

けんぽ

no. 136
2017
spring

だより

Contents

- p 2 平成29年度 予算が決まりました
- p 4 トヨタ紡織健保の健康づくり事業
- p 8 こんなとき保険給付が受けられます
- p10 今年も健診を受けましょう!
- p11 病院でのその行為…損しているかもしれません
- p12 契約保養所～リゾートトラストのご案内

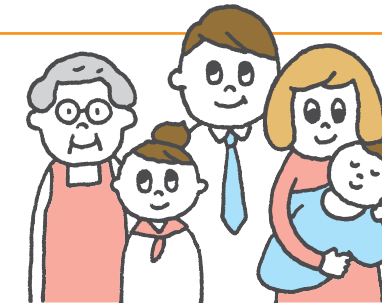
みなさんご家族の健康をサポート!
トヨタ紡織健保の健康づくり事業

4ページ～



平成29年度 予算が決まりました

トヨタ紡織健康保険組合の平成29年度の予算が、2月23日組合会にて、下記のとおり可決・承認されました。



平成29年度予算は、保険料率8.80%などを基礎に編成しました。

収入面では、標準報酬の増加にともなう健康保険料の増加を見込んでいますが、支出面では、保険給付費、納付金とともに増加の見込みで、経常収支では赤字となる見通しです。不足分は昨年度に引き続き別途積立金を取り崩して対処します。

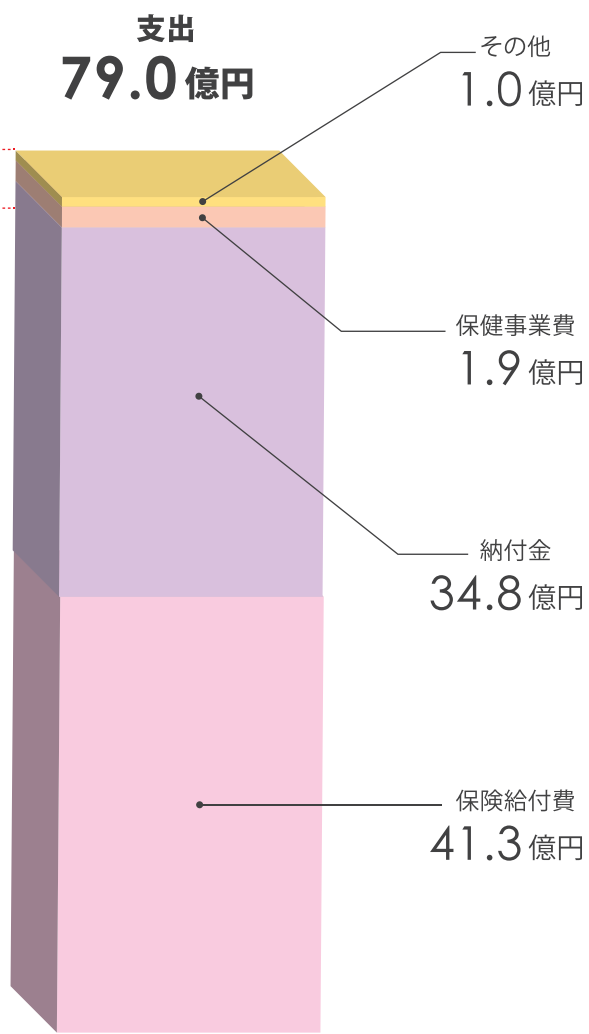
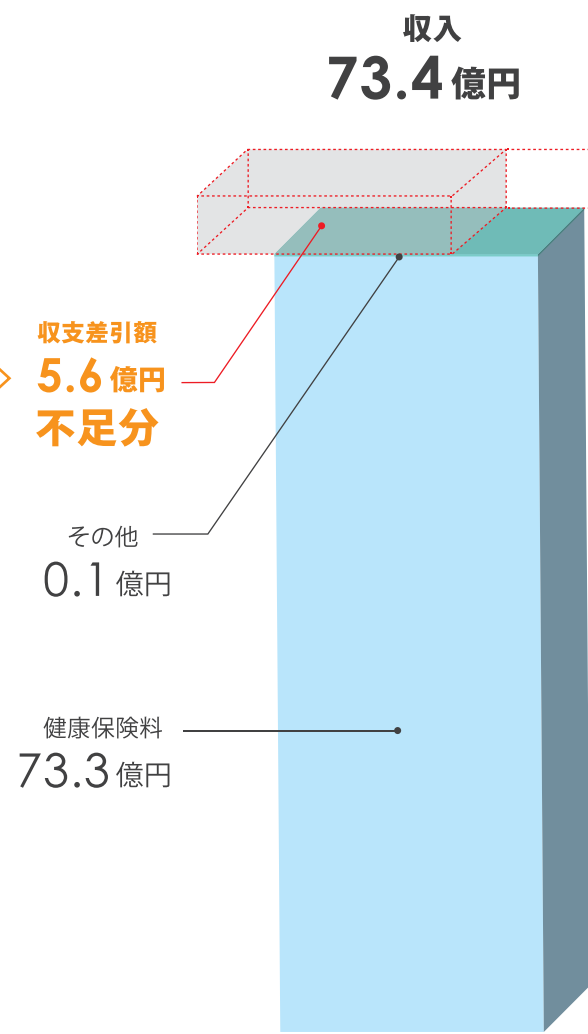
平成29年度より健保組合に課される後期高齢者支援金の算出に「総報酬割」が全面導入されたことにより、今後も厳しい財政状況が予想されます。



