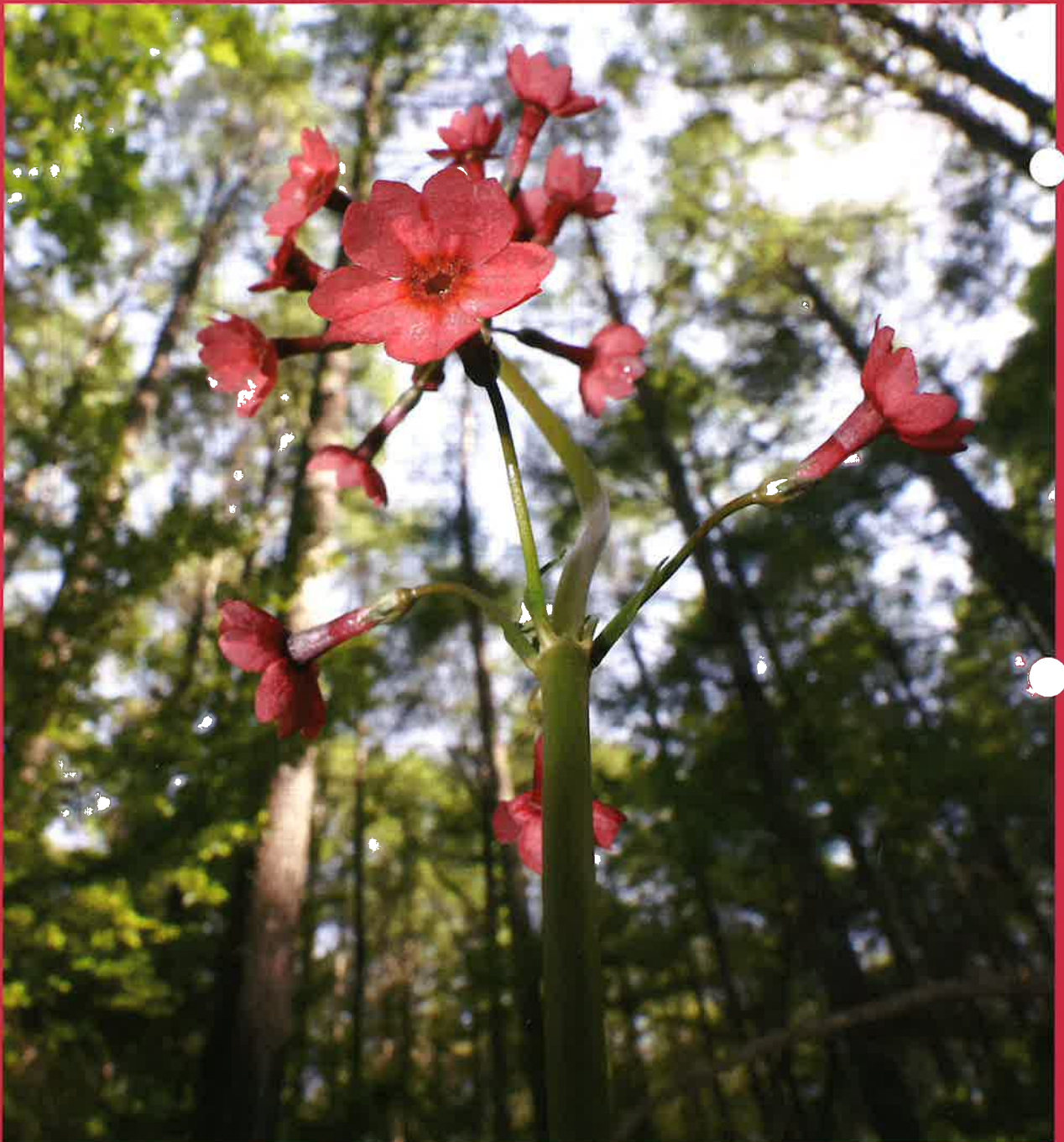


# 健保だより

No.  
**105**

2025  
夏号



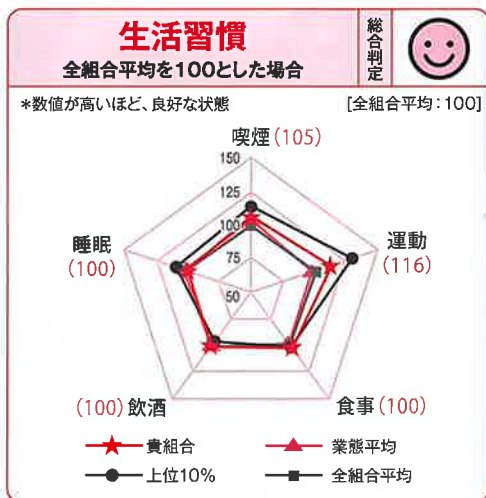
塩尻・高ボッチ高原のカラマツ林、緑の中に、クリンソウの鮮やかな赤色の花が点々と咲いている

# 「健康スコアリングレポート」から 信毎健保のスコアは「やや良好」を維持

信濃毎日新聞健康保険組合を含む全国の健保組合の特定健診結果を分析した「健康スコアリングレポート」の2024年度版が、厚生労働省と経済産業省、日本健康会議のまとめで今年も信毎健保に寄せられました。23年度のデータに基づく全組合の平均値などのほか、信毎健保の状況を図示しています。全組合平均との比較で、信毎健保のスコアは、生活習慣、健康状況とも「やや良好」を維持しています。

## 貴組合の生活状況（適正な生活習慣を有する者の割合）

※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。



※2023年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。



生活習慣の経年変化		2021	2022	2023	ランクUPまで (※1)
		喫煙	貴組合 106 業態平均 104 上位10% 112	106 104 113	
運動	貴組合 118 業態平均 95 上位10% 126	111 96 128	116 97 131	😄 最上位です	
食事	貴組合 105 業態平均 99 上位10% 100	102 99 102	100 98 102	😞 あと4人	
