

国民健康保険料の減免申請の開始について（お知らせ）

新型コロナウイルス感染症の影響により前年対比で3割以上の収入の減少が見込まれる組合員は国民健康保険料の減免対象となる場合があります。

申請には、令和元年の年間収入額と令和2年5月から7月までの収入額が確認できる書類が必要です。なお、令和2年の年間収入見込額の算定に用いる期間は、令和2年5月から7月までの直近3箇月間を基本としますが、当組合の多様な就労状況を考慮し、この期間の前3箇月を含む連続3箇月間による算定も可能とします。

詳しくは、組合ホームページ又は所属の支部事務所までお問い合わせください。

申請先・申請期限等

- 1 申請期限 : 令和2年9月30日（水）
- 2 申請先 : 所属支部
- 3 その他 : 減免申請書は組合ホームページ又は所属支部で取得していただけます。

届出書や申請書にはマイナンバー（個人番号）の記載が必要です

平成28年1月からマイナンバーの利用開始に伴い、届出書や申請書には12桁のマイナンバーの記載が必要になりました。また、届出書などを提出する際には、各届出に必要な添付書類に加え「マイナンバー確認書類（個人番号通知カードの写し等）」と「組合員の本人確認書類（運転免許証の写し等）」の添付も必要です。

保険証の紛失・盗難には十分注意しましょう！

最近、保険証の紛失等による再発行が増えています。保険証はクレジットカードと異なり、紛失や盗難にあった際に利用を停止することはできません。万が一、保険証を紛失したり、盗難にあった場合は悪用される事もありますので必ず警察に届出てください。また、保険証の再発行の手続きを所属支部を通して速やかに行ってください。

組合員資格の適用の適正化について

職別国保に加入できる人

- 現在、建設業に従事しておられる人、及びそのご家族
- 規約に定める母体組合に所属されている人
- 住民票が規約に定める地区内*（地域）にある人
- ④ ただし、新規の法人事業所の事業主や従業員は新規加入することはできません。

※地区（地域）

●京都府：府内全市町村 ●滋賀県：大津市、近江八幡市、草津市、守山市、栗東市、野洲市の区域のうち旧野洲町の区域、湖南市、甲賀市の区域のうち旧甲南町の区域、高島市の区域のうち旧高島町の区域、東近江市の区域のうち旧八日市市、旧五個荘町及び旧能登川町の区域 ●大阪府：大阪市、豊中市、池田市、吹田市、高槻市、枚方市、茨木市、交野市、寝屋川市、堺市、東大阪市 ●兵庫県：神戸市、西宮市、伊丹市、宝塚市、豊岡市、芦屋市、丹波市の区域のうち旧市島町及び旧氷上町の区域 ●奈良県：奈良市の区域のうち旧奈良市の区域、天理市、桜井市 ●三重県：伊賀市

健保適用除外承認申請の手続きはお済みですか

- 個人事業所から株式・有限会社等の法人事業所に事業形態を変更したとき
- 個人事業所で従業員を5人以上雇用する事実に至ったとき
- 法人事業所において、従業員を雇い入れたとき
- ◇ 上記に該当した場合、法律で社会保険（健康保険、厚生年金保険）が強制適用されます。ただし、年金事務所に健保適用除外承認申請を行い、承認を受けていただくことにより、健康保険は職別国保の被保険者として残ることができます。
- ④ 厚労省の通達により、やむを得ない場合を除き、事実の発生から14日以内に手続きをするように義務付けられていますので、ご協力をお願いします。

職別国保の組合員資格に適用しなくなったとき

- 転廃業等により、建設業に従事しなくなったとき
- 所属の母体組合を脱退したとき
- 社会保険の強制適用の事実が発生したにもかかわらず、健保適用除外承認申請（原則、14日以内）を怠ったとき
- ◇ 上記に該当した場合、速やかに、支部事務局に申し出て、職別国保の脱退手続きを行い、他の健康保険等への切り替えをお願いします。

