

私たちのこくほ

# 健康の広場



## 新年のご挨拶

山形県建設国民健康保険組合  
山形市北町三丁目1番7号  
TEL 023 (666) 7727  
FAX 023 (681) 6607  
HP <http://yamaken-kokuho.or.jp/>  
E-mail [info@yamaken-kokuho.or.jp](mailto:info@yamaken-kokuho.or.jp)



新年あけましておめでとうございます。

組合員ならびに被保険者の皆様に於かれましては健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、皆様方には日頃より当建設国保事業運営につきまして、多大なるご理解とご協力を賜りましたことに厚く御礼を申し上げます。

はじめに、昨年地震被害を受けられた熊本、鳥取両県の方々そして台風被害を受けられた方々に心よりお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い復旧・復興を祈念いたします。

さて、私どもの医療保険制度は国民皆保険のもと、誰しもが安心して医療を受けることができるヨーロッパ諸国を除き他国に類のない制度です。私ども国保組合は、母体組合に加入する組合員により組織されており、連帯と相扶共済の精神に基づき、保険者の自立性確保のもと効率的な事業運営により保険者機能を発揮し、近年は健康増進・疾病予防の側面において大きな役割を果たしてまいりました。

今後の医療制度をめぐる情勢は、平成27年5月に国民健康保険の見直し法案が一部改正され、今年から後期高齢者の保険料軽減特例の廃止に伴い所得によっては事実上の保険料アップになります。また、平成30年度から国民健康保険の改革による制度安定化をめざし新制度の円滑な実施・運営に向け、制度や運用の詳細に関する国と地方が協議を進めています。こうした中で当国保組合といたしましては、特定健診・特定保健指導をはじめ、さまざまな保健事業を行い皆様の健康増進にサポートしてまいります。一方政府は社会保障費を抑制しようとしています。増え続ける医療費の抑制がさらに重要な課題になると思います。当国保組合としても健康診断をはじめ健康増進活動やジェネリック医薬品の使用促進などをさらに図ってまいります。皆様におかれましても、健康意識を高めていただき日々の健康づくりにご協力くださいますようお願い申し上げるとともに、今後とも当国保組合の事業運営に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。

最後になりましたが、組合員ならびにご家族皆様のご健勝と本年が皆様にとって素晴らしい一年となりますよう心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

平成29年1月1日

山形県建設国民健康保険組合

理事長

佐藤 四男





## マイナンバーの 収集・取得に関するお知らせ

平成29年1月1日現在組合員及びすべての被保険者の方々については、マイナンバーがすでに取得されていますので、新たなお手続きは必要ありません。

平成29年7月の情報連携に伴い、新規で母体組合に加入して建設国保の被保険者になられる方はご本人確認のために住基ネットの中間サーバーに照会します。住基ネット回答後の登録となりますので保険証の発行が遅くなることが想定されます。ご協力とご理解をお願いいたします。

なお、住所や名前の変更などありましたら早めに届出をお願いいたします。  
学生等で組合員と異なる住所に住民票を異動している方については学生用の  
(学)証の交付申請書) のご提出をお願いします。

### 当国保組合でのマイナンバー収集・取得方法について

#### 法律に基づき、『住基ネット』からマイナンバーを取得いたします

平成28年1月以降、当国保組合の一部の手続きに関して、個人番号記入欄のある新様式を用いてマイナンバーの提出をご協力いただいておりますが、今後、現在加入している組合員及び被保険者すべての方々のマイナンバーの収集が必要となります。

当国保組合では、みなさまのマイナンバー収集における事務作業等の負担をできる限り軽減できるように、法律に基づく※収集方法として「住民基本台帳ネットワークシステム(住基ネット)」から電子データでみなさまのマイナンバーを取得させていただく予定です。

なお、住基ネットから取得するため、本人確認は不要になる予定です。  
マイナンバーを含むみなさまの大切な個人情報(特定個人情報)の取り扱いにつきましては、万全を期して取り扱ってまいります。

組合員のみなさまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

※番号法(行政手続きにおける特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律)  
第9条及び第14条大1項、住民基本台帳法第30条の9を参照

