

健保 だより

あなたの健康を応援します!!

名古屋薬業健康保険組合

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

個人情報の保護に関する基本方針

プライバシーポリシー

当組合では、あなたの個人情報に関して、下記の方針により厳重に管理してまいります。

記

①利用目的の特定と目的外の利用制限

個人情報の取り扱いについては、利用目的を特定のうえ公表し、公表した以外の目的での使用はいたしません。

②利用目的の通知

個人情報を取得するときは、あらかじめ機関誌等によりお知らせします。

③個人情報の適正な取得と個人データ内容の正確性の確保

不正な手段等により個人情報を取得しません。また、取得した個人データは正確かつ最新の内容に保つよう努めます。

④安全管理措置と従業員及び委託先の監督

個人情報保護に関する規程を制定する他、法令等を遵守します。組合職員の教育や、委託先への監督・指導を徹底して、個人情報の保護に努めます。また、不要になった個人情報は復元不能な状態で破棄します。

⑤個人データの第三者提供の制限

原則として、当初定めたこと以外の事項や、あらかじめ本人の同意を得ないで、第三者に個人データを提供いたしません。また、個人番号をその内容に含む個人情報(特定個人情報)については、本人の同意有無にかかわらず、番号法に定める場合を除き、提供いたしません。

⑥個人データの開示・訂正・利用停止

原則として、被保険者等から個人データの開示等を求められたときは、書面等により開示します。

個人情報に関する
お問い合わせ先

名古屋薬業健康保険組合

業務課:TEL 052(211)2439

総務課:TEL 052(211)2294 (受付9:00~17:45 土・日・祝日・年末年始除く)



TOPICS

- 2022年度 予算が決まりました P.2
- 2022年度「健康づくり」事業で健康に P.4
- Pep Upをご利用いただけます! 他 P.6
- 生活習慣病は健診で気づけば改善がラク! P.7
- みんなの「健康度」「生活習慣」の実態が明らかに! P.8
- ご存じですか? 保険証の正しい取り扱い方 P.9
- けんぽinformation P.10
- 春のおすすめ 健康づくり事業 P.12



2022年度 予算が決まりました

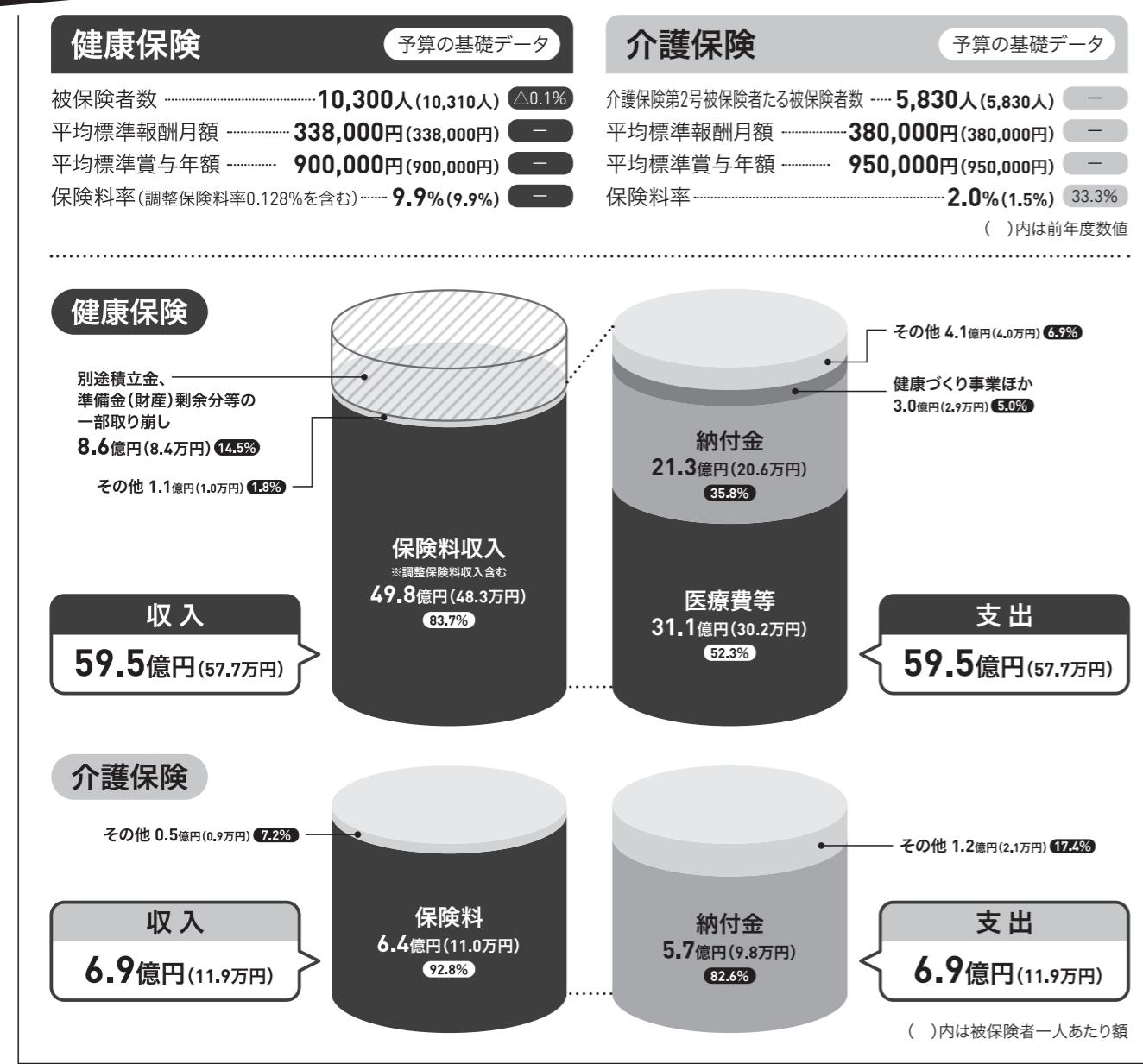
2022年度の予算は、長引く新型コロナウイルス感染症の影響を受けながら、健康保険料率は9.9%の据え置き、介護保険料率は2.0%への引き上げとなる厳しい予算編成となりました。

