

Wellness

ウェルネス

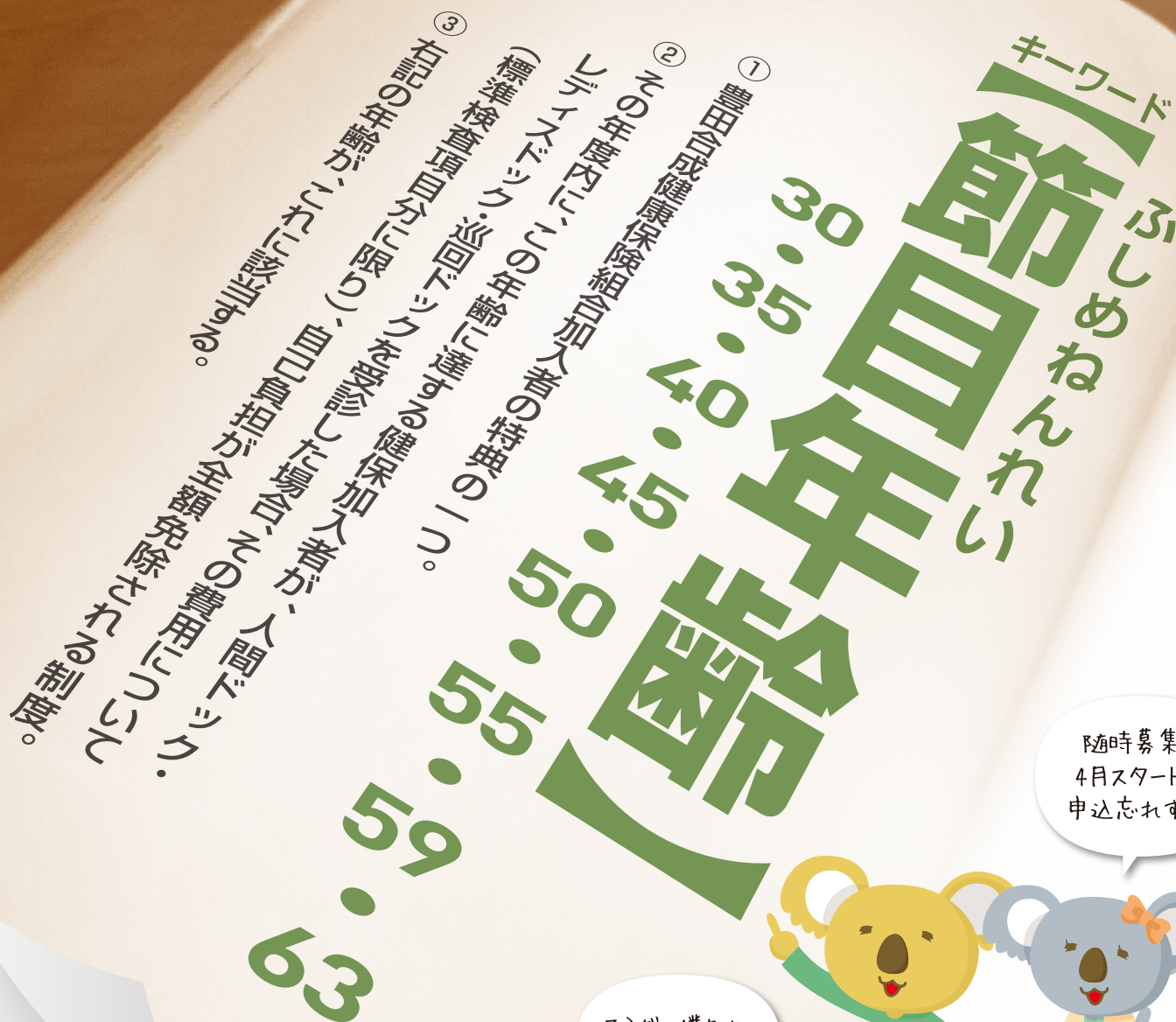
豊田合成健康保険組合

〒492-8153

愛知県稲沢市井之口町中四反畑4500番地

TEL(0587)23-6661 FAX(0587)23-3319

URL <https://goseikenpo.e-sprit.jp/>



随時募集は
4月スタート!!
申込忘れずに!

そうだ、僕たち、
この年齢だ!



