



花祭 (解説は23ページ)

KENPO だより

Winter No.247

東京都電機健康保険組合

Contents

新年のご挨拶 ②

輝いている人にインタビュー (女優 波瑠さん) ④ ⑤

新しい年を“健康の年”にしませんか!! ⑧

保健師日誌 NEC ネットズエスアイ・サービス株式会社 ⑨



波瑠さん (P4)

総力特集

電機健保の実情 ⑩ ⑪

「全面総報報酬割の導入」ってなんですか？

健診特集

家族健診・婦人健診はお済みですか？ ⑫ ⑬

マンガ版 医療費節減

被扶養者の「資格認定状況」を確認してください ⑭ ⑮

事業所訪問記 (株式会社中松商会、日本電産株式会社) ⑯ ⑰

1泊旅行で健康を手に入れよう！／オレンジドームゆがわら ⑳ ㉑

ご家族
みなさんで
ご覧ください



電機健保のキャラクター
でんキュートくん

ホームページアドレス <http://www.denkikenpo.or.jp>





新年のご挨拶



東京都電機健康保険組合

理事長

鈴木 敏雄

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みなさまにおかれましては、すこやかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、平素より当健康保険組合の事業運営に関しまして、格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

現在、健康保険組合を取り巻く環境は、急速な少子高齢化と医療の高度化により大きな変化に直面しており、医療保険制度を持続可能なものにするための構造改革が急務となっています。

健康保険組合連合会（健保連）が昨年発表した「平成27年度予算早期集計結果の概要」によると、健康保険組合全体で1429億円の経常赤字となることが見込まれています。

この財政悪化の最大の要因は、高齢者医療制度への過大な納付金です。団塊世代が高齢者となったことに伴う高齢者医療費の増大や、後期高齢者支援金の計算方法が段階的に全面総報酬制となることにより、健保組合の納付金負担がさらに重くなることは確実です。保険料率の引き上げ等による対応が限界に達している中、現役世代に過重な負担を強いられる高齢者医療費の負担構造の改革が早急に求められます。

こうした状況ではありますが、健康保険組合の使命は、保険者機能を最大限に発揮し、質が高くきめの細かい保健

事業を通じてみなさまの健康をサポートし、医療費の削減につなげていくことにあります。2年目を迎えるデータヘルス計画を推進し、より一層、みなさまが毎日を明るくすこやかに過ごせるようサポートしてまいります。

平成27年に成立した医療保険制度改革関連法により、28年4月からは医療機関にかかった際のみみなさまの負担が増えるケースも少なくありません。「自分の健康は自分で守る」という強い意識と自覚をもって健康管理に留意され、本年も充実した日々を過ごされますようお願いいたします。

平成28年は申年です。動物では「猿」が愛られます。猿は古来より山の神の使いとして信仰されるほか、「桃太郎」に描かれるなど日本人にとって身近な生き物です。「魔が去る」「勝る（まさる）」の音から、厄除けや必勝祈願のご利益のある縁起のよい動物ともされています。病が去り、健康が勝る一年となるよう、各種健診や保健指導をきめ細かく行い、みなさまの健康を支えてまいります。

みなさまにおかれましても、適正受診、ジェネリック医薬品の利用など、医療費節減にご協力くださいますようお願いいたします。

最後になりましたが、本年がみなさまにとって幸多き一年となることを祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

生まれ月による「今年の運勢」2016年(平成28年)

1月生まれ

2016年はポジションが定まると同時に、自分軸がしっかりしてきます。信念がいつも以上に強くなりますが、やや頑固にならないように気をつけましょう。何もかも独断で進めず、家族や周囲の意見を柔軟に取り入れたほうがうまくいきます。特に経験者のアドバイスは貴重な財産になるはず。日頃からリメイクやリサイクルでエコ意識を高くもって過ごす、お金のまわりがよくなります。

幸運のスポット★老舗旅館

2月生まれ

人生において大きな転機を迎えそうな2016年。環境がガラリと変わり、戸惑う場面も少なくないでしょう。変化の波に抵抗せず自然に身をまかせることが開運のカギ。新しい分野に挑戦するより、中途半端になっていることを完成させたほうが吉。あなたの自信につながり、好結果を招きます。対人関係は敵・味方を区別すると自分がやりにくくなるだけ。公平なスタンスを貫きましょう。

幸運のスポット★遊園地

3月生まれ

華やかなムードに包まれる2016年は、楽しい予定のオンパレードです。普段よりも社交性がアップするため、人づき合いで忙しく、アクティブな日々を過ごせるでしょう。ヘアスタイルや服装などの見た目に気を配るのももちろん、笑顔を心がけて人を引き寄せましょう。おもしろそうなイベントやレジャーには迷わず参加すると吉。外出する機会が増えるほど、幸運を呼び込める1年です。

幸運のスポット★美容室

4月生まれ

よくも悪くも迷うことが多くなりそうです。優柔不断になって決断を長引かせると運氣ダウン。直感や心の声に素直に従えばうまくいきます。特に愛情面ではどっちつかずの態度をとらないように注意して。2016年は他人をアテにせず、自分で積極的に動くことが開運の秘訣です。年下や後輩の面倒をみてあげると、人望がアップして人気者に。心身のメンテナンスにはマッサージが効果的。

