

ご家庭にお持ち帰りください

みどりのたより

年頭にあたって《瀧川理事長》… P2~3

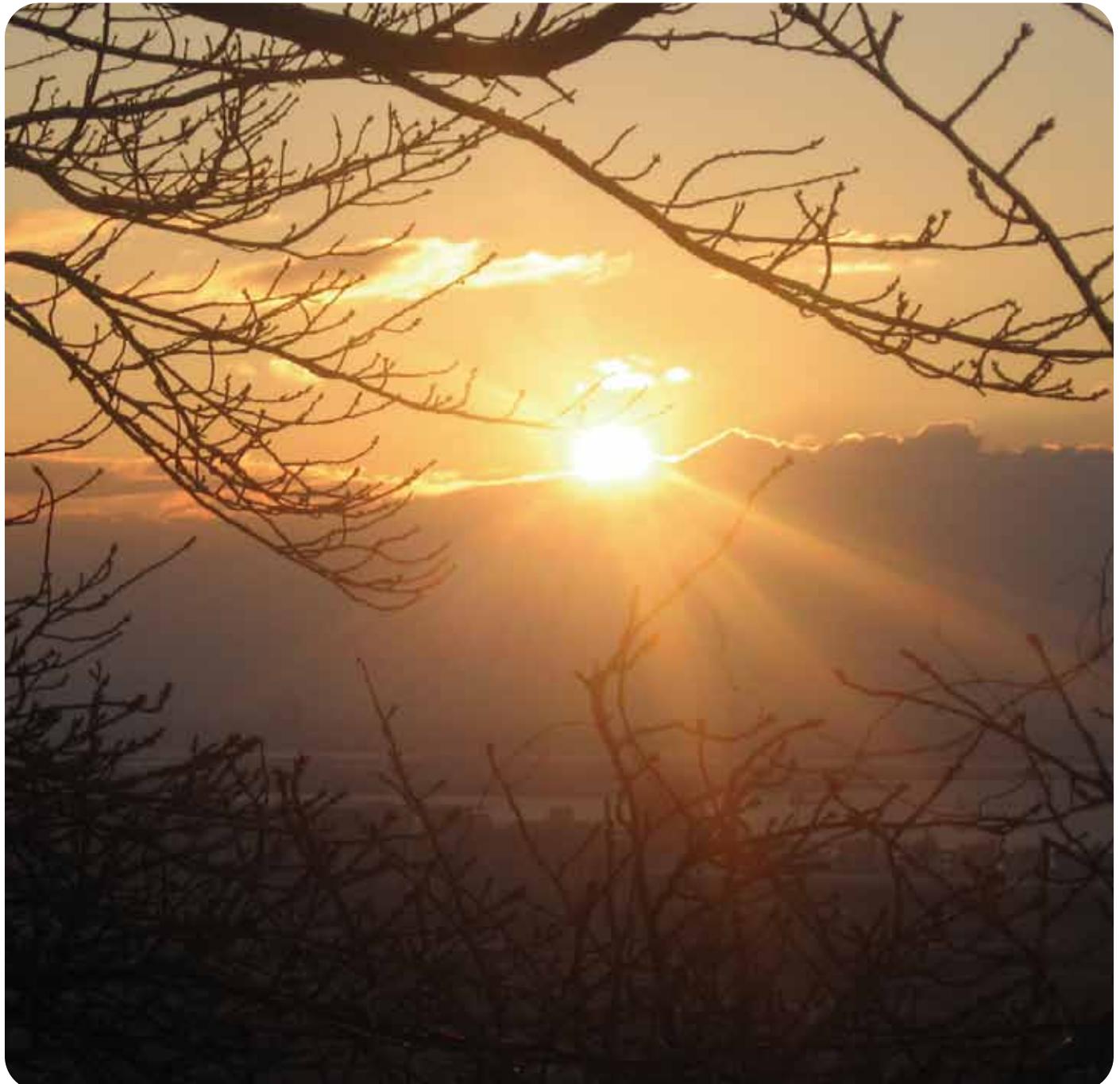
健康保険組合

- ・平成23年度特定保健指導実施状況 … P4
- ・痩せすぎにご用心 ……………… P5

2013
新年号

厚生年金基金

- ・年金の支給年齢が引き上げられます …… P6
- 健康保険料と厚生年金保険料についてのお知らせ…P7



年頭にあたつて



理事長　瀧川 博司

兵庫トヨタ自動車健康保険組合
兵庫トヨタ自動車厚生年金基金

新年おめでとうございます。

皆様におかれましては、気持ちも新たに心踊る新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、当健康保険組合並びに厚生年金基金の事業運営に対しまして、格別のご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

平成24年を振り返りますと、春は金環日蝕で始まり、その後金星に関するニュースで盛り上がりました。夏にはロンドンオリンピックが開催され

され、日本選手団は過去最多のメダルを獲得し、東日本大震災復興の途上にあります日本人に多くの元気と感動をもたらしました。秋には医療

に関する大きなニュースとして、iPS細胞の実用化に大きな扉が開いた年でもありました。51歳の若さでノーベル賞を受賞された山中伸弥教授に大きな注目が集まり、記者会見では「一刻も早く現場に戻り研究を

続けたい」という言葉が印象的でした。近い将来、新薬開発等幅広い分野での応用が見込まれることで、医療が劇的に変化することが予想されます。

健保・基金に関することでは、「社会保障と税の一體改革」の法律が民主・自民・公明三党の合意の元で成立し、まずは消費増税について、今後2段階での増税スケジュールが決まりました。勿論、消費増税ということになりますと、私達全ての国民に対しても直接的な負担が増加するということになりますので、その是非はあると思います。しかし、将来世代への負担先送り問題や、世代間の給付と負担のバランス不均衡といった課題も解消する必要があると思います。また、現在行われています国債の増発については、既に限度を超えているという見方もあります。