



# 東プラ けんぽ

2021  
春  
NO.203

## contents

- 令和3年度予算がまとまりました
- 医療機関は正しく受診！
- 高額療養費
- 令和3年度事業のご案内
- 2022年危機に向けて
- ジェネリックに替えてみませんか

健保組合の給付／届出一覧／保険料と標準報酬月額／被保険者と被扶養者／データヘルス計画／健康スコアリングレポート／疾病予防健診／健康診断の検査項目・自己負担額／進興会東プラ健診クリニック／健康増進事業／直営保養所／共同利用保養所

- マイナンバーカードの保険証機能について
- 東プラジャーナル／共済会



# 令和3年度予算が決まりました

## 新型コロナウイルス感染症の影響により経常収支22億1100万円の赤字予算

第150回組合会が書面審議により開催され、当組合の令和3年度予算が可決・承認されましたので、その概要をお知らせします。

### 健康保険料率の維持

#### ●健康保険料率 9・8%

令和3年度の健康保険料率は従来どおり9・8%に据え置きとなります。

#### ●基本保険料率と特定保険料率の負担割合の変更

令和3年度の健康保険料率のうち、医療費など給付金等にあてられる基本保険料率は5・2111%から4・9590%となり、高齢者医療制度の拠出金等にあてられる特定保険料率は4・4589%から4・7110%に変更となります。

### 介護保険料率の維持

#### ●介護保険料率 1・7%

令和3年度の介護保険料率は従来どおり1・7%に据え置きとなります。

新保険料率 令和3年3月分保険料(4月納付分)から

		変更後(%)	変更前(%)
健康保険料率		9.8000	9.8000
一般保険料率		9.6700	9.6700
内 訳	基本保険料率	4.9590	5.2111
	特定保険料率	4.7110	4.4589
調整保険料率		0.1300	0.1300
介護保険料率		1.7000	1.7000
合計保険料率		11.5000	11.5000

### 一般勘定(健康保険)

#### ●収入

令和3年度は、新型コロナウイルス感染症による経済への影響を考慮し、被保険者数・平均標準報酬月額・総標準賞与額等の予算基礎数値を低めに設定しました。これにより、健康保険収入は前年度予算比7・9億円の減少となっています。

不足分を準備金から繰り入れ、健康保険料率9・8%を維持します。

#### ●支出

保険給付費は、高齢化及び医療の高度化・高額薬剤の保険適用により、前年度に引き続き100億円を超え、102・8億円となっています。また、高齢者医療制度への納付金は、前年度予算比1・15%増の86・5億円となっており、保険給付費と納付金の合計額は健康保険収入の106・5%に達しています。

### 介護勘定(介護保険)

#### ●収支

国から示された介護納付金を、介護保険収入だけでは賄うことができないため、不足分を準備金から繰り入れ、介護保険料率1・7%を維持します。

# 収入支出予算概要表

## 一般勘定 (健康保険)

### 収入

科目	予算額(千円)
健康保険収入	17,777,276
調整保険料収入	239,884
繰入金	2,389,927
国庫補助金収入	9,256
特定健康診査等事業収入	13,000
財政調整事業交付金	182,000
雑収入	66,825
<b>合計</b>	<b>20,678,168</b>

### 支出

科目	予算額(千円)
事務所費	285,620
組合会費	5,040
保険給付費	10,280,081
納付金	8,656,703
前期高齢者納付金	4,415,645
後期高齢者支援金	4,240,901
その他	157
保健事業費	826,524
宮繕費	46,850
財政調整事業拠出金	239,884
予備費	308,403
その他	29,063
<b>合計</b>	<b>20,678,168</b>

\*一般勘定の予算基礎数値

●被保険者数 39,500名

●平均標準報酬月額 334,500円

## 介護勘定 (介護保険)

### 収入

科目	予算額(千円)
介護保険収入	2,020,701
繰入金	165,204
雑収入	8
<b>合計</b>	<b>2,185,913</b>

### 支出

科目	予算額(千円)
介護納付金	2,164,712
介護保険料還付金	700
雑支出	501
予備費	20,000
<b>合計</b>	<b>2,185,913</b>

## 被保険者1人当たりでみる一般勘定 (健康保険)

予算総額 523,498円

財政調整事業交付金 4,608円 (0.9%)

繰入金 60,504円 (11.6%)

調整保険料収入 6,073円 (1.2%)

雑収入・他 2,255円 (0.4%)

財政調整事業拠出金 6,073円 (1.2%)

保健事業費 20,925円 (4.0%)

予備費 7,808円 (1.5%)

その他の支出 2,050円 (0.4%)

事務所費 7,230円 (1.4%)

### 収入

健康保険収入  
450,058円 (86.0%)

### 支出

納付金  
219,157円  
(41.9%)

保険給付費  
260,255円  
(49.7%)

# 令和3年度予算編成を終えて

## 健康保険組合を取り巻く状況

我が国の経済は、新型コロナウイルス感染症の影響により、依然として厳しい状況となっております。

健康保険組合においても、新型コロナウイルス感染症の影響による健康保険収入の大幅な減少と高齢者医療制度への納付金・支援金の過重な負担により、極めて厳しい財政状況が続いています。

団塊の世代が75歳以上の後期高齢者に移行し始める2022年以降は、高齢者医療費が急増することから、健康保険組合の納付金・支援金の負担がさらに増大するため、健保財政の窮迫が危惧されています。

## 準備金を取り崩し不足分に対応

このような状況の中、当組合の令和3年度予算については、新型コロナウイルス感染症の影響による被保険者数・標準報酬月額・賞与額の落ち込みにより、健康保険収入が前年度予算比7・9億円の減少となっております。

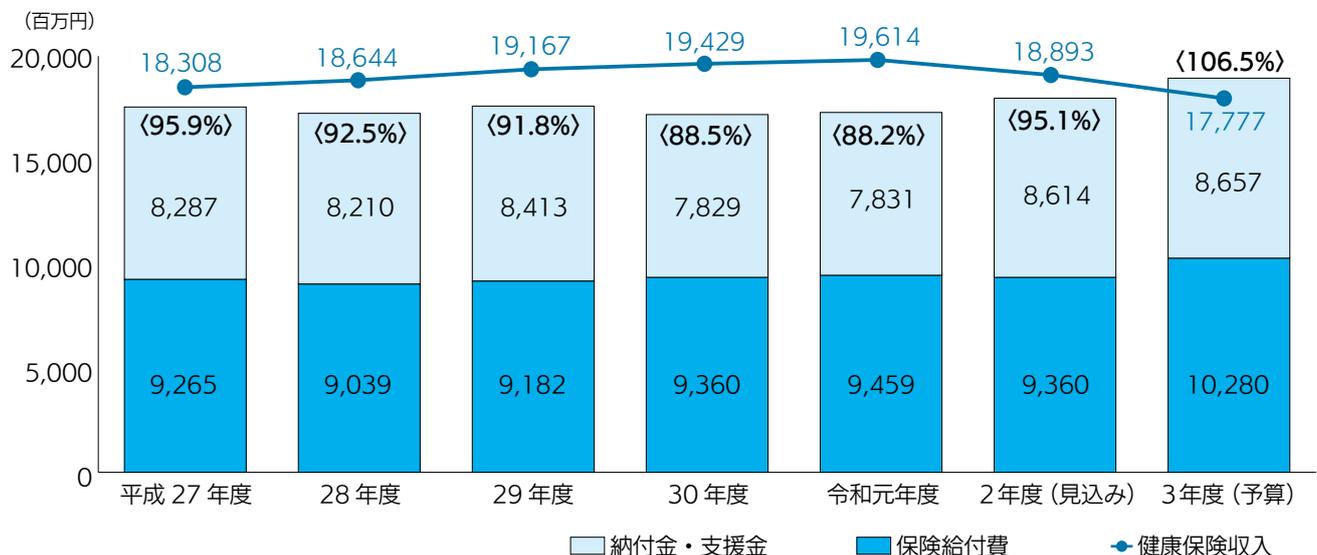
一方、支出については、医療費や傷病手当金等の現金給付費の増加により、保険給付費が前年度予算比2・2億円増、高齢者医療制度への納付金・支援金が1・0億円の増となっております。

健康保険収入だけでは、保険給付費や高齢者医療制度への納付金等の全ての支出を賄いきれない状況ではありますが、現在の厳しい経済状況下では、事業主並びに被保険者のみなさまにこれ以上のご負担をお願いすることは困難であることから、収支の均衡を図るために準備金を取り崩し、現行の健康保険料率9・8%を維持いたしました。

当組合では、あらゆる事務事業の見直しを行い、事務の効率化と経費の削減を図り、加入員のみなさまの健康保持・増進のための事業に積極的に取り組んでまいります。

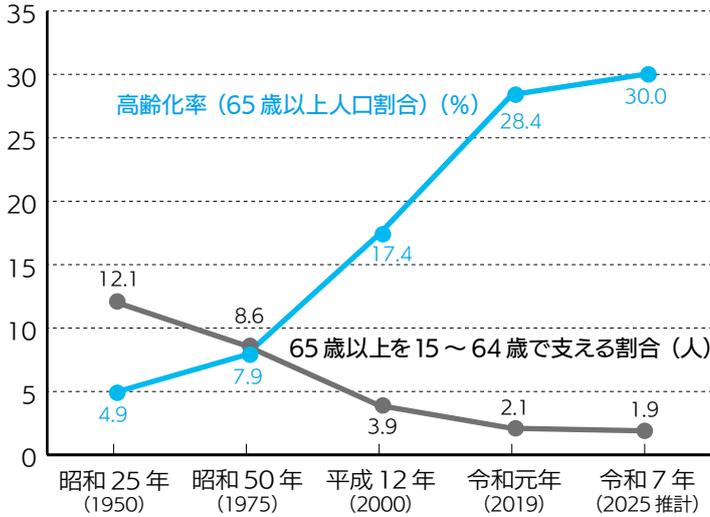
つきましては、被保険者並びにご家族のみなさまにおかれましても、ご自身の健康管理に努めていただくとともに、ジェネリック医薬品の使用等の医療費の節減にご協力くださいますようお願い申し上げます。

■当組合の保険給付費と納付金・支援金の健康保険収入に占める割合



## ■高齢化の推移と将来推計

(内閣府「令和2年版高齢社会白書」より抜粋)



## 2022年危機が前倒し?

日本の高齢化率は増加の一途をたどっており、令和(2019)年の65歳以上の高齢者人口は3589万人、総人口に占める割合は28.4%となっています(内閣府「令和2年版高齢社会白書」より)。

# 2022年危機に向けて 現役世代が知っておくべきこと

令和4(2022)年から、800万人いるといわれる団塊世代が後期高齢者となります。健康保険組合が納める支援金も急増するこの緊急事態を「2022年危機」と呼んでいます。

高齢になるにつれて医療機関にかかる機会も増え、医療費もかさみます。その高齢者の医療費を国民全体で支えるのが「高齢者医療制度」。高齢者の医療費の一部を現役世代が納める健康保険料からの拠出で補てんするしくみです。

