

健保だより おげんきですか

平成30年
12月号

周知健保発 4 3 1 号

立教学院健康保険組合

平成 30 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、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30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(%)	目標受診率(%)
被保険者	903	679	75.2%	87.9%
被扶養者	303	46	15.2%	54.9%
合計	1,206	725	60.1%	79.2%



健康診断未受診の方へ。これから受診なら、こちら！

現時点で、今年度の健康診断を受けていらっしゃらない方は、ぜひ年度内の受診をお願いします。
以下をご確認いただき、お申込みください。

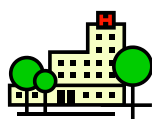
対象者：40歳以上の被保険者(任意継続被保険者を含む)、およびその被扶養者である配偶者ならびに親

【 短期人間ドック制度 】

当健保の提携医療機関にて人間ドックを受診できます。健保サイトをご参照のうえ、ご予約ください。予約後、予約内容を健保までお知らせください。

費用：自己負担金 20,000円

※定期健診を受けていない勤務員の方は、健康保険組合の短期人間ドックの健診結果を、保健室に提出することによって、定期健診に代えることができます。



対象者：40歳以上の被扶養者、任意継続被保険者

【 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。

費用：自己負担金無し

受診券の利用期間：平成31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。

お手元に受診券が無い方は**再発行いたします**ので健康保険組合までご連絡ください。

(03-3985-2760)

4 3 1 号 目次

平成30年度特定健康診査結果通知の発送/健康診断未受診の方へ	P1
平成30年度特定保健指導の開始/平成30年度第3回健康セミナー開催報告	P2
スポーツクラブルネサンス利用案内/家庭用常備薬の有償斡旋事業	P3
ジェネリック医薬品に切り替えてみませんか？/冬季休業期間の窓口のお知らせ	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。
・ラフォーレ倶楽部インフォメーション
2018.12 - 2019.2月号
・家庭用常備薬の有償斡旋事業について
・あしけんタイムス（秋冬号）



平成 30 年度特定保健指導の開始（40 歳以上の方）

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、特定保健指導を受けていただいた方に、二つの特典をご用意しております。申込みは、今からでも可能です。対象の皆さまの積極的なご参加をお待ちしています。

詳しくは、当健保保健師までお問い合わせください。

特典1

捕食におすすめ「無塩・素焼きのナッツセット」をもらえなくプレゼント！

低糖質で食物繊維、ビタミンが豊富です。眠くならず、仕事のお伴にも最適！仕事の効率もアップします。

特典2

選べる健康サポート

健康のために、関心のあるものは何ですか？活動量計やスポーツクラブの利用などの特典からお選びいただけます。健康保険組合が、対象となった方の健康づくりに助成いたします。詳細は初回面談でのお楽しみ！

平成 30 年度第 3 回健康セミナー 「健康体操」開催のご報告

去る11月12日（月）に新座キャンパスアカデミックホールにて、22日（木）に池袋キャンパスポール・ラッシュ・アスレティックセンターにて、平成30年度第3回健康セミナー「健康体操」を開催いたしました。講師には、元日本代表体操選手の新島卓矢先生をお迎えし、ストレッチを主体として、バランスや体幹トレーニングなどの運動を行いました。

先生は、バク転・アクロバット教室主催のほか、CM出演やCMアクロバット監修、吉本の芸人さんと体操教室イベントを行うなど、多彩にご活躍されています。当日は、倒立の模範演技などもご披露いただきました。

トレーニングチューブを用いたストレッチも体験し、終了後は、ご自宅でもストレッチで健康な身体づくりを継続いただけるよう、トレーニングチューブは各自にお持ち帰りいただきました。

（健康保険組合からのプレゼントとなります）

今回は、両キャンパスでの開催でしたので、勤務地に関係なくご自宅に近いキャンパスにて受ける方、両キャンパスにて参加される方など、さまざまに有意義な時間を持つことができました。ご参加の皆さま、ありがとうございました！



スポーツクラブルネサンス 利用のご案内

健康保険組合では、みなさまの健康増進のため、スポーツクラブルネサンスと法人契約を結んでおります。ご利用には当健保の保険証をご持参のうえ、直接お近くのルネサンス店舗にてご登録ください。(登録には、事前Web登録が便利です。)当健保のサイトにリンクしている、スポーツクラブルネサンスの立教学院健康保険組合専用サイトにて、詳細を掲載しておりますので、ご確認ください。只今、**お得な新規入会キャンペーン期間中**となります。

