

# 健 保 だ よ り

2021  
SPRING

春



もくじ

1・2 令和3年度予算決まる

3 新型コロナウイルス感染症の重症化に、喫煙が関係していることをご存知ですか？

4 新型コロナも遠ざける?! お口のケアを見直そう!

## 令和3年度

# 収入・支出予算決まる

予算の  
ポイント

令和3年度の収入・支出予算が組合会において承認・決定いたしましたので、その概要をお知らせします。

- 経常収入は、634,044千円で前年予算比10.3%のマイナス、経常支出は633,764千円で前年予算比21.1%のマイナスとなり、経常収支は280千円の黒字となります。
- 本年度は、保険料率の改定及び被保険者数の減少が見込まれるため保険料収入が減少します。  
支出においては納付金が大幅に減少します。これは、令和元年度の前期高齢者の医療費にかかわる数値をもとに決定する納付額が大幅に減少したことによるものです。その他の支出では、保険給付費が前年予算比5.7%マイナスの312,906千円、保健事業費は4.0%マイナスの69,480千円となっています。
- 健康保険の保険料率は、111.750 / 1,000から101.360 / 1,000に変更となりました。
- インフルエンザ予防接種および歯科健診の補助対象を、主婦健診・家族健診の対象者に拡大します。

# 一般勘定

## ● 予算編成の基礎数値

被保険者数	平均標準報酬月額	被保険者1人当たりの被扶養者数	保険料率（調整保険料率含む）
男………953人	男………352,000円	0.84人	事業主 …………… 55.184/1,000
女………297人	女………227,000円		被保険者 …………… 46.176/1,000
計………1,250人	全体………322,000円		計…………… 101.360/1,000

## ● 収入

（単位：千円）

科目	令和3年度 予算	令和2年度 決算見込	令和2年度 予算
健康保険収入	625,444	693,486	698,025
調整保険料収入	8,520	8,181	8,215
繰越金	120,000	120,000	120,000
別途積立金繰入	0	0	0
国庫補助金収入	503	40,765	833
財政調整事業交付金	1,500	4,811	1,640
雑収入	8,100	9,404	7,976
収入合計	764,067	876,647	836,689
経常収入合計	634,044	702,890	706,831

## ● 支出

（単位：千円）

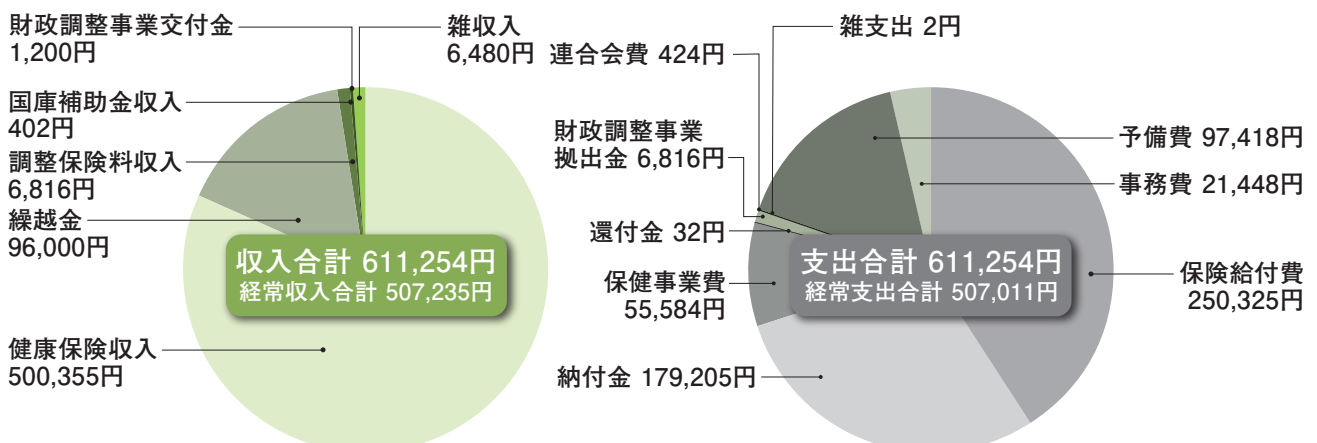
科目	令和3年度 予算	令和2年度 決算見込	令和2年度 予算
事務費	26,810	25,636	26,688
事務所費	26,796	25,636	26,656
組合会費	14	0	32
保険給付費	312,906	275,418	331,708
法定給付費	311,178	273,798	329,267
付加給付費	1,728	1,620	2,441
納付金	224,006	375,213	371,421
前期高齢者納付金	89,000	242,162	240,229
後期高齢者支援金	135,000	133,045	131,186
病床転換支援金	1	1	1
退職者給付拠出金	5	5	5
保健事業費	69,480	65,966	72,383
還付金	40	0	40
財政調整事業拠出金	8,520	8,214	8,215
連合会費	530	461	610
雑支出	2	0	2
その他	0	0	0
予備費	121,773	0	25,622
支出合計	764,067	750,908	836,689
経常支出合計	633,764	742,694	802,841

令和3年度 予算経常収支差額

**280千円**



1人当たりをグラフで見ると



# 介護勘定

## ● 予算編成の基礎数値

介護保険第2号被保険者数	介護保険第2号被保険者たる被保険者数	特定被保険者数	平均標準報酬月額	保険料率
1,197人	898人	0人	358,000円	事業主…………… 9.255/1,000 被保険者…………… 7.745/1,000 計…………… 17.000/1,000

