



理美けんぽ通信

ご家族の皆様にもご覧いただくために、ぜひ毎号ご自宅へお持ち帰りください。

《TOPICS》

令和4年度 予算決定

2022
春号
No.23

理美けんぽより皆さまへ

インフォメーション

令和4年度の予算が決まりました

加入者サービス計画

- ・好評いただいています！フォローアップ型禁煙サポート事業
- ・家庭用常備薬の特価案内
- ・スポーツクラブ優待利用サービス～春のおトクなキャンペーン～

賢く使って医療費を節約しましょう

- ・ジェネリック医薬品を積極的に利用しましょう

「被扶養者資格調査（検認）」へのご協力ありがとうございました

- ・接骨院・整骨院に正しくかかりましょう
- ・女性のための健康相談窓口を設置しました

特定健診・特定保健指導を受けましょう

- ・特定保健指導対象を受けられた方にもれなくQuoカードプレゼント



理美けんぽより皆さまへ

日頃より多大なるご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、理美けんぽでは、去る2月に行われた組合会で承認を受け、令和4年度の健康保険料率を10.00%、介護保険料率を1.78%とし、健康保険料率・介護保険料率ともに前年度から据え置きとなりました。

組合員の皆さまには、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

新型コロナウイルス感染症のオミクロン株が世界的に猛威をふるい、依然として収束の気配が見られません。

長引くコロナ禍で、運動不足による肥満や糖尿病、高血圧等の生活習慣病リスクが増加する傾向にあります。

また、人とのかわりが減ることで孤独感が強くなったり、感染の不安や生活様式の変化が大きなストレスとなり、メンタルに不調を訴える人も増えています。

心身の健康を守るためには、適度な運動と規則正しい生活を送ることが大切です。

理美けんぽでは、今年度も各種健康診断をはじめ、保健事業の推進に努めています。年に一度必ず受診いただいている健康診断の結果を受け、ハイリスクの方の重症化予防に着目したアプローチなどを行っています。多くの方が受けている健康診断ですが、受けっぱなしで健診結果をそのまま放置してしまう方も多くいるようです。せっかく受けた健康診断の結果を無駄にせず、結果を健康保持・増進に活かしましょう。皆さまにおかれましては、コロナに負けず、健やかな日々を送られますよう心より願っております。



インフォメーション

令和4年度の予算が決定しました

～令和4年度の予算規模は57億6千73万4千円になります～

■一般勘定（健康保険）予算概要

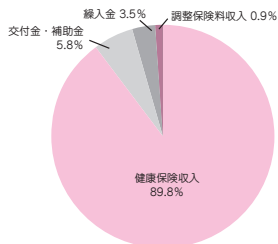
収入面では、被保険者・事業主の皆さまから納めていただいた保険料が、全体の89%、金額にして約57億計上しています。その他、健康保険組合連合会や国からの補助金を計上しています。

支出面では、昨年度の医療費動向を踏まえ、保険給付費が全体の約52%、約30億円を計上しています。一方、高齢者医療制度への納付金は全体の41%、約23億円となります。

○収入

単位：千円

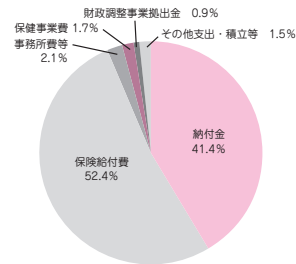
科 目	令和4年度予算額	割 合
1. 健康保険料収入	5,170,611	89.76%
2. 調整保険料収入	53,330	0.93%
3. 繰入金	202,041	3.51%
4. 国庫補助金収入	328	0.01%
5. 財政調整事業交付金	333,000	5.78%
6. 雑収入	1,424	0.02%
収入合計	5,760,734	100.0%



○支出

単位：千円

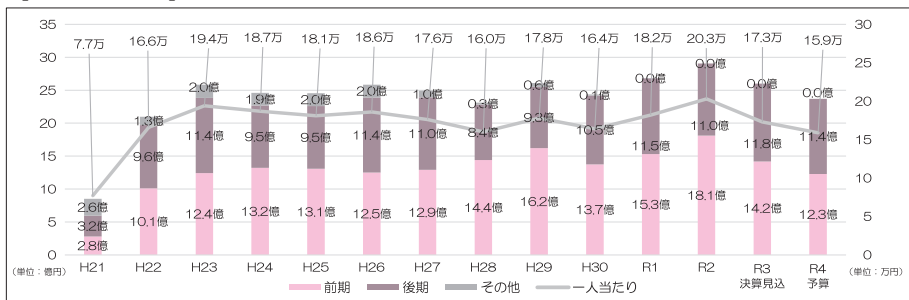
科 目	令和4年度予算額	割 合
1. 事務所費	115,670	2.01%
2. 組合会費	3,000	0.05%
3. 保険給付費	3,019,000	52.41%
4. 納付金	2,382,111	41.35%
5. 保健事業費	98,699	1.71%
6. 還付金	210	0.00%
7. 営繕費	200	0.00%
8. 財政調整事業拠出金	53,330	0.93%
9. 連合会費	4,500	0.08%
10. 積立金	1,420	0.02%
11. 雑支出	22,594	0.39%
12. 予備費	60,000	1.04%
支出合計	5,760,734	100.0%



