



みなさまの心と体の健康づくりをお手伝い

愛歯国保だより

新たに
禁煙外来補助を
はじめました!!
詳細は **PS** へ



- ② 第129回組合会が開催されました
- ④ インフルエンザ予防接種補助金事業
- ⑤ 禁煙外来補助事業
- ⑥ 年1回の特定健診で健康チェック!
- ⑦ ご自宅近くのスギ薬局で特定保健指導が受けられます
- ⑧ ご協力ください 自家診療・他家診療
- ⑨ ジェネリック医薬品を賢く使いましょう
- ⑫ こんなときは保険証が使えません

組合会が開催されました



日頃より当国保組合の事業運営に関しまして、格別のご理解とご支援をいただき感謝申し上げます。
政府は「経済財政運営と改革の基本方針2022」(骨太の方針2022)を6月7日に閣議決定しました。
社会保障分野では、全世代型社会保障の構築に言及しており、後期高齢者医療制度の保険料賦課額の引き上げを含む保険料負担のあり方などを総合的に検討するべきだとしています。
また、令和6年度中を目途に保険者による保険証発行に選択制を導入し最終的にはマイナンバーカードの保険証利用へ原則一本化をめざす考えも明示されましたが、実現までには克服すべき課題も多いと推測されます。
新型コロナウイルス対策の中での医療提供体制の強化では国民へのマイナンバーカードの普及、オンライン資格確認システムにおけるネットワークの拡充などが盛り込まれ「こども家庭庁」の創設による体制強化、出産育児一時金の増額をはじめとする経済的負担軽減の議論などを進めるとしています。その他、「国民皆歯科健診」を検討する方針も盛り込まれました。
財務関連では、国保組合について「所得水準の高い国民健康保険組合に対する定率補助を廃止することも検討すべき」と主張されています。

国保組合の国庫補助をめぐっては負担能力に応じた負担とするため、定率32%補助を5年間で段階的に引き下げ、13%32%の11区分とした見直しを2年度に終了したばかりにもかかわらず、再度の見直しが提言されています。これについては、今後もしっかりと注視していかなければなりません。

厚生労働省による令和3年度の国保実態調査報告の速報値では、国保組合は270万5,000人で対前年度比1万5,000人、0.6%減となっています。厚労省は被保険者数の減少について、日本全体の人口減少と定年延長などにより高齢者の社会進出が進んだことが要因としています。

このような状況下において、国庫補助の問題、後期高齢者支援金などの負担金への対応、少子高齢化の問題、超高額薬剤の保険適用や医療技術の高度化による医療費の増加、被保険者確保などを見据えた事業運営が、今後ますます重要となってきます。

さらには、特定健診・特定保健指導の実施率の向上、第三期データヘルス計画の策定など一体系した医療費の適正化、医療保険者等における情報連携の円滑化への対応などにも取り組んでいかなければなりません。

歯科医師とその従業員、家族による相互共済の理念に基づき、将来的にも持続可能な運営となるよう、皆様におかれましては健康の維持増進に努めていただくとともに、今後より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

