

健保組合合同ウォーキング企画

テーマパークを 歩こう!!

IN 東山動植物園

参加費無料!

今年も8健保共同企画の
東山動植物園のウォーキングイベントを開催します。
家族や職場の皆様をお誘い合わせのうえご参加ください。

開催日 平成30年11月10日 土 雨天催行

臨時休園時は中止

場 所 東山動植物園内

「東山秋まつり」開催中!

参加資格 当健保組合の被保険者とその家族〔配偶者、子、親、孫(健保加入者でなくても可)〕

受付時間 【スタート】午前9時～午前11時(東山動植物園の正門・上池門の2ヵ所にて受付)
【ゴール】午前10時30分～午後3時(上池門前広場にて受付)

費用 参加費・入園料 **無料**(交通費は自己負担)

特典 ① 園内店舗および遊園地で使える金券を進呈(1人400円・当日限り有効)
② ゴールでウォークラリーカードを提出された方に参加賞をプレゼント

ゴール受付は
上池門前広場

申込方法 下記「参加申込書」に記入し、当健保組合へ送付(10月16日(火)必着)

詳細案内 11月2日(金)までに、被保険者宛てに「当日の案内、整理券等」を送付します(金券は当日、整理券と引き換え)。

交通案内 健康増進のため、原則として **公共交通機関をご利用ください。**
(車でお越しの場合、駐車場が混雑し、**駐車できない可能性があります。**)

お問い合わせ 保健事業グループ TEL 内線 70-4613 外線 0566-21-7784

提出先 豊田自動織機健康保険組合 保健事業グループ行き
FAX: 0566-23-7648または社内便

申込締切 平成30年10月16日(火) 必着

H30「テーマパークを歩こう!!」IN 東山動植物園 参加申込書

保険証記号 - 番号	—		被保険者氏名	
会社名		部 署	工場	部 室・課
職場連絡先	外線:		内線:	

〈参加者〉

氏 名	年 齢	続 柄(○印)	区 分(○印)
被保険者	歳	本人	参加する・参加しない
	歳	配偶者・子・親・孫	大人・中学生以下
	歳	配偶者・子・親・孫	大人・中学生以下
	歳	配偶者・子・親・孫	大人・中学生以下
	歳	配偶者・子・親・孫	大人・中学生以下
	歳	配偶者・子・親・孫	大人・中学生以下

ライフナビ

2018年 秋号 平成30年10月4日発行

豊田自動織機健康保険組合 愛知県刈谷市宝町8丁目1番地 TEL (0566) 21-7784 FAX (0566) 23-7648
https://www.shokki-kenpo.jp/

豊田自動織機健康保険組合

ライフナビ

2018

秋

vol.41



CONTENTS

- 9月分から保険料が変わる人がいます.....②
- お子様の医療費が高額になったとき.....③
- 医療費控除に「年間医療費のお知らせ」が
使用できます.....③
- 「データヘルス計画 第11回」
脳梗塞を予防しましょう!.....④

- 健保カレンダー(下期).....⑧
- 歯科健診を受けましょう**.....⑨
- インフルエンザ予防接種の費用補助.....⑫
- 豊田織機健保 電話健康相談.....⑭
- 禁煙サポートプログラム.....⑮
- テーマパークを歩こう!!
in 東山動植物園**.....⑯

https://www.shokki-kenpo.jp/

織機健保



おトクな情報満載! ご家族でお読みください。

9月分から保険料が変わる人がいます

健保組合の財源のほとんどは、みなさんと事業主から納めていただく保険料です。
保険料は年に1回定期的に見直されるため、9月分の保険料からその額が変わる人がいます。

毎月の保険料はどのように決まります

健保組合は、被保険者の報酬(給料等)に応じて保険料を徴収しています。しかし、毎月変動する報酬に基づいて保険料を計算するのは膨大な事務が発生するため、50等級(58,000円～1,390,000円)に分かれた「標準報酬月額」に被保険者の報酬をあてはめ、これに保険料率をかけて毎月の保険料を計算します。

毎月の保険料

=

標準報酬月額

×

保険料率

報酬(給料等)を50等級にあてはめて決定

当健保組合の保険料率……8.5%
事業主負担……5.223%(約6割)
被保険者負担……3.277%(約4割)

※介護保険料も同様(ただし負担割合は5割ずつ)です。

標準報酬月額は毎年1回改定されます

毎年1回、原則として全被保険者の標準報酬月額が改定されます。

Q 標準報酬月額はどのように決めるの?

A 4・5・6月に受け取る給与の平均額をもとに決定されます(受け取り月ベースで決定)。

Q 新しい保険料はいつから適用されるの?

