

キャンペーン用リーフレット

キャンペーン期間

11月1日~1月31日 3か月間

家族で取り組む かぜ&むし歯予防

感染症予防キャンペーン2020

おじいちゃん



おばあちゃん



おとうさん



おかあさん



いもうと



ワンコ



マスクぼうや



ニャンコ



マスクぼうや
ファミリー

キャンペーン概要

ごあいさつ

日頃は当健保組合の保健事業にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

当健保組合では、呼吸器系疾患、いわゆる「かぜ」やインフルエンザの予防に力を入れていますが、今年は、新型コロナウイルス感染拡大予防が重要となっていることから、3歳～小学校就学中のお子さまのいるご家庭を対象に、11月から1月までの3か月間、

「家族で取り組むかぜ&むし歯予防 感染症予防キャンペーン2020」を実施いたします。キャンペーンを通じてお子さまに手洗い・うがいの習慣づけを行っていただくことで、新型コロナウイルス感染予防、かぜ予防等、ひいては医療費の削減につなげたいと考えています。小さい頃からの手洗い・うがいの習慣づけが『かぜ予防』には大切であり、また、歯みがき習慣についても、むし歯予防だけでなく、大人になったときの歯周病や生活習慣病予防につながります。

キャンペーンについては、お子さまに喜んで取り組んでいただくために、かわいいキャラクターを登場させ、手洗い・うがい・歯みがきができたらカレンダーにシールを貼るという内容となっています。ぜひ、ご家族で楽しく取り組んでください。キャンペーンにおいて目標を達成した場合には「**こども商品券**」を用意していますので、**お子さまと一緒に家族みんなで手洗い・うがい・歯みがきでコロナ予防・かぜ・むし歯予防、健康増進に取り組んでいきましょう。**

キャンペーン期間 11月1日～1月31日 3か月間

キャンペーンのポイント

目的

手洗い・うがい・歯みがきの習慣をつけて、かぜ・むし歯を予防する



対象者

3歳～小学校就学中のお子さま(平成20年度中～平成29年度中に生まれたお子さま)

方法

手洗い・うがい・歯みがきすべてできた日はカレンダーにシールを貼る

目標

3か月間で60日以上シールを貼る



提出

カレンダー(アンケート記入)を同封返信用封筒に入れて
令和3年2月19日(金)までに健保組合へ郵送



その他

目標を達成すると「**こども商品券**」をプレゼント♪
さらに抽選で「**特別賞**」として、**関西有名テーマパークペアチケット5組**が当たります

※特別賞の当選は賞品の発送をもってかえさせていただきます

感染対策で手洗いが基本なワケ

人が罹患する要因の多くは、手に付着した病原微生物(細菌・ウイルス等)が物品に付着し、そこからまた手を介して鼻や口、目から体内に入ることです。多くの病原微生物は、電車のつり革・手すり・エレベーターボタン・ドアノブを介して手から手へと拡がり、それが感染拡大のきっかけとなります。つまり、手は見た目に汚れていなくても病原性微生物が付着している可能性があるため、石けんと流水を用いてきれいに洗い流す習慣をつけることが、感染対策の基本であり、最も重要な手段といえるのです。

感染対策のうがいと口腔ケアのうがい

うがいには大きく分けて、上を向いて喉の奥を洗う「ガラガラうがい」と、口を閉じてほおをふくらませて行う「ブクブクうがい」があります。

感染対策のうがい

上を向いて喉の奥を洗う「ガラガラうがい」

グチュ
グチュ



①うがい液を口に含み、唇を閉じて頬の筋肉を動かし、「グチュグチュ」と行い、吐き出します。



オ～



②もう一度うがい液を口に含み、上を向いて、「オ～」と発声してうがいをします。(声が震えはじめると、口蓋垂の奥へ届いている証拠です)



③冷たいうがい液が口中で温かく感じてきたら、吐き出してください。

口腔ケアのうがい

「ブクブクうがい」を中心に行います

うがいをする時、食べ物のカスやたまった粘液などが洗い流されるので、口の中がさっぱりします。近年は口腔内を清潔に保つ事で、肺炎予防への期待も高まっています。

24時間対応 組合専用健康相談ダイヤルのお知らせ

24時間365日 年中無休で

ここからただに関することにご相談に専門家が対応します!

