



健保だより

2016
夏

No.112

- 2015年度 決算
- 理事長の交代について
- 2016年度 第2回ファミリー歯科健診のご案内
- ファミリー健診(特定健診)のご案内
- 保養所だより ラコンテ有馬でリフレッシュ
- 2016年度 扶養確認調査を実施します!
- 第16回「健康ウォーキング大会」が行われました
- 給付のQ 海外での治療費はどうなるの?
- 保健センターだより 上手な水分補給で熱中症予防!!
- マイナンバー制度が始まっています

〈2015年度 決算〉法定納付金の減少等により若干の黒字

- ダイハツ健保の2015年度決算は、保険料収入が前年度に比べ減少しましたが、法定納付金も減少したため、経常収支で2.1億円の黒字となりました(2016年度予算では、保険料収入が大幅に減少することを想定し、約10億円の赤字を見込んでいます—既報)。
- 全国の健保組合の2016年度予算早期集計では、赤字組合は全体の約65%、保険料を引き上げた組合は全体の約16%となっています。中小企業対象の協会けんぽの保険料率(10%)を上回るケースも前年度を上回る299組合(全1,399組合)となっています。

2015年度 収入支出決算(経常収支)

収入 90.3億円

雑収入等 1.1億円

保険料 89.2億円

支出 88.2億円

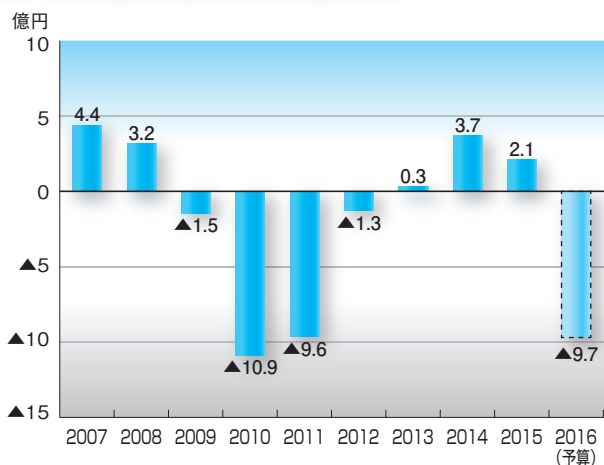
収支差 2.1億円

保険給付費 43.0億円

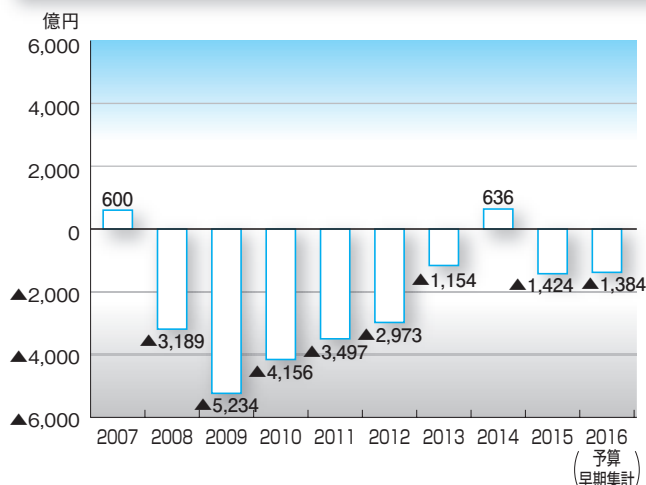
法定納付金 42.4億円

保健事業費
その他1.9億円
0.9億円

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

6月29日付で、ダイハツ健康保険組合の理事長が、堀井仁氏から松下範至氏へ交代になりました。



堀井前理事長

堀井前理事長には、法定納付金負担が健保財政を圧迫するなかで、組合財政の健全化等にご尽力いただきました。

松下新理事長には、組合員の健康増進や健全な組合運営のために今後、よろしくお願いします。



松下新理事長

2016年度

第2回 ファミリー歯科健診の案内



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の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/>

