健保だより

（No.89）　　平成 20 年 4 月

川崎汽船健康保険組合

〒105-0003
東京都港区西新橋1-4-7（桜田ビル 5 階）
TEL（03）3595-6082　FAX（03）3595-6099

1～2　平成20年度
　　予算が決まりました
2　　公示情報
3　　『健康達人大宣言 2008』
　　キャンペーンのお知らせ
4～6　家族健診のご案内
7～8　平成20年度　契約保養所案内

平成20年度
予算が決まりました

去る2月 28 日に開催された第 54 回組合会において当健康保険組合の平成 20 年度予算が、承認され決定いたしました。

収入・支出の主要項目の予算額は以下のとおりです。

健康保険　〈平成20 年度　収入支出予算額〉

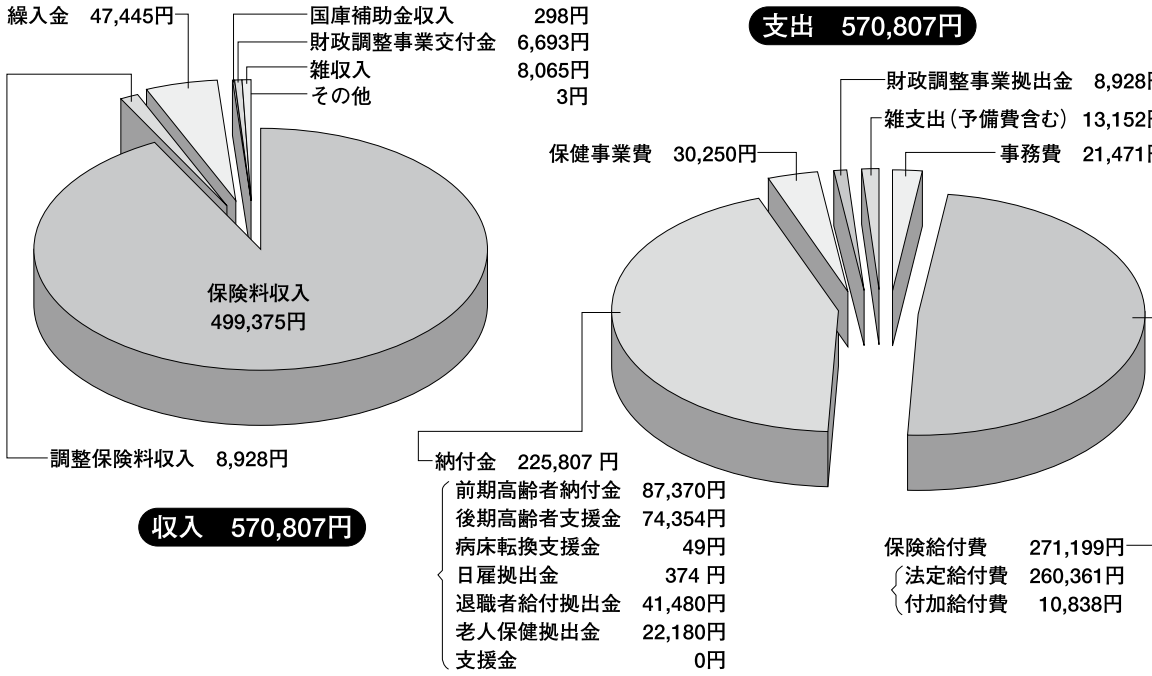
■収入

科　目	予算額
保険料収入	1,492,133 千円
調整保険料収入	26,676 千円
繰越金	0 千円
繰入金	141,767 千円
国庫補助金収入	891 千円
財政調整事業交付金	20,000 千円
雑収入	24,099 千円
その他	4 千円
収入　計	1,705,570 千円

■支出

科　目	予算額
事務費	64,154 千円
保険給付費	810,343 千円
（法定給付費）	777,958 千円
（付加給付費）	32,385 千円
納付金	674,710 千円
（前期高齢者納付金）	261,061 千円
（後期高齢者支援金）	222,169 千円
（病床転換支援金）	145 千円
（日雇拠出金）	1,118 千円
（退職者給付拠出金）	123,942 千円
（老人保健拠出金）	66,275 千円
（支援金）	0 千円
保健事業費	90,387 千円
財政調整事業拠出金	26,676 千円
雑支出（予備費含む）	39,300 千円
支出　計	1,705,570 千円

