

けんぽだより

第116号

2022

春

Spring

- 令和4年度予算のお知らせ
- 「健保の手続き」に必要な書類はプリントできます
- MHWにて被扶養者の資格調査を行います
- 健診予約はMHWから
- ウォーキングイベントに参加しましょう
- 契約保養施設のご紹介



H.U. グループ健康保険組合



ホームページ・MY HEALTH WEBをご活用ください
<https://www.hugp-kenpo.jp/>

このお知らせはH.U.グループ健康保険組合の被保険者へ配布するもので、被扶養者の皆様にも必ずご覧いただけるようお願いします。

ジロ子ヨークンからの
お知らせ



ご存知
ですか？

女性の健康推進室 「ヘルスケアラボ」

女性の健康を支援するため、厚労省の研究班が情報発信している「ヘルスケアラボ」。ライフステージ別女性の健康ガイドやセルフチェック、病気についてのQ&Aや女子カアプレシピなど、役立つ情報が満載です。健保のホームページから閲覧できますので、ぜひ、ご活用ください。

▼ホームページTOP画面



▼ヘルスケアラボTOP画面



▼ライフステージ別女性の健康ガイド



▼マタニティトラブルQ&A



▼女子カアプレシピ



「女性のヘルスケア」については本誌10ページもご参照ください。

※画像はすべてイメージです。

一般勘定

収入

健康保険収入 4,756,286千円 (88.1%)
(国庫負担金含む)

調整保険料収入 64,160千円 (1.2%)

繰入金 500,000千円 (9.3%)
雑収入 1,733千円 (0.0%)
その他 77,703千円 (1.4%)

健康保険収入

健保組合の主な収入源は、皆様と事業主から納めていただいた保険料です。



保険給付費

皆様が病気やけがをしたときの医療費等に充てられます。



保健事業費

各種健診・保健指導、禁煙支援、体育奨励補助、保養施設利用補助などに充てられます。



支出

保険給付費 2,610,147千円 (48.3%)
法定給付費 2,532,347千円 (46.9%)
付加給付費 77,800千円 (1.4%)

事務費 123,779千円 (2.3%)

雑支出他 4,614千円 (0.1%)

保健事業費 286,194千円 (5.3%)

納付金 2,118,904千円 (39.2%)

財政調整事業拠出金 64,160千円 (1.2%)

予備費 192,084千円 (3.6%)

納付金

高齢者の医療費のために国に拠出しているもので、健保組合にとって過重な負担となっています。



支出を1人当たりで見ると… **503,908円**

保険給付費 243,575円

納付金 197,733円

保健事業費 26,707円
その他 35,893円

予算編成の基礎となった数値

- 事業所数……15
- 被保険者数……10,716人
(前年43.44歳)
- 平均年齢……44.36歳
- 平均標準報酬月額…305,719円
(前年実績297,028円)

公告

任意継続被保険者の標準報酬月額
任意継続被保険者の令和4年度の保険料の計算に適用される標準報酬月額の上限は300千円となります。

介護勘定

健保組合では、介護保険料も徴収しています。本年度の介護保険料収入は、6億3,438万円、介護納付金は6億7,078万円となっています。



収入

介護保険収入 634,375千円

繰入金 60,000千円

予備費 23,425千円

雑収入その他 3千円

支出

介護納付金 670,778千円

還付金 174千円

雑支出 1千円

令和4年度 予算のお知らせ



H.U.グループ健康保険組合の令和4年度予算および事業計画が、去る2月18日の組合会において、議決されました。そのあらましをお知らせいたします。

収入支出予算額

健康保険
53億9,988万2千円
介護保険
6億9,437万8千円

保険料率

健康保険料率、介護保険料率ともに据え置き

	被保険者	事業主	合計
健康保険※	50/1000	50/1000	100/1000
介護保険	9.0/1000	9.0/1000	18.0/1000

※健康保険は、調整保険料率1.31/1000 を含む

主な収入

健康保険収入

健保組合の収入のほとんどは、皆様と事業主からの保険料です。今年度は、47億5,483万円(国庫負担金・調整保険料を除く)を見込みました。

繰入金

令和4年度は保険料収入の減少が見込まれる一方、納付金や保険給付費は増加することから、経常収支では3億8,347万円の赤字となります。

保険料収入では支出を賄うことが困難であるため、別途積立金より5億円を繰り入れることで収支のバランスを取りました。

主な支出

保険給付

皆様がお医者さんにかかったときの自己負担(2割)以外の、健保組合が負担している医療費を保険給付といえます。保険給付には、出産や傷病時の各種手当金なども含まれます。

