

本誌はホームページからもご覧いただけます。

ゆうせい共済

Y U S E I K Y O S A I



No.450

平成26年11月19日発行



Contents

1	高額療養費制度の見直しについて……………	2・3
2	限度額適用認定証等の適用区分変更のお知らせ……………	2・3
3	ジェネリック医薬品は家計節減の特効薬です!……………	4
4	季節の食材を使って～健康レシピの紹介～……………	5
5	特定保健指導を実施しています……………	6
6	コナミスポーツの利用方法が変わります……………	7
7	助成施策の一部を廃止します……………	8
8	検診費等助成金送金スケジュールに関するお知らせ……………	8
9	団体積立年金保険「みらい」からのお知らせ……………	8
10	国民年金第3号被保険者の届出に関するお知らせ……………	9
11	共済年金は厚生年金に統一されます～第2回～……………	10
12	年金の試算をしてみませんか?……………	11
13	<small>ていしん</small> 逡信病院をぜひご利用ください……………	12
14	共済組合のお仕事紹介～第2回～……………	12
15	連絡先等……………	12

高額療養費制度の見直しについて

能力に応じた負担を求める観点から、平成27年1月診療より、70歳未満の方の高額療養費制度の見直しが行われ、高額療養費算定基準額が次のように細分化されます。

見直し前	高額療養費算定基準額	見直し後	高額療養費算定基準額
上位所得者 標準報酬月額 53万円以上	150,000円+ (総医療費-500,000円)×1% <83,400円>	標準報酬月額 83万円以上	252,600円+ (総医療費-842,000円)×1% <140,100円>
一般所得者	80,100円+ (総医療費-267,000円)×1% <44,400円>	標準報酬月額 53万円~ 79万円	167,400円+ (総医療費-558,000円)×1% <93,000円>
低所得者 (住民税非課税)	35,400円 <24,600円>	標準報酬月額 28万円 ~50万円	80,100円+ (総医療費-267,000円)×1% <44,400円>
		標準報酬月額 26万円以下	57,600円 <44,400円>
		低所得者 (住民税非課税)	35,400円 <24,600円>

変更

※ <>内は多数該当(過去1年間に高額療養費を3回以上支給を受けた場合の4回目以降)の高額療養費算定基準額

新旧事例1 標準報酬月額53万円 総医療費100万円 保険診療分3割負担で30万円の支払いをする場合

(旧)平成26年12月診療

窓口での支払額 300,000円		
最終自己負担額 40,000円	附加給付(後日還付) 115,000円	高額療養費(後日還付) 145,000円

(旧)高額療養費算定基準額
150,000+(1,000,000-500,000)×1%=155,000

(新)平成27年1月診療以降

窓口での支払額 300,000円		
最終自己負担額 40,020円	附加給付(後日還付) 131,800円	高額療養費(後日還付) 128,180円

(新)高額療養費算定基準額
167,400+(1,000,000-558,000)×1%=171,820

今回の制度改正のポイント①

共済組合には、高額療養費に上乗せして一定以上の金額を払い戻す附加給付制度があるため、最終的な自己負担額は、高額療養費制度改正の影響をほとんど受けません。

限度額適用認定証等の適用区分変更のお知らせ

高額療養費算定基準額の見直しに伴い、平成27年1月以降に発行する限度額適用認定証及び限度額適用・標準負担額減額認定証の適用区分が、次のとおり変更となります。

限度額適用認定証

旧		新	
所得区分	適用区分	所得区分	適用区分
上位所得者	A	標準報酬月額83万円以上	ア
一般所得者	B	標準報酬月額53万~79万円	イ
		標準報酬月額28万~50万円	ウ
		標準報酬月額26万円以下	エ



限度額適用・標準負担額減額認定証

旧		新	
所得区分	適用区分	所得区分	適用区分
低所得者	C	低所得者	オ
低II	II	低II	II
低I	I	低I	I

《被扶養者担当》

新旧事例2 標準報酬月額26万円 総医療費100万円 保険診療分3割負担30万円の支払いをする際に、窓口で限度額適用認定証を提示した場合

(旧)平成26年12月診療

本来の、窓口での支払額 300,000円		
窓口での支払額 87,430円(限度額証使用)		高額療養費(現物給付) 212,570円
最終自己負担額 25,030円	附加給付(後日還付) 62,400円	

