

あなたは**何**に**チャレンジ**する？

楽しみながら
体を

動かしてみませんか



武田健保は、あなたの健康づくりを応援します。詳しくは本誌2~3ページをご覧ください。

武田薬品健康保険組合 〒541-0045 大阪市中央区道修町2丁目3番8号 武田北浜ビル7階
 2022年4月発行 発行責任者 米澤俊夫 編集責任者 岸本高明
 URL <https://www.takeda-kenpo.or.jp> 規約・規程をご覧の際のみ (ユーザー名tkhpr パスワード5328686)
 Mail DL.kenpo_qa@takeda.com

武田健保ニュース

Better Health vol.374

2022年4月発行



はじめてみませんか？

健康投資

..... p.2

- 保険料率を下げました p.14
- 2022年度 健康サポート事業 p.10
- 2022年度 Better Health ポイント一覧 p.11
- 2022年度 健診を受けて健康を確認しよう! p.12
- ご家族に異動・変更があれば必ず保険証のご返却を p.18



はじめてみませんか？

健康投資

「健康」はかけがえのない「財産」です。この財産を失わないために必要なのは「健康づくり」という「投資」です。

年齢を重ねれば重ねるほど、何もせずに健康を手に入れることは難しくなります。そして一度失った健康という財産を取り戻すには、失った健康が大きければ大きいほど時間や費用を要することになります。

つまり、健康という財産を得るためには、失う前から日々の健康づくりという投資が必要です。

あなたは健康のために何か取り組まれていますか？

「もうすでに健康投資しています」という方には、武田健保はその投資を応援します！

「これから健康投資を考えてみようかな」という方は、武田健保の補助を「きっかけ」として、健康投資（健康づくりへの取り組み）をはじめてみませんか？

この機会に、一人でも多くの方に、健康度を高めていただきたいと思います。



健康投資補助 概要

- 補助対象者** 投資期間中に在籍する被保険者
(任意継続被保険者も含む)
- 補助額** 3万円を上限とする実費
- 投資期間** 2022年4月15日(金)～2022年6月30日(木)
※領収書の日付が上記期間中かつ在籍中のものを有効とします。
- 申請期間** 2022年5月9日(月)～2022年6月30日(木)
- 投資対象** 健康に役立つ商品・サービス全般
- スポーツ用品
 - ウエア(ゴルフ、テニス、水着など)
 - シューズ(ランニング、ウォーキングなど)
 - トレーニング機器(ダンベル、自転車など)
 - 血圧計、活動量計など健康用品
 - フィットネス等の入会金・利用料
 - 医薬品、健康食品、健康飲料など
 - その他健康に役立つもの

申請時の注意事項

- ◆ 申請時にどのような取り組み(健康投資)をするかを入力してください。
- ◆ 健康投資の利用については、被保険者本人、被扶養者(成人)のいずれが利用される商品・サービスでも結構です。
- ◆ 領収書には以下3点の記入を漏らさないようにお願いします。
 - ①宛先 被保険者個人名
 - ②金額 購入金額(3万円以下でも以上でもよい)
 - ③但書 例:「ただし、○○○代金として」

申請方法

- 1 武田健保HPのバナーからシステムにログイン
- 2 必要事項を入力
- 3 領収書を電子化(PDFや写真等)してアップロード
※領収書が複数枚の場合、内容が読めるように1枚の写真に収めるなど、1ファイルのみの写真・画像データとしてください
- 4 武田健保で確認後、補助金を振り込み※
※一般被保険者は給与支払口座、任意継続の方は各自の銀行口座へ振り込みます
※振り込みは原則として申請月の翌々月の25日です(被保険者は給料と合算)
※振込月の下旬に「医療費と給付金支給額のお知らせ(圧着ハガキ)」にてお知らせします

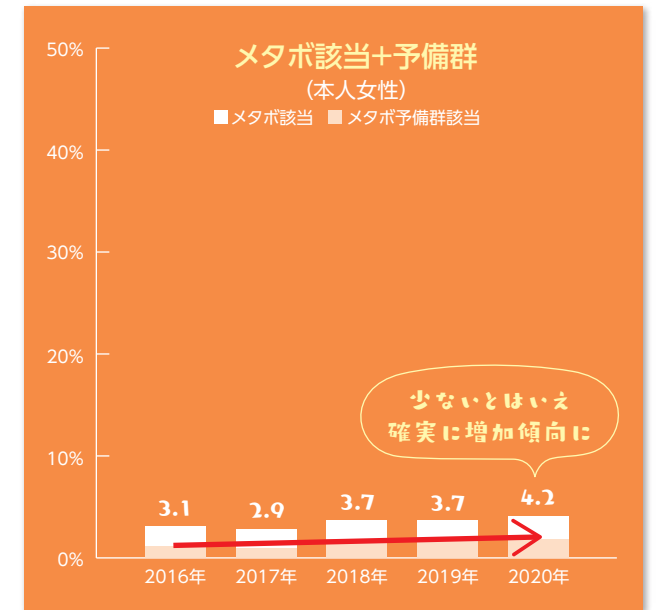
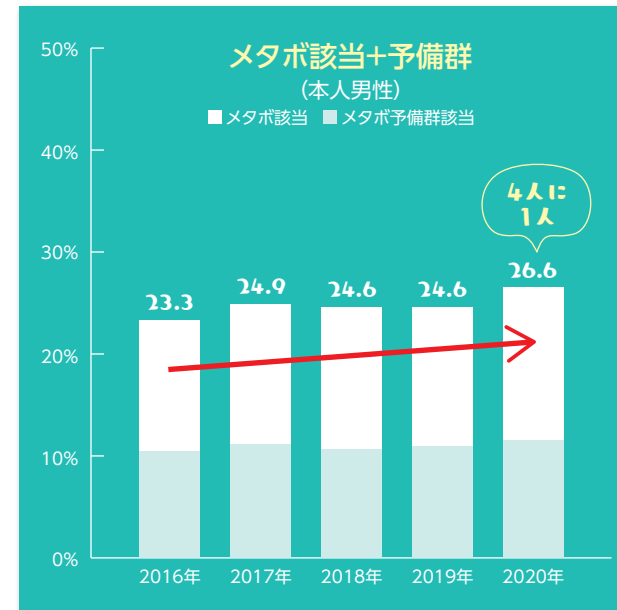
運動する機会の減少が 健診結果にも影響?!

