

4 タバコに関するWEBアンケートを行いました！ ～“禁煙サポート”の周知をお願いします！～



アンケート結果の詳細はこちらです

協会けんぽ宮城支部加入者の喫煙者割合は**※男性は全国ワースト4位、※女性はワースト6位**となっています。

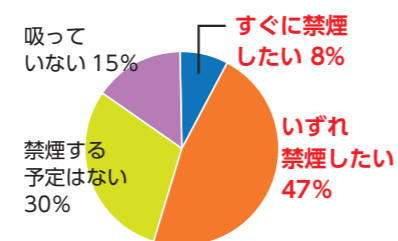
そこで、タバコの害に対する理解度の把握及び健康リテラシー向上を目的として、「禁煙勸奨通知(令和3年度事業)」を送付した方へ「タバコに関するアンケート調査」を令和4年9月～10月に実施いたしました。

アンケートご協力いただいた皆様におかれましては、お忙しい中、誠にありがとうございました。

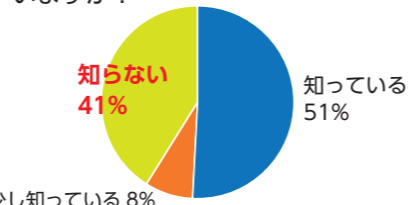
※2020年度スコアリングレポートより

※アンケートの結果の一部抜粋

①禁煙しようと思いませんか？



②一定の条件を満たすと禁煙治療に健康保険を使用できることを知っていますか？



アンケートの結果から、禁煙したいと考えている方や、禁煙治療で健康保険が利用できることを知らない方が多いことがわかりました。

専門家の“禁煙サポート”を受けてみませんか？

禁煙外来での禁煙治療

医療機関で医師の指導のもとに禁煙治療を行います。また、禁煙治療は健康保険適用が認められています。



薬局での禁煙支援

宮城県内には、禁煙支援・指導薬剤師(宮城県薬剤師会認定による)があり、禁煙達成までのアドバイスや指導等のサポートを行います。

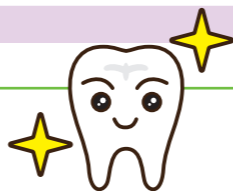


周知をお願いします！

お問い合わせ先 協会けんぽ宮城支部 企画総務グループ Tel.022-714-6851

column

5 糖尿病と歯周病の関係



糖尿病はインスリンの作用不足によって慢性の高血糖をきたし、長期化すると「網膜症」、「神経障害」、「腎症」、「心筋梗塞」、「脳卒中」などの合併症を生じさせます。糖尿病の人は血管障害により白血球がうまく運ばれず免疫力が落ちることや組織の修復に重要なコラーゲン代謝の低下、高血糖による歯槽骨の吸収が促進されることなどで歯周病が重症化しやすく、『歯周病は糖尿病の6番目の合併症』と認識されるようになりました。

なぜ歯周病があると血糖値が高くなるのでしょうか。重症化した歯周病では歯周ポケットから出血したり膿がでたりようになります。歯周病による炎症が続くと TNF-α(炎症性サイトカイン)という物質が出るようになり、この物質がインスリンの血糖値をコントロールする働きを妨げて糖尿病の状態を悪化させてしまうのです。一方で、糖尿病で重症化した歯周病を治療することで糖尿病自体の血糖コントロールが改善されることが報告されています。歯周病治療で糖尿病の検査値(ヘモグロビンA1c)は平均0.4%くらい低下するといわれ、これは糖尿病の薬1剤分に匹敵するともいわれています。歯肉の炎症を改善することが血糖コントロールを改善することにもなるのです。歯周病は慢性的な病気で、初期にはほとんど自覚症状がないため、気づいた時にはかなり進行している可能性があります。かかりつけ歯科医院をつくり、定期的な歯周病チェックを心がけることが大切です。

一般社団法人宮城県歯科医師会 地域保健部会 部員 戸田 慎治

編集後記

最後までお読みいただきありがとうございます！令和5年になりましたね！今年は宮城県内の色々な観光地や美味しいお店を巡って、思い出をたくさん作りたいたいと思います。冬はあったかいお鍋が美味しいですね。野菜をたっぷり入れた栄養満点なお鍋を作って、冬を乗り越えましょう(^_^)年度末が近づくと、お仕事が忙しくなる方も多いのではないのでしょうか。寒い日々が続きますが、どうかご自愛ください。次回号もお楽しみに！

第54号担当 國久

メルマガだてっこみやぎでは健康保険に関する最新情報を配信しています。ぜひご登録ください



編集・発行

全国健康保険協会 宮城支部 企画総務グループ

〒980-8561 宮城県仙台市青葉区国分町3-6-1 仙台パークビル8階 Tel.022-714-6851 Fax.022-714-6857



だてっこみやぎ

令和5年1月 54



こんにちは！協会けんぽ宮城支部です

明けましておめでとうございます！令和5年がスタートしましたね！この一年も皆さまにとって実り多い年になりますようお祈り申し上げます。本年も、どうぞよろしくお願いいたします！

1 令和4年度 健康保険委員表彰式を開催しました

協会けんぽ宮城支部では、健康保険事業の推進について、日頃よりご協力いただいております健康保険委員の皆さまの活動や功績などに感謝の意を表するため、表彰を実施しております。

令和4年11月24日(木)に「令和4年度年金委員・健康保険委員表彰式」を仙台市内のホテルにおいて開催し、14名の健康保険委員の方を表彰させていただきました。

受賞者の皆さまにおかれましては、今後益々のご活躍をお祈り申し上げます。

全国健康保険協会理事長表彰

- | | |
|---------|--------------|
| 佐藤 美和 様 | 株式会社 ノグチ |
| 工藤 和子 様 | 株式会社 ネグスト |
| 伊藤 卯 様 | 藤装建 株式会社 |
| 青木 秀子 様 | 有限会社 青木設備工業所 |

