

チームを勝たせられる選手になりたい



プロサッカー選手(日本代表) 齋藤 学 さん

成長していきたいし、今の自分の行動も決めていきたいと思っています。個人としては、もっと点を取れる選手になりたいことを意識しています。チームが勝つことがすべてなので、チームを勝たせられる選手になりたいです。



Profile ●さいとう・まなぶ
1990年、神奈川県川崎市出身。169cm。ポジションはFW、MF。幼少期よりサッカーを始め、プロサッカーチームの下部組織に所属。2008年にJリーグ公式戦デビュー。鋭いドリブル突破を武器に活躍し、ロンドン五輪代表などを経て、2013年に日本代表(A代表)へ初選出。2014年のブラジルW杯では出場の機会が得られなかったが、2016年、約2年ぶりに日本代表に召集された。2018年のロシアW杯への出場を目指す。

photograph : 小林学

ただサッカーが上手になりたかった

サッカーを始めたのは小学校一年生の時。3つ上の兄が地元のサッカー少年団に入っていて、同じチームに入りたいがきっかけでした。小さい頃はただサッカーが上手になりたい、目の前の試合に負けたくない、という気持ちで強くて、プロになりたいとは思っていませんでした。その後、プロのクラブチームの下部組織に入団することができて少しずつ意識するようになり、プロサッカー選手として、今に至っているという感じです。

ブラジルW杯の悔しさをバネに

2014年に行われたブラジルW杯では、日本代表に選出されたものの、試合に出場することはできませんでした。それがすごく悔しくて、それをきっかけに栄養面やトレーニングなど色々なことを見直して、チャレンジするようになりました。体のキレを作るために、食事の間隔を空けて腸を休ませたり、玄米を食べるようにしたりと、色々なアプローチで体を変化させる取り組みをしていて、その成果が出てきているのではないかと感じています。

サッカーは勇気や感動を与えられる

ドリブルが目まぐるしく多いですが、ゴールに向かう姿勢や、アタックしてゴールを奪う姿は好きです。昔からクラブチームの先輩にドリブルもプレーの選択肢のひとつだとすごく言われていたので、僕自身もその言葉ですごく意識してプレーしています。



写真提供 : (株)フォート・キシモト

健保だより

2017 春

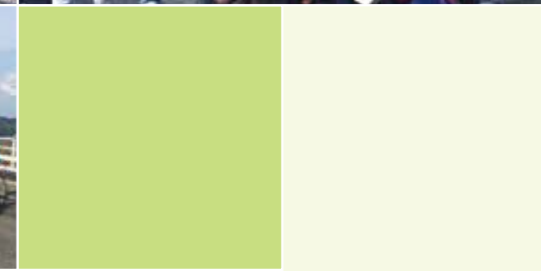
- 2 ファイザー健保の運動人!
- 4 2017年度予算のお知らせ
- 6 2017年度ファイザー健保組合の年間スケジュールと保健事業
- 8 健保組合からのお知らせ
- 10 健康保険の現状を知る
- 11 家族が異動したら 家族の抹消の手続きを
- 12 家族健診が変わります
- 14 ABC検診を追加します
- 15 介護保険料の総報酬割が始まります
- 16 プロサッカー選手日本代表 齋藤学さんにインタビュー

ご家族皆さままでご覧ください。

ご案内を
同封しています。

- ・家庭用常備薬斡旋(有償)
- ・スポーツクラブルネサンス

ぜひご利用ください!



ファイザー健康保険組合
http://www.pfizer-kenpo.or.jp/

ファイザー健保の運動人!



23

ファイザー製薬株式会社 IM四国医薬支店 愛媛営業所
須崎 智さん



▲2017年走り初め 左から1番目



▲四国1周(高知県室戸岬付近)



▲しまなみサイクリング



▲しまなみサイクリング 左から3番目

自転車をはじめたきっかけは?

健康維持のため、何か運動をしようと思いました。ダイエットには有酸素運動が良いけど、マラソンは体への負担が大きい。そこで『もう少し楽で長続きしそうなもの』と考えた時に思いついたのが、自転車でした。始めて1年ちょっとになります。

自転車の魅力を教えてください。

マラソンより速く遠くへ行ける、好きな時に1人でもできるという点です。海沿いの道や峠を走ったりして、風を感じながら走るのとても気持ちがいいですよ。

また、最近ではオフィスの仲間が出かけることも多くなりました。今年の走り初めは松山市沖に浮かぶ島へ行きましたが、突然の雪にずぶ濡れになり、新年早々、自然を感じてきました(笑)。

自転車を普段の生活にどのように取り込み、楽しんでいらっしゃいますか?

走るのには主に週末で50~100km程度です。速く走るための筋トレはしていませんが、バイクに乗る時は心拍数をモニタリングし、一定の回転数でペダルを漕ぐことを意識しています。

また、昨年8月には休みを取り、1週間かけて四国を1周しました。暑い中、1日100~150km走りました。とても腹が減るので魚・肉などがガッツリ食べましたが、太るところか逆に体つきがシャープになりました(笑)。

大会には出場されていますか?

昨年10月にはオフィスの仲間と『しまなみサイクリング』に参加しました。これは瀬戸内海の島々を結ぶ、しまなみ海道をサイクリングするものです。普段、橋は自動車専用道路ですが、この時は車を通行止めにするので車道を走ることができます。橋の上は景色を遮るものがないので、最高の眺めでした!

今後の目標をお聞かせください。

今年はオフィスの仲間とロングライドイベントに2~3回参加し、またNewバイクを投入予定なので、レース・ヒルクライムにも挑戦しようと思っています。そして、そのためのトレーニングも必要ですね。

皆さんへメッセージをお願いします。

自転車は慣れてくるとより遠くへ行きたくなります。ちょっと遠くへ出かけ、温泉で疲れを癒し、おいしい食事や酒を楽しむ小旅行も可能です。運動した後なので少くく食べ過ぎても罪悪感はありません(笑)。健康維持に自転車は最適ですし、おいしい酒・食事を楽しむためにも自転車を始めてみてはいかがでしょうか?

一人でも仲間と一緒に楽しめることが、運動を継続するためのポイントかもしれません。今回お話を伺ったお2人は、運動後の食事やお酒も楽しみつつ、運動による健康効果を実感されています。皆さまも無理なく楽しく健康力アップしてみませんか?



