


服装健康保険組合 保健事業ガイド

服装健保だより

保存版

2011 **5** No.174

 ホームページをご活用ください

<http://www.fukusou-kenpo.or.jp/>



健保事務局より

このたびの東日本大震災で被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。1日も早い被災地の復興と皆様の心身の健康をお祈り申し上げます。

震災の被害状況を伝えるニュースは、本当に目や耳を覆いたくなるような映像や情報ばかりです。日に日に明らかになる犠牲者の数や被害の大きさは想像を絶するものでした。

しかし、そんな時こそ私たち一人ひとりができることを精一杯やり、日本全体で被災地や被災された方々を支援し、ともに頑張っていかなければならないと思います。

支えあい、みんなの力で必ず全国民の笑顔を取り戻しましょう。



服装健康保険組合 保健事業

特定健診・特定保健指導をはじめ、疾病予防、保健指導宣伝、体育奨励、契約保養所の5つの分野でさまざまな事業を展開しております。日頃の健康管理・増進、心身の保養にご活用ください。

保健指導宣伝

① 広報出版物の配付

- 『服装健保だより』(年5回)
組合機関誌を被保険者に配付
- 『すこやかファミリー』(年6回)
家庭用健康雑誌として配付
- 『ヘルス&ライフ』(年6回)
高齢者用健康雑誌として配付
- パンフレットおよびリーフレット(随時)
事業所添付用として配付

② 健康者表彰の実施(10月)

健康診断を受診し、過去2年以上保険診療を受けなかった被保険者を対象に表彰。

③ 医療費給付のお知らせ(年2回)

治療を受けたときの明細書をご本人のお手元にお送りしていますので、受け取られたら必ず確認していただき、不明な点がございましたら、当組合(審査課)にお問い合わせください。

ホームページの開設

URL <http://www.fukusou-kenpo.or.jp/>

健康保険制度のしくみや保健事業など、知りたい情報がいつでもご覧いただけるようにホームページを開設しています。当組合からのお知らせも随時更新していますので、有効にご活用ください。



保健事業一覧

頁	事業項目	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特定健診・特定保健指導													
5	特定健診	●	●	●	●	●	●	●	●	●			
	特定保健指導	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
疾病予防													
4	各種健診 (施設内健診・巡回健診)	●	●	●	●	●	●	●	●	●			
6~7	日帰り人間ドック	●	●	●	●	●	●	●	●	●			
4	インフルエンザ 予防接種補助								接種期間		● 締切		
15	メンタルヘルス 支援サービス 				●	●	●	●	●	●	●	●	●
保健指導宣伝													
2	『服装健保だより』の 配付		●		●				●		●		●
	『すこやかファミリー』 の配付		●		●		●		●		●		●
	『ヘルス&ライフ』の 配付		●		●		●		●		●		●
	健康者表彰の実施							●					
	医療費給付のお知らせ						●						●
体育奨励													
10~11	夏期施設《借上施設》				●	●							
12	夏期施設《プール》				●	●							
13	冬期施設 《冬山の家・スキー場》									●	●	●	●
14	レクリエーション施設	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
契約保養所													
8~9 12	契約施設	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
算定基礎													
—	その年の標準報酬月額 を決定するための届出	算定期間		●									

各種健診(施設内健診・巡回健診)・インフルエンザ予防接種補助

被保険者および被扶養者のみなさんの健康管理・維持増進のために
各種健診とインフルエンザ予防接種補助を実施しております。
なお、生活習慣病予防健診には特定健診の項目も含まれています。

各種健診

施設内健診

■実施期間 4月～12月 健保契約健診機関および東振協契約健診機関にて

① 生活習慣病・婦人生活習慣病予防健診

- 対象者 35歳以上の被保険者および被扶養者
- 一部負担金 2,000円
- 申込方法 受診者が直接、契約健診機関に予約をとり、所定の申込書に必要事項をご記入のうえ、当組合へ提出してください (FAX可)。
※女性の希望者には婦人科健診を追加

② 若年者健診

- 対象者 35歳未満の被保険者および被扶養者
- 一部負担金 700円
- 申込方法 受診者が直接、契約健診機関に予約をとり、所定の申込書に必要事項をご記入のうえ、当組合へ提出してください (FAX可)。

巡回健診

■実施期間 4月～12月(実施予定) 健診車にて

- 対象事業所 生活習慣病予防健診の受診希望者を20名以上、または若年者健診のみの受診希望者を20名以上有する事業所。
- 申込方法 「巡回健診申込書」に必要事項をご記入のうえ、当組合へ提出してください。後日、委託健診機関より健診日程等のご案内をいたします。
- 委託健診機関 (1) 都内および近郊事業所
・葛飾健診センター…………… TEL 03-3693-7676
(2) 東北6県と新潟県に所在する事業所
・岩手県予防医学協会…………… TEL 019-638-7185
・杜の都産業保健会…………… TEL 022-251-7261
・福島県保健衛生協会…………… TEL 024-546-0391
・福島県労働保健センター…………… TEL 024-554-1133
・新潟県労働衛生医学協会…………… TEL 025-267-1200
・全日本労働福祉協会 東北支部…………… TEL 023-643-6778
青森支部…………… TEL 017-736-8955
・エスエスサーティクリニック 健康管理センター…………… TEL 022-221-0066

※東振協会場別、婦人生活習慣病予防健診については、6月上旬、事業所にご案内いたします。

インフルエンザ予防接種補助

- 対象者 被保険者および被扶養者
- 補助金額 1名につき1,000円(ただし、1回法、2回法を問わず自己負担額が1,000円を超えた場合のみ補助の対象となります)
- 申請方法 「インフルエンザ予防接種補助金申請書」および「インフルエンザ予防接種実施連名簿」に、予防接種にかかった費用の領収書(写)を添付し、事業所で一括して申請してください。
- 支払方法 申請書に記載の事業所指定(事業所名義)の銀行口座へ振り込まさせていただきます。なお、郵便局および個人名義の口座にはお振り込みできませんので、あらかじめご了承ください。

