

2020 / 新年 No.288

健保 だより

理事長ご挨拶
理事・議員一覧

2020年度
各種健診のご案内

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

ご家庭へお持ち帰りください

当健保組合を運営する理事・議員が 改選されました。 どうかよろしくお願いいたします。

第18期 任期：令和元年11月29日～令和4年11月28日

選定理事・議員 (五十音順・敬称略)

理 事		
		
理事長 嶋村 誠 (株) 島村金属工業 (株)	和田 博之 東京都金属プレス工業 健康保険組合	内田健一郎 (株) 内田製作所
		
河野 正樹 中岡プレス工業 (株)	佐藤 慎祐 (株) エステイ	増田 靖治 (株) 増田製作所
議 員		
		
岡本 慎一 (株) 岡本製作所	川上 勝 東京カール (有)	國分 秀隆 国分プレス工業 (株)
		
齊藤 裕昭 JMSA福祉企業年金基金	中瀬 勲 河政工業 (株)	茨田 学 (一社) 日本金属プレス 工業協会
		
古木 孝典 (株) スガヌマ	堀 隆一 (株) ホリコー	

互選理事・議員 (五十音順・敬称略)

理 事		
		
太田 清文 (株) エイチワン	岡本 太郎 (株) クラフテックオカモト	貫井洋一郎 (一社) 東京都金属プレス 工業会
		
丸山 秀人 (株) 正和加工	山本榮之進 (株) 山本工場	山家 実 城南鋼鐵工業 (株)
議 員		
		
越後 修二 (株) 一 戸	大野 俊也 (株) アドバネクス	菅原 忠男 (株) 六合製作所
		
滝口 修 スターテング工業 (株)	橋本 靖久 橋本精密工業 (株)	平田真由美 大金工業 (株)
		
松田 勝 (株) 松田工業所	松本 知之 (株) 松本製作所	

新年のご挨拶



東京都金属プレス工業
健康保険組合
理事長 嶋村 誠

あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、すこやかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、当健康保険組合の事業運営に対し、平素より多大なるご理解とご協力を賜りまして、心より御礼申し上げます。

2019年は5月に新元号へ移行し、10月には消費税率10%への引き上げが行われ、国民生活に多くの変化のあった年となりました。

さて、健康保険組合を取り巻く環境ですが医療費の増加を背景に厳しい状況が続いています。団塊の世代が75歳に到達し始める2022年以降は、後期高齢者支援金が急増し、さらなる保険料負担の上昇が危惧されています。

国民皆保険制度を持続可能にするためには、給付と負担のさらなる見直し、世代間、世代内のアンバランスの是正など改革への継続的な取り組みが必要不可欠です。健康保険組合連合会では、2020年6月を目前に政府がまとめる予定の「骨太方針2020」に向けて「高齢者医療費の負担構造改革」「保険給付の適正化」「保健事業等の取り組みを通じて健康な高齢者を増やす」の3点の実現を喫緊の課題として求めています。

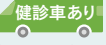
本年は、東京2020オリンピック・パラリンピックが開催され、スポーツへの関心も高まると思います。ご加入のみなさまにおかれましても、健康診断をはじめ、今年も当健保組合で展開する保健事業を積極的にご活用になり、ご家族全員の健康維持・増進、ひいては健康寿命の延伸につなげていただければと存じます。

