

あなたの健康ライフを応援します

KATSU



DISPLAY

URL <https://www.sign-ad-displaykenpo.or.jp/>

2020

秋

no.279

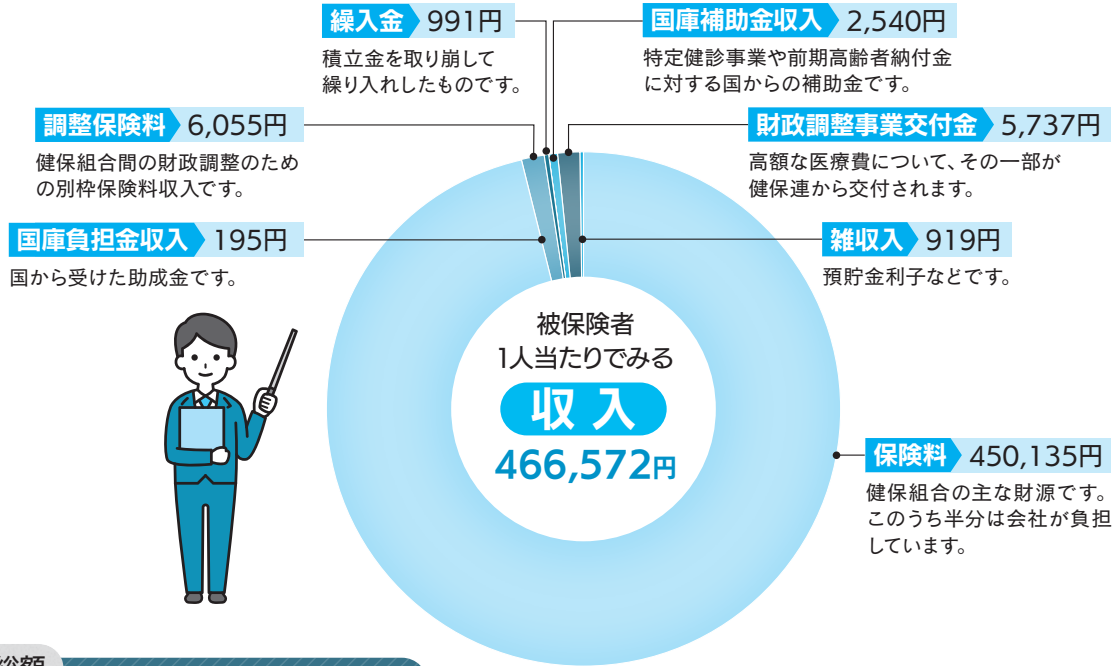


令和元年度

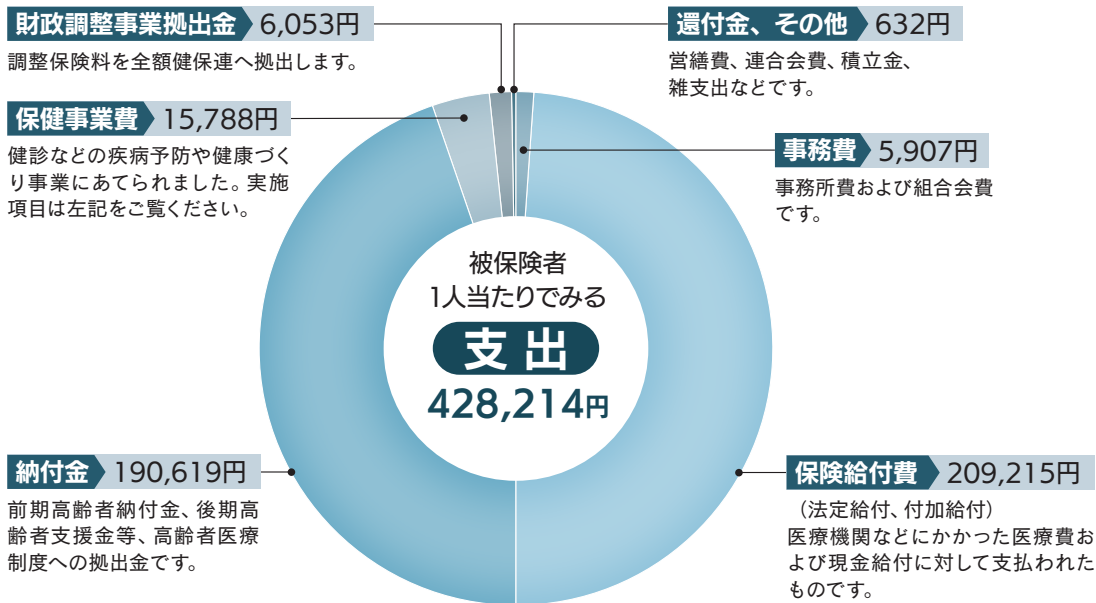
決算のお知らせ

当健保組合の令和元年度の
決算がまとまりましたので、
ご報告いたします。

収入総額 239 億 61 万円



支出総額 219 億 3,571 万円



収入

一般勘定

健保組合の主な収入は、事業主と被保険者のみなさんから納めていただく保険料収入です。令和元年度は被保険者数や給与等に大きな変動はなく、保険料収入は前年度並みの230億5,863万円となりました。

支出

総支出は219億3,571万円となり、前年度よりも3億8,774万円増加しました。健保組合の主な支出は、みなさんの医療費にあてられる保険給付費と、高齢者医療制度への納付金です。前年度と比較すると、保険給付費は5億5,752万円の増加となった一方、納付金は2億7,740万円の減少となりました。

