

平成27年度

# 収入支出予算のお知らせ

## 一般勘定、介護勘定ともに前年度と同率を維持

一般保険料率は平成27年度(4月納付分より)も9.2%です。  
介護保険料率は平成27年度(4月納付分より)も1.8%です。

去る2月20日に開催されました平成26年度第2回組合会におきまして、平成27年度収入支出予算が満場一致で可決されました。

### ① 一般勘定の収入支出予算

平成27年度保険料率については、前年度と同率の9.2%を維持して予算編成をいたしました。

しかし、みなさまから納入していただく保険料の約半分は納付金等として納めなければならず、健康保険組合の財政を大きく圧迫しております。そのため、準備金を繰り入れて予算編成いたしました。

収入面においては、近年の日本経済の低迷により、保険料収入の増加は見込めない状況です。

一方、支出面においては、後期高齢者医療制度への負担割合が見直されたことにより、納付金・支援金の伸び幅は多少緩やかとなりました。

しかし、平成27年度以降、団塊の世代の方が前期高齢者へ移行することにより、納付金・支援金の増加は確実であり、健康保険組合はさらに厳しい財政運営を強いられる状況にあります。また、高度な医療の普及等により保険給付費についても年々増加傾向にあります。

こうした状況下において当健康保険組合では、健康診断、健康づくり事業等に全力を注ぎ、みなさまに健康を維持していただくとともに、医療費の適正化に向け努力してまいります。

今後とも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。

### 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	18,185,519
調整保険料収入	261,150
診療所収入	33,512
財政調整事業交付金等	141,904
国庫補助金収入	3,620
準備金繰入	1,700,000
その他	47,366
収入合計	20,373,071

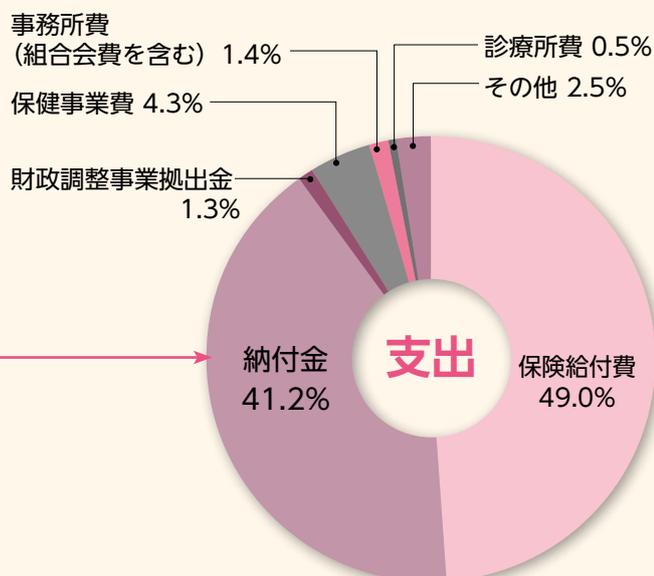
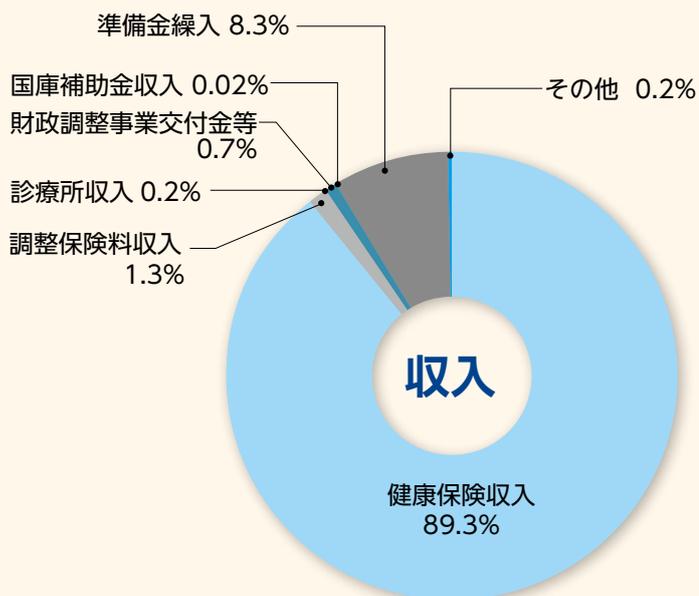
#### ▶支出の部

科目	予算額(千円)
保険給付費	9,977,408
納付金	8,387,632
財政調整事業拠出金	261,151
保健事業費	874,099
事務所費(組合会費を含む)	276,157
診療所費	96,254
その他	500,370
支出合計	20,373,071

#### 納付金内訳(千円)

前期高齢者納付金	3,591,180
後期高齢者支援金	4,306,093
日雇拠出金	8
退職者給付拠出金	490,222
老人保健拠出金	129
納付金合計	8,387,632

### 予算額構成割合



※ 端数処理の関係で構成比率の合計は一致しません

## ② 介護勘定の収入支出予算

人口の高齢化に伴い、介護給付費は増加することが見込まれるため、介護納付金についても年々増加していくことが予想されます。

また、一般勘定と同様に介護保険収入の増加は見込めないことから、平成27年度予算は準備金を繰り入れて現状の介護保険料率1.8%を維持して予算編成いたしました。

### 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	1,688,252
準備金繰入	50,000
その他	1
収入合計	1,738,253

#### ▶支出の部

科目	予算額(千円)
介護納付金	1,674,377
還付金	500
予備費	63,376
支出合計	1,738,253

# 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	0.9%	0.9%	1.8%

一般：平成 23.3.1 改定  
調整：平成 23.3.1 改定  
介護：平成 22.3.1 改定

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			
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4.871%、特定保険料4.199%、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みなさま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、全国の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歳以上および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、一般保険料に上乘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](http://www.kenpokumiai.or.jp)  
電子メールアドレス  
[orimonokenpo@kenpokumiai.or.jp](mailto:orimonokenpo@kenpokumiai.or.jp)

# 平成27年度における 当健康保険組合の主要事業 について

## 年間を通じて

**健康診断** 当組合健診センター、委託医療機関、補助金

**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12ページをご参照ください。

### ファミリー健康相談およ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)

**脳検査** 本誌9～11ページをご参照ください。

### ファミリーハイキング

ディズニーリゾートの利用補助券方式で行います。  
春号では5,000名、秋号では1,000名と2回に分けて募集いたします。  
本誌17～19ページをご参照ください。