被保険者１人当り予算額とその割合



介護保険

■収入

科　目	予算額
介護保険収入	136,028 千円
繰　入　金	0 千円
雑　収　入	74 千円
収入　計	136,102 千円

■支出

科　目	予算額
介護納付金	105,042 千円
還　付　金	200 千円
積　立　金	30,860 千円
支出　計	136,102 千円

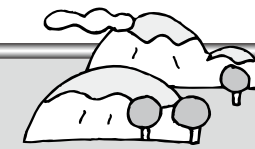
〈予算の基礎数値〉

●被保険者数　2,988 人　　●平均標準報酬月額　462,436 円　　●平均年齢　43.0 歳

●健康保険料率　67.8/1000（内　特定保険料率　30.7/1000）　　●介護保険料率　9.8/1000

お知らせ

公示情報



〔組合会議員変更〕

職　務	就任日	新任者	前任者	所属事業所
選定議員	平成20年2月1日	吉永　真一	住石　秀雄	日本高速輸送㈱

『健康達人大宣言2008』
キャンペーンのお知らせ

今年は、いわゆるメタボリックシンドロームに関する健診・保健指導が始まることから、実施期間の幅を6～11月の6ヶ月間のうち連続する2ヶ月(60日)を各自が選択してチャレンジする方式にて実施いたします。

例えば、6月・7月あるいは10月・11月の2ヶ月間でも、あるいは6月中旬から60日以上という期間設定でも構いません。もちろん、6月1日からの6ヶ月連続でも大歓迎です。

●実施方法は、つぎのとおりです

1

以下の9コースのうち、自分の好きな3コース以上を選択し、○をつけてください。

ａ）食生活部門：
①食品バランス（5色健康法）コース
②野菜を摂取するコース
③脂を減らすコース

ｂ）日常生活改善部門：
④禁煙・減煙コース
⑤減酒コース
⑥毎日歯磨きコース

ｃ）運動部門：
⑦ウォーキングコース
⑧その他のスポーツコース
⑨ストレッチコース

選んだコース別に、1日ごとまたは1週間ごとに○か×または数字を記録表に記入してください。なお、終了後に簡単なご感想などをお聞かせください。9コースのうち3コースについて2ヶ月間（60日間）継続した人全員に『達成賞』を進呈いたします。

更に、35歳以上の被扶養者が、川汽健保が提供する家族健診あるいは人間ドックを受診した場合は、上記9コースのうち2コースでも2ヶ月間（60日間）継続したら、達成目標をクリアーしたと見なし、『達成賞』を進呈いたしますので、該当する被扶養者の皆さんには奮ってご参加いただきたいと思います（ただし、『特別賞』は対象外）。

2

実施期間終了後、記録表を各事業所の健保担当者に提出してください。**なお、各事業所から川崎汽船健康保険組合への提出期限は12月26日（金）といたしますので、ご注意ください。**

3

達成目標をクリアーされた人に『達成賞』（4,000円相当の賞品）を、選択された3つのコースを6ヶ月間継続してクリアーした人に『特別賞』（8,000円相当の賞品）を進呈いたします。また、残念ながら達成目標をクリアーできなかった人には『参加賞』（500円相当の賞品）があります。

メタボ対策に、是非健康達人をめざしましょう！

家族健診のご案内

受診方法は、以下の２種類ですが、受診できる期間を平成 20 年５月から平成 21 年３月までとしますので、被扶養者の皆さん奮って家族健診を受診くださるようお願いします。

Ⅰ）全国主要都市にある健診会場に出かけて受診する方法（巡回型健診）
Ⅱ）Ⅰ）の方法と最寄りの医療機関等にて受診する方法の組合せ（巡回型・施設型健診併用）

Ⅰ 巡回型健診

■**受診資格**　20年度内（平成 20 年４月～平成 21年３月）に満 35 歳以上になる被扶養者及び任意継続被保険者

■**受診日時・場所**　５頁上段の健診会場案内をご覧ください（なお、健診会場の詳細は同封のパンフレットをご参照ください）。

■**申込方法**　「はつらつ」Vol.36 に同封されている財団法人 日本労働文化協会の封筒からパンフレット及び生活習慣病健診申込書等を取り出し、パンフレットを熟読のうえ、当該健診申込書に必要事項を記入して（プライバシー保護シールを貼っても構いません）
直接健診業者宛に郵送してください。

■**健 診 料**　当健保組合が全額負担します。

■**健診項目**　身体計測、血圧測定、健康調査、動脈硬化度測定、血液検査、心電図検査、大腸ガン（便潜血反応）、子宮頸ガン、眼底検査、肝炎ウイルス検査（希望者）等

■**申込締切**　地域により異なります。（5 頁上段の健診会場案内をご参照）

■**申込確認**　受付確認のハガキが健診日の２週間前までに送付されます。

■**健診日時の通知**　健診日の２週間前までに通知

■**健診結果の通知**　健診後約１ヶ月以内に通知

■**健診業者**　（財）日本労働文化協会　〒 111-0053 東京都台東区浅草橋 1-7-4
TEL　03-5687-5531　　FAX　03-5687-5538