A その年の9月分の給与から新しい標準報酬月額による保険料が天引きされます(対象月ベースで天引き開始)。



他にもこんなときに標準報酬月額が決められます

■就職したとき 初任給等を基礎に決められます。

■報酬が大幅に変わったとき

昇給などにより、3ヵ月間に受けた報酬の平均額が2等級以上変わる場合は、4ヵ月目から改定されます。

■産前産後休業や育児休業等が終わったとき

短時間勤務等により報酬が下がった場合は、被保険者の申し出により改定されます。

賞与からも保険料が徴収されます

保険料は毎月の給料からだけでなく、賞与からも徴収されます。

賞与の保険料

=

標準賞与額

×

保険料率

賞与支給額の1,000円未満を切り捨てた額(年度累計573万円が上限)

当健保組合の保険料率……8.5%
事業主負担……5.223%(約6割)
被保険者負担……3.277%(約4割)

※介護保険料も同様(ただし負担割合は5割ずつ)です。

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください

<https://www.shokki-kenpo.jp/>

トップページ

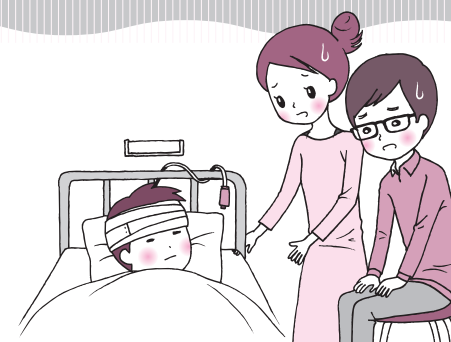
健保のしくみ

当組合の保険料

●お問い合わせ 医療保険グループ TEL 内線 70-4611 外線 0566-21-7784

お子様の医療費負担が2万円を超えたときは 申請をお忘れなく

全国の市区町村では、子どもの医療費の窓口負担分を助成する「子ども医療費助成制度」があります(対象年齢や助成内容は各市区町村によって異なります)。当健保組合では給付金の二重払いを防ぐため、中学生以下の被扶養者を対象に高額療養費・付加金の自動払いを停止しています。中学生以下の被扶養者の医療費自己負担額が月額20,000円を超えた場合は、高額療養費・付加金の申請手続きを行ってください。



国や都道府県、市町村などから医療費の助成を受けるときも届出が必要です

「障害者医療」「育成医療」「更正医療」「肝炎治療の医療費助成制度」など、国や都道府県、市町村などから医療費の助成を受けるときは、必ず健保組合に届け出てください。届出の遅延により付加金が支給されていた場合は、受給開始日にさかのぼって返納していただくことになりますのでご注意ください。

提出書類

医療費助成制度該当・非該当(変更)届



詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください

<https://www.shokki-kenpo.jp/> トップページ ▶ 健保の給付 ▶ 病気やケガをしたとき ▶ 中学生以下の扶養者の場合は

●お問い合わせ 医療保険グループ TEL 内線 70-4611 外線 0566-21-7784

確定申告の医療費控除に 「年間医療費のお知らせ」が使用できます

平成31年2月
発行予定

「医療費控除」は、1年間に自己負担した医療費が一定額を超えたとき、税務署に申告すると税金が還付される制度です。申告の際には、当健保組合の「年間医療費のお知らせ」を医療費の明細書として確定申告書に添付することができます。「年間医療費のお知らせ」は平成31年2月に発行する予定です。



「年間医療費のお知らせ」は平成30年1月～11月診療分です

平成30年12月診療分の医療費は掲載されておりません。12月に受診された場合は、医療機関の領収書に基づいて12月分の「医療費控除の明細書」を作成する必要があります。

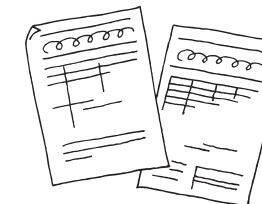
領収書の
保存は
必要です

「年間医療費のお知らせ」を添付した場合

記載されている医療費の領収書は提示を求められませんが、確定申告の照合書類として領収書は保存しておいたほうが無難です。

「医療費控除の明細書」を作成した場合

領収書の提示を求められる可能性がありますので、領収書は5年間は保存する必要があります。

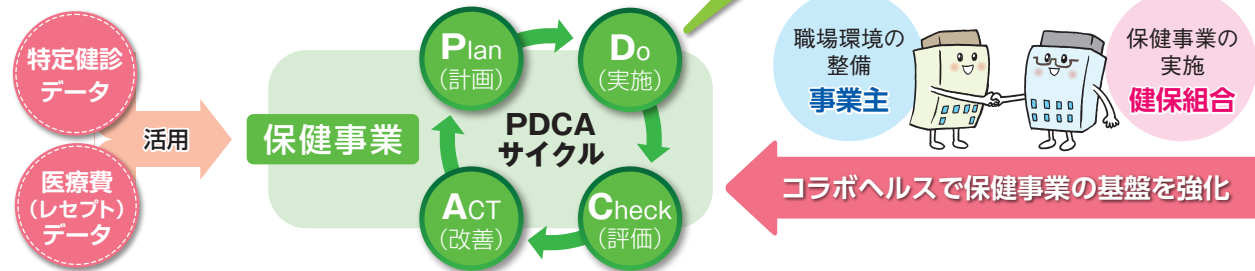


医療費控除の手続き等については、最寄りの税務署にお問い合わせください。

みんなで推進しよう！ データヘルス計画

第11回

健康保険組合は、みなさんの医療費データと健診データを分析し、より効果的な事業を計画・実施する「データヘルス計画」に基づいて、さまざまな保健事業を実施しています。



三大生活習慣病が引き金

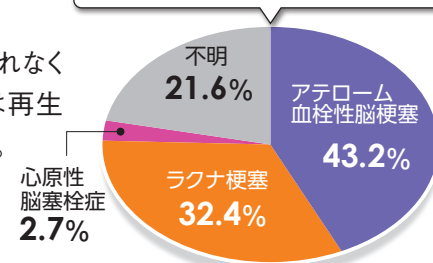
脳梗塞を予防しましょう！

脳梗塞を含む脳血管疾患は、日本人の死亡原因第4位です(平成27年)。また、運動機能の麻痺や認知障害などの後遺症が残ることから、介護が必要となる原因の第1位となっています。

