

◎決算の概要 介護保険（介護勘定）

■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	393,731	178,401
繰入金	14,603	6,617
雑収入	1	—
合計	408,335	185,018

■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	339,344	153,758
介護還付金	30	14
合計	339,374	153,772

収入支出差引額	68,961千円
---------	----------

◎決算の概要 健康保険（一般勘定）

■収入

科目	決算額（千円）
健康保険収入	3,023,282
保険料	3,022,763
国庫負担金収入	519
調整保険料収入	52,220
国庫補助金収入	5,592
財政調整事業交付金	9,582
雑収入	16,008
合計(A)	3,106,684
経常収入合計(C)	3,039,071

■支出

科目	決算額（千円）
事務費	80,691
保険給付費	1,117,919
法定給付費	1,065,983
付加給付費	51,936
納付金	984,130
前期高齢者納付金	256,037
後期高齢者支援金	727,256
病床転換支援金	1
日雇抛出品	816
退職者給付抛出品	20
保健事業費	110,773
財政調整事業抛出品	51,988
連合会費	816
積立金	1,698
還付金・その他	628
合計(B)	2,348,643
経常支出合計(D)	2,296,243

収入支出差引額 (A)-(B)	758,041千円
経常収入支出差引額 (C)-(D)	742,828千円

組合会（令和5年7月13日開催） 主な議題及び報告事項について

【議案】

- 第1号議案 令和4年度事業報告書承認の件
- 第2号議案 令和4年度収入支出決算案承認の件
- 第3号議案 理事長専決事項 報告・承認の件
- 第4号議案 議員・理事・理事長 選挙執行規程改定の件

【報告】

- 令和5年度財産運用方針の件
- 議員総選挙選挙長・投票管理者選任の件
- 健保組合事務所フロア移転の件

◆被扶養者資格調査（検認）を行います

当健康保険組合では保険給付や抛出品の適正化と公平を期すことを目的として、被扶養者資格調査（検認）を行います。被扶養者に該当しない人を扶養認定することは保険給付費や高齢者医療への抛出品の増大を招き、健保組合の財政に大きな影響を与えます。調査の結果、被扶養者の認定基準から外れていると判定した場合は被扶養者から削除します。また、被扶養者だった方が就職や収入増などによって被扶養者の資格基準から外れた場合は、すみやかに被扶養者から除く手続きを行ってください。皆様のご理解とご協力をお願いします。

