

服装健保だより

服装健康保険組合

2014 **3** No.188



ホームページをご活用ください

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

極楽寺 (マレーシア・ペナン島)

厳しい状況ながらも 前年度料率を維持

健康保険料率、介護保険料率ともに変更はありません

27年度以降の料率引き上げを
回避するためにご協力を

低迷を続けていた日本経済は、さまざまな景気対策によって明るい兆しをみせはじめてはいるものの、健保組合をめぐる情勢は依然として厳しい状況にあります。とりわけ、高齢者医療制度への負担が、全国の健保組合にとって重くのしかかり、財政運営を困難なものにしています。こうしたことから、健康保険料率の大幅な引き上げを実施する健保組合が多くなっています。

当健保組合においても苦しい状況に変わりなく、平成26年度の予算編成にあたっては、経常収支で5億8822万円の赤字を見込んでいます。しかし、今回は健保組合の貯金である積立金を取り崩すことなどで不足分を補うこととし、前年度と同じ健康保険料率を維持することにいたしました。

26年度は健康保険料率引き上げを回避できたものの、27年

度以降も同じ料率を維持できるとは限りません。積立金を取り崩すという方策にも限界があります。健保組合に大きな負担を強いる高齢者医療制度の改革が行われない限り、こうした状況は変わることなく、今後は保険料率の引き上げをみなさんにお願ひせざるをえないことも考えられます。

みなさんにはこれまでもお願いしていることではありませんが、健保組合が置かれている状況をなにとぞご理解いただき、引き続き医療費節減にご協力くださいますよう、お願いいたします。

なお、介護保険料率についても、前年度と同じ千分の18となっております。

※左ページに保険料月額表を掲載いたしましたので、4月末（3月分保険料）に納入される保険料についてはこちらをご覧ください。

当健保組合の保険料率早見表

(単位：％)

健康保険					介護保険	
	3月分保険料から					3月分保険料から
	健康保険料率	基本保険料率	特定保険料率	調整保険料率		
事業主	42.00	16.47	24.88	0.65	事業主	9.00
被保険者	42.00	16.47	24.88	0.65	被保険者	9.00
合計	84.00	32.94	49.76	1.30	合計	18.00

当健保組合の保険料月額表

(調整保険料を含む)

	健康保険料率	特定保険料率	介護保険料率
事業主および被保険者	$\frac{42.00}{1000}$	$\frac{24.88}{1000}$	$\frac{9.00}{1000}$
合 計	$\frac{84.00}{1000}$	$\frac{49.76}{1000}$	$\frac{18.00}{1000}$

