

港運健保だより

182
2009.8

本誌をご家庭にお持ち帰りください。



「開国博 Y150」のみなとみらい：(横浜市)

1859年(安政6年)の開国・開港から150周年を迎える、2009年、横浜は未来への「出航」をテーマにその歴史や魅力が満載の博覧会「開国博 Y150」を4月28日～9月27日まで開催。写真はベイサイドエリアのラ・マシン「クモ」で、パイロット気分が味わえます。

……健康診断は必ず受けましょう……

■ 主要目次 ■	平成20年度決算のお知らせ	2
	健康管理室だより(健康管理室利用状況/面接健康相談・テレホン健康相談)	4
	平成20年度健康者・健康家族表彰/告知板	5
	チャレンジウォーキング結果発表/投稿募集	6
	夏季施設(海の家・プール)のご案内	7
	春季バスハイキングが終了しました/秋季バスハイキングのお知らせ	8

こううん-NET ホームページアドレス <http://yokokou.or.jp>

春季バスハイキングが終了しました

埼玉県大宮 鉄道博物館 & 東京お台場散策

4月25日(土)



- 参加者数 145名
- バス 4台



今回の春季家族連れバスハイキングは、埼玉県大宮の鉄道博物館見学と東京お台場の散策コース!

残念なことに当日は朝から雨、しかし元気よく横浜駅西口を出発。大宮の鉄道博物館(鉄博)へ…。

館内では、各時代を代表するSL・機関車、電車そして新幹線等の鉄道車両に乗り込んだり、運転体験を实践する等、大人も子どもも楽しまれた様子…バスは鉄博を後に一路お台場へ…。

昼食は、船の科学館にてランチバイキングを堪能…。

昼食後は、お台場自由散策の予定が雨天のため、大多数の方がフジテレビやアクアシティで見学しながらショッピングをされ、あいにく雨の1日でしたが、参加者のご協力でほぼ定刻に横浜駅に到着し無事終了しました。



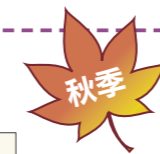
▲物を楽に運ぶには?…体験しよう!!



▲昔なつかしい蒸気機関車



▲船の科学館にてランチバイキング



バスハイキングのお知らせ

初秋の10月10日(土) 体育の日!

ふどうのおみやげ付き!



伝説のロマンが息づく昇仙峡で溪谷の美しさに触れ、秋の味覚ふどう狩りをお楽しみいただくコースです。みなさまのご参加をお待ちしております。

(詳細は9月に会社へご案内します。参加料は大人2,500円、子ども2,000円)

港運健保だより
(第182号)
平成21年8月発行
横浜港運健康保険組合
横浜市中区北仲通り4-1-44
電話045(201)6877

平成20年度 収入支出決算概要表

健康保険		
(単位：千円)		
収入	科目	決算額
	保険料	3,595,839
	国庫負担金収入	2,897
	調整保険料収入	53,667
	繰入金	348,855
	国庫補助金収入	980
	特定健康診査等事業収入	31,033
	財政調整事業交付金	81,843
	雑収入	43,486
	合計	4,158,600

支出		
(単位：千円)		
支出	科目	決算額
	事務費	98,590
	保険給付費	2,124,239
	法定給付費	2,107,905
	付加給付費	16,334
	納付金	1,501,888
	前期高齢者納付金	469,680
	後期高齢者支援金	598,754
	病床転換支援金	389
	日雇拋出金	3,969
	退職者給付拋出金	271,050
	老人保健拋出金	158,046
	保健事業費	202,266
	営繕費	72,640
	財政調整事業拋出金	53,674
	連合会費	2,921
	積立金	18,500
	その他	1,073
	合計	4,075,791