健康保険予算

別途積立金繰入
不足する収入を補うために取り崩し

みなさんと会社から納めていただきます



予算編成の基礎数値

●被保険者数	14,191人
男子	11,928人
女子	2,263人
●平均標準報酬月額	379,745円
●前期高齢者加入率	0.78%
●保険料率	8.80%
事業主	5.28%
被保険者	3.52%

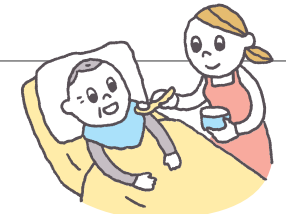
健診や健康づくり事業に使います

高齢者の医療のため国へ納めます(義務的納付金)

みなさんの医療費や出産・休業の手当金などに使います

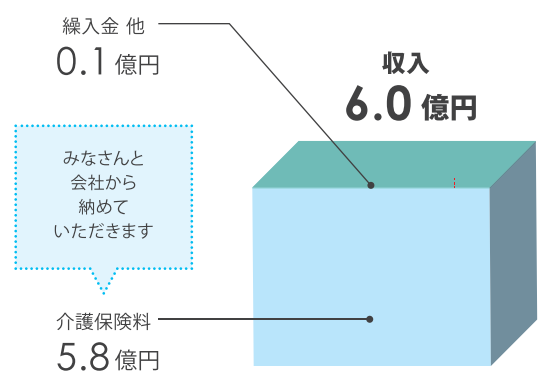


介護保険予算

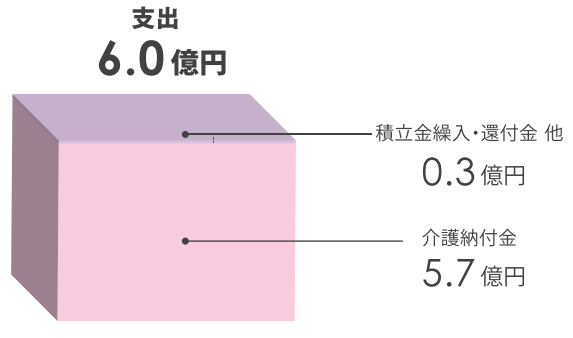


予算編成の基礎数値

●第2号被保険者数	8,862人
●第2号被保険者たる被保険者数	6,144人
●特定被保険者数	349人
●平均標準報酬月額	448,581円
●保険料率	1.230%
事業主	0.615%
被保険者	0.615%



みなさんと会社から納めていただきます



当健保組合の事業を健康づくりにお役立ていただき、医療費節減にご協力を!!

次ページへ

就・退任のお知らせ

下記の通り、議員について異動がありましたので、ご報告します。(就任議員の任期/平成29年5月23日まで)

	退 任	就 任	就任日
選定議員	平井 慎司	森 高康	1月10日

※端数処理により、合計額があわない場合があります。

平成29年度 トヨタ紡織健保の健康づくり事業

みなさんの健康づくりにつながる事業を実施してまいります。
日頃の健康管理にぜひお役立てください。

本人＝被保険者
任継＝任意継続被保険者
家族＝被扶養者
同年度内＝4月1日～翌年3月31日

健康のチェック(健診)

① 特定健診・ 特定保健指導 **通年**

(1) 特定健診

対 象 40歳～74歳の任継・家族
負担額 自己負担なし

- 同年度内に地域巡回健診と併用された場合は補助できません。
- かかりつけ医や最寄りの医療機関(全国49,200カ所)で受診が可能です。申込者に受診券を発行します。
- 通院中の方も年1回は受診してください。

(2) 特定保健指導

対 象 特定健診の受診者で「動機付け支援」「積極的支援」に該当した人

負担額 自己負担なし
●生活習慣病リスクの高い人に、案内が送付されます。

② 人間ドック **通年**

対 象 30歳以上の本人・任継・家族
負担額 契約医療機関で受診…6,480円
契約医療機関以外で受診…6,480円＋合計額が31,680円を超えた場合はその超えた額

- 同年度内に地域巡回健診と併用された場合は補助できません。
- 次のオプション検査(自己負担なし)が受けられます。
【30歳以上の女性】子宮頸がん(細胞診)検査
【30歳以上の女性】乳がん(超音波・マンモグラフィいずれか一方)検査
【50歳以上の男性】前立腺がん(PSA)検査

