

2019 / 秋 No.287

健保 だより

平成30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

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、2億7,959万8千円を支出、別掲のような事業を実施しました。

医療費が増加するも、

平成30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）
- ・育児雑誌の配布（年間）
- ・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）
- ・健保組合創立50周年の記念事業の救急箱の配布（6月）

保養と健康づくり

- ・プール施設利用補助（7～9月）
- ・スキー場リフトの割引利用（12～3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〕の利用補助（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）
- ・リゾートトラストの会員料金での利用（年間）



納付金の減少と保険料収入の増加により 経常収支で黒字を維持

去る7月23日(火)に開催された第126回組合会で、当健保組合の平成30年度決算が審議され、可決・承認されました。

| | |
|---------|--------------|
| 収入総額 | 98億9,087万4千円 |
| 支出総額 | 89億6,750万6千円 |
| 決算残金 | 9億2,336万8千円 |
| 経常収支差引額 | 4億2,890万1千円 |

当 健保組合は平成30年度に設立50周年を迎え、記念事業の一環として、29年度との3年間、保険料率を100.0分の2引き下げて組合運営にあたりております。

30 年度は景気の緩やかな回復に伴い被保険者数・報酬月額・賞与支給額が伸びたことから、保険料収入が前年度に比べ3億6,700万円(4.1%)増加し、医療費が増加するなか、前年度に続き経常収支で黒字を維持することができました。

支 出の大半を占める保険給付費(医療費)は、前年度に比べ2億2,900万円(5.1%)増加しました。

高 齢者医療のための納付金は、1億1,800万円(3.1%)減少しましたが、一時的な減少であり、今年度予算は増加に転じています。

決 算残金は1億円を次年度予算に繰越し、8億2,300万円を別途積立金として積増し、保険料率軽減の原資や、高齢化や医療の高度化等による将来の負担増に備えることとしています。

今 後も当健保組合ではデータヘルス計画に基づき、効率的に保健事業を展開し、健康づくりや医療費の節減に努めてまいります。また、納付金は健診や保健指導の受診率によって増減する仕組みになっていますので、皆さまにおかれましては必ず健診等を受けていただきますようお願いいたします。

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

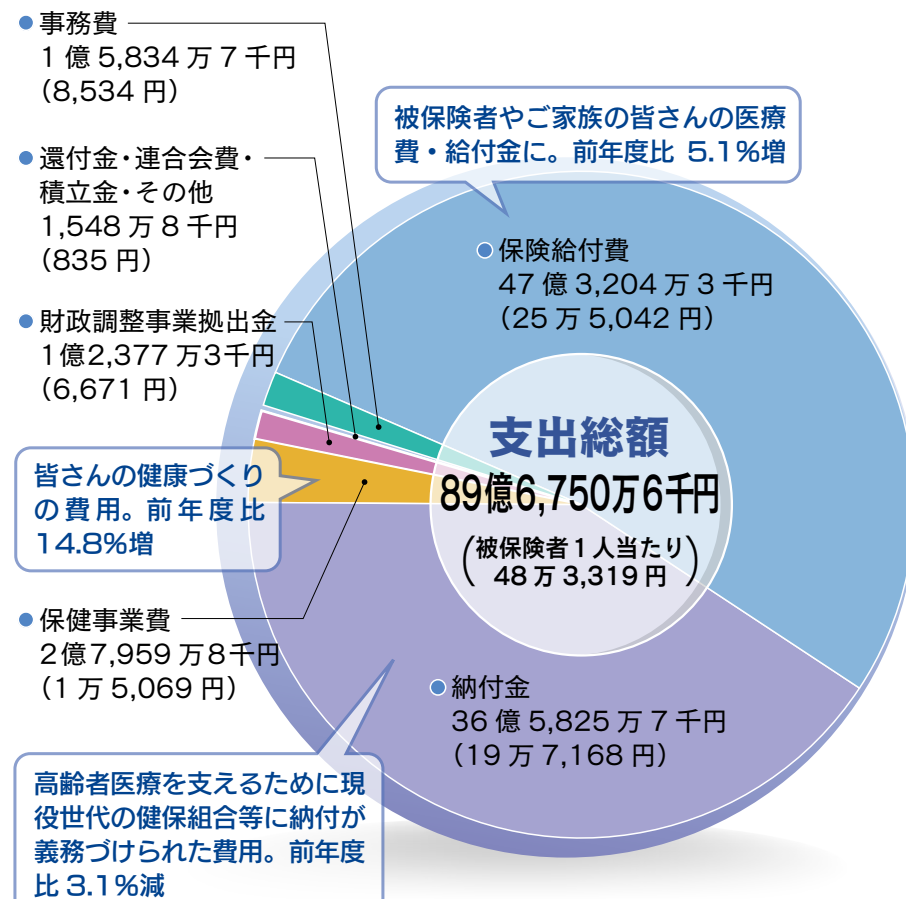
30年度は介護保険収入9億1,263万5千円に対して、国に納付する介護納付金が9億3,783万2千円となりました。決算残金は繰越金・準備金といたしました。

