

平成17年度の事業計画が決まりました

2月25日、健康保険組合の議決機関である組合会が開催され、日本無線健康保険組合における平成17年度事業計画が決定いたしました。

今後も皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

平成17年度主な事業計画

健保勘定

収入

(単位：千円)

科目	予算額
健康保険料収入	4,643,841
調整保険料	70,730
繰越金	30,000
繰入金	100,000
(退職積立金)	20,000
財政調整事業交付金	40,000
雑収入	16,109
計	4,920,680
経常収入合計	4,679,950
経常収入支出予算差引残高	518,704

支出

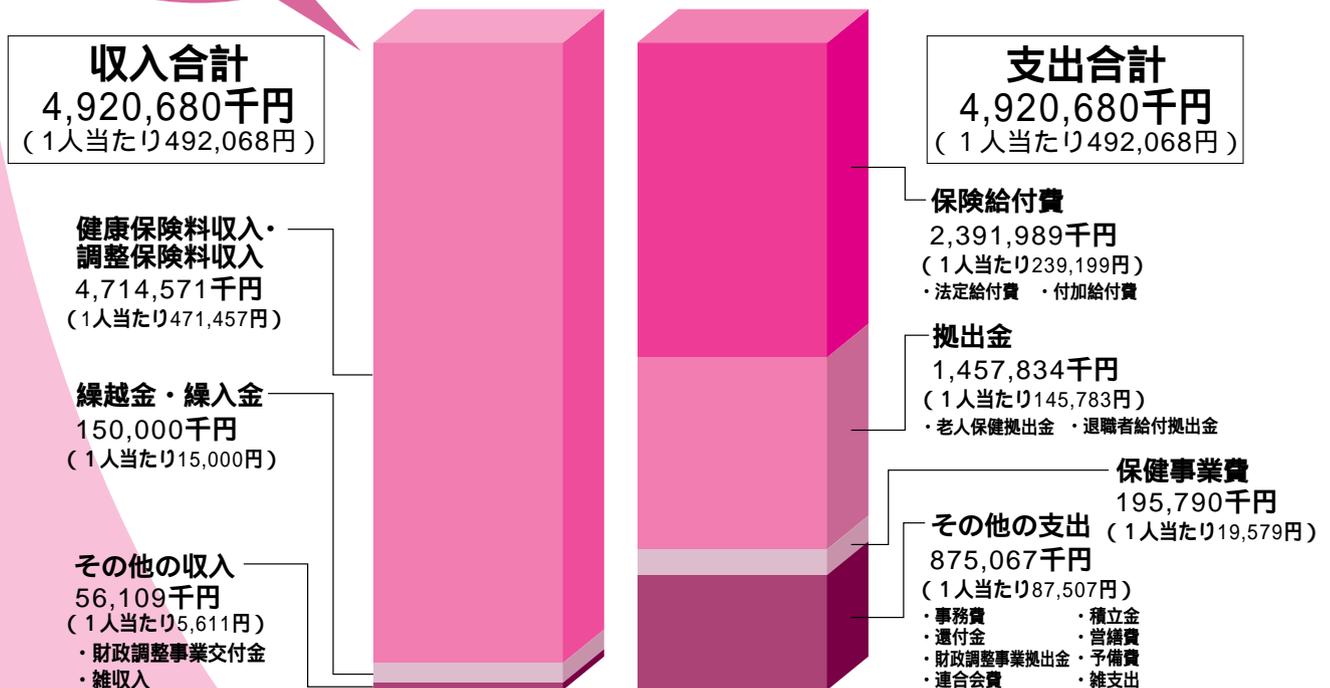
(単位：千円)

科目	予算額	
事務費	106,523	
保険給付費	法定給付費	2,265,871
	付加給付費	126,118
拠出金	老人保健拠出金	831,779
	退職者給付拠出金	626,055
保健事業費	195,790	
還付金	10	
営繕費	20,000	
財政調整事業拠出金	70,730	
連合会費	2,600	
積立金	5,000	
雑支出	1,500	
予備費	668,704	
計	4,920,680	
経常支出合計	4,161,246	

