

## 被扶養者の方へ ANAグループ健保の 健診のご案内…2

平成30年12月  
受付開始

主婦健診

平成31年10月  
受付開始

生活習慣病健診

## 健診&レセプトデータの分析結果を ご報告します…4

観光列車に乗りやすく  
「ベル・モンターニュ・エ・メール」…6

ヘルシー&優しいレシピ  
「野菜入りサバのトマト煮」…7

## 3健保合同キャンペーン

- WEBウォーキング大会…8
- 禁煙非常口キャンペーン…9

平成29年度  
決算…10

平成29年度  
保健事業活動報告…10

平成30年度の  
購入補助金は  
**3,000円**  
です。

家庭用常備薬等の斡旋のご案内…裏表紙

秋季健康診断に合わせてインフルエンザ予防接種を行います…裏表紙

平成30年8月から70歳以上の高額療養費が変わりました…裏表紙

**注意** 主婦健診と生活習慣病予防健診は重複して受診できません。

糖尿病、高血圧、脂質異常症といった生活習慣病の多くは、ほとんど自覚症状がないまま進行します。ANAグループ健康保険組合では、ふだん健診を受ける機会の少ない任意継続被保険者と被扶養者の方を対象に、主婦健診・生活習慣病予防健診を実施しています。ぜひ、この機会にご受診ください。

平成30年  
12月  
受付開始

# ANAグループ健保の 健診のご案内

女性の  
被扶養者の方へ

平成30年  
10月  
受付開始

## 生活習慣病 予防健診

**対象**

任意継続被保険者もしくは満35歳以上の被扶養者の方  
※健診申込時及び健診当日に任意継続被保険者または被扶養者としての資格がない方は受診できません。資格喪失後に受診した場合は、全額個人負担となります。

**費用**

**1,000円**(当日窓口支払)  
\*基本健診項目以外の健診項目(「乳がん健診」「子宮がん健診」など)は、全額自己負担となります。

**申込および受診期間**

平成30年10月～平成31年2月(予定)

**申込方法**

ANAグループ健保のホームページ(<http://www.anagkenpo.com>)からお申込みできます(下記参照)。

**実施場所**

全国50以上の医療機関から選択できます。

**お問い合わせ**

ANAグループ健康保険組合  
TEL03-5757-3509  
予約等の手続きにつきましては、委託実施いたします。

おもに

任意継続被保険者・  
被扶養者の方が  
対象です



【基本健診項目】

	健診項目
問診	診察
身体計測	身長・体重(BMI指数)、腹囲
視力	裸眼または矯正
血圧	収縮期血圧/拡張期血圧
糖代謝	空腹時血糖
脂質代謝	総コレステロール、 HDLコレステロール、 LDLコレステロール、中性脂肪
腎尿路系	尿蛋白、尿潜血、 尿糖、尿素窒素、 クレアチニン、尿酸
血球検査	白血球数、赤血球数、 ヘマトクリット、ヘモグロビン、 血小板数
心電図	安静時12誘導

★上記の基本健診項目以外はオプションとなり、費用は全額自己負担となりますので、ご注意ください。

おもに

被扶養者  
配偶者(奥様)  
の方が対象です

## 主婦健診



**対象**

被扶養者である配偶者(女性)もしくは満35歳以上の被扶養者(女性)の方  
※健診申込時及び健診当日に被扶養者としての資格がない方は受診できません。資格喪失後に受診した場合は、全額個人負担となります。

**費用**

**1,000円**  
(当日窓口支払・振込支払、会場によって支払い方法が異なります。)  
\*健診項目には「乳がん健診(超音波検査)」「子宮がん健診」がオプションとして用意されています。(追加料金はありません。)

**受付開始**

平成30年12月(予定)  
(受診時期は来年度になります)。  
\*申込開始時期につきましては、被保険者経由でお知らせいたします。またANAグループ健保のホームページでもお知らせします。

**受診期間**

平成31年4月～7月(予定)

