

2025/秋 No.311

# 健保 だより

令和6年度

決算がまとまりました

マイナ保険証に切り替えを！

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

# 厳しさ増す状況のなか、 経常収支で引き続き黒字に

去る7月15日(火)に開催された第140回組合会で、当健保組合の令和6年度決算が審議され、可決・承認されました。

収入総額	101億4,522万6千円
支出総額	93億5,042万5千円
決算残金	7億9,480万1千円
経常収支差引額	1億2,059万4千円

**当** 健保組合は平成29年度から一般保険料率98%を維持しております。令和6年度は団塊の世代が75歳(後期高齢者)に到達する影響により、高齢者医療のための納付金が大きく増加し厳しい状況になると見込まれるなか、引き続き料率を維持し運営してまいりました。

**収** 入では、被保険者数は減少したものの報酬月額、賞与支給額が増加し、保険料収入が2億600万円(2.3%)の増加となりました。

**支** 出の大半を占める保険給付費(医療費)は、前年度に比べ1,300万円(0.3%)減少し、納付金は8,500万円(2.4%)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決算となりました。決算残金は1億円を別途積立金として繰越し、6億9,400万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7年度も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、積極的な健康づくりや適正受診等、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。

## 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、3億1,630万円を支出、下記のような事業を実施しました。

### 令和6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)
- ・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 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)



## 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

令和6年度は介護保険収入10億9,396万1千円に対して、国に納付する介護納付金が10億6,355万4千円となりました。決算残金は準備金といたしました。

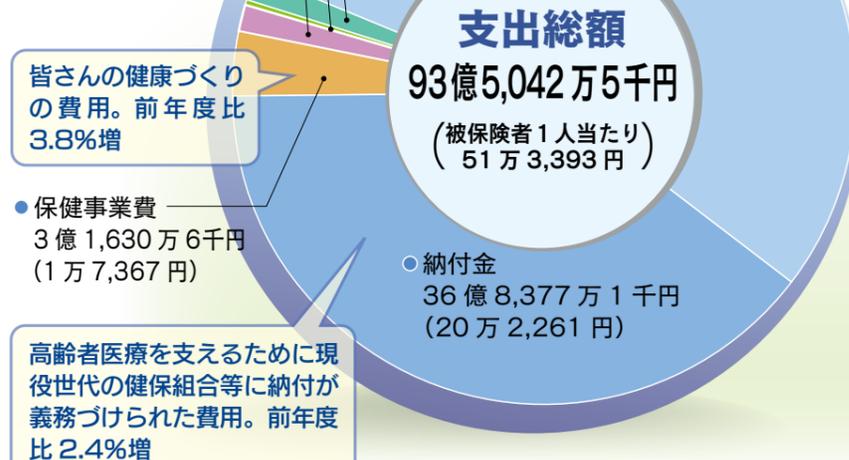
#### (収入)

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	1,093,961	102,748
繰入金	44,954	4,222
雑収入	60	6
合計	1,138,975	106,976

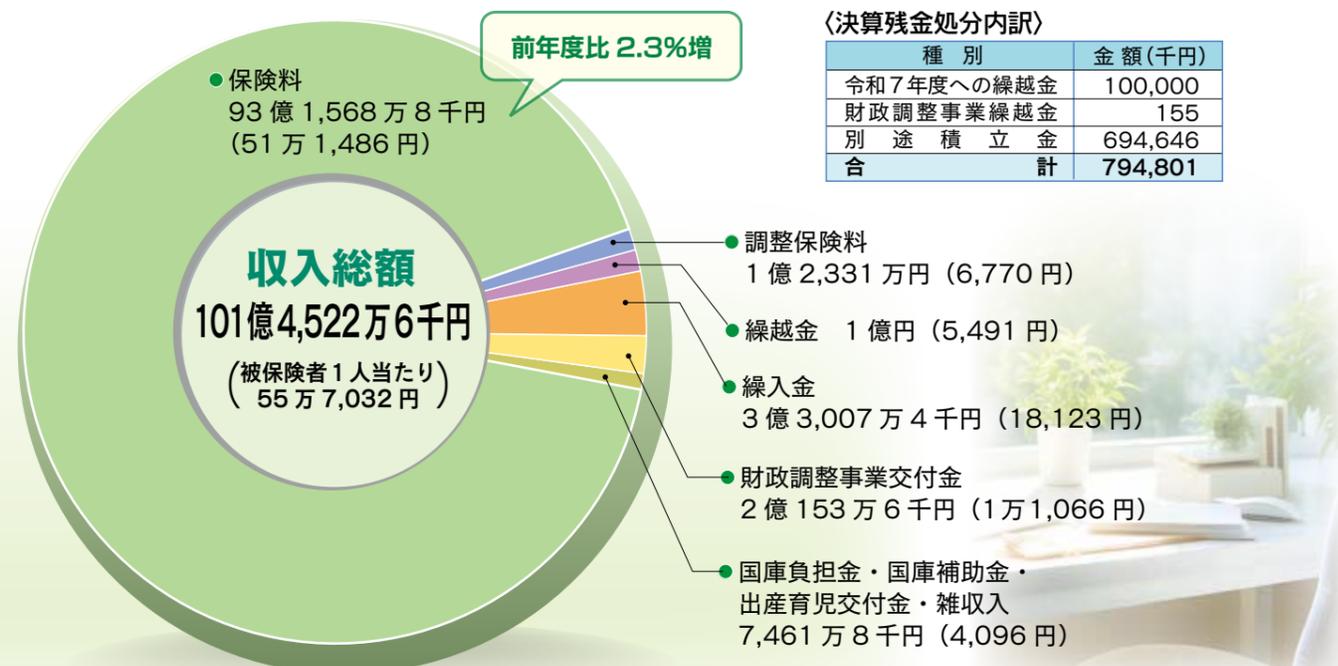
#### (支出)

