

保 健 だより

No.199 2019
JUNE 6

東部ゴム健康保険組合

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



就任のご挨拶



理事長
村岡 実

初夏の候、事業主ならびに被保険者、ご家族のみなさまにおかれましては、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。このたび、小杉前理事長の後任として、東部ゴム健康保険組合の理事長職を拝命いたしましたので、一言ご挨拶を申し上げます。

みなさまご承知のとおり、高齢者医療にかかる納付金負担の増加により、健保財政は一層厳しさを増しております。医療保険を支える現役世代の人口が減少傾向にあるにもかかわらず、高齢者医療への納付金にかかる負担は年々増大し、健保組合の財政を大きく圧迫しています。この結果、全国の6割超の健保組合が経常収支で赤字になるなど、財政の安定化は急務です。また、介護納付金も少子高齢化や核家族化に伴い年々増え続けており、当健保組合においても、今後さらなる負担増が見込まれております。

このような厳しい状況のなか、理事長という重責をお引き受けすることになり、その責任の重大さに身が引き締まる思いです。健保組合の使命は保険者機能を最大限に

発揮し、みなさまの健康をサポートさせていただくことです。今後は、みなさまの健康増進や病気の重症化予防が健全な組合運営に向けての大切なカギであると考え、医療費節減等による支出の適正化と併せて、持てる力を注ぎこんでまいることが重要ととらえております。みなさまにおかれましては、当健保組合が実施する各種健診などの事業をご利用になり、「医療にかかる必要のない健康な毎日」を過ごされ、健保財政の安定化にご協力くださいますようお願いいたします。

また、小杉前理事長におかれましては、平成25年から2期にわたり理事長としてその重責を担われてまいりました。その功績を範とし、今後も、本誌『健保だより』を、健保組合とみなさまをつなぐ重要なコミュニケーションツールとして位置づけ、情報発信に努めてまいります。

最後になりましたが、加入事業所のますますのご隆盛と、被保険者のご家族みなさまのご健勝を祈念いたしまして、就任のご挨拶とさせていただきます。



前理事長
小杉 茂夫

退任のご挨拶

紫陽花が大輪の花を咲かせる頃となりました。みなさまにおかれましてはすこやかにお過ごしのことと思います。このたび、東部ゴム健康保険組合の理事長職を4月5日付で退任いたしましたので、一言ご挨拶申し上げます。

平成25年4月の理事長就任以来、被保険者および被扶養者のみなさまの健康管理に關しては、健診事業の拡充をはじめとした各種展開を推し進めてまいりました。

とくに保健事業におきましては、健康診査の受診率向上に努めるとともに、病気の重症化予防、ジェネリック医薬品の使用促進など、加入者のみなさまの健康の保持増進と、将来にわたる医療費の適正化という観点から、有効な事業運営に努めてまいりましたところ。

在任期間中には健康保険料率の引き上げ、引き下げをそれぞれ行い、令和元（平成31）年度の健康保険料率は千分の98に設定させていただいております。

しかしながら、全国の健保組合は、団塊の世代がすべて75歳以上の後期高齢者とな

る「2025年問題」を控え、依然として予断を許さぬ状況にあります。健康保険組合連合会（健保連）が発表した「平成31年度健保組合予算早期集計結果」によりますと、全1388組合のうち、赤字は全体の約6割に当たる856組合に達しており、今後はさらに厳しい運営が強いられると思われま

す。このような多難な時期が予想されるタイミングで理事長職を託す村岡理事長には、大変ご多忙なところ、さらにご苦勞をおかけすることになり、心苦しい思いもあります。しかし、健保組合がこの先、世界に誇る日本の皆保険制度の柱として一層の発展を遂げ、「健康寿命の延伸」という国をあげての目標を達成するために、村岡理事長を旗頭として事業主・被保険者・被扶養者のみなさまが団結し、新時代の健保組合の基盤を作り上げられることを心から願ひ、また、それができるものと確信もしております。

これまでのみなさまのご厚情に感謝申し上げますとともに、当健保組合に対する一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。退任のご挨拶とさせていただきます。

第17期組合会議員

※任期…平成31年4月5日～令和4年3月31日
※役職名50音順／敬称略



互選理事
南 明則
(株)コクゴ



互選理事
松谷 衛
(一社)日本ゴム工業会



互選理事
藤井 直行
小里機材(株)



互選理事
花木 秀晴
ハナキゴム(株)



選定理事
小杉 茂夫
(株)ミトヨ



選定理事
岩崎 吉夫
(株)明治ゴム化成



常務理事
近藤 正雄
東部ゴム健康保険組合



理事長
村岡 実
村岡ゴム工業(株)



