



ダイハツ健康保険組合

健保だより

2011
冬
No.95

- 新年のご挨拶
- 平成23年度保険料率見直しが不可避！
- 給付のQ 限度額適用申請ってなに？
- 第30期 組合会議員
- ファミリー歯科健診のご案内
- 電話による健康相談＆メンタルヘルスカウンセリング
- こんにちは保健師です「体重測定のスズメ」
- ファミリー健診のご案内
- 保養所だより



ご家族のみなさんとともにお読みください

私たちの健康保険組合を 守りましょう

ダイハツ健康保険組合

理事長 高橋 昌弘



あけましておめでとうございます。

ダイハツ健康保険組合の皆さまには、新たな年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

また、平素は当組合の事業運営にご理解とご協力をいただいております、厚くお礼を申し上げます。

さて、当組合を含め健保組合の財政状況は、いま極めて厳しくなっています。景気の低迷、母体企業の収益悪化等により保険料収入が大きく減少する一方、医療費や高齢者医療制度への支援金負担が増加し、財政収支は全国の健保組合合計で5,000億円を超える大幅な赤字となっています（当組合は平成22年度約10億円の赤字の見通し）。

これまで、皆さまのご理解をいただきながら、利用率の低い保養所の閉鎖や保健センターの事業主移管等、支出抑制のための取り組みを順次進めてきました。しかし、保険給付費（平成23年度見込約37億円）と高齢者医療支援金としての法定納付金（約35億円）を合わせると保険料収入（約60億円）を大幅に上回り、当組合の赤字構造をなかなか変えられないというのが実情です。

近年、財政悪化を理由に健保組合を解散させる例も耳にしますが、当組合としましては、皆さまの福利厚生を守るため、なんとしても現在の組合組織を維持し、法定を上回る給付や生活習慣病対策をはじめ、健康増進のための独自事業を続けていきたいと考えています。

当組合の保険料率は、これまで7.1%と世間相場に比べ低めの設定を行ってきました（中小企業等対象の「協会けんぽ」は全国平均9.34%、平成23年度以降はさらに上昇の見通し）。しかし、日本の医療保険制度において健保組合の高負担が義務づけられる以上、もはや保険料率を引き上げて対応せざるを得ない状況に立ち至っています。具体的には、今後、理事会・組合会の場で審議、決定していきますが、ご理解のほど、よろしくお願いいたします。同時に「幸せ」という観点から、ご自身・ご家族の健康状態確認（健診受診）や健康づくりを積極的に進めていただきたいと思います。

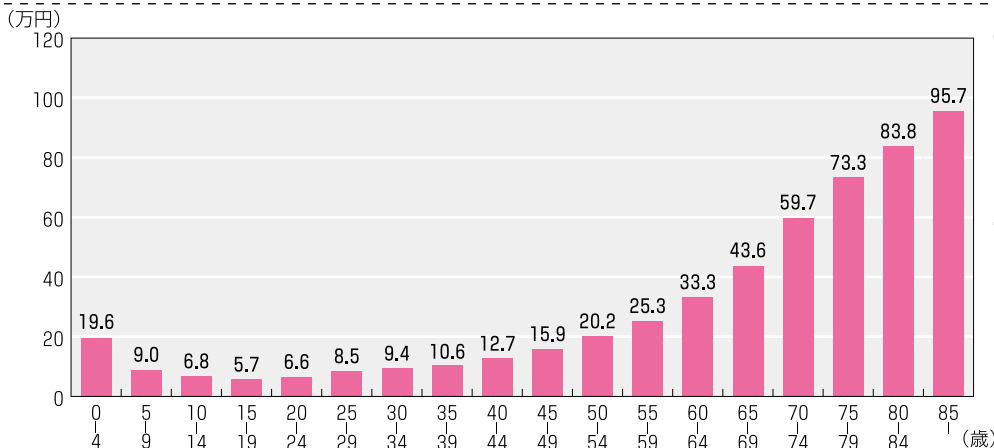
最後になりますが、皆さまの益々のご健勝、ご多幸をお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



