

制度改革もいまだ効果薄く

豊田通商健康保険組合の平成16年度予算と事業計画がまとまりましたので、お知らせします。

平成16年度は、予算総額26億958万6千円でみなさんの健康をお守りすることになりました。

昨年は、サラリーマンの医療費の窓口負担が2割から3割になり、ボーナスも含めて保険料を徴収する総報酬制が導入されたものの、重い拠出金負担のため未だに健全財政を維持することは非常に困難な状況です。当組合でも16年度予算では拠出金負担が支出のほぼ4割を占めており、保健事業などに十分な予算を充てることができないのが実情です。そのため経常収支でみると赤字となり、積立金から不足分を繰り入れざるを得ませんでした。

医療費も国民医療費総額でみれば依然として増加傾向で、平成13年度には31兆円を超えて過去最高

となっています。この国民医療費のおよそ3割は日本人の死因のワースト3である「がん」「心臓病」「脳卒中」と近年急増している「糖尿病」にかかる医療費で、これら生活習慣病の予防が健保の健全財政維持のためにも大きな力がございます。

現在、新たな高齢者医療制度創設などの制度改革の前倒し実施や特別な緊急対策、そして高騰しつづける老人医療費をはじめとした医療費抑制策などが叫ばれています。当組合では、今年度もより効率的な運営に努めてまいります。

みなさんも、これまで以上に健に留意し、健康維持と医療費節減にご理解・ご協力ください。

健康で守ろう私たちの健保!

健康保険

●予算編成の基礎となった数値

被保険者数	5,105人	平均年齢	39.50歳	保険料率(調整保険料率含む)	千分の62
男	3,709人	男	42.10歳	事業主	千分の33
女	1,396人	女	32.90歳	被保険者	千分の29
平均標準報酬月額	425,736円	被扶養者数	6,319人		
男	483,467円	扶養率	1.24人		
女	272,353円	老人加入率	1.690%		
総標準賞与額	9,780,220千円				

介護保険

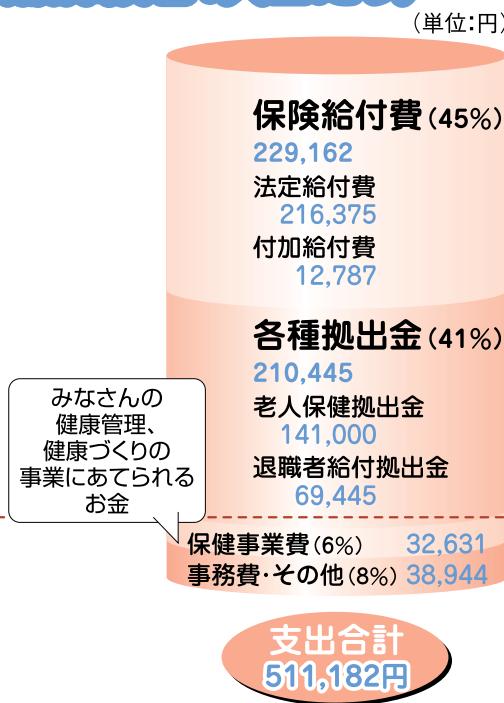
●平成16年度予算のあらまし

科 目		被保険者1人当たり額(円)
収 入	介 護 保 険 収 入	54,357
	繰 入 金	8,961
	雑 収 入	0
	合 計	63,318
支 出	介 護 納 付 金	60,195
	介 護 保 険 料 還 付 金	45
	積 立 金	3,078
	合 計	63,318

●予算編成の基礎となった数値

被保険者数+被扶養者数	2,997人
被保険者数	2,148人
平均標準報酬月額	515,541円
総標準賞与額	5,093,958千円
介護保険料率	千分の6.6
事業主	千分の3.3
被保険者	千分の3.3

平成16年度健康保険予算のあらまし (被保険者1人当たり)



