

◆この号の内容◆

- ☆健康ポータルサイト“PepUp”の事業所別登録状況のお知らせ
～令和4年度に「医療費のお知らせ」をWEB化するためにご協力をお願いします～
- ☆2021年度も後半に入りました… 1年に1度 健康診断は必ず受けましょう
- ☆定期健診や人間ドック等の健康診断で「再検査」「要精密検査」と判定されたら…
- ☆11月8日はいい歯の日です。半年に1度は無料歯科健診も受けましょう ～無料で歯科検診が受けられます～
- ☆2020年度 特定健診・特定保健指導実施率の国への報告数値について
- ☆お薬手帳を薬局に持参すると薬代が安くなります
～ジェネリック差額表示もされる電子お薬手帳の「ヘルスケア手帳」を登録しましょう!～
11月30日までアプリ登録プレゼントキャンペーン実施中!!
- ☆10月20日(水)からマイナンバーカードが保険証として利用できるようになりました
～オンライン資格確認システムの本格運用がスタート!!～
- ☆インフルエンザ予防接種への補助は11月30日接種分までです

健康ポータルサイト“PepUp”の事業所別登録状況のお知らせ ～令和4年度に「医療費のお知らせ」をWEB化するためにご協力をお願いします～

健保組合では、令和4年度に「医療費のお知らせ」のWEB通知化を図るため、今年度中のPepUpの被保険者登録率100%を目指し、被保険者全員に登録用IDを配布し、各事業主の協力を得て、登録の推進を行っております。

10月17日現在の登録状況について右表により報告させていただきます。

PepUpの登録をされない方には、「医療費のお知らせ」が届かなくなってしまうので、皆様のご協力を、よろしくお願いたします。

2021/10/17 PePUP事業所別（保険証記号別）登録率ランキング

登録率 ランキング	保険証記号	事業所名	登録率 (%)	登録者数 (人)	未登録者 (人)
1	310	日本旅行労働組合	100.0%	5	0
1	320	日本旅行健康保険組合	100.0%	3	0
3	680	日本旅行グローバルソリューションズ	98.0%	48	1
4	670	日本旅行ビジネスソリューションズ	97.6%	83	2
5	540	フレックスインターナショナルツアーズ	97.0%	32	1
6	630	日旅物流	93.8%	15	1
7	730	日本旅行アカウントサービス	89.2%	58	7
8	510	日旅産業	81.8%	36	8
9	570	日本旅行北海道	80.7%	121	29
10	590	日旅ビジネスクリエイト	80.0%	124	31
11	610	ブランドゥ・ジャパン	76.9%	20	6
12	690	日旅九州エンタプライズ	75.7%	56	18
13	720	日本旅行東北	73.1%	76	28
14	550	日本旅行沖縄	66.7%	22	11
15	110	日本旅行	65.6%	1,692	888
16	700	エルオルト	63.9%	23	13
17	620	日本旅行リテイリング	54.5%	234	195
18	710	エムハートツーリスト	50.0%	40	40
19	640	日本旅行・グローバルビジネストラベル	42.8%	98	131
20	560	ジャッツ関西	36.9%	83	142
21	520	ジャッツ	24.7%	75	229
22	900	任意継続	16.0%	20	105
健保組合合計			61.1%	2,964	1,886

「Pep Up」は、

- ①毎年の健診結果の健康年齢の表示
- ②ジェネリック差額通知の表示
- ③新型コロナウイルスワクチンの接種記録や、日々の体重、血圧、睡眠時間、体温等の記録
- ④健康ウォーク1日1万歩運動(PepWalk)の参加(Pepポイントがもらえます)
- ⑤楽天ポイントや賞品と交換できる「Pepポイント」がもらえる健康イベント※への参加
※「健診数値改善チャレンジ(実施中)」「体重測定チャレンジ(12/11～1/10)」などの機能があります。

なお、「Pep Up」登録用のID(本人確認コード)がわからない方は、健保組合へメールでお問合せください。

問い合わせ用メールアドレス nichiryo_kenpo@nta.co.jp

2021年度も後半に入りました…… 1年に1度 健康診断は必ず受けましょう

健康保険組合では加入者であるみなさんの健康を守るため、みなさんからの保険料を使って健診事業を実施しています。しかし、せっかくの健診を活かしていない方も多いようです。