特定健診

■実施期間 4月～12月

- 対象者 40歳から74歳までの被扶養者
- 一部負担金 無料
- 申込方法 受診者が直接、契約健診機関に予約をとり、所定の申込書に必要事項をご記入のうえ、当組合へ提出してください（FAX可）。
受診票を発行いたしますので、受診日当日に必ず持参してください。受診票がないと受診できませんのでご注意ください。

特定保健指導

■実施期間 4月～3月

- 対象者 特定保健指導の対象者となった被保険者および被扶養者
- 一部負担金 無料
- 実施場所 原則として対象者の事業所
※都合により、事業所で実施できない場合はお近くの会館および会議室をご用意し、そちらで実施いたします。
- 委託実施機関 (株)アグライア 【お問い合わせ先 TEL 03-6228-4808 担当：お客様相談室】

特定健診・特定保健指導の流れ

1 特定健診を受診してください

次の項目から生活習慣病のリスクを調べます。

身体計測

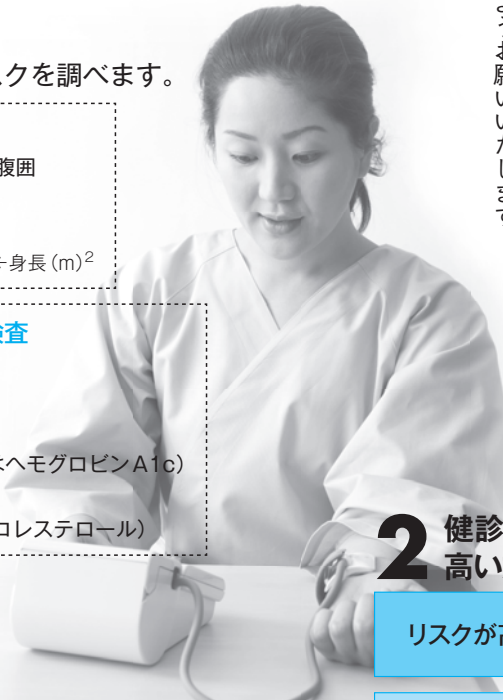
- おへそのまわりの腹囲（内臓脂肪量）
- BMI*（肥満度）
* BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m)²

血圧測定・血液検査

- 血圧（収縮期・拡張期）
- 血糖値（空腹時血糖またはヘモグロビンA1c）
- 血中脂質（中性脂肪・HDLコレステロール）

質問票

- 喫煙習慣など



特定健診が始まって4年目となる平成23年度。今年も特定健診を受診し、健診から健康づくりを始めましょう。
自覚症状もなく進行するメタボの早期発見には、毎年健診を受け、自分の健康状態をチェックすることが重要。メタボと関係の深い、心臓病と脳血管疾患で死亡する日本人は年々増加傾向にあり、平成21年は約30万人（死亡原因の26・5%）でした。
当組合では、23年度も引き続き特定健診・特定保健指導に積極的に取り組んでまいります。特定保健指導の対象となられた方には、積極的に取り組んでいただきますようお願いいたします。

2 健診の結果、メタボのリスクが高い方に特定保健指導を実施

リスクが高い

▶ 特定保健指導「積極的支援」を実施します。

リスクが中程度

▶ 特定保健指導「動機付け支援」を実施します。

リスクが低い

▶ 体の状態に合わせた健康情報をお知らせします。

対象者のみなさんには、健診から2～3ヵ月後の間に事業主(会社)あてに保健指導委託先の(株)アグライアより連絡があります。初回の面談の設定までは、事業主を通じてご案内させていただきますが、その後は直接、対象者と委託先がコミュニケーションをとっていただきます。

35歳以上の被保険者および被扶養者を対象に日帰り人間ドックの補助を行っています。
 特定健診の項目も含まれていますので、必ず受診いただきますようお願いいたします。

日帰り人間ドック 実施要領

- **対象者** 35歳以上の被保険者および被扶養者
 - **一部負担金** 契約料金から組合補助金20,000円を引いた金額と、契約料金の消費税
 - **負担金支払方法** 受診する健診機関窓口にお支払いください。
 - **申込方法** 受診者が直接、契約健診機関に予約をとり、所定の申込書に必要事項をご記入のうえ、当組合へ提出してください（FAX可）。人間ドック利用券を発行いたしますので、受診日当日に必ず持参し、健診機関の窓口にご提出ください。なお、東振協のDコースを受診される場合は人間ドック利用券を発行いたしませんので、保険証を提示して受診してください。
- ⑨ 人間ドック受診の際には当組合への結果表の送付に同意していただきますようお願いいたします。なお、二次検査は、保険診療扱いとなります。

日帰り人間ドックの契約健診機関

※ 婦人科料金は、検査内容により下記料金と異なる場合があります（金額はすべて税込み表示です）。検査する項目・料金などは、各健診機関にご確認ください。

※ ○印は（社）東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）契約健診で、「Dコース」扱いとなります。

東振協とは、都内の総合健保組合で構成される公益法人で、健康診断や健康体力づくりなどの健康管理事業を主とした総合的な保健福祉事業を目的として設立された団体です。なお、すべての契約健診機関については、事業所へリストをお送りいたします。

健 診 機 関 名 ※（ ）内は所在地	契約料金	① 受診者負担額	② 婦人科料金	①+②	最 寄 駅
○ フィオーレ健診クリニック (新宿区新宿)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	都営大江戸線・副都心線東新宿駅徒歩1分、 都営新宿線・丸ノ内線新宿三丁目駅徒歩10分
○ 新宿健診センター (新宿区歌舞伎町)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	都営大江戸線 東新宿駅徒歩3分
○ 鷺谷健診センター (台東区根岸)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線鷺谷・日暮里駅 徒歩6分
○ 葛飾健診センター (葛飾区立石)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	京成線 立石駅徒歩6分
○ 八王子健康管理センター (八王子市明神町)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	京王線 京王八王子駅徒歩7分
○ 孫田クリニック (八王子市旭町)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 八王子駅徒歩90秒
○ 総合健保 多摩健康管理センター (立川市錦町)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線立川・西国立駅 徒歩15分
○ 社会保険 中央総合病院 (新宿区百人町)	38,850円	18,850円	—	18,850円	JR線 新大久保駅徒歩5分
○ 西早稲田クリニック (新宿区西早稲田)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 高田馬場駅徒歩7分
○ 東京厚生年金病院健康管理センター (新宿区津久戸町)	44,100円	24,100円	9,765円	33,865円	都営大江戸線 飯田橋駅徒歩3分
○ 新宿追分クリニック (新宿区新宿)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	都営新宿・丸ノ内線 新宿三丁目駅徒歩2分
○ フェニクスメディカルクリニック (渋谷区千駄ヶ谷)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 代々木駅徒歩5分
○ 永沢クリニック (港区赤坂)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	千代田線赤坂駅、 銀座・南北線溜池山王駅徒歩3分
○ 東健メディカルクリニック (港区赤坂)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	千代田線 乃木坂駅徒歩5分
○ 新赤坂クリニック (港区六本木)	42,525円	22,525円	—	22,525円	日比谷・都営大江戸線 六本木駅徒歩3分
○ 汐留シティセンターセントラルクリニック (港区東新橋)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	都営大江戸線汐留駅、 ゆりかもめ新橋駅徒歩1分
○ 同友会春日クリニック (文京区小石川)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	都営三田線 春日駅徒歩1分

