

服装健保だより

服装健康保険組合

2017 **1** No.202



ホームページをご活用ください

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



新年のご挨拶



服装健康保険組合
理事長 大栗 實

新年あけましておめでとうございます。
被保険者ならびに被扶養者の皆様におかれましては、新たな年を健やかにお迎えのことと存じます。平素は当健康保険組合の事業運営に対し多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、わが国の平成27年度の概算医療費は41・5兆円と過去最高、対前年度3・8%の高い伸び率となりました。この要因は高齢化等に加え、一部の高額な薬剤の保険適用の影響によるものと考えられており、健保組合全体の医療費（保険給付費）も同様の傾向にあります。

平成29年度からは、健保組合が負担している後期高齢者支援金の算定方法が、報酬（給料）を基にした「全面総報酬割」に移行されるため、多くの健保組合が負担増を強いられることが必至であり、健保組合を取り巻く財政状況はさらに厳しくなると予測されます。このような現役世代に過重な負担を強いる高齢者医療制度の負担構造につ

いては見直しが必要であり、他健保組合や健康保険組合連合会とともに、適切な対応を求めてまいります。

平成29年度は、皆様の医療費と健診のデータの分析を基に保健事業を実施する「データヘルス計画」が3年目となり第1期最終年度を迎えるほか、マイナンバーについては医療保険に関する情報との連携の本格化などが予定されています。健保組合としては、誰もが安心して医療を受けられる国民皆保険制度の一翼を担うという責任のもと、財政の健全化に取り組みつつ、皆様の健康で安心な暮らしを支えるため、事業実施にまい進していく所存です。皆様におかれましては、当健保組合の事業のご活用等を通じて健康な毎日をお過ごしいただき、医療費節減にご協力いただければ幸いです。
最後となりましたが、本年が皆様にとって実り多き一年となりますことをご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。





平成28年度 健康保険組合全国大会が開催されました

高齢者医療費

負担構造改革の早期実現を

介護納付金への総報酬割導入に「断固反対」



健保連・大塚陸毅会長

度からの後期高齢者支援金の全面総報酬割で急激な負担増が危惧される」ことを指摘。

「黒字決算（見込）は保険料率の大幅な引き上げによるもので、厳しい財政状況に変わりにない」「団塊の世代が全員後期高齢者となる2025年に

向け、医療費の適正化は喫緊の課題」

などと述べた後、介護納付金への総報酬割導入の問題を取り上げました。そ

して、制度創設時の理念に反するう

え、国庫補助の肩代わりとして現役世

代の保険料負担をさらに増やすもの

と、「断固反対」の立場を表明しまし

た。

一方で、「こうした厳しい状況だか

らこそ、われわれが保険者としての真

価を発揮することが求められている」

として、「健保組合が保険者機能をさ

らに充実させ、事業者と連携を深め

て、健康経営の取り組みをリードして

いくことが必要」と呼びかけました。

「改革の早期実現！ 次世代へ安心・納得の確保を！」を副呼称として、平成28年度健康保険組合全国大会が11月29日、東京都内で開催され、約3500人の健保組合関係者らが参加しました。



大会のはじめに基調演説を行った健康保険組合連合会（健保連）の大塚陸毅会長は、「消費税引き上げの再延期で、高齢者医療費への公費投入の拡大は先送りとなる見込み」であることや、「健保組合運営の最大の課題は高齢者医療への拠出金負担であり、29年

最後に国に対して、「世界に誇る国民皆保険制度を次世代につなげていくために、その支え手である現役世代が、納得できる公平な制度であることが重要。この課題を先送りすることなく、英断をもって将来世代の安心につながる施策を断行していただくことを切に期待する」と強く訴えました。

続いて健保連の白川修二副会長が決議の趣旨説明を行った後、4つの大会スローガン（別掲）が決議として満場の拍手で採択され、大塚会長が馬場成志・厚生労働大臣政務官に手渡しました。

さらに、政党代表や関係団体のあいさつ、政策研究大学院大学の島崎謙治教授による「医療制度改革の課題と展望」保険者に求められるもの」と題した講演の後、閉会しました。

決議された4つの大会スローガン

- 高齢者医療費の負担構造改革の早期実現
- 皆保険の堅持に向けた健保組合の維持・発展
- 実効ある医療費適正化対策の確実な実施
- 現役世代が納得できる介護保険制度の実現

