

「医療費と給付金支給額のお知らせ」 郵送継続希望の方へ

日本アイ・ビー・エム健康保険組合 適用給付 行
FAX : 03-5614-6444

当健保組合ホームページ、「My Health」でもお知らせしておりますが、特例退職・任意継続被保険者・現役社員(希望者のみ)の皆様へハガキで郵送しております「医療費と給付金支給額のお知らせ」をすこやかサポート Plus (WEB医療費通知) サービスインに伴い、2016年1月郵送分をもって終了させていただきます。

諸事情(インターネット、PC、プリンターの環境がご自宅にない等)により、郵送の継続をご希望の方は下記依頼書に必要事項をご記入の上FAXまたはeメールをお願いいたします。

* ノーツメールまたはeメールの場合は表題に「郵送継続希望」と明記し、以下太枠の必要事項を記載してください。

■Kenpo Koe/Japan/IBM ■EAD1250@jp.ibm.com

2015年12月28日 必着

* ご提出がない場合は2016年2月以降は郵送されません。

「医療費と給付金支給額のお知らせ」 継続送付依頼書

被保険者 氏 名	申請日	年	月	日
	生年月日	年	月	日
	健康 保 険 証	記 号	番 号	
住 所	〒			
	TEL ()			
申請理由				

※記載された個人情報は「医療費と給付金支給額のお知らせ」郵送継続希望に関する処理のみに利用いたします。

感染前の予防が肝心!

インフルエンザ

監修

川崎市健康安全研究所
所長 岡部信彦

毎年秋から冬に猛威をふるうインフルエンザ。大半は1週間程度で回復しますが、高齢者や持病のある方、子どもは肺炎や脳症等の重い合併症が現れ重症化することもあります。

流行前に予防接種を受けておくのが得策ですが、それでも感染を100%防げるわけではありません。次のポイントに気をつけてインフルエンザから身を守りましょう!

今日から 気をつける! せきエチケット

- ◆ティッシュなどで口と鼻を押さえ、ほかの人から顔をそむけ1m以上離れる
- ◆鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨てる
- ◆せきをしている人にマスクの着用を促す
- ◆マスクは説明書をよく読んで、正しく着用する



インフルエンザの流行前には

- インフルエンザワクチンの予防接種を受ける
- 十分な休養、バランスのよい食事



流行したら

- せきエチケットに気をつける
- 人が集まるところや繁華街への外出を控える
- 室内では加湿器などを使用して適度な湿度に
- 外出時にはマスクを着用
- うがい、手洗いの励行

かかってしまったら

- 事前に医療機関へ電話をしてから受診する
※ただし、タミフル等の抗インフルエンザ薬は発症してから48時間を過ぎると十分な効果は期待できないため、早めの受診が必要。
- 十分な水分の摂取
- 安静と休養



インフルエンザとかぜの違いって?

かぜはさまざまなウイルスによっておこりますが、多くはのどの痛み、鼻汁、くしゃみやせきなどの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありませんが、長引くときは診察を受けましょう。

一方インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによっておきる病気です。38℃以上の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れ、あわせてふうのかぜと同じくのどの痛みや鼻汁、せきなどの症状も見られます。

illustration / オカダ ナオコ

IBM健保組合では、インフルエンザ予防接種の 費用補助を実施しています

◆利用可能対象者

被保険者および被扶養者(接種日に当健保組合に加入していること)

◆利用方法

最寄りの医療機関等で接種し、費用は全額ご自身でお支払いください。補助金申請には領収書が必要と

なりますので、必ず領収書をもってください。

◆補助金額

- ・被保険者 2,700円/人を上限とした実費
- ・被扶養者 2,000円/人を上限とした実費

自治体の補助金があった場合は、それを優先利用してください。残額を補助します。

◆補助対象接種期間

2015年10月1日～2015年12月31日
★2015年度の補助金申請書の提出締切日は2016年4月8日(金)です。