

健 保 だより

No.180 2014 6
JUNE

東部ゴム健康保険組合
<http://www.toubugomukenpo.or.jp>



特定 保健指導	動機づけ支援	被保険者・被扶養者とも40歳以上で、健診結果と質問結果から生活習慣の改善が必要人で、生活習慣の改善にあたって意思決定の支援が必要な人(本人負担なし)
	積極的支援	被保険者・被扶養者とも40歳以上で、健診結果と質問結果から生活習慣の改善が必要人で、専門職等からの継続的かつきめ細かな支援が必要な人(本人負担なし)
	指導方法	一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会(東振協)・保健指導センターによる保健指導。健保組合より抽出された該当者に、実施案内を事業所または個人宛に通知、該当者は健保組合を経由して保健指導センターに申し込み、保健指導センターから該当者へ確認が行われ実施します。

任意実施	健診の実施につきましては「原則」として契約医療機関および指定会場にて生活習慣病予防健診および人間ドックを受診していただいておりますが、事業所等が遠隔地にあるなど契約医療機関および会場で受診できない場合は、任意で健診を実施していただき下記書類を添付の上、補助金の請求をしてください。	
	また、生活習慣病予防健診および人間ドック等を任意実施する際は、必ず特定健康診査項目を含む健診を受診されますようお願いいたします。	
	特定健診検査項目	●問診●計測(身長、体重、BMI、腹囲)●血圧●検尿(糖、蛋白) ●血液検査(GOT、GPT、γ-GTP、HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪、空腹時血糖またはHbA1c(NGSP値))

補助金 限度額 一覧	健診種類	受診者負担金(税込)		
		被保険者	被扶養者(男性)	被扶養者(女性)
	一般健康診査	2,160円		
	生活習慣病予防健診	12,960円	12,960円	
	〃 (婦人科検査(子宮細胞診)も行った場合)	15,120円		
	婦人生活習慣病予防健診			12,960円
	〃 (婦人科検査(子宮細胞診)も行った場合)			15,120円
	日帰り人間ドック	27,000円	21,600円	21,600円
	1泊人間ドック	38,880円		
	PET検診	27,000円		

※上記の各種補助金の交付を受ける場合は、原則として①事業所でとりまとめて申し込み、②事業主または事業主代理人より右記書類を添付のうえ請求していただき、③健保組合から事業所を経由して交付させていただきます

①請求書・受診者名簿・質問票(当該年度40歳以上)
②医療機関発行の請求書および明細書、領収書
③健診結果報告書(コピー可)
※健診結果報告書の提出のない場合は補助の対象になりません。

続く4～5ページでは、健診を受診することのメリットがいかに大きなものを解説しています。
 ぜひともご覧になり、今年の健診受診スケジュールをご検討ください！

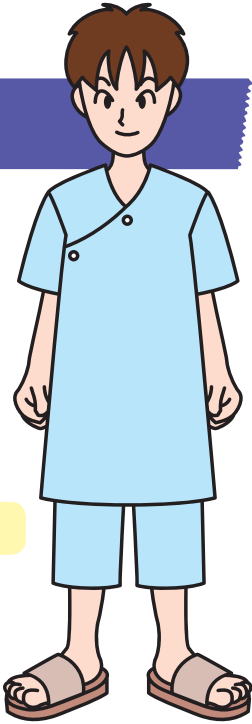
お問い合わせ先 総務課 TEL 03-6447-2512

平成26年度 健康診断のご案内

健診は「あなたの健康状態を映す鏡」です

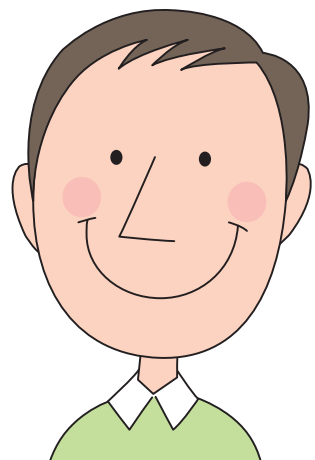
定期健康診断や人間ドック等をご活用ください

被保険者・被扶養者のみなさんを対象に
 当健保組合が実施している各種健診をご紹介します。
 受診回数は年度内1回限りです。重複受診にはご注意ください。



健診の種類と概要						
(各種健診あわせて年度内1回の受診となります)						
健診種類	被保険者	被扶養者 (男性)	被扶養者 (女性)	受診者負担金(税込)	期間	申し込み方法
一般健康診査	35歳未満			1,080円	4月～10月	各事業所経由で とりまとめて 申し込み
生活習慣病予防健診 (特定健診含む)	35歳以上			2,700円		
〃〔婦人科検査(子宮細胞診)も行った場合〕	35歳以上			3,240円		
会場別巡回健診(夏・秋) ●一般健康診査	35歳未満			1,080円	夏季 8月～9月 秋季 11月～12月	
●生活習慣病予防健診 (特定健診含む)	35歳以上	35歳以上		被保険者 2,700円 被扶養者 2,700円		
〃〔婦人科検査(子宮細胞診)も行った場合〕	35歳以上			被保険者 3,240円		
婦人生活習慣病予防健診(春・秋) (特定健診含む)			35歳以上	2,700円	春季 4月～7月 秋季 10月～1月	
〃〔婦人科検査(子宮細胞診)も行った場合〕			35歳以上	3,240円		
日帰り人間ドック (特定健診含む)	40歳以上	40歳以上	40歳以上	人間ドック利用料金から 被保険者⇒27,000円を差し引いた額 被扶養者⇒21,600円を差し引いた額	年度内	
1泊人間ドック (特定健診含む)	40歳以上			人間ドック利用料金から 38,880円を差し引いた額	年度内	
PET検診 (特定健診含む)	40歳以上			PET検診利用料金から 27,000円を差し引いた額	年度内	

