

216

平成30年4月

けんぽだより

大阪府建築健康保険組合

(富山県 朝日町のチューリップ畑)



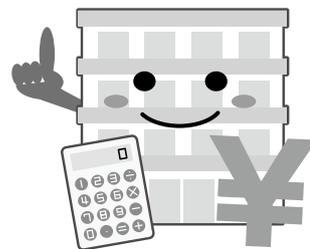
ご家庭にお持ち帰りになり皆さんでお読みください

平成30年度 予算のお知らせ

当健保組合の平成30年度事業計画・収支予算が、去る2月9日の組合会において可決承認されましたので、お知らせいたします。

● 予算総額 60億6,000万円

● 経常収支差引額 2億7,887万円



当健保組合の平成30年度収支予算は、昨年度同様に経常収支は黒字で編成することができましたが、高齢化等の進展による医療費の負担増や制度改革などによる拠出金の負担増を考えると、中長期的には楽観視できる状況ではなく、今後財政の健全化に向け更なる努力をしていきたいと考えています。30年度の事業計画では、特定健診・特定保健指導の第3期の実施計画がスタートし、データヘルス計画も本格実施期間に入ります。健保組合の役割として、保険者の基本的業務だけでなく、「保健事業等を通じた加入者の健康管理」や「医療の質や効率性向上のための医療提供側への働きかけ」なども強く求められています。保健事業・データヘルス計画等の保険者機能を更に充実させ、健保組合の有意性を高めていくと共に、これまでの取り組みを継続・発展させていくことが大変重要であると考えています。

平成30年度の健保組合財政においては、後期高齢者支援金の全面総報酬による拠出金負担の増加、短時間労働

者の適用拡大に伴う財政影響、介護納付金の総報酬割の拡大による負担増が想定され一層厳しさが増すものと危惧されています。更に、2025年度には団塊の世代がすべて後期高齢者に移行し高齢化がピークを迎えます。高齢者の増加で医療費が膨らむことにより、医療費総額は1.4倍の58兆円に、健保組合の拠出金負担は1.5倍程度まで増加すると推計されています。現役世代が高齢者を支えるという世代間の助け合いは不可欠ではありますが、保険料の半分以上を高齢者の医療費に拠出する状態では、高齢者医療制度を維持することは困難と言わざるを得ず、組合運営の将来に向けて大きな不安材料となっております。

厳しい財政状況の中でも、皆さまの健康を守るためにデータヘルス計画に基づき保健事業を実施してまいりますので、皆さま方も健康管理を通じて健保組合の事業運営にご協力くださいますようお願い申し上げます。

● 予算編成の基礎となった数字

● 被保険者数 10,600人 (男性8,350人、女性2,250人)

● 平均標準報酬月額 398,654円
(男性433,800円、女性265,259円)

● 総標準賞与額(年間合計) 9,463,049千円

● 平均年齢 45.68歳 (男性46.98歳、女性41.01歳)

● 被扶養者数 10,070人

● 前期高齢者加入率 6.16%

● 健康保険料率 1,000分の98.00
(事業主 1,000分の50.00、被保険者 1,000分の48.00)

● 一般保険料率 1,000分の96.70
(事業主 1,000分の49.34、被保険者 1,000分の47.36)

● 基本保険料率 1,000分の61.70
(事業主 1,000分の31.48、被保険者 1,000分の30.22)

● 特定保険料率 1,000分の35.00
(事業主 1,000分の17.86、被保険者 1,000分の17.14)

● 調整保険料率 1,000分の1.30

● 介護保険の対象となる被保険者数 9,146人

● 介護保険料率 1,000分の15.00
(事業主 1,000分の7.50、被保険者 1,000分の7.50)

平成30年度 収入支出予算概要

健康保険分

収入(千円)		被保険者1人 当たり収入額(円)	支出(千円)		被保険者1人 当たり支出額(円)
保険料	5,818,188	548,886	事務費	136,866	12,911
国庫負担金	2,237	211	保険給付費	2,989,200	282,000
調整保険料	78,470	7,403	納付金	2,092,298	197,387
繰入金	60,000	5,660	前期高齢者納付金	796,316	75,124
国庫補助金収入	1,303	123	後期高齢者支援金	1,268,533	119,673
財政調整事業交付金	61,000	5,755	その他の (退職者給付拠出金等)	27,449	2,590
施設利用料	32,899	3,104	保健事業費	334,088	31,518
雑収入・その他	5,903	556	財政調整事業拠出金	78,366	7,393
合計	6,060,000	571,698	連合会費	3,400	321
			積立金	60,000	5,660
			その他・雑支出等	48,120	4,540
			予備費	317,662	29,968
			合計	6,060,000	571,698
			経常収支差引額	278,875千円	

