

ご家庭に  
お持ち帰り  
ください

## CONTENTS

### ●平成28年度決算のお知らせ

- ・夏以降の保健事業の取り組みについて
- ・マイヘルス・ウェブ (MHW) に登録しましょう!

第1333回組合会の報告

さる7月14日(金)午後2時から本社ビル701会議室にて、第1333回組合会が開催されました。組合会では次の5議案について健保議員の皆様(18名中17名出席)に審議いただき、いずれの議案も出席議員17名全員の賛成を得て、可決・承認されました。

(1)平成28年度収入支出決算(案) および事業報告書(案) 審議の件

平成28年度一般勘定(健康保険)の収支は、収入15億97百万円に対し、支出15億57百万円となり、3958万円の黒字となりました。



保険料収入は対前年度で33百万円下回りましたが、医療費の高騰等に対処するための別途積立金を前年より35百万円多く繰り入れました。支出面では保険給付費が高額医療等の減少により対前年度を58百万円下回りましたが、高齢者関係の納付・支援金が90百万円上回ったことなどから、対前年度を31百万円上回りました。

経常収支については残念ながら昨年が続いて2年連続の赤字となり、74百万円に拡大しました。

介護勘定(介護保険)では昨年度14・6%に料率を引き上げましたが、保険料収入(1億94百万円)で介護納付金(1億97百万円)を支払うに足りないため、準備金より3・5百万円を繰り入れし、介護納付金の支払に充てました。

準備金保有率についても2年続けて100%を切り、70・46%に留まりました。

#### (2)平成28年度決算残金処分(案) 審議の件

一般勘定の決算残金について86千円を財政調整事業繰越金に、残り39百万円を別途積立金に繰り入れること、介護勘定については108万円全額を準備金に繰り入れることを可決・承認いただきました。

#### (3)第2期データヘルス計画および第3期特定健診・特定保健指導計画策定の件

平成30年度より平成35年度まで6年間の計画期間において、健康保険組合は「第3期特定健診・特定保健指導計画」および「第2期データヘルス計画」を策定し、加入者の健康の保持・向上や医療費適正化につとめてまいります。

#### (4)理事長専決事項報告の件

平成29年5月30日の個人情報保護法の改正にともない、健康保険組合の規程(個人情報保護管理規程・機密文書管理規程)を施行日に合わせて改定する必要があったことから、理事長専決処分とし今回の組合会にて承認をいただきました。

#### (5)共栄火災健康保険組合諸規定改定の件

健康保険組合の有する諸規定について、健保連諸規定集とすり合わせを行ない、一部改廃を行う必要がありましたので、改定をすることを組合会にて承認をいただきました。

# 平成28年度 決算のお知らせ

## ● 一般勘定(健康保険) ●

### ○ 収入

(千円・%)

科目	決算額	割合	対前年
健康保険収入	1,458,987	91.3%	-33,684
┌ 保険料	1,458,518	91.3%	-33,625
└ 国庫負担金収入	469	0.0%	-59
特定健康診査・保健指導補助金	592	0.0%	0
雑収入	1,199	0.1%	-611
<b>経常収入</b>	<b>1,460,778</b>	<b>91.5%</b>	<b>-34,295</b>
★調整保険料収入	22,728	1.4%	-473
★別途積立金繰入	95,315	6.0%	35,315
★財政調整事業交付金	14,460	0.9%	1,797
★高齢者医療支援金等負担金助成事業費	3,919	0.2%	-
<b>合 計</b>	<b>1,597,200</b>	<b>100.0%</b>	<b>2,344</b>

★=経常外収支の科目



### ○ 支出

(千円・%)

