

健保 だより

2023
春号



令和5年度予算をお知らせします

●目 次

- 令和5年度 予算のお知らせ 2
- 健康スコアリングレポート..... 4
- けんぽからのお知らせ..... 6
- ウォーキングアプリ aruku & (あるくと) 7
- 健康・介護・メンタルヘルス 電話無料相談サービス..... 8

ご家庭に持ち帰ってみなさんでお読みください

東洋電機健康保険組合

納付金は前年度より減少するも保険料収入が減少、 保険給付増加により単年度の経常収支は赤字の見込み

昨年度に続き健康保険料率、介護保険料率は据え置き

去る令和5年2月28日に開催されました第150回組合会におきまして、
令和5年度予算と事業計画が可決・承認されましたので、その概要をご報告いたします。

収入

納付金は前年度より減少するも、保険料収入が減少、保険給付が増加のため、単年度の経常収支は赤字になる見込みです。昨年に引き続き別途積立金の取り崩しを予定した予算編成となりました。

保険料収入について、被保険者数は前年度より若干減少、算出基礎となる平均標準報酬月額、標準賞与額も減少見込みで、全体としては前年度予算より約3300万円少ない、約7億800万円を計上しました。前年度繰越金は約1億1700万円のため、繰入金として別途積立金5000万円を取り崩す予定とします。これにより、収入全体で約8億9000万円の計上となりました。

支出

ご本人（被保険者）やご家族（被扶養者）が、医療機関で受診したときに健保組合が支払う医療費は、生活習慣病の増加や医療の高度化などにより増加傾向にあります。

新型コロナウイルス感染拡大に伴う影響で減少に転じた3年度に比べ、4年度は医療機関受診控えの反動増に加え、コロナ関連の医療費が大幅に増

加しました。5年度も医療費の上昇傾向が続く見通しで、約4億4300万円を保険給付費として計上しました。

納付金・支援金制度につきましては、「前期高齢者納付金」が約6200万円、「後期高齢者支援金」が約1億6100万円と、全体で約2億2300万円となり、昨年に引き続き減少となりました。おもに「前期高齢者納付金」の過年度精算での戻し額、概算金額の抑制によるものです。但し、減少傾向が続いた納付金・支援金も、6年度以降は増額が見込まれ、今後負担が厳しくなるものと考えています。

ご本人やご家族の健康をサポートするための保健事業は、昨年とほぼ同額の約5800万円を計上しました。人間ドックや特定健康診断の受診料、インフルエンザ予防接種費用の補助、家庭常備薬の配付、医療費通知、ジェネリック医薬品利用通知等を引き続き実施いたします。

会社と共同で行う事業については、就業時間中に各事業所内で行う特定保健指導の初回面談実施、体育奨励のスマホアプリを使ったウォーキングイベント等を実施する予定です。

令和5年度の健康保険の予算は、単年度の実質の経常収支で約4600万円の赤字を見込んでいます。

保険料収入で支出を賄えず別途積立金を取り崩す大変厳しいものとなっております。

このような財政状況下、私ども健康保険組合といたしましては、引き続き、経費の節減、医療費の抑制などに最大限の努力をしながら、効率の良い運営、保健事業の充実を図ってまいります。特定保健指導の終了率アップ、ウォーキングイベントの参加率アップ等を目指し、ポピュレーションアプローチを通じた健康意識の向上、ヘルスリテラシーの向上に取り組みます。皆様方におかれましても、ご自身の健康管理に前向きに取り組んで、健保財政の健全化にご協力をいただきますよう、ここにあらためてお願い申し上げます。