飲酒	貴組合 101 業態平均 101 上位10% 97	102 100 97	100 100 97	😐 あと5人	
睡眠	貴組合 101 業態平均 102 上位10% 110	100 102 106	100 101 105	😐 あと11人	

※上位10%は業態ごとの「総合スコア」上位10%の平均値を表す。ただし、業態内の組合数が20以下の場合には、全組合の「総合スコア」上位10%の平均値を表示。  
(※1)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安 (リスク対象者を減らす人数) を記載。

運動習慣は「良好」キープ  
「食事」と「飲酒」が  
ワンランクダウン

上の図は、信毎健保の特定健診結果で「適正な生活習慣を有する者の割合」を、全組合平均を100として比較したものです。

個別のリスクの種別では「運動」習慣は4年連続の「良好」。「喫煙」習慣は「やや良好」、「飲酒」習慣と「睡眠」習慣は「中央値と同程度」、「食事」習慣は「やや不良」となりました。前年度と比べると「食事」と「飲酒」がワンランクダウンしました。個別のスコアでは「喫煙、食事、飲酒」習慣でややポイントを落としました。総合判定では前年度と同じ「やや良好」となりました。

信毎健保の事業所には、時間的に不規則な部署もあるため、「食事」と「飲酒」のスコアが下がる可能性があまりありません。規則正しい食事習慣を心がけましょう。



# 貴組合の健康状況 (生活習慣病リスク保有者の割合)

## 健康状況

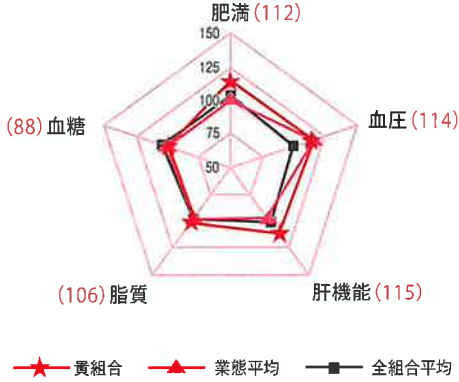
全組合平均を100とした場合

総合判定



\*数値が高いほど、良好な状態

[全組合平均: 100]



