

ゆうせい共済

Y U S E I K Y O S A I

No.446

平成25年11月25日発行

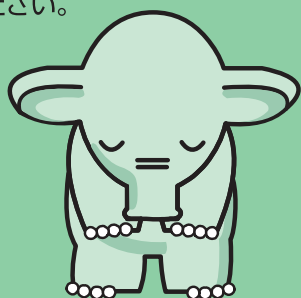
? 掲載記事の詳細についてはホームページをご覧ください。
（電話番号等は最終ページに記載しています。）

! お子様が生まれたときや被扶養者の方が就職したときなどは、勤務先への届出とは別に、「被扶養者申告書」を30日以内に提出してください。

検診費等助成金送金スケジュールに関するお知らせ

人間ドック、がん検診及び脳ドックの検診費助成金の送金について、平成26年1月20日送金予定日に係る共済センターへの当該請求書到着期限を通常25日のところ、平成25年12月19日に変更させていただきますので、ご了承ください。

《助成担当》



目次

● 上位所得者の医療費負担に係る附加給付額が変わります	2
● 短期給付金の請求の際、注意してください！	2
● 整骨院等へのかかり方 Q&A	3
● 地方自治体の医療費助成を受けている方は届出をお願いします！	4
● 活用しましょう！ジェネリック医薬品 ～お薬代が節約できます～	5
● 任意継続組合員の方への「宿泊施設利用手帳」の交付を廃止します	5
● 特定保健指導を実施しています！	6
● 生活習慣病にならないよう、健康な生活習慣を	7
● 資格を喪失したら組合員証等は速やかに返却してください！	8
● 被扶養者の認定基準について知っておきましょう！	9
● 年金の試算をしてみませんか？	10
● 失業給付等の受給による年金額の調整	11
● 団体積立年金保険「みらい」からのお知らせ	12
● 住宅のあっせんサービスの終了について	12
● 日本郵政共済組合 共済センターの連絡先など	12

上位所得者の医療費負担に係る附加給付額が変わります

① 対象者 上位所得者(受診月時点の短期標準報酬月額530,000円以上)

※給与明細書の以下の記載内容を確認してください。

給与計算局所控除	(1)	(4)	短期共済標準報酬月額
	(2)	(5)	
	(3)	(6)	
その他控除	(1)	(4)	長期共済標準報酬月額
	(2)	(5)	
	(3)	(6)	
控除総額			

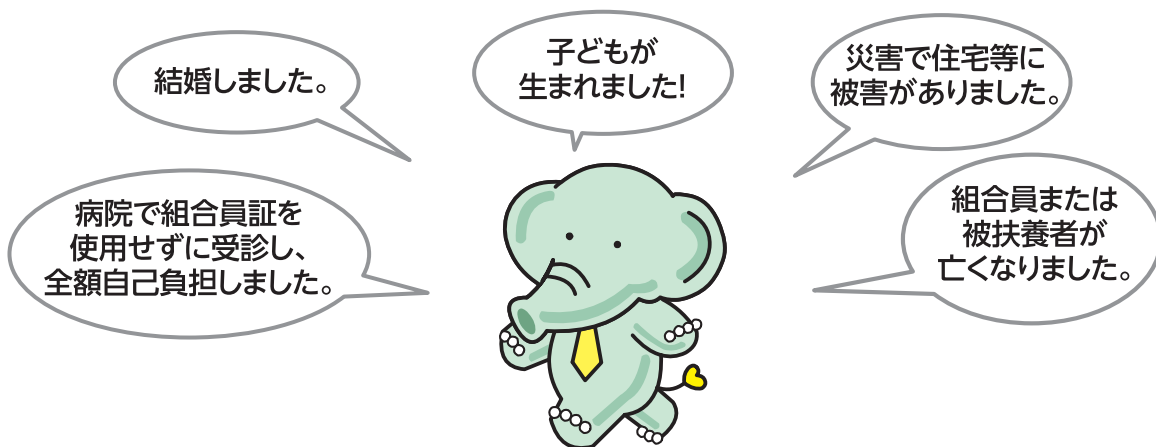
給与明細の右下に記載されている「短期共済標準報酬月額」の欄が530,000円以上の方が対象となります。

