

2015 Autumn

しぶさわけんぽ

No. 199

特集

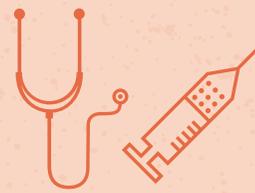
健康寿命を延ばすカギ

運動を習慣に



p 2 平成 26 年度 決算をお知らせします
p 3 インフルエンザ予防接種補助金支給制度の開始
p14~15 「データヘルス計画」とは？

インフルエンザ予防接種 補助金支給制度の開始



第109回組合会において、インフルエンザ予防接種の費用に対する補助制度の新設が承認され、本年10月の接種より開始することとなりました。

当制度の概要は次の通りです。

1. 補助金支給要件

- 対象者：当健康保険組合被保険者(被扶養者を含む)
- 接種期間：毎年10月1日～12月末日までに実施したインフルエンザ予防接種
- 接種場所：日本国内の医療機関
- 対象外：市区町村等から助成(一部助成を含む)がある予防接種は支給対象外

2. 支給限度額および回数

- 支給限度額：対象者1名1回当たり1,500円を上限とし、費用が1,500円未満の場合は、実際に支払った金額
- 支給回数：1年度内で対象者1名につき1回
ただし、小学6年生までの被扶養者で2回接種法の場合は1年度内2回

3. 申請手続

- 支給申請は別紙申請書に所定事項を記入し、支払領収証(原本)を添付の上、事業所(各社)にてとりまとめ、健康保険組合に請求してください。
- 上記申請書は可能な限り家族単位でとりまとめてご請求願います。
- 補助金の支払いは健康保険組合から、請求月の翌月末に各事業主へ送金いたします。
- 対象者からの請求は毎年1月末日を締切日とし、事業主は健康保険組合への申請書類を2月末日までに提出してください。
- 任意継続被保険者およびその家族は、健康保険組合へ直接申請してください。

本制度の概要については、
 渋澤健康保険組合のホームページでも公開しています。

渋澤健康保険組合ホームページ

<http://shibusawa-kenpo.or.jp/>



平成26年度 決算をお知らせします

去る7月9日、東京都江東区永代の澁澤シティプレイス永代の会議室にて開催された第109回組合会において、平成26年度決算が承認され決定しました。

一般勘定

26年度	収入合計	▶ 607,626千円	(前年度比0.25%減)	
	支出合計	▶ 542,999千円	(前年度比3.66%減)	
	収支差引額	▶ 64,627千円		繰越金 30,000千円 次年度へ繰越
				財政調整事業繰越金 32千円 //
				別途積立金 34,595千円 積立
〈経常収支 32,543千円〉				

当健康保険組合の一般勘定の26年度経常収支は32,543千円の黒字決算となりました。その主な内容は、前年度との比較でみると、一般保険料率改定(5.00 / 1,000アップ)により保険料収入が29,238千円増収、高額医療交付金が7,620千円減額したことに對し、支出面で保険給付費が38,691千円減少、高齢者医療制度に対する「支援金・納付金」の合計が16,101千円増額されたことなどです。

収入	科目	平成26年度決算額(千円)	平成25年度決算額(千円)	前年度比	内容
		健康保険料収入	560,926	531,688	29,238
	調整保険料収入	7,414	7,388	26	法附則2条3項調整保険料
	繰越金	10,000	43,000	-33,000	前年度歳計剰余繰越金
	繰入金	20,000	10,000	10,000	別途積立金からの繰入金
	財政調整事業交付金	2,138	9,758	-7,620	高額医療交付金
	特定健診等事業収入	2,991	2,760	231	特定健診の事業主受託料
	国庫補助金収入	329	416	-87	特定健診等への国庫補助金
	雑収入(利子収入)	196	229	-33	財産から生じる利子
	雑収入(その他)	3,632	3,911	-279	法定定期健診の事業主受託料
	収入合計	607,626	609,150	-1,524	
支出	科目	平成26年度決算額(千円)	平成25年度決算額(千円)	前年度比	内容
	事務所費	24,092	23,198	894	事業運営事務費
	組合会費	260	256	4	組合会運営費
	保険給付費(法定)	237,526	272,943	-35,417	所要財源率 41.82/1000
	保険給付費(付加)	2,465	5,739	-3,274	所要財源率 0.43/1000
	前期高齢者納付金	113,475	95,625	17,850	所要財源率 19.99/1000
	後期高齢者支援金	109,103	107,267	1,836	所要財源率 19.22/1000
	老人保健拠出金	3	3	0	
	退職者給付拠出金	21,554	25,139	-3,585	所要財源率 3.79/1000
	保健事業費	26,745	25,674	1,071	所要財源率 4.71/1000
	財政調整事業拠出金	7,381	7,361	20	法附則2条2項拠出金
	雑支出(その他)	395	430	-35	健保連会費等
	支出合計	542,999	563,635	-20,636	
	決算残金	64,627	45,515	19,112	
	経常収支	32,543	-17,179	49,722	

