

# タバコ 問題 最前線

日本における喫煙による死亡者数は年間約13万人。受動喫煙でも毎年約1万5,000人が命を落としています。これは、交通事故（2019年の死亡者3,215人）と比べて、はるかに大きい数です。さらに、喫煙歴があることは、新型コロナウイルスの感染・重症化の要因であることもわかってきました。新型コロナの影響でこれまでとは違う生活を強いられている今、タバコをめぐる新たな問題が起きています。



## タバコは 新型コロナを重症化させる

タバコは、新型コロナウイルスにかかった場合の重症化(集中治療室への入院、人工呼吸器の装着)・死亡リスクを高める最大の要因であることが報告されています。また、新型コロナの重症化要因としてあげられる糖尿病・心臓病といった病気も悪化させます。

さらに、喫煙室は限られた空間で、会話や咳・くしゃみのしぶきが届く距離に人が密集する「3密」(密閉・密集・密接)の場所です。屋外の喫煙コーナーでも、密集・密接になります。喫煙時にはマスクをはずすため、飛沫感染のリスクが非常に高く、ドアノブや手すりなどを触った指を口に近づけるので、接触感染の原因にもなります。

## おうち時間が増えて 受動喫煙の危険大

「withコロナ」で在宅勤務が増えた今、自宅でタバコを吸う人が増加し、受動喫煙の危険性が高まっています。たとえ換気扇の下で吸っても煙は室内に広がりますし、ベランダで吸うと他の家庭に危害を加えることとなります。

口腔～気管支の粘膜に付着したタバコの成分は、呼吸に45分以上含まれます(3次喫煙)。

家族の留守中に室内で喫煙すると、部屋の壁やカーペットにタバコ成分が残る、やはり3次喫煙の原因に。



窓の開け閉めや、喫煙者の後ろにできる空気の渦の作用で煙が流入。窓を閉めていてもサッシとレールのスキマから入ってきます。

ファイザー健保は

**3**つの  
無料禁煙

プログラムで  
サポートします!



各お申し込み方法は、[健保ホームページ](#) **こんなときは／禁煙したいとき** をご覧ください。

### ●ノンスモ禁煙サポートプログラム(オンライン) **NEW!**

数日間の禁煙で成功体験を! 委託先から配送されるニコレットを使用し、専用サイトで情報提供やチャットによるサポートを受けて禁煙にチャレンジしてください。

委託先: (株) リンケージ

### ●オンライン禁煙プログラム

確実に卒煙したい方向けです。忙しくて禁煙治療のために通院が困難な方のために、自由診療による遠隔診療(完全遠隔5回面談)とメールによるサポートを36週まで行います。

委託先: (株) リンケージ

### ●禁煙治療を自由診療で受けたとき

被保険者の方が禁煙治療を受けて全額自己負担された場合、全額を保険診療相当額として補助します。

# 健保だより

2021  
春

p.2 2021年度 年間スケジュールと保健事業

p.4 健保組合からのお知らせ

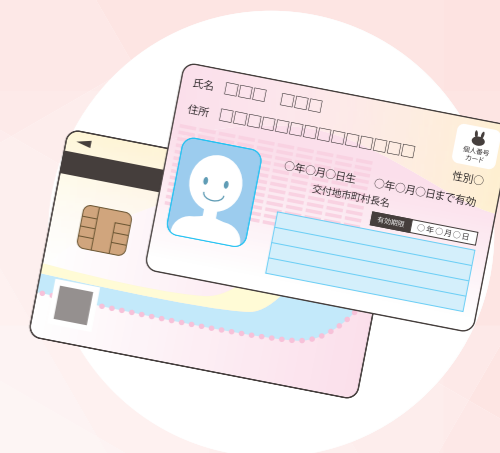
p.7 オンライン資格確認システム  
がスタートします

p.8 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す!

p.12 KENPOS健康ポイントをためて  
健康と商品をGetしよう!

p.14 2021年度 予算のお知らせ

p.16 タバコ問題最前線  
ファイザー健保は  
3つの無料禁煙プログラムで  
サポートします!



ご家族皆さままでご覧ください

各種ご案内を  
挟み込んでいます

- ・家庭用常備薬幹旋(有償)
- ・スポーツクラブルネサンス
- ・ファイザー健康相談

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/>

健保へのお問い合わせはメールでお願いします。

[PFE.KenpoJP@pfizer.com](mailto:PFE.KenpoJP@pfizer.com)

