

人健保だより

No.

100

2022
秋 号



西日に照らされ鮮やかさを増すカエデ（茅野市）

「健保だより」100号に 健康情報載せ運営伝える

信濃毎日新聞健康保険組合が発行する「健保だより」が、今回の2022秋号で通算100号になりました。

信毎健保の設立は1960(昭和35)年

1月。記録をたどると、情報発信の始まりは張り出しの壁新聞。

1982(同57)年3月には「健保ニュース」を発行しました。

本来の業務の保険給付に加え、疾病予防や健康づく

りにも一段と力を入れるようになった

ころです。

健保の

予算や決



算の紹介、医療や保健に関する法改正の案内などを載せ、年5回発行していたこともあり、1987(同62)年には名称も健保だよりに。発行は現在年2回です。

健保の運営状況を

正確にお伝えするとともに、皆さまの健康

な毎日に寄与できるような情報を盛って、

発信してまいります。今後ともよろしくお

願いいたします。

「口はしあわせの元」配布

大事な口腔ケア 分かりやすく



お手元に広報誌「先人に学ぶ 口はしあわせの元」を9月にお届けしました。歯や口腔衛生に関する先人のエピソードを漫画で紹介しながら、口腔ケアの重要性を分かりやすく解説しています。歯の健康を守るため、ご活用ください。

むし歯、歯周病、口の悩み、歯で健康長寿など7項目のテーマを掲げ、歴

史上の偉人ら7人がそれぞれ内容を紹介。例えばむし歯の解説は平安中期の文学者、清少納言。随筆「枕草子」で歯痛に苦しむ女性を描写したことに触れながら、むし歯の進み方や、砂糖から歯を守る生活習慣などを案内しています。

また、総入れ歯だった米国初代大統領ジョージ・ワシントンは歯周病を解説。糖尿病や動脈硬化、認知症など全身の健康にかかわる病氣と紹介しています。

広報誌はA4判カラー16ページ。信濃毎日新聞健康保険組合など県内19健保組合でつくる健康保険組合連合会長野野連合会の企画・編集で発行しました。

信毎健保の年間健診・検診案内

【被保険者】

	名 称	内 容	対象範囲	負担額
4 ～ 5月	春季ヘルススクリーニング	主に生活習慣病健診	原則全員	無料
	大腸がん1次検診 (ヘルス時に実施)	便潜血反応	希望者	無料
	骨粗しょう症検診(同)	骨密度	希望者	無料
	前立腺がん検診(同)	腫瘍マーカーPSA	原則50歳以上の希望者	無料
	肝炎ウイルス検査(同)	B型・C型肝炎	年度末年齢35、40、45、50、55、60歳の希望者	無料
夏	肺がんらせんCT検診	検診車による集団検診	原則40歳以上の希望者	3,000円
11月	秋季ヘルススクリーニング	主に生活習慣病健診	春の未受診者及び深夜勤務従事者	無料
冬	胃がん1次検診	バリウムによる撮影	原則35歳以上の希望者	無料
通年	大腸がん2次検診	内視鏡検査	1次で要精検判定者	無料 (ポリプ切除などの場合は保険扱い)
	胃がん2次検診	胃カメラ	1次で要精検判定者	無料
	人間ドック (1泊または日帰り)	自分で病院を予約。健保契約病院は、受診券で窓口支払いなし	40代1回、50～58歳で2回 年度末年齢59歳で1回(健保加入10年以上)	無料
	※ドックオプションで 動脈硬化検診		希望者	500円
	乳がん検診	マンモ、超音波、触診。自分で病院を予約し料金を払った後、健保に補助申請	希望者	無料
	子宮がん検診			
	インフルエンザ予防接種	10月～翌年2月	希望者。集団接種あり	2,000円

【被扶養者】

4 ～ 5月	春季ヘルススクリーニング	主に生活習慣病健診	20歳以上の希望者	無料
	大腸がん1次検診 (ヘルス時に実施)	便潜血反応	希望者	無料
	骨粗しょう症検診(同)	骨密度	希望者	無料
11月	秋季ヘルススクリーニング	主に生活習慣病健診	春の未受診者	無料
冬	胃がん1次検診	バリウムによる撮影	原則35歳以上の希望者	無料
通年	大腸がん2次検診	内視鏡検査	1次で要精検判定者	無料 (ポリプ切除などの場合は保険扱い)
	胃がん2次検診	胃カメラ	1次で要精検判定者	無料
	人間ドック (1泊または日帰り)	自分で病院を予約。健保契約病院は、受診券で窓口支払いなし	被扶養配偶者のみ。40代1回、50代1回	無料
	乳がん検診	マンモ、超音波、触診。自分で病院を予約し料金を払った後、健保に補助申請	被扶養配偶者のみ	無料
	子宮がん検診			
	インフルエンザ予防接種	10月～翌年2月	希望者。集団接種あり	2,000円