健 診 機 関 名 ※()内は所在地	契約料金	①受診者 負担額	②婦人科 料 金	①+②	最 寄 駅
○ 同友会深川クリニック (江東区三好)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	半蔵門線 清澄白河駅徒歩5分
あそか病院 (江東区住吉)	42,000円	22,000円	4,200円	26,200円	都営新宿・半蔵門線 住吉駅徒歩5分
東実総合健診センター (中央区東日本橋)	45,000円	25,000円	2,000円	27,000円	都営新宿線馬喰横山駅、 JR線馬喰町徒歩1分
三和会 中央診療所 (中央区八丁堀)	42,000円	22,000円	—	22,000円	JR・日比谷線 八丁堀駅徒歩1分
○ 城西病院健診センター (杉並区上荻)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 荻窪駅徒歩8分
野村病院 (三鷹市下連雀)	40,950円	20,950円	4,725円	25,675円	JR・京王線 吉祥寺駅バス利用10分
○ 北品川クリニック (品川区北品川)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	京浜急行線 北品川駅徒歩3分
○ 東京ライフクリニック (品川区上大崎)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 目黒・五反田駅徒歩8分
○ ケイ・メディカルオフィス テーオーシービル 診療所(品川区西五反田)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR・都営浅草線 五反田駅無料バス5分
○ 生光会診療所 (板橋区小茂根)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	有楽町線 小竹向原駅徒歩10分
池袋ロイヤルクリニック (豊島区東池袋)	42,000円	22,000円	6,300円	28,300円	JR線 池袋駅徒歩3分
浩生会スズキ病院 (練馬区栄町)	40,950円	20,950円	5,250円	26,200円	西武池袋線 江古田駅徒歩3分
○ 山口病院 (豊島区西巢鴨)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 大塚駅徒歩8分
○ 山口クリニック (豊島区東池袋)	36,750円	16,750円	5,250円	22,000円	JR線 池袋駅徒歩8分
○ オリエンタルクリニック (豊島区西池袋)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 池袋駅徒歩2分
○ あげぼの健診クリニック (町田市巾着町)	37,800円	17,800円	4,200円	22,000円	小田急線 町田駅徒歩7分
大宮シティクリニック (さいたま市大宮区桜木町)	39,900円	19,900円	4,200円	24,100円	JR線 大宮駅徒歩5分
東京健康管理クリニック (松戸市北松戸)	37,590円	17,590円	4,200円	21,790円	JR・千代田線 北松戸駅徒歩3分
アムスランドマーククリニック (横浜市西区みなとみらい)	43,050円	23,050円	3,150円	26,200円	JR・市営地下鉄線桜木町駅、 みなとみらい線みなとみらい駅徒歩3分
八戸市総合健診センター (八戸市青葉)	33,600円	13,600円	5,040円	18,640円	JR線 小中野駅徒歩10分
秋田県総合保健事業団 (秋田市千秋久保田町)	39,100円	19,100円	5,000円	24,100円	JR線 秋田駅徒歩5分
○ 宮城県労働衛生医学協会 (仙台市宮城野区小鶴)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 仙台駅タクシー利用5分
○ 岩手県予防医学協会 (盛岡市永井)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 岩手飯岡駅徒歩20分
鶴岡地区医師会 荘内健康管理センター (鶴岡市馬場町)	35,249円	15,249円	3,150円	18,399円	JR線 鶴岡駅徒歩6分
○ 福島県保健衛生協会 (福島市方木田字水戸内)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線福島駅 バス利用20分徒歩5分
○ 新潟県労働衛生医学協会 (新潟市中央区川岸町)	37,800円	17,800円	8,274円	26,074円	JR線 白山駅徒歩2分
上越地域総合健康管理センター (上越市春日野)	37,800円	17,800円	6,300円	24,100円	JR線 春日山駅徒歩5分
佐久総合病院 (南佐久郡臼田町)	37,800円	17,800円	—	17,800円	JR線臼田駅徒歩10分 ※送迎バスあり

日常を忘れて、充実したホテルライフで別世界へ

初夏のきらめきプラン

補助額 1泊 **2,000円** (年2泊まで)

期間

2011年6月1日(水)～7月22日(金)のチェックインまで
※7/16(土)、17(日)を除く。

共通特典 (エキシブのみ)

Aタイプのお部屋
(8,000円～12,000円)
のみ

ルームチャージ差額なし
※休祝前日を除く

心地よい空間とおいしい食事で夏を味わう

料理で選べるお得なコースをご用意しました。

リーズナブルな カジュアルコース

リゾートをより身近に。リーズナブルな宿泊プランで、夏の自然を体感しませんか。

少しリッチな ラグジュアリーコース

夏野菜や旬の魚介などシェフが選び抜いた旬の食材を調理。優雅なホテルライフを。

2種類からお選びいただけます。

料金 (お一人様 / 1泊2食・税サ込)

