防も含まれます。若い頃は痩せていたのにいつの間にか肥満になり、健診の結果が気になっている人も多いのでは。生活習慣病の多くは治療のために長期にわたって医療機関への通院が必要になるため、仕事に影響することも考えられます。新人に健康管理の重要性を指摘するためにも、年齢を重ねるほど健康に気を使いましょう。

また、11月を過ぎて気温が下がるころになると風邪を引いてしまう人も増えてきます。職場で周囲の人にうつさないためにもせきエチケットをしつかり行いましょう。インフルエンザ対策として、流行前に予防接種を受けておくのもお勧めです。

仕事

しっかり睡眠

睡眠不足では集中力も途切れがち、仕事の能率が上がりません。免疫力の低下で体調も崩しやすくなります。

ちょっとでも体を動かそう

体を動かすことで気分もリフレッシュ！ 仕事のできる人ほど時間を見つけて体を動かしています。

せきエチケットで感染拡大を防ぐ

周囲の人に風邪・インフルエンザなどの感染を広げないために、症状があるときは必ずマスクを。

栄養バランスの良い食事を

飲み過ぎ・食べ過ぎに注意。野菜を増やして栄養バランスの良い食事を心掛けましょう。

禁煙しよう

タバコは万病のもとです。ぜひ禁煙にチャレンジしましょう。健康保険で禁煙治療も受けられます。



注目キーワード **健康経営** 近年、従業員の健康が企業の収益性に影響を与えているという「健康経営」の考え方が広まっています。働く人が健康であれば病気による休職・退職が減り、活力のある職場で生産性も上がります。このため、経営者の側から従業員に健康管理を呼び掛けたり、職場の完全禁煙など健康的な職場環境を整える取り組みを実施する企業が増えています。

※「健康経営」はNPO法人 健康経営研究会の登録商標です。



【長野県・伊那市】

分杭峠

祈	り
を	
感	じ
る	
旅	

森閑たる

「気」の源泉にて

瞑目し、浄化を願う



高遠城址公園では毎年紅葉の時期に合わせて「もみじ祭り」が開催される。菊花展や高遠太鼓などの郷土芸能が披露されるほか、高遠そばの「新そばまつり」も名物となっている。



信州の寒暖差の大きい気候が、果物や野菜のおいしさを育む。羽広温泉にある農業公園「みはらしファーム」では、りんご狩りをはじめ、1年を通じてさまざまな収穫体験が楽しめる。



美和湖畔にある溝口露頭断層は、日本列島の西半分を縦断する日本最大級の断層である中央構造線を至近で見ることができる。



春は「天下第一の桜」と称され桜色に染まる高遠城址公園が、秋には見事な紅葉に彩られる。およそ250本ものカエデが美しく色づき、しっとりとした風情の中を楽しむ歴史散歩も格別だ。

標

高1424m。「杭が分ける峠」という名のとおり、分杭峠は長野県伊那市の長谷と大鹿村との境に位置する、南アルプスの西側を走る伊那

山地の峠の一つである。

ひっそりしていたこの峠が、多くの人に注目されるようになったのは、日本最大にして最長の断層地帯「中央構造線」の真上にあることによる。九州から関東地方へと続く、全長1000kmにも及ぶ巨大断層がぶつかり合い、生まれる大きなエネルギー。その壮大な「気」を凝縮する「ゼロ磁場」が分杭峠にあると言われるようになり、いつしか全国から癒やしや浄化を求めてさまざまな人が訪れるようになった。ゼロ磁場は、断層により大地の力が拮抗することで磁界の方向が向き合い、ゼロとなる稀有な地を指すとされる。

峠の頂上から谷の方へ狭い山道を下りたところに、気の源泉ともいべき「気場」がある。そこにあるのは、澄みきった空気とうっそうと生い茂る森の木々、鳥のさえずりや陽光のゆらめき、眼下の崖から吹き抜ける清らかな風…。安らぎを感じる自然だ。

人々はベンチに腰掛け、無言のまま目を閉じ、誰もが大きいなる「気」を感じ取ろうと、静かに五感を研ぎ澄ませる。やがて静寂とした自然に包まれ、心を空にして瞑想していると、いつしか内なる力で癒やされるのを感じるという。ゼロ磁場と呼ばれる分杭峠とは、そんな祈りにも似た自浄の場でもあるのかもしれない。



photo/yuichi itabashi



緑あふれる3万坪の敷地にある「かんてんばガーデン」は、寒天メーカー・伊那食品工業㈱の工場公園。ショップやレストラン、ミュージアムなどに加え、体年齢や運動能力を気軽にチェックできる「健康パビリオン」が併設されている。

秋葉街道の峠の一つである分杭峠。高遠藩が南方の天領との境界に杭を建て目印にしたといわれ、峠には「従是北高遠領」の石碑がある。



乳がん検査を受けましょう!

