



オークマ健康保険組合員限定で 夏休みにエキシブのお部屋を確保しました！

当健保組合員限定で下記のホテルのお部屋を確保しております！お申込方法をご確認のうえ
エントリー下さい！

対象日	7/25 (水)	7/26 (木)	7/27 (金)	8/11 (土)	8/12 (日)
ホテル	蓼科 [2室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,500円	蓼科 [2室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,500円	軽井沢 [2室] 和洋室 or 洋室 (5名 or 2名定員) 1室 10,000円	鳥羽 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 8,000円	鳥羽 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 8,000円
	箱根離宮 [2室] 和洋室 【禁煙ルーム】 (5名定員) 1室 15,000円	箱根離宮 [2室] 和洋室 【禁煙ルーム】 (5名定員) 1室 15,000円	伊豆 [2室] 和洋室 (5名定員) 1室 9,000円	鳥羽アネックス [1室] 洋室 【禁煙ルーム】 (2名定員) 1室 10,000円	鳥羽アネックス [1室] 洋室 【禁煙ルーム】 (2名定員) 1室 10,000円
	京都八瀬離宮 [2室] 和洋室 (5名定員) 1室 12,000円	鳴門 [2室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,500円	白浜アネックス [2室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,500円		

※特別企画のため、お申込方法はFAXかメールでの受付となっております。(金額はお部屋代金です)

お申込期間	平成24年6月13日(水)～6月20日(水)
お申込方法	<FAXでのお申込みをご希望の方> 右面の予約申込書(FAX用紙)の備考欄に「 ブロックルーム希望 」(※注)と必ずご記載下さい (ご記入いただけない場合、通常の予約処理がされてしまう場合がございます) <メールでのお申込みをご希望の方> E-mail: hidefumi.iwasaki@rt-group.jp までFAX用紙と同内容をお知らせ下さい
ご回答	FAXの方はFAX、メールの方はメールにてリゾートトラストから回答させていただきます
ご回答日	平成24年6月22日(金)
その他ご案内	・お申込みが集中した場合には、抽選とさせていただきます ・上記の料金はお部屋代金のみとなっております お食事(夕食・朝食)をご希望の場合は、別途料金が発生いたします
お問合せ	リゾートトラスト株式会社 名古屋営業部 担当:岩崎 TEL:052-218-8644 FAX:052-218-8744

※注 ブロックルーム:当健保組合であらかじめ確保している部屋のことをいいます。

リゾートトラスト 予約申込書

— F A X 送 信 先 —

リゾートトラスト株式会社 名古屋営業部
 予約センター 担当 岩崎 秀史
FAX : 052-218-8744
 TEL : 052-218-8644

※私は「個人情報の取扱いに関する規程」に同意の上、申込みをします。
 又、下記情報は利用管理の為、**オークマ健康保険組合**に提供されることに同意します。
 「個人情報の取扱いに関する規程」については、リゾートトラスト株式会社
 のホームページをご覧ください。[http://www.resorttrust.co.jp/]

■太枠内をご記入下さい。 電話での回答を希望される場合は → **回答先FAX** この欄にその旨をご記入下さい。

申込日	年 月 日	
会員No.	MRP 44-5-61-07-76	
会員名	オークマ健康保険組合	
会社名		
部署名		
申込者名		
保険証番号	記号	
	番号	
TEL		
回答先FAX		

ご希望日	第1希望	年 月 日 () ~	月 日 ()	泊
	第2希望	年 月 日 () ~	月 日 ()	泊
	第3希望	年 月 日 () ~	月 日 ()	泊
ホテル名	第1希望		第2希望	
	第3希望		第4希望	
代表者名	(フリガナ)	年齢	緊急連絡先(TEL) (携帯・会社・自宅)	
		歳		
ご宿泊人数	大人(男性) 名	大人(女性) 名	合計人数 名	
	子供 名	添寝幼児 名	客室数 室	
【添寝幼児】・・・寝具をご利用にならない5才以下のお子様の人数をご記入下さい。				
交通手段	車 () 台 ・ 鉄道 ・ その他 ()	到着時間	頃	
	【車の台数】・・・ホテルによって駐車場の予約が必要であったり、台数に限りのある場合もございますので必ずご記入下さい。			
レストランのご予約 ※必ずご記入下さい	■ 1泊目		■ 2泊目	
	ご夕食	(レストラン名)	ご夕食	(レストラン名)
		円 × 名		円 × 名
	ご朝食	和食 ・ 洋食 ・ バイキング	ご朝食	和食 ・ 洋食 ・ バイキング
		その他 ()		その他 ()
		円 × 名		円 × 名
※レストランやお食事料金は、下記のWEBサイトにてご確認下さい。				
[WEBサイト] http://xiv-sun.resorttrust.co.jp/ (専用ID: okumakenpo)				
備考	<<リゾートトラスト回答欄>>			
※ご予約が確定した場合は、予約番号をご連絡いたします。				

※「予約申込書」はコピーして使用下さい。

40歳から74歳までの被扶養者のみなさん！

年1回の『特定健診』をぜひ受診下さい!!

