

健康長寿のために生活習慣を見直そう

展示場所 市役所 1 階 市民ホール

展示期間 平成 25 年 8 月 1 日～30 日

(午前 8 時 30 分～午後 5 時)

お気軽にお立ち寄りください。

<展示内容>

- ・メタボリックシンドロームについて
- ・生活習慣病を防ぐ食生活 など

**無料限定
イベント!**



©2009FIDP

埼玉県けんこう大使 (入間市代表) テオ

◆◇平成 25 年 8 月 16 日 (金)、19 (月)～22 日 (木) ◇◆

市役所 1 階市民ギャラリーにて簡易健康度測定を実施!

(午前 9 時 30 分～午後 4 時) ※事前予約不要

～主な測定機器～

- ・体脂肪計 & 活力年齢計 (体脂肪率、生体の年齢)
【設定コースにより血中脂質等の入力項目がありますので、健診結果を是非お持ち下さい。】
- ・体重体組成計 (体脂肪率、内臓脂肪レベル、基礎代謝、筋肉率、体年齢)
※体脂肪計 & 活力年齢計および体重体組成計は、ペースメーカー装着者は測定できません。
- ・加速度脈波計 (血管循環の測定)
- ・スモーカーライザー、CO モニター (呼気中一酸化炭素濃度測定)
- ・血圧計
- ・脳年齢計 (脳の年齢や、脳のストレス度の測定) など

保健師による測定結果の説明を受け、健康相談ができます。

埼玉県・全国健康保険協会埼玉支部・いるま健康サポート会・
入間市国民健康保険

ピンチです！ 国保財政

皆さんが安心して医療を受けるための健康保険。その一つである国民健康保険（国保）の財政状況は、年々厳しさを増しています。今後も入間市国保を堅持していくために、皆さんへのお願いと、市の取り組みなどを紹介していきます。

健康保険とは… 健康保険は、けがや病気のときに医療を受けるため、保険料（税）を出し合い、必要な費用を充てて助け合う制度です。健康保険にはさまざまな種類があり、75歳以上の人と65歳以上で一定の障害状態にある人が加入する後期高齢者医療制度、74歳以下で会社員・公務員・船員とその扶養家族を対象とする被用者保険、自営業や他の保険に加入していない方が対象の国民健康保険に大きく分けられます。

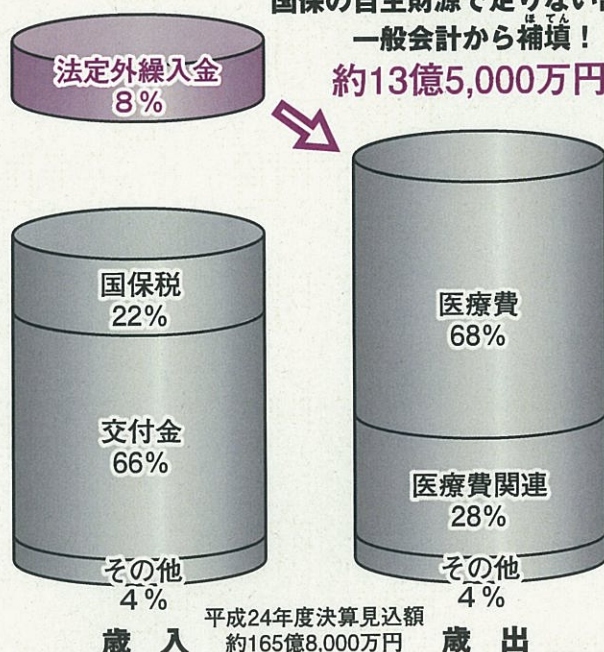
国保の自主財源で足りない部分を
一般会計から補填！

約13億5,000万円

国保の自主財源だけでは
賄いきれない現状

9,014円 あなたも負担しています

※9,014円。これは、市の国保を維持するために、市民の皆さんが平成24年度に負担した一人あたりの金額です。なぜ国保加入者以外の方にも負担があるのでしょうか？



平成24年度入間市国保特別会計の歳入・歳出をおおまかにまとめたのが、右のグラフです。歳入のうち約22%が国保税、約66%が国・県などからの交付金等、その他が約4%で、残りの約8%が一般会計から補填した「法定外繰入金」です。

国保は、地域の医療保険として「国民皆保険」を支える、いわば「最後の砦」です。市は、市国保の経営者として、一般会計から国保特別会計に予算を繰り入れてでも、国保を維持しなければなりません。そのために、市民一人あたり9,014円という負担が生じています。

しかし、市全体の税収が落ち込む中であって、一般会計の負担をこれ以上増やすことは難しくなっています。市国保として、法定外繰入金抑制のための対応をしなければなりません。