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	1,063,554	99,892
介護保険料還付金	2,076	195
合計	1,065,630	100,087

- ・事務費  
1億4,870万9千円(8,165円)
- ・還付金・連合会費・積立金・雑支出  
2,183万1千円(1,198円)
- ・財政調整事業拠出金  
1億2,311万8千円(6,760円)



## グラフで見る令和6年度決算



#### (決算残金処分内訳)

種別	金額(千円)
令和7年度への繰越金	100,000
財政調整事業繰越金	155
別途積立金	694,646
合計	794,801

いざというとき、これ1枚でOK!

# マイナ保険証で医療をもっとスムーズに



こんなとき、マイナ保険証があつてよかった!

2025年秋から全国展開

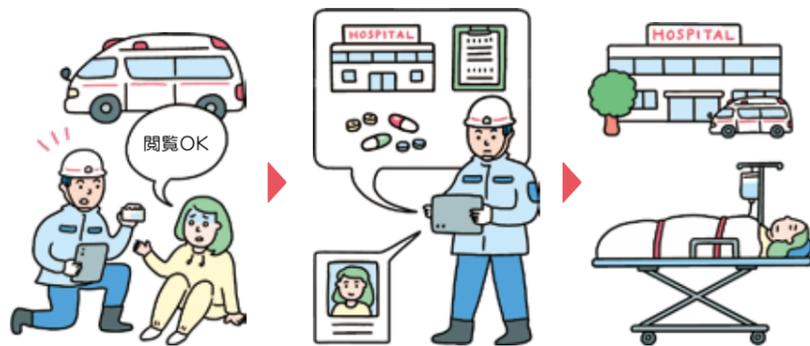
## マイナ救急

### ▶救急車で搬送されたとき…

救急車を呼ぶような緊急時に、傷病者が会話できない状況でも、マイナ保険証があれば正確な医療情報を救急隊員へ伝えることができます。一刻を争う場面で、より早く・より適切な処置や搬送先医療機関の選定が可能になります。

※暗証番号の入力は原則不要で、救急隊員が傷病者の顔と券面上の写真を確認し本人確認を行います。

### 緊急時も安心!



- 1 傷病者が情報閲覧に同意
- 2 隊員がマイナ保険証を読み取り、医療情報を閲覧
- 3 より適切な処置や搬送先医療機関の選定

### ▶のんでいるお薬の名前がわからないとき…



過去の診療・お薬情報を正確に覚えていなくても医師・薬剤師がデータで確認でき、よりよい医療を受けられます。

### ▶入院で医療費が高くなったとき…



マイナ保険証で受診すれば、手続きなしで高額療養費における限度額を超える支払いが免除されます。

### ▶医療費控除の申請をするとき…



マイナ保険証を使えば、マイナポータルから医療費情報を確定申告書に自動入力でき、作業がラクになります。

9月中旬から開始!

