新年のご挨拶

理事長 **中西　一晃**

新年あけましておめでとうございます。被保険者ならびにご家族の皆様には、清々しい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

平成 20 年という年は、平成 18 年から順次実施されている医療制度改革の総仕上げの年にあたります。いよいよ平成 20 年度から、健康保険組合等に対して、40 ～ 74 歳の被保険者・被扶養者を対象とする「特定健康診査・特定保健指導」の実施が義務づけられます。メタボリックシンドロームの概念を導入した標準化されたプログラムに則って、健診と保健指導が行われます。

さらに平成 20 年 4 月には、75 歳以上の方と 65 歳以上の寝たきりの方を対象とする独立した医療制度「後期高齢者医療制度」が創設されます。また、65 ～ 74 歳の方の医療費の財政調整を行う「前期高齢者医療制度」も始まります。今後、高齢化の進むわが国にとって、持続可能な医療保険制度を構築していく船出の一年といえるでしょう。

改めて申し上げるまでもなく、健康保険組合の使命は、不慮の傷病や出産などの医療費・生活費の保障のみならず、被保険者とご家族の「健康づくり」を推進することにあります。当健保組合では、健診を中心とした保健事業の充実を図っており、被保険者と被扶養者の皆様が、より健診を受けやすくなるよう体制整備に力を注いでまいります。

財政運営面につきましては、平成 20 年度から後期高齢者医療制度への「支援金」と、前期高齢者の医療費への「納付金」が、新たに課せられることとなります。現在の老人保健拠出金は廃止されるものの、退職者給付拠出金は経過措置として存続し、また特定健診・保健指導にかかる経費の増加も見込まれるため、予断を許さない状況にあります。

このように厳しい情勢ではございますが、健保事務局一同、最善の努力を尽くしてまいりますので、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。とくに、一年に一回、必ず健診を受けることを、年頭にあたって再確認していただければ幸いです。

結びに、この一年の皆様のご多幸を祈念して、新年のご挨拶とさせていただきます。

謹賀新年

理事長	中西　一晃	ブルーミング中西株式会社
常務理事	杉田　修司	東京織物健康保険組合
理　事	小林　一雄	チョーギン株式会社
	上達　征次	株式会社丸上
	杉村　誠一	杉村株式会社
	瀬川　健次	株式会社ツカモトコーポレーション
	蛭川　和勇	株式会社オカダヤ
	藤井　本徳	フジスター株式会社
	吉本　彰夫	東京織物厚生年金基金
	井上　久也	東京山喜株式会社
	大目　博道	東工コーセン株式会社
	加藤　文男	西川産業株式会社
	栗原　徳夫	吉忠株式会社東京支店
	斎藤　鎮男	高島株式会社
	嶋田喜四郎	東京織物卸商業組合
	諏訪部克彦	泰道リビング株式会社
	野村　和雄	株式会社ルシアン東京店
	平岡　秀元	平岡織染株式会社
監　事	浅沼　正昌	佐藤産業株式会社
	山田　邦登	山野井株式会社
議　員	青山　博務	青山株式会社
	秋場　和幸	株式会社秋場
	奥井　　葵	株式会社エフリード東京本社
	金子　守隆	第一衣料株式会社
	桟敷正一朗	菱一株式会社
	滋賀　恒正	一文株式会社東京店
	鈴木　林吉	株式会社日商
	田中　源治	株式会社田源
	堀井　定雄	堀井株式会社
	持田　　紘	持田商工株式会社
	横倉　敬一	横倉株式会社
	渡辺　俊和	東京吉岡株式会社
	天井　雅敏	株式会社ヤギ東京支店
	井上　哲男	田村駒株式会社東京支社
	今枝　正宏	豊島株式会社東京本社
	梅澤　敏和	アカツキ商事株式会社
	大崎隆三郎	牧村株式会社東京支店
	島村　　靖	東京織物卸協同組合
	庄司　正美	加藤株式会社
	高梨　壮雄	高梨株式会社
	高橋　　徹	モリリン株式会社東京支店
	丹下　勝視	株式会社丸正ベストパートナーグループ
	北條　雄一	株式会社山一商店
	八橋　士朗	大三株式会社
学識経験監事	稲山　清人	

（順不同・敬称略）

東京織物健康保険組合
事務所・診療所　職員一同

新年から始める！ こま切れ運動でメタボ予防

監　修／健康運動指導士・
アメリカンスポーツ医学会ヘルス
フィットネスインストラクター
古賀 富貴子 先生

今年は、日常生活の中で少し意識して体を動かしませんか？　メタボリックシンドロームの元凶である内臓脂肪が減りやすくなり、軽やかなフットワークがよみがえります。

運動はメタボに多重的に効く！

メタボリックシンドロームは、内臓脂肪の蓄積が原因で、「血糖高め」「血圧高め」「血中脂質異常」などが積み重なり、動脈硬化が進みやすい状態です。それぞれの異常が少しずつ積み重なることで、心臓病や脳卒中などのリスクが高まります。

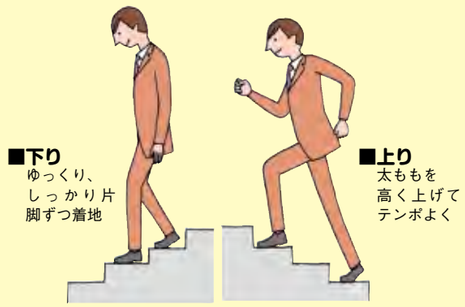
内臓脂肪はたまりやすいですが、分解もしやすく、運動の効果が出やすいといわれます。運動が習慣化すると、善玉のＨＤＬコレステロールが増え、血圧や血糖もコントロールしやすくなります。運動はメタボリックシンドロームに多重的に効いていきます。国が推進する「健康日本 21」では、「1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後にクスリ」と提唱しています。

体を動かすことは、すべて「身体活動」として有効！

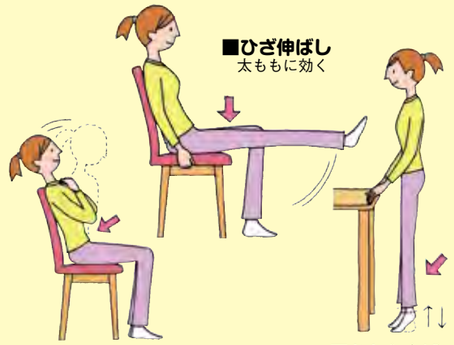
厚生労働省策定の「健康づくりのための運動指針」では、「運動」と「生活活動」の2つを「身体活動」と呼び、どちらも運動の効果があるとしています。

「生活活動」とは、日常生活の中で行うすべての動作を指します。つまり、ふだんから意識して、体をこまめに動かすこと、家事などの日常の動作をキビキビと行うことが、「身体活動」として有効になります。まずは、ふだんの生活の場をミニスポーツジムと意識して、「生活活動」に取り組みましょう。

階段昇降で（有酸素＋レジスタンス）運動



こま切れ運動をバランスよく！ 短時間でできるレジスタンス運動

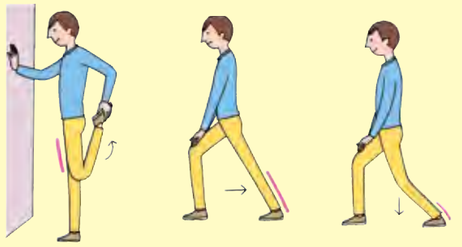


運動も、「適量を、バランスよく」が大事

運動は大きく分けて、ウオーキングなど酸素を取り込みながら行う「有酸素運動」、体に負荷をかけて鍛錬する「レジスタンス運動（筋力トレーニング）」、体の柔軟性を保つ「ストレッチング」の3種があります。食事と同様、この3種をバランスよく、適量ずつ行うことが大切。少しずつのこま切れでも、続けることが効果につながります。

速足歩き、階段昇降などは、生活の中でできる有酸素運動とレジスタンス運動です。ストレッチングは、けがを防ぎ、体を無理なく動かし続けるためのアイテムです。どれも息を止めずに、無理のない範囲で行いましょう。

足・脚に効くストレッチング



白羽 ゆり（左）・水 夏希（右）　©宝塚歌劇団

東京宝塚劇場 観劇のご案内

宝塚歌劇団　雪組

2本立て

ラブ・ロマンス
「君を愛してる−Je t'aime−」

ショー・ファンタジー
「ミロワール−鏡のエンドレス・ドリームズ−」

開催日	平成20年3月27日（木）　18時30分　開演
開催場所	東京宝塚劇場　東京都千代田区有楽町1−1−3
参加資格	当健保組合の被保険者および被扶養者
募集人数	**75組　150名** 必ず2名1組でお申込みください。 また、お席のご希望や変更はできませんのでご了承ください。
参加料	**S席1名　4,000円**（一般料金 8,000円）
申込み方法	下記申込書に必要事項を記入のうえ、切り取って往復はがきに貼り、当健保組合宛に郵送してください。
申込締切日	平成20年1月31日（木）（当日消印有効）
問合せ先	総務課　☎ 03−3661−2251

※募集人数を超えた場合は、抽選にて決定いたします。
※抽選の結果は、当落にかかわらず平成20年2月12日ごろにお知らせいたします。
※参加料と引換えにチケットをお渡しいたします。また、振込みの場合は、入金の確認日の翌日にチケットを郵送いたします。
※必要事項の記入がない場合は、抽選対象外となりますのでご注意ください。
※申込書にご記入いただいた氏名、住所等の個人情報につきましては、チケットを購入する目的以外で使用することはございません。

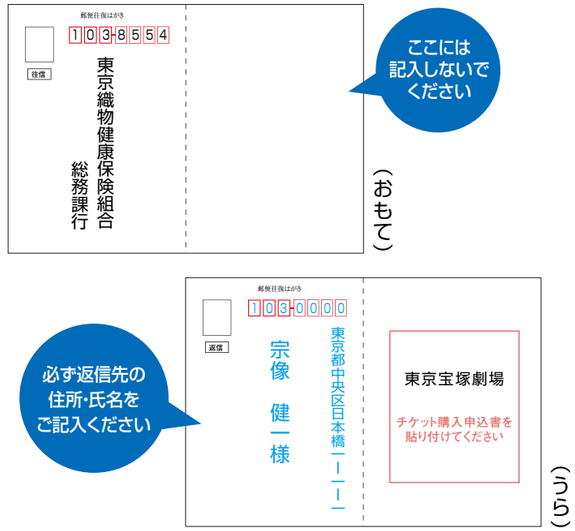
■ アクセス方法 ■

●JRでお越しの方　JR有楽町駅（日比谷口）
所要時間 徒歩5分

●東京メトロでお越しの方　日比谷線 日比谷駅（A5出口）
千代田線 日比谷駅（A13出口）

［ご参考］
東京メトロ有楽町線有楽町駅からは、都営三田線日比谷駅連絡口、千代田線連絡口を経由して千代田線日比谷駅（A13出口）への通行が可能

●都営地下鉄でお越しの方　三田線 日比谷駅
千代田線連絡口を経由し、A13出口



キリトリ

東京宝塚劇場　チケット購入申込書

【参加代表者の記入欄】

事業所名	
氏　名	
住　所	〒
電話番号	※昼間に連絡のとれる番号をご記入ください。

※当落通知は、参加代表者へご送付します。

【参加者記入欄】

被保険者証　記号番号	参加者氏名
−	《フリガナ》
被保険者証　記号番号	参加者氏名
−	《フリガナ》

※お申込は2名1組でお願いします。※記入もれのないようご注意ください。

平成20年度(前期)

健康診断のご案内

被保険者の方は健康診断を無料で受けることができます。
健康づくりにお役立てください。

４月～９月までの受診希望者の申込を受付けています。下記の健診会場から健診名を選び、事業所の担当者の方を通じてお申込ください。

申　込　方　法

(1)組合健康管理センター（申込用紙は１月上旬事業所に発送）

①誕生月の受診を希望される方　　申込期限：平成20年1月31日(木)

②受診日を指定される方　　申込期限：＊随時

＊(但し②を希望される場合は①を優先しますので、希望日に受診できない場合がございます。①の誕生日受診をお勧めいたします。)

※ 80 歳以上の方の胃部検査（カメラ又はレントゲン）は行っておりません。
※ 「胃カメラ検査」を除く他のオプション検査の申込等は健診当日でお願いします。
※ 胃レントゲン装置の都合上体重 110kg 以上の方は胃レントゲンは受診できません。

(2)全国449会場（別表2）　申込期限：平成20年1月25日(金)