③ 地域巡回健診 **春・秋・冬に巡回**

対 象 30歳以上の任継・家族
負担額 自己負担なし

- 同年度内に特定健診・人間ドックと併用された場合は補助できません。
- 対象者の自宅へ「健診のご案内」が送付されます。内容を確認し、希望者はお申し込みください。
- 次のオプション検査(自己負担なし ※骨密度測定等除く)が受けられます。
【30歳以上】胃がん(X線)検査
【30歳以上】大腸がん(便潜血)検査
【30歳～39歳の女性】乳がん(超音波)検査
【40歳以上の女性】乳がん(マンモグラフィ)検査
【20歳以上の女性】子宮頸がん(細胞診)検査
【50歳以上の男性】前立腺がん(PSA)検査
【30歳以上】骨密度測定 他 ※全額自己負担

④ 脳ドック・肺ドック費用補助 **通年**

対 象 40歳以上の本人・任継・家族
負担額 脳ドック…補助上限20,000円を超えた額
肺ドック…補助上限10,000円を超えた額

- 検査内容 脳ドック…MRI／MRA
肺ドック…ヘリカルCT／喀痰検査
- いずれも2年に1回の補助です。
- 人間ドックとの同時受診も可能です(医療機関によっては不可)。

ご家族(被扶養者)の
みなさんへ

ご家族が受けられる健診は次の3通りです

同年度内にいずれか1つを受けられます。ご都合に合わせてお選びください。

① 特定健診

- 自己負担なし
- かかりつけ医や最寄りの医療機関で受診可能

② 人間ドック

- 自己負担額6,480円(契約医療機関の場合)
- より細かな検査が受けられる

③ 地域巡回健診

- 自己負担なし
- 各種オプション検査が受けられる

健保組合からのお願い

パート先または市町村で特定健診を受診された方は、健診表の写し(平成29年4月以降受診)を健保組合まで提出してください。ご提供者には、健保組合より謝礼をいたします。
※巡回健診、人間ドック受診者は除きます。

健康のチェック(健診)

⑤ がん検診

(1) 胃・大腸・前立腺がん検診 **定期健診時**

対 象 胃がん検診(ペプシノーゲン)・
大腸がん検診(便潜血)…30歳以上の本人
前立腺がん検診(PSA)…50歳以上の本人(男性)
負担額 自己負担なし
●定期健診と同時に実施するため、事業所により実施時期は異なります。

(2) 乳がん・子宮頸がん検診

対 象 乳がん検診(超音波)…30歳～39歳の本人(女性)
乳がん検診(マンモグラフィ)…40歳以上の本人(女性)
子宮頸がん検診(細胞診)…20歳以上の本人(女性)
負担額 自己負担なし
●地域巡回健診会場または医療機関で受診できます。

(2) 歯科医院健診 **通年**

負 担 額 補助上限3,000円を超えた額
受診方法 お近くの歯科医院に直接予約して受診します。

- 愛知県歯科医師会加入の歯科医院
当日窓口での支払いはありません。
 - 契約外の場合
当日窓口で受診料を支払い、後日「各種健診補助金支給請求書」に領収書(原本・レント不可)と健診結果がわかるものを添付して健保組合へ提出ください。
- ※健診同日に治療を行った場合、補助の対象にはなりませんので、ご注意ください(歯石除去は治療になります)。

病気の予防・セルフケアに

① インフルエンザ 予防接種費用補助 **10月～1月**

対 象 1歳～64歳の本人・任継・家族
健保補助 上限2,000円
●補助は年1回です。健保組合よりご案内します。

③ かぜ&むし歯 予防キャンペーン **11月～1月**

対 象 小学3年生以下の家族
●かぜ・むし歯予防を目的としたキャンペーンを実施。
エントリーすると歯ブラシを贈呈します。

⑥ 歯科健診

年2回まで受診できます。
ぜひご家族で受診ください。

対 象 本人・任継・家族
●健診内容 口腔全般チェック、保健指導
●(1)(2)の2通りの方法で受診できます。

(1) 集団歯科健診 **夏・冬**

負 担 額 自己負担なし
受診方法 健保組合よりご案内します。

日程・会場(夏)

日程	会場	
5月14日(日)	岡崎勤労文化センター	岡崎市美合町
5月14日(日)	蒲郡市民会館	蒲郡市栄町
5月21日(日)	豊田市民文化会館	豊田市小坂町
5月28日(日)	デンソー大安健保体育館	三重県いなべ市大安町
6月4日(日)	あいち健康プラザ	知多郡東浦町森岡
6月11日(日)	デンソー安城健保体育館	安城市里町
6月18日(日)	デンソー企業年金基金会館	刈谷市新富町
7月2日(日)	豊田自動織機健保組合会館エスト	刈谷市宝町
7月9日(日)	湖西健保会館	静岡県湖西市梅田
7月16日(日)	デンソー企業年金基金会館	刈谷市新富町
7月23日(日)	デンソー高棚ホール	安城市高棚町
7月23日(日)	岡崎歯科総合センター	岡崎市中町
7月30日(日)	デンソー西尾ホール	西尾市下羽角町
8月6日(日)	デンソー企業年金基金会館	刈谷市新富町
8月6日(日)	豊橋商工会議所	豊橋市花田町

