

けんぽ便り とっとり

第62号

令和5年4月

鳥取支部 健康保険委員

2,841名

(令和5年2月末現在)

鳥取支部統計情報 (令和4年12月現在)

事業所数	10,573(10,471)
被保険者数	121,584人(127,599人)
被扶養者数	71,423人(75,486人)
標準報酬月額	263,229円(254,674円)
()	=前年同月

健康保険委員の皆さまには、協会けんぽと加入者のパイプ役として次の4つの役割をお願いしています。

従業員の相談



従業員とその家族の各種申請書に関する相談・案内

広報



協会けんぽがお送りしているお知らせの周知(回覧・掲示)

健康づくり



・従業員やその家族の健診受診に関する相談や案内
・健診後の保健指導の受入

モニター



健康保険事業に関するアンケート・署名への協力

今号のトピックス

- 令和5年度の鳥取支部の保険料率に変更となりました
- 健康保険制度レベルアップ講座 ~新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金~
- 健康保険料の仕組み 基本保険料と特定保険料って?
- ヘルシーとっとりレシピ ~厚揚げ豆腐のみぞれ煮~

令和5年度の鳥取支部の保険料率に変更となりました

● 健康保険料率の変更

令和5年2月(3月納付分)まで

9.94%



令和5年3月(4月納付分)から

9.82%

● 介護保険料率の変更

令和5年2月(3月納付分)まで

1.64%



令和5年3月(4月納付分)から

1.82%

よろしくお願いいたします



※40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)には、健康保険料率に全国一律の介護保険料率が加わります。
※変更後の健康保険料率と介護保険料率は、3月分(4月納付分)から適用されます。



全国健康保険協会 鳥取支部
協会けんぽ

健康保険料の仕組みについて解説しました(最後のページ)



セミナー 基調講演の様子

「健康経営実践セミナー」を開催しました

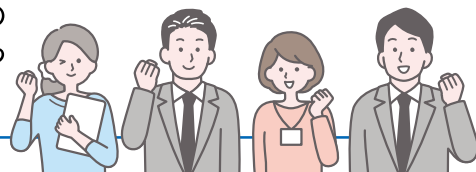
～内容を一部ご紹介します～

2月15日に、オンラインにて「健康経営実践セミナー」を開催しました。お忙しい中、ご参加いただいた事業所の皆さま、ありがとうございました。セミナーでは、株式会社タック(岡山県)の代表取締役社長瀧川様に会社で実践されている取り組みや健康経営の考え方等についてご講演いただきました。

「社員に幸福を! お客様に喜びを! 社会に貢献を! ～株式会社タックの取組～」

株式会社タック 代表取締役社長 瀧川 信二氏

株式会社タック様の経営理念である『**全社員の物心両面の幸福の追求**』の実践や、働き方改革施行に備え、**全社員の能力を最大限発揮したい**という思いが、健康経営に取り組むきっかけになったとお話いただきました。



● 健康経営取り組み内容

① 歩数記録などによる運動改善、社員同士の健康づくり情報誌の毎月発刊。



歩数記録は前年対比で表彰し、情報誌では社員の思いを掲載!



取り組んでよかった!

・ 定期健康診断後の2次検査100%受診について、若い社員が、**再検査のおかげで大腸がんの早期発見・治療ができた!**

② 定期健康診断後の2次検査100%受診を目指す。全体へのお願いと、社員へ個別の声かけを実施。



社員は家族! 家族に接するように気にかけることが大切。

● 備前市とのタイアップで健康経営に取り組む!



健康経営に取り組むにあたり備前市役所の保険課のサポートで保健師による『料理教室』を開催。



多くの社員が参加し、健康は業務と同等の価値を持つことを、**貴重な勤務時間を使うことで**、社員が納得してくれた良い機会になった。

労働生産性を高めるためにも、社員の心身ともに健康で充実した状態を維持することは、健康経営を実践することにつながっています。社員は家族、家族に接するように気に掛け、2次検査の声掛けなどを実践していくのが大切です。



感想(アンケート抜粋)



- ・ 「社員あつての会社」には共感いたしました。
- ・ 瀧川社長の社員(家族)への熱意・想いが伝わります。

健康保険制度レベルアップ講座

新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金



病気やケガのために仕事を休み、給与を受けられないときに支給される**傷病手当金**。支給要件等をまとめましたので、ご確認ください。

新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の対象となる方

次の①または②に該当する場合、傷病手当金の支給要件を満たしている方が対象となります。

- ①新型コロナウイルス「陽性」の方
- ②新型コロナウイルス「陰性」
または検査未実施であるが、**発熱等の症状がある方**



「陰性」で発熱等の症状のない方は濃厚接触者でも対象となりません

傷病手当金の支給要件

傷病手当金は次の要件をすべて満たした時に支給されます。

- 業務外の病気やケガで療養中であること
- それまでに就いていた仕事に就くことができないこと
- 連続する3日間を含み4日以上仕事を休んでいること
病気やケガの療養のため休み始めた日から連続して休んだ3日間を“待期間”とし、待期間が完成した後の休業日(4日目)から傷病手当金が支給されます。
- 給与の支給がない、または傷病手当金の額より少ないこと
給与の支払い額が傷病手当金の額よりも少ない場合は、差額分が支給されます。