あなた自身とあなたのご家族(35歳以上の被扶養者)に健康保険組合からのお願いです。

※医療保険制度には特定健診・特定保健指導を受ける方が少ないと国に納める納付金(高齢者のための医療費)を余分に支払う仕組みが導入されています。この支払いが増えれば健保財政の悪化を招き、保険料率にも影響する可能性があります。

お願い その1

被保険者の方は、会社の定期健診または健保の人間ドック(35歳以上が受診できます)を必ず受けましょう。そして、ご家族へも健診受診をおすすめください。

あなたのご家族(35歳以上の被扶養者)は、もう健診を受けられたでしょうか？
せっかく健保の健診を受ける資格があるのに受けていない方がまだ3割ほどいらっしゃいます。特に40歳以上のご家族には、是非受診をおすすめください。

家族を守る
チャンスです

お願い その2

再検査・精密検査は必ず受けましょう

健診は受けて終わり、ではなく判定結果に従って初めて完結します。もう一度検査が必要だからといって、必ずしも病気だというわけではなく、もし病気が見つかったも早期発見により早期治療が可能です。詳しくは、3ページをご覧ください。

早期治療の
チャンスです

お願い その3

要治療となった方は必ず受診を

既に治療が必要な状態ですが、まだ自覚症状が出ていない今であれば、重症化する前に治療を始めることができます。すぐに健診結果を持参してかかりつけ医等を受診してください。

重症化予防の
チャンスです

お願い その4

特定保健指導を受けましょう

メタボ改善のため3~6か月間、管理栄養士等のプロによるアドバイスが無料で受けられるサービスです。生活習慣を改善することで、メタボを脱出できます。今年度は、積極的支援の対象者用にオンライン面談によるRIZAPコースも設定しましたので、是非チャレンジしてみてください。

メタボ脱出の
チャンスです

お願い その5

(特定保健指導実施中の方へ) 特定保健指導を完走しましょう

特定保健指導を受けて現在メタボ脱出チャレンジ中の方、行動目標は実行できていますか？実行が難しい時は、無理のない目標に設定し直すのも方法です。さあ、もう少し、あきらめずにゴールを目指しましょう。

達成感を味わう
チャンスです

< 特定保健指導Q&A > Q 忙しくて受ける時間がないのですが？

- A. 悪化すれば、多くの時間と治療費が必要に。
「忙しいから」と病気の芽を放置してしまうと、悪化して結果的に多くの時間と治療費がかかることとなります。普段忙しく頑張っている人ほど、健康管理がおろそかになりがちです。ずっと元気に過ごすためにも、特定保健指導を大切なメンテナンスの機会と捉えましょう。

定期健診や人間ドック等の健康診断で「再検査」「要精密検査」と判定されたら…

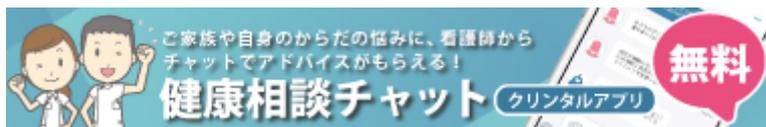
今年の健康診断の結果はいかがでしたか？ 医療が必要、あるいは精密検査、再検査が必要など「異常」が出ていませんか？

健診をうけても受けっぱなしでは健診を受ける意味がありません。「仕事が忙しい」などと言って放置せず、今すぐアクションを起こし病気の早期発見・早期治療につなげましょう。

A 「再検査」「要精密検査」の方は「保険証」「健康診断結果」を持って受診しましょう！

※再検査とは：異常となった数値が一時的なものかどうか確認するための検査。
精密検査とは：治療が必要かどうかを調べるために、更に詳しい検査を行うこと。

1. 指定の病院があればそこで受診してください。
指定がない場合は、まず病院を探しましょう。
- ①「胃部X線」及び「大腸」が「要精密検査」の方は、消化器科のある病院を探してください。
「胃部X線」及び「大腸」以外で「要精密検査」の方は、一般的に「総合診療科」または「内科」の病院を探してください。
- ②病院は、当健保で「メンタルヘルス相談室」を委託している(株)ティーベックの「医療機関情報検索」で検索することができます。また、**以下③の「病院紹介サービス」**もご利用ください。 ↑クリックするとリンクします
なお、**「健康相談ダイヤル24」はメンタルヘルス専用の「メンタルヘルス相談室」となっています**ので、ご注意ください。
- ③スマホアプリでちょっとした悩みでも手軽に相談できる健康相談・病院紹介サービスもご利用いただけます。
健保ホームページの以下のバナーからアプリをダウンロードしてご利用ください。