※主な用語の解説

- ・健康保険料収入
被保険者・事業主の皆様から納めていただいた健康保険の保険料です。
- ・繰入金
収入の不足を補うため、積立金から繰入れるものをいいます。
- ・財政調整事業交付金
健保組合の財政事情を踏まえ、健保組合の連合組織である健康保険組合連合会から交付される交付金をいいます。
- ・保険給付費
加入者（被保険者・被扶養者）皆様の病気、ケガ、出産、死亡などに対する医師の診療（現物給付）や手当金（現金給付）のことをいいます。
- ・納付金
被保険者・事業主の皆様から納めていただく保険料のうち、高齢者医療制度等の医療費をまかなうために健康保険組合が負担する拠出金をいいます。
- ・財政調整事業拠出金
健康保険組合連合会が、各健保組合に交付する「財政調整事業交付金」の財源となる費用で、すべての健保組合が負担しています。収入科目の「健康保険料収入」からなされます。

【納付金の推移】



皆さまからお預かりしている保険料の一部は、高齢者医療を支えるため国へ多額の納付金として支払っています。

保険給付費に次いで大きなシェアを占める令和4年度の拠出金は、前期高齢者納付金として12.3億円、後期高齢者支援金として11.4億円支払われます。これは、支出全体の41%を占めており、健保組合の財政を圧迫しています。また、令和4年度から団塊の世代が後期高齢者に移行することで、後期高齢者が急増することによる医療費の増加に伴い、この10月から後期高齢者の窓口負担割合を引き上げる制度改正が行われます。これは現役世代の負担を軽減させる措置として、一定所得以上の後期高齢者の窓口負担割合を1割から2割に引き上げられますが、後期高齢者の医療費のうち、窓口負担を除いて約4割は現役世代の負担となっており、今後も拡大していく見通しのため、健保組合は厳しい状況が続くものと考えられます。

加入者サービス計画

理美けんぽでは、令和4年度に以下のサービス実施を予定しております。
加入者の皆さまの健康づくりや生活習慣の改善に是非お役立てください。

事業名称		事業概要	実施期間
各種健康診査		加入者（被保険者・被扶養者）を対象とした各種健診の補助 ※指定医療機関等の情報については、理美けんぽホームページをご参照ください。	1年度に1回
特定健診		40歳以上74歳未満の被扶養者を対象とした無料の健診	毎年6月頃に 受診券を配布
特定保健指導		特定健診の結果をもとに、対象者に内臓脂肪蓄積の程度とリスク要因の数に着目した生活習慣改善プログラム 申し込み、参加された方にもれなくQuoカードを進呈 (初回面談終了者 3,000円分 、プログラム終了者は更に 5,000円分 進呈)	対象者へ随時 通知
インフルエンザ予防接種事業		加入者を対象としたインフルエンザ感染の予防接種	毎年10月～3月
禁煙サポート事業		禁煙外来を受けていない被保険者を対象とした禁煙補助剤の無償配付と薬剤師による禁煙サポート	1年度に1回
メンタルヘルス支援サービス		加入者および事業主（労務管理責任者）が利用できるメンタルヘルス（うつ病など）専門の無料相談サービス（電話・Web）	随時
女性のための健康相談窓口		女性の被保険者（管理職等男性の利用も可）を対象とした、女性特有の健康課題等を専門医等に相談できる無料相談サービス（電話・LINE、Web等）	R4.4.18 ～ R4.9.30まで
各種優待サービス	スポーツクラブ優待利用サービス	15歳以上の加入者（被保険者・被扶養者）とその家族がスポーツクラブを優待価格にて利用できるサービス	通年
	冠婚葬祭サービス	・ブライダルサポート 加入者とその家族が提携結婚式場等において各種優待が受けられるサービス ・葬儀プラン 加入者とその家族が提携葬儀社において葬儀サービス一式を優待価格で受けられるサービス ・葬儀支援制度（セレモニーサポート） 加入者とその家族（2親等以内）の方を対象とした葬儀社の紹介・割引利用制度	随時
	パッケージツアー割引サービス	加入者およびその同行者を対象としたJTB、JALパック等の各種国内・海外パッケージツアーの割引サービス	
	各種宿泊施設の優待利用サービス	加入者とその家族の方を対象とした各種宿泊施設の割引サービス	
プレママ・子育て家庭支援事業		プレママ（妊娠期の女性）やお子様を出産された加入者を対象とした包括支援事業（妊娠・出産に関連した情報提供や育児専門誌の配付等）	出産された方へ送付
ジェネリック医薬品転換通知		ジェネリック医薬品に切り替えることにより薬代が安くなる対象者へ送付	毎年1月頃
医療費通知		前年の1月から10月に医療機関を受診し、一定額以上の自己負担の支払いをしている方へ送付	毎年1月頃
機関誌の発行		予算・決算や各種事業のご案内などを掲載した機関誌を発行	年2回（春・秋）
家庭用常備薬の斡旋事業		職場や家庭に常備する薬や健康関連用品を特価で案内	年2回 （春・秋機関誌発行時）
「健康保険のしおり」「ジェネリック医薬品希望シール」の配付		健康保険の手引き・ジェネリック医薬品希望シールを配布	保険証交付時に同封配布

