

健保だより

2020-3 No.60

日本精機健康保険組合

令和2年度の 予算が 決まりました。

去る2月20日開催の第82回組合会におきまして、当健保組合の令和2年度予算が承認されました。健康保険料率、介護保険料率は変更しません。前年度予算比では保険給付費、保健事業費は増額となりましたが、保険料収入の増、別途積立金を繰入れての運営で予算編成を行いました。

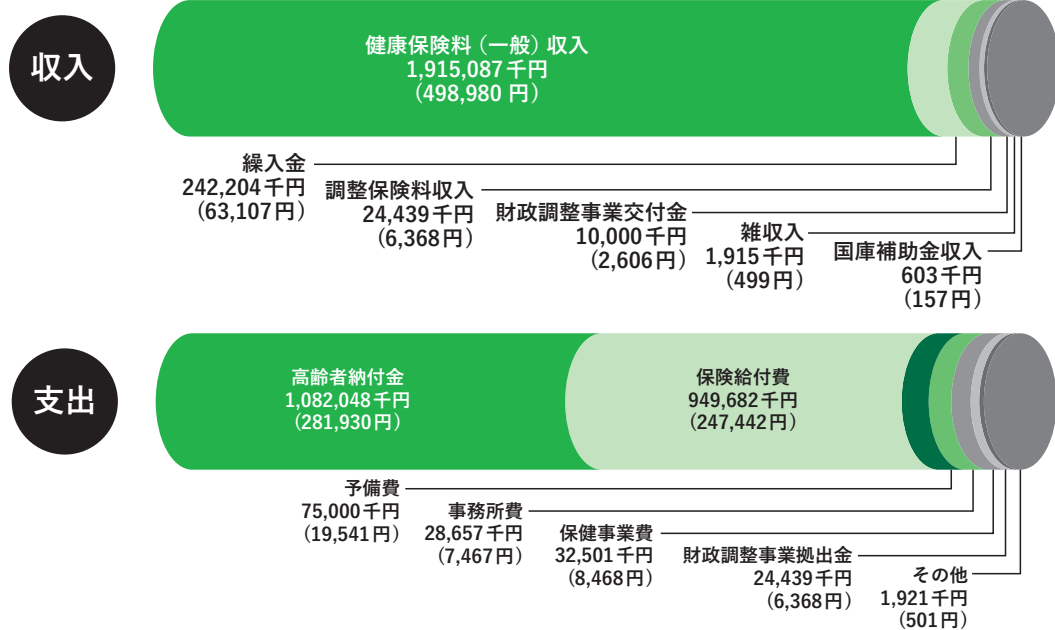
令和2年度収入支出予算

一般勘定

※()内は被保険者一人当たり予算

収入支出予算額
21億9,425万円

被保険者一人当たり
571,717円



介護勘定

収入支出予算額
2億5,840万円

被保険者一人当たり
118,259円



予算の基礎数値（一般勘定）

被保険者数	3,838人
平均年齢	41.7歳
扶養率	0.84人

予算内容



主な収入

●健康保険料収入

健保組合の収入の多くは皆さんからの保険料です。
保険給付費や高齢者医療制度及び保健事業等への支出に対応します。
新年度は、前年度予算比 1.0%増の1,915,087千円を見込みました。(収入全体の87.3%)

●別途積立金繰入

本年度は、前年度予算に対し、保険給付費、保健事業費等の支出が増額となったため、財産である別途積立金より242,204千円を収入として見込みました。(収入全体の11.0%)

●財政調整事業交付金

高額医療費の負担に応じて、健康保険組合連合会より交付される収入です。
財源は各健康保険組合が調整保険料相当分を健康保険組合連合会へ拠出しています。
新年度は、10,000千円を見込みました。(収入全体の0.5%)



主な支出

●保険給付費

皆さんやご家族が受診したときの自己負担以外の医療費の支払いや、出産・傷病時の手当金・埋葬費・高額療養費等各種給付金等の費用です。
新年度は、前年度予算比 4.3%増の949,682千円を見込みました。(支出全体の43.3%)

●高齢者医療制度等への納付金

健保組合では、65歳～74歳の医療費としての前期高齢者納付金、75歳以上の医療費としての後期高齢者支援金など、国への納付金が前年度予算比 9.2%減の1,082,048千円となる見込みです。(支出全体の49.3%)

●保健事業費

経済環境の不透明な状況の中、保健指導宣伝費、体育奨励費などは増額せず、疾病予防費の人間ドックは前年度 659人に対し718人と増員し、希望者全員を受け入れることとします。
なお、「特定健康診査・特定保健指導」は令和2年度は第3期計画の3年目になり、生活習慣病に着目した疾病予防の観点から、前年以上に実施率の向上を進めていきます。
今年度は、保健事業費全体では前年度予算比 5.7%増の32,501千円を計上しました。(支出全体の1.5%)

保険料率について

〈健康保険料率〉

一般保険料は、基本保険料・特定保険料に区分され、基本保険料は保険給付や事業運営にかかる費用、特定保険料は高齢者等の医療を支える納付金等にそれぞれ充てられます。内訳は変わりますが、健康保険料率(一般保険料率+調整保険料率)は前年度と同率です。

* 保険料率と負担割合

		被保険者	事業主	合計	負担割合
一般保険料率 ①	基本保険料率	20.610/1,000	20.610/1,000	41.220/1,000	折半
	特定保険料率	26.785/1,000	26.785/1,000	53.570/1,000	折半
	合計	47.395/1,000	47.395/1,000	94.790/1,000	折半
調整保険料率 ②		0.605/1,000	0.605/1,000	1.210/1,000	折半
健康保険料率 (①+②)		48.00/1,000	48.00/1,000	96.00/1,000	折半