第41回 健康者表彰が実施されました



472名の方が受賞！

平成28年度 健康者表彰受賞状況

(単位：名)

区分	男性	女性	計
連続20年以上	2	0	2
連続15年以上	1	2	3
連続10年以上	6	6	12
連続5年以上	53	23	76
連続2年以上	274	105	379
合計	336	136	472

当健保組合では、2年以上にわたって一度も医療機関を受診しなかった、健康優良者を毎年表彰しています。対象者は平成26年4月1日から平成28年3月31日までの2年間に健康保険による診療を受けていない被保険者の方々です。

今年は472名の方々が表彰されました。

任意継続被保険者の標準報酬月額について

健康保険法第47条の規定による平成28年9月30日における全被保険者の同月の平均標準報酬月額は252,991円となりました。つきましては、前記の額を標準報酬月額の基礎となる報酬月額とみなしたときの標準報酬月額および適用年月日を次のとおり公告します。

●標準報酬月額 260,000円

●適用年月日 平成29年4月1日から平成30年3月31日まで

※任意継続被保険者の標準報酬月額は、退職時の標準報酬月額か、上に公告した標準報酬月額か、いずれか低いほうを採用することになっています。

鶏肉パワーで

疲労回復に効果があると注目されている栄養素です。イミダゾールジペプチドは、渡り鳥が長時間休まずに羽を動かして飛んでいられるための抗疲労成分で、鶏のむね肉に含まれています。老化や認知症予防の効果も期待されています。

スープ、煮物、
から揚げ、
塩焼き など

①ふくらはぎ ②首 ③むねの奥

おいしいうえに、
ダイエット効果もあると大人気！
自分でつくれば安上がりです♪

6年目の 応援プラン

1室大人
2名様より

期 間

2017年1月4日(水)～3月17日(金)

※1/7・8を除く

対象施設

[グランドエクシブ・エクシブ]

那須白河(本館・ザ・ロッジ)／山中湖／軽井沢(本館・パセオ)／蓼科

初島クラブ／伊豆／浜名湖／鳥羽(本館・アネックス)／琵琶湖

白浜(本館・アネックス)／淡路島／鳴門(本館・ザ・ロッジ)

※鳥羽別邸、京都八瀬離宮、箱根離宮、有馬離宮は「6年目の応援プラン」対象外となります。

震災当初より継続して取り組んできた応援活動も6年目を迎えます。
会員様とともに応援を続けることができたことに
感謝の想いを込めて、特別プランをご用意いたしました。



〈続ける応援〉

リゾートトラストは、東日本大震災で被災された震災孤児遺児へ、会員様とともに継続的な応援を行っていきたいと考えております。子どもたちが夢をあきらめることなく明るい将来像を思い描き、それぞれ輝きのある未来へ向かって歩んでほしい…という願いを込めて、売上の一部をチャリティとして寄付いたします。

気軽にリゾートを楽しむ

こもれびコース

1名様料金(1泊2食・税込)

11,000円～

定番!グルメ&リゾートを満喫

ひだまりコース

1名様料金(1泊2食・税込)

13,500円～

冬のグルメを贅沢に堪能

かがやきコース

1名様料金(1泊2食・税込)

16,000円～

幼児コース

(3～5歳)

1名様料金

(1泊2食・税込)

3,200円

小学生コース

(6歳～小学生)

1名様料金

(1泊2食・税込)

6,200円

※ご利用人数、ご利用いただくお部屋のグレードにより料金が異なります。

※1/4・5のみ、大人お一人様 +594円(税込) でのご案内となります。

※施設、レストランによって定休日があります。詳しくはお問い合わせください。

※施設により日本料理のコースが「料理長饗宴フェア」(和洋中折衷もしくは和洋折衷のコース)のご提供となる場合があります。

※レストラン内の「鉄板焼」「天婦羅割烹」「寿司コーナー」「割烹カウンター」は、施設によってご利用いただけない場合もあります。鳴門・蓼科の割烹「樺林」は対象外となります。