昭和25(1950)年には、高齢者一人を現役世代12.1人で支える構造でしたが、急激な高齢化と現役世代の減少により、令和元年で高齢者一人を現役世代2.1人で支える状況となっています。

令和4(2022)年からは団塊世代が75歳以上の後期高齢者へ移行し始め、さらなる医療費の急増が危惧されています。これを「2022年危機」と呼び、新型コロナウイルス感染拡大による経済悪化、健康保険組合の減収の影響で前倒しになる可能性も示唆されています。

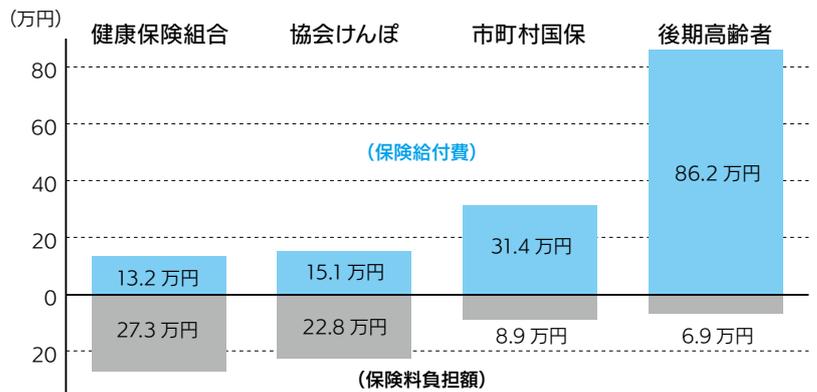
## 生活に欠かせない健康保険を守るため

医療機関の窓口では、必ず健康保険証やマイナンバーカード(対応していない医療機関等もあります)の提示を求められます。保険証やマイナンバーカードで所属する健康保険組合の確認をすることで、医療費の自己負担が原則3割となり、残りの7割を医療機関が健康保険組合に請求します。健康保険はみなさまの生活に欠かせない大事な制度なのです。

## ■世代間、世代内のアンバランス 制度別加入者1人当たり保険給付費・保険料負担額

後期高齢者の医療費は患者の自己負担(\*)と後期高齢者の保険料、公費、現役世代の負担で賄われています。現役世代の医療費の給付と負担に制度間のアンバランスが生じています。

\*後期高齢者の医療費自己負担割合は令和4年度後半から1割から2割に引き上げられる予定です(例外、緩和措置があります)。



(注) 平成29年度決算見込に基づく。健康保険組合と協会けんぽは事業主負担分を含む「2022年危機に向けた健保連の提案」(健保連)より

令和4年に入れば、高齢者の医療費は急増することとは確実です。高齢者医療費の負担構造が是正されない限り、健康保険組合は高齢者医療費への拠出金を支払うために、保険料率を引き上げて財源を確保することになります。そうなれば、みなさまの給料から天引きされる健康保険料の引き上げにつながります。昨年からの新型コロナウイルスの感染拡大により家計に影響が出ている方も少なくないと思われます。そこに健康保険料も引き上げとなればダメージは多大です。大切な健康保険制度を守るため、当組合では組合の全国組織である健康保険組合連合会を通じて様々な働きかけをしています。



# 医療機関は正しく受診!

まずはかかりつけ医に診てもらおうと医療費節約になるわよ

ちょっと待って!

最近、胃がもたれたり痛くなったりするんですよ

一度大きい病院に行ってちゃんと調べてもらったらどうだ?

おまけに  
かぜぎみ...



紹介状を持たずに大きい病院\*にいきなり受診すると5,000円以上の特別料金がかかるのよ

\*特定機能病院や地域医療支援病院 (一般病床 200 床未満を除く)



しかも  
全額  
自己負担

5,000  
えっ!

特別料金  
5,000円  
以上も...

じゃ、  
近くの診療所に行きます

明日はプレゼンだし、  
今晚のうちに  
診てもらっておいた  
ほうがいいぞ

ちょっと、  
ちょっと  
待って!

平日の18時以降は時間外加算や  
夜間・早朝等加算が、  
かかるのよ

初診料や再診料など(6歳以上の加算)

	初診	再診
時間外加算	850円	650円
深夜加算	4,800円	4,200円
休日加算	2,500円	1,900円
夜間・早朝等加算 (診療所のみ)	500円 診療時間内でも 18時~8時に加算	

\*上記金額に健康保険が適用されます。

夜間診療所があるぞ

加算かあ。  
お金がちょっと...

プレゼンが  
すんだら  
治るかも  
しれないし

夜間診療所に行くと  
高くつくんだな

知らずに  
ずっと  
受診してたよ

平日の日中や土曜日の午前中に  
受診すると医療費節約になります。  
また、かかりつけ医がいると安心だし、  
医療費も節約できますよ

なんですって!



## コンビニ受診って知ってる?

自分の都合で夜間や休日などに受診することを「コンビニ受診」といいます。

急病の場合はやむを得ませんが、「昼間は忙しいから…」などとコンビニ受診をすると、医療費に割増料金が加算されて負担が大きくなります(上表参照)。

さらに、夜間や休日は専門医が不在のことが多く、簡単な処置しか受けられず、処方してもらえる薬も限られます。重篤な症状ではないときは、診療時間内に受診しましょう。

子どもの医療費が無料の自治体も多いですが、患者負担がゼロでも健保組合が8割(就学後は7割)、自治

体が2割(就学後は3割)を負担しています。もとは保険料と税金から賄われていますので、大人と同様にコンビニ受診は控えてください。

## 子どもの急な病気に困ったら子ども医療電話相談で!

夜間・休日に子どもの急な病気にどう対処したらいいのか...など判断に迷ったときには、まず、子ども医療電話相談(#8000)をご利用ください。小児科の医師や看護師から子どもの症状に応じた適切な対処の仕方などのアドバイスが受けられます。

\*子ども医療電話相談が利用できる時間はお住まいの自治体によって異なります。

# いつもの薬をジェネリックに替えてみた

今まで安いということは知ってたけど、なかなか手が出せなかった「ジェネリック医薬品」に替えてみました。

ジェネリック医薬品に替える前は…



ジェネリック医薬品にできるか否かは医師が処方せんで指示します。まずは医師に確認してみましょう。

ジェネリック医薬品に替えてみた！



ジェネリック医薬品は特許期間が切れた新薬と同じ成分で作られ、認可を得たものが流通します。効きめは新薬と同じです。



ジェネリック医薬品には味や形状など新薬よりもみやすく工夫されているものもあります。



ジェネリック医薬品が安いのは、開発費が安く、開発期間も短くなるためです。



厚生労働省は「ジェネリック医薬品使用割合を80%にする」という目標をたて、健保組合にも使用促進の取り組みを求めています。

ジェネリック医薬品に替えることで私たちが負担する医療費が軽減されるとともに、健保組合の医療費節減にもつながります。健保財政の安定化のためにご協力をお願いします。

# 手術・入院等で医療費が高くなつたとき 高額療養費が支給されます

被保険者又は被扶養者の入院や長期にわたる外来診療などで医療費が高額になったときは、被保険者からの申請により、健保組合から「高額療養費」を支給します。

## 高額療養費の支給条件

1人当たり・1か月・1医療機関ごとに支払った医療費が自己負担限度額(下表)を超えたとき、その超過分が支給額となります。自己負担限度額は、年齢や所得により異なります。

\*高額療養費の支給対象となる自己負担額は、保険診療にかかる自己負担分に限られません。先進医療、差額ベッド代、歯科の特別な材料代などの保険外負担は含めません。入院時の食事等にかかる食事(生活)療養標準負担額も対象から除かれます。

また、自己負担限度額は医療機関ごとに診療を受けた月の1日から末日までの1か月単位で計算し、同じ医療機関でも入院と外来、医科と歯科は別に計算します(院外処方調剤薬局で支払った自己負担額は処方せんを交付した医療機関分に合算します)。また、次のようなケースも負担軽減措置がとられます。

● 70歳未満の方で、医療機関ごと(入院・通院別)に2万1000円以上の自己負担が同一月、同一世帯内に2件以上あったときは合算されます。(世帯合算 左ページ参照)

● 直近12か月の間に3回を超える高額療養費の支給があったときは、4回目以降の自己負担限度額が軽減されます。(多数該当)

● 「厚生労働大臣の定める高額長期疾病(特定疾病)」の認定を受け、当組合から「健康保険特定疾病療養受療証」の交付を受けたときは、自己負担限度額は1か月1万円となります。特定疾病には、血友病、抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群、人工透析を必要とする慢性腎不全があります。

\*ただし人工透析を必要とする70歳未満の上位所得者(標準報酬月額53万円以上)の場合の自己負担限度額は2万円となります。

## 高額療養費の自己負担限度額 (70歳未満の方)

所得区分	自己負担限度額	多数該当
ア(標準報酬月額83万円以上)	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円
イ(標準報酬月額53万~79万円)	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円
ウ(標準報酬月額28万~50万円)	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
エ(標準報酬月額26万円以下)	57,600円	44,400円
オ(低所得者【住民税非課税】)	35,400円	24,600円

## (70歳~74歳の方(高齢受給者))

所得区分	外来+入院(世帯ごと)		多数該当	
	外来(個人ごと)			
現役並み	Ⅲ標準報酬月額83万円以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円	
	Ⅱ標準報酬月額53万~79万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円	
	Ⅰ標準報酬月額28万~50万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円	
一般	標準報酬月額26万円以下	18,000円 (年間上限144,000円)	57,600円	44,400円
低所得	Ⅱ住民税非課税	8,000円	24,600円	-
	Ⅰ住民税非課税(収入が一定以下)		15,000円	-

\*医療費とは健康保険が適用される医療費の総額(10割の額)です。

\*年間上限とは…基準日(7月31日)時点の所得が一般区分又は低所得区分に該当するときは、計算期間(前年8月1日~7月31日)のうち、一般区分又は低所得区分であった月の外来療養の自己負担額の合計が144,000円を超えた額が支給されます。

\*高額介護合算療養費(健康保険と介護保険の自己負担額の合計額が一定額を超えた場合)の詳細は当組合ホームページをご覧ください。

### 被扶養者には当組合独自の付加給付も

被扶養者に高額療養費の支給があったときは、1人・1か月・1医療機関の自己負担額（高額療養費対象の医療費）から下記の式で計算した額を控除した部分を家族療養費付加金として支給します（公的制度から医療費助成を受けている場合は、その額も自己負担額から控除します）。

計算例については、当組合ホームページでご確認ください。

### 高額療養費・付加給付の申請

「高額療養費（家族療養費付加金）支給申請書」（当組合ホームページからダウンロード）に必要事項を記入し、当組合に提出してください。支給決定までには診療月から約4か月かかります。