一方の柱であります社会保障改革については、国民会議での議論が進められる予定ですが、結論を纏める期限が平成25年8月となつており、残された期間はそう多くはありません。国民会議において増税分の使途についてしっかりと議論頂き、合わせて急速な高齢化が進む日本の将来の社会保障制度について、国民にビジョンを示すことが、消費増税についての理解を得ることになると思いま

野での応用が見込まれることで、医療が劇的に変化することが予想されます。

健保・基金に関することでは、「社会保障と税の一體改革」の法律が民主・自民・公明三党の合意の元で成立し、まずは消費増税について、今後2段階での増税スケジュールが決まりました。勿論、消費増税ということになりますと、私達全ての国民に対しても直接的な負担が増加するということになりますので、その是非はあると思います。しかし、将来世代への負担先送り問題や、世代間の給付と負担のバランス不均衡といった課題も解消する必要があると思います。また、現在行われています国債の増発については、既に限度を超えているという見方もあります。一方の柱であります社会保障改革については、国民会議での議論が進められる予定ですが、結論を纏める期限が平成25年8月となつており、残された期間はそう多くはありません。国民会議において増税分の使途についてしっかりと議論頂き、合わせて急速な高齢化が進む日本の将来の社会保障制度について、国民にビジョンを示すことが、消費増税についての理解を得ることになると思いま

た。しかし、経常収支差引額では約4,423万のマイナスとなり、4年連続の赤字決算となりました。一方で、保険料収入が予算に対しても約1億2,600万円增收となつたことにより、予算時に計上しております。した別途積立金2億円の取り崩しを実施せずに済みました。更には、平成24年度へ約1億6,300万円を繰り越すことも出来ましたことは、やはり、予算時に計上しております。した別途積立金2億円の取り崩しを実施せずに済みました。更には、平成24年度事業運営に薄日が射したことではありません。健康保険組合としての今後の懸念材料は、毎年増加傾向にあります高齢者に係る納付金・支援金と医療費です。特に前期高齢者納付金制度へは国の財源が全く投入されておりません。

