

2017 / 春 No.277

健保 だより

平成29年度
予算のご報告

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

ご家庭へお持ち帰りください

2月21日に開催された第121回組合会で、当健保組合の平成29年度予算と事業計画が可決・承認されました。このページでは、そのあらましをご紹介します。

医療費、納付金が増加し厳しい状況ながら 一般保険料率を1000分の2引き下げました

一般勘定

健保組合を取り巻く情勢

日本では平成19年に高齢化率（65歳以上割合）が21%を超え超高齢社会へと突入し、現在もなお上昇を続けています。医療費（概算）は、13年連続で過去最高を更新し、平成27年度に初めて41兆円を突破しました。高齢者の医療費は、高齢者本人の保険料と公費だけでは賄うことができないため、現役世代がその費用の一部を負担しています。健保組合は、65〜74歳の医療費については前期高齢者納付金を、75歳以上の医療費については後期高齢者支援金を拠出しています。世界に誇る国民皆保険制度を維持するためには、国民医療費の6割を占める高齢者医療費を支える現役世代の負担軽減が不可欠です。公平かつ納得性のある制度へ、改革の早急な実現が求められています。

納付金が3億円以上増加

納付金は当年度分を概算払いし、2年後に確定額を精算する等、複雑な仕組みとなっており、年度ごとに大きく増減します。当健保組合では26、27年度と減少しましたが、28年度は3年ぶりに増加、29年度は3億円以上の増加となりました。また、おもに医療費である保険給付費も2億円以上増加し、予算総額は28年度に比べ5・1%拡大しています。このように当健保組合は厳しい財政状況にあります。が、別途積立金の保有状況や、保険料の基礎となる標準報酬の水準、また30年度に50周年を迎えることから、記念事業の一環として、29、31年度の3年間、保険料率を1000分の2引き下げて組合運営にあたってまいります。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

29年度一般勘定予算のあらまし

●予算規模と経常収支

当健保組合の29年度予算は、総額94億34万9千円、被保険者1人当たり52万4,573円の規模となりました。実質的な収支である経常収支では6億484万円の赤字となる見込みです。

●主な費目

29年度は、保険料として85億6,557万円（被保険者1人当たり47万7,990円）を見込みました。前年度比で2億4,820万円減収の見込みとなっています。収入不足は、繰越金1億円、別途積立金からの繰入金5億円で補います。

支出では、医療費等の保険給付費が、48億4,249万円（前年度予算比5・0%増）、前期高齢者納付金・後期高齢者支援金等の納付金は39億2,003万円（同9・5%増）とそれぞれ大幅な増加が見込まれます。納付金は2年連続の増加となり、保険料の45%以上を占め、健保財政にとって非常に大きな負担となっています。

当健保組合では、本年度も事務経費の節減に努めるほか、医療費適正化のため被扶養者の資格確認や医療機関等からの請求のチェック強化、ジェネリック医薬品の使用促進などを推進してまいります。また、平成30年度からの第2期データヘルス計画の策定に向け各種事業の効率化を行い、中長期的な医療費の節減に努めてまいります。

