

12億6055万円の 経常赤字で終える

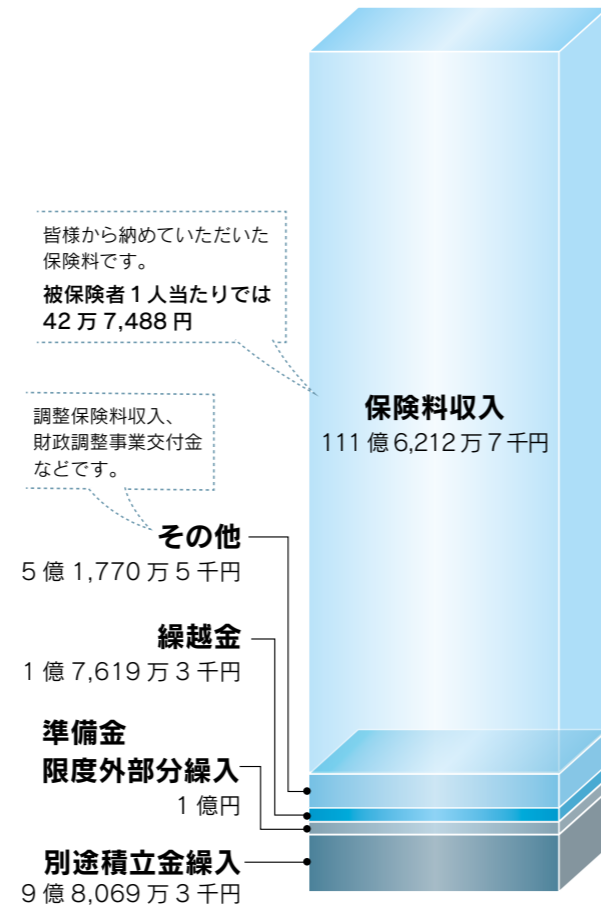
3年連続の赤字決算に…

平成25年度の決算と事業報告が、7月7日（月）に開催された組合会で承認されました。保険料率を維持して運営にあたった結果、前年度から9億1111万円増と大きく赤字額は膨らみ、3年連続の赤字決算となりました。

