

栗田健康保険組合

Kenpo News

平成29年度 予算のお知らせ

平成29年度は
「第1期データヘルス計画」の3年目(最終年度)

平成29年度の各種健診・検診について

事務局からのお知らせ

2017
Spring



ホームページを リニューアルしました！

『Kenpo News』『Happy Healthy Days』のバックナンバーを見ることができます。

ID、パスワードを入力すると、皆さまの医療費が確認できます。

クリックすると申請書類一覧のページに移動します。
ずっとついてくるタグなので、すぐに書類が取得できて便利です。

クリックするとカテゴリ別にお知らせが表示できます。

クリックするとカテゴリごとの必要な手続きが表示されます。

手続きごとに申請書類、添付書類、提出期限、提出先が確認できます。
一覧で閲覧でき、ぱっと手続きがわかります。



このたび、当健保組合のホームページをリニューアルしました。トップページをはじめデザインを刷新し、より見やすく、わかりやすいものとなるよう工夫しました。また、スマートフォン、タブレットでもご覧いただけるようになりました。ぜひアクセスしてご利用ください。

スマホでアクセス

スマートフォン・タブレットでもご覧いただけるようになりました。いつでもアクセスしていただけます。



栗田健康保険組合



お知らせ

お知らせ	2017年3月28日	スポーツクラブネサンス「フィットネス」
お知らせ	2017年3月14日	平成29年度における被扶養者「葬祭・葬儀」 NEW!
お知らせ	2017年3月14日	平成29年度における電話相談「事業について」
お知らせ	2017年3月8日	保険料率の改定及び平成29年度重点保健

健保組合からリアルタイムでお伝えする大切なお知らせです。ぜひ、アクセスしてください。

タブを切り替えて必要な情報を探ることができます。

栗田健康保険組合 検索

URL <http://www.kuritakenpo.or.jp/>

手続きを知りたいときは、まずこちら！



平成29年度 予算のお知らせ

医療費の伸長に加えて後期高齢者支援金への
全面総報酬割の導入で納付金負担が増大
組合運営安定のために保険料率を改定します

栗田健康保険組合の平成29年度の事業計画および予算が、去る平成29年2月6日開催の第127回組合会におい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。

当健康保険組合の財政状況は、医療費の伸長と納付金の過大な負担により、平成26年度以降、財政が急激に悪化しています。

赤字補填のために取り崩してきた別途積立金は年々減少し、平成26年度と平成27年度の2年間に繰り入れ（231,771千円）を実施した法定準備金は、もはや繰り入れができない状況にあります。

平成29年度より後期高齢者支援金が全面総報酬割となるため、一層の負担増（対前年度比44,505千円）となります。加えて、平成27年度にすべての団塊の世代が前期高齢者となり、前期高齢者納付金も29年度は前年度より69,548千円増加します。このため、30年度以降も過大な負担増が見込まれています。

今後も高齢者医療制度への納付金の過重な負担は続くことが予測されており、組合財政は現在逼迫した状況にあります。

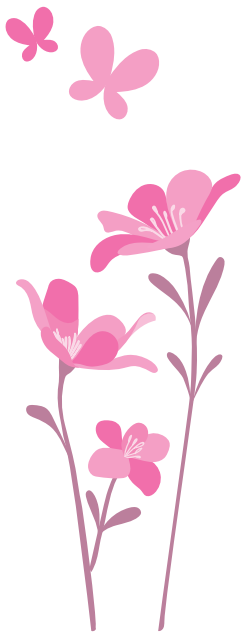
こうした状況から、従来の保険料率では安定的な組合運営ができなくなるとの判断から、平成29年度事業予算について、理事会・組合会で検討した結果、

保険料率の改定（引き上げ）【P11参照】を実施することとなりました。

現在、厳しい財政状況にある当健康保険組合ですが、皆さまからお預かりした大切な保険料を有効に活用するために、本年度もデータヘルス計画に基づき、効果的で無駄のない保健事業（詳細は、P6、P9をご覧ください）を推進してまいります。

