

# げんき my life

2022.10 秋  
Autumn

No.185

職場内で回覧してください。

P2 野球大会の開催報告／ウォーキングチャレンジ月間参加者募集  
P3 PepUp 健康クイズ結果報告

P4 ご家族の健診予約はまだ間に合います！ご予約はお早めに  
P6 インフルエンザ予防接種の補助のお知らせ



茨城県農協健康保険組合

<https://www.ib-kenpo.or.jp>

# 軟式野球大会を3年ぶりに開催！

新型コロナウイルスの影響で過去2年中止となっていた「第52回茨城県農業団体職員軟式野球県大会」が、3年ぶりに水戸市田野市民運動場で開催されました。県大会には、地区予選を勝ち抜いた7チームが参加し、気温30度を超える真夏日の中、トーナメント戦を行いました。

決勝戦では、共に優勝経験のあるJA全農いばらきとJA常総ひかり下妻シャイニングが激突し、見事にJA常総ひかり下妻シャイニングチームが第48回大会以来の優勝に輝きました。

## 結果

開催日：令和4年6月25日（土）

### 優勝

### JA 常総ひかり下妻シャイニング

### 準優勝

JA 全農いばらき

### 第3位

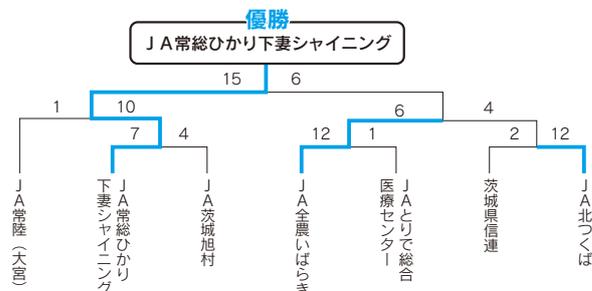
JA 北つくば・JA 常陸（大宮）

### 最優秀選手賞

栗野 強 選手（JA 常総ひかり）

### 優秀選手賞

南崎 晃佑 選手（JA 全農いばらき）



優勝 JA常総ひかり下妻シャイニング



準優勝 JA全農いばらき



最優秀選手賞  
栗野 強 選手  
(JA常総ひかり)



優秀選手賞  
南崎 晃佑 選手  
(JA全農いばらき)

## PepUp限定 ウォーキングチャレンジ月間参加者募集中！

PepUpで大好評の「ウォーキングチャレンジ月間」を11月に開催します。7月に開催したウォーキングチャレンジ月間には325名の方に参加いただき、そのうち119名が一日平均8,000歩以上歩いたという結果となりました。今回も一日平均3,000歩以上からポイントをゲットできますので、奮ってご参加ください。チームで参加するとさらにポイントゲットのチャンスです。オープン参加のチームもありますので、ぜひ挑戦してみてください。

参加の申し込みは10月31日まで！PepUp未登録の方は、急いで登録をしてください！PepUpの登録方法は3ページをご覧ください。

10/31まで



### 〈ウォーキングチャレンジ月間〉

- 開催期間 11月1日～11月28日
- 参加申込み期間 10月1日～10月31日

個人+チームで最大 1,000 ポイント  
ゲットのチャンス！

### 〈ポイント付与について〉

【個人】一日平均歩数（28日間合計歩数）	【チーム】一日平均歩数
3,000歩以上（合計84,000歩以上）：200ポイント	3,000歩以上：200ポイント
5,000歩以上（合計140,000歩以上）：300ポイント	5,000歩以上：300ポイント
8,000歩以上（合計224,000歩以上）：500ポイント	8,000歩以上：500ポイント

# PepUp 健康クイズ結果報告

8月にPepUpで開催しました「健康クイズ」について、たくさんの皆様に挑戦していただきましたのでご報告いたします。

なお、ポイントは9月に付与しています。まだ確認されていない方はPepUpのマイページからご確認ください。

<b>実施期間</b>	令和4年8月1日～31日
<b>内容</b>	全6カテゴリー（全30問）の健康クイズに挑戦
<b>参加者</b>	443名
<b>ポイント獲得者</b>	386名（内全問正解は326人）

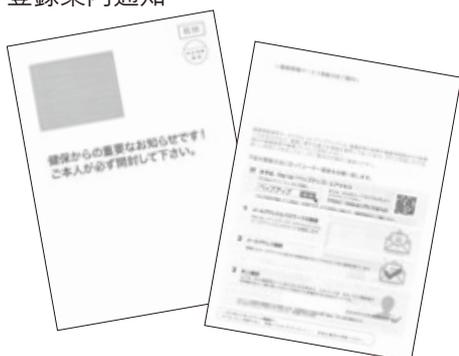
## 内訳

クイズ挑戦結果	人数	獲得ポイント
全問正解<健康博士>	326人	400pt
5カテゴリー正解	1人	250pt
3～4カテゴリー正解	12人	150～200pt
1～2カテゴリー正解	47人	50～100pt

## PepUp 未登録の方は、今すぐ登録を！

以前にお送りした登録案内通知をご確認いただき、案内に従って登録を行ってください。

### ▼登録案内通知



スマホまたはパソコンから  
簡単登録



登録案内通知の再発行申請を  
Webまたは専用用紙で行ってください

### ＼PepUpの登録案内通知をなくしてしまった方必見！／

## 登録案内通知の再発行申請がWebでできるようになりました！

登録案内通知が見つからない方、誤って捨ててしまった方がいましたらお気軽に申請してください。

### 【Web再発行申請の流れ】

1. お手元に保険証をご用意ください。（記号・番号など入力するのに必要です）
2. 右記のQRコードを読み取り、住所・氏名など必要な情報を入力してください。
3. 申請後、約1週間で登録案内通知をお送りします。
4. 案内に従ってPepUpの登録を行ってください。

