

2015年(平成27年)4月16日

No.426

ご家庭にも
お持ち帰り
下さい!

**日野自動車
健康保険組合**

<http://www.hinokenpo.or.jp>

2015(平成27)年度特定健診・特定保健指導(被扶養者・任意継続者)のご案内

特定健診・特定保健指導は、厚生労働省が平成20年度より始めたもので、健康保険組合がメタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満の人が高血糖、高血圧、脂質異常といった危険要素を併せ持った状態のこと)の発見に重点を置いた健診(特定健診)を実施し、その結果から生活習慣病の発症リスクが高く、なおかつ生活習慣の改善による予防効果が期待できる方々に保健指導(特定保健指導)を行うもので、平成25年度より第2期に入っています。

健康保険組合では、平成27年度も被扶養者及び任意継続者(被保険者、被扶養者)の方々に以下により実施いたします。

【特定健診】

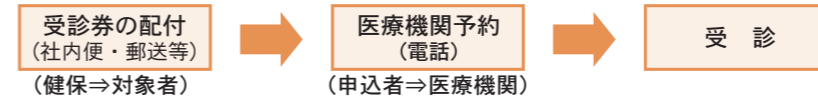
1. 受診対象者
 - ・健康保険組合に加入している被扶養者や任意継続者で、平成27年度中に40歳～75歳になる方(但し、75歳になる方は誕生日前日までが対象)

2. 健診内容

基本項目(全員)	・質問票記入	・身体計測	・身体診察	・血圧測定	・血液検査	・検尿
詳細項目(必要な場合)	・心電図検査	・眼底検査	・貧血検査			

3. 健診費用：受診者の費用負担は無しです。
4. 健診の方法：健保連が契約している病院・医院・診療所等の医療機関で行う健診です。
5. 受診方法

<受診手順>



<受診券配付> 平成27年4月下旬～

<受診期限> 平成28年1月末日までに受診

【特定保健指導】

1. 指導の対象者：特定健診結果から、メタボリックシンドロームのリスク数や年齢などを総合して、27年度中に40歳～75歳になる方で、生活習慣病予防のために生活習慣の改善支援が必要な方。
2. 指導の種類と内容

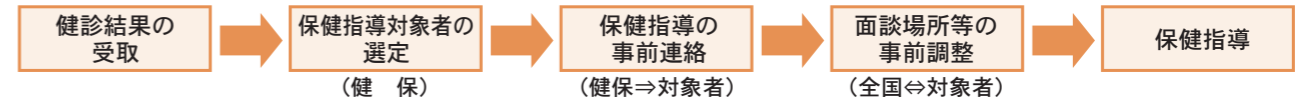
動機付け支援	・メタボリックシンドロームの兆候があらわれはじめた方が対象。 ・初回面談を行い、6ヵ月後に健康状態や生活習慣が改善されたかの確認を行う。
積極的支援	・メタボリックシンドロームの危険性が高い方が対象。 ・初回面談を行い、その後、電話やメールによる継続した支援を受け、6ヵ月後に健康状態や生活習慣が改善されているかの確認を行う。

3. 指導の費用負担：指導を受ける方の費用負担は無しです。
4. 指導の方法

- ①訪問型特定保健指導：委託先の㈱全国訪問健康指導協会が個別訪問で行う保健指導。
 - ②施設型特定保健指導：健保連が集合契約している病院・医院・診療所等の医療機関で行う保健指導。
- ※①と②の保健指導を両方受けることはできません。

訪問型特定保健指導

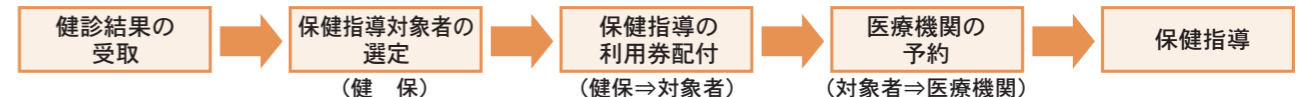
<保健指導手順>



※「全国」とは、特定保健指導の委託先である『㈱全国訪問健康指導協会』の略。
<指導期限> 保健指導の初回面談を平成28年3月10日(木)までに受ける。

施設型特定保健指導

<保健指導手順>



<指導期限> 保健指導の初回面談を平成28年3月末日までに受ける。

なお、被保険者については、会社で行う定期健康診断に特定健診の検査項目が含まれており、特定保健指導についても、会社で就業時間内に行います。



らくらく禁煙コンテストのご案内(予告)

協賛

**日野自動車株式会社
日野自動車労働組合**

タバコとサヨナラしたいと思っているけど、なかなかできないあなた！
『らくらく禁煙コンテスト』は“楽しく・賢く禁煙しよう”をモットーに、禁煙ノウハウ満載の教材を学習しながら禁煙に取り組む6週間の禁煙プログラムです。
初めて禁煙にトライする方は勿論、何度も失敗している方にもオススメです！

