

旭化成健康保険組合

旭化成健康保険組合は、従業員と家族の“健康・笑顔・幸せ”づくりを応援します。

SUZUKA CIRCUIT

健保インフォメーション

- ・70歳以上の高額療養費制度の見直し
- ・インフルエンザ予防接種補助金申請
- ・ご家族対象電話や訪問による健康サポート案内
- ・家族健診案内

2016年度の
決算の
お知らせ

ヘルシークッキング

「健保キャラクター」
ASAPPY KEN

ASAPPY emi

教えてアサッピー先生
子宮がん

三重：鈴鹿サーキット

ぜひご自宅へお持ち帰りください
皆さまにとって大切な健保の情報が含まれていますので、ご家族でご覧下さい。

2016年度

決算のお知らせ

財政改善への道のり依然と厳しく

経常収支0.2億円の赤字

2017年7月13日開催の第243回組合会において2016年度決算が承認決定されました。

2016年度の決算は0.2億円の経常収支赤字となり、予算編成時に比べ赤字幅が約1.7億円減少しています。これは、賞与の年間上限引上げに伴う保険料増加と、拠出金の支出減によるものです。2017年度からは、国保への国の負担減を目的とした「後期高齢者支援金」が、全面総報酬制となり大幅な負担増となるなど健保財政は今後も厳しい状況がつつく事が想定されます。

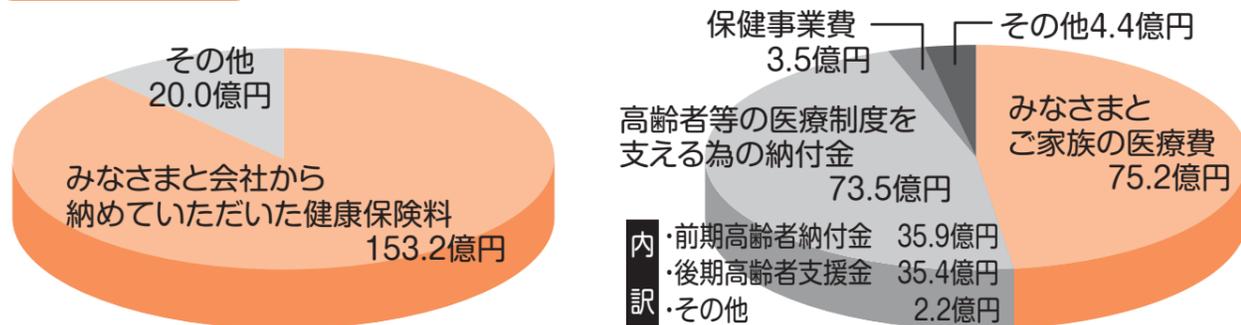
この様な状況をご理解頂き、今後とも健康管理にご留意頂くと共に、健康保険組合の事業運営にご協力を頂きますよう宜しくお願い致します。

一般勘定

収入 173.2億円

支出 156.6億円

収支差 16.6億円



経常収支差 ▲0.2億円

■経常収入 153.3億円 (収入より、国庫補助金収入(国からの補助金)等を除いたもの)

■経常支出 153.5億円 (財政調整事業拠出金(健保連補助金の財源)等を除いたもの)

収入のポイント(対前年度)

◆平均標報・標準賞与額の増により3.5億円の増収

被保険者数	26,871人
平均標準報酬月額	427,291円
扶養率	1.12人
健康保険料率	8%

支出のポイント(対前年度)

◆医療費等の保険給付費は1.5億円の増加(被保険者1人当りの医療費)
2015年度:278,453円
⇒2016年度280,011円 0.6%増

◆国へ納める納付金等は7.2億円の減少(被保険者1人当りの納付金)
2015年度:304,766円
⇒2016年度273,704円 10.2%減

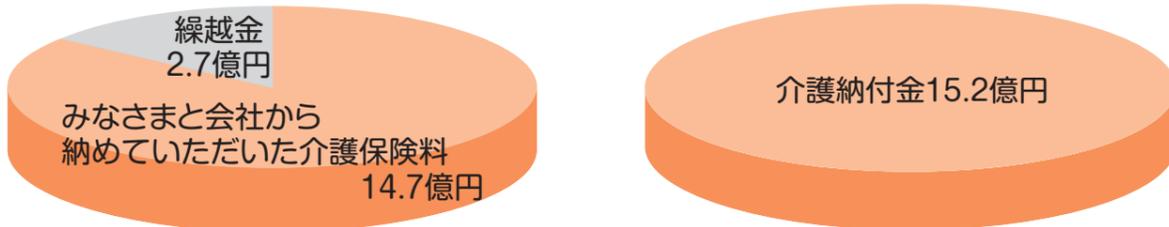
介護保険(40歳以上)

