

2017 / 秋 No.279

健保 だより

平成28年度
**決算が
まとまりました**

皆さんの
**診療状況・健診結果
をご報告します**

**インフルエンザ
予防接種のご案内**

 <http://www.kpk.or.jp/>

ご家庭へお持ち帰りください

医療費、納付金が増加するも 保険料収入が伸びて、3年連続の黒字



去る7月13日(木)に開催された第122回組合会で、当健保組合の平成28年度決算が審議され、可決・承認されました。

収入総額	92億4,609万2千円
支出総額	86億6,057万8千円
決算残金	5億8,551万4千円
経常収支差引額	3億7,648万8千円

充実した健康づくり事業を実施

被保険者やご家族の健康づくりのための保健事業費は、2億4,032万3千円を支出、下記のような事業を実施しました。

平成28年度に実施した健康づくり事業

健康情報の提供

- ・機関誌「健保だより」の発行(年4回)
- ・ポスター、パンフレット等の配布(2回)
- ・健康者へ記念品の贈呈(6月)
- ・健保連との共同保健宣伝(随時)
- ・ホームページによる情報提供
- ・ジェネリック医薬品のお知らせ(4、10月)
- ・基本保険料に対する保険給付費の割合についてのお知らせ(6月)

健康診断と病気の予防

- ・生活習慣病予防健診(4~12月)
- ・春季婦人生活習慣病予防健診(4~7月)
- ・人間ドック(4~12月)
- ・インフルエンザ予防接種(10~1月)
- ・脳ドック等の割引健診(年間)
- ・特定健康診査(4~12月)
- ・特定保健指導(年間)
- ・家庭用常備薬品の配布(11月)

保養と健康づくり

- ・プール施設利用補助(7~9月)
- ・健康づくりセンター「へるすびあ」〔電設工業健保組合の施設〕と契約(年間)
- ・契約保養施設〔JTB契約保養所、直接契約保養所、国民休暇村〕(年間)
- ・共同利用保養所の利用(年間)
- ・スポーツクラブ「ルネサンス」との法人契約(年間)
- ・FUJIYAMA倶楽部の優待利用(年間)

関等からの請求于エック等による医療費の適正化に努めてまいります。皆さんにおかれましては、ジェネリック医薬品の活用や適正受診等で医療費節減にご協力いただくとともに、年に1度必ず健診を受け、健康の維持・管理をお願いいたします。

日 本経済は緩やかな回復基調が続いているとされ、当健保組合の28年度決算は、医療費、納付金等の支出が増加しましたが、保険料収入が増加したことにより、引き続き黒字で終わることができました。

収 入の柱となる保険料は、被保険者数や標準報酬月額等が予算見込みを上回り、前年度に比べ2億円(2.3%)増加しました。

支 出の大半を占める保険給付費(医療費)は、前年度に比べ8,300万円(1.8%)増加し、被保険者1人当たりの保険給付費は25万円を上回っています。

高 齢者医療のための納付金は、26、27年度と連続して減少してまいりましたが、28年度は一転して1億8,300万円(5.4%)増加しました。29年度予算でも3億円以上の増加が見込まれ、財政を圧迫しています。

決 算残金は1億円を29年度予算に繰越し、残りの4億8,500万円を別途積立金として保有いたします。これにより、高齢化や医療の高度化等により増え続ける納付金や医療費に備えるとともに、50周年記念事業の一環として行っております保険料率引下げ(29~31年度)の財源といたします。

