

健保だより

(No.91)

平成 20 年 10 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 公告情報
- 2 平成 19 年度
高齢者訪問健康指導の
結果報告
- 3 健康者のみなさんを
表彰しました
- 4～5 健保 Q&A [資格喪失後の
継続給付 (出産手当金)]
- 6～7 みんなのインフルエンザ対策!
- 8 お知らせ

お知らせ

公告情報

●互選議員の辞任に伴い、所定の手続きを経て以下の方が新たに議員に就任されました。

職務	就任日	新任者 (事業所)	前任者 (事業所)
第 1 区 互選議員	平成 20 年 10 月 1 日	高比良 智之 (川崎汽船株)	井原 哲也 (川崎汽船株)

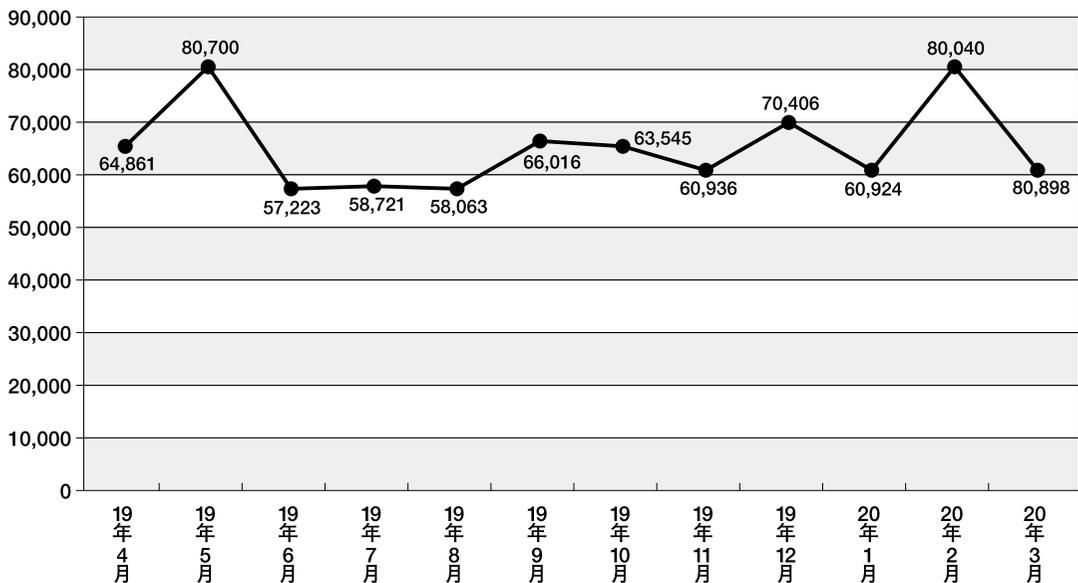


平成19年度 高齢者訪問健康指導の結果報告

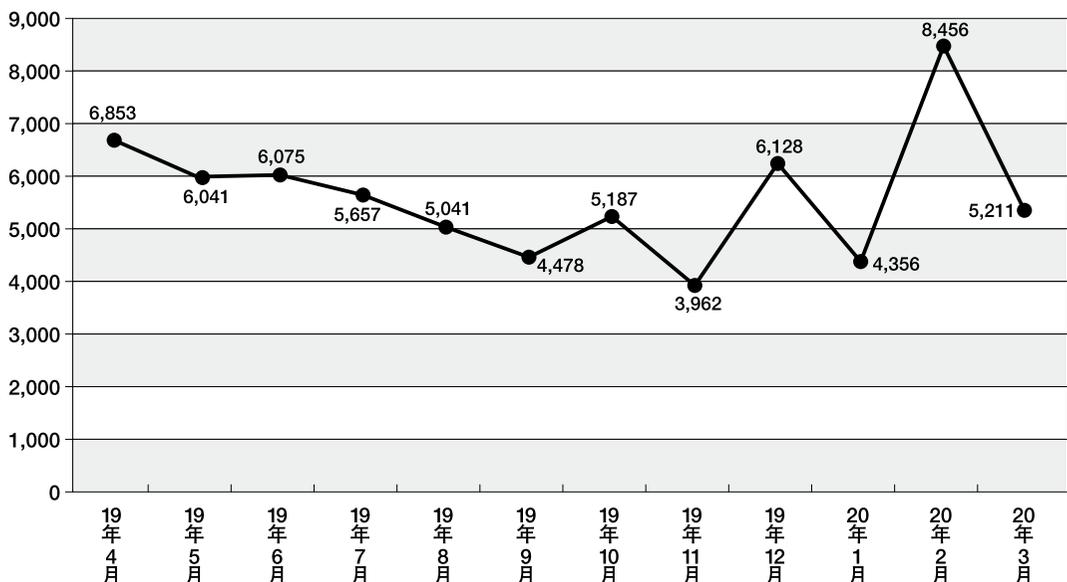
平成19年度は、75歳以上の老人医療該当者33名を対象に保健師（全国訪問健康指導協会）による高齢者訪問健康指導を行い、健康な高齢者の増加を図るとともに、老人医療費の適正化の方策を模索いたしました。

