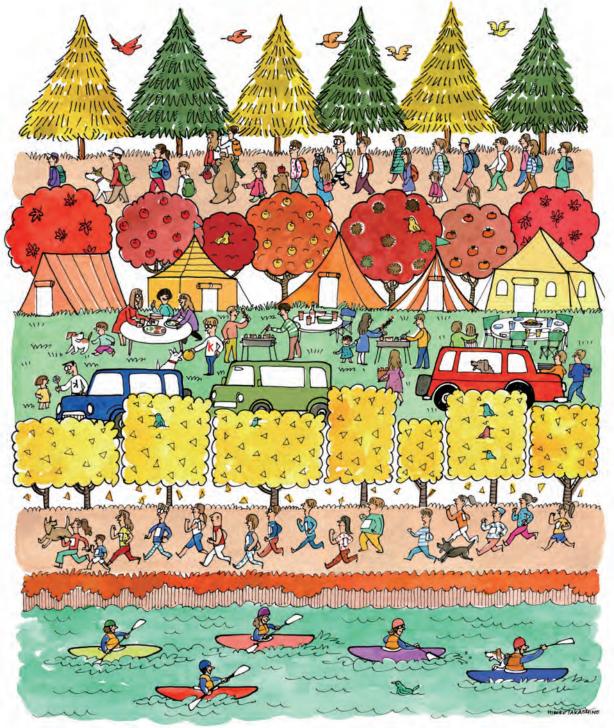


平成 27 年度決算のお知らせ/平成 27 年度に実施した保健事業/健診は受けた後が大事です/マイナンバー(個人番号) の運用が始まります/紅葉の鎌倉五山を歩く/健保組合からのお知らせ/ランニングに適した体をつくるメニュー/事務局 だより/インフルエンザ予防接種費用補助のお知らせ/マウンテンバイク クロスカントリー



伊藤忠連合健康保険組合



平成27年度 決算のお知らせ

尿づくりを

経常収支で約12億円の黒字決算となりました。

※本文中の決算額は、百万円単位未満を四捨五入しています。

健康保険分

収入

健保組合の収入は、みなさまと事業主に納めていただく保険料収入がその大半を占めます。27年度は保険 その大半を占めます。27年度は保険 り、予算比4億6、500万円増の り、予算比4億6、500万円増の た。収入不足による積立金等からの た。収入不足による積立金等からの た。収入不足による積立金等からの た。収入不足による積立金等からの



支出

項目の合計で保険料収入の約9%)。項目の合計で保険料収入の約9%)。108億5、000万円、高齢者医療108億5、000万円、高齢者医療力費は予算比5、600万円となりまし円増の94億4、700万円となりまし円。この2つの支出項目が保険料収た。この2つの支出項目が保険料収た。この2つの支出項目が保険料収入に占める割合は、依然として非常に高いものとなっています(前記2の方円となっています)。

収支のポイント

となりました。 常収支での差引は12億円の黒字決算収支差引は14億4、500万円、経

黒字で終えたとはいえ、今後の財 地収が望めない一方で、支出項目で ある保険給付費、そして納付金の増 ある保険給付費、そして納付金の増 ある保険給付費、そして納付金の増 が立れからも続く見込みであり、 が赤字が見込まれる状況です(3ペー び赤字が見込まれる状況です(3ペー び赤字が見込まれる状況です(3ペー び赤字が見込まれる状況ですの い、健 なる保険料率の引き上げへと踏み込 なる保険料率の引き上げへと踏み込

康づくり事業は費用にし

収入総額

支出総額

収支差引

経常収支差引

た健康づくり事業は費用にしての実施する事業にご理解とご協力をまいりますので、今後とも健保組合すよう、事業内容を精査・構築してすが、事業内容を精査・構築してまいりますので、今後とも健保組合の実施する事業にご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

介護保険分

料を代行徴収しています。 介護保険第2号被保険者の介護保険 健保組合は、40歳から44歳までの

て終了しました。 1億6、400万円の決算残金をもっ1億6、400万円の決算残金をもっ1億6、400万円で、収支差引 2 年度の介護保険収入は平成27年度の介護保険収入は

2

232 億 6,746 万 4 千円

218 億 2,267 万 2 千円

14 億 4,479 万 2 千円

269万1千円

12億



平成 27 年度

収入支出決算概要表

● 健康保険/収入

科目	決算額(千円)		
保 険 料	22,685,420		
国庫負担金収入	7,014		
調整保険料収入	312,919		
国庫補助金収入	5,797		
財政調整事業交付金	231,310		
雑 収 入	25,004		
合 計	23,267,464		
経常収入合計	22,712,582		