乳がんは女性がんのトップです。



乳がんは、乳腺に発生する悪性腫瘍です。しかも乳がんで亡くなる方の数(死亡者数)は、欧米では年々減少し続けていますが、日本では増加の一途をたどっています。この理由の一つは、乳がん(特にマンモグラフィー)検診の受診率の低さにあるとされています。

残念ながら、乳がんの予防法はありません。早期発見・治療すれば「ほとんど治るガン」です。早期発見のためにマンモグラフィー検診を受けましょう。

多忙な平日をお過ごしの方へ **日曜日**に乳がん検査が受けられます

今年は**10月16日(日)**に乳がん検査が受診できます

「ジャパンマンモグラフィーサンデー(J.M.Sプログラム)」は、多忙な平日を過ごしておられる女性の皆様のために認定NPO法人J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)が全国の医療機関に呼びかけた、「10月第3日曜日に全国どこでも乳がん・マンモグラフィー検査が受診できる環境づくり」への取り組みです。

全国の検査施設のご案内はホームページにて ▶ ホームページアドレス <http://jms-pinkribbon.com> 

* 乳がん・子宮がん検診を受診された方に**補助金を交付**いたします! *

対象者 女性被保険者(年齢不問)及び被扶養者(35歳以上)

※ただし下記①～③に該当する場合は補助対象外となります。

- ① 保険診療で受診された場合
- ② 公的な機関から補助を受けている場合
- ③ 自己採取による子宮がん検診

検診内容

- **乳がん検診**
超音波エコー、マンモグラフィ
- **子宮がん検診(体部・頸部)**
医師採取による細胞診、超音波エコー

補助額 各1,500円
(費用が1,500円以下の場合は実費を補助)

申請方法 各自で予約・受診及び支払い等を終了後、必要書類をご提出ください。

提出書類

- 婦人科検診料補助金交付申請書
(ホームページからダウンロードできます)
- 検診結果書等の写し
- 領収書の写し
- 受診者名簿(申請が複数になる場合)
- 請求明細書があればその写し

事業実施予告

インフルエンザ予防接種の一部補助

- 接種対象者** 被保険者及び被扶養者
- 実施期間** 平成28年10月1日～29年1月31日
- 補助額** 1人につき1,500円
(費用が1,500円以下の場合は実費を補助)
- 補助回数** 1人につき、年度間に1回
- 請求期限** 平成29年2月28日(火)
- 請求方法** 必要書類を添付して、事業所でとりまとめてできるだけ一括で提出してください。
(支店・出張所別単位可。任意継続は個人。)
- その他** 全額自費負担されたかたに限らせていただき、市町村の助成等他法から補助を受けられた場合は対象外です。

風邪ひきゼロ運動

- 参加対象者** 被保険者・被扶養者
- 運動期間** 平成28年12月1日～29年2月28日
- 参加受付期限** 平成28年11月25日(金)
- 達成書提出期限** 平成29年3月10日(金)
- 奨励賞送付** 平成29年4月下旬(予定)

※参加票等のご案内は、事業所宛に11月初旬にお送りします。



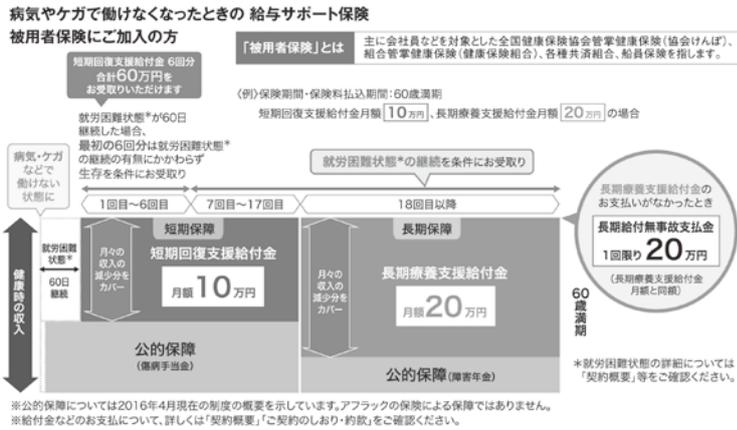
詳細につきましては、実施要項またはホームページをご覧ください。
任意継続被保険者の方は、不明な点がございましたら、健康保険組合までご連絡ください。

※下記の商品説明は記載の募集代理店によるものです。保障内容等のお問い合わせは募集代理店までお願いします。

共済会だより
アフラックから「給与サポート保険」新登場!

