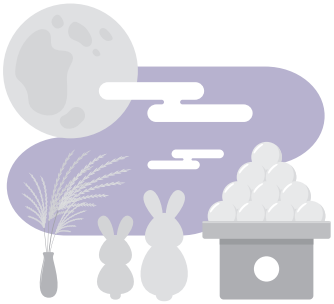
ご家庭にお持ち帰りください！

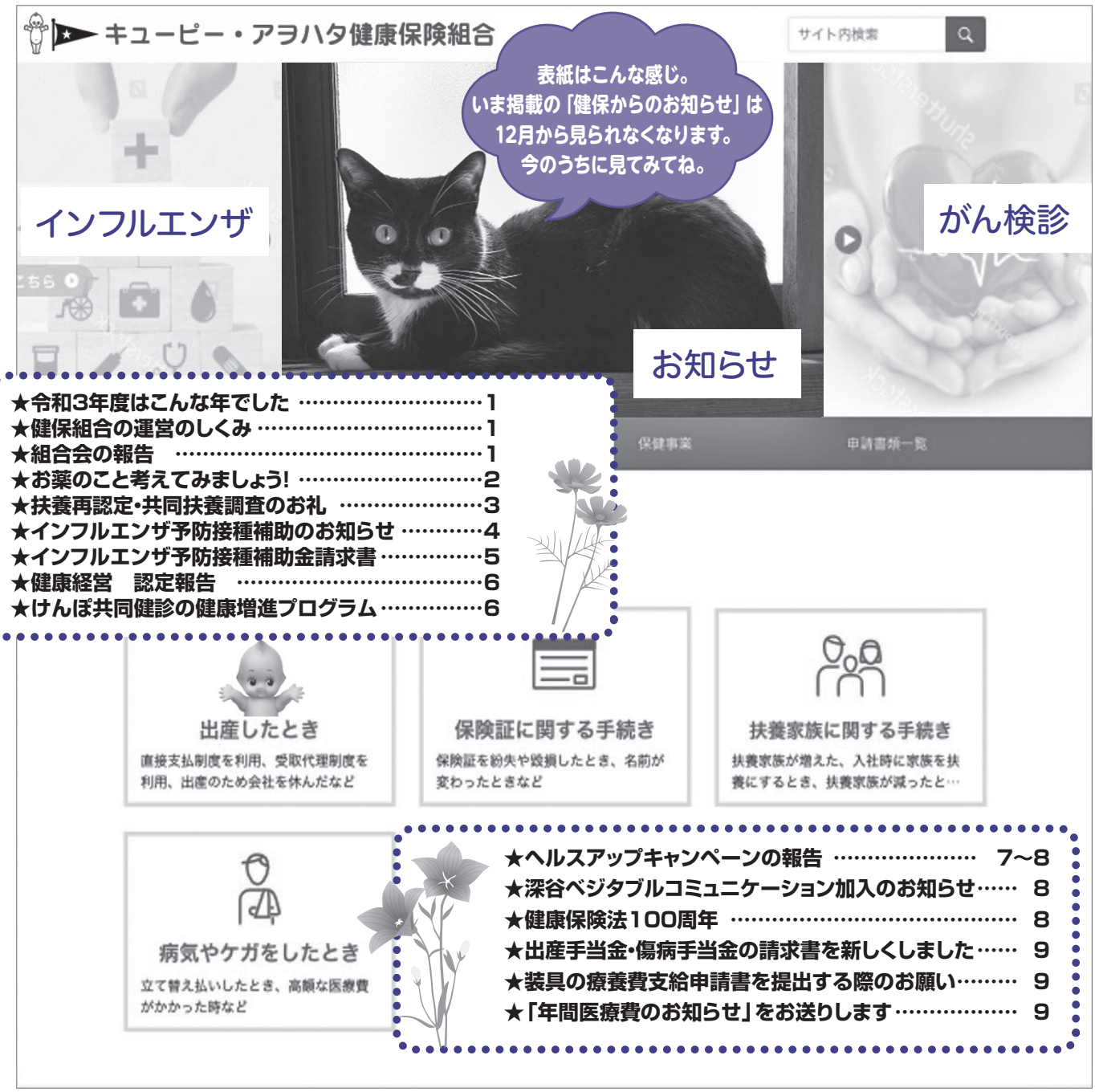
健保だより



第178号
2022.秋

健保のホームページ、12月からリニューアルします！

知りたいとき、知りたいこと、さっとわかるように…



★令和3年度はこんな年でした ……1
★健保組合の運営のしくみ ……1
★組合会の報告 ……1
★お薬のこと考えてみましょう! ……2
★扶養再認定・共同扶養調査のお礼 ……3
★インフルエンザ予防接種補助のお知らせ ……4
★インフルエンザ予防接種補助金請求書 ……5
★健康経営　認定報告 ……6
★けんぽ共同健診の健康増進プログラム ……6
★ヘルスアップキャンペーンの報告 …… 7～8
★深谷ベジタブルコミュニケーション加入のお知らせ …… 8
★健康保険法100周年 …… 8
★出産手当金・傷病手当金の請求書を新しくしました …… 9
★装具の療養費支給申請書を提出する際のお願い …… 9
★「年間医療費のお知らせ」をお送りします …… 9

