

毎年受けましょう **特定健診**

もう受けましたか？ 特定健診

被扶養者のみなさん、もう特定健診（いわゆるメタボ健診）を受けましたか？
まだの方は、予約をとりましたか？ 予約時期が遅くなると、希望の日程がとりづらくなります。
早めに受診日程を決めてしまいましょう。

早めに予約すると…

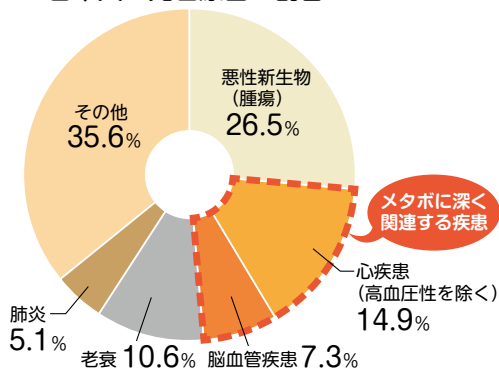


予約時期が遅くなると…



2021年の日本人の死因をみると、**メタボ**が深く関連している「**心疾患**」と「**脳血管疾患**」で約4分の1を占めています。特定健診でこれらの病気の「芽」を見つけて、早めに摘みとりましょう。

日本人の死亡原因の割合



2021年人口動態統計月報年計(概数)より作成

**特定健診を受けないと、
保険料が高くなるかも！**

加入者のみなさんが特定健診を受けないと、当健保組合が高齢者医療制度に納めている「支援金」が加算される仕組みが導入されています。そうなるとみなさんからのお支払いいただいている保険料が高くなるかもしれません。

病気を見逃したうえに、保険料も高くなる……
なんてことのないように、
特定健診をぜひ受けてください！



まだ間に合います！ 健診の申込方法は、当健保組合からのご案内をご覧ください。



埼玉県農協健康保険組合様 LAVA 法人プランのご案内

無料体験券も
ついてくる!

法人特別無料体験
1回券

全国展開

日本最大級 ホットヨガ

お近くの
店舗を探す



令和4年10月より法人さま向け会員サービススタート

11月・12月までのご入会でLAVAポイント

2,000円分プレゼント!

● 法人入会なら縛り期間なし

LAVAなら継続必須期間がないからはじめやすい!

● コース・店舗変更無料

さらに! 新規ご入会で ※新規WEB入会者のみ適用となります

入会金・登録金

0円

水素水
マンスリー
2カ月

無料

タオル
マンスリー
2カ月

無料

安心
サポート
2カ月

無料

法人入会なら、ず——と!!

月額最大 **3,000円OFF**

法人ご登録の流れ 新規入会の場合

※被扶養者様の申請は被保険者様の申請後に発行される識別コードが必要です。被保険者様の申請を先に行ってください。

LAVAに通ったことがない方/過去、LAVAに通ったことがある方▼

1. 申請

法人会員専用Webページから申請
契約番号: C0001194001
パスワード: パスワードは埼玉県農協健康保険組合または
職場の健康管理委員へお問い合わせください。
☎ 048-829-3141 ☞ kenkou@ja-saitama-kenpo.or.jp

2. 承認を待つ

承認メールが届くまで、しばらくお待ちください

3. 会員番号受領

メールでLAVA会員番号送付
(特別招待券ご利用の方は、会員予約ページよりご予約ください)

4. 入会

WEBで入会できちゃう! LAVA Web入会 **最短5分!**

5. 来店予約

初回来店予約

現在LAVAに通っている方▼

1. 申請

左記と同じ

2. 承認を待つ

メールで
承認完了通知

法人コースへ変更完了

※注意: 企業承認が1日~15日完了→翌月適用
16日~月末完了→翌々月適用

法人会員限定! 特別料金表

マンスリーメンバー・フリーフルタイム

イチョン! 全店通い放題!
1日2本レッスン受講可能

通常価格16,800円▶

13,800円

マンスリーメンバー・ライトフルタイム

2店舗通い放題!
1日1本レッスン受講可能

通常価格 7,800~15,800円▶

6,800~12,800円

マンスリーメンバー・4フルタイム

月4回までご利用可能

通常価格 6,800~10,800円▶

5,800~9,800円

お問い合わせ先 (法人用窓口)▶

こちらのWebよりお問い合わせください。
担当者より、後日ご連絡させていただきます。



法人登録の申請▶

こちらよりご申請ください。
(詳しいご案内はこちらから)



