

平和堂グループ

健保・基金だより

2020年
春号



「健保だより」は配布者全員が情報対象者です！

「基金だより」の情報対象者は限定されています！

「基金だより」は、平和堂企業年金基金の加入者および受給者(待機者含む)を対象としています。
この冊子の中ほどの「基金だより(12頁)」に情報対象者を明示しておりますので、確認をお願いします。

ご家庭にお持ち帰りになり、ご家族みなさんでお読みください

平和堂健康保険組合
平和堂企業年金基金

令和2年度予算のお知らせ

当健康保険組合の令和2年度予算が、2月7日開催の第104回組合会において承認されました。

一般勘定 健康保険料率は据え置き

収入 収入の大半を占める保険料収入（予算）は、前年度予算比1487万2千円増の35億6725万5千円となります。

支出 みなさんが医療機関にかかったときの医療費などにあてられる保険給付費は22億4297万円で、前年度予算より1億6899万5千円増と見込みました。高齢者医療制度への納付金は、前期高齢者納付金が前年度予算より2億766万2千円増となり、納付金全体では前年度予算より1億9870万6千円増の17億7809万7千円と見込みました。

このほか、保健事業費は9469万2千円を計上しました。各種健診やインフルエンザ予防接種補助など、みなさまの健康を保持・増進するための費用にあてます。

以上の結果、本来の健保組合の財政状況を示す経常収支では5億8496万3千円の赤字となりますが、準備金からの繰入金や健康保険組合連合会からの交付金を収入に計上し、保険料率を変更せずに予算を編成いたしました。

ただし、2年後には団塊の世代が後期高齢者となる「2022年危機（詳しくは4ページをご覧ください）」が控えており、今後は保険料率を上げざるを得ない状況となります。みなさまにおかれましても、引き続き組合運営にご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

被保険者1人あたりの標準報酬月額、平均賞与額、保険給付費および支援金・納付金の推移

※平成20年度の数値を1とした場合



介護勘定 介護保険料率は据え置きに

介護サービス等にかかる費用として健保組合が負担する介護納付金は前年度予算より6773万6千円減の4億544万4千円と見込みました。

介護納付金を納めるため、介護保険料率は毎年見直しが行われますが、令和2年度は据え置きとなりました。結果、保険料収入（予算）は、前年度予算に比べ331万3千円増の5億1233万8千円となります。

令和2年度 収入支出予算表

介護勘定

収入		支出	
科目	予算額	科目	予算額
介護保険収入	512,338	介護納付金	405,444
国庫補助金受入	1	介護保険料還付金	1
雑収入	1	雑支出	2
		予備費	106,893
収入合計	512,340	支出合計	512,340

予算の基礎数値

介護保険第2号被保険者数	8,468人	保険料率	21.0/1000
介護保険第2号被保険者たる被保険者数	7,578人	事業主負担	10.5/1000
平均標準報酬月額	232,050円	被保険者負担	10.5/1000

令和2年度
収入支出予算表

一般勘定

(単位:千円)

収入	科目	予算額
	保険料	3,567,255
	国庫負担金収入	1,500
	調整保険料収入	33,954
	繰入金	200,000
	国庫補助金収入	2,001
	財政調整事業交付金	427,000
	雑収入	3,635
	収入合計(A)	4,235,345
	経常収入合計(B)	3,571,344

(単位:千円)

支出	科目	予算額
	事務費	36,973
	保険給付費	2,242,970
	納付金	1,778,097
	前期高齢者納付金	1,049,167
	後期高齢者支援金	728,899
	病床転換支援金	6
	退職者給付拠出金	25
	保健事業費	94,692
	還付金	2
	財政調整事業拠出金	33,946
	連合会費	3,418
	雑支出	151
	予備費	45,090
	支出合計(C)	4,235,345
	経常支出合計(D)	4,156,307

