

健保だより

スタンレー電気健康保険組合

新年のごあいさつ

スタンレー電気健康保険組合
理事長 飯野 勝利

謹んで初春のお慶びを申し上げます

平素より当健康保険組合の事業運営に格別のご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて昨秋は衆議院の解散による総選挙が行われ政権与党が圧勝しましたが、その過程で野党を含めた各政党から社会保障をめぐるさまざまな政策が提案され、今後それらの精査と持続可能な制度設計に向けた活発な議論の動向が注目されています。「全世代型社会保障制度」の構築に向けて、高齢者に手厚く、現役世代に負担が重い現在の社会保障をどう転換させるのか、少子高齢化が加速する待ったなしの社会保障制度改革において、実効性の高い政策の早期実現が求められています。

そして私たち健保組合を取り巻く環境もその厳しさは一層増しています。急速な高齢化の進展で全国の健保組合においては保険料収入の4割を超える巨額な高齢者医療制度への負担が生じています。また、医療の高度化や革新的新薬の登場による薬剤費の高騰で医療費負担が増加し、健保財政の逼迫に拍車を掛けています。医療費は直近の平成28年度

の概算医療費で見ても41・3兆円と史上稀に見る高水準を続けています。

こうした状況下、健保組合は本年大きな転換期を迎えます。具体的には平成30年度からデータヘルス計画の本格稼働である第二期がスタートし、特定健康診査等の第三期実施計画期間に入ります。これらにより健保組合はこれまで以上に実効性の高い保健事業の展開・強化が求められることとなります。

当健保組合としましては、レセプト点検・データ分析に基づくデータヘルス計画の充実強化への取り組みをさらに推し進め、特定健診・特定保健指導の受診・実施率の向上についても数値目標等を掲げた上で、より有効な保健事業を実現してまいります。皆さまにおかれましても、当健保組合の事業のご活用等を通じて健康な日々を送っていただき、それが結果的に医療費の節減に結び付くことになれば保険者機能を担う当健保組合としましても大変幸いです。

最後になりますが、本年が皆さまにとって実り多き一年となりますようお祈り申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。

医療費を節約しながら花粉症を乗り切ろう!

花粉症は一度かかると毎年症状が現れるので、治療に掛かる費用も積み重なって無視できない金額になっていきます。医療費が節約できる工夫をご案内します。



ジェネリック医薬品を使う

処方箋が必要な薬のうち、特許が切れた成分で作られた安価な薬がジェネリック医薬品です。同等の効果で薬代が安く、医療の質を変えずに薬代を節約できます。安全性や効果も国によって確認されているため安心です。定期的・継続的に薬を使用する必要がある花粉症では、節約効果も大きなものになります。



同じ効果でお得!

花粉症のアレルギー症状を和らげる薬

(アレグラ60mg錠を1日2回)

	新薬	ジェネリック
1錠	64.9円	29.4円
4週間分	3,630円	1,650円

1,980円節約

アレルギー性鼻炎などの症状を和らげる薬

(ザジテンカプセル1mgを1日2回)

	新薬	ジェネリック
1カプセル	51.3円	5.8円
4週間分	2,870円	320円

2,550円節約

目のかゆみ、充血などの症状を和らげる目薬

(インターナル点眼薬1日4回)

	新薬	ジェネリック
1瓶	653.3円	162.2円
4週間分	5,230円	1,300円

3,930円節約

※差額は薬の値段だけで計算した目安です。健康保険では窓口での支払いは一部で済むため、実際の負担は異なります。



市販薬で上手にセルフメディケーション

花粉症の薬には処方箋なしでも購入できる市販薬もあり医療機関を受診せずに済むので、時間がないときでもすぐに購入できます。処方箋が必要な薬と同じ成分が含まれている薬もあるので、十分な効果があります。薬局の薬剤師さんと相談しながら上手にセルフメディケーションしましょう。



税金が安くなる!

