

本誌をご家庭に
お持ち帰りください

港運

健保だより

vol.219 2018 秋



秋の裏磐梯五色沼と磐梯山（福島県）

磐梯山の噴火によってできた大小約 300 の湖沼が有名な裏磐梯。秋の一日、紅葉を眺めながらのトレッキングには最適です。

地震・台風・豪雨災害で被災された方々には心からの追悼とお見舞いを申し上げます。

横浜港運健康保険組合

URL <http://www.yokokou.or.jp/>

contents

平成 29 年度決算報告	2 ~ 3
平成 30 年度健康管理者講習会開催	4 ~ 5
Kenpo INFORMATION	6 ~ 7
契約アイススケート場／健康者・健康家族表彰／ 家庭用常備薬／インフルエンザ予防接種費用補助／ 被扶養者（家族）の現況調査／法改正	
春季婦人生活習慣病予防健診のご案内	8

健康診断は必ず受けましょう

平成29年度
決算の内訳

健康保険

去る8月3日（金）に開催された第199回組合会において、当健保組合の平成29年度決算が可決・承認されました。

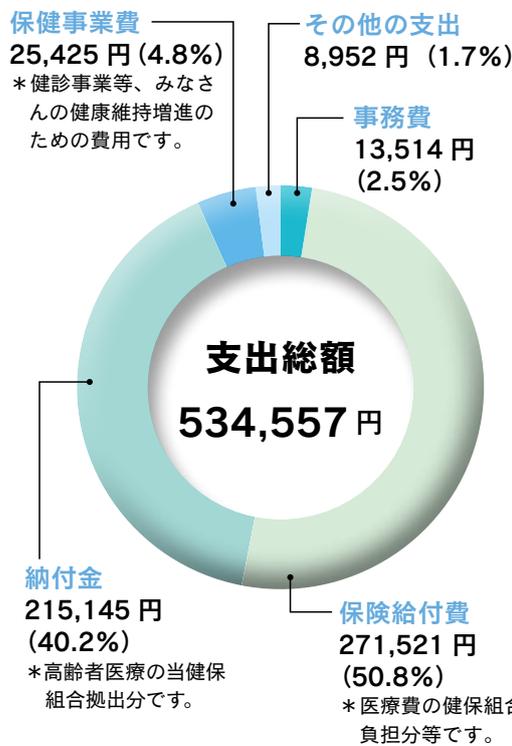
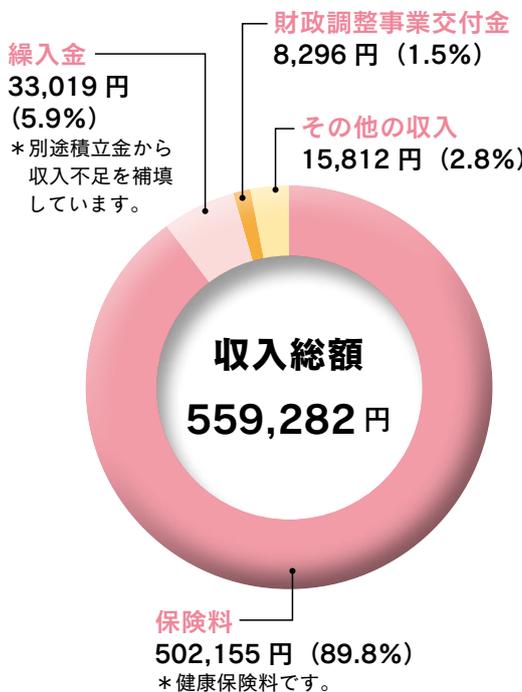
平成29年度
決算報告

医療費等は前年度より減少したものの、納付金の増額で経常収支では前年度に続く赤字決算に

収入		(単位：千円)
科目	決算額	
保険料	4,258,274	
国庫負担金収入	1,690	
調整保険料収入	58,891	
繰入金（別途積立金）	280,000	
国庫補助金収入	18,271	
特定健診等事業収入	27,976	
財政調整事業交付金	70,349	
雑収入	27,260	
合計	4,742,711	
経常収入（実質収入）	4,316,117	

支出		(単位：千円)
科目	決算額	
事務費	114,599	
保険給付費（医療費等）	2,302,498	
納付金（高齢者医療への支出）	1,824,431	
保健事業費	215,607	
財政調整事業拠出金	58,892	
積立金	10,000	
営繕費・連合会費・雑支出	7,016	
合計	4,533,043	
経常支出（実質支出）	4,470,838	