● 健康保険/支出

	科				決算額(千円)		
事	矛	另		費	218,127		
保) 糸	ŝ 1	寸	費	10,849,602		
法	定	給	付	費	10,713,133		
付	加	給	付	費	136,469		
納	勺	ţ		金	9,447,160		
前	朝高幽	6者	納付	金	4,313,651		
後	朝高崗	計	支援	金	4,659,972		
退	職者約	î付!	処出	金	473,435		
老	人保	健执	l L	金	102		
保(建		業	費	978,609		
還	ſ:	ţ		金	1,293		
財政語	周整事	₹	処出	金	312,217		
連	合	会		費	8,077		
積	<u>7</u>	Ī		金	6,846		
そ	0)		他	741		
	合	計			21,822,672		
経	常支	出合	21,509,891				

経常収支差引額 1,202,691 千円

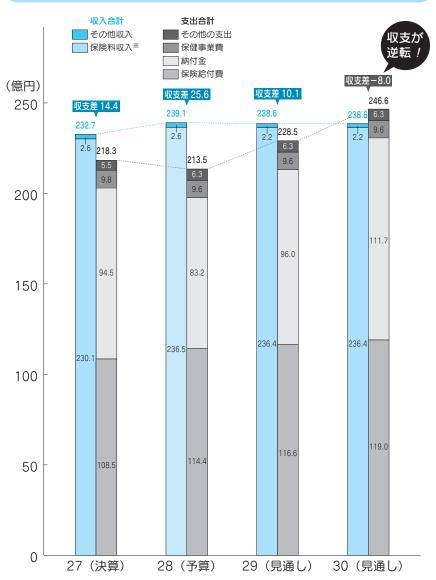
• 介護保険/収入

	科目	決算額(千円)	
介	護 保 険 収	λ	1,935,030
繰	入	金	50,000
雑	収	入	397
	合 計	1,985,427	

• 介護保険/支出

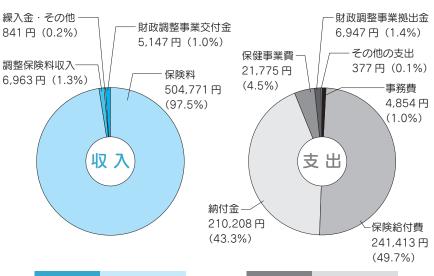
	科		決算額(千円)		
介	護	納	付	金	1,820,936
還		付		金	98
	合		計		1,821,034

平成 27 ~ 30 年度の収支見通し



※保険料収入は、保険料(調整保険料含む)・国庫負担金収入を合計したもの。

被保険者 1 人当たりでみる平成 27 年度決算(健康保険)



収入合計 517,722 円

支出合計 485,574 円

特定健康診査事業費 3,161万6千円 (3.2%)

…40 歳以上の被扶養者(家族) 3,576 人に実施しました

特定保健指導事業費 936万2千円 (1.0%)

…メタボリックシンドローム該当 者・予備群538 人を対象に実施 しました

> 人間ドックや 各種検診の 費用補助等を 行いました

体育奨励費

3,036万6千円 (3.1%)

…フィットネスクラブと利用契 約を結び、利用料金の補助を 行いました

契約保養所費

162 万円 (0.2%)

…リゾート施設等と利用契約 を結び、利用料金の補助を 行いました

保健事業費 9億7,860万9千円

保健指導宣伝費 4,460万5千円 (4.6%)

…ジェネリック医薬品通知(年間 約 1,072 人を対象) やメタボ 領域に流入しそうな方への情報 提供(年間327人)を行いました ※端数処理のため、合計が100%になりません

当健保組合が平成27年度に実施した保健事業は以下のとおりです。

疾病予防費 8億6,104万円(88.0%)

【人間ドック受診率】



被扶養者

36.1

…被保険者では約80%近い受診率と なっていますが、被扶養者は40% にも満たない現状です



主婦のみなさま、

年に一度の健診で自分の体としっかり向き合いましょう!

健診受診のメリット

- ●自分の体の状態を知る 定期的に健診を受けておけ ば、体の内なる声に耳を傾 けることができます。
- ●病気の芽を見つける 健診で病気の芽を早期発見 し、摘んで(治療して)お くことが大切です。
- 大事な人を安心させる ご家族の健康管理も大切で すが、ご自分の体をもっと 大事にしてあげてください。

●医療費を抑える

健診を受けて病気を早期発見 していれば、入院費等の出費 を抑えることができます。

健診は受けた後が大事です

役立てましょう! 生活習慣改善に 健診結果を

3

は を見直す特定保健指導を実施して のリスクを判定しています。 どからメタボリックシンドロー 健保組合では、 などの検査値をよく見ましょう。 圧」「中性脂肪」「コレステロール. いますので、 クが高い人に対しては、 影響を受けやすい「HbA1c」「血 ぜひ参加してください。 案内を受け取った人 前記の検査項目 生活習慣 リス