また、団塊の世代が後期高齢者となり始める「2022年危機」を迎えるなか、本年10月より後期高齢者の医療費自己負担割合を一定所得以上の場合は2割とする等改定が進められておりますが、制度の持続性を確保するには十分とはいえず、現役世代の負担軽減に向けた改革が一層進むことが望まれます。

当組合といたしましては、引き続き効率的な事業運営により、健全な財政運営に努めるとともに、データ分析に基づいた効果的な保健事業を実施して、みなさまの健康増進をサポートしてまいりますので、みなさまにおかれましても、健康にご留意いただくとともに、適正受診やジェネリック医薬品への切り替えなどで医療費の節減にご協力をお願いします。



2022年度予算



当組合の現状

健康保険

経常収支と保有財産(法定準備金+剩余金)の推移

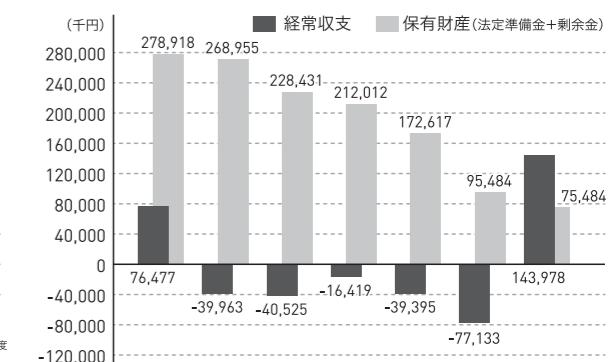


★法定準備金基準

3年間の平均保険給付費の2ヵ月分+高齢者医療制度納付金や拠出金の1ヵ月分。当組合では、保険給付費1ヵ月分は約2億5千万円×2ヵ月分=約5億円。高齢者医療制度納付金や拠出金の1ヵ月分は約2億円。合計で7億円の保有が必要です。

介護保険(40歳~64歳)

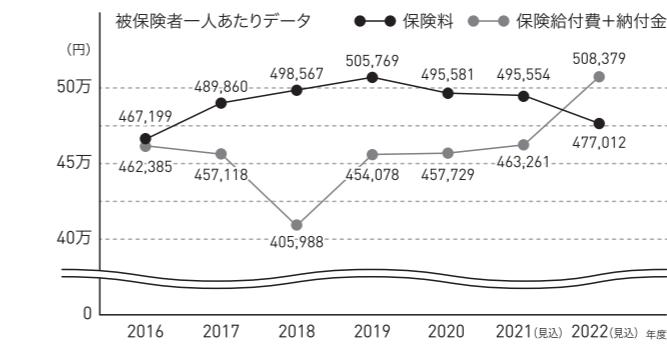
経常収支と保有財産(法定準備金+剩余金)の推移



★法定準備金基準

3年間の平均介護納付金の1ヵ月分。当組合の納付金1ヵ月分は約4千6百万円です。

健康保険の保険料・保険給付費・納付金の推移



お知らせ 2022年度の介護保険料率改定

介護納付金の増加に対応するため、2022年度の介護保険料率が下記のとおり変更となりました。ご理解とご協力のほどお願いいたします。
(2022年3月分保険料から適用)

