

服装健保だより

服装健康保険組合

2014 **11** No.191

 ホームページをご活用ください

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



第15期 組合会議員のご紹介

平成26年10月21日、理事・議員の任期満了による役員改選が行われ、次の方々が新しい理事・議員に就任いたしましたので、ご紹介します（敬称略）。



辻 庸介
(株)辻洋装店



常務理事 馬場和喜夫
服装健康保険組合



理事長 大栗 實
(株)平和台ドレス

選定理事



浅水 辰雄
(株)貴



吉田 昌二
(株)福新ドレス



中村 衛
中村ドレス(株)



奥村 隆一
(株)共栄衣料



小林 陽一
(有)双葉洋装工業



増子 裕章
(株)王子デザイン

選定議員



鈴木 昌
(株)杉本ブリーツ



福岡 奎吾
(株)福岡



川田 秀夫
川田洋服プレス(株)



監事 菅谷 重
(株)マーヤ

当健保組合のさらなる発展のため、 健全な運営を図ってまいります



川村 行雄
(株)カワムラドレス



大庭 茂
大庭繊維(有)



大川 昌治
三好洋装(株)

互選理事



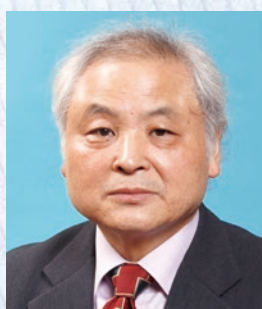
高橋 実
(株)おしゃれ工房



渡辺 英和
(株)マルエークロス



新井 光久
(株)エイ・アイプランニング



横田 昭範
(株)ピゴラス



白石 正裕
(有)ファッションしらいし



原 博美
(株)ドウベル

互選議員



監事 保科 亮子
(株)ラポール



望月 潤一
(株)アーベセー



茂野 正
(株)ファッションエース茂野



関野 謙二
(株)アルテコートー

インフルエンザにかからないために

流行前の予防接種＋日頃の予防対策

予防接種は…

Q インフルエンザワクチンの接種はいつ頃受けるのがいいの？

A 日本では、インフルエンザは例年12～3月頃に流行します。ワクチン接種による効果が出るまでに2週間程度かかるため、毎年12月初旬までにワクチン接種を終えましょう。ワクチンの効果は約5カ月持続します。

Q 去年ワクチンの接種を受けました。今年も受けるの？

A 季節性インフルエンザワクチンの予防効果は、接種後5カ月程度と考えられています。また、毎年そのシーズンに流行が予測されるウイルスに合わせてワクチンが作られているため、インフルエンザの予防接種は毎年受けましょう。

予防対策は…

十分な休養と
バランスのとれた栄養摂取を

体の抵抗力を高めるために、十分な睡眠と、バランスのとれた食事を心がけましょう。



湿度を50～60%に

空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなるため、加湿器などを使って湿度50～60%に。



外出後は手洗いを

アルコールによる消毒も効果が高い

流水と石けんに
よる手洗い

人混みや繁華街への外出を控えよう

インフルエンザが流行してきたら、特に高齢者や基礎疾患※のある人、妊婦、疲労気味・睡眠不足の人は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。

人混みに出るときは、マスクを着用し、人混みにいる時間を極力短くしましょう。

※基礎疾患…例えば慢性閉塞性肺疾患（COPD）、ぜんそく、慢性心疾患、糖尿病など

インフルエンザを予防しよう！

インフルエンザは普通のかぜとは違います。インフルエンザウイルスに感染することによって起こり、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が急激に現れるのが特徴です。子どもや高齢者、免疫力の低下している人などではまれに重症になることがあるため注意が必要です。

けんぽ いんふおめーしょん
ご利用ください！

インフルエンザ
予防接種の費用補助

当健保組合では、今年も被保険者および被扶養者の方を対象に「インフルエンザ予防接種」の費用補助を行います。インフルエンザのもっとも効果的な予防法は、予防接種を受けること。感染予防だけでなく、重症化防止と死亡率低下にも効果があります。