←クリックするとリンクします

2. 「胃部X線」及び「大腸」で消化器科のある病院を受診する際には、検査日が決まっている場合がありますので、事前に連絡をしましょう。
3. 「健康診断結果」を見せて、「再検査」「要精密検査」であることを医師に伝えましょう。
4. 「再検査」や「精密検査」は「保険診療」です。そのため、基本は個人が3割負担（残りの7割は健保負担）ですが、**会社の定期健診を受診された方は定期健診から90日以内に二次検査を受ければ3割部分を会社で負担してもらえる場合**もありますので、詳細は各会社の人事総務部門にお問い合わせください。

11月8日は「いい歯の日」です。半年に1度は歯の定期健診も受けましょう

～ 無料で歯科健診が受けられます ～

日本旅行健康保険組合では、「歯の無料健診」を実施しています。

被保険者はもちろん、被扶養者も無料で受診できます。半年に1度は歯の健康診断も受けて、虫歯や歯周病の早期発見に努めましょう。また、Web上で歯科問診を受けることができる [「ハミエル」](#) もご利用ください。

↑クリックするとリンクします

- 健診対象者 日本旅行健保に加入の被保険者・被扶養者
※春に受けた方も、6ヶ月経過していれば同じ歯科医院で無料歯科健診を受けられます。
- 受診者負担額 無料(治療が発生した場合は保険診療となります。)
- 受診場所 「歯科健診センター」が契約する全国約1,900箇所の歯科医院からご希望の歯科医院を選択して受診してください。
- 申込方法 健保組合のホームページTOPの



←クリックするとリンクします

のバナーからより【歯科医院検索】後、希望する医院の「無料健診申込」をクリックしてお申込みください。

2020年度 特定健診・特定保健指導の国への報告実績について

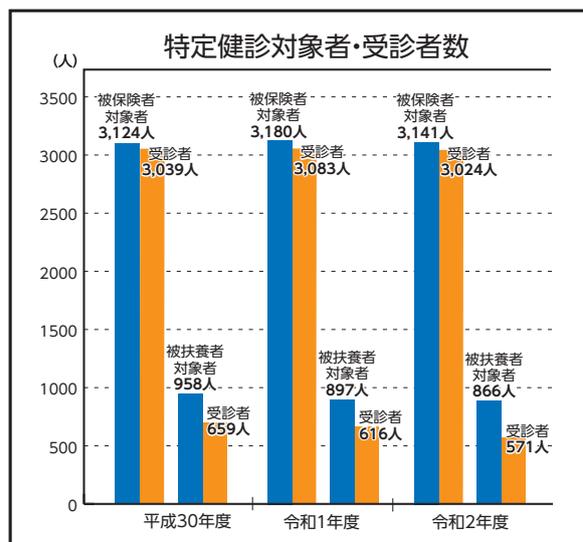
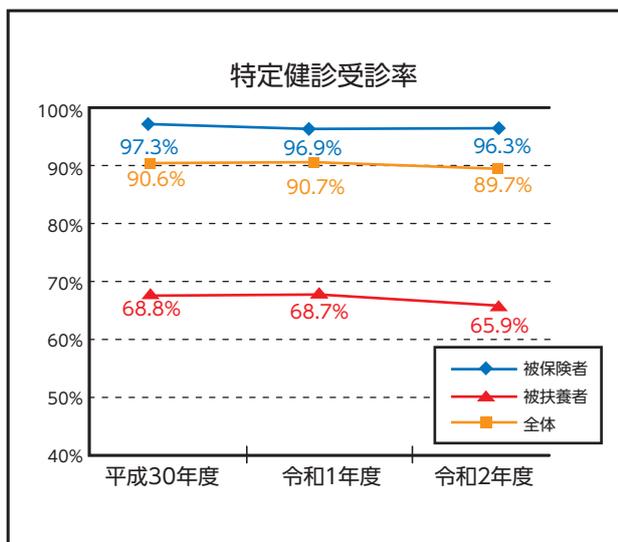
11/1に国へ報告する2020年度の特定健診・特定保健指導の実績がまとまりましたので、お報せします。

特定健診受診率・・・被保険者・被扶養者ともに前年を下回るも目標達成 !!