予算の基になった数値

被保険者数
 男 8,450人
 女 1,550人
 計 10,000人
 平均標準報酬月額
 380,000円
 保険料率
 事業主
 51.5/1000
 被保険者
 28.5/1000
 合計
 80/1000

平成17年度
 予算をグラフで
 見ると



介護勘定

当健保が国に支払う介護保険料額について

介護保険料額(介護給付費納付金といいます)は、年間3億4,338万4千円となりました。
この額を基に介護保険料率と介護保険料が決められることとなります。

収入 (単位: 千円)	
介護保険収入	311,880
繰越金	30,000
繰入金	10,000
雑収入	4
計	351,884

支出 (単位: 千円)	
介護納付金	343,384
還付金	100
積立金	8,400
計	351,884

被保険者

総数	7,297人
平均標準報酬月額	440,000円

介護保険料率

事業主	5.0/1000
被保険者	5.0/1000
合計	10.0/1000

新規事業所編入のお知らせ

関連会社の事業所編入の申請がありました。各社とも事業所編入条件を満たしているため、平成17年4月1日付で適用事業所といたしました。
事業所編入を希望する事業所は、次の通りです。

事業所名	浅科ニチム(株)	ナガノコミュニケーションズ販売(株)	(株)エヌ・ジェイ・アール福岡
所在地	長野県北佐久郡浅科村御馬寄479	長野県大町市大町2969-9	福岡県福岡市西区今宿東1-1-2

歯科健診実施のお知らせ

平成13年度を最後に被保険者の集団歯科健診は休止していますが、この度、株式会社ティーエムエーと委託契約し、被保険者だけでなく被扶養者の方も歯科健診を受けられるようになりました。身近な提携歯科医院で都合のいい時間帯に、1人年2回まで無料で受診することができます。

詳細は本誌に挟み込んであるパンフレットをご覧ください、インターネット、FAX、電話等でお申し込みください。

積極的に受診し、「健康な歯」を維持しましょう。

健康保険料率は据え置き、介護保険料率は引き下げ

健康保険料率は前年度と変更ありません。被保険者数は減少が見込まれるものの、平均標準報酬月額が増加しており、収入では健康保険収入が1億8,000万円の増加が見込まれます。一方、支出では拠出金が減少しているほか、保健事業費などを削減して出費を抑え、予備費を確保しておく傾向にあります。

介護保険料率は、平成16年度は10.6/1000でしたが、今年度から10.0/1000に変更されることとなりました。

個人情報保護法施行にあたって

個人情報保護に関する基本方針(プライバシーポリシー)

日本無線健康保険組合は、加入者の氏名、住所、性別、生年月日、電話番号などのほか、適用関係情報(資格の得喪、標準報酬情報等)、現金給付関係情報(埋葬・出産・傷病手当金等、一部負担還元金・付加給付を含む)、レセプト関係情報(医療費、受診・治療情報等)、健康診査関係情報(健診データ等)、健康管理に関する情報(組合行事関連情報)などの個人情報(特定の個人を識別できる情報)について、以下の方針で取り扱います。

個人情報の管理

1. 個人情報の保護に関する当組合の「個人情報保護管理規程」を制定するとともに、個人情報保護法および関係する法令等を遵守します。
2. 当組合は、個人情報に関する個人の権利を尊重し、自己の個人情報に対する問い合わせ並びに開示、訂正、削除を求められたときは、健康保険法等の法令並びに個人情報保護管理規程等に従い、対応します。
3. 次のような適正な管理を行うことで、常に個人情報の保護に努めます。