② 変更内容 平成25年10月受診分より段階的に給付額が変わります

附加給付の名称	給付事由	現行の給付額等	変更後の給付額等
・一部負担金払戻金 ・家族療養費附加金 ・家族訪問看護療養費附加金	1つの医療機関につき、1か月の医療費の支払が高額になったとき	保険診療に係る自己負担限度額を25,000円とし、超えた部分を給付	上位所得者 の自己負担限度額を、 平成25年10月受診分より30,000円 平成26年4月受診分より 40,000円 平成27年4月受診分より 50,000円 とし、超えた部分を給付
合算高額療養費附加金	1つの医療機関につき、1か月の医療費の高額な支払が、世帯で複数あったとき	保険診療に係る自己負担限度額を50,000円とし、超えた部分を給付	上位所得者 の自己負担限度額を、 平成25年10月受診分より60,000円 平成26年4月受診分より 80,000円 平成27年4月受診分より 100,000円 とし、超えた部分を給付

《給付担当》

短期給付金の請求の際、注意してください！



これらのケースの場合、請求書が提出されないと給付金が支給されません。

詳しくは、「ゆうゆうライフMY共済12」の6～19ページをご覧ください、請求もれないか、再度ご確認ください。

なお、給付事由の生じた日から2年間請求しないと、時効により給付を受ける権利が消滅しますので、ご注意ください。

ご不明な点がありましたら、共済センターにお問い合わせください。

傷病手当金請求書の様式が変わりました

傷病手当金請求書の様式を変更しました。大きな変更点として、「医師の証明欄」を「医師の意見欄」としました。新たに請求される場合は、新様式の使用をお願いします(平成26年3月までは、旧様式での請求も受付します。)詳細は、ホームページをご覧ください。

▶ HOME > 届出・申請様式 > 休業のとき > 傷病手当金・傷病手当金附加金請求書
(URL: <http://www.yuseikyosai.or.jp/application/kyuugyou/index.html>)

《給付担当》

整骨院等へのかかり方 Q&A

整骨院等へのかかり方について、皆さまから照会が多数寄せられましたので、注意事項をQ&Aにまとめました。ご参考ください。

Q1 肩こりの治療のため、整骨院等に通院したいのですが、組合員証等は使用できますか？

組合員証等を使用することはできません。

A1

組合員証等を使用して整骨院等で治療できるのは、捻挫・打撲・肉離れ・骨折・脱臼等の急性期のもののみです。なお、骨折・脱臼等は応急処置のみで、のちに医師への受診が必要です。

Q2 慢性的な肩や腰の痛みが悪化したため、組合員証等を使用してマッサージを受けることはできますか？

組合員証等を使用することはできません。

A2

負傷日がはっきりしない原因不明の肩や腰の痛みに対する施術は、組合員証等を使用することはできません。疲労回復等の目的で整骨院等を受診する場合は、全額自己負担となります。

Q3 整骨院等と並行して、整形外科を受診し、薬や湿布をもらうことはできますか？

A3

組合員証等を使用して、整形外科と整骨院で同時に治療を受けることはできません。

Q4 整骨院等が遠方にあり、公共の交通機関を利用すると交通の便が悪く、通院に時間がかかることを整骨院等に話したところ、往診も可能と言われました。このような事情で往診を頼むことはできますか？

A4

往診を頼むことはできません。

交通の便が悪い・時間がかかるなどの事情で整骨院に往診を頼むことは、認められません。

Q5 数年前に治癒した肩が、再び、自然に痛みはじめました。組合員証等を使用して整骨院等にかかることはできますか？

A5

組合員証等を使用することはできません。

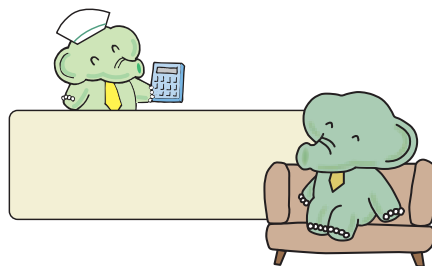
以前に負傷し、治癒したものが自然に痛み出した場合は保険診療の対象にはならないため、組合員証等を使用することができません。

Q6 業務中に車と接触し、腰を痛めたため、組合員証等を使用し整骨院等に通院しています。このような場合、何か届け出が必要ですか？

A6

業務中や交通事故によるけがの場合には、組合員証等を使用することはできません。

業務中や通勤中のけがには労災保険が適用されますので、共済組合ではなくお勤め先へご相談ください。



◎整骨院等だけに限らず、業務中や通勤中以外の交通事故等にかかるけがで、既に組合員証等を使用して医療機関を受診している場合には、第三者加害の届け出が必要となる場合がありますので、詳しくは共済センターにお問い合わせください。