また、さらなる組合運営の合理化を心掛け、組合財政の安定化に向けて取り組んでまいります。

被保険者およびご家族の皆さまにおかれましては、疾病予防や健康づくりのために、積極的に当健康保険組合が実施する保健事業をご活用いただき、健やかな毎日をお送りいただくとともに、医療費の節減にもご協力いただきますようお願いいたします。



平成29年度予算編成の基礎となった数値

◇一般勘定

- 被保険者数 3,780人（男性3,050人 女性730人）
- 平均標準報酬月額 480,654円
（男性523,577円、女性294,958円）
- 総標準賞与額（年間合計） 4,487,000千円
- 平均年齢 44.80歳（男性45.22歳 女性43.01歳）
- 被扶養者数 4,380人
- 健康保険料率 1000分の90.00
（事業主1000分の54.00、被保険者1000分の36.00）

●一般保険料率 1000分の88.70

（事業主1000分の53.22、被保険者1000分の35.48）

●調整保険料率 1000分の1.30

（事業主1000分の0.78、被保険者1000分の0.52）

◇介護勘定

●介護保険第2号被保険者となる被保険者数 2,380人

●介護保険料率 1000分の11.76

（事業主1000分の5.88、被保険者1000分の5.88）

【平成29年度収入支出予算概要（一般勘定）】

	科目	予算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
収入	保険料	2,319,085	613,515
	(基本保険料)	(1,372,626)	(363,129)
	(特定保険料)	(946,459)	(250,386)
	調整保険料	33,990	8,992
	国庫負担金・利子収入	569	151
	国庫補助金収入	1,250	331
	施設利用料他	308	81
	財政調整事業交付金	8,064	2,133
	繰入金	140,000	37,037
	合計	2,503,266	662,240
経常収入合計	2,321,210	614,077	
支出	事務費	51,453	13,612
	保険給付費	1,180,221	312,228
	(本人分医療費)	(552,316)	(146,115)
	(家族分医療費)	(488,887)	(129,335)
	(高額療養費)	(15,270)	(4,040)
	(高齢者分医療費)	(29,113)	(7,702)
	(現金給付)	(69,817)	(18,470)
	(付加給付)	(24,818)	(6,566)
	納付金	934,310	247,172
	(前期高齢者納付金)	(369,599)	(97,778)
	(後期高齢者支援金)	(531,310)	(140,558)
	(病床転換支援金)	(3)	(0)
	(退職者給付拠出金)	(33,391)	(8,834)
	(老人保健拠出金)	(7)	(2)
	保健事業費	96,295	25,475
	財政調整事業拠出金	33,990	8,992
	積立金他	7,120	1,883
	予備費	199,877	52,878
合計	2,503,266	662,240	
経常支出合計	2,269,396	600,369	
経常収支の差引	51,814	—	

ポイント1

保険料率の引き上げにより保険料収入が大幅に増加
 保険料収入は、被保険者数の増加および平均標準報酬月額
 の伸長に加えて、保険料率の引上げ(0.6%)により、対前
 年度比で170,597千円と大幅に増加する見通しです。

ポイント2

別途積立金を繰入
 賞与分保険料収入までの収入不足対策として、別途積立金
 (140,000千円)の繰入をしています。

ポイント3

保険給付費は大きく増加
 家族分医療費は減少見込みですが、本人分医療費および
 高齢者分医療費が伸長見込にあるため、対前年度比で
 43,139千円(3.79%)の増加となります。

ポイント4

保険料収入の約40%を占める納付金
 納付金は、後期高齢者支援金が全面総報酬割導入の影響で
 前年度より44,505千円増加し、前期高齢者納付金も対前
 年度比で69,548千円増加する影響で、対保険料収入では、
 前年度の38.1%から40.3%に上昇。健保組合財政を大き
 く圧迫しています。被保険者1人当たり、約247千円納付
 することとなります。