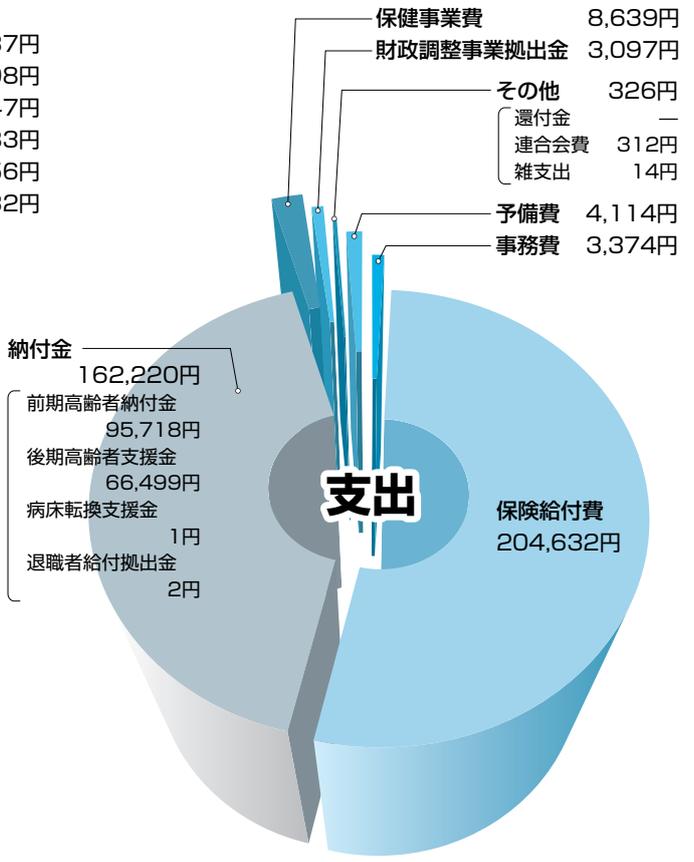
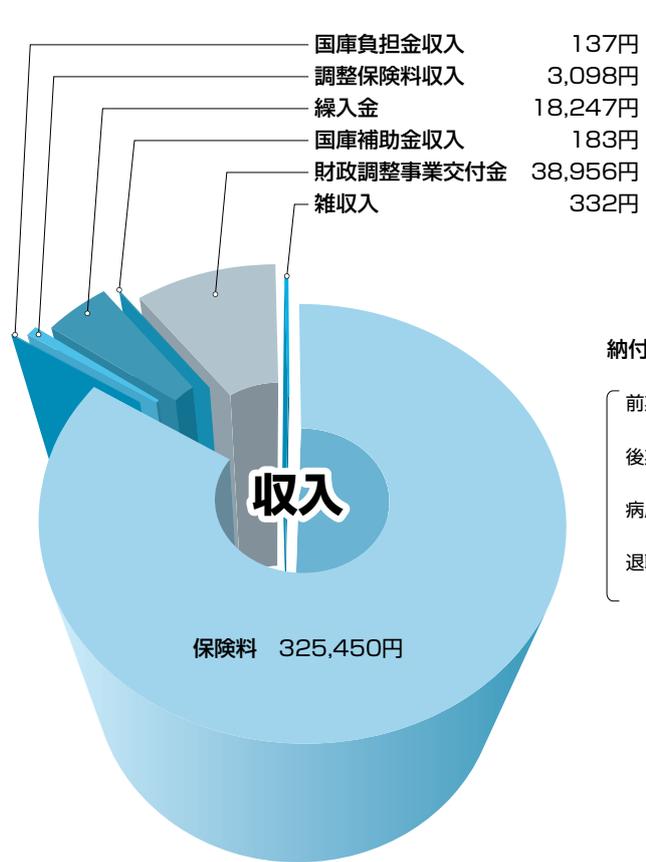
(単位:千円)

収支差引額(A-C)	0
経常収支差引額(B-D)	-584,963

予算の基礎数値

被保険者数	10,961人	平均標準報酬月額	228,593円
男	3,843人	男	321,056円
女	7,118人	女	178,670円
被扶養者数	4,281人	保険料率	104.0/1000
平均年齢	45.98歳	事業主負担	52.5/1000
男	42.50歳	被保険者負担	51.5/1000
女	47.83歳		

予算を1人あたりで見ると



収入合計 386,401円

支出合計 386,401円

※端数処理の関係で合計があわない場合があります

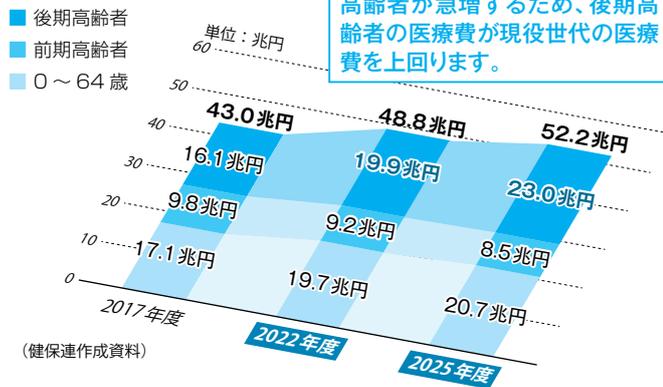
「2022年危機」とは…

団塊の世代が75歳に到達し始める2022年から医療費は大きく増えてきます。高齢者医療のための拠出金負担はさらに急増し、医療保険制度全体の財政悪化が急速に進むと見込まれます。