**契約保養施設宿泊補助** 本誌14～16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。詳しくは当組合ホームページの保健事業のページをご覧ください。

**Webウォーキング** VISPO冬号で募集をいたします。

## 年4回

**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

### 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8月、1月にお送りします。  
事業所を訪問してのご案内もいたします。

## 6月に

### 算定講習会

算定基礎届・賞与等支払届等について担当者のみなさまに詳しくご案内いたします。  
本誌8ページをご参照ください。

## 7・8月に

**プール割引利用券の配布** 夏号で詳しくご案内いたします。

## 10月～12月に

### 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。

### ●お詫びと訂正

『VISPO』1月号の5ページ下段に、※印で「70歳以上については、健康保険高齢受給者証を提示することで、窓口で支払う金額が自己負担限度額までとなりますので、申請の必要はありません」と記載いたしましたが、5ページ上段の「低所得者Ⅱ」「低所得者Ⅰ」に該当する方に関しましては、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示が必要になりますので、交付申請していただく必要がございます。

お詫びして訂正させていただきます。

# 4月は異動が多い季節です！ 被扶養者削除の届出をお忘れではありませんか？

下の例に該当した場合は、ご勤務されていた会社を通じて5日以内に「被扶養者異動届（削除）」と「保険証」のご提出をお願いいたします。

## 1 就職

被扶養者が就職して、  
他の健康保険に加入したとき



## 2 収入増加

被扶養者の収入が「年収130万円以上(60歳以上または障害厚生年金等の支給要件に該当する障がい者の場合は180万円以上)、または被保険者の収入の1/2以上」となったとき



## 3 仕送り等 が変わったとき

①別居している被扶養者への仕送りをやめたとき  
②仕送り額が被扶養者の収入より少なくなったとき



## 4 その他

上記以外にも、被扶養者が①同居要件のある親族「養父母、兄弟など」が別居となったとき、②結婚したとき、③75歳に達したとき、④亡くなったとき、⑤被保険者と離婚したとき等も届出が必要となります。



※具体的には、7ページの〈被扶養者認定基準〉をご参照ください。

### ■高齢者医療制度への負担金が増える！（1人当たり約50,000円の負担）

高齢者医療制度への拠出金は、加入者（被保険者および被扶養者）の人数に応じて算出されます。

このことから、被扶養者から削除されなければならない方が届出を行っていないと、健康保険組合の支援金等の額に1人当たり約50,000円(年額)が加算され、みなさまの保険料負担も増えることとなります。

被扶養者の認定基準を満たさなくなった場合は、すみやかに届出をいただきますようお願いいたします。

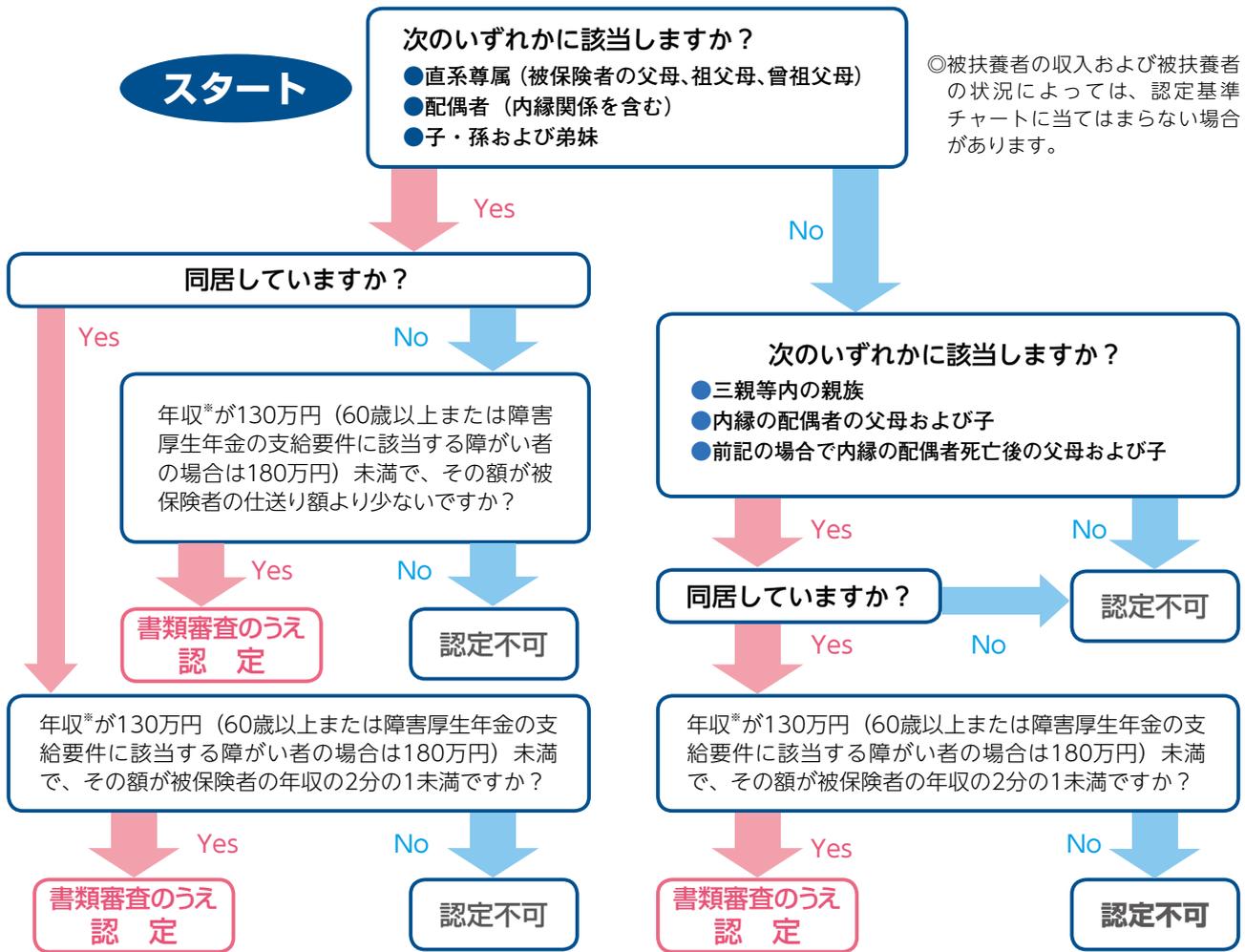
参考：平成25年度 確認調査削除による納付金換算 154件 約7,700,000円

### ■退職した場合に、保険証が使用できるのは退職日までです！

健康保険の資格喪失後、保険証を返却せずに医療機関等で使用され、健康保険組合から返還請求を行っている例が多数発生しております。資格喪失の際は、速やかに保険証を返却していただきますよう、ご協力をお願いいたします。