保健事業費には8億873万円をあて、各種健診などの疾病予防事業を実施いたしました。

介護勘定

国に代わって保険料を徴収している介護保険については、国に納める介護納付金24億2,582万円に対し、介護保険収入は23億6,630万円となりました。収入の不足分は、前年度決算からの繰越金で補てんしました。

〔介護勘定〕

▼収入 (千円)

科目	決算額
介護保険収入	2,366,303
繰越金	85,000
国庫補助金受入	25,478
雑収入	31
合計	2,476,812

▼支出 (千円)

科目	決算額
介護納付金	2,425,815
介護保険料還付金	60
合計	2,425,875

収支差引額	50,937
-------	--------

〔一般勘定〕

▼収入 (千円)

科目	決算額
保険料	* 23,058,629
国庫負担金収入	* 9,991
調整保険料	310,161
繰入金	* 50,764
国庫補助金収入	* 130,104
財政調整事業交付金	293,905
雑収入	* 47,052
合計	23,900,606
経常収入合計	23,152,561

*印は経常項目です。

*印合計と経常項目の合計に差額があるのは、一部経常外（収入 143,979 千円、支出 10 千円）が含まれているためです。

(千円)

収支差引額	1,964,896
経常収支差引額	1,537,613

▼支出 (千円)

科目	決算額
事務費	* 302,592
保険給付費	* 10,717,240
法定給付費	10,622,132
付加給付費	95,108
納付金	* 9,764,684
前期高齢者納付金	4,726,595
後期高齢者支援金	5,037,604
病床転換支援金	25
退職者給付拠出金	460
保健事業費	* 808,732
還付金	* 765
営繕費	10,681
財政調整事業拠出金	310,071
連合会費	* 8,346
積立金	* 12,280
雑支出	* 319
合計	21,935,710
経常支出合計	21,614,948

決算基礎数値

平均被保険者数	51,226 人
3月末被扶養者数	27,961 人
平均標準報酬月額	338,501 円
平均標準賞与額	635,359 円
一般保険料率	96.7/1000
調整保険料率	1.3/1000
介護保険料率	17.0/1000

一般勘定

決算状況	決算残金処分内訳
収入決算額	23,900,606,894 円
支出決算額	21,935,709,918 円
差引残高	1,964,896,976 円
	法定準備金 1,964,673,360 円
	財政調整事業繰越金 223,616 円
	計 1,964,896,976 円

介護勘定

決算状況	決算残金処分内訳
収入決算額	2,476,812,623 円
支出決算額	2,425,875,619 円
差引残高	50,937,004 円
	準備金積立 50,937,004 円
	計 50,937,004 円

令和元年度に実施した

保健事業

特定健康診査事業

- 特定健康診査（年間）…25,642 名受診

特定保健指導事業

- 積極的支援…対象者 3,390 名 実施者 322 名
- 動機付け支援…対象者 2,153 名 実施者 263 名

保健指導宣伝

- 機関誌の発行『活』（4月・9月・1月）
- 健康管理委員事業の開催
 - 「算定基礎届の手引き」配布（6月）
 - 健康講座（10月）
- 健保連共同保健指導宣伝費の拠出
- 医療費通知の配布（2月）
- 「医療費のお知らせ」を作成し、事業所経由で配布
年間 42,424 枚
- 「ジェネリック医薬品利用促進通知」を配布（2月）
- データヘルス計画
 - 当健保組合の特徴と傾向を分析した計画を実施
 - 重症化予防（糖尿病）を目的とする個別保健指導を実施

疾病予防

- 生活習慣病予防健診 …… 31,663 名
- 東振協婦人生活習慣病予防健診（秋） …… 1,166 名
- 短期人間ドック …… 5,513 名
- 婦人健診 …… 1,153 名
- 遠隔地被保険者各種健診補助金 …… 1,937 名
- 被扶養者各種健診補助金 …… 3,308 名
- インフルエンザ予防接種補助金（10月～1月）… 18,432 名
- 若年者のメタボ予防のための保健指導 …… 60 名

健康づくり

- 契約保養所利用料補助 …… 1,096 名

体育奨励事業

- 春・秋のウォーキング大会…（春）472 名 （秋）633 名
- スポーツクラブ（通年）

第17期

組合会理事・議員

(敬称略・50音順)

当健保組合の組合会理事・議員の任期満了にともない、第17期理事・議員が選出されました。
理事長には大西俊太氏が再選されました。

選定

理事

議員

互選

理事

議員



保健事業委員
杉本 公男
(株)協立広告(株)



奥下 雄康
(株)ニッポコーポレーション



保健事業委員
生駒 治
(株)東京ニユース



理事長
大西 俊太
(株)トーガシ



常務理事
葦田 俊雄
東京外信インスレイ健康保険組合



横田 信夫
(株)カスタム



保健事業委員長
望月 敏弘
(株)春光社



総務委員長
中川 知明
(株)中川堂



総務委員
竹嶋 正實
東京都造園建設業協同組合



清水 弘道
(株)シミズ工業



佐々木 臣
(株)エヌケービー



監事
池上 佳之
(株)三恵社



和 田 新也
箱根植木(株)



