

経常収支差引で

4億2、628万円の赤字

3年連続の赤字決算へ。 予算との比較では、約9、600万円の悪化

去る7月29日に第192回組合会が開催され、平成22年度収入支出決算報告ならびに事業報告が承認されました。その概要についてご報告いたします。

決算の概要 【一般勘定】

●その他の収入
7億3,437万円(14.9%)

国庫負担金収入、調整保険料収入、繰入金、財政調整事業交付金および利子収入等の雑収入です。

●保険料収入
41億8,883万円(85.1%)

標準報酬月額が予算比1,950円増(100.6%)となり、併せて被保険者の増加より、収入源である保険料は7,429万円(1.8%増)の微増となりました。

収入 49億2,320万円

収入

■一般勘定

決算額は、収入総額49億2、320万円、支出総額47億4、262万円、収支差引額(決算残金)1億8、058万円となりましたが、別途積立金5億4、000万円を繰り入れているため、経常収支差引では4億2、628万円の赤字決算となりました。3億3、012万円の赤字を計上していた予算に比べ、9、616万円悪化し、3年連続の赤字決算となりました。支出面での保険給付費の増加および納付金の高負担が赤字の大きな要因です。

この結果、別途積立金残高は7億1、260

平成22年度収入支出決算概要表

一般勘定

収入		
科 目	決算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
保 険 料 収 入	4,188,826	380,526
国 庫 負 担 金 収 入	2,219	202
調 整 保 険 料 収 入	71,483	6,494
繰 入 金	543,310	49,356
財政調整事業交付金	62,926	5,716
雑 収 入 ・ 他	54,435	4,944
合 計	4,923,199	447,238

支出		
科 目	決算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
事 務 費	91,980	8,356
保 険 給 付 費	2,456,500	223,155
法 定 給 付 費	2,367,474	215,068
付 加 給 付 費	89,026	8,087
納 付 金	1,883,744	171,124
保 健 事 業 費	232,670	21,135
保 険 料 還 付 金	1,205	109
調整保険料還付金	20	2
財政調整事業拠出金	70,978	6,448
連 合 会 費	1,580	144
積 立 金	3,066	279
そ の 他	872	79
合 計	4,742,615	430,833

収 支 差 引 額	180,584千円
経 常 収 入 合 計	4,245,334千円
経 常 支 出 合 計	4,671,617千円
経 常 収 支 差 引 額	▲426,283千円

決算残金処分内訳	
種 別	金額(千円)
別 途 積 立 金 繰 入	180,099
財政調整事業繰越金	485
計	180,584

介護勘定

収入		
科 目	決算額(千円)	第2号被保険者 1人当たり額(円)
介 護 保 険 収 入	387,633	70,659
繰 入 金	15,000	2,734
合 計	402,633	73,393

支出		
科 目	決算額(千円)	第2号被保険者 1人当たり額(円)
介 護 納 付 金	390,348	71,153
介護保険料還付金	117	21
合 計	390,465	71,175

収 支 差 引 額	12,168千円
-----------	----------

決算残金処分内訳	
種 別	金額(千円)
準 備 金 繰 入	12,168
繰 越 金	0
計	12,168

その他の支出
7,772万円(1.9%)

財政調整事業拠出金(調整保険料拠出)
7,098万円ほかです。

事務費
9,198万円(2.2%)

前年度比 861 万円の増となっています。

保健事業費
2 億 3,267 万円(5.6%)

みなさんの健康づくり支援のため、人間ドック利用補助に 1 億 9,354 万円、特定健診・特定保健指導に 496 万円、「健康モリナガ 21」事業を中心とした保健指導宣伝費に 2,325 万円、直営保養所費に 1,050 万円等をあて、事業計画どおり滞りなく実施しました。

納付金
18 億 8,374 万円(45.0%)

合計で保険料収入の 45.0%を占めており、依然として財政上の高負担であり、引き続き予算を許さない状況にあります。

保険給付費
24 億 5,650 万円(58.6%)

予算比108.6%、前年度比で約2億5,150 万円(11.4%)増、被保険者1人当たり額でも2万4,382円(12.3%)増となりました。

() は保険料収入に対する割合

47億4,262万円

支出

介護勘定

決算額は、収入総額4億263万円、支出総額3億9,047万円、収支差引額(決算残金) 1,217万円となりました。決算残金については、準備金に1,217万円を充当し、その結果、年度末準備金残高は5,088万円、準備金保有率169.5%となりました。

