

健保ニュース

秋

2014

平成25年度 決算のお知らせ

決算の概要について

当組合の平成25年度決算は、予算時点で予定したとおり法定準備金から2億6,000万円を繰入れて運営し、収入総額は51億632万円、支出総額は50億3,639万円となりました。収支の結果、収入が支出を約6,993万円上回りました。しかし、繰入金を除いた実質収支は1億9,007万円の赤字となりました。

現在、流用可能な法定準備金は残り少なくなっており、平成26年度は保険料率の引上げを行いました。健保財政の厳しさは、今後さらに増していく方向にありますので、次年度以降も保険料率の引上げが想定されます。

一般勘定（健康保険）決算について

収入の部

保険料収入は、保険料率を前年と同率で徴収しましたが、被保険者数の減少により47億9,594万円となり、前年度比で99.2%と減少しました。法定準備金からの繰入金、その他収入を加えた収入総額は、51億632万円となりました。

支出の部

医療費や出産時の一時金、手当金などの保険給付費は、全体で27億4,389万円となりました。対前年度比104.7%の伸展で、金額にして1億2,201万円の増加となります。

また、高齢者医療制度等への各種支援金・納付金は、全体で20

億9,572万円となりました。これは対前年度比106.0%の伸展で、金額にして1億1,782万円の増加となります。

人間ドックやがん検診などの疾病予防事業や保養所運営などの事業にかかる保健事業費は、人間ドック受診者の減少、契約保養所の廃止等により5,038万円となり、前年度より1,710万円減少しております。以上の支出にその他支出を加えた支出総額は、50億3,639万円となりました。

なお、収支差となる6,993万円の決算残金については、一部を除き、すべて法定準備金に繰り入れました。

介護勘定決算について

介護保険は、支出額（介護納付金）が当初から定められており、その支払いに足りるだけの保険料収入（介護保険収入）を得るための保険料率を設定し、介護納付金を国に納めています。

保険料収入等の収入額は4億8,396万円、介護納付金等の支出額は4億7,044円となりました。その収支差（収入超過）である1,352万円は、全額を介護法定準備金に積み立てました。

決算後の保有財産について

決算の結果、当組合が保有する財産の状況は、任意の積立金である「別途積立金」が0円、法定の積立金である「法定準備金」が10億772万円となりました。なお、この法定準備金額は、年度

末において当局から求められている基準額の116.68%に当たり、1億4,399万円の超過状態にあります。

今後に向けて

以上のとおり、「当組合の財政状況はきわめて厳しい状況にある」といえます。その大きな原因が高齢者医療制度の運営における国の制度設計にあるとはいえ、健保組合側での対策も当然必要となります。被保険者の皆様方には大変厳しいお願いですが、現行の高齢者医療制度への過重な納付金負担が続く限り、健保組合では保険料率の増額改定を続けざるを得ない状況にあることを十分ご理解願います。

しかし、何といたっても支出の多くを占める保険給付費の増加をいかに抑えるかが健保組合にできる一番の課題となります。平成26年度は、事業主との「健康管理事業推進委員会」の体制を整備し、年4回開催を予定しています。その中で、事業主と連携して医療費削減・疾病予防対策に取り組んでおりますが、被保険者の皆様方には日頃のセルフメディケーションも大切なポイントとなりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

データヘルス計画について

健保組合は、平成27年度より加入者（従業員）の医療機関からの受診データと健診結果データを分析し、各健保組合の状況に応じた「データヘルス計画」の実施が求められています。その推進に当たっては、事業主との十分なコラボレーションを図ることとされています。平成26年度中にすべての健保組合が計画を策定することとされ、現在、当組合でもその準備を進めています。

なお、データヘルス計画は、安倍首相を議長とする産業競争力会議の成長戦略の一環として行われるもので、「個人・保険者・企業の健康管理の意識・動機づけを高めること」とともに「国民の健康寿命の延伸」を目的とした新たな取り組みの一つです。

