

ご家庭にお持ち帰りください!

健保だより

第159号

2013.春



理事長交代の挨拶

この度理事長に就任致しました。

当健康保険組合は現在グループ50社、3万2千名を超える組合員とご家族の皆さまが加入されております。今後とも各事業所様と連携をしっかりと、創意工夫を重ねて、組合員の皆様、ご家族の皆様のご健康と幸せに貢献できるように取り組んで参ります。ご支援の程、よろしくお願い申し上げます。

理事長 横小路 喜代隆

生活習慣病の主治医はあなた自身です。

医者や薬に頼る前に食事、運動、休養の見直しをしましょう!

- 平成24年度 決算見込と平成25年度予算について 1頁
- 平成25年度は一般保険料率が引き上げられます 1頁
- 平成25年度保健事業の主な内容 2頁
- メンタルヘルス相談窓口のご案内 2頁
- 特定健診・特定保健指導について 3頁
- 被扶養者・任意継続者向け健診のご案内 3頁
- 「ヘルスアップキャンペーン2013」のご案内 4頁
- 健康保険限度額適用認定証について 5頁
- 被扶養者再認定について 5頁

お願い：「健保だより」へのご意見・ご感想をお待ちしております。

キューピー・アヲハタ健康保険組合

ホームページもご覧下さい <http://www.qpbf-kenpo.com/>

キューピー アヲハタ けんぽ

で

検索

スマホでもOK!

平成24年度 決算見込と平成25年度予算について

健康保険(一般保険)

項 目	平成24年度決算見込額	平成25年度予算額
総 収 入	8,248,901千円	7,991,814千円
総 支 出	8,042,481千円	7,991,814千円
差 引 額	206,420千円	0千円

24年度の収入見込額は繰越金209,155千円、財産の繰入金430,998千円、補助金169,429千円を含みます。

25年度予算は納付金が減少するので予算規模が縮小します。

主な項目の比較	平成24年度決算見込額	平成25年度予算額	差 額
保 険 料 収 入	7,196,997千円	7,793,496千円	596,499千円
医 療 費	3,769,817千円	4,049,969千円	280,152千円
納 付 金	3,688,481千円	3,234,005千円	▲454,476千円

介護保険

項 目	平成24年度決算見込額	平成25年度予算額
総 収 入	820,263千円	867,410千円
総 支 出	784,359千円	867,410千円
差 引 額	35,904千円	0千円

24年度は7月分から(任継は8月分から)保険料率を14‰から19.5‰に変更しています。25年度の介護納付金は867,399千円となります。

平成25年度は一般保険料率が引き上げられます

▶一般保険料率は95/1000から 103/1000に変更されます。

平成24年度の医療費と国に支払う納付金<※注1>を合わせた支出額は、健保財政の基盤となる保険料収入を上回る状況となりました。

これらの支出額が減少する予測が立たない中で、今後も健保組合を維持していくためには保険料率の引き上げを行わざるを得ず、昨年7月の組合会で変更することに決まりました。

⇒ 平成25年3月分保険料(4月徴収分)から変更<※注2>

保 険 料 率	変更前			変更後		
	保険料	事業主	被保険者	保険料	事業主	被保険者
	95.0/1000	47.5/1000	47.5/1000	103.00/1000	51.5/1000	51.5/1000
基本保険料率	46.560/1000	23.280/1000	23.280/1000	54.560/1000	27.280/1000	27.280/1000
特定保険料率	48.440/1000	24.220/1000	24.220/1000	48.440/1000	24.220/1000	24.220/1000

<※注1> 前期高齢者医療制度、後期高齢者医療制度、退職者医療制度に係る納付金・拠出金

<※注2> 任意継続被保険者は、4月分保険料(4月徴収分)から、変更になります。(全額個人負担)

介護保険の料率に変更はありません 19.5/1000

保 険 料 率	前年度			今年度		
	保険料	事業主	被保険者	保険料	事業主	被保険者
	19.5/1000	9.75/1000	9.75/1000	19.5/1000	9.75/1000	9.75/1000

平成25年度 保健事業の主な内容

情報提供

「健保だより」の発行年2回	健保組合から皆様にお伝えしたい大切な内容の広報誌です。ぜひ、ご家庭に持ち帰ってお読みください。
ホームページ	http://www.qpbf-kenpo.com
健保委員会の開催 年1回(春)定期開催	職場代表の方に参加していただいています。健保組合への要望があれば、健保委員までお伝えください。

疾病予防の補助制度(自分の健康は自分で守りましょう!)

