

2016年(平成28年)11月18日 No.445  
 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  
 お問合せ：042-586-5941

## こんなとき健康保険は使えるの？

交通事故をはじめ、第三者の行為によって受けたケガの治療費は、本来加害者が負担します。但し、健康保険を使わないと病院での窓口負担が高額になるため、健康保険を使用し、治療費を健康保険組合が一時立替え、あとで加害者・損保会社に請求します。

相手のある事故・歩行中に自転車とぶつかったとき



他人の飼い犬に噛まれたとき



ケンカをしてケガをしたとき



工事現場の落下物や飲食店などで食中毒に感染



健康保険で治療を受ける場合は、必ず健康保険組合へ連絡のうえ、「第三者の行為による傷病届」を提出してください。  
 ※バイク・自転車による単独事故や自動車事故以外も連絡してください。

## 健康保険組合より「負傷原因調査票」が届いたら

健康保険組合では、医療機関からの外傷性とおもわれる治療費請求書をもとに、「負傷原因調査票」照会を行っています。この調査票は、ケガの発生原因が第三者によるものか否かを確認し、健康保険組合からの給付を適切に行う為を実施しています。お手元に調査票が届きましたら、期日までに回答をお願いします。

なお、第三者の行為によるケガと判明した場合、別に「第三者の行為による傷病届」を提出していただきます。

届出・問い合わせ先/健康保険組合 TEL 042-586-5941 (内線 5941)

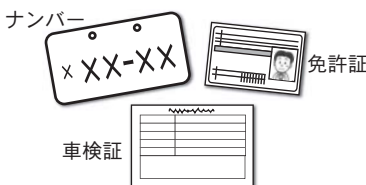
## 自動車事故にあったら

### できるだけ冷静に

事故がおきた時は、ショックで冷静な判断を失うことがあります。できるだけ冷静に対処してください。怪我人がある場合はすぐ救急車を呼んでください。

### 警察に通報・相手確認

すぐに警察に届け出るとともに、相手の運転免許証・車のナンバー・車検証・連絡先などを確認し、記録してください。



### 示談は慎重に

自動車事故には後遺障害の危険がありますから、示談は慎重にしましょう。なお、健康保険で治療を受けた時は、示談の前に健康保険組合へ連絡してください。

### あなたが『加害者』のときは

自分が加害者の場合でも、相手に過失が少しでもあれば、相手に治療費を請求することができます。そのため過失が大きい場合であっても、その場では示談しないでください。口頭であっても示談に応じてしまうと、治療費が請求できなくなることがあります。

## 治療が終わったら

病院で、「治癒」あるいは「症状固定」と言われたら健康保険組合へ連絡してください。健康保険組合は立替え分を相手に請求します。

## 通災・労災は保険証が使えません。

通勤途上や、勤務時間内の事故は、労災保険から療養の給付を受けることになります。手続きは、会社担当者へお問い合わせください。

会社から帰宅中事故にあった



# らくらく禁煙コンテスト

2016年度 申込締切迫る

ニコチンパッチ代を一部補助します!

協賛 日野自動車株式会社 日野自動車労働組合

第38回 (コンテスト開催期間) 12/18~1/28

タバコとはサヨナラしたいと思っているあなた、コンテストに参加して大勢の仲間と一緒に禁煙にチャレンジしませんか? 初めて禁煙にトライする方も、何度も失敗している方にもオススメです!!

申込受付期間：(第38回) 2016年10月20日~11月21日  
 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  
 参加費：無料 ※所定のレポート提出のない場合には費用5,000円を  
 ご負担頂き、かつ、ニコチンパッチ代一部補助はしません  
 (禁煙成功・失敗は問いません)  
 申込方法：①申込書に必要事項をご記入の上、健康保険組合へ提出してください  
 ②禁煙は職場での応援が欠かせません。禁煙チャレンジにあたり、  
 あなたを応援して頂ける方を決めて頂き、印をもらってください。(所属長など)

職場の仲間を誘って  
 気軽に参加してみませんか?  
 チームでの参加も大歓迎

ニコチンパッチ代一部補助について  
 ●対象者：禁煙コンテストに参加し、薬局等で購入した方  
 (医師の処方を除く)  
 ●補助額について：実費の半額(上限12,000円税込)を健保で補助  
 ●補助金対象期間：申込開始日(10/20)~準備期間中(12/31)に  
 購入したものに限り  
 ※ニコチンパッチ代一部補助についての詳細案内は別途申込者へ送付します  
 共催：日野自動車健康保険組合  
 (TEL:042-586-5941 FAX:042-586-5133)  
 協賛：日野自動車株式会社、日野自動車労働組合

らくらく禁煙コンテストの流れ			
1 2 週目	<b>禁煙準備期間</b> (12/18~12/31) 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		
3 4 5 6 週目	<b>完全禁煙期間</b> (1/1~1/28) 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="1"> <tr> <td><b>完全禁煙成功者</b> 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」をお送りいたします。</td> <td><b>禁煙失敗者</b> 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>	<b>完全禁煙成功者</b> 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」をお送りいたします。	<b>禁煙失敗者</b> 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。
<b>完全禁煙成功者</b> 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」をお送りいたします。	<b>禁煙失敗者</b> 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。		

### 参加者特典

お申込者の中から抽選で  
 ステキなプレゼントをまわります!