	申込受付期間	キャンペーン開催期間
<上期> 第35回	5月31日～6月30日	7月18日～8月28日
<下期> 第36回	11月1日～11月30日	12月18日～2016年1月28日

らくらく禁煙コンテストの流れ

第1～2週目	禁煙準備期間 タバコの害や喫煙習慣等を学習しながら、禁煙に取り組む準備をします。 ※1週目、2週目レポートを提出		
第3～6週目	完全禁煙期間 禁断症状の対処法等を学習しながら、約1ヵ月間の完全禁煙にチャレンジします。		
6週目終了	<table border="0"> <tr> <td>完全禁煙成功者 おめでとうございます！ ※レポート(禁煙成功宣言)提出 ↓ 「禁煙成功者証」をお送りします。</td> <td>禁煙失敗者 今回は残念でした。 ※レポート(終了宣言)提出 ↓ 次回はがんばりましょう。</td> </tr> </table>	完全禁煙成功者 おめでとうございます！ ※レポート(禁煙成功宣言)提出 ↓ 「禁煙成功者証」をお送りします。	禁煙失敗者 今回は残念でした。 ※レポート(終了宣言)提出 ↓ 次回はがんばりましょう。
完全禁煙成功者 おめでとうございます！ ※レポート(禁煙成功宣言)提出 ↓ 「禁煙成功者証」をお送りします。	禁煙失敗者 今回は残念でした。 ※レポート(終了宣言)提出 ↓ 次回はがんばりましょう。		

1. 対象者 本気で禁煙したいと思っている被保険者・被扶養者(少なくとも1年以上常習的に喫煙している人)
2. 参加費用 5,000円/1人
※禁煙成功者には、健保より全額還付します。
3. 申込方法 次号のけんぽにゅーすに申込方法と申込書を掲載します。

**禁煙情報が
満載の
Webサイト!!**

- らくらく禁煙コンテスト(参加者専用サイト)
URL <https://rakuraku-kinen.jp/>
- らくらく禁煙倶楽部(禁煙情報ポータルサイト)
URL <http://nonsmoking-club.jp/>

ご存知ですか？ 健康保険組合のホームページ

健康生活に役立つ
情報を満載！
ご家族の方々も、
是非ご利用ください。

・健保健診制度のご案内、健診機関リスト

- ・山中荘 空室状況
- ・各種申請・利用書式

等も掲載しています。



お詫びと訂正

けんぽにゅーす2月27日号(No.423)の掲載記事に一部訂正がございます。ご迷惑をおかけしたことをお詫びいたします。
訂正内容：「2015年度 健保健診コースについて」の一般健診A1(イーウェル)コースの受診開始日訂正

	受診開始日	訂正後	訂正前
一般健診A1 (イーウェル)	施設型	5/11～	5/7～
	巡回型	6/22～	6/23～



直営保養所のご案内 〈健保ホームページにも詳細情報を掲載しています〉

ひの・那須プラトー

関東地方第一の高原地・那須。澄んだ空気に包まれた雄大な景観をお楽しみいただけます。



メゾネットタイプ客室



和室



※一軒家屋から近隣看板までは約5kmです。

〈施設概要〉

所在地	〒325-0303 栃木県那須郡那須町高久乙遅山 3375-1066
客室	・和室(6室)、ツイン(2室)、メゾネット(2室)の3タイプ(洗面、ウォシュレットトイレ付)※部屋の指定はできません ・備品(バスタオル、洗面タオル、浴衣(大人用)、歯ブラシセット、ヘアドライヤー、冷蔵庫、DVDプレーヤー)
設備	レストラン、温泉大浴場、カラオケルーム、眺望室、エレベーター、自動販売機(酒類、ジュース)、駐車場(乗用車10台)

〈利用料金(消費税込、入湯税別)〉

区分	利用者	利用料	夕食	朝食	合計
A	本人・家族	2,000円	2,000円	500円	4,500円
	3歳~小学生	1,000円			3,500円
B	家族・OB	3,000円	2,000円	500円	5,500円
	家族(3歳~小学生)	1,500円			4,000円
C	外部	4,000円	2,000円	500円	6,500円
	外部(3歳~小学生)	2,000円			4,500円

※区分B、Cの方のみでの利用はできません。 ※「保険証」とは日野自動車健保の保険証です。

〈申込期間〉 8月利用分、特定期間(8/8~15)利用分の申込受付がまもなく始まります。

日野健保の優先予約期間中に是非お申込みください。

申込期間	4ヶ月前	3ヶ月前	2ヶ月前	1ヶ月前	利用月
通常期間 に利用する場合		25日 (日野健保の優先予約期間)			利用日の3日前迄
特定期間に 利用する場合 (8月の例) 5/2~5/8/8~15 12/30~1/3		※5/1~7に FAX申込→抽選 (日野健保の優先予約期間)			特定期間中の利用 利用日: 8/8~15
		特定期間に利用する場合は3ヶ月前の1日から1週間以内に申込(申込み多数時は抽選)			