**申込方法**

ANAグループ健保のホームページ(<http://www.anagkenpo.com>)からお申込みできます(下記参照)。

**実施場所**

全国約700ヶ所の医療機関から選択できます。

**お問い合わせ**

ANAグループ健康保険組合  
TEL03-5757-3509  
予約等の手続きにつきましては、委託実施いたします。

【主婦健診項目】

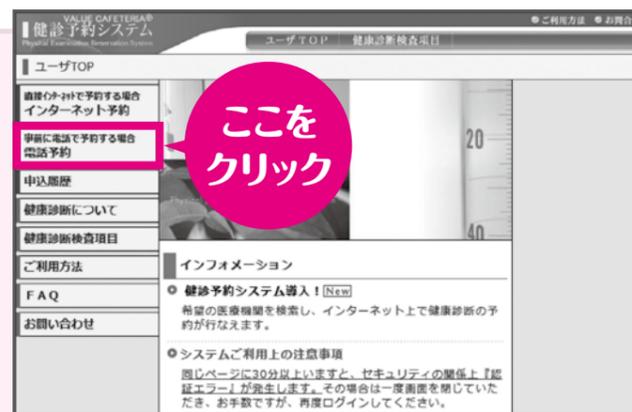
	健診項目
問診	診察
身体計測	身長・体重(BMI指数)、腹囲
視力	裸眼または矯正
血圧	収縮期血圧/拡張期血圧
糖代謝	尿糖(定性)、空腹時血糖、 HbA1c(NGSP値)
脂質代謝	HDLコレステロール、 LDLコレステロール
腎尿路系	尿蛋白(定性)、尿潜血反応、 クレアチニン、尿酸
肝機能	AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ-GTP、ALT
血球検査	赤血球数、ヘマトクリット、 ヘモグロビン、MCV、MCH、 MCHC、白血球数、血小板数
呼吸器系	胸部X線間接撮影
消化器系	胃部X線撮影
便潜血反応	便潜血反応(免疫2回法)
心電図	安静時12誘導
眼底検査	
乳がん健診	希望者のみ(超音波検査)
子宮がん健診	希望者のみ (自己採取法または医師採取法)

追加料金ナシで  
乳がん・  
子宮がん  
検診が  
受けられます!

## 申込方法

健保ホームページにアクセスし、**NEWS & TOPICS**を通じて「健診予約システム」にログインし、必要事項を入力してください。

\*ログインには、保険証記号・番号が必要です。



ここを  
クリック

予約

- 1 健診予約システムにアクセスし、個人情報設定を行う。
- 2 医療機関の情報を検索し、直接医療機関に電話で予約。
- 3 健診予約システムに、電話での予約内容など、利用情報を申込登録する。
- 4 「健康診断受診承認書」をメールまたはFAXで受け取る。
- 5 受診当日、「保険証」と「健康診断受診承認書」を持参して受診。

## 申込方法

健保ホームページにアクセスし、**NEWS & TOPICS**を通じて「平成31年度婦人生活習慣病予防健診申込について」から必要事項を入力し、申し込んでください。