〈介護保険料率〉

介護保険料率も前年度と同率としました。

* 保険料率と負担割合

	第2号被保険者たる被保険者	事業主	合計	負担割合
介護保険料率	7.50/1,000	7.50/1,000	15.00/1,000	折半

保健事業計画

区分	種 目	事業内容の概要	区分	種 目	事業内容の概要
特定健康診査事業費	1. 受診券	受診券の配布	疾病予防費	1. 人間ドック	40歳以上被保険者及び被扶養配偶者対象 申込者718名(前年比+59人)
	2. 特定健康診査	40歳～74歳の被保険者・被扶養者 300人(事業主健診除く)		2. 家庭常備薬の斡旋・補助	被保険者対象 ¥800/人の補助 (海外勤務者及び任意継続者除く)
特定保健指導事業費	1. 利用券	案内・利用券及び郵送代		3. インフルエンザ予防接種料補助	全被保険者・被扶養者対象 ¥1,000/人の補助
保健指導宣伝費	2. 動機付け支援	} 予定実施者数 220人	体育奨励費	1. 体育大会補助	} 休止
	3. 積極的支援			2. 体力増進助成金	
1. 共同保健指導宣伝費	健保連本部と共同事業	3. 「海の家」開設			
2. 組合機関紙(健保だより)	各事業所PDF配信	4. 冬山スキー			
3. 育児雑誌(赤ちゃんとママ)	赤ちゃんとママ月刊誌配布	5. 健康増進施設利用補助			
4. 生活習慣病予防セミナー開催	専門保健師招聘し、40～50人を対象				

主な保健事業のお知らせ

1. 特定健康診査について

- ・対象者：40歳以上75歳未満の被扶養者(家族)、任意継続の方(年齢はR3.3月末現在)
- ・受診可能期間：令和2年4月1日～令和3年3月31日
- ・R2.3月下旬、対象者全員に「特定健診受診券(セット券)」を配布します。
受診可能な健診機関に直接申込みのうえ、受診して下さい。
- ・費用負担：全額健保組合が負担します。(追加検査が発生した場合は自己負担になります。)
- * 詳細は受診券送付の際、同封する案内をご覧ください。

2. 特定保健指導について

- ・対象者：40歳以上75歳未満の被保険者(本人)及び被扶養者(家族)で健診の結果、特定保健指導(積極的支援、動機付支援)対象と判定された方
- ・対象者で事業所に勤務されている被保険者の方は、健康医学予防協会の保健師、管理栄養士等より指導を受けます。被扶養者、任意継続の方は保健指導が可能な健診機関で健保組合からの受診券(セット券)、または利用券を使用し、指導が受けられます。

3. 人間ドックについて

- ・R2年度の人間ドックはR1.11月に案内済、R2.1月に申込を終了しております。
- R3年度分は、R2.11月に案内を発出予定。
- 申込期間はR2.12.1からR3年1月中旬を予定しています。

4. 家庭常備薬の斡旋について

- (1) 対象者：当健康保険組合被保険者(海外勤務者及び任意継続者除く)
- (2) 実施時期：令和2年8月前半注文書回収～10月納品
- (3) 費用負担：一人800円まで健康保険組合が負担、800円を上回る分は自己負担で給与天引



5. インフルエンザ予防接種の補助について

- (1) 対象者：当健康保険組合被保険者・被扶養者(日本国内での接種に限る。詳細は別途案内)
- (2) 接種期間：令和2年10月1日～令和3年1月末日
- (3) 補助金額：一人年一回 1,000円

Check!

からだの健康は歯の健康から



80歳になっても自分の歯が20本以上あれば、入れ歯に頼らずいろいろな食べ物をバランスよく噛んで食べることができ、生活習慣病や肥満を予防することができます。ただし現状では80歳以上の平均歯数は13.9本で、20本以上の歯を保っている人の割合は38.3%です。健康寿命を延ばすためには、歯の寿命を延ばすことが重要になっています。



歯周病に要注意!

歯を失う最大の原因は「歯周病」です。

特に高齢になると歯周病で歯を失う比率が高くなります。

Help...



歯周病は、歯を支えている歯肉やあごの骨が徐々に破壊される病気で、正しい治療やケアをしないしていると歯がぐらぐらになって歯が抜け落ちることになります。

歯周病と生活習慣病、認知症との関係

生活習慣病

歯周病菌の炎症物質、歯の喪失等により以下のような病気を発症するリスクが高まります。



認知症

歯周病菌により脳内の認知機能が低下するといわれ、また歯が多く残っている人ほど認知症になりにくく、歯が20本以上ある人に対し歯がほとんどなく入れ歯も使っていない人は認知症になるリスクが約1.9倍というデータもあります。



歯周病を予防するために大切なこと

毎日のセルフケア

■しっかりブラッシングして口腔内を衛生に保ち、歯間ブラシも使って歯の間もきれいにしましょう。

- ①ブラッシングは弱い力で小刻み(2mm程度)動かす
- ②毛先は歯面に対し直角、歯と歯の間の境目は45度
- ③汚れが残る歯間、奥歯の噛み合わせ等は念入り

年に1回のプロフェッショナルケア

■年1回は歯科医院で歯科健診を受診し、歯周病、虫歯の早期発見と、以下のケアを行いましょう。

- ①歯磨きの実施状況チェック(磨き残しはないか、正しい歯磨きができているか)
- ②歯石の除去

禁煙する

■喫煙は歯周病の最大のリスクです。たばこに含まれる有害物質が歯周病を発症、悪化させます。

■また歯肉に炎症が起こっても出血しにくくなるため、気づかないうちに重症化します。