←本誌P2・8

● もくじ

表紙~P.2	人間ドック・レディースドック随時募集
P.3	脳ドック費用補助
P.4	井之口歯科診療室より・マイナンバー
P.5	保険証は大切に!!
P.6	平成28年度予算

P.7	健保からのお知らせ・医療保険制度改正
P.8~P.9	平成28年度保健事業・ データヘルス計画の取り組み
P.10	保険給付一覧表
P.11	デトックスCooking
P.12 (裏表紙)	健保ホームページ『ESPRIT』活用術

脳ドックとは…



MRI 検査

脳内部を磁気を用いて輪切りに撮影
(脳腫瘍などの検出)

MRA 検査

脳内部の血管(血流)を撮影
(脳動脈瘤・閉塞性動脈疾患の検出)

新事業

脳ドック費用補助

TG健保加入者のうち40歳以降で循環器系疾患(高血圧性疾患、虚血性心疾患、くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞、動脈硬化など)が増大傾向にあることから、平成28年4月1日より、**脳ドック費用補助を開始**します。

補助対象年齢

- ・年齢制限はありません
- ・但し、40歳以上で下に該当する方は定期的な受診をおすすめします。

1

高血圧・糖尿病・脂質異常・メタボリック症候群の指摘をされている方

2

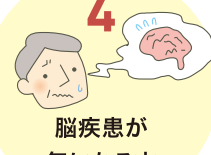


喫煙歴のある方

3

家族や親せきの中で脳卒中になった方がいる方

4



脳疾患が気になる方

補助金額

上限18,000円/人

補助頻度

年1回まで

利用健診機関

指定健診機関はなし(どちらの健診機関で受診いただいてもOK)

利用方法

① 脳ドック予約手続きは、各自で行ってください。

② 受診費用はいったん全額お支払いください。受診後に申請いただくことで、後日健保組合から、所定の補助金を支給いたします。

③ 申請に必要な書類等は

1 脳ドック費用補助利用申請書 2 領収書(原本) 3 結果表

詳しくは、健保ホームページ「**ESPRIT**」でご案内しています。申請書のダウンロードもできます。

▶▶▶ <https://goseikenpo.e-sprit.jp/>

人間ドック・レディースドック

随時募集のお知らせ

4月1日より人間ドック・レディースドックの随時募集を開始しました。

申込みできる受診期間は平成28年5月1日～平成29年3月31日です。

一斉募集期間中に申込みし忘れた方、新たに受診を希望される方はこの機会にお申込みください。

受診期間

平成28年5月1日～平成29年3月31日

受診対象者

受診日時点で当健保組合加入の方

受診日に当健保組合非加入の方が受診された場合
健保組合の費用補助はありません。
受診費用は全額自己負担となります。

受診場所

	人間ドック	レディースドック
愛知県地区	井之口診療所のみ	全契約健診機関
愛知県地区以外	全契約健診機関	

※健診機関一覧は『Wellness1月号』に掲載しております。
『Wellness1月号』は健保ホームページ「**ESPRIT**」から閲覧・ダウンロードできます。

申込方法

健保ホームページ「**ESPRIT**」の「マイページ」をご利用ください。(裏表紙をご参照ください)

※詳細は、下記にてご確認ください。

豊田合成株の方 ノーツ連絡書
豊田合成株以外の方 各社健保関連担当者

工場	開催日時	工場	開催日時
春日	5/24(火) 12:00～13:15	瀬戸	5/27(金) 12:00～12:45
	5/31(火) 12:00～13:15	西溝口	6/6(月) 12:00～12:45
稲沢	5/12(木) 12:00～13:15	北島	6/3(金) 12:00～12:45
	5/19(木) 12:00～13:15	稲沢西	6/7(火) 12:00～12:45
尾西	5/13(金) 12:00～13:00	佐賀	5/16(月) 11:30～14:00
	5/20(金) 12:00～13:00	福岡	5/17(火) 10:00～12:45
平和町	5/26(木) 12:00～13:15	北九州	5/18(水) 10:45～12:45
	6/2(木) 12:00～13:15	森町	5/23(月) 11:00～13:30 5/30(月) 11:00～13:30

開催場所:各工場食堂
(北島、稲沢西は休憩所)