なお、インフルエンザ予防接種にあたっては、ワクチン接種が不適当と考えられる場合もありますので、あらかじめ医師等にご相談ください。

●対象者…被保険者および被扶養者

●補助金額…1名につき1000円（ただし、1回法、2回法を問わず自己負担額が1000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。

●締切日…平成27年1月30日（金）

●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。

いつまでもすこやかに暮らしたい
寝たきりにさせない介護技術を体験したい

— そんな方へ

開催の
お知らせ

『一日介護・健康講座』

本年度も、被保険者・ご家族の方々を対象に、保健師等の専門家から在宅介護についての正しい知識と技術を習得していただくとともに、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防・解消についても学んでいただく「一日介護・健康講座」を開催します。

講座開催時間……………

- 受付 … 午前9時30分
- 講座 … 午前10時～午後4時

カリキュラムの内容

- 知っておきたい介護の知識(講義)
…寝たきり予防・介護の視点等が学べます。
- 介護保険等の上手な活用(講義)
…介護保険の利用と福祉用具の活用の仕方について学べます。
- 早期リハビリ・在宅リハビリの必要性和方法(講義)
…病院・在宅で行う家族によるリハビリ内容等について、習得できます。
- 寝たきりにさせない介護技術の体験学習(実技体験)
…介護する側、される側両方の立場で体験ができます。
- メタボリックシンドロームの予防・解消(講義)
…メタボリックシンドロームを予防・解消するための生活習慣の改善などが学べます。

開催日・会場(定員各会場80名)

開催日(平成27年)	会場(最寄駅)
1月10日(土)	日本青年館ホテル(JR千駄ヶ谷駅など)
1月12日(祝日・月)	ワークピア横浜(地下鉄 日本大通り駅など)
1月17日(土)	大宮ソニックシティ(JR大宮駅)
1月18日(日)	日本赤十字社ビル(地下鉄浅草線 大門駅など)
1月24日(土)	損保会館(JR御茶ノ水駅など)
1月31日(土)	北とびあ(JR王子駅など)
2月1日(日)	八王子労政会館(JR八王子駅など)
2月8日(日)	損保会館(JR御茶ノ水駅など)

申込方法および申し込み先

参加申込書は、郵送またはFAXでお申し込みください(FAXで送信する際にはおかけ間違いにご注意ください)。

参加申込書は、下記のホームページからダウンロードできます。

締切り：平成26年12月12日(金)

抽選日：平成26年12月19日(金)

(抽選結果は申込者全員に通知します)

申込先：〒130-0014 墨田区亀沢1-7-3

東京都ニット健保会館5階

(一社)東京都総合組合保健施設振興協会(東振協)

FAX 03-5608-2315

<http://www.toshinkyō.or.jp/event/>

留意事項

- ・受講料は無料です。
- ・昼食は用意してあります。
- ・実技体験がありますので、動きやすい服装でご参加ください。
- ・各会場とも駐車スペースがありませんので、ご注意ください。



寒い冬の季節だからこそ
あったか、ほっこり...

「絶景の宿 一望閣」で おトクに冬を楽しもう!

マウントジーンズ
スキーリゾート那須への
送迎車あり

天然温泉美人の湯と創作料理の宿。

お楽しみのお料理は、和食とフレンチが融合した新スタイルをお楽しみいただけます。美肌の湯で好評の天然温泉は女性にはうれしいですね。那須高原のさまざまな観光施設や、健保組合からの補助もあるマウントジーンズスキーリゾート那須へのアクセスも抜群で、冬の旅行にはもってこいです。

那須高原・那須温泉

絶景の宿 一望閣

〒325-0301 栃木県那須郡那須町湯本157

URL <http://www.ichibokaku.com/>

交通アクセス

車：那須I.C.より約25分

※車でお越しの際、万が一雪が積もっていて運転が心配な場合は、高速道を下りてから道の駅が数カ所ありますので、そこへ車を駐車してください。ご連絡いただければ駐車場までの送迎を行います。