今年度は新型コロナウイルス感染症の影響が続いていることから、保険給付費は昨年度より約1億4千万円多い26億1,015万円を見込みました。

保健事業費

皆様の健康づくりのための費用です。2億8,619万円を計上しました。特定保健指導事業では、前年度から健診受診直後に特定保健指導を実施し、受診率の

向上につながったことを踏まえ、本年度も継続して実施します。疾病予防では、新規の取り組みとして家族向けインフルエンザ予防接種補助を行います。

高齢者医療制度への拠出金

今年度は65〜74歳の医療費(前期高齢者納付金)として、前年度より約3億9,622万円多い10億5,400万円を納めます。これは、令和2年度の概算納付額が実際の確定額より少なかったため、不足分を本年度分として求められたことによります。75歳以上の医療費(後期高齢者支援金)は、同比約1,428万円減、10億6,487万円を納めます。

主な保健事業

- 特定健康診査(目標値…受診率90%以上)
- 特定保健指導(目標値…実施率55%以上)
- 健康優良者褒賞
- ジェネリック医薬品(後発医薬品)の使用促進
- 健康診断(特定健診以外)
- 重症化予防(教育入院・保健指導)
- がん検診(健保契約医療機関)
- 禁煙支援
- 歯科健診
- 適正受診対策
- 無料健康電話相談
- 柔道整復師受療適正化
- 予防接種(インフルエンザ)費用補助
- 体育奨励事業参加補助
- ウォーキングラリー(WEB開催)
- 契約保養施設 など



「新たなスタート」の春！
健保への手続きもお忘れなく

「健保の手続き」に必要な書類は ホームページからプリントできます

皆様の健康と安心をさ
まざまな事業でサポート
する健康保険。ただし、
健保の事業をご利用いた
だくには、定められた書
類をご提出いただくなど
の手続きが必要です。各
種手続きに必要な書類は
ホームページからプリン
トできるようになってい
ます。
皆様、ぜひご活用くだ
さい。

保険証・資格申請に関して 手続きが必要なときとその書類

- 引越・転動したとき
- 住所変更（訂正）届
- 結婚したとき
- 被保険者氏名変更（訂正）届
- 家族の加入について
- 被扶養者（異動）届
- 退職した後、引き続き当組合に加入したいとき
- 健康保険任意継続被保険者資格取得申出書
- 介護保険制度の適用除外となる時
- 介護保険（適用・適用除外・海外外向・国内帰任）届
- 出産したとき
- 出産育児一時金（付加金）請求書／出産育児一時金
差額（内払）・付加金支払依頼書

※よくある例として「家族が就職したとき」を紹介します。



保健事業に関して手続きが 必要なときとその書類

- 出産で仕事を休んだとき
- 出産手当金・出産手当金付加金請求書
- 死亡したとき
- 埋葬料（費）・埋葬料（費）付加金請求書
- 立て替え払いをしたとき
- 療養費支給申請書
- 病気で仕事を休んだとき
- 傷病手当金・傷病手当金付加金請求書
- 医療費が高額になったとき
- 限度額適用認定申請書
- 限度額適用認定証についてはのページもご参照ください。
- 体育奨励事業に参加・利用したいとき
- 体育奨励事業参加補助金申請書

※詳細は健保組合ホームページにてご確認ください。

※家族が就職して被扶養者でなくなる場合、 必要な手続き・書類とは？

被扶養者であった家族が就職して、当健康保険組合の加入（被扶養者）からはずれるときは、会社への届け出とは別に、健保組合への届け出が必要になります。
その際には、「被扶養者（異動）届」に加え、被扶養者でなくなる家族の「保険証」と「就職先の保険証の「コピー」を添えて、各事業所の担当者へ事由発生から5日以内に提出してください。
そのほか、結婚して姓が変わる場合、被扶養者が増える場合、減る場合にも届け出が必要です。



被扶養者で なくなる場合とは…

- ①就職・別居・死亡などにより被扶養者として該当しなくなった
- ②収入が増えて、被扶養者の認定条件を満たさなくなった
- ③仕送りをやめて生計維持関係がなくなった

被扶養者となるには、 一定の基準を満たす必要があります

健康保険では、被保険者だけでなく、被保険者に扶養されている家族「被扶養者」にも保険給付を行います。そのため、被扶養者として認定されるためには「国内居住」のうえ、「家族の範囲」と「収入」について一定の条件を満たしている必要があります。この基準を満たさなくなった場合、速やかな（5日以内）届け出が必要です。



