



組合会のように

国保組合をめぐる情勢の報告に続き、17年度事業計画を提案し、承認されました。はがき要請等の運動により17年度は国からの補助金は9年ぶりの増額、都の補助金も2年連続の増額となりましたが、国保組合が拠出する後期高齢者支援金や前期高齢者納付金が毎年度大きく増額されていることから、単年度収支は21億6700万円（1世帯当たり月額2112円）マイナスの見込みとなりました。単年度収支で改善しなければ、翌年度はさらにマイナス

社会保障費が増え続ける中、医療保険制度維持のために、国保組合は予防・健康づくりの推進を強く求められていることから、17年度は次の事業を開始します。（これにともない「すこやか世帯」事業は廃止します。）
①個別健康サポート（特定保健指導）は、生活習慣改善の取り組みを自分自身で継続的に行なえるようにするもので、修了者に3000円のクオカードを贈呈します。

第117回組合会を開催 2017年度 予算・事業計画を承認

17年度事業計画

冒頭、宮田理事長が開会のあいさつを行ない、来賓の全建総連・松尾社会保障対策部長、東京都連・宮本書記長からも、ごあいさつをいただきました。

新規事業

②健診・歯科健診・健診結果説明会・個別健康サポート・健康教室等のいずれか3つ以上に参加した方、体重・血圧・歩数のいずれかを3カ月以上記録した方の中から、先着1500人に1000円のクオカード、さらに抽選で賞品を贈呈します。
③糖尿病性腎症等で通院する

2月27日、けんせつプラザ東京において、第117回国保組合会を開催しました。組合会議員・理事・監事・顧問あわせて47人が出席し、17年度事業計画及び歳入歳出予算案、組合規約の一部改正案、並びに法令遵守のための実践計画が提案され、審議の結果、可決されました。また、専門委員会が開催され、各委員会で熱心な討議が行なわれました。組合会の内容を報告します。

魅力ある事業の継続と安定運営のため 保険料を一定額引き上げ

方、腎不全・人工透析への重症化を予防するために、保健指導を実施します。
④同一疾病により複数の医療機関で受診している、または同一医療機関で頻繁に受診している、60〜74歳の方を対象に、受診行動の改善をうながす訪問指導を実施します。

マイナンバー対応

国保組合に加入する組合員・家族のみさんのマイナンバー（個人番号）の登録は、

国保組合だより

東京土建国保健康保険組合
東京都新宿区北新宿1-8-16
郵便番号169-0074
電話 03(5348)2980(代)
ファックス 03(5348)2981

国保組合のホームページ
東京土建国保
検索

被保険者数 (2月末現在)	
組合員	86,648
家族	92,550
合計	179,198
前年同月比5,945人減 (単位:人)	

2017年度の変更点

けんチャレ(けんこうチャレンジ)