脳梗塞ってどんな病気？

脳梗塞は、脳の血管が詰まって脳に酸素や栄養が送れなくなり、脳の細胞が壊死してしまう病気です。脳の細胞は再生されることがないため、後遺症が残ることが多くあります。

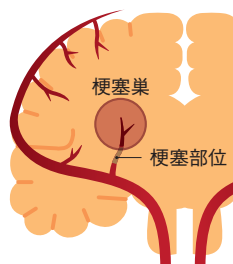
当健保組合の脳梗塞発症の種類別割合
(平成23年1月～平成30年4月)



脳梗塞には3つの種類があります

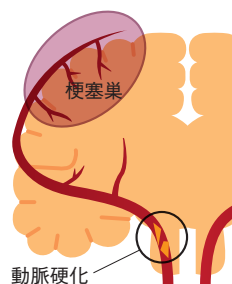
ラクナ梗塞(小梗塞)

ラクナとは「小さな穴」という意味で、脳の太い血管から脳の中に入っていく細い血管が詰まった状態です。病巣は小さいため、症状は比較的軽い傾向にあります。高血圧が主な原因で起こります。



アテローム血栓性脳梗塞(中梗塞)

アテロームとは「粥状硬化」という意味で、血管の中でコレステロールが粥状に固まり、血栓となって詰まります。病巣によって、片麻痺や半身麻痺、言語障害や認知症などの後遺症が残ります。首から脳へつながる頸動脈や脳の太い血管の動脈硬化により起こります。



心原性脳塞栓症(大梗塞)

心房細動などが原因で心臓にできた血栓が、血液の流れに乗って脳に運ばれ、脳の血管が詰まった状態です。脳の障害が比較的大きくなることが多く、生命に危険が及ぶこともあります。

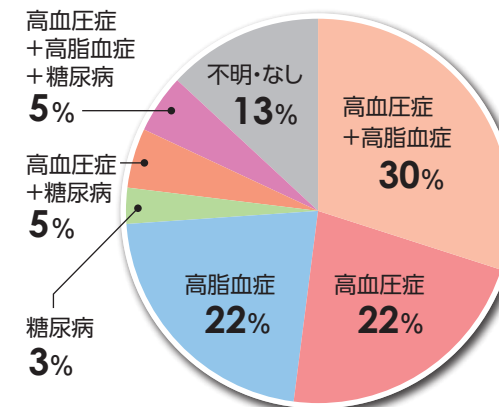


脳梗塞の原因は？

三大生活習慣病

当健保組合の脳梗塞(アテローム血栓性脳梗塞・ラクナ梗塞)発症時の三大生活習慣病保有割合

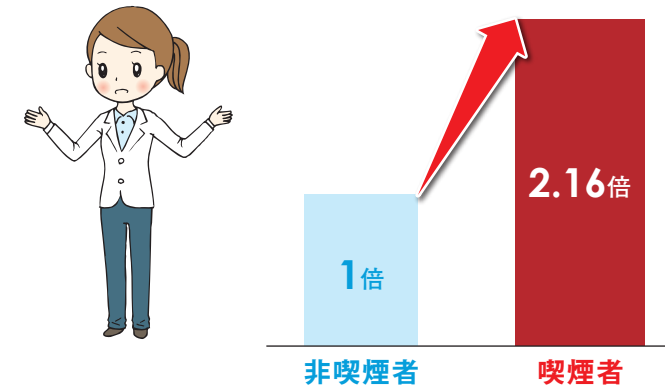
(平成23年1月～平成30年4月)



