

# 印刷けんぽ

ニュース No.197

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3年7月1日発行

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



● ● ● 知っ得!! 健康情報 ● ● ●

## 健診日までの準備が大切です【お願い】

印刷健保の皆さんの健診結果を見ると、**4人に1人**が健診前の飲食禁止を守れていないようです。その影響で『治療が必要』『保健指導』などに該当するのは残念なことです。正しい結果を得るにはどうすれば良いのか、皆さん、知識をシェアしましょう。



健診日  
約1カ月前

- 各自、健診日を確認しましょう。

前回の課題(体重など)はクリアできましたか？飲み疲れしていませんか？

健診日  
前日

- アルコールは飲まない。検査前10時間は飲食禁止です。

いつも飲んでいる人も**禁酒**です。

夕食や用事も、あらかじめ日時調整を。



健診当日の朝

- コーヒー、ガム、アメ、ゼロ飲料など全て飲食しません。

たったひと口でも**血糖・中性脂肪**は**上昇**します。

タバコもご遠慮ください。



※高血圧などの薬を処方されている方は、薬を飲むかどうか前もって主治医に確認してください。

約1カ月後

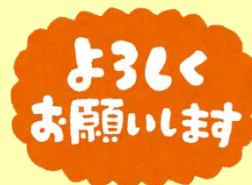
- 健診結果がお手元に届きます。

基準値は超えていませんか？深刻な状況になる前の対応をお願いします。

### 【職場の健康管理ご担当者様へ】

健診日程が決まりましたら、速やかに受診者にお知らせください。

検査精度を保持するため、健診当日の朝の飲食禁止など声かけもお願いします。



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



※通信料は利用者負担

# 印刷健保ではオンライン資格確認の本格運用に向けて準備を進めております



オンライン資格確認については、政府の骨太の方針 2019 において「2021 年 3 月から本格運用する」とされており、印刷健保でも本年 3 月に発行した機関誌等を通じお知らせしてきました。しかし、新型コロナウイルスの影響等によるシステム改修・設備の調達遅れや、データの正確性を確保するために時間を要することなどから、本格運用は薬剤情報の閲覧開始を予定している 10 月まで延期することとなりました。

## マイナンバーカードが被保険者証として利用できます

マイナンバーカードは、ご自身でマイナポータルを通じて初回登録を行うことにより、被保険者証として利用することができます。

ただし、本格運用まではマイナンバーカードに加え、被保険者証（高齢受給者証、限度額認定証等が発行されている場合はその証書）を持参する必要があります。オンライン資格確認を実施している医療機関は、厚生労働省 HP（[https://www.mhlw.go.jp/stf/index\\_16743.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16743.html)、または右に掲載のQRコード）に掲載されておりますので、事前にご確認ください。



厚生労働省HP

## 印刷健保への各種届出は 5 日以内をお願いします

オンライン資格確認は事業主より届け出いただいたマイナンバーを利用した情報連携により、医療機関及び薬局がオンラインで患者情報を照会し、保険診療を行います。印刷健保でもシステムの安定運用に向け、保有情報の確認や修正を順次行っておりますが、システムの運用にあたっては、情報の正確性や迅速性が重要となります。



つきましては、健康保険の手続きは法令により 5 日以内と定められており、入社や退職、ご家族の異動等の届出はお早めをお願いいたします。併せて、従業員及びご家族のマイナンバーの届出もお忘れなきようお願いいたします。

## 令和 2 年 11 月より健康保険組合においても電子申請の受付を開始しました

健康保険の一部手続きに電子申請が導入され、令和 2 年 11 月より印刷健保でもマイナポータルを通じたオンラインの届出が可能となりました。

電子申請は、会社で使用している人事給与システムを利用して行うこととなりますので、システムベンダーによるシステム改修が必要となります。なお、人事給与システムが未対応の場合、日本年金機構の届出作成プログラムによる電子媒体の申請も可能です。

電子申請の認証にGビズ ID 等の電子証明が必要となりますので、各種手続きについては日本年金機構 HP（<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>、または右に掲載のQRコード）をご確認ください。



日本年金機構HP

### 保健師・管理栄養士による 無料健康相談（オンライン面談）

皆さんの健康づくりをお手伝いします♪  
健康管理ご担当者様からのご連絡をお待ちしております。

【お問合せ先】

保健推進課（内線 506～508）

E-mail : kenkousoudan@insatukenpo.or.jp

コロナ禍においても、安心してできるようにオンライン面談を始めました。



- 定期健康診断後の事後フォローのお手伝い
  - 健診結果の見方を知りたい
  - 健康について気になることがある
  - 健康的なダイエットにチャレンジしたい！
- などなど