（申込用紙は 12 月下旬事業所に発送）

所定の申込書に記入のうえ健康管理課にお申込ください。なお、(1)組合健康管理センターにおいて「胃カメラ検査」をオプション検査として希望される方は、請求書を受診後に送付します。

(3)健診委託医療機関（別表１）　申込：随時　（申込用紙は１月上旬事業所に発送）

予約 → 予約申込書を健診委託医療機関へ提出（若年層健診除く）
→ 健康保険証を持参し受診

※予約時に必ず「東京織物健康保険組合」名、「健康保険証の記号・番号」をお伝えください。

健診会場	健診名	健診対象者	一部負担金	備考
(1) 組合健康管理センター	人間ドック	・経営者又は代表者 ・35 歳以上の被保険者	無料	『胃カメラ』検査は３５歳以上の被保険者及び被扶養者の方のみ選択できます。 但し、健診当日の『胃カメラ』検査への変更はできません。 ※別途費用(2000円)が必要です
		・35 歳以上の被扶養者	3,000 円	
	若年層健診	・35 歳未満の被保険者	無料	
(2) 全国 449 会場（別表2）※	婦人生活習慣病予防健診(女性のみ)	・35 歳以上の被保険者	無料	実施期間は４月～６月です。(申込期日厳守) 申込期限　1月25日(金)厳守
		・35 歳以上の被扶養者	2,100 円	
(3) 健診委託医療機関（別表１）※	生活習慣病予防健診	・35 歳以上の被保険者	無料	人間ドックご希望される方は、生活習慣病予防健診または家族健診との差額をご負担いただきます。 子宮頸がん検査も受診できます。
	家族健診	・35 歳以上の被扶養者	2,100 円	
	若年層健診	・35 歳未満の被保険者	無料	

※「健診車」による出張健診も行っておりますので、ご希望の場合には健康管理課までお問合せください。
※上記健診会場(2)(3)においては、当組合健康管理センターの検査項目と若干異なります。
※人間ドック・生活習慣病予防・家族・若年層の各健診は、上記(1)～(3)及び補助金のいずれかの方法で年度内１人１回のみです。

●当組合健康管理センターの検査項目

1. 人間ドック	2. 若年層健診	3. オプション検査
❶診察　❷計測（身長・体重・肥満度・腹囲）　❸血圧測定　❹視力・聴力検査　❺胸部Ｘ線　❻尿検査　❼胃部検査　❽腹部超音波検査（男性）　❾心電図　❿血液検査　⓫眼底検査　⓬大腸がん検査　⓭子宮頸がん検査（女性）　⓮乳房超音波検査（女性） ※50歳以上の方（追加検査項目） ⓯前立腺がん検査（男性）又は⓰骨密度検査（女性）	❶診察 ❷計測（身長・体重・肥満度・腹囲） ❸血圧測定 ❹視力・聴力検査 ❺胸部Ｘ線 ❻尿検査 ❼血液検査	❶胃カメラ検査　2,000 円 ※「組織検査」を併せて実施した場合は別途負担金があります。 ❷前立腺がん(血液)検査　1,000 円 ❸骨密度検査　1,000 円 ❹肝炎検査　500 円 ❺血液型検査　500 円

(注１) 二次検査は(イ)当組合健康管理センターでは無料、(ロ)健診委託医療機関では保険診療です。

●補助金制度

上記健診会場 (1)・(2)・(3) で健康診断を受けることができない場合には、補助金制度をご利用ください。

健診名	対象者	補助金支給限度額
人間ドック	35歳以上の被保険者・被扶養者	20,000円
生活習慣病予防健診	35歳以上の被保険者	20,000円
家族健診	35歳以上の被扶養者	20,000円
若年層健診	35歳未満の被保険者	5,000円

申請方法

受診後、「補助金支給申請書」に健診結果のコピーと領収書(原本)を添えて健康管理課にご提出ください。

健康管理課　　☎ 03（3661）2257

健診委託医療機関一覧

東京織物健康保険組合では、皆さまがスムーズに健康診断を受けられるよう健診委託医療機関のご案内をしております。

受診をご希望の場合には、まず下記の健診機関に直接ご予約いただき、予約後、健診機関へ申込書をご提出ください。また、健診機関へのご予約の際には、必ず「東京織物健康保険組合の被保険者（または35歳以上の被扶養者）」であることをお申し出ください。

別表１

平成19年12月1日現在

若＝若年層健診　生＝生活習慣病予防健診　家＝家族健診

医療機関コード	地域	医療機関名称	電話番号	若	生・家
◆北海道					
0101	北海道	結核予防会札幌複十字総合健診センター	011-700-1331	○	○
0102	北海道	メディカルプラザ札幌健診クリニック	011-209-5450	○	○
0103	北海道	社会保険北海道健康管理センター	011-218-1655	○	○
0104	北海道	慶友会吉田病院	0166-25-9553	○	○
0105	北海道	㈶室蘭・登別総合健診センター	0143-45-5759	○	○
0106	北海道	札幌東徳洲会病院ふれあい健診センター	011-721-6023	○	○
0107	北海道	浜田内科消化器科クリニック	011-219-5555	○	○
0108	北海道	日向内科循環器科クリニック	0154-41-5520	○	○
0109	北海道	唐沢病院	0166-23-3165	○	○
0110	北海道	㈳日本健康倶楽部北海道支部	011-707-1115	○	○
0111	北海道	小笠原クリニック札幌病院	011-591-1200	○	○
◆東北					
0201	青森	㈶八戸市総合健診センター	0178-45-9131	○	○
0202	青森	あおもり健康管理センター	017-773-6011	○	○
0301	岩手	㈶岩手県予防医学協会	0197-44-5711（予約窓口盛南センター）	○	○
0302	岩手	盛岡南病院	019-638-2020	○	○
0303	岩手	㈶岩手県予防医学協会県南センター	0197-44-5711	○	○
0401	宮城	結核予防会 宮城県支部	022-221-4461	○	○
0402	宮城	エスエスサーティクリニック	022-221-0066	○	○
0403	宮城	㈶宮城県労働衛生医学協会	022-251-7261	○	○
0404	宮城	宮城社会保険病院健康管理センター	022-306-1721	○	○
0405	宮城	㈶宮城県成人病予防協会市名坂診療所	022-375-7113	○	○
0501	秋田	㈶山本組合総合病院	0185-52-3111	○	○
0502	秋田	㈶秋田組合総合病院	018-880-3000	○	○
0601	山形	㈳山形市医師会健診センター	023-645-7222	×	○
0602	山形	山形健康管理センター	023-681-7760	×	○
0603	山形	㈳鶴岡地区医師会荘内地区健康管理センター	0235-22-6445	○	○
0701	福島	郡山病院	024-932-0107	○	○
0702	福島	㈶福島県労働保健センター	024-554-1133	○	○
0703	福島	新白河中央病院	0248-28-1111	○	○
0704	福島	南東北福島病院	024-593-5100	○	○
0705	福島	くさのクリニック	0246-56-1060	○	○
0706	福島	㈶福島県保健衛生協会	024-546-0391	○	○
0707	福島	㈶福島県保健衛生協会県南地区センター	024-959-3611	○	○
0708	福島	㈶福島県保健衛生協会会津地区センター	0242-58-3344	○	○
0709	福島	㈶福島県保健衛生協会相双地区センター	0244-24-3168	○	○
0710	福島	㈶福島県保健衛生協会いわき地区センター	0246-27-3611	○	○
◆茨城・栃木・群馬					
0801	茨城	霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター	029-887-4563	○	○
0802	茨城	社会保険いばらき健康管理センター	029-243-6220	○	○
0803	茨城	㈶茨城県総合健診協会	029-241-0542	○	○
0901	栃木	宇都宮市医療保健事業団検診センター	028-625-2213	○	○
0902	栃木	小倉医師会通りクリニック	0283-27-2775	○	○
0903	栃木	医療法人中山会 宇都宮健診クリニック	028-625-7831	○	○
0904	栃木	那須中央病院付属総合健診センター	0287-29-2525	○	○
1001	群馬	㈶東日本労働衛生センター	0270-32-7575	○	○
1002	群馬	三愛会 三愛クリニック	027-373-3111	○	○
1003	群馬	㈳伊勢崎佐波医師会病院 成人病検診センター	0270-26-7878	○	○
1004	群馬	桐生厚生総合病院	0277-44-7171	×	○
1005	群馬	太田福島総合病院	0276-37-2378	○	○
◆埼玉					
1101	埼玉	社会保険大宮総合病院	048-663-1671	×	○
1102	埼玉	宇治病院	048-641-8531	×	○
1103	埼玉	大宮共立病院	048-686-7151	○	○
1104	埼玉	埼玉社会保険病院 健康管理センター	048-832-4951	×	○
1105	埼玉	鳳永病院	048-924-2631	×	○
1106	埼玉	秀和綜合病院	048-737-7489	×	○
1107	埼玉	新座志木中央総合病院	0484-74-7211	×	○
1108	埼玉	赤心堂総合健診センター	049-243-5550	×	○
1109	埼玉	入間ハート病院	04-2935-0320	×	○
1110	埼玉	上尾中央総合病院	048-773-1114	○	○
1111	埼玉	深谷市総合健診センター	048-572-2411	○	○
1112	埼玉	東大宮総合病院	048-684-7111	○	○
1113	埼玉	籠原病院	048-532-6747	○	○
1114	埼玉	彩のクリニック	04-2949-1118	○	○
1115	埼玉	豊岡第一病院	04-2964-6311	○	○
1116	埼玉	霞ヶ関中央病院	049-231-5121	○	○
1117	埼玉	アルシェクリニック	048-640-6561	○	○
◆千葉					
1201	千葉	井上記念病院	043-245-8811	×	○
1202	千葉	千葉ロイヤルクリニック	043-204-5511	○	○
1203	千葉	柏健診クリニック	04-7167-4119	○	○
1204	千葉	新浦安虎ノ門クリニック	047-381-2088	×	○
1205	千葉	安房医師会病院	0470-25-5120	○	○
1206	千葉	浦安中央病院	047-352-2115	○	○
1207	千葉	長洲柏戸クリニック	043-222-2873	○	○
1208	千葉	ポートスクエア柏戸クリニック	043-245-6051	○	○
1209	千葉	佐野医院	047-422-2278	○	○
◆東京					
1301	東京	第一健康相談所総合健診センター	03-3292-9215	×	○
1302	東京	九段クリニック	03-3222-0071	×	○
1303	東京	浜田病院総合健診センター	03-5280-1080	×	○
1304	東京	永沢クリニック	03-3583-6710	×	○
1305	東京	三田国際ビルクリニック	03-3454-8614	×	○
1306	東京	東健メディカルクリニック	03-3478-4190	×	○
1307	東京	せんぼ東京高輪病院	03-3443-9555	○	○
1308	東京	西島クリニック	03-3400-3431	×	○
1309	東京	フェニックスメディカルクリニック	03-3478-3535	○	○
1310	東京	クロス病院健診センター	03-3376-6450	○	○
1311	東京	久野マインズタワークリニック付属健康管理センター	03-3370-5907	○	○
1312	東京	社会保険新宿健診センター	03-3209-0211	○	○
1313	東京	楠樹記念クリニック	03-3344-6666	○	○
1314	東京	西早稲田クリニック	03-3232-6465	×	○
1315	東京	春日クリニックⅡ	03-3816-5840	○	○
1316	東京	板谷クリニック	03-3723-0655	×	○
1317	東京	足高・森内科クリニック	03-3710-2075	○	○
1318	東京	城西病院予防医学本部健診センター	03-3390-6910	○	○
1319	東京	河北総合病院健診センター	03-5377-2511	×	○
1320	東京	社会保険鷺谷健診センター	03-3873-9161	○	○
1321	東京	浅草クリニック	03-3876-3600	○	○
1322	東京	上野クリニック	03-3834-3518	○	○
1323	東京	社会保険葛飾健診センター	03-3693-7676	○	○
1324	東京	同友会深川クリニック	03-3630-0003	×	○
1325	東京	城東社会保険病院	03-3637-0945	×	○
1326	東京	全国硝子業健康保険組合両国健康センター	03-3846-3731	×	○
1327	東京	井口病院	03-3881-2221	×	○
1328	東京	山本医院人間ドック	03-3895-5365	×	○
1329	東京	第Ⅱ臨海クリニック	03-5658-3558	○	○
1330	東京	浩生会スズキ病院健診センター	03-3557-3003	○	○
1331	東京	池袋ロイヤルクリニック	03-3989-1112	○	○
1332	東京	オリエンタルクリニック	03-3988-1292	○	○
1333	東京	社会保険蒲田総合病院 健康管理センター	03-5744-3268	○	○
1334	東京	総合健保多摩健康管理センター	042-528-2011	×	○
1335	東京	立川北口健診館	042-521-1212	○	○
1336	東京	社会保険八王子健康管理センター	042-648-1621	○	○
1337	東京	孫田クリニック	0426-27-1175	○	○
1338	東京	あきる台病院	042-559-5449	○	○
1339	東京	牧田総合病院附属健診センター	03-3762-3379	○	○
1340	東京	新宿追分クリニック	03-5363-3334	○	○
1341	東京	六本木ヒルズクリニック	03-3796-0066	○	○
1342	東京	渋谷マークシティ たかだクリニック	03-5459-4015	○	×
1343	東京	岸本ビルクリニック	03-3211-3601	○	×
1344	東京	厚生会 臨海クリニック	03-3869-0078	○	○
1345	東京	恵比寿ガーデンプレイスクリニック	03-3715-1918	○	○
1346	東京	城山ヒルズクリニック	03-3715-1511	○	○
1347	東京	ハイメディック クリニック ダイヤ	03-5724-6380	○	○
1348	東京	泉ガーデンクリニック	03-3715-1511	○	○
1349	東京	愛誠病院	03-3961-5125	○	○
1350	東京	テレコムセンタービルクリニック	03-5500-3090	○	○
1351	東京	パークサイドクリニック	03-3434-7800	○	○
1352	東京	渋谷コアクリニック	03-3498-2111	○	○
1353	東京	中央内科クリニック	03-3668-0088	×	○
1354	東京	浜町センタービルクリニック	03-3664-6858	×	○
1355	東京	セントラル病院	03-3467-5131	○	○
◆神奈川					
1401	神奈川	コンフォート病院	045-453-6060	○	○
1402	神奈川	横浜新緑総合病院	045-984-3003	○	○
1403	神奈川	社会保険横浜中央病院	045-681-9540	○	○
1404	神奈川	㈶神奈川県予防医学協会	045-641-8503	○	○
1405	神奈川	船員保険健康管理センター	045-335-2265	○	○
1406	神奈川	横浜鶴ヶ峰病院健康管理センター	045-371-0055	○	○
1407	神奈川	相和会 横浜総合健診センター	045-433-8511	○	○
1408	神奈川	㈳ランドマーク医院 クイーンズクリニック	045-682-4123	○	×
1409	神奈川	㈶佐々木研究所附設湘南健診センター	0463-21-3811	○	○
1410	神奈川	相和会 相模原総合健診センター	042-753-3301	○	○
1411	神奈川	アルファメディッククリニック	044-511-6116	○	○
1412	神奈川	東名厚木メディカルサテライト総合健診センター	046-229-1937	○	○
1413	神奈川	㈶神奈川県労働衛生福祉協会 神奈川成人病検診センター	045-335-6901	○	○
1414	神奈川	㈶神奈川県労働衛生福祉協会大和健診事業部	046-262-8155	○	○
1416	神奈川	湘南健康管理センター	046-867-2877	○	○
1417	神奈川	上大岡総合健診センター	045-845-5543	○	○
1418	神奈川	藤沢総合健診センター	0466-23-3211	○	○
1419	神奈川	KSP クリニック	03-3713-0971	○	○
1420	神奈川	川崎健診クリニック	044-511-6116	○	○
◆北陸					
1501	新潟	㈳新潟県労働衛生医学協会	025-370-1960	○	○
1502	新潟	㈶健康医学予防協会	025-279-1111	○	○