キューピー・アヲハタ健康保険組合

ホームページはこちらです　https://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!

令和3（2021）年度はこんな年でした【決算のお知らせ】

健康保険

決　　算	令和2(2020)年度	令和3(2021)年度	前年度との差額
総　収　入	57億8,899万円	57億　626万円	▲ 8,273万円
総　支　出	50億4,214万円	47億8,446万円	▲ 2億5,768万円
収支差引額	7億4,685万円	9億2,180万円	1億7,495万円

別途積立金（財産）へ6億5,529万円

令和4年へ繰越2億6,645万円

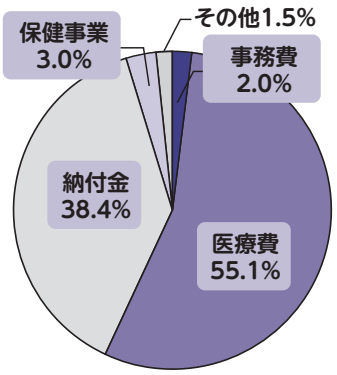
主な収入と支出		令和2(2020)年度	令和3(2021)年度	前年度比
収　入	保険料	54億　827万円	55億4,594万円	102.5%
支　出	医療費	25億8,757万円	26億3,718万円	101.9%
	納付金	21億7,422万円	18億3,954万円	84.6%
	総合計	50億4,214万円	47億8,446万円	94.9%

注目！

★納付金とは　「前期高齢者（65歳～74歳）納付金」「後期高齢者（75歳以上）支援金」など、高齢者の医療費を賄うために、健保組合が**国から支払を課せられた**　負担金の事です。

★令和3（2021）年度の前期高齢者納付金は、当健保組合の前期高齢者（65歳～74歳の被保険者・被扶養者）の2年前（令和元年）の医療費に基づいて算出された結果です。

健康保険 支出の内訳



介護保険

決　　算	令和2(2020)年度	令和3(2021)年度	前年度との差額
総　収　入	6億4,959万円	6億5,249万円	290万円
総　支　出	4億8,025万円	1億5,856万円	▲ 3億2,169万円
収支差引額	1億6,934万円	4億9,393万円	3億2,459万円

介護準備金（財産）へ 4億8,130万円

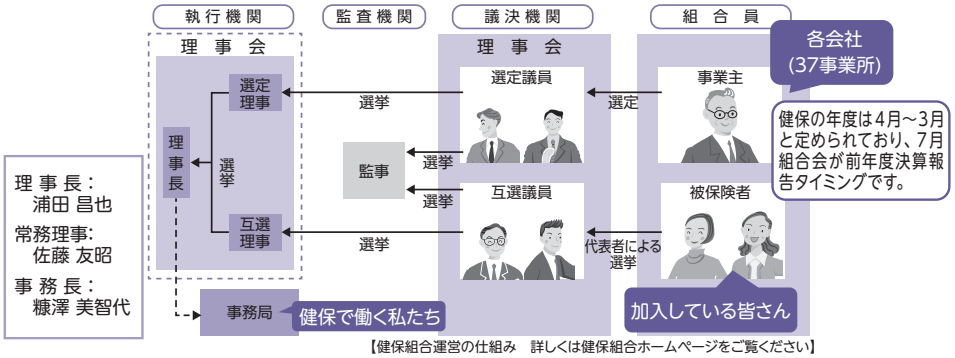
令和4年へ繰越 1,264万円

- 被保険者数……　11,757人（2022年3月時点）　⇒前年マイナス 259人
- 被扶養者数……　5,928人（2022年3月時点）　⇒前年マイナス 188人
- 被保険者ひとりあたり年間医療費…　220,077円　⇒前年プラス　7,161円
- 被保険者ひとりあたり年間納付金…　153,512円　⇒前年マイナス 25,392円

第105回　組合会の報告（抜粋）　7月12日開催

健保組合の運営のしくみ

健康保険組合は、健康保険法に基づいて設立された公法人です。国の「国会」にあたる「組合会」で健保組合の予算・決算・事業計画等重要事項をすべて決定しています。組合会は年2回、開催されています。



【健保組合運営の仕組み　詳しくは健保組合ホームページをご覧ください】

★令和3(2021)年度収入支出決算が承認されました。
★保健事業の状況を報告しました。
★5月に厚生局の「経理監査」が行われ、おおむね良好の評価を頂いたこと、しかしいくつか改善点があり、改善方法を厚生局に報告したこと、を報告しました。
★令和3年度の決算処分と、令和4(2022)年度の財産運用が承認されました。

お薬のこと考えてみましょう!