工場出張受付開催

左記日程にて、工場出張受付を開催します。健保スタッフが申込手続きを代理で行います。こちらの機会もぜひご利用ください。

当日は、本人確認のため「社員証」または「健康保険証」を受付にてご提示ください。奥様のレディースドックもお申し込みいただけます。

平成28年度

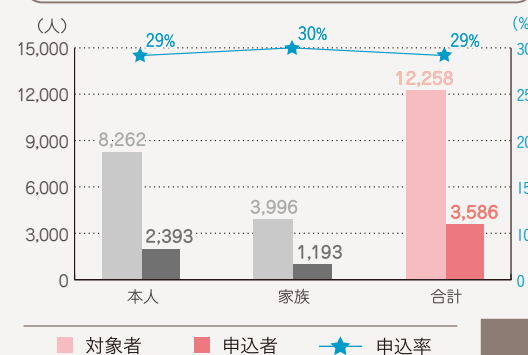
人間ドック・レディースドック一斉募集

人間ドック、およびレディースドックの申込み状況は、対象者数に対して本人・ご家族ともに30%程度となっております。

大きな病気も初期のうちは、なかなか自分で気づくことができません。ドックを利用して体の点検をすることはとても大切です。

ご夫婦と一緒に受診いただける健診機関や新規契約の健診機関も増え、受診しやすくなっております。職場、ご家庭で声をかけ合い、積極的に受けましょう。

健診申込み状況



保険証、こんなときはすぐ返却！／

就職したとき



被扶養者の
“取り消し手続き”
も忘れずに！！

保険給付（出産手当金等）、
失業保険を受給しているとき

パート、年金等の収入が130万円
（60歳以上および障がい者の場合は
180万円）を超えたとき

離婚したとき



死亡したとき



手続きは…
ホームページ「ESPRIT」

<https://goseikenpo.e-sprit.jp/>

各種申請
届出

家族の
加入に
ついて

家族が
加入から
はずれるとき

※就職の場合は、就職先の健康保険証のコピーも提出

保険証は大切に！！

／万が一、紛失 or とられたときは／

保険証は身分証明書の代わりになるので、なくすと悪用
のおそれがあります。また、クレジットカードのように
効力を停止することができないので、注意が必要です。

① ただちに警察に紛失
届もしくは盗難届を
出す。

○月○日から手元にないという
証明書を確保してください。

② 豊田合成健保組合
に連絡のうえ、再交
付の手続きをする

「健康保険被保険者証再交付
申請書」を提出してください。

手続きは…
ホームページ「ESPRIT」

<https://goseikenpo.e-sprit.jp/>

各種申請
届出

保険証を紛失したとき

（注）申請にあたっては、運転免許証やパスポートなど、本人確認のための書類の提示もしくは写しの添付を求める
場合があります。

紛失・盗難防止のために

- 日頃から保険証の保管場所を決めておき、確実に管理する。
- 保険証あるいは保険証の入ったバッグ等を車などに放置しない。
- 保険証の入ったバッグや財布を自転車のカゴに入れて走行しない。

紛失している人が
年間約80名



4月を迎えると、ご就職・ご入学…
さまざまな節目を迎えます。
お子様の就職など、ご家族に「異動」
があった際は、速やかに手続きして
ください。

お知らせ

平成28年度の被扶養者資格の一斉確認を下記の日程で実施する予定です。
資格確認に必要な書類の提出等、ご協力をお願いいたします。

・18歳以上のお子様…5月ごろ ・配偶者、父母兄弟…7月ごろ

問い合わせ先 TEL 0587-23-6661 TG内線 611-5103 担当:1G秋本

豊田
合成

井之口 歯科診療室より



渡辺 医師

「健康」アンケートで後悔トップ3 (2012年、対象55～74歳)

1位 歯の定期健診を
受けていればよかった

・歯を大事にすればよかった
・歯を失って初めて気づいた
・歯を失い食事の楽しみが半減した
などの回答が多く寄せられた。

2位 スポーツで身体を
鍛えておけばよかった

3位 日頃から
よく歩けばよかった

近年、研究の進歩により歯が悪くなるとがん、糖尿病、脳梗塞、心筋梗塞などの疾患につながる事が
解明されており、歯の重要性が見直されています。

歯を長く保つ秘訣は、虫歯にさせない！歯周病にさせない！定期健診を受ける！メンテナンスをする！
ことです。特に治療した歯は虫歯や歯周病になりやすいので今まで以上にケアが必要です。

将来、歯に不自由なく健康な生活を送ってみませんか？そのためには体のケアと同じように、楽をして
それは手に入りません。歯を大切にし、悪くさせない努力も必要です。

下の項目に当てはまる人は要注意！！

- ☒ 痛くなった時だけ通院し、治療する。
- ☒ 喫煙している。
- ☒ 1年以上歯科医院に行っていない。
- ☒ 虫歯や歯周病の治療後、定期ケアをしていない。
- ☒ 1年以上歯のクリーニングをしていない。
- ☒ 歯が抜けて、そのままにしている。

豊田合成井之口歯科診療室 TEL 0587-23-6662 TG内線 611-5124

「けんぽ」と「マイナンバー制度」

平成28年1月からは、社会保障・税・災
害対策の手続きで利用が開始され、当健
保組合でも平成29年1月から、手続き類
にマイナンバーの記載が必要になります。
個人番号欄を追加した新しい申請書類の
変更については、健保ホームページ
「ESPRIT」にて平成28年10月頃ご案内
いたします。

	平成28年			平成29年			
	4-6	7-9	10-12	1-3	4-6	7-9	10-12
今後の スケジュール	安全管理 措置の実施			運用開始前準備		地方公共団体・ 医療保険者での 情報連携開始	
	既存加入者の番号入手・登録						
	新規加入者の番号入手・登録						
	申請書類の変更（個人番号欄追加）						