最後になりますが、本年がみなさまにとって実り多き一年となりますよう心からお祈り申し上げます。新年の御挨拶とさせていただきます。

契約医療機関一覧

令和2年度版

※健診車の出張可能な範囲、人数等は健診機関毎に異なります。他県・遠方への健診車派遣を希望の場合はあらかじめご確認ください。

医療機関名・所在地・電話番号	人間ドック 受診者負担額	生活習慣病予防健診 受診者負担額	胃部	子宮細胞診		乳房検査		
			ペプシノーゲン検査	自己採取	医師採取	視触診	超音波	マンモグラフィー
新宿健診プラザ ○女性専用フロアあり  新宿区歌舞伎町 2-3-18 TEL 03-3207-2222	日帰 18,700 円	3,300 円	○	—	○	—	○	○
フィオーレ健診クリニック ○女性専用フロア・保育室あり 新宿区新宿 7-26-9 フィオーレ東京 TEL 03-5287-6211	日帰 18,700 円	3,300 円	—	—	○	—	○	○
健診プラザ日本橋 中央区日本橋本町 4-15-9 曽田ビル 4F TEL 03-3693-7240	日帰 17,600 円	3,300 円	—	—	○	—	○	○
品川シーズンテラス健診クリニック 港区港南 1-2-70 品川シーズンテラス 5F TEL 03-3452-3382	日帰 20,900 円	3,300 円	○	—	○	○	○	○
産業保健研究財団  渋谷区道玄坂 1-18-2 ノナカビル 2F TEL 03-3496-0696	—	3,300 円	○	○	—	—	—	—
東京蒲田医療センター 大田区南蒲田 2-19-2 TEL 03-5744-3268	日帰 17,600 円 一泊 58,300 円	3,300 円	—	—	○	○	○	○
鶯谷健診センター 台東区根岸 2-19-19 TEL 03-3873-9161	日帰 23,100 円	3,300 円	○	—	○	—	○	○
健診プラザ両国 墨田区両国 4-25-12 TEL 03-3846-3731	日帰 17,600 円	3,300 円	—	—	○	—	○	—
賛育会病院 健康管理クリニック 墨田区太平 3-20-2 TEL 03-3622-9191	日帰 23,100 円 一泊 45,100 円	3,300 円	○	—	○	—	—	○
葛飾健診センター  葛飾区立石 2-36-9 TEL 0120-489-231	日帰 17,600 円	3,300 円	—	—	○	—	○	○
新町クリニック 健康管理センター  青梅市新町 3-53-5 TEL 0428-31-5312	日帰 19,800 円	3,300 円	(施設) ○ (巡回) ○	—	○	○	○	○
八王子健康管理センター 八王子市明神町 4-30-2 TEL 042-648-1621	日帰 19,800 円	3,300 円	○	○	○	—	○	○
野村病院 予防医学センター 三鷹市下連雀 8-3-6 TEL 0422-47-8811	日帰 22,000 円 一泊 52,800 円	3,300 円	○	—	○	○	○	○
関東予防医学診療所  千葉県市川市欠真間 2-17-7 TEL 047-358-2397	—	3,300 円	○	○	—	—	○	—
戸田中央総合健康管理センター  埼玉県戸田市上戸田 2-32-20 施設健診 TEL 0120-388-811 巡回健診 TEL 048-446-0137	日帰 19,800 円	3,300 円	(施設) ○ (巡回) —	—	○	○	○	○
伊勢崎佐波医師会病院 成人病検診センター  群馬県伊勢崎市下植木町 502 TEL 0270-26-7878	日帰 14,300 円	3,300 円	○	○	○	○	○	○
群馬県健康づくり財団  群馬県前橋市堀之下町 16-1 TEL 027-269-7813	18,700 円 (胃部バリウムコース) 22,000 円 (胃内視鏡コース 経口) 23,100 円 (胃内視鏡コース 経鼻)	3,300 円	○	—	○	○	—	○