再発行申請用  
QRコード



※QRコードは（株）デンソーウェーブの登録商標です。

## PepUp イベント予定

今後のPepUpのイベント予定をお知らせします。開催時には改めてお知らせしますので、ポイントゲットを目指してぜひご参加ください！

開催月	開催予定イベント	獲得可能ポイント
11月	ウォーキングチャレンジ月間	最大 1,000pt
	満足度アンケート	100pt
12・1月頃	体重測定チャレンジ	500pt
2・3月頃	ウォーキングチャレンジ月間	最大 1,000pt
通年	体重入力	入力した日に 1pt

ポイントを集めて  
素敵な商品をゲット！！



# ご家族の健診予約はまだ間に合います！ ご予約はお早めに

当組合より、5月に送付しましたご家族の健診案内は、令和5年3月31日までの受診が補助の対象です。ご希望の健診を選択して、ぜひ年に1回の健診を受診してください。  
なお、期限直前になると大変混み合いますので早めの受診をお勧めします。

## ■ 健診コースおよび申込方法

### 1. 特定健診 全額健保補助で無料です（40歳以上）

#### 検査内容

メタボリックシンドロームに着目した健診です（がん検診は自治体の補助をご利用ください）。

#### 申込方法

健診機関または市町村窓口にて直接電話予約（申込み）し、受診日を決定する。

\* 受診できる健診機関は、当組合のHPのトップページ **特定健診実施機関** を参照ください。

#### 健診当日

配付した圧着チラシ（A4版を開封し右下）の「特定健康診査受診券」を健診機関に提出する。

\* 紛失した場合は、当組合に電話またはメール（s-support@ib-kenpo.or.jp）にて「特定健診受診券」をお申込みください。受付後、当組合より「特定健診受診券」を1週間程度で送付します。



▲受診券

### 2. 生活習慣病予防健診（厚生連病院限定）7,500円補助します

#### 検査内容

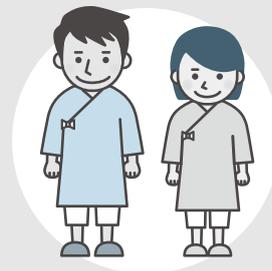
人間ドックより少しコンパクトですが、総合的な検査が受けられます。  
**オプションでがん検診を追加すると、さらに充実してお得な健診です！**

#### 申込方法

「生活習慣病予防健診」申込書（5月に送付済）で当組合に申込む。

申込書がない場合は、当組合までご連絡いただければ、再度送付します。

\* 今からでも申し込み可能です



## ■ パート先で健診を受けた方・人間ドックを全額自費で受けた方（40歳～74歳限定）

健診結果（写）<sup>\*</sup>を送付ください。[QUOカード2,000円分をプレゼントします！](#)

<sup>\*</sup>条件…健診項目（当組合ホームページ参照）をみたしていること

▼スマホはこちらから



茨城県農協健保ホームページ「げんきmy life」 <https://www.ib-kenpo.or.jp/>

# インフルエンザ予防接種の補助のお知らせ

当組合では、職場や家庭における感染および重症化予防を目的として、職員とその被扶養者に対してインフルエンザ予防接種費用の補助を実施しています。今年度も下記のとおり補助いたしますので、対象の方はぜひご利用ください。

## 1. 対象者

- (1) 被保険者…事業所主体で行う予防接種（事業所で一定の接種期間を定め、集団接種等を行う）  
\*ただし、65歳以上で市町村の助成の対象になる場合は、健保補助の対象外とします。
- (2) 被扶養者…令和5年4月1日現在で18歳以下、接種時満1歳以上  
\*ただし、市町村の助成の対象になる場合は、健保補助の対象外としますが、助成が1回接種のみの場合は、2回目のみ補助します。

## 2. 補助額および回数

被保険者…1,000円（一回接種のみ）・1回  
被扶養者…1,000円（一回接種の上限額）・2回

## 3. 接種期間

- (1) 被保険者…**令和4年10月1日（土）～令和4年12月31日（土）**
- (2) 被扶養者…**令和4年10月1日（土）～令和5年3月31日（金）**  
\*接種期間を過ぎた場合は、補助の対象外となります。

## 4. 申請期間

- (1) 被保険者…**令和4年10月1日（土）～令和5年1月31日（火）**
- (2) 被扶養者…**令和4年10月1日（土）～令和5年3月31日（金）**  
\*申請期間を過ぎた場合は、補助の対象外となります。

## 5. 申請方法

- (1) 被保険者…各事業所が定めた実施方法で接種期間終了後に、各事業所がまとめて必要書類を添付し、健保組合に申請します。
- (2) 被扶養者…接種後(2回接種の場合は2回接種後)、「インフルエンザ予防接種 補助金申請書」に、**必ず、医療機関の証明（領収書は、添付不要）**を受け、健保事務担当者をとおして健保組合に申請してください。

※「インフルエンザ予防接種 補助金申請書」は、  
当組合ホームページからダウンロードできます。  
茨城県農協健保ホームページ 「げんきmy life」

URL : <https://www.ib-kenpo.or.jp>



スマホはこちらから  
アクセス！