科目	決算額	割合	対前年
事務費	30,610	2.0%	-1,362
保険給付費	748,737	48.1%	-58,463
┌ 法定給付費	735,251	47.2%	-58,502
└ 付加給付費	13,486	0.9%	39
納付金	722,180	46.4%	90,310
┌ 前期高齢者納付金	378,018	24.3%	110,523
└ 後期高齢者支援金	322,442	20.7%	-4,524
└ 退職者給付拠出金	21,710	1.4%	-15,689
└ 老人保健拠出金	8	0.0%	-2
保健事業費	30,971	2.0%	-50
還付金	0	0.0%	-137
連合会費	834	0.1%	174
積立金	1,526	0.1%	864
その他	113	0.0%	-25
<b>経常支出</b>	<b>1,534,971</b>	<b>98.5%</b>	<b>31,311</b>
★財政調整事業拠出金	22,644	1.5%	-474
<b>合 計</b>	<b>1,557,615</b>	<b>100.0%</b>	<b>30,837</b>

★=経常外収支の科目

## ● 介護勘定(介護保険) ●

### ○ 収入

(千円・%)

科目	決算額	割合	対前年
介護保険収入	194,667	98.2%	14,265
繰入金	3,500	1.8%	-6,273
<b>合 計</b>	<b>198,167</b>	<b>100.0%</b>	<b>7,992</b>

### ○ 支出

(千円・%)

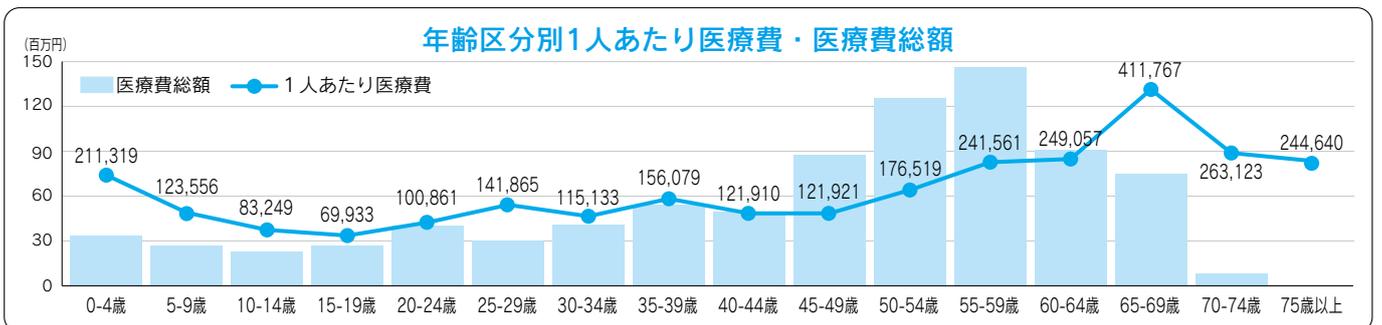
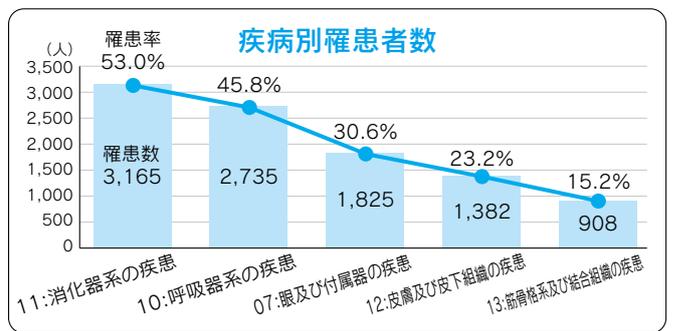
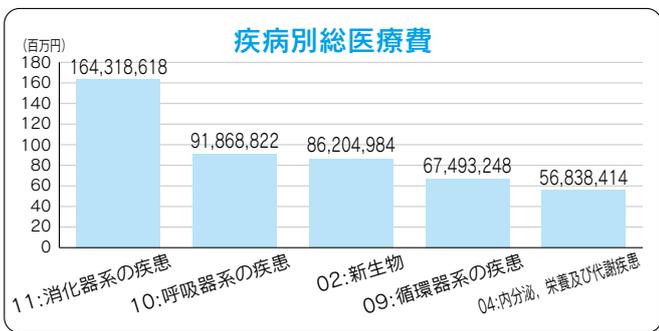
科目	決算額	割合	対前年
介護納付金	197,085	100.0%	8,889
<b>合 計</b>	<b>197,085</b>	<b>100.0%</b>	<b>8,889</b>