総務委員
吉田 守克
(株)トーガシ



山本 一美
(株)ジェイアール東日本企画



萩原 俊彦
(株)トータルサイン



成家 岳
(株)富士植木



田口 徳久
(株)博展



鈴木 義人
(株)柳島寿々喜園



渋谷 紀之
(株)マッシュ



小林 良行
(株)たきホールディングス



総務委員
村越 有治
(株)ムラコシ工業



保健事業委員
松本 幹久
(株)エムズネットワーク



総務委員
福富 達郎
(株)ジェイアール東日本企画



中村 晃
(株)日交



監事
佐藤 隆浩
(株)コマデン



黒澤 素行
(株)東京アドデザインナース



石川 眞澄
(株)広正社



保健事業委員
生田 茂
(株)セレスポ



毛内 道秋
(株)エクセル企画



那須 誠
(株)文宣



永門 大輔
(株)ジールアンソニエツ



田川 省信
(株)テレフィット



高橋 功
(株)匠栄房

健康企業宣言 銀の認定



加入事業所と健保組合が連携して従業員の健康づくりを推進する「健康企業宣言」。

「健康企業宣言 銀の認定」を取得された3社のご担当者に

取得にあたり**工夫された点**や**取得後の変化**、

これから**取得を目指す事業所へのアドバイス**を伺いました。

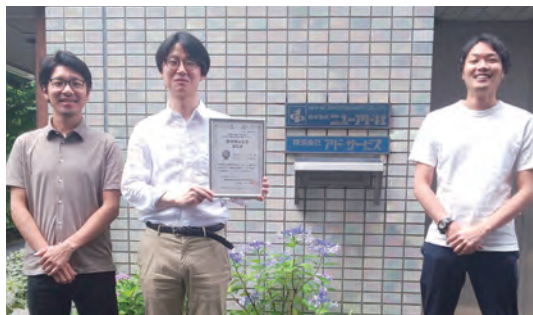


株式会社ニューアド社

東京都杉並区阿佐谷南 1-11-1

業務内容等

セールスプロモーションに関わるプランニング、クリエイティブツール制作、広告媒体の取り扱いまで一貫して行います。取扱媒体は、交通・屋外・新聞折込・インターネット広告と多岐に渡ります。



衛生委員 刀川 裕康さん(左)

衛生委員 青木 拓也さん(中)

衛生委員 長谷川伸也さん(右)

取得に取り組む以前から、会社の取り組みとして禁煙促進に対する補助やコミュニケーションをかねた体力作りのための部活動など、健康に対する制度が充実していたこともあり、取得に向けて進めていくことはスムーズに行えました。

また月に1度、衛生委員が中心となって問題点を話し合い改善していきました。継続的に取り組まなくてはいけない部分を注意すれば取得は難しくないとします。

業務内容等

「花とみどりを通じて、真に豊かな社会づくりに貢献する」を企業理念に掲げ、イベントプロデュース事業、ウェディングフラワー事業、法人事業、ECにおけるフラワーサービス事業、フラワーショップの経営、フューナリアル事業、公共施設の指定管理事業、屋内緑化の企画、設計、施工などのフラワービジネスを行う。

株式会社日比谷花壇

東京都港区南麻布 1-6-30

代表取締役社長 宮島 浩彰さん(写真)

人事部 小河原順子さん

全国多数の拠点でさまざまな事業を展開している弊社では、社内イントラネットやSNSでの定期配信を活用したヘルスリテラシー教育やランチセミナー企画など、全従業員が楽しみながら主体的に取り組めるような工夫をしました。

また本社では階段の使用を推奨しており、社長自ら毎朝9階の社長室まで階段で向かいます。途中すれ違う従業員が励まされたり、部署や所属を越えて挨拶を交し合う光景は日常となり、健康促進のみならず、コミュニケーションの活性化にもつながりました。企業活動には心身の健康維持が不可欠です。引き続き、会社全体でさらなる健康経営の向上に取り組んでまいります。



業務内容等

編集者、デザイナー、コピーライターを社内に擁し、企画立案から取材・原稿制作・デザインまで自社一貫制作ができる強みを活かし、通販カタログ誌や企業パンフレット・雑誌・書籍など、さまざまなクライアントの広告制作を行う。

株式会社サンポスト

東京都新宿区新宿 1-8-1 大橋御苑駅ビル7階
(2020年10月に新宿御苑駅直結ビルへ移転)



代表取締役 菊地 洋平さん(左)

取締役 行徳 奈歩さん(中)

管理部 部長 白井 久一さん(右)

グループウェア等で、定期的に話題性のある情報を配信しています。例えば、医療技術が発達している中、従来からあるバリウム検査の必要性、ピロリ菌検査の有効性、喫煙の体への影響、健保組合のウォーキングイベントなどを発信することで、健康のあり方を再度見つめ直してもらうよう工夫しました。

また、クライアントあってのお仕事のため、突然の仕事で健診をキャンセルした人へは直接声がけを行って受診率100%を目指しました。女性が8割を占めることから、社員の健康意識が高いこともスムーズな取得につながりました。

労働環境の改善に取り組む手段として「健康企業宣言」という目標があったことは良かったです。求められる項目に特殊なことはなく、取得のハードルは高くないと思います。社員の健康意識が高まり、クライアントに対しても、健康な会社へお仕事を安心して依頼していただける効果もあるかと思います。今後はより多くの企業が取得することで、健康経営への関心が高まり、広告業界の職場環境の改善が進めば素晴らしいと思います。

キャンペーン実施中!

