

# 健保ニュース

第 181 号 平成 27 年 6 月 4 日

オークマ健康保険組合

愛知県丹羽郡大口町下小口 5-25-1

TEL 0587-95-0913

FAX 0587-94-3570

http://www.okuma-kenpo.co.jp

健康保険。みらいのために、今、変えよう。

resortrust  
リゾートトラスト

夏休みに  
人気の京都八瀬・有馬も！！  
エキシブの部屋を確保しました！！

あしたの  
健 保  
プロジェクト

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

	7/25 (土)	7/26 (日)	7/27 (月)	7/28 (火)	8/12 (水)	8/13 (木)
ホテル	山中湖 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,829円	山中湖 [3室] 和洋室【禁煙】 (5名定員) 1室 11,829円	蓼科 [3室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,829円	蓼科 [3室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,829円	浜名湖 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,829円	琵琶湖 [1室] 和洋室 (4名定員) 1室 10,285円
	浜名湖 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,829円	京都八瀬離宮 [3室] 和洋室【禁煙】 (5名定員) 1室 12,343円	軽井沢 [3室] 洋室 or 和洋室【禁煙】 (2名 or 5名定員) 1室 10,285円	軽井沢 [3室] 和洋室 (2名 or 5名定員) 1室 10,285円	鳥羽 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 8,229円	鳥羽 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 8,229円
	鳥羽 [1室] 和洋室 (5名定員) 1室 8,229円	白浜アックス [3室] 和洋室 (5名定員) 1室 11,829円	有馬離宮 [2室] 和モダン室 (4名定員) 1室 15,428円	有馬離宮 [4室] 和モダン室 (4名 or 5名定員) 1室 15,428円	<p>【有馬離宮】関西の奥座敷「有馬」は、豊かな自然に抱かれた歴史ある温泉地として親しまれてきました。大阪や神戸の市街地からの交通アクセスにも恵まれ、大阪から約1時間、神戸から約30分と、都市部からもスムーズにアクセスできます。(道路状況によります)</p>	

申込期間	平成 27 年 6 月 8 日 (月) ~ 6 月 19 日 (金)
申込方法	<p>【FAX で申込みの場合】 右面の予約申込書の備考欄に「ブロックルーム希望」(注)と必ずご記入下さい (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あります)</p> <p>【メールで申込みの場合】 E-mail : <a href="mailto:hidefumi.iwasaki@rt-group.jp">hidefumi.iwasaki@rt-group.jp</a> まで予約申込書と同内容をお知らせ下さい</p>
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
回答日	平成 27 年 6 月 23 日 (火)
その他ご案内	<ul style="list-style-type: none"> <li>・申込みが集中した場合には、抽選とさせていただきます</li> <li>・上記の料金は部屋代金のみ(入湯税別、消費税込)となっています (食事(夕食・朝食)をご希望の場合は、別途料金が発生します)</li> </ul>
問合せ	リゾートトラスト株式会社 名古屋営業部 担当：岩崎氏 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。料金は通常の申込みと同じです。



エキシブ京都八瀬離宮



エキシブ有馬離宮



エキシブ蓼科

# 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	<b>オークマ健康保険組合</b>	
会社名		
部署名		
申込者名		
保険証番号	記号	
	番号	
TEL		
<b>回答先FAX</b>		

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】 <a href="http://xiv-sun.resorttrust.co.jp/">http://xiv-sun.resorttrust.co.jp/</a> (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。

# エクシブとダイワロイヤルホテルズの申込方法について!

エクシブのブロックルーム以外の通常の申込方法を改めてお知らせします。

また当健保組合は、エクシブの他にダイワロイヤルホテルズとも保養所契約をしています。朝食付きの優待プランに加え、一般向けに販売されているインターネット予約限定のお得なプランも、当健保組合員の優待価格でご利用いただけます。こちらの予約方法についても併せてお知らせします。

これを機会にエクシブ、ダイワロイヤルホテルズの宿泊施設をぜひご利用下さい!

## 【エクシブ】の申込方法

全国 41 箇所の施設のご利用が可能です  
(リゾートピア・サンメンバーズ・トラスティを含む)



グランドエクシブ那須白河

<p>申込方法</p>	<p><b>【FAX で申込みの場合】</b> 表面の「予約申込書」に必要事項を記入し、リゾートトラストへ FAXでお申込み下さい（結果はFAXで回答します） ※予約申込書は、リゾートトラストホームページからも入手できます</p> <p><b>【インターネットで申込みの場合】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①「オークマ健康保険組合ホームページ」のトップページを開く</li> <li>②「家族旅行にいきたいが良い所はあるの?」をクリック</li> <li>③「契約保養施設『エクシブ』」をクリック</li> <li>④「空室情報へ」の横に、ID【okumakenpo】を入力し、ログインをクリック</li> <li>⑤「インターネット予約は【こちら】から」をクリック</li> <li>⑥ログインID【okp00001】パスワード【06230262】を入力し、ログインをクリック</li> <li>⑦「NEXT」をクリック（利用可能施設及び注意事項をご確認下さい）</li> <li>⑧ご希望の施設名の「ご予約」をクリック（ご利用いただけない施設も表示されていますのでご注意下さい）</li> <li>⑨ご希望の日程を選択、必要事項を記入し、予約して下さい</li> </ol>	
<p>その他ご案内</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・FAXはご利用日の3ヶ月前から、インターネットは1ヶ月前から予約が可能です</li> <li>・料金、利用施設の詳細、空室情報等については、ホームページでご確認下さい（上記の手順⑦の画面内「オークマ健康保険組合の料金一覧は【こちら】」をご参照下さい）</li> <li>・エクシブ以外にも、リゾートピア・サンメンバーズ・トラスティのホテルも利用できます</li> <li>・なお、サンメンバーズ「東京新宿」「東京新橋」「名古屋白川」「名古屋錦」「大阪梅田」「鹿児島」と各トラスティのお申込みにつきましてはFAXのみとなります</li> <li>・海・山の家利用補助（旅行補助）は対象外ですので、補助申請はできません</li> </ul>	
<p>問合せ</p>	<p>リゾートトラスト株式会社 名古屋営業部 担当：岩崎氏 TEL:052-218-8644 FAX:052-218-8744</p>	