一人当たりでみた決算（健康保険）の主な項目



第199回
組合会のもよう



介護保険

収入		(単位：千円)
科目	決算額	
介護保険収入（介護保険料）	421,644	
繰入金	60,000	
その他	5,232	
合計	486,876	

支出		(単位：千円)
科目	決算額	
介護納付金（国へ納付）	466,595	
合計	466,595	

組合事務監査が実施されました

7月3日（火）、組合事務所において、組合会の坂田薫監事（白鳥運輸（株））、狩野匡由監事（横浜回漕協会）により、当健保組合の平成29年度の運営状況、事務執行状況、財務状況等、全般にわたる組合事務監査が実施されました。

監査終了後、両監事より「事業計画の執行状況並びに業務関係は適切に処理がなされており、収入支出に関する諸帳簿、関係証拠書類、医療費の支払状況、また準備金、別途積立金、備品及び財産の保管状況についても、全ての面で適正・適切に処理・管理されていると認められました。今後とも、引き続き厳しい社会環境の下、日常の諸経費節減を図り、健全で円滑な事業運営に取り組まれることを要望いたします。」との講評をいただきました。



坂田監事（右手前）と
狩野監事（右奥）による監査



健康保険

収入総額	47億4,271万円
支出総額	45億3,304万円
収支差引額	2億967万円
経常収支差引額	△1億5,472万円

当健保組合の平成29年度の主な基礎数値は、被保険者数が前年度より87名増の8480名と順調に

【主な収支】

推移しましたが、平均標準報酬月額（給料等の平均）は前年度と同水準の36万3912円と伸びませんでした。これらの数値をベースに、千分の94の健康保険料率で納めていただいた保険料は前年度より7100万円の増収にとどまりました。

一方、支出面で、医療費等の保険給付費がみなさんの節減努力もあり同比6100万円の減額となりましたが、国が定めたルールで算定される高齢者医療にかかる納付金が同比7500万円を超える大幅増。保険給付費の減が相殺される結果となっています。

納付金が増加を続けるなか、みなさんの健康維持・増進のための保健事業費は、同比1300万円減となりました。

【収支決算】

その他の科目を加えた単年度収支（経常収支）を差し引きすると1億5500万円の赤字となりました。不足分は別途積立金からの繰り入れなどでバランスを図り、2億1000万円を残金として29年度決算を終えました。

被保険者の増、保険給付費の減などの努力により赤字額こそ若干の改善を示しましたが、納付金の負担は重く、赤字脱出には至りませんでした。

納付金は、団塊世代の後期高齢者への移行、特定健診等実施率の納付金への反映など、今後も増え続けることが確実です。当健保組合では、引き続き効果的な事業運営を行い、協会けんぽよりも低い健康保険料率を維持していきけるよう努力いたします。

介護保険

収入総額	4億8,688万円
支出総額	4億6,660万円
収支差引額	2,028万円

平成29年度は、千分の14の介護保険料率で保険料を納めていただき、介護納付金4億6700万円を国に納めました。ただし、保険料だけでは不足しており、準備金からの繰入金6000万円などで補填しています。

平成30年度健康管理者講習会報告

みなさんの健康のために事業所と健保組合が連携

雨の影響で涼しくなった9月26日、事業所の健康管理委員と関係担当者の方々にご参加いただき、「平成30年度健康管理者講習会」と「タレントの山口良一氏による講演会」を開催しました。



講習会

DATA

日時

平成30年9月26日(水)
14時

会場

ホテル横浜ガーデン

出席

49事業所 82名



徳重保健師



巖常務理事

健康管理事業推進委員長でもある巖常務理事は、講習会の開会挨拶と共に、当健保組合の平成29年度決算で全支出の4割を占めた高齢者医療に対する納付金について、保健事業の実施など健保組合加入のメリットについて説明されました。



木下
主任看護師

健康管理室の木下主任看護師からは健診の検査内容の変更点について解説。労働安全衛生法に基づく変更（本年4月より）に加え、当健保組合の大腸がん検査として実施している便潜血反応検査を1日法（1回）から2日法（2回）に変更する旨の報告がありました（31年1月実施分から変更予定）。

健康管理事業実施報告では、当健保組合健康管理室の徳重保健師が報告と併せてポイントを解説。事業所と健保組合が協力して取り組まなければならない課題です。

【主な事業報告とポイント】
(29年4月～30年3月)

●健診状況

健診受診率は被保険者82%、被扶養者25%と、被扶養者の受診率向上が課題です。受診したのに健診結果未提出の方もいるかもしれません。健診結果の提出にご協力をお願いします。

