

# ひたまり

の う き よ う け し ぼ

No. 73

## 新年のご挨拶

埼玉県農協健康保険組合  
理事長 坂本 富雄



あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、すこやかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、日頃より当健保組合の事業運営に対し、格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

「人生 100 年時代」を迎え、昨今では健康寿命の延伸によって、若者から高齢者まですべての国民が元気に活躍し続けられる社会づくりが求められています。その一翼を担う健康保険組合といたしましては、みなさまが病気やけがなどをしたときの安心を下支えする役割の重要性を、年々強く感じています。

一方で、健康保険組合を取り巻く情勢は、本年より団塊の世代が 75 歳以上の後期高齢者に移行し始めることで、高齢者医療制度への納付金が急増することが見込まれています。加えて、新型コロナウイルス感染拡大の影響による経済への打撃と賃金水準の低迷によって、健保財政の収入の柱である保険料が減少し、逼迫度合いに拍車がかかっています。

新型コロナウイルスの影響は、医療費にも及んでいます。厚生労働省が発表した令和 2 年 4 月～令和 3 年 3 月の医療費動向（メディアス）をみると、前年度比で 1 兆円を超える減少となり、過去最大の減少幅となりました。これは、感染予防に起因する医療機関への受診控えによるものです。みなさまの健康増進をサポートする責務のある健康保険組合といたしましては、こうした受診控えは、重大疾病等の早期発見・早期治療の遅れへとつながる危険性があり、憂慮すべき事態といえます。

コロナ禍を通じ、健康の大切さを痛感された方は多いかと存じます。現時点で健康に自信がある方でも、気づかないうちに体の中で症状が進んでいるケースが多数あります。健康保険組合では、疾病予防・重症化予防のための保健事業を積極的に行っておりますので、体調には十分留意されたうえで、必要な診療や健診等、適宜医療機関への受診をお願いいたします。

みなさまがご家族とともに健康に留意され、心身ともにすこやかな毎日を過ごされますことを心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



# 花粉症のシーズンが到来！早めの対策を

毎年、花粉症で激しい症状が出る人は、花粉飛散開始前または症状がごく軽いときから薬をのみ始める「初期療法」が有効です。花粉飛散予測日の1～2週間前に、医療機関を受診するのがおすすめです。

症状が軽い場合は、OTC医薬品（市販薬）の活用もひとつの方法です。ただし、症状が緩和されない場合は、医療機関への受診がすすめられます。

花粉症の症状を抑えることは、新型コロナウイルス感染症（以下、新型コロナ）予防にもつながります。万全の対策をとりましょう。

## 自分でできる花粉症対策

### 外出時

- マスク、メガネを着用し、花粉の付きやすい服装を避ける
- くしゃみやせきをするときは下を向く
- 新型コロナ対策として、鼻をかむ前、目や鼻をかく前に手指消毒する。マスクを抑えた手は早めに消毒する



### 帰宅時

- 衣服や髪をよく払って家に入る
- 手洗い後、洗顔、うがいをし鼻をかむ



### 室内

- 換気は、レースのカーテンは閉めたままで窓を開ける幅を10cm程度にし、短時間にとどめる
- 換気した後は、すぐに窓から1m以内を重点的に掃除する
- 乾燥した空気の中では花粉やウイルスが飛散するため、加湿器をテーブルの上などに置いて部屋の湿度を40～70%に保つ



### その他

- 花粉情報に注意する  
環境省花粉観測システム はなこさん <https://kafun.env.go.jp>  
地域別に1時間ごとの飛散状況をチェック！

## 制度改正のお知らせ

2022年  
1月から

# 傷病手当金 任意継続被保険者

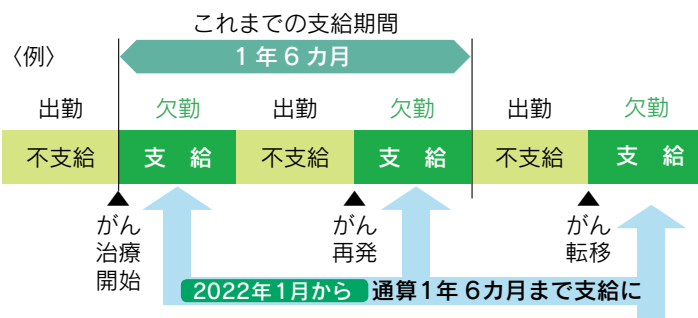
が変わりました

けがや病気で働けないときに給付金が受けられる「傷病手当金」と、退職後も健康保険組合に加入できる「任意継続被保険者」について、次の改正が行われました。

### 傷病手当金の改正

#### ● 傷病手当金の支給期間の変更

傷病手当金の支給期間は、支給開始日から起算して1年6か月を超えない期間とされますが、がん治療で長期間にわたり休暇をとりながら働くケースなど、治療と仕事の両立を支えるために、働いた期間を除いて1年6か月を通算できるようになりました。