当 健保組合では今後も事業の効率化や、被扶養者の資格確認、医療機

介護保険

健保組合は、国の介護保険の保険料の徴収・納付を代行しています

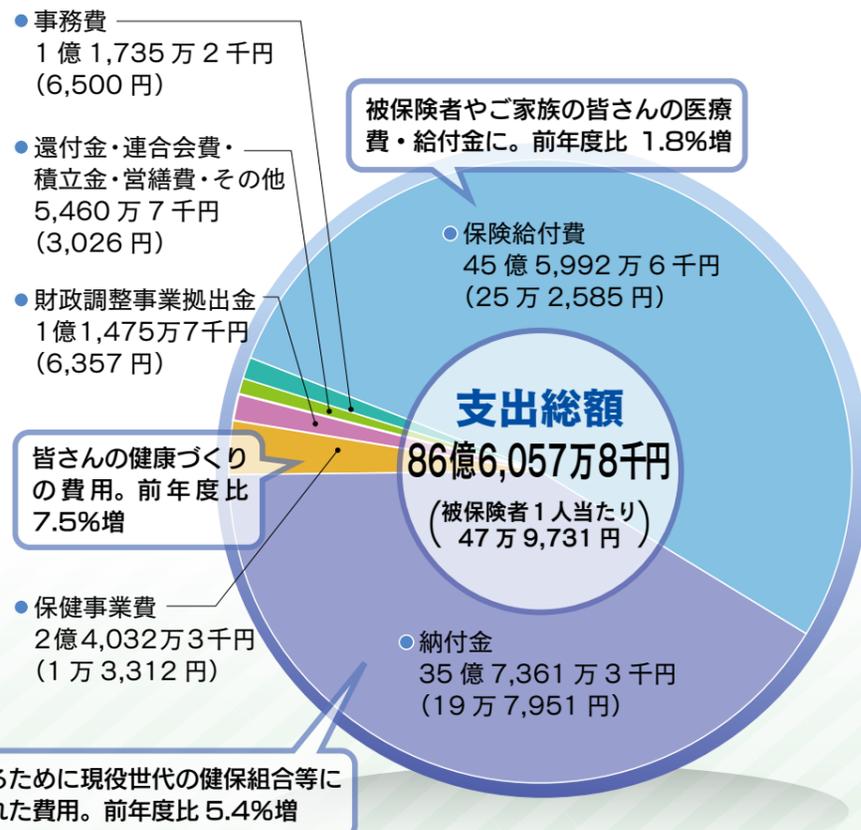
28年度は介護保険収入8億3,889万2千円に対して、国に納付する介護納付金が8億2,631万7千円となりました。決算残金は繰越金・準備金といたしました。

〈収入〉

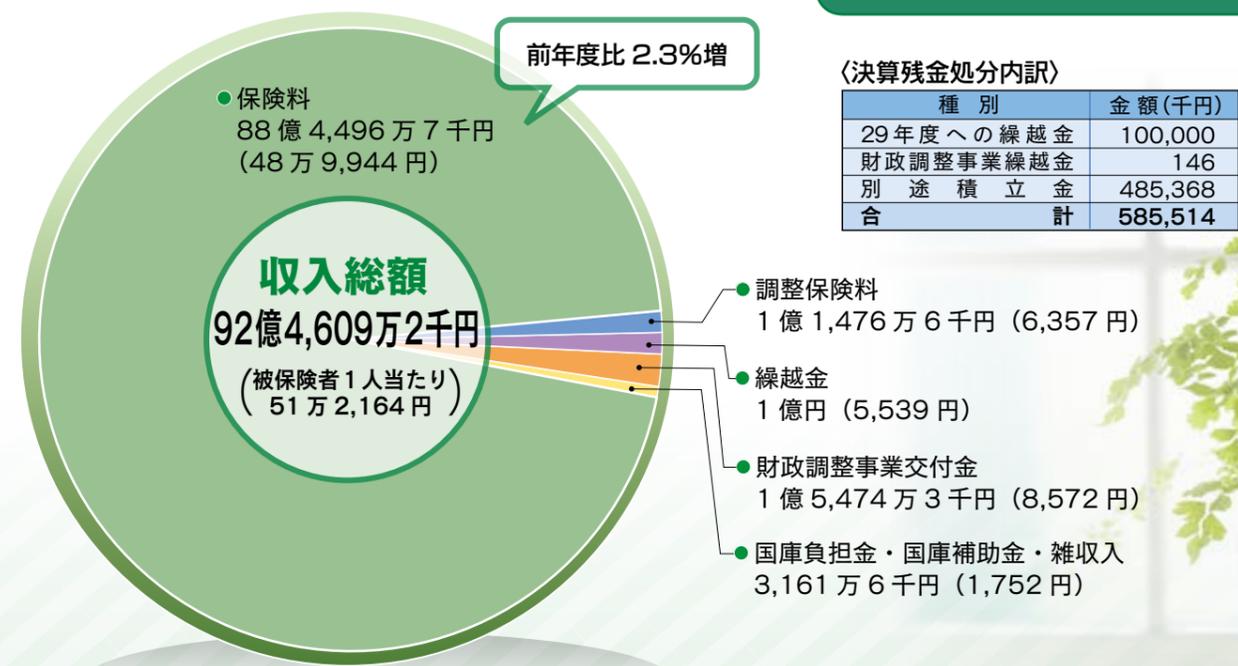
科目	決算額(千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額(円)
介護保険収入	838,892	85,167
繰越金	30,000	3,046
雑収入	71	7
合計	868,963	88,220

〈支出〉

科目	決算額(千円)	介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額(円)
介護納付金	826,317	83,890
介護保険料還付金	95	10
合計	826,412	83,900