### 限度額適用認定証の提出で窓口負担が軽減

70歳未満の方が入院や定期的な通院で医療費が高額になりそうなときは、当組合が交付する「限度額適用認定証」（当組合に申請）を事前に医療機関に提出することで、1か月の窓口での負担が高額療養費の自己負担限度額までとなります（高額療養費相当額は医療機関が当組合に請求）。



\*付加金は申請書を提出することにより当組合から支給します。

\*3月からマイナンバーカードが保険証・限度額適用認定証として利用できますが、マイナンバーでの事前登録が必要です（詳細は24ページをご覧ください）。

### 70歳以上の方は…

70歳以上の方のうち所得区分が現役並みⅠ、現役並みⅡの方は、健康保険証、高齢受給者証、限度額適用認定証の3点を医療機関に提出することで、自己負担限度額までの支払いとなります。所得区分が一般、現役並みⅢの方は、健康保険証、高齢受給者証を医療機関に提出することで自己負担限度額までの支払いとなります（一般、現役並みⅢの方には限度額適用認定証は発行されません）。

### 家族療養費付加金の自己負担限度額

所得区分	自己負担額から控除する額
標準報酬月額83万円以上	家族高額療養費 + [197,000円 + (医療費 - 842,000円) × 1%] × 件数
標準報酬月額53万～79万円	家族高額療養費 + [112,000円 + (医療費 - 558,000円) × 1%] × 件数
標準報酬月額28万～50万円	家族高額療養費 + [45,000円 + (医療費 - 267,000円) × 1%] × 件数
標準報酬月額26万円以下・低所得者	家族高額療養費 + 40,000円 × 件数

### 世帯合算による高額療養費の例

同一月内に被保険者がA病院に入院、被扶養者（妻）がB病院に通院し、C薬局で薬を受け取った場合。総医療費及び自己負担額は以下のとおり。

被保険者の所得区分が「標準報酬月額28万～50万円」の場合

	総医療費	自己負担額
被保険者	1,000,000円	87,430円※
被扶養者（B病院）	60,000円	18,000円
被扶養者（C薬局）	10,000円	3,000円
計	1,070,000円	108,430円

院外処方により、C薬局で支払った額とB病院で支払った額を合算して21,000円となり、世帯合算の対象となります。

※限度額適用認定証を提示。

### 世帯合算による高額療養費の計算式

$$80,100円 + (1,070,000円 - 267,000円) \times 1\% = \text{自己負担限度額 } 88,130円$$

$$\text{自己負担額 } 108,430円 - \text{自己負担限度額 } 88,130円 = 20,300円 \dots \dots \text{世帯合算による高額療養費}$$

# 当組合ではこのような給付を行います

健康保険では、被保険者や被扶養者の方が病気やけが（業務外に限る）、出産、死亡されたときなどに、健康保険法で定められた法定給付を行います。

\*組合独自の付加給付については7～8ページをご覧ください。

事例（給付の種類）	給付内容	組合への申請書・請求書※
病気やけがをしたとき	医療費の7割（70歳以上は8割（現役並み所得者は7割）、小学校就学前までは8割）を支給。	必要ありません
入院して食事の提供を受けたとき	1日に3食を限度に1食460円（低所得者は100円～210円、難病及び小児慢性特定疾病の方は260円）を超えた額を支給。	必要ありません
医療費が高額になったとき （高額療養費（家族高額療養費） 家族療養費付加金）	入院や通院の医療費の自己負担額が同一月、同一医療機関で一定額を超えたときは、その超えた額を支給。 <a href="#">7～8ページ参照</a> *自己負担限度額を超えることがわかっているときは、事前に「限度額適用認定証」（当組合に申請）を医療機関に提出すると支給額は当組合より医療機関に支払い、窓口負担は限度額までとなる。	高額療養費・ 合算高額療養費・ 家族療養費付加金支給申請書
病気やけがで仕事を休んだとき （傷病手当金）	療養のため仕事に就けず、連続して3日間休み、4日目以降の仕事を休んだ日について1年6か月を限度に支給。ただし、傷病手当金の日額以上の報酬を受けている日については支給されません。	傷病手当金請求書
出産したとき （出産育児一時金 （家族出産育児一時金））	出産費の補助として1児につき42万円を支給。 *産科医療補償制度に加入する医療機関等の医学管理下で出産（死産を含み胎週数第22週以降のものに限る）した場合。胎週数第22週未満の出産や、この制度に加入していない医療機関等で出産した場合の支給額は40万4,000円。 <a href="#">当組合ホームページ参照</a>	出産育児一時金請求書 （直接支払制度未使用） 又は出産育児一時金 内払金支払・差額請求書
出産で仕事を休んだとき （出産手当金）	出産のため仕事を休んだ出産予定日以前42日間（出産日が予定日より遅れたときは、その日数を含む。多胎妊娠の場合は98日間）、出産後56日間支給。ただし、出産手当金の日額以上の報酬を受けている日については支給されません。	出産手当金請求書
立て替え払いをしたとき （療養費（第二家族療養費））	やむを得ず保険医療機関等以外で治療を受けたときなどに療養の給付（家族療養費）の範囲内で支給。	療養費支給申請書
在宅医療を受けるとき	訪問看護サービスを受けたとき、療養の給付（家族療養費）の範囲内で支給。	必要ありません
死亡したとき （埋葬料（費）（家族埋葬料））	一律5万円を支給。（埋葬費は上限5万円）	埋葬料（費）請求書

\*支払い決定は厳正な調査確認のうえ行います。支給までお時間をいただくことがありますのでご了承ください。

※各申請書及び各請求書については当組合ホームページよりダウンロードすることができます。

# こんなときは届け出を

	こんなとき	届書の種類	提出期限
被保険者が行うもの	家族を扶養に入れたいとき、削除したいとき 12ページ参照	被扶養者(異動)届	5日以内
	被保険者証を紛失したとき、又はき損、住所欄が無余白となったとき	被保険者証再交付申請書	すみやかに
	被保険者・被扶養者が高額療養費の現物給付を受けるとき 7～8ページ参照	健康保険限度額適用認定申請書	必要となったとき
	会社を退職後も引き続き被保険者でいたいとき 11ページ参照	任意継続被保険者資格取得申出書	資格喪失の日より20日以内
	海外赴任など市役所等に国外転出届を出されたとき、又は逆に国内転入届を出されたとき等(40歳～64歳の方のみ)*被扶養者も含む。	介護保険適用除外(該当・不該当)届	すみやかに
事業主が行うもの	新しく従業員を雇い入れたとき	被保険者資格取得届	5日以内
	被保険者が退職、又は死亡したとき	被保険者資格喪失届	5日以内
	標準報酬月額を毎年、4月、5月、6月の報酬の平均額をもとに決定するとき	被保険者報酬月額算定基礎届	7月1日～10日
	被保険者の報酬に、昇(降)給等により従前と比較して2等級以上の差があったとき	被保険者報酬月額変更届	すみやかに [変動があった月から4か月目]
	賞与が支給されたとき	被保険者賞与支払届	5日以内
	氏名に変更(訂正)があったとき	被保険者氏名変更(訂正)届	すみやかに
	住所が変わったとき	被保険者住所変更届	すみやかに
	産前産後休業中の保険料の免除を受けるとき	産前産後休業取得者申出書	産前産後休業期間中
	出産日が予定日より変更になったとき、又は産前産後休業終了予定日の前日までに産前産後休業を終了したとき	産前産後休業取得者変更(終了)届	すみやかに
	産前産後休業を終了し職場に復帰後、産前産後休業の終了日の翌日の属する月以後3か月間の報酬月額の平均によって標準報酬月額の改定を申し出るとき	産前産後休業終了時報酬月額変更届	すみやかに
	育児休業等期間中の保険料免除を受けるとき、又は延長したとき	育児休業等取得者申出書(新規・延長)	育児休業等期間中
	育児休業等終了予定日前に終了したとき	育児休業等取得者終了届	すみやかに
	育児休業等を終了し職場に復帰後、育児休業等の終了日の翌日の属する月以後3か月間の報酬月額の平均によって標準報酬月額の改定を申し出るとき	育児休業等終了時報酬月額変更届	すみやかに

# 保険料と標準報酬月額

保険料は本来一人ひとりの報酬月額（賃金や手当）に応じて計算すべきですが、一人ひとりの報酬月額をいくつかの等級に区分した仮の報酬月額（「標準報酬月額」という）にあてはめて、簡単に保険料の額が出せるようになっていました。

標準報酬月額は保険料の計算のときだけでなく、傷病手当金、出産手当金の給付額算出の基礎にもなります。

## 保険料の決め方

保険料は標準報酬月額及び標準賞与額に対し、一定の率を乗じて算出します。この率を保険料率といいます。当組合の保険料率は9・8%で、事業主と被保険者が4・9%ずつの折半負担となっています。また、40歳から64歳までの加入者（被保険者）は介護保険料がかかります（保険料率は1・7%）。事業主と加入者（被保険者）の折半負担となります。



## 保険料の徴収は給料・賞与から

保険料は毎月の給料及び賞与から差し引かれます。

## 育児休業等期間中などの保険料

育児・介護休業法に規定する（3歳未満の子を養育する）育児休業等期間中及び産前産後休業（産休）中は、保険料が免除されます。申請は事業主より行われます。

## 標準報酬月額の決め方

入社（加入）時にその方が受けるであろう報酬月額をもとに決定し、その後は毎年4月、5月、6月に支払われた報酬をもとに決定します。

ただし、ベースアップ、昇給などで、報酬に大幅な変更があったときは、随時に標準報酬月額を決め直します。

## 標準報酬月額算定の対象となる報酬とは？

報酬の範囲には、基本給はもちろん、役職手当、家族手当、残業手当、通勤手当など、労務の対償として支払われるものはすべて含まれます。現物により支給されるものは金銭に換算して計算します。

ただし、3か月を超える期間ごとに支給されるもの（たとえば賞与のようなもの）や臨時の収入（見舞金、退職金のようなもの）は入りません（賞与については別途、保険料が賦課されます）。

## 資格喪失（退職）後の任意継続被保険者について

健康保険では、事業所に雇用されている人が被保険者となりますが、例外的に退職後など被保険者の資格喪失に際して、個人で加入を続けることができる「任意継続被保険者制度」があります。

被保険者資格の喪失前日まで、継続して2か月以上の被保険者期間があれば、資格喪失後2年間、任意継続被保険者となることができます。

ただし、資格喪失の日から20日以内に加入申請をしなければなりませんのでご注意ください。

### 提出書類

・「健康保険任意継続被保険者資格取得申出書」

（引き続き被扶養者となるときは添付書類は必要ありませんが、取得時に新たに被扶養者の認定を申請するときは、「被扶養者（異動）届」と所定の添付書類が必要です。）

### 申請時に必要な初回保険料

1か月分もしくは2か月分

\*前納をご希望の場合はお問合せください。

### 保険料額

保険料額は、あなたの退職時の標準報酬月額と34万円を比べ、どちらか低いほうに保険料率を乗じて算出します。

例：34万円の方の場合（1か月）	
健康保険料	33、320円
介護保険料	5、780円
合計	39、100円

\*国民健康保険料（税）の軽減制度が適用される方は、任意継続被保険者となったときよりも保険料が低くなる可能性がありますので、市区町村にお問合せのうえ検討ください。

