

東京都歯科 健康保険組合ニュース

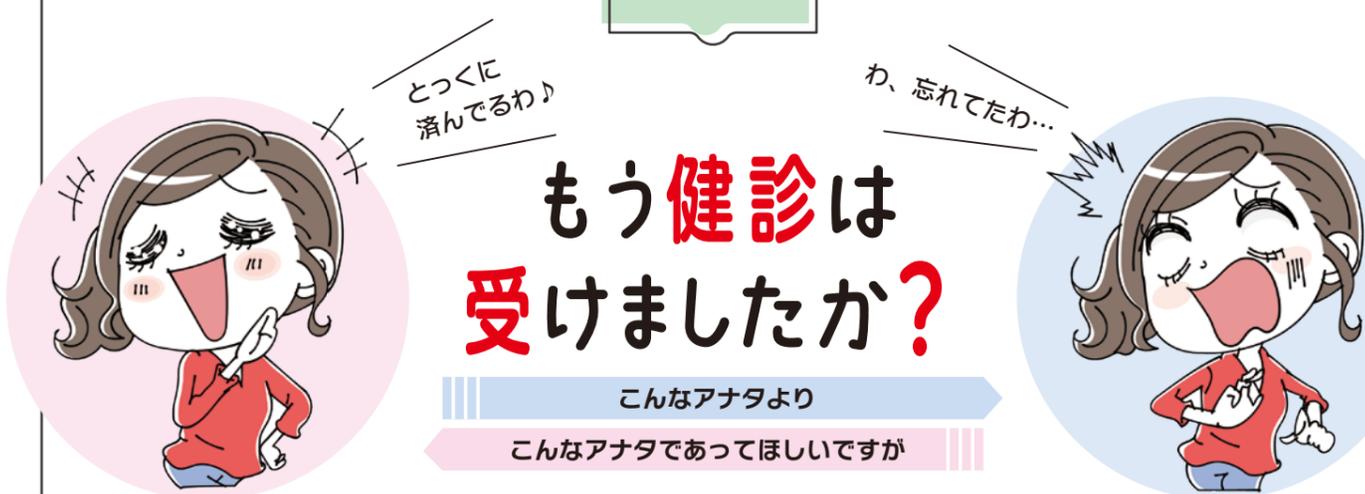
令和6年
10月号

- 令和5年度の決算がまとまりました(2~3ページ)
- マイナ保険証の準備は進んでいますか?(9ページ)
- 令和5年度版(令和4年度実績分)健康スコアリングレポートが届きました(4~7ページ)
- 令和6年度健康ウォーキングのご案内(10ページ)
- 組合日誌(11ページ)
- 健康企業宣言で職場の健康づくりを!(8ページ)
- 健診の受診はお済みですか?(12ページ)

ご家庭に
持ち帰って、
ご家族でお読み
ください。



年に1回は健診を受けましょう



もう健診は 受けましたか?

こんなアナタより
こんなアナタであってほしいですが

健診を受けていない方は 早めにご予約ください!

今年の健診はもう受けましたか? 「私は大丈夫!」と思わず、健診を受けましょう。
まだ予約を取っていない方は、早めに取りましょう。

抽選の賞品は

当健保組合では今年度、年度末年齢40歳から74歳の被保険者・被扶養者に対し、令和6年度中(令和6年4月1日から令和7年3月31日)に健診【人間ドック・生活習慣病予防健診・一般健診(特定健診項目を含む)】を初めて受診した方、または、当該年度を含めて2年度以上継続して健診を受診した方を対象に、令和7年6月に抽選を行います。

ラフォーレ倶楽部宿泊券を
100名様

クオカード2,000円分を
1,000名様



令和6年3月31日以前に特定保健指導を開始し、すべてのプログラムを終了した被保険者・被扶養者の方にはクオカード2,000円分、または東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム券2,000円分のうち、ご希望のいずれかを配布いたします(年度内1回)。

皆様からのご質問・ご意見・投書をお待ちしています。

令和5年度の
決算が
まとまりました

保険給付費の大幅な増で 経常収支差引が赤字決算に

当健保組合の令和5年度決算がまとまりましたので概要をご紹介します。

一般勘定

健保組合の収入総額において約89%を占める健康保険収入（国庫負担金収入含む）は、前年度決算比で1億6万9千円増の70億9、390万7千円となりました。また、繰入金は保険給付費の増加を見込み6億円としました。収入総額は80億839万1千円で、同比では1億1、630万3千円増加しました。これは、被保険者数および標準報酬月額・総標準賞与額が増加したことが主な要因です。

