

けんぽニュース KenpoNews

ご家庭へお持ち帰りになって、みなさんでお読みください。

2013.4 No. **104**

平成25年度 予算

大幅な減収、納付金の増加で赤字予算に

平成24年度は、約9割の健保組合が赤字予算となり、5,782億円の赤字計上という状況でした。保険料収入に占める高齢者医療制度への支援金・納付金の割合は、過去最高の46.2%に達し、健保財政は悪化の一途をたどっています。

当健保組合においても、前年度は保険料率の引き上げや納付金の精算の戻り分などで一時的に黒字に好転したものの、今年度は再び赤字予算となっていました。

事業内容を見直し、今まで以上に健全財政に努め、みなさんの健康増進を支えてまいりますので、ご理解・ご協力をお願い申し上げます。

■基礎数値

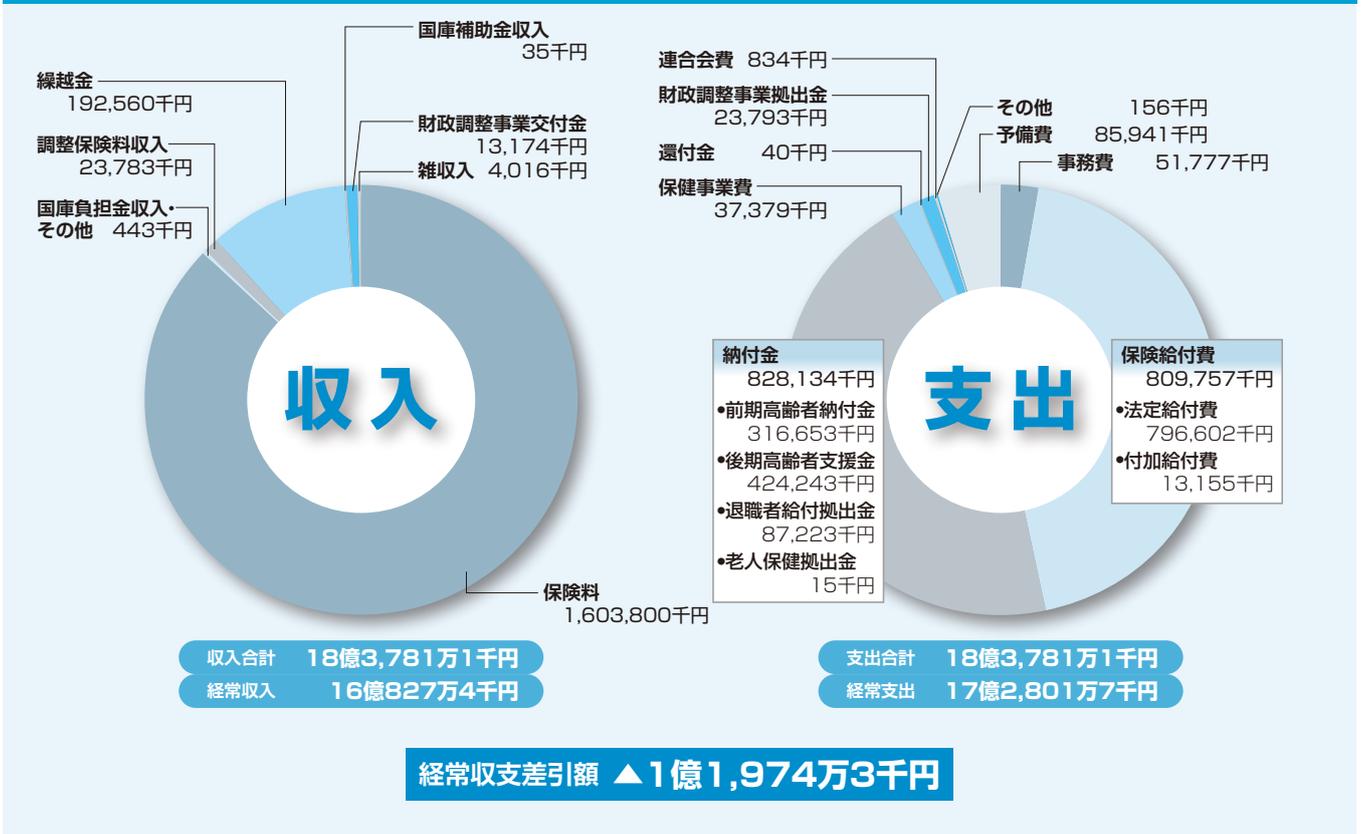
被保険者数：2,900人

平均標準報酬月額：422,500円

総標準賞与額(年間合計)：3,647,213千円

被扶養者数：3,347人

一般勘定



収入 被保険者数の減により減収

被保険者数の減少等で、保険料収入は16億380万円と前年度に比べ大幅な減収となりました。

