

健保 だより

秋

2022



令和3年度決算のお知らせ	2	SDGs×健康 アルコール編	8
加熱式タバコもやめて健康王者	4	ネットワーク検診をご存じですか 等	9
健保の禁煙支援プログラム	5	メンタルケア ココロが軽くなる	10
2022年度被扶養者特定健診	6	被扶養者資格認定基準見直し 等	11
健診クエスト 再検査・精密検査	7	接骨院で健康保険を使えるのはどんなとき	12

ブリヂストン健康保険組合

健康保険経常収入支出決算額

収入合計	203億5,900万円
支出合計	185億5,800万円
収入支出 差引額	18億100万円

収入

科目	令和3年度 決算額(百万円)	被保険者 1人当たり額(円)
健康保険収入	20,319	599,946
その他	40	1,181
収入合計	20,359	601,127

支出

科目	令和3年度 決算額(百万円)	被保険者 1人当たり額(円)
保険給付費	8,865	261,751
納付金	9,154	270,284
保健事業費	377	11,131
事務費	156	4,606
その他	6	177
支出合計	18,558	547,950

主な収入

■健康保険収入

被保険者のみなさまと事業主から納めていただいた保険料です。203億1,900万円となりました。

主な支出

■保険給付費

みなさまの医療費や各種給付金(出産、傷病等)のために支払った費用です。保険給付費は88億6,500万円となりました。

■納付金

高齢者医療制度等に拠出するための支出で91億5,400万円支出いたしました。

■保健事業費

みなさまの健康づくりを支援するための費用です。データヘルス計画に基づき、健診事業を中心に総額で3億7,700万円支出いたしました。

当健康保険組合の令和3年度決算が令和4年7月12日の組合会において可決されました。

決算のお知らせ



令和3年度決算概要

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた令和2年度に比べ、保険給付費の支出は増加したものの、令和1年度レベルの戻りとはならず、予算を下回る結果となりました。収入は、標準報酬の増加による保険料収入の増加と、各種補助金の微増により、黒字決算となりました。

保健事業実施状況

令和2年度は、新型コロナウイルスによる影響で健診事業が十分に実施できませんでしたでしたが、令和3年度は感染予防を徹底しながら、健診受診率向上に努めました。今年度も引き続き、事業強化を図ります。コロナ禍でも可能なりモートやWEBを利用した事業もさらに推進しますので、皆さんも積極的にご活用ください。

一般勘定

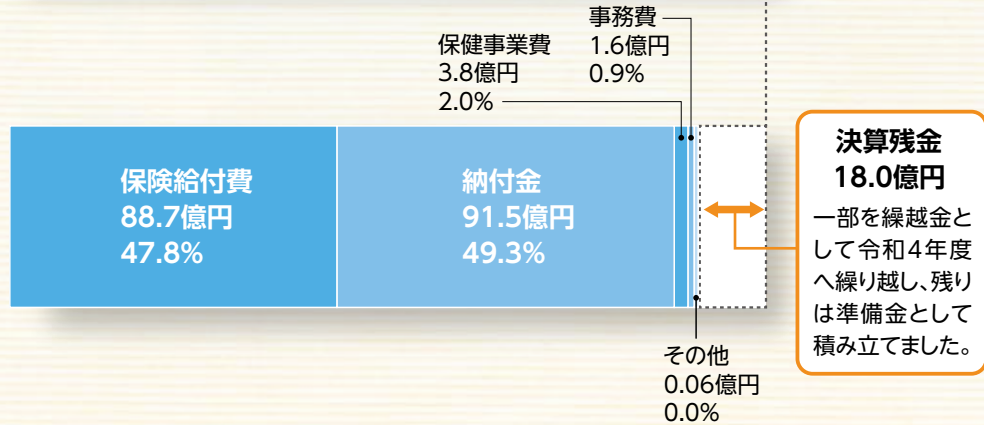
収入

203.6億円



支出

185.6億円



決算残金
18.0億円

一部を繰越金として令和4年度へ繰り越し、残りは準備金として積み立てました。

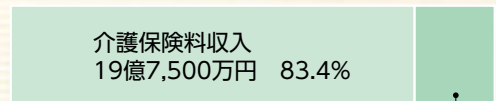
介護勘定

介護納付金の負担は年々増加しています。令和3年度は赤字分を準備金からの繰入と健康保険からの一時借入で、何とか収支をプラスとしました。今年度以降は、保険料率引き上げにより黒字を確保してまいります。