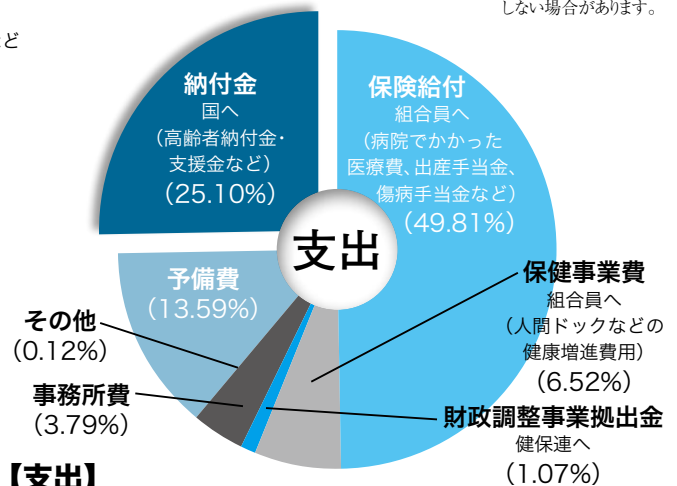
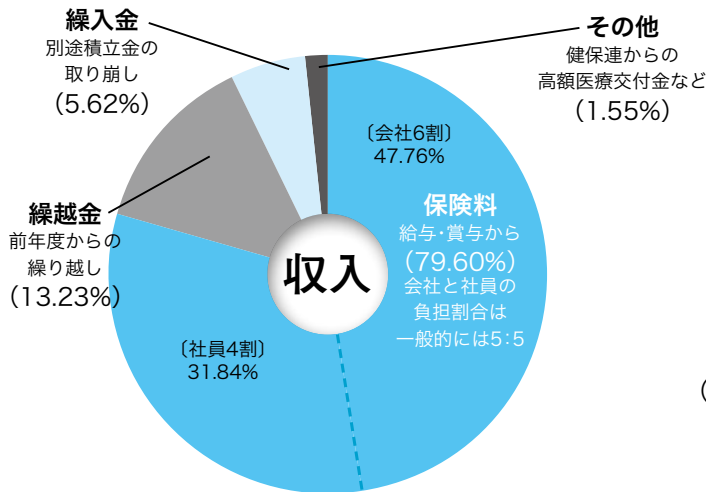
介護保険について

予算につきましては、保険料収入が約8100万円、前期繰越金は約2000万円で、保険料総額約1億200万円の予算計上となりました。

納付金については約7700万円と前年度から減少したものの、保険料収入も減少見込みのため、単年度の実質収支は若干の黒字見込みです。介護保険においても引き続き財政状況を注視していく運営が続くと思われます。

健康保険の予算総額 8億9,016万円

※各科目は四捨五入しているため、合計が一致しない場合があります。



【収入】

科	目	予算額(千円)	備考
保 険 料		708,544	会社社員 会社と社員の負担割合は6:4 (保険料率は9.8%)
国庫負担金収入		195	国 高齢者納付金・支援金に対する費用負担の補助
調整保険料収入		9,532	健保連 各健保組合間の財政を調整するための支援金
繰 越 金		117,801	前年度からの繰り越し
繰 入 金		50,000	健保 別途積立金の取り崩し
財政調整事業交付金		3,128	健保連 高額医療に対する交付金
国庫補助金収入		603	国 後期高齢者支援金、特定保健指導実施に対する助成
特定健診事業収入		5	国 特定健診実施に対する補助
雑 収 入		352	
合 計		890,160	

【支出】

科	目	予算額(千円)	備考
事 務 所 費		33,769	職員給与、健保システム・事務所の賃借料など
保 険 給 付		443,351	
法 定 給 付 費		434,147	医療費、出産手当金、働けない場合の傷病手当金などの給付
付 加 給 付 費		9,204	法定給付費に加算して支給する当健保独自の給付
納 付 金		223,435	
前期高齢者納付金		62,363	国 高齢者の保険制度間の費用負担を調整するための費用
後期高齢者支援金		161,066	
退職者給付拠出金		5	国 退職者の保険制度間の費用負担をするための費用 (経過措置)
病床転換支援金		1	国 介護用病床の確保等による医療費適正化のための費用
保 健 事 業 費		58,077	人間ドック、予防接種、常備薬配布等の健康増進のための費用
財政調整事業拠出金		9,532	健保連 各健保組合間の財政を調整するための拠出金
そ の 他		1,041	
予 備 費		120,955	費途の不足に充てるための予備費用
合 計		890,160	

※国庫補助金収入、特定健診事業収入の予算額は仮計上のルールによるもの。

介護保険の予算総額 1億179万3千円

【収入】

科	目	予算額(千円)	備考
保 険 料		80,997	会社社員 会社と社員の負担割合は5:5 (保険料率は1.68%)
繰 越 金		20,793	前年度からの繰り越し
国庫補助金受入		0	国 総報酬割全面導入にともなう特例措置の助成
雑 収 入		3	
合 計		101,793	

