

# マツダ健康保険組合 やすらぎ 2009 秋

http://mkenpo.mazda.co.jp/  
(ユーザー名・パスワードともmkenpo)

※持ち帰ってご家族のみなさんでお読みください。

10月は健康強調月間です!

## 『日々の健康 幸せの実感』

健康保険組合連合会では、皆さまの健康の保持・増進を図るとともに、  
広く国民が自らの健康に関心を高め、健康で明るい職場と家庭を  
つくりあげることが目的に、毎年10月を「健康強調月間」と定めています。

サブスローガン...



### 健康講演会のご案内

マツダ株式会社主催・マツダ健保組合協賛により、下記のとおり講演会を開催いたします。  
管理監督者を対象に、職場内コミュニケーションの必要性についてお話いただきます。

日時 11月19日(木)  
14:00~15:30

テーマ 職場のコミュニケーションアップ法(仮題)

場所 マツダ(株)本社講堂

講師 武藤清栄(むとうせいえい)氏  
(東京メンタルアカデミー所長、臨床心理士、心理相談員)

## フォトコンテスト作品募集

健康保険組合連合会では、10月の健康強調月間にあたり「健康であることの喜び」を表現した写真を募集しています。職場、家庭、野外など場所は問いません。被写体は老若男女、個人、団体なんでも結構です。あなたが感じた「健康」をスナップにしてください。

詳しくは、マツダ健保組合のホームページか、または〔問合せ先〕まで。

〔締切〕

平成21年10月23日(金)マツダ健保組合必着

〔問合せ先〕

マツダ健康保険組合  
電話(082)287-4698 内線22861

〔賞〕

推薦	1名	賞状及び賞金5万円
特選	2名	賞状及び賞金3万円
準特選	5名	賞状及び賞金2万円
入選	10名	賞状及び賞金1万円
ファミリー賞	20名	賞品

昨年は、  
当健保組合から  
特選1名、ファミ  
リー賞1名受賞さ  
れました!!

# ご存知ですか？

## 接骨院・整骨院のかかり方

健康保険の財政健全化のために…

接骨院や整骨院では、柔道整復師が捻挫・打撲などの痛みに対して施術を施します。

柔道整復師による施術は医師の治療にあたるものですが、

医師は「治療」、柔道整復師は「施術」と呼び、区別されています。

柔道整復師の施術には、健康保険の対象となるものと、対象外のものがあります。

### ● 健康保険の対象となるもの…7割を健保組合が負担

外傷性の捻挫、打撲、挫傷(肉離れ等)、骨折・脱臼(緊急時以外は医師の同意が必要)

### ● 健康保険の対象外のもの…全額を自己負担

- ・日常生活や老化による肩こり、腰痛、筋肉痛
- ・リウマチ、関節炎など神経性の筋肉痛
- ・スポーツ後の腰痛、筋肉痛
- ・同一部位について同時期に医師の治療を受けながらの施術
- ・椎間板ヘルニアなど、医師が診察すべき疾病
- ・症状改善がみられない漫然とした長期の施術

### ★受診の際にはこんなことに注意してください★

- ・負傷の原因を正確に伝える。  
外傷性の負傷以外は、健康保険は使えません。また業務上の負傷も対象外です。
- ・「療養費支給申請書」の負傷の原因、負傷名、日数、金額を確認する。  
「療養費支給申請書」は、受診者が柔道整復師に健保組合への請求を委任するものです。  
白紙の申請書に署名するのは間違いや不正につながるおそれがあります。  
内容を確認して署名してください。
- ・長期にわたる場合は医師の診察を受ける。  
長期に改善が見られない場合は、他の疾患が原因とも考えられますので医師の診察を受けるようにしましょう。

当健保組合では、請求内容に誤りがないか確認するために、受診者本人に対して、文書により負傷の原因や施術内容について照会させていただくケースがあります。日頃より、施術を受けた負傷部位、内容、施術日等の記録、領収書の保管などをしていただき、回答にご協力いただきますようお願いいたします。

## 新型インフルエンザ対策 ～ 感染拡大を防ぐために

### ★咳(せき)エチケットを守りましょう!

- ①せき・くしゃみがあるときは、マスクをつけましょう。
- ②マスクがないときのせき・くしゃみは、周囲から1-2m離れ、ティッシュで口をおおきましょう。
- ③使用したティッシュは、すぐにふた付きゴミ箱(またはビニール袋)に入れましょう。
- ④せき・くしゃみをした後は、30秒間手を洗いましょう。

【新型インフルエンザ基礎知識：マツダ健康推進センター発行より】

### ★最新の正確な情報を持ちましょう!

健康保険組合連合会(健保組合の上部団体)のホームページ上にリンクを貼っています。ご利用ください。

健保連ホームページ <http://www.kenporen.com>

けんぽれん

検索



新型インフルエンザ情報

をクリック



## 40歳以上の健康保険被扶養者（家族）の方へ 「特定健診」はもう受けられましたか？

平成20年度から、40歳～74歳の加入者全員に「特定健診」を受けていただくことが、法令で義務付けられています。

平成21年度は、年度初めに、対象者（平成21年4月1日時点で加入している昭和45年3月31日以前生まれの被扶養者）のご自宅にご案内をお送りしております。まだ「特定健診」を受診されていない方は、平成22年1月末までに受診していただくようよろしくお願いいたします。