収入合計	23億6,700万円
支出合計	22億9,100万円
収入支出 差引額	7,500万円

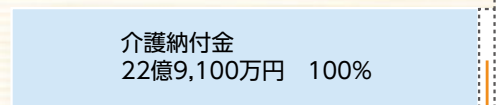
収入

23.7億円



支出

22.9億円



決算残金7,500万円は全額を準備金として積み立てました。

公示

事業所編入

株式会社プロスパイラ	令和4年7月1日付
株式会社アーケム	令和4年8月1日付

事業所名称変更

ブリヂストンエラストック株式会社 → 株式会社プロスパイラマニュファクチャリング	令和4年7月1日付
株式会社ブリヂストンエヌテック → 株式会社プロスパイラエヌテック	令和4年7月1日付
ブリヂストンケミテック株式会社 → アーケムフォーミングジャパン株式会社	令和4年8月1日付
ブリヂストン化成品株式会社 → アーケムビジネスジャパン株式会社	令和4年8月1日付



厚生局監査受審のお知らせ

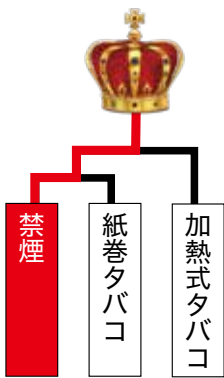
- 監査日時：令和4年5月18日 9:30-17:30
- 内 容：会計・財務・庶務の確認の他、事務所内視察を含む前回監査指摘事項の改善状況確認
- 指摘事項：科目誤り等、各種処理における軽微な指摘計16項目。改善計画を厚生局に提出し、対応中。

加熱式タバコもやめて

健康王者

監修

大阪国際がんセンター
がん対策センター
疫学統計部 部長補佐
田淵 貴大



加熱式タバコが発売されて約10年。「煙が出ない」「有害性が低い」などの売り文句にだまされ、紙巻から加熱式タバコに切り替えたり、新たに吸い始めた人も多いのではないのでしょうか。しかし、加熱式タバコは発売されてから日も浅く、まだまだ健康への影響は明らかではありません。タバコを加熱式に切り替えるのではなく、すべてのタバコをやめるのがベスト。禁煙して、健康というトロフィーを獲得しましょう。

禁煙
グランプリ
2022

加熱式タバコには有害物質が含まれていて、安全ではないからね！

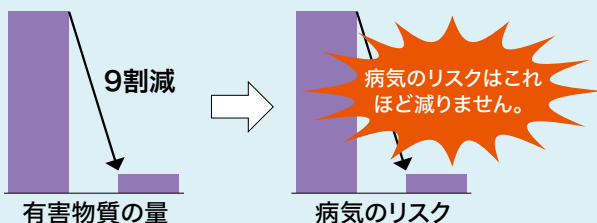
違うよ

安全で受動喫煙の心配もないとか

…加熱式タバコ？

最近流行りのタバコってなんて言うんだっけ？

仮に有害物質が9割減ったとしても…

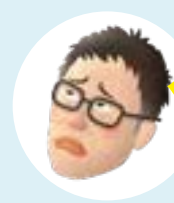


※実際には有害物質は9割も減っていません。

※切り替えられる人はやめることでもできる人です。



禁煙しよう!



じゃあ何を吸えば…

加熱式タバコは、紙巻タバコに比べて有害物質が少ないと言われていますが、発がん性物質をはじめ、多くの有害物質が含まれています。一部の有害物質の量は減っても、病気のリスクが減らせるとは考えられていません。喫煙者が吐き出す有害物質が含まれたエアロゾルを吸わせることで、周囲の人への受動喫煙の害も発生します。また、電子タバコと呼ばれるリキッド（液体）を加熱するタイプも、安全性に問題があります。米国においては肺炎などの健康被害症例が多く発生し、使用を控えるよう推奨されています。

