

# 健診結果を放っておかないで!

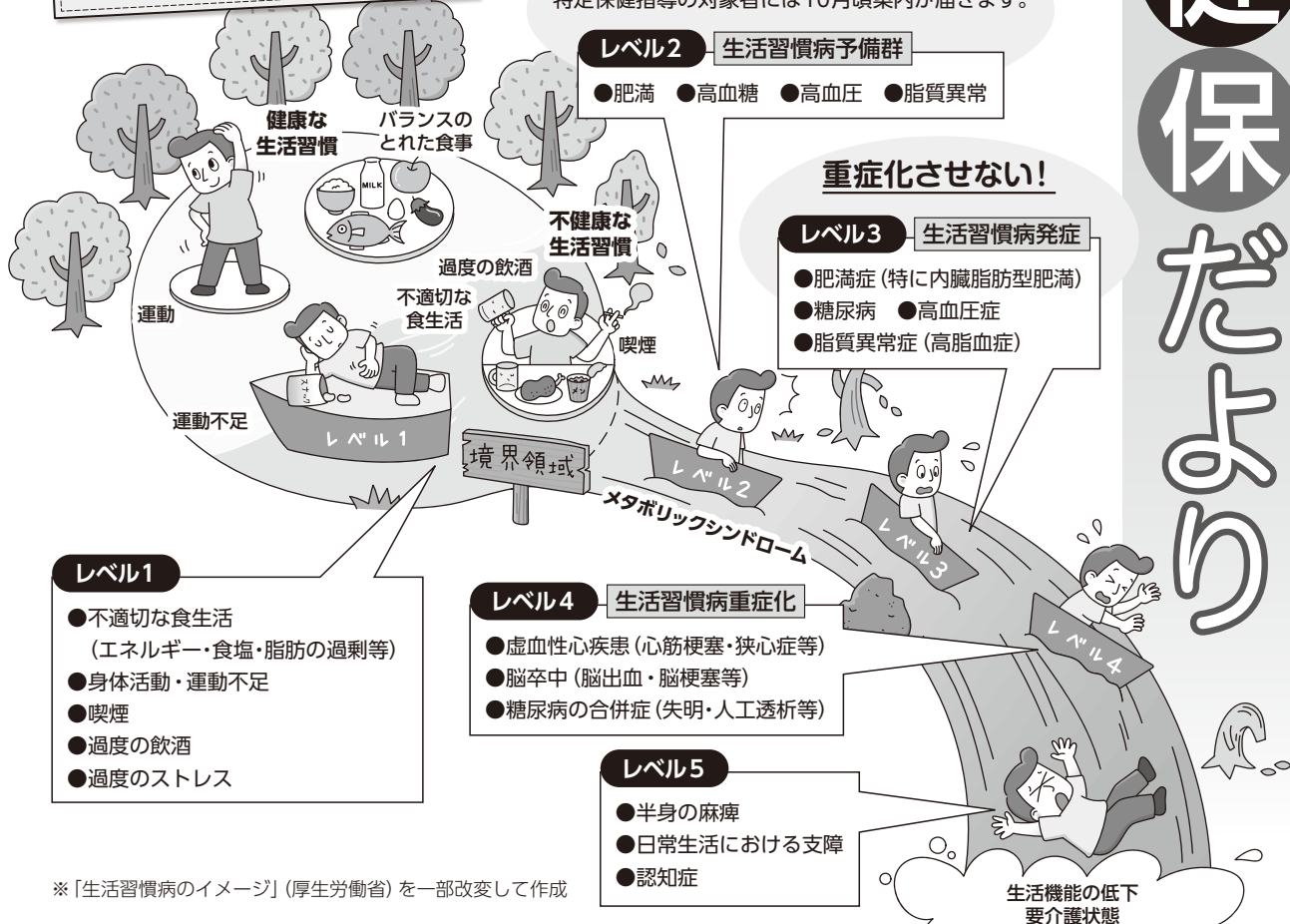
2023  
夏

第66号

今年の健診結果はいかがでしたか?  
あなたの健康ボートの位置を確認して、  
レベル2以上は特定保健指導を、  
レベル3以上は病院を受診しましょう。



## あなたの健康ボートは どこにいる?



ナイスグループ  
**健保**  
だより

※「生活習慣病のイメージ」(厚生労働省)を一部改変して作成

特定保健指導値

ナイスグループの  
病院受診勧奨値

検査項目		健康レベル	~レベル1 (健康維持)	レベル2以上 (要指導)	レベル3以上 (要受診)	レベル3以上 (ハイリスク)
血糖	空腹時血糖	mg/dL	99以下	100	126	126
	HbA1c	%	5.5以下	5.6	6.5	6.5
血圧	収縮期	mmHg	129以下	130	140	160
	拡張期	mmHg	84以下	85	90	100
血中脂質	中性脂肪	mg/dL	149以下	150	300	500
	LDLコレステロール	mg/dL	119以下	120	140	180



## 特定保健指導を積極的に受診して、生活習慣病を予防しましょう!

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病は、放っておくと日本人の主な死因である心疾患や脳血管疾患につながる恐ろしい病気ですが、生活習慣を見直すことで発症や重症化を防ぐことができます。

今年度の特定保健指導はRIZAPと契約し、chocoZAP(ちょこざっぷ)を利用しながら取り組むコースをご用意しました(詳細は特定保健指導のご案内をご確認ください)。

保健師等のサポートが3カ月間無料で受けられますので、受診し生活習慣を改善しましょう。



## がん検診を受診しよう!

がん(悪性新生物)は日本人の一番多い死因となっていますが、検診により早期発見・早期治療を行うことで治る確率が上がります。また、治療による体や心の負担も軽くなります。

罹患数が多い=死亡数が多いわけではないのね



### ■ 部位別・がん罹患数の順位(2019年)

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	前立腺	大腸	胃	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮

### ■ 部位別・がん死亡数の順位(2021年)

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓
女性	大腸	肺	膵臓	乳房	胃

参考: 国立がん研究センター「がん情報サービス」HP



## 受けていますか? 5大がん検診

がんはかなり進行しないと自覚症状がありませんので、定期的に検診を受けることが大切です。国では、5大がん(胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん)の受診を推奨しています。市区町村の補助により、対象者は安価でがん検診を受診できます。  
※市区町村により、対象者・受診回数・費用が異なります(以下は横浜市助成内容)。

自覚症状はないし、忙しいし…、面倒だな



### 胃がん検診

50歳以上で2年度に1回受診可  
自己負担: 3,140円



### 大腸がん検診

40歳以上で1年度に1回受診可  
自己負担: 無料

その血便は本当に痔ですか?



### 肺がん検診

40歳以上で1年度に1回受診可  
自己負担: 680円



### 乳がん検診(女性のみ)

40歳以上で2年度に1回受診可  
自己負担: 1,370円  
※マンモグラフィーのみの場合は680円

女性の罹患数ナンバーワン!



### 子宮頸がん検診(女性のみ)

20歳以上で2年度に1回受診可  
自己負担: 1,360円



20・30代での罹患が増えています!

### 被扶養者のみなさまへ

特定健診を予約する際に、同日に市区町村で実施しているがん検診も受診できるか聞いてみてください。実施機関は「(自治体名) がん検診」検索で確認できます。  
なお、30歳以上の被保険者(社員)には、会社の健康診断で「大腸がん検診」「肺がん検診」を実施しています。

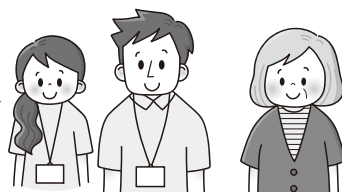


## 健保の補助金を活用しよう!(対象は被保険者と被扶養配偶者)

5大がん以外であっても、がん検診など病気の早期発見を目的とする検査(10割負担)を受診した場合は、かかった費用に対し上限15,000円までオプション検査補助金が支給されます。ただし、二次検査、治療など、保険診療(3割負担)で受診した際はオプション検査補助金の対象外です。

