すこやか
No.146
2016

2016年９月末現在

事業所数	20社
被保険者数	1,719人
被扶養者数	1,895人

神戸新聞健康保険組合
神戸市中央区東川崎町1-5-7
☎(078)362-7166

2015年度

50、60代に心臓病急増
総医療費の２割占める

被保険者本人の循環器系疾患、とくに心臓病に伴う医療費が急増中―。神戸新聞健保組合が２０１５年度に要した医療費を分析したところ、トップは「循環器系疾患」で、２割強を占めた。しかも前年度と比べ39％増と急激に増えている。なかでも50歳後半から60歳前半の心疾患が目立ち、重篤化に伴う手術などで医療費も高額化している。これが一時的なものかどうかは今後の動きを注視していく必要があるが、産業医の志手淳也・大阪府済生会中津病院副院長は「常態化しないためにも、日頃から腹八分の食事とウオーキングなど軽い運動を習慣づけることが大切」とアドバイスしている。

２０１５年度における当健保組合の疾病分類別医療費は、１位が「循環器系」で４２０９万円。以下、「呼吸器系」（２１０４万円）、がんなどの「新生物」（２０７３万円）の順。総医療費に占める割合は、「循環器系」が20・61％で、「呼吸器系」10・３％、「新生物」10・15％。さらに前年度からの伸び率をみると、「循環器系」が39・56％の大幅増。「呼吸器系」（０・52％増）、「新生物」（35・11％減）と比べ、突出している。

また、「循環器系」を具体的な疾患でみると、「高血圧性疾患」が16％でトップ。次いで心筋症、心臓弁膜症などの「その他心疾患」が７・91％。狭心症、心筋梗塞などの「虚血性心疾患」が４・７％。年代別では50歳代、60歳代前半に集中し、心筋症や心臓弁膜症は60％、虚血性心疾患は68％を占めている。心疾患によって入院、手術をした人は13人で、医療費総額は２５１１万８２２０円。このうち保険者負担、高額療養費、付加給付費を加え、健保が96％に当たる２４２７万８３１４円を負担した。

被保険者の病気は、本人や

□2015年度疾病分類別医療費総額表

疾病分類	医療費総額(円)	医療費割合(%)	対前年伸び率(%)
循環器系疾患	42,094,390	20.61	39.56
呼吸器系疾患	21,042,000	10.30	0.52
新生物	20,735,090	10.25	-35.11
内分泌・栄養・代謝疾患	20,559,850	10.07	-12.52
消化器系疾患	20,157,320	9.87	21.87
腎尿路生殖器系疾患	19,611,180	9.60	43.34
眼・付属器疾患	11,681,990	5.72	12.88
皮膚・皮下組織疾患	9,746,240	4.77	10.76
筋骨系・結合組織疾患	9,180,290	4.50	6.09
感染症・寄生虫症	6,516,730	3.19	-39.16
神経系疾患	6,096,110	2.98	10.77
精神・行動障害	5,086,770	2.49	-21.73
損傷・中毒・外因性	4,582,880	2.24	-11.71
その他	6,991,550	3.41	43.22

□2015年度循環器系疾患有病者数

		合計	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳
高血圧疾患		269	1	2	5	11	22	42	52	54	66	14
心臓病	虚血性心疾患	79	2	0	1	4	7	6	12	19	23	5
	肺性心疾患・肺循環	3	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0
	その他心疾患	133	2	3	6	5	12	18	26	28	26	7
脳血管疾患		59	1	1	2	1	6	13	9	5	17	4
動脈・細動脈・毛細血管		60	0	1	3	2	10	8	5	11	16	4
静脈・リンパ管・リンパ節		73	2	1	4	15	11	5	13	9	13	0
その他		2	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0

家族の経済的、精神的な負担になるだけでなく、健保財政を大きく圧迫する要因でもある。また、長期の入院、治療は本人の勤務を制限してしまう。まずは定期健康診断を必ず受診し、その結果に基づいた早期治療、生活習慣の見直し等、予防に心がけていただくようお願いしたい。

志手・産業医に聞く
「メタボ」が引き金に
食事改善と運動で予防

心疾患の代表ともいえる狭心症と心筋梗塞について、産業医の志手医師に聞いた。

★狭心症とはどんな病気か

・心臓の筋肉には血液の栄養分を補給する血管が存在し、この血管は心臓を冠状に覆っているため冠動脈と呼ばれている。この冠動脈の血液が供給不足になり、心臓の筋肉が酸素欠乏となって、胸の痛みを感じるのが狭心症。

