

健康保険の被扶養者とは

①被保険者の3親等内の親族である
民法上の親族と同一ではありません。

②75歳未満である

③主として被保険者の収入によって
生活している

※「被保険者と住居および家計を共同にすること」をいいます。家計
が別々で家族が別個の生活を営んでいる場合や、二世帯住宅など
家族の住居が明確にわけられている場合、住民票が世帯分離され
ている場合などは、同一世帯とは認められません。

※被扶養者が別居している場合、被保険者は、別居している被
扶養者に生活費として送金している必要があります。

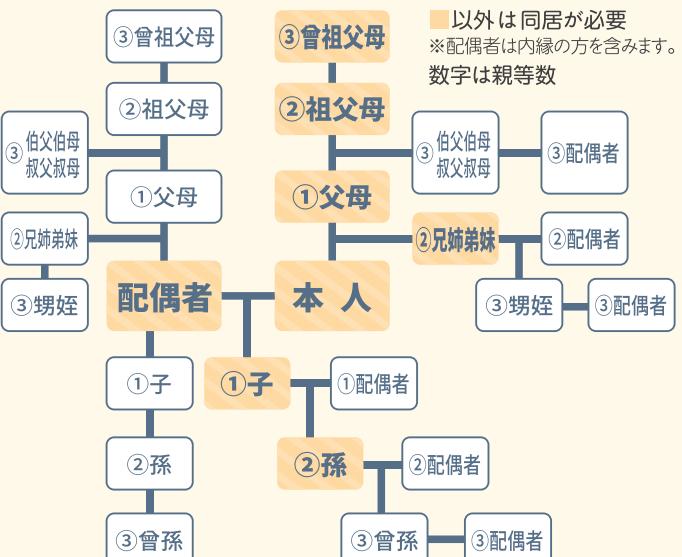
④年収が認定基準を満たしている

厚生労働省の通達により、次の①②の両方の要件を
満たしていることが必要です。

①金額	被扶養者の年齢など	年間収入
	60歳未満の場合	130万円未満
	60歳以上の場合	180万円未満
	障害年金受給の場合	180万円未満

②被保険者との 世帯関係・ 収入・送金	被保険者と被扶養者が 同居の場合	被扶養者の年収が被保険者の年収の1/2未満であること
	被保険者と被扶養者が 別居の場合	被扶養者の年収が被保険者の年収の1/2未満であること かつ被扶養者の年収が被保険者からの送金額未満であること

健康保険では、被保険者本人に扶養されている家族で、一定の要件を満たす方も健康保険組合に加入することができます。このご家族のことを被扶養者といいます。被扶養者の要件や範囲は法律によって決められています。



夏のレジャーは 高原の保養所で

車山高原リゾートイン ウインズ

契約期間 7月1日(月)～8月31日(土)

所在地 長野県茅野市車山高原3413



アクセス 中央自動車道諏訪ICから
■ R152・ビーナスライン経由28km
■ R20上諏訪・ビーナスライン経由30km

1日の収容人数 32名

予約先 車山高原リゾートイン ウインズ
TEL 0266-68-2660
Web <http://www.winds-hotel.com/>

▼宿泊料／1泊2食付(税込) 組合員料金の適用には、チェックイン時に、宿泊者全員分の当健康保険組合の保険証の提示とコピーの提出が必要です。

	組合員	組合員以外
大人(中学生以上)	6,400円	8,400円
小学生	4,300円	6,300円
幼児(ベッド有り/食事有り)	4,400円	6,400円
幼児(ベッド有り/食事無し)	2,200円	3,200円
幼児(ベッド無し/食事有り)	2,200円	3,200円
幼児(ベッド無し/食事無し)	無料	無料

7/1～8/9
8/18～8/31

	組合員	組合員以外
大人(中学生以上)	7,600円	9,600円
小学生	5,400円	7,400円
幼児(ベッド有り/食事有り)	4,400円	6,400円
幼児(ベッド有り/食事無し)	2,200円	3,200円
幼児(ベッド無し/食事有り)	2,200円	3,200円
幼児(ベッド無し/食事無し)	無料	無料