参考：平成26年 医療費返還件数(本人および家族分) 418件 7,983,951円

## 〈被扶養者認定基準〉



※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およ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。

- **年収の基準となる収入となるもの**
- ①各種年金等（厚生年金、国民年金、共済年金、障害年金、遺族年金、企業年金、個人年金等）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（通勤手当を除く）
  - ③健康保険法の給付金（傷病手当金・出産手当金）、労働者災害補償保険法の給付金（通勤災害を含む）、雇用保険の給付金
  - ④事業収入\*（自家営業、農業、漁業、林業等）
- ※事業収入の範囲とは「確定申告書の収入金額等からその事業のために直接的経費を差し引いた残りの収入」とされますが、経費のうち間接的経費（減価償却費、青色申告特別控除、交際費、福利厚生費、消耗品費等）は収入から差し引かないことになっております。
- ⑤不動産収入等
  - ⑥株の配当金収入等

## ■ 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26年度被扶養者確認調書のご提出につきましては、事業主、事務担当者のみなさま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、上記の〈被扶養者認定基準〉に基づき、ご家族の収入状況等につきまして毎年確認させていただいております。

今後ともご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

## ■ 平成27年度 算定講習会開催のお知らせ

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27年6月5日（金）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

- ▶健康保険組合ならびに厚生年金基金の概況について
- ▶算定基礎届ならびに月額変更届について
- ・詳細についてのご案内文書は5月上旬頃の発送予定です。

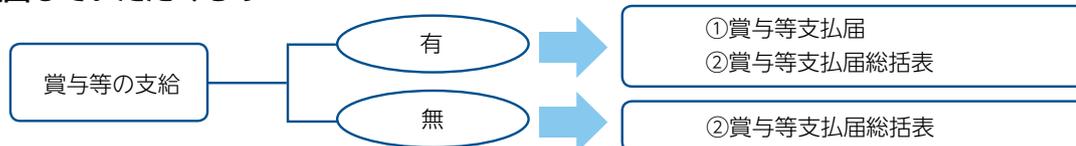
## ■ 賞与等支払届のご提出のお願い

①被保険者が労働の対象として受ける「賞与・期末手当・決算賞与」など、その名称がどのようなものであっても、「年間の支給回数が年3回以下\*」のものについては全て「賞与等支払届」の対象となりますので「賞与等支払届及び賞与等支払届総括表」のご提出をお願いいたします。

\*給と規定等で、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、算定基礎届・月額変更届の報酬に含めて届出をすることになります。

②賞与の支払いがなかった場合でも、「賞与等支払届総括表」の届出をお願いいたします。

### <提出していただくもの>



### <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。)

## ■ 「厚生年金保険等<sup>※</sup>への届出書類」の回送ご希望の事業主様へのお願い

当健康保険組合から、届出書類について厚生年金保険等<sup>※</sup>への回送をご希望される場合は、必ず①健康保険組合分、②厚生年金保険分<sup>※</sup>のそれぞれに押印をしたうえでご送付いただきますようお願いいたします。

\*厚生年金基金加入の場合、基金加入分の書類も必要となります。

## 任意継続被保険者のみなさまへ

- 毎月の任意継続被保険者の保険料は、その月の10日までに必ず納付してください。10日までに保険料の納付がない場合、資格の継続ができなくなりますのでご注意ください。

お問合せ先 適用課 ☎ 03-3661-2254



# 脳検査のご案内

当組合は、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」事業に参加しております。それによって脳検査を、通常の料金より安く受けていただけます。ご予約・お問い合わせは各医療機関に直接お電話をしてください。

※心臓ペースメーカーを身に着けている方、脳動脈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。また、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。

対象者	当組合の被保険者・被扶養者 ・年齢制限はありません。
自己負担金額	全額自己負担 ☆料金は医療機関によって異なります。
契約医療機関	☆全国約130カ所(下記の「脳検査病院一覧」をご参照ください。)

お申込みの際は、  
「東振協契約脳検査」  
とってください。



## 脳検査の実施方法

高性能MR装置によるMR I 検査およびMR A 検査

MR I 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。
MR A 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。

## 脳検査病院一覧

(最新の一覧は、東振協ホームページでご確認ください。)

医療機関名称	所在地	電話番号	脳検査料金 (税別)
医療法人 元生会 森山病院	北海道旭川市8条通6丁目左10号	0166-29-7887	19,800
J A北海道厚生連 札幌厚生病院	北海道札幌市中央区北三条東8-5	011-261-5331	28,000
医療法人 札幌麻生脳神経外科病院	北海道札幌市東区北22条東1-1-40	011-731-2321	28,000
社会医療法人 禎心会 さっぽろ北口クリニック	北海道札幌市北区北7条西2-8-1 札幌北ビル 2F	011-709-1131	28,000
医療法人社団 研仁会 北海道脳神経外科記念病院	北海道札幌市西区八軒9条東5-1-20	011-717-2131	25,000
一般財団法人 杜の都産業保健会 一番町健診クリニック	宮城県仙台市青葉区一番町4-9-18 TICビル5F	022-217-6678	22,000
医療法人 仁泉会 みやぎ健診プラザ	宮城県仙台市若林区卸町1-6-9	022-231-3655	20,000
公益財団法人 宮城厚生協会 泉病院	宮城県仙台市泉区長命ヶ丘2-1-1	022-378-5361	28,000
医療法人 茨城愛心会 古河病院	茨城県古河市鴻巣1555	0280-47-1010	13,889
ホスピタル坂東	茨城県坂東市沓掛411	0297-44-2455	28,000
特定医療法人社団 同樹会 結城病院	茨城県結城市結城9629-1	0296-33-4172	28,000
医療法人中山会 宇都宮記念病院総合健診センター	栃木県宇都宮市大通り1-3-16	028-625-7831	28,000
医療法人社団亮仁会 那須中央病院	栃木県大田原市下石上1453	0287-29-2525	28,000
一般財団法人 とちぎメディカルセンター とちの木病院	栃木県栃木市大町39-5	0282-20-1900	21,620
医療法人社団 福田会 福田記念病院	栃木県真岡市上大沼127-1	0285-84-7765	25,000
医療法人 北斗会 宇都宮東病院	栃木県宇都宮市平出町368-8	0120-626-535	22,000
学校法人獨協学園 獨協医科大学日光医療センター	栃木県日光市高德632	0288-76-0630	28,000
医療法人 真木会 真木病院	群馬県高崎市筑縄町71-1	027-361-8411	28,000
医療法人社団 紘智会 籠原病院	埼玉県熊谷市美土里町3-136	048-532-6747	28,000
メディカルスキャンニング大宮	埼玉県さいたま市大宮区桜木町4-240 山崎第一ビル3階	048-658-6632	28,000
医療法人 一心会 伊奈病院	埼玉県北足立郡伊奈町小室9419	048-723-6071	27,500
浦生天神橋クリニック	埼玉県越谷市伊原1-4-52	048-961-7800	28,000
医療法人 同愛会 熊谷外科病院	埼玉県熊谷市佐谷田3811-1	048-521-4115	28,000
医療法人 刀仁会 坂戸中央病院	埼玉県坂戸市南町30-8	049-283-0019	27,000
社会医療法人社団 さつき会 袖ヶ浦さつき台病院	千葉県袖ヶ浦市長浦駅前5-21	0438-60-7391	28,000
医療法人社団 新虎の門会 新浦安虎の門クリニック	千葉県浦安市日の出2-1-5	047-381-2088	25,000
医療法人社団 聖進会 市川東病院	千葉県市川市二俣2-14-3	047-327-3355	28,000
医療法人社団 同友会	東京都文京区小石川1-12-16 小石川TGビル6階	03-3816-5840	28,000