好評いただいています！フォローアップ型禁煙サポート事業

理美けんぽでは、禁煙による健康増進や受動喫煙防止を目的とし、禁煙補助剤（ニコチネルパッチ）の無償配布を実施しています。

タバコはさまざまな病気の原因になり、メタボや生活習慣病、新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症にもかかりやすく重症化しやすくなります。

理美けんぽでは、禁煙が継続できるよう専門の薬剤師のサポートを受けながら、安心して禁煙成功に向けて取り組んでいただけますので、今こそ禁煙をスタートさせましょう！

【実施概要】

対 象 者：禁煙外来を受けていない被保険者

実施期間：令和4年4月1日から令和5年3月31日

補助内容：ニコチネルパッチ6週間分（18,000円相当）を無償で配布（1年度に1回）

※申込方法等詳細は、理美けんぽHP(<https://www.ribi-kenpo.com/nonsmoking.html>)へ



●令和2年度の禁煙申込状況について

令和2年度中に申し込みいただいた方のうち、約57%の方が禁煙達成し、約16%の方は喫煙本数の減少に成功しました。

申込者数	禁煙達成者	本数減少	失敗	その他（資格喪失等）
68名	39名	11名	15名	3名

家庭用常備薬等の特価案内

日々の健康管理・維持に欠かせない家庭用常備薬等を特別価格にてご案内しています。お求めやすい低価格となっておりますので、是非ご活用ください。

申込方法	添付いたしました商品一覧から希望する商品を選び、専用申込書（またはFAX）でお申込みください。※代金は振込用紙（商品同封）にてお支払いください。
申込時期	令和4年4月1日から令和4年7月31日

スポーツクラブルネサンス春キャンペーンのお知らせ

ご好評いただいているスポーツクラブ優待利用サービスでは、春キャンペーン（令和4年4月2日から5月29日まで）を実施しています。

おうちがいつでもジムになる。

自宅で、いつでも好きな時間に受けられるルネサンスのオンラインライブレッスン！屋外とカンタン！思ったより楽しい！と大好評です。

時間を有効活用！

移動時間がないから、練習まで準備や洗濯ができます。

お財布にもやさしい！

法人会員限定価格で利用できるのもお得です。

人目を気にしない！

ビデオOFFでもOK！部屋着でノーメイクでも参加できます。

面倒な準備も不要！

お出かけの準備も不要、第一歩分のスペースがあれば始められます！

多彩なプログラム
週720以上のレッスン

今すぐタイムスケジュールをチェック！

ルネサンスなら、1ヵ月無料でお得に始められます！

ルネサンスとご契約の法人にご加入の方限定のお得なプラン

法人オンライン会員【新卒】定額プラン
月々 **1,100円** (税込)
通常3,850円/月(税込)
【月額定額レッスン 無制限】

まずはおためし！
月会費 **0円**
1ヵ月分

ルネサンスのオンラインスタジオの詳細はこちら！

お友だち登録はこちら
役になつ健康情報やお得なキャンペーン情報を知ろう！

RENAISSANCE 03-5600-5399 平日 11:00～16:00

賢く使って医療費を節約しましょう

普段何気なく支払っている医療費ですが、受診の仕方によっては、無駄を省き、節約できるものも少なくありません。ここではその一例を紹介しますので是非参考にしてください。