介護勘定

26年度	収入合計	▶ 59,211千円	(前年度比3.60%増)
	支出合計	▶ 56,337千円	(前年度比8.21%増)
	収支差引額	▶ 2,874千円	介護準備金に積立

介護勘定は、支出である介護納付金の1人当たり単価がアップしたため、年間の納付金額は前年度比4,272千円増の56,337千円となりました。一方、介護保険料率を前年度同率の15.0 / 1,000としたため、保険料収入は54,209千円にとどまりました。その結果、準備金より5,000千円を繰り入れて不足分を賄い、決算残金は2,874千円となりました。

科目	平成26年度決算額(千円)	平成25年度決算額(千円)	前年度比
収入	59,211	57,153	2,058
支出	56,337	52,065	4,272
決算残金	2,874	5,088	-2,214

保健事業の実施計画

予算科目	事業分類	事業名	事業の目的および概要	対象者				実施主体	実施計画			
				資格	対象事業所	性別	年齢		平成27年度	平成28年度	平成29年度	
職場環境の整備												
その他	新規	職場環境の整備(事業主・健保)	【目的】 ●事業主と連携(コラボヘルス)し、職場環境を改善し健康の維持、向上出来る仕組みを構築 【概要】 ●通勤経路に徒歩区間を取り入れる、事業所での階段利用等の検討	被保険者	全て	男女	18～74	健保組合と事業主との共同事業	●通勤徒歩区間の推奨や事業所での階段利用等の検討	●通勤徒歩区間の推奨や事業所での階段利用等の周知	●通勤徒歩区間の推奨や事業所での階段利用等を実施	
加入者への意識づけ												
保健指導宣伝	健康教育	既存	情報提供事業	【目的】 ●各種健康情報(健診等)を周知し、加入者の健康意識を高めること ●健保の取り組み施策(データヘルス計画等)を周知し保健事業の知識拡大 【概要】 ●定期機関誌の発行(年4回) ●ホームページ	被保険者 被扶養者	全て	男女	18～74	健保組合	●継続 ●ホームページへの掲載内容の検討(掲載が必要なものを取捨選択)	●継続	●継続
	健康教育	新規	情報提供事業(ポピュレーション)	【目的】 ●加入者全員に共通するような、保健事業の知識拡大 【概要】 ●テーマを決めて、情報提供を実施	被保険者 被扶養者	全て	男女	18～74	健保組合	●健診の受診についての啓発資料発送	●健診の結果についての啓発資料発送	●生活習慣の改善についての啓発資料発送
	健康教育	既存	ジェネリック医薬品使用促進	【目的】 ●ジェネリック医薬品の利用率向上 【概要】 ●医療費通知(ジェネリックへの切替差額通知)を配付	被保険者 被扶養者	全て	男女	18～74	健保組合	●継続 ●2014年度 102人 ●2013年度 99人	●継続	●継続
個別の事業												
特定健康診査事業	健康診査	既存(法定)	健康診断	【目的】 ●特定健康診査による加入者の健康状況の把握 ●加入者の健康維持 【概要】 ●A[巡回人間ドック健診]、B[家族健診]、C[特定健診](40歳以上の方のみ)を用意し、受診に向けた取り組みを実施	被保険者 被扶養者	全て	男女	40～74	健保組合	●現行維持 ●健診未受診者への健診受診勧奨DM発送	●継続	●継続
特定保健指導事業	保健指導	既存(法定)	特定保健指導	【目的】 ●対象者本人の継続的な行動変容 ●生活習慣病の有病者・予備群の減少 【概要】 ●主要事業所にて実施	被保険者	全て	男女	40～74	健保組合	●継続 第1期は対象者全員1回実施済のため、第2期は指導内容の検討を行う(参考) ●2013年度実施率 13.1% ●2013年度人数 16人	●継続	●継続
疾病予防	健康相談	既存	出張保健指導	【目的】 ●日々の業務における健康サポート 【概要】 ●専門職による健康相談や保健指導を実施 ●依頼を受けた事業所への訪問による健康相談 ●健保独自基準を考慮し対象者を選定 ●医者にかかる前段階の相談(医者に行くべきかどうか等)に対応 ●受診勧奨や受診同行(医師への説明補助等)を実施 ●休職中の方へのフォロー(健康状態の確認等)を実施	被保険者	全て	男女	18～74	健保組合	●継続(参考) ●健康相談 2013年度対応人数 1,044人 ●出張指導 2013年度対応人数 44人	●継続	●継続
		訪問指導	既存	糖尿病性腎症重症化予防	【目的】 ●将来の糖尿病性腎症重症化予防 【概要】 ●eGFRや尿蛋白、HbA1c等の値を総合的に判定し対象者を選定 ●面談や電話指導、医師との連携により重症化を防止	被保険者	全て	男女	35～74	健保組合	●継続 2013年度 ●基準該当者 12人 ●参加同意者 8人 ●プログラム修了者 6人	●継続
	保健指導	既存	生活習慣病予防	【目的】 ●対象者本人の継続的な行動変容 ●生活習慣病の有病者・予備群の減少 【概要】 ●(健診)主要事業所にて定期健診として実施 ●(動調)血糖、血圧、脂質の値が受診勧奨レベル以上の対象者に医療機関への受診勧奨を実施(電話やメール、DM等)	被保険者 被扶養者	全て	男女	18～74	健保組合	●継続(参考:健診) ●2013年度実施率 73.9% ●2013年度人数 1,145人 ※被保険者:92.8% 被扶養者:34.7%(参考:動調) ●2013年度受診率 69.8% ●2013年度受診者数 132人	●継続	●継続
	訪問指導	新規	前期高齢者周辺訪問指導	【目的】 ●前期高齢者周辺の医療費の高騰を抑制 【概要】 ●専門相談員による健康相談 ●ジェネリック医薬品の啓発等	被保険者 被扶養者	全て	男女	60～74	健保組合	●施策対象を選定(検査結果や医療費、年齢等)	●前期高齢者周辺訪問指導等の実施	●実施結果の評価と事業継続
	その他	新規	インフルエンザ補助金制度	【目的】 ●インフルエンザの重症化予防 【概要】 ●インフルエンザの予防接種費用の一部を補助	被保険者 被扶養者	全て	男女	18～74	健保組合	●上期補助金支給方法等検討 ●下期試行を検討	●継続 ●実施内容の振り返りと改善点の分析	●継続
体育奨励	健康教育	既存	健康増進事業	【目的】 ●加入者の健康増進 【概要】 ●海水浴、球技大会、ハイキングなどいろいろな体育行事に参加した方に対する、補助金申請制度 ※1人2回、1回につき1,000円	被保険者	全て	男女	18～74	健保組合	●現行継続 ●未利用者に対し周知を実施	●継続	●継続