議員就退任

平成28年2月18日付で議員の就退任がありました。

互選議員

退任 大野 泰

就任 岡 哲史

任意継続被保険者の保険料の上限額

平成28年度の任意継続被保険者の標準報酬月額の上限は38万円です。任意継続被保険者（会社を退職し、引き続き当健康保険組合に加入される方）は給与収入がないため最長2年間、退職時の標準報酬月額（ただし、組合員の平均標準報酬月額が上限）を用いて保険料を算出します。

退職時の標準報酬月額が38万円以上だった方

保険料は一律36,252円/月（平均標準報酬月額38万円×保険料率95.4‰=36,252円）

退職時の標準報酬月額が38万円未満だった方

標準報酬月額に応じた等級の保険料が適用されます。

※上記保険料に介護保険料が加算されます。
（当健保加入者（被保険者または被扶養者）で40歳～64歳の方がお一人でもいる場合のみ）

平成28年
4月から

医療保険制度が変わりました

4月から改正された医療保険制度についてお知らせします。みなさんにとって身近な内容ですので、しっかり確認しておきましょう。



◆紹介状なしで大病院を受診した際の追加負担を義務化

中小病院や診療所などの紹介状を持たずに大病院（病床数500床以上等）を受診した場合、初診料などは別に追加の負担が義務化されました。（救急時などを除く）

初診時追加負担額 5,000円（＝最低金額・全額自己負担）
↑かかりつけ医の「紹介状」があれば必要ありません。

◆標準報酬月額・標準賞与額の上限見直し

みなさんのお給料から納めていただく保険料の計算の基礎となる標準報酬月額の上限額が121万円（47等級）から139万円（50等級）に、標準賞与額の年間上限額が、年度累計540万円から573万円に引き上げられました。

◆後期高齢者支援金が段階的に「全面総報酬割」に

健保組合が国へ拠出する「納付金」のうち、75歳以上の高齢者の医療費に使われる「後期高齢者支援金」の負担方法が以下ようになります。

平成27年度

平成28年度

平成29年度



「加入者割」：健保組合に加入している人数を基に負担額を算出する方法
「総報酬割」：健保組合に加入している人の報酬（お給料）をもとに負担額を算出する方法

◆入院時の食事代見直し

入院時の食事代に食材費のほか調理費が加えられ、自己負担額が段階的に引き上げられます。

自己負担額（1食あたり）

これまで	平成28年4月から	平成30年4月から
260円	360円	460円

※低所得者は負担軽減措置あり。
また、難病・小児慢性特定疾病の患者等は据え置かれます。

◆傷病手当金・出産手当金の算定方法が変更

傷病手当金・出産手当金の1日あたり支給額の算定方法が変更になりました。

これまで	1日あたり 標準報酬日額の2/3相当を支給
平成28年4月から	1日あたり「直近12ヵ月間の標準報酬月額平均額の1/30」の2/3相当を支給

◆患者申出療養がスタート

「国内未承認の医薬品を使用したい」など、おもに難病治療のための先進医療が患者の申出に基づいて「保険外併用療養」の対象となります。

◆「保険外併用療養」とは？

健康保険が適用されない医療を受けたときは、保険適用される医療を含めて医療費の全額が自己負担になりますが、一定の条件を満たすものであれば、保険が適用される医療の部分は保険診療となる仕組みのこと。