介護保険料で、介護納付金を賄うことが出来ました。

収入 17.4億円

支出 15.2億円

収支差 2.2億円



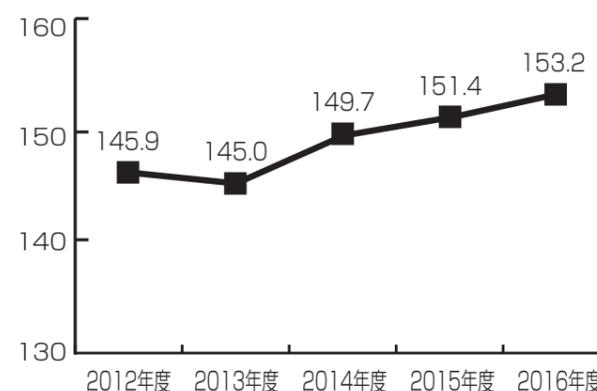
◆国へ納める納付金額は、0.7億円の増 (第2号被保険者1人当り納付金額は64,700円)

◆保険料率は1.1%(前年度据え置き)

年度別決算状況推移

【保険料 収入】

(単位:億円)



【納付金・医療費 支出】

(単位:億円)



主な保健事業の内容

疾病予防、特定健康診査、特定保健指導

- 定期健康診断、がん検診、歯科検診、人間ドックの費用補助
- 従業員特定保健指導の実施
積極的支援120人、動機付け支援76人、生活習慣病支援392人、計588人
- 職場活性化支援(メンタルヘルス診断後フォローアップ事業) 希望3部場に費用補助
- 家族健診(特定健診を含む)
配偶者と40歳以上の被扶養者を対象に家族健診の費用補助
4,582人(受診率41.1%)が受診
- PETがん検診(73人受診)
- インフルエンザ予防接種の費用補助(15,770人利用)
- 高齢者肺炎球菌予防接種の費用補助(32人利用)
- 前期高齢者(被扶養者)健康支援131人
- 電話健康相談
692件(内メンタルヘルス相談231件)利用



保健指導

保健指導宣伝

- 健保情報誌「アニマート」(新緑号、爽秋号、春号)を発行
- 育児情報誌「赤ちゃん和妈妈」を配付
- 「医療費と給付金支給額のお知らせ」を偶数月に配付



無料電話健康相談ですか?



健保インフォメーション

kenpo information

10月1日より インフルエンザ予防接種補助金申請が始まります!!

★流行は予測できませんので、早めの接種が大切です。

〈申請方法〉

1. 電子メールでお送りする専用フォームを利用する場合

- 旭化成グループ標準メールアドレスを持つ方に、2017年9月下旬に、随時、電子メールでお送りする専用の申請フォームを使用し、同時に印刷する「領収証貼り付け台紙」に領収証(原本)を貼付し健保へ提出
- ※詳細は、お送りする電子メールをご覧ください。
- ※申請フォームは所属名、接種者氏名等の記載が不要ですので、申請書より作成が簡単です。是非、ご利用ください。



2. 申請書利用の場合

- 下記、アドレスより「インフルエンザ予防接種補助金申請書」を印刷し、必要事項を記入後、裏に領収証(原本)を貼付して、当健保へ提出

◆社内標準Web……<http://oasis.asahi-kasei.co.jp/kenpojimukyoku/SitePages/Home.aspx>

◆一般公開用Web……<http://www.asahikasei-kenpo.or.jp/04/index.html>

★領収証の不備で多い例(下記の場合は、返却させていただきますので、医療機関受診の際には、必ずご確認ください)

- 接種者の記名漏れ ・医療機関の領収印漏れ
- 「インフルエンザ予防接種」の記載漏れ
- (「その他」や「保険外」の項目に金額が記載されているだけでは不十分です)

ご家族と任意継続被保険者の皆様へ 健康診断 年に1回は受診を

〈対象〉旭化成健康保険組合加入者の中で

- 被扶養者として認定されている配偶者(夫、妻)及び40歳以上75歳未満の家族の方
- 任意継続被保険者として認定されている方

健康診断のご予約・ご受診はお済みですか?