●健康づくり事業

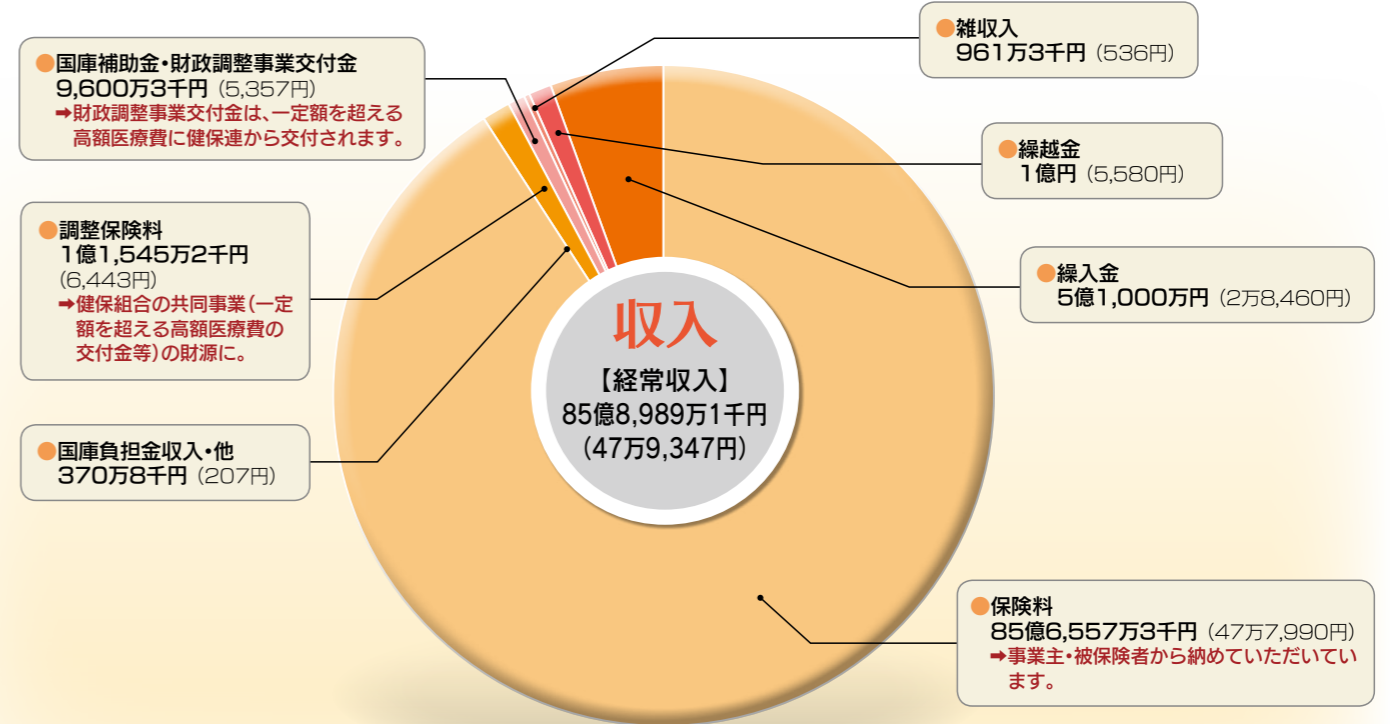
特定健診・特定保健指導を含む各種健診や健康増進、保養のために支出される保健事業費には、2億5,468万円（被保険者1人当たり1万4,212円）を予定しています。

★このほか収支の詳細は、グラフ（29年度予算のあらまし）をご覧ください

一般勘定

●平成29年度 予算のあらまし ※（ ）内は被保険者1人当たり額

予算総額 94億34万9千円
(52万4,573円)



一般勘定 予算の基礎となった数値

※（ ）内は前年度予算比

- 被保険者数 17,920人 (+160人)
男 14,157人 (+127人)
女 3,763人 (+33人)
- 平均標準報酬月額 346,500円 (+1,800円)
- 平均標準賞与年額 804,400円 (+14,900円)
- 保険料率（一般） 1000分の98.0

※事業主・被保険者とも1000分の49.0ずつ負担。
・特定保険料率1000分の44.24、調整保険料1000分の1.30を含む。
・特定保険料率とは、一般保険料率のうち高齢者医療への納付金にあてられる分を料率換算したものです。

平成29年度に実施する 保健事業

保健知識のPR

- 広報誌「健保だより」の発行
(6・9・11・3月)
- ポスターの発行 (年3回・随時)
- 健康者表彰 (6月)
- ジェネリック医薬品のお知らせ
(4・10月)
- ホームページによる情報提供

病気の予防と早期発見

- 男女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)
- 脳ドック (年間)
- 特定健康診査 (4～12月)
- 特定保健指導 (年間)
- 救急補充薬配付 (11月)
- インフルエンザ予防接種 (補助金付加) (10～1月)

