

2022/秋 No.299

健保 だより

令和3年度 決算がまとまりました
皆さんの診療状況・健診結果をご報告します
インフルエンザ予防接種のご案内

 <http://www.kpk.or.jp/>

ご家庭へお持ち帰りください

医療費と納付金の支出増により、経常収支で2年連続の赤字に

去る7月13日(水)に開催された第133回組合会で、当健保組合

の令和3年度決算が審議され、可決・承認されました。

収入総額	103億8,146万2千円
支出総額	95億3,134万3千円
決算残金	8億5,011万9千円
経常収支差引額	▲3億4,306万8千円

充実した健康づくり事業を実施

被保険者やご家族の健康づくりのための保健事業費は、2億9,754万円を支出、下記のような事業を実施しました。

令和3年度に実施した「健康づくり事業」

健康情報の提供

- ・機関誌「健保だより」の発行(年4回)
- ・ポスター、パンフレット等の配布(3回)
- ・健康者へ記念品の贈呈(6月)
- ・育児雑誌の配布(年間)
- ・健保連との共同保健宣伝(随時)
- ・ホームページによる情報提供
- ・ジェネリック医薬品のお知らせ(4、12月)
- ・基本保険料に対する保険給付費の割合についてのお知らせ(6月)
- ・医療費のお知らせ(2月)

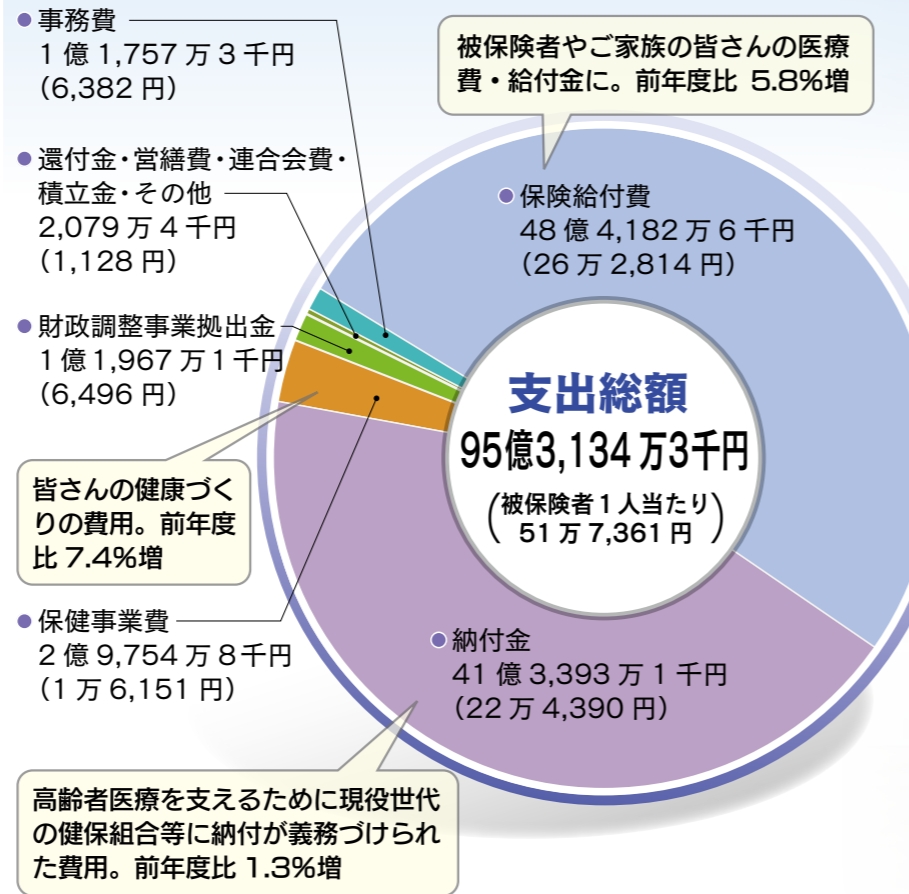
健康診断と疾病予防

- ・生活習慣病予防健診(4~12月)
- ・春季婦人生活習慣病予防健診(4~8月)
- ・人間ドック(4~12月)
- ・インフルエンザ予防接種(10~1月)
- ・脳ドック等の割引健診(年間)
- ・特定健康診査(4~12月)
- ・特定保健指導(年間)
- ・家庭用常備薬品の配布(11月)
- ・健診に関するご案内(6月)
- ・重症化予防受診勧奨(6月)