変更前 1.5% → 変更後 2.0%

※任意継続被保険者は同4月分保険料から適用

2022年度、健康保険では、保険給付費を約31億円、納付金は約21億円と予測し、経常収支では約6.9億円のマイナスを見込んでいます。

2022年1月から 健康保険制度の一部改正が行われました

病気やケガで働けないときの「傷病手当金」、出産したときの「出産育児一時金」、退職後も健康保険組合に加入できる「任意継続被保険者」に関して、次の改正が行われました。

傷病手当金・支給期間の変更

従来、再発などで復帰と休業を繰り返しても、支給開始日から1年6ヵ月を経過すると支給されませんでしたが、復帰した期間を除き休んだ期間を通算して1年6ヵ月の受給ができるようになりました。

出産育児一時金・支給額の一部を変更

産科医療補償制度に加入していない医療機関等で出産した場合などの出産育児一時金が、制度掛金引き下げに伴い404,000円から408,000円になりました。(産科医療補償制度加入の医療機関での出産は現行の420,000円のまま)

[参考] 産科医療補償制度(重度脳性麻痺に係る補償) <http://www.sanka-hp.jcqh.or.jp/>

任意継続被保険者・本人の申請による資格喪失が可能に

これまで任意脱退の規定がありませんでしたが、被保険者の申し出により脱退できるようになりました。

「健康づくり」事業で健康に

みんなの健康を応援するため、さまざまな事業を行います。ぜひご利用ください。

健康のチェック～予防・改善のために



病気の早期発見はもちろん、病気の予防を目的として実施します。

種別	対象者	実施回数	一部負担金
基本健診	35歳未満(30歳除く)の本人と家族	いずれか 1つを年1回	3,000円
総合健診 <small>がん検査も充実</small>	30歳と35歳以上の本人と家族		8,000円
特定健診	40歳以上の家族		無料
人間ドック	35歳以上の本人と家族		補助限度額 入院20,000円 外来10,000円
歯科健診	本人と家族	年1回	500円

① 健康診断・保健指導関係

健診後のバックアップ

★第一次健診の検査項目が追加されます★

①基本健診と特定健診に「ヘモグロビンA1c」(血糖の検査)を追加 ②総合健診(男女)に「e-GFR」(腎機能の検査)を追加

種別	対象者	費用
特定保健指導 <small>病気になる前に改善できる!</small>	30歳と35歳以上で対象となった方	全額当組合が負担します。
健診後の事後指導	健診の結果、発症の予兆のある方	◆当組合の指定健診機関実施分 ・全額当組合が負担します。 ◆補助実施分 ・当組合が定めた額を限度として補助します。
追求検査	精密検査・再検査および経過観察対象者	

40歳以上のご家族を対象に、「巡回健診」の実施を予定しております。最寄りの健診機関がない方など、ぜひご利用ください。
①愛知県内在住の方／愛知県内の健保組合と「共同巡回健診」を実施
②愛知県以外在住の方／あさひ会(西早稻田クリニック)による「巡回健診」を実施

P.7もご覧ください

必要な情報を確実に

健康をサポートする側、受ける側に有用な情報を適宜発信します。

広報関係

①機関誌の配布(年2回)適用事業所・本人

②ホームページ(通年)

③広報用リーフレットの配布(随時)
適用事業所・本人

④新入社員講習会用図書の配布(4・3月)
適用事業所

⑤事務担当者講習会用図書の配布(6月)

諸会議

①事業検討委員会(随時)

②事業説明会(随時)

講習会

①新入社員講習会(4・3月)

②事務担当者講習会(6月)

③算定基礎説明会(6月)

その他

①医療費通知webサービス(毎月)本人

②ジエナリック医薬品自己負担軽減額通知(対象者別に年1回)

③健診受検率通知(6月)適用事業所

④事業所別年間収支状況通知(6月)
適用事業所

⑤健診未受検者通知(2月)適用事業所

⑥健保連共同事業(随時)

⑦データヘルス計画(随時)

⑧健康管理アプリ
「Pep Up」の提供(通年)

⑨健康経営推進に基づく
「健康宣言事業」(随時)

健保のホームページ 定期的にチェック!
<https://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>

名古屋薬業健康保険組合 検索

通信のセキュリティ強化を図り、「http」から「https」となっています

名古屋薬業健康保険組合ホームページ

最新情報

「最新情報」は随時更新。健康づくり事業や各種給付金など知りたい情報を提供します!