個人情報保護管理責任者の選任による責任の所在の明確化

個人情報の漏えい、破壊、紛失、改ざん、誤用等を防止するための厳重なセキュリティ対策の実施

安全な環境下で管理するための個人情報データベースへのアクセス制限の実施

個人情報の保護についての職員教育の徹底

4. 当組合は個人情報の収集にあたり、健康保険法等の法令等で収集が義務づけられている場合を除き、加入者に対し、収集目的を明らかにし、収集した個人情報は、利用目的の範囲のみで使用し、利用目的を遂行するために業務を委託する場合を除き、第三者に提供はいたしません。
5. 利用目的遂行のために業務を委託する場合、個人情報の取り扱いに関する委託先の適正な管理および監督を行います。
6. 当組合は、当組合の個人情報データベースに保管されている加入者の個人情報をできる限り正確、完全、最新に保つために、加入者からの請求により、速やかに訂正等を行います。
7. 個人情報の取り扱いおよび管理についてのお問い合わせは、下記の当組合の窓口で受け付けます。

窓口 日本無線健康保険組合

三鷹本部 TEL 0422-45-9581

長野支部 TEL 026-285-1219

受付時間 10:00~17:00(土曜、日曜、祝祭日、年末年始を除く)

8. 本基本方針および個人情報管理規程等は、法令等の制定改廃や情勢の変化により、適宜変更します。

柔道整復師での受療について

被保険者の皆様へ

接骨院・整骨院 (柔道整復師)の 受療についての照会に ご協力ください!

当健康保険組合では、健康保険事務センター(株)大正オーデイト)と業務委託契約し、柔道整復師の医療費適正化に取り組んでいます。

接骨院・整骨院などでは「柔道整復師」と呼ばれる専門職が施術していますが、医療機関ではありませんので健康保険が使える場合と使えない場合があります。

そこで、正しい受療方法をご理解いただくとともに、柔道整復師から健康保険組合への請求内容の点検を行い、受療された施術内容などについて



郵便または電話にて照会確認をさせていただいております。

そのため、柔道整復師にかけられた場合は、負傷部位や施術内容のメモを取り、領収書と一緒に保管しておき、照会がありましたら、正確に回答書にご記入されるようご協力をお願いいたします(照会の時期は受療日から数ヶ月後となります)。

この照会は個人情報保護法を踏まえた専門の業者に委託して行っており、目的外利用や皆様に代金を請求することはありません。

健康保険が使える場合

外傷性による捻挫、打撲、挫傷(肉離れ等)骨折、脱臼、不全骨折(1回目の応急手当の場合を除き、2回目以降は医師の同意が必要です。医師の同意は実際に患者を診察しての同意です)。



健康保険が使えない場合

日常生活での単なる疲労、腰痛、肩こりスポーツなどによる筋肉疲労、筋肉痛「神経痛・ヘルニア・関節炎」など病気からくる痛み原因不明の違和感や痛み、以前に負傷した個所の痛み医師の同意のない「骨折、脱臼、不全骨折」あるいは「鍼、灸、あんま、マッサージ」症状の改善の見られない長期漫然とした施術



こんな点に注意してください

「柔道整復師施術療養費支給申請書」は患者が柔道整復師に健康保険組合への請求を委任する書類ですので、記載された傷病名、施術内容、負傷部位、施術回数など正しいかどうか確認してください。

白紙の「柔道整復師施術療養費支給申請書」へのサインや押印や柔道整復師に署名を任せてしまうことは避けてください。

窓口で支払いをした場合は領収書を必ずもらい、

保管しておきましょう。

医療機関での治療との並行受診は認められません。(整形外科で捻挫の治療を受けながら、整骨院でリハビリを行うようなケースです)

治療が長期にわたる場合は、専門的な医療機関での診断を受けましょう。

(症状に改善の見られない長期の施術は保険が使えません)

● 「被扶養者(異動)届」の提出を忘れずに

4月は新しい生活をスタートする方が多い季節です。お子さんの就職や結婚などで被扶養者に異動があった場合には、事業所の担当者を通して健保組合に届け出てください。

●●被扶養者異動の例●●

- ・息子が就職し、就職先の健保組合などの被保険者になった
- ・娘が結婚し、結婚相手の被扶養者になった
- ・妻がパートで働くようになり、被扶養者の範囲を超える収入を得るようになった
- ・両親の公的年金額の増額により、被扶養者の範囲を超えるようになった