※2023年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

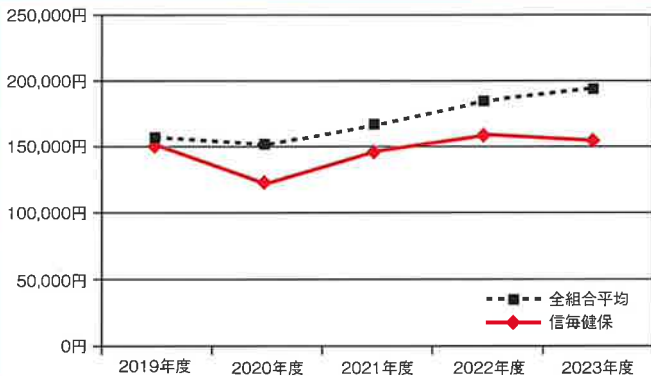
健康状況の経年変化		2021	2022	2023	
肥満	貴組合	113	112	112	😊
	業態平均	98	98	98	
血圧	貴組合	108	115	114	😊
	業態平均	116	115	117	
肝機能	貴組合	104	108	115	😊
	業態平均	93	93	94	
脂質	貴組合	95	95	106	😊
	業態平均	91	90	90	
血糖	貴組合	101	101	88	😞
	業態平均	96	97	97	

グラフは2019～23年度の1人当たり医療費の推移について、信毎健保(実線)と全組合平均(点線※性別・年齢階級別数値を信毎健保の人数に当てはめて補正算出)を比べたものです。23年度の1人当たりの医療費は156,876円でこれまで同様、全組合平均を下回っています。また、23年度は前年度に比べ、わずかながら減少しています。健康診断を積極的に受けて、病気の早期発見、早期治療に引き続きご協力をお願いします。

**1人当たり医療費は全組合平均を下回る**

「肝機能」が最上位に総合判定は「やや良好」維持  
 こちらは信毎健保の「生活習慣病リスク保有者の割合」を全組合平均などと比べた図です。「肝機能」と「脂質」は前年度からランクアップしましたが、「肥満」と「血圧」は横ばいでした。「血糖」は前年度から13ポイント下がり、「やや不良」となりました。総合評価は昨年と同じ「やや良好」のままです。

## 医療費



# 医療費・納付金の増加で 経常収支の赤字幅が拡大

信濃毎日新聞健康保険組合は2025 (令和7) 年2月20日、組合会を開き、25年度の収入支出予算などを原案通り可決承認しました。収入支出予算額は、前年度より7200万円余増額となりました。医療費 (保険給付費) と、高齢者医療の財源として国から求められる納付金が増加したためです。

## 一般勘定 (健康保険)

予算総額である収入支出予算額は7億7974万円で、前年度比7200万円増です。保険料率千分の89 (8・9%) は変わりませんが、被保険者数の前年度中の減少傾向を考慮し、保険料収入は2054万円減の5億7113万円と見込みました。経常収支は1億4782万円余のマイナスで、前年度予算の7100万円から拡大します。別途積立金から1億9700万円を繰り入れ補いました。

以下、支出を項目別に説明します。

### 保険給付費 (医療費)

＝支出の42・71%

総額3億3305万円で、前年度予算に比べ2461万円、7・98%増で計上しました。21年度決算以降、医療費は増加傾向となっています。組合全体の医療費が高くなると高齢者医療への納付金の上昇へと反映される仕組みとなっ