当組合では、8月より加入者の皆さまがご利用できる外部相談窓口を設置しております。お子さまの相談にも対応いたしますのでぜひご利用ください。

相談料
無料

夜中に
子どもが急な発熱
どうしよう?



安心してお電話ください!



夜間・休日の医療
機関を教えてください。



健康、医療、介護、育児、ストレスに関するご相談に**医師、保健師、看護師、心理カウンセラー、助産師、ケアマネージャーなどの専門スタッフ**が親身になって対応致しますので、ぜひ、お気軽にご利用下さい。

24時間電話健康相談・心のカウンセリングサービス

☎0120-389-023

★業界最大級のコールセンターとスタッフ数
★ドクターの24時間常勤体制

★業界最大級の面談ネットワーク数
★電話カウンセリングの年中無休体制

知っていますか？ / 子ども医療費の仕組み

子どもが病院にかかったとき、各市区町村の助成により、窓口へ支払う負担額は0円(無料)になることがほとんどです。これは、みなさんが窓口へ支払うはずの2割(3割)を各市区町村が助成を行い、残りの8割(7割)は健康保険組合※1がみなさんの保険料から負担しています。

医療費の内訳

子ども医療費の増加は、健康保険料増加の要因のひとつになっています。適正な受診をお願いいたします。



かしこい病院のかかり方

診療時間外の受診は高額になります

医療費はいつも一緒ではありません。緊急性が低い場合は、診療時間内に受診しましょう。

大病院での受診は定額負担が必要です

紹介状なしで大病院(特定機能病院及び許可病床200床以上)を外来受診した場合、救急等を除き初診料とは別に一定額(初診の場合5,000円以上)の自己負担が必要となります。まずはかかりつけの医療機関を受診しましょう。

診療所の医科初診料



※診療時間AM9:00~PM8:00の場合
※夜間・早朝加算はおおむねAM6:00~AM8:00、PM6:00~PM10:00の診療時間内

発熱、頭をぶつけた、嘔吐、けいれんなど判断に困ったら

子ども医療でんわ相談

8000

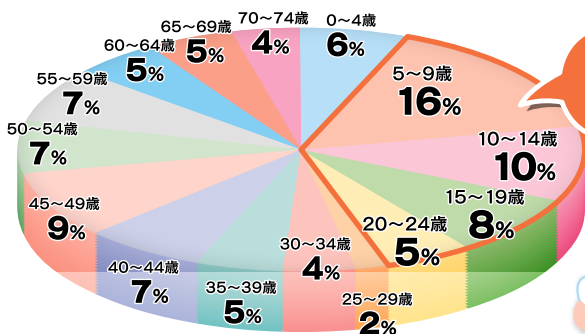
休日・夜間のこどもの症状にどのように対処したら良いのか、病院を受診した方がよいのかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師からお子さまの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

----- 実施時間帯(兵庫県) -----

平日 18:00~翌朝8:00 休日 8:00~翌朝8:00

歯科の年齢別医療費の割合

※2018年度医療費データより



5~24歳まで
約39%

左記のグラフは当健保組合の歯科医療費を分析したものととなり、年齢別では特に5~24歳までで約39%の医療費を占めております。早いうちから歯みがき習慣を身につけることが重要であることがわかります。また将来、歯周病にかかると生活習慣病にも影響を与えることが分かっていますのでお口の健康を保つようこころがけましょう!

子どもの医療費の仕組みを理解いただき、適正に医療機関へ受診いただくことをご案内するもので、受診を抑制することを目的としておりません。