ポイント5

保健事業費は、保険料収入の4.2%
 組合員の皆さまの健康の維持・増進をサポートするための予
 算は、保険料収入の4.15%を計上し、29年度データヘル
 ス計画に基づき積極的に取り組んでまいります。

ポイント6

経常収支は51,814千円の黒字
 保険料収入の大幅増により、経常収支は、28年度に引き続き
 51,814千円の黒字予算となりました。

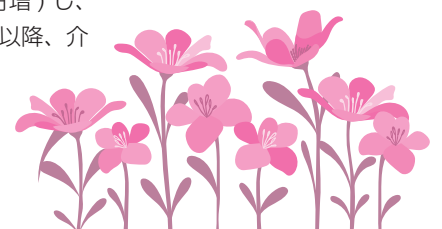
【平成29年度収入支出予算概要（介護勘定）】

	科目	予算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
収入	保険料	220,034	92,451
	繰入金	33,000	13,866
	雑収入	1	0
	合計	253,035	106,317
支出	介護納付金	245,985	103,355
	還付金	18	7
	積立金	7,032	2,955
	合計	253,035	106,317

介護納付金にも総報酬割が導入される予定です

平成29年8月から、介護納付金の計算方法が、加入
 者数に応じた計算方法から総報酬額に応じた総報酬割
 に段階的に変更されます。

これに伴い、介護納付金は急増(対前年度比約
 24,800千円増)し、
 平成30年度以降、介
 護保険料率の
 改定が避けら
 れない状況と
 なります。



10年後 20年後も元気なからだを維持！」

平成 29 年度の保健事業の課題

課題
1

平成 28 年度にスタートした系統的な保健指導の仕組み（クリタ健康改善プログラム）の実施対象を拡大し、生活習慣改善指導を漏れなく行う。

課題
2

被保険者・被扶養者の両方を対象に、がんの早期発見・早期治療を促進する。

課題
3

被扶養者の健診受診を促進する。

目的その1（前提として）皆さまに健康について正しい知識をもていただくために…

「ヘルスリテラシー^{*1}の向上」（※1 健康情報を獲得・理解・活用するために必要な知識・意欲・能力）

平成 29年度重点施策

- ① <新規>リニューアルするホームページを活用した保健事業施策の展開
- ② <3年目>管理栄養士便り『Happy Healthy Days』、『Kenpo News』による情報提供・啓発の維持
- ③ <新規>電話相談事業の見直し（相談対応機能の向上）

目的その2（前提として）皆さま一人ひとりに、ご自身の健康状況を数値により把握していただくために…

「健診機会の提供、健診結果に基づく保健支援」

- ① <新規>（被保険者）平成 28 年度の健康管理委員会の答申を踏まえ、定期健診項目を、検査効果や費用対効果の点から一部変更^{*2}
- ② <2年目>（被保険者）健診後の要治療者のフォローを、「クリタ健康改善プログラム」（疾病予防コース）を活用して行う。
- ③ <新規>（被扶養者）被扶養者にとってメリットの大きい健診システムを導入（対象年齢 30 歳以上→20 歳以上、乳がん検査項目の選択制 等）
- ④ <2年目>（被扶養者）健保以外の仕組みを含むトータルの受診実態把握・受診促進

