

広報誌「掲示板」は毎月発行しています。過去の記事はホームページの掲示板サイトをご覧ください。

みんなが健康で明るい職場と家庭が願い



川西市 街並み

# 掲示板

兵庫県建築健康保険組合

2024年2月15日 No. 241

TEL : 078-997-2311 FAX : 078-997-2328

E-Mail : hyougokenkentu@mub.biglobe.ne.jp

URL : <http://www.hyogo-kenchiku-kenpo.or.jp/>

止まらない少子化、高齢者の増加

## 2025年以降を見据えた議論を

新年早々、発生した能登半島地震により甚大な被害が生じ、2日には痛ましい航空機事故も起きました。亡くなられた方がたにはお悔やみを申し上げますとともに、被災された全ての方がたにお見舞い申しあげます。一日も早く日常生活に戻られることを願ってやみません。

今年は思いもかけない出来事から始まりましたが、一方でわが国の少子化はとどまるどころを知りません。昨年末、総務省が公表した辰年生まれの人口は、約1005万人（男性488万人、女性517万人）、十二支の中では9番目の低さです。2005年生まれの新成人人口は約106万人（18歳）で前年より6万人減少と過去最低を更新し、少子化が進んでいるのが見て取れます。

政府は、少子高齢化対策に向けて昨年、全世代型社会保障制度の構築に向けた健保法の改正やマイナンバー法等の改正を行ったほか、「異次元の少子化対策」の一環として、いわゆる「年収の壁問題」への対応も講じました。この4月からは、現役世代の負担を軽減するため、出産育児一時金に係る費用の一部を75歳以上の後期高齢者の保険料から支援する仕組み（保険料の上限を24年度と25年度に段階的に引き上げ）が始まります。また、効率的・効果的な医療の提供等を推進するため、マイナンバーカードと健康保険証の一体化を本年12月2日に行うことが決定されました。

さらに本年は、少子化対策の財源を確保するための「支援金制度」の具体化に向けた検討が見込まれますが、徹底した歳出改革も行うなど現役世代の理解を得ることが求められます。

ご存じのように2025年には団塊の世代が全て後期高齢者となり、これ以降、生産年齢人口の減少が加速化する一方、高齢者は増え続けます。今こそ、「2025年以降」を見据え、医療保険制度の持続性を確保していくための議論を始めることが必要です。



「すこやか健保 2024年2月号」（健康保険組合連合会 2024年2月1日発行）

無断転載を禁ずる

## ● 理事会、財政対策委員会、健康管理事業推進委員会を開催しました ～保険料率の引き上げ、補助金の増額などの議案提出を承認～

令和6年2月7日、兵庫建設会館において、理事・監事・顧問会および財政対策委員会、健康管理事業推進委員会を開催しました。会議では令和6年度予算編成に向けて審議いただき、令和6年度事業計画（案）、令和6年度予算（案）などの議題について第130回組合会に提出することを承認いただきました。

事業運営における主な課題と変更点は、①一般保険料率を4‰（0.4%）引き上げて調整保険料率と合わせて105‰とし、財政の安定化をはかること、②保健事業の一部を見直すことです。

事務局から、①の課題では、保険料率引き上げによる10年後の財政収支将来推計を提示し、令和10年度以降に経常収支は赤字となる可能性があるが、準備金の積み立てがあり令和14年度まで経営に支障がないことを説明しました。

②については、がん検診の充実を課題としていることから、現行のがん検診補助金の請求と支払いについて、事業主による費用負担であっても一括して請求することを可能とすること。新型コロナウイルスワクチン接種について、インフルエンザ予防接種補助と同様の補助金制度として加え、予防接種費用が徐々に上昇していることから、補助額を引き上げることを説明しました。