一方の支出では、皆さまとご家族の医療費等にあてられた保険給付費が42億4、806万1千円、同比で2億5、663万3千円の増加となりました。高齢者医療制度への納付金は2億3、434万1千円、同比で317万6千円の増額となりました。この納付金は、健康保険収入の34・3%に相当しています。また、皆さま

の健康を支援する保健事業費は疾病予防費等の増加により3億2、419万円、同比で2、783万9千円増となりました。支出総額では73億1、769万円で、同比では2億8、388万5千円の増加となりました。

収入支出差引額は6億9、070万1千円、経常収支差引額は1億1、592万5千円の赤字決算となりました。

介護勘定

介護保険収入が前年度決算比497万6千円増、介護納付金は同比4、786万1千円増となり、収支差引では7、904万2千円の黒字となりました。

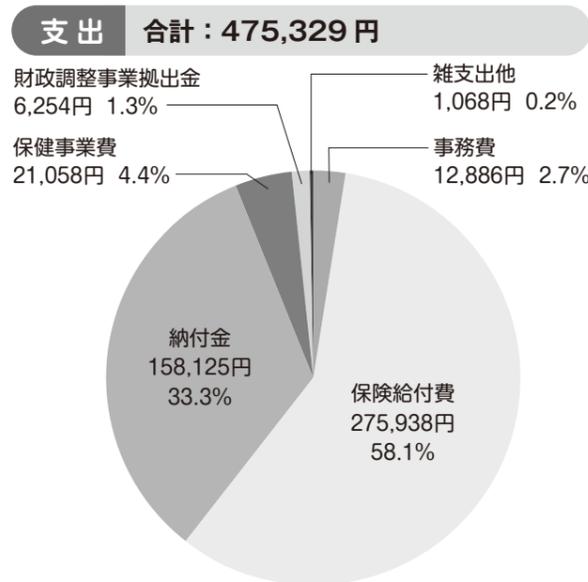
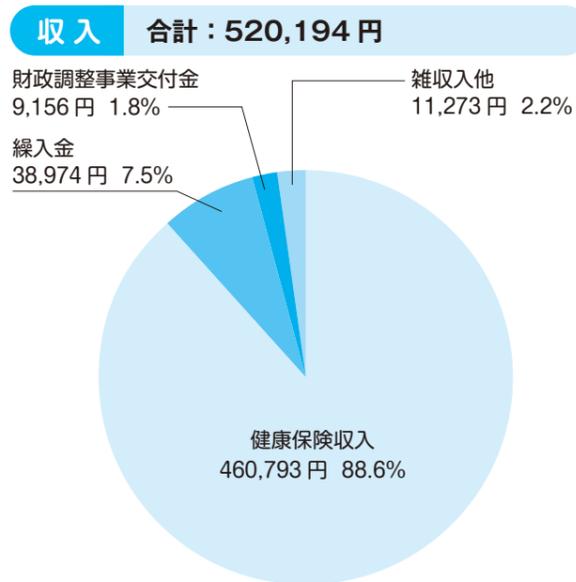
健康保険組合を取り巻く状況

わが国の経済は、世界経済や紛争情勢の影響

を受け格好で円安や資源高が依然として続いており、消費者物価の上昇は40年ぶりの水準を更新しています。一方で「経済の好循環」を旗印に、近年にない賃上げの動きが活発であり、本年も高い賃上げ率を掲げて、政労使協調して実質賃金の上昇によるデフレからの脱却を目指している状況です。

当健保組合は被保険者・被扶養者のみなさまに健康的な毎日をお過ごしいただけるよう、「保健事業」として令和5年度は健診事業等に3億円を、また6年度は4億円をあて、皆さまの健康な毎日の維持に各種施策を講じています。本誌「健康保険組合ニュース」も、健保組合独自の事業等を皆さまにご紹介する大切なコミュニケーションツールと位置づけ、毎号さまざまな記事を掲載・ご紹介しています。ぜひとも活用になり、日々の健康生活にお役立ていただければ幸いです。

