ウォーキングイベントが開催されました！

＊ 9健保共同企画 ＊

テーマパークを歩こう in 東山動植物園

11月5日(土)　当健保組合からは約2,000名が参加

当健保組合をはじめ愛知県内の9健保組合が共同で企画・開催しました。
当日は天候にも恵まれ、各健保組合から約1万人もの参加者が集まりました。
さわやかな秋晴れの空の下、いろいろな動物のしぐさを眺めたり、
クイズラリーの答えを探したりしながら、
園内でのウォーキングを楽しみました。

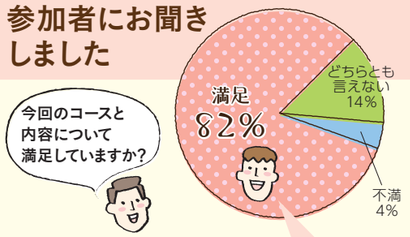
けんぽれんあいち 秋の健康ウォーク　10月15日(土)

まるっとミュージアム 陶のまち瀬戸散策コース

当日は好天に恵まれ、窯垣の小径や陶祖公園、瀬戸蔵ミュージアムなど、
瀬戸市の名所をぐるりと巡りました。

当健保組合からは
200名(96家族)が参加

参加者にお聞きしました



- 古き良き町並みを見ながら散策できてよかったです。
- スタッフの方がいろいろな場所で安全に気を配って誘導してくださり、小さな子ども連れファミリーも安心して歩くことができました。
- 次回も楽しみにしています。

ライフナビ　2017年 冬号　平成29年1月10日発行
豊田自動織機健康保険組合　愛知県刈谷市宝町8丁目1番地　TEL (0566) 21-7784　FAX (0566) 23-7648
http://www.shokki-kenpo.jp/
メンバーズサイトのログインパスワードはお手元にお届けした「ライフナビ」をご覧ください

豊田自動織機健康保険組合

ライフナビ

2017 冬 vol.34

CONTENTS

シリーズ「マイナンバー」❹
1月から健保組合のマイナンバー運用が始まりました　②
シリーズ「がん」❸ 胃がん　④
胃がんのリスクを高めるピロリ菌って何？　⑦
医療費控除　⑧
ハッピーウォーク29春 参加者募集！　⑨
「データヘルス計画第4回」
歯の健康を守りましょう　⑩
知っておきたい「介護保険」　⑭

http://www.shokki-kenpo.jp/
織機健保　検索

おトクな情報満載!
ご家庭に持ち帰り、ご家族でお読みください。

4 シリーズ マイナンバー

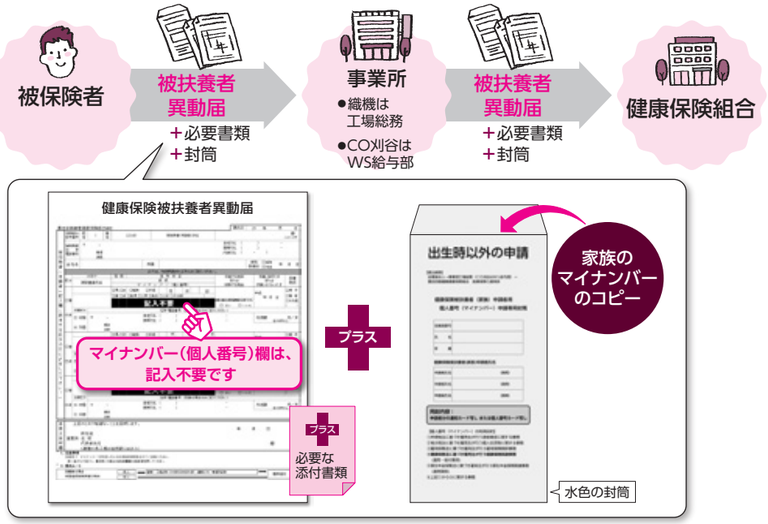
1月から 健保組合のマイナンバー運用が始まりました

平成28年1月から開始した税等の行政手続きでのマイナンバー（個人番号）運用に引き続き、
平成29年1月から、健保組合は、「番号法」による「個人番号利用事務実施者」として、番号法　で規定されたマイナンバーによる医療保険関係業務を実施します。