平成23年度

保険料率見直しが不可避！

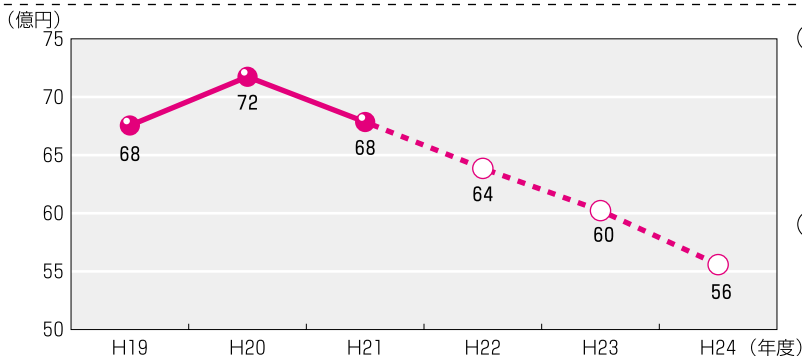
●わが国の年齢階層別医療費



①年齢上昇に伴い医療費は、急激に増加していきます。

②現在の医療保険制度に新たな財源が投入されない限り、高齢者医療に対する健保組合の支援金負担は、さらに増大することが必至です。

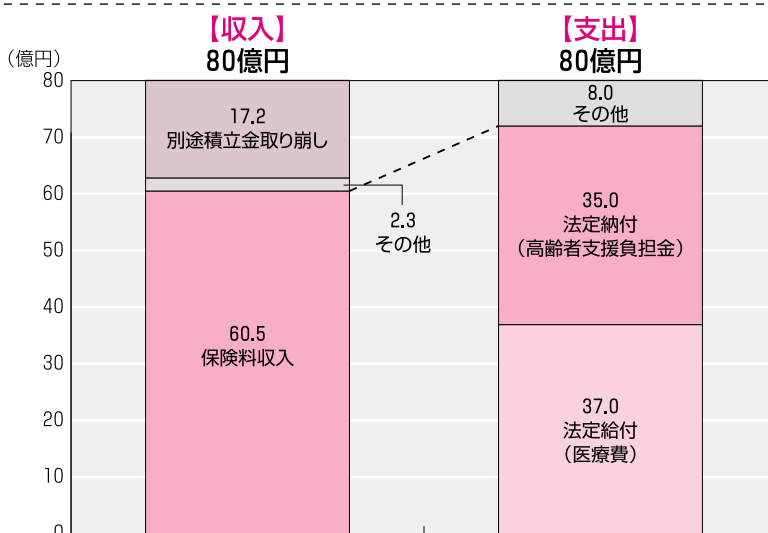
●保険料収入の見通し（保険料率現行7.1%前提）



①母体企業の経営環境悪化に伴い、従業員数や収入の伸びは期待しにくい状況です。

②このままでは、ダイハツ健保として保険料収入の減少を覚悟せざるを得ません。

●平成23年度 ダイハツ健保財政見通し概算（保険料率7.1%前提）



①保険料収入で法定支出（医療費＋高齢者支援負担金）をカバーできない状態であり、この傾向は今後も続きそうです。

②保養所（るり溪山荘・びわ湖荘）の閉鎖、直営診療所（保健センター）の事業主移管等、独自の事業はすでにスリム化を行い、かなりの支出削減に取り組んできました。

母体企業の経営環境の厳しさ、医療費・高齢者支援負担金の増加傾向は今後も継続見込みです。私たちの健保組合を維持していくためには、保険料率を引き上げざるを得ない状況です。

限度額適用申請ってなに？

ピンチ！家族（被保険者・被扶養者）が入院した！の巻



●限度額適用申請とは？

事前の申請をすると、医療機関の窓口での支払い（通常3割）が法定自己負担限度額の金額になります。

	法定自己負担限度額
標準報酬月額 53万円以上	150,000円 + (医療費 - 500,000円) × 1%
// 53万円未満	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%