24

ファイザー・ホールディングズ 人事オペレーショングループ 人事プロセス管理チーム
鈴木 清香さん



▲マラソン後の打ち上げ 前列右から3番目

マラソンをはじめたきっかけは?

会社の先輩が声をかけてくれたこと、ダイエットしたかったこと、終わった後の打ち上げでおいしいビールが飲めることがマラソンをはじめたきっかけになりました。2008年から始め、現在までゆるく続けています。

マラソンや健康づくりのために他の運動をやられていますか?

長距離を走るための筋力が欲しいこともありますが、何より体型を維持することが目的で筋トレをしています。以前、健保主催のエアロビクスに週に1回通っていた時は身体がすっきりとしましたが、エアロビクスがなくなり、年齢のせいもあって体型が変わってきたことに気がつきました。そんな時、たまたま家の隣(今は移転)にパーソナルトレーニング教室を見つけ、昨年の6月から週に1回のペースで通っています。

普段の生活で健康のために気をつけていることはありますか?

もともとおいしいものを食べることやお酒を飲むことが大好きで、何も気にしない生活をしていましたが、最近では健康を意識して、週に数回ランチにお弁当を持参しています。それから、お酒を飲んだ翌日の運動は本当に身体にこたえるので、時には…お酒を控えています。



▲館山若潮マラソン10km完走! 右側



▲週末に皇居周辺をジョギング

ゴールで記念撮影@横田基地

マラソンの魅力を教えてください。

私はもともとポジティブな性格ですが、マラソンなどの運動をすると嫌なことを忘れて、さらにポジティブになれます。また、マラソンの大会には、人事オペレーショングループの先輩や会社のメンバーと参加することが多いので、人事オペレーショングループ以外の人と交流することができ、マラソンを通して交友関係が広がりました。メンバーは、皆さんストイックに走られている方が多く、前向きで明るくいつも元気をもらっています。ゴールの後に仲間がいて打ち上げがあるというだけでゴールに早くたどり着きたいという気分になります。

今後の目標をお願いします。

いつも短い距離のマラソン大会に出場していたので、今年はハーフマラソンにエントリーして目標タイムをクリアしたいです。(5月に実家のある仙台のハーフマラソンに出場することになりました。)

2017年度

予算のお知らせ

2017年2月21日(火)開催の第126回組合会において2017年度予算が審議され、可決・承認されました。当組合の本年度の予算は52億7,834万円です。

医療費の自然増に加え、今年より後期高齢者支援金の算出方法が全面総報酬割となり総報酬額の高い当健保の支援金は対前年約22%増加しました。

また、今年度より新たに疾病予防対策として胃がんのリスクスクリーニング検査であるABC検診の導入、禁煙支援プログラムの大幅な拡充等がありますが、現在の保険料率を維持しながら、今後中期的にも非常に安定した健保財政の基盤を確保できると予測しております。

2025年に向けてすべての団塊の世代が後期高齢者医療制度(75歳以上の方の医療制度)に加入するため、今後10年間は医療費そして国への納付金の増加は避けることはできませんが、被保険者の皆さまからの貴重な保険料を有効活用するために、中長期的な収支予測を毎年検証し、必要があれば見直していきます。

一般勘定

収入

健康保険組合の収入のほとんどは、皆さまからの保険料です。

報酬月額、業績賞与の増加もありますが、被保険者数は現状からの減少を見込んでおり、昨年度より約1.6億円の保険料収入減としております。

支出

・保険給付費

お医者さんにかかったときの窓口自己負担(1割~3割)以外の医療費は、保険給付費として健保組合が負担しています。また出産や傷病時の各種手当金なども保険給付費に含まれます。

2017年度は医療費の自然増がありますが、被保険者数の減少を考慮し、17.8億円を計上しました。しかし、保険給付費は、適切な受診行動、そして何よりも健康を維持することによって節減が可能です。ぜひ、皆さまのご協力をお願いいたします。

・保健事業費

皆さまの健康づくりを推進するための費用として約3億円を計上しました。2年前からスタートしたデータヘルズ計画においては、事業主との連携を図りながら、計画策定に則った保健事業を円滑に進めてまいります。また昨年度から新たにスタートしたインセンティブポイント制度は、国も今後も強力に推奨していく制度であり、皆さまの健康維持のために積極的な参加をよろしくお願いします。

・各種納付金

皆さまの保険料の約4割は、高齢者の医療費として国へ拠出されており、大きな負担となっております。今年度は65~74歳の医療費(前期高齢者納付金)として8.5億円、75歳以上の医療費(後期高齢者支援金)として11.5億円支出いたします。

今年度より後期高齢者支援金の算出方法が全面総報酬割となり、総報酬の高い当健保は後期高齢者支援金の負担は他健保より大きくなりました。

※総報酬割…加入者の所得に応じて算出する方法。2015年度までは、1/2を総報酬割、1/2を加入者割(人数に応じて算出)としていたが、2016年度は総報酬割部分を2/3、今年度より全面総報酬割に移行しました。

