

一年の計は
“健診”にあり

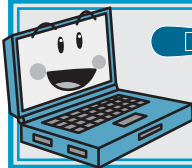


年に一度は 健診を受けましょう

「一年の計は元旦にあり」といいますが、みなさんの年明けはいかがでしたか？生活習慣病は、過食・偏食、運動不足、喫煙、多飲、ストレス、肥満などが原因となりますが、自覚症状のないうちに予防するのが一番です。今年一年、無病息災（予防）、健康成就（早期発見・早期治療）のために健診を受けましょう!!

当健保組合が実施しているドック・健診

項目	時期	対象者	内容	申込方法	自己負担金
人間ドック (婦人健診)	随時 (12~3月)	30歳以上の 本人・家族 (被扶養者)	契約医療機関で受診	希望者は直接健診機関に 予約し、申込書を健保に 提出し、検印を受ける	10,000円 オプションは 全額自己負担
脳ドック	随時	50歳以上の 本人・家族 (被扶養者)	契約医療機関で受診	希望者は直接健診機関に 予約し、申込書を健保に 提出し、検印を受ける	10,000円
地域巡回健診	春・秋・(冬)	30歳以上の家族 (被扶養者)	地元の健診会場で受診	対象者に案内と 申込書を発送。 申込書を送付元に提出	3,000円または5,000円 一部オプションは 全額自己負担
無料歯科健診	随時	4歳から小学生	健診、フッ素塗布	対象者に案内。 申請書を 当健保組合に提出	4回/年まで 全額補助



申込方法・申請書等の詳細は当健保組合のホームページ

<http://www.aichi-steelkenpo.or.jp/> をご覧ください。

(ユーザー名/06230411 パスワード/06230411)

医療費控除をご存知ですか？

医療費控除とは、1年間に自己負担した医療費が一定額を超えると、税務署に申告するとその分にかかっていた税金が戻ってくる制度です。

医療費を多く支払ったときなど、ぜひ活用してみましょう。

申告書は、税務署の窓口で入手できるほか、国税庁のホームページより印刷できます。

国税庁のホームページ ● <http://www.nta.go.jp/>

控除の対象になるもの

- 医師に支払った治療費
- 治療のための医薬品の購入費
- 通院費用、往診費用
- 入院時の食事療養にかかる費用負担
- 歯科の保険外費用(特殊なものは除く)
- 妊娠時から産後までの診察と出産費用
- 老人保健施設、療養病床の利用料(介護費・食費・居住費の自己負担分)
- 特別養護老人ホームで受けた介護費・食費・居住費の自己負担分の半額 など



控除の対象とならないもの

- 健康診断、人間ドックの費用
- 健康維持のためのビタミン剤購入費、美容目的の整形手術などの費用 など

詳しくは最寄りの税務署へ
お問い合わせください。

$$\left(\begin{array}{c} \text{1月から12月} \\ \text{までに支払った} \\ \text{医療費} \end{array} \right) - \left(\begin{array}{c} \text{給付金・} \\ \text{保険金等} \end{array} \right) = \left(\begin{array}{c} \text{10万円または} \\ \text{所得総額の5\%} \\ \text{(いずれか少ないほう)} \end{array} \right) = \left(\begin{array}{c} \text{医療費控除額} \\ \text{(最高限度額200万円)} \end{array} \right)$$

新年のご挨拶

愛知製鋼健康保険組合 理事長 伊藤 隆幸

新年あけましておめでとうございます。被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、すこやかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、平素より当健康保険組合の事業運営に関しまして、格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

わが国は、急速に高齢化が進行し、それに伴い国民医療費の増加が続いています。2008年4月に新しい高齢者医療制度がスタートし、健保組合等に納付金・支援金として重い負担が課せられたことによって、健保財政は益々厳しさを増しています。健康保険組合連合会(健保連)が公表した2008年度の健保組合全体の決算(見込)は、3060億円という大幅な経常赤字となりました。さらにも、2009年度の予算(早期集計)においても、9割以上の健保組合が赤字予算の編成をしており、その全額は6152億円という大幅な経常赤字が見込まれています。経済状況の悪化による影響もあり、健保組合の自助努力だけでは、安定的な運営が難しいのが実情です。

