

てつにだより 令和元年度 5月号

社内で回覧してください

- * 業務課からのお知らせ・・・算定説明会の日程について
- * 保健事業部からのお知らせ・・・身体活動量計を無料配布中
- * 総務部からのお知らせ・・・肺炎球菌予防接種について
疾病リスク予測ツールについて

風薫る五月、元号も改まり気分一新、まさに新たなスタートを迎えました。健康への取り組みも原点に帰って食事・睡眠・運動の生活習慣をふり返る機会にしてみませんか。

～5月31日は世界禁煙デー～

春の交通安全週間では、街角でお巡りさんが交通整理をして交通安全を市民に呼び掛けています。このように〇〇週間にはいろんなものがありますが、禁煙週間があるのをご存知ですか。この禁煙週間は毎年5月31日から一週間設けられていて、厚生労働省が1992年以降、禁煙および受動喫煙防止を啓発する機会として取り組みを続けています。実はこの禁煙週間は世界保健機構（WHO）が定めた世界禁煙デーにより1989年以降、国際的に啓発活動が続けられています。



日本でもオリンピック開催を来年に控え、競技会場がある自治体では禁煙に向けた取組が検討されています。タバコには血管を収縮させる作用と発がん性、そしてニコチン中毒があることから体には百害あって一利なしとされ、スポーツの祭典には馴染まないものです。ストレス解消やダイエットに有効だとしてタバコを擁護する意見も耳にしますが、長い目で見ればデメリットが勝っているのは間違いのないようです。

厚生労働省は健保組合から特定健診データ、腹囲および喫煙習慣と血圧・血糖・脂質の値により抽出した特定保健指導対象者数と指導の結果を報告させ、特定保健指導の実施率が低い組合には国に納める後期高齢者医療制度への支援金を加算するペナルティを課しています。

鉄二健保の特定保健指導対象者には喫煙習慣者が6割以上もいて、この中には禁煙していれば対象から外れる方もいらっしゃいます。

組合では禁煙を企業と皆様にお勧めしていますが、これには肺癌などを予防して将来の医療費を抑える目的のほか、特定健診の対象者を減らして国へ納める後期高齢者支援金を抑える目的があります。

5月31日の世界禁煙デーと東京オリンピックを契機として禁煙をはじめ健康づくりに取り組み、企業ぐるみで健康になりましょう。



～ 総務部からのお知らせ ～

■ 肺炎球菌予防接種のお知らせについて

65歳以上の被保険者・被扶養者の疾病予防対策として今年も『肺炎球菌予防接種の補助』を実施いたします。補助金額は前年度と同様で4月中旬に令和元年度の肺炎球菌予防接種のご案内を65歳以上の対象者（自宅）に郵送させていただきました。

ただし、過去5年以内に接種された方は対象外です。

※ 問い合わせ 総務部 林



■ 東京ディズニーリゾートのコーポレートプログラム利用券の変更について

平成31年4月から利用券が従来よりもコンパクトなサイズになりました。変更点としては、利用券コードの入力により事前にネットで前売券購入が可能になり、また、ディズニーランドの自動券売機でも購入可能になりました。

（ただし、ディズニーシーは自動券売機がありません）



■ 保健委員会総会と講演会を開催いたします。

5月28日(火)午後2時に健保会館で第69回保健委員会総会を行います。

講演内容は(株)ルネサンスのボールエクササイズを予定しておりますので、保健委員・事務担当者の皆様のご参加お待ちしております。開催通知については4月中旬に会社あてに郵送させていただきました。

■ 第90回歩こう会を実施いたします。

6月15日(土)に第90回歩こう会（清水公園コース）を開催いたします。

詳細については5月中旬に開催通知を郵送いたしますので、ご確認ください。

多くの皆様のご参加お待ちしております。



■ 糖尿病リスク予測ツール・健診データしっとくナビで、年1回のリスクチェックを！

鉄二健保ホームページのトップページにあるバナーよりご確認ください。



東京都鉄二健康保険組合

東京都文京区湯島3-21-10

TEL 03-3835-4341 FAX 03-3834-3614

URL <http://www.tetuni-kenpo.or.jp>

■ ご家族に移動(就職等)があったら、被扶養者異動届の提出を忘れずに！

春は、卒業・就職のシーズンです。被扶養者（ご家族）の方が下記に該当する場合は、被扶養者からの削除の届け出が必要です。該当される方の保険証を添付のうえ、事業所を經由して「健康保険被扶養者（異動）届を提出してください。