対象となる方に、6月、健康診断のご案内を自宅にお送りしました。届いてますか?
大切な案内ですので、必ず内容のご確認をお願いします。
 希望日の予約が取れない場合がありますので、**早めの予約をお勧めします。**



健診機関が健康診断として実施する健診(検診)であれば、お住まい以外でも、どこでも受けることができます。**ぜひ健診料補助制度をご利用ください。**【保険診療は対象外】(詳細は旭化成健康保険組合ホームページ参照)

補助金上限は家族15,000円、任意継続者被保険者25,000円/年(4~3月)

申請は年に1回まとめて申請書に記入し、旭化成健保へ提出してください。

(※申請不要の健保契約健診もあります。)

ご注意ください!! 補助金申請締切りは2018年3月23日旭化成健康保険組合必着(厳守)です。

2017年8月から70歳以上の高額療養費自己負担限度額が変わります



高額療養費の自己負担限度額について、世代間・世代内の負担の公平性の確保及び負担能力に応じた負担を求める観点から、低所得者層に配慮した上で、2段階に分けて限度額が引き上げられます。また、一般区分については、1年間(8月~翌7月)の外來分自己負担額合計に、年間14.4万円の上限が設けられます。なお、70歳未満の方の限度額については変更はありません。

◆第1段階目(2017年8月~2018年7月)

「現役並み所得者」・「一般」の区分について限度額が引き上げられ、「一般」区分については「多数回該当」が新たに設けられます。

◆第2段階目(2018年8月~)

「現役並み所得者」区分を細分化し、限度額の引き上げを行い、一般区分についても再度限度額が引き上げられます。

高額療養費制度とは、

ひと月に支払った医療費が高額になり、決められた上限額を超えた場合に、上限額を超えてお支払いいただいた分を払い戻す制度です。上限額は、個人もしくは世帯の所得に応じて決まっています。2017年8月から、70歳以上の方の上限額(月ごと)が下表のように変わります。

2017年7月まで

適用区分		外來 (個人ごと)	外來+入院 (世帯ごと)
現役並み	標準報酬月額 28万円以上	44,400円	80,100円 +(医療費-267,000)×1% (多数回 44,400円*)
	標準報酬月額 26万円以下	12,000円	44,400円
住民税非課税	Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	24,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯 (年金収入80万円以下など)		15,000円

2017年8月~2018年7月

適用区分		外來 (個人ごと)	外來+入院 (世帯ごと)
現役並み	標準報酬月額 28万円以上	57,600円	80,100円 +(医療費-267,000)×1% (多数回 44,400円*)
	標準報酬月額 26万円以下	14,000円 (年間上限 14万4,000円)	57,600円 (多数回 44,400円*)
住民税非課税	Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	24,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯 (年金収入80万円以下など)		15,000円

※過去12ヶ月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります。

ご家族対象 「電話や訪問による健康サポート」をぜひお気軽にご利用ください。

健康づくりの1つとして、ご家族向けに電話や家庭訪問による健康サポートを2014年から実施しています。対象の方には、7月~8月にかけてご案内を郵送しましたので、ぜひご利用ください。

対象：65歳から73歳の健保加入ご家族の方(今年度の対象の方)※年齢は2018年3月31日時点
 費用：無料

健康サポート実施者：保健師(下記委託先)

(委託先)・電話健康相談：株式会社 法研

・訪問健康相談：SOMPOリスクアマネジメント株式会社(旧 全国訪問健康指導協会)