セルフメディケーション税制

市販薬を購入したら領収書(レシート)を大切に保存しておきましょう。1年間に家族で購入した合計額が12,000円を超えた場合、税務署で「セルフメディケーション税制」の申告を行うことで、医療費控除を受けて税金の還付が受けられます(控除上限88,000円)。対象となる市販薬にはパッケージにマークが付いています。

利用には健診の受診やインフルエンザワクチンの接種など健康を守るための取り組みが必要です。詳しくは国税庁のWEBサイトなどでご確認ください。

このマークが目印です

セルフメディケーション
税控除対象



対象商品のレシート(領収書)には、商品名、金額、セルフメディケーション税制の対象商品であることが記載されています。

※セルフメディケーション税制を利用すると、従来の医療機関での支払いに対する医療費控除は受けられなくなります。

感染拡大を防ぐ

せきエチケットは社会のマナー

冬に流行する代表的な病気といえば、かぜやインフルエンザ。その感染を広げないために大切なのが「**せきエチケット**」です。周囲の人が感染しないように配慮することは、社会人としてのマナーです。

冬に流行するかぜやインフルエンザは感染力が強いため、せきやくしゃみなどでウイルスが周囲に撒き散らされると、簡単に感染が広がってしまいます。このため、職場など多くの人が一緒にいる場所では、ほかの人に感染させないために「せきエチケット」を守ることが重要です。

周囲の人への感染を防ぐのは、社会で暮らす私たちの大切なマナー。みんなで守りたいですね。

体調が悪いときは
しっかりマスク



せき・くしゃみは
ティッシュをあてて

(使い終わったらゴミ箱へ)



ティッシュが
ないときは
自分の腕に

手洗いも忘れずに

手についたウイルスが食事などの際に口から体内に入ると、感染してしまいます。外出から戻ったときなど、こまめに手洗いを。ノロウイルスなど他の病気の感染を防ぐためにも手洗いは大事です。

ココはしっかり！



汚れが
残りやすい
部分

えと
干支の話

戌ぬ



人間の暮らしを守り、助ける、 「働く犬」たち

戌年の今年、年賀状に愛犬の写真を載せた方も多かったようです。愛らしく忠誠心の強い犬は、飼い主にとってペットを超えた大切な家族なのでしょう。

とはいえ、犬は可愛かわいだけではありません。その嗅覚や頭の良さを活かして、人間のために活動してくれている、さまざまな「働く犬」もいます。

特に阪神淡路大震災や東日本大震災などの大災害のときには、がれきが散乱する災害現場で、遭難した人を捜索する「災害救助犬」が大活躍してくれました。他にも、目や耳が不自由な方々をサポートする「盲導犬」「聴導犬」をはじめ、犯罪現場で働く「警察犬」、麻薬を嗅ぎ分け国内への持ち込みを阻止する「麻薬探知犬」や、臭いで人間の病気を知らせる「がん探知犬」、病気の人や高齢者の心に安らぎを与える「セラピードッグ」など、犬たちの活躍は私たち人間の暮らしを支えてくれているのです。

前向きな努力で、 実り多き発展の年に

「戌」は十二支の11番目。動物は犬が充てられています。時刻にすると午後8時を中心とする前後2時間の間を指し、方角は西北西のやや北寄りとなります。

「戌」の本来の読みは「じゅつ」で、「戌」という漢字は「一印」と「戈（ほこ）」という漢字から成り立っています。元は作物を刃物で刈り取り、ひとまとめに締めくくることがを表現しました。前年の干支の「酉」が収穫できる状態だとすれば、「戌」は収穫後の段階だと考えられます。

また、犬はたくさん子を産み、お産が軽いことから、戌の日に腹帯を巻いて神社やお寺になどにお参りすると、安産になるといわれています。

収穫して得られたことを大きく発展させる、可能性にあふれた年といえるのではないのでしょうか。



成年生まれの著名人

山田 太一 (脚本家)	堺 正章 (タレント)
倍賞美津子 (女優)	吉田 拓郎 (歌手)
東野 圭吾 (作家)	みうらじゅん (イラストレーター)
伊達 公子 (元テニス選手)	阿部サダヲ (俳優)
森 泉 (タレント)	大谷 翔平 (プロ野球選手)
羽生 結弦 (スケート選手)	二階堂ふみ (女優) など