心身の健康をサポート



心の健康や感染症の予防を含め、多面的に健康をサポートします。

種別	対象者	実施期間	実施内容
② 健康相談・健康教室など メンタルヘルスサポート	本人	通年	ストレスチェックシートの回収・分析、面接指導 ストレスなど、精神的な悩みごとのご相談を受付。 プライバシー厳守
禁煙サポート	本人と家族	随時	なかなかたばこをやめられない方の禁煙を支援します。
健康管理ファイル	本人と家族	随時	健診の「情報提供」の資料として、食事・運動など健康づくり情報を提供しています。
インフルエンザ予防接種		10月～1月	補助限度額 2,000円／1人
糖尿病腎症重症化予防対策事業		随時	生活習慣の改善により重症化の予防が期待される方をサポート

健康管理アプリ変更のお知らせ

「グッピーヘルスケア」を終了

(株)グッピーによるICTを活用した健康管理アプリを、健康保険組合連合会の組合運営サポート事業として、インセンティブ(抽選によるギフト券の提供)などの全額補助を受け実施しておりましたが、2022年3月末で本事業は終了となります。

なお、2022年4月1日以降は記録に応じてのポイントは貯まらなくなり、3月に1,000pt達成された場合は、抽選のみ操作が可能となります。

また、2022年5月1日以降は「健保」タブメニューならびに当組合より届いておりましたギフトコードを含め、メッセージ内容は削除となりますので、予めご了承ください。

「Pep Up(ペップアップ)」を開始

2022年度は、(株)JMD Cによる健康管理アプリ「Pep Up(ペップアップ)」を提供してまいります。詳細は本誌P.6または投込チラシをご覧ください。

体力づくりのサポート

本人とご家族を対象に、契約スポーツ施設・味覚狩り・潮干狩りを通して体力づくりのサポートも行います。

潮干狩り施設の一部閉鎖について

美浜観光協会 矢梨潮干狩り場(愛知県美浜町)

※本人=被保険者 家族=扶養者

評価される「健康経営®」企業。新たな健康発信源に！

企業経営において、従業員が心身ともに健康であることの重要性は以前からいわれてきました。「健康経営優良法人」の認定を受けておりることでより企業自体が評価される時代となりました。

健康経営は、従業員の活力向上や生産性向上など組織の活性化をもたらし、結果的に業績や企業イメージを高めるものとして期待されています。

- ◆定期健診受診率100%
- ◆特定保健指導実施率アップ
- ◆健康増進・生活習慣病予防対策
- ◆受動喫煙対策
- ◆メンタルヘルス対策
- ◆感染症予防対策 など

企業として、左記のよう取り組み、健康経営優良法人の認定を受けるとメリットいっぱい！

イメージアップ 生産性向上 リクルート効果 etc.

従業員の健康は
企業の宝、社会の宝



当組合は、健康経営を応援します！まずは、「健康宣言書」を提出するところから始めましょう。詳しくは、当組合ホームページをご参照ください。

<https://www.meiyaku-kenpo.or.jp/> 名古屋薬業健康保険組合 検索

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

2022年
6月
スタート

健康管理アプリ

PepUpをご利用いただけます！

健保持・増進に役立つさまざまな情報を提供するWebサービスであるPep Up（ペップアップ）の登録を開始します。パソコン、スマートフォン、タブレットを使って、楽しみながら健康管理ができますので、健康づくりの一助としてぜひご利用をお願いします。

Pep Upの特徴



読める

運動、食事、健康情報など日常に役立つ記事を配信。自分に合った記事を読むことができます。



記録できる

歩数や体重、体温などのほか、健康づくりの取り組み状況を記録することができます。



確認できる

最大10年分の健診データを管理できます。健診結果から「健康年齢」を割り出して、健康状態が「見える化」されます。



たまる

健康記事を読んだり、イベントに参加したりするとポイントがたまります。ポイントをためれば、賞品と交換することができます。

ジェネリック医薬品
差額通知で、
切り替え可能な
お薬情報をお届けします♪

初回登録で
1,000ポイント
プレゼント!!