● ご家族が次に当てはまるときは・・・

5日以内に届出が必要

- 就職して新たに健康保険の資格を取得した
- 結婚して配偶者の被扶養者となった
- 年間収入が130万円（60歳以上、障害年金受給者および同程度の障害がある方は180万円）以上になった
- 75歳の誕生日を迎え、「後期高齢者医療制度」の被保険者となったなど

■ 介護保険料率の見直しは行わない予定です

平成31年4月4日、厚生労働省より令和元年度に国へ納める介護納付金の計算ミスが判明し約200億円の不足が生じたため、各健康保険組合に介護納付金の追加納付が発生することが公表されました。

当健康保険組合では追加納付分に対し準備金を取り崩して対応する予定のため、追加納付にともなう介護保険料率の見直しは行わない予定です。

今後の予定

■ 令和元年度 算定基礎届 事務説明会について

算定基礎届の事務説明会を開催いたします。届出記入例や様式変更点など説明いたします。事務担当者の皆様のご参加をお願いいたします。

1. 開催日 **令和元年6月13（木）・14（金）**（いずれかご出席ください。）
2. 時間 **午後2時～4時**
3. 場所 **鉄二健保会館（5階会議室）**

■ マイナンバー(個人番号)提出のお願い

令和元年5月末時点でマイナンバー（個人番号）の登録がされていない方につきまして、6月以降未登録者リストを送付させていただきますのでご協力宜しくお願い致します。

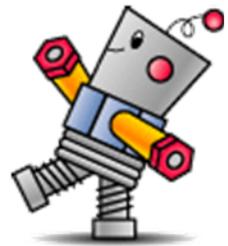
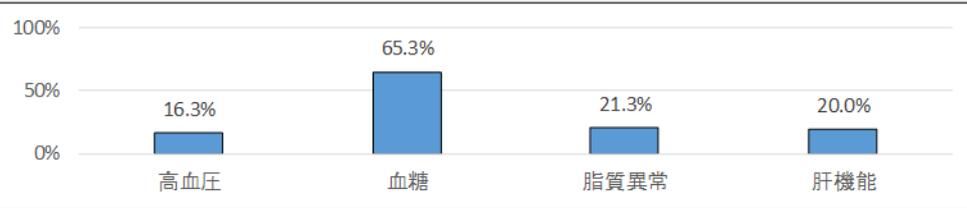
～ 保健事業部からのお知らせ ～

■「健康活動事業」に参加しましょう！身体活動量計を無料配布中【6月28日(金)まで】

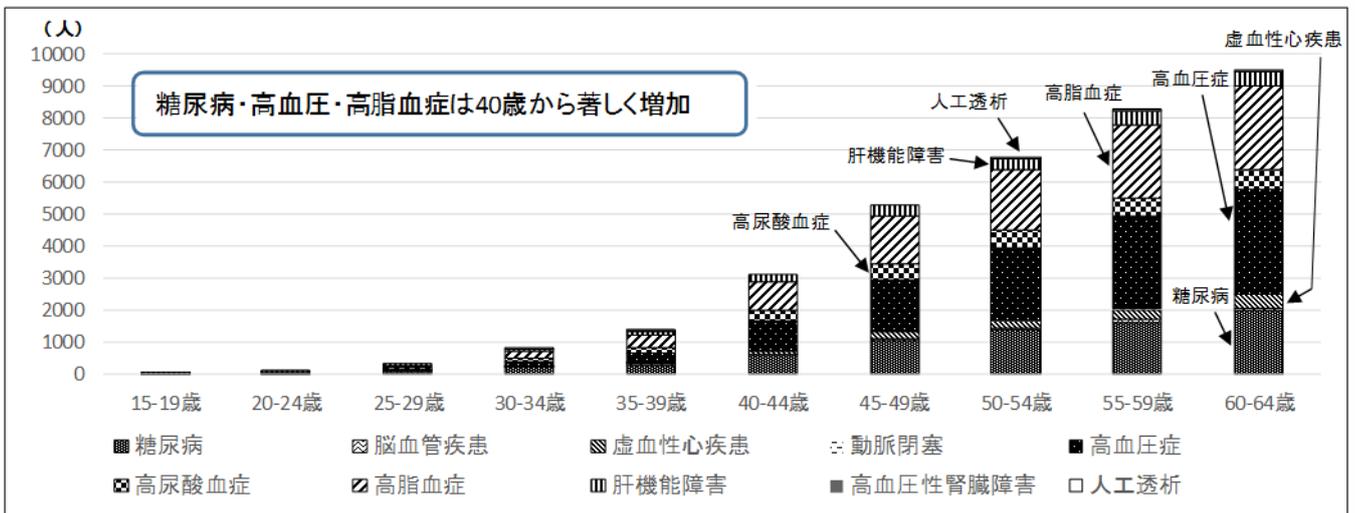
詳しくは、「てつにぶれす3月号」をご覧のうえ、会社のご担当者様を通じてお申し込みください。
(実施要綱・申込書等は、4月下旬に会社の事業主様宛、送付しています。)

