

あなたの健康ライフを応援します

KATSU



DISPLAY

URL <http://www.sign-ad-displaykenpo.or.jp/>

2016

秋

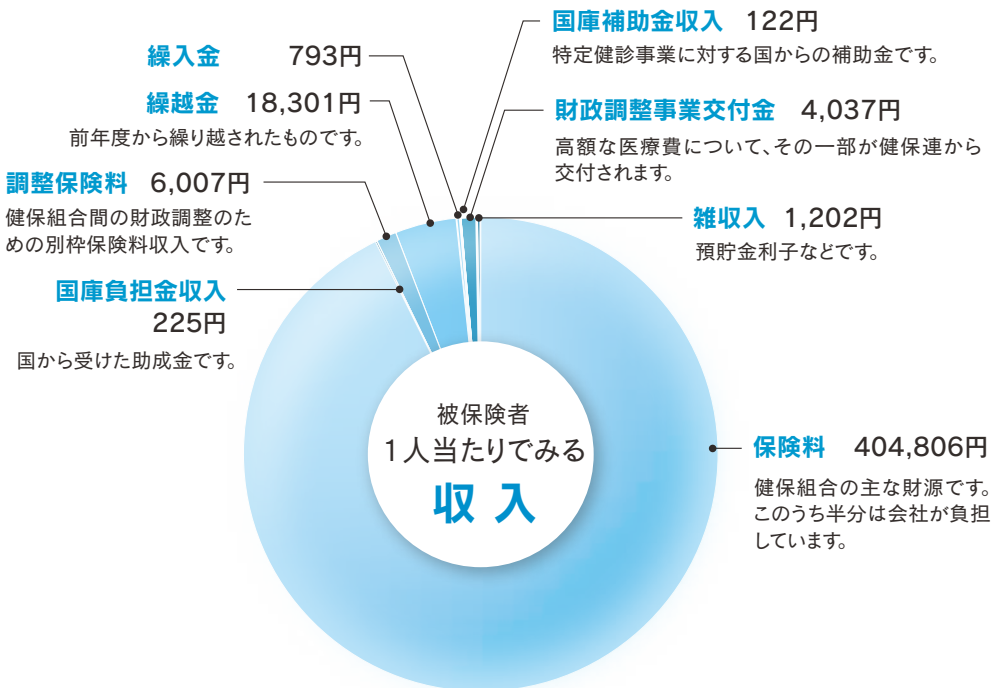
no.267





収入総額 **193 億 9,381 万円**

被保険者 1 人当たり **435,493 円**



平成27年度 決算のお知らせ

{ 平成27年度 収入支出決算概要表 }

一般勘定

収入

科目	決算額(千円)
保険料	* 18,027,191
国庫負担金収入	* 10,038
調整保険料	267,495
繰越金	815,000
繰入金	* 35,321
国庫補助金収入	* 5,448
財政調整事業交付金	179,797
雑収入	* 53,520
合計	19,393,810
経常収入合計	18,134,389

*印は経常項目です。

*印合計と経常の合計に差額があるのは、一部経常外（収入 2,871 千円、支出 525 千円）が含まれているためです。

収支差引額	930,909
経常収支差引額	▲ 60,244

支出

科目	決算額(千円)
事務費	* 323,665
保険給付費	* 9,173,801
法定給付費	9,098,359
付加給付費	75,442
納付金	* 7,986,409
前期高齢者納付金	3,684,822
後期高齢者支援金	3,887,606
退職者給付拠出金	413,874
老人保健拠出金	107
保健事業費	* 682,028
還付金	* 310
営繕費	432
財政調整事業拠出金	267,311
連合会費	* 7,641
積立金	* 19,881
雑支出	* 1,423
合計	18,462,901
経常支出合計	18,194,633

当健保組合の平成27年度の
決算がまとまりましたので、
ご報告いたします。



収入

主な収入である保険料収入は、被保険者の増加と標準賞与額の増加により前年度比10.4%の180億2,719万円となり、6億7,235万円増加しました。

支出

総支出は、184億6,290万円となり、前年度と比べ10億77万円増加しました。主な原因は、みなさんが医療機関にかかったときの医療費および傷病手当金等現金給付の保険給付費の増加と、高齢者医療への納付金の増加です。保険給付費は、5億7,657万円の増加、納付金は、4億318万円の増加となりました。

また、疾病予防や健康づくりを推進するための保健事業費は、前年度に比べ4,511万円増の6億8,203万円を支出しました。

一般勘定



保健事業

特定健康診査事業

- ▶ 特定健康診査(年間) …20,834 名受診

特定保健指導事業

- ▶ 積極的支援……対象者 2,627 名 実施者 327 名
▶ 動機付け支援…対象者 1,587 名 実施者 219 名

保健指導宣伝

- ▶ 機関誌の発行『活』(5月・9月・1月)
▶ 健康管理委員事業の開催
①「算定基礎届の手引き」配布(6月)
②健康講座(10月)
③事業計画説明会(3月)
▶ 健保連共同保健指導宣伝費の拠出
▶ 医療費通知の配布(6月・9月・12月・3月)
「医療費のお知らせ」を作成し、事業所経由で配布
年間 121,652 枚
▶「ジェネリック医薬品利用促進通知」を配布(年2回)
▶ データヘルス計画
(当健保組合の特徴と傾向を分析した計画を実施)
(健診結果に応じた受診勧奨通知を発送)

疾病予防

- ▶ 生活習慣病予防健診(集団)(4月～2月)
…………… 24,018 名
▶ 生活習慣病予防健診(個人)(年間) …… 3,039 名
▶ 東振協婦人生活習慣病予防健診(秋) … 1,391 名
▶ 短期人間ドック(年間) ……………… 3,976 名
▶ 婦人健診(年間) ……………… 811 名
▶ 遠隔地被保険者各種健診補助金(年間) … 2,164 名
▶ 被扶養者健診補助金(年間) ……………… 2,949 名
▶ インフルエンザ予防接種補助金(10月～1月)
…………… 14,903 名
▶ 若年者のメタボ予防のための保健指導 …… 83 名