万円となり、3億5,990万円減少しました。

自由な発想で
やりましょう

ハビットの自由目標例

目標の決め方は
こちらを参考にしてください。

食習慣の改善

- ①油ものや塩分を控えめにする
- ②栄養のバランスに気をつける
- ③1日〇カロリー未満に
- ④野菜類を多くとる
- ⑤夜〇時以降は食事をしない
- ⑥間食を避ける
- ⑦ヨーグルトなどの乳製品をとる
- ⑧月(週)に〇回は休肝日に
- ⑨1日〇リットル水を飲む
- ⑩ゆっくりよくかんで食べる
- ⑪食事は1回〇分以上かける
- ⑫腹八分目を心がける
- ⑬食物繊維の多いものをとる
- ⑭インスタント食品を避ける
- ⑮黒酢を工夫して飲む

運動習慣の改善

- ①1日〇〇歩以上(〇分以上)歩く
- ②1駅前で降りて歩く
- ③エスカレーターは使わず階段を歩く
- ④寝る前にストレッチをする
- ⑤腹筋や腕立て伏せを〇回やる
- ⑥毎日、ゴルフの素振りを〇回する
- ⑦月(週)に〇回、スポーツジムに通う
- ⑧毎朝、体操をする

その他

- ①毎日、血圧や体重を測定する
- ②節煙する。禁煙する
- ③睡眠は1日〇時間以上
- ④食後の歯磨き
- ⑤帰宅時のうがい

第10回

生活習慣改善キャンペーン

全員参加型の 「ハビット」が 今年もはじまります

開催期間 10・11月の2カ月間

今年で10回目となる「ハビット」は、
昨年に引き続き全員参加型運動です。
ご自身の健康財産づくりのため、
「育てれば一生ものです あなたの健康」を合言葉に、
事業所全体でこの「ハビット」を
“オール森永全員参加運動”に育てていきましょう！



いよいよ
スタート!

〈生活習慣改善キャンペーン「ハビット」実施要領〉

【記録表の記入例】

1 みなさんのお手元に届いている「記録表」に、ご自分の生活習慣で改善すべき目標を最低2つ決めて記入してください。

<記録表>表面

チャレンジ目標		達成率
①	毎日20回腕立て伏せをする!	87%
②	土曜・日曜・祝日は休肝日!	81%
③		
④		

終了時に記入
③<記録表>裏面の達成率を転記

2 2ヵ月間、目標達成に取り組む「記録表」に記入

<記録表>裏面

○=目標どおり実行 △=あともう少し ×=出来なかった

① 毎日20回腕立て伏せをする!	10月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	○	○	○	○	△	○	○	○	○	△	○	○
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	△	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○
	11月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	○	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○
② 土曜・日曜・祝日は休肝日!	10月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	○	○						○	○	○		
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	○						×	○				
	11月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			○			○						
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
				○	○			×				

毎日の取り組み結果を記入

※「記録表」は必要に応じて有効に活用してください。提出の必要はありません。

チャレンジ目標を記入

3 2ヵ月後、記録表の表面コピーを事業所経由で健保組合へ提出

【注】毎日やる目標では分母が2ヵ月で61（日）になりますが、例えば「土曜・日曜・祝日は休肝日」という目標では分母が土・日・祝日の24（日）に。

※達成率を記録表（表面）に転記し、そのほか記入事項がありましたらそちらをご記入のうえ、そのページをコピーして事業主経由で健保組合へ提出してください。

<記録表>裏面

チャレンジ目標

○=目標どおり実行 △=あともう少し ×=出来なかった

① 毎日20回腕立て伏せをする!	10月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	△	○	○	○	○	○	△	△				
	11月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
② 土曜・日曜・祝日は休肝日!	10月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	○	○										
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	○						×	○				
	11月											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			○			○						
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27

達成率の求め方

○の数	△の数×2
45	8
45+8	
61日	
対象日数(2ヵ月間)	
87%	

○の数	△の数×2
17	0
17+0	
21日	
対象日数(2ヵ月間)	
81%	

達成率を記入

①<記録表>表面に転記

4 自己目標の70%をクリアしたら「達成」です



①目標2つ以上をクリア

→ 後日、達成賞を健保組合より贈呈

②目標1つをクリア

→ 後日、努力賞を健保組合より贈呈

当健保組合では、被保険者とご家族のみなさまの健康づくりのお役に立てるよう、「ハローエンゼル健康相談」を開設しております。

「ハローエンゼル健康相談」では、ココロとからだについてのさまざまな相談をフリーダイヤル（無料）することで、24時間・年中無休で相談内容に応じたわかりやすいアドバイスを受けることができます。

