

協会だより

No.17

平成26年10月発行

ながの



阿智村 治部坂高原スキー場のコスモス

写真提供 昼神温泉観光局

CONTENTS

協会けんぽからのお知らせ

- 高額療養費制度にかかる自己負担額の区分が平成27年1月1日から改正されます……2
- 特定健診を受けましょう……3
- 事業者健診結果データのご提供を
お願いいたします……3

日本年金機構からのお知らせ

ねんきんネットをご利用ください……4

長野県社会保険協会からのお知らせ

諏訪湖健康ウォーク参加者募集…5・6

協会けんぽからのお知らせ

高額療養費制度にかかる自己負担限度額の区分が

平成27年1月1日から改正されます

厚生労働省から平成25年12月24日付「高額療養費の見直しに伴う関係政令等の改正内容について」の事務連絡があり、自己負担限度額の区分が改正されることになりました。

高額療養費制度は、家計に対する医療費の自己負担が過重なものとならないよう、医療費の自己負担に一定の歯止めを設ける仕組みであるとの考え方から、以下のとおり細分化されております。

改正時期につきましては、平成27年1月1日となります。

70歳未満の加入者

負担能力に応じた負担を求める観点から、高額療養費の自己負担限度額（算定基準額）がきめ細かく設定され、これまでの上位所得者及び一般所得者の区分がそれぞれ2分割されます。低所得者区分については、自己負担限度額が据え置かれます。

70歳未満の加入者の自己負担限度額

改正前		改正後（平成27年1月1日より）	
所得区分	月単位の上限額 （自己負担限度額）	所得区分	月単位の上限額（自己負担限度額）
上位所得者 標準報酬月額 53万円以上	150,000円+（医療費－ 500,000円）×1% 〈多数該当：83,400円〉	標準報酬月額 83万円以上	252,600円+（医療費－842,000円）×1% 〈多数該当：140,100円〉
一般所得者 標準報酬月額 28万～50万円	80,100円+（医療費－ 267,000円）×1% 〈多数該当：44,400円〉	標準報酬月額 53万～79万円	167,400円+（医療費－558,000円）×1% 〈多数該当：93,000円〉
低所得者 （住民税非課税）	35,400円 〈多数該当：24,600円〉	標準報酬月額 28万～50万円	80,100円+（医療費－267,000円）×1% 〈多数該当：44,400円〉
		標準報酬月額 26万円以下	57,600円 〈多数該当：44,400円〉
		低所得者 （住民税非課税）	35,400円 〈多数該当：24,600円〉

70歳から74歳の加入者

高額療養費の自己負担限度額は据え置かれます。

70歳から74歳の加入者の自己負担限度額（据え置き）

所得区分	月単位の上限額（自己負担限度額）	
	外来（個人単位）	世帯単位
現役並み所得者 標準報酬月額 28万円以上	44,400円	80,100円+（医療費－267,000円）×1% 〈多数該当：44,400円〉
一般所得者 標準報酬月額 26万円以下	12,000円	44,400円
低所得者Ⅱ	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ		15,000円

「限度額適用認定証」 をご利用ください

医療機関や薬局での窓口負担が自己負担限度額を超えと思われる時は、事前に「限度額適用認定証」の交付を受け、医療機関の窓口で提示することで、窓口負担を自己負担限度額までにすることができます。

「限度額適用認定申請書」にてご申請ください。

協会けんぽに
加入されている
ご家族の皆様へ

特定健診を受けましょう



協会けんぽの被保険者に扶養されている40歳～74歳のご家族の方に、「特定健康診査受診券」をご自宅に直接お送りしておりますので、受診券を利用して健診をお受けください。お手元にない方は、保健グループ（☎026-238-1253）までご連絡ください。

メリット①

健診の補助があり、とても「お得」です！

県内の健診実施機関で受診される場合は、自己負担額は約500円～1,731円程度です。

メリット②

近所で受診ができ、「お手軽」です！

市町村で実施する集団検診や県内788の医療機関で受診できます。

健診は自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すきっかけとなります。

いきいきと元気に過ごすためには、何より健康でなくてはなりません。年に一度は健診を受け、からだの健康チェックをしましょう。

事業主・
健診事務ご担当者
の皆様へ

事業者健診結果データのご提供をお願いいたします

協会けんぽの健診以外で事業者健診をされる事業所様は、健診結果データのご提供にご協力をお願いします。※協会けんぽへのデータ提供は法律で認められていますので、法的に責任を問われることはありません。

