

- 令和2年度予算と事業計画が決まりました
- 被保険者及び被扶養者の方は1年に1回無料で健康診断を受診できます  
／インフルエンザ予防接種費用補助を引き上げました
- 新型コロナウイルス感染症の予防法

公告第126号

## 令和2年度 予算と事業計画が決まりました

### ▶ 令和2年度の予算の概要

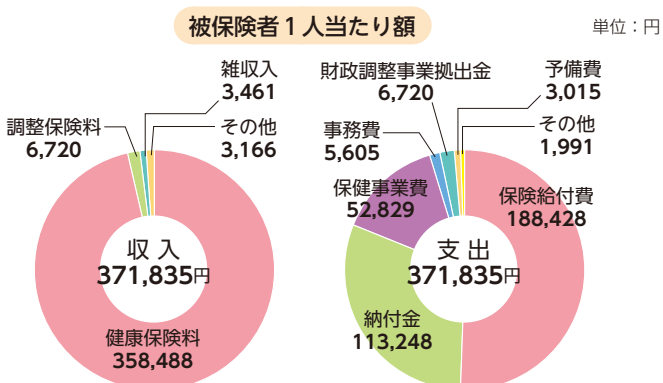
令和2年2月17日開催の第39回組合会において、令和2年度予算及び事業計画が承認されました。近年の当健保財政の傾向は、医療費の増加（被扶養者増）や国への納付金の増加により『支出増』となっており、大変厳しい財政状況が続いています。特に納付金として納める『高齢者医療費の負担金』が昨年度以上に増加しており、健保財政を圧迫しています。また被保険者（本人）及び被扶養者（家族）のけがや病気、出産に伴う医療費等と共に、被扶養者数の増加により保険給付費が漸増しています。令和元年度は、標準報酬月額、賞与総額が大きく伸びたため、最終収支見込として2億6,759万円の黒字となりましたが、今後数年間の支出増が見込まれるため、令和2年度の一般保険料率は、85/1000（8.5%）を維持します。一方、令和元年度の介護保険勘定も黒字となり、引き続き19/1000（1.9%）と現状を維持します。カフェテリアポイントも、昨年同様15,000P（健康診断受診が必須条件です）といたします。本制度は、健診結果をより注視し、生活改善を通して健康な日常への取組みを奨励する制度です。付与ポイントは今後、健保の財政状況により変更になる可能性があります。

また将来的に被保険者の平均年齢の上昇、被扶養者の増加、それに伴う医療費増大及び国への納付金増に対応をせざるを得ない状態です。5年、10年、20年先を見据え健康維持を保つことが、豊かな日常生活のみならず、財政確保、企業の繁栄の近道となります。そのためにも、健康への基本的な取組み（禁煙、食事バランス、定期的な運動、健康診断など）を行い、生活習慣の改善を一人ひとりが意識、実践していただくよう切にお願いいたします。

### 一般勘定

収入総額の9割超を占めるのが、事業主と被保険者の皆様に納めていただく保険料です。令和2年度は、保険料率を維持し、昨年並みの収入を見込んでいます。支出に関しては、保険給付費と納付金のみで保険料収入の約80%を占めています。また保健事業費に関しては、平均年齢上昇に伴う35歳以上の人間ドック健診に伴う費用が増大すると見込んでいます。これら3大支出に対応し、収支均衡を保つため、料率を85/1000（8.5%）で維持し、高齢者納付金及び医療費への支払いに対応することといたしました。

一般勘定の基礎数値	
被保険者数	7,250人
平均標準報酬月額	312,000円
総標準賞与額	5,000,000千円
保険料率	85/1000



収入		
科目	予算額 (千円)	被保険者1人当たり額 (円)
健康保険料	2,599,035	358,488
調整保険料	48,721	6,720
国庫補助金	473	65
特定健診等事業	7,480	1,032
財政調整事業交付金	15,000	2,069
雑収入	25,095	3,461
<b>合計</b>	<b>2,695,804</b>	<b>371,835</b>

支出		
科目	予算額 (千円)	被保険者1人当たり額 (円)
事務費	40,382	5,605
保険給付費	1,366,101	188,428
法定給付費	1,312,539	181,040
付加給付費	53,562	7,388
納付金	821,049	113,248
保健事業費	383,012	52,829
還付金	319	44
営繕費	12,687	1,750
財政調整事業拠出金	48,721	6,720
その他	151	197
予備費	21,856	3,015
<b>合計</b>	<b>2,695,804</b>	<b>371,835</b>