武田健保は他健保と比較して全般的には健康状態が良い健保組合ですが、2016～2020年度の健康診断の結果を分析*した結果、残念なことに、健診結果の一部の項目で悪化(基準値を超える項目の増加)が見られました。

なかでも、腹囲・BMIの基準該当割合が経年的に悪化しています。また、2020年度は運動を実施している人の割合も大きく減少しており、2020年春からの新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響と思われます。体を動かす機会が減った方が増えたことにより、メタボ該当者の割合も増加したと想定されます。

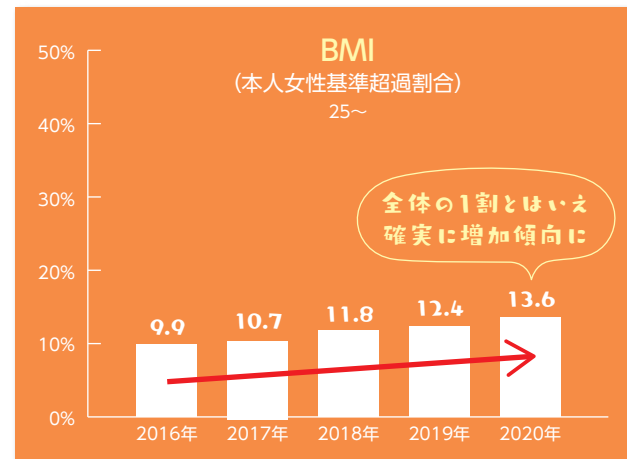
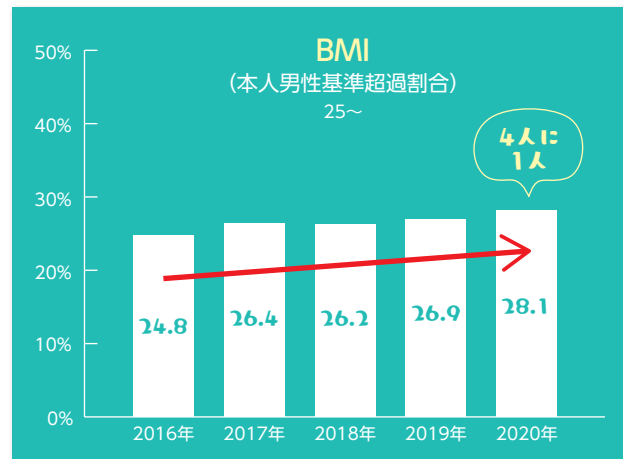
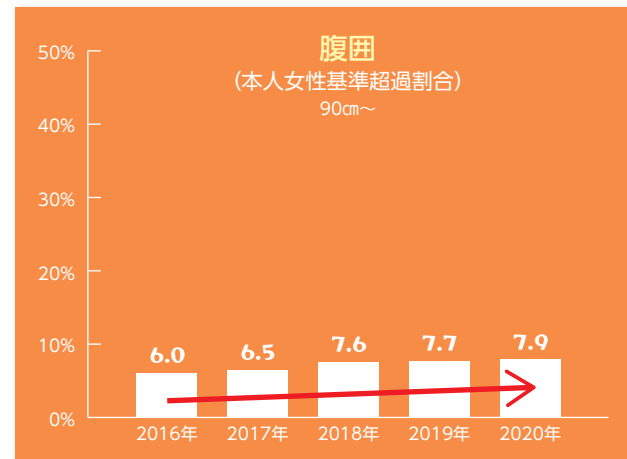
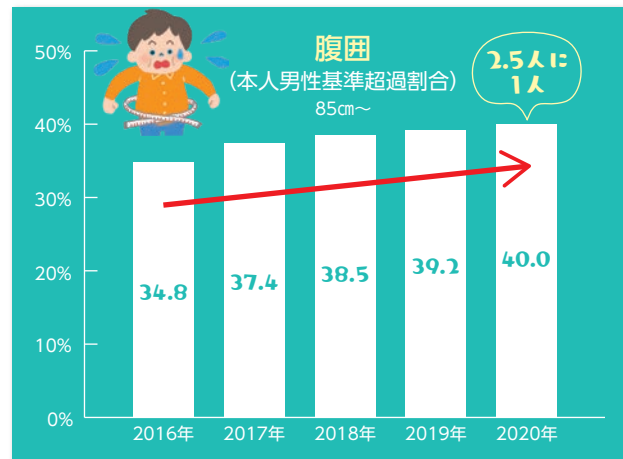


*データ分析委託先:一般社団法人健康経済分析機構



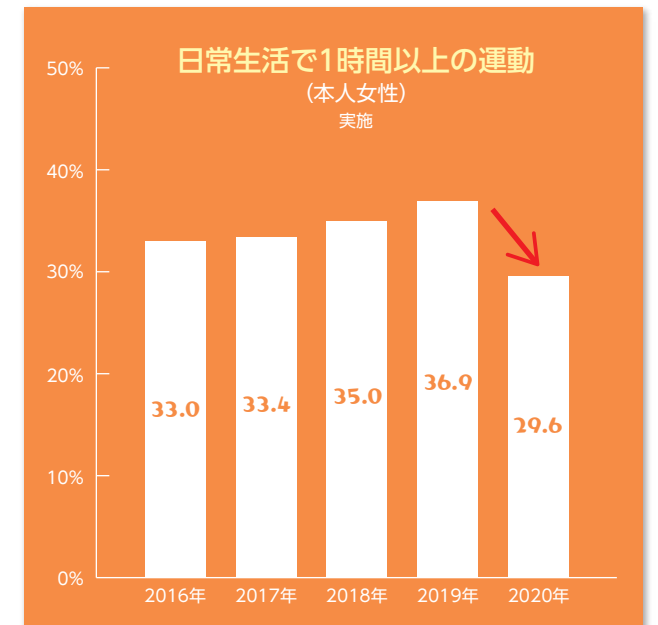
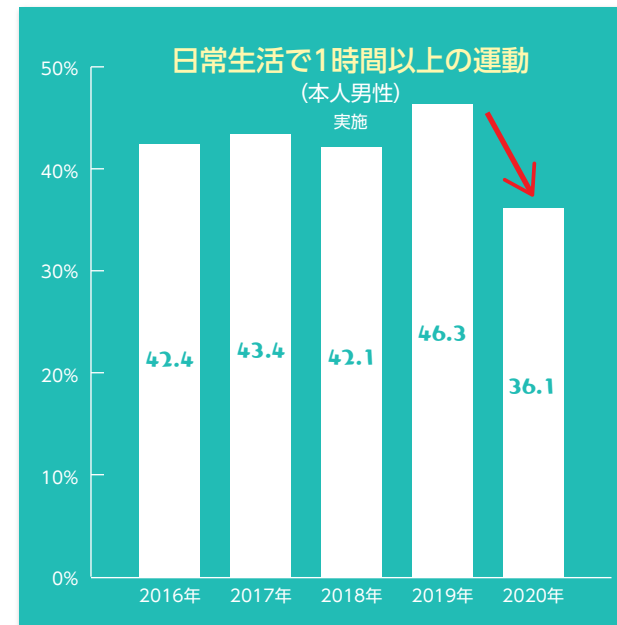
ココが気になる → 男性も女性も肥満者が増加