電車：JR那須塩原駅西口より温泉組合無料送迎バス45分

※11:55発と14:45発の2本です。帰りは10:00発となります。予約制。

ご予約は 当健保組合 (TEL 03-3946-8561) まで



ロビー 広々とした空間



客室(しらたま館) 部屋には畳の間のほか、ソファも

宿泊料金 (2名様1室・大人1名 1泊2食付(税込)入湯税別)

つつじ館	契約料金	健保組合補助額	利用者負担
平日	5,200円	2,000円	3,200円
休前日	8,200円	2,000円	6,200円
12/31~1/3	10,200円	2,000円	8,200円

※あざみ館は1,000円増、しらたま館は2,000円増です。

※小学生は70%、3歳～未就学児50% (大人1人・子ども1人の場合は子どもも大人料金)。

一望閣

オススメポイント

1

天然温泉・美人の湯

美肌効果として注目のメタけい酸がたっぷり

ひのき造りの大浴場・露天風呂は、豊富な湯量の自家源泉・美人の湯。美肌効果が高いとして注目されるメタけい酸がたっぷりです。お肌の新陳代謝が促進されます。肌にやさしい中性の単純泉のお湯で日頃の疲れをいやしてください。



大浴場



一望閣

オススメポイント

2

創作料理

和食とフレンチが融合した新スタイル

一望閣自慢の食事は、和食とフレンチの絶妙なコラボレーションを楽しめる新スタイルの創作料理。和食とフレンチのイイトコ取りのお楽しみメニューです。

ご予約は当健保組合へご連絡ください。また、同日にお申し込み多数の場合、抽選となりますのでご了承ください。

マウントジーンズ スキーリゾート那須

施設詳細

〒329-3223 栃木県那須郡那須町大字大島
TEL 0287-77-2300
URL <http://www.mtjeans.com/>

一望閣から
車で10分

利用期間

平成26年12月20日▶
平成27年3月22日

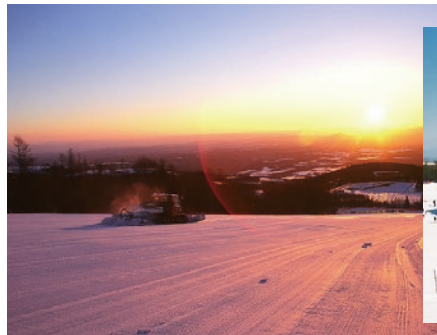
●利用料金

大人(中学生以上) **2,400円**

(契約料金3,400円●健保組合補助額1,000円)

小学生 **1,500円**

(契約料金2,500円●健保組合補助額1,000円)



一望閣を拠点にスキー場へ繰り出そう!

ハンターマウンテン塩原

施設詳細

〒329-2922 栃木県那須塩原市湯本塩原字前黒
TEL 0287-32-4580
URL <http://www.hunter.co.jp/>

利用期間

平成26年12月1日▶
平成27年3月31日

●利用料金

大人(中学生以上) **2,600円**

(契約料金3,600円●健保組合補助額1,000円)

小学生 **1,600円**

※未就学児は無料。

(契約料金2,600円●健保組合補助額1,000円)



お問い合わせは当健保組合 (TEL 03-3946-8561) まで

健保組合補助額と申込・利用方法

冬山の家

- 健保組合補助額 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、当健保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

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

開設期間

平成26年12月20日から平成27年3月31日



冬山の家

舞子高原ホテル

- 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)
7,000円～
(契約料金9,000円●健保組合補助額2,000円)



冬山の家

舞子高原ロッジ

- 予約電話番号 025-783-3511
- 大人の利用者負担金(1泊2食付・税込、入湯税(120円)別)
3,000円～
(契約料金5,000円●健保組合補助額2,000円)