これが健診を受けている人と 受けていない人の差です



健診を受けている人

○ 健診を受けることで健康への意識が高まり、体調がよくなった



○ 健康な体は家族も安心。家計にも好影響

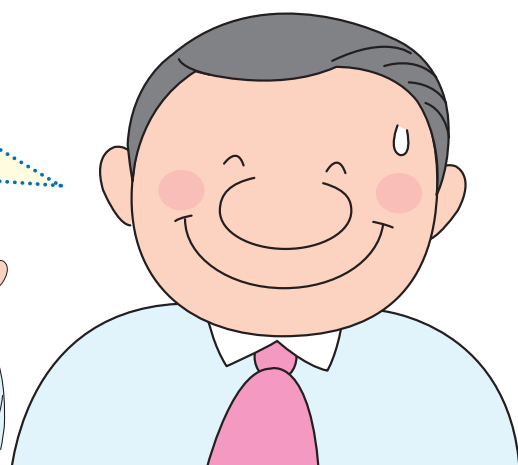
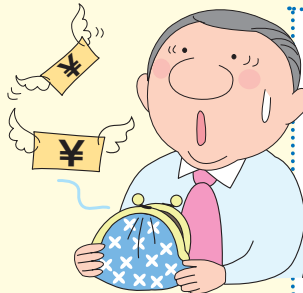


○ 経年変化の数値異常に早めに気づき、しっかりと病気を予防できた

✕ 健診を受けず、健康への意識も薄いため、悪い生活習慣を継続。体調もどんどん悪くなっていく

✕ 不健康な体は家族も心配。家計も大打撃

✕ 知らず知らずのうちに病気は悪化。気付いたころには病気も重症に



健診を受けていない人

Column

健診結果で得た情報を活用する「データヘルス計画」って何？

政府は昨年6月、成長戦略(日本再興戦略)の中に健康保険組合の保健事業において、大きな転機となるデータヘルス計画を盛り込みました。

これは健康保険組合が保有するレセプト(診療報酬明細書)や特定健診・特定保健指導などの情報を活用し、加入者の健康づくりや疾病予防、重症化予防につなげる事業です。従来の特定健診・特定保健指導と

異なる点は、特定保健指導をより重点的にしたことです。

各健康保険組合では平成26年度中に計画を策定し、27年度から実施していく予定です。このデータヘルス計画を推進していくためにも、特定健診は毎年必ず受診するようお願いします。

元気なときは健診を面倒に感じてしまいがち。しかし、病気になると「もっと早く受けていれば…」と後悔することになるかもしれません。

生活習慣病予防のための特定健診は、40～74歳の被保険者とご家族(被扶養者)が対象です。生活習慣病が発症する前に、その芽を早めに摘む特定健診・特定保健指導にはどんなメリットがあるのか、押さえておきましょう。

ちゃんと
受^けたい
活^かしたい

特定
健診

健診受診

4つの
メリット

3

受診後もしっかりアドバイス

これから定期的にウォーキングを
してください

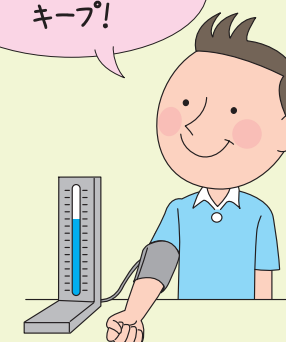


健診結果をもとに、問診や特定保健指導を受けることによって、自分に合った生活習慣改善に関するアドバイスを受けられます。基準値の範囲を超えそうな数値や、基準値の範囲であっても悪化傾向にある項目などに着目した改善が可能です。

1

毎年の受診で健康状態を把握

今年も基準値を
キープ!



特定健診は問診・身体計測・腹囲測定などの診察のほかに、血圧、血糖、脂質、肝機能、代謝系、尿・腎機能に関する検査を必須項目として行います。これらの検査を毎年受け、値の変動を記録することで、健康状態を把握できます。

4

家計(医療費負担)にやさしい

健診を受け
ていなかったら、お小遣い全額、
治療費で消えていたなあ



健診を受けずにいたため、気付いたときには病気が重症化しており、高額な治療を受けることになってしまったなどの例も。毎年健診を受け、病気にならない体をキープしていれば、病気の予防はもちろん、家計の負担を抑えることもできます。

2

病気の予防と早期発見

早期発見できて
よかった!



メタボリックシンドロームの予防だけでなく、糖尿病や高血圧などの自分では気付きにくい生活習慣病の発症リスクを早期に発見。また、過去の検査値との比較も早期発見につながります。

全国各地のプリンスホテルが特別料金で利用できます。下記はその一例で、各施設ともいろいろな宿泊プランがあります。リゾート優待プランはインターネットでご覧いただけます。

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

※パスワードは prkeiyaku です。

利用方法 プリンスホテル
カスタマーサポートセンター

ハローハロー
0120-33-8686

東部ゴム健保組合の加入者であることと会社名を告げて予約してください。

大磯プリンスホテル

神奈川県中郡大磯町国府本郷546

利用料金 1泊朝食+大磯ロングビーチ入場券付
(税・サービス料込) 1名様
大人 9,800円より 子ども7,000円より

軽井沢プリンスホテルウエスト

長野県北佐久郡軽井沢町軽井沢

利用料金 1泊朝食(税・サービス料込) 1名様
大人 13,000円より 子ども 12,500円より

ザ・プリンス箱根

神奈川県足柄下郡箱根町元箱根144

利用料金 1泊2食付(税・サービス料込) 1名様
大人 9,500円より(子どもも大人と同料金)
※掲載料金は参考価格となります。



繭の里 栃木県那須郡那須町高久乙伊藤台1439

利用料金 1泊2食付(税込)
大人 4,480円より 子ども 3,940円(6歳~12歳)

