



健保だより

2013
夏
No.103

- 2012年度決算
- トクク情報第2弾 ラコンテ有馬
- 理事長の交代について
- 扶養確認調査について
2013年度 実施について 2012年度 調査結果
- ファミリー健診(特定健診)のご案内
- 2013年度 第2回ファミリー歯科健診のご案内
- 給付のQ
市町村の医療費助成制度ってなに?
- 第10回健康ウォーキング大会が行われました!
- 竜王フェスティバル2013に参加しました!
- こんにちは保健師です「心に元気を!」

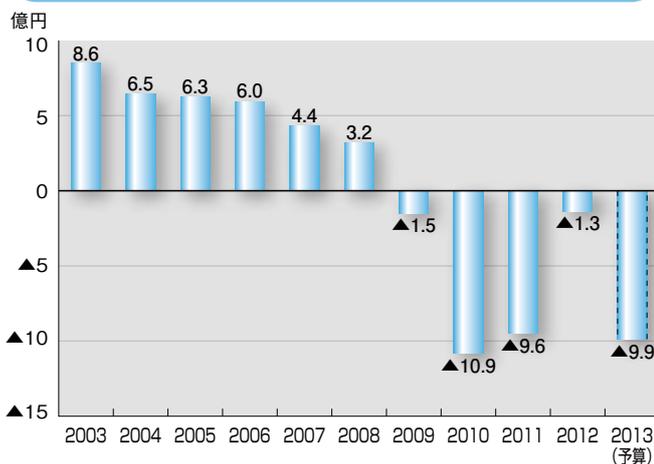
4年連続の赤字決算 〈2012年度決算〉

- 保険料率改定と報酬・賞与増により保険料収入は増えましたが、保険給付費や法定納付金の増加をカバーしきれず、経常収支では約1.3億円の赤字となりました。
- 全国の健保組合の2013年度予算では、赤字組合は全体の約8割、保険料率を引き上げた組合は全体の約4割、法定納付金の保険料収入に対する割合は約5割となっており、保険料率を引き上げても法定納付金等の増加に追いつかない構図となっています。

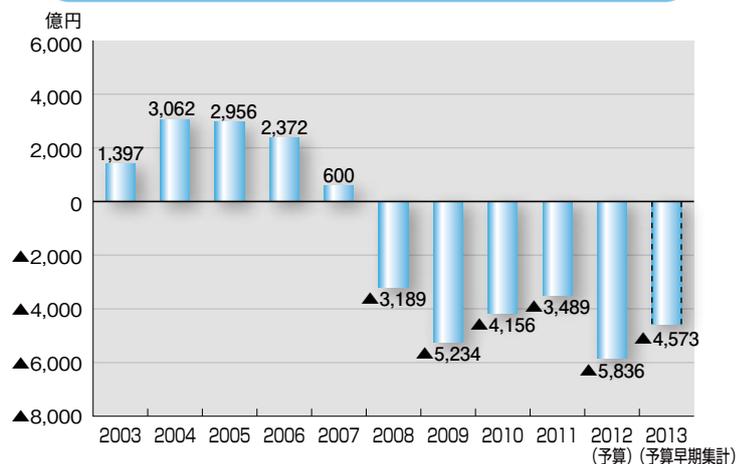
2012年度 収入支出決算 (経常収支)



ダイハツ健保の経常収支差



全国の健保組合の経常収支差



ご家族のみなさんとともにお読みください

トクトク情報
第2弾

ラコンテ有馬

7月から利用料金が一部改定になりました。
より利用しやすくなった『ラコンテ有馬』をご満喫ください。
優待設定日もありますので、友人・知人等の紹介をお願いします。

家族旅行



お一人様(1泊2食付)
4,900円~
(4名以上)

被保険者・被扶養者
皐月会会員および配偶者

※フロントで保険証または皐月会会員証の提示が必要になります

家族で行って
13,800円
安くなってる!!

家族4人(被保険者と被扶養者)で
6月までは…8,350円×4人= 33,400円
7月からは…4,900円×4人= **19,600円**

親睦会



被保険者15人で
6月までは…8,350円×15人= 125,250円
7月からは…4,900円×15人= **73,500円**

幹事さん必見!!
51,750円も安くなったよ!!
温泉に入って……
カラオケして……
泊まれちゃう!!

利用料金・夕食内容・残室状況については、ダイハツ健保HPをご覧ください。

<http://www.kenpo.gr.jp/daihatsu/>

HPをご覧いただけない方は、ダイハツ健保までお問い合わせください。

お問い合わせ・ご予約は3ページをご参照ください。

夫婦二人旅



6,900円も
安くなったから
追加料理も
頼める!!

夫婦2人（被保険者と被扶養者）で
6月までは… 10,850円×2人= 21,700円
7月からは… 7,400円×2人= **14,800円**

パンフレットも
新しくなったよ!!
紹介利用
おまちしております~

夏期限定!