※蓼科・鳴門のフランス料理「ボナキュール」は、小学生以下のお子様のご入店をご遠慮いただいております。

※鳥羽の日本料理は「海幸」、鉄板焼は「アラゴスタ」でのご案内となります(日本料理「鳥羽別邸 華暦」および華暦内「鉄板焼」は対象外)。

※施設により別途入湯税を頂戴いたします。

お問い合わせ

リゾートトラスト株式会社 東京MRP予約センター

TEL: 03-5323-8221 FAX: 03-5323-7483



服装健康保険組合の皆様へ

Winter Information



グランドエクシブ那須白河 スキープラン

リゾートトラスト唯一の直営ゲレンデ、グランディ羽鳥湖スキーリゾートのリフト1日券とグランドエクシブ那須白河のご宿泊がセットになったお得なプラン !!

期間 ～2017年3月26日(日)

定員 2名様～

※12/30(金)～1/3(火)を除く

※1/4(水)・1/5(木) 14,500円

料金	大人	小人	幼児
平日	14,000円～	8,000円	4,000円
土曜・祝前日	15,500円～	8,500円	4,500円

- 特典**
- ①リフト1日券付き ※幼児は赤ちゃんエスカレーター券
 - ②エクシブ⇄スキー場送迎バス無料(予約制)
 - ③2日目にご利用いただけるチケットプレゼント!
「リフト50% OFF、レンタル&スクール20% OFF」

※ご夕食は日本料理・フランス料理、ご朝食は和食・洋食・バイキング(開催日のみ)よりお選びいただけます。

グランドエクシブ軽井沢 軽井沢スキープラン2017

期間 ～2017年3月31日(金)

定員 2名様～

※12/29(木)～1/3(火)を除く

料金	大人	シニア(55歳～)	小人
ASAMA2000PARK	13,100円～	13,100円～	7,000円
佐久スキーガーデン「パラダ」	13,600円～	13,100円～	7,800円～
軽井沢プリンスホテルスキー場	15,600円～	—	—

- 特典**
- ①リフト1日券付・各スキー場にてレンタル料金割引有
 - ②平日スキー場にて1,000円分のランチ付
※軽井沢プリンスホテルスキー場のみ
 - ③スタンダード室のみルームチャージ差額無し
 - ④滞在中ウェルネスクラブ「ジェネシス」無料
 - ⑤プラン限定「スキーマーズエステ」30分4,320円が利用可能



軽井沢プリンスホテルスキー場

※ご夕食は和・仏・中・伊・バイキング(開催日のみ)より、ご朝食は和・洋・バイキング(開催日のみ)よりお選びいただけます。

※日程により料金変動いたします。詳細はお問い合わせください。
※プラン期間は各スキー場により異なります。予めご了承ください。

エクシブ蓼科 スキー&スノーボードプラン

期間 ～2017年3月31日(金)

定員 2名様～

※12/30(金)～1/5(木)を除く

料金	大人	小人
ヤング(夕食5,400円含)	14,200円～	7,700円
グルメ(夕食8,640円含)	16,500円～	

- 特典**
- ①1日リフト券付(下記6カ所の提携スキー場より選択)
→ピラタス蓼科スノーリゾート/しらかば2in1スキー場/白樺高原国際スキー場/車山高原スキー場/エコーパレススキー場/富士見パノラマスキー場
 - ②スタンダード・ラージのみルームチャージ差額無し

※ご夕食、グルメは伊・中国より、ヤングはしゃぶしゃぶ・中国・伊・バイキング(開催日のみ)より、ご朝食は和・洋よりお選びいただけます。



エクシブ蓼科 外観

サンメンバーズひるがの ひるがのスキープラン

期間 ～2017年3月31日(金)

定員 1名様～

※12/30(木)～1/5(木)を除く

料金	大人	小人
ウィンタープラン	11,200円～	6,200円～

※ご夕食は創作豚鍋または魚介鍋よりお選びいただけます。(1グループ1種類)

