

2024/秋 No.307

健保 だより

令和5年度

決算がまとまりました
資格情報のお知らせを送付します
インフルエンザ予防接種のご案内



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

ご家庭へお持ち帰りください

厳しい状況のなか、経常収支で引き続き黒字に

去る7月17日（水）に開催された第138回組合会で、当健保組合の

令和5年度決算が審議され、可決・承認されました。

令和5年度 決算がまとまりました

収入総額	98億3,164万5千円
支出総額	92億4,022万7千円
決算残金	5億9,141万8千円
経常収支差引額	563万2千円

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、3億469万円を支出、下記のような事業を実施しました。

令和5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（3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指導宣伝（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（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）
- ・医療費のお知らせ（2月）

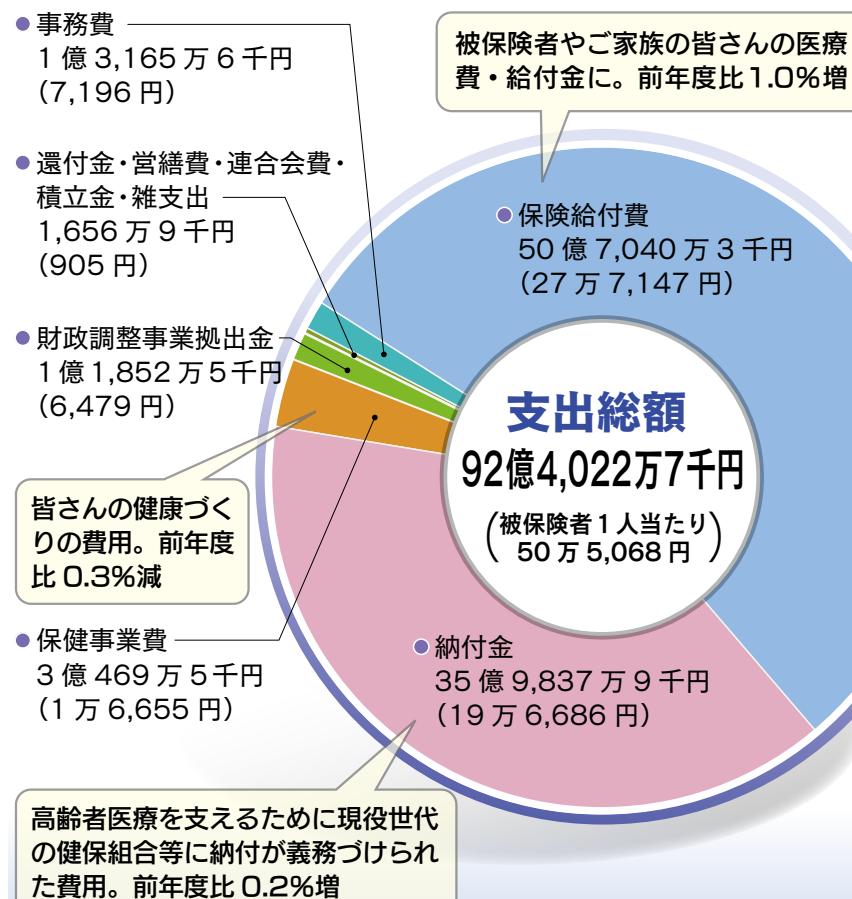
健康診断と疾病予防

- ・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（4～8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）
- ・受診勧奨通知書（放置）（6月）
- ・受診勧奨通知書（腎）（6月）