届け出に必要な書類は…

▼トップページ

▼申請書一覧

▼各種手続き

▼家族の加入について

▼健康保険被扶養者（異動）届

健康保険被扶養者（異動）届

氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）
氏名	生年月日	性別	職業	所属先	健康保険組合	扶養開始年月日	扶養終了年月日	扶養期間	扶養料	扶養料（付加金）

▲記入例を参考に必要事項をご記入ください。
「正」「副」2枚を必ず提出してください（記入済みの「正」のコピーで「副」の代用とすることもできます）
※書式は変更になることもあります。押印は必要ありません。

※画像はすべてイメージです。

健保組合ホームページから

▼MY HEALTH WEBトップ画面へ



▼被扶養者資格調査TOP画面



「(1)被扶養者資格調査のご案内」から、調査の実施要項をご確認いただけます。

▼設問への回答画面



設問にご回答いただくことで、提出書類が必要かどうかなどがわかります。

必要書類は画像でアップロードできます。

※画像はすべてイメージです。

被扶養者の資格調査を今年度もMY HEALTH WEB上にて実施いたします。対象となる方には別途ご案内いたしますので、必ず確認書類を提出してください(8月頃を予定)。

被保険者・被扶養者の皆様へ

MY HEALTH WEBにて被扶養者の資格調査を行います

MY HEALTH WEBをご利用いただくには、初回登録が必要です。対象となる方で初回登録がお済みでない方は、必ずご登録のうえ、ご回答ください。

●すでに登録している方へ

MY HEALTH WEBにログイン後、各種設定画面より登録メールアドレスをご確認ください。

パスワードを忘れた場合の再設定手続についてや、MY HEALTH WEBからのお知らせはご登録いただいたメールアドレス宛に通知しています。現在有効でないメールアドレスを登録している方は、新しいメールアドレスに変更(登録)してください。



初回登録を完了すると100ポイントもらえます。



Bさんの手術は無事成功! しかし退院の日、病院の窓口での請求額を見てびっくりしてしまったBさん。手術と入院で医療費がかさみ、3割負担でも数十万円かかってしまったようです…。

入院して手術をすることになったBさん。入院時の持ち物や手術の心配に気をとられ、つい「限度額適用認定証」の交付申請を忘れてしまいました…。

高額な医療費がかかるのに手続きをしなかったBさん



限度額適用認定証は、高額な窓口負担を自己負担限度額までで済ませる証明書です

2~3割の自己負担でも、医療費の総額が大きくなれば数十万円になってしまうことがあります。この負担を軽減するための給付が「高額療養費」ですが、限度額適用認定証を提示していないと3~4カ月後の支給となります。限度額適用認定証を提示すると、病院に直接、高額療養費が支払われ、一時的な立て替えをしなくて済むようになります。

一般的な収入の人の場合、窓口負担は約8万円に抑えられます

高額療養費は、収入に応じて自己負担限度額が設定され、超えた額が支給されます。標準報酬月額28万円以上53万円未満の人の場合、自己負担限度額は1カ月約8万円となりますので、窓口負担は約8万円で済むことになります。



※食事代や差額ベッド代などは別途負担します。

高額な医療費がかかりそうなときは、限度額適用認定証の交付申請を

入院が決まったときや高額な外来診療が予想されるときは、健保組合に「健康保険限度額適用認定証交付申請書」を提出してください。交付された認定証を、保険証と一緒に病院の窓口に表示するだけでOKです。



※70~74歳の所得区分が「現役並みⅢ」と「一般」の人は、高齢受給者証で自己負担限度額の確認ができますので、限度額適用認定証は不要です。

入院・診療が終わって不要になったとき、有効期限が満了になったときは健保組合にご返却ください。

※マイナンバーカードの健康保険証利用が順次開始されており、認定証がなくても、マイナンバーカードの提示で窓口での支払いが自己負担限度額までに行えるようになります。マイナンバーカードが保険証として利用可能かどうかは、ご受診の医療機関にお問い合わせください。なお、マイナンバーカードを保険証として利用するには、マイナポータルでの事前手続きが必要です。

■マイナポータル <https://myna.go.jp/>





健診予約は MY HEALTH WEBから

WEB登録をして♡MYポイントをGET!