※人間ドックの婦人科検査項目および検査料金は医療機関により異なりますので、医療機関まで直接お問い合わせください。

※生活習慣病予防健診の婦人科検査は受診者負担額に含まれます。

当健保組合の令和2年度

健康の保持増進のため、
年に一度は健診を受けましょう！

各種健診の概要がまとまりました

下記の健診を年度内（4月から12月末まで）にいずれか1回受診できます。

「生活習慣病予防健診」「春季婦人生活習慣病予防健診」「人間ドック」には特定健康診査の検査項目が含まれています。

令和2年度より、健康保険組合の補助額が、1,000 円増額されました。

	生活習慣病 予防健診	春季婦人生活習慣病 予防健診	特定健康診査	人間ドック
対 象 者	被保険者(本人) 被扶養者(家族)	被保険者(本人) 被扶養者(家族) ※女性のみ	被扶養者(家族)	被保険者(本 人) 被扶養者(妻・夫)
対象年齢	35 歳以上	35 歳以上	40 歳以上	35 歳以上
自 己 負 担 額	3,300 円 (消費税含む)	3,300 円 (消費税含む)	無料	健診費用(消費税含む)から 20,900 円を超える額。 ※自己負担額は健診機関ごと に異なります
実施期間	令和2年4月～12月	令和2年4月～8月	令和2年4月～12月	令和2年4月～12月
健診場所	契約医療機関	全国の指定会場	契約医療機関	契約医療機関
申込方法	医療機関に予約後、会社経 由で健保組合に申込書をお 送りください。	申込書(紙)※1またはインター ネット※2のいずれかでお申込 みください。 ※1 申込書(紙)は事業所単位 ※2 インターネットは個人単位	健保組合に直接お電話でお 申し込みください。 ご自宅に書類をお送りします。	医療機関に予約後、会社経 由で健保組合に申込書をお 送りください。
申込締切	予約後、申込書を速やかに 健保組合にお送りください。	令和2年1月21日(火) ※紙、インターネット受付共に	予約後、申込書を速やかに 健保組合にお送りください。	予約後、申込書を速やかに 健保組合にお送りください。
二次検査	保険診療（保険証を使用して希望する病院等で受診してください）			

注1) 胃部レントゲン検査（バリウム）を、胃部内視鏡検査またはペプシノーゲン検査（血液検査）に代替も可能です。
（検査の代替が可能な医療機関に限ります。）

注2) 年度内に75歳になる方は、誕生日の前日までに健診を受けてください。誕生日以降受診された場合は、全額自費負担になります。

※対象年齢は、受診する年度の末日（3月31日）までに到達する満年齢です。

令和2年度の場合は下記の方になります。

35歳……昭和60年4月1日～昭和61年3月31日の間に誕生日を迎える方。健診当日に34歳の場合もあります。

40歳……昭和55年4月1日～昭和56年3月31日の間に誕生日を迎える方。健診当日に39歳の場合もあります。

※健診車の出張可能な範囲、人数等は健診機関毎に異なります。他県・遠方への健診車派遣を希望の場合はあらかじめご確認ください。

医療機関名・所在地・電話番号	人間ドック 受診者負担額	生活習慣病予防健診 受診者負担額	胃部	子宮細胞診		乳房検査						
			ペプシノ ゲン検査	自己採取	医師採取	視触診	超音波	マンモ グラフィー				
浅井病院 千葉県東金市家徳 38-1 TEL 0475-58-1407	日帰 23,100 円	—	○	人間ドックのみの契約医療 機関です。 婦人科検査の検査項目およ び検査料金は実施医療機関 にご確認ください。								
公立富岡総合病院 群馬県富岡市富岡 2073-1 TEL 0274-63-2111	日帰 19,800 円	—	—									
福井セントラルクリニック 栃木県下都賀郡壬生町おもちゃのまち 2-4-8 TEL 0282-86-6624	日帰 19,841 円	—	○									
相澤健康センター 長野県松本市本庄 2-5-1 TEL 0263-34-6360	日帰 18,700 円 一泊 46,200 円	—	—									
汐留健診クリニック 港区浜松町 1-17-10 TEL 0120-40-1086	日帰 20,900 円	3,300 円 (東振協契約)	○	医療機関ごとに実施できる 婦人科検査項目が異なりま す。実施医療機関もしくは 健康保険組合のホームペー ジでご確認ください。								
霞が関ビル診療所 千代田区霞が関 3-2-5 霞が関ビル 3F TEL 03-3239-0017	日帰 27,500 円 一泊 58,300 円	3,300 円 (東振協契約)	—									
東都クリニック ○女性専用フロアあり 千代田区紀尾井町 4-1 ホテルニューオータニガーデントワー 2 F TEL 03-3239-0302	日帰 27,500 円 一泊 58,300 円	3,300 円 (東振協契約)	—									
東京城東病院 江東区亀戸 9-13-1 TEL 03-3637-0945	日帰 18,700 円	3,300 円 (東振協契約)	—									
楠樹記念クリニック 新宿区西新宿 2-6-1 新宿住友ビル 6 F TEL 03-3344-6666	日帰 22,800 円 一泊 50,600 円	3,300 円 (東振協契約)	—									
フェニックスメディカルクリニック 渋谷区千駄ヶ谷 3 - 41 - 6 TEL 0120-063-063	日帰 17,600 円 一泊 39,600 円	3,300 円 (東振協契約)	—									
北品川クリニック  品川区北品川 1-28-15 TEL 03-6433-3273	日帰 25,300 円 一泊 47,300 円	3,300 円 (東振協契約)	—									
牧田総合病院 人間ドック健診センター 大田区西蒲田 4-29-1 ※ 2021 年 1 月移転予定 TEL 03-3751-3489	日帰 24,200 円 一泊 48,950 円	3,300 円 (東振協契約)	○									
池袋病院 豊島区東池袋 3-5-4 TEL 03-3971-2836	日帰 20,900 円 一泊 46,200 円	3,300 円 (東振協契約)	—									
愛誠病院 板橋区加賀 1-3-1 TEL 03-3961-5388	日帰 22,000 円	3,300 円 (東振協契約)	○									
愛誠病院 上野クリニック 台東区東上野 2-18-6 TEL 03-3834-3518	日帰 22,000 円	3,300 円 (東振協契約)	○									
柏健診クリニック 千葉県柏市柏 4-5-22 TEL 0120-15-4119	日帰 20,900 円 一泊 45,100 円	3,300 円 (東振協契約)	○									
 対応医療機関あり (一社) 東京都総合組合保健施設振興協会 (東振協) とうしんきょう 上記の直接契約医療機関のほかに東振協と契約している医療機 関でも健診を受けられます。全国の医療機関一覧はホームペー ジでご確認いただくか健康保険組合までご連絡ください。 http://www.kpk.or.jp/	日帰 18,700 円	3,300 円	医療機関ごとに実施できる婦人科 検査項目が異なります。実施医療 機関もしくは健康保険組合のホー ムページでご確認ください。									