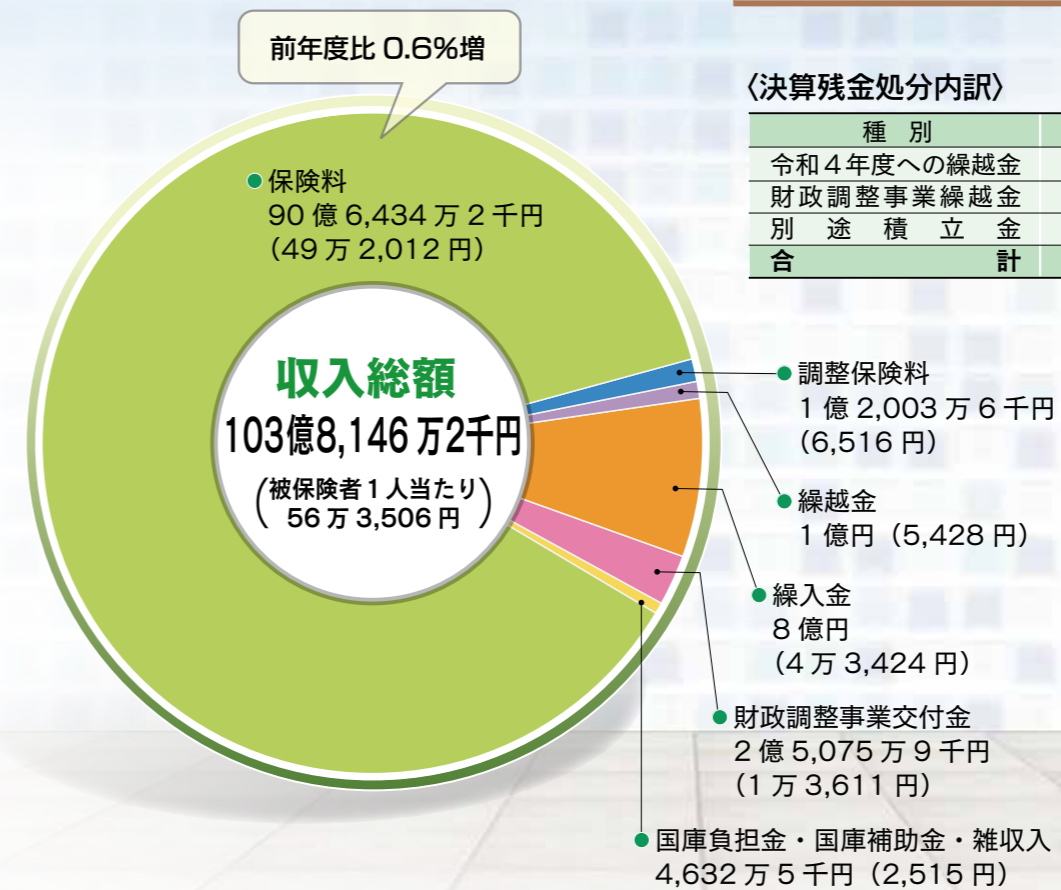
保養と健康づくり

- ・プール施設利用補助(7~9月)
- ・スキー場リフトの割引利用(12~3月)
- ・健康づくりセンター「へるすびあ」(電設工業健保組合の施設)と契約(年間)
- ・契約保養施設(JTB契約保養所、直接契約保養所、国民休暇村)の利用補助(年間)
- ・共同利用保養所の利用(年間)
- ・スポーツクラブ「ルネサンス」との法人契約(年間)
- ・FUJIYAMA倶楽部の優待利用(年間)
- ・リゾートトラストの会員料金での利用(年間)

グラフで見る令和3年度決算



健康保険



〈決算残金処分内訳〉

種別	金額(千円)
令和4年度への繰越金	100,000
財政調整事業繰越金	201
別途積立金	749,918
合計	850,119

介護保険

健保組合は、国の介護保険の保険料の徴収・納付を代行しています

〈収入〉

科目	決算額(千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額(円)
介護保険収入	1,070,240	101,042
雑収入	2	—
合計	1,070,242	101,042

〈支出〉

科目	決算額(千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額(円)
介護納付金	1,002,391	94,637
介護保険料還付金	6	1
合計	1,002,397	94,638

令和3年度は介護保険収入10億7,024万円に対して、国に納付する介護納付金が10億239万1千円となりました。決算残金は準備金といたしました。

当 健保組合は設立50周年記念事業の一環として、平成29年度〜令和元年度の3年間、保険料率を100分の2引き下げ、令和2年度・3年度も保険料率を維持して運営してまいりました。令和3年度も積立金を取り崩して収入不足を補って運営いたしました。支出の増加が大きく、経常収支で3億4,300万円の赤字という非常に厳しい決算となりました。

被 保険者数と報酬月額が微減、賞与支給額は増加し、保険料収入は5,000万円(0.6%)の増加となりました。

支 出の大半を占める保険給付費(医療費)は、前年度に比べ2億6,500万円(5.8%)増加し、高齢者医療のための納付金も5,100万円(1.3%)増加しています。

こ れらの結果、経常収支で2年連続の赤字となりました。決算残金は1億円を次年度予算に繰越し、7億4,900万円を別途積立金として増やし、保険料率軽減の原資や、高齢化や医療の高度化等による将来の負担増に備えることといたします。

令 和4年度も厳しい社会情勢のなかではありましたが、多額の積立金を取り崩し保険料率を維持しております。今後も効率的に事業を展開し、収支の安定に努めてまいりますので、皆さまにおかれましては、適正受診やジェネリック医薬品への切り替え等、医療費の節減にご協力いただきますようお願いいたします。

