

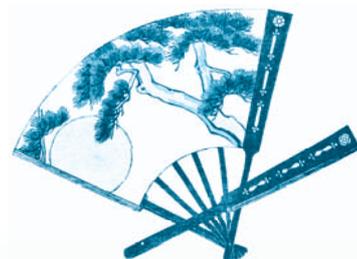


# 新年のご挨拶



兵庫自動車販売店健康保険組合

理事長 寺尾 毅



新年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皆様におかれましては、新しきよき年を健やかに迎えられたこととお慶び申し上げます。また当健康保険組合の事業運営につきまして日ごろより多大なるご理解・ご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。

さて昨年は、長年の懸案でありました社会保障・税一体改革関連法が成立し、今後、順次実施に移されることとなりました。この一体改革は、消費税率見直しによる社会保障の財源確保と、少子高齢化に対応した制度の再構築が目的です。ところが成立した内容は、健保組合にとって不満の残るものとなりました。

現在、健保組合はかつてない厳しい財政状況を余儀なくされています。平成23年度決算（見込）では、全国の健保組合の経常赤字は総額で3489億円に達し、全組合の約8割が赤字となりました。24年度予算ではこの状況はさらに悪化し、赤字は5782億円へ拡大、全組合

の約4割が保険料率を引き上げたにもかかわらず、赤字組合が全体の約9割に達する見通しです。

その原因は明らかです。高齢者医療制度への支援金・納付金の保険料収入に対する割合は46・2%にも達し（24年度予算）、皆様から納めていただく保険料の約半分は高齢者医療制度を支えるために支出されている計算です。

こうした状況を正すため、健保組合や健康保険組合連合会（健保連）では前期高齢者の医療給付費への公費投入の拡大を訴えてきましたが、現状では具体的な法律の形となっておりません。今後、社会保障をめぐる懸案は新たに設置された社会保障制度改革国民会議で検討される運びですが、健保組合・健保連では真の改革が実現されるよう、強く働きかけていく方針です。

一方では、問題の根底にある「増え続ける医療費の抑制」がさらに重要な課題となるでしょう。当健保組合も健診を始めとする健康増進活動や、ジェネリック医薬品の使用促進などをさらに図ってまいります。皆様におかれましても、日々の健康づくりと適正受診にご協力ください。さいますよう、お願い申し上げます。

最後となりましたが、この一年が皆様にとって実り多き年となりますようお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

# 待ったなし！超高齢社会に 持続可能な制度を今！



平成24年11月21日、東京・丸の内  
東京国際フォーラムにて「平成24年度  
健康保険組合全国大会」が開催されま  
した。全国の健保組合から約4000  
人が集結し、「待ったなし！超高齢社  
会に持続可能な制度を今！」を副呼称  
に下記決議を採択しました。

## 決議

健康保険組合は、現行の高齢者医療制度が施行された平成20年度以降、かつてない厳しい財政状況におかれている。平成24年度までの累積赤字額は2兆1000億円を超え、同年度予算において全組合の約9割が赤字となる見込みである。この財政危機を招いている最大の要因は、過重な高齢者医療制度の費用負担にある。平成24年度予算では、支援金・納付金は3兆1355億円に達し、保険料収入に対する割合は過去最高の46.2%にも及んでいる。もはや負担は限界を超え、健康保険組合の持つ最大の価値である保険者機能の発揮を阻害し、さらに、健康保険組合の存続さえも危うくしている。本来、高齢者の医療費は広く公平に負担すべきであり、現役世代に過度に依存することなく十分な公費を充てるべきである。健康保険組合が崖っぷちにある今、国は、速やかな公費投入拡大によって、過重な負担に苦しむ健康保険組合の負担軽減を図るべきである。

加えて、前期高齢者納付金の計算式をはじめとする現行制度の持つ不合理・不公平な仕組みを早期に改め、健康保険組合が安定して運営できる制度とすべきである。

一方、抜本改革とはほど遠い理不尽で一方的な負担転嫁策は、保険者の自主性を阻害するものであり、断固反対する。皆保険制度を今後も安定して維持するためには、公平で納付性ある持続可能な制度の構築とともに、医療費の適正化が欠かせない。国は、医療費の適正化に向け実効ある施策をとるべきであり、医療費の適正化に資する保険者機能を最も効果的に発揮できる健康保険組合方式を将来にわたり堅持・発展させるべきである。超高齢社会を支える持続性ある制度の構築に向け、我々健康保険組合は、次の事項の実現を期し、組織の総意をもってここに決議する。

