

大貨健保だより



D.K 大阪府貨物運送健康保険組合

〒536-8567 大阪市城東区嶋野西2丁目11番2号

ホームページアドレス <http://www.daika-kenpo.or.jp>



新年のご挨拶



大阪府貨物運送健康保険組合
理事長 **田中 秀和**

新年あけましておめでとうございます。

事業主ならびに加入者のみなさまにおかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また日頃より当健康保険組合の事業運営につきまして多大なご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

本年は、5月に「平成」から新元号に改められ、10月には消費税率10%への引き上げが予定される変化の年となります。健保組合にとっても、「経済財政運営と改革の基本方針2018（骨太方針）」に示されたように、予防・健康づくりの推進、健康経営のサポートなど、多くの役割が期待され、進展の年となります。

しかしながら、健保組合の財政は厳しい状況にあります。健康保険組合連合会が発表した平成30年度健保組合予算早期集計では1,381億円の経常赤字となっており、これは高齢者への納付金・支援金の大幅な増

加による負担がその主因であります。

健保組合は、今後も増え続ける高齢者医療費の負担構造改革を国に求めていくとともに、みなさまの健康づくりを積極的に支援するという使命を果たしてまいります。

また、2018年度より「第2期データヘルス計画」「第3期特定健診等実施計画」がスタートし、健診受診率・保健指導実施率がアップするなど、一定の効果が出ております。

引き続き、医療の適正化・効率化、重症化予防などの保健事業を積極的に推進し、みなさまの健康の保持・増進と健康寿命の延伸を図るためにも事業主との連携を深めて、しっかりと取り組んでまいります。

最後になりましたが、本年がみなさまにとって幸多き一年となりますよう心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

「被扶養者現況報告」のご提出をお願いします

皆さまよりお預かりしている保険料を、適正かつ公平に運用するため被扶養者の現況調査を毎年実施しております。新年早々ご多忙とは存じますが、何卒ご協力くださいますようよろしくお願いいたします。

- ◆ 対象者……**昭和23年4月2生まれ～平成6年4月1生まれ**の被扶養者です。

※平成30年4月1日以降の認定者除く

- ◆ 提出期限…**平成31年2月28日（木）**

- ◆ 必要書類…下記書類を必ず添付してください

【事業所】 **平成31年分扶養控除等（異動）申告書の写し**

※現況調査対象者全員分が必要です。

【現況調査対象者】

・被保険者と別居の方

被保険者からの送金額等が確認できるものの直近3ヵ月分

【例：金融機関からの送金伝票（写）・現金書留の控え（写）】

・収入のない方

平成30年度所得証明書【市区町村で交付する所得証明書】

・勤労収入のある方（パート・アルバイト含む）

平成30年源泉徴収票（写）と直近1ヵ月分給与明細（写）のセット

（源泉徴収票がない場合は、直近6ヵ月分の給与明細（写））

・年金収入のある方

年金額決定通知（写）または受給額の分かる年金定期便（写）など

【老齢・障害・遺族・共済・企業年金（基金）・生保等個人年金など受給中の年金すべて】

・自営業等その他収入のある方

収入の確認できる書類【例：直近の所得証明書・確定申告書1表と2表および損益計算書】

・学生の方

学生証（写）または在学証明書

ご注意ください！

提出期限までに現況報告書のご提出がない、また、上記必要書類をご用意いただけない場合は、引き続き被扶養者として認定することができません。※被扶養者資格は抹消となります。

なお、未提出により被扶養者資格抹消となった場合、再度認定するためには被扶養者異動届にて改めて申請していただく必要があります。その際の認定日は、被扶養者異動届の受付日となります。



事業所・優秀生活改善者表彰

導の優良事業所並びに優秀生活改善者の表彰を行い、該当の事業所と生活改善者の方に、

今年度の受賞者は、皆さまのご協力のおかげで事業所・個人ともに過去最多となりました。
 今後も大貨健保はみなさんと連携して健康づくりに取り組んでまいりますので、特定保健指導をご希望の方などいらっしゃいましたらお気軽にご連絡ください。