健康に関する取り組みを行ない、所定の用紙を提出した方に抽選で賞品などが当たります。
→10面をご覧ください

個別健康サポート 修了者へクオカードを進呈

個別健康サポートを利用し修了した方に、国保組合からクオカード3,000円分を進呈します。
→10面をご覧ください

糖尿病性腎症等重症化予防対策

糖尿病性腎症等で通院されている方を対象に、重症化を予防する保健指導を実施します。
→10面をご覧ください

適正受診を促す訪問指導

医療機関へ「重複受診」「頻回受診」されている60歳以上の方を対象に、受診行動の改善に向けた訪問指導を実施します。

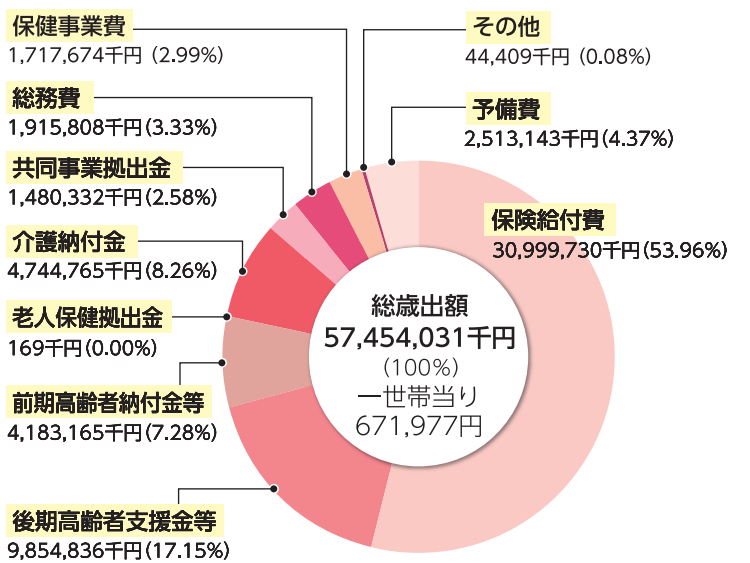
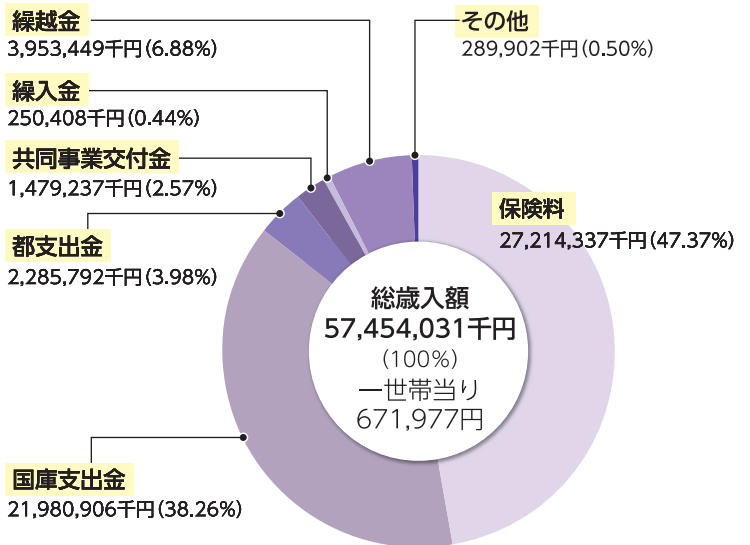
高額療養費の自己負担限度額変更

国による高額療養費の制度改正により、2017年8月から70歳以上の現役並み、及び一般区分の高額療養費自己負担限度額が変更になります。また、一般区分については新たに、多数回該当と外来の自己負担額に年間合計額の上限額が設けられます。

すこやか世帯事業の廃止

2016年度(2015年度すこやか世帯)対象者への支給をもって廃止となりました。

2017年度歳入・歳出予算



年7月に延期されたことから、それまでは課税証明書等を提出していただきます。情報連携開始に向けて、旧システムから新システムへの移行作業を、6月30日の終業時刻以降、7月3日まで行ないます。その間は業務停止となるため、ご理解とご協力をお願いいたします。また、所得情報の連携が18

閉会にあたり丸山副理事長が、「国は社会保障費を削る方針で国保組合をめぐる情勢は大変厳しいが、社会保障拡充・補助金確保の運動に取り組み、土建国保を守っていく」と結び、第117回国保組合会は閉会しました。

特定健診・個別健康サポート

17年度は第2期特定健康診査等実施計画の最終年度で、特定健診・個別健康サポートの推進についても報告されました。

東京土建国保は15年度の確報値で特定健診受診率45・5%、個別健康サポート実施率3・2%の到達ですが、17年度は特定健診70%、個別健康サポート30%が目標です。特定健診は対象者リストを活用して呼びかけを強め、個別健