## マイナ保険証のスマホ搭載

2025年9月中旬から、機器の準備が整った医療機関・薬局でスマートフォンをマイナ保険証として使えるようになります。利用するには、マイナンバーカードの保険証利用登録と、マイナンバーカードをスマホに搭載する事前準備が必要です。なお、医療機関・薬局がスマートフォンでの受付に対応していないケースもあるため、初めて利用する医療機関・薬局には引き続き実物のマイナンバーカードもご持参ください。

※マイナンバーカード機能のスマホ搭載はAndroidが2023年5月から、iPhoneが2025年6月から開始しています。



厚生労働省ホームページ



今すぐ

12月から保険証が使えなくなります

# マイナ保険証に切り替えを!

2025年12月1日に保険証の猶予期間は終了し、その後お手元の保険証は利用できなくなります。いざというとき困らないよう、今のうちにマイナ保険証を準備しておきましょう。

かんたん!!  
マイナンバーカードの申請はここです

べんり!!  
保険証の利用登録はここです

証明写真機

医療機関・薬局

パソコン・スマホ

郵便

パソコン・スマホ

コンビニ 24h

セブン銀行ATM

氏名 健康 花子  
住所 〇〇〇〇〇〇〇〇1-2-3  
平成〇年〇月〇日生 〇〇年〇月〇日まで有効  
〇〇〇〇 〇〇年〇月〇日

※マイナ保険証…保険証の利用登録をしたマイナンバーカードのこと。

## マイナ保険証の作り方

### 1 マイナンバーカードを申請

申請方法はココを見てね!



### 2 保険証利用登録

マイナンバーカードを受け取ったら…



病院などに行ったときに、カードリーダーにマイナンバーカードを入れて登録



登録はたった30秒!

# ・ 健保組合からのお願い ・

マイナ保険証をまだお持ちでない方は…

## 早めの利用登録をお願いします

健保組合では、マイナ保険証を利用できない方に対し、「資格確認書」を一斉交付いたします。資格確認書の交付にかかる事務負担やコスト軽減のためにも、早めの手続きにご協力をお願いいたします。



すでにお持ちの方は…

## 有効期限が切れる前に更新手続きをしましょう

せっかく利用登録をしても、有効期限が切れていたらマイナ保険証の便利な機能を利用できません。5年・10年の節目での更新と、氏名・住所変更をした際の手続きを忘れずに行ってください。



 **ご家族(とくにお子さま)の利用登録や、電子証明書・マイナンバーカードの更新もお忘れなく!**

# マイナ保険証 Q & A

**Q** これからは、記号・番号等をどこで確認すればいいですか？

**A** マイナ保険証の利用登録をすると、スマートフォンアプリ「マイナポータル」で記号・番号等を確認することができます。  
※「資格情報のお知らせ」「資格確認書」またはお手持の保険証でも確認できます。



**マイナポータル**  
を活用しよう

アプリにログイン後、「健康保険証」のメニューより記号・番号等の資格情報を確認できます。「資格情報をPDFで保存」でスマートフォンに資格情報のPDFをダウンロードしておくのがおすすめです。

マイナポータル



**Q** マイナ保険証は持っていますが、念のため資格確認書を発行してもらおうことはできますか？

**A** 資格確認書は、マイナ保険証による資格確認ができない方に交付します。「念のために」交付することはできませんのでご了承ください。

**Q** マイナンバーカードを紛失したら再発行までに1カ月もかかるのですか？

**A** すぐに再発行を希望する方を対象に、通常より早く(原則1週間)マイナンバーカードを交付する制度があります(特急発行・交付制度)。申請はお住まいの市区町村窓口にて行ってください。

- ※ 対象となるのは、乳児(満1歳未満)、紛失・破損等による再交付を希望される方、海外から転入された方、マイナンバーカード券面の追記欄がいっぱいになり追記ができないために継続利用ができない方などです。
- ※ 紛失・破損等により再交付を申請する場合は、手数料2,000円が必要です。



マイナンバー  
総合フリーダイヤル

0120-95-0178

マイナンバー

受付時間(年末年始を除く)  
平日 ▶ 9:30 ~ 20:00  
土日祝 ▶ 9:30 ~ 17:30



紛失・盗難による利用停止は  
24時間365日受付!