・予備費

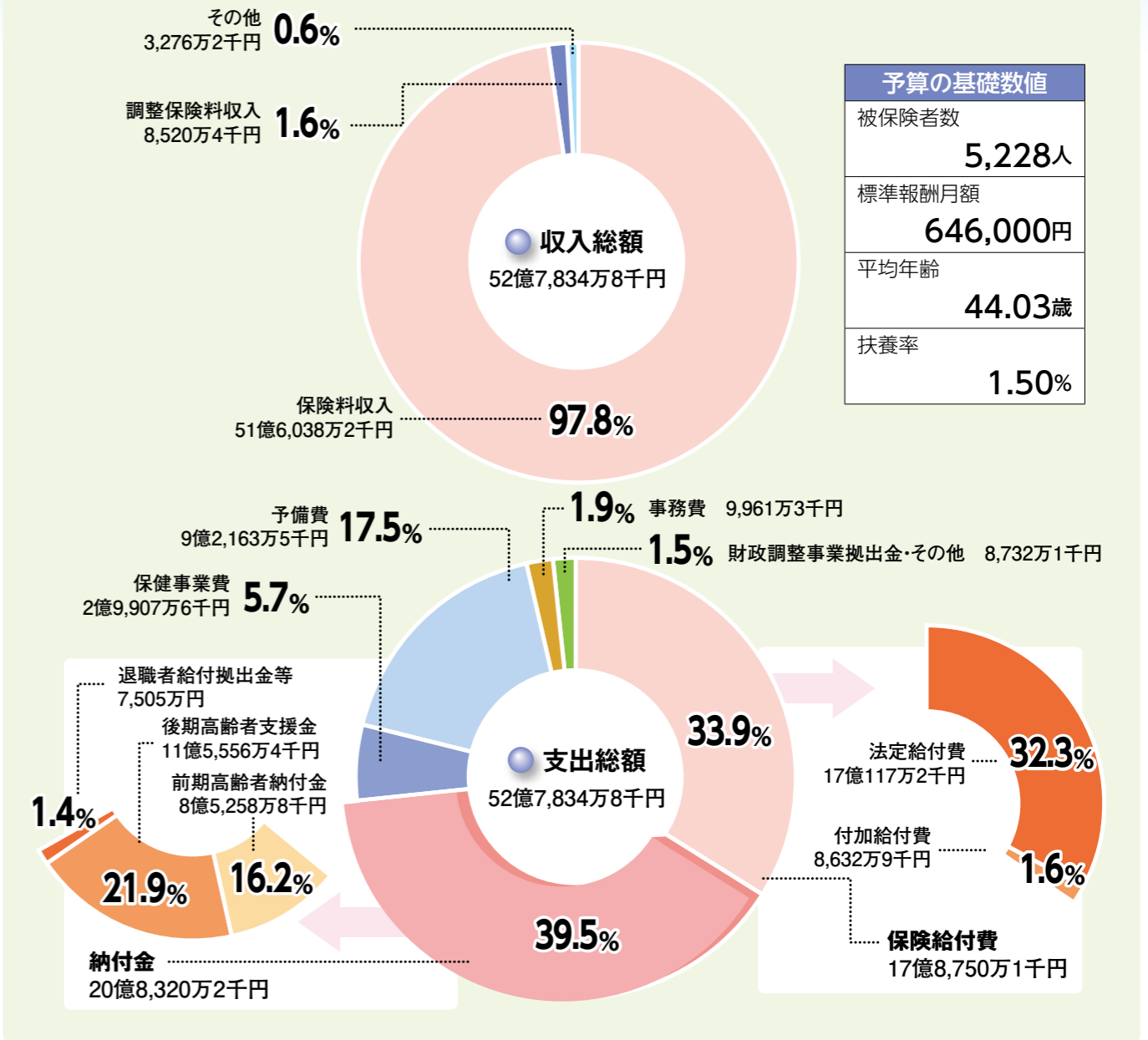
将来の医療費、国への納付金の増加に備えるための積立金とするため、支出項目に9.2億円を計上しております。来年の決算で残金の全額を、将来想定される支出のために別途積立金に積み立てる予定です。

介護勘定

収入は平成28年度の繰越金を含め5.44億円、支出は国への介護納付金として4.14億円を計上しております。国は2020年まで段階的に介護納付金の算定方法に「総報酬割」を導入することになり、今年度は1/3相当が総報酬割となります。総報酬額の多い当健保の介護納付金は2020年に向けて急増することが確実です。現在の試算では、2018年度までは現在の介護保険料率0.98%を維持可能と予測しております。2018年までは年度途中での収入不足が生じないように、前年度の残金の全額を翌年度予算に繰越金として繰り越していきます。