### 第212回財政対策委員会および 第23回健康管理事業推進委員会の結果について（報告）

両委員会を並行して同時に開催しましたので、次のとおり報告します。

I 日 時 令和6年2月7日（水）12時20分～14時00分

II 場 所 兵庫建設会館 205号会議室

III 出席状況	財政対策委員	出席者 9名	欠席者 0名
	健康管理事業推進委員	出席者 6名	欠席者 3名
	事務局	出席者 1名	

#### IV 議 題

##### 【財政対策委員会】

##### 1 事業運営報告について

- (1) 令和5年度収入支出決算見込について  
130回組合会 報告第1号

##### 2 検討課題について

- (1) 令和6年度事業計画について  
130回組合会 第1号議案 令和6年度事業計画書（案）
- (2) 令和6年度保健事業の実施について  
130回組合会 第5号議案 令和6年度保健事業の実施について（案）
- (3) 令和6年度収入支出予算について
- ① 130回組合会 第6号議案 一般保険料率及び調整保険料率の変更（案）
  - ② 130回組合会 第7号議案 令和6年度収入支出予算（案）について
  - ③ 130回組合会 第8号議案 令和6年度収入支出予算にかかる重要財産（介護勘定）の処分（案）について

## 【健康管理事業推進委員会】

### 1 事業運営報告について

#### (1) 令和5年度収支決算見込について

### 2 検討課題について

#### (1) 令和6年度事業計画について

130回組合会 第1号議案 令和6年度事業計画書（案）

#### (2) 保健事業の見直しについて

130回組合会 第2号議案 保健事業における補助金等の変更（案）について

#### (3) 第3期データヘルス計画について

130回組合会 第3号議案 第3期データヘルス計画（案）

#### (4) 第4期特定健康診査・特定保健指導実施計画について

130回組合会 第4号議案 第4期特定健康診査・特定保健指導実施計画（案）

#### (5) 令和6年度保健事業の実施について

130回組合会 第5号議案 令和6年度保健事業の実施について（案）

## V 会議内容

### 1 理事長代行（谷副理事長）挨拶（要旨）

日頃からの事業運営への協力に対して感謝する。

能登半島地震によりお亡くなりになられた方々のご冥福をお祈りし、ご家族ご関係の皆様にお悔やみを申し上げる。また、被災された多くの方々の苦難に心からのお見舞いを申し上げるとともに、一日も早い復旧・復興をお祈りしている。

昨年成立した全世代型の社会保障制度改革では、一定以上の所得のある高齢者について受診時に2割負担を求めることや、後期高齢者の保険料計算の見直しなどが盛り込まれたが、現役世代の負担軽減、ひいては健康保険組合の財政負担の軽減を図るには十分な内容とはいえない。

増え続ける高齢者人口とそれに伴う医療費の急増は避けられず、来年には、いわゆる「団塊の世代」が全て後期高齢者となり、後期高齢者拠出金が大幅に増加することが見込まれている。

この難局を乗り越えるため、令和6年度において保険料率の見直しをおこない、財政基盤の安定化を目指す所存である。事業運営に一層の協力をお願いしたい。

### 2 事務局は、議題について説明した結果、いずれも承認された。

### 3 意見等

- 保健指導への参加案内で事業所に電話がかかってくることもある。勤務中のことであり、また、周りに他の従業員がいることから、プライバシーに関わる受け答えも難しい場合がある。都合の良い時間帯や場所を確認し、再度かけ直すなど、手法の見直しをしてほしい。

⇒事務局としては、委託事業者に対して配慮を求めるよう指導することを回答した。

## 組合会役員の新補充選挙について公告しました。

令和6年2月7日、理事会において、欠員となっている組合会議員・理事・理事長の新補充選挙を実施することを提案し、了承されましたので同日、新補充選挙の公告を行いました。

- 選挙すべき互選議員の選挙区と数 第3区、1名  
立候補の締切 令和6年2月14日、投票日 令和6年2月22日
- 選挙すべき理事の数 3名  
選挙すべき理事長の数 1名  
立候補の締切 令和6年2月19日、投票日 令和6年2月19日