※端数処理により合計が必ずしも一致しないことがあります。

## 介護勘定

近年、40歳到達者の増加が加速しているため、介護納付金が今年度も前年度比10%増と引き続き高い伸び率となっております。令和2年度の介護保険料率は、19/1000（実納付額に連動した実質料率）を維持します。

次年度以降も、国への納付金額により、保険料率を調整していく方向です。

介護勘定の基礎数値	
第2号被保険者数	1,985人
第2号被保険者たる被保険者数	1,950人
平均標準報酬月額	380,000円
総標準賞与額	1,755,000千円
保険料率	19/1000

収入		
科目	予算額 (千円)	介護保険第2号被保険者たる 被保険者等1人当たり額(円)
介護保険収入	200,167	102,650
雑収入他	5	2
合計	200,172	102,652

支出		
科目	予算額 (千円)	介護保険第2号被保険者たる 被保険者等1人当たり額(円)
介護納付金	186,500	95,641
介護保険料還付金	50	26
積立金・予備費	13,622	6,986
合計	200,172	102,652

## 令和2年度の事業計画

### 令和2年度に実施予定の保健事業

- ① カフェテリアメニューによる保健事業の実施  
カフェテリアポイントを15,000P付与
- ② 人間ドック（35歳以上の本人とその被扶養者）
- ③ 脳ドックの受診補助  
（40歳から5歳刻み）（継続事業）
- ④ 重症化予防 二次検査受診勧奨
- ⑤ 生活習慣病健診（30歳以上の本人とその被扶養者）
- ⑥ 簡易生活習慣病健診（30歳未満の本人と被扶養者）
- ⑦ WEB医療費通知の実施
- ⑧ インフルエンザ予防接種費用の補助
- ⑨ 24時間電話健康相談の実施
- ⑩ メンタルヘルスの相談サービスの実施
- ⑪ メタボリックシンドローム予防対策事業の実施  
（データヘルス計画実施）  
特定健診・特定保健指導の実施  
・40歳～74歳の被保険者本人だけでなく、家族である被扶養者の方も補助対象です。
- ⑫ メンタルヘルス予防対策



### 保険料率

- ① 健康保険料：85/1000
- ② 介護保険料：19/1000

### その他特記事項

#### ★今年度の注力事業

- ・メタボリックシンドローム予防対策
- ・生活習慣病改善策  
（データヘルス計画及び特定保健指導率向上）  
— メタボ対策の情報共有・見える化
- ・ジェネリック医薬品利用促進、啓蒙  
— 現在のWEB医療費通知にて差額の通知

#### ★令和2年度 健診受診期間 4月よりスタート （受診可能）



## 被保険者及び被扶養者の方は1年に1回健康診断を受診できます

配偶者等で当健保組合の保険証をお持ちの方は、被保険者と同様に健診が受けられます。特に40歳以上の方は、生活習慣病のリスクが高まってくる頃でもありますので、できるだけ受診するようにしてください。また結果表がご自宅に届いたら、ひととおり内容を確認し、要精密検査等の項目があった場合には、(3割負担で)専門医等の診察や検査を受けることをお勧めします。

### 健診の種類と受診資格

- ★受給資格年齢は年度末(3月31日)時点の年齢です。
- 各医療機関と契約している基本健診コースについては、自己負担は一切ありません。
- オプション検査を希望する場合、各基本健診コース費用+オプション検査費用が補助額内(下表参照)までは健保組合が負担します。費用は医療機関により異なりますので、詳細は健保組合ホームページまたは予約時にご確認ください。
- 補助額を超えるオプション検査費用は、現金またはカフェテリアポイントで支払うことが可能です。ポイント利用は、契約項目のみ可能で健保組合のホームページからの事前登録が必要です。
- ※医療機関により人間ドックに婦人科検査が含まれている場合と含まれていない場合がありますので、予約時にご確認ください。含まれていない場合は、オプション検査となり下表記載の補助額まで健保組合で負担します。

年齢	生年月日	基本健診コース	婦人科
29歳以下	1991年4月1日以降	簡易生活習慣病健診	—
30～34歳	1986年4月1日～1991年3月31日	生活習慣病健診(+婦人科)	希望者
35歳以上	1986年3月31日以前	人間ドック	希望者*

### 自己負担額の支払い

- (1) 健診の種類ごとに、補助額の上限があります。ただし、各医療機関の設定額が補助額を超える場合は、設定額まで補助します。
- (2) 補助額を超えた分及びオプション検査は、すべて自己負担になります。
- (3) 自己負担額は、カフェテリアポイントが利用できます。