平成29年 1月から　マイナンバー利用により変更となる被扶養者の　申請手続き（家族を被扶養者にする場合）

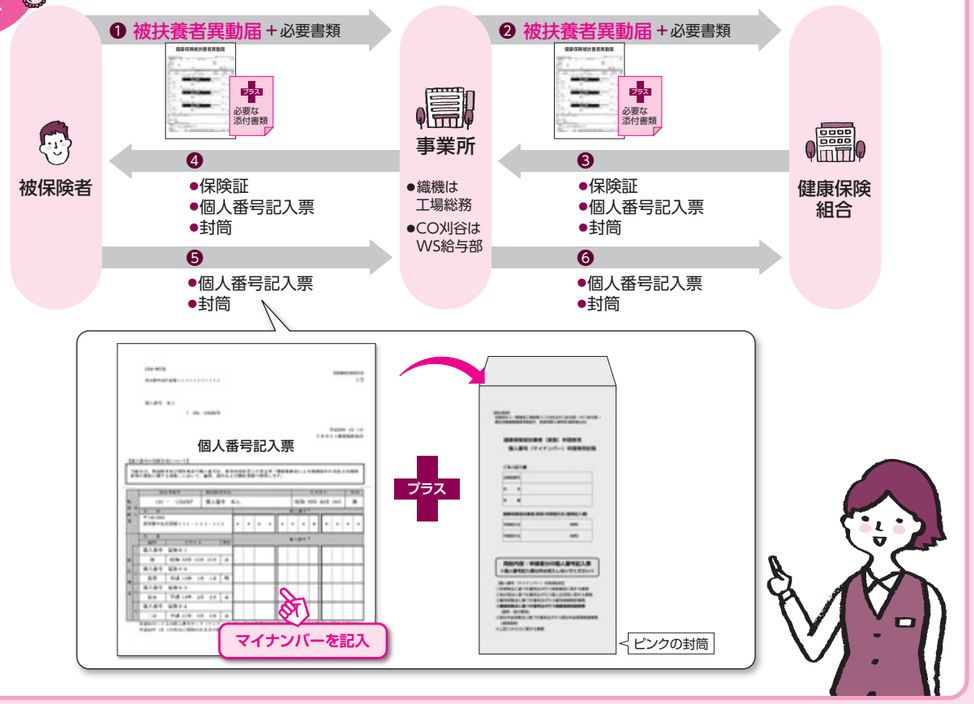
（現時点では、マイナンバーを直接提出していただく手続きは、被扶養者申請のみです。）

出生時以外の手続き



出生時の手続き

申請方法が異なります（生まれた子どものマイナンバーがすぐに入手できないため）



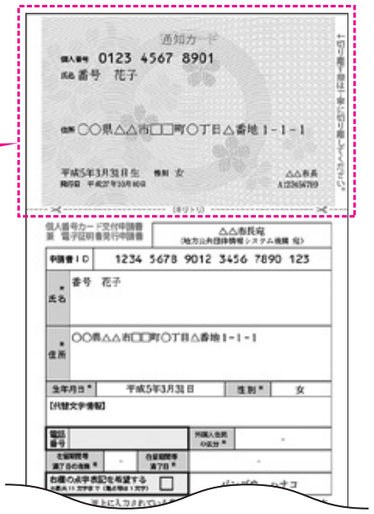
家族のマイナンバーのコピー　コピーを添付してください

通知カードの場合

マイナンバーが記載されている部分をコピーしてください。

この部分が通知カードです

※通知カードが手元にない場合は、住民票の住所の市町村に問い合わせて、至急取得してください。



個人カードの場合

裏面をコピーしてください。

申請にあたっての注意事項

豊田自動織機にお勤めの方は

マイナンバーのコピーは専用封筒に入れて提出してください。

豊田自動織機以外にお勤めの方は

各勤務先の担当者にご確認ください。

健保組合窓口での対応について

本人確認が必要なため、身分を証明できるものをご持参ください。

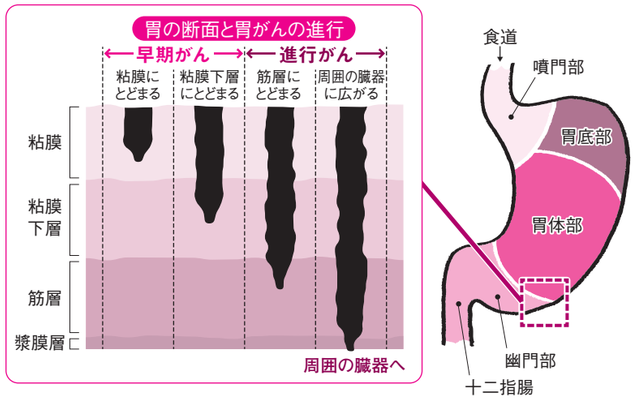
●運転免許証　●写真付の従業員証　●健康保険証　●パスポート
●マイナンバーの「個人カード」（「通知カード」は身分証明には使用できません!）など

申請書類には事業主印が必要です。（任意継続被保険者の方を除く）

●お問い合わせ　医療保険グループ（桜井）　TEL 内線 70-4612　外線 0566-21-7784

胃がん

胃がんは胃の壁のもっとも内側にある粘膜内の細胞が、何らかの原因でがん細胞になり、無秩序に増殖をくり返すがんです。がん細胞は大きくなるに従って胃の壁の中に入り込み、進行すると周囲の臓器にまで広がっていきます。胃がんがもっともできやすいのは、胃の出口にあたる「幽門部」です。



