

服装健保だより

服装健康保険組合

2024

11

No.241



ホームページをご活用ください

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



日ごろの行動と予防接種で

インフルエンザを防ごう

冬になると流行するインフルエンザ。高熱や関節痛を伴うなど、激しい症状が特徴です。
日ごろから予防を心がけ、流行する前に予防接種を受けておきましょう。

日ごろの行動

こんな場所で
うつりそう。

飛沫感染 満員電車や学校、
繁華街など

接触感染 電車やバスのつり革、
スイッチなど

オフィスで
おにぎりを食べる手

つり革にも
ウイルスが
いっぱい

オフィスの
スイッチ等

満員電車でくしゃみ

予防には…



正しい手洗い



オフィスで
適切な湿度



十分な休養と
栄養バランス



人混みなどへの
外出を避ける

予防接種を受けましょう

インフルエンザ予防接種をすれば、絶対インフルエンザにかからない、というものではありませんが、
発熱やのどの痛み等の発病の予防や、発病しても重症化や死亡を予防する一定の効果があります。
前年に予防接種を受けた方も、改めて今年の予防接種を受けましょう。

重症化する危険性が高い人



ご活用ください！

1,000円分費用補助

- 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(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)
- 申請方法 「インフルエンザ予防接種補助金交付申請書」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 令和7年1月31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、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。

申請書は当健保組合のホームページ(<https://www.fukusou-kenpo.or.jp>)からダウンロードできます。

[トップページ](#) > [申請書一覧](#) > [保健事業に関する書式](#) > [インフルエンザ予防接種補助金交付申請書/実施連名簿](#)