しかし、前年度の繰越金からの繰り入れもあり、収入総額は18億3781万1千円となっています。

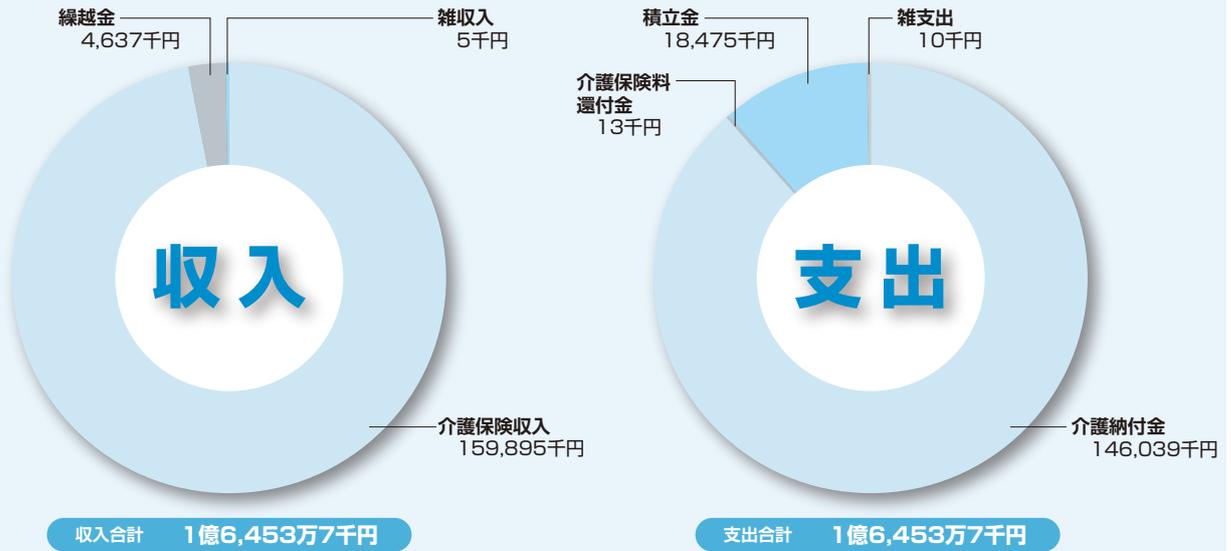
支出 保険給付費と納付金で保険料の約9割に

おもにみなさんの医療費に支払われる保険給付費は8億975万7千円となっています。前年度に比べ減少しているのは、被保険者数の減少によるものです。

また、前年度の納付金負担の減は精算の戻りで一時的に解消されたものであって、今年度は負担が増加するため8億2813万4千円となりました。

保険給付費と納付金の保険料収入に占める割合は102%にも及んでいます。

介護勘定



平成25年度に実施する保健事業の内容

病気にかからないための予防対策

- 各種検査費用の負担および補助
 - 胃健診 (定期健診時)
 - 血液検査 (定期健診時)
 - 大腸がん検診 (定期健診時)
 - HBs抗原検査 (定期健診時)
 - HCV抗体検査 (定期健診時)
 - 特定健診 (家族健康診断) (随時)
 - 子宮がん・乳がん検診 (随時)
- 人間ドック費用補助
 - 病院直接支払い補助 (随時)
 - 個人受診ドック補助 (随時)
- メンタルヘルス (随時)