事業者健診結果データを提供すると？

事業所様のメリット

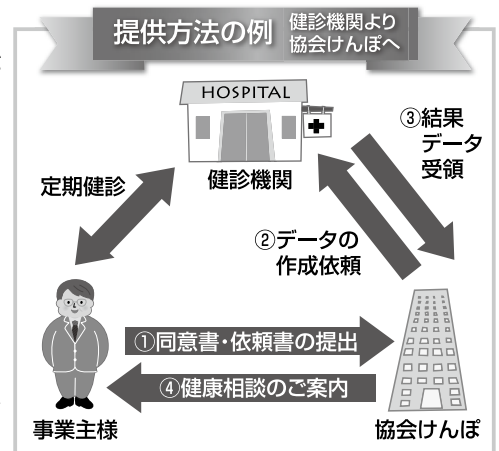
協会けんぽの保健師や管理栄養士が事業所を訪問して無料の健康相談を行っております。健診結果をいただくことで、生活習慣病のリスクの高い方を対象にした特定保健指導や、希望する方の個別相談、集団形式での健康学習を利用することができます。従業員の皆様の健康づくりに是非ご活用ください。保健師・管理栄養士は、支社や出張所にもお伺いします。お気軽にお問い合わせください。

提供方法について

同意書・依頼書の提出による事業主様の同意に基づき、協会けんぽが健診機関から健診結果データを受けとる方法が可能です。（右図）

- ①同意書・依頼書をご記入いただき、長野支部へお送りください。（同意書・依頼書は長野支部ホームページから印刷いただくか、長野支部までお電話等でご請求ください。）
- ②協会けんぽから健診機関へ健診結果作成の依頼をします。
- ③健診機関から健診結果を受領します。
- ④健診結果に基づいて、協会けんぽから健康相談のご案内をさせていただきます。（事業主様より、協会けんぽへデータ形式または、紙媒体でご提出いただくこともできます。）

事業者健診結果データの提供につきまして詳しくは、長野支部ホームページをご確認いただくか、保健グループまでお気軽にご相談ください。



ホームページのご参照方法

- ① 協会けんぽ 検索
- ② 長野支部の健診・保健指導のご案内
- ③ 事業者健診結果のご提供をお願いします



全国健康保険協会 長野支部

協会けんぽ

〒380-8583 長野市南長野西後町1597-1
長野朝日八十二ビル8階

代表：保険証・健康保険給付・任意継続……………026-238-1250
保険料率・ジェネリック医薬品……………026-238-1251
健診・特定保健指導……………026-238-1253
第三者行為・医療費のお知らせ……………026-480-0562

日本年金機構からのお知らせ

『ねんきんネット』をご利用ください!

日本年金機構では、国民の皆様がご自宅のパソコンからご自身の年金記録を確認できる「ねんきんネット」を始めています。

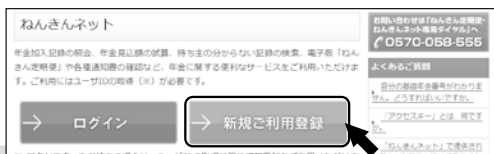
年金制度（共済組合員記録を除く）ごとの年金記録情報、加入期間の情報、加入実績に応じた年金試算額、見込み額の情報などを確認できるサービスです。ぜひご利用いただきますようお願いいたします。

新規ご利用登録はとっても簡単!

日本年金機構ホームページ
(<http://www.nenkin.go.jp/>) の
「ねんきんネット」をクリック



「ねんきんネット」ページで
「新規ご利用登録」をクリック

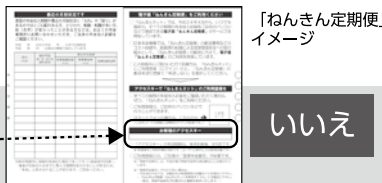


アクセスキー*1をお持ちですか?

はい

*1 「ねんきん定期便」に記載された17桁の
番号(有効期限は、到着後3か月)。.....
年金事務所でも発行できます。

いいえ



スマートフォンを ご利用の方

こちらの二次元コードから
スマートフォン版のご利用
登録画面に
アクセス
できます。



電子メールのアドレス*2をお持ちですか?

