ご家庭に持ち帰り、ご家族とご一緒にお読みください

健保だより

2020年3月
第228号

広島県自動車販売健康保険組合
〒733-0036　広島市西区観音新町2-4-25　TEL(082)292-8643　FAX(082)292-8779

第110回組合会が開催されました

去る２月19日に第110回組合会が開催され、令和２年度事業及び収入支出予算などについて承認されました。

令和２年度予算のお知らせ

収入支出予算額
- 予算総額　22億5,152万円
- 経常収支差額　△2,414万円

令和２年度保険料率

保険料率は据え置き

健康保険	介護保険
100/1,000	16.8/1,000

当健康保険組合の令和２年度の予算編成は、経常収支額は2,414万円の赤字予算を計上しました。

昨年度は黒字予算を計上しましたが、今年度の赤字の要因は、保険者機能強化を目的とした国及び健保連からの補助金による新たな事業を実施することとし、このことにより保健事業費の支出が前年度より約1.7%増加したことによるものです。（補助金収入は経常収入額に含まれず、経常支出では補助金事業であっても通常の事業費として含まれることから支出のみ膨らみ、経常収入支出差額としては赤字となっています。）

団塊の世代が後期高齢者となり始める2022年から医療費が急増し、拠出金負担が増大すると見られる「2022年危機」を乗り越えるためには、国の施策としての高齢者医療への負担構造改革が強く望まれます。

しかし、その一方、東京オリンピック・パラリンピックの開催が目前に迫り、スポーツを通した健康意識が高まりを見せています。当健保組合としましても、オリンピックイヤーである令和２年度を健康づくり推進のチャンスと捉え、補助金事業を活かしてさまざまな保健事業を通して皆様の心身の健康維持・推進をご支援してまいります。

皆様におかれましても、生活習慣の見直しとともに、被保険者だけでなく被扶養者の方にも健診や人間ドック、特定保健指導を受診いただき、疾病予防とともに医療費の適正化にご協力くださいますようお願いいたします。

健康保険組合の現況〈令和２年１月末現在〉

１. 事業所数	17社	４. 平均年齢	40.84歳（男 41.55歳、女 36.91歳）
２. 被保険者数	3,868人（男 3,275人、女 593人）	５. 被扶養者数	4,142人
３. 平均標準報酬	363,628円（男 382,959円、女 256,870円）	６. 前期高齢者数	176人

公告

第322号	令和１年12月25日	●組合会議員選挙の執行について	
第323号	令和２年１月13日	●組合会議員立候補者及び議員選挙の無投票について	
第324号	令和２年１月15日	●組合会議員当選決定及び就任について	令和２年１月15日就任 河部 史朗　ネッツトヨタ広島㈱ 北川　宗　広島トヨペット㈱
第325号	令和２年２月20日	●組合会議員互選理事の就任について	令和２年２月19日就任 河部 史朗　ネッツトヨタ広島㈱
第326号	令和２年３月２日	●任意継続被保険者の標準報酬月額について	上限360,000円