(収入)

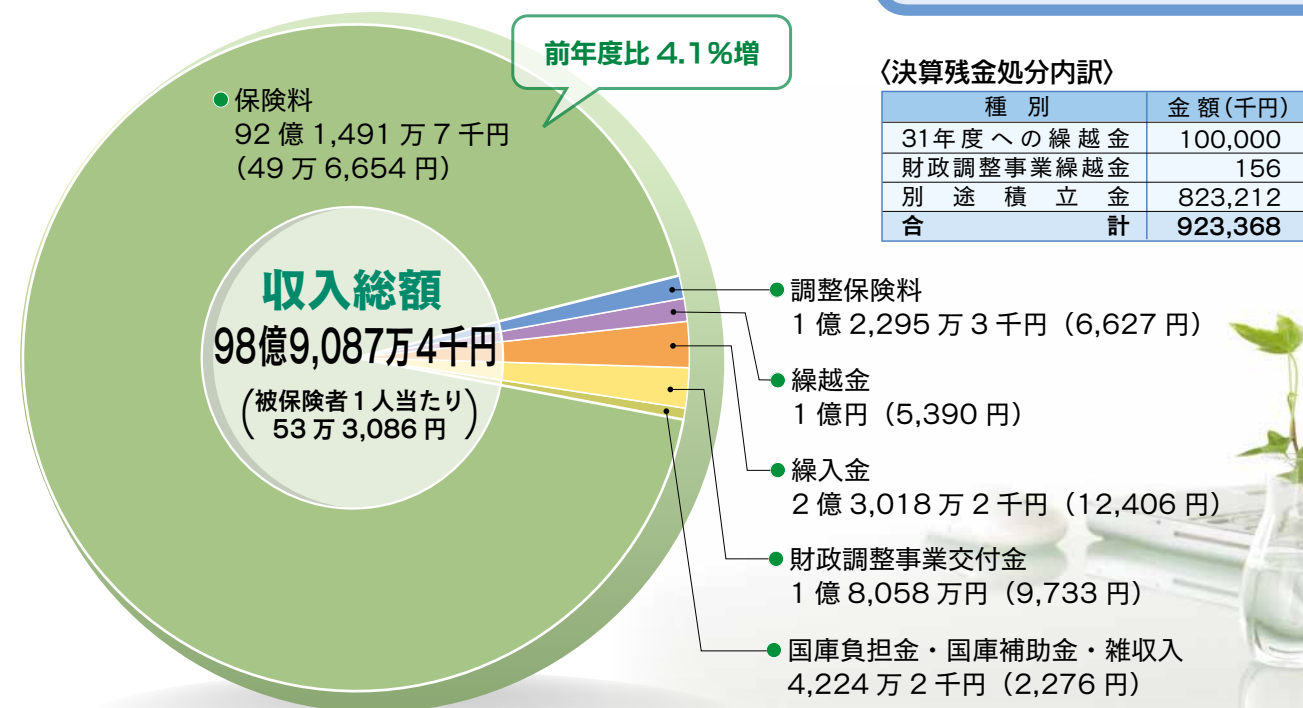
| 科目 | 決算額(千円) | 介護保険第2号被保険者たる被保険者等1人当たり額(円) |
|---------|-----------|-----------------------------|
| 介護保険収入 | 912,635 | 88,674 |
| 繰越金 | 40,000 | 3,887 |
| 繰入金 | 50,000 | 4,858 |
| 国庫補助金受入 | 12,454 | 1,210 |
| 雑収入 | 36 | 3 |
| 合計 | 1,015,125 | 98,632 |