注：オプション検査を受診当日に追加した場合は、ポイント利用ができませんので医療機関の窓口で現金による精算をお願いいたします。

種類	補助額 オプション検査追加時
簡易生活習慣病健診	6,500円
生活習慣病(婦人科含む)健診	31,000円
人間ドック	60,000円

## インフルエンザ予防接種費用補助額を引き上げました

当組合では、2020年度疾病予防事業の一環として、インフルエンザの流行に備える「インフルエンザ予防接種費用補助」の金額を、諸般の状況を鑑みて引き上げました。

### 1)対象者

予防接種時に当組合の被保険者(本人)及び被扶養者(家族)の資格を有する方で、インフルエンザ予防接種を受け、医療機関等の窓口で費用を支払った方。

### 2)接種期間

令和2年10月1日～12月末までに接種

### 3)補助額

一人につき**4,000円**まで(前年まで3,500円)  
※複数回の接種を設定されている医療機関で接種された場合は、すべての接種が終了したあと、まとめて申請をしてください。



# 新型コロナウイルス 感染症の予防法

## 手洗い

ただ濡らすだけじゃダメ！

### 正しい手の洗い方

手を濡らし、ハンドソープをつけていねいに洗い、流水でしっかり流します。



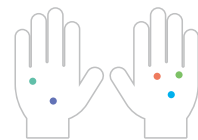
ちゃんと洗うとウイルスは激減！

手洗い前のウイルス数



約1,000,000個

手洗い後のウイルス数



数百個

ハンドソープで10秒もみ洗い後、  
流水で15秒すすぎ

出典：「森功次他：感染症学雑誌、80：496-500、2006」

### 手洗いのタイミングを逃さない

ウイルスがついた手で目や鼻や口、室内のあちこちを触る前に、すぐに洗いましょう。

外出したあと

せきやくしゃみを  
手で押さえたあと

料理の前

食事の前

トイレのあと

### 熱があるときは休む

発熱などのかぜ症状があるときは、学校や仕事を休んでください。  
ご自宅で様子を見て、毎日体温を測定して記録します。





## アルコール消毒

アルコール消毒も、  
手指まで ていねいに消毒を！



コロナウイルスはアルコールに弱いことがわかっています。手を洗えないときはアルコール消毒が有効です。

身の周りの物の表面を消毒するには、ご家庭にある塩素系漂白剤が有効です。よく触る場所を、希釈した塩素系漂白剤でふき取って消毒しましょう。

## 物の表面を消毒するときは…

塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム※原液濃度約5~6%)

※次亜塩素酸ナトリウムを含む商品例としては、ハイター、ブリーチ、ピューラックス等があります。

塩素系漂白剤は用途に応じ、下記の表を参考に希釈して使用してください。古くなった製品は効果が薄いので、ご注意ください。

### 塩素系漂白剤の希釈方法について

用途	濃度	希釈方法
ドアノブ・手すり等	0.05%	500mLの水道水に、塩素系漂白剤を5mL(ペットボトルのキャップ1杯分)入れる
吐しゃ物が付着した床等	0.1%	500mLの水道水に、塩素系漂白剤を10mL(ペットボトルのキャップ2杯分)入れる