早期にその手当を実施頂くよう、健康保険組合連合会と連携して要望していくべきだと考えております。

医療費に対しても、平成24年度においても多くの保健事業を皆様のために実施させて頂いております。これらは、皆様に健康を創つて頂くためのお手伝いをさせて頂くという考えに基づいていますからです。健康を守るという言葉がありますが、この様な消極的な考え方では健康を維持す

た。しかし、経常収支差引額では約4,423万のマイナスとなり、4年連続の赤字決算となりました。一方で、保険料収入が予算に対しても約1億2,600万円增收となつたことにより、予算時に計上しております。した別途積立金2億円の取り崩しを実施せずに済みました。更には、平成24年度へ約1億6,300万円を繰り越すことも出来ましたことは、やはり、予算時に計上しております。した別途積立金2億円の取り崩しを実施せずに済みました。更には、平成24年度事業運営に薄日が射したことではありません。健康保険組合としての今後の懸念材料は、毎年増加傾向にあります高齢者に係る納付金・支援金と医療費です。特に前期高齢者納付金制度へは国の財源が全く投入されておりません。

早期にその手当を実施頂くよう、健康保険組合連合会と連携して要望していくべきだと考えております。

医療費に対しても、平成24年度においても多くの保健事業を皆様のために実施させて頂いております。これらは、皆様に健康を創つて頂くためのお手伝いをさせて頂くという考えに基いていますからです。健康を守るという言葉がありますが、この様な消極的な考え方では健康を維持す

た。しかし、経常収支差引額では約4,423万のマイナスとなり、4年連続の赤字決算となりました。一方で、保険料収入が予算に対しても約1億2,600万円增收となつたことにより、予算時に計上しております。した別途積立金2億円の取り崩しを実施せずに済みました。更には、平成24年度へ約1億6,300万円を繰り越すことも出来ましたことは、やはり、予算時に計上しております。した別途積立金2億円の取り崩しを実施せずに済みました。更には、平成24年度事業運営に薄日が射したことではありません。健康保険組合としての今後の懸念材料は、毎年増加傾向にあります高齢者に係る納付金・支援金と医療費です。特に前期高齢者納付金制度へは国の財源が全く投入されておりません。

早期にその手当を実施頂くよう、健康保険組合連合会と連携して要望していくべきだと考えております。

医療費に対しても、平成24年度においても多くの保健事業を皆様のために実施させて頂いております。これらは、皆様に健康を創つて頂くためのお手伝いをさせて頂くという考えに基いていますからです。健康を守るという言葉がありますが、この様な消極的な考え方では健康を維持す

ることも叶わないと思います。積極的に創るといった行動に変えて頂く必要があります。何故かと申しますと、人は年齢を重ねるにつれて健康度は自然に低下していくからです。例えば、健康診断は多くの方が受診されます。しかし、結果についてどれだけの方が関心をお持ち頂き、再検査等の指摘があれば受診するといった行動を起こしているかということです。健康であることを当たり前と思わず、健康診断後の行動が健康を創ることに大きな役割を果たしていることを忘れないで頂きたいと思います。皆様の積極的な行動が健康を創ることに繋がります。結果として、ご本人様、ご家族様そして会社の幸福となり、強いでは健康保険組合の財政運営に大きく貢献することになりますので、引き続き宜しくお願ひいたします。

次に、厚生年金基金の状況について申し上げます。平成23年度の運用実績は2・02%のプラス運用となりました。年金資産は161億7,374万3千円となり、前年度より約2億9,000万円増加しました。1年間の運用を振り返りますと、平成23年4月こそプラス収益を獲得しましたが、その後平成24年2月まで10ヶ月連続のマイナスという厳しい状況が続きました。しかし、12月に欧州中央銀行が金融緩和を実

施したことにより、1月には米国FRBが、そして2月には日銀の金融緩和策が発表されたことにより、株価の急上昇、為替の円安へ大きく変化し、最終的にはプラス収益となりましたので、少し安堵したところです。

