

けんぽニュース 笑顔

2020 Autumn

特集

健診・検診の不安にズーム
痛い検査は
受けたくない!

虹技健康保険組合

令和元年度

決算のお知らせ

健康保険収支は2年連続赤字、経常収支額は▲2,311万円

7月28日開催の第150回組合会において、虹技健康保険組合の令和元年度決算が承認されました。

健康保険

収入合計
2億6,842万円

支出合計
2億6,139万円

収入支出差引額
+703万円

経常収支差引額
▲2,311万円

介護保険

収入合計
2,902万円

支出合計
2,627万円

収入支出差引額
+275万円



令和2年3月末現在

健康保険 令和元年度収入支出決算

加入者の状況	種別	男	女	合計	備考
	被保険者(人)	465	31	496	内)任意継続者:4人
	被扶養者(人)	192	334	526	扶養率:1.06%
	合計	657	365	1,022	前期高齢者:9名

収入

科目	元年度(千円)	30年度(千円)	対前年比(%)	構成比(%)
健康保険料収入	233,459	220,413	106	87.0
調整保険料収入	3,975	3,506	113	1.5
繰入金	18,000	56,000	32	6.7
国庫補助金収入	10,855	7,289	149	4.0
財政調整事業交付金	1,339	3,638	37	0.5
雑収入	795	829	96	0.3
収入合計	268,423	291,675	92	100

支出

科目	元年度(千円)	30年度(千円)	対前年比(%)	構成比(%)	
事務所費・組合会費	14,206	12,823	111	5.4	
保険給付費	100,458	113,733	88	38.4	
納付金(拠出金)	129,328	118,982	109	49.5	
内訳	前期高齢者納付金	66,230	60,162	110	—
	後期高齢者支援金	63,092	57,982	109	—
	退職者給付拠出金	6	838	1	—
保健事業費	13,140	13,979	94	5.0	
財政調整事業拠出金	3,967	3,506	113	1.5	
雑支出・その他	288	319	90	0.1	
支出合計	261,387	263,342	99	100	

決算残金処分

収支残金703万円は別途積立金へ繰入れます

収入

保険料収入は被保険者、標準報酬増などから順調な伸びとなりました。また、30年度とは逆に別途積立金からの繰入れが前年に比べ大幅に減少しましたので、少し財政面で悪化に歯止めがかかりました。また、国庫補助金額の増加も経常外収支ですが、寄与しております。一方で、財政調整事業交付金(高額医療の健保連補助)は元年度については減少しました。

支出

納付金(拠出金)は前期高齢者納付金、後期高齢者支援金とも引き続き上昇傾向にあります。元年度は加入者の保険給付が前年度に比べ減少したことが、赤字幅を少なく抑えられた要因となっております。しかし、支出の多くを占める義務的費用(保険給付+納付金)の額は年々高まってきております。

令和2年3月末現在

介護保険 令和元年度収入支出決算

加入者の状況 (第2号被保険者)	種別	男	女	合計	備考
	被保険者(人)	209	16	225	内)任意継続者:2人
	被扶養者(人)	0	102	102	
	平均標準報酬月額(円)	450,115	259,375	436,551	

決算残金処分

収支残金270万円を次年度へ繰越し、5万円を準備金へ繰入れます

収入

介護保険被保険者からの保険料収入の安定した伸びなどから、引き続き元年度も収入は順調に増加しております。

支出

介護保険納付金が平成30年度から一段と増加し、令和元年度も同様の状況で推移しております。このため、元年度から保険料をアップさせていただきましたので、現状、保険料収入のみで、納付金をまかなっております。この先の制度変更の見通しは不透明ですが、できるかぎり現行料率は維持して行きたいと思っております。

平成30年度、令和元年度とも2千万円を超える大幅赤字の継続となりました。今のところ、令和2年度予算および収支状況を踏まえても3年連続の赤字決算見通しとなることは避けられないと予想しております。

