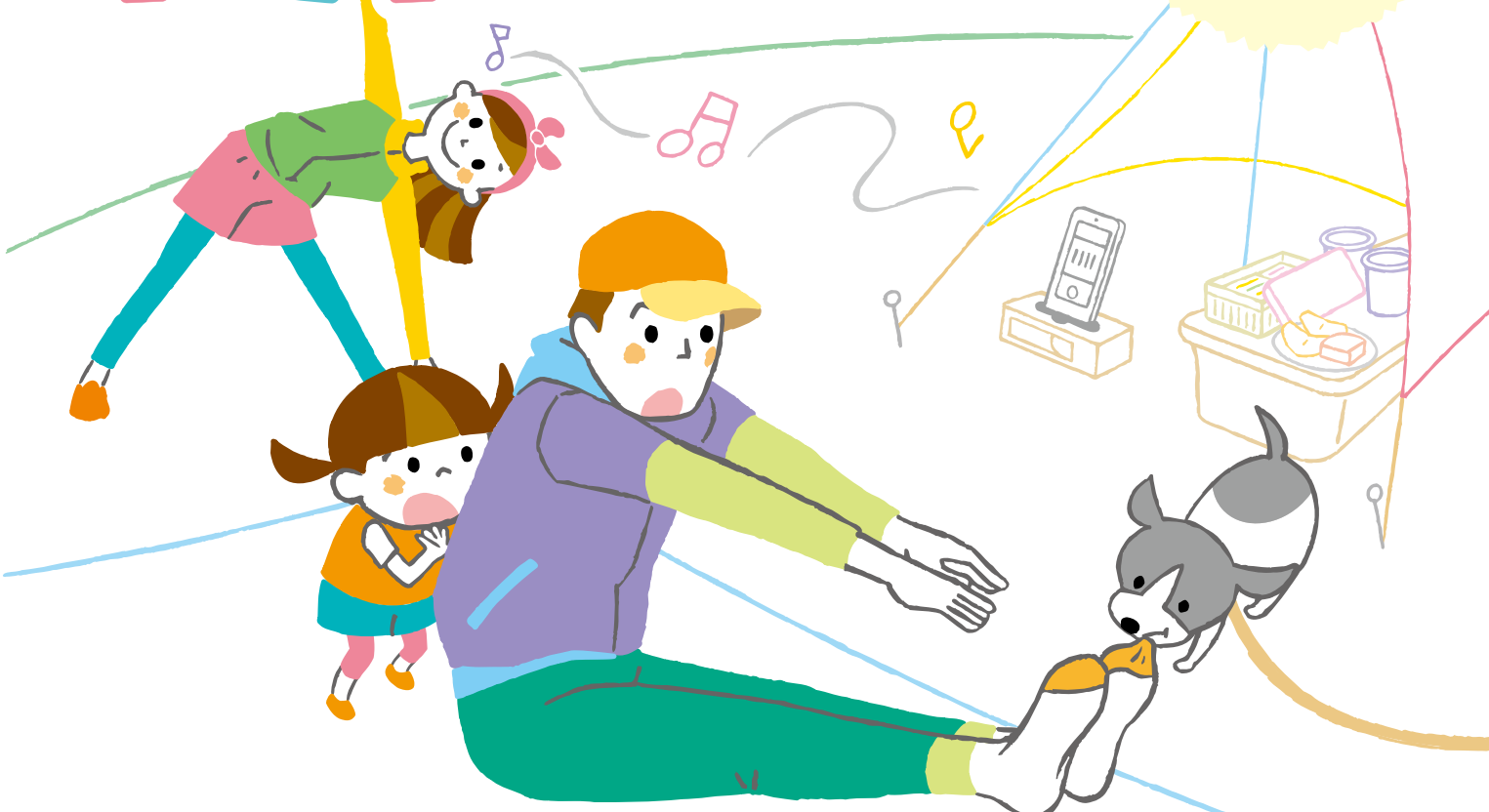


# 健保だより

2023  
春号  
No.88



2023年度予算が決まりました

P2・3

2022年度  
特定保健指導の状況をお知らせします

P4

●介護保険料率が変わりました  
●「ベネフィット・ステーション」をご利用ください

P5

●「ascure卒煙プログラム」がスタート  
●被扶養者の資格審査を実施  
●登録はお済みですか？  
「MY HEALTH WEB」  
●出産育児一時金が増額に