新たに健康企業宣言をされた事業所へ「健康測定セット(タニタ体重計、血圧計)」を贈呈いたします!
※数に限りがございますので、お早めにご連絡ください。

全国の東振協契約医療機関にて

インフルエンザ予防接種が受けられます！



接種期間

令和2年10月1日(木)～
令和3年1月31日(日)

対象者

接種日当日に
被保険者 **および**
被扶養者の有資格者

補助金

2,000円を限度
(年度内1人1回のみ)

接種方法

①院内接種

(個人で利用券を使用して接種する方法)

1 ホームページ内の「医療機関一覧表」から病院を選び、電話で予約。

2 ホームページ上で「利用券」を印刷。

3 接種当日、病院へ「利用券」と「保険証」を提示。

4 補助金2,000円を差し引いた自己負担金(最大1,960円)を窓口で支払う。その後の手続きは不要。

②出張接種

(事業所で希望者をとりまとめて接種する方法)

1 事業所で接種者を取りまとめ、ホームページ内の「医療機関一覧表」から病院を選び、電話で予約。

2 ホームページ上の出張接種用「申込書」と「名簿」を印刷し、必要事項を記入。

3 申込書・名簿をFAX等で医療機関に提出。

4 自己負担金をまとめて医療機関に支払う。

上記①②で接種ができない場合

任意の医療機関で接種後、事業所で一括とりまとめの上、補助金をご請求ください。

1 事業所の担当者に「領収書」および「明細書」を提出(表面に保険証の記号番号・氏名を記入)。

2 事業所で一括とりまとめ、「請求書」と「領収書」を健保組合に提出。

3 後日、補助金が事業所へ支払われる。

★事業所の担当者様へ

補助金の請求方法が一部変更されました。

●1事業所あたり1回のご請求でお願いいたします。

▼請求期間…1月12日(火)～2月26日(金)

●請求対象者が30名以上の場合は、データにてご請求ください(30名未満でも利用可能です)。

▼詳しくは、当組合ホームページを**ご確認**ください。



特定健診・特定保健指導を受けましょう！

令和元年度 特定健診・特定保健指導の状況報告

40歳以上の方々に受診していただいている特定健診・特定保健指導の、令和元年度当健保組合の状況をお知らせします。

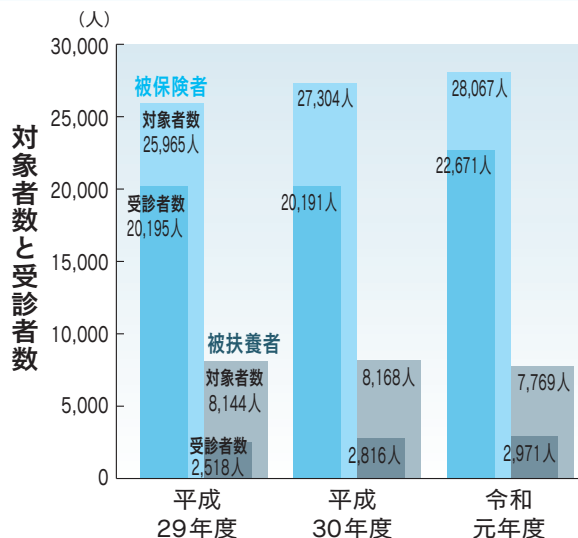
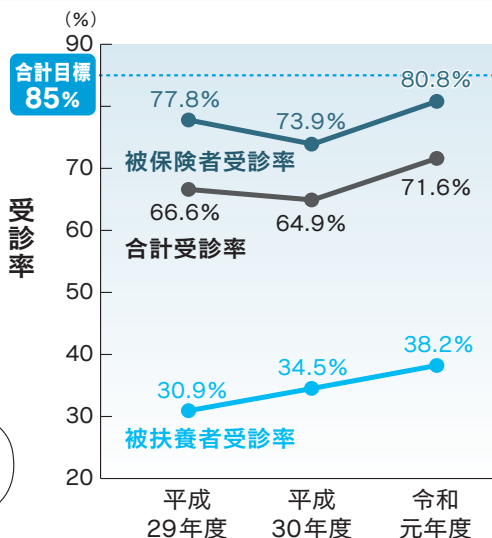
特定健康診査

被扶養者の受診率は **向上傾向！**

生活習慣病は自覚症状のないまま進行し、重症化します。症状が出てから治療しても元の健康な状態には戻らないこともあります。これからの健康人生を送るためにも「転ばぬ先のつえ」として、年に1度は健診を受けましょう。



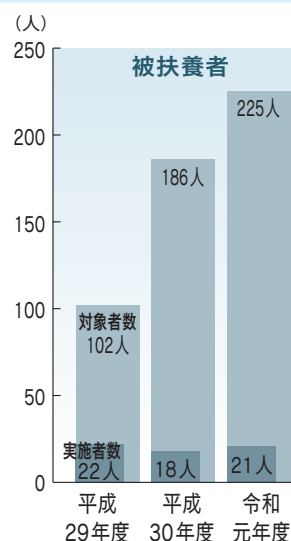
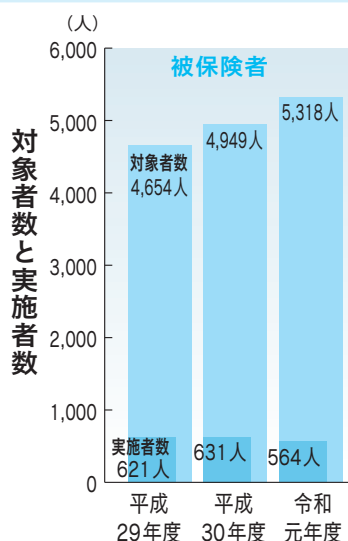
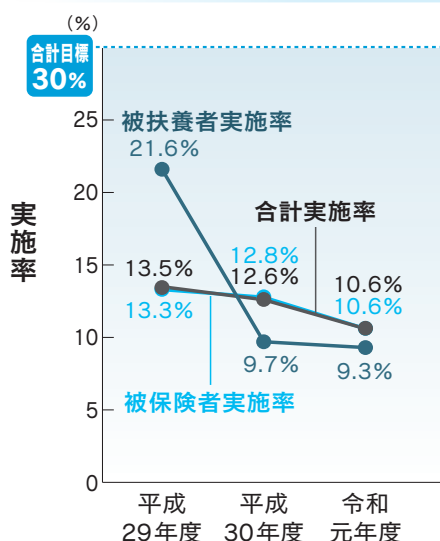
今年度、まだ健診を受けていない方は、早めに受けましょう！



