

# けんぽニュース

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

東京証券業健康保険組合

9 | 2021 SEP  
No.412

topics

令和2年度決算

証券市場は感染拡大等により  
先行き不透明な中、騰落を経て横ばいで推移、  
健保財政は高齢者医療の負担により  
依然厳しい状況

2・3 令和2年度決算

証券市場は感染拡大等により先行き不透明な中、騰落を経て横ばいで推移、  
健保財政は高齢者医療の負担により依然厳しい状況

4・5 健診を受けて、糖尿病を予防しよう

6～9 今年度のインフルエンザ予防接種の実施について

10・11 令和3年度 家庭常備薬の配布を行います！

12・13 ジェネリック医薬品を使用してみませんか？

14～17 Club Off One・FAQ／Help deskについて

18・19 東振協 いきいき健康づくり2021

20 組合からのお知らせ

**折込** 「東振協専用インフルエンザ予防接種利用券」

「東証健保会館2階検診場インフルエンザ予防接種予診票」

「東振協インフルエンザ予防接種個人情報の利用に関する同意書」

# 証券市場は感染拡大等により先行き不透明な中、騰落を経て横ばいで推移、健保財政は高齢者医療の負担により依然厳しい状況

新型コロナウイルス感染拡大に伴い第240回組合会は書面審議によりおこなわれ、令和2年度の事業報告を含めた収入支出決算が7月21日付をもちまして承認されました。

令和2年度のわが国の経済は、新型コロナウイルス感染拡大により緊急事態宣言が2回にわたり発令される中、官民一体となって感染防止に取り組み、感染拡大の抑え込みを図りながらも、経済社会活動を大幅に抑制したこともあり、景気は低迷いたしました。全体としては、昨年6月頃から持ち直しの動きがみられましたが、感染拡大の影響を直接受けた観光、空輸・鉄道など非製造業が赤字となる一方、製造業は米中の需要回復を背景に復調して好決算となるなど業種により明暗が分かれました。証券市場においても、日経平均株価は、感染拡大による世界的な景気後退懸念から一時急落しましたが、その後、米国をはじめ各国の積極的な財政出動により大きく値を戻し、本年2月には30年半ぶりに30,000円台を回復したものの、感染拡大が依然収まらないことや米中対立の先鋭化などの先行き不透明感から、28,000円から29,000円台で推移しました。

国民医療費については、感染拡大に伴う受診控えなどが影響し、前年度の医療費(43.6兆円)を下回ることが見込まれ、65歳以上の高齢者の医療費においては、前期高齢者(65~75歳未満)で3.1%減、後期高齢者(75歳以上)は3.0%減とマイナス傾向で推移しました。

このような状況の中、当健康保険組合は、事業主・被保険者各位のご理解ご協力のもと、保険給付、健康増進等の事業を推進してまいりましたが、健康保険料率につきましては、高齢者医療費の負担が厳しい中、令和2年度は保険料率1000分の80(8.0%)を維持することといたしました。

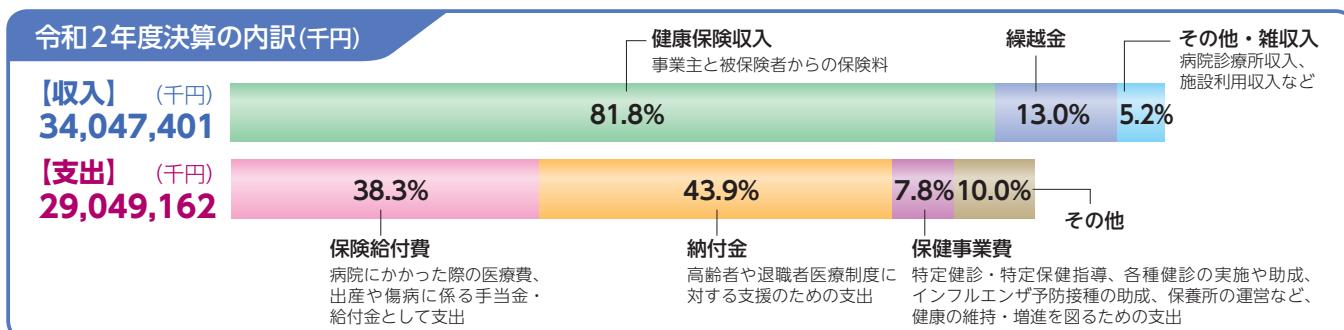
## ○ 収支決算

健康保険組合の主要な収入である保険料収入は、前年度と比較し年間平均被保険者数が減少したものの年間平均標準報酬月額・標準賞与額が増加したことにより、前年度比2億7,607万円増の278億4,760万円となりました。

一方、支出につきましては、主たる項目である保険給付費が、感染拡大に伴う受診控えの影響により前年度

比6億2,241万円減の111億1,594万円となりました。

また、前期高齢者納付金、後期高齢者支援金等の納付金は、高齢者の人口と医療費が増加しており総額127億5,558万円と、前年度比3億5,831万円増となり、納付金の保険料収入に対する割合は45.8%と、依然大きな比率を占めることになりました。



## ○ 事業報告

### ● 健康管理事業

健康管理事業につきましては、第3期特定健診・特定保健指導実施計画及び第2期データヘルス計画に基づき、事業所とのコラボヘルスを進めるとともに、特定保健指導の実施率の向上に取り組むなど、健康管理に対する意識の醸成と健康維持・増進に努めました。