※組合員証等とは、組合員証または被扶養者証のことをいいます。

※整骨院等とは、整骨院（接骨院）、はり、きゅう、マッサージ等をいいます。

《給付担当》

地方自治体の医療費助成を受けている方は 届出をお願いします！

**地方自治体(都道府県・市区町村)の医療費助成を受けている方は、
様式「地方自治体助成対象者届出書」を共済センターに提出してください。**

提出がないと、「共済組合の高額療養費・附加給付」と「地方自治体からの医療費助成」が二重給付されることになり、重複した分は共済組合又は地方自治体に返納していただくことになります(※共済組合に返納する場合、払込手数料は組合員負担となります)。

～主な地方自治体の助成制度～(自治体ごとに異なります)

- 障がい者医療費助成制度(障害者手帳等お持ちの方)
- 子ども医療費助成制度(**15歳以下**はほとんどの自治体が実施)
- ひとり親家庭医療費助成制度

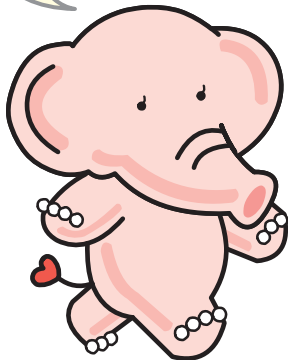
18歳以下まで、の自治体も増えてきています。
過去に届出を提出した方でも、助成期間が延長した場合は、変更の届出を提出してください。

届出がなくても高額療養費・附加給付の送金を停止している場合があります

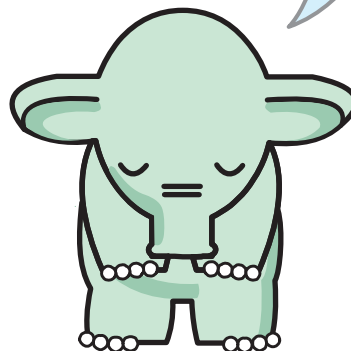
高額療養費・附加給付は、**該当の組合員から請求書を提出していただくことなく**、診療月から最短で4か月後以降に組合員のゆうちょ銀行口座に送金していますが、**地方自治体の医療費助成を受けていると思われる場合等は、二重給付を防止するため共済組合の判断で送金を停止します**。「ひとつの医療機関で1か月の自己負担が25,000円を超えている」が、高額療養費等が送金されていない方は、請求書を提出していただく場合がありますので、詳しくは共済センターにお問合せください。

なお、給付事由の生じた日から2年間請求しないと、時効により給付を受ける権利が消滅しますので、ご注意ください。

今月から、自分の被扶養者に障害者手帳が交付されました。医療機関での窓口の負担が大幅に減免されるのですが…



共済組合が高額療養費等の算定に使用する診療報酬明細書(レセプト)からは、障害者手帳の有無や、窓口での自己負担額の減免が確認できません。給付金の自動送金を停止する必要がありますので、届出を提出してください。



《給付担当》

活用しましょう!ジェネリック医薬品

～お薬代が節約できます～

ジェネリック医薬品とは?

先に開発された先発医薬品の特許期間(20～25年)終了後に、他のメーカーでも製造・販売が認められた後発医薬品のことです。先発医薬品に比べて短期間・低コストで製造できるため、販売価格も抑えることができ、**先発医薬品の半額以上安い薬もあります。**

活用するとどんな効果があるの?

皆さまの薬代の負担が減り、家計も助かります。

また、ジェネリック医薬品のご利用は、皆さまの自己負担の軽減だけでなく、国や共済組合が負担する医療費も削減されるため、今後の短期掛金の引上げ抑止にも繋がります。

年々増え続ける医療費は社会問題となっており、国は有効な医療費の削減策として「ジェネリック医薬品」の普及、利用促進を行っています。

品質は?どうやって利用するの?

国の厳しい審査に基づき、**効き目や安全性は先発医薬品と同等と認められています。形状、味等はさまざまで、ジェネリック医薬品の方が飲みやすいケースもあります。**

ただし、体質によっては効き目や副作用に差が出ることもあるため、治療上の観点から、医師がジェネリック医薬品への変更を不可と判断する場合があります。

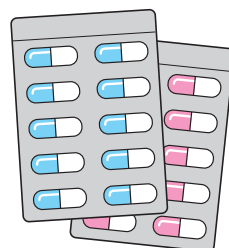
かかりつけの医師・薬剤師等とよく相談した上で、体質にあった薬を選びましょう。

ジェネリック医薬品に変更する際の注意点は?