禁煙外来で タバコから 卒業しよう

健康のためには、紙巻も加熱式も電子も使用しないことが一番です。

「紙巻よりは健康に良さそう」と加熱式に切り替えたのであれば、さらにもう一歩進んで禁煙に挑戦してみてください。どうか。加熱式タバコを吸っている人も、禁煙治療を受けることができます。加熱式タバコを吸っている人は、紙巻の人よりもニコチン依存から比較的抜け出しやすい状況かもしれません。

禁煙外来では喫煙歴や心身の状態などに合わせて、適切な薬・専門的なアドバイスをもらうことができます。治療期間は12週間で、計5回の診察を受けます。悩んでいる人はぜひ、お近くの禁煙外来を受診してみてください。

*禁煙補助薬「チャンピックス錠」の出荷停止に伴い、禁煙外来の新規受付を停止している場合があります。ニコチンパッチ等での禁煙外来を行っている場合もありますので、事前にホームページ等をチェックしてください。

そんなあなたは
ニコチン依存症!?

タバコが
どうしても
吸いたい…

自力で禁煙に挑戦してみたけれど失敗した。そんな悩みを多くの喫煙者から聞きます。やめられないのは自分の意思が弱いからと思いがちですが、実は治療が必要とされるニコチン依存症という病気です。タバコを吸わないと不快感を覚えるようになってしまい、快感を得ようとタバコを吸うという悪循環に陥っているのです。

1 治療の際に使用する禁煙補助薬には、以下のものがあります

ニコチンパッチ
1日1回貼り付けて、血中のニコチン濃度を一定に保つことで喫煙欲求を抑えます。

飲み薬 (チャンピックス錠)
禁煙時の離脱症状を軽くし、喫煙時の満足感も抑えます。

※現在、禁煙補助薬「チャンピックス」は出荷停止中です。

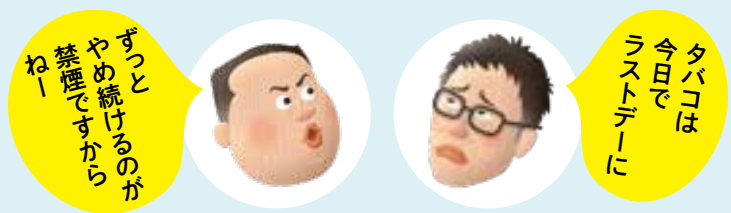
2 ブリヂストン健保の禁煙支援プログラム



ブリヂストン健康保険組合は禁煙を応援します

概要	こんな方向け…	自己負担	成功率(BS実績)	
3日間の禁煙体験 ノンスモ禁煙プログラム	ニコチンガムを使用して禁煙体験	禁煙に1歩踏み出したい方	無料	12.6% 2021年プログラム終了後1か月の禁煙継続率
仲間や家族の応援あり! 自力で卒煙プログラム	サポーターの応援とマンガを読んで禁煙	何となく吸っている方 誰かと一緒に辞めたい方	無料	14.3% 2021年3か月プログラム終了時の禁煙継続率
病院探し・受診不要! スマホで卒煙プログラム	スマホで禁煙外来を受け、禁煙補助薬で楽に禁煙	朝一たばこを吸う方 今まで禁煙に失敗した方	18,150円	80.0% 2020年以降プログラム終了時の禁煙継続率

・スマホで卒煙プログラムでは、禁煙補助薬「ニコチンパッチ」を用いた治療を行っています。医師が処方するため、市販のものよりもニコチン濃度が高いもので治療が可能です。
・これらのプログラム以外に、医療機関等で禁煙外来を受ける方法もあります。医療機関等で禁煙外来を利用された場合は、健康保険の適用になりますので、治療費の3割(15,000円~19,000円程度)の自己負担で受診することができます。
※成功率(BS実績)は集計時点によって変動しますので、参考値となります。



2022年度 特定健康診査 ご予約・受診はお早めに!!

被扶養者
任意継続者
向け

特定健診
ってなに?