●健診会場

地区	実施予定時期	申込締切日
東　北	平成 20 年 10 月中旬～ 12 月上旬	平成 20 年９月 20 日
上信越	平成 20 年６月上旬～７月下旬	平成 20 年５月 10 日
関　東	平成 21 年１月～３月頃	平成 20 年 12 月 10 日
東　海	平成 20 年 11 月頃	平成 20 年９月 30 日
関　西	平成 20 年 11 月～ 12 月頃 大阪地区のみ 平成 20 年５月～平成 21 年３月 （６月と 11 月を除く）	平成 20 年９月 30 日 随時受付
中　国	平成 20 年６月中旬～８月上旬	平成 20 年５月 10 日
四　国	平成 20 年 10 月中旬～ 11 月中旬	平成 20 年９月 20 日
九　州	平成 20 年８月下旬～ 10 月中旬	平成 20 年７月 10 日

※会場へのお問い合せは先方へのご迷惑になりますのでご遠慮ください。

Ⅱ 巡回型・施設型健診併用

■**受診資格**　20 年度内（平成 20 年４月～平成 21 年３月）に満 35 歳以上になる被扶養者及び任意継続被保険者

■**受診日時**　随時（受診場所により異なる）

■**健診場所**　全国に展開する医療機関・診療所及び健診会場

■**申込方法**　受診資格者に健診業者（株式会社イーウェル）から健診の案内 (パンフレット、健診実施医療機関名簿、申込用紙) が６月初旬に届きますので、同封申込用紙で直接健診業者に申し込んでください。

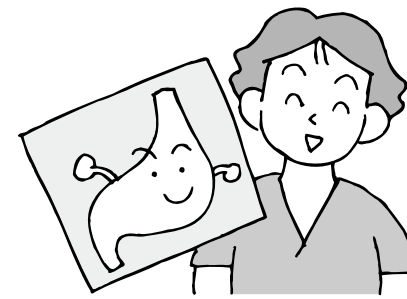
■**申込締切**　平成 20 年 11 月末

■**健 診 料**　オプション項目と含めて 30,000 円（税込）まで当健保組合が負担いたします。

■**検査項目**　6 頁をご覧ください。

オプション健診項目を含め 30,000 円 (税金) を超過した時はその超過分の費用については、健診を受けた医療機関の窓口等で精算してください。

■**健診業者名**　株式会社イーウェル　TEL　03-3511-1359
FAX　03-3264-6353



川崎汽船健康保険組合　健診内容表

●申込み期間　2008 年6月11日(水)～ 11月29日(金)　※この期間以外は申し込みできません。

●実 施 期 間　2008 年6月下旬～ 2009 年1月31日(土)　※この期間以外は受診できません。

検査項目			詳細項目	特定健診		基本健診		レディース健診	
				施設型	巡回型	施設型	巡回型	施設型	巡回型
				35 歳以上被扶養者		35 歳以上被扶養者		35 歳以上被扶養者	
身体測定・診察等			問診	●		●		●	
			身長	●		●		●	
			体重	●		●		●	
			BMI	●		●		●	
			血圧	●		●		●	
			腹囲	●		●		●	
			視力			●		●	
胸部Ｘ線			胸部Ｘ線撮影(直接)			●		●	
			胸部Ｘ線撮影(間接)				●		●
聴力			オージオメーター(1000 ／ 4000)			●		●	
尿検査			尿糖(BS)	●		●		●	
			尿蛋白	●		●		●	
			尿潜血			●		●	
			ウロビリノーゲン			●		●	
血液検査	血液一般		赤血球(RBC)			●		●	
			血色素(ヘモグロビン)			●		●	
			ヘマトクリット(Ht)			●		●	
			血小板数(PLT ／ PL)			●		●	
			赤血球色素量			●		●	
			赤血球色素濃度			●		●	
			赤血球容積			●		●	
			白血球			●		●	
	生化学検査	脂質	総コレステロール(T-Cho)			●		●	
			中性脂肪(TG)	●		●		●	
			HDL-cho	●		●		●	
			LDL-cho	●		●		●	
		肝機能	ＧＯＴ(AST)	●		●		●	
			ＧＰＴ(ALT)	●		●		●	
			γ-GTP(γ-GT)	●		●		●	
		腎機能	尿酸(UA)			●		●	
			アルブミン(Alb)						
			尿素窒素(BUN)			●		●	
			血清クレアチニン(CRE)			●		●	
			アミラーゼ(AMY)						
		血糖	空腹時血糖(BS)	●※ 1	●	●		●	
			グリコヘモグロビン A1c(HbA1c)	●※ 1		●		●	
心電図			12 誘導			●		●	
眼底検査						□		□	
便検査			1 回法			□※ 1		□※ 1	
			2 回法			□※ 1	□	□※ 1	□
Ｘ線・超音波			胃部Ｘ線(直接４ツ切り６枚)			□		□	
			胃部Ｘ線(間接 10cm × 10cm6 枚)				□		□
			腹部超音波検査(５臓器)			□		□	
婦人科検査			子宮頸部細胞診(医師採取)					●	
			子宮頸部細胞診(自己採取)						●
			乳房視触診					●※ 1	
			乳房Ｘ線検査(マンモグラフィー)					●※ 1	
			乳房超音波検査(エコー)					●※ 1	●
健診費(単位：円)税込み				6,300	5,250	11,000	8,400	19,000	13,000
自己負担額				自己負担なし ※オプション選択不可		オプション選択含め3万円(税込)を超える場合は自己負担 ※オプション選択可能			