利用方法 フリーダイヤル0120-795554(関東圏のみ)または
TEL:0287-78-1061に予約したうえで、「契約保養所宿泊
利用申込書」により健保組合にお申し込みください。

繭の里(URL) <http://www.mayunosato.com/>



としまえん

東京都練馬区

利用期間 7月12日~8月31日
入園+プール+乗物一日券
利用方法 「海の家・プール入場割引券」をご利用ください。



よみうりランド「WAI」

東京都稲城市

利用期間 7月4日~8月31日(7月8日は定休日)
遊園地入園サービス券付
利用方法 「海の家・プール入場割引券」をご利用ください。



癒し屋本舗、勢揃い

夏季契約施設のご案内

当健保組合の夏季契約施設をご紹介します。
今年も、みなさんがお手軽にご利用できる

「癒し屋」が揃いました。
海の家「しらとり」およびプール施設に関しては、
本誌に挿入の入場割引券をご活用ください。



三浦海岸(日帰り海の家) しらとり

神奈川県三浦市南下浦町上宮田

利用期間 7月2日~8月31日
利用料金 700円(大人・子どもの別なし)
利用方法 「海の家・プール入場割引券」をご利用ください。



雲見海岸 民宿 吉右衛門

静岡県賀茂郡松崎町雲見357

利用料金 1泊2食付(税込)
大人 6,000円(中学生以上)
子ども 5,500円(3歳~小学生)
利用方法 TEL:0558-45-0358に予約したうえで、「契約保養所宿泊
利用申込書」により健保組合にお申し込みください。



ブルーベリーヒル勝浦

千葉県勝浦市興津1920

利用料金 1泊2食付(税込)
大人 14,200円(13歳以上)
子ども 12,040円(4歳~12歳)
利用方法 TEL:0470-76-3400に予約したうえで、「契約保養所宿泊
利用申込書」により健保組合にお申し込みください。
ブルーベリーヒル勝浦(URL) <http://www.blueberry-hill.co.jp>

当健保組合のホームページからご覧いただけます。詳しくは健保組合

施設係(03-6447-2512)にお問い合わせください。



退職世代の健康体力づくりをサポートする 「東振協健康友の会」をご利用ください!

お問い合わせ先

所在地 〒130-0014 東京都墨田区亀沢1-7-3
東京都二ツ目保健会館内 「東振協健康友の会」
電話 03-5883-7715 FAX 03-3866-2803
<http://www.toshinkyu.or.jp>

原則55歳以上の、健康保険組合の
会員資格 被保険者であった方およびその配偶者等



東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）では、健康保険組合の被保険者であった退職世代（原則55歳以上）の方を対象に、グルメ、旅行、スポーツや健康イベントなど、人生をエンジョイするための「東振協健康友の会」を発足しました。今回は、とつともおトクで便利な会員特典をご紹介します。

- 1 「美味しい」「うれしい」を割引でサポート。
全国各地のグルメ、レジャー、温泉施設がご利用可能です。
- 2 天然温泉や旬の味覚を堪能。
かんぽの宿やグリーンピアをリーズナブルな料金で。
- 3 ウォークラリーや各種イベントでメタボの予防・解消に！
健康フェスティバル※に無料で参加できます。
※毎年秋に実施している、東振協の主催イベントです。
- 4 仲間が増える。体力がアップする。
交流が広がる、テニス大会・ミニマラソン大会
- 5 R55世代の健診を特別料金で受診！
全国約480カ所、人間ドックも受けられます
- 6 介護＆健康講座に無料で参加可能！
「知っておきたい」「学びたい」に応えます
- 7 「その先の未来」も、笑顔で元気に安心に。
医療保険・傷害保険のご案内もお任せください
- 8 万が一のときも親切・丁寧なサービスで支援。
割安な「葬儀支援サービス」

入会金 500円
年会費 1,000円
会員特典

保養といえば箱根、もお忘れなく!

箱根荘をご利用ください

都心からのアクセスがよく、首都圏近郊の温泉観光地として名高い箱根。新たに世界遺産に登録された富士山の美しい姿や大涌谷の噴煙、芦ノ湖の絶景など、周辺は季節を問わない見どころがたくさん。箱根にお出かけの際はぜひとも箱根荘を拠点としてご利用ください。



お食事

(写真はイメージ)



夕食は四季の素材を使った会席料理をご堪能いただけます

大浴場



湯量豊富な天然温泉で有名な箱根。きれいさっぱり、リフレッシュ!



箱根荘

〒250-0406
神奈川県足柄下郡箱根町
小涌谷493-48
TEL 0460-87-7007
<http://www.anshinyado.com/yoyaku/hakonesou.asp>

予約について

●ご利用できる方

利用資格はありません。どなたでもご利用いただけます。

●予約申込方法

東部ゴム健保組合の加入者の方は、利用の6カ月前の同日から受け付けます。一般の方は利用の2カ月前の同日から受け付けます。

●予約申込受付・お問い合わせ

あんしん宿予約センター
0120-844-891 受付時間 9:00~17:00(年末年始を除く)
箱根荘
0460-87-7007 受付時間 9:00~17:00(年末年始を除く)
インターネットで予約する場合は
<http://www.anshinyado.com/yoyaku/hakonesou.asp>

利用料金について

●宿泊利用料金(1名様・1泊2食/税込)

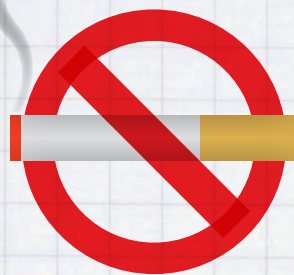
東部ゴム健保組合加入員	5,640円
一般	7,710円

○小学生以上が上記料金の対象となります。未就学児は無料ですが、寝具・食事を用意する場合は通常料金がかかりますので、必要場合は利用申し込みの際にお問い合わせください。

