



広報かながわ 広域連合

編集・発行

神奈川県後期高齢者医療広域連合事務局

〒221-0052 横浜市神奈川区栄町8-1

ヨコハマポートサイドビル9階

☎045(440)6700 ファクス045(441)1500

http://www.union.kanagawa.lg.jp/

【特集】

教えて 元気の秘けつ

「広報かながわ広域連合」では、県内のお元気な方々に、インタビューをして「教えて元気の秘けつ」を掲載してきました。今回は、今まで掲載された「元気の秘けつ」をまとめてみました。

様々な「元気の秘けつ」がありました。みなさんもできることからはじめてみませんか。



【食事で気をつけていること】

- 減塩中心の食事。おひたしはポン酢やドレッシングを使う。
- 野菜・魚中心の食事。海藻もよい。
- バランスの取れた食事を心がけている。
- 手作りの食事中心。
- 生姜湯を飲むと風邪をひかないのでよく飲んでいる。
- 朝食は野菜で、夕食は青魚中心。



【ふだんの心がけ】

- 過去のことをくよくよしないで、前向きに生きていくことが大切。
- 家族と一緒にいるときも、一人のときも楽しく有意義に過ごす。
- 物事をくよくよ考えない。自分の役割を一生懸命頑張ること。
- 人に迷惑はかけたくないと思っている。
- 自分でできることは自分でやること。
- 読書やパソコン入力をして、脳の老化予防を心がける。



【体力づくり】

- 1キロ先の店舗まで歩いて買い物に行く。
- 買い物がてらの散歩を1時間かけて歩く。目安は1日7千歩から1万歩。
- 健康増進センターで自分用の体力維持のメニューをこなす。
- 体操、ウォーキング、野菜作りなど楽しみながら自分の体を動かす。
- 疲れたときは、お風呂に入り、ストレッチをしてリラックス。
- 転倒予防教室に参加する。



【趣味】

- 囲碁
- 折り紙
- テニス
- ヨガ
- コーラス
- カラオケ
- 謡曲
- グランドゴルフ
- 社交ダンス
- 絵手紙

人との交流をはかりながら出来る趣味が多い。



【地域の方々や仲間との交流】

- 学生時代の仲間や元勤務先の仲間と宿泊旅行。
- 地域の子供たちに昔の遊びを教える。
- 地元の仲間との昼食会に参加する。
- 社会福祉協議会主催のミニサロンで大勢の仲間と歌う。
- 町内会と老人クラブに加入し、地域の行事に家族とともに積極的に参加。
- 毎日出かけて友達とコミュニケーションをはかる。



広域連合の議会から

- ◆ **名称** 平成27年第1回定例会
 - ◆ **開催日** 平成27年3月24日(火)
 - ◆ **主な議案**
 - 平成27年度予算(一般会計・特別会計)
 - 平成26年度補正予算(一般会計・特別会計)
 - 神奈川県後期高齢者医療広域連合後期高齢者医療に関する条例の一部改正
- ▶ 詳細は、神奈川県後期高齢者医療広域連合事務局までお問い合わせください。



議会審議の様子

こんな質問がありました

質問 平成27年度一般会計予算の編成方針と特徴は。

答え 県内33市町村の財政状況を踏まえ、事業費の精査に努め、徹底した経費の節減のもと、医療費適正化事業の一層の推進を図ることを方針としました。

27年度は、被保険者証の一斉更新がないことなどから、予算総額は、26年度当初予算と比べ6.4%減の、21億6734万7千円としました。

このうち医療費適正化事業では、26年度から新たに実施したジェネリック医薬品利用差額通知、及び、重複・頻回受診者訪問指導を、27年度も継続して実施します。

また、医療費通知を全市町村で実施するとともに、海外療養費不正請求対策の経費を計上し、医療費の適正化に向けた取組を推進します。

質問 平成27年度特別会計予算の編成方針と特徴は。

答え 27年度は、2カ年の財政運営期間の2年目にあたり、26年度の運営実績と今後の見込みを考慮し、最新の状況把握に努め、変化に対応した予算編成を行うことを方針としました。