日帰り温泉&プール

利用時間 **11:00~15:00**

利用料**500円** (7歳未満無料)

営業日
カレンダー

7月	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	20 (土)	21 (日)
	27 (土)	28 (日)					
	29 (月)	30 (火)	31 (水)				
8月				1 (木)	2 (金)	3 (土)	4 (日)
	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (日)
	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)
	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)	25 (日)

軽食
メニュー

¥700

- 海鮮丼 (赤だし付)
- 天丼 (一品、赤だし、香の物付)

¥500

- カレーライス (サラダ付)
- うどん (おにぎり付)
- ピラフ (みそ汁付)
- 牛丼 (みそ汁付)
- 焼きそば (みそ汁付)

¥300

- たこ焼き (10ヶ入)
- おにぎり (2ヶ入)
- 冷やしそうめん
- ミニホットドック (2ヶ入、ジュース付)

カラオケ (1曲・100円) も利用できます

《夏期限定 日帰りプランとご宿泊のお問い合わせ・ご予約》

ダイハツ健康保険組合 担当 川上

【外線】072-752-3008 【内線】661-4990 【FAX】072-752-7706

夏期限定 日帰りプランの申し込みは、利用日の3日前までに健保:川上までお電話ください。

健保組合が夏期休暇中につき8月10日~18日の申し込みはラコンテ有馬まで(日帰りプランのみ)
ラコンテ有馬: TEL 078-903-4315

ご宿泊のご予約は希望日の10日前までにご予約ください。



高橋前理事長

6月27日付で、ダイハツ健康保険組合の理事長が、高橋昌弘氏から馬場建二氏へ交代になりました。

高橋前理事長の在任は、2010年6月からの3年間。非常に厳しい財政状態のなかで、二度にわたる保険料率改定と保健事業の見直しを行うなど、健全な組合運営に大変ご尽力いただきました。

馬場新理事長には、保険給付費や法定納付金の増加が続くなかでの就任となりますが、組合員の健康の維持増進や健全な組合運営のためによりしく願います。



馬場新理事長

2013年度 扶養確認調査を実施します!

適正な健保組合運営のため、今年度も下記のとおり扶養確認調査を実施します。

調査対象者の方へは、課税証明書・給与明細・年金振込通知書のご提出をお願いする場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

- 調査予定日 2013年7月下旬～
- 調査対象者
 - ①18歳以上の所得税法上の被扶養者になっていない方（年収103万円以上）で、健康保険の被扶養者に認定されている方。
 - ②65歳～74歳の被扶養者全員。



2012年度 扶養確認調査結果 ご協力ありがとうございました 調査対象者 412名!

ダイハツ健保への届出漏れ者104名! 下記の理由により、被扶養者から除外しました。

就職 **80名**

収入増 **19名**

その他 **5名**

☆私たちの保険料への影響

104名の削減により後期高齢者支援金 **約520万円/年間** 以上の節減になります!

ファミリー健診（特定健診）のご案内

申し込みはお済みですかぁ～？



まだ一度も受診したことがない方……いつ受けるの？
 健診案内に同封した「**受診券**」（緑色）で手軽に受けられます。
「受けて損なし！」 自分の身体の状態が分かります。
ほんの1時間！ 自分のために時間を使ってあげてください。

今でしょ！



受診券



詳しくは、3月下旬に配付しました
「2013年ファミリー健診（特定健診）のご案内」
 をご覧ください。

※パート先で健診を受けられた方は、「健診結果
 コピー」をダイハツ健保まで提出していただく
 ようお願いします。
 ※ダイハツ健保へのお問い合わせもお気軽にどうぞ。

《お問い合わせ先》ダイハツ健康保険組合（担当）徳永 （外線）072-752-3008 （内線）661-4990

2013年度 第2回 ファミリー歯科健診のご案内

お申し込みがパソコン・携帯電話からも
 できるようになりました！！

パソコンの場合

下記URLにアクセスして手続きを行ってください。

URL <http://www.nihonshika.net/family/daihatsu/>

携帯電話の場合

下記URLにアクセスまたは右QRコードを
 読み取って手続きを行ってください。

URL <http://www.nihonshika.net/family/daihatsu/i/>



●受診費用

小学生以上500円（未就学
 児童は無料）。受診費用は
 給与控除（10月）させてい
 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
 いただきますのでご覧ください。

●実施日と会場

実施日	会場	申し込み締め切り日
8月24日（土）	① 豊中商工会議所 4F大会議室（豊中市）	8月7日（水）
8月25日（日）	② 吹田市立勤労者会館 2F大研修室（吹田市）	
	③ 阪急ターミナルビル 17Fふじの間（大阪市）	
8月31日（土）	④ 北大阪商工会議所 4F大ホール（枚方市）	8月21日（水）
9月1日（日）	⑤ 東大阪市立市民会館 5F第5会議室（東大阪市）	
	⑥ 高槻商工会議所 4F大ホール（高槻市）	
9月7日（土）	⑦ 寝屋川市立市民会館 2F第1会議室（寝屋川市）	8月28日（水）
	⑧ ダイハツ企業年金基金会館 B1Fホール（池田市）	
9月8日（日）	⑨ 大阪府立体育館 B1F第4会議室（大阪市）	
	⑩ 松原商工会議所 3F会議室（松原市）	
9月14日（土）	⑪ 川西市商工会館 4F多目的ホール（川西市）	9月4日（水）
9月22日（日）	⑫ 堺市産業振興センター 2F小ホール（堺市）	9月11日（水）
9月29日（日）	⑬ 宝塚商工会議所（ソリオ2） 6F第1・2会議室（宝塚市）	9月18日（水）

市町村の医療費助成制度ってなに？



医療費助成制度って??