【支出】

科	目	予算額(千円)	備考
介 護 納 付 金		77,248	国 介護保険法で規定された納付金
介護保険料還付金		1	
積 立 金		0	
予 備 費		24,544	費途の不足に当てるための予備費用
合 計		101,793	

令和5年度の保健事業

保健知識のPR

健康に関する冊子、通知の配布、PR

- 「健保だより」の発行 年2回
- 「医療費通知」の配付 年4回
- 「ジェネリック医薬品利用通知」の配付 年3回
- イントラネットを利用した健康に関するPRなど

疾病予防

各種健診の費用補助の実施

- 30歳以上人間ドック受診の実施(配偶者は費用補助)
- インフルエンザ予防接種の実施(被保険者、被扶養者とも)
- 歯科検診の実施(被保険者)(予定)
- 家庭常備薬の配付の実施
- 電話健康相談サービス
- 睡眠問題対策事業(被保険者)
- 禁煙活動(被保険者)

特定健診・特定保健指導

- 40歳以上を対象とした生活習慣病健診の実施(人間ドックに含まれる)
- (配偶者、任意継続被保険者には受診券を配付)
- 特定健診の結果により特定保健指導を実施(初回面談は事業所等でも実施)

運動奨励

- イベントを通して体を動かす習慣の定着を図る
- スマホアプリを活用したウォーキングイベントの実施

東洋電機健康保険組合 健康スコアリングレポート

「健康スコアリングレポート」の最新版をご報告します。

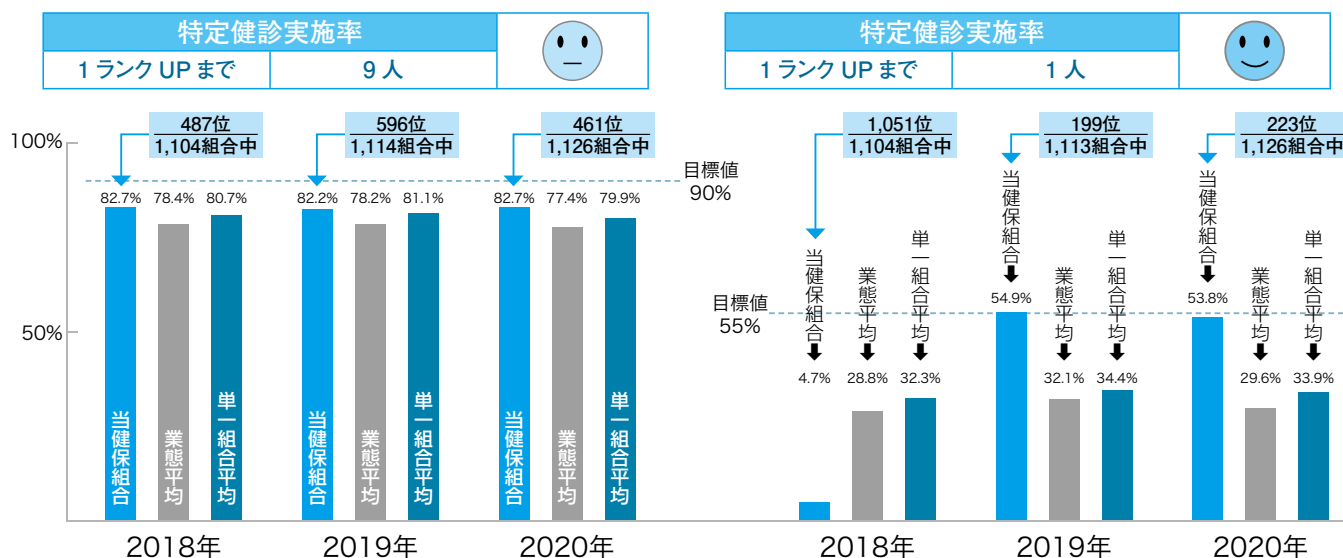
このレポートは、厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が連携して作成したもので、各健保組合の健康づくりの取り組み状況や、加入者の方の健康状況を全国平均や業態平均と比較しています。