## ● 健康保険証が廃止されます

～令和6年12月2日をもって廃止と決定されました～

政府はマイナンバー法の一部改正法施行期日を令和6年12月2日とする政令を決定し、交付しました。

これにより、健康保険証は本年12月2日に廃止され、新たな健康保険証は発行しないこととなります。

健康保険証廃止後は、

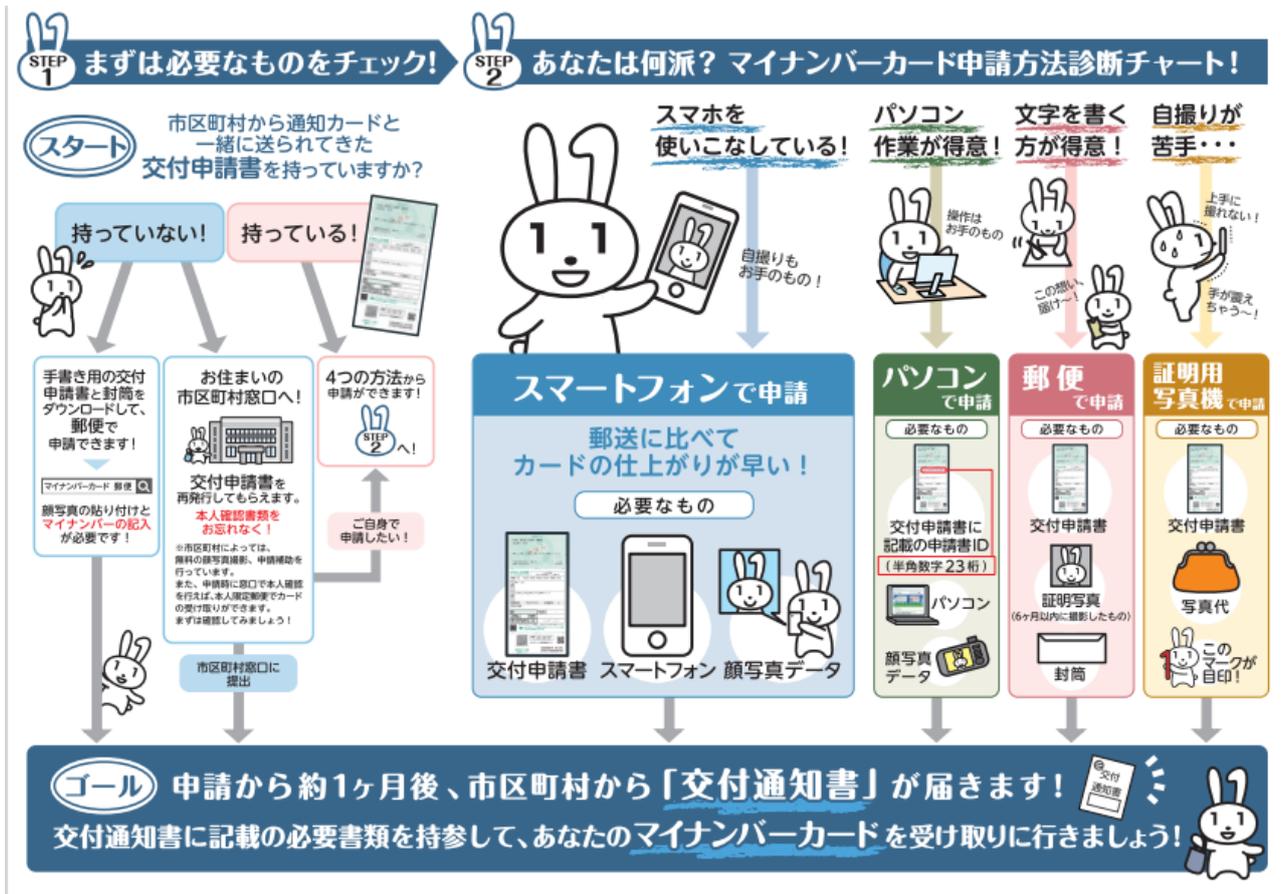
- ① 現行の健康保険証は1年間（令和7年12月1日まで）有効との経過措置を設ける
- ② マイナンバーカードを持っていない者やマイナンバーカードの保険証利用登録をしていない者には資格確認書を発行し、医療機関を受診できるようにする。