皆さんの診療状況・健診結果をご報告します

令和3年度 高額医療費の内訳

令和3年度の医療費は、令和2年度のコロナ禍における受診控えから一転し、前年度比で2億6,003万円、6.3%の大幅な増加となりました。

健康保険組合では、レセプトをもとに医療費の動向を分析し、増大する医療費の節減方法を探るとともに、重篤な疾病に移行する前段階で「重症化予防通知」を該当する方に送るなど、加入者の皆様の健康維持への一助となるような事業を行っています。

令和3年度を含めた過去3年間の医療費をまとめました。



高額医療費の上位10

本人・家族別で、高額な医療費順に表にしています。

令和3年度は500万円を超えているものが29件あり、その内1,000万円以上が2件で、最高額は2,317万円でした。

高額医療費の月額上位一覧

《本人》	(単位：円)			《家族》	(単位：円)		
	元年度	2年度	3年度		元年度	2年度	3年度
1	14,633,900	13,459,440	23,169,790	1	13,247,070	9,919,170	9,686,660
2	10,131,940	10,867,870	10,863,940	2	8,671,910	9,713,710	8,621,970
3	9,261,470	8,846,450	8,851,850	3	7,534,380	8,631,240	5,605,680
4	9,252,770	8,824,540	8,074,360	4	7,259,870	8,631,240	5,380,090
5	9,088,020	8,261,720	8,053,820	5	6,265,850	8,631,240	3,934,840
6	8,076,940	8,261,340	8,053,780	6	6,012,370	8,366,290	3,901,740
7	6,840,200	8,086,710	7,872,650	7	5,451,980	7,733,370	3,781,650
8	6,824,080	8,053,780	7,869,650	8	4,882,300	7,149,490	3,329,470
9	5,787,680	8,053,780	7,740,700	9	4,877,040	5,145,320	3,153,110
10	5,695,200	8,053,780	7,714,990	10	4,872,640	4,864,500	3,095,120

高額医療費金額別件数

…… 1カ月100万円以上の医療費は、489件

令和3年度は、1カ月100万円以上の医療費がかかったものが489件となりました。前年度に比べ67件の増加となっています。本人、家族ともに件数が増加しています。

高額医療費の金額別件数の推移

《本人》	(単位：件)			《家族》	(単位：件)		
	元年度	2年度	3年度		元年度	2年度	3年度
100万円～200万円未満	203	195	243	100万円～200万円未満	122	103	109
200万円～300万円未満	42	39	29	200万円～300万円未満	37	24	49
300万円～400万円未満	16	10	12	300万円～400万円未満	8	5	7
400万円～500万円未満	9	7	11	400万円～500万円未満	13	3	0
500万円～1,000万円未満	13	25	23	500万円～1,000万円未満	6	9	4
1,000万円以上	2	2	2	1,000万円以上	1	0	0
合計	285	278	320	合計	187	144	169