健康づくり

- ▶ 契約保養所利用料補助…………… 1,434 名

体育奨励事業

- ▶ 東京ディズニーリゾート
マジックキングダムクラブメンバーシップカード
▶ プール割引利用(7月～9月)
▶ スマホウォーキング大会(10月・11月)

平成27年度
をもって廃止

支出総額 184 億 6,290 万円

被保険者 1 人当たり 414,589 円

財政調整事業拠出金

6,003円

調整保険料を全額健保連へ拠出します。

保健事業費
15,315円

健診などの疾病予防や健康づくり事業にあてられました。実施項目は左記をご覧ください。

その他 666円

営繕費、積立金、連合会費、雑支出などです。

事務費 7,268円

事務所費および組合会費です。

被保険者
1人当たりでみる
支出

納付金

179,337円

前期高齢者納付金、後期高齢者支援金等、高齢者医療制度への拠出金です。

保険給付費

206,000円

(法定給付、付加給付)医療機関などにかかった医療費および現金給付に対して支払われたものです。

決算基礎数値

平均被保険者数	44,533 人	一般保険料率	87.7/1000
3月末被扶養者数	28,768 人	調整保険料率	1.3/1000
平均標準報酬月額	338,240 円	介護保険料率	15.0/1000
平均標準賞与額	600,706 円		

一般勘定

(円)

決算状況	決算残金処分内訳
収入決算額 19,393,810,026	翌年度繰越金 930,668,378
支出決算額 18,462,901,289	財政調整事業繰越金 240,359
差引残高 930,908,737	計 930,908,737

介護勘定

(円)

決算状況	決算残金処分内訳
収入決算額 1,752,972,268	法定準備金積立 52,343,387
支出決算額 1,649,113,881	翌年度繰越金 51,515,000
差引残高 103,858,387	計 103,858,387

平成27年度 収入支出決算概要表

介護勘定

収入

科目	決算額(千円)
介護保険収入	1,732,561
繰越金	20,000
雑収入	411
合計	1,752,972

支出

科目	決算額(千円)
介護納付金	1,649,102
介護保険料還付金	12
合計	1,649,114

収支差引額 103,858

介護勘定

平成27年度は、介護保険収入が8,222万円増加し、収入合計は17億5,297万円と、前年度より増加しました。支出は、介護納付金が948万円増加しましたが、積立金への支出がないため、支出合計は16億4,911万円と、前年度より減少しました。

昨年度に
引き続き

東京屋外広告ディスプレイ健康保険組合の



予防接種とインフルエンザ 発病の関連について調査しました

インフルエンザ予防接種と 発病との関連調査報告

今回、罹患者数が最も多かった平成 28 年 2 月診療分での調査を行い、
予防接種を受けたグループと受けなかったグループとで、インフルエンザ
にかかった人の割合（罹患率）を本人家族合計で算出し、昨年のピーク
と比較すると、下記のような結果になりました。

予防接種を 受けたグループ

	平成 27 年 1 月	平成 28 年 2 月
予防接種を受けた人数	14,951 人	14,843 人
インフルエンザになった人	1,021 人	1,161 人
予防接種を 受けた人の罹患率	6.83%	7.82%

予防接種を 受けていないグループ

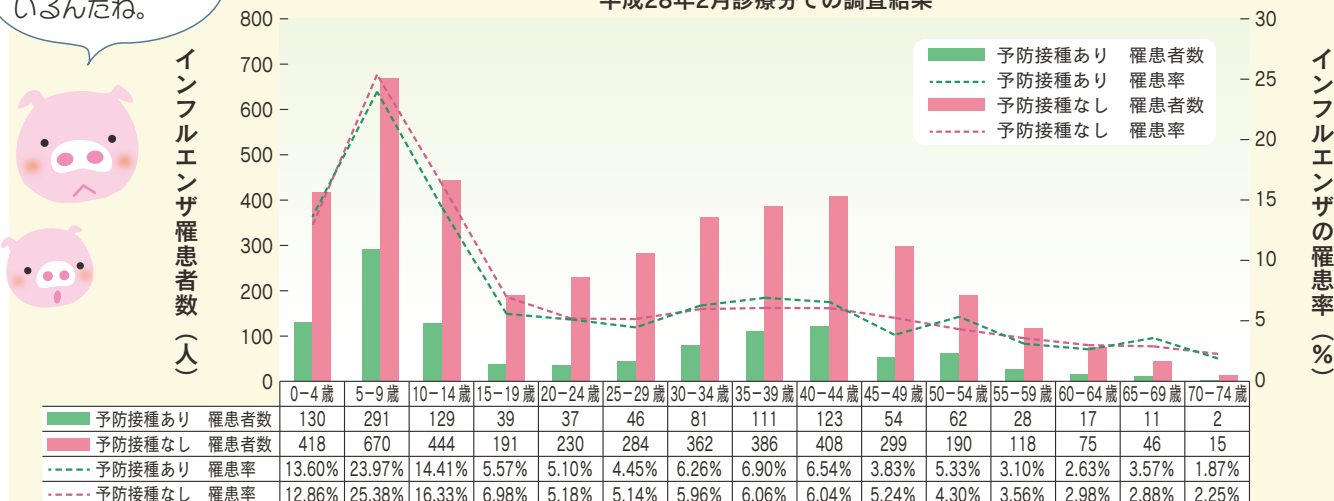
	平成 27 年 1 月	平成 28 年 2 月
予防接種を 受けていない人数	56,752 人	58,727 人
インフルエンザになった人	3,100 人	4,136 人
予防接種を 受けていない人の罹患率	5.46%	7.04%