なお、ダイハツ健保からの給付金支給により、被保険者・被扶養者の負担額は最終的には原則3万円となります。

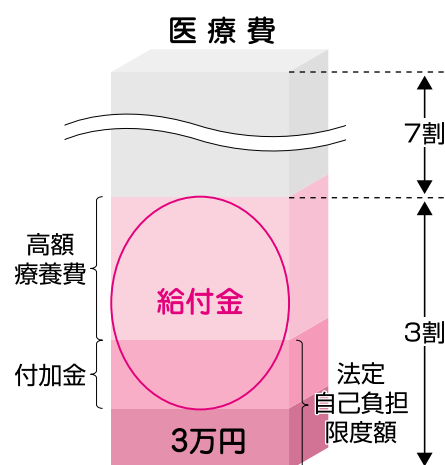
●限度額適用申請ができる条件は？

70歳未満の入院をされる方が対象です。外来は適用されません。

●限度額適用申請をしなかったら、給付金はどうなるの？

申請をしなくても給付金は支給されます（ただし、医療機関での支払いは3割負担額です）。

ダイハツ健保は自動支払い方式（医療機関からの請求書に基づいて支給）を採用していますので、高額療養費と合算高額療養費（ともに付加金を含む）については申請の必要はありません。



<給付金（高額療養費・付加金）の支給方法>

原則的に診療月の3カ月後以降に給与に振り込まれます（任意継続の方は、申請時にお届けいただいた口座に振り込まれます）。

※医療機関の請求の都合で3カ月以上遅れる場合があります。数カ月たっても支給されていない場合は、ダイハツ健保までお問い合わせください。

<医療費計算方法の条件>

●診療月ごと、●受診者ごと、●医療機関ごと、●入院と外来別、●医科・歯科別

※医療費の総額ではないので、ご注意ください。

わからないことがあったら、ダイハツ健保の給付係に聞いてみよう！【内線】661-4990 給付係
詳細や申請書などはHPに掲載しています。http://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/

Q 健康保険証を紛失しました。どのようにすればいいですか？

A 外出先で紛失した場合は、必ず警察へ届け出してください。その後、ダイハツ健保へ再交付の申請用紙をご提出ください。新しい保険証（記号・番号は同じ）を発行します。

Q 紛失した保険証が悪用されないか心配です。対処法はありますか？

A これまでに、消費者金融等で使用されたという報告はありませんが、心配な方は個人情報情報機関「（株）シー・アイ・シー」0120 - 810 - 414へ相談してください。

Q 扶養家族が就職して保険証を取得しましたが、社員の保険料は変わりますか？

A 保険料は社員本人の給与額で決定しますので、扶養家族の人数では変動ありません。



第30期 組合会議員

任期2年 平成22年10月18日～平成24年10月17日

このたび第30期組合会議員に次の方々が就任されましたので、お知らせします。

選 定 議 員			互 選 議 員		
役 職	氏 名	選任事業所	役 職	氏 名	選任事業所
理事長	高 橋 昌 弘	ダイハツ工業(株)本社	理 事	松 原 弘 久	ダイハツ工業(株)本社
常務理事	和 田 季 之	//	理 事	森 貞 真 一	//
理 事	入 江 誠	//	理 事	森 茂 喜	//
理 事	池 内 悟	//	理 事	東 添 孝	//
理 事	三 嶋 正 芳	//	理 事	柿 迫 博	//
理 事	森 久	ダイハツディーゼル(株)本社	理 事	伊 丹 克 司	ダイハツディーゼル(株)本社
監 事	水 野 重 人	ダイハツ工業(株)本社	監 事	松 原 耕 司	ダイハツ工業(株)本社
議 員	中 谷 有 宏	//	議 員	寺 尾 裕	//
議 員	簀 原 薫	//	議 員	溝 口 博 己	//
議 員	宮 下 修 一	//	議 員	松 田 修	//
議 員	斉 藤 秀 樹	//	議 員	倉 岡 義 隆	//
議 員	塩 田 弘 明	//	議 員	上 辻 文 仁	//
議 員	松 崎 洋	//	議 員	松 島 浩 三	//
議 員	鳥 居 健	//	議 員	園 田 滋	//
議 員	山 田 晃	//	議 員	中 本 安 明	//
議 員	雨 宮 悦 男	//	議 員	伊 吹 博 司	//

ご 案 内

●健康川柳

1月に募集します。独創的な作品をお待ちしています。ご家族の方の応募もお待ちしています。

<詳細は…>

- 社内案内
- ダイハツ健保HPにてご案内

●保養所

ラコンテ有馬では、期間限定で四季折々楽しんでいただける日帰り昼食プランをご用意しています。今回は春の昼食プランを3月～4月で予定しています。ぜひ、この機会にラコンテ有馬をご利用ください。