・「労作性狭心症」は、冠動脈の中に脂がたまって血管がだんだん細くなり、運動をすると血液が足りなくなって痛みが起こる。痛みは数分間続くが、休むと嘘のようにおさまり楽になる。

・「冠攣縮性狭心症」は、血管の機能が正常に働かず、血管が痙攣を起こす。寝ている時など安静時にも起こるため、「安静時狭心症」ともいう。

★狭心症の治療法は

・冠攣縮性狭心症には血管の痙攣を予防するカルシウム拮抗薬を飲んでもらう。

・労作性狭心症では、カテーテル（管）を手首の動脈から冠動脈まで挿入し、細くなった部分に対し風船（バルーン）で拡張。さらにしっかりと拡げるため、ステントという金属の網の筒を入れる。

・ステントを覆う新生内膜が増えすぎて内腔が狭くなり、再び細くなることがある。この再狭窄を防ぐため、通常は免疫抑制剤や抗がん剤を塗った薬剤溶出性ステントを埋め込む。

★心筋梗塞とはどんな病気か

・狭心症は冠動脈が細くなっている状態。心筋梗塞は冠動脈が完全に詰まって酸素と栄養分の補給が途絶し、心臓の筋肉が死んでしまう状態。

・急性心筋梗塞は血管の壁に潜む不安定プラークが急に

寄稿

三好 正文
神戸新聞社淡路総局長

定期健診で命拾いする

県立淡路医療センターでエコー検査を受けた。すぐ、左心房と左心室の間の弁が壊れて閉まらず、血液が逆流していると分かった。幸い早期発見だが、放置すれば心臓が肥大し突然死の可能性がある。

この夏、県立姫路循環器病センターで心臓の手術を受けた。右胸を切開し、左右の心房への血液逆流を防ぐため二つの弁を修復する手術は6時間に及んだ。

春の健康診断で見つかった。心電図＝異常なし▽血液＝中性脂肪が高いのを除けば異常なし▽自覚症状＝なし。ただ、医師が胸に聴診器を当てて言った。「雑音がするから精密検査を受けた方がいいよ」と。

姫路循環器病センターで、手術前のカテーテル検査などを受けた結果、心臓の血管や脳に異常なく、手術によるリスクは低いという。医師の「大きな手術だが、成功率97％」との言葉を信じた。

8月17日に手術。右心房と右心室の間の弁も壊れかけており、修復したという。集中治療室（ICU）に2日間いた後、一般病棟に戻ってからも時々熱が出たが、切開部の痛みが和らいだころ、術後2週間での退院が決まった。

不摂生は厳に戒めなければならないが、心臓弁膜症の原因は加齢や過労が考えられるものの、実際のところよく分からないそうだ。

分かっているのは、健康診断に命を救われたことだ。多忙を理由に健康診断を受けたがらない人がいると聞く。自分の命を守るのは自分しかない。そういえば、手のひらの生命線が急に延びたような。

治すには、手術しかないという。

破裂し、内容物が血管の中に出て血の塊が出来るケースが約7割といわれている。例えれば、冠動脈の壁にニキビができて、それが破れて内腔内に膿が流出したような状態をいう。

・残りの3割が動脈硬化で、血管が細くなり、血の流れが悪くなって詰まるパターン。症状は強い胸の痛みを感じ、冷や汗を伴うことも。痛みは15分以上続く。

★心筋梗塞の治療法は

・カテーテルにより、詰まっている部分を風船で拡張し、血流を再開させる。その後、十分な拡張を得るために金属の筒であるステントを入れるのが一般的。一刻でも早く血の流れを回復させれば心臓の筋肉のダメージは小さくて済む。軽症であれば一週間から10日ぐらいで退院できる。

・冠動脈の付け根が詰まり、心筋梗塞のダメージが大きい場合は、心不全が残ることがあるが、大半は薬で調整することができる。

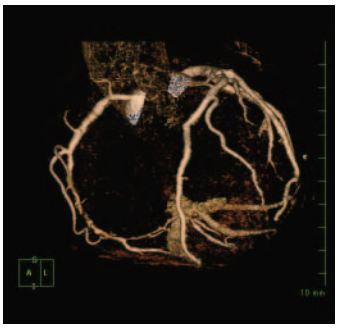
★日常生活で心がけることは

・動脈硬化の原因であるメタボリック症候群にならないよう、食生活に気をつけることが大切。腹八分目を心がけ、魚の脂を主体に摂ると良い。魚に含まれるEPA（エイコサペンタエン酸）やDHA（ドコサヘキサエン酸）は血液をサラサラにし、狭心症、心筋梗塞を抑制する効果が確かめられている。血液中のコレステロール濃度が高い方は、スタチンというお薬を飲むとコレステロールレベルは劇的に減少する。食事療法が困難な方にはスタチンの内服を勧めたい。