もっとLAVAについて
知りたい方は…

公式HP ラバ

令和4年10月からの制度改正

令和4年10月から、育児休業中の保険料免除要件の見直し、社会保険の適用拡大など、皆さまにとって身近な制度の改正があります。

●育児休業中の保険料免除要件の見直し

育児休業中は、給与から天引きされる健康保険や厚生年金の保険料が免除されます。令和4年9月までは月末時点で育児休業を取得していると免除対象となっていたましたが、令和4年10月からは月内に2週間以上の育児休業を取得した場合にも保険料が免除されるようになりました。

賞与にかかる保険料も育児休業中は免除されますが、1カ月を超える育児休業を取得している場合に限り免除の対象となるように変更されました。

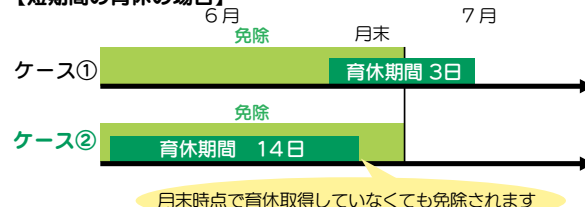


■令和4年10月からの育児休業中の保険料免除要件

【長期間の育児休業の場合】（※扱い変わらず）



【短期間の育児休業の場合】



●従業員 101 人以上の勤め先のパート・アルバイトの方は社会保険の適用に

従業員101人以上の勤め先で働くパート・アルバイトの方は、以下のすべてに当てはまると社会保険の適用となり、厚生年金・健康保険に加入することになりました。社会保険料を負担することになりますが、将来の年金が増えたり、病休期間や産休期間の手当金が支給されるなど、保障が厚くなります。

＋ 従業員数101人以上の勤め先で、以下のすべてに当てはまる方（令和6年10月からは51人以上の勤め先が対象）

- ①週の所定労働時間が20時間以上
- ②月額賃金が8.8万円以上
- ③2カ月を超える雇用の見込みがある
- ④学生ではない（休学中や夜間学生は加入対象）

ご家族が該当する場合は、被扶養者でなくなります。手続きをお忘れなく！

柔道整復療養費 改正のお知らせ

患者ごとに「償還払い」に変更されることがあります

整骨院・接骨院にかかるとき、「受領委任」の協定ができていない整骨院・接骨院では病院と同じように保険証を使って一部負担（2～3割）で施術を受けることができます。

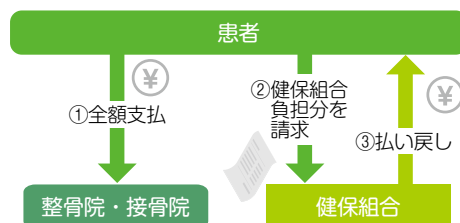
整骨院・接骨院への適正な支払いを促すため、令和4年6月の改正により、患者ごとに「償還払い」とすることができるようになりました。「償還払い」になると、一度全額支払い、後日健保負担分が払い戻されることになります。当組合は令和4年10月1日から適用となりました。

「償還払い」への変更が考えられるケース

健保組合は、次のような患者と施術管理者（整骨院・接骨院）に対して「償還払い注意喚起通知」を送付することができます。状況が改善しない場合は、「償還払い変更通知」を送付し、翌月以降の施術について「受領委任払い」から「償還払い」に変更することができます。

- 1 自己施術（柔道整復師による自身に対する施術）
- 2 自家施術（柔道整復師による家族や関連施術所の従業員等に対する施術）を繰り返し受けている患者
- 3 健保組合が適切な時期に患者にわかりやすい照会内容で繰り返し行っても回答しない患者
- 4 複数の施術所で同じ部位の施術を重複して受けている患者