(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 | 937,832 | 91,122 |
| 介護保険料還付金 | 65 | 6 |
| 合計 | 937,897 | 91,129 |



グラフで見る平成30年度決算



健康保険

(決算残金処分内訳)

| 種別 | 金額(千円) |
|-----------|---------|
| 31年度への繰越金 | 100,000 |
| 財政調整事業繰越金 | 156 |
| 別途積立金 | 823,212 |
| 合計 | 923,368 |

皆さんの診療状況・健診結果をご報告します

平成30年度 高額医療費の内訳

平成30年度の保険給付費につきましては、前年度比で2億2,946万円、5.1%の大幅な増加となりました。

健保組合では、レセプトをもとに医療費の動向を分析し、ジェネリック医薬品の使用促進やインフルエンザ予防接種の推進による疾病予防等、増大する医療費を少しでも節減できる方法がないかを探っています。

平成30年度の医療費の集計がまとまりましたので、その中から月額の上位と金額別件数の推移をお知らせいたします。



高額医療費の月額上位10 ……最高額は1カ月、1,100万円強

本人・家族別に、上位10件までをご紹介します。

医療技術の進歩に伴い、医療費は高額化する傾向があります。本人・家族あわせて500万円を超えているものが17件あり、そのうち1,100万円超が1件、700万円を超えているものが3件となっております。

平成30年度の高額医療費の月額上位一覧

《本人》

| 金額(円) | 主疾病名 |
|--------------|---------------|
| 1 8,689,580 | 乖離性大動脈瘤 |
| 2 7,129,650 | 急性前壁心筋梗塞 |
| 3 6,683,550 | 右原発性膝関節症 |
| 4 6,589,850 | 血友病A |
| 5 6,088,700 | くも膜下出血 |
| 6 5,894,220 | 大動脈弁閉鎖不全症 |
| 7 5,861,310 | 急性下壁心筋梗塞 |
| 8 5,463,280 | 敗血症性ショック |
| 9 5,359,410 | 発作性夜間ヘモグロビン尿症 |
| 10 5,219,060 | 血友病A |

《家族》

| 金額(円) | 主疾病名 |
|--------------|--------------|
| 1 11,022,210 | 急性骨髄性白血病 |
| 2 7,282,250 | 急性骨髄性白血病 |
| 3 6,053,140 | 心室細動 |
| 4 6,011,970 | 血友病A |
| 5 6,011,970 | 血友病A |
| 6 5,037,450 | 超低出生体重児 |
| 7 4,984,440 | 急性白血病 |
| 8 4,866,080 | 超低出生体重児 |
| 9 4,806,570 | 超低出生体重児 |
| 10 4,522,450 | 先天性心疾患・共通房室口 |

高額医療費金額別件数 ……1カ月100万円以上の医療費は、456件

平成30年度は、1カ月100万円以上の医療費は、456件となっております。前年度に比べ、47件の増加となっております。特に本人の件数が大きく増えています。

高額医療費の金額別件数の推移

《本人》

| | 28年度 | 29年度 | 30年度 |
|---------------|------|------|------|
| 100万円～200万円未満 | 165 | 163 | 206 |
| 200万円～300万円未満 | 34 | 48 | 37 |
| 300万円～400万円未満 | 26 | 31 | 25 |
| 400万円～500万円未満 | 9 | 5 | 6 |
| 500万円以上 | 8 | 5 | 11 |
| 合計 | 242 | 252 | 285 |

《家族》

| | 28年度 | 29年度 | 30年度 |
|-----------------|------|------|------|
| 100万円～200万円未満 | 138 | 105 | 118 |
| 200万円～300万円未満 | 25 | 30 | 30 |
| 300万円～400万円未満 | 7 | 6 | 10 |
| 400万円～500万円未満 | 16 | 5 | 7 |
| 500万円～1,000万円未満 | 2 | 11 | 5 |
| 1,000万円以上 | 0 | 0 | 1 |
| 合計 | 188 | 157 | 171 |