健康増進

- プール施設利用補助 (7～9月)
- 健康づくりセンター「へるすぴあ」(電設工業健保組合の施設)の割引利用 (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)

心と体の保養

- 契約保養施設 (JTB契約保養所、直接契約保養所、休暇村)の利用補助 (年間)
- 共同利用保養所の利用 (年間)



介護勘定

●平成29年度 収入支出予算概要表

収入

科目	予算額 (千円)
介護保険収入	828,336
繰越金	20,000
繰入金	40,000
国庫補助金受入	1
雑収入	16
合計	888,353

支出

科目	予算額 (千円)
介護納付金	887,685
介護保険料還付金	100
積立金	10
予備費	558
合計	888,353

介護勘定

平成29年度 「介護勘定予算」の概要

介護保険料につきましては、毎年、国より当健保組合に割り当てられた概算介護納付金の額をもとに保険料率の計算(見直し)を行うこととなっております。

介護勘定 予算の基礎となった数値

※ () 内は前年度予算比

- 介護保険第2号被保険者数 13,380人 (+140人)
- 介護納付金の1人当たり概算額 68,200円 (+3,400円)
- 介護保険第2号被保険者たる被保険者数 9,750人 (+210人)
- 平均標準報酬月額 382,000円 (+2,500円)
- 平均標準賞与年額 862,000円 (+20,300円)
- 介護保険料率

平成29年2月分まで

1000分の15.6

平成29年3月分から

1000分の15.6(変更なし)

※事業主・被保険者ともに1000分の7.8ずつ負担

29年度の当健保組合の概算介護納付金は8億8,768万円と決定されました。その額と2年前の精算額に基づき、29年度の介護保険料率は1000分の16・7となりますが、繰越金と準備金を収入に補てんして、前年度と同じ保険料率を維持しました。なお、29年度予算の介護保険収入は8億2,833万円(介護保険第2号被保険者たる被保険者1人当たり8万4,958円)となっております。

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

なりたい私に、
なり方いろいろ。

ゆるラク派もガッツリ派も

ルネの選べる自分スタイル

多種多様なプログラムをご用意しております。

<p>心身の バランス</p>  <p>ヨガ</p>	<p>体幹の 強化に</p>  <p>腰・膝痛 改善に</p> <p>ひざこし機能改善スクール</p>	<p>伝承チーム も導入</p>  <p>adidas GYM&RUN</p>	<p>ストレス 解消</p>  <p>ZUMBA</p>	<p>脂肪 燃焼に</p>  <p>GROUP FIGHT</p>
---	--	--	--	--

ゆるラクプログラム ガッツリプログラム

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!

<p>いつでも 通えて 月額固定</p> <p>使いたい放題 Monthly</p> <p>8,424 円/月 (税込)</p>	<p>月ごとに変更可能 (変更手数料なし)</p> <p>お好みに合わせて2タイプ</p>	<p>自分の ペースで 都度払い</p> <p>1回ごとに 1 Day</p> <p>法人会員 限定プラン 1,620 円/回 (税込)</p>
--	---	--

お得なキャンペーン実施中!! 2017年 **3/11** 土 ~ **6/4** 日

<p>特典①</p> <p>入会時の 手数料</p> <p>通常1,080円(税込)</p> <p>0 円</p>	<p>特典②</p> <p>Monthly コーポレート会員</p> <p>※新規でMonthlyコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。</p> <p>レンタル用品</p> <p>通常6,696円(税込)</p> <p>タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ</p> <p>最大 2ヶ月間 0 円</p> <p>※お取り扱いのない店舗もございます。</p>	<p>1Day コーポレート会員</p> <p>※新規で1Dayコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。</p> <p>① 利用料 通常1,620円(税込) 0 円</p> <p>② レンタル用品 通常1,400円(税込) 0 円</p>
---	--	--