▼償還払いのイメージ



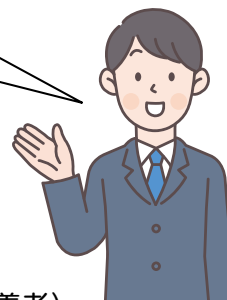
むさしの村「健保プラン」への助成が始まりました

むさしの村「健保プラン」を利用した方に、1回利用につき1人3,000円（未就学児も同様）を、契約保養施設年間限度額（加入者本人（被保険者）1人当たり15,000円を上限）の範囲内で助成します。

施設への事前予約・健保組合への事前申請なしに利用補助が受けられますので、是非ご利用ください。

1回利用につき
1人3,000円*
を助成します

*契約保養施設年間限度額の範囲内で助成。



助成対象者 当健保組合の加入者本人（被保険者）および加入者家族（被扶養者）

健保プラン

①秋の推奨プラン

設定期間：令和4年9月23日（金）～11月6日（日）までのお好きな日（土・日・祝日のみ）

②冬の推奨プラン

設定期間：令和5年2月4日（土）～3月26日（日）までのお好きな日（土・日・祝日のみ）

例）いちご狩り（30分食べ放題）＋入園＆フリーパスチケット＋食事（BBQ）＋デザート券

大人：3,200円（健保助成含む） 小人（3歳以上小学生まで）：2,700円（健保助成含む）

【利用方法】

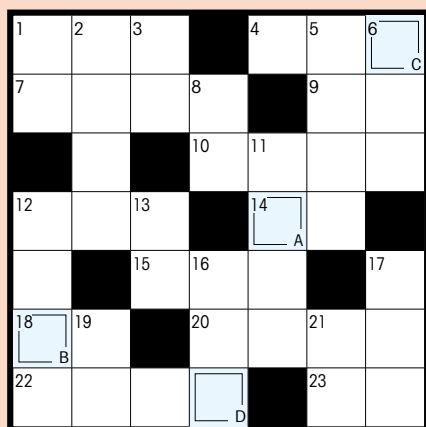
下記(1)～(3)の手順で、むさしの村利用補助をご利用いただけます。

- (1)むさしの村の「健保プラン」ご利用希望の方は、各プラン対象日にむさしの村へ直接ご来園ください。
- (2)入園ゲートにて当健保組合の保険証を提示し、施設スタッフに「健保プラン」利用の旨を伝えてください。
- (3)ファミリー館1階フロント（園内）に備え付けの「むさしの村 利用申込書」を記入し、助成金3,000円を差し引いた自己負担分を現金にてお支払いください。



クロスワード

A～Dの文字でできる言葉は何でしょう？



©スカイネットコーポレーション

↓ タテのカギ

- ① ____ 食えば 鐘が鳴るなり 法隆寺
- ② ビーンと、いい ____ が浮かぶ
- ③ 王様が住む
- ⑤ セレブが乗っていそうな、長い高級車
- ⑥ ____ 館で本を借りて読もう
- ⑧ サナギから蝶へ
- ⑨ 馬が「ヒヒーン！」
- ⑫ ____ 丸は源義経の幼名
- ⑬ 紅葉したモミジの色
- ⑮ 「かきねのかきねの」で始まる童謡
- ⑰ 道路が舗装 ____ 中で通行止め
- ⑲ アルファベットでAの次
- ⑳ お酒を飲むと回る

→ ヨコのカギ

- ① 田畑の実りを守る人形
- ④ 神主が神事で唱える
- ⑦ 11月23日は「____感謝の日」
- ⑨ 秋の草むらで聞こえる ____ の声
- ⑩ パスワードを入力してロックをオフに
- ⑫ スポーツ ____ に着替えてランニング
- ⑭ インドの平焼きパン
- ⑮ 武士が腰に差す大小二本
- ⑰ 「すまなかった」と入れる
- ⑳ 鐘形の美しい花が咲く、秋の七草の一つ
- ㉒ ドライブの前に目的地をセット
- ㉓ その状態をキープ