※利用申込書「ひの・那須プラトー利用申込書」は健保ホームページ または HIDOCS(日野自動車)に掲載しています。

〈お申込・お問合せ先〉

お申込、空室状況、お問合せ先 → リソル予約センター TEL: 0120-258-330 FAX: 03-6758-5520

- ・TELで申込み、お問合せ時には、保険証を用意して、日野自動車健康保険組合の組合員であることを教えてください。
- ・FAXでお申込み時には、「ひの・那須プラトー利用申込書」をご使用ください。
(健保ホームページ または HIDOCS(日野自動車)に掲載しています)

山中荘

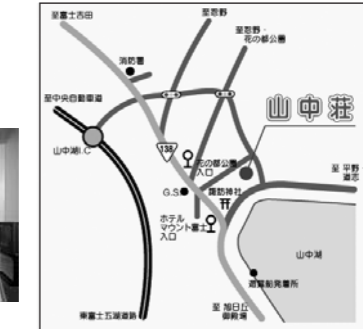
世界自然遺産に登録され一躍世界的な脚光を浴びることとなった、雄峰・富士山の壮大かつ秀麗な眺望を手中に収めるのが山中荘です。大自然の息吹に包まれ、都会の喧騒を離れて大いにリフレッシュしてください。



部屋からの眺望



和室



〈施設概要〉

所在地	〒401-0501 山梨県南都留郡山中湖村山中 865-246
客室	・和室(洗面所・ウォシュレットトイレ付)定員5名×7室 ・備品(バスタオル、洗面タオル、浴衣(大人用)、歯ブラシセット)
設備	食堂、大浴場、研修室兼トレーニング室、カラオケルーム、麻雀ルーム、自動販売機(酒類、ジュース)、駐車場(中型バス1台、乗用車8台)

〈利用料金(消費税込)、申込期間〉

区分	利用者	利用料	夕食	朝食	合計
A	本人・家族	2,000円	2,000円	500円	4,500円
	3歳~小学生	1,000円			3,500円
B	家族・OB	3,000円	2,000円	500円	5,500円
	家族(3歳~小学生)	1,500円			4,000円
C	外部	4,000円	2,000円	500円	6,500円
	外部(3歳~小学生)	2,000円			4,500円

〈キャンセル料〉

連絡日	キャンセル料
利用前日	食事代 100%
利用日当日	利用料、食事代 100%

※特別料理、お子様ランチは山中荘へお問合せ下さい
※「保険証」とは、日野自動車健保の保険証です

申込期間	2ヶ月前	1ヶ月前	利用月
	1日		利用当日の10:00迄

利用月の2ヶ月前の1日から先着順で受付(例:7/1の宿泊は5/1から受付)

但し、以下の①または②の申込みで日野自動車本社カレンダーの休み前日の利用は、利用日の3週間前から受付開始です。

①保険証をお持ちでない方の人数が、お持ちの方の人数の2倍以上の利用 ②保険証をお持ちでない方のみの利用

〈お申込・お問合せ先〉

お申込、お問合せ先 → 山中荘 TEL: 0555-62-1531 FAX: 0555-62-1530
空室状況 → 健保ホームページ または 山中荘へお問合せください

- ・山中荘へTELで申込み後、利用申込書を山中荘へFAXまたは郵便で送信してください。
- ・利用申込書「山中荘利用申込書・利用券」は健保ホームページ、HIDOCS(日野自動車)に掲載しています。

国内のホテル・旅館宿泊への補助金支給のご案内(契約保養所)

国内のホテル・旅館の宿泊について、年度内で1回(3,000円/1人)の補助金を支給します。(下記1、2を通過して年度内1回/1人の補助金適用です) 対象者: 日野自動車健康保険組合の被保険者、被扶養者

1. 指定旅行会社(JTB、近畿日本ツーリスト、名鉄観光、京王観光、日野トレーディング)から予約した宿泊代の補助

- 1) 指定旅行会社が取扱うホテル、旅館宿泊の予約をしてください。(日野健保の契約保養所の申込みと合わせてください)
- 2) 予約後、健康保険組合で「契約保養所利用申込書」の承認を受けてください。
(申込書は健康保険組合にあります。4枚複写の為、ホームページには掲載していません)
- 3) 承認済の「申込書」を旅行会社の窓口へ提出して差額宿泊代金を精算してください。

2. ホテルシャトル猿ヶ京 咲楽 宿泊代の補助

- 1) ホテルへ直接予約をして下さい。
(TEL:0278-66-1151 FAX:0278-66-1157 詳細はホテルのホームページをご覧ください)
- 2) 予約後、健康保険組合で「補助金申請書」の承認を受けてください。
(申請書は健保ホームページに掲載しています)
- 3) ホテルチェックアウト時に承認済の「申請書」を提出し差額宿泊代金を精算してください。

