

(ご家庭へ持ち帰ってみんなで読みましょう)



悩んでいませんか？ご活用下さい！

「からだところ」の健康相談窓口！

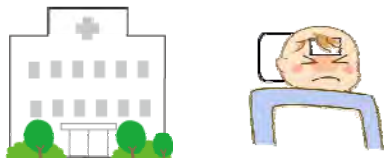
当健保組合では外部の専門会社（ティーペック株式会社）に委託し、電話による「からだところ」の健康相談窓口として、【ハロー健康相談24】と【こころのサポートシステム】を開設しています。プライバシーは厳守されるシステムになっており、相談内容が会社や当健保組合に知られることはありません。

【ハロー健康相談24】

このようなサービスが受けられます！

からだの相談

- 夜中に赤ちゃんが熱を出した時の対処について教えてほしい
- ケガの応急手当を教えてほしい
- 家族の介護のことで相談したい
- 夜間・休日などに受診できる医療機関を教えてほしい



健康相談 日常生活での「体の不調」や「健康保持・増進」に関する相談に応じます。

医療相談 病気に関する説明や治療・検査などについてアドバイスします。

介護相談 介護を受ける方、される方の様々な不安に対し、相談に応じます。

育児相談 妊娠・出産・育児などの相談に、わかりやすくアドバイスします。

医療機関情報 お住まいの近くの医療機関や専門外来などのご案内をします。



フリーダイヤル

0120-769-556

携帯電話・PHSからもご利用いただけます

受付時間／24時間・年中無休

【ハロー健康相談24】【こころのサポートシステム】は ティーペック株式会社に委託して行っています

経験豊かな医師、保健師、看護師などを擁したティーペックの相談スタッフが、年中無休体制で電話によるご相談に応じています。

健康・医療・介護・育児・メンタルヘルスなどに関するご相談にきめ細かくアドバイスします。



T-PEC

ドクター：内科・小児科・眼科・産婦人科・耳鼻咽喉科・歯科・海外感染症科など各科 **129名**

ヘルスカウンセラー：保健師・助産師・看護師・心理カウンセラーなどキャリアのある相談員 **199名**

オペレーター：36名

(平成26年2月27日現在)

【こころのサポートシステム】

こころの相談



- 人間関係で悩んでいて、精神的にまいっている
- 過去に体験したつらい事や、その場面が頭から離れない
- 部下や同僚に心の問題を抱えた社員がいて、どうしたらよいか悩んでいる
- 子供が心の問題をかかえているようで、どう接したらよいかわからない

このようなサービスが受けられます！

電話によるカウンセリング

専門のヘルスカウンセラーが「こころの悩み」をお電話でお受けします。

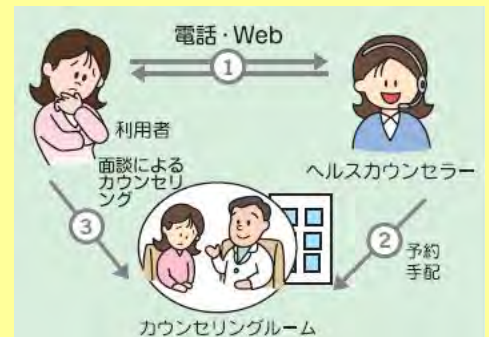


Webによるカウンセリング

専門のヘルスカウンセラーが「こころの悩み」をメールにてお受けします。
(返答は数日を要しますので、お急ぎの場合は電話によるカウンセリングをご利用下さい)

面談によるカウンセリング

日本全国47都道府県のカウンセリングルームにて面談によるカウンセリングを受けることができます。(年5回まで無料)
※医師による診察・治療ではありません



【面談によるカウンセリングのご利用に関して】

ご希望(場所・日時など)は下記の電話かWebでご連絡下さい。
ご希望を伺った後に、ヘルスカウンセラーの予約・手配が行われます。

- カウンセリングのご希望日時は、お電話の日から2週間後以降を目安として、第1希望～第3希望の日時をお伝え下さい。
- 調整には数日を要する場合があります。
- 場所や日時が確定しましたら、担当者よりお電話でお知らせします。
- カウンセリングに必要な利用券とその他の書類を、ご利用者のご希望の住所に送付します。
カウンセリング当日は、利用券と健康保険証(本人確認用)をご持参下さい。
- 2回目以降のカウンセリングはヘルスカウンセラーに直接予約ができます。



ティーベックカウンセリングルーム



フリーダイヤル

0120-769-556

携帯電話・PHSからもご利用いただけます
受付時間/9:00~22:00・年中無休

面談によるカウンセリング予約受付

受付時間/月~金 9:00~21:00

土曜日9:00~16:00(日曜/祝祭日12/31~1/3を除く)