「健診予約システム」のご案内

当健保組合では、被扶養者および任意継続被保険者の方の健診予約窓口として、健診予約システムをご案内しております。健診をご希望の方は、MY HEALTH WEBにログインのうえ、健診の予約・申し込みを行ってください。

健保組合ホームページから MY HEALTH WEBへログイン

<MY HEALTH WEBトップ画面>



※スライド画像は自動で切り替わります。

<健診予約システム画面>



対象者

- ①被扶養者、任意継続被扶養者（35歳以上75歳未満の男女）：2023年3月31日時点
 - ②任意継続被保険者（全年齢の男女）
- ※ただし、2022年4月1日現在で当健保加入者としての資格があり、かつ受診日に資格のある方（資格喪失後に受診することはできません）

受診医療機関

契約医療機関での受診となります。まずは、医療機関一覧をご確認いただき、受診を希望される場合は、案内に従って受診予約（申込）をしてください。

健診費用

健診費用は当健保組合にて負担いたします（年度内1回限り）。
ただし、健保指定項目以外の検査の費用、再検査や精密検査などの二次検査の費用（保険診療）は自己負担となります。

受診期間

2022年6月1日～2023年2月28日

申込期間

- ・巡回健診：2022年5月9日～2022年6月30日
- ・施設健診：2022年5月9日～2022年6月30日

WEB登録キャンペーン

- ・MY HEALTH WEB初回登録 ↓♡100ポイント（登録時）
 - ・MY HEALTH WEBより健診申込のうえ受診 ↓♡500ポイント（健診受診後、当健保組合にて検査結果を確認した後）付与いたします。
- ※その他詳細については、WEBサイトよりご確認ください（右ページ参照）。

※MY HEALTH WEBをご利用いただくには、初回登録が必要です。
まだ、登録がお済みでない方は、この機会にぜひご登録いただき、健康づくりのためのツールとしてご活用ください!

健診予約システムについての問い合わせ先

H.U. ウェルネス棟

電話 055-1236-0977

受付時間 9時～17時30分 土日祝日、年末年始除く

健診をご希望の方へ

健診の対象となる被扶養者・任意継続被扶養者（35歳以上75歳未満）および任意継続被保険者（全年齢）の方には、別途「健康診断のご案内：実施団体 医療法人社団同友会」を郵送にてお届けいたします。健診をご希望の方は申し込み方法をお読みいただき、WEBからお申し込みください。

申込は WEBから!



月経の異常や悩みを 放っておかないで！



相談しにくい「月経の悩み」。「いつものことだから」と放置していませんか？ 症状が「つらいとき」や「ひどくなってきた」場合などは、婦人科や女性外来などを受診して相談しましょう。

正常な月経と、受診が必要な月経って？

■月経周期：25～38日（成人女性の場合。初日～次の開始日まで）
★次のような場合は婦人科などへ

- 1カ月に2・3度月経がある……頻発月経
- 周期が39～90日と長すぎる月経……稀発月経
- 3カ月以上月経がない場合……無月経

■月経血量：月約50～120ml（月経期間中の総量。多い日でも2時間ごとにナプキンを交換する程度）が目安
★次のような場合は婦人科などへ

- 目安よりも多い……過多月経
- 目安よりも少ない……過少月経

次のような症状がつかなくて市販薬をのんでも効かない、日常生活に支障をきたす場合なども婦人科などに相談しましょう。

- 月経前（月経前症候群）に多い症状 月経が始まる3～10日前から、下腹部痛、腰痛、頭痛、乳房が張るなどの身体的症状、イライラ、怒りっぽい、憂うつなどの精神的症状
- 月経時（月経痛、月経困難症）に多い症状 下腹部の痛み、腰痛、頭痛、吐き気、不眠、便秘など

セルフケアに活用しましょう！ 生理管理アプリ「ソフィ」※

適切なセルフケアはつらさを軽減することにつながります。月経管理のためのスマホアプリの一つ「ソフィ」は、生理用品などを扱うユニ・チャームが配信している無料のアプリ。月経日や体調を記録することで、月経周期を予測・管理したり、あなたの体質タイプを診断して、月経にまつわる悩みの予防やケア、生活習慣改善のハウツーなどのアドバイスもしてくれます。