# 平成28年度 医療費の集計

共栄火災健康保険組合の平成28年度の総医療費、罹患者数ともに、ワースト1位は消化器系の疾患（虫歯、歯周炎、胃炎、肝炎など）、ワースト2位は呼吸器系の疾患（かぜ、鼻炎、喘息など）でした。続いて、医療費では新生物（がん各部）、罹患者数では眼病（結膜炎、白内障、近視など）が第3位となっています。

年齢区分別1人あたりの医療費では、65歳～69歳が、総額では55歳～59歳が最も高くなりました。

\*金額は決算数字とは異なります。



## 夏以降の保健事業の取り組みについて

### ① 被扶養者ならびに任意継続者向け健康診断（特定健診）

- 40歳以上の被扶養者ならびに任意継続被保険者・被扶養者の皆様向けに、DMで健康診断（特定健診）をご案内いたします。
- 健康診断（特定健診）の予約は、インターネット・お電話でお申し込みいただけます。

【予約受付期間 2017年7月3日～2017年12月28日】

【健診受診期間 2017年7月3日～2018年 1月31日】

### ② 郵送検診

- 被保険者、被扶養配偶者の皆様を対象に、がん、B型C型肝炎の早期発見のための郵送検診を実施します。
- 病院に行く手間がなく、自宅で簡単に検診を受けることができます。

### ③ 家庭用常備薬等の斡旋

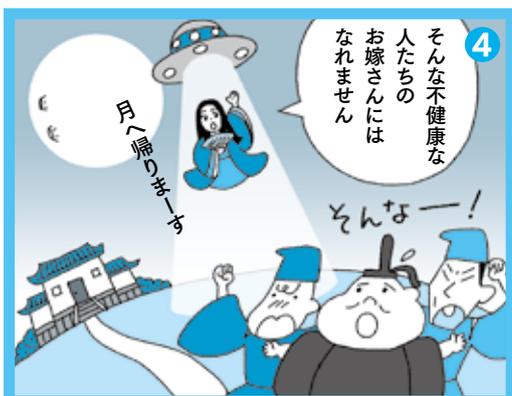
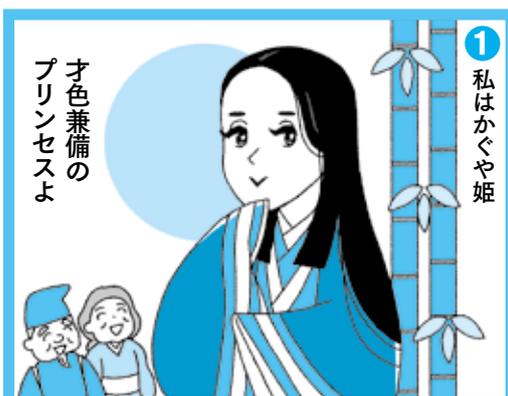
- セルフメディケーションの一環として家庭用常備薬の斡旋販売を行います。
- 健保組合向けの専用商品が多く、市中の薬局・ドラッグストアよりお得な金額で購入できます。
- パンフレットを郵送検診のご案内と一緒に、秋口に皆様にお配りします。

【斡旋期間 2017年11月～2018年1月末】

### ④ ヘルスアップ・キャンペーン

- 日頃の運動不足の解消、生活習慣病予防に向けて、ヘルスアップ・キャンペーンを実施します。
- 達成者の中から抽選で賞品を、また達成者全員に漏れなく参加賞を用意します。

【予定期間 2017年9月20日～11月20日】



受けっぱなしはNG!  
健診結果の活かし方

## 検査項目別の 生活改善対策

#### 血圧が高めの人へ

高血圧を放置しておくとし、心臓への負担、血管へのダメージが大きくなり、心臓病、脳卒中などの重大な病気につながる危険性が高くなります。血圧が高めの方は、日ごろの生活習慣を見直して、血圧コントロールを始めましょう。