医療機関名称	所在地	電話番号	脳検査料金 (税別)
医療法人社団裕健会 神田クリニック	東京都千代田区内神田 2-4-1 神田メディカルビル	03-3252-0763	28,000
鶯谷健診センター	東京都台東区根岸 2-19-19	03-3873-9161	28,000
医療法人社団 博心厚生会 九段クリニック	東京都千代田区九段北 1-9-5	03-3222-0094	28,000
独立行政法人 地域医療機能推進機構 東京高輪病院	東京都港区高輪 3-10-11	03-3443-9555	28,000
医療法人社団ひさわ会 久野マインズタワークリニック	東京都渋谷区代々木 2-1-1 新宿マインズタワー 2 F	0120-71-5907	28,000
医療法人社団 菱秀会 金内メディカルクリニック	東京都新宿区西新宿 7 丁目 5 番 25 号 西新宿木村屋ビルディング 2 階	03-3365-5521	28,000
メディカルスキャンニング渋谷	東京都渋谷区渋谷 3-29-17 ホテルメッツ渋谷 2 階	03-5778-2908	28,000
医療法人社団土合会 汐留シティセンター セントラルクリニック	東京都港区東新橋 1-5-2 汐留シティセンター 3 F	03-5568-8702	28,000
医療法人徳洲会 東京西徳洲会病院	東京都昭島市松原町 3-1-1	042-500-6622	24,000
一般財団法人 健康医学協会 東都クリニック	東京都千代田区紀尾井町 4-1 ホテルニューオータニタワー 2 階	03-3239-0302	28,000
医療法人社団成山会 楠樹記念クリニック	東京都新宿区西新宿 2-6-1 新宿住友ビル 6 階	03-3344-6666	28,000
医療法人財団 健真会 東京クリニック	東京都千代田区大手町 2-2-1 新大手町ビル 1 階	03-3516-7187	28,000
医療法人社団 天宣会 汐留健診クリニック	東京都港区浜松町 1-17-10	03-3432-8888	28,000
医療法人社団 大成会 長汐病院	東京都豊島区池袋 1-5-8	03-3984-6180	15,000
医療法人社団 健診会 東京メディカルクリニック	東京都北区滝野川 6-14-9	0120-770-929	28,000
メディカルスキャンニングお茶の水	東京都千代田区神田駿河台 4-3 新お茶の水ビルディング 1 階	03-5778-2907	28,000
メディカルスキャンニング池袋	東京都豊島区西池袋 1-6-1 ホテルメトロポリタン B1F	03-5778-2925	28,000
メディカルスキャンニング日暮里	東京都荒川区西日暮里 2-20-1 SUNMARK CITY 日暮里 5 階	03-5778-2890	28,000
メディカルスキャンニング浜松町	東京都港区浜松町 1-24-8 オリックス浜松町ビル B1F	03-5766-6810	28,000
メディカルスキャンニング中野	東京都中野区中野 5-68-2 山忠中野ビル 3 階	03-5766-5886	28,000
メディカルスキャンニング東京	東京都中央区日本橋 3-1-17 日本橋ヒロセビル 2 階	03-3243-1230	28,000
メディカルスキャンニング新宿	東京都新宿区西新宿 6-10-1 日土地西新宿ビル 1 階	03-5778-2906	28,000
メディカルスキャンニング溜池山王クリニック	東京都港区赤坂 1-6-19 K Y 溜池ビル 1 階	03-5778-2650	28,000
メディカルスキャンニング立川	東京都立川市柴崎町 3-7-16 ワシントンホテル 1 階	042-548-1225	28,000
メディカルスキャンニング用賀	東京都世田谷区玉川台 2-22-20 Iida Annex VII 1 階	03-5766-6805	28,000
メディカルスキャンニング銀座	東京都中央区銀座 5-4-6 ロイヤルクリスタルビル 2 階	03-5766-5850	28,000
医療法人財団 健真会 総合東京病院	東京都中野区江古田 3-15-2	03-3387-5462	28,000
医療法人社団 洪泳会 東京洪誠病院	東京都足立区西新井栄町 1-17-25	03-5888-9880	20,000
社会福祉法人 あそか会 あそか病院	東京都江東区住吉 1-18-1	03-3632-0491	21,700
医療法人社団 明芳会 板橋中央総合病院	東京都板橋区小豆沢 2-12-7	03-3967-1181	28,000
医療法人社団 KNI 北原ライフサポートクリニック	東京都八王子市市子安町 4-7-1 サザンスカイトワー八王子 1F	042-655-6665	25,000
医療法人社団 眞恵会 眞田クリニック	東京都大田区池上 4-30-3	03-3755-1661	26,000
医療法人社団 仁寿会 中村病院	東京都墨田区八広 2-1-1	03-3612-7131	25,000
医療法人社団 靖和会 林脳神経外科 メディカルクリニック	東京都杉並区阿佐谷南 1-9-2	03-5305-8831	25,926
社会医療法人社団 森山医会 森山リハビリテーション病院	東京都江戸川区西葛西 6-15-24	03-3675-1211	28,000
社会医療法人財団 大和会 東大病院附属セントラルクリニック	東京都東大和市南街 2-3-1	042-562-1490	27,000
医療法人社団 善仁会 総合健診センターヘルチェック	神奈川県横浜市神奈川区金港町 6-20	045-453-1150	28,000
横浜鶴ヶ峰病院	神奈川県横浜市旭区川島町 1764 番地	0120-489-119	28,000
社会医療法人社団 三思会 東名厚木メディカルサテライトクリニック	神奈川県厚木市船子 224	046-229-1937	28,000
医療法人社団 こうかん会 日本鋼管病院	神奈川県川崎市川崎区鋼管通 1-2-1	044-333-6674	28,000
医療法人社団 三成会 新百合ヶ丘総合病院	神奈川県川崎市麻生区古沢字都古 255	044-322-0633	28,000
メディカルスキャンニング横浜クリニック	神奈川県横浜市神奈川区鶴屋町 3-32-13 第 2 安田ビル 1 階	045-328-3866	28,000
メディカルスキャンニングセンター南クリニック	神奈川県横浜市都筑区茅ヶ崎中央 7-19 センター南ビジネスビル 2 階	045-948-3268	28,000
メディカルスキャンニング溝の口クリニック	神奈川県川崎市高津区溝口 2-16-1 1 階	044-829-6656	28,000
社会福祉法人 恩賜財団 済生会神奈川県病院 予防医療センター	神奈川県横浜市神奈川区富家町 6-6	045-432-1117	25,000
メディカルスキャンニングたまプラーザクリニック	神奈川県横浜市青葉区新石川 2-1-15	045-910-2340	28,000