ています。医療費の動向は引き続き今後の健保財政を難しくする最大の要因です。

### 納付金

＝支出の36・84%

前期高齢者・後期高齢者医療制度を支える拠出金です。

22年度に減少に転じて以降、23、24年度は大幅増加、25年度は微増となっています。前期高齢者納付金は1985万円余の増額、後期高齢者支援金は498万円余の減少となりました。

### 保健事業費

＝支出の4・79%

納付金が増減するのは、2年前の医療費の増減が反映される仕組みになっているためです。24年度の医療費が23年度を上回ったため26年度の納付金も増額が予想されています。

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の費用で総額3737万円。前年度比306万円の減額です。

### 事務所費

＝支出の7・66%

25年度も長野県厚生連と長野県健康づくり事業団の2業者と特定保健指導実施の契約を結び、特定保健指導に重点的に予算配分して健康づくりをサポートしていきます。各事業所の協力も得ながらヘルスクリーニング、人間ドックの受診率向上を呼び掛けていきます。胃検診、各種検診補助、インフルエンザ予防接種補助の費用も見込んでいます。

### 予備費

＝支出の4・69%

5969万円の前年度比1896万円の増加。職員1人の退職金を計上しました。

保険給付費など支出予算が足りなくなった時に充当するもので、3653万円を計上しました。



## 介護勘定（介護保険）収入・支出

（単位：千円）

### 【収入の部】

介護保険収入	94,710
繰越金	0
繰入金	0
雑収入	3
<b>合計</b>	<b>94,713</b>

### 【支出の部】

介護納付金	83,626
還付金	50
積立金	0
予備費	11,037
<b>合計</b>	<b>94,713</b>

## 介護勘定（介護保険）

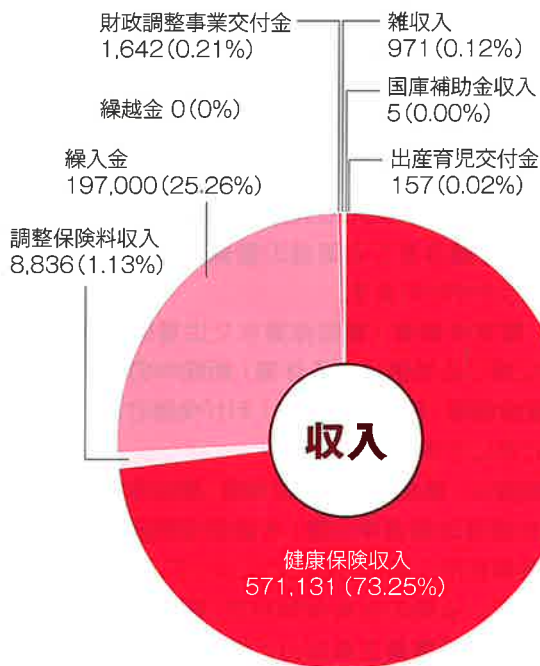
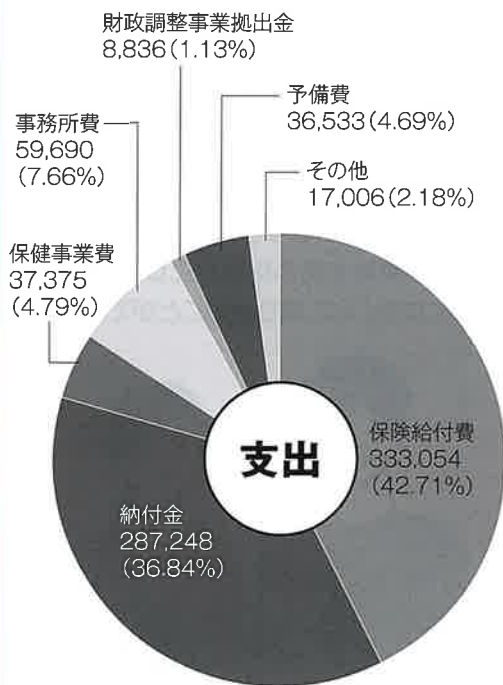
保険料率は千分の19（1.9%）で変わっていません。介護保険収入は前年度比351万円減の9471万円としました。被保険者数は前年度から微減、平均報酬月額も減額を見込んで減額予算となりました。