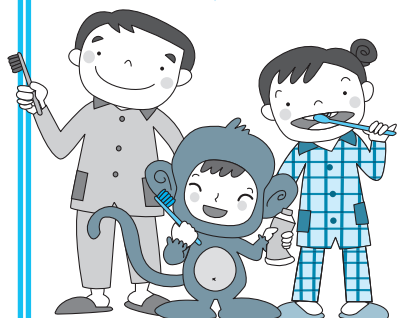
※上記で申し込みされない場合は、「歯科健診申込書」をダイハツ健保へ送付ください。

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）させていただきます。

実施日と会場

実施日	会場	申込締切日
8月20日（土）	① 大阪府立体育会館 B1F 第4会議室（大阪市）	8月10日（水）
8月21日（日）	② 阪急ターミナルビル 17F ふじの間（大阪市）	
	③ 豊中商工会議所 4F 大会議室（豊中市）	
8月27日（土）	④ 北大阪商工会議所 4F 大ホール（枚方市）	8月24日（水）
8月28日（日）	⑤ 吹田市立勤労者会館 2F 大研修室（吹田市）	
	⑥ 高槻商工会議所 4F 大ホール（高槻市）	
9月3日（土）	⑦ ダイハツ企業年金基金会館 B1F ホール（池田市）	8月31日（水）
9月4日（日）	⑧ 堺市産業振興センター 2F 小ホール（堺市）	
	⑨ 福岡朝日ビル B1F 12号会議室（福岡市）	
	⑩ 川西市商工会館 4F 多目的ホール（川西市）	9月14日（水）
9月10日（土）	⑪ ダイハツ企業年金基金会館 B1F ホール（池田市）	
9月11日（日）	⑫ 茨木市福祉文化会館 3F 302号（茨木市）	
	⑬ 寝屋川市立市民会館 2F 第1会議室（寝屋川市）	9月14日（水）
9月25日（日）	⑭ 宝塚商工会議所（ソリオ2） 6F 第1-2会議室（宝塚市）	



詳しくは、社内メールまたはチラシ、HPで案内させていただきますのでご覧ください。

ファミリー健診（特定健診）のご案内

5月末 申込締切でしたが、お申し込みはされましたか？

空きがありますので **追加受付** いたします。

お早目にお申し込みください！



空き状況

○：十分ある △：あと少し

ダイハツ保健センター (木曜日)	滋賀地区 (地区健診)	近畿地区の 巡回健診	東京地区の 巡回健診
12月 22日 △	8月 25日 (木) エスポワール野洲 ○	8月 △	8月 △
2月 2日 ○	8月 26日 (金) アクティ近江八幡 △	9月 ○	9月 ○
23日 ○	9月 10日 (土) 水口中央公民館 △	2月 ○	12月 ○
3月 2日 ○			
23日 ○			

※「受診券」を使ってお近くの医療機関でも受診できます。

(2016年度の「健康診断案内」に同封の『特定健康診査受診券』をご利用ください)

お申し込みについては、2016年度の「健康診断案内」をご覧ください(ホームページにも掲載)



◆乳がん・子宮がん検診について

- 近畿地区巡回健診 → 「乳がん検診」・「子宮がん検診」受診可（有料）
- 東京地区の巡回健診 → 「乳がん検診」受診可（有料）
- 上記以外 → 一般医療機関や市町村健診などで受けていただき、
子宮がん検診は健保へ補助費の請求をしてください。
(乳がん検診の補助はありません)