介護保険分

収入(千円)		支出(千円)	
保険料	608,153	介護納付金	637,170
繰入金	29,565	還付金	300
国庫補助金収入	8,280	積立金	7,530
雑収入	2	予備費	1,000
合計	646,000	合計	646,000

お子様が社会人になった時

健康保険の手続きはお忘れなく

この春、学校を卒業し社会人になられるお子様を持つ被保険者の方も多いことと思います。このような場合は、原則として5日以内に会社の担当者を通じて、「被扶養者(異動)届」に健康保険証を添えて健保組合に届け出をお願いします。

このほか、「被扶養者(異動)届」が必要なのは、赤ちゃんが生まれた時、あるいはご家族が結婚したり、亡くなられたりした時です。

「被扶養者(異動)届」の記載事項

- ・就職された時
 - ・赤ちゃんが生まれた時
 - ・お亡くなりになられた時
- 就職年月日
出生年月日
死亡年月日

任意継続被保険者の標準報酬(平成30年度)

任意継続被保険者の標準報酬月額額は、資格喪失退職時の標準報酬月額か、当組合の前年9月30日における全被保険者の標準報酬月額の平均額の、いずれか低い方の額を適用することになっています。昨年における平均額及び保険料は左記の通りです。

記

標準報酬の等級	第27等級
標準報酬月額	410,000円
標準報酬日額	13,670円
一力月の保険料	46,330円
一般保険料	40,180円
介護保険料	6,150円

*介護保険料は、40歳以上65歳未満の第一号被保険者に負担していただきます。

健康保険被扶養者の再確認について

被扶養者の再確認に際しまして、必要書類等ご用意をいただき、皆様方には何かとお手数をおかけいたしました。本当にありがとうございました。



データヘルス計画が第2期に これまで以上に健康への投資を

日本が直面している最も大きな社会環境の変化は高齢化です。高齢者の増加で医療費や社会保障費の増大が社会問題となっていますが、問題はそれだけにとどまりません。例えば、働く人の平均年齢は1970年代と比べると約7歳高くなりました。年齢が高くなるほど健康リスクは増加し、それに伴って労働生産性が低下することから、職場だけでなく社会全体で健康づくりに取り組む重要性が高まっています。

健康づくりの重要性の高まりを背景に、健保組合に策定と実施が義務付けられているのが「データヘルス計画」です。健診結果や医療費データの有効活用で健保組合が実施する保健事業の効果を高め、加入者の健康を守ることが目的です。保健事業の改善を確実に進めるために、PDC Aサイクルに沿って評価と改善を繰り返します。

健保組合は他の保険者に先駆けて平成27年度から第1期のデータヘルス計画を策定・実施してきました。平成30年度からは第2期に入り、第1期の取り組みから見えてきた課題

を踏まえて見直し、加入者全体の健康維持・増進につながる効果的な事業を実施していきます。事業主と協働するコラボヘルスについても、職場の健康課題の共有だけでなく解決に向けて取り組みます。

具体的には、特定健診・特定保健指導をはじめとするさまざまな保健事業を実効性の高いものにしていくことが必要になります。保健事業の対象となる皆さまも、健康について日頃から意識していただければと思います。健康意識の高まりが事業の効果を高めるからです。

データヘルス計画で目指しているのは、単に健康を守ることで医療費を減らすということではありません。大きな目標は、働く人とその家族の健康を守ること。職場の生産性を高め、高齢化や人口減少を乗り切るために社会全体の活力を維持することです。