・週末はなるべく運動をしてほしい。街中を歩くでも、緩やかな山の中を歩くのでも結構。ただし、心臓病がある人は何か起こった時のために、山の中は避けて街中を歩く方が良いかも。ゆっくりしたスピードで散歩をするなど、軽い運動を長く続けるよう心がけていただきたい。自分の限界に挑戦するような運動はやめたほうがよい。

・男性は60歳以上、女性は70歳以上になると、心臓CT（コンピュータ断層撮影）にて冠動脈の狭窄の有無をチェックされることを勧めたい。外来にて検査可能だが、造影剤を静注静脈する必要があるので副作用の危険性が伴う。しかし、心臓CTで冠動脈狭窄がなければ心筋梗塞の心配はほとんどないので、安心かと思う。

・心臓CTは、近隣の循環器病院にて施行可能。もし、よければ大阪府済生会中津病院、志手外来（月、木の各午前）にお越しいただければ、初診と検査の2回の来院で施行可能。結果説明は来院されなくても説明できる。



心臓CTによる冠動脈狭窄病変の描出

7事業所が100%

2016年春定健受診率

93.0%

今年5月に実施した「2016年度春季定期健康診断」の受診率は93・0%だった。前回「2015年度秋季」より1・9ポイント高まったが、「同年度春季」比ではマイナス0・5ポイントの微減。近年、9割台の高水準を維持しているものの、足踏み状態となっている。

グループ19事業所と任意継続者の全対象者は1791人で、このうち受診したのは1665人。任意継続者を除くと、対象者は1740人、受診者1633人で、受診率は93・9%と若干上がる。

全員受診の100%達成は7事業所。常連の総合折込、文化財団、デイリースポーツプレスセンター、新聞会館、興産のほか、今回、事業社とラジ関が加わった。しかし、直近の「2015年度秋季」の9事業所には及ばなかった。

9割台は神戸新聞社、輸送センター、デイリースポーツ、京阪神エルマガジン社、地域創造、デイリースポーツ・クオリティ。

検査項目が同じ「2015年度春季」と比べると、デイリースポーツが10・6ポイント増と大きく数字を伸ばした。一方、後退したのは文化センター、健保組合、サンテレビジョン、総合印刷、厚生事業団。うち従業員数が少ない事業所を除くと、総合印刷が減少傾向を続けている。これは

◇2016年春季定期健診受診率

	対象者	受診者	受診率	2015秋	2015年春
神戸新聞	857	830	96.8%	93.5%	95.6%
神戸輸送センター	60	57	95.0%	100.0%	95.0%
神戸新聞事業社	88	88	100.0%	92.4%	97.8%
KCC	38	34	89.5%	97.4%	97.4%
健保組合	4	3	75.0%	100.0%	100.0%
ラジオ関西	48	48	100.0%	97.9%	100.0%
サンテレビ	164	128	78.0%	77.6%	82.2%
DS	50	48	96.0%	91.1%	85.4%
サン神戸	19	17	89.5%	100.0%	84.2%
総合印刷	183	158	86.3%	89.2%	92.3%
神戸新聞興産	25	25	100.0%	100.0%	91.7%
総合折込	37	37	100.0%	100.0%	100.0%
文化財団	3	3	100.0%	100.0%	100.0%
厚生事業団	5	4	80.0%	100.0%	100.0%
京阪神エルマガ	76	72	94.7%	92.9%	94.6%
デイリープレス	13	13	100.0%	100.0%	100.0%
地域創造	13	12	92.3%	90.0%	88.2%
神戸新聞会館	10	10	100.0%	100.0%	100.0%
DSクオリティ	47	46	97.9%	93.8%	95.7%
任意継続	51	32	62.7%	58.3%	69.5%
合　計	1791	1665	93.0%	91.1%	93.5%

未受診者に、アルバイト等健保組合未加入者が多いためと思われる。

検査項目別の有所見ワースト3は「2015年度秋季」と変わらず、①「肝機能」21・6％（2015年秋季比4・4ポイント減）②「血圧」17・5％（同1ポイント減）③「血中脂質」17・4％（同0・5ポイント減）だが、それぞれ改善傾向を示している。

「肝機能」「血圧」「血中脂質」の異常は、肝臓がん、糖尿病、心疾患、脳梗塞への入り口といえる。原因はいずれも運動不足、食べ過ぎ、飲み過ぎ、喫煙など。定期健診結果を踏まえ、生活習慣を見直すとともに、医療機関での早めの受診が健康への第一歩です。