互選議員(監事)
関根 邦弘
帝都ゴム(株)



互選理事
山田 大
(一財)化学物質評価研究機構



互選理事
山上 茂久
(株)ヤマカミ



互選理事
柳田 昌作
ナガセケンコー(株)



選定議員(監事)
塩谷 信雄
バン工業用品(株)



選定理事
針谷 功
(株)シバタ



選定理事
中村 浩士
櫻護謨(株)



選定理事
田村 茂
第一ホールディングス(株)



互選議員
高野 裕一
東邦レマック(株)



互選議員
笠間 和弘
(株)メイジフローシステム



互選議員
小川 弘美
入間川ゴム(株)



互選議員
大塚 剛
大塚ポリテック(株)



選定議員
木部 美枝
フコク物産(株)



選定議員
押見 吉朗
(株)昭和ゴム化学工業所



選定議員
右川 誠治
(株)右川ゴム製造所



選定議員
伊藤 研二
不二ラテックス(株)



互選議員
野口 浩之
三報ゴム(株)



互選議員
西島 歩
(株)共和



互選議員
高島 光敏
丸高興業(株)



選定議員
山田 徹
(株)ハシモト



選定議員
堀田 秀敏
ホッティーパーリマー(株)



選定議員
永田 嘉男
平和ゴム商工(株)



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、事業所が遠隔地にあるなどの理由で、契約医療機関および会場で受診できない場合は、必要書類を添付のうえ、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、必ず特定健診項目を含む健診を受診されますようお願いいたします。

特定健康診査

- 問診 ●計測〔身長・体重・BMI・腹囲〕 ●血圧 ●検尿〔糖・蛋白〕
- 血液脂質検査〔HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪〕 ●肝機能検査〔GOT・GPT・γ-GTP〕
- 代謝系検査〔空腹時血糖またはHbA1c（NGSP値）〕

一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会

「東振協提携医療機関」人間ドックのご案内

当健保組合で実施しております人間ドックは、東振協提携の医療機関(全国約590ヵ所)と利用契約をしています。受診の利便性の向上を図るために「人間ドック申込書の提出」と「利用通知書の持参」が省略されていますのでどうぞご利用ください!

契約医療機関詳細については、当健保組合ホームページ(<http://www.toubugomukenpo.or.jp>)でご案内させていただいておりますので、ご確認ください。

また、医療機関によっては検査項目・結果票の様式等が変更になる場合がございますので、予約時にご確認ください。

東振協 人間ドック 受診の流れ

受診者または事業所が直接予約をする ※予約時に「東部ゴム健康保険組合」の組合員であること、および「東振協契約の人間ドックを受診する」ことを必ず伝えてください。

健康保険証を提示して受診

受診後、**被保険者10,300円(税別)****被扶養者15,300円(税別)**の、受診者一部負担金をお支払いください。(オプションを受診の場合は受診者さまの負担となります)

特定保健指導

特定保健指導 (受診者負担なし)	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)・保健指導支援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經由して保健指導支援センターに申し込み、保健指導支援センターから該当者へ確認が行われ実施します(個別支援、グループ支援、メール等で実施されます)。
	動機づけ支援 (原則1回の支援)	40歳以上の被保険者・被扶養者で、健診結果と質問結果から生活習慣の改善が必要な人で、生活習慣の改善にあたって意思決定の支援が必要な人(対象者がすぐに生活改善のための目標達成に向けた自主的な行動に移り、その生活が継続できることを目指します)。 初回…面接による支援 ↓ 6カ月後…電話・メールなどで健康状態・生活習慣の確認
	積極的支援 (3カ月以上、複数回にわたり継続した指導)	40歳以上の被保険者・被扶養者で、健診結果と質問結果から生活習慣の改善が必要な人で、専門職等からの継続的かつきめ細やかな支援が必要な人(対象者がすぐに生活改善のための目標達成に向けた自主的な行動に移り、その生活が継続できることを目指します)。 初回…面接による支援 ↓ 3カ月以上の継続的な支援(面接・電話・メール等を用いた支援) ↓ 6カ月後…電話・メールなどで健康状態・生活習慣の確認

2019年度 各種健診のご案内

被保険者・被扶養者のみなさまを対象に、当健保組合が実施している各種健診をご案内します。

身体の総合的な状態を確認するためにも、年1回の健診で安心を手に入れましょう!

