

印刷けんぽ

ニュース No.189

全国印刷工業健康保険組合
東京都中央区新川1-5-13
☎03-3551-9301
令和元年11月22日発行

<http://www.insatukenpo.or.jp>



● ● ● 知っ得!! 健康情報 ● ● ●

25歳以上の

3人に1人は歯周病が進行中※

※平成28年歯科疾患実態調査結果の概要（厚生労働省）より



毎日歯磨きをしてたから、
歯医者さんに行くのを
さぼっちゃった…

歯周病は



- ・ 自覚症状なく
- ・ 毎日歯磨きをしてても
- ・ 電動歯ブラシを使っても
- ・ どんな歯みがき粉を使っても

進行し、歯を支える**骨を溶かします**。

支えをなくした**歯が抜けてしまう**ことも。

歯周病の早期発見・治療のため、**半年に一度は歯科を受診**しましょう。
歯周病の治療は、**毎日の丁寧な歯みがき**と**歯科での治療**がどちらも
欠かせません。

無料電話相談 こころの相談ネットワーク
☎0120-681-199

携帯電話からご利用いただけます。
利用時間 月～金 9:00～21:00
土曜日 10:00～18:00
※日・祝日、1月1日～3日は利用できません。



Web サイト こころのオンライン

PC・スマートフォン版サイト：
<https://www.healthy-hotline.com/>
携帯版サイト：
<https://www.healthy-hotline.com/m>
ログインID：健康保険証に記載されている
「0」から始まる8桁の保険者番号

スマートフォン
・ケータイ用



※パケット通信料は
利用者負担

東振協主催 一日介護・健康講座

「いざ介護」という事態に備えて、知っておきたい正しい介護の知識と寝たきりにさせない介護技術を体験していただくとともに、認知症の理解と対応について学ぶ「一日介護・健康講座」が開催されます。

開催日	会場名	所在地	コース
1/18(土)	大宮ソニックシティ	さいたま市大宮区桜木町 1-7-5	介護健康
1/26(日)	専売ビル	港区芝 5-26-30	認知症介護
2/1(土)	日本交通協会	千代田区丸の内 3-4-1 新国際ビル9階	認知症介護
2/2(日)	損保会館	千代田区神田淡路町 2-9	介護健康
2/8(土)	中野サンプラザ	中野区中野 4-1-1	介護健康
2/15(土)	TKP 千葉駅東口 ビジネスセンター	千葉市中央区新町 1-20 江澤ビル4階	認知症介護
2/16(日)	ワークピア横浜	横浜市中区山下町 24-1	介護準備
2/19(水)	健保連 東京連合会	新宿区四谷 1-1-2	介護準備
2/22(土)	損保会館	千代田区神田淡路町 2-9	認知症介護

【受講料】 無料
 【定員】 各会場 80名(大宮ソニックシティ、中野サンプラザは70名)
 【開催時間】 受付・・・9時30分
 講座・・・10時～16時
 (ワークピア横浜、健保連東京連合会は15時まで)



【申込方法】 (1)FAX 又は郵送申込み
 「一日介護・健康講座受講申込書」を郵送又はFAXにより申込む。
 (2)WEB 申込み
 東振協ホームページの一日介護健康講座のページより申込む。
 【申込締切】 令和元年11月29日(金)
 【抽選日】 令和元年12月13日(金)
 抽選結果は申込者全員に郵送にて通知されます。
 【留意事項】
 ・昼食をご用意いたします。
 ・介護健康コースは体験実技があるため、動きやすい服装でご参加ください。



※詳細は、東振協及び印刷健保ホームページをご覧ください。
 【お問合せ先】 保健推進課 (内線 501～505)

現金給付 年内のお振込みについて

年内にお振込みできる現金給付は、次の通りです。

- 高額療養費・一部負担還元金・家族療養費付加金
12月2日(月) 受付分までを支給決定します。
※ただし、9月診療分までで医療機関からのレセプト(診療報酬明細書)が確認できるものに限りです。
- その他
 (傷病手当金、出産手当金、出産育児一時金等、埋葬料等、療養費)
12月3日(火) 受付分までを支給決定します。
 現金給付には時効(2年)があります。申請漏れにご注意ください。

【お問合せ先】 給付課 (内線 331～337)

令和元年度 東京総合健保 ミニマラソン大会の中止について

東京総合健保ミニマラソン大会については、一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会(東振協)の主催により開催されてきたところです。
 しかしながら、今年度につきましては2020年東京オリンピック・パラリンピック大会の開催に伴う改修工事等により開催会場の確保が困難なことから、開催を中止することとなりました。
 何卒、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。
 【お問合せ先】 保健推進課 (内線 501～505)

健保推進委員会及びヘルスプラン研修会を開催しました

10月18日(金)、全印健保会館において、健保推進委員会及びヘルスプラン研修会を開催しました。
 健保推進委員会では、健康保険組合をめぐる情勢及び平成30年度決算等について、健保推進委員の皆様にご説明いたしました。
 また、ヘルスプラン研修会では、株式会社保健同人社より大谷裕氏(臨床心理士、シニア産業カウンセラー)をお招きし、「職場のハラスメント対策推進セミナー～パワハラ防止義務化に向けて～」と題してご講演いただきました。
 出席者からは、「現在直面している事例に近い話もあり、非常に参考になりました」「今まで何となくの知識を整理することができました」などの感想をお寄せいただきました。
 研修会の内容を、事業所においてお役立ていただければ幸いです。



【お問合せ先】 保健推進課 (内線 501～505)

12月は保険料完納強調月間です

印刷健保では、毎年12月を保険料完納強調月間に設定し、保険料の期限内納付の推進を強化しております。

滞納者への対応

保険料が未納で再三の督促にも応じていただけない場合は保険料負担の公平性を確保するため、法律に基づいて財産調査などを行い、差押などの滞納処分を行う場合があります。

納付には便利な口座振替制度を

口座振替納付をご利用いただくと、金融機関等への保険料を納めに行く手間と時間が省けます。また自動引き落としになりますので、納め忘れの心配がなく、大変便利です。
 指定金融機関等の口座から、毎月1日(土日祝日の場合は翌営業日)に引き落としとなります(振替できなかった場合、再振替はありません)。

【お問合せ先】 徴収課 (内線 321～322)

保健師・管理栄養士による 無料健康相談

保健師・管理栄養士が事業所に赴き、会議室等で20分程度の個別相談を行います。
 健診結果などから、生活習慣の改善方法を話し合い、受診が必要な方にはお声かけします。



健康診断の結果と食事の写真を持ってきました。

【お問合せ先】
 保健推進課 (内線 506～508)
 E-mail : kenkousoudan@insatukenpo.or.jp