(旧)高額療養費算定基準額
80,100+(1,000,000-267,000)×1%=87,430

(新)平成27年1月診療以降

本来の、窓口での支払額 300,000円		
窓口での支払額 57,600円(限度額証使用)		高額療養費(現物給付) 242,400円
最終自己負担額 25,000円	附加給付(後日還付) 32,600円	

(新)高額療養費算定基準額 57,600

今回の制度改正のポイント②

標準報酬月額26万円以下の場合、高額療養費算定基準額は従来よりも低く設定されています。ポイント①にもあるとおり、最終的な自己負担額は、ほとんど変わりませんが、「限度額適用認定証」を提示して、本来は後日還付される高額療養費を差し引いて(現物給付)支払う場合には、窓口での支払額が従来よりも低減されます。

《給付担当》

ジェネリック医薬品は家計節減の特効薬です!

▶ ジェネリック医薬品とは?

先発医薬品の特許期間が切れた後、他のメーカーにより製造され、厳しい審査により先発医薬品と同等の有効成分で安全性が認められている安価な後発医薬品のことです。

▶ ジェネリック医薬品のメリット

1. 皆さまの医療費の自己負担が軽減されます!

開発期間が短く済むため、先発医薬品より安価です。
中には5割以上安いものもあり、慢性疾患・長期服用の方は恩恵大!

2. 皆さまの共済掛金の引き上げ抑止に繋がります!

共済組合負担分の医療費も軽減されるためです。

3. 飲みやすさが改善されています!

味・形状を変えることで、飲みやすくなった薬が多いのが特徴です。

▶ どれくらい安くなるの?

【例】365日服用すると仮定 ※ジェネリックの中でも安いタイプを使用した場合

	高血圧	糖尿病
先発医薬品(自己負担3割)	約7,282円	約12,549円
ジェネリック※(自己負担3割)	約1,336円	約5,453円
差額は?	約5,946円	約7,096円

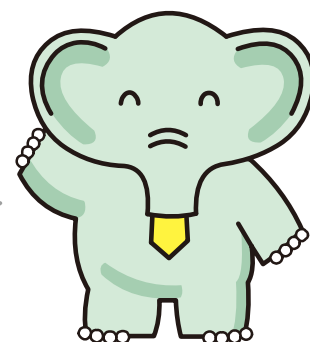
(参考)日本ジェネリック医薬品学会リーフレット「ジェネリック医薬品について」

▶ 「お薬代に関するご案内」を送付します

皆さまのお薬代の負担の軽減に繋がる「ジェネリック医薬品」の普及推進のため、ジェネリック医薬品に切り替えると特に医療費の軽減が見込まれる方を対象に、ジェネリック医薬品を使用するといくら安くなるかを記載したご案内を送付しています。

次回は11月末の発送を予定しています。

ジェネリック医薬品への切り替えを検討する場合は、
医師や薬剤師に価格、効能、副作用等について、よくご相談ください。
今や『お薬は自分で選べる時代』と言われています。
利用できるお薬を賢く選択することで、家計の負担を軽減しましょう!



《給付担当》

季節の食材を使って ～健康レシピの紹介～

寒さでぐんと甘みを増す大根。胃腸が疲れているなど感じたら、大根レシピでやさしくいたわり、元気を取り戻しましょう。

監修 ● といちなつ 料理家

食は
生命なり

といちなつさんの Recovery Recipe

薬味とコンソメの
シンプルさがうれしい

大根のタイ風おかゆ



材料(2人分)

米…100g
大根…50g
コンソメスープ…600ml
ねぎ…適量
しょうが…½かけ
塩…少々
こしょう…お好みで

つくり方

① 米をとぐ

米はとぎ、30分間、水に浸す。

② 大根を切る

大根は皮をむき、3mmの厚さのいちょう切りにする。

③ 米と大根を煮る

鍋に①と②、コンソメスープを入れて火にかける。煮立ったら弱火にして、焦げつかないように時々木べらで鍋底から混ぜながら20分ほどを目安に炊き、塩で味を調える。

④ 仕上げ

③を器に盛って、せん切りにしたしょうがと小口切りにしたねぎを合わせ、好みにこしょうを振る。

調理の Point!