特定保健指導

実施率向上が **課題！**

特定保健指導とは、糖尿病や脳卒中などの生活習慣病のリスクが高まる40歳以上の方を対象に行う保健指導です。対象者のライフスタイルに合わせて食生活や運動の改善ができるよう、保健師や栄養士などのサポートやアドバイスが無料で受けられます。



特定保健指導を受けた人は、受けない人より医療費が低いというデータがあります！

特定保健指導を受けていただくこと、それが今、健保組合にとって最大の課題です

特定保健指導は、国の医療制度改革の一環として、健保組合に実施が義務づけられています。参加者が少ないと、納付金に影響（保険料率が上昇）するため、対象となられた方は、特段の事情がない限りご参加ください。

年間最大5,000pt以上! Pep Upを利用して貯まります



今なら!!
初回登録で
もれなく
500pt進呈

スマホやPCを使って、一人ひとりの健康状況を一元管理できるWebサービスです。当健保組合の主催するイベントへの参加など、利用状況に応じてポイントが付与され、貯まったポイントは商品と交換することができます。

» 対象者は?

被保険者・被扶養者（配偶者のみ）

» どうしたらポイントがもらえるの?

- ① 初回登録時にポイントGET
- ② 1日8,000歩達成すると、翌日くじ引きでポイントGET
- ③ 健康記事を読んでポイントGET
- ④ Pep Up サイトを経由したアクティビティサイトの予約でポイントGET
- ⑤ 当健保組合の主催するイベントに参加してポイントGET

豪華景品が当選する
チャンスも!

ゴルフやヨガ、
フットサルイベント
など

ウォーキング大会など



健康ポータルサイト「PepUp.」をぜひご登録・ご利用ください

» 登録方法は?

ご自宅に送付した初回登録案内をご確認ください。



» いつから利用できるの?

初回登録後、すぐにご利用いただけます。



※紛失された方は、当組合 HP より用紙をご提出いただければ再発行いたします。

Pepポイントを貯めて、 好きな商品と交換しよう!



» 何ができるの?

1 ウォーキング イベントへの参加

下記スマホウォークへ
ご参加お待ちしております!



2 健康記事の閲覧

さまざまなジャンルの記事
が利用者の健康状態に合
わせて配信されます。



3 日々の記録

体重、歩数、睡眠時間
などの記録が可能です。
健康管理の指標にお役
立てください!



4 レシピの検索・ 閲覧

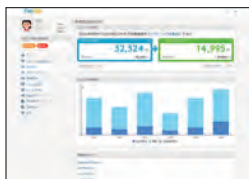
たくさんのヘルシーレシピ
の中から、お好みや食材、
お悩みに応じたレシピ検
索が可能です!



ほかにも
役立つ機能
いっぱい

① 医療費通知・ジェネリック差額通知

自身の医療費情報の
ほか、ジェネリックへ
の切り替えによる節約
額が確認できます。



② 健康年齢

健診結果から健康
年齢を算出!



» どんな商品と交換できるの?

① 商品券など



② カタログギフト



③ 家電・電化製品



④ 美容グッズ



※商品は一例で、予告なく変更される場合があります。

エントリー期間
10/1~10/23

スマホウォークにご参加ください

目指せ! 1日8,000歩! 職場でチームを作ろう! ポイントGETして景品と交換しよう!

▶ 実施期間 10月24日~12月27日

▶ 申込方法 Pep Up 内「健保からのお知らせ」ページより

・詳しくは、裏表紙または当組合ホームページ「新着情報」をご覧ください。



誰にも感染リスクがあります。 まさか自分が?!と思わずに予防を

新型コロナに感染し、1ヵ月に及ぶ闘病生活を経験した速水けんたろうさん。発症から回復までの経緯と、「WITH コロナ」を生きる心構えについて伺いました。

病気の経過

4/3	体の痛み、発熱
4/6	保健所の紹介で受診。PCR 検査を受ける。
4/7	PCR 検査で陽性。(妻・次男も陽性)
4/10	入院 (夫婦ともに)。酸素吸入の必要な中等症に。
4/14	アビガン使用。
4/15	翌日、平熱に
5/4	退院



歌手・声優

速水けんたろうさん

プロフィール

NHK『おかあさんといっしょ』第8代目歌のお兄さんとして活躍。『だんご3兄弟』の大ヒットにより、第50回 NHK紅白歌合戦に出場を果たす。現在は、ファミリーコンサートを全国各地で展開するかたわら、舞台俳優、声優、大学講師としても活動中。

1 自宅待機中に症状悪化 不安な日々を過ごす

歌手、ミュージカル俳優として、日ごろからジムに通って体を鍛え、もう何年も病気をしていなかったという速水けんたろうさん。それだけに「まさか、自分が新型コロナに感染するとは思いませんでした」と当時を振り返ります。「4月3日の朝ベッドから出ようとする、と、まっすぐ立つことができないほどの激しい痛みを腰に感じました。この痛みは一体何だ?!」とと思っているうちに、38℃台の熱が出始めたんです」

妻と次男も発熱したため保健所に相談。近所の医療機関でPCR検査を受けると、3人揃って陽性の判定が。「病室に空きがなく入院先が決まるまで自宅待機になりました。幸い息子はすぐに回復しましたが、僕と妻は次第に具合が悪くなってきて…。3日後に入院できるまですごく不安でしたね」



