



6月号

いきいきつうしん



「かかりつけ医」「かかりつけ薬局」を持ちましょう

「かかりつけ医」を持つと、医療費の節約に！

いきなり大病院を受診すると

初診料 860円 (3割負担)

+

特別料金 5,000円以上 !!

かかりつけ医の「紹介状」をもって大病院を受診すると

初診料 860円 (3割負担)

かかりつけ医を受診することで、症状にあった適切な専門医を紹介してもらえます。専門医もかかりつけ医での検査情報等がすぐに把握でき、スムーズに診療を受けることができますよ。



節約だけじゃない！こんなメリットもあります

■「かかりつけ医」のメリット

- ・待ち時間が比較的少なく、じっくり診察してもらえる。
- ・患者の病状や病歴、体質などを踏まえた診療を受けることができる。
- ・健康診断結果などの健康づくりや地域の保健、福祉サービスなど何でも相談することができる。
- ・必要に応じて、症状にあった適切な専門医を紹介してもらえる。
(自己判断で診療科を選択して長時間待たされたうえ、他科にまわされることがなくなります。)

医療費が高額になりそうなとき

医療費が高額になりそうなときは、年齢や所得区分に応じた自己負担限度額が設けられています。「限度額適用認定証」を医療機関へ提示することにより、外来・入院ともに限度額までの支払いとなります。医療費が高額になりそうなときは、お早目にご申請ください。



限度額適用認定証が必要な方

- 70歳未満の方
 - 70歳以上75歳未満の方で、①「現役並みIまたはIIに該当する方」および②「低所得者IまたはIIに該当する方」
- ①現役並みIは標準報酬月額が28万～50万円の方、現役並みIIは標準報酬月額が53万～79万円の方です。
②低所得者Iは被保険者とその被扶養者すべての方が収入から必要経費・控除額を除いた後の所得がない場合です。
低所得者IIは被保険者の方が市県民税等の非課税者である場合です（被扶養者の方ではありませんのでご注意ください）。

注意事項

- ①限度額適用認定証は、健康保険限度額適用認定申請書を受付けた後、お手元に届くまで約10日かかります。ご入院等により医療費が高額になりそうな場合は、お早めに申請書をご提出ください。
- ②限度額適用認定証の有効期限は、申請書を受付けた月の初日（健康保険加入月に申請された場合は資格取得日）から1年間です。ただし、75歳に到達される場合など、有効期限が1年間ではない場合もあります。
- ③医療機関（入院・外来別）、薬局等、それぞれ限度額までのお支払いとなり、同月に入院や外来など複数受診がある場合は高額療養費支給申請書の提出が必要となる場合があります。



詳細や申請書についてはコチラ

経営者の皆さまへ

～従業員が元気で長く働き続けられる会社に～

「健康経営」始めませんか？



社員の平均年齢は上がっているし、求人募集をかけても応募がない…。もし、社員が病欠になったら業務が回らないのに…。

こんな悩みに「健康経営」でアプローチする企業が増えています。「健康経営」とは、従業員の健康管理を経営的視点からとらえて、体と心の健康維持や増進を企業や職場単位で実践することです。さあ、健康経営で従業員と一緒に健康寿命の延伸や会社の活性化を目指しましょう。
※「健康経営®」は、特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。

まずは、「やまぐち健康経営認定制度」へ登録（健康宣言）しましょう

■協会けんぽ山口支部の加入企業様の登録数

約1,100社（令和5年4月時点）

登録がまだの企業様も、健康経営と一緒に取り組みましょう！

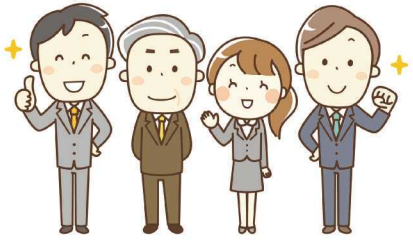
登録方法・手続きの流れ等はホームページをご覧ください。→



○健康経営の取組具体例

- ・自動販売機の飲料を低糖・低カロリーのものに変更
- ・従業員向け食に関するセミナー実施
- ・休憩室に体重計や血圧計の設置
- ・階段利用の推進
- ・ラジオ体操の実施

など、できることから始めましょう！



登録（健康宣言）されるとこんな特典があります



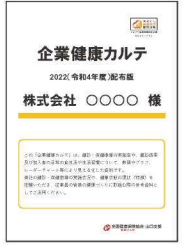
その1：歯科健診が「無料」で受診できます。

歯の健康は、体の健康にも影響を与えることが分かっています。中でも歯周病は糖尿病や心臓病と深くかかわっており、全身の健康に悪影響を及ぼしますので、定期的なチェックが必要です。健康経営の取り組みの一つとして、いかがですか？
※事業所訪問型の歯科健診は受診人数に一定の条件があります。
※申し込み枠に限りがあり、先着順となりますのでご了承ください。



その2：「企業健康カルテ」をお届けします。（無料）

企業様の健診受診状況や生活習慣病リスク割合が、県平均や同業態の平均と比較できる「企業健康カルテ」を毎年定期的にお送りします。健康課題の把握・健康づくりに取り組む内容を検討する際の参考としてください。





