

令和8年度『算定基礎届・賞与支払届』の提出について

6月12日に『令和8年度 算定基礎届・賞与支払届』を事業所様宛てにお送りしました。同封しておりました取扱い通知をお読みいただき、期限までに必ずご提出をお願いいたします。

『算定基礎届』

提出期限 → 令和8年7月10日(金)必着

※4～6月の報酬を基に9月分からの報酬月額が決定されます。

※なお、固定的賃金等の変更により月額変更該当する場合は最終的に月額変更が優先されます。



『賞与支払届』

提出期限 → 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提出してください。

※夏期の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。

ウォーキングキャンペーンにご参加いただきありがとうございます

令和8年度春期ウォーキングキャンペーンにご参加いただきありがとうございました!

また、けんぽれん東海地区健康ウォークWeb版にご登録いただいた皆様、ご協力いただきありがとうございました。今後のWeb版の利用に関しては改めてお知らせいたします。

秋期ウォーキングキャンペーンは10月の実施を予定しています。次回も沢山の方の参加をお待ちしています!

特定保健指導(指導対象者:被保険者)のご案内について

6月下旬に、特定保健指導対象者がいらっしゃる事業所様へ実施案内通知を送らせていただきます。

時間が無いからと指導を受ける事を後回しにされる方もいらっしゃいます。しかし、生活習慣の改善に向けた取組や、何かしらの対策を始めない限り、急に適正な数値へと改善する事はありません。健康な生活を長く続けていただくためにも特定保健指導を積極的にご活用ください。また、対象者がいらっしゃる事業所様におかれましては、特定保健指導を受けていただくようぜひお声がけをお願いします。

- 実施時期…………… 令和8年7月頃
- 保健指導にかかる費用…………… 無料(全額健保組合負担)
- 保健指導委託先…………… (株)ベネフィット・ワン



健康者お祝いについて

8月上旬に健康者お祝いの発送を予定しています。

健康者お祝いは次の①②両方の条件を満たす被保険者の方(39歳以下は

①のみ)が対象となります。

① 年度内に保険診療を受けていない事

② 健診結果が要精密・要受診にあたらぬ事

40歳以上の被扶養者の方も同様の条件で健康者お祝いの対象となります。

対象となった方も、今回は残念ながら対象外となってしまった方も、健診結果を見直して健康的な生活を心がけましょう。



資格確認書管理簿の送付について

「資格確認書」の交付状況を記した資格確認書管理簿を令和8年7月に送付いたします。

ご加入者様(資格喪失者を除く)に交付されている資格確認書の把握等にご活用ください。

夏季休暇のお知らせ

【8月13日(木)から8月14日(金)】までを夏季休暇とさせていただきます。

資格取得等急ぎの処理が必要な方は、お早めのお手続きをお願いいたします。

熱中症の主な症状と応急処置

熱中症は、高温多湿の環境下で、体温調節機能がうまく働かなくなることで生じる、さまざまな症状の総称です。下記のような症状があれば、迅速で適切な対処が必要です。

軽症

- 意識ははっきりしている
- めまい・立ちくらみ
- 筋肉のこむら返り

- 涼しい場所に移動
- 安静にして、水分と塩分の補給を

↓ 症状が改善しなければ

中等症

- 頭痛 ■ 吐き気・嘔吐
- 倦怠感
- 意識が何となくおかしい

- 涼しい場所に移動 ● 体を冷やす
- 安静にして、十分な水分と塩分の補給を

↓ 速やかに

重症

- 意識障害 ■ けいれん
- ふらふらして立てない ■ 高体温

119

ただちに救急車(119)を!

! 救急車の到着まで

- 涼しい場所に移動 ● 安静にする
- 体が熱ければ冷やす
- 無理に水分を飲ませない

(意識障害などがあると水分が気道に流れ込む可能性があります)

医療機関を受診しましょう!

熱中症の疑いがある人を見かけたら……

応急処置のポイント

● 涼しい場所に移動

風通しのよい日陰や、エアコンが効いている室内など涼しい場所へ。



● 体を冷やす

衣服をゆるめ、太い血管のあるところに、ぬれタオルや氷のう(なければ冷えたペットボトルやかち割り氷)をあて、うちわなどであおぐ。



首筋・脇の下・太ももの付け根を中心に冷やす



● 水分・塩分を補給

自分で飲める場合は、冷えた水分(スポーツドリンクや0.1%~0.2%の食塩を含んだ飲み物などがおすすめ)を飲ませる。



自力で水分を取れない場合は、ただちに救急車の要請を!