### 任意継続被保険者の改正

#### ● 本人の申請による資格喪失が可能に

任意継続被保険者になると任意で脱退する規定がありませんでしたが、被保険者が保険者に申請することにより脱退できるようになりました。

#### ● 任意継続被保険者の標準報酬月額の見直し

任意継続被保険者の保険料決定のもとになる「標準報酬月額」は、「退職前の標準報酬月額」と「全被保険者の平均標準報酬月額」のうちの「低い額」が適用されていましたが、健保組合が規約を変更すれば「退職前の標準報酬月額※」にできるようになりました。

当健保組合は、令和4年4月1日以降に被保険者の資格を喪失し、任意継続被保険者となられた方の標準報酬月額は「資格喪失時の標準報酬月額」とする予定です。

※その他一定の条件で健保組合が規約で定めた額も可能



## 「医療費のお知らせ」をお送りします

当健保組合では年1回、受診された医療機関等や医療費の確認とともに、健康や医療についての関心を深めていただくため、毎年3月上旬に「医療費のお知らせ」をお送りしています。(請求金額等に誤りがある場合は当健保組合までご連絡ください)

また、「医療費のお知らせ」は、確定申告の医療費控除の手続きに活用できます\*1。

なお、確定申告のために事前の送付を希望される場合は、当健保組合へご連絡ください。

※1 「医療費のお知らせ」を添付すると、原則、明細の記入が省略でき、領収書の保管も不要となります。  
(確定申告にかかるお問い合わせは税務署へ)

### 知っておきたい！ 健保の知識

## 被扶養者に異動があったら届出をお忘れなく！

被扶養者が就職したり、収入が増えた場合など、被扶養者の資格にあてはまらなくなったら、扶養から外す手続きが必要です。「被扶養者(異動)届」に「保険証」を添え、5日以内に当健保組合に届け出てください。

※「高齢受給者証」「限度額適用認定証」をお持ちの被扶養者は、あわせて返却してください。

### こんな場合は被扶養者の資格から外れます

#### 就職・他の健保組合に加入した

- 被扶養者が就職し、就職先の健康保険の被保険者になった。
- 被扶養者がパート先で被保険者になった。

パートやアルバイトをしていて下記の要件をすべて満たす場合は、お勤め先の健康保険の被保険者となります。

- (1) 週の所定労働時間が20時間以上
- (2) 賃金月額が88,000円(年収106万円)\*以上  
※残業代、通勤手当などを含めない所定内賃金
- (3) 雇用期間が1年以上見込まれる
- (4) 学生でない
- (5) 職場が以下のいずれかに該当  
①従業員が501人以上 ②従業員が500人以下で、社会保険の加入について労使合意を行っている

#### 収入が増えた

- 被扶養者の年間収入が130万円\*以上見込まれることになった、または被保険者の収入の1/2以上になった。

※60歳以上または障害がある場合は180万円以上(老齢年金、障害年金、遺族年金を含む)。

#### 別居した

- 被扶養者となるために同居が条件となる親族\*が、被保険者と別居した。

※被保険者の配偶者・子・孫・父母・祖父母・曾祖父母・兄弟姉妹以外の親族(三親等内)は同居でなければ被扶養者として認定されません。

#### 失業給付金を受給した

- 被扶養者が基本手当日額3,612円(60歳以上は5,000円)以上の雇用保険の失業給付金を受給するようになった。

#### 75歳になった

- 被扶養者が75歳\*になり、後期高齢者医療制度の被保険者になった。

※65~74歳の方が一定の障害があると認定され、後期高齢者医療制度の被保険者になったときも同様です。

#### 国内居住要件を満たさなくなった

- 日本国内に住所を有さなくなった。

ただし、次のような場合は、被扶養者として認められます。

- ①留学する学生 ②海外赴任に同行する家族 ③観光・保養やボランティアなど就労以外の目的で、一時的に日本から海外に渡航している(ワーキングホリデーや青年海外協力隊など) ④海外赴任中に身分関係が生じ、新たな同行家族とみなすことができる ⑤その他日本に生活の基礎があると認められる特別な事情があるとして健保組合が判断する

