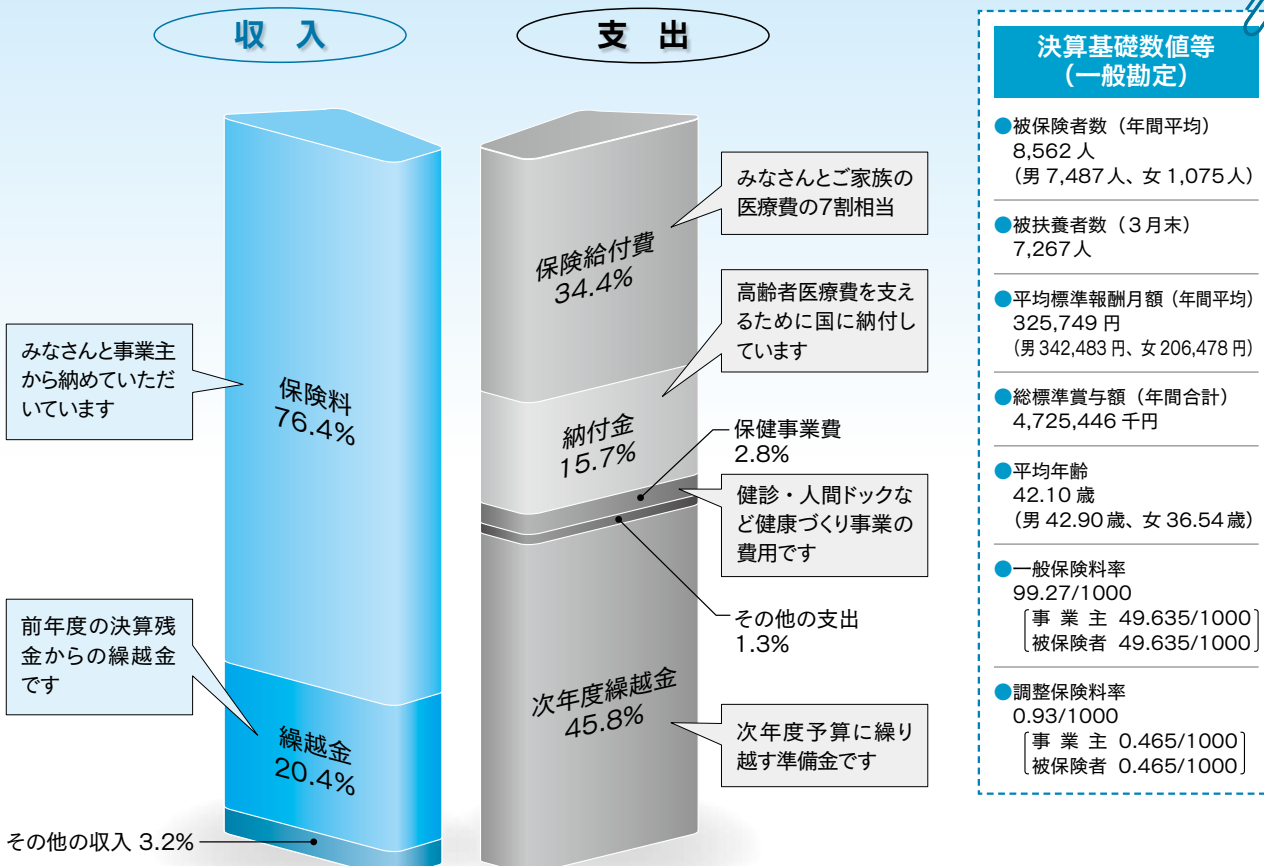


## 平成30年度 決算のお知らせ

当組合の平成30年度決算が、先日開催された組合会において可決・承認されましたので、その概要をお知らせします。

### 平成30年度 収入支出決算概要表

#### 一般勘定



### 平成30年度 収入支出決算概要表

#### 介護勘定

**収入** 605,675千円

**支出** 442,911千円

科目	決算割合
介護保険収入	85.6%
繰越金	13.3%
国庫補助金受入	1.1%

科目	決算割合
介護納付金	100%

#### 決算基礎数値等 (介護勘定)

- 介護保険第2号被保険者数 (年間平均) 7,271人

# 受けましたか？ 特定保健指導

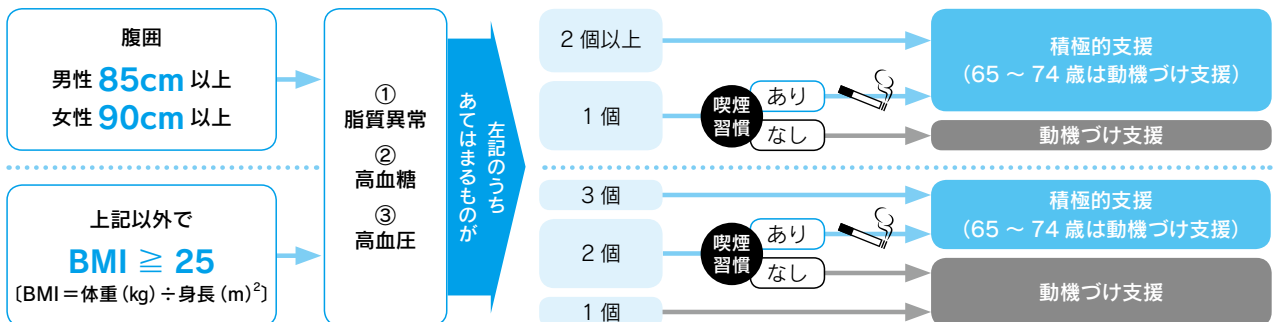
特定保健指導の対象となった方には、当健保組合からご連絡をさしあげます。費用は健保組合が負担するので無料です。ぜひ受けてください！