# 被保険者と被扶養者

## 被保険者とは？

被保険者とは、適用事業所に使用される方で、入社したその日から資格を取得し、退職した翌日に資格を失います。入社しても、保険証を受け取るまでには若干日数がかかりますが、資格は入社した日から発生します。

また、入社はしたけれど、「健康保険に入りたくありません」というわけにはいきません。会社に健康保険制度の適用があれば誰もが強制加入となります（パートタイマーなどの短時間就労者であっても一定の基準を満たすと被保険者となります）。

## 被扶養者とは？

被扶養者とは、三親等内の親族であり、主として被保険者の収入によって生計を維持されている方々です（**下図参照**）。

被扶養者となるためには、あらかじめ健保組合に届け出て被扶養者としての認定を受けなければなりません。

## 認定と削除

健康保険被扶養者の認定日は受付日とします。ただし、当組合が認めた場合、事実に基づき事実発生日（おおむね3か月以内）に認定することもあります。

## 〈受付日以外で認定する場合〉

・新規取得＝被保険者の資格取得年月日と同日認定

・出生＝誕生日で認定

・その他申出により、添付書類をつけていただく  
と事実発生日で認定できる場合があります。詳しくは適用係にご相談ください。

## 〈被扶養者の認定・削除の手続き〉

①被保険者の資格を取得したときに被扶養者がいる方は、「被保険者資格取得届」に「被扶養者（異動）届」と必要書類を添付のうえ、事業主を経由して5日以内に当組合に提出してください。

②被扶養者に異動があったとき、たとえば、結婚・出産・養子縁組等により被扶養者を有するようになったとき、また、就職・死亡等により生計維持関係がなくなり被扶養者でなくなったときは、その事由の発生から5日以内に「被扶養者異動（届）」を事業主経由で当組合に提出してください。特に3月から4月は異動が多い時期ですので、届出漏れのないようご注意ください。添付書類についてはホームページをご確認ください。

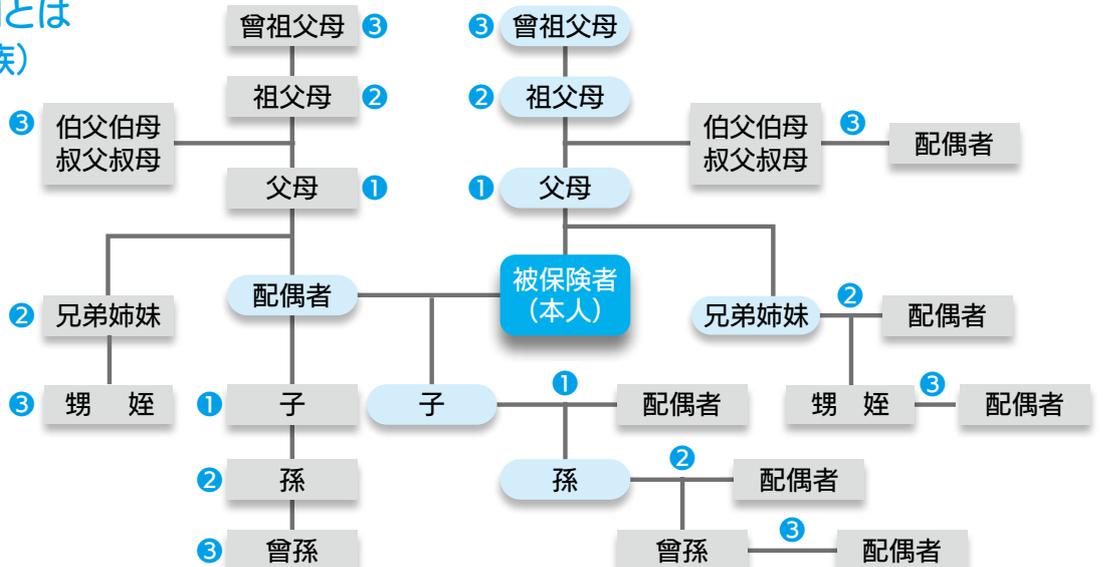
③毎年資格の再確認を実施します。

## 被保険者資格喪失又は被扶養者資格を削除されたとき

被保険者資格が喪失又は被扶養者資格が削除されたときは、健康保険証をすみやかにご返納ください。なお、資格喪失（削除）後に保険医療機関等の受診に利用したときは、医療費の返還が生じることがあります。

## 被扶養者の範囲とは (三親等内の親族)

数字は親等数  
■は「生計維持関係」と「同一世帯に属する」ことが必要



# データヘルス計画

データヘルス計画とは、医療費と健診データの分析結果に基づき、効果的に保健事業を実施するための計画です。平成30年度から、「第2期データヘルス計画」が始まっています。

令和3年度は、下記の5事業について取り組んでまいりますので、みなさまのご協力をお願いいたします。

コラボヘルス  
(事業主と健保組合の連携)を  
進めてまいります

## 1 特定健診の受診率の向上

〈目標値〉 令和3年度…83%  
令和5年度…85%

- 未受診者へ健康診断の必要性を周知します
- 各種健康診断の契約機関を拡充します
- 節目年齢に該当する被扶養者の生活習慣病予防健診（巡回婦人健診含む）の自己負担額を免除又は軽減します
- 受診者（被扶養者）へインセンティブを付与します（15ページ参照）

## 2 特定保健指導の実施率の向上

〈目標値〉 令和3年度…24%  
令和5年度…30%

- 事業所に保健師等を派遣します（同一日時・場所に2名以上の希望がある場合）
- 健診当日に実施します（一部の契約機関）

## 3 ジェネリック医薬品の使用促進

- ジェネリック医薬品使用促進通知を送付します

### 対象者

20歳～64歳  
…効果額が300円以上  
65歳以上（前期高齢者）  
…全員

## 4 重症化予防

〈目的〉 糖尿病の合併症や心筋梗塞、脳卒中などの重篤な病気を予防する

- 「受診勧奨通知」及び「保健師等による電話受診指導」を実施します

### 対象者

健診結果の「糖尿」「血圧」「血中脂質」に異常がみられる要治療※の方

※要治療の目安（当組合が設定した基準です）

検査項目		数値
糖 尿	HbA1c	6.5%以上
	空腹時血糖	126mg/dL以上
血 圧	収縮期血圧	160mmHg以上
	拡張期血圧	100mmHg以上
血中脂質	LDL	180mg/dL以上
	中性脂肪	500mg/dL以上

## 5 医療費通知 (重複受診・重複投薬等の防止)

〈目的〉 医療費の実態をお知らせし、適正受診を推進し、医療費の削減を図る

- ホームページから医療費の情報を提供します

### 解説

「受診勧奨通知」が届きましたら、まずは医療機関へ行くことです！

当組合の委託先である「株式会社法研」から、ご自宅に、「受診勧奨通知」が届いた方は、将来、心筋梗塞や脳卒中、糖尿病の合併症など重篤な病気を引き起こす危険性が極めて高い状態にあります。放置することなくすみやかに医療機関を受診しましょう。

なお、「株式会社法研」の保健師等がご自身の状態に沿った受診指導を行いますので、同封の「受診状況確認書」をご提出ください。

# 健康スコアリングレポートをお知らせします

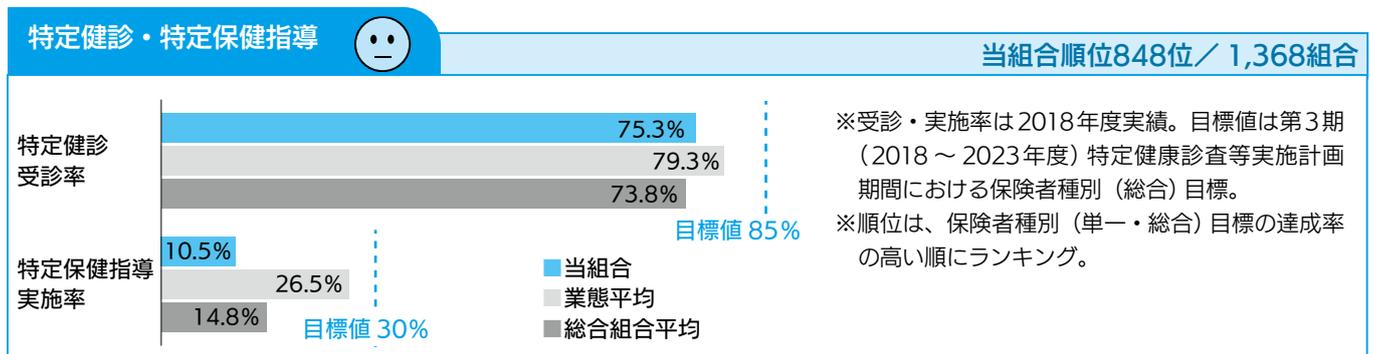
## 当組合は、特定健診等の受診率アップや生活習慣全般の見直しが課題!

「健康保険組合の通信簿」である健康スコアリングレポート(2020年度版)が通知されました。当レポートは、厚生労働省が作成するもので、これによってそれぞれの健保組合が取り組むべき健康づくりの課題が明らかになります。当組合では、この結果を事業主のみならずと共有し、組合員の健康づくり・疾病予防に活用してまいります。