一般勘定

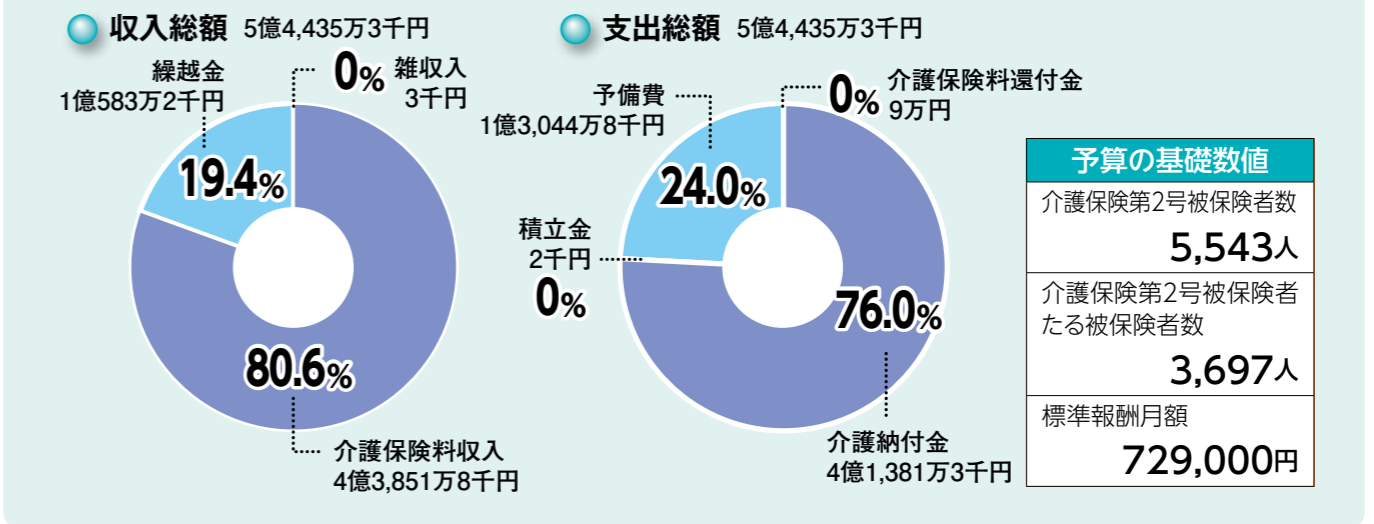
収入支出予算額 52億7,834万8千円



被保険者数	5,228人
標準報酬月額	646,000円
平均年齢	44.03歳
扶養率	1.50%

介護勘定

収入支出予算額 5億4,435万3千円



	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	対象者	内容												
健康診断	案内送付 ● 定期健診 各会社が実施												● 被保険者	● 定期健診の中で、健保組合が特定健康診査・生活習慣病健診を実施しています。 ● 希望項目にABC検診を追加しました。												
	● がん検診 補助金あり ※対象年齢の方は必ず受診してください。 ※2017年度より郵送がん検査を廃止します。												● 被保険者 ● 被扶養者	● 検診項目によって対象年齢および補助金額の上限が右記のとおり異なります。												
	● 家族・任意継続被保険者健診 ※委託先:イーウェルへ変更													● 巡回健診(女性専用)または契約医療機関・かかりつけ医療機関での健診が受けられます。 ● 詳細は4月にお届けする「家族健診のご案内」でご確認ください。 ● 希望項目にABC検診を追加しました。												
	● 健康診断結果受診勧奨													● 健診結果により、受診が必要な方への案内を行います。												
疾病予防プログラム	● 特定保健指導 「ファイザー健保スマートプログラム」												● 40歳以上で特定健診の結果、生活習慣病予防の指導が必要と判断された方	● 対象の方に委託先「専門医ヘルスケアネットワーク」からご案内をお送りします。 ご自身の生活習慣を振り返るきっかけとしてお申込ください。 指導委託先：専門医ヘルスケアネットワーク、フィッツプラス												
	● 若年者の保健指導 「スマートダイエットプログラム under40」												● 40歳未満で生活習慣病予防の指導が必要と判断された方	● 対象の方に指導委託先「専門医ヘルスケアネットワーク」からご案内をお送りします。 生活習慣の改善を図る取組みを応援します。												
	● 服薬者の保健指導 「スマートダイエットプログラム」												● 服薬中でありながら、特定保健指導域のリスクを保持している方													
	● シニア世代の訪問健康相談												● 63～73歳の被扶養者	● シニア世代の疾病の予防・健康管理のお役に立てるよう、被扶養者を対象に「シニア世代の訪問健康相談」を実施しています。対象の方に委託先「SOMPOリスクマネジメント」からご案内をお送りします。 利用者の自己負担はありませんので、ぜひ訪問相談をお受けください。												
	● 重症化予防プログラム												● 重症化のリスクが高いと判断された方	● 健康診断の結果とレセプトデータの突合合わせにより、糖尿病、高血圧、腎機能で重症化のリスクの高い方へ専門医の紹介と受診の推奨をします。対象の方に委託先「専門医ヘルスケアネットワーク」からご案内をお送りします。												
	● 予防接種補助 各種ワクチンの費用補助を実施												● 被保険者 ● 被扶養者	● 対象となるワクチン・補助金額の上限等は右記のとおりです。												
	インフルエンザ接種推奨期間 インフルエンザ接種補助実施期間													<table border="1"> <thead> <tr> <th>肺炎球菌</th> <th>子宮頸がんワクチン</th> <th>インフルエンザ</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>65歳以上</td> <td>女性加入者</td> <td>加入者(1家族様1枚にまとめて申請)</td> </tr> <tr> <td>公費差額分</td> <td>公費差額分</td> <td>1回接種 3,890円</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>2回接種(13歳未満の方) 7,780円</td> </tr> </tbody> </table> <p>※すべての接種が終了してからまとめて申請してください。</p>	肺炎球菌	子宮頸がんワクチン	インフルエンザ	65歳以上	女性加入者	加入者(1家族様1枚にまとめて申請)	公費差額分	公費差額分	1回接種 3,890円			2回接種(13歳未満の方) 7,780円
	肺炎球菌	子宮頸がんワクチン	インフルエンザ																							
	65歳以上	女性加入者	加入者(1家族様1枚にまとめて申請)																							
	公費差額分	公費差額分	1回接種 3,890円																							
		2回接種(13歳未満の方) 7,780円																								
● 禁煙治療補助 被保険者の方が禁煙治療を受けた費用を補助												● 被保険者	● 禁煙治療を自由診療で受け全額自己負担した場合は、右記の金額を上限に費用の7割を補助します。													
案内送付 ● 家庭用常備薬の斡旋												● 被保険者	● 家庭用常備薬を有償で斡旋いたします。													
案内送付 ● 家庭用常備薬の斡旋												● 被保険者 ● 被扶養者	● 提携歯科医院での歯科健診が無料で受けられます(年2回まで)。													
● 歯科健診 お申込みは歯科健診センターまで Web(http://www.ee-kenshin.com/)で												● 被保険者 ● 被扶養者	● Webメール相談(https://familycare.sociohealth.co.jp/)もできます。 ● 海外からも国際フリーダイヤルで通話可。													
● 健康相談 「ファイザー健康相談」を実施 0120-855-052【年中無休24時間受付】 携帯・PHSからも利用可												● 被保険者 ● 被扶養者	● 全国のスポーツクラブルネサンスおよび提携クラブ(176カ所)の利用ができます。 詳しくは健保ホームページをご覧ください。													
● スポーツクラブ(株)ルネサンスの施設が法人会員料金で利用可												● 被保険者 ● 被扶養者	● 専用サイトにアクセスして、楽しみながら健康の維持増進ができます。健康ポイントをためて商品に交換しよう! ● 通年でキャンペーンを実施します。(歩数、体重、行動目標の記録により健康ポイントがたまります) ● 健診結果や保健指導の完了により健康ポイントが付与されます。													
情報提供	● 機関誌等の配布 健保ホームページに随時最新情報をアップします																									
	健保だより春号 家族健診のご案内 健保だより秋号																									
資金の加入資格	● 高額医療費・出産費の資金貸付を実施																									
	● 被扶養者資格の認定状況確認(検認)																									

健保組合からのお知らせ

春の家庭用常備薬斡旋販売を行います 申込締切5/19(金) 同封チラシ参照

2017年1月から「セルフメディケーション税制」が新たに施行されました。市販薬を上手に使用してみたいか、どうか。斡旋販売では加入者限定価格でご案内いたしますので、この機会をぜひご利用ください。購入費用は送料を含めて全額自己負担です(購入金額4,000円以上の場合送料無料)。

次回のご案内は2017年10月です。

※詳しくは同封の案内をご覧ください。

- ファイザー健保組合ホームページ申込 ▶ ID: pfizer パスワード: kenpo
- 郵便申込: 5/19(金) 必着

ファイザー健康相談(無料)をご活用ください ☎0120-855-052



24時間年中無休で健康相談を受け付けています。スタッフは保健師、看護師、栄養士などの専門的な資格を持っており、センターに常駐している医師がバックアップしています。