医療機関コード	地域	医療機関名称	電話番号	若	生・家
1503	新潟	㈳新潟県健康管理協会	025-283-3939	○	○
1504	新潟	草間医院	0258-32-0289	○	○
1601	富山	㈶北陸予防医学協会	076-436-1238	○	○
1602	富山	㈶友愛健康医学センター	076-466-5544	○	○
1603	富山	富山逓信病院	076-423-7727	○	○
1701	石川	金沢社会保険病院健康管理センター	076-251-1113	○	○
1702	石川	北國クリニック	076-232-6723	○	○
1703	石川	㈶石川県予防医学協会	076-249-7222	○	○
1801	福井	㈶福井県労働衛生センター	0776-25-2206	○	○
◆山梨・長野・岐阜					
1901	山梨	㈳甲府市医師会健康管理センター	055-226-6382	○	○
2001	長野	松本協立病院健診センター	0263-35-0479	○	○
2002	長野	松本市医師会医療センター	0263-35-4997	○	○
2101	岐阜	㈶岐阜県産業保健センター	0572-22-0115	○	○
2102	岐阜	朝日大学村上記念病院	058-251-8001	○	○
2103	岐阜	㈳岐阜県労働基準協会連合会	058-279-3399	○	○
2104	岐阜	国民健康保険坂下病院	0573-75-3729	○	○
2105	岐阜	岐阜社会保険病院	0574-25-3115	○	○
◆静岡					
2201	静岡	社会保険浜松病院	0120-77-1804	○	○
2202	静岡	御殿場石川病院	0550-83-1987	○	○
2203	静岡	池田病院健康管理センター	055-986-8600	○	○
2204	静岡	西焼津駅前クリニック健診センター	054-620-6085	○	○
2205	静岡	㈶東海検診センター	055-922-1157	○	○
2206	静岡	㈳静岡市静岡医師会健診センター	054-245-2977	○	○
2207	静岡	おかやま内科医院	053-456-0220	○	×
2208	静岡	聖隷健康診断センター	0120-938-375	○	○
2209	静岡	浜松南病院	0120-834-373	○	○
2210	静岡	社会保険 桜ヶ丘総合病院 健康管理センター	054-353-5313	○	○
◆愛知・三重					
2301	愛知	オリエンタル労働衛生協会	052-732-2200	○	○
2302	愛知	愛知県 健康づくり振興事業団	052-882-2961	○	○
2303	愛知	中日病院健診センター	052-961-2496	○	○
2304	愛知	マリンクリニック	052-954-8001	○	○
2305	愛知	愛知健康増進財団	052-951-3919	○	○
2306	愛知	山下病院	0586-46-1520	○	○
2307	愛知	中村健康管理センター	052-451-3786	○	○
2308	愛知	㈳瀬戸健康管理センター	0561-82-6194	○	○
2309	愛知	西尾幡豆医師会健康管理センター	0563-57-1451	○	○
2310	愛知	㈳蒲郡市医師会健診センター	0533-68-3857	○	○
2311	愛知	（医）愛知集団検診協会 愛知健診所	0567-26-7328	○	○
2312	愛知	三河安城クリニック	0566-75-7515	○	○
2313	愛知	中野胃腸病院 健診センターなかの	0565-57-3366	○	○
2314	愛知	名古屋市医師会健診センター	052-937-8425	○	○
2315	愛知	犬山中央病院健康管理センター	0568-62-8111	○	○
2316	愛知	㈶全日本労働福祉協会　東海診療所	052-582-0751	○	○
2401	三重	四日市健診クリニック	0120-177-667	○	○
2402	三重	松阪総合病院健診センターあさひ	0598-51-2626	○	○
2403	三重	KKC三重事業部	059-225-7426	○	○
◆京都・滋賀					
2501	滋賀	社会保険 滋賀病院	077-537-3101	○	○
2502	滋賀	㈶滋賀保健研究センター	077-587-3588	○	○
2503	滋賀	ウエルネス倶楽部	077-551-0038	○	○
2601	京都	㈶京都予防医学センター	075-811-9137	○	○
2602	京都	㈶京都工場保健会	075-823-0530	○	○
2603	京都	和松会 大和健診センター	075-256-4141	○	×
2604	京都	社会保険京都病院健康管理センター	075-441-6101	○	○
2605	京都	㈶京都健康管理研究会 中央診療所	075-211-4503	○	○
2606	京都	宇治川病院	0774-22-1335	○	○
◆大阪					
2701	大阪	結核予防会 大阪府支部	06-6202-6666	○	○
2702	大阪	大織会大織診療所	06-6231-0347	○	○
2703	大阪	長堀健康管理センター	06-6251-0501	○	○
2704	大阪	オリエンタル労働衛生協会大阪支部	06-6266-6440	○	○
2705	大阪	福島健康管理センター	06-6441-6848	○	○
2706	大阪	淀川健康管理センター	06-6303-7361	○	○
2707	大阪	COM内科クリニック	072-730-5600	○	○
2708	大阪	恵生会アプローズタワークリニック	06-6377-5620	○	○
2709	大阪	飯島クリニック	06-6243-5401	○	○
2710	大阪	産業医学予防健診センターm･oクリニック	06-6533-6760	○	○
2711	大阪	渡辺医学会　桜橋渡辺病院	06-6348-0411	○	○
2712	大阪	りんくうタウンクリニック	0724-60-1100	○	×
2713	大阪	西下胃腸病院	06-6771-2450	○	○
2714	大阪	船員保険大阪健康管理センター	06-6576-1011	○	○
2715	大阪	大阪西クリニック	06-6539-0800	○	○
2716	大阪	大阪健康倶楽部関山診療所	06-6386-1651	○	○
2717	大阪	近畿健診センター	06-6353-3379	○	○
2718	大阪	高槻社会保険健康管理センター	072-692-9291	○	○
2719	大阪	阪南中央病院検診センター	072-337-2525	○	○
2720	大阪	耳原総合病院	072-241-0501	○	○
2721	大阪	春次医院	06-6245-1251	○	○
2722	大阪	KKCウエルネス新大阪診療所	06-6304-1513	○	○
2723	大阪	KKCウエルネスなんば診療所	0120-87-1541	○	○
2724	大阪	船場松崎クリニック	06-6267-6601	○	○
◆兵庫					
2801	兵庫	佐野伊川谷病院	078-974-3511	○	○
2802	兵庫	三聖会 三聖病院	0120-48-1739	○	○
2803	兵庫	㈶兵庫県予防医学協会健診センター	078-856-7200	○	○
2804	兵庫	にしあんクリニック内科外科	0792-22-0759	○	○
2805	兵庫	社会保険神戸中央病院山手健康管理センター	078-351-5108	○	○
2806	兵庫	㈶兵庫県健康財団	078-579-3400	○	○
2807	兵庫	福本クリニック	078-360-0407	○	○
2808	兵庫	丸山病院 健診センター	078-642-1131	○	○
2809	兵庫	㈳西宮市医師会診療所	0798-26-9497	×	○
2810	兵庫	㈶順天厚生事業団	078-341-7114	○	○
2811	兵庫	川野内科クリニック	0798-34-7737	○	×
2812	兵庫	神戸海星病院	078-871-5201	○	○
2813	兵庫	㈳姫路市医師会	079-295-3344	×	○
2814	兵庫	鐘紡記念病院	078-681-6111	○	○
2815	兵庫	金沢クリニック	078-332-4755	○	○
2816	兵庫	KKCウエルネス神戸	078-230-7582	○	○
◆中国					
3101	鳥取	㈶鳥取県保健事業団	0857-23-4841	○	○
3102	鳥取	㈶中国労働衛生協会 鳥取検診所	0857-31-6666	○	○
3103	鳥取	㈶中国労働衛生協会 米子検診所	0859-37-1819	○	○
3104	鳥取	㈶鳥取県保健事業団 西部本部	0859-39-3288	○	○
3105	鳥取	㈶鳥取県保健事業団 中部支部	0858-47-5230	○	○
3201	島根	㈶島根県環境保健公社	0852-24-0038	○	○
3301	岡山	㈶淳風会健康管理センター	086-226-2666	○	○
3302	岡山	重井医学研究所附属病院	086-282-5311	○	×
3303	岡山	大ヶ池診療所	0869-64-4648	○	○
3304	岡山	社会保険岡山健康管理センター	086-252-2200	○	○
3305	岡山	岡山労災病院	086-262-0131	○	○
3306	岡山	㈶倉敷中央病院総合保健管理センター	086-422-6800	×	○
3307	岡山	倉敷成人病健診センター	086-427-3333	○	○
3308	岡山	倉敷市立児島市民病院	086-472-8111	○	○
3309	岡山	岡山済生会総合病院	086-252-2231	○	○
3310	岡山	総合病院岡山赤十字病院 健康管理センター	086-222-8811（内線 2400）	×	○
3401	広島	㈶中国労働衛生協会	084-941-8211	○	○
3402	広島	仁恵会福山検診所	084-926-2580	○	○
3403	広島	㈶広島県集団検診協会	082-248-4125	○	○
3404	広島	JA 府中総合病院	0847-45-3300	○	○
3405	広島	㈶中国労働衛生協会 尾道検診所	0848-22-3803	○	○
3501	山口	㈶山口県予防保健協会	083-933-0008	○	○
3502	山口	山口病院総合健診センター	083-921-5088	○	○
3503	山口	社会保険下関厚生病院 健康管理センター	0832-31-7887	○	○
◆四国					
3601	徳島	森岡病院	088-636-3737	○	○
3602	徳島	伊月健診クリニック	088-653-2315	○	○
3701	香川	㈶香川県予防医学協会	087-868-5555	○	○
3702	香川	㈶三宅医学研究所セントラルパーククリニック	087-863-4560	○	○
3703	香川	宇多津クリニック	0877-56-7777	○	○
3801	愛媛	同仁会 吉田病院	089-943-5595	○	×
3802	愛媛	愛媛県厚生連健診センター	089-970-2070	○	○
3803	愛媛	石川病院 健診センター	0896-58-8300	○	○
3804	愛媛	放射線第一病院	0898-23-3358	○	○
3805	愛媛	宇和島社会保険病院	0895-22-5616	○	○
3806	愛媛	市立大洲病院	0893-24-2151	×	○
3807	愛媛	社会保険愛媛健康管理センター	089-927-1272	○	○
3808	愛媛	新居浜青洲病院	0897-43-0550	○	○
3901	高知	下司病院	088-823-3257	○	○
3902	高知	久病院	088-883-6264	○	○
3903	高知	高知検診クリニック	088-883-9711	○	○
◆福岡					
4001	福岡	結核予防会 福岡県支部	092-761-2546	○	○
4002	福岡	船員保険福岡健康管理センター	092-611-6311	○	○
4003	福岡	㈶福岡労働衛生研究所	092-526-1033	○	○
4004	福岡	医用電子研究所博多ビルクリニック	092-431-8313	○	○
4005	福岡	㈶西日本産業衛生会福岡健診診療所	092-471-1165	○	○
4006	福岡	㈶九州健康総合センター	093-672-6210	○	○
4007	福岡	福岡国際総合健診センター	092-712-7776	○	○
4008	福岡	㈶日本予防医学協会　福岡診療所	092-472-0222	○	○
4009	福岡	クリスタルビルクリニック	092-725-8822	○	○
4010	福岡	健康財団クリニック	092-272-2398	○	○
4011	福岡	大原病院	0930-23-2345	○	○
4012	福岡	㈳北九州市小倉医師会 小倉医師会健診センター	093-551-3185	○	○
4013	福岡	㈶西日本産業衛生会 北九州健診診療所	093-561-0030	○	○
4014	福岡	㈶西日本産業衛生会 北九州産業衛生診療所	093-671-8112	○	○
4015	福岡	福岡県済生会福岡総合病院	092-771-8151	×	○
4016	福岡	久留米記念病院	0942-45-1811	○	○
◆九州その他					
4101	佐賀	社会保険浦之崎病院	0955-28-3412	○	○
4102	佐賀	今村病院健康管理センター	0942-84-1238	○	○
4103	佐賀	佐賀社会保険病院	0952-28-5311	○	○
4201	長崎	昭和会 恵美須町病院	095-824-9131	○	×
4202	長崎	時津中央クリニック	095-882-2500	○	○
4203	長崎	光晴会病院健診センター	095-857-3533	○	○
4204	長崎	長崎県済生会病院	095-826-9236	○	○
4205	長崎	南野内科診療所	0957-53-3731	○	○
4206	長崎	健康保険諫早総合病院	0957-22-6717	○	×
4301	熊本	熊本内科病院	096-356-5500	○	○
4302	熊本	青磁野リハビリテーション病院	096-354-1731	○	○
4304	熊本	健康保険人吉総合病院	0966-22-7070	○	○
4305	熊本	日本赤十字社熊本健康管理センター	096-384-2111	○	○
4401	大分	㈶西日本産業衛生会 大分労働衛生管理センター	097-552-7788	○	○
4501	宮崎	㈶野崎病院健診センター	0985-54-8053	○	○
4502	宮崎	宮崎社会保険病院健康管理センター	0985-53-8928	○	○
4601	鹿児島	鹿児島県民総合保健センター	099-220-2332	○	×
4602	鹿児島	㈳鹿児島県労働基準協会 鹿児島労働衛生センター	099-267-6292	○	○
4603	鹿児島	前田病院	099-256-2000	○	×
◆沖縄					
4701	沖縄	豊見城中央病院健康管理センター	098-850-6741	○	○
4702	沖縄	㈳那覇市医師会 生活習慣病検診センター	098-868-9331	○	○
4703	沖縄	北部地区医師会病院 成人病検診センター	0980-52-0777	○	○
4704	沖縄	㈳中部地区医師会立 成人病検診センター	098-936-8200	○	○
4705	沖縄	㈶沖縄県総合保健協会	098-889-6474	○	○