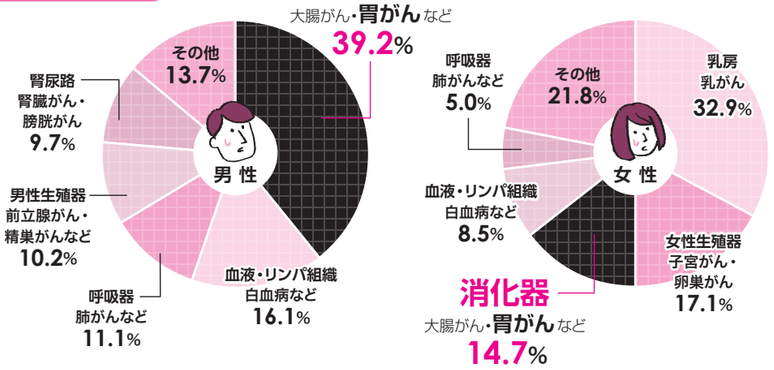
全国の胃がんの実態

死亡数（2014年）　男性 2位　女性 3位

罹患数（2012年）　男性 1位　女性 3位

織機健保のがんの実態

豊田自動織機健康保険組合のがん患者の割合（平成23～27年度）



胃がんのおもな原因

塩分のとりすぎ
塩分そのものに発がん性があるわけではありませんが、塩分をとりすぎると胃の粘膜が傷つきやすくなります。

喫煙
タバコは胃粘膜のがん化を促進させるといわれています。

ピロリ菌
胃の中にすみついて、粘膜を荒らします。ピロリ菌の感染者は、そうでない人に比べ、胃がんリスクが5倍になります。P7参照

胃がんの症状

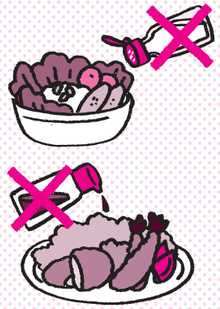
早期の段階
自覚症状のないことが多い

進行すると
胃痛、膨満感、胸焼け、嘔吐、食欲不振、下痢など

胃がんのリスクを下げる生活習慣

塩分を控える

塩分をとりすぎると胃の粘膜がダメージを受け、胃炎が起こりやすくなります。高血圧の原因にもなりますので、薄味を心がけましょう。



熱い食べ物・飲み物を控える

熱い食べ物や飲み物は胃の粘膜を傷つけ、それががんの発生を促す一因になると考えられます。ほどよく冷まして、ゆっくり食べましょう。

肉や魚の焼けこげ部分は避ける

肉や魚がこげたときにできる物質の一部に、発がん性が疑われるものが見つかっています。焼けこげた部分はできるだけ食べないようにしましょう。

野菜や果物をじゅうぶんとる

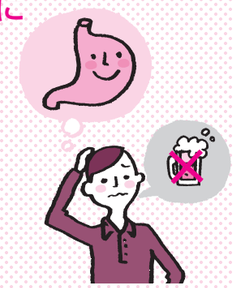
野菜や果物に含まれるβカロテンやビタミンCには、がんの原因になる活性酸素を消去する作用（抗酸化作用）があります。野菜は毎食、果物は毎日とりましょう。

一日3食、規則正しく食べる

朝食を抜いて夕食にたくさん食べたり、その日の気分によって食べたり食べなかったり、といった不規則な食生活は胃がんの原因のひとつです。一日3食、できるだけ決まった時間に食べるようにしましょう。

お酒はほどほどに

お酒の飲み過ぎは胃がんのリスクを高めます。飲む時は適量を守ってほどほどに。ふだん飲む習慣のない人は無理に飲まないようにしましょう。

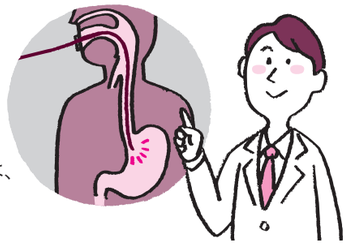


禁煙する

多くのがんと同じく、タバコは胃がんのリスクも高めます。本人だけでなく、受動喫煙によって家族など周りの人の胃がんの危険性まで高めてしまうことになります。本数を減らすのではなく、きっぱり禁煙しましょう。

定期的に胃がん検診を受けよう

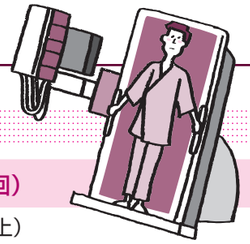
初期の胃がんには自覚症状はほとんどありません。がんを早期に発見するには、定期的に検診を受けることが大切です。P6をご覧ください



胃がん検診を受けましょう

胃がんは、かつて日本人の死因トップでした。しかし医療技術の進歩により、現在では早期発見できればほぼ100%治ります。定期的な検診が胃がんの早期発見につながります。

胃がん検診の種類



胃X線検査（胃レントゲン検査）

バリウム（造影剤）と発泡剤（胃を膨らませる薬）を飲み、胃の形や粘膜の状態をX線で撮影して診断します。

飲みやすくなったバリウム

「飲みにくい！」というイメージの強かったバリウムですが、味やにおいが改良され、飲む量も少なくなっています。

■健保組合の健診で受けられます（年1回）

会社の健診	被保険者（35歳以上）
人間ドック	被保険者（全年齢）・被扶養者（全年齢）
巡回健診	被扶養者（30歳以上）・任意継続者（30歳以上）
主婦検診	被保険者・被扶養者（女性・全年齢）

詳しくは健保組合のホームページをご覧ください
http://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ 健康診断検索

