

平成 25 年度

収入支出予算のお知らせ

皆様の大切な保険料のほぼ半分が 高齢者医療制度等へ！

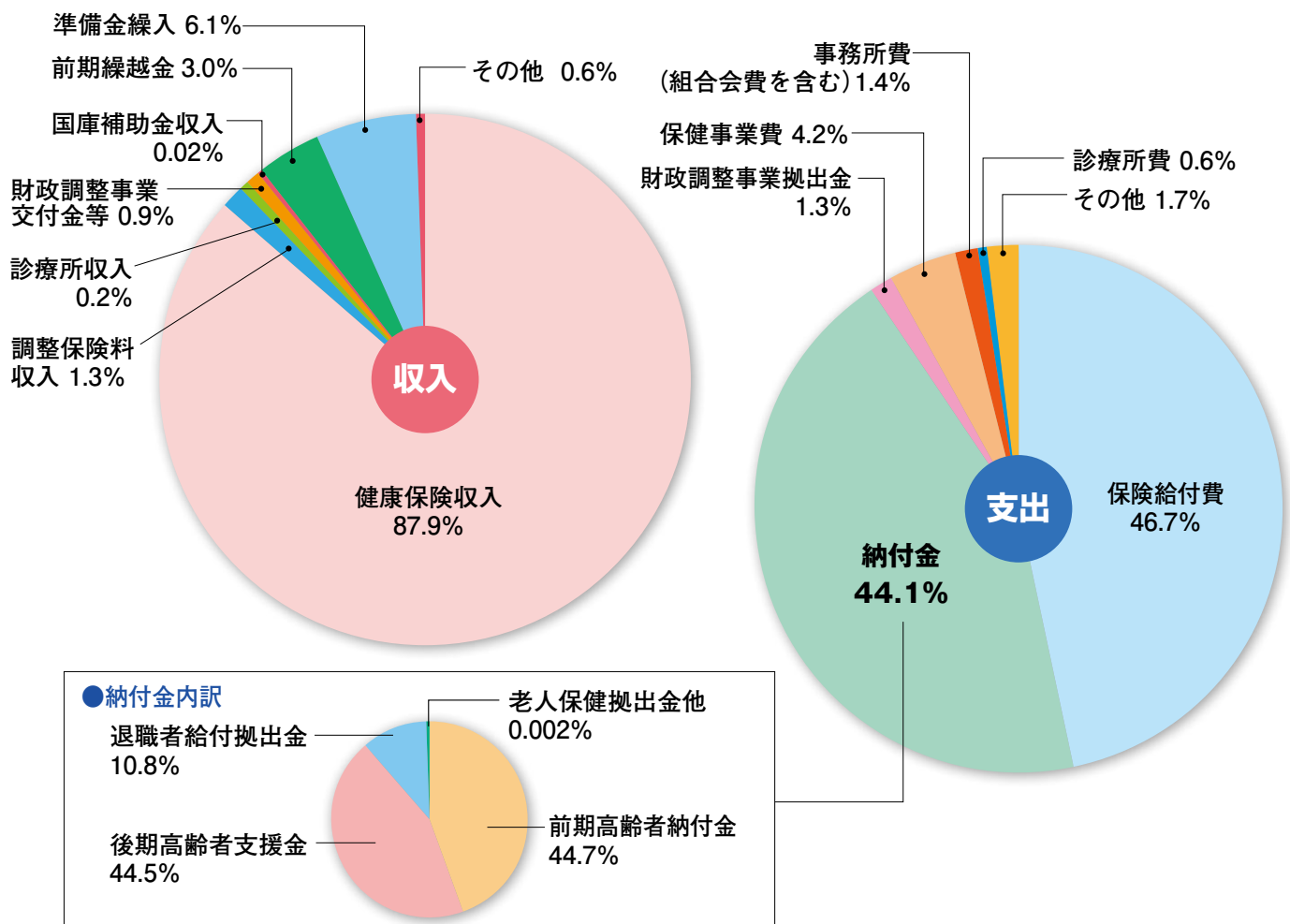
去る2月21日に開催されました平成24年度第2回組合会におきまして、平成25年度収入支出予算が満場一致で可決されました。

年々厳しさを増しておりますが、引き続き健全財政に努めます。

■一般勘定の収入支出予算

健康保険組合を取り巻く環境は年々厳しさを増しております。平成25年度においても経済環境が不透明な中、保険料収入の増加は見込めず、一方の支出面においては、高齢者医療制度への納付金等が急激な高齢化の進行に伴い年々増加しております。

予算額構成割合



特に高齢者医療制度への納付金等は年々大幅な伸びを示し、健康保険組合の財政を大きく圧迫しています。

当組合の平成25年度予算においては、保険料率9.2%を維持して編成しましたが、皆様から納入していただく保険料のほぼ半分以上を納付金等として納めなければならない状況です。

そのため、保険料のみでは支出を賄うことができず、平成24年度の繰越金および準備金を繰り入れて予算編成いたしました。

今後も進む高齢化社会を乗り切るには相互扶助の精神が不可欠ですが、現在の制度下では身の丈以上の負担を強いられると同時に、その納付金等の計算方法により、各健康保険組合間で負担割合の格差が生じていることも否めません。

今後も健康保険組合連合会を通じて負担の公平性を訴え、納得して助け合える制度になるよう要請してまいります。

当組合では、健康診断、健康づくり事業等に注力し、皆様の健康を維持していただくことにより医療費の低減に繋げることが、健康保険組合の最大のメリット事業であると考えております。

また、ジェネリック医薬品促進事業をより強化し、少しでも組合員の皆様のご負担を軽減できるよう努めてまいります。

今後とも健康に留意され、当健康保険組合の事業運営につきまして、ご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

■介護勘定の収入支出予算

介護勘定についても一般勘定と同様の理由により、介護納付金の額が増加しております。

平成25年度予算は、現状の介護保険料率1.8%を維持しますが、準備金を繰り入れて予算編成いたしました。

一般勘定（健康保険分）収支表

収入の部

科 目	予算額(千円)
健康保険収入	17,420,868
調整保険料収入	250,506
診療所収入	32,921
財政調整事業交付金等	185,941
国庫補助金収入	3,517
前期繰越金	600,000
準備金繰入	1,200,000
その他	119,094
収入合計	19,812,847

支出の部

科 目	予算額(千円)
保険給付費	9,261,479
納付金	8,727,756
財政調整事業拠出金	250,507
保健事業費	826,509
事務所費（組合会費を含む）	282,838
診療所費	117,982
その他	345,776
支出合計	19,812,847

介護勘定（介護保険分）収支表

収入の部

科 目	予算額(千円)
介護保険収入	1,560,990
準備金繰入	50,000
その他	2
収入合計	1,610,992

支出の部

科 目	予算額(千円)
介護納付金	1,590,101
還付金	500
準備金	20,391
支出合計	1,610,992

平成25年度における 当健康保険組合の主要事業について

昨年度に引き続き保険料率の変更はありません。

一般保険料率は平成25年度(4月納付分より)も9.2%です。
介護保険料率は平成25年度(4月納付分より)も1.8%です。

年間を通じて
行います



健康診断

当組合健康管理センター、健診委託医療機関、健康診断補助金制度
本誌12ページをご参照ください。

健康相談

当組合健康相談室にて、無料で健康相談を行っています。
本誌14ページをご参照ください。

脳検査 本誌5ページをご参照ください。

ファミリー健康相談及びメンタルヘルスカウンセリング
専用ダイヤルでご案内しています。

専用ダイヤル **0120-933396** (無料)

ファミリーハイキング

春号では4,500名、秋号では1,000名と2回に分けて募集いたします。
本誌21～23ページをご参照ください。



契約保養施設宿泊補助 本誌17ページをご参照ください。

コナミスポーツクラブ

全国の施設をお得にご利用できます。
当組合のホームページをご覧ください。秋号で詳しくご案内いたします。

Webウォーキング 冬号で募集を行います。

年4回行います

広報誌「VISPO」 4月、7月、10月、1月に事業所へ配送いたします。

医療費のお知らせ 3月、6月、9月、12月に事業所へ配送いたします。

年2回行います

ジェネリック医薬品促進通知

ジェネリック医薬品利用促進のお知らせをお送りします。
事業所を訪問してのご案内もいたします。

6月に行います

算定講習会

算定基礎届・賞与支払届等について担当者の皆様に詳しくご案内いたします。
本誌7ページをご参照ください。

7.8月に行います

プール割引利用券 夏号で詳しくご案内いたします。

10月～12月
行います

インフルエンザ予防接種

インフルエンザ予防接種と予防接種補助金制度を実施いたします。
秋号で詳しくご案内いたします。

新規事業

脳検査のご案内

当組合が加盟する東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）が実施している「脳検査」事業につきまして、平成25年4月1日より参加することといたしましたのでお知らせいたします。

