

みどりのたより

健康保険組合

- ・インフルエンザ予防接種の補助を実施します …… P2
- ・家庭用常備薬購入斡旋のお知らせ …… P2
- ・本人ドック受診状況 ……………… P2
- ・被扶養者ドック等申込状況 ……………… P2
- ・インフルエンザに備えよう ……………… P3

企業年金基金

- ・老齢年金の受診資格期間が短縮されました ……………… P4
- ・年金に関する税金Q&A ……………… P5～P6

2017
Autumn



インフルエンザ予防接種の補助を実施します

昨年と同様に、期間内に予防接種を受けられた**被保険者**に補助金を支給いたします。

補助金額はお一人1,000円が上限です。実施期間・申請方法等詳細は健康保険組合ホームページに掲載している実施要領をご覧ください。[兵庫トヨタ自動車健康保険組合](#) [検索](#)

補助金請求には**領収書(原本)**が必要となりますので、予防接種を受けられた方は、必ず領収書を受け取っておいていただくようお願いいたします。

インフルエンザに罹ると業務にも支障が出ますので、できるだけたくさんの方にご利用いただきますようお願いいたします。

家庭用常備薬購入斡旋のお知らせ

本年度も『常備薬の斡旋事業』を実施いたします。今年から「セルフメディケーション税制(みどりのたより2017新年号参照)」の制度もスタートしており、市販薬の中にも処方薬に近い効能があるお薬(OTC医薬品)が販売されていますので、今回はOTC医薬品も含めてご案内しています。

お申込みに際して**健康保険組合からの補助額を1000円に増額しました**ので、よく吟味してお求めいただき、健康管理や病気の予防、初期対応等にお役立てください。(任意継続被保険者の方もお申込みいただけます。)

申込締切は10月末、お届けは11月下旬から12月上旬の予定です。なお、実施要領等ご案内は健康保険組合のホームページに掲載しています。



平成29年度 本人ドック受診状況

今年度は、被扶養者ドックの受診促進に合わせて自己負担金を引き下げたこともあり、受診者数は過去最高となった前年を超えて、受診率もわずかながら上昇しました。長期未受診者も減少し、連続2年以上未受診者は前年度から28人減少しました。最近ドックを受診されていない方は、来年度には必ず受診してください。

対象者数	受 診 者 数 (見込)			受診率	前年差	前年度 受診者数	連続 2 年以上 未受診者数
	半日	日帰・2日	合計				
2,800	420	1,329	1,749	62.5%	+ 1.5%	1,684	778

※受診ベース、前年差は前年度最終実績との比較

平成29年度 被扶養者ドック等申込状況は過去最高!!

今年度は特定健診受診率の向上を図るために、巡回健診の自己負担金を「0円」とし、合わせて被扶養者ドックの自己負担金を引き下げたことが寄与して、受診申込者数が大幅に増加しました。申込率も初めて40%を超えています。また長期未受診の方も組合からの受診勧奨の結果、前年から182人(前年比77%)と大きく減少することができました。

ドックには生活習慣病の予防に加えて、「がん検診」の意味合いが強く含まれています。最近当組合内でも乳がんや子宮がんの発症が目立っていますので、「私は大丈夫」と過信せず、若いうちから毎年か少なくとも2年に1度は受診していただきますようお願いします。がんは発見が早ければ早いほど治る可能性が高い病気ですので、毎年の健診が大切です。

対象者数	申込者			申込率	申込率 前年差	前年度 受診者数	連続 2 年以上 未受診者数
	ドック	巡回健診	合計				
1,454	385	266	651	44.8%	+ 13.0%	468	605

※申込ベース、申込率前年差は、前年度最終受診実績との比較

インフルエンザに備えよう！

予防に優る対策なし！正しい知識と予防策を身につけましょう

インフルエンザとかぜはまったく違う病気です。市販のかぜ薬はインフルエンザの治療を目的としたものではないため、かかったと思ったらすぐに医療機関を受診することが大切です。

通常のかぜがのど・鼻に最初の症状が現れるのに対し、インフルエンザは急な発熱（38℃以上）が特徴です。さらに倦怠感、筋肉痛、関節痛などの激しい全身症状が5日間ほど続きます。重症化すると気管支炎や肺炎を併発したり、脳炎や心不全を発症する危険性もあります。