風邪をひいたり、ケガをしたときなどに、最初から大病院で受診するのは考えもの。大病院では、紹介状がないと初診料に「特別料金」が加算されることも。さらに、3時間待ちの3分診療といわれるなど、時間も無駄に。まずは、家の近くにかかりつけ医を持つことが医療費節約の第一歩に！

旅先で病気にかかった場合などに保険証なしで受診すると自由診療扱いになり、医療費全額（10割）を支払うことに。（後から療養費申請をすることで払い戻しを受けられます）

診療時間終了後や休診日に診療を受けるときは、時間外加算がついて医療費が割増に！（薬局でも時間外加算あり）やむを得ない場合以外は、できるだけ加算のつかない時間帯に受診しましょう。

病気やケガの治療中に自己判断で病院を変えるとその都度、初診料がかかり検査ももう一度繰り返すなど、大きなムダに！金銭面だけではなく、身体的にも負担がかかり、安易なしご受診はマイナスになることも。不安があればまずは医師に相談を。

1番の医療費節約は、「病気やケガをしないこと」。日頃から健康管理に気をつけ、病気の予防を心がけましょう！

“ジェネリック医薬品”を積極的に利用しましょう

ジェネリック医薬品とは、特許の切れた新薬と同じ有効成分で製造された薬です。開発費がからない分、値段を安くできるため、ジェネリック医薬品を使用すれば、ほぼ同じ効き目で薬代を節約できる場合があります。

不安があれば、処方されている薬の一部を変更してみることも可能です。

●AGを知っていますか？

AG（オーソライズド・ジェネリック）とは、新薬メーカーから特許を受けたジェネリック医薬品です。原薬、添加物、製法等も新薬とほぼ同一のジェネリック医薬品のため、ジェネリック医薬品のなかでも新たな選択肢です。

	先発医薬品	ジェネリック医薬品	
		AG	一般的なジェネリック
有効成分	同一		同一
原 薬	同一		異なる場合がある
添 加 物	同一		異なる場合がある
製造方法	同一		異なる場合がある
製造工場	同一 (同一でない場合もある)		異なる場合がある
形状・色・味	同一		異なる場合がある
効能・効果	同一 (再審査※対象の適応症を除く)		同一 (再審査※用途特許対象の適応症を除く)

※再審査：先発医薬品の承認後に行われる有効性や安全性を確認する審査

●ジェネリック医薬品転換通知をお送りしています

理美けんぽでは、皆さまのお薬代の負担軽減と組合財政の健全化を目指し、ジェネリック医薬品の普及を推進しています。ジェネリック医薬品に切り替えることによりお薬代が安くなると思われる方に対してご案内をお送りしています。積極的に活用しお薬代を節約しましょう。



ジェネリック転換通知が届いた方はいくらく安くなるか確認し切替えを検討しましょう

ジェネリック希望シールを保険証交付時に同封しています。保険証の余白に貼りましょう。



●リフィル処方箋が導入されます

この4月から、リフィル処方箋が導入されることとなりました。具体的には、症状が安定している患者さんについて、医師の処方により医療機関に行かずとも、医師および薬剤師の適切な連携の下、一定期間内に処方箋を反復利用することができる仕組みです。患者さんの通院負担を軽減しながら必要な医療が受けられるメリットがあり、結果として医療費の削減効果も期待されています。

「被扶養者資格調査（検認）」へのご協力ありがとうございました

昨年11月より被扶養者としての資格の有無確認を目的として実施いたしました、「被扶養者資格調査（検認）」につきまして、事業主・対象者の皆様には格別なご協力を賜り心よりお礼申し上げます。

今回の調査の結果、扶養不認定者数は280名となり、その主な理由は「収入超過」ということが判明しました。今後の届出漏れ等にはくれぐれもご注意ください。

検認対象者数	扶養条件内（認定）	扶養不認定（削除）※不備・未提出を含む。
5,708名	5,428名	280名

今年度もご協力のほどよろしくお願いいたします。

*令和4年1月末時点の数値です。

整骨院・接骨院に正しくかかりましょう

整骨院・接骨院の治療（施術）は、外傷性の傷病（業務上・通勤途上の災害を除く）に限り健康保険が使えます。正しいかかり方を理解し、適正受診にご協力ください。

健康保険の対象となる場合	健康保険の対象とならない場合
急性などの外傷性の打撲・捻挫・および挫傷（肉離れなど）・骨折・脱臼 ※骨折・脱臼については医師の同意が必要です（応急処置を除く） 	・単なる肩こり、筋肉疲労 ・慰安目的のあんま・マッサージ代わりの利用 ・病気（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど）からくる痛み・こり ・脳疾患後遺症などの慢性病 ・過去の交通事故による後遺症 ・症状の改善が見られない長期治療 ・医師の同意のない骨折や脱臼の治療（応急処置を除く） ・仕事中や通勤途上におきた負傷 