P6

●今年も受けよう！健康診断  
●ご家族が被扶養者でなくなったら  
健保組合にすみやかに届出を！

P7

UACJ健康保険組合の  
ホームページに今すぐアクセス！

P8

# ホームページに今すぐアクセス！

UACJ健康保険組合

検索

または <https://www.uacj-kenpo.or.jp/>



スマホで  
ご覧に  
なれます

- 「健保だより」バックナンバー
- データヘルス計画について
- 保健事業のご案内
- 健診や人間ドック、禁煙外来のご案内 など

P4~7も  
ご覧ください

パスワード入力のため  
保険証のご用意を!!

記載されている8ケタの  
「保険者番号」を入力します。



P6も  
ご覧ください

あなたの  
医療費を  
チェック!

みなさまとご家族の  
健康と笑顔を支えます

医療費通知はこちらからご確認ください



保険証を  
なくしてしまった…  
どうしたらいいの？

UACJ健康保険組合 Health Insurance Society

健保のしくみ 健保の給付 保健事業 各種手続き

新着情報 健保からのお知らせ 健康づくり 公報

お知らせ 2023年03月16日  
【MY HEALTH WEB】医療費明細データ更新のお知らせ(2023.1.1~2.28)について

お知らせ 2022年10月07日  
第43期 任意継続被保険者の標準報酬月額について

お知らせ 2022年09月01日  
任意継続被保険者の標準報酬月額について

手続き・申請から探す 給付から探す 用語から探す

保険証の紛失 引越・転勤 結婚 家族の加入  
退職 出産 産休 死亡  
交通事故 医療費が高額に

事故に遭って  
けがをしてしまったときは？

「異動届」などの  
申請書のダウンロードと  
記入例の確認はこちら

ダウンロード 申請書

直営保養所  
安曇野山荘

はり・きゅう、あんま等の  
施術を受けたとき

はり・きゅう、あんまは  
健康保険が  
使えるの？

体系的に  
知りたいときは  
こちらから

みなさまのすこやかな生活のために、ぜひご利用ください！

- ご家庭のパソコンやスマホから、情報をいつでもチェックできます。
- 手続きが必要なときは、申請用紙をダウンロードし、記入例を見ながらカンタンに書類が作成できます。
- 「健保だより」のバックナンバーを読むことができます。

## UACJ健康保険組合の財政状況

2023年度の健康保険予算は、被保険者数の減少等を考慮し、健康保険料収入を約28億円(2022年度予算比87.9%)と見込んでいます。

支出では、「高齢者医療への納付金」が、コロナ禍による受診控えの影響で一時的に減少する一方で、医療費や給付金の財源となる「保険給付費」は、高額医薬品の保険適用等により高止まりの傾向が続くと予想しています。

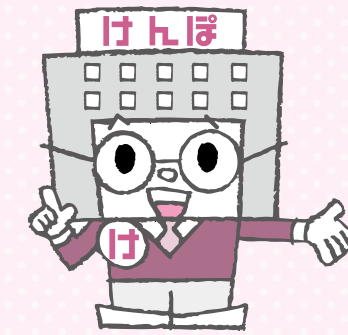
この結果、経常収支差引額は約4.9億円のマイナスを見込み、別途積立金から約6.8億円(2022年度予算比141%)を繰り入れる予算編成となりました。