グラフで見る平成28年度決算



健康保険

〈決算残金処分内訳〉

種別	金額(千円)
29年度への繰越金	100,000
財政調整事業繰越金	146
別途積立金	485,368
合計	585,514

皆さんの診療状況・健診結果をご報告します

平成28年度 疾病統計

本人〈外来〉

すべての年代で「新生物」が上位に

本人（被保険者）では、すべての年代で、新生物が上位に入っております。

また、30歳代以降は、腎・尿路器系の疾患が多く、慢性腎不全への重症化防止のため、健診を受けて早期発見・早期治療することが重要となります。併せて、運動・栄養・休養のバランスを見直し、生活習慣の改善に努めましょう。

10～20代		
主な疾患	平均医療費	
1位 新生物	18,914円	
2位 周産期に発生した疾患	16,015円	
3位 神経系の疾患	15,520円	
4位 消化器系の疾患	12,019円	
5位 精神、行動の障害の疾患	9,792円	

30～40代		
主な疾患	平均医療費	
1位 血液・造血器、免疫機構の疾患	172,892円	
2位 腎・尿路器系の疾患	22,423円	
3位 新生物	25,098円	
4位 消化器系の疾患	12,311円	
5位 内分泌、栄養、代謝の疾患	11,899円	

50～60代		
主な疾患	平均医療費	
1位 血液・造血器、免疫機構の疾患	94,000円	
2位 腎・尿路器系の疾患	57,420円	
3位 新生物	42,666円	
4位 先天奇形、変形及び染色体異常	12,809円	
5位 神経系の疾患	12,533円	

70代		
主な疾患	平均医療費	
1位 新生物	104,370円	
2位 腎・尿路器系の疾患	28,740円	
3位 精神、行動の障害の疾患	16,016円	
4位 損傷、外因性の疾患	15,493円	
5位 先天奇形、変形及び染色体異常	13,732円	

主な疾患名の説明

●感染症、寄生虫の疾患	胃腸炎、水疱瘡、麻疹、ウイルス肝炎、破傷風など
●新生物	がん、白血病、悪性リンパ腫など
●血液・造血器、免疫機構の疾患	貧血、白血球系の疾患、リンパ節の疾患など
●内分泌、栄養、代謝の疾患	糖尿病、高脂血症、痛風、甲状腺障害、低血糖症
●精神、行動の障害の疾患	うつ病、統合失調症、神経症性障害、ストレス障害など
●神経系の疾患	てんかん、脳性麻痺、他の神経系の疾患など
●循環器系の疾患	高血圧、動脈硬化、心筋梗塞、脳梗塞、くも膜下出血など
●消化器系の疾患	胃潰瘍、十二指腸潰瘍、慢性胃炎、肝硬変など
●筋骨格系、結合組織の疾患	腰痛症、五十肩、慢性関節リウマチ、変形性関節症など
●腎・尿路器系の疾患	膀胱炎、尿路結石症、前立腺炎、慢性腎不全など
●周産期に発生した疾患	妊娠の異常、胎児の異常・障害、低出生体重児など
●先天奇形、変形及び染色体異常	先天奇形、変形及び染色体の異常など
●損傷、外因性の疾患	骨折、頭蓋内損傷、内臓損傷、やけど、中毒など

平成28年度に皆さんが病院・診療所等に通院した実績（入院を除く）から、年代別に主な疾病ごとの1件当たりの平均医療費を取りまとめました。今後とも、健康には気をつけていただき、積極的に日頃の健康管理に努められ、医療費の節減にご協力ください。

家族〈外来〉

「新生物」「内分泌、栄養、代謝の疾患」が上位に

本人と同様に、各年代で新生物が上位に入っているほか、内分泌系、栄養、代謝の疾患も見られます。なお、血液・造血器、免疫機構の疾患の平均医療費が突出している要因は、治療のための血漿分画製剤の単価が高額なことにあります。

10代未満		
主な疾患	平均医療費	
1位 周産期に発生した疾患	29,371円	
2位 内分泌、栄養、代謝の疾患	25,996円	
3位 先天奇形、変形及び染色体異常	21,490円	
4位 神経系の疾患	21,018円	
5位 循環器系の疾患	16,053円	

10～20代		
主な疾患	平均医療費	
1位 血液・造血器、免疫機構の疾患	323,792円	
2位 内分泌、栄養、代謝の疾患	32,209円	
3位 新生物	17,904円	
4位 神経系の疾患	16,940円	
5位 周産期に発生した疾患	12,724円	

