



株式会社 郵愛

〒151-8502
渋谷区千駄ヶ谷1-20-6
FAX (0120) 779-783

TEL (0120) 025-315 (自動車保険)
(0120) 025-375 (総合保険)
(0120) 025-915 (がん保険)
(0120) 221-220 (医療共済)

秋の行楽シーズン到来! 安全運転に心掛けましょう

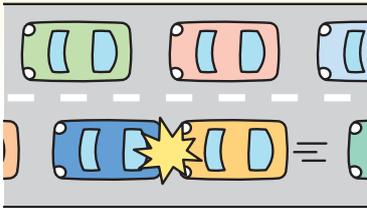
11月に突入し、すっかり秋めいてきた今日この頃。お出かけしやすい気候なので休日はドライブに出かける方も多いのではないのでしょうか? セっかくのドライブを楽しく快適に過ごすために安全運転を心掛けて下さい。

2015年7月1日～2016年6月30日の期間中に「郵愛の団体扱自動車保険」で発生した3,765件の事故について分析しました。ご参考にして下さい。

事故発生件数	1位 ▶	直線道路	直進中	812件
	2位 ▶	駐車場	バック時	491件
	3位 ▶	駐車場	駐車中	446件

point 直線道路直進中のポイント

- 1 前の車の不意な減速・停止を予測しながら運転。
- 2 低速で走行中であっても、しっかり集中。
- 3 余裕を持った車間距離を確保。



point 駐車場駐車中のポイント

- 駐車中は、「あて逃げ」や「いたづら」が多くなっています。
- 1 マナーの悪い車の隣への駐車は避けましょう。
 - 2 駐車スペース内にきちんと駐車しましょう。



point 駐車場バック時のポイント

- 駐車中でのバック時に、他の車両や塀、柵などに衝突する事故が多くなっています。
- 1 ミラーやバックモニターだけに頼らず、目視で後方や側方の安全確認を行いましょう。
 - 2 ゆっくりと歩くくらいの速度でバックしましょう。
 - 3 窓を開けて車の音や歩行者の音が聞こえるようにしておきましょう。



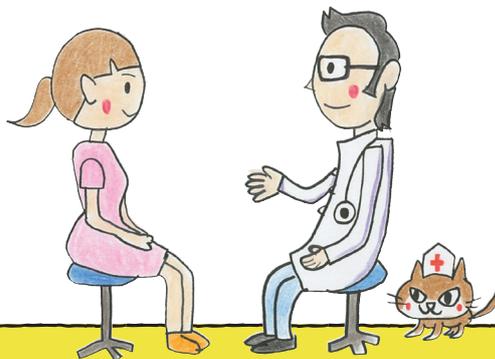
駐車場では後向き駐車を心がけましょう!

駐車スペースに「前向き駐車」を指示されている場合は、その指示に従いましょう。

あたり前のことを
確実に行うことが
事故防止につながります。
ぜひ安全運転で
行楽の秋を
楽しんでください!



もっと自分を大切に! がん検診の大切さ



日本人の死因第1位は「がん」です。昭和56年以降、他の疾病を大きく引き離して着実に増加してきており、現在は年間30万人ががんで死亡しています。またがんの総患者数は、男性約79万人、女性約63万人で、総数では約142万人（平成26年現在）となっています。

しかし診断と治療の進歩により、一部のがんでは早期発見、そして早期治療が可能となってきました。そのわけは、一つは総合健診、がん検診、人間ドックなどが普及したこと。もう一つはその精度が向上したことです。

がん検診はそうした医療技術に基づき、がんの死亡率を減少させることができる確実な方法です。

がんは症状が出るころにはかなり進行してしまっているため、症状が出る前に見つけることが大切です。

がん検診を正しく受けるためには、「がんを知る」ことが重要です。正しい知識を持ってがん検診を受診しましょう。

▶ **がんのリスクが高まる40歳以降に年1回のペースで検診を受ける**

厚生労働省では2009年度以降、大腸がん・乳がん・子宮がんについては、一定年齢の人（前年度に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になった男女、子宮がんは前年度に20歳・25歳・30歳・35歳・40歳になった女性）に検診無料クーポン券を送付しており、検診率が上がるような施策を行っています。