介護保険予算は、第2号被保険者数および標準報酬を精査した上で、介護保険料率を17.0%から15.0%に見直しを行い予算化しました。

2023年度も、より効率的な事業運営に努めてまいりますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

去る2月3日、本社にて開催された第199回組合会において、

2023年度の予算が承認されましたので、その概要をお知らせします。



2023年度  
予算が  
決まりました

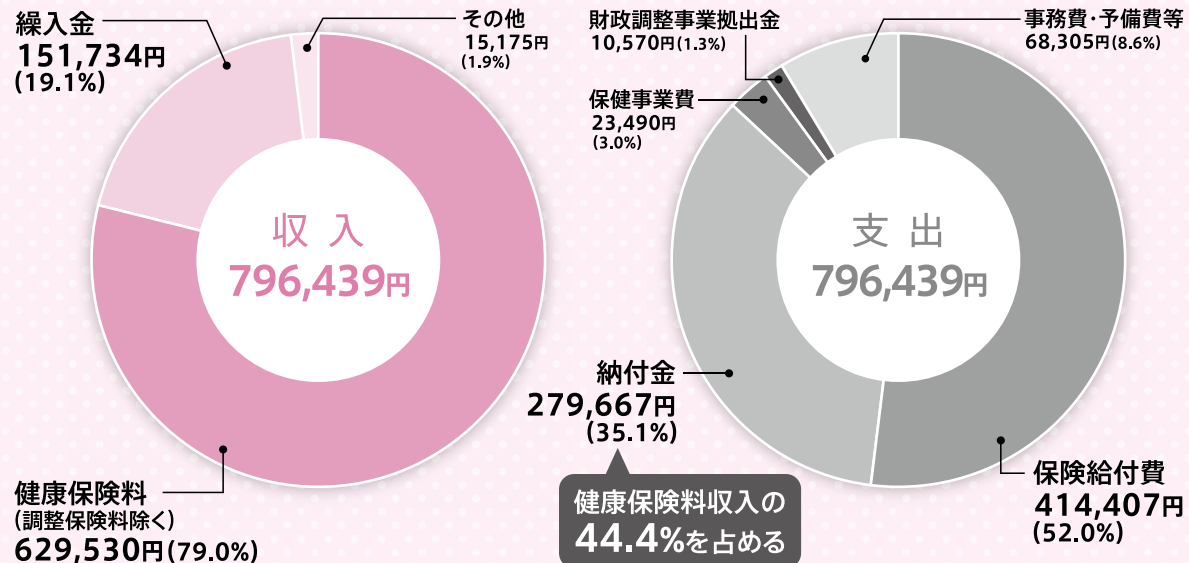
みなさまの健康が健保財政の基盤です

### 「納付金」って どんなもの?

健保組合は、健康保険料収入の5割前後を、65~74歳の医療費となる「前期高齢者納付金」、75歳以上の医療費となる「後期高齢者支援金」として、国へ拠出しています。そのうち、後期高齢者支援金は、各健保組合の総報酬額に応じて負担する「総報酬割」が導入されています。このしくみは、当該保険者の〔標準報酬総額×概算拠出率〕で計算されるため、総じて加入者の所得レベルが高い単一健保は負担が大きくなる傾向にあり、当健保組合も過重な負担をしています。

健康保険料収入を  
被保険者一人当たりで見ると

(%)は総額に  
対する比率



### 介護保険予算概要

介護保険料率は17.0/1000⇒15.0/1000に引き下げ(詳細はP5をご覧ください)

収入			支出		
科目	予算額(千円)	第2号被保険者一人当たり(円)	科目	予算額(千円)	第2号被保険者一人当たり(円)
介護保険料	285,750	114,300	介護納付金	375,000	150,000
繰入金	89,347	35,739	介護保険料還付金	100	40
雑収入等	3	1			
<b>合計</b>	<b>375,100</b>	<b>150,040</b>	<b>合計</b>	<b>375,100</b>	<b>150,040</b>