30～40代		
主な疾患	平均医療費	
1位 新生物	35,408円	
2位 筋骨格系、結合組織の疾患	14,844円	
3位 腎・尿路器系の疾患	13,768円	
4位 内分泌、栄養、代謝の疾患	13,329円	
5位 先天奇形、変形及び染色体異常	13,049円	

50～60代		
主な疾患	平均医療費	
1位 腎・尿路器系の疾患	39,705円	
2位 新生物	32,206円	
3位 内分泌、栄養、代謝の疾患	14,396円	
4位 筋骨格系、結合組織の疾患	12,328円	
5位 消化器系の疾患	12,028円	

70代		
主な疾患	平均医療費	
1位 新生物	19,215円	
2位 筋骨格系、結合組織の疾患	15,972円	
3位 神経系の疾患	14,407円	
4位 感染症、寄生虫の疾患	14,387円	
5位 損傷、外因性の疾患	13,151円	

平成28年度 各種健診の結果

前年度比260人増の10,829人の皆さんが受診されました

受診状況

当健保組合では、35歳以上75歳未満の被保険者、被扶養者を対象に健診を実施しており（特定健康診査は40歳以上75歳未満の被扶養者が対象）、

- ①生活習慣病予防健診
- ②人間ドック
- ③春季婦人生活習慣病予防健診
- ④特定健康診査

の4コースから、ご自分にあった健診を選んで受診いただいております。

平成28年度の受診者数は、各コースで前年度を上回っており、前年度比260人増の10,829人（特定健診34名を含む）の方に受診いただいております。

健診結果

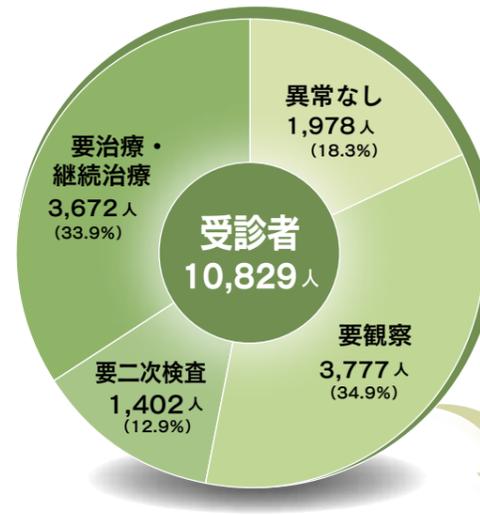
平成28年度は、健診全体を前年度と比較すると、「異常なし」「要観察」の合計が0.8ポイントほど増加しています。「要二次検査」は12.7ポイント減少していますが、「要治療」「継続治療」の合計は、前年度よりも13.9ポイント増加しており、特に「要治療」の割合が著しく増加しています。

健診の結果で「治療が必要」となった場合には、健診結果表を持参し、医療機関で保険診療を受けていただくようお願いいたします。

健康診断は「年1回のご自身の健康状態を確認する機会」と捉えていただき、健保組合の健診をご利用ください。健診は12月まで受けられますので、今年度まだ健診を受けていない方は、健保組合の健診をご利用ください。健康保険組合は皆さまの健康を応援し、サポートしてまいります。