胃内視鏡検査（胃カメラ）

口や鼻から内視鏡を入れて、胃の中を直接観察します。X線検査では見つけにくいがんも発見することができます。

小型化された内視鏡

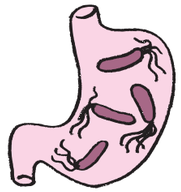
鼻から挿入できる内視鏡が開発され、吐き気や苦しさなどが軽減されています。ただし、口から挿入する内視鏡のほうが画質がよいため、検査精度は上がります。

ペプシノゲン検査

血液検査で、胃粘膜の老化度（萎縮度）を調べる検査です。胃がんそのものではなく、胃がんができやすい体質かどうかを診断します。陽性の場合は、X線検査や内視鏡検査を受けることが望ましいとされています。

ピロリ菌抗体検査

呼気検査や血液検査などで、ピロリ菌に感染しているかどうかを調べます。感染している場合は薬で除菌できます。



ABC検診

ペプシノゲン検査とピロリ菌抗体検査を組み合わせたもの。2つの検査の結果から、胃がん発症の危険度を判定しますが、胃がんを直接診断することはできません。

胃がんのリスクを高める ピロリ菌って何?

人類の半数が感染している、ありふれた菌

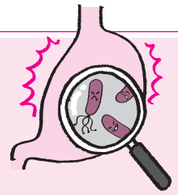
ピロリ菌は正式には「ヘリコバクター・ピロリ菌」といい、世界の人々の半数が感染している、ごくありふれた菌です。日本でも50代以上の約7割が感染しているといわれています。しかし、10代～20代の若年層の感染率は2割未満です。これは衛生状態がよくなかった幼児期に飲み水などから感染したことが原因のひとつと考えられているためです。

感染者は胃がんのリスクが5倍!

ピロリ菌は胃の中にすみついて粘膜を荒らし、胃がんや胃潰瘍、十二指腸潰瘍、萎縮性胃炎などの原因になることがわかっています。ピロリ菌の感染者は、そうでない人に比べて胃がんのリスクが5倍になるといわれています。

ピロリ菌は、感染すると除菌しない限り一生胃粘膜にすみ続けますが、感染していても必ずしも病気を引き起こすわけではありません。

感染しているかどうかを調べるには?



ピロリ菌の検査にはいろいろな種類があります。

- ●内視鏡検査で採取した胃粘膜から調べる
- ●呼気検査で調べる
- ●血液検査・尿検査で調べる
- ●便検査で調べる

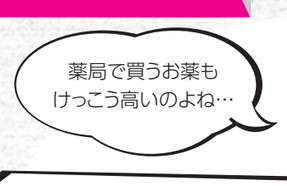
どうやって除菌するの?

検査の結果、感染が確認されると、除菌治療がすすめられます。除菌治療は、抗菌薬と胃酸の分泌を抑える薬を1週間のみます。これで70～80%の人は除菌に成功します。失敗した場合は2回目の除菌が行われます。これにより約90%が除菌できることになります。

健康保険の適用となるのは、「胃・十二指腸潰瘍の人」「胃がんの内視鏡治療を受けた人」などです。1回目の除菌に失敗した場合は2回目までが健康保険の適用となります。

健康保険のキホン

医療費控除



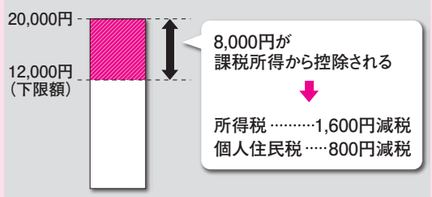
平成29年1月から セルフメディケーション税制が始まるよ

セルフメディケーション税制って何?

特定の成分を含んだOTC医薬品※を1年間(1～12月)に12,000円以上(家族分を含む)購入した場合、12,000円を超えた金額(上限88,000円)が所得から控除され、所得税の一部が戻ってくる制度です。これは、軽度な不調は自分自身で手当てする「セルフメディケーション」を推進するために設けられた医療費控除の特例です。OTC医薬品を購入した際の領収書も、大切に保管しておきましょう。

※OTC医薬品…薬局・薬店・ドラッグストアなどで販売される一般用医薬品。
旧称「大衆薬」「市販薬」

課税所得400万円の人が対象医薬品を年間20,000円購入した場合



対象となる医薬品は?

医療用医薬品から転用された特定の成分を含むOTC医薬品。
対象となる製品にはパッケージにマークが表示されるようになります。

このマークが目印!

例)市販のカゼ薬、頭痛薬等
*詳細は厚労省HP該当ページ(下記URL)をご参照ください。
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html

対象となる人は?