被保険者1人あたりでみた収支の割合（一般勘定）



介護勘定

収入の部（単位：千円） △はマイナス

科目	決算額	予算額	増減 (決算額-予算額)
介護保険収入	683,370	685,318	△ 1,948
繰入金	70,000	70,000	0
雑収入	1	3	△ 2
収入合計	753,371	755,321	△ 1,950

支出の部（単位：千円） △はマイナス

科目	決算額	予算額	増減 (決算額-予算額)
介護納付金	674,260	674,260	0
介護保険料還付金	69	478	△ 409
積立金	0	1,000	△ 1,000
予備費	0	79,583	△ 79,583
支出合計	674,329	755,321	△ 80,992

残金処分

一般勘定

8,008,391千円-7,317,690千円= 690,701千円

内訳 別途積立金……………690,597千円
財政調整事業繰越金…………… 104千円

介護勘定

753,371千円-674,329千円= 79,042千円

内訳 準備金…………… 79,042千円

一般勘定

収入の部（単位：千円） △はマイナス

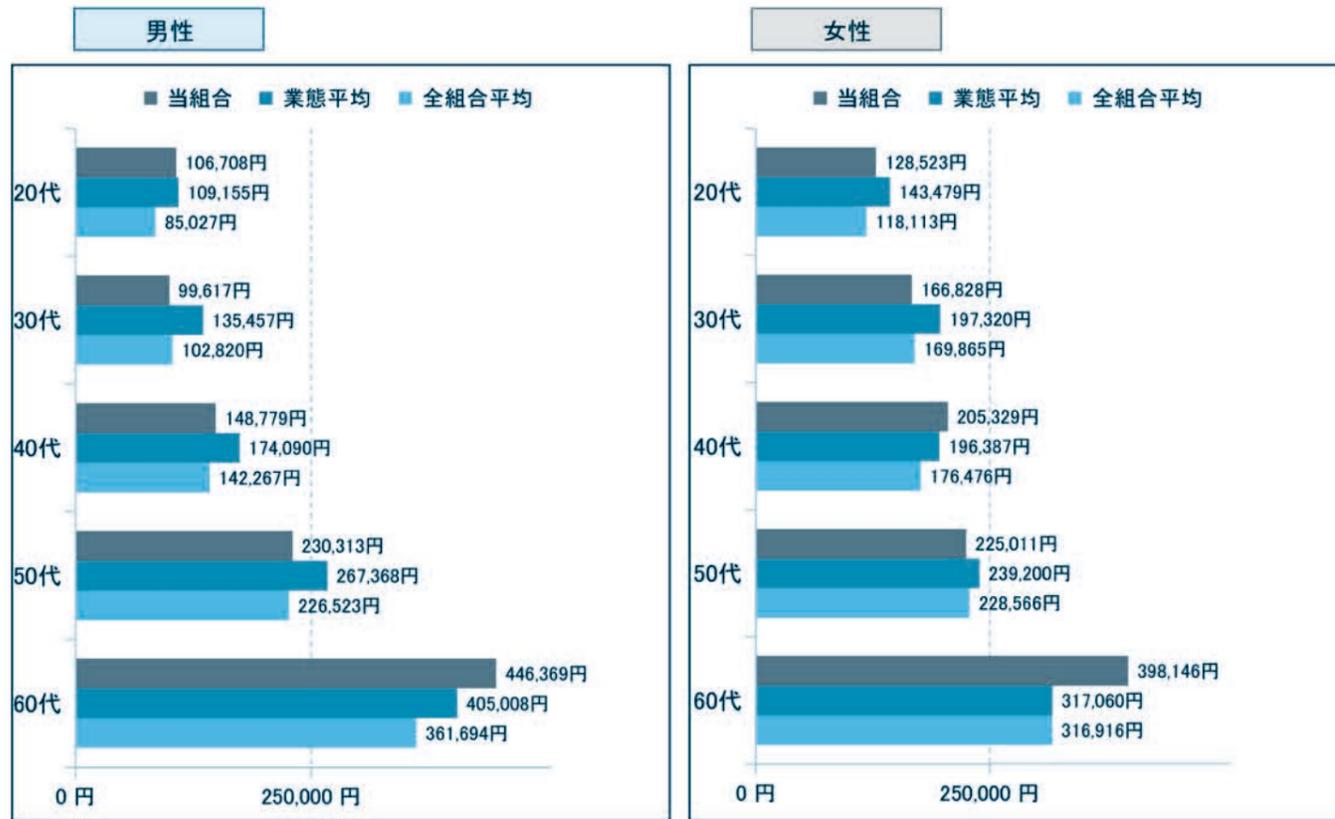
科目	決算額	予算額	増減 (決算額-予算額)
健康保険収入	7,093,907	7,086,765	7,142
調整保険料収入	96,413	97,166	△ 753
繰入金	600,000	630,000	△ 30,000
国庫補助金収入	61,239	505	60,734
財政調整事業交付金	140,950	65,000	75,950
雑収入	15,882	14,571	1,311
収入合計	8,008,391	7,894,007	114,384
経常収入合計	7,105,477	7,130,654	△ 25,177