登録に必要なご案内の送付について

Pep Upご利用に必要な情報を2022年6月中旬以降順次、被保険者様のご自宅へ「Pep Up専用はがき」にてご送付いたします。今後はこのPep Upを通じてさまざまな情報を提供してまいりますので、到着後は速やかにご登録いただけたと幸いです。

登録方法



まずは
サイトに
アクセス

- ①メールアドレスとパスワードを登録
- ②登録したメールアドレスに送られてくるURLをクリック
- ③本人確認コードと生年月日を入力し、本人確認

お送りしたご案内から、登録をお願いします

詳しくは、本誌投込のチラシをご参照ください



春こそ、生活に“ゆとり”をもちましょう

春は、異動や昇進、子どもの進学など環境の変化が多い季節です。このような周囲の変化に加え、1日の寒暖差が大きいこともストレスの原因となります。

この季節は意識的に“ゆとり”をもち、リラックスできる時間をつくりましょう。



初期のストレスは自覚できない

心身は、緊張とリラックスの時間のバランスがよいことで健康でいられます。バランスの乱れを自覚することは困難です。春はストレスを感じやすいことをふまえたうえで趣味や休養の時間を大切にし、緊張の時間を少なくする工夫をしましょう。

“ゆとり”的時間を増やして、規則正しい生活を

予定が詰まっていると一つの遅れが新たなストレスになります。

プライベートの予定を少し減らすなどして、春は“ゆとり”的時間を増やしてみましょう。また1日3食、十分な睡眠、適度な運動など、健康的な生活を心がけることも大切です。



2022年度は「巡回型」家族健診を利用してみませんか？

健診は、当組合が契約している健診機関で受けることができますが、なかなか出向くのが難しい被扶養者様もいらっしゃることを考慮して、巡回型の家族健診を導入しております。

ご自身で健康だと思っていても、科学的にチェックしないとわからないことがあります。また、健診は病気を発見するだけでなく、病気につながるリスクを把握して予防するという目的があるため、年に一度は必ず受けさせていただきたいものとなります。



巡回健診の対象者

40歳以上の被扶養者様

愛知県内在住の方

愛知県以外在住の方

愛知県内の健保組合と「共同巡回健診」を実施

◆6月下旬～7月上旬に対象者様のご自宅へ直接ご案内を送付します。

あさひ会（西早稲田クリニック）による「巡回健診」を実施

◆3月下旬～4月上旬に対象者様のご自宅へ直接ご案内を送付します。

申込方法等についての詳細は、ご案内をご覧ください。



ご家族の健診受診率は、まだまだ低い！

40歳以上の被扶養者様の健診受診率は約35%。3人に1人しか受けていないことになります。生活習慣病等の病気は、40歳を過ぎる頃から発症しやすくなるものです。これまで健康だったからといって油断は禁物。

当組合では被扶養者様へも健診費用の補助を行っておりますので、ぜひご利用ください。

健診を受けないのは

もったいない！

病気の早期発見のチャンスを逃してしまうので！

費用の補助を利用しないなんて！

もし生活習慣病があっても…

健診で気づけば改善がラク！

生活習慣病は、早期には自覚症状がありません。

そのため、健診を受けて数値で体の状態をチェックすることが大切です。

体の中で生活習慣病の芽が発生

直近の健診を受ければ…



芽の状態で発見可能

もっとも小さな状態で病気の芽を発見できるので、生活習慣改善のための労力が少なくて済みます。
正常値の範囲内でも悪化傾向がないかの確認は忘れずに。

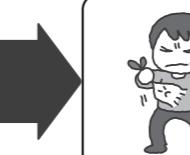
次の健診になると…



少し進んだ状態で発見

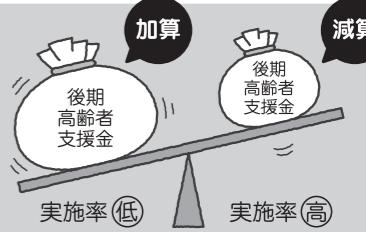
1年健診を受けないと、病気の芽は2年分成長してしまうことに。
その分、生活習慣改善のための労力が増え、保健指導が必要になっているかもしれません。

数年後の健診になると…



もっと進んだ状態で発見

自分で改善することが難しくなっているかもしれません。
保健指導の案内があれば、ぜひご参加ください。



健診を受けないと、出費が増えるかも

健保組合に課される後期高齢者支援金は、特定健診・特定保健指導の実施率が低ければ加算され、高ければ減算される仕組みで、わずかな加算であってもみんなさんが支払う保険料に影響する可能性があります。健診や保健指導を受けて実施率を上げ、減算をねらいましょう。

みんなの 健康度 生活習慣 の実態が明らかに!