歯周病が影響を及ぼすのは 口の中だけではありません

監修 ■ 穴原 秀郎 タナカ歯科(東京都)院長

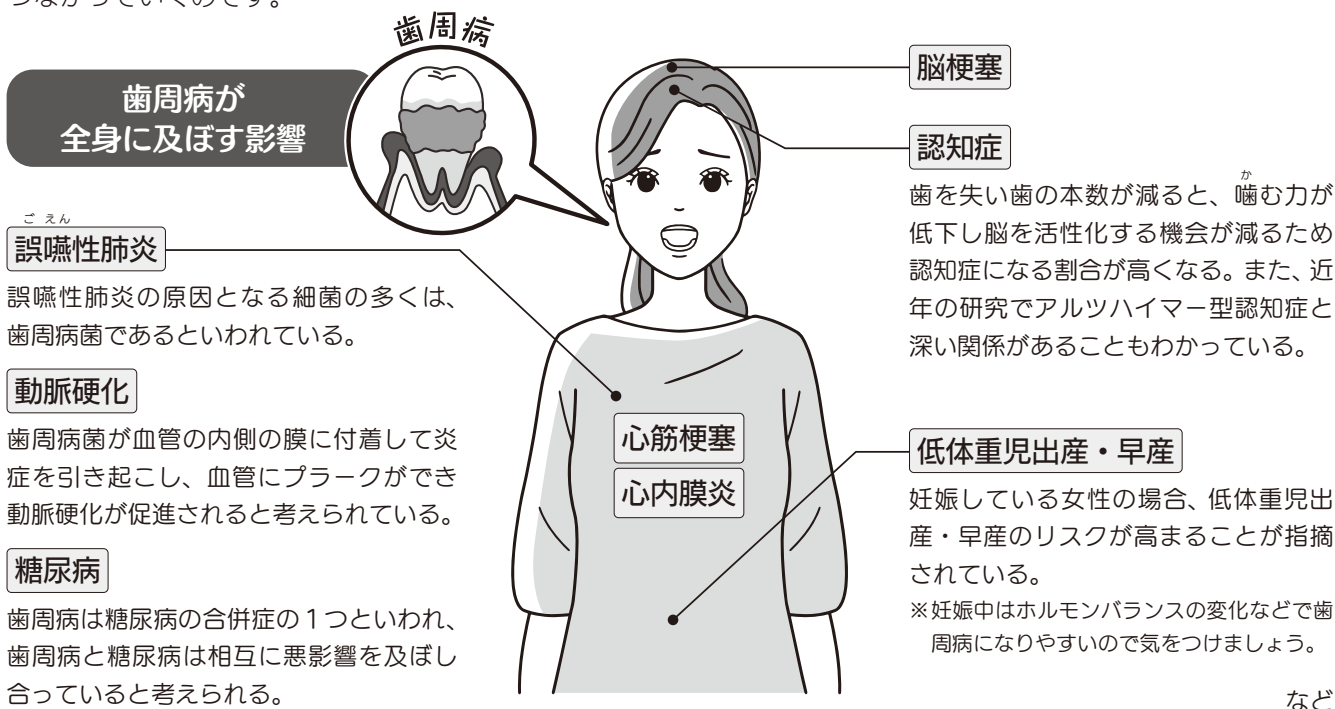
歯を失う原因の第1位である歯周病。

歯周病は口の中だけの問題と考えられがちですが、近年、全身の健康にも影響を及ぼすことがわかってきました。歯周病を予防・改善することは、全身のさまざまな病気のリスクを下げることに繋がります。

歯肉から血流に乗って歯周病菌などが全身へ送られる

歯周病は、歯の表面に付いた歯垢(プラーク)や歯石中の歯周病菌が歯肉(歯ぐき)の中に入り炎症を起こすことで発症します。やがては歯を支えている骨を溶かしていき、結果的に歯を失う原因となります。

また、炎症部分にたまった歯周病菌や炎症によって作られた炎症物質は、歯肉の毛細血管の流れに乗って全身に運ばれ、さまざまな病気を引き起こしたり悪化させたりします。歯周病は口の中だけではなく全身の病気にもつながっていくのです。



歯周病を予防して全身の健康を維持しよう

日頃から自分の歯や歯肉の状態をチェックする習慣を持ちましょう。歯周病予防には、ブラッシングなどで口の中を清潔に保つとともに、歯科医院で定期的に歯科健診を受け、セルフケアでは難しい歯石除去をしてもらうことが効果的です。



歯周病のセルフチェック

参考:厚生労働省「e-ヘルスネット」

- ☐ 朝起きたときに、口の中がネバネバする。
- ☐ 歯みがきのときに出血する。
- ☐ 硬いものが噛みにくい。
- ☐ 口臭が気になる。
- ☐ 歯肉がときどき腫れる。
- ☐ 歯肉が下がって、歯と歯の間に隙間ができてきた。
- ☐ 歯がグラグラする。



今度の休日は

健康増進施設で 心と体をトータルデトックス

組合員の皆さまの健康づくりの一環として、当健保組合では下記3つの健康増進施設と法人契約を結んでいます。一般料金よりもお得な価格でご利用いただけますので、体力づくりや心身の疲労回復にぜひご利用ください！

健康増進施設一覧

1 豊島園 庭の湯

- 利用者負担額
平日 1,750円／土日祝 1,950円／特定休 2,000円
- アクセス
西武池袋線「豊島園駅」より徒歩2分
都営大江戸線「豊島園駅」より徒歩3分
- 備考
中学生未満の入館不可。男女共用の施設がありますので水着をご持参ください。

2 タイムズ スパ・レスタ

- 利用者負担額
一般 2,400円
休日割増料(土日祝 700円／特定日 1,000円)
- アクセス
東京メトロ有楽町線「東池袋駅」より徒歩3分
JR線・西武池袋線・東京メトロ各線「池袋駅」より徒歩8分
- 備考
午前0時～翌朝5時に在館の場合、深夜割増料金(500円／60分)が別途必要です。18歳未満入館不可。

3 電設健保 へるすぴあ

- 利用者負担額
大人 平日 1,000円／土日祝 1,300円
- アクセス
都営三田線「志村三丁目駅」より徒歩10分
JR線・西武池袋線・東京メトロ各線「池袋駅」よりバス

Times SPA
RESTA
タイムズ スパ・レスタ



▲屋外ジャグジー(女性用)



▲レストランロビー

申込方法

- ①～②の施設 当健保組合ホームページより、「健康ランド共通利用券申込書」をダウンロードし、必要事項をご記入のうえ、当健保組合・施設係までFAXまたは郵送でお申し込みください。
 - ③の施設 お申し込みは必要ありません。保険証等をご持参のうえ、直接施設にお越しください。
- * ホームページ <https://www.fukusou-kenpo.or.jp>
* 施設係 ☎: 03-3946-8561 FAX: 03-3946-8037

利用対象者

被保険者および被扶養者

利用方法

- ①～②の施設 ご利用者1名につき1枚の利用券を発行します。利用券を施設にご提出のうえ、利用者負担額を支払いご利用ください。
- ③の施設 施設に保険証等をご提示のうえ、入館料を支払いご利用ください。



きっと忘れられない一日に… 東京ディズニーリゾート®で 思い出づくりを!