健保組合はこれらの情報を事業主(会社)と共有し、連携(コラボ)して、皆さまの疾病予防、健康づくりの取り組みに活用しています。



当健保組合の特定健診・特定保健指導の実施状況

単一組合順位	232位 / 1,126組合
全組合順位	269位 / 1,379組合



※目標値は、第3期(2018～2023年度)特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標。

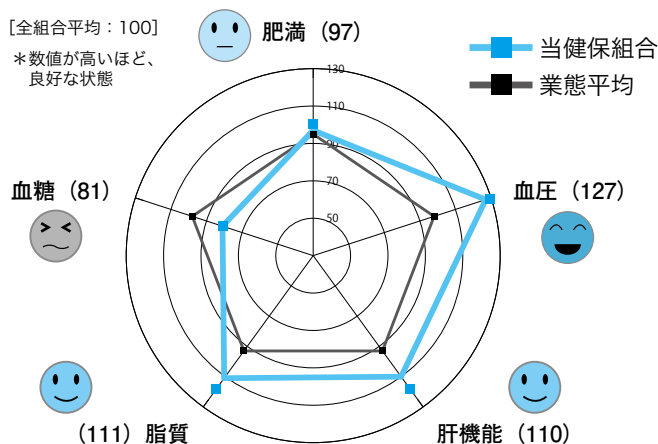
※順位は、保険者種別(単一・総合)目標の達成率の高い順にランキング。

特定保健指導については、就業時間中に各事業所で行う初回面談実施により、受診率がアップしました。保健指導を行う目的、重要性が浸透、ヘルスリテラシーが向上しました。

生活習慣病リスク保有者の割合(健康状況)



[全組合平均: 100]
*数値が高いほど、良好な状態



健康状況の経年変化		2018	2019	2020
肥 満	当健保組合	90	93	97
	業 態 平 均	97	96	95
血 圧	当健保組合	121	129	127
	業 態 平 均	99	99	98
肝機能	当健保組合	96	98	110
	業 態 平 均	96	95	93
脂 質	当健保組合	94	91	111
	業 態 平 均	96	96	93
血 糖	当健保組合	83	92	81
	業 態 平 均	99	99	98

※2020年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

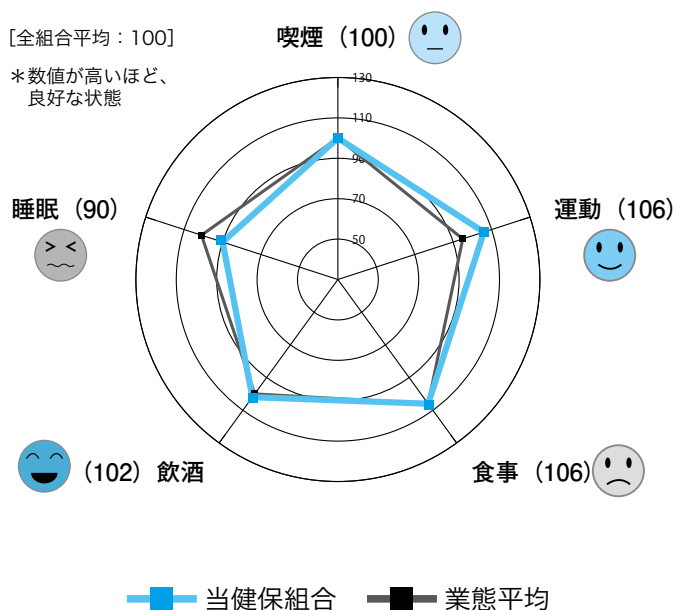
代表的な生活習慣病といわれる高血圧症、脂質異常症、糖尿病については、肥満リスクの割合が高いほど、生活習慣病の罹患率高い傾向が見られます。肥満リスクを下げ、生活習慣病を予防しましょう。

適正な生活習慣を有する者の割合（生活習慣）



[全組合平均：100]

*数値が高いほど、
良好な状態



健康状況の経年変化		2018	2019	2020
喫 煙	当健保組合	100	100	100
	業 態 平 均	101	100	100
運 動	当健保組合	104	99	105
	業 態 平 均	95	95	94
食 事	当健保組合	100	100	99
	業 態 平 均	106	106	107
飲 酒	当健保組合	103	103	103
	業 態 平 均	101	101	101
睡 眠	当健保組合	84	87	89
	業 態 平 均	101	101	100