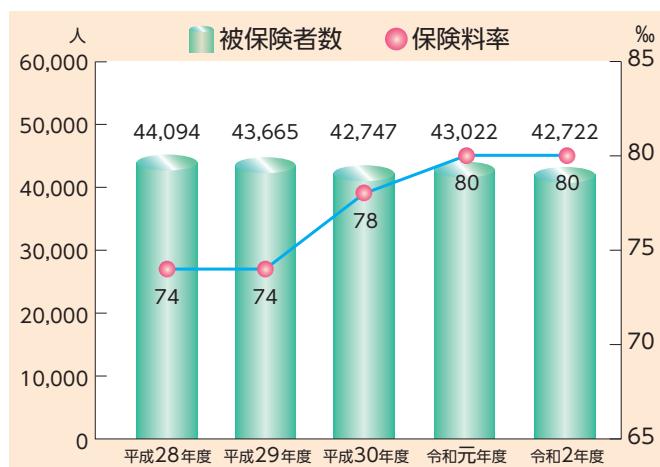
### ● 医療費適正化対策

医療費最適化(削減)につきましては、不適切な医療費排除の観点に立ち、これまで同様レセプト点検業務の強化に努め、9,952件、9億1,245万円の再審査請求を行いました。その結果、5,946万円の過誤精算(再審査請求の6.5%)がありました。

## ● 年間平均の状況

	令和2年度	令和元年度	増減
事業所数	402 社	401 社	1 社
被保険者数	42,722 人	43,022 人	▲ 300 人
被扶養者数	33,961 人	34,826 人	▲ 865 人
標準報酬月額 (免除者除く)	574,143 円	571,633 円	2,510 円
標準賞与額 (免除者含む)	1,506,429 円	1,374,150 円	132,279 円

## ● 被保険者数及び保険料率の推移



## ● 令和2年度 収入支出決算概要表

一般勘定		年間平均被保険者数 42,722 人	年間平均標準報酬月額 574,143 円
収入	科目	決算額 (千円)	
	健康保険収入	27,856,172	
	調整保険料収入	516,594	
	緑越金	4,409,167	
	緑入金	216,745	
	国庫補助金収入	87,050	
	特定健康診査等事業収入	281,220	
	病院診療所収入	200,424	
	財政調整事業交付金	328,990	
	雑収入	151,039	
合計		34,047,401	
	経常収入合計	28,691,444	
支出	科目	決算額 (千円)	
	事務費	701,170	
	保険給付費	法定給付費	10,454,253
		付加給付費	661,692
		小計	11,115,945
	納付金	前期高齢者納付金	4,729,641
		後期高齢者支援金	8,025,659
		病床転換支援金	25
		退職者給付拠出金	261
		小計	12,755,586
	保健事業費	2,255,217	
	営繕費	162,622	
	病院診療所費	1,414,766	
	財政調整事業拠出金	513,975	
	積立金	111,512	
	その他の支出	18,369	
	合計	29,049,162	
	(経常支出合計)	28,372,471	

介護勘定		年間平均被保険者数 25,207 人	年間平均標準報酬月額 646,453 円
収入	科目	決算額 (千円)	
	介護保険収入	3,457,427	
	雑収入	422,537	
合計	収入合計	3,879,964	
支出	科目	決算額 (千円)	
	介護納付金	3,671,218	
	介護保険料還付金	646	
	支出合計	3,671,864	

### ● 直営診療所・直営保養所

直営診療所、直営保養所につきましては、新型コロナウイルス感染予防及び効率的な運営に努め、利用者への安全性と利便性の向上を図りました。

### ● 個人情報保護の取り組み

当健康保険組合が保有する個人情報について一層適正な取り扱いを図り、事業所並びに被保険者からの信頼を高めるとともに健康保険組合としての質の向上に努めました。



# 健診を受けて、糖尿病を予防しよう

健康管理課 保健師 安井 彩子

新型コロナウイルスの流行により様々な制限が課された生活も、2年目に突入しています。この2年間、外出自粛、テレワークなど、とくに活動を制限されることが多く、運動不足を感じている方も多いのではないでしょうか。

健保検診場利用者の中にも、運動不足によるコロナ太り、通院控えにより持病の治療を中断して悪化させてしまった方が多くいらっしゃいます。

生活習慣病の代表格、Ⅱ型糖尿病は、活動制限の影響を大きく受ける病気の一つと言えます。

コロナ禍でも、年に1度の健診を受けて、生活習慣を見直しましょう。

## 糖尿病とは？

糖尿病は、すい臓が分泌するホルモンであるインスリンの不足や、働きの低下により血中のブドウ糖濃度(血糖値)の高い状態が続く病気です。

血糖値が高い状態が長引くと、血液中にあふれた糖の負荷で血管は次第に傷んでもろくなり、様々な合併症を引き起こします。また、動脈硬化が進行し、脳卒中や心筋梗塞など、命に関わる病気の危険性も高くなります。

## まずは健診を受けて、血糖値をチェックしましょう

糖尿病は自覚症状がほとんどありません。健康診査を受けて、体の状態を確認しましょう。



糖尿病に関する検査項目			
空腹時血糖値 (mg / dl)	HbA1c(%)		
~109	~5.5	正常	<b>血糖値が正常範囲</b> →でも、油断大敵 ちょっとした生活習慣の改善で今の血糖値を維持！
110~125	5.6~6.4	要注意	<b>血糖値が少し高めと言われたら(要注意)</b> →あなたは糖尿病予備群 日々の生活習慣を改善し発症を予防！ 特定保健指導の案内があれば、指導を受けましょう。
126~	6.5~	要受診	<b>血糖値が高いと言われたら(要受診)</b> →糖尿病が疑われます。 すぐに医療機関を受診！

引用) 東京都福祉保健局 血糖値が高いとどうなるの?