申請方法

加入されている協会けんぽ都道府県支部に傷病手当金支給申請書をご提出ください。

療養担当者意見欄(申請書4ページ目)の証明を受けることが困難な場合

傷病手当金支給申請書(4ページ目療養担当者記入用)に、被保険者ご自身で以下をご記入ください。

- ①「患者名(カタカナ)」欄に、被保険者の氏名を記入する。
- ②「労務不能と認めた期間」欄に、申請期間と同一の日付を記入する。
- ③「傷病名(労務不能と認めた傷病をご記入ください)」欄に、
 - 新型コロナウイルス感染症に罹患している場合は、「**新型コロナウイルス感染症**」と記入する。
 - 新型コロナウイルス感染症に罹患していないものの、発熱等の症状がある場合は、「**新型コロナウイルス感染症の疑い**」と記入する。
- ④「労務不能と認めた期間に診療した日がありましたか。」にいいえの2と記入する。
- ⑤「上記期間中における「主たる症状及び経過」「治療内容、検査結果、療養指導」等」欄に、**発熱時の症状**を記入する。
- ⑥医師の署名の欄に「医師の証明を受けることができず被保険者自身が記入した」旨を記入し、署名する。
- ⑦医師の署名の「証明日」欄に記入した日を記入する。

※申請書2ページ目、被保険者記入用の「③傷病名」欄は、☑を入れてください。



療養担当者意見欄の証明を受けることが困難で、申請期間が14日以上になる場合

別途「**療養状況申立書**」に症状、経過等を記入し、申請書に添付のうえ、提出してください。

詳しくはこちら!



全国健康保険協会ホーム > 広報・イベント > 広報 > 新型コロナウイルス感染症関連情報 > 新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の申請について

◎申請書(申立書)はHPよりダウンロードいただけます。

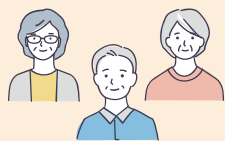
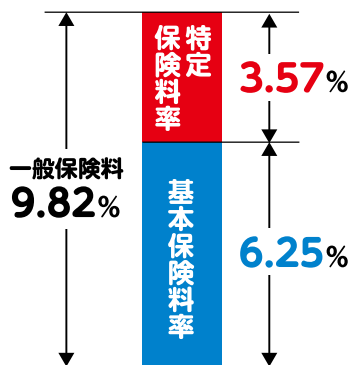


新型コロナウイルス感染症の急激な拡大を踏まえた臨時的な措置です。申請時期によっては、追加で書類をご提出いただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

健康保険料の仕組み 基本保険料と特定保険料って？

平成20年4月の後期高齢者医療制度の創設に伴い、協会けんぽの健康保険料(一般保険料)は基本保険料と特定保険料に分けられることとなりました。それぞれ用途が異なり、基本保険料は加入者の健康保険の給付や事業運営のための費用、特定保険料は高齢者の医療を支援するための費用に充てられています。

鳥取支部健康保険料率 9.82%の内訳



特定保険料(全国一律)

高齢者の医療を支えるための費用(前期高齢者納付金、後期高齢者支援金、退職者給付拠出金及び病床転換支援金等に充てています)。全国一律です。



基本保険料(都道府県ごとに異なる)

協会けんぽ加入者の医療給付や保健事業等に充てる費用。一般保険料から特定保険料を引いたもので、当該都道府県の保険料率の差(年齢・所得調整の上で加入者一人当たりの医療費等から算出)が反映しています。

なぜ都道府県ごとに基本保険料率が違うの？

都道府県ごとの基本保険料率は、地域の加入者の皆さまの医療費(支出)に基づいて算出されています。このため、重症化予防などの取組みにより都道府県の医療費が下がれば、その分都道府県の保険料率も下がることになります。



医療費の伸びを抑えることができると、保険料率の伸びを抑えることにつながるんだね。

ホームページ
掲載
レシピ!

ヘルシーとっとりレシピ

協会けんぽ鳥取支部の管理栄養士と助手がおいしくてヘルシー、そして簡単なお役立ちレシピをご紹介します!!



大根おろしでむくみ解消！ 厚揚げ豆腐のみぞれ煮

材料
(4人分)

- ・厚揚げ豆腐 ……500g
- ・大根 ……200g
- ・なめこ ……100g
- ・だし汁 ……600g
- ・しょうゆ ……大さじ2
- ・万能ねぎ ……20g
- ・砂糖 ……大さじ1
- ・生姜 ……5g

とっても簡単!!

調理
時間 20分

1人分
エネルギー:221kcal
食塩相当量:1.1g



221
kcal

- 作り方
- ① 大根はおろして軽く水気をきり、ネギは小口切りにする。なめこを水洗いして水気をとる。
 - ② だし汁を火にかけ、調味料、厚揚げ豆腐、大根おろし、なめこを加えて中火で5、6分煮る。
 - ③ 器に盛り付けてネギを散らす。

ポイント

みぞれ煮とは大根おろしで具材を煮た料理のことで、「おろし煮」と呼ばれることもあります。みぞれ煮は肉や野菜など、いろいろな食材と相性抜群です!

今回のレシピでは、市販の厚揚げ豆腐となめこを使い、簡単に調理できるので夕飯にもお酒のおともにもオススメです。

メールマガジン 会員募集中!

スマートフォンを
お持ちの方は
こちらからどうぞ→



申請書の提出など
お手続きは
すべて郵送で!

最新情報をチェック!

協会けんぽ鳥取

検索



全国健康保険協会 鳥取支部
協会けんぽ

〒680-8560 鳥取市今町2丁目112番地
アクティ日ノ丸総本社ビル 5階
TEL:0857-25-0050(代表)