平成 25 年度 収入支出決算（一般勘定）

収入 129 億 3,671 万 8 千円

経常収入 113 億 3,696 万 1 千円

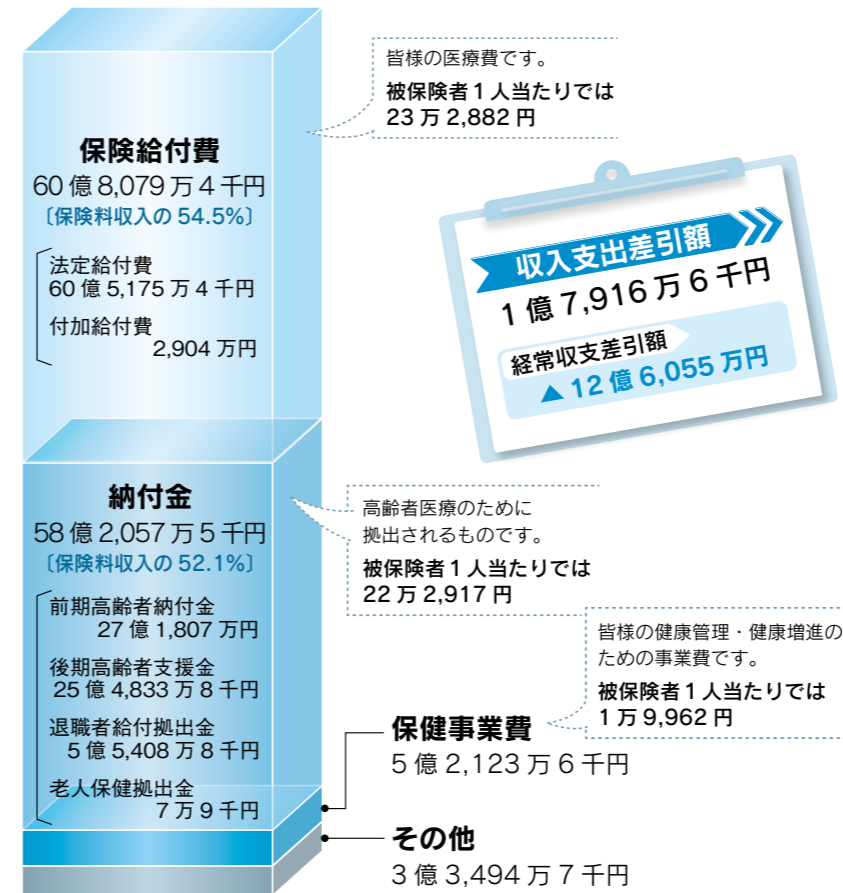


皆様から納めていただいた保険料です。
被保険者1人あたりでは
42万7,488円

調整保険料収入、
財政調整事業交付金
などです。

支出 127 億 5,755 万 2 千円

経常支出 125 億 9,751 万 1 千円



皆様の医療費です。
被保険者1人あたりでは
23万2,882円

収入支出差引額
1 億 7,916 万 6 千円

経常収支差引額
▲ 12 億 6,055 万円

高齢者医療のために
拠出されるものです。
被保険者1人あたりでは
22万2,917円

皆様の健康管理・健康増進の
ための事業費です。
被保険者1人あたりでは
1万9,962円

平成 25 年度も、多くの方に当組合の保健事業をご利用いただきました！

主な事業の実施状況

- 特定健診（40歳以上の被扶養者）………869人
- 特定保健指導（40歳以上の対象者）
………動機付け支援 152人、積極的支援 227人
- ジェネリック医薬品のお知らせ
………7月 2,571人、2月 2,740人
- 人間ドック（35歳以上の被保険者）… 4,292人
- 生活習慣病健診
（30歳以上の被保険者・被扶養者）………10,617人
- 女性生活習慣病健診
（30歳以上の被保険者・被扶養者）………1,985人
- 簡易生活習慣病健診
（30歳以上の被保険者）………3,996人
- 若年者健診（29歳以下の被保険者）… 3,039人
- インフルエンザ予防接種補助………10,951人

平成25年度 収入支出決算（介護勘定）

収入	
介護保険収入	10 億 7,894 万 1 千円
繰越金	4,376 万 3 千円
雑収入	9 万 5 千円
合計	11 億 2,279 万 9 千円

支出	
介護納付金	10 億 5,694 万 6 千円
介護保険料還付金	5 万円
積立金	479 万 1 千円
合計	10 億 6,178 万 7 千円

平成25年度は、介護納付金を賄うに足る保険料収入を確保するため、介護保険料率を1.4%から1.5%へ引き上げさせていただきました。この結果、介護保険収入は10億7894万円、介護納付金は10億5695万円となり、収支差引額は6101万円が残り残りました。残金については、準備金へ2609万円を繰り入れ、次年度へ3492万円を繰り越しました。

保険料収入が減少した一方で、
保険給付費・納付金は増加

平成25年度は、保険料率を9.2%に据え置き、運営にあたりました。標準報酬の低下により保険料収入が前年度比2億6386万円減の111億6213万円となった一方で、皆様の医療費である保険給付費が同1億5753万円増の6億8079万円、高齢者医療への拠出金である納付金が同4億7953万円増の58億2058万円となりました。収入が減少し、支出が増加した結果、前年度から大きく赤字額は膨らみ、経常収支差引額では12億6055万円の赤字となりました。

収入の不足分については、前年度からの繰越金1億7619万円、保有水準が緩和された準備金の取り崩し1億円、過去の剰余金である別途積立金の取り崩し9億8069万円を充てました。これらを踏まえた収入支出差引額は1億7917万円が残り残りますが、ほぼすべてを平成26年度への繰越金に充てることといたしました。

待たれる、
高齢者医療制度の見直し

平成25年度は、保険料収入の50%超を高齢者医療への納付金に充てることとなりました。重い負担となっている納付金は、当組合に限ったことではなく、全国の健保組合においても同様です。これまで収入の不足分に充ててきた別途積立金も底をつき、保険料率が10%を超える健保組合も目立つようになってきました。