ココロの病もからだの病も、初期段階での手当てが肝心です。困ったときはひとりで悩んでいないで、まずは専門家に相談してみましょう。

ご相談の内容や個人情報、会社や外部にもれることは絶対にありません。プライバシーは厳守いたしますので、安心してご利用ください。

専門スタッフがみなさまのご相談にお答えします

フリーダイヤル

ハロー

エンゼル

コール

0120-86-00-56

携帯電話からもフリーダイヤルでご利用いただけます

通話料
無料

たとえばこんなとき

いつもと
様子が違う？

飲んでいる
薬について
不安なとき



病気のことで
1人で悩んで
しまうとき

ちょっとした
けがの
応急処置は？



看護スタッフによる
看護・介護相談



夜間・休日の
医療機関のご案内



医師による
健康相談

ハローエンゼル 健康相談

電話による
健康相談

24時間・年中無休

相談料無料

通話料無料

相談内容の
秘密は厳守します

このようなサービスを

利用方法

電話がつながりましたら、お名前と年齢を教えてください（匿名可）。
ご相談内容に応じてアドバイスします。

健康・医療相談

医師・保健師・看護師・助産師が24時間・年中無休体制で健康・医療・看護・介護・育児・メンタルヘルスのご相談に応じ、分かりやすくアドバイスいたします。

●24時間・年中無休

（メンタルヘルスは左頁をごらんください）

夜間・休日の医療機関のご案内

夜間・休日に開いている医療機関（または医療情報案内機関）のご案内をいたします。

●24時間・年中無休

医療機関情報のご提供

専門病院・リハビリ病院など医療機関情報のご提供をいたします。

●内容により回答が翌日になることがあります

介護などシルバー情報のご提供

介護用品業者・ホームヘルパー派遣業者のご紹介と全国福祉施設・全国市町村の行政福祉サービスのご案内をいたします。

●内容により回答が翌日になることがあります

こんな“ココロの症状”のときにも ためらわずお電話ください

**WEBでも
24時間
年中無休で
受け付けています**

人前に
でるのが怖い

夜眠れない
夜中や早朝に
目が覚めてしまう



理由もないのに
突然不安になって
ドキドキする

ゆううつで
気分が
すぐれない

URL <http://www.t-pec.co.jp/z-mental/morinagakenpo/index.html>

ユーザー名 860056 **パスワード** ユーザー名と同じです

※WEBでの受付はメンタルヘルスカウンセリングのみの対応となります。

メンタルヘルスカウンセリング 電話・面談

電話カウンセリングをご希望の場合

心理カウンセラーがお話をお伺いいたします（匿名可）。

**電話カウンセリング
受付時間** 9：00～22：00 年中無休

**WEBカウンセリング
受付時間** 24時間・年中無休
(返信は2～3日要します)

面談カウンセリングをご希望の場合

臨床心理士、上級心理カウンセラー、大学教授等のカウ
ンセリング専門相談機関が全国に108拠点

.....面談までの流れ.....

①面談の予約をお願いします。

【面談予約受付時間】

電話 【月～金】9：00～21：00
【土曜日】9：00～16：00
(日曜・祝日・12/31～1/3を除く)

ストレス・メンタルヘルスに関する相談をお受けいたします。
また、希望により全国の専門カウンセリングセンターで面談
によるカウンセリングを実施いたします。

WEB 24時間・年中無休
(受付後、日程調整のお電話をさせていただきます)

■面談のご予約の際、お聞きする内容

健康保険組合名（森永健康保険組合）・健康保険証番
号・お名前・ご住所・ご連絡先電話番号・カウセ
リング希望日時（第3希望までお知らせください）

②ご予約がとれましたら、契約機関より相談者カードとカウ
ンセリングルーム近辺の地図が郵送されます。

③予約日時にお越しください。

- ◆相談者カードと健康保険証をご持参ください。
- ◆2回目以降のご予約は面接カウンセラーと直接お決
めください。
- ◆5回まで無料です（6回以降は有料となりますが費
用は面談時にご確認ください）。

昨年の相談実績

1 メンタルヘルスを含めた電話による健康相談

■全相談件数[平成22年4月～23年3月]
…825件(前年度比77% △249件)