お子さまの急な病気への対応や、休日や夜間に受診できる病院を探したいとき、日常の健康面での悩みなど、お気軽にご相談ください。

国外からは国際フリーダイヤルで通話可能です。

スポーツクラブネサンス春のキャンペーン 4/15(土)～6/4(日) 同封チラシ参照

全国176カ所の施設を法人会員料金でご利用いただくことができます。いつでも入会可能ですが、春のキャンペーン期間中にご入会いただくと、とてもお得です。このチャンスをお見逃しなく。



災害救助法の適用を受けている方はお知らせください

熊本県熊本地方の地震(2016年4月)、鳥取県中部地震(2016年10月)、新潟県糸魚川市大規模火災(2016年12月)などの災害救助法の対象となった被災者の方は、医療機関での窓口負担が免除される場合があります。

対象の方は、ファイザー健保組合までご連絡をお願いいたします。

公的な医療費補助を受けている方はお知らせください

受診者の年齢や病気等によっては医療費の一部または全部が公費でまかなわれる場合があります(乳幼児医療・小児慢性特定疾患・難病や特殊疾病による特定疾病医療費助成制度・自立支援医療制度等)。

対象の方はファイザー健保組合までご連絡をお願いいたします。

医療保険制度などが改正されます

世代間と世代内の負担の公平を図るため、2017年度以降は次のような改正が予定されています。

- 70歳以上の高額療養費の見直し(2017年8月、2018年8月)
医療費が高額になった際に払い戻される高額療養費の70歳以上の自己負担限度額について、現役並み所得者と一般所得者の金額を段階的に引き上げます。
- 入院時の居住費(光熱水費相当額)の見直し(2017年10月、2018年4月)
医療療養病床に入院する65歳以上の人が負担する光熱水費相当額を段階的に引き上げます。
- 介護納付金に総報酬割を段階的に導入(2017年8月)
健康保険組合が納める介護納付金の計算方法を、従来の人数に応じるものから報酬額に応じるもの(総報酬割)に段階的に変更します。→P15に関連記事がございます。
- 高額介護サービス費の見直し(2017年8月)
介護サービス自己負担額が高額になった際に払い戻される高額介護サービス費について、一般所得者の金額を引き上げます。

禁煙支援プログラムにご参加ください

ファイザー健保の母体企業であるファイザー(株)では2015年より「喫煙者ゼロ最終宣言」プロジェクトを立ち上げ、2020年東京五輪・パラリンピックの開催年までに、社内喫煙率「0%」達成のためのキャンペーンを実施しています。

当健保組合でも、母体企業、そして加入事業主とコラボレーションをすることで2020年までに当健保加入者の喫煙率「0%」を目指すために、禁煙支援のためのプログラムを拡大しますので、加入者の皆さまのご理解と積極的な参加をよろしくお願いいたします。

禁煙支援プログラム

1 禁煙支援のための健康ポイントキャンペーン ※1ポイント=1円

- (1) 非喫煙者が非喫煙者であることをKENPOSに入力した場合: **1,000ポイント付与**
- (2) 喫煙者が禁煙しようと決意し、1週間禁煙継続時にKENPOSに入力した場合: **500ポイント付与**
3週間禁煙継続した時にKENPOSに入力した場合: **500ポイント付与**
- (3) キャンペーン期間中、社内またはご家族等の喫煙者に対して禁煙をサポートする声掛けをしてKENPOSに入力した場合にポイント付与

【キャンペーン期間】2017年6月～8月の3カ月間

【ポイント付与の対象者】被保険者

【ポイント付与要件】社内の方への声掛け: **1回200ポイント**

ご家族等への声掛け: **1回100ポイント**

最大2,000ポイント

※上記キャンペーンをスタートするにあたり、毎年度KENPOSに初回アクセスしたときに付与するキャンペーンは廃止いたしますので、ご理解をお願いいたします。

2 遠隔診療による禁煙支援プログラム

忙しくて禁煙治療のために医療機関に行く機会を逃している方に対して、一度診察を受ければ、2回目以降はスマートフォンなどを通じて受診でき、禁煙補助薬も郵送で送付される「遠隔診療による禁煙支援プログラム」を当健保が実施している禁煙治療補助プログラムのオプションの一つとして実施します。

実施の詳細が決まりましたら、各事業主の皆さまに追ってご連絡いたします。

健康保険の現状を知る

高齢者医療への負担が重く、健保財政はますます厳しい状況に

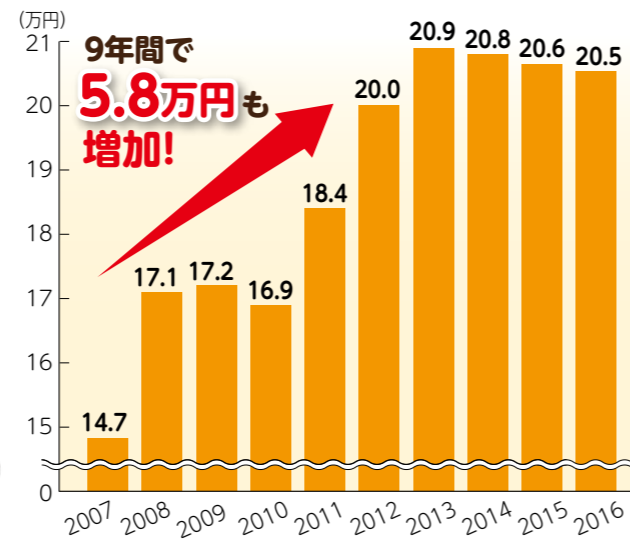
■皆さまの保険料の約4割は高齢者医療費へ

実は皆さまが納めている保険料のうち、約4割は65歳以上の高齢者のための医療費として使われています。高齢者医療にかかる負担はとて重く、健保財政を圧迫する大きな原因になっています。団塊の世代の人たちの高齢化にともない、この負担はますます増加するものと予測されます。一方で、現役世代の皆さまの医療費も増加傾向にあります。

高齢者医療費への負担がこんなに大きいなんて、知らなかったよ



●被保険者1人当たりの高齢者医療のための負担額の推移



※健康保険組合連合会集計より。2007～2014年度までは決算、2015年度は決算見込み、2016年度は予算早期集計の数値。

*高齢者医療費を負担するしくみ

2008年度より65歳以上の医療費を負担するしくみが見直され、健康保険組合では、65～74歳の医療費(保険者間で財政調整)として前期高齢者納付金、75歳以上の医療費(4割を現役世代が負担)として後期高齢者支援金を納めています。

わたしたちにできることは?

