

1. 平成25年度の保健事業：キッコーマン健康保険組合

平成25（2013）年度の主な保健事業は下記の通りです。健診で状態を確認し、事前に予防しましょう。

- ①人間ドック補助（健診日30歳～）、定期健診時がん検診補助（35歳～、夜勤、子宮頸がん20歳～）、
②ジェネリック差額通知、③歯科健診（含・全国無料健診）、④柔整レセプト確認、⑤特定健診・同保健指導
⑥メンタルヘルス対応冊子、⑦「もっとからだを動かそう」（年2回）、⑧医療費実績（1～11月）通知、
⑨保養施設利用補助、⑩疾病予防冊子（がんや生活習慣病、対象者に育児や高齢者向け健康誌他）配布等

また6月下旬に被扶養者（家族）の資格審査予定です。所得証明や在学証明等を送付ください。

被扶養認定には130万円未満（60歳以上180万円未満）の健康保険法上の所得制限があります。

2. 厳しい収支（健保9割が赤字）と事業・制度の再検討

保険料収入の伸悩み、高齢者医療拠出金の増、（医療高度化による）保険給付の増で多くの健保が赤字です。平成24年度は全国1,435健保の9割が赤字予算で計△6千億円。当健保は1億8千万円前後の黒字見込ですが今後は厳しい状況です。：25年度1千万円、26年度△8千万円、27年度△1億6千万円。

収支改善に向け、現行の保健事業（保養施設利用補助、破傷風予防補助廃止等も視野に入れた）の再検討や法定外（付加）給付の見直し等、収支状況を確認しながら保健事業や給付制度を再検討する必要があります。健康保険制度を守るため、皆さまのご理解、ご協力をお願いします。

3. 冊子「がんにならない暮らし方」

4月中旬に冊子「がんにならない暮らし方」を配布します。

がん治療の名医・^{おびつ}帯津良一先生（医学博士）監修の冊子です。

食べすぎ、飲みすぎ、吸いすぎ、運動不足、、。健康に悪い生活習慣の見直しでがんのリスクを抑えることができます。適度な運動と1日1回の深くゆっくりした呼吸も大切です。

特に代謝が落ちる中高年は、意識して体を動かす必要があります。セカセカ暮らすと免疫力が低下します。深い呼吸で全身に酸素を！



4. 人間ドック補助申請・1月末まで

平成25年度人間ドック補助申請（健診日30歳～）は、平成26（2014）年1月末が締切です。補助を希望される方は、人間ドック健診結果と領収書等を添付して1月末迄に必ず申請ください。

健診（4～12月）・補助申請（～1月）、再検（～3月）の健診サイクルで毎年の健康状態を確認。医師・専門家の指摘事項対応や事前予防のために生活習慣改善で病気への免疫力を高めましょう。

5. 年間医療費実績：2,116名へ通知 2月

2月に平成24年1～11月分の医療費通知が2,116名へ送付されました。診療実績をご確認ください。（従来は8月の単月分でしたが11カ月分へ通知期間が改定されました。）

以上