ご入会に必要なもの 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 をしていただくと便利です。

健康保険証

Monthly
コーポレート会員のみ
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、キャッシュカードと通帳
※後日郵送による書面での口座設定をご希望の方は不要
※アリオ札幌、立山へご入会の方は、支店名、口座番号がわかるもの+届出印
もしくは金融機関キャッシュカードをお持ちください。

※ご入会の方はルネサンスカード(イオンもしくはジャックス)の申し込みが必要です。
(会費はルネサンスカードからの引き落としとなります。)

WEB入会・詳細はこちらへ

ルネサンス 法人会員

検索

不明な点は、お電話ください

03-5600-5399 平日 10:00~18:00

都内7店舗 女性専用ヨガスタジオ
ドゥミルネサンス
コクール ルネサンス
2017年5月オープン
※上記特員はドゥミとコクールは対象外です

※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

Re RENAISSANCE

ご家族(被扶養者)が
就職などをされたら...

「被扶養者(異動)届」の提出を お忘れなく!



就職をして新生活が始まる時など、以下のようなケースは
ご家族が被扶養者でなくなります。
新生活に向けて忙しくなると手続きを怠りがちですが、必ず
健保組合に届出をし、保険証を返却してください。

1 就職した

お子さん(被扶養者)が就職したら
就職先の健康保険の
被保険者になります。



2 収入が増えた

ご家族(被扶養者)の年収が130万円※以上、
または本人(被保険者)の年収の1/2を超える
場合は、扶養からはずれず。



※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
外の親族(三親等内)が本人(被保険者)と別居したと
き、扶養からはずれず。



4 仕送りを少なくした/やめた

別居しているご家族(被扶養者)への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、
扶養からはずれず。

5 失業給付金の受給を開始した

ご家族(被扶養者)が雇用保険の失業給付金を受給するよ
うになり、その額が1日当たり3,612円(60歳以上は
5,000円)以上のとき、扶養からはずれず。

6 75歳になった

ご家族(被扶養者)が75歳※になると、後期高齢者医療
制度の被保険者になります。

※65~74歳の方が、一定の障害があると認定されて後期高齢者医療制
度の被保険者になったときも同様です

7 離婚・死亡した

離婚したとき、ご家族(被扶養者)が亡くなったときは、
忘れずに届出をしましょう。

8 適用拡大の対象となった

平成28年10月から、短時間で働く方(学生を除くパート・ア
ルバイト等)が社会保険の加入対象となりました。下記すべて
に該当する場合は勤め先の健康保険の被保険者となります。

- 雇用期間が1年以上見込まれる
- 1週間の所定労働時間が20時間以上
- 月の所定内賃金が88,000円以上
- 勤め先の厚生年金の被保険者数が501人以上※

※平成29年4月からは、500人以下でも労使合意により適用拡大が可能

上記のケースに該当する場合は
「被扶養者(異動)届」該当する
被扶養者の「保険証」の2点と、
「高齢受給者証」をお持ちの被扶
養者はそれもあわせて、該当し
た日から5日以内に健保組合へ
提出してください。

被扶養者でなくなったら、お持ちの保険証は使えません

被扶養者でなくなった日から保険証は使用できません。月の途中でも使用でき
なくなるのでご注意ください。

被扶養者でなくなった後に保険証を使用してしまった場合には、当健保組合へ
医療費を返還していただくことになります。

なお、新しい保険証が届くまでの間にかかった医療費は、いったん全額をご自
身で立て替え、後日新しく加入した保険者(健保組合等)から払い戻しを受けます。



健康や美容に効果的な油のとり方

過剰にとっているオメガ6系をオメガ3系などに置き換えて、体に必要な油をバランスよくとりましょう。

増やしたい油

- オメガ6系と「置き換え」てとることが大事。
- オメガ3系とオメガ6系のバランスを1:4に。

■ オメガ3系 (DHA、EAP、αリノレン酸)