生活習慣が原因で発症する病気が多くなってきております。日頃の食事や運動不足、喫煙等、生活習慣を改善することで防ぐことができるかもしれません。

年に1回は、必ず健診を受けていただき、病気の早期発見と早期治療をはじめ、ご自身の健康管理に健保組合の健診を活用して生活習慣の改善に努め、医療費の節減にご協力いただきますようお願いいたします。

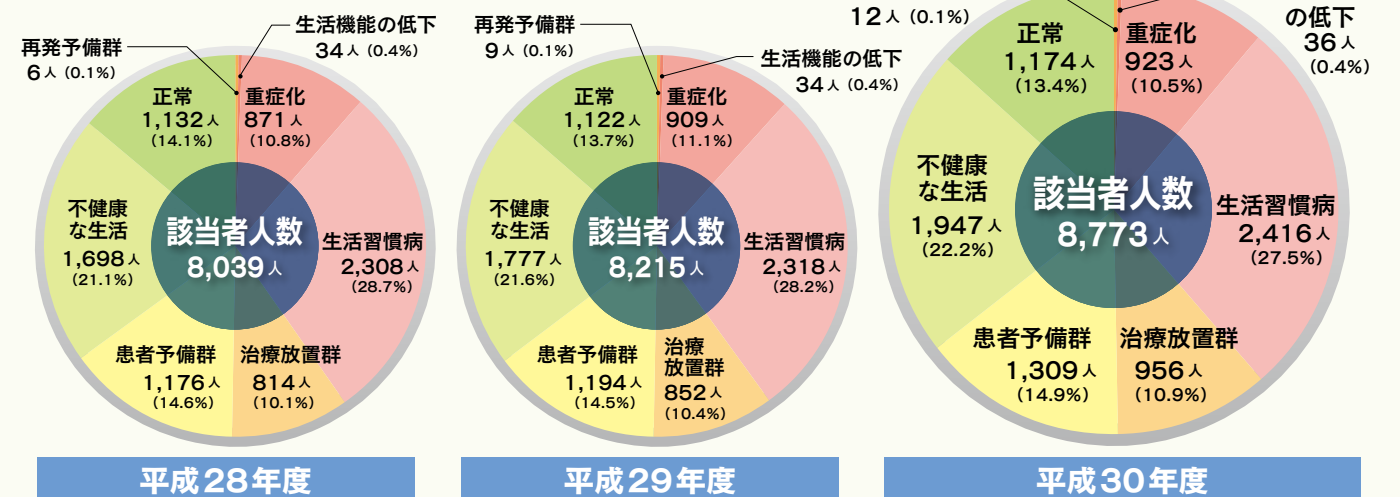
健康マップ ～生活習慣病からみた分布～

平成28年度～平成30年度に健診を受けられた方の、生活習慣病関連疾病に絞った分析図を作成しています。

◆期間：2016.04～2019.03 ◆対象年齢：40～74歳

| 未通院（生活習慣病のレセプトが無い人） | | | | 通院/入院（生活習慣病のレセプトがある人） | | | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 正常 | 不健康な生活 | 患者予備群 | 治療放置群 | 生活習慣病 | 重症化 | 生活機能の低下 | 再発予備群 |
| 正常値レベル | 保健指導が必要なレベル | 病院で診察を受けたほうが良いレベル | 治療する必要があるレベル | 合併症はない | 合併症に進行しています | 重篤な状態になっています | 入院後の状態です |
| 血糖：110mg/dl未満又はHbA1c5.6%未満 | 血糖：110mg/dl以上又はHbA1c5.6%以上 | 血糖：126mg/dl以上又はHbA1c6.5%以上 | 血糖：140mg/dl以上又はHbA1c7.0%以上 | 2型糖尿病・高血圧症・脂質異常症のいずれかがあり、合併症はない状態 | 生活習慣病があり、糖尿病性合併症・脳血管疾患・動脈疾患・虚血性心疾患がある状態 | 入院を伴う四肢切断急性期・冠動脈疾患急性期・脳卒中急性期、および透析期（通院含む）の状態 | 生活機能の低下の該当が1年前にあったが、当該年度は入院はない状態 |
| 血圧：85/130mmHg未満 | 血圧：85又は130mmHg以上 | 血圧：90又は140mmHg以上 | 血圧：100又は160mmHg以上 | | | | |
| 中性脂肪：150mg/dl未満又はLDL：120未満又はHDL：40以上 | 中性脂肪：150mg/dl以上又はLDL：120以上又はHDL：40未満 | 中性脂肪：300mg/dl以上又はLDL：140以上又はHDL：35未満 | 中性脂肪：400mg/dl以上又はLDL：160以上又はHDL：30未満 | | | | |