当健保の令和3（2021）年度　調剤費用は… **635,850,380 円**

保険適用の薬は2～3割が自己負担、残りを健保組合が負担しています。
健保組合の負担 ＝ 皆さんからいただく大切な保険料からの負担です。
薬代の負担を減らすために、**「ジェネリック（後発医薬品）を使用する」**という選択があります。

ジェネリック　Q&A

Q. ジェネリックって普通の薬と何が違うんですか?

A. ジェネリックと普通の薬（先発医薬品）の違いは、薬の形や色、添加物、作り方などです。ただし**同じ有効成分を同じ量だけ含み、効き目や安全性は同等であることがテストされ、厚生労働省から認められたものが製造・販売**されています。

★ **薬の形や色、添加物、作り方などもすべて同じにしたオーソライズド・ジェネリック（AG）というジェネリックもあります。**

Q. なぜジェネリックは普通の薬よりも安いんですか?

A. ジェネリックの価格は普通の薬（先発医薬品）の5割以下になるように定められています。新薬の開発には長い年月と莫大な費用がかかりますが、**ジェネリックは特許が切れた新薬と同じ成分を使い、短期間で開発・製造するため費用が少なく済みます。**そのため低価格で提供できるのです。

★ 自分が使用している薬にジェネリックがあるか、価格がいくらかを調べてみましょう!
日本ジェネリック医薬品・バイオミラー学会　「かんじゃさんの薬箱」
http://www.generic.gr.jp/

Q. 子どもは薬代がタダです。ジェネリックにする意味はあるのでしょうか?

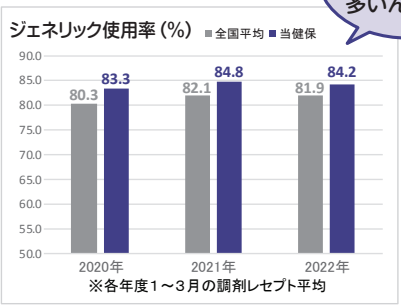
A. 窓口での自己負担額は無料、または少額になっていますが、薬代の7～8割は健保組合、残りを自治体が負担しています。つまり、**皆さんが払う健康保険料や税金からまかなわれているのです。**どうせ無料だからと思わず、ぜひお子さんの薬もジェネリックをご検討ください。

★ **ジェネリックを選ぶことは、増え続ける医療費と健康保険料の上昇を抑え、日本の優れた医療保険制度を次世代へ引き継いでいくことにもつながります!**

当健保のジェネリック使用状況

ジェネリックを使っている人は多いんです!

国は2023年度末までに、すべての都道府県でのジェネリック使用率80%を目標にしています。**当健保のジェネリック使用率は80%を超えており、全国平均と比べても、やや高めの水準を維持しています。**
毎年、対象の方へ「ジェネリック医薬品についてのお知らせ」を配布しています。**2021年12月に配布した方のうち、約30%が使用中の薬をジェネリックに切り替えられていました。**
すべての薬にジェネリックがあるわけではなく、治療上の方針等で選択できない場合もありますが、引き続きジェネリックで薬代を節約していきましょう。



「ジェネリック医薬品についてのお知らせ」をお送りします

今年も対象の方へ「ジェネリック医薬品についてのお知らせ」を配布します。
お知らせが届いた方はぜひ中身をご覧いただき、ジェネリックへの切り替えをご検討ください。

対象者	ジェネリックに切り替えた場合、薬代の軽減額が大きい方 **※全員が対象ではありません**	送付時期	2022年12月予定
送付方法	会社経由で配布（任意継続者はご自宅へ送付）	業務委託	株式会社　エム・エイチ・アイ

「扶養再認定」「夫婦共同扶養調査」ご協力ありがとうございました

「扶養再認定」

提出いただいた書類を審査の上、扶養資格を満たしていないと判断された場合には、
11月1日付で扶養削除となります。すでに削除の連絡を受けている方は、11月1日以降、
扶養削除となる被扶養者(家族)が、現在お持ちの保険証を使用しないようにご注意ください。