脳梗塞を発症した方のほとんどが「高血圧症」「高脂血症」「糖尿病」の三大生活習慣病にかかっていた。

喫煙

当健保組合の脳梗塞発症率



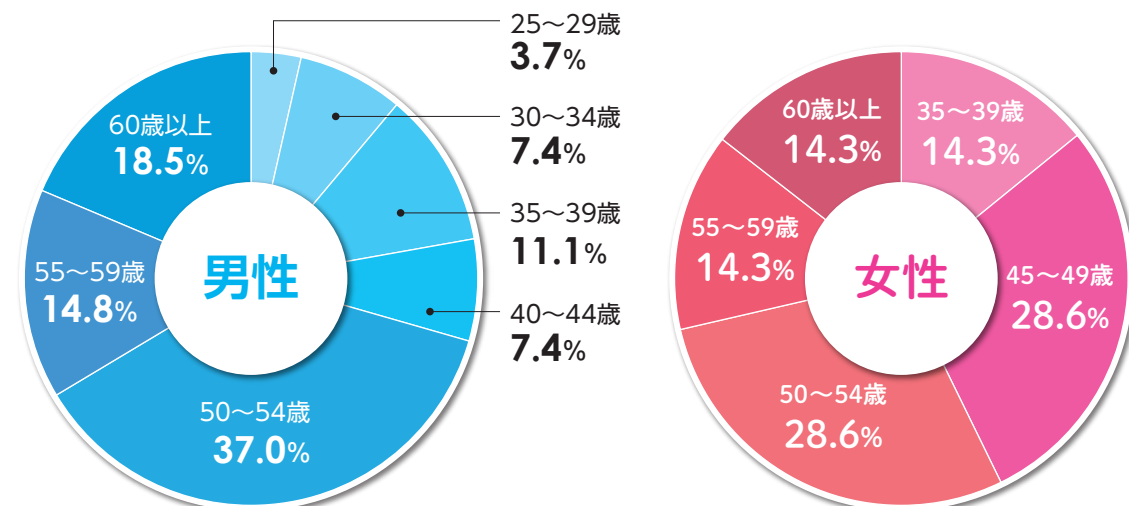
喫煙者の脳梗塞の発症率は非喫煙者の2.16倍。心筋梗塞発症率も非喫煙者の5倍です。脳梗塞も心筋梗塞も、喫煙は大きなリスクです。

禁煙サポートプログラムを利用して禁煙しましょう！(P.15参照)

生活習慣病を予防することが脳梗塞予防につながります

規則正しい食生活、禁煙、適度な飲酒、適度な運動を心がけましょう。健診は毎年受けましょう。

当健保組合の脳梗塞の年齢別発症割合



男女ともに30歳代から脳梗塞の発症が増えてきています。男性で一番多いのはやはり50歳代で、この年代はより注意が必要です。女性は更年期に伴って血中コレステロールや血圧が上昇しやすく、40歳代後半からの脳梗塞発症の増加に関係していると思われます。

脳梗塞の予兆「一過性脳虚血発作(TIA)」

一過性脳虚血発作(TIA)は、血栓によって脳の血管が一時的に詰まったために起こる症状です。完全に詰まったわけではないので、**症状の多くは5分から10分で消失します**。そのため放置してしまう人が多いのですが、**症状が消えても、必ず医療機関を受診することが大事**です。TIA発症後90日以内に脳梗塞を発症する危険度は15～20%ですが、**発症後すぐに検査をして治療(内服)を始めれば、脳梗塞の発症を予防することができます**。

一過性脳虚血発作の症状

症状は脳梗塞とほぼ同じ。TIAの場合は一時的で持続時間が短く、脳梗塞の場合は時間とともに症状がひどくなっていきます。



片方の手足が力が入らない、動かせない



片方の手足や体の片側がしびれる、感覚がない



突然のめまい



言葉が出ない、言葉がわからない



視野の半分が欠ける



片方の目が見えない

発作が起こったら…

一過性脳虚血発作・脳梗塞の症状が出たら、すぐに病院(神経内科・脳神経外科)を受診することが大事です。**一刻も早い治療で後遺症を最小限にして、早い回復ができます。迷わず救急車を呼びましょう。**

救急車が来るまで

◆ **横になってください**。歩いたり立ち上がったりすると脳への血流が悪くなり、脳の障害が悪化します。



◆ 頭の下ではなく、**肩の下に枕を敷き、頭をうしろへそらす**ことで、気道が通りやすく、呼吸がしやすくなります。



意識があるとき

◆ 症状が軽いと感じても、決して**自分で車を運転して病院へ行かない**でください。途中で症状が悪化して、事故を起こす可能性があります。



意識がないとき

◆ 嘔吐しそうときは、**麻痺している側を上にして横に寝かせ**、誤嚥や窒息を防ぎましょう。



脳梗塞の再発を予防しましょう

脳梗塞は再発率が高く、発症してから10年後までに再発する確率は**約50%です**。生活習慣病がある人や脳梗塞・一過性脳虚血発作を発症した経験がある人は、**生活習慣病の治療や、発症後からの継続した治療とともに、正しい生活習慣(食事・運動・休養など)を続けることが重要**です。



脱水症状に注意!



脱水症状になると血液が濃くなって血管が詰まりやすくなり、脳梗塞を起こしやすくなります。暑い日や入浴の前後、運動中、就寝時、起床時は水分をしっかり摂りましょう!!



当健保組合の保健事業をご活用ください

脳梗塞の再発予防指導(生活習慣改善プログラム)

専門の医療スタッフが、病状にあわせた生活習慣改善のアドバイスを電話面談で6ヵ月にわたって実施します。参加には、ネット教材を使用するためスマホアプリのダウンロードもしくはパソコンの使用が必要です。ご希望の方は下記お問い合わせ先へご連絡ください。



アドバイスで支援



Web教材

脳ドックの費用補助

脳ドックはMRI検査・MRA検査によって、過去に発生した自覚症状のない小さな脳梗塞、脳動脈瘤などを発見することができ、重大な脳梗塞やくも膜下出血等の発生の危険性がわかります。

補助額 上限 22,000円(差額は自己負担)

対象者 被保険者・被扶養者

* 脳疾患発症の既往がある、または治療中の方は、かかりつけの医療機関へご相談ください。主治医受診による保険診療(検査)をおすすめします。



詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください

<https://www.shokki-kenpo.jp/>

トップページ

保健事業

健診一覧

● お問い合わせ 保健事業グループ TEL 内線 70-4613 外線 0566-21-7784

平成30年度下期(10～3月)

