



# 新年のご挨拶

愛知製鋼健康保険組合

理事長 村上 一郎

あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族の皆様におかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また日頃より当健康保険組合の事業運営につきましては多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。

東日本大震災から約10ヵ月、放射能汚染や電力不足等さまざまな困難のなか、わが国は復興の途上にあります。9月2日に発足した野田内閣には、日本経済の回復に向けスピード感のある舵取りを期待したいところです。

健康保険組合の財政状況を顧みますと、全国1458の健康保険組合で総額4154億円の経常赤字という非常に厳しい状況にあります（平成22年度決算見込）。少子高齢化の進展に伴い医療費の増加が加速しており、健康保険組合には前期高齢者納付金・後期高齢者支援金の過大な負担が求められ、財政圧迫の主因となっています。

少子高齢化が進めば社会保障費が膨らむのは自明の理であり、その費用をどう支えていくかを見直す必要があります。現在、国では「社会保障と税の一体改革」の法案化が進められており、①消費税の段階的引き上げによる財源確保、②共通番号制度の導入、③短時間



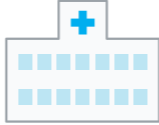
労働者への社会保険適用拡大など、成案に盛り込まれた大きなテーマがどう具体化されるかが本年の焦点といえるでしょう。また、平成24年度は診療報酬・介護報酬の同時改定の年でもあり、医療・介護の費用としてくみにも変更がある見通しです。

当健康保険組合におきましては、特定健診・保健指導を中心に、皆様の健康向上のための「アイチ健歩」活動をはじめ、保健事業を積極的に実施してまいります。困ったときの支え合いの制度である健康保険組合を維持するためには、皆様のご協力が必要です。よい生活習慣を取り入れて健康管理に努めるとともに、適正受診を心がけていただきますようお願い申し上げます。

最後に、この一年が皆様にとって実り多き年となりますようお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

## ご家族の方も必ず

# 年に一度の健診は欠かさずに



2012年が始まりました。これから充実した1年を送るには、なにより健康でなくてはなりません。健康づくりには食事・運動・休養など規則正しい生活習慣に加え、定期的な健診で身体の状態をチェックすることが重要です。自覚症状のない病気の早期発見、病気になる前の予防のために、健診は必ず受けてください。

### 当健保組合が補助しているドック・健診

項目	時期	対象者	受診場所	申込方法	自己負担金
全豊田巡回健診	4~7月・9~12月 <small>(任意継続被保険者の男性は8月)</small>	30歳以上の家族・任意継続	指定の健診会場のうち、最寄りの会場で受診	対象者に案内と申込書を送付元へ提出	3,000~5,000円
日健会婦人健診	1~3月	30歳以上の家族 <small>(愛知県外にお住まいの方)</small>			5,000円
人間ドック	随時	30歳以上の家族・任意継続	契約医療機関で受診	希望者は直接健診機関に予約後、申込書を健保に提出、検印を受ける	10,000円 <small>*乳がん・子宮がん・骨密度以外のオプションは別途自己負担</small>
脳ドック		50歳以上の本人・家族			10,000円

申込方法・申請書等の詳細は当健保組合のホームページ <http://www.aichi-steelkenpo.or.jp/> をご覧ください。  
(ユーザー名/06230411 パスワード/06230411)

## 昨年、医療費が多くかかった人は「医療費控除」の申告をしましょう

医療費控除とは、1年間(前年1月~12月)に自己負担した医療費(生計をひとつにしている家族全員分の合計)が一定額を超えると、税務署に申告するとその分にかかっていた税金が戻ってくる制度です。

医療費を多く支払ったときなど、ぜひ活用してみましょう。申告書は、税務署の窓口で入手できるほか、国税庁のホームページより印刷できます。

国税庁のホームページ <http://www.nta.go.jp/>

$$\left( \begin{array}{c} \text{1月から12月} \\ \text{までに支払った} \\ \text{医療費} \end{array} - \begin{array}{c} \text{給付金・} \\ \text{保険金等} \end{array} \right) - \begin{array}{c} \text{10万円または} \\ \text{所得総額の5\%} \\ \text{【いずれか少ないほう】} \end{array} = \begin{array}{c} \text{医療費控除額} \\ \text{〔最高限度額200万円〕} \end{array}$$