脳梗塞やくも膜下出血などの脳卒中は、自覚症状や前兆がほとんどなく、ある日突然おこります。脳検査では、脳や血管の状態を早期（無症状）のうちに詳しく調べることができます。予防・早期発見のために、しっかりチェックしましょう。

◆脳検査の実施方法

高性能MR装置によるMRI検査およびMRA検査

☆ MRI 検査

脳の断面画像を映し出す検査です。脳梗塞や出血、脳腫瘍などを見つけることができます。

☆ MRA 検査

血管を立体画像として映し出す検査です。動脈硬化で細くなっている血管や、くも膜下出血の原因となる動脈瘤を発見することができます。



◆予約および申し込み方法

あらかじめ契約医療機関に電話で検査日の予約をしてください。

なお、予約の際は保険証をご用意のうえ、「東振協脳検査」とお伝えください。また、受診するときは、保険証を窓口へ提出してください。

◆対象者

当組合の被保険者および被扶養者
※年齢制限はありません。

◆契約検査機関および検査費用

全国80カ所以上の医療機関で受診できます。
料金は医療機関によって異なります。
詳しくは東振協ホームページでご確認ください。
※当組合からの補助額はありません。

◆脳検査のご利用にあたっての注意事項

- ①心臓ペースメーカーを身につけている方、脳動脈瘤のクリッピング術をされた方は受診できませんのでご了承ください。
- ②体内に金属が入っている方や薬を服用している方なども受診できない場合がありますので、希望される契約医療機関にお尋ねください。

『健康友の会』のご案内

東振協では、健康保険組合の被保険者であった方およびその配偶者の方（原則55歳以上）を対象に、就労時代と同様な健康体力づくりを目的として、新たに「健康友の会」事業を開始することとなりましたのでお知らせいたします。

◆主な事業

- ①シルバー健診 全国500余りの健診機関と契約
- ②各種割引制度 日帰り温泉施設約500カ所と契約
- ③健康保険組合が運営する保養所の利用
- ④その他



◆詳しくは東振協ホームページをご覧ください

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

脳検査についてのお問合せ

☎ 03 - 3626 - 7504 東振協（代表）

健康友の会についてのお問合せ

☎ 03 - 5825 - 7715

東京織物健康保険組合保険料額表

	事業主負担率	被保険者負担率	計
一般保険料率（調整保険料率含む）	4.6%	4.6%	9.2%
介護保険料率	0.9%	0.9%	1.8%

一般：平成 25.3.1 改正

調整：平成 23.3.1 改正

介護：平成 22.3.1 改正

等級	標準報酬		報酬月額		一般保険料月額			介護保険料月額			一般保険料 + 介護保険料		
	月額	日額			事業主	被保険者	計	事業主	被保険者	計	事業主	被保険者	総合計
	円	円	円	円	円	円	円	円	円	円	円	円	円
1	58,000	1,930		63,000 未満	2,668	2,668	5,336	522	522	1,044	3,190	3,190	6,380
2	68,000	2,270	63,000 以上	73,000 未満	3,128	3,128	6,256	612	612	1,224	3,740	3,740	7,480
3	78,000	2,600	73,000 以上	83,000 未満	3,588	3,588	7,176	702	702	1,404	4,290	4,290	8,580
4	88,000	2,930	83,000 以上	93,000 未満	4,048	4,048	8,096	792	792	1,584	4,840	4,840	9,680
5	98,000	3,270	93,000 以上	101,000 未満	4,508	4,508	9,016	882	882	1,764	5,390	5,390	10,780
6	104,000	3,470	101,000 以上	107,000 未満	4,784	4,784	9,568	936	936	1,872	5,720	5,720	11,440
7	110,000	3,670	107,000 以上	114,000 未満	5,060	5,060	10,120	990	990	1,980	6,050	6,050	12,100
8	118,000	3,930	114,000 以上	122,000 未満	5,428	5,428	10,856	1,062	1,062	2,124	6,490	6,490	12,980
9	126,000	4,200	122,000 以上	130,000 未満	5,796	5,796	11,592	1,134	1,134	2,268	6,930	6,930	13,860
10	134,000	4,470	130,000 以上	138,000 未満	6,164	6,164	12,328	1,206	1,206	2,412	7,370	7,370	14,740
11	142,000	4,730	138,000 以上	146,000 未満	6,532	6,532	13,064	1,278	1,278	2,556	7,810	7,810	15,620
12	150,000	5,000	146,000 以上	155,000 未満	6,900	6,900	13,800	1,350	1,350	2,700	8,250	8,250	16,500
13	160,000	5,330	155,000 以上	165,000 未満	7,360	7,360	14,720	1,440	1,440	2,880	8,800	8,800	17,600
14	170,000	5,670	165,000 以上	175,000 未満	7,820	7,820	15,640	1,530	1,530	3,060	9,350	9,350	18,700
15	180,000	6,000	175,000 以上	185,000 未満	8,280	8,280	16,560	1,620	1,620	3,240	9,900	9,900	19,800
16	190,000	6,330	185,000 以上	195,000 未満	8,740	8,740	17,480	1,710	1,710	3,420	10,450	10,450	20,900
17	200,000	6,670	195,000 以上	210,000 未満	9,200	9,200	18,400	1,800	1,800	3,600	11,000	11,000	22,000
18	220,000	7,330	210,000 以上	230,000 未満	10,120	10,120	20,240	1,980	1,980	3,960	12,100	12,100	24,200
19	240,000	8,000	230,000 以上	250,000 未満	11,040	11,040	22,080	2,160	2,160	4,320	13,200	13,200	26,400
20	260,000	8,670	250,000 以上	270,000 未満	11,960	11,960	23,920	2,340	2,340	4,680	14,300	14,300	28,600
21	280,000	9,330	270,000 以上	290,000 未満	12,880	12,880	25,760	2,520	2,520	5,040	15,400	15,400	30,800
22	300,000	10,000	290,000 以上	310,000 未満	13,800	13,800	27,600	2,700	2,700	5,400	16,500	16,500	33,000
23	320,000	10,670	310,000 以上	330,000 未満	14,720	14,720	29,440	2,880	2,880	5,760	17,600	17,600	35,200
24	340,000	11,330	330,000 以上	350,000 未満	15,640	15,640	31,280	3,060	3,060	6,120	18,700	18,700	37,400
25	360,000	12,000	350,000 以上	370,000 未満	16,560	16,560	33,120	3,240	3,240	6,480	19,800	19,800	39,600
26	380,000	12,670	370,000 以上	395,000 未満	17,480	17,480	34,960	3,420	3,420	6,840	20,900	20,900	41,800
27	410,000	13,670	395,000 以上	425,000 未満	18,860	18,860	37,720	3,690	3,690	7,380	22,550	22,550	45,100
28	440,000	14,670	425,000 以上	455,000 未満	20,240	20,240	40,480	3,960	3,960	7,920	24,200	24,200	48,400
29	470,000	15,670	455,000 以上	485,000 未満	21,620	21,620	43,240	4,230	4,230	8,460	25,850	25,850	51,700
30	500,000	16,670	485,000 以上	515,000 未満	23,000	23,000	46,000	4,500	4,500	9,000	27,500	27,500	55,000
31	530,000	17,670	515,000 以上	545,000 未満	24,380	24,380	48,760	4,770	4,770	9,540	29,150	29,150	58,300
32	560,000	18,670	545,000 以上	575,000 未満	25,760	25,760	51,520	5,040	5,040	10,080	30,800	30,800	61,600
33	590,000	19,670	575,000 以上	605,000 未満	27,140	27,140	54,280	5,310	5,310	10,620	32,450	32,450	64,900
34	620,000	20,670	605,000 以上	635,000 未満	28,520	28,520	57,040	5,580	5,580	11,160	34,100	34,100	68,200
35	650,000	21,670	635,000 以上	665,000 未満	29,900	29,900	59,800	5,850	5,850	11,700	35,750	35,750	71,500
36	680,000	22,670	665,000 以上	695,000 未満	31,280	31,280	62,560	6,120	6,120	12,240	37,400	37,400	74,800
37	710,000	23,670	695,000 以上	730,000 未満	32,660	32,660	65,320	6,390	6,390	12,780	39,050	39,050	78,100
38	750,000	25,000	730,000 以上	770,000 未満	34,500	34,500	69,000	6,750	6,750	13,500	41,250	41,250	82,500
39	790,000	26,330	770,000 以上	810,000 未満	36,340	36,340	72,680	7,110	7,110	14,220	43,450	43,450	86,900
40	830,000	27,670	810,000 以上	855,000 未満	38,180	38,180	76,360	7,470	7,470	14,940	45,650	45,650	91,300
41	880,000	29,330	855,000 以上	905,000 未満	40,480	40,480	80,960	7,920	7,920	15,840	48,400	48,400	96,800
42	930,000	31,000	905,000 以上	955,000 未満	42,780	42,780	85,560	8,370	8,370	16,740	51,150	51,150	102,300
43	980,000	32,670	955,000 以上	1,005,000 未満	45,080	45,080	90,160	8,820	8,820	17,640	53,900	53,900	107,800
44	1,030,000	34,330	1,005,000 以上	1,055,000 未満	47,380	47,380	94,760	9,270	9,270	18,540	56,650	56,650	113,300
45	1,090,000	36,330	1,055,000 以上	1,115,000 未満	50,140	50,140	100,280	9,810	9,810	19,620	59,950	59,950	119,900
46	1,150,000	38,330	1,115,000 以上	1,175,000 未満	52,900	52,900	105,800	10,350	10,350	20,700	63,250	63,250	126,500
47	1,210,000	40,330	1,175,000 以上		55,660	55,660	111,320	10,890	10,890	21,780	66,550	66,550	133,100