医療機関名称	所在地	電話番号	脳検査料金 (税別)
海老名総合病院附属 海老名メディカルサポートセンター	神奈川県海老名市河原口 1519	046-235-1311	28,000
医療法人 明徳会 (財団) 総合新川橋病院	神奈川県川崎市川崎区新川通 1-15	044-222-1237	23,000
医療法人社団 この脳神経クリニック	新潟県新潟市江南区泉町 1-2-30	025-383-1355	22,000
ペイシアガーデンクリニック	新潟県新潟市中央区笹口 1-1 プラウカ 1・2F	025-240-0420	26,700
富山市医師会健康管理センター	富山県富山市経堂 4-1-36	076-422-4811	22,400
特定医療法人 扇翔会 南ヶ丘病院	石川県金沢市馬替 2-125	076-298-3366	14,960
医療法人社団 博洋会 藤井脳神経外科病院	石川県金沢市古府 1-150	076-240-3555	28,000
医療法人 慈光会 甲府城南病院	山梨県甲府市上町 753-1	055-243-6550	25,000
医療法人 青樹会 一之瀬脳神経外科病院 PET/CT健診センター	長野県松本市大字島立 2093	0263-48-6600	23,149
岐阜県厚生農業協同組合連合会 岐北厚生病院	岐阜県山県市高富 1187-3	0581-22-1811	20,000
J A 静岡厚生連 静岡厚生病院	静岡県静岡市葵区北番町 23	054-272-1466	28,000
医療法人社団 明徳会 十全記念病院	静岡県浜松市浜北区平口 1975	053-586-1115	15,700
公益財団法人 静岡県予防医学協会 総合健診センター	静岡県藤枝市善左衛門 2-19-8	0120-39-6460	28,000
医療法人社団 紫苑会 富士いきいき病院	静岡県富士市天間 1640-1	0545-73-1919	20,500
名古屋医師会健診センター	愛知県名古屋市中区栄 1-18-14	052-937-8425	28,000
三河安城クリニック	愛知県安城市相生町 14-14	0566-75-7515	28,000
医療法人 名翔会 名古屋セントラルクリニック	愛知県名古屋南区千竜通 7-16-1	052-819-1850	25,000
医療法人 大医会 予防医学推進・研究センター	愛知県日進市折戸町西田面 110	0561-73-3030	20,000
医療法人 九愛会 中京サテライトクリニック	愛知県豊明市沓掛町石畑 180-1	0562-93-8222	26,000
岡崎市医師会はるさき健診センター	愛知県岡崎市針崎町字春咲 1-3	0120-489-545	24,000
名古屋医師協同組合 名古屋臨床検査センター附属診療所 富田病院	愛知県名古屋市中区昭和区滝子町 27-22	052-871-2726	25,000
医療法人尚豊会 四日市健診クリニック	三重県四日市市生桑町菰池 450-3	0120-177-667	28,000
独立行政法人 地域医療機能推進機構 四日市羽津医療センター	三重県四日市市羽津山町 10-8	059-331-1211	28,000
医療法人 尚徳会 ヨナハ総合病院	三重県桑名市和泉 8-264-3	0594-23-7242	28,000
医療法人社団 洛和会 洛和会音羽病院	京都府京都市山科区音羽珍事町 2	075-593-7774	28,000
コーナンメディカル鳳総合健診センター	大阪府堺市西区鳳東町 4-401-1	072-260-5555	28,000
医療法人 恒昭会 藍野病院	大阪府茨木市高田町 11-18	072-627-7611	28,000
社会福祉法人 恩賜財団 大阪府済生会泉尾病院	大阪府大阪市大正区北村 3-4-5	06-6552-0091	28,000
そばじまクリニック	大阪府東大阪市荒本北 2-2-6 クリニックコート東野 1F	06-4309-2525	23,000
医療法人 晴心会 野上病院	大阪府泉南市樽井 1-2-5	072-484-0007	21,820
社会医療法人 ペガサス 馬場記念病院	大阪府堺市西区浜寺船尾町東 4-244	072-265-5558	20,000
独立行政法人 地域医療機能推進機構 神戸中央病院	兵庫県神戸市北区惣山町 2-1-1	078-594-8622	28,000
公益財団法人 兵庫県予防医学協会 健康ライフプラザ	兵庫県神戸市兵庫区駅南通 5-1-2-300	078-652-5207	28,000
医療法人社団 明石医療センター カーム尼崎健診プラザ	兵庫県尼崎市御園町 54	06-6430-1315	19,500
やすお脳神経外科クリニック	兵庫県明石市小久保 2-10-1 リラシオ西明石駅前 2F	078-925-7171	28,000
社会医療法人 松本快生会 西奈良中央病院	奈良県奈良市鶴舞西町 1-15	0742-43-8868	25,000
医療法人 恵友会 恵友病院	和歌山県海南市船尾 264-2	073-483-1033	20,000
社会医療法人 全仁会 倉敷平成病院	岡山県倉敷市老松町 4-3-38	086-427-1111	27,000
一般財団法人 広島県集団検診協会	広島県広島市中区大手町 1-5-17	082-248-4115	20,000
グランドタワーメディカルコートライフケアクリニック	広島県広島市中区上八丁堀 4-1	082-227-3366	25,000
医療法人 清泉会 一ノ瀬病院	広島県広島市中区国泰寺町 1-5-11	082-243-6223	23,149
医療法人 信愛会 日比野病院	広島県広島市安佐南区沼田町伴 7955	082-848-2357	20,000
高杉内科外科小児科脳外科	徳島県徳島市国府町芝原字天満 25-1	088-642-7474	25,000
医療法人社団 重仁 麻田総合病院	香川県丸亀市津森町 219 番地	0877-24-8300	23,810
独立行政法人 地域医療機能推進機構 りつりん病院	香川県高松市栗林町 3-5-9	087-862-3171	28,000
医療法人 新松田会 愛宕病院	高知県高知市愛宕町 1-1-13	088-823-3301	20,000
特定医療法人 防治会 いずみの病院	高知県高知市薊野北町 2-10-53	088-826-5511	20,000
社会医療法人財団 池友会 新行橋病院	福岡県行橋市道場寺 1411	0120-79-1092	15,500
医療法人 親仁会 米の山病院	福岡県大牟田市今山 2324-1	0944-41-1315	28,000
医療法人 原三信病院 健康管理センター	福岡県福岡市博多区大博町 1-8	092-291-3132	20,000
社会医療法人財団 池友会 新小文字病院	福岡県北九州市門司区大里新町 2-5	093-391-1001	20,000
桜十字病院	熊本県熊本市御幸木部 1-1-1	096-378-1182	25,000
一般財団法人 大分健康管理協会大分総合健診センター	大分県別府市北石垣深町 851	0977-66-4113	20,000
社会医療法人 敬和会 大分東部病院	大分県大分市志村字谷ヶ迫 765	097-503-5000	20,000
一般社団法人 藤元メディカルシステム 藤元中央病院	宮崎県宮崎市北川内町乱橋 3584-1	0985-53-1101	15,000