※ご朝食は和洋バイキングをご用意いたします。

※このプランにはリフト券は付きません。



サンメンバーズひるがの 外観

上記共通

※施設により別途入湯税を頂戴いたします。 ※仕入れ状況により料理内容が変更となる場合があります。

※お部屋タイプと人数によって室料差額が発生する場合があります。詳細はご予約時にお問い合わせください。

リゾートトラスト株式会社 東京MRP予約センター TEL: 03-5323-8221 FAX: 03-5323-7483



監修

医師・医療ジャーナリスト

森田 豊 先生

健康的な食事

ウソ

or

ホント

「健康によい」とされる食品が、続々と登場している昨今。毎日のように摂る食品だからこそ、気になったり、気をつけたりするのは当然のことです。本当に健康によいかどうか、摂り方の注意点とともに検証してみましょう。

カロリーゼロ・カロリーオフ飲料は いくら飲んでも太らない

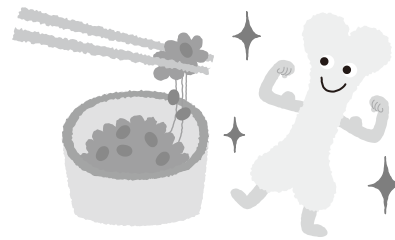


ウソ

100mLあたり、5 kcal未満ならばカロリーゼロ、20kcal以下ならばカロリーオフと表示できるため、わずかであってもカロリーを含んでいる可能性があります。

たとえば、ペットボトル500mLでカロリーオフならば100kcal以下となり、茶碗1杯のごはん（235kcal）の半分弱くらいのカロリーになります。ゼロやオフといえども、大量に飲めば太るというわけです。

納豆を食べると骨が強くなる

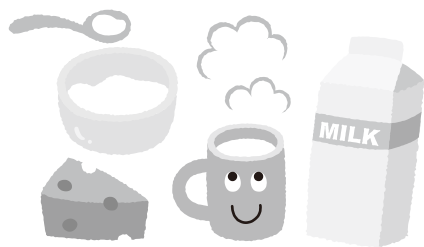


ホント

骨を強くする栄養素といえば、カルシウムとたんぱく質ですが、納豆に多く含まれるビタミンK₂も骨づくりに有効とされています。ビタミンK₂の製剤は、カルシウムやビタミンDの製剤と同様に、骨粗しょう症の治療薬としても使われています。

栄養バランスのとれた食事をベースに、納豆のほか、カルシウムやたんぱく質を豊富に含む牛乳・乳製品、骨ごと食べられる魚などを積極的に摂りましょう。カルシウムの吸収を促すビタミンDは日光浴でもつくられるので、適度に太陽の光を浴びましょう。

牛乳は体に合わない人がある



ホント

牛乳に含まれる乳糖を分解する酵素が生まれつき不足している人は、牛乳を飲むとお腹がゴロゴロしたり、下痢をしがちです。このような人は、牛乳を温めて少しずつ飲む、料理に混ぜる、牛乳の代わりにヨーグルトやチーズなどの乳製品を摂るようにするなど工夫しましょう。

ただし、牛乳には脂肪分が含まれます。中性脂肪を控えたい人は、無脂肪や低脂肪の牛乳を選びましょう。

1日分の野菜摂取のジュースを 飲めば野菜は食べなくていい



ウソ

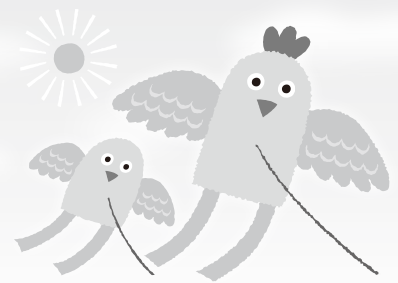
厚生労働省の1日の野菜摂取量の目標値350g以上に相当する量の野菜を使ったジュースが出回っていますが、加工の段階で失われる栄養成分もあるため、野菜そのものを食べるのと同量の栄養成分を摂取することは難しいようです。

野菜ジュースは、普段の食事で足りなかった分を補うくらいの感覚で利用するのがよいでしょう。ちなみに、20～30代の女性の場合、1日に100gほど野菜が不足しているのが現状です。

2017年
平成29年

今年の運勢

●ルネ・ヴァン・ダール研究所／ステラ・ボンボヤージュ



1月生まれ

順風満帆な1年です。新旧交えて対人関係がぎやかになり、人づき合いに多くの時間を割くことになりそう。目上の人から引き立てられたり、才能を見出してもらえするなど、恩恵をたっぷり受けそうです。婚活中の人は成功率が高い年なので、積極的に動いてみてください。レジャー運も良好。遠出をすると運に弾みがつきます。旅行がてら懐かしい友人や恩師を訪ねてみるのも吉。