### Q 被扶養者の異動届の手続きをしないとどうなるの？

A 被扶養者数も、健保組合が国へ支払う高齢者医療への拠出金の算定に反映されています。そのため、手続きをしないと、本来、被扶養者でないのに被扶養者数に含まれることとなり、不要な支出につながります。

つまり、みなさんが健保組合に納めている保険料が適正に使われないことになります。

みなさんの  
保険料が適正に  
使われないこと  
になります





# 健診結果における個人情報の 共同利用について

当健保組合は加入者本人（被保険者）の健康管理を効果的、効率的に実施するため、事業主と共同で健診データを利用します。

## 1 共同利用の趣旨

労働安全衛生法による定期健康診断と高齢者の医療の確保に関する法律による特定健診には重複した項目があり、事業主と健保組合が共同で健康管理を実施することが効果的、効率的であるため共同事業として実施します。

## 2 共同利用する個人データの項目

氏名、生年月日、性別、事業所名、記号番号、健診受診日、健診実施機関名称、健診結果、判定

## 3 健診データを共同利用する者の範囲

- (1) 加入事業所 事業主、人事・労務、健康管理担当者又は産業医  
(2) 当健保組合 保健事業担当者

## 4 利用する者の目的

- (1) 健診結果に基づき、健康管理のための指導、相談、情報提供を行う。  
(2) 保健事業計画等の策定のためのデータの分析比較を行う。

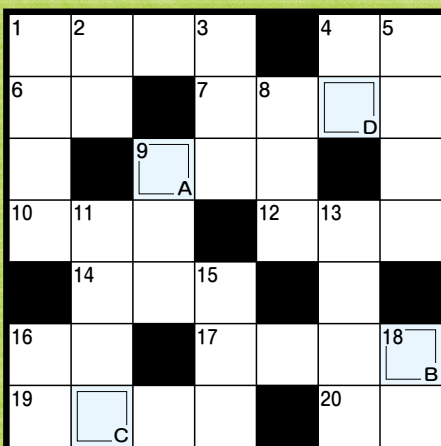
## 5 当健保組合における個人情報管理責任者

常務理事



## ク ロ ス ワ ー ド

A～Dの文字でできる言葉は何でしょう？



©スカイネットコーポレーション

### ↓ タテのカギ

- ① 氷上を滑るウィンタースポーツ
- ② 「Q&A」の「Q」
- ③ 野暮と同じこと
- ④ 品物のクオリティー
- ⑤ 白と杵でべったんべったん
- ⑧ 手練\_\_\_を弄する
- ⑨ 頼りとなる人。一家の\_\_\_
- ⑪ 祝い膳にピッタリな、鯛の\_\_\_付き
- ⑬ 衆議院議員や参議院議員など
- ⑮ こたつが似合う果物といえば
- ⑯ 「独楽」と書く、昔ながらの玩具
- ⑰ かぐや姫のふるさと

### → ヨコのカギ

- ① ガスや灯油などを使う暖房器具
- ④ 冷え込んだ朝、地面に\_\_\_が降りていた
- ⑥ 一年の\_\_\_は元旦にあり
- ⑦ 刺繍の刺し方や刺し目
- ⑨ 「五・七・五」で詠む
- ⑩ ひと続き。\_\_\_番号
- ⑫ 野球でバッテリーボックスのこと
- ⑭ カブサイシシは唐辛子の\_\_\_成分
- ⑯ うどんのシコシコ食感
- ⑰ 間違いない！
- ⑱ フルの距離は42.195 km
- ⑳ 「海のミルク」と呼ばれる貝

A	B	C	D
---	---	---	---

クロスワード正解者には、記念品が当たります。

応募はEメールで。(kenkou@ja-saitama-kenpo.or.jp)

件名は「クロスワード」、本文に保険証記号・番号、住所、氏名（家族は続柄と氏名）を書いてください。(正解者多数の場合は抽選)

当選者の発表は記念品の発送をもってかえさせていただきます。