●健康管理室利用状況

29年度の利用者は延べ1万218名でした。大腸の検査で95名が有所見となり、そのうち3名（講習会当日まで）の方に大腸がんが見つかっています。治癒率が高いがんですので、早期発見・早期治療が重要です。

●その他の事業

インフルエンザ予防接種は30年度も実施します。また、年3回実施している糖尿病やメタボリックシンドロームに重点をおいた健康教室では、参加者の7割の方が数値を改善しています。是非、ご参加ください。

山口良一の健康第一

講師 山口良一さん 俳優・タレント

第1部講習会終了後は、休憩時間をさみ俳優・タレントとして活躍されている山口良一さんをお招きして「山口良一の健康第一」と題して講演会を行いました。

山口さんはお忙しい仕事の合間を縫い、「健康マスター検定(※)」のベーシック・コースを受検し合格されました。そんな山口さんも「子どもの頃は引っ込み思案で虚弱体質だった」そうです。「母からあまやかされていたんですね。生まれ育った広島を出て東京に来たとたんに大病などしない健康体になりました。要は気の持ちようなんですよね」と山口さん。

上京してからは24歳で劇団東京ヴォードヴィルショー(座長は佐藤B作氏)に入団し、2年後には萩本欽一氏の番組に出演。「欽ちゃんに会いたい。それだけでオーディションを受けました。運がいいんですね。世の中、何が起るかわからないですよね」と当時を振り返られました。

現在63歳の山口さんは今も長寿番組『噂の!東京マガジン』で活躍。番組メンバーも高齢化するなか、自身も腱盤断裂を起こ



してから健康に対する考え方も変わってきたとか。「ケアをするようになりました。今はラジオ体操とストレッチを欠かしません。ヘビースモーカーだった司会の森本毅郎さんも禁煙されました」
 今は「家族や周囲の人に迷惑をかけたくないから健康でいたい」という山口さん。「人が亡くなるのは順番じゃない。いつ何が起きるかわからない。だから一生懸命に生きないといけない。なんて野暮な言い方ですが(笑)。体が動くうちは芝居を続け、みなさんに笑ってもらいたいですね」と落語家のような流暢な講演を締めました。



山口良一さん

※ 「健康マスター検定」って何？



森本希代美さん

日々を若々しく、いきいきと暮らしたいすべての人に役立つ健康リテラシーを身につけるための検定。「ベーシック・コース」はセルフケアへの関心やニーズをもつ一般の方やビジネスパーソンの方が対象、「エキスパート・コース」は職域の管理職、地域の健康推進リーダーなどの方が対象です。同検定の名誉リーダーである山口良一さんの講演は東京港健康保険組合職員で健康マスター・普及認定講師である森本希代美さんに仲介いただきました。

プロフィール



やまぐち りょういち
山口 良一

1955年3月27日生まれ。広島県広島市出身。1977年東映演技研修所入所、79年劇団東京ヴォードヴィルショー入団、81年『欽ドン!良い子悪い子普通の子』でブレイク。現在は舞台を中心に俳優、タレント、歌手、リポーター、司会者としてマルチに活躍。

今年の冬は氷の女王に!

契約アイススケート場を開設

開設期間

平成 30 年 12 月 1 日
 ↓
 平成 31 年 3 月 31 日
 まで

当健保組合では今年も
 契約アイススケート場を開設します。
 リンクに立てば誰でも氷の女王、氷の王様。
 ご家族で冬の一日をホットに過ごしましょう。



■ 契約アイススケート場一覧

施設名	区分	利用料 (円)		貸靴料 (円)	アクセス 電話番号
		一般	組合員		
横浜銀行 アイスアリーナ	大人 (高校生以上)	1,800	1,200	貸靴込み	JR 東神奈川駅下車徒歩 5 分 TEL 045-411-8008
	小人 (中学生以下)	1,300	800		
KOSÉ 新横浜 スケートセンター	大人 (高校生以上)	1,250	650	650	JR 新横浜駅下車徒歩 5 分 TEL 045-474-1112
	小人 (中学生以下)	750	250	450	
としまえん 冬の 1 日券※ 平成 30 年 12 月 8 日～ 平成 31 年 2 月 25 日	大人 (中学生以上)	4,500	1,800	貸靴込み	西武線豊島園駅下車徒歩 2 分 TEL 03-3990-8800
	小人 (3 歳～小学生)	3,400	1,400		

* 休館日、営業時間等は各施設へお問い合わせください。

※としまえんの「冬の 1 日券」とは入園+滑走+貸靴+乗り物フリー券のセットです。



新プレコール S 顆粒
 (10 包) …かぜ症状
 の緩和に

新マミオス胃腸薬
 (15 包) …胃もたれ、
 食欲不振、胸やけに



家庭用常備薬の配付

当健保組合では「自分の健康は自分で守る」というセルフメディケーションを進めるため、家庭用常備薬を配付します。
 11 月下旬、各事業所を通じてお届けしますので、ご家族の健康管理にご活用ください。