☑ 歯科健診助成制度のご案内

虫歯や歯周病は早期発見・早期治療により治療期間や治療費用の削減が可能です。

近年では、歯周病が糖尿病などの生活習慣病に関連していることが強く疑われており、口腔内だけでなく、体全体にまで悪影響を及ぼしていると言われています。

いつまでも健康な生活を送るためには、日々の生活の質〔QOL (Quality Of Life)〕を維持、向上させていく必要があります。爽やかで健康な歯と歯茎を保持するためにも、生活習慣病を予防するためにも、年に1度は、歯科健診による口腔内の定期点検をお受け下さい。

1 実施要項

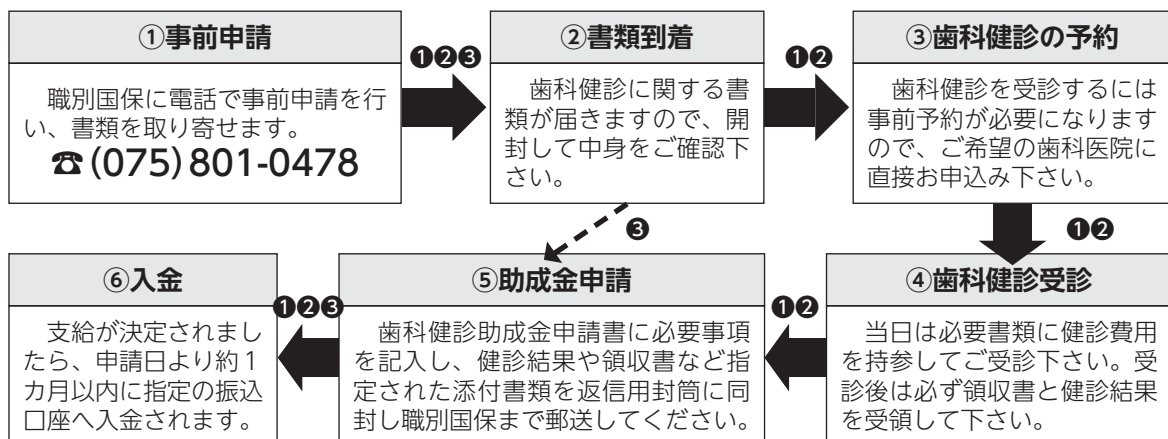
歯科健診は以下(①～③)のいずれかより選択して受診(申請)して下さい。

- 京都府内の歯科医院(京都府歯科医師会に加盟の歯科医院)で受診を希望の方は①をご覧ください。
※上記医師会に加盟されている歯科医院は、京都府歯科医師会ホームページ内の「歯医者さんを探す」で検索できます。
- 京都府外の歯科医院又は京都府内で①以外の歯科医院で受診を希望の方は②をご覧ください。
- 市町村の助成を受けて歯科健診を受診された方は③をご覧ください。
※①による受診は、当組合と京都府歯科医師会との間で歯科健診の契約を締結しているため、限度額を超えることなく、予め定められた歯科健診を受診していただくことができます。

項目	① 京都府内の歯科医院	② 左記以外の歯科医院	③ 市町村による助成
対象者	12歳以上の当組合被保険者	同左	市町村の助成を受けて歯科健診を受診された方で、歯科医院の窓口で個人負担金をお支払いになられた方
受診場所	京都府歯科医師会に加盟の歯科医院	(1) 京都府外の歯科医院(滋賀・大阪等) (2) 京都府歯科医師会に未加盟の医院	
対象内容	歯・歯周組織・軟組織・顎関節等のチェック、結果説明(指導)	健診内容は歯科医院により異なります	
助成額	全額助成 4,400円	上限額 4,400円	上限額 2,000円
助成回数	年度内1名につき1回限り	同左	同左
実施期間	通年	同左	同左
申請期限	受診日より6カ月以内	同左	同左
申請書類※1	① 歯科健診助成金申請書 ② 領収書 ③ 歯科健康診査票(組合指定)	① 歯科健診助成金申請書 ② 領収書(組合指定) ③ 歯科健診結果	① 歯科健診助成金申請書 ② 領収書 ③ 歯科健診結果

