

第149回
組合会報告

2023年度予算のお知らせ

2023年2月9日に第149回組合会が開催され次の2023年度収入支出予算などの議案が全会一致で可決・承認されました。今回の組合会は、新型コロナウイルス感染症防止対策のため、WEB会議にて開催しました。

- 議案1号 2023年度収入支出予算の件 … 賛成19名・反対0名
- 議案2号 2023年度保健事業計画の件 … 賛成19名・反対0名
- 議案3号 理事長専決承認の件 … 賛成19名・反対0名
- 議案4号 組合規程一部変更の件 … 賛成19名・反対0名
- 報告1号 監事監査実施結果について
- 報告2号 準備金の運用について



2023年度収入支出予算

■健康保険

○2022年度見込 — 経常収支は約1,700万円黒字の見込みです

- (収入) 保険料収入は予算に対して被保険者が減少(約▲12%)し、大幅に減収の見込みです。
- (支出) 保険給付費、保健事業費も被保険者減少に比例し予算比で減額の見込みです。しかし、保険給付費の被保険者一人当たり金額は、増額(4.5%)の見込みです。
- (収支) 総収支は約7,800万円(前年度の繰越金5,000万円を含む)の黒字見込みです。

○2023年度予算 — 保険料率の変更はありません (本人 5.1%、会社 5.4%、計 10.5%)

- (収入) 保険料収入は前年に引き続き被保険者減少で前年見込みに対して減収の予算です。
- (支出) 保険給付費の被保険者一人当たり金額は前年見込比減額し、全体でも被保険者の減少で減額の予算です。納付金は前期高齢者納付金が大幅に増額の予算です。
- (収支) 経常収支は約2,600万円の黒字予算です。

■介護保険

○2022年度見込 — 収支は約260万円黒字の見込みです。

- (収支) 予算に対して被保険者が大幅に減少しましたが収支は黒字の見込みです。

○2023年度予算 — 保険料率の変更はありません (本人 0.85%、会社 0.90%、計 1.75%)

- (収支) 保険料収入は減収見込みですが、納付金も減額される見込みで約2,100万円の黒字予算です。

2023年度保健事業計画

- 疾病予防強化を行い、健康促進と疾病の重症化予防により医療費の削減を図ります。
定期健康診断・巡回検診等を通して健康志向を高め、疾病の早期発見と治療により重症化を未然に予防することを推進します。
- 特定保健指導の実施率向上で、生活習慣病の改善を推進します。
定期健康診断で生活習慣病リスクに該当した方への保健指導実施率目標を45%に定め取り組みます。これまで「動機付け支援レベル」の方に通知しましたが、本年度は「積極的支援レベル」の方へも通知し、事業を拡大して実施します。

◎健保ニュースレターは電子化推進の一環として東武流通健康保険組合のホームページにも同時掲載しています。

出産育児一時金の増額について

出産育児一時金制度とは、出産に関する費用負担の軽減のために、公的医療保険(健康保険、共済など)から出産時に一定の金額が支給される制度です。なお、出産のために仕事を休む期間に支給を受けられる「出産手当金」(産休手当)とは別の制度です。

- 対象者 — 公的医療保険の被保険者または被扶養者で、妊娠4カ月以上で出産をした方が対象です。早産、死産、流産、人工妊娠中絶の場合も支給対象です。公的医療保険には、国民健康保険や会社などを通じて加入する健康保険組合、共済組合などが含まれます。
- 支給額 — 1児あたり42万円(改正後50万円)です。ただし、在胎週数が22週に達していないなど、産科医療補償制度加算対象出産ではない場合は、40.8万円(改正後48.8万円)となります。支給を受けるための手続きには、3つの方法があります。どの方法でも支給される金額は同じですが、医療機関によって対応する方法が異なるため、出産予定の医療機関にご確認ください。

◎4月より健康保険法の改正で増額になります(42万円 → 50万円)

子ども1人当たりの支給額が現在の原則42万円から50万円に引きあがります。子育て支援の強化が目的です。出産育児一時金は、健康保険組合などが支払う保険料が財源で、出産時の経済的負担を軽減するために支給されます。出産費用をあらかじめ用意しなくても済むよう、医療機関に直接費用が支払われる仕組みもあります。ただ、近年の出産費用の増加を受け、子育て世帯の負担は増えています。厚労省によると、21年度の平均出産費用は約47万円で、現在の一時金の額を上回っていました。さらに、東京都など首都圏では平均費用が50万円を超える地域もあります。



食生活で健康づくり

◆高血圧等の生活習慣病につながる「食塩」◆

- ◆「食塩」と血圧の上昇には密接な関係があります。年をとると血圧が上がるのは加齢現象だけではなく、長い期間に摂取した食塩量が大きな影響を及ぼし、塩分の多い食事を続ければ、早期に高血圧になります。
- ◆高血圧は血管に負担がかかり心疾患や脳血管疾患のリスクに、また高塩分食品の過剰摂取は胃がんのリスクと、食塩は生活習慣病に強く関与しています。