- 米ではなくごはんを使うと、調理時間を短縮できます。
- ごはんを使う場合には、コンソメスープの分量をやや少なめに加減してください。

といちなつ 料理家。「こころとからだにやさしい」をテーマにレシピ提案やスタイリング、フードコーディネートを手がけている。著書に『料理と暮らしのやさしいレシピ』(宝島社)他。料理教室「季節の台所」を開催している。
<http://www.doichinatsu.com>

疲れた胃腸を やさしく回復



【大根】

大根には、消化酵素アミラーゼ、辛味成分のアリル化合物、ビタミンC、水溶性食物繊維が比較的豊富に含まれています。アミラーゼは、でんぷんを分解して消化を助けるため、胃腸薬にも配合される成分です。その効能を最大限に得るには、大根おろしが最適。おろした直後に生のまま食しましょう。アリル化合物は胃液の分泌を促し、胃の健康を守ります。また、食物繊維は腸の老廃物を取り除く働きがあります。大根は、胃腸をすこやかに保つために欠かせない食材なのです。

イラスト/松野美穂

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、保険者である共済組合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、積極的にご利用ください。

▶ 組合員

組合員に対する特定保健指導については、外部業者へ委託し、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、株式会社ベネフィットワン・ヘルスケア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

生活習慣病の発症リスクを持っていると判断され、生活習慣改善の必要度が中程度の方

積極的支援

生活習慣病の発症リスクを複数持っていると判断され、生活習慣改善の必要度が高い方

初回面接で目標設定

生活習慣の改善方法を専門職と相談し、自分で目標を設定します。

メールや電話での支援

目標を達成するための継続的なサポートを受けます。

実績評価

6か月後の達成状況を確認します。



動機付け支援及び積極的支援の取組期間中は、株式会社ベネフィットワン・ヘルスケアの専門職による通話料無料の電話相談を利用することができます。

▶ 被扶養者及び任意継続組合員

特定健康診断の結果、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 ▶ 特定健康診断・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》

コナミスポーツの利用方法が変わります

コナミスポーツクラブとの法人契約の切替えに伴い、料金プランが変わります。



施設・料金等の詳細は、
コナミスポーツクラブ情報ダイヤル(0120-919-573)
または、コナミスポーツクラブホームページでご確認ください。

新 月会費料金プラン

月会費制でご利用のお客は、毎月の利用回数に合わせて料金プランを選択いただけます。

- 月に通える回数に合わせて、料金プランを選択できるようになりました。
- ご契約のカテゴリと同一もしくは数字の小さいカテゴリの施設は、どこでもご利用いただけます。
- プランの利用回数を超えても、回数追加利用料をお支払いいただくことでご利用いただけます。

従来		2015年4月1日以降					
法人契約個人会員		利用 プラン 施設 カテゴリ	まずは週1 (月4回まで)	しっかり週2 (月8回まで)	たっぷり週3 (月12回まで)	回数追加利用料	
施設区分(★マーク)および月会費			まずは週1 しっかり週2	まずは週1 しっかり週2	まずは週1 しっかり週2	まずは週1 しっかり週2	まずは週1 しっかり週2
★	4,300円～ 12,200円/月	カテゴリⅠ	4,400円/月	6,000円/月	8,100円/月	800円/回	300円/回
★★		カテゴリⅡ	5,200円/月	6,900円/月	8,860円/月	1,100円/回	300円/回
★★★		カテゴリⅢ	5,900円/月	8,600円/月	10,340円/月	1,400円/回	300円/回
★★★★		カテゴリⅣ	6,600円/月	10,500円/月	11,780円/月	1,700円/回	300円/回
★★★★★							
★★★★★★							

※新規入会時には会員証発行手数料1,000円(税抜)が必要です。※プランの変更は無料です。

さらに!

- ・当月に使いきれなかった1回分を翌月に繰り越し可能!
- ・ご契約のカテゴリより数字の大きいカテゴリの施設を利用する場合は、1カテゴリ追加ごとにカテゴリ追加利用料300円(税抜)/回をお支払いいただくことでご利用可能!
- ・プランの回数が合わなくなっても、翌月プランの変更手続きがお電話や施設で簡単にできます!