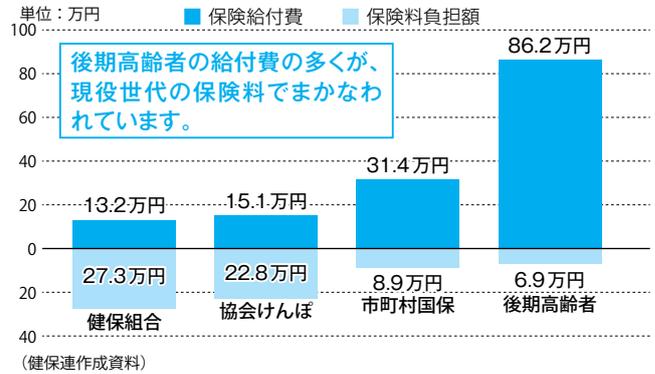
我々の健保組合も「後期高齢者支援金」が急増し、保険料率の引き上げが必至です。

医療費の見込みや状況

国民医療費の動き

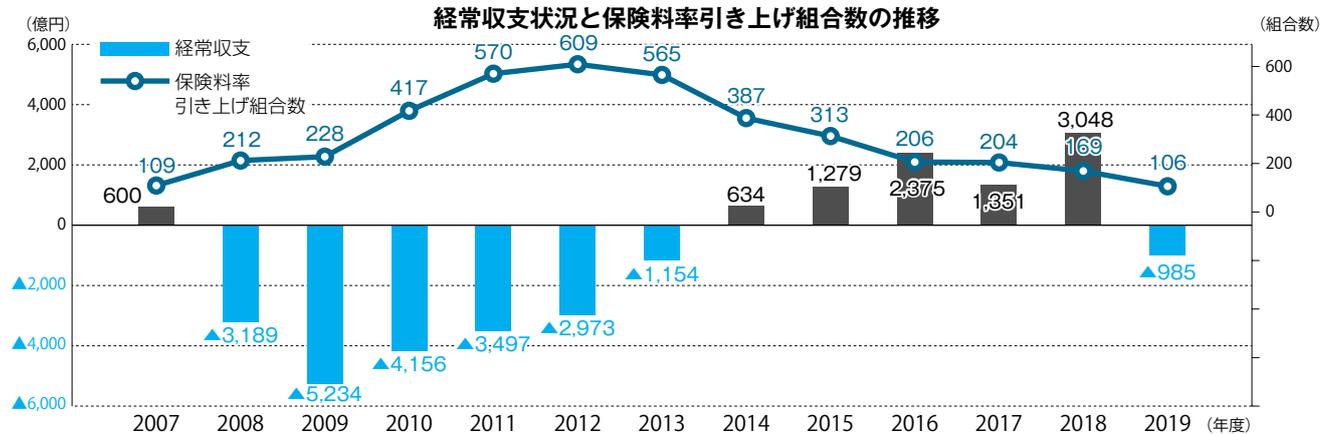


制度別加入者1人あたり保険給付費・保険料負担額



各健保組合財政の現況 (各健保も保険料率の引き上げなどの対応で厳しい状況)

