



インフルエンザ 予防接種をお忘れなく!

健保組合が接種費用を補助します!

インフルエンザは重症化すると、肺炎や脳症などの重い合併症を起こすことがあります。ワクチンは重症化を防ぐ効果がありますので、手洗いやマスクの着用などの対策を実行するとともに、今年も受けておきましょう。また、効果は5ヵ月間ほどで失われます。昨年受けたからといって油断せず、毎年接種してください。

接種の受け方は3通りです。事前に申込みのあった被保険者の方には、指定の会場や巡回先で受けられる「集団接種」を実施します(1・2)。申込みをされていない方や被扶養者の方は、いったん全額を自己負担し、領収証を提出することで補助が受けられる「償還払い方式」(3)で接種してください。

※満65歳以上の方は各市区町村でも補助を受けられる場合があります。詳しくはお住まいの市区町村の担当課へお問い合わせください。
※各市区町村にて補助を受けられる方は、健保組合の補助を受けられません。

集団接種

1 会場で接種

対象者 申込みをされた方のみ (受付はすでに終了しています)
補助額 1,000円

実施会場	第1会場	第2会場	第3会場
	木材会館 健保応接室 (中区松原)	東海木材 相互市場 (丹羽郡大口町)	名古屋港 木材会館 (海部郡飛島村)
日時	11月13日(水) 12:00~14:00	11月14日(木) 14:00~16:00	11月15日(金) 12:00~14:00

集団接種

2 巡回先で接種

対象者 申込みをされた方のみ (受付はすでに終了しています)
補助額 1,000円

会場や日時は
所属事業所の指示に従ってください。



償還払い

3 最寄りの医療機関などで接種 事前の申込みは不要です。

対象者 当健保組合の被保険者・被扶養者 (それぞれ年度内1回)
対象期間 令和元年10月1日
~令和2年1月31日 接種分

補助額 被保険者 1,000円
(期間内1回限り) 被扶養者 500円

申請方法 いったん全額を負担し、予防接種を受けたことが明記された領収証を受け取って、申請用紙とともに所属事業所の担当者へご提出ください。
(申請用紙は9月下旬に送付済み)

領収証についての注意

- ・「インフルエンザ予防接種代」と明記されていること
- ・コピー不可(原本のみ可)
- ・予防接種を受けた方の氏名がすべて明記されていること
(家族で同じ日に接種するなどして、複数人で1枚の領収証の場合は、それぞれの氏名・金額が明記されていること)



2019年
10月から

消費税率引き上げに伴い、 医療費が変わりました

前回増税時の改定をリセットし、消費税率「5%→10%」に対応する引き上げに

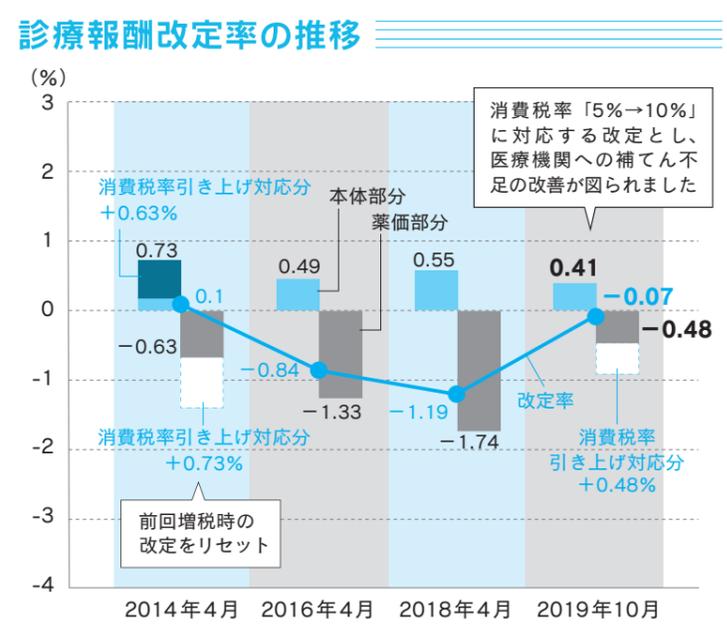
診療報酬とは、医療サービスの公定価格をさします。診療報酬は2年ごとに改定され、次回は2020年4月を予定していますが、2019年10月に消費税率増税分を、