予算額算出の基礎となる、一人あたり医療費については、伸び率が鈍化しているため、26年度当初予算と比べ0.5%減の88万1千円とし、平均被保険者数については、26年度の見込みから約4万人の増となる、95万4千人としました。

これらの数値に基づき予算編成した結果、予算総額は、対前年度比3.2%増の7795億870万円としました。

このうち、審査支払手数料や葬祭費を含む保険給付費は、前年度と比べ4.1%増の7744億円とし、特別会計全体の99%を占めます。

また、保健事業費は24億4千万円とし、糖尿病などの生活習慣病の早期発見や重症化の予防を目的に、市町村が実施する健康診査への補助を継続するほか、新たに歯科健康診査の事業費を計上しました。

この歯科健康診査は、前年度に75歳になった方を対象に、口腔機能低下や肺炎等の疾病予防を目的に、歯の状況や咬み合わせの状態などの口腔診査とブラッシングなどの口腔衛生指導を自己負担なしで実施するものです。

質問 広域連合として、保険料軽減特例を廃止せず、恒久化するよう国に要望しているのか。

答え 制度の改善については、全国後期高齢者医療広域連合協議会を通じて年2回、国へ要望しています。

25年度は、6月と11月に保険料軽減特例について恒久的な制度とするよう要望しました。

また、26年度は、社会保障審議会医療保険部会において保険料軽減特例の見直しについて議論されていることから、6月に、被保険者に対し過度な保険料を求めることなく、国による負担軽減を図ること、11月には、高齢者の生活環境を充分把握した上で保険料負担の軽減などを設定するとともに、過度の負担や急激な変化とならないよう十分配慮し、実施にあたっては、国による丁寧な説明と周知を行い、国民の混乱を招かないよう進めることを要望してきました。

質問 軽減特例見直しにより、9割軽減、8.5割軽減の対象者の負担が増えることについて、どう認識しているか。

答え 軽減特例の対象者が、全体の44%であり、低所得者の方の生活への影響は少なくないと考えます。

このため、国は、保険料軽減特例の見直しにあたっては、低所得者の方に対する介護保険料軽減の拡充や年金生活者支援給付金の支給とあわせて実施することにより低所得者の方に配慮しつつ、急激な負担増とならないようきめ細かな「激変緩和措置」を講ずるとしてしています。

次の議会は、平成27年8月の予定です。

一部負担金の割合が変わる方に、8月1日までに新しい保険証をお送りします

新しい保険証が届いた方は、これまでお使いの保険証を返却してください。

- 医療機関等の窓口でお支払いいただく一部負担金の割合は、1割または3割です。平成27年度の市町村民税課税所得などに基づき、8月1日付で見直しを行います。
- 正しくない一部負担金の割合の保険証を返却せずに使用されますと、あとで差額分の納付や払い戻しが必要となる場合がありますので、ご注意ください。※下記参照



一部負担金の割合の判定について

平成27年8月から平成28年7月までの一部負担金の割合は、平成26年1月から12月までの所得などに基づいて判定します。

平成27年度市町村民税課税所得* (平成26年1月から12月までの所得などに基づき算出)	所得区分	一部負担金の割合
145万円未満の被保険者 (同じ世帯の被保険者全員が145万円未満)	一般の方	1割
145万円以上の被保険者およびその方と同じ世帯の被保険者	現役並み所得の方	3割

* 市町村民税課税所得とは、総所得金額等から各種所得控除を差し引いて算出します。

所得により一部負担割合が3割と判定された方でも、収入額について次の要件に該当する方は、申請により1割に変更になります。該当になると思われる方には、お住まいの市区町村より基準収入額適用申請書をお送りします。

後期高齢者医療制度の被保険者の人数	基準収入額適用申請の収入判定要件 (平成26年1月から12月までの収入額で判定)
世帯に1人	収入額が383万円未満 ただし、383万円以上でも同世帯に70～74歳の方がいる場合は、その方と被保険者の収入合計額が520万円未満。
世帯に複数	収入合計額が520万円未満