② 家庭常備薬の斡旋・費用補助

対 象 本人・任継
健保補助 購入額の半額、上限500円 **年2回**
●健保組合よりご案内します。
●自宅配送を希望の方へは、無償配送されます。

④ いきいき生活改善セミナー **10月～2月**

対 象 35歳・37歳・39歳・45歳・50歳の本人
(指導が必要な人)
●特定健診の対象になる前のみなさんに、生活習慣改善のためのセミナーを開催します。
●母体事業主(会社)とのコラボ事業です。

体力づくりに

①健康増進施設の利用補助 通年

対 象 本人・任継・家族
負担額 補助額との差額

- ナガシマスパーランド、ラグーナテンボス、各種味覚狩りなど、多数のレジャー施設等をお得な割引料金で利用できます。詳しくは健保ホームページをご覧ください。
- 契約施設共通利用補助券は有効期限がありますので、ご注意ください。

③健康ウォーク 4月・10月

対 象 本人・任継・家族
負担額 自己負担なし(交通費は全額自己負担)

- 健保連愛知とウォーキング大会を共催。参加者には健保連愛知と健保組合から記念品を贈呈します。
- 詳細は「けんぽだより」や健保ホームページでお知らせします。

本人＝被保険者 家族＝被扶養者
任継＝任意継続被保険者 同年度内＝4月1日～翌年3月31日

②90日間チャレンジウォーク

4月・10月

対 象 本人・任継・家族(配偶者)
負担額 自己負担なし

開催中

いつでもどこでも歩いてチャレンジ!!
春の90日間チャレンジウォーク

④テーマパークを歩こう! 11月 in東山動植物園

対 象 本人・任継・家族
負担額 自己負担なし(交通費は全額自己負担)

- 開催時期が近づきましたら、健保組合よりお知らせいたします。

平成
29年春

けんぽれんあいち 健康ウォーク開催報告

「春爛漫 徳川家ゆかりの地、岡崎城下町散策」

4月1日(土)、岡崎市でけんぽれんあいち健康ウォークが開催され、約80人の参加者が9.0kmのコースを歩きました。

名鉄名古屋本線「東岡崎駅」→
スタート:岡崎信用金庫本部→丸石醸造→随念寺→
岡崎信用金庫資料館→松應寺→伊賀八幡宮→
伊賀川河川敷→岡崎公園→カクキュー八丁味噌→
ゴール:まるや八丁味噌→名鉄名古屋本線「岡崎公園前駅」



受付をしてスタート
いってらっしゃい!



咲き始めた桜を
愛でつつ歩きます



堂々たる岡崎城



城下町にある
八丁味噌の老舗を見学

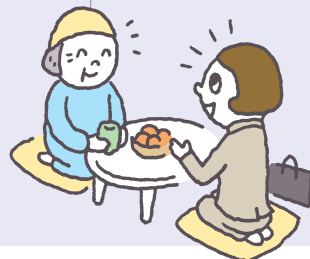
高齢者の健康づくりに

①高齢者訪問健康相談 通年

対 象 60歳～73歳の家族
負担額 自己負担なし

- 健康相談員が自宅訪問または電話(どちらか選択可)をして、健康管理や福祉制度の利用方法を助言・指導します。
- 該当者には、健保組合委託先より直接ご案内します。

対象が広がりました!
64歳～73歳 → 60歳～73歳



②健康情報誌 4月・10月 「ヘルス&ライフ」の配付

対 象 60歳以上の本人・任継・家族
負担額 自己負担なし

- 健康維持や社会との関わりなど、快適生活を送るための健康情報誌です。



心身のリフレッシュに(契約保養所)

予約方法など、詳細は健保ホームページをご覧ください。 <http://www.tb-kenpo.or.jp/>

①オテル・ド・マロニエ 通年

対 象 本人・任継・家族
負担額 全額自己負担

②リゾートトラスト 通年

対 象 本人・任継・家族
負担額 全額自己負担

- エキシブ15カ所、リゾートピア4カ所、サンメンバーズ3カ所の計22カ所を利用できます。

12ページを
ご覧ください!