（※2 本号の「平成 29 年度における各種健診・検診についてのお知らせ」をご覧ください）

平成 29 年度は、「第 1 期データヘルス計画」の
3 年目（最終年度）

— 栗田健康保険組合の取り組み状況をご紹介します —

健康保険組合から加入者の皆さまへ

【健診データ分析】

健診・レセプトデータの分析により、個人や事業所ごとの健康状態・特徴や医療費の状況を把握し、保健事業の検証・広報、健康教室、保健指導面談などに活用します。

【健康保険組合からお知らせが届いたら…】

被扶養者健診の対象の方、健診・検診未受診の方、クリタ健康改善プログラムの対象となった方などには、文書、メール、電話等でお知らせしています。必ず受診してください。

「データヘルス計画に基づく保健事業を活用し、

目的その3 糖尿病などの生活習慣病を予防するために…

「クリタ健康改善プログラム(メタボ改善コース)、健康イベント・教室」

- ① <2年目>メタボ改善指導の対象者拡大と利便性改善(事業主経由の通知の実施を含む)
- ② <2年目>運動習慣改善のプログラム・機会の提供(スポーツクラブ・ネサンスの活用・連携など)
- ③ <2年目>コラボヘルスによる健康イベント
- ④ <2年目>面談を重視したクリタ健康改善プログラムによる効果アップ
- ⑤ <新規>被扶養者対象の「保健支援サービス」(トライアル)
- ⑥ <新規>歯周病対策としての歯科検診・指導(トライアル)

目的その4 生活習慣病をこれ以上深刻化させないために…

「クリタ健康改善プログラム(重症化予防コース)」

- ① <2年目>指導の対象者の拡大
- ② <2年目>利用者の利便性改善(事業主経由の通知の実施を含む)

目的その5 がんを早期発見・早期治療するために…

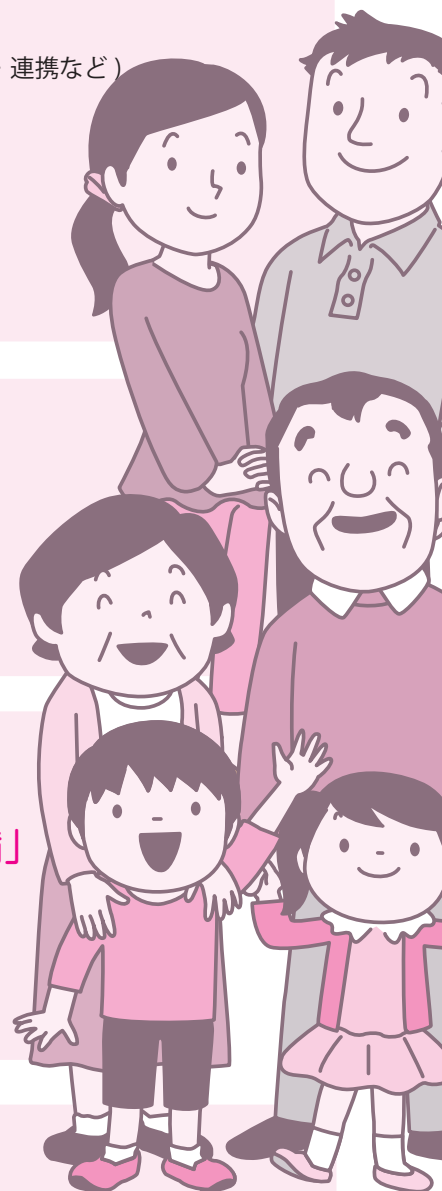
「婦人科系がん、胃がん、(追加)大腸がんの検診機会の整備」

- ① <3年目>(婦人科検診) 健保組合と各社の連携による受診環境整備
- ② <2年目>(胃部内視鏡検査) 自己負担軽減
- ③ <新規>大腸内視鏡検査の補助制度の導入(トライアル)

目的その6 皆さまに医療費を効果的に使っていただくために…

「ジェネリック医薬品利用促進、セルフメディケーションの考え方の浸透」

- ① <新規>リニューアルするホームページの活用によるジェネリック切替促進
- ② <新規>広報媒体や手引きの活用によるセルフメディケーションの情報提供(税制 等)



【 個人情報の取り扱いについて 】

当健保組合では、個人情報の取り扱いについて国が定めたガイドライン等に従い、個人情報の適正な取り扱い、保護に努めています。事業主から個人の健診結果等を提供してもらう際や、事業主に健康・医療情報の分析結果等を提供する際、データ分析や個別保健事業を外部事業者へ委託する際などには、加入者の利益を損なうことのないように適切な措置を講じます。