※生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

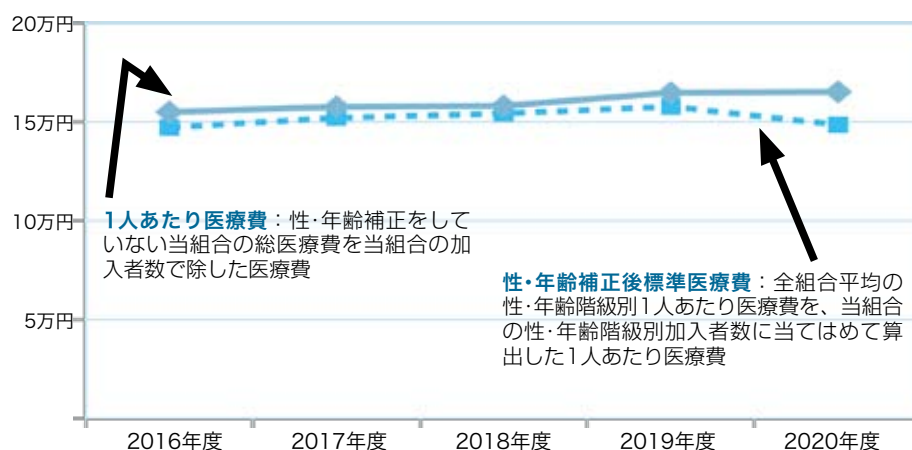
※2020年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

十分な睡眠や余暇を通してストレスに対処することは心身の健康に欠かせません。

適度なウォーキングは生活習慣病リスク低減に有効です。スマホアプリ「あるくと」を登録して活用してください。

【医療費の状況】

1人あたり医療費と 性・年齢補正後 標準医療費の推移



	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度	2020年度
1人あたり医療費	154,981円	157,630円	158,065円	164,769円	165,189円
性・年齢補正後標準医療費	147,170円	152,016円	154,265円	157,714円	148,515円

● 1人あたり医療費（2020年度）

参考：医療費総額（2020年度）

当組合	性・年齢補正後標準医療費	性・年齢補正後組合差指数
165,189円	148,515円	1.11

当組合
409百万円

参考：男女別・年代別1人あたり医療費（2020年度）

	男性	女性	20代	30代	40代	50代	60代～
当 組 合	162,988円	168,859円	89,262円	106,871円	184,871円	222,401円	297,038円
業 態 平 均	140,924円	150,211円	77,991円	102,554円	132,106円	202,381円	312,975円
全 組 合 平 均	145,229円	150,444円	81,456円	107,746円	136,606円	208,104円	319,840円

※性・年齢補正後組合差指数とは、医療費の組合差を表す指標として、1人あたり医療費について、加入者の性・年齢構成の相違分を補正し、全組合平均を1として指数化したもの。指数が1より高いほど、全組合平均と比較して性・年齢補正後の医療費が高い傾向であることを示す。

けんぽからのお知らせ

出産育児一時金が 42万円から 50万円に 引き上げられます

出産育児一時金とは、健康保険法等に基づく保険給付として、健康保険の被保険者やその被扶養者が出産したとき、出産に要する経済的負担を軽減するため、一定の金額が支給される制度です。

出産費用が年々増加するなか、子育て世帯の負担を軽減するため、この出産育児一時金が令和5年4月1日より、42万円から50万円に引き上げられました。



厚生労働省によると、出産にかかった費用は全国平均で約47.3万円となっています(令和3年度)。平成24年度の平均は約41.7万円でしたので、ここ10年余りで5万円以上増えたことになります。

なお、産科医療補償制度^{*}に加入していない医療機関等での出産の場合、支給額は48.8万円となります。

^{*}分娩に関連して発症した重度脳性まひ児と家族の経済的負担を速やかに補償を行うなどする制度です(補償金は一時金と分割金をあわせ総額3,000万円)。この制度に加入する分娩機関が掛金を支払うため、本人による制度への加入や掛金の支払いは必要ありません。