介護保険は、40歳以上65歳未満の方が被保険者となる、強制加入の公的な社会保険制度です。

### 2023年度 健康保険予算のポイント

- 健康保険料率は96.0/1000のまま据え置き
- 経常収入だけでは賄いきれず、別途積立金から繰り入れ(約6.8億円)
- 高齢者医療を支えるための納付金は、コロナ禍による受診控えで医療費が減ったことにより一時的に減少(約13億2,000万円→約12億5,000万円)

### 健康保険予算概要

収入		支出	
科目	予算額(千円)	科目	予算額(千円)
健康保険料	2,814,001	保険給付費	1,852,400
国庫負担金	700	法定給付費	1,754,000
調整保険料	47,250	付加給付費	98,400
繰入金	678,253	納付金	1,250,110
財政調整事業交付金	16,001	前期高齢者納付金	520,000
雑収入等	3,877	後期高齢者支援金	730,000
<b>合計</b>	<b>3,560,082</b>	病床転換支援金	10
		退職者給付拠出金	100
		保健事業費	105,000
		財政調整事業拠出金	47,250
		事務費	97,540
		還付金	310
		営繕費	4,900
		連合会費	2,200
		雑支出	372
		予備費	200,000
		<b>合計</b>	<b>3,560,082</b>

### 健康保険予算編成の 基礎となった数値

- 被保険者数……………4,470人
- 被扶養者数……………5,468人
- 健康保険料率……………96.0/1000  
(うち特定保険料率……………42.033/1000)
- 平均年齢……………42.93歳
- 扶養率……………1.06人

※被保険者一人当たりの予算はP3グラフをご覧ください。

■ 2022年度 特定保健指導の実施状況

2023年3月31日現在 (単位:人)

事業所	各所・工場	(注) 40歳以上従業員数	(注) 特定保健指導対象者数	2023年度目標人員	2022年度実施者	
				動機付け支援積極的支援	動機付け支援	積極的支援
株式会社UACJ	本 社(関西支社含む)	241	35	18	3	6
	名古屋製造所(押出加工名古屋含む)	1,063	274	100 (25人×3ヵ月)	14	37
	福井製造所	423	75	38	3	4
	深谷製造所	355	95	48	17	23
株式会社UACJ製箔	本 社	36	11	3	2	1
	滋賀製造所	70	17	5	—	5
	野木製造所	53	16	3	2	1
	伊勢崎製造所	176	42	5	1	3
株式会社UACJ押出加工	本 社	26	6	2	—	2
	押出加工小山・鑄鍛	273	75	8	8	—
	押出加工滋賀	52	19	4	2	2
株式会社ナルコ郡山		37	14	3	—	3
株式会社日金	本 社	11	1	1	1	—
	埼玉工場	43	7	1	—	1
株式会社UACJアルミセンター	宇都宮カラーアルミ工場	43	7	3	2	1
合計人数		2,902	694	242	55	89

(注) 2022年4月1日～2023年3月31日現在

対象となられた方は、この機会を積極的にご活用ください。

介護保険料率が変わりました

2023年2月3日に開催された第199回組合会において、介護保険料率は、被保険者と事業主の負担が過重にならないよう「年度ごとに必要な分だけを徴収する」とし、次の式を用いて算出しています。

介護保険料率の算出式 小数点以下を切り上げて小数点以下第一位までとする

$$\text{介護保険料率} = \left\{ \frac{\text{次年度の介護納付金一 (当年度の介護準備金 - 次年度の法定積立額)}}{\text{第2号被保険者*の総報酬額 (予算見込値)}} \right\}$$

2023年度の介護保険料率 第2号被保険者・事業主それぞれ1.0/1000ずつ計2.0/1000引き下げ

2023年3月分保険料(4月給与控除)から	2022年度	2023年度
第2号被保険者*	8.5/1000	7.5/1000
事業主	8.5/1000	7.5/1000
合計	17.0/1000	15.0/1000