《該当者人数の構成割合(%)》



※端数処理しています。

特定保健指導を受けましょう
健康保険組合では、メタボのリスク数に応じ、対象となる方に対して特定保健指導のご案内をしています。保健師等の専門家が、様々な働きかけにより行動変容を促すお手伝いをします。保健指導の対象になられた方は、この機会を利用して「健康」について再確認してみたいかがでしょうか。

「脂質」の数値が悪い
また、生活習慣病関連疾病について他健保と比較すると、被保険者・被扶養者ともに「脂質」の数値が悪いという傾向が見られます。「悪い数値」メタボ該当者」というわけではありませんが、そこに片足を突っ込んでいる状態かもしれません。

「治療放置群」の割合が高い
通院者と未通院者について他健保の平均値と比較すると、当健保は通院者の割合が高く、未通院者では「治療放置群」の割合が高いという傾向が見られます。治療を受けない方が多いことは好ましい事ではありません。健診結果で「要精密検査」「要治療」などの判定がされた場合には、健診結果を持って参のうえ、医療機関にご受診いただくようお願いいたします。早めの治療が重症化を防ぐこととなります。

平成30年 健康者表彰

今年も誕生しました！

636人の「すこやかさん」

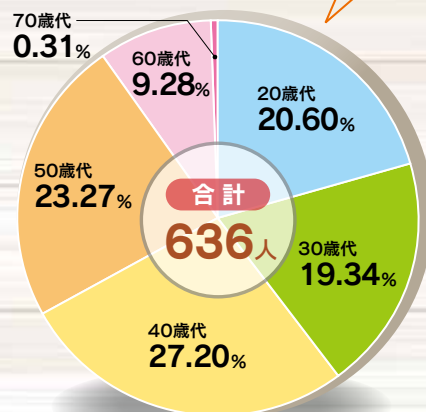
～健康管理のご努力を称え、
記念品を贈呈しました～

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。

今年も6月に、平成30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636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…



東振協主催

今年も開催します

参加
無料

健康フェスティバル2019

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。ご家族で是非ご参加ください。

| イベント | 開催日 | 会場 | 定員 |
|--|-----------|-------------------------------|--------|
| 血管年齢・血圧測定 骨密度・肺年齢・ストレス 測定、健康相談等 (4日間) | 10月12日(土) | むさし府中商工会議所会館(歯科チェック有)(府中市) | 200人 |
| | 10月19日(土) | 立川商工会議所(歯科チェック有)(立川市) | 200人 |
| | 10月23日(水) | 健康講演会 大手町サンケイプラザ(千代田区) | 100人 |
| | 10月25日(金) | 健保連 東京連合会(新宿区) | 200人 |
| 健康講演会 | 10月23日(水) | 大手町サンケイプラザ(千代田区)《講師:生島 ヒロシ 氏》 | 500人 |
| ウォークラリー (3日間) | 10月12日(土) | 鎌倉(鎌倉市) | 600人 |
| | 10月14日(祝) | 国営昭和記念公園(立川市) | 600人 |
| | 11月10日(日) | ※1 野毛山公園・動物園(横浜市) | 600人 |
| スタンプラリー (5日間) | 10月6日(日) | ※2 小江戸川越(川越市) | 600人 |
| | 10月19日(土) | 高尾山(八王子市) | 600人 |
| | 10月27日(日) | 清水公園(千葉県野田市) | 600人 |
| | 11月3日(祝) | ※3 都立葛西臨海公園(江戸川区) | 600人 |
| ウォーターフェスティバル | 10月20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 | 11月4日(祝) | スポーツクラブルネサンス 曳舟(墨田区) | 500人 |

※1 野毛山公園・動物園については、参加申込みは終了しています。

※2 小江戸川越については、参加申込みの締切日は、9月20日(金)となります。

※3 都立葛西臨海公園については、オリンピックの関係でイベントが中止になる可能性があります。

● 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



令和元年9月4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) 認定年月日が令和元年6月1日以降の方



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26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。
※年金を受給されている方は、所得証明書または非課税証明書を必ず添付してください。