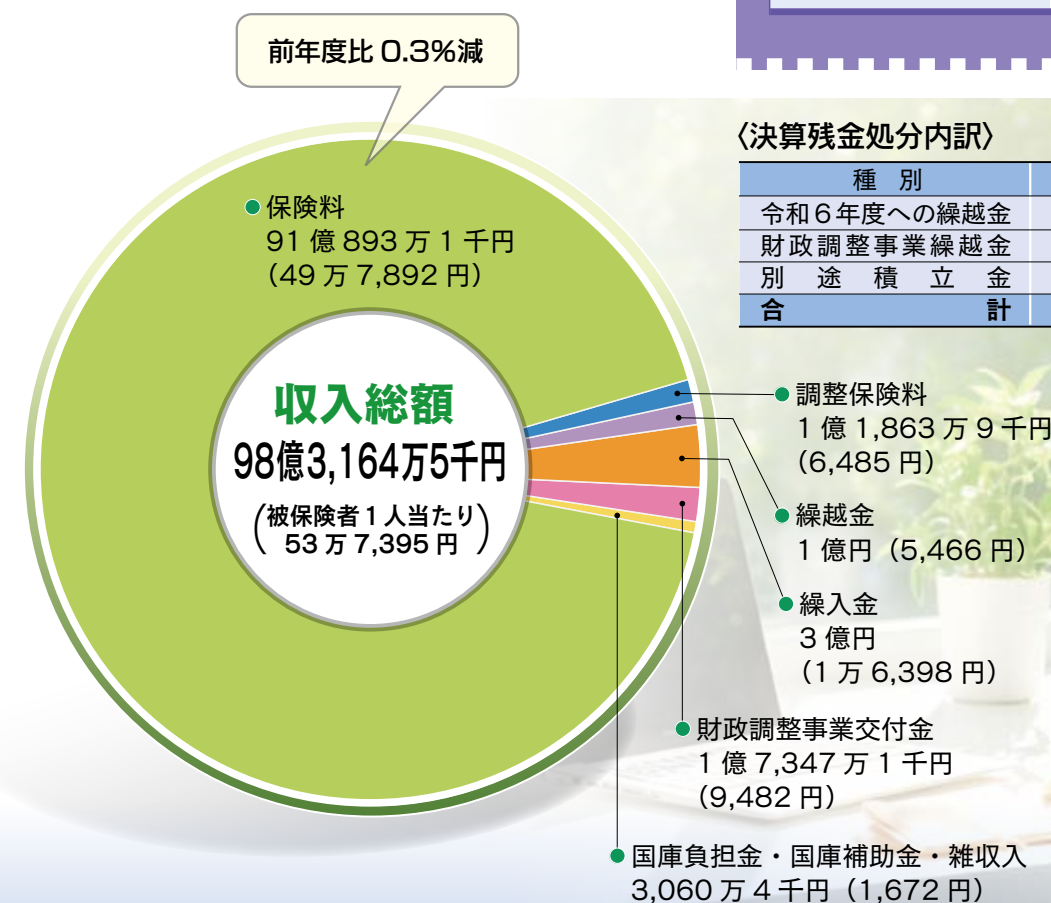
保養と健康づくり

- ・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「へるすぴあ」（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 net クラブの優待利用（年間）
- ・リゾートトラストの会員料金での利用（年間）

グラフで見る令和5年度決算



健康保険



〈決算残金処分内訳〉

種別	金額(千円)
令和6年度への繰越金	100,000
財政調整事業繰越金	129
別途積立金	491,289
合計	591,418

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

〈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	1,087,712	101,494
繰入金	35,000	3,266
雑収入	4	—
合計	1,122,716	104,760

〈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	1,104,773	103,086
介護保険料還付金	2	—
合計	1,104,775	103,086

令和5年度は介護保険収入10億8,771万2千円に対して、国に納付する介護納付金が11億477万3千円となりました。決算残金は準備金といたしました。

当 健保組合は平成29年度から一般保険料率98%を維持しており、令和5年度は円安によるインフレの影響やロシアによるウクライナ侵攻など、先行き不透明で厳しい見通しではありましたが、引き続き料率を維持し運営してまいりました。

被 保険者数と報酬月額が微増、賞与支給額は減少し、保険料収入は2,400万円（0.3%）の減少となりました。

支 出の大半を占める保険給付費（医療費）は、前年度に比べ5,100万円（1.0%）増加し、高齢者医療のための納付金は、600万円（0.2%）増加となりました。

こ れらの結果、経常収支で前年度に引き続き黒字となりましたが、黒字額は8,800万円減少しています。決算残金は1億円を次年度予算に繰越し、4億9,100万円を別途積立金として増し、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いたします。