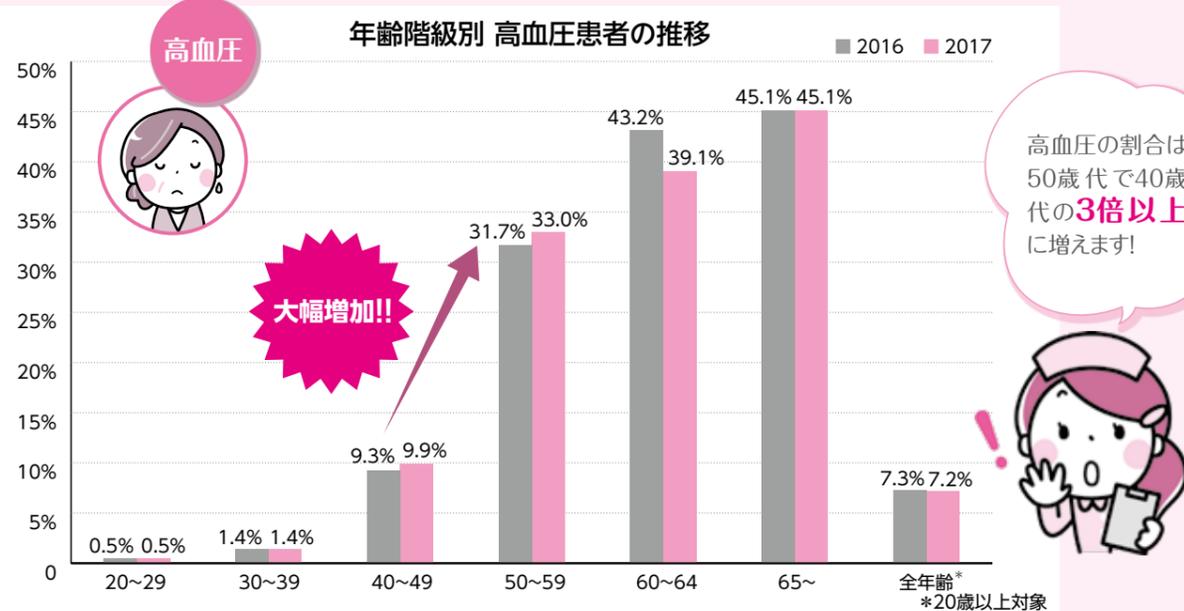
ここを  
クリック

# 健診・レセプトデータの分析結果を ご報告します

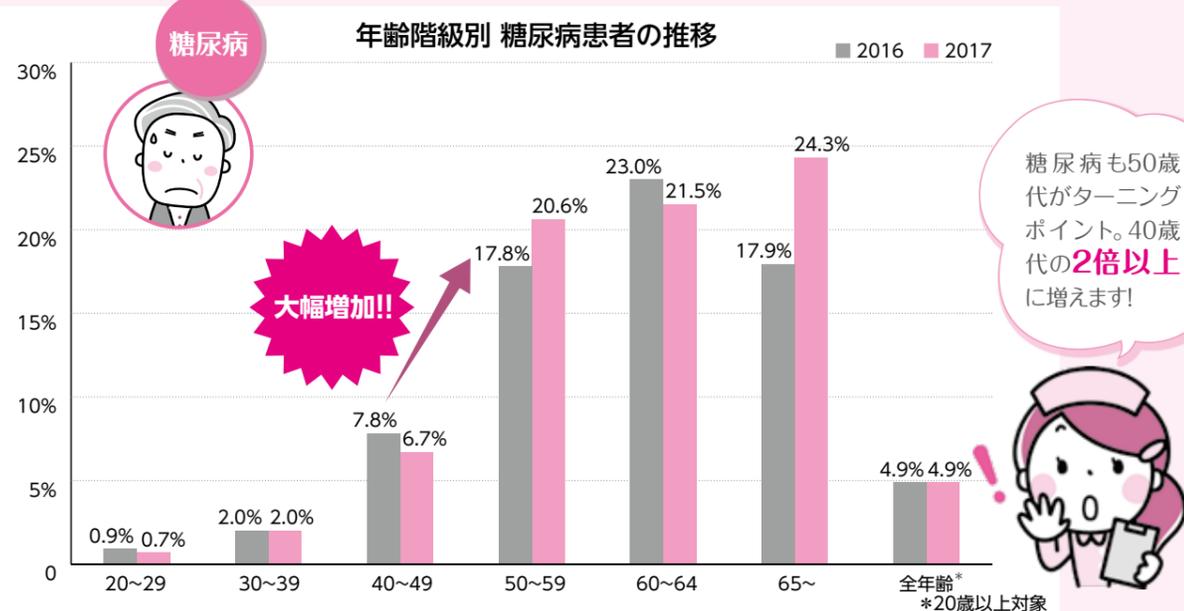
2017年度の健康診断結果とレセプトデータ\*を用いて、ANAグループ健保に加入する被保険者のみなさんの疾病傾向や医療費について分析した結果をご報告いたします。病気には予防可能なものとそうでないものがありますが、**予防可能な病気(高血圧、糖尿病等の生活習慣病、カゼなど)については、積極的に健康管理に努めましょう。**  
\*医療機関が健康保険組合へ医療費を請求する明細書。受けた医療の内容や処方された薬などがわかります。

## DATA 2 ▶ 健診結果分析

### 年齢階級別 生活習慣病(高血圧・糖尿病)患者の推移(被保険者)



40-50歳代では、2016年度と比較した患者の割合もやや増加しています。高血圧の悪化による合併症(脳梗塞、心筋梗塞など)は生活への影響も大きくなるため、日々の血圧管理が重要です。



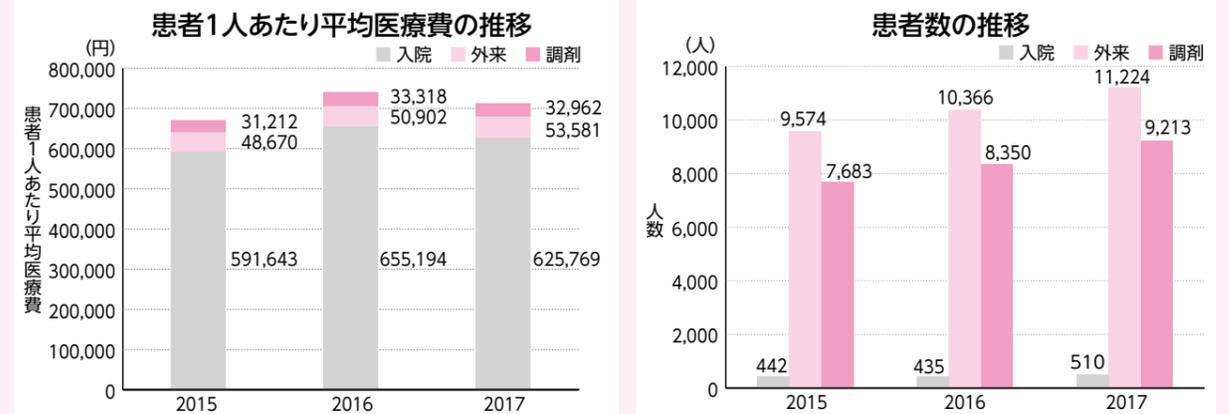
2016年度と比べ50歳代と65歳以上で糖尿病の割合が増加しています。糖尿病と診断されたら、合併症(失明、人工透析、足の壊疽、心筋梗塞など)を防ぐため、定期的に通院し治療を受けることが大切です。もちろん、食事や運動などの生活習慣の改善も重要です。

特定保健指導  
の案内を  
もらったら...