保健衛生の広報

- 被保険者向け「けんぽニュース」発行 (夏号以降はwebにて掲載)
- 新入社員向け「社会保険の知識」配布 (4月)
- 育児書「赤ちゃん和妈妈」を出産した被保険者本人・配偶者へ配布 (随時)
- 被扶養者向け「すこやかファミリー」配布 (年6回)
- 医療費のお知らせ (年2回)
- 健診 (特定健診・人間ドック・がん検診) 案内書の配布 (案内書4・10月)

健康増進・リフレッシュのために

- フィットネスクラブ「コナミスポーツクラブ」と契約
- 無料歯科健診 (年2回)

公告

規約を変更しました

(注) 下線部分が変更となります。

新	旧
(議員の定数) 第5条 この組合の組合会の議員の定数は、 <u>14人</u> とする。 附則 (施行期日) この規約は、認可の日から施行し、次の総選挙の日(平成26年8月20日)から適用する。	(議員の定数) 第5条 この組合の組合会の議員の定数は、 <u>16人</u> とする。

「けんぽニュース」はweb化に

今号をもちまして紙での発行を廃止し、夏号以降はweb化します。
 今後は、健保組合ホームページにて必要な情報をタイムリーに発信してまいりますので、ご高覧いただきますようお願いいたします。

健保組合HP : <http://www.nipponhamkenpo.or.jp/>

被扶養者

ご家族が就職や結婚されたときは、届出を!



あなたの被扶養者となっているご家族が、次のようなケースに当てはまるときは被扶養者ではなくなります。「被扶養者異動届」に保険証を添え、事業所を通じて、5日以内に健保組合へ提出してください。

こんなとき、被扶養者ではなくなります

就職や結婚などで他の制度に加入したとき

- 被扶養者が就職して、勤め先の健保組合等の被保険者になったとき
- 被扶養者が結婚して、配偶者の被扶養者になったとき



パートやアルバイトなどの年収が基準額を超えたとき



- 被扶養者の年収が **130万円** ※以上、または被保険者の収入の **1/2** 以上のとき
- ※ 60歳以上または障害がある場合は、年収が **180万円** 以上のとき（老齢年金、障害年金、遺族年金を含む）。

別居したとき

- 同居しなければ被扶養者になれない親族※が、別居したとき
- 別居後、被扶養者の収入額を上回る仕送りがないうとき



※ 被保険者の配偶者（内縁を含む）、子、孫、弟妹、父母などの直系尊属以外の3親等内の親族は、同居しなければ被扶養者として認定できません。

仕送り額が変わったとき

- 別居している被扶養者への仕送りをやめたとき
- 仕送り額が被扶養者の収入より少なくなったとき
- 他の兄弟等からも仕送りがあり、被保険者からの仕送り額が、被扶養者の生計費の50%を超えていないとき



75歳になったとき

- 被扶養者が75歳※になり、後期高齢者医療制度の被保険者になったとき
- ※ 65～74歳の方が一定の障害があると認定され、後期高齢者医療制度の被保険者になったときも同様。