標準報酬			報酬月額	保険料月額									
等級	月額	日額		被保険者			事業主			合計			
				健康保険料		介護 保険料	健康保険料		介護 保険料	健康保険料		介護 保険料	
					特 定 保険料			特 定 保険料			特 定 保険料		
	円	円	円以上	円未満	円	円	円	円	円	円	円	円	
1	58,000	1,930		63,000	2,436	1,443.0	522	2,436	1,443.0	522	4,872	2,886	1,044
2	68,000	2,270	63,000	～ 73,000	2,856	1,691.5	612	2,856	1,691.5	612	5,712	3,383	1,224
3	78,000	2,600	73,000	～ 83,000	3,276	1,940.5	702	3,276	1,940.5	702	6,552	3,881	1,404
4	88,000	2,930	83,000	～ 93,000	3,696	2,189.0	792	3,696	2,189.0	792	7,392	4,378	1,584
5	98,000	3,270	93,000	～ 101,000	4,116	2,438.0	882	4,116	2,438.0	882	8,232	4,876	1,764
6	104,000	3,470	101,000	～ 107,000	4,368	2,587.5	936	4,368	2,587.5	936	8,736	5,175	1,872
7	110,000	3,670	107,000	～ 114,000	4,620	2,736.5	990	4,620	2,736.5	990	9,240	5,473	1,980
8	118,000	3,930	114,000	～ 122,000	4,956	2,935.5	1,062	4,956	2,935.5	1,062	9,912	5,871	2,124
9	126,000	4,200	122,000	～ 130,000	5,292	3,134.5	1,134	5,292	3,134.5	1,134	10,584	6,269	2,268
10	134,000	4,470	130,000	～ 138,000	5,628	3,333.5	1,206	5,628	3,333.5	1,206	11,256	6,667	2,412
11	142,000	4,730	138,000	～ 146,000	5,964	3,532.5	1,278	5,964	3,532.5	1,278	11,928	7,065	2,556
12	150,000	5,000	146,000	～ 155,000	6,300	3,732.0	1,350	6,300	3,732.0	1,350	12,600	7,464	2,700
13	160,000	5,330	155,000	～ 165,000	6,720	3,980.5	1,440	6,720	3,980.5	1,440	13,440	7,961	2,880
14	170,000	5,670	165,000	～ 175,000	7,140	4,229.5	1,530	7,140	4,229.5	1,530	14,280	8,459	3,060
15	180,000	6,000	175,000	～ 185,000	7,560	4,478.0	1,620	7,560	4,478.0	1,620	15,120	8,956	3,240
16	190,000	6,330	185,000	～ 195,000	7,980	4,727.0	1,710	7,980	4,727.0	1,710	15,960	9,454	3,420
17	200,000	6,670	195,000	～ 210,000	8,400	4,976.0	1,800	8,400	4,976.0	1,800	16,800	9,952	3,600
18	220,000	7,330	210,000	～ 230,000	9,240	5,473.5	1,980	9,240	5,473.5	1,980	18,480	10,947	3,960
19	240,000	8,000	230,000	～ 250,000	10,080	5,971.0	2,160	10,080	5,971.0	2,160	20,160	11,942	4,320
20	260,000	8,670	250,000	～ 270,000	10,920	6,468.5	2,340	10,920	6,468.5	2,340	21,840	12,937	4,680
21	280,000	9,330	270,000	～ 290,000	11,760	6,966.0	2,520	11,760	6,966.0	2,520	23,520	13,932	5,040
22	300,000	10,000	290,000	～ 310,000	12,600	7,464.0	2,700	12,600	7,464.0	2,700	25,200	14,928	5,400
23	320,000	10,670	310,000	～ 330,000	13,440	7,961.5	2,880	13,440	7,961.5	2,880	26,880	15,923	5,760
24	340,000	11,330	330,000	～ 350,000	14,280	8,459.0	3,060	14,280	8,459.0	3,060	28,560	16,918	6,120
25	360,000	12,000	350,000	～ 370,000	15,120	8,956.5	3,240	15,120	8,956.5	3,240	30,240	17,913	6,480
26	380,000	12,670	370,000	～ 395,000	15,960	9,454.0	3,420	15,960	9,454.0	3,420	31,920	18,908	6,840
27	410,000	13,670	395,000	～ 425,000	17,220	10,200.5	3,690	17,220	10,200.5	3,690	34,440	20,401	7,380
28	440,000	14,670	425,000	～ 455,000	18,480	10,947.0	3,960	18,480	10,947.0	3,960	36,960	21,894	7,920
29	470,000	15,670	455,000	～ 485,000	19,740	11,693.5	4,230	19,740	11,693.5	4,230	39,480	23,387	8,460
30	500,000	16,670	485,000	～ 515,000	21,000	12,440.0	4,500	21,000	12,440.0	4,500	42,000	24,880	9,000
31	530,000	17,670	515,000	～ 545,000	22,260	13,186.0	4,770	22,260	13,186.0	4,770	44,520	26,372	9,540
32	560,000	18,670	545,000	～ 575,000	23,520	13,932.5	5,040	23,520	13,932.5	5,040	47,040	27,865	10,080
33	590,000	19,670	575,000	～ 605,000	24,780	14,679.0	5,310	24,780	14,679.0	5,310	49,560	29,358	10,620
34	620,000	20,670	605,000	～ 635,000	26,040	15,425.5	5,580	26,040	15,425.5	5,580	52,080	30,851	11,160
35	650,000	21,670	635,000	～ 665,000	27,300	16,172.0	5,850	27,300	16,172.0	5,850	54,600	32,344	11,700
36	680,000	22,670	665,000	～ 695,000	28,560	16,918.0	6,120	28,560	16,918.0	6,120	57,120	33,836	12,240
37	710,000	23,670	695,000	～ 730,000	29,820	17,664.5	6,390	29,820	17,664.5	6,390	59,640	35,329	12,780
38	750,000	25,000	730,000	～ 770,000	31,500	18,660.0	6,750	31,500	18,660.0	6,750	63,000	37,320	13,500
39	790,000	26,330	770,000	～ 810,000	33,180	19,655.0	7,110	33,180	19,655.0	7,110	66,360	39,310	14,220
40	830,000	27,670	810,000	～ 855,000	34,860	20,650.0	7,470	34,860	20,650.0	7,470	69,720	41,300	14,940
41	880,000	29,330	855,000	～ 905,000	36,960	21,894.0	7,920	36,960	21,894.0	7,920	73,920	43,788	15,840
42	930,000	31,000	905,000	～ 955,000	39,060	23,138.0	8,370	39,060	23,138.0	8,370	78,120	46,276	16,740
43	980,000	32,670	955,000	～ 1,005,000	41,160	24,382.0	8,820	41,160	24,382.0	8,820	82,320	48,764	17,640
44	1,030,000	34,330	1,005,000	～ 1,055,000	43,260	25,626.0	9,270	43,260	25,626.0	9,270	86,520	51,252	18,540
45	1,090,000	36,330	1,055,000	～ 1,115,000	45,780	27,119.0	9,810	45,780	27,119.0	9,810	91,560	54,238	19,620
46	1,150,000	38,330	1,115,000	～ 1,175,000	48,300	28,612.0	10,350	48,300	28,612.0	10,350	96,600	57,224	20,700
47	1,210,000	40,330	1,175,000	円以上	50,820	30,104.5	10,890	50,820	30,104.5	10,890	101,640	60,209	21,780

①介護保険第2号被保険者（40歳～64歳）は、健康保険料＋介護保険料の欄を参照してください。

②65歳以上および39歳以下の被保険者は、健康保険料の欄を参照してください。

③特定保険料は、高齢者医療に要する費用（前期高齢者納付金、後期高齢者支援金、退職者給付拠出金等）を納付するための保険料です。

※保険料の端数の取り扱い

◆被保険者負担分の保険料に円未満の端数がある場合（事業主と被保険者の間で特約があるときを除く）

①事業主が給与から被保険者負担分を控除する場合、被保険者負担分の端数が50銭以下の場合は切り捨てし、50銭を超える場合は切り上げて1円となります。

②被保険者が、被保険者負担分を事業主の方へ現金で支払う場合、被保険者負担分の端数が50銭未満の場合は切り捨てし、50銭以上の場合は切り上げて1円となります。（通貨の単位および貨幣の発行等に関する法律第3条第1項）

平成26年度予算がまとまりました

毎日を健やかに過ごしいただき、 医療費節減にご協力をお願いいたします

2月25日に開催された第102回組合会において、平成26年度の予算が可決・承認されましたので、お知らせいたします。

当健保組合の平成26年度予算は、収入合計・支出合計それぞれで34億156万円を見込んでおりますが、実質的な収支である経常収支では、経常収入26億7498万円、経常支出32億6320万円となり、差引額5億8822万円の赤字を見込むことになりました。

高齢者医療制度への納付金が
保険料収入の約6割を占める

健康保険

健康保険 収入支出予算概要表

収入

科 目	予算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
保険料	2,701,837	274,856
国庫負担金収入等	1,999	203
調整保険料収入	42,542	4,328
繰越金	301,929	30,715
繰入金	337,284	34,312
国庫補助金収入	550	56
特定健康診査等事業収入	600	61
財政調整事業交付金	10,000	1,017
雑収入	4,818	490
合 計	3,401,559	346,039
経常収入合計(A)	2,674,978	272,124