新年度が始まりました。新入社員のみなさま、ご就職おめでとうございます。  
組合員のみなさま、今年度もよろしくお願ひいたします。  
健康相談室では、今年度もみなさまの健康の保持・増進、病気の予防のために  
お役に立てるよう、さまざまな情報を発信していきます。ぜひご利用ください。

今回のテーマ

## あなたのお口の健康を チェック！

毎年6月4日～6月10日の1週間は「歯と口の健康週間」になっています。  
お口の中はじっくり見ることが少ないので、この機会にあてはまる項目に  
☑をつけてみましょう。



- 朝起きたときに口の中が  
ねばねばする
- 歯みがきをすると歯肉から血が出る
- 歯と歯の間に食べ物が  
はさまりやすい
- 歯が長くなったように見える
- 口臭があるといわれる
- 歯がぐらぐらする
- 歯に黒や茶色い色がついていて  
ブラッシングでもとれない

### チェックの数はいかがでしたか？

最近のさまざまな調査・研究によって、歯と全身の健康は深く関係していることがわかってきました。

口の中の健康状態が悪いと、よく噛むこともできず、軟らかい物やのみ込むだけの食事をとることが多くなります。噛まないで食べると、食べ過ぎてしまったり、唾液の分泌が不十分のため消化吸収にもよくなかったり、健康にはよくないのです。また、噛むことによって得られる、表情の筋肉が鍛えられることや、脳の活性化につながることといったメリットもなくなってしまいます。

1つでもチェックがつく方は、早めに歯科医院に受診することをお勧めします。そして、いつまでも健康な口の中を保つために、よいといわれる習慣を続けましょう。

- 1日1回は丁寧にみがく  
(正しいブラッシングが大切)
- 歯と歯肉の境目をよくみがく
- 必要に応じてデンタルフロスや歯間ブラシを使う
- よく噛んで食べる
- 甘い食べ物や飲み物をだらだらとらない
- 口の中を鏡でよく見るようにする
- お口のホームドクターをつくり、  
相談できる環境を整えておく

そして、忘れてはいけないのはお口の健康とともに、体の健康維持。今年度の健康診断の申し込みはお済みですか？

一年に一度は体のチェックも忘れずに実行したいですね。早めに健康診断を受けて生活を改善し、健康な生活を維持しましょう。

『VISPO』2015冬号に今年度の「前期健康診断ご案内」が掲載されています。4月～9月までに受診希望者の方は、すでに受付が始まっていますので、事業所の担当者の方を通じて申し込んでください。

どこの健康診断会場でも毎年年度末に近づくにつれて、希望の日に健診を受けることが難しくなってきます。早めの申し込みをお勧めします。

今年も受けよう  
健康診断  
受けてよかった  
健康診断

健康のことで  
困ったら…

健康相談室 03-3661-3917 (平日)

ファミリー健康相談

 0120-933396 (24時間)

医療費節減の決め手!! ジェネリックは家計にもやさしい

# ジェネリックに切り替えると これだけ安くなります

代表的な  
高血圧の薬で比較

ジェネリックは  
こんなに  
安い!!

自己負担3割で、  
1年間・1日1錠ずつ  
服用した場合

●エナラプリルマレイン酸塩10mg錠（一般名）  
新薬14,547円 ジェネリック2,689円

自己負担が  
11,858円 減ります!

●ロサルタンカリウム錠100mg（一般名）  
新薬22,345円 ジェネリック5,184円

自己負担が  
17,161円 減ります!



※薬価のみを単純計算して比較しています。また、ジェネリック医薬品は最も安価なもので計算しています(2015年2月現在)。

## ●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、値段を安くできるのです。もちろん、厳しい審査で有効性・安全性・品質が新薬と同等であると確認された厚生労働省の承認を受けた医薬品です。

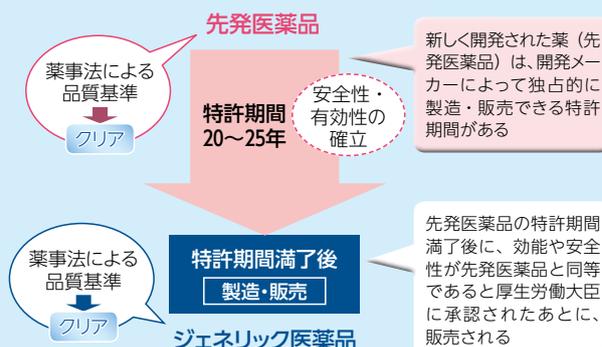
## ●ジェネリック医薬品への切り替えにご協力をお願いします!