公示

理事長 宮田 清志
左記により、東京土建国保健康保険組合第118回組合会を開催します。

一、日時 2017年4月1日(土)午後4時30分開会
一、場所 けんせつプラザ 東京
一、議題 役員改選

2017年度

東京土建国保組合の事業案内

建設産業で働くみなさんと家族の健康を守り、これからも頼りにされる国保組合をめざします



2017年度の保険料区分と保険料

いろいろな時に利用できる保険給付や補助金制度

■医療給付費分は医療費・給付金等へ使用 ■後期高齢者支援金分は後期高齢者支援金として国へ納入 ■介護分保険料は介護納付金として国へ納入

▶医療給付費分・後期高齢者支援金分保険料

保険料区分		保険料		後期高齢者 支援金分(再掲)
		都内居住者	都外居住者	
組合員	法人A種	法人事業所の代表者		33,100円
	法人B種	法人事業所の代表者のうち所得200万円超250万円以下の方		36,100円
	法人C種	法人事業所の代表者のうち所得200万円以下の方		8,400円
	第1種	個人事業所の事業主		31,300円
	第2種	一人親方、法人事業所の代表者以外の役員及び第1種組合員のうち所得200万円以下の方		34,300円
	第3種	常時又は日々事業所等に雇用されている方		30,100円
家族	第4種	第3種組合員に該当する方で25歳以上30歳未満の方		6,900円
	第5種	第3種組合員に該当する方で25歳未満の方		7,100円
	成人男性	23歳以上60歳未満の方		28,100円
	一般	18歳以上の方で成人男性以外の方		22,700円
	高校生相当	15歳以上18歳未満の方		25,700円
	中学生相当	12歳以上15歳未満の方		18,400円
家族	小学生相当	7歳以上12歳未満の方		21,400円
	幼児	7歳未満の方		13,600円
				16,600円
家族				3,500円
				3,000円
				3,000円

5人目以降の家族保険料は徴収しません。「成人男性」「一般」「高校生相当」「中学生相当」「小学生相当」「幼児」の順で4人目まで徴収します。
介護保険以外の年齢区分は、2017年4月1日現在の満年齢で、1年間変わりません。

▶介護分保険料(組合員・家族共に保険料に加算)

介護保険第2号被保険者	40歳から64歳	2,700円
-------------	----------	--------

健診をはじめとする保健事業 ～年に一度、必ず健診を受けましょう～

今年度も、がん対策に取りくみます！

▶東京土建健診

すべての組合員と19歳以上の家族の方は、充実した内容の東京土建健診が年度内に1回、自己負担なしで受けられます。支部集団健診または個別に契約機関で受診できます。また、かかりつけ医などの契約外の医療機関でも、特定健診の項目を受診している場合は、申請により5千円(胸部レントゲン検査を含む場合は7千円)を支給します。

東京土建健診と同時にしなうオプション検査のうち、取扱いが可能な健診契約機関で、対象年齢の方が胃がん、乳がん、子宮がん、前立腺がんの検査を受ける場合、国保組合の補助額を差し引いた金額で受けることができます。

▶節目健診(人間ドック)

組合員・家族の方で2017年4月1日から2018年3月31日までに「節目年齢(40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳)」に該当する方は、国保補助額2万5千円(脳ドック併用の場合は5万円)を差し引いた金額の負担で、節目健診を受けることができます。

▶無料歯科健診

組合員・家族の方は(株)歯科健診センターと提携する全国の歯科医院で、無料の歯科健診を受けることができます。



▶事業所健診の健診結果提出に提供料

法人または個人事業主が健診契約機関以外で事業所健診を行ない、事業主から国保組合に加入する従業員の健診結果などが提出された場合は、事業主の方に、一人につき3千円の提供料を支払います。

▶職業病対策

健診時の胸部レントゲンの再読影や、入院レセプトから職業病の可能性についての調査、専門医による「じん肺検診」などを行ないます。



健診の結果が出たら対応をしよう！

▶個別健康サポート(特定保健指導)

東京土建健診の結果などから、生活習慣病の発生リスクが高いと思われる方には、医師、保健師、管理栄養士から、生活習慣を見直すためのサポートを受けることができます。面接など、保健指導に要する費用は無料です。