※一部負担金の割合変更に伴う差額について

差額が発生した場合、次のようなお手続きなどが必要になります。

一部負担金の割合が「1割」の方が「3割」の保険証を使用	還付のお手続きが必要となりますので、お住まいの市区町村後期高齢者医療担当窓口にご相談ください。
一部負担金の割合が「3割」の方が「1割」の保険証を使用	神奈川県後期高齢者医療広域連合から、差額金額についてご請求させていただきます。

保険証を誤って使用した場合のほか、遡って修正申告や世帯構成の変更などを行い、一部負担金の割合が変更になった場合も同様のお手続きなどが必要になります。

平成27年度予算の概要

(注)金額は、端数処理をしています。
項目は正式な科目名と異なります。

特別会計 後期高齢者医療制度を実施していくための、平成27年度特別会計予算総額は7795億円です。

歳入

増減	26年度	27年度	内 容	項 目	
36億円	826億円	862億円	皆さまからの保険料	保険料負担金	保険料 862億円 11.1%
25億円	680億円	705億円	国や県、市町村からの 公費負担	市町村負担金	公 費 3524億円 45.2%
86億円	2115億円	2201億円		国庫負担金	
13億円	605億円	618億円		県負担金	
130億円	3235億円	3365億円	現役世代(0～74歳)からの 支援金	支払基金交付金	現役世代 からの支援 3365億円 43.2%
△20億円	54億円	34億円	基金からの繰入	繰入金	その他 44億円
△22億円	22億円	0億円	前年度からの繰越	繰越金	
3億円	7億円	10億円	財産収入など	その他	
251億円	7544億円	7795億円	合 計		7795億円

後期高齢者医療制度では、2年単位の財政運営期間で保険料率を算定しています。

歳出

	項 目	内 容	27年度	26年度	増減
保険給付費 7744億円 99.3% その他 51億円 7795億円	療養給付費等	皆さまが受診した病院などに支払う医療費や高額療養費など	7696億円	7395億円	301億円
	☆保険給付費は26年度と比べて、4.1%増加しています。 歳出予算の約99%は、被保険者の皆さまが受診した病院への支払いや高額療養費などの支払いに充てられます。 高齢化の進展に伴い、被保険者数が約4万人増えることや、医療の高度化などにより、療養給付費等も増えると見込んでいます。				
	審査支払手数料	診療内容の審査にかかる手数料	21億円	20億円	1億円
	葬祭費	葬祭を行った喪主に5万円の給付	27億円	26億円	1億円
	保健事業費	健康診査などに係る費用	24億円	22億円	2億円
	基金積立金*	医療費などの変動に備えるための積み立てなど	0億円	62億円	△62億円
	その他	保険料の還付など	27億円	19億円	8億円
	合 計		7795億円	7544億円	251億円

※平成27年度は財政運営期間の2年目にあたるため、基金積立金が前年度と比べ、減額しています。

一般会計

一般会計は、制度運営に係る事務的経費のみを扱います。また、その財源の87%は、県内市町村からの負担金によるものです。

	主な項目	27年度	26年度	増減	説 明
歳入	負担金	18億9千万円	17億5千万円	1億4千万円	県内市町村からの負担金
	国庫補助金	2億5千万円	2億2千万円	3千万円	国からの補助金
	その他	2千万円	3億4千万円	△3億2千万円	財政調整基金などからの繰入金、財産収入など
	合 計	21億6千万円	23億1千万円	△1億5千万円	
歳出	広域連合運営管理費	8千万円	8千万円	0円	事務局の運営管理費
	広域連合事業費負担金	3億4千万円	3億3千万円	1千万円	職員人件費、福利厚生費などに相当する負担金
	高齢者医療管理費など	11億3千万円	12億6千万円	△1億3千万円	保険証の交付に関する経費、高額療養費等の給付に関する経費などの業務関連経費
	電算システム関係費	6億円	6億3千万円	△3千万円	電算処理システム維持管理に係る経費
	議会運営費など	1千万円	1千万円	0円	議会費、予備費など
	合 計	21億6千万円	23億1千万円	△1億5千万円	