澁澤健康保険組合の

「データヘルス計画」とは？

平成27年4月より、すべての健康保険組合において「データヘルス計画」の実施が始まりました。

一体、このデータヘルス計画とはどのようなものなのでしょうか？

従来、健康保険組合が実施してきた保健事業は、健康診断費の補助や運動の奨励など定型的なものも多く、その効果測定や定期的な見直しが行われることは多くありませんでした。そこで、国はすべての組合に、加入者の特性(健診や医療受診データ)を解析し、その課題に応じた保健事業をPDCAサイクルで実践する計画(データヘルス計画)の策定を求めました。当組合の過去のデータ解析から導かれる保健事業(平成25年度のデータ解析より)は次の通りです。



澁澤健康保険組合としては、このような解析結果に対応して具体的に次の計画(概要)を策定し、平成27年3月に国へ提出しましたので、ご報告いたします。

運動量を増やすヒント

今より5分遠い店へ行く

10分程度の運動でも、動脈硬化を防ぐ効果があるといわれています。これまで近場ですませていた買い物やランチなどは、片道5分以上かかる店へ行ってみるのもおすすめ。これだけで往復10分の運動量に。歩数にすると1,000歩にもなります。



歩くことが楽しくなるヒント

歩数計で1日の歩数を知る

歩数計やスマートフォンなどで1日の歩数を測定し、記録してみましょう。自然と歩くことを意識するようになり、歩数が増えれば満足感も得られ、楽しみながら続けられます。

健康寿命を延ばす！

今日からできる 生活習慣改善



日常生活で体を動かすヒント

家事も体を動かす機会 ととらえる

買い物、洗濯、窓拭き、お風呂掃除などの家事も立派な身体活動です。キビキビとした動作で体のどの部分が伸びているかなどを意識して取り組むと、汗ばむ程度の運動強度になり、筋トレ効果も期待できます。