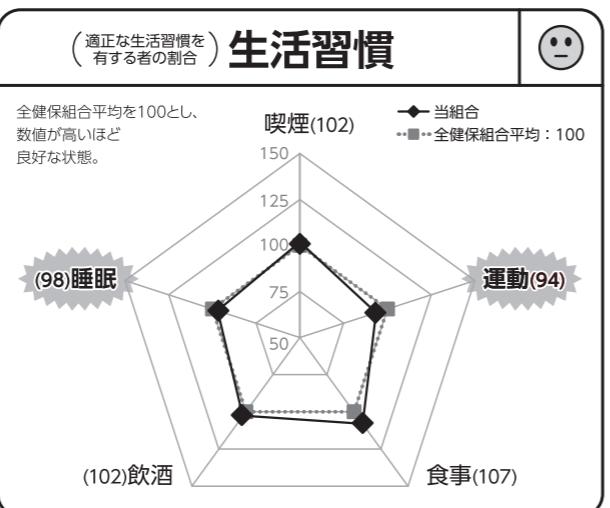
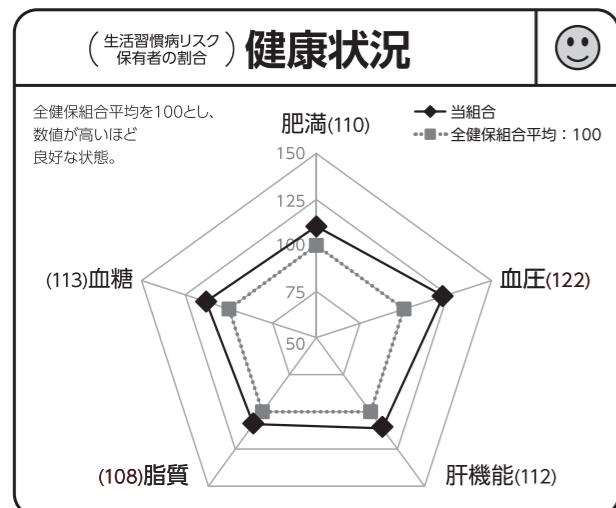
健康スコアリング レポート 結果より

健康スコアリングレポートとは、各健保組合加入者の健診結果や生活習慣などの健康状況を全健保組合平均と比較し、データ化したもので。毎年、日本健康会議が厚生労働省・経済産業省と連携し、全国の健保組合に通知しています。

当組合の2021年度版

健康スコアリングレポート結果を発表!

※結果はすべて2019年度の実績に基づくデータです



平均値を上回る、まずはまずの結果

今後も引き続き生活習慣に気を配り、健康の保持・増進に取り組んでいただきますようお願いします。

<食べ方・飲み方&運動がカギ>

- ・高血圧予防のために、日々の食事で「減塩」を心がける
- ・高血糖予防のために、野菜や海藻、きのこ類→肉魚→ごはんの順に食べる
- ・週に2日は休肝日をつくるなど 飲みすぎに注意する
- ・すべての項目に効果的な「運動」を習慣にする



運動と睡眠を見直そう

運動不足の解消と睡眠習慣の改善が課題。日中積極的に体を動かすことは、睡眠の質の向上につながります。意識して改善に努めましょう。

<日常に運動を>

- ・階段を見つけたら意識的に使う
- ・買い物はいつもより遠い店に歩いていく



<睡眠は時間と質の両方からアプローチ>

- ・就寝時間を10~15分早める
- ・寝る直前まで、スマホやテレビを見ない
- ・夕食は寝る2時間前までに、入浴と歯みがきは1時間以上前に済ませる



ご存じですか?

保険証の正しい取り扱い

健康保険に加入すると、1人1枚保険証(健康保険被保険者証)が交付されます。保険証は、健康保険に加入していることを示す証明書で、病気やケガをしたとき医療機関等の窓口で提示すると、医療費の一部を負担するだけで受診することができます。保険証はとても大切なものです。紛失等によるトラブルを避けるためにも、きちんと保管・携帯し、取り扱いには十分に注意しましょう。

保険証の取り扱いについての注意事項

保険証が交付されたら…

印字してある、氏名・生年月
日・性別等の記載事項に誤り
がないか確認のうえ、裏面の
住所および必要に応じて臓器
提供欄を記入しましょう。



記載事項に変更があるときは…

氏名・住所等の記載事項に変更が
あるときは、すみやかに変更(訂正)届
のご提出をお願いします。氏名変更
の場合は保険証の添付が必要です。
住所変更の場合、保険証は不要です。



病院を受診するときは…

初診時および月が変わ
ごとに医療機関の窓口に提
示して受診します。保険証を
提示することにより、決められ
た医療費の負担割合で必要
な治療が受けられます。



※仕事中のケガや通勤中のケガについては健康保険で治療

は受けられず、労災保険の適用となります。(P.10参照)