運動習慣 始めませんか



協会けんぽ山口支部では、加入者の皆さまの健康増進をお手伝いするため、運動しやすい環境を整える一環として、運動施設（スポーツジムなど）と連携し、入会時等の利用特典をご用意しています。

ご利用いただく際は、協会けんぽ山口支部の健康保険証を提示をすることで特典を受けることができます。

▶▶ 詳しくは、山口支部のホームページをご覧ください。
（山口支部 HP>健康づくり>運動施設の優待利用について）

<山口支部 HP>



入会時に健康保険証を提示！



<入会特典利用施設一覧> ※詳細は各社ホームページにて

地域	施設名	施設概要	特典
下関市	エニタイムフィットネス コスバ新下関店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
	エニタイムフィットネス 下関長府店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
	エニタイムフィットネス 下関棕野店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
宇部市	SSSスポーツプラザ 宇部店 NEW	ジム・プール・各種レッスン等	入会金5,500円が無料
	エニタイムフィットネス 宇部厚南店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
	エニタイムフィットネス 宇部新川店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
山口市	SSSスポーツプラザ 吉敷店 NEW	ジム・プール・各種レッスン等	入会金5,500円が無料
	エニタイムフィットネス 山口吉敷店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
萩市	SSSスポーツプラザ 大内店 NEW	ジム・プール・各種レッスン等	入会金5,500円が無料
	太陽フィットネスクラブ萩	アクアピクス・水泳指導 等	入会金7,700円が無料 体験利用料 無料 (1回)
防府市	トランスフォーム太陽	マシンジム・ホットヨガ 等	入会金8,800円が無料 体験利用料 無料 (1回)
	SSS防府スイミングスクール NEW	プール・各種レッスン等	入会金5,500円が無料
	エニタイムフィットネス 防府天神店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
下松市	太陽フィットネスクラブ防府	プールでのレッスン スタジオレッスン	入会金3,000円が無料 体験利用料 無料 (1回)
	エニタイムフィットネス 下松桜町店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
長門市	太陽フィットネスクラブ長門	アクアピクス・水泳指導 等	入会金7,700円が無料 体験利用料 無料 (1回)
周南市	SSSスポウエルネス周南 NEW	ジム	入会金5,500円が無料
	アクス周南	トレーニング スタジオ・プール	入会金5,500円が無料
	エニタイムフィットネス 徳山病院店	マシントレーニング (24H)	初期費用 (セキュリティキー発行手数料) 5,500円が無料
	周南スイミングクラブ	プール	入会金5,500円が無料
岩国市	ルネサンス徳山	トレーニングジム、プール 温浴施設 等	入会金3,300円が無料 1回利用1,980円・月会員 月額9,570円
	SSSスポーツプラザ 岩国店 NEW	ジム・プール・各種レッスン等	入会金5,500円が無料



インセンティブ制度：指標1 「特定健診等の実施率」

インセンティブ制度
シリーズ②

評価指標の5つのうち「特定健診等の実施率」向上は、山口支部の課題です。
☆実施率の上昇幅や実施件数の上昇率が評価の割合の半分を占めています。 **がんばろう！**


全国 32位
受診率：55.2%
全国平均：54.4%


■インセンティブ制度の評価指標である「特定健診等の実施率」とは？

以下の(1)~(3)の健診を受診した40歳以上75歳未満の人数が「特定健診等の実施率」に反映されます。

- (1) 生活習慣病予防健診を受診した人数**
↳ 35歳以上75歳未満の被保険者様にご利用いただける健診です。(がん検診3つ含む)
健診費用の一部について、協会けんぽの補助があり、約5,000円の自己負担で受診することができます。
- (2) 被扶養者の特定健康診査を受診した人数**
↳ 40歳以上75歳未満の被扶養者様にご利用いただける健診です。自己負担0円(無料)で受けられる健診機関もあります。
- (3) 事業主様から提供していただいた事業者健診(労働安全衛生法による定期健康診断)のデータ数** ※ 特定健診の検査項目分のみの提供
↓
事業主様が従業員の皆様に実施されている定期健康診断です。



★インセンティブ制度の概要 → 
※いきいきつうしん5月号にも掲載しています。

★(1)(2)の健診について → 
※集団健診の日程や(2)の無料で受けられる健診機関も掲載しています。

●●● 事業主様・加入者様にお願いしたいこと ●●●

加入者様の健康が増進され、さらにそのことが、保険料負担の軽減にもつながるよう、事業主様・加入者様にもご協力をお願いいたします。



- Point 1** 35歳以上の従業員の方の健診には「生活習慣病予防健診」をご利用ください！
負担額も少なく、健診項目も充実しています！！
- Point 2** 従業員のご家族様(40歳以上)には、特定健康診査を受診するようにお声がけをお願いします。
毎年、4月の初めに「特定健診受診券」をご自宅に送付しています。無料で受診できる健診機関や集団健診の実施もありますので、ぜひご案内ください。
- Point 3** 実施された事業者健診(労働安全衛生法による定期健康診断)の結果を協会けんぽに提供してください。
ご提供いただいた健診結果は、特定健診実施率に反映し、特定保健指導対象者(被保険者本人)の方は無料の特定保健指導をご案内できます。



健診結果の提供方法等