禁無断転載 01802501-070100-2501 ©2025 法研

今年も誕生しました！

## 令和6年 健康者表彰

# 521人の「すこやかさん」

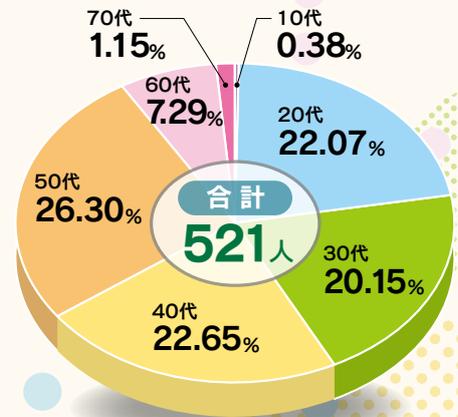
～健康管理のご努力を称え、  
記念品を贈呈しました～

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、令和6年1月～令和6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521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 いきいき健康づくり2025

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。

### 開催イベント

イベント	開催日	会場
ウォークラリー	10月 4日 (土)	国営昭和記念公園
	10月 18日 (土)	都立葛西臨海公園
	10月 26日 (日)	都立上野恩賜公園
	11月 29日 (土)	東京ベイサイドツーデymarチ 5/10/20/30km コース
	11月 29日 (土)	東京ベイサイドツーデymarチ WOMEN's Lesson Walk
	11月 30日 (日)	東京ベイサイドツーデymarチ キッズウォーキングフェスティバル
スマホスタンプラリー	11月 2日 (日)	歴史ある石畳の神楽坂と近代建物を巡る
	11月 8日 (土)	月島の中州を巡り食の街・築地へ
	11月 15日 (土)	江戸・明治の文化から現代へ 日本橋小粋さんぽ
	11月 22日 (土)	水と緑を感じて公園さんぽ 木場・清澄
Enjoy RUN 2025	11月 24日 (祝・月)	江東区 夢の島競技場
秋空ヨガ in ベイサイド 女性限定	10月 25日 (土)	プリリアランニングスタジアム
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)

### ～ 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.toshinkyō.or.jp/event/>

(申込期間 9月30日(火)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.toshinkyō.or.jp/event/>

## 働き盛り世代にみられる睡眠不足の原因

良い睡眠を得るためには、睡眠の質・量が大切ですが、日本人の睡眠時間はまだまだ十分とはいえません。とくに30～50代の働き盛り世代は足りていないようです。

また、目覚めがスッキリしない、寝つきが悪いという場合は、睡眠環境や就寝前のアルコール、ストレスなど、日常生活に原因があるのかもしれませんが。改善しやすいものから見直していきましょう。

<b>不規則な生活リズム</b> 極端な夜更かし、毎日の就寝時間に差があり過ぎる、夜遅い食事など	<b>運動不足</b> 日ごろの運動不足、日中にあまり体を動かさないなど	<b>不安や緊張</b> 仕事や人間関係のストレス、「眠らなければ…」というプレッシャーなど	<b>嗜好品</b> 就寝前のカフェイン、アルコール、タバコなどは寝つきを悪くする	<b>不適切な睡眠環境</b> 騒音、明るすぎる、室温湿度が適切でない、寝具が合わないなど
---	---	---	--	--

## ぐっすり眠るために 体内時計のリズムに合わせて規則正しい生活を！

体内時計のリズムに合わせた規則正しい生活を心がけるようにすると、「良い睡眠」が得られます。就寝時間や起床時間、食事の時間などを一定にして、規則正しい毎を送りましょう。

朝、目覚めたらカーテンを開けて自然光を浴びる	1日3食を規則正しくとる 特に朝食は体内時計をリセットし睡眠リズムを整えます	就寝3時間くらい前に適度な運動を習慣にする
入浴は就寝2～3時間前にぬるめのお湯につかる	就寝前はコーヒーや緑茶、チョコレートなど、カフェインを含む飲食物は控える	毎日同じ時刻に布団に入る
就寝間近に緊張を強い仕事や考え事をしない スマートフォンやタブレットの使用も控えましょう	<b>睡眠環境を快適に！</b> 自分に合った寝具を工夫する 寝室は静かで暗くし、室温湿度を適度に整える	

### それでも眠れないときは…

就寝時刻にこだわらず、眠くなってから寝床に入り、起床時刻は遅らせない	眠りが浅いときは、むしろ積極的に遅寝・早起きしてみる	午後の早い時刻（15時まで）に30分以内の短い昼寝をする
------------------------------------	----------------------------	------------------------------