まだ治療が必要というほどではないけれど、健診で血圧や血糖値が高めといわれた方には、ANAグループ健保から特定保健指導のご案内をしています。まだまだ元気なうちに、生活習慣改善のポイントをしっかりサポートしてもらえますので、ぜひ受けるようにしてください。

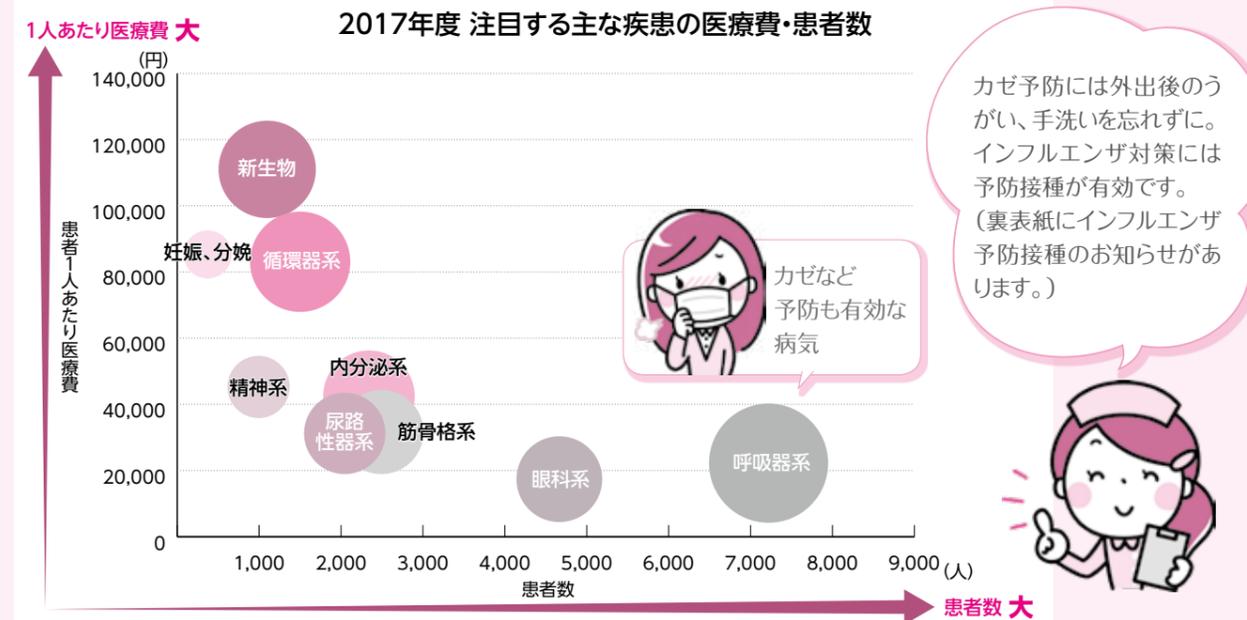
## DATA 1 ▶ 医療費分析

### 患者数と患者1人あたり医療費の推移(被保険者)



患者1人当たりの医療費はほぼ横ばいですが、調剤(薬代)と外来の医療費が増加傾向にあります。また、ここ数年は被保険者数が増加していることもあり、患者数も増えています。

### 2017年度 主な疾患の医療費・患者数(被保険者)



カゼや花粉症などの呼吸器系の疾患は1人あたりの医療費は少ないのですが、患者数が多いため、医療費全体として占める割合が多くなっています。一方、「新生物」(がん、筋腫など)、「妊娠・分娩」、「循環器系」(高血圧、脳卒中など)は患者1人あたりの医療費が大きい特徴があります。



# 野菜入り サバのトマト煮

1人分 ●241kcal  
●塩分1.6g

缶詰を使うので魚の面倒な下処理が不要。  
火や油を使わずに電子レンジでチンするだけの、  
お手軽・時短調理向けのレシピです。

## 材料(2人分)

- サバ水煮缶 ..... 1缶(200g)
- 玉ねぎ ..... 1/4個
- セロリ ..... 1/4本
- ズッキーニ ..... 1/2本
- 赤パプリカ ..... 1/2個
- にんにく ..... 1かけ
- カットトマト水煮缶 ..... 200g
- 塩、こしょう ..... 各適量
- イタリアンパセリ ..... 適量

## 作り方

- 玉ねぎとセロリはみじん切り、ズッキーニは1cm幅小口切り、パプリカは乱切り、にんにくは包丁の腹で潰す。
- 深さのある耐熱容器に1を入れて上からトマト水煮を加えてラップをして、電子レンジ(600w)で約5分加熱する **Point①**。
- いったん取り出して、ズッキーニとパプリカ以外をスプーンで潰しながら全体を混ぜ、サバの水煮を汁ごと加える **Point②**。
- ラップをしてさらに電子レンジ(600w)で約3分加熱し、塩、こしょうで味を整えて軽く混ぜ合わせ、器に盛り付ける。あればイタリアンパセリをのせる。

\*電子レンジの機種によって分量や加熱時間を調整してください。

## ヘルシー & 優しい レシピ

生活習慣病の予防・治療の基本は毎日の食事。からだに気をつかいつつ、ボリュームがあって美味しいメニューを紹介します。作り方も簡単なので、ぜひ挑戦してください。

- 料理制作 ●撮影
- 料理研究家・栄養士 今別府紘行
- 今別府靖子

### サバ缶(サバの水煮)



青背の魚であるサバは、不飽和脂肪酸のDHA・EPAの含有量が豊富。これらは血中の中性脂肪やコレステロール値を調節する働きがあり、血栓や動脈硬化の予防に役立ちます。缶詰を使うので手やまな板の汚れや臭いも気にならないため、魚料理が苦手な人にもおすすめ。