※健康保険料率9.2%（内訳：基本保険料4.47%、特定保険料4.60%、調整保険料0.13%）

※基本保険料は、医療費、健診事業など加入者の皆様の給付に充てる保険料です。特定保険料は、高齢者医療制度等への納付金に充てる保険料です。調整保険料は、全国健康保険組合間で財政調整を行うための事業に充てる保険料です。

※65歳以上及び39歳以下の被保険者は一般保険料のみが徴収されます。

※介護保険料は40歳以上65歳未満の人について、一般保険料に上乗せして徴収されます。

東京織物健康保険組合

☎03-3661-2251

ホームページアドレス

www.kenpokumiai.or.jp

電子メールアドレス

orimonokenpo@kenpokumiai.or.jp

平成25年度

算定講習会開催のお知らせ

平成25年度算定基礎届講習会を下記のとおり開催いたします。
健康保険事務担当者の方はぜひご参加くださいますようお願いいたします。



開催日時

平成25年6月6日(木) 13時30分～15時30分

会場

中央区立日本橋公会堂 4階ホール
(日本橋区民センター内)中央区日本橋蛸殻町1-31-1

講習内容

- ▶健康保険組合並びに厚生年金基金の概況について
- ▶算定基礎届並びに月額変更届について

ご案内文書は5月上旬頃の発送予定です。

※講習会終了後に講演会を予定しております。

賞与等が支払われたとき

賞与(期末手当、決算手当などその名称を問いません)を支払ったときは、「賞与支払届」及び「賞与支払届総括表」を当組合までご提出くださいますようお願いいたします。

また、賞与支払予定月に賞与の支払いがなかった

場合においても「賞与支払届総括表」のみ必ずご提出ください。

なお、給与規定等で年4回以上支給が定められている賞与は、「報酬」となりますので、通常支払われる給与の報酬に含めて届出をすることになります。

＜提出していただくもの＞

○賞与支払届 ○賞与支払届総括表

＜標準賞与額の決め方＞

○標準賞与額とは、各被保険者に支給される実際の賞与額から1,000円未満を切り捨てた額をいいます。また、標準賞与額には上限が設定されています。

健康保険	上限: 年度累計(4月から翌年3月)で540万円
厚生年金保険	上限: 1カ月につき150万円

※標準賞与額にかかる保険料率は毎月の保険料率と同じです。
一般保険料率 9.2% 介護保険料率 1.8%
(事業主、被保険者2分の1ずつのご負担です。)

任意継続被保険者の皆様へ

○月

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

保険料
納付期日

毎月の任意継続保険料は
その月の10日までに
納付してください。

☆納付期日(毎月その月の10日)が土・日・祝日にあたる場合は翌日の金融機関営業日となります。

☆納付期日までに保険料を納付されない場合は、**任意継続被保険者の資格を喪失**します。

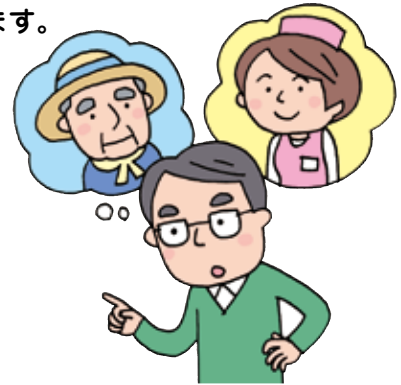
〈お問合せ先〉 適用課 ☎ 03 - 3661 - 2254

被扶養者確認調書の ご提出ありがとうございました

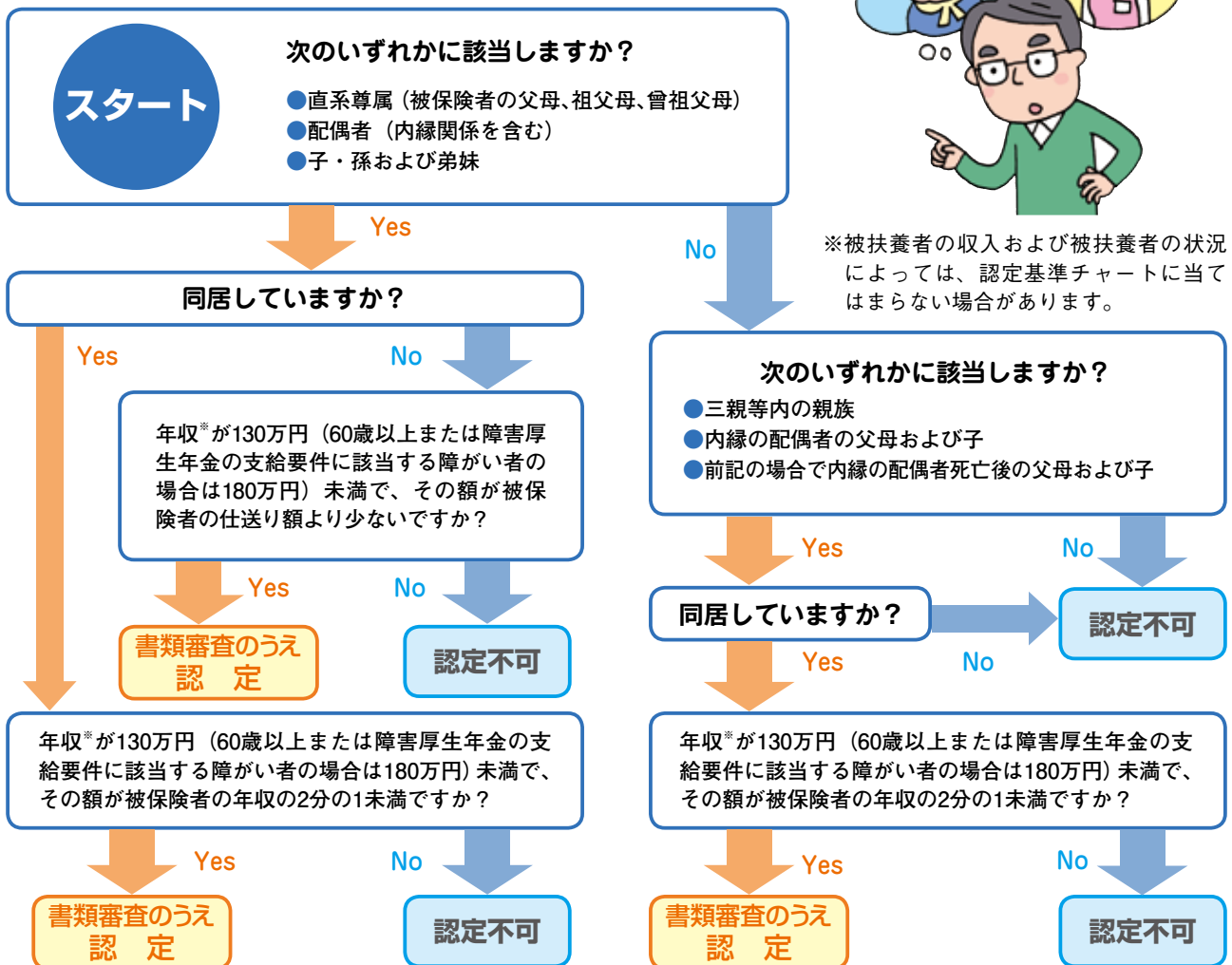
平成24年度被扶養者確認調書のご提出につきましては、事業主、事務担当者の皆様にご協力いただきましてありがとうございました。

