



ひかり健康保険組合からのお便り

お仕事おつかれさまです。

ひかり健康保険組合では、加入者皆様の健康維持・増進を目的とした保健事業を展開していきます。

今回は、**平成21年10月より変わる出産育児一時金**についてお届けいたします。

第82話： 出産育児一時金が変わります

平成21年10月から平成23年3月まで出産育児一時金が変わります。



ポイント①

- 出産育児一時金が4万円アップされます
(※付加金5万円は変わりません)

1児につき

38万円・・・**42万円(+付加金5万円)**

(産科医療補償制度未加入分娩機関での出産は39万円+付加金5万円)

《支給の条件》

生産・死産・流産等にかかわらず、妊娠4ヶ月以上(85日目以降)の出産

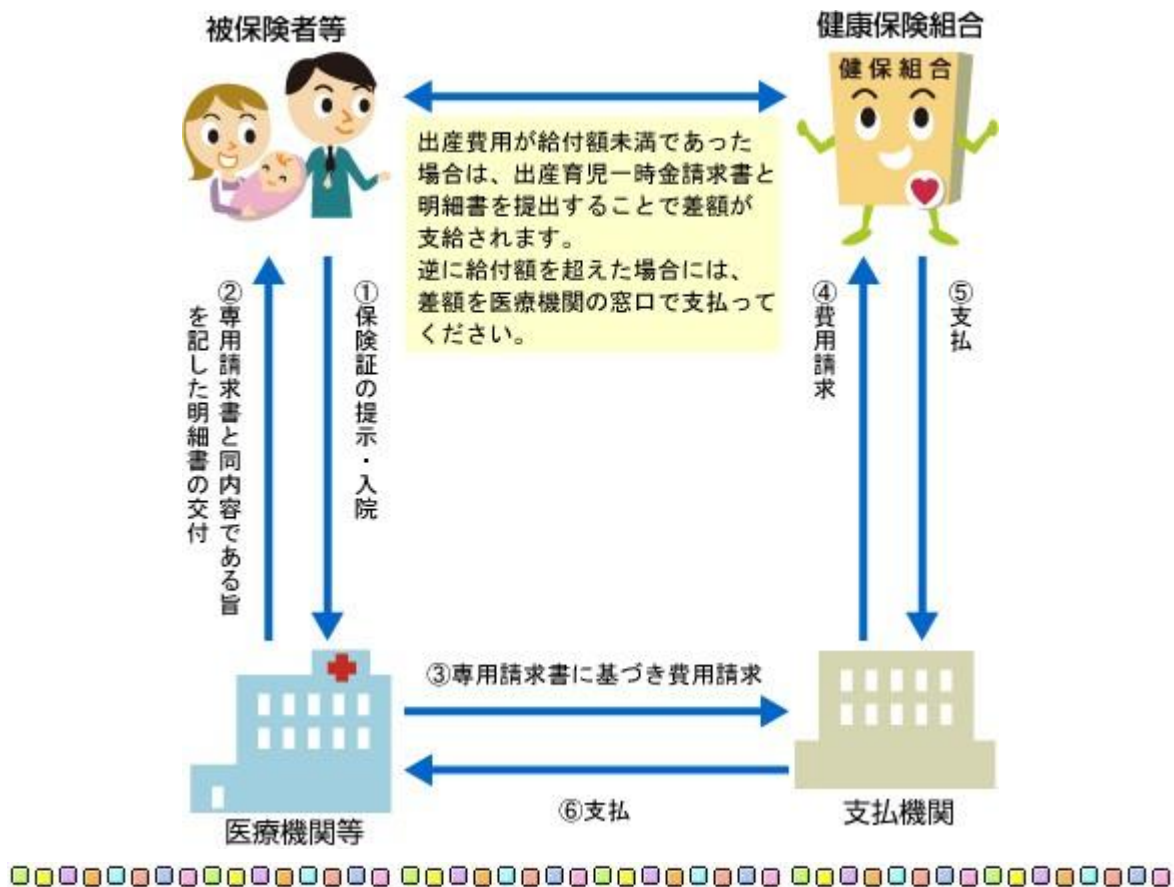


ポイント②

- 出産育児一時金の直接支払制度が始まります。
(まとまった出産費用の立替が不要になります)

出産育児一時金法定額を上限として、健康保険組合から支払期間を通じて分娩機関へ
出産費用を支払う制度が始まります。まとまった出産費用を予め用意する必要がなく、
また、被保険者が健康保険組合へ事前に申請する必要がないため、被保険者・被扶養者の負担が
軽減されます。

★直接支払制度のしくみ



こんな場合はどうなるの？

Q. 出産費用が出産育児一時金の額を超えてしまった
 >差額は被保険者等が分娩機関へお支払ください。

Q. 出産費用が出産育児一時金より少なかった
 >後日、健康保険組合へ申請して頂ければ差額を支給します。

◆眼を強くする①◆

Q. 眼精疲労がたまるとカラダのだるさが抜けなくなる。ホント？ウソ？

A. ホント

眼精疲労があると、一時的な視力低下や視力低下に近い状態になってくる。このため、モノを見るのがおっくうになり、判断力も鈍ってしまう。

ふだんはちゃんと機能するはずの頭が働かず、ボーっとしてきて、全身のけだるい感じが抜けにくくなってしまふのだ。眼精疲労がたまって睡眠だけでは回復しきれなくなった場合には、一種の散瞳薬を使って眼の中の筋肉を強制的に休ませて回復できることがある。

眼精疲労が全身の疲れにまで発展してしまった人は、試しに眼科医に相談してみるのもよいだろう。

ご家庭のパソコンへ、保健事業に関するお便りを配信しております。

ご希望の方は、登録のためメールアドレスを添えてinfo@hikarikenpo.or.jp(当組合宛)までお気軽にメールください。

■こころとからだの健康相談

健康に関わるお悩みのときは、「こころとからだの健康相談」

フリーダイヤル0120-835-839(はい参考、はいサンキュウ)を安心してご利用ください。

■ひかり健康保険組合への

ご意見・ご要望はinfo@hikarikenpo.or.jpまでぜひお寄せください。

ひかり健康保険組合 <http://www.hikarikenpo.or.jp>

〒171-0022

東京都豊島区南池袋1丁目16番15号 光センタービル2F

tel: 03-5951-7422 fax: 03-5951-9663