被保険者本人においては、男女とも肥満度を示す指標となる腹囲とBMIが経年的に悪化しています。結果、メタボ該当者の割合も増加傾向となっています。



ココが気になる → 1日1時間以上の歩行などの運動を実施している人が減少

被保険者本人においては、2019年度まで男女とも運動する人の割合が徐々に増加傾向にありましたが、2020年度は減少に転じました。これは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防に伴う外出の自粛や、テレワーク増加の影響(通勤しないことによる移動の減少)と思われます。



まずは意識して運動習慣を取り入れましょう!

肥満の増加傾向により、今後より一層の肥満対策を検討する必要があると考えられます。本冊子の6ページからは「体を動かす」ための情報を掲載しています。皆さん、感染対策を十分に行って、これまで以上に積極的に体を動かして、自身の健康の維持・増進に努めましょう!!

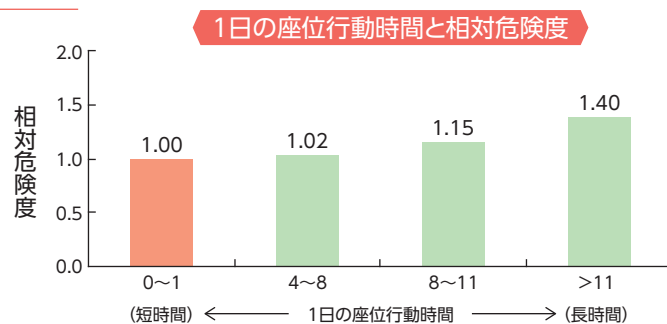
体を動かそう!

2020・2021年度は、新型コロナウイルス感染症拡大予防に伴うテレワークで通勤することがなくなり、外出する機会が減ったりしたことで、相対的に活動量が減ってしまったと考えられます。テレワークなどで座位時間が長くなると、健康に大きな影響をおよぼします。座りっぱなしによる健康被害を理解し、体を動かすことを意識しましょう。

データで見よう! 座位時間の健康リスク

1 座りすぎは寿命が縮まる!

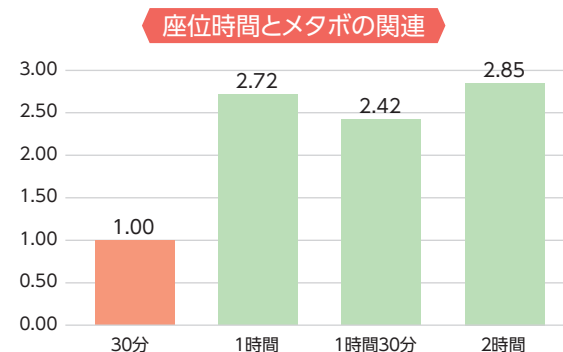
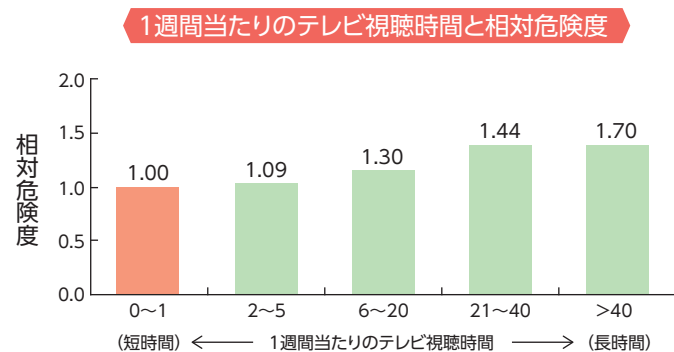
国立がん研究センターの調査では、運動しているかどうかにかかわらず、座りすぎていると寿命が短くなることがわかっています。



2 座りすぎは生活習慣病リスクアップ!

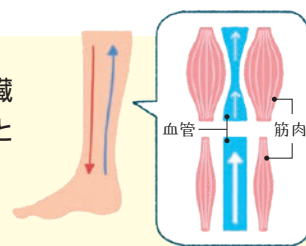
座りすぎていると2型糖尿病が多いことが明らかになっています。米国の調査では、テレビを視ている時間が長いと2型糖尿病に罹患する危険度が高いことが示されました。

岡山県の調査では、30分以上継続する座位時間がメタボリックシンドロームの発症と優位に関連することがわかりました。



これも大事!