NEW!! 2017年4月1日以降に健診を受診し、個別健康サポートを利用し修了された方には、クオカード3,000円分を進呈します。

また、腹囲・BMIでは個別健康サポートの対象に該当しない方で、血糖の状態が一定基準以上の方に対して、「糖尿病予防サポートプラン」を実施しています。個別健康サポートと同様に、生活習慣の見直しなどで糖尿病の予防を行ないます。

▶NEW!! 糖尿病性腎症等重症化予防対策

糖尿病性腎症等で通院されている方のうち、重症化するリスクが高い方に対して、重症化を予防する保健指導を実施します。対象の方には、国保組合からお知らせ文書を送付します。

▶二次受診のおすすめ

東京土建健診の結果などから、詳しい検査が必要な方にお知らせ文書を送付します。どこが悪いのかイラスト入りでお知らせしますので、おすすめが届いたら、ぜひ病院で詳しい検査を受けましょう。

がんでお悩みの方への心の相談事業

「がんでお悩みの方に対話の場を」という目的で、順天堂大学医学部・植野興夫教授による、無料相談事業「がん哲学外来」を月に1回開催しています。(12面をご覧ください)

レジャー施設や旅行でリフレッシュ

契約レジャー施設・契約日帰り温泉施設が優待料金で利用できます。割引券は「土建国保ガイド」に同封されています。
東京デイズニースーツ・コーポレートプログラム利用券は、年度内一人1枚を所属の支部で配付しています。
JTB、日本旅行、H.I.S.のツアー旅行が割引で利用できます。



NEW!! けんチャレ(けんこうチャレンジ)に参加して、賞品をもらおう！

下記の2つの取りくみを行なうと、抽選で賞品などが当たります。みなさん積極的に参加しましょう。

対象者 組合員全員と19歳(2018年3月31日までに19歳になる方)以上の家族
賞品 2つの取りくみを合わせて、先着1,500人の方にクオカードを、さらに抽選で賞品が当たります！

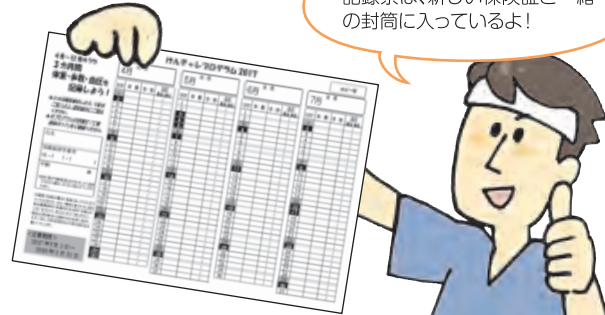
▶けんチャレスタンプラリー2017

健診・歯科健診・健診結果説明会・個別健康サポート・健康教室・その他(支部・分会・群の取りくみ)に参加し、「けんチャレスタンプラリー2017」カードにスタンプを3つ以上集めて、支部または国保組合へ提出しましょう。



▶けんチャレプログラム2017

「記録票」に、体重・歩数・血圧のいずれか1つ以上を、3カ月以上記録(1カ月10日以上)の記録が条件)したら、国保組合へ提出しましょう。



国保組合の事業について、くわしくは保険証(受診券)と一緒にお配りした「土建国保ガイド」またはホームページをご覧ください。ご不明な点は下記までお問い合わせください。

東京土建国保 検索

保険証の手続や保険料のことを聞きたいとき
所属の支部 または 国保組合・資格課(03-5348-2988)

入院したときの給付制度、宿泊旅行などの補助金のことを聞きたいとき
所属の支部 または 国保組合・給付課(03-5348-2985)

健診や保健事業のことを聞きたいとき
所属の支部 または 国保組合・健康増進課(03-5348-2982)

「東京土建健診を知ろう」
第16回
健診結果の見かた
腎機能(尿素窒素・クレアチニン・eGFR)