③トヨタグループ共同利用保養所

対 象 本人・任継・家族
負担額 全額自己負担

- トヨタグループの健保組合所有の保養所を相互利用できます。

④健保連共同利用保養所 通年

対 象 本人・任継・家族
負担額 全額自己負担

- 健康保険組合連合会に加入している全国の健保組合の保養所を利用できます。

健康情報・医療費情報

①機関誌「けんぽだより」の配付

4月・8月・12月

対 象 本人・任継
負担額 自己負担なし

- みなさんの健康づくりに役立つ情報をお届けします! 健保ホームページにも掲載、バックナンバーも見ることができます。



②「子どもの急病!ガイドブック」の配付 通年

対 象 第1子出産の本人・家族(配偶者)
負担額 自己負担なし

- 子どもの病気・けがへの対処法をコンパクトにまとめた冊子です。初めての育児の不安を解消してください。



③「すくすく赤ちゃん」の配付 通年

対 象 第1子出産の本人・家族(配偶者)(希望者のみ)
負担額 自己負担なし

- 初めての育児がよくわかる育児書です。
- 希望者は、「すくすく赤ちゃん配付申込書」を健保組合へ提出(母子手帳(表紙)のコピーを添付)。

④「医療費のお知らせ」の発行

対 象 本人(家族分含む)・任継
負担額 自己負担なし

2ヵ月毎

- かかった医療費をお知らせします。領収書と照らし合わせて、金額等が間違っていないか必ず確認してください。
- ※保険給付金の支給がある方は、支給月毎に発行いたします。

⑤「ジェネリック医薬品の差額通知」の発行 年2回

対 象 本人・家族
負担額 自己負担なし

- ジェネリック医薬品に切り替えた場合の自己負担の軽減可能額をお知らせいたします。



「トヨタ紡織健保 健康ホットライン」をご利用ください

無料専用
ダイヤル

0120-064-783
携帯電話・PHSからもご利用できます

電話による健康相談

- ◆24時間・年中無休
- ◆健康・医療・介護・育児に関する相談、医療機関情報提供など
- ◆名前(匿名可)と年齢を教えてください

※相談内容や個人情報事業主や当健保組合に漏れることはありません。安心してご利用ください。(委託先:ティーベック(株))



強力サポート！健保組合の事業 ② 保険給付

こんなとき保険給付が受けられます

本人(被扶養者)、家族(被扶養者)が
病気やけがをしたとき、出産したとき、死亡したときには、健保組合から次の保険給付が受けられます。
保険給付には、健康保険法で決められた「法定給付」とトヨタ紡織健保独自の「付加給付」があります。

本人（被保険者）が受けられる保険給付

病気やけがをしたとき

法定給付	こんなとき	内容	付加給付	内容
療養の給付	保険医療機関に保険証を提出して、病気やけがの療養を受けたとき	保険適用分の医療費の7割 <70歳～74歳の場合> 一般所得者・低所得者 昭和19年4月1日以前生まれ：9割（うち公費1割） 昭和19年4月2日以降生まれ：8割 現役並み所得者：7割	一部負担 還元金	1ヵ月、1件ごとの自己負担額（高額療養費、食事療養分、公費負担分を除く）から20,000円を控除した額（1,000円未満切り捨て）
保険外併用療養費	保険との併用が認められる保険適用外の療養を受けたとき			
療養費	立て替え払いをしたとき			
高額療養費	1件の療養に関して、1ヵ月に同一の医療機関に支払った額が所得に応じた自己負担限度額を超えたとき	所得に応じた自己負担限度額を超えた額		
合算高額療養費	同一世帯内で21,000円以上の自己負担が1ヵ月に2件以上あり、その額を合算すると所得に応じた自己負担限度額を超えるとき	※直近12ヵ月間に3ヵ月以上高額療養費に該当した場合、4ヵ月目からは自己負担限度額が低額になる	合算高額療養費付加金	自己負担額の合計額（合算高額療養費は除く）から1件につき20,000円を控除した額（1,000円未満切り捨て）
高額介護合算療養費	1年間に医療と介護にかかった自己負担の合算金額が限度額を超えたとき	所得に応じた自己負担限度額を超えた額のうち、医療にかかった自己負担の比率に応じた額		
訪問看護療養費	訪問看護を受けたとき	看護費用の7割 ※70歳～74歳の給付割合は療養の給付に同じ		
入院時食事療養費	入院して医療機関から食事の提供を受けたとき	1日3食を限度に1食あたり360円を超えた額 ※低所得者等には負担軽減措置あり		
入院時生活療養費	65歳以上の人が療養病床に入院したとき	食費として1日3食を限度に1食あたり460円を超えた額、居住費として1日320円*を超えた額 ※低所得者等には負担軽減措置あり		
移送費	歩行が困難な状態で転院などをするとき	健保組合が算定する基準額の範囲内の実費		

★平成29年10月より370円の予定

病気やけがで働けないとき

法定給付	こんなとき	内容	付加給付	内容
傷病手当金	療養のために休業し、給料を受けないとき	休業1日につき、直近の継続した12ヵ月間の各月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の3分の2相当額 <支給期間>欠勤4日目から1年6ヵ月間	傷病手当金付加金	休業1日につき、直近の継続した12ヵ月間の各月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の15分の2相当額
			延長傷病手当金付加金	休業1日につき、直近の継続した12ヵ月間の各月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の60%相当額を法定給付満了後1年間、その後、直近の継続した12ヵ月間の各月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の40%相当額を6ヵ月間