\* \* \*



材料



**Point①** サバ缶以外の材料を先に加熱することで、野菜が柔らかくなってトマトと馴染み、サバを加熱しすぎのを防ぎます。



**Point②** サバの水煮を汁ごと使います。汁と油には旨味と栄養が溶けているので、捨てずに加えましょう。

ただの移動手段ではなく、乗ること自体を楽しめるということで近年話題になっている観光列車。今回は、富山の粋を味わう観光列車「ベル・モンターニュ・エ・メール」、通称「べるもんた」を紹介します!

## 観光列車に 乗りこゆ



ベル・モンターニュ・エ・メール  
(フランス語で「美しい山と海」)  
運行開始日: 2015年10月10日  
運行日: 土日のみ・1日2往復  
(土曜が城端方面、日曜が氷見方面)  
編成: 1両編成・39席  
高岡を拠点に、美しい海岸と新鮮な海産物が楽しめる氷見線、散居村や多くの歴史的建造物を眺められる城端線を往復する観光列車。いたるところに伝統工芸を基とした装飾が施されているほか、なんと職人が車内で握ってくれる寿司を味わうことも可能。

### レトロ、アート、 鮭職人!?



▲鮭職人がその場で握ってくれる ※数量限定



▲南砺市の伝統工芸「井波彫刻」の展示も



▲つり革は高岡銅器をイメージ ▲車内は扇風機にまでこだわりが

## JR西日本 Belles montagnes et mer ベル・モンターニュ・エ・メール ～べるもんた～

氷見 ← 高岡 ← 城端  
Himi Takaoka Johana

### 運行ルート



おしゃれね!

## 散歩 MAP

高岡駅  
周辺

高岡ラムネで一休み  
創業170余年を迎える「大野屋」が作る、「大人が愉しめるラムネ」。甘すぎず、ふんわり溶ける爽やかさは、歩き疲れたときにピッタリ。

土蔵造りの旧家が建ち並ぶストリートで、その重厚な雰囲気を活かしたカフェやギャラリーが人気。



高岡市美術館

広々とした敷地で市民の憩いの場でもある美術館。2015年に併設された「藤子・F・不二雄ふるさとギャラリー」では、ドラえもんなどさまざまなキャラクターの展示が楽しめる。



富山湾の宝石「白えび」

夏が旬で、その姿からまさに宝石と呼ぶにふさわしい白えび。大量に獲れるのは富山湾だけなので、心ゆくまで味わいましょう。



▲変わり種の「白えびかきあげらーめん」も!



高岡鑄物発祥の地。美しい家々と石畳のコントラストが見もので、映画やドラマの舞台にもなっている。



銅器のまち・高岡の技術を十分に発揮した青銅大仏。奈良・鎌倉と並んで日本三大仏に数えられ、顔立ちの良さからイケメン大仏とも呼ばれている。

関連ホームページ

●JR西日本「べるもんた」  
<http://berumonta.jp/>

●高岡市観光ポータルサイト「たかおか道るべ」  
<https://www.takaoka.or.jp/>



# 禁煙非常口 キャンペーン

今年も禁煙をしたい方を応援するため、3健保合同でキャンペーンを実施いたします。

禁煙効果の高い「禁煙外来受診の禁煙非常口コース」のみが対象です。禁煙に成功すれば補助金支給により、本人負担はゼロ。さあ、禁煙にチャレンジするチャンスです！

禁煙したい方なら  
どなたでもOK!!

自己流でうまく  
いかなかった方

以前キャンペーンに  
参加したけれど  
禁煙できなかった方

再喫煙して  
しまった方

**対象者** ANAグループ健保に加入している  
被保険者(本人)及び被扶養者(家族)

**申込方法** \ コース修了者は  
自己負担ゼロ!! /

**1 決意** 「禁煙するぞ!」

**2 申込** 禁煙非常口キャンペーン参加申込書を送付  
申込受付期間: 2018年10月1日~11月30日  
FAX・E-mail・郵送のいずれかです。  
ANAグループ健保ホームページより申込書を  
プリントアウトし、必要事項を記入のうえ、送付。  
※郵送の場合、送料は自己負担となります。  
※お電話での受付は行っていません。

