

10月は健康強調月間です

スローガン あなたの健康が次世代の財産に

健康保険組合連合会(健保連)と全国の健康保険組合は、毎年10月を「健康強調月間」と定め、被保険者やご家族のみなさんに、ご自身の健康を見直していただく機会としています。

当健保組合では、みなさんの健康づくりに役立てていただくため、10月・11月に下記のイベントを用意しています。ぜひ、ご参加ください。

秋のけんぽれんあいち健康ウォークが開催されます 犬山から鵜沼へ、歴史を巡る散策

開催日 平成30年10月6日(土) 雨天催行

主催：健保連愛知連合会

コース名 歴史を巡る街並みを散策「国宝犬山城から中山道鵜沼宿へ」(約8.0km)

お楽しみイベント

受付 場所：石作公園 (名鉄犬山線「犬山駅」から徒歩7分)

時間：午前8時30分～午前10時30分 受付後随時スタート

参加者用駐車場はありません。公共交通機関でお越しください。

- ★恒例「お菓子のつかみどり」
- ★おにぎり2個とお茶をプレゼント
- ★くじ引き抽選会
※抽選はご家族ごとに1回のみです。
- 特賞** ラフォーレのペア宿泊券(1泊2食付)

ご家族などお誘い合わせの上、たくさんのご参加をお待ちしております。
参加申込受付は終了していますが、申込みをお忘れの方は健保組合へご連絡ください。

あいち健康プラザ 一日実践型健康づくり教室に ご参加ください!!

ご夫婦での
参加大歓迎です!
(参加無料)

ご家族の皆様にも健康管理に取り組んでいただきたく、「あいち健康プラザ一日実践型健康づくり教室」の参加者を募集します。ぜひ、ご参加ください。

対象者 被保険者・被扶養配偶者

開催日 平成30年11月17日(土) 午前9時～午後4時30分

場所 あいち健康プラザ (愛知県知多郡東浦町)

募集人員 20名 (申込締切：10月24日(水))

参加費 無料 (受講料12,230円とヘルシーランチ800円を健保組合が負担します)

●お問合せ・お申込みは健康保険組合へ (TEL0566-82-9851または本社内線4763・宮下)