◆健康保険被保険　家族調査について（途中経過）

被保険者の家族調査は、厚生労働省の運営指針に基づき、毎年実施することとなっております。今年度から、対象者を被扶養者のある被保険者のみとしました。

対象者には調査票以外に各種書類を提出いただくなどご協力いただき、ありがとうございました。現在、回収した調査票の検認作業を行っております。

今までのところ▽既に就職し、他保険の保険証を持ちながら、被扶養者のままになっていた▽認定基準を超える収入があった―などが調査により、確認することができました。

ご家族が就職された場合は、勤務先の手続きと同時に健保組合への資格喪失手続もお願いいたします。

被扶養者の認定基準に満たない人をそのまま放置しておくことは、本来払わなくていい人の医療費まで皆さんが負担することになってしまいます。保険料率や前期・後期高齢者支援等の納付金の支払額にも影響します。

被保険者の皆さんには、この点を十分にご理解いただき、今後とも家族調査にご協力いただきますようお願いします。

◆10月から短時間労働者の社会保険適用が拡大

現在、特定適用事業所（従業員501人以上）で、パートやアルバイトとして勤務する被扶養者の中には、新たに健康保険・厚生年金の被保険者となる場合があります。勤務先で新しい保険証を受け取られましたら速やかに被扶養者喪失手続きをお願いします。

メンタルヘルス相談

専用ダイヤル

0120－370738

月～土曜日10:00～22:00
（祝日・年末年始を除く）
相談料・電話料　無料

公告

健康保険法第47条第２項に規定する神戸新聞健康保険組合の平成28年９月30日現在の平均標準報酬月額を次の通り公告します。

平均標準報酬月額　　30等級　500,000円

退職後、任意継続者として神戸新聞健康保険組合に加入されている方は、平均標準報酬月額または当人の従前の標準月額のうち、いずれか低い額で算出します。適用は平成29年４月からです。

2015年度決算

3年ぶり黒字に転換

経常収支6130万円

神戸新聞健康保険組合の「平成27年度（2015）収入支出決算案」が、7月22日開催の組合会で全会一致で承認されました。経常収入は9億9414万円（前年度比9164万円増）、経常支出9億3283万円（同1246万円減）で、差引き6130万円の黒字となりました。黒字決算は2012年度以来3年ぶり。保険料率改定による保険料収入の増収に加え、高齢者医療制度により国へ支出する納付金が前年と比べ、約1800万円抑えられたことなどが主な要因です。一方、財政調整事業交付金等経常外収支を加えた総決算収支は7448万円の黒字で、前年比2850万円の増益となりました。

〝料率上げ〟で保険料収入増

総収入は10億2228万円（同1599万円増）。収入の9割以上を占める保険料収入は、料率を前年の8・1％から9・0％にアップしたことから9億7327万円（同9425万円増）となりました。

算出の根拠となる年間通しての平均被保険者数は1736人。前年より23人減りました。しかし、育休免除者分を除く平均標準報酬月額は50万582円（同3971円増）、総標準賞与額は5億9878万円（同787万円増）とともに増えたため、増収となりました。

このほか、国からの高額医療交付金が1387万円。その他施設利用料収入1267万円は、定期健診の事業主負担分や人間ドックやがん検診などの自己負担分です。

薬剤費増すも納付金は抑制

次に、総支出は9億4780万円（同1250万円減）となりました。

内訳。医療費に当たる保険給付費（家族含む）は、4億6176万円（同235万円増）と、わずかですが前年より増えました。前年比で増減の大きかった主なものは、薬剤費895万円増、出産一時金392万円増などです。薬剤費が大幅に増えたのは、C型肝炎などの治療に使われる高額な新薬が保険適用となったためです。逆に、高額療養費は190万円減となりました。

国の高齢者医療制度を支える納付金は、3億6849万円（同1785万円減）と大きく減り、これが収支の改善に寄与しました。健康保険収入に対する割合は38％で、前年より6ポイント抑えられました。

内訳は前期高齢者（65―74歳）納付金が、1億3708万円（同594万円減）と減少。逆に、後期高齢者（75歳以上）支援金は、2億862万円（同663万円増）と増えました。

また、退職者給付拠出金が2277万円（同1854減）と、大幅に減りました。

これは平成20年に廃止されたものの、経過措置として残っているものです。20年までに65歳未満で退職した人の分で、この方たちが65歳に達するまで存続します。いずれにしても現在は清算段階で、近い将来ゼロになる見込みです。