被扶養者確認調書は(被扶養者認定基準)に基づき、組合財政ならびに保険給付の適正化のために、毎年度実施させていただいております。

今後ご理解、ご協力をよろしくお願い申し上げます。



〈被扶養者認定基準〉



※被扶養者の収入および被扶養者の状況によっては、認定基準チャートに当てはまらない場合があります。

※年収とは…過去における収入のことではなく、被扶養者に該当する時点及び認定された日以降の年間の見込み収入額のことをいいます。

- ①給与所得等の収入がある場合、月額108,334円（150,000円）未満
- ②雇用保険等の受給者である場合、日額3,612円（5,000円）未満

■ 年収の基準となる収入となるもの

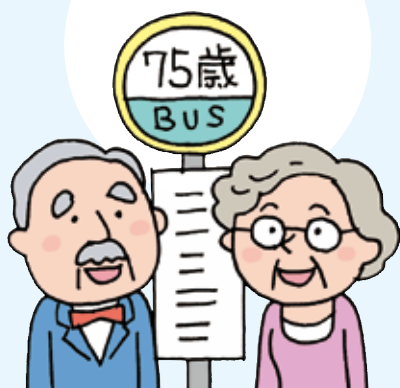
- ①各種年金等（国民年金・共済年金・厚生年金・障害年金・遺族年金・企業年金・確定年金・国民年金基金等）で、税金、保険料控除前の年金額
- ②パート・アルバイト等の税金控除前の総給与収入
- ③事業収入*（自家営業、農業、漁業、林業等）
- ④不動産収入等
- ⑤株の配当金収入等

※事業収入の範囲について

「確定申告書の収入金額等からその事業のために直接的必要経費を差し引いた残りの収入」とされますが、間接的経費（例：減価償却費、青色申告特別控除、交際費、福利厚生費等）は収入額から差し引きません。

〈お問合せ先〉 適用課 ☎ 03 - 3661 - 2254

①被扶養者が75歳になり
後期高齢者に該当したとき



④被扶養者が年収※130万円（60歳以上または障害厚生年金の支給要件に該当する障がい者の場合は180万円）以上となった、または被保険者の収入の1/2以上の収入となったとき



他の医療保険、または国民健康保険に加入します。年金をもらうようになったり、不動産収入等があるときは注意してください。

※年収とは…過去における収入のことではなく、被扶養者に該当する時点及び認定された日以降の年間の見込み収入額のことをいいます。

⑦同居しなければ被扶養者となれない
親族が被保険者と別居したとき
（義父母、兄姉、など）



被扶養者からはずれるときは どんなときですか？

②被扶養者が
就職したとき



勤務先の医療保険に被保険者として加入します。

③被扶養者が結婚して、
結婚相手に扶養されるとき



扶養からはずれて結婚相手の医療保険に被扶養者として加入します。

⑤被扶養者が被保険者と離婚したとき



⑥被扶養者が
死亡したとき



⑧被保険者が別居の被扶養者への仕送りをやめたとき、または仕送り額が被扶養者の収入を上回らなくなったとき

お願い

被扶養者からはずれる方がいるとき、5日以内に事業主経由で健康保険組合まで**保険証**を添付の上で「被扶養者（異動）届」を提出してください。

「扶養に関する現況書」が新しくなりました！

平成 25 年 4 月 1 日より、被扶養者の方の認定を迅速に行うため、現況書の内容を変更いたしました。お手順をおかけいたしますが、異動届ご提出の際に添付いただきますようご理解ご協力をお願いいたします。

なお、「扶養に関する現況書」は当組合ホームページよりダウンロードできます。

〈表〉

《記入例》 扶養に関する現況書 (表) 東京建物健康保険組合

この現況書は被扶養者認定の生計維持関係の確認資料となりますので、必ず事実をご記入ください。認定後の事実と相違があった場合は、認定時に誤って被扶養者の資格が取り消しとなる場合もあります。記入された個人情報等は、扶養認定の審査に用いられ、開示いたしません。

【Ⅰ. 被扶養者の現況】 ※次の1～3までの該当箇所へご記入願います。①

1. 被扶養者氏名

記号・番号	被扶養者氏名	住 所	配偶者(表) 姓
9999-1234	健康 太郎	東京都中央区日本橋〇-〇-〇	氏名(約 1,500,000 円)

2. 被扶養者の収入

1ヶ月給与(月額: 約 200,000 円) 賞与額(年額: 約 500,000 円)

3. 別居している方を扶養申請する場合(別居世帯主身分の続柄を重視しない性良親を通行)

(1) 世帯主親を扶養申請書に添付していますか? ①添付している(月額: 約 円 年額: 約 円) ②添付していない

(2) 世帯主親を扶養申請書に添付している方がいますか? ①申請書添付済 ②他の世帯主親(人数: 人、続柄:)

【Ⅱ. 被扶養者の現況】 ※次の1～3までの該当箇所へご記入願います。②

1. 被扶養者とする方の氏名及び扶養に至った事由

〈裏〉

《記入例》

1. 年間収入(税金が控除される前の総収入額)について該当するものをすべてご記入ください。※収入総額証明書が必要です。

① パート・アルバイトなどの給与収入(年額: 約 円) ⇒ 最近の給与明細書等(3ヶ月分)を添付

② 年金収入(厚生・国民・共済) ⇒ それぞれ最近の年金払込票等(3ヶ月分)を添付

③ 退職年金(年額: 約 円) 遺族年金(年額: 約 円) 遺族年金(年額: 約 円)

④ その他の年金(年金基金、確定年金など)(年額: 約 円)

⑤ 自営事業収入(年額: 約 円) ⇒ 確定申告書及び収支内訳書の写しを添付

⑥ 不動産所得(年額: 約 円) ⇒ 課税(非課税)証明書を添付

⑦ その他の収入(離婚金のある収入など)(年額: 約 円) ⇒ 非課税・課税証明書を添付

⑧ 無収入 ⇒ 非課税証明書を添付

⑨ 一定の合計年額: 約 円

2. 退職(※①～⑧のいずれか)に際する申請の場合は、下記(1)～(3)の該当する項目を〇で囲んでください。

退職年月日: 平成 25 年 8 月 1 日 退職理由: 自己都合退職

(1) 雇用保険の失業給付の受給について

① 雇用保険の失業給付の受給期間中に受給した() ② 受給期間中に受給しなかった()

③ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

④ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑤ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑥ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑦ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑧ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑨ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑩ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑪ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑫ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑬ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑭ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑮ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑯ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑰ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑱ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑲ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

⑳ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉑ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉒ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉓ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉔ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉕ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉖ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉗ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉘ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉙ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉚ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉛ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉜ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉝ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉞ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㉟ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊱ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊲ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊳ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊴ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊵ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊶ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊷ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊸ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊹ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊺ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊻ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊼ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊽ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊾ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

㊿ 受給期間中に受給しなかったが、受給期間中に受給した()

✳ 平成 25 年 4 月からの定年等再雇用の ✳ 同日得喪取り扱いについて

定年等により退職した方が、1日の空白もなく同一の事業所において引き続き再雇用された場合は、被保険者資格を継続することになります。

ただし次の2つの条件を満たす場合は、被保険者資格の取得と喪失を同時に行う「同日得喪」の特例が適用されます。

- 1、60歳以上の方(平成25年3月までは、老齢厚生年金の受給権者)
- 2、退職した後引き続き再雇用される場合

この特例は、従来「老齢厚生年金の年金を受給できる方」のみの特例でしたが、平成25年4月より特別支給の老齢厚生年金の支給開始年齢が引き上げられることに伴い「60歳以上の定年等再雇用された方」と変更されました。

改正前

平成 25 年 3 月まで

特別支給の老齢厚生年金(報酬比例部分を含む)の受給権者であって、退職後継続して再雇用される方

改正後

平成 25 年 4 月より

60 歳以上の方で、退職後継続して再雇用される方

✳ 70～74歳の一部負担金の見直しが凍結されます ✳ (平成25年4月から平成26年3月31日まで)

70～74歳の方の一部負担金について、平成20年4月1日から2割負担に見直すこととされていましたが、毎年度1割負担に据え置かれており、平成25年度(平成25年4月1日から平成26年3月31日まで)においても、同様の凍結措置を継続します。

〈お問合せ先〉 適用課 ☎ 03 - 3661 - 2254

はり・きゅう

一定の要件を満たさないと、 健康保険はつかえません

以下の要件に該当する方が健康保険の対象となります

① 対象となる病気

- 神経痛
- リウマチ
- 五十肩
- 頸腕症候群
- 腰痛症
- 頸椎捻挫後遺症



② 医療機関で治療を続けたにも関わらず回復しないこと。

③ はり・きゅうの施術に医師の同意があること。

● 上記①～③に該当しており、医療費を全額（10割）負担した方は…

手続き方法

「療養費支給申請書」に必要事項を記入し、医師の施術同意書、施術内容証明書、領収書を添えて申請してください。

※「療養費支給申請書」は当組合ホームページよりダウンロードできます。

施術内容の照会にご協力ください

当組合では、はり・きゅうにかかった施術内容について不明な点がある場合は、皆様に照会させていただいています。照会文書が届きましたら、すみやかにご回答くださるようお願いいたします。