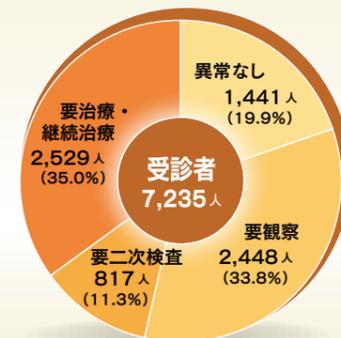
健診全体

（特定健診の項目のみの受診者を含む）



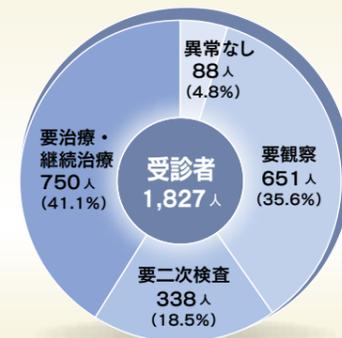
生活習慣病予防健診

35歳以上の被保険者・被扶養者



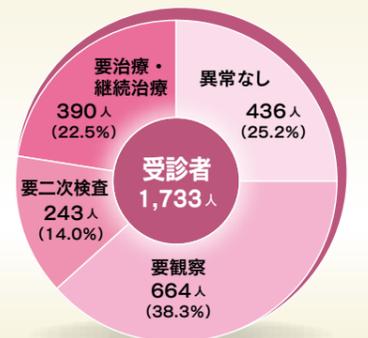
人間ドック

35歳以上の被保険者、40歳・50歳の被扶養配偶者



春季婦人生活習慣病予防健診

35歳以上の女子被保険者・被扶養者



平成28年
健康者表彰

今年も誕生しました！ 661人の「すこやかさん」

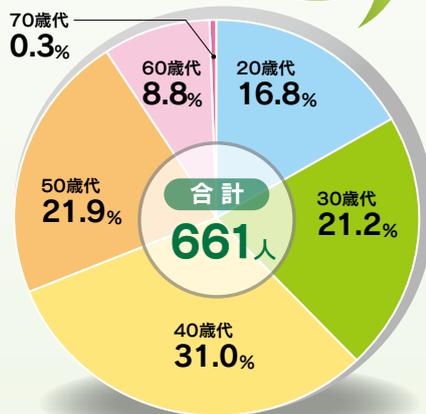
～健康管理のご努力を称え、
記念品を贈呈しました～

当健保組合では、健康管理に努めて1年間に1度も保険診療を受けなかった被保険者を、毎年表彰しています。

今年度もこの6月に、平成28年1月～12月の1年間、病院・診療所に通院しなかった被保険者の方々661人を「すこやかさん」として表彰し、記念品を贈呈いたしました。

健康であることは大切な財産です。被保険者の皆さまには、日々の健康管理にご留意いただき、より多くの「すこやかさん」が誕生されることを祈念しております。

年齢別の内訳は…



今年も開催します

参加無料

東振協主催

健康フェスティバル2017

開催イベント

都内の総合健保組合で組織する東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）では、皆さまの健康づくりをサポートするため、毎年、健康フェスティバルを開催しています。今年も、下記のイベントが実施されます。ご家族でぜひご参加ください。

イベント	開催日	会場	定員
血管年齢・血圧測定 骨密度・体脂肪測定 健康相談等 (4日間)	10月11日(水)	健康講演会 大手町サンケイプラザ	100人
	10月17日(火)	健保連・東京連合会(新宿区)	200人
	10月23日(月)	健保連・東京連合会(新宿区)	200人
	11月18日(土)	立川商工会議所(歯科チェック有)	200人
健康講演会 間寛平氏	10月11日(水)	大手町サンケイプラザ	500人
ウォークラリー(7日間)	10月1日(日)	清水公園(千葉県野田市)	600人
	10月7日(土)	鎌倉	600人
	10月9日(祝)	昭和記念公園	600人
	10月15日(日)	葛西臨海公園	600人
	10月21日(土)	天覧山・飯能河原	600人
	10月29日(日)	高尾山	600人
	11月3日(祝)	横浜みなとみらい21	600人
ウォーターフェスティバル	10月22日(日)	東京サマーランド(あきる野市)	3,800人
スポーツクラブフェスタ	10月15日(日)	ドゥミルネサンス 新橋	75人
	10月22日(日)	ドゥミルネサンス 新橋	75人

●申込書および詳細……東振協ホームページ <http://www.toshinkyoo.or.jp/event>

●参加申し込みは……参加申込書に、82円切手を貼付した返信用封筒を添え、東振協・フェスティバル事務局へご郵送ください。

被扶養者資格の再確認にご協力をお願いします



1 再確認の対象者



平成29年9月1日現在で、当健保組合の被扶養者の方

ただし、次に該当する方は除きます。

- 1) 0歳から高校在学中までの子
- 2) 平成29年6月1日以降に扶養認定された方

2 事業主を通じて被保険者にお送りするもの



「被扶養者の確認依頼書（異動届）」

被扶養者資格の再確認が必要な被扶養者が記載された書類を、9月25日に事業所へお送りします。

3 被保険者から提出していただくもの

- 1) 「被扶養者の確認依頼書（異動届）」（記入済み）
- 2) 資格確認書類（「被扶養者の確認依頼書（異動届）」）に必要な書類について記載されていますので、ご確認ください。

4 健保組合への提出期限



事業所でまとめて提出いただくこととなりますので、被保険者の方は速やかに事業所の担当者へお渡しください。

健保組合への提出期限は **10月24日** になります。

東振協の脳検査をご利用いただけます

～この機会に脳検査を受けてみてはいかがでしょうか～



平成29年9月から、一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）の脳検査を利用いただくことができます。全国約200の医療機関から、検査機関をお選びいただくことが可能です。

当健保のホームページ (<http://www.kpk.or.jp>) または東振協のホームページ (<http://toshinkyu.or.jp/brain/>) から、医療機関および検査料金を確認いただけます。検査を希望される方は健康保険証をご用意のうえ、契約医療機関に電話で東振協契約の脳検査を希望する旨を伝えて、予約申込をしてください。