	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。																												
	● 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。														● 被保険者 ● 被扶養者	<table border="1"> <tr> <th rowspan="2">胃がん</th> <th colspan="2">ABC検診</th> <th colspan="2">大腸がん</th> <th rowspan="2">乳がん</th> <th rowspan="2">子宮頸がん</th> <th rowspan="2">前立腺がん</th> </tr> <tr> <th>1人1回</th> <th>便潜血</th> <th>大腸内視鏡</th> <th>45歳以上</th> </tr> <tr> <td>40歳以上</td> <td>年齢不問</td> <td>30歳以上</td> <td>45歳以上</td> <td>年齢不問</td> <td>年齢不問</td> <td>50歳以上</td> <td></td> </tr> <tr> <td>14,300円</td> <td>5,500円</td> <td>2,750円</td> <td>19,800円</td> <td>8,250円</td> <td>6,600円</td> <td>2,750円</td> <td></td> </tr> </table>	胃がん	ABC検診		大腸がん		乳がん	子宮頸がん	前立腺がん	1人1回	便潜血	大腸内視鏡	45歳以上	40歳以上	年齢不問	30歳以上	45歳以上	年齢不問	年齢不問	50歳以上		14,300円	5,500円	2,750円	19,800円	8,250円	6,600円
	胃がん	ABC検診		大腸がん		乳がん	子宮頸がん	前立腺がん																																		
		1人1回	便潜血	大腸内視鏡	45歳以上																																					
40歳以上	年齢不問	30歳以上	45歳以上	年齢不問	年齢不問	50歳以上																																				
14,300円	5,500円	2,750円	19,800円	8,250円	6,600円	2,750円																																				
● 家族・任意継続被保険者健診 申し込みは8月末締切												● 健康診断結果による受診勧奨	● 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。 ● 大腸がん検診については、毎年便潜血または大腸内視鏡どちらかを受診してください。 ● ABC検診の補助は当健保加入後1回限りです。2020年度までに受けた方は受けられません。 ● 肝炎検査(全員対象)は今年度より通常健診項目としました。																													
														● 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												● 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。参加は無料です。 指導委託先：被保険者および被扶養者→「(一社) 専門医ヘルスケアネットワーク」または「SOMPOヘルスサポート(株)」																												
	● 若年者の保健指導												● 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からご案内をお送りします。生活習慣の改善を図る取組を応援します。参加は無料です。 指導委託先：若年者→「(一社) 専門医ヘルスケアネットワーク」または「SOMPOヘルスサポート(株)」 服薬者→「(一社) 専門医ヘルスケアネットワーク」																												
	● 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ヘルスサポート(株)」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。 なお、コロナ禍において、一時的に電話相談に変更して実施しております。ご了承のほどお願いいたします。																												
	● 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「(一社) 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。参加は無料です。																												
	● 予防接種補助 各種ワクチンの費用補助を実施		東振協インフルエンザ接種期間(集団接種は11月～12月)		かかりつけ医でのインフルエンザ接種期間		かかりつけ医でのインフルエンザ補助金申請期間(10月～翌4月末)						● 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。																												
	インフルエンザ以外の3種類ワクチン接種および申請期間(通年)														<table border="1"> <tr> <th rowspan="2">肺炎球菌</th> <th rowspan="2">子宮頸がんワクチン</th> <th colspan="2">インフルエンザ(税込)</th> <th rowspan="2">風疹(MRワクチン含む)</th> </tr> <tr> <th>加入者(1家族様1枚にまとめて申請)</th> <th>年齢制限なし</th> </tr> <tr> <td>年齢制限なし</td> <td>女性加入者</td> <td>1回接種</td> <td>3,960円</td> <td>年齢制限なし</td> </tr> <tr> <td>公費差額分</td> <td>公費差額分</td> <td>2回接種(13歳未満の方)</td> <td>7,920円</td> <td>最高2回・合計1万円まで</td> </tr> </table>	肺炎球菌	子宮頸がんワクチン	インフルエンザ(税込)		風疹(MRワクチン含む)	加入者(1家族様1枚にまとめて申請)	年齢制限なし	年齢制限なし	女性加入者	1回接種	3,960円	年齢制限なし	公費差額分	公費差額分	2回接種(13歳未満の方)	7,920円	最高2回・合計1万円まで										
	肺炎球菌	子宮頸がんワクチン	インフルエンザ(税込)		風疹(MRワクチン含む)																																					
			加入者(1家族様1枚にまとめて申請)	年齢制限なし																																						
	年齢制限なし	女性加入者	1回接種	3,960円	年齢制限なし																																					
	公費差額分	公費差額分	2回接種(13歳未満の方)	7,920円	最高2回・合計1万円まで																																					
	● 脳検査 補助金あり *今年度より脳検査事後精算可												● 40歳以上の被保険者 ● 40歳以上の被扶養者	● 契約医療機関および任意の医療機関での脳検査について20,000円(税込み)を補助します。																												
● 禁煙治療補助 被保険者の方が禁煙治療を受けた費用を全額補助												● 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、全額を補助します。(遠隔診療による治療も含む) ● その他今年度より新しいプログラムを導入しましたので、P12・13および裏表紙を参照ください。																													
● 家庭用常備薬の斡旋		● 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。(年2回)																													
● 歯科健診 お申込みは歯科健診センターまで Web( <a href="http://www.ee-kenshin.com/">http://www.ee-kenshin.com/</a> )												● 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)。																													
● 健康相談 「ファイザー健康相談 0120-855-052」「ファイザー女性の健康相談 0120-573-689」【年中無休24時間受付】 電話・Web・面談												● 被保険者 ● 被扶養者	● 電話・web・面談での相談ができます。 ● 海外からも国際フリーダイヤルで通話可。 ● 女性専用ダイヤル新設 詳細は同封のチラシをご覧ください。																													
● スポーツクラブ(株)ルネサンス・RIZAPの施設が法人会員料金で利用可												● 被保険者 ● 被扶養者	● 全国のスポーツクラブルネサンス直営店(107店舗)および提携クラブ(116店舗)の利用ができます。 *詳細は同封のチラシをご覧ください。 ● 全国のRIZAPがお得にご利用できます。(http://www.pfizer-kenpo.or.jp/such-time/health-care.html)																													
● 健康ポイントプログラム												● 被保険者 ● 被扶養者	● 通年でキャンペーンを実施します。イーウェルのKENPOSポイントプログラムにアクセスして、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することができます。詳しくはP12・13をご覧ください。 ● 優良健診結果や保健指導での減量に応じて健康ポイントが付与されます。																													
提情報	● 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																																									
加入資格の確認	健保だより春号 家族健診のご案内		健保だより秋号																																							
	● 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