※70歳以上の方は高齢受給者証も併せて医療機関の窓
口に提示しましょう。

保険証は必ず携帯しましょう

保険証を提示しないで受診すると、**医療費全額を支
払う**ことになります。所定の手続きを経て健保組合の
承認が得られれば、後日、健保組合負担分が支給され
ますが、急病などに備えて常に携帯しておくようにしま
しょう。

紛失したときは…

保険証には重要な個人情報が記載されており、身
分証明書として使用される可能性があります。ただ
し、保険証はクレジットカード等とは異なり、使用を停
止することができません。万が一、紛失・盗難にあった
場合には、第三者に不正使用されるリスクがあります
ので、ただちに警察署に届け出ましょう。

また、すみやかに再
交付申請書のご提出
をお願いします。



※再交付後に保険証が見つかった場合は、見つかった保
険証の返却をお願いします。

保険証の貸し借りは法律違反です！

保険証を他人に貸したり借りたりすることは、法律
により禁止されています。不正使用した場合は、刑法
により処罰を受けることになります。



保険証はきちんと保管を！

保険証の保管場所はしっかりと決めておきましょう。
お子さんの保険証は保護者の方がしっかりと管理しま
しょう。

ご家族に以下のような異動があったら、5日以内に届け出を



年間収入が130万円以上
(60歳以上または障がいの方は180万円以上)
になった

★年間収入が上記未満でも、所定の条件を満たし、パート勤務先等で被保険者となった場合は異動の手続きが必要となります。



5日以内に「被扶養者(異動)届」のご提出をお願いします

手続き

- ・会社のご担当者様を通じてご提出ください。
- ・「被扶養者(異動)届」はホームページからダウンロードできます(日本年金機構の様式)。

！注意!!

被扶養者の資格がなくなる場合は「保険証」の返却も忘れずにお願いします。誤って使用された場合は、医療費を返還していただくことになります。

事業所ご担当者様へ

従業員の新規採用および退職される方がいらっしゃる場合は、「資格取得(喪失)届」のご提出を5日以内にお願いいたします。なお、喪失の場合は保険証を添付してください。

お礼とお願い

被扶養者の資格確認にご協力いただき、ありがとうございました。
これに基づき、今年度も適正な保険給付および効果的な保健事業に取り組んでまいります。
引き続き、ご理解とご協力をお願いいたします。

仕事中・通勤中のケガは

労災保険の適用になります

～健康保険は使えません～

仕事中や通勤中にケガをしたときは、「労災保険」を使って治療を受けることになります。

労災保険適用の事例

- 就業時間前に職場で作業中、棚の上から落とした荷物が当たってケガをした
- 得意先に向かう途中に、転んでケガをした
- 通勤途中にマンションの共用部の階段から落ちてケガをした



労災保険適用のケガであれば、医療機関での治療費は原則無料です(一部負担金200円がかかる場合もあります)。

詳しくは、会社のご担当者様もしくは、お近くの労働基準監督署にお問い合わせください。

交通事故などによるケガの治療には

所定の手続きが必要です

交通事故など第三者の行為によってケガをしたときは、健康保険を使って治療が受けられますが、医療費は後日、当組合から加害者に請求しますので、以下の手続きをお願いします。

第三者行為によるケガの事例

- 相手方がいる交通事故にあった
- 他人のペットに咬まれてケガをした
- 店などの施設の不備が原因でケガをした



手続き

- ①健康保険証などを窓口に提示し、「第三者行為によるケガである」ことを伝え治療を受ける
- ②「第三者行為による傷病届」など必要書類を当組合業務課に届出

必要書類など詳しくは、当組合ホームページをご覧ください。

<https://www.meyaku-kenpo.or.jp/> 交通事故にあったとき

マイナンバーカードは保険証として利用できます

病院や薬局で保険証の代わりに、マイナンバーカードで簡単に受付(資格確認)ができるようになりました。

★使える医療機関は徐々に増えていく予定です。厚生労働省のホームページでご確認ください。

マイナンバーカード対応医療機関 検索



従来の保険証も引き続きご利用いただけます

ご利用の前に準備を!