支出

科 目	予算額(千円)	被保険者 1人当たり額(円)
事務費	144,829	14,733
保険給付費	1,372,873	139,662
法定給付費	1,370,433	139,413
付加給付費	2,440	248
納付金	1,594,015	162,158
保健事業費	136,660	13,902
還付金	657	67
財政調整事業拠出金	41,713	4,243
連合会費	2,976	303
積立金	10,000	1,017
雑支出	1,700	173
予備費	96,136	9,780
合 計	3,401,559	346,039
経常支出合計(B)	3,263,199	331,963

経常収入(A)－経常支出(B)＝△588,221千円

介護保険 収入支出予算概要表

収入

科 目	予算額(千円)	被保険者※ 1人当たり額(円)
介護保険料	178,142	67,864
繰越金	7,231	2,755
繰入金	10,000	3,810
雑収入	55	21
合 計	195,428	74,449

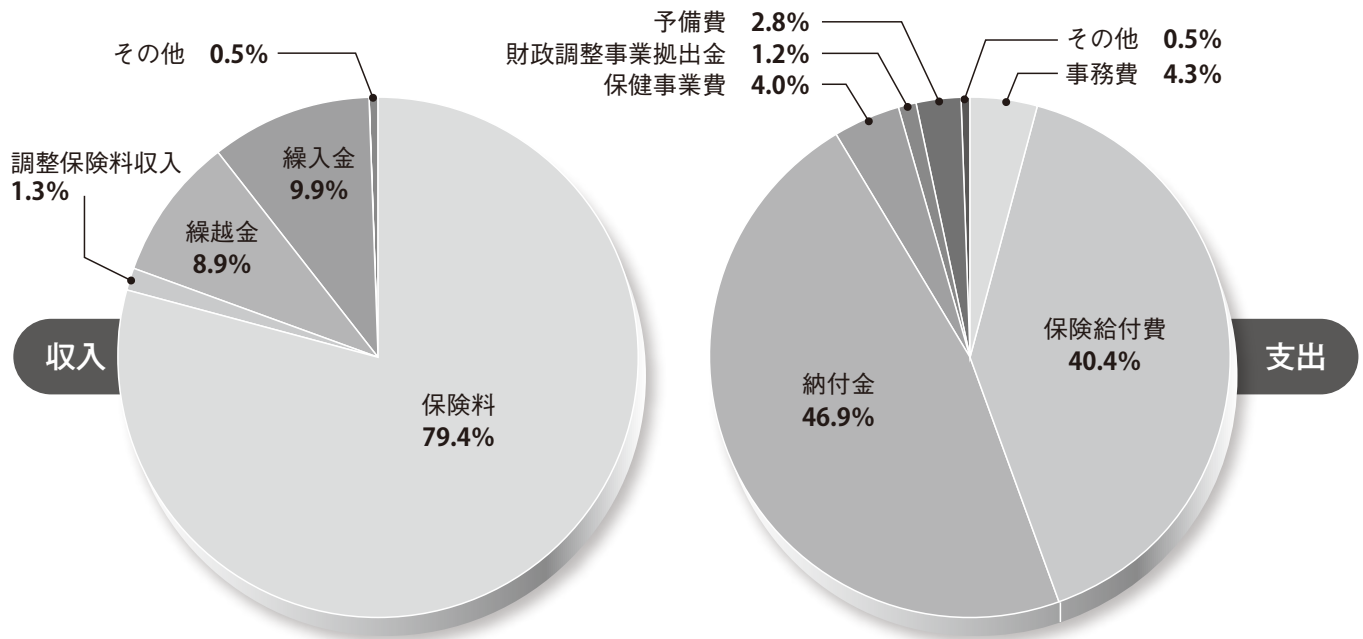
支出

科 目	予算額(千円)	被保険者※ 1人当たり額(円)
介護納付金	185,863	70,805
介護保険料還付金	141	54
積立金	9,424	3,590
合 計	195,428	74,449

※介護保険第2号被保険者たる被保険者等

※四捨五入のため、一部合計の合わない箇所があります。

収入・支出の割合（健康保険）



収入については、健保組合の財源の要でもある保険料収入を前年度より7746万円増加の27億184万円としています。

支出においては、みなさんとご家族の医療費や出産などの給付金にあてられる保険給付費を診療報酬の引き上げなどを見込み、同比2315万円増加の13億7287万円となっています。

また、高齢者の医療費にあてられる納付金については前年度より2億8628万円増加し15億9402万円となり、その額は保険料収入の6割近くを占めています。

このほか、各種健診の費用補助、保養所の利用補助などみなさんの健康づくりをサポートする保健事業費に、前年度とほぼ同規模の1億3666万円を見込みました。

これらの結果、保険料収入だけでは支出をまかなえないことから、積立金より3億2000万円を繰り入れするなど不足分を補わなければなりませんでした。

当健保組合としましては、厳しい状況のなかでも、健保組合の重要な業務の一つである健康づくり事業は引き続き注力してまいりますので、みなさんもこれらを上手にご活用いただき、毎日を健康にお過ごしください。ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

予算基礎数値

健康保険

●被保険者		●平均標準報酬月額	
男	3,920人	男	306,600円
女	5,910人	女	217,700円
計	9,830人	計	253,000円

介護保険

●被保険者		●平均標準報酬月額	
男	820人	男	412,000円
女	1,805人	女	227,000円
計	2,625人	平均	284,500円

介護保険

介護納付金約1億9千万円を国に納めます

当健保組合では、40歳以上65歳未満の方に介護保険料を納めていただき、国に介護納付金として納めています。

介護保険サービスの利用増加を反映して、介護保険料収入は同比534万円増加の1億7814万円、介護納付金は同比639万円増加の1億8586万円となりました。

服装健康保険組合事業

平成26年度は、特定健診・特定保健指導、疾病予防、保健指導宣伝、契約保養所、体育奨励の5つの分野でさまざまな事業を展開してまいります。健康維持・増進、心身リフレッシュのためにご活用ください。