※舞子高原ロッジの契約期間は平成26年12月27日～平成27年3月30日となります。



スキー場

舞子スノーリゾート

- 利用者負担金 リフト・ゴンドラ共通1日券※
- 大人 **2,400円** (契約料金3,400円●健保組合補助額1,000円)
- 55歳以上
中高生 **2,100円** (契約料金3,100円●健保組合補助額1,000円)
- 小学生 **1,300円** (契約料金2,300円●健保組合補助額1,000円)

※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。

※舞子スノーリゾートの契約期間は平成26年12月20日～平成27年3月22日となります。

プリンス ホテルズ&リゾート

開設期間

平成26年12月1日から平成27年3月31日

プリンスホテル予約センター

予約電話番号

フリーダイヤル

0120-33-8686携帯電話からは **03-6741-9155**

予約受付

年中無休(午前9時半～午後8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。

●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

※Webサイト(<http://www.princehotels.co.jp/keiyaku/>)にアクセス後、パスワード【prkeiyaku】を入力し、「プリンスホテルご優待プラン」をご覧ください。

冬は
もうすぐそこ

寒い冬もホットに楽しまなくちゃ!

健保組合ではスキー場へのアクセスのよい保養施設と、リフト券が割安でご利用いただける冬期施設をご用意しております。冬のレジャーにご活用ください。



本館／スタンダード和洋室

リゾーピア
箱根

箱根四季彩プラン
A・B・Cコース
(本館・強羅棟／和洋室・洋室)

利用期間 平成27年3月31日まで ※年末年始および休前日を除く

料 金 〈大人1名様・1泊2食付・税サ込〉 ※別途入湯税150円あり

箱根四季彩プラン Aコース	1室あたり4名様利用	8,800円～ (契約料金10,800円●健保組合補助額2,000円)
箱根四季彩プラン Bコース	1室あたり3名様利用	10,800円～ (契約料金12,800円●健保組合補助額2,000円)
箱根四季彩プラン Cコース	1室あたり2名様利用	12,800円～ (契約料金14,800円●健保組合補助額2,000円)

特 典 ①ミュージックルームチャージ1時間無料
②12時レイトチェックアウトサービス

※ご夕食はAコース6,480円の日本料理を、Bコースは8,640円、Cコースは10,800円の日本料理もしくは鉄板焼きよりお選びいただけます。
※記載料金は和洋室料金となります。洋室もございますので、詳しくはスタッフにお問い合わせください(本館デラックスルームをご利用の場合は、1室あたり別途2,160円頂戴いたします)。



露天温泉大浴場

お問い合わせはリゾーピア箱根 (TEL 0460-82-0111) まで

当健保組合が契約しているリゾートトラストの季節のプランをご紹介します。
イベント目白押しのかからの季節にご利用いただけるお得なプランです。

季節のプランの
ご案内

特別プランで
ご家族や親しい仲間と
お楽しみください

エキシブで過ごす12月 イヤーエンドプラン 2014

利用期間 平成26年12月1日～29日

料 金 9,200円～ (契約料金11,200円●健保組合補助額2,000円)
〈大人1名様・1泊2食付・税サ込〉
※施設によっては別途入湯税150円あり

対象施設 【グランドエキシブ・エキシブ】
那須白河、山中湖、軽井沢(パセオ・SVムセオ・SV含む)、蓼科、
初島クラブ、伊豆、浜名湖、鳥羽&アネックス、琵琶湖、京都
八瀬離宮、白浜&アネックス、淡路島、鳴門(SV・SVⅡ含む)
※山中湖SV、箱根離宮、有馬離宮を除く



ディナー対象レストラン 日本料理・中国料理



クリスマススペシャルルーム

ご滞在中クリスマスをお心ゆくまでお楽しみいただけるよう、
各ホテルが趣向を凝らしたスペシャルルームを室数限定でご用意いたしました。

料金／1室 12月1日～19日 ※土曜日を除く
7,560円(税込)
12月6日・13日・20日～25日
10,800円(税込)

