

# サン介護新聞

第189号  
令和7年11月号



## 健保組合47.9%が赤字

大企業の社員らが加入する全国1378健康保険組合の2025年度決算見込みで、47.9%に当たる660組合が赤字となる。高齢者医療を支援するため、高年齢者医療費の負担増が影響する。前年度の52.6%からは改善した、と健康保険組合の全国組織、健康保険組合連合会（健保連）が発表した。全体の収支は、賃上げで保険料収入が増えたため145億円の黒字だった。黒字は2年ぶり。平均保険料率は月収の9.31%。前年度から0.04ポイント上がり過去最高になった。保険料率を引き上げたのは147組合だった。公的医療保険制度を支える現役世代の負担感が強まっている。決算見込みによると、経常収入は9兆2677億円となり、前年度から4.9%増える。経常支出は3.2%増の9兆2531億円。このうち、高齢者医療への拠出は5.7%増の3兆8591億円と40%余りを占める。加入者の医療費支払いに充てた保険給付費は1.3%増の4兆7925億円とした。全国の健保組合には、大企業の社員や家族約2800万人が加入する。

## 「マイナ救急」10月から全国で

マイナンバーカードと保険証を一体化した「マイナ保険証」を活用し、救急業務の迅速化・円滑化を図る「マイナ救急」の仕組みが、10月1日から全国の消防本部で導入される。救急現場で患者本人が受診歴や服用薬などを説明できない場合でも、救急隊員がマイナ保険証を読み取ることで必要な情報を確認できるようになる。マイナ救急では、患者の同意を得た上で救急隊員がカードリーダーを使い、マイナ保険証を読み取ることで、患者の医療情報などを照会できるオンラインシステムに接続。閲覧した情報に基づいて受診歴のある病院に搬送したり、搬送先に持病を伝えて受け入れ準備を進めてもらうたりする。患者の意識がない場合は、例外的に同意なしで閲覧できる。

## カメラ 今月の1枚



「さざんか」

## ドクターヘリ再び運航休止

関西広域連合と東京都、長崎県のドクターヘリ計10機が10月12月順次運航できなくなることが分かった。運航を受託する学校法人ヒラタ学園（堺市）が明らかにする。整備士不足が原因で、7～8月も同様の理由で休止していた。ヒラタ学園と関西広域連合によると、大阪や和歌山、兵庫など関西を中心とした1府6県の病院を拠点とする8機は、10月にそれぞれ4～6日間休止に。11～12月の休止期間は調整中。東京都や長崎県でも10月に6日間休止する。多くの離島や半島がある長崎県は、休止期間は県防災ヘリや佐賀県のドクターヘリの応援でカバーしている。

## 24年度介護費用11.9兆円高齢化で最多

2024年度の介護費用は11兆9381億円で過去最多を更新。前年度比3.7%増。高齢化による利用者の増加や、サービス提供事業者が受け取る介護報酬が24年度にプラス改定されたことも押し上げ要因となる。集計を始めた01年度の4兆3782億円から約2.7倍に膨らむ。要介護認定者の介護サービス分は1兆6179億円、介護予防サービス分は3202億円。利用者数は、介護サービスが前年度比1.1%増の573万1100人だった。

## 医療費軽減終了「理解を」

厚労省は一定の所得がある75歳以上の外来医療費を軽減してきた配慮措置が9月末で終了すること、に理解を求める。「周知を進め、混乱が生じないようにする」と述べた。10月から75歳以上のうち推計約310万人の窓口負担が増える。「全世代型社会保障」の一環だと説明。今後、現役世代の負担軽減など増大する医療費をどうやって分かち合っていくか議論を進めたいと語る。2022年10月に一定の所得がある人の窓口負担（原則1割）を2割に引き上げた際3年間の配慮措置を設けた。

## 過剰訪問看護の規制強化

厚労省は、有料老人ホームなどで訪問看護を過剰に提供する事業者への規制を強化する方針を明らかにする。ホスピス型有料老人ホームの入居者を対象に、一部の事業者による不正な診療報酬請求の横行が疑われることを踏まえ、2026年度の診療報酬改定で、主治医が指示書に必要性を明記している場合に限り、頻繁な提供を認める方向。高齢者向け集合住宅に併設の訪問看護ステーションの中には、多くの入居者に対する頻繁な短時間訪問や、早朝・夜間の実施によって報酬が高額になるケースがある。

