



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)

笑う門には福来たる 笑うと健康になる

昔から「笑う門には福来たる」とあるように、小難しい理屈抜きにお腹をかかえて笑っていると、病気のほうも遠ざかっていきます。落語でもバラエティ番組でも、家族や友達との会話でもとにかく笑う機会を増やすことが大切です。



笑うと…免疫力が高まり、がんの予防にも!

身体を守る大事なシステムである「免疫」は、数多くの免疫細胞のチームプレイによって機能しています。そのシステムのなかで特に重要なのがNK(ナチュラルキラー)細胞です。NK細胞はウイルス感染や細胞の悪性化によって体内に異常な細胞が発生した際に、すぐさま攻撃し防衛として働きます。

笑うことによってこのNK細胞が増え、がん細胞も破壊してくれるので、がん抑制に効果があるのです。

笑うと…記憶力・判断力が活性化

笑いは脳機能(記憶力や判断力、思考力)を高めてくれます。

笑うと脳への血流が増加し、自然と脳の働きが活性化されるからで、特に活発化するのは海馬(記憶)や側頭葉(判断力)です。笑いは脳を活性化させ、いつもより記憶力が増す、テキパキ判断を下せる、といったふうに脳の機能を向上させるのです。

笑うと…ストレスを少なくする

現代はストレス社会。四方八方ストレスだらけの状況ですが、笑いはそんなストレスを軽減します。笑うことで脳内ホルモンのセロトニンが分泌されます。セロトニンとは、別名「幸せホルモン」「癒しホルモン」と呼ばれ、心のリラックスに欠かせないホルモンです。うつ病などにはセロトニンを増やす生活をすすめているほど注目されています。

笑うと…高いカロリー消費になる

笑うことはそれだけでカロリーを消費するのでダイエットにも効果を発揮します。

例として1日10分間笑うと、ウォーキングに換算しておよそ1時間分ものカロリーを消費するのに等しいと言われています。また同じ笑いでも「大笑い」の場合には、さらにそのカロリー消費は大きく、およそ3倍にもなるといわれています。

笑う事は素晴らしい健康方法です。

笑いが心身の健康法として治癒力を高める効果があるメカニズムをぜひ参考にして、今日から笑いを習慣に取り入れましょう。

それでも万が一のがんや大きな病気に罹った場合を考え、お守りとして「新 生きるためのがん保険Days(デイズ)・JP労組プラン」「医療共済マイガード」への加入があれば笑顔で治療に専念できるかと思えます。

笑顔は人の顔で一番素敵な表情です。



医療共済「マイガード」2017年4月1日始期 新規・型変更募集締切間近!!

役員勉強会
資料

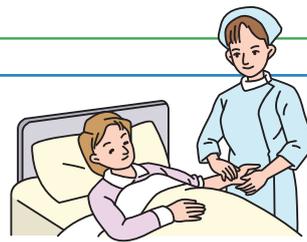
加入申込書到着締切は2月10日(金)必着 ※新規加入は随時受付します。

事例で見る公的医療保険制度と自己負担額

郵便局にお勤めのDさん(30歳女性)の場合

虫垂炎で7日間入院

Dさんは、勤務中にみぞおちが痛み出し、次第に右下腹部の痛みとなって歩くこともできない状態となったため、そのまま病院に搬送されました。診断の結果、急性虫垂炎と診断され緊急手術を受けました。その後、順調に回復し7日間で退院しました。そのうち5日間は個室での入院となりました。



かかった医療費 (自己負担だけでなく医療費の総額)

初診料	2,820 円	医学管理料	51,230 円	投薬料	1,850 円
注射料	9,300 円	処置料	1,950 円	手術料	155,500 円
麻酔料	15,400 円	検査料	17,020 円	画像診断料	37,970 円
病理診断料	246,770 円				

小計 539,810 円

入院時食事代 (自己負担だけでなく食事にかかる費用の総額) 9,850 円

合計 549,660 円

(平成 28 年 7 月現在の診療報酬点数による)

①医療費の自己負担額

●入院 (7 日間) … 539,810 円 × 3 割 = 161,940 円 (10 円未満四捨五入)

※健康保険の高額療養費扱いとなるため、自己負担額は、
80,100 円 + (539,810 円 - 267,000 円) × 1% = 82,828 円 (1 円未満四捨五入) となります。

●入院時食事代の自己負担額 360 円 × 15 食 = 5,400 円 (入院中は食事なしのときがあった)

