

1. 第7回エクササイズ キャンペーン

「もっとからだを動かそう！」 11/7

10月に第7回運動キャンペーンを実施します。(9月末記録表配布)
毎日の活動量とコメント記入の記録表を送付ください。参加賞進呈



6月は721名(前年6月612名)が参加しました。今回の参加賞は①図書カードと諏訪中央病院鎌田先生の著書②「ちよい太でだいじょうぶ」からの選択です。

軽い運動が脂質の代謝を促し免疫力も高めます。
もっとからだを動かして健康寿命を延ばしましょう。



2. 「お父さん、ちゃんと寝てる？」

長く続く不眠は心のSOSです。疲れているのに2週間以上眠れない日が続く時は、まずは心の専門家や専門医師にご相談ください。

- *横浜労災病院 こころのメール相談 (24時間以内回答)
: mental-tel@yokohamah. rofuku. go. jp
- *共済会員はファミリー健康相談のメンタル相談をご利用ください。
 - ・臨床心理師の無料相談及び面談予約: 0120-234-084
 - ・海外からのメンタル相談: コレクトコール03-5524-8660

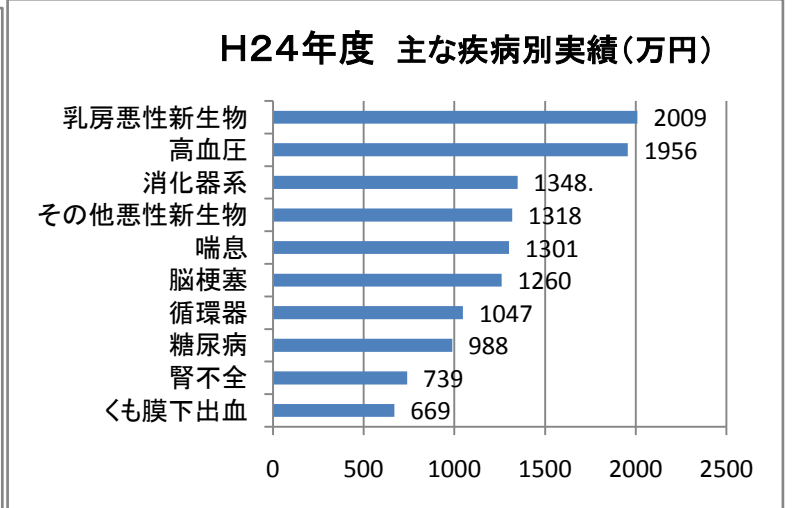
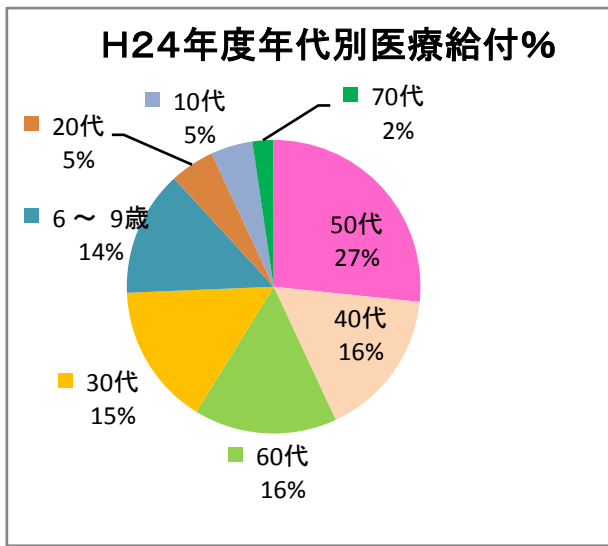


3. 第4回ジェネリック(後発薬) 差額通知: 152名へ

8月、3~5月のジェネリックとの差額500円以上、152名の方へ差額通知が送付されました。ジェネリックを希望しましょう。後発薬は新薬の3分の1程度の価格ですが薬効や安全性は同等です。

4. 支払基金 H24年度診療報酬: 5億2千万円

当健保の平成24年度支払基金診療報酬は5億2千万円でした。(別途、現金給付等1億6千万円)
下表は年代別給付と主な疾病別実績です。一般に50代以降では1人当たり医療給付が激増します。



以上