**3 開始** 受付番号受領  
キャンペーンの詳細と補助金申請書及びアンケート  
を送付いたします。  
※受付番号がないとキャンペーンには参加できません。

**4 参加** 禁煙外来を受診し、禁煙スタート

**5 最終診療** 禁煙成功! プログラム終了!

**6 報告** 補助金申請書及びアンケートを提出  
提出締切: 2019年3月29日必着

**7 精算** 補助金支給  
無事、プログラムを終了すれば、  
本人負担ゼロ! になります。

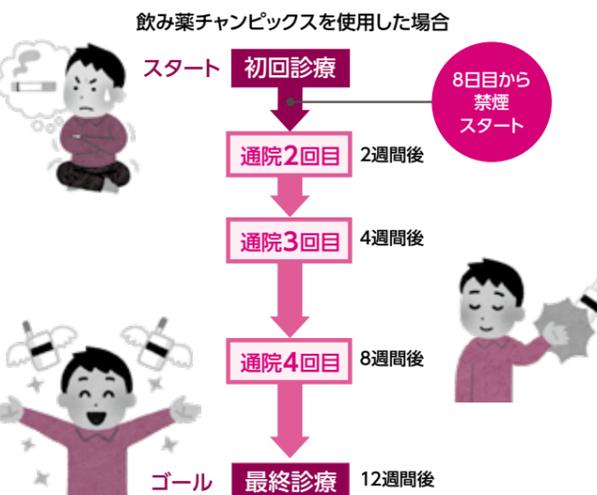
0円!

## 禁煙方法

禁煙外来受診での禁煙指導  
禁煙外来受診  
ニコチン置換法や非ニコチン製剤による禁煙法を行う  
外来受診のことをいいます。

禁煙補助剤ニコチンパッチまたは飲み薬 (チャンピックス)  
ニコチンパッチ または 飲み薬 (チャンピックス)

## 禁煙外来で治療を行うときのスケジュール



(参考資料:ファイザー「すぐ禁煙.jp」)  
※ただし、飲み薬(チャンピックス)については、運航乗務員の方は航空局からの通知により使用を禁止されております。その他の職種の方も意識障害等による事故防止のため、チャンピックス服用後は自動車の運転など、危険を伴う機械の操作はしないでください。

# WEB ウォーキング大会 健康チャレンジログ

愛媛県知事とゆるキャラ  
(みきゃん) がオススメの  
「愛果!」



今年の秋はウォーキングで「<sup>あいか</sup>愛果(品種名:愛媛果試験第28号)」  
をゲットしませんか。歩数の入力などによるポイントで、マイページで  
「愛果」を育てます。見事目標を達成すると、なんとご自宅に「ゼリーの  
よになめらかで果汁たっぷりのかんきつ類<愛果>」をお届けします。

## 「愛果」とは

- 愛媛県内だけで栽培されているオリジナル品種(かんきつ類)。全国農業協同組合連合会の登録商標で、一定の基準をクリアした「紅まどんな」と同品種です。
- 果肉はゼリーのように滑らかで果汁たっぷりで、糖度が高く大玉で紅の濃い美しい外観から、年末の贈答品として人気が高まっています。
- 外皮が薄くむきにくいので、切った形がニコッと笑った口のような「スマイルカット」にしてお召し上がりください。

**開催期間** 2018年10月13日(土)~12月11日(火)<60日間>

**参加対象者** 被保険者、被扶養配偶者および18歳以上の被扶養者で、  
・PCかスマートフォンのメールアドレスがあり、インターネットに接続可能な方。  
・歩数計やスマートフォンの歩数計アプリで、歩数の計測が可能なる方。  
※個人のメールアドレスがない方は、新たに作成してください。

**歩く目標** 1日8,000歩以上

**実施方法** 健康チャレンジログのWebサイトにログインして、  
・歩数の入力。  
・健康診断の受診意向と身長・体重の入力、健康クイズの回答など。

**プレゼント** ウォーキング関連のポイントで150ポイント以上獲得する事に加え、  
累積歩数が36万歩を超えた方に、目標達成賞として「愛果」を  
ご自宅にお届けします!

**エントリー方法** 3健保ホームページ「WEBウォーキング大会」を  
クリックしてエントリーしてください。  
スマホの方はこちらから→



**エントリー期間** 2018年9月13日(木)~10月12日(金)

## ■ 平成29年度保健事業活動報告

内容	
特定健診・特定保健指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>●特定健診実施率 被保険者88% 被扶養者22% 全体69%</li> <li>●特定保健指導 積極的支援完了者数456名 動機付け支援完了者数292名</li> </ul>
各疾病予防事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>●総合健診(人間ドック)補助 受診者数199名 (一般ドック81名/専門ドック118名)</li> <li>●主婦健診(東振協主催) 受診者数433名</li> <li>●生活習慣病予防健診 受診者数33名</li> <li>●各種がん健診 ・腫瘍マーカー検査 AFP[肝臓がん]…3,179名 PSA[前立腺がん]…1,837名 CA125[卵巣がん]…4,487名 ・乳腺超音波検査[乳がん]…2,667名 ・大腸がん検査…3,603名</li> <li>●歯科検診 受診者数6,586名</li> <li>●インフルエンザ予防接種補助 受診者数8,002名</li> <li>●電話によるファミリー健康相談およびメンタルヘルスカウンセリング 受付件数221件</li> <li>●家庭用常備薬の斡旋 申込者数940名</li> <li>●3健保合同キャンペーン ・禁煙非常口キャンペーン 目標到達11名 ・WEBウォーキング 目標到達117名</li> </ul>
体育奨励	<ul style="list-style-type: none"> <li>●スポーツクラブの斡旋 のべ1,150名利用</li> </ul>
保健指導宣伝	<ul style="list-style-type: none"> <li>●医療費の通知(年1回)</li> <li>●機関誌の発行(年3回)</li> </ul>