幸運のスポット ▶ 劇場

2月生まれ

人を通じて大きなチャンスがめぐってくる1年です。第一印象や先入観で相手を決めつけず、誰にでも公平に接することが開運の秘訣。何事も長期的な視野でとらえ、ゆったり構えるように努めれば、あなた自身もリラックスでき、心にゆとりが生まれます。愛情面は理想的なパートナーが登場する兆し。髪型やファッションスタイルをガラリと変えると、素敵なお会いを引き寄せそう。



幸運のスポット ▶ 空港

3月生まれ

上昇志向が高まり、何事にも意欲的に取り組める1年です。ただし、準備不足のまま突っ走ってしまうと、振り出しに戻ってしまう暗示あり。日々の努力の積み重ねを大切に、焦らずにゴールを目指しましょう。対人面では若い世代と積極的に関わると、柔軟な発想ができたり、フットワークが軽くなるなど、プラスに働きそう。貰い物は誘惑が多くなるので、衝動買いに気をつけて。



幸運のスポット ▶ リゾートホテル

4月生まれ

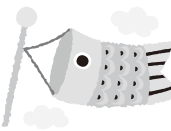
一見良好ですが、選択を迫られて迷う場面が多そうな1年です。他人の意見に左右されず、自分の心の声に耳を澄ませて、答えが自然に浮かび上がるのを待ちましょう。交友関係やレジャー運に恵まれるので、余暇は楽しく過ごそう。新しい趣味や生活習慣が、毎日をより充実させてくれます。愛情面は相手の肩書ではなく、お互いの会話が弾みかどうかに重点を置いて。



幸運のスポット ▶ 美容サロン

5月生まれ

存在感がアップし、どこに行っても注目を集めそうな1年です。高級感あるオシャレがあなたに気品を漂わせ、人気を高めるでしょう。自分を魅力的に見せる「美」の研究を怠らないことが開運のカギ。エネルギー満タンで体力もある年ですから、積極的に体を動かすとよいでしょう。マナーや教養を身につけるための投資も良好。レジャーは奮発してゴージャスに楽しむと吉。



幸運のスポット ▶ デパート

6月生まれ

よくも悪くも周囲に与える影響が大きくなる1年です。大役を任せられる可能性もあり、人知れずプレッシャーを抱えることも。取り越し苦労は心の敵。「なるようになる!」とドンと構えましょう。運が停滞していると感じたら、徹底的に部屋の掃除をすると新しい風が吹き込んできます。愛情面は腐れ縁に注意。不毛な関係は早めに清算して、新しいロマンスを探しに出かけましょう。



幸運のスポット ▶ 映画館

7月生まれ

非常に明るいムードに包まれる1年です。心が浮き立つような予定が多く入り、レジャー運や金運にも恵まれるでしょう。SNSなどを活用することで交際範囲も広がる兆し。疎遠になっていた友人とも再会のチャンスが訪れそう。大きな買い物にも幸運があるので、思い切った決断をすると吉。異性からの注目度も高まり、誘いが絶えないかもしれません。モチベーションの悩みが生じるかも。



幸運のスポット ▶ テマパーク

8月生まれ

あなたの魅力や実力を最大限にアピールできる好調運の1年です。身近な女性がよきアドバイザーとなってくれそう。家庭内では喜び事が続き、笑顔で過ごせる日が多いでしょう。交友関係も活性化し、気の置けない仲間とレジャー三昧に。楽しい思い出がたくさんつくれそうです。金銭面では不自由しないものの、浪費傾向が強まるので用心。本当に必要かどうか考えてから判断を。



幸運のスポット ▶ レストラン

9月生まれ

躍動感あふれ、非常に発展的な1年です。スピーディな行動がチャンスをつかむので、思いついたアイデアは即実行に移すと吉。愛情面での出会いは電撃的な予感。婚活中の人はあつという間にゴールインしそうです。勝負運に恵まれ、本番で底力を発揮したり、クジに当選したりなど、うれしいサプライズもありそう。注意すべきは健康面。暴飲暴食や不摂生な生活はツキを遠ざけてしまうかも。



