

げんき my life

2021.8 夏
Summer

No.180

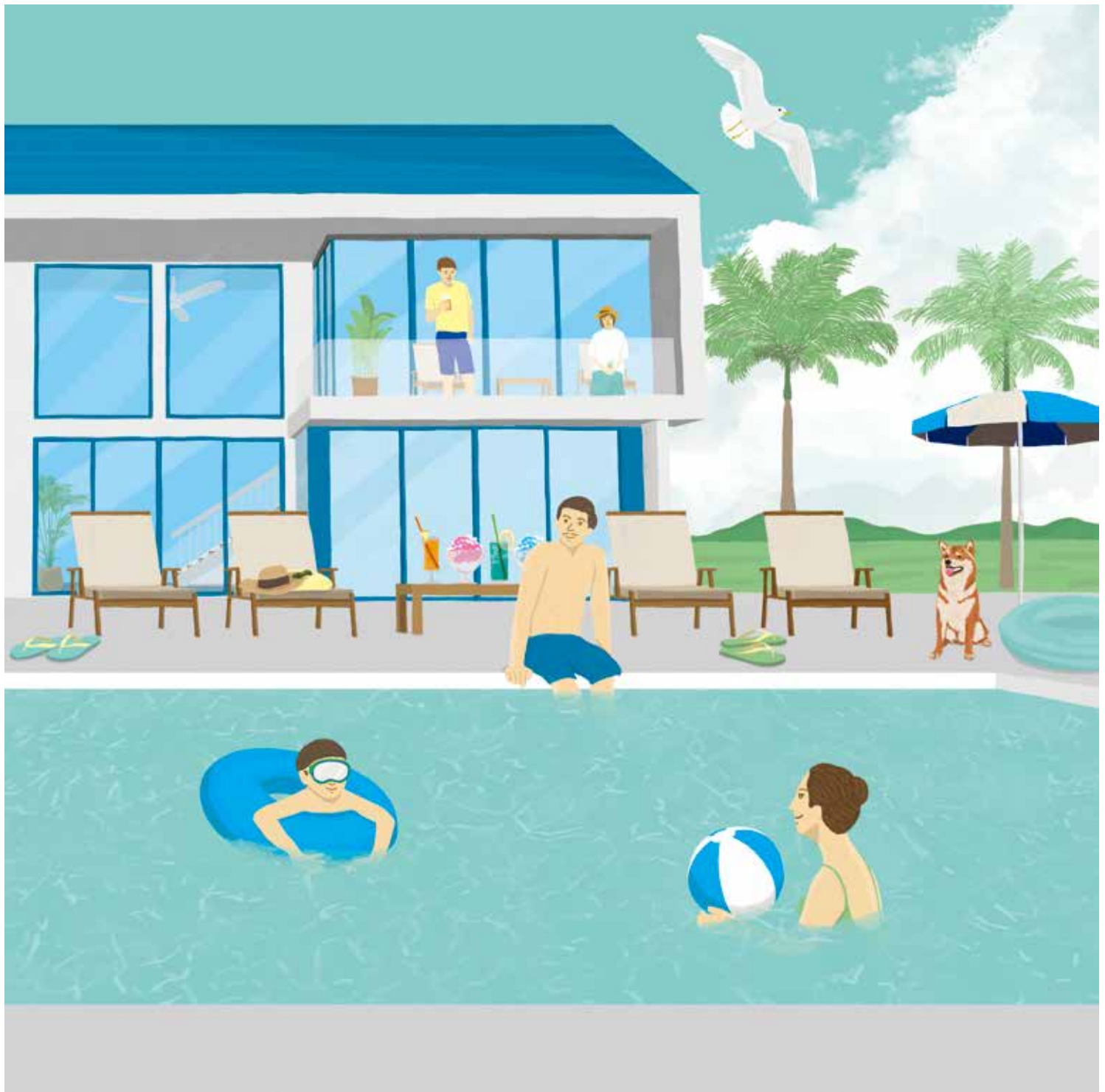
職場内で回覧してください。

P2 令和2年度 決算のお知らせ

P4 PepUp クイズ大会開催中！（8月末まで）

P5 婦人科がん検診のおすすめ！

P6 ご家族の健康チェックはお済みですか？／家族や同僚と楽しくウォーキング



茨城県農協健康保険組合

<https://www.ib-kenpo.or.jp/>

決算のお知らせ

7月12日の第104回組合会において、令和2年度決算と事業報告が承認されました。そのうち、決算を中心にその概要をお知らせします。

一般勘定

令和2年度は、健康保険料収入が、新型コロナウイルス感染症の影響により標準報酬月額・標準賞与額及び被保険者数の減少により減収となりました。

支出においては、コロナ禍による受診控えから医療費等の保険給付費の減少並びに高齢者拠出金の減額がありました。1億5千万円の経常赤字となりました。

農協健保組合の被保険者数は、令和2年度末で前年度比150人減の1万1,305人でした。保険料収入額は、前年度比で1億7千万円の減収により50億7千9百万円となり、別途積立金より2億4千万円の繰入れを行いました。

高齢な医療費の発生等に伴い、健保連から交付された財政調整事業交付金は、前年度比2千6百万円増の1億7千万円でした。

一方、支出では、保険給付費が前年度比1億2百万円減の、27億3千5百万円となりました。

