

健保だより

2024年6月号

静岡県中部機械工業健康保険組合

☎ 054-255-8401 fax 054-255-0848

ホームページ <http://www.chubukikaikenpo.or.jp>

中部機械健保

検索

★令和6年度「算定基礎届・賞与支払届」の提出について★

6月10日に『令和6年度 算定基礎届・賞与支払届』を事業所宛てにお送りしましたので、取扱い通知をお読みいただき、期限までに提出をお願いいたします。

提出期限・算定基礎届 → 令和6年7月8日(月)必着

・賞与支払届 → 支給日より5日以内

※賞与支払届には、賞与支払状況確認表を添付してください。

賞与支払が無い場合も必ず賞与支払状況確認表の提出をお願いします。

使おう!!
マイナ保険証!!

★マイナ保険証を利用していますか?★

当健保のマイナ保険証利用率（令和6年5月末時点）

加入者数	マイナ保険証登録数	加入者のマイナ保険証利用率
9,998名	6,547名	10.9%

先月のマイナ保険証の使用状況は上記の結果となっています。

マイナ保険証を実際に利用している方が全体の 10%と利用率が低迷しています。

令和6年12月2日より健康保険証の発行を終了します。それまでにマイナ保険証登録率、利用率 100% を達成するために切替をお願いします。

★オーラルフレイルという言葉をご存じでしょうか?★

口の乾きやわずかなむせ、滑舌の低下など、口の機能のささいな低下のことをいいますが、その原因として加齢による唾液の量の減少や口のまわりの筋肉の衰えなどが考えられています。放置することで、全身の衰えを引き起こし、4年後の要介護リスクが **2.4倍** になることがわかっています。

令和3年に静岡市で行った調査では、40歳代でも **6人に1人**、50歳代では **3人に1人** が「オーラルフレイルの可能性がある」、または「オーラルフレイルの可能性が高い」ことがわかりました。

同封しましたリーフレットには、オーラルフレイルについての対策が記載されていますので、是非ご覧ください。

あなたをはじめよう

適正受診

医療費の無駄を省くといっても、具合が悪いのに受診せずに我慢するということではありません。

医療の受け方を見直すだけでなく、薬のもらい過ぎに注意するなど、一人ひとりのちょっとした心がけが制度を守ります。