- アジなどの青魚、旬の魚 → 週3~4回は食べたい
- くるみ → おやつとして1日大さじ1杯程度
- アマニ油やエゴマ油など → 熱に弱いので小さじ1杯程度を、そのまま料理などにかける。

減らしたい油

- 現代人がもっとも過剰に摂取している油。
- とくに加工食品からとっていることが多い。

■ オメガ6系 (リノール酸)

- 大豆油、コーン油、植物油、マヨネーズなど → オリーブオイルを使う
- 原材料表示に「植物性油脂」とあるお菓子やパン、カップ麺、お総菜などの加工品、ファストフード → 食べる量を減らす

できれば避けたい油

- トランス脂肪酸
マーガリンやショートニングと、これらを使ったお菓子や揚げものなど
→マーガリンはオリーブオイルに換えるのがおすすめ

とりすぎに注意したい油

- 飽和脂肪酸 肉類、バター、ラードなど
- オメガ9系 (オレイン酸) オリーブオイルなど
→体内で合成でき、とりすぎると体脂肪になるため控えめに

? 油ってどれくらいとっていいの?

1日にとる油の約8割は食材や加工食品などの見えない油からとっているため、油(オイル)は1日大さじ1杯を目安に。

「よい油」で美しく健康に

これまで「太る」「健康に悪い」として減らすことに目が向けられてきた油。しかし、よい油をとることが健康や美容に役立つことがわかってきています。食生活にうまく取り入れてみましょう。



よい油といわれるワケ

油は主成分の「脂肪酸」で分類され、動物性脂肪に多く含まれる飽和脂肪酸と、植物油に多く含まれる不飽和脂肪酸があります。

飽和脂肪酸、不飽和脂肪酸のうち、オメガ6系、オメガ9系、オメガ3系は積極的にとりたいよい油として注目されており、近年話題になっているアマニ油やエゴマ油もオメガ3系の多い油です。

現代人はオメガ3系が不足し、オメガ6系は過剰すぎです。オメガ3系とオメガ6系はどちらも細胞膜の材料になりますが、働きは正反対。体内にオメガ3系が増えるとオメガ6系によって硬くなつ

油も「バランス」が大事

油はカロリーが高く、とりすぎは肥満や生活習慣病をまねきますが、ビタミンAやEの吸収を高めたり、細胞膜などの重要な体内物質の材料にもなります。こうした役割が十分に発揮されるためには油は減らすよりも、体に必要な油を選んでバランスよくとることが大切です。

よい油に「置き換え」てみよう

いくらオメガ3系がよい油でも、とりすぎれば体脂肪になります。そのため、オメガ6系を減らしたぶん、オメガ3系に「置き換え」ることが大切です。

オメガ6系の代表はリノール酸で大豆油やサラダ油に多く、「見えない油」として加工食品やファストフードにも入っています。オメガ3系の代表は青魚などに多いドコサヘキサエン酸(DHA)とエイコサペンタエン酸(EPA)で、アマニ油やエゴマ油はαリノレン酸が豊富です。

そのため、加工食品やファストフードを控えて、そのぶん魚を食べたり、アマニ油やエゴマ油をいつもの食事にかけたりしてみましょう。加熱調理にはサラダ油ではなく、加熱に強いオメガ9系のオリーブオイルを使うのがおすすめです。

また、オメガ6系は炎症物質を作りだしてアレルギーなどを起こしやすくしますが、オメガ3系をとることでこうしたリスクを減らすことができます。

また、オメガ6系は柔軟性を取り戻すため、細胞の代謝がよくなって肌のハリや潤いがアップしたり、疲れやすさや冷えが改善します。

先発医薬品と「同一」で薬の価格が安い オーソライズド・ジェネリック医薬品

先発医薬品と同等の効果で薬の価格が安い「ジェネリック医薬品」は、特許が切れた成分をジェネリック医薬品メーカーが製造しています。新薬開発コストがかからないので薬の価格を抑えることができるのがメリットです。しかし、先発医薬品とすべてがまったく同じではないため、切替をためらう医師や患者もいます。