困難な状況ですが、高齢者医療制度の見直しが行われ、適切な公費投入を背景に持続可能な医療制度となることが期待されます。当健保組合としましては、先程申し上げました高齢者医療制度への負担金の増大に収入の減少が加わり、来年度は赤字予算編成を余儀なくされることが想定されます。今後時勢をよく見極め、より効率的な事業展開に努めてまいりますので、みなさまのご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

外部環境が変わろうとも、健保組合の使命は、質が高くきめ細やかな保健事業を通じてみなさまの健康をサポートし、ひいては医療費削減につなげていくことであるとと考えております。特定健診・保健指導を中心に疾病予防事業に取り組み、より一層、みなさまの健康向上に資する所存です。

みなさまにおかれましても、「健康は自らつくるもの」という意識をもって心身の健康に留意され、本年も充実した日々を過ごされますようお願いいたします。

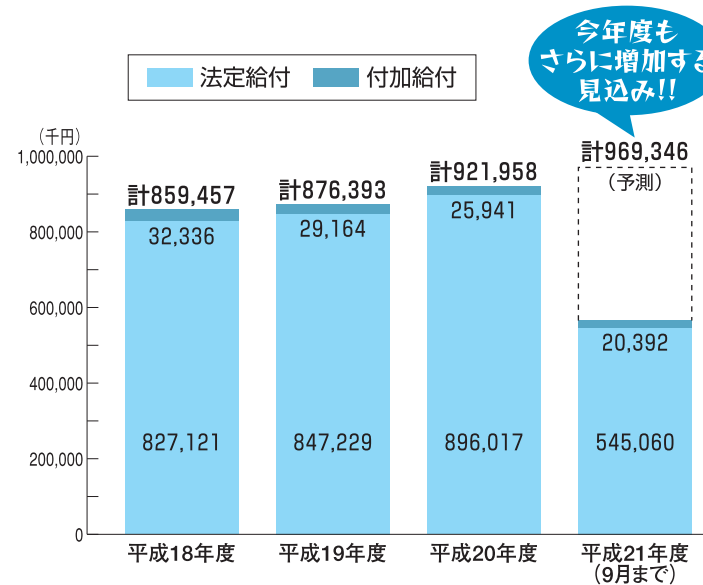
最後になりましたが、本年がみなさまにとって幸多き一年となることをお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

愛知製鋼健康保険組合の医療費が年々増加中！

医療費適正化にご協力ください

左図のとおり、医療機関へ支払う医療費「法定給付」と、みなさんへ直接支払う愛知製鋼健康保険組合独自の給付「付加給付」は年々増加傾向にあり、今年度（平成21年度）においても前年度を上回る勢いです。

増え続ける愛知製鋼健康保険組合の医療費



今年度もさらに増加する見込み!!

愛知製鋼健康保険組合では医療費抑制のため、さまざまな保健事業の展開や、医療費のチェックなど、日々自助努力を行っております。しかしながら、この医療費の大幅な抑制には、みなさんのご協力が不可欠となります。そこで、やむを得ずに病院等で受診する際に備えて、病院代の節約術をご紹介させていただきます。この節約術は、みなさんの自己負担を軽減する節約術であると同時に、健康保険組合の医療費を下げる節約術となっております。

医療費の適正化にぜひご協力をお願いいたします。

その2 大病院で予想外の出費!?

いきなり大病院（ベッド数200床以上）を受診した場合、初診料に「特別料金」が加算されることがあります。特別料金は病院によって異なり、5,000円程度かかることもあります。軽い病気なら治療の差はありませんので、まずはかかりつけ医や近くの診療所などを受診しましょう。必要なら病院を紹介してもらえます。

その3 おトクな「ジェネリック医薬品」

医療機関で処方される薬のうち、同じ有効成分・同等の効き目で、従来の薬（新薬）より価格が安い薬「ジェネリック医薬品」があります。活用すれば、服用期間の長い人ほど医療費削減効果は大きくなります。自分の薬がジェネリック医薬品に替えられるかどうか、まずは医師や薬剤師に相談してみましょう（ただし、すべての薬に対してジェネリック医薬品があるわけではなく、治療方針によって替えられない場合もあります）。

ジェネリック医薬品を選んで薬代を節約!