健診の種類と概要

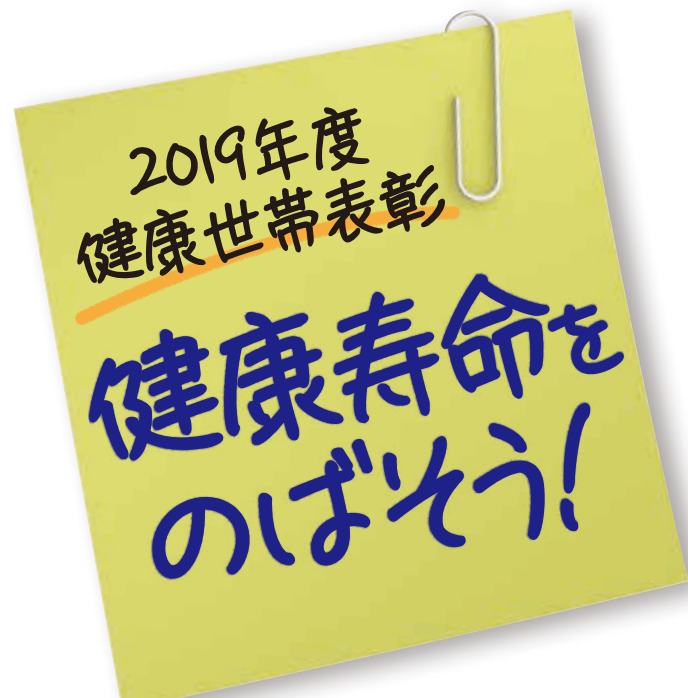
健診種類	被保険者	被扶養者 (男性)	被扶養者 (女性)	受診者負担(消費税別)	受診期間	申込方法
一般健康診査	35歳未満			1,000円	4月～10月	医療機関へ直接申し込み
生活習慣病予防健診 (特定健診含む)	35歳以上			3,000円		
// 子宮細胞診 実施の場合				3,500円		
会場別巡回健診 〔夏or秋〕	一般健康診査	35歳未満		1,000円	夏季 8月～9月 秋季 11月～12月	各事業所経由でとりまとめて申し込み
	生活習慣病予防健診 (特定健診含む)	35歳以上		3,000円		
	// 子宮細胞診 実施の場合	35歳以上		3,500円		
婦人生活習慣病予防健診 〔春or秋〕(特定健診含む)	35歳以上		35歳以上	3,500円	春季 4月～7月 秋季 10月～1月	インターネットで直接申し込みまたは各事業所経由でとりまとめて申し込み
東振協日帰り人間ドック (特定健診含む)	40歳以上	40歳以上	40歳以上	被保険者▶10,300円 被扶養者▶15,300円	年度内	東振協契約の医療機関へ直接申し込み (詳細は左ページに掲載)
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	人間ドック料金から 被保険者▶25,000円を差し引いた額 被扶養者▶20,000円を差し引いた額	年度内	直接契約ドック=医療機関へ直接申し込み 健保連ドック=各事業所経由でとりまとめて申し込み
1泊人間ドック (特定健診含む)	40歳以上			1泊人間ドック料金から 25,000円を差し引いた額	年度内	医療機関へ直接申し込み、または各事業所経由でとりまとめて申し込み
PET検診(特定健診を含む PET検査を実施)	40歳以上			PET検診料金から 25,000円を差し引いた額	年度内	各事業所経由でとりまとめて申し込み

※上記はいずれも消費税別の金額です。税制の改定により消費税が変動した場合には、変動後の税率になります。

※年齢基準は当該年度末です。

※各種健診あわせて年度内1回の受診となります。重複受診にはご注意ください!

※当健保組合の資格喪失後に受診した場合は、料金の全額をお支払いいただきます。受診当日に資格があることをご確認ください。



パン工業用品(株)	2名
日吉工業(株)	27名
平間ゴム機材(株)	1名
ビレリジャパン(株)	4名
福和ゴム商事(株)	1名
フコク物産(株)	10名
フコク物流(株)	2名
不二ラテックス(株)	20名
扶桑化学(株)	3名
富双ゴム工業(株)	2名
フロイント産業(株)	6名
フロイント・ターボ(株)	4名
(株)ブンカゴム	2名
平和ゴム商工(株)	5名
房総産業(株)	8名
ホクショー(株)	3名
ホットィーポリマー(株)	2名
堀江産業(株)	2名
牧口ゴム(株)	1名
(株)マコトタイヤ	4名
松山工業(株)	3名
丸高興業(株)	6名
丸山産業(株)	1名
水留ゴム工業(株)	1名
(株)三巴ゴム工業所	2名
(株)ミトヨ	13名
ミナトゴム(株)	7名
村岡ゴム工業(株)	4名
(株)明治エンジニアリング	2名
(株)明治ゴム化成	15名
(株)メイジフローシステム	14名
(株)モチツキ	2名
(株)モリセイ	7名
八洲ゴム工業(株)会津工場	14名
(株)ヤシマテック	2名
(株)ヤマカミ	14名
(有)山久ゴム製作所	1名
(株)有恒商会	1名
(株)レヂテックス	3名
任意継続被保険者	2名
合計	848名