より悪化していたら生活習慣を見 健診を受けた後は、 案内がなかった人も数値が昨 生活習慣に

> 手を打つことが大切です 生活習慣病が重症化する前

リックシンドロームは、 改善が必要です。 が急速に進むことがあり、 がそれほど悪くなくても動脈硬化 複数のリスクが重なるメタボ 検査数値 早めの

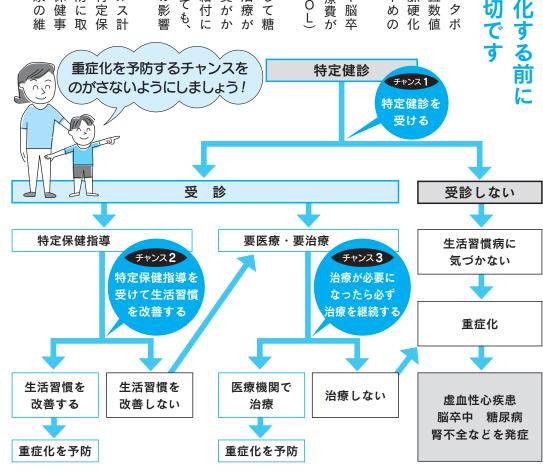
は少なくありません。 透析治療による日常生活への影響 よって自己負担は低額になっても、 かります。 必要になると、多額の医療費がか 尿病性腎症を発症し、透析治療 も大きく低下してしまいます。 多くかかるうえに生活の質(QOL) 特に糖尿病では、重症化して糖 重症化して虚血性心疾患や脳卒 腎不全などになると、医療費が 健保組合からの給付に

業を積極的に活用して、 持に努めましょう。 健指導を実施し、 画に基づいて、特定健診や特定保 組 健保組合では、 んでいます。 データヘル これらの保健事 重症化予防に取 健康の維

直しましょう。

習慣の改善に取り組みましょう。 「毎年のことだから…」などと軽く受け止めずに、 診の結果、 基準値を超えた項目が見つかったら、 それは生活習慣を見直すサインで 将来の大病を防ぐためにも生活

ので、ご協力をお願いします。 を受けるようにしてください。事業所ご担当者による勧奨も大きなポイントとなります また、特定健診の結果「特定保健指導」 の指示があった場合は、 放置せずに必ず指導



特定健診の結果、特定保健指導や要医療・要治療の対象とならなかった人も、 食事や運動などの生活習慣に気をつけて、疾病予防を心がけましょう。

マイナンバー(個人番号)の運用が始まります

伊藤思連 組合では

以下のとおりマイナン -2 取得します

ています。29年1月からは健康保険の手続きでも、 書等に個人番号の記入が必要になります。 た事務が行われることになっており、当健保組合に提出する各種届出 平成28年1月から「マイナンバー (個人番号) 制度」がスタートし 個人番号を利用し

月末を目処に収集することにしております。 険者・被扶養者合わせて約80、000人分) その準備として、 現在当健保組合に加入されているみなさま(被保 の個人番号を、 29 年 1

を踏んで収集する予定です。 業主の負担をできるだけ少なくする方法、 当健保組合では、 いくつか想定される収集方法を検討した結果、 具体的には次のような段階

段階 住基ネット (平成28年9月末現在の加入者

基ネット上の情報と突合させ、 当健保組合が保有する加入者の情報 経由で収集 同一人物の確認ができた方について、 (氏名・性別・生年月日)

を住

地方公共団体情報システム機構(J-LIS)から個人番号を取得します





第1段階で取得できなかった方を対象に、 段階(平成28年11月から) 主経由で収

専用の届出用紙に個人番

号を記入して会社経由で提出していただきます。

段階(平成28年11月末現在の加入者 経由で収集



ネット



事業主経由による収集の流れ(イメージ)

当健保組合より、個人番号提供に必要なデータを事業所宛にお送りし ます。データファイルのパスワードは、別途通知いたします。



号を記入して会社経由で提出していただきます。

第3段階で取得できなかった方を対象に、

専用の届出用紙に個人番

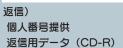
段階(平成29年1月から)

主経由で収

送付)

個人番号提供に必要な 基本データ・返信用データ (CD-R)

伊藤忠連合 健保組合





事業所

※任意継続被保険者およびその被扶養者の方々のマイナンバーについては、 健保組合より直接収集いたします。

「住基ネット経由で収集」とは

番号利用法の規定により、健 保組合は、「個人番号利用事務 実施者」とされており、住基ネッ ト経由で個人番号を取得するこ とができます。



場合がありますが大人を含めるがありますが、イートやアルバイトでも

これまで「被扶養者」として当健保 組合の保険証を使われていたご家族の 中には、パートやアルバイト(短時間 労働)による収入のある方もいらっ しゃると思います。

平成28年10月から、こうした短時間労働者が以下すべての条件に該当する場合はお勤め先の健康保険に加入することとなり、当健保組合の被扶養者からは外れることとなりましたので、被扶養者の異動届を必ず提出してくださいますよう、よろしくお願いいたします。

すべての

条件とは?