支出の部（単位：千円） △はマイナス

科目	決算額	予算額	増減 (決算額-予算額)
事務費	198,379	267,482	△ 69,103
保険給付費	4,248,061	4,214,802	33,259
納付金	2,434,341	2,470,553	△ 36,212
保健事業費	324,190	401,047	△ 76,857
還付金	598	2,950	△ 2,352
財政調整事業拠出金	96,280	97,166	△ 886
営繕費	0	3,800	△ 3,800
連合会費	3,621	4,036	△ 415
積立金	10,000	10,000	0
雑支出	2,220	6,001	△ 3,781
その他	0	416,170	△ 416,170
支出合計	7,317,690	7,894,007	△ 576,317
経常支出合計	7,221,402	7,376,831	△ 155,429

※端数処理のため、一部合計が合わない場合があります。

当組合の医療費概要



【当組合の1人あたり医療費の状況】

	加入者全体	男性	女性
医療費	209,754円	260,894円	189,476円
医科医療費	146,859円	194,653円	127,907円
歯科医療費	21,548円	16,698円	23,471円
調剤医療費	41,347円	49,543円	38,098円

【男女別・年代別1人あたり医療費の状況】

	男性				
	20代	30代	40代	50代	60代
当組合	106,708円	99,617円	148,779円	230,313円	446,369円
業態平均	109,155円	135,457円	174,090円	267,368円	405,008円
全組合平均	85,027円	102,820円	142,267円	226,523円	361,694円

	女性				
	20代	30代	40代	50代	60代
当組合	128,523円	166,828円	205,329円	225,011円	398,146円
業態平均	143,479円	197,320円	196,387円	239,200円	317,060円
全組合平均	118,113円	169,865円	176,476円	228,566円	316,916円

令和5年度版(令和4年度実績分) 健康スコアリングレポートが届きました

厚生労働省・日本健康会議・経済産業省が作成

「健康スコアリングレポート」は、健保組合等の保険者がデータヘルスを強化し企業の健康経営との連携を推進するため、厚生労働省、日本健康会議、経済産業省が連携し従業員等の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取り組み状況をスコアリングし、通知するものです。このたび、令和4年度の実績分が届きました。ぜひ詳細をご確認され、ご自身の生活習慣の改善等にお役立てください。

当組合の医療費概要

【当組合の医療費の状況】1人あたり医療費と性・年齢補正後標準医療費の推移



	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度
1人あたり医療費	174,513円	177,471円	179,843円	188,533円	209,754円
性・年齢補正後標準医療費	166,918円	171,971円	164,896円	179,864円	193,760円

【当組合の1人あたり医療費(2022年度)】

当組合	性・年齢補正後標準医療費	性・年齢補正後組合差指数
209,754円	193,760円	1.08

参考: 当組合の男女別・年代別1人あたり医療費(2022年度)

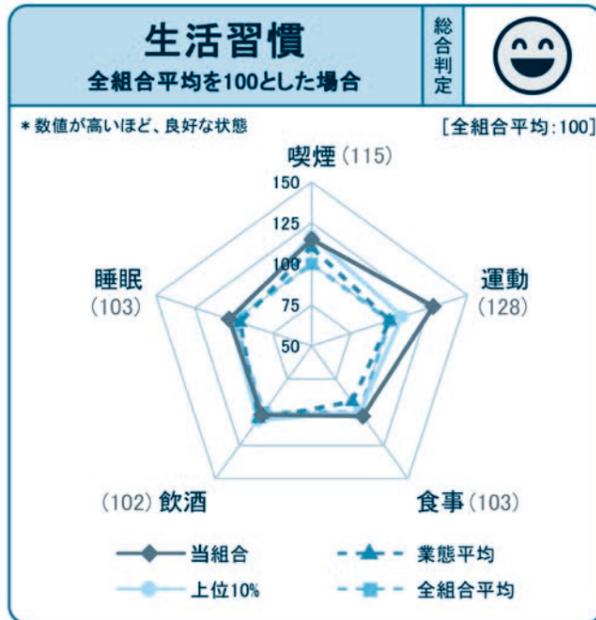
	男性	女性	20代	30代	40代	50代	60代
当組合	260,894円	189,476円	125,462円	156,319円	194,653円	226,687円	423,491円
業態平均	189,925円	197,545円	133,330円	178,728円	190,479円	246,187円	346,669円
全組合平均	169,577円	181,951円	99,951円	134,300円	158,896円	227,499円	341,443円