お願い

◆パート先で健康診断を受けられた方は「**健診結果コピー**」をダイハツ健保へご提出ください。

※健診日が2015年4月～2016年3月のものは**至急提出**、2016年4月以降のものは**受診後提出**してください。

※国への報告に必要です。ご提出よろしくお願いいたします。

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

夏 ラコンテ有馬でリフレッシュ

涼しくて避暑に最適！人気のイベントが目白押し♪ご予約はお早めに！！

被保険者・被扶養者・皐月会会員（と配偶者）の方は

お一人様（13歳以上・1泊2食付）

宿泊代 **5,000円～**（4名様以上利用）

※フロントで保険証・皐月会会員証の
提示が必要となります

以外の方は

優待日にご利用いただくと…

お一人様（13歳以上・1泊2食付）

宿泊代 ~~10,600円~~ → **8,600円～**

（4名様以上利用）でご利用できます

※被保険者、皐月会会員のご紹介が必要となります

例年大好評！夏季限定はもメニュー提供中♪



はも会席（4,590円）

宿泊代プラス1,500円で利用可

はも鍋 2人前～
（3,090円/1人分）

宿泊代そのまま利用可



6/1～8/31 開催
要予約 夕食のみ提供可

*六甲山牧場で
体験イベントが
いっぱい*

六甲山牧場 Tel.078-891-0280
<http://www.rokkosan.net/>

☆アイスクリーム作り体験☆フローズンヨーグルト作り体験☆



*ポニー＆乗馬体験*ふれあい動物*エサやり・ミルクやり体験*

有馬の夏の夜は…有馬涼風川座敷を楽しんでみては♪

屋台（飲食）



涼みながら夏の夜を満喫

ミニ縁日（ゲーム）



7/29～8/28 予定

有馬川親水公園／19：00～22：00

受付にてチケット販売【完全チケット制】

詳細は 有馬観光総合案内所 Tel. 078-904-0708

<http://www.arima-onsen.com/> まで

夏の昼食プラン7/20～8/21開催予定!! 詳細はホームページをご覧ください★

ご予約
お問い合わせ

【外線】072-752-3008

【内線】661-4990

【FAX】072-752-7706

担当：佐藤

★★ホームページをご覧いただける方は★★

健保のいろいろな情報が掲載されていますので、ぜひ、ホームページもご覧ください。

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

ラコンテ有馬に直接ご連絡いただいても予約はできません。

2016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** 2016年7月下旬～

■ **調査対象者** 18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。

第16回「健康ウォーキング大会」が 行われました

- ダイハツ健保では、『健康づくり』のきっかけとしていただくために、
- 4月9日（土）第16回健康ウォーキング大会を開催しました。
- 当日は快晴！490名の方々（過去最多）が参加。
- 都会の桜満開の大自然『万博記念公園』を満喫していただきました。



<朝の受付風景>
受付後…「いってらっしゃい！」😊



お花見シーズン！
桜を満喫しながら歩いて
いただきました。😊



EXPO'70パビリオン
大阪万博…懐かしかったです！
グッズや写真…当りがよみがえりました。



ほとんどの方が
最終ゴールまで
歩かれました（約9Km）



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。

24時間年中無休

月～土曜日 午前10時～午後10時

電話による健康相談&メンタルヘルスカウンセリング



相談料・通話料 無料

プライバシーは厳守

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!



給付の Q

海外での治療費はどうなるの？



海外旅行中に病院で受診しました。健保への療養費の手続きはどうしたらいいですか？



日本国内で保険治療が認められている治療費のみ海外療養費として申請可能です！



実際に払い戻される額は支払った費用のすべてではなく、海外の病院で発行された

- ・診療内容明細書
- ・領収明細書

に基づいて国内の保険での治療費を基準とした額になります。

手順方法

下記書類をダイハツ健保まで送付ください。

☆海外療養費申請に必要な書類☆

- ① 海外療養費支給申請書
- ② 診療内容明細書（海外の病院で発行）
- ③ 領収明細書（海外の病院で発行）
- ④ 渡航履歴が確認できる書類（パスポートのコピーなど）
- ⑤ 本人の同意書

日本語翻訳も添付

様式は健保HPに掲載しております





上手な水分補給で 熱中症予防!!

～飲み物の特徴を知っていますか?～



夏は体調をくずしやすい季節です。夏バテから熱中症を引き起こすことも少なくありません。予防で大切なのが水分補給です。今回は飲み物の特徴と上手な水分補給の仕方をお伝えします。

1 夏に増える 「ソフトドリンク症候群」?!

夏に甘いソフトドリンクを水代わりに飲むことで引き起こされる「ソフトドリンク症候群」が増えています。体のだるさや、口の中の渴きがあり、尿が通常量の倍以上出て、意識消失に至ることがあります。

2 熱中症予防には 3食の食事と水茶が基本!

熱中症の予防には飲み物からの水分補給が大事ですが、まず3食の食事が基本になります。食事からの水分と、失われがちなミネラル（塩分）もとることができるからです。

3 大事なのは のどが渴く前の こまめな水分補給!