- 1 週間の所定労働時間が 20 時間以上
- 月額賃金88,000円 (年収106万円)以上
- 勤務期間 1 年以上

※従業員 501 人以上の事業所が対象。 ※学生は除く。



マイナンバーの記載が必要な 健康保険関係の手続き

被保険者資格取得届、被扶養者(異動)届等の適用関係書類 および給付関係書類の提出の際に必要となります。 対象の書類については、詳細決定後にお知らせします。 健康保険被保険者証(保険証)は変更ありません。

★平成29年1月1日以降に新たに加入される方について

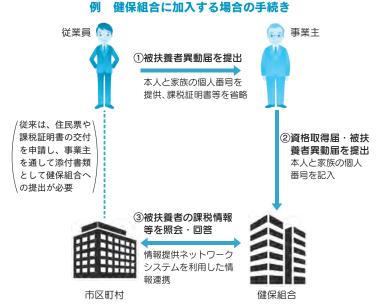
資格取得届(家族は被扶養者異動届)に個人番号を記載のうえ、 提出していただきます。

■詳細については、別途事業所ご担当者様宛に「個人番号制度 と健康保険業務について」を配布いたします。

■情報連携の開始

平成29年7月以降は、市区町村等と情報提供ネットワークシステムを通じた情報連携を開始します。届出などに関連して従来必要だった住民票などの添付書類が不要になり、手続きが簡単になります。

(平成29年7月以降の情報連携のイメージ)



東京駅からJR横須賀線鎌倉 駅まで約60分

神奈川県

鎌倉市

季を通して訪れる人が絶えない 自然豊かで、歴史ある社寺も多く、

三方を山で囲まれ海に面した鎌倉は、

匹

禅寺の格式を定めた五山制は、

その後、

五山 鎌倉

鎌倉市観光 総合案内所 0467-22-3350

五山は、

室町時代、

足利義満のときに

に入る寺や順位は変動し、 幕府のときに導入され、

現在の鎌倉

山をめぐる散策コースを紹介する。

定められたものだという。

この鎌倉五

寺は、 寄ってみよう。

円覚寺の次は線路を渡って浄智寺に向かう。

入ると、谷戸※に沿って仏殿、 の名刹で、 1282年に開山されたといわれる。 大方丈などの伽藍が奥へと続く。 鎌倉五山四位の寺で、 紅葉に彩られた山門を

北鎌倉駅をスタートし、

まずは歩いてすぐの円覚寺へ。

鎌倉五山二位

に戻り、 層が鐘楼の山門が印象的だ。 鎌倉五山一位の建長寺をめざそう。 静かな境内をひとめぐりしたら、 鎌倉街道

文化財の仏殿や法堂などが建つ広い境内をゆっくり見て歩こう。 建長寺を出たら鎌倉街道を歩いて寿福寺へ。北条政子が建立した寿福 1253年創建の建長寺は、 日本で最初の禅宗道場といわ

財の本宮など、 社寺に残る彫刻や考古資料などの文化財を保管・展示しているので立ち ルともいえる鶴岡八幡宮に参拝しよう。 寿福寺から、鎌倉五山五位の浄妙寺に向かうが、途中、 見どころが多い。 境内にある鎌倉国宝館は、 静御前ゆかりの舞殿や重要文化 鎌倉のシンボ 鎌倉地域の

れた参道を歩いて北条政子や源実朝の墓に参ることができる。

鎌倉五山三位の寺で、

中門から奥の境内は非公開だが、

石の敷

の寺で、 ここから金沢街道に沿って20分ほど歩くと浄妙寺だ。 ス停からバスで約10 鎌倉五山をめぐる散策はここで終わる。 本堂脇の喜泉庵では枯山水をながめながら抹茶と菓子をいただ 鎌倉駅に戻るには、 1188年

※谷戸…雨などで丘陵地が浸食されてできた谷状の地形

円覚寺

▶3月~11月 8:00~16:30 12月~2月 8:00~16:00

撃大人(高校生以上)300円 小・中学生 100円

0467-22-0478



浄智寺

□9:00 ~ 16:30 → 大人(高校生以上) 200円

小・中学生 100円

0467-22-3943

けんちょう じ建長寺

●8:30 ~ 16:30 ❤️大人(高校生以上) 300円 小・中学生 100円

0467-22-0981







浄妙寺

- **●** 9:00 ~ 16:30
- 對大人(中学生以上) 100円 小学生 50円
- **()** 0467-22-2818



喜泉庵

- 10:00 ~ 16:30 (受付16:15まで)
- **0**467-22-8638



寿福寺 **0**467-22-6607

, 北条政子 の墓





鶴岡八幡宮 0467-22-0315



- ●9:00~16:30(入館は16:00まで)
- → 月曜日 (祝日の場合は翌平日)等
- (¥)展覧会により料金が異なる
- 0467-22-0753







円覚寺での説教坐禅会 円覚寺や建長寺では一般の人向けに 坐禅会、写経などが行われている。



たがあてんせるした。日本三古天神の一つに数え **在柄天神社** られることもあるという。 変化があり、楽しいコース。







鎌倉彫工芸館では鎌倉彫職人の 指導のもと鎌倉彫を体験できる。

● 火曜日~土曜日9:00~16:00

休月曜日(祝日の場合は翌平日)