「肺の病気で心配していた歌声も、ステージで十分歌える手応えを感じています」

2 高熱に酸素吸入器。 過酷な闘病が始まる

入院直後から夫婦ともに症状が悪化。体の痛みに加えてせきや痰が出て呼吸が浅くなり、酸素吸入の管をつけるなど過酷な闘病生活が続きます。「それでも僕は入院後まもなく投与されたアビガンが効いて、早めに平熱に戻りましたが、妻のほうは投薬の効果がなかなか出なくて…。39℃台の熱が長く続いて『腕を動かすのさえしんどい』という彼女に、励ましの言葉をかけることしかできないのがつらかったですね」(ご夫婦は同じ病室に入院)。

さらに「症状が急激に悪化する」など、テレビで報道される新型コロナ感染症の新事実が、速水さん夫妻の不安を募らせました。そんな二人を支えたのが医療スタッフの力強い言葉と笑顔でした。

「僕たちの心を落ち着かせようと、看護師さんたちは常に笑顔で接してくださいました。担当の先生の『速水さんも奥様も絶対に治りますから!』という力強い言葉にどれほど勇気をいただいたか。ほんとうに感謝しています!」

3 退院後初めての散歩で 病からの回復を実感!

1ヵ月の入院生活を終えて無事退院した速水さんですが、さらにひと月、自宅待機での経過観察を求められます。「免疫力の低下で他の病気にかかるリスクが高まると言われ、一步も外に出ずに過ごしました。家の階段を登ろうとすると足が重くて、病気でここまで筋力が落ちるのか…とびっくり!ストレッチや軽い筋トレを続け、外出許可が出て初めて近所を散歩したときは涙が出そうなほどうれしかったですね」

今後はステージに復帰するかたわら、機会があれば新型コロナについても伝えていきたい、と速水さん。「僕が原因で家族を感染させてしまい、ほんとうに申し訳なく思います。ただ、いつかあったのか思い当たることがないくらい、予防には気を配っていました。だから決して『他人事』とは思わず、誰にも感染の危険があることを肝に銘じてください。そして万一感染してしまったときは医療スタッフを信じ、強い心で病気と闘ってほしいと思います」

おたよりありがとうございました！



あなたの健康法は？

Sさん 40代 家族

5歳長男、2歳長女と一緒にラジオ体操やストレッチをすること。

Kさん 40代 本人

Pep Upに登録し活用を始めました。過去の健診結果などの振り返りができるので、健康維持に役立てます。

Fさん 50代 本人

初心者レベルから上達しないギターを、はばかりず掻き鳴らして大声で唄うことがストレス解消法で健康の源です。

Sさん 40代 本人

旦那をクッションにしてソファで寝そべること。あったかいし、やわらかいし、ちょうどいい。人をダメにするクッションです。

Kさん 30代 本人

会社の若手社員と同じランニングアプリを入れ、ランキングで走量を競うようにしている。勝てませんが意識して走るようになります。

Yさん 30代 本人

毎日、事務所のある7階までエレベーターを使わず、階段で上り下りしています。

Nさん 30代 本人

いつもまちがいさがしをたのしみにしています。コロナにまけず、すききらいせずにあたべています。やきゅうだいすき！（息子より）

Sさん 30代 本人

4カ月の息子を抱っこしてスクワット！

Hさん 30代 本人

ストレスをためないように明るく前向きに！

Kさん 40代 本人

朝晩、欠かさず30分ウォーキングすること。健康になるし、町（街）の意外なところを発見できることも。

クイズに挑戦！ まちがいさがし

上下のイラストにはちがうところが8つあるよ。さがしてみよう！！

おたよりをおまちしています！



クイズの正解者から5名に抽選で
賞品をプレゼント！

応募のきまり はがきに下記をご記入いただき、
健保組合までお送りください。

1 クイズの答え

2 事業所名・保険証の記号・番号

3 お名前

4 自宅住所（賞品発送先）

5 ひとこと（あなたの幸せを感じるときは？、『活』の感想など）

※ご記入いただいた個人情報は、賞品の発送のみに使用いたします。

※5ひとことは、イニシャル等にて本誌へ掲載させていただきます。

締 切 10月16日（金）（当日消印有効）

当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛 先

- （はがきのウラ面）
- 1（クイズの答え）
 - 2（事業所名・保険証の記号・番号）
 - 3（お名前）
 - 4（自宅住所（賞品発送先））
 - 5（ひとこと）



〒170-0004 東京都豊島区北大塚1-21-15
東京屋外広告ディスプレイ健康保険組合 行



前回の答え



たくさんのご応募
ありがとうございました

※ちがう箇所には○をつけ、はがきに貼り、お送りください。

ウォーキング大会を開催しました!

スマホウォーク

健康ポータルサイト「Pep Up」を利用して、個人やチームで参加し、期間中に一定の歩数を達成した方へポイントを進呈する「スマホウォーク」が行われました。

結果発表!

期 間 5月1日～6月30日

参加者 個人 1,467名 チーム 385名



ポイント
付与



個人賞

1日平均 5,000 歩以上～ 8,000 歩未満… 139 名 (500pt)

1日平均 8,000 歩以上…………… 316 名 (1,000pt)



チーム賞

チーム平均 10,000 歩以上…………… 57 名 (500pt)

また秋にも開催いたします!

詳しくは、裏表紙またはホームページ「新着情報」をご覧ください。



1万歩ウォーキング 5月大会

健康ポータルサイト「Pep Up」を利用して、1日1万歩を目指したウォーキング大会が行われました。

実施期間 令和2年5月23日～5月31日

参加者 566名

達成者 315名 (ポイント付与対象者)

次回も予定していますので、
またご参加ください。

ご参加いただいたみなさんの声をご紹介します!