### ● 高齢者医療制度に対する公費投入拡充の早期実現

高齢者医療制度の負担は健康保険組合の負担の限界を超え、財政悪化の主要因となっている。とくに団塊の世代が前期高齢者となり、その傾向に拍車がかかる今こそ、国は、高齢者医療を支える責任を公費投入という形で明確に示し、持続可能な制度の構築を図るべきである。

### ● 国庫補助削減を目的とした負担転嫁策に断固反対

後期高齢者支援金の負担方法を変更し、健康保険組合に負担を転嫁させようとする動きは、これまでも国庫補助削減分の「肩代わり」の仕組みとして繰り返されてきた。単に予算編成上の財源捻出だけを目的とする理不尽な負担転嫁策には、断固反対する。

### ● 医療費適正化の推進と組合方式の維持・発展

健康保険組合は、健康づくり、疾病予防等きめ細かな保健事業を行うなど、保険者機能を最も効果的に発揮し得る保険者である。将来に亘って盤石な皆保険制度を堅持していくためにも、国は、適切な医療費適正化の施策を進めるとともに、制度の中核を担う健康保険組合方式の維持・発展を図るべきである。

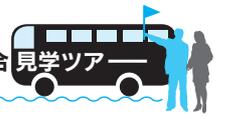
### ● 健康保険組合に対する適切かつ十分な財政支措置の実施

後期高齢者支援金・前期高齢者納付金の重い負担によって、健康保険組合はかつてない財政危機に瀕している。国は、制度改革が実施されるまでの間、過重な高齢者支援金等の負担に苦しむ健康保険組合に対し、適切かつ十分な財政支援を行うべきである。

平成24年11月21日

待ったなし！超高齢社会に持続可能な制度を今！

平成24年度健康保険組合全国大会



## 保険証は、健保組合が発行しています

被保険者は入社と同時に、被扶養者は申請が認定されたときに、健保組合へ加入することになります。健保組合は被保険者・被扶養者であることを示すものとして保険証を交付し、医療機関ではこの保険証を確認して医療費を健保組合へ請求します。

なお、その保険証を使うことができるのは、保険証に名前が記載されている人だけ、健保組合に加入している期間だけです。保険証の貸し借りや、加入資格を喪失した後の受診は絶対にしないようにしましょう。



今回のテーマは、「**保険証**」についてです。  
健保組合では、みなさんの加入資格を確認して保険証を発行しています。  
加入資格を満たさなくなった場合は、保険証の返納が必要ですので、忘れないようにしましょう。

# 保険証は、みなさんの加入資格を確認して発行しています

## 加入資格を定期的に確認しています

被扶養者が加入資格を喪失した場合、被保険者は5日以内に健保組合に届出を行うことになっていますが、健保組合でも定期的に被扶養者の加入資格を確認する調査を行っています。調査書が届きましたら、ご協力をお願いします。

健保組合にとって重い負担となっている高齢者医療制度への納付金は、加入者数に応じて拠出額が決まります。加入資格を喪失しているにもかかわらず被扶養者のままでいると、健保組合は不要な支出をすることになってしまいます。



### 紛失した場合は、すみやかに届出を

保険証は大切に取り扱いいただくことが前提ですが、万一紛失した場合は警察へ届け出ると同時に、すみやかに健保組合へも届出を行い、保険証の再交付を受けてください。不正利用につながるケースも考えられますので、くれぐれも失くしたままにしないようにしてください。

### まとめ

被扶養者は、保険料の負担なく、被保険者と同等の保険給付を受けることができますが、被扶養者への保険給付は、被保険者と事業主の保険料によってまかなっているものです。

健保組合では、みなさんから納めていただいた保険料が適正に使われるよう、被扶養者の加入資格を確認しています。ご家族の就職や別居などの際には、ご留意ください。

### 「限度額適用認定証」をご利用ください

医療費がかさんでも、健康保険には高額療養費がありますので、最終的な自己負担は大きく軽減されます。この高額療養費は、「限度額適用認定証」を医療機関に提示することで直接医療機関に支払われますので、みなさんは一時的に立て替える必要がなくなります。高額な医療費が予想される場合は、健保組合に発行申請をしてください。

