

建設職人は
歯が命



ツピ。
ルカ。
ツピ。
ルカ。

「国保
だより」

vol.158
2023.4

できる建設職人は

歯もきれい

お口のケア 始めましょう！

「歯が命」なのは

芸能人ばかりではありません。

建設現場で働くあなたにとって

お口の健康は

よいパフォーマンスを

発揮するための大前提です。

さあ、お口のケアを始めませんか？

歯の
健康習慣を
見直そう



つまりこういうこと！

健康的な歯の維持 = よく噛める

よく噛むことができる？

唾液分泌量の増加

満腹感

口の中が
きれいになる

消化・吸収が
よくなる

歯周病をはじめ
とした各種疾患
の予防

栄養バランスが
良好に

肥満の
解消・予防

メタボ対策にも！



健康的な歯を維持できないと…

よく噛めず、全身の健康状態が悪化するんだなあ

歯の
健康維持
には！

毎日の**お手入れ** & **定期的な健診**が**鍵**

ケア

お手入れは**鏡**を見て

歯と歯茎の状態を鏡でチェック。
それが歯周病予防の第一歩。歯
石がついていないか、歯茎が腫
れていないか、鏡で見てみよう。



タバコはやめよう

喫煙者は歯周病にかかりやすい。治療をしても治りに
くい。タバコを吸う人は、吸わない人に比べて2～8
倍、歯周病になりやすい！ただし、ヘビースモーカー
でも、禁煙することで歯周病のリスクが低下すること
が知られています。さあ、禁煙にチャレンジ。

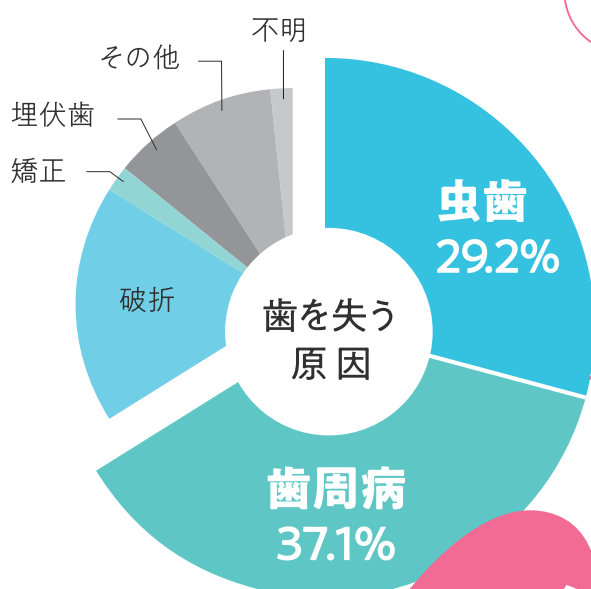
予防

予防のために**かかりつけ医**に

お口の健康状態は歯医者さんでチェック。通いやすく、
相談しやすい、歯磨きの仕方の指導や食生活の改善な
ど、アドバイスをしてくれるかかりつけ医を探そう。

歯を失う2大原因は
歯周病と虫歯

グラフ出典：第2回永久歯の抜歯原因調査
「歯を失う理由」(8020推進財団 2018年)



お口の健康は**全身の健康の源**。
予防の意識が**大切です！**

2023年2月22日（水）、第108回国保組合会を神奈川公会堂ホールで開催しました。

当日は組合会の前段に、講演①として㈱ai-Health（エーアイヘルス）による「かんたん歯科チェック」の説明を受け、歯周病による体への影響と歯周病予防の大切さを学びました。また、講演②として神奈川県保険医協会事務局・知念哲氏による「保険証の廃止とは？」をテーマに医療現場から見たオンライン資格確認の原則義務化やマイナ保険証の普及に対する矛盾について報告を受け、今後の運動課題を共有しました。