### 被保険者(社員)の場合

会社の健診 or 人間ドック(35歳以上)の受診が要件



### 被扶養配偶者の場合

特定健診(40歳以上) or 人間ドック(35歳以上)の受診が要件

部位別の「がん検診」や「オプション検査補助金制度」について、詳しくは

# みなさまの個人情報は 限られた目的で利用しています



みなさまの個人情報は、健康保険組合が事業を円滑に運営するためになくてはならないものです。

個人情報は「個人情報保護に関する基本方針（プライバシーポリシー）」に基づき、安全に十分配慮して適切な管理を行い、また、主に以下のような目的に限定して利用し、健康保険の事業以外には使われることはありません。

なお、当健保組合の個人情報に関する取り組みはホームページに記載しています。

▶ <https://www.nicegroup-kenpo.or.jp/privacy/>

## 当健保組合の通常業務で想定される主な利用目的

### 1 被保険者等に対する保険給付に必要な利用目的

- 被保険者資格の確認、被扶養者の認定並びに健康保険被保険者証の発行管理
- 保険給付及び付加給付の実施
- 番号法に定める利用事務
- 高額療養費について公費負担や自治体医療費助成確認のため医療機関へ問合せ
- 海外療養費の支給に係る翻訳等のための外部委託
- 第三者行為に係る損害保険会社等への求償
- 健康保険組合連合会の高額医療給付の共同事業
- 番号法に定める情報連携
- 柔道整復施術療養費支給申請書の内容点検・審査の委託

### 2 保険料の徴収等に必要な利用目的

- 被保険者資格の確認並びに標準報酬月額及び標準賞与額の把握
- 健康保険料、介護保険料、調整保険料の徴収

### 3 保健事業に必要な利用目的

- 健康の保持・増進のため、健診結果より、医療機関への受診勧奨等、事後指導の実施
- 特定健診、保健指導の実施
- 特定保健指導に係る産業医への委託
- 健康保険組合連合会主催の特定保健指導等共同事業
- 健診機関、医療機関への健診（歯科を含む）の委託
- 健診結果の事業主への提供
- 医療費及びジェネリック通知のWEBサイト運営委託
- 保健事業の事業実施（機関紙の配布、育児冊子の配布、家庭用常備薬の配布）に係る委託
- 健康増進事業（WEBサイト『KENPOS』）運営の委託及び共同事業
- 前期高齢者向け訪問指導に係る委託

### 4 診療報酬の審査・支払に必要な利用目的

- 診療報酬明細書（レセプト）等の内容点検・審査
- レセプトデータの内容点検・審査の委託
- ◎ オンライン資格確認等システムを利用したレセプト振替のための加入者情報の提供
- ◎ オンライン資格確認等システムを利用したレセプト振替のための再審査請求に係る加入者情報の照会及び提供

### 5 健康保険組合の運営の安定化に必要な利用目的

- 医療費分析・疾病分析

### 6 その他

- 健保組合の管理運営業務のうち、業務の維持・改善のための基礎資料
- 役職員の人事管理・社会保険、雇用保険その他法令上必要となる手続・福利厚生関連・業務連絡、緊急連絡先の把握
- 第三者求償事務において、健保連・保険会社・医療機関等への相談又は届出等

### 7 特定個人情報

- 番号法第19条第8号において定められた他の医療保険者又は行政機関（以下「他機関」という。）との情報連携における利用目的
- ◆ 傷病手当金、高額療養費等保険給付審査事務にかかる給付情報等
- ◆ 高齢受給者負担区分判定等にかかる課税・非課税情報
- ◆ 被保険者資格取得事務にかかる他機関における資格情報
- ◆ 被扶養者認定事務及び資格確認事務にかかる課税・非課税、住民票関係情報等
- ◇ 高額療養費、出産、葬祭関連給付等、他機関の給付事務にかかる組合における保険給付関連情報
- ◇ 資格取得、被扶養者認定等、他機関の資格確認事務にかかる組合における資格取得、被扶養者資格関連情報