### 控除の対象になるもの

- 医師に支払った治療費
- 治療のための医薬品の購入費
- 通院費用、往診費用
- 入院時の食事療養にかかる費用負担
- 健康診断後の精密検査等の費用
- 歯科の保険外費用(特殊なものは除く)
- 妊娠時から産後までの診察と出産費用
- 老人保健施設、療養病床の利用料(介護費・食費・居住費の自己負担分) など



### 控除の対象とならないもの

- 健康診断、人間ドックの費用
- 健康維持のためのビタミン剤購入費
- 美容目的の整形手術などの費用 など

申告時期 2月16日~3月15日  
「医療費控除」以外に申告するものがなければ、1月より受付可能です。  
詳しくは最寄りの税務署へお問い合わせください。

# 契約保養施設をご利用ください

当健保組合では、みなさんの心身の保養のために、以下のリゾート施設と利用契約をしています。ご家族や同僚のみなさんでぜひおでかけください。

## ◆ホテルグリーンプラザ 軽井沢、箱根、大阪など

〔スキーなどのレジャーが約1割引でご利用いただけます〕  
〔健康保険証をご持参ください〕

予約 03-5272-0696

## ◆COCOPAリゾート 三重県津市など

〔会員様ご紹介優待料金でご利用いただけます〕  
〔健康保険証をご持参ください〕

予約 059-262-4141

## ◆パストール下呂 岐阜県下呂市

予約 0576-24-2188 担当:今井

## ◆セラヴィリゾート泉郷 琴科、伊豆など

予約 052-953-3358 担当:橋本



## ◆ヒュッテ奥原(旧健保村) 長野県木曾町

〔お1人1,500円を補助します〕

予約 0264-23-7160 (予約後、申込用紙を健保組合にご提出ください)

## ◆民宿まつみや 福井県若狭町

〔お1人1,500円を補助します〕

予約 0770-46-1451 (予約後、申込用紙を健保組合にご提出ください)

## ◆民宿はや河 愛知県吉良町

〔お1人1,500円を補助します〕

予約 0563-32-1986 (予約後、申込用紙を健保組合にご提出ください)

## ◆グランドボウル 中部地方をメインに15店舗

〔各種割引料金でご利用いただけます(健康保険証をご持参ください)〕

予約 052-623-7535 担当:立松

## ◆イーグルボウル 愛知県知立市 大型ボウリング・アミューズメント施設。ボウリングのあとは、サウナで汗を流そう!

- イーグルボウル [2ゲーム以上で1ゲーム無料]
  - サウナイーグル [入泉料300円割引]
- (社員証または健康保険証をご持参ください)

団体予約 0566-82-2111

●ホームページ <http://www.eaglebowl.jp/>



## ホテル・ド・マロニエ 下呂・内海・湯の山にある天然温泉付ホテル [室料お1人1泊2,900円~からご利用いただけます]

1泊2食付  
おすすめ旬の味覚プラン

2024年1月4日~3月20日まで

※下記プランはご優待券は必要ございません。  
直接各ホテルへお申込み下さい。  
※写真はイメージです。高、仕入により食材が変更となる場合がございます。

ホテル・ド・マロニエ 下呂温泉	ホテル・ド・マロニエ 内海温泉	ホテル・ド・マロニエ 湯の山温泉
<p>飛騨牛お好み会席</p> <p>【2名1室/1泊2食付】 お一人様 ¥11,000 (税別)</p>	<p>河豚会席</p> <p>【2名1室/1泊2食付】 お一人様 ¥15,000 (税別)</p>	<p>三重会席 山化粧</p> <p>【2名1室/1泊2食付】 お一人様 ¥12,000 (税別)</p>
<p>こぶし会席</p> <p>【2名1室/1泊2食付】 お一人様 ¥11,000 (税別)</p>	<p>あわび会席</p> <p>【2名1室/1泊2食付】 お一人様 ¥15,000 (税別)</p>	<p>三重会席 海之美</p> <p>【2名1室/1泊2食付】 お一人様 ¥12,000 (税別)</p>