※事業所独自の規定により、負担額が軽減される検診などもあります。

2021 (令和3) 年度決算

高齢者納付金、最大の支出項目に

信濃毎日新聞健康保険組合は2022 (令和4) 年7月28日、組合会を開き、21年度の一般勘定・介護勘定収入支出決算などを原案通り可決承認しました。健康保険の一般勘定は、支出の中で高齢者医療の財源として国に拠出する納付金が3億1757万円と、保険給付費 (医療費) を上回って最大額の項目になりました。介護保険の介護勘定でも、国に納める介護納付金は前年度より490万円増えました。

一般勘定 (健康保険)

収入決算高は6億7899万円で、前年度比1599万円増。

86・48%を占める健康保険収入は5億8716万円で、前年度比1・43%、856万円の減少でした。これに対し支出決算高は6億5839万円で、前年度比4467万円増。収入総額から支出総額を引いた決算残金は2059万円で、前年度に比べ2867万円減りました。

繰入金や繰越金を除いた恒常的な収入から、納付金や医療費、保健事業費、事務所費など毎年度の主軸の支出を引いて健保財政の実態を表す経常収支は、6227万円の赤字でした。経常赤字は3年連続です。

決算残金のうち、327万円余を22年度一般勘定に繰り越し、1732万円余を将来のための別途積立金に積み立てました。

以下、支出を項目別に説明します。

◆納付金 (支出の48・23%)

高齢者医療を支える納付金は、前期高齢者納付金と後期高齢者支援金などの合計が3億1757万円で、前年度比6・19%、1852万円の増加となりました。特に前期高齢者納付金が1957万円増の1億6902万円でした。

前期高齢者納付金算出の基礎は、2019年度の前期高齢者 (65〜74歳) の医療費です。18年度に概算納付した金額を上回ったため、確定額との精算で国から加算されて増加しました。22年度予算では、20年度の医療費がコロナ禍の通院控えなどで大幅に減ったことから逆に減算され、計上額は1億円以上も少ない5558万円です。

◆保険給付費 (支出の42・38%)

健保組合が医療機関に支払うなどした医療費で、総額2億790

5万円。コロナ禍の通院控えなどがあつた前年度より3640万円、率にして15・0%の大幅増となりました。種目別で増加率が大きかったのは高齢者療養給付費 (74・49%増)、療養給付費 (43・83%増) などでした。

◆保健事業費 (支出の3・98%)

ヘルスクリーニングや人間ドック、各種検診の補助など保健事業を行うための費用で、前年度比200万円増の2620万円。

特定保健指導対象者が動機付け支援、積極的支援合わせて23人と、前年度の計18人より増えました。

◆事務所費 (支出の3・94%)

役職員給与や事務所家賃、コンピュータシステム保守料などに固定的経費で、前年度比1001万円減の2593万円。前年度は計上していた退職手当がないなど、役職員の人件費が下がりました。

2021 (令和3) 年度決算

【一般勘定 (健康保険)】

収入決算高 6億7,899万5,247円

支出決算高 6億5,839万6,973円

収支差引残高
(決算残金) 2,059万8,274円

【介護勘定 (介護保険)】

収入決算高 9,377万2,879円

支出決算高 8,956万5,119円

収支差引残高
(決算残金) 420万7,760円

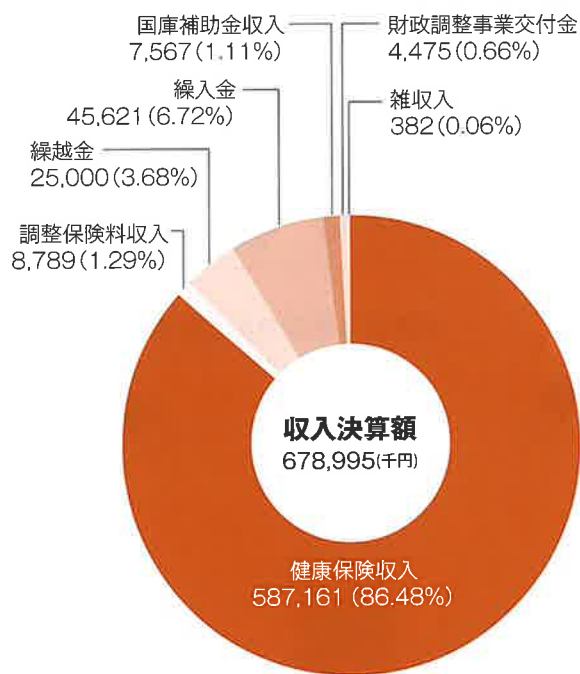
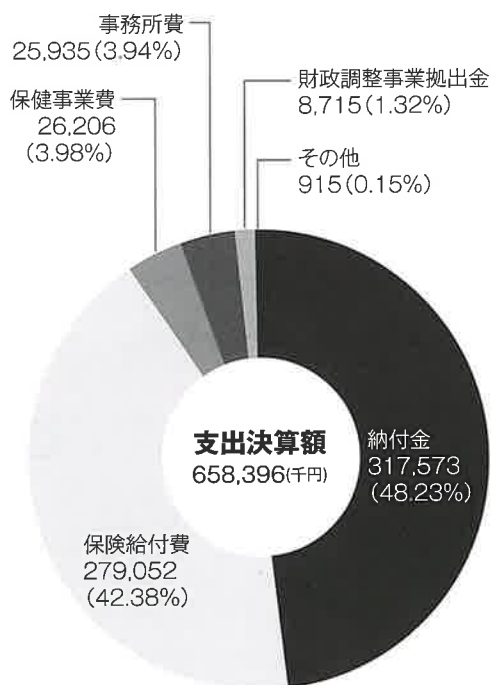
介護勘定 (介護保険)