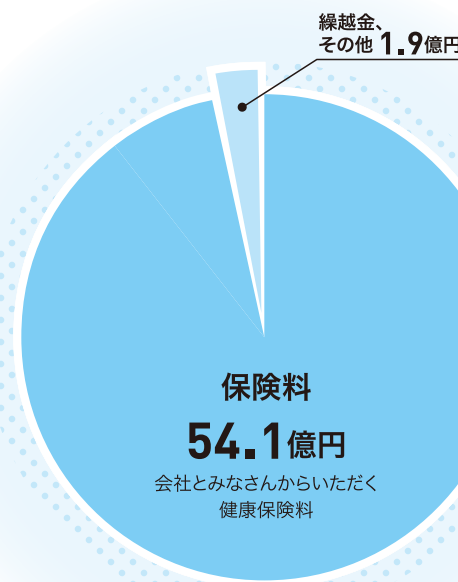
平成28年度

予算が決まりました

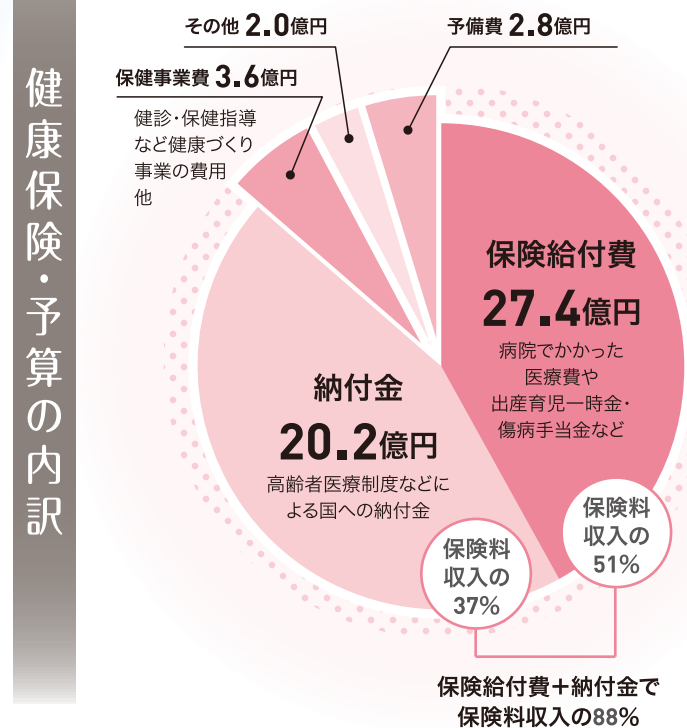
平成28年度は、高齢者の医療費に充てる納付金が一時的に減少したことにより、別途積立金を繰り入れることなく収支のバランスをとることができました。しかしながら、保険給付費は増加傾向にあること、納付金のうちの「後期高齢者支援金」の算出方法が、加入者の報酬額に応じて負担する「総報酬割」になっていくことを考えると、健保財政は予断を許さぬ状況にあるといえます。

みなさまにおかれましては、厳しい状況をご理解いただき、日々の健康管理に努められ、医療費の削減にご協力いただきますようお願いいたします。

収入 56.0億円



支出 56.0億円



健康保険・予算の内訳

介護保険・予算の内訳

収入	保険料	499.4百万円
	繰越金その他	37.4百万円
	合計	536.8百万円
支出	納付金	531.5百万円
	還付金	0.2百万円
	積立金その他	5.1百万円
	合計	536.8百万円

介護保険料率変更のお知らせ

平成28年3月（4月徴収分）から、給与・賞与ともに介護保険料率が変わります。

	介護保険料率	負担割合	
		被保険者	事業主
変更前	13.0%	6.5%	6.5%
変更後	13.6%	6.8%	6.8%

健康情報と医療費チェック

区分	メニュー	対象者	時期	ひとくちメモ
	機関誌「Wellness」	本人	年4回	皆様の健康づくりから健保財政まで幅広く情報提供します。ご家族で愛読を。
	育児誌(月刊)配布	該当者	通年	育児に役立つ記事が満載です。
🖥️	医療費のお知らせ	本人と家族	毎月	病院等の受診状況の確認にご利用ください。健保ホームページ「ESPRIT」からも確認できます。
	ジェネリック医薬品の通知	該当者	該当月	切替可能な医薬品とお薬代の節約効果をご案内。
	市町村健診費用補助制度	20歳以上の本人と家族	通年	年1回3,000円を上限として補助。(市町村の年齢制限に準ずる)
	特定健康診査費用補助制度	40歳以上の家族		特定健康診査受診料の全額補助。
	ホームページ「ESPRIT」	本人と家族		各種事業案内や申込などが簡単にできます。健康づくり情報が必見!!

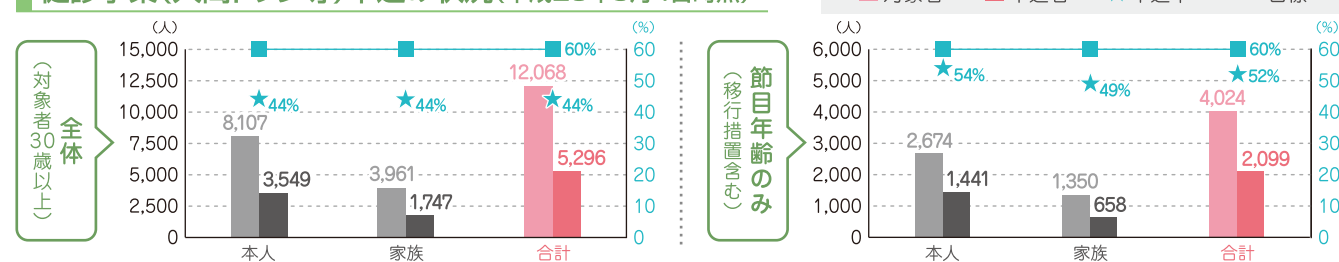
豊田
健保
組合

「データヘルス計画」の取り組み

すべり出し状況 ④

みなさんの健診結果と医療費のデータに基づき、より効果的な保健事業を企画・実施する「データヘルス計画」。当健保組合では、各種データの蓄積を進めて分析し、課題を明確にする作業を進めています。その中の「人間ドック等申込み状況」および「2次検査該当者」に関する最新状況をお知らせします。

