

いきいきつうしん

協会けんぽ 2021(令和3)年度決算(見込み)のお知らせ

2021年度の決算(見込み)のポイント

2021年度決算は、前年度から一転して、減少していた医療費の反動増等によって医療費が新型コロナの感染拡大前の水準を上回り、支出が大きく増加しました。そのため、2021年度決算の収支差は2,991億円となり、前年度の6,183億円から大幅に減少しました。
※詳しくは、協会けんぽホームページをご覧ください。

2021年度決算(見込み) | 医療分

収入	11兆1,280億円	(+3,630億円)
支出	10兆8,289億円	(+6,822億円)
収支差	2,991億円	(▲3,192億円)
準備金	4兆3,094億円	(+2,991億円)

※()内は、対前年度比。

保険給付費 61.9%

協会けんぽが医療機関に支払う費用や、傷病手当金等の支払いに要する費用

保険料収入 88.6%

被保険者・事業主の皆さまに納めていただいている保険料

高齢者医療への拠出金等 34.3%

高齢者の皆さまの医療費の一部を現役世代が負担しています。その額は、支出の約1/3を占め、重い負担になっています。

今後、団塊の世代が75歳以上となることによって、特に2023年度以降、高齢者医療への拠出金の増加が見込まれています。

支出

約10.8兆円

収入

約11.1兆円

健診・保健指導経費 1.2%

その他の支出 1.9%

協会事務費 0.7%

国からの補助金 11.2%

その他の収入 0.2%

Q. 2021年度の決算は黒字額が大幅に減少しましたが、協会けんぽの財政は今後どのような見通しなのでしょうか？

A. 協会けんぽの財政は、以下の理由から楽観を許さない状況です。

- ・被保険者数の伸びが鈍化傾向にあることや、不透明さを増す経済状況等によって、コロナ禍前のような保険料収入の増加が今後も続くとは期待できません。
- ・支出面では、医療給付費がコロナ禍前の水準を上回って推移していることや、今後、団塊の世代が75歳になり始め、後期高齢者が増加することによって、高齢者医療への拠出金の増加が見込まれています。

こうした状況を踏まえ、協会は、将来を見据えて、加入者の健康増進の取り組みを中心とした医療費の適正化をさらに推進するとともに、安定した財政運営に努めてまいります。

2021(令和3)年度 山口支部の事業報告(抜粋)

- 健診機関の不足地域で集団健診を実施し、受診機会の拡大及び受診率の向上を図ることができました。
- 保健指導の実施方法に新たなツール(遠隔面談)を加え、実施数の増加を図ることができました。
- 健診結果をもとに、医療機関の受診が必要な方への受診勧奨を実施していますが、受診率が伸び悩んでいます。
- 山口県薬剤師会や市町とも連携し、ジェネリック医薬品使用割合が全国平均を上回ることができました。

加入者の皆様・事業主様にご協力をお願いします。

～医療費適正化、将来の医療費の節約の取り組み～

加入者の皆様へ

□ 年に1回健診を受け、健診結果を振り返りましょう。

疾病の早期発見・重症化予防のためにも年一回健診を受けましょう。
健診は、生活習慣の改善の必要性や病気を発見するための手段です。
健診結果をふまえた生活習慣の改善や医療機関への早期受診が大切です。

▶▶▶ 35歳以上の被保険者(ご本人)には「生活習慣病予防健診」がおすすめです。

※定期健康診断+がん検診(肺・胃・大腸)3つで自己負担額約7,000円

健診



健診結果の
ふりかえり



□ 特定保健指導の利用・医療機関の早期受診

健診結果をふまえて・・・

- 生活習慣の改善が必要な方
→ 特定保健指導を利用して生活習慣を見直しましょう。
- 医療機関への受診が必要な方
→ 医療機関を受診しましょう。



保健指導

□ 薬はジェネリックを利用しましょう。

ジェネリック医薬品とは先発医薬品と同一の有効成分を含み、効き目が同等であると国が承認したお薬です。先発医薬品より安く、薬代の負担軽減と医療費の節約につながります。



□ コンビニ受診・はしご受診は控えましょう。

診療時間外の受診(コンビニ受診)や同じ病気やけがで複数の医療機関を受診する(はしご受診)は通常の医療費に時間外加算や複数回の初診料等がかかり医療費が高くなってしまいます。受診の前に、本当に必要な受診か再度ご確認ください。



事業主様へ

□ コラボヘルス(健康経営)に取り組みましょう。

「やまぐち健康経営企業認定制度」に参加し、従業員の健康管理に取り組みましょう。



□ 年1回の健診には生活習慣病予防健診をご利用ください。

35歳以上の被保険者(ご本人)の健診には、がん検診(肺・胃・大腸)を含み、健診費用に協会けんぽの補助がある生活習慣病予防健診をご利用ください。健診結果をふまえた特定保健指導(保健師や管理栄養士による健康サポート)が無料で受けられ、疾病の早期発見・早期治療につながります。



□ 定期健康診断(事業者健診)の健診結果の提供をお願いいたします。

40歳以上の被保険者(ご本人)の健診結果の提供をお願いいたします。(生活習慣病予防健診をご利用の場合は必要ありません。)健診結果を提供していただくことにより、対象となった方は特定保健指導(保健師や管理栄養士による健康サポート)が無料で受けられるなどのメリットがあります。