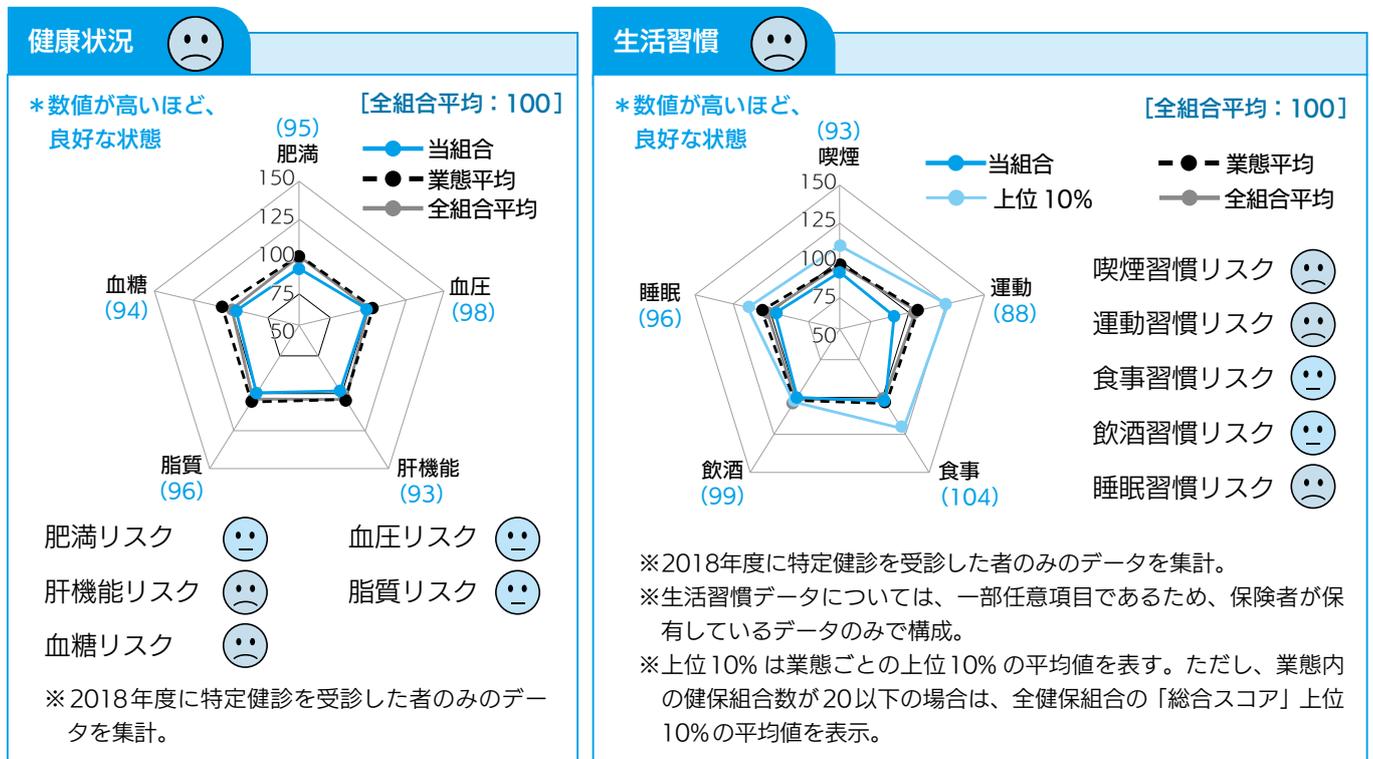
### 顔マークについて



## ■ 特定健診・特定保健指導の受診等状況



## ■ 当組合加入員の健康状況 生活習慣病リスク保有者の割合



当組合は、特定健診の実施率については総合組合平均をわずかに上回っているものの、特定保健指導の実施率については平均を下回っています。

また、健康状況については、ほぼすべての項目が全組合平均を下回る結果となっています。みなさまには、健康づくりへの意識を高め、生活習慣の改善を積極的に図っていただきますようお願いいたします。

# 令和3年度疾病予防健診のご案内

当組合ではすべての被保険者及び被扶養者（35歳以上）のみなさまに健康診断を受診していただくために、年度内（令和3年4月1日～翌年3月31日）1回の補助を行います。詳細は16～17ページ、「申込書」・「契約機関一覧」は当組合ホームページをご覧ください。

## 新規事業 健診受診の被扶養者の方にギフト券を進呈！

被扶養者の健診受診率向上策として、秋季巡回婦人健診（東振協C3コース）を受診していただいた方に「Amazonギフト券（1,000円）」を進呈します。

### 〈対象者〉

被扶養者（35歳以上）の方で秋季巡回婦人健診（東振協C3コース）を受診された方。

\* 節目年齢該当の方は除きます。

### 〈申込方法〉

- 「秋季巡回婦人健診」のご案内…令和3年6月下旬に対象者宛に「健診案内」を送付します。
- 「秋季巡回婦人健診（東振協C3コース）」を申し込み、「健診案内」にあるQRコードを読み取り、WEB登録（Amazonギフト券の応募）をお願いします。  
\* WEB登録期間：令和3年7月1日～令和4年1月31日
- 年度末に受診者の方へ「Amazonギフト券（1,000円）」をEメールにてお届けします。  
\* AmazonはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の登録商標です。  
\* QRコードはデンソーウェーブの登録商標です。

## 変更事項 医療法人社団同友会の巡回健診（巡回車）の実施人数

医療法人社団同友会の巡回健診の実施人数について以下のように変更します。

（現行）15名以上 → （変更）20名以上 \* 医療法人社団同友会への相談も可。

- **注意事項**
  - ・ 健診日に当組合の資格がない方は、補助はございません。申込時点で資格があっても、健診日に資格がない場合は受診できません。
  - ・ 健診種別（コース）を問わず年度内（4月から翌年3月）に1回のみ受診できます。年度内に2回以上受診することや異なる健診種別（コース）を複数受診することはできません。
  - ・ 東振協契約機関で受診したときは、受診者用の検査結果は原則として東振協から事業所に送付されます。（D1コース及び被扶養者・任意継続被保険者を除く）
  - ・ 健診結果の事業所控を希望されるときは、実施機関にお問合せください。

## 当組合の特定健診・特定保健指導実施状況 実施率向上にご協力を！

40歳以上の方に実施している特定健診・特定保健指導は、毎年実施目標を設定しています。令和元年度は、いずれも目標値にも達しておらず、特に特定保健指導の実施率が低迷しています。

（表の数値は被保険者・被扶養者計）

特定健診（令和元年度の目標値80%）	元年度
対象者数	30,992名
受診者数	23,860名
受診率	77.0%

特定保健指導（令和元年度の目標値18%）	元年度	
対象者数	積極的支援	2,961名
	動機付け支援	1,925名
	合計	4,886名
特定保健指導終了者数		738名
実施率		15.1%

## 本人(被保険者)の健診

### [契約機関で実施するとき]

#### ◎健診種別と自己負担額

下記の健診種別(コース)から1つ選択してください。

健診種別(コース)	対象者(年齢は年度末時点)	自己負担額	備考
簡易健診[東振協A1コース]	35歳未満	1,500円	血液・心電図・聴力(オーディオ)検査は別料金
定期健診[東振協A2コース]		6,472円	血液・心電図・聴力(オーディオ)検査を含む
生活習慣病予防健診[東振協Bコース]	35歳以上	5,000円	
人間ドック[東振協D1コース]		20,000円～	東プラ健診クリニックは10,000円

\*人間ドックの自己負担額は契約機関及びオプション検査項目の有無によって異なります。

#### ◎申込方法

##### A. 組合直接契約機関・東振協契約機関

契約機関は、当組合ホームページにて確認できます。

①実施機関へ直接電話(ネット予約は不可)にて、ご予約ください。その際に、下記の内容を申し出てください。

- ・東日本プラスチック健康保険組合の組合員であること
- ・希望する健診種別(コース名)…東振協契約機関では東振協コース名(A1・A2・B・D1コース)を申し出てください。
- ・オプション検査項目の有無(子宮・乳房検査は35歳以上の女性のみ)
- \*契約機関により一部の検査項目(子宮・乳房検査等)が実施できない場合がございます。

②健診日の14日前までに「健康診断申込書[健診-4]」を保健事業課に提出してください。

##### B. 進興会 東プラ健診クリニック

(先行予約期間がございます。詳細は東プラ健診クリニックサイト「実施要領」をご覧ください。下記は通常予約の場合です。)

- ①東プラ健診クリニック予約センター(☎03-5833-3475)に直接ご予約ください。
- ②予約後、すみやかに「東プラ健診クリニック専用申込書」を直接予約センターに提出してください。

##### C. 「同友会」の巡回車

- ①「同友会巡回車専用予約申込書[健診-2]」を同友会に提出してください。
- ②「同友会」から日程等の連絡があります。
- ③健診日決定後、すみやかに「受診者名簿(データ)」を同友会に提出してください。

### [契約機関以外で実施するとき(立替払い)] ※家族(被扶養者)の取扱いも掲載しています。

契約機関で受診できないときは、健診費用を全額自己負担していただき、後日当組合に申請して払い戻しを受けることができます。40歳以上の方で「特定健診未実施」「特定健診質問票未提出」の場合は、補助対象外となります。検査項目について受診前に必ず実施機関にご確認ください。

#### ◎健診種別と補助金額

健診種別	対象者(年齢は年度末時点)	補助金額(100円未満切り捨て)
簡易健診 定期健診	35歳未満の被保険者	総額から自己負担額1,500円を差し引いた額で1,000円を限度として支給。
生活習慣病 予防健診	35歳以上の被保険者・被扶養者	総額から自己負担額5,000円を差し引いた額で7,500円を限度として支給。
	40・45・50・55・60・65・70歳の 節目年齢対象被扶養者	12,500円を限度として支給。
	35歳以上の女性	子宮頸部細胞診実施の場合は、上記金額に1,500円を限度として加算。乳房検査実施の場合は、上記金額に4,000円を限度として加算。
人間ドック	35歳以上の被保険者・被扶養者 (配偶者のみ)	総額から自己負担額20,000円を差し引いた額で20,000円を限度として支給。

健康診断の料金・検査項目は実施機関によって異なります。

\*「健康診断の検査項目」(18ページ)にない検査項目を実施したときは、その検査費用を除いた額で補助金額を決定します。

例：特殊健診、腫瘍マーカー(PSA等)、脳検査(頭部MRI等)、ヘリコバクター・ピロリ検査、ペプシノーゲン検査など

#### ◎申請方法

- ①実施機関・健診日が決定しましたら、「健康診断申込書[健診-4]」を保健事業課に提出してください。
- ②申込書受付後に必要書類を送付します。40歳以上の方は「特定健診質問票」も同封します。
- ③受診後に必要書類「請求書」「健診結果報告書(コピー)」「特定健診質問票(40歳以上の方)」「領収書(原本)」及び当組合受付済の「健康診断申込書[健診-4]」を添付し、保健事業課に提出してください。
  - \*2名以上をまとめた領収書は、受診者1名ずつの金額確認のため、検査料金・内容の内訳がわかるもの(実施機関の見積書・請求書の写しなど)を必ず添付してください。
  - \*原則として毎月10日締め、当月末に事業所宛に補助金をお支払いします。書類に不備等がある場合は翌月末以降の支払いになります。
  - \*請求締切日は令和4年4月11日となっています。提出書類が揃いましたらすみやかにご請求ください。

## 家族（被扶養者）の健診

### [契約機関で実施するとき]

#### ◎健診種別と自己負担額

下記の健診種別（コース）から1つ選択してください。

健診種別（コース）	対象者（年齢は年度末時点）	自己負担額	備考
生活習慣病予防健診 [東振協Bコース]	35歳以上	5,000円	
	節目年齢（40・45・50・55・60・65・70歳）	無料	
巡回婦人健診 [東振協C3コース]	35歳以上	5,000円	自己負担金は事前振込 女性専用・期間限定（秋季）
	節目年齢（40・45・50・55・60・65・70歳）	無料	
人間ドック [東振協D1コース]	35歳以上の配偶者のみ *配偶者とは、被保険者からみた続柄が「夫」「妻」の方。	20,000円～	東プラ健診クリニックは10,000円
特定健診 [東振協Eコース]	40歳以上	1,000円	