ジェネリック医薬品に変更した場合でも、手数料等が別途含まれるため、お薬代が軽減されない場合があります。

院内処方から院外処方に変更される場合は、処方箋料などの諸費用がさらに算定されるため、注意が必要です。

詳しくは、医師または薬剤師等にご相談ください。



《給付担当》

任意継続組合員の方への「宿泊施設利用手帳」の交付を廃止します

ゆうせい共済第445号(平成25年9月発行)で、お知らせしましたとおり、任意継続組合員(永年勤続者)となる方に対する「かんぽの宿・KKR宿泊施設利用手帳」の交付(宿泊助成)は、平成26年3月31日をもって廃止します。

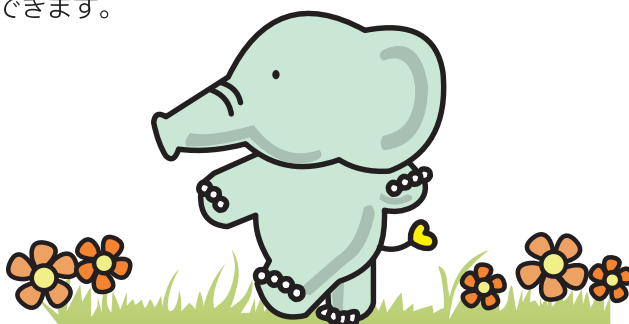
1. 本利用手帳の交付対象外となる方

任意継続組合員の資格取得日が平成26年4月1日(退職日:平成26年3月31日)以降の方

※同組合員の資格取得日が上記以前の方で本利用手帳を請求し、交付を受けた方は、有効期限満了日まで使用できます。

2. その他

通常の宿泊助成制度については、引き続き、利用できます。



《助成担当》

特定保健指導を実施しています！

特定保健指導は、厚生労働省の施策により、保険者が生活習慣病予防のために実施するものです。特定保健指導の利用は、強制ではありませんが、健康の維持・増進に役立つものですので、対象となった方は積極的に利用してください。

●組合員本人

組合員に対する特定保健指導については、日本郵政株式会社（郵政健康管理センター）及び株式会社ベネフィットワン・ヘルスケアに委託し実施しています。定期健康診断の結果、特定保健指導の対象となった方には、上記委託先から所属事業所の所属長等を通じて文書で通知されます。利用料は全額共済組合が負担しますので、自己負担はありません。

組合員に 対する 特定保健指導



動機付け支援

（郵政健康管理センター）

メタボリックシンドロームのリスクが出現し始めた人が対象です。

積極的支援

（（株）ベネフィットワン・ヘルスケア）

メタボリックシンドロームのリスクが重なっている人が対象です。

●初回面接で 目標設定

生活習慣の改善点に気づき、自分で目標を設定して、それを行動に移すために必要なサポートが受けられます。

●メールや電話、手紙での支援

継続して実行するためのサポートが受けられます。



●実績評価

6か月間の取組状況を確認します。

※特定保健指導は、開始から6か月かかります。途中で組合員資格を喪失された方は、特定保健指導が途中で資格喪失日で終了となりますのでご了承ください。

●被扶養者及び任意継続組合員

特定健康診査の結果、特定保健指導の対象者となった方には、共済センターから特定保健指導利用券とお知らせ等をお送りします。同封されている実施機関一覧表の中から、利用を希望する実施機関を予約し、特定保健指導を受けてください。

なお、初回利用時に利用料（3割）を一度自己負担していただきますが、途中脱落することなく6か月後の実績評価まで終了した場合には、後日、自己負担していただいた利用料（3割）を共済組合に請求することができます。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

▶ HOME > 特定健康診査・特定保健指導 > 特定保健指導を最後まで利用した方へ（組合員は除く）

（URL:http://www.yuseikyosai.or.jp/kenshin/hoken_shidou.html）

《助成担当》

生活習慣病にならないよう、健康な生活習慣を

メタボリックシンドロームとは内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖・高血圧・脂質異常症のいずれか2つ以上を併せ持った状態をいいます。