医療費の自己負担額合計 82,828 円 + 5,400 円 = 88,228 円 …A

②その他の自己負担額

●差額ベッド代 10,000 円 × 5 日 = 50,000 円

●見舞時の家族の交通費・食費 = 9,000 円

●その他諸雑費 (衣類・快気祝いなど) = 25,000 円

その他の自己負担額の合計 84,000 円 …B

Dさんの自己負担額合計

A 医療費の自己負担額 88,228 円

B その他の自己負担額 84,000 円

合計 172,228 円



(ご参考)

10,000円型に加入していた場合のマイガードからの給付金額

合計 17万円

内訳 入院保険金 10,000円×7日=7万円

手術保険金 10,000円×10倍=10万円

*本事例は、架空のものであり、過去に実際に発生したものではありません。

給付金お支払い例

例1 急性心筋梗塞の場合 10,000円型

●急性心筋梗塞と診断され、緊急で経皮的冠動脈ステント留置術を受け、32日間入院した場合

内訳
入院保険金(病気・ケガ) 10,000円×32日 …… 32万円
手術保険金(病気・ケガ) 10,000円×10倍 …… 10万円
重度入院一時金 …… 10万円

合計 52万円

例2 骨折の場合 10,000円型

●大腿骨骨折で手術(四肢骨・四肢関節鏡手術)を受け、20日間入院した場合

内訳
入院保険金(病気・ケガ) 10,000円×20日 …… 20万円
手術保険金(病気・ケガ) 10,000円×10倍 …… 10万円
特定傷害保険金(一時金) …… 10万円

合計 40万円



入院すると
こんなにお金が
必要なの？

マイガードに
加入すれば
安心!!

コース別補償金額(保険金額)表

おすすめ!

給付項目	給付要件	コース名	3,000円型	5,000円型	10,000円型		
入院保険金	① 病気・ケガで入院したとき		入院1日につき 3,000円 (入院初日から180日限度)	入院1日につき 5,000円 (入院初日から180日限度)	入院1日につき 10,000円 (入院初日から180日限度)		
	② がんで入院したとき		入院1日につき 3,000円 (入院初日から無制限)	入院1日につき 5,000円 (入院初日から無制限)	入院1日につき 10,000円 (入院初日から無制限)		
手術保険金	③ 病気・ケガで手術したとき	重大手術 ^(※)	12万円	重大手術 ^(※)	20万円	重大手術 ^(※)	40万円
		上記以外の手術	入院中以外(外来) 1.5万円 入院中 3万円	入院中以外(外来) 2.5万円 入院中 5万円	入院中以外(外来) 5万円 入院中 10万円		
	④ がんで手術したとき		手術の種類により 3・6・12万円	手術の種類により 5・10・20万円	手術の種類により 10・20・40万円		
放射線治療保険金	⑤ 放射線治療を受けたとき		3万円	5万円	10万円		
先進医療保険金	⑥ 先進医療を受けたとき		技術料に応じて 3万円～183万円	技術料に応じて 5万円～305万円	技術料に応じて 10万円～610万円		
重度入院一時金	⑦ 重い病気・ケガで入院したとき		3万円	5万円	10万円		
特定傷害保険金(一時金)	⑧ 特定のケガで治療を受けたとき		3万円	5万円	10万円		
葬祭費用保険金	⑨ お亡くなりになったとき		30万円限度(実費)	50万円限度(実費)	100万円限度(実費)		
介護補償保険金(一時金)	⑩ 所定の要介護状態になったとき		10万円	15万円	20万円		

●保険金をお支払いする場合、お支払いする保険金、保険金をお支払いしない主な場合等については、パンフレット14～15ページ「補償のあらまし」をご覧ください。
●お亡くなりになった場合、上表記載の葬祭費用保険金額を限度に親族が負担された葬祭費用の実費をお支払いしますので、実際に要した葬祭費用の領収書等が必要です。

掛金表・月額

本契約は掛け捨ての1年契約となります。新規加入は、満1歳～満74歳までになります。更新時に年齢群が上がる場合は、掛金が変わりますのでご了承ください。

**掛金は
40%
割引^(※)**

(※)団体割引20%・損害率による割引25%を適用。

年齢群	3,000円型	5,000円型	10,000円型
1歳～4歳	480円	770円	1,550円
5歳～9歳	420円	660円	1,320円
10歳～14歳	410円	650円	1,290円
15歳～19歳	430円	690円	1,410円
20歳～24歳	510円	820円	1,640円
25歳～29歳	520円	840円	1,710円
30歳～34歳	550円	900円	1,790円
35歳～39歳	610円	980円	1,930円
40歳～44歳	680円	1,120円	2,200円
45歳～49歳	840円	1,380円	2,760円
50歳～54歳	1,080円	1,780円	3,540円
55歳～59歳	1,470円	2,410円	4,840円
60歳～64歳	2,070円	3,440円	6,850円
65歳～69歳	2,790円	4,640円	9,240円
70歳～74歳	3,870円	6,420円	12,740円
75歳～79歳	5,220円	8,670円	17,170円
80歳～84歳	7,180円	11,900円	23,440円