2014～2018年度の収支改善は、被保険者数の増加や、保険料率を引き上げたことによる保険料収入の増加が要因。2019年度予算では再び赤字に転じる見通し。

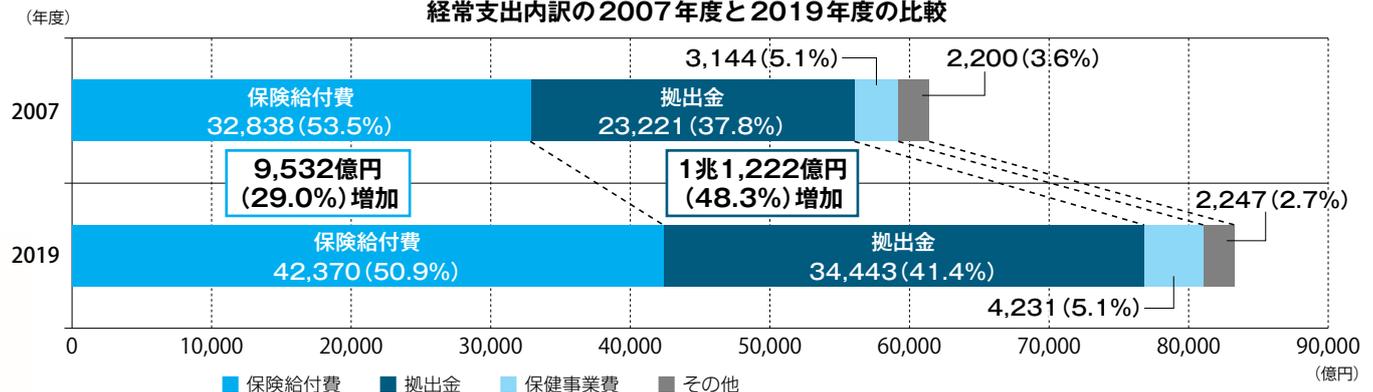


(注1) 2007～2017年度までは決算、2018年度は決算見込み、2019年度は予算の数値。

(注2) 保険料率引き上げ組合数は、2007～2018年度までは前年度決算、2019年度は2018年度予算との比較。

高齢者医療制度の創設(2008年度)前に比べ、高齢者医療への拠出の伸びが、保険給付費の伸びを大幅に上回っている。

経常支出内訳の2007年度と2019年度の比較



(注1) 2007年度は決算、2019年度は予算の数値。

(注2) カッコ内は経常支出総額に占める割合。

(注3) 端数処理のため、計数が整合しない場合がある。

令和2年4月からの制度改正

令和2年4月から、診療報酬（医療サービスの公定価格）改定により、医療費や薬の値段などが改定されます。また、健康保険法等の一部改正により、被扶養者認定の要件が見直されます。

診療報酬改定

医療費が変わります

診療報酬は原則2年に一度改定されますが、令和2年度の診療報酬改定は、全体で▲0.46%と、平成28年度、30年度の改定に続き3回連続でマイナス改定となります。医療の技術料にあたる診療報酬本体は0.55%（このうち、0.08%は救急病院の働き方改革に充てる）引き上げられ、薬価等については1.01%引き下げられます。

これにより、社会保障関係費の実質的な伸びを「高齢化による増加分（令和2年度+4100億円程度）におさめる」とする政府の目標は達成されることとなります。

具体的な改定のポイントは次のようになります。

《大病院受診時の定額負担の拡大》

大病院に、診療所などの紹介状なしで受診した場合、定額（医科は初診5000円以上、再診2500円以上）を負担します。現在、対象病院となっているのは特定機能病院と許可病床400床以上の地域医療支援病院ですが、令和2年4月からは一般病床200床以上にも拡大されます。

※地域医療支援病院は約610病院あり、そのうち約590病院が紹介状なしで受診した患者から定額を徴収する義務化の対象に含まれる。

令和2年度 診療報酬改定

診療報酬全体の改定率 ▲0.46%

診療報酬本体 +0.55%

+0.47% →各科に配分

※各科改定率

医科：+0.53%、歯科：+0.59%、調剤：+0.16%

+0.08% →救急病院の働き方改革に充当

薬価等 ▲1.01%

薬価 ▲0.99%

※うち、実勢価等改定 ▲0.43%

市場拡大再算定の見直し等 ▲0.01%

材料価格 ▲0.02%

※うち、実勢価等改定 ▲0.01%

《薬価はマイナス改定》

薬価については、市場実勢価格に基づく改定（実勢価等改定）で0.43%、令和2年度薬価制度改革による市場拡大再算定の見直し等による影響で0.01%引き下げとなり、薬価全体ではマイナス0.99%となります。

健康保険法等の一部改正

被扶養者認定の要件に国内居住が加わります

令和2年4月から被扶養者認定の要件が見直され、要件に「日本国内に住所を有すること」が加わります。このため、被扶養者が国内に居住していない場合は、令和2年4月1日で被扶養者の資格を失います。