RC差額 差額あり ご利用人数・ルームタイプにより差額が発生する場合がございます。

対象ホテル	カジュアルコース	ラグジュアリーコース
ザ・ロτζジ 差額あり 鳴門 リゾーピア・サンメンバーズ 熱海/箱根/ひるがの/ 京都嵯峨/久美浜/別府	7,500円 (契約料金9,500円-組合補助額2,000円) ★夕食5,250円相当 ※ザ・ロτζジ鳴門は、和食を選んだ場合はプラス1,155円となります。 ※サンメンバーズ京都嵯峨は、DXルーム利用の場合はプラス525円となります。	10,000円 (契約料金12,000円-組合補助額2,000円) ★夕食7,350円相当 ※サンメンバーズ京都嵯峨は、DXルーム利用の場合はプラス525円となります。
エキシブ RC差額 伊豆/鳥羽&アネックス /白浜&アネックス/淡路島	9,000円 (契約料金11,000円-組合補助額2,000円) ★夕食6,300円相当 ※淡路島「鉄板焼」はご利用いただけません。	11,000円 (契約料金13,000円-組合補助額2,000円) ★夕食8,400円相当 ※淡路島「鉄板焼」はご利用いただけません。
グランドエキシブ・ エキシブ RC差額 山中湖(SV除く)/軽井沢/ 蓼科/初島クラブ/ 浜名湖/琵琶湖/鳴門	10,000円 (契約料金12,000円-組合補助額2,000円) ★夕食6,300円相当 ※山中湖の「イルコローレ」(イタリア料理)、軽井沢・蓼科・鳴門の「ボナキュー」(フランス料理)、琵琶湖の「日本海活造り割烹」、および蓼科・鳴門の「樺林」(割烹)はご利用いただけません。	12,000円 (契約料金14,000円-組合補助額2,000円) ★夕食8,400円相当 ※山中湖の「イルコローレ」・軽井沢の「アンシャンテ」(イタリア料理)、鳴門の「ボナキュー」(フランス料理)、琵琶湖の「日本海活造り割烹」、および蓼科・鳴門の「樺林」(割烹)はご利用いただけません。
エキシブ RC差額 京都 八瀬離宮	11,500円 土曜不可 (契約料金13,500円-組合補助額2,000円) ★夕食6,300円相当 ※「ジョバーノ」(イタリア料理)の利用限定。	16,000円 (契約料金18,000円-組合補助額2,000円) ★夕食10,500円相当 ※「ボナキュー」(フランス料理)はご利用いただけません。

※1室2名様以上でのご利用に限ります。

※山中湖SV・箱根離宮・有馬離宮を除きます。(SV=サンクチュアリ・ヴィラ)

※ご夕食は、和食・洋食・中国料理・新和食(初島クラブ)よりお選びいただけます。

※各レストラン内のコーナーはご利用いただけません。ただし琵琶湖「近江亭」内焼肉コーナーは本プランにてご利用いただけます。

初夏のきらめきプラン 平日限定 **お得な特別クーポン** サービスいろいろ! お好きなものをお選びください。

	山中湖	軽井沢	蓼科	初島 クラブ	伊豆	浜名湖	鳥羽	琵琶湖	京都 八瀬離宮	白浜	淡路島	鳴門
ラウンジでのケーキセット(1回)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
エステ割引	●	●	●	●	●	●	●	●	●	● ルーム エステ		●
カラオケルーム1時間無料			●	●		●		●	●			●
テニスコート1時間無料	●	●	●	●	●		●	●		●		
プール1回利用無料	●	●	●	●			●			●	●	

切り離してご利用ください。

※エステの割引は、13,650円以上のご利用で30%OFFいたします。事前の予約が必要となります。
 ※ザ・ロッジ(鳴門)の宿泊プランではご利用いただけません。
 ※ホテルによりご利用いただけないサービスがございますのでご注意ください。

【平日】 **エキシブ限定 RESORT EXPRESS**

**初夏のきらめきプラン
お得な特別クーポン**

本クーポンはチェックインの際にお渡しください。
(すべて事前予約が必要です)

1泊につきいずれか1つのサービス
をご提供いたします(大人のみ)。

ご希望のサービスの□に✓をお付けください。

- ラウンジでのケーキセット (1回)
- エステ割引 (30% OFF)
※13,650円以上でのご利用の場合に限りです。
- カラオケルーム1時間無料
- テニスコート1時間無料
- プール1回利用無料

※本クーポン券は、1泊に1枚のご利用とさせていただきます。
 ただし、ご利用人数によりサービス内容を変更させていただきます
 場合がございます。ご了承ください。
 ※ホテルにより利用いただけないサービスがございますので予
 約時にお問い合わせください。

利用日	月	日
利用 代表者名		
有効期限: 2011年6月1日(水)~7月22日(金)まで		



▲初島 アトリウム



▲初島 庭



▲山中湖 ロビー



▲山中湖 外観



▲蓼科 レストラン・ルッチコーレ



▲蓼科 お部屋の一例

【平日】 **エキシブ限定 RESORT EXPRESS**

**初夏のきらめきプラン
お得な特別クーポン**

本クーポンはチェックインの際にお渡しください。
(すべて事前予約が必要です)

1泊につきいずれか1つのサービス
をご提供いたします(大人のみ)。

ご希望のサービスの□に✓をお付けください。

- ラウンジでのケーキセット (1回)
- エステ割引 (30% OFF)
※13,650円以上でのご利用の場合に限りです。
- カラオケルーム1時間無料
- テニスコート1時間無料
- プール1回利用無料

※本クーポン券は、1泊に1枚のご利用とさせていただきます。
 ただし、ご利用人数によりサービス内容を変更させていただきます
 場合がございます。ご了承ください。
 ※ホテルにより利用いただけないサービスがございますので予
 約時にお問い合わせください。

利用日	月	日
利用 代表者名		
有効期限: 2011年6月1日(水)~7月22日(金)まで		

お子様プラン (1泊2食付・税込)

小人 (6歳以上~小学生) 4,000円 <small>(契約料金6,000円-組合補助額2,000円) (ご夕食3,150円相当)</small>	幼児 (3~5歳) 1,000円 <small>(契約料金3,000円-組合補助額2,000円) (ご夕食1,575円相当)</small>
京都八瀬離宮のみ	
小人 (6歳以上~小学生) 4,500円 <small>(契約料金6,500円-組合補助額2,000円) (ご夕食3,675円相当)</small>	幼児 (3~5歳) 1,500円 <small>(契約料金3,500円-組合補助額2,000円) (ご夕食2,100円相当)</small>
*「ジョバーノ」(イタリア料理) 限定	