このクーポンを使えば、地域で行われる検診は無料で受けることができます。

現在、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がんについては、ほとんどの市町村で検診が行われています。クーポン配布とは別に、自治体によっては無料で行われている検診もあれば、有料の場合もあります。

ただし完全無料という場合は少ないようですが、しかしながら費用額としてはほとんど2,000円以内の少額となります。

一般の医療機関で検診を受けることももちろん可能ですが、公的に主催されているものに比べると、どうしても費用も高くなってしまいますので自治体の検診を利用すべきでしょう。

なお、各自治体のがん検診窓口を都道府県別に紹介しているWEBサイトです。

[日本医師会ホームページ](#) [各自治体のがん検診窓口・都道府県](#) | [知っておきたいがん検診](#)

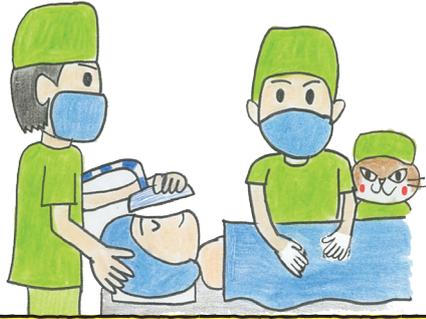
▶ **がんを治すには早期発見が不可欠**

喫煙や過度の飲酒といった生活習慣の見直しを行うことで、がんのリスクは大幅に低減できますが、どんなに生活習慣を気を付けていたとしても、がんになる可能性は否定できません。

現在、がんの5年生存率は約6割近くですが、早期発見できれば、ほぼ9割が完治します。早期発見のためには検診を受けるしかありません。

がんは1cm程度にならないと発見できません。しかし、乳がんの場合は、たった1年半程度で1cmのがんがその倍の大きさになります。さらに、早期がんの多くは、痛みなどの症状がありません。これらの理由からも、がんを早期発見するために「がん検診」が必要なのです。

がんの約6割は、生活習慣の見直しによって予防が可能です。しかし、残念ながら、どんなに規則正しい生活を送っている聖人君子でも、がんになる可能性は残ります。がんを早期に見つける「がん検診」は絶対に必要です。



がん治療 「先進医療」とは

▶ 混合診療が認められている先進医療

私たちはよく、この診療には「保険がきく」あるいは「保険がきかない」といった言い方をします。

健康保険が適用される診療を「保険診療」、適用されないものを「自由診療」といい、日本の医療制度では、その両方を組み合わせる「混合診療」を原則認めていません。

これらを組み合わせて診療を行うと、公的医療保険がきく診療もすべて全額自己負担となります。

ただし、例外があります。先進医療です。

先進医療は「混合診療」が認められています。高度な医療技術そのものに関する費用は全額自己負担となり、診察や検査、注射などに関しては公的医療保険が適用されます。

▶ 厚生労働大臣が認めた先端的技術が「先進医療」

では、混合診療が認められている先進医療とはどういうものなのでしょうか。

医療技術は日進月歩で、さまざまな治療法や検査法が開発されています。それらのうち、厚生労働大臣が先端的な医療技術であると承認したものが「先進医療」です。

先進医療と承認された治療法や検査法は、定期的に評価が行われます。一定の期間が経過すると、①先進医療として継続し、有効性・安全性を確認する、②十分な有効性・安全性が認められないので先進医療から削除する、③有効性・安全性が十分に認められたので公的医療保険が適用される「保険診療」とする、といったいずれかになります。

▶ 先進医療や実施医療機関の情報は厚生労働省のホームページで

先進医療の承認は、医療の内容だけでなく、適した条件を備えた医療機関であるかも審査されます。したがって、先進医療の種類によっては、1、2カ所の医療機関でしか行われていないものもあれば、全国的に行われているものもあります。また、先進医療の対象となる疾患や症状も限定されています。

2016年10月1日現在、103種類の先進医療が承認されており、厚生労働省のホームページに、各先進医療の簡単な内容と認定された医療機関の一覧が載っており、適宜更新されます。

がんは禁煙などの生活習慣の改善と、定期的ながん検診、この二段構えが大切です。

もし、がんだったとしても早期発見・早期治療をすれば怖い病気ではありません。

万が一に備え、JP労組の団体割引の適用された、組合オリジナルの「新 生きるためのがん保険Days・JP労組プラン」をおすすめします。

JP労組プランでは先進医療も手厚く保障します。



2016年10月下旬に、「がん保険」未加入の組合員のみなさまにはDMをご案内させていただきます。この機会にご検討ください!

