

インフルエンザ予防接種費用補助をご活用ください!



インフルエンザワクチンは、発病予防だけでなく、重症化予防として健康被害を最小限に留めることを目的としています。ワクチンの有効性は、接種後効果が現れるまでに通常2週間程度かかり、約5カ月持続すると考えられています。

インフルエンザの流行は、例年1月下旬～3月上旬にピークを迎えますので、12月中旬までに接種を終えておくことで安心です。当健保組合では、被保険者(被扶養者を除く)である希望者を対象としたインフルエンザ予防接種費用補助を実施しています。最寄りの医療機関で個別に予防接種を受けてください。

なお、定期健康診断を集団健診で実施している事業所については、集団接種の実施に向けた調整が事業所担当窓口により行われます。対象事業所に所属する方は各事業所担当窓口からの案内をご確認ください(ワクチン確保不足等の事情により実施できない場合もあります)。



補助対象者

被保険者及び任意継続被保険者のみ(被扶養者は補助の対象になりません)



実施内容

区分	A: 右記以外の事業所	B: 定期健康診断を集団健診で実施している事業所	
実施方法	最寄りの医療機関での個別接種	①各事業所での集団接種	②集団接種が不可能な場合は、最寄りの医療機関での個別接種
実施時期	10月1日～12月31日	10月1日～12月31日	10月1日～12月31日
費用	上限3,500円(税込)までを実費補助。上限額を超えた部分は自己負担	自己負担なし	上限3,500円(税込)までを実費補助。上限額を超えた部分は自己負担
精算方法	補助金申請書を翌年1月20日メ切で健保組合あてに提出⇒2月分給与で支給	医療機関から健保組合あてに一括請求	補助金申請書を翌年1月20日メ切で健保組合あてに提出⇒2月分給与で支給



申請書類

必要に応じて下記申請書をダウンロードしてご提出ください。

- インフルエンザ予防接種補助金申請書
- インフルエンザ予防接種補助金申請書(任意継続被保険者用)

※添付いただく医療機関発行の領収書原本には以下の内容記載が必要です(予防接種済証や診療明細書のみの添付では不可)。

- 接種日
- 接種者氏名(フルネーム)
- 実施医療機関名
- ただし書き部分が「インフルエンザ予防接種代」となっているもの(「予防接種代」だけでは不可)

インフルエンザ予防接種補助の詳細・申請書のダウンロードは右記二次元コードから

インフルエンザ予防やワクチン接種、最新の流行状況などに関する情報は下記よりご確認ください。

- 厚生労働省

インフルエンザQ&A…



- 国立感染症研究所

インフルエンザ流行レベルマップ…



問題

痩せやすいのは

朝にしっかり食べる

?

夜にしっかり食べる

?

答え: 朝にしっかり食べる

きらりweb no.66にも掲載しましたが、朝食は体内時計を整える働きがあります。朝食を抜いたり、食事の量や時間が不規則になると、体内時計が乱れ、日中のパフォーマンスが低下するだけでなく肥満にもつながります。また、朝食を食べるためには夕食の時間も大切です。夕食が遅いと朝食が食べられないといった悪循環になるため、食事の食べ方などを工夫して、1日3食きちんと食べることを心掛けましょう。



詳しくは
WEBで▼