\*人間ドックの自己負担額は契約機関及びオプション検査項目の有無によって異なります。

\*35歳未満の被扶養者はお住まいの住民健診等を受診してください。

#### ▼令和3年度節目年齢の被扶養者（健診日：令和3年4月1日から翌年3月31日まで）

40歳	昭和56年4月1日～昭和57年3月31日生まれの方	45歳	昭和51年4月1日～昭和52年3月31日生まれの方
50歳	昭和46年4月1日～昭和47年3月31日生まれの方	55歳	昭和41年4月1日～昭和42年3月31日生まれの方
60歳	昭和36年4月1日～昭和37年3月31日生まれの方	65歳	昭和31年4月1日～昭和32年3月31日生まれの方
70歳	昭和26年4月1日～昭和27年3月31日生まれの方		

#### ◎申込方法

##### A. 進興会東プラ健診クリニック

（先行予約期間がございます。詳細は東プラ健診クリニックサイト「実施要領」をご覧ください。下記は通常予約の場合です。）

- ①東プラ健診クリニック予約センター（☎03-5833-3475）に直接ご予約ください。
- ②予約後、すみやかに「東プラ健診クリニック専用申込書」を直接予約センターに提出してください。

##### B. 巡回婦人健診[東振協C3コース]

秋季（10月から翌年2月）に、全国約740会場の公的施設等に検診車を配置して実施します。実施会場一覧・申込書等は6月下旬頃に対象者（女性）のご自宅に直接お送りします。

##### C. 生活習慣病予防健診[東振協Bコース]・人間ドック[東振協D1コース]・特定健診[東振協Eコース]

年間を通じて実施します。

- ①契約機関一覧から選択し、直接電話（ネット予約は不可）にてご予約ください。その際に下記の内容を申し出てください。
  - ・東日本プラスチック健康保険組合の組合員であること。
  - ・希望する健診種別（コース名）…東振協契約機関では、東振協コース名（B・D1・Eコース）を申し出てください。
  - ・オプション検査項目の有無（子宮・乳房検査は東振協Eコース以外の女性のみ）
    - \*契約機関により一部の検査項目（子宮・乳房検査等）を実施できない場合がございます。
- ②健診日の14日前までに「健康診断申込書 [健診-家族]」を保健事業課に提出してください。
  - \*特定健診[東振協Eコース]を希望された方は、申込書受付後に「東振協専用健診受診カード」を交付しますので、受診者記入欄の必要事項を記入して、健診日に東振協契約機関へ提出してください。

### [契約機関以外で実施するとき]

#### ◎市区町村主催の特定健診（健保連集合契約）

市区町村主催の特定健診を受診するときは、当組合が交付する「特定健康診断受診券」が必要となります。（申請が必要）

- ①希望健診機関に直接ご予約ください。その際に「受診券」（健保連集合契約）で受診することを申し出てください。
- ②健診日の14日前までに「特定健康診断受診券申請書」を保健事業課に提出してください。
  - \*自己負担金は「健診費用の総額」から「当組合が補助する金額（5,000円）」を差し引いた額となります。健診費用の総額は健診機関ごとに異なりますので、お支払いいただく額も一律ではございません。

#### ◎市区町村主催の特定健診以外（立替払い）

本人（被保険者）の「契約機関以外で実施するとき」に掲載しています。

補助金は、事業主又は事業主代理人経由で被保険者にお支払いします。立替払いの健康診断申込書は、必ず事業所経由で提出してください。

## 健康診断の検査項目・自己負担額

対象者 年齢は年度末時点		35歳未満		35歳以上			40歳以上
		被保険者		被保険者・ 被扶養者	被扶養者 (女性)	被保険者・ 被扶養者 (配偶者のみ)	被扶養者
健診種別		簡易健診	定期健診	生活習慣病 予防健診	巡回 婦人健診	人間ドック	特定健診
東振協コース名		A1コース	A2コース	Bコース	C3コース	D1コース	Eコース
問診	診察(聴打診)	○	○	○	○	(○)	○
身体計測	身長、体重、BMI指数、標準体重	○	○	○	○	○	○
	腹囲		○	○	○	○	○
	体脂肪率					○	
視力	両眼	○	○	○	○	○	
血压	最高/最低	○	○	○	○	○	○
	心拍数					○	
聴力	左右オージオ		○	○		○	
	左右音叉等	○					
糖代謝	尿糖(定性)	○	○	○	○	○	○
	空腹時血糖、HbA1c		○	○	○		○
腎尿路系	尿蛋白(定性)	○	○	○	○	○	○
	尿潜血反応			○	○	○	
	尿比重、尿沈渣					○	
	クレアチニン、eGFR			○	○	○	
脂質代謝	総コレステロール			○	○	○	
	HDLコレステロール、 LDLコレステロール、中性脂肪		○	○	○	○	○
肝機能	AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GTP		○	○	○	○	○
	ALP			○	○	○	
	総蛋白、アルブミン、A/G比 LDH、総ビリルビン					○	
尿酸	尿酸			○	○	○	
血球検査	赤血球数、ヘモグロビン		○	○	○	○	
	ヘマトクリット			○	○	○	
	MCV、MCH、MCHC、白血球数、血小板数			○	○	○	
	血清鉄					○	
血液型検査	ABO式、Rh式(初回のみ)					○	
血清検査	CRP					○	
肝炎ウイルス	HBs抗原					○	
	HCV抗体					▲	
呼吸器系	胸部X線	○	○	○	○	○(直接)	
肺機能検査	スパイロメーター					○	
	上部消化管X線			○	○	○(直接)	
	上部消化管内視鏡(X線から変更)					▲	
消化器系	便潜血反応(免疫2回法)			○	○	○	
	心電図		○	○	○	○	
眼底	両眼					○	
眼圧	両眼					○	
腹部超音波	腹部超音波					○	
子宮検査(女性)	頸部細胞診(医師採取又は自己採取)			△	○	▲	
乳房検査(女性)	超音波又はマンモグラフィ			△	○	▲	
自己負担額	東振協 契約機関				5,000円	20,000円	
	東プラ健診クリニック(東プラ健保会館2階)	1,500円	6,472円	5,000円		10,000円	1,000円
	組合直接契約機関					20,000円~	

○…標準検査項目 △…オプション検査項目(希望者のみ、追加料金無し) ▲…オプション検査項目(希望者のみ、追加料金有り)

\* 簡易健診[東振協A1コース]は労働安全衛生法の定期健診(労働則第44条)の検査項目を満たしておりません。

\* 節目年齢対象被扶養者は生活習慣病予防健診[東振協Bコース]又は巡回婦人健診[東振協C3コース]が無料です。

\* 人間ドック[東振協D1コース]の自己負担額は契約機関及びオプション検査項目の有無によって異なります。

\* 契約機関により検査項目が異なる場合や実施できない検査項目(子宮・乳房検査等)がございます。

★人間ドックの検査項目は、明確な定義がないため、実施機関により検査項目が異なります。

当組合の契約機関では、原則として「ドック学会推奨項目(注)の基本検査項目」の実施体制があることを契約の条件としています。

(注) 日本人間ドック学会・日本病院会・健康保険組合連合会合意の推奨項目で特定健診を含む。

# 健保会館にみなさまのための健診機関があります

## 進興会 東プラ健診クリニック

東プラ健保会館2階の「進興会 東プラ健診クリニック」では、簡易健診・定期健診・生活習慣病予防健診・人間ドックなどの各種健診及び二次検査を実施しています。

みなさまに気持ちよく健診をお受けいただき、病気の早期発見はもとより、生活習慣病を予防し、健康に過ごしていただくための手助けをさせていただきます。

お気軽にご利用ください。



各種健康診断のご予約・お問合せは  
**東プラ健診クリニック予約センター**までお願いします。

(先行予約期間がございます。詳細は東プラ健診クリニックサイト「実施要領」をご覧ください。)

<https://www.shinkokai.jp/topra-kenshin/>



**☎ 03-5833-3475** 月～金曜日 9:00～16:30 (休診日除く)

〒111-0052 東京都台東区柳橋1-1-4 東プラ健保会館2階 進興会 東プラ健診クリニック

●保険診療(二次検査や外来診療)は14:30～16:30。

レディースデイ(毎週火曜日と指定の金曜日)は15:30～16:30です。レディースデイをご希望の方は予約センターまでお問合せください。

●健康診断の日程・自己負担額・対象者

健診種別		日程					自己負担額	対象者
		月	火	水	木	金		
人間ドック	AM	●	●	●	●	●	10,000円	35歳以上の被保険者・被扶養者である配偶者
生活習慣病 予防健診	AM	●	●	●	●	●	5,000円	35歳以上の被保険者・被扶養者
							無料	40・45・50・55・60・65・70歳の節目年齢の被扶養者
簡易健診	PM	●	●	●	●	●	1,500円	35歳未満の被保険者
定期健診	PM	●	●	●	●	●	6,472円	35歳未満の被保険者
特定健診	PM	●	●	●	●	●	1,000円	40歳以上の被扶養者

\*レディースデイは火曜日と指定の金曜日です。

### 当クリニックで禁煙治療を始めましょう

**診察日時** 月・水・木・金曜日  
 完全予約制 14:30～16:00  
 ※火曜日・指定の金曜日は休診。  
 ※初診時は約30分程度かかります。

**治療内容**

- ・内服薬(チャンピックス)による12週間に計5回の治療、又は、貼付剤(ニコチネルTTS)の使用
- ・医師による問診

● 次の条件をすべて満たす方は健康保険が適用されます ●

- ① 直ちに禁煙しようと考えていること。
- ② ニコチン依存症のスクリーニングテストによりニコチン依存症(5点以上)と判定されること。
- ③ ブリンクマン指数(=1日の喫煙本数×喫煙年数)が200以上であること。
- ④ 禁煙治療を受けることに文書で同意すること。
- ⑤ 過去1年以内に医療保険を使用した禁煙外来治療を受けていないこと。

まずは  
 お気軽に電話で  
 ご相談ください



担当医からのごあいさつ

禁煙は決意なされば実は簡単です。ぜひ一緒に禁煙いたしましょう。

当組合では東プラ健診クリニックの予約・変更等は承っておりません。上記予約センターまでお願いします。

# 健康増進事業

## ファミリーハイキング

- ファミリーハイキングを開催します。
- 「梨狩り」、「芋掘り」の詳細は、6月中旬にホームページ等でご案内します。奮ってご応募ください。

	開催場所	開催予定日	対象者	料金	募集人員
いちご狩り	新型コロナウイルスの流行により中止といたします				
梨狩り	「治園」 千葉県松戸市	令和3年9月4日(土)	組合員	無料	300名
芋掘り	「荒幡農園」 埼玉県川越市	令和3年10月16日(土)			400名

## スポーツクラブ

- 契約店舗を都度利用できます。
- 1回の利用につき500円を当組合が補助します。(月4回まで、5回目以降は全額自己負担)