■令和２年度　収入支出予算概要

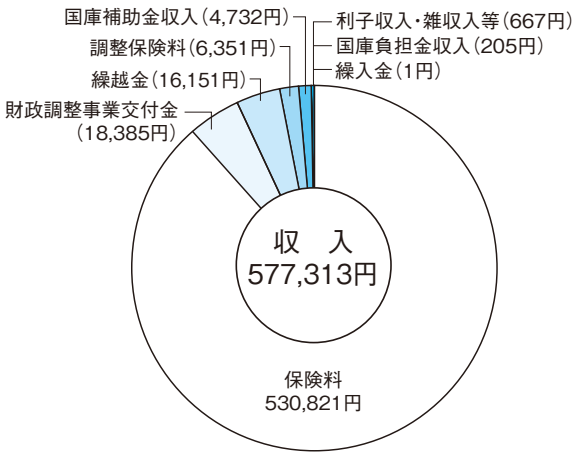
健康保険分

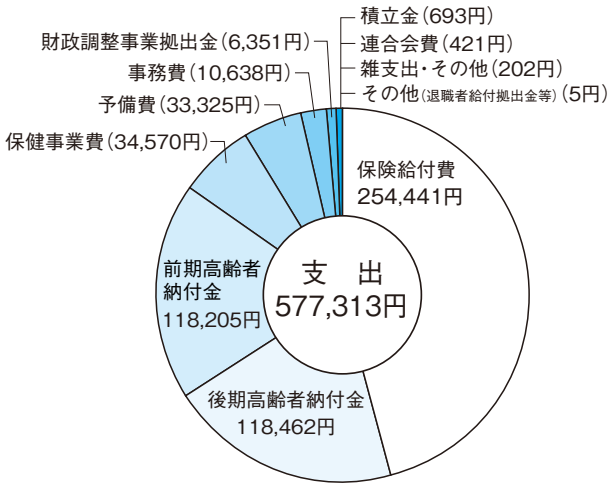
収入（千円）	
保険料	2,070,203
国庫負担金収入	800
調整保険料	24,770
繰越金	62,989
繰入金	3
国庫補助金収入	18,453
財政調整事業交付金	71,701
利子収入・雑収入等	2,602
合計	2,251,521

支出（千円）	
事務費	41,490
保険給付費	992,318
納付金	923,019
前期高齢者納付金	461,000
後期高齢者納付金	462,000
その他（退職者給付拠出金等）	19
保健事業費	134,823
財政調整事業拠出金	24,770
連合会費	1,640
積立金	2,701
雑支出・その他	791
予備費	129,969
合計	2,251,521

経常収支差引額	52,578

被保険者１人当たりでみると





介護保険分

収入（千円）	
保険料	206,465
繰越金	6,393
繰入金	1
国庫補助金受入	1
雑収入	5
合計	212,865

支出（千円）	
介護納付金	207,000
還付金	30
積立金	0
雑支出	1
予備費	5,834
合計	212,865

健診機関で特定保健指導を案内されたら

費用は健康保険組合が全額負担します。

健康づくりの絶好のチャンス！！

◉特定保健指導とは

健康保険組合が実施する日帰り人間ドック等の健診結果により生活習慣病の発症リスクが高く、食事や運動など生活習慣の改善により生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、健康支援の専門スタッフ（保健師、管理栄養士など）が生活習慣を見直すサポートをします。

◉健診機関での特定保健指導実施方法

健康保険組合と特定保健指導の委託契約を結んでいる健診機関（４頁の健診機関一覧表参照）にて日帰り人間ドック等の健診を受検された40歳以上の方で保健指導に該当された方は、保健指導を受けてください。

◉これまで保健指導を受けたことのない方へ

生活習慣病は自覚症状がないまま進行します。したがって気付いたときには、重症化していることもあります。

健康な体を手に入れるチャンスです。無料で受けられますので、サポートしてもらって将来の健やかな人生につなげましょう。

令和２年度の特定健康診査、日帰り人間ドックを４月から実施しますので、その概要をお知らせします。

～健診料金を大幅に引下げました～

－付加検査に脳ドックを加え、費用を一部補助します－

（※**ドック料金の引下げ、付加検査の無償化及び脳ドックの一部補助**は補助金を活用して実施するため、**令和2～3年度に限っての取扱い**となります。）

40歳以上の被扶養者を対象とした特定健康診査及び35歳以上の被保険者、被扶養配偶者を対象とした日帰り人間ドック（特定健康診査の検査項目が含まれています。）を次のとおり実施します。

1. 特定健康診査

① **対象者**

40歳以上（昭和56年３月31日以前生まれの方）の被扶養者。

② **健診項目**

必須項目

○ 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
○ 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）
○ 理学的所見（身体診察）
○ 血圧測定
○ 血液検査
　・脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）
　・血糖検査（空腹時血糖又はHbA1c）
　・肝機能検査（GOT、GPT、γ－GTP）
○ 尿検査（尿糖、尿淡白）

詳細な健診の項目

○ 心電図検査
○ 眼底検査
○ 貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトリック値）
○ 腎機能検査（血清クレアニチン、eGFR）
※一定の基準のもとで、医師が必要と判断した場合に実施されます。