平成 29 年度の各種健診・検診についてのお知らせ

被扶養者健診が変わります

第 1 2 7 回予算組合会におきまして、平成 29 年度の保健事業計画が承認されました。
下記のとおり被扶養者健診の内容を変更しますのでご案内します。

その 1	その 2	その 3
<p>受診対象者を拡大</p> <p>従来の 30 歳以上から、20 歳以上の被扶養者・任意継続被保険者（被扶養者を含む）に拡大します。</p>	<p>乳がん検査を選択制に</p> <p>検査効果の観点から、従来の乳房エコーのみから乳房エコーとマンモグラフィの選択制に変更します。</p>	<p>新健診システムを導入</p> <p>健診委託会社を株式会社イーウェルに変更します。健康管理ツール「KENPOS」を利用して、健診受診申し込み、目標設定、健康管理ができます。</p>

今後とも効果的、効率的な健診・検診となるよう見直しを行ってまいりますので、皆さまには、何とぞご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

被扶養者健診

被扶養者健診を下記実施要領で行いますので、皆さまにおかれましてはぜひ積極的な受診をお願いします。
なお、詳しくは 4 月下旬にご自宅へ配布予定の「巡回健診のご案内」「施設健診のご案内」等をご覧ください。

1	対象者	巡回健診・施設健診	20 歳以上 75 歳未満の被扶養者および任意継続被保険者・任意継続被扶養者
		特定健診	40 歳以上 75 歳未満の被扶養者および任意継続被保険者・任意継続被扶養者
2	検査項目	・巡回健診 ・施設健診	身体測定、血圧測定、尿検査、胸部 X 線、心電図、血液検査、子宮がん検査、乳がん検査、胃部 X 線検査、大腸がん検査
		特定健診	身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査
3	検査費用	・巡回健診 ・施設健診	・自己負担金：3,000 円～ ・自己負担金を除く実費全額を健保が負担（追加可能検査除く）
		特定健診	全額を健保が負担
4	申込期間	巡回健診（巡回健診会場で受診する特定健診含む）	平成 29 年 4 月 24 日～巡回健診会場の申込締切日
		特定健診（施設健診会場で受診する特定健診含む）	平成 29 年 4 月 24 日～平成 30 年 3 月 9 日
5	受診期間	巡回健診（巡回健診会場で受診する特定健診含む）	平成 29 年 6 月 19 日～平成 30 年 3 月 23 日
		特定健診（施設健診会場で受診する特定健診含む）	平成 29 年 5 月 8 日～平成 30 年 3 月 31 日

婦人科がん検診（女性被保険者）について

婦人科がん検診を下記実施要領で行います。定期的に受診して早期発見、早期治療のためにご利用ください。
詳細は6月上旬までにご自宅へ配布する受診案内「平成29年度婦人科検診のご案内」をご覧ください。

1 受診対象者 当健保組合に加入している女性被保険者

2 検査項目と費用負担 (注) 1.乳がん検査はマンモグラフィまたは乳房エコーのいずれかを選択して受診してください。
2.平成30年3月31日現在、30歳・35歳・40歳の方は無料で受診できます。

検査項目		自己負担	2つの検査を受診される場合の自己負担
子宮がん	子宮頸部細胞診	1,500円	3,000円
乳がん	乳房触診+マンモグラフィ	1,500円	
	乳房触診+乳房エコー		

3 実施機関

	受診方法	留意事項
1	健保の契約健診機関で受診	「平成29年度婦人科検診のご案内」をご覧ください。
2	健保の契約健診機関以外 (かかりつけ医など)で受診	婦人科検診補助金申請書に領収書および検査結果を添えて補助金申請してください。
3	会社の定期健診時に受診	所属会社の健診担当者にご確認ください。