新 都度利用料金プラン

都度利用でご利用のお客は、施設をご利用のたびに都度利用料をお支払いいただくことでご利用いただけます。

- コナミスポーツクラブの施設区分が4つのカテゴリに変わり、一部施設の都度利用料が変更となりました。
※法人会員利用提携施設の都度利用料は変更ありません。

従来		2015年4月1日以降		
法人契約都度利用会員A		利用プラン 施設カテゴリ	気軽に都度利用(A)	利用対象施設数 (2014年7月1日現在)
★	800円/回		カテゴリⅠ	1,100円/回
★★	1,100円/回	カテゴリⅡ	1,400円/回	
★★★	1,400円/回	カテゴリⅢ	1,700円/回	
★★★★	1,700円/回	カテゴリⅣ	2,000円/回	
★★★★★	2,000円/回	グランサイズ (20歳以上・予約制)	4,400円/回	
★★★★★★	2,600円/回	法人会員利用提携施設	800円～2,600円/回	362施設
グランサイズ	4,400円/回	会員証発行手数料	1,000円	
法人会員利用提携施設	800円～2,600円/回			
会員証発行手数料	不要			

※新規入会時には会員証発行手数料1,000円が必要です。
※プランの変更は無料です。

※表示金額は全て税抜です。

お得情報

都度利用会員証をお持ちでない方へ

2015年3月最終営業日までに「法人契約都度利用会員A」にご入会いただけますと会員証発行手数料はかかりません。今後、ご利用の予定がある方は、2015年3月の現行プラン最終日までに登録いただくことをお勧めします。



《助成担当》

助成施策の一部を廃止します

共済組合では、福祉事業の一環として、組合員等の健康増進及び余暇活動の充実等を目的に組合員及びその被扶養者を対象に「フィットネス施設」や「宿泊施設」の利用助成及び各種電話相談室の無料開設を行っておりますが、平成26年1月からスタートした郵政グループ各社の「総合的福利厚生代行システム」の開始に伴い、共済組合の助成施策と重複するものが混在することとなったため、一部の施策において、平成27年3月31日をもって廃止します。

廃止する施策

1 フィットネス施設助成

※コナミスポーツ(556施設)については、継続します。
セントラルスポーツ(404施設)

2 宿泊施設助成

※「かんぼの宿・かんぼの郷」については、継続します。
(1) 東急ホテルズ(46施設)
(2) 沖縄指定宿泊施設(5施設)
(3) ペンション(33施設)

3 電話相談

※「心の健康相談」、「電話健康相談」及び「育児・介護相談」については、継続します。
税務相談・くらしのなんでも相談

4 その他

(1) ハウステンボス利用助成
(2) 結婚情報サービス
(3) 引越システム

《助成担当》

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27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26年12月15日とさせていただきます。ホームページにも掲載していますので、併せてご覧ください。

HOME ▶ 送金スケジュール

(URL: http://www.yuseikyosai.or.jp/soukin/soukin_schedule.html#hdg-josei)

《助成担当》

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及び口数変更等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

新規加入された方には「ご加入のお知らせ」を11月に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27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

平成27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、期限までに払込みをお願いします。
※金額変更及び取りやめをする場合は、みらい担当へご連絡ください。

▶ 積立金額のご案内

平成27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27年3月上旬頃、組合員本人のご住所に送付します。

ただし、平成26年4月～7月募集時に新規申込をされた方には送付されません。

《みらい担当》

共済年金は厚生年金に統一されます ～第2回～

在職中に、年金ってもらえるの？

退職共済年金を受給されている方が、官公庁等や民間企業で、共済組合員や厚生年金被保険者として勤務する場合は、一定の基準を超えた場合、受給している年金の一部又は全部が支給停止となります。