爭一般 2,500 円 (材料代別)

日曜日・祝日 11:00~16:00

鎌倉彫

鎌倉時代に木彫漆塗りの技法 で仏具を作ったのが鎌倉彫の 始まりといわれている。





映画資料の展示や映 画上映、また講演会な ども開催している。



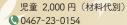


獅子舞 紅葉の名所として人気。

鎌倉市川喜多

映画記念館

- **9**:00 ~ 17:00 (入館は16:30まで)
- 休月曜日(祝日の場合は翌平日)
- ₩一般 通常展 200円 小・中学生 通常展 100円 ※特別展・映画鑑賞券は別料金
- 0467-23-2500



※要予約

※営業時間や料金などは変更される場合があります。

健康保険が使えます

- 外傷性の打撲、ねんざ、肉離れ
- 骨折、ひび、脱臼の応急処置 (応急処置でない場合は医師の同意 が必要です)
- *通勤中や勤務中のけがは、労災保険の取り 扱いとなります。

大川 骨院や接骨院で施術を受ける人が増えていたい。 量院や接骨院で施術を受けるときにはくなどと書かれていますが、これは「どんな施術を受けても健康保険が使えない場合の費用は全額自己負担となり、仮にその場では少ない自己負担でおれることもあります。施術を受ける人が増えていれぐれもご注意ください。



整骨院・接骨院では 健康保険を使えない 場合があります

全額自己負担になります

- 慢性的な肩こり・筋肉疲労
- 神経痛やリウマチなどからくる痛み・こり
- あんま・マッサージ代わりの利用
- ●スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛
- 症状の改善がみられない長期にわたる施術
- 応急処置後、医師の同意のない骨折、ひび、脱臼
- ●過去の負傷等による後遺症
- 異なる患部への "ついでマッサージ"

ちょっと待って! 健康保険は 使えません

柔道整復師に「健康保険が使えます」といわれて施術を受けたとし 康保険の適用範囲内でなければ、後日、 (返還) していただくことがあります。 施術費の全額または一部を自己負 っても、

ます。 ルを守りましょう。 ながりかねません。 医療費は、 不適正な医療費支出は健保財政の悪化を招き、 事業主とみなさまに納めていただいた保険料でまかなわれてい 整骨院・接骨院にかかるときは、右記 保険料の負担増加につ (10ページ) のルー

整骨院・接骨院で保険証を使った方へ

ている健康保険料を適正に使うためです。 施術内容はメモに残すなどして控えておくことをおすすめします。 照会があった場合にはご協力ください。 É 健保組合から施術内容を確認させていただくことがあります。 よろしくお願いします。 みなさまから納めていただい

き ゆう • ツ サージ

は

ŋ

とはできません。 した同意書または診断書が必要です。 えるケースと使えないケースがあります。 医療機関ですでに同じ負傷の治療を受けている場合は、 「はり・きゅう・マッサージ」などの施術を受ける場合も、 単なる疲労回復や、 美容目的の場合も、 いずれも、 あらかじめ医師の発行 健康保険を使うこ 全額自己負担とな 健康保 険 が 使

健康保険が使えるケース

ります。

はり・きゅう

どの慢性的な疼痛。 神経痛、リウマチ、 頸腕症候群、 五十肩、 腰痛症および頸椎捻挫後遺症な

あんま・マッサージ・指圧

筋まひや関節拘縮等であって、医療上マッサージを必要とする場合。

薬品の活用 節即 代

成分や効能が新薬(先発医薬品)と同等で、値段が安い「ジェネリック医薬品」。近 年では、一般的な認知度も高くなりました。

薬の処方の際にジェネリック医薬品を選択すると、みなさまの医療機関や調剤薬局 における自己負担の軽減につながりますし、医療費が削減されることで、保険料率の 引き上げを抑制することにもつながります。

医療費の抑制は、健保組合に加入されているみなさまのご理解・ご協力なくしては 不可能です。ぜひとも、安心・安価なジェネリック医薬品の使用をご検討ください。 ※該当するジェネリック医薬品がない場合もあります。

下記ホームページでは、処方された先発医薬品の名前を入力するだけで、 切り替え可能なジェネリック医薬品の価格などが調べられます。

- かんじゃさんの薬箱(日本ジェネリック医薬品学会) http://www.generic.gr.jp/
- ☞ジェネリック医薬品の名称や価格がわかります。
- かんたん差額計算(日本ジェネリック製薬協会) http://system.jga.gr.jp/easycalc/
- ☞ジェネリック医薬品に切り替えた場合の、1年間の差額や窓□負担の差額がわかります。