平成20年度 春季

全国449会場

婦人生活習慣病予防健診会場一覧

別表２

自己＝自己採取法　医師＝医師採取法

コード	会場名称	住所	自己	医師
◆北海道地区				
541	メディカルプラザ札幌 健診クリニック	札幌市中央区北5条西2丁目 JRタワー8階	○	○
542	社会保険北海道健康管理センター	札幌市中央区北1条西4丁目 ベアーレ札幌1･2階	×	○
543	札幌商工診療所	札幌市中央区南1条西6-11	×	○
544	日本健康倶楽部北海道支部診療所	札幌市北区北七条西4-1-2	○	○
545	函館港湾福利厚生会館	函館市海岸町22-5	○	○
◆東北地区				
551	ウェルシティ青森	青森市本町5-5-4	○	○
552	ウェルサンピア八戸	八戸市東白山台1-1-1	○	○
561	盛岡市アイスアリーナ	盛岡市本宮字松幅100-1	○	○
571	進興会 エスエスサーティ 健康管理センター	仙台市青葉区中央4-6-1 住友生命仙台中央ビル3F	×	○
572	進興会 エスエスサーティ泉 中央アネックス	仙台市泉区八乙女中央2-15-13	×	○
573	宮城県成人病予防協会 市名坂診療所	仙台市泉区本田町8-12	×	○
581	秋田県JAビル	秋田市八橋南2-10-16	○	○
591	ウェルサンピア山形	山形市蔵王飯田637	○	○
601	福島県労働保健センター	福島市沖高字北貴船1-2	○	○
602	東日本診療所	福島市成川字台28-1	○	○
603	福島県保健衛生協会 総合健診センター	福島市方木田字水戸内19-6	×	○
604	いわき市内郷コミュニティセンター	いわき市内郷綴町大木下28-1	○	○
605	郡山市労働福祉会館	郡山市虎丸町7-7	○	○
◆甲信越地区				
501	甲府市北部市民センター	甲府市湯村3-5-20	○	○
502	社会保険山梨病院 健康管理センター	甲府市朝日3-8-31	×	○
511	健康医学予防協会	新潟市東区はなみずき2-10-35	○	○
512	新潟県労働衛生医学協会	新潟市中央区川岸町1-39-5	○	○
513	新潟県保健衛生センター 成人病検診センター	新潟市中央区川岸町2-11-11	×	○
514	新潟県健康管理協会 健康会館	新潟市中央区新光町11-1	×	○
515	上越市カルチャーセンター	上越市春日新田2-19-1	○	○
516	十日町検診センター	十日町市春日113	○	○
517	アクアーレ長岡健康増進センター	長岡市新陽2-5-1 アクアーレ長岡2階	○	○
518	長岡健康管理センター	長岡市千秋2-229-1	○	○
519	小出検診センター	魚沼市小出島1240-13	○	○
520	佐渡検診センター	佐渡市真野703-1	○	○
531	長野市民会館	長野市大字鶴賀緑町1647	○	○
532	中部公衆医学研究所	飯田市高羽町6-2-2	○	○
533	上田市民会館	上田市二の丸1-2	○	○
534	労働衛生協会 長野県支部	上伊那郡辰野町平出平田1994-2	○	○
◆東京地区				
101	足立区勤労福祉会館	足立区綾瀬1-34-7	○	○
102	エヌ･ケイ･クリニック	足立区綾瀬3-7-15 岩崎ビル2階	○	○
103	足立区商振連会館	足立区千住仲町1-5	○	○
104	足立区舎人地域学習センター	足立区舎人1-3-26	○	○
105	足立区教育相談センター	足立区竹の塚2-25-21	○	○
106	足立区保塚地域学習センター	足立区保塚町7-16	○	○
107	井口病院	足立区千住2-19	○	○
108	サンパール荒川	荒川区荒川1-1-1	○	○
109	荒川総合スポーツセンター	荒川区南千住6-45-5	○	○
110	板橋区立赤塚公会堂	板橋区赤塚6-38	○	○
111	愛誠病院	板橋区加賀1-3-1	○	○
112	新宿追分クリニック 板橋分院	板橋区小茂根3-13-1	○	○
113	板橋区立グリーンホール	板橋区栄町36-1	○	○
114	板橋区立高島平区民館	板橋区高島平3-12-28	○	○
115	江戸川区総合文化センター	江戸川区中央4-14-1	○	○
116	葛西区民館	江戸川区中葛西3-10-1	○	○
117	江戸川区スポーツセンター	江戸川区西葛西4-2-20	○	○
118	第二臨海クリニック	江戸川区西葛西7-28-8	○	○
119	江戸川区東部区民館	江戸川区東瑞江1-17-1	○	○
120	平井コミュニティ会館	江戸川区平井4-18-10	○	○
121	大田西地域行政センター 嶺町特別出張所	大田区田園調布本町7-1	○	○
122	ビスタホテル蒲田	大田区西蒲田8-20-11	○	○
123	大田区産業プラザ	大田区南蒲田1-20－20	○	○
124	イギアウィメンズクリニック	大田区池上3-40-3	○	○
125	名和医院	大田区大森本町2-25-28	○	○
126	牧田総合病院附属健診センター	大田区大森北1-33-8	×	○
127	テクノプラザかつしか	葛飾区青戸7-2-1	○	○
128	社会保険 葛飾健診センター	葛飾区立石2-36-9	○	○
129	赤羽会館	北区赤羽南1-13-1	○	○
130	江東区総合区民センター	江東区大島4-5-1	○	○
131	江東区文化センター	江東区東陽4-11-3	○	○
132	東京イースト21クリニック	江東区東陽6-3-2	○	○
133	豊洲小学校	江東区豊洲4-4-4	○	○
134	同友会 深川クリニック	江東区三好2-15-10	○	○
135	東京ファッションタウン	江東区有明3-1 TFTビル東館9階	○	○
136	深川ギャザリアクリニック	江東区木場1-5-25 深川ギャザリアタワーS棟 3階	×	○
137	品川区保健センター	品川区北品川3-11-22	○	○
138	進興会 進興クリニック	品川区大崎2-1-1	○	○
139	渋谷コアクリニック	渋谷区渋谷1-9-8 朝日生命宮益坂ビル3F	×	○
140	渋谷マークシティたかだクリニック	渋谷区道玄坂1-12-1 渋谷マークシティウエスト11階	×	○
141	フェニックスメディカルクリニック	渋谷区千駄ヶ谷3-41-6	×	○
142	恵比寿ハートビル診療所	渋谷区恵比寿1-24-4	○	○
143	社会保険 新宿健診センター	新宿区歌舞伎町2-31-12	○	○
144	新宿追分クリニック	新宿区新宿3-1-13 京王新宿追分ビル7階	○	○
145	東社協フィオーレ健診センター	新宿区新宿7-26-9 フィオーレ東京2階	○	○
146	ベルサール西新宿	新宿区西新宿4-15-3	○	○
147	金内メディカルクリニック	新宿区西新宿7-5-25 西新宿木村屋ビル2階	×	○
148	神楽坂岡田診療所	新宿区矢来町28	○	○
149	西早稲田クリニック	新宿区西早稲田2-21-16	○	○
150	セシオン杉並	杉並区梅里1-22-32	○	○
151	杉並公会堂	杉並区上荻1-23-15	○	○
152	浜田山会館	杉並区浜田山1-36-3	○	○
153	東京都ニット健保会館	墨田区亀沢1-7-3 ニット健保会館4F	○	○
154	すみだ産業会館	墨田区江東橋3-9-10 錦糸町丸井8階	○	○
155	白鬚橋クリニック総合健診センター	墨田区向島4-5-10 グランドメディカルビル2F	×	○
156	世田谷区民会館	世田谷区世田谷4-21-27	○	○
157	ウェルサンピア東京	世田谷区大蔵4-7-1	○	○
158	玉川区民会館	世田谷区等々力3-4-1	○	○
159	世田谷区烏山区民センター	世田谷区南烏山6-2-19	○	○
160	浅草公会堂	台東区浅草1-38-6	○	○
161	社会保険 鷲谷健診センター	台東区根岸2-19-19	○	○
162	上野クリニック	台東区東上野2-18-6	○	○
163	全国印刷工業健保会館	中央区新川1-5-13	○	○
164	文祥堂イベントホール	中央区銀座3-4-12	○	○
165	銀座医院健康管理センター	中央区銀座7-13-15	×	○
166	三井タワークリニック	中央区日本橋室町2-1-1 日本橋三井タワー5階	×	○
167	損保会館	千代田区神田淡路町2-9	○	○
168	オリエンタルクリニック	豊島区西池袋1-29-5 山の手ビル3階	○	○
169	サンシャインシティ文化会館	豊島区東池袋3-1-4　7F	○	○
170	池袋病院附属クリニック	豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60 8階	○	○
171	山口病院	豊島区西巣鴨1-19-17	×	○
172	アーバンハイツクリニック	豊島区巣鴨1-16-2 アーバンハイツ巣鴨B棟	○	○
173	なかのZERO	中野区中野2-9-7	○	○
174	練馬区立石神井公園 区民交流センター	練馬区石神井町2-14-1	○	○
175	関区民センター	練馬区関町北1-7-2	○	○
176	ホテル カデンツァ 光が丘	練馬区高松5-8	○	○
177	練馬産業会館	練馬区豊玉上2-23-10	○	○
178	文京区勤労福祉会館	文京区本駒込4-35-15	○	○
179	水道橋グランドホテル	文京区本郷1-33-2	○	○
180	富坂診療所	文京区小石川2丁目5番7号	○	○
181	港区芝公園福祉会館	港区芝公園2-7-3	○	○
182	同友会 品川クリニック	港区港南2-16-3 品川グランドセントラルタワー1F	○	○
183	グランドプリンスホテル新高輪 国際館パミール	港区高輪3-13-1	○	○
184	進興会セラヴィ新橋クリニック	港区西新橋2-39-3 SVAX西新橋ビル	○	○
185	パークサイドクリニック	港区芝公園2-6-8 日本女子会館ビル2階	○	○
186	メディファ元麻布クリニック	港区元麻布3-1-35 C-MA3ビル地下2階	×	○
187	古川橋病院健診センター	港区南麻布2-10-21	×	○
188	国民年金中央会館 こまばエミナース	目黒区大橋2-19-5	○	○
189	中目黒GTプラザホール	目黒区上目黒2-1-3	○	○
190	ワイルドダイナー	目黒区碑文谷3-19-8	○	○
191	昭島市民交流センター	昭島市玉川町4-9-22	○	○
192	あきる台病院	あきる野市秋川6-5-1	○	○
193	稲城市公民館	稲城市東長沼2111	○	○
194	青梅市商工会議所	青梅市上町373-1	○	○
195	清瀬市民センター	清瀬市元町1-6-6	○	○
196	JA東京むさし 小金井支店	小金井市中町4-16-22	○	○
197	国分寺市商工会館	国分寺市本多2-3-3	○	○