〈決算残金処分〉		
(単位：千円)		
収支差引	種別	金額
	準備金	52,809
	別途積立金	30,000
	合計	82,809

介護保険		
(単位：千円)		
収入	科目	決算額
	介護保険収入	306,941
	繰入金	15,000
	雑収入	40
	合計	321,981

支出		
(単位：千円)		
支出	科目	決算額
	介護納付金	305,418
	合計	305,418

〈決算残金処分〉		
(単位：千円)		
収支差引	科目	金額
	介護準備金	16,563
	合計	16,563

は、景気の悪化などで6年連続の減少となり、前年度より3,381円減の373,000円にまで下がる等、大変厳しい財政状況です。

この結果、保険料収入は組合の収入全体の86・5%を占める、35億9,584万円となっています。保険料以外の収入につきましては、概要表およびグラフをご参照ください。

支 出

●納付金は保険料収入の約42%

支出の大半を占めるのは、みなさまやご家族の医療費支払い等に充てた保険給付費で21億2,424万円、支出

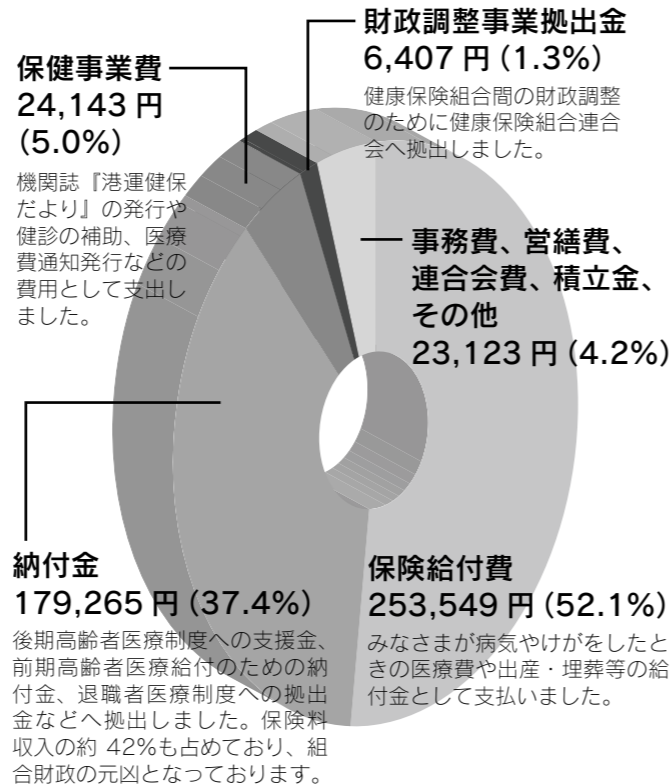
全体の52・1%、保険料収入の59・7%も占めています。

また、組合財政の元凶である納付金は、前年度比3億4,710万円の減少とはいえ、全体の36・85%、保険料収入の41・77%を占めて、保険給付費との合計は保険料収入に対し100・84%となつてしまひ、現行の保険料率では組合運営が維持できない大変厳しい状況で、別途積立金より3億5,000万円弱の繰り入れを要した赤字決算となりました。

なお、これ以外の支出につきましては、概要表およびグラフをご参照ください。

被保険者1人当たりで

支出 486,487円



わが国の社会保障制度は、国民にとって重要な役割を担う制度にもかかわらず、急速な少子高齢社会の進展などに伴い、社会保障費が増大し、「年金・医療・介護」の制度自体が立ち行かなくなつてきており、消費税議論を含めて安定的な財源の確保が急務となっています。

中でも医療保険制度を取り巻く環境は大変厳しい状況に置かれています。平成20年度から施行された新たな高齢者医療制度での健保組合からの支援金・納付金の負担が重く、大不況下で収入増が見込まれないため、解散に追い込まれる健保組合があるなど危機的状況にあります。

