

2018 / 夏 No.282

健保 だより

夏季プール施設 利用のご案内

全国各地に充実の 宿泊施設

- JTB 契約保養所
- 休暇村・直接契約保養所
- 東振協・健康保険組合共同利用保養所

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

ご家庭へお持ち帰りください

夏季プール施設 利用のご案内

開設期間

7月
上旬

9月
下旬

当健保組合では、暑い夏を快適に過ごしていただけるよう、今年もプール施設と契約しています。ご家族や会社のお仲間と涼しい夏をお過ごしください！



夏の日差しを
エンジョイしよう!!

ご利用ください!

「夏季プール施設補助金利用券」

お得な契約料金でご利用できます。

ページから、切り離してご利用ください。6枚ありますので、利用されない方は必要な方にお譲りください。

今年の夏の
イベントとして
ぜひご利用
ください!



◆開設期間

平成 30 年 7 月～ 9 月末

◆利用できる人

当健保組合の組合員（被保険者・被扶養者）

◆利用券の使用方法

利用券に、会社名・利用者氏名・年齢を記入して利用区分（大人、小中学生、シニアなど）に「✓」印をして、本人負担金を添えて、入園券と引き換えます。「✓」印を忘れずに記入してください。

◆そ の 他

- 「施設補助金利用券」の、組合員以外の第三者への譲渡・転売・インターネット上の取引を禁止します。
- 刺青、タトゥ（シール・ペイントを含む）をされた方は入場できません。入場を断られた場合や退場に伴う一切の補償・返金はできませんので、ご了承ください。
- 75 歳以上の方はこの利用券は使用できません。
- 利用区分の年齢については、各施設にお問合せください。
- 営業時間・営業内容が変更・中止になる場合がありますので、詳細については各施設へお問合せください。

●お問い合わせは健保組合総務課までお願いします。 ☎ 03-3634-5151

夏季プール施設補助金利用券

平成 30 年度 発行者／東京都金属プレス工業健康保険組合

切り取り線

7月から9月末までの期間有効
※利用区分の記載をお願いします。



会社名		
利用者氏名		
年齢	()	歳

※本券は1枚につきお一人様のみ有効です。
※本券に自己負担金を添え、施設で入園券と引き換えてご入園ください。
※本券の組合員は、この利用券はインターネット上の取引を禁止します。
※75歳以上の場合はこの利用券は使用できません。
※この利用券を複製して使用することはできません。
※刺青、タトゥ（シール・ペイントを含む）をされた方は入場をお断りいたします。

利用区分に（例）を記入してください。
※利用区分は、施設で入園券と引き換えてご入園ください。

施設名	本人負担金	開設期間
スプリングハイアンプ	2,150 小学生以上 980 幼児（3歳以上）440	7/1～9/30
東京サマーランド（P-37） （入園券+のり）	中学生以上 2,900 小学生 1,800 幼児（2歳以上）500 シニア（61歳以上）500	7/1～9/30
昭和記念公園 レインボー（No.200） （入園券付）	大人 1,100 子ども（小・中学生）100 幼児（4歳以上）0	7/14～9/2
よみうりランドプールWAI（補） （入園券付）	中・高校生 1,300 3歳以上小学生 900 シニア（65歳以上）800 大人（中学生以上）1,000 小人（3歳以上小学生）0	7/1～9/9 7/14～7/16・7/21～9/2・9/8・9/9
東武動物公園（153） 東武スーパープール（入園券付）	大人（中学生以上）1,000 小人（3歳以上小学生）0	7/7・7/8・7/14～7/16・7/21～9/2・9/8・9/9

夏季プール施設補助金利用券

平成 30 年度 発行者／東京都金属プレス工業健康保険組合

切り取り線

7月から9月末までの期間有効
※利用区分の記載をお願いします。



会社名		
利用者氏名		
年齢	()	歳

※本券は1枚につきお一人様のみ有効です。
※本券に自己負担金を添え、施設で入園券と引き換えてご入園ください。
※本券の組合員は、この利用券はインターネット上の取引を禁止します。
※75歳以上の場合はこの利用券は使用できません。
※この利用券を複製して使用することはできません。
※刺青、タトゥ（シール・ペイントを含む）をされた方は入場をお断りいたします。

利用区分に（例）を記入してください。
※利用区分は、施設で入園券と引き換えてご入園ください。

施設名	本人負担金	開設期間
スプリングハイアンプ	2,150 小学生以上 980 幼児（3歳以上）440	7/1～9/30
東京サマーランド（P-37） （入園券+のり）	中学生以上 2,900 小学生 1,800 幼児（2歳以上）500 シニア（61歳以上）500	7/1～9/30
昭和記念公園 レインボー（No.200） （入園券付）	大人 1,100 子ども（小・中学生）100 幼児（4歳以上）0	7/14～9/2
よみうりランドプールWAI（補） （入園券付）	中・高校生 1,300 3歳以上小学生 900 シニア（65歳以上）800 大人（中学生以上）1,000 小人（3歳以上小学生）0	7/1～9/9 7/14～7/16・7/21～9/2・9/8・9/9
東武動物公園（153） 東武スーパープール（入園券付）	大人（中学生以上）1,000 小人（3歳以上小学生）0	7/7・7/8・7/14～7/16・7/21～9/2・9/8・9/9