※山中湖SV、箱根離宮、有馬離宮を除きます。(SV=サンクチュアリ・ヴィラ)
 ※蓼科および鳴門の「ボナキュウ」(フランス料理)はご利用いただけません。(小学生以下のお子様のご入店はご遠慮いただいております。)

お知らせ

- ・グランドエキシブ那須白河は、東日本震災の影響で休館しておりましたが、4月15日よりザ・ロッジでの宿泊を再開いたしました。また、お食事につきましても一部のレストランにてご提供しております。なお、エキシブ那須白河は、引き続き休館しておりますが、営業再開につきましては、決定次第、ホームページ上でご案内いたします。詳しくは、ホテルまでお問い合わせください。(TEL: 0248-25-8111)
- ・リゾートピア別府は、一部客室とレストランのリニューアル工事を行うため、6月1日~7月14日は休館となりますので、ご了承ください。

*プランの詳細など、不明な点は…リゾートトラスト(TEL 03-5323-8221)までお問い合わせください。

被保険者とそご家族のために割安でご利用いただける夏期施設をご用意しています。
借上施設やプールなどが、お得な料金でご利用いただけますので、有効にご活用ください。
ご案内は、当組合ホームページ (<http://www.fukusou-kenpo.or.jp/>) でもご覧いただけます。

利用期間 7月23日(土)～8月22日(月)

利用対象者 被保険者および被扶養者

※1回の利用については2泊まで

オススメ

伊東温泉

せいざん
青山やまと

静岡県伊東市岡203 ☎0557(37)3108

高級旅館ならではの上品な質感を漂わせながら、どこか親しみやすさも感じられる佇まい。

源泉かけ流しの温泉と四季折々の旬会席を満喫。ちょっと贅沢なひと時をお過ごしください。



三浦海岸

マホロバ・マインズ三浦

神奈川県三浦市南下浦町上宮田3231
☎046(889)8900



- 交通 ▶ 京浜急行三浦海岸駅下車徒歩5分
料金 ▶ 1泊2食付(消費税込み)
大人(中学生以上) 5,775円
小人(小学生) 3,696円
幼児(2歳以下) 無料

※被保険者・被扶養者以外の方は健保加入者の同伴が必要で、3,150円増し(消費税込み)となります。

定員 ▶ 6名 和室もしくは和洋室
(バス・トイレ付)・1部屋

申込方法

抽選による申込

1 予約申込書に必要事項を記入

2 6月3日(金)必着で当組合施設課にFAXまたは郵送

3 抽選の結果は当選者のみに通知します。(6月8日(水)発送)

抽選後の申込

6月13日(月)午前10時より随時、電話にて受付します。

※なお、詳細につきましては5月中旬、事業所にご案内しております。

借上施設



交通 ▶ JR伊東線伊東駅下車 送迎バス10分
料金 ▶ 1泊2食付(消費税込み)

大人(中学生以上) 6,300円

小人(3歳~小学生) 4,200円

幼児(2歳以下) 無料

食事は朝食・夕食ともにお部屋だしです。

※被保険者・被扶養者以外の方は健保加入者の同伴が必要で、3,150円増し(消費税込み)となります。

定員 ▶ 4名 和室10畳(バス・トイレ付)・1部屋

熱海温泉 ホテルニューアカオ

静岡県熱海市熱海1993-250 ☎0557(82)5151



交通 ▶ JR東海道線熱海駅下車
送迎バス10分

料金 ▶ 1泊2食付(消費税込み)

大人(中学生以上) 6,825円

小人(6歳~中学生未満) 4,725円

幼児(2歳以上) 2,100円

※食事付・寝具なし

※被保険者・被扶養者以外の方は健保加入者の同伴が必要で、3,150円増し(消費税込み)となります。

定員 ▶ 8名 和室8畳(バス・トイレ付)・2部屋(1部屋定員4名)

プール

利用期間 7月1日(金)～8月31日(水)

利用対象者 被保険者および被扶養者

申込方法

申込書に必要事項をご記入のうえ、当組合施設課へFAXにてお申し込みください。

FAX 03-3946-8037

※利用券の発送は、6月下旬になります。

施設名	区分	一般料金	利用者負担額	交通機関	
としまえん	大人(中学生以上)	4,300円	2,100円	西武池袋線 都営大江戸線 西武有楽町線 豊島園駅	
	小人A(身長110cm以上)	3,300円	1,600円		
	小人B(身長110cm未満)	2,500円	1,300円		
東京サマーランド	大人(中学生～60歳)	4,500円	2,700円	京王線 京王八王子駅/ JR中央線 八王子駅/ JR五日市線 秋川駅 バス利用	
	小人(小学生)	3,000円	1,900円		
	幼児(2歳～小学生未満)・シニア(61歳以上)	2,000円	1,100円		
東武動物公園 東武スーパープール	大人(中学生以上)	2,000円	1,100円	東武伊勢崎線 東武動物公園駅 徒歩10分	
	小人(3歳～小学生)	1,000円	600円		
昭和記念公園 レインボープール	大人(高校生以上)	2,200円	1,300円	JR青梅線 西立川駅 徒歩5分	
	小人(小・中学生)	1,200円	600円		
	幼児(4歳～小学生未満)	300円	100円		
大磯ロングビーチ	1日券	大人	3,500円	2,000円	JR東海道線 大磯駅 バス利用
		中・高生	2,500円	1,400円	
		小人(小学生)・シニア	2,000円	1,100円	
		幼児(3歳～小学生未満)	1,000円	600円	
	午後券14時から	大人	2,500円	1,400円	
		中・高生	1,500円	800円	
		小人(小学生)・シニア	1,000円	600円	
		幼児(3歳～小学生未満)	500円	300円	

※としまえんおよび東京サマーランドについては、「入園券+乗り物フリーパス」の料金です。

契約保養所(補助契約)

