

経常収支差引で 1億5,251万円の黒字

4年ぶりの黒字決算へ。

予算との比較では、医療費の増加により、
約1億4,900万円の悪化

去る7月26日に第194回組合会が開催され、
平成23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

収入 50億7,090万円

その他の収入
2億2,090万円 (4.4%)

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
48億5,000万円 (95.6%)

標準報酬月額が予算比2,949円増(100.9%)となりましたが、被保険者の減少により、収入源である保険料は5,841万円(1.2%減)の減少となりました。

保険給付費
25億2,298万円 (52.0%)

予算比105.8%、前年度比で約6,648万円(2.7%)増、
被保険者1人当たり額でも1万1円(4.5%)増となりました。

納付金
19億2,033万円 (39.6%)

合計で保険料収入の39.6%を占めており、依然として
財政上の高負担であり、引き続き予断を許さない
状況にあります。

支出 48億170万円

保健事業費
1億9,597万円 (4.1%)

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
5,389万円、特定健診・特定保健指導に489万円、「健康モリナガ
21」事業を中心とした保健指導宣伝費に2,652万円、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。

事務費
8,287万円 (1.7%)

前年度比911万円の減となっています。

その他の支出
7,954万円 (1.7%)

財政調整事業拠出金(調整保険料拠出)7,628万円ほかです。

()は保険料収入に対する割合

平成23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	4,850,002	448,203
国庫負担金収入	1,779	164
調整保険料収入	76,723	7,090
繰入金	2,848	263
財政調整事業交付金	118,079	10,912
雑収入・他	21,467	1,984
合計	5,070,898	468,616

■支出

科目	決算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
事務費	82,873	7,658
保険給付費	2,522,980	233,156
法定給付費	2,446,688	226,105
付加給付費	76,292	7,051
納付金	1,920,330	177,464
保健事業費	195,972	18,110
保険料還付金	1,189	110
調整保険料還付金	19	2
財政調整事業拠出金	76,283	7,050
連合会費	1,599	148
積立金	0	0
その他	451	42
合計	4,801,696	443,739

収支差引額	269,202
経常収入合計	4,877,899
経常支出合計	4,725,394
経常収支差引額	152,505

■決算残金処分内訳

種別	金額(千円)
別途積立金繰入	268,780
財政調整事業繰越金	422
計	269,202

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	444,570	82,374
繰入金	0	0
合計	444,570	82,374

■支出

科目	決算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
介護納付金	436,934	80,959
介護保険料還付金	137	25
合計	437,071	80,984

収支差引額	7,499
-------	-------

■決算残金処分内訳

種別	金額(千円)
準備金繰入	7,499
繰越金	0
計	7,499

一般勘定

決算額は、収入総額50億7,090万円、支出総額48億170万円、収支差引額(決算残金)2億6,920万円となりました。経常収支差引では1億5,251万円の黒字決算となりました。3億160万円の黒字を計上していた予算に比べ、1億4,909万円悪化しましたが、4年ぶりの黒字決算となりました。支出面での保険給付費の増加(予算比105.8%)が大きな要因です。

この結果、別途積立金残高は10億674万円とな

介護勘定

り、2億9,415万円増加しましたが、24年度が赤字予算のため予断を許さない状況です。

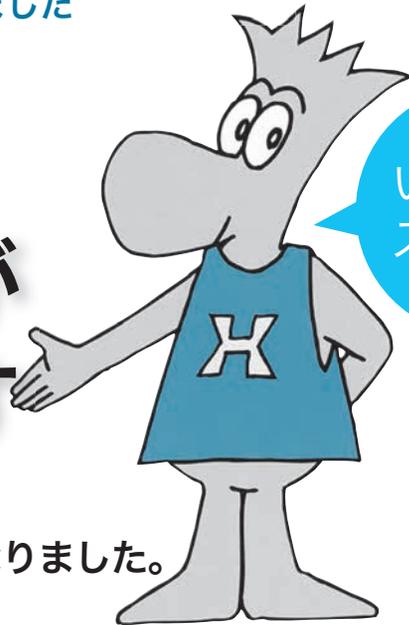
決算額は、収入総額4億4,457万円、支出総額4億3,707万円、収支差引額(決算残金)750万円となりました。決算残金については、準備金に750万円を充当し、その結果、年度末準備金残高は5,838万円、準備金保有率179.5%となりました。

第11回

生活習慣改善キャンペーン

今年から取組コースを設定しました

全員参加型の 「ハビット」が 今年もはじまります



いよいよ
スタート!

今回から開催・スタート時期を
事業所毎に選択できるようになりました。

開催期間 9・10月の2カ月間 or 10・11月の2カ月間

今年で11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！

自分に 必要な目標を 2つ以上 選択しよう

あなたはどのタイプ？

取り組み方

- 1 右の項目を参考にして、
自分の生活習慣を見直し
ましょう。
- 2 自分が取り組む具体的な
チャレンジ目標を2つ以上
決めましょう。
- 3 実行できた日は記録表に
○をつけましょう。

こんな方に

- 食事が不規則、偏っていると思う
- 体重が増えた、BMIが高い
- 最近ズボン(スカート)がキツイ
- 下腹部の脂肪が気になる

A 食生活改善コース

- チャレンジ目標
- 間食をさける
 - 油ものを控える
 - 塩分を控える
 - 早食い、ドカ食い、欠食をしない
 - 野菜やきのこ・海藻類を食べる
 - できるだけカロリー表示をチェックする

こんな方に

- デスクワーク中心で運動不足
- 最近スタミナ不足を感じる
- 食事が変わらないのに太った
- 食べる量を減らさずに痩せたい

B 運動不足解消コース

- チャレンジ目標
- 1日1万歩以上歩く
 - エスカレータを使わず階段を歩く
 - 効果の高いペースアップウォーキングを行う
 - 筋トレやストレッチなどのエクササイズを行う
 - 汗ばむ程度の運動をする

