

2019 Spring

# しぶさわけんぽ

No. 213

p2~3 平成31年度 予算概況  
p14 平成31年度 収入支出予算表



特集

人生100年時代のヘルスケア  
若くても健康意識を  
しっかりと

# 平成31年度

# 予算概況

当組合では去る平成31年2月22日、東京都江東区永代の澁澤倉庫株式会社社社会議室において、第116回組合会を開催いたしました。平成31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、いずれも原案の通り承認・決定されましたので、ここにお知らせいたします。

## 平成30年度決算見込 (一般勘定)

収入総額約八二〇、七六三三  
千円、支出総額約七五九、六三三  
六一、一三一千円となります。  
これを組合財政の健全性を示  
す經常収支で見た場合、約  
一三三、一五四千円の赤字決算  
となる見込みです。

## 平成30年度決算見込 (介護勘定)

収入総額約七三、七四四千  
円、支出(納付金)額約  
六五、四四九千円、収支差額

約八、二九五千円となる見込  
みです。

## 平成31年度事業計画

平成31年度も各種健診を中  
心に、皆様の健康管理、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  
防などを図ってまいります。  
平成30年度より「第2期デー  
タヘルス計画」が開始され、

2年目となる今年度も次の項  
目を実施する予定です。

- 1 職場環境の整備
- 2 情報提供事業
- 3 情報提供事業(ポピュレ  
ーション)
- 4 ジェネリック医薬品使用  
の促進
- 5 特定健康診査
- 6 特定保健指導
- 7 保健指導・健康相談
- 8 糖尿病性腎症等重症化  
予防
- 9 生活習慣病予防健診
- 10 前期高齢者周辺訪問指導
- 11 インフルエンザ補助金  
制度
- 12 健康増進事業
- 13 がん検診

## 平成31年度予算 (一般勘定)

- 14 喫煙対策事業
- 15 歯科受診勧奨

一般保険料収入は保険料  
率千分の一〇〇を継続する  
ことで六〇一、〇〇〇千円を  
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  
七三〇、九二二千円を計上  
いたしました。一方、支出のう  
ち、皆様の医療費に当たる保  
険給付費三五七、四一〇千円、  
高齢者医療制度への納付金  
二三五、〇二一千円を加えた義  
務的支出合計五九二、四三一千

円を予算化、このほかに保健事業費、事務費、予備費等を計上し支出合計七三〇、九二二千円となりました。今年度も、経常収支ベースでは七〇、一一五千円の赤字予算となっております。

### 平成31年度予算 (介護勘定)

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、約六六、〇〇〇千円が見込まれます。平成31年度も介護保険料率を千分の16(平成30年度と同率)と設定し、法定準備金より八、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

急速な高齢化と医療技術の高度化に伴う医療費や国への拠出金の増加などにより、健康保険組合の財政は極めて厳

しい状況に追い込まれております。これまで当組合では、これらの支出を賄うために保険料率の引き上げや、組合の財産である積立金の繰り入れで対応してまいりました。平成31年度におきましても前年度同様、現状の保険料率を維持する一方、収入不足分は別途積立金を取り崩し、繰り入れを優先的に行うことといたしました。

いわゆる団塊世代の高齢化などが進み、今後さらなる赤字運営が続くことが見込まれ、健康保険組合の存在意義である各種サービスの提供も見直さざるを得ない事態が続いております。

被保険者ならびにご家族の皆様におかれましては、こうした厳しい財政状況をご理解いただき、日々の健康管理と疾病予防に十分留意され、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。

## 平成31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

$$100.00/1,000 = 98.70/1,000 (59.70/1,000 + 39.00/1,000) + 1.30/1,000$$

※「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。

	平成29年度	平成30年度	平成31年度
基本保険料率	60.70	39.70	59.70
特定保険料率	38.00	59.00	39.00
調整保険料率	1.30	1.30	1.30

- 介護保険料率 = 16.00/1,000

	平成29年度	平成30年度	平成31年度
介護保険料率	16.00	16.00	16.00

# [平成31年度] 収入支出予算表

## 一般勘定

収入支出予算額 730,922千円

(単位：千円)