## 保険証 記載事項の追加について

オンライン資格確認の開始に伴い、保険証の記号・番号を個人単位化する必要があることから、新たに発行する保険証に2桁の枝番が記載されます。

開始日：2021年4月1日



ここに個人を識別する2桁の番号を追加

**\* 4月1日以前に発行された保険証は従来どおり使用できます。すでに発行されている保険証の更新(差し替え)はありません。**

### Q. オンライン資格確認とは？


A. マイナンバーカードのICチップまたは保険証の記号番号等により医療機関等がオンラインで資格情報の確認ができることをいいます。(P7参照)

## 「医療費通知書」「支給決定通知書」について

「医療費のお知らせ(医療費通知書)」「保険給付金支給決定通知書」は、すこやかサポートパーソナルのWebサービス(おしえてわたしの医療費・お薬代)にて提供しております。通知書の掲載期間は、過去2年分となります。必要な情報はご自身で保管いただきますようお願いいたします。

\*医療費通知書……1ヵ月の間に外来・入院・手術等を受けた医療機関・調剤薬局等の明細(診療月の3ヵ月後以降に掲載)

\*支給決定通知書…健保組合で支給決定した給付金明細

ご利用につきましては、ファイザー健保組合ホームページの  よりご確認ください。

## 災害救助法の適用を受けている方はお知らせください

2020年7月豪雨、12月大雪などにより、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ホームページ最下段の「お問い合わせ」経由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・自立支援医療費制度等)。公費支給がある方については、当健保組合の付加給付制度との確認を行っております。

医療費助成制度を受けており、「医療証」や「受給者証」といった証書をお持ちの方は、ファイザー健保組合ホームページの申請書ダウンロードより「医療費助成制度該当届(新規・更新・変更・終了)」を記載いただき、証書の表と裏のコピーを添付のうえ、メールにてご提出をお願いいたします。証書の年度更新により、有効期間が変更となっている場合も、改めてご提出ください。



## 2021年度の定期健診から肝炎検査は通常項目です

5年毎に肝炎検査を実施していましたが、今年度より通常項目となりました。ご希望の方はご受診ください。

## スポーツクラブネサンス春のキャンペーン 4月3日(土)~5月31日(月)

同封チラシ参照

全国223ヶ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。今年は健康診断前にダイエットを成功させませんか? スクール会員も法人割引でお得に利用できるようになりました。この機会にぜひご利用ください。



## 春の家庭用常備薬斡旋販売を行います

申込締切5月18日(火)

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はどうか。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)。

\*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



## ファイザー健康相談(無料)をご活用ください

電話・WEB・面談で、こころとからだの健康についてのご相談を無料で受付しています。

お子様の急な病気への対応、休日・夜間に受診できる病院を探したい時、日常の健康面でのお悩みなど、お気軽にご相談ください。

詳細は、健保日より同封のチラシをご覧ください。健保ホームページ [こんなときは? / 健康相談をしたい / 電話で相談したいとき](#)をご覧ください。

電話相談	0120-855-052 健康相談: 24時間365日対応 こころの相談: 平日9~21時、土曜日10~18時 *日曜、祝日、1/1~3は休み
面談(こころの相談のみ)	0120-855-052 こころの相談: 平日9~21時、土曜日10~18時 *日曜、祝日、1/1~3は休み
ファイザー女性の健康相談	0120-573-689 健康相談: 24時間365日対応 こころの相談: 平日9~21時、土曜日10~18時 *日曜、祝日、1/1~3は休み 【なでしこタイム】平日8時30分~21時(相談員、専門医等がすべて女性が対応)
海外からの相談	ワールドフリーフォンもしくはコレクトコールでご相談いただけます。 詳しくは、健保ホームページ <a href="#">こんなときは? / 健康相談をしたい / 電話で相談したいとき</a> をご覧ください。

## 家族の抹消の手続きについて

健康保険組合の被扶養者のご家族が就職したり収入が増えた場合は、扶養からはずす手続きをする必要があります。手続きは自動的に行われませんので、下図をご確認いただき、ご対応をお願いいたします。

なお、扶養からはずれる状況になった後に今までの保険証で病院にかかった場合は、後日健康保険組合から健康保険組合が負担した分(医療費の7～8割)を返還請求いたします。



### ■ 扶養からはずれるときの手続き (提出物)

	ファイザー社員 ヴィアトリス製薬社員	左記以外の事業所社員
被扶養者(異動)届	HR就業管理/電子申請(e-payOne/Work)の「申請」の「ご家族に異動があったとき」から被扶養者変更手続きをしてください。 ※後日、(株)ペイロールキットセンターから必要書類が届きます。	当健康保険組合HP「申請書ダウンロード」より「被扶養者(異動)届」を印刷し、記入、捺印してください。
保険証	(株)ペイロールキットセンターへ必要書類と共に郵送してください。	お勤め先の人事・総務担当者へ「被扶養者(異動届)」と共に送付してください。

## 重要 健保へのお問い合わせ方法、業務遅延等について

ファイザー健康保険組合では、新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、職員の在宅勤務を実施しているため、問い合わせや業務について、次のような取り扱いとさせていただきます。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご協力のほど、何卒、よろしくお願い申し上げます。

### 1 お問い合わせ

原則、健保ホームページからの「お問い合わせ」経路のみとさせていただきます。

< <http://www.pfizer-kenpo.or.jp/> >の最下段に入口がございます。

※電話は常時、留守番電話とさせていただきます。入社時の確認になるため、返信に時間がかかります。お急ぎの場合はホームページの「お問い合わせ」をご利用ください。

### 2 一部の業務の遅延

オフィスに出勤して行わなければならない業務につきましては、通常よりお時間をいただいております。すぐに対応できない場合がありますので、お早めに申請いただきますようお願いいたします。