198	JAマインズ狛江支店	狛江市東和泉1-2-19	○	○
199	総合健保多摩健康管理センター	立川市錦町3-7-10	○	○
200	ウェルサンピア多摩	多摩市落合2-31-1	○	○
201	調布市グリーンホール	調布市小島町2-47-1	○	○
202	西東京市民会館	西東京市田無町4-15-11	○	○
203	八王子市北野事務所	八王子市北野町549-5	○	○
204	八王子市浅川市民センター	八王子市高尾町1652-1	○	○
205	八王子労政会館	八王子市明神町3-5-1	○	○
206	成美教育文化会館	東久留米市東本町8-14	○	○
207	東村山市市民センター別館	東村山市本町1-1-1	○	○
208	東大和市商工会館	東大和市中央3-922-14	○	○
209	日野市生活保健センター	日野市日野本町1-6-2	○	○
210	むさし府中商工会議所	府中市緑町3-5-2	○	○
211	福生市福祉センター	福生市南田園2-13-1	○	○
212	町田市健康福祉会館	町田市原町田5-8-21	○	○
213	町田市木曽山崎センター	町田市山崎町2160-4	○	○
214	三鷹市公会堂	三鷹市野崎1-1-1	○	○
215	むさし野クリニック	武蔵野市吉祥寺本町1-10-3 7F	○	○
216	武蔵村山市民会館	武蔵村山市本町1-17-1	○	○
◆埼玉地区				
251	プラザホテル浦和	さいたま市南区鹿手袋1-1-1	○	○
252	さいたま市西部文化センター	さいたま市西区三橋6-642-4	○	○
253	さいたま市見沼グリーンセンター	さいたま市北区見沼2-94	○	○
254	埼玉会館	さいたま市浦和区高砂3-1-4	○	○
255	JA共済埼玉ビルディング	さいたま市大宮区土手町1-2	○	○
256	さいたま市民会館おおみや	さいたま市大宮区下町3-47-8	○	○
257	さいたま市プラザイースト	さいたま市緑区中尾1440-8	○	○
258	市民会館いわつき	さいたま市岩槻区太田3-1-1	○	○
259	彩の国 すこやかプラザ	さいたま市浦和区針ケ谷4-2-65	○	○
260	上尾市文化センター	上尾市大字上尾村750	○	○
261	イコス上尾	上尾市平塚951-2	○	○
262	朝霞市民会館	朝霞市本町1-26-1	○	○
263	入間市民会館	入間市豊岡3-10-10	○	○
264	アクシス春日部	春日部市粕壁東1-20-28	○	○
265	フラールガーデン春日部	春日部市谷原1-2-1	○	○
266	青木会館	川口市青木3-3-1	○	○
267	川口総合文化センター･リリア	川口市川口3-1-1	○	○
268	川口市民会館	川口市幸町1-6-18	○	○
269	蕨市民会館	蕨市中央4-21-29	○	○
270	川越西文化会館	川越市鯨井1556-1	○	○
271	川越バンテアン	川越市問屋町1-8	○	○
272	川越南文化会館	川越市大字今福1295-2	○	○
273	行田市産業文化会館	行田市本丸2-20	○	○
274	久喜総合文化会館	久喜市大字下早見140	○	○
275	熊谷文化創造館	熊谷市拾六間111-1	○	○
276	籠原病院	熊谷市美土里町3－136	○	○
277	熊谷会館	熊谷市末広3-9-2	○	○
278	北本市文化センター	北本市本町1-2-1	○	○
279	鴻巣市文化センター	鴻巣市中央29-1	○	○
280	越谷コミュニティセンター	越谷市南越谷1-2876-1	○	○
281	ア･ス･ヴェルデホール	越谷市赤山町2-63-1	○	○
282	坂戸勤労福祉センター	坂戸市大字石井2327-6	○	○
283	ホテルグリーンコア幸手	幸手市中3-17-24	○	○
284	狭山市市民会館	狭山市入間川2-33-1	○	○
285	志木デイリーホテル	志木市本町5-14-17	○	○
286	草加市立瀬崎コミュニティセンター	草加市瀬崎町1352-3	○	○
287	草加市立八幡コミュニティセンター	草加市八幡町259	○	○
288	鶴ヶ島市北公民館	鶴ヶ島市脚折2171-1	○	○
289	鶴ヶ島市東公民館	鶴ヶ島市大字五味ケ谷202	○	○
290	所沢市文化センター ミューズ	所沢市並木1-9-1	○	○
291	新座市民会館	新座市野火止1-1-2	○	○
292	羽生市民プラザ	羽生市中央3-7-5	○	○
293	蓮田市中央公民館	蓮田市東6-1-8	○	○
294	鳩ヶ谷市民センター	鳩ヶ谷市大字里1650-1	○	○
295	飯能市市民会館	飯能市飯能226-2	○	○
296	東松山市中央公民館	東松山市松本町1-9-35	○	○
297	深谷市花園文化会館 アドニス	深谷市小前田2966	○	○
298	深谷市産業会館	深谷市仲町20-1	○	○
299	ふじみ野市駒林会館	ふじみ野市駒林869	○	○
300	本庄市中央公民館	本庄市北堀1422	○	○
301	三郷市文化会館	三郷市早稲田5-4-1	○	○
302	八潮市民文化会館	八潮市中央1-10-1	○	○
303	市民交流センターおあしす	吉川市きよみ野1-1	○	○
304	和光市民文化センター	和光市広沢1-5	○	○
305	コピスみよし	入間郡三芳町大字藤久保1100-1	○	○
306	栗橋町総合文化会館	北葛飾郡栗橋町大字伊坂1557	○	○
307	松伏町赤岩地区公民館	北葛飾郡松伏町大字上赤岩1253	○	○
308	小川町民会館	比企郡小川町大字大塚55	○	○
309	宮代進修館	南埼玉郡宮代町笠原1-1-1	○	○
310	寄居勤労福祉センター	大里郡寄居町寄居941	○	○
◆千葉地区				
351	千葉県労働者福祉センター	千葉市中央区千葉港4-4	○	○
352	ちば仕事プラザ	千葉市美浜区幕張西4-1-10	○	○
353	ヴェルシオーネ若潮	千葉市美浜区高洲3-8-5	○	○
354	財団法人海外職業訓練協会(OVTA)	千葉市美浜区ひび野1-1	○	○
355	千城台コミュニティセンター	千葉市若葉区千城台西2-1-1	○	○

コード	会場名称	住所	自己	医師
356	都賀自治会館	千葉市若葉区都賀2-12-6	○	○
357	千葉市蘇我勤労市民プラザ	千葉市中央区今井1-14-43	○	○
358	千葉県福祉ふれあいプラザ	我孫子市本町3-1-2 けやきプラザ内	○	○
359	市川市スポーツセンター	市川市国府台1-6-4	○	○
360	行徳文化ホール I&I	I&I市川市末広1-1-48	○	○
361	市川市勤労福祉センター	市川市南八幡2-20-1	○	○
362	市原市市民会館	市原市惣社1-1-1	○	○
363	印西市立中央公民館	印西市大森3934-1	○	○
364	浦安市文化会館	浦安市猫実1-1-2	○	○
365	柏商工会議所	柏市東上町7-18	○	○
366	鎌ヶ谷市総合福祉保健センター	鎌ヶ谷市初富928-429	○	○
367	木更津市民会館	木更津市貝渕2-13-40	○	○
368	佐倉市志津コミュニティセンター	佐倉市井野794-1	○	○
369	佐倉市商工会館	佐倉市表町3-3-10	○	○
370	西白井複合センター	白井市清水口1-2-1	○	○
371	袖ヶ浦市商工会館	袖ヶ浦市福王台3-1-3	○	○
372	東金市中央公民館	東金市東岩崎1-20	○	○
373	流山市文化会館	流山市加1-16-2	○	○
374	流山市南流山センター	流山市南流山3-3-1	○	○
375	新習志野公民館	習志野市秋津3-6-3	○	○
376	習志野市民会館	習志野市本大久保3-8-20	○	○
377	成田国際文化会館	成田市土屋303	○	○
378	さわやかワークのだ	野田市中根323-3	○	○
379	船橋グランドホテル	船橋市本町7-11-1	○	○
380	船橋アリーナ	船橋市習志野台7-5-1	○	○
381	船橋市飯山満公民館	船橋市飯山満町1-950-3	○	○
382	船橋市浜町公民館	船橋市浜町2-1-2	○	○
383	船橋市三咲公民館	船橋市三咲3-5-10	○	○
384	フローラ西船	船橋市葛飾町2-345	○	○
385	松戸市小金原市民センター	松戸市小金原6-6-2	○	○
386	松戸市常盤平市民センター	松戸市常盤平3-30	○	○
387	松戸市馬橋市民センター	松戸市西馬橋蔵元町177	○	○
388	松戸市稔台市民センター	松戸市稔台100-1	○	○
389	松戸市六実市民センター	松戸市六高台3-71	○	○
390	茂原市保健センター	茂原市高師3001	○	○
391	八千代市勝田台文化センター	八千代市勝田台2-5-1	○	○
392	四街道市文化センター	四街道市大日396	○	○
◆神奈川地区				
401	青葉公会堂	横浜市青葉区市ヶ尾町31-4	×	○
402	泉公会堂	横浜市泉区和泉町4636-2	×	○
403	神奈川県総合薬事保健センター	横浜市磯子区西町14-11	×	○
404	金沢公会堂	横浜市金沢区泥亀2-9-1	×	○
405	金沢産業振興センター	横浜市金沢区福浦1-5-2	×	○
406	新横浜グレイスホテル	横浜市港北区新横浜3-6-15	×	○
407	横浜総合健診センター	横浜市港北区仲手原2-43-48	×	○
408	地球市民かながわプラザ	横浜市栄区小菅ヶ谷1-2-1	×	○
409	都筑公会堂	横浜市都筑区茅ヶ崎中央32-1	×	○
410	鶴見公会堂	横浜市鶴見区豊岡町2-1 西友フーガ内	○	○
411	戸塚法人会館	横浜市戸塚区上倉田町449-2	×	○
412	ホテルコスモ横浜	横浜市西区北幸2-9-1	×	○
413	かながわ労働プラザ(Lプラザ)	横浜市中区寿町1-4	○	○
414	神奈川県労働衛生福祉協会	横浜市保土ヶ谷区天王町2-44-9	×	○
415	船員保険健康管理センター	横浜市保土ヶ谷区釜台町43-2	×	○
416	緑公会堂	横浜市緑区寺山町118	×	○
417	瀬谷公会堂	横浜市瀬谷区二ツ橋町190	○	○
418	ナビオス横浜	横浜市中区新港2-1-1	○	○
419	かながわ平和祈念館	横浜市港南区大久保1-8-10	○	○
420	厚木アーバンホテル	厚木市中町3-14-14	×	○
421	海老名商工会議所	海老名市上郷485-2	×	○
422	綾瀬市福祉会館	綾瀬市深谷中4-7-10	×	○
423	伊勢原市民文化会館	伊勢原市田中348	×	○
424	小田原箱根商工会議所	小田原市城内1-21	×	○
425	レイウェル鎌倉	鎌倉市小袋谷2-14-14	×	○
426	新百合トゥエンティワン	川崎市麻生区万福寺1-2-2	○	○
427	川崎市産業振興会館	川崎市幸区堀川町66-20	○	○