夏季プール施設補助金利用券

平成 30 年度 発行者／東京都金属プレス工業健康保険組合

切り取り線

7月から9月末までの期間有効
※利用区分の記載をお願いします。



会社名		
利用者氏名		
年齢	()	歳

※本券は1枚につきお一人様のみ有効です。
※本券に自己負担金を添え、施設で入園券と引き換えてご入園ください。
※本券の組合員は、この利用券はインターネット上の取引を禁止します。
※75歳以上の場合はこの利用券は使用できません。
※この利用券を複製して使用することはできません。
※刺青、タトゥ（シール・ペイントを含む）をされた方は入場をお断りいたします。

利用区分に（例）を記入してください。
※利用区分は、施設で入園券と引き換えてご入園ください。

施設名	本人負担金	開設期間
スプリングハイアンプ	2,150 小学生以上 980 幼児（3歳以上）440	7/1～9/30
東京サマーランド（P-37） （入園券+のり）	中学生以上 2,900 小学生 1,800 幼児（2歳以上）500 シニア（61歳以上）500	7/1～9/30
昭和記念公園 レインボー（No.200） （入園券付）	大人 1,100 子ども（小・中学生）100 幼児（4歳以上）0	7/14～9/2
よみうりランドプールWAI（補） （入園券付）	中・高校生 1,300 3歳以上小学生 900 シニア（65歳以上）800 大人（中学生以上）1,000 小人（3歳以上小学生）0	7/1～9/9 7/14～7/16・7/21～9/2・9/8・9/9
東武動物公園（153） 東武スーパープール（入園券付）	大人（中学生以上）1,000 小人（3歳以上小学生）0	7/7・7/8・7/14～7/16・7/21～9/2・9/8・9/9

施設名	利用区分	本人負担金	開設期間
としまえん No.657 (入園券+のりものフリーパス付)	大人 (中学生以上) 子供 (3歳以上小学生)	2,000 1,000	7/1・7/7・7/8 7/14~9/2
西武園ゆうえんちプール (入園券付)	大人 (中学生以上) 子ども (3歳以上小学生)	1,200 100	7/7~9/9
稲毛海浜公園プール	一般 (18歳以上) 高校生 小・中学生 幼児 (4歳以上)	0 0 0 0	7/14~9/2
大磯ロングビーチ (プールのみ)	中・高校生 65歳以上 小学生	2,000 1,000 600 600	7/7~9/17
桐生市新里温水プール カリビアン	大人 65歳以上 小学生	0 0 0	7/21~8/31
鈴鹿サーキット アクア・アドベンチャー ・上段 (入園券+プール) ・下段 (入園券+プール+フリーパス)	一般 (18歳以上) 高校生 小・中学生 幼児 (3歳以上)	1,300 600 100 3,500 2,400 1,300	7/1~9/9
ナガサマジャンボ海 ・上段 (入園券+プール) ・下段 (入園券+プール+フリーパス)	大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (2歳以上) 大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (3歳以上)	2,200 1,300 300 4,800 3,300 1,500	7/1~9/24
【東】山のT 【南】味方B 【東】下山 【中央】西海 【中央】島野 【江南】亀田 【南】白根 【西】西総	大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (2歳以上) 大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (3歳以上)	0 0 0 0 0 0 0	7/7・7/8・ 7/10~9/2 7/1~9/2 (月曜定休)
砂沼サンビ	大人 (高校生以上) 小・中学生 幼児 (3歳以上)	0 0 0	7/1~9/30
クアハウス	小人 (小学生) 大人 (高校生以上) 子供 (3歳~中学生)	0 0 0	7/1~9/30 7/14~8/26
ニューサンピア栃木			