A	B	C	D
---	---	---	---

クロスワード正解者には、記念品が当たります。

応募はEメールで。（kenkou@ja-saitama-kenpo.or.jp）

件名は「クロスワード」、本文に保険証番号・番号、住所、氏名（家族は続柄と氏名）を書いてください。（正解者多数の場合は抽選）

当選者の発表は記念品の発送をもってかえさせていただきます。

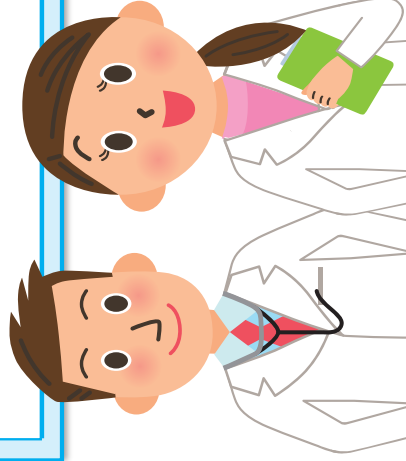
ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に製造販売される、新薬と同一の有効成分を同一量含み、同一の効能・効果(*)を持つ医薬品のことです。

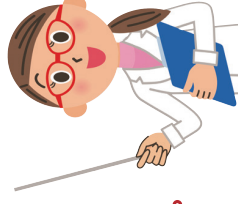
(※)新薬が効能追加を行っている場合など、異なる場合があります。

さまざまな病気・症状に対応

高血圧や糖尿病のほか、さまざまな病気や症状に対するお薬が錠剤、カプセル、錠剤・点眼剤など形態も多彩。新しい技術で、味や飲み易さ、使用感が改良されたものもあります。



ジェネリック医薬品(後発医薬品)は
医療用医薬品です。
希望される場合は、
医師・薬剤師にご相談ください。



ジェネリック医薬品に関する お問い合わせ先

厚生労働省医政局経済課

☎ 03-5253-1111 (内線4113)

独立行政法人

医薬品医療機器総合機構 (PMDA/くすり相談窓口)

☎ 03-3506-9457

公益社団法人日本薬剤師会(くすり相談窓口)

☎ 03-3353-2251

日本ジェネリック製薬協会

☎ 03-3279-1890

一般社団法人日本保険薬局協会

☎ 03-3243-1075

一般社団法人日本ジェネリック医薬品学会

☎ 03-3438-1073

NPO法人ジェネリック医薬品協議会

☎ 03-3756-0192

●ジェネリック医薬品に関する情報は



厚生労働省

厚生労働省 ジェネリック

検索

今までも。 これからも。



埼玉県農協健康保険組合



厚生労働省

ジェネリック医薬品のつながる先に。

安心・信頼
Anshin Shinrai

**ジェネリック医薬品は、
国の厳しい審査をクリア**

ジェネリック医薬品は、新薬と同一の有効成分が、同一量含有され、同等の効き目があります。新薬と異なる添加剤が使用されることがありますが、有効性、安全性及び品質について国が厳格な審査のうえ、製造販売の承認をしているお薬です。

効き目はもちろん、安全性も
新薬(先発医薬品)と同等です。



お薬の価格は新薬の6割程度。
それ以上、安いものもあります。



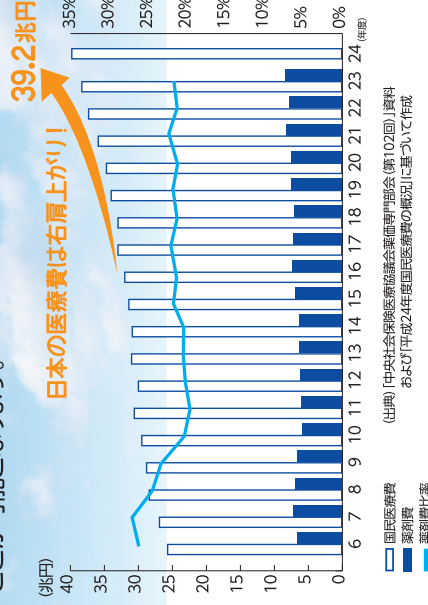
**ジェネリック医薬品の使用で、
薬にかかる個人負担が軽くなる**

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分を使用し、開発費用が抑えられるので低価格。医療の質を落とさずに個人の負担を軽くでき、家計をサポートします。複数のお薬の服用や長期服用が必要な場合などは効果的です。