自然界の「秋の養生法」活用で健康に!

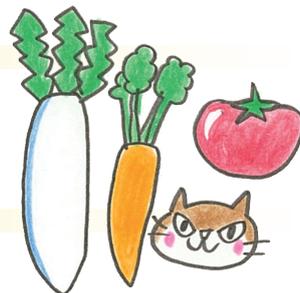
「スポーツの秋」運動会があったり、文化祭・収穫祭などイベントが盛りだくさんの季節で、心もウキウキして食欲も増してきます。この季節の特徴は、「燥(そう)」です。古来より、夏の暑い陽気をたくさん浴びて、体内で発散できないでいると余分な熱が胸にたまり、肺が乾燥しやすくなると言われています。秋の運動会などで体を動かすことは、体の余分な熱を飛ばし発散させる大切な効果があります。夏場は暑く表皮が開いて、皮膚呼吸や老廃物、水分の代謝がさかに行われやすくなっていますが、秋は寒さで表皮は閉じ、その分、鼻や気管に負担がかかりやすく、咳や鼻炎の症状が出やすくなります。さらに冬に近づくと喘息、扁桃腺、風邪、インフルエンザの症状が発症しやすくなります。

1 頸部を冷やさない、マスクで乾燥を防ぐ

朝晩の温度が下がった時は、ベストを着たりタートルネックを着て頸部を冷やさないようにし、マスクをして乾燥を防ぐと効果的です。一歩早めの対応がポイントです。

2 果物と野菜で水分摂取を

水分の摂取は、主に果物と野菜の中に含まれる水分が効果を発揮します。水分が損なわれると咽喉・鼻・肌・毛髪の乾燥、バサツキが起こりやすくなります。



3 養生を考えた健康法で厳しい冬に立ち向かおう

食欲の秋は「美味しさの追求」だけでなく、「養生を考えた健康法」を取り入れると厳しい冬に立ち向かうために効果があります。

- | | |
|------------------------|-----------------|
| ①果物・・・梨、びわ、リンゴ、ブドウ | 熱を抑え、のどの渇きを防ぐ! |
| ②野菜・・・小松菜、ネギ、大根、ニラ、玉ねぎ | のどの痛み、呼吸困難を抑える! |
| ③豆類・・・銀杏、アズキ、豆類各種 | 肺の働きを高め、咳、頻尿効果! |
| ④香辛・・・胡椒、生姜、唐辛子 | 発散の力で肺の働きを高める! |



2016年郵愛クリスマスプレゼント



今年一年をバッチリ締めくくるのは、郵愛からのステキなクリスマスプレゼントです。今回も弊社が取り扱っております各種保険商品のラインアップを主力としたプレゼントを多数用意しました。みなさまのご応募をお待ちしております。

(1)商品名とスポンサー名

- | | | | |
|---|----------------------|--------------------------|------|
| A | がん保険・JP労組プラン賞(アフラック) | アフラックダック2016特別ぬいぐるみ | 5名様 |
| B | 自動車保険賞(三井住友海上) | サッカー日本代表2017年カレンダー | 5名様 |
| C | ゴルファー保険賞(三井住友海上) | SRIXON Z-STARゴルフボール2個セット | 5名様 |
| D | マイガード賞(東京海上日動) | 東京海ジョーぬいぐるみ | 5名様 |
| E | フルガード賞(東京海上日動) | 桐箱入 今治紋織タオル | 5名様 |
| F | 郵愛クリスマス賞 | ディズニージグソーパズル | 10名様 |



(2)ご応募方法

ご希望の方は、ハガキに以下をご記入の上、ご応募ください。

- ①氏名 ②郵便番号 ③住所 ④性別 ⑤年齢
 ⑥会社名 ⑦ご希望商品名(3点まで選択可能)
 ⑧「郵愛だより」の感想などがございましたら、ご記入ください。

応募先:〒151-8502 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-20-6
 株式会社 郵愛 クリスマスプレゼント係
 応募締切:2016年12月2日(金)必着

当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。
 また、商品はクリスマスイブまでにお送りいたします。
 ※今回取得した個人情報、商品の発送のみに使用します。