●ソフィアプリ 生理日管理&生理日不調ケア <https://www.sofy.jp/ja/app/sofy.html>

H.U.グループ 「健康経営推進室 女性分科会」のご紹介

H.U.グループでは、「健康経営推進室 女性分科会」を2021年8月に発足し、「女性の健康保持・増進」に向けた取組活動を行っています。



～女性分科会からのメッセージ～

女性従業員の皆さんが働くうえで役立つ情報の配信や、社内の環境改善等に取り組みまいりますので、よろしくお願ひします。
女性分科会では月経にまつわる悩みをサポートしてくれるアプリ「ソフィ」※も紹介しています。
*体調に合わせて生理休暇も活用しましょう。

女性の健康研修動画のご案内

3月に配信した動画では「月経困難症」について取り上げております。働く女性の健康を維持するためには、男性従業員も含めた全従業員の理解が重要です。この動画を通して女性の健康について理解を深めていただければと思います。

※動画はH.U.グループポータルサイト「CAREER SHOP」から閲覧可能です。

女性分科会の取組内容はこちら
H.U.グループポータルサイト > 健康経営 > 注目リンク「女性分科会」※
（※）女性分科会の取組内容を掲載しています。



5月1日
より

春のウォーキングイベント さつきラン&ウォークに

参加しましょう！

春のウォーキングキャンペーンは、さつきラン&ウォークにH.U.グループとして参加します。

皆様の健康づくりに、ぜひ、お役立てください！

※ウォーキングキャンペーンは健保とH.U.グループホールディングス健康経営推進室の合同企画です。



さつきラン&ウォークは経済産業省、スポーツ庁が後援で実施している日本最大級の無料ウォーキングイベントです。5月の1カ月間に歩いた平均歩数を、スマホアプリを使って競います。

昨年の春にはH.U.グループとして、147名が参加し、個人の歩数を競うだけでなく、「企業対抗戦」で他企業とも競い合いました。

個人対抗、企業対抗の他に、職場のメンバーでチームを組むこともできます。社内のみのキャンペーンと比べ、参加者が多いので、順位が励みになりますよ。歩く気持ちのいい季節。1カ月間、楽しみながら歩きましょう。

●実施期間

5月1日(日)～5月31日(火)

順位に応じた賞品も用意しております。時期が近づきましたら、健保ホームページ、H.U.グループポータルサイト、メール等でお知らせいたします。楽しみにしていてください。

素敵な景品も盛りだくさんご用意！



※【参考】前回の賞品例。画像はすべてイメージです。



エクシブの予約には、LINE 公式アカウントの友だち登録が便利です!



ID:@951nzqes



H.U. グループ健康保険組合専用 会員制リゾートホテル「エクシブ」

公式アカウントをご利用ください

友だち追加方法

「友だち追加」から登録画面へ

左記二次元コードを読み取る
or
検索からIDを入力

追加で登録完了!

予約サイトへのアクセス方法

LINE のトーク画面から「メニュー▼」をタップ

エクシブ空室 & 予約をタップ

専用 ID・パスワードで予約サイトへログイン!

会員専用情報のためマスキングしています

友だち登録すると…

- 1 「空室状況」や「予約サイト」へ手軽にアクセス!
- 2 「プラン」や「観光情報」をタイムリーに配信!
- 3 「LINE 友だち限定」のうれしい情報が届く!

施設名	2022年4月						
	1	2	3	4	5	6	7
エクシブ那須白河	○	×	○	○	○	○	×
エクシブ那須白河ドレーククラフ	×	×	○	○	×	×	×

ご予約の手順 (※主な画像を抜粋)

※ログイン後に表示されるリゾートインフォメーションは、ご所属の法人・団体に定められた利用規程です。必ずご確認ください。



- STEP.1 「宿泊ご予約」をクリック
- STEP.2 会員専用情報のためマスキングしています
- STEP.3 RTTG ポイント連携ログイン ※未登録の方は「新規登録」または「連携せずに予約へ進む」をタップ
- STEP.4 リゾートインフォメーション
- STEP.5 宿泊施設を探す ※プランまたは空室カレンダーから検索
- STEP.6 宿泊プランを選択
- STEP.7 詳細を入力

予約サイトはこちら

エクシブ 法人予約 検索

STEP.8 お問い合わせ番号が表示されればお申し込み完了です。 ※この段階では予約確定ではありません。 予約センターがお申し込み内容を確認し、予約結果をメールでお送りいたします。

ご利用料金例：エクシブ蓼科／大人2名様・小人1名様でご宿泊の場合

< 客室 > スタンダードグレード 13,200円(税込) < 夕食 > 日本料理：大人 6,600円(税込)・小人 3,300円(税込) < 朝食 > パイキング：大人 2,200円(税込)・小人 1,430円(税込)

