

# 九電エけんぽ

2020/9



個人向け健康ポータルサイト



ご好評につき今年も開催  
WEBウォーキングイベント

『歩Fes.(あるふえす)』

エントリー受付中

おひとりでの参加もOK!

チームで参加すると、  
さらにチャンス!

昨年に引き続き、健康ポータルサイト『MY HEALTH WEB』を利用したウォーキングイベントを開催します。開催期間中は個人戦やチーム戦で歩数を競い、楽しみながらウォーキングを続けることができます。

歩数ランキング上位の方には賞品あり！ 上位に届かなかった方にも参加賞などがあります！ 皆さま、ぜひご参加ください!!



| 参加条件    | 九電工健康保険組合の被保険者（従業員）・被扶養配偶者<br>※イベント参加には、健康ポータルサイト『MY HEALTH WEB』の利用登録が必要です。<br>※『MY HEALTH WEB』の利用登録がお済みでない方は、本誌6ページもあわせてご覧ください。                                                                         |                                                                                                                        |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 開催概要    | <div>おひとりで参加 個人戦</div> <p>開催期間中の個人の総歩数を競います。</p>                                                                                                                                                         | <div>チームで参加 チーム戦</div> <p>3～10人の任意の参加者でチームを編成。<br/>チームメンバー1人当たりの平均歩数を競います。<br/>※チーム戦の参加には、個人戦のエントリーが必要です。</p>          |
| 期間      | <p>【エントリー期間】<br/>2020年8月3日(月)～9月30日(水)</p> <p>【開催期間】<br/>2020年9月1日(火)～11月30日(月)</p>                                                                                                                      | <p>【チーム編成期間】<br/>2020年8月3日(月)～8月31日(月)<br/>※個人戦のエントリー期間とは異なりますので、ご注意ください。</p> <p>【開催期間】<br/>2020年9月1日(火)～11月30日(月)</p> |
| 賞品      | <p>【ランク賞】</p> <p>1位～5位 5,000円分のQ U Oカード<br/>6位～10位 3,000円分の “<br/>11位～20位 1,000円分の “</p> <p>【参加賞】<br/>開催期間中の1日当たり平均歩数が<br/>3,000歩以上の方全員に<br/>1,000円分のQ U Oカード</p>                                        | <p>【ランク賞】</p> <p>1位～5位チーム 20,000円分のQ U Oカード<br/>6位～10位チーム 10,000円分の “</p>                                              |
| エントリー方法 | 『MY HEALTH WEB』にログインして、トップページの「歩Fes.」バナーから、イベントページにアクセス。画面上の説明に沿って必要事項を入力。                                                                                                                               | 個人戦へのエントリー後、チームの作成または、他の参加者が作成したチームに参加登録。                                                                              |
| 歩数登録方法  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・『MY HEALTH WEB』のMYバイタルに記録された歩数が、イベント歩数として登録されます。</li> <li>・スマートフォンで『MY HEALTH WEB』をご利用の場合、歩数アプリとのデータ連携を設定しておけば、『MY HEALTH WEB』にログインする都度、自動で歩数が記録されます。</li> </ul> |                                                                                                                        |

## 2019年度 決算の お知らせ

# 経常収支差引は5年連続の黒字に

### 健康保険

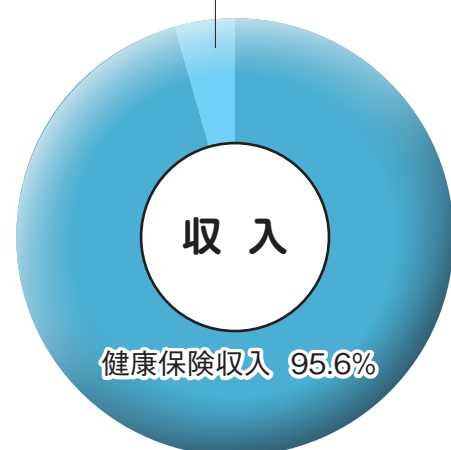
|        |            |         |             |
|--------|------------|---------|-------------|
| ● 収入合計 | 59億2,809万円 | (経常収入合計 | 56億8,700万円) |
| ● 支出合計 | 54億7,094万円 | (経常支出合計 | 53億9,923万円) |
| ● 決算残金 | 4億5,715万円  | (経常収支差引 | 2億8,777万円)  |