人間ドック 成人病健診 年1回/人	対象：30歳以上の被保険者(本人)および被扶養者(家族) ●81%を補助。上限33,000円 ●50歳以上の方は年2回受けられます。(2回目の分を、1回目の人間ドック・成人病健診のオプションとして「脳ドック」へ振り替えることもできます。※詳しくは「脳ドック」の項目へ)
婦人科検診 年1回/人	対象：30歳以上の本人・家族 ●8,000円までの実費補助(人間ドック・成人病健診と共に受診した場合のみ対象) 但し、被保険者の定期健診、被扶養者の特定健診を受診された場合は、対象となります。 ●50歳以上の方は年2回受けられます。
脳ドック 年1回/人	対象：35歳以上の本人・家族 ●50歳未満 ⇒ 5,000円までの実費補助 ●50歳以上で2回目の人間ドック、成人病健診分を振替した場合 ⇒ 81%を補助。上限33,000円 ※人間ドック、成人病健診を2回受診された方は補助はありません。
頸動脈エコー 年1回/人	対象：35歳以上の本人・家族 ●5,000円までの実費補助
被扶養者・任意継続者向け 健康診断 年1回/人	対象：40歳以上の被扶養者(家族)、任意継続被保険者及びその被扶養者(家族) 4月末頃、対象となる方のご自宅へ直接ご案内をお送りします。 ※詳しくは、3頁をご覧ください 人間ドック、成人病健診を受診される方は、受診の必要はありません。
インフルエンザ 予防接種	対象：本人・家族 期間：平成25年10月1日～平成26年2月28日 ●1回の接種につき、16歳以上：1,000円、15歳以下：2,000円の補助 ※ただし、補助回数は接種者1人当たり2回(補助額より少ない場合には実費の補助)
禁煙外来 禁煙補助薬	対象：本人・被扶養者である配偶者 ヘルスアップキャンペーンの1コースとして実施。 ※詳しくは、4頁をご覧ください

無料サービス

メンタルヘルス相談	キュービー・アヲハタ メンタルダイヤル ※詳しくは、下欄をご覧ください 対象：本人・家族 ●電話によるメンタルヘルスの相談 ●面談によるメンタルヘルスのカウンセリング(面談・・・1人5回まで無料)
歯科健診 年2回/人	対象：本人・家族 ●歯科健診センターの一般歯科健診・歯科相談 約15分/回 ※詳しくは、ホームページの「無料歯科健診」のお知らせをご覧ください
ヘルスアップキャンペーン	対象：本人・被扶養者である配偶者 ※詳しくは、4頁をご覧ください

メンタルヘルス相談について

メンタルヘルス相談窓口のご案内

電話
カウンセリングは
「1」

☎ 0120-783-173

対面
カウンセリングは
「2」

電話カウンセリング
話をきいてほしい

自動応答メッセージに従い、
メニューを選択してください。



対面カウンセリングの予約
きちんと解決したい

こころのケア相談(電話および面談)をおこなっています
日常のちょっとしたことから、人に言えない悩みまで、ひとりで抱えずお気軽にご相談ください

匿名で最長50分まで
相談できます。

※ご本人と被扶養者(家族)の
方々がご利用になれます。

相談時間

月～金曜 9:30～21:30
土曜 11:00～19:00
(日祝・年末年始は除く)

年間5回まで無料、
全国225か所で受けられます。

※ご本人と被扶養者(家族)の
方々がご利用になれます。

予約受付時間

月～金曜 10:00～17:00
(土日祝・年末年始は除く)

※この相談窓口は専門会社である㈱フィスメックに委託し、プライバシーを厳守しておりますので、相談内容が健保組合や会社などに知られることはありません。安心してご利用ください。

特定健診・特定保健指導の実施状況 (平成23年度国への報告より)

昨年11月に国に報告した平成23年度の実施状況をお知らせいたします。

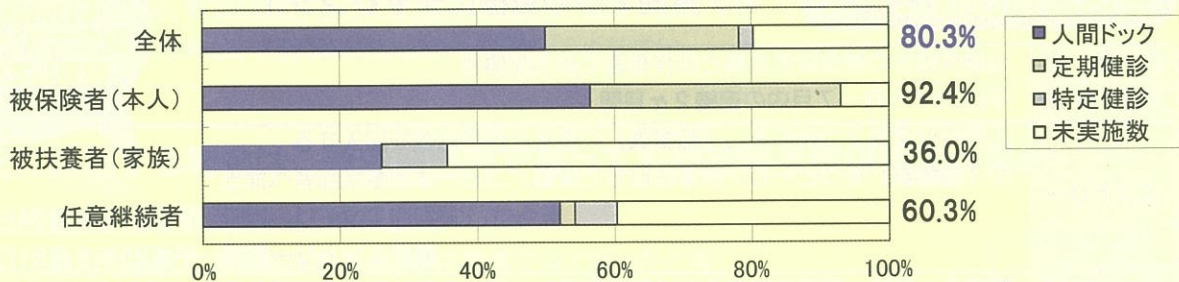
特定健診の実施状況 期間：平成23年4月1日から平成24年3月31日まで

受診率 80.3% (対象者 40~74歳 被保険者・被扶養者 12,906名中 受診者数 10,361名)

