

予 防 が 大 事 !

熱中症

熱中症を予防するための

4つのキーワード

① 温度

- 外出前に天気予報で暑さをチェック
- 扇風機やエアコンで快適な室温に

② 水分

- のどが渇く前にこまめな水分補給

③ 栄養

- きちんと食事を摂り、栄養補給
- 夏ばて・二日酔いときは要注意

④ 温度

- 日中疲れたら無理せず休憩
- ぐっすり眠れる環境づくり

暑い環境で活動するときなどは、こまめに休憩をとみましょう



わ が 家 を 守 る

食中毒予防

シーン別

食中毒予防のポイント

① 購入・保存

- 生鮮食品の購入後は寄り道をしないですみやかに帰る
- 肉や魚は汁がもれないように個別に包む

② 準備・調理

- 野菜や果物は肉や魚を切る前に切る
- 加熱は十分に

③ 食事

- 料理を室温に長時間放置しない
- 作りおきしたものなどを食べる時、少しでもあやしいと感じたら思い切って捨てる

調理前や食事前は手を洗うのを忘れずに!



イベント開催のお知らせ

ゴルフ大会

健康づくりを目的としたイベントです。ぜひご参加ください。開催案内と参加申込みについては別途文書にてお知らせします。

健康づくりとJA役職員等の親睦を目的にゴルフ大会を開催します。
開催日●平成30年10月7日(日) 開催場所●児玉カントリー倶楽部



バスハイキング

景色と歴史の中を歩くコースを楽しめます。
開催日●平成30年11月3日(土) 開催場所●群馬県安中市 アプトの道



秩父路ウォーキング

野上駅を出発し、山を越えて波久礼駅まで歩くコースです。コースの途中でみかん狩りを実施します。
開催日●平成30年11月17日(土) 開催場所●秩父鉄道野上駅



平成29年度決算

より一層の健康管理をお願いいたします

平成29年度決算は、保険給付費（医療費等）が見込みを下回ったこと等が影響し、経常収支で約1億2千万円の黒字となりました。

高齢社会の進展により医療費や、高齢者医療への拠出負担（前期高齢者納付金、後期高齢者支援金）は増額傾向にあることから、医療保険財政は今後も厳しいことが予想されます。

日本では、優れた医療保険制度の成果により世界最高水準の平均寿命を達成してきました。今後、さ

らに高齢化が進展する中、制度の維持へ向けて各所で懸命な議論が重ねられています。

みなさまも、医療保険制度について、自分自身の問題として考えていただき、また、健康的な生活の実践により、医療費の節約へつなげることが期待されます。

当健保組合では、引き続き各種健診や事後指導等、効果的な保健事業の展開に取り組み、みなさまの健康管理をサポートしていきます。

()は被保険者1人あたりの額



収入合計

40億2,041万円
(52万4,584円)

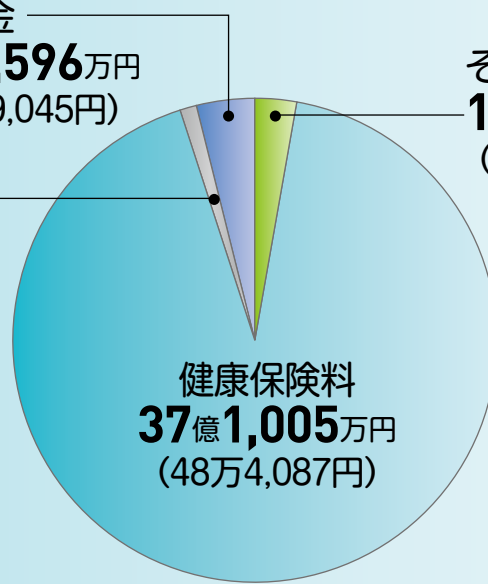
繰越金

1億4,596万円
(1万9,045円)

調整保険料
4,476万円
(5,841円)

その他

1億1,964万円
(1万5,611円)



健康保険料
37億1,005万円
(48万4,087円)



支出合計

36億8,905万円
(48万1,347円)