### 不眠には4つのタイプがある

「眠れない」とひと口に言ってもタイプはさまざま。不眠の症状には、おもに4つのタイプがあります。

1. <b>入眠障害</b> …寝つきが悪く、眠るまでに2時間以上かかる。	これらの症状の多くはストレスや生活習慣に原因があると考えられますが、睡眠時無呼吸症候群やうつ病など心身の病気が背景に隠れている場合もあります。 生活習慣を見直しても改善されない場合は、一度かかりつけ医に相談してみましょう。
2. <b>中途覚醒</b> …睡眠中に何度も目が覚めてしまい、その後、なかなか寝つけない。	
3. <b>早朝覚醒</b> …自分が望む時刻よりも2時間以上、早く目が覚めてしまう。	
4. <b>熟眠障害</b> …睡眠時間は十分とっているはずなのに、ぐっすり眠った気がしない。	

# 質・量ともに十分な睡眠で 心と体の健康を！



健康的で活動的な生活には、質・量ともに満たされた「良い睡眠」が不可欠です。朝の目覚めがスッキリしない、疲れがなかなかとれないという人は、睡眠が足りていないのかもしれませんが。今一度、睡眠の質・量ともに見直してみませんか？

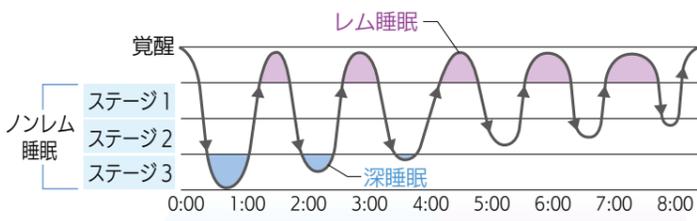
## 一晩に何時間眠っていますか？

心身の健康を維持するためには、十分な睡眠を確保する必要があります。厚生労働省の『健康づくりのための睡眠ガイド2023』では、適正な睡眠時間を次のように推奨しています。

適正な睡眠時間は、年代によって大きく変化します。ただし、これはあくまでも標準的な睡眠時間であり、日中の活動量や季節などによっても必要な睡眠量は増減します。自分にとっての適正な睡眠時間を見つけて確保しましょう。

<b>子ども</b>		小学生は9～12時間、中学・高校生は8～10時間を参考に睡眠時間を確保する
<b>成人</b>		適正な睡眠時間には個人差があるが、6時間以上を目安として必要な睡眠時間を確保する
<b>高齢者</b>		長い床上時間（寝床で過ごす時間）は健康リスクとなるため、床上時間が8時間以上にならないことを目安に、必要な睡眠時間を確保する

### ノンレム睡眠・レム睡眠、2つのバランスが大切



前半はノンレム睡眠の中でもぐっすり眠る深睡眠で、身体と脳を休め、成長ホルモンを分泌	後半のレム睡眠ですっきり目覚めるための準備
---	-----------------------

## 良い睡眠と悪い睡眠

十分な睡眠を確保するためには、「眠りの質」を高めることも大切です。質の高い眠りとは、すなわち「良い睡眠」。朝、目覚めたときに「ぐっすり眠った」という感覚が得られる眠りです。

一方で、朝目覚めてもスッキリしない、日中眠気に襲われる、疲れがとれないなどといったことが続くようでは、たとえ長く眠れたとしてもそれは「悪い睡眠」です。

良い睡眠を得られるかどうかの鍵となるのが、「レム睡眠」と「ノンレム睡眠」のサイクルです。「ぐっすり眠った」と感じるためには、まず最も深いノンレム睡眠（熟睡している時間）が途切れずにある程度続くこと、またノンレム睡眠のステージ1・2やレム睡眠が適度に現れ、そのリズムパターンが4～5回あることが重要です。

# 健康保険被扶養者調査票のご提出に ご協力をお願いします



## 1 健康保険被扶養者調査票の 資格確認対象者

令和7年9月1日(月)現在、当健康保険組合の被扶養者の方  
ただし、次に該当する方は対象から除いております。  
(調査票未記載)

- 1) 0歳から22歳までの被扶養者
- 2) 令和7年4月1日以降に扶養認定された方
- 3) 注1 オンライン資格確認にて被扶養者要件を満たしていることの確認ができた方