1年を通じてご利用いただける施設です。

①～⑤の施設は、1泊2,000円(年2泊まで)の補助をしています。⑥～⑧の施設は補助の対象外です。

⑤ リゾートトラスト各施設

リゾートトラスト予約センターに予約後、現地施設で宿泊料金等の精算をしてください。なお、詳しくは8～9ページをご覧ください。

① 滄晴園

●申込方法 東京営業所 TEL 03-3408-2450に直接ご予約ください。

⑥ 東京都電機健康保険組合保養所

- 安房白浜荘(南房総市)
 - 洛北荘(京都市)
- 利用希望者は当組合へ予約手続きをお願いします。

② JTB協定施設

全国のJTB協定ホテル、旅館が利用できます。最寄りのJTB営業所に予約してください。その際、「契約保養所システム」利用の旨を教えてください。

⑦ 東京ニッパファッション健保組合保養所

- 箱根吟風荘 TEL 03-3861-7291
- 組合補助対象外です。上記健保組合に予約後、利用料を支払ってください。

③ プリンス ホテルズ&リゾート

プリンスホテル予約センターに予約してください。
●予約センター TEL 0120-33-8686
携帯・PHSからは TEL 03-5917-6291

⑧ 健康保険組合共同利用保養所(東振協)

組合補助対象外です。詳しくは各健保組合にお問い合わせください。

④ さくら総合レジャー協定施設

- 申込方法 さくら総合レジャー予約センター
TEL 03-3434-0333に直接ご予約ください。

被保険者とそのご家族のために割安でご利用いただける冬期施設をご用意しています。
 お得な料金でご利用いただけますので、有効にご活用ください。
 詳しくは11月号と1月号でお知らせします。

組合補助額と申込・利用方法

冬山の家

- 組合補助額 1人1泊2,000円(年2泊まで)
- 申込・利用方法 服装健保組合加入者である旨を告げ、各施設に直接ご予約ください。予約後、当組合へ利用手続きを行い、発行された利用連絡票を持参してご利用ください(組合補助額を差し引いた金額を現地で精算)。
 ※予約後の変更・キャンセル(期日よりキャンセル料が発生)等は予約先にご連絡ください。

スキー場

- 組合補助額 1,000円
- 申込・利用方法 詳細は、当組合(TEL 03-3946-8561)へお問い合わせください。



冬山の家

セントレジャー舞子ホテル

- 予約電話番号 025-783-3511
- 予約時間 月曜日から金曜日まで(午前10時～午後6時)
- 大人の利用者負担金(1泊2食付・税込、入湯税(120円)別) 9,000円～(契約料金11,000円から組合補助額2,000円を引いた額)



冬山の家

セントレジャー舞子ロッジ

- 予約電話番号 025-783-6411
- 大人の利用者負担金(1泊2食付・税込、入湯税(120円)別) 5,500円～(契約料金7,500円から組合補助額2,000円を引いた額)



スキー場

セントレジャー舞子スノーリゾート

- 大人の利用者負担金 リフト・ゴンドラ共通1日券※ 2,300円(契約料金3,300円から組合補助額1,000円を引いた額)
 ※リフト・ゴンドラ共通1日券で、ナイターもご利用いただけます。

プリンス ホテルズ&リゾート

●プリンスホテルスキー場

地域	スキー場
新潟県	苗場スキー場
	かぐらスキー場
	六日町八海山スキー場
	妙高杉ノ原スキー場
群馬県	万座温泉スキー場

●スキープラン施設

地域	施設名
北海道	新富良野プリンスホテル
	富良野プリンスホテル
岩手県	雫石プリンスホテル
群馬県	万座プリンスホテル
	万座高原ホテル
新潟県	苗場プリンスホテル
長野県	軽井沢プリンスホテル

プリンスホテル予約センター

- 予約電話番号 **0120-33-8686**
 (携帯電話・PHSからは:03-5917-6291)
 - 予約受付
 年中無休(午前10時～午後5時まで)
- ※利用料金はホテルによって異なりますので、予約の際にご確認ください。

健康増進・体力増進施設・レクリエーション施設

被保険者とそのご家族のみなさんの健康増進事業の一環として、健康ランドと契約しています。また、レクリエーションとして東京ディズニーリゾートとも契約しています。健康増進・体力増進、心身保養のために有効にご活用ください。

各施設の利用方法

各施設とも当組合施設課(☎03-3946-8561)に申込み後、それぞれの方法でご利用ください。

- 大江戸温泉物語/東京ドーム スパ ラクーア/SPA EAS/永山健康ランド/健康ランド武蔵野/豊島園 庭の湯
当組合が利用券を発行。利用券を施設に提出し、利用者負担額を支払い利用。
- 電設健保へるすびあ
施設に保険証を提出し、へるすびあカードを発行してもらう。入館料を支払って利用。

契約施設

単位(円)

施設名	区分	一般料金	利用者負担額	交通機関	備考	
健康ランド 武蔵野	大人	1,995	1,575	京浜東北線 南浦和駅下車 送迎あり		
	小人	525	275			
永山健康ランド 竹取の湯	平日	大人	1,800	京王線・小田急線 永山駅下車		
		小人	900			550
	土日祝	大人	2,000			1,200
		小人	900			550
SPA EAS	平日	2,700	1,840	京急・JR・東急東横線 横浜駅下車	18歳未満入館不可。	
	土日祝	2,900	2,040			
東京ドーム 天然温泉 スパラクーア	平日	大人	2,565	丸ノ内線 後樂園駅下車 大江戸線 春日駅下車	大人 18歳以上。 小人 小学生から17歳まで で、保護者同伴で入館可。 ただし、18時までに退館。 小学生未満の入館不可。	
		小人	1,785			1,535
	土日祝	大人	2,880			2,020
		小人	2,100			1,850
大江戸温泉 物語	大人	2,827	1,907	ゆりかもめ テレコムセンター駅下車 りんかい線 東京テレポート駅下車～ 都営巡回バス	18時以降の入館はナイトー料 金となります。なお、小人は 表記金額と同額となります。	
	ナイトー	大人	1,987			1,277
		小人	1,575			800
豊島園庭の湯	平日	2,250	1,435	西武池袋線・大江戸線 豊島園駅下車	小学生以下の入館不可。男女 共用の施設がありますので水 着をご持参ください。	
	土日祝	2,250	1,750			
電設健保 へるすびあ	平日	—	1,000	都営三田線 志村三丁目駅下車 JR池袋駅より路線バス		
	土日祝	—	1,300			