準備1 マイナンバーカードを取得

<用意するもの>

「マイナンバー通知カード(交付申請書)」
(すでに市区町村からすべての人に発送されています)



スマホ、パソコン、郵便、証明用写真機から申請可能です。



詳しくはこちらから▶

準備2 保険証の利用申込

<用意するもの>

「マイナンバーカード」と「マイナンバーカード受取時に設定した数字4桁の暗証番号」



スマホ(マイナンバーカード読み取対応のもの)、パソコン(ICカードリーダーが必要)、セブン銀行のATMで申込可能です。



*当組合にマイナンバーを届け出していないと、保険証として利用できません。
ご家族(被扶養者)の分も含め、会社のご担当者様を通じて届け出をお願いします。

マイナンバーカード保険証利用のメリット(例)

・ずっと使える

たとえば、就職や転職、退職をしても切り替え不要です。新しい保険証の到着を待たずに医療機関にかかることができます。



・特定健診・薬剤情報を共有できる

本人の同意のもと、特定健診の結果やお薬の使用歴を医師や薬剤師と共有でき、健康管理に役立ちます。



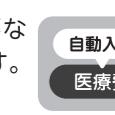
・高額な医療費がかかっても安心

高額な医療費がかかるときの負担を軽減するために必要な「限度額適用認定証」の事前申請が不要になります。



・医療費控除の手続きがカンタンになる

確定申告の「医療費控除」に必要な医療費の自動入力が可能になります。



マイナンバーカードについてのお問い合わせ

マイナンバー
総合フリーダイヤル

0120-95-0178

平日 9:30~20:00
土日祝 9:30~17:30(年末年始を除く)



組合の現況

事業所数	被保険者数	平均標準報酬月額	被保険者の平均年齢	被扶養者数
(125件) 124件	男子 (6,407人) 6,303人 女子 (4,001人) 4,102人 合計 (10,408人) 10,405人	男子 (395,144円) 398,197円 女子 (262,018円) 264,258円 平均 (343,968円) 345,394円	男子 (45.52歳) 45.75歳 女子 (40.39歳) 40.84歳 平均 (43.54歳) 43.81歳	(8,078人) 7,938人 (0.78人) [扶養率0.76人]

()内は前年同月数値

春のおすすめ 健康づくり事業

2022年度もみなさんの健康づくりをお手伝い!!

禁煙サポート事業

アプリを活用した6ヵ月間の禁煙プログラム

参加費
0円

さまざまな病気の原因となるたばこ。1人ではなかなか達成しづらい禁煙を成功に導きます。

カンタン
3ステップで
準備OK①医師が開発したアプリ
「ascure卒煙」を
ダウンロード②手順に沿って、
メールアドレスや
パスワードを登録③初回面談日を
予約

- 面談は、6ヵ月間で計6回(後半の3ヵ月間に追加も可能)。禁煙の専門カウンセラーがマンツーマンでサポートします。
 - 面談はオンラインなので、ご自宅や会社などでも受けられます。毎日9:00~20:00*の間でご都合のよい時間をお選びください。
- *年末年始を除く。また、時期により休業日があります。

禁煙指導は
完全
オンライン

スポーツクラブルネサンス

お得な法人契約料金でご利用OK

スポーツクラブで、運動習慣を身につけましょう。



迷っているなら、まずはこちらでトライ!

都度利用制

▶1回利用するごとに1,980円を支払う

本格的に始めたい人は、こちらをおすすめ

月会費制

▶月会費9,570円を支払って、月内何度も利用

料金プランは、
月単位で
変更可能

新規入会キャンペーン

のお知らせ

4月2日(土)~5月29日(日)

都度利用制

レンタル用品(入会当日)無料

月会費制

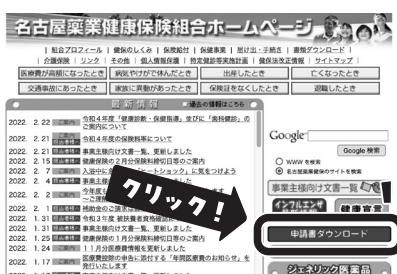
入会時の事務手数料無料・月会費1ヵ月分無料・
レンタル用品最大2ヵ月分無料

—この機会にぜひ、入会のお手続きを!!—

詳しくはホームページをご覧ください。<https://www.meiyaku-kenpo.or.jp/> ◀ 保健事業

各種申請・届け出に必要な書類は
ホームページから!

当組合のホームページから、申請や届け出に必要な書類がダウンロードできます。ホームページ右下にある赤いバナー「申請書ダウンロード」をクリックしましょう。



引き続き
感染症対策を!

新型コロナウイルス感染症は、オミクロン株による感染拡大が深刻化しています。感染力はデルタ株を大きく上回り、ワクチンを2回接種済みであっても感染そのものは防ぎきれません。

正しいマスクの着用、手洗い、密の回避といった基本的な対策を継続することが大切です。そして、体を動かし感染症に対する抵抗力を高めると同時に、喫煙している方は重症化等のリスクも考慮して、この機会に禁煙に踏み切りましょう(上記「禁煙サポート事業」をぜひご利用ください)。

業務課
総務課
TEL 052(211)2439 · FAX 052(231)4964
TEL 052(211)2294 · FAX 052(201)1678
TEL 052(211)2326