この状態を放置すると動脈硬化を引き起こし、命にかかわる病気を招きます。また、症状が進行すると重症化し、合併症を発症する可能性が高くなります。

メタボリックシンドロームにならないために**健康な生活習慣**を身に付けましょう。

メタボリックシンドロームにならないためには、
「摂取」を抑えて「消費」を増やすことが重要です。



〈摂取を抑える〉

- 1日3食バランスよく、腹八分目の食事を心掛ける。
- 間食を減らし、暴食をせず、お酒は控えめにする。

〈消費を増やす〉

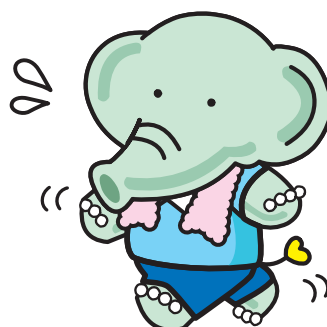
- 体を動かす(スポーツ、ウォーキング、ストレッチ、散歩、階段の使用、ながら運動など)。
- お腹の底から笑う。

国の施策として、40歳以上の被保険者(組合員)本人や被扶養者を対象に特定健康診査(メタボ健診)及び特定保健指導の実施が保険者に義務付けられています。

当共済組合においては、組合員に対する特定保健指導を日本郵政株式会社(郵政健康管理センター)及び株式会社ベネフィットワン・ヘルスケアに委託し、実施しています。

また、被扶養者及び任意継続組合員でメタボ健診の対象者の方には、今年の6月頃に特定健康診査を無料で受けられる受診券を発送しております。受診券の有効期限は今年の12月末となっておりますので、今まで一度も受診したことがない方も含め、受診券が届いた方は全員、ご自身の健康管理のために積極的にご利用ください。

健康な生活習慣を心掛け、健康で豊かな毎日を送りましょう!



《助成担当》

資格を喪失したら組合員証等は速やかに返却してください！

組合員又は被扶養者の資格を喪失した後に組合員証等を使用して医療機関を受診した場合は、不正使用として共済組合が負担した医療費（7割～9割）を返還していただくことになります。

また、かんぽの宿・K K R 宿泊施設での割引利用もできません。

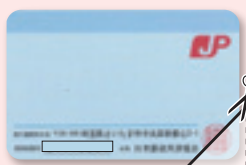
資格を喪失したら、組合員証等は速やかに返却してください。



医療費の返還額が
500万円となった事例も
発生しています!!

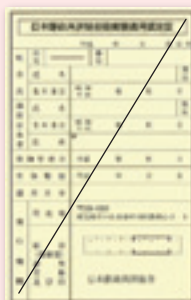
【参考】組合員証等の種類

1.カード様式の証書



カードの証書を返却する際は、右端を切り共済センターに返却してください。

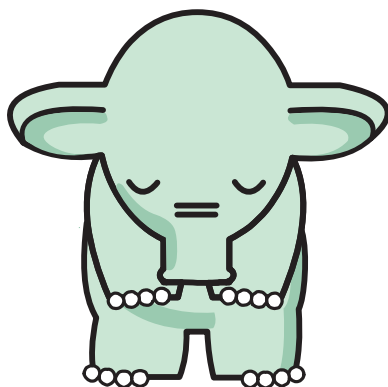
2.紙様式の証書



紙の証書を返却する際は、斜線を引いて、共済センターに返却してください。

- 組合員証
- 組合員被扶養者証
- 高齢受給者証
(70-74 歳の方の証書で、
高齢受給割合が表示されているものを指します)
※任意継続組合員の方も同様です。

- 限度額適用認定証
- 特定疾病療養受療証
- 限度額適用・標準負担額減額認定証
- 一部負担金等免除証明書



返却して
ください!