当健保組合では、被保険者および被扶養者を対象にチケット価格が1,000円割引となる、コーポレートプログラム利用券を交付しています。年度内(4月～翌年3月)に1名につき2枚までご利用可能です。

利用券のお申し込みは、当健保組合のホームページにある「利用券申込書」に、必要事項をご記入のうえ、各事業所で取りまとめて当健保組合までご提出ください。

当健保組合ホームページ

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

トップページ > 申請書一覧 > 保健事業に関する書式 >

「東京ディズニーランド・東京ディズニーシー特別利用券申込書」



コーポレートプログラム利用券のお問い合わせは、当健保組合 施設係までご連絡ください。

施設係 ☎03-3946-8561



来園前にチケット価格をご確認ください!



東京ディズニーリゾート®のチケット価格は、時期や曜日ごとに価格が設定される「変動価格制」を導入しています。来園される際は、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(<https://www.tokyodisneyresort.jp/>)からチケット料金をご確認くださいようお願いいたします。また、チケットの価格帯は今後変更となる場合があります。

★「東京ディズニーランド®」「東京ディズニーシー®」チケット税込価格★

区分	1デーパスポート	アーリーイブニング パスポート	ウィークナイト パスポート
大人	7,900円～10,900円	6,500円～8,700円	4,500円～6,200円
中人	6,600円～9,000円	5,300円～7,200円	4,500円～6,200円
小人	4,700円～5,600円	3,800円～4,400円	4,500円～6,200円



もう健診は
受けましたか?

健診を受けていない方は 早めにご予約ください!



今年の健診はもう受けましたか? 「私は大丈夫!」と思わず、健診を受けましょう。
健診は毎年受けることで、生活習慣病の予防や、病気の早期発見につながります。
被扶養者の方はご自分で健診の予約を取る必要があります。まだ予約を取っていない方は、早めに取りましょう。
※特定健診は、メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病の予防を目的とした、40歳以上の方が受ける健診です。

通院中で治療を受けている方も特定健診を受けてください

現在、病気で治療中や服薬中の方、定期的に検査を受けている方も特定健診の対象となります。

病院で治療の一環として受ける検査は、治療中の病気や不調を訴えた箇所については調べますが、自覚症状がなく進行している病気まで見つけれられるかどうかはわかりません。

特定健診はメタボに着目した健診で、いろいろな病気の芽が見つけれられることがあります。年に1回、体の状態をチェックするため、受けるようにしましょう。



健診を受けようと思ったら、 早めに予約を取りましょう

年度後半になると、駆け込みの予約が増えるため、ご希望の健診機関・日時が埋まっている場合もあります。

また、後回しにするほど、つい忘れがちに。受けようと思ったら、早めに予約を取りましょう。

予約を後回しにすると…



健診の申込方法は、当健保組合からのご案内をご覧ください。

特定保健指導って誰に案内が来るの？



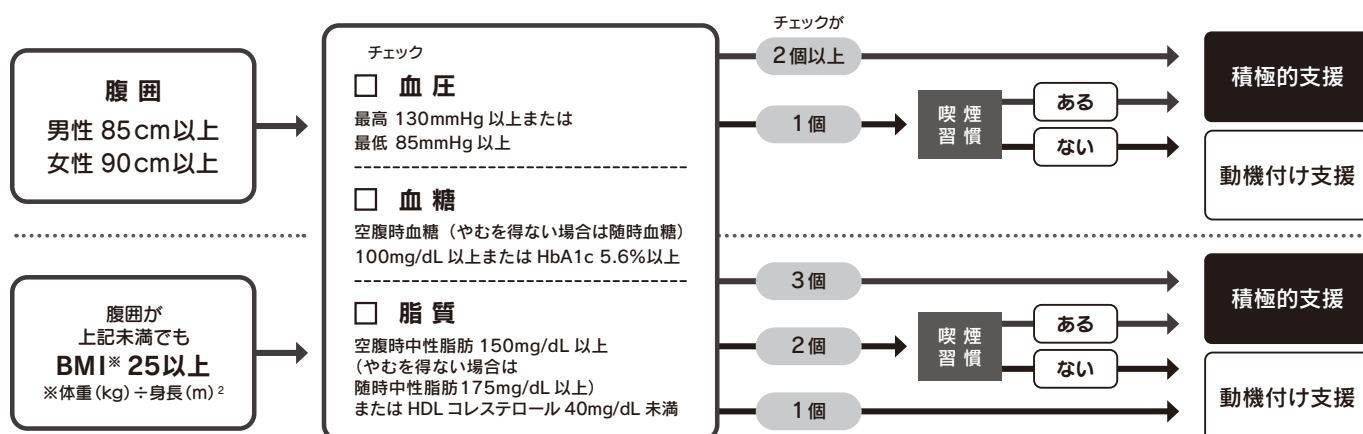
特定健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクが高いと判定された方を対象に、健保組合から「特定保健指導のご案内」が届きます。