高齢者医療制度を維持するための納付金等は、前年度比4百万円減の22億1百万円となりました。納付金等の保険料収入に対する割合は43%です。

今後も、コロナ禍により保険料収入が不安定となること予想されます。また、高齢者医療費や医療の高度化・高額薬剤の保険適用により保険給付費は増加、さらに後期高齢者医療制度への拠出金の増加も予想されており、健康保険組合の財政状況は、厳しさを増すものといえます。

保健事業費は、体育奨励事業等の中止により、前年度比2億500万円減の1億8千万円で、保険料収入に対する割合は3・5%でした。

疾病予防事業として、事業所の定期健診を兼ねた生活習慣病予防健診を全被保険者対象に実施した結果、59事業所9,434名が受診し、受診率は、98・2%でした。

また、生活習慣病の重症化を防ぐため保健師がコロナ禍のなか、感染予防対策を行いながら27事業所の本・支店を訪問し、1,577名と健康相談を行いました。特定保健指導や生活習慣病の重症化予防指導、メンタルヘルスや職場環境づくりなどを重点的に支援しました。

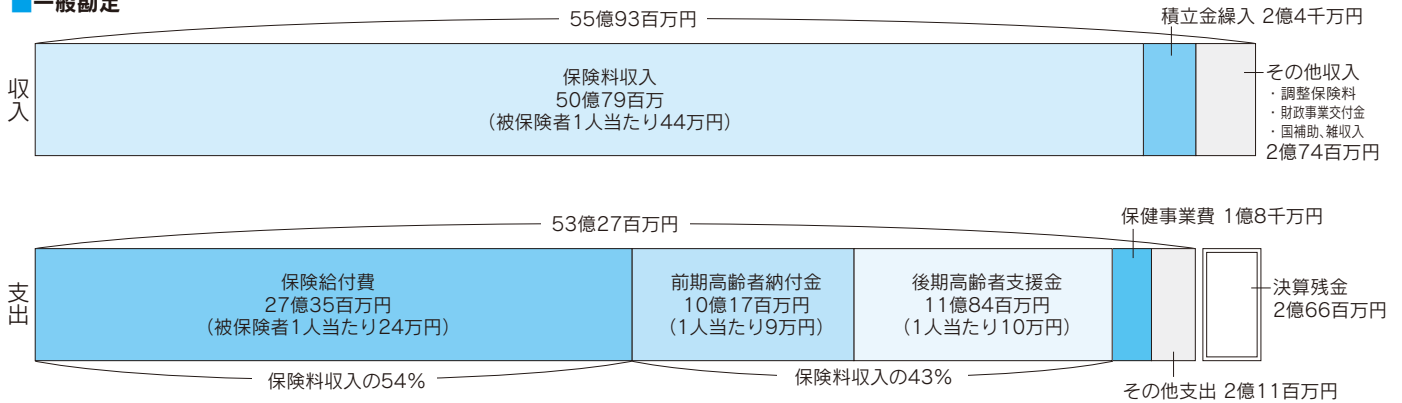
この結果、令和2年度の収支決算は、収入55億9千3百万円、支出53億2千7百万円、収支差引額は2億6千6百万円の黒字となり、年度末の決算処分後の法定準備金は14億5千3百万円、別途積立金は25億6百万円となりました。

介護勘定

保険料収入の基礎となる第2号被保険者数は、年間平均6,840人、年間平均標準報酬月額は、35万8,653円、年間総標準賞与額は1人当たり81万7千円となり、介護保険料率は千分の16・8(事業主・被保険者折半)。