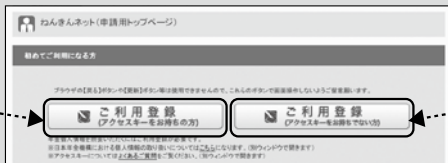
はい

*2 無料で取得できるフリーメールのアドレスでもご登録
いただけます。

いいえ

ご利用登録
(アクセスキーをお持ちの方)

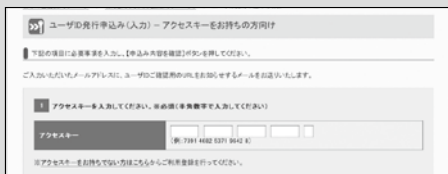
「ご利用登録 (アクセスキーを
お持ちの方)」をクリック



ご利用登録
(アクセスキーをお持ちでない方)

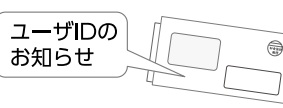
「ご利用登録 (アクセスキーを
お持ちでない方)」をクリック

アクセスキー、基礎年金番号*3、
氏名、生年月日、メールアドレス*4
などを入力して申し込み



基礎年金番号*3、氏名、生年月日、
住所などを入力して申し込み

入力いただいたメールアドレスへ
ユーザID確認用URLをお知らせ
します



お申込み後5日程度で
ユーザIDを郵送します

*3 基礎年金番号は、年金手帳や年金証書などでご確認ください。(お持ちでない場合は年金事務所でも再発行できます。)
*4 ご家族の方などと共有しているメールアドレスを登録する場合、必ず共有している方の了解を得てください。

メモ欄

(必要に応じ、お使いください)

・基礎年金番号

・メールアドレス

@

・アクセスキー

・ユーザID

詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索

http://www.nenkin.go.jp/n_net/

電話でのお問い合わせは、「ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル」へ



0570-058-555

03-6700-1144

(050から始まる電話でおかけになる場合)



詳細は裏面(6ページ)をご覧ください

参加申込書

事業所名

事業所住所 〒

事業所電話

申込責任者

締切日 10月31日(金)まで FAX 026-223-4876

- 傷害保険に加入しますので、参加者全員分（乳幼児も含む）をご記入ください。
- 太枠欄には当日の代表者の氏名等をご記入ください。

フリガナ 参加者氏名	性別	年齢	希望コース(○印)		ポールレンタル 希望○印
当日連絡可能な電話番号(携帯)	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	
	男・女		1周コース	半周遊覧船 コース	

*記入欄が不足の場合は、コピーしてお使いください。(ホームページよりダウンロードできます。)
*ご記入いただきました個人情報は、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

諏訪湖 健康ウォーク開催

体育奨励事業の一環として「健康ウォーク」を開催します。
諏訪湖周辺の様々な景色を楽しみながら諏訪湖を歩きましょう。
ウォーキングの後は、すわっこランドのプールや温泉でリフレッシュ!

参加無料

すわっこランド
無料入館券付き



※無料入館券で施設内の温水プール、温泉が利用できます。
※無料入館券は当日のみ。

日時 11月29日(土) 9時開会式 9時30分スタート(予定)
(8時30分から受付開始) 雨天決行

集合 すわっこランド(諏訪市大字豊田732番地) 施設駐車場あり

コース ●諏訪湖一周(約16km) コース(終了14時ごろ)
●諏訪湖半周遊覧船(約8km) コース
(終了12時45分ごろ)

定員 200名(各コース100名)

講師 とよおかスポーツクラブ ゼネラルマネージャー
酒井 浩文氏(1988年ソウルオリンピック競歩日本代表)
ほか スタッフ

対象者 被保険者及びその家族(ただし中学生以下は、保護者の同伴が必要です。)

申込み 中面の専用申込書にご記入のうえ、**FAX**でお申し込みください。
(受付完了の通知をハガキで申込責任者様あてにお送りいたします。)

締切日 10月31日(金)まで 定員になり次第締切ります。

その他 ●希望者にはウォーキングポールを無料で貸出いたします。
●昼食・飲み物・雨具等、必要なものは各自でお願いします。(なお、すわっこランドに飲食コーナーがあります。)
●雨天でも実施いたします。ただし、強風等で遊覧船が出航できない場合、8kmコースは別ルートとなりますのでご了承ください。



FAX 026-223-4876

主催 (一財)長野県社会保険協会
問い合わせ 026-226-5240

コース略図

