



職場内で掲示・回覧をお願いいたします

令和5年度の「医療費のお知らせ」をお送りします



「医療費のお知らせ」とは、対象期間にかかった医療費を被保険者（被扶養者含む）単位にまとめた通知です。

対象期間 ※昨年度よりも1か月短くなります。

主に**令和4年10月～令和5年8月診療分**

発送時期およびお届け先

令和6年1月中旬から下旬にかけて、お勤めの事業所宛に発送

「医療費のお知らせ」について詳しくはこちら

▶協会けんぽ
ホームページ



確定申告は「マイナポータル連携」が便利です！

- マイナンバーカードをお持ちの方は、紙媒体以外でも医療費の情報※が閲覧できます。

※令和3年9月以降に医療機関等で支払った公的医療保険にかかる医療費の情報を最速で、受診月の翌々月11日より閲覧できます。

- マイナポータル連携を使っの確定申告等は下の二次元コードでご確認ください。

控除証明書等の必要書類のデータを一括取得し、各種申請書の自動入力対象の申告書が増えて、さらに便利になっています！

マイナポータル
「確定申告の事前
準備について」▶



医療費控除に関する手続きの詳細は**国税庁ホームページ**または**お近くの税務署**まで

医療費控除 国税庁 検索

マイナンバーカードを使ってラクラク申請！



上手な
医療の
かかり方

「リフィル処方せん」をご活用ください

～医療機関に通う回数を減らせます～

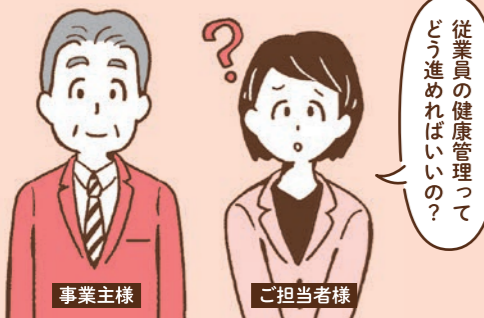
リフィル処方せんとは、医師の処方により医師と薬剤師が適切に連携して一定期間内に1枚の処方せんを最大3回まで、繰り返し使える処方せんのことです。

対象は、病状が安定し、通院をしばらく控えても大丈夫と医師が判断した患者さんです。リフィル処方せんの期間中でも、病状が変化した場合には医療機関を受診できます。

忙しくて開院時間中に医療機関に行けない方や、通院自体が難しい方でも、薬局に行くだけで処方薬を受け取れるので、医療費と通院時間が節約できます。長期間同じ薬を飲み続けている方などは、一度医師に相談してみてもいいかもしれません。

詳しくは、右の二次元コードから、けんぽれんのホームページでご確認ください。





35歳以上の従業員様の定期健康診断は お得な生活習慣病予防健診をご利用ください

現在値を知る
京都支部の特定健診等の受診率は
全国23位から
(令和3年度実績)
14位に!
(令和4年度実績)

皆様のご協力で順位が大幅アップ。被保険者ご本人の生活習慣病予防健診は自己負担額が軽減され、よりお得に受診できるようになりました。

毎年健診を受診し、健康の現在値(身体の状態)を確認することが重要です。事業所で取り組む健康づくりの流れをご紹介します!



1 健診機関を選ぶ → 電話等で予約!

メリット

- 健診費用を7割補助
→18,865円相当の健診が
5,282円で受診可能!
- 定期健診に3つのがん検診(胃・肺・大腸)をプラス
- 特定保健指導が無料



協会けんぽの生活習慣病予防健診を受診したいのですが...

詳細はこちらのパンフレット等をご確認ください。



被保険者Aさん(45歳)



2 健診機関からの案内をもとに 当日保険証を持参して受診

生活習慣病予防健診実施機関は京都府内に71機関
一覧はこちら▶

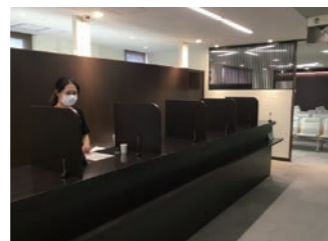


写真: 京都工場保健会



3 検査開始



定期健康診断に
胃部レントゲン検査、
便潜血反応検査が
追加となり、血液検査を
より詳しく調べます。

健診の種類	検査の内容	自己負担額
一般健診 ※年齢によって、 一般健診に追加 できる健診 もあります。	・問診・診察等・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 ・胃部レントゲン検査・胸部レントゲン検査	最高 5,282円
	・眼底検査 ※医師が必要と判断した場合のみ	最高 79円

結構色々
調べる項目が
あるんだなあ



体重や腹囲の
増加は健診結果に影響が
出やすいです。無料で専門職に
相談できますので、ぜひ
ご利用ください。

この1年で体重が
増えているなあ...
無料だし、今日相談を
受けてみようかな

忙しい方など、
当日の健康相談の
チャンスを逃さ
ないでね!