被扶養者として認められる収入……年間130万円(60歳以上または障害者は180万円)未満で、かつ被保険者の収入の1/2未満

このような場合には、5日以内に「被扶養者(異動)届」に保険証と必要な書類※を添えて提出してください。

※各事業所の健康保険事務担当者または当健康保険組合にお問い合わせください。

● 適正な被扶養者資格認定手続きのために

健康保険組合は、被保険者については事業主の届出にもとづいて確認行為をすれば足りませんが、被扶養者については当該被保険者の申し出に基づいて該当の可否を決めなければなりません。被扶養者認定は、保険給付費のみならず、年々負担の増加する老人保健拠出金ならびに介護保険納付金の支出に大きく影響するものです。この認定を適正に行うことが、健康保険組合の超過負担を防ぎ事業運営の健全化にもつながるものです。

1 法令遵守による認定

健康保険法にもとづき設立された健康保険組合の運営は、法令の遵守(コンプライアンス)により行われなければならない。

2 保険者すなわち健康保険組合が決定する

認定の決定にあたって主体性をもつのは、あくまで保険者すなわち健康保険組合である。

3 扶養とは経済的扶養である

健康保険法上の扶養とは、民法で規定されている親族の扶養義務と同様に「経済的扶養=生計費に対する扶助」に限定される。

4 総合的に審査し判断する

対象者の年収が基準を満たしているも、扶養義務の有無、継続した生計費支援の実態などを総合的に審査し決定する。

5 疑わしきは認定せず

要件を満たしている事実を証明できない場合は、国民皆保険制度下における制度であることに鑑み、疑わしきは認定しないこととする。

● 健康保険証を大切に

「健康保険証を紛失した」「汚してしまった」等の理由で、健康保険証の再発行の申請が増えています。

健康保険証は「保険診療を受けるためのパスポート」であるだけでなく、身分証明書にもなる大切なものです。いつも決まった場所にきちんと保管しておき、なくしたり汚したりしないよう気をつけましょう。

もし健康保険証をなくしてしまった場合は、クレジットカード類と同様、悪用を防ぐためにまず最寄りの警察へ届け出て、健康保険組合にもご連絡ください。



● 健康保険組合ホームページ開設のお知らせ

4月1日から当健康保険組合のホームページをご利用できます。職場から、ご自宅から、いつでもアクセスでき、申請書式のダウンロードなどが可能になりました。皆様のご利用をお待ちしております。

URL <http://www.jrc-kenpo.com>

主な コンテンツ

- ・ 健康保険の仕組み
- ・ 介護保険の仕組み
- ・ 健康保険で受けられる給付
- ・ 個人情報について
- ・ 申請書式ダウンロードなど

平成16年度 歩け歩けキャンペーン 結果報告



昨年9月～11月に実施した平成16年度「歩け歩けキャンペーン」の集計結果をお知らせします。このキャンペーンの目的は、順位を競うことではなく、健康のためにウォーキングを習慣づけることです。今後の生活の中でも、ぜひ継続してください。