昨年末に成立したいわゆるプログラム法において、今後の医療保険制度改革について必要な法律案を平成27年度の通常国会へ提出することを目指すとともに、高齢者医療制度について必要に応じて見直しに向けた検討を行うとされました。しかしながら、同法においては、後期高齢者支援金の全面総報酬導入が検討課題に盛り込まれており、逆に健保組合にはさらなる負担が課される可能性があります。

健保連では、現役世代に過度に依存する制度を構造的に見直すべきとし、政府に対して働きかけを行っています。早急な高齢者医療制度の見直しが待たれています。

「データヘルス計画」を作成中です

健保組合の健康づくり事業が新しく変わります。すべての健保組合が医療費データと特定健診データを活用し、データ分析に基づく健康づくり事業を進めることとなります。この計画を「データヘルス計画」といい、本年度中に作成し、平成27年度から実施していきます。

データヘルス計画のイメージ

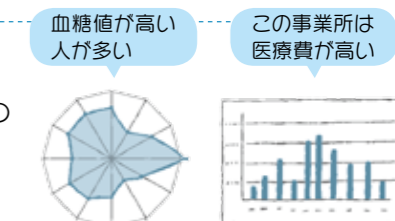
医療費データと特定健診データを活用

医療機関からの診療報酬明細書(レセプト)を分析するほか、特定健診・保健指導のデータと突き合わせます。



健保組合や事業所ごとに健康状態や医療費の状況を把握

他の健保組合と比較したり、事業所同士で比較したりして、健康状態や医療費の状況などの特性を把握します。



保健事業の効果が高い対象者を抽出

健診で「要治療」となっているのに受診していない人や、糖尿病の治療をやめてしまった人など、生活習慣病予防や医療費適正化の効果が高い対象者を抽出します。



対象者をしほって保健指導を実施

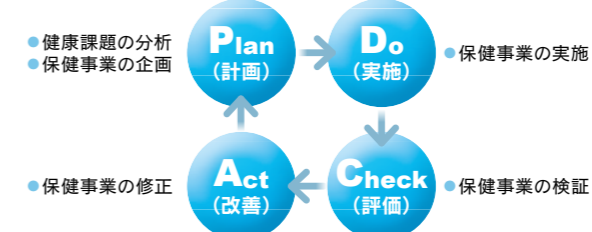
効果の高い健康づくり事業を実施

個々人の状況に応じた情報提供や、保健指導、受診勧奨など、より効果の高い健康づくり事業を計画し、実行します。

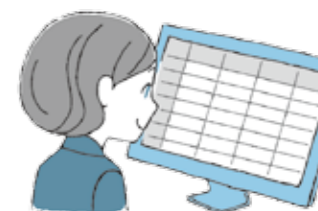


PDCAサイクルによるレベルアップ

健康づくり事業を行って終わりではなく、効果を検証し、改善して、次年度の事業に反映させます。



受診に結びついたかを確認して、計画を見直します



事業主との協働

健保組合と事業主が力を合わせ、働く人とその家族の健康度UPを目指します。

効果測定

データを分析して費用対効果を追及していきます。

10月から「被扶養者の再認定」を行います

健保組合では、保険給付および高齢者医療制度への納付金の適正化を図ることを目的に、当組合の被扶養者となっている方が、現在もその状態にあるかを確認させていただくため、毎年被扶養者資格の再認定を行っています。本年も昨年同様実施いたしますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

「再認定」の確認対象となる方

当組合の被扶養者

(ただし、次の方を除きます。)

- ①平成8年4月2日以降に生まれた「子」
- ②認定年月日が平成26年6月1日以降の方

「健康保険被扶養者確認調書」の提出期限

※確認調書は10月中旬以降、事業主様から配付されます。

平成26年12月1日(月)必着(期限厳守)