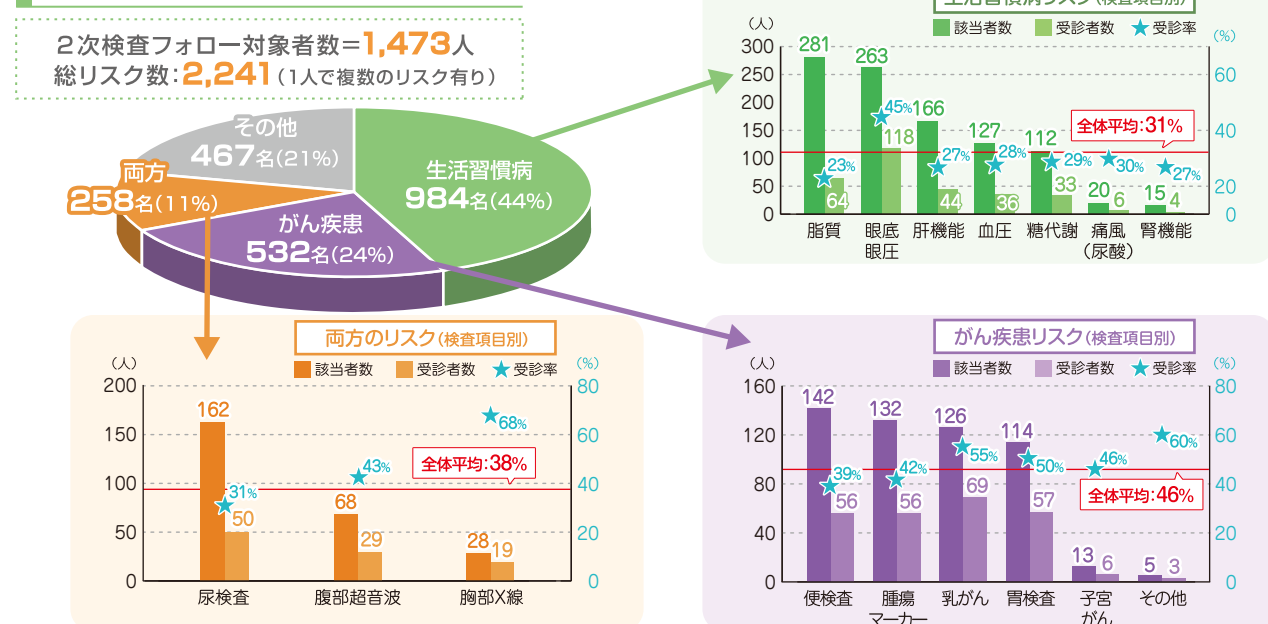
健診事業(人間ドック等)申込み状況(平成28年3月4日時点)



2次検査該当者

4月～10月人間ドック受診者数	異常値非該当者	2次検査フォロー対象者数
3,211人	1,738人(54%)	1,473人(46%)

【参考】2次検査該当者の内訳(リスク別)



2次検査が必要な方は、重症化防止のためにも専門医に早くご相談ください

平成28年度

保健事業のご案内

健康チェックと疾病予防

🖥️: ホームページESPRITのマイページで確認・申込できます。

区分	メニュー	対象者	時期	ひとくちメモ
🖥️	人間ドック	30歳以上の本人と家族	通年	契約した健診機関にて低料金で受診できます。節目年齢の特典制度あり。
	人間ドック(地域巡回)	30歳以上の遠隔地事業所勤務者と家族	通年	対象年齢以外の利用希望者は、契約価格でご利用できます。
🖥️	レディースドック(一般コース)	【女性】30歳以上の本人と家族	通年	【レディースドック】愛知・岐阜・三重の各地で巡回バス健診も開催します。
🖥️	レディースドック(特化コース)※	【女性】20歳以上の本人と家族	通年	ご自宅の最寄りの場所での受診が可能。
	脳ドック【新事業】	本人と家族	通年	年1回18,000円を上限として補助。
	2次検査受診促進活動	本人と家族(当健保が行う人間ドック等を受診した方)	通年	ドック受診結果が「要精密検査」または「要治療」の方へ受診勧奨を実施。
	郵送検診	本人と家族	秋	自宅で検体採取し、検査機関で判定。
	無料歯科健診	本人と家族	5月～6月	井之口診療所ほか各地の提携歯科医院で受診できます。歯周病チェックを是非!
🖥️	家庭常備薬斡旋	本人	年2回	各種常備薬や健康増進グッズを取り揃え皆様にご利用いただいております。
	井之口診療所(内科・歯科)	本人と家族	通年	人間ドックや歯科健診は、ココで!
	禁煙推進活動	本人と家族	通年	呼吸器疾患や受動喫煙予防にむけ禁煙活動のサポートを行います。
🖥️	インフルエンザ予防接種補助	家族(6か月以上中学生以下)	10月～1月	最高2,000円まで補助。(期間内1人当たり1回限り)
	個別生活改善指導	有所見者	通年	人間ドックの結果に基づき、医師、保健師による健康改善を指導します。
	訪問健康相談	家族	通年	シニア世代(特に65歳以上)を対象に健康管理にむけた、食事・運動など生活習慣のアドバイス。