※ルームチャージ・ご利用
実費のいずれか、または
宿泊プランにプラスの料
金となります。

詳細はリゾートトラスト (TEL 03-5323-8221) まで

夫を協力的にする「頼み方」

働く女性が増え、仕事、家事、育児をこなすのに、夫の協力が必要不可欠な時代です。しかし、夫の協力が得られないとストレスを感じている妻が少なくありません。夫を協力的にするためには「頼む」というコミュニケーションが必要です。

ストレートに、具体的に伝えよう

夫の協力を得たいときは、「見たらわかるでしょ」ではなく、言葉にして伝えることが大切です。

まずは、「私」を主語にして、「（私は）○○なの。だから、△△して欲しい」と自分の置かれている状況と、求めていることを素直に伝えましょう。「（あなたも）△△してよ」といった頼み方をする人が多いですが、「あなた」を主語にした頼み方は手伝わていない夫を責めているように聞こえてしまい、人間関係の摩擦を生むだけになってしまいます。

また、頼むときは、夫の都合を聞いてから内容や期日を具体的に伝えましょう。だれでも突然頼まれるといい気はしません。また、内容や期日が明確なほうが夫は手伝いやすく、妻の希望もかないやすくなります。

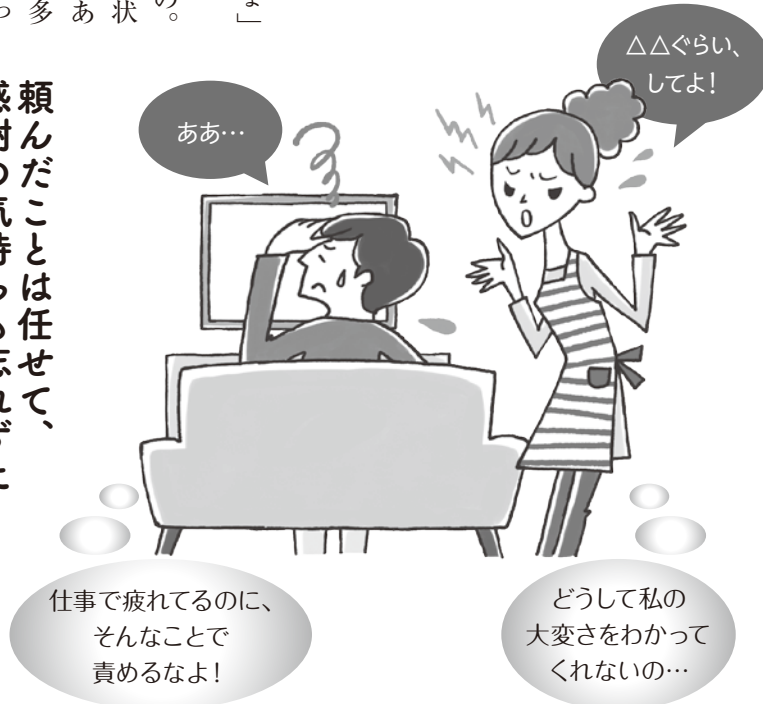
頼みたいことが複数あるときは、一度に伝えることも大切です。

頼んだことは任せて、感謝の気持ちも忘れずに

快く手伝えるように配慮することも、夫を協力的にするうえで欠かせません。

そのため大事なのが、口出しをせずに任せること。途中であれこれ口出しするのはいけません。

また、協力を得たあとには、できばえに関係なく感謝の気持ちを伝えることも忘れずに。この気配りが、次に夫が妻に感謝する気持ちを生むことにつながります。



夫を協力的にする「頼み方」のコツ

①「私」を主語にして、気持ちをきちんと伝える。

- ×「（あなたも）食器ぐらい片づけてよ」
- 「私、いま手が離せなくてたいへんなの。疲れていると思うけど、片づけてくれると助かる」

②手伝って欲しいことは、内容や期日を具体的に伝える。

複数あるときは一度に伝え、あとから次々と頼まない。

③口出しせずに任せる。できばえに関係なく、「ありがとう」と感謝の気持ちを伝える。



夫に限らず、相手を協力的にする頼み方は、ものごとを前に進める力になります。

水は1日2ℓ以上飲んだほうがよい？



たくさん飲めば美容や健康に
よいわけではありません

目安は1.0〜1.5ℓ

「1日2ℓ以上の水を飲む」ことはモデルなどが行っている美容法・健康法として知られ、実践している女性も多いはず。人間の体は約60%が水分で、美しい肌を保ったり、代謝のよい体をつくるうえでも欠かせないものです。水をたくさん飲めばそれだけ美容や健康により効果が得られるわけではありません。