生活習慣病（糖尿病、高血圧症、脂質異常症）になるリスクの高い「内臓脂肪型症候群（メタボリックシンドローム）」に着目した「国が定めた」「1年に1回」の健診です。受診対象の方には、今年5月に被保険者様の住所宛てに「特定健診のご案内」と「特定健診受診券」をお送りしています。初期の生活習慣病は自覚症状がないことがほとんどです。「時間がない」「元気だから大丈夫」などと考えず、必ず受診してください。



対象	以下の①②両方の条件を満たす方 ① 受診時にブリヂストン健康保険組合の加入者であること（被扶養者・任意継続者） ② 2023年3月31日時点の年齢が40歳～74歳であること
期間	特定健診受診券到着後～2023年3月末まで <small>※受診する医療機関により受診期間は異なります。</small>
場所	お送りした「特定健診のご案内」に同封の全国の指定医療機関あるいは指定健診機関
費用	無料
項目	医師の問診・診察、身体計測、血圧測定、尿検査（尿蛋白・尿糖）、血液検査（脂質代謝・肝機能・糖代謝）

パート先等で
受診した方

特定健診の受診は不要です。以下3点を健康保険組合まで送付ください。

① 未使用受診券 ② 健診結果コピー ③ 記入済み問診票

- ◆ 健診結果を未送付の場合は「特定健診未受診者」としてリストアップされ、特定健診受診勧奨のご案内が届きます。
- ◆ パート先で受診した健診の項目が特定健診の項目を満たしていない場合は、特定健診を改めて受診頂く必要がございます。

- 健診内容の詳細や申込方法は、お送りした「特定健診のご案内」をご覧ください。
- 「特定健診のご案内」を紛失された方は、ブリヂストン健康保険組合「特定健診担当」までご連絡ください。再送の手配をいたします。
連絡先：madoguchi.kenpo@bridgestone.com

(株)ブリヂストン・各ブリヂストングループ会社の女性被扶養者限定!

特定健診の受診方法が選べます♪

今までと変わらず! **医療機関**で受診

集合契約健診

特徴

- ・家の近くの医療機関で受診
- ・昨年と同じ場所^(※1)で受けられる



※1 昨年と受診医療機関が異なっている場合があります。お送りした「特定健診のご案内」をご確認ください。

素敵な**ホテル等**で受診

巡回レディース健診

特徴

- ・受診会場は病院ではなく
市民会館、ホテルなど
- ・受診者は女性のみ
- ・希望者は同時にがん検診が受けられる^(※2)



※2 がん検診を受診された場合は、窓口で一旦費用を全額支払っていただき、後日、健保の費用補助申請をご利用ください。

※注意：集合契約健診と巡回レディース健診は、申込方法や締切日、持ち物が異なります。
お送りした「特定健診のご案内」をご確認ください。

コロナ禍での生活の変化でメタボの危機の中にある今、元気に過ごすカギは健康管理スキルのアップだった…?!
さあ、自身の健康を見つめ直す旅へでかけましょう。

ミッションメンバー

健診の結果、
◆要再検査
◆要精密検査
の項目があった人



健診結果を受け取った!



- さくせん
- ▶ 中身を確認する
 - × あとでみる
 - × ほうちする

攻略のヒント1

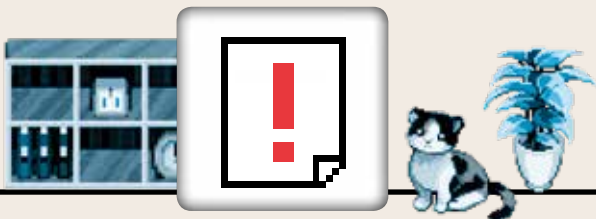
健診結果を確認する

健診結果を確認しないまま、放置していませんか? 健診結果は、あなたのからだの情報がつまったとても重要なデータです。健診を受けるだけでなく、その結果を確認し、生活習慣の見直しにつなげましょう。

前年の結果と見比べて、
変化を確認するのがポイントです



健診結果に「要再検査」「要精密検査」の項目があった。どうする?