こんな方に

- ストレスを感じる事が多い
- 気分転換が上手ではない
- 睡眠不足気味だ
- 睡眠は十分だが疲れがとれない

C ストレス解消コース

- チャレンジ目標
- 睡眠は1日●時間以上とる
 - 自分なりのストレス解消法を実行する
 - 日に何度か休憩時間をとる
 - 就寝前にリラックスした時間を過ごす

こんな方に

- 禁煙したい
- 禁煙のキッカケが欲しい
- 何度も禁煙に失敗している

D 禁煙トライコース

- チャレンジ目標
- 禁煙する
 - 今日一日たばこを吸わない

こんな方に

- つい深酒してしまう
- 肝機能の数値が高め
- 飲酒しつつも脂肪肝が気になる

E 適正飲酒コース

- チャレンジ目標
- 「休肝日」を実行する(飲まない)
 - 良質なつまみをとる
 - 適量を守る

こんな方に

- 歯科健診でブラッシングするよう
指導された
- 歯周病が気になる
- 虫歯がある

F 歯周病・虫歯予防コース

- チャレンジ目標
- 帰宅時のうがい
 - 食後10分以内に歯みがきをする
 - 3分以上かけて歯みがきをする
 - 入浴時や就寝前に念入りにブラッシングをする

〈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カ月間、目標達成に取り組み「記録表」に記入

※「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。

毎日の取り組み結果を記入

チャレンジ目標を記入

<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
			○	○			×				

<記録表>裏面

チャレンジ目標

達成率の求め方

○=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	14	15							
○	○	○		○	○							
16	17	18	29	30	31							
△	○	○		○	△	△						

11月											
1	2	3	14	15							
○	○	△		△	○	△					
16	17	18	29	30							
○	○	○		○	○	○					

○の数	△の数×2	
45	8	+
		×100%
61	日	小数点第1位切り上げ
		対象日数(2カ月間)
		↓
		87%

② 土曜・日曜・祝日は休肝日!	10月											
	1	2	3	14	15							
○	○			○								
16	17	18	29	30	31							
○				×	○							

11月											
1	2	3	14	15							
		○									
16	17	18	29	30							

○の数	△の数×2	
17	0	+
		×100%
21	日	小数点第1位切り上げ
		対象日数(2カ月間)
		↓
		81%

達成率を記入
①<記録表>表面に転記

3 2カ月後、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カ月で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。



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

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

ハローエンゼル 健康相談

相談内容の秘密は厳守します

当健保組合では、被保険者の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。

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

専門スタッフが
みなさまのご相談に
お答えします

たとえばこんなとき

看護スタッフによる
看護・介護相談



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?

医師による
健康相談



夜間・休日の
医療機関のご案内

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

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23年4月～24年3月]
…598件 (前年度比73% △227件)

■相談内容

- ①健康保持・増進に関する相談 (健康教育)
…6件 (1.00%)
 - ②気になるからだの症状についての相談
…175件 (29.27%)
 - ③家庭看護…51件 (8.53%)
 - ④治療に関する相談 (現在治療中の方)
…183件 (30.60%)
 - ⑤母子保健に関する相談…9件 (1.51%)
 - ⑥育児相談…46件 (7.69%)
 - ⑦夜間・休日の医療機関の案内
…10件 (1.67%)
 - ⑧ストレスおよびメンタルヘルスに関する
相談…64件 (10.70%)
 - ⑨紹介・手配に関する相談…19件 (3.18%)
 - ⑩その他…35件 (5.85%)
- ※ () 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23年4月～24年3月]
…19件 [本人：男5名・女8名]
[家族：男1名・女5名]
(前年度比119% +3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。

WEBでも
24時間
年中無休で
受け付けています

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



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

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。

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)

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・カウンセリング希望日時 (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)。

人間ドック
(脳ドック)
ガイド

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
いていますが、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

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。

受診期間

平成25年
2月末まで

3月は受診できません

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%

■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%

4 二次健診

二次健診は保険診療扱い(保険証にて受診)

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。



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、健保組合へ利用申込の手続きをする。

WEBからの入力申込

健保組合・事業所への提出は不要となります。

WEBを利用できない任意継続の方へ

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 健保組合へ提出
- …2枚目② 健診機関へ提出

③健診当日は、必ず保険証をご持参ください。

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。

②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。

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 利用申込方法の 注意点

ここが、
追加に
なっています。

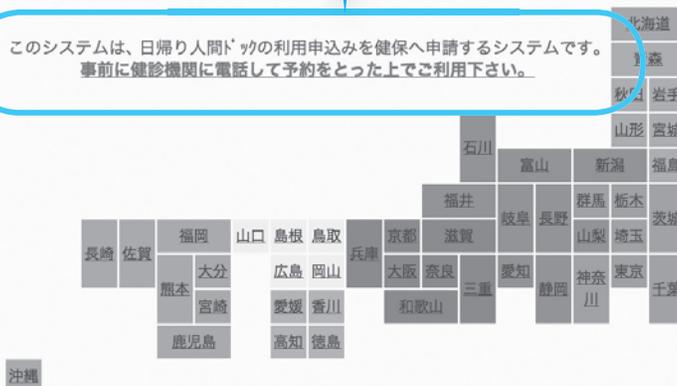
森永健康保険組合
Moringaga Health Insurance Society

人間ドック利用申込

都道府県選択

健診機関の都道府県を選択してください。

このシステムは、日帰り人間ドックの利用申込みを健保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上でご利用下さい。



閉じる

COPYRIGHT © 2010 森永健康保険組合 ALL RIGHTS RESERVED.

/

