

2013年度版

カルビー健康保険組合 けんぽガイド

カルビー健康保険組合設立につきましては、ご協力をいただき誠にありがとうございました。過日実施した組合会にて、施策など大きな方向性について決定いたしましたので、概要をお知らせします。今後ホームページを開設して、よりきめ細かいサービスを提供してまいりますので、今しばらくお待ちください。

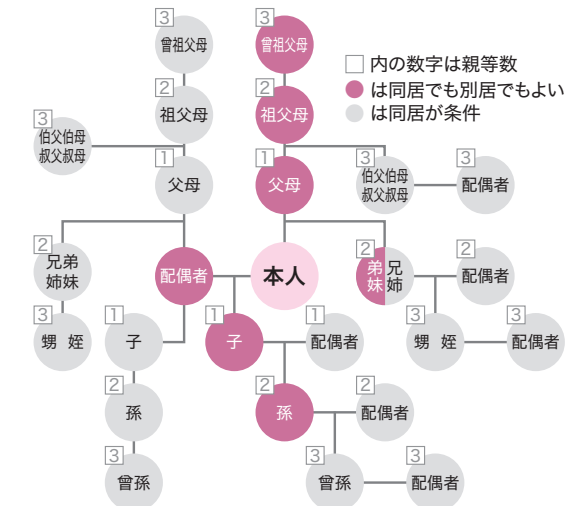
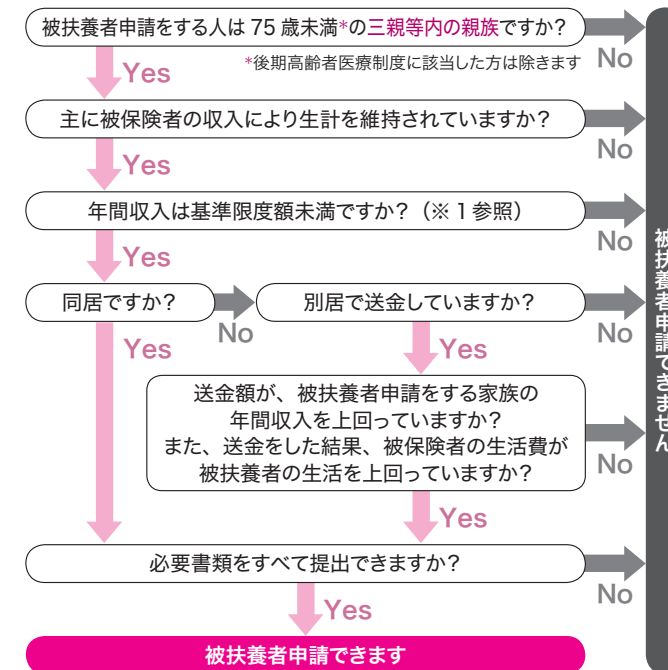
■ 健康保険ってなあに？

病気やケガ、またはそれによる休職、出産や死亡といった事態には、経済的に大きな負担がかかります。このような万が一の際に、みなさんが給付を受けることができる制度が「健康保険」です。

■ カルビー健保組合に加入するには？

- ・被保険者（本人）
カルビーグループで働くみなさんを被保険者（もしくは本人）といい、パートタイマーなどの一定の条件を満たさない場合を除き、カルビー健保組合に加入することになります。
- ・被扶養者（家族）
ご家族の方が加入する場合にも、一定の条件を満たしている必要があります。そのため、カルビー健保組合での審査や認定を受ける手続きが必要となります。また、被扶養者である条件を満たさなくなった場合（就職・収入増加など）にも手続きが必要となります。

● 被扶養者資格点検フロー



※1 <収入基準額等について>
 ・60歳未満：年間収入130万円未満（月額108,334円未満）
 ・60歳以上または障害年金受給者：年間180万円未満（月額150,000円未満）
 ①主として被保険者（本人）の収入によって生活している（夫婦共働きは収入の多い方）。
 ②基準額未満かつ被保険者の収入の1/2未満である。
 ※収入とは、給与、手当、公的年金、失業給付金、傷病手当金、出産手当金、事業収入、その他継続性のあるものをいいます。退職金等の一時的なものは収入とはなりません。