健保のイベントがわかる 保健事業ポスターを お届けします

今年も健保組合が実施する1年間のイベントが一目でわかるポスター「豊通健保のイベント2004」を作成しました。見やすい場所に貼って、家族みんなでご活用ください。



◆平成16年度に行う主な保健事業◆

保健のPRに

- 機関誌「豊通健保だより」の発行（年4回）
- 雑誌「お元気ですか」の配布（年4回）
 - ・60歳以上の被保険者・被扶養者に
- 育児雑誌「赤ちゃんとママ」の配布（1年間）
 - ・出産された被保険者・被扶養者に

病気の予防に

- 日本脳炎・インフルエンザ・風疹の予防接種の補助
- 人間ドックほか、各種健診の実施・補助
- 健康づくりセミナーの開催



体力づくりに

- 海の家・山の家の開設（夏期）
- プール利用補助（夏期）
- 歩け歩け大会の開催（4月・10月）

在宅療養のお手伝い（補助）

- 介護機器・用品の購入・借用の補助
 - 在宅介護サービスほか、各種サービスの補助
- (介護保険の認定を受けられなかった方が対象となります)

楽しく
ダイエットを
行うには

ヘルシーダイエット セミナー を実施しました

毎年好評の「健康教室」を今年は「ヘルシーダイエットセミナー」として、さる3月23日(火)、名古屋国際ホテル(名古屋市中区)に33名の参加者をお迎えして開催しました。

午前の部では愛知医科大学運動療育センター・管理栄養士の山口節子先生の講義で肥満やダイエットについて学び、午後の部は中根ダイエット呼吸研究所所長の中根静夫氏の指導のもとダイエット呼吸健康法を実践しました。

また、素材を厳選し調理法を工夫した「ヘルシーランチ」は、今回のセミナーの目玉で、ヘルシーなフランス料理のフルコースは参加者のみなさんに好評でした。



山口先生の概論講演は、最新のダイエット研究やダイエット計画の作成など、わかりやすく充実した内容でした。



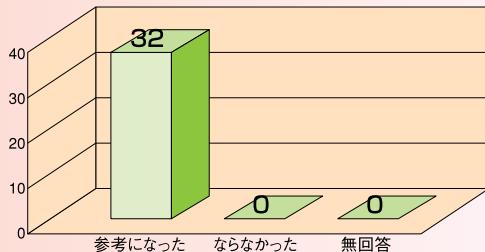
気軽に始められるダイエット呼吸健康法は、全員で実践。簡単なので誰でも継続してできます。

セミナーの感想は…?

アンケート結果より

午前の部・概論講演

「肥満」および「ダイエット」を理解する参考になりましたか？

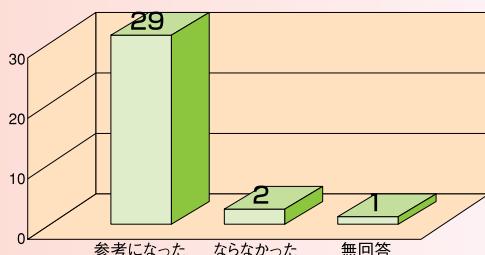


(参加者の声) 基礎食品目のうち、30品目摂取の方にはばかり気をとられていたので、これからは摂取量の方に目をやるべきだと感じました。



午後の部・ダイエット方法の実践

「呼吸法」を理解する参考になりましたか？

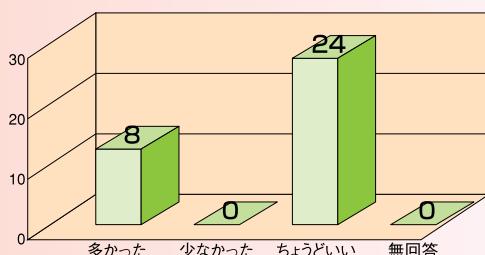


(参加者の声) 呼吸法は色々聞きますが、週一回これだけの運動量は斬新でした。



昼食・ヘルシーランチ

ヘルシー「フルコース」ランチの量は



(参加者の声) カロリー控えめでお腹一杯、目で見て楽しんで舌で感じて楽しめてとてもおいしかったです。

