

そろそろ インフルエンザの季節到来!

ワクチン接種には

1人3千円まで補助します

小学生以下なら4千円まで

インフルエンザは予防が第一

インフルエンザはこれから春先にかけて流行し、感染力が強いためよく集団感染を起こします。

特に慢性の疾患などを持つ高齢者の方や子どもは免疫力が弱いいため、重症化する危険が高まります。

インフルエンザは飛沫感染でうつることが多いので、流行時には、できるだけ人ごみなどを避け、マスクをつけるなど感染のリスクを減らしましょう。食事前や外出後はうがいと手洗いを励行しましょう。

ワクチンの接種が効果的

一番効果的なのは、流行の前にワクチンの予防接種をすることです。ワクチンの効果のある期間は、おおむね接種後2週間から5ヶ月間といわれていますので、通常なら11月中旬に接種を終えるのが良いといわれています。

もしインフルエンザにかかってしまったら

熱が出るまで我慢して、いよいよよくなってから病院に行くという人も多いようです。流行期は体調に気をつけ、悪寒などのかぜの兆候があったら早めにお医者さんにかかりましょう。もしインフルエンザにかかっていたら、流行を防ぐため職場や学校を休んで、外出はできるだけ控えましょう。外出するときは必ずマスクをし、買い物で食品などをあれこれ手で触れることは控えましょう。

■インフルエンザ補助金の申請は「インフルエンザ予防接種補助金申請書」に「領収書の原本(氏名、金額、接種日、診療所名、インフルエンザ予防接種とわかるもの)」を添えて所属支部へ提出してください。1人につき3千円を限度に、負担した実費を補助します。ただし小学生以下で、2回接種の場合は、同時に申請すれば4千円まで補助。

特定健診は、メタボ(肥満)な人達の中から血圧、血糖、コレステロールなどの数値に異常が見られ、将来高い確率でこれらに関連する生活習慣病になる可能性の高い人を見つけ、次に特定保健指導を行うことにより、生活習慣を見直すきっかけをつくり、将来に亘り健康な生活を続けてもらうと始めた制度で、本人の自己負担は、建設職能国保の場合無料です。

一方、人間ドックや事業所で行う健康診断以外の、個人で受けた健診には、検査結果の写しと領収書を添えて申請すれば、年1回3万円まで助成を行います。提出された検査結果の数値は、特定保健指導の要否を判定する材料となります。年に1回は健診か人間ドックを受けて、健康度をチェックしてみたいかでしょうか。なお特定健診(保健指導までを含む)、ドック・健診助成などは、年度中いずれか一つしか対象となりませんのでご注意ください。



建設職能国保の場合無料です。一方、人間ドックや事業所で行う健康診断以外の、個人で受けた健診には、検査結果の写しと領収書を添えて申請すれば、年1回3万円まで助成を行います。提出された検査結果の数値は、特定保健指導の要否を判定する材料となります。年に1回は健診か人間ドックを受けて、健康度をチェックしてみたいかでしょうか。なお特定健診(保健指導までを含む)、ドック・健診助成などは、年度中いずれか一つしか対象となりませんのでご注意ください。

現在服用中のお薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担が一定額以上軽減する方に、その差額を通知しました。国民医療費全体の節減につながるジェネリック医薬品への切替えにご協力をお願いします。

特定健診はもうお済みですか?

年1回は 健診か人間ドックを

ジェネリック 差額通知を実施

国保だより

建設職能会館内 国保組合事務局 TEL 3260-6441 FAX 3260-7534 http://kenshoku-kokuho.or.jp/

被保険者の異動手続き

組合員は、自分の世帯内に異動(家族の一部加入・喪失、住所変更等)があったときには、必ず14日以内に、所属組合へ届出をお願いします。ご不明な点は、所属組合又は当組合適用係(03-3260-6441)までお問い合わせください。

Table with 2 columns: 届出が必要なとき (When to report) and 届出に必要な書類 (Documents needed for reporting). Rows include marriage, birth, death, job changes, address changes, name changes, business changes, lost insurance certificates, and termination.

(注) 1 届出用紙は所属組合へ。国保組合HPからもダウンロードできます。 2 上記の各項目に70歳以上75歳未満の前期高齢者がいる場合は「高齢受給者証」が必要になります。 3 事業所形態(法人・個人)によって手続きが異なる場合もあります。

被保険者数

Table showing membership numbers: 組合員 3,908人, 家族 5,308人, 計 9,216人 (as of 9/30).

健康家庭 225世帯を表彰

平成23年度の1年間、保険証を一度も使わなかった世帯を対象に健康家庭表彰を行い、JCBギフト券1万円分を贈呈しました。うち3年間無受診を達成した78世帯には2万円分を贈呈しました。

事業所または個人の組合員が次のような状態にあるときは当国保組合に加入していることが出来ません

- ◆建設事業とは関係のない職種であるとき
◆社会保険の強制適用事業所(法人の事業所および従業員が常時5人以上の個人事業所)で、健康保険の適用除外申請をしていない(厚生年金未加入)事業所
⇒協会けんぽに加入していただくことになります。
ただし、すでに建設職能国保に加入している組合員が、①新たに法人を設立したとき、②従業員5人未満の個人事業所で従業員が常時5人以上となったとき、は速やかに厚生年金加入と「健康保険適用除外申請」をすれば継続して当国保に加入することができます。
◆廃業、失業、病気、その他の理由で、建設事業を行っていない状態が長く続くとき
⇒一般的には市町村国保に入ることになります
◆事業所が東京都以外に移ったとき
⇒他の国保組合か市町村国保に、法人は協会けんぽへ

資格の適正化を進めています

保険料は納期限内に納入しましょう



WALT DISNEY'S Magic Kingdom Club © Disney

建設職能国保の加入者に東京ディズニーリゾート特別利用券を差し上げています。(組合員、家族とも年度内1人1枚まで)

東京ディズニーリゾートのチケット購入やディズニーホテル関連の宿泊施設で2000円の金券として使用できます。また、申込者全員に当組合が団体会員となっているマジックキングダムクラブメンバーシップカードをお送りします。提示するだけでさまざまな割引がうけられます。

期間限定で、「サンクス・フェスティバル」パスポートを申し込み、特別利用券と併用することでさらに割引!

- ・実施期間は、平成25年1月4日～3月15日まで
・パスポート申込書は、当組合ホームページよりダウンロードしてご使用下さい
・申込書で購入すると通常料金より大人、中人1,000円、小人は500円安くなります
・申込書は必要事項をもれなく記入し、注意事項を必ずお読み下さい