再認定の際には、「認定対象者の収入確認」もありますので、ご家族の給与明細や源泉徴収票、年金支払通知書などは処分せずに保管しておいてください。

再認定ができない「よくあるケース」

- ・就職や結婚などで他の健康保険に加入したが、当組合へ被扶養者資格の削除手続きを行わず、二重加入となっている。
- ・パートやアルバイトなどの給与や年金の収入が認定時よりも増えてしまい、認定基準額を超えている。
- ・実の親と認定後に別居したが、必要額の仕送り(送金)を行っていない。
- ・義理の親と認定時は同居だったが、その後別居した。

※被扶養者として引き続き「再認定」できる認定基準額

同居の場合は、年収130万円未満(60歳以上または障害年金受給者は180万円未満)で、かつ、被保険者の年収の2分の1未満であること。別居の場合は、年収130万円未満(60歳以上または障害年金受給者は180万円未満)で、かつ、被扶養者の収入が被保険者からの仕送り(送金)額よりも少なく、仕送りとの合計額が月額108,000円以上であること。

※税法上と健康保険法上では収入の認定基準が異なります!

税法上の扶養控除対象は前年(1月から12月)の年間収入をみますが、健康保険法上の扶養認定は今後1年間にどのくらいの収入が見込まれるかで判断されます。年収が130万円(180万円)以上となった時点で扶養から外れるのではなく、収入が1カ月あたり108,334円(150,000円)以上見込まれるようになった時点で、扶養家族から除く手続きが必要となります。

40歳以上の被扶養者の皆様へ

パート勤務先などで受けられた健診結果のご提出をお願いします

健保組合は、国が定めた特定健診受診率の目標値(平成25～29年度の設定は85%)を達成しなければなりません。当組合に加入している被扶養者の皆様の受診も、この目標値の達成に大きく関係してきます。

もし、目標値を達成できなかった場合、国から健保組合へ金銭的なペナルティが課されることとなりますので、将来的に当組合の健康保険料率が上がってしまい、皆様にさらなる負担を強いることにつながってしまいます。

パート勤務先などで健診を受診された場合、その健診結果を当組合にご提出いただかないと、せっかく受診しているのに「受診していない」とみなされ、受診率にカウントされません。大変お手数ですが、できるだけ健診結果をご提出いただき、受診率のアップにご協力くださいますようお願いいたします。

なお、ご提出いただきました健診結果等の取り扱いにつきましては、当組合の「個人情報保護管理規程」を遵守いたします。プライバシーは厳重に守られますのでご安心ください。

ご提出いただく書類

- ①健診結果のコピー(原本はご自身の健康管理のため保管してください)
- ②問診票(特定健康診査に関する質問票)のコピー

※健診時に問診票を提出してしまい手元にない場合は、当組合までご連絡いただければお送りします。提出の際は、記入もれのないようにしてください。

なお、次に該当する方は、ご提出いただく必要はありません。

- ・当組合が実施する健診(当組合が発行した受診券を利用した特定健診も含む)を受診された方
- ・平成27年3月31日までに満40歳に達しない方

送付先およびお問い合わせ先

〒130-0026 東京都墨田区両国4-25-12
 全国硝子業健康保険組合 健康管理課
 ☎03-3634-5792(直通)

特定健診・保健指導は、従来どおり実施します。必ず受診してください

平成20年度から実施している特定健診・保健指導は、平成26年度も変わらずに実施します。年1回の健診は健康管理の基本で、データヘルス計画の基礎データでもあります。必ず受診しましょう。

データヘルス計画の始動により、今後はより一層、健保組合と事業主の協働が大切になります。事業主の皆様におかれましては、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◆トロッコ列車

「ゆうすげ号」の名をもつトロッコ列車は、窓のないオープン式です。阿蘇の自然をダイレクトに感じられます。

電話：0967-62-0058（南阿蘇鉄道高森駅）
 営業：3月～11月下旬の土日・祝日に1日2往復
 （春・夏休み期間、GW期間は毎日運行）
 料金：立野駅～高森駅間片道1,280円
 （子ども740円）／全席指定（予約がおすすめ）
 URL：http://www.mt-torokko.com