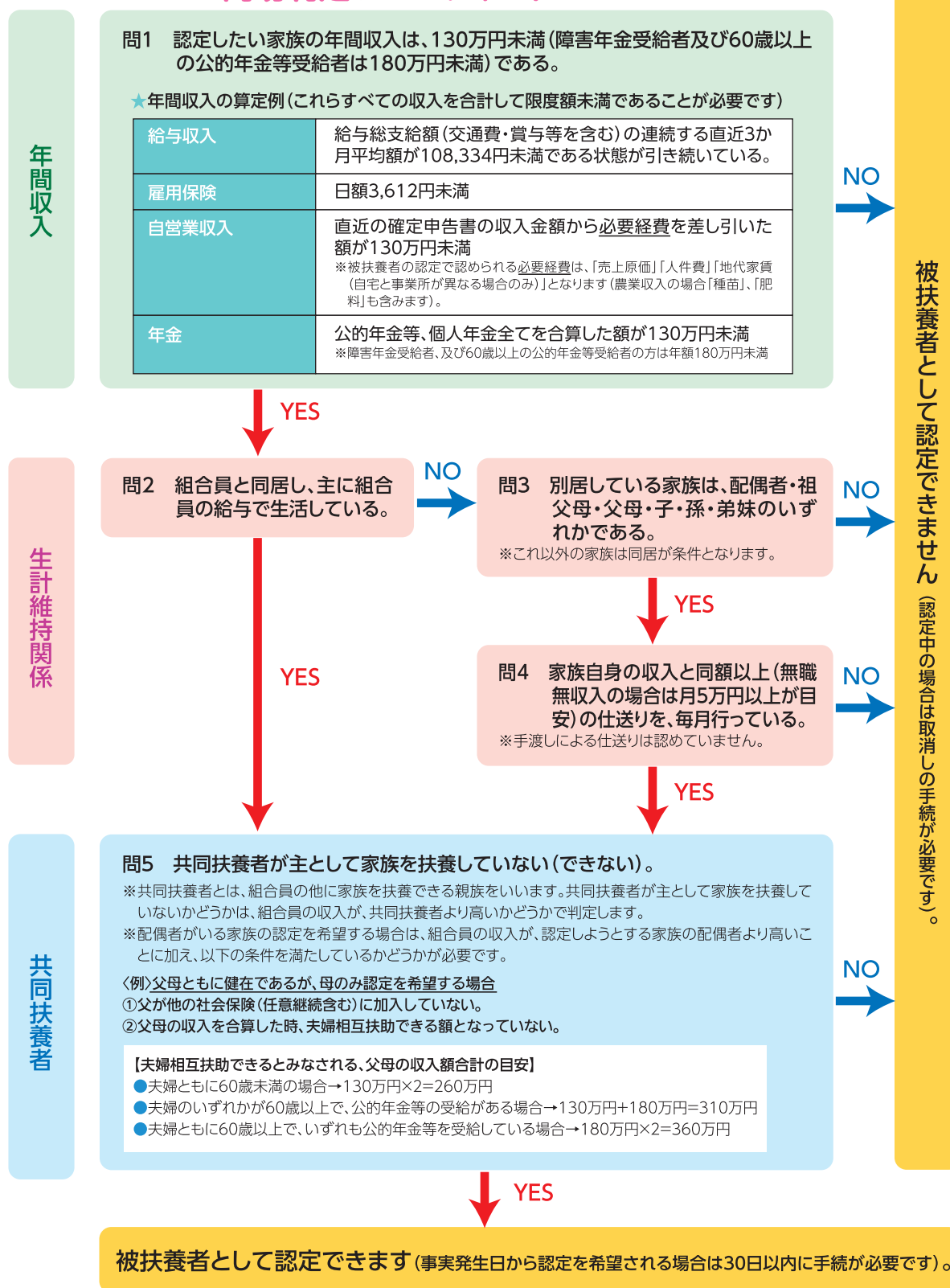
《被扶養者担当》

被扶養者の認定基準について知っておきましょう！

家族（3親等以内の親族）を被扶養者として認定する場合、「年間収入」、「生計維持関係」及び「共同扶養者」に関する3つの基準を満たしていることが要件となります。家族を被扶養者として認定している方や申請を考えている方は、これらの基準を満たしているかどうか、簡易判定フローチャートを使って判定してみましょう。

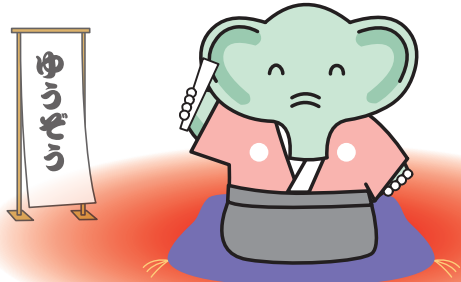
（注意）実際の審査は公的資料により確認を行いますので、フローチャートはあくまでも目安としてご利用ください。

簡易判定フローチャート START



《被扶養者担当》

年金の試算をしてみませんか？



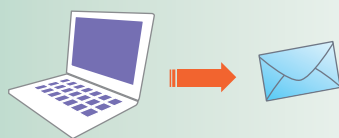
国家公務員共済組合連合会(KKR)では、近い将来退職する予定の組合員及び元組合員に応じて、年金加入記録や、退職共済年金の年金額の試算の情報提供サービスを行っています。試算の方法は、3つあります。