#### 脂質異常症が疑われる人へ

基準値をはずれている場合は脂質異常症の疑いがあります。脂質異常症は、動脈硬化を進める危険因子の1つで、そのままにし

ておくとさまざまな生活習慣病の引き金になりかねません。まず、食生活の改善が重要となりますが、適度な運動、適正体重の維持、禁煙なども必要です。

#### 肝機能障害が疑われる人へ

肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれるほど、自覚症状が乏しいのが特徴。検査数値で異常が認められたら、肝臓に負担をかけすぎている証拠です。「肝臓＝アルコール」と考えがちですが、食事などの生活習慣も重要です。

## あなただけの健康ポータルサイト MYHEALTH WEBにご登録ください

1. MHWスマホアプリ版がダウンロードしやすくなりました。  
ログインページにバナーリンクとQRコードができましたので、そこからアプリ版をダウンロードできます。
2. 新機能1：MYバイタル歩数連携  
「MYバイタル」の歩数入力をスマートフォンアプリと連携して行う機能が追加されました。  
iOS端末ではiOS8以上に標準搭載アプリ「ヘルスケア」と、Android端末では無料アプリ「Google Fit」と連携して、各アプリ内に記録された歩数データがMHWアプリ内の「MYバイタル」に自動で記録されます。
3. 新機能2：健康情報配信  
健康情報「MYHEALTH CLUB」をリニューアルしました。アンチエイジングやエクササイズ等9つのカテゴリーに分かれた記事が、随時配信されます。  
詳細は、案内チラシをご覧ください。

## 平成29年度の制度改正のお知らせ

1. 70歳以上の高額療養費の自己負担限度額が引き上げられます  
1カ月あたりの医療費の自己負担限度額は、70歳以上の人は70歳未満の人より低く設定されていますが、負担能力に応じた負担を求める観点から、今年の8月から引き上げられます。
2. 介護納付金の算出に総報酬割が導入されます  
介護納付金は、従来は、加入者数に応じて負担する「加入者割」で算出されています。この算出方法を変更し、報酬水準に応じて負担する「総報酬割」が導入されます。
3. 高額介護サービス費が引き上げられます  
介護サービスの1カ月あたりの自己負担限度額が引き上げられます。ただし、同じ世帯のすべての65歳以上の人が1割負担の世帯には年間上限を新たに設け、過大な負担とならないよう配慮しています。

## メンタルヘルスカウンセリングを 気軽に利用しましょう！

健保組合は「メンタルヘルスのカウンセリングセンター」と契約し、専門カウンセラーとの電話および面接によるカウンセリング事業を実施しています。

プライバシー厳守!!

専用ダイヤル

0120-921-159 (無料)

月曜～土曜 午前10時～午後10時



疲れたカラダを癒す  
ヘルシーエイジング

IMAGE



胸を張った鳩の姿をイメージ  
1の際、鳩のように前に張り出した胸を意識して、気持ちよく胸を広げた状態で、上半身を倒しましょう。

監修 ■ 一般社団法人 日本ヨガメデイカル協会 代表理事 岡部 朋子

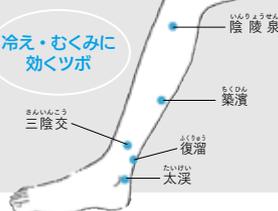
冷えやむくみの改善に  
座った鳩のポーズ

POINT

### 脚のツボ押しでむくみ改善

このポーズを行うときは、お尻の筋肉を意識しながら両手の親指でふくらはぎを押しましょう。足首からひざにかけては、冷えやむくみに効くツボが点々しているので、血行が促され、むくみを緩和できます。

冷え・むくみに  
効くツボ



「健保だより」もしくは健保組合に対するご意見・ご要望がありましたらお気軽にお寄せください。  
k.kenpokumiai@kyoeikasai.co.jp