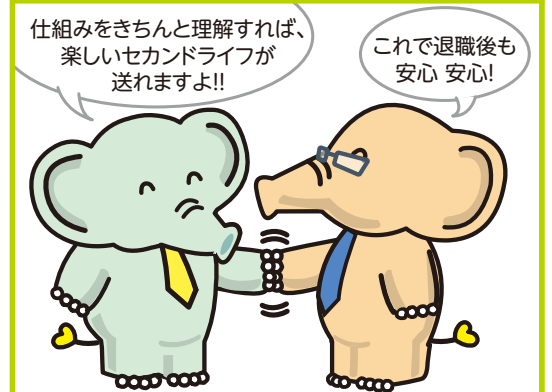
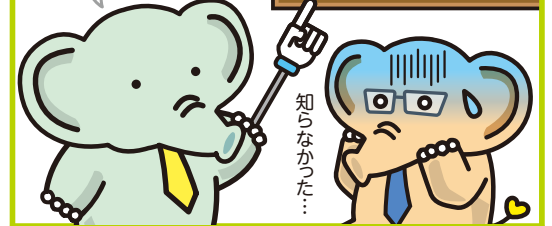
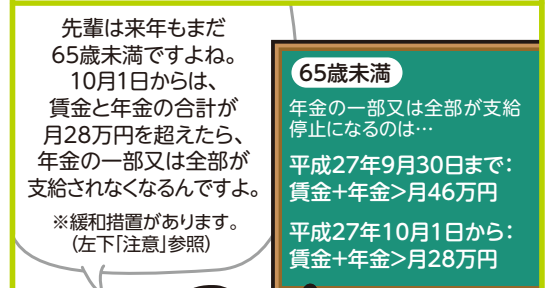
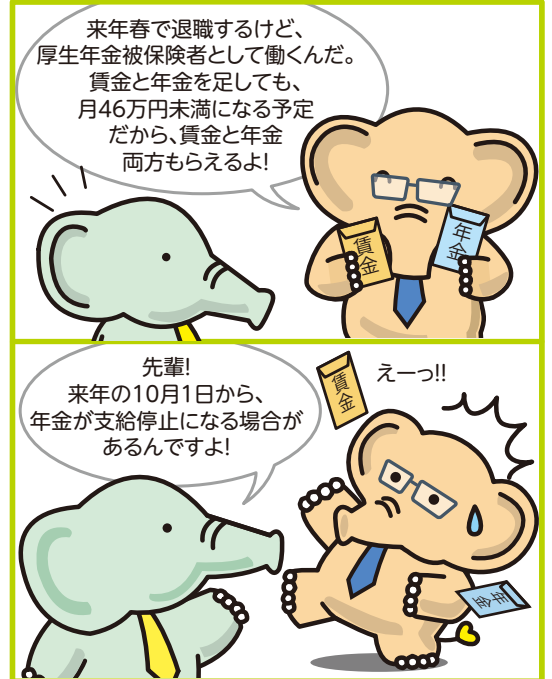
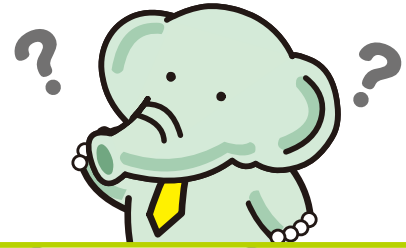
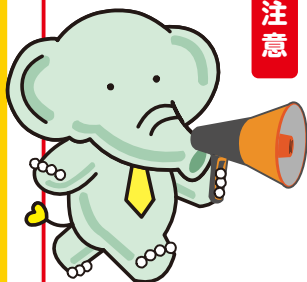
現在、支給停止の基準については、退職共済年金を受給されている方が共済組合員として勤務するか、厚生年金の被保険者として勤務するかで異なりましたが、平成27年10月1日以降は、社員の皆さまは全員厚生年金の被保険者となり、支給停止の基準は**年齢**で区分されます。

現在	
A	B
高齢再雇用フルタイム 勤務社員などの 共済組合員	A 以外の 厚生年金被保険者
賃金+年金>月28万円 ⇒年金の一部又は全部を支給停止	賃金+年金>月46万円 ⇒年金の一部又は全部を支給停止
平成27年10月1日以降	
65歳未満 賃金+年金>月28万円 ⇒年金の一部又は全部を支給停止	65歳以上 賃金+年金>月46万円 ⇒年金の一部又は全部を支給停止



特に**65歳未満**の方で **B** に該当する方については、年金の支給停止基準額が46万円から28万円に変更されるため、平成27年10月1日以降、年金受給額が減少することがあります。

その影響を緩和するため、支給停止額について、一定の割合により上限を設けるなどの措置が予定されていますが、詳細は今後、公布される政令で定められることになっています。



次回は、障害給付の支給要件の変更と、遺族年金の転給制度の廃止についてお知らせします。

《年金担当》

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、組合員の方を対象に、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。