- ・被保険者証や限度額適用認定証などの発行
- ・被扶養者の認定
- ・保険給付金の支給 など

### 3 今後の業務体制

母体企業であるファイザー株式会社の出社方針にしたがって職員は概ね在宅勤務となっております。現時点で今後のスケジュールは未定です。変更がある場合は、健保ホームページに掲載させていただきます。



KENPO  
羅針盤

厚生労働省「医療保険のオンライン資格確認の概要について」より

## 2021年3月から(予定) オンライン資格確認システムが スタートします

マイナンバーカードが保険証として利用できるようになります

※2021年2月末時点での情報です。

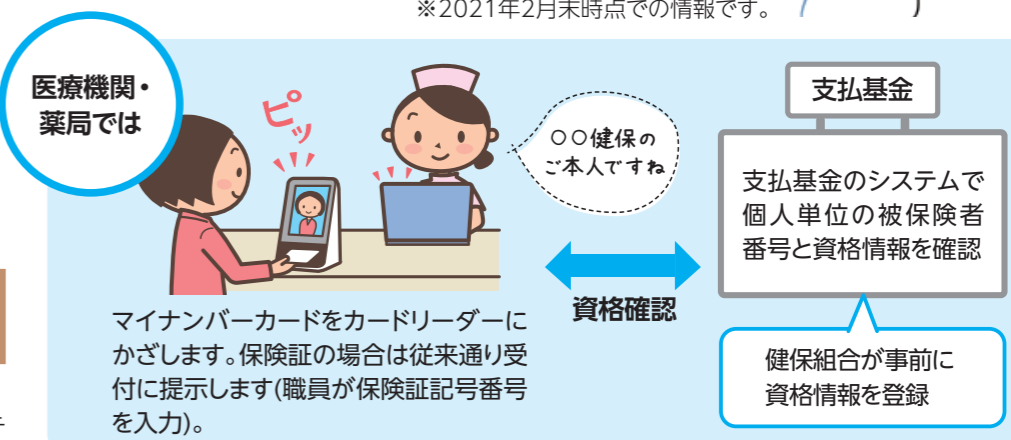


### 2022年度末 までに全国の 医療機関・薬局に 導入予定

オンライン資格確認システムは、医療機関や薬局でマイナンバーカードのICチップ、もしくは保険証の記号番号で、当組合における皆さんの資格情報(氏名、生年月日、性別、保険者名、資格取得・喪失日、負担割合など)を確認するしくみです。

医療機関等の事務手続きがスムーズになるだけでなく、皆さんにも右表のようなメリットがあります(今までの保険証も個人単位の記号番号を使ってオンライン化されます)。マイナンバーカードに保険証機能を持たせることによるメリットもありますので、この機会にぜひマイナポータルへの登録をおすすめします。

※職場を通じて当組合に提出いただいたマイナンバーをキーにして資格確認が行われています。再発行等によるマイナンバーの変更があった場合は、すみやかに届け出てください。



### ■ 従来の保険証とマイナンバーカードを保険証として利用した場合の違い

	従来の保険証をそのまま使う場合	マイナンバーカードを保険証として利用する場合
オンラインで健康保険の加入資格が確認できる	○	○
窓口で自己負担限度額を超えた分の支払いが不要になる*	○	○
就職や転職をしたとき、そのまま使用できる	×	○ ※旧保険証は返却。新しい保険証の発行を待つ必要がある
特定健診情報や薬剤情報・医療費情報*が閲覧できる(※2021年10月予定)	×	○ ※マイナポータルへの登録が必要
医療費控除の手続きが簡単になる(2021年分の確定申告からの予定)	×	○ ※マイナポータルへの登録が必要

\*医療費が高額になった場合の一時支払いが不要になり、また限度額適用認定証を持参しなくても自己負担限度額までの支払いで済むようになります。

### マイナンバーカードを保険証として利用する方法

- 申込者本人のマイナンバーカード  
+  
あらかじめ市区町村窓口で設定した暗証番号(数字4桁)
- マイナンバーカード読取対応のスマホ(又はパソコン+カードリーダー)
- 「マイナポータル APJ」のインストール



マイナポータルで登録



お問い合わせ  
マイナンバー総合フリーダイヤル  
マイナンバー

0120-95-0178

平日 9:30~20:00

土日祝 9:30~17:30 ※年末年始を除く

2021年3月  
から(予定)



# 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す!

2021年3月から、一部の病院等で受診する際に、健康保険証の代わりにマイナンバーカードを利用できるようになります(医療機関・薬局によっては開始時期が異なります)。健康保険組合などの保険者の加入者情報と個人番号(マイナンバー)が紐付けられ、医療機関や薬局の窓口での本人確認がリアルタイムでできるしくみです(オンライン資格確認)。なお、マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、事前にマイナポータルでの登録が必要です。

※2021年2月末時点での情報です。

※再発行などによりマイナンバーカードの変更があった場合は、すみやかに会社のご担当者を通して健康保険組合に届け出てください。



- 転職してもそのまま使える!
- お薬情報や健診結果を医師と共有できる!
- 医療費控除もオンラインで便利に!

## マイナンバーカードでこんなことができるようになります!

就職や転職をしても、そのまま使える!

就職や転職、引越しなどで健康保険証が変わるときも、新保険証の発行を待たずにカードで受診できます。

※保険者への加入・資格喪失などの届出は引き続き必要です。

限度額適用認定証がなくても支払いが限度額までに!

医療費が高額になったとき、窓口での支払い額が、限度額適用認定証がなくても高額療養費制度の限度額までになります。

※自治体独自の医療費助成等については書類の提示が必要です。

薬の履歴や特定健診の情報を確認・医師と共有できる!