※性・年齢補正後組合差指数とは、医療費の組合差を表す指標として、1人あたり医療費について、加入者の性・年齢構成の相違分を補正し、全組合平均を1として指数化したもの。指数が1より高いほど、全組合平均と比較して性・年齢補正後の医療費が高い傾向であることを示す。

当組合の生活習慣

【当組合の生活習慣】適正な生活習慣を有する者の割合

※ 生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。



生活習慣の経年変化	2020	2021	2022	ランクUPまで (*1)	
喫煙	当組合	117	115	115	最上位です
	業態平均	110	110	110	
	上位10%	117	116	117	
運動	当組合	132	132	128	最上位です
	業態平均	101	101	100	
	上位10%	116	116	108	
食事	当組合	101	99	103	あと 92人
	業態平均	92	92	92	
	上位10%	99	95	100	
飲酒	当組合	102	102	102	あと 32人
	業態平均	105	105	105	
	上位10%	104	105	106	
睡眠	当組合	100	103	103	あと 88人
	業態平均	96	96	96	
	上位10%	101	100	102	

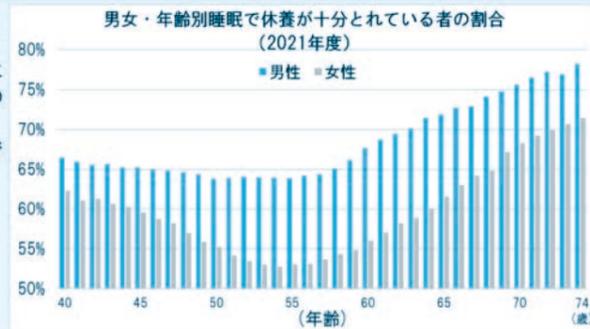
※ 2022年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

※ 上位10%は業態ごとの「総合スコア」上位10%の平均値を表示。ただし、業態内の組合数が20以下の場合は、全組合の「総合スコア」上位10%の平均値を表示。
(*1)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(リスク対象者を減らす人数)を記載。

【コラム】生活習慣を見直し、睡眠で休養を十分とりましょう！

特定健診の睡眠に関する質問の結果を男女・年齢別にみると、40代から50代半ばにかけて睡眠で休養が十分とれている者の割合が低下しています。特に女性ではその傾向が顕著に表れており、その低下の程度が大きくなっています。少しでも良い睡眠習慣を身につけられるように、睡眠環境や生活習慣を可能な範囲で見直すように促しましょう。

※睡眠に関する質問票の回答がある被保険者のみを対象に算出
※2022年度報告(2021年度実績)データより算出
※睡眠で休養が十分とれている者の割合…特定健診の睡眠に関する質問「睡眠で休養が十分とれている」に「はい」と回答した者の数/特定健診の睡眠に関する質問に回答した者の数



(注)【本レポートにおけるデータ対象】

- ・医療費：全加入者 / 特定健診(健康状況・生活習慣)：40歳～74歳。
- ・データが存在しない場合、非表示。計算不能の場合「-」を表示、健康状況・生活習慣・医療費は、対象となる加入者数50名未満の場合「×」を表示。

・2023年4月1日以前に合併のあった組合の2022年度分の医療費については、合併前の各組合のデータを合算して表示。

■ 判定基準値(全組合平均を100とした場合)



当組合の後発医薬品の使用割合(数量シェア)の推移

	2019年 3月診療分	2020年 3月診療分	2021年 3月診療分	2022年 3月診療分	2023年 3月診療分
後発医薬品の使用割合	63.7%	67.8%	68.6%	69.2%	72.7%