■ 保険証などの手続きについて

こんなとき	必要書類と届出時のポイント	手続き先
扶養家族が増（減）するとき	健康保険被扶養者（異動）届、被扶養者調書、認定に必要な添付書類	所属の会社、社会保険担当経由でカルビー健保組合への届出が必要です。
保険証をなくしてしまった	被保険者証滅失・毀損再交付申請書	
氏名を変更した	健康保険被保険者・被扶養者氏名変更（訂正）届に旧姓の保険証を添付	
住所を変更した	会社へ届出のうえ、保険証の裏面はご自身で訂正してください	
海外へ住所を移転した	介護保険適用除外（該当・非該当）届に住民票除票証明書を添付	

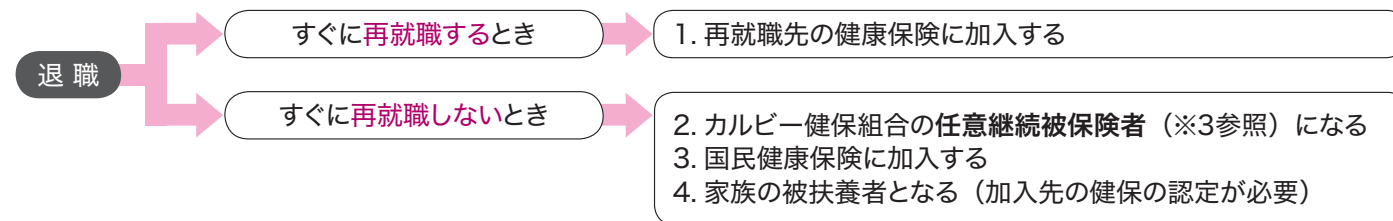
各種の届出用紙は、所属会社の社会保険担当もしくはカルビー健保組合までお問い合わせください。

■ 退職後の健康保険について

⚠️ 退職（資格喪失）したとき

退職等によりカルビー健保組合の資格がなくなったときは、カルビー健保組合の保険証は使用できません！
保険証は、退職日以降に速やかに会社（社会保険担当）までご返却ください。

- ※扶養家族がいる場合は、ご家族分を合わせて保険証をご返却ください。また高齢受給者証、限度額適用認定証等をお持ちの場合は、保険証と一緒にご返却ください。
- ※退職日の翌日以降に保険証を使用された場合は、カルビー健保組合が負担した医療費を返還していただきます。



※3 任意継続被保険者とは？

2カ月以上継続して被保険者だった方は、カルビー健保組合に「任意継続被保険者」として引き続き加入することができます（最長2年間）。希望する方は、退職日の翌日から20日以内に「任意継続被保険者資格取得申請書」をカルビー健保組合へ申請してください。被扶養者がいる場合は、「健康保険被扶養者（異動）届」も一緒に提出してください。任意継続被保険者資格を喪失する理由は法律で定められていますので、家族の扶養に入るためや、国民健康保険に加入したい等の理由では脱退ができません。ご注意ください。

■ 今日からできる医療費節約術

◎ 医療機関にかかるときに注意したいこと

時間外・深夜・休日受診は割高となります。やむを得ないときを除き、控えましょう。またひとつの病気で安易に医療機関を変えると、診療や検査が重複し、医療費負担が増えることになるのでご注意ください。

<休日・深夜・時間外につく加算> (初診の場合)

	病院・診療所
休日加算（日曜・祝日・年末年始）	2,500円
深夜加算（22時～6時）	4,800円
時間外加算（休日深夜を除く、診療・開局時間外）	850円

※小学校入学～69歳では上記の3割を窓口負担します。

◎ ジェネリック医薬品を上手に利用

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れたあと、新薬と同等の効能・効果で承認された薬です。新薬に比べて開発費が抑えられるため、価格が2～7割程度安く、薬代の負担を減らすことができます。切り替えるためには、医師・薬剤師にご相談ください。