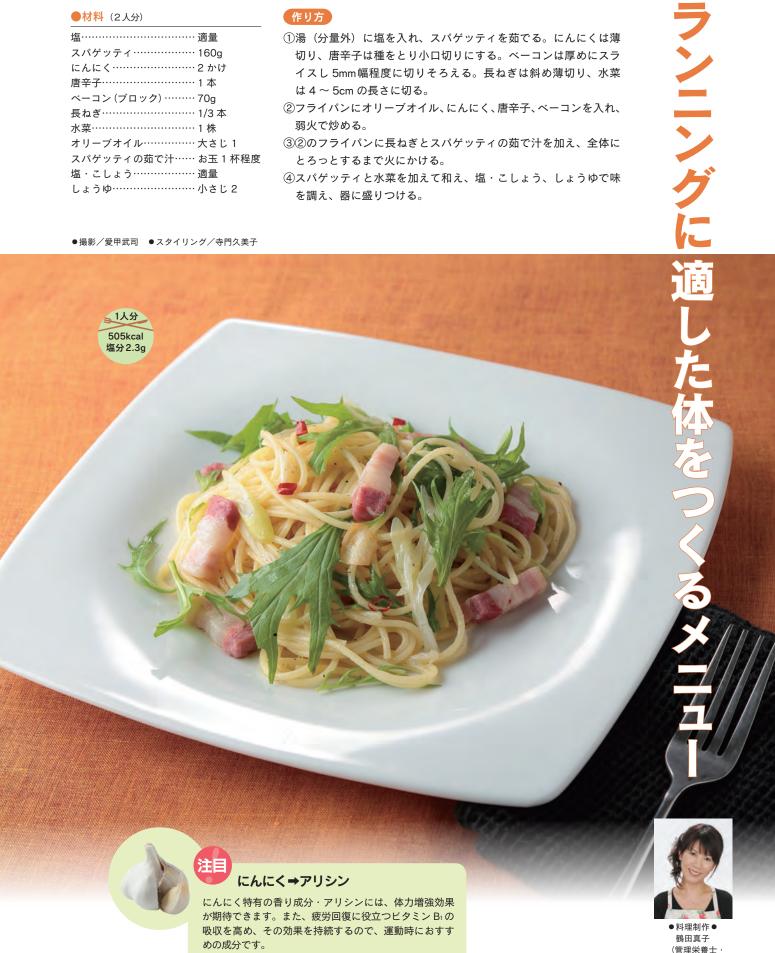
和風ペペロンチーノ

脱メタボ!

●材料 (2人分)

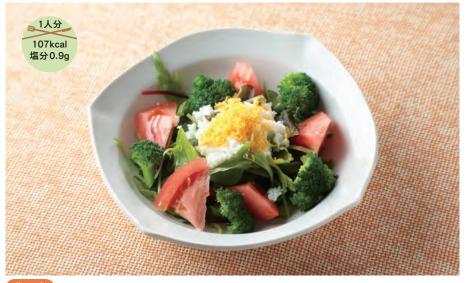
塩…………適量 スパゲッティ…… 160g にんにく……2かけ 唐辛子………1本 ベーコン (ブロック) …… 70g 長ねぎ…………… 1/3 本 水菜………1 株 オリーブオイル…… 大さじ 1 スパゲッティの茹で汁…… お玉 1 杯程度 塩・こしょう…………適量 しょうゆ………小さじ2

- ①湯(分量外)に塩を入れ、スパゲッティを茹でる。にんにくは薄 切り、唐辛子は種をとり小口切りにする。ベーコンは厚めにスラ イスし5mm幅程度に切りそろえる。長ねぎは斜め薄切り、水菜 は 4 ~ 5cm の長さに切る。
- ②フライパンにオリーブオイル、にんにく、唐辛子、ベーコンを入れ、 弱火で炒める。
- ③②のフライパンに長ねぎとスパゲッティの茹で汁を加え、全体に とろっとするまで火にかける。
- ④スパゲッティと水菜を加えて和え、塩・こしょう、しょうゆで味 を調え、器に盛りつける。



健康運動指導士)

ミモザサラダ



作り方

- ①茹で卵は、白身と黄身に分けてから、ざるで裏ごししておく。ブロッコリーは小さめに切り、電子レンジ(600W 1 分程度)で加熱する。トマトは一口サイズに切る。ドレッシングの材料をよく混ぜ合わせておく。
- ②器にベビーリーフ→ブロッコリー・トマト→卵 (白身→黄身) の順で盛りつけ、ドレッシングをかける。

●材料 (2人分)

茹で卵1 個
ブロッコリー 1/6 個
トマト 1/2 個
ベビーリーフ 1/2 袋
【ドレッシング】
酢小さじ2
塩2つまみ
こしょう 少々
オリーブオイル 大さじ 1



卵→必須アミノ酸

(またはアミノ酸)