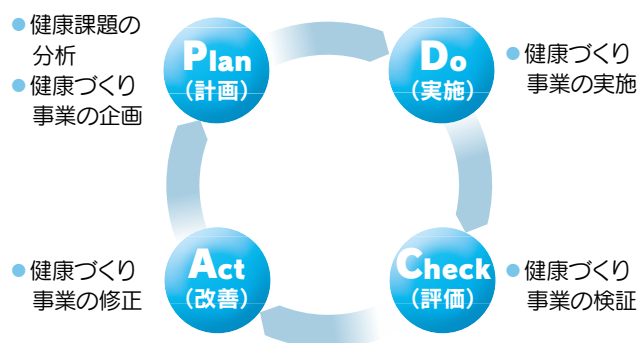
データを分析して、 最適な健康づくり事業へ

平成 26 年度中に、すべての健保組合に「データヘルス計画」の策定が求められています。
実施は平成 27 年度からですが、当組合の健康づくり事業も「データヘルス計画」に基づくものになります。

今までの健康づくり事業とどうちがうの？

健保組合ではこれまでも、皆さんの健康度向上をめざして、効果的な健康づくり事業に取り組んできました。平成 27 年度以降は、健診結果のデータと医療機関からの診療報酬明細書（レセプト）のデータを分析して健康課題を明確にし、目標値などを設定して健康づくり事業を計画します。また、事業を行えばなしにせず、効果の測定と評価を行い、必要に応じて事業を見直していきます。