これを見ると、やはり予防接種を受けたグループの方が、
若干罹患率が高くなっているけど、ほとんど差はないね。
各年齢階層別にみても、予防接種を受けたグループも受
けていないグループも、罹患率そのものに際だった差は
ないけど、若年者で予防接種を受けた方が若干罹患率が
低い傾向にあったみたいだね。

インフルエンザ予防接種をして
も、インフルエンザウイルスの感
染そのものは防げないといわれ
ているよ。
ただし、発症を抑えたり、肺炎
や脳症などの重症化を防ぐ効果
があるようだね。

0歳～14歳が
最も多くかかって
いるんだね。

★予防接種の有無による年齢階層別のインフルエンザ罹患者数および罹患率
平成28年2月診療分での調査結果



今回の調査で わかったこと

今季のインフルエンザ罹患のピークは、平成 28 年 2 月であったことがわかりました。
また、予防接種実施の有無とインフルエンザ罹患については、今回の調査結果でも、有意な
相関は認められませんでした。
ただし、15 歳未満に限ってみると、予防接種を受けたグループの方が、インフルエンザ罹患
率が若干低い傾向にありました。予防接種を受けたからといって安心せずに、予防を心がけ、
健康に留意することが大切です。

平成
27
年度

特定健診・特定保健指導の状況報告

特定健診・
特定保健指導を
受けましょう！

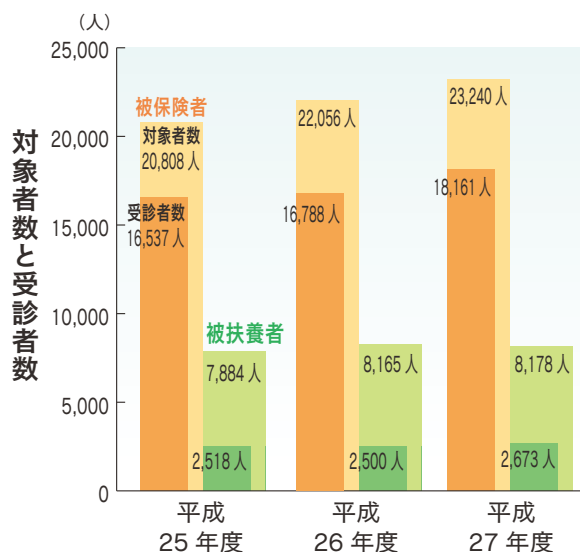
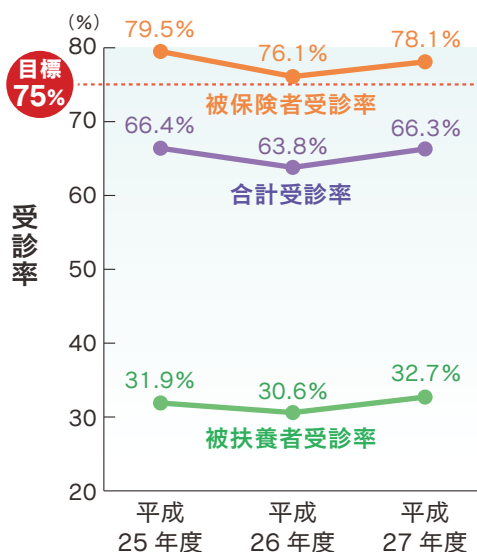
40歳以上の方々に受診していただいている特定健診・特定保健指導の、平成27年度当健保組合の状況をお知らせします。

生活習慣病は自覚症状があまりないまま進行し、健診を受けずに放っておくと重症化してから気づくことになります。毎年必ず受診しましょう。

特定健康診査（特定健診）受診率は
被保険者も被扶養者も **改善！**

平成26年度と比較すると、被保険者・被扶養者ともに受診率は若干増加しました。従業員とその家族のみなさまの健康の維持・管理、また目標達成に向け、年に一度の健康診断の受診をお願いします。

特定健康診査 受診率



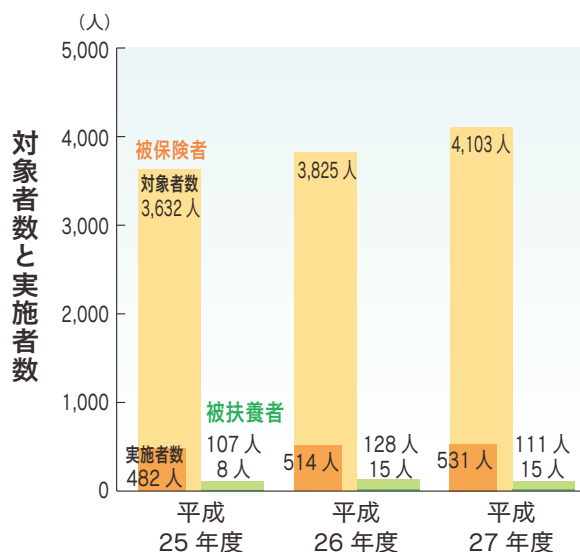
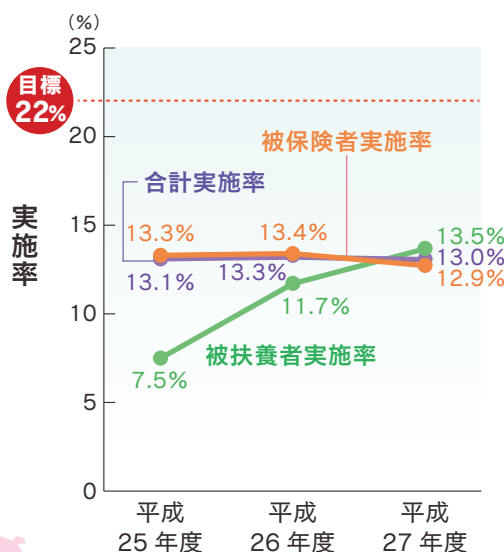
年に一度は必ず健康診断を受け、健康管理に努めましょう！
今年度の健診をまだ受けていない方は早めにご予約を！！