そこで登場したのが「オーソライズド・ジェネリック (AG)」。「許諾を受けたジェネリック医薬品」という意味で、**有効成分・原料となる薬・添加物・製造方法などが先発医薬品と同一のジェネリック医薬品**なのです。先発医薬品メーカーから特許使用の許諾を得て製造・販売するため、一般のジェネリック医薬品よりも早く販売することもできるのです。

「AG」は、国がめざすジェネリック医薬品の使用割合80%以上の目標達成に貢献し、増え続ける国民医療費の削減効果も期待されています。



先発医薬品との比較	一般的なジェネリック医薬品	オーソライズド・ジェネリック医薬品 (AG)
有効成分	同一	同一
原料となる薬	異なる場合がある	同一
添加物		同一
製造方法		同一
製造工場		同一*
効能・効果	同一	同一
薬価 (新発売時)	4～5割	4～5割

* 同一でない場合もあります。



軽いたばこ 低ニコチン・低タール なら 有害性は減らせるの？

たばこに含まれる有害な物質はニコチン・タールだけではありません！

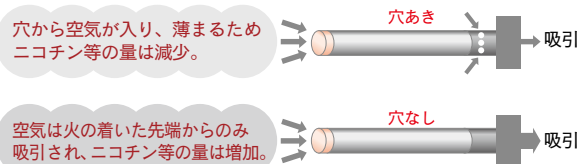
たばこの煙には4,000種類もの化学物質が含まれており、そのうちの200種類以上が有害な物質といわれています。

ところで、タール表示「5mg」のたばこ10本と「1mg」のたばこ20本ではどちらが有害だと思いますか？ タールの有害性だけを比較するなら「5mg」を10本のほうが有害です。しかし、たばこを吸うと有毒な「一酸化炭素」なども摂取することになります。これらをたばこの本数分摂取すると「1mg」を20本のほうが有害かもしれません。

● たばこに含まれる主な有害物質と体への影響

ニコチン	血圧を上げ、心拍数を増やし、心臓に負担がかかる。強い依存性がある。
タール	発がんの危険性を高め、がんの進行も早める。
一酸化炭素	赤血球のヘモグロビンと結びつき、血液中の酸素を運ぶ能力が低下すると体の各部が酸欠状態となり病気になりやすくなる。

● 軽いたばこと強いたばこの違い ●



軽いたばこも強いたばこも、結局は同じ…

実のところ軽いたばこも強いたばこも銘柄が同じなら、たばこの葉自体は同じで、主な違いはフィルターです。

図のように、軽いたばこはフィルターに空気穴が多く開いていて吸い口を軽くしているのですが、指で空気穴をふさいでしまうこともしばしばあります。そして何より喫煙者はニコチンを欲しているため、軽いたばこだと深く吸い込んだり、長く肺にためたり、根元まで吸うなどして、ニコチン・タール・一酸化炭素を多く摂取する傾向がみられ、軽いたばこだからといって有害性が減らせるとはいえません。

第366回 理事会

- 【日時】平成29年2月7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**：副理事長の選任について
第2号議案：組合規約第4条別表の一部改正について
第3号議案：第121回組合会の招集及び組合会に提出する議案について

第121回 組合会

- 【日時】平成29年2月21日(火)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29年度事業計画について
第2号議案：平成29年度収入支出予算について
第3号議案：重要財産の処分について
第4号議案：事業所の任意脱退について

事業所の編入・削除

新規適用事業所（編入）

平成29年1月1日

- 一般社団法人 愛知県金属プレス工業会
愛知県名古屋市中区大須4-14-26

削除事業所

平成28年11月1日

- 株山欧
大田区南馬込6-27-9

平成28年12月1日

- 東洋電子興業(株)
大田区大森西3-5-5

今年も健康者表彰を実施します

1年間保険証を使わなかった方を表彰し、今年も記念品を贈呈します

- 【対象者】当健保組合の被保険者で、下記の対象期間中に被保険者資格を有し、保険診療を受けなかった方。
 ※確認審査の段階で資格を喪失されている方は除きます。
 ※被扶養者(家族)が受診されても被保険者(本人)の受診がなければ該当します。
- 【対象期間】平成28年1月1日～12月31日までの1年間
- 【申込方法】事業所の担当者に申し出て、事業所経由で健康保険組合へ報告書をご提出ください。