ただし、次のケースは例外的に要件を満たすこととして認定されます。

- ①留学する学生
- ②海外赴任に同行する家族
- ③海外赴任中に身分関係が生じ、新たな同行家族とみなすことができる人
(例) 海外赴任中に生まれた被保険者の子ども、海外赴任中に結婚した被保険者の配偶者など
- ④観光・保養やボランティアなど就労以外の目的で、一時的に日本から海外に渡航している人
(例) ワーキングホリデー、青年海外協力隊など
- ⑤その他日本に生活の基礎があると認められる特別な事情があるとして健保組合が判断する人

※次の人は、日本国内に住所を有していても、被扶養者とはできません。

・「医療滞在ビザ」で来日した人

・「観光・保養を目的とするロングステイビザ」で来日した人（富裕層を対象とした最長1年のビザ）

令和2年度

保健事業のご案内

令和2年度の保健事業の一覧です。ご自身の健康づくりのためにぜひご活用ください。

ホームページ

健康保険の制度のしくみや保険給付、保健事業の詳しい情報や申請用紙などを掲載しています。

URL <http://heiwado-kenpo.or.jp/>

特定健康診査(4～翌3月頃)

いわゆるメタボ健診。40歳以上の被保険者ならびに被扶養者が対象。ただし、被保険者は事業所の実施する定期健康診断とかねて実施します。被扶養者や任意継続被保険者には無料の受診券を送付します。



特定保健指導(7～翌3月頃)

特定健診の結果に基づき判定された方が対象。専門家が個別に保健指導を実施します。

被保険者は事業所と共同で実施します。

日帰り人間ドック・脳ドック(検査)

35歳以上の被保険者ならびに被扶養者のうち希望者を対象に、検査費用の一部を補助します。

日帰り人間ドック

自己負担額：12,000円/人

脳ドック(検査)

自己負担額：10,000円/人

※日帰り人間ドックと脳ドック(検査)それぞれ、年度で1人1回の補助

※健保契約機関に限る

*令和2年度：R2.4/1～R3.3/31

女性がん検診

子宮がん・乳がん検診を受けた被保険者ならびに被扶養者を対象に、検診費用の一部を補助します。

※治療に関する検査(保険証使用)は対象外

対象年齢：35歳以上、ただし子宮頸がん検診は20歳以上

補助金額：年度5,000円を上限(補助金額は年度累計、回数不問)

※マンモグラフィ検査は2年度に1回の補助

*令和2年度：R2.4/1～R3.3/31



マンモグラフィ検診車による検診 無料

マンモグラフィ検診車を店舗へ配車して、希望者を対象にマンモグラフィ検診を実施します。

対象者：40歳以上の被保険者

(巡回該当店舗および対象者は個別に連絡します)

胃がんリスク検診(1～3月) 無料

35・40・45・50・55・60・65・70歳(5歳ピッチ)の該当年齢の被保険者に対象者を絞り、希望者に実施します。

※任意継続者は除く

大腸がん検診(1～3月) 無料

35歳以上の被保険者のうち、希望者を対象に定期健康診断時に実施します。

※任意継続者は除く

インフルエンザ予防接種補助(9～翌2月)

被保険者ならびに被扶養者を対象に、予防接種受診費用の一部を補助します。

補助金額：年度2,000円(上限)/人

*令和2年度：R2.9/1～R3.2/28



医療費通知(年2回)

受診した医療費の確認ができ、通知書は医療費控除にも活用できます。

上期：1月～6月診療分は8月に通知

下期：7月～12月診療分は2月に通知

健康年齢案内

健診を受けた被保険者ならびに被扶養者を対象に、健診結果データとご自身の性別・実年齢をもとに算出した「健康年齢」を個別にお知らせ、健康増進のアドバイスも掲載します。

ジェネリック医薬品の差額通知

先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額を個別にお知らせし、窓口負担の軽減を提案します。

(該当者を絞り込んで実施します)

禁煙活動支援

被保険者ならびに被扶養者の禁煙を目指す人に対し、禁煙外来治療・禁煙補助薬購入の費用を一部補助します。

補助金額：年度10,000円(上限)

