



協会けんぽ

だてっこみやぎ

令和6年1月 第58号

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6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、どうぞよろしくお祈りいたします！



1 令和5年度 年金委員・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5年11月22日(水)に「令和5年度年金委員・健康保険委員等表彰式」を仙台市内のホテルにおいて開催し、19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。

厚生労働大臣表彰

小川 正夫 様 株式会社 阿部和工務店

全国健康保険協会理事長表彰

小野寺 晴彦 様 協業組合 石巻廃棄物処理センター
浅野 昭江 様 株式会社 古川測量設計事務所
加藤 博之 様 富士オイルサービス 株式会社

全国健康保険協会宮城支部長表彰

角田 禎介 様 株式会社 レンテック
岡村 誠也 様 日興電建 株式会社
柴崎 聡子 様 通研エンジニアリングサービス 株式会社
加藤 純子 様 宮城県道路公社
鳥海 真喜子 様 O・T・テクノリサーチ 株式会社
佐々木 俊博 様 東北紙工 株式会社
阿部 里香 様 皆成建設 株式会社
青山 淳子 様 株式会社 佐元工務店
小川 明香 様 株式会社 斎藤工務店
大野 昭 様 羽山砕石 株式会社
今野 博志 様 丸か建設 株式会社
渡辺 一也 様 有限会社 渡辺工業所
後藤 桂一 様 光電子 株式会社
福島 厚 様 古川ガス 株式会社
三浦 ひろみ 様 カネカ東北スチロール 株式会社



ご存じですか？

4 医療機関へのかかり方で自己負担する金額が変わります！

医療機関を受診する時間帯によって、初診料や再診料の他に「時間外加算」がかかります。本来、休日や夜間は緊急性の高い重症患者や入院患者に対応する時間帯です。宮城支部の調査によると、診療時間外に受診している病名として「高血圧性疾患」や「皮膚炎及び湿疹」等で受診されている方が多く見受けられました。

ある診療所の診察を受けた時間とその割増事例 が診療時間の場合

表示されている診療時間	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	～	6
平日 例) 8～12時 15～20時	時間外加算 850円(初診)	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) 650円(再診)	深夜加算 4,800円(初診) 4,200円(再診)	深夜加算 4,800円(初診) 4,200円(再診)
土曜日 例) 8～15時	時間外加算 650円(再診)	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	診察時間 割増なし	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	時間外加算 850円(初診) / 650円(再診)	深夜加算 4,800円(初診) 4,200円(再診)	深夜加算 4,800円(初診) 4,200円(再診)
日曜・祝日 休日当番医 例) 8～17時	休日加算 2,500円(初診) / 1,900円(再診)																		

※このうち1～3割が窓口での自己負担になります。

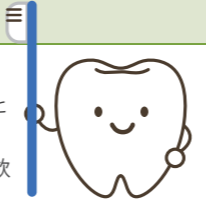


- ここがPoint**
- ① 急病でやむを得ない場合を除き、平日の診療時間内に受診するよう心がけましょう。
 - ② 事業主様、事業所のご担当者様については業務時間のご配慮をお願いいたします。

5 歯周病と誤嚥性肺炎



食べ物や唾液を飲み込む際、口から食道へと送られますが、誤って気管に入り込んでしまうのが「誤嚥」です。高齢になるとうまく飲み込めない嚥下障害が起こりやすく、誤嚥を生じるリスクが高まります。
通常は誤嚥しそうになると嚥下反射が働き、むせて咳をすることで気管から異物を吐き出します。しかし、加齢とともに飲み込む機能や嚥下反射が低下すると、高齢者ではうまく吐き出せない場合がでてきます。
さらに、口の中には肺炎を引き起こす細菌を含むさまざまな細菌がすみついており、歯磨きが不十分で不潔な状態が作られると増殖します。
誤嚥によって肺炎の病原菌を多く含んだ食べ物や唾液が気管に入り、気管から肺に侵入して炎症を起こします。これが誤嚥性肺炎です。
特に歯周病があると誤嚥性肺炎のリスクが高くなります。
歯周病菌は肺炎の原因菌と一緒に気管を通り、肺炎の原因菌などが気管支や肺の粘膜にすみつくのを助けるよう働くのです。また、歯周病を起こしている歯茎は炎症性物質を放出するため、これが唾液などに混じって気管支や肺に入り込むと肺炎を悪化させてしまうのです。
誤嚥性肺炎の発症を防ぐには、歯磨きなどによる口腔ケアで肺炎の原因菌や歯周病菌を減らし、口の中を清潔に保つことが重要となります。
口腔ケアの基本は、歯ブラシ、歯間ブラシ、舌の専用ブラシなどを用いて、細菌を取り除くこと。歯並びや歯茎の状態によって磨き方も異なるため、歯科医院で指導を受けるとよいと思います。
歯周病の多くは自覚症状がなく進行します。そのため、定期的に歯科医を受診して、歯と歯茎の状態をチェックしてもらい、機械による歯面・歯間清掃など専門的な口腔ケアを受けることが望ましいです。