亡くなったとき

- 被扶養者が亡くなったとき

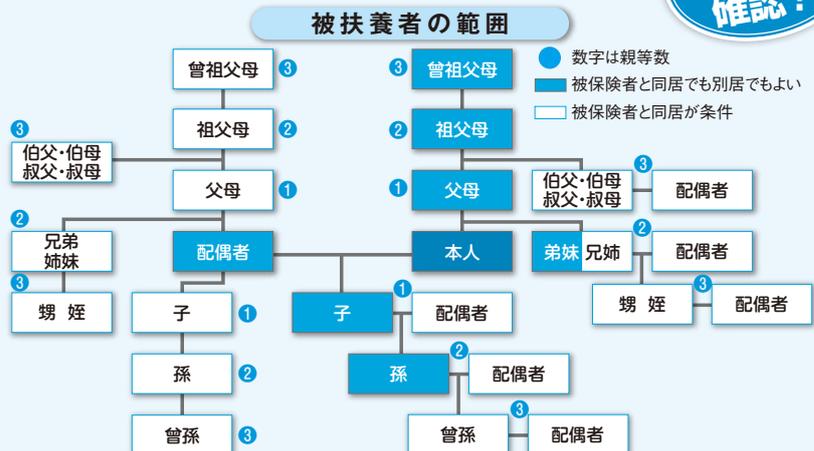


負担を増やさないためにもご協力を

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。被扶養者資格のない人を認定したままにしていると、その分だけ健保組合が国に支払う納付金は増加することになります。被扶養者に認定されていた家族が、認定基準を満たさなくなった場合は、すみやかに健保組合まで届け出てください。

被扶養者として認められる範囲

もう一度確認!





子どものメンタルヘルス



監修 ● 神戸親和女子大学発達教育学部 准教授 三井知代 (臨床心理士)

子どものうつが増えています。しかし、子どものうつは本人も周りにも気づきにくく、見過ごされがちです。子どものうつについて理解を深め、日ごろからメンタルケアを心がけることが大切です。

子どものうつのサイン

★いつもと違う行動や身体症状があれば要注意

うつはがんばりすぎて心身のエネルギーが低下した状態です。うつは心のつらさは大人も子どもも同じですが、子どもはそれを言葉で表現するのがむずかしく、うつのサインが「朝起きられない」「食事をとらない」「イライラして怒りっぽくなる」といった子どものわがままや反抗期ともとれる行動や、「頭痛」「腹痛」などの身体症状として現れます。不登校や摂食障害などの裏にうつが隠れていることもあり、子どものうつは見すごされがちです。

そのため、日ごろから子どものようすを見守り、いつもと違うようすが見られたら注意が必要です。



子どものうつの基本症状

以下の症状のいくつかが2週間以上つづいているようなら、うつが疑われます。

- 眠れない、夜中に目が覚める、寝すぎる。
- 食欲がない、体重が減る、過食になる。
- 朝の調子が悪く、夕方からラクになる。
- 体が重く、疲れやすい。
- イライラ感がつづいている。
- 好きなことが楽しめない、口数が減る。
- 気力が出ず、なにをするもおっくう。
- 落ち着きがなくなるとわらわらする。
- 集中できず、頭が働かない。

子どもの心との向き合い方

★子どもの話をじっくりと聞きましょう

子どもにいつもと違うようすが見られたり、うつが疑われるときは、子どもの話をじっくり聞きましょう。子どもの心のつらさを受け止めることが、親が子どもにできるなによりのサポートです。

話を聞くときのポイント

- 「心配している」「相談にのりたい」「一緒に考えたい」というメッセージを含めた声かけをする。話してくれなくても無理強いをせず、「いつでも聞くからね」と伝えて、話してくれるのを待つ。
- 子どもが話しやすい態度で聞く。
- あいづちを打って聞き役に徹し、否定したり、意見をはさんだり、叱ったりしない。
- 子どもの気持ちに共感し、つらさを受け止める。
- 話してくれてありがとうという姿勢で聞く。



子どものうつや子育てのことを相談できる機関

うつが疑われるときは家族だけで抱え込まず、身近な相談機関に支援を求めましょう。

- 保健センター ● 精神保健福祉センター ● 児童相談所 ● 教育相談機関 ● かかりつけ医 など

メンタルヘルスカウンセリング

日本ハム専用ダイヤル **0120-921264** 通話料無料

携帯電話・スマートフォンからも相談可
信頼できる臨床心理士が対応。プライバシー厳守
◎保険証番号を確認してから相談してください。

