

2015 Spring

しぶさわけんぽ

No. 197

特集

健康寿命を延ばすカギ

おいしくかしこい食事

p 2～3 平成 27 年度 予算概況

p 14～15 平成 27 年度 収入支出予算表／

肥満は万病のもと…食習慣を見直し肥満を防ぐ



平成27年度 予算概況

当組合は去る平成27年2月17日、東京都江東区永代の澁澤倉庫株式会社本社会議室において、第108回組合会を開催いたしました。その中で、平成27年度事業計画、収入支出予算、一般・介護保険料率などが審議され、いずれも原案通り承認・決定いたしましたので、ここにお知らせいたします。

平成26年度決算見込（一般勘定）

収入総額約六〇五、一四〇千円、支出総額約五六四、七六一千円となり、決算残金は約四〇、三七八千円となります。これを組合財政の健全性を示す経常収支でみた場合、約八、七三九千円の黒字決算となる見込みです。

平成27年度事業計画

平成27年度も各種健診を中心に、みなさまの健康管理、疾病の早期発見・治療に向けた保健事業を推進します。定期健診はもとより、「特定健診・特定保健指導」やその他の「がん検診」などにつきましても事業主と一

平成27年度予算（一般勘定）

体となり、受診率の向上と保健指導強化により、生活習慣病の改善や重症化予防などを図って参ります。特に平成27年度より開始する「データヘルス計画」に従い、当組合加入者特有の課題に対応した保健事業を選定し、優先的に実施して参ります。

一般保険料収入は保険料率千分の100を継続することで五六二、三〇〇千円を見込み、これに繰越金、別途積立金繰入、その他収入などを含め、収入合計で六八一、五〇〇千円を予算計上いたしました。一方、支出のうち、みなさまの医療費に当たる保険給付費三二九、四五〇千円および高齢者医療制度

平成27年度予算（介護勘定）

への納付金二三〇、八一〇千円を加えた義務的支出は合計で五五〇、二六〇千円を予算化しております。この他に保健事業費、事務費などを加味した経常収支ベースでは五一、〇九五千円という大幅な赤字予算となっております。

高齢化に伴い私たちが国に納める介護納付金は年々増加しております。平成27年度は介護保険料率を千分の16（平成26年度比＋千分の1）と設定し、さらに法定準備金より七、〇〇〇千円を取り崩して収入に繰り入れ、納付金の増加に対応することとしております。

結び

医療技術の高度化による高額医療の増加と高齢者医療制度への納付金の増額などにより、健康保険組合の財政はきわめて厳しい状況に追い込まれております。当組合でも、これらの支出を賄うために、平成25年度より2年連続で一般保険料率を引き上げました。平成27年度におきましては、収入不足分は別途積立金の取り崩し繰り入れを優先的に行うこととしていたしました。

いわゆる団塊世代の高齢化により、今後もさらなる赤字運営が続くことが見込まれ、健保組合の存在意義である各種サービスの提供も縮減せざるを得ない事態になっております。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、こうした厳しい財政状況をご理解のうえ、日々の健康管理と疾病予防に十分留意し、医療費の削減にご協力いただきますようお願い申し上げます。

27年度の保険料率について

▶ 健康保険料率 = 一般保険料率(基本保険料率 + *特定保険料率) + 調整保険料率
100.00/1,000 = 98.70/1,000(57.70/1,000 + *41.00/1,000) + 1.30/1,000

※「特定保険料」とは、高齢者の医療費に充てられる保険料です。

	26年度	27年度
基本保険料率	54.70	57.70
特定保険料率	44.00	41.00
調整保険料率	1.30	1.30
合計	100.00	100.00

▶ 介護保険料率 = **16.00/1,000**

	26年度	27年度
介護保険料率	15.00	16.00

お知らせ

下記の件につきまして、平成27年2月17日開催の第108回組合会に提案、報告し、賛成ならびに承認を得ましたので、お知らせいたします

*決議事項(賛成)：組合同約一部変更の件

「当組合の組合同約第43条 予備費の費途の一部を次のとおり変更する」
 新たに介護勘定に予備費の科目が設定されたことにより、規約上の「予備費の費途」に介護勘定の「予備費の費途」を追加変更する。

*承認事項：任意継続被保険者の標準報酬に関する件

「当組合の平成27年4月1日より平成28年3月31日までの間における任意継続被保険者の標準報酬については、健康保険法第47条の規定により、平成26年9月末における全被保険者の標準報酬月額を平均した376,337円すなわち第26級380千円と、その者の従前の標準報酬月額のいずれか、低い方の額とする」

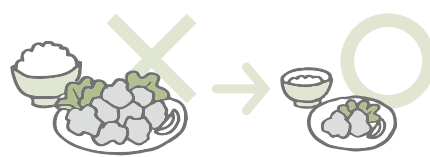
肥満は万病のもと... 食習慣を見直し肥満を防ぐ



当健保組合加入者の健康診断の結果を分析したところ、他の健保組合の加入者と比べて、肥満の人が多く、脂質異常症のリスクが高いことが判明しました。脂質異常症だけではなく、肥満はさまざまな病気の引き金となります。日ごろから気をつけ、肥満を防ぐ食習慣を身につけましょう！