※特化コースとは、特定健診と婦人科健診(乳がん・子宮がん)に特化したコースです。

運動促進と心身リフレッシュ

区分	メニュー	対象者	時期	ひとくちメモ
🖥️	健康ウォーク	本人と家族	春・秋	健康保険組合連合会愛知連合会主催。愛知の名所探訪が楽しめます。
🖥️	テーマパークを歩こう(東山動物園)		11月上旬	クイズ形式による動物園内のウォークラリー。
	フィットネスルーム(井之口健管センター)		通年	トレーナーが常駐し、目的に合わせたメニューでの運動指導が受けられます。
	セントラルスポーツ			初回登録料、利用料の優待制度あり。
	契約ゴルフ場			優待情報など、ホームページ「ESPRIT」で確認できます。
	ボウリング場			全国20ヵ所のグラントボウルを優待価格で利用できます。(健康保険証提示)
	リゾートホテル エクシブ			鳥羽、白浜、淡路島、伊豆、軽井沢が利用できます。
	ダイヤモンドソサエティホテル			全国16ヵ所のリゾートホテルが、手頃な料金で利用できます。
	ベストウエスタンホテル			岐阜(高山)、長崎の2ヵ所を利用できます。
	共同利用保養所			トヨタグループ各健保の保養所が利用できます。

腸がよろこぶレシピを紹介♪

デトックス Cooking

DETOX

近年、ヘルシー志向な人たちが注目する臓器「腸」。腸がキレイだと、体が健康になるのはもちろん、精神的にも安定するといわれています。そんな、心身ともにリフレッシュできる「腸が喜ぶ」料理をご紹介します！

Food coordinator

栗山 小夜子
料理講師や食のプロデュースなど、幅広く活躍。



腸がよろこぶ POINT

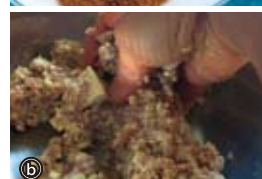
整腸効果の高い食物繊維を多く含む新キャベツのほか、マイタケやエノキといったキノコなどを使用。さらに、ギュッと蒸し焼きで調理しているため、食物繊維たっぷりのいろいろな野菜を摂取することができます。

材 料 (2人分)

新キャベツ …………… 1/2 玉
マイタケ、エノキなどのキノコ …………… 40g
豚ミンチ肉 …………… 200g
木綿豆腐 …………… 100g
セージ、ナツメグ、黒コショウ、ローリエ(粉末)、オールスパイス、塩 …………… 適量
薄口醤油 …………… 小さじ1
片栗粉 …………… 適量

作り方 調理時間／約 45 分

- ①新キャベツは芯に切り込みを入れてボイルし、1枚ずつはがしておく。キノコは細かく刻んでおく。
- ②ボウルに豚ミンチ肉、木綿豆腐、①のキノコ、セージ、ナツメグ、黒コショウ、ローリエ、オールスパイス、塩(写真②)、薄口醤油を加えてしっかりと混ぜ合わせておく。(写真③)
- ③蒸し器に入れた丼に、①の新キャベツ、片栗粉、②(分量適量)の順番に重ね、同じように何層か重ねたら、15分間蒸し焼きにする(蒸した時に出るスープは大きじ2残しておく)。
- ④器に③を切り分けて盛り付け、フレッシュソース、三つ葉(分量外)をかければできあがり。



新キャベツをギュッとかさね焼き

野菜たっぷりのソースをかけた

塩分

1.8g

カロリー

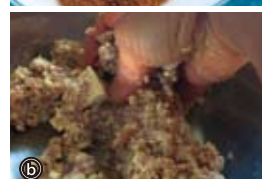
270kcal

“蒸したときに出るスープを使用”

フレッシュソース

新タマネギ、セロリ、三つ葉、シソ、ミョウガ …… 適量
ゴマ、黒コショウ …………… 適量
ポン酢 …………… 大きじ2

- ①新タマネギはすりおろし、セロリ、三つ葉、シソ、ミョウガは細かく刻んでおく。
- ②ボウルに①、ポン酢、右記のスープ大きじ2を入れて、しっかりと混ぜ合わせる。



保険給付一覧表

法定給付と付加給付(豊田合成健康保険組合独自の給付)