令 和6年度は厳しい財政状況が見込まれますが、積立金を取り崩し保険料率を維持しております。今後も効率的に事業を展開し、収支の安定に努めてまいりますので、皆さまにおかれましては、適正受診やジェネリック医薬品への切り替え等、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。

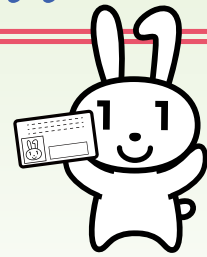
健康保険証は、令和6年12月2日に廃止されます

医療機関等の
受診は

マイナ保険証で!!

現行の健康保険証は令和6年12月2日に廃止され、同日以降を交付日とする健康保険証の新規・再発行は行われません。マイナンバーカードを取得していない方、健康保険証利用の申込手続きがお済みでない方は、すみやかに申請・登録を行いましょう。

※マイナ保険証とは健康保険証の利用登録が完了しているマイナンバーカードを指します。



マイナ保険証のメリット

データに基づく適切な診断や処方が可能! ※本人が同意した場合のみ

- 特定健診や診療情報を医師と共有でき、重複検査などのリスクが減少する
- 薬剤情報を医師や薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与などのリスクが減少する
- 旅行先や災害時などでも、薬の情報等が連携される



各種手続きも簡単・便利に!

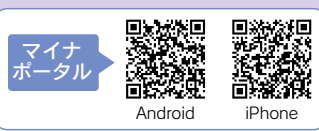
- 転職・転居などによる保険証の切替や更新が不要に ※保険者が変わる場合は手続きが必要
- 手続きなしで、高額な窓口負担が不要に
- マイナポータルで、過去の健診・薬剤の処方・医療費の閲覧や医療費控除の手続きができる

マイナ保険証の申請はカンタン

マイナンバーカードを保険証として使用するには申し込みが必要です。

● スマホから

STEP 1 「マイナポータル」をインストールし、起動する



STEP 2 「マイナンバーカードの健康保険証利用申込」をタップする



STEP 3 利用規約等を確認・同意する

STEP 4 マイナンバーカード交付時に設定した4桁の暗証番号を入力し、マイナンバーカードを読み取る

● 医療機関・薬局の 顔認証付カードリーダー

受診時に申込OK



● セブン銀行 ATM



マイナンバーカードをかざし、4桁の暗証番号を入力

マイナ保険証がないと保険診療が 受けられなくなるの?



健康保険証廃止後、発行済みの健康保険証を最大1年間(先に有効期間が到来する場合は有効期間まで)使用できる経過措置が設けられています。オンライン資格確認を受けることができない方には、氏名・生年月日、被保険者等記号・番号、保険者情報等が記載された「資格確認書」を交付する予定です。「資格確認書」があれば、当分の間、これまでどおり保険診療を受けることができます。

(資格確認書の交付対象者)

当分の間、下記の方については本人の申請によらず健保組合などの各保険者が交付します。

- マイナンバーカードを取得していない方
- マイナンバーカードを保有しているが健康保険証利用登録を行っていない方
- マイナ保険証の利用登録解除を申請した方、マイナンバーカードの電子証明書の有効期限が切れている方、マイナンバーカードを返納した方 等

(資格確認書の有効期間) 5年以内で各保険者が設定します。

(資格確認書のサイズ、材質)

サイズはカード型、はがき型、A4型から、材質は紙かプラスチックから、各保険者が選択します。

マイナンバーカードに関するお問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0178

平日 9時30分～20時 土日祝 9時30分～17時30分(年末年始を除く)
紛失・盗難などによる一時利用停止は24時間365日受付



★マイナンバーカードの
申請はこちらから

地方公共団体
情報システム機構



★マイナンバーカードの
健康保険証利用について

厚生労働省



資格情報のお知らせを 送付します

健康保険組合が把握している資格情報※(個人番号の下4桁を含む)を通知することで、**情報の正確性を担保し、全ての方に安心してマイナンバーカードを保険証として利用していただくようにすることを目的とするものです。**