しかし、この高齢者医療制度は受益者である高齢者をはじめ、医療機関・健保組合・学識経験者といった多くの

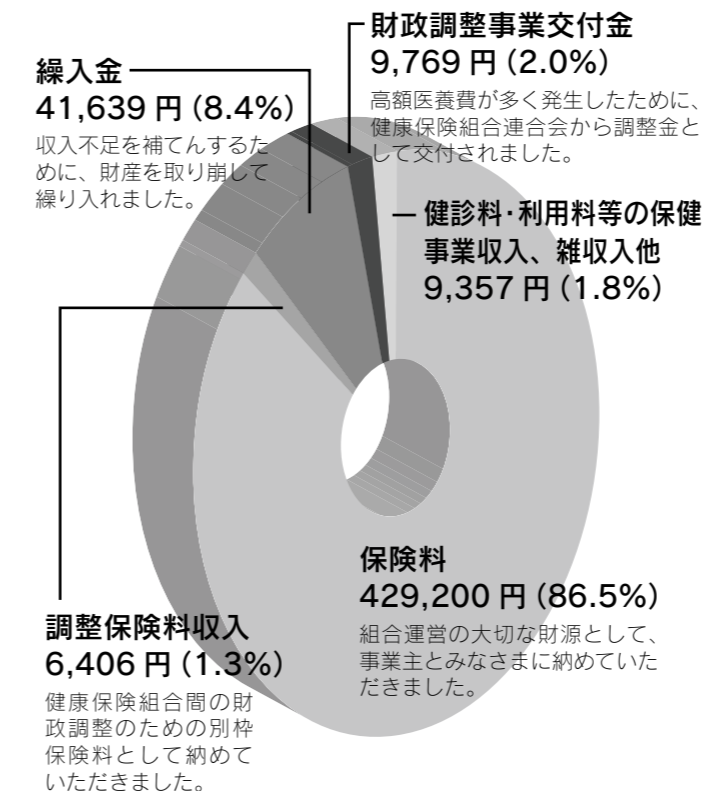
収 入

●平均標準報酬月額6年連続減少

保険料収入の基礎となる被保険者数は、不況下で人員削減が著しいものの、編入事業所があつたため、前年度より117名増の8,378名となりました。しかし、平均標準報酬月額

決算を見てみると…

収入 496,371円



引き続き
財政健全化に向けて
全力で取り組みます



健康保険組合を取り巻く情勢

方から、制度の仕組みなどが不十分である旨の指摘を受けて、現在始まったばかりの制度を見直すべく、厚生労働省内に検討会・審議会が設けられています。

当健保組合では、今後とも健保連や関係団体と一層の連携を図りながら、みなさまの健康の保持増進を主眼として事業運営並びに健保組合制度の維持・発展のために努力してまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

平成20年度決算がまとまりました

保険料収入の約42%も占める納付金の影響で、**厳しい経常赤字決算に！**

当健保組合の平成20年度決算がまとまり、去る7月10日に保健センター大会議室にて第179回組合会が開催され、可決・承認されましたので、その概要をお知らせいたします。

健康管理室利用状況の結果が まとまりました

平成20年度の健康管理室利用状況は、定期健康診断、生活習慣病健診、各種検査から予防接種、健康相談まで10、533名の方々にご利用いただきました。
また、保健師が各事業所を訪問して行う巡回健康相談は62事業所、338名の方が受けられました。
検診・検査を受けた方の総検査数は、37、131件で、胃検査により胃がん1名、表在型食道がん1名、便潜血検査により大腸がん2名、胸部X-Pでは原発性肺がん1名が、またエコー(超音波検査)により肝細胞がん1名が、前立腺検査により前立腺がん1名と、計7名のがんが発見されました。この他にもポリープ、胆のう結石なども早期に見つかり、みなさまの早期発見・早期治療にお役立ていただいております。



●健康管理室の検査時における判定内訳 (単位：件)

検査項目	検査総数(名)	判定内訳					
		異常なし	要観察	要精検	要加療	加療中	再検
胃検診	1,526	1,272	14	239		1	
便潜血	2,420	2,269		147			4
血液検査	4,617	1,244	1,309	244	916	319	585
眼底検査	2,855	2,773	12	52	1	17	
心電図検査	4,660	4,136	497	9	1	16	1
胸部X-P	5,503	5,429	39	18		4	13
血圧	5,532	3,630	909	7	165	617	204
検尿	5,462	4,893	272		1	30	266
眼圧検査	2,813	2,743	5	43	2	20	
エコー	1,001	418	547	34	2		
子宮がん	71	63	6	2			
乳がん	74	63	7	4			
前立腺検査	597	583		14			
総数	37,131	29,516	3,617	813	525	1,024	1,073