から徴収させて頂いておりますが、今後19年間1・4%の拠出を頂くことになります。特別掛金といいますのは、全額事業主様のご負担で月例給与から徴収させて頂いておりますが、平成25年4月から、その額は年間で約2億4,000万円にもなります。本件につきましては、9月の代議員会でご承認を頂きましたが、更に大きな掛金が必要になると考えられる厚生労働省の通知が、平成24年1月に発出されております。当基金としては、その対応策として資産運用勉強会・委員会を開催させて頂き、継続してその対応にあたっております。11月には第3回目の勉強会・委員会を開催

年金基金で資産が代行割れしている問題、A-I-J投資顧問に対する投資による年金資産の毀損問題、また、基金としては、しっかりと将来を見据えた基金運営を目指していきたいと考えております。

平成25年は、干支では「己」年となります。「己」という文字は「万物が盛りを極め、実を結ぶ時期へ移ろうとするさまを表す。」という話です。決して大きな成長ではなくとも、一歩ずつ着実に歩む成長であれば良いのではなうでしょうか。最後に、皆様とご家族のご健勝と今後の益々のご活躍をご祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。



一方で、当基金は平成24年3月末で5年に1度の財政再計算時期を迎えるました。過去5年間の運用状況によると、資産と負債がどの様に変化し今後の掛金が現状のまま良いのかを計算するものです。結果は、特別

掛金0・4%を追加拠出して頂く必要があるという計算結果になりました。これは現状1・0%を事業主様は確保しておりますが、多くの厚生

近年、厚生年金基金を取り巻く話題には事欠くことがありません。当基金については、国の代行部分の資産は確保しておりますが、多くの厚生

平成23年度特定保健指導 実施状況

特定保健指導も3年目を迎えていました。昨年度は72.6%と低かった終了率ですが、今年度は利用された皆さん意識の向上と、各事業所様からのフォローもあり、99.6%と大幅に改善されました。また対象者に対する実施率も40%を超える結果となりました。

指導を利用された方の健診結果がどの様に変化したのかは現在検証中です。

事業社名	支援種別	保健指導対象者	初回面談実施者	資格喪失者	最終対象者	終了者	中途脱落者	終了率	保健指導実施率
OGXA	積極的支援	—	58	0	58	58	0	100.0%	—
	動機づけ支援	—	39	0	39	39	0	100.0%	—
	健保独自の支援	—	35	1	34	34	0	100.0%	—
全国訪問健康指導協会	積極的支援	—	73	1	72	71	1	98.6%	—
	動機づけ支援	—	58	2	56	56	0	100.0%	—
	健保独自の支援	—	72	0	72	72	0	100.0%	—
保険支援センター	積極的支援	—	7	0	7	7	0	100.0%	—
	動機づけ支援	—	9	0	9	9	0	100.0%	—
	健保独自の支援	—	14	0	14	14	0	100.0%	—
合計 (任意継続被保険者を含む)	積極的支援	421	138	1	137	136	1	99.3%	32.3%
	動機づけ支援	175	106	2	104	104	0	100.0%	59.4%
	小計	596	244	3	241	240	1	99.6%	40.3%
	健保独自の支援	—	121	1	120	119	0	99.2%	—

常備薬斡旋事業

常備薬については、昨年までの5種類のセットの中からお好きなものを選んでいただき無償で配付する形式から、たくさんの商品の中から、お好きなものを必要なだけ選んで安く買っていただき、購入代金の一部を健保組合が補助する斡旋方式に変更しましたが、たくさんの方から申込をいただきました。

申込状況

被保険者数	申込人数	申込金額	平均申込金額	申込率
4,161	3,943	5,810,870円	1,474円	94.8%

申込金額分布

区分	人数	申込割合
1,000円以下 (自己負担金なし)	2,512	63.7%
1,010円～1,990円	859	21.8%
2,000円～2,990円	271	6.9%
3,000円～4,990円	197	5.0%
5,000円～9,990円	90	2.3%
10,000円以上	14	0.4%
合計	3,943	100.0%