介護収入は、減収により4億9千4百万円、準備金繰入等で5億8百万円、支出として、介護納付金5億5百万円を納付しました。収入支出合計額の差引残2百38万円は介護勘定準備金に繰入しました。

一般勘定



☆一般勘定の収入支出決算残金

266,075,746円

☆一般勘定の決算残金処分

別途積立金
財政調整事業繰越金

265,771,594円

304,152円

介護勘定

(単位：千円)

収入	令和2年度	令和元年度	前年度比
介護保険収入	494,064	503,960	△ 9,896
準備金繰入	12,282	0	12,282
国庫補助、その他収入	1,731	5,748	△ 4,017
収入計	508,077	509,708	△ 1,631

支出	令和2年度	令和元年度	前年度比
介護納付金	505,508	499,904	5,604
介護保険料還付金	185	69	116
支出計	505,693	499,973	5,720

☆介護勘定の収入支出決算残金

2,383,574円

☆介護勘定の決算残金処分

準備金 2,383,574円

組合会議員の就退任について

令和3年7月12日に開催された組合会において、次のとおり選定議員の就退任がありましたのでお知らせいたします。

就任			退任		
役職名	氏名	事業所	役職名	氏名	事業所
常務理事	長谷川 昭	学識経験者	常務理事	内田 克之	学識経験者
選定議員	古澤 諭	JA 北つくば 代表理事組合長	選定議員	吉川 君男	JA 北つくば 代表理事組合長

PepUp クイズ大会開催中！（8月末まで）

ただ今、PepUpでは健康に関するクイズ大会を開催しています。
今すぐ登録して、ぜひトライしてみましょう！

最大
400
ポイント

達成賞

- 1カテゴリーを全問正解する毎に**50ポイント**
- 全カテゴリー正解するとボーナスで**100ポイント**

クイズ例

問題
血圧を効果的に下げる方法として、
正しくないものはどれ？

一、減量する

二、運動する

三、塩分を積極的に摂る

【答え】三、塩分を積極的に摂る

間違えても**再挑戦OK！**
繰り返して、**ポイント全額**をもらおう

ウォーキングチャレンジ月間結果発表

今年3月に初めてのPepUp限定ウォーキングチャレンジ月間を開催し、12チーム、118人にご参加いただきました。

チーム参加者の
ポイントゲット率**92%**

ポイント獲得者
1人平均**510ポイント**

チーム全員で8,000歩/日を達成した方は、
最大の**1,000ポイント**を獲得！

健診結果を改善してポイントをもらおう

「健診結果改善チャレンジ」では、今年度の健診結果が前年度と比較して改善した、または良い状態を維持している場合に自動的にポイントが付与されます（エントリー不要）。

〈ポイント例〉

項目	令和2年度	令和3年度	ポイント（P）内訳
健康年齢	実年齢－健康年齢		-0.1歳あたり5P（上限500P）
BMI	健診データなし	A判定	100P
	A判定		
	C判定		

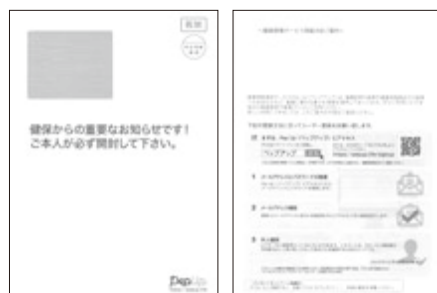
最大
950
ポイント

令和2年は、1人平均530ポイント
(50万6,990ポイント/957人)