面談によるカウンセリング Web 予約及び Web によるカウンセリング

URL: <https://t-pec.jp/websoudan/>

ユーザー名 okumakenpo パスワード 769556

ご利用に関して…

- ・ご本人と配偶者及び被扶養者の方々がサービスをご利用になれます。
- ・こころのサポートシステムのご利用に関しては諸条件があります。お電話でティーベックにお問合わせ下さい。
- ・国外の相談等はお受けできません。
- ・プライバシーは厳守されるシステムになっていますので、安心してご利用下さい。
ただし生命の危険等、守秘の限界を超えるとティーベックが判断した場合を除きます。



こんなときは、被扶養者(ご家族)の健康保険資格の取り消し手続きをお願いします！

被扶養者(ご家族)が就職したり、結婚された場合は、健康保険の扶養から外す手続きが必要となります。本来、被扶養者でない人が被扶養者として健保組合に残っていると、医療費負担はもちろん、国に支払う高齢者医療制度への納付金も、その人数分が負担増となります。健保財政への影響は大きく、結果的に健康保険料の引き上げを招くことにもなります。

みなさんの大切な健康保険料を有効に活用していくためにも、速やかに手続きをしていただきますよう、ご理解とご協力をお願いします！

例えば、このようなケースがあてはまります！

☑ 家族が就職したら



☑ 家族の結婚や離婚及び死亡した時



☑ 家族が収入オーバーになったら



パート等で年収が130万円以上
継続して見込まれる場合
(60歳以上及び身障者は180万円以上)
※年収にはアルバイト収入・年金・恩給なども含まれます

上記項目に該当する方は

事業所に勤務の方

被扶養者(異動)届、対象となる被扶養者の健康保険証を

各事業所の健保担当者に、異動が生じた日から5日以内に提出して下さい。

任意継続被保険者の方

被扶養者(異動)届、対象となる被扶養者の健康保険証を

健保組合に、異動が生じた日から5日以内に提出して下さい。

平成25年度インフルエンザ予防接種補助の締切が間近です！

平成25年度のインフルエンザ予防接種補助の締切は、平成26年3月10日(月)です。申請期限を過ぎて「インフルエンザ予防接種補助金申請書」を健保組合へ提出されても、補助金は支給できませんのでご注意下さい。



平成26年 春の健康ウォークご案内

日本の森林浴100選の森と城山公園桜まつりを巡るヒーリングウォークコース

健保連愛知連合会主催、「春の健康ウォーク」をご案内します。

開催年月日:平成26年4月5日(土) 雨天催行

受付:名鉄瀬戸線『尾張旭駅』駅前ロータリー

※午前8時30分から10時までにオークマ健保組合の受付までおいで下さい。
Quoカードと健保連の粗品を贈呈します。

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用下さい。

参加料:無料(交通費は各自負担)

持ち物:弁当、飲み物、雨具等(必要に応じ各自)

申込方法:①電話orメール(事業所名、職場名、被保険者氏名、参加人数、
電話番号(内線)をご連絡下さい)

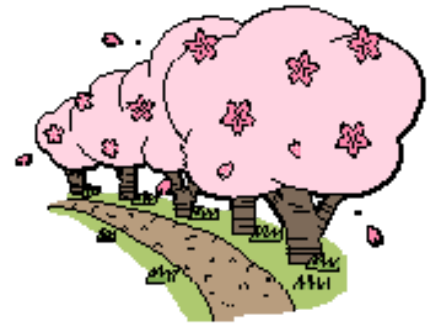
②下記の申込書の送付(FAX可)のいずれか

申込締切:3月7日(金)までに健保組合までお申し込み下さい。

申込担当:オークマ健康保険組合 尾池

電話:0587-95-0913(内線921-3085) E-mail:c-oike@okuma.co.jp

今回は尾張旭
~瀬戸です!



★コース案内 約10.0km 約2時間30分★

スタート 名鉄瀬戸線『尾張旭駅』
受付 駅前ロータリー

城山公園 (1.3km地点)

多度神社 (2.2km地点)

愛知県森林公園植物園 (3.5km地点)

愛知県森林公園一般公園 (6.0km地点)

ゴール 名鉄瀬戸線『新瀬戸駅』
駅前ロータリー(10.0km地点)



多度神社・愛知県森林公園植物園は、
ペットを連れての通行ができません。

今回は住宅街を通行します。騒ぐ、道いっぱいに広がるなど、周辺への迷惑行為はやめましょう。

また、歩道の狭い場所もあります。安全には十分注意しましょう。お子様のひとり歩きも危険です。手をつなぐなど、事故やケガの無いよう気をつけましょう。

● 荒天時の開催について、開催前日の13時から健保連愛知連合会のホームページで、開催か中止かをお知らせします。また、開催当日は電話でもご確認できます。(052-569-2130)

『manaca』を利用し、尾張旭駅下車の方には、ゴールで名鉄より粗品が進呈されます。

【FAX:0587-94-3570】(FAXの場合は切り取らずA4で送信ください)

平成26年 春の健康ウォーク申込書

事業所名 _____ 職場名 _____

被保険者氏名 _____ 参加人数 _____ 名

電話番号(内線) _____