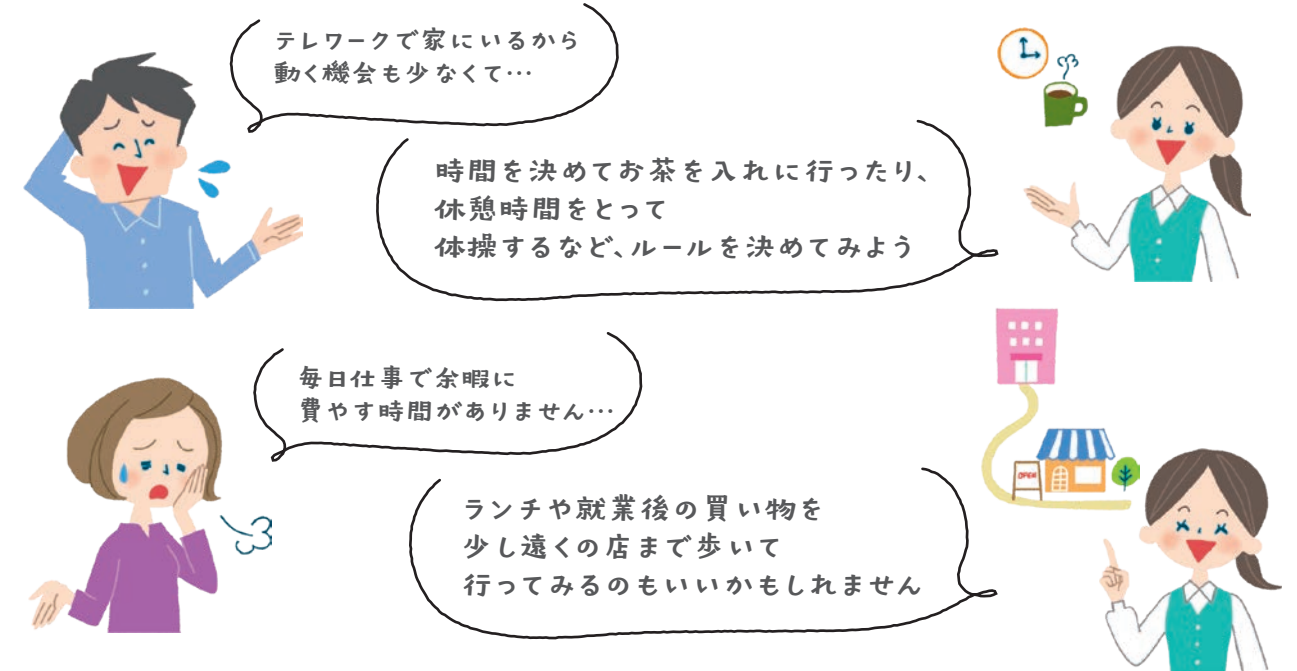
座りっぱなしによって足の筋肉量が低下し代謝も落ちます。また、足は第2の心臓と呼ばれ、血液を送り出すポンプのような役割をしています。筋肉量が低下するとポンプの力も低下し、血流が悪くなります。その結果、肥満や糖尿病となり、心血管疾患の発症をまねくことになるのです。



運動できない言い訳を解消して体を動かそう!

1 忙しくて運動する時間がありません

運動=スポーツ=それなりの時間の確保が必要と考えてしまいますよね。運動はスポーツするだけではありません。日常生活で身体活動を増やすことを心掛けるだけでも、体を動かすことになります。



2 意欲はあるんですが続きません

何かに取り組むときには目的、目標を持つことが大切です。とくに目標ははげみになりますが、あまりに高く設定するとやはり続きません。せっかくやる気になったその気持ち、しっかり持続させて運動を習慣化させましょう。

1日10分からスタート

一度にたくさんやろうとせず、1日10分から始めてみよう。

結果を数字だけに求めない

体重計の数字を見て、一喜一憂するのではなく、息切れがなくなった、歩くフォームがよくなった、など自己の成長も評価しよう。



運動を習慣化しよう!

ふだん運動をしない人にとって、トレーニングの習慣化は難しいものです。「数日しか続かなかった」「そもそも無理だった」などの失敗の原因は、取り組もうとしたトレーニングのハードルの高さにあることがほとんどです。

今回は、椅子を使った簡単な運動をご紹介します。座っているとき、思い出したら取り組んで、まずは「体を動かす」ことに慣れましょう。

膝引き寄せ 腹筋トレーニング

ターゲット お腹

10回

- 1 座面に手を置く



- 2 膝を引き上げて、下ろす

上体が後ろに倒れないように、体をしっかり立てて引き寄せます。



難しければ、脚が上がるだけでもOKです。

たったこれだけ!

片足立ち上がり座り

ターゲット 下半身&体幹

左右 各5~10回

- 1 片足を浮かせる

床につく足が体から遠すぎると立てません。立てそうなところに置きましょう。



- 2 反対の足で立ち上がり、ゆっくり座る

グラグラしないように立ち上がり、ゆっくりとコントロールしながら座ります。



たったこれだけ!

お尻ストレッチ

ターゲット お尻&股関節

左右 各30秒

- 1 片足の外くるぶしを膝の上に乗せる

膝を下に押し込みます。



- 2 上体を前に倒す

頭を下げるのではなく、おへそを前に出すイメージです。



たったこれだけ!

CHECK! 簡単! 解説動画はコチラ




<http://douga.hfc.jp/imfine/undo/22spring01.html>

すきま時間に楽しく! 自宅のできる トレーニング

たとえ1回でも、毎日行うことが重要です!

指導・監修
トレーニングジムIPF
ヘッドトレーナー
健康運動指導士 清水 忍



短時間で強度高め ラジオ体操第3 二代目

指導・監修・実演
龍谷大学 教授 井上 辰樹



運動の一例として、1946年から1年半だけ放送されていたラジオ体操第3をご紹介します。

3分で体に負担なく強度が高めの体操ができるメリットがあります。

特徴

- 1 体に負担のないよう、徐々に心拍数を上げ、終盤も徐々にクールダウンしていくプログラム構成
- 2 生活習慣病やうつ病の予防に効果が期待できる、運動強度が高めのラジオ体操

ラジオ体操第3の流れ

ラジオ体操第3を 始めます!

自宅で手軽にでき、心身の健康維持におすすめの運動です!!

- 1 足踏み運動
- 2 脚の屈伸運動
- 3 足踏み運動 (1と同じ)
- 4 脚の屈伸運動 (2と同じですがやや深めに屈伸)
- 5 両足跳び運動
- 6 首を回す運動
- 7 胸を開く運動
- 8 体側を伸ばす運動
- 9 体の前後屈運動
- 10 体の回旋運動
- 11 跳躍運動
- 12 足踏み運動 (1と同じ)
- 13 腕の屈伸運動
- 14 足踏み運動 (1と同じ)
- 15 脚の屈伸運動 (2と同じ)
- 16 足踏み運動 (1と同じ)

ラジオ体操第3の動作は、第1、2と比べて難しくなっています。まず先生の解説動画を見ながらやってみましょう。

<http://douga.hfc.jp/imfine/taisou/21autumn.html>



ラジオ体操第3を 終わります!