健保財政をさらに悪化させないために、わたしたちにもできることはあります。ぜひご協力ください。

1 医療費の節約に努める

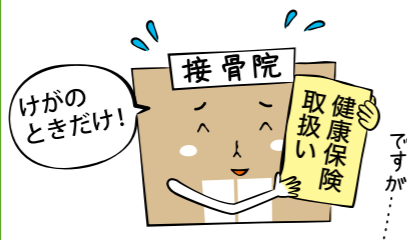
- 急を要する場合以外は、救急病院や夜間診療の受診を控える
- 毎年健診を受け、健康維持に努める
- 後発医薬品を使用する(高齢のご家族を含めて)

*事業主の一つであるファイザー(株)では多くの後発医薬品を患者様に提供しております。



2 健康保険は適正に使う

- 接骨院・整骨院では、保険適用の施術*のみに健康保険を使用する
*けが(打撲、捻挫、挫傷[肉離れ])の場合のみ。骨折・脱臼は応急手当以外、医師の同意が必要。
- 会社をやめるときは、家族の分も含め、保険証は返却する



3 国に拠出する納付金を増やさない

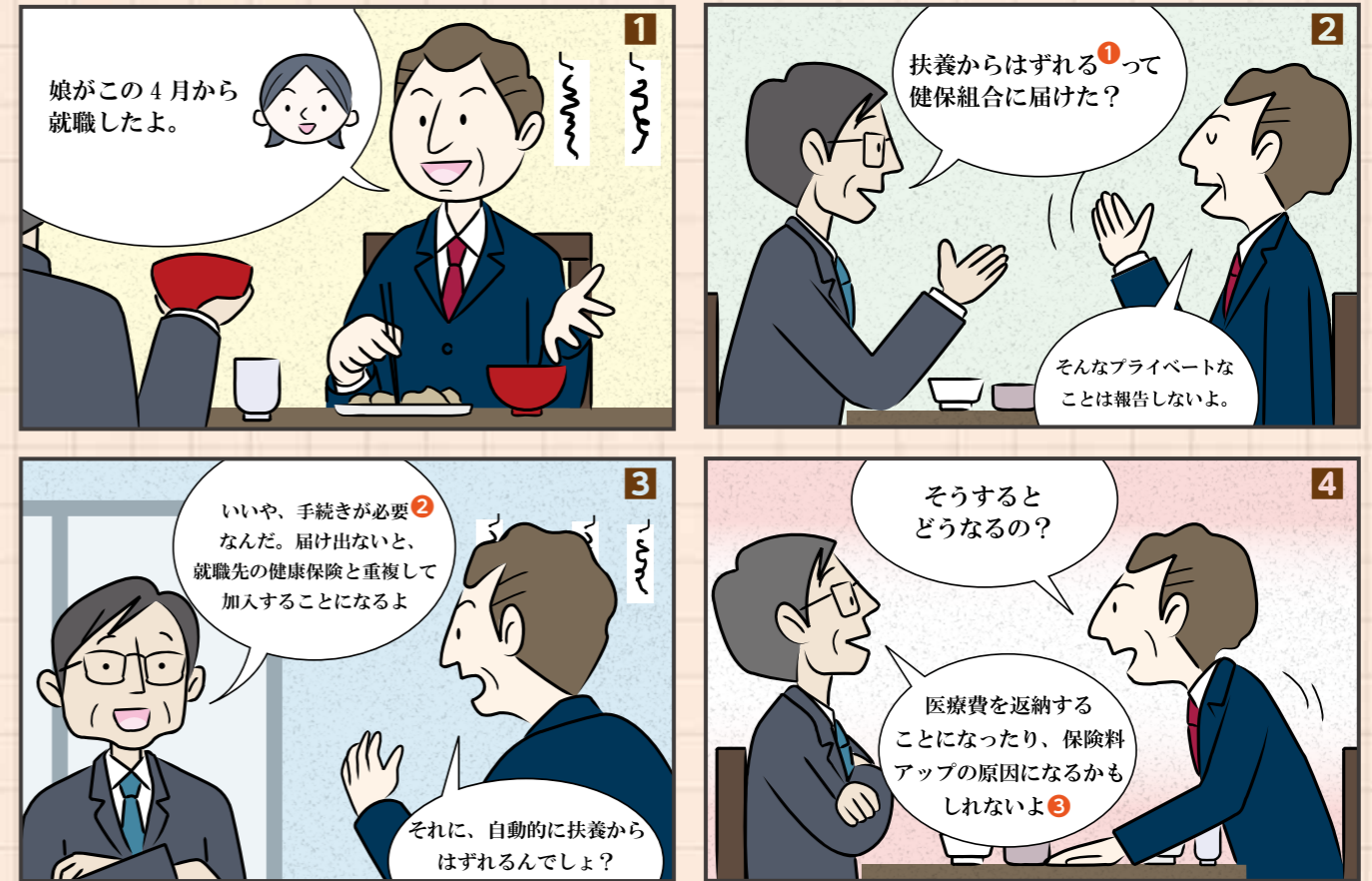
- 家族が就職等により、被扶養者の資格がなくなったら、速やかに健保組合に届け出る
*加入人数に応じて金額が決まりますので、加入資格のない人がいると金額が増える原因になります。



家族が異動したら

家族の抹消の手続きを

健康保険組合の被扶養者になっているご家族が、就職したり収入が増えたときなどは、扶養からはずす手続きが必要です。



① こんな場合は、扶養からはずれます

- 就職したとき
- パート収入や年金収入が増えたとき
- 雇用保険から失業手当を受給したとき
- 結婚して配偶者の扶養に入ったとき
- 離婚したとき
- 同居が条件の扶養していた人と別居になったとき
- 扶養している人への仕送りをやめたとき
- 後期高齢者医療制度の対象になったとき

② 扶養からはずれたときの手続き

会社のご担当者を通じて、すみやかに右記の書類を健康保険組合まで提出してください。

- 被扶養者(異動)届
 - 健康保険証(扶養からはずれる人の分)
- ※詳細は健保HPをご確認ください。

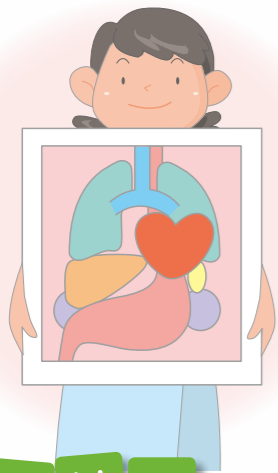
③ 扶養からはずさないとうなる?