※桐生市新里温水プールカリビアンビーチは3歳未満及びオムツを常用的に使用している方の入場はできません。
※大磯ロングビーチ 7月のみ幼児の一般料金は無料です。

施設名	利用区分	本人負担金	開設期間
としまえん No.657 (入園券+のりものフリーパス付)	大人 (中学生以上) 子供 (3歳以上小学生)	2,000 1,000	7/1・7/7・7/8 7/14~9/2
西武園ゆうえんちプール (入園券付)	大人 (中学生以上) 子ども (3歳以上小学生)	1,200 100	7/7~9/9
稲毛海浜公園プール	一般 (18歳以上) 高校生 小・中学生 幼児 (4歳以上)	0 0 0 0	7/14~9/2
大磯ロングビーチ (プールのみ)	中・高校生 65歳以上 小学生	2,000 1,000 600 600	7/7~9/17
桐生市新里温水プール カリビアン	大人 65歳以上 小学生	0 0 0	7/21~8/31
鈴鹿サーキット アクア・アドベンチャー ・上段 (入園券+プール) ・下段 (入園券+プール+フリーパス)	一般 (18歳以上) 高校生 小・中学生 幼児 (3歳以上)	1,300 600 100 3,500 2,400 1,300	7/1~9/9
ナガサマジャンボ海 ・上段 (入園券+プール) ・下段 (入園券+プール+フリーパス)	大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (2歳以上) 大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (3歳以上)	2,200 1,300 300 4,800 3,300 1,500	7/1~9/24
【東】山のT 【南】味方B 【東】下山 【中央】西海 【中央】島野 【江南】亀田 【南】白根 【西】西総	大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (2歳以上) 大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (3歳以上)	0 0 0 0 0 0 0	7/7・7/8・ 7/10~9/2 7/1~9/2 (月曜定休)
砂沼サンビ	大人 (高校生以上) 小・中学生 幼児 (3歳以上)	0 0 0	7/1~9/30
クアハウス	小人 (小学生) 大人 (高校生以上) 子供 (3歳~中学生)	0 0 0	7/1~9/30 7/14~8/26
ニューサンピア栃木			

※桐生市新里温水プールカリビアンビーチは3歳未満及びオムツを常用的に使用している方の入場はできません。
※大磯ロングビーチ 7月のみ幼児の一般料金は無料です。

施設名	利用区分	本人負担金	開設期間
としまえん No.657 (入園券+のりものフリーパス付)	大人 (中学生以上) 子供 (3歳以上小学生)	2,000 1,000	7/1・7/7・7/8 7/14~9/2
西武園ゆうえんちプール (入園券付)	大人 (中学生以上) 子ども (3歳以上小学生)	1,200 100	7/7~9/9
稲毛海浜公園プール	一般 (18歳以上) 高校生 小・中学生 幼児 (4歳以上)	0 0 0 0	7/14~9/2
大磯ロングビーチ (プールのみ)	中・高校生 65歳以上 小学生	2,000 1,000 600 600	7/7~9/17
桐生市新里温水プール カリビアン	大人 65歳以上 小学生	0 0 0	7/21~8/31
鈴鹿サーキット アクア・アドベンチャー ・上段 (入園券+プール) ・下段 (入園券+プール+フリーパス)	一般 (18歳以上) 高校生 小・中学生 幼児 (3歳以上)	1,300 600 100 3,500 2,400 1,300	7/1~9/9
ナガサマジャンボ海 ・上段 (入園券+プール) ・下段 (入園券+プール+フリーパス)	大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (2歳以上) 大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (3歳以上)	2,200 1,300 300 4,800 3,300 1,500	7/1~9/24
【東】山のT 【南】味方B 【東】下山 【中央】西海 【中央】島野 【江南】亀田 【南】白根 【西】西総	大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (2歳以上) 大人 (中学生以上) 小学生 幼児 (3歳以上)	0 0 0 0 0 0 0	7/7・7/8・ 7/10~9/2 7/1~9/2 (月曜定休)
砂沼サンビ	大人 (高校生以上) 小・中学生 幼児 (3歳以上)	0 0 0	7/1~9/30
クアハウス	小人 (小学生) 大人 (高校生以上) 子供 (3歳~中学生)	0 0 0	7/1~9/30 7/14~8/26
ニューサンピア栃木			

※桐生市新里温水プールカリビアンビーチは3歳未満及びオムツを常用的に使用している方の入場はできません。
※大磯ロングビーチ 7月のみ幼児の一般料金は無料です。

保養所のご案内

ご旅行をより楽しく演出してくれる宿泊施設。
全国各地の施設をぜひご利用ください。

JTB 契約保養所 休暇村・直接契約保養所

ご利用方法

※補助金は、ご本人・ご家族（被扶養者）ともに、1人年間1回・1泊分
3,000円を利用できます。

JTB ※JTBが提携している全宿泊施設が利用できます（海外は不可）。

- 1 予約**
JTB窓口で希望施設を予約（電話可）
◆予約の際に「東京都金属プレス工業健康保険組合」の宿泊助成を受ける旨、お申出ください
- 2 「契約保養所システム申込書」（以後“申込書”）提出（郵送可）**
◆JTB窓口または健保組合から、JTB指定の「申込書」を受け取り、必要事項を記入・押印のうえ利用日の10日前までに健保組合に提出してください
※インターネットでの申し込みはできませんので、ご注意ください。
- 3 “申込書”返送**
健保組合は承認印を押印のうえ、申込者に返送します
- 4 料金支払い**
承認を受けた“申込書”をJTB窓口へ持参し、利用料金から補助金を控除した金額を支払い、宿泊クーポンを受取り、予約が終了します
- 5 施設利用**
チェックイン時に宿泊クーポンを提出し宿泊してください

休暇村・直接契約保養所

- 1 予約**
利用者が各施設へ電話等で直接予約
◆予約の際に「東京都金属プレス工業健康保険組合」の宿泊助成を受ける旨、お申出ください
- 2 「契約保養所利用申込書」提出（郵送可）**
◆健保組合から「契約保養所利用申込書」を受け取り、必要事項を記入・押印のうえ利用日の7日前までに健保組合に提出してください
- 3 “利用連絡書”返送**
健保組合は承認印を押印のうえ、申込者に返送します
- 4 施設利用**
チェックイン時に“利用連絡書”を宿泊先のフロントに提出し、利用料金を精算してください