武田健保の健康サポート事業

| 健康サポート事業 | 事業内容 | 利用可能時期(時間) | 詳しくは… |
|---|---|--|--|
| 電話健康相談 | ◆ファミリー健康相談 24時間年中無休、フリーコールで健康相談が可能 WEBでも相談可 | 24時間年中無休 | 0120-922312 [武田健保専用フリーコール] |
| | ◆メンタルヘルス カウンセリング | 10:00~22:00 休業日:日・祝日・ 年末年始 | |
| | ◆ベストドクターズ・ サービス | 10:00~21:00 休業日:日・祝日・ 年末年始 | |
| 小児科 オンラインサービス | 15歳以下の子どもについて、電話、LINE、動画通話等で小児科医に相談 | 【要予約】 18:00~22:00 休業日:土・日・祝日・ 年末年始 |  会員登録時の合言葉 「べたあへるす」 小児科オンラインHP https://syounika.jp/lp/kenpo/takeda |
| 歯科健診 | 被保険者が会社で受診 | 実施時に各社から周知 |  (株)歯科健診センター HP |
| | 被保険者と被扶養者が 提携医院で受診 | 通年実施 | |
| Better Health ポイント (健康応援サイト [KENPOS]) | ポイントをためて 賞品と交換 | 通年 9:30~17:30 休業日:土・日・祝日・ 年末年始 | 0570-057-072 [株)イーウェル KENPOS事務局] KENPOS 初回登録  |
| 総合健診コース・ 人間ドック・単独検診 | (株)イーウェル取り扱い健診 | 9:30~17:30 休業日:日・祝日・ 年末年始 | 0570-057-091 [株)イーウェル 健康サポート センター]  |
| スポーツクラブ利用補助 (法人会員) | コナミ、ルネサンスと契約 | 通年 | 健保HP |
| ウォーキング キャンペーン | 秋に案内・実施予定  | | |
| インフルエンザ予防接種 費用補助 | | | |

この他、各種健診、健保ニュースや健康情報誌発行による情報提供、年間医療費のお知らせなども行っています。詳しくは、健保ホームページにてご確認ください。

健保HP <https://www.takeda-kenpo.or.jp/>

ただけけんぽ

検索



Better Health ポイント一覧

★…一定の基準によって健保より付与するポイント ●…ご本人による入力や申請が必要なポイント

| ポイント付与対象 | 本人 年齢 | 家族 年齢 | ポイント | 概要 | |
|--------------|---|----------|----------|------------------------------------|---|
| 全員参加賞 | ★ 不問 | 20 以上 | 1,000 | 4月1日現在在籍者に対し一律付与。 (被保険者・被扶養配偶者) | |
| 健康診断 | ★ | - | 40 以上 | 2,000 | 前年度と今年度、2年連続受診した場合に付与。 |
| | ● | - | 40 以上 | 2,000 | パート先等で受診し、健保組合へ健診結果を提出した場合に付与。(問診も含む特定健診項目のデータがすべて揃っている場合に限る) |
| 保健指導 | ★ | 40 以上 | 40 以上 | 2,000 | 2022年度に健診受診があり、かつ、保健指導が非該当の場合に付与。 (被保険者・被扶養配偶者) |
| ウォーキングキャンペーン | ポイント付与の条件が決まり次第、KENPOSにご登録いただいているメールアドレスまたはお知らせ欄等でご連絡します。 | | | | |
| セルフケア登録 | ● | - | 40 以上 | 1,000 | 40歳以上の被扶養者が、(株)イーウェルの提供するKENPOSセルフケアに初めて利用登録をした場合に付与。(1人1回) |
| 毎日歩きま賞 | ● | 不問 | 20 以上 | 5 | (株)イーウェルの提供するKENPOSに1日8000歩以上の歩数を登録した場合に付与。 |
| 体重はかってダイエット賞 | ● | 不問 | 20 以上 | 5 | (株)イーウェルの提供するKENPOSに1日1回体重を登録した場合に付与。 |
| 行動変えま賞 | ● | 不問 | 20 以上 | 1 | (株)イーウェルの提供するKENPOSに1日最大5項目の行動目標を登録し、実績を入力した場合に1項目1ポイントを付与。 |
| 育児サポート | ★ | 不問 | - | 5,000 | 被保険者または被扶養配偶者が第一子を出産された場合、育児書籍・雑誌の購入補助として被保険者に付与。 |

健診を

2022年度

受けて健康を確認しよう!

◆被保険者(本人)は、原則、会社の定期健診を受けてください。

武田健保の健診を受ける場合は、健診結果のコピーを会社にご提出いただく必要があります。

予約期間を過ぎての「予約」はできません!

健診予約期間 2022年3月15日(火)～2022年9月30日(金)

健診受診期間 2022年4月 1日(金)～2023年3月31日(金)

- 補足**
- 申し込みは「KENPOS」の中の「契約健診機関」から、ご希望の健診機関に直接電話予約をお願いします。
 - 胃カメラを希望される場合は、混み合っておりますので早めにご予約ください。(2～3カ月前)

健診受診対象者

被保険者(本人)、被扶養者(家族)、任意継続被保険者(本人)、任意継続被扶養者(家族)

健診の種類

- 注意**
- 対象年齢は、2023年3月31日時点の年齢です。
 - 受診日に武田健保の資格がない場合は受診できません(受診された場合は健診費用を返金していただきます)。

| 健診の種類 | 対象年齢 | 自己負担 | 左記自己負担で受けられる上限金額 | 検査内容 |
|--|-------|---------|------------------|--|
| 総合健診コース ※予約時名称:イーウェル一般健診A1コース | 20歳以上 | なし | 上限なし | 診察・身体計測・血圧測定・胸部検査・聴力・尿検査・血液検査(血液一般・脂質・肝機能・腎機能・血糖)・心電図検査・眼底検査・便潜血検査 |
| 特定健診 ※対象者に対し5月下旬に健保から送付される「特定健診受診券」で近隣の医療機関にて受診するもの(KENPOS契約医療機関以外も可) | 40歳以上 | なし | 上限なし | 診察・身体計測・血圧測定・脂質検査・肝機能検査・血糖検査・尿検査 |
| 人間ドック(日帰りベーシック) 予約時名称:イーウェル人間ドックAコース | 35歳以上 | 5,000円 | 50,000円 | 検査項目の詳細は、KENPOSから各々の健診機関のHPによりご確認ください。単独検診との併用も可能です。 |
| 人間ドック(2日以上) 予約時名称:イーウェル人間ドックCコース | | 23,000円 | 68,000円 | |