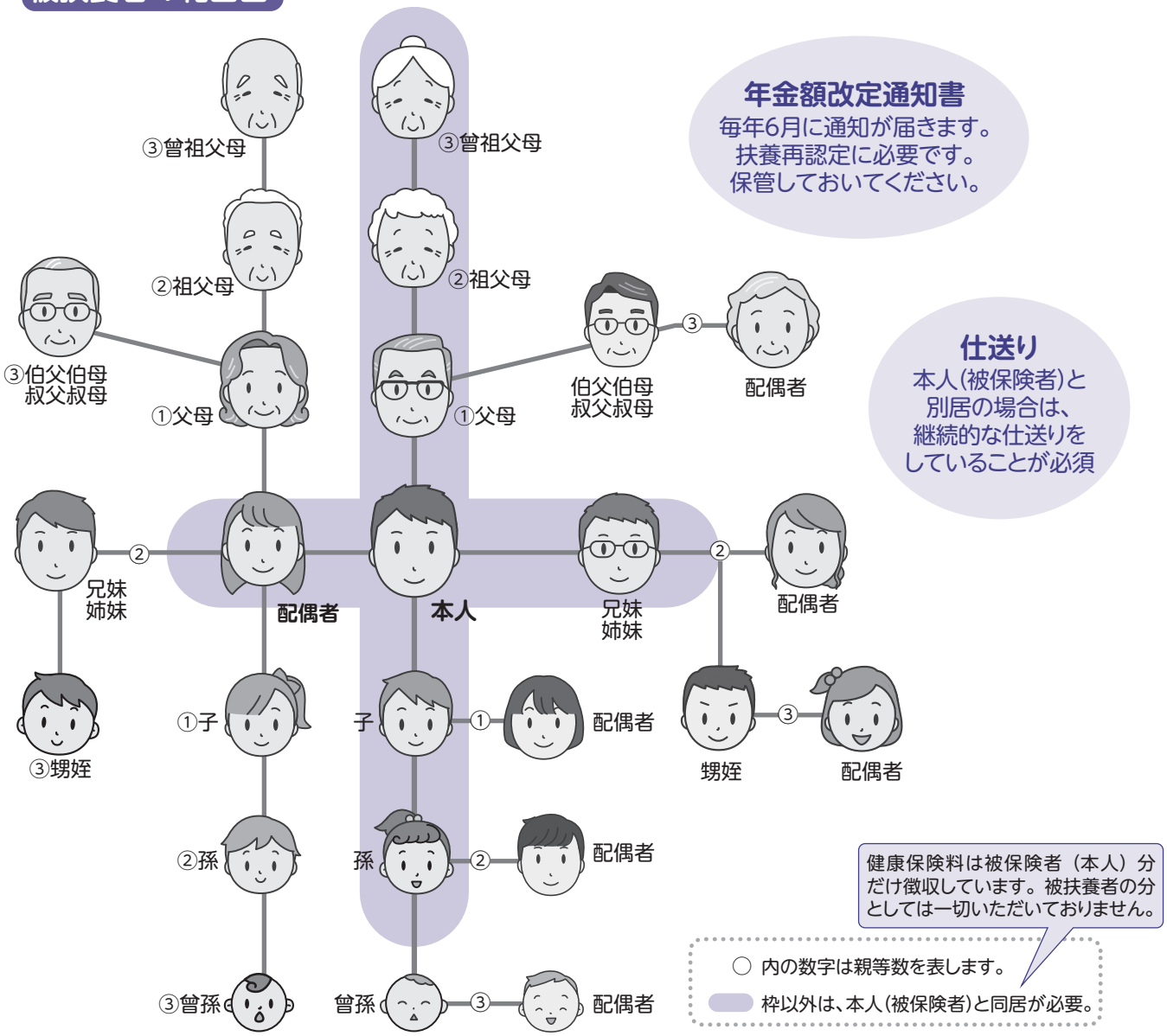
「夫婦共同扶養調査」 ～今年度より実施しました～

提出いただいた書類を審査の上、被保険者(本人)の収入よりも、配偶者の収入が多いことが判明した場合は、お子さんは配偶者の被扶養者(配偶者の健康保険に加入)となります。該当者へは総務担当者から連絡がいきますので、会社経由で、扶養異動の手続きをお願いします。
なお、夫婦の収入が同程度であれば「主として生計維持する」者の被扶養者となる法改正がされています。
※同程度とは:夫婦双方の年間収入の差額が年間収入の多い方の1割以内