一般社団法人宮城県歯科医師会 地域保健部会副部会長 鈴木宏明

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6年になりましたね！今年の抱負としましては、私はサウナが好きですので、宮城県内の温泉施設にたくさん足を運びたいと考えています！
さて、相変わらず東北の冬は寒さが厳しいですが、皆様におかれましては、も体をあったかくして、是非ご自愛いただければと思います。
最後に、今年も一年間どうぞよろしくお祈りいたします！！

(第58号担当 根岸)

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

健康保険委員の皆さまへ ～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！ [詳細はこちら▶▶▶](#)



2 来年度から付加健診の対象年齢が拡大します!

令和5年4月より、生活習慣病予防健診等の自己負担額が変更となりました。
さらに、**令和6年4月より、付加健診の対象年齢が拡大**します。
事業所様におかれましては、健診項目・費用の見直しを是非ご検討ください。



生活習慣病予防健診

■ 一般健診の内容

- 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
- 胸部レントゲン検査 胃部レントゲン検査

対象

35歳～74歳の
被保険者(ご本人)様

自己負担額

5,282円
※一般健診総額18,865円の場合



一般健診に追加できる健診 **付加健診**

対象 現行:40歳、50歳

お得に健診の
チャンスが
こんなに多く!!

令和6年4月から
40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳

■ 付加健診の内容

- 尿沈渣顕微鏡検査 生化学的検査 肺機能検査
- 血液学的検査 眼底検査 腹部超音波検査

自己負担額

2,689円

生活習慣病予防健診+付加健診を受けた場合…

自己負担額 **7,971円** により詳細な健診(人間ドック並み)を受けることができます。

※一般健診総額18,865円の場合

付加健診の対象者は年度初めに送付される「健診対象者一覧」で確認できます



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

3 傷病手当金・出産手当金のよくある間違いを知ろう!

令和5年1月から開始した新様式申請書について、「事業主の証明(申請書3ページ目)」の間違い・問い合わせが多いポイントに注目してご説明します。

申請前にもう一度
チェックしてみよう!



要注意ポイント

1 証明期間は
申請書2ページ目の
申請期間を記入!

間違い例: 申請期間と対応していない

2 出勤をしていない場合でも
申請期間を含む年月を記入!

間違い例: 申請年月が未記入

3 申請期間の中で
出勤した日のみ「○」を記入!

間違い例: 「△」、「/」が記入されている
欠勤日に「○」が記入されている

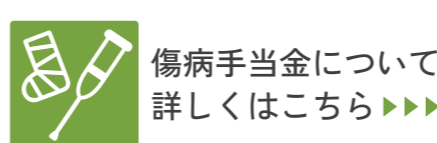
4 申請期間に対して
支給した報酬のみ記入!

・「欠勤控除していない各種手当」
・「申請期間内に取得した有給」の
「期間」、「金額」を記入します
間違い例: 基本給が記入されている
報酬0円が記入されている

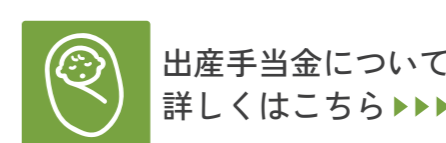
5 申請期間以降かつ
郵送日以前の日付を記入!

間違い例: 申請期間中の日付が記入
されている
日付が未記入

お問い合わせ先 協会けんぽ宮城支部 業務グループ TEL 022-714-6850
※音声ガイダンスが流れますので「1」を選択してください。



傷病手当金について
詳しくはこちら▶▶▶



出産手当金について
詳しくはこちら▶▶▶