優良事業所 44 社			
西元運輸株式会社	河北支部	明雪運輸株式会社	東北支部
ホンダ運送株式会社	河北支部	大阪商運株式会社	東北支部
豊能運送株式会社	河北支部	中川運送株式会社	東北支部
オー・エス・ライン株式会社	河北支部	衣笠運送株式会社	東北支部
高山運輸建設株式会社	河北支部	新栄運輸株式会社	東北支部
株式会社東洋社	河北支部	井上運輸倉庫株式会社	東北支部
株式会社マツキ	河北支部	大盛運送株式会社	東北支部
玉村運輸株式会社	中央支部	株式会社ショーナン・ロジテック	東北支部
大同運送株式会社	中央支部	サントリーロジスティクス株式会社	南大阪支部
燦ホールディングス株式会社	中央支部	白鷺運輸株式会社	南大阪支部
株式会社公益社	中央支部	東和運輸株式会社	東大阪支部
株式会社松菱	西支部	株式会社山中運輸	東大阪支部
東洋テック株式会社	浪速南	相和運送株式会社	泉州支部
株式会社大阪新貨物	第六支部	株式会社西村運輸倉庫	泉州支部
有限会社ファイン	第六支部	上神谷梱包高速株式会社	泉州支部
未来物流株式会社	第六支部	川阪運送株式会社	泉州支部
株式会社日倉	北大阪支部	大虎運輸株式会社	泉州支部
ダイシン物流株式会社	北大阪支部	扇町運送株式会社	泉州支部
中野運送株式会社	北大阪支部	三信運輸株式会社	港支部
株式会社ケイシン	北大阪支部	杉村運輸株式会社	港支部
日隆産業株式会社	北大阪支部	丸山物流株式会社	港支部
富士運輸株式会社	北大阪支部	近畿交通共済協同組合	

優秀生活改善者15名（敬称略）			
神 崎 敏 男	松 永 英 之		
田 中 信 秀	杉 本 浩 二		
筒 井 誠	中 村 幸 弘		
中 西 賢 治	藤 川 一 義		
加 藤 美 幸	岩 田 志 津 夫		
川 村 高 生	永 井 久 史		
上 野 耕 一 郎	荒 竹 春 香		
本 多 敏 幸			



表彰式の模様



特定健診・特定保健指導の優良

12月14日に開催されました第218回組合会において、平成30年度の特定健診・特定保健指導理事長より表彰状と記念品が授与されました。



表彰規程

下記の基準に基づき、健康管理推進委員会にて表彰の選考を行っています。

優良事業所(加入事業所)

対象者人数(本人・家族)	健診受診率
10人以下の事業所	本人・家族 100%
11～25人の事業所	本人・家族 90%以上
26～50人の事業所	本人・家族 80%以上
51～100人の事業所	本人・家族 75%以上
101人以上の事業所	本人・家族 70%以上

+

- 健康保険料が納期内納入
- 給付率が90%以下
- 特定保健指導に協力的
- 被扶養者の健診受診率が優秀

優秀生活改善者(個人)

「特定保健指導を受け、指導後の健診結果において顕著な改善が認められた方」

特定保健指導とは…

長年の食生活や運動不足から引き起こされる生活習慣病に着目し、保健師・管理栄養士などの専門家の協力のもと生活習慣を見直し、病気を未然に防ぐことを目的としています。

対象となるのは、40歳以上の方で、健診結果から腹囲またはBMIを基準に、血圧、血糖、脂質などの数値や喫煙歴から生活習慣病のリスクが高いと判断される方です。

大ト協の移動健康相談の助成金申請を受け付けています

今年度も、大ト協主催の移動健康相談事業で健康診断を受診された事業所へ助成金を交付します。

該当される事業所には、**健診データ提供料申請書**をお送りしていますので、2月8日（金）までにご提出ください。

対象者	大貨健保に加入の被保険者
申請方法	届いた申請書に記入・捺印し返送
助成金額	1人につき1,000円
支払方法	事業所口座へ平成31年3月末振込予定

お早目の提出を
お願いいたします！
添付書類は必要
ありません。



申請書のご提出をもって、健診データの提供に同意いただいたものとし、健診データは健診実施機関より直接いただきます。健診データは健康保険法第150条に規定される「健康診査」を行うために活用し、他で利用することは一切ありません。

健康管理センター TEL 06-6965-4056

教えて！

大貨健保に

Q & A

第8回

～大貨健保への
新規加入～

Q 当社はこの度関連会社を設立することになりました。当社と新会社の雇用条件・福利厚生を統一するため、大貨健保に新規加入を希望しているのですが、加入できるでしょうか？

A 標準報酬月額や扶養率など、当組合の加入基準を満たしていれば加入は可能です。
加入について問題なしとの判断となった場合、新規加入届・事業主同意書・被保険者同意書・商業登記簿謄本（履歴事項全部証明書）等を組合に提出し、近畿厚生局の認可を受けた後、適用となります。