被扶養者の定義

被扶養者とは、「被保険者の三親等内の親族であり、(中略)主として、その被保険者により、生計を維持するもの」と、健康保険法にて定められています。

被扶養者の範囲図



継続して適正な資格をもっているかを確認するための2つの調査に、今後ともどうぞご理解ご協力をお願いします。

2022年度「インフルエンザ予防接種」補助のお知らせ

インフルエンザ予防接種を受けた方に対して、昨年と同様に下記の通り補助を行います。
ワクチンの効果がでるまでに接種後2週間程度かかるといわれています。早めの接種をお勧めします。

補助金対象接種期間　2022年10月1日(土)～2023年1月31日(火)

対象者　被保険者 および 被扶養者（当健保組合の保険証をお持ちの方）

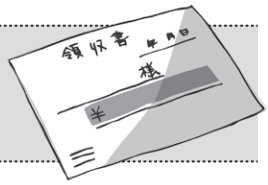
補助金額　接種1回につき、**2,000円**　※なお、かかった費用が補助額より少ない場合には実費の補助。

補助回数
- 16歳以上（2007年4月1日以前の誕生日の方）：接種者1人当たり　**1回まで**
- 15歳以下（2007年4月2日以降の誕生日の方）：接種者1人当たり　2回まで

請求方法　「インフルエンザ予防接種補助金請求書」に必要事項を記入の上、領収書を添付して請求してください。

領収書は原本のみです。「領収」の文字・領収印がない場合には、領収書とみなしません。(金額のみのレシート不可)
請求書はこの裏面（健保だより5ページ）をそのままご利用ください。
健保組合ホームページからもダウンロードできます。

領収書には以下の記載をしてもらってください。
① 1人分の接種料金および接種日
② 宛名は予防接種を受けた人のフルネーム（会社名は不可）
③ 但し書きで「インフルエンザ予防接種代」



※ 同一の人が2回接種を行う場合は、一度にまとめて請求してください。
※ インフルエンザ予防接種は治療ではなく予防なので、医療費控除対象になりません。

提出締切日　**2023年2月末日**　※健保組合必着

記入見本

補
支
(健

★注意★ ここは記入しないでください

インフルエンザ予防接種補助金請求書

【＊1回の接種につき2,000円までの実費補助（15歳以下:2回まで、16歳以上:1回まで）】

合 理事長殿

予防接種を受けましたので、補助金を請求いたします。

★注意★ フリクションペンは使用不可

以下の空欄を全て記入して下さい

請求者氏名[被保険者]	健保　太郎（保険証に記載された名前で記入）	保険証	記号 22	番号 22222	枝番 00（お手元にある保険証の「被保険者氏名」上に記載してあります）
事業所名[会社名]	キユーピー	部署名	けんぽ	記入日	2022年12月12日

領収書チェック（レ点をつける）
漏れがある場合は返却・再提出となりますのでご注意ください
- ☑ 1人分の接種料金および接種日の記載がある
- ☑ 宛名に予防接種を受けた人のフルネームが書かれている（会社名は不可）
- ☑ 但し書きで「インフルエンザ予防接種代」と明記されている

接種者氏名	続柄	年齢	接種月日		補助請求額（上限2,000円/回の実費）
健保　花子	妻	50			2,000 円
健保　せつ子	長女	17			2,000 円
健保　うめ	二女	15	~~11月 1日~~ 10 31 健保	12月 1日	~~3,000~~ 4,000 円 健保
			月 日	月 日	
			月 日	月 日	
				合計	8,000

★注意★ 訂正するときは取消線、訂正印で。修正液は使用不可です。

★注意★ 続柄は「子」ではなく「長男」「二男」等と記入してください。

★注意★ 合計金額も記入してください。

続柄：本人・妻・長男・長女など
※15歳以下とは、次の4 月1日時点で15歳以下のことをいいます

常務理事	事務長	担当者

補　助　金 支給決定金額 (健保使用欄)	円

インフルエンザ予防接種補助金請求書

【＊1回の接種につき2,000円までの実費補助（15歳以下:2回まで、16歳以上:1回まで）】

キユーピー・アヲハタ健康保険組合 理事長殿

医療機関でインフルエンザの予防接種を受けましたので、補助金を請求いたします。

以下の空欄を全て記入して下さい

請求者氏名 [被保険者]	(保険証に記載された名前で記入)	保険証	記号　　番号　　枝番 00 (お手元にある保険証の「被保険者氏名」上に記載してあります)

事業所名[会社名]	部署名	記入日
		年　月　日

領収書チェック　(レ点をつける) 漏れがある場合は返却・再提出となりますのでご注意ください	□ 1人分の接種料金および接種日の記載がある □ 宛名に予防接種を受けた人のフルネームが書かれている（会社名は不可） □ 但し書きで「インフルエンザ予防接種代」と明記されている