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になりますので、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25日（金）** になります。

※令和2年4月に予定される、被扶養者の認定要件に関する健康保険法の改正に対応するため、あらかじめ被扶養者の居所等の状況について、確認依頼書の中で確認をさせていただきます。

“いつまでも健やかに暮らしたい” “寝たきりにさせない介護技術を体験したい” —そんな方へ

『一日介護・健康講座』開催のお知らせ

当組合の被保険者・家族の方々を対象に、医師等の専門家により在宅介護についての正しい知識と技術を習得していただくこと、または認知症の理解と対応についても学んでいただく「一日介護・健康講座」を開催します。

カリキュラムの内容

● 介護健康コース

- ・健康寿命を延ばす介護予防（講義）
- ・知っておきたい介護の知識（講義）
- ・介護が必要になった時の対応（講義）
- ・寝たきりからの脱出作戦（体験実技）

★ 認知症介護コース

- ・認知症の誤解と偏見を解消（講義）
- ・認知症患者を支える生活とは！
より良く暮らす方法を学ぶ（講義）
- ・専門家が悩みに答える質問コーナー

◆ 介護準備コース

- ・破綻しないための介護ポイント、制度、費用、心構え（講義）
- ・いざ介護になった時を考えて！（講義）

開催日・会場等 1月～2月 都内及び近郊で開催

■ 申込み方法等、詳細は…… 東振協ホームページ <http://www.toshinkyu.or.jp/event>

この残暑を乗り切る！

快適生活術

近年、日本の夏は暑さを増しています。
そして残暑厳しい今こそ、夏の疲れが出やすい時期。
暑さ対策を万全にして、快適に残暑を乗り切りましょう！

夏の疲れが一気にくる！ 夏バテにご用心！！

8月7日の立秋の後まで残暑のことを残暑といいますが、近年の日本では、8月いっぱいはもちろん、10月ごろまで暑さが続くこともあります。そして、この時期になって夏の疲れが一気に始まり、体調不良を引き起こすのが夏バテです。

- | | |
|----|---------------------------|
| 原因 | ●暑さによるストレスや疲れの蓄積 |
| | ●冷たいものとりすぎや冷房の効きすぎによる体の冷え |
| 症状 | ●屋内と屋外、昼と夜の温度差による自律神経の乱れ |
| | ●食欲低下や不眠による体力低下 など |
| 原因 | ●食欲がない ●胃がもたれる ●疲れやすい |
| | ●疲れがとれない、目覚めが悪い |
| | ●日中、頭がボーッとしている ●立ちくらみ、めまい |
| | ●かぜをひきやすい ●下痢、便秘 など |



COLUMN

いろいろある 暑さを軽減するグッズ・アイテム

巷には暑さを軽減するためのアイデアグッズがたくさん売られています。

例えば、緊急時にすぐ使える「瞬間冷却剤」は、袋の上から叩くだけで冷却作用が働き出します。衣服にスプレーする「冷感スプレー」は、衣服を通してゆっくり体を冷やすので、長時間涼しさが持続します。また、水で濡らすと冷感が増すスカーフやタオル、アイシングバッグ（氷のう）、モバイル型の扇風機などさまざまなものがあるので、使う場所やシーンに合わせて上手に活用してみましょう。



3

十分な休養を心がけよう

秋の連休を前に、強行日程で旅行や行楽の予定を立てている人も多いのではないのでしょうか？ 疲労感や食欲不振など、何らかの症状がみられるときは、予定をキャンセルして自宅でゆっくりする決断も必要です。
心身の休養には、十分な睡眠も不可欠です。「少し早めに就寝する」「15〜30分程度の昼寝をする」などして、睡眠時間を確保しましょう。

Topics

寝苦しいときはこんな工夫を！

人は体温が下がるときに心地よい眠りにつくといわれています。寝苦しいときは我慢せず、エアコンやサーキュレーター、冷感グッズなどを活用して、快適に眠れる工夫をしましょう。