③ **実施時期**

実施時期は、４月から翌年２月まで。

④ **健診費用**

自己負担はありません。

2. 日帰り人間ドック

① **対象者**

35歳以上（昭和61年４月１日以前生まれの方）の被保険者及び被扶養配偶者。

ただし**前立腺癌検査及び脳ドック※は50歳以上の方が対象**です。

（※脳ドック対象者は３年度には35歳以上で２年度未受検者とする予定です。）

② **健診項目**

一般健診

○ 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
○ 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）
○ 理学的検査（身体診察）
○ 視力・聴力検査
○ 血圧測定
○ 尿・便検査
○ 血液検査
○ 眼底検査
○ 肺機能検査
○ 心電図検査
○ 胸部・胃部検査
○ 腹部超音波検査
※健診の内容等は、健診機関によって異なる場合があります。

付加検査

○ 乳がん・子宮がん検査
○ 肝炎ウイルス検査（B型・C型）
○ 前立腺特異抗原検査（前立腺がん検査）
○ 脳ドック
※付加検査のみの受検はできません。一般健診と併せて申込してください。

③ **実施時期**

実施時期は、４月から翌年２月まで。

（済生会呉病院のみ１月から３月15日までが受検期間となっています。）

④ **健診費用**

一般健診費用の**自己負担額は、被保険者本人5,000円、被扶養配偶者3,000円**となっております。

脳ドックの**自己負担額は3,000円**です。

⑤ **健診結果の通知**

特定健康診査、日帰り人間ドックを受検された方へは、健診機関から受検者本人宛健診結果を封書で通知するほか、健保組合にも実施結果報告に併せて健診結果票の写しを提出していただき保管しています。

なお、**健保組合の管理する健診結果データを同意に基づき、事業所との健康の保持増進を目的とした共同事業へ利用します。健診申し込み時に同意の有無を確認させていただきます。また、共同事業で扱う個人情報には詳細な診療情報（病歴・治療内容等）は含まれません。**

3. 健診機関のご案内

令和２年度の特定健康診査・日帰り人間ドックは次頁の健診機関で受検できます。

おって、県外の事業所勤務の被保険者、県外にお住まいの被扶養者は、県外の健診機関でも受検できますので、詳細は健保組合又は事業所総務担当課へお尋ねください。

健診機関一覧（特定健康診査、日帰り人間ドック、特定保健指導）令和２年度

地　区	健　診　機　関　名	所　在　地 連　絡　先	特定健康 診査	特定保健 指導	脳ドック 受検
広　島	一般財団法人広島県環境保健協会 健康クリニック	広島市中区広瀬北町9-1 ☎082(232)4857	○	○	○ ※
	一般財団法人広島県集団検診協会 ＜メディックス広島健診センター＞	広島市中区大手町1-5-17 ☎082(248)4115	○	○	○
	医療法人健康倶楽部 健康倶楽部健診クリニック	広島市中区大手町3-7-5 ☎082(249)7011	○	○	○ ※
	医療法人社団 おおうち総合健診所くにき内科	広島市中区大手町3-6-12 ☎082(542)5810	○	×	○ ※
	医療法人社団ヤマナ会 広島生活習慣病・がん健診センター幟町	広島市中区幟町13-4　4階 ☎082(224)6661	○	○	○
	医療法人グランドタワーメディカルコート ライフケアクリニック	広島市中区上八丁堀4-1　4F ☎082(227)3366	○	×	○
	医療法人社団朋仁会 広島中央健診所	広島市中区八丁堀10-10 ☎082(228)1177	×	○	○
	公益財団法人広島原爆障害対策協議会 健康管理・増進センター	広島市中区千田町3-8-6 (広島市総合健康センター内) ☎082(243)9601	○	○	○
	医療法人広島健康会 アルパーク検診クリニック	広島市西区草津新町2-26-1 ☎082(501)1115	×	○	○ ※
	公益財団法人広島県地域保健医療推進機構 総合健診センター　施設健診所	広島市南区皆実町1-6-29 ☎082(254)7146	○	○	○ ※
	一般財団法人広島県集団検診協会 ＜メディックス広島エキキタ健診センター＞	広島市東区二葉の里3-5 ☎082(258)4127	○	○	×
	医療法人社団朋和会 西広島リハビリテーション病院	広島市佐伯区三宅6-265 ☎082(924)1116	○	○	○ ※
	医療法人恒和会 東部健診センター	広島市安芸区船越南3-24-27 ☎082(823)3333	○	○	○ ※
廿日市	医療法人社団ヤマナ会 広島生活習慣病・がん健診センター大野	廿日市市大野早時3406-5 ☎0829(56)5505	○	○	○
呉	社会福祉法人恩賜財団広島県済生会 済生会呉病院	呉市三条2-1-13 ☎0823(21)1601	○	○	○
東広島	医療法人社団ヤマナ会（東広島記念病院） 広島生活習慣病・がん健診センター東広島	東広島市西条町吉行2214 ☎082(423)6662	○	○	○
三　原	社会医療法人里仁会 興生総合病院	三原市円一町2-5-1 ☎0848(63)5512	○	○	○
尾　道	尾道市立市民病院	尾道市新高山3-1170-177 ☎0848(47)1155	○	○	○
	公益財団法人 中国労働衛生協会　尾道検診所	尾道市平原3-1-1 ☎0848(22)3807	○	○	×
福　山	医療法人社団仁恵会 福山検診所	福山市南本庄5-11-1 ☎084(926)2580	○	○	×
	公益財団法人 中国労働衛生協会	福山市引野町5-14-2 ☎084(941)8210	○	○	○ ※
	一般社団法人 福山市医師会健診センター	福山市三吉町南2-12-25 ☎084(921)0035	○	○	×
三　次	市立三次中央病院健診センター	三次市東酒屋町10531 ☎0824(65)0620	×	×	○