清らかな水の郷は
 空の青と阿蘇の緑をたたえる



◆月廻り温泉館



熊本の「21世紀に残したいふるさと百景」第1位に選ばれました。ギザギザの山頂をもつ根子岳など、中央火口丘群の眺めが広がります。
 電話：0967-62-0141
 営業：10:00～20:00／冬季（12月～2月）は19:00まで／第2火曜休み
 入浴料：大人500円、小人300円
 アクセス：高森駅から車で5分

◆地獄温泉・清風荘

阿蘇山麓の標高700mに位置する秘境温泉です。文化5年（1808年）の創業で、本館は明治中期の建築を残しています。
 電話：0967-67-0005
 営業：立ち寄り湯8:00～20:00
 料金：立ち寄り湯600円／宿泊は1泊朝食6,630円～、夕食2,160円～
 アクセス：阿蘇下田城ふれあい温泉駅から車で15分



◆食事処「高森田楽の里」



阿蘇の伝統料理・田楽が堪能できます。清流で育ったヤマメや芋、豆腐などを囲炉裏で焼く「田楽定食」（1,890円）は逸品です。ほかに、地鶏や肥後赤牛も提供しています。
 電話：0967-62-1899
 営業：10:00～19:30／冬季（12月～2月）は10:00～19:00／無休
 アクセス：高森駅から車で5分



かな 22文字で日本一長い駅名を持つ、「南阿蘇水の生まれる里白水高原」駅

水の源を訪ねて

阿蘇山麓には、湧水による水源が多く存在し、阿蘇の澄んだ冷たい水が訪れる人の喉を潤します。水を持ち帰ることができ、水源の中にはひしゃくが常備され、自由に飲めるようになっている所もあります。



◆湧沢津水源
 アクセス：中松駅から徒歩15分



◆寺坂水源
 アクセス：南阿蘇水の生まれる里白水高原駅から徒歩10分

●南阿蘇鉄道高森線（熊本県）
 立野（阿蘇郡南阿蘇村）
 ↓
 高森（阿蘇郡高森町）
 距離：17.7km



整骨院・接骨院で

負傷原因を正しく伝えていきますか？

療養費支給申請書の記入は、記載内容をチェックしてから

整骨院・接骨院では健康保険を使って施術を受けることができますが、どんな場合でも使えるわけではありません。使えるのはどんなときかを正しく知って、適切に利用してください。

Memo 健康保険が使えるのは…

具体的には、日常生活やスポーツ中に転んで膝を打ったり、足首をひねったりして急に痛みがでたときなどに、健康保険を使って施術を受けることができます。負傷原因がはっきりしているケガや痛みの場合は健康保険が使えますので、整骨院や接骨院では負傷原因を正しく伝えましょう。



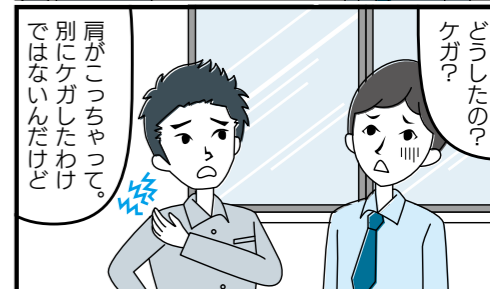
整骨院・接骨院で健康保険が使えない例にはこんなものがあるよ

単なる（疲労性・慢性的な要因からくる）肩こりや筋肉疲労

脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善のみられない長期の施術

病院、診療所などで同じ負傷等を治療中の場合

労災保険が適用となる仕事や通勤途中の負傷



負傷原因の照会にご協力をお願いいたします

「療養費支給申請書」に患者が被保険者氏名を記入するのは、療養費の受け取りを柔道整復師に委任する意味があります。健保組合が被保険者以外の方に療養費を支払ううえで重要な要件となりますので、受取代理人の欄には原則患者の自筆による署名が必要となります。（利き手の負傷などで記入できない場合のみ、代筆が認められています）
 申請書の内容（負傷原因・負傷名・日数・金額など）を確認してから、記入するようにしてください。

