

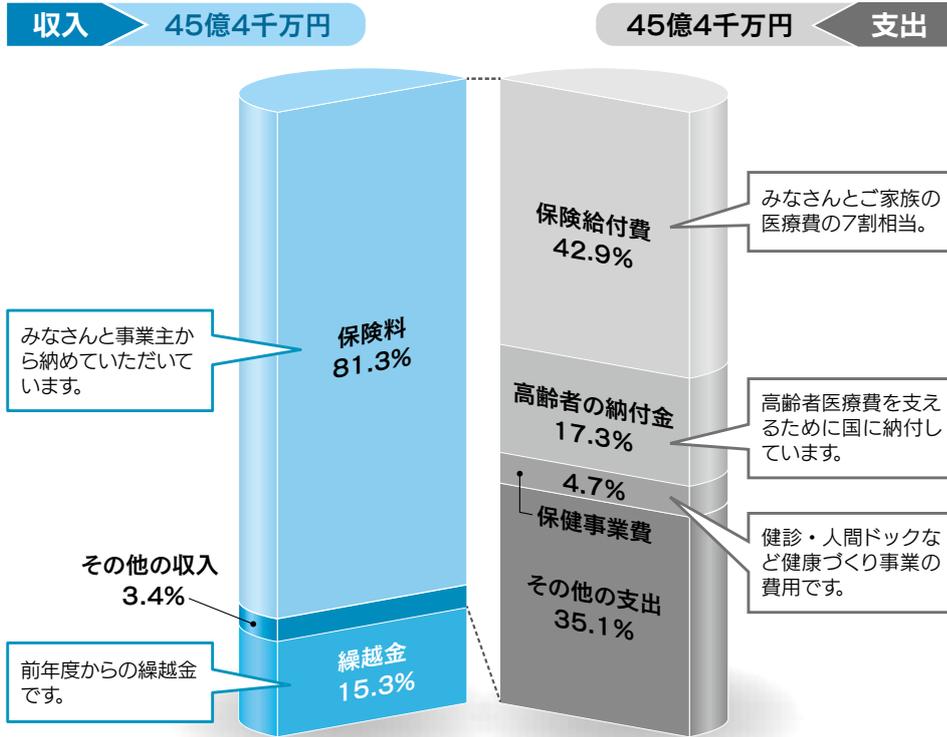
健保ニュース

2018
MAY 5

平成30年度 予算のお知らせ

当組合の平成30年度予算と事業計画が、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 収入支出予算概要 <一般勘定>



予算算出の基礎数値 (一般勘定)

- 被保険者数
計 8,655 人
〔男 7,640 人〕
〔女 1,015 人〕
- 平均標準報酬月額
316,000 円
〔男 332,000 円〕
〔女 193,000 円〕
- 総標準賞与額 (年間合計)
4,395,000 千円
- 平均年齢
42.30 歳
〔男 42.92 歳〕
〔女 37.69 歳〕
- 被扶養者数
7,641 人
- 扶養率
0.89 人

平成30年度 収入支出予算概要 <介護勘定>

収入

| 科目 | 予算割合 |
|---------|----------|
| 介護保険収入 | 91.6 (%) |
| 繰越金 | 8.3 |
| 国庫補助金受入 | 0.0 |
| 雑収入 | 0.0 |
| 一般勘定受入 | 0.2 |
| 合計 | 100 |

支出

| 科目 | 予算割合 |
|----------|----------|
| 介護納付金 | 83.1 (%) |
| 介護保険料還付金 | 0.0 |
| 一般勘定繰入 | 0.2 |
| 予備費 | 16.7 |
| 合計 | 100 |

予算算出の基礎数値 (介護勘定)

- 第2号被保険者数
7,800 人
- 同上のうち被保険者数
5,600 人
- 平均標準報酬月額
337,000 円

●保険料率は据え置きます

| | 平成30年度 | | |
|--------|----------|----------|-----------|
| | 被保険者 | 事業主 | 合計 |
| 健康保険料率 | 50.1 (%) | 50.1 (%) | 100.2 (%) |
| 介護保険料率 | 9.75 | 9.75 | 19.5 |



年1回の健診で
健康寿命
UP!