2019年度決算が、2020年7月9日に開催された第149回組合会で承認されましたので、お知らせいたします。

※金額、割合の合計は、四捨五入の関係で合わない場合があります。

## グラフで見る 収入・支出の割合（健康保険）

財政調整事業交付金・他 4.4%

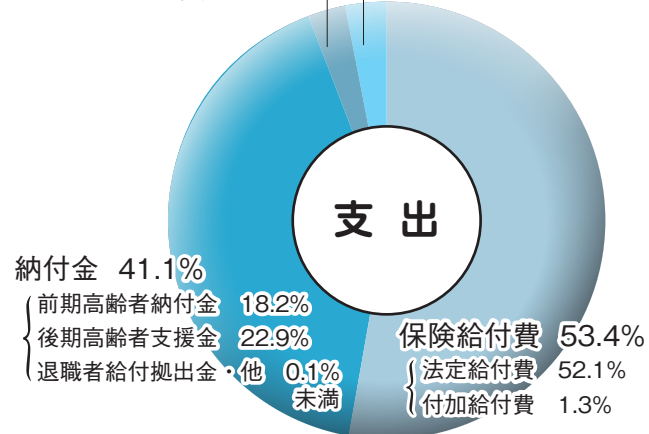


収入

健康保険収入 95.6%

財政調整事業拠出金・その他 2.9%

保健事業費 2.6%



支出

保険給付費 53.4%

法定給付費 52.1%

付加給付費 1.3%

一方、支出をみますと、病気やケガの医療費に充てられた保険給付費は同比1億3219万円の大増となる29億2419万円、健保財政圧迫の要因である納付金は同比3503万円増の22億4626万円でした。このように厳しい財政状況ですが、皆様の健康づくり事業に充てられた保健事業費は、同比256万円増の1億4248万円となりました。とくに2018年度から取り組んでいます第2期データヘルス計画を継続して実施。重点実施項目に「被扶養者の特定健康診査受診率の向上」を

掲げていますが、2019年度は56.5%で目標の64.0%を達成できませんでした（5ページをご覧ください）。また、加入者の健康維持・増進の支援、利便性の向上を目的に2018年度から開設した個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」（1ページ、6ページをご覧ください）を実施しました。皆様には、「MY HEALTH WEB」や各種保健事業の積極的な活用で健康増進に努められ、引き続き医療費節減にご協力いただきますようお願いいたします。

介護保険収入は、前年度決算に比べて288万円減の5億1598万円となりました。一方、介護納付金は同比3254万円の大増となる5億2972万円でしたが、2901万円を繰り越すことができました。なお、総報酬割が導入されて介護納付金は年々増加しており、今後、介護保険料率アップは避けられない状況となっています。

### 《介護保険》

健康保険組合を取り巻く状況は、健康保険組合連合会によりまずと義務的経費（法定給付費と高齢者医療制度への納付金）に占める納付金負担割合が5割近くになっています。このため、多くの健康保険組合が保健事業の見直しや保険料率引き上げを余儀なくされています。しかし、団塊の世代が75歳になり始める2022年は目前に迫っており、世代間の負担のアンバランスを見直す全世代型社会保障改革の早期実現が求められます。

2019年度の決算残金は4億5715万円の黒字で、経常収支差引でも2億8777万円の黒字となりました。経常収支黒字は2015年度以来、5年連続です。収入のほとんどを占める健康保険収入は、加入者皆様への還元を目的として一般保険料率を引き下げたため、前年度決算に比べて1億1466万円減の56億826万円となりました。