当健保組合では、過去1年間（今回は2018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・受療）を受けなかった世帯を有した事業所を誌面に掲載し、該当者のみなさまに記念品を送付し表彰しております。

ご健康であられたみなさまには、心よりお慶び申し上げます。該当されました事業所名と人数を以下に掲載いたします。

※掲載は事業所名(50音順)と人数のみとなります。

(株)三菱ゴム製作所	1名
茂ゴム(株)	3名
(株)シバタ	24名
清水ゴム(株)	1名
霜田ゴム工業(株)	3名
昭和アルファックス(株)	6名
(株)昭和ゴム化学工業所	7名
伸栄商事(株)	1名
(株)伸共	1名
(有)新生パッキング製作所	2名
シンジーテック(株)	12名
(株)新東	6名
(株)信明産業	1名
(株)信明産業 新潟工場	1名
神和ゴム(株)	1名
鈴英(株)	1名
鈴木ゴム(株)	5名
スバルゴム工業(株)	2名
(株)関口ゴム製造所	3名
セパック工業(株)	3名
(株)芹沢ゴム工業	1名
(株)第一	3名
(株)第一パッキング製作所	1名
(株)大成	18名
(株)タイセイ	1名
大成興業(株)	3名
タイセイポリマー(株)	2名
大日工業(株)	1名
大日ゴム(株)杉戸工場	2名
高木ゴム工業(株)	1名
高木ゴム工業(株)	2名
多賀美ゴム工業(株)	2名
橋工業(株)	9名
辰己合成(有)	1名
(株)田中ゴム製作所	2名
(株)タバタ	14名
千代田ゴム(株)	4名
司冠栄製作所(株)	11名
司ゴム電材(株)	21名
土谷ゴム化成(株)	4名
ツツミ工業(株)	3名
帝都ゴム(株)	34名

明司ゴム(株)	1名
(株)飯田ゴム商店	2名
出雲ゴム製造(株)	1名
市川ゴム工業(株)	4名
入間川ゴム(株)	12名
(株)イワカミ	5名
岩野物産(株)	5名
(株)上木パッキング製作所	1名
(株)右川ゴム製造所	3名
(株)エーエス	5名
(有)江古田タイヤセンター	1名
大塚ポリテック(株)	15名
(株)大塚ポリテック 福島製作所	15名
(株)岡山	2名
一般財団法人 化学物質評価研究機構	23名
(株)カワイチ・テック	5名
神田ゴム化学(株)	2名
(株)共ショウ	4名
(株)協同	6名
協和ゴム(株)	1名
(株)共和	34名
極東産業(株)	1名
金星ゴム工業(株)	3名
(株)近政ゴム	1名
久喜ロール工業(株)	7名
倉橋護謨工業(株)	1名
(株)ケースリー	1名
(株)江北ゴム製作所	13名
浩洋産業(株)	2名
郷商事(株)	2名
郷商事(株)大阪支店	2名
(株)コクゴ	4名
小里機材(株)	9名
埼光ゴム(株)	4名
櫻護謨(株)	26名
サクラ産業(株)	2名
サンアロー(株)	3名
三興護謨工業(株)	1名
三報ゴム(株)	6名
三宝ゴム工業(株)	8名
三洋興業(株)	1名
三洋ゴム工業(株)	5名

申込締切

2019年7/5

開催期間

2019年7/29～9/8

(禁煙準備期間:7/29～8/11)
(完全禁煙期間:8/12～9/8)

参加費用

なし(健保組合が参加費用
5,000円/税別を全額負担します)

応募方法

下記申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送にてお申し込みください。

「らくらく禁煙コンテスト」の詳細は、
健保組合ホームページ
(<http://www.toubugomukenpo.or.jp>)に
掲載の参加者募集チラシをご覧ください。



タバコをやめられて、
プレゼントまで
もらえるなんて！



特典4

成功者にはうれしい
プレゼント

●4週間の禁煙に成功し、3回のレポートを提出された方を成功者として認定します。
●成功者全員に「禁煙成功者証(図書カード付)」をプレゼント！
●さらに抽選で「5万円のギフトカード」をプレゼント！
※当選発表は記念品の発送をもって代えさせていただきます。