※人間ドックの婦人科検査項目および検査料金は医療機関により異なりますので、医療機関まで直接お問い合わせください。
※生活習慣病予防健診の婦人科検査は受診者負担額に含まれます。

※健診車の出張可能な範囲、人数等は健診機関毎に異なります。他県・遠方への健診車派遣を希望の場合はあらかじめご確認ください。

医療機関名・所在地・電話番号	人間ドック 受診者負担額	生活習慣病予防健診 受診者負担額	胃部	子宮細胞診		乳房検査		
			ペプシノ ゲン検査	自己採取	医師採取	視触診	超音波	マンモ グラフィー
下越総合健康開発センター 健診車あり 新潟県新潟市本町 4-16-83 TEL 0254-24-1145	18,700 円 (1 日コース) 14,300 円 (半日コース)	3,300 円	○	—	○	—	—	○
聖隷福祉事業団 健診車あり ・聖隷予防検診センター 静岡県浜松市北区三方原町 3453-1 (浜松地区予約センター) TEL 0120-938-375 ・聖隷健康診断センター 静岡県浜松市中区住吉 2-35-8 (静岡地区予約センター) TEL 0120-283-170 ・聖隷健康サポートセンター Shizuoka 静岡県静岡市駿河区曲金 6-8-5-2 (巡回健診の予約) TEL 053-439-8279 ・聖隷静岡健診クリニック マークス・ザ・タワー東静岡 2F～4F (巡回健診の予約) TEL 053-439-8279 静岡県静岡市葵区黒金町 55 静岡交通ビル 5 ～ 7 階	日帰 23,100 円	3,300 円	—	—	○	—	○	○
社団法人 熊本市医師会 ヘルスケアセンター 熊本県熊本市本庄 5-15-12 TEL 096-366-2711	—	3,300 円	○	—	○	○	○	○
稲沢厚生病院 愛知県稲沢市祖父江町本甲拾町野 7 番地 TEL 0587-97-5533	日帰 12,100 円	3,300 円	○	—	○	—	—	○
明治安田健康開発財団 新宿健診センター 新宿区西新宿 1-8-3 小田急明治安田生命ビル 10F TEL 03-3349-2731	日帰 25,300 円	—	—	人間ドックのみの契約医療 機関です。 婦人科検査の検査項目およ び検査料金は実施医療機関 にご確認ください。				
新赤坂クリニックグループ (予約センター) TEL 03-5770-1250 ・六本木本院 港区六本木 5-5-1 六本木ロアビル 11F ・日本橋室町クリニック 中央区日本橋本町 1-5-6 第 10 中央ビル ・横浜北幸クリニック 横浜市神奈川区鶴屋町 3-32-13 第 2 安田ビル 9F	日帰 23,100 円 一泊 37,400 円	—	—					
サン虎の門クリニック 豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 7F TEL 03-3988-1862	日帰 25,300 円 一泊 41,800 円	—	○					
東海大学医学部付属八王子病院 八王子市石川町 1838 TEL 042-639-1177	18,700 円 (胃部バリウムコース) 23,100 円 (胃部内視鏡コース)	—	—					
多摩海上ビル診療所 多摩市鶴牧 2-1-1 多摩東京海上日動ビル中央館 1F TEL 042-356-2222	日帰 15,400 円	—	—					
南台病院 小平市小川町 1-485 TEL 042-341-7111	日帰 12,070 円	—	○					
相模原総合健診センター 神奈川県相模原市中央区淵野辺 3-2-8 TEL 042-753-3301	日帰 25,300 円	—	○					
横浜総合健診センター 神奈川県横浜市神奈川区金港町 3-1 コンカード横浜 20F TEL 045-461-1230	日帰 25,300 円	—	○					
みなとみらいメディカルスクエア 神奈川県横浜市西区みなとみらい 3-6-3 MM パークビル 2F TEL 045-228-2000	日帰 25,300 円	—	○					
セントマーガレット病院 千葉県八千代市上高野 450 TEL 047-485-1986	日帰 17,600 円 一泊 45,100 円	—	○					
ちば県民保健予防財団 総合健診センター 千葉県千葉市美浜区新港 32-14 TEL 043-242-6131	日帰 20,350 円	—	○					

