

大織

# 健保時報



令和8年1月1日

NO.153

目次

- |                  |   |
|------------------|---|
| 新年のご挨拶           | 2 |
| 公告／クイズ 健康の分かれ道   | 3 |
| 健康スコアリングレポート     | 4 |
| 令和7年度 健康保険組合全国大会 | 6 |

# 新年のご挨拶



大阪織物商健康保険組合

理事長 下川 浩一

あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、清々しい新年を迎えることとお慶び申しあげます。また、平素より当健康保険組合の事業運営につきまして、格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、国内外で不安定な情勢が続いた一年でした。依然として続く国家間の紛争はエネルギー価格や物価の上昇につながり、現在も消費者の生活に多大な影響を及ぼしています。加えて、過去最高の平均気温となつた夏には熱中症で倒れる人が続出し、沈静化したかと思われた新型コロナウイルスは変異株が感染拡大するなど健康面でも不安の絶えない一年となりました。一方で、4月13日から10月13日に開催された大阪・関西万博には、国内外から国境や人種を超えて多くの人が来場しました。奇しくも戦後80年という節目の年に国を超えた交流が行われたことは、国際情勢の緊張が続く中で明るい話題となりました。さて、健康保険組合を取り巻く情勢を見ると、昨年

はすべての団塊の世代が後期高齢者となる「2025年問題」に直面した年でした。日本の総人口の5人に1人が後期高齢者という日本では、高齢者への拠出金の増加によって健保財政が今後ますますひっ迫することが予想されます。同時に、高齢者の医療費を支える現役世代の負担軽減についても、対策に注力していくかなければなりません。これは少子高齢化社会である日本において喫緊の課題となっています。

また、2026年4月からは子どもや子育て世帯を全世代が支える「子ども・子育て支援金」が導入されます。少子化対策を促進するための取り組みについてのご理解・ご協力をお願いします。

みなさまにおかれましては、今年も引き続き健康維持にご留意いただきますようお願い申し上げます。当健康保険組合としましても各種保健事業を展開し、みなさまの健康をサポートしてまいります。

最後になりましたが、みなさまのますますのご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

# ～ 公告 ～

## ■事業所編入

- 小泉アパレル株式会社 大阪市中央区 (令和7年10月1日付)

## ■事業所削除

- |                  |        |               |
|------------------|--------|---------------|
| ●オオサカデリバリー株式会社   | 大阪市浪速区 | (令和7年 9月 1日付) |
| ●株式会社オーディーケースタッフ | 大阪市浪速区 | (令和7年 9月 1日付) |
| ●株式会社丸河テキスタイル    | 大阪市中央区 | (令和7年 9月 8日付) |
| ●株式会社ビフテキ        | 大阪市西区  | (令和7年11月 1日付) |

## ■所在地変更

- 株式会社糸信 大阪市中央区 → 大阪市東住吉区 (令和7年10月13日付)

## ■議員定数の変更

- 「32名」 → 「30名」 (次回総選挙の日より)

## 飲酒の健康への影響は…

### A 適量なら健康によい



### B 少量でも健康リスクが高まる



#### 少量の飲酒でもリスクが上昇する主な疾患

- 高血圧、  
男性の食道がん、  
女性の脳出血  
わずかな飲酒



- 大腸がん  
純アルコール量1日  
20g程度



例 ビール中瓶1本程度

※「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」(厚生労働省)を参考に作成

- 女性の乳がん  
純アルコール量1日  
14g程度



例 ワイングラス1杯程度

日本人の約4割はアルコールを分解する酵素が弱い体质です。飲酒で顔が赤くなる、動悸や吐き気などが起こる人はとくに注意が必要です。お酒に弱い体质でも、長年の飲酒で不快感を感じなくなることがあります。この場合でも口腔がんや食道がんのリスクが非常に高くなることが報告されています。

「酒は百薬の長」といわれてきましたが、近年の研究では、少量の飲酒でも健康リスクがあることが明らかになっています。

#### お酒を飲みたい人は、飲みすぎない工夫を

- あらかじめ飲む量を決めておく
- 飲酒開始から30分～1時間は酔いが回らざにペースが上がりやすいので、意識してペースを落とす
- 食事と一緒に飲む、水や炭酸水をはさむ
- 週に数日は休肝日を設ける
- 純アルコール量を把握する

チェックツールを活用しよう!