※資格情報とは…資格取得届等に記載された個人番号(マイナンバー)等を登録した情報のことです。
また、資格情報を登録することにより保険医療機関等において資格の有無を確認することができます。

◆資格情報のお知らせ(イメージ)

(登録番号) XXX-XXX-XX (様式2 (一部不一致等))

(保険者名) (保険者番号)

佐藤 太郎 様

資格情報のお知らせと個人番号(マイナンバー)確認のお願い

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします(令和6年10月1日時点)。なお、このお知らせのみでは受診できません。

記号	000	番号	00000000 (検査) 00
氏名	佐藤 太郎		
フリガナ	サトウ タロウ		
負担割合	3割		
資格取得年月日	平成〇年〇月〇日		
保険者名	〇〇		

スマートフォンをお持ちの方は、以下の二次元コードからマイナポータルにログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。

マイナポータルへのアクセス・ダウンロードはこちら

マイナ保険証の読み取りができない例外的な場合については、スマートフォンの資格情報画面をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます(スマートフォンをお持ちでない方は、この文書をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます)。

なお、現在、医療保険のデータベースに登録されているあなた個人番号(マイナンバー)は次のとおりですのでご確認ください(12桁のうち下4桁のみ表示)。

表示されている下4桁の数字が、ご自身の個人番号(マイナンバー)の下4桁と一致していない場合には、保険者までご連絡ください。

**** * 6825

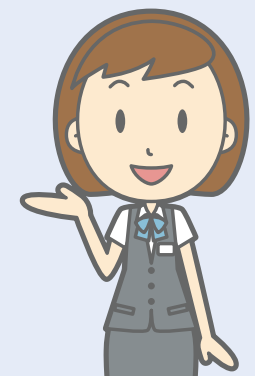
※このお知らせのみでは受診できません

資格情報のお知らせ

令和〇年〇月〇日発行 (保険者名) (保険者番号)

記号	000	番号	00000000 (検査) 00
氏名	佐藤 太郎		
フリガナ	サトウ タロウ		
負担割合	3割		

受診の際にはマイナ保険証が有効であることを確認してください



送付対象者

- 全ての被保険者・被扶養者
- ※当組合にマイナンバーが登録されている方。

送付時期

- 令和6年10月末までに順次事業所様へ送付いたします。

◆資格情報のお知らせにある

- 氏名
- フリガナ
- マイナンバーの下4桁が合っているか必ずご確認ください。

配布方法

- 事業所様宛に特定記録郵便・レターパック・宅配便等で送付いたします。

健康保険証は
令和6年12月2日に廃止

健康保険証は令和6年12月2日に廃止され、マイナ保険証に移行することが決定しています。
なお、すでに発行されている健康保険証の有効期限は令和7年12月1日までとなります。



今月も出費が多くて困っちゃうわ。
医療費も節約できたらいいのだけど…

ジェネリックにすればお薬代が安くなるぞ。
長期服用しているお薬は、
とくに節約効果抜群じゃ！



それは助かるわね！
でも、安いお薬ってなんだか心配ね…

ジェネリックが安いのは品質が劣るからではなく、研究開発費が先発医薬品ほどかからないからじゃ。

有効性や安全性は先発医薬品と同等
であると認められているから安心なのじゃ



令和6年10月から 先発医薬品を希望すると負担増に

10月以降、ジェネリック医薬品がある先発医薬品[※]を希望する場合は、ジェネリック医薬品との差額25%にあたる金額を患者が負担することになりました。**あえて先発医薬品を選ぶと、従来よりも自己負担額が高くなります。**

※対象となる先発医薬品は、ジェネリック医薬品の発売から5年以上経過した薬、またはジェネリック医薬品の使用割合が50%以上となった薬。

〈例〉	薬価	自己負担額（3割）	
		令和6年 9月まで	令和6年 10月から
先発 医薬品	500円	150円	200円 50円増
ジェネ リック	250円	75円	75円 変化なし