組合会は益田理事長のあいさつの後、2023年度事業計画の中で保険料等級を現行の12区分から31区分に変更し、平均保険料は据え置き能力に応じた負担となるよう保険料金額の改定を提案。また、保険料等級区分に対応した傷病手当金の支給日額の改定を提案しました。一方で、年々負担増が求められる介護分保険料（40歳から64歳）は、300円の引き上げが必要となり、一人3,800円の保険料改定を提案しました。2023年予算案や組合同約の一部改正、法令順守体制の整備に関する実践計画と提案された議案はすべて承認されました。



▲ ai-Health 講演



益田理事長

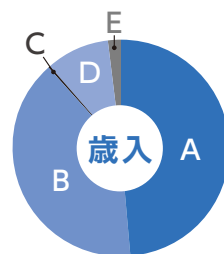
2022年度決算見込みと

2023年度予算案について

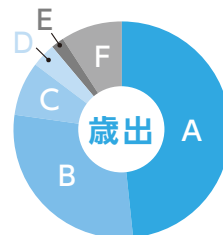
2023年度予算案は、総額285億4,435万円の規模になります（図1）。2022年度は引き続きコロナ禍の影響により医療費高騰や傷病手当金コロナ特別支給など支出増がつづく事業運営となりました。とりわけ夏の第7波は多くの組合員や家族が感染し、仕事や暮らしに影響を与えました。一方で国保組合に対する2023年政府予算案は国会議員訪問やハガキ要請運動の力で神建連国保の運営に必要な予算額を確保することができました。高齢化の加速に加え、政府が進める軍拡による社会保障費の削減路線はいっそう強化されることが予想されます。神建連国保の制度を維持するためには、母体組合と共に予算要求運動や社会保障改悪阻止の運動と組織拡大を強めていく必要があります。

図1 歳入・歳出総額 28,544,350千円

2023年度歳入・歳出予算



A	保険料	48.8%	13,923,746千円
B	国庫支出金	39.8%	11,352,581千円
C	県支出金	0.1%	30,000千円
D	繰入金・繰越金	9.4%	2,691,913千円
E	その他	1.9%	546,110千円



A	保険給付費	48.5%	13,852,860千円
B	高齢者医療拠出金	28.8%	8,230,192千円
C	介護納付金	8.0%	2,274,453千円
D	総務費	3.6%	1,030,000千円
E	保健事業費	2.1%	608,500千円
F	その他	9.0%	2,548,345千円

も〜っと、知りたい!

胃がん 検診 編

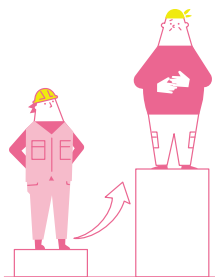
胃がんのポイント

① 胃がんは50歳代で急増します

男性はおよそ9人に1人、女性はおよそ19人に1人が、一生のうちに胃がんと診断に。
40歳ごろより増え50歳代で急増します。

② 早期発見は定期的な検診が決め手!

早期の場合は症状がないことがほとんど。
定期的な胃がん検診が早期発見の決め手です。



胃がんの主な原因は?



ヘリコバクターピロリ菌*、多量の塩分、喫煙、多量の飲酒があります。胃の粘膜内の細胞が何らかの刺激や原因でがん細胞となることで胃がんが発生するので、胃への刺激を減らすこと（禁煙や塩分の取りすぎに注意するなど）がリスクを下げることに繋がります。

*) 胃粘膜に生息する細菌で、胃や十二指腸の炎症や胃がんの発生に関わっています。

現在胃がん検診は

この2種が推奨 //

バリウム
検査

(胃部X線検査)

胃カメラ
検査

(胃部内視鏡検査)

神建連国保では

40歳以上の方は毎年度無料で胃がん検診を受けられますよ!

詳しくは保健課まで!

☎ 045-453-9661

神じいの
今日も元氣



ホームページ
はこちらから!



国保だより vol.158

神奈川県建設連合
国民健康保険組合

〒221-0045
神奈川県横浜市神奈川区神奈川 2-19-3
TEL:045-453-9661