◆当健保組合のWeb版「医療費のお知らせ」をご活用ください！

当健保組合のホームページから医療費や健保からの給付金、ジェネリック医薬品を使った際の差額がわかります。ぜひご活用ください。

■Web版「医療費のお知らせ」組合員専用Webサイト

<https://web.kenpo.gr.jp/mol-kenpo/>

▶スマートフォン用2次元コード



けんぽだより

令和4年度決算のお知らせ

健康保険料率を千分の84に据え置いての運営。 前年度比で保険給付費が増、納付金は減になり 黒字決算を維持

当健保組合の令和4年度決算が、7月13日に開催された組合会（会議室及びWEBによるハイブリッド開催）にて可決・承認されましたので、その概要をお知らせいたします。

●健保組合を取り巻く状況

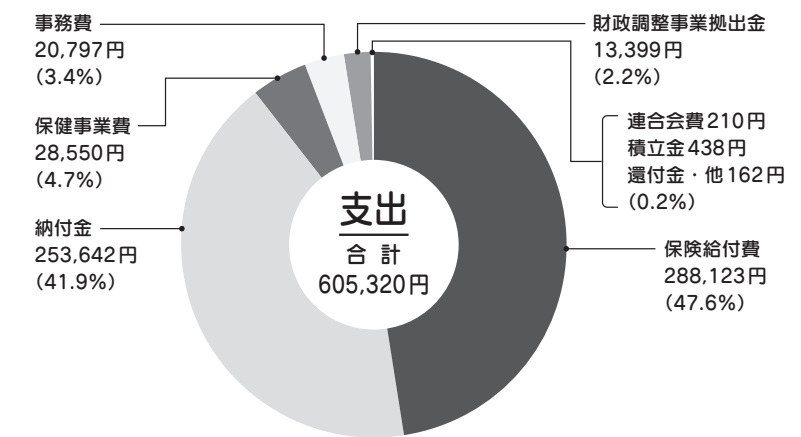
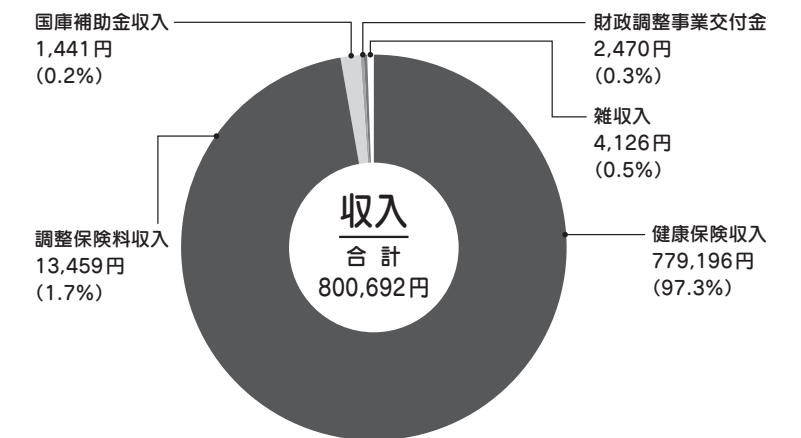
健康保険組合連合会が発表した「令和5年度健康保険組合予算編成状況早期集計結果」によると健保組合全体の経常収支は▲5、623億円、過去最大の赤字を見込んでいます。医療費についてはコロナ禍の受診控えで一時的に減少した令和2年度以降は上昇基調が続いており、令和5年度も4年度と同様5・5%の伸び率となる見通しです。

また、高齢者医療への納付金については前期高齢者納付金のコロナ禍での医療費減少によって生じた返還金による負担減からの反動が起きています。また、令和4年度以降、団塊の世代が75歳に到達し始めたことで後期高齢者支援金が急増しています。

●健康保険（一般勘定）

収入の大部分を占める保険料は、前年度比3億5、552万円増の30億2、276万円となりました。支出は保険給付費が前年度比1億507万円増の11億1、792万円、高齢者医療への納付金が前年度比5億1、081万円減の9億8、413万円となりました。納付金が減少した理由は、前期高齢者納付金が、コロナ禍の令和2年度に受診控えがあったため医療費が減少し、その精算による返還金があったために前年度比で4億9、808万円減となったことによるものです。しかし、これは一時的なものである

◎被保険者1人当たりの収支の割合【健康保険（一般勘定）】



●介護保険（介護勘定）

5年度以降は再び増加することが予想されます。また、納付金全体では保険料収入の32・6%を占めており、依然として健保組合財政に重くのしかかっています。収入支出差引額は7億5、804万円、実質的な財政状況である経常収支は7億4、283万円の黒字決算となりました。保険料収入の増加と納付金の減少により、令和4年度は黒字決算となりました。令和5年度の保険料率は千分の80に引き下げ、予算でも黒字を見込んでいます。高齢者納付金の急増などの動向に注視が必要です。

令和4年度は黒字となりましたが、高齢化の進展とともに介護費用は増加し、介護納付金は今後増加することは避けられません。健保組合は介護納付金の支出に見合う介護保険料率の設定見直しを余儀なくされることとなります。

介護保険の財源となる介護保険料を納めていただき、国に納付しています。介護保険料による収入は3億9、373万円、一方、国に納める介護納付金は3億3、934万円となり、令和4年度は介護納付金を介護保険料だけで賄うことができ、その他の収入・支出を合わせて収支差引額は6、896万円の黒字となりました。



