

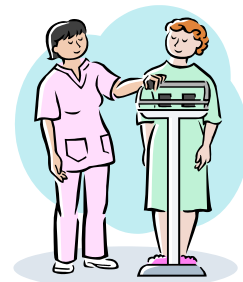
平成 28 年度特定健康診査 結果通知の発送（40 歳以上の方）

各校の定期健康診断が終了し、皆さま健診結果を受け取られていることと思います。
健康保険組合からは、特定健康診査の対象の方（40歳以上）に特定健康診査の結果通知をお送りしました。今年度の特定健診受診率は以下のとおりです。

【平成28年度特定健診の受診率（10月末日時点）】

	対象者数(人)	受診者数(人)	受診率(%)
被保険者	911	677	74.3%
被扶養者	321	72	22.4%
合計	1,232	749	60.8%

平成28年度の
目標受診率は
86.9%です。



平成 28 年度特定保健指導の開始

健康診断の結果、特定保健指導の対象になった方には、結果通知に特定保健指導初回面談のご案内を同封しています。特定保健指導とは、内臓脂肪症候群に着目した特定健康診査の結果や生活習慣をもとに対象者を決定し、保健師や栄養士などの専門的な立場から情報提供や相談を行い、健康づくりに役立てていただくものです。対象となった方は、生活習慣の改善のためにぜひこの機会をご活用ください。現在、3つのコースをから選択が可能です。対象の皆さまの積極的なご参加をお待ちしています。

特定保健指導は3つのコースをご用意しています

A：管理栄養士コース

管理栄養士が、食事を中心とした生活習慣の改善を応援いたします。健康支援サイト「キツイテネット」で情報検索・目標数値の管理などができます。

※SOMPOリスケアマネジメント(株)に委託。

C：健保保健師コース

健保の保健師による面談・継続支援です。保健師に新メンバーも加わり充実しています。皆さまのご都合に応じて、面談日・目標設定等、柔軟に対応いたします。

B：スポーツクラブコース

お近くのコナミスポーツクラブにて、管理栄養士による栄養指導と、インストラクターによる

運動指導が受けられます。初回受講後、半年間月2回までは、コナミスポーツクラブをワンコイン価格でご利用いただくことができます。※(株)コナミスポーツクラブに委託（平成28年度にて委託終了）。

今年度がラストチャンス!!

(過去にご受講いただいた方は選択できません)

419号 目次

平成28年度特定健康診査の結果通知発送/特定保健指導開始	P1
第38回らくらく禁煙コンテスト案内/健康診断未受診の方へ/平成28年度第2回健康セミナー報告	P2
マイナンバーの取り扱い/家庭用常備薬の有償斡旋	P3
ルネサンス法人利用案内/冬季休業期間の窓口のお知らせ/家計にやさしいジェネリック医薬品	P4

【同封物のご案内】

今月号は以下の資料を同封しています。

- ・ラフォーレ ウィンター 2016-2017
- ・家庭用常備薬の有償斡旋事業について
- ・スポーツクラブルネサンス

法人利用のご案内

第38回禁煙コンテスト(12/18 ~ 1/28) 開催のご報告



健康保険組合では、健康増進のため喫煙習慣のある方に禁煙を推奨しております。今季も、日本対がん協会と「らくらく禁煙コンテスト」を共催する運びとなりました。第38回の募集は受付期間が健診期間と重なりましたため、保健面接時に個別にご案内させていただきました。また、特定保健指導でもご案内させていただいております。

今回は11月末日が申込受付期限ですが、この記事を見て「しまった！申込みを忘れた！」という方、いらっしゃいましたら、どうぞ健康保険組合までご相談ください。また、今回の参加は見送るという選択をされた方、次回禁煙コンテストの開催にご期待ください。そして、職場・家族の皆さま、禁煙チャレンジの方々を温かく見守っていただけますよう、お願い申し上げます！

健診未受診の方へ。これから受診なら、こちら！

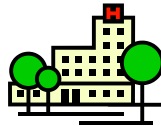
【 短期人間ドック制度 】

健保提携医療機関の人間ドックを受診できます。ご希望の医療機関と候補日を健保にご連絡いただければ予約手続きいたします。ご自身で予約をされた場合は、健保にご一報ください。

**対象者：40歳以上の被保険者、およびその配偶者
ならびに親**

費用：自己負担金2万円

※定期健診を受けていない勤務員の方は、健保の短期人間ドックの検診結果を定期健診の代わりに保健室に提出することができます。



【 集合契約 特定健診受診制度 】

被扶養者・任意継続被保険者の方は、「特定健康診査受診券」を使って、お近くの医療機関で特定健診を受診いただけます。

対象者：40歳以上の被扶養者・任意継続被保険者

費用：自己負担金無し

受診券の利用期間：平成29年1月末日の受診まで

※受診券は今年5月にお送りしています。

お手元に受診券の無い方は再発行いたしますので健保までご連絡ください(03-3985-2760)。

平成 28 年度第 2 回健康セミナー

「カラダにやさしい♪ おうちヨガ」開催のご報告

去る10月25(火)、平成28年度第2回健康セミナー「カラダにやさしい♪ おうちヨガ」を開催いたしました。講師は、昨年に引き続き、健康運動指導士の山田夕美先生でした。

流れるような説明の中、初心者向けのヨガを満喫。身体に部分的な不調を抱えている場合にも配慮して、柔軟な内容となりました。帰宅後にご自宅でもヨガができるよう、山田先生作成の写真説明付きのリーフレットも配布され、好評のうちに終了いたしました。参加の方からは、「次回もぜひヨガを！」との声もお寄せいただきました。