高齢者や乳幼児などは命にかかわることもありますので、いつものかぜと違うと思ったらすぐに医療機関を受診しましょう。

インフルエンザ予防のポイント

- 十分な栄養と睡眠をとる



- 室内の湿度を50～60%に保つ



- 予防接種をする

- 日頃から、適度な運動などをして、免疫力（抵抗力）を養っておく

- インフルエンザ流行期には外出をひかえ、人込みを避ける

- 外から帰ったら、手洗い、うがいを欠かさずに



流行してしまったときの注意点

なるべく人込みにでない

インフルエンザの主な感染経路は、ウイルスが含まれた飛沫（しぶき）を口や鼻から直接吸い込む「飛沫感染」です。さらに手などについたウイルスから「接触感染」することもあります。

予防には外出時の「マスク着用」、帰宅時の「手洗い」「うがい」が効果的です。

流行時は、できるだけ人込みへの外出は控えます。

特に高齢者や子ども、慢性疾患のある人は外出を控えてください。

外出時には、マスクを着用しましょう。

「手洗い」「うがい」をぜひ励行してください。

手洗い、うがいを習慣に

正しくこまめに手洗いを

- ①せっけんをつけ、手のひらを合わせ、よく洗う



- ②手の甲を伸ばすように洗う

- ⑤親指と手のひらをねじり洗いする

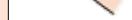


- ③指先、つめの間をよく洗う

- ⑥手首も洗う

- ④指の間を十分に洗う

- ⑦流水で泡をしっかり洗い流す



- ⑧清潔なタオルやペーパータオルで十分にふく

●予防接種を受けましょう

インフルエンザ流行のピークは、1月上旬から3月位までですので、12月上旬頃までに予防接種を終えましょう。

なお、**インフルエンザを予防するために当健康保険組合では被保険者ご本人を対象として、インフルエンザ予防接種費用の一部補助を実施しています。詳しくは当組合ホームページの『健康づくり』のページをご覧ください。**

•平成29年8月から、国の年金をうける条件が変わりました。

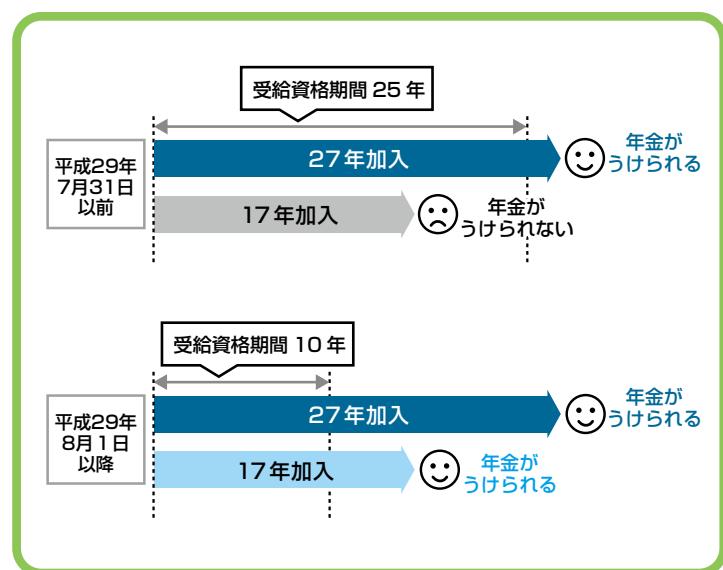
老齢年金の受給資格期間が 25年から10年へ短縮

国の老齢年金をうけるために必要な期間（受給資格期間）は、平成29年7月までは「25年以上」でしたが、昨年成立した国民年金法等の改正により、平成29年8月以降は、「10年以上」と大幅に短縮されました。

●年金制度に加入した期間が10年以上あれば、年金をうけられます

老齢年金をうけるために必要な受給資格期間が10年に短縮されたことにより、今後、年金制度の加入期間*が10年以上あれば、65歳（性別・生年月日により60歳～64歳）から年金がうけられます。また、加入期間が足りずに年金がうけられなかつた方も、今年の8月1日以降、年金がうけられるようになりました。

たとえば、現在65歳で、加入期間が17年で8年足りずに年金がうけられなかつた方も、8月1日以降、年金をうける権利が得られます。この場合、権利を得た月の翌月分から年金がうけられます（図参照）。