データ分析に基づいた計画を、PDCAサイクルを回しながら行うという点が従来と異なりますが、今までとまったくちがう事業をするわけではありません。

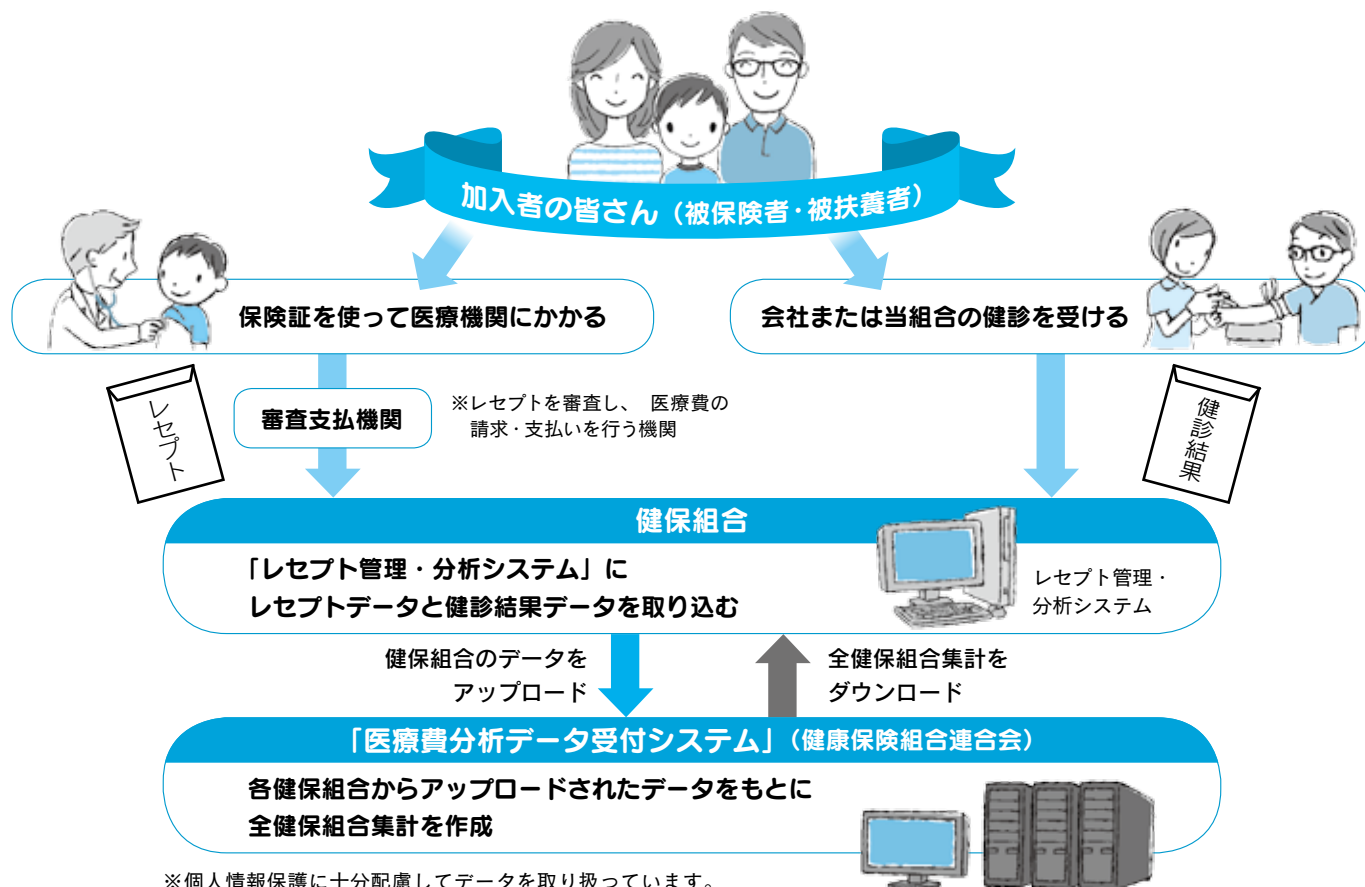


データ分析には全健保組合共通のシステムを使用

平成 26 年度から、すべての健保組合共通の「レセプト管理・分析システム」が導入されています。各健保組合は、レセプトデータと健診結果のデータをシステムに取り込み、「医療費分析データ受付システム」にアップロードします。こうして各健保組合から医療費と健診結果のデータが集まりデータベース化されます。

データベースを活用すれば、全健保組合集計との比較や同業・同規模の健保組合との比較で個々の組合の特性と健康課題が明らかにできます。

なお、特定健診・特定保健指導は従来どおり実施します。年 1 回の健診は健康管理の基本で、データヘルス計画の基礎データでもあります。必ず受診するようにしてください。



プラス・テン

+10で健康寿命をのばしましょう!

ふだんから元気からだを動かすことで、最近話題のロコモティブシンドローム^{*1}のほか、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、うつ、認知症などになるリスクを下げることができます。厚生労働省は健康づくりの身体活動指針「アクティブガイド」を公表し、健康寿命^{*2}をのばすため、今より10分多く毎日からだを動かすことを推奨しています。

*1「ロコモティブシンドローム(=ロコモ)」

骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなることで、自立した生活ができなくなり、介護が必要となる危険性が高い状態を指しています。

*2「健康寿命」

健康日本21(第二次)では、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」としています。



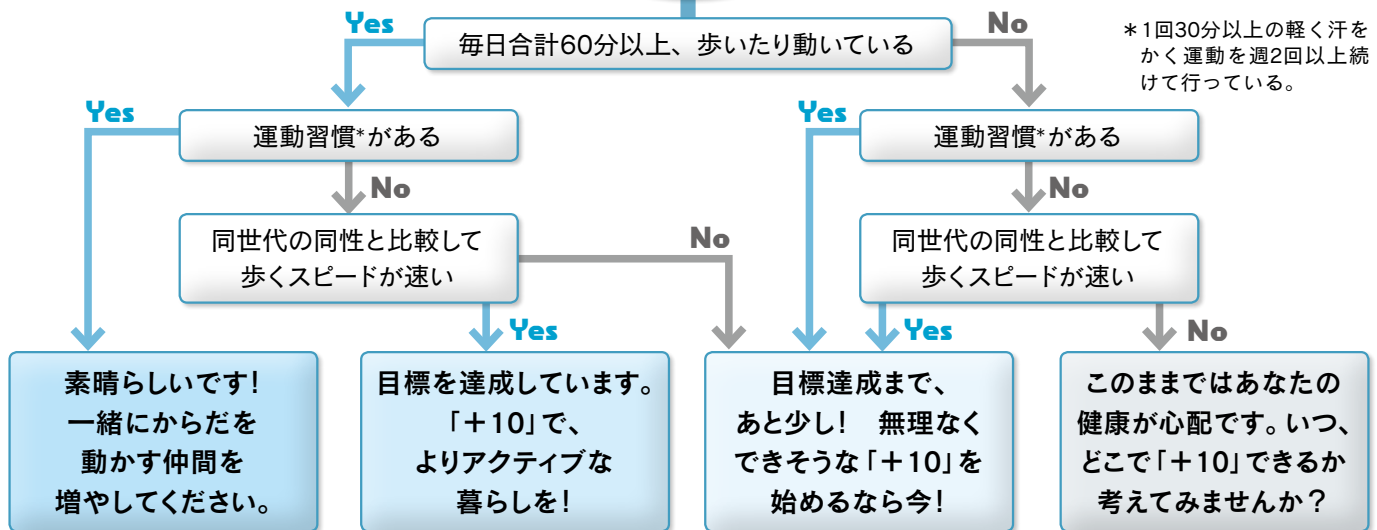
プラス・テン

+10にチャレンジしよう!