### 《健康保険》

### 【決算の概要】

| 決算内訳   |            | 決算残金処分内訳  |         |
|--------|------------|-----------|---------|
| 【健康保険】 |            | 別途積立金     | 4億円     |
| 収入合計   | 59億2,809万円 | 繰越金       | 5,684万円 |
| 支出合計   | 54億7,094万円 | 財政調整事業繰越金 | 31万円    |
| 決算残金   | 4億5,715万円  |           |         |
| 【介護保険】 |            | 準備金       | 50万円    |
| 収入合計   | 5億5,935万円  | 繰越金       | 2,901万円 |
| 支出合計   | 5億2,984万円  |           |         |
| 決算残金   | 2,951万円    |           |         |

## 2019年度 収入支出決算概要表

### 《健康保険》

#### 収入

| 科 目             | 決算額 (万円) |
|-----------------|----------|
| *健康保険収入         | 566,826  |
| *特定健康診査・保健指導補助金 | 587      |
| *利子収入・他         | 1,288    |
| 経常収入合計(*印)      | 568,700  |
| 調整保険料収入         | 7,202    |
| 繰越金・他           | 6,897    |
| 財政調整事業交付金       | 10,010   |
| 合 計             | 592,809  |

#### 支出

| 科 目          | 決算額 (万円) |
|--------------|----------|
| *事務費         | 8,247    |
| *保険給付費       | 292,419  |
| 法定給付費        | 285,178  |
| 付加給付費        | 7,240    |
| *納付金         | 224,626  |
| 前期高齢者納付金     | 99,381   |
| 後期高齢者支援金     | 125,233  |
| 退職者給付拠出金・他   | 12       |
| *保健事業費       | 14,248   |
| *保険料還付金・連合会費 | 384      |
| 経常支出合計(*印)   | 539,923  |
| 財政調整事業拠出金・他  | 7,172    |
| 合 計          | 547,094  |

### 《介護保険》

#### 収入

| 科 目         | 決算額 (万円) |
|-------------|----------|
| 介護保険収入      | 51,598   |
| 繰越金         | 3,751    |
| 国庫補助金受入・雑収入 | 586      |
| 合 計         | 55,935   |

#### 支出

| 科 目      | 決算額 (万円) |
|----------|----------|
| 介護納付金    | 52,972   |
| 介護保険料還付金 | 12       |
| 合 計      | 52,984   |

被保険者の皆様

被扶養者の皆様

35歳以上の皆様へ

# もれなく 特定健康診査 を受診しましょう

35～74歳の家族の方には、5月中旬に「特定健康診査受診券」とパンフレットをご自宅へお送りしました。パンフレットをご覧ください、いずれかの方法で受診してください。

## 「受診券」を使って 医療機関で受診

最寄りの医療機関等で「特定健康診査受診券」を提示して受診してください。

♥ 特定健康診査項目の検査費用は、当健康保険組合が全額負担します。  
※二次検査の費用は全額個人負担となります。

## 巡回レディース健診を受診

詳しくはパンフレットに掲載しています。同封の申込用紙でお申し込みください。

♥ 特定健康診査項目に加え、がん検診などのオプション検査費用も当健康保険組合が負担します。  
※一部のオプション検査は個人負担となります。

## お勤め先等で健康診断を受診した場合は

本年度受診した健康診断に特定健康診査項目がすべて含まれている場合は、検査結果票を当健康保険組合へご提出ください。ご提出いただいた方に、1,000円分のQUOカードをお送りしています。

♥ 詳しくはパンフレットをご覧ください。

他にも、特定健康診査の項目を含めて人間ドックを受診して、補助金を受給できる場合があります。詳しくは組合ホームページ「2020年度 保健事業のお知らせ」をご覧ください。

特定健康診査は35～74歳\*の加入者全員が対象ですが、とくに被扶養者の皆様の受診率が低くなっています。

ぜひ被保険者の方からもお声を掛けていただき、年に一度の受診をお願いします。

病気の早期発見・早期治療で健康寿命を延ばしましょう。

### ※ 特定健康診査の対象年齢を引き下げ

特定健康診査の法定対象年齢は40～74歳ですが、当健康保険組合では本年度より、早期の健康チェック推進を目的とする独自の取り組みとして、対象年齢を「35歳以上」に引き下げてご案内しています。