※人間ドックの婦人科検査項目および検査料金は医療機関により異なりますので、医療機関まで直接お問い合わせください。
※生活習慣病予防健診の婦人科検査は受診者負担額に含まれます。

どんなことするの？ 特定保健指導 ～パパの場合～

初回面談

目標

- 体重… -2kg
- 腹囲… -2cm

実現するために

- 1日1万歩以上歩く
 - 【職場で階段を使う】
 - 【1駅歩く】
- 週1回、休肝日

目標を決めて一緒に取り組んでいきましょう

職場で…

メールでやりとり…

通勤途中に…

面談も…

最終評価

成果を確認

- 体重… -3kg
- 腹囲… -3cm

特定保健指導の案内が届いても受けない方が一定以上いると、〃健保組合が納めるべき後期高齢者支援金が引き上げられる〃というペナルティが課せられます。その影響として、みなさんが納める保険料が高くなる可能性があります。案内が届いた方はぜひ、受けてください！

受けましたか？ 特定保健指導

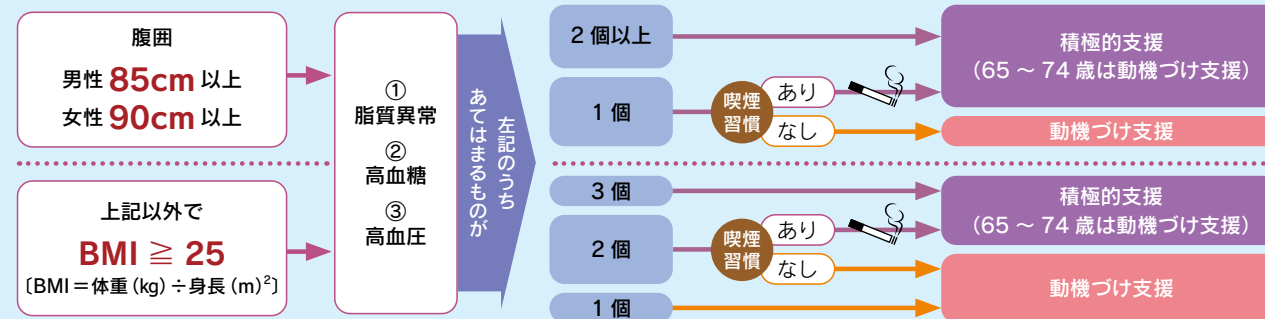
特定保健指導の対象となった方には、当健保組合からご連絡をさしあげます。費用は健保組合が負担するので無料です。ぜひ受けてください！