注意事項 ☆直前のお申し込みは受付できません。お早めにお申し込みください。
☆利用日の直前の予約取消しはキャンセル料がかかりますので、ご注意ください。
☆法人または事業主の補助・負担（一部・全部を問わず）がある場合（職員旅行、慰安旅行、忘年会など）には、健康保険組合の補助の対象にはなりません。
☆年末年始・行楽シーズンは特別料金となる場合があります。
☆利用料金は断りなく改定される場合があります。
☆補助金利用の対象は、施設利用の場合のみとなります。

休暇村一覧

県名	名称	所在地	TEL
北海道	支笏湖	千歳市支笏湖温泉	0123-25-2201
岩手	岩手網張温泉	岩手郡雫石町網張温泉	019-693-2211
〃	陸中宮古	宮古市崎鎌ヶ崎18-25-3	0193-62-9911
秋田	乳頭温泉郷	仙北市田沢湖駒ヶ岳2-1	0187-46-2244
宮城	気仙沼大島	気仙沼市外畑16	0226-28-2626
山形	羽黒	鶴岡市羽黒町手向羽黒山8	0235-62-4270
福島	裏磐梯	耶麻郡北塩原村松原	0241-32-2421
栃木	那須	那須郡那須町湯本137-14	0287-76-2467
〃	日光湯元	日光市湯元温泉	0288-62-2421
群馬	嬬恋鹿沢	吾妻郡嬬恋村鹿沢温泉	0279-98-0511
埼玉	奥武蔵	飯能市吾野72番地	042-978-2888

東振協・健康保険組合共同利用保養所

※補助金の対象には
なりません。

下記の施設は、（一社）東京都総合組合保健施設振興協会に加入している健保組合の共同利用の施設です。
当健保組合の皆様もご利用いただけます。旅のプランにお役立てください。

- ご利用方法
- ご利用になりたい保養所申込先（健康保険組合）へお問い合わせください。その際、『東振協の共同利用保養所の申込み』であること、東京都金属プレス工業健康保険組合に加入していること（保険証をお手元にご用意ください）、氏名、利用希望日、人数等を申し出て、利用可能な場合は仮予約となります。仮予約が済みましたら、「保養所利用申込書」に必要事項を記入のうえ、健康保険組合に提出してください。
 - 各施設の詳細は東振協ホームページ（<http://www.toshinkyo.or.jp>）でもご覧いただけます。

- ◆一覧表の金額は、1泊2食の料金です（“宿泊のみ”の表示があるものを除く）。特に記載のないものについては平日・休前日ともに同一料金です。
- ◆利用料金の支払につきましては、各健康保険組合の指示に従ってください。
- 〈注意事項〉☆申込方法が異なる場合があります。また、ご利用日に制限がありますので、予約の際にご確認ください。
☆申し込み後に利用通知書・パンフレット等が送付されますので、申込内容（利用日・人数等）および注意事項を確認し、大切に保管してください。また、キャンセル、違約金等についてもご確認ください。