2月～3月に献血協力活動を実施します！

「兵庫トヨタ献血みどり会」第47回献血協力活動として、本年度も2～3月に県下各地の事業所を献血車で巡回するために、現在スケジュールの調整をしています。(詳細は近々健保組合HPでご案内します。)巡回での献血に参加できない方は、この期間にこだわらずお近くの献血ルームや街頭の献血バスでの献血にご協力を願います。その際には受付で「兵庫トヨタ自動車健康保険組合」とお申出いただければ、当健康保険組合の献血協力活動の一環として受け付けていただけます。

兵庫県では、慢性的に血液が不足しているが、特に冬場の不足は深刻です。ぜひこの機会に一人でも多くの方のご協力を願っています。特に会社での定期健診で血液検査の対象でない年齢の方は、献血することによっていろいろな健康状態を知ることができます。

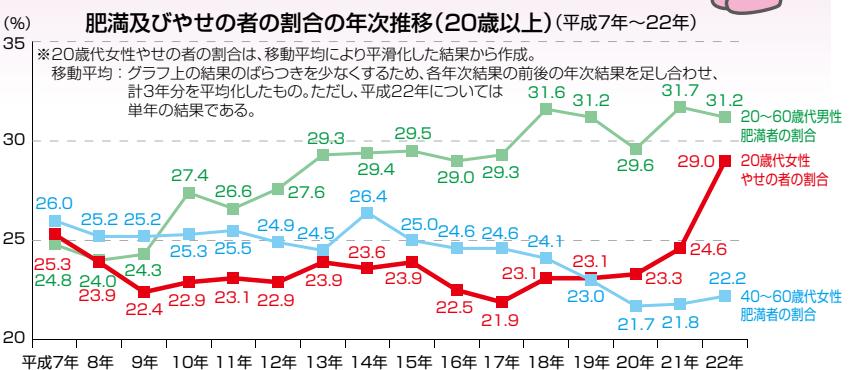
痩せすぎにご用心!

妊娠婦の方は日々の食生活に注意しましょう。



●若い女性の体格の現状

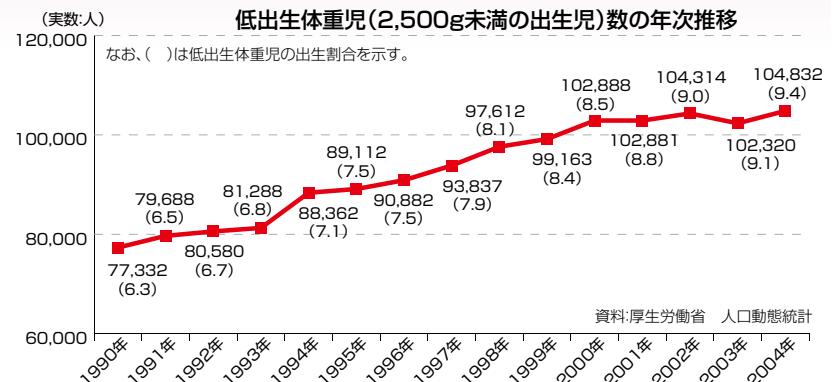
日本の女性のやせに対する願望は非常に強く、過度のダイエットにより、抵抗力低下や不眠症、その他ホルモンバランスの不調等で精神的に疲弊し体調を崩す人が増えており、平成22年国民健康・栄養調査結果によると、20代女性のやせの者の割合（低体重：BMI<18.5）は、29%まで上昇。実に3人に1人が低体重ということになっています。20代は多感な時期もあり、自身の見た目を気にすることは否めませんが、同世代は、これから迎える結婚や妊娠・出産といった人生の節目にに対する心構えや準備が必要とされる世代だともいえ、やせ志向の軌道修正を図ることは当然ながら、妊娠前の「低体重（やせ）」は、妊娠期のトラブルや分娩異常のリスクを高める可能性があるということを知ってください。