幸運のスポット ▶ カラオケ

10月生まれ

リラックスした雰囲気にも包まれる1年です。何事ものんびりと自分のペースで進めましょう。対人面では上辺だけのおつき合いで気疲れするより、プライベートを充実させることに力を入れて。気乗りしない誘いは断ってOK。余暇はガーデニングやペットの世話が心に潤いを与えてくれます。料理に凝ってみるのもおすすめ。愛情面は焦らず、パートナーとの関係をじっくり育てて。



幸運のスポット ▶ 故郷

11月生まれ

新しいことを学び始めるのに最適な星まわりの1年です。できない理由を探す暇があるなら、体当たりしてコマを1歩進めましょう。セミナーやカルチャー教室に通って得るものは、大きな財産になるはず。地域やボランティアでの活動は進んで参加すると吉。老若男女を問わず、気の合う友人ができる予感。親戚との交流も積極的に図ると、必要としている情報をもらしてくれそう。



幸運のスポット ▶ 果樹園

12月生まれ

スケジュールがぎっしりで多忙な日々が続くような1年です。あまり無理をせず、体のメンテナンスを忘れないようにしましょう。嫌われたくないからと何でも引き受けること裏目に出てしまいます。主張すべき点は主張して、ストレスをためないことが大切。交際範囲は狭まりそうですが、本当に心を許せる相手と楽しくおつき合いできるでしょう。特にお酒の席に幸運があります。



幸運のスポット ▶ 博物館

いろんな自分と 寄り添って、前へ

時間はかかっても、
きつとできるようになる

週に一度、近所での習い事。よくあるスタートラインだった。

レッスンの合間、少しだけ年上のお姉さんたちが離れたところで練習しているのを見ながら少女は思う。

「すごいな、わたしも練習したらあんなふうにクルクル回ったりできるかな」

母の一言が背中を押した。

「あなたは人より時間はかかるけど、きつとできるようになるから頑張るなさい」

自称「3回転・3回転の連続ジャンプを跳べるようになったのが世界一遅かった女子フィギュアスケーター」は、この言葉をとってわけ大事に胸に刻んだ。ひとつずつ目の前の課題を乗り越え、トップクラスの若年齢化が進む競技を29歳まで舞い続けた。

国内最高峰の舞台、全日本選手権（以下、全日本）を制したのは、出場実に13回目、ソチ冬季オリンピックの日本代表選考会においてである。

大願成就なのかと思いきや、舞台裏で彼女がスケート人生における最大のスラン

プロフィギュアスケーター

すずき あきこ

鈴木 明子 さん

profile

1985年、愛知県生まれ。バンクーバー、ソチの各冬季オリンピックで2大会連続入賞のほか、世界選手権などで活躍。現在、プロフィギュアスケーター・振付師として活躍中。



プに襲われていたことはあまり知られていない。

スケート人生最大の スランプを乗り越えて

「全日本はもともと苦手な大会。このときは、自分自身がずっと一番大事な試合」と意識していたこともあって、練習のときから萎縮してしまっていたんです。自分の演技に決して自信があるわけでもなかったのに、日に日に焦りと不安でいっぱいになってしまってた」

ソチ行きのかかった運命の一戦の前に、意識はあろうことか悪いほうに大いに高まり、本番1週間前に決壊する。

棄権、やむなし。周囲も覚悟を決めるほどの極度のスランプはしかし、陣営の必死のリカバリーでV字の回復を遂げることとなる。演技を終えたときの安堵感、充足感はずいぶん味わったことのない大きなものだったという。

向き合わず、手を取り合って 同じ方向へ進む

そう、彼女はきつと、その競技人生で戦ったり、争ったりをしてこなかった。自身に可能な演技をできるだけミスなくやり切り、審判を待つ。競技ゆえ優秀の判断は存在しても、「自身のベストを尽くす」ことを何よりも優先し、ただひたすらに氷上を舞ってきたのだ。