- 要受診判定がついている場合は、必ず医療機関を受診しましょう。
- 治療中の方は主治医に結果を報告し、指示に従ってください。

# 糖尿病にならないために、出来ることから始めよう。



## 食事



- 朝食・昼食・夕食は規則的に摂りましょう。
- 野菜を積極的に摂り、腹八分目までにしましょう。
- テイクアウトやデリバリーでも、食事のバランスや量に注意しましょう。

## 運動

- 社会的距離を保つ、マスクを着用するなど、感染に気を付けながらウォーキングなどで体を動かしましょう。
- 動画などを活用して、自宅内でできる筋トレやストレッチを取り入れましょう。
- 掃除など、日常生活の中でよく体を動かしましょう。
- テレワーク中でも、30分に一度は立ち上がって体を動かしましょう。



## その他の習慣

- 定期的に体重を測定しましょう。
- 禁煙にチャレンジしましょう。
- 適度な飲酒量\*を守りましょう。
- 夜遅くまでのスマホ、パソコンの使用は控え、質の良い睡眠をとりましょう。



\*適度な飲酒量とは、1日当たり純アルコール20g程度(ビールなら500ml)です。(女性はその1/2～2/3)

参考) 東京都福祉保健局 忍び寄る糖尿病～見直そう生活習慣～  
どうきょう健康ステーション できることから始めよう 糖尿病予防  
国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター 糖尿病の食事のはなし(基本編)

## 糖尿病治療中の方へ

新型コロナウイルス感染が怖くて病院に行きたくないと思われる方もいるでしょう。  
しかし、治療を中断することで体調を崩してしまっては本末転倒です。  
自己判断で通院を中断することなく、主治医と相談し、ご自身の治療状況にあつた受診間隔で、定期的に通院しましょう。



# 今年度の インフルエンザ予防接種の 実施について



## 東振協実施医療機関での接種が便利!

当組合では、今年度も保健事業の一環としまして、被保険者・被扶養者の皆様を対象にインフルエンザ予防接種の実施及び、費用の助成・補助を行います。

ご希望の実施方法をお選びいただき、是非この機会に予防接種を受けられることをお奨めいたします。

※厚生労働省より13歳以上の方の接種は、1回で効果があるとされています。

新型コロナワクチンと同時接種は出来ません。

新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンは互いに、片方のワクチンを受けてから2週間の間隔をあけてください。

## インフルエンザ予防接種を受けるには、 以下の3つの方法があります。

便利!

### その1 東振協実施医療機関で接種 → 当日の手続きがカンタン

- ★ 現地精算(補助)のため、助成金申請が不要!
- ★ 折込の「東振協専用インフルエンザ予防接種利用券」をお使いください。

### その2 その他一般の医療機関で接種

- ★ 助成金申請が必要です。

### その3 東証健保会館2階で接種

- ★ 折込の「東証健保会館2階検診場インフルエンザ予防接種予診票」をお使いください。

※新型コロナウイルス感染防止対策として、必ずマスクを着用してお越しください。また、密を避けるためにも、事前に予診票をご記入のうえ、健康保険証と一緒にご持参ください。

お問合わせ先

〒103-0025 東京都中央区日本橋茅場町3-1-2

東京証券業健康保険組合 健康管理課

TEL:03-3666-8845 FAX:03-3663-3146

# その1 東振協実施医療機関で接種（助成金申請が不要!!）

東振協が委託契約している実施医療機関で予防接種を受ける方法です。

東振協では、令和3年3月1日現在、全国約1,840カ所の実施医療機関とインフルエンザ予防接種の委託契約をしています。

手続きは、東振協ホームページ  
(<http://www.toshinkyo.or.jp>)から行ってください。

東振協

検索

## I 実施方法

次の方法のいずれかを選択してください。

院内接種	<b>実施医療機関での接種</b> (令和3年3月1日現在 全国で約1,840カ所) 被保険者・被扶養者が申し込みます	実施医療機関 一覧から選択
集合接種	<b>指定会場での接種</b> (東京・埼玉・千葉・神奈川限定) 被保険者・被扶養者が申し込みます	会場一覧から 選択
出張接種 【事業所のみ】	<b>事業所での接種</b> 事業所単位で申し込みます	実施医療機関 一覧から選択

### ■東振協とは

正式名称は「一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会」。都内に所在する総合健康保険組合の保健施設事業の振興と普及・啓発のための事業を行い、組合が共同して合理的に保健施設事業を実施し事業の共同化を図ること等を目的として設立された法人団体です。

### ● 東振協ホームページ



## II 実施期間等

### ● 院内・出張予防接種

#### 《受付期間》

令和3年9月～令和4年3月末日まで

#### 《実施期間》

令和3年10月～令和4年3月末日まで

※日程に余裕をもってご予約ください。

※期間については、医療機関ごとに異なりますので直接お問合せください。

### ● 集合接種

#### 《受付期間》

令和3年9月～10月末日まで

#### 《実施期間》

令和3年11月中旬～12月中旬まで

## III 利用対象者

被保険者・被扶養者

※接種当日に当組合の資格がある方に限ります。

※集合予防接種は中学生以下の方は受けられません。



## IV 補助金額

対象者1名につき年1回まで、1回上限2,000円。

※13歳未満の方のみ2回まで可

補助金である2,000円を差し引いた金額を窓口でお支払いいただくことにより、当組合への助成金申請の手続きが不要となります。なお、東振協の実施医療機関での予防接種料金は1人1回につき3,960円(税込)が上限となっていますので、窓口の自己負担は1,960円程度となります。

## V 予防接種を受けるまでの流れ



### ① 東振協のホームページで予防接種の予約

希望する実施医療機関を選び、直接電話予約してください。その際、「東振協の利用券を使いたい」とお伝えください。  
★個人情報の利用に関する同意書をよくお読みの上、同意欄にチェックし、次にお進みください。  
★当組合への連絡は不要です。  
★一覧に記載のない医療機関はご利用になれません。その場合は、助成金申請してください。

### ② 「利用券等」の取得

#### 折込の利用券を使う場合(院内・集合接種)

折込の「東振協専用インフルエンザ  
予防接種利用券」の利用者記入欄に  
必要事項をご記入ください。



#### 東振協のホームページから利用券を印刷する場合

東振協ホームページ上で予約した医療機関・会場を選択  
したうえで、必要事項を入力し利用券を印刷してください。  
「利用券等」の取得には、**保険者番号の入力が必要です。**  
健康保険証をご用意のうえ、取得してください。  
**保険者番号：保険証下部に記載の「06」ではじまる8桁**