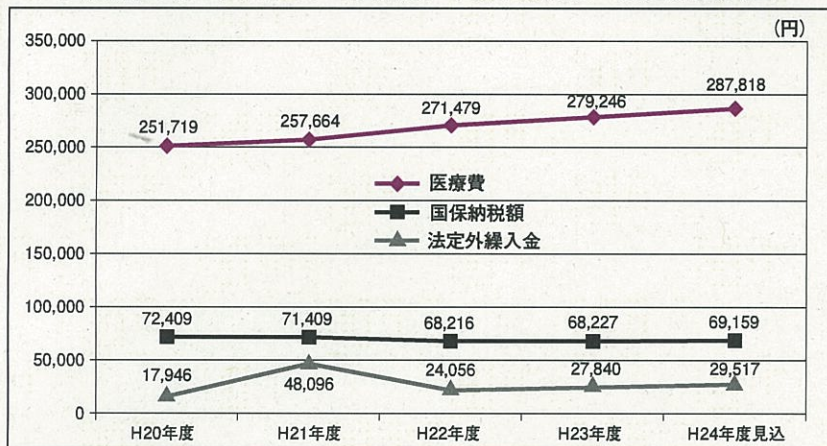
また、たとえ現在は被用者保険に加入している人でも、定年退職等により、いずれは国保に加入することになります。国保財政の問題は、入間市全体の問題として、市民の皆さんに考えていただく必要があります。

国保財政の問題は
入間市全体の問題

することが望ましいとされています。しかし、入間市では、国保税や国・県などからの交付金等だけでは必要な医療費などの支払いがでず、その赤字を補填するために約13億5,000万円を一般会計から繰り入れています。

※一般会計法定外繰入金（見込）1,354,573,808円÷市の人口150,282人＝9,014円。9,014円は、法定外繰入金を市の人口で割ったものであり、実際に徴収しているわけではありません。この中には国保ではなく、被用者保険または後期高齢者医療制度などに加入している方の人数も含まれています。また、国保加入者が納めた国保税は含まれていません。

国保加入者一人あたりの医療費・国保納税額・法定外繰入金



左のグラフは、過去5年間の一人あたりの医療費、一人あたり国保納税額、加入者一人あたり法定外繰入金の推移です。増加する医療費に対して国保納税額が伸び悩んでいるため、法定外繰入金が増加していることが分かります。

増え続ける医療費、伸び悩む国保納税額

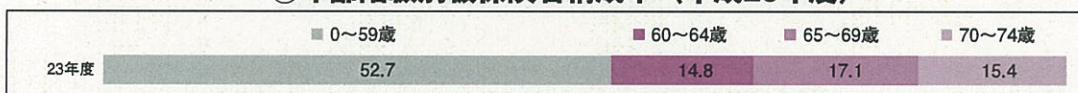
国保加入者と医療費の現状

①のグラフは、国保加入者の年齢別構成率で、60～74歳の割合が全体の47.3%を占めていることを表しています。②のグラフは、年齢別医療費構成率で、60～74歳が全体の約70%を占めていることを表しています。このことから、国保は、働く世代が少なく、医療費が掛かる世代が多い、構造的な問題を抱えた制度であることが分かります。

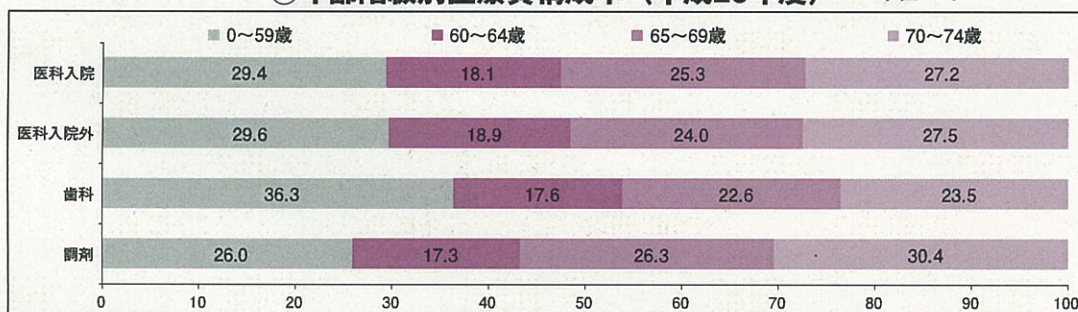
③の表は、国保加入者の医療費で見た上位10項目の疾病状況です。入院は統合失調症等が最も多く、次いでその他の悪性新生物、虚血性心疾患、脳梗塞といった疾患が占めています。入院外では高血圧性疾患が最も多く、次いで腎不全、糖尿病となっています。