年に1回、健康保険組合がご案内している健診を受けていただき、ご自身の健康管理に活用いただくとともに、医療費の節減にご協力いただきますようお願いいたします。

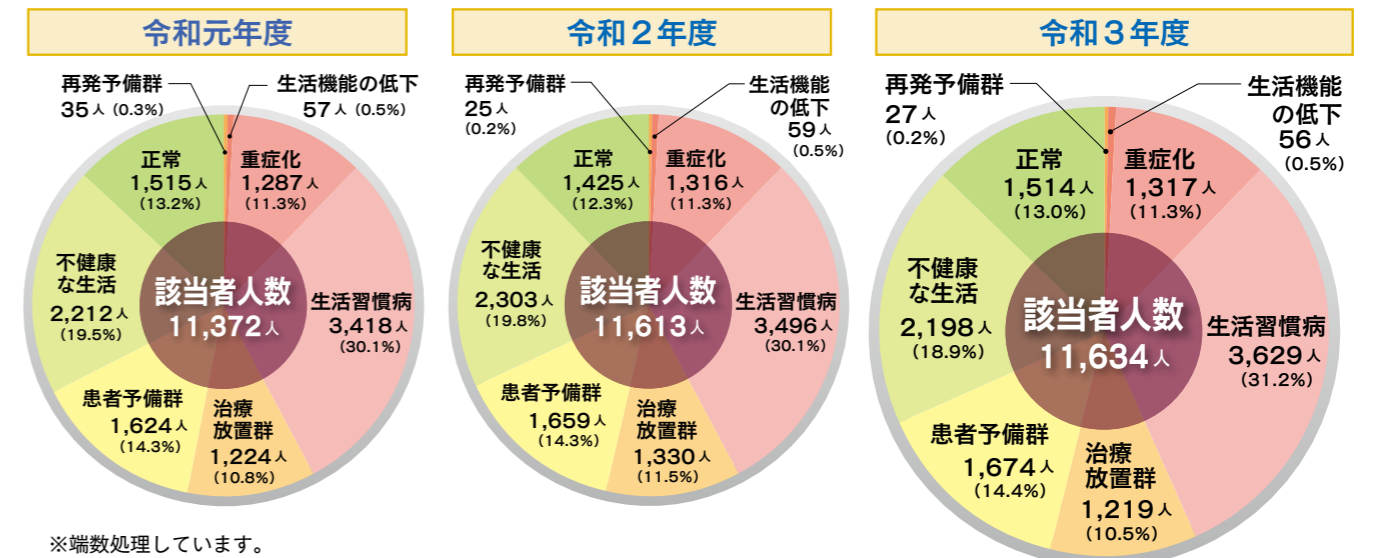
健康マップ ～生活習慣病からみた分布～

令和元年度～3年度に健診を受けられた方の、生活習慣病関連疾病に絞った分析図を作成しています。

◆期間：2019.04～2022.03 ◆対象年齢：40～74歳

未通院（生活習慣病のレセプトが無い人）				通院/入院（生活習慣病のレセプトがある人）			
正常	不健康な生活	患者予備群	治療放置群	生活習慣病	重症化	生活機能の低下	再発予備群
正常値レベル	保健指導が必要なレベル	病院で診察を受けたほうが良いレベル	治療する必要があるレベル	合併症はない	合併症に進行しています	重篤な状態になっています	入院後の状態です
血糖：110mg/dl未満又はHbA1c5.6%未満	血糖：110mg/dl以上又はHbA1c5.6%以上	血糖：126mg/dl以上又はHbA1c6.5%以上	血糖：140mg/dl以上又はHbA1c7.0%以上	2型糖尿病・高血圧症・脂質異常症のいずれかがあり、合併症はない状態	生活習慣病があり、糖尿病性合併症・脳血管疾患・動脈疾患・虚血性心疾患がある状態	入院を伴う四肢切断急性期・冠動脈疾患急性期・脳卒中急性期、および透析期（通院含む）の状態	生活機能の低下の該当が1年前にあったが、当該年度は入院はない状態
血圧：85/130mmHg未満	血圧：85又は130mmHg以上	血圧：90又は140mmHg以上	血圧：100又は160mmHg以上				
中性脂肪：150mg/dl未満又はLDL：120未満又はHDL：40以上	中性脂肪：150mg/dl以上又はLDL：120以上又はHDL：40未満	中性脂肪：300mg/dl以上又はLDL：140以上又はHDL：35未満	中性脂肪：400mg/dl以上又はLDL：160以上又はHDL：30未満				

……《該当者人数の構成割合(%)》……



※端数処理しています。

「通院者/入院者」の割合が高い
「通院者/入院者」と「未通院者」の割合について、他健保の平均と比較すると、当健保は「通院者/入院者」の割合が高くなっています。前年度は、新型コロナウイルス感染症による医療機関への受診控えにより、通院者が減少いたしました。令和3年度は、通院者が1・1%増加しました。通院中の方は、疾病の進行を防止健康状態が改善するよう、医師の指導管理のもとで継続的な治療を受けていただくようお願いいたします。

また、健診結果で「要精密検査」「要治療」の判定がされた場合には、健診結果を持参のうえ、医療機関に必ず受診いただき、早めの治療で重症化を防ぎましょう。

健康保険組合では、健診結果で「要精密検査」「要治療」の判定がされた方で医療機関を受診されていない方に対して、医療機関への受診勧奨通知を毎年、送付しております。ご自宅に届いた方は、通知を持参のうえ、医療機関を受診してください。

生活習慣病関連疾病について、コロナ禍が継続している中ではありますが、生活様式に注意しながら、改善を図り、生活習慣病の予防に努めましょう。

「特定保健指導」を受けましょう
健康保険組合では、メタボのリスク数に応じ、対象となる方に対して特定保健指導のご案内をしています。保健師等の専門家が、様々な働きかけにより行動変容を促すお手伝いをします。保健指導の対象者には、お勤めの事業所を通じて、特定保健指導のご案内をお送りしておりますので、参加いただき「健康」について再確認してみてください。

健康保険法の改正について

(令和4年10月施行)

(3) 育児休業等期間中の保険料の免除要件について

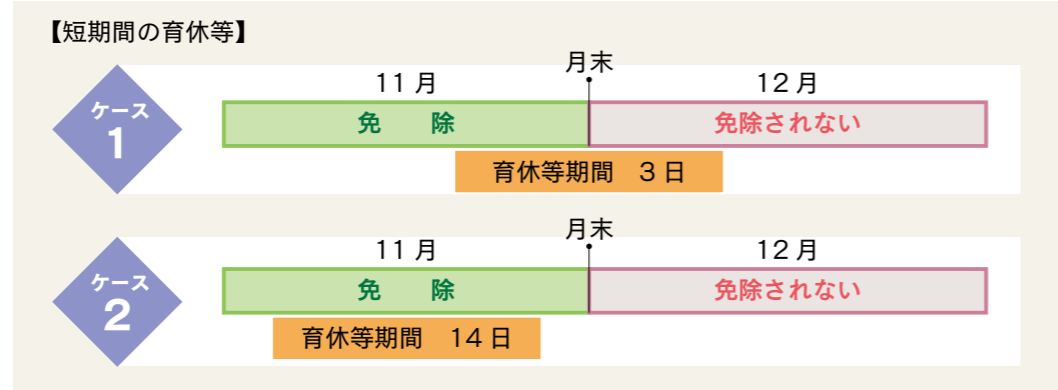
令和4年10月から、従来の要件に加えて、同一月内で14日間以上の育児休業等を取得した場合もその月の保険料が免除となります。