施術内容をよく確認し、申請書は自筆で記入しましょう

領収証は必ずもらいましょう
 領収証は、柔道整復師に発行が義務付けられていますので、無料でもらうことができます。後日、健保組合から施術内容などの照会をさせていただきます際、領収証を提出していただくこともありますので、大切に保管しておいてください。

柔道整復師にかかる療養費のなかには、不適正な請求が一部に見受けられます。当組合では、整骨院等からの請求内容に誤りがないか、確認させていただいております。照会文書が届きましたら、必ずご自身でご回答いただきますようお願いいたします。
 なお、回答がいただけない場合は、柔道整復師への支払いが滞ることになりますので、期限までに必ずご回答いただけますようお願いいたします。回答が長期間ご提出いただけない場合は、事業主様にご協力をお願いすることになりますのでご了承ください。

鍋1つで
簡単・栄養満点
レシピ

料理制作/村田 裕子 (料理研究家・管理栄養士) 撮影/松島 均 スタyling/吉岡 彰子

夏こそ! 鍋料理で食欲アップ!

食欲が落ち、体力を消耗しやすい夏にこそおすすめなのが鍋料理。さまざまな栄養素が手軽にとれ、エネルギー補給ができます。

牛肉と夏野菜のスープカレー鍋

1人分/373kcal
塩分 3.0g

材料 (2人分)

牛薄切り肉……………200g
下味調味料 カレー粉大さじ1/2/塩・こしょう各少々
たまねぎ……………1/2個
パプリカ(赤・黄)……………各1/4個
なす……………1本
ズッキーニ……………1/2本
トマト……………1個
ホールコーン(缶詰)……………大さじ3
煮汁 固形スープの素1個/ローリエ1枚/しょうが(すりおろし)大さじ1(1かけ分)/にんにく(すりおろし)小さじ1(1かけ分)/水3カップ/カレー粉大さじ2/ウスターソース大さじ1/ケチャップ大さじ1/めんつゆ(2倍希釈)大さじ1
塩・こしょう……………各少々

作り方

- ①牛肉は幅5cmに切り、下味調味料をもみこむ。
- ②たまねぎは4等分のくし切り、パプリカはへたと中の白い部分を取って細切り、なす、ズッキーニは長さを半分に切って縦に4~6等分に切る。なすは水に5分さらす。トマトはへたを取り、ざく切りにする。
- ③鍋に煮汁の材料を入れて中火で熱し、沸騰したら牛肉をほぐしながら加える。②の野菜も加え、あくを取りながらやわらかくなるまで4~5分煮る。ホールコーンを散らし、塩・こしょうで調味する。



栄養ノート

- 赤や黄色のパプリカにはβカロテン、ビタミンC・Eがバランスよく含まれており、血管や肌の老化防止に効果的です。
- トマトの赤い色に含まれるリコピンには強い抗酸化作用があります。リコピンは皮や種にも含まれているので、余さず摂取しましょう。



最後までおいしく!
「シメ」レシピ

カレーそうめん

1人分/249kcal
塩分 1.0g

材料 (2人分)

そうめん(乾燥)……………3束(180g)

作り方

- ①鍋にたっぷりの熱湯を用意し、そうめんを入れて、はしてほぐしながら表示時間(約1分30秒)どおりにゆでる。冷たい水にとってもみ洗いし、ぬめりをとりながら十分に冷やす。ざるにあけて、水気を切る。
- ②熱いスープカレーに冷たいそうめんをつなぐがらいただく。



健診・補助金に関する
お問い合わせは健康管理課まで

電話 03-3634-5792

FAX 03-3634-5687

—どちらも健康管理課直通です—

メンタルヘルス
カウンセリング

当組合の被保険者・被扶養者であれば、
どなたでもご利用いただけます

経験豊かな専門カウンセラーが電話または面接で応対いたします。
相談者のプライバシーは、会社・当組合に対しても完全な秘密保持がされます。

電話番号は、配付した「ガラスけんぼニュース」でご確認ください。携帯からもご利用いただけます。自動音声ガイドに従い、サービスをご選択ください。サービス内容によって受付時間が異なります。詳細は当組合ホームページをご覧ください。