- さくせん
- ▶ 病院へ行く
 - × いったん
ようすをみる
 - × みなかった
ことにする

攻略のヒント2

再検査・精密検査は必ず受ける

リスクレベル1 要再検査

健診で出た異常な数値が一時的なものかどうかを調べるため、検査が必要です。

リスクレベル2 要精密検査

病気が疑われます。病名や治療の必要性を判断するため、詳しい検査が必要です。

病気の可能性もあるので、
必ず医療機関を受診してください



アナザーストーリー

がん検診の「要精密検査」

がん検診で「要精密検査」となったら、「がんがあるかもしれない」ということです。本当にがんなのかを調べるため、より詳しい検査が必要となります。

がんは発見が早いほど治る確率も高くなります。
「特に症状がないから」と放置せず、必ず病院へ行きましょう。

※精密検査の結果、異常なしになることもあります。

がんの精密検査



受ける

病気が見つかった場合でも、早い段階で適切に対応すれば、からだへの負担・金銭的負担は軽くなります。早めに医療機関を受診しましょう。

SDGs × 健康

SDGsというと「環境保護」のイメージがありますが、実は、「すべての人の健康の確保と福祉の推進」も達成すべき目標の1つ。SDGs貢献の第一歩として、この機会に生活習慣を見直してみませんか？

SDGs (Sustainable Development Goals)

世界共通の持続可能な開発目標のこと。貧困対策・ジェンダー平等・気候変動対策・経済発展など、2030年までに達成すべき17の目標と、169のより具体的な課題(ターゲット)で構成されています。

アルコール編

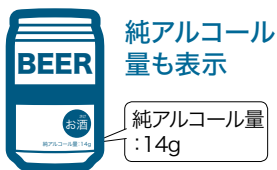


飲みすぎ対策強化が世界的潮流

お酒の飲みすぎは、心身の健康や家族・周囲の人に影響を及ぼす大きな問題です。健康的にお酒を楽しむ社会づくりに向け、対策が進んでいます。

■日本でのアルコール対策の例

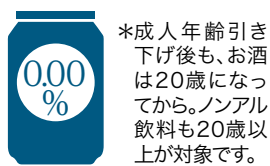
容器での注意喚起



広告・宣伝の基準厳守

- ✓ CMで飲酒をあおる「ゴクゴク」音は×
- ✓ 出演者の年齢制限(日本では25歳以上)

ノンアルコール・微アルコール飲料



適正飲酒の情報提供



日本では、コロナ禍での外出自粛をきっかけに家飲みが増え、アルコール依存が増加したという報告も。アルコール対策の必要性がより高まっているといえます。

健康的なお酒の量って？

お酒の飲みすぎは心身の健康を壊しますが、一滴も飲んではいけないというわけではありません。あくまで「適量を守る」のがポイントです。

■1日の目安は「純アルコール量*で20g」

*飲んだ量(ml)×アルコール度数(%)÷100×0.8

純アルコール量

10g ← 女性の適量

20g ← 男性の適量

40g ← 生活習慣病のリスクアップ

60g ← 多量飲酒

肝疾患・
アルコール依存症
など

純アルコール量20gは…



ビール
ロング缶1本
(500ml・5%)



チューハイ
レギュラー缶1本
(350ml・7%)



日本酒
1合
(180ml・15%)

*女性はアルコールの影響が出やすい(臓器障害・乳がんなど)ため、上記の半量が目安です。

参考) 厚生労働省「アルコール健康障害対策推進基本計画(第2期)」 「e-ヘルスネット(情報提供)『飲酒』」 / 飲酒に関する連絡協議会「酒類の広告・宣伝及び酒類容器の表示に関する自主基準」

レッツ!アクション

飲むなら

スマートに

- ◆週に2日は「飲まない日」に。ただし、別の日に飲みすぎると病気のリスクは上がるので、必ず1日の適量を守ることを。
- ◆強いお酒は薄める、チェイサー(水)をはさむなど、工夫して飲みましょう。ノンアルコール・微アルコール飲料に置き換えるのも一つの方法です。
- ◆お酒が原因で生活に支障が出ている場合などは、専門の医療機関へ。周囲に該当する方がいる場合は、受診をすすめてみましょう。