協会けんぽの
保健師に聞いた！

Part. 1

『特定保健指導』って なにをするの？

『特定保健指導』とは、健診の結果、①腹囲(BMI)、②血糖、③脂質、④血圧、⑤喫煙歴から、生活習慣病のリスクの早期発見と重症化を予防するため、国家資格を持った保健師・管理栄養士が、対象者と面談してお一人おひとりのライフスタイルにあった改善をサポートするものです。

▶『特定保健指導』の概要

＜面談で行うこと＞・食生活や運動習慣等についてお尋ね
・実現可能な改善案を保健師等と一緒に検討



「健康管理は個人におまかせ」ではなく、従業員の健康のために事業所ぐるみでご検討ください！
『特定保健指導』で、私たち保健師・管理栄養士がお手伝いします！

『特定保健指導』の具体例の紹介

面談時の状況



Cさん
男性 40歳

Cさんの状況

・体重 66kg ・中性脂肪 216mg/dl
・腹囲 85cm ・空腹時血糖 122mg/dl

➡ 中性脂肪、空腹時血糖は
医療機関への受診が必要となる手前！



～その他、面談時に伺った内容～

- ・流行りのダイエット法で食事回数や量を減らしたが、思うように体重や血糖値の改善がなく、行き詰まる。
- ・課題は食事であり、朝食抜きの1日2食で、夕食が22時と就寝前の食事。食事はごはんと肉中心。
- ・残業と長時間通勤のため、運動する時間がない。

面談で決めた目標

- I 朝食を摂る。
- II 夕方に「補食」を摂る。
- III 野菜摂取量を増やす。

目標のポイント

- I 食間を開けすぎないことを重視し、朝食摂取を勧める。➡**昼食時の血糖値の上昇を抑える。**
- II 夕方に「もち麦入りおにぎり」などを食べる「補食(※)」を勧める。➡「補食」には、食物繊維の多い炭水化物がお勧めで、**遅い夕食時の血糖値の上昇を抑える。**
- III 「食物繊維の多い野菜(海藻、きのこ、豆など)を摂る」、「野菜を先に食べる」といった「血糖値の上昇を抑える食べ方」を勧める。➡**糖の吸収を抑える。**

※「補食」とは、夕食が遅い場合に夕食の一部を先に食べるなどにより、食事の一部を補うことをいう。

翌年の健診結果



Cさん
男性 41歳

Cさんの状況

↓体重 60kg、腹囲 83cm
(-6kg) (-2cm)
↓中性脂肪 146mg/dl
(-70mg/dl)
↓空腹時血糖 98mg/dl
(-24mg/dl)

➡ 中性脂肪、空腹時血糖は
正常範囲内に！



保健師からのコメント

面談で決めた目標を実践することで、血糖値の上昇を抑えやすい食習慣が定着できました。加えて、朝食をきちんと摂ることで疲労感が減少し、3か月後は休日にウォーキングや簡単な筋トレも始められました。

これからも、心身の変化を感じて、楽しみながら自己効力感を高めていくことで、生活習慣病を予防しましょう。

第3回 (1)特定保健指導(健康サポート)を受けましょう。 (2)特定保健指導のプログラムを中断することなく 最後まで継続しましょう。

第3回では、インセンティブ(報奨金)獲得にあたり、評価指標の1つである②特定保健指導の実施率、③特定保健指導対象者の減少率に関して具体的な取組内容をご紹介します。

5つの評価指標

- ①特定健診等の実施率
- ②特定保健指導の実施率
- ③特定保健指導対象者の減少率
- ④要治療者の医療機関受診率
- ⑤ジェネリック医薬品の使用割合

(1)特定保健指導(※)を受けましょう。 ※保健師・管理栄養士による健康サポート

健診結果をもとに、生活習慣の改善が必要な方にご案内をお送りします。ご案内が届いた方は、保健師や管理栄養士の健康サポート(特定保健指導)が無料で受けられます。一緒に生活習慣の改善に取り組みましょう!



本誌P3「『特定保健指導』ってなににするの?」で具体例をご紹介します!



POINT!

健診当日に、特定保健指導(無料)を受けられる健診機関もあります。ぜひご利用ください。

(2)特定保健指導のプログラムを中断することなく 最後まで継続しましょう。

特定保健指導を開始したら、プログラムを中断することなく最後まで継続しましょう。生活習慣の改善は無理なく継続していくことが大切です。保健師や管理栄養士に遠慮なく相談しましょう。



バックナンバー
はこちら↓



令和4年度 被扶養者資格再確認のご協力のお願い

健康保険の被扶養者となっている方が、**現在も被扶養者資格を満たしているかどうかの再確認**を毎年実施しています。加入者のみなさまの保険料負担の軽減につながる大切な確認となりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

確認の対象となる方

令和4年4月1日において18歳以上の被扶養者(協会管掌健康保険)
該当する被扶養者がいない場合は、被扶養者状況リストはお送りいたしません。

送付時期

令和4年10月上旬から10月下旬にかけて順次送付

添付いただく書類

下記に該当する場合、事実を証明する書類の提出をお願いいたします。
・被保険者と別居している被扶養者…仕送りの事実と仕送り額が確認できる書類
・海外に在住している被扶養者…海外特例要件に該当していることが確認できる書類

扶養から外れる方がいる場合

被扶養者状況リストに同封の被扶養者調書兼異動届と該当する方の保険証を協会けんぽへ提出

提出期限

令和4年11月30日(水)

【令和3年度の実績】 ご協力ありがとうございました。

扶養解除者数
約7.3万人

高齢者医療制度への負担軽減額(効果額)
約9億円