オプション検査および単独検診

オプション検査は、総合健診コースや人間ドックと同時に受診する検査です。単独検診は、基本の健診を受けなくてもそのみで受けられる検査です。

| 健診の種類 | 対象年齢 | 自己負担 | 左記自己負担で受けられる上限金額 | 備考 |
|-------------------|---|---------|------------------|---|
| ◆オプション検査または単独検診 | | | | |
| 子宮頸部細胞診検査 | 20歳以上(女性) | なし | 7,000円 | |
| マンモグラフィまたは乳房エコー検査 | 20歳以上(女性) | なし | 10,000円 | マンモグラフィ・乳房エコー検査はどちらか一方を受診してください。両方受診希望の場合は、乳房エコー検査費用が全額自己負担となります。 |
| 胸部CT検査 | 35歳以上 | 3,000円 | 18,000円 | |
| 大腸内視鏡検査 | 35歳以上 | 5,000円 | 25,000円 | |
| 脳検査 | 40歳以上 | 13,000円 | 33,000円 | 2年に1回、健保から補助 |
| 前立腺がん検査(PSA) | 50歳以上(男性) | 1,000円 | 3,500円 | |
| ABC検査 | 35歳以上(5歳刻み) 35.40.45.50.55.60. 65.70歳 | 1,500円 | 6,500円 | |
| 胃部内視鏡検査 | 35歳以上 | なし | 20,000円 | |

◆オプション検査(単独検査はありません)

| | | | | |
|----------|---|--------|--------|--|
| 頸動脈エコー検査 | 40歳以上 | 1,500円 | 6,000円 | |
| 甲状腺検査 | 35歳以上 | 1,300円 | 6,500円 | |
| 骨密度検査 | 35歳以上(5歳刻み) 35.40.45.50.55.60. 65.70歳 | 700円 | 3,800円 | |

◆総合健診コースのみにつけられるオプション検査

| | | | | |
|-----------------------|-------|----|---------|-------------------------------------|
| 胃検診(胃部内視鏡検査または胃部X線検査) | 35歳以上 | なし | 20,000円 | 胃部内視鏡検査は単独検診でも受診可能 |
| 腹部エコー検査 | 35歳以上 | なし | 6,000円 | ほとんどの人間ドックコースでは、標準コースに含まれている検査項目です。 |
| 眼底検査 | 35歳以上 | なし | 2,000円 | |

- 上記以外のオプション検査の検査費用は全額自己負担となります。その場合、(株)イーウェルから発行される「受診券」にオプション検査名称や自己負担金は記載されませんので、検査費用は健診機関にご確認ください。

市区町村でも「がん検診」を受診できます

厚生労働省の推奨している「胃がん」「肺がん」「大腸がん」「乳がん」「子宮頸がん」については、多くの市区町村でもがん検診を実施しています。「自宅近くの医療機関なら受けてみたい」という方は、お住まいの市区町村にお問い合わせいただき受診をご検討ください。



健康保険料率を下げました! 8.384%→6.0%

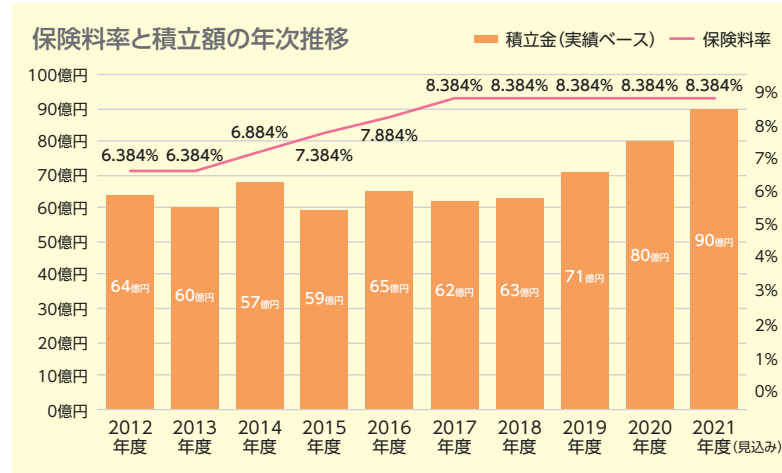
2018年度から黒字決算が続き、積立金が増加し財政にゆとりが生じているため、保険料率を下げました。

■保険料減少の程度

保険料減少の程度は、被保険者1人当たり年間208千円(被保険者92千円+会社116千円)となる見込みです。

■近い将来、 妥当な水準まで引き上げ

近い将来、積立金が元に戻った時点で収支のバランス(均衡)がとれる保険料率に引き上げることとなります。



皆様の医療費水準が低いほど、引き上げ時期を遅らせることが可能です。

そのためには、一人ひとりが健康に気遣うことが大切です。

健康投資(2ページ参照)を、ご自身の健康を見つめ直すきっかけとしていただくと幸いです。

2022年度 予算のお知らせ

2022年2月17日開催の組合会で2022年度予算および事業計画が承認されましたので、概要をお知らせします。

1. 事業運営の基本方針

被保険者および事業主から預かる保険料を適切に活用し、次の実現を図ります。

- ◆加入者のセーフティネットとして、生活の安定に貢献します(医療の提供)。
- ◆加入者の健康の保持増進に寄与します(健康サポートの提供)。

2. 健康保険の予算

◆医療の提供(保険給付費)

- 健康保険法に基づき、医療費を提供します。
- 保険給付費予算は前年度並みです。

◆高齢者医療制度への納付金

- 納付金は、制度上の問題を抱えた前期高齢者納付金に大きく影響されています。2021年度は6.1億円支払っていましたが、2022年度は9億円減少して4.5億円還付(受け取る)されることになりました。