検査当日は、健康保険証を窓口に出し検査を受けてください。なお、健保組合の補助はありませんので、ご了承ください。

注意

「メディカルスキャニング」について、従来の健保直接契約（脳検査＋頸部検査）と今回の東振協契約（脳検査のみ）の2種類がありますので、申込みの際にご確認ください。

「菌活」に秘められたヘルシーパワー

食品の3つの機能と「菌活」

食品には、大きく分けて次の3つの機能があるといわれています。「菌活」で食事に取り入れるきのこや発酵食品には、免疫力アップをはじめ、整腸作用や抗アレルギー作用、血液をサラサラにして動脈硬化を予防する作用などがあり、3つの機能のなかでも三次機能に優れているといわれています。

「菌活」は三次機能に強い！

食品の3つの機能

三次機能	二次機能	一次機能
生体調節	嗜好	栄養
免疫の活性化、生体恒常性の維持、老化抑制、疾病回復機能、生活習慣病の予防・改善など、生理機能を調節する機能	味、香り、食感、水分、形、大きさなど、食べたときにおいしさや満足感を与える感覚機能	糖質、脂質、たんぱく質、ビタミン・ミネラルなどの栄養素を補給して、生命活動を維持する機能

「菌」を食べる健康に！
それが「菌活」

実は、伝統的な日本食を食べていた昔の人は、意識しなくても菌をたくさん摂取できていました。しかし、インスタント食品やレトルト食品に頼りがちな現代人の食生活では、きのこや発酵食品の摂取が減ってきているといわれています。そこで、近年提唱されているのが、体によい働きをする菌を積極的に食事から取り入れようという活動、「菌活」です。きのこや発酵食品に含まれる菌には、腸内環境を整える作用があります。腸内環境は便通だけでなく、免疫とも深いかわりがあり、体全体の免疫細胞の約6割が腸に集まっているといわれています。つまり、腸内環境が整うということは、免疫力アップにつながり、病気や不調を寄せつけない元気な体になるといわれています。

の生物群として、「菌」が注目されています。動物、植物、そして菌の3つの生物群を通して、栄養バランスを図ることが重要なのです。

「菌活」で免疫力アップ！

～きのこや発酵食品にはヘルシーパワーがいっぱい！～

食欲の秋が到来！健康を保つために「菌活」を始めてみませんか？「菌活」とは、身体によい「菌」を積極的に食事に取り入れる活動のこと。今日から始める菌活で、元気に冬を迎えましょう！



「菌活」で活躍する

菌の仲間たち

酵母菌

お酒やパン、味噌などをつくる時に用いられる菌です。酵母には、糖質の吸収を抑制して肥満を予防したり、血糖値の上昇を抑制する効果があります。また、食物繊維やビタミンB群、β-グルカンなども豊富で、便秘解消や疲労回復、免疫力アップにも効果が期待できます。

主な健康効果

便秘解消、肥満予防、血糖値の抑制、免疫力アップ など

代表的な食品

ワイン、日本酒、ビール、パン、味噌、しょうゆ など



酢酸菌

アルコールを酸化させて、酢酸をつくり出す菌です。酢酸は体内でクエン酸に変わり、疲労回復に効果を発揮します。また、酢酸には食後の血糖値上昇を緩やかにする作用や、血圧や血中コレステロール値を下げる作用、内臓脂肪を減らす作用などもあり、生活習慣病の予防・改善に役立ちます。

主な健康効果

疲労回復、血圧・血糖値・血中コレステロール値の抑制 など

代表的な食品

酢、ナタデココ など



麹菌

米や大豆、大麦などの雑穀を発酵させて麹をつくり出す菌です。麹菌からつくられる麹には、30種類以上もの酵素が含まれているといわれ、これらの酵素が食べ物の消化吸収を促進してくれます。また、新陳代謝の促進や疲労回復に効果のあるビタミンB群、善玉菌の栄養となるオリゴ糖や食物繊維も豊富に含まれています。

主な健康効果

消化吸収を助ける、疲労回復、美肌、整腸作用 など

代表的な食品

味噌、しょうゆ、酢、塩麹、甘酒 など



納豆菌

大豆を発酵させて納豆をつくり出す菌です。納豆に含まれるナットウキナーゼという成分には、血栓を溶かして血液をサラサラにする作用があり、動脈硬化予防に役立ちます。また、骨の形成に必要なビタミンKが豊富に含まれており、骨粗鬆症の予防にも効果があります。