参加くださいました皆さま、ありがとうございました。

次回もまた、お楽しみに！



事務局からのお知らせ

健康保険組合における マイナンバーの取り扱い

健康保険組合は、マイナンバーを使って事務を行う「個人番号利用事務実施者」と定められています。健康保険法による保険給付の支給などの事務にマイナンバーを使用します。平成29年1月から使用となりますので、加入者の皆様にマイナンバーをご提出いただくのは平成28年12月以降を予定しております。健康保険組合では、規程やプライバシーポリシー等を遵守し、適切にマイナンバーを取り扱います。

<事業所に勤務している方とその被扶養者（家族）の方>

事業所を通じてご提出いただきます。健康保険組合に直接マイナンバーをご提出いただくことはありません。健康保険法第197条に基づいて、事業主は健保組合へ被保険者等のマイナンバーの提供を行うこととなります。

<任意継続被保険者とその被扶養者（家族）の方>

健康保険組合に直接マイナンバーをご提出いただきます。提出方法につきましては、後日別途お知らせしますのでご協力をお願いいたします。

※当組合から電話やメール等で、加入者の皆さまに直接マイナンバーの聞き取りはいたしません。健保組合職員を装ったマイナンバーの聞き出し等には、充分ご注意ください。

家庭常備薬の有償斡旋事業 実施のご連絡

ご好評につき、今季も健保の被保険者の方を対象に家庭常備薬の斡旋販売を実施いたします。市価よりも安い価格で、身近に置いて使うための医薬品・衛生用品等をご購入いただけます。

また、前回からWebでの申し込みも可能になり、ぐっと便利になりました。同封のパンフレットでは紙面が限られているため、掲載しきれなかった一部医薬品もWebサイトでは取り扱っております。ぜひ一度、Webサイトをご確認ください。詳細は同封のパンフレットをご覧ください。



【お申込期間】 平成29年1月30日（月）まで

【申込方法】 郵送、FAX、Webサイト

- ① **郵送**…同封の申込用紙に必要事項をご記入の上、封筒にのり付けしポストに投函（切手不要）
- ② **FAX**…同封の「FAX申込書」に必要事項を記入の上、記載の番号（フリーダイヤル）にFAX
- ③ **Webサイト**…立教学院健康保険組合Webサイトから家庭用常備薬申込みのバナーをクリックし、購入用サイトにアクセス。ガイドに沿って申し込み。

【納品方法】 申込受付後、ご指定のお届け先に受付後約2～3週間でお届けします。

【支払方法】 商品到着後、同封されている振込用紙用い、コンビニエンスストアにて一週間以内に必ずお支払いください。

【送料】 購入価格3,000円以上は無料。3,000円未満の場合450円の送料をご負担いただきます。

【スポーツクラブ ルネサンス 法人利用のご案内】

スポーツクラブへの入会を迷っている方に、この冬、嬉しいお知らせです。

下記キャンペーン期間中に新規入会すると、入会手数料無料に加え、Monthlyコーポレート会員はキャンペーン期間中のレンタル用品が無料、1 Day コーポレート会員は入会当日に限り利用料とレンタル用品が無料になります。

限定特典のため、期間が限られますので、ご注意ください。

＜キャンペーン実施期間：2016年12月17日～2017年2月12日＞

★詳しくは、同封のチラシを参照ください。また、お問い合わせは下記までご連絡ください。
株式会社ルネサンス 03-5600-5399（平日 10:00～18:00）

【冬季休業期間の窓口のお知らせ】

12月24日（土）～1月5日（木）健康保険組合は閉室となります。

人間ドック一部負担金のお支払いおよび受診票の受け取り、各種補助金（宿泊補助・検診補助）の受け取り等は、12月22日（木）までにお済ませください。

年始は1月6日（金）より開室いたします。



家計にやさしいジェネリック医薬品（後発医薬品）

同じ効き目なら安い方が良いけれど、どうすればジェネリック医薬品を処方してもらえるの？
そんなご質問にお答えします。ジェネリック医薬品を積極的に利用して、お薬代を節約しましょう。

Q1:ジェネリック医薬品ってどんな薬？

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬の特許期間が切れた後に、新薬と同じ有効成分を使用し、効き目・安全性が新薬と同等であることを国が厳しく審査し、承認された医薬品です。

Q2:ジェネリック医薬品ってどのくらい安い？

ジェネリック医薬品は新薬に比べ3割以上、中には5割以上安くなるものもあります。これは新薬に比べ研究開発費を大幅に抑えられるためです。

Q3:ジェネリック医薬品を調剤してもらうには？

病院にて医師に、または薬局にて薬剤師にお申し出ください。医師処方箋にジェネリック以外の医薬品が記載されていても、調剤時に申し出をすればジェネリック医薬品への変更が能です。また、「ジェネリック医薬品希望カード」を提示することで、希望意思を伝えることが可能です。

* 治療上の理由で、医師よりジェネリック医薬品への変更不可が指定されている場合は、使用することができません。

★ジェネリック医薬品希望カードは健保窓口にて配付しています。

★さらに詳しく知りたい方は以下の健康保険組合連合会のサイトをご覧ください。



<http://www.kenporen.com/health-insurance/generic/>

発行日：平成28年12月1日

発行：立教学院健康保険組合

〒171-0021 東京都豊島区西池袋3-34-1

立教大学池袋キャンパス 学院事務棟アネックス3階

TEL:03-3985-2760 FAX:03-3985-2866

URL:<http://www.rikkyogakuin.jp/institution/kenpo/>

健保からのお知らせ・サービスのご案内等は「おげんきですか」でご案内します。どうぞ毎号ご家族皆様をご覧ください。次号は平成29年2月1日発行予定です。