ジェネリック医薬品はみなさまの家計にやさしいだけではありません。健康保険組合にとりましても増え続ける医療費を抑制することになります。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。

平成26年3月～8月診療分の切り替えによる削減額は、6カ月で440万円以上になりました。1年間に換算すると約880万円以上の効果が見込めます。引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

ジェネリック医薬品の効き目は  
新薬と同等です

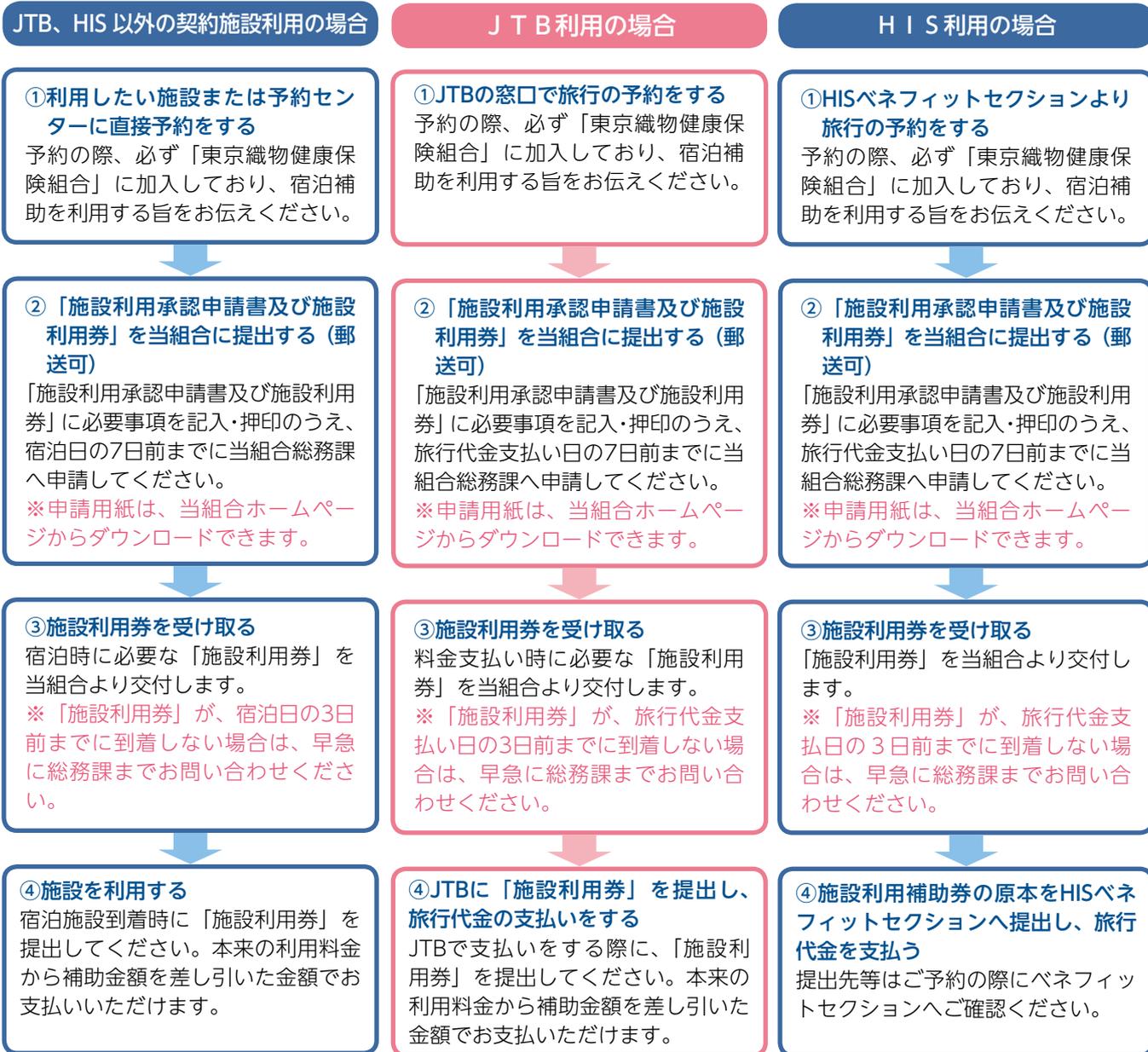
先発医薬品で効果が確認されている同じ有効成分を使ってジェネリック医薬品はつくられているので、効果は同等と考えられています。薬事法による品質基準をクリアしています。



# 平成27年度 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（国内旅行に限る）
  - ・平成27年4月1日から平成28年3月31日までの宿泊を伴うものが対象です。
- **補助金額** 被保険者 5,000円・被扶養者 2,500円（4歳以上）
- **利用方法** 15・16ページ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〉



## 〈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。
- ・日帰り旅行・航空券、乗車券のみの利用は宿泊補助の対象とはなりません。
- ・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み補助となり、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の場合、取り扱えない施設もございます。お電話での予約をお願いいたします。
- ・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27年度

# 契約保養施設一覽

申請の際は、14 ページを必ずご確認ください

## ●27年度より新規契約いたしました



お得な宿泊情報&宿泊予約はベネフィットセクション専用サイト  
および専用電話より  
<http://www.his-i.com/tyo/corp/tokyoorimono/>  
国内旅行 **0570-300-890**

- ・国内旅行のみ対象
- ・HIS 提携旅行会社のパッケージツアーもご利用いただけます。  
詳しくはベネフィットセクションへお問い合わせください。

## ●旅行代理店等契約保養施設

### JTB

<http://www.jtb.co.jp/>  
全国のJTBの窓口が対象となります。  
・国内旅行のみ対象

### さくら総合レジャー

☎ **03-3434-0333**  
<http://homepage3.nifty.com/kenpo/index2.htm>  
平日 9:00 ~ 17:00 土日祝日は定休  
温泉宿を中心とした 20 ヶ所以上のお得な施設がご覧いただけます。

### PRINCE HOTEL & RESORTS

プリンスホテル予約センター **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  
<http://www.princehotels.co.jp/keiyaku>  
パスワード「prkeiyaku」を入力のうえご覧ください。  
ご予約受付時間 24 時間 / 年中無休

### 休暇村

宿泊予約&お得情報はホームページより  
<http://www.qkamura.or.jp>  
日本の景色を代表する国立・国定公園に 37 ヶ所、美しい自然に囲まれた施設がご利用いただけます。

### 星野リゾート

宿泊施設&宿泊予約は契約専用ページより  
<http://hoshinoresort.com/gp/corporate/>  
全国の星野リゾートグループの施設が優待料金にてご利用いただけます。

## ●個別契約保養施設

<h3>志賀の湯ホテル</h3> <p>〒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 5,600 円～</p> 	<h3>塩沢江戸川荘</h3> <p>〒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 <a href="http://www.edogawasou.com/">http://www.edogawasou.com/</a> 上越新幹線・越後湯沢駅 ●大人 9,400 円～ ●子ども 5,100 円～</p> 
--	--