理事長 小川 直孝



次の各議案が
慎重審議の結果、原案通り
承認可決されました

第1号議案

令和3年度愛知県歯科医師国民健康保険組合歳入歳出決算の承認を求める件
併せて財産目録および備品目録の承認を求める件

第2号議案

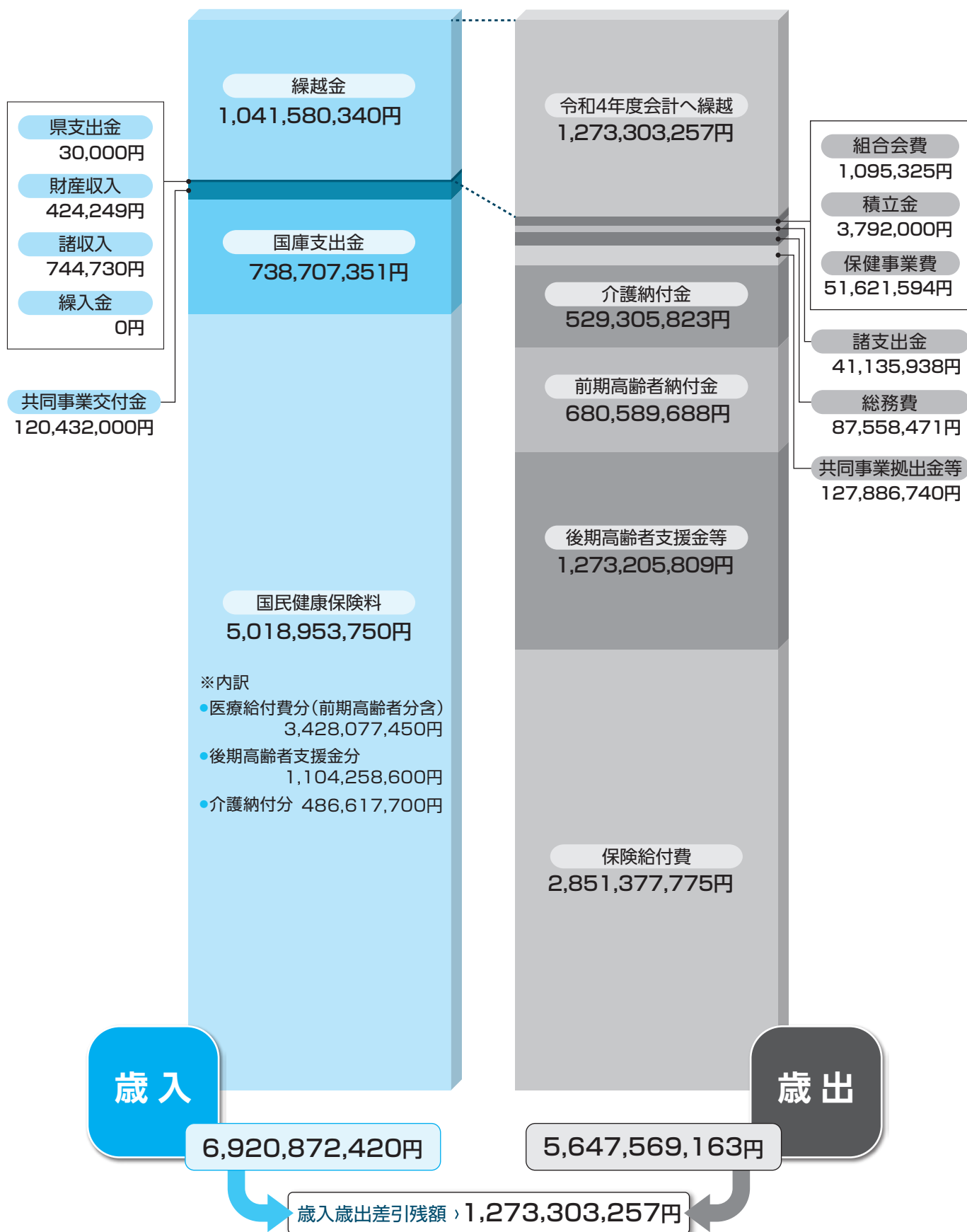
令和3年度愛知県歯科医師国民健康保険組合歳入歳出決算剰余金の処分(案)に関する件

令和3年度
こんな事業を実施しました

- 特定健診および保健指導…………… 3,627名
- 健康診断入問ドック受診者補助…………… 1,392名
- 歯科医師国保健診補助…………… 3,333名
- B型肝炎受診者補助…………… 33名
- 契約保養施設の利用…………… 214名

令和3年度 歳入歳出決算

(単年度収支額 ▶ 231,722,917円)



禁煙外来補助事業が はじまりました

禁煙治療外来を受診し、最後まで治療を終了した方を対象に、治療費用の一部を補助します。
実施要領は下記のとおりです。内容をご確認のうえ、申請してください。

内 容

医療機関禁煙外来診療費の一部負担金の2分の1を支給します。
(上限10,000円)



対 象

- ① 正組合員本人、準組合員本人、家族加入で区分が歯科医師
- ② ニコチン依存症と診断され禁煙治療が保険適用となった方
- ③ 初診時点から最後まで継続して加入している方
- ④ 過去に歯科医師国保から禁煙外来治療補助を受けたことが無い方