特定保健指導実施率は
被扶養者が **増加！**

平成26年度と比較すると被保険者は若干減少し、被扶養者は多少増加しました。生活習慣病にならないためにも、特定保健指導で体質改善を図り、健康に努めましょう！ 該当された方は必ず受けてくださるようお願いいたします。

特定保健指導 実施率



特定保健指導に該当されたみなさん！
特定保健指導は、あなたに合った生活習慣病の予防法を専門家に相談できるいいチャンスです！
ぜひ気軽な気持ちでご参加ください！



健康であることは、会社にとっても家族にとっても一番大切なことです。保健指導を生活改善のきっかけにしてください。

全国の契約医療機関において インフルエンザ予防接種が受けられます

接種
対象期間

平成28年10月1日～

平成29年1月31日

※期間外の接種は補助の対象となりませんのでご注意ください。

※詳しくはホームページをご覧ください。ホームページが見られない方は、保健事業課までお問い合わせください。

接種方法

① 東振協の契約医療機関で 予防接種を受ける場合

- ① ホームページの「契約医療機関一覧」から接種する病院を選び電話で予約。
- ② ホームページ上で利用券を取得。
- ③ 接種当日病院へ利用券の提出と保険証を提示。
- ④ 補助金2,000円を差し引いた自己負担額（医療機関により最大1,890円）を窓口で支払います。

※窓口負担金の健保への請求はできませんのでご注意ください。

窓口では、健保組合からの補助金2,000円を差し引いた自己負担分をお支払いください



② 健保組合独自の接種方法で受ける場合

事業所出張接種・健保会館（東京都豊島区北大塚1-21-15）での接種を希望の場合

事業所でとりまとめのうえ、お申し込みください。

③ 左記①②以外で予防接種を受けた場合

- ① 領収書および明細書原本の裏面に保険証の記号・番号・氏名を記入して、事業所の担当者に提出。
- ② 事業所ごとにとりまとめ、請求書と領収書を健保組合に提出。
- ③ 約1カ月後に補助金の通知を発送し、補助金を振込みます。

★補助金の請求は、事業所でとりまとめのうえ、**平成29年2月28日（必着）まで**にご提出ください。



任意の医療機関で予防接種をした場合は、窓口では全額自己負担で費用を支払い、後で補助金2,000円を請求してね

①②③ 共通の補助条件

- ① 接種日当日に被保険者および被扶養者の資格があること。
- ② 1人2,000円を限度（2回接種法は1回分のみ）。

注意 1回1,500円の2回接種法の補助金は1,500円となります。



事業の詳細は、東振協ホームページまでアクセスのうえご確認ください。

<http://www.toshinkyoo.or.jp/event>



血管年齢・血圧測定 骨密度・体脂肪測定 健康相談等 (4日間)	平成28年10月11日(火)	大手町サンケイプラザ(千代田区)
	平成28年10月15日(土)	立川商工会議所(立川市)
	平成28年10月18日(火)	健保連 東京連合会(新宿区)
	平成28年10月28日(金)	健保連 東京連合会(新宿区)
健康講演会 講師 立川らく朝氏	平成28年10月11日(火)	大手町サンケイプラザ(千代田区)
ウォークラリー (6日間)	平成28年10月2日(日)	横浜みなとみらい21(横浜市)
	平成28年10月8日(土)	鎌倉(鎌倉市)
	平成28年10月10日(祝)	昭和記念公園(立川市)
	平成28年10月16日(日)	高尾山(八王子市)
	平成28年10月22日(土)	天覧山(飯能市)
	平成28年10月30日(日)	清水公園(野田市)
ウォーターフェスティバル	平成28年10月23日(日)	東京サマーランド(あきる野市)
スポーツクラブフェスタ	平成28年10月24日(月)	スポーツクラブネサンス(両国)

東振協
連絡先

★ 03-5608-1231
9月1日(木)より受付中 平日10:00~16:00

申込
期限

※10月2日(日)ウォークラリーの申し込みは9月23日(金)まで
平成28年9月30日(金)

各イベントとも定員がありますのでお早めにお申し込みください。

『健康フェスティバル2016』が開催されます。
ぜひご参加ください。

健康フェスティバル2016
が開催されます

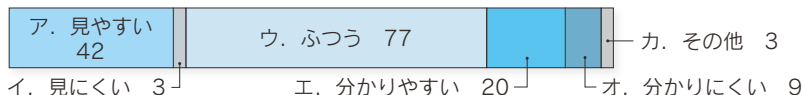
締め切り間近です!

「保健事業に関するアンケート」

「活」Katsu No. 266 春号にてご協力をお願いしましたアンケートの集計結果がまとまりましたので、ご報告いたします。
アンケートにご協力いただきましたみなさま、お忙しい中、誠にありがとうございました。

