

けんぽニュース *Kenpo News*

2018
冬

特集 ストレスに負けない体をつくる
「笑う」&「泣く」ことで
ストレスを解消

虹技健康保険組合

◆平成三十年 年頭のご挨拶



虹技健康保険組合
理事長 井上文男

新年明けましておめでとうございます

みなさまにおかれましては、希望に満ちた輝かしい新春を迎えられましたことと、心からお喜び申し上げます。私ども健康保険組合におきましても、ともに新しい年を迎えることができましたのは、ひとえにみなさまのご協力の賜物と、深く感謝しております。

昨年二月、母体企業である虹技㈱の堀田社長が急逝されました。ご家族はもちろん、会社従業員、関係取引先各位におきましても深い悲しみに襲われました。経営トップとして今まで会社の発展に尽力され、創業百周年の記念行事を終えた直後の出来事だけに我々一同、無念の感を抑えることはできませんでした。

一方、社会に目を向けましても、不安定な世界情勢や記録的豪雨等の自然災害を前に、情報伝達のあり方や自分や家族の身を守るにはどうすべきかなど、改めて思いを巡らせた人も多かったのではないのでしょうか。

健康保険組合の取り組みでは、この四月から「データヘルス計画」の第二期がスタートします。これは医療・健診データを活用した、健康寿命延伸のための主要施策であり、第一

期の実績評価をもとに課題を整理し、より実効性の高い事業を計画・実行していくこととなります。また、事業主との連携する「コラボヘルス」の実践が、今後の事業運営の中で求められていくものと思われます。

財政面では、後期高齢者支援金の負担が全面総報酬割へ移行し、健康保険組合が負担すべき拠出金は大幅に増加いたしました。平成二十九年度の予算早期集計では、赤字組合は七割を超えています。拠出金は七・二三%増と保険料収入の伸びを大きく上回り、健保組合全体で、経常収支で三〇六〇億円の赤字を計上することとなりました。これらを賄うため、平均保険料率は一〇年連続で上昇し、過去最高の九・二%となつていきます。当組合では、二十九年度から一般保険料率を七・五%から八・三%に引き上げさせていただきました。現在のところ財政は安定的に推移しております。

健康保険組合の役割は、みなさまからお預かりした保険料を効率的に活用し、適切な保険給付とともに健康づくりや病気の早期発見・早期治療の喚起など、加入者に適した保健事業を行っていくことにあります。しかし、今後も拠出金負担の増加が続くことが見込まれており、財政的な展望を描くのが困難となつてきています。

今年が成年。犬のごとく聴覚や嗅覚を研ぎ澄まし、健康寿命の延伸という課題に果敢に立ち向かっていきたいものです。みなさまにおかれましては、新年を機に生活習慣の改善に取り組む等、ますます健康に留意されるとともに、ジェネリック医薬品の利用や適正受診を心がける等、医療費節約にご協力くださいますよう、心よりお願い申し上げます。昨年に引き続きまして、健康保険組合へのご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。年頭のご挨拶に代えさせていただきます。



■平成30年提出分からの医療費控除(税務申告)についてのお知らせ(最終面に関連記事あり)

平成30年の税務申告(医療費控除の申告)から、「医療費のお知らせ」を領収書の代わりに使用できるようになりました。また、特定の市販薬購入に対する「セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)」により、市販薬購入額が一定額を超えていれば所得控除が受けられるようになりました。

(1) 医療費控除での「医療費のお知らせ」の利用

- ・健康保険組合が発行する、今までの「医療費のお知らせ」には、「これは医療費控除には使えません」という趣旨の文言がありましたが、平成30年提出の確定申告から医療費や調剤医薬品の領収書に代えて、「医療費のお知らせ」が医療費控除の証拠書類として認められるようになりました。また、29年分の申告から、従来の「領収書」の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりましたが、「医療費のお知らせ」を添付すると、この明細欄の記入が省略可能となります。ただし、29年～31年分までの確定申告では、医療費の領収書の添付または提示によることも可能です。
- ・当組合では、毎月1回「医療費のお知らせ」を発行・配付しておりますので、大切に保管しておいてください。年間分の「医療費のお知らせ」は、事務作業の都合で1月～11月診療分が記載されたお知らせを配付しますが、申告のタイミングによっては12月診療分は領収書を使用していただくことになります。

▲ご注意!