高額医療、高額薬剤などからの保険給付額の予想以上の上昇、増え続ける高齢者への納付金(拠出金)の負担など、現在の健康保険制度について、他の健康保険組合も同様の不安要素を抱えつつ運営を行っております。つきましては、加入者皆様の日頃からの健康状態の維持・向上とともに、健保組合運営へのご理解とご協力をお願いする次第です。

10月から被保険者証番号の表示が変わります

～新たに発行する保険証に2桁の枝番が追加されます～

本年10月1日から新たに発行する保険証に、加入者個人を特定する枝番が追加されます。これまでは被保険者(本人)と被扶養者(家族)は同じ番号でしたが、個人単位の番号が付与されることとなります。

すでに発行されている保険証はそのまま使用できます。枝番がわからなくても支障はありませんが、把握しておきたい方は健保までお問い合わせください。

この枝番付与は、来年から順次開始される「オンライン資格確認」に向けた取り組みの一環です。令和3年3月頃からマイナンバーカードが保険証として利用できるようになり、将来的には、災害時の特別措置として、本人の意識がない場合でも薬剤情報・特定健診情報・手術歴・移植歴等を各医療機関や薬局が確認可能になるなど、適切な医療を受けられる仕組みづくりに役立てられます。

新たに2桁の個人単位の
番号(枝番)を追加

本人(被保険者)	2020年〇月〇日交付
〇〇〇〇健保組合	
被保険者証 記号 1234 番頭 1234567	01
氏名 健保 太郎	
生年月日 平成〇年〇月〇日生	性別 男
資格取得年月日 平成〇年〇月〇日	
発行機関所在地 東京都千代田区〇〇〇	
保険者番号 88888888	印
名称 〇〇〇〇健保組合	

個人単位の2桁番号付きの
保険証様式(イメージ)

※虹技健保の保険証レイアウトとは異なります

被扶養者(40歳以上)の特定健診について

コロナ禍の影響により、例年よりもご案内の送付が遅くなりましたが、40歳以上の被扶養者を対象とした「特定健診」は、すでに受診いただけましたか。まだ受診していない方は、令和2年の有効期限内に受診をお願いいたします。

あらかじめご案内している受診機関・施設や、健保

連兵庫連合会との共同事業である巡回健診(事業者・京都工場保健会)なども、ぜひご利用ください。

なお、受診券の有効期限は、11月30日(月)です。どうぞお忘れなく。また例年同様、巡回健診による受診申し込み締め切りも同日ですが、受診は年度内(令和3年3月)まで可能です。

疾病予防への保健事業にご参加ください

新型コロナウイルス感染拡大を受けて、皆様の中には疾病予防目的のさまざまな健診受診を躊躇されている方もおられると思います。

当健康保険組合では、3密を避けるなど十分な感染拡大防止措置を講じた機関が実施する健診等への参加は、変わらず保健事業補助の対象としております。また、今年度も引き続き、参加者へのQUOカード進呈を実施しております。

日常生活での健康状態の確認が困難な状況下ですが、疾病の早期発見・治療に有効な事業としてご理解いただき、ぜひご利用ください。

QUOカード プレゼント対象の保健事業

- 1 特定健診(被扶養者のみ)
特定保健指導(被保険者・被扶養者)
- 2 巡回健診(「一般財団法人京都工場保健会」が各会場で行う健診で、特定健診の代用ともなります)
- 3 婦人科検診(乳がん・子宮頸がん・子宮体がん・骨粗しょう症)

インフルエンザ予防接種の費用補助について

新型コロナウイルスのワクチン開発が関心の的となる一方で、今年もインフルエンザの流行期を迎えます。早めにインフルエンザ予防接種を受けておきたい、という方も多いのではないのでしょうか。

現時点では、インフルエンザワクチン株の確保の動向、接種費用などの情報が例年以上になく、適正な補

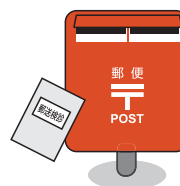
助額決定に至っておりません。ただし、例年同様の補助額を予算化していますので、同封の申請用紙にて、家族ごとにまとめて健康保険組合にご請求ください。申請書は虹技健保HPからもダウンロード可能です。