◆◆◆ 多剤服用によるポリファーマシーに気をつけて！ ◆◆◆

ポリファーマシーとは、多くの薬を服用していることで重篤な副作用を起こしたり、正しく薬がのめなくなったりしている状態のことをいいます。本来は病気を治すためのお薬も、数が増えると相互に影響し合って体へ悪影響（ふらつきやめまい、食欲低下、眠気、物忘れなど）を起こすことがあります。気になる症状がある場合は自己判断せずかかりつけの医師に相談しましょう。

ポリファーマシーを防ぐには、日ごろからかかりつけ医やかかりつけ薬局をもち、服薬情報を把握してもらうことが大切です。マイナ保険証やお薬手帳があると医師や薬剤師に正しい服薬情報・履歴を伝えることができます。

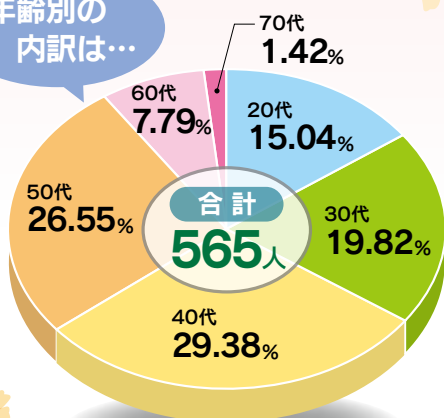
ジェネリック医薬品は、先発医薬品の特許期間が切れた後に同じ有効成分で製造・販売されるお薬です。上手に活用すれば、お薬代を抑えることができます。

お薬代節約できる
ジェネリック

565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～

年齢別の
内訳は…



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、令和5年1月～令和5年12月の1年間、病院・診療所等に通院しなかった被保険者の方々565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。

東振協

いきいき健康づくり2024

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、東振協いきいき健康づくりを開催しています。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
ウォークラリー	10月 5日（土）	国営昭和記念公園
	10月12日（土）	上野恩賜公園
	10月19日（土）	東京ベイサイドツーデーマーチ・WOMEN's Lesson Walk
	10月20日（日）	東京ベイサイドツーデーマーチ
	10月26日（土）	都立葛西臨海公園
スマホスタンプラリー	11月 3日（日）	皇居外苑とパワースポット巡り
	11月 9日（土）	歴史と海外を感じて散策（汐留シオサイト イタリア街）
	11月23日（土）	昭和と明治・大正にタイムスリップ（谷根千・文豪ストリート）
	11月24日（日）	天空から おしゃれな中目黒リバーサイド
Enjoy RUN 2024	11月 2日（土）	江東区夢の島競技場
秋空ヨガ in 有明ガーデン 女性限定	10月27日（日）	有明ガーデン みんなのテラス
健康づくり オンラインレッスン	10月1日～31日（1か月間）	ご自宅等で視聴（Zoomでの生配信）
	10月 6日（日）	
	10月12日（土）	

～ イベントの参加申込み及び詳細 ～

東振協ホームページ <https://www.toshinkyo.or.jp/event>

（申込期間 9月30日（月）迄） 申込みは全て Web のみの受付となりました。



◆東振協主催 一日介護・健康講座について

今年度の開催につきましては、今後決定される予定です。

詳細については下記をご確認ください。

東振協ホームページ <https://www.toshinkyo.or.jp/event>

早めの対策で秋を快適に過ごそう！

秋バテを予防するには、気候や温度の変化に体を順応させるため、空調管理や体温調節など環境を整え、生活習慣を夏から秋へ上手に切り替えることが必要です。本格的な秋を迎える前に、生活の工夫で夏の疲れを解消し、秋バテを予防しましょう！