資格確認調査にご協力 ありがとうございます

当健康保険組合では健康保険法施行規則第50条に基づき、被扶養者認定状況の確認調査を実施中です。
本調査は、すでに被扶養者として認定された方が引き続き資格があるか確認するものです。
これにより、公平・公正な被扶養者の認定を行い、保険給付の適正化に努めてまいります。

まだ、ご提出いただいていない方

ご提出いただいた方で
必要書類が不足している方

速やかに
ご提出くださいよう
お願ひいたします。



未提出の場合

被扶養者の資格を 取り消します!

健康保険法施行規則第50条7項「検認
又は更新を行った場合において、その検認
又は更新を受けない被保険者証は、無効
とする」により、被扶養者の資格を取り消す
ことになります。



調査の結果、認定基準から外れていると判定された方は、被扶養者削除の手続きが必要と
なります。その際は、9月中旬に被扶養者削除の手続きに必要な書類を送付させていただきます。
(資格要件を満たさなくなった日まで遡って、削除となる場合もあります)

法改正
2020年4月～

被扶養者の要件に 「国内に住所があること」が追加されます

2020年4月から、健康保険の「被扶養者」の要件(P3参照)に「日本国内に住所を有するもの」で
あることが追加されます。これにより、海外留学中の学生、海外赴任者の同行家族、海外赴任中
に出生した子・婚姻した配偶者などを除く国外居住者は、被扶養者資格を取り消す予定です。

当健康保険組合では、2019年度の資格確認調査で国外居住の被扶養者を把握し、資格
取り消しの対象となる方には個別にご連絡します。



国内の住所の有無は、
住民票の有無で判断します。

不適正な被扶養者が増えると…
納付金が増えて、
保険料も増える!?

現在、高齢者医療制度は税金や健康保険組合からの
納付金等でまかなわれています。この納付金は各健康保険
組合の加入者(被保険者+被扶養者)の人数に応じて
算出されています。被扶養者の削除の届け出を忘ると、
その被扶養者分も加入者として納付金の額に反映される
ことから、本来は必要のない支出が発生することとなり、
みなさんの健康保険料の負担が増える要因になります。

喫煙室で吸えば
他人に迷惑を
かけないでしょ?

…それ、本当?

吸う人に、守ってほしいマナーです。 『吸うなら、45分前までに』

たばこを吸った後45分間は、吐く息に有害物質が残り*、まわりの人に健康ダメージを与えること、ご存じですか？髪や服にも長時間残る有害物質とニオイを、同僚や取引先の方々が、いつもガマンしているのだしたら…？



P14『受動喫煙による健康リスク』もお読みください。

*産業医科大学・大和浩教授による厚生労働科学研究費補助金研究より

職場で



1日に何度も
たばこ休憩してる…。
不公平!
事務所の空気も
たばこくなつて
イヤだな。

お客様との打ち合わせで



毎回たばこの
ニオイが気になる…。
取引先の喫煙者と
会うの、ユウウツ。

エレベーターで



息がたばこさいから、
エレベーターの中で
話しかけないでほしい…。

会食・宴会で



会食中のたばこ、
やめてほしいな。
外で吸っても、
すぐに戻ってこられたら
ニオイは残ってるし。

「分煙」だけでは、受動喫煙は防げません。

とくに、喫煙室や車内のような閉鎖空間での喫煙は、空気中の有害物質の濃度が非常に高くなり、壁や床などに蓄積された有害物質が髪や服に大量にこびりついてしまいます。喫煙者がそのまま事務所やエレベーターに入れば、周りの人も有害物質を吸いこむことになります。

だから → この機会に禁煙する!

→『吸うなら、45分前までに』のマナーを守りましょう。

- 事務所に入る ●エレベーターに乗る ●社用車に乗る
- お客様とのアポイントの ●会食・宴会の …

お近くの禁煙外来にすぐ相談!