■相談内容

- ①健康保持・増進に関する相談(健康教育)…26件(3.15%)
- ②気になるからだの症状についての相談…226件(27.39%)
- ③家庭看護…48件(5.82%)
- ④治療に関する相談(現在治療中の方)…219件(26.55%)
- ⑤母子保健に関する相談…11件(1.33%)
- ⑥育児相談…76件(9.21%)

- ⑦夜間・休日の医療機関の案内…12件(1.46%)
- ⑧ストレスおよびメンタルヘルスに関する相談…131件(15.88%)
- ⑨紹介・手配に関する相談…26件(3.15%)
- ⑩その他…50件(6.06%)

※()は割合です。

2 メンタルヘルスサポートシステムの利用件数

■累計件数[平成22年4月～23年3月]
…16件【本人：男4名・女7名・家族：女5名】
(前年度比145% +5件)

ご意見・ご要望を

「ハローエンゼル健康相談」に関するご意見・ご要望を森永健康保険組合までお寄せください。

TEL.03-3454-2326 FAX.03-3457-1315

個人情報保護について ハローエンゼル健康相談事業をご利用の際にいただいた個人情報は、当該事業の実施のみに利用いたします。

受診期間

平成24年2月末まで

3月は受診できません

年に一度は 日帰り人間ドックで 健康チェックを！

本年度はすでに多くの方に受診していただけていますが、10月の「健康強調月間」に向けて、再度ご案内させていただきます。未受診の方は、ぜひこの機会に受診してください。

脳ドックにつきましては、40歳以降5歳刻みの節目の年齢が受診対象となりますので、日帰り人間ドックと併せてご利用ください。

1 対象者

①日帰り人間ドック

…30歳以上の被保険者および被扶養者

①WEBからの入力申込

(申込方法は12～13ページをご覧ください)
…健保組合・事業所への提出は不要となります。

※平成24年度から完全WEB化へ移行します。

■脳ドック

・本人負担(被保険者) … 契約料金の50%
・家族負担(被扶養者) … 契約料金の50%

② 脳ドック(MRI・MRAまたは頭部CT)

…日帰り人間ドックを受診する40歳以降5歳刻み(40・45・50…)の被保険者および被扶養者

※脳ドックは日帰り人間ドックのオプションです。脳ドックのみの受診はできません。

2 申込方法

Step 1 森永健保組合と契約している健診機関へ受診者が直接予約をする。

Step 2 予約が取れたら、次のいずれかの方法で健保組合へ利用申込の連絡をする。

② 紙による2枚複写の「人間ドック利用申込書」提出

…1枚目① 事業所経由にて健保組合へ提出
…2枚目② 事業所担当者へ提出

※「人間ドック契約機関」については、森永健保組合のホームページにてご確認ください。また、「人間ドック利用申込書」の用紙については、事業所担当者の方へお申し出ください。
③ 健診当日は、必ず保険証をご持参ください。

3 利用料金

■ 日帰り人間ドック

・ 本人負担(被保険者) … 契約料金の30%
・ 家族負担(被扶養者) … 契約料金の30%

4 二次健診

二次健診は保険診療扱い(保険証にて受診)となります。受診当日、窓口にて自己負担分を精算してください。

5 その他

① 50歳以上の男性は、PSA(前立腺腫瘍マーカー)が検査項目となっています。
② 人間ドックを法定健診(事業所が実施する健康診断)に変える場合は、結果表のコピーを健康管理室または事業所担当者へ提出してください。
③ 人間ドックの検査成績表は健診機関から直接、健保組合へも送付されます。



健診結果の指示には、
早急に従いましょう

健診

は毎年受けることが大切。しかし、せっかく健診を受けても、その結果を放置しては意味がありません。健診結果が手元に届き、「要再検査」、「要精密検査」、「要治療」といった指示があった場合、できるだけ早めに受診しましょう。「忙しいから」

と先延ばしにすると、ますます時間を取りづらくなってしまいます。早期に対応すればするほど、治療も簡単に済み、結果として多くの時間を取らずに済みます。

どうしてもすぐの受診が不可能な場合は、予約だけでもしておきましょう。

日帰り人間ドックのWEB申込方法は12～13ページに掲載しています。

個人情報保護について

人間ドック・脳ドック健診事業の申し込みの際にいただいた個人情報は、当該事業実施の目的のみに利用いたします。

WEBによる 人間ドック利用申込方法

概要

このシステムは、日帰り人間ドックの利用申込みを健保組合へ申請するシステムです。
事前に健診機関に電話して予約をとったうえでご利用ください。

申込方法(申込みの流れ)