●は必須項目となります。

※１は健診機関によって実施内容が異なります。

□はオプション選択項目となります。

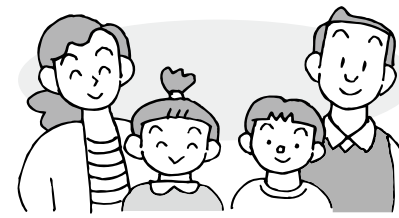
□※１はオプション選択項目で、健診機関によって実施内容が異なります。

◆オプション項目　※施設型のオプション料金は目安の金額です。健診機関によって料金が異なります。　(単位：円) 税込み

番号	項　目	施設型	巡回型
1	眼底検査	(1,600)	
2	胃部Ｘ線検査	(10,500)	4,000
3	腹部超音波(５臓器)	(5,800)	5,000
4	便検査	(1,700)	1,000

平成20年度 (20.4.1～21.3.31) 契約保養所案内

平成 20 年 3 月現在



❶利用できる人

川崎汽船健康保険組合の被保険者および被扶養者（保険証の発行されている家族）と、同伴する関係者。

❷申込方法

各施設の予約方法を参考にしてください。
川崎重工業健康保険組合直営保養所・トマムは、事業所担当者を通じて申し込んでください。
直接本人が電話等で予約する施設は、予約時に必ず「川崎汽船健康保険組合」と告げてください。
健康保険証の記号・番号が必要となる施設もありますので、お手元に健康保険証を用意してください。
各契約施設とも混雑期（年末年始・ＧＷ・夏期休暇時）は予約受付開始日が変更になりますのでご注意ください。

❸利用料金

『契約保養所』はそれぞれ契約特別料金のため、利用料金に対する補助はありません。
『特約保養所』は、川汽健保の被保険者および被扶養者（保険証の発行されている家族）の利用に際し1人1泊につき 3,000 円、全特約保養所をあわせて 1 人年間 3 泊まで、補助金を利用できます。
施設予約時に補助利用の旨を告げてください。被保険者および被扶養者以外の方に補助金はありません。

（注）補助金は利用後に現金で精算することが出来ません。必ず予約の際に手続きをしてください。
宿泊料のかからない（3,000 円に満たない）食事代のみの幼児への補助は出来ません。

❹その他

キャンセルまたは変更の際には取り消し料がかかる場合がありますので、予約時にご確認ください。
利用料金等が変更になる場合もあります。詳細は事業所担当者または健保組合へお尋ねください。
各施設の料金等の詳細については、各施設のホームページをご覧になるかあるいは予約センター等にお問合せください。

■平成 20 年度契約保養所

保養所名	施設所在地	予約方法
セラヴィリゾート泉郷（ネオオリエンタルリゾート八ヶ岳高原コテージ）	猪苗代、苗場、蓼科、安曇野、清里高原、八ヶ岳高原、伊豆高原、浜名湖、高山、鳥羽、小豆島、石垣 / 強羅天翠、わんわんパラダイス（八ヶ岳、伊豆高原、高山、鳥羽） ホームページ http://member.izumigo.co.jp/	●予約センターへ電話 10 時～ 18 時 日祝年末年始休業、7 ～ 8 月は無休で 19 時迄 Tel　03-5981-2333 Tel　052-324-2780 ●ホームページからインターネットで ・利用日の前々月 11 日から受付。 ・特別期間の予約は、受付開始日が変わります。
リゾートトラスト（エクシブ蓼科）	蓼科、那須白河、山中湖、軽井沢、初島クラブ、伊豆、浜名湖、鳥羽、琵琶湖、京都、白浜、淡路島、鳴門他にシティホテル等提携施設有 ホームページ http://www.resorttrust.co.jp/hotel/index.html	●予約センターへ電話 （ホームページからは予約できません） Tel　03-5323-8221 ・利用開始月の 4 ヶ月前の 1 日から受付。 （シティホテルは利用日の 7 日前から受付）