今より10分多くからだを動かすことで「健康寿命」をのばせます。「+10」にチャレンジしましょう。目標は1日合計60分、元気にからだを動かすことです。高齢者の方(65歳以上)は1日合計40分が目標です。筋力トレーニングやスポーツなどが含まれると効果的です。

●あなたの健康のための身体活動度をチェック!!

スタート



一人でも多くの家族や仲間と「+10」を共有しましょう。楽しさや喜びが倍増します。



体力アップを目指しましょう!

18 ~ 64 歳

1日合計60分、運動で体力アップを。ウォーキングなら1日8,000歩が目安です。

65 歳以上

じっとしている時間を減らして1日合計40分は動きましょう。

今より少しでも長く、少しでも元気にからだを動かすことが「+10」!

例)

- 歩幅を広くして、速く歩いて「+10」!
- 自動車は使わずに歩いたり、自転車で移動して「+10」!
- テレビを見ながらなど、ながらストレッチで「+10」!

からだを動かす機会や環境は、身の回りにたくさんあります。ご自身の生活や環境を振り返ってみましょう。



「高血糖」はなぜ怖い？

高血糖が恐ろしいのは自覚症状のないまま血糖値が上昇すると糖尿病になってしまうからです。高血糖の状態がからだに及ぼす影響をクイズで検証してみましょう。

① そもそも「血糖値」って何？

答え〔選択式〕

- ①血液中に含まれる甘味のこと
- ②血液中に含まれるブドウ糖のこと
- ③血液中に含まれる脂質のこと

解答欄

☐

解説

血糖とは血液に含まれるブドウ糖のことで、私たちのからだが活動するために必要なエネルギー源です。ご飯やパンなどの炭水化物(糖質)は、体内に取り入れられると分解されてブドウ糖となり、小腸で血液中に吸収されて肝臓に送られます。肝臓はブドウ糖を血流に乗せ全身に供給し、活動のエネルギーとして使えるようにします。

② どうして高血糖になるの？

答え〔選択式〕

- ①脂肪がたまって血管が細くなり、流れる血液の量が減るから
- ②血圧が高くなって、肝臓が正常に機能しなくなるから
- ③インスリンの分泌や働きが悪いと、ブドウ糖の利用や貯蔵がうまくいかず、血液中にたまるから

解答欄

☐

解説

血糖値は、インスリン(すい臓のβ細胞から出るホルモン)によって、一定の範囲内にコントロールされています。しかし、食べすぎや運動不足、ストレス、遺伝的な体質などによってインスリンの分泌量が減ったり働きが悪くなると、ブドウ糖をエネルギーとしてうまく使えなくなります。こうして血液中のブドウ糖が増えると高血糖になります。また、空腹時にも下がりにくくなります。

③ 高血糖はどうして危険なの？

答え〔〇×式〕

軽度の高血糖を放置すると、糖尿病となり、動脈硬化が進むから



解答欄

☐

解説

高血糖が恐ろしいのは、自覚症状がないまま血糖値が上昇し、糖尿病になってしまうからです。血糖値の高い血液が流れると血管は傷みやすくなります。

高血糖の状態が続くと、糖尿病の合併症として糖尿病性網膜症(目の病気。進行すると失明すること)、糖尿病性腎症(腎臓の病気。進行すると人工透析が必要になることも)、糖尿病性末梢神経障害(足のしびれから始まり、次第に感覚障害となり、放置すると壊疽となる場合も)が発症、進行します。

クイズの答え

① ②

③

③ ○

特定保健指導対象者となる高血糖の判定値

空腹時血糖値 100mg/dL以上 または
ヘモグロビンA1c 5.6%以上 (NGSP)

※血糖値は食後に上がって空腹時に下がります。このため、空腹時の血液中のブドウ糖量(空腹時血糖)と、過去1～2カ月の血糖値の状態(ヘモグロビンA1c)の両方または、いずれかの検査をします。

受診勧奨となる高血糖の判定値

空腹時血糖値 126mg/dL以上 または
ヘモグロビンA1c 6.5%以上 (NGSP)

日本糖尿病学会「糖尿病治療ガイド」等の各判定基準より

※受診勧奨値を超えている方はお医者さんへ。自分の健診結果を確認しましょう！