*令和2年度：R2.4/1～R3.3/31



糖尿病対策

HbA1cの値が6.5%以上の被保険者ならびに被扶養者を対象に、専門家より電話等による受診勧奨を実施します。

高血圧者への受診勧奨

被保険者ならびに被扶養者で高血圧者(拡張期100mmHg以上、収縮期160mmHg以上)を対象に受診勧奨します。

主な保健事業のみを掲載しています。

詳しくはホームページをご覧ください。

組合運営サポート事業

けんぽれん（健康保険組合連合会）の財政支援とサポートを受け、実施する事業です

令和2年度の実施事業 5月中旬から開始予定

1 巡回サービスによる女性被扶養者向けの特定健診

無料

内容

医療施設ではなく、お近くのホテルや式場など公共施設で受診ができます
各種がん検診（乳がん・子宮がん・大腸がん）も同時に無料で受けられます
完全予約制、申し込みや結果受取はすべて郵送、健診当日に会場に向くだけの簡単・
手軽な健診です

対象者

40歳以上の被扶養者（女性）

2 禁煙対策 アスキュア卒煙 禁煙指導経験豊富な医師が開発した専用アプリ

無料

内容

従来は医療機関で実施してきた禁煙指導をスマホを使ったビデオ通話とアプリ操作
で「完全オンライン」で受けられます
アプリと禁煙指導員が連携し、6カ月間の禁煙支援を実施します
アプリが利用者の状況・状態に合わせて毎日フォローします



対象者

被保険者のみ

条件

スマートフォン（iPhone OS9.0以上、android OS5.0以上）を使用している方
完全禁煙を希望していること（減煙や電子タバコ等の使用は不可）

（注意事項）上記の方でも、うつ病の既往歴やその他治療中の病気がある場合、主治医の許可が出ない場合は参加をお断りさせていただきます

○上記保健事業については5月以降個別にご案内を送らせていただきます

ケンコム終了のお知らせ

現在ICTを活用した健康づくりの一環としてスマホアプリ「ケンコム」をご利用いただいておりますが、さらに健康への関心を高めていただくために、今夏より新しい「健康アプリ」に変更することになりました!!

それに伴い2020年3月31日をもって、「ケンコム」は終了いたします。

ご利用中のみなさまには大変ご迷惑をおかけしますが、サービス終了後はアカウントに紐づくポイント・ギフト券・歩数など全てのデータがケンコムから削除されます。

ギフト券情報の閲覧や、ケンコムポイントの利用ができなくなりますのでご注意ください。

今夏
サービス
開始!!

新しいアプリの名前は

Pep Up (ペップアップ) *pepUp.*

新サービスの内容

- インセンティブポイントの付与
健康イベントに参加したり、様々な保健事業に取り組むことでポイントが獲得できます。
貯まったポイントに応じて商品が貰えます。
(ポイント例
健康クイズ、ウォーキングラリー、体重入力等)
 - 健康診断データ
 - ジェネリック差額通知
 - 健康年齢通知
- 等がご自身のスマホで閲覧することができます。



新しい健康アプリ「Pep Up」お楽しみに!

「PepUp (ペップアップ)」の詳細につきましては、今後ご案内させていただきますので、暫くお待ちくださいませ。

ご不明な点がございましたら、健保組合までご連絡をお願いします。

新型コロナウイルスを防ぐには

新型コロナウイルス感染症とは

ウイルス性の風邪の一種です。**発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴**です。感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日（多くは5日から6日）といわれています。

新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染によりうつるといわれています。

飛沫感染

感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。

接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。
特に高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。

日常生活で気を付けること

まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。

持病がある方、高齢の方は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休んでください。

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

こんな方はご注意ください

次の症状がある方は「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)

強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ
(呼吸困難)がある

※ **高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合**

センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。

マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

「帰国者・接触者相談センター」はすべての都道府県で設置しています。

詳しくは以下のURLまたはQRコードからご覧いただけます。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html



一般的なお問い合わせなどはこちら

その他、ご自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談ください。

厚生労働省相談窓口 電話番号 0120-565653（フリーダイヤル）
受付時間 9:00～21:00（土日・祝日も実施）

聴覚に障害のある方をはじめ、電話での相談が難しい方 FAX 03-3595-2756

「健康スコアリングレポート」に見る 当健保組合の健康課題

顔マークの見方

昨年に続き、2回目の「健康スコアリングレポート」が届きました。健保組合では、この情報を事業主と共有し、みなさんへの疾病予防・健康づくりの取り組みに活用していきます。