特定保健指導は、メタボ解消のチャンスです。自分一人ではなかなかできない生活習慣の改善を保健師・管理栄養士などの専門家がサポートしてくれます。ご自分の健康を守るために、ぜひ積極的に参加しましょう。

特定保健指導の対象者の決め方

特定健診の検査項目のうち、「内臓脂肪の蓄積（腹囲、BMI）」「血圧」「血糖」「脂質」「喫煙習慣」の結果に着目して、メタボのリスクが高い方が特定保健指導の対象者となります。

メタボのリスクの度合いに応じて、「動機付け支援」（初期のメタボリスクがある方が対象）か「積極的支援」（メタボリスクが重複している方が対象）のどちらの特定保健指導を受けるかが決まります。



※糖尿病、高血圧症、脂質異常症の薬を服薬中の方は特定保健指導の対象外です。また、65～74歳の方は積極的支援に該当しても動機付け支援となります。

特定健診、特定保健指導について、詳しくは当健保組合ホームページをご覧ください！

当健保組合ホームページ <https://www.fukusou-kenpo.or.jp>

トップページ > 保健事業 > 特定健診・特定保健指導

雪山の絶景体験!

スキー場と冬山の家で 冬の思い出づくりを

冬期契約施設
ガイド

冬休みのご予定はお決まりですか?

当健保組合では、各地のスキー場や冬山の家と法人契約を結んでいますので、組合員の皆さまは、一般料金よりもお得な価格でご利用いただけます。この冬はウインタースポーツをご家族と存分にお楽しみください!

スキー場一覧

リフト1日券料金

舞子スノーリゾート

契約期間 令和6年12月20日(金)～令和7年3月30日(日)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人	6,500円	3,800円
中高生・60歳以上	6,000円	3,300円
小学生	3,500円	1,700円

湯沢中里スノーリゾート

契約期間 令和6年12月21日(土)～令和7年3月30日(日)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人	5,800円	3,600円
中高生・60歳以上	4,700円	2,700円
小学生	2,800円	1,100円

利用対象者

被保険者および被扶養者

申し込み・利用方法

当健保組合・施設係あてに「スキー場利用補助券申込書」をFAX(03-3946-8037)または郵送でお送りください。ご利用者1名につき1枚の利用券を発行します。利用券を施設にご提出のうえ、利用者負担額をお支払いください。



プリンススノーリゾーツスキー場のご紹介



関東甲信越を中心にスキー場を運営する、プリンススノーリゾーツ。
9つのスキー場をお得な価格でご利用いただけます！

苗場スキー場

契約期間 令和6年12月14日(土)～令和7年3月31日(月)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人(中学生以上)	7,200円	➡ 5,700円

六日町 八海山スキー場

契約期間 令和6年12月21日(土)～令和7年3月30日(日)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人(中学生以上)	5,700円	➡ 4,200円

軽井沢プリンスホテルスキー場

契約期間 令和6年12月1日(日)～令和7年3月31日(月)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人	9,800円	➡ 8,300円
中高生・シニア (55歳以上)	9,300円	➡ 7,800円

妙高杉ノ原スキー場

契約期間 令和6年12月21日(土)～令和7年3月23日(日)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人	7,000円	➡ 5,000円
中高生・シニア (55歳以上)	6,400円	➡ 4,700円

かぐらスキー場

契約期間 令和6年12月1日(日)～令和7年3月31日(月)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人(中学生以上)	7,200円	➡ 5,700円

万座温泉スキー場

契約期間 令和6年12月21日(土)～令和7年3月23日(日)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人(中学生以上)	5,700円	➡ 4,200円

志賀高原焼額山スキー場

契約期間 令和6年12月7日(土)～令和7年3月31日(月)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人	7,500円	➡ 6,000円
中高生・シニア (60歳以上)	6,000円	➡ 4,500円