アルコールウォッチ  
(厚生労働省)



飲酒はしないに越したことはありませんし、飲む場合でも量が少ないほど、健康リスクを抑えることにつながります。

答え B



# 「健康スコアリングレポート」 に見る当組合の健康課題

2024年度版「健康スコアリングレポート」が届きました。健保組合では、この情報を事業主と共有し、みなさんへの予防・健康づくりの取り組みに活用していきます。

## 顔マークの見方

全健保組合平均を 100 とした際の各組合の相対値を高い順に 5 等分し、「良好 (😊)」から「不良 (😢)」の 5 段階で表記しています。

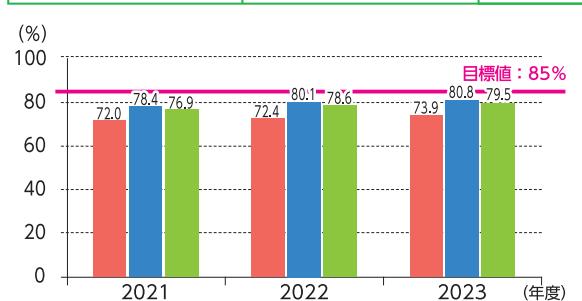


## ① 特定健診・特定保健指導 😢

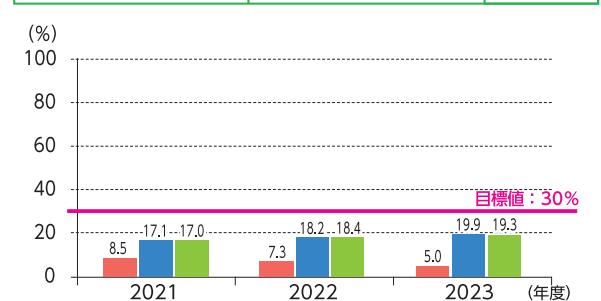
当組合の特定健診・特定保健指導の実施状況は、業態平均、総合組合平均に比べて3年度とも低い結果となりました。さらに、特定保健指導の実施率が年々低くなっています。

■ 当組合 ■ 業態平均 ■ 全組合平均

### 特定健診の実施率



### 特定保健指導の実施率



特定保健指導の実施率  
が年々悪化しています。



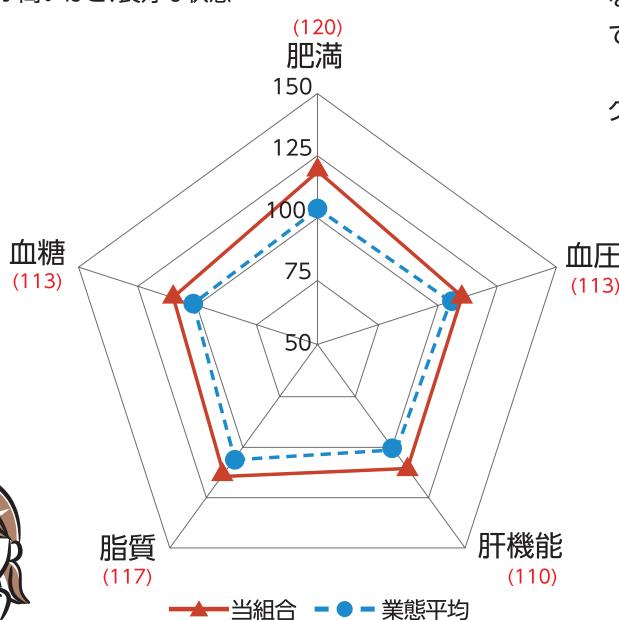
※ 実施率は 2023 年度実績。

## ② 健康状況 😊

### [全組合平均：100]

\* 数値が高いほど、良好な状態

良好な状態を示しています。  
レーダーチャートの形が大きいほど



肥満、血圧、肝機能、脂質、血糖のリスク保有者の割合を業態平均・全組合平均と比較しています。平均が 100 で、数値が小さいほど悪い状態です。

当組合の健康状況は全体的に良好で、とくに肥満リスクが良好な結果となりました。

リスク	良好 ←	中央値と 同程度	→ 不良		
肥満リスク	😊	😊	😐	😐	😢
血圧リスク	😊	😊	😐	😐	😢
肝機能リスク	😊	😊	😐	😐	😢
脂質リスク	😊	😊	😐	😐	😢
血糖リスク	😊	😊	😐	😐	😢