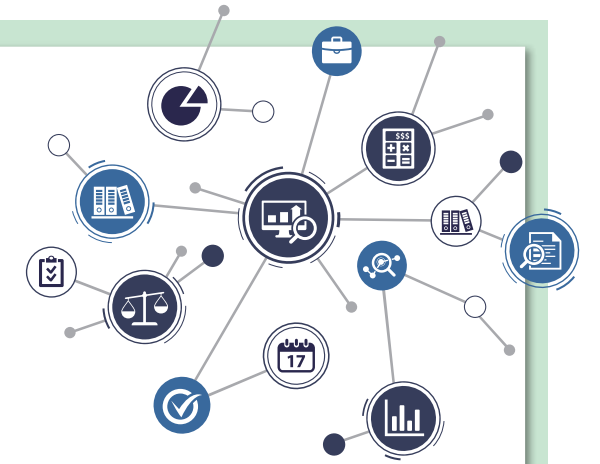
◆健康サポートの提供(保健事業費)

- 加入者の健康の保持増進に寄与するべく毎年一定額を計上していますが、2022年度は健康投資(2ページ参照)のため、予算を増額しました。



予算算出の前提等

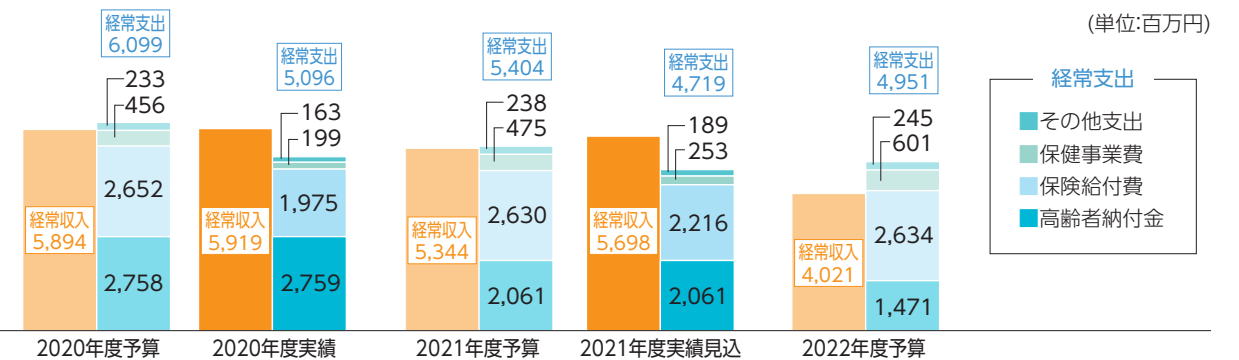
| | 2021年度 予算 | 2022年度 予算 | 増減額 |
|-----------|--------------|--------------|--------|
| 被保険者数 | 6,540 | 6,600 | 60 |
| 健康保険料率(%) | 8.384 | 6.000 | ▲2.384 |
| 会社 | 4.840 | 3.350 | ▲1.490 |
| 被保険者 | 3.544 | 2.650 | ▲0.894 |
| 積立金(百万円) | 7,430 | 8,317 | 887 |
| 法定 | 1,902 | 1,904 | 2 |
| 別途 | 5,528 | 6,413 | 885 |



被保険者1人当たり金額(単位:円)

| | 2021年度 予算 | 2022年度 予算 | 増減額 | 備考 |
|------------------|--------------|--------------|----------|--|
| 経常支出合計 | 826,315 | 750,152 | ▲76,163 | 2020年度の前期高齢者の医療費が下がったため、2022年度に約9億円が還付されることとなりました。 |
| 保険給付費(医療費) | 402,135 | 399,091 | ▲3,044 | |
| 納付金(高齢者医療制度へ拠出) | 315,087 | 222,879 | ▲92,208 | |
| 保健事業費(健診・インフル等) | 72,639 | 91,061 | 18,422 | |
| その他支出 | 36,454 | 37,121 | 667 | |
| 健康保険料収入 | 813,338 | 604,697 | ▲208,641 | 被保険者1人当たりで、会社は116,491円減少、被保険者は92,150円減少する見込みです。 |
| 収支(保険料収入-経常支出合計) | ▲12,977 | ▲145,455 | ▲132,478 | |

経常収支の推移



注) 国の指導により予算を超える支出ができないため、余裕を持った支出予算となっており、予算よりも実績の収支は改善する見通しです。

3. 介護保険の予算

健保組合は、40歳から64歳の被保険者から介護保険料を徴収し、介護納付金として国に納める徴収事務のみを行っています。

介護納付金の1人当たりの負担は増え続け、2022年度も前年度よりもさらに増えますが、前年度繰越金等で賄い、2022年度の保険料率を据え置きました。

被保険者1人当たり金額(単位:円)

| | 2021年度 予算 | 2022年度 予算 | 増減額 |
|------------------|--------------|--------------|---------|
| 予算算出の前提等 | | | |
| 被保険者数 | 3,810 | 3,800 | ▲10 |
| 介護保険料率(%) | 1.74 | 1.74 | 0.00 |
| 会社 | 0.87 | 0.87 | 0.00 |
| 被保険者 | 0.87 | 0.87 | 0.00 |
| 経常支出合計 | 194,751 | 225,526 | 30,775 |
| 介護納付金 | 186,352 | 208,684 | 22,332 |
| その他支出 | 8,399 | 16,842 | 8,443 |
| 介護保険料収入 | 202,362 | 202,632 | 270 |
| 収支(保険料収入-経常支出合計) | 7,611 | ▲22,894 | ▲30,505 |

公告

理事・議員に異動がありました(敬称略)

| | 新 | | 前 | | 異動日 |
|------|-------|-----------|-------|------------|------------|
| | 氏名 | 所属事業所 | 氏名 | 所属事業所 | |
| 互選議員 | 豊原 康太 | 日本製薬(株) | 藤原 隆史 | 日本製薬(株) | 2021年11月1日 |
| 選定理事 | 浅田優美子 | 武田薬品工業(株) | 寺川 澄夫 | 武田薬品工業(株) | 2021年10月8日 |
| 選定議員 | 大道 啓史 | 武田薬品工業(株) | 田邊 幸晴 | アリナミン製薬(株) | 2021年10月1日 |

任意継続被保険者の2022年度標準報酬月額(上限)について[前年度と同じ]

健康保険法第47条第2号に定める2021年9月30日現在の全被保険者の標準報酬月額の平均額が604,137円であったため、標準報酬等級表の33等級(575千円~605千円)の区分の「590,000円」となり、2022年4月分保険料からも引き続き同金額が上限となります。