なお、回答いただいた内容については、医療費適正化の目的以外には使用いたしません。



ご注意ください！

医療機関での治療との重複受診はできません

医師がはり・きゅうの施術を受けることに同意していても、はり・きゅうと並行して医療機関で同じ傷病の治療を受けることはできません。医師から薬やシップを処方された場合も治療行為となり、はり・きゅうの施術は健康保険扱いとはなりません。

定期的に医師の同意が必要です

療養費の申請には3カ月ごとに医師の同意を受ける必要があります。

平成 25 年度

健康診断について

当組合では下記のとおり健康診断を実施しております。

健康診断は、病気の早期発見や健康状態の把握、生活習慣病などを予防するうえでのアドバイスを得ることができます。

■組合健康管理センター（健保会館で受診を希望される方）

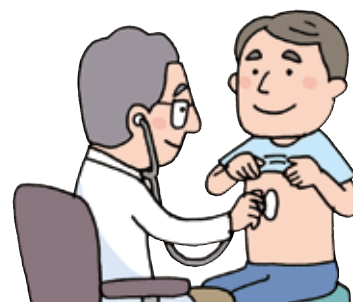
健診名	若年層健診	人間ドック (特定健診の検査項目を含む)
対象者	35歳未満の被保険者 (昭和54年4月1日以降生まれ)	35歳以上の被保険者・被扶養者 (昭和54年3月31日以前生まれ)
自己負担金	被保険者 無料	被保険者 無料／被扶養者 3,000円
申込方法	会社のご担当者を通じて、申込用紙に必要事項を記入のうえ健康管理課までFAXまたはご郵送ください。任意継続被保険者の方は組合へ直接お申込ください。	

■健診委託医療機関（健保会館で受診できない方）

健診名	若年層健診	生活習慣病予防健診 (特定健診の検査項目を含む)
対象者	35歳未満の被保険者 (昭和54年4月1日以降生まれ)	35歳以上の被保険者・被扶養者 (昭和54年3月31日以前生まれ)
自己負担金	被保険者 無料	被保険者 無料／被扶養者 2,100円
申込方法	① 受診希望先の健診委託医療機関に組合名を告げて直接お申込ください。 ② 生活習慣病予防健診は予約後に申込書を医療機関にFAXまたはご郵送ください。 ※受診日に「健康保険証」を必ず持参してください。(被扶養者の方は2,100円を健診会場にて支払。)	

■健康診断補助金制度（健診委託医療機関で受診できない方）

支給要件	① 最寄に健診委託医療機関がない方 ② 年度内において当組合の健診制度を初めて受診される方 ③ 年度内に40歳以上の方は必ず特定健診項目を含んでいること
支給限度額	年度内1回 35歳以上の被保険者・被扶養者 20,000円まで 35歳未満の被保険者 5,000円まで
申請方法	① 健診受診後3カ月以内に健康管理課へ必要事項を記入のうえ申請してください。 ② 必要な書類は「健康診断補助金申請書」・「健康診断結果票」(写)・領収書(原本) ※特定健診該当者(40歳以上の方)は別途「特定健康診査【質問票】」が必要です。



●東振協

(春・秋季婦人生活習慣病予防健診)

(35歳以上女性のみ)

春季婦人健診の申込は終了いたしました。

秋季婦人健診の申込につきましては、7月頃事業所にご案内いたします。

●75歳以上の皆様へ

後期高齢者医療制度加入により当組合の被保険者資格を喪失された方で、継続して会社に勤務されている場合に限り、現行どおり健診を受けていただけます。

●任意継続被保険者の皆様へ

当組合の健診制度をご利用されての健康診断は、在職中も含めて年度で1度(平成25年4月1日から平成26年3月31日までに1回のみ)の受診となっております。

また、健康保険の資格がなくなると受診できなくなりますので、ご注意ください。

年度内に1回は必ず健康診断を受診しましょう

実施機関		東京織物健康保険組合 健康管理センター			委託医療機関			東振協		補助金				
実施回数		いずれかの健診を年度内（4月～翌年3月）に1回のみ												
コース名称		人間ドック		若年層健診	生活習慣病 予防健診	家族健診	若年層 健診	春・秋 婦人生活習慣病予防健診		左記を利用できない場合				
対象者		35歳以上	35歳以上	35歳未満	35歳以上	35歳以上	35歳未満	35歳以上女性		35歳以上	35歳以上	35歳未満		
		被保険者	被扶養者	被保険者	被保険者	被扶養者	被保険者	被保険者	被扶養者	被保険者	被扶養者	被保険者		
一部負担金		無料	3,000円	無料	無料	2,100円	無料	無料	2,100円	支給上限	20,000円	支給上限 5,000円		
計測	身長	○		○	○		○	○		○				
	体重	○		○	○		○	○		○				
	BMI	○		○	○		○	○		○				
	腹囲	○		—	○		—	○		○				
視力検査		○		○	○		○	○		—				
聴力検査		○		○	○		○	○（被保険者のみ）		—				
血圧測定		○		○	○		○	○		○				
診察		○		○	○		○	○		○				
尿検査		○		○	○		○	○		○				
胸部X線検査		○		○	○		○	○		—				
胃部検査		○		—	○		—	○		—				
血液 検査	脂質検査	○		○	○		○	○		○				
	肝機能検査	○		○	○		○	○		○				
	腎機能検査	○		—	○		—	○		—				
	糖代謝検査	○		○	○		○	○		○				
	尿酸	○		—	○		—	○		—				
	血液一般検査	○		○	○		○	○		—				
心電図検査		○		—	○		—	○		—				
腹部超音波検査		○ 男性		—	—		—	—		40歳以上の被保険者・被扶養者の方は上記検査項目を必ずご受診ください。その他の検査項目の指定はありませんので、受診先の病院とご相談ください。また、35歳から40歳未満の被保険者・被扶養者の方、35歳未満の被保険者の方は指定項目はありませんのでご自由にご受診ください。				
		△ 女性												
乳がん検査		○		—	—		—	○						
眼底検査		○		—	—		—	—						
大腸がん検査		○		—	○		—	○						
子宮頸がん検査		○		—	○		—	○						
前立腺がん検査		○男性 50歳以上のみ （△ 50歳未満）		—	—		—	—						
骨密度検査		○女性 50歳以上のみ （△ 50歳未満）		—	—		—	—						
肝炎ウイルス検査		△		△	—		—	—						
血液型検査		△		△	—		—	—						

※△はオプションにつき費用が別途かかります。

〈お問合せ先〉 健康管理課 ☎ 03-3661-2257

健康相談室 のご案内

当組合の健康相談室では保健師
による健康相談を行っています。

ご自身の健康について気になる
ことがございましたら、お気軽に
ご利用ください。

* 内容は

健診の結果説明や受診
先のご案内、生活習慣
の改善のためのアド
バイスなどを行ってあり
ます。

* 費用は 無料です。

* 対象は
当組合の被保険者
および被扶養者

* 利用方法は
9:00 ~ 12:00 (要予約)
13:00 ~ 16:00
(予約の必要はありません)