行事項目	H.30 10月	11月	12月	H.31 1月	2月	3月
各種健診	人間ドック・主婦健診・脳ドック 契約健診機関にて通年 CTがん検診(受診促進キャンペーン)					
巡回健診A ・全豊田巡回健診	案内送付 8月	後期 〔愛知県・岐阜県・三重県・静岡県西部在住者〕 家族・任継者本人(30歳以上の女性) 9月～12月			前期 案内送付 3月	
巡回健診B ・婦人科健診	案内送付 8月	本人(20歳以上の女性) 9月～12月				
巡回健診C ・全国巡回健診	案内送付 5月	〔愛知県・岐阜県・三重県・静岡県西部在住者〕以外 家族・任継者本人(30歳以上の女性) ～12月				
歯科健診	下期 集団歯科健診 12会場 10月14日～1月27日 P.10・11参照 歯科医院健診 通年					
健康ウォーク	けんぼれんあいち 秋の健康ウォーク 10月6日 裏表紙参照	テーマパークを歩こう in 東山動植物園 11月10日	ハッピーウォーク30 秋の部 10月1日～11月30日			
家庭常備薬 斡旋	家庭常備薬 申込	配付 11月	家庭常備薬 申込			配付 3月
禁煙推進	禁煙費用補助 通年 P.15参照 禁煙キャンペーン					
生活習慣病 重症化予防	受診勧奨通知 通年 糖尿病性腎症重症化予防、心筋梗塞・脳梗塞再発予防 P.7参照 のための保健指導					
広報誌発行	ライフナビ 秋号発行	ライフナビ 冬号発行				
医療費通知					年間医療費の お知らせ送付 P.3参照	
被扶養者調査	被扶養者調査					
組合会						予算組合会



当健保組合のホームページをご活用ください！
健保のしくみや給付、保健事業などを詳しく紹介しています。

<https://www.shokki-kenpo.jp/>

メンバーズサイトのログインパスワードはお手元にお届けした「ライフナビ」をご覧ください。



痛くなくても 歯科健診を受けましょう

年に1～2回の定期健診がお口の健康を守ります

むし歯や歯周病は、自覚症状が出てからの治療では、時間も医療費もかさみます。
定期的に歯科健診を受ければ、トラブルを早く見つけることができます。



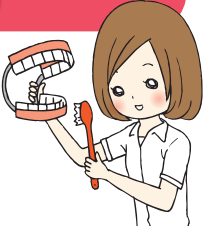
むし歯や歯周病をチェックしてくれる

むし歯や歯周病は、初期のうちは痛みなどの自覚症状がありません。歯科健診では、専門家の目で歯や歯ぐきの状態をチェックしてもらえるので、自分では気づかないむし歯や歯周病を早期に見つけ、早期治療につなげることができます。



歯磨きのアドバイスをしてくれる

自分ではていねいに磨いているつもりでも、歯ブラシが届きにくいところなど、磨き残しがある場合が多いものです。歯科健診では、一人ひとりに合った正しい歯磨きの指導も受けられます。



全身の健康を守るためにも歯科健診を！

歯周病菌は歯ぐきの病気の原因になるだけでなく、血液にのって全身に運ばれ、さまざまな悪影響を及ぼすことがわかっています。歯や歯ぐきを健康に保つことは、全身の病気の予防にもつながります。

当健保組合の歯科健診を受けましょう！

次のページへ



毎日のセルフケアが大切！

毎日のていねいなブラッシングで、むし歯や歯周病を予防しましょう。

食べたら磨く

歯や歯ぐきについたプラーク(歯垢)は、約48時間で石灰化が始まり、歯石になります。歯石になると歯磨きでは落とせないの、その前にしっかりと磨くことが大切です。

1本1本ていねいに磨く

磨き残しのないよう、1本1本意識して磨きましょう。

歯ブラシは軽く持つ

鉛筆のように持ち、毛先が少ししなる程度の軽い力で磨きましょう。

歯と歯の間もきれいにする

歯ブラシでは落としにくい歯と歯の間の汚れは、歯間ブラシやデンタルフロスなどを使ってきれいにしましょう。





無料

歯科健診のご案内

健診は無料です！



＼お近くの歯科医院で受けます！

歯科医院健診

・対象者 当健保組合の被保険者・被扶養者

受診方法

「愛知県歯科医師会に加入している歯科医院」で受ける

※加入している歯科医院は当健保組合のホームページで検索できます。

- 1 歯科医院に電話し「豊田自動織機健康保険組合加入者」であることを伝え、健診日時を予約してください。
- 2 当日は保険証を持参して健診を受けます。



ごぞんじですか？ 歯科医院健診のメリット

- 健診日に治療することができます

ただし、歯石除去など健診以外の処置や治療には医療費がかかります。医師と相談し、よく確認してください。

- 健診日当日、または健診後1ヵ月末満に同じ歯科医院で治療を始めると医療費がお得です

虫歯がありますよ
すぐ治しましょう



歯科健診のみ の場合

健診費…無料

自己負担
なし

歯科健診後にその歯科医院で治療を始めた場合

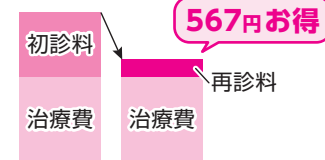
健診日当日に治療開始

健診費…無料
医療費…初診料なし+治療費



健診日の翌日～1ヵ月末満に治療開始

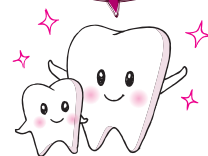
健診費…無料
医療費…再診料+治療費



みなさんのお口の健康を守るため、歯科健診を実施しています。

お近くの歯科医院で受ける「**歯科医院健診**」と、会場に出向いて受ける「**集団歯科健診**」の2つがあり、年度内2回まで無料で受けられますので、ぜひご家族で受診してください。