腎臓の機能が悪いとどうなるの？

腎臓は、血液中の老廃物を尿として体外へ捨て、血液をきれいにしてくれる臓器です。腎臓の機能が悪いと老廃物や毒素が身体にたまってしまいます。

腎臓の機能が悪くなると、透析(機械を使って血液をきれいにする治療)を行ないます。透析には、週3回、各4時間ほどかかります。透析の原因でもっとも多いのは糖尿病。腎臓を守るためには、バランスのとれた食事と適度な運動がかかせません。

結果の見かた ～結果が要医療の場合は、医療機関の受診を！～		
検 査	基準値	はたらき・特徴など
尿素窒素	8.0～22.0 mg/dL	水分摂取量が少ない・激しい運動後・たんぱくのとろすぎなどでも基準値より少し高くなる。
クレアチニン	男性 ～1.00 mg/dL 女性 ～0.70 mg/dL	本来は尿に排泄される老廃物。筋肉量が多いと量が多くなるため男女で基準値に差がある。
イージーエフアル eGFR	60.0～ mL/分/1.73m ²	どのくらい腎臓に老廃物を尿に排泄する能力があるかを示す。値が低いほど腎臓の機能は悪い。

※参考：日本人間ドック学会、日本健康増進財団、全国腎臓病協議会

・年1回健診を受けて、全身チェック&整備をしましょう！

健診の受け方が分からないときは
ご所属の支部までご相談ください！

健診結果の見かたがたちまち分かる「健診結果をみてみよう！」好評配付中です！こちらも支部までお問い合わせください♪ホームページからもご覧になれます。

がん相談

がんについて、主治医に相談しづらいことなどを「がん哲学外来」でがんの専門家である順天堂大学医学部教授の樋野先生とお話してみませんか？
中皮腫についての相談も、お受けしています。

対象者

がんでお悩みの組合員・家族の方

開催日時

4月30日(日) 9時～12時
5月21日(日) 9時～12時
各組30分～50分程度

※日時は変更になる場合があります。

費用

無料

場 所

「けんせつプラザ東京」3階
新宿区北新宿1-8-16
(JR大久保駅 徒歩3分)

お申込み、お問い合わせは 健康増進課03-5348-2982まで

こんなときどうする？ ～保険証編～

質問

子どもが就職しましたが、まだ会社から健康保険証をもらっていません。手元にある東京土建国保の保険証を使って受診してもいいのでしょうか？

回答

土建国保の資格は、会社の健康保険(健保組合、協会けんぽ等)の資格取得日(就職した日)にさかのぼって喪失するため、使うことはできません。緊急で病院に受診する場合は、会社にご相談ください。
もし土建国保の保険証で受診した場合は、その医療費を返していただきますが、返していただいた後、会社の健康保険に申請すれば戻ってくる場合もありますので、会社または健康保険にお問い合わせください。
また、必要な書類を提出していただくことで、健康保険同士で精算できる方法が利用できる場合もあるため、該当される方には、ご案内しています。

●資格喪失の届出は土建国保の保険証を持って14日以内に所属の支部へ

●新しい保険証をもらったら、すぐ病院や薬局へ提示してください

▶▶▶ 問い合わせ先 調整係 03(5348)2987

クロスワード

パズル制作:スカイネットコーポレーション

キーワードに文字を入れてください。
正解者の中から、抽選で10名の方に、クオカードをプレゼントします。
たくさんのご応募をお待ちしています。なお、抽選の結果については発送をもってかえさせていただきます。
はがきにクイズの解答と所属支部名、住所、氏名、年齢、「国保組合だより」の感想や国保組合への要望などを記入の上、国保組合の健康増進課までお送りください。締め切りは2017年4月5日です。
〒169-0074 東京都新宿区北新宿1-8-16
東京土建国民健康保険組合 健康増進課