※ 2023 年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。



# 健康スコアリングレポートって?

- 本レポートは厚生労働省、経済産業省、日本健康会議が連携して作成したもので、すべての健保組合に通知されています。
- 本レポートは2021~2023年度のデータに基づいて作成されています。



加入者の健康状態や、健康づくりの取り組み状況を、全健保組合平均や業態平均などと比較して「見える化」したもので、「健康の通信簿」です。

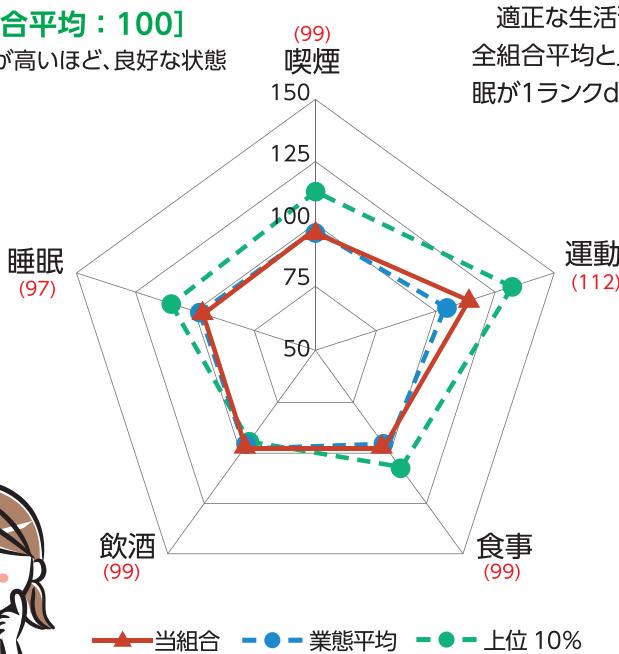
## ③ 生活習慣



### [全組合平均: 100]

\*数値が高いほど、良好な状態

睡眠が1ランク  
downしました。



適正な生活習慣を有する者の割合を業態平均・業態上位10%の平均・全組合平均と比較しています。当組合は、運動は最上位でした。また、睡眠が1ランクdownとなりました。

リスク	良好	中央値と同程度	不良	1ランクUPまで(※1)
喫煙習慣リスク	😊	😊	😐	😢
運動習慣リスク	😊	😊	😐	😢
食事習慣リスク	😊	😊	😐	😢
飲酒習慣リスク	😊	😊	😐	😢
睡眠習慣リスク	😊	😊	😐	😢