特定保健指導の
基準はこちら▶



4 健診当日の健康相談(特定保健指導)

対象となる方に健診機関スタッフからお声かけさせていただきます。



保健師・管理栄養士

忙しい方でも、食べ方の工夫や取り組みやすい
運動で、生活習慣病を予防することができます。



保健師・管理栄養士

そうですね。遅い時間に帰宅したとき、
食事で気を付けることは何でしょうか。

夕方におにぎりなどで補食をとり、帰宅後は
おかずのみにして腹八分目にしましょう。

なるほど。それならできそうだ。

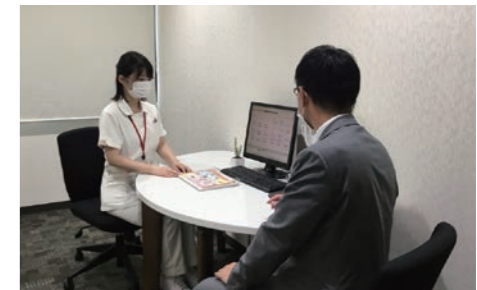


Aさん



Aさん

保健指導を当日受けられる
健診機関は他にもこんなに!
一覧はこちら▶



▲面談スペース

5 健診結果到着

健診結果を踏まえた行動が重要です!



事業主様

皆、健診は受け終わったな。
Bさんは医療機関への受診が
必要だと結果が出ていたか。
シフトを調整するから今月中に
受診してほしいな。



Bさん

そういえば去年も
案内が来ていたな



ご担当者様

Cさんに協会けんぽから保健
指導の案内が届いているわ。
所属の営業所へ直接訪問して
もらえるのね。じっくり相談
できるしよかったわ。



Cさん

Aさんが健康相談を受けて
良かったと言っていたなあ
私も受けようかな

健診当日に面談が受けられなかった場合など、後日、協会けんぽまたは外部委託機関から特定保健指導のご案内をお送りしています。また、医療機関への受診が必要な方へ受診をお勧めするお手紙を送付しています。

生活習慣病予防健診をご利用いただくことで、協会けんぽが事業所の
健康管理をサポートし、ご担当者様の負担を軽減します!



撮影協力機関: 京都工場保健会総合健診センター(中京区)
京都工場保健会では、総合健診センター(円町)、山科健診クリニック(山科駅前)、宇治健診クリニック(大久保)でご受診いただけます。特定保健指導も当日実施しています。



▲総合健診センター ▲山科健診クリニック ▲宇治健診クリニック

「ジェネリック医薬品軽減額通知」を 令和6年1月下旬頃ご自宅にお送りします

ジェネリック医薬品に変えたらどのくらいお薬代が軽減
できるのか、確認してみてください！

皆様がジェネリック医薬品をご利用いただくことで、**医療機関での窓口負担額が安くなる**だけでなく、**インセンティブ制度**の順位が向上し、**インセンティブ（報奨金）が付与**される可能性が高まります！

※現在、一部のジェネリック医薬品におきまして、供給不足や欠品が生じており、切り替えが難しい場合がございます。ジェネリック医薬品をご希望の方は、医療機関や薬局にご相談ください。

◆インセンティブ制度って何？

加入者と事業主の皆様の**5つの取り組み**※に応じて、47都道府県の協会けんぽの支部間で順位付けをし、上位の都道府県支部にインセンティブ（報奨金）が付与され、2年後の健康保険料率に反映させる制度です。

今、ジェネリック医薬品に変更したり、特定健診や特定保健指導を利用したりして全国の協会けんぽの中で上位の成績になると、2年後の保険料率が順位に応じて低くなります。

※5つの取り組み：特定健診等の受診率、特定保健指導の実施率、特定保健指導の対象者の減少率、要治療者の医療機関受診率、ジェネリック医薬品の使用割合

現在値を知る

京都支部のジェネリック
医薬品の使用割合は

37位に！
全国**46**位から
(令和3年度実績)
(令和4年度実績)

皆様のご協力で順位アップ。家計にやさしく、使いやすいジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。

▶ 事業主様・担当者様、ご協力も！

マイナポータルでお薬代を確認すると、ジェネリック医薬品に切り替えた場合の軽減可能額が表示できます。いつでも利用できますので、皆様にお知らせください。

ご確認の方法は、こちらの二次元コードで
ご確認ください。



京都府がん総合相談 支援センターのご案内

◆がんは身近な病気です

日本人の2人に1人は、一生のうちになんらかのがんにかかるといわれています

◆がんと診断されたら

治療方針をしっかり聞いて、納得して治療を受けることが大切です



京都府がん総合相談支援センターでは、がんの治療や副作用、不安などの相談に幅広く応じています。どんなことでもご相談ください。

☎ 0120-078-394

相談時間：9時～12時／13時～16時
(土日祝・年末年始は除く)



2月17日～23日は日本アレルギー協会 協会のアレルギー週間です

きちんと知りたい、 アレルギーのこと

そろそろ花粉症が気になる季節。花粉症を始め、ぜん息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、アレルギー性結膜炎、アレルギー性鼻炎など、さまざまなものが知られるアレルギーですが、これは免疫の過剰反応が原因となる病気のこと。アレルギー体質の人はほかのアレルギーの病気が発生しやすいという特徴もあります。また、食物アレルギーと食中毒などは、意外と区別が付きにくいものです。アレルギーの正しい知識は、日本アレルギー協会のホームページや日本アレルギー学会が運営する「アレルギーポータル」などにあります。確実な情報で、きちんとアレルギーを知りましょう。

▶ 日本アレルギー協会



▶ アレルギーポータル



京都支部は移転いたしました。申請書等の送付先にご注意を！

全国健康保険協会 京都支部
協会けんぽ

ホームページはこちら [協会けんぽ京都支部](#) 検索



〒600-8522 京都市下京区四条通麩屋町西入
立売東町28-2大和証券京都ビル2階

☎075-256-8630 (代表) 受付時間 8:30～17:15 (土日祝・12月29日～1月3日を除く)
申請書のお手続きは、郵送でお願いします

メルマガ
登録募集中



発行者