特定健診・特定保健指導

① 特定健診（通年）

40～74歳の被保険者・被扶養者を対象に東振協にて実施します。特定健診の結果により特定保健指導対象者を抽出します。

受診者自己負担額

○被保険者・・・・・・・・・・・・・2,000円
○被扶養者・・・・・・・・・・・・・無料
※生活習慣病・婦人生活習慣病予防健診・人間ドックには、特定健診のすべての項目が含まれます。

② 特定保健指導（4月～3月）

（株）アグライアにて特定保健指導対象者に実施します。

受診者自己負担額

○動機づけ・積極的支援対象者・・・・・・・・無料

疾病予防

① 若年者健診（4月～12月）

② 生活習慣病・婦人生活習慣病予防健診（4月～12月）

※契約健診機関リストは5月に広報いたします。

③ 人間ドック（4月～12月）

生活習慣病・婦人生活習慣病予防健診、人間ドックは35歳以上の方が対象です。

※健診機関は10～11ページを参照してください。

受診者一部負担額

○若年者健診・・・・・・・・・・・・・700円
○生活習慣病・婦人生活習慣病予防健診・・・・・・・・・・・・・2,000円
○人間ドック・・・・・・・・・・・・・2万円を超えた額を自己負担
※健診についてはいずれか年1回のみ受診できます。

② 二次検査は、保険診療扱いとなります

④ インフルエンザ予防接種補助（11月～1月）

○被保険者・被扶養者・・・・・・・・・・・・・1,000円
インフルエンザ予防接種を実施したことが明記されている領収書を添えて、各事業所できるとりまとめいただき、当健保組合へ申請をしてください。

みなさんの健康づくりをサポートする
さまざまな事業を行います！

保健指導宣伝

②健康者表彰の実施(10月)

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

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』(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

③医療給付のお知らせ(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、不明な点がありましたら、当健保組合(審査課)にお問い合わせください。

契約保養所

①契約施設(随時)

組合補助額

○被保険者・被扶養者

.....2,000円

(ただし、年2泊限り)

※■印の2施設は除きます。

○西武プリンスリゾートホテル

○さくら総合レジャー協定施設

○東京都電機健康保険組合保養所

・洛北荘(京都市)(現在休館中)

○トッパントラベルサービス協定施設

○リゾートトラスト各施設

■東京ニットファッション健康

保険組合保養所

・箱根吟風荘(箱根町)

■健康保険組合共同利用保養所(東振協)

体育奨励

①レクリエーション施設(年間)

○東京デイズニールランド®・東京デイズニール®

○ユニバーサル・スタジオ・ジャパン®

※右記2つは合わせて年2回まで補助。

②健康増進施設(年間)

○お台場大江戸温泉物語(江東区青海)

○東京ドーム天然温泉スパラクーア(文京区春日)

○健康ランド武蔵野(川口市柳崎)

○豊島園庭の湯(練馬区向山)

○タイムズスパ・レスタ(豊島区池袋)

※詳細は8ページ参照。

③体力増進施設(年間)

○電設健保へるすびあ(板橋区坂下)

※詳細は8ページ参照。

④夏期施設(7月～8月)

〈借上施設〉

○ホテルニューアカオ(熱海)

○青山やまと(伊東市)

○マホロバ・マインズ三浦(三浦海岸)

○山翠楼(湯河原)

〈プール〉

○東武動物公園スーパプール

○としまえん

○昭和記念公園レインボープール

○東京サマーランドプール

○大磯ロングビーチ

⑤冬期施設(12月～3月)

〈冬山の家〉

○西武プリンスリゾートホテル

○舞子高原ホテル

〈スキー場〉

○西武グループスキー場

○舞子スノーリゾート

○マウントジョーンズ那須スキー場

○ハンターマウンテン塩原

※④⑤については契約予定の施設です。

健康ランド武蔵野

川口市柳崎1-22-1 ☎048-261-6111

利用者負担額	大人 790円 小人 290円
営業時間	年中無休 午前10時～翌朝9時

●最寄駅

JR京浜東北線・武蔵野線南浦和駅下車 東口より無料送迎バス

豊島園 庭の湯

練馬区向山3-25-1 ☎03-3990-4126

利用者負担額	平日 1,510円 土日祝 1,610円
営業時間	午前10時～午後11時

●最寄駅

西武豊島線豊島園駅下車 徒歩1分
都営大江戸線豊島園駅下車 徒歩2分

タイムズ スパ・レスタ

豊島区東池袋4-25-9

タイムズステーション池袋10～12F（フロント11F）

☎03-5979-8924

利用者負担額	一般 1,660円 深夜割増料金440円／60分毎 早朝 1,140円 スピード利用 900円
営業時間	午前11時30分～翌朝9時（年中無休）

※一般は土日祝日特定日に、休日割増料金325円を加算、早朝・スピード利用は土日祝日特定日に220円を加算、早朝は5時～8時入館、スピード利用は90分以内。

※最終入館時間は午前8時となります。

●最寄駅

東京メトロ有楽町線東池袋駅 2番出口より徒歩3分
JR・西武池袋線・東京メトロ池袋駅 東口より徒歩8分

電設健保へるすぴあ

板橋区坂下1-33-12 ☎03-5970-6911

入館料	平日 1,000円 土日祝 1,300円 ※6歳未満無料
営業時間	月曜定休 平日 午前11時～午後10時 土日祝 午前10時～午後9時

●最寄駅

都営三田線志村三丁目駅下車 徒歩5分
JR池袋駅より路線バス

健康増進・ 体力増進施設 ガイド



各施設の利用方法

各施設とも当健保組合施設課（☎03-3946-8561）に申込み後、下記の方法でご利用ください。

- お台場 大江戸温泉物語／東京ドーム 天然温泉 スパ ラクーア／健康ランド武蔵野／豊島園 庭の湯／タイムズ スパ・レスタ
当健保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。
- 電設健保へるすぴあ
施設で保険証を提示し、入館料を支払い、利用。