I 機関誌について

- ① 年3回(5月・9月・1月)機関誌「活」を全被保険者に配付していますが、ご覧になった感想をお聞かせください ※複数選択可



II ホームページについて

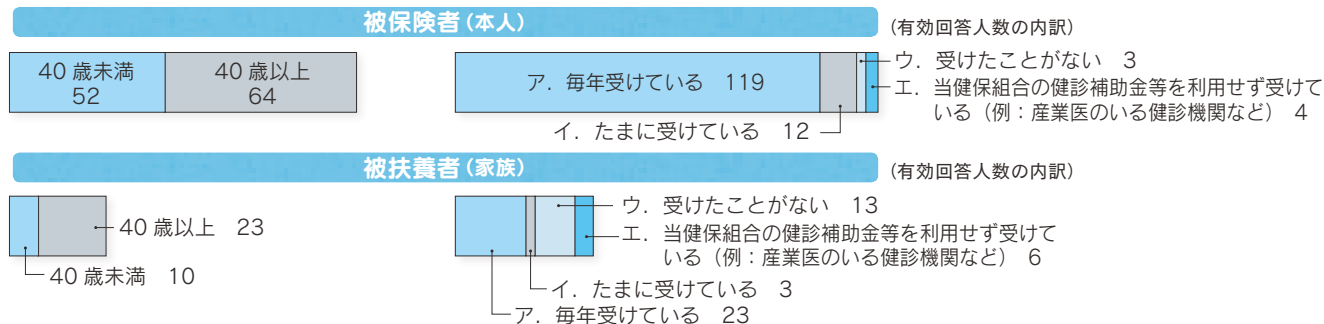
- ① ホームページ内にある“よくある質問”にどのような質問を希望されますか？ また、“新着情報”にどのような告知・報告があると使いやすくなりますか？

記入件数 43

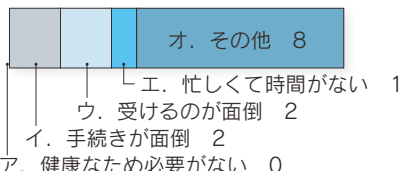
(回答例) ・病気やケガ等による治療費負担について詳しい説明や例があれば良い
・保養所の空き情報
・よく使う手続き方法など

III 健康診断について

- ① 健康診断を受けていますか？

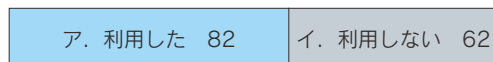


- ② “受けた事がない”と回答された方は、理由をお聞かせください

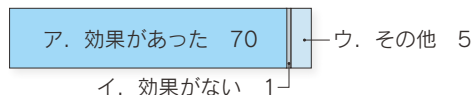


IV インフルエンザ補助金について

- ① 昨年度、インフルエンザ予防接種を受け、補助金を利用しましたか？

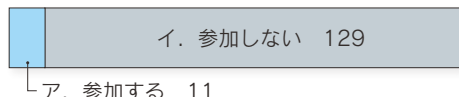


- ② “ア. 利用した”と回答された方は、効果がありましたか？



V 各種大会・イベントについて

- ① 平成28年度新規事業「屋外ウォーキング大会」には参加されますか？

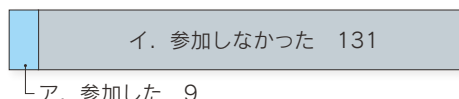


- ② 平成28年度は「動物園」を予定していますが、その他にご希望の開催場所はありますか？

記入件数 29

(回答例) ・水族館
・山登り
・史跡めぐり

- ③ 平成27年度より実施の「スマホウォーキング大会」には参加されましたか？



上記回答以外にも貴重なご意見を数多くいただきました。いただいた内容を参考のうえ、機関誌やホームページの利便性や健診の受診率向上対策、また各種大会の企画・運営などに役立てていきたいと考えておりますので、引き続きご協力をお願いいたします。

おたよりありがとうございました！



Kさん 20代 本人

人生一度きり。ダイエットより好きなものを好きなだけ食べる。

Yさん 40代 本人

健康法は、毎朝 5 時半に起床し、弁当を作り、6 時半にラジオ体操をしてから通勤に駅まで 17 分早歩きで頑張っています！

Nさん 50代 本人

テレビを観ながらカラダを動かしています。

Sさん 40代 本人

腹八分目、でも時々腹一杯！

Iさん 40代 本人

悪玉コレステロールが高いと言われたため、揚げ物と果物を避け、「酢しょうが」を食べ続けたところ、数値が 30 以上下がりました。今後も続けようと思っています。「酢しょうが」なかなかよさそうです。

Kさん 60代 家族

朝の散歩（夫との）と、趣味を色々すること。還暦からのゴルフ。

Tさん 50代 家族

笑うことは最大の健康法。楽しいことを見つけて大きく口をあけて笑う。なかったらつくり笑いをして大声を出して笑う。おなかをかかえてワッハハッ！ 嫌なことも笑い飛ばすワッハハッ！

Oさん 40代 本人

車を所有していないので、のんびり下町を歩いています。意外な発見があったり、お土産を買ったりして楽しんでいます。

Oさん 30代 本人

私の健康法は、のんびりと自分の好きなことをする時間を作ること。ウインドウショッピングをしたり、山登りをしたり、お風呂に浸かってキャンドルを眺めたり、自分を振り返ったり、ぼーっとしたりです。

