

平成26年度 直営保養所カレンダー (4月～6月)

	4月	5月	6月
利用日	4月1日(火)～4月30日(水)	5月1日(木)～5月31日(土)	6月1日(日)～6月30日(月)
利用予約(電話予約)	2月1日(土)～	3月1日(土)～	4月1日(火)～
予約申込先	山中荘	山中荘	山中荘
保養所申込書提出先	山中荘 (FAXまたは郵送)	山中荘 (FAXまたは郵送)	山中荘 (FAXまたは郵送)

※抽選予約は、平成24年6月利用分より廃止になっています。

※下記①、②に該当する申込みで、『稼働日カレンダーの休み前日』の利用は、**利用日の3週間前からの受付**となります。

① 利用人数の内訳が次の通り。

日野自動車健保の保険証をお持ちでない人数 \geq お持ちの人数の2倍
(家族、外部等)

② 日野自動車健保の保険証をお持ちでない方のみでの利用

■ = 休館日



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



〒401-0501
山梨県南都留郡山中湖村山中
865-246

電話：0555-62-1531
FAX：0555-62-1530

- (収容人数35名)
- 和室(5名)×7室
 - 客室(全室和室。各室テレビ・洗面・トイレ付)、食堂、浴室、研修室兼トレーニング室、娛樂室、談話室、給湯室、ロビー、全館冷暖房、レーザーカラオケ、麻雀等娛樂設備、駐車場(中型バス1台、乗用車8台)



※客室は全室富士山を真正面に眺めることができます。

ご家族が就職したら届け出を

あなたの家族(被扶養者)が就職したら、ただちに健康保険組合へ届けを出してください。

被扶養者の年収限度額は「130万円未満」です。

被扶養者(家族)となるためには、主として被保険者(本人)の収入によって生計していることが必要です。年収の条件は…被扶養者の年間収入が130万円未満(60歳以上または障害厚生年金を受けられる程度の障害者の場合は180万円未満)で、被保険者の収入の2分の1未満であること。別居している場合は、被保険者が援助(仕送り)していることが必要です。被扶養者の収入は、パート・アルバイト・事業収入・公的年金・恩給・雇用保険等、すべての収入が対象となります。収入には、所得税の課税対象になっていない収入もすべて含むことが原則です。また、昨年の年収が130万円未満であっても、現在アルバイト等で毎月平均11万円程度の収入がある方は、被扶養者になれません。

条件を満たしていない場合は、速やかに削除の手続きを行ってください。

- 提出書類…健康保険証・被扶養者(異動)届
新しく加入した保険証(写)、契約書(写)等、就職日のわかるもの
前年の収入が130万円以上の場合、前年の源泉徴収票(写)
- 提出先…事業主(勤務先)の人事担当(任意継続被保険者は、健康保険組合へ提出)

健康保険に二重に加入することはできません。

家族が就職した日から被扶養者としての資格はなくなります。年間収入が130万円未満であってもアルバイト先等で健康保険に加入している場合は、被扶養者にはなりません。健康保険組合への届出を行わず、保険証を引き続き使用した場合は、治療費を全額ご本人へ請求しますのでご注意ください。

注意



「救命処置について!」

～健康相談だより～



産業医 野本先生

普段、私たちは何気なく生活していますが、いつ突然のケガや病気に襲われるかわかりません。今回は、ついさっきまで元気だった人が急に倒れて心臓や呼吸が止まってしまった…などというときに行う救命処置についてお話をしたいと思います。

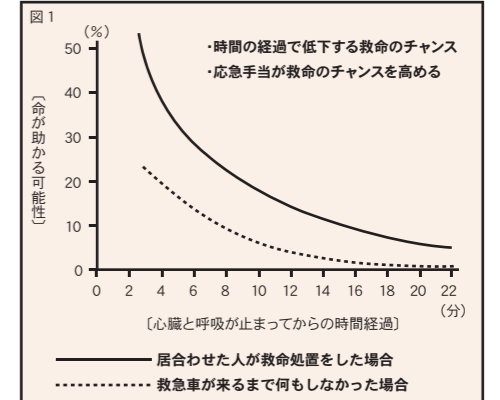
心肺停止と救命処置

図1は急に心肺停止となった場合の命が助かる確率を示したものです。

時間経過とともに急速に助かる確率は低くなっていきますが、その場に居合わせた人が救命処置をした場合は助かる確率が大体、倍くらいになることがわかっています。

つまり、あなたのすぐ近くで急に人が倒れ、声をかけても意識がなく、呼吸もしていない場合、あなたの救命処置でその人の命が助かるかもしれないのです。

応急手当と救命曲線



救命処置の流れ(心肺蘇生とAEDの使用)

最近ではAED(自動体外式除細動器)が普及しており、救命処置に欠かせないもののひとつになっていますが、AEDも万能ではありません。心肺停止のときには、しっかり胸骨圧迫および人工呼吸を行うことが大切です。いざという時のための救命処置の流れを覚えておくとい良いでしょう。

詳しくは日本救急医学会のホームページに記載していますので興味のある方はご参照頂ければと思います。

<http://aed.jaam.jp/>