1年間(1～12月)に健康の維持増進および疾病の予防のために、一定の取り組み(インフルエンザ等の予防接種、がん検診、定期健康診断、特定健康診査、健康診査)を行っている人。

※それぞれの領収書や健診結果などの証明が必要です。
原本がない場合は健保組合が証明書を発行します。

セルフメディケーション税制を利用できるのは、

- **平成29年1月以降の購入分から平成33年12月31日まで**
- **申告は平成30年1月から**

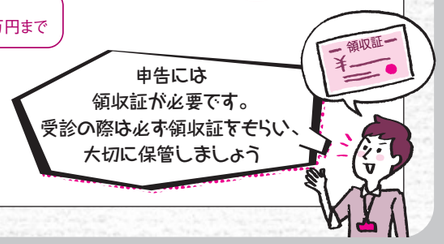
ただし、従来の医療費控除と同時に利用することはできません。OTC医薬品の代金に係る医療費控除については、従来の医療費控除(下記参照)とセルフメディケーション税制のどちらを利用するか、ご自身で選択することになります。

医療費控除

1年間(1月1日～12月31日)の医療費が、家族分を含めて10万円を超えたとき、確定申告をすることで所得税の一部が戻ってきます。

医療費控除の計算式

1世帯で1年間に支払った医療費(1月1日～12月31日に支払った医療費の合計額(家族分も含む)) − 健康保険や生命保険の還付金(健康保険からの「高額療養費」「出産育児一時金」、生命保険からの「入院給付金」など) − 10万円(所得総額の5%のほうが少ない場合はその金額) = 医療費控除額(控除額は最高200万円まで) × 税率 ➡ 還付金



確定申告の期間 平成29年2月16日(木)～3月15日(水)
※医療費控除還付申告だけなら1月から申請できます。

ハッピーウォーク29 春 参加者募集!

イベント期間 平成29年4月1日(土)～5月31日(水)の61日間

参加資格 豊田自動織機健康保険組合の被保険者・被扶養者

目標設定
- A 挑戦者コース … 8,000歩以上歩いた日が50日以上
- B 初心者コース … 8,000歩以上歩いた日が35日以上

〈初心者コース条件〉ハッピーウォーク初参加の方、または以前に参加したことはあるが一度も目標達成してない方

賞品
- 達成賞 目標を達成した方全員にQUOカード(500円分)をプレゼント
- 特別賞 抽選で10名に商品券(2,000円分)をプレゼント

申込方法 折り込みチラシまたは健保組合のホームページの「ハッピーウォーク"29春"参加申込書」に必要事項を記入し、健保組合に提出

申込締切 平成29年2月28日(火) 必着

詳しくは健保組合のホームページをご覧ください
http://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ 保健事業 ▶ ウォーキング ▶ ハッピーウォークのご案内
●お問い合わせ 保健事業グループ(石川) TEL 内線 70-4614 外線 0566-21-7784

楽しんでます! ハッピーウォーク "28秋"に参加中のみなさんにお聞きしました

チーム人数最多
チームSKMのみなさん

hmwaveさん ランキング16位! 1,167人中 2016年10月度
勤務後の夜や休みの日に歩いています。足が太くなりました。

イノセントスカイさん 28春イベント期間 61日中61日間 目標達成!
平日は会社の帰り、休日は夕方歩いています。万歩計で歩数管理することによって、意識して歩くようになり習慣になりました。

タイコウさん
仕事が終わったあとに歩いています。高かった血圧が適正数値内になりました。

よしくんさん
妻に任せていた犬の散歩を、帰宅後自分でやっています。つま先が上がるようになって、つまずくことがなくなりました。下半身が強くなり、ゴルフ1ラウンドしても疲れなくなりました。スイングも安定しました。

007さん
スポーツジムで歩いています。以前から継続して運動しています。

ひよこさん
終業後に歩いたりスポーツをしています。歩数計を持ち歩くことで意識して歩こうと思えるようになりました。

かっきんさん
通勤や日常生活、スポーツジムで歩いています。電車通勤で普通に8,000歩以上。スポーツジムのプログラム参加(1時間)で5,000歩弱。休日はとたんに歩数が減ります。

参加人数最多
刈谷豊田総合病院のみなさん

パーシーさん
就業時間内に歩いています。

すしまるさん
休憩時間や帰宅後に歩いています。近所へ出かけるときは歩いて行くようになりました。スポーツなどにも積極的に取り組んでいくことを心がけています。

花笑さん
駅から職場までの往復で歩いています。エレベーターやエスカレーターより階段を使うようになりました。

くまのプーさん
通勤時に歩いています。エレベーターを使わず階段を歩くなど、気持ちの変化がありました。健康維持、ダイエットのためにウォーキングを続けたいと思います。

みんなで推進しよう！

データヘルス計画

第4回

“データヘルス計画”とは?

健康保険組合は、みなさんの健康保持増進と医療費の適正化をめざして、さまざまな保健事業を実施しています。この保健事業は、みなさんの医療費データと健診データを分析し、より効果的な事業を計画・実施する「データヘルス計画」に基づいて実施しています。