マイナンバーは  
こんなときに  
利用します

- 被保険者の住所地や世帯構成などの確認
- 高額療養費などの各種給付の手続き
- 資格取得・喪失時の給付調整など



# 建設国保と厚生年金のセットで社会保険に加入することは国土交通省が認めています！

## 社会保険とは・・・



社会保険とは、以下の3保険を指します。

法人事業所及び、常時5人以上の従業員がいる個人事業所は、加入の対象になります。

**協会けんぽまたは建設国保** + **厚生年金** + **労災・雇用保険**

## 建設国保に加入している事業所の対応

建設国保に加入している場合は、協会けんぽに移行することなく、以下の通り厚生年金と労災・雇用保険とセットで社会保険に加入することができます。

**建設国保**

+

**厚生年金**

+

**労災・雇用保険**

建設国保では法人事業所の事業主様に、従業員名が記載されている「適用除外事業所の資格証明書」を発行しています。

元請への提出や入札時にご利用ください。

各組合に申請してください。



「建設国保」と「厚生年金」セットで社会保険に加入することは、国土交通省「建設業に係る協会けんぽへの加入と国民健康保険組合への加入について」(国交省発 平成24年7月30日付)に「適法」と記されています。

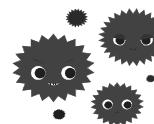
しかし、元請や上位企業の指導では、健保適用除外により建設国保に加入している仲間に對し、「建設国保は社会保険未適用である」との誤った認識により、協会けんぽへの加入指導が行われている事例があります。

# インフルエンザを予防しましょう！

インフルエンザは、いったん流行が始まると、感染力が強く短期間で拡大し、一般的なかぜと違い重症化しやすく、肺炎などを合併して死に至ることもあります。正しい予防法を実践することが大切です。



## 風邪とインフルエンザの違いについて



	風邪	インフルエンザ
症 状	鼻水やのどの痛みなどの局所症状。	38°C以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状。
流行の時期	一年を通じ風邪をひくことがあります。	1月～2月に流行のピーク。ただし、4月、5月まで散発的に流行することもあります。



## インフルエンザがうつらないようにするには？



①飛沫感染、接触感染といった感染経路を断つことが大事です。

- ・外出時は、手洗い・うがいを心がけましょう。
- ・インフルエンザが流行してきたら、適時 マスクを着用。
- ・アルコールを含んだ消毒薬で手を消毒することも効果的です。

②普段からの健康管理も重要です。栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておきましょう。

③予防接種

- ・予防接種は発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。
- ・ワクチンの効果が持続する期間は、一般的には5ヶ月間。
- ・流行するウイルスの型も変わるので、毎年、定期的に接種することが望されます。



## どんな症状がでたら医療機関へ行けばいいの？

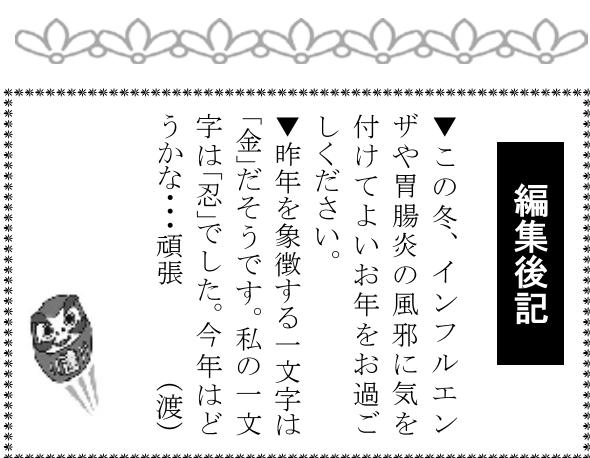


比較的急速に38°C以上の発熱があり、咳やのどの痛み、全身の倦怠感を伴う場合はインフルエンザに感染している可能性があります。こういった症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

お年寄りやお子さん、妊婦さん、持病のある方（慢性閉塞性肺疾患・喘息・慢性心疾患・糖尿病など）そして、下記のような重症化のサインがみられる場合は、すぐに医療機関を受診してください。

## 重症化のサイン

- 呼吸困難、または息切れがある
- 胸の痛みが続いている
- 嘔吐や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた



編集後記

▼この冬、インフルエンザや胃腸炎の風邪に気を付けてよいお年をお過ごしください。  
〔金〕だそうです。私の一文字は「金」だそうですが、「金」字は「忍」でした。今年はどうかな…頑張（渡）