### 8 オンライン資格確認等システムの利用に係る利用目的

- ◆ 特定健診データ
- ◇ 被保険者等の資格関連情報及び特定健診データの登録



- ：健保組合内部での利用に係る事例
- ：他の事業者等への情報提供を伴う事例
- ◎：審査支払機関への情報提供を伴う事例
- ◆：組合の事務処理執行の為、他機関より情報を受ける場合
- ◇：他機関の事務執行の為、組合が情報を提供する場合

# ナイスヘルシーウォーキング大会 初の団体戦を開催!

同僚や家族など28チームが参加! 日々、順位が入れ替わる熱戦が展開されました。結果、26チームが「歩数を20日以上登録する」というミッションを達成し、抽選で10チームに希望の賞品をお届けしました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

今回の開催は**スポーツの秋!** 同僚や家族を誘って、ぜひ団体戦にご参加ください。



1位	チーム旭山
2位	QUATTRO
3位	Gywood 道部
4位	Montbell
5位	SAKAMOTO
6位	ハングリータイガー!!

令和4年度

## 決算がまとまりました

7月13日に行われた組合会において、令和4年度決算が承認されましたので、概要をお知らせします。

### みなさまからいただいた保険料はどのように使われました

#### 健康保険

収支のバランスを図るため、繰り入れを行いました

積立金より繰り入れ .....  
5,000万円(1人当たり2万8,121円)

**収入の部**  
総額 **11億6,843万円**  
(1人当たり  
65万7,162円)

#### 保険料

10億9,665万円(1人当たり61万6,791円)

みなさまや事業主からいただいた大切な保険料です

各種健診やオプション検査等の補助など、  
当健保組合オリジナルの保健事業を実施しました

#### 保健事業費

3,244万円(1人当たり1万8,245円)

その他 .....  
2,178万円(1人当たり1万2,250円)

**支出の部**  
総額 **11億3,181万円**  
(1人当たり  
63万6,566円)

#### 保険給付費

5億3,125万円(1人当たり29万8,792円)

医療費の7割部分や傷病手当金、  
出産手当金などの給付金です

#### 納付金

5億2,607万円(1人当たり29万5,878円)

高齢者の医療費を支援するために  
国へ納めています

保健事業を活用して、医療費の節減にご協力ください

健保財政を圧迫しています

その他 .....  
4,205万円(1人当たり2万3,651円)



経常収支で  
3年ぶりの  
赤字!

#### 収 支

11億6,843万円 (収入) - 11億3,181万円 (支出) = 3,662万円 (繰越・積立)

#### 介護保険

介護納付金は1億3,683万円となり、406万円増加しました。

収 入	介護保険収入	1億3,705万円
	繰越金	800万円
	合計	1億4,505万円

支 出	介護納付金	1億3,683万円
	介護保険料還付金	5万円
	合計	1億3,688万円

収 支 1億4,505万円 - 1億3,688万円 = 817万円  
(収入) (支出) (繰越・積立)



#### 決算のポイント (数値の増減は前年度比)

- 健康保険の収支では、積立金より5,000万円を繰り入れたため、実質は1,338万円の赤字です。
- 支出面で、納付金が1億172万円、保険給付費(医療費)が3,328万円増加したことが赤字の要因です。
- 介護保険は、決算残金のうち799万円を令和5年度に繰越し、保険料率を15.8/1000のまま据え置きました。
- みなさまの健康をサポートするために、疾病予防に重点をおいた保健事業を実施し保険料を有効に活用してまいります。

#### 健康保険組合 組合会議員一部改選(令和5年4月3日)のお知らせ

(敬称略)

退任 互選議員 榎野 崇

新任 互選議員 山田 真弘