(監修) 東武食品サービス(株)
総務部課長
管理栄養士 磯川文代さん

1日の塩分摂取量の目標値 (日本人の食事摂取基準2020年版)

男性7.5g未満、女性6.5g未満、高血圧の人では6g未満です。
しかし実際は平均10g程度で目標値より高く、摂り過ぎています。減塩に努めましょう。



《減塩のポイント》 調味の塩分と隠れた塩分、双方からの減塩が必要です

- 食塩、醤油 … 日本人は醤油や味噌などの調味料から多くの塩分をとっています。使用量を少量にすること、また減塩タイプがおすすです。焼き目の香ばしさや、香辛料、酢やレモンの酸味で補う工夫をしましょう。
- 漬物 …… 漬物はたくわん2切(約15g)で食塩1g前後と塩分が多い食品です。おかずではなく嗜好品と考えると常食しないことが大切です。
- 味噌汁 …… 味噌汁はお椀1杯で約2gの食塩を含みます。毎食ごとではなく1日1回、具たくさんにして汁を少なめにするのがポイントです。
- 主食 …… パンやめん類は多くの塩分が含まれています。食塩が含まれていないご飯を主食の基本としましょう。めん類を食べる時は汁を残しましょう。半分残すと2〜3gの減塩になります。(例:食パン6枚切1枚 塩分0.6g)
- 加工食品 …… かまぼこ・ちくわなどの練り製品、つくだ煮、干物、魚の塩蔵品やハム、ウインナー、ベーコンなどは塩分が多い食品です。食べる回数を減らしましょう。
- その他 …… 塩分は目に見えないところに意外に多く含まれています。生鮮食品からも1日2g前後の塩分をとるとされています。市販品を買う時は栄養成分表示を確認しましょう。

《おすすめの栄養素》

- カリウム、食物繊維 ※腎臓の悪い人はカリウムの摂りすぎに気を付けましょう。体内の塩分を排出する働き。血圧降下作用があります。カリウムはどの食品にもまんべんなく含まれますが、カロリーの少ない、野菜や果物、芋類、海藻等がおすすです。しかし、カリウムは水溶性のため、野菜を水に浸す、茹でる等の調理方法で水に流れ出てしまいます。炒めたり、レンジ加熱等、調理方法を工夫する必要があります。



健保NewsLetterへのお問い合わせは東武流通健康保険組合までお願いいたします。

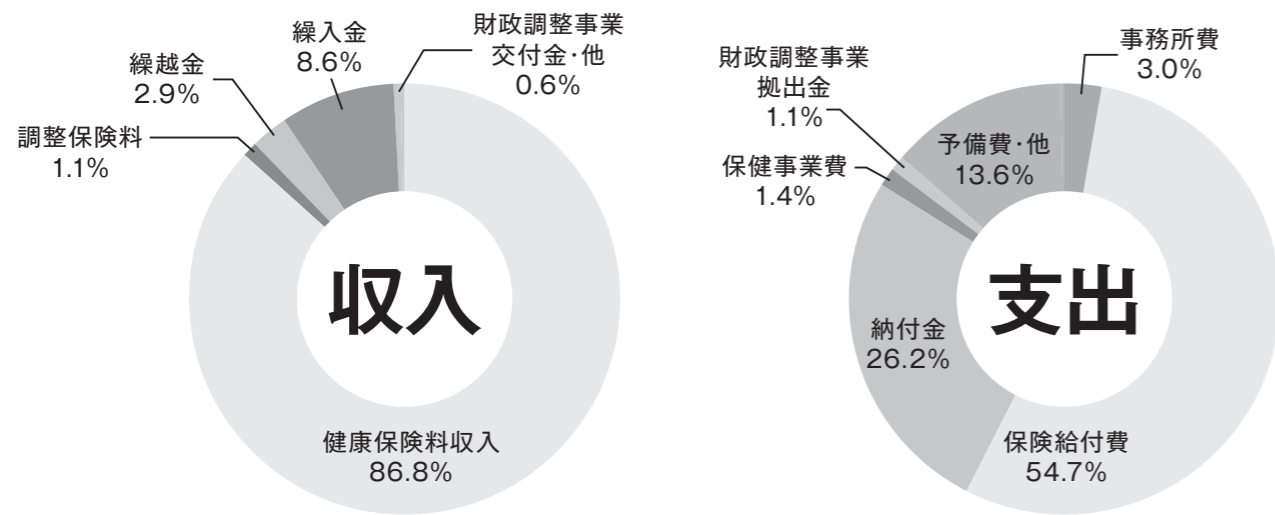
住所 〒171-0021 東京都豊島区西池袋3-29-12 電話 03-3988-9327 Fax 03-3988-1964
ホームページ <http://www.toburyutsukenpo.jp> メールアドレス office@toburyutsukenpo.jp

2023年度予算概要

科目別予算額(健康保険)