主な健康効果

血液サラサラ、骨の強化 など

代表的な食品

納豆



乳酸菌

乳酸菌は、腸内にすみつく善玉菌の代表です。ヨーグルトやチーズなどに含まれる動物性乳酸菌と、ぬか漬けやキムチなどに含まれる植物性乳酸菌があり、いずれも免疫力を高める作用や整腸作用のほか、花粉症を抑える作用などがあります。

主な健康効果

免疫力アップ、整腸作用、抗アレルギー作用 など

代表的な食品

ヨーグルト、チーズ、ぬか漬け、キムチ など



菌類(きのこ)

菌を丸ごと食べることでできる食材が「きのこ」です。善玉菌の栄養となる食物繊維が豊富で、善玉菌と食物繊維の相乗効果で腸内環境を整えてくれます。また、きのこに含まれるβ-グルカンには、免疫力を高める作用やがんを抑制する作用が知られています。

主な健康効果

免疫力アップ、整腸作用、血糖値・コレステロール値の抑制、がんの抑制、美肌 など

代表的な食品

シメジ、シイタケ、エリンギ、エノキ、マイタケ、ナメコ など



今年も...

インフルエンザ予防接種を受けましょう



インフルエンザ流行の季節がやってきます。全国の契約医療機関や接種会場（集団接種）で、組合補助額 2,000 円を差引いた料金で予防接種を受けられます。高齢者の場合は合併症を予防する効果も報告されています。この機会にぜひご利用ください。

利用方法は 契約医療機関にて1人1回1,890円(税込・上限)の契約料金で受けられます。

- 1** まず、**東振協専用「インフルエンザ予防接種利用券」**を健保組合ホームページからダウンロードしてください。
※インターネットをご利用いただけない方は健保組合へご連絡ください。
- 2** 契約医療機関または集合予防接種予約先へ、電話等で**「予約申込み」**をしてください。
(電話予約の際にお手元に保険証をご用意ください)
- 3** 指定接種日等に、**「利用券」と健康保険証**を提出し、料金をお支払いのうえ接種を受けてください。
※接種料金は組合からの補助額(2,000円)を引いた額になります。

★予防接種は、指定医療機関の院内接種（10月～1月）、または東振協の指定会場での集合接種（会場毎の指定期間）となります。

接種時期はいつ？

インフルエンザ予防接種の効果については、個人差はありますが、発症の減少化と感染後の重症化を減少する効果があり、接種後2週間から5カ月程度その効果が継続するといわれています。インフルエンザ流行のピークは、年によってずれがありますが、12月下旬から3月中旬にピークとなることが多くなっていますので、**遅くとも12月まで**に接種いただくことをおすすめします。

お問合せ

健保組合総務課 ☎ 03-3634-5151

契約医療機関、会場等の詳細は、健保組合ホームページ (<http://kpk.or.jp/>) に掲載しています。

平成29年度の制度改革のお知らせ

平成29年
8月から

70歳以上の高額療養費の自己負担限度額が引き上げられました

1カ月あたりの医療費の自己負担限度額は、70歳以上の人は70歳未満の人より低く設定されていましたが、負担能力に応じた負担を求める観点から、今年の8月から引き上げられました。

平成29年
10月から

65歳以上の入院時居住費の負担が引き上げられます

入院時の居住費（光熱水費相当額）は、介護保険施設では1日370円負担していることから、65歳以上の医療療養病床への入院患者の居住費が引き上げられます。なお、平成30年4月からは、医療区分にかかわらず370円に統一されます（難病患者を除く）。



● **65歳以上の医療療養病床入院時の居住費**（平成29年10月～平成30年3月）

医療区分	負担額（日額）
医療区分Ⅰ	320円→ 370円
医療区分Ⅱ・Ⅲ（医療の必要性の高い人）	0円→ 200円
難病患者	0円

第368回 理事会

- 【日 時】 平成29年6月27日(火)午後3時30分
 【場 所】 金属プレス会館 5階役員会議室
 【議決事項】 第1号議案：組合規約第4条別表の一部改正について
 第2号議案：第122回組合会の招集及び組合会に提出する議案について

第122回 組合会

- 【日 時】 平成29年7月13日(木)午後3時30分
 【場 所】 金属プレス会館 6階大会議室
 【議決事項】 第1号議案：平成28年度事業報告について
 第2号議案：平成28年度収入支出決算について
 第3号議案：平成28年度決算残金処分について
 第4号議案：組合規程の一部改正について
 第5号議案：不納欠損処分について