栗石スキー場

契約期間 令和6年12月21日(土)～令和7年3月23日(日)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人(高校生以上)	6,300円	➡ 4,800円
中学生・シニア (60歳以上)	5,700円	➡ 4,200円

富良野スキー場

契約期間 令和6年12月1日(日)～令和7年3月31日(月)

料金

区分	一般料金	利用者負担額
大人(中学生以上)	7,500円	➡ 6,000円
シニア(60歳以上)	6,900円	➡ 5,400円





冬山の家



契約期間 令和6年12月1日(日)～令和7年3月31日(月)



舞子高原ホテル



予約電話番号 **025-783-3511**

●1泊2食付き **14,500円～**

(契約料金 16,500円 - 組合補助額 2,000円)

このほかにも、45日前までに予約できる早割や、リフト券付きのプランなどがあります。詳しくは WEB サイトをご覧ください。

<https://www.maiko-resort.com/hotel/>



プリンスホテルズ&リゾーツ



予約電話番号 **0120-33-8686** (左記番号が利用できない場合は **03-6741-9155**)

●1泊朝食付き **10,622円～**

(一般料金 12,622円 - 組合補助額 2,000円)

MEMO

※左記は苗場プリンスホテルをご利用の場合です。料金は、利用日、ホテルによって異なりますので、詳細は WEB サイトにアクセスしていただき、ユーザー名 **[prkeiyaku]**、パスワード **[prkeiyaku3013]** を入力して各プランをご確認ください。

<https://www.princehotels.co.jp/keiyaku/>

冬山の家、さくら総合レジャー、リゾートトラスト協定宿泊施設のご利用方法



健保組合補助額

1人1泊2,000円(年2泊まで)



申し込み・利用方法

- ① 各施設に直接ご予約ください。電話予約の際は、当健保組合加入者である旨をお伝えください。
 - ・さくら総合レジャー・・・☎03-3434-0333
 - ・リゾートトラスト・・・法人用インターネット予約システム (<https://houjin.rtg.jp>) へ当健保組合のIDとパスワードでログインして、ご予約ください。IDとパスワードは、当健保組合のホームページをご覧ください。
- ② ご予約後、当健保組合ホームページより「契約保養所補助金申請書」をダウンロードし、必要事項をご記入のうえ、当健保組合まで FAX または郵送でお申し込みください。
- ③ 申請後、当健保組合で「利用連絡票」を発行し、申請いただいたご住所宛に郵送いたします。
- ④ 利用日当日、ホテルへご到着の際に当健保組合が発行した「利用連絡票」をフロントにご提出いただき、ご精算の際に健保組合補助額を差し引いた額をお支払いください。

注意事項

- ・組合補助は当健保組合に加入している被保険者と被扶養者が対象となります。ただし、被扶養者につきましては、被保険者と一緒にご宿泊の場合のみ、補助金をご利用いただけます。
- ・当健保組合で発行した「利用連絡票」は郵便でお送りするため、お届けにお時間がかかる場合がございます。お日にちに余裕をもってお申し込みください。

冬期契約施設についてご不明な点は、当健保組合の施設係までお問い合わせください。

☎03-3946-8561

会員制リゾートホテル「エクシブ」のご案内

ご予約について | LINE 公式アカウント から簡単に予約できます。



まずは

下の二次元コードを
読み取って「友だち追加」



ID: @397sosdq

トーク画面の
下図「宿泊予約ログイン」をタップ

専用のID・パスワードで
予約サイトへログイン

■ログインに必要な専用のID・パスワードは、
健保HPの「保健事業」⇒「年間契約保養所」⇒「リゾートトラスト各施設」の
欄をご確認ください。

LINE公式アカウント
おすすめPOINT

- POINT① 「空室状況」や「予約サイト」へ気軽にアクセス!
- POINT② 「宿泊プラン」や「観光情報」をタイムリーに配信!
- POINT③ 「友だち限定」のうれしい情報が届く!