## ■ 平成29年度決算収入支出概要

収入			
科目	決算額(千円)	前年比(%)	予算比(%)
健康保険料	6,590,548	110.6	114.9
調整保険料	64,371	94.4	114.9
繰越金	—	—	—
国庫補助金収入	481,515	138.0	17650.8
財政調整事業交付金	39,848	111.1	157.3
その他	6,558	51.4	6.2
収入合計	7,182,840	111.8	121.2
経常収入合計	6,599,055	110.4	—

支出			
科目	決算額(千円)	前年比(%)	予算比(%)
事務費	45,266	89.3	59.1
保険給付費	2,195,399	108.3	102.9
納付金	2,063,666	76.2	101.3
保健事業費	100,568	101.7	72.8
財政調整事業拠出金	64,201	94.2	114.6
その他	2,698	109.8	0.2
支出合計	4,471,798	90.3	75.4
経常支出合計	4,407,382	90.2	—

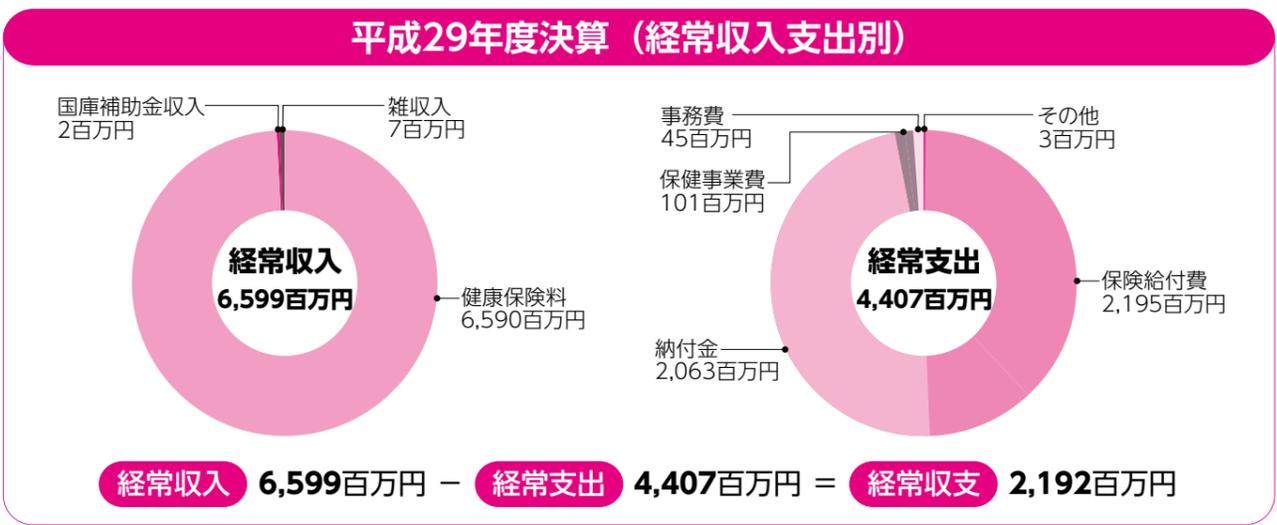
収入支出差引額	2,711,042	184.1	—
経常収支差引額	2,191,673	201.1	—



## 平成29年度決算

# 平成29年度は一般勘定・介護勘定ともに黒字決算

- 被保険者若年化により平均標準報酬額減も、被保険者数増と標準賞与額増により保険料収入は、対前年度6億3千万円増の65億9千万円。
- 高齢者医療運営円滑化等国庫補助金が、対予算+4億8千万円。
- 高齢者医療制度に対する拠出金額(納付金・支援金)は、対前年度6億4千万円減の20億円。



**介護保険について**

平成29年度の介護保険の決算は、収入3.3億円、支出2.9億円となり、収支差引額4,234万円を計上しました。収入内訳は介護保険収入として3.3億円、支出内訳は介護納付金2.9億円となっています。なお、残金は介護準備金として決算残金処分を行いました。

保健事業費は、各種健診をはじめとするみなさんの健康づくりを支援するための支出です。平成29年度は保健事業費として1億円(対前年度比101.7%)、被保険者1人あたりでは、8,051円を支出しました。実施したおもな保健事業については、上表をご覧ください。

**納付金・拠出金について**

納付金・拠出金は高齢者医療制度維持のために健康保険組合が国に納付している支出です。平成29年度の納付金は20.6億円となり、対前年度比較で76.2%、金額で6.4億円減、所要財源率も51.64%から35.67%となりました。納付金減少の主な要因は、前期高齢者納付金(65~74歳までの医療費の支出)が対前年度比で50.2%、約8.6億円減少したことが影響しています。しかし、一方で、後期高齢者支援金(75歳以上の医療費の支出)は、対前年度比で123.1%、約2.1億円増加しました。