契約施設

お台場 大江戸温泉物語

江東区青海2-57 ☎03-5500-1126 FAX 03-5500-4126

利用者負担額	大人 1,200円 小人 150円 ナイトー 大人 700円 小人 150円
営業時間	年中無休 午前11時～翌朝9時 （お風呂・飲食店によって異なります）

※ナイトーは午後6時～翌朝9時

●最寄駅

新交通ゆりかもめ「テレコムセンター」駅下車 徒歩2分

東京ドーム 天然温泉スパ ラクーア

文京区春日1-1-1 ☎03-3817-4173

利用者負担額	平日 1,768円 土日祝 2,092円 （小人料金は異なります）
営業時間	午前11時～翌朝9時

●最寄駅

東京メトロ丸ノ内線・南北線後楽園駅、都営三田線・大江戸線春日駅、JR中央本線・都営三田線水道橋駅

こんなとき、被扶養者ではなくなります

就職や結婚などで 他の制度に加入したとき

- 被扶養者が就職して、勤め先の健保組合等の被保険者になったとき
- 被扶養者が結婚して、配偶者の被扶養者になったとき



パートやアルバイトなどの 年収が基準額を超えたとき

- 被扶養者の年収が130万円※以上、または被保険者の収入の1/2以上のとき

※60歳以上または障害がある場合は、年収が180万円以上のとき（老齢年金、障害年金、遺族年金を含む）。



別居したとき

- 同居しなければ被扶養者になれない親族※が、別居したとき
- 別居後、被扶養者の収入額を上回る仕送りがなくないとき

※被保険者の配偶者（内縁を含む）、子、孫、弟妹、父母などの直系尊属以外の3親等内の親族は、同居しなければ被扶養者として認定できません。



仕送り額が変わったとき

- 別居している被扶養者への仕送りをやめたとき
- 仕送り額が被扶養者の収入より少なくなったとき
- 他の兄弟等からも仕送りがあり、被保険者からの仕送り額が、被扶養者の生計費の50%を超えていないとき



75歳になったとき

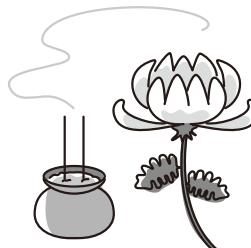
- 被扶養者が75歳※になり、後期高齢者医療制度の被保険者になったとき

※65～74歳の方が一定の障害があると認定され、後期高齢者医療制度の被保険者になったときも同様。



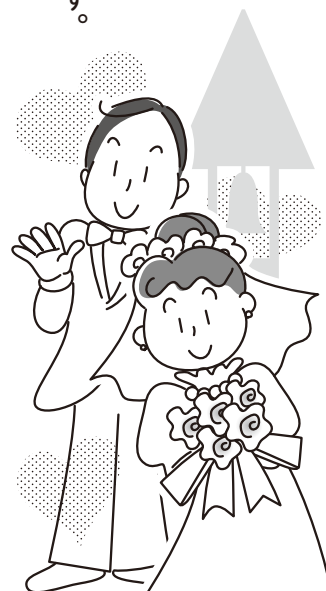
亡くなったとき

- 被扶養者が亡くなったとき



ご家族（被扶養者）が就職や結婚されたときは、届出を！

あなたの被扶養者となっているご家族が、次のようなケースに当てはまるときは被扶養者ではなくなります。
「被扶養者異動届」に保険証を添え、事業所を通じて、5日以内に健保組合へ提出してください。



Q&A

Q 妻が半年前からパートで働き始めました。月々12万円ほどの収入がありますが、1年間の合計が130万円を超えなければ、今後も被扶養者のままでいられるでしょうか？

A いいえ、認められません。年収は暦上の1年間の合計収入ではなく、月額に換算して判断します。月額に換算すると…

年収130万円 → 月額10万8,334円
(60歳以上または障害がある場合 年収180万円 → 月額15万円)

そのため、月額10万8,334円以上のパートやアルバイトなどを始めた場合は、被扶養者とは認められません。月により収入が変動する場合は、連続する3カ月の平均額で判断します。

*収入は手取り額ではなく、税金等を差し引く前の額面が基準となり、利子収入、賃貸収入、公的年金（障害年金、遺族年金を含む）、失業保険給付、出産手当金、傷病手当金なども含まれます。

定期的に人間ドックを受けましょう (期間:4月1日~12月末日)

当健保組合からの補助額は2万円

実施要領

- 申込方法…………… 直接、健診機関に予約をとり、当健保組合にお申込みください。
- 受診者負担額…………… 契約料金から組合補助額2万円を差し引いた額になります。
- 受診者負担額支払方法… 受診する健診機関窓口にお支払いください。

⑨ 人間ドック受診の際には当健保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、5月に広報いたします。

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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	都営大江戸線 東新宿駅徒歩3分
○ 鶯谷健診センター (台東区根岸)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	JR線鶯谷・日暮里駅 徒歩6分
○ 葛飾健診センター (葛飾区立石)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	JR線 高田馬場駅徒歩7分
○ 新宿追分クリニック (新宿区新宿)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	都営新宿線・丸ノ内線 新宿三丁目駅徒歩2分
○ フェニックスメディカルクリニック (渋谷区千駄ヶ谷)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	JR線 代々木駅徒歩5分
○ 永沢クリニック (港区赤坂)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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)	43,740円	23,740円	追加料金 なし	23,740円	都営大江戸線・日比谷 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)	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	都営大江戸線汐留駅、 ゆりかもめ新橋駅徒歩1分