データヘルス計画は、「日本再興戦略」の実現のための国を挙げての取り組みで、平成27年度から、すべての健康保険組合に実施が義務付けられています。

医療費データ(レセプト)
健診データ
→ 分析 → 保健事業

データに基づいた効果的・効率的な健康づくり事業が実現できます！

今年度、当健保組合は次の事業を重点的に取り組みます

- ◆ 生活習慣病の重症化を予防する
- ◆ 病気を未然に防ぐ
- ◆ 健康づくりを推進する
- ◆ 医療費の適正化を図る

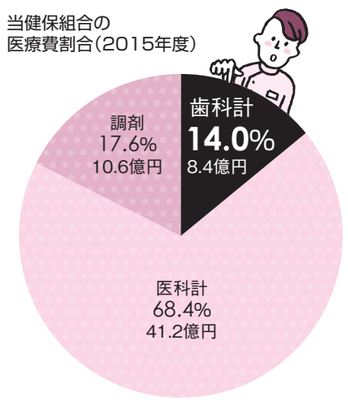
病気を未然に防ぐために 歯の健康を守りましょう

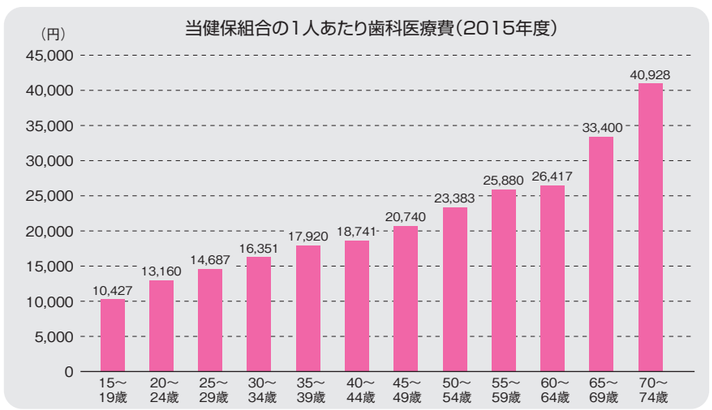
年齢とともに増える歯の医療費

当健保組合の歯科医療費は、年間で8億4,300万円。医療費全体の約14%にあたります。一人あたりの額を年齢別にみると、年齢とともに増え続け、とくに65歳以降は大幅に増えています。

むし歯や歯周病は未然に防ぐことができる病気です。若いうちから日頃のケアをしっかり行っていれば、健康な歯をいつまでも維持することができます。

当健保組合の医療費割合(2015年度)

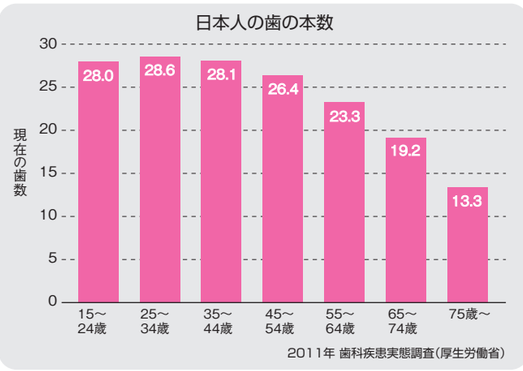




年齢とともに減る歯の本数

右のグラフは、平均現在歯数を年齢階級別に示したものです。年齢層が高いほど自分の歯の本数は少なくなります。本来持っている歯の数は28本ですが、45歳ごろから急激に減り、75歳以上では約13本。半数以上の歯が失われている状況です。

歯を失う原因である「むし歯」と「歯周病」を予防すれば、年をとっても歯を失うことなく、自分の歯でおいしく食事をすることができます。



目標は「8020」

80歳になっても自分の歯を20本以上保ちましょう

年をとったら歯を失うのはしかたない、と思っていませんか?
歯を失うことは、全身の健康を失うことにつながります。

歯を失う → 食事がしづらくなる → 栄養バランスがくずれる → 身体・精神機能が低下する → 活動量や体力が低下する → 全身の健康状態が悪くなる

高齢になっても、少なくとも20本以上自分の歯があれば、ほとんどの食べ物を噛み砕くことができ、全身の健康維持にも役立ちます。

歯科健診を受けましょう

1年に1～2回、歯科健診を受けて歯の健康状態をチェックし、治療が必要と言われたら、すぐに治療を始めましょう。むし歯や歯周病は自然に治ることはありません。

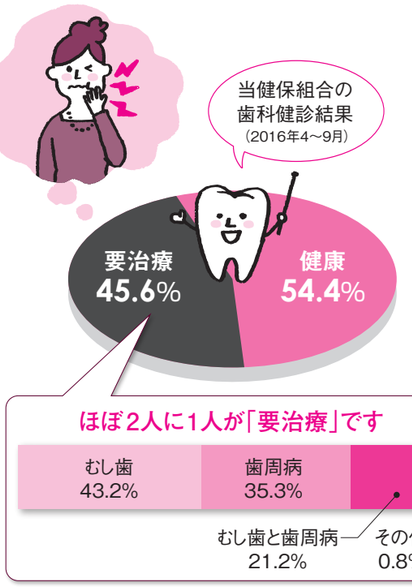
健保組合の歯科健診をご利用ください

集団歯科健診および歯科医院健診を合わせて年度内2回まで無料で受けられます

対象者 被保険者・被扶養者

❶ 会場に出向いて受ける「集団歯科健診」
ただいま実施中!(2月12日まで) ホームページで案内中!