困難や挫折にどう向き合うか、という問いに、彼女はこう答えてくれた。

「人間って、長所もあれば短所もあるじゃないですか。そんな、いろいろな自分自身と向き合わないのが大事なんじゃないかな、って思うんです」

向き合えば、葛藤が生まれることもある。手を取り合って、横並びに、同じ方向へと進むイメージ。

寄り添って、という言葉が口をついた。いい自分、悪い自分、いろいろな自分。それらすべてと、寄り添って、前へ。





特別団体契約

「サンクス・フェスティバル」パスポート

ご利用期間 2017年 1/4(水)～3/17(金)

※入園制限中のパークではご利用いただけません。

大人 18歳以上	中人 (中学・高校生) 12～17歳	小人 (幼児・小学生) 4～11歳
通常料金 ¥7,400	通常料金 ¥6,400	通常料金 ¥4,800
¥6,500	¥5,600	¥4,200

東京ディズニーランド®または東京ディズニーシー®どちらか好きなパークをお楽しみいただけます。

パークの最新情報は、
オフィシャルウェブサイトでチェック!

お問い合わせ、ご意見・ご相談は…東京ディズニーリゾート®インフォメーションセンターTEL.0570-00-8632(9:00～19:00)※一部のPHS・IP電話・国際電話の方は045-330-5211※受付時間は予告なく変更になることがあります。
音声情報サービスTEL.0570-00-3932(24時間)※一部のPHS・IP電話・国際電話からはご利用いただけません。※電話番号はおかけ間違いのないようお願いいたします。

※東京ディズニーリゾート®内施設の運営ならびに休止状況につきましては、事前に東京ディズニーリゾート®オフィシャルウェブサイト(www.tokyodisneyresort.jp)でご確認ください。※アトラクション、エンターテインメント等は、天候その他の理由により、変更または中止になる場合があります。※写真・イラストはイメージです。

※こちらからお切り離しください

東京ディズニーランド®/東京ディズニーシー®

東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム「サンクス・フェスティバル」パスポート 購入申込書

ご利用期間 2017年 1/4(水)～3/17(金) ※入園制限中のパークではご利用いただけません。

必要事項をご記入の上、本申込書をご提出いただくと、1枚につき5名様まで特別料金でお買い求めいただけます。

コーポレートプログラム 団体番号	1 2 9 0	大人 18歳以上	中人 (中学・高校生)12～17歳	小人 (幼児・小学生)4～11歳	
団体名	服装健康保険組合	特別料金	¥6,500	¥5,600	¥4,200
[コーポレートプログラム利用券]左下の発行団体欄に記載の4桁の数字をご記入ください。		購入枚数 (合計5枚まで)	枚	枚	枚
[コーポレートプログラム利用券]左下の発行団体名をご記入ください。					

【注意事項】

●本申込書を対象者以外の方へ譲渡(転売、ネットオークション等を含む)することを禁止します。●本申込書はコーポレートプログラムご利用団体の従業員・職員とそご家族が対象者となります。(パスポートご購入の際に、勤務先が確認できる物のご提示をお願いする場合があります)●上記必要事項が未記入の場合は特別料金が適用されません。●本申込書はお一人様1回のご購入につき1枚ご利用いただけます。●コーポレートプログラム利用券をお持ちの方は、本パスポートご購入時に併用可能です。●旅行会社等でチケットの観光券、入場予約券、直接入園予約券をお買い求めになり、本パスポートへ変更される場合は、ご来園当日に入園されるパークの当日券販売窓口にて、本購入申込書をご提出ください。変更手数料(200円/1枚)を差し引いた差額を精算いたします。●他チケットから、本パスポートへ変更される場合は、チケット販売窓口にお申込書をご提出ください。変更手数料(200円/1枚)を差し引いた差額を精算いたします。●本パスポートをご購入後、実施期間外にご利用になる場合は、利用当日の通常料金との差額及び変更手数料(200円/1枚)を別途申し受けます。

チケット販売窓口

【当日券】

東京ディズニーランド、東京ディズニーシーの当日券販売窓口

※ディズニーアンパサダーホテル、東京ディズニーシー・ホテルミラコスタ、
東京ディズニーランドホテル、東京ディズニーセレブレーションホテル、
東京ディズニーリゾート・オフィシャルホテルでも、ご宿泊者に限りご購入いただけます。