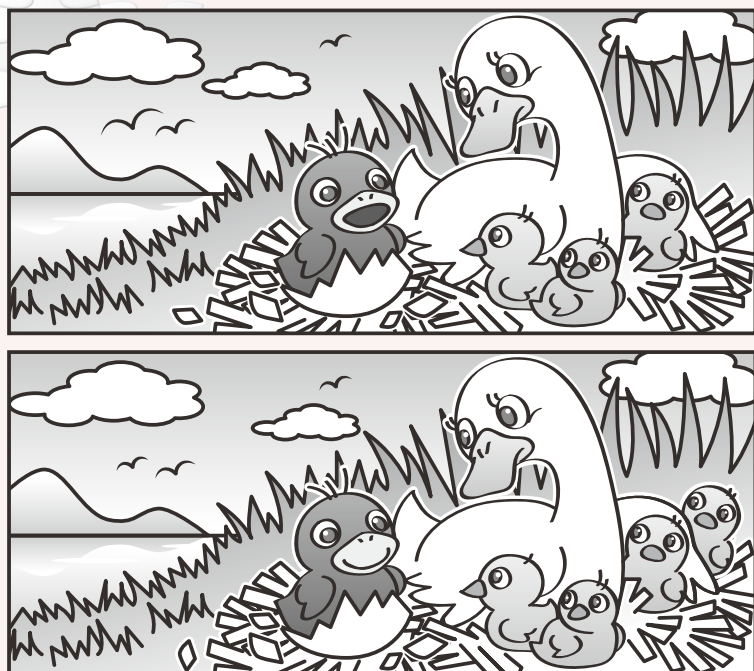
Kさん 40代 本人

4 歳の娘とヨガを始めました。まちがいさがしは娘と一緒にできて楽しかったです。

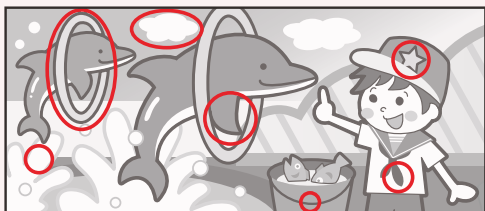
クイズに挑戦！

まちがいさがし

上下のイラストにはちがうところが7つあるよ。
さがしてみよう！！



前回の答え



たくさんのご応募
ありがとうございました



おたよりをおまちしています！



クイズの正解者から5名に抽選で
粗品をプレゼント！

応募のきまり はがきに下記をご記入いただき、健保組合までお送りください。

- 1 クイズの答え
- 2 事業所名・保険証の記号・番号
- 3 お名前
- 4 発送先住所
- 5 ひとこと

（あなたのストレス解消法、『活』の感想など）

※ご記入いただいた個人情報は、賞品の発送のみに使用いたします。

※5ひとことは、イニシャル等にて本誌へ掲載させていただきます。



- 1 (クイズの答え)
- 2 (事業所名・保険証の記号・番号)
- 3 (お名前)
- 4 (発送先住所)
- 5 (ひとこと)

(はがきのウラ面)

締 切 10月11日(火)(当日消印有効)

当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛 先

キリトリ

〒170-0004 東京都豊島区北大塚 1-21-15
東京屋外広告ディスプレイ健康保険組合 行

キリトリ



※ちがう箇所に○をつけ、ハガキに貼り、お送りください。

和風ペペロンチーノ



材料 2人分

塩……………適量
スパゲッティ……………160g
にんにく……………2 かけ
唐辛子……………1 本
ベーコン(ブロック)……………70g
長ねぎ……………1/3 本
水菜……………1 株
オリーブオイル……………大さじ 1
スパゲッティの茹で汁……………お玉 1 杯程度
塩・こしょう……………適量
しょうゆ……………小さじ 2



作り方

- ①湯(分量外)に塩を入れ、スパゲッティを茹でる。にんにくは薄切り、唐辛子は種をとり小口切りにする。ベーコンは厚めにスライスし 5mm 幅程度に切りそろえる。長ねぎは斜め薄切り、水菜は 4 ~ 5cm の長さに切る。
- ②フライパンにオリーブオイル、にんにく、唐辛子、ベーコンを入れ、弱火で炒める。
- ③②のフライパンに長ねぎとスパゲッティの茹で汁を加え、とろっとするまで火にかける。
- ④スパゲッティと水菜を加えて和え、塩・こしょう、しょうゆで調味し、器に盛りつける。

●撮影/愛甲武司 ●スタイリング/寺門久美子

1人分

505kcal
塩分 2.3g



にんにく ◎ アリシン

にんにく特有の香り成分・アリシンには、体力増強効果が期待できます。また、疲労回復に役立つビタミン B₁ の吸収を高め、その効果を持続するので、運動時におすすめの成分です。

注目



ランニングに適した体をつくるメニュー



●料理制作●
鶴田真子
(管理栄養士・
健康運動指導士)

皆様のマイナンバーを収集します！

加入されている被保険者および被扶養者のマイナンバーを収集しますので、ご協力をお願いします。

マイナンバーは、事業所を通して健保組合へご提供いただきます。

マイナンバーにかかるスケジュール

現在

現在収集方法について各事業所
ご担当者様にアンケート（9月
20日（火）締切）でご回答を
いただいております。

平成28年10月上旬

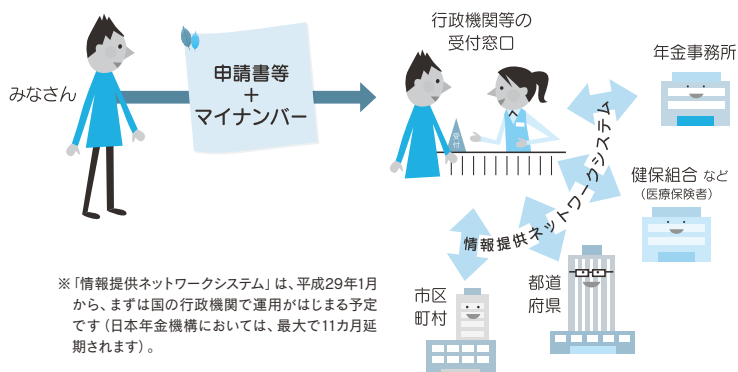
平成28年9月末時点の加入者
（被保険者・被扶養者）について、
アンケートの回答に沿って、順次
各事業所宛に収集媒体（紙・CD）
を送付いたします。

平成28年11月10日（木）

ご提出は11月10日（木）
までをお願いします。

■マイナンバー制度は、こんな仕組みです

マイナンバーにより、国の行政機関や地方公共団体がそれぞれ持っている情報が同一人のものであることを確認することができます。例えば、みなさんが社会保障分野で手続きを行う際、申請を受けた行政機関等が関係各機関に照会を行うことで、必要な情報を取得します。そのため、これまで用意していた添付書類などが不要となり、手続きの簡素化が図られます。