全国健康保険協会宮城支部長表彰

- | | |
|----------|------------------|
| 伊藤 久美子 様 | 赤帽宮城県軽自動車運送協同組合 |
| 中澤 恵 様 | 社会福祉法人 家庭福祉会 |
| 小山 敏 様 | 株式会社 仙台スイミングスクール |
| 高橋 洋子 様 | 大和薬品 株式会社 |
| 小林 忠雄 様 | 渡辺建設工業 株式会社 |
| 清水 美紀 様 | コスモスケア 株式会社 |
| 川村 京子 様 | 株式会社 宮城日化サービス |
| 星 元子 様 | 社会福祉法人 仙台つるがや福祉会 |
| 大久保 仁 様 | 株式会社 ハートライン |
| 池田 理恵 様 | 高速美術印刷 株式会社 |



～職場健康づくり宣言のご登録は“お済み”ですか？～

★健康保険委員の役割の一つに、職場の健康づくりの推進があります。

まだ、「職場健康づくり宣言」にご登録されていない事業所様は、ぜひこの機会にご登録をお願いします。ご登録はこちら



★ご登録いただいた場合、こんな特典が受けられます！



お問い合わせ先 協会けんぽ宮城支部 企画総務グループ Tel.022-714-6851

Pick up 1



2 令和5年4月より 生活習慣病予防健診の自己負担額が下がります

令和5年4月より、生活習慣病予防健診の自己負担額が変更となる予定です。さらにお得になった生活習慣病予防健診をぜひご利用ください。

定期健康診断をご利用の事業所様におかれましては、この機会に生活習慣病予防健診への切り替えをご検討ください。

【35歳～74歳までの被保険者様】 生活習慣病予防健診

〈令和5年3月受診分まで〉
自己負担額 **7,169円**

〈令和5年4月受診分より〉
自己負担額 **5,282円**



※自己負担額軽減前と軽減後の健診内容に変更はありません。(自己負担額減額により検査項目が削減される訳ではありません。)

【参考】生活習慣病予防健診の健診内容
診察等、問診、身体計測、血圧測定、尿検査、便潜血反応検査、血液検査、心電図検査、胸部・胃部レントゲン検査、眼底検査（医師の判断により実施）

一般健診のほか、以下の健診についても自己負担額が軽減されます。

健診区分	自己負担額 変更前	自己負担額 変更後	健診区分	自己負担額 変更前	自己負担額 変更後
付加健診	4,802円	2,689円	子宮頸がん検診	1,039円	970円
乳がん検診 (50歳以上)	1,086円	1,013円	肝炎ウイルス検査	624円	582円
乳がん検診 (40歳～48歳まで)	1,686円	1,574円			

【事業主様、健診ご担当者様へのお願い】

令和5年度の生活習慣病予防健診のご案内は、令和5年3月下旬に全事業所へ送付予定です。自己負担額等の詳細をご確認いただき、健診時間の確保や予約の取りまとめにご協力をお願いいたします。

お問い合わせ先 ▶▶▶ 協会けんぽ宮城支部 保健グループ Tel.022-714-6854

Pick up 2

令和4年度

3 「医療費のお知らせ」をお送りしております

「医療費のお知らせ」とは？

加入者の皆さまが受診した医療機関や診療を受けた際にかかった医療費等を、年に一度お知らせするものです。ご自身の健康と医療に関する認識を深めていただくほか、医療機関等で受診した内容に誤りがないかをご確認いただくことを目的としています。



送付先

事業所あて（任意継続保険にご加入の方は被保険者様のご住所あて）

※「医療費のお知らせ」が届きましたら、従業員の皆さまへ未開封のまま配付くださいますようお願いいたします。

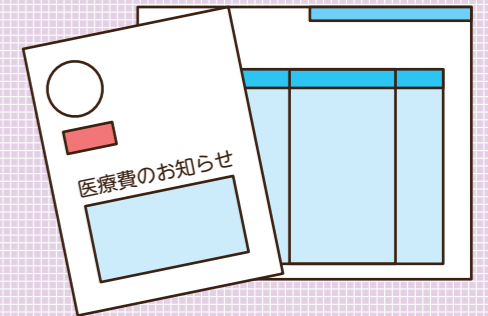
発送時期

令和5年1月中旬から1月下旬

対象期間

令和3年10月受診分から令和4年9月受診分

※医療機関から協会けんぽへの医療費の請求状況等により、対象期間内であっても記載がない場合があります。



「医療費のお知らせ」についてお願い

1

「医療費のお知らせ」は確定申告に使用することができますが、記載のない医療費については、医療機関等からの領収書に基づき、医療費控除の明細書を作成し、確定申告書に添付する必要があります。
詳しくは国税庁のホームページまたはお近くの税務署へご確認ください。



国税庁
ホームページ

2

ご退職や75歳到達等により資格喪失された場合や保険証の記号番号に変更があった場合は、「医療費のお知らせ」は発行されません。
資格喪失以前の分または変更前の分が必要な場合は、お手数ですが「医療費のお知らせ依頼書」によりご申請くださいますようお願いいたします。



「医療費のお知らせ依頼書」
はこちら



「医療費のお知らせ」のチャットボットをご用意しています！

医療費のお知らせに関するご質問について、会話形式でご案内いたしますので、ぜひご利用ください！



お問い合わせ先 ▶ 協会けんぽ宮城支部 レセプトグループ Tel.022-714-6853