→本人と家族が受けられる給付の種類と支給金額(太字は付加給付でそれ以外は法定給付) 平成28年4月現在

種 類	本人(被保険者)	家族(被扶養者)
療養の給付(本人) 家 族 療 養 費	医療費の70%	医療費の70% (義務教育就学前は医療費の80%)
高 額 療 養 費	標準報酬月額 83万円以上 自己負担が1ヵ月 252,600円+(総医療費-842,000円)×1%<多数該当 140,100円>を超えた額	標準報酬月額53万 以上~83万円未満 自己負担が1ヵ月 167,400円+(総医療費-558,000円)×1%<多数該当 93,000円>を超えた額
	標準報酬月額28万 以上~53万円未満 自己負担が1ヵ月 80,100円+(総医療費-267,000円)×1%<多数該当 44,400円>を超えた額	標準報酬月額 28万円未満 自己負担が1ヵ月 57,600円<多数該当 44,400円>を超えた額
	低所得者(住民 税非課税世帯) 自己負担が1ヵ月 35,400円<多数該当 24,600円>を超えた額	
合算高額療養費	21,000円を超える自己負担が2件以上の場合は合算できる	
	標準報酬月額 83万円以上 自己負担が1ヵ月 252,600円+(総医療費-842,000円)×1%<多数該当 140,100円>を超えた額	標準報酬月額53万 以上~83万円未満 自己負担が1ヵ月 167,400円+(総医療費-558,000円)×1%<多数該当 93,000円>を超えた額
	標準報酬月額28万 以上~53万円未満 自己負担が1ヵ月 80,100円+(総医療費-267,000円)×1%<多数該当 44,400円>を超えた額	標準報酬月額 28万円未満 自己負担が1ヵ月 57,600円<多数該当 44,400円>を超えた額
	低所得者(住民 税非課税世帯) 自己負担が1ヵ月 35,400円<多数該当 24,600円>を超えた額	
訪問看護療養費	基準額の70%	基準額の70% (義務教育就学前は基準額の80%)
入院時食事療養費	1食 360円 *難病および小児慢性特定疾病の患者等は260円	
療 養 費 (柔整・立替払等)	基準額の70%	基準額の70% (義務教育就学前は基準額の80%)
移 送 費	実費	
傷 病 手 当 金	①の $\frac{2}{3}$ (約67%) + 傷病手当金付加金:①の約13% =①の80% ●待機期間 3日 ●支給期間 1年6ヵ月	
延長傷病手当金 付 加 金	延長傷病手当金付加金:①の60% ●支給期間 法定支給期間満了後~最長1年6ヵ月 (当健保加入期間10年未満の場合1年)	
死亡	埋 葬 料 一律5万円+ 埋葬料付加金:一律4万円	一律5万円
お産	出産育児一時金(*) 1児につき42万円(*) *産科医療補償制度に加入する医療機関等の医学的管理の下で出産した場合。 妊娠22週未満の出産の場合や産科医療補償制度未加入の場合は▲16,000円。	【家族出産】1児につき42万円(*)
	出 産 手 当 金 ①の $\frac{2}{3}$ (約67%) + 出産手当金付加金:①の約13% =①の80%	

①直近12ヵ月間の標準報酬月額平均額の $\frac{1}{30}$

各制度の詳細内容、ならびに必要な書類の印刷は
健保ホームページ「ESPRIT」からご利用可能です。

<https://goseikenpo.e-sprit.jp/>

例えば 住所変更届を忘れていませんか？

転居等により住所を変更された場合、健保組合にも住所変更届が必要です。

機関誌等ご自宅宛てに郵送しています。
確実に受け取れるよう、
忘れずにすみやかに届をお願いします。

健保ホームページ『ESPRIT』より「住所変更届」をダウンロードし、
必要事項をご記入のうえ、健保組合にご提出ください。

『ESPRIT』についてはこちら

健保のホームページ『ESPRIT』活用術

豊田合成健康保険組合

検索



<https://goseikenpo.e-sprit.jp/>

『ESPRIT』は、パソコンやスマホからアクセスでき、健康保険の手続きや健康づくり情報を入手できます。

マイページ登録からスタートしよう！

★マイページって？

加入者一人ひとりの専用ページでホームページ内からログインできます。



★何ができるの？

- ・健康診断の申込み、受診日の変更
- ・みなさんご家族の医療費のチェック
- ・ウォーキング大会などイベントの参加申込みなど

★登録方法は？

ホームページ下の『ESPRITの使い方』をクリックして、画面に表示される指示に従い、ご自分のIDとパスワードを設定してください。

【登録後はID・パスワードを入力すれば簡単にログインできます。】



(3月15日現在)

健康保険の各種手続きに必要な申請書は『ESPRIT』からダウンロードできます

みなさんから健保組合に申請が必要なケースの例

- 引越や転勤で住所が変更になったとき
- ご家族を健保組合の被扶養者にしたとき
- 交通事故にあったとき
- 病気やケガ、出産で仕事を休んだとき
(健保組合から給付金を支給します)
- 高額な医療費がかかるとき
(窓口支払額の負担を減らす制度があります)
- ...etc.

本誌P8～P9 保健事業の一部の申込みや、日程確認等が『ESPRIT』で手軽にできます。