○小学生以上は別途入湯税150円がかかります。

○東部ゴム健保組合の加入員は、保険証または保険証のコピーを現地に持参し、現地で提示してください。
○キャンセルを含めた予約内容の変更は、ご利用の3日前までにお申し出ください。期日を過ぎますと、以下のキャンセル料が発生します。

～3日前	2日前	前日	当日
無料	無料	利用料金の100%	利用料金の100%



「喫煙」と「寿命」の関係は

「タバコは体に悪い」とは承知しつつも、なかなか禁煙に踏み切れない人も多いことでしょう。ここでは、タバコが体にもたらす悪影響について、データからご紹介します。



喫煙で寿命が約10年縮まる…

2012年10月、放射線影響研究所などが報告した「日本人喫煙者の死亡率と余命への喫煙の影響」が話題になりました。

これによると、20歳より前からタバコを吸い続けている男性の72%が70歳まで生きたのに対し、タバコを吸わない人の72%が78歳まで生きたということです。同様の比較で女性をみると、タバコを吸い続けた人の79%が70歳まで生き、タバコを吸わない人の79%が80歳まで生きました。男性で8年、女性で10年の「余命の短縮」ということになります。

※1920～45年に生まれた人で比較しています。

●余命の短縮



35歳までに禁煙すれば、ほとんどのリスクを回避

同調査では、「禁煙の影響」についても報告されています。35歳までに禁煙した人は、喫煙を続けた場合のリスクをほとんど回避でき、45歳までに禁煙した人であってもその大部分を回避することができたとしています。

しかし、「35歳までタバコを吸っても大丈夫」ということではありません。「思い立ったら即禁煙！」をめざしましょう。

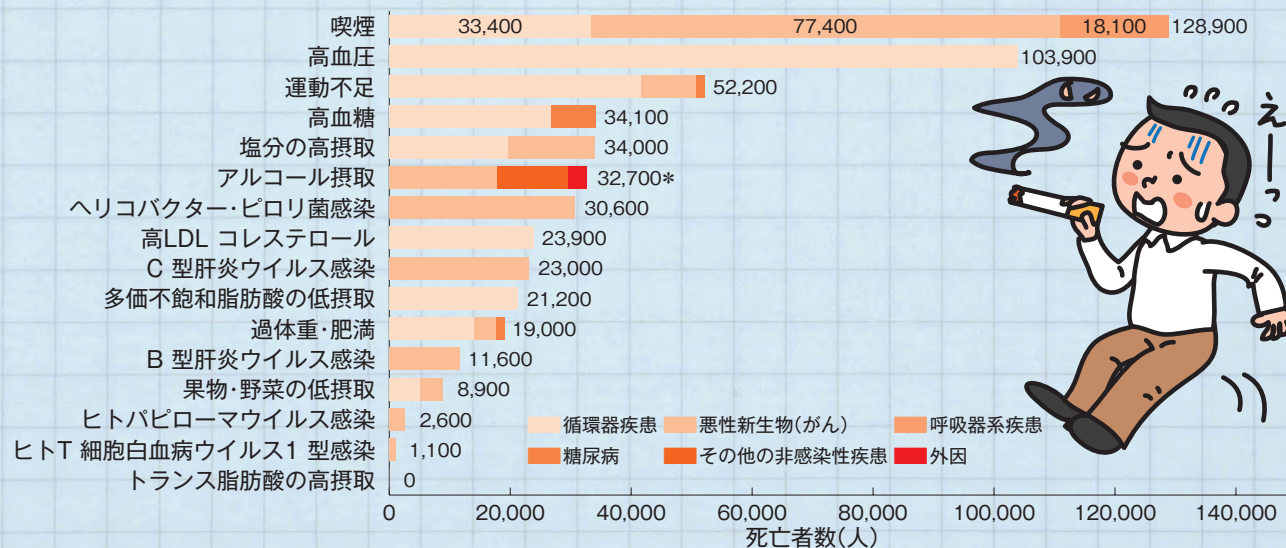
死亡のリスク要因では喫煙がトップ

喫煙の習慣があるだけで、がん、循環器疾患（脳卒中、虚血性心疾患）、呼吸器系疾患（COPD）などのリスク要因となります。そして、喫煙は高血圧よりも関連死亡者数が多いのです。

喫煙は、個人の意思により回避可能なものです。将来も健康でいるために、禁煙をしましょう。



●わが国におけるリスク要因別の関連死亡者数——男女計(平成19年)



*アルコール摂取は、循環器疾患死亡2,000人、糖尿病死亡100人の予防効果が推計値として報告されているが、図には含めていない。
「健康日本21(第2次)の推進に関する参考資料」より



第三者行為によるけが等で健康保険を使うときは

健保組合に必ずご連絡を

第三者行為(交通事故・けんか・犬にかまれるなど、第三者から損害を受ける行為)による事故の治療に健康保険を使う場合は、健保組合への書類提出が必要です。必ず健保組合までご連絡ください。

- このようなケースが「第三者行為」に該当します
- 交通事故
 - けんか
 - 他人の犬にかまれた
 - ゴルフ中に他人の打球が当たった
 - 購入した食品や飲食店での食中毒
 - 海やプールで他人の遊具と接触
 - 建物や工事現場からの落下物等によるけが
 - スキー等での衝突・接触事故
- ※業務中や通勤中のけが等は労災・通勤災害となり、健康保険は使用できません。

自分が交通事故をおこしてしまったときは

自損事故の場合は原則として健康保険が使えますが、酒酔い運転やスピード違反などの場合には給付が受けられないことがあります。車を運転する際は、交通ルールを守りましょう。

傷病原因の照会にご協力ください

健保組合では、保険証を使ってけがの治療を受けた方に「第三者行為によるものか」「仕事なか、通勤中か」「自分の不注意によるものか」などを判断するため、傷病原因を照会させていただく場合があります。みなさんに納めていただいた大切な保険料を適正に使用するための照会作業ですので、ご協力をお願いいたします。

健保組合が負担した医療費は、本来加害者が負担するべきものです

第三者行為による事故の治療にかかる医療費などは、本来、加害者が負担するべきものです。しかし、保険証を使用することにより、自己負担額を除いた残りの金額は健保組合が加害者に代わって立て替えることとなります。立て替えた分については、後日健保組合から加害者へ損害賠償請求を行いますので、必ず健保組合へご連絡ください。

示談する前に健保組合にご連絡を!