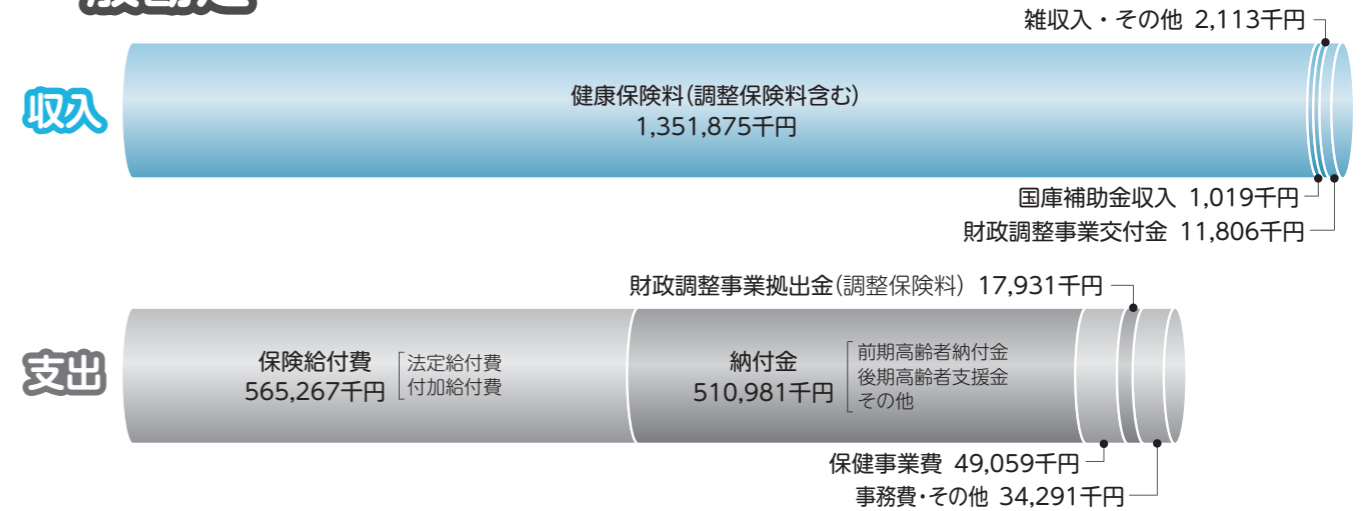
FUJI 健康保険組合 平成29年度決算まとまる

みなさんの健康が 健保財政を支えます

平成29年度は収入総額13億6,681万円、支出総額11億7,753万円で、収支差引額は1億8,928万円(経常収支差引額は1億7,793万円)となりました。黒字決算とはなりましたが、高齢者医療制度への納付金負担は依然として重く、健保財政を圧迫する状況は変わっていません。

当健保組合は、今年度もみなさんの健康管理をサポートするさまざまな健康づくり事業を実施しています。これらを有効にご活用いただき、健康な毎日を過ごしていただくことで、医療費の節減にご協力くださいますようお願いいたします。

一般勘定 平成29年度収入支出決算



収入合計	13億6,681万円
支出合計	11億7,753万円
収入支出差引額	1億8,928万円
経常収支差引額	1億7,793万円

決算の基礎となった数値(3月末)

- 被保険者数.....2,009人
 - 男.....1,724人
 - 女.....285人
- 平均年齢.....41.69歳
 - 男.....42.20歳
 - 女.....38.54歳
- 平均標準報酬月額.....433,132円
 - 男.....456,606円
 - 女.....280,506円
- 前期高齢者加入率.....1.31%
- 健康保険料率.....千分の98
 - 事業主.....千分の52.92
 - 被保険者.....千分の45.08

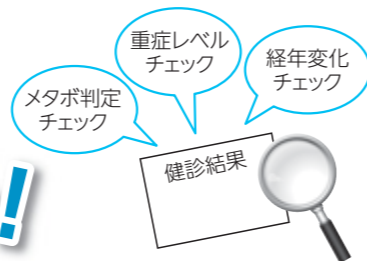
介護勘定 平成29年度収入支出決算



決算の基礎となった数値(3月末)

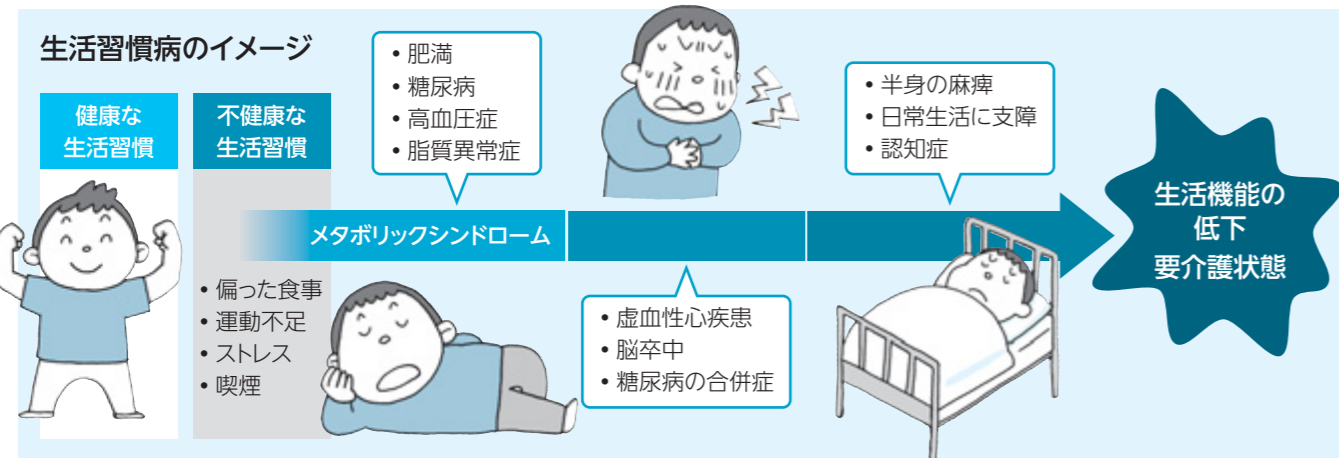
- 介護保険対象 被保険者+被扶養者(40歳~64歳の加入者).....1,764人
- 介護保険対象 被保険者数.....1,178人
- 平均標準報酬月額.....493,667円
- 介護保険料率.....千分の14.00
 - 事業主.....千分の7.56
 - 被保険者.....千分の6.44

今年の健診結果を もう一度見直してみよう!