マイナポータル\*で、特定健診の結果や処方された薬剤の情報を確認できるようになりました。また、本人が同意すれば医師等と情報を共有できます。

※薬剤の情報が確認できるのは2021年10月以降の予定です。今後、医療機関名などの情報にも拡大予定です。

医療費控除の確定申告の自動入力が可能に!

マイナポータル\*で医療費の情報を確認できるようになります。2021年分の所得税の確定申告から、医療費控除の手続きでマイナポータルでの自動入力が可能になります。

※医療費情報が確認できるのは2021年10月以降の予定です。

\*マイナポータルとは? 自分専用のサイトで、行政手続きの検索やオンライン申請がワンストップでき、行政からのお知らせを受け取ることができます。



マイナンバーカードがないと病院を受診できないの?

これまでと同様、健康保険証でも受診ができます。



病院でマイナンバーを悪用される心配はないの?

医療機関や薬局では患者本人がカードリーダーにカードをかざします。窓口でカードを預けることはありませんし、職員がマイナンバーを扱うこともありません。また、受診歴や薬剤の情報などのプライバシーに関わる情報は、カードのICチップには登録されません。



お医者さんに病歴などを知られたくないのですが?

薬剤情報や特定健診の結果などは、本人の同意がなければ医師などの第三者が閲覧することはできません。同意の有無は、受診するごとに毎回確認することになっています。



全国のすべての病院や薬局でマイナンバーカードが使えるの?

2021年3月から順次使えるようになり、2023年3月末までにすべての医療機関や薬局で使用可能になることが目標とされています。利用できる医療機関や薬局は、厚生労働省や社会保険診療報酬支払基金のホームページで公表されます。



病院での顔認証に抵抗があります。

本人確認は、顔認証か暗証番号の入力を受診するごとに選択できるシステムになっています。



万一、マイナンバーカードをなくしてしまったら?

フリーダイヤルで24時間365日体制で、カードの一時利用停止の手続きが可能です。

マイナンバーやマイナンバーカードについてのお問合せは...

マイナンバーカードの申請方法は



マイナンバー総合フリーダイヤル  
0120-95-0178

受付時間(年末年始を除く)

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

一部のIP電話等でフリーダイヤルにつながらない場合  
マイナンバーカードなどのお問合せ...050-3818-1250  
その他のお問合せ...050-3816-9405

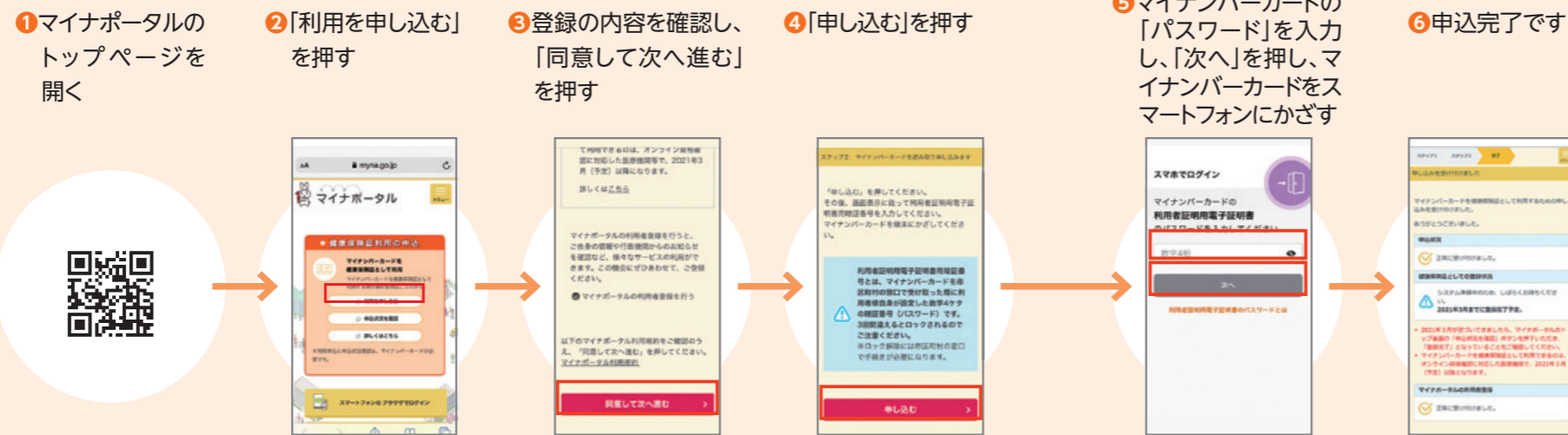
# マイナンバーカードを健康保険証として利用 するためには事前の手続きが必要

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、事前にマイナポータルから健康保険証利用の申込みを行う必要があります。