大事なのは、体外に出る水分と体内に入る水分量のバランスがとれていること。尿や汗、便として1日に出ていく水分は2、3ℓ前後です。1日の食事と代謝の過程で発生する水分で約1.0ℓが補給できるため、1日に必要な飲料水の量は1.0〜1.5ℓ。汗をかいたときで約2.0ℓです。

これ以上の水を飲んでも、尿として排泄されるだけ。また、尿の回数や量が少ない人、汗をあまりかかない人が水を飲みすぎると、体内に余分な水分が停滞してむくみやだるさなどの原因になります。

水は「飲み方」も大切

一度に多量の水を飲むと体内のナトリウム濃度が低下し、内臓に負担がかかります。冷たい水も体を冷やします。

1.0〜1.5ℓの水をペットボトルなどで用意し、1日かけてこまめに飲むと、適量の水分を補給しやすくなります。常温の水を1度に150〜200mlずつ、ゆっくり飲みましょう。寝ているあいだや入浴時も汗などで体の水分が失われるため、起床時と就寝前、入浴前後も水分を補給したいタイミングです。暑いときや運動時は、汗をかいた分だけ水分をとるようにしましょう。

なお、水分補給は「水」で行うのが基本。カフェインの少ない麦茶やほうじ茶でもOKです。カフェインの多い濃い緑茶やコーヒー、ビールなどのアルコールは利尿作用があり、最近よくみかける果物エキスが入った水も糖分が含まれているため、水分補給には不向きです。

美容と健康によい水の飲み方

- 1日に飲む水の量の目安は1.0〜1.5ℓ。汗をかいた日で2.0ℓ。
- 常温の水を1度に150〜200mlずつ、ゆっくり飲む。
- 1.0〜1.5ℓの水を、1日かけてこまめに飲む。起床時と就寝前、入浴前後も水分を補給したいタイミング。
- 汗をかいたときは、その分の水分もこまめに補給する。
- カフェインや糖分を含む飲みものやアルコールは水分補給に不向き。

「硬水」と「軟水」は、味の好みや用途で飲み分けよう

カルシウムやマグネシウムが多い水を硬水、少ない水を軟水といいます。硬水はヨーロッパや北米の水に多く、クセがあります。ミネラル分を補給でき、便を柔らかくするため、運動時や便秘ぎみのときにおすすめです。日本の水は軟水で飲みやすく、料理などにも向いています。味の好みや用途で飲み分けましょう。



そろそろ人生楽しむ適齢期?! 愛あればこそ夫婦で定年&卒婚

甘えを断ってくれた母の英断
どん底の苦労を経てこそ今がある

建築家をめざして学んでいた大学2年生のとき、友人の誘いでテレビに出演したことをきっかけに芸能界に入った。その後、ザ・ハンダースを結成。今ではものまね芸でよく見られる、何人もの芸能人のものまねをしながら歌うスタイルを生み出して、『ハンダースの想い出の渚』は30万枚超の大ヒットとなるが、結婚とほぼ同時期にグループから脱退。普通なら生活の安定を一番に考える時期だが……。