★婦人科は、子宮細胞診（医師採取）＋マンモグラフィ ※超音波検査等の料金は、健診機関へ直接確認願います。

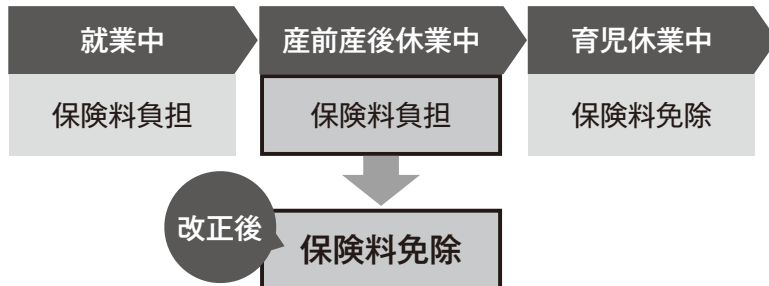
健 診 機 関 名 ※（ ）内は所在地	契約料金	① 受診者 負担額	② 婦人科 料 金	①＋②	最 寄 駅
○ 同友会春日クリニック （文京区小石川）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	都営三田線 春日駅徒歩1分
○ 同友会深川クリニック （江東区三好）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	都営大江戸線・半蔵門線 清澄白河駅徒歩5分
あそか病院 （江東区住吉）	43,200円	23,200円	8,100円	31,300円	都営新宿線・半蔵門線 住吉駅徒歩5分
東実総合健診センター （中央区東日本橋）	50,000円	30,000円	追加料金 なし	30,000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	追加料金 なし	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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	JR線 荻窪駅徒歩8分
野村病院 （三鷹市下連雀）	42,120円	22,120円	8,640円	30,760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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	43,200円	23,200円	9,720円	32,920円	JR線 池袋駅徒歩3分
浩生会スズキ病院 （練馬区栄町）	42,120円	22,120円	8,640円	30,760円	西武池袋線 江古田駅徒歩3分
○ 山口病院 （豊島区西巣鴨）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	JR線 大塚駅徒歩8分
○ 山口クリニック （豊島区東池袋）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310円	JR線 池袋駅徒歩2分
○ あけぼの健診クリニック （町田市中町）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	41,040円	21,040円	9,720円	30,760円	JR線 大宮駅徒歩5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）	44,280円	24,280円	8,640円	32,920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）	34,560円	14,560円	7,344円	21,904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）	40,200円	20,200円	6,700円	26,900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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,430円	26,310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）	38,880円	18,880円	7,128円	26,008円	JR線 春日山駅徒歩5分

平成26年4月から

産前産後の休業期間中も 保険料免除に

育児休業等期間中の健康保険料は、負担の軽減をはかるため、事業主からの申し出により被保険者本人負担分および事業主負担分とも免除されています。

さらに平成26年4月からは、産前産後休業期間中の健康保険料についても、事業主からの申し出により免除されることになりました。



産前産後休業期間とは？

出産の日（出産の日が出産予定日より遅れた場合は、出産予定日）以前42日（多胎妊娠の場合は98日）から出産の日後56日の間のうち仕事を休んだ期間

産前産後休業中の健康保険料免除期間

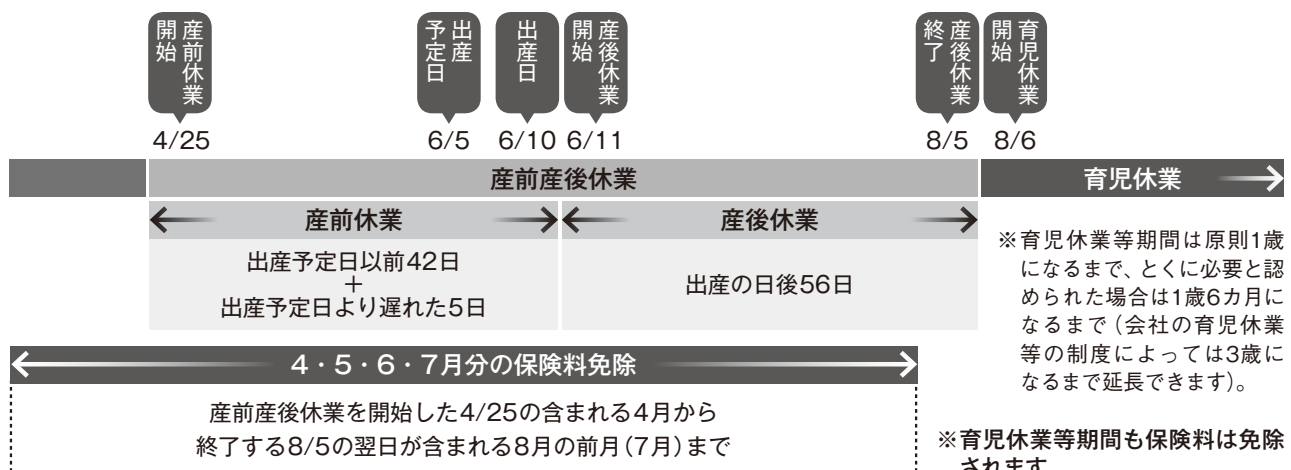
産前産後休業を開始した日の含まれる月からその産前産後休業が終了する日の翌日が含まれる月の前月までの期間

例 出産予定日6月5日、出産日6月10日、産後休業後引き続き育児休業を開始する場合

※平成26年4月1日の施行日前に産前産後休業を開始した場合は、施行日を休業開始日とみなします。

産前産後休業期間 4月25日～8月5日

保険料免除 4・5・6・7月分



産前産後休業終了後の標準報酬月額改定の特例

産前産後休業終了後に育児休業を取得せず復職し、育児等を理由に報酬が下がった場合は、被保険者の申し出により標準報酬月額の改定をすることができます。

※標準報酬月額は、産前産後休業終了日の翌日が含まれる月以後の3カ月間に受けた報酬（支払基礎日数が17日未満の月は除く）の平均額により決定し、その翌月から改定されます。