530ポイントで、
楽天ポイントor WAONポイント
各500円分に交換できます！

PepUp未登録の方は、今すぐ登録を！

登録案内通知をご確認ください（令和2年2月送付済）



▲登録案内通知（A4サイズ）

スマホorパソコンから簡単登録！

お持ちの方は

なくした方は

再発行の申請を！

ホームページのPepUpの
バナーから「PepUp本人
確認用コード再発行依頼書」
をダウンロードし提出し
てください。

PepUp本人確認用コード再発行依頼書

氏名	性別	年齢	住所	電話番号
氏名	性別	年齢	住所	電話番号

再発行依頼書

本人確認用コード再発行依頼書

本人確認用コード再発行依頼書

スマホは
こちらから！



茨城県農協健保 🔍 検索

婦人科がん検診のおすすめ！

令和3年度より、婦人科がん検診の補助が充実しました。

子宮頸がん（20歳以上）、乳がん（30歳以上）の検診に補助しています。がんは早期発見、早期治療によって治る可能性が高くなる病気ですのでぜひご利用ください。

充実ポイント

その1

子宮頸がん検診HPV（ヒトパピローマウイルス）検査が対象になりました。
（郵送検診可：下記参照）

その2

補助金を各3,000円に増額しましたので、さらにお安く受けることができます。
健診機関はどこでもOKです。

受診方法

①オプション検査で受診する場合

「生活習慣病予防健診」または、「人間ドック」のオプションとして追加できます。
補助金の申請不要で簡単です（一部受診できない病院もあります）。

②お近くの婦人科または乳腺外科で受診する場合

申請により補助金が受け取れます。

なお、受診時には**申請書「婦人科検診補助金交付申請書（個人申請用）」**を持参し、医療機関の証明を受けていただく必要があります。**事前に健保組合ホームページより印刷してください。**

※保険証を使用した検査、市町村が実施する婦人科検診は補助の対象外となります。

＼令和3年4月より／

「子宮頸がんリスク」 郵送検診を始めました！

自宅で安心して検診できます。
簡単便利、WEBで申込ができますのでぜひ、
この機会にお申込みください。
詳細は配布した申込書（チラシ）をご覧ください。

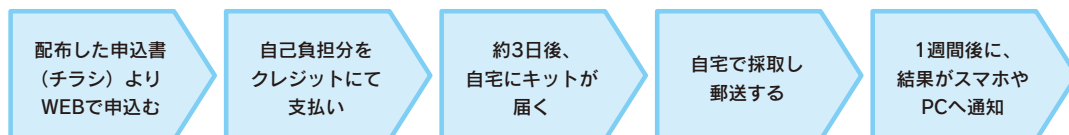
HPV（ヒトパピローマウイルス）検査は、
子宮頸がんの原因となるウイルスを調べる検査です。



配布の申込書（チラシ）

自己負担額：1,980円（検査料4,980円、健保負担補助3,000円）※補助金申請手続きは不要

郵送検診「&Scan HPVセルフチェック検診」の流れ



【注意事項】

1. 資格喪失後に検診を受けた場合は、補助金3,000円を返金いただきます。
2. 年度内（令和3年4月～令和4年3月）に人間ドック、生活習慣病予防健診オプションのHPV検査を受診される方は、対象外です。

● ご家族の健康チェックはお済みですか？

健保組合では被扶養者の方にも、健診費用の助成を行っています。

健診のプランは下記のとおりです。この機会に、**奥様やご両親に健診をすすめてください。**

● 健診プラン

健診の種類	自己負担額	健保補助額
1. 特定健診	無料	全額 約8,000円
2. 生活習慣病予防健診	5,260円～	7,500円
3. 人間ドック	1万5,000円前後	2万7,000円



上記の補助以外にも、QUO カード進呈中！

お勤め先健診、または全額自費で人間ドックを受ける場合（40 歳以上限定）に限り、

「健診結果票（写）」を提出いただいた方には QUO カード（2,000 円分）を進呈します。

※健診内容等に条件があります。お申込み方法の詳細は、6月に届いた健診案内をご覧ください。

定期通院中のため健診は受けない予定の方へ

当健保組合では、加入者全体の健康状態を把握し、さまざまな健康づくりを実施したいと考えております。

特定健診は全額健保負担のため、無料で受けることができます。主治医にご相談の上、再度ご検討ください。

* 特定健診の「受診券」の申請や、お問い合わせはこちらから

茨城県農協健康保険組合 健康推進課

TEL：029-232-2270

メール：s-support@ib-kenpo.or.jp

HP：https://www.ib-kenpo.or.jp



● 家族や同僚と楽しくウォーキング ☀

5月30日（日）にひたち海浜公園で、「家族ふれあいヘルスアップ大会」を開催しました。参加者総勢116名が、クイズやゲームに挑戦しました。

コースはいつもより長い距離でしたが、たくさん歩いて、お弁当を一段と美味しく食べられたのではないのでしょうか♪

最後の表彰式では、入賞者に季節の野菜や果物などを進呈しました。



1位 JA常陸 山崎さんチーム

内容が色々あって子どもも喜んでいました！



2位 水戸協同病院 菊池さんチーム

行ったことがないところを歩いて良かった



3位 JA水郷つくば 福田さんチーム

コースが長くて疲れました(^^;)