東京都中央区日本橋掘留町 1-9-6
東織健保会館 3 階健康相談室に
お越しください。



* どういう相談が あるの？

健診結果の見方が
わからない

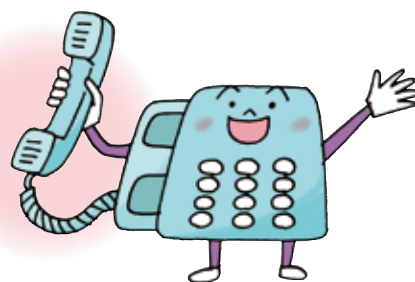
病院を受診したいけれど、
どの科を受診したらよい
かわからない

血圧を測定して
ほしい

なお、各種健康教室（糖尿病教室、新入社員健康教室など）
や事業所訪問を実施し、健康相談やジェネリック医薬品普及
の一層の充実に努めています。

ご希望の場合は下記までお問合せください。

お電話での健康相談、お問合せは 9:00 ~ 17:00 まで
お受しています。



〈お問合せ先〉 健康相談室 ☎ 03-3661-3917

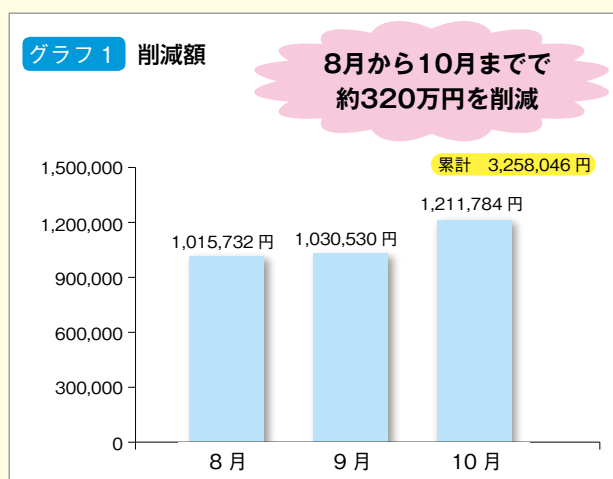
ジェネリック医薬品の利用促進にご協力をお願いします



当組合では、厳しい財政状況を少しでも改善するため、ジェネリック医薬品の普及に取り組んでいます。

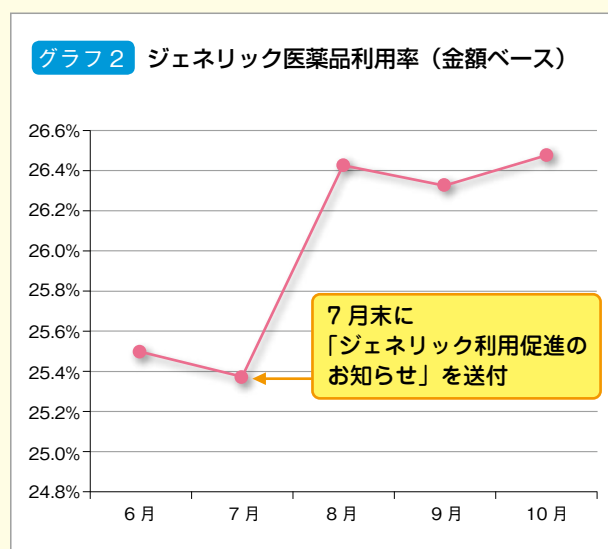
その一環としてジェネリック医薬品に切り替えた場合の削減額を表示した「ジェネリック医薬品のお知らせ」を年2回お送りし、みなさまにご協力をお願いしています。

- ①8月～10月では、「ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ」をお送りした被保険者・被扶養者5,073人のうち、1,459人（約28.76%）の方がジェネリック医薬品に切り替えていただきました。（グラフ1）



（参考）総薬剤費（10月）27,662,140円

- ②みなさまのご協力により、ジェネリック医薬品の利用率が徐々に増えています。（グラフ2）



切り替えによる削減額は、わずか3カ月で320万円以上になりました。
3カ月ですので、1年に換算すると1,200万円以上の効果が見込めます。

引き続きご協力お願いいたします。

ジェネリック医薬品の効き目は新薬と同等です

ジェネリックが安いのは、
効き目や安全性が劣るからではありません！

新薬がジェネリックより高いのは、研究や開発に多くの時間や費用がかかっているからです。そのため新薬には特許期間があり、20～25年間はひとつの製薬会社から販売され、値段も高く設定されます。

一方、ジェネリック医薬品は新薬の特許期間が切れた後に、他の製薬会社から同じ主成分、同じ効能でつくられるものです。研究や開発にかかる時間や費用が抑えられるため、値段が安くできるのです。

効き目や安全性は
国から保証されています

ジェネリック医薬品は、薬事法に基づいて厚生労働省の承認を受けた医薬品です。厳しい審査で、有効性・安全性・品質が新薬と同等であることが確認されています。

それでもジェネリックに変えるのが不安であれば、「お試し調剤」というもらい方で、処方された薬のうち1週間分だけなど、短期間ジェネリックを試すこともできます。お試し期間の後、残りの薬もジェネリックに変更するかを薬剤師と相談して決められます。

知っていますか？

「限度額適用認定証」

外来でも 入院でも 薬局でも

窓口での医療費負担が軽減されます

●「限度額適用認定証」とは…？

病院や薬局の窓口で「被保険者証」と一緒に提示することにより、自己負担限度額が高額になった場合でも、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。

申請のあった月の1日より交付されます。

●有効期限は？

有効期限は発行月から1年間です。有効期限を過ぎたものは給付課まで返却してください。継続して使用する場合には、期限が過ぎた認定証を返却のうえ、再度のご申請が必要です。

1カ月の自己負担限度額

所得区分	医療費の自己負担限度額（保険診療分）
上位所得者 （標準報酬月額53万円以上）	150,000円＋（総医療費－500,000円）×1% （多数回該当：83,400円）
一般所得者	80,100円＋（総医療費－267,000円）×1% （多数回該当：44,400円）
低所得者 （市区町村民税非課税世帯）	35,400円 （多数回該当：24,600円）

注1 多数回該当とは同一世帯で高額療養費が1年間（直近12カ月）に3回以上発生した場合の4回目からの自己負担額

注2 限度額を超えないときでも、同一月に複数の医療機関等にかかったとき（世帯合算）や、70歳以上の方は自己負担限度額が左記の額と異なります。詳しくは給付課へお問い合わせください。

注3 高額療養費の支給申請についての時効は、診療を受けた月の翌月1日から起算して2年間です。申請はお早めをお願いします。

*限度額適用認定証を使うと窓口負担にはこれだけの差が

（例）入院費用が50万円かかったときの窓口負担（70歳未満・一般所得者）

認定証なし → 500,000円×30%＝**150,000円**（後日、健保組合へ高額療養費を申請）

認定証あり → 80,100円＋（500,000円－267,000円）×1%＝**82,430円**（高額療養費分は支払わずに済む）

認定証なしの窓口負担150,000円－認定証ありの窓口負担82,430円＝**67,570円の差**

窓口での負担が67,570円減る！

入院時に病院から自己負担が高額になると言われたときや、外来診療などで自己負担が前もって高額になることがわかっているときは、「限度額適用認定証」の交付を受けていると、病院窓口で支払う額を軽減することができます。

※入院時食事療養の自己負担額や差額ベッド代は対象外です。

※70歳以上の方は、すでにお持ちの「高齢受給者証」が同様の役割を果たすため、申請する必要はありません。

※低所得者の方は、非課税証明書の添付が必要です。詳しくはお問合せください。



手続き

当組合のホームページより「限度額適用認定証交付申請書」をダウンロードしていただき、必要事項をご記入のうえ、給付課へ申請してください。後日、当組合から「限度額適用認定証」が送られてきたら、保険証とともに医療機関へ提示してください。

さらに

当組合では、独自で行っている付加給付があります。高額療養費に該当しない場合でも、自己負担額が51,000円を超えた場合は、超えた分が付加金として払い戻されます。

限度額適用認定証を使用しても使用しなくても、最終的な自己負担額は同じですが、**付加金は被保険者から申請されないとお支払いできません。申請もれのないようご注意ください。**

限度額適用認定証を送付する際に「高額療養費および一部負担還元金・家族療養付加金支給申請書」を同封いたします。該当の方はご申請ください。

※お支払いは診療月から3カ月目以降となります。

*各種申請書は当組合ホームページからダウンロードできます。

〈お問合せ先〉 給付課 ☎ 03 - 3661 - 2254

契約保養施設宿泊補助のご案内

- **補助金対象者** 東京織物健康保険組合の被保険者と被扶養者（4歳以上）
 - ・施設利用時に資格のある方が対象となります
 - ・任意継続被保険者の方もご利用いただけます
- **利用限度** 年度内に1回
 - ・平成25年4月1日から平成26年3月31日までの宿泊を伴う国内旅行が対象です
- **補助金額** 被保険者 5,000円 ・ 被扶養者 2,500円（4歳以上）

P18、19の契約保養施設一覧に掲載のある施設が対象です

■ 利用方法

JTB 以外の契約施設利用の場合

1 利用したい施設または予約センターに直接予約をする
予約の際、必ず「東京織物健康保険組合」に加入していることをお伝えください。

2 「施設利用承認申請書及び施設利用券」を当組合に提出する（郵送可）
「施設利用承認申請書及び施設利用券」に必要事項を記入・押印のうえ、宿泊日の7日前までに当組合総務課へ申請してください。
※申請用紙は、当組合ホームページからダウンロードできます。

3 施設利用券を受け取る
宿泊時に必要な「施設利用券」を当組合より交付します。
※「施設利用券」が、宿泊日の3日前までに到着しない場合は、早急に総務課までお問合せください。

4 施設を利用する
宿泊施設到着時に「施設利用券」を提出してください。本来の利用料金から補助金額を差し引いた金額でお支払いいただけます。

J T B 利用の場合

1 J T B の窓口で旅行の予約をする
予約の際に、「東京織物健康保険組合」に加入しており、宿泊補助を利用する旨を伝えてください。

2 「施設利用承認申請書及び施設利用券」を当組合に提出する（郵送可）
「施設利用承認申請書及び施設利用券」に必要事項を記入・押印のうえ、旅行代金支払い日の7日前までに当組合総務課へ申請してください。
※申請用紙は、当組合ホームページからダウンロードできます。