6月下旬に健保組合から平成24年度の特定健診の案内を送付いたします。特定健診を毎年受けることで、健康状態の変化がわかりますので、継続して受診し、健康状態をチェックしましょう。

■ 特定健診（特定健康診査）とは？

平成20年度から平成24年度までの5年間で第1期とし、国の主導のもと始まった制度です。40歳以上74歳以下のご本人（被保険者）およびご家族（被扶養者）を対象とした健診で、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の発症や重症化の予防を目的としています。

また、メタボリックシンドローム（※）に着目し、「特定保健指導」を必要とする、生活習慣病の発症リスクが高い人を選び出すためのものでもあります。

健診の受診率が低いと国に納める納付金（後期高齢者支援金）が増額される可能性があり、結果として健康保険料の値上げにもつながります。

※メタボリックシンドローム

内臓脂肪型肥満と糖質や脂質などの代謝異常、または高血圧が合併した状態のこと

■ 特定健診のメリットとは？

①生活習慣病の早期発見・予防

生活習慣病を進行させる、血液や血管のダメージ状態をチェックできます。さらに毎年の健診結果を比較することで健康状態の変化がよりわかりやすく確認できます。

②医療費の余分な支出を防止

一旦、生活習慣病にかかってしまうと、通院や入院などで医療費も高額となり、直接、家計を圧迫します。特定健診はそうしたリスクを低くする効果もあります。

③病気の予防をサポート

生活習慣病の発症リスクが高い人には、「特定保健指導」が行われ、その人に合った取組方法を専門家と相談しながら、生活習慣の改善を支援していきます。

■ 受診方法は？

ご本人（被保険者）	会社の定期健診を「特定健診の受診」とみなします。別途、特定健診の受診は不要です。毎年確実に定期健診を受けましょう。
ご家族（被扶養者）	「特定健診受診券」（受診券）が健保組合から届いたら（6月下旬発送予定）、特定健診実施機関（健診機関）へ必ず予約をしてから受診して下さい。

特定健診の受診の手続きはご自身で

受診券には有効期限があります。毎年、有効期限が近づくと予約が集中して受診しにくくなっています。受診券の内容をお確かめの上、健診機関へお早めの予約・受診をオススメします。

受診手続など詳しくは、対象者にお送りします受診券に同封の「特定健康診査受診のご案内」をご覧ください。

受診券をお送りする対象者

- ・40歳以上74歳以下のご家族（被扶養者）
- ・任意継続被保険者

の方が対象となります。



① 共同巡回健診の受診も「特定健診の受診」とみなします。

② 特定健診は、メタボリックシンドロームの予防と改善を目的としていますので、健診項目は限られています。細部の健診をご希望の方は、別途、6月下旬に発送予定の「共同巡回健診」等をご利用下さい。

③ 特定健診の自己負担はありませんが、共同巡回健診は、自己負担（3,000円）が発生します。また、自己負担のオプション検査も可能です。自身の健康の為に、共同巡回健診か、特定健診のどちらかの受診をお願いします。

処方せんを持って薬局へ…薬代はジェネリック医薬品で減らせます！

医療費の約2割は薬代です。安くて効能・効果が先発医薬品（※）とほとんど変わらないジェネリック医薬品を選んで、医療費の削減にご協力をお願いします。

※ 先発医薬品…特許期間の切れる前の新薬

ジェネリック医薬品って？

ジェネリック（後発）医薬品とは、先発医薬品の特許が切れたあとに、同じ有効成分でつくられる薬のことです。

※なお、処方を希望しても、ジェネリック医薬品への変更ができない場合や、適さない場合もあります。

どうして安い？ 安全性は？

先発医薬品の成分を使用するため、ジェネリック医薬品は開発費がかからず、低コスト・短期間でつくることができます。新薬と同じ成分のため、新薬と効き目・安全性は同等です。

メリットは？

複数の薬や慢性疾患等で長期間の服用が必要なときこそ、ジェネリック医薬品による節約効果は大きくなります。

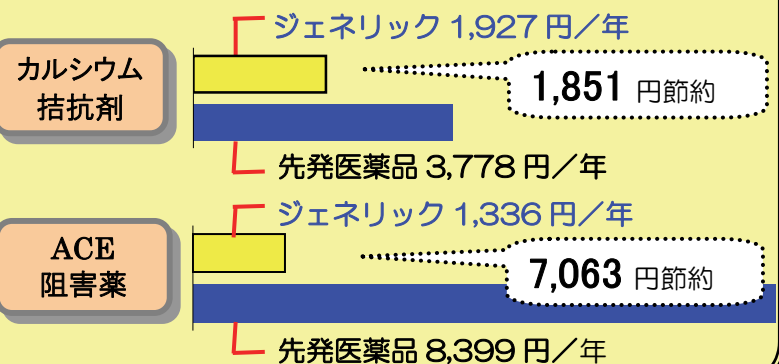
まずは、医師・薬剤師にご相談下さい。

～なるほど知っとく情報～ スイッチOTC医薬品とは？

処方薬に対し、薬局等で購入できる薬のことを「OTC（Over The Counter）医薬品」といいます。そのなかでも、従来は医師の処方でしか使えなかった成分を、薬局やドラッグストア向けに切り替えたものが「スイッチOTC医薬品」です。副作用を防ぐため、薬剤師への相談は必要ですが、医療機関を受診する手間がいらぬといったメリットがあります。

ジェネリック医薬品はこんなにお得！

(例) 高血圧症の薬
代表的な薬を1日1回、1年間服用（金額は薬代のみで3割負担の場合）



主催 健康保険組合連合会 愛知連合会

平成24年 春の健康ウォークが開催されました！！

4月7日（土）、春の健康ウォークが江南～岩倉で行われました。当日は岩倉の桜まつりが開催されたこともあり、多くの方が詰めかけました。当健保組合からも48組136人の健保組合加入者の方に参加いただき、ウォーキングを楽しんでいただきました。

当日は天候にも恵まれ、参加者は桜が満開の五条川沿いを歩き、ゴールの岩倉桜まつりの会場では、色鮮やかな鯉のぼりを洗う「のんぼり洗い」の実演を見学するなどしました。

今回参加されなかった方も、ぜひ次回（10月）ご参加下さい！