ご家族（被扶養者）のみなさん、 今年の健診は受診されましたか？

今年度より健康保険組合の補助を増額し、さらに受けやすくなりました

**ご家族（被扶養者）も、
特定健診・保健指導の対象です**

国は、40〜74歳の加入者全員に特定健診・保健指導を実施し、受診率等を報告することを健保組合に義務つけています。被扶養者となっているご家族も、当健保組合からの案内をよく見て、当健保組合の健診を受診してください。

**ご家族の受診率が
低い傾向にあります**

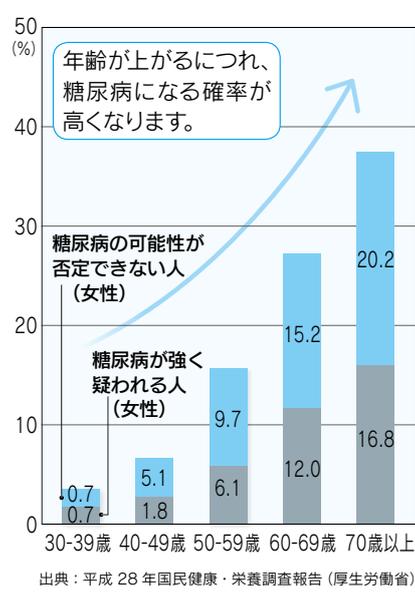
職場で健診を受ける被保険者ご本人に比べると、ご家族の健診受診率は低くなっています。子育てや介護など、健診を受けにくい事情があるとは思いますが、年1回健診を受ける時間をぜひ確保してください。家族ぐるみで毎年健診を受ける習慣をつけましょう。



年1回健診を受けたほうがよい理由



糖尿病や動脈硬化、肝臓、腎臓などの病気は、初期には自覚症状がないことがほとんどです。しかも年齢が上がるにつれ病気になる確率は高まります。定期的に検査を受け続けければ、重大な病気になる前に病気の“芽”をつむことができます。



もし特定保健指導の対象になったら、ぜひご参加ください

特定健診を受けたあと、腹囲・BMI・血糖値・血圧・血中脂質・喫煙習慣の結果を見て、リスクが重なっている方に「特定保健指導」を実施します。将来、糖尿病や心臓病などにならないためにはどうしたらよいか、保健師などのプロと一緒に考え、3〜6カ月間生活改善をサポートします。もし、健保組合から案内が来たときには、ぜひ参加してください。

現在通院中ですが、特定健診を受ける必要がありますか？

A 現在、何らかの病気で治療や服薬中の方、定期的に検査を受けている方も対象となります。主治医などにご相談のうえ、受診してください。

自治体のがん検診を受けたので、特定健診は受けなくてもよいですか？

A がん検診は特定のがんの有無を調べるものです。特定健診はメタボリックシンドロームに着目し、腹囲や血糖値、血中脂質、肝機能などを調べます。検査項目がまったく異なりますので、特定健診もぜひ受診してください。

年1回の健診で
健康寿命
UP!

特定保健指導 対象になったらぜひ参加を

「積極的支援」と「動機づけ支援」の2種類があります

特定健診を受けたあと、
特定保健指導の
ご案内を受けとった方は、
ぜひすすんで
参加してください。
健康寿命をのばす
チャンスです！

リスクが重なっている 方が対象です

特定健診を受けた結果、①腹囲、
②BMIの数値が一定以上の方は、
内臓脂肪が蓄積していると考え
られます。これに加えて③血糖、
④血圧、⑤脂質異常、⑥喫煙習慣
のリスクが重なっていると、メタ
ボリックシンドローム該当者や予
備群となり、糖尿病や脳卒中、心
筋梗塞などになるリスクが高くな
ります。深刻な病気を未然に防ぐ
ために、リスクが重なっている方
に特定保健指導を実施します。
特定保健指導には2種類あり、
リスクが高い方は「積極的支援」、
リスクが中程度の方は「動機づけ
支援」となります。