東京ディズニーリゾート®

TOKYO Disney RESORT®



※写真はイメージです。

© Disney

● 利用料金 (消費税込み)

ワンデーパスポートの場合	大人 (18歳以上)	中人 (12～17歳)	小人 (4～11歳)
通常料金	6,200円	5,300円	4,100円
メンバーシップカード使用	5,800円	4,900円	3,900円
カードと特別利用券の併用	4,800円	3,900円	2,900円

※申込書が必要な方、またマジックキングダムクラブ各種特典等に関するお問い合わせは、組合施設課までご連絡ください。

☎03-3946-8561

東京ディズニーリゾートオフィシャルホームページ
<http://www.tokyodisneyresort.co.jp>

平成23年7月1日より開始

メンタルヘルス支援サービス

1人で悩まずに、お気軽にご相談ください

現代社会においては、仕事や人間関係など、さまざまな悩みや心配を抱えている人が増えています。

当組合では、ご家庭や職場でのメンタルヘルス相談を(社)東京都総合組合保健施設振興協会の協力のもと、共同で実施することとなりました。

日頃から、不安や心配を抱えている方は、ぜひこの機会にご利用ください。

電話相談

電話で手軽なストレス軽減のお手伝い。匿名での相談が可能です。
経験豊富な臨床心理士・産業カウンセラーがご相談に応じます。

フリーダイヤル

ナ ヤ ミ ミ ナ サン
0120-783-373

通話料無料・携帯電話・PHSからもご利用いただけます。

- 対象者** 本人〔被保険者(労務管理責任者も含む)〕および家族〔被扶養者〕
- 利用時間** 月～金曜日 ▶ 9:30～21:30 / 土曜日 ▶ 11:00～19:00 (日・祝・年末年始は除く)
- その他**
- 受付の際、臨床心理士等から組合名・属性(本人〔被保険者(労務管理責任者も含む)〕・家族〔被扶養者〕)、年齢および性別の照会がありますのでお申し出ください。
 - 1日あたり1人1回・電話番号は「非通知」にしないでください。
 - 相談時間はおおむね30分以内です。

Web相談

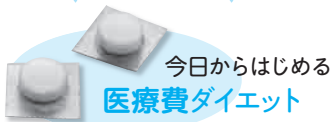
インターネット接続環境があれば、いつでもどこからでも相談できます。
臨床心理士がメール相談に応じます。

<https://www.kokoro-soudan.net/>

上記URL「こころ相談ネット」にアクセスし、法人契約コード「fukusoukenpo」を入力して、ログインしてください。

- 対象者** 被保険者および被扶養者(18歳以上)
- 利用時間** 24時間・年中無休
- その他**
- 相談内容送信後、おおむね3営業日(土・日・祝・年末年始を除く3営業日)以内に回答

詳しくは、(社)東京都総合組合保健施設振興協会のホームページ
(<http://www.toshinkyō.or.jp>) をご覧ください。



薬と上手につき合おう

わが国の医療費は35.3兆円(平成21年度)で、最高記録を更新し続けています。

このまま医療費が増え続ければ、医療費の財源となっている皆様の保険料の負担も大きくなり、健康保険制度の運営が困難になってしまいます。そこで今回は、上手に薬とつき合っ、医療費を節約する方法を紹介します。



「お薬手帳」を活用しよう

お薬手帳は、医師に処方された薬の名前や量、回数などを記録する手帳です。調剤薬局に申し出ると、無料で作ってもらえます。

手帳を医師や薬剤師に見せることで、薬の重複やのみ合わせのリスクを避けることができ、以下のようなメリットもあります。

お薬手帳

のんで合わなかった薬のチェックに活用

体に合わないと感じた薬は、お薬手帳に記入しておきましょう。病院や薬局でお薬手帳を見せることで、合わない薬が処方されないように事前にチェックできます。

体調変化の記録に活用

「この薬をのんだら楽になった」「だるくなった」「のどが渴いた」「眠くなった」など、薬をのんだときの体調の変化を記入しておきましょう。医師や薬剤師に必要な情報を伝えることができます。

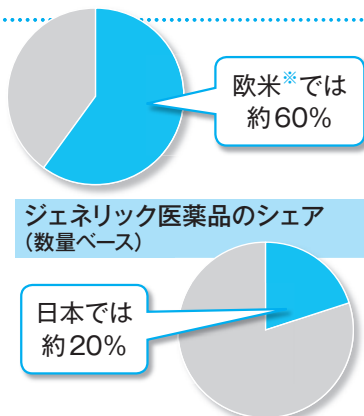
ジェネリック医薬品への転換を

新薬とほぼ同等の効き目を持ち、かつ価格が安い(2~8割)ジェネリック医薬品。

欧米^{*}では医療用医薬品の約60%がジェネリック医薬品ですが、日本のシェアは約20%にとどまっています。

とくに高血圧症や糖尿病など、長期にわたり薬を服用する人は大きく薬代を減らすことができますので、検討してみましょう。

^{*}アメリカ・カナダ・イギリス・ドイツ



提出するだけで意思が伝わる ジェネリック医薬品お願いカード

「ジェネリック医薬品お願いカード」付きリーフレットを本誌に同封しました。ジェネリック医薬品の詳しいことはそちらをご覧ください。お願いカードを有効に活用して、医療費節減にご協力をお願いします。

健康保険では、被保険者とその家族（被扶養者）が仕事以外のことで病気にかかったり、けがをした場合に医師の診療を提供したり、出産をした場合および死亡した場合に定められた各種の給付金を現金で支給します。