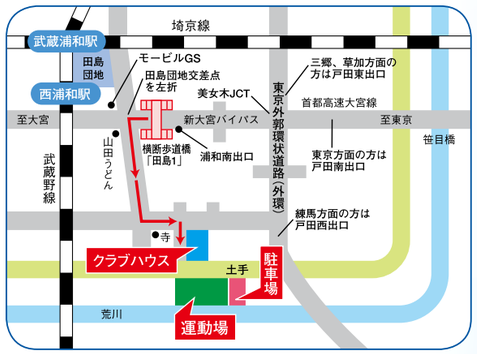
コード	会場名称	住所	自己	医師
428	アルファメディック・クリニック	川崎市幸区堀川町580-16 川崎テックセンター8階	○	○
429	川崎健診クリニック	川崎市川崎区小川町17-1 第8平沼ビル6階	○	○
430	ケーエスピー会館	川崎市高津区坂戸3-2-1 かながわサイエンスパーク内	○	○
431	京浜保健衛生協会	川崎市高津区上作延811-1	○	○
432	ヤマハ音楽院日吉校	川崎市中原区木月4-31-7	×	○
433	川崎市総合自治会館	川崎市中原区小杉町3-1	○	○
434	宮前市民館	川崎市宮前区宮前平2-20-4	○	○
435	川崎市多摩市民館	川崎市多摩区登戸1775-1	×	○
436	相模原教育会館	相模原市富士見6-6-13	○	○
437	グリーンホール相模大野	相模原市相模大野4-4-1	○	○
438	座間市立市民健康センター	座間市緑ヶ丘1-1-3	×	○
439	逗子市商工会館	逗子市沼間1-5-1	×	○
440	茅ヶ崎商工会議所	茅ヶ崎市新栄町13-29	×	○
441	秦野商工会議所	秦野市平沢2550-1	×	○
442	平塚商工会議所	平塚市松風町2-10	×	○
443	四之宮ふれあいセンター	平塚市四之宮4-19-2	×	○
444	藤沢市民会館	藤沢市鵠沼東8-1	×	○
445	長後市民センター	藤沢市長後513	○	○
446	藤沢総合健診センター	藤沢市鵠沼橘1-17-11	×	○
447	神奈川県労働衛生福祉協会 大和健診事業部	大和市大和東3-10-18	×	○
448	久里浜八幡町内会館	横須賀市久里浜2-17	×	○
449	横須賀市文化会館	横須賀市深田台50番地	×	○
450	横須賀商工会議所	横須賀市平成町2-14-4	×	○
451	湘南健康管理センター	横須賀市追浜本町2-14	○	○
452	寒川町民センター	高座郡寒川町宮山165	×	○
◆茨城地区				
461	水戸プリンスホテル	水戸市桜川2-2-11	○	○
462	牛久市中央生涯学習センター	牛久市柏田町1606-1	○	○
463	スペースU古河	古河市長谷町38-18	○	○
464	筑西市総合福祉センター	筑西市小林355	○	○
465	筑波記念病院	つくば市要1187-299	×	○
466	土浦市民会館	土浦市東真鍋町2-6	○	○
467	取手市立福祉会館	取手市東1-1-5	○	○
468	日立シビックセンター	日立市幸町1-21-1	○	○
469	守谷市文化会館	守谷市久保ヶ丘1-19-2	○	○
470	龍ヶ崎市文化会館	龍ヶ崎市馴馬町2612	○	○
471	霞ヶ浦成人病研究事業団 健診センター	稲敷郡阿見町中央3-20-1	×	○
◆栃木地区				
481	栃木県青年会館	宇都宮市駒生1-1-6	○	○
482	宇都宮記念病院総合健診センター	宇都宮市大通り1-3-13	×	○
483	那須中央病院	大田原市下石上1453	×	○
484	県南健康福祉センター	小山市犬塚3-1-1	○	○
485	佐野市勤労者会館	佐野市浅沼町796	○	○
486	栃木市保健福祉センター	栃木市今泉町2-1-40	○	○
487	とちの木病院総合健診センター	栃木市大町39-5	×	○
◆群馬地区				
491	グリーンドーム前橋	前橋市岩神町1-2-1	○	○
492	伊勢崎商工会議所会館	伊勢崎市昭和町3919	○	○
493	東日本労働衛生センター 北関東支部 総合健診センター	伊勢崎市戸谷塚町629-1	○	○
494	太田市勤労会館	太田市浜町66-49	○	○
495	高崎市労使会館	高崎市東町80-1	○	○
496	館林市文化会館	館林市城町3-1	○	○
◆北陸地区				
611	パレ・ブラン高志会館	富山市千歳町1-3-1	○	○
612	友愛健康医学センター	富山市婦中町中名1554-17	○	○
621	石川県予防医学協会	金沢市神野町東115	○	○
622	金沢勤労者プラザ	金沢市北安江3-2-20	○	○
631	福井県予防医学協会	福井市和田2-1006	○	○
◆東海地区				
641	岐阜県勤労福祉センター	岐阜市鶴田町3-7-11	○	○
642	岐阜県労働基準協会連合会	岐阜市日置江4-47	○	○

コード	会場名称	住所	自己	医師
643	大垣商工会議所	大垣市旭町6-3	○	○
644	多治見美濃焼卸センター	多治見市旭ヶ丘10-6	○	○
651	静岡県自動車販売健康保険組合会館	静岡市駿河区南八幡町22−8	○	○
652	静岡県西部地域地場 産業振興センター	浜松市東区流通元町20-2	○	○
653	富士商工会議所	富士市瓜島町82	○	○
654	藤枝勤労者体育館	藤枝市善左衛門66-1	○	○
655	西焼津駅前クリニック健診センター	焼津市三ケ名330-4	×	○
656	協同組合沼津卸商社センター	駿東郡清水町卸団地203	○	○
657	池田病院健康管理センター	駿東郡長泉町本宿411-5	○	○
661	オリエンタル労働衛生協会	名古屋市千種区今池1-8-4	○	○
662	東山内科・東山健康管理センター	名古屋市千種区東山通り5-103	○	○
663	愛知県体育館第二競技場	名古屋市中区二の丸1-1	○	○
664	名古屋セントラルクリニック	名古屋市南区千竈通7-16-1	×	○
665	テルミナセントラルクリニック	名古屋市中村区名駅1-1-2 名古屋ターミナルビル8階	×	○
666	国際セントラルクリニック	名古屋市中村区那古野1-47-1 国際センタービル10階	×	○
667	アイプラザ岡崎	岡崎市上地3-12-1	○	○
668	レディヤンかすがい	春日井市鳥居松町2-247	○	○
669	豊田市西部コミュニティセンター	豊田市本新町7-48-6	○	○
670	豊田健康管理クリニック	豊田市竜神町新生151-2	×	○
671	中野胃腸病院 健診センターなかの	豊田市駒新町金山1-12	×	○
672	アイプラザ豊橋	豊橋市草間町東山143-6	○	○
673	アイプラザ半田	半田市東洋町1-8	○	○
681	メッセ ウィング・みえ	津市北河路町19-1	○	○
682	四日市勤労者総合福祉センター	四日市市日永東1-2-25	○	○
◆関西地区				
691	大津プリンスホテル	大津市におの浜4-7-7	○	○
692	ホテルニューオウミ	近江八幡市鷹飼町1481	○	○
693	滋賀保健研究センター	野洲市永原上町664	×	○
701	京都工場保健会健診センター	京都市中京区西ノ京北壷井町67	○	○
702	パルスプラザ (京都府総合見本市会館)	京都市伏見区竹田鳥羽殿町5	○	○
703	音羽病院健診センター	京都市山科区音羽珍事町2	×	○
704	京都工場保健会宇治健診センター	宇治市広野町成田1-7	○	○
705	文化パルク城陽	城陽市寺田今堀1	○	○
706	長岡京市立産業文化会館	長岡京市開田3-10-16	○	○
721	結核予防会大阪府支部	大阪市中央区道修町4-6-5	○	○
722	オリエンタル労働衛生協会 大阪支部	大阪市中央区久太郎町1-9-26	○	○
723	長堀健康管理センター	大阪市中央区島之内1-11-18	○	○
724	春次医院	大阪市中央区博労町2-6-1	×	○
725	松下IMPビル	大阪市中央区城見1-3-7 5F	○	○
726	M・Oクリニック	大阪市西区南堀江1-18-21	○	○
727	多根クリニック	大阪市港区弁天1-2 オーク200 2番街6階	×	○
728	大阪健康管理センター	大阪市港区築港1-8-22	○	○
729	東淀川健康保険組合 東淀川ケンポ会館	大阪市東淀川区淡路3-2-21	○	○
730	池田商工会議所	池田市城南1-1-1	○	○
731	池田市民文化会館	池田市天神町1-7-1	○	○
732	茨木市市民会館	茨木市駅前4-7-50	○	○
733	大阪狭山市商工会	大阪狭山市今熊1-540-3	○	○
734	サンヒル柏原	柏原市安堂町115-1	○	○
735	じばしん大阪	堺市北区長曽根町183-5	○	○
736	コーナンメディカル鳳 総合健診センター	堺市西区鳳東町4-401-1	○	○
737	関山診療所	吹田市江坂町4-10-1	○	○
738	藤井寺市民総合会館	藤井寺市北岡1-2-8	○	○
739	羽曳野市商工会LIC 羽曳野	羽曳野市軽里1-1-1	○	○
740	富田林市民会館	富田林市粟ヶ池町2969-5	○	○
741	豊中市立労働会館	豊中市三和町1-1-63	○	○
742	北大阪急行電鉄㈱緑地駅ビル	豊中市寺内2-4-1	○	○
743	U・コミュニティホテル	東大阪市御厨栄町1-3-30	○	○
744	北大阪商工会議所	枚方市大垣内町2-12-27	○	○
745	泉大津市民会館	泉大津市小松町1-60	○	○
751	神戸商工会議所	神戸市中央区港島中町6-1	○	○