収入科目	平成 31年度予算	平成 30年度予算	前年度比	支出科目	平成 31年度予算	平成 30年度予算	前年度比
1.健康保険料収入	601,141	597,141	4,000	1.事務所費	37,120	35,990	1,130
(保険料)	601,000	597,000	4,000	2.組合会費	760	760	0
(その他)	141	141	0	3.保険給付費	357,410	360,920	-3,510
2.調整保険料収入	8,010	7,960	50	(法定給付費)	349,930	353,340	-3,410
3.繰越金	60,000	70,000	-10,000	(付加給付費)	7,480	7,580	-100
4.繰入金	51,000	181,000	-130,000	4.納付金	235,021	356,401	-121,380
(退職積立金繰入)	1,000	1,000	0	(前期高齢者納付金)	98,000	227,000	-129,000
(別途積立金繰入)	50,000	180,000	-130,000	(後期高齢者支援金)	137,000	127,000	10,000
5.国庫補助金収入	394	394	0	(退職者給付拠出金)	20	2,400	-2,380
6.特定健診等事業収入	4,300	4,000	300	(病床転換支援金、他)	1	1	0
7.財政調整事業交付金	1,051	901	150	5.保健事業費	49,810	49,400	410
8.雑収入	5,026	5,026	0	(特定健診事業費)	5,770	5,600	170
(利子収入)	23	23	0	(特定保健指導費)	2,890	2,800	90
(施設利用料)	2,171	2,171	0	(保健指導宣伝費)	5,850	6,000	-150
(その他)	2,832	2,832	0	(疾病予防費)	32,300	32,200	100
収入合計	730,922	866,422	-135,500	(その他)	3,000	2,800	200
				6.財政調整事業拠出金	8,010	7,960	50
				7.その他支出	960	960	0
				8.積立金	1,000	1,000	0
				9.予備費	40,831	53,031	-12,200
				支出合計	730,922	866,422	-135,500

## 介護勘定

収入支出予算額 72,703千円

(単位：千円)

収入科目	平成 31年度予算	平成 30年度予算	前年度比	支出科目	平成 31年度予算	平成 30年度予算	前年度比
1.介護保険料	64,700	63,700	1,000	1.介護納付金	66,000	64,000	2,000
2.準備金繰入	8,000	7,000	1,000	2.還付金	50	50	0
3.国庫補助金収入	1	1	0	3.積立金、他	6,653	6,653	0
4.雑収入	2	2	0	支出合計	72,703	70,703	2,000
収入合計	72,703	70,703	2,000				

## お知らせ 平成31年度保険料率

### ●一般保険料率

標準報酬月額額の100/1,000 負担割合(事業主55：被保険者45)  
(内、\*特定保険料率 39/1,000)

※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

標準報酬月額額の16/1,000 負担割合(事業主50：被保険者50)

## 予算の基礎数値(一般)

◆被保険者数	1,108人
◆標準報酬月額	383,000円
◆総標準賞与額	1,041,600千円
◇平均年齢	45.56歳
◇扶養率	0.81人
◇前期高齢者加入率	2.92%
◇前期高齢者1人当たり給付額	268,803円

## 病的老化とは？

さまざまな病気の元となる病的因子が、老化のメカニズムを促進させることでもたらされる老化のこと。自然な老化(生理的老化)を食い止めることはできませんが、病的老化を防いだり取り除いたりすることはかなり可能になってきました。

# めざせ！ サクセスフル エイジング

今や人生100年といわれる時代。華麗に生き抜くには体と心の健康が必須条件です。病的老化の予防は早ければ早いほどよく、また遅すぎるといことはありません。すぐにできるコツを押さえて、楽しく美しく年齢を重ねていきましょう。

監修◎川田 浩志 東海大学医学部内科学系血液内科

## 血管の若さをキープ！

### 加齢と生活習慣で進む血管老化

血管の老化は、血管が硬くなったり、厚くなったり、狭くなったりする状態(動脈硬化)のこと。血管壁にコレステロールがたまって起きる炎症が原因です。血管の老化は加齢とともに誰にでも起こり得るものですが、不健康な食事、運動不足、喫煙など、生活習慣によっても大きく影響され、年齢不相応に老化した状態になってしまうこともあるのです。

### 動脈硬化はひたひたと忍びよる

血管の老化で怖いのは、血液が流れにくくなって心筋梗塞や脳梗塞を発症したり、血管が破れて脳出血を起こしたりする可能性があることです。動脈硬化というといかにも高齢者の病気のように思われがちですが、実は動脈硬化の完成には20～30年かかるといわれています。初期には自覚症状が乏しいので、若い頃からの予防が何より大切なのです。

今からでも遅くない！  
血管の若さをキープする  
5つのコツ

#### ✓ 食事に気を配る

減塩を意識して、野菜と果物はたっぷり。脂質のとり過ぎはよくないイメージですが、魚の脂(EPA、DHA)はむしろ積極的にとりま。

#### ✓ 体をよく動かす

軽めの有酸素運動がおすすめ。本格的な運動でなくても、日常生活に体を動かす習慣を取り入れることが大切です。

#### ✓ 禁煙する

たばこは血圧を上げ、動脈硬化を促進します。これを機にぜひ禁煙にチャレンジを。

#### ✓ ストレスをためない

ストレスはコレステロールの合成を促進させます。十分な睡眠と上手な気分転換で体と心のリフレッシュを。

#### ✓ 血圧を測定する

血管の状態は直接見られないので、さまざまな方法で推測します。血圧測定は家庭でもできる最も手頃なチェック法です。