平成28年度被扶養者健診受診実態調査結果について

平成28年10月頃、被保険者経由により被扶養者健診受診勧奨通知に併せ、被扶養者健診受診実態調査を実施しましたので、結果をご報告します。

多くの方々にご回答いただき、感謝申し上げます。実態調査結果は今後の被扶養者健診の改善に役立ててまいります。

1. 実態調査対象者 平成28年度の被扶養者健診未申込者 1,131人（平成28年9月30日現在）

2. 実態調査回収状況 479人（回収率：42.4%）

3. 実態調査の回答結果 (1) 平成28年度中に栗田健康保険組合の健診受診予定者245人を確認することができました。
(2) 栗田健康保険組合の健診以外の受診状況が確認できました。

栗田健康保険組合以外の受診状況	人数（単位：人）
かかりつけ医で受診	81
パート先で受診	65
自治体で受診	40
妊娠中	8
病気療養中のため病院で受診	4
日程合わず	3
その他	24
合計	225

<参考>

被扶養者健診申込状況		
	平成28年度	平成27年度
巡回・施設（人）	698	666
集合契約（人）	157	170
合計（人）	855	836
申込率（%）	47.4	44.3

接骨院・整骨院の正しいかかり方

「接骨院・整骨院」は近年、増加傾向にあり、利用する方も増えています。

しかし、すべてにおいて「保険証」が使用できるわけではありません。

肩こりや腰痛になったときにかかっていませんか？ 症状は改善していますか？

接骨院・整骨院の柔道整復師は医師ではありません。

正しく理解し、受療していただきますようお願いします。

健康保険が使える症状は決まっています

健康保険が使用できるのはこれだけ！

◎急性の外傷性の打撲・捻挫・および挫傷（肉離れなど）、※骨折、脱臼。

※骨折、脱臼は医師の同意が必要です（応急処置を除く）。



下記は健康保険が使用できません！（全額自己負担）

- × 単なる肩こり、筋肉疲労
- × 慰安目的のあん摩・マッサージ
- × 病気（神経痛・リウマチ・五十肩・ヘルニアなど）からくる痛み
- × 過去の交通事故による後遺症
- × 病状の改善が見られない長期治療
- × 医師の同意のない骨折や脱臼（応急処置を除く）
- × 工作中・通勤途中の負傷

接骨院・整骨院にかかる場合の注意事項

まずは保険で受療できる症状なのか上記◎×をチェックしましょう！！

① 負傷原因を必ず伝えましょう。

負傷原因が交通事故等による第三者行為に該当する場合は、健保組合に連絡してください。

② 療養費支給申請書の内容を確認し、必ず「自分で」署名しましょう。

負傷名・日数・金額はよく確認してください。白紙の用紙には署名しないようにしましょう。

③ 治療が長引き、改善しない場合は一度医師の診断を受けましょう。

健康保険被保険者証(保険証)の紛失・盗難時の手続きについて

健康保険被保険者証（以下、保険証という）を紛失すると、医療機関を受診することができないだけでなく、他人に不正に使用されることも心配されます。しかし、**保険証機能を止めることはできません**。ではどのような対応をしたらいいのでしょうか？

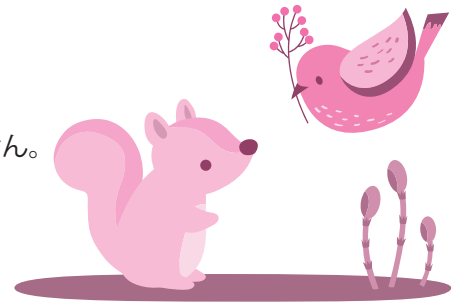
- ① 保険証の機能を止めることはできませんので、警察に届け出ましょう（盗難届・遺失物届）。
- ② 当健保組合へ再発行の手続きをとります。

	手続き	A. 添付書類	B. 手数料
紛失	再交付届 + A、B を添付して健保組合へ送付	・ 始末書	500 円
盗難	警察に届け出をし、盗難届、または届出番号を入力し、再交付届 + A を添付して当健保組合へ送付	・ 理由書 ・ 盗難届の写し（または届出番号を記入）	無料 添付書類（届出番号）がない場合は 500 円