ウォーキングイベントなどの利用はいかがですか？

前回、秋のオール東洋ウォーキングイベント(2022/11/19 ~ 12/18)では324名の方に参加していただきました。春は2023/5/1 ~ 5/31を予定しております。

前回同様に、参加賞、ならびに目標歩数のコース達成者には抽選で景品贈呈等のインセンティブ付与も用意しております。奮ってチャレンジください。詳細は後日、インフォメーション等でご案内いたします。

またコロナの位置づけが5類に移行に伴い、オール東洋ウォーキングイベントの他にも、各地でウォーキングイベントが開催される予定です。

感染対策に留意しながら、外での活動を再開されてみてはいかがでしょうか。

健保連神奈川連合会 100キロウォーク

健保連かながわの主催するウォーキングイベントで、誰でも気軽に参加できる距離で設定されています。所要時間は2時間程度。参加費は会員健保の場合200円です。合計12回参加で100キロ走破した場合、達成賞がもらえます。



月/日	コース名	集合場所 コース案内～解散場所
4/22 (土)	“中世の城跡からパークへ”	相模線 瀬谷駅(3分) 瀬谷駅北口公園 中世の城跡からパークまで徒歩で約15分。中世の城跡からパークまで徒歩で約15分。中世の城跡からパークまで徒歩で約15分。
5/27 (土)	“新緑の公園ウォーク”	相模線 津田駅(10分) 津田中央公園 緑の多い公園を散策。新緑の公園を散策。新緑の公園を散策。新緑の公園を散策。新緑の公園を散策。
6/24 (土)	“明治から平成の海辺の公園を歩く”	京浜東北線 汐入駅(5分) ウェルニ公園 三宮公園(明治公園)と東横公園(平成の公園)とを歩く。三宮公園(明治公園)と東横公園(平成の公園)とを歩く。三宮公園(明治公園)と東横公園(平成の公園)とを歩く。
7/22 (土)	“木漏れ日を追って緑道散歩”	地下鉄グリーンライン 北山田駅(5分) 山田富士公園 緑の多い公園を散策。木漏れ日を追って緑道散歩。木漏れ日を追って緑道散歩。木漏れ日を追って緑道散歩。木漏れ日を追って緑道散歩。
8/26 (土)	“木陰の遊歩道で森林浴”	地下鉄グリーンライン 津田駅(7分) せせらぎ公園 木陰の遊歩道を歩く。木陰の遊歩道を歩く。木陰の遊歩道を歩く。木陰の遊歩道を歩く。木陰の遊歩道を歩く。
9/23 (土・祝)	“小田原漁港で買い物を”	東海道線 小田原駅(15分) 小田原城址公園天守閣前広場 小田原城址公園天守閣前広場から城址公園まで徒歩で約15分。小田原城址公園天守閣前広場から城址公園まで徒歩で約15分。小田原城址公園天守閣前広場から城址公園まで徒歩で約15分。
10/28 (土)	“多摩川河口スイングリッジ”	JR-京浜東北線 川崎駅(10分) 稲毛公園 多摩川河口スイングリッジを歩く。多摩川河口スイングリッジを歩く。多摩川河口スイングリッジを歩く。多摩川河口スイングリッジを歩く。多摩川河口スイングリッジを歩く。
11/25 (土)	“波戸丘めぐり”	小田原線 小田原駅(5分) おおがみ公園 波戸丘をめぐり。波戸丘をめぐり。波戸丘をめぐり。波戸丘をめぐり。波戸丘をめぐり。
12/16	“横浜野毛山からお買い物”	JR-横浜線/地下鉄 野毛駅(5分) 横浜公園 横浜野毛山からお買い物。横浜野毛山からお買い物。横浜野毛山からお買い物。横浜野毛山からお買い物。横浜野毛山からお買い物。

オール東洋
ウォーキングイベント
2022-2023

コトバ：11/19(金)～12/18(日)

開催期間：11/19(金)～12/18(日)

共催：東洋電機製造株式会社 東洋電機健康保険組合
東洋電機労働組合

参加資格：東洋電機製造グループ会社で勤務されている方(派遣社員の方も対象です)