太らないためのおすすめ食習慣

- ✓ 食事を抜かない**
1日3食より2食の方が太りやすい食べ方です。
- ✓ 寝る3時間前からは食べない**
就寝間近に飲食したものは消費されず、体脂肪になりやすいので要注意です。
- ✓ 間食をひかえる**
間食は3度の食事を乱したり、過食につながります。
- ✓ 外食の回数はほどほどに**
たまにはいいのですが、外食中心の食事になると、体重管理が難しくなってきます。
- ✓ よく噛んで食べる**
よく噛むと、少ない量でも満腹感が得られます。
- ✓ おかずは小さな器に盛る**
大皿や大鉢は、どうしても盛る量が多くなり、食べ過ぎにつながります。
- ✓ ながら食いをしない**
だらだらと食べてしまい、気がついたら食べすぎている食べ方です。
- ✓ すぐつまめる食品は買い置きしない**
簡単に食べられると、つい手が出てしまいます。
- ✓ バリエティに富んだ調理法を**
多種類の食品がとれ栄養バランスが自然とよくなります。なによりも食生活が豊かに楽しくなります。



平成27年度 収入支出予算表

一般勘定				収入支出予算額 681,500千円			
(単位：千円)							
収 入 目	平成27年度 予算額	平成26年度 予算額	前年度比	支 出 目	平成27年度 予算額	平成26年度 予算額	前年度比
1.健康保険料収入 (保険料)	562,465	555,865	6,600	1.事務所費	30,805	29,885	920
(その他)	165	165	0	2.組合費	775	775	0
2.調整保険料収入	7,500	7,400	100	3.保険給付費 (法定給付費)	319,450	314,970	4,480
3.繰越金	30,000	10,000	20,000	(付加給付費)	311,510	307,250	4,260
4.繰入金 (退職積立金繰入)	71,000	91,000	-20,000	4.納付金 (前期高齢者納付金)	7,940	7,720	220
(別途積立金繰入)	1,000	1,000	0	(後期高齢者支援金)	230,810	247,210	-16,400
5.国庫補助金収入	302	304	-2	(退職者給付拠出金)	107,000	114,000	-7,000
6.特定健診等事業収入	3,400	3,100	300	(老人保健拠出金)	112,000	109,200	2,800
7.財政調整事業交付金	1,501	2,501	-1,000	5.保健事業費 (特定健診事業費)	11,800	24,000	-12,200
8.雑収入 (利子収入)	5,332	5,330	2	(特定保健指導費)	10	10	0
(施設利用料)	67	64	3	(保健指導宣伝費)	39,900	38,000	1,900
(その他)	2,461	2,462	-1	(特定保健指導費)	4,500	4,600	-100
収入合計	681,500	675,500	6,000	(疾病予防費)	3,000	3,700	-700
				(その他)	2,800	2,300	500
				6.財政調整事業拠出金	27,200	25,000	2,200
				7.その他支出	2,400	2,400	0
				8.積立金	7,500	7,400	100
				9.予備費	1,260	1,260	0
				支出合計	1,000	1,000	0
					50,000	35,000	15,000
					681,500	675,500	6,000
(一般勘定)	27年度予算	26年度予算	前年度比				
経常収入	572,495	565,593	6,902				
経常支出	623,590	632,690	-9,100				
経常収支差額	-51,095	-67,097	16,002				

介護勘定				収入支出予算額 64,402千円			
(単位：千円)							
収 入 目	平成27年度 予算額	平成26年度 予算額	前年度比	支 出 目	平成27年度 予算額	平成26年度 予算額	前年度比
1.介護保険料	57,400	53,100	4,300	1.介護納付金	57,700	56,500	1,200
2.準備金繰入	7,000	8,000	-1,000	2.還付金	150	100	50
3.雑収入	2	2	0	3.積立金他	6,552	4,502	2,050
収入合計	64,402	61,102	3,300	支出合計	64,402	61,102	3,300

お知らせ

平成27年度保険料率

*一般保険料率
標準報酬月額100/1,000 負担割合(事業主55:本人45)
(内、*特定保険料率 41/1,000)
※前期高齢者納付金、後期高齢者支援金など、高齢者の医療費支援に充てる「納付金」のための保険料率

*介護保険料率
標準報酬月額16/1,000 負担割合(事業主50:本人50)

予算の基礎数値(一般)

◆被保険者数	1,060人
◆標準報酬月額	373,500円
◆総標準賞与額	990,760千円
◇平均年齢	44.63歳
◇扶養率	0.90人
◇前期高齢者加入率	3.53%
◇前期高齢者1人当たり給付費	334,841円