※再交付届・始末書サンプルは栗田健保ホームページに掲載しています。（<http://www.kuritakenpo.or.jp/>）

- ③ 手続き中に医療機関を受診する場合は、会社の担当部署（人事または総務）に「資格証明書」の発行を依頼してください。
- ④ 不正使用がないか栗田健保ホームページ内医療費通知 WEB で受診履歴の確認をしましょう。もし不正使用と思われる履歴が見つかったときは、当健保組合に連絡をお願いします（WEB が更新されるのは受診月の 3 ヶ月後になります）。
- ⑤ 保険証が見つかったときは、すぐに当健保組合に連絡をお願いします。

- 連絡が来た時点ですでに栗田健保内で保険証を作成していた場合
保険証の送付を止めます。作成後のため手数料の 500 円は返金できません。
- 連絡が来た時点でまだ栗田健保内で保険証を作成していなかった場合
手数料の 500 円を返金します。
- すでに再発行し、手元に届いた後、見つかった場合
古い保険証を健保組合まで、至急返却してください。



健康保険料率の改定について

平成 29 年度の健康保険料率について、2 月 6 日に開催されました第 127 回組合会において承認、決定されましたので、お知らせいたします。

逼迫した財政状況の中、安定的な組合運営のために、保険料率を改定させていただくこととなりました。

組合員の皆さま方におかれましては、ご理解、ご協力のほど、何とぞよろしくお願いたします。

平成 29 年度健康保険料率

平成 29 年 3 月 1 日付で改定（平成 29 年 4 月給与控除から適用）

	～平成 29 年 2 月	平成 29 年 3 月～
事業主	5.04%	5.40%
被保険者	3.36%	3.60%
合計	8.40%	9.00%

公告

任意継続被保険者の平均標準報酬月額について

当健保組合の平成 28 年 9 月 30 日現在における全被保険者の標準報酬月額は、下記のとおりです。

1. 平均標準報酬月額
485,197 円
2. 任意継続被保険者の標準報酬月額
500,000 円
3. 適用年月日
平成 29 年 4 月 1 日



腸内環境を整えるための「腸活」。
腸がキレイになると整腸作用はもちろん、
免疫力や代謝もアップし、ダイエット効果も期待できます。

腸活で お腹すっきり

腸活 Point

- スナップエンドウやエリンギなど食物繊維の多い野菜で整腸作用がアップ。
- 乳酸菌の多いヨーグルトに善玉菌を増やすはちみつをプラス！

ジューシーな豚肉を
酸味のあるソースでさっぱりと
ポークノデー
オレンジヨーグルト
ソースがけ

監修・料理制作/岩崎啓子(管理栄養士・料理研究家) 撮影/鈴木一休

材料(2人分)

豚肉(ロースかつ用).....2枚	〈オレンジソース〉	
塩.....小さじ1/5	オレンジ.....1/2個	
こしょう.....少々	プレーンヨーグルト	
小麦粉.....適量1/2カップ	
スナップエンドウ.....150g	A } はちみつ	
エリンギ.....2本	小さじ1
オリーブ油.....小さじ1		練りからし・塩・こしょう
ローズマリー.....1本	各少々
塩.....小さじ1/6		
こしょう.....各少々		

(1人分/522kcal 塩分2.7g)

作り方

- ① オレンジソースを作る。ペーパータオルをざるに敷き、ヨーグルトを15分間ほど置いて水気を切る。オレンジは薄皮をむいていちょう切りにする。それらにAを加えて混ぜ合わせる。
- ② スナップエンドウは筋を取って縦半分に割り、エリンギは一口大に切る。
- ③ 豚肉は筋を切り、塩・こしょうを振って小麦粉を全体に薄くまぶす。
- ④ フライパンにオリーブ油を熱して③を入れ、中火できつね色になるまで焼いたら、弱火で2~3分焼く。豚肉を裏返して、同様に焼く。空いている所に②とローズマリーを入れ、塩・こしょうで味を付ける。
- ⑤ ④を皿に盛り合わせ、①のソースをかける。