

げんき my life

2023.10 秋
Autumn

No.189

職場内で回覧してください。

P2 軟式野球大会／ソフトバレーボール大会の報告
P3 Pep Up イベントに参加してポイントをためよう！

P5 家族健診のご案内
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>

JA全農いばらき 優勝! 軟式野球大会

6月24日(土)、7月15日(土)に、水戸市田野市民運動場で「第53回茨城県農業団体職員軟式野球県大会」が開催されました。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。

決勝戦は、前回と同じ、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、昨年準優勝のJA全農いばらきが、見事優勝に輝きました。

結果

優勝

準優勝

第3位

最優秀選手賞

優秀選手賞

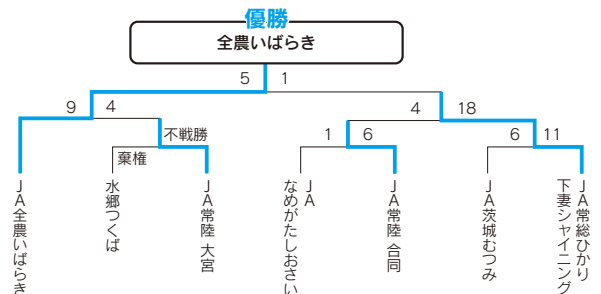
JA 全農いばらき

JA 常総ひかり下妻シャイニング

JA 常陸 合同 JA 常陸 大宮

飯村 友浩 選手 (JA 全農いばらき)

園田 旬 選手 (JA 常総ひかり下妻シャイニング)



優勝 JA全農いばらき



準優勝 JA常総ひかり下妻シャイニング



最優秀選手賞

飯村 友浩 選手
(JA全農いばらき)



優秀選手賞

園田 旬 選手
(JA常総ひかり下妻シャイニング)

JA新ひたち野 初優勝! 第6回男女混合ソフトバレーボール大会

8月26日(土)に、アダストリア水戸アリーナで茨城県農業団体職員ソフトバレーボール大会を開催しました。

新型コロナウイルスの影響により4年ぶりの開催となった今大会では、女子の部の参加はなく、男女混合の部も前回より減少しましたが、18チーム、140名の参加者により熱戦が繰り広げられました。

結果

優勝

準優勝

第3位

第3位

MINORI (JA 新ひたち野)

HIKARI FIRST (JA 常総ひかり)

JA 常陸 大宮 (JA 常陸)

チームパイセン (JA 茨城みなみ)



優勝 MINORI (JA新ひたち野)



準優勝 HIKARI FIRST (JA常総ひかり)



第3位 JA常陸 大宮 (JA常陸)



第3位 チームパイセン (JA茨城みなみ)

開催終了



健康クイズの結果発表

8月に実施した健康クイズでは、食生活、身体活動と運動、睡眠とメンタルヘルス、がん、オーラルケア、トレンドの6分野30問のクイズを出題しました。**472名**の方に参加いただき、見事全問正解し「健康博士」となった方は**376名**！健康博士の方々には**400ポイント**、それ以外の方にはクイズの正解数に応じたポイントが付与されました。

健康に関する正しい知識を得ることで、健康寿命を延ばせるといわれています。健康づくりは知識から！来年度も皆さまのチャレンジをお待ちしています。

開催中



〈特別企画〉農協・農団健保チーム対抗ウォーキングラリー

北海道、愛知県、静岡県、長野県、茨城県の5道県の健保組合合同で実施中。また、今回は通常のポイントのほかに、抽選で特産品が当たるチャンスです！**10月末までの開催**ですので、参加している方は最後までがんばりましょう！

開催予告



年末年始は体重測定チャレンジに参加！

早いもので、今年も残り2カ月となりました。今年は数年ぶりに行動制限のない年末年始を迎える方も多いのではないのでしょうか。みんなで美味しく楽しく過ごす年末年始、ついつい飲みすぎ・食べすぎて体重計に乗るのが怖い…なんて思いを一度はしたことがありますよね。

体型維持のコツは毎日体重を測って記録することです！数値として見ると、人は意識をするものなのです。年末年始20日以上体重を記録するだけで、**500ポイントプレゼント**！来年の自分の健康に、先行投資してみませんか。詳細については後日改めてお知らせします。

- 開催期間：2023年12月中旬～2024年1月中旬（28日間）
- ポイント獲得条件：期間中20日以上体重入力
- ポイント数：500ポイント

未登録の方には…

PepUp登録方法

- ・お届けした登録案内通知に記載された本人確認用コードが必要です。
- ・失くした方は、QRコードから再申請ください。



ご家族の今年度の健診は済みましたか？ まだ、予約は間に合います！

健診を受けている人は、
受けていない人に比べて、
医療費が年間約17万円以上安い
データもあり、将来的な
医療費の節約にも

知っていますか？ 茨城県民の健康実態

20歳の時から比べ、10kg以上
体重が増加している人の割合

全国2位！※1

→生活習慣病になりやすい！

急性心筋梗塞や脳血管疾患（脳梗塞・脳
出血）で亡くなる方が、非常に多い！

急性心筋梗塞死亡率

男性6位 女性5位※2

平均寿命が全国平均よりも短く、

女性の平均寿命はワースト3位※3

男女ともに65歳未満で亡くなる
人の割合が高い！※4

こんな実態があるからこそ、自覚症状だけで判断せず、健診を受けていただきたい。
若いうちから健診を毎年受けることで、近い将来の大きな病気を予防することにつながります。

健診コース

1 特定健診 〈無料です！（40歳以上が対象）〉

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で直接電話予約（申込）し、受診日を決定する。

受診できる機関は右記二次元コードからご覧ください。>>>>>>>



健診当日 5月末に配布したA4圧着チラシの「特定健康診査受診券」を健診機関に提出してください。

※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）で特定健診受診券をお申込みください。受付後、当組合より1週間程度で送付します。

2 生活習慣病予防健診（厚生連病院限定） 〈7500円補助します（自己負担5000円前後）〉

検査内容 人間ドックに近い、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 右記二次元コードからの申し込み、または5月末に配布したA4圧着チラシの

裏面左上の「生活習慣病予防健診」申込書で申込みください。>>>>>>>

申し込み
フォーム



※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）でご連絡ください。
受付後、当組合より1週間程度で送付します。

3 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 〈40～74歳限定〉

健診結果⑨を送付ください。QUOカード2000円分をプレゼントします！

※条件…健診項目（当組合ホームページ参照）を満たしていること。

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6年3月31日までの受診が補助の対象です。

出典 ※1 R1年度 第7回NDBオープンデータ 特定健診質問項目9より

※3 H27 厚生労働省「都道府県別生命表」より

※2 2015年 年齢調整死亡率 厚生労働省人口動態統計特殊報告より

※4 R3年 65歳未満死亡率 人口動態調査（厚生労働省）より

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6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

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

3. 接種期間

- (1) 被保険者…**令和5年10月1日（日）～ 令和5年12月31日（日）**
- (2) 被扶養者…**令和5年10月1日（日）～ 令和6年3月29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5年10月1日（日）～ 令和6年1月31日（水）**
- (2) 被扶養者…**令和5年10月1日（日）～ 令和6年3月29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。
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！