こととなります。

当健康保険組合では、次のようなメリットがあることから、できるだけ早い時期にマイナンバーカードの保険証利用登録をおこなっていただくようお願いします。

- ① 病院で顔認証により受付が完了するのでスムーズ
- ② 過去の薬や健康診断のデータを医師が把握でき、口頭での説明が不要
- ③ 自分自身も健康診断や薬の情報が確認できる
- ④ 健保組合に限度額認定証の発行を依頼しなくても高額な自己負担額になった際に一定額以上の負担が発生しない
- ⑤ 医療費控除の確定申告で医療費通知の情報が連携される
- ⑥ 転職等があってもずっと変わらず保険証として利用できる
- ⑦ マイナンバーカードの保険証利用で医療費が受診1回につき20円節約できる
- ⑧ 70歳以上の方は高齢受給者証を窓口で提示する必要がなくなります

### 【マイナンバーカードを持っていない方はこちらから】



【マイナンバーカードの保険証利用登録はこちらから】

**マイナンバーカードの健康保険証利用の申込みはセブン銀行ATMで!**

- お持ちのスマートフォンがマイナポータルアプリ (申込みに必要な専用アプリ) に対応していない方
- スマートフォンをお持ちでない方、スマートフォンの操作に自信がない方

→ **セブン銀行ATMでの申込みは簡単でオススメ!**

**ATMでの申込みに必要なもの**

マイナンバーカード + 利用者証明用パスワード (4桁)

※ATMの操作に健康保険証は不要です。

**対応している医療機関・薬局**

このステッカー・ポスターが貼ってある医療機関・薬局で使えるようになります

マイナ受付

※利用できる医療機関・薬局等については、厚生労働省のホームページで公開しています。

ATMでの健康保険証利用の申込みについて >>>

健康保険証利用の申込みのお問合せ **0120-95-0178** マイナンバー総合フリーダイヤル

音声ガイダンスに従って「4→2」の順にお進みください。

受付時間 (年末年始を除く) 平日: 9時30分～20時00分 土日祝: 9時30分～17時30分

デジタル庁 総務省 厚生労働省 セブン銀行

2023年10月現在

【マイナンバーカードの保険証利用登録にご協力をお願いします。】

令和6年4月以降、新規に健康保険証を発行する際に、マイナンバーカードの保険証利用登録をしていただくようこちらのカードを同封いたします。

健康保険証と一緒に被保険者・被扶養者の皆さまにお渡しいただくようお願いします。

**スマホでマイナンバーカードを保険証登録しましょう!!**

準備するもの

- マイナンバーカード
- ご自身のスマートフォン iPhone Android

アプリ「マイナポータル」をインストールし「マイナポータル」から簡単にお申込みすることが出来ます

● 健康保険組合事務所の閉所のお知らせ

令和6年3月22日(金)は、健康保険組合連合会兵庫連合会の職員研修が開催されますので、午後から事務局を閉所とさせていただきます。

ご迷惑をおかけし申し訳ございませんが、お問い合わせなどは3月25日(月)以降にお願いします。

## ● 「医療費のお知らせ」を送付します

令和5年分の医療費通知を令和6年2月15日に、事業主様に送付しますので、該当被保険者に配付していただきますようお願いいたします。

なお、所得税等の医療費控除の申告手続について、従来の医療費等の領収書の添付等に代わり、健康保険組合が交付する「医療費のお知らせ」（以下「医療費通知」といいます。）を活用できるようになっていますが、次の事項について、ご留意願います。

- 1 医療費通知は、原則として、令和5年1月から令和5年11月までに受診した被保険者及び被扶養者に係る医療費の内容を世帯単位で作成しています。
- 2 医療費控除の申告には、医療費通知の原本が必要です。なお、医療費通知の再発行はできませんので、あらかじめご了承ください。
- 3 マイナンバーカードの保険証利用登録をされている方は、マイナポータルとe-Taxの連携により医療費情報がデータで取得できますので、入力作業が省略できます。
- 4 医療費通知に反映していない令和5年12月に受診した医療費等（令和5年11月以前に受診した医療費で反映していない場合があります。）については、欠落している事項を領収書に基づいて医療費通知に手書き補完することが可能とされています。その場合、領収書は5年間保存する必要があります。
- 5 医療費通知に記載されている医療費の額（自己負担額）と実際に支払った自己負担額が相違している場合は、実際に負担した額に訂正して申告していただきますようお願いいたします。