今年の健診結果は昨年と比べていかがでしたか? 「また前回と同じ項目が悪かっただけだから問題ない」とか「この年齢なら1つや2つ悪いところがあって当然!」と片付けていませんか? 健診結果をよく見てください。基準値内だった方も昨年と今年で数値などが大きく変わったところはありませんでしたか?

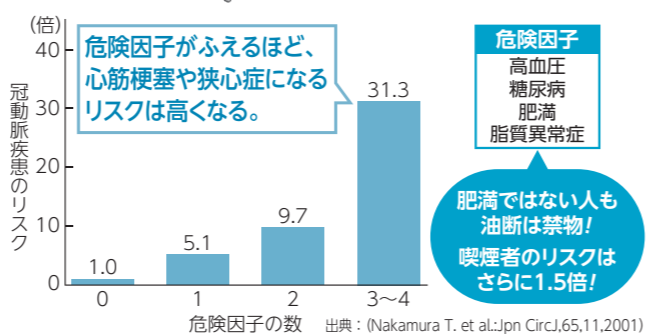
見えない体の中の状態を教えてくれるのが健診結果です。自覚症状はなくても少しずつ老化しています。みなさんがよくご存じの心筋梗塞や脳卒中などの多くは、血管の動脈硬化が原因です。血圧・血糖・脂質・尿酸などが基準値を外れてきたというのは、動脈硬化が進行しやすい状態になっているサインです。サインに気付いたら、食事・運動・喫煙・飲酒などの生活習慣を改善することで、高血圧や糖尿病、慢性腎臓病(CKD)、認知症、がんの予防につながります。



健診結果で再検査が必要な項目があった方は、一過性のものかもしれませんが、もう一度検査して確認しましょう。治療が必要なレベルにあった方は、必ず受診して医師の診察を受けてください。

適切な内服治療や生活習慣の改善で、ひとつでもリスクを減らすことが大切です(右グラフ参照)。それが将来の虚血性心疾患※1や脳卒中※2のリスクを減らし、健康寿命を延ばすことにもつながります。

※1 虚血性心疾患(冠動脈疾患) …狭心症、心筋梗塞
※2 脳卒中…脳梗塞、脳出血



ご注意ください!
受診は年度内1回
①または②どちらか一方のみです



歯科健診のお知らせ

当健保組合では、保健事業の一環として歯科健診の費用補助を行っています。歯の健康は食べることに直結し、全身の健康にも深く関わっています。定期的に歯科健診を受け、歯と全身の健康を守りましょう。

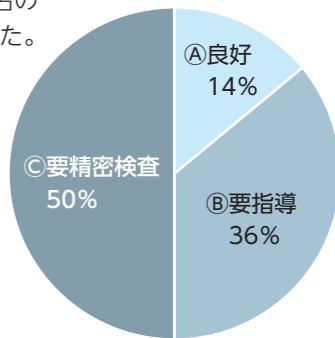
	① 愛知県歯科医師会加盟の歯科医院	② ファミリー歯科健診(集団健診)
受診期間	平成30年5月1日~平成31年1月31日	平成30年11月~平成31年3月
対象者	被保険者・被扶養者(年齢制限なし)	
健診内容	口腔内検査、歯みがき指導など	
受診回数	年1回	
健診費用	無料 ※歯石除去や虫歯治療などが必要な場合は、保険診療となり自己負担が発生します。当日処置実施の可否は歯科医院でご確認ください。	無料
受診方法	各自で愛知県歯科医師会加盟の歯科医院に予約してください。	申し込み書が必要です。書類は9月頃に配付する予定です。