接種者氏名	続柄	年齢	接種月日		補助請求額
			1回目	2回目[15歳以下のみ]	上限2,000円/回の実費
			月　日	月　日	円
			月　日	月　日	円
			月　日	月　日	円
			月　日	月　日	円
			月　日	月　日	円
				合計	円

続柄：本人・妻・長男・長女など

※15歳以下とは、次の4 月1日時点で15歳以下のことをいいます

提出する書類と注意事項

提出物は次の**2点**です

1.**請求書**：当用紙に必要事項を記入してください。

2.**領収書**：＜原本のみ＞（予防接種は医療費控除の対象ではありません）

★注意★
この請求書に領収書は貼り付けないでください

＊在職者は給与口座に「健保還付金」として振り込みます。
＊任意継続の方は「任意継続資格取得申請書」に記入いただいた口座に振り込みます。
＊健保組合は仙川キユーポート内です。社内便がある場合は社内便でお送りください。

領収書見本

領収書

QP太郎 様　　○○年○月○日

¥ 3,500

但　インフルエンザ予防接種代として
上記正に領収いたしました

東京都○区○町1
電話　03-1234-5678
△△病院
院長　健保 花子

接種日　接種者名　病院名 病院印　但し書き

接種日：支払日と異なる場合は、医療機関窓口で領収書に接種月日を記入してもらってください

健康経営　認定制度にチャレンジしませんか?

キユーピーグループは、

「グループで働く一人ひとりが、心もからだも健康に生き生きと企業活動を続けることが、事業の発展と社会への貢献につながる」　（グループ健康宣言より一部抜粋）

という考えのもと『健康経営』に取り組んでいます。
キユーピーホームページ「健康経営について」に健康宣言、重点施策、健康指標　等
詳しく掲載されていますので、ぜひ、ご覧ください。

キユーピーHP
「健康経営について」
（スマホからはコチラ）

健康経営を実践している企業の取り組みについては、公的機関が評価し、認定する制度があります。
認定されることで、取組内容が「見える化」でき、わかりやすくなり、社外からも評価をしてもらえます。
グループで認定されている会社をご紹介いたします。

キユーピー株式会社	株式会社ディスペンパックジャパン	株式会社サラダクラブ
健康経営優良法人2022 （大規模法人部門） 2022.3.9認定	健康経営優良法人2022 （中小規模法人部門） 2022.3.9認定	健康優良企業（銀） 2022.4.6認定

※㈱ディスペンパックジャパン2021年認定の
健康優良企業（銀）も更新されています。

2022
健康経営優良法人
Health and productivity

認定は会社単位となります。ご興味のある方は、健保組合までご連絡ください。

【けんぽ共同健診を受診の方へ】　健康増進プログラムのお知らせ

けんぽ共同健診を受診された方向けに、健康増進プログラム「For Your Health <フォー・ユア・ヘルス>」がスタートしました。
これは、生活習慣病発症リスクが高いと判定された40歳以上の方に行われるサポートプログラムです。

けんぽ共同健診とは?

複数の健康保険組合が共同で運営する健診事業です。一般健診、がん検診等を健保組合の補助で受診することができます。（一部、自己負担額がかかる場合もあります）

【対　　象】 30歳以上の被扶養者である配偶者、任意継続被保険者および被扶養者である配偶者
【案 内 方 法】 毎年4月に対象となる方へ案内冊子を送付しています。健保組合のホームページにも掲載しています。
【業務委託先】 株式会社イーウェル

健保HPはこちら

健康増進プログラム「For Your Health <フォー・ユア・ヘルス>」とは?

けんぽ共同健診とつながった、健康増進のためのプログラムです。複数のコースから自分にあうものを選び、実施していただけます。申し込み・参加に費用はかかりません。対象になられた方は、ぜひご利用ください。

【対　　象】 けんぽ共同健診の受診結果で、生活習慣病の発症リスク（メタボ・高血圧・高血糖・脂質異常、喫煙など）が高いと判定された40歳以上の方
【案 内 方 法】 業務委託先より、メールまたはお電話で直接ご本人へ詳細の案内があります。
【業務委託先】 株式会社イーウェル、株式会社サンプリ、株式会社東急スポーツオアシス、株式会社ベストライフ・プロモーション

「ヘルスアップキャンペーン2022」の報告

参加状況

今年は 8,048 人のみなさんに参加していただきました!!
たくさんのご参加ありがとうございました。

	在籍者数	参加者	参加率	達成者数	達成率
被保険者	11,506名	8,048名	70%	6,700名	83%
被扶養者	1,762名	—	—	96名	—

※達成率＝達成者数／参加者（被扶養者は達成者数のみ掲載）

昨年に続き、
参加人数・参加率ともに
過去最高を更新！

参加率１００％ が
30チーム！

事業所をあげて推進していただき、
ありがとうございました。

チーム名

～個人情報のため、削除しています～

来年もヘルスアップキャンペーンを実施します。
みなさまのご参加を、心よりお待ちしております！

チームランキング

参加率＋達成率 の上位チームを発表します!

