

京都自動車
健康保険組合

健・保・通・信

2023年 春号 No.174

- 令和5年度収入支出予算概要
- 保険料率を変更します
- 出産育児一時金が引き上げられました
- 教えて！キーワード
オンライン資格確認
- ウォーキングは生活習慣病予防に効く！



〈京都府 枝垂れ桜とカラフルな枯山水〉



ホームページをご覧ください。

京都自動車健康保険組合

検索

令和5年度

予算のお知らせ



令和5年度予算案が去る2月17日開催の第147回組合会で可決承認されました。
安定した財政運営のため、保険料率を変更します。

健康保険料率は引き上げ、介護保険料率は引き下げ

健康保険料率については、平成28年に現行の9.8%に引き上げてから今日まで保険料率を引き上げることなく健康保険組合の事業運営を維持してきましたが、近年、医療費や保険給付費・高齢者医療への納付金等の増加により、健康保険組合の財政が圧迫されてきました。

今後もさらに増加傾向が予想され、この厳しい状況を乗り越えるためにも、令和5年度から健康保険料率を0.6%引き上げ、より安定した事業運営を図るとともに、組合員の健康保持増進をサポートしてまいります。

介護保険料率については、令和3年度に現行の1.8%に引き上げましたが、介護納付金が当初予定していた金額より少なかったため、令和4年度収支が黒字となる見込みで、今後は介護保険料率を1.6%に引き下げても対応はできると見込んでおります。

みなさまには、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

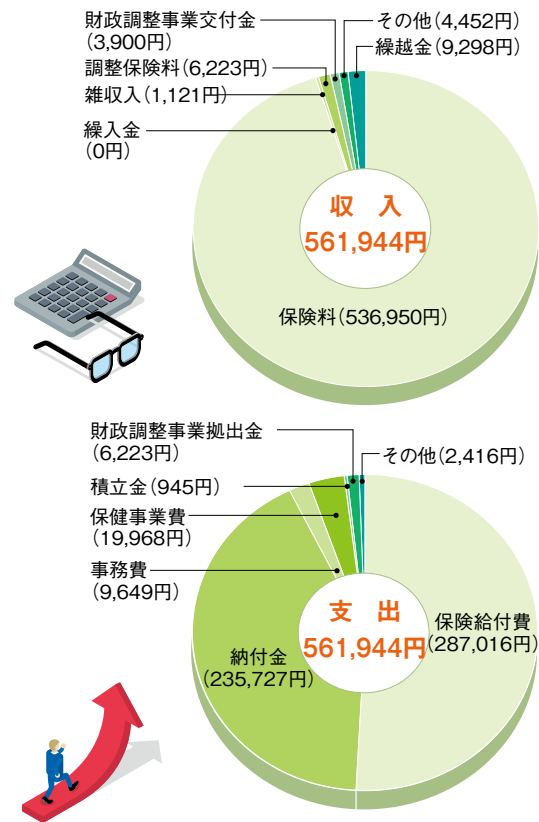
令和5年度 収入支出予算概要

健康保険分

収入 (千円)	料 率	2,842,077
	保 庫 負 担 金 収 入	1,107
	調 整 保 険 料	32,940
	繰 越 入 金	49,212
	繰 入 金	2
	国 庫 補 助 金 収 入	22,457
	財 政 調 整 事 業 交 付 金	2,0641
	雑 収 入	5,934
合 計	2,974,370	
経 常 収 入 合 計	2,847,003	

支出 (千円)	事 務 費	51,073
	保 険 給 付 費	1,519,176
	納 付 金	1,247,705
	前 期 高 齢 者 納 付 金	627,332
	後 期 高 齢 者 支 援 金	620,355
	そ の 他	18
	保 健 事 業 費	105,691
	還 付 金	132
	財 政 調 整 事 業 抛 出 金	32,940
	連 合 会 費	1,475
	積 立 金	5,000
	雑 支 出	452
	予 備 費	10,726
	合 計	2,974,370
経 常 支 出 合 計	2,930,701	

被保険者1人当たりで見ると

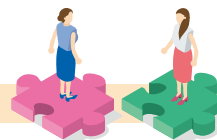


介護保険分

収入 (千円)	料 率	293,803
	繰 越 入 金	49,235
	雑 収 入	3
合 計	343,041	

支出 (千円)	介 護 納 付 金	305,338
	還 納 付 金	20
	積 立 金 費	37,683
合 計	343,041	

予算編成の基礎となった数字



- ◎ 被保険者数／5,293人 (男性／4,436人、女性／857人)
- ◎ 平均標準報酬月額／348,975円
(男性／364,336円、女性／265,295円)
- ◎ 平均年齢／42.87歳 (男性／43.76歳、女性／38.26歳)
- ◎ 被扶養者数／5,357人
- ◎ 健康保険料率 1,000分の104
(事業主／1,000分の54、被保険者／1,000分の50)