特定保健指導とは… 特定健診でメタボリックシンドロームのリスクが高かった方に、保健師など専門職との面談などを通して、生活習慣改善に取り組んでいただくものです。メタボリックシンドロームを防ぐことで、糖尿病や心筋梗塞、心不全、脳卒中などの重篤な病気を予防します。

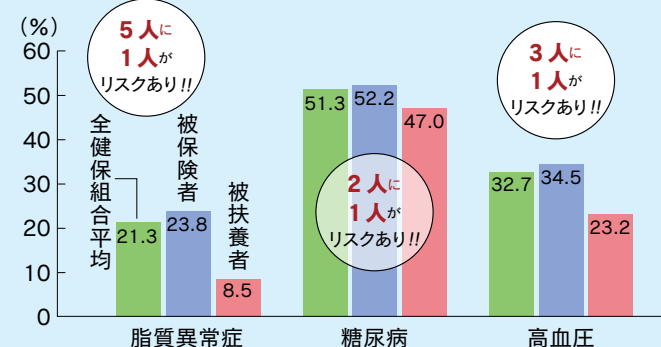


特定保健指導対象者の選ばれ方

特定健診の検査項目のうち、「内臓脂肪の蓄積」「脂質」「血糖」「血圧」「喫煙習慣」などの結果に着目して、メタボのリスクが高い方が選び出されます。リスクの度合いに応じて「動機づけ支援」「積極的支援」のどちらの特定保健指導を受けるかが決まります。



生活習慣病リスク保有者の割合



●リスク判定基準

2016年度特定健康診査受診者のうち、以下の基準（保健指導判定基準）に該当した人の割合

【脂質】 中性脂肪 150mg/dL 以上、または HDL コレステロール 40mg/dL 未満

【血糖】 空腹時血糖値 100mg/dL、またはヘモグロビン A1c 5.6% 以上

【血圧】 収縮期 130mmHg 以上、または拡張期 85mmHg 以上

出典：2018年度健康スコアリングレポートより抜粋

【医療費のお知らせについて】

〒100-0000
〇〇〇市〇〇〇町1-1-1
様

医療費のお知らせ

このお知らせは、あなたとご家族の方が健康保険で受診された医療費（平成31年1月～令和元年11月診療分が表示されます。ただし、医療機関等からの月遅れ請求等により、今回の通知に記載されていない場合があります。）の世帯総合計が一定金額以上（今年度は、自己負担額（窓口での支払い）の世帯総合計が50,000円以上）の方に年1回お知らせするものです。
なお、所得税の医療費控除申告をする際に、このお知らせを活用することが出来ることになりました。（裏面参照）

東京都金属プレス工業健康保険組合
このお知らせについて、ご質問等がございましたら、下記までお問合せください。
医療保 ☎ 03-3634-5151（代）

* 医療費のお知らせ *

記号 番号 令和 2 年 2 月 2 8 日

受診者	区分	医療機関等名称	診療年	診療月	診療日・回数	診療費総額	公費負担額	健保組合負担額	自己負担額
健保花子	外来	両国内科医院	31	2	2	6,800		4,760	2,040
健保一郎	外来	金属プレスクリニック	1	5	1	20,800		14,560	6,240
合 計						27,600	0	19,320	8,280

※お知らせできるのは、健康保険適用となる医療費についてです。自由診療や保険外併用療養費は載っていません。▶
区分
「柔整」 整骨院、接骨院等で施術を受けたものです。名称は空白の場合もあります。
「訪問看護」 訪問看護ステーションからの請求です。
「食事」 入院に伴う食事費用です。
診療費総額 左の診療月1ヶ月にかかった診療費等の合計です。
公費負担額 自己負担額の一部を、国や地方自治体が出している場合に記載があります。
健保組合負担額 市区町村などが一部負担している場合、公費負担額が組合で確認できない場合、空欄になっていることもあります。
自己負担額 健康保険組合が医療機関等に支払った額です。
額は、1円単位で表示されていますが、受診者が窓口等で支払う額は、10円未満四捨五入した額となります。
医療機関等の窓口で「限度額適用認定証」等を提示したことにより、窓口負担額が軽減された場合は、窓口で支払われた額が表示されます。