● 保険証を引き続き使用したときは、医療費の返還が必要になることも
扶養からはずれた状況にもかかわらず、今までの健康保険証を使って病院を受診した場合は、健康保険組合からの保険給付相当分(医療費の7～9割分)を請求させていただくことになります。

● 保険料が上がる要因にも
健康保険組合が国に納める前期高齢者納付金や介護納付金の額は、その健康保険組合の加入者の人数が計算に使われるので、扶養からはずさないとその人の分も加算されてしまいます。余計な出費のために健保財政が悪化し、皆さまにご負担いただく保険料が上がる原因にもなります。

申込開始
4月24日

家族健診の実施期間・ 申込方法が変わります



KENPOS (<https://www.kenpos.jp/>) の
初回登録はこちらから



施設健診

受診期間 **2017年5月8日(月)～2017年10月31日(火)**

予約期間 **2017年4月24日(月)～2017年10月10日(火)**

- オプション検査
- 胃腸検査 (X線検査または内視鏡検査)
 - 大腸内視鏡検査
 - 前立腺がん検査 (PSA) ※50歳以上男性
 - 子宮頸部細胞診検査 ※女性
 - 乳がん検査 (マンモグラフィーまたは乳房エコー検査) ※女性
 - ABC検診 (ペプシノゲン+ピロリ菌検査)
 - 眼底検査

申込方法

- 1 KENPOSにログインし、申込ページの「健診の申込／受診券発行」ボタンから健診機関を選ぶ。**
*PC、スマートフォン以外で申込の方は、「家族健診のご案内」の「健診機関リスト」から選んでください。
- 2 健診機関に直接電話して予約する。**
*2週間以上先の日程で予約してください。
*ファイザー健保組合に加入していること、代行機関が(株)イーウェルであることをお伝えください。
- 3 KENPOSで受診券発行を依頼する。** ※電話予約後3日以内!
KENPOSから「受診券発行完了メール」が届いたら、PCでお申込の方は受診券ファイルを印刷してください。
*「家族健診のご案内」掲載の「受診券発行依頼書」(FAX・郵送)でも受診券発行の依頼ができます。
- 4 健診を受ける。**
当日は、受診券、自己負担金(窓口負担が発生する場合)、健康保険証、検体容器などを持参してください。
*スマートフォンで申込の方は、受診券の代わりに「受診券発行完了メール」「手続き完了メール」に記載の予約番号をお伝えください。



ファイザー健保組合では、被扶養配偶者・40歳以上の被扶養者・任意継続被保険者の方を対象に健診を実施しています。ご自身の健康とご家族の幸せのために、年に一度の健診を受診してください。

2017年度から健診代行業者を(株)イーウェルへ変更し、健診の実施期間と申込方法が変更になります。契約施設は1,500軒ほど増加しますのでお近くで受診していただくことができます。また、オプション検査にABC検診が追加になります。なお、健診項目やオプション検査、健保補助額の変更はありません。

*家族健診は(株)イーウェルに委託して実施します。4月上旬に「家族健診のご案内」と「巡回健診のご案内」をご自宅宛に送付予定です。

巡回健診

受診期間 **2017年6月19日(月)～2017年10月30日(月)**

予約期間 **2017年4月24日(月)～** ※会場によって締切日が異なります。

- オプション検査
- 胃腸検査 (X線検査)
 - 前立腺がん検査 (PSA) ※50歳以上男性
 - 子宮頸部細胞診検査 (自己採取) ※女性
 - 乳がん検査 (マンモグラフィーまたは乳房エコー検査) ※女性
 - ABC検診 (ペプシノゲン+ピロリ菌検査)



申込方法

- 1 KENPOSにログインし、申込ページで健診会場を選んで健診予約申請を行う。**
*PC、スマートフォン以外で申込の方は、健診会場を「巡回健診のご案内」の「健診会場一覧」から選んでください。
*「巡回健診のご案内」掲載の「巡回健診予約申込書」(FAX・郵送)でも健診予約申請ができます。
- 2 健診機関から受診票を受け取る。**
- 3 健診を受ける。**
当日は、受診票、健康保険証、検体容器などを持参してください。
- 4 健診機関から健診結果と振込用紙(自己負担がある場合)が届く。(約1カ月後)**



施設健診・巡回健診の変更やキャンセルの手続き

KENPOSでお申込の方 → KENPOSの「申込内容の確認・変更・キャンセル」から手続き
FAX・郵送でお申込の方 → (株)イーウェル 健康サポートセンター TEL 0570-057091 (施設健診)
TEL 0570-057093 (巡回健診)

*施設健診、巡回健診を受診できない方は、任意医療機関(かかりつけ医)での受診もできます。任意医療機関で受診する方は、KENPOSから申請書をダウンロードのうえ健診費用を請求してください。

ABC検診 (胃がんリスク検診)を追加します

2017年度より、健診のオプション検査に「ABC検診」を追加します。

「ABC検診」は、少量の血液を採取して、「ピロリ菌※の有無」と「胃粘膜の萎縮※の有無や程度」から胃がん発生のリスクを判定する検査です。

ファイザー(株)の統括産業医からも次のとおりコメントをいただいています。

「ABC検診は胃がんを見つける検診ではなく、胃がんのリスクを評価する検診です。そのため40歳以上の方は従来どおり胃内視鏡検査を受けることをお勧めしますが、内視鏡検査を受けることが難しい場合には、まず血液検査でリスクを判定するABC検診を受けることをおすすめします。」

※ピロリ菌とは?