(申請期限：令和3年2月末)

郵送検診(ピロリ菌/糖尿病リスク)のご案内

例年のピロリ菌検査に加え、新たに「糖尿病リスク」郵送健診(検査媒体を郵送して検査する)を18歳以上の被保険者・被扶養者の方を対象に実施します。糖尿病に罹患する危険性(リスク)を知る検査ですので、ご関心も高いのではないかと考えられます。

☆申込書付き案内書を本誌に同封していますので、この機会にぜひ受診ください。

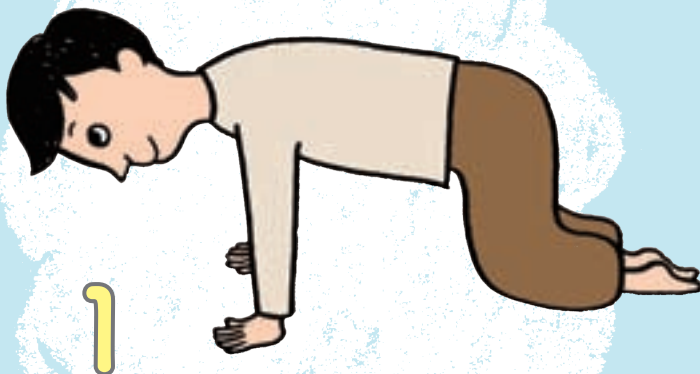


気力・体力を養う 筋力アップ! ヨガ

体幹の強化と下半身の引き締めにも!

「うつむいた犬のポーズ」

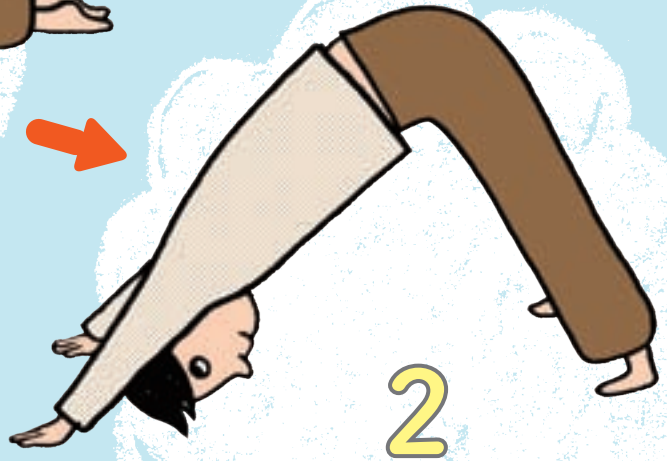
体が硬くても、運動が苦手でも
毎日続けると心身が変わります



1

ねこのポーズから始める(床に両手と両ひざをつける)。その後、ひざを閉じ、足先は肩幅に広げる。

※ねこのポーズの手と足の位置は終始、変えない。



2

1から、足裏を床にピッタリとつけて、腕を伸ばす。頭は腕の中に入れておくようにして、体で三角形を作る(かかとを床から上げてもOK)。そのまま20秒静止。その後、足を床から離し、ひざをついて、ねこのポーズに戻る。続いてお尻をかかとの上に下ろして休む。

応用編



2ができたなら、今度は、足を閉じてそろえた状態で、足裏を床につけて行う。

犬も好むすっきりポーズ!?

以前、インドのガンジス川のほとりでこのポーズを行っていたら、野良犬が集まってきました(仲間と思われた!?)。犬たちとこのポーズを楽しんだあと、恐る恐るその輪から去りましたが、貴重な体験でした。動物はどう動くか気持ちがよいかなど、自分の体のことをよく知っています。体の背面が伸び、心身をすっきりさせるポーズです。

監修 / 秀子セティ

「人生の最後の瞬間まで自力で生きる」をテーマに、夫のアニール氏とともに、インドのシンプルなヨガを教え続けている。著書に『朝イチのヨガ』(保健同人社)など。

イラスト: 花島ゆき