●低体重(やせ)がもたらす妊娠・出産への影響

厚労省の「人口動態調査」によると、1990年に7万7,332人だった低体重児（体重2500g未満）は、2000年で10万人を超え、わずか10年間で2万人以上増加しました。全出生率に占める割合も、右肩上がりで上昇の一途をたどっています。低体重児を出産する確率は、妊娠前の体系がやせであり、かつ妊娠後の体重増加が7kg未満の場合が高いと言われていますが、背景には、先述のように若い女性たちを中心に根付く「やせ志向」、そこから派生する「妊娠していても太りたくない」というファッショントレンド先行の考えが存在していることは間違ひありません。

また若い女性が過度なダイエットにより体重を絞り、体脂肪率を減少させると、卵巣機能不全を招く危険性があり、月経不順、無月経等を引き起こします。重度の無月経となつた場合には、卵巣機能の回復が困難になるケースもあるようで、妊娠・出産への影響はさることながら、自身の健康へ重大な問題をもたらすことになります。



●低体重(やせ)がもたらす子供への影響

昨今、胎内の栄養環境が、将来の生活習慣病の発症に大きく影響を及ぼすという考え方があり、世界で大きく注目されています。低体重児には、低栄養でも生き延びられるよう代謝適応現象が生じるといい、そして母親の胎内でのこの現象は、出産後も変わること無く一生続くことがわかっています。低栄養でも生きられる環境に適応した身体に、ハンバーガーなどのファストフードを食していくれば、生活習慣病を発症することは必然といって過言ではないでしょう。

また低体重児に発症する先天奇形で、妊娠初期に野菜に含まれる葉酸が極端に不足した際に生じると言われているものもありますし、低体重児は腎臓糸球体が減少しているため、将来糖尿病や心筋梗塞等の発症率が高くなるともいわれています。やせている若い女性の食生活の傾向として、偏食・個食・欠食がありますが、好きな物を好きなだけを食べ、一人で食べる生活に慣れたがゆえに決まったものしか食べず栄養バランスが崩れ、やせるためにできる限り食べない生活を続けるという、野菜が不足することは否めない食にまつわる環境であるといえます。

近年、幼児教育の一環で食育の必要性が声高に叫ばれて久しいですが、子供たちは、まず女性の胎内で準備期間を送ることになるため、その間の栄養環境が子供たちの将来を左右するといつても過言ではないことから、妊娠前こそ適切な食生活や身体活動を行い、健康を維持することもまた重要です。

今、当健康保険組合では結婚して奥様の扶養申請を提出された方に、元気な赤ちゃんを出産していただくための一助として「妊活の本」をプレゼントしています。結婚しても奥様が扶養に入られない方でこの本を希望される方は、勤務先の窓口を通して、健康保険組合までご相談ください。

昭和28年4月2日以降に生まれた方から

年金の支給年齢が引き上げられます

厚生年金基金の基本年金（報酬比例部分、プラスアルファ部分）は、国の厚生年金の一部を代行しています。そのため、平成25年4月2日以後に60歳になる男性（女性は平成30年4月2日以後）の場合、国の厚生年金と同様に、当基金の基本年金の受給開始年齢が生年月日に応じて段階的に61～65歳に引き上げられます。