※3月は入力・受診はできませんのでご注意ください。

STEP 1

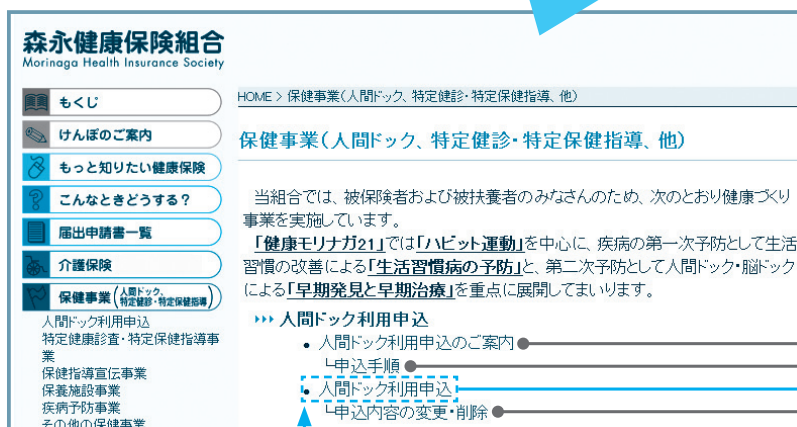
受診者が直接、健診機関へ「森永健康保険組合の被保険者・被扶養者」であることを伝えて予約する。

STEP 2

予約が取れましたら
保健事業 > 人間ドック利用申込をクリックしてシステムから利用登録を行ってください。

トップページの
ここをクリックすると

保健事業のページへ
ジャンプ



ここをクリックして STEP 3 へお進みください。

全体の流れをチェック

詳細な手順をチェック

利用申込みの
ページへジャンプ

変更・削除の
ページへジャンプ

予約した健診機関を
都道府県から検索し
て選んでください。

◀都道府県選択画面

STEP
3

画面指示にしたがっ
て必要事項を入力し
てください。

◀申込み画面

STEP
4

申込みが完了すると受付番号が発行されます。
申請内容の照会に必要なので大事に保管してください。
申請時にメールアドレスを登録していた場合は
確認メールが届きます。

STEP
5

申込み完了画面▶

申込み編集（変更・削除）は「申込内容の変更・削除」
ページへアクセスして、保険証の記号・番号、受付番
号を入力してください。

申込み内容の
変更・削除画面▶

■ お知らせ

**被扶養者の認定に
ご協力いただき
ありがとうございました**

厚生労働省の指導により毎年、全被扶養者を対象に健康保険被扶養者資格確認審査を行うこととなっています。届け出用紙「健康保険（被扶養者）調査表」をお配りし、すでに皆様にはご協力を賜りました。ありがとうございました。

被扶養者の認定はたいへん重要なことです。時間の経過にともない、生計維持関係に変化が生じる場合があります。公正な扶養認定のためにも、今後も毎年度8月に実施（前年度の収入に関する公の証明書の提出が可能となる時期）します。

どうぞご理解とご協力をお願いいたします。

■ 公 告

編入事業所

●(株)アントステラ（平成23年9月1日付）

脱退事業所

●エムエフエス(株)（平成23年7月1日付）





山中湖保養所 「レイクピアエンゼル」 のご案内

秋の山中湖は魅力がいっぱい
保養所を利用してリフレッシュを！

レイクピアエンゼルは、山中湖にある当健康保険組合の直営保養所です。
自然に囲まれた保養所の周辺は、レジャー施設も充実しており、行楽には最適なスポット。
ぜひこの機会に、ご家族やご友人とお誘い合わせのうえ、保養所をご利用ください。
レイクピアエンゼルでは、みなさんのお越しを心よりお待ちしております。



利用申込方法

1 電話で保養所へ直接お申し込みください。
TEL.0555-62-0888

2 予約がとれましたら、利用申込書にご記入のうえ一部は健保組合に送り（FAX 可）、一部は現地に持参してください。
※利用申込書はホームページからもダウンロードできます。

3 料金は現地払いです。

料金（1泊2食付）

- A 被保険者と被扶養者……………4,500円
- B 扶養していない配偶者など…5,000円
- C その他……………6,000円

保養所の詳細はホームページにも掲載していますので、そちらもあわせてご覧ください。空室状況もチェックできますよ。