ココがポイント！

新たな会社（法人）が設立された場合、たとえ**被保険者が1名**であっても健康保険組合又は協会けんぽのどちらかを選択し、必ず加入しなければなりません。

新規適用を希望される場合は、事業推進係までご連絡いただきますようお願いいたします。



広報委員会

●お問合せ先● 事業推進係 TEL 06-6965-4050



大阪府貨物運送健康保険組合
チーフドクター
武田 裕

目標：健康経営

企業において健康マネージメントを経営課題として捉え、従業員の健康管理を実践する経営手法「健康経営」が注目されています。具体的には、身体機能面、精神ストレス面の双方の状態を定期健診・特定健診・ストレスチェック等により評価し、必要であればその改善を行う取組を全社的にを行い、従業員の健康増進を図り企業の生産性向上を目指すものです。従業員の健康マネージメントには、産業衛生専門家と連携して食事や運動、飲酒、喫煙、メンタルなど従業

員自身に対して指導する方法や労働時間や業務内容の把握など企業の労務管理に対してアプローチする方法があります。その結果、従業員の生活習慣病の予防や疾病重症化による長期休業の予防、従業員の就労意欲の向上、企業の医療費負担の軽減、企業のイメージアップなどが期待されます。

とくに当健康保険組合では運輸業関連企業が多く、健康起因事故の防止は社会的責任でもあります。健康経営がより重視されます。健康経営の成功企業に多く見られる特徴は、トップダウンで健康づくり施策を推進していることです。中には、「最高健康責任者」(CHOOチーフヘルスオフィサー)を設置して、健康マネージメントに関する体制を強化することで、効果的な健康増進プロジェクトを実施し、より良い結果が得られた企業もあります。ぜひ、今年の目標に「健康経営」を掲げてください。

健康ひとくちMEMO

お酒に強い人、弱い人

冬は何かとお酒を飲む機会が多い季節です。どんなお酒を飲める人、少しでも顔が真っ赤になる人、まったく飲めない人…。あなたはどのタイプですか？

その差はアルコールの分解能力にあり

アルコールが体に入ると、頭痛や吐き気の原因である「アセトアルデヒド」という有害物質に変わります。その後アセトアルデヒドは酵素の働きで分解され、体外へ排出されていきます。

この分解酵素のうち、「ALDH2」という酵素の働きがポイントで、その活性が弱かったり、欠けていたりすると、有害物質が体にたまりやすく、「お酒に弱い人」ということになります。

強い・弱いは遺伝で決まる！

ALDH2の活性は遺伝子によつて異なり、人は生まれつき両親からお酒に強いかわかりの遺伝子を受け継いでいるのです。

実は日本人の約40%は活性が弱いか完全に欠けていて、その割合は世界の他の人種よりかなり高いそうです。



訓練しても強くはなりません！

このようにALDH2の活性タイプは生まれつき決まっているので、ALDH2の活性が完全に欠けている人は、いくら訓練してもお酒に強くなることはありません。

お酒に弱い人は無理をせず、強い人も油断せず、適量を楽しみたいものです。



「保険給付のお知らせ(医療費通知)」の再発行について

現在、「保険給付のお知らせ(医療費通知)」は年2回(4月と10月頃)お届けしています。過去の記録が欲しい、紛失してしまい再発行してほしいなどのご希望がありましたら下記の2点を大貨健保へ提出してください。再発行いたします。



- 医療費通知交付願 ※大貨健保のホームページから印刷できます
- 本人確認書類として、被保険者の顔写真付きの公的な身分証明書(運転免許証など)

「保険給付のお知らせ」は確定申告の際の医療費控除に利用できますので、大切に保管してください。医療費通知を活用した医療費控除申告に関することは、税務署におたずねください。

審査係 TEL 06-6965-4057



セルフメディケーション税制



平成29年1月より医療費控除の特例として施行されたセルフメディケーション税制ですが、実際に利用されている方はいらっしゃいますか？

従来、市販薬は医療費控除の対象になりませんでした。が、薬局で販売されている「スイッチOTC医薬品」が、控除の対象となりました。

セルフメディケーション税制とは？

1月1日～12月31日の間に、健康の保持促進や疾病予防として定期健康診断や予防接種などを受けている方で、その年のスイッチOTC医薬品の購入額が総額で1万2千円を超えると、その超えた部分(上限8万8千円)について所得控除が受けられる制度です。

スイッチOTC医薬品とは？

医療用医薬品として使われていた薬で、成分の有効性や安全性などに問題がないと判断され、薬局で店頭販売できる一般用医薬品に転換されたものです。

すでに家庭薬として馴染みのある薬もありますが、医療用医薬品と成分が同じなため、薬剤師による服薬のサポートが必要です。

このマークが目印 ↓

セルフメディケーション

税 控除 対象

大貨健保のホームページをお気に入り登録しよう

ホームページアドレス

<http://www.daika-kenpo.or.jp>

大貨健保のホームページを、お気に入りにご登録いただくと、大変便利です。

各種申請書、契約健診施設一覧表、契約保養施設一覧表等お役立ち情報を掲載しています。事務効率化・情報収集にどうぞご利用ください。