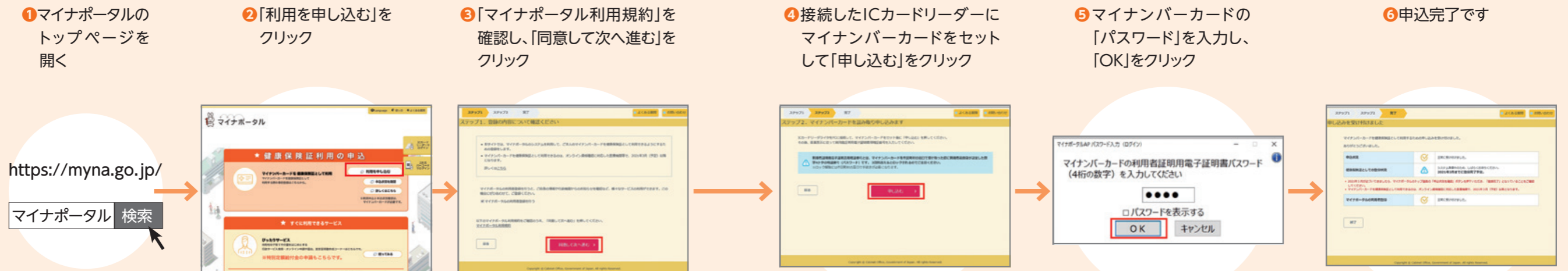
## 申込みの流れ

※申込み状況は、マイナポータルトップページの「申込み状況を確認」から確認することができます。

### スマートフォンの場合



### パソコンの場合



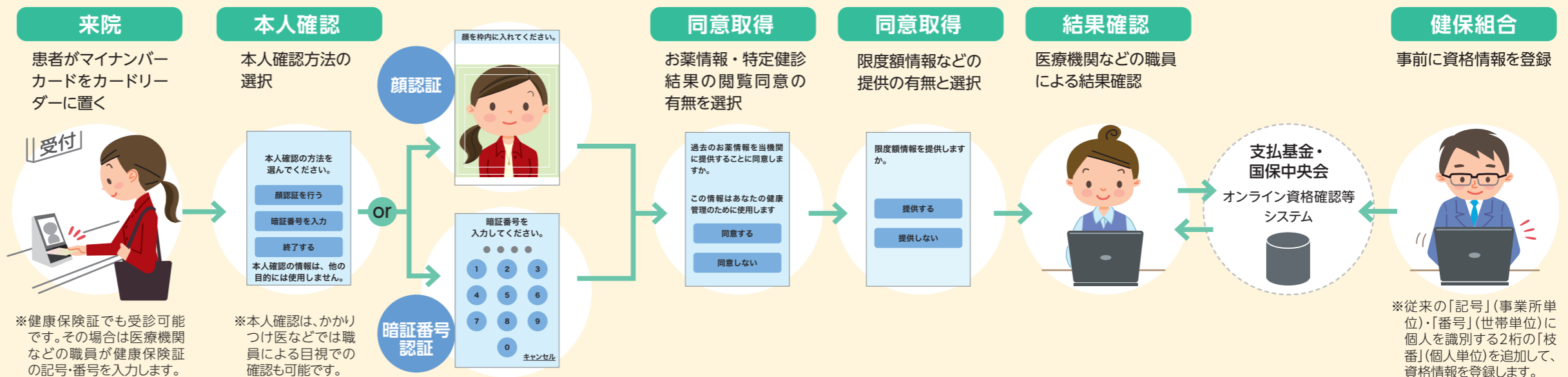
### 申込みに必要なもの

- **マイナンバーカード+数字4桁の暗証番号**  
※暗証番号は、マイナンバーカードを市区町村で受け取った際にご自身で設定したパスワードです。パスワードを忘れてしまった場合は、住民票のある市区町村の窓口でパスワードの再設定手続きをしてください。
- **マイナンバーカード読取対応のスマートフォン (または、パソコン+ICカードリーダー)**  
※スマートフォンやパソコンを使えない方は、家族などのスマートフォンやパソコンでも手続きできます。また、市区町村にもマイナポータル用の端末を設置しています。医療機関や薬局などの顔認証付きカードリーダーでも手続きができます。
- **「マイナポータルAP」のインストール**



## マイナンバーカードでの受診方法

マイナンバーカードで受診する際は、カードリーダーでマイナンバーカードの情報を読み取ります。本人確認は患者の選択により顔認証か暗証番号で行われます。また、患者の薬剤情報や特定健診の結果、限度額情報などについては、医療機関や薬局に情報を開示するかどうか、患者が選択することができます。



# KENPOS 健康ポイント

をためて

健康と商品  
Getしよう!

## 利用可能対象者

当組合の被保険者、  
被扶養配偶者、  
40歳以上の被扶養者の  
皆さま

KENPOS 健康ポイントプログラムは導入後5年目となりますが、対象者の7割近くの方がすでにプログラムに登録いただいております。ポイント交換を楽しんでいらっしゃる方も年々増加しています。

今年は何のプログラムに参加して何ポイント貯めますか？ ご家族一緒に参加いただくと楽しさもポイント数も倍増します。

KENPOS 健康ポイントプログラムを活用して、健康と商品(電子ギフト有り)の両方をぜひ手に入れてください。



\*詳細は、KENPOSサイト内「健康ポイントとは」のページに記載されています。  
\*ファイザー健康保険組合のホームページ URL: <http://www.pfizer-kenpos.or.jp/>