未来
Mirai

**ジェネリック医薬品の使用で、
医療費を有効活用**

患者さんのお薬代を軽減することで、日本全体の医療費を効率化することができます。さらに、効率化できた医療費を有効活用し、新しい医療技術や新薬に向けたことが可能となります。



**日本の優れた
医療保険制度を次の世代に引き継ぐ**

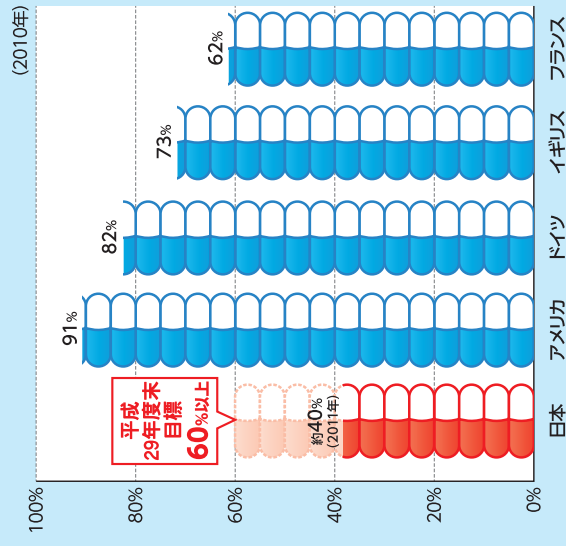
少子高齢化が進む日本では、今後も医療費の増大が予想されます。ジェネリック医薬品の使用は、一人ひとりの保険料の負担軽減につながるほか、優れた医療保険制度を次の世代に引き継いでいくことにも貢献します。

ここにも注目!

**欧米では普及している
ジェネリック医薬品**

欧米では、日本に比べ、新薬(先発医薬品)からジェネリック医薬品への変更に進み、ジェネリック医薬品が広く普及しています。

特許切れ市場における世界のジェネリック医薬品シェア



Copyright 2013 IMS Health
MIDAS Market Segmentation (2010年・5Uデータ)をもとに、
日本ジェネリック製薬協会が作成したものを改編。

※現在の日本のジェネリック医薬品の数量シェアは46.9%
(平成25年9月の薬価調査に基づく集計値)

埼玉県農協健康保険組合 リフレッシュコールセンター

メンタルヘルスのカウンセリングサービス ご利用案内

通話料
無 料

0120-184-075

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

ユーザー名:06110654 パスワード:184075

職場、家庭のストレスなどに関して臨床心理士などの心の専門家が電話や面談・オンライン面談・電話継続カウンセリング（年間5回まで）、Webによるカウンセリングをご提供いたします。

職場の
悩み

家庭の
悩み

ご自身
についての
悩み

受付時間			0時	9時	12時	15時	18時	21時	23時
電 話			9:00～22:00・年中無休						
			※電話によるカウンセリングは1回あたり約20分が目安となります。						
Web			24時間・年中無休						
			※返信は数日を要します。						
面談・ オンライン面談・ 電話継続 カウンセリング 予約	電話 (注1)	月～金	9:00～21:00						
		土	9:00～16:00						
	Web (注2・注3)		24時間・年中無休						

(注1) 日曜・祝日・12/31～1/3を除く (注2) 受付後、日程調整のお電話をさせていただきます。

(注3) Webによるオンライン面談・電話継続カウンセリング予約は、面談カウンセリング予約画面にてお申込ください。

※面談、オンライン面談、電話継続カウンセリングは、初回利用時に利用方法をいずれか1つ選択していただきます。利用途中での変更は原則不可。

CASE 1 職場の人間関係で悩んだ時



ご相談事例

職場の人間関係でストレスが
たまる、どうしたらいいか？

疲れているのによく眠れない、
どうしたらいい？

【ご利用に際して】・ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方々がサービスをご利用いただけます。・国外の相談および国外からの相談などはお受けできません。・プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。ただし生命の危険等、守秘の限界を超えると当社が判断した場合を除きます。・ご利用者の状況またはご相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合があります。・ティーベック提供の医療機関情報などは、変更されている場合がありますので、受診などの際は、事前に医療機関などにご確認ください。・ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に沿えない場合がありますので、ご不明点はお問い合わせください。

