

すこやかライフを応援！

健保だより

〒105-0003

東京都港区西新橋1-10-2(住友生命西新橋ビル5階)

TEL (03)3595-6082 FAX (03)3595-6099

<http://www.kline-kenpo.or.jp/>

(参照にはID・パスワードが必要です)

平成 26 年

9 月

No.112

CONTENTS

- 1 Pick up 今月号のお得情報！
- 2 データヘルス計画いよいよ始動！
- 4 歯科健診についてのお知らせ
- 5 備えて安心 インフルエンザ
- 6 平成 25 年度決算報告／公示
- 8 電話介護相談

川崎汽船健康保険組合

Pick up

今月号のお得情報！

被保険者・
被扶養者

お口のなかも
メンテナンス！

歯科健診

基本は無料

巡回型歯科健診でカバーできない場合は

3,000 円までの補助あり

→詳しくは 4 ページ

被扶養者

ハイシーズン前に
備えて安心！

インフルエンザ予防接種補助

1,500 円

→詳しくは 5 ページ

もう活用してる？

健診結果から、今とるべき行動をナビゲート

なりたい自分WEB

ダイアリーへの記録 + 健診結果入力 で
プレゼントをGET!

※ダイアリーへの記録にはマイページへの登録が必要です(登録・利用料無料)

参加賞

電子体温計

ダイアリーを記録した方

達成賞

タニタ食堂のレシピ本をいずれか 1 冊

- ◆ 丸ノ内タニタ食堂
- ◆ 体脂肪計タニタの社員食堂
- ◆ 続・体脂肪計タニタの社員食堂

ダイアリーを記録+健診結果を入力した方

応募方法

当健保組合公式サイトのトップ画面の
「健保からのお知らせ」をご参照ください。

まずは
健保のサイトを
Check

川崎汽船健保公式サイト

川崎汽船健保

検索



ここを
クリック!



ID・パスワード：保険者番号(保険証に記載されている8桁の数字)

※一部画面の仕様が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。



キーワードは ● 健康力アップ ● 医療費適正化 ●

“データヘルス計画”いよいよ始動!

働き盛りを中心に増えている、糖尿病や高血圧などの生活習慣病。

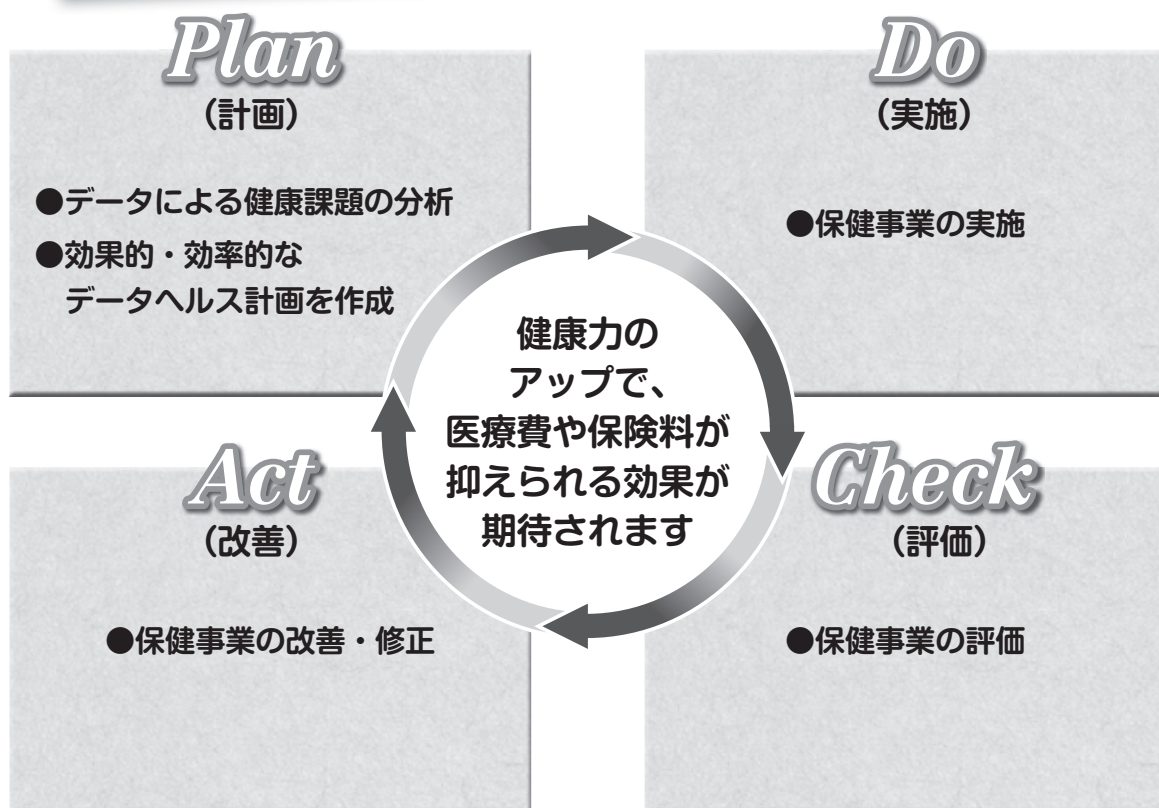
誰もがいきいきとすこやかであり続けるためには、
健康への課題を明確にすることが大切です。