*下の「基本年金の受給開始年齢」をご参照ください。

*当基金の加入員期間が10年未満で退職された方の年金の請求先は、「企業年金連合会」となります。

（企業年金連合会の住所等については下記をご覧ください。）

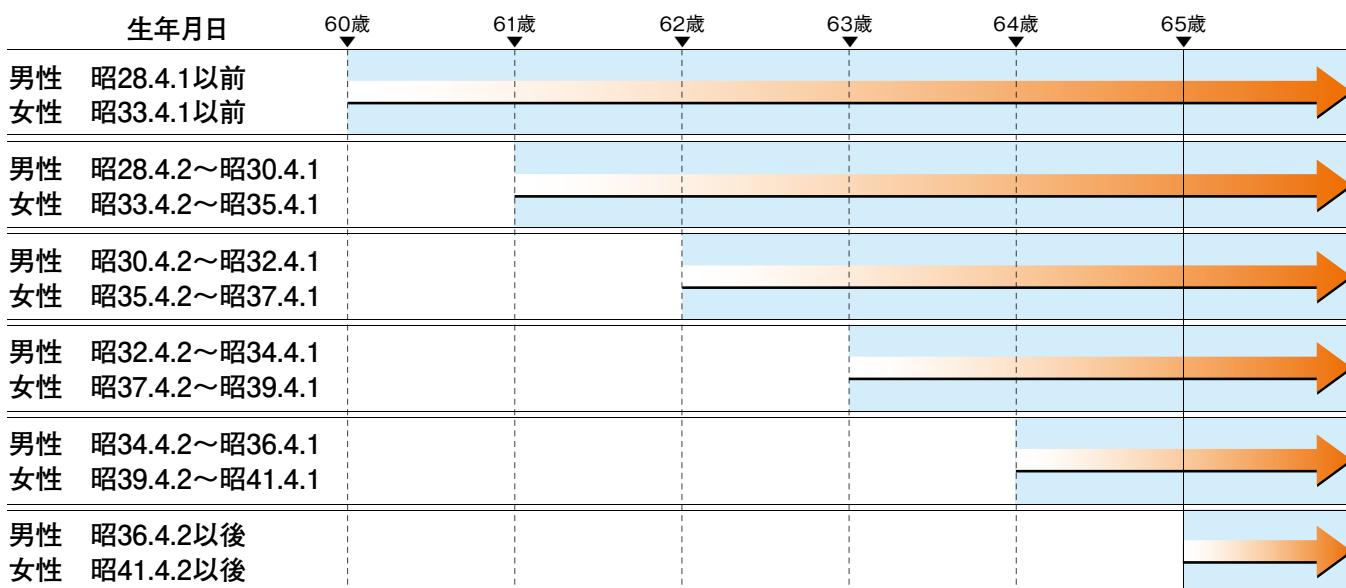
企業年金連合会ホームページ

<http://www.pfa.or.jp/>

〒105-0011 東京都港区芝公園2-4-1 芝パークビルB館10階

☎0570-02-2666

■基本年金（報酬比例部分、プラスアルファ部分）の受給開始年齢



※65歳からは老齢基礎年金と老齢厚生年金に変わります。

●手続方法

基本年金の受給開始年齢となる前に、当基金から年金請求のためのご案内をお送りしますので、請求の手続を行ってください。

なお、基本年金の裁定請求の際は、老齢厚生年金（国）の年金証書の写しが必要となりますので、先に国の年金の請求手続を行ってください。

ご注意 受給開始年齢以降に働く場合も、必ず裁定請求を

上図の基本年金の受給開始年齢に達した後も当基金の加入事業所で引き続き働かれる場合は、当基金の基本年金について年金月額や給与などに応じて全額支給停止されるケースがあります。

この場合も、裁定請求は必要となりますので、当基金から年金請求の案内があった時には、必ず手続を行ってください。

健康保険料と厚生年金保険料についてのお知らせ

健康保険料率で見ると

(健康保険料率には、調整保険料を含みます。)

平成24年4月現在	健康保険料率	介護保険料率 (40歳～64歳の被保険者は負担)	合計保険料率 (40歳～64歳の被保険者は負担)
被保険者負担率	4.169%	0.650%	4.819%
事業主負担率	4.731%	0.650%	5.381%
合計保険料率	8.900%	1.300%	10.200%

具体的に、健康保険料額で見ると

例として、標準報酬月額が、260,000円(等級が20)とした場合は

(健康保険料率には、調整保険料を含みます。)

平成24年4月現在	健康保険料	介護保険料 (40歳～64歳の被保険者は負担)	合計保険料 (40歳～64歳の被保険者は負担)
被保険者負担額	10,839	1,690	12,529
事業主負担額	12,301	1,690	13,991
合計保険料	23,140	3,380	26,520