また、賞与保険料は、従来の賞与支給月の月末を含む育児休業等を取得していることに加えて、1か月を超える育児休業等の取得が免除の要件となります。



<短期間の育児休業等の保険料免除要件>

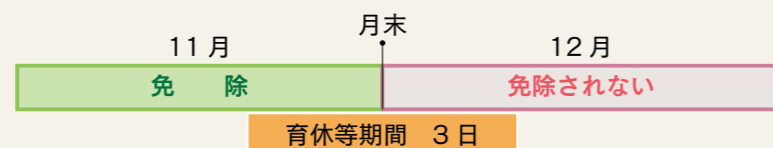
令和4年10月1日から



<賞与保険料の免除要件>

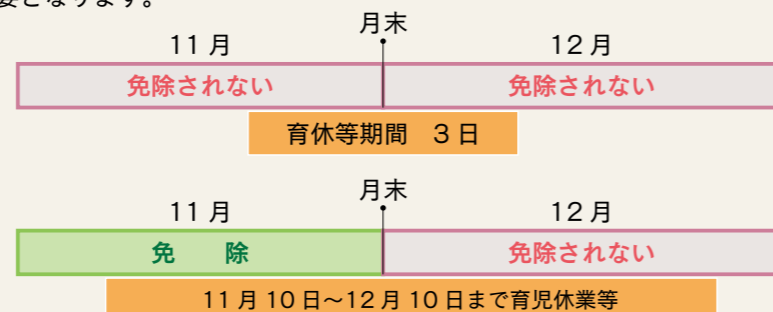
従来

賞与支給月の月末時点で育児休業等をしている場合に賞与保険料を免除



令和4年10月1日から

賞与支給月の月末を含む育児休業等を取得していることに加えて、1か月を超える育児休業等の取得が必要となります。



(1) 被保険者資格の勤務期間要件について

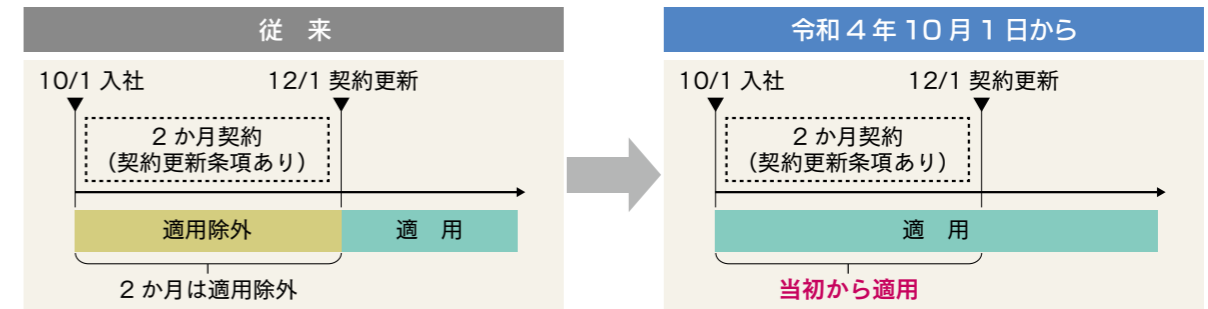
2か月以内の期間を定めて雇用される方は健康保険の適用が除外されていますが、令和4年10月から、当初の雇用期間が2か月以内でも、以下のいずれかの要件に該当する方は雇用期間の当初から健康保険の適用対象となります。

<雇用期間が2か月以内でも健康保険の適用対象となる方>

- ①就業規則、雇用契約書等において、その契約が「更新される旨」、または「更新される場合がある旨」が明示されている場合
- ②同一事業所において、同様の雇用契約に基づき雇用されている方が、更新等により当初の雇用契約の期間を超えて雇用された実績がある場合



※①の場合の例



(2) 短時間労働者の適用拡大について

短時間労働者の適用拡大の対象となる特定適用事業所の企業規模の要件が見直され、従来の従業員500人超から、100人超(令和4年10月1日から)となります。

勤務期間要件(1年以上見込み)は撤廃され、上記(1)と同様に雇用期間の見込みが2か月超の場合は健康保険の適用対象となります。



令和4年10月1日から		適用基準
1	企業規模	従業員数100人超
2	賃金	月額8.8万円以上
3	労働時間	週の所定労働時間20時間以上
4	勤務期間	勤務期間1年以上見込み
5	適用除外者	学生は適用除外

令和4年10月に撤廃

一般の被保険者と同様の勤務期間要件となり、上記(1)①、②のケースなどは健康保険適用対象

※雇用契約時、短時間労働者の要件を満たしていなかった方が、実態として所定労働時間(残業時間含めず)実労働時間が2か月連続で週20時間以上となった3か月目の初日、同様の状態が続いている又は続く見込まれる場合は3か月目より適用となります