3 施設利用券を受け取る
旅行代金支払い時に必要な「施設利用券」を当組合より交付します。
※「施設利用券」が、旅行代金支払い日の3日前までに到着しない場合は、早急に総務課までお問合せください。

4 JTBに「施設利用券」を提出し、旅行代金の支払いをする
JTBで支払いをする際に、「施設利用券」を提出してください。本来の利用料金から補助金額を差し引いた金額でお支払いいただけます。

《注意事項》

- ※ 4歳未満および当組合の組合員でない方は補助金の対象外です。
- ※ 海外旅行・日帰り旅行は宿泊補助の対象にはなりません。
- ※ 旅行代金精算後または旅行後の申請はお受付できません。
- ※ 4歳以上のお子様でも、添い寝の場合は宿泊補助の対象にはなりません。
- ※ 旅行代金が補助金額を下回る場合は実費額のための補助となり、差額を別の方へ充てることはできません。
- ※ 「施設利用承認申請書及び施設利用券」はFAX受付できません。必ず原本での申請をお願いいたします。
- ※ インターネットによる予約を取り扱えない施設もございます。
- ※ キャンセル料が発生した場合は、全て自己負担となります。
- ※ 予約変更やキャンセルの場合は、予約した施設および当組合総務課にご連絡と、「施設利用券」の返却をお願いいたします。

平成25年度

契約保養施設一覧

申請の際は、
17 ページを
必ずご確認
ください

「施設利用承認申請書及び施設利用券」は当組合ホームページからダウンロードできます。

※宿泊料金は、季節や人数、年齢により異なりますので、施設に直接お問合せください。

※JTB、プリンスホテル、東京ベイ舞浜ホテルクラブリゾート、ホテルオークラ東京ベイ以外の施設は、素泊まりでは宿泊補助をご利用いただけません。

JTB

<http://www.jtb.co.jp/>

全国の JTB 窓口での、宿泊を伴う国内旅行が対象となります。



さくら
総合レジャー

☎ 03-3434-0333

平日 9:00 ~ 17:00

土日祝日は定休

温泉宿を中心とした 20 カ所以上のお得な施設がご利用いただけます。

<http://homepage3.nifty.com/kenpo/index2.htm>

PRINCE HOTELS
& RESORTS



プリンスホテル予約センター Prince
0120-33-8686

携帯電話からは 0570-02-8686

上記番号がご利用になれない場合については
03-6741-9155

ご予約受付時間 24 時間 / 年中無休

<http://www.princehotels.co.jp/keiyaku>
パスワード「prkeiyaku」

パスワードを入力し、ご優待プランの中からご予約ください。

塩沢江戸川荘

〒949-6423

新潟県南魚沼市舞子字十二木
2063-29

☎ 0120-007-095

(予約センター) 9:00 ~ 17:00

<http://www.edogawasou.com/>

上越新幹線・越後湯沢駅

●大人 7,900 円～

●子ども 4,400 円



ウッドイン だいまる

〒949-6212

新潟県南魚沼郡湯沢町三国
230-1

☎ 0257-89-2035

上越新幹線・越後湯沢駅

●大人 6,000 円～

●子ども 3,000 円～



ホテルスポーリア湯沢

〒949-6101

新潟県南魚沼郡湯沢町湯沢
1920-1

☎ 0120-046-891

(東京予約センター)

平日 9:00 ~ 19:00

土曜日 9:00 ~ 18:00

日曜・祝日 定休

上越新幹線・越後湯沢駅

●大人 8,500 円～

●子ども 4,250 円～



ニュー・グリーンピア津南

〒949-8313

新潟県中魚沼郡津南町秋成 12300

☎ 03-5688-4611

(グリーンピアセンター) 平日 9:30

～ 18:00 / 土曜日 10:00 ~ 17:00 /

日曜・祝日 定休

<http://www.greenpia-center.co.jp>

ユーザー名: greenpia /

パスワード: center

上越新幹線・越後湯沢駅

●大人 8,550 円～

●子ども 4,275 円～



アクション軽井沢

〒389-0111

長野県北佐久郡軽井沢町長倉
4957-7

☎ 0267-45-2800

しなの鉄道線・信濃追分駅

●大人 11,800 円～

●子ども 8,260 円～



志賀の湯ホテル

〒381-0401

長野県下高井郡山ノ内町志賀
高原サンパレー

☎ 0269-34-2431

長野線・湯田中駅

●大人 8,000 円～

●子ども 4,800 円～



レイク山中荘

〒401-0501
山梨県南都留郡山中湖村山中
1415
☎ 0555-62-1535
富士急行線・富士吉田駅
●大 人 7,000 円～
●子ども 4,700 円～
※8/1～8/3は朝食のみとなり、
金額も異なります



炭の宿 岩谷旅館

〒413-0515
静岡県賀茂郡河津町谷津 419-1
☎ 0558-32-1156
伊豆急行線・河津駅
●大 人 10,500 円～
●子ども 5,250 円～



熱海ゆとりうむ

〒413-0002
静岡県熱海市伊豆山七尾原
1173-534
☎ 0120-844-891
(予約センター) 9:00～17:00
<http://atami.anshinyado.com/>
東海道本線・熱海駅
●大 人 9,500 円～
●子ども 5,500 円～
(H25年6月1日より料金改定有)



花の宿 松や

〒321-2521
栃木県日光市鬼怒川温泉藤原
19
☎ 0288-77-1221
鬼怒川線・鬼怒川公園駅
●大 人 10,300 円～
●子ども 5,150 円～



源美の宿 会津屋

〒329-2921
栃木県那須塩原市塩原 733
☎ 0287-32-2020
東北本線・那須塩原駅
●大 人 11,000 円～
●子ども 5,500 円～



美肌湯の宿 ひまわり荘

〒295-0011
千葉県南房総市千倉町
北朝夷 2832
☎ 0470-44-5224
内房線・千倉駅
●大 人 8,000 円
●子ども 5,500 円～



アクション館山

〒294-0312
千葉県館山市小沼 352
☎ 0470-29-2100
内房線・館山駅
●大 人 8,190 円～
●子ども 4,095 円～



東京ベイ舞浜ホテル クラブリゾート

〒279-0031
千葉県浦安市舞浜 1-7
☎ 0120-952-561
京葉線・舞浜駅
●9,500 円～(食事別料金)
★期間限定プラン有



ホテルオークラ東京ベイ

〒279-8585
千葉県浦安市舞浜 1-8
☎ 047-355-3344
京葉線・舞浜駅
●8,000 円～(食事別料金)
★期間限定プラン有



マホロバマインズ三浦

〒238-0101
神奈川県三浦市南下浦町上宮田
3231
☎ 0120-046-891
(東京予約センター) / 平日
9:00～19:00 / 土曜 9:00
～18:00 / 日曜・祝日 定休
久里浜線・三浦海岸駅
●大 人 9,000 円～
●子ども 4,500 円～



湯河原温泉 旅館なわ井

〒259-0314
神奈川県足柄下郡湯河原町宮上
148
☎ 0465-62-3118
東海道本線・湯河原駅
●大 人 8,400 円～
●子ども 6,300 円～



箱根荘

〒250-0406
神奈川県足柄下郡箱根町小涌谷
493-48
☎ 0120-844-891
(予約センター) 9:00～17:00
箱根登山鉄道線・小涌谷駅
●小学生以上 7,500 円



4月から

ホームページが新しくなりました!!

ぜひご活用ください!

スマートフォンからもご覧いただけます!

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

織物健保

で

検索

● TOP ページがスッキリと
見やすくなりました!

● 目的別の項目で
分かりやすくなりました!

申請書一覧ができました!
ダウンロードできる申請書
を増やし、探しやすくしま
した。

保健事業のご案内が、大きく
分かりやすくなりました!

毎年受診する健康診断につ
いてや、年度内1回ご利用い
ただける宿泊補助の詳細を掲
載しています。

● ライフシーン別
表示で、探しやす
くなりました!