地域	施設名	所在地	料金（円）	申し込み
箱根方面	みやぎの	神奈川県足柄下郡	7,000	☎03（3265）0303 電設工業健康保険組合 保健施設課 利用月の前月 20 日より利用日の 5 日前までに電話予約
	みやぎの	神奈川県足柄下郡	7,000	☎03（3833）6161 東京都家具健康保険組合 総務課 利用月の前月の 15 日より電話予約
	金型はこね荘	神奈川県足柄下郡	平日・日曜 9,300（6,400） 休前日 10,800（7,900）	☎03（3255）7672 日本金型工業健康保険組合 総務課施設係 利用月の前月 1 日より電話予約（ ）は 11 歳以下の料金
	仙緑苑	神奈川県足柄下郡	7,000	☎03（3279）5953 デパート健康保険組合 施設課 利用日 1 か月前より電話予約
	箱根強羅山荘	神奈川県足柄下郡	〔利用日：月～木〕 9,000	☎03（3866）7176 東京文具販売健康保険組合 保健施設課 利用日の 1 か月前より電話予約
	強羅グリーンハイツ	神奈川県足柄下郡	〔平日のみ〕6,000、ただし 祝前日・8月中は 7,000	☎03（3834）7216 東京都電機健康保険組合 健康事業課 利用日の 1 か月前の 3 日より利用日の 10 日前までに電話予約
信越方面	かるいざわ	長野県北佐久郡	2,000（宿泊のみ）	☎03（3265）0303 電設工業健康保険組合 保健施設課 利用月の前月 20 日より利用日の 5 日前までに電話予約
	大町山荘	長野県大町市	5,940	☎03（3581）1234 東京薬業健康保険組合 健康増進課施設管理係 利用月の 2 か月前の 15 日より電話予約
	金型あかくら荘	新潟県妙高市	平日・日曜 7,800（4,900） 休前日 9,800（6,900）	☎03（3255）7672 日本金型工業健康保険組合 総務課施設係 利用月の前月 1 日より電話予約（ ）は 11 歳以下の料金
	白樺	長野県北佐久郡	7,500（6,000）	☎03（3866）2874 東京金属事業健康保険組合 総務部施設課 利用月の 1 か月前の 10 日より、利用日の 10 日前まで電話予約（ ）は 4～8 歳の料金
湯河原・熱海・伊豆方面	オレンジドームゆがわら	神奈川県足柄下郡	〔平日のみ〕6,000、ただし 祝前日・8月中は 7,000	☎03（3834）7216 東京都電機健康保険組合 健康事業課 利用月の 1 か月前の 3 日より利用日の 10 日前までに電話予約
	悠楽館	静岡県熱海市	7,500（6,000）	☎03（3866）2874 東京金属事業健康保険組合 総務部施設課 利用月の 1 か月前の 10 日より、利用日の 10 日前まで電話予約（ ）は 4～8 歳の料金
	保養所あじろ	静岡県熱海市	大人 6,500 子供 4,000	☎03（3264）2364 東京トラック実業健康保険組合 総務課 利用希望日の 2 か月前の同日より電話予約
	サンライズ熱海	静岡県熱海市	平日 9,000 休前日 9,500	☎03（3663）1361 東京実業健康保険組合 施設課 利用月の 2 か月前の 5 日より電話予約
	薫風荘	静岡県熱海市	7,200（6,100）	☎03（3987）3151 測量地質健康保険組合 施設課 利用日の 1 か月前より電話予約（ ）は 4～11 歳の料金
	熱海リフレッシュセンター	静岡県熱海市	〔平日のみ〕大人 8,000 子供 5,000	☎03（3404）9545 全国設計事務所健康保険組合 施設事業部施設課 利用日の 2 か月前の 25 日より電話予約
	伊豆山温泉保養所	静岡県熱海市	大人 9,000 子供 7,000	☎03（3843）1454 FAX 03（3843）1990 東京電子機械工業健康保険組合 利用日の 1 か月前より FAX または郵送にて予約
川日光方面 鬼怒	天城の里20	静岡県伊豆市	8,000（6,500）	☎03（5232）5006 産業機械健康保険組合 保健事業課 利用日の 1 か月前の 1 日より電話予約（ ）は子供料金
	せせらぎ荘	栃木県日光市	7,000	☎03（3279）5953 デパート健康保険組合 施設課 利用日 1 か月前より電話予約
	金型かわじ荘	栃木県日光市	平日・日曜 6,700（4,300） 休前日 8,800（5,900）	☎03（3255）7672 日本金型工業健康保険組合 総務課施設係 利用月の前月 1 日より電話予約（ ）は 11 歳以下の料金
房総方面	おんじゅく	千葉県夷隅郡	7,000	☎03（3265）0303 電設工業健康保険組合 保健施設課 利用月の前月 20 日より利用日の 5 日前までに電話予約 30.9.18 より休館
	上総一宮海浜保養所	千葉県長生郡	大人 8,000 子供 6,000	☎03（3843）1454 FAX 03（3843）1990 東京電子機械工業健康保険組合 利用日の 1 か月前より FAX または郵送にて予約
京都	洛北荘	京都府京都市	〔平日のみ〕7,000、ただし 祝前日・11月中は 8,000	☎03（3834）7216 東京都電機健康保険組合 健康事業課 利用日の 1 か月前の 3 日より利用日の 10 日前までに電話予約

詳しくは、当健保組合ホームページ（<http://www.kpk.or.jp/>）をご覧ください。

お問い合わせは健保組合総務課までお願いします。 ☎ 03-3634-5151

休暇村一覧

県名	名称	所在地	T E L
千葉	館山	館山市見物 725	0470-29-0211
新潟	妙高	妙高市関山	0255-82-3168
長野	乗鞍高原	松本市安曇 4307	0263-93-2304
静岡	南伊豆	賀茂郡南伊豆町湊	0558-62-0535
〃	富士	富士宮市佐折 634	0544-54-5200
愛知	伊良湖	田原市中山町	0531-35-6411
〃	茶臼山高原	北設楽郡豊根村	0536-87-2334
石川	能登千里浜	羽咋市羽咋町才 70	0767-22-4121
福井	越前三国	坂井市三国町崎 15－45	0776-82-7400
滋賀	近江八幡	近江八幡市沖島町宮ヶ浜	0748-32-3138
兵庫	南淡路	南あわじ市福良丙 870－1	0799-52-0291
〃	竹野海岸	豊岡市竹野町竹野	0796-47-1511
和歌山	紀州加太	和歌山市深山 483	073-459-0321
〃	南紀勝浦	東牟婁郡那智勝浦町宇久井	0735-54-0126
鳥取	奥大山	日野郡江府町御机字鏡ヶ成 709－1	0859-75-2300
岡山	蒜山高原	真庭市韭山上福田	0867-66-2501
広島	大久野島	竹原市只海町大久野島	0846-26-0321
〃	吾妻山ロッジ	庄原市比和町森脇	0824-85-2331
〃	帝釈峡	庄原市東城町三坂	08477-2-3110
香川	讃岐五色台	坂出市大屋富町 3042	0877-47-0231
愛媛	瀬戸内東予	西条市河原津	0898-48-0311
福岡	志賀島	福岡市東区大字勝馬 1803－1	092-603-6631
長崎	雲仙	雲仙市小浜町諏訪の池	0957-74-9131
熊本	南阿蘇	阿蘇郡高森町高森 3219	0967-62-2111
鹿児島	指宿	指宿市東方 10445	0993-22-3211