「お口ケア30daysトライアル」、 「オーラルケアセミナー配信」をスタートします

お口ケア30daysトライアル

30日のチャレンジでお口の健康の向上を目指すプログラムです。

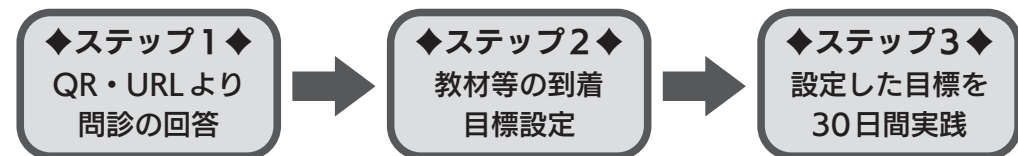
《対象者》当健保組合の国内在住の被保険者

《申込締切》2023年9月29日(金)

《トライアル期間》2023年11月20日～12月19日

《参加費》**無料** 教材としてサンスター商品をお届けします

《トライアルの流れ》



- ①スマートフォン・パソコンで 記載のQR・URL から 問診を回答するWEBサイトへアクセス。
<https://www.sunstar-foundation.org/care30days/Q/dGNx>
- ②参加登録画面から健康保険証の記号番号を続けて入力。
- ③郵便番号入力後、住所の番地・マンション名・部屋番号、電話番号を入力。
個人情報保護方針に同意後、問診の回答を開始。
- ④それぞれの問診で該当するものをクリックし回答。
- ⑤全ての問診の回答を終えたら確認画面へ。
内容を確認し問題なければ送信ボタンをクリック。
- ⑥あなたにあったアドバイスシートとオーラルケアセットをお届けします。
目標を選択し『30日間のお口ケア』スタート！
- ⑦『30日間のお口ケア』への挑戦後に
「チャレンジカレンダー」裏面のQR・URLにアクセスして「WEBアンケート」回答にご協力ください。

《問い合わせ先》

一般財団法人 サンスター財団

☎03-5442-8777 (平日10:00～16:00)

YouTube オーラルケアセミナー

当健保組合の被保険者、被扶養者なら
どなたでもご覧いただけます

この機会にお口の健康維持に役立つWEBセミナー
もご視聴ください! (「お口ケア30daysトライアル」
への申し込みは被保険者のみとなります)。

◆配信期間◆

9月1日(金)～9月29日(金)まで

《セミナー概要》

オーラルフレイル編【約10分】

歯周病編【約12分】

オーラルケア編【約12分】

セミナーを視聴した後は…
お口ケア30daysトライアルに
チャレンジ!!

《問い合わせ先》

商船三井健康保険組合 保健事業担当

☎03-3587-7657 (平日9:00～17:00)

全身の病気にも、 健康寿命にも影響します

油断大敵!
歯周病

歯周病は口の中だけにとどまらず、歯周病菌が血液や呼吸器内に入り込むことで全身の病気につながるようになってきました。また、歯や口のトラブルを放置していると、将来の介護リスクが高まり、健康寿命が短くなってしまふ恐れもあります。歯周病予防のためには日頃のケアと歯科医など専門家のチェックが大切です。

Q1 歯周病と
関連性があるのは
どんな病気?

A 歯周病になると、動脈硬化を促進して心筋梗塞や脳梗塞のリスクを高めるほか、誤嚥性肺炎などを引き起こしやすくなります。また歯周病は糖尿病の合併症の一つであり、歯周病になると糖尿病が悪化するという相互関係にあることがわかっています。

Q2 歯周病を改善したら
糖尿病も
改善するの?

A 糖尿病患者に歯周病治療を行ったところ、血糖値の状態を示すHbA1c値が改善したという報告があります。食事や運動などの生活習慣の改善だけでなく、歯周病治療も糖尿病の改善に関係しています。

歯とお口の 健康 Q&A

Q3 歯周病が
妊娠に与える
影響は?