メンタルヘルスのカウンセリングサービスのご注意事項

※面談カウンセリングのお申込みに際し、すでに心療内科・精神科にて治療を受けている方は、主治医の許可を得たうえで申込みください。

埼玉県農協健康保険組合 (委託先: ティーベック)



個人情報の取扱いについて

●本サービスは、ティーベック(株)が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック(株)は、面談を伴うサービスを適切に実施するため、ご利用者よりいただく個人情報の取り扱いを面談担当者(本事業提携事業者)に委託する場合がありますが、十分な個人情報の保護水準を満たす者を選定し、契約を締結するなど必要かつ適切に監督いたします。(個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。●ティーベック(株)は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にもとづく場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要があると当社が判断した場合を除き、取得した個人情報を委託先以外の第三者に提供いたしません。●ティーベック(株)は、応対品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただくことがございます。●ご提供いただきました個人情報の開示等を求めることが可能です。お手続きは「〒110-0005 東京都台東区上野 5-6-10 ティーベック(株) 個人情報相談窓口責任者(個人情報保護責任者代理)」までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

ストレスの多い現代社会

現代の社会や職場は多様化し、高度情報化社会の到来と言われている昨今では、人間本来の感性や温かさといったものよりも、速さや正確さを求められる事が多くなりがちです。その結果、様々な心の不調を起こしてしまう事はご存知の事と思います。

しかし、心の不調を自覚はしていても、精神科や心療内科を受診するには抵抗があるという方が多いことは、今の日本の「心のケアに対する認識の低さ」を示すものと言えるでしょう。

誰にでも起こりうる心の不調を感じたら、一度ご連絡ください。

心理カウンセラーを始めとするスタッフは、守秘義務に則ったプライバシーの保護を厳守しておりますので、安心してご利用いただけます。

ストレス
悩み 不安

ご利用方法

電話によるカウンセリング

- 電話によるカウンセリングをご希望の方は、専用ダイヤル（電話番号は裏面）へお電話ください。（通話料無料）
心理カウンセラーが相談をお受けいたします。
- ご希望により、面談カウンセリングの予約をお受けいたします。

Webによるカウンセリング

- Webによるカウンセリングをご希望の方は、専用URLへアクセスしてください。（URLは裏面）

面談・オンライン面談・電話継続カウンセリング

- カウンセリングをご希望の方は、予約が必要です。
 - ① 専用ダイヤル（電話番号は裏面）または Web（URL は裏面）にて予約をお願いします。
 - ② 専用ダイヤルでの予約の場合は、受付時、下記の項目についてお尋ねいたします。
 - 企業名（団体名）●健康保険名●氏名●住所●相談内容●連絡先電話番号（昼間の連絡先・緊急時の連絡先）●カウンセリングのご希望日時（ご希望日時は、ご連絡の日から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ください。）

Webでの予約の場合は、専用URLへアクセスしてください。

※ Web でご予約の場合は、受付後、日程調整のお電話をさせていただきます。

※ Web によるオンライン面談・電話継続カウンセリング予約は、面談カウンセリング予約画面にてお申込ください。

- ③ 予約確定後、当社より利用者カード・面談URLなどを送付させていただきます。



・面談カウンセリング

- ④ 予約の日時に、
カウンセリングルームへ
お越しください。



・オンライン面談カウンセリング

- ④ 予約の日時に、
面談URLにアクセス
してください。



・電話継続カウンセリング

- ④ 予約の日時に
お電話いたします。

- 埼玉県および近県のカウンセリングルームは以下の通りとなります。（2020年11月現在）

【埼玉県】・さいたま市・久喜市・春日部市・所沢市・新座市・川越市・草加市

【近 県】・太田市・松戸市・柏市・武蔵野市・立川市（カウンセリングルームは予告なく変更する場合がございます）

・面談、オンライン面談、電話継続カウンセリングは、初回利用時に利用方法をいずれか1つから選択していただきます。利用途中での変更は原則不可となります。

・前日および当日のキャンセルは、1回のご利用とみなします。キャンセルの際は、土日・祝日・12/31～1/3を除く前々日17時までにご連絡ください。