被保険者と被扶養者（いずれも40歳以上）を合わせた特定健診受診率は、前年より0.9%減少し、89.7%となりましたが、目標の89.0%は上回ることが出来ました。

内訳は、被保険者の受診率が96.3%（前年：96.9%、目標：96.8%）、被扶養者の受診率が65.9%（前年：68.7%、目標：63.2%）と新型コロナウイルスの影響によりいずれも前年を下回りました。

今年度の特定健診も現在実施中ですが、昨年受診できなかった方も是非今年は受診いただき受診率のアップにご協力をお願いいたします。



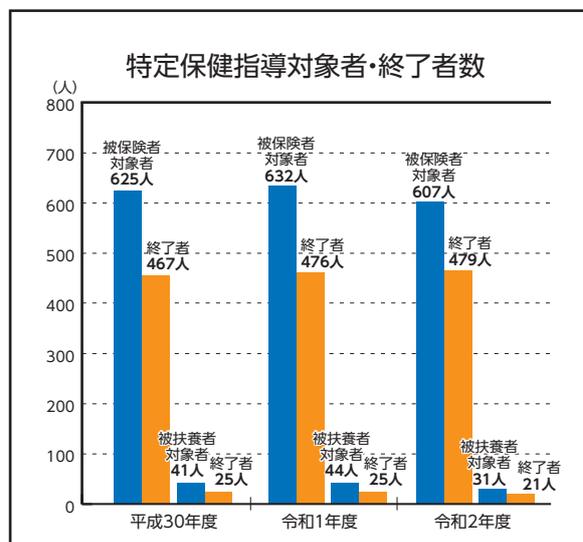
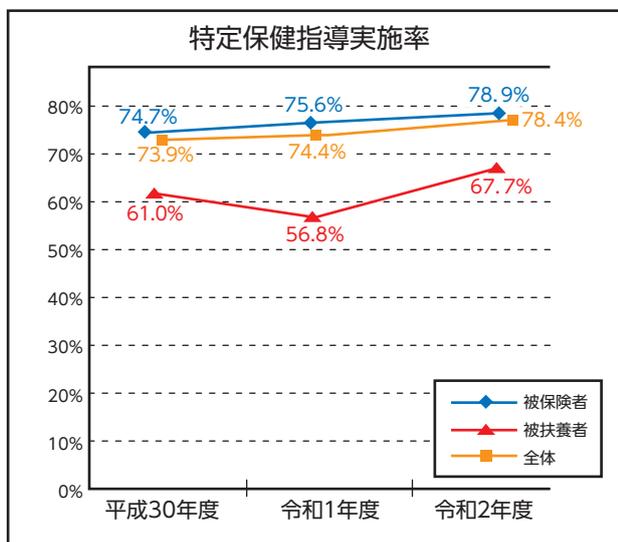
特定保健指導実施率・・・被保険者・被扶養者とも大幅にアップし目標達成。さらに改善率もアップ!!

特定保健指導実施率は、前年からは4.0%アップし、78.4%という高い実施率を達成しました。

内訳は、被保険者が78.9%（前年から3.3%アップ）、被扶養者が67.7%（前年から10.9%アップ）といずれも高率であり、忙しい中でも最後まで特定保健指導を受けて頂いた結果と感謝申し上げます。

また、特定保健指導を受けたことによる特定保健指導対象者の減少率も昨年の24.5%から26.7%へ上昇しており指導を受けて頂いた皆様の真摯な取り組みが結果に表れてきたものと評価しています。

今後も、特定保健指導の対象となってしまう方は特定保健指導を真摯に受け、次年度は対象とならないよう取り組んでいただくようお願いいたします。



お薬手帳を薬局に持参すると薬代が安くなります。

～ ジェネリック差額表示もされる電子お薬手帳の「ヘルスケア手帳」をスマホに登録しましょう！～
11月30日までアプリ登録プレゼントキャンペーン実施中!!