現行の「医療費のお知らせ」には、市町村などの地域医療での公費助成(幼児・児童など義務教育、特定疾病の自己負担軽減額)が反映されていないことがあり、ご自身が実際に支払った額と相違する場合があります。そのため、対象の方は実際に負担した額を訂正して申告いただくか、あくまで「参考資料」としてご使用いただくようお願いします。

(2) セルフメディケーション税制について

- ・平成29年1月以降に、医療用から転用された特定成分を含むOTC医薬品(要指導および一般医薬品)を年間12,000円を超えて購入した際に、12,000円を超えた部分の金額(上限額:88,000円、生計を一にしている家族分を含む)について、所得控除を受けられるというもので、超えた額そのものが控除される訳ではありません。
- ・対象となる人は、勤務先での定期健康診断、特定健診や、インフルエンザ等予防接種、市町村のがん検診などのいずれかを受けている方です。
- ・対象となるOTC医薬品には、その多くに共通の「識別マーク」が入っています。
- ・この申告には、ドラッグストア等販売店の領収書が必要です。

セルフメディケーション
税 控 除 対 象

詳しくは……

- ・セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)制度は、医療費控除の一部ですので、従来の医療費控除制度との選択制になります。どちらにするかは減税額を試算したうえで、還付額の多い方を選択してください。
- ・医療費控除における「医療費のお知らせ」の使用やセルフメディケーション税制に関する内容は
 - ◎国税庁、厚生労働省の各WEBサイト
 - ◎日本一般医薬品連合会WEBサイト「知ってトクするセルフメディケーション税制」をご覧ください。

■健康者表彰(平成28年9月から平成29年8月まで被保険者本人が保険証を使わなかった方対象)

今年度は、加入者みなさまの健康維持のご努力おかげで、昨年度より35名多い、72名の表彰となりました。表彰された方々には記念品を贈呈しました。来年度はより多くの方々が表彰されますよう、健康にご留意ください。

■インフルエンザ予防接種補助

補助金申請の締め切りは、2月28日です。申請がまだの方は、専用の申請書に領収書を添付のうえ、期日までに健康保険組合にお送りください。申請用紙がない方は健保までご連絡ください。

■東急ハーヴェストクラブの「オンライン予約」利用について

昨年4月から、東急ハーヴェストクラブの利用については、WEBサイトに登録のうえ、申し込みをいただいております。年間では、ホームグラウンド施設(南紀田辺)は21泊、相互利用施設は15泊分が利用可能でしたが、現在(11月末時点)、利用枠に若干の残りが残っています。

「オンライン予約」は、ご自身で直接申し込みができますので、予約作業がスピーディーです。ぜひ一度お試しください。ご利用日の2カ月前から予約が可能です。



あけましておめでとうございます

みなさまのご活躍とご健康を心よりお祈り申し上げます。

平成30年 元日
虹技健康保険組合職員一同

セルフメディケーション Lesson

薬剤師に聞く! 市販薬の賢い使い方

市販薬の保管場所と 使用期限

監修

伊藤真美

そうごう薬局 綾瀬店
薬局長・薬剤師

市販薬を正しく保管しましょう

市販薬は、直射日光・高温多湿を避けた場所に保管するのがベストです。それが家の中のどこなのかかわからず、とりあえず冷蔵庫に入れているという人もいるかもしれません。しかし、市販薬は冷蔵庫で保管すべきものではありません。冷蔵庫の中は湿気が多く、薬の変質やカビが発生する原因となるからです。

ただし、中には冷蔵庫に保管すべき薬もあるので、保管場所の確認を行きましょう。

使用期限切れの市販薬は 処分しましょう

薬は化学物質なので、直射日光・高温多湿を避けた場所に保管していても、時間の経過とともに湿度や温度、光などの影響を受けて分解・劣化していきます。そうすると、薬本来の効果が期待できなくなってしまいます。

市販薬の使用期限はパッケージに記載されているので、必ず服用する前に確認を。見た目にも問題がなくても、期限が切れていたら処分しましょう。また、使用期限内でもビン入りの錠剤やシロップ剤は空気に触れることで分解速度が速まります。開封したら、6カ月以内に使い切るようにしましょう。

なお、眼科などで処方される目薬は開封後1カ月以内が使用期限ですが、市販の目薬には添加剤が入っているため、開封後1~2カ月以内が使用の目安です。残っていても、使用期限になったら処分す

るようにしましょう。目薬を差すときに、まつげが差し口に触れると雑菌が混入することがあるため、注意が必要です。また、いつ開封したかわからないような目薬は、廃棄したほうが安全です。開封日がひと目でわかるように、容器に日付を書いておくとよいでしょう。

セルフメディケーション税制 (医療費控除の特例)について

自身の健康維持および疾病予防のために健診などを受けている人が、市販薬を一定額以上利用した場合に、税務署へ申告することで税金が還付される制度です。

□対象の1年間に申告者が 以下のいずれかを受けていること

- 保険者が実施する特定健康診査(メタボ健診)、人間ドックなどの各種健診等
- 予防接種(定期接種またはインフルエンザ)
- 勤務先の定期健診
- 市区町村が実施するがん検診

□対象となる市販薬

- 厚生労働省が定めた成分を含むOTC医薬品(医療用から転用された市販薬)。

※対象商品の多くに識別 **セルフメディケーション**
マークが入っています。 **税 控除 対象**

□控除の範囲と手続き

2017年1月から5年間限定で、対象のOTC医薬品を年間1万2,000円を超えて購入した場合、2018年1月以降に所轄の税務署へ申告することで、一定額の所得控除を受けることができます。
※従来の医療費控除とは併用できません。