客室代	大人 食事代	小人 食事代	サービス料	入湯税	合計
1室 13,200円	2名様 6,600円+2,200円	1名様 3,300円+1,430円	10% ※飲食代のみ	2名様 150円	38,063円

※お食事なしの素泊まりでもご利用になれます。 ※シーズンやホテルにより、1泊2食がセットになった宿泊プランもございます。

※画像はイメージです。

リゾートトラスト株式会社

お問い合わせ
MRP東京予約センター

TEL: 03-5323-8221
(営業時間) 平日 9:00 ~ 18:00 ※GW・お盆・年末年始は休業です。

新規契約保養施設のご紹介

令和4年4月から

リゾートトラスト(会員制リゾートホテル)が使えるようになりました!

H.U. グループ健康保険組合の皆様へ

会員制リゾートホテル

・エクシブ・リゾートピア・サンメンバーズ・

XIV・RESORPIA・SUN MEMBERS のご案内

H.U. グループ健康保険組合は、福利厚生の一環として、会員制リゾートホテル「エクシブ」などを運営するリゾートトラストと契約されています。全国 21カ所のホテルを、1年を通してご利用になれます。ぜひご家族や大切な方とリゾート旅行をお楽しみください。



エクシブ箱根離宮

会員制リゾートホテル「エクシブ」の魅力

ラグジュアリーな客室

1室5名様まで宿泊可能な客室はエクシブの魅力のひとつ。洗練された客室は、ご夫婦やファミリーでゆっくりとくつろげます。



エクシブ箱根離宮 / スタンダード(CB)グレード客室例

充実のレストラン

日本料理・イタリア料理・フランス料理・中国料理の各レストランでは、数種類のコース料理をご用意しています。



エクシブ湯河原離宮 / イタリア料理「レストランテ マレック」

癒やしのスパ

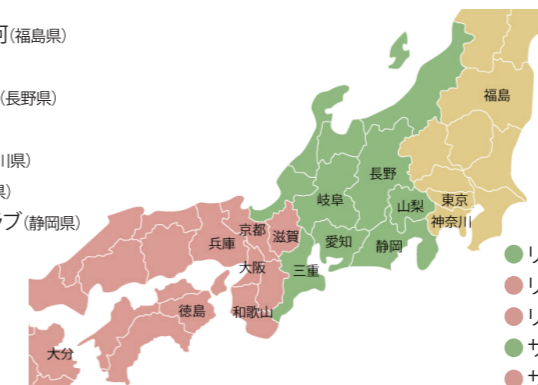
個性豊かなホテルのスパは、多彩な湯心地をお楽しみになれます。優雅な時間で心と体を癒やしてください。



エクシブ蓼科 / 温泉「からまつの湯」

全国21カ所のリゾートホテルをご利用になれます

- グランドエクシブ那須白河(福島県)
- エクシブ山中湖(山梨県)
- エクシブ軽井沢&パセオ(長野県)
- エクシブ蓼科(長野県)
- エクシブ湯河原離宮(神奈川県)
- エクシブ箱根離宮(神奈川県)
- グランドエクシブ初島クラブ(静岡県)
- エクシブ伊豆(静岡県)



エクシブ初島クラブ / エントランス



エクシブ軽井沢 / 外観

- グランドエクシブ浜名湖(静岡県)
- グランドエクシブ鳥羽(三重県)
- エクシブ琵琶湖(滋賀県)
- エクシブ京都八瀬離宮(京都府)
- エクシブ白浜&アネックス(和歌山県)
- エクシブ有馬離宮(兵庫県)
- エクシブ淡路島(兵庫県)
- エクシブ鳴門(徳島県)
- リゾーピア熱海(静岡県)
- リゾーピア久美浜(京都府)
- リゾーピア別府(大分県)
- サンメンバーズひるがの(岐阜県)
- サンメンバーズ京都嵯峨(京都府)

利用規程	利用対象者	組合員本人の同行が必須です。
	予約受付開始	ご利用希望日の最大4カ月前日からお申し込みになれます。
	利用可能な部屋グレード	スタンダードグレード(A・CB)をご利用になれます。
	食事について	特別営業期間のリゾーピア・サンメンバーズは1泊2食(夕食・朝食付)制です。 ※特別営業期間…4/29~5/5,7/25~8/20,12/30~1/5
	キャンセル料について	ご利用日、ご宿泊ホテルによりキャンセル料規程が異なります。 右記二次元コードからご確認ください。 ※3日以内のキャンセルはご宿泊ホテルへ必ずご連絡ください。