病気やケガで働けなくなったとき、
日々の暮らしのお金を
サポート!

NEW!
病気やケガで働けなくなったときの
給与 サポート保険



1 特長

病気・ケガで働けない場合を保障

※精神障害や妊娠・出産などを原因とする場合を除きます
※就労困難状態*に該当している場合

2 特長

入院だけでなく所定の在宅療養で働けない場合も保障

※就労困難状態*に該当している場合

3 特長

働けない状態が続く限り、保険期間満了まで保障します

※保険期間・保険料払込期間は60歳満期と65歳満期があります
※就労困難状態*に該当している場合

*就労困難状態の詳細については「契約概要」等をご確認ください。
※ご契約に際しては、健康保険の種類、年収、ご職業などによる制限があります。

いっしょだと、もっといいね。

「がん」に対する備え
「病気・ケガ」に対する備え

イメージ図

新 生きるためのがん保険Days
保険期間:終身(抗がん剤治療給付金は10年)

Aプラン 入院給付金日額10,000円	
診断給付金	1回限り がん 100万円 1回限り 上皮内 10万円 1回限り 新生物 10万円
入院給付金	1日につき 10,000円
通院給付金	1日につき 10,000円
手術治療給付金	1回につき 20万円
放射線治療給付金	1回につき 20万円
抗がん剤治療給付金	治療を受けた月ごと 10万円(給付倍率2倍) ※上皮内新生物は保障対象外
	乳がん・前立腺がんのホルモン療法のととき 治療を受けた月ごと 5万円(給付倍率1倍)

終身 10年満期 自動更新

ちゃんと応える医療保険EVER
入院給付金日額5,000円 保険期間:終身

疾病入院給付金	5日未満の入院 一律5日分	2.5万円	
災害入院給付金	5日以上入院 1日につき	5,000円	
手術給付金	重大手術	がんに対する開頭・開胸・開腹手術や心臓への開胸術など 1回につき	20万円
	手術	入院中の手術(重大手術を除く) 1回につき	5万円
		外来による手術(重大手術を除く) 1回につき	2.5万円
放射線治療給付金	1回につき	5万円	
疾病通院給付金	1日につき	3,000円	
災害通院給付金			

一生保障

※ご確認ください

◎この資料は、記載の保険(プラン)の概要を説明しております。保障の開始・期間・保険料・解約払戻金等の詳細は、ご検討の際にお渡しする「お申込みいただく前」やパンフレットにてご確認ください。

◎仕事内容や健康状態等によってはお申込みをお引受けできない場合があります。

◎資料請求いただいたお客様の個人情報の募集代理店における利用目的は、アフラックの各種商品やサービスの案内・提供・維持管理となります。また、これらの利用目的のために当代理店がその提携先であるアフラックに登録されている代理店と共同して対応する際には、個人情報がお引渡されることにご了承ください。

取りまとめ先
大阪建築福祉共済会
共済会は、健保組合・年金基金と連係して各種事業を行っています。
募集代理店
有限会社オーケーサービス
〒540-0019
大阪市中央区和泉町2-1-11
TEL:0120-460-238

引受保険会社
Aflac アフラック (アメリカンファミリー生命保険会社)
近畿法人営業部
〒530-0057 大阪市北区曽根崎2-3-5 梅新第一生命ビル6階
お問合せ・各種お手続き コールセンター 0120-5555-95

10月は健康強調月間です

未来の自分に健康宣言

～あなたの意識が変える健康寿命～

健康保険組合の連合組織である健康保険組合連合会では、
健康への意識を高めいただくために、
毎年10月を「健康強調月間」と定めています。
未来のあなたの健康を守るために、
生活習慣の見直しを始めましょう。



自分の健康は
自分で守る！

3つのアクション

適度な運動

毎日プラス10分
の運動



適切な
食生活

毎日プラス1皿
の野菜



禁煙

たばこの煙を
なくす



健診・検診の受診

定期的に
自分の体を知る



ホームページアドレス

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