全健保組合平均を100とした際の各組合の相対値を高い順に5等分し、「良好😊」から「不良😞」の5段階で表記しています。



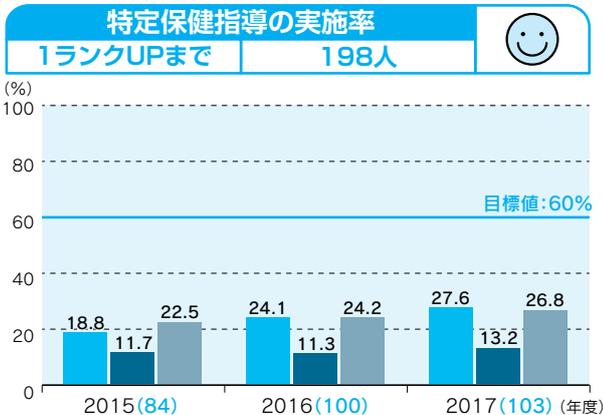
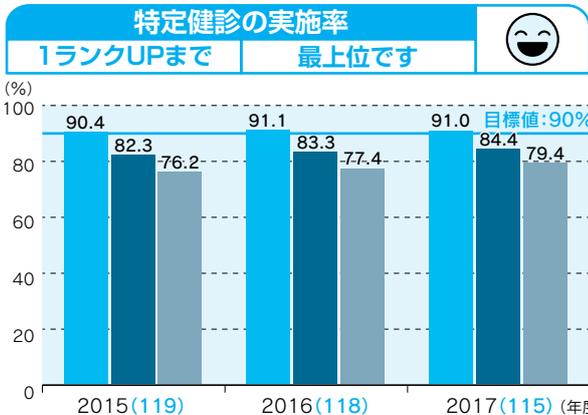
① 特定健診・特定保健指導



当健保組合の特定健診の実施状況は良好ですが、特定保健指導にもっと積極的に参加しましょう。また、被扶養者の健診受診率が低いことも課題となっています。

単一	組合順位	335位 / 1,117組合
全組合順位		397位 / 1,372組合

■ 当組合 ■ 業態平均 ■ 単一組合平均



特定保健指導の実施率が低いのが課題です。

特定健診の実施率	2015	2016	2017
当組合	90.4% 64位 / 1,106組合	91.1% 59位 / 1,111組合	91.0% 69位 / 1,118組合
業態平均	82.3%	83.3%	84.4%
単一組合平均	76.2%	77.4%	79.4%

特定保健指導の実施率	2015	2016	2017
当組合	18.8% 455位 / 1,106組合	24.1% 374位 / 1,110組合	27.6% 396位 / 1,117組合
業態平均	11.7%	11.3%	13.2%
単一組合平均	22.5%	24.2%	26.8%

※実施率は2017年度実績。

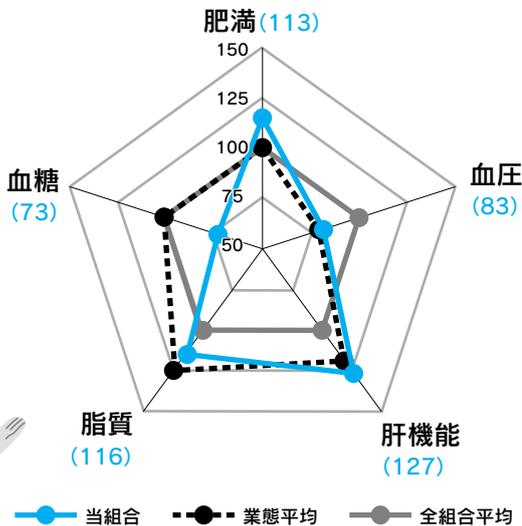
② 健康状況



リーダーチャートの形が大きいほど
良好な状態を示しています。

[全組合平均: 100]