●年齢は、2017年4月1日現在の満年齢(中途加入時)となります。

●ご契約期間中途での型変更はできません。また、更新時に増額の型変更を希望される場合は、あらかじめ告知していただきます。

*上記掛金は、40%割引適用後の掛金です。

*介護補償保険金(一時金)の給付を受けられた場合、掛金が上表とは異なります。

高齢ドライバーの特徴を 理解して 事故件数を減らしましょう



「高齢ドライバー」といわれる65歳以上の運転免許保有者は、10年前の約2倍の約1,710万人、運転免許保有者に占める割合は約20%となっています。(警察庁運転免許統計2015年版)警察庁の資料から2016年に全国で起きた交通事故による死者数は前年比213人(5.2%)減の3,904人であることが分かりました。しかし65歳以上高齢者の死者数は2,138人(速報)で死者全体に占める割合は、統計の残る1967年以降で最も高い54.8%となっています。ハンドルを握るドライバー全員が、高齢ドライバーの特徴を知り、更に事故件数を減らしていきましょう。

1 高齢ドライバーの特性を認識しましょう

一般的には、年齢を重ねるほど知識は蓄積されていきますが、それに反して、加齢に伴い(1)記憶力(2)柔軟性(3)注意力が低下し、運転に必要な判断・決断の遅れが現れてきます。

また、身体的には(4)視力(5)聴力(6)認知判断力(7)筋力など身体機能が変化し、思い通りにいかなくてイライラすることもあります。また長年の「習慣」で危険な行動をとってしまうケースもあります。若い頃のような運転ができなくなっていくことを、高齢者自身も、周囲も認識しましょう。

2 高齢ドライバーに多い事故パターン(※)

(1) 出会い頭の事故

65歳以上のドライバーの交通事故のうち、約30%が出会い頭事故です。

(2) 右折中の事故

65歳以上のドライバーの交通事故のうち、約17%が右折中の事故です。

(3) 左折中の事故

65歳以上のドライバーの交通事故のうち、約9%が左折中の事故です。

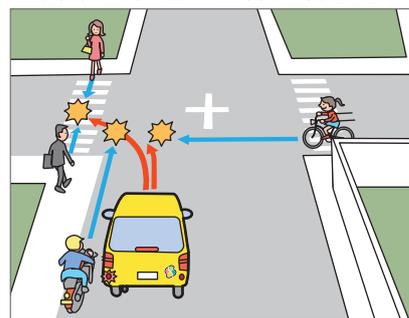
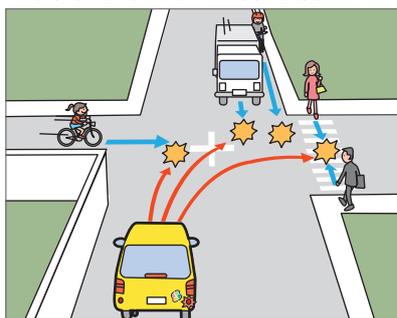
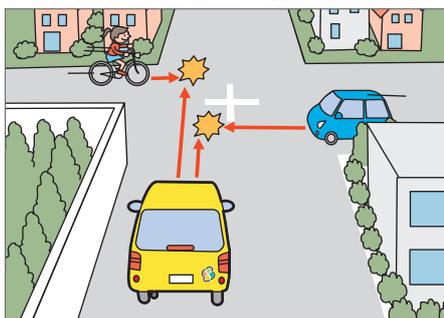
※交通事故データは2011年～2015年の5年間における警察庁統計(65歳以上、原付以上第1当事者)



出会い頭の事故が全体の約30%

右折中の事故が全体の約17%

左折中の事故が全体の約9%



(日本損害保険協会資料から)

3 思いやりを持った運転を心がけましょう

私たちドライバーは、高齢ドライバーへの思いやりを持った運転を心がけましょう。「高齢運転者標識(高齢運転者マーク)」をつけた車両への危険な幅寄せや割り込みは、**法律で禁止**されています。高齢者の運転については、家族や周囲は暮らしなりに配慮しつつ、高齢者の変化に気づくことも重要です。変化に気づいた場合は、自主返納も視野に入れた話し合いをじっくりとしてみたいかがでしょうか。

思いやりの気持ちを持って、あせらず、ゆっくり安全運転を心がけましょう!