❷ 近くの歯科医院で受ける「歯科医院健診」
1年中いつでも都合のよいときに受けられます



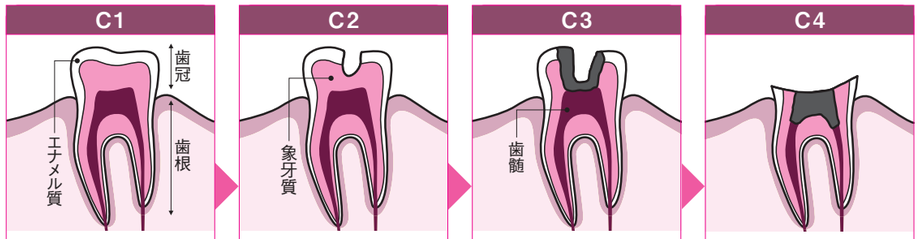
詳しくは健保組合のホームページをご覧ください
http://www.shokki-kenpo.jp/ トップページ ▶ 健康診断検索 ▶ 歯科健診

●お問い合わせ 保健事業グループ(宮地) TEL 内線 70-4613 外線 0566-21-7784

歯を失う原因 1 むし歯

口の中には300種以上の細菌がいますが、むし歯と関係が深いのはミュータンス菌です。ミュータンス菌がたくさん集まるとプラーク（歯垢）になります。そしてミュータンス菌の好物である糖分があると強い酸を作り、歯を溶かしていきます。

むし歯の進み方



むし歯になりやすいのはこんな人

- **ミュータンス菌がたくさんいる**
  歯のケアをあまりしない、ケアが間違っている人
- **糖分の入ったものが大好き**
  一日中だらだらと食べ続ける人ほどリスクが高まる
- **むし歯になりやすい歯をしている**
  酸に対する抵抗性が弱かったり、プラークがたまりやすい人
  みがきにくい歯並び、歯の溝が深い人

歯を失う原因 2 歯周病

歯周病はその名のとおり歯の周辺に起きる病気の総称です。歯と歯ぐきの間にたまったプラークが歯周病菌の温床となり、歯ぐきに炎症が起こることから歯周病は始まります。炎症が起こるのは、生活習慣や体質などが関係していると考えられています。

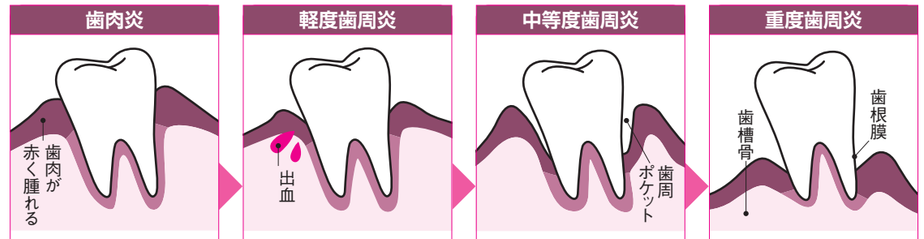
体質
- 体力（免疫力の低下）
- 糖尿病
- 妊娠
- 骨粗しょう症
- 歯並びや噛み合わせが適正でない

など

生活習慣
- 不適切な歯みがき
- 睡眠不足
- 運動不足
- タバコ
- ストレス
- 栄養の偏り

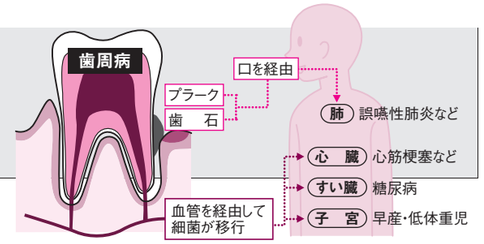
など

歯周病の進み方



歯周病菌は全身の健康に影響をおよぼす

歯周病菌は血液にのって全身に運ばれ、さまざまな悪影響を及ぼすことがわかっています。



むし歯も歯周病も予防の基本は正しいブラッシングから

歯に起こるトラブルを予防するため、正しい歯のみがき方を覚えておきましょう。

食べたらみがく

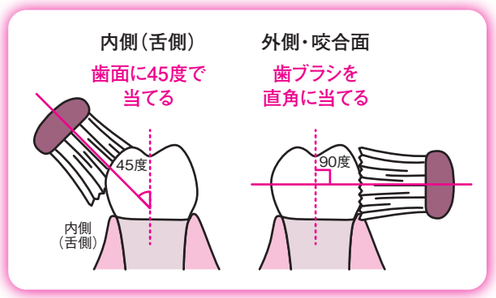
口の中にたまったプラークは、約48時間で石灰化が始まり、歯石になります。歯石になると歯みがきでは落とせないので、その前にしっかり歯をみがくことが大切です。

歯ブラシは軽く持つ

鉛筆のように持ち、毛先が少ししなる程度の軽い力でみがきましょう。

基本のみがき方をマスター

歯の面をみがく「スクラビング法」



歯と歯ぐきの境目をみがく「パス法」

歯と歯の間もきれいにする

汚れの取れにくい歯と歯の間は、歯間ブラシやデンタルフロスなどを使ってきれいにしましょう。

健保組合の歯科健診で正しい歯磨きのアドバイスを受けられます
P11参照

豆知識

フッ素化合物を上手に活用！

フッ素化合物を使うと、酸に溶けにくい丈夫な歯になると同時に、むし歯菌に直接作用して酸ができるのを抑制します。

- フッ素化合物配合の洗口剤
- フッ素化合物配合の歯みがき剤
- フッ素化合物の塗布（歯科医院で受ける）

歯みがき後のすすぎは軽くでOK!