<詳細は…>

- 健保だよりNO.96 2011春
- ダイハツ健保HPにてご案内

平成
22年度

第3回

ファミリー歯科健診のご案内

実施日と会場

受診費用

小学生以上 300 円（未就学児童は無料）。受診費用は給与控除させていただきます。



詳しくは、社内メールまたはチラシ、HPでご案内させていただきますのでご覧ください。なお、チラシについては各事業所にて入手してください。

実施日	会場	申し込み締め切り日
1月30日(日)	①アクティ近江八幡 1F 多目的ホール(近江八幡市)	1月19日(水)
2月5日(土)	②ダイハツ企業年金基金会館 B1Fホール(池田市)	
2月6日(日)	③草津商工会議所 1F コミュニティホール(草津市)	1月26日(水)
	④神戸市勤労会館 2F 多目的ホール(神戸市)	
2月13日(日)	⑤姫路市網干市民センター 1F展示室(姫路市)	2月2日(水)
	⑥三田市総合文化センター リハーサル室(三田市)	
	⑦相鉄岩崎学園ビル横浜西口2号館 6F 608号室(横浜市)	
2月20日(日)	⑧長岡京市中央生涯学習センター 創作室1(長岡京市)	2月9日(水)
	⑨京田辺市商工会館 4F キララホール(京田辺市)	
	⑩T's 渋谷フラッグ 7F B・C会議室(東京都渋谷区)	
2月26日(土)	⑪ダイハツ企業年金基金会館 B1Fホール(池田市)	2月16日(水)
2月27日(日)	⑫明石市立産業交流センター 4F 研修室(明石市)	
	⑬尼崎市総合文化センター 7F 2号会議室(尼崎市)	
	⑭岩崎学園新横浜2号館 7F 704号(横浜市)	
3月6日(日)	⑮姫路市立図書館飾磨分館 3F A・B会議室(姫路市)	2月23日(水)
	⑯フローラ西船 5F 錦(船橋市)	
3月12日(土)	⑰川崎市産業振興会館 4F A・B展示室(川崎市)	3月2日(水)
	⑱JA共済埼玉ビル 3F 第12会議室(さいたま市)	
3月27日(日)	⑲豊島区立勤労福祉会館 6F 大会議室(東京都豊島区)	3月16日(水)

あなたとご家族の健康生活をサポートする 電話による健康相談&メンタルヘルスカウンセリング

このようなことでお悩みのとき...

相談料・通話料 無料

プライバシーは厳守



病気・けが・
時間外診療



育児・介護・
小児救急



ストレス・
うつ・悩み



名医紹介

まずは、お電話ください！

医師や各分野のエキスパートがあなたの相談をお待ちしております

1 電話健康相談

受付時間：年中無休
24時間サービス

サービスの利用方法

自動音声ガイドが各サービスを案内しますので、ご希望のサービス番号をプッシュしてください

5

ベストドクターズ・サービス

予約受付：月～土曜日
午前10時～午後9時
(日・祝日・年末年始は休み)

専用番号

0120-921420

(ダイハツ健保組合員に限りです)

携帯電話もOK!

2

面接による
メンタルヘルスカウンセリング
の予約窓口

予約受付：月～土曜日
午前10時～午後8時
(日・祝日・年末年始は休み)

3

電話による
メンタルヘルスカウンセリング

受付時間：月～土曜日
午前10時～午後10時
(日・祝日・年末年始は休み)

4

電話による
メンタルヘルスカウンセリング
の予約窓口

予約受付：月～土曜日
午前10時～午後6時
(日・祝日・年末年始は休み)