保健事業費
1億5,567万円
(2万3,112円)

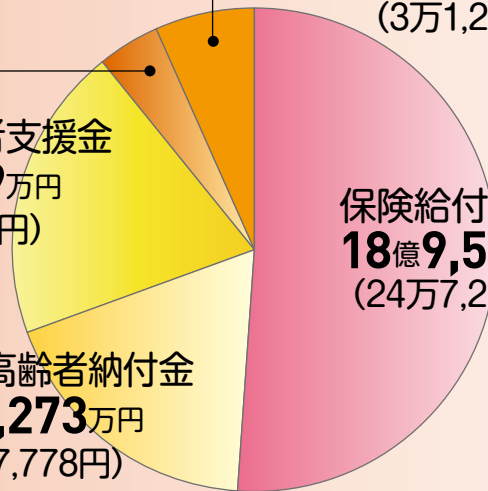
その他

2億3,917万円
(3万1,205円)

後期高齢者支援金
7億2,629万円
(9万4,767円)

保険給付費
18億9,519万円
(24万7,285円)

前期高齢者納付金
6億7,273万円
(8万7,778円)



経常収支 1億2,050万円(1万5,723円)



2018
年度から

第2期データヘルス計画＋ 第3期特定健診・ 特定保健指導がスタート



» 第2期データヘルス計画

データヘルス計画は、健診・レセプト情報等のデータ分析に基づき、保健事業を PDCA サイクルで効果的・効率的に実施するための事業計画です。

第1期データヘルス計画は 2015～2017 年度に実施し、第2期データヘルス計画は 2018～2023 年度で行います。第1期の結果に基づき、①課題に応じた目標設定と評価結果の見える化、②情報共有型から課題解決型のコラボヘルスへの転換、③データヘルス事業の横展開を行うよう事業を計画しました。



保健事業のPDCAサイクルってなに？

保健事業の効果的かつ効率的な推進を図るためには、Plan (計画)→Do (実施)→Check (評価)→Act (改善)の段階を繰り返す PDCA サイクルに沿って、事業を見直し、改善しながら事業運営を行っています。

第1期データヘルス計画 (2015～2017 年度)

医療費・健診データを活用して、3 ヶ年で PDCA サイクルに沿った効果的な保健事業を計画・実施しました。



コラボヘルスってなに？

事業主との協働 (コラボヘルス) は、データヘルス計画の特徴のひとつに掲げられています。事業主と健保組合がそれぞれの立場・役割で協働 (コラボヘルス) を推進していくことは、加入者の健康、ひいては組織の健康を向上させることにつながります。

第2期データヘルス計画 (2018～2023 年度)

第1期の結果に基づき、課題に応じた目標設定と評価結果の見える化や情報共有型から課題解決型のコラボヘルスへの転換など健康課題と保健事業を紐付け、目標達成につながる評価指標を設定して進めます。

» 第3期特定健診・特定保健指導

今年度から、健保組合に対する“ペナルティー”と“インセンティブ”が強化されました。特定健診・特定保健指導の受診率・実施率のほか、重症化予防やジェネリック、健康づくりなどの事業も対象となり、取り組み状況により後期高齢者支援金が加算されたり、減算されたりします。

健診は必ず受け、対象者は特定保健指導にご参加ください。



健康フォトギャラリー の写真を募集中です



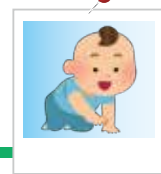
お送りいただいた写真は、
当組合ホームページに掲載します！

掲載された方には、**記念品をプレゼント**します

- 写真のテーマは、ご家族、自然、食、趣味など、幅広く募集します。
- 年に一度（11月）に、お送りいただいた写真の中から、トップ賞を選定します。
トップ賞の方には、N ツアー旅行券（5千円）をプレゼントします。



応募方法



kouhou@ja-saitama-kenpo.or.jp に写真をお送りください。

メール本文には、①お名前 ②ニックネーム ③保険証記号番号 ④生年月日
⑤写真のタイトル ⑥一言コメントを記載してください。

たくさんのご応募を
お待ちしております！