### ③ 接種当日 実施医療機関に「利用券」と「健康保険証(コピー不可)」を提示し、予防接種を受けてください。



- 利用券の発行だけでは、予約は完了しません。必ず契約医療機関に連絡してください。
- 健康保険証を忘れた場合は接種することができませんのでご注意ください。
- 院内接種での小児対象年齢は医療機関ごとで異なりますのでご確認ください。
- 補助金額の上限額を超えて支払った自己負担金は、当組合へ助成金申請できませんのでご注意ください。
- 利用券は1人1回につき1枚必要です。複数枚ご利用の方は、折込の利用券をコピーしてお使いください。
- 利用券や実施施設等、その他お問い合わせは当組合健康管理課までご連絡ください。→ 03-3666-8845

## その2 その他一般の医療機関で接種（助成金申請が必要です）

### I 利用対象者

被保険者・被扶養者（年齢制限はありません）※申請者氏名は、被保険者本人のお名前となります。

### II 実施場所

インフルエンザ予防接種を実施している東振協実施以外の医療機関等

### III 助成金額

1人につき年度内1回のみ上限2,000円（2,000円に満たない場合は、実費の範囲内）  
※13歳未満の方のみ2回まで支給。その際は明細がわかるよう、まとめてご申請ください。



### IV 申請方法

- ①希望する医療機関等において予防接種をお受けいただき、医療機関から領収書をお受け取りください。  
その際、領収書には
  - 接種日及び接種された方のお名前
  - 「インフルエンザ予防接種代として(例)」といった但書が明記されているものをお願いいたします。
- ②「予防接種助成金支給申請書（2枚目：受診者明細書）」（当組合ホームページ[各種申請書一覧]に掲載）に記入・捺印のうえ、領収書の原本を添付して、健康管理課へご提出ください。  
**なお、予防接種済証や、診療明細書のみの添付では領収書として取り扱うことができませんので必ず領収書の原本の添付をお願いいたします。**

※ 助成金の支給方法は、「口座振込」または「健保会館7階会計課での現金支給」です。

口座振込をご希望の場合は、振込先は被保険者本人名義の口座のみとなります。

## V 申請期間

予防接種終了後、令和4年1月28日(金)まで

## VI 助成金の支払時期

助成金支給申請は随時受付しており、順次処理を行っていますが受付状況によってはご申請からお支払いまで数ヶ月かかる場合があります。予めご了承ください。

領収書例：○○のところを確認願います

接種日と領収日が異なる場合は、接種日の記載の確認をお願いいたします。

請求明細書兼領収書

患者NO	〇〇〇〇	氏名	〇〇〇〇	〇〇〇〇年〇〇月〇〇日	
保険者NO	〇〇〇〇	様	〇〇〇〇	〇〇〇〇年〇〇月〇〇日	
初・再診料	医学管理等	在宅医療	投薬	注射	処置
点	点	点	点	点	点
手術	麻酔	検査	画像診断	リハビリテーション	病理診断
点	点	点	点	点	点
保険点数合計	負担率	負担金			
点	割	円	点	点	点
円	点	点	点	点	点
請求金額	今回未収金	領収金額			
3,600 円	円	3,600 円	円	円	円
〇〇市〇〇町〇-〇-〇〇 〇〇病院					
領収印					

領収書に但書がない場合は、但書が明記されている明細書をご添付ください。

但し、インフルエンザ予防接種代として

上記に領収いたしました

〇〇市〇〇町〇-〇-〇〇  
〇〇クリニック

インフルエンザ予防接種代として

## その3 東証健保会館2階で接種

### I 実施期間等

前期 令和3年10月18日(月)～10月22日(金) 各日 9:30～16:30 (時間内すべて受付しております)

後期 令和3年11月15日(月)～11月19日(金)

※新型コロナウイルス感染防止対策として、必ずマスクを着用してお越しください。

### II 利用対象者

被保険者・被扶養者

※ただし、接種日現在で16歳未満の被扶養者の方や妊娠中及び妊娠の可能性がある方は、受けられません。



### III 実施場所

東証健保会館 2階検診場

### IV 接種料金

1回のみ1,000円 (接種当日に券売機で受診券をご購入いただきます)

※現金のみの対応となります。カード及び電子マネー等には対応しておりません。

### V 接種方法

9月10日発行の機関誌「けんぽニュース 9月号」の折込又は当組合ホームページに掲載の予診票に健康保険証を添えて、受付にご提出ください。

※密を避けるため、必ず予診票をご記入のうえ、健康保険証と一緒にご持参ください。

# 令和3年度 家庭常備薬の配布を行います!

今年度は、被保険者の皆様の健康管理・健康増進の一環として、医薬品や健康器具などの家庭常備薬の配布を行います。

本号と一緒にお配りいたしました「家庭常備薬配布のご案内」をご覧いただき、**本年11月19日(金)必着**の申込締切日までに、お申込みください。

**尚、今年度よりWebでのお申込みができるようになりました。**

## 申込み方法

※2つの方法があります

折込みの「家庭常備薬配布のご案内」には配布概要、申込み方法及び医薬品一覧を掲載しております。

### 方法1. 郵送での申込み

指定の申込書にご記入いただき、**1枚目のみを専用封筒にてお送りください。**2枚目はご本人様の控えとなりますので、商品が届くまで大切に保管してください。

### 方法2. Webでの申込み(今年度より追加)

## 申込みの際の注意点

お申込みいただいても、お届けできない、またはお届けが遅れるケースが多くあります。申込書を送付される前に以下の点をご確認ください。

1. 保険証の記号・番号(お名前の上に記載されています)、事業所名を記入されましたか。

(記号6000番の方は、事業所名欄に任意継続被保険者とご記入ください。)

2. 被保険者の氏名や届け先住所・電話番号の記入漏れはありませんか。

3. ビル名(階数)やマンション名を正式に記入されましたか。

(記入がなく、場所が特定できない場合があります。)