内臓脂肪をチェック

①腹囲 と ②BMI* で
内臓脂肪の蓄積をチェック
※ BMI= 体重(kg) ÷ 身長(m)²

リスクの重なりをチェック

- ③血糖が高い
- ④血圧が高い
- ⑤脂質異常がある
- ⑥喫煙習慣がある

リスクⓐ 動機づけ支援
初回面接 + 3~6カ月後の評価

リスクⓑ 積極的支援
初回面接 + 継続的支援
+ 3~6カ月後の評価

3~6カ月サポートします

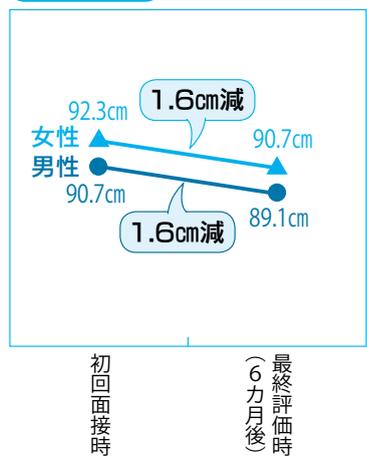
当健保組合では、特定保健指導
が特に必要な方や改善が期待され
る方に特定保健指導への参加をご
案内します。保健師・管理栄養士
などのプロが、あなたの健診結果
をもとに、生活習慣の改善を3~
6カ月間にわたってサポートしま
す。プロに相談できるよいチャン
スですので、ぜひご参加ください。

体重や血圧などがダウン 特定保健指導は効果あり!

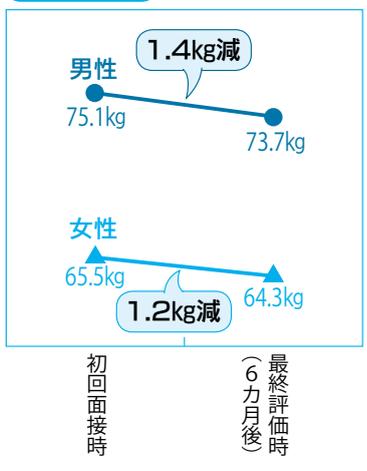
特定保健指導を半年間受
けると、体重や血圧に効果
が現れることがわかってき
ました。体調の改善をすぐ
に実感できるとともに、長
い目で見れば健康寿命をの
ばすことにつながります。



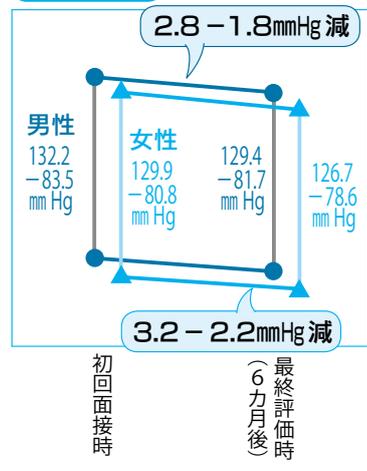
腹囲の変化



体重の変化



血圧の変化



【特定保健指導の効果に関する特別調査結果報告書】(公益社団法人全国労働衛生団体連合会保健指導研究会)より
特定保健指導の対象者 25,118人 (うち脱落者 2,240人) の初回面接時と最終評価時の測定値の平均を比較したもの

高血圧症・糖尿病・脂質異常症などで内服治療中の方へ

内服治療中の方は、特定保健指導の対象にはなりません。今後もかかりつけ医に相談しながら健康管理に取り組んでください。

知っておこう! 制度改正のお知らせ

平成30年 **4**月から

入院時の食費負担額が引き上げられました

平成28年4月から食材費に加えて調理費を負担することになりましたが、平成30年4月からは調理費が引き上げられ、1食460円になりました。

| | 平成28年4月1日から 平成30年3月31日まで | | 平成30年4月1日から |
|----------------------------|-----------------------------|------|--------------------------------|
| 一般 | 360円* (食材費+調理費) | 引き上げ | 460円* (食材費+調理費100円増) |
| 低所得Ⅱ 住民税非課税 | 210円 | | 210円 |
| 過去1年間の入院日数が90日を超えている場合 | 160円 | | 160円 |
| 低所得Ⅰ 住民税非課税で所得が一定以下(70歳以上) | 100円 | | 100円 |