### セントラルスポーツ

全国のセントラルスポーツ直営・提携店舗がご利用いただけます。



<https://business.central.co.jp/corporate/usage/>

### 令和3年4月1日(木)～

セントラルスポーツ法人会員の利用方法が変更されます。

- 指定の専用サイトからメンバー登録(すべての方の新規登録が必要です)。

\*登録受付中。専用サイトのURLはコチラ →



- 利用の都度QRコードを提示して入館。

※利用料金はクレジット決済(キャッシュレス)。または施設で都度支払い。

※従来のコーポレートメンバーズカード、チケットは利用できません。

### スポーツクラブ ルネサンス

全国のルネサンス直営店舗がご利用いただけます。

利用方法・対象店舗等の詳細は、当組合専用サイト(下記URL)をご覧ください。

<https://hpmgt.s-re.jp/840011112325>



### 令和3年4月1日(木)～

「スクールコーポレート会員」「オンライン会員」「Monthlyコーポレート会員」が新設されます

スポーツクラブルネサンスと当組合が法人会員契約を締結している会員種別に新たに「スクールコーポレート会員」及び「オンライン会員」「Monthlyコーポレート会員」が追加され、被保険者・被扶養者のみなさまにご利用いただけるようになります。

※「スクールコーポレート会員」「オンライン会員」「Monthlyコーポレート会員」は、組合補助対象外です。

- 「スクールコーポレート会員」は以下のスクールが利用できます。

〈成人スクール〉

スイミング、ゴルフ、テニス

〈ジュニアスクール〉

ジュニアスイミング、ジュニアテニス

- 「オンライン会員」は、ご自宅で安心して参加できるオンラインレッスンが利用できます。

- 「Monthlyコーポレート会員」は、全国の直営施設をどこでも月に何回でもご利用できます。

\*詳細につきましてはルネサンスホームページをご覧ください。

**スポーツクラブ ルネサンスのお問合せ**

ルネサンス 健康経営推進部 ☎03-5600-5399

受付時間 ● 10:00～17:30(土・日・祝日を除く)

## インフルエンザ予防接種

季節性インフルエンザの予防のため、10月から翌年1月までにインフルエンザ予防接種をされた方を対象に、接種費用の一部を補助いたします。(1人1回、1回分接種料金から最大1,500円まで)

**実施方法：** A. 東振協契約機関(全国約3,500か所)  
B. 上記以外(立替払い)

詳細については、機関紙秋号に掲載いたします。

春夏秋冬  
見どころいっぱいの箱根!

春 強羅・宮城野

「彫刻の森美術館」、「箱根美術館」など雄大な自然の中でアートに触れられます。

夏 宮ノ下・大平台

「あじさいの小径」は人気スポット。ぜひ、ゆっくり観賞してください。

秋 仙石原・大涌谷

仙石原はスキで有名。「箱根ジオミュージアム」では自然の驚異を体感。

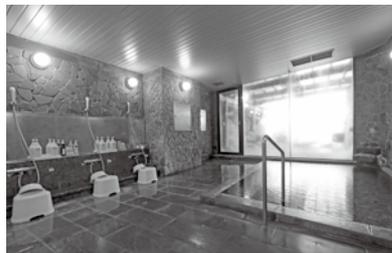
冬 芦ノ湖

箱根といえば箱根駅伝（東京箱根間往復大学駅伝競走）。「箱根駅伝ミュージアム」には、伝統の大会の歴史が詰まっています。



箱根  
強羅温泉

東  
プ  
ラ  
箱  
根



神奈川県足柄下郡箱根町  
強羅字強羅1300-137

☎ 0460-87-6695

\*駐車台数に限りがあります。

当センター  
オリジナル企画を楽しもう

通年 木の実クラフト

湯之谷の野山で見つけたどんぐりで世界にひとつのオリジナル作品を作りましょう。

春 山菜・山野草まつり（4月初旬～6月中旬）

春の山（敷地内）でガイドと一緒に山菜採りや山野草の観察、バードウォッチングを。

夏 フィッシング&バーベキュー（7月中旬～8月下旬）

釣ったお魚をその場でバーベキュー。スモークはお土産に人気。

秋 紅葉ツアー（10月中旬～11月初旬）

秘境奥只見から銀山平を巡る4時間の紅葉ツアー。無料バスをご利用ください。

冬 冬祭り（2月中旬～3月初旬）

全国3大奇祭からスキー場のカーニバルまで。豪雪地帯の冬を満喫できます。



湯之谷  
芋川温泉

湯  
之  
谷  
け  
ん  
ぽ  
セ  
ン  
タ  
ー



新潟県魚沼市湯之谷芋川912

☎ 025-792-6688

<http://www.japan-hotel.net/yunotani/>

\*浦佐駅東口・小出駅前・小出IC。バス停から無料送迎バスがあります。（予約制）

## ■ 利用方法

- ①電話・当組合窓口にて予約を承ります。

### 保健事業課

☎03-3862-1054・直通

月～金曜日（祝日・年末年始を除く）  
9時～17時



- ②予約が取れましたら、「保養所利用申込書」を保健事業課までご提出ください。

\*申込書は当組合ホームページよりダウンロードできます。



- ③申込書受付後に「利用案内書」を送付しますので、チェックイン時に現地フロントへご提出ください。



- ④利用料金、入湯税等はチェックアウト時に現地フロントでご精算ください。

\*各種カード・電子マネーは利用できません。



## ■ 予約開始日

ご利用希望月の2か月前の1日（休業日の場合は翌営業日）午前10時から、電話にて予約受付を開始します。

### 先行予約について

下記の特定期間については先行予約の対象となります。



### ●夏季（8月1日～20日泊）

4月中旬にホームページ等でご案内します。

### ●年末年始（12月31日～1月3日泊）

8月中旬にホームページ等でご案内します。

## ■ 予約の変更・取り消しについて

ご利用の変更・取り消しについては、利用日の3日前17時までにご連絡ください。それ以降の変更・取り消しはキャンセル料（利用料の全額）が発生しますのでご注意ください。

\*当組合の業務時間外の予約の変更・取り消しのご連絡は、各保養所までお願いします。

## ■ 利用料金 1泊2食付・入湯税別

	組合員				一般	
	日曜～金曜 (繁忙期・祝前日は除く)		左記を除く期間			
	大人	小人	大人	小人	大人	小人
東プラ箱根	4,000円	3,000円	5,000円	4,000円	7,000円	6,000円
湯之谷けんぼセンター	5,000円				7,000円	

\*組合員とは当組合の被保険者・被扶養者（当組合の健康保険証をお持ちのご家族のみ）です。

\*小人料金は3歳以上～就学前です。

\*3歳未満の方の利用は無料ですが、寝具・食事を用意する場合は上記料金がかかります。

\*12月31日～1月3日泊は特別料金となります。

\*ご紹介等による一般の方（当組合の組合員でない方）のみのご利用はできません。ただし、東プラ箱根については組合員でない被保険者の父母・祖父母（配偶者の父母・祖父母を含む）および配偶者・子・孫は一般料金で利用することができます。

\*繁忙期とはゴールデンウィーク（4月29日～5月5日泊）、8月1日～31日泊、12月29日～1月3日泊です。

# 共同利用保養所

他の組合から特別に利用させていた  
 だく保養所です。  
 当組合ホームページより専用申込書  
 を印刷のうえお申し込みください。

## 注意

- \*2名様以上でお申し込みください。なお、1回の利用で2泊までとなります。
- \*食事なしの料金設定はございません。
- \*ご紹介等による一般(当組合の組合員でない方)のみの利用はできません。

## 関東百貨店健康保険組合保養所



静岡県熱海市熱海1891-52  
 ☎ 0557-67-1158



栃木県日光市藤原19-91  
 ☎ 0288-76-1050

## 東京実業健康保険組合保養所



静岡県熱海市咲見町6-25  
 ☎ 0557-83-1131

## 東京電子機械工業健康保険組合保養所



千葉県長生郡一宮町一宮10163  
 ☎ 0475-42-6010

### ■申込方法

- ①専用申込書に記入し、利用月の2か月前の5日から利用日の10日前までに東京実業健康保険組合に直接FAX(03-3663-1510)してください。
- ②予約の可否を申込書の連絡先にお知らせします。
- ③「共同利用施設申込書」に必要事項を記入し、当組合保健事業課にFAX(03-3864-8293)してください。
- ④申込書受付後に当組合から「利用通知書」を送付しますので、チェックイン時に現地フロントへご提出ください。

### ■取消・変更

利用日の3日前までに当組合保健事業課(☎03-3862-1054・直通)へご連絡ください。それ以降はキャンセル料が発生します。(利用日の2日前・前日50%、利用日の当日100%)

### ■申込方法

- ①専用申込書に記入し、利用日の1か月前から利用日の10日前までに、東京電子機械工業健康保険組合に直接、FAX(03-3843-1990)してください。
- ②「予約可」のときは、東京電子機械工業健康保険組合から「利用通知書」が送付されます。
- ③「予約不可」の場合は、申込書の連絡先にお知らせします。
- ④申請書受付後に当組合から「共同利用補助金申請書兼補助金決定通知書」(※承認印のあるもの)を送付します。
- ⑤チェックイン時に現地フロントへ「利用通知書」と「共同利用補助金申請書兼補助金決定通知書」(※承認印のあるもの)をご提出ください。

### ■取消・変更

利用日の4日前までに、東京電子機械工業健康保険組合施設課(03-3843-1454)へ電話してください(4日前が業務時間外の場合は、直接保養所(0475-42-6010)へ電話)。キャンセル料は、利用日の3日前より発生し、100%となります。

### ■申込方法

- ①専用申込書に記入し、利用月の2か月前の25日から利用日の10日前までに関東百貨店健康保険組合に直接FAX(03-3834-7493)してください。
- ②「予約可」のときは当組合から「利用案内書」を送付しますので、チェックイン時に現地フロントへご提出ください。「予約不可」のときは申込書の連絡先にお知らせします。

### ■取消・変更

利用日の5日前までに当組合保健事業課(☎03-3862-1054・直通)へご連絡ください。それ以降はキャンセル料が発生します。(利用日の4日前・2日前50%、利用日前日・当日100%)

### 〈利用料金〉両施設共通 1泊2食付

	大人 (中学生以上)	小人 (小学生)
組合員	6,000円	4,000円
一般	9,000円	6,000円

\*小学生未満の食事希望は1,300円です。

### 〈利用料金〉1泊2食付・入湯税別

	大人 (12歳以上)	小人 (3~11歳)
組合員	5,000円	3,800円
一般	9,000円	7,200円

\*3歳未満は施設利用料1,000円が必要です。

### 〈利用料金〉1泊2食付

	大人 (12歳以上)	小人 (4~11歳)
組合員	5,000円	4,000円
一般	8,000円	6,000円

\*3歳以下の食事希望は小人料金です。

令和3年3月から順次



# マイナンバーカードが 健康保険証として利用できる ようになりました



病院やクリニック、調剤薬局は、来訪した患者が加入している医療保険を確認する必要があり、この作業を「資格確認」と呼びます。これまでは、患者の健康保険証を受け取り、記号・番号、氏名、生年月日・住所などを医療機関のシステムに入力するという方法で行われていました。