～日本人女性の発症率が増加中～

もっとよく知ろう! 子宮がん

子宮には異なる2つのがん「子宮頸がん」と「子宮体がん」がある

子宮頸がん		子宮体がん
子宮の入口である「頸部」の表から発生 	がんのできる場所	子宮の上部にあたる「体部」の内膜に発生 
6～7割	子宮がん全体に占める割合	3～4割
初期は無症状	自覚症状	不正性器出血 (一過性の少量出血、閉経後の出血など)
ヒトパピローマウイルス(※1)	発症の原因	エストロゲン(女性ホルモン)
30～40歳代(20歳代急増)	発症しやすい年齢	50～60歳代に多い
約16,000～17,000人/年 (そのうち約2,500人が死亡)	罹患者数	約8,000人/年 (そのうち約1,600人が死亡)
・性体験が早い ・複数の相手との性体験がある ・妊娠、出産経験が多い ・喫煙者	こんな人は要注意!	・妊娠、出産経験がない、少ない ・閉経している ・無月経または月経不順がある ・太りすぎ、糖尿病や高血圧である
検診	早期発見のポイント	不正性器出血で受診



同じ子宮にできるがんでも粘膜の構造や働き、がんの発生原因や性質も全然違うため、検査方法や治療方法も異なるんだ

※1 ヒトパピローマウイルス(HPV)とは?

性交渉の経験のある女性の多くが一度は感染するといわれているほど身近なウイルス。感染しても、多くの場合、免疫機能が働き、症状がないうちに排除される。それがうまく働かずにウイルスが子宮頸部に残り、長い間感染が続いた場合に、その部分の細胞が少しずつがん細胞へと進行する。性行為によって感染し、それ以外の感染経路で体内に入ることはほとんどない。

自覚症状が乏しい子宮がん!

初期段階で痛みなどの分かりやすい体調の変化が起きることが少なく、自覚症状が非常に乏しいところが、子宮がんの特徴であり恐ろしいところです。

そのため、早期発見の唯一の方法は、**子宮がん検診を受けること**です。また、何らかの症状(月経時以外の出血、茶褐色・黒褐色のおりものが増える、下腹部および腰の痛みなど)がある場合は、検診をまずに、医療機関での診察を受けましょう。



9月の料理

1人分のエネルギー▶76kcal

糸寒天とツナのサラダ



ひき肉入り 野菜カレーライス

1人分のエネルギー▶419kcal



2品で合計
495
kcal

野菜類
メモ

2品で1人分

▶約**223g**※ 所要摂取量(1日350g)の
半分以上がとれます。

※海藻類を含む

監修: 順天堂大学大学院 加齢制御医学講座教授 医学博士 白澤卓二
料理制作: 料理研究家 阿由葉利江
栄養士: 松本貴美子

元気野菜とスパイス特有の成分で、 体も頭もスッキリと!

夏の疲れが出やすいこの季節は、元気の出るメニューが一番。そこで元気メニューの代表であるカレーを、夏野菜たっぷり低カロリーの一品に仕立てました。カレー粉のから味成分が代謝を高め、脂肪の燃焼をよくします。隠し味に加えたにんにくやしょうがもさらに代謝アップに役立ちます。またカレー粉の成分「クルクミン」には脳の活性化作用もあるといわれるので、疲れて頭までボーッとしているときにはぜひカレーをメニューに加えてください。

ひき肉入り野菜カレーライス

材料(2人分)

ぶた赤身ひき肉……………80g	薄力粉……………大さじ1と1/2
しょうが(薄切り)……………2枚	カレー粉……………大さじ1と1/2
にんにく……………1片	水……………カップ1
たまねぎ……………1/2個(80g)	コンソメ(顆粒)……………小さじ1
なす……………1個(80g)	ローリエ……………1枚
ズッキーニ……………1/2本(70g)	塩……………少々
サラダ油……………小さじ2	ごはん……………300g

作り方

- ①しょうが、にんにく、たまねぎはみじん切りにする。なすとズッキーニは1cmの輪切りにする。
- ②鍋にサラダ油とにんにく、しょうがを入れて中火で炒め、香りが出てきたら、たまねぎを加える。しんなりしたら、ひき肉を加え、火が通ったら薄力粉とカレー粉を入れて(写真A)、3分ほど弱火で炒める。
- ③②に水を入れ、沸騰したらコンソメ、ローリエ、なす、ズッキーニを加え(写真B)、ふたをして弱火で10分煮る。水分が多ければ、ふたを取って煮詰め、最後に塩で味を調整してローリエを取り出し、ごはんに掛ける。



糸寒天とツナのサラダ

材料(2人分)