上記すべての条件を満たす方

申請方法

- 申請書
- 領収書のコピー
- 禁煙外来終了証明書(写)
(医療機関発行のものに限る) など

上記がない場合には、証明欄に「医師の証明」が必要となります
※ 証明にかかった文書料等は、補助の対象外となります。
予めご了承ください。

禁煙外来で保険適用になるのは以下の方です

- ① ただちに禁煙しようと考えている方
- ② ニコチン依存症のスクリーニングテスト*で ☒ が5つ以上 [下記参照](#)
- ③ 35歳以上のみブリンクマン指数(1日の喫煙本数 × 禁煙年数) 200以上
- ④ 禁煙治療を受けることを文書で同意している

過去に禁煙外来の
保険診療を受けてから
1年経過していないと
自由診療になります。

*ニコチン依存度 スクリーニングテスト

10問中 ☒ が5つ以上は「ニコチン依存症」と診断		
問 1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまうことがありましたか?	☒
問 2	禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか?	☒
問 3	禁煙や本数を減らそうとしたときに、たばこがほしくてたまらないことがありましたか?	☒
問 4	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、次のどれかがありましたか? 【イライラ・神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加】	☒
問 5	問4 でうかがった症状を消すために、またたばこを吸い始めることがありましたか?	☒
問 6	重い病気にかかったときに、たばこはよくないとわかっているのに、吸うことがありましたか?	☒
問 7	たばこのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか?	☒
問 8	たばこのために自分に精神的問題*が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか? ※禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抗うつなどの症状がでたりしている場合。	☒
問 9	自分は、たばこに依存していると感じることはありましたか?	☒
問 10	たばこが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度ありましたか?	☒



令和 4年度 インフルエンザ予防接種 補助金事業 をご利用ください

正組合員本人・準組合員本人を対象に健康保持推進と医療費適正化のためインフルエンザ予防接種費用の一部を補助します。
実施要領をご確認のうえ、申請をお願いいたします。
※今年度より申請期間が変わりました。

- ### 補助内容
- ① 対象者 正組合員本人および準組合員本人
※ご家族の方は対象外です。
 - ② 補助金額 1,000円(1人実施期間内1回に限る)
 - ③ 接種期間 令和4年10月1日～令和5年2月末日
 - ④ 申請期間 令和4年11月1日～令和5年3月31日到着分迄
 - ⑤ 申請方法 インフルエンザ予防接種補助金支給申請書・領収書(コピー可)を医院ごとに取りまとめてご申請下さい。
 - ⑥ 支給方法 書類等を審査し支給決定後、翌月までに、ご指定の預金口座に振り込みいたします。



申請するときは ここに注意!



領収書は下記 ①～⑥ の記入が必要です。

- | | |
|-----------|---|
| ① 被接種者の氏名 | ⑤ 医療機関印(領収印) |
| ② 接種年月日 | ⑥ 領収書の但し書きには必ず
インフルエンザ予防接種代と
(予防接種代、ワクチン代は不可) |
| ③ 接種費用 | 明記されていること。 |
| ④ 医療機関名 | |



※添付書類は領収書以外認められません。(接種済証明書は不可)
※領収書名は被接種者の個人名をお願いします。(歯科医院名は不可)
※ご家族の方は対象になりません。

振込について

- 愛知県医療信用組合の口座への振込にご協力をお願いいたします。
- 愛知県医療信用組合以外の金融機関に振込を希望される場合は、補助金額から振込手数料を差し引いて振り込みます。
- 愛知県医療信用組合に口座をお持ちでない先生は、口座を開設くださいますようご協力をお願いいたします。