4. 医薬品の申込数、ポイント数を記入されましたか。

(300ポイントを超えてる場合にはポイント数の低いものから削減してお届けします。[郵送での申込みの場合])



なお、お申込みいただいてから引っ越された場合や不在票の期日に間に合わなかった場合などは、ご連絡をいただければ、改めてお送りいたします。

当組合のHPにて、英文表記の商品の案内を掲載しております。

「News&Topics 東証健保からのお知らせ」をご覧ください。

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

## Webでの申込み方法

下記URLまたはQRコードよりお申込みください。

<https://shop.sukoyaka.life/shop/k/shoken>



※ID・パスワードについては、折込みの「家庭常備薬配布のご案内」に記載されています。  
※当組合ホームページより、「申込サイト」にお入りいただけます。

[申込手順についても、当組合ホームページのNews & Topicsにて掲載しています。]

東証健保

「東京証券業健康保険組合」ホームページのトップページ画面

News & Topics  
申込概要について  
掲載しています

家庭常備薬配布  
Web申込サイト  
(こちらをクリック)

## おすすめの医薬品・健康器具はこれら

### 1 感染症予防セット

感染症予防対策にマスク、ハンドソープ、手指用消毒ジェル、うがい薬をセットにしました。  
毎日の習慣にご利用ください。

300  
Point

### 50 体重体組成計「ピエトラプラス」

誰がのっているか自動判別機能付き。個人データを5人まで登録できます。重さが628gと軽量なので持ち運びもラクラク。体重・体脂肪率・体水分量・筋肉量・基礎代謝量・推定骨量・内臓脂肪を測定できますので、毎日の健康管理にいかがですか?

300  
Point

### 65 ピラティス&ヨガマット8mm

外出控えで運動不足を感じている方、自宅でエクササイズをしてはいかがでしょうか?  
フローリングに敷けば汗で滑る心配がなく、ヨガだけでなくストレッチなど各種エクササイズにもぴったりです。

210  
Point

家庭常備薬の申込書には、ご希望の医薬品を300ポイント以内に組み合わせてお申ください。

●家庭常備薬配布事業全般についてのお問い合わせは ▶ 総務部総務課 03-3666-8431

●Webサイト・申込内容・医薬品についてのお問い合わせは ▶ H.U.ウェルネス(株) 0120-107-701  
(受付時間／9:00～17:15) 土・日・祝日・年末年始を除きます

# ～ジェネリック医薬品を使用してみませんか？～



## ジェネリック医薬品とは

長い年月と莫大な費用をかけて研究開発、発売される新薬。新薬(先発医薬品)の特許期間満了後、その権利は国民の共有財産となり、他の製薬会社から同じ有効成分を使った薬が製造・販売されます。それがジェネリック医薬品(後発医薬品)です。ジェネリック医薬品は先発医薬品の品質・有効性・安全性との同等性が承認審査された後に販売されます。研究開発費が低く抑えられるため安価で提供されるだけでなく、味や飲みやすさ、使用感などが改良されたものもあります。

一部には先発医薬品メーカーから特許実施の許諾を受けて、同じ原薬・添加物・製造方法等で製造・販売されるオーソライズド・ジェネリック「Authorized Generic」(以下AG)と呼ばれるものもあります。AGは薬価算定上、後発医薬品となりますので、先発医薬品からの切り替えを考える際の選択肢のひとつになります。

ただし、薬によってはジェネリック医薬品に変更できない場合があります。それは、ジェネリック医薬品がない(先発医薬品の特許が切れていない)、ジェネリック医薬品の適応症が先発医薬品と異なる、医師がジェネリック医薬品に変更しない方が良いと判断した場合等です。詳しくはかかりつけの医師や薬局の薬剤師にご相談ください。



## ジェネリック医薬品をご活用ください

近年、国民医療費の支出は国民所得の伸びを上回る勢いで増えています。今後も医療技術の進歩や高齢化等により上昇が見込まれ、国民医療費が年々増加する中で医療費全体の抑制につながると期待されているのがジェネリック医薬品です。

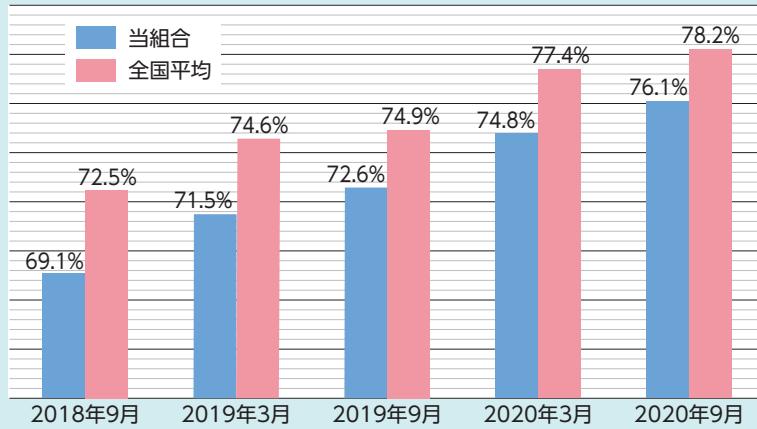
ジェネリック医薬品の使用促進に積極的に努めるよう、健康保険組合による取り組みも期待されています。現在、医療費削減に向けた国の指針に基づき毎年度2回健康保険組合ごとのジェネリック医薬品の使用割合(数量シェア)が公表されています。ジェネリック医薬品の使用割合は2023年度末までに使用割合80%を目標とされ、健康保険組合に対するインセンティブ評価指標となり、健康保険組合が国に納める高齢者医療等に対する納付金額にも反映される見通しです。

当組合でもみなさまのご協力により年々使用割合は上昇しているものの、全国平均を下回る結果となっております。(グラフ参照)

ジェネリック医薬品の普及は患者さんの薬剤費の自己負担の軽減だけでなく、医療費全体抑制につながります。ぜひ、医師・薬剤師にご相談のうえ、ジェネリック医薬品の使用促進にご理解ご協力いただきますようお願いいたします。