予算に関するQ&A

Q 1 「一般会計は、制度運営に係る事務的経費のみを扱います」とありますが、具体的にはどうでしょうか。

A 1 皆さまの保険証の作成をはじめ、各種申請書、お知らせ、広報紙などの広域連合からの発行物の印刷、発送の経費や制度を運営するための職員人件費、システム関係費など、保険給付に関する経費以外のものとなります。また、一般会計では、皆さまからの保険料は使用しないため、神奈川県内の33市町村が主に負担しています。

Q 2 一般会計の予算額が全体で1億5千万円減っているのはなぜですか。

A 2 2年に1回行われる保険証の一斉更新業務がないことなどにより、関係する経費が減っています。

Q 3 納めた保険料はどのような使われ方をしているのですか。

A 3 皆さまが受診した病院への支払いなどに充てられる療養給付費等は、約5割を公費(税金)で、約4割を現役世代からの支援金(支払基金交付金)で負担し、残りの約1割を皆さまからの保険料で賄っています。また、審査支払手数料や葬祭費、国庫補助分を除いた保健事業費も、皆さまからの保険料で賄っています。

歯科健康診査が始まります!

平成27年度から口腔機能低下や肺炎等の疾病を予防するため、前年度に75歳となった被保険者の方を対象として歯科健康診査を行います。

歯科健康診査の対象となる方には、広域連合から「歯科健診のご案内」を送付します。



神奈川県後期高齢者医療広域連合 保健事業実施計画(データヘルス計画)を策定しました!

効果的かつ効率的に保健事業を実施するため、健康・医療情報を分析・活用した保健事業実施計画(データヘルス計画)を策定しました。

データヘルス計画は、広域連合のホームページに掲載していますので、ご覧ください。(http://www.union.kanagawa.lg.jp/)



医療機関を上手に利用しましょう

- かかりつけの医師を持ち、気になることがあったら、まずは相談しましょう。
- 同じ病気で複数の医療機関を受診することは、控えましょう。
重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響を与えてしまう心配があります。今受けている治療に不安などがあるときには、そのことを医師に伝えて話し合ってみましょう。
- 薬が余っているときは、医師や薬剤師に相談しましょう。



健康診査を受診しましょう

- 生活習慣病の早期発見や重症化予防のため、被保険者の方を対象とした健康診査を市町村で行っています。
- 健康診査の受診手続きはお住まいの市町村によって異なります。詳細はお住まいの市区町村にお問い合わせください。



〔平成27年度より均等割額の軽減基準が拡大されました〕

同じ世帯の被保険者の方すべてと、世帯主の前年の総所得金額等を合計した額が、基準以下になる方は、均等割額(42,580円)が軽減されます。

所得の少ない方に対する更なる負担軽減の観点から、国の政令改正が行われ、本広域連合でも条例改正を行い、平成27年度より保険料の軽減基準(5割軽減・2割軽減)が下記のとおり拡大されました。

軽減割合	世帯の総所得金額等の基準(平成27年度)	
5割	変更前	33万円 + (24万5千円 × 当該世帯に属する被保険者の数)
	変更後	33万円 + (26万円 × 当該世帯に属する被保険者の数)
2割	変更前	33万円 + (45万円 × 当該世帯に属する被保険者の数)
	変更後	33万円 + (47万円 × 当該世帯に属する被保険者の数)

モニター懇談会を開催しました

平成26年度第2回モニター懇談会を昨年11月21日、かながわ県民センターで開催しました。詳しい状況については、神奈川県後期高齢者医療広域連合ホームページに掲載しています。

(<http://www.union.kanagawa.lg.jp/>)



モニター懇談会の様子

当日の主なご意見(「かかりつけ医」、「健康診査」についてのご意見)

- 「かかりつけ医」は必要である。自分も「かかりつけ医」がいる。具合がとても悪い時は専門医にかかる。
- 「かかりつけ医」の定義をしっかりとったほうが良いと思う。
- 健康診査は、年に1回必要であると思う。

◆ 登録モニター募集中 ◆

広域連合では、後期高齢者医療制度の運営改善等に活用するため、アンケート調査や懇談会に参加していただける登録モニターを募集しています。御興味のある方は、下記連絡先までお気軽に御連絡ください。