被害者と加害者の間で示談が成立してしまつと、健保組合が立て替えた医療費を加害者に請求できなくなる場合があります。こうした事態を防ぐために、示談する前に必ず健保組合にご連絡をお願いします。また、示談が成立した場合には、示談書の写しを提出してください。

当健保組合の個人情報保護の取り組みについて

**みなさんの個人情報は
正確かつ安全に保護
されています！**

当健保組合は、加入員（被保険者・被扶養者）の皆様の個人情報については、個人情報に関する法令、規範および組合規程に則り適正に管理いたします。
また、個人情報の正確性、安全性を確保するために、「個人情報保護法」に則り、適正かつ合理的な安全管理措置を実施しておりますので、あらためてお知らせいたします。

1 当健保組合の個人情報の取り扱いについて（プライバシーポリシー）

当健保組合は、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・傷病手当金等、付加給付を含む）、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）、特定健診・特定保健指導関係情報、健康管理に関する情報（保健施設利用情報、組合行事関連情報）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。

1 個人情報の保護に関する当健保組合の「個人情報保護管理規程」を制定するとともに、個人情報保護法および関係する法令等を遵守します。

2 当健保組合は、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、ならびに開示、訂正、削除を求められたときは、健康保険法等の法令ならびに個人情報保護管理規程に従い、対応いたします。

3 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

4 当健保組合は個人情報の収集にあたり、健康保険法等の法令等で収集が義務づ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、収集した個人情報の利用目的の範囲のみで使用し、利用の目的を遂行するために業務を委託する場合を除き、第三者に提供いたしません。
ただし、以下の各号に該当する場合は、加

入者の事前の同意を得ることなく、加入者の個人情報を第三者に提供することがあります。

①法令の定めに基づく場合
②人の生命、身体または財産の保護のために必要であって、加入者の同意を得ることが困難である場合

③公衆衛生の向上または児童の健全な育成の推進のために必要であって、加入者の同意を得ることが困難である場合

④国の機関もしくは地方公共団体またはその委託を受けた者が、法令の定める事務を遂行することに対して協力する必要がある場合であって、加入者の同意を得ることにより当該事務の遂行に支障を及ぼすおそれがある場合

5 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および監督を行います。

6 当健保組合は、当健保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出来る限り正確、安全、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。

7 本基本方針およ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、適宜変更します。

2 個人情報の利用目的

当健保組合は、個人情報保護法の規定に従い、日常の業務処理上使用する個人情報

の主な利用目的を左記のとおりに定め、厳正な取り扱いに努めます。

なお、左記の利用目的に掲載した事例のうち、前ページの4の①、②、③、④に該当する事例を除いて同意されない事例があるときは、当健保組合へ申し出ることができます。

	健保組合の内部での利用に係る事例	他の事業者等への情報提供を伴う事例
被保険者等に対する保険給付	●保険給付および付加給付の実施	●第三者行為に係る損保会社への求償 ●健康保険組合連合会の高額医療給付の共同事業①
保険料の徴収等	●被保険者資格の確認ならびに標準報酬月額および標準賞与額の把握 ●保険料の徴収 ●被扶養者の認定 ●健康保険被保険者証の発行	●算定基礎届、月額変更届、賞与支払届等にかかるデータのパンチ入力
保健事業	●健康の保持・増進のための健診 ●健診結果に基づく保健指導および健康相談	●特定健診受診記録の取り扱いについて② ●医療機関等への健診の委託 ●健康増進施設（保養所等）の利用 ●健診結果の事業者への提供 ●被保険者等への医療費通知③ ●健康保険組合連合会等の高齢者訪問指導の委託 ●広報紙等の配送の外部委託 ●高額医療費・出産費の資金貸付の共同事業
診療報酬の審査・支払	●診療報酬明細書（レセプト）等の内容点検・審査	●療養費の電算処理のためのパンチ入力 ●資格確認のために、他の保険者、医療機関等に対しての照会
健保組合の運営の安定化	●医療費分析・疾病分析	●負傷原因の照会（家族分を含め被保険者あて通知）
その他	●健保組合の管理運営業務のうち、業務の維持・改善のための基礎資料 ●適正な経理事務の執行	●業務の適正処理のための照会または回答（保険者間の情報交換） ●第三者求償事務において、医療機関等への相談または届出等

- ① 高額医療給付の共同事業は、健康保険法附則第2条に基づき、健康保険組合連合会（健保連）と健保組合が共同で実施している事業です。この事業は、当健保組合に高額な医療費が発生した際、その費用の一部が健保連から交付されるものであり、該当する「診療報酬明細書」（調剤報酬明細書を含む）を添付した交付金申請書類を健保連へ提出して交付されるものです。
- ② 当健保組合は、被保険者および被扶養者の皆様の特定健診の受診記録を管理いたします。受診記録の管理については、生活習慣病の予防等に役立てるため、また受診率の向上のためにも事業主を経由しての健診記録の提供にご協力ください。また、脱退したときは、過去情報の提供ができるよう管理いたします。
- ③ 「医療費のお知らせ」（医療費通知）については、保険給付費適正化のため、医療機関等での受診年月、診療に要した費用、自己負担額、医療機関名、を記載した内容で世帯単位に作成し、被保険者へ送付いたします。