【前売券】2016年12/4(日)より販売開始

東京ディズニーリゾート・チケットセンター(イクスピアリ1F)

東京ディズニーランド:ガストリレーション・ウィンドウ(園外)

東京ディズニーシー:団体チケットブース(園外)

ディズニーストア(コーポレートプログラム利用券取扱店舗)

※ディズニーストア取扱店舗※2016年10月1日現在

●渋谷公園通り店 ●池袋サンシャインシティアルパド ●お台場アクアシティ
●町田109店 ●八王子東急スクエア店 ●昭島モリタウン店 ●横浜そごう店
●ららぽーと横浜店 ●藤沢さいか屋店 ●船橋ららぽーとTOKYO-BAY店
●大宮アルシェ店 ●羽生イオンモール店 ●川口アリオ店 ●越谷イオンレイクタウン店

平成28年度

補助金の締め切りについて

若年者健診・生活習慣病予防健診・婦人生活習慣病予防健診の補助金申請の受付は、3月末日をもって締め切らせていただきます。また、インフルエンザ予防接種の補助金申請の受付につきましては、1月末日の締め切りとなっています。手続きをしていない事業所は、お早めに申請してください。

医療費控除

1年間に支払った医療費が一定額を超えたとき、申告すると納めた所得税の一部が還付されます。これを医療費控除といいます。



1月から12月までの1年間に、対象となる医療費等の支出が10万円（総所得金額等が200万円未満の人は、その5%）を超えたとき、税務署に申告すると、支払った医療費等の金額が課税所得額から控除され、税金が精算されます。ただし、これは所得控除であって、支払った医療費等の全額が戻ってくるわけではありません。また、健康保険や生命保険から補てんされた金額は、差し引かれます。

$$\text{医療費控除額} = \text{1年間に支払った医療費等} - \text{補てんされた金額} - \text{10万円（または総所得金額等の5%）}$$

※補てんされた金額 ①健康保険の高額療養費、家族療養費、出産育児一時金、健保組合の付加金等
②生命保険の入院給付金等

申告時の書類…マイナンバーの資料も添付

申告に必要な書類等は、次のとおりです。

- 確定申告書（国税庁のホームページからも作成可）
- 医療等の領収証
- 給与所得の源泉徴収票
- 印鑑
- マイナンバー（個人番号）の資料

平成28年分以降の申告書には、マイナンバー（個人番号）を記入することになります。申告の際は、「マイナンバーカード」または「通知カード+本人確認書類」の提示または写しの添付が必要です。e-Tax（電子申請）を利用すると領収証や源泉徴収票等、添付を省略できる書類もあります。

対象年の翌年1月1日から申告

医療費控除等の還付申告は、対象年の翌年の1月1日から申告できます。また、5年（時効）を過ぎると申告できなくなります。

還付申告の提出先は、住所地を管轄する税務署です。

平成29年1月1日以降の購入分からセルフメディケーション税制（医療費控除の特例）が適用されます

平成29年1月1日から、スイッチOTC医薬品※の購入額が生計を同じくする家族の分も含めて年間で12,000円を超えたときは所得控除が受けられるようになります（上限88,000円）。

軽度な不調は自分自身で手当てする「セルフメディケーション」を推進するための制度です。スイッチOTC医薬品を購入した際の領収証も、大事に保管しておきましょう（申告は

平成30年から）。

なお、この特例を受けるには、特定健康診査を受診していることなどが条件です。また、この特例を受けた場合は、従来どおりの医療費控除は受けられません。

※スイッチOTC医薬品…処方せんが必要な医薬品のうち、市販薬として購入できるようになったもの。対象となる医薬品が決められています。

詳しくは、住所地を管轄する税務署へお問い合わせください。

公 告

●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)ティアンドキュウ	塩貝 義文	中央区日本橋本町3-9-4 日本橋ロードビル	中央区日本橋本町3-9-4 KDX日本橋江戸通ビル7階	28.11.1

服装健保だより

第202号

平成29年1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28年11月末日現在)



事業所数

151件



平均標準報酬月額

男 301,391円

女 216,849円

平均 249,280円



被保険者数

男 4,344名

女 6,980名

計 11,324名



被扶養者数

計 3,369名