まだ約半数の被扶養者の方が、特定健康診査を受診していない状況です！

### ★ 40歳以上の被扶養者の特定健康診査受診率(%)

| 実施計画 | 第2期    |        |        |        | 第3期<br>(～2022年度) |        |        |
|------|--------|--------|--------|--------|------------------|--------|--------|
|      | 2014年度 | 2015年度 | 2016年度 | 2017年度 | 2018年度           | 2019年度 | 2020年度 |
| 目標   | 44.9   | 52.9   | 63.7   | 77.2   | 59.0*            | 64.0*  | 69.0*  |
| 実績   | 27.9   | 36.7   | 37.9   | 50.1   | 53.7             | 56.5   | —      |

※2017年度までの実績に基づき、2018年度以降の目標を見直しました。

#### その他

持病などで定期的に通院して検査を受けているので、改めて健診を受ける必要はないとお考えの方もいらっしゃる。普段受けている検査が、国の定めた特定健康診査の検査項目を満たしていない場合、健康保険組合に結果が届いていないために受診者としてみなされない場合もあります。まずは当健康保険組合にご連絡ください。

特定健康診査は、加入している健康保険に基づき受診をお願いしています。勤務先の健診項目が特定健康診査の検査項目を満たしていれば、結果票を健康保険組合へ提出していただくことで、特定健康診査の受診とみなされます。ご提出いただいた方には、1,000円分のQUOカードをお送りします。

## 1 特定健康診査は 皆様の健康を救う！

生活習慣病は自覚症状のないまま進行し、重症化します。症状が出てから治療し始めても、元の健康な状態には戻らないこともあります。

健康を維持するためには、毎年、特定健康診査を受けて病気の芽を早期に発見することが大切です。

## 2 特定健康診査を受けることが 皆様の利益を守る！

高齢化による生活習慣病の増加などにより、皆様の医療費等にあてる保険給付費が増えています。生活習慣病は、初期の段階では生活習慣の改善だけでも回復が見込めますが、進行とともに通院や投薬が増え、手術・入院と進むとさらに医療費がかかるようになってしまいます。

また、特定健康診査・特定保健指導の実施状況によって、健康保険組合が高齢者医療制度に拠出する納付金額が増減するしくみがあり、受診率・実施率が低い場合には、追加の拠出金が課せられ、組合財政をさらに圧迫します。その結果、インフルエンザ予防接種・がん検診などの各種補助制度の継続や、付加給付などによる加入者皆様への還元が困難となり、保険料を納付する皆様にとって不利益なこととなります。

35歳以上の方は、もれなく特定健康診査を受けて、生活習慣病の早期発見・早期改善に努めてください。

利用登録を  
お願いします！

マイヘルスウェブ



今なら初回登録で 300 ポイント獲得！  
貯まったポイントはギフト券や  
健康グッズに交換！

当健康保険組合では、皆様の健康づくりをサポートするために、健康ポータルサイト『MY HEALTH WEB』を開設しています。日常の健康管理に役立つ機能をご用意しています。

<主な機能> ・医療費明細を見る ・健康診断結果を見る  
・日々の活動を記録する など

<利用対象者> 九電工健康保険組合に加入している  
被保険者（従業員）・被扶養配偶者

初回登録には、以前に対象者皆様にお配りした封書『ID・パスワード通知書』が必要です。紛失された方は、当健康保険組合ホームページから再発行の申し込みをしてください。

※当健康保険組合に加入して間もない方は、まだお手元に届いていない場合があります。お受け取り後、利用登録をお願いします。



## 各種補助金申請は、 すべて『MY HEALTH WEB』から



個人による補助金申請は、前年度まで当健康保険組合のホームページから用紙をダウンロードしてご提出いただいていたましたが、今年度からは事前申込・受給申請のすべてが健康ポータルサイト『MY HEALTH WEB』内メニューでの受付となります。

※手続きはご家族分も含め、すべて被保険者（従業員）の方が行ってください。

※申請手順は受付開始前に順次ご案内します。

※今回の変更は個人申請のみです。事業所単位での申請は従来どおり所定の請求様式で申請してください。