●けんぽから治療内容を確認させていただく場合があります

整骨院・接骨院による健康保険の対象とならない施術の請求や架空請求・水増し請求といった不適切な請求が一部見受けられます。整骨院・接骨院にかかった際は、受診の記録や領収書等を大切に保管いただき、けんぽから照会がありましたらご自身で回答できるようご協力をお願いいたします。（照会時期は手続き上、施術日から数か月後になります）

女性のための健康相談窓口を設置しました

女性には、月経、妊娠、出産、更年期などといった特有の健康課題があり、不調を感じてもなかなか人には相談しづらい方も多いのではないのでしょうか。理美けんぽでは、そんな悩みや健康課題を産婦人科医等に相談できる相談窓口を設置しました。悩みや不安を解消することで、女性が健康で安心して働ける環境整備の一環として是非ご活用ください。

※利用期間：令和4年4月18日から令和4年9月30日（利用状況により早期終了となる場合があります）

実施内容	産婦人科および小児科に関する相談窓口の設置
対象者	被保険者（管理職等男性の利用も可能）
相談手段	LINEメッセージ、LINE音声電話、LINEビデオ通話、電話
相談時間	①いつでも相談（Web専用）24時間受付 ※24時間以内に返信 ②夜間相談（LINEメッセージ、LINE音声電話、LINEビデオ通話、電話） 平日18時～22時 （10分/回・事前予約性 ※相談開始15分前まで予約可能）

産婦人科医・小児科医・助産師が相談に対応しますので、些細なことでも一緒に不安を解消しましょうね

※詳細はホームページに掲載します

特定健診・特定保健指導を受けましょう

理美けんぽでは、生活習慣病予防のために、ご家族（被扶養者）向けの健康づくり事業として、「特定健診」と「特定保健指導」を行っています。

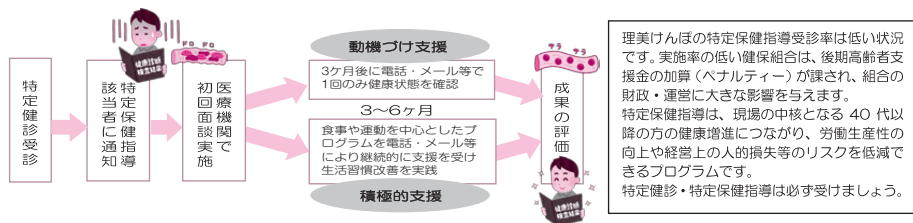
近年、日本では生活習慣病が増え続け、日本人の死因の2/3、医療費の1/3を占めています。生活習慣病は、一人ひとりがバランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身につけることにより予防可能です。年に一度、特定健診を受診し、自身の健康状態の把握と生活習慣を見直すきっかけにしましょう。

●「特定健診」とは

40歳から74歳までのご家族（被扶養者）を対象に行うメタボリックシンドロームに着目した健診です。（毎年6月頃に無料受診券を配布しています）自覚症状のない段階から内臓脂肪の蓄積をチェックすることで「メタボリックシンドローム」を予防・解消し、生活習慣病を予防しましょう。

●「特定保健指導」とは

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して、専門家（保健師・管理栄養士など）がサポートを行い、生活習慣の改善を支援するプログラムです。



特定保健指導を受けると もれなくQuoカード8,000円分がもらえます！

特定保健指導の対象の方で、申し込み後に初回面談を受けられた方・その後継続支援を終了された方

初回面談を
受けられた方
全員

Quoカード
3,000円分プレゼント

さらに！

継続支援を
終了された方
全員

Quoカード
5,000円分プレゼント



理美けんぽ通信 2022年春号（2022年4月発行）

編集・発行：全日本理美容健康保険組合

所在地：〒103-0011 東京都中央区日本橋大伝馬町1-7
日本橋ノースプレイス4F

連絡先：TEL03-6661-6106 FAX03-5652-5757

電話受付時間：月曜～金曜 9：00～15：00

ホームページ：http://www.ribi-kenpo.com/（パソコン・スマホ共通）