※ 2023年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

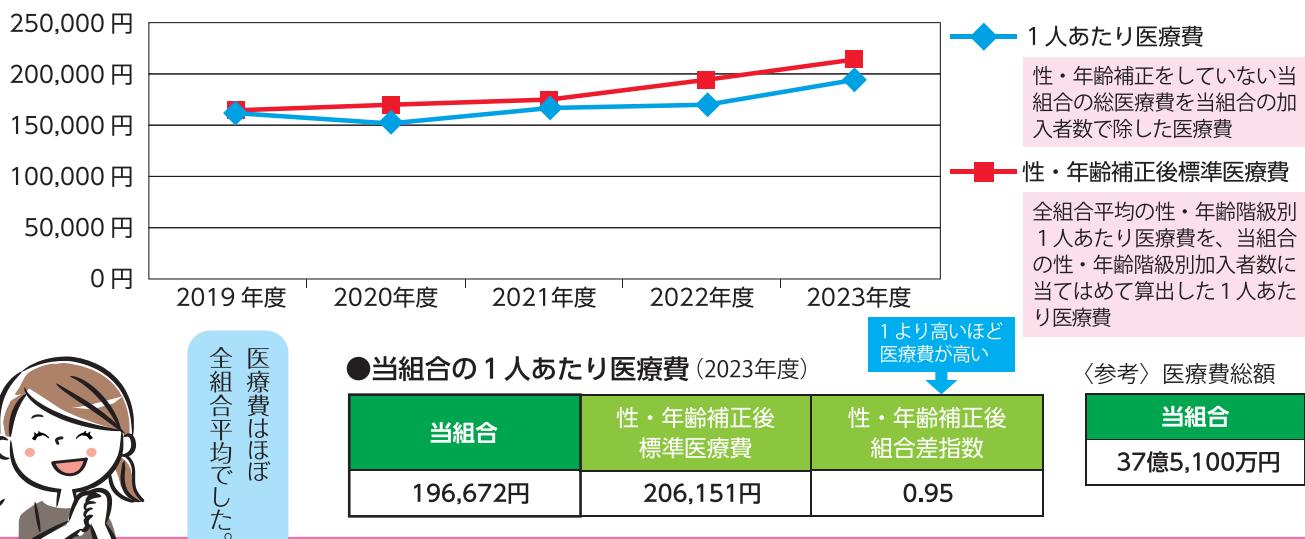
※生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

※上位10%は業態ごとの「総合スコア」上位10%の平均値を表す。ただし、業態内の組合数が20以下の場合は全組合の「総合スコア」上位10%の平均値を表示。

(※1) "ランクUP"は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(リスク対象者を減らす人数)を記載

## ④ 医療費

当組合の1人あたり医療費と、性・年齢補正した後の標準医療費の推移は以下のとおりでした。また、全組合平均と比較した指数は「0.95」でした。これは全組合平均を1として指数化したもので、1より高いほど医療費が高い傾向にあります。



当組合では、今後、課題を解決するためにデータヘルス計画・コラボヘルスにさらに力を入れてまいります。

みなさんも、健診を必ず受け、特定保健指導の案内があつたらぜひ参加して、

禁煙や食事などの生活習慣の改善に取り組みましょう。

# 皆保険存続の危機! 持続可能な制度のために 今こそ抜本改革を

## — 現役世代を守れ、 2025年問題は終わっていない —

令和7年10月22日、東京国際フォーラムにおいて「令和7年度健康保険組合全国大会」が、オンラインを併用したハイブリッド方式で開催されました。

「皆保険存続の危機! 持続可能な制度のために今こそ抜本改革を—現役世代を守れ、2025年問題は終わっていない—」をテーマに、下記決議を採択しました。



全ての団塊の世代が75歳以上となる2025年を迎えた。我々がこの年数來、組織の総力を挙げて求めてきた全世代型社会保障制度改革は、高齢者の一定以上所得者の自己負担引き上げや保険料算定の見直しなどの法改正が行われたものの、高齢者医療への拠出金は依然として過重な負担が続き、厳しい健保組合財政を好転させるには至っていない。現役世代の人口減少と、高齢化に伴う高齢者医療費の増加が重なる「2025年問題」は終わっておらず、より大きな壁として立ちはだかっている。

加えて、高齢化のピークを迎える2040年頃にかけて、医療の高度化等も相まって医療費はさらに増加することが確実であり、医療保険財政の一層の悪化は避けられない。現役世代に過度に依存した負担構造のままで、給付と負担のアンバランスが拡大し、国民の安心の礎である「国民皆保険制度」そのものが危機的状況に陥ることになる。今こそ制度を抜本的に見直し、全世代で支える改革を実現しなければならない。

そのためには、加入者や国民の理解と協力が不可欠であり、医療費の財源は有限であるとの認識のもと、自身の健康を守ることから始めるセルフメディケーションの取り組み推進を図るほか、保険給付範囲の見直しや経済性も考慮した薬剤使用の最適化などの「保険給付の適正化・重点化」を進めるとともに、世代内・世代間の「負担の公平性」を確保すべきである。