\* 第2号被保険者: 40歳以上65歳未満の被保険者



NEW

旅行・スポーツレジャーに「ベネフィット・ステーション」をご利用ください

直営保養所「湯の山荘」の閉鎖にともない、代替の福利厚生事業を検討してまいりました結果、業界シェアトップクラスの福利厚生アウトソーシングパッケージサービス「ベネフィット・ステーション」の導入が決まりました。宿泊をはじめ、スポーツ等において満足度の高いサービスを受けられます。心身のリフレッシュにぜひご利用ください。

2022年度 特定保健指導 の状況をお知らせします

2022年度から、株式会社UACJ「本社」と「深谷製造所」の2事業所において、事業主が中心となって、スマホ等を使った特定保健指導を外部委託業者に依頼し実施してきました。この新しい取り組みは、健康スコアリングレポートや健康経営®を推進するにあたって「ご自身の健康はご自身で管理することも仕事の一環」という認識をもっていただき、対象者の方全員に保健指導を受ける機会をご提供する施策です。

今号では、2021年度特定保健指導に参加された102人の方からいただいたアンケートの回答と、2022年度新規事業の1年間の取り組みを含む特定保健指導全体の結果をお伝えします。なお、2023年度は、「福井製造所」においても事業主が中心となって同様に実施する予定となりました。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



参加いただいた方の声

■ 受けた方のほとんどが、「受けてよかった!」と回答

特定保健指導を受ける前

- 面倒だ
  - 効果があるかわからない
- といった声が多数

「参加してよかった!」

特定保健指導を受けた後

- 体調がよくなった
- 少しやせた
- 運動するようになった など

■ どのような取り組みをされましたか?

Mさん(60歳)

特定保健指導の結果:体重7kg減

指導を受けてシューズを購入しウォーキングを開始しました。間食の習慣があったのですが、家族に協力してもらっておやつを購入を控えるようにしてもらい、継続できました。

Yさん(53歳)

特定保健指導の結果:体重7kg減

1日1万歩を意識し、スクワットも追加して取り組みました。さらに、お昼は食堂利用から弁当に替え、野菜中心に食事を行ったところ体重が減っていききました。

Aさん(43歳)

特定保健指導の結果:体重6.4kg減

初回面談のタイミングで筋トレを始めました。それまで夕食時にはご飯2杯(300g)を食べていましたが、1杯に減らしました。また、おかずは肉中心でしたが不足している野菜を取り入れるようにしました。

Tさん(46歳)

特定保健指導の結果:体重11.5kg減

初回面談前から、スポーツクラブに週1回は行ってエアロビやエアロバイクに取り組んでいましたが、指導以降は週4回に増やしました。また、野菜中心の食事にし、ご飯の量は110gにしました。



Iさん(62歳)

特定保健指導の結果:体重6kg減

2年前位からγ-GTPとLDLが高めでしたが、病院を受診するほどではないと思っていました。指導を受け、昼食は食堂でご飯量を少なく盛ってもらい、メニューに揚げ物が入っているときは外してもらうようにしました。夕食で外食するときにはいつもお酒を飲んでいましたが、家族の目もあり休肝日を週2日設けるようになりました。ウォーキングも開始しました。

Oさん(44歳)

特定保健指導の結果:体重3.6kg減

再度、指導対象となったリピーターです。運動習慣はもともとあり、野球のコーチを務めているくらいでしたが、腰痛がつかう、やせたい気持ちはいつもありました。指導を受けて夕食時のご飯を150gにしましたが、全体の食量が多いと感じるようになり、2割程度減らしたところ、やせることができました。

アンケートのご回答を見てもわかるとおり、参加者のみなさま一人ひとりが、ご自分の生活に取り入れやすい形で健康習慣を身につけていらっしゃいました。

特定保健指導は自分なりの健康習慣が身につきます

「何度も減量にチャレンジするも、いつも三日坊主に…」という人でも、保健指導のプロフェッショナルによるサポートを受けながら取り組むと、自分なりの健康習慣が確立・定着しやすくなります。今はまだ病気の自覚症状がなくても、年齢とともに病気のリスクが上がることを理解し、早めに健康習慣を身につけておくことをおすすめします。