特典3

禁煙電話相談

●禁煙にチャレンジ中、禁断症状が強く出てどう対処してよいかわからないときなど、電話で相談！

特典2

過去の参加者の声を
メールで配信

●準備期間に1回(禁煙に対する意気込みの声)
●完全禁煙期間に2回(成功の喜びの声・失敗の原因等の声)

特典1

専用Webサイトの利用

●禁煙日誌で日々の様子をチェック！
●掲示板で参加者同士が支え合いながら禁煙成功をめざす！
●レポートやアンケートの提出はサイト内掲示板「マイページ」が便利！
※専用WebサイトのURL等は、申し込みされた方に別途お知らせします。

参加者特典

らくらく禁煙コンテスト申込書

申込者氏名	事業所名 (所属部署)	保険証 記号: 番号:
教材送付先住所 (〒 -) ※チェックをしてください ➡ ☐ 自宅 ☐ 事業所		電話番号 ()
メールアドレス		



「タバコをやめたいのにやめられない」と、あきらめてはいませんか？禁煙には、意思だけでなく、禁煙する技術を身につける必要があります。
らくらく禁煙コンテストは、「心の準備・環境の準備」である禁煙準備期間(2週間)と、「タバコとすっぱり縁を切る」完全禁煙期間(4週間)に分けることで、禁煙に対する正しい知識と技術を身につけてから禁煙を開始していただく、イベント形式のプログラムです。
(主催/公益財団法人 日本対がん協会 共催/東部ゴム健康保険組合)

らくらく禁煙
コンテストのご案内

楽しい海は、楽しいままがいいけれど…

「第三者行為」で保険証を使って 受診した場合は 健保組合へ届け出を

- 他にもこんなケースが
「第三者行為」に該当します
- 交通事故
 - けんか
 - 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
 - 他人の犬にかまれた
 - 建物や工事現場からの落下物等によるけが

※「交通事故証明書」「事故発生状況報告書」「念書」「同意書」などの添付も必要です。

手続き書類

「第三者の行為による傷病届」

他人の行為（第三者行為）による病気やけがなどで医療機関に受診した医療費は、本来、加害者が負担すべきもので、その治療等に健康保険を使用することは原則としてできません。健康保険を使って治療を受けた場合は、健保組合が加害者に代わって医療費を一時的に立て替えて支払い、後日加害者に請求することになります。そのため、保険証を使用して治療を受けた場合は、必ず、すみやかに「第三者の行為による傷病届」の提出をお願いします。

ただし、第三者の行為によるものでも、通勤途中や業務上の事故の場合は労災保険の適用となります。事業所の担当者へご相談ください。

行楽シーズンが間近です。海やプールで他人の遊具などと接触してけがをすることもあるかもしれませんが、そういった場合は「第三者行為」に該当します。

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。みなさま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。

契約保養施設のご案内

休暇村 妙高で Let's Refresh!

当健保組合では多くの施設と利用契約を結んでおります。今回は「休暇村 妙高(新潟県)」をご紹介します。

休暇村妙高は日本百名山のひとつに数えられる秀峰「妙高山」の麓に位置する、絶好の立地。

緑に染まる爽やかな風景と、自然に包まれた心がときめくりリゾート地です。雄大な山々に囲まれた自然の宝庫「笹ヶ峰高原」をはじめ、東洋一ともいわれる「高田公園の蓮」は、訪れる人々を魅了します。ハイキングや登山など、多彩な高原レジャーなどが楽しめます。

笹ヶ峰高原

標高1300メートルに広がる笹ヶ峰高原は多くの遊歩道が整備されており、春から秋にかけてトレッキングを楽しむことができます。また、笹ヶ峰牧場内には平成の名水百選に選ばれた「宇棚の清水」(写真小)があります。



四季折々に表情を変える妙高山の景観が、湯船から堪能できます。



季節に応じて地元野菜を用いた料理など、食材の味を大切にされた会席料理などが楽しめます！

休暇村[妙高]

〒949-2235 新潟県妙高市関山 TEL 0255-82-3168

このほかにも下記保養施設と契約していますので、ぜひご利用ください!