●当組合のジェネリック医薬品使用割合の推移



## ジェネリック医薬品を選択した場合の 薬価の比較例\*

服用期間が長いほど  
医療費削減効果が  
見込めます。  
積極的に活用しましょう。



### 【アレルギー性鼻炎の処方例】

先発医薬品	単価（薬価）	処方量	処方箋当りの金額
ザイザル錠5mg	75.30 円	1回1錠1日1回×30日	2,259 円
ナゾネックス点鼻液50μg 56噴霧用	1248.90 円	各鼻腔2噴霧1日1回 1本 (14日分相当) × 2本	2,498 円
合 計			4,757 円

ジェネリック医薬品	単価（薬価）	処方量	処方箋当りの金額
レボセチリジン塩酸塩錠5mg	26.90 円	1回1錠1日1回×30日	807 円
モメタゾン点鼻液50μg 56噴霧用	544.50 円	各鼻腔2噴霧1日1回 1本 (14日分相当) × 2本	1,089 円
合 計			1,896 円
差 領			2,861 円

### 【高コレステロール血症の処方例】

先発医薬品	単価（薬価）	処方量	処方箋当りの金額
リバロ錠2mg	80.20 円	1回1錠1日1回×30日	2,406 円

ジェネリック医薬品	単価（薬価）	処方量	処方箋当りの金額
ピタバスタチンカルシウム錠2mg	25.80 円	1回1錠1日1回×30日	774 円
差 領			1,632 円

### 【高血圧症の処方例】

先発医薬品	単価（薬価）	処方量	処方箋当りの金額
ユニシア配合錠HD	101.50 円	1回1錠1日1回×30日	3,045 円

ジェネリック医薬品	単価（薬価）	処方量	処方箋当りの金額
カムシア配合錠HD	34.10 円	1回1錠1日1回×30日	1,023 円
差 領			2,022 円

\*実際に窓口でお支払いになる金額は薬代が点数化され、調剤技術料や薬学管理料などが加算されます。

うち2割ないし3割が自己負担分、7割ないし8割は健康保険組合が負担しています。薬価は製薬会社によって異なることがあります。

\*ジェネリック医薬品への切り替えについては、かかりつけの医師や薬局の薬剤師にお尋ねください。



# とておきの時間が待っている



## Club Off One とは？

国内外の宿泊施設、スポーツ施設、ゴルフ場等を、Web予約から  
優待価格でご利用いただける法人会員制優待サービスです。

今回は**東京証券業健康保険組合加入者が限定価格でご利用いただける施設**  
をご案内いたします。

## メルヴェール有馬

### 日本最古の温泉で金泉・銀泉を愉しむ

有馬は日本最古の温泉として有名です。

四季折々に優美な表情を見せる自然と歴史遺物に恵まれ、日本の温泉史を語る上でなくてはならない名所と言われています。

メルヴェール有馬では、泉質は茶褐色で塩分と鉄分を含んだ「金泉」と無色透明でラドンを含んだ「銀泉」の2つを愉しめます。二つの温泉が備わっているホテルは有馬でも少なく、金泉と銀泉が隣合わせに設置された大浴場で、泉質の違いを感じてください。

**【住所】** 兵庫県神戸市北区有馬町ウツギ谷1670-5

※神戸電鉄 有馬温泉駅 徒歩約2分

※中国自動車道西宮北I.Cより車で10分

**【駐車場】** 無料 40台



### 秋めぐり 有馬の紅葉スポット

#### 【瑞宝寺公園】

2500本のかエデが見事な日暮の庭



見 頃：11月上旬～11月下旬頃

住 所：兵庫県神戸市北区有馬町1749

アクセス：神戸電鉄 有馬温泉駅 徒歩約13分

#### 【鼓ヶ滝公園】

清らかな水がポン!ポン!と鼓を打つ滝壺



見 頃：11月上旬～11月下旬頃

住 所：兵庫県神戸市北区有馬町

アクセス：六甲有馬ロープウェイ有馬駅 徒歩5分



(※2021年7月末現在の情報を記載しております)

# ホテル日航プリンセス京都

## 京のおもてなしに彩られた優美な時間を

ホテル日航プリンセス京都は、歴史が刻まれた古都の中心地「四条烏丸」にあり、京の台所「錦市場」、あでやかな姿をみせる「祇園」などが徒歩圏内に位置、交通の便が良く、観光名所へのアクセスやショッピングに最適です。

山鉾町に隣接している祇園祭の「保昌山」より平井保昌と和泉式部の恋物語「縁結び」の故事にちなみ、梅をカーペットにあしらった優美な空間を演出しています。各客室のバスルームは完全独立型で広いスペースを設けております。水は地下から汲み上げた良質な「天然水」を使用。下鴨神社、京都御所などの地下とも同じ水脈で結ばれており、ミネラル分がバランスよく含まれた肌に良いとされている軟水で、ゆっくり旅の疲れを癒してください。

鉄板焼、日本料理、中国料理やカフェ&ダイニング、バーとレストラン、宝石店、ギフトショップやエステサロンなどの施設も充実しております。

**【住所】** 京都府京都市下京区烏丸高辻東入高橋町630番地  
※地下鉄烏丸線四条駅 5番出口 徒歩約3分

**【駐車場】** 無料 59台



## 錦秋の古都 京都のおすすめ紅葉スポット



### 【北野天満宮】

紙屋川の水面を紅葉が彩る幻想空間



見 頃：10月下旬～12月上旬頃

住 所：京都府京都市上京区馬喰町

アクセス：京福電鉄 北野白梅町駅 徒歩約11分

料 金：大人1,000円 小人500円

参拝時間：9:00～16:00

\*ライトアップは例年11月中旬～12月上旬に実施

### 【高台寺】

ライトアップで池に映し出される神秘的な紅葉



見 頃：10月中旬～12月上旬頃

住 所：京都府京都市東山区高台寺下河原町526

アクセス：京阪 祇園四条駅 徒歩約10分

料 金：大人600円 中高生250円

参拝時間：9:00～17:30 (17:00受付終了)