## 【ダイワロイヤルホテルズ】の申込方法

全国 27 箇所の施設のご利用が可能です



天橋立 宮津ロイヤルホテル

<p>申込方法</p>	<p><b>【電話で申込みの場合】</b> 各ホテルに直接電話でお申込み下さい（予約の際は、当健保組合の組合員であることを必ずお伝え下さい）</p> <p><b>【インターネットで申込みの場合】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①「オークマ健康保険組合ホームページ」のトップページを開く</li> <li>②「家族旅行にいきたいが良い所はあるの?」をクリック</li> <li>③「契約保養施設『ダイワロイヤルホテルズ』」をクリック</li> <li>④契約コード【950913】パスワード【okenpo】でログインし、画面に従って予約して下さい</li> </ol>	
<p>その他ご案内</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・電話はご利用日の1年前から、インターネットは6ヶ月前から予約が可能です</li> <li>・料金、利用施設の詳細、空室情報等については、ホームページでご確認下さい（上記手順でログインしないと優待価格が表示されませんのでご注意下さい）</li> </ul>	
<p>問合せ</p>	<p>大和リゾート株式会社 名古屋営業所 担当：鬼頭氏もしくは西根氏まで TEL：052-933-2770</p>	

# 被扶養者のみなさん！ 健診の申込みは大丈夫??


## 特定健康診査と共同巡回健診の申込みが始まります！

今年度も特定健康診査と共同巡回健診を実施します。

6月下旬に、対象の方へ受診案内をお届けしますので、年に1回はどちらかを受診いただき、健康状態のチェックにお役立て下さい。

被保険者は会社で定期健康診断を受診できますが、被扶養配偶者の方は、健康診断の受診機会を逃しがちです。特定健康診査か共同巡回健診を利用して、定期的な受診を習慣にしましょう！



	特定健康診査	共同巡回健診
対象者	40歳以上75歳未満のご家族（被扶養者）、任意継続被保険者	70歳未満の被扶養配偶者（女性）
検査項目	<p>メタボに特化した健診です！</p> <p>問診、計測（身長、体重、BMI、腹囲）、 理学的所見（身体診察）、 血圧、血液（脂質、血糖）、 検尿（尿糖、尿蛋白）</p> 	<p>一般健康診断の項目等を追加！</p> <p>問診、計測（身長、体重、BMI、腹囲）、 理学的所見（身体診察）、血圧、血液 （脂質、血糖）、検尿（尿糖、尿蛋白）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>心電図、眼底、 胸部レントゲン、胃部レントゲン、 腹部超音波、乳がん、子宮頸がん 等</p> <p style="text-align: right;">追加項目！</p> </div>
費用	全額健保組合負担 別途オプション検査は全額個人負担	個人負担 3,000円 別途オプション検査は全額個人負担
ご案内	6月下旬に、対象者のご自宅へ、当健保組合から受診案内を郵送します	6月下旬に、対象者のご自宅へ、(株)あまの創健から受診案内を郵送します

- 特定健康診査と共同巡回健診は重複して受診はできません。また、平成27年度（H27.4.1～H28.3.31）に半日人間ドックを受診、もしくは受診予定の方も対象外となります。
- 共同巡回健診は、他の健保組合と共同で、愛知県近隣地域で実施します。  
お住まいの地域によっては全国巡回健診をご案内します。（5月中旬に受診案内を郵送済み）  
検査項目は共同巡回健診とほぼ同じ内容です。

## 健診は毎年受けましょう！ 病気の予防にもつながります！

**Q.** 育児や介護で自分の時間がとれません。今は健康なので、具合が悪くなったら病院に行けばいいのでは？



**A.** 生活習慣病は、自覚症状が出にくいのが特徴です。自覚症状が出たときには病気はすでに進行していることがあります。毎年健診を受ければ、「血圧が高め」「血糖値が高め」など、病気になる前の段階で気づくことができ、予防につなげることができます。年1回、ご自分のため、またご家族のためにも、受診する時間をぜひつけてください。

**Q.** 昨年何も異常がなかったのですが、今年は受けなくてもいいですか？

**A.** 体の状態は1年間で変化します。昨年何も異常がなかったから今年も大丈夫、ということにはなりません。毎年受診すれば、昨年とデータを比較して、悪化している項目があれば生活改善に役立てることができます。