ノンオイルツナ缶(ライトタイプ)……………小1缶(50g)	
糸寒天……………3つまみ(6g)	
サニーレタス……………3枚(60g)	
トマト……………1/2個(100g)	
きゅうり……………1/2本(50g)	
A【ドレッシング】	
ポン酢……………大さじ1	
マヨネーズ・しょうゆ……………各大さじ1/2	
ごま油……………小さじ1/2	

作り方

- ①糸寒天は水で戻しておく(写真C)。ツナは汁気を切り、サニーレタス、トマト、きゅうりは食べやすい大きさに切る。
- ②器に盛りつけて、Aを混ぜ合わせて添える。



記事提供:(株)社会保険出版社

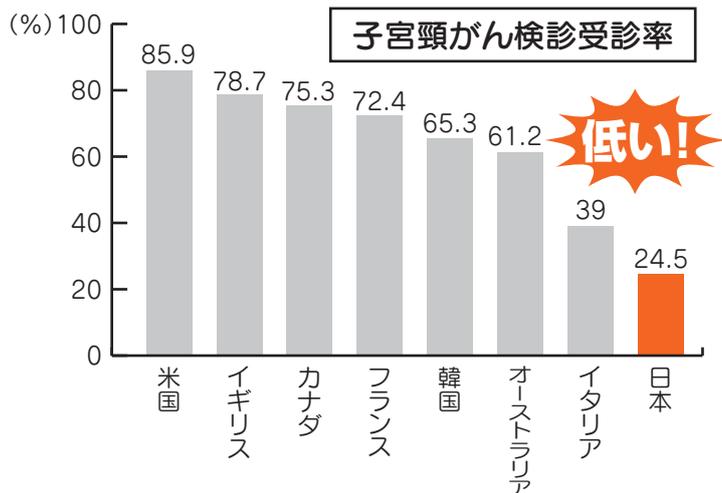


早めの受診で、「治るがん」へ

受けよう子宮がん検診

一般的に「子宮がん検診」というと子宮頸がん検診のことを指し、がん検診の中で、唯一、直接目でみながら検体を採取できる非常に有効な検診です。進行がんを防ぎ、死亡率を減らす効果が証明されているので、定期的に検診を受けましょう!

大切な機会を逃していませんか?



今や先進国では子宮頸がん検診を受けることは、女性として当たり前のこと。しかし、先進国の中で、日本の子宮頸がん検診受診率は最低レベル。

早期に発見し、治療すれば9割以上が治癒するといわれていますが、その機会を逃している人がたくさんいます。

女性のみなさん!
早期発見の
チャンスです!



●子宮がん検診ではどんなことするの?

問診：質問により主に初期症状があらわれていないかを確認

視診：子宮頸部の状態をみて、おりものの状態や炎症、裂傷の有無を確認

内診：おなかと膣の両側から子宮に腫れやしこりがないうかを診察

〈子宮頸がん検査の場合〉

子宮頸部細胞診：子宮の入り口の細胞を、専用ブラシでこすり取る検査

〈子宮体がん検査の場合〉

子宮内膜細胞診：子宮の奥の体部にある内膜細胞を専用の採取器具でこすり取る検査

●痛みや出血もないし、 検診は受けなくて大丈夫だね?

初期の子宮頸がんでは、自覚症状はほとんどありません。一度でも性交渉の経験がある女性は定期的に検診を受けることが重要です。

●子宮頸がん検診を受けていれば、 子宮体がんも発見できる?

子宮頸がんと子宮体がんはまったく異なるがんです。一般的な子宮がん検診は、子宮の入り口である頸部の細胞を採取するので、たとえ体部にがんがあってもそれを採取するのは困難です。

「更年期で月経か不正出血か分からない」「35歳以下で3~6か月ほど月経がない」「検診で異常を指摘されたことがある」等に該当する方は、定期的に子宮体がん検診も受けることをお勧めします。

●子宮頸がんは若い人に多いと聞きました。 60歳を過ぎても、検診を受けた方がよいですか?

年齢に関わらず、子宮がん検診は受けて下さい。子宮頸がんが最も多く見つかるのは30歳~40歳ですが、それ以外の年齢でも子宮頸がんは見つかります。



20歳になったら2年に
1回の子宮頸がん検診!
40歳からは子宮体がん検診も!