保険料の計算基礎となるのは、在職時の標準報酬月額と上記の標準報酬月額(上限)のいずれか低い方となり、前年度から任意継続被保険者の方は標準報酬月額の改定はございません。

| 標準報酬 | |
|------|----------|
| 等級 | 月額 |
| 33等級 | 590,000円 |

※上記以外の公告については、武田健保ホームページをご覧ください。

※2021年度と同じです

規約の一部変更について (2021年10月1日)

- ①アリナミン製薬株式会社とアリナミンファーマテック株式会社が当健保から離脱したため、4条の表から2社を削除しました。(4条表中から2社を削除)
- ②高額医療費貸付制度および出産費貸付制度を廃止したため、関連条文を削除しました。(63条1項と63条2項を削除)

武田健保のホームページをご活用ください

予期せぬ病気で入院！
なんてことになっても
健保の給付を
確認できれば少し安心！

しまった！
保険証をなくしてしまった…
そんなときも
まずはホームページで
手続きを確認できます



健康づくりの強きミカタ
「KENPOS」は
ホームページから！

健診の詳細もここで確認！

健保へのお問い合わせはメールで お願いいたします

新型コロナウイルスへの対応として、武田健保スタッフも在宅勤務を取り入れており、現在、電話でのお問い合わせは受け付けておりません(お電話をいただいた場合、自動音声がかかります)。

お問い合わせは原則として電子メールのご使用をお願いいたします。
Mail : DL.kenpo_qa@takeda.com FAX : 06-6233-6501

ご理解とご協力、
よろしくお願いいたします

2022年度 健康保険法の改正

1月~ 傷病手当金の支給期間の通算化

被保険者が病気やけがで仕事ができなくなり、欠勤して給与が支給されなくなった場合は、健保組合から傷病手当金が支給されます。治療と仕事の両立の観点から、**支給開始日から通算して1年6カ月**まで支給されます。

治療と仕事の両立を
めざした改正です



| | |
|-----|-------------------|
| 改正前 | 支給開始日から暦で1年6カ月後まで |
| 改正後 | 支給開始日から通算して1年6カ月間 |

改正前の支給事例



改正後の支給事例



欠勤していても
報酬があると
どうなるの？

傷病手当金は、病気やけがで連続して欠勤した場合、4日目から支給対象となります。休んでいる期間も会社からの報酬がある場合は、傷病手当金から報酬額を減額した差額分が支給されます。

1月~ 任意継続被保険者制度の見直し

資格喪失事由の追加

任意継続被保険者の資格喪失の事由として、新たに、「被保険者が希望する場合」が追加されました。

就職・結婚など、春は異動の季節

ご家族に異動・変更があれば必ず保険証のご返却を！



パートでも認定基準から外れることがあります

被扶養者の資格は、家族であれば無条件に得られるわけではありません。以下に該当した場合は、被扶養者の条件を満たさなくなります。

就職や他の健保組合に加入

パートやアルバイトをしていて下記の要件をすべて満たす場合は、パート・アルバイト先の健康保険の被保険者になります。

- 1 週の所定労働時間が20 時間以上
- 2 賃金月額が88,000円(年収106万円)*以上
※残業代、通勤手当などを含めない所定内賃金
- 3 雇用期間が1年以上見込まれる
(令和4年10月からは2カ月以上見込に変更予定)
- 4 学生でない
- 5 職場が以下のいずれかに該当
 - ① 従業員が501人以上
(令和4年10月からは101人以上に変更予定)
 - ② 従業員が500人以下で、社会保険の加入について労使合意を行っている
(令和4年10月からは100人以下に変更予定)

収入増

被扶養者の年間収入が130万円*以上見込まれる、または被保険者の収入の1/2以上になった場合。

*60歳以上または障害がある場合は180万円以上(老齢年金、障害年金、遺族年金を含む)。

そのほか、

- 75歳になった
- 失業給付を受給している
- 国内居住要件を満たさなくなった

といったことも認定基準から外れることとなります。



何か**手続き**が必要になるのかな？

認定基準から外れる場合は

5日以内に届け出と保険証の**返却**を

ご家族が就職されると、武田健保の被扶養者資格を失います。

そのような場合は、該当日から5日以内に武田健保への届け出と保険証の返却が必要です。

【申請に必要な書類】

- 被扶養者資格喪失届
- 該当者の保険証
- 高齢受給者証、限度額適用認定証(所持されている方)

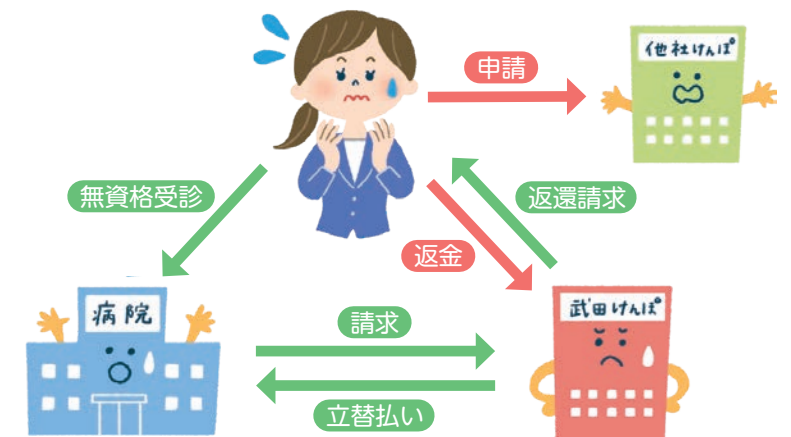
被扶養者の資格を失ってるのに、武田健保の**保険証を使用**してしまったらどうなるの？

武田健保に返金後、新しい加入先健保に請求で、とても面倒な精算が必要に

被扶養者の資格を失うと、武田健保の保険証は使えなくなります。

万が一、失効後の武田健保の保険証を使用した場合、本来、新しく加入した健保組合等が負担する医療費を当健保組合が負担してしまったこととなります。

そのため、医療費を当健保組合へ返還していただいた後、改めて新しい健保組合等へご請求いただくこととなります。



春は就職のシーズンだから、お子様の異動の届け出もお忘れなく！