※育児休業等終了後も標準報酬月額改定の特例があります。



あなたの故郷、
ランクインして
いますか？

健康お国自慢ランキング

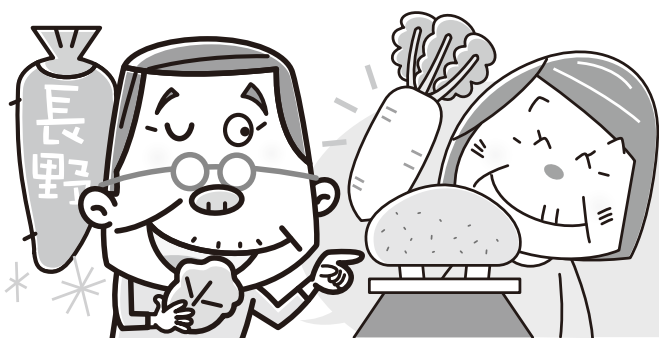
「健康で長生き」はすべての人の願い。ここ数年、健康づくりに熱心に取り組んでいる都道府県が増えています。医療・健康分野で成果を出した地域をランキング形式で表してみました。あなたのお住まいの場所や出身地は、ランクインしていますか？

長寿日本一は？

男女とも長寿No.1の長野県は、以前は冬の厳しい寒さや塩分の多い食生活の影響もあり、脳卒中の死亡率が高い傾向にありました。しかし、県庁に健康長寿課を設置したり、ボランティアの食生活改善推進員を地域に配置

するなどの地道な活動を続けた結果、長寿へとつながりました。

※厚生労働省「都道府県別生命表」2010年より



男 性		女 性	
1	長野県	1	長野県
2	滋賀県	2	島根県
3	福井県	3	沖縄県
4	熊本県	4	熊本県
5	神奈川県	5	新潟県

1人当たりの医療費が少ないのは？

1	千葉県
2	埼玉県
3	神奈川県
4	茨城県
5	滋賀県



千葉県を筆頭に関東が上位4位までを占めています。ちなみに、最も高かったのは高知県で、最も低い千葉県との差は14万円以上になります。医療費は、「西高東低」といわれる状態が長く続いており、その背景には人口に対する医療機関数（病床数）が西日本に多いことが要因といわれています。家計にも影響する医療費、土地柄は関係なく適正受診を心がけましょう。

※厚生労働省「国民医療費の概況」2011年度より

高血圧患者が少ないのは？

人口10万人当たりの高血圧患者数が最も少ない奈良県は、薄味の料理に要因があるようです。県庁所在地など全国51都市を対象にした家計調査では、奈良市のしょうゆの購入量は44位、みその購入量は47位とかなり低め。高血圧の予防には、塩分を摂りすぎないことと適度な運動習慣が大切です。

※厚生労働省「患者調査」2011年、総務省「家計調査」2010～2012年平均より



1	奈良県
2	神奈川県
3	千葉県
4	沖縄県
5	埼玉県

タレント ■ JOY さん

本名、ジョゼフ・グリーンウッド。1985年群馬県生まれ。父親がイギリス人、母親が日本人のハーフ。雑誌でのモデル活動を経て、現在はテレビのバラエティ番組を中心に活躍中。2011年、「ストップ結核ボランティア大使」に就任。



長引くせきに異変を感じる。
原因不明のまま体調が悪化

「せきが止まらないな」——最初に異変を感じたのは、2010年5月です。のどが悪いんだと思って病院の耳鼻咽喉科を受診したんですが、診断は「上咽頭炎」。ところが、薬をのんでもよくならない。ひどいときは、息を吸い込むたびに反動でせきが出てしまつて。テレビの収録中は、のどを潤そうと水分を補給しながら出演していましたが、それでも少し出てしまうこともありました。

そのうち、38度以上の熱が出たり、体が震える症状も現れるようになり、インフルエンザだと思って内科を受診したんです。ところが、そうではないといわれて……。原因がわからないまま体調の悪化は続き、深夜にたびたび救急病院を受診するようになりました。そして、ある病院で一応、肺のエックス線検査と痰の検査を受けよう、ということになって。そこで判明したのが「結核」。2011年3月のことでした。

頑張ることと無理することは、
ちよつと違うんです

仕事漬けの日々のなか、
やつと休めるうれしさがあつた

結核という病名がわかったときは、それがどういう病気なのかピンとこなくて。僕の中では「聞いたことはある」くらいの認識しかありませんでした。ただ、10カ月近くもせきが止まらず、体も限界だったので、「原因がわかつて、やつと休める」といううれしさがあつたんです。当時は、朝から晩まで仕事、仕事の毎日。それが1年半くらい続いていたのかな。やはり体が弱つて、免疫力も落ちていたんだと思います。

検査を受けた病院に結核病棟があつたので、その日のうちに入院。結核は感染症なので、僕とかかわつた周囲の人にも検査を受けてもらいましたが、幸い誰にも感染していませんでした。入院から約3カ月後に退院しましたが、そのときは体力もすごく落ちましたね。自宅から近所のコンビニに行こうとしたら、背中筋肉がつつちやつて（笑）。そのくらい筋力が落ちていたんです。