コード	会場名称	住所	自己	医師
752	福本クリニック	神戸市中央区東川崎町1-7-4 ダイヤニッセイビル7階	○	○
753	兵庫県健康財団 保健検診センター	神戸市兵庫区荒田町2-1-12	×	○
754	兵庫県予防医学協会健診センター	神戸市東灘区御影本町6-5-2	×	○
755	西宮商工会館	西宮市櫨塚町2-20	○	○
771	和歌山市民会館	和歌山市伝法橋南ノ丁7	○	○
◆中国地区				
781	鳥取県保健事業団 総合保健センター	鳥取市立川町6-176	○	○
782	鳥取県保健事業団 西部本部	米子市流通町158-24	○	○
791	島根県環境保健公社総合健診センター	松江市古志原1-4-6	○	○
801	淳風会大供診療所	岡山市大供2-3-1	○	○
802	淳風会倉敷第一病院	倉敷市老松町5-3-10	○	○
803	大ヶ池診療所	備前市大内571-1	×	○
811	広島県集団検診協会	広島市中区大手町1-6-2	○	○
821	下関みもすそ川別館	下関市みもすそ川町23-15	○	○
◆四国地区				
831	森岡病院	徳島市八万町大野5-1	○	○
841	香川厚生年金会館	高松市福岡町2-2-1	○	○
851	松山市総合コミュニティセンター	松山市湊町7丁目5番地	○	○
861	南国厚生病院	南国市立田1180番地	×	○
◆九州地区				
871	医療情報健康財団 健康財団クリニック	福岡市博多区上川端町14-30-201	○	○
872	パピヨン24	福岡市博多区千代1-17-1	○	○
873	日本予防医学協会 附属福岡診療所	福岡市博多区博多駅前3-19-5 石川ビル4階	×	○
874	博多スターレーン	福岡市博多区博多駅東1-18-33	○	○
875	福岡国際総合健診センター	福岡市中央区天神2-13-7 福岡平和ビル2F	×	○
876	電気ビル	福岡市中央区渡辺通2-1-82	○	○
877	福岡県水産会館	福岡市中央区舞鶴2-4-19	○	○
878	福岡県対がん協会総合健診センター	福岡市中央区天神4-1-32	×	○
879	福岡労働衛生研究所	福岡市南区那の川1-11-27	○	○
880	福岡リーセントホテル	福岡市東区箱崎2丁目52番1号	○	○
881	船員保険 福岡健康管理センター	福岡市東区原田3-4-10	○	○
882	福岡健康管理センター 西部健診会場	福岡市西区姪浜5-1411-3	○	○
883	西新パレスホール	福岡市早良区西新2-10-1	○	○
884	九州厚生年金会館	北九州市小倉北区大手町12-3	○	○
885	北九州健診診療所	北九州市小倉北区室町3-1-2	×	○
886	九州健康総合センター	北九州市八幡東区平野3-2-1	○	○
887	折尾スターレーン	北九州市八幡西区折尾5-1-5	○	○
888	富士見ホール	北九州市小倉南区富士見2-8-1	○	○
889	ウェルとばた	北九州市戸畑区汐井町1-6	○	○
890	甘木・朝倉市町村会館	朝倉市甘木873-3	○	○
891	大野城まどかぴあ	大野城市曙町2丁目3番1号	○	○
892	大牟田文化会館	大牟田市不知火町2-10-2	○	○
893	石橋文化センター	久留米市野中町1015	○	○
894	サンコスモ古賀	古賀市庄205	○	○
895	筑紫野市文化会館	筑紫野市上古賀1-5-1	○	○
896	ふくとぴあ	福津市手光南2-1-1	○	○
897	伊都文化会館	前原市前原東2-2-7	○	○
898	宗像ユリックス	宗像市久原400	○	○
899	サンレイクかすや	糟屋郡粕屋町駕与丁1-6-1	○	○
900	ミリカローデン那珂川	筑紫郡那珂川町仲294-1	○	○
911	佐賀市文化会館	佐賀市日の出1-21-10	○	○
921	光晴会病院	長崎市葉山1-3-12	×	○
931	青磁野リハビリテーション病院	熊本市島崎2-22-15	○	○
932	熊本県総合保健センター	熊本市東町4-11-2	×	○
941	大分労働衛生管理センター	大分市高城南町11-7	×	○
951	ウェルシティ宮崎 (宮崎厚生年金会館)	宮崎市宮崎駅東1-2-8	○	○
981	鹿児島労働衛生センター	鹿児島市東開町4-96	○	○
◆沖縄地区				
971	琉生病院	那覇市字大道56	×	○

野球大会のご案内

期　　日	4月6日、13日、20日、27日、5月11日の各日曜日（予定） （予備日）5月18日、25日、6月1日
場　　所	戸田野球場
申込締切日	平成20年2月29日（金）
参加資格	当健保組合の被保険者
参加募集チーム数	50チーム チーム編成：1事業所内で何チームでも出場できます。 （2事業所以上の連合チーム編成も可） （女性選手の登録も可） 選手登録：1チーム20名（監督含む）
参　加　料	無料
申込方法	「体育奨励事業参加申込書」に必要事項を記載のうえFAXまたは郵送にて総務課までお申込みください。 FAX　03-3663-4078



専用駐車場をご利用ください。土手上の駐車はできません。

Webウォークラリー2008 参加者募集！

「Webウォークラリー2008」を開催いたします。
たくさんの皆様のご応募をお待ちしております。
現在参加されている方もご応募が必要となりますのでご注意ください。

■実施要項
下記の実施期間中は歩数計を装着し、定期的にインターネットを通じたサーバーへの接続（歩数データの登録）を行います。年間総歩数上位3名の方には表彰と賞品をご用意いたします。

■実施期間　平成20年4月1日
～平成21年3月31日

■参加料　無料
※参加者へ歩数計（㈱コナミスポーツ＆ライフ製「e-walkey life2」）と初期設定マニュアルを配布いたします。
参加をご希望の方は、下記要項にてお申込みください。

■募集要項
《対象者》
当組合の被保険者または被扶養者
《参加条件》
自宅または職場のパソコンでインターネットへの接続が可能である方
《パソコンの環境》
◆対応可能なOSは下記の通りです。
・Windows 98 Second Edition / Windows 2000 / Windows ME / Windows XP / Windows Vista
※以下のOSは未対応です。
Windows NT / Windows 95 / Windows 98 / Windows ではないOS
◆インターネット接続について
・セキュリティソフト（ウィルスバスターなど）が通信を許可していない場合や、インターネットへの接続に制限がある場合などがありますので、必ずご確認ください。

■募集人数
50名

■応募方法
往復はがきに
下記をご記入のうえ
お申込ください。

・被保険者証　記号・番号
・氏名
・年齢
・住所
・連絡先電話番号
・参加にあたっての自己アピール

■応募締切日
平成20年3月31日(月)(当日消印有効)

■応　募　先
〒103-8554
東京織物健康保険組合　総務課宛

当落のお知らせは3月末日に
返信ハガキにてお知らせいたします。

無料！

メンタルヘルスカウンセリング実施中

当健康保険組合では、最近増加している心の悩みをかかえている方々に対する無料相談（面接または電話）を実施しています。

専門カウンセラーがプライバシーを厳守し、１対１で専門的な立場からアドバイスします。

専用ダイヤル

☎ 0120－933396

携帯電話、PHS からも通話料無料でご利用になれます。

ご利用方法

○面接：予約受付／月曜日～土曜日　午前 10 時～午後８時

○電話：月曜日～土曜日　午前 10 時～午後 10 時

※祝日を除く

料金

電話は無料。面接は１人５回まで無料、６回目以降は有料となります。

カウンセリング会場

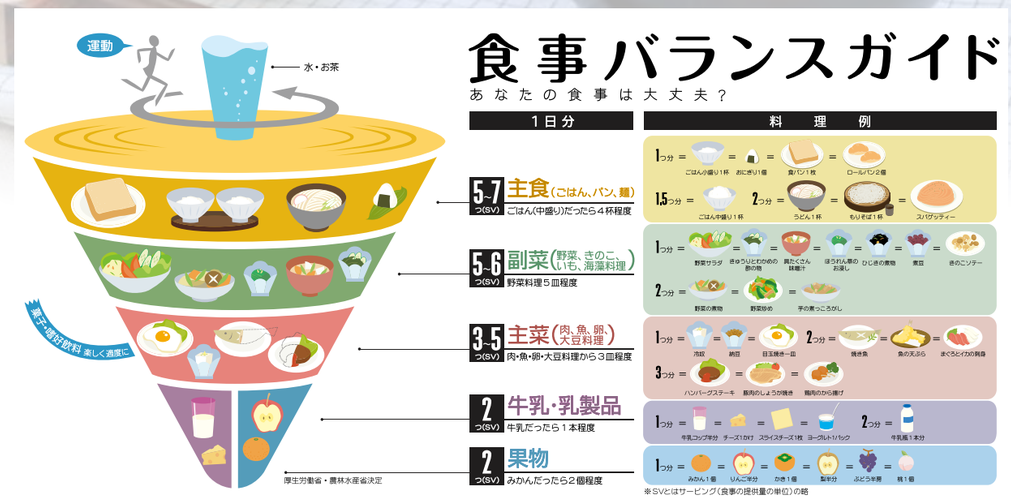
全国主要都市のカウンセリングルームで行います。

※カウンセリングルーム一覧はインターネットでご確認ください。

http://www.tcchp.com/map.html

健康相談室ニュース

知っていますか 食事バランスガイド



★誰でも手軽にバランスのとれた食事を

皆さん、毎日の生活のなかで上の図のような「コマ」のイラストをみかけたことはありますか？テレビの CM や近所のスーパーやコンビニでこのコマのイラストを見かけた方もいらっしゃるのではないでしょうか。これは食事バランスガイドといって、自分の食生活と比較しながら何をどのくらい食べたらよいかをわかりやすく示したものです。イラストで示されていますので、面倒な学習や栄養計算をしたりといった手間をかけなくても、目で見て「こんなバランスで食べればいいのか」とイメージすることができます。

★実際に食事バランスガイドを使ってみましょう

食事バランスガイドは、食事を「主食」「副菜（ふくさい）」「主菜（しゅさい）」「牛乳・乳製品」「果物」の５つの料理区分に分け、１日に「どの区分を」「いくつ」食べたらいいかという目安を、コマの形のイラストで示しています。食事の量は「一つ」という単位で示されています。例えばある男性会社員が朝食に食パン２枚（主食２つ）と目玉焼き一皿（主菜１つ）、お昼にハンバーグ定食（ごはん一皿が主食２つ、ハンバーグの皿が主菜３つ）を食べたとします。成人男性のふさわしい一日あたりの主菜の量は４～６つです。夕食に鶏肉のから揚げ（主菜３つ）を選ぶと主菜の取りすぎになるため、焼き魚（主菜２つ）を選ぶ、というように活用します。

★コマがバランスよくまわるために

実際にバランスガイドを使ってみると、食べすぎや不足によりコマが傾いてしまうことがあります。たとえば主菜でお肉を食べすぎていて副菜が不足している人は、①肉と魚で迷ったときは魚を選ぶ。②外食では肉料理の割合が多いものは出来るだけさけて、小鉢や惣菜などを複数選ぶ。③お酒を飲むときも、野菜中心のつまみにする。といった工夫でよくまわるコマにする必要があります。

またお菓子やお酒などは「楽しく適度に」というメッセージとともに、「コマのヒモ」として表現されており、量的な目安は明示されていません。しかしこれらを取りすぎてコマのヒモが太くなると、ヒモとしての役割を果たしません。肥満や生活習慣病予防のためにもお菓子類は１日 200Kcal（おせんべい２枚が約 180Kcal）を目安に、お酒は適量（１日あたり日本酒１合程度）を守り、週に２日は休肝日をつくるようにしましょう。

皆さんも健康増進や生活習慣病予防に食事バランスガイドをご活用ください。

医療費控除で税金の一部が戻ります

医療費控除は納めすぎた税金が戻ってくる、お得な制度です。

医療費控除ってどんな制度？

１月から 12 月までの１年間に自己負担分として支払った医療費が一定額（10 万円または総所得金額の 5%のいずれか少ないほう）を超えたとき、税務署に申告すると超えた部分について総所得金額から医療費が控除され、その分にかかっていた税金（所得税）が戻ってくる場合があります。これが医療費控除とよばれる制度です。

控除の対象には、被保険者の医療費だけでなく、家計をともにしている家族の分も含まれます。家計をともにしている家族とは、同居・別居に関係なく「生計を同一にしている」家族のこと。仕送りしている親や、共働き夫婦なども認められます。

どんなふうに手続きするの？

手続きは本人の住所地を管轄する税務署で行います。申告の際には、印鑑、給与の源泉徴収票、保管していた医療機関や薬局が発行した領収証を忘れずに持っていきましょう。

医療費控除の対象となる支出

- 医療機関に支払った治療費・薬剤費
- 治療のための医薬品（市販薬を含む）の購入費
- 通院費用、往診費用
- 歯科の保険外費用
- 入院時の食事療養・生活療養にかかる費用負担
- 妊娠時から産後までの診察と出産費用
- 老人保健施設・療養病床の利用料（介護費・食費・居住費の自己負担分）