1. KKRのホームページで ユーザ登録し、パソコンで 閲覧する方法

- ① KKRのホームページから「KKR情報提供サービス」を選びます。
- ② 「ご利用登録」からユーザID・パスワード発行申込みを行うと、後日ユーザID・パスワードがKKRより郵送されます。
- ③ 郵送されたユーザID・パスワードで「情報照会」から閲覧してください。

2. KKRのホームページで 依頼し、書面で 受け取る方法

- ① KKRのホームページから、共済年金の「年金相談・年金試算」を選びます。
※当共済組合ホームページの関連リンク > 共済関係の「KKR年金相談」からもアクセスできます。
- ② 「1.年金相談について」の「インターネット相談入力フォーム」に入力し依頼してください。



3. KKRに書面で依頼し、 書面で受け取る方法

「KKR情報提供依頼書」又は適宜の用紙に必要事項を記入し、KKRへ郵送してください。
※返信用封筒(切手貼付)を同封してください。

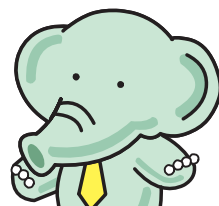
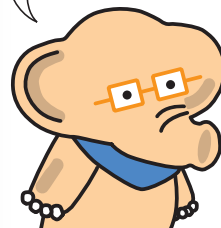
送付先

〒102-8082
東京都千代田区九段南1-1-10 九段合同庁舎
国家公務員共済組合連合会年金部 年金相談室
TEL 03-3265-8141(代表)



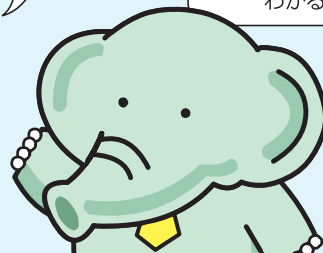
そうだなあ
そろそろ老後をどうするか
考えなきゃな...

先輩もあと
数年で退職ですね。



え？
インターネットで？

老後の生活資金として
年金がいくらぐらい
もらえるかって、インターネットでも
わかるんですよ



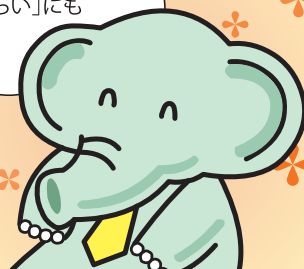
おお～
加入期間の
確認もできるのか

退職日を自由に
設定して計算できるので
便利なんですよ

年金情報
提供サービス



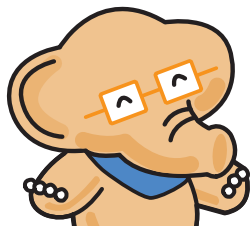
僕はまだまだ退職は先だけど
シミュレーションばっちりですよ！
将来に向けて「みらい」にも
加入してるしね！



注：試算結果は請求時点での組合員情報・法令に基づくものであり、将来の年金額をお約束するものではありません。

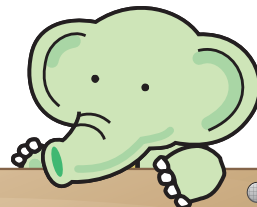
《年金担当》

失業給付等の受給による年金額の調整



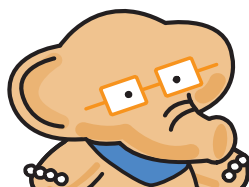
今、再雇用フルタイムで働いているんだけど、退職前に比べて給料がかなり下がってしまったよ。でも、雇用保険の高年齢雇用継続給付が出るようなんだ。年金も少し出るし、いろいろフォローがあるよなあ。

先輩！高年齢雇用継続給付を受給すると、退職共済年金は減額されるんですよ。ちゃんと手続きとってますか？



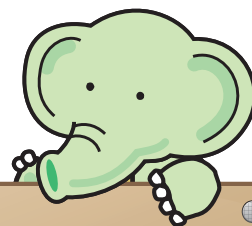
組合員である間に高年齢雇用継続給付が支給されるときは、その支給額に応じて、退職共済年金の在職中一部支給額が調整されることになっています。調整額は、最大で標準報酬月額6%です。