## ● 収入

(単位:千円)

科目	令和3年度 予算	令和2年度 決算見込	令和2年度 予算
介護保険収入	85,374	84,254	85,260
繰越金	2,900	0	0
繰入金	0	0	0
国庫補助金受入	0	0	1
雑収入	3	0	1
収入合計	88,277	84,254	85,262

## ● 支出

(単位:千円)

科目	令和3年度 予算	令和2年度 決算見込	令和2年度 予算
介護納付金	87,500	81,327	83,324
介護保険料還付金	1	0	0
積立金	0	0	0
雑支出	0	0	0
予備費	776	0	1,938
支出合計	88,277	81,327	85,262
残金(収入-支出)	0	2,927	0

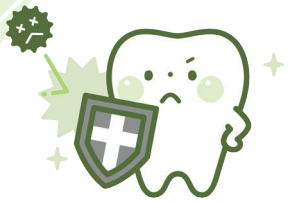
## 新型コロナウイルス感染症の重症化に、喫煙が関係していることをご存知ですか？

たばこは喉や気管、肺などの呼吸器の免疫機能を低下させ、糖尿病や心臓病、がんなどの発症や悪化にも影響します。さらに、たばこを吸う人の肺の近くにはACE2という、新型コロナウイルスが細胞へ侵入する足がかりとなる受容体が増えることがわかってきました。ACE2受容体を多く持つ喫煙者は、新型コロナウイルスに感染しやすいということになり、また、重症化する要因を複数持っているということになります。

喫煙環境にも問題があり、喫煙所は典型的な3密状態。狭い空間でマスクを外してたばこを吸ったり会話したりするのに加え、ウイルスが付着した指を何度も口元に運ぶ危険性もあり、感染しやすい状況にあります。ちなみに喫煙者の重症化・死亡リスクは、非喫煙者の2～3倍といわれています。

たばこを吸うことで体にどんな影響があるのかをきちんと知り、たばこを吸っている方は、この機会に禁煙を考えてみてはいかがでしょうか？





# 新型コロナも遠ざける?! お口のケアを見直そう!

口は、食事や呼吸といった生命に大切なものの入口です。しかし、同時にウイルスや細菌といった不要なものまで侵入してくることも。さらに、歯周病などの問題があるとウイルスによる感染症をはじめ、さまざまな病気の引き金になるリスクが高まることが明らかになっています。

新型コロナウイルス感染症対策が重視される今だからこそ、口腔ケアをしっかりと行いウイルスや病気に負けない体を作りましょう。



## 歯磨きで感染症対策ができるって本当?

日本歯科医師会では、インフルエンザなどのウイルス感染症の予防について、歯磨きが有効であると発信しています。なぜなら歯周病のもととなる細菌の中には「プロテアーゼ」と呼ばれる酵素を出すものがあり、口中の粘膜細胞を破壊、ウイルスの侵入を助ける特性を持っているからです。また、口の機能が弱くなっていると、食べ物が食道ではなく気管に入ってしまう「誤嚥(ごえん)」が起こり、気管に入った歯周病菌によって肺炎が引き起こされることもあります。口の中を清潔にすると同時に、噛む、飲み込む機能を高めることも大切です。



### 歯周病チェック

- 朝、口の中がネバネバする
- 冷たいもので歯が染みる
- ハグキがむずがゆい
- ハグキが赤く腫れている
- 歯をみがくと出血する
- 口臭が気になる
- ハグキがやせてきた
- 歯が浮いたように感じる



## 歯周病が、さまざまな病気を引き起こす

歯周病によってハグキから出血を起こすと、そこから細菌が血流にのって体内を巡り、糖尿病をはじめ、心不全、肺疾患といった基礎疾患の原因をつくるといわれています。こういった基礎疾患を持っている人はすでに免疫力が低下している可能性があり、ウイルスや細菌による感染症を併発した場合に、重症化するリスクが高いとされています。

※パージャー病  
手や足の指先が青紫色になって強い痛みが起こり、潰瘍になってひどくなると細胞が死んでしまう(壊死)病気



## セルフケア&定期健診で、お口の健康を維持しましょう

### 1 歯周病予防のセルフケア

毎日のハミガキがなにより大切! ハグキが気になる方は、やわらかめのハブラシでやさしく磨きましょう。ハブラシでは届きにくい歯と歯の間は、歯間ブラシやデンタルフロスを使って。

### 2 むし歯予防のセルフケア

むし歯の予防には、フッ素<sup>(※)</sup>入りハミガキを使うことが有効です。フッ素には歯の結晶構造を丈夫にし、再石灰化を促進して歯を強くする効果があります。

(※)「フッ素」とは「フッ化物」のことです

### フッ素の3つの効果



### 3 定期健診

歯周病もむし歯も、早期発見が大切。歯科医院で定期健診を受けましょう。セルフケアでは取ることができないプラーク(歯垢)や歯石を、専用の器具できれいに除去してもらえます。

情報提供:日本歯科医師会

## 歯科健診が無料になりました!

被保険者・被扶養者ともに、今までは1,200円かかっていた歯科健診が、令和3年度から無料で受けられるようになりました。ぜひ、ご利用ください。

2021年3月発行

発行所 オエノンホールディングス健康保険組合

〒271-0064

千葉県松戸市上本郷字仲原 250 電話 047(729)1836

制作/ (株) プライムステーション