※実績年度の集計値ではなく、3月診療分の集計値。

当組合の予防・健康づくりの取組状況と健康状況の概要

【当組合の特定健診・特定保健指導の実施状況】

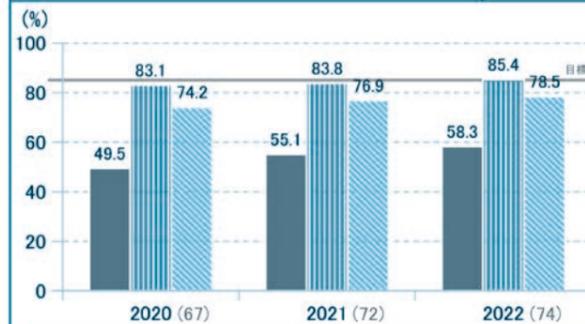
特定健診・特定保健指導



総合	組合順位	140位 / 255組合
全組合順位		901位 / 1,378組合

特定健診の実施率

1ランクUPまで (*1) あと 1,236人

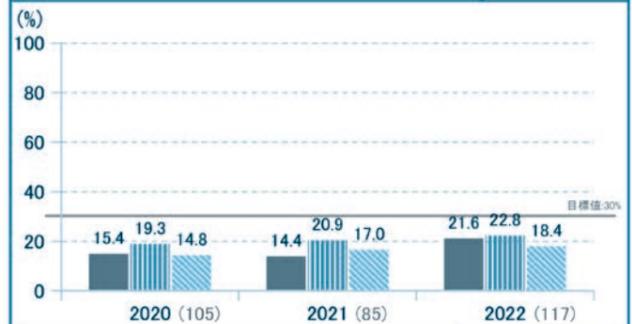


特定健診の実施率	2020	2021	2022
当組合	49.5%	55.1%	58.3%
業態平均	83.1%	83.8%	85.4%
総合組合平均	74.2%	76.9%	78.5%

※ 目標値は、第3期(2018～2023年度)特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標。
※ 順位は、保険者種別(単一・総合)目標の達成率の高い順にランキング。
※ ()内の数値は、総合組合平均を100とした際の当組合の相対値。
※ (*1)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(実施人数)を記載。

特定保健指導の実施率

1ランクUPまで (*1) あと 62人



特定保健指導の実施率	2020	2021	2022
当組合	15.4%	14.4%	21.6%
業態平均	19.3%	20.9%	22.8%
総合組合平均	14.8%	17.0%	18.4%

■ 当組合 ■ 業態平均 ■ 総合組合平均

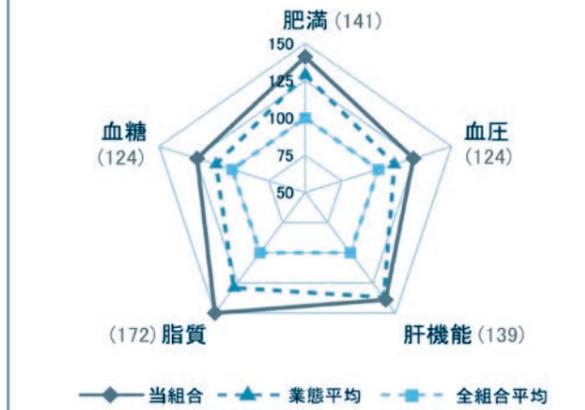
健康状況

全組合平均を100とした場合



* 数値が高いほど、良好な状態

[全組合平均:100]



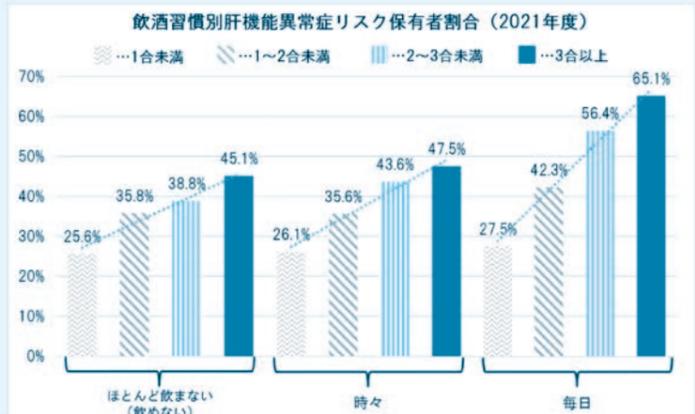
※ 2022年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