女性従業員の皆様の

ネットワーク検診をご存じですか？

ネットワーク検診…聞き慣れない言葉ですよ。

これは、女性がん(乳がん・子宮がん)検診をスマホやPCで簡単に予約することができるシステムです。昨年12月に導入以降、多くの女性従業員の方にご利用頂いています。

ネットワーク検診の特徴は、全国540の医療機関で検診の受診が可能。「土日を受けたい」「女性スタッフだ

けの病院を探したい」などのご希望は、予約時の病院検索画面でチェックを入れれば、探すことができます。また、ネットワーク検診で予約をすれば、窓口で検診費用を支払うことなく^(*)、後日健保に費用補助申請書を提出する手間もかかりません。

^{*}乳がん検診において、エコーとマンモグラフィーの検査を両方受けた場合は、自己負担が5,000円発生します。

がん検診はネットワーク検診をぜひご利用下さい。

ご利用は以下のURLかQRコードからお入り下さい

URL <https://i-wellness-p.com/j00/j00101.jsf>

※初めてご利用になる場合は、「初めてご利用の方/ID・パスワードを忘れた方」から、お入り下さい。



■ ネットワーク検診利用時の検診費用負担について

検診内容		費用	利用年齢
子宮がん検診	子宮頸がん細胞診検査	自己負担無	20歳以上
	エコー(超音波)検査	自己負担無	
乳がん検診	マンモグラフィー検査	自己負担無	
	エコー&マンモグラフィー検査	自己負担有(5,000円)	



こんなとき
どうする？

子どもの
トラブル

水に溺れた

監修

大川こども&内科クリニック
院長 大川 洋二

子どもが水に溺れるケースでは、一人で歩き始める1歳前後での入浴中の事故が最も多くなっています。大人が少しの時間、目を離しているときに溺れることが多く、わずかな水深でも事故が発生しています。また、声や音を出さずに静かに溺れることもあります。わずかな時間や水量でも油断しないことと、事故が起こらない環境づくりを意識しましょう。一人で外で遊ぶ2~4歳は池や川に落ちやすい時期です。

溺水を防ぐために

- 入浴中や水遊び中は子どもから目を離さない
- 大人が洗髪するときには子どもを浴槽から出す
- 入浴後の浴槽の水は必ず抜く、浴室に鍵をかける
- 洗濯機や洗面器、バケツに水をためたままにしない
- 洗濯機にはチャイルドロックをかける

溺れてしまったときの対処

水から上げて平らな場所に寝かせ、脈や呼吸、意識があるかどうか確認します。

反応と呼吸がなければ、すぐに胸骨圧迫と人工呼吸をします。人工呼吸中に水を吐いたら顔を横に向けて窒息しないようにします。意識があるときは、タオルなどで水

気を拭いて包んで保温します。

一瞬溺れたなどのケースや子どもが泣く場合は、呼吸や顔色が正常であれば緊急の受診は不要ですが、確認のため受診をお勧めします。

こんなときは…**救急車を!**

- ・大きな声で呼びかけても反応がない
- ・意識がない
- ・呼吸がない

こんなときは…**早急に受診!**

- ・顔色が悪い
- ・意識や呼吸がなく、叩いたり刺激した後に泣き出した

▶ 休日・夜間のトラブルや受診した方がよいのか迷ったら …… **こども医療でんわ相談 #8000**

▶ 急患診療所に行くかどうかを知りたいときは …… **こどもの救急 <http://kodomo-qq.jp/>**



うつ病で休職していた人との 接し方を教えてください。

うつ病で休職していた同僚が、近く職場に復帰すると聞きました。彼とは部署は違ったものの、同期入社の一歩みで、社内で見かければ声をかけ世間話をするくらいの間柄でした。そんな彼が上司からのパワハラが原因でうつ病を患い、1年ほど休職していたのですが、このたび私の部署に異動となり、晴れて復帰することになったのです。快方に向かっているのは素直に喜ばしいのですが、そんな彼にどう接していけばいいのか、迷っています。以前、テレビ番組が何かで、「励ましてはいけません」というような話は聞いたことがあります。が、そういうことなのでしょう。彼のためにどう接していくのが正しいのか、アドバイスをお願いします。



相手の立場で 柔軟な対応が必要

うつ病から回復途中の同僚の方が復職されるまでになって良かったと思います。それも、知り合いの方がいらつしやる部署に異動になられたということから、会社の人事労務担当者の方が配慮されていることがわかります。

