

1. 先日ご提出いただいた「算定基礎届」をもとに**標準報酬月額決定通知書を同封しています。**
 従業員の皆様の健康保険料は、本年9月分より本決定額が基礎になりますのでご確認いただき大切に保管ください。(なお、別途7月または8月の月額変更届を提出されている方は改定通知書が基礎となりますのでご確認ください) ④8月、9月に月額変更届予定の方について、お忘れなくご提出いただきますようお願いいたします。
2. **被扶養者の現況調査の実施について**
 当健康保険組合では健康保険法施行規則に基づき、既に認定されている被扶養者について資格の確認調査(検認)を毎年実施しています。被扶養者現況調査を9月下旬頃各事業所様に送付させていただきますので、ご協力をお願いいたします。(提出期限10月18日必着)
 今回の調査につきましては、**所得証明等の添付書類は必要ありません。**
毎年調査時に、今春大学等ご卒業されご就職されたお子様の削除の未届けが多く見受けられます。
 事業主様、ご担当者様にはお手数でございますが、**未だ被保険者証カードのご返却及び異動届のご提出をされておられない従業員様がいらっしゃらないか、今一度ご確認をお願いいたします。**
3. 「医療費のお知らせ」(令和元年1月～6月受診分)を9月上旬頃に事業所様に送付させていただきますので、該当された被保険者の方にお渡しく下さい。
 なお、**再交付はできません**ので、大切に保管いただきますようお願いいたします。

岩本保健師の
ひとことアドバイス

熱中症時の緊急対応について

暑い日が続きますが、皆様お元気にされていますでしょうか。先日、大阪ではなじみの深いひらかたパークで熱中症による死亡事故が発生しました。熱中症は急速に進行し重症化する場合があるため、発症時の対応が生死を分けます。暑いところにいた後の体調不良は全て熱中症の可能性がります。

重症度	症状	応急処置 1	応急処置 2
重症 (Ⅲ度)	まっすぐ歩けない 呼びかけに対し返事が おかしい、意識がない、 けいれん、呼吸が変	要医療 すぐに 119 救急車を待つ間、応急処置 2	涼しい場所に移動、体を横にし、服を緩める、 首・わきの下・太腿の付け根を冷やす 濡れたタオルを体に当て、扇風機やうちわで 風を当てる、無理に水を飲ませない。
中程度 (Ⅱ度)	頭痛、吐き気、身体が だるい、身体に力が入 らない(意識あり、会 話が成り立つ)	要医療 水を自分で飲めない →救急車/水分摂取し速やか に医療機関へ連れて行く	重症の応急処置 2 に加え 冷やした経口補水液を少しずつ飲む 仕事は早退し帰宅、休養をよく取る *額に貼る市販のジェルシートは残念ながら 冷却効果がありません。 体を冷やさない限り、熱中症は進行し重症化します。
軽症 (Ⅰ度)	めまい、立ちくらみ、 筋肉痛、汗が止まらな い	現場での対応 症状が続く場合医療機関へ	

- * 高血圧・糖尿病で熱中症のリスクが高まります。健康診断や治療状況を把握し、安全配慮を行いましょう。
- * 仕事前・中・後で適宜体重を行い、体重減少分の水分補給をするよう指示することが熱中症対策になります。
- * 体調不良の人を決して一人にしてはいけません。必ず誰かが付き添い、状態を確認しましょう。**
- ❖ 従業員の皆様の健康管理で気になっている、困っていること等ございましたらお気軽に健保保健師・岩本までご連絡ください。

上記以外にも、わからないことがあればお問い合わせ下さい。(ホームページもご利用下さい。)