男女ともに気をつけたい 「大腸がん」

監修：大阪がん循環器病予防センター 医師 岡田武夫

コロナ禍による「がん検診」の受診控えで、がんの診断が遅れる可能性が高くなっています。その中には、男女ともに多い「大腸がん」も含まれます。40歳以上の人は、今すぐ大腸がん検診を受けましょう。

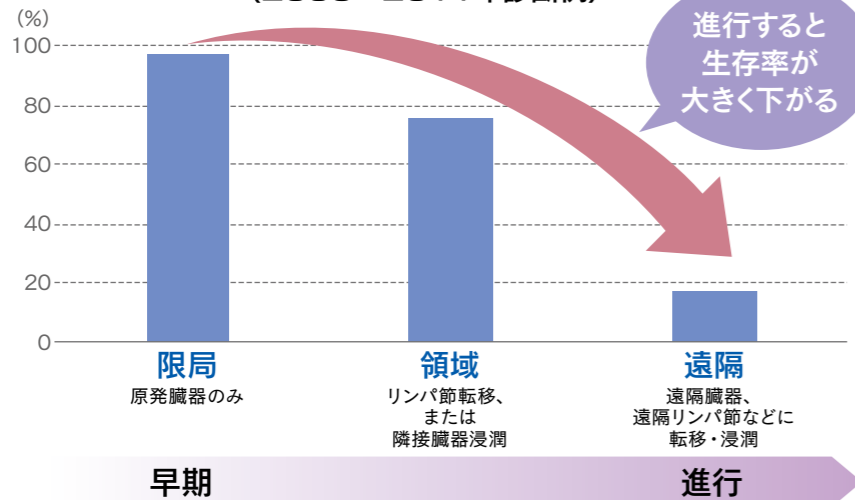
まさか自分が、**がん**

発見の遅れで、救える命が救えていない

大腸がんは、がんの生存率が高い3要素の「早期発見が可能」「進行が遅い」「治療法が確立している」をすべて満たさず。大腸がん検診によって早期発見・早期治療すれば治りやすいがんです。

しかし、日本のがんによる部位別死亡者数において、大腸がんによる死亡数は、男性が3位、女性が1位です。大腸がんは早期では自覚症状がなく、早期発見には大腸がん検診が欠かせませんが、日本の大腸がん検診の受診率は4～5割程度。がんが進行してからみつかるケースが多く、救える命が救えていない現状があります。

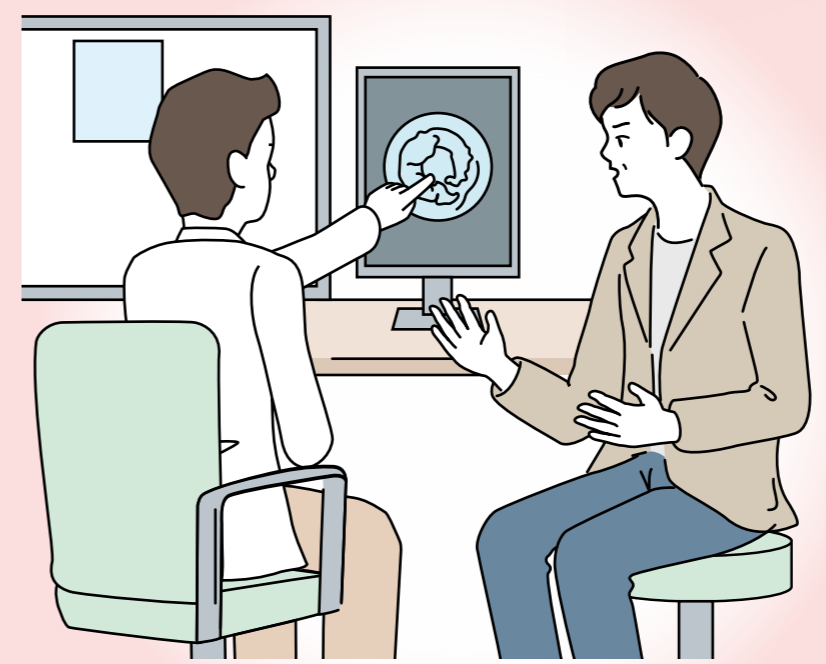
大腸がんの臨床進行別5年相対生存率
(2009～2011年診断例)



Kさんは精密検査をすぐに受けたことで、早期でがんを発見でき、大事に至らなかった。

症状がでてから病院を受診すると、進行していることが多い。

進行してしまうと、治療がむずかしい。



大腸がん検診で要精密検査となり、がんが見つかった40歳代の男性

社員のKさんは41歳のとき、会社が行っている大腸がん検診で要精密検査となりました。自覚症状がなく、様子をみるつもりでしたが、妻からの強いすすめで内視鏡検査を受けたところポリープ※が見つかり、悪性の可能性があったため切除しました。

1週間後、ポリープの検査の結果を聞きに行くと、医師から悪性、つまりがんだったと告げられ、さらに「もう少し発見が遅かったら、人工肛門だったかもしれない」と言われました。