## 2021年度 健康ポイント付与項目

項目/キャンペーン期間/プログラム期間	内容	目的・目標等	対象者	付与ポイント数 (1ポイント=1円換算)	付与頻度	付与月	備考
<b>ウォーキングキャンペーン</b> キャンペーン期間 第1回: 4月1日~5月末日 第2回: 10月1日~11月末日	キャンペーン期間中に20日以上、KENPOS内に「歩数入力」をした場合	運動習慣のきっかけとしてウォーキングかはいかがでしょうか。すでに運動習慣のいただけます。	被保険者 被扶養配偶者 40歳以上の被扶養者	500/回	年2回	第1回→7月 第2回→ 2022年1月	各自入力した内容に応じて付与します
<b>早期健診申し込みキャンペーン</b> キャンペーン期間 4月~6月末日	6月末までにファイザー健保の定期健診の申し込みをした場合	早期に予約をすると、ご希望の健診機関、予約できる可能性が高まります。	被保険者 被扶養配偶者 40歳以上の被扶養者	1,000	年1回	12月	健保が状況確認して付与します
<b>歯科受診キャンペーン</b> キャンペーン期間 6月1日~7月末日	キャンペーン期間中に歯科に受診した場合	3年以上歯科受診をされていない方は、ぜひ今年は受診してください。	被保険者 被扶養配偶者 40歳以上の被扶養者	2,000	年1回	12月	健保が状況確認して付与します
<b>からだの重さ記録キャンペーン</b> キャンペーン期間 2022年1月1日~2月末日	キャンペーン期間中、毎週1回以上、KENPOS内に「体重を記録」した場合	年末年始は過食になりがちです。もし体いたら、これを機に食事や運動量を見直すようにしてください。ダイエットは体重が増加して、元の体重に重記録から。	被保険者 被扶養配偶者 40歳以上の被扶養者	500	年1回	2022年4月	1週間=月曜日~日曜日とする 各自入力した内容に応じて付与します
<b>東振協インフルエンザ予防接種キャンペーン</b> 接種期間 10月1日~2022年2月末日	東振協(東京都総合組合保健施設振興協会) 契約医療機関でインフルエンザ予防接種を行った場合	窓口での支払いが発生しないためおすすめ。ホームページ「予防接種を受けたい」をご覧ください。	被保険者	1,000/1家族	年1回	2022年6月	健保が状況確認して付与します
<b>禁煙プログラム</b> プログラム期間 上期 4月21日~9月末日 下期 10月1日~2022年3月末日	*2021年度からプログラムを見直しました。詳細はP16でご確認ください。 ノンスモ禁煙サポートプログラム(3日コース・2週間コース共通) どちらかのコースにチャレンジし、開始1ヵ月後のアンケートに回答した場合	禁煙に自信のない方のためのプログラム3日、もう少し頑張れそうな方は2週間か。	被保険者 被扶養配偶者 40歳以上の被扶養者	1,000	—	上期分 11月 下期分 2022年5月	健保が状況確認して付与します
<b>健診結果優良者(服薬者含む)</b>	2021年度健康診断の「BMI」「血圧」「脂質」「血糖」「肝機能」の5項目がファイザー健保基準の正常範囲内であった場合	日本肥満学会では、BMIが22を適正体重とし、統計的に最も病気になりにくい体重と適正体重にすることにより、他の数値も改多いようです。まずは体重コントロールでみてはいかがでしょうか。	被保険者	2,000	年1回	2022年6月	健保が状況確認して付与します
<b>保健指導参加者(体重減量者)</b> (規定の期間で減量できた方)	2020年の健康診断の結果により、健保から指示のあった保健指導プログラムを完了した場合 ※指定の保健指導は下記3種類です。 ●特定保健指導プログラム ●若年者プログラム ●スマートダイエットプログラム(服薬者向け)	まずは3ヵ月でマイナス2kgを目指して頑張りそうな方は、マイナス4kg以上をポイントを獲得してください。 2020年度前半にポイントを獲得されたの内マイナス4kg以上を達成された方は89名、そのうち33名いらっしゃいました。多くの方が体重減量に努力されています。	被保険者	保健指導開始時と完了時の体重減量差による -2kg以上~-4kg未満: <b>2,000</b> -4kg以上~: <b>5,000</b>	年1回	9月までに完了→ 11月 2022年3月までに完了→ 2022年5月	健保が確認して付与します

## 健康ポイントの有効期限

当年度に獲得した(支給された)ポイントは、翌年度の3月31日まで有効



まずは登録しましょう!  
~4ステップで簡単に登録~



## 登録方法

- 1 KENPOSにアクセスして「初回登録」をクリック  
<https://www.kenpos.jp>  
KENPOS 検索
- 2 記号・番号・保険者番号・氏名・生年月日を入力  
健康保険証でご確認ください。
- 3 メールアドレスとID・パスワードを設定
- 4 仮会員登録完了メールのURLを24時間以内にクリック

## ポイントと交換できる商品例

交換できる商品は下記のほか、電子ギフト、医薬品など多数をご用意しています。詳しくはKENPOS内のKENPOSポイント交換サイトをご覧ください。



2021年2月19日(金)に開催された第135回組合会において、2021年度予算が審議され、可決・承認されました。

団塊の世代が後期高齢者に突入する2022年以降、高齢者医療制度への拠出金の負担増により、健康保険組合の財政悪化が懸念されております。さらに、昨年以降、新型コロナウイルスの感染拡大による企業業績の悪化により、社員の給与・賞与の減少による、健康保険料収入が減少したことで、多くの健康保険組合の財政悪化が急激に悪化しています。

幸いにも、当健保は中長期的な収支予測をおこない、皆さまのご協力によって、以前から安定した健保財政基盤の構築に取り組んできたこともあり、大きな影響は今のところありません。

## 一般勘定

### 収入

健康保険組合の収入は、ほとんどが皆さまからの保険料になります。報酬月額が増加等により、前年度予算よりも、2.2億円の収入増を見込んでおります。

### 支出

**・保険給付費** 病院にかかったときの窓口自己負担(2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。2021年度も、昨年と同様に新型コロナウイルス感染症予防による医療機関の受診抑制も考えられますが、前年予算と同水準の約18.4億円を計上しました。