\*ライトアップは例年10月下旬～12月中旬に実施

## 白浜古賀の井リゾート&スパ

### 優雅に、美しく、贅沢な休日を

小高い丘の上に佇む、全室オーシャンビューの客室。窓からは、青空映えるコバルトブルーの海をご堪能いただける、癒しの空間です。

温泉は湯量豊富、露天風呂は一面に広がる水盤に大きく張り出し、まるで水に浮かんでいるような感覚となり、心地よい開放感が味わえます。木々の香りと静かな水面に映り込む四季折々の風情は、夜にはイルミネーションの光に包まれ、幻想的でロマンチックな情景へと移り変わります。

また、車で約5分に位置する「白良浜」は、文字通り真っ白でサラサラの砂が広がる遠浅の浜辺。エメラルドグリーンの海、椰子の木の並ぶ風景など、姉妹浜のワイキキビーチを連想させます。

【住所】 和歌山県西牟婁郡白浜町3212-1

※JR白浜駅から無料シャトルバスが運行中

※バスでお越しの場合

大阪難波から完全予約制シャトルバスが運行中

お一人様につき往復2,000円(片道1,000円)

※車でお越しの場合 南紀田辺I.C.より19km

【駐車場】 無料 110台



## 観音崎京急ホテル

### 移り行く海の表情、波の音で目覚める極上リゾート

対岸に房総半島を眺める絶好のロケーション。

季節、時間、天候でさまざまに変容する海と広がる青空。全室オーシャンビューの客室、地産地消の旬の食材を使ったお食事、目の前に海が広がる温浴施設。都心から近いリゾートホテルでゆっくりとお過ごしください。

宿泊者が無料で利用できる別館 温浴施設「SPASSO」の展望露天風呂では油壺温泉が楽しめます。目の前に広がる海や行き交う大型客船を眺めながらゆったりくつろぎ、波の音を聞きながら最高のリラックス気分に浸れます。

【住所】 神奈川県横須賀市走水2丁目1157-2

※京急 馬堀海岸駅 無料シャトルバスが運行中

観音崎行きバス10分/タクシー 7分

※横浜横須賀道路 馬堀海岸I.C.より5分

【駐車場】 無料 140台



### 【予約方法】

①東証健保ホームページの

**Club Off One**



もしくは QRコード  
からログインください。



②Club Off One サイトの



からご予約ください。

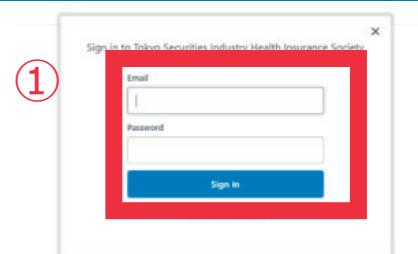
# FAQ web site / Help desk

## [FAQ web site]

① Input Email & Password to Login Page

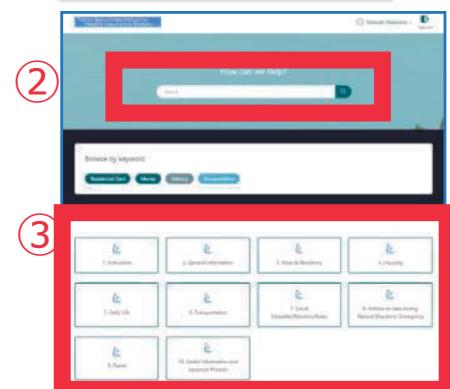
Email: [reserve@shoken-kenpo.or.jp](mailto:reserve@shoken-kenpo.or.jp)

Password: [06131932](#)



② Page top of FAQ website

Search the keyword, and you can jump directly to the necessary page.



③ FAQ contains the topics as below.

- Transportation (EX. Transfer/Route information)
- Daily Life (EX. Search for medical institutions)
- Travel  
(EX. Entertainment, Popular Destinations, Seasonal Events)
- Housing (EX. General Information for Renting a House, Garbage Disposal)
- General information (EX. Education System, Drinking Water)
- Visas & Residency (EX. Seal Registration, Residence Card)
- Social Etiquette/Manners/Rules (EX. Greetings, Table Etiquette)
- Actions to take during Natural Disasters/ Emergency  
(EX. Emergency Contacts, Earthquake, Natural Disasters)
- Useful Information and Japanese Phrases Recent activity  
(EX. Shopping Information, Household Products, Basic Conversation)

Explanation with illustration, making it easy to understand.

## [Help desk] TEL 03-6627-6685

If you have any trouble with your life in Japan, you can ask the Help Desk.

Contact Number : Listed within the FAQ website

Open hours : 9 : 00 ~ 18 : 00

Maximum Call time : 10 min per phone call free.

\*We will ask you the Insurance number printed on your health Insurance Card

To use the services, please log in from the "FAQ" on the top page of the Tokyo Securities Industry Health Insurance Society or the following address (QR code).