無料です！



＼会場に出向いて受けます！

集団歯科健診

・健診日程(下期)

会場No.	開催日	会場	受付時間
①	10月 14日(日)	デンソー企業年金基金会館(刈谷市新富町2-41)	9:15～13:00 〔受付時間は事務局にて割り振られます〕
②	10月 21日(日)	高岡農村環境改善センター(豊田市高岡町長根17)	
③	10月 28日(日)	あいち健康プラザ(知多郡東浦町大字森岡字源吾山1番地の1)	
④	11月 11日(日)	デンソー西尾ホール(西尾市下羽角町住崎1)	
⑤	11月 18日(日)	デンソー幸田体育館(額田郡幸田町芦谷丸山5)	
⑥	11月 25日(日)	デンソー豊橋(豊橋市明海町3-23)	
⑦	12月 2日(日)	デンソー安城健保体育館(安城市里町長根2-1)	
⑧	12月 9日(日)	デンソー企業年金基金会館(刈谷市新富町2-41)	
⑨	12月 9日(日)	岡崎市勤労文化センター(岡崎市美合町五本松68-12)	
⑩	12月 16日(日)	西尾市文化会館(西尾市山下町泡原30番地)	
⑪	1月 20日(日)	豊田自動織機組合会館エースト(刈谷市宝町8-1)	
⑫	1月 27日(日)	デンソー高棚体育館(安城市高棚町新道1)	

・対象者 当健保組合の被保険者・被扶養者

・健診内容

大人(16歳～)

①むし歯検査・歯周病検査 ②歯磨き指導(歯間ブラシ・フロス主体)
③歯冠クリーニング

子ども(乳幼児～15歳)

①むし歯検査 ②歯磨き指導(歯ブラシ主体) ③フッ素塗布

受診者には歯ブラシ・デンタルミラーほかを差し上げます

・健診時間 約40分(会場・時間帯などによって異なります) ・費用 無料

・申込方法 下記「集団歯科健診申込書」に必要事項を記入のうえ、当健保組合にお送りください。

・申込締切 各開催日の2週間前まで ▶ 開催日の1週間前までに、「受付時間のご案内」「健診表」をお送りします。

提出先 豊田自動織機健康保険組合 保健事業グループ行き
FAX: 0566-23-7648 または 社内便

申込締切

原則、各開催日の2週間前まで
(締切以降は電話にて受付可)

集団歯科健診申込書

保険証記号-番号	—	被保険者氏名	電話番号 (織機の方は内線)
事業所名・所属名	会社・工場名	部・室	G・課

希望会場No.を記入してください

上記会場No.(① ～ ⑫)

受付時間は、事務局にて割り振り、指定させていただきます。
指定時間は後日お届けする「ご案内」でご確認ください。(開催の1週間前までに送付)

＜個人情報の取扱い＞

●この申込書に記載していただきました情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。

受診者氏名(*)	続柄	年齢	保険証番号
申込者の受診 どちらかに○印	有・無	本人	歳
			歳
			歳
			歳
			歳
受診人数(計)		名	

*受診対象者は織機健保の被保険者と被扶養者です。

本人以外の織機健保被保険者の場合、要記入

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください

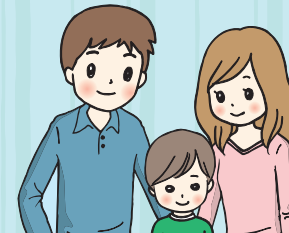
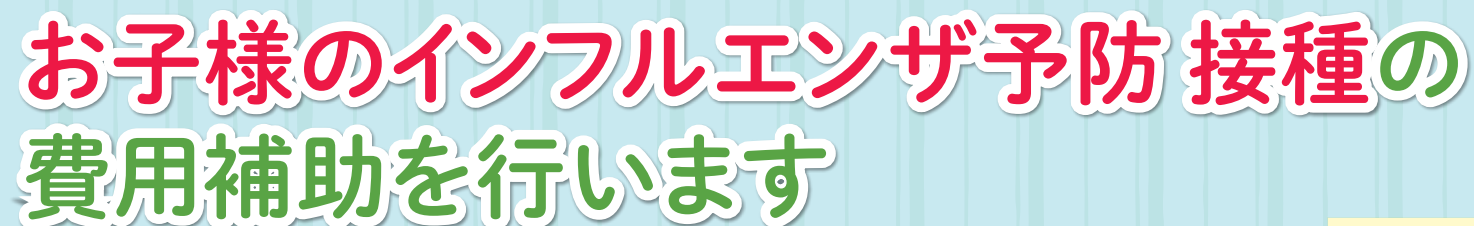
<https://www.shokki-kenpo.jp/>