ご自宅近くのスギ薬局で
“特定保健指導”が受けられます。



参加費
0円

管理栄養士と一緒に 健康なカラダを目指しませんか？

スギ薬局の特定保健指導

特定保健指導とは、生活習慣を改善する約3ヵ月間の支援プログラムです。スギ薬局管理栄養士が全力でサポートします！
ぜひ、お気軽にお申し込み下さい。



参加者特典
約3,000円相当!!
初回健康相談でもらえます♪



※写真は一例です。初回健康相談時にお好きな商品を1つお選びいただけます。

プログラムの流れ



ご希望のスギ薬局店舗にて
カラダ改善プランと一緒に立てます

- 自宅、会社近くの店舗利用
- 平日及び土日祝日も実施可能
※実施は店舗営業時間に準ずる



カラダ改善に向けて
気になることを確認できます

〈様々なサポート体制〉



取り組み内容の振り返りを
実施します

- 支援終了後も店舗にて気軽に相談
- 各種測定機器を継続して利用可能
※測定機器は一部の店舗のみ利用可能



スギ薬局 健康相談場所は
店舗により、実施場所が異なります。

- | ゆったり指導タイプ | 気軽に指導タイプ |
|--------------|---------------|
| A コミュニティスペース | C 調剤カウンター・待合室 |
| B 旧調剤室個室・待合室 | D 店舗フロア |

問い合わせ先

特定保健指導の制度に関する問い合わせ先
愛知県歯科医師国民健康保険組合(担当)
TEL 052-962-9539
〈受付時間〉9:00～17:00(平日のみ)

本プログラムに関する問い合わせ先
スギ薬局 特定保健指導(担当)
TEL 0562-45-2723
〈受付時間〉10:00～18:00(平日・土日祝含む)

※店舗に直接お問い合わせいただいても、担当スタッフが不在のため対応いたしかねます。ご不明点は上記番号にお問い合わせください。

生活習慣病改善のチャンス!

年1回の特定健診で健康チェック!

食べすぎや運動不足などの生活習慣が積み重なって起こる、メタボリックシンドローム(通称メタボ)。特定健診・特定保健指導は、その予防や早期発見・早期治療のため、毎年1回行われており、40歳以上の被保険者の方は全員、受けることになっています。年に1回は必ず受診しましょう。



今年度中に40歳から75歳になられる方には、**6月に特定健診の受診券を送付**しました。受診の際には受診券が必要となりますので、**必ずご持参ください。**

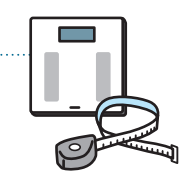
※今年度中に40歳から75歳になられる方が、当組合の指定医療機関にて人間ドックや歯科医師国保健診を受診される場合にも、**特定健診の受診券をご持参ください。**



油断は禁物!!
先延ばしに
しないで。

○持病で通院し、検査を受けているから

健康診断では全身の状態をチェックできます。通院中の方も必ず健康診断を受けてください。
※健診を受けるときに、通院中であることを伝えてください。



○気になる症状があれば病院に行くから

血液や血管の状態は、自分ではわかりません。メタボや生活習慣病を見つけるには、健康診断が最も有効な手段です。

○忙しくて予定が立てられないから

基本的な健診なら半日程度ですみます。病気が悪化し、長期間入院しなければならないとなったら、本末転倒です。

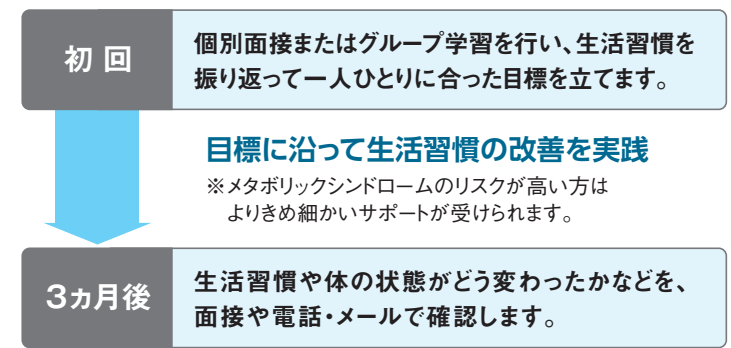
今年度まだ健診を受けていない方は、忘れず健診を受けて、
生活習慣病の芽を早めにつとりましょう。

対象者は
無料で
受けられます!

特定健診の結果、対象となった方は

特定保健指導を受けましょう!!

メタボリックシンドロームのリスクが高いと判定された方には、案内をお送りします。
特定保健指導を実施している契約医療機関等で受けてください。



特定保健指導は
脱メタボのチャンス!
あなたの**健康づくり**を
応援します!