～個人情報のため、削除しています～

来年もヘルスアップキャンペーンを実施します。
みなさまのご参加を、心よりお待ちしております！

WEB参加者の声

今年もWEBで参加された方から、たくさんの日記投稿と感想のコメントをいただきました。一部ご紹介します。

日記 4,980件

ヘルスアップ!なのに
体重アップ!なんで…

8,000歩達成に向けて夜のお散歩。
カエルの合唱と大きなお月様を
楽しむ事が出来ました。

冷蔵庫を何回も開けては閉め、
冷えたビールの誘惑に
負けそうでしたが
我慢しました!

もう少しで大学生時代の体重!
高校生の時まで戻れるよう
頑張れ!私!

これまでコーヒーは微糖を
選んでいたが、無糖を飲み始めて10日、
慣れると香りがいい感じ。

その他にも、日々の出来事など、
皆さんの楽しい日記投稿で
盛り上げていただきました♪

感想 2,655件

あっという間の期間でしたが、
毎年の楽しみでもあります。
自分のからだと向き合うことも
意識することも大切ですね。

在宅勤務だと運動不足になるなと
実感しました。結果として体重も
血圧も大きく下げることはできな
かったが、大きく増えることもありま
せんでした。あと体重と血圧を
毎日計る習慣ができました。

今回初めて参加したのですが、
間食を控えるのと体重の記録を
続けることで6キロも体重を
減らすことが出来ました。
自分の生活習慣を少し見直す
だけで、こんなにも変化が
あるんだということを
身をもって体験できました。

この時期は、夏野菜が食卓に並びます。
オクラ、トマト、枝豆、茄子、
モロヘイヤ、トウモロコシ等々を
調理の内容を変えて
楽しみながらこれからも続けます。

特別賞 当選者の発表

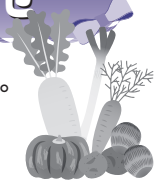
厳正なる抽選の結果、次の方が特別賞を獲得されました!!
※事業所名はヘルスアップキャンペーンに参加時の所属です

～個人情報のため、削除しています～

来年もヘルスアップキャンペーンを実施します。
みなさまのご参加を、心よりお待ちしております！

2ヶ月間のチャレンジありがとうございました!ヘルスアップキャンペーンは、生活習慣の見直しの「きっかけづくり」が目的です。今回 取り組まれたチャレンジコースを習慣化していただき、健康的な生活を続けていきましょう。
新しいチャレンジコースの追加など、今後も楽しく参加していただけるよう企画していきます。
来年もよろしくお願いします!

深谷ベジタブルコミュニケーション株式会社　加入のお知らせ



深谷ベジタブルコミュニケーション株式会社が4月からキユーピー・アヲハタ健康保険組合の仲間になりました。
久しぶりの新しい事業所です。埼玉県深谷市の「深谷テラス ヤサイな仲間たちファーム」を運営しています。
どうぞよろしくお願いします。これにより、当健保組合の事業所は37となりました。

健康保険法は100周年を迎えました

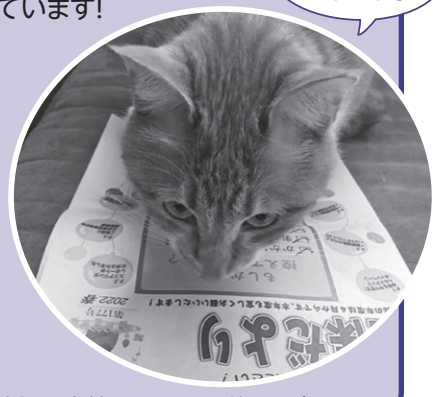
健康保険法は1922年(大正11年)に制定されてから、今年4月で100周年を迎えました。
この間、同法のもとで健保組合は、加入者のニーズや社会環境の変化に対応しながら事業主と協働して、加入者の皆さまの健康を支えてきました。
日本ならではの「国民皆保険」。**保険証さえ持っていれば、自分の意思で全国各地の医療機関から受診先を選べることも、日本の保険制度が持つ大きな特徴です。**
健保組合はこれからも皆さまの健康と安心を守る存在であり続けます。