これら医療費の上位を占める病気の中には、予防が難しいものもあります。生活習慣の改善によって予防できたはずの病気も多く含まれています。生活習慣病の発症や重症化を予防できれば、国保医療費の増加を抑えることができ、法定外繰入金を抑制できます。

①年齢階級別被保険者構成率（平成23年度） 単位：%



②年齢階級別医療費構成率（平成23年度） 単位：%



③疾病の状況（平成23年度：0歳～74歳）

入院

順位	分類※	疾病名	医療費(円)	構成率(%)
1	0503	統合失調症、統合失調型障害及び妄想性障害	412,618,016	9.0
2	0210	その他の悪性新生物	258,241,388	5.7
3	0902	虚血性心疾患	256,605,114	5.6
4	0906	脳梗塞	201,197,048	4.4
5	0903	その他の心疾患	188,819,130	4.1
6	1901	骨折	151,244,898	3.3
7	1402	腎不全	135,478,208	3.0
8	0606	その他の神経系の疾患	120,061,776	2.6
9	0905	脳内出血	116,458,714	2.6
10	1112	その他の消化器系の疾患	104,829,968	2.3

入院外

順位	分類※	疾病名	医療費(円)	構成率(%)
1	0901	高血圧性疾患	520,659,990	11.8
2	1402	腎不全	420,773,830	9.5
3	0402	糖尿病	352,747,320	8.0
4	0403	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	135,405,440	3.1
5	0210	その他の悪性新生物	108,771,050	2.5
6	0704	その他の眼及び付属器の疾患	97,670,050	2.2
7	0703	屈折及び調節の障害	82,839,840	1.9
8	0702	白内障	79,716,570	1.8
9	0503	統合失調症、統合失調型障害及び妄想性障害	77,757,040	1.8
10	1800	症状、徴候及び異常臨床所見・以上検査所見で他に分類されないもの	76,171,010	1.7

※分類＝社会保険表章用疾病分類…世界保健機関（WHO）から公表されている「疾病及び関連保健問題国際統計分類」（国際疾病分類：ICD）に準じて定められた、社会保険の分野で疾病統計を作成する際の統一基準として広く用いられているものです。分類表や索引について詳しくは、厚生労働省ホームページ（http://www.mhlw.go.jp/bunya/iryouhoken/database/zenpan/shobyu_bunrui.html）をご覧ください。

今、あなたにできること、0.14円を減らすために

あなたの健康のために

生活習慣病を予防しよう

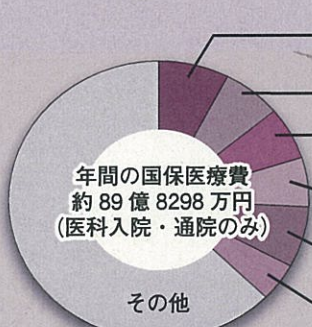
糖尿病、腎不全、高血圧、動脈硬化など。これらはいわゆる「生活習慣病」と呼ばれるものです。生活習慣病は市国保医療費の約30%を占めています。発症年齢はおおむね50歳〜60歳です。

今は被用者保険の人も、退職すれば国保に加入します。その時に医療費が掛からないよう、今から健康づくりに努めてください。日々の生活を改めるのは大変な努力が必要ですが、医療費節約のためだけではなく、自分自身のためにもがんばりましょう。

がん	約6億8976万円
糖尿病	約5億7916万円
腎不全	約5億5625万円
高血圧・動脈硬化	約5億2066万円
心疾患等	約6億4504万円
脳内出血等	約4億117万円

生活習慣病は約30%！

入間市国保医療費に占める生活習慣病の割合



埼玉県国民健康保険団体連合会
「平成23年度市国保加入者データ」

特定健診受診者と未受診者の医療費の差

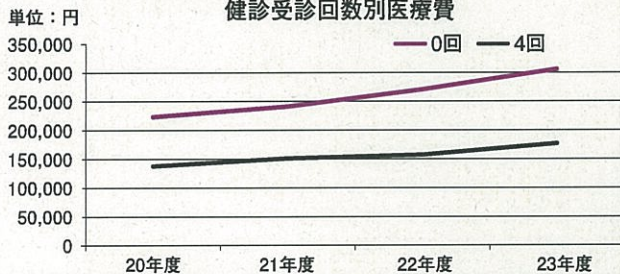
特定健診は、生活習慣病の予防を目的として40歳〜70歳の方全てを対象に各保険者が実施しています。病気の発症予防や発症を遅らせることが、皆さんの医療費節約と生活の質を維持することにつながっていきます。

グラフは、特定健診を毎年受診している被保険者と、一度も受診したことのない被保険者の医療費の比較です。平成23年度では1人当たりの医療費に約13万円もの差があることがわかります。健診を継続して受診することで、病気の早期発見・予防ができ、医療費を低く抑えることができます。