トップページ

健康診断検索

歯科健診

●お問い合わせ 保健事業グループ TEL 内線 70-4613 外線 0566-21-7784



予防接種は12月中旬までに

インフルエンザは例年11～12月ごろに流行が始まり、1～3月にピークを迎えます。予防接種の効果は、接種の約2週間後から5ヵ月程度とされていますので、流行に備えて、12月中旬までにはすませておきましょう。

なお、13歳未満は2回の接種が必要です。1回目の後、1～4週間後に2回目の接種をすることになりますので、余裕をもったスケジュールを立てておきましょう。



インフルエンザを予防する生活習慣

予防接種はインフルエンザの感染や発症を完全に防ぐことはできません。ふだんから次のことに気をつけてインフルエンザを予防しましょう。



- 手洗い・うがいを習慣にする
- 流行時の繁華街・人混みへの外出を控える
- 規則正しい生活で免疫力を高める
十分な睡眠、バランスのよい食生活、
適度な運動 など

補助の受け方

接種日に当健保組合の被扶養者資格がありますか？

いいえ

補助対象外

はい

予防接種はどこで受けますか？

愛知県内の指定医療機関で受ける

愛知県内の指定医療機関以外で受ける

愛知県外の医療機関で受ける

◆接種補助券を使える指定医療機関は当健保組合のホームページで検索できます

表面 接種補助券を使う

ここが赤(表面)

医療機関控え

平成30年度 インフルエンザワクチン接種補助事業「接種補助券」(表面)

「接種補助券」が使用できる医療機関で接種する場合

発行日 _____ 医療者番号 _____
有効期限 _____ 院番号 _____

健康保険組合名 _____ 健康保険組合連絡先(TEL) _____

保険証記号・番号 _____ 生年月日 _____ 性別 _____

補助対象者氏名 _____

健康組合規約(第2条) _____

<医療機関控え用>

インフルエンザワクチン接種日

平成 年 月 日

*接種日の接種日以降まで記入ください。

接種される方へ

1. 接種料が健康保険組合補助額を上回る場合は、差額のお支払いが必要です。
2. 接種料が健康保険組合補助額を下回る場合は、自己負担の必要ありません。
3. 健康保険証と一緒に医療機関へご提出ください。

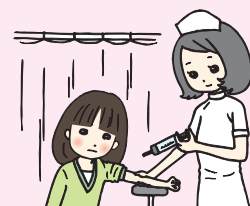
接種日 平成 年 月 日

保険証または使用する「前年度医療機関控え」

医療機関名・住所・電話等がない **ゴム印可**

30年度

医療機関に
渡すだけで
OK!



- ① 医療機関に予防接種の予約をする…接種補助券を使用することを伝える
- ② 「接種補助券」と「保険証」を医療機関に提出して予防接種を受ける
- ③ 予防接種の費用から当健保組合の補助額(2,000円)を差し引いた額を支払う
- ④ 「接種補助券」は医療機関が回収する

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください

<https://www.shokki-kenpo.jp/>

トップページ

保健事業

病気の予防

インフルエンザ予防接種

●お問い合わせ 保健事業グループ TEL 内線 70-4613 外線 0566-21-7784

裏面 補助金申請書を使う

ここがオレンジ(裏面)

平成 30 年度 インフルエンザワクチン接種補助事業「補助金申請書」(裏面)

「接種補助券」が使用できない医療機関で
接種する場合

【接種される方へのお祝い】

- ① 本券は、当施設での「対象者」のみ、使用できます。
- ② 医療機関で接種券が利用できない場合は、医療機関で接種後に下記項目へ記入し、または、④の「補助金申請書」に「接種券」、「接種日」、「接種場所」、「内容(インフルエンザワクチン接種券)」を明記された「領収書」を添付して、所定の「健診組合(事業所)」へ提出してください。
- ③ 本券は、健診組合窓口、OCS窓口での領収書の取得ができますので、取り置き、お忘れのないよう、ご注意ください。
(領収書のない場合は、補助金返金が出来ませんこととなります。)
- ④ 領収書にない場合は、医療機関窓口へお問い合わせください。(商標にTEL番号記載)

【医療機関様へのお祝い】

※ 事業所に記載の対象者以外で接種を行う場合は、下記項目の⑤に記入をお願いします。
⑤ 記したいければ、本券に貼る補助金の領収書を添付。記載できない場合は、「対象者氏名」、「接種日」、「接種科名」、「内容(インフルエンザワクチン接種券)」、「接種施設名」、「接種回数」、「対象者数」を明記し、④の「健診組合(事業所)」へ提出してください。