～ 大会終了後のアンケート (一部抜粋) ～

毎日のよい日課となり、汗もかけて気持ちよかったです。

歩数を意識した散歩は初めてで新鮮でした。

自宅そばの遊歩道や自然を見ながらのんびり歩き、気持ちよいひとときを過ごせました。

この大会で初めて藤市内を歩きました。旧街道沿いには蔵造りの建物や神社があり、楽しくウォーキングできました。

犬の散歩を兼ねて、ぶらぶらと出掛けました。途中に出会ったお店のコロケがその日の夕食になりました。

自肅という環境の中で地元を歩き、こんなにも自然豊かな所があったことを知りました。

このウォーキング大会のおかげで早朝と夕方ウォーキングするきっかけになりました。

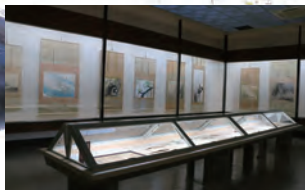


御岳溪谷 紅葉リバー サイドウォーク

都心から電車で約1時間30分、多摩川上流に位置する御岳溪谷は、秩父多摩甲斐国立公園内にある。川沿いに整備されたコースはアップダウンも少なく、環境省の『日本名水百選』に選ばれる豊かな水の流れを眺めながら歩くことができる。

玉堂美術館

日本画の巨匠、川合玉堂がこの地で晩年の10年余を過ごしたことを記念して建てられた。



- 3～11月 / 10:00～17:00 (入館 16:30 まで)
12～2月 / 10:00～16:30 (入館 16:00 まで)
- 大人 500 円、中・高・大学生 400 円、小学生 200 円
- 月曜日 (祝日の場合は翌日)、年末年始
- 0428-78-8335

日本酒の
古酒を熟成中。



小澤酒造 (清流ガーデン澤乃井園)

元禄 15 年 (1702 年) 創業の清酒「澤乃井」醸造元。奥多摩の豊かな水で美酒を生み出す。1 日 4 回の酒蔵見学 (予約優先) が人気。



併設の清流ガーデン澤乃井園。軽食をとったりお土産を買ったりできる。

- 10:00～17:00 (軽食 11:00～16:00)
- 月曜日 (祝日の場合は翌日)、年末年始
- 酒蔵見学予約
- 無料
- 0428-78-8210

櫛かんざし美術館

江戸時代から昭和に至る櫛とかんざしを中心とした約 4,000 点を収蔵。



- 10:00～17:00 (入館 16:30 まで)
- 一般 600 円、学生 500 円、小学生 300 円
- 月曜日 (祝日の場合は翌日)・金曜日 (11 月と祝日を除く)、年末年始、臨時休館あり
- 0428-77-7051

奥多摩フィッシングセンター

ニジマス釣りが楽しめ、バーベキュー場もある。



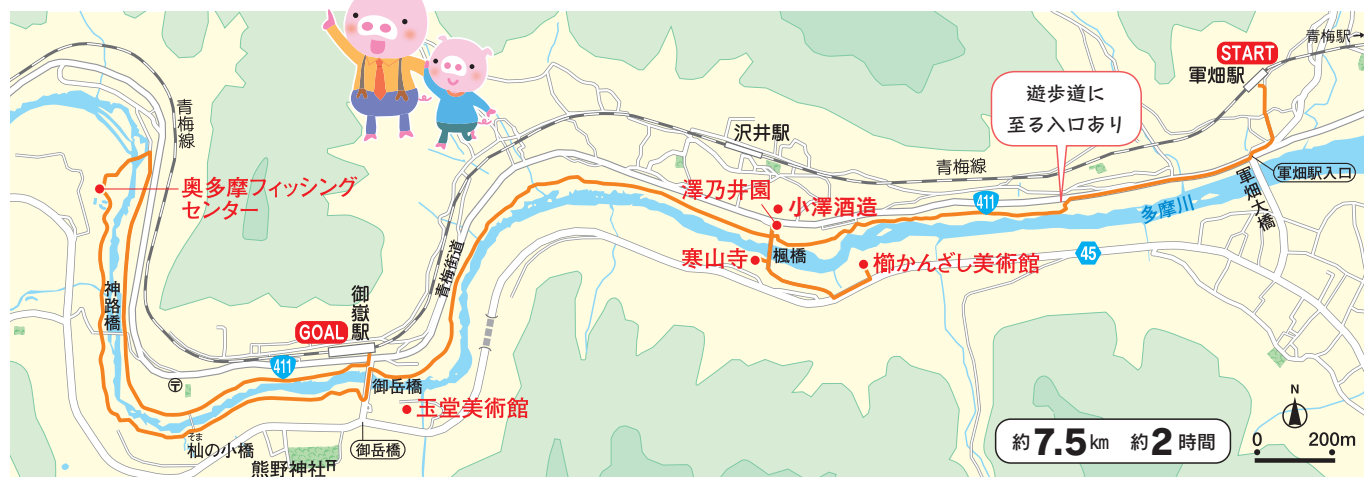
- 3～11月 / 7:00～16:00
12～2月 / 7:30～16:00
- ファミリー釣り場 1 名 3,300 円 + 貸し竿 1 本 300 円
ほか、一般釣り場、ルアー・フライ釣場あり。
- 12～2月の毎週木曜日、年末年始、臨時休業あり
- 0428-78-8393