予約 各ホテルにお電話してください

当組合のホームページからインターネットで予約することもできます(予約後、申込用紙を健保組合にご提出ください)※利用希望日の2ヵ月前からOK

## リゾートトラスト 北関東から九州まで28施設。

予約 FAX052-218-8744 (専用の申込書をお送りください)

※FAX:1年前からOK

当組合のホームページからインターネットで予約することもできます

※インターネット:1ヵ月前からOK

空室状況等各種お問い合わせは リゾート・トラスト(株)営業課 担当 岩崎 TEL 052-218-8644



詳細は当健保組合のホームページ <http://www.aichi-steelkenpo.or.jp/> をご覧ください。  
(ユーザー名/06230411 パスワード/06230411)

# 「ウォーキング」のススメ

今やウォーキングは老若男女を問わず、全ての世代に人気のあるエクササイズです。

当組合では昨年10月からウォーキングを楽しんで続けていただく「アイチ健歩」活動を実施しています。第1回目に参加された方は引き続き、参加されなかった方も次回は健康維持・増進のため、「アイチ健歩」活動に参加し、毎日歩きましょう!

## 第1回推進強化期間 平成23年10月~12月の活動状況 [11月末現在]

- 参加者:566名
- 参加チーム:67組
- 参加者の1日あたり平均歩数:9,183歩/日

アイチ健歩の目標は3ヵ月で80万歩。  
1日あたり8,700歩が目安です。  
みなさんとてもよいペースで歩いています!

★目標(3ヵ月合計80万歩)達成者には、入会金3,000円の還付と記念品を贈呈  
最終結果は、1月下旬に各チームリーダーへお届けします。

### 参加者の声



Aさん (50代 男性)

これまでは昼食後、事務所で新聞を読んだりパソコンを見たりして過ごしていました。今ではチームのメンバーと連れ立って、近くの公園内を楽しくウォーキングしています。少し減量もできました!



Bさん (30代 女性)

活動に参加するようになってからは、エレベーターやエスカレーターを使わず、できるだけ階段を上り下りするよう心がけています。チーム内で競い合うことで、コミュニケーションも図られるようになったと思います。



Cさん (40代 男性)

車通勤のうえ、事務系の仕事なので意識して歩かないと歩数が全く伸びません。帰日も比較的遅く、平日は歩く時間が制約されますので、休日を利用して長い距離を歩いています。

## 新規加入者募集!(随時受付中)

## 第2回推進強化期間 平成24年4月1日~6月30日

- 参加申込 第1回 参加者:このまま継続して下さい(申込不要)
- 第1回不参加者:5名以上のチームでお申込み
- ※参加者は被保険者に限ります。

第1回目で  
目標未達成の方は  
再チャレンジ!



### ★第2回で目標達成された場合

- 第1回で目標達成の方は、記念品のみ贈呈
- 第1回で目標未達成の方および第2回で新規参加の方は、入会金3,000円の還付と記念品を贈呈

詳しくは当健保のホームページ<http://www.aichi-steelkenpo.or.jp/> をご覧くださいか、  
直接当健保組合までお問い合わせください。

## 整骨院・接骨院では健康保険証を 使えない場合があります

詳しくは  
同封のチラシを  
ご覧ください!

### 健康保険証が使えるのは急性または亜急性で外傷性の、以下の負傷に限られます

- 打撲 ●ねんざ(挫傷) ●肉離れ ●骨折 ●ひび(不全骨折) ●脱臼
- ※骨折・ひび・脱臼は、応急措置の場合を除き、医師の同意を得る必要があります。
- ※病院で既に治療中の場合は、重複して健康保険でかかることはできません。

### ★領収証は毎回必ず受け取ってください★

健保組合から対象者の方へ、問い合わせと共に領収証の提出をお願いすることがあります。  
健康保険が適用できない治療行為が発覚した場合は、その費用を請求させていただきます。

整骨院・接骨院での適正受診にご協力を!