平成27年度に、スタートする“データヘルス計画”。

当健保でも、健診データや医療費などの情報を分析し、

より効果的な保健事業を実施するためのプランを策定します。

データヘルス計画にはどんなメリットがあるの？



保健事業って何？

病気の予防や早期発見のための事業です。例えば「特定健診・特定保健指導」「人間ドック」などを実施するほか、健康・体力づくりのための「体育奨励」、リフレッシュのための「保養所」利用のご案内なども行っています。

健保組合の特性に合わせたプランを定めます！

データヘルス計画は、
厚労省が定めた「保健事業実施指針」に基づき、
健保組合ごとの特性に応じてプランを定めます。
当健保では、
特に『重症化予防対策』に
取り組むことを検討中です。

元気な毎日！



将来的な生活習慣病を予防

- 生活習慣改善のための情報提供
機関誌「笑顔」（年3回・被保険者に配布）
最新情報随時更新「健保ホームページ」
- 特定保健指導の実施
- キャンペーン・イベントの開催
「なりたい自分 WEB」の活用で健康力を高める

リスクに応じた重症化予防

- データから対象者を抽出し、
保健師等による個別指導を実施



健康への意識を高める情報提供

- 健診率を高めるための受診勧奨 PR
「家族健診（イーウェルと日本健康増進財団に委託して実施）・人間ドック」
「特定保健指導（全国訪問健康指導協会に委託して実施）」
- 健康相談
「電話健康相談」



医療費抑制のための施策

- 医療費・保険給付通知、
ジェネリック差額通知の発行



上記の保健事業は、現在、当健保で実施しているものの一例です。

保健事業の詳細は、
健保ホームページをご覧ください

<http://www.kline-kenpo.or.jp/>

川崎汽船健保

検索

歯科健診についてのお知らせ

毎年恒例の被保険者が対象の各事業所での巡回型歯科健診に加え、今年も被保険者および被扶養者が対象の歯科健診センターを通した医療機関での無料健診を実施しておりますので、以下ご参照ください。

①巡回型歯科健診（各事業所）

各事業所の健診会場にて実施しますので、出張等でやむを得ない場合を除き極力受診いただきますよう、ご協力をお願いします。当日、受診票に健康保険証の記号・番号を記入していただきますので、必ず保険証をご持参ください。スケジュールは右記をご覧ください。



7月24日	(木)	全日	㈱ケイラインジャパン本社
7月25日	(金)	午前	㈱KMDS（横浜）
		14：30～	日本高速輸送㈱本社（大井）
7月29日	(火)	全日	㈱ケイラインビジネスシステムズ
9月2日	(火)	午前	日東物流㈱本社
9月3日	(水)	午前	神戸ペイント㈱土山工場
9月4日	(木)	午前	日東物流㈱（大阪物流センター）
9月5日	(金)	午前	㈱ケイラインジャパン名古屋支店
9月18日	(木)	全日	川崎汽船㈱本社
9月19日	(金)	全日	川崎汽船㈱本社
9月25日	(木)	全日	川崎近海汽船㈱本社
10月7日	(火)	午後	㈱ケイラインジャパン大阪支店
10月8日	(水)	午前	日東物流㈱水島支店
10月9日	(木)	午前	㈱シーゲートコーポレーション広島本店
10月10日	(金)	午前	日東物流㈱六甲ターミナル

②無料歯科健診（歯科健診センターを通した近隣の医療機関）

1	本人または被扶養者が当健保ホームページより、WEBの「歯の予防健診のご案内」にて希望日の一週間前までに申し込みを行う。 http://www.ee-kenshin.com/m/kawa-kisen/ ◎当健保ホームページ→保健事業のご案内→病気の予防と健康づくり→歯科健診
2	歯科健診センターが希望の契約歯科医院と合わせて、健診日時を決定する。
3	歯科健診センターから申込者にe-mailで「歯科健診ご案内書」が送付される。
4	受診希望者は健診日当日、「歯科健診ご案内書」を持参して、直接指定された歯科医院に行き受診する。

※なお、受診希望者から契約歯科医院へ直接申し込む事はできませんので、ご注意ください。

③費用補助型歯科健診

①の巡回型健診でカバーできない事業所においては、事業所が契約する近隣の医療機関にて健診を実施する場合は、健保組合から一人当たり3千円までの補助をしています。詳細は各事業所までお問い合わせください。

毎年必ず
流行する!