キーワード

A B C D E F G

前回の答え ハルノナナクサ 多数のご応募ありがとうございました。

タテのカギ

1 オランダといえば風車とこの花
2 雌牛。○○ボーイ
3 1日はエープリルフール
4 昨日の○○は今日の友
5 故郷にいつかは飾りたい
7 歌舞伎役者の世界
9 張っている人は食いしん坊
11 焼きハマグリに数滴タラリ
13 ○○嫌いせずに何でも食べる
15 「当たれ！」と引くもの
17 キャベツ畑にいるチョウの赤ちゃん
19 新しいヒールでかかとにできちゃった
21 夫のお母様
23 書類にポンッと押す
25 メロンやカボチャはこの仲間

ヨコのカギ

1 1階よりも↓の部屋
4 「庭球」ともいうスポーツ
6 フルツがかもしだす雰囲気
7 土俵で取り組み
8 教室に整然と並び
10 ○○回生のチャンス！
12 しっぽがフサフサの小動物
14 プリンターに補充
16 上司との飲み会やゴルフなど
18 タイムマシンで○○○を超える
20 ぺこりと頭を下げること
22 うどんのスープ
23 サンドイッチに挟まるピンク
24 三日○○○、てるてる○○○
26 春から○○○○赴任のお父さん
27 携帯電話の着信メモリー

行政不服審査法等の施行に伴い、国民健康保険法等が改正され、2016年4月1日以降、保険料の徴収金に関して不服がある場合における、審査請求期間が60日から3カ月に延長されました。

毎月、保険料を納めていた
だいたときにお渡ししている、国民健康保険料通知書兼保険料領収書の、裏面に記載されている審査告示は、法改正前の期間となっています。
2016年4月以降の国民健康保険料通知書兼保険料領収書については、審査請求期間を60日から3カ月に読み替えていただくよう、お願いいたします。

※審査請求は、国民健康保険審査会(東京都庁内)に対して行うことができます。

給付金・補助金の支払日

	3月	4月	5月
一部負担払戻金(自動振込分)	17日金	21日金	19日金
その他給付金(※)	1回目 13日月	11日火	12日金
	2回目 27日目	26日水	26日金
補助金(宿泊旅行、インフルエンザ等)	21日火	21日金	22日目

※申請してから給付金が支払われるまで、数週間～1カ月ほどかかります。療養費は、東京都国保連合会に審査を委託しているため、支払いまで2カ月以上かかる場合があります。

国民健康保険料通知書兼保険料領収書

審査請求期間の読み替えのお願い

健診契約機関の追加(2017年4月1日付契約)

契約機関名等	東京土建健診	節目健診	節目健診の利用者負担
松井健診クリニック 吉祥寺プレイス 武蔵野市吉祥寺東町1-19-23 0422-22-2036	○	○	日帰り胃レントゲン 18,200円 日帰り胃カメラ 21,440円
所沢中央病院健診クリニック 埼玉県所沢市久米551-3 東亜東口ビル3F 04-2997-5500	○	○	日帰り胃レントゲン 19,280円 日帰り胃カメラ 19,280円 脳ドック併用日帰り胃レントゲン 10,480円 脳ドック併用日帰り胃カメラ 10,480円

※東京土建健診の利用者負担はありません

健診契約機関の変更(2017年1月1日付)

契約機関名等	東京土建健診	節目健診	節目健診の利用者負担
みさと健和病院 埼玉県三郷市鷹野4-494-1 048-955-5494	○ NEW!!	○	日帰り胃レントゲン 14,960円 脳ドック併用日帰り胃レントゲン 31,000円

※これまで節目健診のみの契約機関でしたが、東京土建健診の受診も可能となりました

健診契約機関の名称変更

京橋クリニック(江戸川区)(2017年1月1日付)	旧名称:京橋健診センター※所在地、電話番号の変更はありません
---------------------------	--------------------------------

節目健診の休止

大泉ファミリークリニック(武蔵村山市)(2016年12月1日付)	節目健診(人間ドック)およびオプション胃内視鏡の休止 ※東京土建健診の受診は可能です
代々木病院健診センター(渋谷区)(2016年4月1日付)	節目健診(人間ドック)一泊コースの休止

健診契約機関の解除

むさしの共立診療所(武蔵野市)	2017年3月31日付で契約解除となります
-----------------	-----------------------