※大腸表面の粘膜層の一部がイボのように隆起したもの。

40歳になったら年に1回「大腸がん検診」

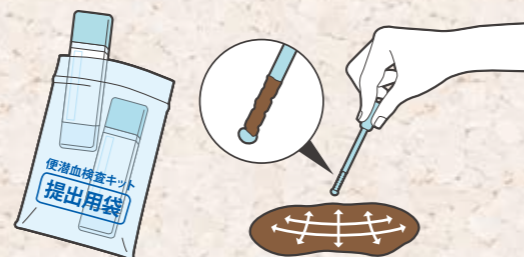
大腸がん検診は、国のがん対策として職場や自治体で実施しており、40歳から年に1回受けることが推奨されています。費用は対象年齢に該当すれば、少額の自己負担で受けられます。

大腸がん検診は自宅で便を採取するだけでよく、採取の仕方も簡単で、時間も手間もかかりません。40歳以上の人は、自覚症状がなくても大腸がん検診を受けましょう。

検査方法 ……便潜血検査

大腸にポリープやがんがあると、便がすれたときに出血することがあるため、便に血が混じっていないかを調べる。

⚠ 検診結果が「要精密検査」だった場合は、必ず精密検査を受けましょう。それによって、がんかどうかわかります。



こんな症状があれば医療機関を受診

大腸がんが進行すると、右記のような症状がでることがあります。便に異常がおきることが多いですが、痔などの良性的の病気でも見られることがあり、放置されがちです。

気になる症状があれば放置せず、早めに消化器科や胃腸科、肛門科などを受診しましょう。

- 血便 (便に血が混じり、黒もしくは赤黒い便がでる)
- 下痢と便秘のくり返し
- 残便感
- おなかが張る など

食の欧米化や便利な生活で 大腸がんは増えている

大腸がんは良性のポリープががん化するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあり、罹患数はこの40年間で約7倍に増えています*。

その背景には、高齢化に加え、食の欧米化で肉類の摂取が増えて、食物繊維の多い穀類や野菜などの摂取が減ったことや、交通手段などの発達で運動不足の人が増えたことなどがあります。

食物繊維や運動は、大腸がんの予防要因です。

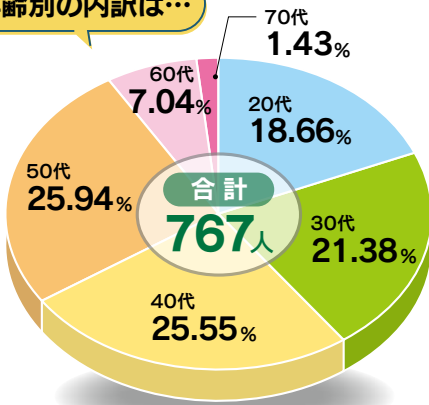
*国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」地域がん登録全国推計値より

リスク要因

- 赤肉 (牛・豚・羊など) や加工肉 (ベーコン、ハム、ソーセージ) をよく食べる。
- 飲酒量が多い。
- たばこを吸う。
- 体脂肪が多い。
- 大腸がんになった血縁者がいる。

767人の「すこやかさん」

年齢別の内訳は…



～健康管理のご努力を称え、
記念品を贈呈しました～

当健保組合では、健康管理に努めて1年間に1度も保険診療を受けなかった被保険者を、毎年表彰しています。

今年も6月に、令和3年1月～令和3年12月の1年間、病院・診療所等に通院しなかった被保険者の方々767人を「すこやかさん」として表彰し、記念品を贈呈いたしました。

健康は大切な財産です。被保険者の皆さまには、日々の健康管理にご留意いただき、より多くの「すこやかさん」が誕生されることを祈念しております。

東振協

いきいき健康づくり2022

開催イベント

都内の総合健保組合で組織する東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）では、皆さまの健康づくりをサポートするため、毎年、東振協いきいき健康づくりを開催しています。

イベント	開催日	会場
ウォークラリー	10月 2日 (日)	横浜みなとみらい
	10月 9日 (日)	国営昭和記念公園
	10月16日 (日)	都立葛西臨海公園
	10月23日 (日)	葛飾・柴又界限
	10月30日 (日)	等々力渓谷
スマホスタンプラリー	11月 5日 (土)	お台場
	11月12日 (土)	横浜みなとみらい
	11月19日 (土)	根津・湯島
千葉真子 Enjoy ラン 2022	11月 3日 (木・祝)	中野区立平和の森公園 (草地広場)
	11月23日 (水・祝)	豊洲ぐるりパーク (公園内芝生広場)
※秋空ヨガ in SHIBUYA 女性限定	10月 1日 (土)	渋谷ストリーム 4階
	10月 8日 (土)	TORQUE SPICE & HERB, TABLE & COURT
健康づくりレッスン (オンライン)	10月 8日 (土)	ご自宅等で視聴 (45分程度) (Zoomでの生配信)
	10月19日 (水)	
	10月22日 (土)	
	11月 6日 (日)	
	11月16日 (水)	
	11月20日 (日)	

《イベントの参加申込書等および詳細》

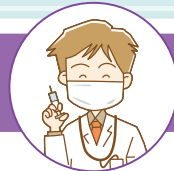
東振協ホームページ <http://www.toshinkyō.or.jp/event>
(申込期間 9月30日(金)迄 ※秋空ヨガのみ9月22日(木)迄)