「僕は、女房と一緒に苦労してくれる人だと思って選んだし、自分だけのエンターテインメントを突き詰めたと思ったから、苦労覚悟で单身になりました」と笑顔で話す清水アキラさん。

「予想通り苦労することになって、1日500円生活のどん底時代もあったが、おかげで今がある。自分が行動すれば、何でもできると自信につながっていった」という。

そもそも、お金に困ったときには、常に援助してくれた母も、「29歳のとき、『これが最後、以後は自分でやんなさい』と小遣いをくれて、心のどこかにあった甘えを断ち切ってくれたおかげ。まさに『獅子の子落とし』です。ものまね四天王になり、母に喜んでもらえたときに、そのことが身にしみた」とも。

僕たちが選んだ束の間の「卒婚」
また一つの舟に乗るまで自由に

60歳を前に、自らターニングポイントを設けた。芸能界は定年がないが、自ら定年を考え、ものまね番組から卒業した。「オフアをいただけは受ける場合もあるが、基本的には後進に道を譲る時期かと。卒業前、平成21年12月から箱根天成園で行った『1年間3000日3000回公演』で、自分が思うベストなショーをやり切ることができたのも節目になった。仕事をするために生まれたわけじゃないから心豊かに、したいことをしようと思って」。同時に、芸能界入りした三男との共演にも終止符、「彼も巣立ちのとき。何でも一生懸命にやれば、いずれ世間が自分は何者か教えてくれる」。そして、いつも支えてくれた夫人にも定年をと考え「卒婚」となった。「女房とは一つの舟に乗って仕事と子育てをして

きた。いつか親の介護などでまた一つの舟に乗ることになるかもしれないが、それまでの間、二つの舟に分かれて、互いに好きなことをしようというのが僕らの卒婚。信頼し、愛し合っているからできること。ところが僕は長野、彼女は東京で暮らすはずが、行き来し、一緒に居ることが多く、かえって忙しい。しょっちゅう一緒に旅もしていて、なんだやっぱ一緒に居る?!と早々に卒婚の危機かも(笑)。

失敗なんて一つもない
絵を描く中で学ぶ「人生」

50代半ばから、油絵を描くという新たな趣味を持った。「絵を描くようになって、すごく穏やかになりました。『失敗』と思った線も、筆を重ねれば『失敗』ではなくなり、それを活かして作品を仕上げていける。これは人生も同じじゃないかと、感じています」。主に自らリフォームした長野の実家で描いた作品を自身の公式ホームページ (<http://www.shinzuakira.com/>) で公開。そこには「私の描く(故郷、志賀高原の麓・湯田中の)絵は山も道も川も全て希望であり、願い」と言葉を添えている。

清水アキラ

昭和29年、長野県・湯田中生まれ。大学在学中、TBS『銀座NOW』への出演をきっかけに芸能界デビュー。

その後、ザ・ハンダースを結成し、53年、『想い出の渚』が30万枚を超す大ヒットとなり、有線大賞の新人賞を獲得。58年、ハンダース解散。ソロになり映画や舞台で活躍。62年『フジテレビものまね王座決定戦』でチャンピオンとなり平成元年、ものまね四天王となる。以後、テレビ、ドラマ、ラジオ、舞台、ミュージカル、映画、ライブ、講演などで活躍。24年、ものまね番組からの卒業を発表。25年より「卒婚」を始め、長野と東京を行き来する中、芸能の仕事を抑え、趣味の絵画、スポーツ、旅行、住宅設計&増改築に精力的な半リタイアメント生活を満喫。

公 告

公告 第1887号 組合会議員総選挙について

服装健康保険組合の現議員は、平成26年10月20日をもって任期満了となります。

ついては、服装健康保険組合同規約並びに組合会議員選挙執行規程第2条（総選挙）及び第13条（投票所）、第20条（郵便による投票）、第39条（開票及び選挙会の開催場所及び日時）の規定に基づいて下記により選挙を行います。