医療機関控え

当該部分は、医療機関の
接種記録として保管ください。

対象者に返却する必要はありません

インフルエンザワクチン接種日

年 88 88 88 月 88 88 日

インフルエンザワクチン接種施設

88 88 88 内

医療機関名・住所・電話番号など

「ゴム印」または
「手書き + 押印」

接種補助券を使用する場合
● ⑤の⑤「裏面」へ記入してください。
不致です。

医療機関に
必要事項を記入
してもらい、
持ち帰る



- ① 医療機関に予防接種の予約をする
 - ② 予防接種を受け、「補助金申請書」の医療機関記載欄に必要事項を記入（「ゴム印」または「手書き+押印」）してもらい、返却してもらう
 - ③ 予防接種の費用を全額支払う
 - ④ 「補助金申請書」を当健保組合に提出する
提出締切 平成31年2月28日(木) 必着
 - ⑤ 当健保組合から事業所経由で補助金を受け取る
- 「補助金申請書」へ**

 - ① 予防接種の領収書・氏名・日付・金額である旨が記載
 - ② 領収書と未記入当健保組合に持

「補助金申請書」への記入を断られた場合

- ① 予防接種の領収書をもらう
氏名・日付・金額・インフルエンザ予防接種代である旨が記載されていること
- ② 領収書と未記入の「補助金申請書」を
当健保組合に提出する

24時間電話健康相談 ・豊田織機健保 電話健康相談・

ちょっとした不安や心配ごとなど、お気軽にご相談ください

0120-409-124 相談料・電話料
とも無料

携帯電話・PHSからも利用できます。(非通知不可)

プライバシーはお守りします(匿名でも相談できます)



電話健康相談

24時間・年中無休

医師や看護師・保健師などベテランのスタッフがわかりやすく丁寧にお応えします。

ケガの応急手当を
知りたい

血糖値が高いと言われた

冷え性を治したい

こんなときに

家族の介護のことを
相談したい

夜中に急病になった

子育てのことで相談したい



メンタルヘルスのカウンセリング

臨床心理士などの心理カウンセラーによるカウンセリングが受けられます。

人間関係がうまくいかない

家族が精神的に
悩んでいるようだ

ささいなことで不安になる

こんなときに

つらい出来事から立ち直れない

同僚のようすがおかしい



電話カウンセリング 受付 9:00～22:00(年中無休)

面談カウンセリング 年間 5回まで無料 全国各地230カ所のカウンセリングルームで面談



電話で
予約

月～金曜 9:00～21:00
土曜 9:00～16:00
※日曜・祝日・12/31～1/3を除く



WEBで
予約

当健保組合のホームページからアクセス
24時間・年中無休(受付後日程調整)

メールカウンセリング 当健保組合のホームページからアクセス、24時間・年中無休(返信は数日後)

詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください

<https://www.shokki-kenpo.jp/>

トップページ

保健事業

24時間電話健康相談



禁煙サポートプログラム



禁煙キャンペーン

参加者募集

サポーターと一緒に
禁煙に
チャレンジしよう!

2名1組(喫煙者とサポーター)で
3ヵ月間の禁煙にチャレンジ



達成者とサポーターそれぞれに
「QUOカード(1,000円)」をプレゼント



さらに抽選で1組に「特賞」
「商品券(10,000円)」を差し上げます



期 間 平成31年1月1日(火)～3月31日(日) 90日間

参 加 者 2名1組で参加 (喫煙者である被保険者と、
健保加入のサポーター)

参 加 費 無料

申込方法 本紙にはさみ込みの申込書に必要事項を記入して当健保組合
に提出してください。

申込期限 平成30年12月14日(金)

禁煙費用補助制度(右記参照)を活用しながら
キャンペーンに参加することもできます。

禁煙キャンペーンで 禁煙を達成!

特賞受賞 自転車・製造・組立
光延 英晃さん



光延さん(左から2人目)と長草診療所の
看護師さんたち

◆「禁煙キャンペーン」参加の きっかけは?

2年前に職場で禁煙に成功した
人を見たのがきっかけです。当時私
は電子タバコに替え、1日1箱吸っ
ていましたが、頭痛はするし費用も
かかるし…。成功した人に聞くと、
禁煙外来でサポートをしてもらえ
ることだったので、参加すること
にしました。

◆禁煙実施期間(90日間)で 苦労したことは?

禁煙外来で処方される薬を服用
したので、それほど苦労はしませ
んでした。

◆禁煙を達成した秘訣は?

何よりサポーターを務めて
くれた妻と子どものおかげで
す。また、職場でも禁煙宣言を
したので、周りの人からも励ま
されました。

◆禁煙を達成した今の状況は?

もちろん禁煙は順調に継続
中です。頭痛も解消しました。
血圧も上が150だったのが
140に下がりました。ただ体重
は禁煙後に2kg増えて85kg
になりましたが、その後、ジョギ
ングと筋トレで80kgに減らし
ました。

禁煙費用補助 制度

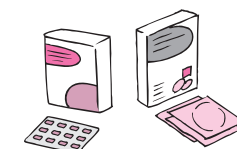
禁煙外来コース

医療機関の禁煙外来を受診し、医師
のアドバイスを受けながら禁煙にチ
ャレンジ。医療費の窓口負担を補助し
ます(上限10,000円)。



禁煙補助剤コース

市販のニコチンパッチ・ニコチンガム
を使って禁煙にチャレンジ。その購入
費用を補助します(上限2,000円)。



詳しくは当健保組合のホームページをご覧ください

<https://www.shokki-kenpo.jp/>

トップページ

保健事業

禁煙サポートプログラム

●お問い合わせ 保健事業グループ TEL 内線 70-4613 外線 0566-21-7784