収入			支出		
科目	予算額	被保険者1人平均額	科目	予算額	被保険者1人平均額
健康保険料収入	1,510,036千円	354,302円	事務所費	52,789千円	12,386円
調整保険料	18,512	4,344	保険給付費	951,692	223,297
繰越金	50,000	11,732	納付金	455,640	106,908
繰入金	150,000	35,195	保健事業費	24,062	5,646
財政調整事業交付金	9,001	2,112	財政調整事業拠出金	18,512	4,344
その他	1,798	422	予備費	235,431	55,240
			その他	1,221	286
計	1,739,347	408,106	計	1,739,347	408,106

科目別構成比(健康保険)



収支推移(3年間) (健康保険)

(百万円)

年度	2023年度(予算)		2022年度(見込)		2021年度(決算)		
	金額	前年比	金額	前年比	金額	前年比	
保険料率	10.50%		10.50%		10.50%		
科目	金額	前年比	金額	前年比	金額	前年比	
収入	保険料収入	1,510	98.2%	1,538	87.1%	1,766	94.7%
	繰越金・繰入金	200	400.0%	50	100.0%	50	-
	補助金他	29	107.4%	27	61.4%	44	129.4%
	計	1,739	107.7%	1,615	86.8%	1,860	96.1%
支出	保険給付費	952	91.2%	1,044	91.0%	1,147	102.0%
	納付金	456	113.2%	403	81.3%	496	80.5%
	保健事業費・予備費他	331	367.8%	90	91.8%	98	98.0%
	計	1,739	113.1%	1,537	88.3%	1,741	94.6%
総収支計	0	-	78	65.5%	119	125.3%	
経常収支	26	144.4%	18	36.7%	49	188.5%	

(介護保険)

(百万円)

年度	2023年度(予算)		2022年度(見込)		2021年度(決算)		
	金額	前年比	金額	前年比	金額	前年比	
保険料率	1.75%		1.75%		1.75%		
科目	金額	前年比	金額	前年比	金額	前年比	
収入	介護保険収入	175	97.8%	179	85.2%	210	94.6%
	繰入金他	0	-	0	0.0%	5	100.0%
	計	175	97.8%	179	83.3%	215	94.7%
支出	介護納付金	154	87.0%	177	83.9%	211	94.2%
	予備費他	21	-	0	-	0	-
	計	175	98.9%	177	83.9%	211	94.2%
収支計	0	-	2	50.0%	4	133.3%	

重点事業 特定保健指導について

会社で行う健康診断の結果により40歳以上の方で生活習慣病の発症リスクが高い方及び生活習慣の改善で生活習慣病の予防効果が期待できる方を選定し、管理栄養士による法令に定められた保健指導で生活習慣を見直すための取り組みです。

みなさまからお預かりしている保険料は、病気やケガをしたときの医療費などが使用目的ですが、健康管理が不十分なことで生活習慣病になり治療が必要となるのはみなさまや会社・健保組合にとってマイナスとなります。特定保健指導は、健康保険組合とみなさまの会社と共同で進めていく事業です。対象者となられた方は、健保組合から送付された案内に対して必ずご返信をお願いします。

保健指導実施要項

◆対象者

40才以上の方で健康診断の結果、次の①に該当し、かつ②にも該当する方

- ①腹囲が男性85cm・女性90cm以上、もしくはBMI値 25以上の方
- ②血糖・脂質・血圧が1つ以上基準値を超える項目がある場合

※喫煙歴の有無で保健指導の内容が変わります。

◆目的

食事・運動等の生活習慣を見直すことで生活習慣病発症リスクを減少し健康的な生活を行うために実施します。

◆内容

- ①保健指導対象者へ案内文を送付(定期健康診断結果を配布した約1か月後)
- ②案内書を確認し、対象者ご本人が保健指導委託会社(ベネフィット・ワン)へ連絡をします。
- ③保健指導の面談方法(※スマホ型/訪問対面型)を選択し、保健指導を始めます。
- ④管理栄養士と面談を行い目標設定し、各自で食事管理、運動を実施します。
- ⑤保健指導期間が終了後、実施結果を報告して終了です。

保健指導 Q&A

Q1:保健指導の案内が送られてきましたが、受けなくてはいけませんか?

A1:健康診断の結果、生活習慣病発症リスクが高い方を対象に案内しています。保健指導を受けていただくことで疾病予防や医療費の軽減につながります。専門のスタッフ(管理栄養士)との面談方法も2種類あり本人の都合で選択できますので是非受けていただきたいと思います。

Q2:保健指導の実施率が低いと健保組合にペナルティがあるの?

A2:実施率の低い健保組合に対してみなさまが支払った保険料から高齢者医療を支えるために国へ納めている納付金の額に最大10%加算(ペナルティ)が課されます。(当健保は令和5年度予算で1%、約310万円が加算されました)逆に実施率が高いと納付金の額が減算される仕組みになっています。

Q3:保健指導の費用は自己負担がありますか?

A3:健康保険組合が全額負担します。一人に係る費用は面談方法と支援内容によって異なりますが14,000円~36,000円です。