※支店・営業所については、別途ご案内した方法で受診してください。

昨年度の健診結果から 8割以上の方に歯肉炎などの所見がありました

右のグラフは愛知県歯科医師会加盟の歯科医院での歯科健診(上記①)を受診した143名の結果です。「良好」と判定されたのはわずか14%。86%の方が「要指導」や「要精密検査」でした。

〈愛知県歯科医師会の判定基準〉
虫歯の有無、歯肉の状態、歯石等汚れの付着の様子、噛み合わせの状態など
①良好
②要指導(虫歯の疑いがある、歯石等の汚れが軽度ある、歯肉炎の状態である、など)
③要精密検査(虫歯がある、歯石等の汚れが中等度以上あり、歯周病※になっている、など)
 ※歯肉炎が進行し、歯と歯茎の隙間が4mmを超えていたり、出血などの症状がみられる状態が歯周病と判定されます



定期的な歯科健診を習慣に!

平成28年の歯科健診では、有所見者の91%の方が健診後に治療や処置を実施しており、健診が有効に活用されました。歯肉炎や歯周病は現代人の多くが抱える問題ですが、定期的な健診で予防できます。健保組合の補助を活用して定期的に歯科健診を受ける習慣をつけましょう。

家族で取り組む「かぜ&むし歯予防 つよい子になるぞ!!」キャンペーン

当組合は扶養率(被保険者一人あたりのご家族の人数)が平均より高く、とくにお子さまが多く、少子化の現代には喜ばしい現状です。しかしお子さまが多いことで、かぜなど呼吸器系の医療費がやや高めの傾向にあります。そこで、今年度も、1歳~6歳のお子さまがいらっしゃるご家庭を対象に、10月から12月までのインフルエンザやかぜが流行し始める3ヵ月間、『家族で取り組む かぜ&むし歯予防、つよい子になるぞ!! キャンペーン』を実施いたします。このキャンペーンはお子さまが「手洗い・うがい・歯みがき」のできた日にカレンダーへかわいいシールを貼ることで、楽しく習慣を身に付けていく内容となっています。

対象となるご家庭には9月下旬に資料をお送りしていますので、ぜひお子さまと一緒に家族で楽しく健康増進に取り組んでいただくようお願いします。

- 対象者…就学前のお子さまのいる世帯
※平成24年4月1日~平成29年3月31日生まれの満1歳~6歳のお子さまが対象となります。
- 目的…かぜ・むし歯予防のための手洗い・うがい・歯みがきの習慣づけ
- 実施期間…平成30年10月1日~平成30年12月31日(3ヵ月間)
- キャンペーン終了後にアンケートにご協力をお願いします。アンケートにお答えいただいた方には、プレゼントを差し上げます。

ストップ・インフルエンザキャンペーン

インフルエンザ予防接種を受けましょう
当健保組合では今年度もインフルエンザ予防接種料の補助を行います。実施内容は下記のとおりです。ご家族で活用いただき、インフルエンザの予防に努めましょう。

ワクチンの効果は接種の2週間後から約5ヵ月間持続しますので、**10月から12月上旬までに接種を受けるのが理想的です。**

インフルエンザ予防接種料補助制度
対象者 …当健保組合の被保険者・被扶養者
補助金額 …接種回数に関係なく、1人1,000円までの実費
対象期間 …平成30年10月1日から平成30年12月10日まで

(株)FUJIは11月に、アドテック富士は時期は未定ですが、社内で予防接種を行います。社内での接種を希望される方は各事業所へお申し込みください。会社で接種を受けられた方は、補助金の申請は不要です。

- 予防接種の手順・手続き
1. 医療機関に予約する
 2. 予防接種を受け、費用を全額支払う
必ず領収書を受け取ってください。
(領収書についての注意事項)
●インフルエンザ予防接種の領収書であることが明確になっていること
●「接種を受けた人の氏名」「1回分接種料金」が明確になっていること(レシート不可)
 3. 健保組合に補助金を請求する
「インフルエンザ予防接種補助金支給申請書」(健保組合のホームページにあります)に必要な事項を記入し、領収書を添えて健保組合に提出してください。
●ご家族分を一緒に提出してください。
●期間内に重複しての補助申請はできません。
(申請期限)
平成30年12月14日(金)(健保組合必着)
※補助金は平成31年1月分給与に加算してお支払いします。