面接健康相談をご利用ください

医師または保健師による面接健康相談を毎日実施しています
●予約制…無料 ●申込先…健康管理室

テレホン健康相談を毎日実施しています

病気や健康に関する悩み、相談なら何でもお受けします。ご家族から、職場から、みなさんの声をお待ちしております。
●月曜日～金曜日 午前10時～午後4時まで
●土曜日は健康管理室の休診日です
健康管理室：☎045(201)0656(直通)



平成20年度

健康者・健康家族表彰

おめでとう!

●健康者(単身者)590名、
●健康家族33世帯、
合計623名のみなさま



毎年、保健事業として実施している健康者・健康家族の平成20年度表彰者が決定しました! 該当されたみなさま、おめでとうございます。

本年度の健康者・健康家族表彰は、平成20年4月より21年3月末までの1年間、健康を保持され、一度も保険診療を受けられなかった健康者(単身者)590名と健康家族33世帯の計623名の方が該当されました。

該当されたみなさまには、事業所を通じて理事長の挨拶状とともに記念品として健康者にはテイク・ユア・チョイス「カーネーション」を、健康家族にはテイク・ユア・チョイス「リリー」が贈呈されました。
表彰を受けられたみなさまの健康を讃えて、心よりお祝い申し上げます。今後も、ますます健康の保持増進につとめられ、ご活躍くださるようお願い申し上げます。



告知板

組合会理事・監事・議員の 就退任のお知らせ(敬称略)

就任
平成21年6月に退任された理事・監事・議員の補充選挙並びに補充選定が7月10日に執行され、左記の新理事・新監事・新議員が就任されました。どうぞ、当組合の健全な発展のためにご尽力くださるようお願いいたします。



退任

平成21年6月で左記の方々方が退任されました。長い間、当組合の事業運営に参画され、ご尽力いただきましたことにお礼申し上げます。

- 互選理事 加藤 武雄
ケイヒン株式会社
- 互選監事 辻 克行
株式会社北村回酒店
- 選定議員 中臣 誠
東海急送株式会社
- 互選理事 西根 篤雄
ケイヒン株式会社(平成21年6月26日付)
- 互選監事 池田 勉
トナミ国際物流株式会社(平成21年6月16日付)
- 選定議員 辻 克行
株式会社北村回酒店(平成21年6月30日付)

海の家 プールのご案内

夏をエンジョイしよう!

開設期間 7月1日(水)～8月31日(月)

サマーシーズン真っ只中です!

みなさん、この夏のレジャープランはお決まりでしょうか?今年も当健保組合では、真夏の健康・体力づくりのために、夏季施設を開設しています。ご家族や職場の仲間にご利用になり、自然の中で心身を大いにリフレッシュしてください。



海の家・プールの利用にあたって

海の家・プール利用券

- 海の家「はるひら丸」(伊東海岸)
- 馬堀水泳プール

「海の家・プール利用券申込書」に必要枚数を記入してお申し込みください。後日、使用した枚数により清算していただきます。精算は9月10日までにお願います。なお、海の家「はるひら丸」は無料です。

前払い券

- 横浜プールセンター
- 本牧市民プール

「プール(前払い)申込書」に利用料を添えてお申し込みください。利用料の払い戻しはいたしませんのでご注意ください。

*詳しくは健保組合保健施設課まで
TEL 045 (201) 6877



▲横浜プールセンター



▲本牧市民プール

施設名	区分	一般料金	利用料	利用時間	交通機関
横浜プールセンター 本牧市民プール	大人	800円	340円	1日	JR 根岸駅下車
	3歳~中学生	200円	60円		バス本牧市民公園下車
馬堀水泳プール	大人	450円	150円	3時間	京浜急行馬堀海岸駅下車
	3歳~中学生	180円	80円		
海の家「はるひら丸」		無料		1日	JR 伊東駅下車

チャレンジ・ウォーキングの結果発表

九州路をあるこうヨ!