契約保養所

- 休暇村 全国各地に37カ所
- 東京都電機健康保険組合直営保養所
強羅グリーンハイツ(神奈川県)／洛北荘(京都府)／オレンジドームゆがわら(神奈川県)
- 日本金型工業健康保険組合直営保養所
金型かわじ荘(栃木県)／金型あくら荘(新潟県)／金型はこね荘(神奈川県)
- グリーンピア ニュー・グリーンピア津南(新潟県)／グリーンピア大沼(北海道)／ホテルグリーンピア南阿蘇(熊本県)
- ブルーベリーヒル勝浦(千葉県)
- 雲見海岸 民宿 吉右衛門(静岡県)
- 繭の里(栃木県)

割引キャンペーン実施中!
詳しくは当健保組合
ホームページで!

詳細につきましては、
当健保組合ホームページをご覧ください。

(<http://www.toubugomukempo.or.jp>)

※被保険者・被扶養者の方は、
1人1泊2,000円(2泊まで)の
補助金(年度内4回まで)があります。

スポーツクラブ ルネサンスのご案内

個人で入会するよりもお得! 全国のルネサンスがご利用いただけます

キャンペーンを
お忘れなく!

今までの「大丈夫」もう通用しません。

健康診断の判定「やや肥満」まだ肥満じゃないから大丈夫!!

カロリー摂り過ぎても体型維持できている! 食事抜き作戦で「大丈夫」!!

週1回からでもOK! ルネサンスでカラダづくり...

期間限定 6/29(土) ▶ 8/11(日)

月額固定 Monthly コーポレート会員 8,424 円/月

1 Day コーポレート会員 1,620 円/回

・入会時の手数料 通常1,080円(税込) 0 円

・レンタル用品 通常3,564円/月(税込) 0 円

・レンタル用品 通常1,600円/回(税込) 0 円

入会するなら、今すぐ! らくらくWEB登録から

WEB入会については 東部ゴム健保組合ホームページをご覧ください (専用サイトがございます)

ご不明な点はお問い合わせください 03-5600-5399 平日 10:00~17:30

「へるすぴあ 健康づくりセンター」をご利用ください

気軽に、楽しく
健康づくり!



当健保組合では、電設工業健保組合の施設「へるすぴあ 健康づくりセンター」と特別契約を結んでおります。みなさまの健康づくりの一環として、フィットネスルームやプール、卓球など、また、ダンス、ゴルフ、ヨガ教室といった、充実したプログラムをご用意しております。「へるすぴあ」を上手に活用して、健康維持にお役立てください。

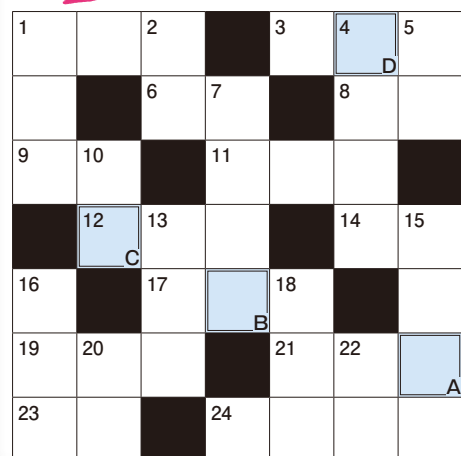
詳細につきましては、電設工業健保組合ホームページに掲載されております。

<http://www.densetu.or.jp>

クロスワードパズル

第134回
けんぽクイズ

©スカイネットコーポレーション



全部できたら二重ワクの4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

- サッカーで、ゴール目掛けて蹴る
- 敵に送る調味料?
- 「敗北」の反対
- ___あれば苦あり
- 石焼きもある、韓国の混ぜご飯
- チラシのこと
- 桃、端午、重陽
- バスや電車で会社へ
- 古びた写真の色
- ___、礼、着席!
- 刺身に添える千切りの大根
- ハワイで首にかける花輪

★ヨコのカギ

- 陽射しが強い日はかぶってお出かけ
- 一家やチームなどを支える人
- 柔道の有段者が締めるのは黒
- あれもこれも欲しい!
- 難しい漢字に振る
- 探偵の仕事のひとつ
- ぐるぐるの___階段
- 視聴、支持、円周
- 木偏+夏はエノキ。木偏+春は?
- アイス___で氷を砕く
- 携帯電話に残る発着信記録
- 仏門に入った女性
- ハンコを押すこと

- 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(1人1枚)。
- 用紙・答えの書き方 通常ハガキに二重ワクの文字を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 2019年7月16日(火)必着
- 当選者の発表 第135回の「けんぽクイズ」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。
- 第133回当選者【答え:スイミン】※敬称略・順不同
西林 恒/山口有造/中込陽子/大櫛敏子/田口昌也/高橋 等/鈴木悠雅/山西 亨/渡邊和男/入澤志津子

秋季婦人生活習慣病予防健診のご案内

少ない自己負担で受診することができます!