*数値が高いほど、良好な状態



肥満、血圧、肝機能、脂質、血糖のリスク保有者の割合を業態平均・全組合平均と比較しています。平均が100で、数値が小さいほど悪い状態です。

当健保組合の健康状況は血圧リスクと血糖リスクが高い傾向にあります。

肥満リスク	😊	🙂	😐	😞	😡
血圧リスク	😊	🙂	😐	😞	😡
肝機能リスク	😊	🙂	😐	😞	😡
脂質リスク	😊	🙂	😐	😞	😡
血糖リスク	😊	🙂	😐	😞	😡

※2017年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

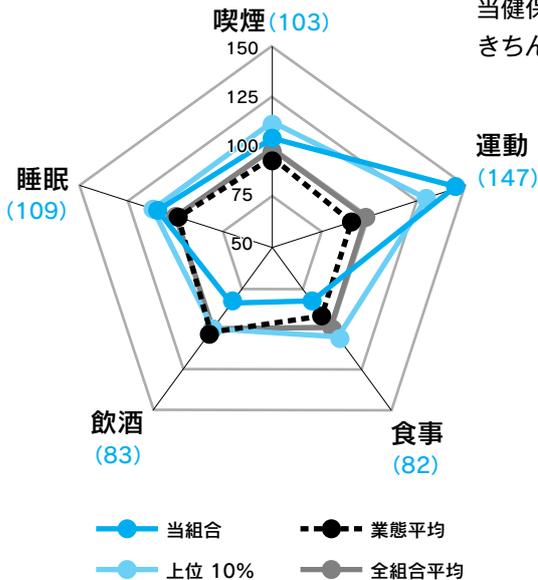
健康スコアリングレポートって？

加入者の健康状態や、健康づくりの取り組み状況を、全健保組合平均や業態平均などと比較して「見える化」したもので、「健康の通信簿」です。

*本レポートは厚生労働省、経済産業省、日本健康会議が協働して作成したもので、すべての健保組合に通知されています。
*本レポートは2015～2017年度のデータに基づいて作成されています。

③生活習慣

[全組合平均：100]
*数値が高いほど、良好な状態



食事習慣リスクと飲酒習慣リスクが課題です。

喫煙、運動、食事、飲酒、睡眠の生活習慣病リスク保有者の割合を業態平均・業態上位10%の平均・全組合平均と比較しています。当健保組合は食事習慣と飲酒習慣のリスクが高い傾向にあります。きちんとした食事を心がけ、お酒はほどほどにしましょう。

1ランクUPまで

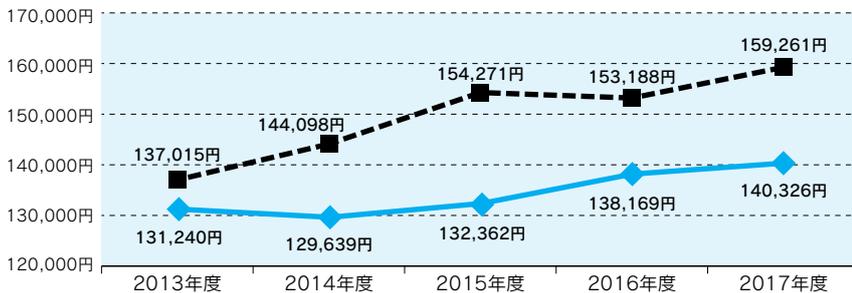
項目	リスクレベル	人数
喫煙習慣リスク	5段階目 (危険)	277人
運動習慣リスク	1段階目 (安全)	最上位です
食事習慣リスク	5段階目 (危険)	614人
飲酒習慣リスク	5段階目 (危険)	212人
睡眠習慣リスク	1段階目 (安全)	最上位です

※2017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。
※上位10%は業態ごとの上位10%の平均値を表す。ただし、業態内の組合数が20以下の場合は全組合の10%の平均値を表示。

④医療費

当健保組合の1人あたり医療費と、性・年齢補正した後の標準医療費の推移は以下のとおりでした。また、全組合平均と比較した指数は「0.88」で、平均を下回りました。全組合平均を1として指数化したもので、1より高いほど医療費が高い傾向にあります。

【当組合の医療費の状況】 1人あたり医療費と性・年齢補正後標準医療費の推移



◆ 1人あたり医療費

性・年齢補正をしていない当組合の総医療費を当組合の加入者数で除した医療費。

■ 性・年齢補正後標準医療費

全組合平均の性・年齢補正後標準医療費を、当組合の性・年齢階級別加入者数に当てはめて算出した1人あたり医療費。



まの生受し
まの予活けっ
し防習て、
を慣慣り
と心と正
が病し
け病導
け病導
け病導

●当組合の1人あたり医療費(2017年度)

項目	当組合	性・年齢補正後標準医療費	性・年齢補正後組合差指数
1人あたり医療費	140,326円	159,261円	0.88

〈参考〉医療費総額(2017年度)

項目	当組合
医療費総額	2,181百万円

当健保組合では、今後、課題を解決するためにデータヘルス計画・コラボヘルスにさらに力を入れてまいります。みなさんも、健診を必ず受け、特定保健指導の案内があったらぜひ参加して、禁煙や運動などの生活習慣の改善に取り組みましょう。