お問い合わせ先

以上の利用目的に同意されない場合は、当健保組合へお申し出ください。特段の申し出がない場合は、同意されたものとして取り扱いたします。

開示や訂正・利用停止等の手続きに関する詳細についての照会も受け付けております。
その他のご意見等につきましても、以下窓口にてお受けいたしております。

東部ゴム健康保険組合

TEL 03-6447-2512

FAX 03-3478-0087

（受付時間9:30～17:35 ただし土曜、日曜、祝日、年末年始を除く）

当健保組合のホームページにおいても、この情報がご覧になれます。

URL <http://www.toubugomukenpo.or.jp>

平成25年度 健康者表彰

日々の「すこやか」の積み重ね

当健保組合では、過去1年間をととして健康家族を有した事業所を誌面に掲載し、表彰しております。
ここでいう「健康家族」とは、被保険者および被扶養者が1年間(今回は平成25年1月1日から同年12月31日の間)、1回も医療給付(医療機関や接骨院等での受診)を受けなかった世帯が対象となります。
ご健康であられたみなさんには心より、お慶び申し上げます。
該当された事業所と人数を以下に掲載します。

※掲載は事業所名(番号順)と人数のみとなります。

ときわ工業(株)	13名
日本カリユウ(株)	1名
バルカナイズ近畿(株)	1名
フロイント・ターボ(株)	1名
ポリマテック・ジャパン(株)	21名
久喜ロール工業(株)	6名
(株)山星化成工業 白井工場	2名
シンジーテック(株)	15名
房総産業(株)	8名
任意継続	1名
合計	903名

(株)ノムラ化成	2名
(株)ヤシマテック	3名
ミナトゴム(株)	2名
八洲ゴム工業(株) 会津工場	17名
白山テック(株)	5名
(株)大塚ポリテック 福島製作所	9名
(株)野田日米パッキン	6名
三宝(株)	1名
(株)第一	2名
司冠栄製作所(株)	5名
長野工販(株)	4名
千代田ゴム(株)	1名

(有)鳥山ゴム	2名
浩洋産業(株)	1名
ノブカワ商事(株)	1名
(有)エコーパッキング	3名
(株)近政ゴム	1名
(株)トランスバック	1名
(有)新生パッキング製作所	3名
(株)ケースリー	4名
日加商工(株)	2名
堀江産業(株)	1名
サクラ産業(株)	2名
村岡ゴム工業(株)	8名
ハマダゴム(株)	1名
大日ゴム(株)杉戸工場	2名
(株)クイックサービス東部	1名
(株)アツミ	2名
大日工業(株)	1名
(株)東京製版	6名
有馬ベルト工業(株)	1名
(株)ハチケン	4名
丸山化工(株)	1名
日本ポリマテック(株)	1名
ハバジツ日本(株)	2名
(株)有恒商会	1名
ピレリジャパン(株)	3名
郷商事(株)	8名
郷商事(株)大阪支店	1名
日本ジャイアントタイヤ(株)	19名
(株)TOZEN	7名
日吉工業(株)	21名
八潮ゴム(株)	2名
愛知タイヤ工業(株)	7名
(株)ノブカワ	6名
(株)明治エンジニヤリング	1名
(株)明治ゴム化成	20名
(株)メイジフローシステム	17名
フコク物流(株)	5名
高木ゴム工業(株)	4名
(株)信明産業 新潟工場	4名
(株)新東	6名

(株)三浦ゴム製作所	1名
(株)大成	11名
長野ゴム工業(株)	11名
橋工業(株)	10名
ホクシヨー(株)	3名
サンアロー(株)	5名
茂ゴム(株)	2名
伸栄商事(株)	1名
(株)江北ゴム製作所	10名
(株)協同	8名
(株)タバタ	13名
今井ベルト(株)	1名
不二ラテックス(株)	26名
不二ライフ(株)	1名
六郷タイヤー(株)	2名
大塚ポリテック(株)	6名
入間川ゴム(株)	12名
スバルゴム工業(株)	1名
(有)江古田タイヤセンター	1名
三興護謨工業(株)	1名
久保田ゴム工業(株)	1名
日本特材(株)	2名
富双ゴム工業(株)	3名
協和ゴム(株)	2名
ハナキ商事(株)	1名
司ゴム電材(株)	9名
(株)エーエス	3名
新誠産業(株)	1名
(株)二十一世紀	2名
(株)信明産業	1名
(株)関ロコム製造所	8名
埼玉ゴム(株)	4名
多賀美ゴム工業(株)	3名
(株)カワイチ・テック	7名
明司ゴム(株)	1名
(株)丸ゞ	2名
日清化工(株)	3名
ツツミ工業(株)	2名
(株)マコトタイヤ	3名
扶桑化学(株)	6名

羽田調帯(株)	2名
(株)フジワ	1名
大成興業(株)	4名
一般社団法人 日本自動車タイヤ協会	2名
(株)岡山	6名
帝都工業資材(株)	2名
フコク物産(株)	11名
不二工業(株)	1名
(株)ハシモト	5名
平和ゴム商工(株)	1名
(株)オオハシ	1名
(株)モチヅキ	2名
フロイント産業(株)	9名
牧口ゴム(株)	2名
小里機材(株)	31名
東部工業用ゴム製品卸商業組合	1名
木本ゴム工業(株)	1名
東邦レマック(株)	8名
バン工業用品(株)	5名
市川ゴム工業(株)	7名
三宝ゴム工業(株)	5名
コンノ護謨(株)	1名
セバック工業(株)	1名
三洋ゴム工業(株)	5名
土谷ゴム化成(株)	4名
東西合成(株)	1名
トダゴム工業(株)	2名
扶桑ゴム工業(株)	1名
(有)二宮ゴム製作所	1名
(有)山久ゴム製作所	1名
日本エゴナイト(株)	7名
西原ゴム工業(有)	1名
(株)マルショー	8名
昭和アルファックス(株)	7名
東都ジイワイ(株)	1名
(株)田添タイヤ商会	1名
(株)第一医材社	1名
櫻護謨(株)	24名
グッドイヤーウイングフット(株)	3名
三山産業(株)	1名