また、今後の医療ニーズの変化や医療・介護従事者の急減を想定すれば、医療機能の分化・連携の強化やかかりつけ医機能の浸透により、国民にとつて安全・安心で効果的・効率的な医療・介護体制を構築しなければならない。医療DXについても、限られた医療資源を有効活用し、持続可能な社会保障制度を築くために不可欠なツールとなる。まずは12月に迫ったマイナ保険証への完全移行を成し遂げ、国民がメリットを実感でき、より良質かつ効率的なサービスを受けられる体制を整備すべきである。

健保組合はこれまで事業主とともに、加入者の特性に応じたきめ細やかな保健事業を効果的・効率的に展開し、健康づくり・疾病予防などに取り組むことで健康を創出し、健康寿命の延伸にも貢献してきた。今後も加入者の多様化など社会の変化に対応し、医療DXを活用しながら、これまで以上に現役世代への理解促進のための取り組みも強化しつつ、加入者のために先駆的な役割を果たしていくことを宣言し、組織の総意をもってここに決議する。

### 令和7年度 健康保険組合全国大会

令和7年10月22日

### — 現役世代を守れ、2025年問題は終わっていない —

## 決議

### ▼現役世代の負担軽減と全世代で支える持続可能な制度の実現

わが国の高齢化や医療の高度化等により医療費の増加傾向が続くなれば、支え手である現役世代は減少し、国民の安心を支えてきた皆保険制度は存続の危機に直面している。世界に誇る皆保険制度を将来に引き継ぎ、持続可能な制度にするためにも、今こそ現役世代に過重な負担となつてゐる制度の抜本的な見直しなどの課題に道筋をつけ、皆保険制度を全世代で支える改革を実現しなければならない。そのためには加入者・国民の理解と協力が不可欠であり、健保組合と健保連は発信力強化に取り組んでいく。

### ▼保険給付の適正化・重点化と負担の公平性確保

医療技術の発展に伴う医療の高度化および高額薬剤の保険収載等により、医療費は増大する一方で、少子高齢化のなか、現役世代に過度に依存した負担構造のままで、給付と負担のアンバランスが拡大し、安定した制度の持続性は確保できない。医療費の財源は有限であるとの認識のもと、医療費の伸びを抑制し、自身の健康を守ることからはじまるセルフメディケーションの取り組み推進を図るほか、適正化に資する保険給付範囲の見直しや経済性も考慮した薬剤使用の最適化など、「給付と負担の見直し」を行なうべきである。

### ▼安全・安心で効果的・効率的な医療提供体制の構築と医療DXの推進

少子高齢化の加速により、医療ニーズの変化や医療・介護従事者の減少が進み、このままでは医療提供体制の確保が難しくなっていく。医療機能の分化・連携の強化と地域の状況に応じた集約化が必須となり、かかりつけ医制度の構築や医療DXの推進によつて、「国民にとって安全・安心で効果的・効率的な医療体制を実現しなければならない。

医療DXは、デジタル化された保健・医療・介護分野の情報等を活用することにより、国民が、より良質かつ効率的なサービスを受けられる体制を構築するものである。わが国の超高齢社会にあつては、今後ますます医療の需要が高まり、限られた医療資源を有効活用し、持続可能な社会保障制度を築くための中核となりうる。

医療DX推進の基盤となるマイナ保険証を利活用し、国民がそのメリットを実感できる「電子処方箋の普及」、「電子カルテ情報の標準化」を推進し、わが国全体において社会生活に浸透させていく取り組みを強力に進めるべきである。

### ▼加入者の健康を支える健保組合の保健事業の充実・拡充

健保組合は事業主とともに、加入者の特性に応じたきめ細やかな保健事業を効果的・効率的に展開し、健康づくり・疾病予防などに取り組むことで健康を創出し、健康寿命の延伸にも貢献してきた。健保組合は、これまでの取り組みを確実に継続し拡充するとともに、加入者の多様化など社会の変化に対応し、医療DXを活用しながら、これまで以上に現役世代への理解促進のための取り組みも強化しつつ、加入者のために先駆的な役割を果たしていく。