直接契約保養所一覧

県名	地名	旅館・ホテル	利用料金		交通
			上段：平日・休日 下段：休前日	子ども	
群馬	伊香保	晴観荘 ☎0279-72-2717	10,000 円 14,000 円		電車：JR 渋川駅からバス 30 分 車：関越道渋川伊香保 IC より 9km
	片品	かたしな高原ホテル ☎0278-58-2161	11,600 円 16,300 円	70%	電車：JR 沼田駅からバス 80 分 車：関越道沼田 IC より 34km
		チャイルドロッヂ ☎0278-58-2163	13,300 円 18,600 円		
長野	志賀	西発哺温泉ホテル ☎0269-34-2634	10,000 円 11,000 円	70%	電車：湯田中駅から車 35 分 車：上信越道信州中野 IC から 39km
新潟	津南	ニューグリーンピア津南 ☎03-5688-4611	タイプ別		電車：JR 越後湯沢駅から車 50 分 車：関越道塩沢石打 IC から 30km
	湯沢	シャトー塩沢羽黒荘 ☎025-782-1261	平日 5,360 円 休日・休前日 6,700 円	80%	電車：JR 越後湯沢駅から車 20 分 車：関越道塩沢石打 IC から 10km

特定健診 2018年度からの変更点

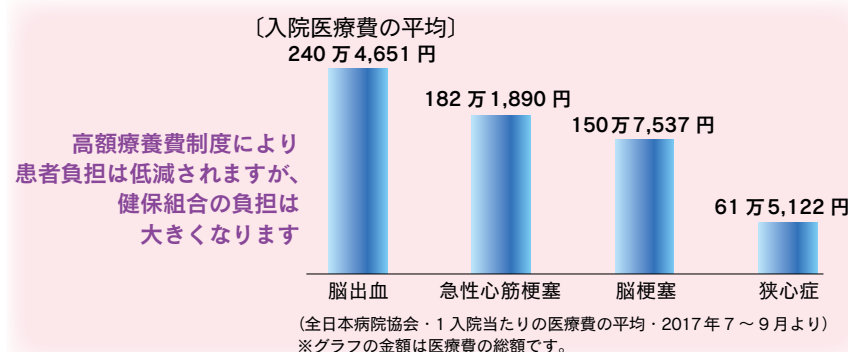
よりよい健診のために
見直されました

① 詳細な健診	「血清クレアチニン」が追加	糖尿病性腎症の重症化予防を推進するため、医師が必要と認める場合に実施する「詳細な健診」に「血清クレアチニン」が追加されました。
② 質問票	歯科口腔の質問を追加	健診時に記入する質問票に、「食事を噛んで食べる時の状態」の質問が追加され、体重増減についての質問は削除されました。 ●何でも噛んで食べることができる ●歯や歯ぐき、噛みあわせなど気になる部分があり、噛みにくいことがある ●ほとんど噛めない、の3つから選択
③ 血中脂質	「non-HDL コレステロール」も OK	中性脂肪 400mg/dL 以上や食後採血の場合は、LDL コレステロールの代わりに non-HDL コレステロールも認められます。
④ 血糖	「随時血糖」も OK	血糖検査は空腹時血糖またはヘモグロビン A1c (HbA1c) が原則ですが、やむを得ない場合は食直後を除き随時血糖も認められます。

メリット その3

将来の医療費が減らせる

健診を受けなかったり、再検査を受けなかったりして放っておくと、気づかないうちに病気が進行して、突然大病を発症することがあります。血管が破裂したり目詰まりを起こしたりして心臓病や脳卒中になると、命にかかります。命を取りとめても、重い後遺症が残ったり、医療費も高額になります。年に1回、健診を受けることで大病を防ぎ、将来の医療費も減らすことができます。



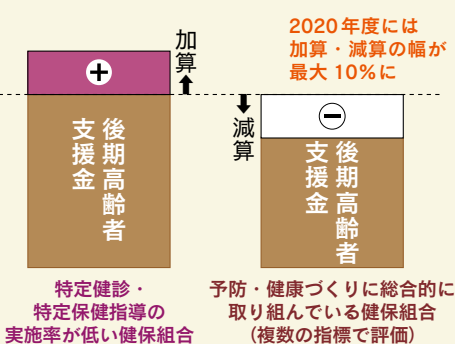
健保組合の財政にもメリットあり!