連絡先: 神奈川県後期高齢者医療広域連合事務局 総務課 モニター担当
☎045-440-6714 ファクス045-441-1500

あなたにも、マイナンバー。はじまります。

- マイナンバー(個人番号)とは、国民一人ひとりが持つ12桁の番号のことです。社会保障・税・災害対策の行政手続きで使用されます。
- マイナンバーには次のようなメリットがあります。
 - ①国民の面倒な手続きが簡単になる(国民の利便性の向上)
 - ②給付金などの不正受給の防止になる(公平・公正な社会の実現)
 - ③行政の手続きが正確で早くなる(行政の効率化)
- 平成27年10月以降、マイナンバーを通知するカードが皆様の住民票の住所に郵送されます。
- 平成28年1月からマイナンバーの利用開始となります。



マイナンバー制度のお問い合わせは 0570-20-0178(全国共通ナビダイヤル)
最新情報はマイナンバーのホームページ <http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/index.html> をご覧ください。

一食中毒に気をつけましょうー 長寿豆知識 その12

食中毒の原因には様々なものがあります。

平成25年の食中毒患者発生数は約2万6千人で、原因の約57%がウイルスであり、その大半はカキなどによるとみられるノロウイルスとなっています。また約33%が細菌で、その半分以上がサルモネラ属菌、カンピロバクターなどです。



特に、高温多湿となる梅雨から夏場にかけては、この細菌による食中毒が多発しています。

カンピロバクターは鶏肉、サルモネラは鶏卵、腸管出血性大腸菌は牛レバー刺といったそれぞれに特徴的な感染源があることは知られていますが、基本的にはこれらの細菌により汚染された食材であれば何でも感染源となる可能性があります。

このため、毎年8月は厚生労働省によって「食品衛生月間」に定められています。特に、細菌による食中毒を予防するためには、

原因細菌を 1.付けない(清潔)、2.増やさない(迅速、冷却、乾燥)、3.殺す(加熱など) という予防の3大原則を守ることが最も大切です。

食中毒の発生患者数を施設別にみた場合、飲食店が43%と最も多く、その他仕出屋26%、旅館13%、事業所5%、学校3%、家庭2%、の順となっています。

注意することは、食中毒という飲食店などでの外食が原因と思われがちですが、普段、当たり前に行っている家庭での喫食が、思わぬ食中毒を引き起こすことがあります。

家庭での食中毒の発生は、夏風邪や寝冷えなどと思われがちですが、食中毒とは気づかれず、重症化することもありますので、特に注意を要します。

川崎市 健康福祉局 医務監 坂元 昇

ジェネリック医薬品(後発医薬品)をご存じですか？

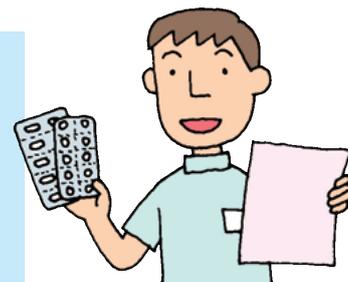
ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、新薬(先発医薬品)の特許期間が終了した後に製造・販売される薬です。新薬と同じ有効成分を持っていて、一般的に安価な薬です。

【ジェネリック医薬品を利用される場合の注意点】

- ・ジェネリック医薬品を希望される場合は、必ず医師・薬剤師にご相談ください。
- ・すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。
- ・ジェネリック医薬品に変えることにより、医療費が高くなる場合もあります。先発医薬品との最終的な窓口差額を確認の上、お選びください。

神奈川県後期高齢者医療広域連合は、ジェネリック医薬品の普及を図るため、平成26年9月に約2万人の被保険者の方に「ジェネリック医薬品利用差額通知」を送付しました。

この結果、平成26年9月から11月までの3か月間で、3571人の方が新たにジェネリック医薬品を利用され、約1960万円の医療費(保険者負担分)の削減につながりました。



広告募集中!

神奈川県後期高齢者医療広域連合ではホームページ上での広告を募集しています。掲載に関する規程など詳細は当ホームページ(<http://www.union.kanagawa.lg.jp/>)「バナー広告募集中」を参照してください。