令和3年3月から開始の「オンライン資格確認」では、健康保険証の記号・番号等やマイナンバーカードのICチップを使って、オンライン上で資格情報の確認ができるようになりました。

## どんなメリットがあるの？

- 就職・転職・引越をしても健康保険証としてずっと使える！
- 初めての医療機関等でも、過去に使用した薬の情報が医師等と共有できる！
- マイナポータルで自分の特定健診情報や薬剤情報・医療費情報が見られる！
- マイナポータルを利用して、確定申告の医療費控除が簡単に！
- 限定額適用認定証\*が不要に！

※マイナンバーカードの健康保険証利用には、ICチップの中の「電子証明書」を使うため、医療機関や調剤薬局の受付窓口でマイナンバー（12桁の数字）を取り扱うことはありません。また、ご自身の診療情報がマイナンバーと紐付くことはありません。

※限定額適用認定証については、8ページをご参照ください。

## 注意

- マイナンバーカードを保険証として利用するためには、事前登録が必要です。登録の申込は内閣府が運営するマイナポータルでできます。

マイナポータル

検索



- 現在お持ちの健康保険証が使えなくなるわけではありません。マイナンバーカードに「健康保険証の機能も持たせる」仕組みです。
- マイナンバー通知カードでは利用できませんのでご注意ください。
- オンライン資格確認が導入されていない病院や調剤薬局等では、引き続き健康保険証・限定額適用認定証が必要です。

健保組合も  
マイナンバーを  
利用しています



マイナンバーは、社会保障・税・災害対策の分野に限って使われるものです。当組合をはじめとした健保組合も、被扶養者資格確認の添付書類の省略や給付金の支給などでマイナンバーを利用しています。そのため、当組合に加入した際には、マイナンバーをご提出いただくことが必要です。

被保険者になったとき、ご家族を被扶養者にするときなど、マイナンバーの提出にご協力ください。なお、誤りがあるとオンライン資格確認に支障をきたしますので、正確なご記入をお願いいたします。

## マイナンバーについてのお問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル

マイナンバー  
0120-95-0178

受付時間 ・ 平日 9:30～20:00  
・ 土日祝 9:30～17:30

紛失・盗難によるマイナンバーカードの利用停止は  
24時間365日受付！

## ご家族（被扶養者）が就職されたときなどは 健保組合に届出をお忘れなく！

健康保険では、被保険者だけでなく被扶養者として認められているご家族のみなさまにもさまざまな給付を行っています。しかし、被扶養者となっているご家族が下記のようなケースに当てはまるときは、被扶養者ではなくなります。ご家族が被扶養者の資格にあて

はまらなくなったら、「被扶養者（異動）届」に該当者の「保険証」を添え、該当した日から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。

### たとえば次の場合、被扶養者の資格からはずれません

#### 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。
- 短時間で働く被扶養者が、パート先で被保険者になった。
  - ・ 雇用期間が1年以上見込まれる
  - ・ 1週間の所定労働時間が20時間以上
  - ・ 月の所定内賃金が88,000円以上
  - ・ 勤め先の従業員数が501人以上（労使合意により500人以下でも可）



#### 収入額が変わった

- 被扶養者の年収が130万円\*以上見込まれることになった、又は被保険者の収入の1/2以上になった。
  - ※60歳以上又は障害がある場合は年収180万円以上（老齢年金、障害年金、遺族年金を含む）。
- 共働き夫婦が子どもを共同で扶養する場合、被扶養者を扶養する被保険者の収入が配偶者より少なくなった（原則として年間収入が多いほうの被扶養者になる）。



#### 仕送りをやめた・少なくした

- 別居している被扶養者への仕送りをやめたときや仕送り額が被扶養者の収入を下回った。



#### 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。

#### 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。

ご注意ください！

### 被扶養者でなくなった日から保険証は使用できません

被扶養者の資格がなくなると、当健保組合の保険証を使用することはできません。もし、誤って使用した場合には、当組合へ医療費を返還していただくことになりますのでご注意ください。

### 「被扶養者資格確認調書」の提出にご協力ありがとうございました

今後も、被扶養者資格の適正化のため、毎年、資格確認を実施しますので、引き続きご協力をお願いします。

令和3年4月以降  
発行分から

# 健康保険証が変わります!

枝番を  
追加!

医療機関や薬局などのオンライン資格確認により医療の流れをスムーズにするため、健康保険証の記号・番号に「枝番」が追加されます。

当組合では、本年4月以降の新規取得の方・再発行の方から、枝番が入った健康保険証を発行します。現在の「枝番がない」健康保険証も従来どおり使用できます。

※すでに発行されている健康保険証の更新(差替え)は行いません。

健康保険 被保険者証	本人(被保険者) 記号 284 番号 123456 (枝番)00	NO 199637-02 令和3年4月1日交付
被保険者氏名	健保 小太郎	
生年月日	昭和44年4月4日	性別 男
取得年月日	令和2年8月1日	
事業所名称	東日本プラスチック健康保険組合	見本
保険者所在地	東京都台東区柳橋1-1-4	
保険者番号	06135727	
保険者名称	東日本プラスチック健康保険組合 TEL 03(3862)1051(代)	

## ダイヤルインをご利用ください

業務時間は平日9時～17時です(土曜・日曜・祝日・年末年始は休業)。業務時間外は自動音声による業務終了のご案内をさせていただきます。

なお、新型コロナウイルスの感染拡大状況により、業務時間が変更となる場合がありますのでご了承ください。

■総務課…文書受付、健保会館利用 等	☎ 03-3862-1052
■会計課…保険料納入、給付金支払 等	☎ 03-3862-1053
■保健事業課…健康診断、予防接種、保養所 等	☎ 03-3862-1054
■業務課 適用係…資格・報酬関係、任意継続加入受付 等	☎ 03-3862-1055
■業務課 給付係…給付金受付、限度額適用認定証交付 等	☎ 03-3862-1056
■業務管理課…交通事故、医療費通知 等	☎ 03-3862-1050

## 公告

### 【編入事業所】

名称	所在地	年月日
プレクス(株)	東京都港区	令和2年9月1日
プレクスプロダクツ(株)	石川県小松市	令和2年9月1日
コルコートグループ(株)	東京都大田区	令和2年11月1日
㈱ニッセーホールディングス	東京都千代田区	令和3年1月1日

### 【削除事業所】

名称	所在地	年月日
北海道化工建設(株)	東京都中央区	令和2年7月1日
㈱TDS	大阪府大阪市	令和2年7月1日
㈱晃英	東京都葛飾区	令和3年1月1日
杉本電器(株)宇都宮工場	栃木県宇都宮市	令和3年1月1日
日本ポリオレフィンフィルム厚生年金基金	東京都千代田区	令和3年1月21日

### 【名称変更事業所】

新名称	旧名称	所在地	年月日
㈱守重本店	IPホールディングス(株)	東京都東大和市	令和2年8月1日

### 【所在地変更事業所】

名称・所在地	旧所在地	年月日
アクリサンデー(株)	東京都台東区	東京都新宿区 令和2年6月1日
㈱ナカジマコーポレーション	東京都江東区	東京都江戸川区 令和2年6月29日
㈱ナスコ	東京都江東区	東京都江戸川区 令和2年6月29日
㈱パートナー	東京都江東区	東京都江戸川区 令和2年6月29日
MR S協同組合	東京都千代田区	神奈川県愛甲郡 令和2年7月7日
㈱三好製作所	北海道室蘭市	東京都大田区 令和2年8月1日
児玉化学工業(株)	東京都千代田区	東京都中央区 令和2年8月13日
㈱マルシン	東京都台東区	東京都豊島区 令和2年9月20日
㈱シントー	千葉県松戸市	東京都足立区 令和2年10月1日
藤森工業(株)	東京都文京区	東京都新宿区 令和2年11月24日

### ○任意継続被保険者の標準報酬月額の上限

健康保険法第47条第2号に規定する標準報酬月額は340,000円で、令和3年4月1日から適用します。

## 組合の現況 (令和3年1月末)



事業所数

531件



被保険者数

合計 40,881名  
男 28,545名  
女 12,336名



被扶養者数

30,738名  
(扶養率)(0.7518)



平均標準報酬月額

平均 336,958円  
男 379,619円  
女 238,243円

# 東プラ健保共済会

東プラ健保共済会では、被保険者とご家族のみなさまのお役に立てるよう、福利厚生の一環として、がん保険・医療保険や家庭用常備薬等の斡旋を行っています。ぜひご利用ください。

## がん保険・医療保険

共済会では、被保険者とご家族のみなさまの福利厚生の一環として、おひとりでもご加入いただける、アフラックの保険を集団割引の保険料率で取扱しております。



### ● 集団割引の適用条件

被保険者本人が保険契約者となることで、本人及び2親等以内のご家族（両親・配偶者・子・兄妹・孫）も、集団割引の保険料が適用されます。  
\* 扶養の有無は問わず、ご家族のみでもご加入いただけます。

### ● アフラックの保険にご加入済みの方

アフラックの「がん保険」「医療保険」に個別取扱の保険料率（月払）でご加入済みの方は、保障内容はそのまま、共済会の集団割引に変更できます。

### ご案内保険商品



心配ながんに  
手厚く備える  
「がん保険」



一般的な病気や  
けがに備える  
「医療保険」

### アフラックの保険に関するお問合せ先

募集代理店 インケア株式会社

☎0120-86-7711

平日9:00 ~ 17:00 (携帯電話可)

## 家庭用常備薬等の斡旋

共済会では、市販の薬をお求めやすい価格で斡旋しています。ぜひご家庭の健康管理にお役立てください。



### ● 斡旋時期

1月（花粉症対策商品）

- 花粉マスク、目薬、鼻炎薬等
- 感冒薬

3月・9月（常備薬等）

- かぜ薬、胃薬、外傷薬、栄養剤等

### ● 価格

団体向けの特納品（市価相当額の最大80%引き）の商品もあり、お求めやすい価格です。

### ● 申込方法

1月の斡旋につきましては、各事業所にご案内します。3月・9月の斡旋につきましては、機関紙に同封いたします。

★セルフメディケーション税制対象品も掲載しています。  
セルフメディケーション税制（特定の医薬品購入額の所得控除制度）は、医療費控除の特例として、健康の維持増進及び疾病の予防への取組として一定の取組を行う個人が、スイッチ OTC 医薬品（要指導医薬品及び一般用医薬品のうち、医療用から転用された医薬品）を購入した際に、その購入費用について所得控除を受けることができるものです。

セルフメディケーション  
**税 控除 対象**

▲セルフメディケーション税制マーク

★今後取り扱ってほしい商品などございましたら、東プラ健保共済会（☎ 03-3862-1052 総務課内）までお申し出ください。