～特定健診・特定保健指導の実施率が高いと支援金が減算されるかも～

2018年度から、特定健診・特定保健指導の実施率が低い健保組合は高齢者医療費を支えるために納める「支援金」が加算され、特定健診・特定保健指導等の実施率が高く、予防・健康づくりや医療費適正化に総合的に取り組む健保組合は減算されるしくみが強化されます。加算・減算の規模は徐々に拡大され、2020年度には最大10%になります。

もし支援金が加算されると、保険料率の引き上げにつながりかねません。逆に、支援金が減算されると、財政が安定して保険料率を引き上げずに済むかもしれません。被保険者・被扶養者のみなさん、特定健診・特定保健指導は必ず毎年受けるようお願いします。

●支援金の加算・減算のイメージ



第2期 データヘルス計画 スタート!

なるほど! 納得

健診を受けるとメリットいっぱい

2018年度から第2期データヘルス計画が始まりますが、その要は「健診」です。健診を毎年受けていますか? 健診は定期的に受けてこそ、メリットがあります。

※データヘルス計画…健診データと医療費データを分析し、加入者の健康状態に即した健康管理や疾病予防を効果的・効率的に行うための保健事業計画。2015～2017年度は第1期、2018～2023年度は第2期で本格稼働します。

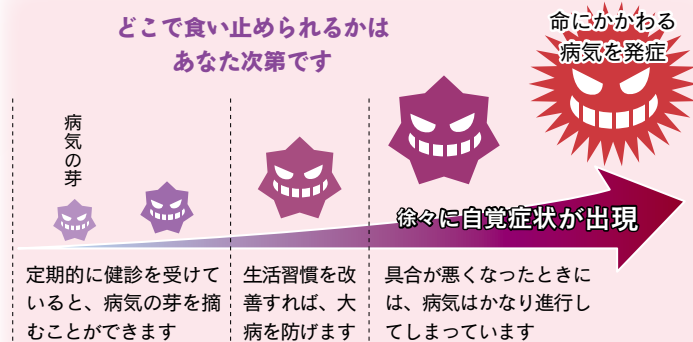
メリット その1

病気を早期に見つけられる



血圧も、血糖値も、コレステロールも、かなり数値が高くて自覚症状はほとんどありません。健診を受けていない人が具合が悪くなって病院に行ったら、糖尿病がかなり進行していて、血管が傷つき、失明や人工透析の危険があることがわかった、というケースも多いのです。生活習慣病は、調子が悪くなってから病院に行くのでは手遅れ。絶好調でどこも悪くないときから定期的に健診を受け、病気の芽を摘んでリスクを回避しましょう。

どこで食い止められるかはあなた次第です



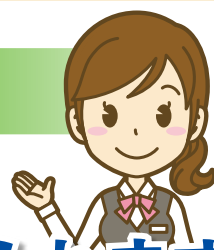
メリット その2

定期的に健康チェックができる

毎年健診を受けていると、1年前と比較して自分の体の「経年変化」をチェックすることができます。少しずつ体重や腹囲が増えていませんか? 血圧や血糖値、コレステロールはどうですか? 自分で確認して、気になるところがあれば生活習慣をふりかえってみましょう。40歳以上の人は、特定健診の結果でメタボリックシンドロームのリスクがあると「特定保健指導」が受けられます。病院で治療が必要になる前の段階で、食事や運動について保健師などのプロからアドバイスを受けて、生活習慣を改善することができます。



平成30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す

1力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すが、負担能力に応じた負担を求める観点から、平成30年8月から下記のとおりに引き上げられます。

〈平成30年7月診療分まで〉			
区 分		70歳以上※1の自己負担限度額／月額	
		外来（個人ごと）	（世帯ごと）
現役並み	標準報酬月額 28万円以上	57,600 円	80,100 円 + (医療費－267,000 円) × 1% 〈44,400 円〉
	標準報酬月額 26万円以下	14,000 円 (年間上限 14万4,000 円)	57,600 円 〈44,400 円〉
低所得	II 住民税 非課税		24,600 円
	I 住民税 非課税 (所得が一定以下)	8,000 円	15,000 円

引き上げ
細分化
引き上げ

〈平成30年8月診療分から〉			
区 分		70歳以上※1の自己負担限度額／月額	
		外来（個人ごと）	（世帯ごと）
III 標準報酬月額 83万円以上		252,600 円 + (医療費－842,000 円) × 1% 〈140,100 円〉	
II ※2 標準報酬月額 53万～79万円		167,400 円 + (医療費－558,000 円) × 1% 〈93,000 円〉	
I ※2 標準報酬月額 28万～50万円		80,100 円 + (医療費－267,000 円) × 1% 〈44,400 円〉	
標準報酬月額 26万円以下		18,000 円 (年間上限 14万4,000 円)	57,600 円 〈44,400 円〉
II 住民税 非課税			24,600 円
I 住民税 非課税 (所得が一定以下)		8,000 円	15,000 円