これらの、診療を提供したり給付金を支給したりすることを「保険給付」といいます。当組合の給付一覧は以下の通りです。

保険給付一覧

法定給付…健康保険法で決められた給付

■ 病気やけがをしたとき

療養の給付（家族療養費）	医療費の7割（義務教育就学前までは8割、70～74歳は8割または7割）
保険外併用療養費（*）	保険外の療養を併用したとき、健康保険のワク内は療養の給付と同じ
療養費（家族療養費）	立て替え払いした後で健保組合に請求すれば一定基準の現金を支給
高額療養費・合算高額療養費 （家族高額療養費・合算高額療養費）	1ヵ月1件の医療費自己負担が80,100円（上位所得者は150,000円）を超えたとき、その額に〔医療費－267,000円（上位所得者は500,000円）〕の1%を加算した額を超えた額（世帯合算等の負担軽減措置もある） ※上位所得者…診療月の標準報酬月額が53万円以上の人
高額介護合算療養費	1年間に医療と介護にかかった自己負担の合算額が限度額を超えたとき、その超えた額を医療、介護の比率に応じて按分した額
訪問看護療養費 （家族訪問看護療養費）	定められた全費用の7割
入院時食事療養費（*）	1日3食780円（市町村民税非課税者は300～630円）を限度に1食につき260円（同100～210円）を超えた額
入院時生活療養費（*）	65～74歳の被保険者が療養病床に入院したとき、1日につき1,700円（負担軽減措置あり）を超えた額
移送費（家族移送費）	基準内であればかかった費用の10割

■ 病気やけがで働けないとき

傷病手当金（被保険者のみ支給）	休業1日につき標準報酬日額の3分の2相当額を1年6ヵ月間
-----------------	------------------------------

■ 出産をしたとき

出産手当金（被保険者のみ支給）	休業1日につき標準報酬日額の3分の2相当額を出産の日以前42日（多胎98日。出産予定日が遅れた期間も支給）、出産の日後56日間
出産育児一時金 （家族出産育児一時金）	1児につき420,000円（在胎週数第22週未満の出産の場合や、産科医療補償制度未加入の医療機関等で出産した場合は390,000円）

■ 死亡したとき

埋葬料（費）（家族埋葬料）	一律50,000円
---------------	-----------

（*）被扶養者の「保険外併用療養費」「入院時食事療養費」および「入院時生活療養費」は、家族療養費としてその費用が支給されます。

付加給付…当組合が法定給付にプラスして支給する独自の給付

■ 病気やけがをしたとき

合算高額療養付加金	合算高額療養費の支給を受けるとき、自己負担額の合計額（合算高額療養費は除く）から1件につき12,500円を控除した額（100円未満切り捨て）算出額が1,000円未満の場合は不支給
-----------	---

■ 死亡したとき

埋葬料付加金（家族埋葬料付加金）	本人 一律50,000円、家族 一律30,000円
------------------	---------------------------

個人情報に関する基本方針

当組合は、加入者の氏名、住所、性別、生年月日、電話番号などのほか、適関係情報（資格の得喪、標準報酬情報等）、現金給付関係情報（埋葬・分娩、出産・傷病手当金、付加給付）、レセプト関係情報（医療費、受診・治療情報等）、健康診査関係情報（健診データ等）、健康管理に関する情報（保健施設利用情報）などの個人情報（特定の個人を識別できる情報）について、以下の方針で取り扱います。

個人情報の管理

- 個人情報保護法及び関係する法令等を遵守します。
- 個人情報に関する個人の権利を尊重し、自己の個人情報に対する問い合わせ並びに開示、訂正、削除を求められたときは、健康保険法等の法令並びに個人情報保護管理規程等に従い、対応いたします。
- 次のような適正な管理を行うことで、常に個人情報の保護に努めます。
 - 個人情報保護管理責任者の選任による責任の所在の明確化
 - 個人情報の漏えい、破壊、紛失、改ざん、誤用等を防止するための厳重なセキュリティ対策の実施
 - 安全な環境下で管理するための個人情報データベースへのアクセス制限の実施
 - 個人情報の保護についての職員教育の徹底
- 当組合は個人情報の収集にあたり、健康保険法などの法令等で収集が義務付けられている場合を除き、加入者に対し収集目的を明らかにし、収集した個人情報は、利用目的の範囲のみで使用し、利用目的を遂行するために業務を委託する場合を除き、第三者には提供いたしません。
- 利用目的遂行のために業務を委託する場合、個人情報の取り扱いに関する委託先の適正な管理及び監督を行います。
- 当組合は、当組合の個人情報データベースに保管されている加入者の個人情報をできる限り正確、完全、最新に保つために、加入者からの請求により、速やかに訂正等を行います。
- 個人情報の取扱い及び管理についてのお問い合わせは、下記記載の当組合の担当窓口で受け付けます。
 窓口：服装健康保険組合総務課 TEL 03-3946-8561
 受付時間：9：00～17：00（土曜、日曜、祝日、年末年始を除く）
- 本基本方針及び個人情報保護管理規程等は、法令等の制定改廃や情勢の変化により、適宜変更いたします。

組合だより

平成23年4月22日 理事会（会場＝組合会議室）

【審議事項】

- 第1号議案＝社会保険診療報酬支払基金委託金の返還に伴う保管替えについて
 第2号議案＝生活習慣病予防健診等の実施について
 第3号議案＝メンタルヘルス支援サービスの実施について
 第4号議案＝体育奨励事業の契約施設の追加について

- 第5号議案＝夏期施設の開設について
 第6号議案＝組合会の開催について
 第7号議案＝第14期組合会議員の改選について

【報告事項】

- 第1報告＝議員の辞任について
 第2報告＝事業所削除等組合規約の変更について
 第3報告＝事業状況報告について
 第4報告＝その他

公 告

● 削除した事業所

事業所名称	代表者	所在地	削除年月日
十仁プラザ製造(株)	梅澤 秀文	東京都台東区上野5-26-11 御徒町十仁ビル	23.3.1
(株)三誠	山本 禎一	東京都武蔵野市吉祥寺東町1-4-20	23.3.21

● 所在地変更した事業所

事業所名称	事業所所在地／変更前	変更後	変更年月日
テッド(株)	東京都渋谷区初台2-24-10	東京都新宿区市谷左内町21左内坂ビル1階	23.4.4

服装健保だより 保存版

第174号

平成23年5月発行

発行所 服装健康保険組合

発行責任者 馬場 和喜夫

東京都文京区本駒込6-2-19

TEL 03-3946-8561

<http://www.fukusou-kenpo.or.jp/>

組合の現況

（平成23年3月末日現在）



事業所数 160件



平均標準報酬月額
 男 319,395円
 女 219,139円
 平均 259,183円



被保険者数
 男 3,683名
 女 5,538名
 計 9,221名



被扶養者数
 計 2,804名