空調管理・体温調節

猛暑で冷房の効いた室内から出ることが少なくなり、体の冷えや、体温調節機能が低下している可能性があります。

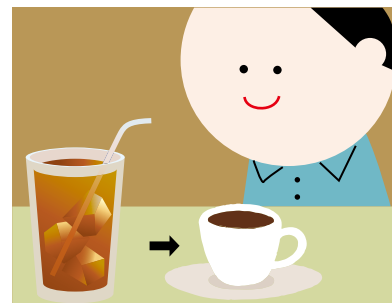


- 気温が下がってきたらエアコンを切る、または温度設定を見直す
エアコンの温度設定は、外気温と室内の温度差を 5℃以内に抑えるのが理想的といわれています。
- 風が直接体に当たらないようにして、体が冷えすぎるのを防ぐ
- 昼夜の気温差の激しい季節は、服装で体温調節を図る
カーディガンを 1 枚羽織る、靴下をはくなどで調節しましょう。

食生活

秋口の食生活でとくに気をつけたいのは、体を冷やすものはできるだけ避けて、体を温めるものを積極的にとることです。もちろん、栄養バランスのとれた食事を 1 日 3 食、規則正しくとることも大切です。

- 冷たい飲み物から温かい飲み物に切り替える



- 体を温める食材を取り入れる
生姜、ニラ、ネギ、ニンニク、唐辛子など、体を温める作用のある食材を食事に取り入れましょう。

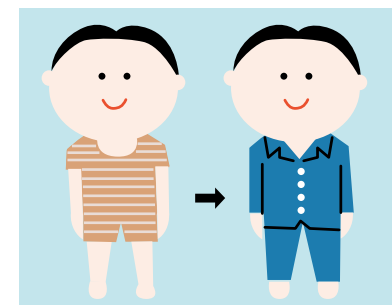


- 冷たいもののとりすぎに注意

睡眠

就寝時はまだ暑くても、朝晩一気に冷え込むこともあります。また、睡眠時間が足りないと夏の疲れがとれないどころか、ますます疲れがたまり、秋バテとなってさらに不眠に悩まされることに……。ぐっすり眠って心身の疲れを解消しましょう。

- パジャマは T シャツ短パンから長袖長ズボンに衣替える



- 毛布を 1 枚用意して、深夜や朝方に寒くなったら掛けられるようにしておく



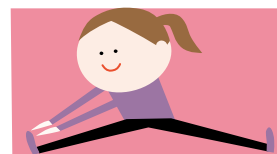
運動

適度な運動には、自律神経を整える作用があります。秋バテ予防には、いきなり激しい運動を行うよりも、“無理なくできる運動を続ける”ことが大事です。

- ウォーキングや軽いジョギング
- ラジオ体操
- 近所を散歩する



- 仕事の合間にストレッチ
- 就寝前に軽いヨガ など



“夏の疲れ”と“気候の変化”に要注意

秋バテ予防法



真夏の厳しい暑さもようやく落ち着き、過ごしやすい日が増えてきたのに、なんだか疲れがとれない…、いまいち体調がすぐれない…。それは秋バテのサインかもしれません。

秋を快適に過ごすために、秋バテのサインは早めにキャッチして、しっかり予防・対策を講じましょう！

原因は自律神経の乱れ

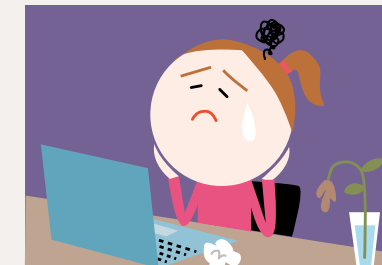
秋バテの主な原因は、大きく分けて 2 つあります。1 つは夏の疲れ。夏は冷房や冷たいもののとりすぎによって体が冷え、自律神経が乱れがちになります。

そして、涼しくなる秋は過ごしやす一方で、気候の変化が大きい季節でもあります。日中は夏のような暑さが続いているかと思えば、朝晩は一気に冷え込むことも。体温調節を司る自律神経はさらに疲弊してしまいます。