健康づくりを「投資」として考えて、個人としても、社会としてもこれまで以上に積極的に取り組んでいくことが求められています。

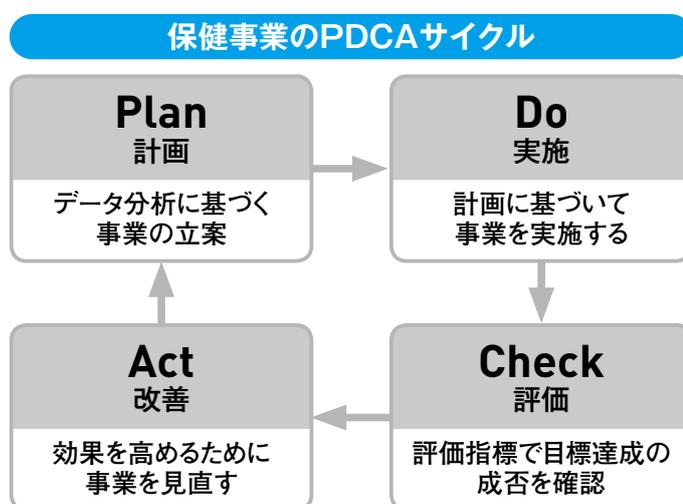
（ データヘルス計画 ）

保険者に作成が義務付けられているデータヘルス計画は、相互に連携する特定健診・特定保健指導の第3期に合わせて、第2期（平成30～35年度）に入ります。

▶ 健保組合などが策定する事業計画がデータヘルス計画

データヘルス計画とは、保健事業を効果的・効率的に実施するために、健康保険を運営する健保組合などの保険者が策定する事業計画です。特定健診などの健診結果や医療機関の受診状況などのデータを有効活用することで保健事業の効果を高めて、加入者の健康を守ると同時に医療費の適正化につなげることが目的です。

データヘルス計画では、事業を改善しながら継続的に実施していくために、計画（Plan）-実施（Do）-評価（Check）-改善（Act）を繰り返す「PDCAサイクル」に沿って保健事業を展開していく点が重要とされています。



▶ 当組合の平成30年度の主な取り組みについて

1. 特定健診受診率の改善に取り組みます。

- 特定健診受診券を自宅宛に送付します。
- 特定健診の一部負担金を無料にします。
- 事業所に被保険者と同様に被扶養者の健康診断受診奨励に協力を依頼します。
- 年初に受診奨励はがきを送付します。

2. 重症化予防対策に取り組みます。

- 生活習慣病の高リスク者並びに要精密検査・要医療の判定があるにもかかわらず未通院の方に、早期の医療機関受診を勧奨する文書等の通知を行います。
- 特定保健指導該当者及び一次健診実施機関に受診（実施）の通知を行います。

3. 喫煙対策に取り組みます。

- 禁煙希望者に対して「禁煙チャレンジ」を実施します。



健康保険

健康保険への加入

健康保険は、病気やけが、出産や死亡による不測の事態に備える公的な医療保険制度の一つです。財源の大部分は、皆さま（被保険者）と会社（事業主）が負担する保険料で賄われており、いざというときに安心して必要な医療等を受けることができます。



いざというときに 医療費等を給付する制度

健康保険は、会社で働く被保険者やご家族（被扶養者）の皆さまが、病気やけがをしたとき、また出産・死亡の際の出費を肩代わりするため、日頃から被保険者と会社（事業主）に保険料を負担いただき、それを財源にいざというときに医療費等を給付する制度です。

健康保険を使えば、医療費の一部を負担するだけで、必要な医療を受けることができます。負担する割合は年齢などによって異なり、左表のとおりとなっています。

健康保険組合は、皆さまの健康づくりをサポート

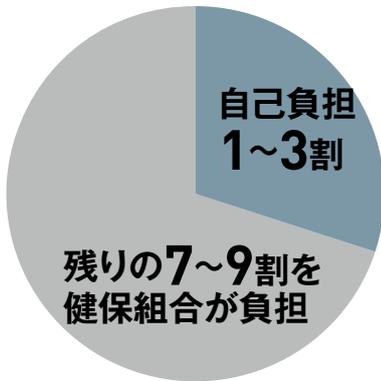
健康保険を管理・運営しているのが健康保険組合です。健康保険組合は、病気やけが等の保険給付を行います。それが、それ以外にも病気になるように

■医療費の自己負担割合

年齢	自己負担割合
小学校就学前	2割
6～69歳	3割
70～74歳	2割

※70歳以上で、現役並みの収入がある人は3割負担となります。また、平成26年3月までに70歳になっている軽減特例措置対象者は1割負担です。

■医療費の負担割合



医療費は、皆さまの大切な保険料で賄われています。限りある健康保険の財源を有効に使うために、一人一人が医療費に対するコスト意識を持ちましょう。

に被保険者やそのご家族の皆さまの健康づくりを目的としたさまざまな保健事業も行っています。

具体的には、健康や医療に関する情報を広報誌等で提供したり、健診や保健指導等を実施して、健康づくりをサポートしています。

日本は、世界でも有数の長寿国ですが、ストレス、過労、睡眠不足、運動不足や栄養過多といった、健康を損なう要素が日常生活にたくさん潜んでいます。そのため、健康保険組合の保健事業を積極的に利用して年に一度は必ず健診を受けるなど、自分の健康は自分自身で管理するという意識を持つことが大切になります。