たんぱく質を構成するアミノ酸の中で も重要な、必須アミノ酸がバランスよ く含まれています。筋肉づくりに欠か せない食品のひとつです。

1人分

さつまいものはちみつレモン煮

●材料 (2人分)

さつまいも…… 1 本 (小さめ)

レモン………… 1 個 水…………… 適量 はちみつ…… 大さじ 1

みりん……… 小さじ2

作り方

- ①さつまいもは皮付きのまま輪切りに し、水にさらす。レモンは半分を輪切 りに、残り半分は絞って果汁をとる。
- ②さつまいもとレモンを鍋に入れ、さつまいもが浸る程度の水を加え煮る。
- ③さつまいもに火が通ってきたら、レモン果汁、はちみつ、みりんを加え、 光沢感が出るまで煮る。



レモン→クエン酸

レモンにはたんぱく質の合成に欠かせないコラーゲンや ビタミンCはもちろん、ランニングで使った筋肉の疲労 回復に役立つクエン酸が豊富に含まれています。



筋肉づくりと疲労回復がポイント

ウオーキングに比べ運動量や消費カロリーが多いランニングを楽しむためには、しっかりとした筋肉づくりが大切です。肉類、魚類、卵、乳製品、大豆製品には、筋肉をつくるたんぱく質が豊富に含まれているので、バランスよく摂取しましょう。

また、ランニングで疲れた体を回復させるビタミンCやクエン酸を積極的に摂るのも、おすすめです。

ランニングの際には、体への負担を考慮し一定のペースを維持し、安定した走りを 心がけましょう。



●事業所の編入

名 称	所 在 地	編入年月日
(株)ファミリーマートココストア中部事業部	愛知県名古屋市東区	平成28年 2月1日
アールビー・トラスト㈱	東京都港区	平成28年 3月1日
ユニー・ファミリーマートホールディングス(株)	東京都豊島区	平成28年 9月1日

●事業所の削除

				名		称						所存	E地	ļ		削除年	F月日	
	MI 7	万世	ステ	・ン	レス	(株) 爿	比九	州支	店	福	岡 県	北九	州市	若松	区公	平成 28 年	1月	16日
ſ	(株)	エ	ヌ	•	エ	フ	•	シ	_	東	京	都	中	央	区	平成 28 年	2月	1日

●事業所の名称変更

新	旧	変更年月日		
ワーナーブラザースジャパン合同会社	ワーナーエンターテイメントジャパン(株)	平成 28 年 4月 1日		
エア・ウォーター・メディエイチ(株)	ヘルスケアーテック(株)	平成 28 年 4月 1日		

●事業所の所在地変更

		名		称			新	旧	変更全	F月日	
Ξ	興	Х	イ	ビ	ス	(株)	東京都新宿区	東京都千代田区	平成 28 年	2月	1日
I	ア・ウ	ォーク	ター・	メディ	エイ	チ(株)	東京都品川区	東京都府中市	平成 28 年	4月	1日



	事	業所	数	198
平成 28 年8 月末現在	被货	保険者	旨数	45,755 人
の適用状況	被抗	夫養者	旨数	35,896人
	扶	養	率	0.78人

第16期組合会議員(理事)の異動について ※敬称略



選定議員	前原 進	伊藤忠メタルズ(株)	平成 28 年 2 月 19 日
選定理事	藏本 直浩	(株)ロイネ	平成 28 年 3 月 27 日
選定議員	山下 幹夫	シーアイ化成㈱	平成 28 年 3 月 31 日
選定理事	山下 惠司	伊藤忠飼料(株)	平成 28 年 4 月 14 日
選定議員	井上 功康	伊藤忠セラテック(株)	平成 28 年 6 月 30 日
選定理事	松本 吉晴	中央設備エンジニアリング㈱	平成28年7月 8日
選定理事	北村喜美男	(株)ファミリーマート	平成28年7月 8日
互選理事	田中久	大新合板工業㈱	平成 28 年 2 月 19 日
互選議員	平本 淳	伊藤忠丸紅住商テクノスチール(株)	平成 28 年 3 月 31 日
互選議員	伊東 信一	伊藤忠ケミカルフロンティア(株)	平成 28 年 6 月 30 日
互選議員	池野 淳	伊藤忠建機(株)	平成 28 年 6 月 30 日
互選理事	重田 一頼	㈱日本アクセス	平成28年7月 8日
互選理事	長田 邦裕	伊藤忠アーバンコミュニティ(株)	平成28年7月 8日
互選理事	金森 泰助	不二製油㈱	平成28年7月 8日