診療報酬に上乗せする形で補てんすることを目的として臨時に行われました。医療費は非課税のため、医療機関は患者から増税分を徴収することができないからです。

2014年度の消費税率「5%→8%」への増税時の改定においては、医療機関の種類によって補てん状況にバラつきがあり、全体的に補てん不足であったことから、今回の改定では、2014年度の改定をリセットしたうえで、基本診療料・調剤基本料への上乗せを中心に、消費税率「5%→10%」に対応する引き上げとなりました。医療費ベースでは4,700億円の財源が、医科に4,000億円、歯科に400億円、調剤に300億円配分されました。

《初診料・再診料等を引き上げ》
初診料は2,820円から2,880円、再診料は720円から730円となり、2014年度改定前の点数(2、700円、690円)から6%の上乗せとなりました。

《薬価はマイナス改定》
薬価については、市場実勢価格に基づく改定(実勢価格改定)等で0.93%引き下げたうえで、増税相当分として0.42%引き上げ、差し引きでマイナス0.51%となりました。



2019年10月に消費税率が「8%→10%」に引き上げられ、これに合わせた診療報酬等の見直しが行われました。医療の技術料にあたる診療報酬本体は0.41%引き上げられる一方で、薬価等については0.48%引き下げられ、診療報酬全体では0.07%の引き下げとなりました。

2019年10月 診療報酬改定

診療報酬全体の改定率 ▲0.07%

- 診療報酬本体 +0.41%
 - 各科改定率 医科+0.48%
 - 歯科+0.57%
 - 調剤+0.12%
- 薬価等 ▲0.48%
 - 薬価 ▲0.51%
 - (消費税対応分) +0.42%
 - (実勢価改定等) ▲0.93%
 - 材料価格 +0.03%
 - (消費税対応分) +0.06%
 - (実勢価改定等) ▲0.02%

●改定される主な項目

項目	2019年	
	9月まで	10月から
医科	初診料	2,820円 → 2,880円
	再診料	720円 → 730円
	外来診療料	730円 → 740円
	オンライン診療料	700円 → 710円
歯科	歯科初診料	2,370円 → 2,510円
	歯科再診料	480円 → 510円
調剤	調剤基本料*	410円 → 420円

自己負担は原則、上記の3割です(年齢等による)。 ※調剤基本料1の場合の額。

介護報酬はプラス改定

公的介護サービスも非課税のため、介護報酬も基本単位数が引き上げられ、プラス0.39%の改定となりました。また、経験・技能のある介護職員の処遇を改善することを目的とした介護職員等特定処遇改善加算も導入されています。

正しい知識で徹底予防 ノロウイルス対策はしっかりと



ノロウイルス感染症は秋から冬にかけて発生しやすい食中毒のひとつです。感染力が強いため、予防法をしっかりとマスターしておくことが大切です。

ノロウイルスのおもな症状
吐き気・おう吐・下痢・腹痛・発熱(38℃前後)
軽いかぜのような症状の場合もあります

潜伏期間は24~48時間。通常3日程度で回復しますが、乳幼児や高齢者の場合、脱水症状やおう吐物を吸い込むことによる肺炎など重症化する危険性も高くなります。

感染予防のポイント

◆貝類・肉・魚などは、中心部までしっかりと加熱して食べる

“中心部の温度85~90℃で1分以上”を目安に加熱を。

◆家族全員が、ていねいな手洗いを習慣づける

トイレの後、食事前、調理前・調理中など、こまめにせっけんでしっかりと洗いましょう。

◆調理器具を消毒する

まな板や包丁などの調理器具は、使用前後に洗剤でよく洗って熱湯をかけると効果的です。



感染したかも?と思ったら...