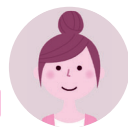
早期発見・  
早期治療のために

# 今年も受けよう！健康診断



無料

## 巡回主婦健診 女性の方



例年どおり株式会社あまの創健に委託し、実施しています。最寄りの会場で、お早めにお申し込みください。

対象者

- 被保険者(女性)
- 被扶養配偶者(女性)
- 任意継続被保険者(女性)
- 40歳以上の被扶養者(母・姉・妹などの女性)
- 40歳以上の任意継続被扶養者(母・姉・妹などの女性)

25,000円を上限に補助

## 人間ドック



最寄りの医療機関やかかりつけの病院で「人間ドック」を受診した方へ、25,000円を上限に費用の7割(消費税別)を補助します。ぜひご利用ください。

対象者

- 被保険者
- 任意継続被保険者
- 被扶養者
- 任意継続被扶養者

人間ドックを受診された際は、必ず「検査データ」と「特定健康診査質問票」を当健保組合にご提出ください。

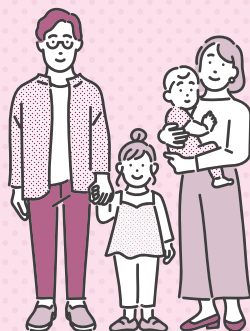
ご家族が被扶養者でなくなったら

## 健保組合にすみやかに届出を！

みなさまから毎月納めていただいている健康保険料の一部は、みなさまとご家族(被扶養者)の医療費(保険給付費)などにあてるほか、高齢者医療制度を支えるための納付金として、国へ拠出しています。納付金の額を決める計算式には、被保険者だけでなく被扶養者の人数も組み込まれています。

本来、被扶養者資格のない方が加入したままになっていると、その分だけ健保組合が負担する保険給付費や、国への納付金が増加することになってしまいます。

P2・3もご覧ください



=



加入者数

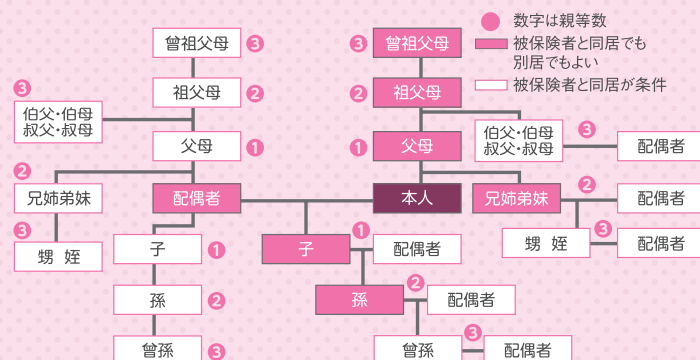
+



家族(被扶養者)

が大きく影響！

認められる範囲



認められるための要件

被保険者の収入によって生活していて、被扶養者となる方の年間収入が

- 130万円(60歳以上および障害年金受給者は180万円)未満
- 被保険者の収入の2分の1未満(同一世帯の場合)
- 被保険者からの仕送り額より少ない(別世帯の場合)

日本国内に住所を有していること。  
(海外への留学生や、被保険者の海外赴任に同行する家族で、日本に生活の基盤があり、今後再び日本で生活することが考えられる場合等は除く)

被扶養者に次のような変化があった場合は、

すみやかに**保険証を返却し「健康保険被扶養者異動届(減)」の提出を！**

- 就職、パートやアルバイト等で、勤務先の健康保険の被保険者になった
  - 結婚し、配偶者によって生計を維持されるようになった
  - 年収が130万円(月額108,334円)以上、または被保険者の年収の1/2以上になった
  - 被扶養者への仕送りをやめた/仕送り額が被扶養者の収入を下回った
  - 雇用保険の失業給付の受給(1日3,612円以上\*)を開始した
  - 75歳になり、後期高齢者医療制度の被保険者になった
  - 離婚した
  - 死亡した
- \*60歳以上および障害年金受給者は180万円以上、または被保険者の年収の1/2以上になった