40～64歳の被保険者からの介護保険料を、介護納付金として国に納めています。収入決算高は9377万円で、支出決算高は8956万円。差し引いた決算残金420万円余は、全額を収入不足に備える準備金に積み立てました。

保険料収入は前年度比89万円増の8697万円に対し、納付金は490万円増の8947万円。22年度予算では精算が入り、納付金を8085万円と見積もりました。ただ、今後も納付金が保険料収入を上回る事態が予想されるため、千分の18だった保険料率を、22年度分から千分の19に引き上げました。

一般勘定 収入と支出の割合

(単位：千円)



お薬の新しい 受け取り方 はじまりました



国の制度として、令和4年4月から
「リフィル処方せん」が導入されました

例えば、長いあいだ同じ薬を飲んでいるなど
病状が安定し、通院をしばらく控えても大丈夫と
医師が判断した場合が対象です

医療機関で処方せんを毎回もらわず、**同じ処方せん**
を薬局で最大3回まで**繰り返し使用**できる仕組みです
くわしくは、医師にお聞きください

投薬量に限度のある医薬品や湿布薬はリフィル処方せんにできません



特設サイトを
ご覧ください



 **健康保険組合連合会**

新理事・議員に市川伸吾さん

信濃毎日新聞労働組合の新執行部発足に伴い、信毎健保の組合会互選理事・議員を務めた南澤桂樹さんが2022（令和4）年8月に辞任し、新たに翌9月、市川伸吾さん（信毎労働組書記長）が互選議員に選出され、互選理事にも選ばれました。任期は前任者の残任期間の24年3月末までです。よろしくお願いいたします。

薬の注文は11月11日までに

家庭常備薬あっせんのお知らせを一緒にお届けしました。注文書の提出締め切りは11月11日（金）です。商品の発送は12月中旬を予定しています。

事業所）、職場名、健康保険証記載の氏名を記入し、中央の「キリトリセン」で切り離して提出してください。

今回は3D立体4層構造のマスクやアセトアミノフェン配合の解熱鎮痛剤、フッ素ケアのむし歯予防薬などを新たに用意しました。

注文書には会社名（所属



事業所ごとの被保険者数と被扶養者数

（令和4年10月1日時点）

事業所名	被保険者数(人)	被扶養者数(人)	合計(人)
信濃毎日新聞(株)	477	623	1,100
信毎書籍印刷(株)	25	9	34
信濃毎日新聞健康保険組合	3	2	5
(株)信毎販売センターふれあいネット	248	201	449
(株)ながのアド・ビューロ	70	58	128
(株)長野県カルチャーセンター	6	1	7
(株)メイツ長野	187	26	213
(株)インフォメーション・ネットワーク・コミュニティ	41	39	80
(株)MGプレス	26	18	44
長野市民新聞(株)	17	11	28
(財)信毎文化事業財団	0	0	0
(株)長野県折込広告センター	11	12	23
(株)週刊長野新聞社	7	2	9
(株)信濃毎日新聞FCメディアサービス	4	3	7
信濃毎日新聞労働組合	1	1	2
任意継続被保険者	23	14	37
合 計	1,146	1,020	2,166



屋外・屋内でのマスク着用について

- マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。
一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。
- 屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、
距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、
マスクを着用する必要はありません。
- 屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ
会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



【屋外】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話を
する

マスク必要なし



マスク着用推奨



会話を
ほとんど
行わない

マスク必要なし



マスク必要なし



公園での散歩やランニング、サイクリングなど

徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違う場面

【屋内】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話を
する

マスク着用推奨



マスク着用推奨



会話を
ほとんど
行わない

マスク必要なし



マスク着用推奨



通勤ラッシュ時や人混みの中
ではマスクを着用しましょう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。

体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。



マスクに
関するQ&A



ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

新型コロナウイルス
感染症予防のために
(厚生労働省HP)



健保だより

no.100 令和4年11月1日発行
信濃毎日新聞健康保険組合
住所 〒380-8546 長野市南県町657 TEL 026 (236) 3456