…など

医療費控除の対象とならない支出

- 健康診断・人間ドックの費用
- ビタミン剤や消化剤、体力増強剤など、健康増進や病気の予防のための保健薬や健康食品の購入費
- 単に体調を整えるためのマッサージ代

…など

POINT 健康保険の効かない医療費も控除の対象になりますが、すべての支出が医療費控除の対象になるわけではありません。詳しくは、最寄りの税務署へお問い合わせください。

▼インターネットで確定申告がさらに便利に！

申請書作成がわずらわしい、税務署の混雑が嫌い…という方にお薦めなのが自宅からインターネットで確定申告できる国税電子申告・納税システム「e-Tax（イータックス）」を活用してみましょう。書類はパソコン画面でラクラク作成、そして税務署に行かずに申告ができます。詳しくは e－Tax のホームページ（http://www.e-tax.nta.go.jp/）の「確定申告書等作成コーナー」をご参照ください。

住民税も安くなる！？

医療費控除を申請して税金の払い戻しを受けると、翌年の住民税も安くなる可能性があります。また、申告は 5 年前の分までさかのぼってすることができます。医療費の総額をチェックして、ぜひ活用してみてください。

医療費控除額〔最高限度額 200 万円〕 ＝ （1 月から 12 月までに支払った医療費 － 給付金・保険金等） － 10 万円または所得金額の 5%〔いずれか少ないほう〕

健康保険被扶養者確認調書の未提出者は被扶養者の資格の削除を行います

当健康保険組合では、被扶養者資格の再確認を行うため、「被扶養者確認調書」の提出にご協力をお願いしております。

調査確認作業にもとづき、扶養削除される方については事業所への通知を行います。また、未提出者についても被扶養者の資格の削除を行いますので、あらかじめご了承願います。

確認調書提出期限	平成 20 年 1 月 31 日（木）
確認作業期間	平成 19 年 12 月 3 日（月）～ 平成 20 年 2 月 29 日（金）
扶養削除者の事業所への通知	平成 20 年 3 月 14 日（金）

※未提出者については平成 20 年 3 月 31 日付にて削除をいたしますのでご注意ください。

契約保養施設閉館のお知らせ

山中湖 秀山荘

山中湖　秀山荘は、平成 20 年 3 月 30 日をもちまして閉館することとなりました。
組合員の皆様には長らくご利用いただきまして誠にありがとうございました。

公　　告

平成 20 年度の任意継続被保険者の標準報酬月額について

事業所を退職後、個人で任意に引き続き東京織物健康保険組合に加入される方の標準報酬月額は、300,000 円です。

ただし、退職時の標準報酬月額がこの額を下回るときは、退職時の標準報酬月額となります。

平成 20 年 4 月から

新しい高齢者医療制度が創設されます

とくに 75 歳以上の被扶養者がいる方はご承知おきください

平成 20 年 4 月から、これまでの「老人保健制度」が廃止され、新たな高齢者医療制度が創設されます。これに伴い、**75 歳以上の高齢者については、従来の医療保険制度（健康保険など）の被保険者・被扶養者の資格を喪失し、独立した新たな制度である「後期高齢者医療制度」へ移行することになります。**

また、65 ～ 74 歳の高齢者については、従来の医療保険制度に加入したまま、保険者間の医療費負担の財政調整の仕組みが創設されます。

平成 20 年度からの高齢者医療制度

国保・健保組合などに加入	前期高齢者医療制度 加入する医療保険者（健保組合など）に変更はありません	後期高齢者医療制度 75 歳以上および 65 歳以上の寝たきりの人等がすべて加入する新制度
	65 歳	75 歳

■後期高齢者医療制度（独立した医療制度）

○運営主体

都道府県ごとに全市町村が加入する広域連合

○被保険者となる人

75 歳以上の人（誕生日から対象）、65 ～ 74 歳の寝たきり等の人（認定を受けた日から対象）

○患者負担

1 割（現役並み所得者は 3 割）

○保険料

広域連合の区域内では均一の保険料。徴収は市町村が行い、おもに年金から天引きされます。

※年金が年額 18 万円（月額 15,000 円）以上の人は年金から天引き、それ以外の人は直接徴収となります。**なお、これまで保険料を納めてこなかった被扶養者の方は、激変緩和措置として、４月～９月は保険料負担凍結、10 月～翌年３月までは９割軽減されます。また、その後１年間も５割に軽減される予定です。**

○財源構成

患者負担を除き、国が 5 割、健保組合などからの支援金が 4 割、後期高齢者の保険料が 1 割

■前期高齢者医療制度（医療保険者間で財政調整するしくみ）

○調整方法

全国平均の前期高齢者の加入率と比較して、加入率の高い国民健康保険は交付金を受け取り、加入率の低い健康保険組合などが調整金を拠出します。

○患者負担

70 歳未満は 3 割。70 ～ 74 歳は 2 割（現役並み所得者は 3 割）。**ただし、70 ～ 74 歳の方は 4 月～翌年 3 月までの 1 年間は、1 割負担に据え置かれます（すでに 3 割負担をしている方は除く）。**

健保の被保険者が 75 歳になったとき、被扶養者はどうなるの？

健保に加入する被保険者が 75 歳に達すると、健保の被保険者の資格がなくなり、後期高齢者医療制度に加入します。このとき被扶養者であった人も健保の被扶養者資格がなくなりますが、75 歳未満である場合は、75 歳に達するまでは国民健康保険（国保）に加入することになります。

〈例〉

夫	健保の被保険者	後期高齢者医療制度	
	75 歳		
妻	健保の被扶養者	国保へ加入	後期高齢者医療制度
	70 歳	75 歳	

第9回

役に立つ健康診断（健診）の知識

尿酸値（高尿酸血症・痛風）

健康管理センター長
酒井　直美

高尿酸血症は日本人において近年顕著に増加している疾患です。とくに成人男性の頻度は、20%と推定され、30 年前の 3 倍になっています。女性では閉経前が 1%、閉経後で 3 から 5%です。さらに最近の特徴として 20 から 30 歳代の若年者の発症が増加しています。

さらに突然起こる急性の関節炎を伴うと「痛風」と呼びます。片方の足の親指のつけ根に起こることが多く、腫れて強く痛むので、この発作をきっかけに高尿酸血症がみつかることもあります。関節炎は、2 週間ほどで発作が鎮まるとまったく痛みがなくなるのが特徴です。足や膝、肘などの関節にもおこることがあります。

尿酸とは

遺伝子をつくっている核酸の成分である「プリン体」が尿酸の原料です。食べ物に含まれるプリン体と、自分の細胞の遺伝子として持っていたプリン体の両者が、尿酸になって尿として身体から捨てられます。高尿酸血症は、尿酸のつくり過ぎもしくは、尿酸を排泄する仕組みがうまく働かないためにおこるとされています。健康な人は、プリン体を多く含む食品を食べても、尿に排泄される尿酸が増えて調節します。尿酸値は 7mg/dl までが正常値でこれを超えると高尿酸血症と呼びます。

肥満と高尿酸血症

肥満を改善することで尿酸値も正常になる場合が、少なからずあります。関節炎の発作の経験がなく、太り気味のかたは、まず生活を改善してください。全般的なカロリー制限、飲酒量の減量で体重を一ヶ月に 1 から 2 キログラムずつ減らします。さらにプリン体の多い食べ物を減らし、高脂肪の食事を避け、野菜を多くとって、3 ヶ月後の尿酸を測ります。正常になっていれば薬はいりません。体重がもとに戻らないように気をつけましょう。

心・脳血管疾患と尿酸値

高尿酸血症のあるひとでは、虚血性心疾患や脳血管疾患がおきやすいことが疫学的に示されています。一人の患者さんに高血圧・高脂血症と高尿酸血症があることは珍しくありません。いずれも生活習慣の改善をお薬の服薬とともにしていくことが大切です。

痛風発作よりこわい腎障害

関節炎は歩けなくなるほど痛いので、患者さんは必ず治療をします。痛みが治まったらそれで治ったと考えてはいけません。尿酸値は高いままですので、放っておくと腎臓に尿酸の結晶がたまって、腎機能が悪くなり、最後は尿毒症になります。透析を受けないと生きて行けなくなります。腎臓の病気は自覚症状が出てからでは手遅れですから、症状がなくても薬は欠かせません。

クイズ　正しい患者さんは？

A さん：私は痛風なので、いくら・かずのこをひかえています。

B さん：痛風がおこるときは自分でわかるから、その時に薬を飲んでいます。

C さん：痛風になってからは、もつ焼きやとビールとはサヨナラしたんだ。

痛風では、プリン体を多く含む食品を控えます。レバー（肝臓）や腎臓は細胞がぎっしり詰まっており、特にプリン体の多い食品です。ビールはプリン体が多いうえにアルコールが尿酸値を上げる作用をもっていますのですすめられません。いくら・かずのこなどは、水分が多くプリン体はそう多くはありません。

痛風は発作をしのげばいいというのは誤りですね。自己判断での養生はいけませんが、案外このように自己流をつらぬいている患者さんが多く医者泣かせです。よって答えは C。

主な食品とプリン体　200mg ／ 100g を超える食品に注意

食品	総プリン体 (mg/100g)	食品	総プリン体 (mg/100g)
豚レバー	284.76	白米	25.92
鳥レバー	312.24	豆腐	20.19
あん肝（酒蒸し）	399.24	納豆	113.92
豚ロース	90.90	ビール	4 から 7
鳥もも	122.88	地ビール	7 から 17
牛タン	90.45	日本酒	1.21
たらこ	120.66	焼酎（25%）	0.03
かずのこ	21.87	ワイン	0.39
いくら	3.65		

健康に関するご相談は　健康相談室　☎ 03-3661-3917（直通）

発行／東京繊物健康保険組合　〒103-8554　東京都中央区日本橋堀留町1-9-6　☎03-3661-2251（代表）　FAX 03-3663-4078

食べて効く！アジアンタイワン

胃腸がホッと休まるアジアンメニュー

黒酢の効いたスープでかぜ予防 酸辣湯（サンラータン）

黒酢とこしょうで味つけした、すっぱくて辛いスープ。しょうがと長ねぎも入って、体が温まります。

材料（2人分）

たけのこ水煮……60g
きくらげ（乾燥）……8g
しょうが……1片
長ねぎ……20g
卵……1個
香草※……10g
固形コンソメ……1/2個
しょうゆ……小さじ1
片栗粉……小さじ2
水……2カップ
塩……小さじ1/6
黒酢……大さじ2
こしょう……適量
※香草は三つ葉でも代用できます。

作り方

❶たけのこは細切り、きくらげは水で戻し、細切りにする。しょうが、長ねぎはみじん切りにする。
❷鍋に水を沸かし、❶とコンソメを加える。ひと煮立ちしたら、しょうゆ、塩、水とき片栗粉を加える。
❸卵を溶いて流し入れ、黒酢、こしょうで味をととのえる。
❹器に盛り、香草を散らす。

きくらげ

カルシウムの吸収をよくするビタミンDがきのこの中でも抜群に多く含まれています。食物繊維、鉄、カリウムも豊富な健康食材です。

しょうが風味の大人のプリン ジンジャーミルクプリン

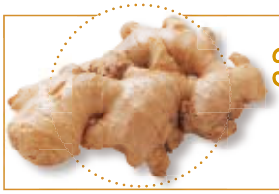
しょうがの凝固作用で固める、やわらかいプリン。しょうがは新鮮なものを使い、おろしてすぐ作るのがコツ。ピリッと辛い、大人の味です。

材料（2人分）

牛乳……1と1/2カップ
砂糖……大さじ2
しょうがのしぼり汁……大さじ2

作り方

❶しょうがのしぼり汁は耐熱の器に大さじ1ずつ入れておく。
❷鍋に牛乳と砂糖を入れ、火にかけ、湯気が立つくらいに温めて沸騰直前に火を止める。
❸❷が熱いうちに手早く❶の器に流し入れ、そのままかき混ぜずに10分間置く。



しょうが

たんぱく質分解酵素を含み、肉をやわらかくする働きがあります。辛み成分のジンゲロンには整腸作用があり、胃腸にやさしい食材です。

●料理制作●
管理栄養士
森野　眞由美
食育と生活習慣病対策の栄養指導・講演を中心に活躍中。年に何度もアジアを訪ね、健康的なアジア料理を日本人向けにアレンジして提案している。

撮影：菅原史子
スタイリング：高木ひろ子