

交通事故などで 保険証を使って受診したときは 健保組合にすみやかに連絡を！

交通事故など第三者の行為が原因でけがや病気をしたときでも、仕事中以外・通勤途中以外であれば、保険証を使って病院にかかることができません。保険証を使って治療を受けたときには、できるだけ早く健保組合に連絡し、「第三者行為による傷病届」の提出をお願いします。

たとえば、こんなときは 第三者行為による傷病になります

- 自動車事故で、けがをしたとき
- 歩道を歩いていて自転車にぶつけられて、けがをしたとき
- 他人のペットにこまれて、けがをしたとき
- 不当な暴力行為を受け、けがをしたとき
- 外食して、食中毒になったとき
- ゴルフ・スキーなど他人の行為により、けがをしたとき



保険証を使って治療を受けた場合、 必ず「第三者行為による傷病届」の 提出を！

第三者行為によるけがや病気にかかる医療費でも、一時的に健康保険が使えることになっています。しかし、それらの医療費は健保組合が一時的に立て替えるだけで、本来、加害者が負担すべきものです。そのため、保険証を使って病院にかかった場合、後日、健保組合は加害者または加害者が加入する保険会社に、負担した医療費を請求します。

この請求には「第三者行為による傷病届」が必要ですので、できるだけすみやかに健保組合に提出してください。

なお、交通事故の場合、「交通事故証明書」等の提出が必要となります。交通事故証明書は自動車安全運転センターが発行しますが、警察への事故の届出がないと発行されませんので、ご注意ください。

示談は慎重に、 事前に当健保組合にご連絡ください

自動車事故には後遺障害のリスクがありますから、示談は慎重にしましょう。

なお、健康保険で治療を受けたときは、加害者との話し合いで示談を結ばれると、その内容によっては、健保組合が加害者に請求すべき費用を請求できなくなる場合があります。示談をする場合は、事前に当健保組合にご連絡ください。



交通事故にあったら…



- 1 安全を確保 双方の負傷状況を確認し、必要な場合は救急車を呼びます。
- 2 加害者を確認 加害者の車のナンバー、運転免許証、車検証などを確認します。
- 3 警察へ連絡 小さな事故でも、警察へ連絡が必要です。
- 4 医療機関を受診 一見無傷でも、あとで症状が出ることがあります。
- 5 健保組合へ連絡 保険証を使って治療を受けた場合は健保組合へ連絡が必要です。

自転車を利用される方へ



近年、自転車による事故が増えています。道路交通法上、自転車は軽車両に位置づけられますので、道路交通法の遵守はもちろんのことですが、万が一、交通事故にあつたときに備えて自転車保険に加入しておくくと安心です。

自転車同士、自転車と歩行者の事故も第三者行為による傷病にあたります。保険証を使って治療を受けた場合は、「第三者行為による傷病届」を健保組合へ届け出てください。また、警察への連絡も忘れずにしてください。

※車の任意保険に付随する人身傷害特約が自転車事故も補償する場合がありますので、確認してください。



第2期 データヘルス計画実施中！

「特定保健指導」で健康な生活をGET!

特定健診を受けた方のうち、生活習慣病になるリスクが高い方に「特定保健指導」が行われます。病気を未然に防ぐチャンスですから、案内が届いた方は必ず参加してください。社員の方へは、会社からも参加を推奨します。