特典① コンテンツ充実の専用サイト利用  
 禁煙をサポートする充実したコンテンツ!  
 レポートの提出は専用Webサイトからが便利です。

特典② 禁煙サポートメールの配信  
 コンテストの進行に合わせてメールを配信。禁煙の取り組みをバックアップします。

特典③ 看護師による電話禁煙相談  
 コンテスト開催期間中、無料でご利用いただけます。

特典④ 「禁煙成功者証(記念品)」贈呈!!  
 禁煙に成功された方全員に贈呈します。  
 ★さらに抽選で旅行券等の記念品を贈呈します!

特典⑤ レポート提出者は参加費無料  
 ※提出なしの場合は5,000円ご負担頂きます。



禁煙情報ポータルサイトもご覧いただけます  
**らくらく禁煙倶楽部 URL http://nonsmoking-club.jp/**

送付先:健康保険組合  
 (日野自動車の社内便で送る場合は、封筒に入れA61へお願いします)

第38回 2016年度 らくらく禁煙コンテスト 申込書

保険証記号・番号	事業所名・所属	社内便 No.
12 -	(外線番号) (内線番号)	
申込者氏名		
教材送付先住所	(〒 - )	

キリトリ線



## 家庭用常備薬(冬用)斡旋のご案内

組合員の皆様の健康管理・疾病予防の一環として家庭用常備薬、健康管理グッズの斡旋を行っております。別途パンフレットを配付(11月21日予定)しますのでこの機会に是非お申込みください。

最終申込日 **2016年12月9日(金)まで** お早めにお申し込みください。 11月30日までの受付…12月下旬のお届け  
12月9日までの受付…1月中旬のお届け

<約110品目の一例です>

推奨品

<p>せき・たん・のどの痛み・くしゃみ・鼻水・鼻づまり・悪寒・発熱等の緩和</p> <p>66% OFF</p> <p>特 大正 45錠</p> <p>パブロンSα錠</p> <p>1 1,166円</p>	<p>頭痛・歯痛・生理痛・解熱</p> <p>特 ライオン 8錠</p> <p>パファリンA</p> <p>2 150円</p>	<p>くしゃみ・鼻水・鼻づまり</p> <p>78% OFF</p> <p>特 白石 12カプセル</p> <p>新エスパン鼻炎カプセル</p> <p>3 290円</p>	<p>感冒の初期・鼻かぜ・鼻炎・頭痛・肩こり・筋肉痛・手や足の痛み(漢方製剤)</p> <p>70% OFF</p> <p>特 白石 12包</p> <p>葛根湯エキス顆粒DS</p> <p>4 480円</p>	<p>目のかゆみ・結膜充血・目の疲れ・眼病予防等</p> <p>84% OFF</p> <p>特 第一三共 16ml</p> <p>爽AL目薬</p> <p>5 260円</p>
---	--	--	--	---

## インフルエンザ予防接種補助の申請受付中

本年度のインフルエンザ予防接種補助について、下記により申請を受付中です。この制度は、インフルエンザの予防法としてのワクチン接種に対して、補助金を支給いたします。

- 対象者** 満1歳～中学生まで(接種時に当健康保険組合の保険資格のある方)
- 対象期間** 2016年10月1日～2017年2月末日までの接種分
- 補助金額** 2,000円(接種対象期間内に1回のみ)
- 申請手続** 接種後、申請書に領収書を添付して申請



- ・申請書は、「けんぽにゅーす」(9月号 No.443)に掲載してあります。また、当健康保険組合のホームページ(<http://www.hinokenpo.or.jp>)および日野自動車(株)のHidocsの健康保険組合にも掲載されています。
- ・領収書(コピー不可)は、接種日、医療機関名、接種を受けた方の名前(フルネーム)、支払い金額、インフルエンザ予防接種が明記され、領収印があるもの。

**支給** 毎月20日までに健康保険組合が受け付けた申請分を、翌月の健保給付金支給日に支給



## 健康トピックス ～最近流行している「はしか」(麻疹)について～

Q 最近の傾向は?

A 従来は0～2歳の乳幼児や小児に多かった病気ですが、今年8月15日以降になって感染者が増えています(右記グラフ参照)。そのうち5割以上が20～30代の発症で、成人の感染が問題になっています。昔は子どものときに麻疹にかかって自然に免疫ができたので、大人になってから感染する心配はないと考えられていましたが、近年は大きな流行がなかったため、免疫ができていない人が増えています。また、小児期に予防接種を受けた人が大人になって感染するケースが目立ちます。

Q 「はしか」ってどんな病気?