保険給付の詳細は健保ホームページをご覧ください。
健保ホームページ <http://www.tb-kenpo.or.jp/>



出産したとき

法定給付	こんなとき	内容
出産手当金	出産のために休業し、給料を受けないとき	休業1日につき、直近の継続した12ヵ月間の各月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の3分の2相当額 <支給期間>出産の日以前42日（多胎の場合は98日）。出産予定日が遅れた場合はその期間も支給）、出産の日後56日
出産育児一時金	出産したとき	1児につき420,000円 ※産科医療補償制度に未加入の医療機関等で出産したときや、妊娠22週未満の出産の場合は404,000円

死亡したとき

法定給付	こんなとき	内容	付加給付	内容
埋葬料（費）	死亡したとき	一律50,000円 ※埋葬料を受け取る人がいない場合は、埋葬を行った人に埋葬料の範囲内の実費を支給	埋葬料付加金	一律50,000円

家族（被扶養者）が受けられる保険給付

病気やけがをしたとき

法定給付	こんなとき	内容	付加給付	内容
家族療養費	保険医療機関に保険証を提出して、病気やけがの療養を受けたとき	保険適用分の医療費の7割 <70歳～74歳の場合> 一般所得者・低所得者 昭和19年4月1日以前生まれ：9割（うち公費1割） 昭和19年4月2日以降生まれ：8割 現役並み所得者：7割 <義務教育就学前>8割	家族療養費付加金	1ヵ月、1件ごとの自己負担額（高額療養費、食事療養分、公費負担分を除く）から20,000円を控除した額（1,000円未満切り捨て）
保険外併用療養費	保険との併用が認められる保険適用外の療養を受けたとき			
家族療養費	立て替え払いをしたとき			
高額療養費	1件の療養に関して、1ヵ月に同一の医療機関に支払った額が所得に応じた自己負担限度額を超えたとき	所得に応じた自己負担限度額を超えた額		
合算高額療養費	同一世帯内で21,000円以上の自己負担が1ヵ月に2件以上あり、その額を合算すると所得に応じた自己負担限度額を超えるとき	※直近12ヵ月間に3ヵ月以上高額療養費に該当した場合、4ヵ月目からは自己負担限度額が低額になる	合算高額療養費付加金	自己負担額の合計額（合算高額療養費は除く）から1件につき20,000円を控除した額（1,000円未満切り捨て）
高額介護合算療養費	1年間に医療と介護にかかった自己負担の合算金額が限度額を超えたとき	所得に応じた自己負担限度額を超えた額のうち、医療にかかった自己負担の比率に応じた額		
家族訪問看護療養費	訪問看護を受けたとき	看護費用の7割 ※70歳～74歳、義務教育就学前の給付割合は家族療養費に同じ		
入院時食事療養費	入院して医療機関から食事の提供を受けたとき	1日3食を限度に1食あたり360円を超えた額 ※低所得者等には負担軽減措置あり		
入院時生活療養費	65歳以上の人が療養病床に入院したとき	食費として1日3食を限度に1食あたり460円を超えた額、居住費として1日320円*を超えた額 ※低所得者等には負担軽減措置あり		
家族移送費	歩行が困難な状態で転院などをするとき	健保組合が算定する基準額の範囲内の実費		

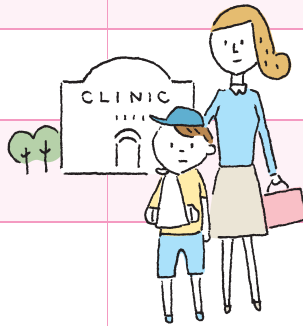
★平成29年10月より370円の予定

出産したとき

法定給付	こんなとき	内容
家族出産育児一時金	出産したとき	1児につき420,000円※産科医療補償制度に未加入の医療機関等で出産したときや、妊娠22週未満の出産の場合は404,000円

死亡したとき

法定給付	こんなとき	内容
家族埋葬料	死亡したとき	一律50,000 円



被保険者のみなさん、被扶養者のみなさん／ 今年も健診を受けましょう！



平成29年度は健保組合が進める第1期データヘルス計画の最終年度で、第2期に向けて改善計画を立てる年度となります。
健診はみなさんの疾病予防対策として重要で、データヘルス計画の主な取り組みの1つです。
今年も必ず健診を受けましょう。

1 健診は みなさんの健康を救う！

生活習慣病は自覚症状のないまま進行し、重症化します。症状が出てから治療し始めても、元の健康な状態には戻らないこともあります。

健康を維持するためには、毎年健診を受けて病気の芽を早期に発見することが大切です。

毎年継続して受けることで、早期発見につながります



2 健診は 会社を救う！

職場の一員として役割を担うみなさんが健康であることは、会社にとって重要です。特定健診や特定保健指導を活用して健康管理に努めましょう。

最近は、社員の健康づくりは会社にとって「コスト」ではなく「投資」と考えられるようになってきています



3 健診は 健保組合を救う！

高齢化による生活習慣病の増加などにより、みなさんの医療費等にあてる保険給付費が増えています。生活習慣病は、初期の段階では生活習慣の改善だけでも回復が見込めますが、進行とともに通院や投薬が増え、手術・入院と進むとさらに医療費がかかるようになってしまいます。