### 被扶養者資格の再確認（検認）書類の提出にご協力ありがとうございました

現在、被扶養者となっておられる方が引き続きその資格要件を備えておられるかどうかを確認する「検認」を実施いたしました。

ご協力いただき、ありがとうございました。

## 医療費通知があるから安心？

# 領収証はポイっとしない！

**Q** 領収証は捨てちゃったけど、医療費通知はちゃんととってあるから、医療費控除で税金が戻ってくるよね？



**A** えっ！領収証は捨てちゃった？医療費控除を受けるためには病院や薬局からもらった領収証が必要だよ。しかも、原本。コピーはダメ。残念だけど医療費通知も領収証の代わりにはならないんだよ。

**Q** そっか…。じゃあ今度から、病院からもらった領収証はちゃんととっておくことにするよ。で、ほかに用意するものってあるの？



**A** いい質問だねえ ^^  
4つ、ちゃんと準備してね。

- ① 給与の源泉徴収票（原本）
- ② 印鑑
- ③ 医療費や薬代などの領収証（原本）
- ④ 還付される税金の振込先の銀行口座の番号等

**Q** ところで、医療費控除って、どんな制度なの？

**A** あれま、  
質問が逆じゃない!? ま、いっか。  
医療費控除はね、1年間に支払った医療費の総額が10万円※を超えたときに税務署に確定申告すると、超えた額（上限200万円）が課税対象から控除されて、その分にかかった所得税が戻ってくる制度のことなんだよ。申告の期間は3月15日までだから忘れずにね。



医療費控除は、1年間（1～12月）に本人や家族の分も含めて、自己負担分として支払った医療費が10万円※を超えたときに受けられます。計算のしかたは次のとおりです。

$$1 \text{ 年間に支払った医療費} - \text{給付金・保険等で補てんされた額} - 10 \text{ 万円}^{\ast} = \text{医療費控除対象額（最高限度額 200 万円）}$$

※ 年間所得が200万円未満の場合は、所得総額の5%の金額

## 医療費控除には対象になるもの、ならないものがあります

### 対象になるもの

- 医師に支払った医療費
- 治療のための医薬品の購入費
- 通院費用（交通費）
- 歯科の保険外費用（特殊なものを除く）
- レーシック費用
- 妊娠時から産後までの診察と出産費用、など

### 対象にならないもの

- 健康診断、人間ドックの費用
- インフルエンザなどの各種予防接種
- 体調を整えるためのマッサージ代、など



★医療費がたくさんかった年は税金が戻ってくるよ。

医療費控除は国の制度だから、もっと知りたいときは、近くの税務署に聞いてみてね。詳しく教えてくれるよ。

★申告は、e-Tax(国税電子申告・納税システム)でもOKだよ。

<http://www.e-tax.nta.go.jp/>

## かぜ・インフルエンザに

### かからないための 5カ条

#### 1 手洗い・うがい

ウイルスが付着した手で、口や鼻などに触れて感染する**接触感染**を防ぐために、帰宅時、食事や調理の前、トイレの後、マスクをはずした後などは、ていねいに手を洗いましょう。

また、のどの粘膜が乾燥すると免疫力が低下します。帰宅後はうがいをして、うるおいを保ちましょう。



#### 正しい手洗いのしかた

- ①石けんを泡立てて、手のひら・甲・指と指の間・手首・指先・爪まで、15秒以上かけて念入りに洗う。
- ②流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水気をふき取る。