国が決めた健保組合の受診率の目標：24年度に**80%以上**

23年度の時点で、24年度の目標を達成することができました。

被保険者の方だけでなく、家族の方も、『自分の健康は自分で守る』ために
年1回は必ず健康診断または人間ドックを受けましょう。



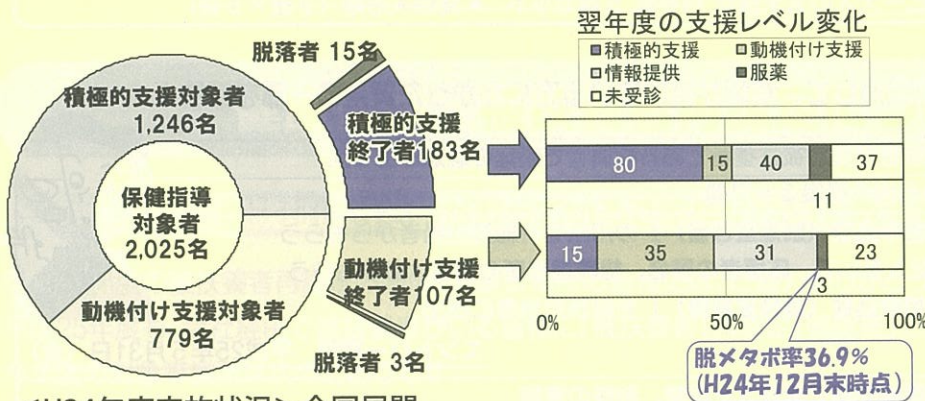
特定保健指導の実施状況

終了者は、6ヶ月間の支援を平成23年10月から24年9月末の間に終了した人数です。

受診率 14.3% (40~74歳 特定保健指導対象者 2,025名中 支援終了者数 290名)

国が決めた健保組合の受診率の目標：24年度に**45%以上**

23年度は実施エリアを全国展開していません。



特定健診・特定保健指導は、平成25年度から第2期(平成25年~29年)にはいります

第2期 国が決めた目標

特定健診の受診率

90%以上

特定保健指導の受診率

60%以上

国が決めた目標受診率には被扶養者の皆様の受診も含まれています!

<H24年度実施状況> 全国展開

被扶養者・任意継続者向け健診のご案内

今年も、被扶養者・任意継続者の皆様に、三菱化学メディエンス株式会社より【健康診断実施のご案内】を(⇒右写真、青い封筒で)お送りします。年1回の健診を是非受診してください!

(青い封筒)

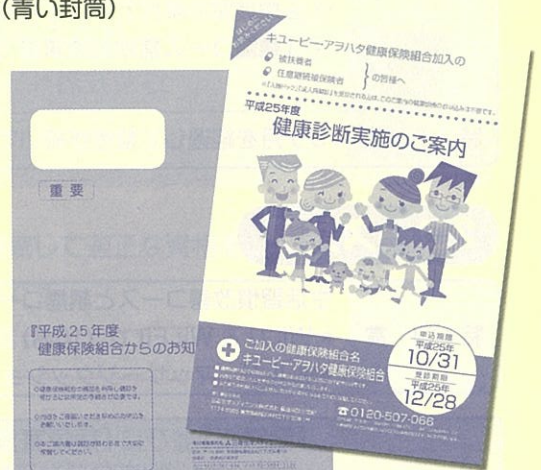
ご案内送付 4月末頃 → 申込(電話・はがき・インターネット) ~10月31日(木) → 受診期限 ~12月28日(土)

対象者：40歳~74歳の被扶養者(家族)
任意継続被保険者及びその被扶養者(家族)

健診機関：全国約2,000機関(三菱化学メディエンス株式会社の契約機関)

自己負担額：●特定健診 1,300円 (●はどちらか選択)
●基本健診 2,100円 (★は自由に選択)
★乳がん検診(乳房マンモグラフィ(X線)または乳房エコー)
★子宮がん検診(子宮細胞診)

8,000円を超えた額(合計8,000円までは健保が実費補助)



「ヘルスアップキャンペーン2013」

～めざせ！スリムキューピー～

自分に合った目標にチャレンジしましょう！

参加者
募集

今年も「生活習慣改善コース」と「禁煙コース」の2コースを用意しました。キャンペーンに参加して、日常生活を振り返る、見直すきっかけにしてみたいはいかがですか。是非とも声をかけあって、生活習慣をより良いものに変えるために、お互いに頑張りましょう！みなさんのご参加をお待ちしております。