●健康保険組合等が保有する個人情報

個人情報の種類	個人情報の内容
適用関連	<ul style="list-style-type: none"> 保険者番号及び被保険者等記号・番号、氏名、生年月日、性別、個人番号 資格取得・喪失日、報酬・賞与実績、被扶養者有無、前年度収入額 *被扶養者の場合、上記に加え被保険者本人との生計維持関係を示す情報(続柄・同居有無等) *任意継続被保険者の場合、上記に加え住所所在地等連絡先
保険給付関連(現物)	<ul style="list-style-type: none"> 診療報酬明細書(レセプト)記載情報【診療年月日・日数、受診医療機関名称・所在地、傷病名、診療内容、医療費等にかかる情報】
保険給付関連(現金)	<ul style="list-style-type: none"> 療養費、移送費関連【治療用器具内容・装着日、柔道整復師・あんま・はり・きゅう・マッサージ師等にかかる情報、移送経緯・費用、その他申請理由等】 傷病手当金関連【傷病名、労務不能期間、労務不能期間中の報酬額、年金受給額、出勤状況、医師の意見にかかる情報】 出産手当金・出産育児一時金関連【出産日、出勤状況、休業期間中の報酬額、出産への処置にかかる情報】 埋葬料(費)関連【死亡年月日、埋葬に要した費用、請求者にかかる情報】
保健事業関連	<ul style="list-style-type: none"> 健康診査、保健指導関連(特定健康診査・特定保健指導・事業所とのコラボヘルスを含む)【受診年月日、健診機関名称・所在地、健診・問診結果、指導結果】

個人情報の取り扱いについて

当健保組合では、「個人情報保護に関する基本方針(プライバシーポリシー)」を定め、加入者の個人情報の取り扱いに際して法令、その他の規範を遵守し、個人情報保護管理の徹底に努めています。

個人情報の収集にあたり、健康保険法等の法令等で収集が義務づけられている場合を除き、加入者に対し収集目的を明らかにいたします。また、収集した個人情報は利用目的の範囲内でのみ使用(個人番号(マイナンバー)については、番号法で定められた利用範囲において特定の利用目的でのみ利用)し、利用目的を遂行するための業務委託の場合を除き、第三者に提供いたしません。

*当健保組合の個人情報への取り組みや、保有する個人情報及びその利用目的・利用方法についての詳細は、ホームページにて公表しています。

個人情報の取り扱いについて

健保契約保養施設のご紹介



VISTA RESORT 2022 SPRING PICK UP



ラフィーネ伊東

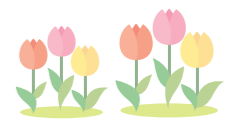
お部屋やレストランでは、オーシャンビューにて最高の眺めを楽しめます。

●アクセス情報 JR伊東駅より車で5分程度

おススメスポット ~小室山公園~ ラフィーネ伊東より車で10分程度



4月には40種類10万本のつつじが咲く「つつじ園」は一面真っ赤なじゅうたんを敷き詰めたような見事な風景が広がります。山頂までリフトがあるのでご年配の方も安心。山頂近くの「恐竜広場」では、全13体の恐竜のモニュメントや大型遊具に触れ合えるのでお子様も楽しめます!



御殿場 遊彩の樹

御殿場ICから近い当館を旅の拠点にいかがですか?

●アクセス情報 JR御殿場駅より車で15分程度

おススメスポット ~忍野八海~ 御殿場遊彩の樹から車で30分程度



忍野八海は世界遺産である富士山の構成資産の一部として認定され、国の名水百選にも選定されています。新名庄川沿いにはソメイヨシノの並木があり400m程続いています。お宮橋付近は桜と富士山をバックにした絶景を望めるフォトスポットとして人気です。

ご予約はコチラから

<https://vista-resort.com/hugp-kenpo/>
(H.U.グループ健康保険組合 専用予約ホームページ)

電話・FAXのご予約はコチラから

ビスタリゾート予約センター
TEL 0570-040809 FAX 03-3295-1066
(受付時間 平日 10時~17時)

CLUB SPASS

旅行関連を中心とした多種多様な施設サービスを受けられます。抽選や回数制限なく1年中ご利用いただけます。

ご利用方法は簡単!!