*具体的には、「保険料を納めた期間」+「保険料の免除をうけた期間」+「合算対象期間」となります。合算対象期間には、主なものとして、サラリーマンの配偶者で国民年金に任意加入しなかった期間（昭和36年4月1日～61年3月31日の間）や、学生で国民年金に任意加入しなかった期間（昭和36年4月1日～平成3年3月31日の間）などがあります。入社以来、厚生年金保険に加入し保険料を納めている方は、その期間が加入期間と見なされます。

●8月1日以降、年金をうけられる方に、日本年金機構から年金請求書が届きます

平成29年8月1日以降、65歳以上で年金制度の加入期間が10年以上ある方、または加入期間が10年以上ある方が65歳（性別・生年月日により60歳～64歳）となった場合には、日本年金機構から「年金請求書」が届きます。年金請求書に必要事項を記入のうえ、添付書類とともにお近くの年金事務所または街角の年金相談センター（日本年金機構ホームページで確認できます）に持参のうえ手続をします。最も早いケースで、9月分の年金（支払いは10月）からうけることができます。

年金額は加入期間で変わります！

国 の老齢年金は、保険料を納めた期間でうけとる額が変わります。10年に短縮されるといっても、25年加入した場合と同じ額の年金をうけられるわけではありません。加入了期間に応じた額となります。



イラスト・北村公司

知りたい!

厚生年金に関する税金Q&A

秋が深まるにつれ、年金の手続で気になり始めるのが、税金に関するもの。扶養親族等申告書や確定申告は大事なことですが、年1回なのでつい忘れがちに。今回は、その基本についておさらいします。

源泉徴収された税額の過不足については、最終的に翌年の確定申告で精算することになりますが、事前に「扶養親族等申告書」を提出することで、源泉徴収税額を計算する際に各種控除を受けることができます。つまり、前年に申告書を提出するこ

国の老齢基礎年金・老齢厚生年金は税法上、雑所得として課税対象となります（遺族年金、障害年金には所得税は課税されません）。

実際の納税方法は、日本年金機構が、年金を支払う際に所得税を源泉徴収（天引き）して税務署に納めています。ただし、すべての方が源泉徴収の対象となるわけでなく、年金支給額が一定額以上（図表1参照）の方が対象となります。

源泉徴収された税額の過不足については、最終的に翌年の確定申告で精算することになりますが、事前に「扶養親族等申告書」を提出することで、源泉徴収税額を計算する際に各種控除を受けることができます。つまり、前年に申告書を提出するこ

源泉徴収税

Q 厚生年金には必ず税金がかかるのでしょうか？

A 課税対象は老齢年金ですが、支給額が一定額以上の人とあります。

とにより、翌年の年金にかかる課税範囲を小さくすることができるわけです。このような年金に関する税金のスケジュールは、図表2でご確認ください。

さきほどの扶養親族等申告書を提出しない場合は、年金の支給額から25%相当の公的年金等控除額のみが差し引かれ、残額の10・21%が所得税として徴収されますので、ご注意ください。



図表1●源泉徴収の対象者

65歳以上の場合
平成30年中に受ける年金の見込み額が158万円以上
65歳未満の場合
平成30年中に受ける年金の見込み額が108万円以上

※年齢は平成30年12月31日時点。

申告書等の書類は、8月ごろ日本年金機構から年金受給者あてに送付されています（源泉徴収の対象となっていない方には送付されません）。源泉徴収になっているにもかかわらず申告書が届いていない場合は、最寄りの年金事務所または街角の年金相談センターで入手できますので、お問い合わせください。また、日本年金機構のホームページからダウンロードすることもできます。

Q 源泉徴収税額はどうやって計算されるのでしょうか？

A 各種控除や社会保険料を控除したうえで、税率を掛けます。

厚生年金から源泉徴収される税額は、年金支給額から社会保険料や各種控除額などを差し引いた額に5・105%（復興特別所得税含む）を掛けて算出します。

	A 扶養親族等申告書	Q 扶養親族がない場合でも提出するのですか？
合でも扶養親族等申告書を提出する場合、扶養親族や扶養親族等申告書を提出するため、必ず提出してください。	公的年金等控除額などを受けるため、必ず提出してください。	扶養親族がない場合でも提出するのですか？
扶養親族がいる場合、扶養親族等申告書を提出するため、必ず提出してください。	公的年金等控除額などを受けるため、必ず提出してください。	扶養親族がない場合でも提出するのですか？
扶養親族がいる場合、扶養親族等申告書を提出するため、必ず提出してください。	公的年金等控除額などを受けるため、必ず提出してください。	扶養親族がない場合でも提出するのですか？
扶養親族がいる場合、扶養親族等申告書を提出するため、必ず提出してください。	扶養親族がない場合でも提出するのですか？	