平成26年10月6日

服装健康保険組合

理事長 大栗 實

記

1. 選挙期日 平成26年10月21日（火）
2. 選挙すべき議員数 13人
3. 立候補届の提出期間及び届出方法
 - (1) 立候補届の提出期間
平成26年10月6日（月）から受付け、10月14日（火）の正午に締切ります。
 - (2) 立候補の届出
立候補の届出は被保険者20名の推薦届を添え選挙長宛提出してください。
4. 選挙長 辻 庸介（株辻洋装店）
5. 投票日時 平成26年10月21日（火）午前9時00分から午後3時00分まで
6. 選挙会場 文京区本駒込6-2-19 服装健康保険組合3階
7. 選挙人の範囲 投票日現在、被保険者の資格を有する者
8. 郵便投票の範囲 東京都外に所在する事業所に勤務する被保険者
9. 開票日時 平成26年10月21日（火）午後3時30分より

公告 第1888号 平成26年10月 6日 理事選挙の公告について

公告 第1889号 平成26年10月 6日 監事選挙の公告について

公告 第1890号 平成26年10月14日 組合会互選議員選挙立候補者の公告について

公告 第1891号 平成26年10月14日 組合会互選議員選挙無投票の公告について

公告 第1893号 平成26年10月22日 組合会選定議員の選定結果並びに議員就任について

公告 第1894号 平成26年10月22日 組合会議員当選人の公告について

公告 第1895号 平成26年10月22日 理事の当選及び理事長、常務理事の就任について

公告 第1896号 平成26年10月22日 監事の当選及び就任について

組合だより

平成26年9月16日(火) 理事会
(会場=組合会議室)

【審議事項】

- 第1号議案 = 第39回健康者表彰の実施について
 第2号議案 = 疾病(感冒)予防対策事業について
 1. 事業所備付用救急薬の配付について
 2. インフルエンザ予防接種の補助について
 第3号議案 = 冬期施設の開設について
 第4号議案 = 体育奨励事業の契約施設の廃止について
 第5号議案 = 第15期組合会議員の改選について
 第6号議案 = 準備金その他の財産の保有及び保管について

【報告事項】

- 第1報告 = 事業所削除に伴う組合規約の変更について
 第2報告 = 健康フェスティバル2014の開催について
 第3報告 = 事業状況報告について
 第4報告 = その他

平成26年10月21日(火) 組合会
(会場=サンメンバーズ東京新宿)

【審議事項】

- 第1号議案 = 役員の選出について
 ・理事の選出(選挙)
 ・監事の選出(選挙)

公 告

●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)和幸	野坂 幸子	板橋区成増3-35-9	26.5.20
(有)早川縫製	早川 雅己	墨田区向島3-10-9	26.8.1

●編入した事業所

事業所名称	代表者名	所在地	編入年月日
(有)エムケー	林 常喜	渋谷区千駄ヶ谷4-4-13	26.11.1

年末・年始の事務取扱いのお知らせ

当健保組合の事務取扱いは、年末は12月26日(金)まで、年始は1月5日(月)からとなります。
 なお、12月15日(月)までに受付した給付金請求書は、内容の不備または審査を要するものを除き、年内にお支払いいたします。

平成26年度健康者表彰の実施について

今年も過去2年間(平成24年4月1日から平成26年3月31日まで)医療機関に受診せず、健康であった被保険者を対象に表彰します。
 なお、表彰対象者に対する記念品等につきましては、11月下旬までに該当事業所に発送いたします。

事業所備付用救急薬の配付について

かぜが流行する時期を迎えるにあたり、感冒対策の一環として救急薬(感冒薬中心)を事業所単位で配付いたします(11月中旬を予定)。医療費削減のためにぜひご利用ください。

服装健保だより

第191号
平成26年11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9月末日現在)



事業所数 154件



平均標準報酬月額

男 316,035円
 女 224,530円
 平均 260,773円



被保険者数
 男 3,994名
 女 6,090名
 計 10,084名



被扶養者数

計 3,119名