健康状況の経年変化	2020	2021	2022	
肥満	当組合	140	141	141
	業態平均	130	129	129
血圧	当組合	121	117	124
	業態平均	112	111	111
肝機能	当組合	142	138	139
	業態平均	142	139	137
脂質	当組合	162	169	172
	業態平均	128	129	129
血糖	当組合	111	114	124
	業態平均	109	111	111

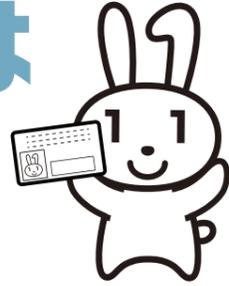
【コラム】適度な飲酒で健康な肝臓を！

飲酒習慣別に肝機能異常症のリスク保有者割合をみると、1回の飲酒量が「1合未満」では、肝機能異常症のリスク保有者割合は飲酒頻度によらずほぼ同程度です。しかしながら、飲酒頻度が同じ場合、1回の飲酒量が多いほど肝機能異常症のリスク保有者割合は高くなり、1回の飲酒量が「1合未満」から「3合以上」に増加すると肝機能異常症のリスク保有者割合は「ほとんど飲まない」「時々」では約1.8倍に、「毎日」では約2.4倍に上昇します。健康な肝臓を保つために、休肝日を作る、飲む量を1合減らす等、適度な飲酒習慣を心掛けるよう促しましょう。

※飲酒状況に関する質問票の全てに回答がある者のみを対象に算出
※2022年度報告(2021年度実績)データより算出
※肝機能異常症のリスク保有者…AST 31U/L以上、ALT 31U/L以上、γ-GTP 51U/L以上のいずれかに該当する者(健康スコアリングレポートと同一の定義)



マイナ保険証の準備は進んでいますか？



※マイナ保険証：保険証利用登録をしたマイナンバーカード

すでにご案内のとおり、従来の保険証は今年の12月2日に廃止され、マイナンバーカードに一体化されます。マイナンバーカードの保険証利用登録はお済みですか？

「資格情報のお知らせ」は届いていますか？

あなたの健康保険の資格情報とマイナンバーの下4ケタを記載した「資格情報のお知らせ」を、加入員の皆さまにお届けしています。内容に誤りがないかご確認のうえ、大切に保管してください。

「資格情報のお知らせ」はこんなときに使います

1 医療機関にカードリーダーがないとき 不具合でカードリーダーが使えないとき

「マイナンバーカード」と「資格情報のお知らせ」をセットで提示することで、保険診療が受けられます。

2 健保組合に申請するとき

健保組合に各種の申請をする際は、記号・番号の記載が必要です。従来保険証の廃止後も「資格情報のお知らせ」があれば記号・番号をご確認いただけます。

※令和7年12月1日までは従来の保険証も利用できます。

「資格情報のお知らせ」のイメージ



① 下4桁に間違いがないかご確認ください。

② 切り取ってマイナンバーカードとセットで携帯できます

※様式は変更される場合があります。

現在の保険証は**令和6年12月2日**に廃止されたあと、
1年の経過措置後に**使えなく**なります。
今のうちからマイナ保険証で受診しましょう！

健康企業宣言[®]で 職場の健康づくりを！

従業員が健康でいることは、事業主にとってとても大切なことであり、かつリスク管理の一環でもあります。

「健康企業宣言」は、事業主が先頭に立ち、組織全体で健康づくりや職場環境の改善に取り組むことを宣言するものです。一定の成果を上げた場合は「健康優良企業」として認定されます。

※「健康企業宣言」は、全国健康保険協会の登録商標です。

企業のイメージアップに寄与

「健康企業宣言」を行うことで、従業員の健康管理に対する意識が変わり、従業員が健康になれば生産性の向上につながります。「健康企業宣言 宣言の証」や「健康優良企業 認定証」といった成果物を社内掲示したり、対外的な広報に使用すれば、企業のイメージアップにつなげることも可能です。