※1 歯科健診助成金申請書類は全て原本での提出が必要となります。

2 歯科健診受診から申請までの流れ



保健師からののお知らせコーナー

保健師だよりのお知らせ

職別国保のホームページ上に『職別保健師だより』を掲載しています。ちょっと気になるからだのこと、季節の変わり目に起こりやすい症状やその対策など皆様のお役に立つ健康情報をお届けしておりますので、是非ご覧ください。

保健師だよりの内容

7月号 「令和2年度の熱中症対策ポイント」
●熱中症の予防法 ●熱中症が疑われた場合の対処法
9月号 「新型コロナウイルス感染症対策について」 *右頁参照

職別国保保健師による健康づくり支援事業

特定保健指導

特定保健指導の希望者に対し、ご自宅または事業所に訪問して保健指導を行います。対象になられた方には、利用勧奨のお電話や通知もしています。

健康講座

事業所等へ保健師が出向き、生活習慣病予防を主なテーマとした講話を行います。費用は無料です。事業主や従業員の方々、ご家族の健康づくりのために是非お申込みください。

○お申込み先：075-801-0478（平日9:00～17:00）

健康ダイヤル（電話健康相談）

健診結果に関することをはじめ、生活習慣病予防や日常の健康管理に関する相談について、保健師がお答えします。通話料のみかかります。

○専用ダイヤル：075-496-5544（平日9:00～17:00）

*いずれの事業も当組合にご加入の組合員及びご家族のご利用に限ります。

*健康づくり支援事業の詳細は、組合ホームページでもご覧いただけます。

保健師のつぶやき

9月はまだまだ残暑が厳しいですが、朝晩と日中の気温差も激しくなり、体調を崩しやすい時期です。衣服や寝具の調節に気を配るとともに、栄養・睡眠を十分にとり体の免疫力アップを目指しましょう。また、依然として新型コロナウイルス感染症の収束の兆しが見えない状況であり、不安な日々が続いています。9月の保健師だより（13ページ参照）では、新型コロナウイルス感染症の感染対策について取り上げています。この機会にポイントを再確認し、ご自身と周りの大切な方のために、引き続き感染対策に根気強く取り組んでいきましょう。






新型コロナウイルス感染症対策について

新型コロナウイルス感染症の予防には、手洗いや咳エチケットといった基本的な感染対策を徹底して行うことが重要です。また、人が密になる環境を可能な限り避ける配慮も、ご家庭や職場、外出時など様々な場面で意識して実行していきましょう。

感染予防のポイント


◎ 『3つの密』 を避ける

- ① 換気の悪い **密閉 空間** 
- ② 多数が集まる **密集 場所** 
- ③ 間近で会話や発声をする **密接 場面** 

換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に行くことをなるべく避けましょう。やむを得ない場合には、マスクを着用するとともに、

- ・換気をする
- ・大声で話さない
- ・相手と手が触れ合う距離での会話は避ける

といったことを心がけましょう。



◎ こまめな手洗い

- 外出先からの帰宅時・調理の前後・食事前 など、こまめに洗う
- 石けんを使って丁寧に洗う（洗い残しの多い部分：指先・指の間・親指・手首など）
- 洗い終わった後は、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かす



手洗い後、手を拭かず自然乾燥させようとしたり、衣服で拭いたりしていませんか？手を濡れたままにしておくと雑菌が付着しやすくなります。また、衣服には雑菌が多く付いています。外出時にも、清潔なタオルやハンカチを持ち歩く習慣をつけましょう。

◎ 咳エチケット

咳やくしゃみをする時、飛沫^{ひまつ}にウイルスが含まれている可能性があるため、以下のような咳エチケットを行いましょう。

マスクを着用する
(口・鼻を覆う)



マスクがない時

ティッシュ・ハンカチ
で口・鼻を覆う



とっさの時

袖や肘の内側で
口・鼻を覆う