参加費：無料

参加方法：11月18日(金)までに①～②で参加登録
①Web(あると)アプリをインストール、および
会員登録して、団体へ参加登録
※前回参加された方は、①は不要、②のみ実施願います。
②応募フォームにて、コース選択などの
必要事項を登録

選べる3コース：
(1) 富士山・大仏堂・大仏堂 約100km(月・日・土・日・土・日)
(2) 大仏堂・大仏堂 約100km(月・日・土・日・土・日)
(3) 大仏堂・大仏堂 約100km(月・日・土・日・土・日)

上記コースをクリアされた方に
(開催期間中の累計歩数基準)
賞品をプレゼントいたします。

ご不明な点、お問い合わせは
下記メールアドレス。又はお近くの各支部執行委員長まで
東洋電機健康保険組合 100kmウォーク実行委員会
東洋電機労働組合 100kmウォーク実行委員会

▲前回秋のポスター

滋賀県のウォーキング

(公社)びわこビジターズビューローのWebサイトで、滋賀県のウォーキングコースなどを紹介しています。

びわこビジターズビューローの登山・ハイキング・ウォーキングコースの照会➡



ウォーキングアプリ

登録のうえ、ご活用ください



ウォーキングアプリ**aruku&**は、
スマホを持って楽しく歩く
健康増進のためのアプリです

東洋電機健康保険組合では、被保険者の皆さまの健康維持増進のサポートとして、ウォーキングアプリ「aruku&」(あるくと)を導入しています(3月末登録者数：530名)。

運動不足解消や肥満体質改善、生活習慣病予防のために、ぜひこのアプリをダウンロードいただき、「ウォーキング」による健康管理にお役立てください。

スマホを携帯して歩くだけで
毎日の歩数が記録され、
消費カロリーなど
ウォーキングの成果が
一目で分かるよ！



ウォーキングアプリ機能

- 歩数計
- 目標歩数の自動設定
- 体重管理
- ウォーキングコース

ゲーム要素

- 地図上の住人のコレクション
- 地図上の住人からの依頼

プレゼント

- デジタルインセンティブ
- 地域名産品



東洋電機健康保険組合専用QRコード

団体コード

6505toyodenki

が入力された状態でダウンロードできます

※アプリのダウンロード、ご利用は基本無料ですが、一部課金機能があります。課金機能をご使用になる場合は、自己負担となります。

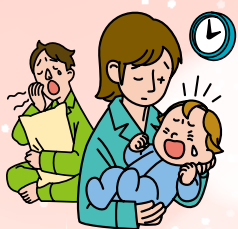
※詳しい利用方法(登録方法)については、デスクネットインフォメーション「健康保険組合からのお知らせ」をご参照いただき「ウォーキングアプリの登録手順」をご確認ください。

※対応端末については、aruku& (あるくと)の公式サイトをご確認ください。⇒<https://www.arukuto.jp/>

東洋電機グループ従業員・ご家族の皆様へ

健康・介護・メンタルヘルス 電話無料相談サービス

東洋電機グループでは、電話無料相談サービスを開設しています。
健保組合は保健事業として会社と共同でこのサービスを提供しています。



子供が高熱！
夜に受診できる
病院は？

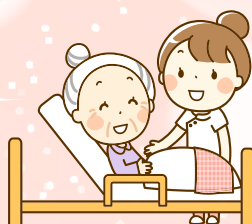
ぜひご利用ください



食生活が心配…
気をつけることは？



疲れた…
でも、眠れない…



介護保険の申請は
どうすれば良いの？

24時間
365日
いつでも
OK!!



0120-7835-25

24時間365日、看護師やケアマネジャーに相談できる、電話相談窓口です。
臨床心理士・産業カウンセラーによる、メンタル相談もお受けいたします(予約制)。
※予約受付は9:30～17:00(土日祝日、年末年始除く)

インターネット情報サービス

* アクセス方法 *

ご自宅のパソコンから、「健康介護チャンネル」で検索、または
直接情報サイトのURLを入力して、ログイン画面に入り、
団体番号欄に「toyodenki」と入力してアクセスしてください。



情報サイト
「健康・介護チャンネル」も
ぜひご利用
ください！

サービス提供会社：株式会社ライフケアパートナーズ