生活習慣改善コース 2ヶ月間2つの目標にチャレンジ！

ホームページに
実行目標一覧と
役立つコンテンツを
掲載しています！

対象者	当健保組合の被保険者全員と被扶養者である配偶者
実施時期	平成25年5月～7月内の連続2ヶ月間
エントリー	①実行目標を2つ決める。「記録表」に番号と目標内容を記入する ②「記録表」をコピーし、原本は自分で保管、コピーは総務担当者へ提出 初回エントリー期限 平成25年4月24日(水) 最終エントリー期限 平成25年5月31日(金)
実行	連続2ヶ月間、目標をできるだけ毎日実行し、できた日は記録表に記入する(ポイント制)
終了	①2ヶ月が終了したら記録表のポイントを合計(1マスが1ポイント)する ②達成者(75ポイント以上達成した方)は、裏面の「終了時アンケート」の質問に答えて<必須>、記録表を総務担当者へ提出。 提出期限 平成25年8月6日(火)
特典	達成者(75ポイント以上達成した方)全員に「ポイント達成賞」

禁煙コース 3ヶ月間経過して、禁煙が続いている方にかかった費用の一部を補助！

対象者	当健保組合の被保険者全員と被扶養者である配偶者で禁煙の意志がある人
実施時期	平成25年4月～8月内の連続3ヶ月間
エントリー	①「禁煙コース参加申込書(禁煙宣言書)」の用紙を、総務担当者からもらう ② 所定の場所に記入をして、応援者の署名、総務担当者の署名は必ずもらう ③「禁煙コース参加申込書(禁煙宣言書)」を総務担当者へ提出 エントリー期限 平成25年5月31日(金)
実行	禁煙外来または禁煙補助薬で連続3ヶ月間、禁煙の実施 禁煙外来： 禁煙外来を実施している医療機関で3ヶ月間に5回程の医師の指導を受ける 禁煙補助薬： 市販のニコチンパッチやニコチンガムで実施
終了	※補助金申請は、3ヶ月を経過して禁煙が続いている方が対象 ①「禁煙コース補助金請求書(禁煙成功宣言書)」の用紙を、総務担当者からもらう ②所定の場所に記入をして、応援者の署名、総務担当者の署名を必ずもらう ③医療機関や薬局で発行される領収書の原本を添付する ④「禁煙コース補助金請求書(禁煙成功宣言書)」を総務担当者へ提出 提出期限 平成25年9月4日(水)
特典	3ヶ月を経過して禁煙が続いている方全員に



2コース共通

特別賞	生活習慣改善コースと禁煙コースの達成者から抽選で100名の方に「特別賞」
-----	--------------------------------------

「記録表」並びに「禁煙宣言書」はホームページからもダウンロードできます。役立つコンテンツとあわせてご利用ください！

健康保険限度額適用認定証についてのご注意

★平成24年4月1日から通院でもOK！

高額な診療の際、入院医療と同様に「限度額適用認定証」を保険証と一緒に提示することで、1ヶ月の自己負担限度額までの支払いになりました。

★有効期限が切れたら健康保険組合へ返却！

必要がある場合は再度、交付申請をしてください。

※なお、今までは、有効期限が近づくと更新の有無を確認する案内をしていましたが、今後は中止します。引き続き必要な方は、申請書にて、改めて申請してください。

下記に該当する場合は、有効期限内であっても認定証を健保組合へ返却

- ①被保険者が退職等により資格を喪失したとき
- ②適用対象者である被扶養者が、被扶養者でなくなったとき
- ③被保険者証の記号・番号に変更があったとき
- ④適用対象者が後期高齢者医療制度の対象者となったとき
- ⑤被保険者が所得変動により適用区分欄に表示された区分に該当しなくなったとき



※詳しくは健保HPをご覧くださいか、健保組合までお問い合わせください。

健康保険 被扶養者再認定について

保険証にお名前が載っているご家族について教えてください

平成24年度の被扶養者再認定の際は、対象事業所の皆様には、ご協力ありがとうございました。
平成25年度も、会社経由で被扶養者がいる皆様に「被扶養者【再認定】確認書」を送らせていただきます。
今年度の対象事業所は次のとおりです。

キューピー株式会社	アヲハタ株式会社
ケイ・システム株式会社	アヲハタ株式会社 ジャム工場
ケイ・システム株式会社 人材サポート事業部	レインボー食品株式会社
株式会社中島董商店	東北アヲハタ株式会社
コープ食品株式会社	芸南食品株式会社
コープ食品株式会社 東北工場	テクノエイド株式会社
コープ食品株式会社 九州工場	

被扶養者再認定とは、加入時に被扶養者の資格があったご家族が、継続して適正な資格を持っているかどうかを厚生労働省の通達に基づいて定期的実施しなければならないものです。

平成25年度の対象事業所の皆様も、ご協力をよろしくお願い致します。