※ 医療機関から請求のあった診療報酬明細を審査し、過剰な診療や投薬について、病院からの請求を減額して査定される場合があります。また、保険適用外の治療や公費による医療費助成になどにより相違する場合があります。

なお、医療機関の窓口で支払う自己負担額の端数処理と医療費通知に記載する医療費の端数処理の方法は異なっています。そのことにより実際に支払った自己負担額が一致していない場合は、訂正していただく必要はありません。

## ● ジェネリック医薬品をお使いいただくために、ご案内書を送付します

ジェネリック医薬品に変更していただくことにより、薬代が安くなる被保険者・被扶養者に『「ジェネリック医薬品」促進のご案内』を送付します。

（対象は、令和5年6月から令和5年11月までの病院等で処方されたお薬）

令和6年2月15日に、該当事業所様に一括送付させていただきますので、お手数をお掛けして恐縮ですが、該当被保険者の皆様に配布していただきますよう、よろしく願いいたします。

また、ジェネリック医薬品を活用することにより、家計負担・医療費を軽減することができます。

※ ジェネリック医薬品に変更することで自己負担金額の削減効果は次のとおりとなります。

使用している全ての薬をジェネリックにすることで、2,373,505円の削減効果があります。

	支払金額 (負担金額総合計)	効果
先発医薬品での処方分	1,499,586円	ジェネリック医薬品に変更することで、 <u>895,265円負担金額を減らすことができます。</u>
ジェネリック医薬品（後発医薬品）での処方分	1,081,463円	ジェネリック医薬品が処方されたので、先発医薬品の場合と比べて、 <u>1,478,240円負担金額の削減効果がありました。</u>

## ● ホームページの新着情報

当健康保険組合のホームページの新着情報をご案内します。

### ○ 「けんぽからのお知らせ」

令和6年1月23日

・N-NOSE 検査の検体提出場所に健保事務局、株式会社柄谷工務店、淡路土建株式会社、美樹工業株式会社選択されている皆さまへ。  
 検体提出提出先として事業所が選択できませんので、便宜的に北海道の「そうごう薬局 イニシアグラン札幌店」で登録をしてください。  
 検体は当初選択した事業所に予定した日に持ち込んでください。当初から提携薬局に提出予定の方は、実際に提出されるお近くの薬局を選択して登録をお願いします。



### ○ 「掲示板」の掲載

令和6年1月24日

2023. 1. 15 No.240 ・保健事業のご案内①ファミリー歯科健診 ②N-NOSE（せん虫によるがんのスクリーニング検査） ③つよい子になるぞキャンペーン ・健康川柳優秀作品のご紹介 ・年収の壁・支援強化パッケージ（Q&A の追加、修正） ・健康企業宣言事業所の紹介（立建設、新井建設工業） ・健康コラム「口腔内の慢性炎症（歯周病）」 ・リフィル処方箋チラシ

## ● 行事予定

### ○ 第130回組合会（予算）

令和6年2月19日（月） 12時から兵庫建設会館 会員ホール

## ● 事業状況

区 分		令和6年1月分	令和5年1月分	前年同月比
		(A)	(B)	(A) ÷ (B)
事業所数（件）		168	169	99.41%
被保険者数（人）	男	3,232	3,322	97.29%
	女	704	680	103.53%
	計①	3,936	4,002	98.35%
平均標準報酬月額（円）	男	409,699	405,010	101.16%
	女	265,781	261,726	101.55%
	計	383,958	380,664	100.87%
標準賞与額総計（累計・千円）		3,851,502	3,925,867	98.11%
被保険者1人当たり標準賞与額（累計・円）		978,532	980,976	99.75%
被扶養者数（人）②		3,280	3,453	94.99%
扶養率（人）②÷①		0.83	0.86	96.58%