医師の指導のもと禁煙補助薬を使い、無理なく禁煙できます。3ヵ月間に5回通院するだけで、7割の人が成功しています。一定の条件を満たせば、健康保険を使って治療できます。

事業所の健康づくりご担当者様へ

受動喫煙による健康被害を防ぐには、事業所ごとのルールづくりが近道です。できることからはじめましょう。

〈取り組み例〉

- 喫煙後45分間はエレベーター使用禁止／社用車使用禁止
- 社屋内禁煙 ●敷地内禁煙

参考

・全拠点をあげて喫煙スペースを削減中。地方では、14拠点中10拠点で社屋内禁煙を実施。

・2019年度、上期は毎月・下期は毎週、「禁煙デー」を展開(喫煙室を閉鎖)。

・喫煙者と面談のうえ禁煙希望者には
医療機関の紹介や禁煙相談を行うなど、個別支援も強化中。

豊田通商株式会社
の取り組み

豊通健保の補助で
無料or格安!

ご家族・任意継続被保険者のみなさんへ 年に一度は健診を受けましょう!

従業員(被保険者本人)は、年に一度の健康診断が法律で義務付けられており、ほぼ全員が受診しています。一方、ご家族(被扶養者)・任意継続被保険者のみなさんは、健診(人間ドック)受診率が低い傾向にあります。病気の早期発見・早期治療には、年に一度の健診が欠かせません。ご家族や任意継続被保険者のみなさんも、年度内に下記①～③のいずれか一つを必ず受診してください。



○:必須項目 / △:医師の判断に基づき選択的に実施する項目 / ×:実施しない項目

対象者	区分	①人間ドック	②地域巡回健診	③特定健診 (集合契約Aタイプ・Bタイプ)
		年齢	30歳以上	40歳以上
会 場	全国の契約健診機関 健保HPでご確認ください。 豊通健保 人間ドック 検索		全国の公共施設(公民館など) ご自宅に届いた案内にて ご確認ください。	全国の契約健診機関 健保HPでご確認ください。 豊通健保 集合契約 検索
自己負担額	5,000円(残額の4~5万円は 豊通健保が負担)		2,000円(残額は 豊通健保が負担)	無料
基本検査項目	理学的検査	○	○	○
	身体計測 (身長、体重、腹囲)	○	○	○
	血圧測定	○	○	○
	尿検査	○	○	○
	便潜血検査	○	○	×
	心電図検査	○	○	△
	血液検査	○	○	○
	胸部レントゲン	○	○	×
	胃部レントゲン	○	○	×
	腹部超音波検査	○	○	×
	眼底検査	○	○	△
	肝炎検査	○	○	×
	骨密度検査	○(50歳以上の女性が対象)	○	×
乳がん 検診	マンモグラフィ orエコー	○	○	×
子宮頸がん 検診	子宮頸部細胞診	○	○	×
申込方法	①保険証をお手元にご用意のうえ、健診機関に直接電話し、「豊田通商健保組合の人間ドック」と伝えてご予約ください。 ②当日、保険証を持参し窓口で5,000円をお支払ください。		①あまの創健より自宅に案内が届きます。 ②同封ハガキまたはWebにてお申込ください。 ③当日、直接会場へ。 ④健診結果に同封される振込用紙にて2,000円をお支払いください。 ⑤当院、「受診券」と保険証を持参して受診してください。	①豊通健保HPより「特定健診受診券申込書」を印刷・記入し健保に提出してください。 ②自宅に「受診券」が届きます。 ③保険証をお手元にご用意のうえ、健診機関に直接電話し、「豊田通商健保組合の特定健診」と伝えてご予約ください。 ④当院、「受診券」と保険証を持参して受診してください。

問合せ先 豊田通商健康保険組合

人間ドック・地域巡回健診 担当:山本 TEL:052-584-8912
特定健診 担当:出渕(でぶち) TEL:052-584-3294