・マイナンバー制度で想定される③つのメリット

メリット①

利便性の向上 手続きが簡単に！

添付書類が減るなど、手続きの簡素化が進み、みなさんの負担が軽減されます。

※今後の検討過程において変更される場合があります。

想定される利用例	
●被扶養者を加入させるとき	→「所得証明書」や「住民票」などの添付が不要になる場合があります。
●任意継続終了後、国民健康保険に加入するとき	→「資格喪失証明書」が不要になる場合があります。



メリット②

行政の効率化 正確かつ迅速に！

現在、国の行政機関や地方公共団体などでは、さまざまな情報の照合や転記、入力などに多くの時間や労力がかかっています。マイナンバー制度の導入により、複数の機関の間で情報の連携が進み、作業の重複などのムダが大幅に削減されます。



メリット③

公平・公正な社会の実現 不正受給を防止！

所得や他の行政サービスの受給状況が把握しやすくなるため、傷病手当金などの給付を不正に受け取ることを防止します。



平成28年10月から**変**わります!



被扶養者認定について、「**兄姉**」の同居要件がなくなります

平成28年9月まで

被保険者の「兄姉」を被扶養者とする場合、収入要件以外に同居していることも条件となっています。



平成28年10月からは…

同居していなくても生計維持の要件を満たせば、被扶養者として認定されることになります。

※「続柄」および「送金」等の証明が必要になります。



パート・アルバイト(学生は除く)など短時間労働者の**社会保険が適用される範囲が拡大**されます

平成28年9月まで

労働時間および労働日数が、一般の従業員のおおむね3/4以上



平成28年10月からは…

以下の場合には社会保険(健康保険・厚生年金)の被保険者となります。

- 1 労働時間および労働日数が、一般の従業員の3/4以上
- 2 上記要件を満たさない場合でも次の①～⑤のすべてに該当する場合は被保険者となります。

- ① 週の労働時間が20時間以上
- ② 勤務期間が1年以上見込まれる
- ③ 月額賃金8.8万円以上(年収106万円以上)
- ④ 学生でないこと
- ⑤ 従業員501人以上の企業



これにより、被扶養者がパート先などの健康保険に加入された場合は、被扶養者異動届の手続きを忘れずをお願いいたします。

「申請書」は健保組合のホームページからダウンロードしてください。

**厚生年金保険等の
適用関係届の回送事務を
8月31日をもって
終了いたしました**

厚生年金保険等の届出を、管轄の事務センターまたは年金事務所へ回送する「回送事務」を行っていましたが、今後、適用関係届に個人番号が記載されることにともない、回送事務を終了させていただきました。ご理解のほどお願いいたします。

**健康保険被扶養者
再認定について**

保険給付適正化の観点から被扶養者の認定の適否を再確認すること、無効の保険証を回収することを目的として被扶養者の再認定を実施いたします。

届出書ならびに再認定の対象者等、詳細につきましては、平成29年1月初旬に通知文にてご案内いたします。



軽井沢

～保養所を利用してリフレッシュ！～

雲場池

スワンレイクという愛称を持つ池で、秋は紅葉が映し出され湖面を彩ります。池の周りには約 10 ～ 20 分で歩ける遊歩道が整備されています。

🚶 軽井沢駅から徒歩 20 分



御膳水（雲場池の源流）

江戸時代から武家や宮家の食事にも使用された湧水。明治天皇が軽井沢に行幸されたときにも昼食用の御膳水として使用されたといわれます。小さな溪谷に湧き出る「御膳水」は、「ホテル鹿島ノ森」の敷地内にありますが、自由に散策できます。

🚶 雲場池から徒歩 10 ～ 15 分

軽井沢 聖パウロカトリック教会

1935 年に英国人のウォード神父により設立された軽井沢の歴史的建造物の一つ。

🚗 軽井沢駅から車で 8 分
🚶 軽井沢駅から徒歩 30 分
御膳水から徒歩 10 分



軽井沢ショー記念礼拝堂

宣教師 A .C. ショーが設立した軽井沢最古の教会。礼拝堂の裏手にはショーの別荘がショーハウス記念館として移築・復元されている。

🚗 軽井沢駅から車で 10 分
🚶 軽井沢駅から徒歩 35 分、
軽井沢聖パウロカトリック教会から徒歩 8 分



軽井沢の観光スポットをご紹介します。
保養所を利用して、紅葉の軽井沢を気持ちよく散策し、
ここから健康になりましょう！





熊野皇大神社

全国的にも珍しい県境に建つ神社。
お社の中央で長野県と群馬県に分かれています。

軽井沢駅から車で 15 分



▲御神木のしなの木



白糸の滝

高さ 3m、幅 70m の滝で、数百条の地下水が白糸のごとくに落下する美しい滝です。秋は紅葉も楽しめます。

軽井沢駅からバス 25 分

→バス停から徒歩 5 分

軽井沢駅から車で 25 分



直接契約保養所のご案内

ホテル東雲サロン

軽井沢駅より徒歩 9 分の立地で、自然散策からショッピングまで軽井沢を満喫するのに便利なリゾートホテルです。

所在地 〒389-0102 長野県北佐久郡

軽井沢町大字軽井沢 1278-16

電話番号 0267-41-3577 予約センター 0267-42-0068

アクセス

車の場合

上信越自動車道 碓氷軽井沢インターから約 30 分

電車の場合

北陸新幹線軽井沢駅から徒歩約 9 分

宿泊代 目安 大人 2 名 1 泊素泊まり 1 部屋 13,000 円から
(宿泊日により金額は変わります)



ホテルバーモラル軽井沢

浅間山を望む広大な敷地にコテージタイプの客室が点在。ミニキッチン、冷蔵庫等を備えた滞在型のホテル。ファミリーや友人達と過ごすのに適しています。

所在地 〒389-0113 長野県北佐久郡

軽井沢町大字発地湯川原 1097-12

電話番号 0267-45-2300 予約センター 0267-42-0068

アクセス

車の場合

上信越自動車道 碓氷軽井沢インターから約 30 分

電車の場合

北陸新幹線軽井沢駅から車で約 20 分

宿泊代 目安 大人 2 名 1 泊 2 食付 1 部屋 35,000 円から
(宿泊日により金額は変わります)



風のガーデン軽井沢

散歩やバーベキューができ、四季折々の植物が楽しめる広大な庭園です。



健保から補助が受けられます！

被保険者 1 人 1 泊 4,000 円

被扶養者 1 人 1 泊 3,000 円

年度間 3 泊までです。

予約方法は、『活』No.266 特集号または健保のホームページをご覧ください。



薬ののみ残しに注意しましょう!!