注1) マイナンバーによる情報連携を利用し、前年収入  
や他保険加入資格情報、世帯情報(同居)について  
事前に確認をいたします

## 2 事業主様を通じて 被保険者にお渡しするもの

### 「健康保険被扶養者調査票」

被扶養者資格の再確認が必要な被扶養者氏名を記載した調  
査票を9月25日(木)に事業所へ送付いたします。

## 3 被保険者から ご提出していただくもの

- 1) 必要事項等をご記入いただいた「健康保険被扶養者調査票」
- 2) 資格確認書類

当健康保険組合ホームページお知らせ欄に必要書類につ  
いての記載(取扱要領)があり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(非課税証明書等)  
および年金振込通知書または公的年金・恩給等の年金額改  
定通知書を添付してください。

※同居が扶養の認定条件となる方は、世帯全員分記載の住民  
票を必ず添付してください。

## 4 当健康保険組合への提出期限

**提出期限 10月24日(金)**

事業所でまとめて提出いただく提出期限となりますので、  
被保険者の方は早めにご提出ください。



# 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2,060円(税込・上限)の契約料金で受けられます。

- 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  
確認書)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  
旬にピークとなることが多くなくなっ  
ていきました。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://kpk.or.jp/>)に掲載しています。

## 第402回 理事会

- 【日時】 令和7年6月24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140回組合会の開催及び組合会に提出する議案について



## 第140回 組合会

- 【日時】 令和7年7月15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：令和6年度事業報告について  
 第2号議案：令和6年度収入支出決算について  
 第3号議案：令和6年度決算残金処分について

### 《お詫びと訂正》

夏号 (No. 310) でお知らせいたしました事業所の変更の所在地変更事業所の新所在地を誤って掲載しておりました。正しくは、下記の通りです。お詫びして訂正いたします。

- 宮田金属工業 株式会社  
 正：葛飾区小菅3-13-20  
 誤：葛飾区小菅3-13-10

## 事業所の編入・削除・変更

### 編入事業所

- 令和7年5月28日  
 ●株式会社 ソルフィス  
 三鷹市中原3-1-53

### 削除事業所

- 令和7年5月1日  
 ●有限会社 大塚製作所  
 荒川区東尾久8-3-10
- 令和7年5月2日  
 ●ミムラ工業 株式会社  
 神奈川県横浜市都筑区茅ヶ崎中央42-21  
 第2佐藤ビル201

### 所在地変更事業所

- 令和7年4月1日  
 ●目黒プレス工業 株式会社  
 新：福島県東白川郡棚倉町大字 逆川字北原地8番地  
 旧：大田区京浜島2-8-3
- 令和7年4月1日  
 ●株式会社 片岡製作所  
 新：八王子市南大沢5-4  
 南大沢レジデンス1408号  
 旧：江戸川区平井1-18-21
- 令和7年5月1日  
 ●中村精密工業 株式会社  
 新：大田区南千束3-25-13  
 旧：大田区千鳥2-27-3
- 令和7年5月28日  
 ●株式会社 ジョナック  
 新：江東区東陽3-20-9  
 旧：江東区東雲2-11-15

## 健康企業宣言

当健康保険組合で右記の事業所が認定されました。

「健康優良企業 銀 の認定証」

南信重機興業 株式会社



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7年11月4日(火)

<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



初心者向けの  
運動も豊富！



運動、サウナ、スパで！

# 健康 習慣



家族で使えて  
オトク！

ルネサンスなら  
「始めたい」が  
きっと見つかる。



5ヵ月ずーっとおトク！

法人ジム・サウナ  
おためし会員 月々¥5,500

入会キャンペーン！ 9/13(土)～11/9(日)

月会費  
2ヵ月分

0円

+

タオル&  
シューズ  
レンタル  
最大2ヵ月  
通常4,180円

0円

都度利用も  
特典対象！

その他お得な  
会員種別も  
あります。  
詳しくはこちら！



さらに！

ルネサンス公式オンラインショップ 2,000円分 クーポン  
おためし会員 プレゼント！

※特典は8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただいている方に限り適用（都度払い会員は対象外）。※フィットネス個人会員からの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が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。※事務手数料は別途必要となります。※ご契約の内容により紙面と一部サービスが異なる場合がございます。詳細は二次元バーコードから貴社専用ページでご確認ください。※表示価格は全て税込となります。

ジム・サウナ  
おためし会員

【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、ロッカールームと村等のスパ施設、プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員などのプランをご選択ください。

【ご利用開始・条件】 ●最長5ヵ月、新規ご入会者種別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だける方に限ります。●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別にご変更となります。（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。

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※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。●医療等により、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 ●反社会的勢力関係者 ●弊社の会員規約に同意いただけない方 ●その他弊社が不適当と認めた方

※2025/5/20 時点

2025R\_840010232035