一方、国から求められる介護納付金は、被保険者数と平均報酬額の増減が反映される仕組みになっており、本年度の納付金額は前年度比1039万円減の8362万円余を見込みました。

24年度決算見込みの収支残金は1207万円余の見通しです。全額、準備金に積み立てる予定です。

## 一般勘定（健康保険）収入・支出 [7億7974万円]

（単位：千円）



# 被扶養者の資格確認調査、 マイナンバーを活用した 調査方法に変更します



被扶養者の資格確認調査（検認）はこれまで、20歳以上の被扶養者がいる被保険者全員に調査書を配布し、該当者には課税（非課税）証明書等の書類を添付して提出をお願いしてきましたが、2025（令和7）年度からは、マイナンバーを活用した行政機関との情報連携により、当健保組合にて、課税等の情報を確認し、追加の調査が必要になった対象の方にのみ、調査書を送付いたします。対象の方は必要書類を健保組合に提出してください。

追加調査の対象となる方は、被扶養者の収入が130万円以上（60歳以上および障害年金受給該当者は180万円以上）、子を扶養している配

偶者が当健保組合加入者ではない方、被扶養者が自営業者の方、別居の方などです。

被扶養者の資格確認調査は、健康保険法施行規則に基づき、被扶養者として認定された方がその後も引き続き扶養基準を満たしているかを確認することを目的としています。この確認は、厚生労働省保険局長通知において、「保険給付適正化の観点から、毎年実施すること」と定められています。

※健康保険組合は、「行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律」に基づき、マイナンバーを使って被扶養者の収入確認ができる「個人番号利用事務実施者」です。

## 育児休業中の社会保険料はどうなるの？

働き方改革の推進に伴い、2023年度の男性地方公務員の育児休業取得率が47.6%と前年度より15.8ポイント増加したことが昨年12月に総務省から公表されました。また、本年4月には改正育児・介護休業法が施行され、育児休業取得状況の公表義務の対象となる企業の従業員数が1000人超から300人超に拡大されるなど、子どもを産み育てる環境の整備が進んでいることがうかがわれます。

さて、育児休業等（育児休業または育児休業の制度に準じる措置による休業）期間中の社会保険（健康保険・厚生年金保険）料が免除される制度をご存じですか？

この制度は、事業主が「健康保険・厚生年金保険育児休業等取得者申出書」を健康保険組合または年金事務所に申し出ることによって、育児休業等をしている間の社会保険料が、被保険者本人負担分および事業主負担分ともに免除される仕組みです。

免除期間は、育児休業等を開始した日が含まれる月から、終了する日の翌日が属する月の前月までの期間で、お子さんが3歳に達するまでの期間となります。この間、賞与・期末手当等にかかる保険料についても免除されます。

なお、免除期間であっても、健康保険の給付は通常どおり受けられますし、厚生年金において免除期間は保険料を納めた期間として扱われるので、子育てに安心して取り組むことができます。



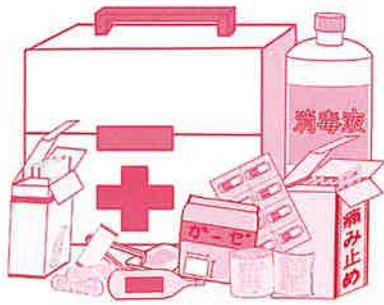
## 新理事に峯村さん、北村さん、関さん 小滝さん、佐藤さん、岡村さんも新議員に