A 妊娠中は、ホルモンの影響で歯肉炎(歯周病の初期段階)になりやすくなります。加えて、妊娠中に歯周病になると、胎児の成長に影響を与えたり、早産や低体重児出産の危険度が高くなると指摘されています。

Q4 歯やお口にトラブルが
あると介護リスクが
高まるのはなぜ?

A 食事がとりづらくなって栄養状態の悪化から筋力・免疫力が低下したり、会話に支障が出て人づき合いに消極的になり、社会とのつながりが薄くなるなど、心身の健康状態を悪化させてしまうからです。最近では健康寿命の延伸における歯・お口の健康維持の重要性が注目されています。

\\ かかりつけ歯科医を持ちましょう! //

かかりつけ歯科医を持つことでむし歯や歯周病の治療だけでなく次のようなメリットがあります。

1. 口腔ケアの方法についてアドバイスをしてもらえる
歯ブラシやデンタルフロス、歯間ブラシの使い方などを個々人の状態に合わせて助言・指導してもらえます。
2. 継続的な口腔管理をもらえる
歯石の除去など、歯科医や歯科衛生士など口腔ケアのプロによって、その人に合わせた継続的なメンテナンスをもらえます。
3. 必要に応じてほかの医療機関も紹介してもらえる
より高度で専門的な治療が必要になった時には大学病院などの医療機関を紹介してもらえます。



マイナンバーカードは 保険証として使えます



マイナンバーカードは保険証の代わりに使えます。さらにマイナンバーカードに連携したオンラインサービスであるマイナポータルでは、さまざまな行政手続きがワンストップできたり、行政機関からのお知らせを確認できたりします。ぜひ活用してください。

現在、全ての医療機関でマイナンバーカードの保険証利用に対応しているとは限りません。念のため健康保険証をご持参いただくか、事前に医療機関・薬局にご確認のうえ、受診してください。

マイナンバーカードの取得からマイナポータルでの保険証利用登録までの流れ

① まずはマイナンバーカードを申請

まずはマイナンバーカードを申請しましょう。マイナンバーカードはスマートフォン、パソコン、郵送または、町なかの証明用写真機で申請できます。

約1カ月後に市区町村から「交付通知書」が届いたら必要書類を持参してマイナンバーカードを受け取ります。詳しくは右記のホームページなどで確認できます。

交付申請書に掲載のQRコードをスマートフォンなどで読み取ることで、オンラインで簡単に申請できます。

●マイナンバーカードの交付申請URL

<https://www.kojinbango-card.go.jp/kofushinse/>

② マイナポータルで事前登録をする

マイナポータルは、子育てや介護などの行政手続きの検索やオンライン申請ができる自分専用のサイトです。パソコンまたはスマートフォンでマイナンバーカードを用

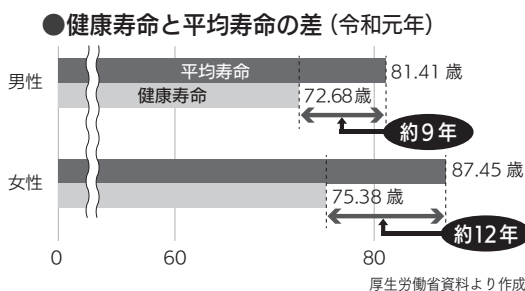
いてマイナポータルにログインし、保険証利用申込みより登録を行ってください。

マイナポータルのURL: <https://myna.go.jp/>

健診で病気の芽を摘みとりましょう

日常生活を、健康上の問題なく過ごせる期間を示す「健康寿命」は、男性72.68歳、女性75.38歳です。平均寿命は男性81.41歳、女性87.45歳であることから、男性約9年、女性約12年は日常生活に何らかの支障がある期間を過ごしています。

メタボに限らず、健診で病気の芽を早期に見つけて、生活改善や早期治療でその芽を摘みとり、「健康寿命」を少しでも延ばせるように、今から意識して生活していきましょう！



あんなふうにステキに年を重ねたいな