ご予約の流れ ※主な画面を抜粋

1 ログイン

resorttrust

法人用インターネット予約システム

予約には、法人ログインIDとパスワードが必要です。

法人ログインID

パスワード

ログイン

2 RTTG ポイント連携ログイン画面

登録済みの方
未登録の方で登録ご希望の方
登録不要の方

RTTG POINT CLUB
ポイント連携ログイン

RTTG ポイントクラブ会員のの方は以下からログインすると
ポイントの連携が可能です。

<RTTG ポイントクラブとは?>
いつでも、どこでもポイントが貯まる。使える。
リゾートトラストグループ共通ポイントサービスです。
ご利用金額100円(税込)ごとに1ポイントが貯まり、
100ポイント以上から1ポイント1円の割引として
利用可能です。
また、ご登録いただくご予約時にお客様情報の入力
が省略されます。

RTTG ポイントクラブのメールアドレスまたは
ポイント会員ID

パスワード

ログイン

新規登録

ポイント連携せずに予約へ進む

3 リゾートインフォメーション

resorttrust

法人 TOP

お知らせ

ご利用可能ホテル

エクシブ

那須白河&ドギーヴィラ・山中湖・軽井沢・
軽井沢バセオ・豊科・湯河原麓・高根麓
宮・相模クラブ・伊豆・浜名湖・鳥羽・島
原アネックス・鳥羽別邸・琵琶湖・京都・八
瀬別荘・白浜・白浜アネックス・有馬温泉・
淡路島・徳門

リゾートピア

熱海・久米浜・別府

内容を確認しました

次へ進む

4 宿泊施設を探す

resorttrust

宿泊施設を探す

関東・東北 中部 関西・九州

チェックイン XXXX/X/X

宿泊日数 1 泊

部屋数 1 室

1室ご利用人数

大人 (12歳以上) 2 名

子供 (6~11歳) 0 名

プラン検索 (日付指定)

空室カレンダーから検索

5 詳細を入力

お客様情報を入力ください

申込者名 (カナ) 必須

ご利用代表者名 (カナ) 必須

ご利用代表者名 (漢字) 必須

申込者との関係 必須

本人

年齢

入力不要

※ログイン後に表示されるリゾートインフォメーションは、ご所属の法人・団体で定められた利用規程です。必ずご確認ください。



お問い合わせ番号が表示されればお申し込み受け付けが完了となりますが、ご予約確定ではございません。
予約センターがお申し込み内容を確認し、予約結果をメールでお送りいたします。
必ず予約結果のメールをご確認ください。

1泊1名様につき2,000円の補助金をご利用になれます。

※服装健康保険組合の被保険者・被扶養者が対象です。

※2024年度より被扶養者のみで宿泊の場合は補助金をご利用になれません。

※1名様につき年2泊まで申請可能です。

補助金申込・利用方法

ご予約完了後、健保へ申請してください。

健保に
補助金申請書を提出

健保より利用者に
利用連絡票を発行

宿泊当日ホテルへ
利用連絡票を持参

※写真はイメージです。※ホテルのご利用は、ご契約会員権の利用規程に準じます。

リゾートトラスト株式会社

お問い合わせ
MRP東京予約センター

TEL: 03-5323-8221

(営業時間) 平日 9:00 ~ 17:00 ※GW・お盆・年末年始は休業です。

組合だより

令和6年10月16日(水) 第18期 第5回 理事会

(会場=組合会議室)

【審議事項】

- 第1号議案= 第49回健康者表彰の実施について
 第2号議案= インフルエンザ予防接種の補助金について
 第3号議案= 冬期施設の開設について
 第4号議案= 準備金その他の財産の保有及び保管について
 第5号議案= 事業所備付用救急薬等の配付について

【報告事項】

- 第1報告= 服装健康保険組合職員就業規則の廃止及び施行について
 第2報告= 服装健康保険組合職員給与規程の廃止及び施行について
 第3報告= 事業所所在地変更による規約の変更について
 第4報告= 事業状況報告
 第5報告= その他

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
(有) ダイトーモード	井口 雅裕	東京都台東区小島2-21-1	千葉県市川市新田4-16-6	令和6年6月20日

年末・年始の事務取り扱いのお知らせ

当健保組合の事務取扱いは、年末は12月27日(金)まで、年始は1月6日(月)からとなります。
 なお、12月16日(月)までに受け付けた給付金請求書は、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。



令和6年度健康者表彰の実施について

今年も過去2年間(令和4年4月1日から令和6年3月31日まで)医療機関を受診せず、健康であった被保険者を対象に表彰を行い、記念品等を発送いたしました。



服装健保だより

第241号

令和6年11月発行

発行所 服装健康保険組合

東京都文京区本駒込6-2-19

TEL 03-3946-8561

FAX 03-3946-8037

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

組合の現況

(令和6年9月末現在)



事業所数

139件



平均標準報酬月額

男 314,990円

女 230,153円

平均 266,460円



被保険者数

男 4,310名

女 5,761名

計 10,071名



被扶養者数

計 3,109名