夏の疲れを引きずったまま、気候の変化が大きい秋に突入することで、自律神経の乱れに拍車がかかり、さまざまな不調を来してしまいます。

■症状からみる秋バテチェックリスト

- | | |
|--|--------------------|
| ☐ 疲れやすい、体がだるい | チェックが多いほど秋バテの可能性が… |
| ☐ 食欲がない | |
| ☐ 胃もたれ、胸やけがする | |
| ☐ 肩こり、頭痛がする | |
| ☐ 朝、すっきり起きられない | |
| ☐ 寝つきが悪く、ぐっすり眠れない | |
| ☐ 頭がぼんやりする | |
| ☐ やる気が出ない | |



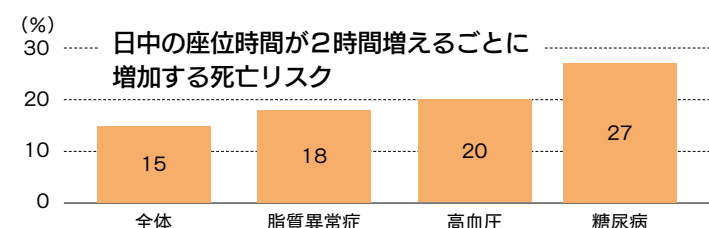
リスク増大、「座位行動」とは？

座位行動とは、座った状態、あるいは横になった状態のことです。運動習慣のあるなしに関わらず、この座位行動をとっている時間があまりにも長いと、肥満や糖尿病、心臓病などのリスクが高まることがわかっています。

コロナ禍の影響で座っている時間がこれまでよりも長くなってしまった人は、意識して座りっぱなしを避け、こまめに体を動かすようにしましょう。

●座りすぎは死亡リスクが高まる！

日中の座位時間が 2 時間増えるごとに、死亡リスクが 15% 高まると言われています。糖尿病の場合は 27% も高まると言われています。



(「2021 年度版 (2020 年度実績) 健康スコアリングレポート」より)

●座りっぱなしを減らすコツ

- ・ 30 分に 1 回立ち上がり、軽めのストレッチをする
- ・ テレビなどのリモコンを手元に置かない
- ・ テレビを見ながら掃除など他の用事をする



令和6年10月
施行

短時間労働者の 適用拡大について



短時間労働者の適用拡大の対象となる特定適用事業所の企業規模の要件が見直され、従来の従業員100人超から、**50人超（令和6年10月1日から）**となります。



令和6年10月1日から

要 件	適用基準
企 業 規 模	従業員数 50人超
賃 金	月額 8.8 万円以上
労 働 時 間	週の所定労働時間 20 時間以上
勤務期間要件	2 カ月を超える雇用の見込み ※一般の被保険者と同様の勤務期間要件
適用除外者	学生は適用除外

※従業員数の基準は、厚生年金保険の被保険者総数が直近 12 カ月のうち 6 カ月で基準を上回った場合。

※特定事業所該当の場合は、日本年金機構より「特定適用事業所該当通知書」が 10 月頃に送付される予定です。

※契約当初より短時間労働者の要件を満たしていなかった方が、所定労働時間（残業時間含めず）実労働時間が 2 カ月連続で 20 時間以上となり、なお引き続く見込まれる場合は 3 カ月目より適用となります。

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。



契約医療機関にて 1 人 1 回 2,060 円（税込・上限）の契約料金で受けられます。

利用方法は

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。

※申込み方法は医療機関により異なります。

3 接種時に、「利用券」を提出し、健康保険証（マイナ保険証※・資格確認証）等を提示して、料金をお支払いのうえ接種を受けてください。

接種料金は健保組合からの補助額（2,000 円）を差引いた料金になります。

※健康保険証として利用登録済みのマイナンバーカード

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。

★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。

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（<https://www.kpk.or.jp/>）に掲載しています。

第398回 理事会

- 【日 時】 令和6年6月25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138回組合会の開催及び組合会に提出する議案について



第138回 組合会

- 【日 時】 令和6年7月17日(水)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：令和5年度事業報告について
 第2号議案：令和5年度収入支出決算について
 第3号議案：令和5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
 第5号議案：組合規程の一部改正(案)について