後期高齢者支援金については法改正の影響もあり、平成30年度予算ではさらなる増加分を見込んでいます。また、前期高齢者納付金についても医療費の増減に左右されるものであり、予断は許さない状況といえます。

\*後期高齢者支援金の算出方法については、段階的に総報酬割が導入され、平成29年度から全面総報酬となりました。ANAグループ健保にとっては今後も負担増となる厳しい状況となっています。

**保険給付費について**

保険給付費は、みなさんが病気やけがをしたときの医療費や各種手当金として支出するものです。平成29年度の保険給付費の総額は21.9億円(前年度より約1.6億円増加しました)。これは、1人あたりの給付費がほぼ横ばいであったものの、加入者数が伸びたことから、前年度比108.3%の増加となったものです。ただ、保険料収入が増加したこともあり、保険給付費の所要財源率は前年度の38.66%から37.94%になりました。

**平成29年度決算概況**

平成30年7月19日開催の組合会において、平成29年度決算が審議され、承認されました。

平成29年度は、被保険者数の増加(対前年度比108.0%)、平均標準賞与額の増加(対前年度比108.2%)により、健康保険収入は65.9億円(対前年度比110.6%)と、前年度に比較して、6.3億円の増加となりました。

一方、支出においては、納付金・支援金の計算にあたり2年前の概算・確定差額の清算をしているため、6.4億円減って20.6億円(対前年度比76.2%)となりました。支出合計においても44.7億円と前年度に比べ4.8億円下回る額となりました。結果、経常収支で前年度(1,103百万円)を上回る2,192百万円の黒字となりました。

平成29年度は黒字決算となりましたが、被保険者数増加等による影響、一時的な納付金の減少によるものであり、健保財政は依然として厳しい状況にあります。ANAグループ健保では、今年度も事業主と協働で、効果的かつ効率的な疾病予防・医療費抑制対策を目的とした保健事業を推進してまいります。みなさんもぜひ、積極的にご活用にご参加ください。

# 家庭用常備薬等の斡旋のご案内

補助金が  
500円  
↓  
3,000円に  
なりました!



詳細は同封の  
パンフレットを  
参照ください。

申込受付期間 **2018.10.1~11.30**

当健康保険組合では被保険者のご家族の皆様の疾病予防・医療費節約のため、家庭用常備薬の斡旋販売を実施します。

被保険者1名につき補助金(3,000円)が出ますので、是非ともご活用ください。

申込方法 郵便・FAX・webが使えます。

送料 送料無料

取扱商品 感冒薬、外傷薬をはじめ、豊富な商品を取り扱っております。

支払額 支払額は、購入金額と送料の合計額から補助金を差し引いた額になります。

## 秋季健康診断に合わせて インフルエンザ予防接種を 行います

当健康保険組合では、被保険者・被扶養者の皆様のインフルエンザ重症化防止のため、今年もインフルエンザ予防接種を行います。被保険者の方は秋季健康診断の時期に合わせて集団接種いたしますので、ぜひ受けるようにしてください。また、被扶養者の方は接種費用の補助を行います。くわしくは健保ホームページ「NEWS&TOPICS」に掲載いたします。

平成30年度は  
被扶養者も  
対象です!



実施期間

事業所の秋季健康診断の  
日時をご確認ください。

※インフルエンザ予防接種は重症化を防ぐためのもので、感染を100%予防するものではありません。

## 平成30年8月から 70歳以上の高額療養費が 変わりました

高額療養費とは、医療費の自己負担額が高額になったとき、自己負担限度額を超えた額が支給される制度です。8月診療分から下記のように自己負担限度額が改定されました。

\*表内   部分が改定されました。

### ■平成30年8月診療分から

所得区分	個人ごとの外来	入院・世帯ごと
標準報酬月額 83万円以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1% [140,100円]	
標準報酬月額 53~79万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1% [93,000円]	
標準報酬月額 28~50万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1% [44,400円]	
標準報酬月額 26万円以下	18,000円 (年間14.4万円上限)	57,600円 [44,400円] (変更なし)
低所得者Ⅱ (住民税非課税)	8,000円 (変更なし)	24,600円 (変更なし)
低所得者Ⅰ (年金収入80万円以下等)		15,000円 (変更なし)

※ [ ] 内は、1年間に3回以上高額療養費の支給を受けた場合の4回目からの自己負担限度額

### 窓口負担が3割負担の方へのご注意

これまでは「高齢受給者証」の提示で窓口の支払いを自己負担限度額までにすることができましたが、標準報酬月額が28~79万円の方は、別途「限度額適用認定証」の提示が必要になりました。医療費が高額になりそうなときは、事前にANAグループ健保まで「限度額適用認定証」の申請をしてください。

\*窓口負担が1~2割の方は従来通り、「高齢受給者証」の提示で自己負担限度額までにすることができます。