<https://wwwq3414.relocation-worldwide.jp/hc/en-us>



とうしんきょう

# 東振協 いきいき健康づくり2021

## 参加申込み

参加申込は、東振協HPのイベント参加申込ページからお申込みいただくか、次ページの申込用紙に記入し、返信用封筒（94円切手貼付、住所氏名明記）同封のうえ、下記申込み先へご郵送ください。なお、申込用紙は東振協ホームページにも掲載されます。

◆ 東振協ホームページ ◆ <https://www.toshinkyo.or.jp/event> ◆

東振協「いきいき健康づくり2021」イベント一覧				
イベント	開催日	会場	イベント内容	募集人数
ウォーキング	10月16日(土)	両国・隅田川界隈	各会場に3か所程度のチェックポイントを設け、チェックを行いゴール後、完歩賞授与(4~8km)	500名
	10月24日(日)	清水公園		500名
	10月31日(日)	国営昭和記念公園		500名
	11月 3日(水・祝)	都立葛西臨海公園		500名
	11月 7日(日)	横浜みなとみらい		500名
健康づくりレッスン (オンライン) ※別内容6回配信	10月10日(日)午前10時~11時	ご自宅等で視聴 (60分間程度) (Zoomでの生配信)	adidasトレーニング①	200名
	10月20日(水)午後 6時~ 7時		ヨガ①	
	10月23日(土)午前10時~11時		ストレッチ①	
	11月 6日(土)午前10時~11時		adidasトレーニング②	
	11月10日(水)午後 6時~ 7時		ストレッチ②	
	11月21日(日)午前10時~11時		ヨガ②	
みんなで楽しく 体力測定 (オンライン) ※同一内容4回配信	10月17日(日)午前10時~	ご自宅等で視聴 (45分間程度) (Zoomでの生配信)	— 5種目 — ・閉眼片足立ち	200名
	10月27日(水)午後 6時~		・しゃがみ飛び	200名
	11月14日(日)午前10時~		・座位足開閉	200名
	11月23日(火・祝)午前10時~		・腕立て腕屈伸 ・体前屈	200名

## 申込み先

Web

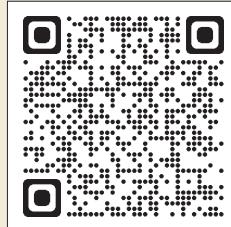
東振協ホームページ  
<https://www.toshinkyo.or.jp/event>

郵送

〒130-0014 東京都墨田区亀沢1-7-3 東京都ニット会館5階  
東振協「いきいき健康づくり2021」事務局  
TEL 03-5638-8820

- 申込締切日：9月30日(木) 募集人員になり次第、締め切らせていただきます。
- \* 郵送の場合は当日消印有効 \* 募集人員に達しない場合、締切後も受付いたします。

イベント参加申し込みページ  
QRコード



## 申込別参加証の交付等

### ■「ウォークラリー」にご参加の方へ

- Webの場合 「参加証」「アンケート」「誓約書及び体調チェックリスト」をメールにてお送りします。それらをダウンロード・印刷して、必要事項にご記入のうえ当日会場にお持ちください。
- 郵送の場合 上記を郵送いたします。

### ■オンラインでの「健康づくりレッスン」「みんなで楽しく体力測定」にご参加の方へ

- Webの場合 「視聴のURL」「視聴手順」「アンケート」をメールにてお送りします。
- 郵送の場合 上記を郵送いたします。

※すでに募集人員に達している場合は、ご参加いただけない旨のお知らせを郵送いたしますのでご了承ください。

### イベント当日

#### ■「ウォークラリー」に参加される方は

当時は、「参加証」、ご記入いただいた「アンケート」「誓約書及び体調チェックリスト」を必ずご持参ください。

今年は、「アンケート」を受け付け時にご提出ください。なお、「誓約書及び体調チェックリスト」の内容により参加いただけない場合があります。

#### ■オンラインでの「健康づくりレッスン」「みんなで楽しく体力測定」に参加される方は

事前にお送りした「視聴手順」に従い、パソコンまたはスマートフォンによるZoomでの参加環境をご確認のうえご参加ください。なお、本コースの接続にかかる通信料金は、参加者の負担となります。

※各イベント会場へ直接お電話することはご遠慮ください。

### お問い合わせ

#### 【受付時間】

平日 10:00 ~ 16:00  
(土・日・祝日を除く)

東振協「いきいき健康づくり2021」  
事務局

TEL 03-5638-8820

※お問い合わせ・お申込みのキャンセルは、受付完了メールに記載のキャンセル受付フォーム、または、電話でお早めにご連絡ください。

## 「いきいき健康づくり2021」参加申込書・参加証

東京証券業 健康保険組合	
会社名	
参加イベント名	参加コース番号 ※1コース1枚記入
参加証番号(記入の必要なし)※	

(注) ※参加証番号欄を除きご記入ください。

参加証送付先住所(ビル名明記のこと)		
(会社・自宅) □□□ - □□□□ ○印をつけてください		
連絡先電話番号( ) -		

ウォークラリー	参加者名	年齢	性別	参加者名	年齢	性別
	フリガナ (参加代表者)	歳	男・女	フリガナ	歳	男・女
オンライン	参加者名	年齢	性別	予定参加者数		
	フリガナ (参加代表者)	歳	男・女	人		

(注) 参加者名には必ずフリガナをご記入ください。

# 組合からのお知らせ



## 決算の監査が行われました

決算組合会に先立ち、去る7月1日（木）、監事による監査が実施され、令和2年度決算が適正である旨、組合会に報告されました。



## 「算定基礎届」提出について

令和3年度の算定基礎届の提出にあたりまして、ご協力いただきましてありがとうございました。おかげさまで滞りなく事務処理を完了することができましたことをご報告するとともに、事業所担当者の方をはじめ、みなさまのご協力に厚くお礼申しあげます。

## 9月から保険料が変わる方がいらっしゃいます

健康保険料を算出するための「標準報酬月額」は、原則、毎年4・5・6月の報酬（給与や交通費等）の平均をもとに見直しを行います。そこで決定された月額を、9月から翌年の8月分までの健康保険料の算出に用います。

したがって、被保険者のみなさまの健康保険料が9月分より変更となっていることがあります。

## 「年末年始特別期間」保養所利用申し込みのお知らせ

本年度の年末年始特別期間の申込方法は当組合ホームページの「Web予約システム（新規先着申込）」で先着順に受付いたします。詳細につきましては、当健保ホームページでご案内いたします。

### 組合現況（令和3年7月末）

●事業所数	401事業所
●被保険者数	43,117人
	男 27,880人
	女 15,237人

●被扶養者数 (扶養率 0.77)	33,019人 男 10,838人 女 22,181人
●平均標準報酬月額	572,060円 男 630,461円 女 465,200円