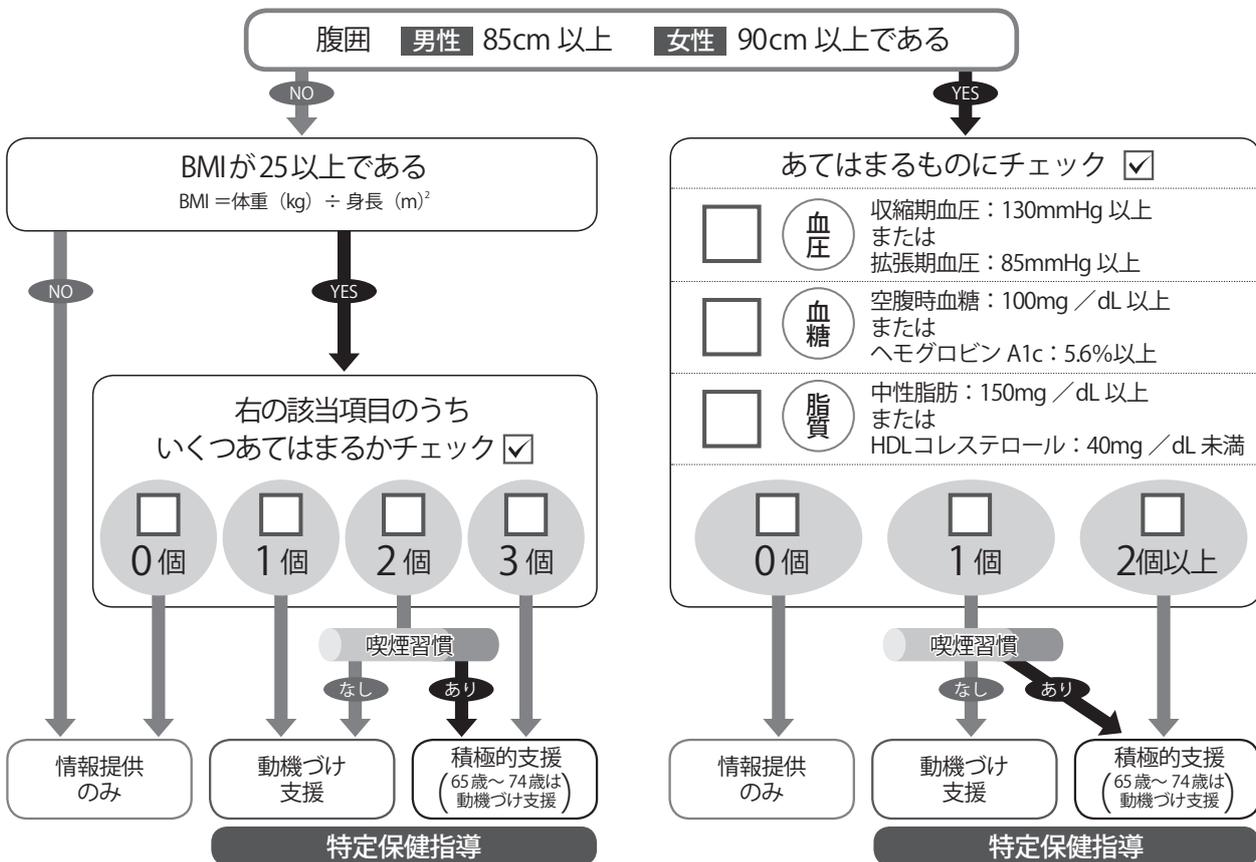


「内臓脂肪の蓄積」がある方のうち、「血圧」「血糖」「脂質」の検査数値と「喫煙習慣」の有無から判断して、対象者が選定されます。

血圧や血糖など、それぞれの数値はそれほど悪くなくても、リスクが重なると「メタボリックシンドローム」になりやすくなります。糖尿病や、心筋梗塞、心不全、脳卒中、脳梗塞などの大病を発症する前に、保健指導によって生活習慣を改善するための取り組みです。

リスクの数に応じて「動機づけ支援」と「積極的支援」の2通りの特定保健指導に分けられています。

特定保健指導の対象者はこうして選ばれます



※ 高血圧症、糖尿病、脂質異常症の治療のための薬を服用中の方は特定保健指導の対象となりません。

どんな人が、どんな指導をしてくれるの？

特定保健指導を行うのは、保健師や看護師、管理栄養士など、病気予防のエキスパートです。問い詰めたり叱ったりすることは決してありませんので、安心してご参加ください。

健診結果を見ながら、一人ひとりの生活に合った行動計画を一緒に作成します。一方的に指導するのではなく、自分自身の生活習慣をふり返り、

達成できそうな目標を設定して、健康的な生活習慣を続けられるようにサポートしてくれます。

健診機関によっては、健診を受けた当日に保健指導を受けられたり、電話やメールで受けたりすることもできます。健康管理のエキスパートにご自身の健康について相談できるよい機会を、ぜひご活用ください。



今年度の健診をまだ申し込んでいない方は、早めにお申し込みください！

年度後半になると、健診機関の予約がとりづらくなります。また、健診を受けたあとに、特定保健指導の対象になったり再検査となることもありますので、早めに受診してください。



ご家族の健診にも、被保険者のみなさんが責任をもちましょう！

ご家族が健康でないと、被保険者のみなさんも安心して働きません。ご家庭にいる奥様の健診受診率がとくに低くなっています。40歳以上のご家族は必ず年1回健診を受けて健康チェックをするよう、被保険者のみなさんが責任をもってください。

こんな間食はむし歯になりやすい

むし歯

仕事や家事の合間の間食は、いい気分転換やエネルギー補給になります。しかし、ダラダラ食べたり長い時間歯磨きをしないのはむし歯の原因に。毎日のちょっとした行動を振り返り、むし歯の予防を心がけましょう。

口が寂しく
常にあめや
キャラメルなどを
食べている



キシリトール入りのガムにする

スポーツドリンクや
加糖の紅茶・
コーヒーなど、
いつも甘い飲みもの
を飲んでいる



常飲する飲みものは、水やお茶、
無糖の紅茶やコーヒーなどに

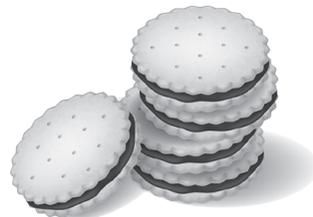
間食で、
クッキーなどの
甘いお菓子を
食べるが多い



食べたらずぐ歯磨きをする

間食で気をつけたいこと

- ◆キャラメルなど、歯にくっつきやすいものを避ける
- ◆あめをなめたり、加糖の飲みものを常飲したり、糖分が口の中に長時間残るものを避ける
- ◆クッキーなど、歯の溝や隙間に詰まりやすいものを避ける
- ◆食べものを食べたなら、できるだけすぐに歯磨きをする



さらに

就寝前の歯磨きは必ず!

就寝中は、口の中の細菌がもっとも増えやすくなります。就寝前の歯磨きは、忘れずに行いましょう。



お知らせ

白石宗大議員退職による補欠選挙が実施されて、中新井肇氏（株式会社 ProVision 上席執行役員 技術統括部長）が当選し、平成30年8月27日就任しました。任期は前議員の残り任期である平成33年4月15日までです。

事業概要 (平成30年9月末現在)

事業所数



9事業所

被保険者数



男 2,085人
女 1,235人
計 3,320人

平均標準報酬月額



男 368,648円
女 272,450円
平均 332,864円

被扶養者数



1,293人
1人当たり扶養率
0.39人

介護保険第2号被保険者数



1,006人