選定議員	西川 弘也	シーアイ繊維サービス㈱	平成 28 年 3 月 11 日
選定議員	木下 昌彦	(株)ロイネ	平成 28 年 3 月 28 日
選定議員	若林 薫	シーアイ化成㈱	平成 28 年 4 月 1 日
選定議員	桑田邦彦	伊藤忠飼料㈱	平成 28 年 4 月 15 日
選定議員	桜井 聡	伊藤忠セラテック(株)	平成 28 年 7 月 1 日
選定議員	泉 知己	中央設備エンジニアリング㈱	平成28年7月 9日
選定議員	中出 邦弘	(株)ファミリーマート	平成28年7月 9日
互選議員	野坂 哲嗣	伊藤忠丸紅住商テクノスチール(株)	平成 28 年 7 月 22 日
互選議員	渡辺 潔	伊藤忠ケミカルフロンティア(株)	平成 28 年 7 月 22 日
互選議員	大嶋 靖	伊藤忠建機㈱	平成 28 年 7 月 22 日
互選議員	木村 収志	(株)日本アクセス	平成 28 年 7 月 22 日
互選議員	深城 浩二	伊藤忠アーバンコミュニティ(株)	平成 28 年 7 月 22 日
互選議員	正 和友	不二製油㈱	平成 28 年 7 月 22 日
万選議員	经未 和件	母藤史太東総務サービス(株)	亚成 28 年 7 日 22 日



選定理事	木下 昌河	彦(㈱ロイネ	平成 28 年 7 月 22 日
選定理事	桑田邦道	彦 伊藤忠飼料㈱	平成 28 年 7 月 22 日
選定理事	泉 知	己 中央設備エンジニアリング(株)	平成 28 年 7 月 22 日
選定理事	中出 邦	弘 (株)ファミリーマート	平成 28 年 7 月 22 日
互選理事	間 裕	治 伊藤忠フィナンシャルマネジメント(株)	平成 28 年 7 月 22 日
互選理事	木村 収	志 (株)日本アクセス	平成 28 年 7 月 22 日
互選理事	深城 浩	一 伊藤忠アーバンコミュニティ(株)	平成 28 年 7 月 22 日
互選理事	正 和	友 不二製油㈱	平成 28 年 7 月 22 日

※議員(理事)の任期は、第16期平成29年3月31日までです。

Andrew Andrew British

インフルエンザ 予防接種費用補助 のお知らせ

被扶養者)を対象に、1人当たり2、000円を上限とした費用補助を行います 年1回。 当健保組合では、今年度もインフルエンザ予防接種を受けた方(被保険者 季節型・新型のいずれかは問いません)。

なぜ予防接種が必要なの?

ので、受けておくことが大切です。 予防接種には重症化を防ぐ効果があります 症などの合併症を起こすこともあります。 もインフルエンザにかかることはあります。 れています。そのため、予防接種を受けて が、発症を抑制する効果が一定程度認めら の感染自体を完全に防ぐことはできません 100%予防可能なわけではありませんが、 インフルエンザが重症化すると、 しなくてもいい」と考えるのは間違いです。 インフルエンザのワクチンは、 「どうせ感染するなら予防接種を 肺炎や脳 ウイル

いけないの?いつまでに接種を受けないと



遅くとも12月中旬までに予防接種を受けて 効果が発揮されるのは、 まで猛威をふるいます。 おくのがベストです。 約5カ月間。 行しはじめ、 なお、13歳未満は2回の接種が必要です。 インフルエンザは12月下旬 流行前に備えておくためには 1月下旬をピークに 3月上旬 接種2週間後から 一方、 ワクチンの から

きましょう。

けて2回目の接種をすることになりますの

余裕をもったスケジュールを立ててお

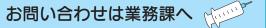
回目の接種の後、

1~4週間の間隔を空

ξ

補助金申請を行う場合

- 当健保組合ホームページ(ダウンロードサイト)から【予防 11 インフルエンザ予防接種補助 金請求書 (個人用)】をダウンロードし、必要事項を記入のうえ被保険者の勤務する事業所の健康 保険担当者を経由して(任意継続被保険者は健保組合宛に直接)ご提出ください。
- 医療機関に支払った「領収書(原本)」を添付してください。なお、領収書は「インフルエンザ 予防接種代」と明記または判断できるものに限ります。
- 補助の対象となる期間は平成 28 年 10 月~ 12 月(この期間内の接種)とします。
 - 注) 2回接種される場合、1回目接種が2,000円未満の場合は2回分まとめて請求してください。 注) 詳しくはホームページをご覧ください。





TEL 03-3662-9953





IIIの中の 木々の間を テクニカルアシスタンス ぬうように ゾーンが設けられます。 ここでは、自転車の修理 や飲食物の提供が受けら れます

マウンテンバイクのクロスカントリーは、丘陵地帯に設 けられた1周4km以上のコースを、出場選手が一斉にス タートし、決められた周回数[※]をどれだけ早く回ることが できるかを競います。山岳や平坦な場所が多いコースなど、 開催地によって特徴が異なるだけでなく、各コースには急 坂や1台しか通れない狭い部分もあり、選手にはマウンテ ンバイク技術の総合力が求められます。

※周回数はコースによって異なり、競技時間(エリートカテゴ リで1時間30分~1時間45分)にあわせて決定されます。