胃の粘膜に生息する細菌で、毒素を出して胃壁を傷つけるなどの悪さをします。ピロリ菌に感染すると、胃炎や胃・十二指腸潰瘍、胃がんなどにかかる確率が高くなります。

ピロリ菌に感染し、胃炎や胃潰瘍などの疾患がある場合は、服薬による除菌治療を健康保険で受けることができます。ピロリ菌の除菌により胃がんのリスクは低下しますが、全く感染したことのない人とは異なりますので、除菌後も定期的に内視鏡検査で経過観察をしていく必要があります。

※胃粘膜の萎縮とは?

ピロリ菌に感染すると、胃の粘膜は炎症を起こして薄くなります(萎縮)。血中のペプシノゲン濃度を調べることで胃粘膜の萎縮度を調べることができます。

対象者 被保険者・被扶養者
補助上限額 5,000円(5,000円を超えた分が自己負担額です)

補助回数 1人1回
受診方法 定期健診・家族健診受診時にオプション検査として追加



ABC検診による分類

ABC分類	A群	B群	C群	D群
ピロリ菌抗体	陰性(-)	陽性(+)	陽性(+)	陰性(-)
ペプシノゲン値	陰性(-)	陰性(-)	陽性(+)	陽性(+)
胃粘膜の状態	健康な胃粘膜。胃疾患リスクは低い。	ピロリ菌感染のため、胃疾患のリスクがある。	ピロリ菌感染のため、胃粘膜の萎縮が進んで胃疾患の危険度が高い状態。	胃粘膜の萎縮がさらに進み、ピロリ菌が生息できなくなった状態。
胃内視鏡検査の必要	なし。 自覚症状がある人や過去5年以上検査を受けていない人は、検査をおすすめします。	あり。 検査結果が異常なしの場合は、以後2年ごとの検査をおすすめします。 検査結果が異常ありの場合は、保険診療にて治療。	あり。 検査結果が異常なしの場合は、以後2年ごとの検査をおすすめします。 検査結果が異常ありの場合は、保険診療にて治療。	あり。 検査結果が異常なしの場合は、以後毎年検査をおすすめします。 検査結果が異常ありの場合は、保険診療にて治療。

介護保険料の 総報酬割が始まります

介護保険制度の給付費は、介護保険の被保険者である40歳以上の人が負担する保険料と公費で賄われています。

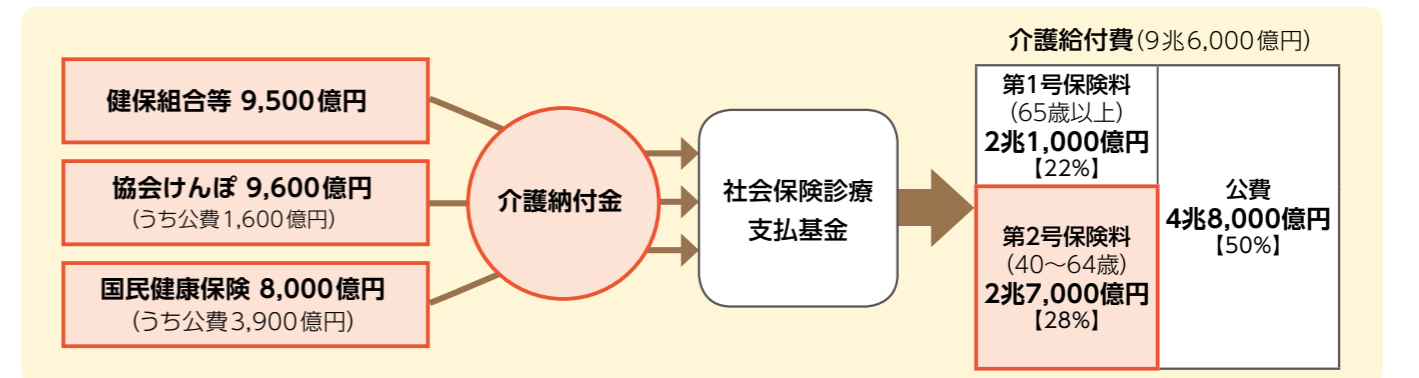
健康保険組合は、40～64歳の被保険者から介護保険料を徴収し、介護納付金として社会保険診療支払基金に納めています。今までは介護納付金の額は、加入者数に応じて決まっていたのですが、2017年8月からは、所得(負担能力)に応じて算定する「総報酬割」での負担へと段階的*に変わります。

「総報酬割」が導入されると、現行に比べて健保組合全体で980億円増となり、加入者の所得額の高い健保組合ほど負担が多くなります。

*【現行】全面加入者割→【2017年8月～】総報酬割1/2・加入者割1/2(年度全体で総報酬割1/3・加入者割2/3)→【2018年度】総報酬割1/2・加入者割1/2→【2019年度】総報酬割3/4・加入者割1/4→【2020年度】全面総報酬割

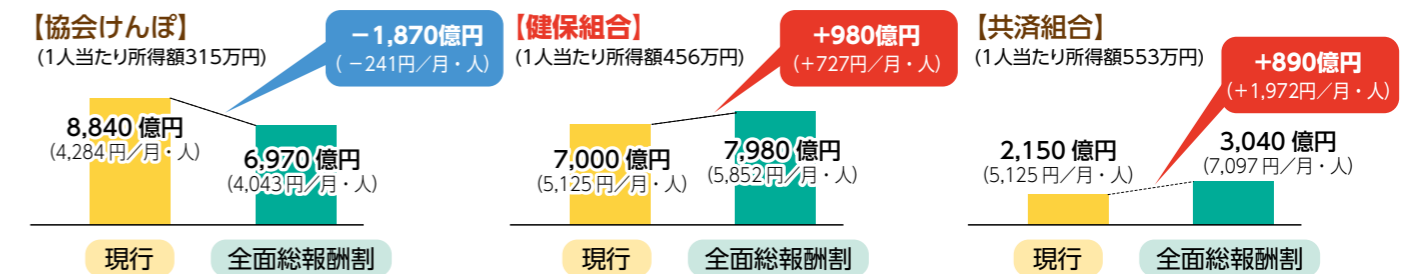
介護納付金のしくみ

※2016年度予算ベース



各保険者の介護納付金の変化

※2014年度決算見込値による試算



健保組合の介護納付金の変化(所得額による比較・1人当たり月額)

※2014年度決算見込値による試算