医療費の窓口負担を市町村が助成してくれる制度です。

●主な医療費助成制度

助成制度	対象者
障がいのある方	心身障害者手帳1～3級の方、療養手帳Aをお持ちの方など
ひとり親家庭	ひとり親家庭で18歳以下の児童を扶養している父母および児童など
乳幼児／子ども	未就学児童または中学卒業までの児童など

※助成制度は市町村によって異なります。詳しくは市町村の窓口でご確認ください。

ダイハツ健保への届出が必要です！！

- 高額な医療を受け、助成制度で自己負担額が少額または無料になった場合。
- 自己負担がないのに、ダイハツ健保からの給付金(高額療養費・付加金)を受けた場合。

※市町村の医療費助成は、市町村により制度が異なり、ダイハツ健保ですべてを把握することができません。ご協力をお願いします。

※ダイハツ健保からの給付金と医療費助成を重複して受けた場合、遡って給付金を返還していただきます。

ご注意！

医療費の自己負担がなくても、医療費の7～8割はダイハツ健保が負担しています。適正な受診にご協力をお願いします。

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/>

第10回

健康ウォーキング大会が行われました!

ダイハツ健康保険組合では、皆様の『メタボ対策』『健康づくり』のために、4月14日(日)に第10回健康ウォーキング大会を開催しました。

当日は好天に恵まれ、過去最高! 250名の方々にご参加いただきました。城下町の彦根市、お寺や彦根城を楽しんで歩いていただきました(元気な人は佐和山にもチャレンジ!)

彦根城博物館にて
"ひこにゃん"登場♪



こんにちは～



桜を見ながらの
ウォーク♪
"桜吹雪"がとても
きれいでしたよ～



<朝の受付風景>

自由行動のため、受付後「さあ出発だ!」

ゴールまで(11km)歩かれた方…**210名!**
「楽しかった!」「しんどかった!」との声が…



次回は10月頃開催予定!!

運動不足・興味のある方は、ぜひご参加ください

「竜王フェスティバル2013」に参加しました!

健康づくりPRのため、5月12日「竜王フェスティバル2013」に健保ブースを設けました。「骨健康測定」と「肌年齢測定」を通じて、従業員やご家族の方々と触れ合うことができ、好評で行列がきれることはありませんでした。

今後もイベント等で健保ブースを出店いたしますので、お気軽に「健康チェック」をしてみてください。



こんにちは
保健師です



に元気を!



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, 3727

(内線) 661-4988

暑い日が多くなり、いよいよ夏本番ですね。みなさんは、長期休暇の予定はもうお決まりですか？日頃、忙しい人ほど休暇は心の健康維持にかかせません。長期休暇に、日頃の疲れを取り、心の充電をすることはとっても大切です。

今回は、疲れた心の回復のために、ぜひやってみてほしいことを、少しご紹介します。

★ 質のよい睡眠を取る

睡眠は、記憶の整理のために必要不可欠です。布団・枕・香り・明るさなど工夫して、質のよい眠りが取れるように、環境を整えていきましょう。

眠くなってから、布団に入ることも大切です。



★ 趣味の時間を満喫する

気分転換できる、趣味を持ちましょう。

楽しい！心地いい！と思えることをすると、活力が湧いてきますよ。



★ 気がかりなことを、書き出す

頭の中に頻りに浮かんでくる思いや考えを、書いていったん外に出してみましょう。頭の外に出すことで繰り返し頭の中で浮かんでくることはなくなり、また、頭の中にスペースができます。書き出すだけで、客観的にそのことを見ることができ、少し落ち着けますよ。



★ 要らないものを捨てる

使っていないものや、着なくなった服を捨てましょう。片づける作業は、そのことに集中することで、無心になることができます。捨てることで、心の不要なものもなくなり、すっきりした感覚が得られるから不思議です。



★ 一人の時間を楽しむ

日常のテレビやパソコン、携帯などを遮断して、じっくり自分自身と向き合ってみる時間を作ってみましょう。

ぼーっとする・空を見上げる・ゆっくりお風呂に入る・フラフラ散歩するなど、ホッとできる時間を大切にしてくださいね。



“心の疲れがとれた” “元気が出た” と感じることは、十人十色です。

自分のお気に入りの方法で、思いっきり心と体を開放してください。