◆東振協主催 介護・健康講座について

今年度の開催につきましては、新型コロナウイルスの感染者の発生が続いており、今後決定される予定です。詳細は下記をご確認ください。

東振協ホームページ <http://www.toshinkyō.or.jp/event>

インフルエンザ予防接種を受けましょう



インフルエンザ流行の季節がやってきます。

全国の契約医療機関や接種会場（集団接種）で、組合補助額 2,000 円を差引いた料金で予防接種を受けられます。高齢者の場合は合併症を予防する効果も報告されています。この機会にぜひご利用ください。

～利用方法は～

契約医療機関にて1人1回1,960円(税込・上限)の契約料金で受けられます。

1 まず、東振協専用「インフルエンザ予防接種利用券」を健保組合ホームページからダウンロードしてください。

※インターネットをご利用いただけない方は健保組合へご連絡ください。

2 契約医療機関または集合予防接種予約先へ、電話等で「予約申込み」をしてください。

(申込み方法は医療機関により異なります)

3 指定接種日等に、「利用券」と健康保険証を提出し、料金をお支払いのうえ接種を受けてください。

※接種料金は組合からの補助額（2,000円）を引いた額になります。

★予防接種は、指定医療機関の院内接種（10月～1月）、または東振協の指定会場での集団接種（会場毎の指定期間）となります。

接種時期はいつ？

インフルエンザ予防接種の効果については、個人差はありますが、発症の減少化と感染後の重症化を減少する効果があり、接種後2週間から5か月程度その効果が継続するといわれています。インフルエンザ流行のピークは、年によってずれがありますが、12月下旬から3月中旬にピークとなることが多くなっていますので、遅くとも12月までに接種いただくことをおすすめします。

お問合せ・・・ 健保組合総務課 ☎ 03-3634-5151

契約医療機関、会場等の詳細は、健保組合ホームページ (<http://kpk.or.jp/>) に掲載しています。

けんぽ Information

第389回 理事会

【日 時】 令和4年6月28日(火) 午後3時30分

【議決事項】 第1号議案：組合規約第4条別表の一部改正について

第2号議案：第133回組合会の開催及び組合会に提出する議案について

第133回 組合会

【日 時】 令和4年7月13日(水) 午後3時30分

【議決事項】 第1号議案：令和3年度 事業報告について

第2号議案：令和3年度 収入支出決算について

第3号議案：令和3年度 決算残金処分について

第4号議案：不納欠損処分について

事業所の削除・変更

削除事業所

令和4年2月16日

●有限会社 渡部工業
江戸川区南篠崎町4-15-18

令和4年5月3日

●株式会社 プラクトロニカ昭芝
練馬区小竹町1-43-15

所在地変更事業所

令和4年5月2日

●有限会社 小柳製作所
新：荒川区荒川6-6-1-1004
旧：江東区亀戸6-44-7

●株式会社 物井工機

新：日野市万願寺3-51-15
旧：八王子市美山町2161-11

《お詫びと訂正》夏号(NO.298)でお知らせいたしました事業所の変更の所在地変更事業所の新旧を逆に掲載しておりました。正しくは、右記の通りです。お詫びして訂正いたします。

今年も「スキー場の割引リフト券」をご利用ください

右記のスキー場の割引リフト券を配布する予定です。

ご希望の方は、健保組合総務課までお電話ください。

<受付開始> 令和4年11月1日(火)

<対象施設> ●舞子スノーリゾート
●石打丸山スキー場

<割引料金> お申し込み時にご案内できる予定です。

お問合せ…… 健保組合総務課 ☎ 03-3634-5151

ジムしかないスポーツクラブより、
すべてが「ととのう」
ルネサンスへ!



始めよう!
秋から
スポーツ習慣。

始めるなら、今! 最大2か月分 **0円** キャンペーン実施中! **10/1(土) ▶ 11/13(日)**

月額固定 使いたい放題プラン

おすすめ! 月々 **9,570円** (税込) **Monthly** コーポレート会員

- 月会費 **2か月分**
- レンタル用品 通常3,740円/月(税込) **最大2か月分**
 タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

0円
※事務手数料がかかります。

ご家族もご一緒に/
2人以上なら、さらにお得! **同時入金でそれぞれ月会費1か月分 ▶ 1,100円(税込) 割引!**

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,980円** (税込) **1 Day** コーポレート会員

レンタル用品
 通常1,760円/回(税込)

タオル(大小セット)・シューズ・
Tシャツ・ハーフパンツ

0円
入会当日

※特典は新規でコーポレート会員にご入会いただいた方(退会後7ヵ月以上経過している方も含む)のみ適用。また、8ヵ月以上、月額固定プランでご継続の方に限ります。(1dayコーポレート会員は対象外) ※レンタル用品のお取り扱いがない店舗もございます。※キャッシュレス運営をしている店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。 2022秋 840010232035

まずは見てから! **ラクラク見学予約はコチラ!**  **お手続きに必要なものなど詳細もご案内しています。**

店舗の詳細はこちらから  **ルネサンス 店舗一覧**