（注）1．脳ドック実施受検欄の※は健診機関の提携医療機関での実施となります。

- 特定健康診査のみの受検は、特定健康診査欄に○表示のある健診機関で実施できます。
- 上記の健診機関では、日帰り人間ドック受検の際に、希望により乳癌、子宮癌検査、肝炎型ウイルス（B型・C型）検査、前立腺特異抗原検査などの付加検査が受けられますが、健診機関によって、検査項目、検査曜日などが異なることがありますのでご留意ください。
- 日帰り人間ドックと同時に脳ドック受検可能な健診機関は脳ドック受検可否欄に○表示のある健診機関です。検査内容等は各健診機関へお問い合わせください。
- 特定保健指導を受けられる健診機関は特定保健指導欄に○表示のある健診機関です。

■令和２年度　保健事業計画

① 特定健康診査・特定保健指導

40歳以上75歳未満の被保険者、被扶養者を対象に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査を実施します。（日帰り人間ドック受検者にあっては、その健診をもって実施に代えます。）

また、特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、保健師等により生活習慣を見直すサポートをします。

② 機関誌の発行

年４回程度発行し、被保険者全員（任意継続被保険者は除く）に配布します。医療保険制度のしくみや健保組合の現状、健康づくりや、疾病予防対策などの情報を提供し、また健康保険の事務手続きなど、幅広い内容の記事を掲載し、健保組合を身近に感じていただける機関誌をめざしています。

③ 健康者・健康家族表彰

日頃から健康管理に注意され、１年間、医療機関に一度もかからなかった被保険者や健康家族を表彰します。

④ 後発医薬品の使用促進

ジェネリック医薬品のメリットなどを被保険者等に周知を図るとともに、ジェネリック医薬品減額通知サービスの実施などにより、医療費節減のための対策を図っていきます。

⑤ 疾病予防対策

生活習慣病予防のための特定健康診査・日帰り人間ドック（乳がん、子宮がん、肝炎（Ｂ型・Ｃ型）、前立腺がん検査、脳ドックを含む。）を実施し、対象者全員の受検を呼びかけ、病気の早期発見、早期治療・生活習慣の改善を推進します。

また、日帰り人間ドック受検対象年齢未満の方などを対象に、ご自宅で検査できるがん（郵送）検診及び歯周病検査の受検を呼びかけます。

さらに、かぜ予防のうがい薬などの配付、インフルエンザ予防接種費用の助成、家庭常備薬の有償斡旋などを行います。

⑥ 健康情報提供

健診結果情報、生活習慣改善アドバイス、受診勧奨などを冊子やWebを活用して情報提供します。

⑦ 禁煙サポート事業

禁煙を望む被保険者に対して、スマートフォンを使って禁煙治療アプリにより遠隔での治療介入を実施します。

⑧ 医療費通知の送付

被保険者やそのご家族の方々に、医療機関で治療を受けられた医療費を通知し医療費について関心をもっていただくとともに、正しく請求されているかどうかをチェックしていただくものです。