標準報酬月額が、【20等級】《260,000円》とは、報酬月額が25万円から27万円の場合です。

健康保険料(含む、介護保険料)の事業主負担は、合計保険料の【約53%】となります。

この例ですと、事業主負担分月額では《13,991円》となりますので、年額では《167,892円》となります。

更に、この金額に賞与分保険料も同じ率で負担いただくことになっています。

厚生年金保険料率で見ると

平成24年9月現在	健康保険料率	基本プラスアルファ掛金(*1)	特別掛金(*2)	合計保険料率
被保険者負担率	8.383%	—	—	8.383%
事業主負担率	8.383%	0.700%	1.000%	10.083%
合計保険料率	16.766%	0.700%	1.000%	18.466%

具体的に、健康保険料額で見ると

平成24年9月現在	健康保険料	基本プラスアルファ掛金(*1)	特別掛金(*2)	合計保険料
被保険者負担額	21,795	—	—	21,795
事業主負担額	21,795	1,820	2,600	26,215
合計保険料	43,590	1,820	2,600	48,010

標準報酬月額が、【16等級】《260,000円》とは、報酬月額が25万円から27万円の場合です。

(*1) 老齢厚生年金に、基金独自のプラスアルファ給付を行なうための財源に対する掛金。

(*2) 将来の給付に対する基金の積立不足を解消するための掛金。(ただし、月額報酬からのみ徴収)

厚生年金保険料の、事業主負担は、合計保険料の【約55%】となります。

この例ですと、事業主負担分月額では、《26,215円》となりますので、年額では《314,580円》となります。

更に、この金額に賞与分保険料【(*2)の特別掛金を除く】も同じ率で負担いただくことになっています。

平成25年4月以降の特別掛金率は【1.4%】になりますので、その額は、《3,640円》になる予定です。

この様に、事業主は皆様が負担されています額以上を負担されておりますが、これは皆様に対する福利厚生の一環です。

標準報酬月額等、ご不明な点がありましたら、各社総務ご担当者又は、健保・基金事務所にお尋ねください。



皆さんの写真を 「みどりのたより」に掲載しませんか

現在、健康保険組合と厚生年金基金からのお知らせとして、年間4回発行しています。

みどりのたよりの表紙を飾る写真を皆様から募集させて頂き、優秀作品を使用させて頂きます。

皆様がお持ちの「春・夏・秋・冬」各号にふさわしい写真のご提供をお願いします。

今回募集しますのは、**『春号』**(4月上旬発行予定) の写真です。〔春号応募締切日：2月28日(木)必着〕

応募規定

- ①ご応募点数は各回ごとに、お1人一点です。(2L判サイズ)
- ②被保険者、被扶養者が撮影された写真。
(デジタルデータは、掲載が決まった時点で提出をお願いします。)
- ③未発表作品（他の写真展等で入選していない作品）に限ります。
- ④被写体に人物等が入っている場合、応募に関しては必ずご本人（被写体）の承諾を得てください。
又、被写体が未成年者の場合は、親権者承諾が必要です。
- ⑤以下の情報について作品の裏面にご記入ください。
(撮影者名・年齢・事業所名・所属・連絡先・撮影日・撮影場所)
- ⑥応募時に記載された個人情報は、作品に関する掲載の目的以外には使用しません。
- ⑦採用された方のお名前掲載については、任意とさせて頂きます。作品採用時に相談させて頂きます。
- ⑧写真は、「兵庫トヨタ自動車健康保険組合 写真募集係」へ送付ください。

応募が多数の場合は、組合で選考させて頂きます。

写真を使用させて頂きました方には、謝礼として記念品をお渡しします。

応募頂きました写真・データにつきましては、返却させて頂きます。



〈表紙写真〉

撮影場所 神戸市東灘区 保久良山

みどりのたより

No.188

平成25年1月1日発行

〒651-0084 神戸市中央区磯辺通4丁目2番12号 ☎ 神戸078(252)2806 発行人/大西 敏郎

兵庫トヨタ自動車健康保険組合

兵庫トヨタ自動車厚生年金基金