※特定健診・特定保健指導を、当組合と契約している東海四県(愛知・岐阜・三重・静岡)の医療機関で受診した場合は、費用負担はありません。

新しく「スギ薬局の特定保健指導」が受けられるようになりました! 詳しくは左のページをご覧ください。

ジェネリック医薬品を賢く使いましょう

ジェネリックは、新薬(先発医薬品)と有効成分や効能が同等なのに、新薬よりも価格が安いお薬です。いつものお薬をジェネリックにすれば、みなさんが負担するお薬代が節約できます。

処方せんを見ればジェネリックに変更できるのかわかるの？

処方せんには変更不可の欄があります。そこに「✓」や「×」がないかを確認してください。何も記入されていない場合はジェネリックに替えることができます。

変更不可の欄に「✓」や「×」がない場合は、ジェネリック医薬品に変更できます。

一般名(有効成分名)処方の場合、ジェネリック医薬品を選択できます。

変更不可	処方	処方せん
個々の処方薬について先発医薬品(ジェネリック医薬品)への変更に差し支えがあると判断した場合には、「変更不可欄」に「✓」又は「×」を記載し、「保険医署名」欄に署名又は記名・押印すること。	1. ○○○○○○錠 50mg 1錠 1日1回 朝食後 7日分	
	2. 【般】△△△△△錠 20mg 2錠 1日1回 朝食後 7日分	

パソコンやスマホから差額が確認できます

JGA(日本ジェネリック医薬品製薬協会)のホームページ
<https://www.jga.gr.jp/>

使い方

- JGAのホームページから「かんたん差額計算」をクリックして、処方されたお薬の名前(製品名)を入力して「検索」する。
- お薬を確認したら1日の服用数と処方日数を入力して「計算ボタン」をクリックすると差額が表示されます。

「はしご受診」していませんか？

「なんとなく医師と合わない」「もっとよい治療があるはずだ」などの理由で、かかる病院を次々に変える「はしご受診」。同じ検査や処方薬がくり返されるため余計な医療費がかかります。病院を変える前に自分の行動を変えて、医療費も、時間も、効率よく使いましょう。

はしご受診のムダ①

余計な医療費がかかります

はしご受診をすると、その都度、初診の患者として対応されます。診断の材料もないため一から検査が行われ、結果として同じような薬が処方されることになります。

はしご受診のムダ②

治療の開始が遅くなります

初診の繰り返しは、なかなか本格的な治療につながらず、病気が悪化してしまうことがあります。

本来ならば、不要な医療費です！

1回目 (A病院) 初診料 2,880円 ▶ 検査料 ▶ 薬剤費

2回目 (B病院) 初診料 2,880円 ▶ 検査料 ▶ 薬剤費

3回目 (C病院) 初診料 2,880円 ▶ 検査料 ▶ 薬剤費

いつまでも治療開始に至りません！

1回目 (A病院) 初診 ▶ 再診 紹介状 ▶ 診断 ▶ 治療開始

2回目 (B病院) 初診 ▶ 再診 紹介状 ▶ 診断 ▶ 治療開始

3回目 (C病院) 初診 ▶ 再診 紹介状 ▶ 診断 ▶ 治療開始

自家診療 他家診療

ご協力ください

当組合は歯科医師国保という特殊性から、
歯科医療費の保険請求の自粛をお願いしております。

ご不明な点は当組合までおたずねください。

ココに注意！

- 1 自院での診療はすべて**不可**です。
- 2 他院の正組合員やその家族を診療した場合も「**歯冠修復および欠損補綴**」欄につきましては**不可**です。
- 3 他院の準組合員およびその家族についてはすべての診療が**可**です。
- 4 他院の正組合員およびその家族については**歯冠修復および欠損補綴以外**の診療は**可**です。

被保険者に対する 給付範囲	自院での診療 (自家診療)	他院での診療 (他家診療)
正 組 合 員	×	歯冠修復および欠損補綴は不可※
正 組 合 員 の 家 族	×	歯冠修復および欠損補綴は不可※
準 組 合 員	×	○
準 組 合 員 の 家 族	×	○