特定保健指導とは… 特定健診でメタボリックシンドロームのリスクが高かった方に、保健師など専門職との面談などを通じて、生活習慣改善に取り組んでいただくものです。メタボリックシンドロームを防ぐことで、糖尿病や心筋梗塞、心不全、脳卒中などの重篤な病気を予防します。



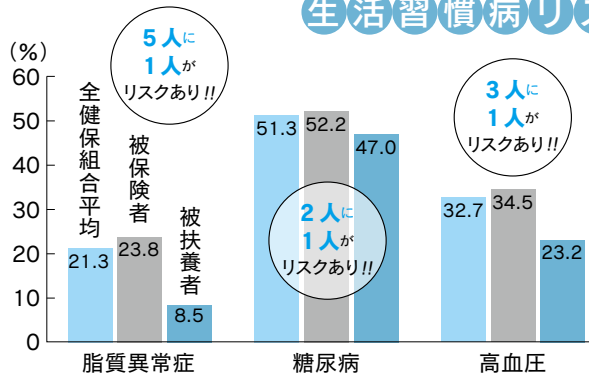
## 特定保健指導対象者の選ばれ方

特定健診の検査項目のうち、「内臓脂肪の蓄積」「脂質」「血糖」「血圧」「喫煙習慣」などの結果に着目して、メタボのリスクが高い方が選び出されます。リスクの度合いに応じて「動機づけ支援」「積極的支援」のどちらの特定保健指導を受けるかが決まります。



※脂質異常症、糖尿病、高血圧症の治療のために服薬中の方は、特定保健指導の対象外です。

## 生活習慣病リスク保有者の割合



### ●リスク判定基準

2016年度特定健康診査受診者のうち、以下の基準（保健指導判定基準）に該当した人の割合

【脂質】中性脂肪 150mg/dL 以上、

または HDL コレステロール 40mg/dL 未満

【血糖】空腹時血糖値 100mg/dL、またはヘモグロビン A1c5.6%以上

【血圧】収縮期 130mmHg 以上、または拡張期 85mmHg 以上

出典：2018年度健康スコアリングレポートより抜粋

# どんなことするの？ 特定保健指導 ～パパの場合～

初回面談

## 目標

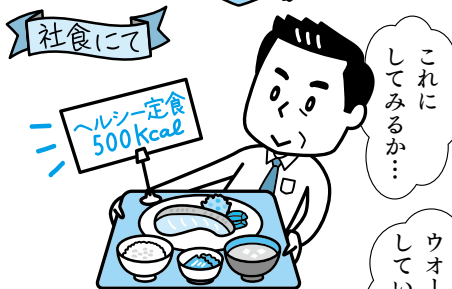
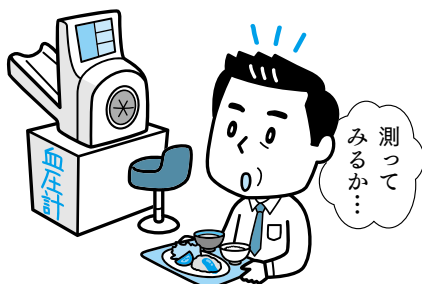
- 体重… -2kg
- 腹囲… -2cm

## 実現するために

- 1日1万歩以上歩く
  - 職場で階段を使う
  - 1駅歩く
- 週1回、休肝日

目標を決めて一緒に取り組んでいきましょう

## 職場で…

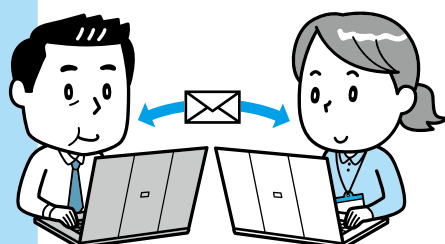


家族とウォーキングしています

## 面談も…



## メールでやりとり…



期間中、生活習慣改善に取り組みながらメールや面談でやりとりします。

## 通勤途中に…



## 最終評価

これからも、食事と運動に気をつけていきます!

目標を上回る結果が出ましたね! おめでとうござります!

## 成果を確認

- 体重… -3kg
- 腹囲… -3cm



特定保健指導の案内が届いても受けない方が一定以上いると、「健保組合が納めるべき後期高齢者支援金が引き上げられる」というペナルティが課せられます。その影響として、みなさんが納める保険料が高くなる可能性もあります。

被保険者ご本人だけでなく奥さま(被扶養者)も、案内が届いた方はぜひ、受けてください!