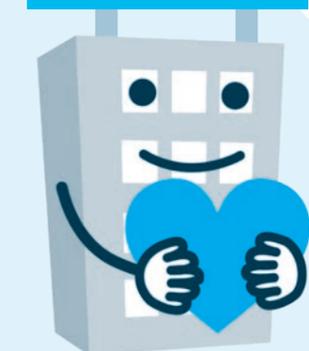
職員の健康を大切にしてくれるんだ！

どうせ働くなら職場には大事にしてほしい



気持ちよく働けそう♪

健康優良企業



健康づくりへの取り組みを 健保組合がサポートします

● 健保組合が実施している「保健事業」は、加入員の健康増進を目的としたものです。各種事業におけるデータを提供することができます。

● 活用可能な外部リソースをご紹介します。

健康企業宣言の取り組みにあたっては、専門家による支援として東京商工会議所「健康経営アドバイザー制度」を利用することも可能です。

組合日誌

令和6年6月から令和6年7月まで

6.6.20 監査および事務検査

去る6月20日(木)、当組合会議室において、監事による監査が実施され、事務執行状況並びに収入支出決算について、諸帳簿、証拠書類、その他各種届書などと照合した結果、適正かつ良好と認められました。

6.7.2 理事会

■議案事項

1. 令和5年度事業報告及び収入支出決算に関する件
2. 令和5年度収入支出決算残金処分(案)に関する件
3. 財産の管理(案)に関する件
4. 事務連絡費に関する件

■協議事項

1. 健康保険委員総会の議題等について

6.7.16 組合会

■議案事項

1. 令和5年度事業報告及び収入支出決算に関する件
2. 令和5年度収入支出決算残金処分(案)に関する件



公告

事業所編入による組合規約の一部変更がありましたので、公告します。 理事長 井上 恵司

さとみデンタルオフィス	新宿区西新宿8-14-18
ソウデンタルオフィス	江東区東雲1-9-18
高津矯正歯科	世田谷区玉川3-15-6
都電わせた駅前歯科	新宿区西早稲田1-23-13
ワンダーランドデンタル	江東区亀戸7-10-1
医療法人社団春江会	渋谷区西原3-32-6
公益社団法人東京都向島歯科医師会	墨田区東向島5-9-17
桂歯科医院	江東区大島1-1-5
はただデンタルクリニック	渋谷区本町3-49-16
いちかわ歯科医院	大田区大森中1-2-25
神楽坂さいとう歯科・矯正歯科	新宿区矢来町118
医療法人社団桜栄会 ライフ錦糸町歯科クリニック	墨田区錦糸1-5-14
医療法人社団一帆会	台東区根岸3-13-5

組合事業概況

令和6年7月末現在

事業所数		3,323	件
被保険者数	男	3,526	人
	女	11,872	人
	合計	15,398	人
被扶養者数	男	1,688	人
	女	2,383	人
	合計	4,071	人
平均標準報酬月額	男	620,239	円
	女	314,579	円
	平均	384,572	円

スマホにも対応

当組合のホームページをぜひご利用ください!

健康保険のしくみや各種補助金のご案内など役立つ情報が満載!
当組合からのお知らせをいち早くチェックできるほか、各種申請書のダウンロードもできます!

<https://www.t-shikakenpo.or.jp/>



令和6年度 健康ウォーキングのご案内

万葉の歴史と 自然あふれる秋の国分寺散策

被保険者・被扶養者の皆様の健康保持増進を図るため、公益社団法人東京都歯科医師会と共催の健康ウォーキングを、令和6年11月10日(日)に開催することになりました。皆様、お誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。



日時 令和6年11月10日(日) 午前10時集合

予定コース 西国分寺駅 → 武蔵国分寺跡 → 国分寺 → おたかの道湧水園(武蔵国分寺跡資料館) → 武蔵国分寺公園 → 都立殿ヶ谷戸庭園



国分寺



武蔵国分寺跡



殿ヶ谷戸庭園

午前10時にスタートし、約1時間45分の行程(約3.5km)です

- コース途中には、アップダウンや階段があります
- おたかの道湧水園(武蔵国分寺跡資料館)、都立殿ヶ谷戸庭園はともに入園します

集合場所 午前10時 JR 西国分寺駅南口(中央線・武蔵野線)

定員 100名(対象は会員・家族・従業員、地区歯科医師会事務局の皆様)
※開催1週間位前に、参加者へウォーキングコース案内図等を送付いたします。

参加費 無料(ただし現地までの往復交通費は、各自ご負担ください)

申込期間 令和6年9月30日(月)～令和6年10月31日(木)

申し込み 申込フォームへ右記コードからアクセスしてください