かかりつけ医を持つ

まずはかかりつけ医を受診しましょう。紹介状がないまま大病院を受診すると、初診料が高くなります。

看板に「各種健康保険取扱い」とあるけど？

「各種健康保険取扱い」とあっても、施術内容が健康保険適用外であれば健康保険は使えず、全額自己負担となります。

■ 柔道整復師（整骨院・接骨院）へのかかり方

柔道整復師で健康保険が使えるのは、急性の外傷のみで、慢性的な肩こりや筋肉疲労での施術は全額自己負担となります。ご注意ください。

健康保険が使える	健康保険が使えない
<ul style="list-style-type: none"> ○ 打撲・ねんざ・挫傷（肉離れなど） ○ 骨折・不全骨折（ひび）・脱臼の応急手当（継続してかかる場合は医師の診察と同意が必要） 	<ul style="list-style-type: none"> × 慢性的な疲れ・肩こり × スポーツなどによる筋肉疲労 × 病気からくる痛み（神経痛・リウマチ・関節炎など） × マッサージ代わりの漠然とした施術 × 外科・整形外科の受診中、同時に柔道整復師にかかる場合 など

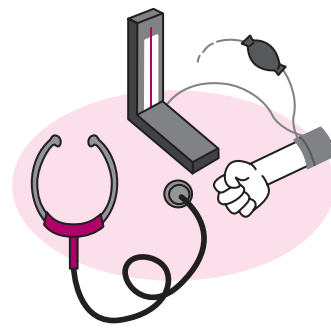
お問い合わせ先

カルビー健康保険組合 〒321-3231 栃木県宇都宮市清原工業団地 23-7

TEL 028-670-8119 FAX 028-670-8129 受付時間 平日 8:30～17:00

■ カルビー健保組合の健康診断

カルビー健保組合設立に伴い、40歳以上の被保険者については、個人負担なしで、人間ドックが受診できるようになりました。また、全ての被保険者が個人負担なしで、がん検診も受診できるようになりました。家族健診（特定健康診査）は被扶養配偶者の対象年齢を拡充しました。これらは、年度（4/1～翌年3/31）につき1回受診できます。被保険者の健康診断の実施時期については、勤務地等により異なりますので各会社からご連絡いたします。健康管理は、自身の健康状態をチェックすることから始まります。毎年の受診が病気の早期発見にもつながります。自分自身だけでなく、家族も含めて毎年受診しましょう。なお、任意継続被保険者およびその被扶養者（家族）についても、下記表の健康診断を受診できます。



● 被保険者（本人）

健康診断	年齢	主な検査内容	申し込み方法	費用負担		
				受診者	会社	健保
定期健康診断 (生活習慣病予防健診)	全年齢	医師診察、身体計測、視力検査、聴力検査、腹囲、血圧測定、胸部X線、心電図検査、胃部X線、便潜血、尿検査(3項目)、血液検査(16項目) ※法定健診項目は、下線部分と血液検査(9項目)、尿検査(2項目)です。 ※検査項目は、実施医療機関等により異なる場合があります。	所属の会社からの案内に従ってください。	なし	7,000円 (税別)	会社負担額を超えた分
人間ドック (日帰りのみ)	40歳以上 希望者 ※ S49.4.1以前の誕生日の方	医師診察、身体計測、視力検査、聴力検査、腹囲、血圧測定、胸部X線、心電図検査、胃部X線、便潜血、尿検査(4項目)、血液検査(26項目)、肺機能検査、眼底検査、眼圧検査、腹部エコー ※法定健診項目は、下線部分と血液検査(9項目)、尿検査(2項目)です。 ※検査項目は、実施医療機関により異なる場合があります。	定期健康診断の代わりに人間ドックを受診される方は、所属の会社からの案内に従い、事前に申し出を行ってください。委託業者より案内状を別途郵送しますので、案内に従い、予約・受診をしてください。			
乳がん検診	全年齢	マンモグラフィもしくはエコーどちらか一方	希望者は、各会社からの案内に従ってください。人間ドック受診を希望される方は、予約する際に申し出てください。	なし	なし	健保組合負担
子宮頸がん検診		子宮頸部細胞診				
前立腺がん検診		腫瘍マーカー(血液検査)				

● 被扶養配偶者および40～74歳の被扶養者（家族）

家族健診 (特定健康診査)	被扶養配偶者： (全年齢) 被扶養者： (40～74歳) ※被扶養者は S49.3.31以前の 誕生日の方	医師診察、身体計測、腹囲、血圧測定、尿検査(2項目)、血液検査(7項目)	対象者の方には、委託業者より案内状を別途郵送しますので、案内に従い、予約・受診をしてください。	なし	なし	健保組合負担
------------------	---	--------------------------------------	---	----	----	--------