※厚生年金加入中（エキスパート社員等）に支給される高年齢雇用継続給付と退職共済年金は、調整されません。



え！？そうなの？
じゃあ仕事を辞めて失業給付をもらう場合は？

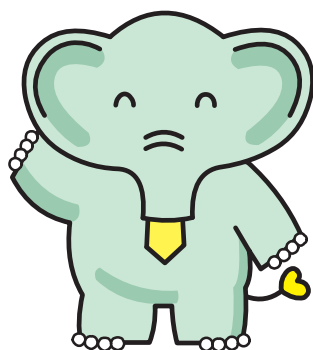
失業給付を受給した場合は、年金は支給されないんですよ



失業給付を受けるために公共職業安定所に求職の申込みをしたときは、退職共済年金と雇用保険との給付調整により、退職共済年金（職域加算額に相当する額を除いた額）の支給が停止されることになっています。

【年金が調整される期間】求職の申込みを行った日の属する月の翌月から、次のいずれかの日の属する月まで

- (1) 受給期間（離職した日の翌日から1年間）が経過したとき
- (2) 所定給付日数（個別延長により所定給付日数が追加されたときは、当該日数を加えた日数）の支給を受け終わったとき



どちらも、該当したら早めに「退職共済年金支給停止事由該当届」を国家公務員共済組合連合会に提出するんだぞう

《年金担当》

団体積立年金保険「みらい」からのお知らせ

▶ **本年度も多数の新規加入や口数変更のお申込みを
いただき誠にありがとうございました。**

★新規加入及び口数変更された方へのご案内

新規加入された方には「ご加入のお知らせ」を11月頃、組合員本人のご住所に送付します。
なお、新規加入及び口数変更に伴う掛金は平成26年1月の給与から控除開始となります。

★一時積増を申し込まれた方へのご案内

平成26年1月末頃、申し込まれた方のご住所に払込取扱票を送付しますので、期限内に払込み願います。
※金額変更及び取りやめをする場合は、共済センターにご連絡ください。

★積立年金保険料額の通知のご案内

平成26年1月1日現在の積立金額及び加入内容を記した「ご加入内容のお知らせ」を平成26年3月上旬頃、組合員本人のご住所に送付します。(平成25年4月～7月募集時に新規申込をされた方の分は、今回の発行対象外となります。)

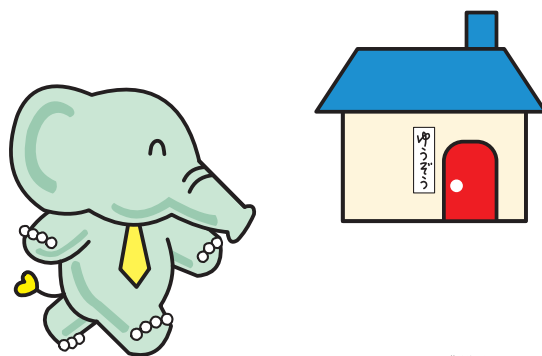
《みらい担当》

住宅のあっせんサービスの終了について

共済組合が提携していました住宅メーカーの割引事業、仲介手数料の割引事業は、平成25年6月30日をもって終了しました。長い間のご愛顧ありがとうございました。

7月からは日本郵政スタッフから提供される福利厚生サービスで同様のサービスが用意されていますので、そちらをご利用ください。(詳しくは、各勤務局所に配付されておりますグループ報「郵政」8月号の9ページをご覧ください。)

なお、提携銀行の住宅ローンの優遇金利制度は、引き続きご利用いただけます。



《貸付担当》

日本郵政共済組合 共済センターの連絡先など

① 電話によるお問合せ

コールセンター **TEL 0120-97-8484** 受付時間：午前9時～午後6時(土、日、祝日及び年末年始(12/29～1/3)を除く)
※通話料無料。携帯電話・PHSからもご利用いただけます。 ※電話番号はお間違えないようお願いします。

② 各種手続の方法など

ホームページ <http://www.yuseikyosai.or.jp/>
各種手続のご案内や請求書等の様式類を掲載していますので、申請や届出をする前にご覧ください。
モバイルサイト <http://www.yuseikyo-m.jp>
パソコンでホームページがご覧になれないときでも、どのような手続が必要か確認いただけます。



上のQRコードも
ご利用ください。



③ 各種申請・請求書等のあて先

〒330-0081 埼玉県さいたま市中央区新都心3-1
日本郵政共済組合 共済センター ○○担当 あて

※各種処理を迅速に行うため、必ずそれぞれの記事の右下にある担当名を記載してください。 ※郵送料は差出人負担です。