会社によっては、休みに入る前と同じ部署に復帰することを原則にしていくところがありますが、このように画一的に決めるのは望ましくありません。よく知っている同僚の中で慣れた仕事ができるのは安心ですが、その一方で、今回の同僚の方のようにパワハラはもちろんのこと、仕事が合わないで休みに入った場合には、同じ部署に戻るとストレスを感じて再発する可能性があります。ですから、会社として、復帰場所を柔軟に判断することが大事です。

メンタル不調のために休職された人が復帰する部署の人もまた、相手の人の立場に立った柔軟な対応をしてほしいと思います。ご質問に書かれているように、励ますということは、相手の状態を考えずに自分の考えを一方的に押しつけることになります。もちろん、その励ましに答えられれば良いのですが、答えられないときには、自分を責めてつらい気持ちになりやすくなります。



意識しすぎず 自然な関わりをもつ

一方で、気を遣いすぎるのも注意しなくてはなりません。これもまた、心配しているという自分の考えや気持ちを押しつけることになって、本人が負担に感じることもあるからです。そうしたことを避けるためには、その人が引き受けられる仕事を付与し、困ったことがあれば気軽に相談できる環境を作ることが大事です。

これは休職したかどうかに関わりなく、すべての職場での人間関係で必要になることで、病気だったかどうかをあまり意識せずに、思いやりを持った自然な関わりをするようにしてください。

令和4年度 被扶養者資格確認調査ご協力のお礼

扶養確認調査へのご協力をいただきありがとうございました。結果については、集計後、次回機関紙で報告いたします。

資格喪失後5日以内に保険証はご返却願います

保険証は健康保険組合から事業所へそして皆様のもとへとお貸出ししております。ご本人が会社を辞めたり、ご家族が新しい健康保険先に加入したり、資格喪失となった場合は、会社・事業所の社会保険担当部署に保険証をご返却ください。

保険証を返却するのはどんなとき？

1. 被保険者が会社を退職したとき

退職後、5日以内に従業員と扶養されているご家族全員分の保険証とその他の認定証^(※)をお勤め先会社・事業所の社会保険担当部署へご提出ください。

※その他の認定証(該当がある場合)：健康保険限度額適用認定証、健康保険高齢受給者証、健康保険特定疾病療養受療証、健康保険一部負担金等免除証明書 等

2. ご家族が扶養から外れたとき(就職、結婚など)

健康保険被扶養者異動[減]申請書に、該当者の保険証とその他必要書類を添付し、会社・事業所の社会保険担当部署へご提出ください。

[ブリヂストン健康保険組合ホームページ](#) > [申請書類](#) > [健康保険被扶養者異動\[減\]申請書](#) からダウンロード可

3. その他：保険証の紛失等により、再発行を受けた後に元の保険証が見つかったとき

見つかった古い方の保険証は自分で破棄はせずに、必ず会社・事業所の社会保険担当部署へご提出ください。

会社・事業所へご提出いただいた後、健康保険組合へ返却されます。

保険証を返却しないとどうなるの？

もし資格がない状態で、ご本人やご家族が、そのまま古い保険証を病院や薬局で使用すると、遡って、健康保険組合が負担した分の請求書が届き、高額な金額をまとめて支払うこととなってしまいます。



自営業者の被扶養者資格認定基準の見直しを行いました

見直しの目的 健保連ガイドライン/他健保基準との比較ならびに給与収入のみの被扶養者認定とのバランスを考慮し、適切な基準設定とするため。

健康保険における自営業者の収入の定義

「総収入額から必要最小限の直接的必要経費^(※)を差し引いた額」= 売上金額 - (売上原価 + 直接的必要経費)

※直接的必要経費は、売上をあげるために直接必要とされる原材料費等で必要最小限のものに限られます。給与収入のみの被扶養者認定については、税や社会保険料等を控除する前の「総収入」にて判断することとなり必要経費は一切認められていません。

当組合が認める直接的必要経費

科目	認定可否	補足
売上(仕入)原価	○：直接的必要経費として認める経費	
地代家賃・水道光熱費	△：条件付で直接的必要経費として認める経費	自宅と事業所が別住所の場合は認める
給料賃金・外注工賃・減価償却費・貸倒金・利子割引料・租税公課・荷造運賃・旅費交通費・通信費・広告宣伝費・接待交際費・修繕費・損害保険料・消耗品費・福利厚生費・雑費	×：直接的必要経費として認めない経費	