A 麻疹ウイルスによる急性の感染症です。感染力がきわめて強く、免疫を持っていない人が感染すると、ほぼ100%発症します。感染から約10日後に発熱、咳、鼻水など、風邪に似た症状が現れます。発症から2～3日後に熱が39℃以上になり、発疹が出るのが特徴です。肺炎や中耳炎を合併しやすく、脳炎を発症することもあります。重症化すると命にかかわる病気です。

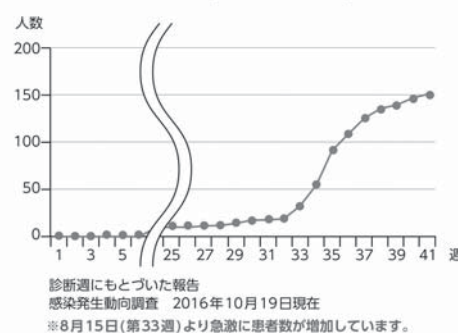
Q どのように注意すればいいの?

A 感染者と接触した場合には、72時間以内に麻疹ワクチンの接種を受ければ発症抑制効果が期待できます。また、インドネシアなど東南アジアへの渡航者の感染が報告されていますので、渡航される方は注意が必要です。

Q 予防接種はどれくらい効果があるの?

A 麻疹含有ワクチンを接種することによって、95%以上の人が麻疹ワクチンに対する免疫を獲得することができるとされています。また、5%未満の人が2回の接種を受けることによって免疫を得ることができます。接種後年数の経過と共に、免疫が低下してきた人に対しては、2回目のワクチンを受けることにより免疫を増強させる効果があります。予防接種をしたい場合、実施している医療機関を探すのに、厚生労働省検疫所のホームページFORTH(フォース)内の「予防接種実施機関検索」を利用するのが最適です。  
<http://www.forth.go.jp/moreinfo/vaccination.html>

はしか累積報告数の推移  
2016年(第1～41週)



監修：株式会社サンライフ企画

## 紙上ウォーキングキャンペーン もうすぐ終了です。記録表提出を忘れずに

10月～11月に開催中の紙上ウォーキングキャンペーンはもうすぐ終了します。参加者の皆さんは、12月16日(金)までに記録表を健康保険組合へご提出ください。記録表がお手元がない方は、健保のホームページからダウンロードしてご提出頂いても結構です。今回は歩数に応じた賞品の他に、61万歩以上歩き、記録表を提出した方の中から抽選で50名の方にTOKYO Disney RESORT® 1Dayパスポートを、プレゼントします!



T.Kくん 73kg  
春のキャンペーンから▲3kg!

キャンペーン終了後も、ウォーキング習慣は継続してください!健康記録には下記のKENPOSもご利用できます

KENPOS(ケンポス)は健保健診を委託しているイーウェルが運営する健康応援WEBサイトです。

みんなの健康応援サイト  
**KENPOS**  
ーケンポスー

登録も利用も  
**無料**

楽しみながら健康ライフ!ただいま、新規登録募集中!

健康応援サイト「KENPOS(ケンポス)」には役立つサービスがたくさん!  
楽しみながら、あなたの健康をサポートします!(スマホ、ケータイ、ご自宅のPC等でご利用ください)

Point 1 **見える!**

歩数や体重の変化が  
わかりやすく  
記録されるから、  
やる気がアップ!



あなたの選んだアバターが実際の歩数に連動してマップ上を歩きます。日野自動車健保のウォーキングキャンペーンの他に、年間を通して習慣づくりにお役立てください。

Point 2 **続く!**

キャンペーン、イベントなど、  
アクセスしやすくなるコンテンツが  
盛りだくさん!



Point 3 **もらえる!**

ステキな賞品が  
当たる抽選会など  
がんばったあなた  
へのご褒美も!



ご利用いただけるのは30歳以上の被保険者(ご本人)、被扶養者(ご家族)です

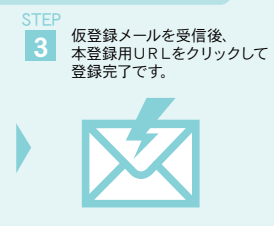
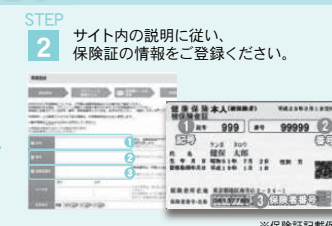
約3分で、健康生活スタート! **今すぐご登録を!** <https://www.kenpos.jp>

お手元に保険証を  
ご用意ください



ケータイ、  
スマホでも  
登録できます!  
※携帯電話の場合  
このQRコードから

kenpos



【お問い合わせ先】KENPOS事務局 <http://www.kenpos.jp/inquiry>