■ 健診結果からの生活習慣病リスク保有者割合と有病者数及び医療費

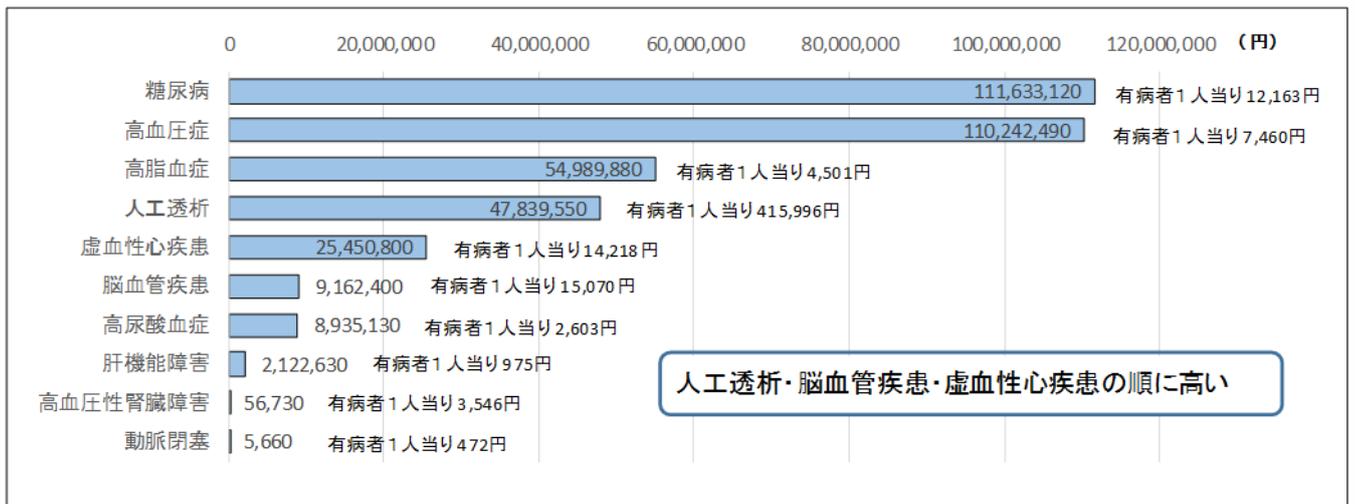
● 健診結果からのリスク保有者の割合



● 生活習慣病10疾患の有病者数(延べ人数)



● 生活習慣病10疾患の医療費(年額)



平成29年度の医療費総額は約32億6千万円で全保険料の56.2%を占め、前年度に比べ約5千万円増加しました。生活習慣病は年齢が上昇するとともに増加します。特に40歳以上になると著しく増加しており1人当たり医療費は、人工透析、脳血管疾患、虚血性心疾患の順に高く、これらの原因となる糖尿病、高血圧、高脂血症も高い状況です。このことから健診結果で少しでも異常値が見られましたら運動(身体活動)・食事(飲食含む)の見直しで生活習慣の改善に取り組みましょう。