※原則認めないとした経費について、異議がある場合は「個人事業主 直接的必要経費申告書」をご提出ください。申告内容をもとに健保で、直接的必要経費としての認定可否を判断します。申告書様式は、[ブリヂストン健康保険組合ホームページ](#)>[申請書類](#)>からダウンロードできます。

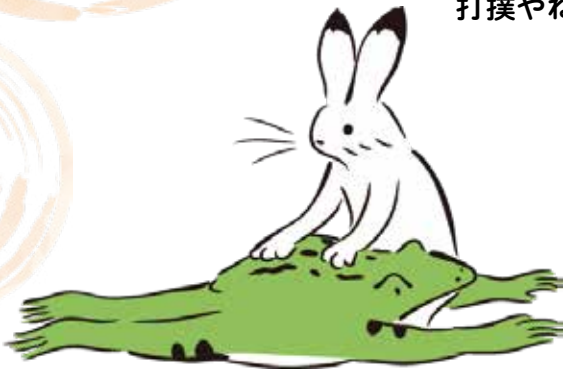
※自営業の収入とは別に恒常的な収入(給与収入、年金、恩給等)がある場合は、控除前の総額を自営業の収入に加算して年収と考えます。

本基準での認定確認開始時期 令和4年8月1日健保到着分より ※扶養調査時にも適用



接骨院で健康保険を 使えるのはどんなとき？

柔道整復師などが施術を行う接骨院・整骨院では、
打撲やねんざなどの外傷性のケガ以外では健康保険は使えません。



正しいのはどっち？

年のせいか腰が痛くて
接骨院でマッサージをうけたいんだけど…

- A** 健康保険を使って施術を受けられる
- B** 健康保険を使うことはできない

正解は **B**

マッサージ代わりに接骨院などで施術をうける
場合は健康保険は使えません。施術の料金は
全額自己負担となります。



ブリヂストン健康保険組合は、
施術内容の照会文書の発送を
ガリバー・インターナショナル
(株)へ委託しています。
ガリバー・インターナショナル
より照会の文書が届いたら回
答書に記入し、速やかに返送
をお願いします。
回答が無い場合、全額自費で
お支払いいただく場合がございます。

「療養費支給申請書」の内容はきちんと確認しましょう

接骨院や整骨院で健康保険を使った場合は、「療養費支給申請書」にサインや押印を求められます。「療養費支給申請書」は、接骨院・整骨院が健康保険組合に提出する書類です。

ケガの原因や部位などが正しく記載されているかを
きちんと確認してください。**白紙の用紙には決してサインしないでください。**

なお、後日、健康保険組合から、接骨院や整骨院での
施術内容に対してお問い合わせをすることがあります
ので、ご本人による回答のご協力をお願いします。領
収書や明細書は必ず受け取って保管してください。

「療養費支給申請書」の 確認ポイント

- 負傷名
- 負傷原因
- 負傷部位
- 負傷年月日
- 施術日
- 施術回数(施術を受けた日数)
- 一部負担金(窓口で支払った額)

接骨院で健康保険が使えるケース

接骨院や整骨院では、「健康保険取扱い」と書かれていても、
健康保険が使える範囲はケガに対する施術に限られます。

- 打撲・ねんざ・挫傷(肉離れなど)
- 脱臼・ひび・骨折 *応急手当以外は医師の同意が必要です。

*ケガでも整形外科などの医療機関と接骨院・整骨院の両方で
同時に健康保険を使うことはできません。

*工作中・通勤中のケガには健康保険は使えません。労災保険の
対象です。

接骨院・整骨院で健康保険が使えないケース

(全額自己負担)

- 日常生活の疲れによる肩こりや腰痛
- 運動部に所属している学生が定期的に施術をうけているケース
がありますが、外傷性のケガ以外には健康保険は使えません。
- 加齢による身体の痛み
- 病気(脳疾患・ヘルニアなど)による痛みやしびれ
- 過去のケガによる痛み
- 骨盤矯正 など