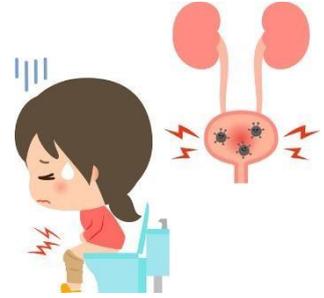
## 膀胱の炎症「膀胱炎」

～ 予防には2つの鉄則を守って! ～

## ◆ 膀胱炎とは？

「排尿時に下腹部が痛む」「トイレに行く回数が増え、残尿感がある」などの症状に悩まされていませんか？もしかすると、それは“膀胱炎”の症状かもしれません。

膀胱炎は尿を溜めて排出する膀胱で炎症が起きる病気です。一般的に知られている膀胱炎は急性膀胱炎のことを指し、主に大腸菌などの細菌が尿道を通り、膀胱に侵入して炎症を起こします。健康な方でも起きる可能性がある病気で、特に男性よりも尿道が短く太い女性に発症することが多く、女性の2人に1人がかかるとされています。急性膀胱炎は免疫力の低下が関係しており、日頃からストレスを感じている方は免疫力が低下しやすく、炎症の原因となる細菌が増殖しやすくなるとされています。また、膀胱炎は適切な治療をせずに放っておくと、発熱、嘔吐、背中や腰の強い痛みという症状が現れる「腎盂腎炎」を引き起こしてしまう可能性がある病気です。



## ◆ 膀胱炎の種類

膀胱炎の発症例のうち約9割は急性膀胱炎が占めています。膀胱炎にはその他にも種類があります。種類によって、発症までの過程や特徴が異なります。

- 慢性膀胱炎 結石や尿道カテーテルなどの「異物」が細菌のすみかになって炎症が慢性化します。前立腺肥大症や尿路結石などの基礎疾患があって発症するケースが多く、男性もよく発症する膀胱炎です。糖尿病やステロイド・抗がん剤投与中など免疫が低下している時に発症することもあります。ほとんど自覚症状はありませんが、急に症状が悪化する可能性もあるので、注意が必要です。
- 出血性膀胱炎 ウイルス、放射線治療、抗がん剤治療など、原因が多岐に渡る膀胱炎で、主な症状は血尿です。血尿以外の症状は原因によって異なりますが、頻尿や排尿の際に下腹部が痛んだり残尿感があったりと、他の膀胱炎と同じ症状も発症します。
- 間質性膀胱炎 膀胱の内側の壁に柔軟性がないため膀胱に尿をためることができなくなってしまう病気です。主に女性が発症する病気で、詳しい原因はまだ判明していません。急性膀胱炎と症状が似ていますが、頻尿だけではなく尿意切迫感の症状もあり、尿が溜まると膀胱の痛みが発生して、排尿すると痛みが軽くなるという特徴があります。大豆や柑橘類の酸性が強い物、刺激が強い香辛料、カフェインなどの食事でも悪化することがあるため、食事指導を受けることがあります。

## ◆ 膀胱炎の原因と予防

雑菌が繁殖しやすい月経中、免疫力が低下、不衛生な状態での性行為などが主な原因として挙げられます。このほかにも、トイレを長時間我慢することが原因となることもあります。尿道に細菌が侵入したとしても、尿で押し流してしまえば膀胱までは入ってこられません。細菌の繁殖を防ぐためには、尿はこまめに出した方が良いでしょう。また、女性に多い冷え症や便秘も膀胱炎に影響を与える要因のひとつとされています。

膀胱炎を予防するには、「細菌を侵入させない」「細菌を繁殖させない」という2つの鉄則があります。侵入させないためには、清潔を心がけたり、こまめに排尿することが大切です。また、疲労がたまっていたり、体が冷えていると免疫力が落ち、細菌が増殖しやすくなります。疲れたら無理をせず、栄養と休息をとって体を休め、疲労回復に努めましょう。