- ◎ 介護保険の対象となる被保険者数／4,190人
- ◎ 介護保険料率／1,000分の16
(事業主／1,000分の8、被保険者／1,000分の8)

令和5年度3月分保険料より保険料率が変わります (任意継続の方は4月分保険料より)

健康保険料率

1000分の6引き上げとなりました

現行

	事業主	被保険者	合計
一般保険料率	50.36	46.41	96.77
調整保険料率	0.64	0.59	1.23
合計	51.00	47.00	98.00

改定

	事業主	被保険者	合計
一般保険料率	53.38	49.43	102.81
調整保険料率	0.62	0.57	1.19
合計	54.00	50.00	104.00

介護保険料率

1000分の2引き下げとなりました

現行

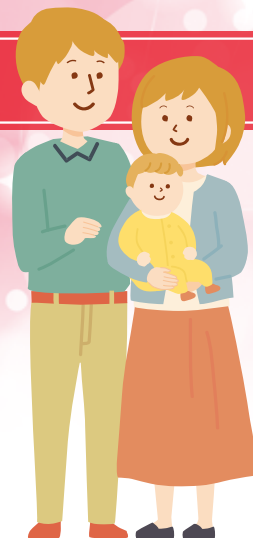
	事業主	被保険者	合計
介護保険料率	9.00	9.00	18.00
合計	9.00	9.00	18.00

改定

	事業主	被保険者	合計
介護保険料率	8.00	8.00	16.00
合計	8.00	8.00	16.00

令和5年4月1日から

出産育児一時金が 引き上げられました



被保険者や被扶養者が出産したときに
健康保険組合から支給される出産育児一時金の額が、
令和5年4月1日から50万円に引き上げられました。

? 出産育児一時金とは

正常な妊娠・出産は病気ではないため、保険診療が適用されません。しかし、全額を自分で払うのは大きな負担となることから、健康保険では

「出産育児一時金」の制度を設け、被保険者または被扶養者が出産したときに、出産にかかる費用の補助を行っています。万一、流産・死産の場合でも、妊娠4ヵ月（85日）以後ならば、支給対象となります。

出産にかかる費用は年々上昇を続けており、この負担増を軽減する観点から、このたび、出産育児一時金の支給額が引き上げられました。

出産育児一時金の支給額は、令和5年3月31日までは1児につき42万円（産科医療補償制度に未加入の医療機関等で出産した場合は40.8万円）でした。これが、令和5年4月1日以降の出産から、全国一律で、1児につき50万円（同48.8万円）となりました。

出産育児一時金の引き上げ

令和5年3月31日までの出産

1児につき **42万円**

（産科医療補償制度の対象外の
医療機関等で出産した場合は40.8万円）

令和5年4月1日以降の出産

1児につき **50万円**

（産科医療補償制度の対象外の
医療機関等で出産した場合は48.8万円）

出産育児一時金の受け取り手続き



「直接支払制度」を利用するとき

（出産費用を健保組合から直接医療機関等に支払うことで窓口負担を軽くしたいとき）

退院までの間に、医療機関等と直接支払制度の利用について書面で取り交わしをします。



後から受け取る時

直接支払制度を利用しない場合は、出産後に医師などの証明を受けて、「出産育児一時金支給申請書」を健保組合に提出します。

当健保組合では、これに加えて1児につき「出産育児一時金付加金」10,000円、「家族出産育児一時金付加金」10,000円が受けられます。

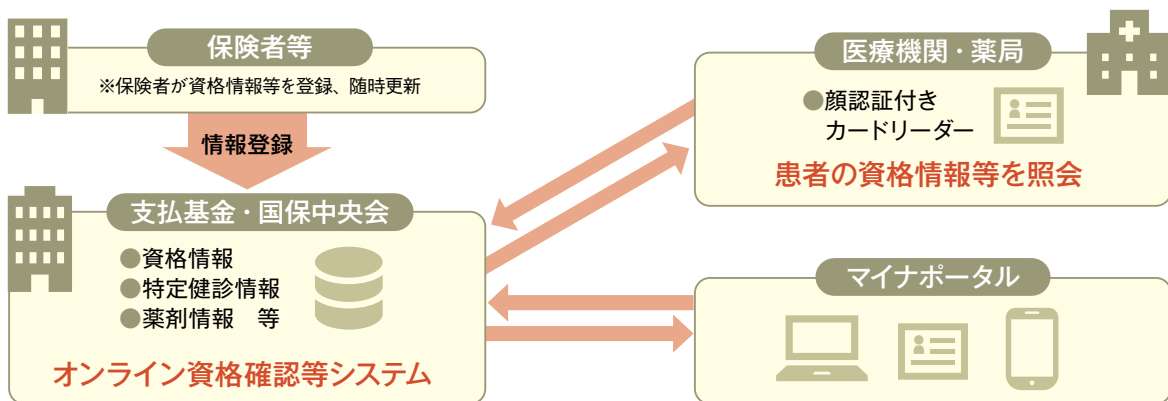
KEYWORD

教えて！ キーワード

オンライン資格確認

マイナンバーカード（以下、カード）のICチップ
または健康保険証の記号・番号等により、
オンラインで健康保険の資格情報等（加入している健康保険や自己負担限度額等）の
確認ができることです（マイナポータルでの閲覧も可能）。