薬を正しく服用するために

複数の医療機関にかかっていると、結果として、「のみ合わせの悪い」薬や「重複した」薬を処方される場合があります。適切に服薬するために、「かかりつけ薬剤師・薬局」や「お薬手帳」を活用しましょう。



厚生労働省の調査によると、約5割の患者が処方薬を余らせた経験があり、その約7割は「のみ忘れ」によるものです。「自己判断で服薬を中止」や「別の医療機関で同じ医薬品が処方された」など、さまざまな理由で生じる薬ののみ残し、いわゆる「残薬」の薬代は、年間約500億円にもものぼると推計されています。

でもね
正しく服用されずにのみ残された
残薬の薬代が
500億円にもなるって
話を知ってるかい?

処方薬は
3割の自己負担(※)
だから薬を購入している
意識はあまりないけど
お母さんみたいに多くの
人がそつやつて医療費を
ムダ遣いしてるんだ

私みたいに「かかり
つけ薬局」で薬を出
してもらえば
服薬管理してもら
えるし、薬をムダに
しませんが
毎回、お薬手帳に
いろいろ書いてもら
えるし♡

おばあちゃん
お気に入りの
薬剤師さん
だものね

ハンサム
だもんね

※就学前の乳幼児と70歳～74歳は2割(昭和19年4月1日以前生まれは1割)、75歳以上は1割。
ただし、70歳以上で現役並み所得者は3割。

「お薬手帳」活用の

メリット

- ▶薬ののみ合わせや重複を確認しやすく、副作用やのみ合わせのリスクを減らせます。
- ▶副作用歴、アレルギー歴、過去にかかった病気などの情報を伝えることができます。
- ▶引越先、旅行や災害、急に具合が悪くなったときなどに、自分がこれまで服用してきた薬に関する情報を、医師や薬剤師に正確に、しかも簡単に伝えることができます。
- ▶同じ薬局に、お薬手帳を持って6カ月以内に行くと、「薬剤服用歴管理指導料」が安くなります。



「かかりつけ薬剤師・薬局」の

メリット

- ▶複数の医療機関から処方せんが出ている場合にも、薬の重複や薬ののみ合わせについてチェックしてくれます。
- ▶自分の体質や薬に対するアレルギー、「薬歴」などを把握しているので、適切な薬を選んでくれます。
- ▶ジェネリック医薬品を含め、薬のことなら何でも相談できます。



事業主および担当者の皆様には 算定基礎届の提出にご協力いただき ありがとうございました

算定基礎届等に基づく新しい標準報酬月額は、9月分からの保険料（新しい保険料は納付期日10月31日分から適用されます）の徴収、給付金の支給に適用されます。



事業所の適用状況

組合の動き

加入した事業所

公告	事業所名	所在地	適用年月日
公告第1342号	マエガキシェアードサービス(株)	千葉県船橋市	H 27.12.16 日付 新適
公告第1343号	日本造園企業年金基金	東京都豊島区	H 28. 1. 1 日付 新適
公告第1344号	ウチノ看板(株)	埼玉県所沢市	H 28. 2. 1 日付 編入
公告第1346号	(株)代官山マネージメントサービス	東京都目黒区	H 28. 2.21 日付 新適
〃	(株)代官山グリップサービス	東京都目黒区	H 28. 2.21 日付 新適
公告第1347号	(株)バンケット・プランニング	東京都港区	H 28. 4. 1 日付 編入
〃	(株)BPIホールディングス	東京都港区	H 28. 4. 1 日付 編入
〃	(株)プランニング・インターナショナル	東京都港区	H 28. 4. 1 日付 編入
公告第1348号	グローブ・エモーションズ(株)	東京都千代田区	H 28. 3. 1 日付 新適
公告第1350号	(株)プランニングオフィスキュー	東京都目黒区	H 28. 5. 1 日付 編入
公告第1351号	(株)九州共立	東京都渋谷区	H 28. 4. 1 日付 新適
公告第1352号	(株)マイソフトPPSC	東京都新宿区	H 28. 4. 1 日付 新適
公告第1353号	(株)スポーツアカデミー	東京都千代田区	H 28. 4. 5 日付 新適
公告第1354号	(株)GXコーポレーション	東京都葛飾区	H 28. 7. 1 日付 編入
公告第1355号	TSP 太陽グループ(株)	東京都目黒区	H 28. 7. 1 日付 新適

その他の公告

公告第1345号	選定議員の就職に関する公告
公告第1349号	事業所の削除について

事業状況

平成28年7月末現在

事業所数	被保険者数	平均標準報酬月額	被扶養者数	＜一般勘定＞(28年度収支状況)(被保険者1人当たり)			
 1,125件	 46,265名	 336,834円	 28,689名	＜収入＞ 保険料	＜支出＞ 医療費等	納付金 (高齢者支援金 他)	その他
				月分 31,400円 累計 91,537円	月分 16,522円 累計 53,352円	月分 15,440円 累計 46,324円	月分 1,465円 累計 5,202円