2月28日に、「医療費のお知らせ」を加入者の皆様 に送付します。

（平成31年1月～令和元年11月診療分）

皆様に、ご自身の医療費がどのくらいかかったかを把握し認識いただくとともに、皆様方が医療機関で受診された内容に誤りがないか、確認いただくためにお送りいたします。また、このお知らせは税金の確定申告（医療費控除）に利用できることから、個人単位ではなく世帯単位でお送りします。

※一定以上の医療費がかかった方に「医療費のお知らせ」をお送りします。

受動喫煙の対策 進む今こそ

2018年7月に改正健康増進法が成立し、
2020年4月1日以降は室内原則禁煙が全面的
に施行されます。

※自治体によって、受
動喫煙に関する独自の
条例を設けている
場合があります。



室内原則禁煙



喫煙可能場所への
20歳未満
立入禁止の表示

すべての施設において、20歳未満の喫煙エリアへの立ち入りは、
客・従業員ともに禁止されます。

禁煙のチャンス！

禁止場所で吸うと
30万円以下の
過料！



分煙が進み、
吸える場所が
限られてきている今、
喫煙者の方は
禁煙するチャンスです！

標識で店の外から 喫煙室の有無がわかるように



喫煙専用室あり
Designated
smoking room
available

喫煙専用室

たばこを吸うた
めだけの喫煙室。
吸いながらの飲
食は不可。



加熱式たばこ専用喫煙室あり
Designated
heated tobacco
smoking room
available

加熱式たばこ 専用喫煙室

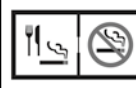
加熱式たばこの
み喫煙できる。
吸いながらの飲
食が可能。



喫煙目的室あり
Smoking room
available

喫煙目的室

シガーバーやス
ナックといった、
喫煙をサービスの
目的としている
ブース。吸い
ながらの飲食が
可能。



喫煙可能室あり
Smoking room
available

喫煙可能室

既存の経営規模
の小さな飲食店
の喫煙席。吸い
ながらの飲食が
可能。

（厚生労働省資料より）



第377回 理事会

- 【日 時】令和元年9月24日(火)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
 第2号議案：組合会議員改選に伴う選定議員の選定を委任する代表事業主の選任について
 第3号議案：組合会議員の任期満了に伴う改選について

第378回 理事会

- 【日 時】令和元年11月26日(火)午後3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：常務理事の指名について
- ## 第127回 組合会
- 【日 時】令和元年11月26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：監事の選挙について

事業所の削除・変更

削除事業所

- 平成29年6月1日
 ●大橋精密(株)
 杉並区上荻1-15-1
- 令和元年5月16日
 ●フジマイクロ(株)
 墨田区江東橋1-16-2
 チョーギンビル3階
- 令和元年6月29日
 ●(株)トナミ製版
 台東区三筋1-11-7
- 令和元年7月1日
 ●(有)松原プレス工業所
 大田区西糺谷3-22-16
- 令和元年7月4日
 ●(株)スルガ技研
 静岡県沼津市新沢田町9-20

所在地変更事業所

- 平成31年4月1日 ●シグニ(株)
 新：江東区東陽3-7-13
 旧：東京都江東区東陽3-7-13
 TOKYU REIT木場ビル8階
- 令和元年6月27日 ●(株)富倉製作所
 新：静岡県沼津市足高292-37
 旧：静岡県沼津市新沢田町9-20

名称変更事業所

- 令和元年9月1日 新：入船テクニカ(株)
 旧：宮沢工業(株)

東京総合健保

ミニマラソン大会

(一社)東京都総合組合保健施設振興協会の主催による令和元年度のミニマラソン大会は、2020年東京オリンピック・パラリンピック大会の開催に伴う改修工事等により開催会場の確保が困難なことから、中止となりました。

令和2年度

任意継続被保険者の標準報酬月額の上限が決定しました

任意継続被保険者(退職後も2年間に限度に当健康保険組合に継続加入される方)の標準報酬月額は、

- ①本人の退職時の標準報酬月額
- ②前年9月末日の当健保組合の平均標準報酬月額

のうち、低いほうが適用されます。

令和元年9月末日現在の②の額は35万7,797円でしたので、令和2年4月からの任意継続被保険者の②の標準報酬月額は、**25等級・36万円**となります。



「スキー場の割引リフト券」をご利用ください!