備えて安心 インフルエンザ

インフルエンザといえば、毎年 500 万人以上がかかる国民的な感染症です。
流行規模の大きさや、ピークのずれはあるものの、毎年必ず流行します。
日頃からできる備えは万全にし、流行のシーズンを乗り切りましょう。

インフルエンザが 流行する時期は？

例年 12 月～3 月頃に流行します。

インフルエンザの 予防接種はいつする？

ワクチン接種による効果が出現するまでに 2 週間程度を要することから、毎年 12 月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

インフルエンザの 予防接種はなぜするの？

3 つの大きな理由があります。

- ① インフルエンザにかかるリスクを軽減
- ② 仮にかかっても重症化させない
- ③ 周囲にうつさない
(流行を最小限に防ぐ)

※インフルエンザは任意の予防接種です。接種を受ける場合は、医師から十分な説明を受けて判断してください。

日常でもしっかり感染予防

- ◆ 休養と栄養を十分にとる
- ◆ 室内を適度な温度・湿度 (50～60%) に保つ
- ◆ 1 時間に数回は部屋の換気をする



- ◆ 外出後は手洗いとうがいを忘れずに
- ◆ 人ごみではマスクを着用する
- ◆ 咳エチケットを守る



- ◆ 「かかったかな？」と思ったら、医療機関に連絡を入れた上で受診を
- ◆ かかったら、安静にして、睡眠と水分を十分にとる

当健保では、インフルエンザ予防接種補助対象を“被扶養者全体に拡大”

対 象 者：全ての被扶養者

対 象 期 間：平成 26 年 10 月 1 日から 12 月末までの接種分まで

補 助 内 容：1,500 円 (税込、期間内 1 人 1 回まで)

※申請により自己負担した金額に対し、上記を上限に補助

申 請 方 法：当健保公式サイトから申請書をダウンロードしてご利用ください。

※健保公式サイトをご利用できない場合は、所属事務所の健保担当者に申請書のダウンロードを依頼してください。

申請について：領収書 (原本) の添付が必要です。

★詳細は当健保公式サイトをご参照いただき注意事項は必ずご一読ください

川崎汽船健保公式サイト

<http://www.kline-kenpo.or.jp/> 川崎汽船健保

検索

ID・パスワード：保険者番号
(保険証に記載されている 8 桁の数字)

平成 25 年度 決算報告

平成 26 年 7 月 11 日開催の第 68 回組合会において
平成 25 年度の収支決算および事業報告が承認されました。

○収支決算のあらまし

収入面については、保険料率の値上げ及び加入事業者数増加に伴う被保険者数の増加のため、保険料収入は383百万円の大幅増加となりました。一方、支出面については、保険給付費が8百万円の微増に留まった反面、納付金が187百万円の大幅増加となりました。保健事業費は9百万円の減少となりました。その結果、経常収支は43百万円の黒字を計上し、総収支も前年度繰越金及び積立金の取崩し等により157百万円の黒字を計上しました。総収支戻の157百万円の処分は、次年度（平成26年度）の繰越金として141百万円、別途積立金への積立金として16百万円としました。

一般保險（經常收支）

収 入		(単位：百万円)
項 目	金 額	前年増減
一 般 保 険 料 (除く調整保険料)	1,793	384
そ の 他	27	9
経 常 収 入 計	1,820	393
積 立 金 繰 入	29	▲ 210
その他（経常外）	114	61
収 入 合 計	1,963	244

支 出		(単位：百万円)	
項 目	金 額	前年増減	
保 険 給 付 費	879	8	
納 付 金	751	187	
保 健 事 業 費	78	▲ 9	
事 務 費	67	0	
そ の 他	2	1	
経 常 支 出 計	1,777	187	
その他（経常外）	29	2	
支 出 合 計	1,806	189	

平成 25 年度 決算残金処分 (単位: 百万円)

項 目	金 額	前年增減
準 備 金	16	16
次 期 繰 越 金	141	67

介護保険（経常収支）

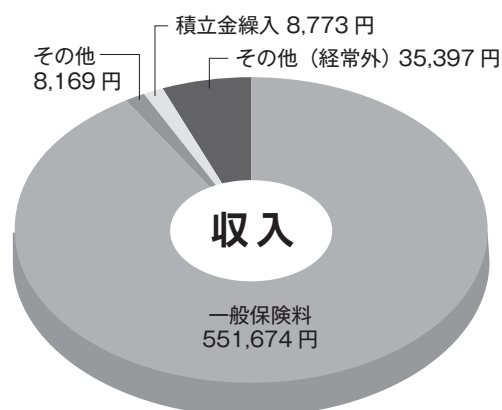
収 入		(単位：百万円)	
項 目	金 額	前年増減	
介 護 保 険 料	117	▲ 7	
繰 越 金	1	▲ 5	
準 備 金 繰 入	19	18	
収 入 合 計	137	6	