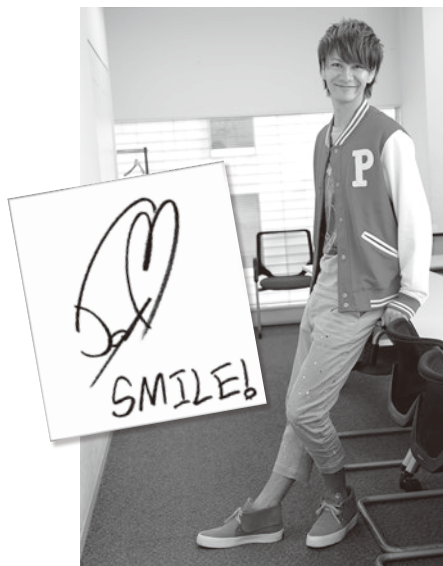
病気をきつかけに
健康的な生活習慣を实践

この病気を経験してから、生活は大きく変わりましたね。まず、バランスのよい食事を3食とる大切さを知りました。それに、適度な運動。

スポーツジムにも通い始めましたし。あとは睡眠。とても早く寝るようになりました（笑）。どれも基本的なことですが、以前はけっこう適当だったんです。

いま若い世代に結核が増えているのは、若いことを理由に頑張りすぎて、無理してしまう人が多いからではないでしょうか。でも、「頑張ること」と「無理すること」って、ちよつと違うと思うんですね。大丈夫だと思つて無理すると免疫力が低下して、病気の発症につながってしまう。「頑張る必要はあるけど、無理しない」ことが、大切なのかなと感じています。

僕も体調のことを人に理解してもらえない時期があつて、そこには、つい頑張りすぎてしまう自分がありました（笑）。でも、自分の体のことは、自分にしかわかりませんから。少しでも異変を感じたら早めに検査を受けて、病気の早期発見につなげてほしいと思います。



マレーシア最大の仏教寺院

極彩色の建物が並ぶ信仰の地

極楽寺(表紙)……マレーシア

マレーシアのペナン島は、インド洋に

を現わした建物であるといえるでしょう。

浮かぶ美しい島です。「東洋の真珠」「イ

各階に安置されている仏像は、それぞれ

ンド洋のエメラルド」とも呼ばれるアジ

の国の特徴を持ち、パゴダ全体で1万體

ア屈指のリゾート地で、かつては東イン

もの仏像がはめ込まれているといわれま

ド会社の貿易基地として栄えました。州

す。パゴダを上ると、頂上からはジョージ

都のジョージタウンには、イギリスのコロ

タウンを一望する絶景を楽しむことがで

ニアル調、マレー式、インド式、中国式の

きます。

建物が不思議な調和を見せ、文化の交流

うのは旧正月。毎年、旧正月の前夜33日

います。

間は、平和・幸福・繁栄を祈り、23万個

ペナン島には、マレーシア最大の仏教

の電球と1万個のランタンで大規模なラ

寺院・極楽寺があります。1890年か

イトアップが行われるのです。敷地内の

ら約20年の歳月をかけて建築された絢爛

建物がさまざまな色の灯りで彩られ、夜

たる寺院の広さは12万平方メートルに及

の間に浮かびあがる姿は、華やかであり

び、その広大な敷地には、数々の色鮮や

ながら幻想的。期間中は、信者と観光客

かな建造物が並んでいます。

で混雑しますが、一見の価値があるスケー

中でも、30メートルの高さを誇るパゴ

ルの大きさと美しさです。

ダ(仏塔)は圧巻。7層からなる壮麗な

表紙の写真は、極楽寺のシンボルとも

外観を持つ建物には、下層から上層に向

いえる7層のパゴダと、旧正月のランタ

かつて中国、タイ、ビルマの建築様式が混

ン。敷地内には、建物を結ぶかのように

在しています。まさに、ジョージタウンに

仏像が並び、訪れる人がお参りをする姿

代表されるペナンの歴史・文化そのもの

が見られます。



組合だより

平成26年2月18日 理事会（会場＝組合会議室）

【審議事項】

第1号議案＝平成26年度事業計画（案）について

第2号議案＝平成26年度一般保険料率において基本保険料率及び特定保険料率を定める件について

第3号議案＝平成26年度介護保険料率を定める件について

第4号議案＝重要財産の処分について

第5号議案＝平成26年度収入支出予算（案）について

第6号議案＝契約保養所補助金支給対象施設の追加について

第7号議案＝組合会の開催について

第8号議案＝準備金その他の財産の保有及び管理について

【報告事項】

第1報告＝事業所編入等組合規約の変更について

第2報告＝事業状況報告について

第3報告＝その他

平成26年2月25日 組合会（会場＝茗溪会館）

【審議事項】

第1号議案＝平成26年度事業計画（案）について

第2号議案＝平成26年度一般保険料率において基本保険料率及び特定保険料率を定める件について

第3号議案＝平成26年度介護保険料率を定める件について

第4号議案＝重要財産の処分について

第5号議案＝平成26年度収入支出予算（案）について

第6号議案＝事業所編入等組合規約の変更について

【報告事項】

第1報告＝事業状況報告について

第2報告＝その他

公 告

●編入した事業所

事業所名称	代表者名	所在地	編入年月日
(株)クレスタ	宮本さち子	東村山市青葉町2-44-4	25.12.26

●削除した事業所

事業所名称	代表者名	所在地	削除年月日
(株)ウェザーコーポレーション	河田 昌宏	世田谷区駒沢1-17-17	25.11. 1
(株)ことぶき	鎗田 徳	杉並区松ノ木3-17-3	25.12.26

●所在地変更した事業所

事業所名称	代表者名	所在地／変更前	所在地／変更後	変更年月日
(株)ドウベル	原 博美	練馬区田柄4-27-27	練馬区田柄4-4-20	25.12. 1
(株)ファブリス	鎌田 英司	港区赤坂8-11-26 赤坂ワラバレー 601	中央区日本橋堀留町2-2-8 日本橋トウマビル3階	25.12. 3

服装健保だより

第188号

平成26年3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26年1月末日現在）



事業所数

155件



平均標準報酬月額

男 307,908円

女 219,552円

平均 254,873円



被保険者数

男 3,932名

女 5,904名

計 9,836名



被扶養者数

計 3,050名