皆さん、ぜひ特定健診を受診しましょう。国保加入者の特定健診受診対象者には、毎年5月下旬に受診券を発送しています。

※国保加入者が特定健診を受け、受診率が上がると国や県からの調整交付金が増え、一般会計からの繰入金を抑えることができます。

健診受診回数別医療費



病院にかかるときは

かかりつけ医を持とう

同じ病気で医療機関を次々と変更して受診すると、その都度初診料が掛かり、余計な負担になります。また、重複する検査や処置・投薬などを行うと体にも負担が掛かり、体に悪影響を与えてしまう場合があります。目頃から自分の体質や病歴、健康状態を把握し、健康上のアドバイスなどしてもらえる、身近なかかりつけの医師を持ちましょう。

休日・早朝・夜間の受診は控えよう

休日・早朝・夜間に受診すると、通常の医療費の他に、さらに割増料金が掛かります。そしてもちろん、国保負担も増加します。

緊急でないときは、休日・早朝・夜間の受診はできるだけ控え、平日の診療時間内に受診を心掛けましょう。

自己判断はやめよう

症状が無くなったからと自己判断で通院や服薬をやめることは、悪化の原因になることもあります。

受診料や医療費の節約のために病院に行かないのは大変危険です。症状が重いつきや緊急時には、無理せずに受診しましょう。



国保税は納付期限内に納めてください

国保税を滞納すると、医療費の支払いに不足が生じ、市国保の財政運営に重大な支障を来します。また、納付された方と公平を欠くことにもなりますので、大切な国保税を確保するために、やむをえず滞納している方の財産（不動産、動産、給与、銀行預金等）を差し押さえ、滞納税に充てるなどの処分を行うことになります（不動産・動産は公売後）。

問い合わせ 市役所収税課

今、市が取り組んでいること

経営努力をしています

8,600万円の特別調整交付金を獲得!

特別調整交付金とは、国や県から自治体に対して、国保加入者や医療費から算定して交付されるものです。これには、経営努力に応じて算定される交付金もあります。

市では、国保経営者として生活習慣病予防講演会「国保からみた入間市民の健康状況と血管年齢を使った健診結果の活かし方」(写真①)や健康長寿埼玉の実現にむけた健診受診率向上強化事業への参加(写真②)などを実施しました。この他にも、次のような取り組みをしています。



写真①



写真②

※ジェネリック医薬品については詳しくは、次ページをご覧ください。

・窓口業務の効率化

・被保険者の適用適正化強化

・医療費の適正化対策強化、レセプト点検の充実強化、医療費通知の充実、第三者行為求償事務の強化

・医療費・健診結果分析

・生活習慣病予防啓発ポスター掲示、自治会配布

※ジェネリック医薬品の利用促進

・国保税収納率向上対策 など

これらの経営努力が認められ、平成24年度は、約8,600万円が特別に国から交付されました。

今後も多くの交付金を獲得し、法定外繰入金の抑制に努力してまいります。

生活習慣病予防と特定健診をPR

けんこう大使テオが応援

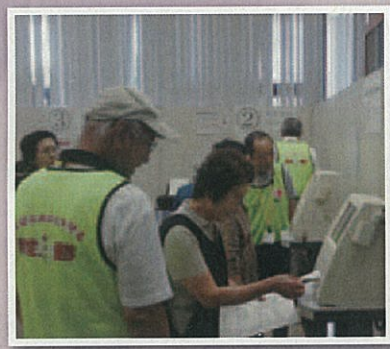
埼玉県けんこう大使に任命されている「テオ(写真右)」を活用し、市内保育所等で行われる「レッツッ!入間音頭」(入間ケーブルテレビ番組)の収録に参加しています。この番組をご覧になる方々に、生活習慣病予防や健診受診をPRしています。



放送時間 午後5時25分から、10時10分から(5分番組)放送チャンネル 入間ケーブルテレビ「チャンネルあい」

キャンペーンを実施
毎年8月、市役所市民ギャラリーで、ボランティアのいる健康サポート会の皆さん、協会けんぽ埼玉、県との協働による「特定健診受診率向上及び生活習慣病予防キャンペーン」を実施しています。キャンペーンではPRポスターの掲示や保健師による健康相談などを行っています。

平成25年度も、8月16日(金)・19日(月)・22日(木)に市民ギャラリーで実施予定です。



皆さんが健康であること、それが医療費の負担軽減につながります。まずは日頃の生活習慣を見直してみてもいいでしょうか?

国保財政の状況については、今後も引き続きお知らせしていきます。

問い合わせ 市役所保険年金課