全国的に、老人医療費は若年層の1人当たりの5～6倍といわれております（多受診回数、多投薬など）。当健康保険組合の医療費は、組合員1人当たりの平均は、10.9千円、高齢者は1人当たり52.3千円と約4.80倍となっております（平成18年度は、組合員1人当たり平均9.9千円、高齢者1人平均68.9千円で約6.96倍でした）。

〈平成19年度当組合医療費実績〉



〈平成19年度老人医療費実績〉



お知らせ

健康者のみなさんを 表彰しました

当健康保険組合では、毎年1月から12月までの1年間にわたり、保険証を利用しなかった方（被保険者本人）の健康を祝して、ささやかな記念品をお贈りしております。
今回の各事業所の健康表彰者は、下記の通りです。

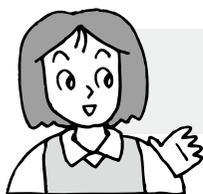
●平成19年 事業所別年間健康者表彰実績（対象期間 平成19年1月1日～平成19年12月31日）

記号	事業所名	健康者数		
		被保険者数 20.4.30 現在	被保険者	健康率
101	川崎汽船(株)	749	21	2.8%
104	川崎汽船健康保険組合	3	0	0.0%
105	川崎近海汽船(株)	165	11	6.7%
109	清水川崎運輸(株)	19	2	10.5%
112	日本高速輸送(株)	92	13	14.1%
113	北海運輸(株)	121	14	11.6%
114	インターモーダルエンジニアリング(株)	62	7	11.3%
115	ケイラインシップマネージメント(株)	34	2	5.9%
117	ケイラインアカウンティング & ファイナンス(株)	10	1	10.0%
123	(株)ケイ・エム・ディ・エス	209	7	3.3%
126	川汽興産(株)	26	2	7.7%
128	(株)東京マリタイムエージェンシー	11	0	0.0%
129	(株)ケイラインシステムズ	107	7	6.5%
130	シグナス インシュランスサービス(株)	2	0	0.0%
133	(株)ケイラインジャパン	41	3	7.3%
134	シルバーフェリーサービス(株)	41	8	19.5%
135	春徳汽船(株)	9	1	11.1%
136	ケイラインマリンテクノサービス(株)	1	0	0.0%
201	神戸ペイント(株)	58	6	10.3%
204	日東物流(株)	382	49	12.8%
207	(株)マリンラジオサービス	9	1	11.1%
208	(株)シンキ	249	34	13.7%
209	ケイラインエンジニアリング(株)	73	11	15.1%
214	日東オイル アンド マリン(株)	45	2	4.4%
215	舞鶴高速輸送(株)	22	2	9.1%
216	日東タグ(株)	20	2	10.0%
217	(株)コクサイ港運	41	2	4.9%
218	太洋日本汽船(株)	71	7	9.9%
220	(株)クラウンエンタープライズ	6	0	0.0%
221	(株)シーゲートコーポレーション	217	27	12.4%
222	ケイラインポートサービス(株)	2	0	0.0%
901	任意継続被保険者	84	6	7.1%
合計 32 事業所		2,981	248	8.3%

平成18年	年間 (18/1/1 ~ 18/12/31)	2,918	222	7.6%
平成17年	年間 (17/1/1 ~ 17/12/31)	2,906	319	11.0%
平成16年	年間 (16/1/1 ~ 16/12/31)	2,873	344	12.0%
平成15年	年間 (15/1/1 ~ 15/12/31)	2,790	314	11.3%
平成14年	年間 (14/1/1 ~ 14/12/31)	2,604	314	12.1%
平成13年	年間 (13/1/1 ~ 13/12/31)	2,978	382	12.8%
平成12年	年間 (12/1/1 ~ 12/12/31)	2,981	388	13.0%
平成11年	年間 (11/1/1 ~ 11/12/31)	2,832	370	13.1%
平成10年	年間 (10/1/1 ~ 10/12/31)	2,860	479	16.7%
平成09年	年間 (09/1/1 ~ 09/12/31)	2,923	360	12.3%
平成08年	年間 (08/1/1 ~ 08/12/31)	3,031	407	13.4%
平成07年	年間 (07/1/1 ~ 07/12/31)	3,168	365	11.5%
平成06年	年間 (06/1/1 ~ 06/12/31)	3,301	448	13.6%