当健保組合では、東振協と契約し「婦人生活習慣病予防健診」を春季(4月~7月)・秋季(10月~1月)に実施しています。

秋季婦人生活習慣病予防健診については、案内文書を6月中旬頃に事業所へ送付します。



受診対象者	35歳以上の女性被扶養者および女性被保険者(他の健診を受診していない方) *昭和60年3月31日以前生まれの方が対象です。
実施期間	令和元年10月~令和2年1月
健診会場	全国約700カ所(予定)
受診者負担額	3,500円(消費税別)
支払方法	当日窓口精算または振込になります。(会場によって支払方法が異なります)

今年も期間限定で! 日帰り人間ドックが特別料金で受けられます

日本医科大学医療連携の下記3施設において、対象期間限定で日帰り人間ドックを特別料金にて受診できます。ぜひともご活用ください。

葛飾健診センター	東京都葛飾区立石2-36-9 TEL 03-3693-7676
健診プラザ両国	東京都墨田区両国4-25-12 TEL 03-3846-3731
健診プラザ日本橋	東京都中央区日本橋本町4-15-9 曾田ビル4階 TEL 03-3693-7240

※健診は年度内1種類、1回の受診となります。

対象期間 8月、12月~3月(この期間に限りです)

特別料金(消費税別) 40歳以上被保険者負担金 通常10,000円 ▶ **5,000円**
40歳以上被扶養者負担金 通常15,000円 ▶ **10,000円**

メンタルヘルス電話・WEB(無料)相談のご案内

当健保組合では保健事業として、東振協(一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会/以下「東振協」)の「メンタルヘルス支援サービス」と利用契約を結んでいます。お悩みごとや1人で解決できない問題等を電話またはWEBで相談できますので、お気軽にご相談ください。

また、有料オプションにて対面相談もご利用が可能です。詳しくは、(一社)東振協のホームページ



<http://www.toshinkyō.or.jp/mental/>をご覧ください。

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
プール付 ワンデーパス	 シルバー 65歳以上	¥4,000	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥4,600		
	 こども 中高生	¥3,500		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥3,400		
プールWAI 入場券	 シルバー 65歳以上	¥900	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥2,000		
	 こども 中高生	¥1,400		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥1,200		

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
プール付 ワンデーパス	 シルバー 65歳以上	¥4,000	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥4,600		
	 こども 中高生	¥3,500		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥3,400		
プールWAI 入場券	 シルバー 65歳以上	¥900	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥2,000		
	 こども 中高生	¥1,400		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥1,200		

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
夏の1日券	 大人 中学生以上	¥2,100	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31
	 子供 3歳以上小学生以下	¥1,300		
プール券	 大人 中学生以上	¥1,600		
	 子供 3歳以上小学生以下	¥800		

※定休日は7/2・3・9・10、プール営業がない日は7/1～5・7/8～12。
※営業時間等につきましては施設にお問い合わせください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等の状況により、営業中止または営業時間を変更する場合がございます。

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
夏の1日券	 大人 中学生以上	¥2,100	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31
	 子供 3歳以上小学生以下	¥1,300		
プール券	 大人 中学生以上	¥1,600		
	 子供 3歳以上小学生以下	¥800		

※定休日は7/2・3・9・10、プール営業がない日は7/1～5・7/8～12。
※営業時間等につきましては施設にお問い合わせください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等の状況により、営業中止または営業時間を変更する場合がございます。

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
プール付 ワンデーパス	 シルバー 65歳以上	¥4,000	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥4,600		
	 こども 中高生	¥3,500		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥3,400		
プールWAI 入場券	 シルバー 65歳以上	¥900	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥2,000		
	 こども 中高生	¥1,400		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥1,200		

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
プール付 ワンデーパス	 シルバー 65歳以上	¥4,000	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥4,600		
	 こども 中高生	¥3,500		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥3,400		
プールWAI 入場券	 シルバー 65歳以上	¥900	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31 定休日なし
	 大人 18歳以上65歳未満	¥2,000		
	 こども 中高生	¥1,400		
	 こども 3歳以上小学生以下	¥1,200		

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
夏の1日券	 大人 中学生以上	¥2,100	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31
	 子供 3歳以上小学生以下	¥1,300		
プール券	 大人 中学生以上	¥1,600		
	 子供 3歳以上小学生以下	¥800		

※定休日は7/2・3・9・10、プール営業がない日は7/1～5・7/8～12。
※営業時間等につきましては施設にお問い合わせください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等の状況により、営業中止または営業時間を変更する場合がございます。