支 出		(単位：百万円)	
項 目	金 額	前年増減	
介 護 納 付 金	136	7	
支 出 合 計	136	7	

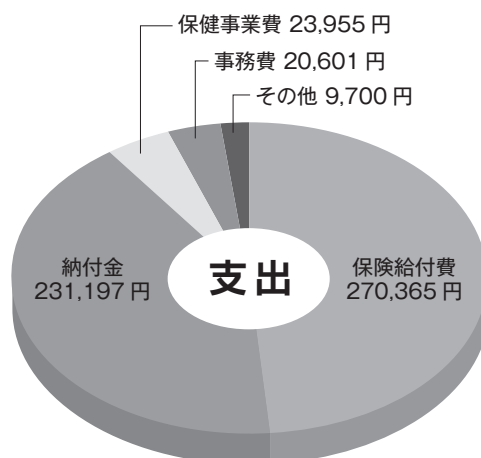
(单位:百万円)

項 目	金 額	前年増減
準 備 金	0	0
次 期 繰 越 金	1	▲ 1

一般保険（被保険者一人当たり）



収入合計 604,013 円



支出合計 555,818 円

○組合財産

一般保険では収入と支出をバランスさせるために別途積立金から2千2百万円を取崩した結果、別途積立金の残高は3億2千万円となり、準備金の4億6千万円と合算した平成25年度末の合計額は7億8千万円となりました。一方、介護保険も収入と支出をバランスさせるために1千9百万円を取崩した結果、介護準備金の残高は3千7百万円となりました。

【法定準備金、積立金の推移】

（単位：百万円）

	平成 22 年 3 月末実績	平成 23 年 3 月末実績	平成 24 年 3 月末実績	平成 25 年 3 月末実績	平成 26 年 3 月末実績
法 定 準 備 金	459	459	459	459	459
別 途 積 立 金	683	625	555	343	321
合 計	1,142	1,084	1,014	802	780
前 年 増 減	0	▲ 58	▲ 70	▲ 212	▲ 22
介 護 準 備 金	67	67	67	56	37
前 年 増 減	0	0	0	▲ 11	▲ 19

公 示 情 報

●互選議員・選定議員の辞任に伴い、所定の手続きを経て下記の方が互選議員・互選理事・選定議員にそれぞれ就任されました。

職務	就任日	新任者（所属事業所）	前任者（所属事業所）
互 選 議 員	平成 25 年 10 月 1 日	高 畑 和 康 （川崎汽船株）	床 並 喜 代 志 （川崎汽船株）
互 選 議 員	平成 25 年 10 月 1 日	藤 川 淳 （川崎汽船株）	福 島 則 行 （川崎汽船株）
互 選 理 事	平成 25 年 10 月 1 日	高 畑 和 康 （川崎汽船株）	床 並 喜 代 志 （川崎汽船株）
選 定 議 員	平成 26 年 6 月 1 日	板 垣 行 彦 （川崎汽船株）	柳 川 高 史 （川崎汽船株）

電話介護相談

介護のお悩み

突然介護が必要になったとき、混乱し、不安な気持ちに駆られることでしょう。

介護は家族だけで抱え込まずに、支援ツールの一つとしてぜひご利用ください。介護する方の気持ちが少しでも楽になるよう、また、気持ちの切り替えができるようお手伝いさせていただきます。

365日・24時間
いつでも安心

通話料・相談料は無料

電話介護相談は、外部機関（保健同人社）に委託して開設されています。

どなたでも通話料・相談料ともに無料でご利用いただけます。

ご相談をお受けするのは、保健師・看護師を中心とした経験豊富な専門職。医師との直接相談も可能ですので、安心してご相談ください。

お一人で悩まずに、些細なことでもお電話ください。

365日、24時間開設していますので、困ったときにはお気軽にご相談ください。

介護保険の仕組みに関することや介護状態になった場合のケアの実際など、あらゆるご相談に対応します。

こころとからだの健康相談



0120-031-199

※携帯電話・PHS・IP電話からのご相談をご希望の場合には
03-3234-0099
(通話料は発信者負担)

こころとからだの相談ポータルサイト

『健康・こころのオンライン』

<https://www.healthy-hotline.com/>

ログインID：保険者番号（保険証に記載されている8桁の数字）



ケータイ・スマホ用
アクセスQRコード

本サービスは株式会社保健同人社に委託し、ご相談内容などの個人情報の取り扱いを厳重に管理しておりますので、ご安心してご利用ください。