今年もスキー場のリフト券の配布をしております。
 ご希望の方は、健保組合総務課までご連絡ください。



スキー場	区 分	一般料金	割引料金	有効期間
舞子スノーリゾート 舞子ワンデーパス (リフト・ゴンドラ共通 1日券ナイター終了まで)	大人	5,000円	3,800円	2020.4.5 終了予定
	55歳以上・中学高校生	4,500円	3,500円	
	小学生	3,000円	2,400円	
石打丸山スキー場 (リフト1日券)	大人のみ	5,100円	4,600円	2020.3.22まで

Let's Try!

オリンピック・パラリンピック

雑学クイズ

楽しい雑学で
盛り上がりよう!

今年は東京でオリンピック・パラリンピックが開催
されるメモリアルイヤー。
この一大イベントにまつわる三択クイズに
挑戦してみませんか!

あなたはいくつ
わかるかな?

Q 開会式や閉会式の入場行進で、
最初に入場する国は?

- ①アメリカ ②ギリシャ ③イギリス

[答え②] オリンピック憲章により開会式や閉会式の入場行進は、
先頭がギリシャ、最後が開催国と決まっています。その間の順
番は、原則として開催国の言語表記の順になります。

Q オリンピックのシンボルマークは
青、黄、緑、赤と何色?

- ①オレンジ ②紫 ③黒

[答え③] シンボルマークは、近代オリンピックの創始者であるピ
エール・ド・クーベルタンが考案しました。この5色に地の白を
加えると、世界の国旗のほとんどを描けるといわれています。

Q パラリンピックはオリンピックと
何の言葉を組み合わせたもの?

- ①パラレル ②パラソル ③パラシュート

[答え①] 「並行」を意味するパラレルとオリンピックを合わせた造語で、
「もうひとつのオリンピック」を表します。パラリンピックは1988年
ソウル大会から、オリンピックと同じ都市で開催されています。

Q 日本が初めてオリンピックに
参加したのはいつ?

- ①1900年 ②1912年 ③1924年

[答え②] 日本が初めて参加したのは、1912年にスウェーデンで
開催されたストックホルム大会。マラソンの金栗四三、短距離走
の三島弥彦の大学生2人が選手として参加しました。

Q オリンピックのメダリストで
ノーベル賞を受賞した人は?

- ①アメリカ人 ②ドイツ人 ③イギリス人

[答え③] イギリス人のフィリップ・ノエル・ベーカーは、1920年
アントワープ大会の1,500m走で銀メダルを獲得。その後は平
和軍縮活動に携わり、1959年にノーベル平和賞を受賞しました。

Q 過去のオリンピックで
実際にあった珍しい競技は?

- ①綱引き ②腕相撲 ③一輪車レース

[答え①] 1900年パリ大会から1920年アントワープ大会まで
行われました。ただし、綱引きという独立した競技ではなく、陸
上競技の1種目として実施され、当時は人気があったようです。

Q パラリンピックの陸上競技で
使用される車いすの名称は?

- ①レーサー ②チェーサー ③ローラー

[答え①] 陸上競技用の車いすは大きなふたつの後輪が特徴的で、
「レーサー」と呼ばれます。選手は腕力など上半身の力だけで前
に進み、下り坂のスピードは時速50kmに達します。

Q 東京2020オリンピックで
海を舞台に行われる新競技は?

- ①素潜り ②サーフィン ③ウェイクボード

[答え②] サーフィンは古代ポリネシア人によって始められ、ハワイ
で普及した海のスポーツ。東京大会は長さ6フィート前後のショ
ートボードで行われ、波を乗りこなすテクニックを競います。