当健保組合では、保健事業の一環として健康者・健康家族を表彰しています。
 平成 29 年 4 月より平成 30 年 3 月までの 1 年間で、健康を保持され、一度も保険診療を受けられなかった健康者 (単身者) 584 名と健康世帯 13 世帯の計 597 名のみなさんが該当され、事業所を通じて記念品を贈呈しました。今後ますます健康の保持増進に努められ、ご活躍されますようお祈り申し上げます。

平成
29 年度

健康者・
健康家族表彰



自分のために
家族のために



インフルエンザ予防接種費用補助

日本では毎年約10人に1人が感染しているインフルエンザ。自分の体のためにも、家族や周囲の人に感染を広げないためにも、手洗い・うがいを行うとともに予防接種を受けることが大切です。当健保組合では、一般医療機関で予防接種を行った場合に補助金を支給しています。11月初旬の健康管理室での予防接種を受けられなかった方はこちらをご活用ください。



■ 補助対象 平成30年9月7日～12月10日の接種

■ 対象者 被保険者・被扶養者

■ 補助金 1名につき1500円

(接種回数に限らず。接種料金が1500円未満の場合は実費)

■ 申請方法

「インフルエンザ予防接種補助金申請書」(当健保組合ホームページよりダウンロード)に領収書を添付して提出

■ 申請締切 平成30年12月20日到着分まで

被扶養者(家族)の現況調査について

9月から順次実施している被扶養者(家族)の現況調査の提出書類の提出期限は**12月3日**組合着となっております。ご協力をお願いします。

(詳細は事業所の健保担当者にお問い合わせください)

法改正

平成30年8月より

70歳以上の高額療養費の自己負担限度額が変更されました

負担能力に応じた負担を求める観点から70歳以上の高額療養費の自己負担限度額が段階的に引き上げられています。平成30年8月から以下のようになっております。

(色字部分が変更箇所です)

所得要件	自己負担限度額	
	外来	入院
標準報酬月額 83万円以上	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1% < 140,100円	
標準報酬月額 53万～79万円※	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% < 93,000円	
標準報酬月額 28万～50万円※	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% < 44,400円	
標準報酬月額 26万円以下	18,000円 (年間上限 144,000円)	57,600円 < 44,400円
住民税非課税	8,000円	24,600円
住民税非課税 (所得が一定以下)		15,000円

* < > は直近12か月間に同じ世帯で3か月以上高額療養費に該当した場合の4か月目以降の金額です。
 ※窓口に「限度額適用認定証」を提示すると区分に応じた自己負担限度額までの支払いとなります。

平成
31年度

春季婦人生活習慣病予防健診 のご案内

- 東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）の事業です。
- 受診料無料。健保組合がご負担します。

「時間がないから」…健診を受けない理由としてよく耳にします。
たった1日、健診の時間を確保することで、
「病気の芽を放置して重症化」してしまうリスクを下げることができます。
よくない生活習慣に気付き、改善することもできます。
当健保組合では、東振協と提携し、婦人生活習慣病予防健診を実施しています。
全国の指定会場が利用できるのも便利です。
1年365日のうちの1日をあなたの健康のために使いましょう。
*東振協の婦人生活習慣病予防健診は春と秋の年2回実施しています。

Have a good 健診 day!

♥対象者

誕生日が昭和20年4月1日から昭和55年3月31日までの女性被扶養者

♥実施期間

平成31年4月1日(月)から7月31日(水)

♥実施会場

全国の指定会場。事業所の健保担当者の方にお問い合わせいただくか、
当健保組合ホームページの「実施会場一覧表」でご確認のうえ、希望会場を選んでください。

♥費用

無料（子宮がん検査希望の場合は2,000円の自己負担があります）

♥申込方法

健診申込書（当健保組合ホームページよりダウンロードできます）に
必要事項を記入し、当健保組合までFAXまたは郵送によりお申し
込みください。

申込締切

平成31年1月10日(木)
まで

注意 事項

*申込期間が限定されていますのでご注意ください。

*子宮がん検査は、自己採取法と医師採取法のいずれかとなりますが、自己採取法が実施できない会場もあります。
また、医師採取法については、施設等の都合により別の日に会場近くの医療機関で実施する場合があります。

お問い合わせ 横浜港運健康保険組合保健センター 健康管理室 電話 045 (201) 0656