■被保険者等からの問い合わせ事例より

資格喪失後の 継続給付（出産手当金）



ここでは、被保険者各位等からの問い合わせ事例より比較的多く問い合わせのあったものをご紹介します。

Q

平成19年4月の法改正により、任意継続被保険者の出産手当金および資格喪失後6月以内の出産に伴う出産手当金が廃止されましたが、法第104条に基づく継続給付については、どのような場合に給付されるのでしょうか。



A

出産手当金につきましては、法第99条「被保険者（任意継続被保険者を除く。第102条において同じ）……」と改正されたことから、法第102条による出産手当金は、任意継続被保険者に対して給付されないことになりました。

また、「1年以上被保険者であった者が被保険者の資格を喪失した日後6月以内に出産したときは、出産につき被保険者として受けることができるはずであった保険給付を最後の保険者から受けとることができる」となっていた法第106条は、法改正により、「1年以上被保険者であった者が被保険者の資格を喪失した日後6月以内に出産したときは、被保険者として受けることができるはずであった出産育児一時金の支給を最後の保険者から受けとることができる」となり、資格喪失後6月以内の出産に対する出産手当金は給付されないことになりました。

しかし、出産手当金の資格喪失後の継続給付については、法第104条に定められている次の要件①・②)を満たしている場合には、継続して出産手当金を受けることができます。

①資格を喪失した日（任意継続被保険者の資格を喪失したものにあっては、任意継続被保険者の資格を取得した日）の前日まで継続して1年以上被保険者であること。

この「継続して1年以上被保険者」である期間のとらえ方としては、同一保険者において資格喪失の前日まで継続して1年以上被保険者であるか、A保険者とB保険者の被保険者期間が1日の空白もなく通算して1年以上あることが必要です。

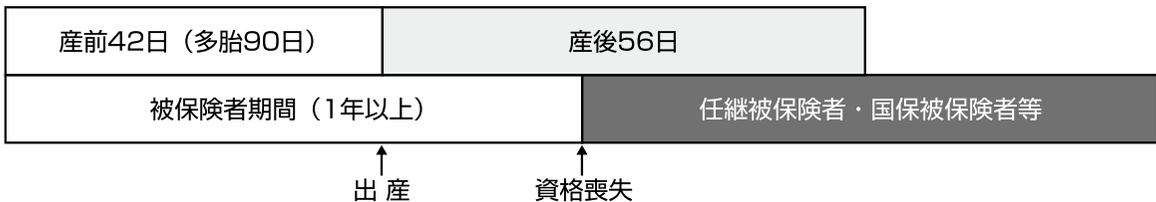
なお、任意継続被保険者期間および共済組合の組合員・国民健康保険の被保険者の期間は通算されません。



②資格喪失日の前日までに出産手当金を受給しているのか（退職日に受給しているか）もしくは受給権がある状態（労務に服していないが、報酬が支給されているため出産手当金が支給停止されている場合）にあること。

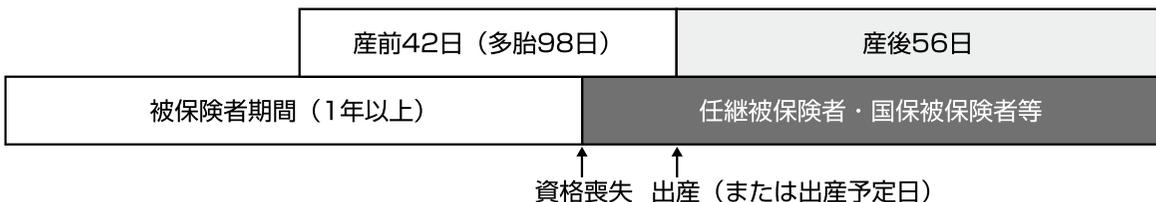
資格喪失後の継続給付が受けられる事例

事例 1 被保険者期間中に出産した者が、産後期間中に資格喪失した場合。



※被保険者期間が1年未満の場合は、資格喪失の前日まで支給することになります。

事例 2 被保険者資格を喪失した後の出産（または、出産予定日）から起算した産前始期が被保険者資格喪失日の前日以前である場合。



みんなのインフルエンザ対策!

インフルエンザ（流行性感冒）は、インフルエンザウイルスによる急性の呼吸器感染症で、普通のかぜよりも感染力が強く、1月～3月頃に大流行を起こすことがあります。

近年では、鳥インフルエンザが変異する「新型インフルエンザ」の発生・大流行も危惧されています。インフルエンザの特徴は、高熱や悪寒、からだのだるさなどの全身症状が強いこと。命にかかわってくるケースもあるため、あらかじめ対策を講じておくことが大切です。



インフルエンザ対策 3つのポイント

1. 正しい知識をもつ
2. 予防に努める
3. かかったら早めに受診



正しい知識をもつ

インフルエンザ—普通のかぜとここがちがいます

●感染力が強い

普通のかぜの原因で代表的なライノウイルスの場合、手から手への接触感染の可能性が高いといわれています。一方、インフルエンザでは、くしゃみや咳で飛び散ったウイルスを吸い込んで感染します。