健保組合の歯科健診でお子様が受けられます
P11参照

介護保険

介護保険は、年をとって介護が必要になった人に介護サービスを提供することを目的とした社会保険制度です。そのしくみについて知っておきましょう。

40歳以上のすべての人が加入し、保険料を納めます

介護保険は市町村と特別区（東京23区）が運営を行い、40歳以上のすべての人が加入します。健康保険の被扶養者も、介護保険では被保険者となります。健康保険組合は介護保険料の徴収で協力しています。

被保険者	保険料	介護サービスの受給条件
65歳以上の人 （第1号被保険者）	**市区町村で定められた額を徴収** 年金月額15,000円以上の人 ➡ 年金から天引き 年金月額15,000円未満の人 ➡ 市区町村が個別に徴収	「要介護状態」「要支援状態」になったとき
40～64歳の人 （第2号被保険者）	**健康保険組合が給料や賞与から徴収** 豊田自動織機健康保険組合の介護保険料率…**1.10%** （事業主負担0.55%・被保険者負担0.55%）	特定疾病により「要介護状態」「要支援状態」になったとき

40～64歳の人も以下の特別疾病に該当する場合は介護サービスを受けられます

- がん（末期）
- 関節リウマチ
- 筋萎縮性側索硬化症
- 後縦靭帯骨化症
- 骨折を伴う骨粗しょう症
- 初老期における認知症
- 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症およびパーキンソン病
- 脊髄小脳変性症
- 脊柱管狭窄症
- 早老症
- 多系統萎縮症
- 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症
- 脳血管疾患
- 閉塞性動脈硬化症
- 慢性閉塞性肺疾患
- 両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

介護サービスを受けるには「要介護（要支援）認定」の手続きが必要です

介護サービスを受けるには、市区町村に申請して、介護が必要かどうか、どの程度必要かを判定してもらうための「要介護（要支援）認定」を受けます。

申請
市区町村の窓口で「要介護（要支援）認定」の申請をします。

調査
- 訪問調査：調査員が家庭を訪問し、日常の生活動作を調査します
- 主治医の意見書：主治医がいない場合は指定医の診断を受けます

判定
訪問調査と主治医の意見書をもとに、介護の必要度を判定します

認定

要支援 1・2　要介護 1～5	非該当（自立）
必要度に応じた介護サービスが受けられます	介護サービスは受けられません
介護サービス計画の作成	判定結果等に納得できないときは不服申立てができます
介護サービスの利用	

介護が必要になったときは1割※負担で介護サービスが受けられます

介護サービスの利用者は、費用の1割※（施設サービスの場合は食費・居住費も負担）を自己負担します。自己負担額には上限が設けられ、上限額以上は「高額介護サービス費」として支給されます。

※一定以上所得者の場合は2割

自宅で受けられるサービス

自宅で介護サービスを受けます。

- **ホームヘルパーや看護師が家庭を訪問**
  食事・排泄等の介護や家事

- **入浴車が家庭を訪問**
- **福祉用具の貸与や購入費用補助**
  車椅子、ベッドなど
- **施設への短期入所（ショートステイ）**
  施設に短期間宿泊して介護やリハビリを受ける
- **デイサービス**
- **家庭や施設でのリハビリ**
- **小規模な住宅改修費の支給**

施設で受けられるサービス

施設に入所して介護サービスを受けます。

- **特別養護老人ホーム**
  日常の介護が必要な人

- **老人保健施設**
  入院治療の必要はないが介護・リハビリ等が必要な人

- **療養病床等**
  長期の療養や介護が必要な人

地域密着型サービス

市区町村において、地域の実情に応じて提供されるサービスです。

- 夜間対応型訪問介護
- 認知症対応型通所介護
- 認知症対応型共同生活介護
- 定期巡回・随時対応サービス
- 小規模多機能型居宅介護
- 複合型サービス
- 地域密着型特定施設入居者生活介護
- 地域密着型介護老人福祉施設

介護保険について詳しくはお住まいの市区町村や地域包括支援センターにお問い合わせください

重要なお知らせ

介護保険料の「総報酬割」が検討されています

国の介護費用は2015年度が10兆円、今後さらに高齢化が進み2025年度には20兆円となる見通しです。厚生労働省は2017年度の予算編成に向けて介護保険制度の見直しを検討しており、検討項目の中には当健保組合にも大きく影響する介護保険料の総報酬割があります。

検討されている内容は?

❶ 各企業（健保組合）に賦課している介護保険料の算出方法を
加入者数割 ➡ 総報酬割（加入被保険者の所得合計割）に変更

❷ これにより所得が高い企業の従業員の介護保険料が増加します（当健保組合も該当）。
【保険料率への影響（概算）】現状 1.1% ➡ 1.8～2.0%（見込み）

※総報酬割の導入時期・導入方法は現在検討中です（2016年11月時点）