※但し窩洞形成・充填・充填材料については可です。

9

8

カードリーダーが設置されている医療機関・薬局では マイナンバーカードを 健康保険証として利用できます

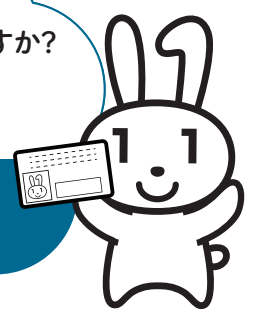
現在お手持ちの健康保険証も、引き続きご利用できます。

医療機関や薬局でマイナンバーカードを健康保険証として使えるようになりました。マイナンバーカードをキー※にして医療保険の資格確認が行われます。マイナンバーカードに変更や誤りがある場合は、当組合にお申し出ください。

※マイナンバーカードのICチップ中の電子証明書を使うため、マイナンバーの12ケタの数字自体は使用されません。また、ご自身の診療情報がマイナンバーに紐づけられることはありません。

マイナンバーカードはお持ちですか？
健康保険証として使える
医療機関が増えています！

お手持ちのマイナンバーを
もう一度ご確認ください。



健康保険証として利用するにはマイナポータルでの事前登録が必要です。

マイナポータルとは

政府が運営するオンラインサービスです。子育てや介護をはじめとする行政手続きがワンストップでできたり、ネットバンキング(ペイジー)やクレジットカードでの公金決済ができたりします。また、行政機関等が持っている特定個人情報や行政機関からのお知らせも確認できます。

マイナポータルは
こちらから



マイナンバーカードを健康保険証として利用すると こんなメリットがあります！



ずっと使える！

就職・転職・引っ越しをしても、健康保険証としてずっと使える

薬の情報を共有

初めての医療機関でも同意をすれば今まで使用した薬の情報を医師と共有できる



健康管理に

マイナポータルで特定健診や薬剤、医療費の情報がみられる

確定申告に

マイナポータルを通じた医療費情報の自動入力で確定申告の医療費控除が簡単にできる



書類の持参なし

限度額適用認定証の書類を持参しなくても限度額以上の支払いが免除される



詳しくはこちらをみてね！

マイナンバーカードの詳細は、[マイナンバーカード総合サイト](https://www.kojinbango-card.go.jp) <https://www.kojinbango-card.go.jp> をご覧ください

クイズ正解者の中から、抽選で当たる！ プレゼントキャンペーン

クイズに答えて「QUOカード」を当てよう！



前号(No.17)の正解者にはQUOカードを発送いたしました！！

愛歯国保クイズ



本誌をよく読んで次の①～③の空欄を埋めてください。

①禁煙治療外来を受診し、最後まで治療を終了した方を対象に、治療費用の一部を補助する●●●●補助事業が新たにはじまりました。 [① ヒント…5ページ](#)

②食べすぎや運動不足などの生活習慣病が積み重なって起こる●●●●●●●●●●(通称メタボ)。 [② ヒント…6ページ](#)

③「なんとなく医師と合わない」「もっとよい治療があるはずだ」などの理由で、かかる病院を次々に変えることを●●●●受診といいます。 [③ ヒント…9ページ](#)