のどが渴いている時点で脱水症の可能性があります。まず朝起きたらコップ1杯、出かける前・帰宅時にコップ1杯、入浴・作業・飲酒の前後にコップ1杯とこまめな水分補給をこころがけてください。

飲み物にはこんな特徴があります!

水、麦茶

- 麦茶は体を冷やす作用があります。
- カフェインを含みません。



- 日常生活の水分摂取に適しています。

緑茶、紅茶、コーヒー

- カフェインを含みます。
- 尿を増やす作用があります。



- 日常的に摂っていいですが、砂糖は控えめにしましょう。

ジュース

- のどの渴きが増します。
- 糖の処理で疲れやすくなります。
- 糖分が多いです。炭酸飲料はステイクシュガー約13本分あります。



- 1日1本以内。量は控えめにしましょう。

スポーツドリンク

- 汗で失われたミネラルが補給できます。
- 糖分を含みます。



- 大量に汗をかいた後に、適しています。
- 2～3倍量に薄めると、吸収されやすくなります。
- 量は控えめにしましょう。

経口補水液

- 「飲む点滴」といわれています。
- 体内への吸収が早いです。
- 急に飲むと尿に排泄されやすくなります。



- 脱水症に適しています。
- 少しずつ飲みましょう。

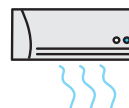
アルコール飲料

- 尿を増やす作用が強く、飲んだ量の1.5倍量排泄されます。



- アルコールを飲んだ後は十分に水茶を補給をしましょう。

水分補給にあわせて、3食のバランスとれた食事、十分な睡眠、エアコン、衣服の調整で熱中症を防ぎ、暑い夏をのりきりましょう!!



お問い合わせ先 保健センター からだの健康推進チーム 外線：072-754-4435 内線：661-81926

2017年1月から健保組合でも利用予定

マイナンバー制度が始まっています

2016年1月から行政手続きの一部でマイナンバーの運用が開始されました。
健保組合でも、2017年1月からの利用が予定されています。

健保組合では各種事務手続きに、皆さまのマイナンバーを使用する予定です

健保組合は、マイナンバーを使って事務手続きを行うことができる「個人番号利用事務実施者」に定められています。2017年1月以降、資格取得届や被扶養者異動届などの申請書にマイナンバーを記載していただく予定です。

マイナンバーの使用については、使用目的が「マイナンバー(番号)法」にて定められており、その目的以外に使用することはありません。



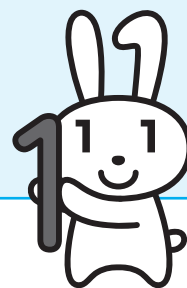
健保組合におけるマイナンバー利用までのスケジュール

※スケジュールは変更される場合があります

2016年
1月から

「マイナンバー」利用開始

- ▶ 税・雇用保険等の行政手続きにおいて、利用開始
- ▶ 希望者に顔写真付きの「個人番号カード」交付開始



2017年1月までに、健保組合に、本人・ご家族のマイナンバーをご提示いただきます。時期や方法等の詳細は後日改めてご連絡します。

2017年
1月から

健保組合での利用開始

- ▶ 健保組合の手続きにて、各種申請書にマイナンバー記載欄を設置
- ▶ 所得や住民票の情報などが照会できる「情報提供ネットワークシステム」の運用が開始
各種社会保険料の支払い状況、行政機関が持っている自分の個人情報の内容、行政機関が自分の個人情報へアクセスした履歴などの情報がWeb上で取得できる予定です。

2017年
7月から

国の行政機関・健保組合等の情報連携開始

- ▶ 各機関での情報連携の開始。健保組合から、直接関係機関に所得情報や住民票情報などを確認できるようになります。

マイナンバーは大切に管理しましょう

マイナンバー制度導入に関連して、詐欺被害などが発生しています。税金や年金などの情報管理に使用する大切な番号ですので、電話等で聞かれても、決して教えない、気軽に見せない、大切に保管する等、注意を徹底しましょう。不審な電話などがあった場合は、警察か国の専用コールセンター(0120-95-0178)へご相談ください。