寒山寺

中国渡来の釈迦像を本尊とする、小さいながら趣のある寺。



- 無料
- 無休
- 0428-78-9523



※営業時間や料金などは変更される場合があります。新型コロナウイルス感染予防策として、営業時間の変更等を行っている施設があります。ご確認のうえお出かけください。



当組合からのお知らせです。
ホームページも随時更新しております。



年末年始の休業について

年末年始の休業は、**令和2年12月29日(火)** から**令和3年1月4日(月)** までとなります。
ご留意のほどよろしくお願いいたします。

イベント中止のお知らせ

「健康フェスティバル 2020」(東京都総合組合保健施設振興協会の主催) は、新型コロナウイルスの影響ですべてのイベントが中止となりました(詳しくは東振協HPまで)。

ICT 保健指導について

今年度よりトライアル事業(積極的支援に該当した被保険者の方のみ対象)として、スマートフォンアプリを利用した「ICT 保健指導」を行っております。
ご自身の都合に合わせて、無理なく続けられる生活習慣改善プログラムです。この機会にぜひご参加ください。



健診・人間ドックについて

契約医療機関での予約は、申込書が不要になります

今年度より契約医療機関で健診・人間ドックを予約した場合、当組合へ申込書の提出が不要となりました。
ただし、秋の婦人生活習慣病予防健診・事業所巡回・健保会館での受診は申込書の提出が必要です。

健診受診時は、保険証をご提示ください

健康診断を受診される際は、必ず医療機関に「保険証」をご提示ください。



ジェネリック差額通知方法の変更について

今まで、年1回、該当者に紙で送付していたジェネリック差額通知は、健康ポータルサイト Pep Up 内での通知に変更いたします。ご登録がまだの方は、Pep Up へのご登録をお願いいたします。



適用課からのお知らせ

被扶養者資格の再認定を行います

被扶養者の再認定は、保険給付等の適正化および組合財政の健全化を図るため、健康保険法施行規則第50条に基づき、現況調査を毎年実施しております。

今年度の再認定対象者等、詳細につきましては、来年1月初旬に通知いたしますのでご協力をお願いいたします。





ご家族（被扶養者）が就職などをされたら…

届出をお忘れなく！

次のようなケースはご家族が被扶養者でなくなります。5日以内に届出をし、保険証を返却してください。

1 就職した

被扶養者が就職したとき



2 収入が増えた

被扶養者の年収が130万円※以上、または被保険者の年収の1/2を超えたとき

※60歳以上または障害がある場合は年収180万円以上（老齢年金、障害年金、遺族年金を含む）

3 別居した

配偶者・子・孫・父母・祖父母・曾祖父母・兄弟姉妹以外の被扶養者（三親等内）が別居したとき



4 仕送りを少なくした／やめた

仕送りをやめたときや、仕送り額が被扶養者の収入よりも少なくなったとき

5 75歳になった

被扶養者が75歳になり、後期高齢者医療制度の被保険者になったとき



6 離婚・死亡した

離婚したとき、亡くなったとき

組合の動き

Kenpo's Today



事業所の適用状況

加入した事業所

公告	事業所名	所在地	適用年月日
公告第1437号	(株) jeki Data-Driven Lab	東京都渋谷区	令和元年11月1日 新適
公告第1438号	クレストホールディングス(株)	東京都港区	令和元年11月1日 新適
公告第1439号	(株)藤浪アート・センター	東京都台東区	令和元年11月1日 新適
公告第1440号	(株) jeki インタラクティブ・コミュニケーションズ	東京都渋谷区	令和2年1月1日 編入
公告第1442号	Bacchus (株)	東京都世田谷区	令和元年12月1日 新適
公告第1443号	(株)シーシーアール	東京都墨田区	令和元年10月1日 新適
公告第1444号	(株)ドラミートウキョウ	東京都港区	令和2年3月1日 編入
公告第1454号	(株)しるし	東京都目黒区	令和2年6月1日 編入
公告第1455号	(株)ベル	東京都新宿区	令和2年4月1日 新適

その他の公告

公告第1441号	任意継続被保険者の標準報酬月額について
公告第1445号	第17期組合会互選議員の総選挙執行について
公告第1446号	第17期組合会互選議員総選挙の郵送投票について
公告第1447号	第17期組合会互選議員総選挙における開票及び選挙会について
公告第1448号	第17期組合会互選議員立候補届に関わる公告
公告第1449号	第17期組合会互選議員選挙の無投票について
公告第1450号	第17期組合会互選議員選挙の当選人について
公告第1451号	第17期組合会選定議員にかかわる公告
公告第1452号	第17期組合会互選議員選挙執行にかかわる公告
公告第1453号	第17期組合会役員 の就任公告

事業状況

2020年7月末現在

事業所数



1,120件

被保険者数



51,649名

平均標準報酬月額



332,134円

被扶養者数



27,408名

<一般勘定> (令和2年度収支状況) (被保険者1人当たり)

<収入>
保険料



月分 37,760円
累計 140,995円

<支出>
医療費等



月分 14,862円
累計 49,008円

納付金
(高齢者支援金 他)



月分 16,050円
累計 48,156円

その他



月分 735円
累計 2,662円

スマホウォーク 参加者募集!

エントリー期間

10/1~10/23

※チームの新規作成・参加はエントリー期間中のみ可能です
(3名~10名で登録できます)。

開催期間

10/24~12/27

対象者

被保険者
被扶養者(配偶者のみ)



個人賞

1日平均
5,000歩以上 ➡ **500**ポイント
8,000歩未満

1日平均
8,000歩以上 ➡ **1,000**ポイント



チーム賞

チーム平均
7,000歩以上 ➡ **1,500**ポイント

チームで登録すれば、
モバイルでPepポイントをGET!!

参加には
ユーザー登録
が必要です

健康保険加入者向けWebサービス



Pep Up.
ペップアップ

<https://pepup.life/>



エントリー方法

「Pep Up」TOPページの「健保からのお知らせ」よりお申し込みください。