- エアコンの設定温度は26〜28℃くらいに
- エアコンとサーキュレーターを併用すればより快適に
- マットやシーツ、枕や枕カバーなどを冷感作用のあるものに

2

熱中症を防ぐ、正しい水分補給

近年は残暑の時期になっても、真夏日や猛暑日を記録する日が少なくありません。また、気温が25℃程度でも、「湿度が高い」「通気性が悪い」などの条件が揃えば、体に熱がこもり、体温が上昇しやすくなります。熱中症を防ぐためには、こまめに水分補給をすることが必要です。以下のポイントに注意して、正しく、こまめに水分を補給しましょう。

水分補給のポイント

- のどが渇く前に水分を補給する
- 1日あたりの目安は1.2ℓ
- 1回あたりの目安コップ1杯(150〜200ml)
- 飲みものの温度は常温もしくは8〜13℃に冷やしたもの
- 就寝前や起床時、入浴前後の水分補給も忘れずに
- 通常の水分補給は水または麦茶がよい
- 甘い清涼飲料水での水分補給はNG
- 屋外での運動や作業で大量に汗をかいたときは、スポーツドリンクや経口補水液で水分と同時に塩分も補給する

Topics

暑い日のビールは美味しいけれど…

ビールに限らず、アルコール類には強い利尿作用があります。飲んだ分以上の水分を尿として排出してしまうので、逆に脱水症状を引き起こしかねません。
また、熱中症に陥っていても「酔っているだけだ」と、本人はおろか周囲の人も気づかず、適切な処置をしてもらえない危険もあります。どうぞ、ほどほどに。

1

暑さに負けない食事

日本の夏の高温多湿な気候は、体力を消耗しやすい気候でもあります。まだまだ暑い日が続くこの時期こそ、しっかり食べて、残暑に負けない体をつくるのが大切です。
ポイントは、たんぱく質やビタミンをバランスよくとること、1日3食を規則正しくとること。さらに、疲労回復に効果のある栄養素を意識して積極的にとるようにしましょう。

この時期必要な3つの対策
厳しい残暑を乗り切るためには、暑さを軽減するとともに、暑さによるダメージを防ぎ、解消するための対策が必要です。

夏バテ予防に 積極的にとりたい栄養素

ビタミンB₁

豚肉、うなぎ、かつお、大豆、玄米、ごまなど
炭水化物などの糖質をエネルギーに変える。



ビタミンC

ブロッコリー、ゴーヤ、赤・黄ピーマン、キウイフルーツなど
抗酸化作用や免疫力を高める作用、ストレスを和らげる作用もある。



たんぱく質

肉、魚、卵、牛乳・乳製品、大豆・大豆製品など
体の土台づくりに欠かせない栄養素。



アリシン

にんにく、玉ねぎ、ねぎ、ニラ、らっきょう、エシャロットなど
ビタミンB₁の吸収を助ける作用を持つ。



Topics

暑さで食欲がわかない…

そんなときは酸味や香味を使って食欲増進！

梅干しや酢など、酸っぱい食べものには、唾液の分泌を促して食欲を増進させる作用があります。また、胃の動きを助ける作用もあるので、胃腸が疲れているときにもおすすめです。

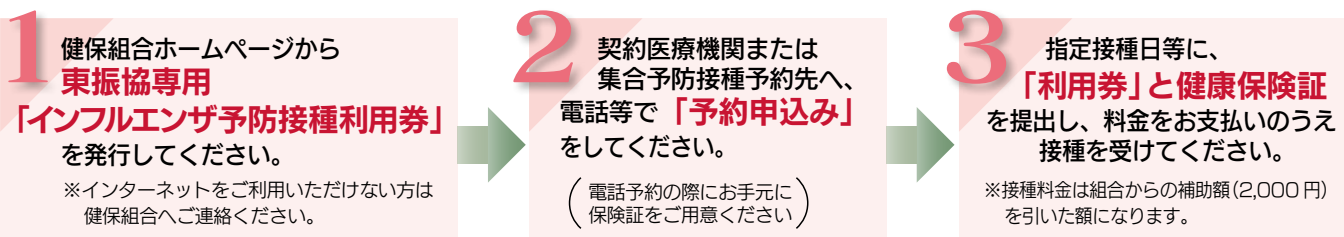


インフルエンザ予防接種を受けましょう



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1,960円(税込・上限)の負担額で受けられます。



★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か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。