図表2 国の年金・税金に関するカレンダー

年金支給や税金に関するイベント	
1月	日本年金機構から、前年分の源泉徴収税が記載された「公的年金等の源泉徴収票」が届く
2月	●年金の受け取り(前年12月、1月分)
3月	
4月	●年金の受け取り(2月、3月分)
5月	
6月	日本年金機構から、今年の分の「年金振込通知書・年金額改定通知書」が届く ●年金の受け取り(4月、5月分)
7月	
8月	日本年金機構から、翌年分の源泉徴収税に対しての「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」が届く ●年金の受け取り(6月、7月分)
9月	日本年金機構へ「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」を返送する
10月	●年金の受け取り(8月、9月分)
11月	
12月	●年金の受け取り(10月、11月分)

●扶養親族等申告書の提出の有無

年金の種類	提出の有無
厚生年金	○
共済組合	○
厚生年金基金	○
確定給付企業年金	×
確定拠出年金	×

場合は、変更の手続をするのではなく、税務署で確定申告し過不足を調整してください。

A 受けている年金にいづか年金を受けていますが、すべて申告書を提出しますか？

Q 申告書を提出後に申告内容に変更があった場合は？

ますので、ご注意ください。万が一、期限が過ぎても必ず提出してください。

扶養親族が増えるなど、申告書提出後に内容に変更があった場合、再提出は不要ですが、確定申告が必要です。

国の老齢基礎年金、老齢厚生年金に関する扶養親族等申告書は日本年金機構に提出します。共済組合の加入期間があり、共済組合から年金の支払いを受けている場合、提出先は共済組合となります。企業年金については種類によって異なります。

ご利用になりましたか？

兵庫トヨタ健保「こころとからだの健康相談」

～24時間365日 いつでも健康相談できます！～

赤ちゃんが夜中に熱を出した、どうしよう？

旅行中に急な発熱、近くの医療機関を知りたい

飲んでいる薬の副作用について

子どもが落ちて頭を打った、今すぐ病院へ行くべき？



お悩み・お困りのこと
病院に行く前のこと等
お気軽に
お電話ください。

職場の人間関係でストレスがたまる、どうしたらいいか？

不意のケガの応急手当て、どうすればいいの？

家族の介護のこと
誰かに相談したいけど…

疲れているのによく眠れない、どうしたらいいか？

まずはお電話ください！

0120-150-251



電話やWeb、面談によるストレス・メンタルヘルスに関するカウンセリングもご利用できます。

電話：上記フリーダイヤル
(0120-150-251)

URL : <https://t-pec.jp/websoudan/>
ユーザー名:hyogotoyota パスワード:150251

お知らせ

Web版利用案内サイトが開設されました！

<https://t-pec.jp/riyou/150251>



携帯電話、スマートフォンからもご利用いただけます。右記のQRコードをご活用ください。

- いつでもどこからでも、被保険者の皆様とその配偶者、いずれかの被扶養者の方がご相談できます。
- プライバシーは厳守されるシステムになっていますので安心してご相談ください。(委託先:ティーベック(株))



皆さんの写真を 「みどりのたより」に掲載しませんか

現在、健康保険組合と企業年金基金からのお知らせとして、年間4回発行しています。

みどりのたよりの表紙を飾る写真を皆様から募集させて頂き、優秀作品を使用させて頂きます。

皆様がお持ちの「春・夏・秋・冬」各号にふさわしい写真のご提供をお願いします。

今回募集しますのは、「冬号」(1月5日頃発行予定)の写真です。〔冬号応募締切日：11月30日(木)必着〕

〈表紙写真〉

写真タイトル：砥峰高原

撮影場所：兵庫県

みどりのたより

No.207

平成29年10月26日発行
〒651-0084 神戸市中央区磯辺通4丁目2番12号

兵庫トヨタ自動車健康保険組合
兵庫トヨタ自動車企業年金基金

神戸078(252)2806 発行人／水田 孝昌