ナガセケンコー(株)	3名
(株)青木エゴナイト製造所	1名
(株)モリセイ	1名
ホッティーポリマー(株)	6名
(株)田中ゴム製作所	3名
(株)右川ゴム製造所	1名
(株)東京ゴム製作所	14名
大日ゴム(株)	2名
一般財団法人 化学物質評価研究機構	23名
鈴木ゴム(株)	6名
(株)ブンカゴム	4名
日本ゴム工業会	2名
ハナキゴム(株)	8名
東亜潜水機(株)	2名
倉橋護謨工業(株)	1名
水留ゴム工業(株)	1名
(株)昭和ゴム化学工業所	8名
(株)イワカミ	4名
(株)三巴ゴム工業所	4名
(株)トーア・アイアール	4名
帝都ゴム(株)	30名
(株)飯田ゴム商店	1名
(株)シバタ	21名
(株)兼又	1名
岩野物産(株)	3名
松山工業(株)	1名
三報ゴム(株)	3名
山豊護謨(株)	2名
(株)ミトヨ	26名
(株)宇佐美ゴム工業商会	1名
(株)ニチベイパーツ	7名
(株)共ショウ	2名
(株)伸共	1名
丸山産業(株)	1名
(株)コクゴ	5名
神田ゴム化学(株)	1名
(株)ヤマカミ	15名
丸高興業(株)	5名
(株)入江	1名
極東産業(株)	1名

健康、それは 一番の医療費節約法

健保組合が都度、みなさんをお願いしている医療費の節約。しかし、何よりも有効な医療費節約の方法は「健康」を維持することです。医療機関等にかかることのない状態を続けていれば、おのずと医療費もかからない、というもの。

以下のポイントに留意しながら毎日を送り、次回の表彰をめざしましょう。

健康維持のポイント

- ★健診の結果を日頃の健康管理に反映させよう
- ★食事は1日3食、規則正しく、バランスよく
- ★歩数を増やすなど、積極的に体を動かそう
- ★睡眠前の入浴やストレッチで、眠りの質を向上
- ★自分なりの趣味をもってリフレッシュ

協会けんぽに加入のゴム製品関連企業をご紹介します 東部ゴム健保の仲間になりませんか？

当健保組合では、事業所の加入を積極的に促進しております。皆様の関連あるいは取引先の事業所で、当健保組合に未加入の事業所がございましたら、ぜひご紹介くださいますようお願いいたします。

なお加入要件は、全国健康保険協会（協会けんぽ）に加入している事業所で、ゴム製品を主体とする事業（製造・販売）およびゴム原材料の販売を主体とする事業です。また、当健保組合の加入事業所の関連会社、子会社、企業グループ会社であれば、**上記以外の業種でも結構です。**

お問い合わせ先 03-6447-2513

第121回 けんぽクイズ クロスワードパズル

パズル制作／星 かおり

全部できたら二重ワクの7文字をABC順に読んでください。その言葉が答えです。

★タテのカギ

- 1 未確認飛行——と呼ばれるUFO。
- 2 自分で自分を責めること。——の念に駆られる。
- 3 ——一六世の王妃として、ドラマチックな生涯を送ったマリ・アントワネット。
- 4 短気は——。あせらず、気長にいきましょう。
- 5 医師であり映画監督、という——のわらじを履いた生活をしています。
- 7 ゲーテの書簡体恋愛小説『若きウェルテルの——』
- 9 立てば芍薬座れば牡丹歩く——は百合の花。
- 11 衆議院と参議院、上院と下院のような——制の議会。
- 13 導入後も課題が残る男女雇用——均等法。
- 15 「懐かしのメロディー」の略語として定着した言葉です。
- 16 転勤か出向か、二者——を迫られます。
- 17 2014年4月から8パーセントになった——税。
- 18 首を縦に振る方の返事です。
- 20 イヌの初歩的な芸で、これがマスターできたら「おかわり」に挑戦しましょうか。
- 22 ——は見かけによらぬもの。外見だけで判断してはいけません。
- 24 70歳の別名。杜甫によると稀ですが、現代ではまだまだお若いお年ごろです。

★ヨコのカギ

- 1 2014年、サッカーの祭典「ワールドカップ」の開催国です。
- 4 他人の——で、血縁関係もないのによく似ています。
- 6 1877年、——戦争で散った西郷隆盛。
- 8 駅伝競走で、走者がつなぐものです。
- 10 カルビ、ハラミ、牛タンなどが人気の料理です。
- 12 甲賀とともに、忍者の発祥の地といわれています。
- 13 目玉焼きの目玉の部分です。
- 14 破格の契約で、MLBのニューヨーク・ヤンキースに入団した——将大投手。
- 16 電気器具などの、電流の出入り口に取りつける金具。
- 19 過去の思い出にひたること。パープラー・ストライサンドとロバート・レッドフォード主演の映画にもあります。
- 21 「バリエーション」は——県今治市のマスコットキャラクターとして活躍中です。
- 23 外からの力に対し、張り合い逆らうこと。与党が進める政策に対し、反対する野党を「——勢力」と呼ぶ場合もあります。
- 25 ——ハットとは麦わら帽子のことです。
- 26 ——は百代の過客にして……。これは松尾芭蕉の『奥の細道』の冒頭です。