薬局で支払う料金には「薬剤服用歴管理指導料」という、薬剤師によるお薬手帳への薬剤の利用歴の記載や、患者さんへの服薬指導を行うことで薬局が得られる報酬が含まれています。

この報酬が、**初回は570円ですが、3ヶ月以内にお薬手帳を持参して再度利用した場合は430円、持参しないと570円となり、持参した方が140円（個人負担分：40円、健保負担分：100円）安くなります。**

したがって、3ヶ月以内に複数回あるいは定期的に薬を調剤してもらう必要がある場合は、利用する薬局を1つ決めて「かかりつけ薬局」を持つようにしましょう。

140円は少額に思われるかもしれませんが、健保組合全体では大きな額になります。

ちなみに、**当健保の加入者でお薬手帳を持参しなかった人は1年間で5,818件あり、814,520円の経費が余分にかかっていました。**

健保ニュース（NO.305）でお知らせしていますが、健保組合では昨年度から、**電子お薬手帳「ヘルスケア手帳」**の利用促進を図っており、**9月末現在で1,109名の方にご利用いただいています。**

当健保はこのアプリに、通常のお薬手帳の機能の他「処方箋を自動で薬局に送る機能」や薬局で薬を購入する前に「処方された薬のジェネリック医薬品差額情報を表示する」COMPASSという機能（ヘルスケア手帳の契約薬局のみ）を付加しています。

ご利用方は、登録・利用料無料の「ヘルスケア手帳」のアプリをダウンロードし、日本旅行健保の保険者番号 **06137848** を入力して利用者情報を登録するだけです。**（入力がないとCOMPASSの機能は利用できません。）**

ご利用は、下記のQRコードを読み込んで「ヘルスケア手帳」をダウンロードし、

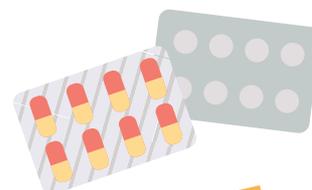
<STEP1> 「ご利用薬局」の設定、

<STEP2> 「保険者番号」と保険証の「記号」「番号」の設定、を行ってください。

また、紙のお薬手帳や、他の電子お薬手帳を使っている、という方には、下記のQRコードを読み込んで **<ジェネリック差額情報表示アプリ> CompassGE** をインストールいただければ、医療機関で出された処方箋や、薬局で出された調剤明細書に記載の二次元バーコードにカメラを向けるだけで、出された薬剤の金額や後発薬医薬品がわかります。



←ヘルスケア手帳、CompassGE
のアプリはこちらから



詳しくは、健保組合のホームページトップ右下の下記の下記のバナーからご参照ください。

電子お薬手帳
ヘルスケア手帳

↑クリックするとリンクします



なお、「ヘルスケア手帳」または「CompassGE」のアプリを登録いただいた方を対象に**プレゼントキャンペーンを実施**します。**詳しくは別添のチラシ**をご覧ください。



10月20日(水)から マイナンバーカードが保険証として利用できるようになりました ～ オンライン資格確認システムの本格運用がスタート～

オンライン資格確認システムは、医療機関や薬局でマイナンバーカードのICチップ、もしくは保険証の記号・番号で、当組合におけるみなさんの資格情報（氏名、生年月日、性別、保険者名、資格取得・喪失日、負担割合など）を確認するしくみで、2022年度末までに全国の医療機関・薬局に導入予定です。

医療機関等の事務手続きがスムーズになるだけでなく、みなさんにも下表のようなメリットがあります。ただし、まだ全ての医療機関・薬局にカードリーダーが配備されていないので、**受診の際は、マイナンバーカードで受付できる医療機関・薬局かどうか事前にご確認**※のうえご利用をお願いいたします。

※医療機関・薬局によって開始時期が異なります。利用できる医療機関・薬局等については、[厚生労働省のホームページ](https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16743.html)で公開しており、毎週月曜日に更新されます。(https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16743.html)