保健事業費は479万円（同180万円増）。主な事業として定期健診・人間ドック

◇2015年度収支決算表（単位：千円、▲はマイナス）

	主な項目	平成27年度	平成26年度	増減
収入	経常収入　A	994,145	902,500	91,645
	（内訳）　保険料収入	973,559	879,304	94,255
	その他収入	20,586	23,196	▲2,610
	経常外収入　B	28,139	103,792	75,653
	総収入　A＋B	1,022,284	1,006,292	15,992
支出	経常支出　C	932,838	945,303	12,465
	（内訳）　保険給付費	461,763	459,404	▲2,359
	納付金	368,491	386,348	17,857
	・前期高齢者納付金	137,085	143,031	5,946
	・後期高齢者支援金	208,623	201,985	▲6,638
	・退職者給付拠出金	22,777	41,326	18,549
	・老人保健拠出金	6	6	0
	事務費	50,090	48,787	▲1,303
	保険事業費	47,910	46,107	▲1,803
	その他支出	4,584	4,657	73
	経常外支出　D	14,965	15,000	35
	総支出　C＋D	947,803	960,303	12,500
	経常収支　A－C	61,307	▲42,803	104,110
	収支決算　（A＋B）－（C＋D）	74,481	45,989	28,492

検診などの疾病予防費が44
29万円（同42万円増）、保健指導宣伝費は健保のホームページを立ち上げたことなどから250万円（144万円増）、特定健診事業費79万円（同13万円増）などとなりました。

避けて通れぬ介護納付金増

次に、介護保険勘定です。収入9530万円（同14万円増）、支出9248万円（同284万円増）、収支差額282万円の黒字決算となりました。

2015年度平均の被保険者たる第2号被保険者数（被扶養者含む）は1506人（同14人増）で、内訳は被保険者数992人（同12人増）、被扶養者数514人（同2人増）。一方、平均標準報酬月額（育休保険料免除者含む）は59万9309円（同5891円増）でした。

介護勘定の収支は、国から割り当てられた介護納付金額がそのまま支出額となります。それを賄える額を逆算して収入額とし、同時に保険料率が決まります。

2015年度の保険料率は前年度と同じ1・2％で、事業主と被保険者が折半して負担しました。いずれにしても、少子高齢化は猛スピードで進んでおり、介護納付金の健保負担増は今後も避けて通ることはできないものと思われます。

マイナンバー関連規程承認

決算組合会ではこのほか、マイナンバー制度導入に伴い、関連する規約・規程についても審議。全会一致で承認されました。情報セキュリティーに対する基本方針や同システムの適切な運用・管理規程、個人情報の保護規定、機密文書の管理規程など6部構成で、施行はいずれも2016年8月1日です。

◆ジェネリック差額通知配布

当健保は、処方された薬品をジェネリック薬品に切り替えた場合、自己負担の差額が年間5千円以上となる人に対し、12月～来年1月に、「ジェネリック差額通知書」を配布する予定です。

くすりは新薬（先発医薬品）とジェネリック医薬品（後発医薬品）の2タイプがあります。

ジェネリック薬品は、特許期限が切れた後に製造されたもので、単価が安いうえに先発医薬品と同じ成分・効き目があります。

皆さんの医療費（薬代）節約と健保組合の医療費節減のため、ジェネリック医薬品の活用にご協力ください。

◆選定議員に荒金氏選出

神戸新聞健康保険組合選定議員に、神戸新聞総合印刷の荒金毅取締役が新たに選出されました。前任の地道克礼・神戸新聞総合印刷取締役は人事異動に伴い退任。荒金議員の就任は4月5日付、任期は2017年9月20日まで。

個人番号

10月から収集を開始

大半は事業所から提出

神戸新聞健康保険組合は番号制度の導入に伴い、10月から個人番号の収集を始めます。

大半の被保険者と被扶養者の個人番号は、各事業所経由となります。事前に各事業所の担当者を集め説明会を開催予定です。

任意継続者の皆さんは、健保組合が直接、担当します。詳細は文書で後日、発送しますので、ご注意ください。

健保組合にとって、個人番号は医療保険資格の異動手続きや番号制度関連機関との情報連携による作業の迅速化、簡素化を可能にします。そのため個人番号の記載は法的義務付けられており、番号制度導入に合わせて住民基本台帳法改正され、事業主や本人から個人番号の取得が難しい場合、健保組合は住基ネット経由で入手できます。

神戸新聞健康保険組合ホームページ

健康保険の制度や各種手続きの解説、申請用紙のダウンロード、保健事業のご案内などさまざまな健保情報を掲載しています。

ホームページを積極的にご利用いただき、皆様の健康づくりに、ぜひお役立てください。

ＨＰアドレス
http://www.kobe-np-kenpo.or.jp

神戸新聞健康保険組合　検索