なお、特定健診を受けていただくために必要な「特定健康診査受診券」を紛失された方は、再発行いたしますので、当健保組合までご連絡ください。

【連絡先：電話（082）287-4945 内線22871】

## 平成21年10月から 出産育児一時金が変わります。

健康保険加入者（本人および家族）が出産したときに支給される出産育児一時金が、平成21年10月1日以降に出産される方から、支給額と支給方法が変わります。

（但し、平成23年3月31日までの期間限定措置）

ポイント  
1

支給額が、1児につき4万円引き上げられます。



・産科医療補償制度加入分娩機関で出産した場合  
（死産を含み、在胎週数第22週以降のものに限る）

旧 38万円 → 新 42万円

・それ以外の場合（海外での出産等）

旧 35万円 → 新 39万円

ポイント  
2

医療機関等への直接支払制度が創設されます。



直接支払制度を希望する方は、医療機関等で手続きを行うことで、出産費用のうち出産育児一時金支給額を超えた部分のみを退院時に支払えばよくなります。後日、健保組合が医療機関等からの請求に基づき、出産育児一時金を医療機関等に直接支払います。

なお、出産費用が出産育児一時金支給額を下回った場合は、後日健保組合にその差額分を請求していただくこととなります。

\*この制度の創設により、平成21年9月30日をもって受取代理制度は廃止されます。

## 高額医療・高額介護合算療養費制度について

～医療と介護の両方のサービスを利用している方の負担を軽減する制度が創設されました。

医療保険上の同一世帯の加入者について、医療保険と介護保険の両方の自己負担額がある場合で、その1年間（8月～7月）の負担額が一定額を上回った場合、その上回る額が高額介護合算療養費として支給されることになりました。なお、制度施行初年度は特例として平成20年4月～平成21年7月の16か月間を対象とします。

まず、介護保険の窓口（市町村役場）へ申請していただき、介護保険の自己負担額証明書の交付を受けて健保組合に支給申請していただくこととなります。

●当健保組合では、窓口での医療費の支払い額が3万円を上回った方へは、その上回った額を付加給付として還付しておりますので、結果的に自己負担額は3万円となります。

## あなたの『標準報酬』が、9月に変わります。



健康保険では、「標準報酬」に応じて保険料や給付金（傷病手当金・出産手当金）の額が決まります。

この「標準報酬」とは、給料を一定の幅で区分したもので、4・5・6月の給料の平均で決定され、9月から1年間使用されます。これを定時決定といいます。（10月給与控除から適用）但し、「固定的賃金」が昇給などによって一定の額を超えて変動したときは、臨時に決め直します。これを随時改定といいます。

「標準報酬」の算定には、本給のほか諸手当（通勤手当など）も含まれます。但し、出張旅費・見舞金・健康保険給付金などは含まれません。

勤務先から皆さまに交付される「社会保険料改定通知」をご確認ください。

## 『医療費・保険給付金のお知らせ』を配布します。

（平成21年4月～平成21年7月診療分）

（平成21年10月下旬）



当健保組合では、皆さまが医療機関等にかかれたときの医療費を一覧表にして、4か月ごと（2月・6月・10月下旬）に配布しています。

記載内容に誤りがないかをよく確認していただき、ご不明な点などありましたら、健保組合までお気軽にお問い合わせください。

（電話 082-287-4644 内線 22860～22865）

このお知らせは世帯まとめて被保険者に発行します。被保険者本人に関する情報は第三者提供に該当しませんが、家族の方の情報が第三者提供に該当します。家族の方でこれに同意されない方は、当健保組合の個人情報相談窓口までご連絡ください。

### 個人情報相談窓口のご紹介

個人情報についてのお問い合わせや開示・訂正・利用停止等のご請求、苦情等は、個人情報相談窓口で受付けております。お気軽にご利用ください。

個人情報相談窓口：マツダ健康保険組合 事務長  
広島県安芸郡府中町新地3-1（場所：マツダ株本社2号館5階）  
直通電話 082-287-5049 または内線 22863  
Eメール kenpo@mail.mazda.co.jp

## 電話健康相談「マツダヘルシーダイヤル」

OK!

相談方法はこんなに簡単！

- ☎0120-08-2772 にダイヤルしてください。  
年中無休・24時間受付、電話料も相談料も無料です。
- 団体名「マツダ健康保険組合」をお伝えください。  
お名前は匿名で結構です。
- お気軽にご相談内容をお話ください。  
ベテランの保健師・助産師・カウンセラーなど専門スタッフが、懇切にお答えします。

携帯電話からも、通話無料で利用できます。  
番号をご登録ください。  
いざという時、役立ちますよ!!



### メール健康相談も併設！

（24時間受付。ただし回答は原則48時間以内となります。）  
インターネットURL  
<http://www.hokendohjin.co.jp/soudan/mail>  
（保険者番号…06340061と入力してください。）

この健康相談は、外部の信頼できる専門機関（㈱保健同人社）に委託して開設しているものです。  
ご家族の健康づくりに安心して積極的にご利用ください。

マツダ健康保険組合ホームページ  
健康保険に関する情報を提供しています。

社内からのアクセスはイントラネット版  
<http://www.his.mazda.co.jp/pub/>

ご家庭からのアクセスはインターネット版  
<http://mkenpo.mazda.co.jp/>  
（ユーザー名・パスワードともにmkenpo）

健康保険組合連合会ホームページ

健康保険組合の上部団体。保養所の検索などお得な情報が満載  
<http://www.kenporen.com/>

けんぼれん病院情報“ぼすびたる!”

健康保険組合連合会が提供する病院情報検索システム。  
<http://www.kenporen-hios.com/>



やすらぎ (No.457) 2009年9月発行

発行者 マツダ健康保険組合  
広島県安芸郡府中町新地3番1号 電話 (082) 287-4644