|Part2|
出水～北九州



「無理なくできる・継続できる・ダイエットもできる」をテーマに生活改善の概念を取り入れたチャレンジ・ウォーキングに132名の方々がエントリーされました。
今回は平成21年4月から6月までの3カ月(91日間)にご自分で申告した目標歩数(ペーシング1日5000歩以上)の完歩に挑戦された勇氣ある「ウォーカー」のみなさんの結果とご意見・ご感想を紙上で紹介いたします。(残念ながら途中で挫折され、記録票を提出されなかった方は36名でした)

達成賞 (91日間)	努力賞 (80～90日間)	参加賞 (50～79日間)	ダイエット賞 (5%)
62名	20名	14名	7名
<p>万歩計をつけてから1日が始まる。その日に歩いた歩数を、その日の夜に確認することが大変楽しみ。とにかく動くこと、歩くことが日々の大切な習慣になりました。</p> <p>(K・Sさん 54歳男)</p>	<p>会社の行き帰り、犬の散歩で平均 10,000 歩にはなったものの達成日数が足りなかった。有酸素運動を取り入れたウォーキングができなかったのも残念。次回を目指して努力します。</p> <p>(K・Iさん 52歳女)</p>	<p>土・日曜日になると極端に歩かないことが多いのを痛感しました。</p> <p>(Y・Sさん 40歳女)</p>	
<p>今回は3カ月と、とても長かったけれど、ごく自然にできました。春季チャレンジは終わりましたが、日頃もたくさん歩くよう心がけていきたいと思えます。</p> <p>(C・Uさん 37歳女)</p>	<p>通勤で利用しているバスを敬遠して歩いた分、順調に歩数が増えましたが、途中挫折してしまいました。</p> <p>(Y・Mさん 44歳女)</p>	<p>1カ月目は万歩計をつけていたが、2カ月目あたりの土・日曜日に万歩計のつけ忘れが多かった。</p> <p>(K・Mさん 41歳男)</p>	
<p>コンスタントに毎日、目標設定歩数をクリアするには、普段から歩くことを習慣にしていなくて大変であることがわかった。</p> <p>(N・Mさん 59歳男)</p>	<p>累計歩数の優勝者へ特別賞を設定したら良いと思いますが。</p> <p>(Y・Hさん 47歳男)</p>	<p>休日は外出しないと全く動かないので、これから運動を心がけたい。</p> <p>(A・Kさん 25歳女)</p>	
<p>休日・雨の日といかに歩くかということに苦労しました。自動車やバイクに頼らず、歩くことに意義があると思えました。</p> <p>(H・Nさん 55歳男)</p>	<p>*Y・Hさんは今回 113 万歩強でしたが、他の人で 200 万歩を超えている人もいます。組合では、歩数を競うのではなく健康の考えを考えていますので、優勝制度は考えていません。ご理解いただきますようお願いいたします。</p>	<p>健康を毎日、意識できて、とても良い企画だと思います。</p> <p>(F・Iさん 33歳男)</p>	
<p>1日の目標に向かって自分なりに頑張りました。3カ月間長かったなあ…。でも楽しくウォーキングしたことがうれしく、私の夢にむかって歩きます。</p> <p>(S・Kさん 67歳女)</p>			



お便り
お待ちしております…!

本誌『港運健保だより』では、みなさんからの作品を募集しています。
バスハイキングやウォーキングへの参加や保養所利用の感想文、あるいは人間ドック受診や闘病生活の体験記、随想、写真、組合への提言など…(題材は問いません)。

次の要領により投稿してください。
(1) 作品は、eメール kenpo@yokokou.or.jp または封書にて。
(2) 住所・氏名・年齢・会社名を忘れずに。
(3) 宛先
〒231-0003 横浜市中区北仲通り4-44
横浜港運健康保険組合
『港運健保だより 企画係』まで
投稿された方にはもれなく記念品を、掲載分には薄謝を差し上げます。
なお、投稿作品は原則として返却いたしません。応募の際の個人情報、当該事業の目的にのみ使用します。