事業所の編入・削除

編入事業所

平成29年6月1日
 三恵技研ホールディングス 株式会社



削除事業所

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------|
| 平成29年4月1日 | 平成29年5月27日 |
| ●有限会社 小倉
西東京市柳沢5-2-3 | ●株式会社 多摩スプリング
町田市小山ヶ丘2-2-5 |
| 平成29年4月1日 | 平成29年6月16日 |
| ●ユニ精機 株式会社
西多摩郡瑞穂町武蔵420-2 | ●弋本樹脂工業 株式会社
大田区千鳥町3-17-13 |
| 平成29年5月3日 | |
| ●松井機器工業 株式会社
大田区大森南3-31-19 | |

今年も

「スキー場の割引リフト券」 をご利用ください

今年も下記のスキー場の割引リフト券を配布する予定です。
 ご希望の方は、健保組合総務課までお電話ください

受付開始

平成29年11月1日(水)

対象施設

- 舞子スノーリゾート
- 石打丸山スキー場

割引料金

お申し込み時にご案内できる予定です。

お問合せは…… 健保組合総務課 ☎ 03-3634-5151

東京都金属プレス工業健康保険組合の皆さまへ
スポーツクラブルネサンス 法人利用ご案内

ルネサンスで

ON & OFF

仕事も、身体も、スマートに

運動を習慣にするようになったら、ぐっすり寝られて、目覚めもよくなった! 今日がんばるぞー

6:30

朝ごはんはなるべく自炊。野菜を中心にしっかりいただきます。

7:00

9:00

体力がついたのかな。外回りの営業もやる気満々。

16:30

今日のお仕事もそろそろ終わり! ルネに早く行きたいから、残業しないようにテキパキ終わらす。

12:30

今日のお昼は、カフェでサンドウィッチ。

21:30

大きなお風呂で気持ちいい汗をまた流す。至福のひとつとき...

19:00

ルネサンス着。その日の気分で、ランニングや筋トレ、スタジオでヨガをしています。メニューが多いから、飽きずに続いています。

また、明日もがんばろう!

23:00

少しずつ身体が引き締まってきたような気がします。

汗を流せば、気分もすっきり♪

入社3年目の営業職。先輩の紹介でルネサンスへ。それからは仕事も順調。

個人で入会するよりお得! さらに全国のルネサンスが利用できます!

使いたい放題 Monthly

いつでも通えて
月額固定

8,424 円/月 (税込)

月ごとに変更可能

(変更手数料なし)

※お好みに合わせて2タイプ

1回ごとに 1 Day

自分のペースで
回数払い

法人会員
限定プラン

1,620 円/回 (税込)

お得なキャンペーン実施中!! 2017年 9/9 土 → 11/12 日

Monthly
コーポレート会員

※新規で
Monthlyコーポレート会員に
ご入会いただいた方のみ。
※レンタル用品のお取り扱いは
ございません。

入会時の
手数料

通常1,080円(税込)

0円

レンタル用品

タオル(大小セット)・シューズ・
Tシャツ・ハーフパンツ

通常6,696円(税込)

最大
2ヶ月間
0円

1 Day
コーポレート会員

※新規で
1Dayコーポレート会員に
ご入会いただいた方のみ。
※お取り扱いはない店舗も
ございます。

レンタル用品

タオル(大小セット)・シューズ・
Tシャツ・ハーフパンツ

通常1,400円(税込)

入会当日
0円

お近くのルネサンスでご登録ください。事前に WEB入会 登録 をしていただくとう便利です。

ご入会に必要なもの

健康保険証

Monthly
コーポレート会員は
右記も必要です

月会費
2ヶ月分

ご利用開始日
(1日・8日・16日・23日)
によって異なります。

ルネサンスカードの口座設定が
WEBで完了していない方は
キャッシュカード + 通帳

※後日郵送による画面での口座設定をご希望の方は
不要。※アリオ札幌、北都、徳山へご入会の方は
支店名、口座番号がわかるもの+届出印
もしくは全額現金キャッシュカードをお持ちください。

ホットヨガスタジオ
全国へ
拡大展開中

爽やかなる前に
はじめよう!

WEB入会・詳細はこちらへ

健康保険組合ホームページをご覧ください。
※専用サイトがございます。

不明な点は、お電話ください

03-5600-5399 平日 10:00~18:00

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※以下の項目に該当する方の施設利用をお断りすることがあります。※医師等により、運動を禁じられている方
•妊娠中の方 •他人に感染する恐れのある疾病を有する方 •酒気を帯びている方 •刺青(タトゥー含む)のある方 •ペット連れの方 •暴力団関係者 •会社が不適当と認めた方

都内7店舗 女性専用ヨガスタジオ
ドゥミルネサンス
法人様はお客様にご利用いただけます。
※上記特典はドゥミルネサンスは対象外です

RENAISSANCE