会員専用フリーダイヤルで対応/携帯電話にも対応
SPASSダイヤル ☎ 0120-81-7710

受付/9時30分 ~ 17時30分 (土・日・祝日・特定日を除く平日)



会員専用ウェブサイトで、サービス内容の詳細や最新の割引プランの確認ができます
<https://clubspass.com/spass/clubspass/login.aspx>

CLUB SPASS トップ画面

会員専用情報のためマスクングしています
上記を入力し、ログインしてください。

スマホサイトオープン!
右のコードを読み込んでスマホでアクセス!

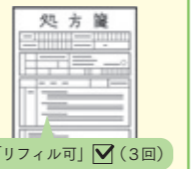


不妊治療の保険適用が拡大されました

子どもを持ちたいという方々が受ける不妊治療の保険適用の対象が拡大されました。人工授精などの一般不妊治療、体外受精や顕微授精などの生殖補助医療、男性不妊治療に係る医療技術等が対象となります。

- 対象者は不妊症と診断された男女で、体外受精や顕微授精などは治療開始時点で女性の年齢が43歳未満であることが要件となる。
- 胚移植の回数は、治療開始時点の女性の年齢が、40歳未満の場合は子ども1人につき最大6回まで、40歳以上43歳未満の場合は最大3回まで適用される。

- 処方箋様式を変更して「リフィル可」チェック欄を新設し、医師がリフィルによる処方が可能と判断した場合に、処方箋の「リフィル可」欄にチェックマーク、使用回数が記入される。
- リフィル処方箋の総使用回数の上限は3回まで。
- 2回目以降は、前回調剤日を起点に投薬期間を経過する日を次回調剤予定日とし、その前後7日以内に調剤してもらう。



一定期間内、繰り返し使えるリフィル処方箋が導入されました

リフィル処方箋が導入され、症状が安定している慢性疾患の患者は一定期間内であれば医療機関を再診しなくても薬の処方箋を繰り返し利用できるようなりました。患者の通院の負担軽減につながり、受診回数が減ることによって医療費抑制も期待されます。

なお、投薬量に限度がある新薬や向精神薬、湿布薬は対象外となります。

令和4年4月からの制度改正のお知らせ

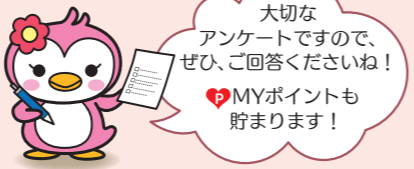
MY HEALTH WEB

当健保組合の受診率は年々アップ!!

MYポイントプレゼント企画

乳がん検診に関する実態調査アンケートを行います

当健保組合では、乳がん予防対策の一環として、乳がん検診に関するアンケート(実態調査)を行います。



大切なアンケートですので、ぜひ、ご回答くださいね!
MYポイントも貯まります!

対象者

35歳以上の女性被保険者・被扶養者(令和4年4月末時点在籍の方)

回答方法

MY HEALTH WEBからご回答ください。

MYポイントをプレゼント

ご回答いただいた方には、MYポイント100ポイントを差し上げます。

乳がん検診をより受けやすくするためにもご回答を

このアンケートは、より多くの方が乳がんに関心をもち、予防に努めていただけるような情報提供と環境づくりを目指すための基礎データとなるものです。

女性の皆様に、ここ1年間の乳がん検診の受診についてお尋ねする簡単なアンケートです。皆様乳がん検診をより受けやすくするためにも、ぜひご協力ください。

セラヴィリゾート泉郷 一戸建てコテージのご案内

八ヶ岳高原・蓼科高原・安曇野

素泊まり 4,000円~ 1泊2食付 7,500円~

大人お一人様/消費税込 サービス料込・入湯料(税)別

リビングと寝室が別になっており、ゆったりとした広い空間が大きな寛ぎを演出いたします。お食事も自炊や食材ケータリングのほか、レストラン利用も選べます。露天風呂のあるコテージタイプもございます。(キッチンが無いタイプもございます。)



泉郷予約センター 月~土曜/10時~18時 ※日・祝・12/29~1/3休業 050-5846-1234 泉郷法人会員 検索 http://hoyojo.izumigo.co.jp/ 会員専用情報のためマスクングしています

※画像はイメージです。※掲載の内容は2022年3月現在の内容です。変更になる場合がございますので予めご了承ください。

プリンスホテル

優待プラン(特別料金)でご利用いただけます。くわしくは、当健保ホームページ>保養施設(契約保養所利用案内)よりアクセス!! 会員専用情報のためマスクングしています