また、医療費通知書は医療費控除の添付書類として申告ができるようになっています。

⑨ 体育奨励事業

健康保険組合広島連合会との共同事業である軟式野球大会、健康ウォーキングへの参加を積極的に呼びかけます。

⑩ 各種情報の提供及び訪問支援事業

医療機関の受診が多い乳幼児を養育する被保険者等に対して健康管理等の情報を提供し、高齢者家庭の訪問指導、健康相談を実施し、疾病予防と医療費節減に取り組みます。

⑪ データヘルス計画の実施

診療報酬明細書・健診データ等の医療情報を活用し被保険者・被扶養者の健康管理、健康づくり、疾病予防対策など保健事業を効果的・効率的に実施します。

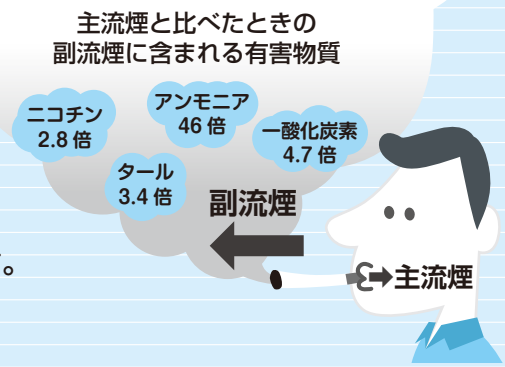
禁煙のすすめ

「望まない受動喫煙」防止は
マナーからルールへ

禁煙の春到来!

「健康増進法の一部を改正する法律」が、2020年４月１日から全面施行されます。基本的な考え方としては、①望まない受動喫煙をなくす ②受動喫煙による健康影響が大きい子ども・患者等に特に配慮する ③施設の類型・場所ごとに対策を実施となっています。

その結果、大勢の人が利用する施設では、原則“全面禁煙”となります。これを「禁煙」のチャンスと捉え、チャレンジしてはいかがでしょう。



受動喫煙の健康被害は大きい

タバコを吸っている人の周囲にいて、タバコの先から出る煙（副流煙）を吸ってしまうことを「受動喫煙」といいます。副流煙には喫煙者本人が吸う煙（主流煙）より多くの有害物質が含まれるため、受動喫煙の方が健康被害は大きいとされています。

油断は禁物、「三次喫煙」もある

副流煙の届かないところで吸えば大丈夫、というわけではありません。例えばベランダで吸ったとしても直後はまだ体内に煙は残っており、服や髪にも有害物質はついています。タバコの煙のかかった物や場所には有害物質が付着しているので、これを吸ってしまうと「三次喫煙」になってしまいます。

健康増進法の一部を改正する法律、
受動喫煙等について詳しくはこちらへ

受動喫煙対策　厚生労働省　検索

禁煙にチャレンジする皆様へ!!

費用はかかりません

当組合ではスマートフォンによる専用アプリでの禁煙サポート事業を実施しています。
禁煙を希望する方は随時参加できます。
内容と実施の流れについては、当組合のホームページ（http://hj-kenpo.or.jp）をご覧ください。

扶養している家族に変更はありませんか？

被扶養者が**就職**や**結婚**をしたり、**一定額以上の収入が生じた**場合など、被扶養者の要件を満たさなくなれば資格を失います。被扶養者の要件を満たさなくなったとしても、資格喪失の手続きは自動的に処理されません。５日以内に自分で会社に届け出る必要があります。

被扶養者の資格を失った人が保険証を使って医療を受けると、**医療費を返還**しなければなりません。もしも医療機関を受診中に被扶養者でなくなる場合は、保険証が変わる旨を医療機関に伝え、新しい保険証を窓口に提示しましょう。

なお、令和２年４月から被扶養者になれるのは、原則として日本国内に住所がある人だけになりました。