「任意継続被保険者の方へ」の専
用ページができました!
現在、任意継続されている方へ
のご案内を掲載しています。

❁ 広報誌「VISPO」バックナンバーから最新号を含む「VISPO」をご覧いただけます。

〈お問合せ先〉 総務課 ☎ 03-3661-2251

東京ディズニーランド® 及び東京ディズニーシー® へ多くの方が
ご参加いただけるよう、今年も特別利用券をご用意いたしました。
皆様のご応募をお待ちしています。



さあ、いっしょに！

©Disney



ファミリーハイキング のご案内

●特別利用券ご利用期間

お手元に届いた日より～平成26年3月31日（月）
（6月下旬発送予定）

●参加資格

当組合の保険証をお持ちの方対象

当組合被保険者及び被扶養者（4歳以上・平成21年4月1日～平成22年3月31日出生を含む）

▼特別利用券を利用したときのパスポートチケット料金の例

通常入園時に特別利用券を利用

大人（18歳以上）	中人（12～17歳）	小人（4～11歳）
4,700円 （通常料金6,200円）	3,800円 （通常料金5,300円）	2,600円 （通常料金4,100円）

※年に数回予定されている期間限定スペシャルパスポートなどのチケットが安くなるときもご利用できます。

詳細につきましては東京ディズニーリゾート・オフィシャルウェブサイト <http://www.tokyodisneyresort.co.jp>
でご確認ください。

●募集人数

4,500名

●補助金額

1,500円

申込方法

申込書をコピーして、必要事項をご記入のうえ、当組合総務課あてに郵送
またはお持ち込みください。(FAX は、不可)

〈お申込から利用券がお手元に届くまでの流れ〉

〈記入例〉

〒112-8554 東京都中央区日本橋堀留町1-9-6
東京 中央区 健保太郎様

必ずコピーをご使用ください

25 春

申込締切日 平成 25 年 5 月 24 日 (金) 消印有効

◆特別利用券送付先住所を1にご記入ください
◆勤務先へ送付の場合は事業所名と、利用代表者名を必ずご記入ください

平成 25 年度 春季 東京ディズニーランド・東京ディズニーシー

特別利用券利用者記入欄 (太枠線内のみご記入ください)
◆ご注意◆ 東京織物健康保険組合の保険証をお持ちでない方のお申込

No.	保険証記号・番号	氏 名	年齢
1 (利用代表者)	〇〇-△△	健保太郎 (代表者氏名)	40 歳
2	〇〇-△△	健保花子	15 歳
3	-		歳
4	-		歳
5	-		歳
6	-		歳
7	-		歳
8	-		歳
9	-		歳
10	-		歳
合計枚数		2 枚	1,500円 × 枚

★記入前に必ずお読みください★
保険証をお持ちの方で4歳以上の利用者は、記載はしなくても構いません。

特別利用券の
送り先をご記入ください。

連絡のとれる
お電話番号を
ご記入ください。

健康保険証の
記号・番号を
ご記入ください。

申込みされる方の
氏名と年齢を
ご記入ください。

お申込みされる方の
合計数をご記入ください。

1 「平成25年度 東京ディズニーランド・東京ディズニーシー特別利用券申込書」を当組合に郵送またはお持ち込みする

申込書に必要事項を記入し総務課に提出してください。

受付期間は平成25年5月24日(金)までです。(消印有効)

申込書は23ページにありますので必ずコピーをしてご使用ください。

ホームページからダウンロードすることもできます。

2 特別利用券を受け取る

当組合より申込代表者の方へ申込人数分の特別利用券をまとめて交付します。

ただし、応募者多数の場合は抽選となりますので、当落は特別利用券の発送をもってかえさせていただきます。(6月下旬発送予定)

3 パスポートチケット購入時に特別利用券を提出し、東京ディズニーランドまたは東京ディズニーシーのどちらかを利用する

パスポートチケット購入時に当組合から交付された特別利用券を提出し、チケット代金の差額をお支払いください。

●パスポートチケット購入後の特別利用券での返金はありません。

★申込受付期間 平成25年5月24日 (金) 締切 (消印有効)

★申込書送付先・お問合せ先 〒103-8554 東京都中央区日本橋堀留町1-9-6

東京織物健康保険組合 総務課「特別利用券」係 ☎03-3661-2251

●注意事項

※①お申込は当組合保険証をお持ちの方のみに限ります。

利用者は特別利用券のご利用時に4歳(平成21年4月1日～平成22年3月31日出生を含む)になる方から対象となり、3歳以下のお子様は無料ですので、記入なさらないでください。

※②特別利用券申込書は郵送、もしくはお持ち込みのみ受け付けいたします。

※③特別利用券はお手元に届いてから平成26年3月31日までご利用できます。

※④募集人数を超えた場合には申込書単位で抽選し、抽選の結果は特別利用券の発送(6月下旬頃)をもってかえさせていただきます。

きます。

※⑤ご応募はお一人様1回限り、重複応募または必要事項未記入の場合は落選となります。

※⑥特別利用券代表者は利用者の中から1名選出してください。

※⑦特別利用券を他人に譲渡、または販売することは禁止します。

※⑧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、特別利用券を発送する目的以外で使用することはございません。

※⑨特別利用券申込書にご記入されているご住所にお送りしますので、お間違えにならないようご記入ください。

〒□□□□ー□□□□□

都・道
府・県

様

必ずコピーをご使用ください

25 春

- ◆特別利用券送付先住所を↑にご記入ください
- ◆勤務先へ送付の場合は事業所名と、利用代表者名を必ずご記入ください

申込締切日 平成 25 年 5 月 24 日（金）消印有効

平成 25 年度 春季 東京ディズニーランド・東京ディズニーシー特別利用券申込書

特別利用券利用者記入欄（太枠線内のみご記入ください）

◆ご注意◆ 東京織物健康保険組合の保険証をお持ちでない方のお申込みはできません。

No.	保険証記号・番号	氏 名	年 齢	利用券番号（健保記入欄）
1 (利用代表者)	—	勤務先電話番号 — — 日中連絡先電話番号 — — (代表者氏名)	歳	
2	—		歳	
3	—		歳	
4	—		歳	
5	—		歳	
6	—		歳	
7	—		歳	
8	—		歳	
9	—		歳	
10	—		歳	
合計枚数			枚	1,500円 × 枚

注
意
事
項

★記入前に必ずお読みください★

- ①お申込は当組合保険証をお持ちの方で4歳以上の方に限ります。（平成21年4月1日～平成22年3月31日出生含む）3歳以下のお子様は無料ですので、記載はしないでください。
- ②募集人数を超えた場合は申込書単位で抽選し、当選の結果は利用券の発送（6月下旬頃）をもってかえさせていただきます。
- ③ご応募はお一人様1回に限ります。
- ④記載事項に不備がある場合は、受付いたしかねます。
- ⑤必ずコピーをご使用ください。
- ⑥P22の注意事項を必ずお読みください。

申込締切日 平成25年5月24日（金）（消印有効）

東京織物健康保険組合 総務課「特別利用券」係

〒103-8554 東京都中央区日本橋堀留町 1-9-6

TEL 03-3661-2251

受付印



春野菜たっぷりの鍋メニュー

野菜や魚、肉など数多くの素材を一度に栄養バランスよくとれるのが鍋料理のいいところ。しかも作る手間もあまりかかりません。冬だけでなく普段から食事に鍋料理を取り入れてみませんか？

料理制作 / 村田 裕子 (料理研究家・管理栄養士)
撮影 / 松島 均 スタyling / 吉岡 彰子

塩豚、春キャベツ、菜の花の蒸ししゃぶ



1人分
372
kcal

塩分
1.6
g

【材料】 2人分

- 豚バラ薄切り肉…………… 150g
- 下味調味料…しょうが(すりおろし) 大さじ 1/2 (1/2 かけ分)、塩小さじ 1/2、酒大さじ 2
- キャベツ…………… 4 枚
- 菜の花…………… 1/2 束
- にんじん…………… 1/4 本
- もやし…………… 1/3 袋
- 蒸し汁…水 2 と 1/2 カップ、みりん大さじ 1、酒大さじ 2、塩小さじ 1/2
- 辛子しょうゆだれ…練り辛子小さじ 1/2 ~ 1、しょうゆ小さじ 2
- しょうがポン酢だれ…しょうが(干切り) 1/2 かけ分、ポン酢しょうゆ小さじ 2

【作り方】

- ① 豚肉は食べやすい長さに切り、下味調味料をもみこむ。キャベツは芯を取り、5~6cm 角のざく切り、菜の花は長さを半分に切る。にんじんは皮をむき、干切りにする。
- ② 鍋に豚肉とキャベツを交互に重ねながら入れて、蒸し汁をかける。
- ③ ふたをして強めの中火で熱し、豚肉の色が変わり、キャベツがしんなりするまで 5~6 分蒸し煮にする。菜の花、にんじん、もやしを加え、ふたをしてさらに 2~3 分蒸し煮にする。
- ④ 好みでたれをつけながらいただく。

しょうがポン酢だれ



1人分
エネルギー 3kcal
塩分 0.2g

辛子しょうゆだれ



1人分
エネルギー 7kcal
塩分 0.8g

栄養ノート

- キャベツは、胃腸の調子を整え胃粘膜を守るビタミンUのほか、抗酸化作用のあるビタミンCも多く含まれています。ビタミンU・Cは水溶性の栄養素なので、加熱した場合、汁ごと食べるのがおすすめ。
- 菜の花にはβカロテンが豊富に含まれています。βカロテンは豚肉の脂と一緒にとることで吸収率がアップ。