(健康保険組合連合会より)

ホームページに掲載する写真 募集中！

健保だよりを
読むウリ

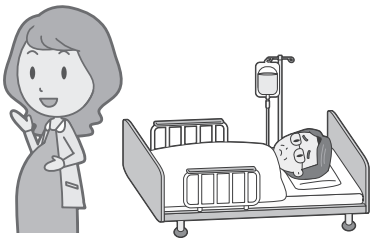
健保組合のホームページの「健保からのお知らせ」に掲載する写真を募集しています!
お子さまやかわいいペット、きれいな景色の写真など…



★社内メールをお持ちの方は健保に直接メールをお送りください♪

出産手当金・傷病手当金の請求書を新しくしました

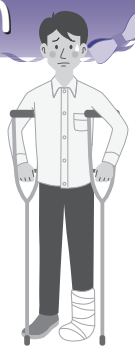
ホームページ「申請書一覧」の「出産手当金」「傷病手当金」請求書を更新しています。
記入見本をご確認のうえ、**今後は新しいものをご利用ください。**



※**今年12月までは経過期間**とし、古い請求書も受け付けます。
令和5年1月からの提出は、必ず新しい請求書を使用ください。
古い請求書では受け付けません。

ご協力をよろしくお願いします。

装具の療養費支給申請書を提出する際のお願い

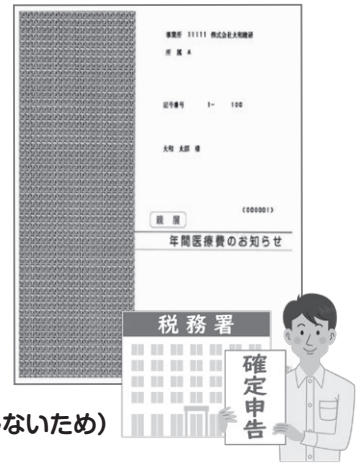


骨折等で治療用装具を作成した場合、医療機関でもギプス等を作成していないか、
レセプトを確認する場合があります。
レセプトが健保組合に到着するのは、医療機関で診察してから2～3ヶ月後となります。
申請書を提出する際は、装具作成後、2～3ヶ月経ってからご提出ください。

審査の結果、**装具とギプスを併用で使用している場合は、装具は不支給とさせていただきます。**
やむを得ない事情がある場合はこの限りではありません。
(初めはギプスを装着していたが、今は装具のみ使用している等)

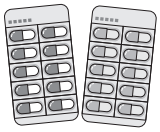
「年間医療費のお知らせ」をお送りします

対象期間	2021年12月から2022年11月までの1年間
送付時期	2023年２月時点で**被保険者全員に事業所経由で送付** ※任意継続者はご自宅に送付します ※一度も医療機関に受診していない方は送付しません



「確定申告」に使えます!
確定申告の際、「年間医療費のお知らせ」を添付することで医療費控除の明細書の記入が省略できます。

ポイント
- **実際にかかった医療費をご確認ください。**
- **「年間医療費のお知らせ」は再発行できません。毎年大切に保管してください。**
- **2022年12月分の記載はありません。確定申告に使用する場合、この1ヶ月分のみ領収書が必要です。(作成時に医療費データが健保組合に到着しないため)**



― 年間医療費のお知らせ　Q&A ―

Q：記載されていない医療費があるのはなぜか
A：医療機関等からの請求が遅れている場合や、レセプト内容を審査中の場合等については、記載されていない事があります。

Q：領収書の金額と一致しないのはなぜか
A：保険適用とならない医療費はお知らせに記載されないため、必ずしも領収書の金額と一致しない場合があります。

Q：診療内容について教えてほしい
A：病名や処置、薬剤名等の診療内容は、受診した医療機関等や薬局にお尋ねください。

Q：記載されている医療機関等に受診した覚えがない。なぜ記載されているのか。
A：医療機関等の通称名と登録されている医療機関名等が異なっている場合があります。記載の医療機関等へご確認をお願いします。受診した覚えがない医療機関等の場合は、架空請求やなりすましの可能性もありますので、健保組合へご連絡ください。

Q：お知らせがないと医療費控除の申告はできないか
A：お知らせがなくても医療機関等からの領収書があれば申告できます。詳細は、お住い近くの税務署にお尋ねください。

※何か不明な点がありましたら、健保組合までお問い合わせください。

キユーピー・アヲハタ健康保険組合　〒182-0002　東京都調布市仙川町2-5-7　仙川キユーポート　TEL:03-5384-7740　FAX:03-5384-7840