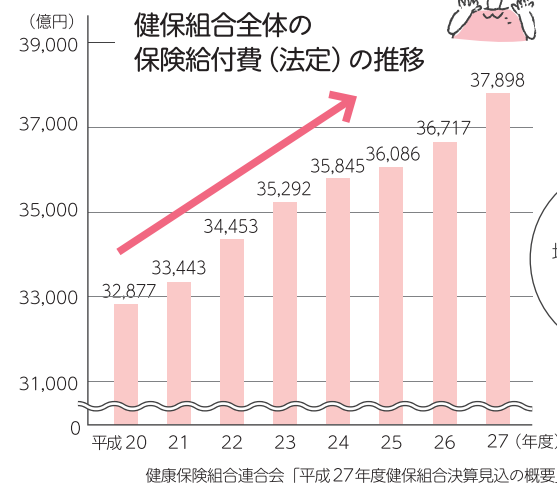
また、特定健診・特定保健指導の実施状況によって、健保組合が高齢者医療制度に拠出する納付金額が増減するしくみがあり、健保組合では受診率・実施率の向上をめざしています。しかし、被扶養者の受診率が低い傾向にあり、課題となっています。

健診を受けて早期発見・早期改善に努めてください。

健保組合はみなさんから集めた保険料で運営されています



保険給付費が増加しています



保険給付費が増えると保険料が上がることになるかも



被扶養者のみなさん、特定健診を受診してください



育児や介護を優先してしまい自分の健診を受けそびれてしまいます…



健診申し込みの手続きがめんどうで…



病気になってしまったら育児や介護も思うようにできなくなります。ご自分の健康管理も大切です。



病気になって、検査や治療のために医療機関に通ったり、薬局に行ったりするほうがめんどうではないですか？健保組合からの健診のご案内をぜひご確認ください。



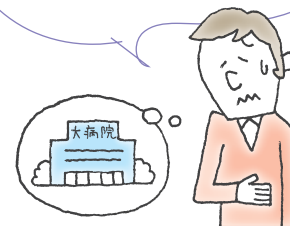
病院でのその行為… 損しているかも しれません

覚えておこう！ うっかり損の事例

病院にかかるときのお金は、いつ・どこの病院でも同じだと思っていませんか？
実はちょっとしたことで損をしてしまうことがあるのです。
よくある「うっかり損の事例」を見てみましょう。



そういえば最近胃が痛い…。
大きな病院で
一度診てもらわない？



事例その①

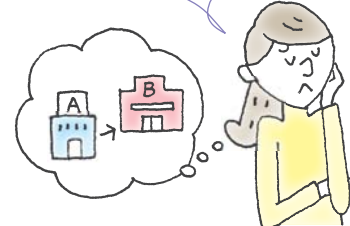
実は…紹介状なしの大病院は**5,000円以上の追加負担！**

大病院は本来、治療が難しい病気などを取り扱うところです。体調が思わしくないからといって紹介状を持たずに大病院を受診すると、初診時5,000円以上の追加負担があります。

➡️ そんなあなたへのアドバイス ➡️ **まずは近くの「かかりつけ医(診療所等)」へ**

自宅や勤務先の近くに「かかりつけ医」をもち、まずはかかりつけ医に相談しましょう。受診の記録が蓄積されるため、あなたの健康状態や体質を医師に理解してもらいやすくなります。大きな病気が疑われる場合には大病院への紹介状を書いてもらうこともできます。

A病院の診断は
納得いかない！
明日B病院に行こうと。



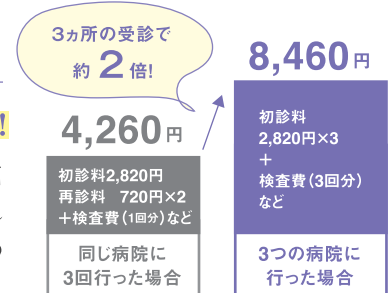
事例その②

実は…病院を変えるたびに**初診料がかかる！**

同じ病気で複数の病院を受診(はしご受診)すると、毎回初診料がかかります。また、同じような検査を受けたり同じような薬が処方されたりするので、医療費だけでなく体への負担も大きくなります。

➡️ そんなあなたへのアドバイス ➡️ **医師に不安や疑問を正直に伝える**

診断や治療に不安がある場合は、医師に正直に伝えてみましょう。他の医師の意見を聞きたいときはセカンドオピニオンという方法もあります。現在かかっている医師に申し出てみてください。