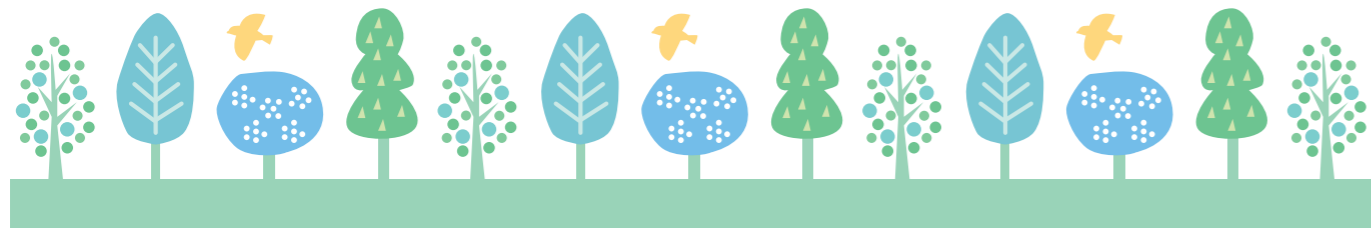
**・保健事業費** 健康づくりをさらに推進していくために、4.7億円を計上しました。各事業主との連携(コラボヘルス)を図りながら、保健事業を積極的に進めてまいります。また、インセンティブポイント制度(当健保の実施しているKENPOS健康ポイント)は、お得に健康づくりができるものです。貯まったポイントは、Amazonのギフト券をはじめ、様々な商品に交換することができますので、積極的なご参加をよろしくお願いいたします。

**・各種納付金** 皆さまの保険料の約3割は、高齢者の医療費として国へ拠出されており、当健保においても、大きな負担となっております。今年度は前期高齢者納付金(65~74歳の医療費を支援するための拠出金)として約1.3億円、後期高齢者支援金(75歳以上の医療費を支援するための拠出金)として約12億円等、納付金の総額で約13.5億円を支出いたします。

**・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、支出項目に約12億円を計上しております。来年度の決算で残金となる予備費の全額を、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9.2億円、支出は国への介護納付金として、8億円を計上しております。予備費は年度途中での収入不足が生じないように計上しております。



財政を悪化させないように、皆さまにもご協力いただきたく、以下の事項について、よろしくお願いいたします。

### 1. 医療費の節約

- (ア) 毎年健診を受け、健康維持に努める。健診の結果、精密検査等の二次検査が必要となった場合、疾病への進行を未然に防ぐためにも必ず受ける。
- (イ) 健診の結果、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要な場合、専門スタッフによるサポート等を受けて、生活改善(食事、運動、禁煙、睡眠など)をおこなう。
- (ウ) 歯の健康維持のために、歯科を定期的に受診し、専門家によるチェックを受ける。
- (エ) 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。
- (オ) 禁煙する。
- (カ) お酒を飲み過ぎない。
- (キ) 対象年齢になったら、がん検診、脳検査を定期的に受けることを検討する。
- (ク) ワクチン接種を検討する。
- (ケ) 後発医薬品・バイオシミラーの使用を検討する。

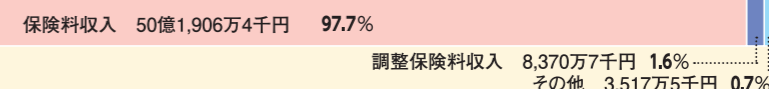


### 2. 健康保険の適正な使用

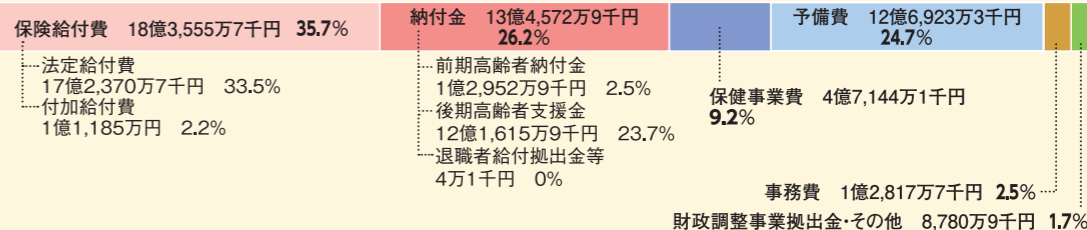
- (ア) 接骨院・整骨院では、保険適用される施術に限り、健康保険を使用する。(けが(打撲、捻挫、挫傷(肉離れ))の場合のみ。骨折・脱臼は応急手当以外、医師の同意が必要) ※施術を受ける時、負傷原因(いつ、どこで、何を、どんな症状があるのか)を正確に伝える。 ※療養費支給申請書の内容をよく確認してから、署名や捺印をする。 ※領収書を必ずもらって、医療費通知で金額や日数が合っているか確認する。 ※施術が長期にわたる場合、内科的要因も考えて、医師の診断を受ける。
- (イ) 交通事故などのように、第三者の行為によって、けがをしたり、病気になったりした場合、その医療費は加害者が負担するべきものですので、健康保険で治療を受けたときには、健保のホームページにある書類を提出する。
- (ウ) 難病など、病気によっては、健康保険ではなく、国や地方自治体の費用(公費)で負担される場合があります。国や地方自治体のホームページ等をご確認いただき、健保にご連絡ください。
- (エ) 会社を辞めるときは、家族分も含めて、速やかに保険証を返却する。
- (オ) 家族が就職等によって、被扶養者の資格がなくなったら、速やかに届け出る。

## 一般勘定 収入支出予算額 51億3,794万6千円

### ● 収入総額 51億3,794万6千円



### ● 支出総額 51億3,794万6千円



#### 予算の基礎数値

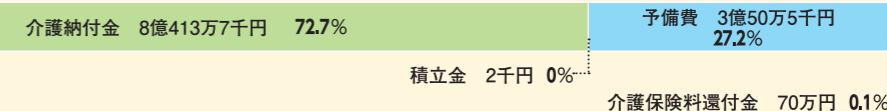
被保険者数	5,047人
標準報酬月額	659,008円
平均年齢	45.70歳
扶養率	1.39%

## 介護勘定 収入支出予算額 11億534万4千円

### ● 収入総額 11億534万4千円



### ● 支出総額 11億534万4千円



#### 予算の基礎数値

介護保険第2号被保険者数	5,896人
介護保険第2号被保険者たる被保険者数	3,894人
標準報酬月額	723,601円