## せきエチケット

せきやくしゃみをするとしぶきが2~3mも飛ぶといわれています！

### マスクの正しい着用

せきやくしゃみが出るときはマスクをする



### マスクがないとき

ティッシュ・ハンカチで口や鼻をおおう



### とっさのとき

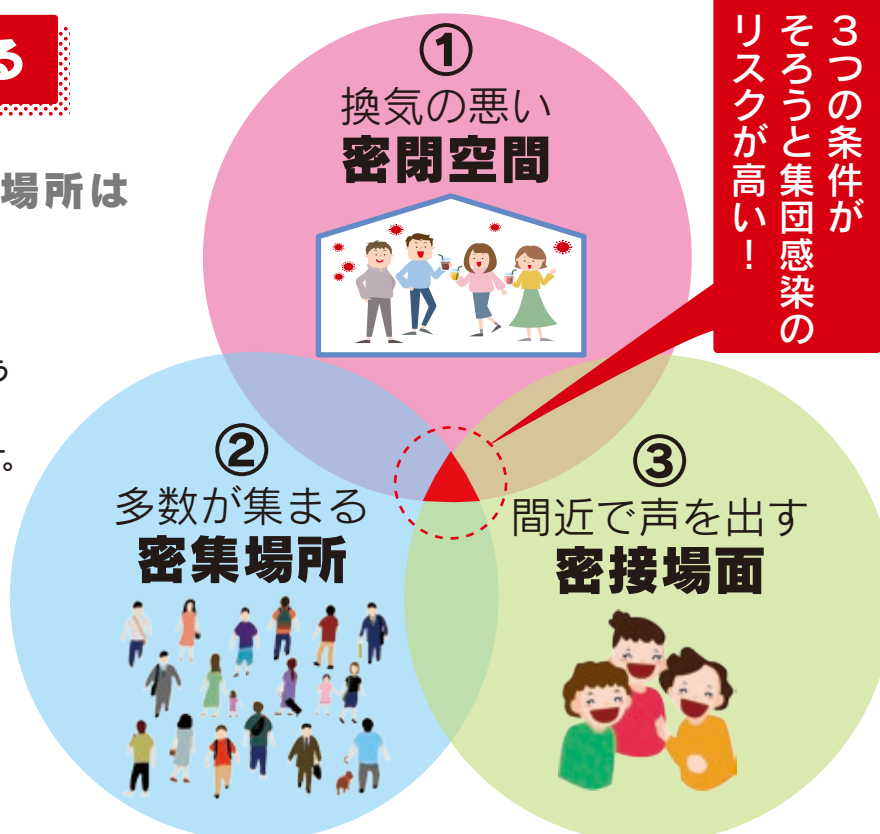
袖で口や鼻をおおう



## 3つの「密」を避ける

集団感染の起きやすい場所は避けましょう！

集団感染を防ぎ、オーバーシュート(爆発的感染者急増)が起こらないようにするため、「密閉」「密集」「密接」の3つの「密」が重なる空間を避けます。また、共同で使うものはこまめに消毒してください。



# 新型コロナウイルスの 感染は...

「飛沫感染」と「接触感染」の  
2通りと考えられています。

## 飛沫感染

満員電車や学校、劇場など  
人が多く集まる場所で感染。

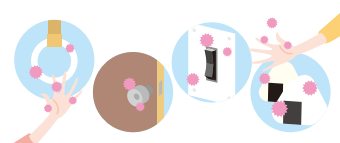
感染者のせきやくしゃみ、つばなどの飛沫と  
一緒に放出されたウイルスを、別の人が口や鼻  
から吸い込んで感染します。



## 接触感染

電車やバスのつり革、ドアノブ、  
スイッチなどで感染。

感染者がせきやくしゃみを押さえた手で周りの  
物に触れるとウイルスがつきます。別の人がその  
物に触ってウイルスが手につき、その手で口や鼻  
を触って粘膜から感染します。



いきなり病院へ  
行かない!



## 感染をひろげないための 受診の目安

※この目安は相談・受診する目安です。検査については医師が個別に判断します。

1

息苦しさ(呼吸困難)、  
強いだるさ(倦怠感)、  
高熱等の強い症状の  
いずれかがある場合

2

重症化しやすい方(※)  
で、発熱やせきなどの  
比較的軽いかぜの症状  
がある場合

(※)高齢者、糖尿病、心不全、呼吸  
器疾患(COPD等)等の基礎疾患が  
ある方や透析を受けている方、免  
疫抑制剤や抗がん剤等を用いてい  
る方

3

①②上記以外の方で発熱  
やせきなど比較的軽いか  
ぜの症状が続く場合

(症状が4日以上続く場合は必ずご相  
談ください。症状には個人差があり  
ますので、強い症状と思う場合には  
すぐに相談してください。解熱剤など  
を飲み続けなければならない方も同  
様です)



### 帰国者・接触者相談センターに連絡

各都道府県に設置されているセンターはこちら。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html)

※相談は、帰国者・接触者相談センター(地域により名称が異なることがあります。)の他、地域によっては、  
医師会や診療所等で相談を受け付けている場合もあるので、ご活用ください。

センターでご相談の結果、**新型コロナウイルス感染の疑いのある場合**には、**専門の「帰国者・接触者外来」**へ。  
マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診して  
ください。

感染の可能性が低いと  
判断された方は  
**一般の医療機関**へ



## 最新の正しい情報はこちら

厚生労働省のホームページ

「新型コロナウイルス感染症について」

内閣官房ホームページ

「新型コロナウイルス感染症の対応について」

厚生労働省の電話相談窓口

フリーダイヤル

**0120-565653** [受付時間] 9:00~21:00 (土日・祝日も実施)