*指定難病、小児慢性特定疾病患者は260円。

65歳以上の入院時居住費負担額が引き上げられました

医療療養病床に入院している65歳以上の患者について、平成29年10月から医療区分Ⅰの居住費が370円に、医療区分Ⅱ・Ⅲでは新たに200円負担することになりました。平成30年4月からは医療区分Ⅱ・Ⅲが370円に引き上げられました。

| | 平成29年10月から 平成30年3月31日まで | | 平成30年4月1日から |
|-----------------------|----------------------------|------|--------------|
| 医療の必要性の低い人(医療区分Ⅰ) | 370円 | | 370円 |
| 医療の必要性の高い人(医療区分Ⅱ、Ⅲの人) | 200円* | 引き上げ | 370円* |

*指定難病患者は居住費の負担はありません。

平成30年 **8**月から

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

70歳以上の人の1カ月あたりの医療費の自己負担限度額が、負担能力に応じた負担を求める観点から引き上げられます。

| 〈平成30年7月診察分まで〉 | | | | 〈平成30年8月診察分から〉 | | | |
|----------------|--------|--------------------------------|----------------------|--------------------|---|--|------------------|
| 区分 | 標準報酬月額 | 外来(個人ごと) | 自己負担限度額 (世帯ごと) | 区分 | 外来(個人ごと) | 自己負担限度額 (世帯ごと) | |
| | | 現役並み | 28万円以上 | | 57,600円 | 80,100円 + (医療費-267,000円) × 1% (44,400円) | 標準報酬月額 83万円以上 |
| 一般 | 26万円以下 | 14,000円 (年間上限 14万4,000円) | 57,600円 (44,400円) | 標準報酬月額 53万~79万円 | 167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% (93,000円) | | |
| 低所得 | Ⅱ | 8,000円 | 24,600円 | 標準報酬月額 28万~50万円 | 80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% (44,400円) | | |
| | Ⅰ | | 15,000円 | 標準報酬月額 26万円以下 | 18,000円 (年間上限 14万4,000円) | 57,600円 (44,400円) | |
| | | | | Ⅱ | | 24,600円 | |
| | | | | Ⅰ | 8,000円 | 15,000円 | |

〈 〉は直近12カ月間に同じ世帯で3カ月以上高額療養費に該当した場合の4カ月目以降の金額です。

70歳以上現役並み所得者の高額介護合算療養費の限度額が引き上げられます

高額介護合算療養費は、同じ世帯に介護保険の受給者がいる場合に、医療保険と介護保険の自己負担を合算した額が限度額を超えた場合に支給されます。70歳以上の現役並み所得者の限度額が引き上げられます。

| 〈平成30年7月診察分まで〉 | | | 〈平成30年8月診察分から〉 | | |
|----------------|--------|---------|----------------|----------------|---------|
| 区分 | 標準報酬月額 | 自己負担限度額 | 区分 | 標準報酬月額 | 自己負担限度額 |
| 現役並み | 28万円以上 | 67万円 | 現役並み | 標準報酬月額83万円以上 | 212万円 |
| | | | | 標準報酬月額53万~79万円 | 141万円 |
| | | | | 標準報酬月額28万~50万円 | 67万円 |
| 一般 | 26万円以下 | 56万円 | 一般 | 標準報酬月額26万円以下 | 56万円 |
| 低所得 | Ⅱ | 31万円 | 低所得 | Ⅱ | 31万円 |
| | Ⅰ | 19万円 | | Ⅰ | 19万円 |