▶ パソコンでの閲覧方法

- ①KKRのホームページ(<http://www.kkr.or.jp/>)から「KKR年金情報提供サービス」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「KKR年金情報提供サービス」内の「情報照会」から閲覧してください。

24時間365日ご利用いただけますので、是非ご活用ください。ブラウザの環境が対応していない方等で利用申請ができない場合は、「KKR年金情報提供依頼書」をご提出いただくことにより、同サービス内容について書面で通知されるようになります。

詳しくはKKRへご照会ください。

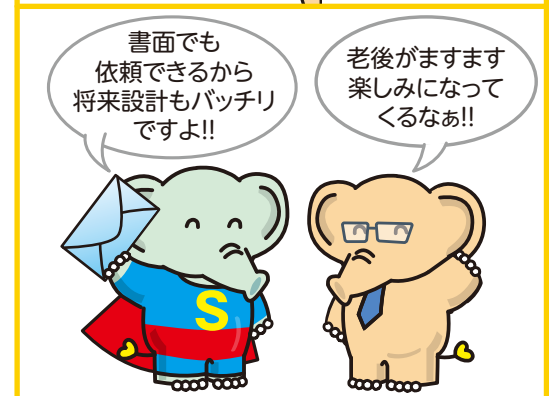
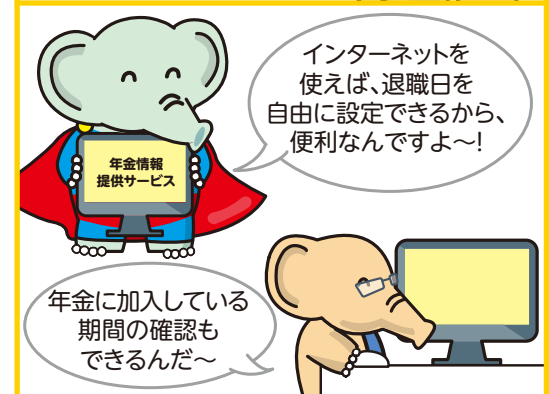
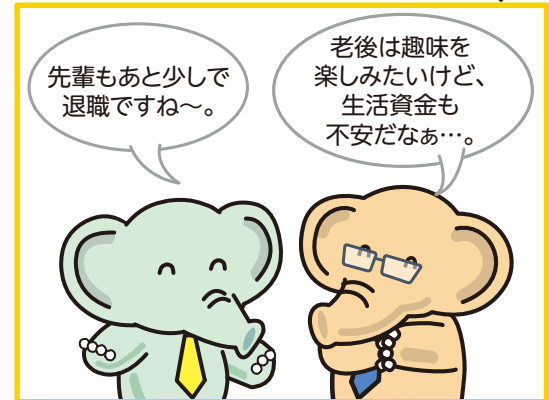


照会

〒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)

注意

年金見込額の試算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**。よって、年金受給開始年齢に近い方が、生活設計のために試算される場合は参考になりますが、この試算は、将来の賃金上昇を見込んでおらず、20代・30代の方が試算された場合は、現在の標準報酬額のまま、退職までの期間で試算されることから、大きく異なりますので参考にならない場合があります。



《年金担当》

ていしん 通信病院をぜひご利用ください

通信病院は、**日本郵政グループ**の病院です。
全国14か所に設置され、どなたでもご利用いただけます。
各種診療のほか**人間ドックなどの検診**も行っていますので、皆さまやご家族の方の健康管理のため、ぜひ通信病院をご利用ください。



通信病院ホームページ

各通信病院の連絡先やアクセス方法等は、下記ホームページをご覧ください。
<http://www.hospital.japanpost.jp/>

ていしん病院

検索

全国**14**か所に設置



共済組合のお仕事紹介

～第2回 被扶養者担当～

被扶養者担当では組合員証等の発行、被扶養者の認定・取消、被扶養者の資格確認等、組合員約24万人、被扶養者約26万人の合計約50万人の一人おひとりの大切なライフサイクルの節目にある諸手続のお手伝いを行っています。

組合員の皆さまからいただいている共済掛金が正しく使われるように日々審査を実施してまいります。



連絡先等

1 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。

2 電話によるお問い合わせ

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にお願いします。

3 ホームページ

<http://www.yuseikyosai.or.jp/>

各種手続方法等がご覧いただけます。

また、組合員の皆さまの声を募集しておりますので、お気軽にお寄せください。