参加者・3カ月間の歩数ランキング（敬称略：所属は平成16年12月現在）

1	新日本無線株式会社	2,649,508	35	アロカ株式会社	1,050,430	69	佐賀エレクトロニクス株式会社	739,260
2	日本無線株式会社	2,120,177	36	総合ビジネスサービス(株)	1,050,378	70	佐賀エレクトロニクス株式会社	735,131
3	日本無線株式会社	1,980,636	37	JRCエンジニアリング(株)	1,048,817	71	総合ビジネスサービス(株)	733,102
4	日本無線株式会社	1,932,939	38	武蔵野電機株式会社	1,043,765	72	長野日本無線マニファクチャリング(株)	717,819
5	長野日本無線株式会社	1,855,305	39	JRC特機(株)	1,032,956	73	佐賀エレクトロニクス株式会社	715,754
6	武蔵野電機株式会社	1,683,270	40	総合ビジネスサービス(株)	1,015,300	74	新日本無線株式会社	713,000
7	武蔵野電機株式会社	1,512,904	41	新日本無線株式会社	995,871	75	新日本無線株式会社	694,473
8	任意継続者(株)	1,492,016	42	総合ビジネスサービス(株)	978,076	76	日本無線株式会社	690,300
9	日本無線株式会社	1,480,400	43	新日本無線株式会社	968,872	77	佐賀エレクトロニクス株式会社	685,191
10	日本無線株式会社	1,455,273	44	日本無線株式会社	966,641	78	新日本無線株式会社	658,700
11	日本無線株式会社	1,423,988	45	日本無線株式会社	963,756	79	アロカ株式会社	650,796
12	任意継続者	1,368,946	46	日本無線株式会社	959,492	80	アロカ株式会社	646,098
13	日本無線株式会社	1,317,184	47	長野日無エンジニアリング	944,762	81	長野日無サービス(株)	639,910
14	新日本無線株式会社	1,254,018	48	総合ビジネスサービス(株)	932,718	82	日本無線健康保険組合	594,500
15	JRC特機(株)	1,246,763	49	長野日本無線株式会社	924,230	83	佐賀エレクトロニクス株式会社	590,635
16	長野日無エンジニアリング	1,230,448	50	日本無線株式会社	921,425	84	佐賀エレクトロニクス株式会社	590,000
17	アロカ株式会社	1,225,843	51	長野日本無線株式会社	914,344	85	佐賀エレクトロニクス株式会社	580,132
18	新日本無線株式会社	1,211,919	52	アロカ株式会社	913,729	86	新日本無線株式会社	547,600
19	日本無線株式会社	1,211,400	53	日本無線健康保険組合	910,000	87	佐賀エレクトロニクス株式会社	543,330
20	任意継続者	1,198,236	54	JRC特機(株)	891,002	88	長野日本無線株式会社	510,579
21	長野日本無線株式会社	1,195,195	55	佐賀エレクトロニクス株式会社	879,242	89	日本無線株式会社	509,047
22	新日本無線株式会社	1,182,854	56	佐賀エレクトロニクス株式会社	845,500	90	JRCエンジニアリング(株)	497,975
23	JRC特機(株)	1,169,244	57	新日本無線株式会社	821,789	91	佐賀エレクトロニクス株式会社	490,095
24	新日本無線株式会社	1,162,005	58	新日本無線株式会社	818,009	92	佐賀エレクトロニクス株式会社	462,589
25	日本無線健康保険組合	1,127,100	59	日本無線株式会社	809,227	93	日本無線株式会社	458,536
26	上田日本無線株式会社	1,110,144	60	新日本無線株式会社	798,687	94	佐賀エレクトロニクス株式会社	455,359
27	新日本無線株式会社	1,107,461	61	佐賀エレクトロニクス株式会社	798,453	95	JRC特機(株)	445,200
28	JRCエンジニアリング(株)	1,103,542	62	JRCエンジニアリング(株)	789,100	96	日本無線株式会社	442,810
29	佐賀エレクトロニクス株式会社	1,096,828	63	日本無線硝子株式会社	774,600	97	佐賀エレクトロニクス株式会社	379,765
30	新日本無線株式会社	1,083,656	64	日本無線株式会社	771,834	98	日本無線株式会社	376,200
31	総合ビジネスサービス(株)	1,080,600	65	JRC特機(株)	767,000	99	日本無線株式会社	364,398
32	上田日本無線株式会社	1,080,308	66	新日本無線株式会社	747,203	100	佐賀エレクトロニクス株式会社	304,760
33	新日本無線株式会社	1,075,386	67	アロカ株式会社	743,909	101	新日本無線株式会社	296,790
34	武蔵野電機株式会社	1,054,309	68	佐賀エレクトロニクス株式会社	739,518	102	新日本無線株式会社	256,500