受動喫煙による健康リスク

健康増進法の改正により受動喫煙対策が進められるなど、国を挙げて「望まない受動喫煙」をなくす動きが強まっています。それほど、受動喫煙が与える健康被害は大きいのです。

肺がん
(肺腺がん)
2倍

受動喫煙によって
リスクが高まる病気

受動喫煙が原因で
死亡する人の数

乳幼児
突然死症候群
(SIDS)
70人

乳がん
(閉経前)
2.6倍

脳卒中
1.3倍

乳幼児
突然死症候群
(SIDS)
4.7倍

脳卒中
8,010人

年間 約15,000人

虚血性心疾患
4,460人

肺がん
2,480人

出典：厚生労働省HP「なくそう！望まない受動喫煙。」
国立がん研究センター「日本人のためのがん予防法（2015）」

出典：厚生労働科学研究費補助金循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
「たばこ対策の健康影響および経済影響の包括的評価に関する研究」2015年度報告書



2019年7月から、改正健康増進法の一部施行によって、学校・病院・児童福祉施設・行政機関等で敷地内禁煙*（屋内完全禁煙）となり、喫煙場所以外での喫煙は罰則付きで禁止となりました。

2020年4月の全面施行では職場や飲食店においても規制されるなど、今後はますますたばこが吸いづらい環境へと変化していきます。これをきっかけに禁煙し、たばこを吸わない人生を始めてみませんか？

※屋外で受動喫煙を防止するために必要な措置がとられた場所に喫煙所を設置可。



第376回 理事会

- 【日 時】 令和元年6月26日(水)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126回組合会の招集及び組合会に提出する議案について

第126回 組合会

- 【日 時】 令和元年7月23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30年度事業報告について
 第2号議案：平成30年度収入支出決算について
 第3号議案：平成30年度決算残金処分について
 第4号議案：不納欠損処分について



事業所の削除・変更

削除事業所

令和元年5月8日

- 有限会社 城南機械製作所
大田区鵜の木3-4-14



変更事業所

令和元年5月1日

- 日本金属プレス工業厚生年金基金
新：墨田区両国4-30-7 金属プレス会館7階
旧：墨田区両国4-30-7 金属プレス会館8階

令和元年5月1日

- JMSA福祉企業年金基金
新：墨田区両国4-30-7 金属プレス会館7階
旧：墨田区両国4-30-7 金属プレス会館8階

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> 令和元年11月1日(金)

<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 法人利用のご案内



この秋、運動ははじめませんか?
 ルネサンスで、楽しく、正しくエクササイズ。
 姿勢が良くなり、疲れにくく。誰だってカッコよく!

会員プランは2つ。今ならお得に始められます!

9/21(土) ▶ 11/3(日)

おすすめ! 月額固定 使いたい放題プラン

月々 **8,424** 円 (税込) Monthly
 コーポレート会員

・入会時の手数料 通常1,080円(税込)
 ・レンタル用品 通常3,564円/月(税込)
 最大2ヶ月間
 タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

0 円

※新規でコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。
 ※尚、コーポレート会員退会後7ヶ月以上経過している方も含まれます。
 ※レンタル用品のお取り扱いがない店舗もございます。

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,620** 円 (税込) 1 Day
 コーポレート会員

レンタル用品

通常1,600円/回(税込) **入会当日**
 タオル(大小セット)・シューズ・
 Tシャツ・ハーフパンツ

0 円

※新規でコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。
 ※尚、コーポレート会員退会後7ヶ月以上経過している方も含まれます。
 ※レンタル用品のお取り扱いがない店舗もございます。

入会するなら、今スグに! らくらくWEB登録から ▶

お手続きに必要なものなど詳細もご案内しています。



※当チラシの価格表示は消費税8%の税込価格となります。消費税率の改正がなされた場合は、改正税率により算出した価格となります。



店舗の詳細は ▶

ルネサンス〇〇

検索

〇〇は店舗を入力

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※表裏に記載の会員は、月ごとに変更可(変更手数料なし)。※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 ●興奮(タトゥー含む)のある方 ●ペット連れの方 ●暴力団関係者 ●弊社の会員規約にご同意いただけない方 ●その他弊社が不適当と認めた方

不明な点は、お電話ください 平日 10:00~17:30
03-5600-5399