健康の大切さやありがたみはそれを失ってから初めて気付くものです。後から悔やまないためにも、健康づくりを後回しにせず、今できることから始めて、生活習慣病等の発症予防に努めましょう。

健康保険組合が行う「保険給付」と「保健事業」

保険給付

病気やけがのとき、医療費の一部を負担するだけで必要な医療を受けられるようにします。



保健事業

特定健診、特定保健指導など、病気予防や健康づくりのための各種保健事業を実施します。





天満天神繁昌亭

好評の内に終わったNHK朝の連続テレビ小説「わろてんか」。明治後半から昭和初期に寄席小屋経営に奔走し吉本興業を創業した吉本せいをモデルにした物語です。舞台となったお笑いの本場・大阪の町を探訪しましょう。

JR東西線大阪天満宮駅からスタート。学問の神・菅原道真を

祀る大阪天満宮は、明治時代には天満宮の北側に芝居小屋や寄席が立ち並び、天満八軒と呼ばれて昭和初期まで芸能の町として賑わっていました。その1軒、第二文芸館をせい夫妻が買い取ったことから吉本興業の歴史が始まりました。ルーツを復活させようとして2006年に建てられたのが、上

◆ 吉本発祥の地・天満



【タイムスケジュール】

- Start
- ① JR大阪天満宮駅 5分
- ② 天満天神繁昌亭 5分
- ③ 天神橋筋商店街 15分
- ④ 中之島公園 30分
- ⑤ 船場界限 10分
- ⑥ 心齋橋筋商店街 15分
- ⑦ 戎橋 10分
- ⑧ 法善寺 20分
- ⑨ なんばグランド花月 5~10分
- Goal
- ⑩ 地下鉄なんば駅



天神橋筋商店街



法善寺の水掛不動



なんばグランド花月

◆ 船場でタイムトリップ

方落語の定席「天満天神繁昌亭」です(元の建物は向かいの駐車場あたり)。戦後、落語専門の小屋がなかった関西に60年ぶりに誕生し、現在もほぼ毎日営業して芸人達が生の落語を披露しています。ここからアーケードの長さは日

本一と言われる天神橋筋商店街を南下。大川にかかる天神橋を渡ると中之島に降りる階段がある。川べりの公園やバラ園でしばし休憩しましょう。その後、堺筋の難波橋を渡り、土佐堀通りを経て御堂筋へ向かいます。

御堂筋を南へ歩き、船場に向かいます。

船場は豊臣秀吉が大阪城築城の際に堺や京都から商人を呼

び寄せて以来、商人の町として栄えてきました。京都の老舗薬問屋に生まれたせいも娘時代、商家に勤め、夫の実家も米問屋を

◆ お笑いの聖地・道頓堀から千日前

営んでいました。現在は繊維や製菓などの会社や銀行、商社が建ち並ぶオフィス街ですが、北側界隈には芝川ビルや船場ビルディングなどかつての面影を残すレトロな建物が点在。雛祭りの時期

には旧家に伝わる雛人形を展示するところもあり、多くの人が見学に訪れます。地下鉄心齋橋駅を越えたあたりで人通りにぎやかな心齋橋筋商店街へ入っていきます。

心齋橋筋商店街を南に下り、アーケードの終わりを左に行くと宗右衛門町。一帯は大正・昭和期には劇場や料理屋、お茶屋が並んで大阪一の歓楽街でした。そ

の先、グリコの看板がお馴染みの戎橋を渡ると、道頓堀川の向こう側に広がるのが道頓堀。ここでも表通りには現存する中座や朝日座、角座など道頓堀五座の中

心に寄席小屋や劇場、映画館が林立。1本南、楽屋口に通じる狭い裏通りも芸人達が下駄の音を響かせながら行き来し、活況を呈していました。その一角、小説「夫婦善哉」で名高い法善寺の水掛不動尊でも芸人達がお詣りする姿が絶えなかったそうです。現在はお笑いの本場としての当時の隆盛は影を薄め、大阪名物や土産物を求めるインバウンドをはじめ観光客で大賑わいですが、奥まった路地には大正・昭和の懐かしい匂いが漂ってきます。