3割負担の場合 *それぞれ、代表的な薬を1年間服用した場合

	新薬	ジェネリック医薬品	差額
脂質異常症 (1日1回服用)	13,140円	5,480円	7,660円の節約
高血圧症 (1日1回服用)	8,760円	2,190円	6,570円の節約
糖尿病 (1日3回服用)	23,000円	13,140円	9,860円の節約

*薬代のみを計算した場合。実際に窓口で支払う金額は、このほかに医師・薬剤師の技術料や検査料がかかります。
資料：日本ジェネリック医薬品学会調べ（2008年4月現在）

その4 「はしご受診」はムダだらけ

同じ病気の治療のために、複数の病院を渡り歩いて受診することを「はしご受診」といいます。病院を替えるたびに同じ検査や診察が行われることになり、医療費だけでなく、治療も長引き時間のムダにもなります。医師とのコミュニケーションを十分に図り、「はしご受診」は慎みましょう。

はしご受診はこんなにムダ!

ケース1：同じ診療所(Aクリニック)で治療を続けた場合
ケース2：納得がいかず、違う診療所4カ所を渡り歩いた場合

ケース	1回目	2回目	3回目	4回目	総合計① (3割が自己負担)
ケース1 同じ診療所	初診料	再診料	再診料	再診料	22,690円
	2,700円	710円	710円	710円	
	検査料	投薬料			
	14,200円	1,830円			
ケース2 4カ所を はしご受診	Aクリニック	Bクリニック	Cクリニック	Dクリニック	74,920円
	初診料	初診料	初診料	初診料	
	2,700円	2,700円	2,700円	2,700円	
	検査料	検査料	検査料	検査料	
14,200円	14,200円	14,200円	14,200円		
投薬料	投薬料	投薬料	投薬料		
1,830円	1,830円	1,830円	1,830円		
計	18,730円	18,730円	18,730円	18,730円	

その差(②-①): **52,230円のムダに!!**
(このうち3割が自己負担)

愛知県内 在住の方へ

新型インフルエンザと受診券について

当健保組合では、対象となる方に健康保険組合連合会愛知連合会のインフルエンザ予防接種共同事業の「受診券とリーフレット」をご自宅に送付いたしております。新型インフルエンザ予防接種は、受診券を受け付けない医療機関がありますので、希望される場合はあらかじめ電話予約をする際に必ず確認してください。

医療費のお知らせを活用しましょう

みなさんが受診したときの医療費は、毎月発行される「医療費のお知らせ」で確認できます。

- 活用1** 受診したときに医療機関からもらう領収証とつぎあわせることで、請求間違いがないか確認できる
- 活用2** 自分が医療費にいくら払っているのかを確認し、無駄な受診について見直すきっかけになる

内容に不明な点があったら、健保組合までお問い合わせください。
TEL:052-603-9224

時間外・休日・深夜はこんなにアップ!

診療所の場合	初診料 2,700円	再診料 710円
時間外加算	+850円	+650円
休日加算 (日祝などの休診日)	+2,500円	+1,900円
深夜加算 (22時~6時)	+4,800円	+4,200円

*診療所では、診療時間内でも夜間・早朝に診察を受けると割増(+500円)になる場合があります。



知って得する

医療費節約術

その1 「時間外受診」は高くつく

診療時間外の医療機関の受診には加算料金がつき、医療費が高くなります。深夜・休日にコンビニ感覚で受診するのはやめましょう。やむを得ず受診する前に、まずは24時間対応の電話健康相談(0120-923272)をご利用ください。夜間・休日診療所のご案内もいたします。