その他、愛歯国保だよりに関するご意見・ご感想などをお聞かせください。

応募方法

ハガキに下記を明記のうえ、愛歯国保宛にお送りください。

●送り先：〒460-0002 名古屋市中区丸の内3丁目5-18

●締切日：令和4年11月15日(火)必着

※当選者の発表は、賞品の発送をもって替えさせていただきます。

※応募ハガキにご記入いただいた個人情報は、賞品の発送以外の目的には使用いたしません。

賞品

クイズ全問正解者の中から、抽選で10名様に「QUOカード」を差し上げます。

解答
①
②
③
ご意見・ご感想
保険証記号番号
氏名
住所
電話番号

記入例▶

愛知県歯科医師国保組合の

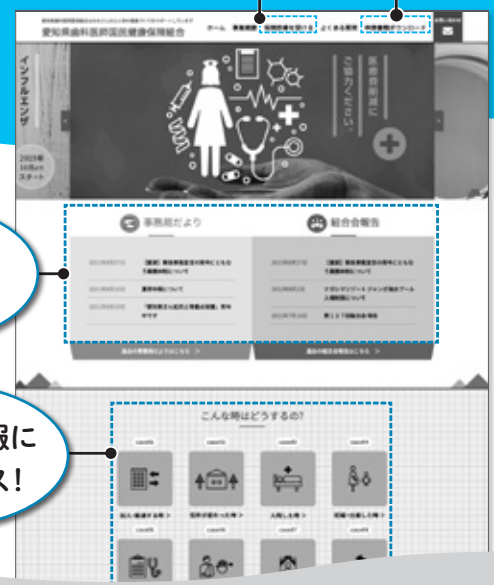
ホームページを ご活用ください

医療の受け方
給付については
こちらから

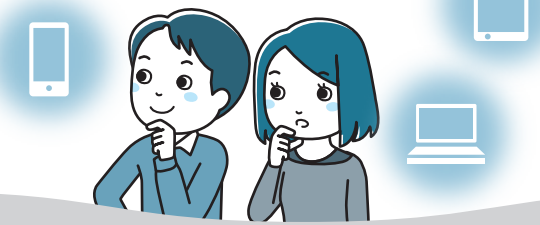
各種届出・申請書の
ダウンロードは
こちらから

最新情報は
こちらから

知りたい情報に
すぐアクセス！



パソコンやスマホから、いつでも国民健康保険の情報をチェックできます。資格取得・喪失届等、各種申請書のダウンロードなど役立つコンテンツもたくさん！ぜひ、ご活用ください。



愛知県歯科医師国保 [検索](#)

<https://aishik.jp/>



引き続き新型コロナウイルス感染防止の観点から、できる限り来館をお控えいただき、郵送でのお手続きにご協力をお願い申し上げます。また、各種申請書類はホームページからダウンロードが可能です。

保険証が使えません

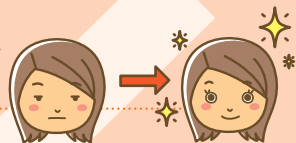


保険証が使えるのは、治療の必要が認められる状態のときです。
次のような場合は保険証が使えませんのでご注意ください。



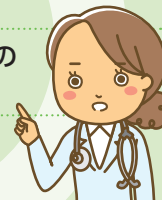
保険証が**使えない**場合

- 仕事や日常生活にさしさわりのない
ソバカス、アザ、ニキビ、ホクロ、わきが など
- 回復の見込みがない
近視、遠視、乱視、斜視、
色盲 など
- 美容のための整形手術
- 身体の機能にさしさわりのない先天性疾患
- 予防注射や予防内服
- 健康診断、生活習慣病検査、
人間ドック
- 正常な妊娠、出産
- 経済的理由による人工妊娠中絶



保険証が**使える**場合

- 治療を必要とする症状があるもの
- 視力に変調があって診てもらったときの
診察、検査、眼鏡の処方箋
- ケガの処置のための整形手術
- 美容のためでなく、社会通念上治療の
必要があると認められるもの
- 感染している可能性がある場合の
破傷風の予防注射 など
- 検査の結果、医師が必要と
認めた場合の治療
- 妊娠高血圧症候群、異常出産など、
治療する必要があるもの
- 経済的理由による場合以外の
母体保護法に基づく人工妊娠中絶



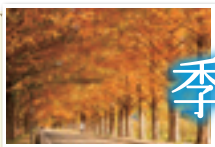
こんなときは保険証が使えますが

愛知県
歯科医師国保組合に

届け出が**必要**です

- 交通事故にあった
- 他人の飼い犬などに
かまれた
- 看板などが倒れて
ケガをした
- 他人から暴力を受けた
- 外食で食中毒になった

第三者の行為によって病気やケガをした場合も、国民健康保険で治療を受けることはできますが、その治療費は加害者が負担すべきものです。愛知県歯科医師国保組合は治療費を一時的に立て替え、負担した分をあとから加害者に請求します。
このような場合は、必ず「第三者行為による被害届」を愛知県歯科医師国保組合に提出してください。また、示談をする場合は必ず愛知県歯科医師国保組合にご相談ください。



季節の1枚

＜滋賀県高島市 マキノ高原＞

マキノ高原へと続く、延長約2.4kmの並木道。まっすぐに延びる道の両側には、約500本のメタセコイヤが見事に並び、遠景となる山々と調和する景観美は「新・日本街路樹100景」にも選ばれました。秋には黄色からレンガ色へと染まる紅葉が、訪れる人々を魅了します。