「健康保険被扶養者異動届(減)」は当健保組合ホームページからダウンロードできます。P8をご覧ください。

## 2023年度 けんぽの保健事業

禁煙したい方へ ▶▶▶ 喫煙対策補助事業が増えました

2023年4月1日から

## 「ascure卒煙プログラム」がスタート



当健保組合では、喫煙対策補助事業として「禁煙外来受診補助」を実施してきましたが、2023年2月3日開催の第199回組合会において、2023年4月1日から「ascure卒煙プログラム」を補助事業として新たに導入することを決定しました。

なお、2023年度は人数限定で試行的に運用していきますが、詳細は別途ご案内します。禁煙したいけれど、一人ではなかなか続かない方、ご検討ください。

### 「ascure卒煙プログラム」の概要

- 禁煙の意志がある被保険者・被扶養者は6ヵ月間の禁煙サポートを受けられます。
- 保健師等の資格を持つ指導員が二人三脚で禁煙成功へと導きます。

喫煙対策補助事業 ご利用の注意点

- 「禁煙外来受診補助」「ascure卒煙プログラム」のいずれか一つのみ利用可能です。
- 利用期間の途中で禁煙の意志がなくなった場合や最終の卒煙唾液テストで不合格の場合は、補助の対象外となり、費用は全額自己負担になります。

## 被扶養者の資格審査(検認)を実施しています

P7もご覧ください

当健保組合では、被扶養者(60歳以上)の資格審査を年1回、7月上旬~8月末の期間に実施しています。この審査は、健康保険法施行規則第50条および厚生労働省の指導に基づいて行うもので、当健保組合加入の被保険者のみなさまが公平かつ適正な扶養認定を受けられる制度を維持するため、実施が義務づけられています。今後は、より健全な健康保険組合運営のために、18~59歳の被扶養者も審査対象とすることを含め、資格審査の内容や方法について検討していきます。



登録はお済みですか？



## 「MY HEALTH WEB」

2021年度に、「医療費情報」や「健康に関する情報」をパソコンやスマートフォンから閲覧できる、個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」を導入しました。医療費控除やご自身の健康増進に関する情報も得られますので、ぜひご登録をお願いします。

2023年4月から

## 出産育児一時金が8万円増額で50万円に

出産費用の補助として当健保組合から支給される「(家族)出産育児一時金」の支給額が、4月から50万円に引き上げられました。



### (家族) 出産育児一時金

- 対象者** 妊娠4ヵ月(85日)以上<sup>※1</sup>で出産した被保険者または被扶養者  
妊娠4ヵ月以上であれば、死産、流産などの異常分娩や母体保護法に基づく人工妊娠中絶に対しても支給されます。
- 支給額** 一児につき下記の額を支給(双児の場合は2人分)

2023年3月31日の出産まで ▶▶ **42万円(40.8万円)**

8万円アップ!

2023年4月1日の出産から ▶▶ **50万円(48.8万円)**

( )内は妊娠22週未満の出産の場合や、出産した医療機関等が「産科医療補償制度」に加入していない場合の額。

出産育児一時金は、これまで段階的に引き上げられてきましたが、出産費用が年々増え、出産育児一時金の支給額を上回るケースが多い状況を考慮し、今回は過去最高の上げ幅となりました。

### 産科医療補償制度とは

通常の妊娠・出産に関わらず、生まれた子どもが脳性まひを発症した場合に、一定の要件を満たせば補償金が支払われる制度で、ほとんどの医療機関が加入しています。制度を利用するには、出産費用とは別に掛け金12,000円を支払いますが、出産育児一時金にはこの掛け金が含まれています。