なぜ気味だから病院に寄ろう。
夜でも開いてる
病院があつてよかったなあ～。



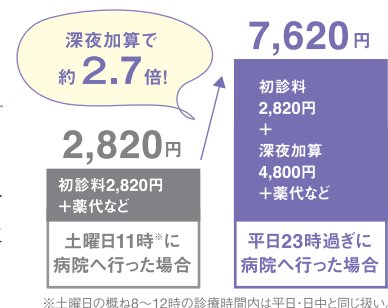
事例その③

実は…診療時間外を受診は**割増料金！**

「忙しくて平日や日中に病院に行く時間がない」などと、自分の都合で受診していませんか？診療時間外・休日・深夜に受診すると割増料金がかかります。

➡️ そんなあなたへのアドバイス ➡️ **緊急時以外は平日・日中に受診する**

夜間や休日に診療を行っている病院があるのは、緊急を要する患者の治療のためです。やむを得ないとき以外の受診は避けましょう。



※土曜日の概ね8～12時の診療時間は平日・日中と同じ扱い。

*事例その①は全額自己負担です。*事例その②・③は健康保険が適用され、自己負担は原則3割です。

病院にかかる際には上記の事例を思い出してみてください。

気づかないうちに不要な出費をしているかもしれません。まずはかかりつけ医をもつところから始めてみましょう！

エクシブ リゾーピア サンメンバーズ で 優雅なひとときを

エクシブ
山中湖



エクシブ
白浜



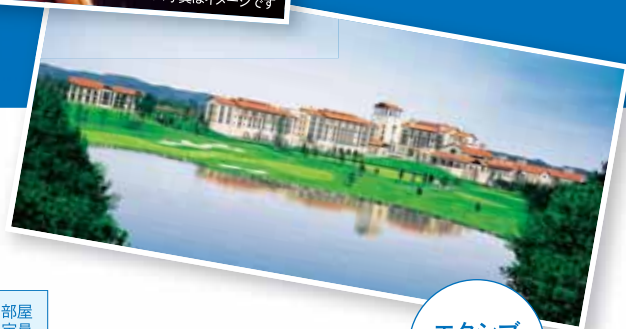
エクシブ
蓼科



リゾーピア
熱海



エクシブ
那須白河



	施設名	所在地	利用料金		部屋 定員
			Aタイプ	Cタイプ	
エクシブ	エクシブ鳥羽アネックス	三重県鳥羽市	8,000円～ (利用実費3,675円/1名)選択可能	12,500円～	5名
	エクシブ鳥羽	三重県鳥羽市	8,000円～ (利用実費3,675円/1名)選択可能	13,500円～	5名
	エクシブ白浜	和歌山県西牟婁郡	8,000円	12,500円	5名
	エクシブ白浜アネックス	和歌山県西牟婁郡	11,500円	14,500円	5名
	エクシブ伊豆	静岡県伊東市	8,000円～	12,500円	5名
	エクシブ軽井沢	長野県北佐久郡	10,000円	13,500円	5名
	エクシブ淡路島	兵庫県洲本市	8,000円～	13,500円	5名
	エクシブ山中湖	山梨県南都留郡	11,500円	14,500円	5名
	エクシブ琵琶湖	滋賀県米原市	10,000円～	14,500円	5名
	エクシブ蓼科	長野県茅野市	11,500円	14,500円	5名
	エクシブ鳴門	徳島県鳴門市	11,500円	14,500円	5名
	エクシブ初島クラブ	静岡県熱海市	8,000円	14,500円～	4名
	エクシブ浜名湖	静岡県浜松市	11,500円	14,500円	5名
	エクシブ那須白河	福島県西白河郡	11,500円	14,500円	5名
	エクシブ京都八瀬離宮	京都府京都市	12,000円	15,000円	5名

	施設名	所在地	利用料金		部屋 定員
			1人1泊	1部屋3名以上	
リゾーピア	リゾーピア熱海	静岡県熱海市	3,150円	9,450円	5名
	リゾーピア箱根	神奈川県足柄下郡	3,150円	9,450円	5名
	リゾーピア久美浜	京都府京丹後市	2,650円	7,875円	5名
	リゾーピア別府	大分県別府市	2,650円	7,875円	5名
サンメンバーズ	サンメンバーズ京都嵯峨	京都府京都市	3,150円～	9,450円	3名
	サンメンバーズ神戸	兵庫県神戸市	3,150円	9,450円	4名
	サンメンバーズひるがの	岐阜県郡上市	3,150円	9,450円～	4名

利用対象者

被保険者とそのご家族

ご利用方法

「リゾートホテル利用申込書」(健保ホームページからダウンロード可)を記入して提出してください。

※1泊2食付での申し込みが原則となります。各ホテルの食事内容はリゾートトラストのホームページでご確認ください。

※宿泊を取り消した場合は、キャンセル料が発生いたしますのでご注意ください。キャンセルポリシーは健保ホームページでご確認ください。

リゾートトラストのホームページ

<http://www.resorttrust.co.jp/>

トヨタ紡織健康保険組合

〒448-8651 愛知県刈谷市豊田町1丁目1番地
TEL:0566-26-0305 FAX:0566-26-0424

健保ホームページもご覧ください。 <http://www.tb-kenpo.or.jp/>