#### 2 マスクの着用

人ごみではマスクを着用しましょう。マスクは、**使い捨ての不織布製**を使用。鼻やあごの周辺にすき間がないよう、顔にフィットさせましょう。

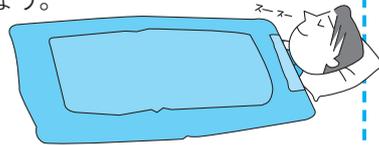
#### 3 栄養バランスのとれた食生活

1日3食、規則正しく栄養バランスのとれた食生活を送りましょう。免疫力を高める**ビタミン類**を豊富にとると、かぜ・インフルエンザ予防に効果的です。



#### 4 十分な睡眠

寝不足や不規則な生活は、ウイルスへの抵抗力を弱めます。特に、睡眠中は疲労を回復させるホルモンが分泌されるので、睡眠は**6～8時間を目安**にしっかりととりましょう。



#### 5 室内の湿度

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、かぜ・インフルエンザにかかりやすくなります。室内は**50～60%の湿度**を保ちましょう。

# かからない・うつさない かぜ・インフルエンザ 予防 & 対処法

で冬を乗り切る

今年もかぜ・インフルエンザのシーズンが到来。油断していると、「仕事や受験で絶対に休めない!」「子どもの世話やお年寄りの介護がある」といった肝心なときにダウンしてしまう可能性も…。日ごろから「かからない」生活を送り、「かかってしまった」ときは適切に対処できるように心がけましょう。

### うつさないための心得

#### せきエチケット

せき・くしゃみなどの飛沫を吸い込んで感染する**飛沫感染**を防ぐために、せきエチケットを守って、ウイルスをまき散らさないようにしましょう。

- せき・くしゃみなどの症状があるときは、不織布製のマスクを着用する。
- せき・くしゃみをするときは、周囲の人から顔をそらせ、2m以上離れる。
- マスクがないときはティッシュなどで口と鼻を覆い、使用済みのティッシュなどはふたのついたゴミ箱へ捨てる。
- せき・くしゃみの飛沫が手に付着したときは、手を洗うなどしてウイルスを取り除く。

### かかったときのポイント

#### 1 自宅でゆっくり療養

早く治すには、休んで体力を回復させるのが第一です。加湿・換気・温度調節に注意し、できれば他の家族とは別室で、**たっぷり睡眠**をとりましょう。

インフルエンザの場合、熱が下がってからもウイルスを排出するといわれています。他の人にうつさないためにも、**解熱後2日まではゆっくり療養**しましょう。

#### 2 水分・栄養をたっぷり補給

熱があると、体内の水分が失われます。1日1.5～2リットルを目安に、水やスポーツドリンクなどの**飲みものをこまめに摂取**して、脱水を防ぎましょう。

食欲がないときは、おかゆやスープ、野菜ジュースなど、**水分が多く、消化のいい栄養のある食事**を少しずつとりましょう。

# 社会保障制度改革国民会議での 着実な議論、真の改革実現に期待

● 国際医療福祉大学大学院教授 水巻中正 ●

## 消費税を段階的に引き上げ 増収分は社会保障の財源に

「社会保障と税の一体改革関連法」が成立したことを受けて、2013年は制度改革に向けての助走期間となります。膨張する医療費の適正化と給付と負担の整合性、効率化を推し進めないと、健康保険組合を取り巻く環境は一段と悪化し、皆保険制度そのものが存亡の危機に直面するでしょう。

難航の末に成立した消費税率の引き上げは2014年4月に現行5%が8%、2015年10月に10%になります。年金や医療、介護などの充実分(2.7兆円程度)は消費税増税で賄いますが、2013年度は増税による財源増はゼロで、予算編成では、地域医療・在宅医療や医療イノベーション等は特別枠で対応しています。

社会保障費は毎年1兆円ずつ増え続けています。超高齢社会を迎え、高齢者の医療費や介護費が膨張しているためです。厚生労働省が発表した

2011年度の概算医療費は前年度比3.1%増の37兆8000億円に上りました。増加は9年連続、金額は過去最高。70歳以上の医療費は17兆円と全体の44.9%を占めました。年間の1人当たりの医療費は平均で29.6万円ですが、年齢別にみると70歳未満では17.9万円であるのに対し、70歳以上は80.6万円、さらに75歳以上では91.6万円と70歳未満の5倍にもなっています。医療技術の進歩や新薬の登場によって、医療費の単価が上がったことも要因の一つにあげられます。