健康について
考えよう

教えて!! あなたの 健康方法

Vol.3: 日本無線 資材調達部編



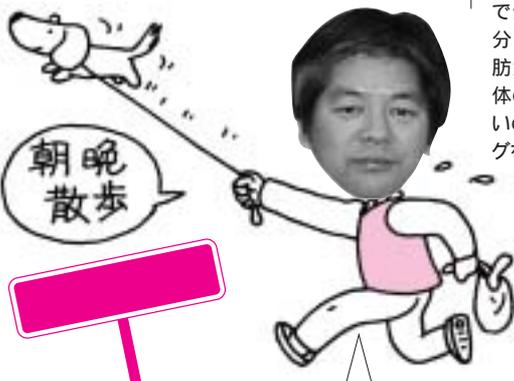
さて、「あなたの健康法」と言っても日頃特にそれらしいことはしていないし...どれネットで調べてみるか! はぁ~皆さんいろいろ健康には気を使っているようすな...なるほど、やはり健康と言うと食事と運動の密接な関係かな?! どちらにしても過度の運動や極端なダイエットなどもってのほか、やはり自分で苦にならずに長く続けられることを探すのが一番の秘訣のようで。よし、今日からは腹八分目と適度な運動を心がけて規則正しい生活習慣を身につけよう! 飲みに行つて腹一杯飲み食いして休日は夜更かして家でゴロゴロなんていうのはもっての外ですな~切腹!(^^)



この年になってくるとヒシヒシと忍び寄ってくるのが肥満の影。私の友人も「もう待たなしゃ」ということでジョギングを始めました。最初の週に2回走つて-0.5kg。これに気をよくしたのか8週で4kg減の目標を立てました。毎週「4kgまであと 週」と励んでいた矢先、突然体重がプラスに転じ出し、2週で元の体重に戻ってしまいました。今では「4kg減まであと 週」と自分に言い聞かせて走っているそうです。



休日限定(毎日は無理ですね!)でジョギングをしています。20分以上続けて運動すると体脂肪がたくさん燃えて肥満予防・体の引き締めにも効果「大」らしいので、それを目標にジョギングをしています。



私の家ではペット(ミニチュアダックス)を飼っているので、毎日朝晩散歩に出掛けています。また、子どもが野球を行っているので、休日の時はボール拾いの手伝い等をしています。そのほか、寒い時期には、各部屋の温度差をなくす様に気をつけています。それと家でお酒を飲む時は最初に軽くご飯を少し食べてから飲むことを心がけています。



健康法と言うほどのことでは無いのですが、我が家の主食は、五穀のご飯です。白米よりも栄養が豊富なのももちろんですが、噛みしめると深い味わいがある、自然と体の中から元気がわいてきます。野菜や焼き魚のおかずで和食に食べるもよし、カレーやスープに合わせてエスニックや洋ごはんを使うもよし、ヘルシーな五穀のご飯を毎日楽しんでます。このご飯を食べるようになって、胃腸の調子が良く、疲れやストレスにも強くなったような気がします。ぜひ一度お試しください。

▶ 職員異動のお知らせ.....

が1月31日付けで異動いたしました。

編集後記

井の頭公園の池の水面に花びらが舞い落ちる
風の流れに逆らうことなく舞う花びらは
華やかでもあり、哀しくもあり

春といえば桜ですが、お花見と称して我を忘れるような飲み方には、くれぐれも気を付けてくださいね(私も自重しなければならぬその一人ですが.....)。本当に飲めない体質の方に一気に飲みを強要すると、急性アルコール中毒になって死亡してしまう危険もあります。せつかくの花見ですから、美しい桜を見ながら優雅に楽しむというのはいかがでしょうか?