さらに南の千日前も、劇場街があったところで、芸人達が闊歩していました。さらに足を延ばし千日前通を越えて南に進むと、左になんばグランド花月があります。現在の吉本興業のホームグラウンドで、お笑い芸人たちが日夜芸を磨き、連日満員の観衆を楽しませています。

笑いをこよなく愛した素人の女性が笑いをビジネスにすることに成功。多くの芸人を日本中に送り出し、大阪文化のお笑いを広く定着させたその足取りを辿り、元気を得たことでしょうか。帰路に着くなんば駅など各駅はすぐ近くです。

健康寿命の延伸と医療費の適正化を進めるため、今年度も特定健診や特定保健指導など、「データヘルス事業計画」に基づく効果的な保健事業を実施いたします。

疾病予防（健康診断）

当組合健康管理センター及び健診委託契約機関等で実施いたしますが、お近くに委託契約機関がない場合は、健診費用を補助いたします。

- ① **一般健診** 被保険者全員に法定健診と同程度の内容で実施
※労働安全衛生法に基づく一般健診は基本、年齢を問わず全項目を実施することとなりました。（ただし医師が認めた場合においてのみ項目の省略は可能）
- ② **入社時健診** 労働者を雇い入れた時に実施
- ③ **事業主健診** 事業主を対象に実施
- ④ **生活習慣病健診** 35歳以上の被保険者・被扶養者に実施
（40歳以上の希望者に眼底検査・便潜血検査を追加）
- ⑤ **人間ドック健診** 35歳以上の被保険者・被扶養者に実施
（健診機関が実施する「半日人間ドック」以上の内容）
※当健康管理センターでは設備並びに他の健診の関係で実施できません。
- ⑥ **消化器検診** 被保険者（年齢不問）に実施
- ⑦ **精密・管理** 上記健診の二次検査（特殊検査（胃カメラ・大腸カメラ・CT・MRI等）は除く）
- ⑧ **健康相談** 内科・眼科・消化器・循環器等に関する健康相談
- ⑨ **データヘルス計画**
 - **重症化予防対策事業** 年々検査数値が悪化傾向の方・改善されない方、要精密検査・要治療の判定があるにも関わらず未通院の方に文書等の通知を実施
 - **禁煙チャレンジ** 喫煙者の減少を図り健康増進に寄与することを目的とした「禁煙チャレンジ」を実施
 - **その他** 事業所と協働して健康管理・増進につながる事業を実施



疾病予防（その他の事業）

- ⑩ **肥満予防対策** 春季・秋季にウォーキングキャンペーンを実施
- ⑪ **かぜ・インフルエンザ予防対策** 風邪ひきゼロ運動を展開し、インフルエンザ予防接種を受けた被保険者・被扶養者に、一人につき1,500円までの実費を補助
- ⑫ **婦人科検診（乳がん・子宮がん）** 女性被保険者並びに35歳以上被扶養者を対象に年一回、各1,500円までの実費を補助
- ⑬ **ファミリー健康相談事業** 24時間年中無休で医師やカウンセラーが応急処置や家庭介護他健康全般に関する電話相談を実施
- ⑭ **その他** 家庭常備薬斡旋（春季・秋季・冬季の3回家庭常備薬等を斡旋）

新規委託契約健診機関

健診機関名	所在地	TEL
クロス病院健診センター	151-0072 東京都渋谷区幡ヶ谷2-18-20 ケイオービル2F	03-3376-6450
(医)高友会 アルシェクリニック	330-0854 さいたま市大宮区桜木町2-1-1 アルシェ8・9F	045-640-6561

※埼玉県地区の大宮中央総合病院の契約は終了いたしました。

保健事業のご案内

保健指導宣伝

- ① 広報誌の発行等…………… 機関紙「けんぽだより」を年3回全被保険者に作成配布
- ② 諸事業指導宣伝…………… ホームページの管理監修等
- ③ 疾病予防パンフレットの配布…………… 保健衛生に関するパンフレットの配布
- ④ 医療費のお知らせ…………… 1年間に使った保険診療の額を被保険者に通知
- ⑤ ジェネリック医薬品推進事業…………… 新薬から後発医薬品に切り替えることによる医療費の差額を通知
- ⑥ 保険推進委員会・担当者説明会の開催…………… 研修会や事務講習会を年3～4回開催
- ⑦ データヘルスの推進…………… データヘルス計画を推進するために各種データを分析するプログラムの作成や機器の整備を実施