ヒント
夢は大きく！

●応募資格

当健保組合の被保険者およびそのご家族に限ります（1人1枚）。

●用紙・答えの書き方

通常ハガキに二重枠の文字をABC順に記入してください。
記入事項はこのほか①応募者の事業所名、②保険証の記号番号、③自宅住所、④自宅電話番号、⑤応募者氏名です。

●送り先

〒107-0051 東京都港区元赤坂1-5-26 東部ビル4階
東部ゴム健康保険組合

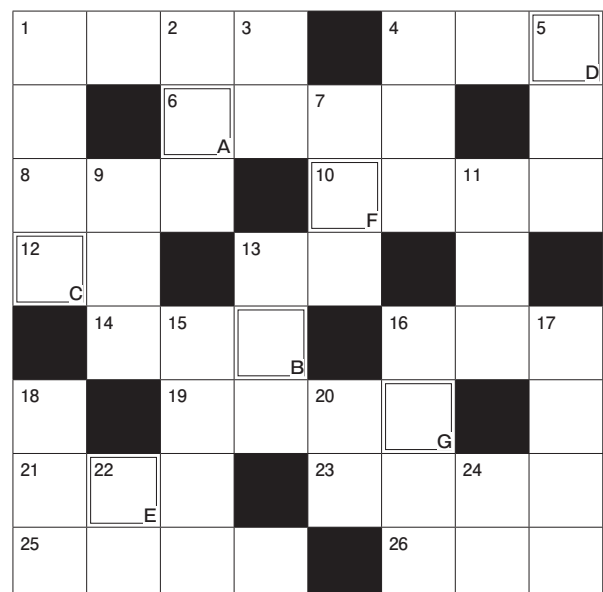
●締切 平成26年7月11日（金）※必着

●当選者の発表

次号の『健保だより』（9月発行予定）に掲載します。

●賞品

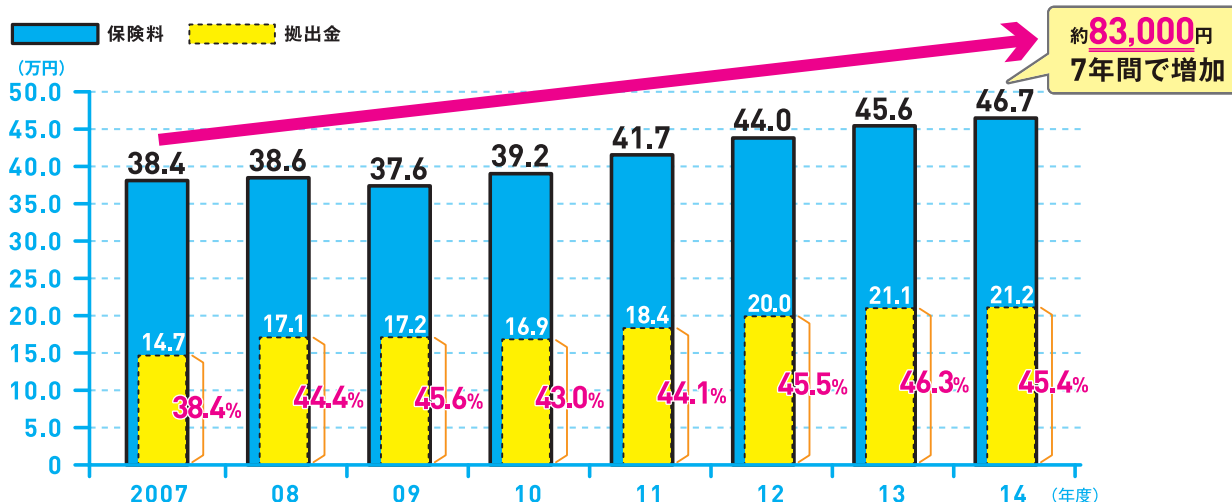
当選された10名の方に対し、記念品を直接お贈りします。



高齢者医療への負担はもう限界です

- 健保組合は2008年度以降、7年連続の赤字財政となっています。これは、高齢者医療制度が創設され、65歳以上の高齢者の医療費を負担する現役世代の拠出金の仕組みが改正されたためです。
- 健保組合の被保険者1人当たりで負担する高齢者医療への拠出金は、制度創設前の2007年度の14.7万円(年間)から2014年度は21.2万円に増え、**1人当たりの年間保険料も、この7年間で8.3万円、1年間に約1.2万円増加しています**。拠出金を支払うために多くの健保組合が保険料を引き上げていますが、保険料に占める拠出金の割合は確実に上昇し、2014年度は45.4%と約5割に達しています。
- 2015年度にはすべての団塊の世代が65歳以上の前期高齢者となり、高齢者の医療費は、さらに増加することが見込まれますが、**現役世代の保険料による拠出金負担はもう限界です**。

1人当たりの年間保険料に占める拠出金の割合(年度)推移



(注) 2007～11年度までは決算、12年度は決算見込、13年度は予算、14年度は予算早期集計の数値です。

- 日本の国民医療費は毎年1兆円を超える規模で増加し、現在の仕組みのままでは増え続ける医療費を支えることができなくなります。将来にわたって国民皆保険制度を維持していくためには、国民医療費全体の約6割を占める高齢者医療費を国民全体でどのように負担していくかが最大の課題です。
- 健保組合と健保連は、健保組合の財政悪化に歯止めをかけ、国民皆保険を守っていくためにも、高齢者医療制度に公費(税金)を投入・拡充することを国に強く求めています。

※本資料は、健保組合の事業主・加入者の方がたに健保組合の現状と、健保組合・健保連の主張を広くご理解いただくことを目的に作成し、全健保組合の統一広報活動として広報誌およびホームページに掲載しています。