事業所の編入・変更

編入事業所

令和6年4月1日

- M-Innovations株式会社
 千代田区内神田3-4-15

所在地変更事業所

令和4年7月1日

- 有限会社 新精金型製作所
 新：神奈川県座間市小松原1-11-16
 旧：北区西ヶ原2-44-2

令和4年7月1日

- 株式会社 アライアクソン
 新：神奈川県座間市小松原1-11-16
 旧：北区西ヶ原2-44-2

令和5年12月15日

- 株式会社 タカハラ
 新：足立区足立4-34-11
 旧：葛飾区東金町6-6-5
 センタービル金町4階

組合会議員の交代がありました

当組合の組合会議員に次の交代がありましたのでお知らせします。(敬称略)

- 退任 互選理事 太田 清文 (株)エイチワン
 退任：令和6年6月25日

- 就任 互選理事 宮本 泰二 (株)エイチワン
 就任：令和6年6月26日
 任期：令和7年11月28日



今年も

「スキー場の割引リフト券」をご利用ください

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6年11月1日(金)
 <対象施設> ●舞子スノーリゾート
 <割引料金> お申込み時にご案内できる予定です。



お問合せ … 健保組合総務課 ☎03-3634-5151

ジムだけじゃない! **筋トレも!**

サポートが充実しているので無理なく続けられる!

新規の方限定

サウナも! **新登場** **お得に始めるチャンス!** **スタジオレッスンも!**

法人ジム・サウナ おためし会員

全国のルネサンスが使えます!

トレーニングの後はスパ＆サウナでリラックス!

ヨガ、ダンス、格闘技系など楽しいプログラムがいっぱい!

5ヵ月間ず——→っと、お得!

5,500 円/月 (税込)

1ヵ月目	2ヵ月目	3ヵ月目	4ヵ月目	5ヵ月目	6ヵ月目以降
0円	0円	5,500円	5,500円	5,500円	ご希望の会員種別

【ご利用可能時間・エリア】●営業時間中、終日ご利用できます。●24hジム導入店舗のみ、ジムエリアは24時間利用可能（未成年の方は、有人時間のみ利用となります）。●ジム、スタジオレッスン、ロッカールームと付帯の温浴施設。プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員など他のプランをご選択ください。

【ご利用期間・条件】●最長5ヵ月、新規ご入会者様限定の会員プランで、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していた方に限ります。●過去6ヵ月以内に在籍していた方は対象外になります。●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別に変更となります（後から種別変更も可能）。●会員プランについては料金ページでご確認ください。

始めるなら、今! 最大2ヵ月分0円キャンペーン実施中!

9/14(土) ▶ 11/4(月)

月額固定 使いたい放題プラン

●月会費 **2ヵ月分**

法人ジム・サウナおためし会員

Monthlyコーポレート会員

●タオル&シューズレンタル

通常2,090円/月(税込)

最大2ヵ月分

0円

※事務手数料がかかります。

ルネサンス公式オンラインショップ

¥2,000OFF

クーポン
プレゼント!

さらに

+

\\ 2人以上同時入会でそれぞれ /

月会費
1ヵ月分 **1,100円割引!**

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,980円**

1 Day
コーポレート会員

レンタル用品

通常1,760円/回(税込)

タオル(大小セット)・シューズ・
Tシャツ・ハーフパンツ

入会当日

0円

※特典はルネサンスに初めてご入会される方で、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していた方に限り適用(都度払い会員は対象外)。●過去6ヵ月以内に在籍していた方、フィットネス個人会員からコーポレート会員へ変更の方は対象外。●レンタル用品のお取り扱いはない店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。●オプションサービスの無料期間終了後は通常月会費に自動移行となります。解約を希望する場合はフロントにてお手続きください。

2024秋 840010232035



6ヵ月目以降の会員種別等はこちらをご覧ください! ➡



お手続きに必要なものなど
詳細もご案内しています。

店舗の詳細はこちらから ➡

ルネサンス 店舗一覧

検索

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※表面に記載の会員は、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 ●反社会的勢力関係者 ●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