体育奨励

- ① 水泳プール利用券の交付…………… 3施設を対象(予定)
- ② スポーツクラブ「ルネサンス」…………… 法人会員価格で利用

保養所

- ① 契約保養所…………… 保養を目的とした国内旅行に対し、1人1泊につき1,000円年度間3泊を限度に補助金を支給
- ② 個別契約保養所等…………… かんぽの宿、健保連共同利用保養所、船員保険保養施設

健保会館

- 集会施設…………… 事業所・組合員の集会、研修会、講習会等会場に貸出

貸付事業

- ① 高額医療費…………… 高額療養費支給見込額の8割相当額を無利子で貸付
- ② 出産費…………… 出産育児一時金(同家族)支給見込額の8割相当額を無利子で貸付

特定健康診査

40歳以上の被保険者、被扶養者を対象に実施…………… 自己負担無し
 但し、強制適用被保険者は法定健診が優先
 近畿協出張健診・集合契約A・B(受診券)・補助金制度の各案内
 データヘルス計画重点課題として受診率改善のために諸施策を講ずる



特定保健指導

上記40歳以上の特定健診受診者から、健診結果に応じてメタボリックシンドロームのリスク別に、3つのグループ(情報提供・動機付け支援・積極的支援)に分けて実施…………… 自己負担無し

禁煙治療で

禁煙を成功させよう!



職場や公共施設、レストランなど、喫煙できる場所がどんどん減っています。喫煙場所を探すのに苦労し、さらに肩身の狭い思いをするよりは、**禁煙成就を!**

今からでも遅くない! できるだけ早く禁煙を

タバコには有害物質が200種類以上も含まれ、そのうち発がん物質は約40種類といわれています。喫煙は、これらの物質を煙で体内に吸収させていることになりま。[この飲み物にはたくさん有害物質が入っています]と説明を受けて、それでも飲む人はいます。タバコを吸うのは毒を飲むのと同じなのです。

喫煙はCOPD(慢性閉塞性肺疾患)や脳卒中、心筋梗

塞など、数え切れないほどたくさんの病気を引き起こすことが分かっています。突然死を招くような生命に関わる恐ろしい病気も多数含まれます。

今からでも決して遅くありません。禁煙で有害物質を断ち、健康な体をつくりましょう。そのためには医療機関で禁煙治療を受けるのが確実です。

禁煙のこんな **良いコト!**

1. 肌荒れが解消され若さが保てる
2. タバコの臭いで嫌われなくなる
3. 食べ物の味が分かり食事がおいしくなる
4. 階段を急いで上っても息切れしにくくなる
5. 家具や壁などにヤニが付かず清潔に
6. タバコ代が大幅に節約できる



タバコのこんな **悪いコト!**

1. 肌の老化が進み老け顔になる
2. 独特のタバコ臭が周囲の人を不快にさせる
3. 血管の収縮と活性酸素で動脈硬化が進行
4. 気管支の炎症で、呼吸機能が低下する
5. タールなどの発がん物質が体内に吸収される
6. 1日1箱でタバコ代は年15万円以上

禁煙チャレンジのご案内

当健康保険組合ではデータヘルス事業の一環として、禁煙を希望する方に対して支援を行い、喫煙者の減少を図り健康増進に寄与することを目的とした「禁煙チャレンジ」を実施します。この機会に禁煙にチャレンジしましょう。

参加資格 当組合の20歳以上の禁煙にチャレンジしたい被保険者

実施期間 任意の日から3ヶ月(90日)間

実施方法

禁煙チャレンジ参加者は、「禁煙宣言書」に記入し、事業所ご担当者様を通じて当組合までFAXにて提出していただけます。

任意の日から連続した3ヶ月(90日)間の禁煙にチャレンジし、「記録シート」に日々の記録を記入していただきます。3ヶ月(90日)間の禁煙に成功された方は、「記録シート」を事業所ご担当者様に提出し、署名していただき当組合までFAXにてご提出してください。

「禁煙宣言書」および「記録シート」の内容を当組合で確認後、事業所を通じて記念品を進呈させていただきます。

「禁煙宣言書」「記録シート」等はホームページに掲載しておりますのでご覧ください。



30年4月

ホームページをリニューアルしました!!

ホームページアドレス

<http://www.kenchiku-kenpo.or.jp>