区分をご確認いただき、希望の券種(表内の 部分)に○印をご記入ください。

券 種	区 分	利用者負担金	利用時間	有効期間
夏の1日券	 大人 中学生以上	¥2,100	1日	2019.7.1 ～ 2019.8.31
	 子供 3歳以上小学生以下	¥1,300		
プール券	 大人 中学生以上	¥1,600		
	 子供 3歳以上小学生以下	¥800		

※定休日は7/2・3・9・10、プール営業がない日は7/1～5・7/8～12。
※営業時間等につきましては施設にお問い合わせください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等の状況により、営業中止または営業時間を変更する場合がございます。

東部ゴム健康保険組合 プライバシーポリシー

当健保組合は、加入者個人に関する情報(以下「個人情報」といいます)を適切に保護する観点から、以下の取り組みを推進します。

1 当健康保険組合は、取得した加入者の個人情報について、適切な安全措置を講じることにより、加入者の個人情報の漏えい、紛失、き損または加入者の個人情報への不正なアクセスを防止することに努めます。

2 当健康保険組合は、加入者からご提供いただいた個人情報を、加入者の健康の保持・増進など加入者にとって有益と思われる目的のためのみに使用いたします。また、個人番号については、番号法で定められた利用範囲において特定した利用目的でのみ利用いたします。

3 当健康保険組合は、あらかじめ加入者の事前の同意を得た場合を除き、加入者の個人情報を第三者に提供いたしません。また、個人番号をその内容を含む個人情報(以下「特定個人情報」という。)については、本人の同意有無にかかわらず、番号法に定める場合を除き、提供いたしません。ただし、特定個人情報でない個人情報について、次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。

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

5 当健康保険組合の業務委託する場合には、より個人情報の保護に配慮したものに直し・改善を図ります。業務委託契約を締結する際には、業務委託の相手としての適格性を十分審査するとともに、契約書の内容についてもより個人情報の保護に配慮したものとします。

6 加入者が、加入者の個人情報の照会、修正等を希望される場合、当健康保険組合担当窓口までご連絡いただければ、合理的な範囲ですみやかに対応させていただきます。

7 当健康保険組合は、加入者の個人情報の取り扱いに関する法令その他の規範を遵守するとともに、本個人情報保護ポリシーの内容を継続的に見直し、改善に努めます。

プールのご案内

【プール／利用期間】よみうりランド「WAI」、としまえん／7月1日～8月31日

【利用方法】「プール・遊園地入場割引券」に利用者負担金を添えて窓口へ提出し、入場券と引き換えて入場してください。

2019年度

補

よみうりランド「WAI」 プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※営業時間等につきましては現地ホームページをご確認ください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。
また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等により、休園・営業時間に変更が生じる場合がございます。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512

2019年度

補

よみうりランド「WAI」 プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※営業時間等につきましては現地ホームページをご確認ください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。
また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等により、休園・営業時間に変更が生じる場合がございます。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512

2019年度

補

よみうりランド「WAI」 プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※営業時間等につきましては現地ホームページをご確認ください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。
また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等により、休園・営業時間に変更が生じる場合がございます。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512

2019年度

補

よみうりランド「WAI」 プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※営業時間等につきましては現地ホームページをご確認ください。
※入れ墨(タトゥー)をされた方の入場を固くお断りいたします。
また、お断り・退場に伴う一切の補償・返金はいたしません。
※天候等により、休園・営業時間に変更が生じる場合がございます。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512

2019年度

630

としまえん プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※定休日は7/2・3・9・10です。
※プール営業がない日は7/1～5・7/8～12となります。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512

2019年度

630

としまえん プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※定休日は7/2・3・9・10です。
※プール営業がない日は7/1～5・7/8～12となります。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512

2019年度

630

としまえん プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※定休日は7/2・3・9・10です。
※プール営業がない日は7/1～5・7/8～12となります。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512

2019年度

630

としまえん プール・遊園地入場割引券

- (1)本券は1枚1名に限り有効です。
- (2)本券に裏面の利用者負担金を添えて窓口へ提出してください。
- (3)本券には組合からの補助金が含まれております。
- (4)本券に組合印、事業所名、利用者氏名のないものは無効です。

※定休日は7/2・3・9・10です。
※プール営業がない日は7/1～5・7/8～12となります。

事業所名

東京都港区元赤坂一丁目5番26号

利用者氏名

東 部 ゴ ム 健 康 保 険 組 合
☎ 03-6447-2512