なお、**マイナンバーカードを保険証として利用するためには、事前申込が必要**となりますので、まだ登録が済でない方は、この機会にご登録をおすすめします。

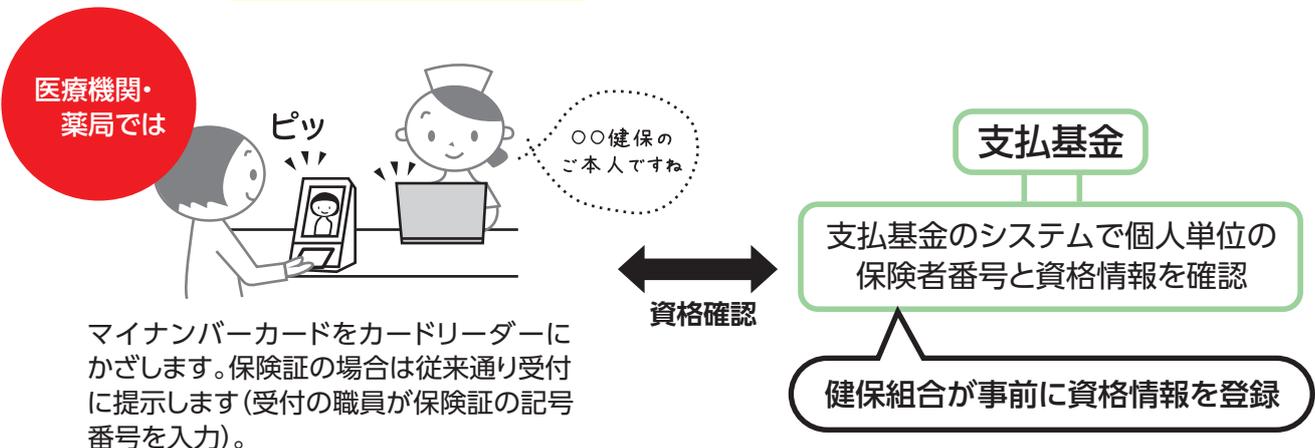
■カードリーダーが設置された医療機関で従来の保険証とマイナンバーカードを保険証として利用した場合の違い

	従来の保険証をそのまま使う場合	マイナンバーカードを保険証として利用する場合
オンラインで健康保険の加入資格が確認できる	○	○
窓口で自己負担限度額を超えた分の支払いが不要になる(※1)	○	○
就職や転職をしたとき、そのまま使用できる	× ※旧保険証は返却、新しい保険証の発行を待つ必要がある	○ ※資格喪失届等、健保組合への届出は必要
特定健診情報や薬剤情報・医療費通知情報(※2)が閲覧できる(※2は2021年11月予定)	×	○ ※マイナポータルへの登録が必要
医療費控除の手続きが簡単になる(2021年分の確定申告からの予定)	×	○ ※マイナポータルへの登録が必要

※1 医療費が高額になった場合の一時支払いが不要になり、**また限度額適用認定証を持参しなくても、自己負担限度額までの支払いで済むようになります**

マイナンバーカードの申請方法及び保険証としての利用申込方法やマイナンバーカードが利用できる医療機関・薬局等の詳細は、[こちら](#)をご参照ください

↑クリックするとリンクします



インフルエンザ予防接種への補助は11月30日接種分までです



毎年冬になると流行する季節性インフルエンザ。

インフルエンザの予防接種は受けたあとすぐに効果が現れるわけではなく、予防効果が現れるまでには2週間ほどかかり、また、個人差はありますが予防効果は5か月ほど持続しますので、インフルエンザのピークが来る前の、10月から11月中旬に予防接種を受けることが理想的です。

このことから、日本旅行健保では毎年、**10月1日～11月30日の2ヶ月間に接種したもののみを補助金の対象**としていますのでご注意ください。

今冬のインフルエンザシーズンのワクチンの供給予定量は、令和3年8月時点で約2,567万本から約2,792万本(1mLを1本に換算)の見込みです。昨年は10月第5週の時点で供給量全体の90%程度のワクチンが出荷済みでしたが、今冬はこれよりも遅れたペースで供給される見込みです。今年も10月第5週の時点では出荷見込み量全体の65%程度の出荷量にとどまる一方、11月から12月中旬頃まで継続的にワクチンが供給される見込みです。

例年、**11月には予約がとれず補助金の対象となくなってしまうケースも発生**していますので、早めに予約してください。

なお、**原則として、新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に接種できません。**

互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できますのでご注意ください。



接種期間	令和3年10月1日(金)～11月30日(火)
対象者	日本旅行健保に加入の被保険者及び被扶養者
接種回数	補助の対象となるのは年度内1回。但し、小学生以下の被扶養者で2回接種の場合は2回とも補助します。
補助金額	ひとり1,500円を上限とし、補助金上限に満たない接種費用は実費とします。 ※市区町村の補助がある場合は、その補助金を除いた額を接種費用とします。
接種場所	東京都総合組合保健施設振興協会(略称:東振協)が契約している全国約3,300機関での接種を基本としますが、東振協の契約医療機関が勤務地や居住市区町村にない場合等には、お近くの医療機関で接種し、健保組合に補助金を請求してください。 なお、東振協契約での接種に際しては「利用券」の発行が必要です。 利用方法等詳細については こちら (健保組合ホームページ) をご参照ください。

↑クリックするとリンクします