● オンライン資格確認（マイナンバーカードの健康保険証利用）の概要 ●



オンライン資格確認を 利用する手続き

事前にカードを取得し、健康保険証としての利用登録をしておく必要があります。カードを取得できたら、パソコン（ICカードリーダーが必要）やスマートフォン（マイナポータルアプリを利用）から健康保険証利用の初回登録を行います。なお、顔認証付きカードリーダーが設置してある医療機関等であれば、受診時に健康保険証の利用登録をすることができます。

カードの健康保険証利用対応の医療機関・薬局は、厚生労働省のWebサイト (https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_21669.html) で検索できます。

オンライン資格確認利用 のメリット

本人の同意により、医療機関等が医療情報を閲覧できるようになると診療の正確性が高まり、より良い医療につながります。今後も電子処方箋や電子カルテの情報等の閲覧の計画が示されており、オンライン資格確認がもたらす診療の正確性は高まるとみられます。

また、転職等をして、カードで資格確認ができるため、健康保険証の切り替えが不要（保険者への加入の届け出は必要）になり、カードを健康保険証として利用できる医療機関等では「限度額適用認定証」がなくても、限度額を超える支払いが免除されるなどのメリットがあります。

ウォーキングは生活習慣病予防に効く!

手軽にいつでもどこでも行えるウォーキングは、生活習慣病予防にとっても効果的です。1日8,000歩を達成することで、多くの生活習慣病の予防につながることが分かっています。

ウォーキングで健康増進!

血糖値をコントロール!

余分な糖分がエネルギーとして消費され、血糖値をコントロールしやすくなります。インスリンも効きやすい体質になるため、糖尿病が予防できます。

脂質異常症が改善!

血液中から余分なコレステロールを回収するHDL(善玉)コレステロールが増加し、中性脂肪が減少することで脂質異常症が改善します。

血圧が下がる!

ウォーキングなどの有酸素運動を行うことで血管の内側がしなやかで柔軟になり、動脈硬化が改善して血圧が下がります。

肝機能の低下を防ぐ!

ウォーキングで肝臓にたまった脂肪が燃焼され、脂肪肝の状態が改善することから、肝機能の低下を防ぐことができます。

脳梗塞・心血管疾患の予防!

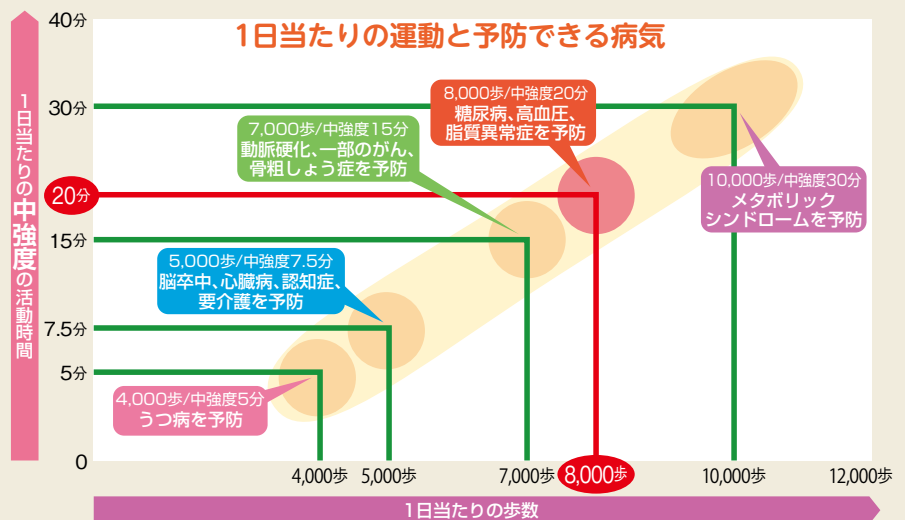
毎日30分歩く人と1時間以上歩く人を比較すると、脳梗塞で約3割、心血管疾患で約2割も死亡リスクが減少します。



1日8,000歩 & 中強度の運動20分で多くの病気が予防できる

1日8,000歩を達成し、さらに軽く息が上がる程度の中強度の運動を1日20分程度行くと、多くの生活習慣病を予防できることが分かっています。早歩きを意識してウォーキングを行えば、8,000歩 & 中強度の運動の両方が一度に達成できます。

エレベーターやエスカレーターを使わず階段にしたり、通勤の際は早歩きにしたりと、毎日の生活の中で歩く時間を増やして、病気予防につなげましょう。



出典：中之条研究（東京都長寿医療センター研究所 青柳幸利）