## 介護福祉士養成校の入学者、外国人が初めて半数超

今年度に入学者の外国人が初めて半数を超えている。その終了期限が来年度末に迫るなか、厚労省は廃止か延長かの判断を今冬にも下す構えをみせ、専門委員会でも議論が続いている。資格の価値・信頼性を重視する声と、人材確保を優先すべきとの声が対立しており、その行方に注目が集まっている。

## サンメディカルの取り組み紹介！

当社は、訪問時の透明性を図る目的でスマートフォンを使用し、訪問時間・場所の管理をしています。施術者は患者様の目の前で「施術開始」と「施術終了」の操作を行っており



当社は新しい仲間を募集しています。  
詳しくはQRコードをチェック！



求人のお知らせ

# 「秋」から始める！乾燥対策と腸活で冬に負けない体づくり

## 秋のケアの重要性 「秋のケアが冬の健康を決める」

秋は空気が乾燥し始め、気温差で体が疲れやすくなります。粘膜や腸が弱ると、風邪・感染症にかかりやすくなります。だからこそ「乾燥対策」と「腸活」で免疫の土台を整えるのがポイント！

### 乾燥対策① ～粘膜を守る～

★ワンポイント：「のどが乾く前に一口飲む」が大事！

室内湿度を保つ	加湿器・濡れタオルで50～60%維持	粘膜の乾燥防止
ビタミン補給	ニンジン・みかん・ほうれん草	粘膜の再生を助ける
のど・鼻を潤す	こまめな水分補給、のど飴、マスク	ウイルスの侵入を防ぐ



### 乾燥対策② ～肌と環境もケア～

入浴後に保湿クリームで肌バリアをし、エアコン使用時は湿度チェックを忘れずに！  
植物・加湿器で自然な潤い空間を作りましょう！



### 腸活のすすめ ～免疫の7割は腸に～

体を温める	生姜入りスープ・腹巻き	腸の動きを促進
食物繊維をとる	サツマイモ・レンコン・キノコ	腸の掃除・血糖安定
発酵食品を毎日	納豆・味噌・ヨーグルト・ぬか漬け	善玉菌を増やす

朝の味噌汁  
+夜のスープ  
習慣が最強！



### まとめ ～秋から冬へ、家族で免疫準備～

- ◎のど・肌・室内を潤す
- ◎発酵食品と根菜で腸を整える
- ◎朝日とお風呂で自律神経を整える

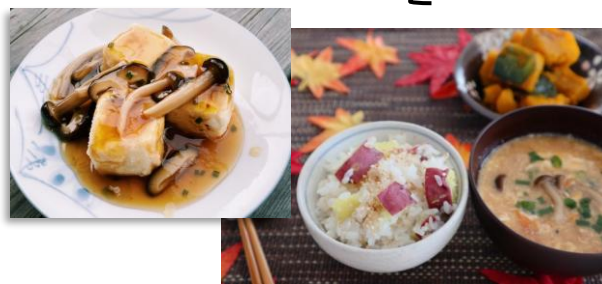
### ★おススメのツボ

尺沢（しゃくたく）

【効能】  
咳（咳止め）  
喘息  
呼吸困難  
口の渇き



## 簡単おすすめ 冬レシピ



- ・生姜入り根菜スープ+納豆ご飯  
＊体を温めながら腸を整える（冷え防止+免疫強化）
- ・サツマイモの炊き込みご飯+味噌汁  
＊食物繊維&発酵食品のダブル腸活（腸内バランス改善）
- ・きのこ豆腐のあんかけ+柿ヨーグルト  
＊乾燥対策とビタミン補給（粘膜強化+美肌維持）

### おすすめの飲み物

- ・白湯（内臓を温め、代謝をサポート）
- ・生姜紅茶（冷え対策&抗菌効果）



株式会社サンメディカル  
SUNMEDICAL GROUP

神奈川県厚木市中町2-1-1

（編集・発行）

サン介護マッサージ営業部

（コールセンター）

046-401-1580

営業所 秦野・平塚・厚木・相模原・藤沢・横浜・川崎・大和横浜・横浜南・沖縄