<キャンペーン実施期間：2018年12月1日～2019年2月10日>

キャンペーン期間中は、レンタル用品などが無料となります。この機会をぜひ、ご活用ください。



立教学院健康保険組合専用サイト ルネサンス

で検索。

★リンクはこちら

当健保サイト⇒保健事業のご案内⇒スポーツクラブルネサンス⇒ルネサンス 当健保専用サイト

RENAISSANCE

ルネサンスで心とカラダにメリハリつける
ON&ON

使いたい放題 **Monthly** お好みに合わせて2タイプ **1回ごとに 1Day**

月ごとに変更可能 (変更手数料なし)

キャンペーン実施中

Monthly コーポレート会員
※新規でMonthlyコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。

入会時の手数料 **0円**

レンタル用品
タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

最大2ヶ月間 **0円**

1Day コーポレート会員
※新規で1dayコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。

レンタル用品 **0円**

タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

入会当日 **0円**

※レンタル用品のお取り扱いがない店舗もございます。

お問い合わせ **03-5600-5399**

平日/10:00~17:30

家庭用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。

申込方法は、簡単・便利な以下の3種類をご用意しています。また、webサイトにはパンフレットに記載していないweb限定品もございます。詳細は同封のパンフレットをご覧ください。

ご注文・お支払い・納品に関するお問い合わせは、販売業者(株アーテム)が対応いたします。

【お申込期間】平成31年1月31日(木)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4,000円以上は無料。
4,000円未満の場合450円の送料をご負担いただきます。



ジェネリック医薬品に切り替えてみませんか？

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。先発品に比べて大変安価となっています。

ジェネリック医薬品って、どのくらい安いのか？

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。

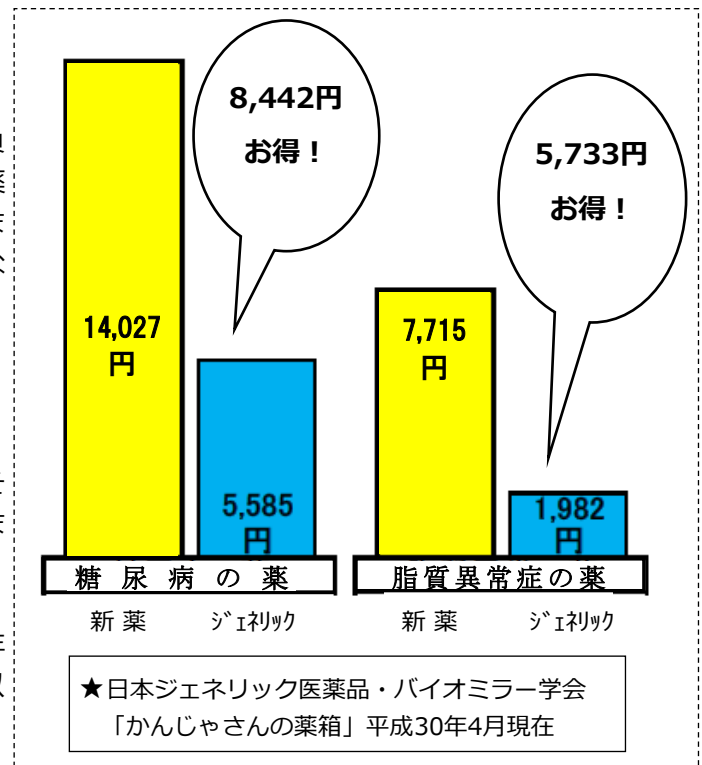
今使用している薬はどれくらい安くなるのか？

右のグラフは、1年間使用した場合の例（自己負担割合が3割の場合）で、薬代のみの金額です。薬局の窓口では、薬代のほかに技術料などが含まれます。また、対象疾患の治療薬であってもさまざまな価格の医薬品があります。

ジェネリック医薬品を使用するメリットは？

自己負担分のお薬代が安くなることはもちろん、医療費を節減することで医療保険財政の悪化や、それに伴う健康保険料の上昇を抑えることができます。

増え続ける医療費を削減するため、国では2020年度までにジェネリック医薬品の数量シェアを80%以上にすることを目標に掲げています。



事務局からのお知らせ

【冬季休業期間の窓口のお知らせ】

12月24日(月)～1月5日(土)の間、冬季休業期間のため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21日(金)までにお済ませください。

年始は1月7日(月)より開室いたします。

●開室時の窓口対応時間

月曜～金曜：9時～17時、土曜：9時～12時30分（第二・第四土曜、日曜、祝祭日は閉室）



発行日：平成30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:<https://spirit.rikkyo.ac.jp/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でご覧ください。次号は平成31年2月1日発行予定です。