●症状が強い

普通のかぜの症状は、のどの痛み、鼻汁、くしゃみや咳などが中心で、全身症状はあまりみられません。熱もそれほど高くなく、重症化することはあまりありません。これに対して、インフルエンザは突然高い熱が出て、さまざまな全身症状をとまいます。新型インフルエンザは、インフルエンザよりさらに強力で、発症した場合、死にいたることも少なくありません。



予防に努める

流行前にワクチン接種を受けるといいでしょう

●インフルエンザワクチンとは？

インフルエンザにはA・B・Cの3つの型があり、流行を起こすA型とB型でワクチンが用いられています。世界中でA型2種類（A香港型、Aソ連型）とB型1種類の混合ワクチンが用いられています。

●ワクチンの効きめは？

インフルエンザ予防の基本は、流行前にワクチン接種を受けることです。ただ、インフルエンザワクチンの効果には限度があり、ワクチンを接種してもインフルエンザにかかることがあります。しかし、ワクチンを接種しておけば、インフルエンザにかかっても軽くすむことが多い、ということが知られています。その効果は総じて約6～7割といわれます。



●ワクチン接種を受けるべき人は？

インフルエンザにかかると重症化する可能性の高いグループを「ハイリスク群」と呼びます。このグループに入る方はリスクを少しでも軽減するために、ワクチン接種を受けるようにするといでしょう。

3

かかったら早めに受診

「かかったかな」と思ったら、早めに受診しましょう

高熱や筋肉痛、悪寒など、「インフルエンザ」と思われる症状が出たら、早めにお医者さんへ。迅速診断キットを使ってインフルエンザかどうか診断することもあります。

●早めに抗ウイルス薬を使えば、軽くてすむ

インフルエンザには抗ウイルス薬が有効です。この薬はウイルスの増殖を抑え、症状を軽くすると同時に病気の期間を短くします。とくに症状が出てから48時間以内に使うとより効果が高いので、早めの受診がすすめられます。

近年、抗インフルエンザウイルス薬（タミフルなど）の使用によって、異常行動がみられるかどうか問題になっています。この問題の詳細は検討中ですが、国内では、異常行動の発生が多く、一方、インフルエンザによる重症化の割合が低い10代でのタミフル使用を制限するという慎重な判断がだされました。ただし、インフルエンザという病気そのものが異常行動の原因となることがあるので、薬を使用する、しないにかかわらず、インフルエンザにかかった小児、若者の経過はよくみるようにしてください。



●十分に休養をとる

まず安静にして休養をとりましょう。とくに睡眠を十分にとることが大切です。食事は消化のよいものを取り、水分を十分に補給してください。

熱が下がったあと2日間はインフルエンザをうつす可能性がまだあります。登校は、この期間が過ぎてから、会社なども本当はきちんと休んだほうがいいでしょう。なお、新型インフルエンザにかかった場合、厚生労働省では2週間程度の外部からの隔離を求めています。

安全・快適に温泉を楽しむ

多忙で疲れがたまっているとき、気分転換をしたいとき、温泉が恋しくなる人は多いはず。温泉地で過ごすことは、湯の成分による効用だけでなく、心と体を元気にする効果もあります。

温泉を安全・快適に楽しむ方法を紹介します。



温泉地の早朝は最も救急車の出動率が高い

血圧は早朝に上昇し、午前4時から午前8時ごろは、脳卒中や心筋梗塞が起こりやすい時間帯です。しかも、深夜には入浴する人が少ないため、朝の湯温は1日の中で最も高くなっています。

血圧の高い人や高齢の人は、早朝からの入浴は避けましょう。



何度も入浴する「欲湯」は禁物

はりきって温泉地に着いた日からいきなり何度も入浴すると、2～3日目ごろから疲労、倦怠感、便秘や下痢などの症状が出てきます。

温泉地に着いた当日と翌日は入浴回数を1日1回～2回ぐらいにして、3日目から3～4回ぐらいに増やしていきましょう。

食事の直前直後は控え入浴後は水分補給

食事の直前や直後の入浴も好ましくありません。

入浴すると、お湯の温熱作用によって皮膚の血管が拡張するため、血液に皮膚が集まります。そのため、胃腸の血液が奪われて働きが悪くなり、消化不良を起こしやすくなります。食後30分～60分たってから入浴をおすすめします。

熱があるときは入らない 高齢者は一人で入浴しない

熱が高くなっているときは、病気の急性期ですから入浴は控えましょう。熱が下がって風邪が治りかけているときは、入浴して構いません。

温泉の風呂場は、真水よりもすべりやすいため、足元がふらつきやすい高齢者は必ず家族や仲間と一緒に入浴しましょう。