海外からのファミリー健康相談は、
コレクトコール **03-5524-8500**
におかけください



Web健康相談はこちらへ
<http://www.familycarenet.com/kenkou/>
ログインキーは **921420**

こんにちは
保健師です

『体重測定』のススメ



健康に関する相談があれば、気軽にお電話ください。
ダイハツ保健センター 保健師専用電話
(外線) 072-754-3603
(内線) 661-4988

この時期、年末年始の“食べ過ぎ”“飲み過ぎ”“動かなさ過ぎ”の影響を感じている人も多いのでは？そこで、今回のテーマは、『体重測定』。

「体重計に乗りたけれど、ちょっと怖い！」と、現実逃避しているあなたのきっかけになれば…と、思います。

体重はいつ測定すればいい？

- ◆ 体重は、測定する時間や状況で、1日の中でも増減しますが、朝起きて、トイレに行ったらすぐに体重計に乗るのがベスト。
- ◆ もう少し、がんばれそうな人は、1日2回の測定がオススメ。上記にプラス、夜寝る前にも測定してみましょう。1日に2回、朝と夜に量てみるとその違いがよくわかります。
- ◆ もっと、本格的に取り組みたい人は、1日4回「起床直後」「朝食直後」「夕食直後」「就寝直前」を実践してみてください。

体重測定を習慣化するために、自分のベストタイミングを探してみてください。
「毎日&決まった時間」を心がけましょう。

減量のために

記録&グラフ化する

- ◆ 体重の値といっしょに、食事や運動の記録もつけてみましょう。
- ◆ グラフは、今の体重を境に、1マスの幅を大きくして、変化がわかるようにしましょう。

グラフの方が視覚的な刺激がありますね。食事や運動なども記録することで、自分の生活と体重変化の関係性がよくわかり、より効果的な減量ができます。

私のパターンを考えてみる

つぎに、記録を参考に、「私のパターン」を分析してみましょう。たとえば…

「夜ごはんを遅めの時間に食べると、必ず体重が増える」

「月曜日が一番重くて、金曜日が一番軽い。土日に動かずに食べ過ぎている？」

「消化のいいものを夕食にとると、体重が減りやすい」

「運動した翌日は、体重が増える？安心して食べ過ぎているかも？」

「重量感のあるものを食べたり飲んだりすると、体重は増える」

…という感じです。

知識として漠然とわかっているより、自分が体験して得た知識は、説得力がありますね。自分のパターンを意識することで、コントロールもしやすくなります。

《「体重日記」のススメ》

体重の値、具体的な食事や運動行動だけでなく、その時の『気持ち』もいっしょに書いてみてください。

単純に「食べたら太る」「運動したらやせる」だけでなく、もっと、奥深いものが見えてくるかも？
増えた体重を元に戻すことも大切ですが、それより優先したい気持ちがあれば、『減量は後回し』。
これもOKですよ。



ファミリー健診のご案内

申込受付中!! (2010年度の健診は3月までです)



ご家族の皆さま、年1回の「からだ」のチェックはお済ですか？
「ダイハツ保健センター」も昨年7月にリニューアルされ、とても
受診しやすくなりました！

**残りあと3カ月！
早目に
お申し込みを！**

ダイハツ保健センターのご紹介

阪急電鉄池田駅より徒歩1分！！駅近でとっても行きやすい場所にあります。



【待合室】

とっても明るくキレイになりました～☆☆
BGMも流れて落ちついた雰囲気に♪♪



【更衣室】

新しくリニューアルされ、広くて
着替えもしやすくなりました～
「検査衣」もご用意しています



【自販機】

パン、ジュース、コーヒー…。
健診後の小腹にいかがですか？^o^

ダイハツ保健センター

〒563-0041 大阪府池田市満寿美町2-25 (阪急電鉄池田駅より徒歩1分)

健診時期：2011年3月まで 【女性】毎週金曜日 【男性】毎週月・水曜日

予約方法：まずはダイハツ健保にお電話でご予約を！

ファミリー健診の
お問い合わせ先

ダイハツ健康保険組合

(外線) 072-752-3008 (内線) 661-4990

(HP) <http://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>

保養所だより

ラコンテ有馬

冬季限定鍋プラン

ボタノ鍋&カニ鍋

ボタノ鍋 3,800円

期間 2010年12月1日～2011年1月30日
(基本料金にプラス 800円)

カニ鍋 3,000円

期間 2010年12月1日～2011年2月27日
(基本料金にアップなし)

お問い合わせ先

ダイハツ健康保険組合 川上

【外線】072-752-3008 【内線】661-4990

ダイハツ健康保険組合

〒563-0045 大阪府池田市桃園1-2-13 ☎(072)752-3008
ホームページ <http://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>