信毎健保の新たな組合会選定議員に峯村健司さん(信濃毎日新聞総務局長兼社長室長)、北村真一さん(信毎書籍印刷総務部課長)、小滝真一さん(信濃毎日新聞編集局整理部長)と佐藤秋彦さん(長野市民新聞取締役編集長)が、また新たな互選議員に関武志さん(信濃毎日新聞販売局次長兼販売部長)と岡村慎吾さん(信濃毎日新聞東京支社営業部長兼総務部長)が、それぞれ4月に選出されました。峯村さんと北村さんは選定理事に、関さんは互選理事にも選ばれました。任期は6人と前任者の残任期間の2027(令和9)年3月末までです。

### 薬の注文は6月13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6月13日(金)です。商品の発送は7月中旬を予定しています。

注文書には会社名(所属事業所)、職場名、健康保険証等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。



【信濃毎日新聞健康保険組合 理事・監事・議員名簿】(2025年4月15日現在、敬称略)

職名	氏名	所属事業所での役職
理事長	畑谷 広治	信濃毎日新聞代表取締役専務
常務理事	片山 宏規	信濃毎日新聞健康保険組合専務理事
選定理事	中村 賢二	信濃毎日新聞印刷局長
同	峯村 健司	信濃毎日新聞総務局長兼社長室長
同	北村 真一	信毎書籍印刷総務部課長
互選理事	桜井 伸一	信濃毎日新聞事業局次長兼事業部長
同	関 武志	信濃毎日新聞販売局次長兼販売部長
同	嶋倉 隆	信濃毎日新聞松本本社まちなか情報局次長
同	鳥羽 典明	信濃毎日新聞労働組合書記長
同	仁井名基成	信毎販売センターふれあいネット取締役広生業務本部長
同	小林 善行	信濃毎日新聞取締役経理局長
監事・選定議員	伊藤 博英	ながのアドビューロ取締役管理本部長兼経営企画室長
監事・互選議員	平澤 隆志	信濃毎日新聞総務局次長兼人事部長
選定議員	小滝 真二	信濃毎日新聞編集局整理部長
同	北澤 一岳	信毎販売センターふれあいネット取締役管理本部長
同	田中 直志	信毎販売センターふれあいネット取締役営業本部長
同	市川 岳人	INC長野ケーブルテレビ取締役総務担当
同	佐藤 秋彦	長野市民新聞取締役編集長
同	中田 英行	信濃毎日新聞マーケティング局管理制作部長
互選議員	三村 卓也	MGプレス常務取締役編集長
同	市川 朝教	長野県カルチャーセンター取締役総務部長
同	宮崎 隆美	メイツ長野常務取締役営業部長
同	岡村 慎吾	信濃毎日新聞東京支社営業部長兼総務部長
同	吉沢 文章	ながのアドビューロ営業本部ビジネスプロデュース局 アカウントマネジメントチームマネージャー

\*任期は2027年3月31日まで

## 今年度からの新規事業

# 赤ちゃんが生まれた家庭に 育児雑誌を2年間送ります

信毎健保の25年度からの新規事業として、赤ちゃんが誕生されたご家庭に育児雑誌「赤ちゃん」と!」を1年間(12回)、引き続き季刊「ラシタス」を1年間(4回)合計2年間ご自宅にお送りいたします。申込不要で、健保組合へ届け出ているご住所に、直接送付いたします。

1年目の初回には、「赤ちゃんと!(1回目)」、「お医者さんにかかるまでに」、「お誕生号」セットでのお届けとなります。2年目の初回は「ラシタス」と「1歳児BOOK」を送ります。

「赤ちゃんと!」は季節と月齢に合わせた内容で、皆さんの子育てをサポートする雑誌です。季節で変わるかかりやすい病気の情報、旬の食材を使った月齢別の解説を加えた取り分け離乳食レシピなどを掲載。毎号新たに取材した最新の育児情報をお届けします。是非お役立てください。



+

プラス



健保だより

no.105 令和7年6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