こまめに水分補給をしましょう。下痢止め薬はウイルスが体外に排出されるのを妨げてしまうことがあるので服用しないようにしてください。食べられるようになったら、野菜スープやおかゆなど消化のよいものを摂りましょう。



症状が3日以上続く・半日以上水分が摂れない・血便が出る・腹痛が悪化するなどの場合は、医療機関にかかりましょう。

他人事ではない **がん**

日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなる時代。がんはもはや他人事ではありません。がんについて正しい知識をもち、予防と早期発見につとめましょう。

必ず受けてほしい5つのがん検診

定期的な検診で早期に発見でき、適切な治療によって死亡率を下げるすることができます。

男性・女性

40歳から年に1回
「胃がん検診」「大腸がん検診」「肺がん検診」

- 胃がん検診** 検診内容 ・胃X線検査
- 大腸がん検診** 検診内容 ・便潜血検査
- 肺がん検診** 検診内容 ・肺X線検査
・喀痰細胞診(喫煙者のみ)

女性

20歳から2年に1回「子宮がん検診」
40歳から2年に1回「乳がん検診」

- 子宮がん検診** 検診内容 ・子宮頸部細胞診
- 乳がん検診** 検診内容 ・マンモグラフィ検査

当健保組合では、一部の検診を補助しています。
詳しくはホームページをご覧ください。
<https://www.mokuzai-kenpo.or.jp/>

がんのリスクを減らす 生活習慣

- お酒は適量を楽しみ、休肝日を設けましょう
- バランスのよい食事を心がけましょう
- たばこはがんの最大の原因。禁煙しましょう
- こまめにストレスを解消しましょう
- 毎日、体をよく動かしましょう
- 適正体重を維持しましょう

かんたん医療費節減術

ジェネリック医薬品を 使ってみませんか?



有効成分や効能は同じで、新薬より価格が安いジェネリック医薬品。いつものお薬をジェネリック医薬品にすれば、お薬代が節約できます。

どうして安いのか?

ジェネリック医薬品は、新薬の特許期間満了後に新薬と同じ有効成分で製造・販売されるお薬です。新薬より開発費用が少なくてすむため、価格を抑えられるのです。お薬の形や色、味、添加物などは変えてもよいことになっているため、見た目や添加物が異なることはありますが、有効性や安全性は国の審査により新薬と同等であると確認済みです。

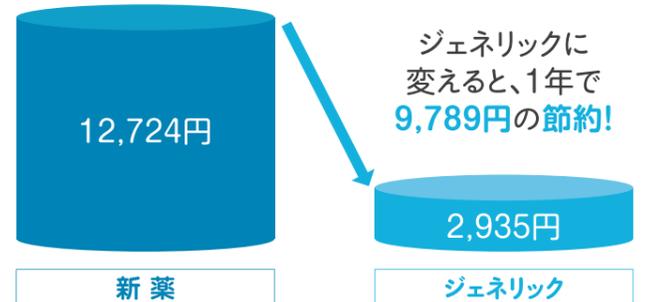
どれくらい安くなるのか?

慢性疾患などで長期間服薬する方は、ジェネリック医薬品に変えると節減効果が大きくなります。



たとえば...

▼高血圧の薬の場合(1日1回1錠、1年間)



金額は一例、3割負担の場合です。ほかに調剤技術料や薬学管理料などがかかります。

ジェネリック医薬品に切り替えよう!

処方せんの「変更不可」の欄に「✓」や「×」などの記入がなければ、ジェネリック医薬品に変更できます。医師・薬剤師に相談してみましょう。

⚠ すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。また、医師の治療上の方針で、ジェネリック医薬品に変えられない場合があります。



変更不可欄を
チェックして、
記入がなければ
切り替えられる!