## 国民会議で議論を深め 改革実現に向けた道筋を

2011年度の健康保険組合決算見込みでは、保険料率を引き上げた組合が過去最高の約4割(57.1組合)であったにもかかわらず、全健保組合(1443組合)の経常収支差引額は3489億円の赤字に達し、高齢者医療制度が創設された2008年度以降、4年連続で3000億円を超

える赤字決算となり、その累計は1.6兆円にもなります。赤字組合は1101組合を数え、全体の約8割に及びます。

高齢者医療制度により、健保組合が負担する後期高齢者支援金は1兆4087億円、前期高齢者納付金・退職者給付拠出金などは1兆4633億円で、合わせて2兆8721億円(前年度比8.7%増)になります。医療給付費、拠出金負担の増加などによって、医療保険者の財政悪化は年々深刻化しているといえます。つまり、現行の高齢者医療制度の構造的な歪みが組合財政を破綻に追い込んでいます。

医療費適正化の推進は、健保組合加入者への健診による疾病の早期発見・予防、レセプトチェック、ジェネリック医薬品の使用促進など保険者機能の一層の発揮が必要です。同時に、政府の社会保障制度改革国民会議で、前期高齢者の医療給付費への公費拡大などを含む制度改革議論を深め、社会保障と税の一体改革を進めなくてはなりません。



# 平成24年度 冬期体育奨励事業 実施中

## アイススケートのご案内

被保険者とご家族のみなさまの冬期における健康づくり・体力づくりを応援するため、本年も下記の施設とアイススケート場の利用契約を結んでおりますので、おおいにご利用いただけますようご案内いたします。

契約施設をご利用の際には、当健康保険組合が発行する「滑走整理券」(利用券)が必要となりますので、ご希望の方は一部負担金を添えて、所属事業所の健保事務担当者

様を通じてお申し込みください。被保険者からの直接申し込みはお受けできません。

※「滑走整理券」の枚数には制限がございますので、先着順とさせていただきます。

※一部負担金は利用の有無にかかわらず返金できませんのでご了承ください。

施設名	所在地	営業期間	営業時間	一部負担金
「神戸市立ポートアイランドスポーツセンター」アイススケートリンク TEL (078) 302-1031	神戸市中央区港島中町6丁目12番1号 ・阪神高速、京橋ランプより車で5分 ・「三宮」よりポートライナーで10分「市民広場駅」下車すぐ	平成24年11月4日(日)～平成25年3月31日(日) (定休日) 毎週水曜日(祝日、冬休み・春休み期間は営業) 12月30日・31日・1月1日 (注)大会等で利用できない日、または時間があります。	平日・土・日・祝 10:00～19:00 (滑走は、18:45まで) 12月28日・29日 1月2日・3日・4日 9:30～17:15 (滑走は、17:00まで)	おとな(高校生以上) 600円 (同伴の未就学児童の子ども1名が無料) 子ども(中学生以下) 300円 親子 800円 (高校生以上1名と小・中学生1名のペアとする) ・貸靴料400円別途必要
「グリーンピア三木」アイススケート場 (入園料無料) TEL (0794) 83-5211	三木市細川町横山894-60	平成24年12月15日(土)～平成25年3月3日(日) (休園日) 平成25年1月21日(月)～25日(金)	10:00～17:00 (受付は、16:00まで)	おとな(中学生以上) 500円 子ども(満4歳～小学生まで) 300円 日曜・祝日・平日・正月料金の区別なく利用できます。 ・貸靴料300円、駐車料金は別途必要

### お知らせ

## 共同保養所「有和荘」の運営から平成25年3月末日をもって撤退します

昭和51年10月の開設以来、永年にわたり多くのみなさまにご利用いただいてまいりました共同保養所「有和荘」は、財政対策の一環として、平成25年3月末日をもって運営から撤退することとなりました。

これまでのみなさまのご愛顧に感謝申し上げますとともに、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



### 有和荘告知板

#### 有和荘休館日

平成25年 1月	8日(火)	9日(水)
	10日(木)	22日(火)
	23日(水)	24日(木)
2月	5日(火)	6日(水)
	7日(木)	19日(火)
	20日(水)	21日(木)
3月	5日(火)	6日(水)
	7日(木)	13日(水)
	14日(木)	

ご家族お揃いで心とからだのご休息をご利用お待ちしております。