## ●個別契約保養施設

### 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  
(首都圏予約センター) / 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 9,000円～  
●子ども 4,500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 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 8,820円～  
●子ども 4,410円～



### 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 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 8,200円  
●子ども 5,700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 10,000円～  
●子ども 5,000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  
★期間限定プランあり



### 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  
●5,800円～ (食事別料金)



### 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  
(首都圏予約センター) / 平日 9:00  
～ 19:00 / 土 日 9:00～ 18:00 /  
日曜・祝日 定休  
久里浜線・三浦海岸駅  
●大人 10,600円～  
●子ども 5,130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 8,640円～  
●子ども 6,480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 7,711円



- ・宿泊料金は、季節や人数、年齢により異なりますので、施設に直接お問い合わせください。
- ・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、1泊2食付でのご提供となり、素泊まりでは宿泊補助をご利用いただけません。

お問合せ先 総務課 ☎ 03-3661-2251

# ファミリーハイキング のご案内



©Disney

東京ディズニーランド®およ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。みなさまのご応募をお待ちしています。

●特別利用券ご利用期間

お手元に届いた日より～平成28年3月31日（木）

●参加資格

当組合の保険証をお持ちの方対象 当組合の被保険者および被扶養者  
 （4歳以上・平成23年4月1日～平成24年3月31日出生を含む）

●募集人数 5,000名 ●補助金額 1,500円

▼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）
<b>5,400円</b> （通常料金6,900円）	<b>4,500円</b> （通常料金6,000円）	<b>3,000円</b> （通常料金4,500円）

※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時のご利用できます。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.jp/> でご確認ください。

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もしく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〉

**1** 「平成27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」を当組合に郵送もしくはお持ち込みする。

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27年5月22日(金)までです(消印有効)。申込書は19ページにありますので必ずコピーをご使用ください。また、総務課窓口もしくは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。

健保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発行します。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。

**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、健保から発行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。

〈記入例〉

〒100-0001 東京都中央区〇〇-〇-〇〇 健保太郎様

この申込書を必ずコピーしてご使用ください。FAXの受付はしていません。

27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。

平成27年度 春季 東京ディズニーランド・東京

◆ご連絡のとれるお電話番号をご記入ください。

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方

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)	〇〇-△△	健保太郎 勤務先電話番号 03-△△△-△△△△ 日中連絡先電話番号 090-〇〇〇〇-〇〇〇〇 (代表者氏名)	40歳	~
2	〇〇-△△	健保花子	15歳	
3	-		歳	
4	-		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★  
健康保険証をお持ちの方で4歳以上の方に限り、( )内に出生年月日を記入してください。記載はしないでください。

●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。

●申込みされる方全員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。

●パスポートチケット購入後の特別利用券での返金はできません。

★申込受付期間

平成27年5月22日(金)  
締切(消印有効)

★申込書送付先

〒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

★お問合せ先

☎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23年4月1日~平成24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、記入なされないでください。
- ②特別利用券申込書は郵送、もしくはお持ち込みのみ受付いたします。
- ③特別利用券はお手元に届いてから平成28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。
- 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、利用券を購入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。

〒□□□□-□□□□

都・道  
府・県

様

この申込書を必ずコピーして  
ご使用ください。

FAXの受付はしていません。

27 春

申込締切日 平成27年5月22日（金）消印有効

- ◆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。

## 平成27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23年4月1日～平成24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1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必ずコピーを取ってご使用ください。

申込締切日 平成27年5月22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

●料理制作/北嶋佳奈  
(管理栄養士・フードコーディネーター)  
●撮影/福岡拓  
●スタイリング/寺門久美子

# 胃腸の不調に負けない体に!

## 春キャベツのホイコーロー

胃の働きを助ける栄養素や殺菌効果の強い食材で、胃腸の不調から体を守りましょう。



Pick up!  
キャベツ

●ビタミンU  
(キャベジン)  
胃の粘膜を修復します。  
潰瘍の予防などに効果が期待できます。



1人分

222  
kcal

塩分  
1.8g

調理の  
ポイント

### ●材料 (2人分)

- ◆豚肉 (こま切れ) …… 100g
- ◆片栗粉…………… 小さじ 1
- ◆キャベツ…………… 1/6 個
- ◆ピーマン…………… 1 個
- ◆にんじん…………… 1/4 本
- ◆にんにく…………… 1 かけ
- A { みそ…………… 大さじ 1
- しょうゆ…………… 小さじ 1
- 酒…………… 大さじ 1
- 砂糖…………… 小さじ 1
- ◆サラダ油…………… 大さじ 1
- ◆豆板醤…………… 小さじ 1/3

### ●作り方

- ①豚肉には片栗粉をもみこんでおく。キャベツはざく切り、ピーマンは乱切り、にんじんは縦半分になり斜め薄切り、にんにくはみじん切りにする。Aを合わせておく。
- ②フライパンに油を熱し、豚肉を炒めたら一度取り出す。
- ③同じフライパンでにんにくと豆板醤を炒め、にんじん、キャベツ、ピーマンを加え炒める。②の豚肉とAを加えて炒め合わせる。



肉は一度取り出して、  
後で炒め合わせる

一度豚肉を炒めてから取り出し、野菜を炒めてから再度炒め合わせます。加熱のしすぎによって肉が硬くなるのを防げます。

## グレープフルーツと白ワインのゼリー

### ●材料 (4人分)

(作りやすい分量)

- ◆水…………… 大さじ 2
- ◆白ワイン…………… 1 カップ
- ◆粉ゼラチン…………… 5 g
- ◆砂糖…………… 大さじ 4
- ◆グレープフルーツ…………… 1 個

### ●作り方

- ①水に粉ゼラチンをふり入れておく。グレープフルーツは実を取り出して食べやすく切る。皮などに残った実を絞って果汁を取り、水 (分量外) を足して50cc にしておく。
- ②鍋に白ワインを入れ火にかけて、ひと煮立ちさせてアルコールを飛ばし、砂糖を加え溶かす。火を止めて①の果汁+水、ゼラチンを加え溶かす。
- ③容器にグレープフルーツと②を入れ、あら熱がとれたら冷蔵庫で2時間以上しっかり冷やす。

Pick up! 白ワイン

### ●有機酸

白ワインにはリンゴ酸や酒石酸など、さまざまな有機酸が含まれています。有機酸には強い抗菌作用があるといわれています。



1人分

102  
kcal

塩分  
0.0g