〈 〉は直近12カ月間に同じ世帯で3カ月以上高額療養費に該当した場合の4カ月目以降の金額です。

※1 対象世帯に70～74歳と70歳未満が混在する場合、まず70～74歳の自己負担額に限度額を適用した後、残る負担額と70歳未満の自己負担額を合わせた額に限度額を適用します。

※2 現役並み区分I、IIの人は、医療機関等で現物給付を受ける場合には、限度額適用認定証の交付を受けることが必要になります。

仕事中・通勤中にケガをしたとき

健康保険は使えないのでご注意を！

どんなケガや病気でも、病院に行ったら保険証を出すものだと思いませんか？

仕事中・通勤中のケガや、仕事・通勤との因果関係がある病気は「労災保険」の適用となり、健康保険は使えません。

健康保険

仕事中・通勤中以外のケガや病気が対象です。
(原則7割給付)

保険証
が使えます



●運営は健康保険組合

労災保険

仕事中・通勤中のケガや病気が対象です。
(原則10割給付)

保険証
が使えません



●管轄は労働基準監督署

※業務・通勤と傷病との間に因果関係がなくてはなりません。業務災害・通勤災害に該当するかどうかは個々のケースに応じて労働基準監督署が調査し判断しますので、判断に迷う場合は管轄の労働基準監督署にお問い合わせください。

病院にかかる際は、
労災であることを申し出ましょう！

第 371 回 理事会

- 【日 時】 平成 30 年 4 月 25 日 (水) 午後 4 時 00 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

事業所の編入・削除・変更

所在地変更事業所

平成 30 年 1 月 1 日

●ミック電子工業(株)

新：品川区戸越 1-7-1 東急戸越ビル
 旧：品川区戸越 1-7-1 戸越 NI ビル

平成 30 年 1 月 1 日

●ミック・エンタープライズ(株)

新：品川区戸越 1-7-1 東急戸越ビル
 旧：品川区戸越 1-7-1 戸越 NI ビル

平成 30 年 2 月 1 日

●インターバルテクノロジー(株)

新：横浜市港北区新吉田東 8-33-1
 旧：大田区西糀谷 2-22-12

名称変更事業所

平成 30 年 4 月 1 日

●(株)クラフテックオカモト

旧：渡邊プレス工業(株)



療養費の「靴型装具」追加添付書類について

厚労省通知により平成 30 年 4 月 1 日以降、療養費の靴型装具を申請する場合の添付書類が追加となりました。

必要書類

- ① 療養費支給申請書
- ② 医師の作成指示書(装具装着証明書)【原本】
- ③ 靴型装具の領収書【原本】
- ④ 装具内訳書【原本】

追加書類

⑤ 靴型装具のカラー写真

(実際に装着する現物であることが確認できるもの)

～写真撮影の一例～

- 作成指示書と一緒に撮影したもの
- 靴を着用した状態の正面・側面と内側・靴裏を撮影したもの

詳しくは、健保組合業務課へお問い合わせください。 ☎ 03-3634-5151

1

Let's Try!

初めは
インストラクターが
支えてくれる



風に乗って飛ぼう！ インドア・スカイダイビング

屋内でスカイダイビングが体験できる施設。高さ約20mの「ウインドトンネル」の中で、下から吹き上げる風に乗って、空を飛んでいるような浮遊感を味わうことができる。4歳以上、体重125kg以内なら、誰でもすぐに飛ぶことができるので、親子で挑戦してみてもいい？

埼玉県越谷市レイクタウン 6-19-3
<https://flystation.jp>

フライステーション



東京近郊 暑い日も、遊び尽くそう！ Newレジャースポット4選

東京近郊には、新しい屋内レジャースポットが続々と登場しています。空調の効いた屋内だから、真夏の暑さも関係なし！
今度の週末は家族で出かけて、思う存分、遊び尽くしましょう！！

2

写真を撮って楽しむ
トリックアート

トリック3Dアート in COEDO



トリックアート（3D）作家、服部正志の作品を展示する美術館。錯覚を楽しむトリックアートに自ら入り込み、写真を撮ることができる。自分だけのオリジナル作品は、インスタ映えすること間違いなし！

埼玉県川越市元町 1-13-1
<http://kawagoe-trickart.com>

夏なのに雪遊び!? しかも屋内で!

東京あそびマーレ

室内遊園地〈東京あそびマーレ〉にある「スノータウン」は、日本初の雪のテーマパーク。体感温度約18～20℃という快適な空間で、一年中、雪遊びやそり滑りを楽しむことができる。

東京都八王子市別所 2-1 ピア長池新館
<http://asobimare.jp/tokyo/>



4

木の温もりに触れながら遊べる屋内施設

京王あそびの森 HUGHUG 〈ハグハグ〉

木のおもちゃに触れながら木材や環境への理解を深める「木育スペース」、高さ約12mのネット遊具などで体をつかって遊ぶ「体育スペース」、おもちゃを使って様々なものをつくり出す「知育スペース」などがあり、森の中を探索するように遊べる。

東京都日野市程久保 3-36-60
<https://www.keio-hughug.jp>



3