◆◆ 記念品の発送 ◆◆

「記念品一覧」を平成29年5月初旬にお送りする予定ですので、その中からお選びください。記念品は6月中旬に事業所単位でお送りします。

★ご不明な点は健保組合総務課までお問い合わせください。 ☎ 03(3634)5151

ホテル・温泉・遊園地・ゴルフ場など、サービス充実の「FUJIYAMA倶楽部」へ

登録企業名「東京都金属プレス工業健康保険組合」として会員登録しています。

「富士急ハイランド」「ぐりんぱ」等の遊園地や「ハイランドリゾートホテル&スパ」「ホテルマウント富士」等の宿泊施設を優待料金でご利用いただけます。

ご利用の際には、各施設の入場窓口にて**被保険者証(カード証)をご提示ください**。同行の家族の方も含め優待料金でご利用いただけます。

▼ 施設・料金の詳細およびお問合せは、こちら

<ホームページ> <http://www.fujiky.co.jp/club/>

<お問合せ> 「FUJIYAMA 倶楽部」事務局
TEL 0120-364-229

受付時間 平日 9:00～18:00

土日祝日 定休

※WEBからの問い合わせも可能です。

契約医療機関訂正

- 夕留健診クリニック、霞ヶ関ビルクリニック、東都クリニック、東京城東病院
→東振協契約で「生活習慣病予防健診」受診が可能 自己負担額：4,320円

- 一般財団法人 産業保健研究財団(巡回車のみ)

【誤】渋谷区道玄坂1-16-15 5F ⇒【正】渋谷区道玄坂1-18-2 ナカノビル 2F

《お詫びと訂正》 新年号P3におきまして以下の誤りがありました。謹んでお詫び申し上げますとともに、訂正させていただきます。

【誤】互選理事 嶋村 誠、選定理事 岡本 太郎 ⇒【正】互選理事 岡本 太郎、選定理事 嶋村 誠



木から木へ
空中を駆け抜ける

Let's Try!

ターザン体験

木から木へと高速で空中を移動したり、木と木の間をロープをつたって渡ったり、スリルと爽快感が楽しい「ターザン体験」。幼いころ木登りをして遊んだワクワク・ドキドキを思い出させてくれるこの体験は、子どもから大人まで幅広い人気を集めています。

こんなところが楽しい!

ターザン体験



- 森の自然をそのまま活かしているため、豊かな自然と触れ合える
- 専用の安全器具「ハーネス」を装着し、高い木の上でも安全をしっかり確保
- スリルと爽快感が味わえ、ストレス解消に効果的
- 木に登ったり、ロープの上でバランスをとったり、運動効果抜群!
- ルールとマナーを守り、自らの安全を確保することで、子どもの自立心が養われる

「ハーネス」を装着し、安全講習を受けます

ハーネスは腰にしっかり装着し、安全を確保します。



安全講習を受けた後は、自分のペースでコースを回ります



木の上から正面のネットへ飛び移る「ターザンスウィング」。勇気と気合いが必要!!

子ども用のコースがある施設も

子ども用のコースが設けられている施設もありますが、年齢や身長制限などは施設により異なります。事前に問い合わせておきましょう。



緑のなかを高速で移動する「ジップスライド」は爽快感抜群!



取材協力/アドベンチャースポーツ&パーク「ターザニア」 <http://www.tarzania.jp/>

ターザン体験ができる施設が増えています

「ターザニア」をはじめ、全国各地に約20カ所。詳しくは「フォレストアドベンチャー」のホームページをご覧ください。
<http://foret-aventure.jp/>