<注意>

1. 受診日当日にカルビー健保組合の資格を有しない方は、受診できません。
2. 定期健康診断(生活習慣病予防健診)と人間ドック、または法定健診と人間ドックでの重複受診はできません。
3. 深夜業を除く特殊健康診断(有機溶剤や特化物など)は、問診や検査項目の違いから、人間ドックでの代用ができませんので、人間ドックの受診を希望される場合は、特殊健康診断(年2回)とは別に人間ドックを受診願います。
4. 健康診断およびがん検診については、カルビー健保組合に全ての健診結果が報告されます。また、定期健康診断の結果は法定健診項目を含め全項目を会社へ報告します。この取扱いにご同意いただけない場合は、法定健診項目のみ受診願います。なお、人間ドックについては、法定健診項目のみ会社へ報告します。
5. 被扶養者(家族)および任意継続被保険者の方については、健診結果を会社へ報告することはありません。
6. 人間ドックおよび家族健診は、指定医療機関の中から選択し予約してください。指定医療機関の一覧については案内状に同封させていただきます。
7. 人間ドックおよび家族健診については、ウェルネス・コミュニケーションズ(株)に業務委託しています。

■ 保険給付一覧

は申請が必要

	給付種別	こんなとき	給付概要	手続き	対象者
病気やケガのとき	療養の給付	保険証を提示して治療を受けたとき	<窓口負担割合> 小学校就学前: 2割負担 小学校就学後から69歳まで: 3割負担 70歳から74歳まで: 1割、または3割*負担 *高齢受給者証に記載	不要	本人・家族
	療養費	立替払いをしたとき(治療用器具等)		要	本人・家族
	高額療養費 合算高額療養費 多数該当高額療養費	高額な医療費を支払ったとき	自己負担限度額を超えた額 <自己負担限度額> 一般: 80,100円+(医療費-267,000円)×1% 上位*: 150,000円+(医療費-500,000円)×1% *上位とは報酬月額53万円以上 合算) 同一月内に、同一世帯で、医療費の負担額が21,000円以上のものが複数あり、合算した金額が自己負担限度額を超えた額 多数) 過去12カ月のうち3カ月以上高額療養費に該当した場合、自己負担限度額が減額	不要	(受診月の3カ月後に振込み) 本人・家族
	訪問看護療養費	在宅看護が必要なとき	基準額の7割 負担割合は「療養の給付」と同一	不要	本人・家族
	高額介護合算療養費	高額な医療費と介護費を支払ったとき	自己負担限度額(1年間)を超えた額	要	本人・家族
	入院時食事療養費	入院の際の食事	1食あたり260円を超えた額	不要	本人・家族
	移送費	歩行が困難で転院が必要なとき	基準額の範囲内の実費	要	本人・家族
出産	傷病手当金	治療のために会社を休んだとき	1日につき標準報酬日額の3分の2	要	本人のみ
	出産手当金	出産のために会社を休んだとき	1日につき標準報酬日額の3分の2	要	本人のみ
	出産育児一時金	出産したとき	1児につき42万円 産科医療補償制度未加入出産の場合39万円	要	本人・家族
	死亡	埋葬料(費)	死亡したとき	5万円	要

⚠ 保険給付を受けられる権利は2年間で時効となりますので、申請が必要な場合はご注意ください

※2 限度額適用認定証について

医療費の支払いが高額になる見込みの場合には、「限度額適用認定証申請書」を事前にカルビー健保組合まで申請してください。カルビー健保組合が発行する認定証を医療機関窓口へ提示することで、高額療養費が支給されたものとして、窓口での負担金額が軽減されます。



健康保険が使えないときの主な例

- ・業務中や通勤途中のケガや病気(労災保険を適用)
- ・美容を目的とする整形手術
- ・正常な妊娠、出産
- ・単なる疲労や倦怠感
- ・予防注射
- ・経済的理由による人工妊娠中絶手術

※例外的に健康保険が使える場合もあります。