幸運のスポット★居酒屋

5月生まれ

2016年は大きな変化とは無縁の穏やかな運勢です。プライベートが充実するので、一人静かに自分の心と向き合う時間をもつと吉。感性がとぎ澄まされて、芸術や創作活動への関心が高まります。対人面ではつき合う相手を選ぶことが大切。取り越し苦労をしやすいときなので、嗜好きな人とは距離を置くほうが無難です。少人数でも心を許せる仲間と密度の濃い交流をはかりましょう。

幸運のスポット★温泉施設

6月生まれ

スケジュールがぎっしりで多忙ながらも、精神的に充実感たっぷりの2016年。仕事や地域活動など公の場で、リーダーとなって活躍する機会が増えるでしょう。頼まれごとは快く引き受けると、自分が困ったときに助けてもらえます。年長者からの引き立てを受けて、何かと得する場面も多そうです。金銭面は順調。出しても戻ってくるめぐりのよい年ですから、出し惜しみしないほうが吉。

幸運のスポット★高速道路のSA

7月生まれ

何かが終わると同時に新しいものが生まれる1年です。行き詰まりを感じても必ず突破口が開けるので、あまり深刻にならず軽やかに進みましょう。また、2016年は、過去に積み上げてきたものが形になって表れます。「努力の甲斐があった」と喜ぶ場面もあるでしょう。対人面では誰かと役割をバトンタッチすることに。最初は慣れないかもしれませんが、そこからまた新しい扉が開けます。

幸運のスポット★橋

8月生まれ

2016年は何をするにもドッシリした基盤を作ることが先決です。気持ちが焦っているときは要注意。意識して慎重に行動すれば、早合点やミスは防げるはず。健康面では運動を日課にすることで、日々エネルギーに過ごせるでしょう。やせたいからと過激なダイエットに走るの禁物。交際範囲が狭くなりがちです。視野を広げるためにも、老若男女を問わず幅広くつき合いを楽しんで。

幸運のスポット★高層ビル

9月生まれ

すべてが順調に運ぶ好調運に恵まれる2016年。対人ネットワークが拡大し、誰とでも爽やかなつき合いが楽しめます。夢や目標を叶えるために協力してくれる人も出現しそう。愛情面では良縁が生じる兆し。知人の紹介話にはぜひ乗ってみましょう。レジャー運も良好。率先して旅行プランを立てると盛り上げてみては。金銭面は交際費がかさむものの、不自由することはなさそうです。

幸運のスポット★空港

10月生まれ

あなたの活躍が求められる2016年は、謙虚すぎるとチャンスを逃してしまいます。実力以上の仕事や大役でも「なんとかなる」と引き受けてみましょう。また、あなたが発信する情報によって救われる人が少なくありません。取るに足らないことでも、積極的に伝えることが大切。特に若い世代との情報交換はよい刺激やヒントを与えてくれそう。レジャーはスポーツ中心に楽しむと開運。

幸運のスポット★運動公園

11月生まれ

活発で発展的な運勢です。あなた自身のフットワークも軽く、片時もジッとしていられないようです。うれしいサプライズやプレゼントが多いのも2016年の特徴。必要としている情報を意外な人が教えてくれるなど、思いがけないところからチャンスが訪れそうです。ただし、飽きっぽくなっているときなので、新しい趣味は段階を追って投資したほうがよさそう。愛情面の進展はスピーディ。

幸運のスポット★コンサート会場

12月生まれ

レジャーや愛情運を中心に喜びごとの多い2016年。お誘いの声も多く、仲間と楽しい時間を過ごせるでしょう。異性との運命的な出会いも期待できそう。金運にも恵まれて、念願の品に手が届く可能性が大。ただし、仕事などやるべきことが二の次になりやすい傾向。優先順位をつけて責任をもってこなしましょう。健康面は歯のトラブルに用心。日頃から定期健診に通っていれば安心です。

幸運のスポット★テバ地下

女優
波瑠さん



波瑠 (はる)

プロフィール

1991年、東京都生まれ。2006年、ドラマ『対岸の彼女』でデビュー。以後、映画『がじまる食堂の恋』、ドラマ『おそろし〜三島屋変調百物語』など、数々の話題作に出演。主人公を演じる連続テレビ小説『あさが来た』が、NHK総合ほかで放送中。

明治を代表する実業家であり、教育者でもあった広岡浅子の生涯をモデルにした連続テレビ小説『あさが来た』が、快進撃を続けている。朝ドラ人気を牽引するのは、ヒロイン・あさを演じる女優の波瑠さん。涼しげな容貌とやわらかな空気感が魅力といわれる彼女だが、実は、あさと同じように負けん気が強く、熱血派の一面もあるらしい……。

みんなで

体験探検隊!

第9回

草加煎餅・丸草一福

(埼玉県草加市)



丸草一福本店

「おせんべ焼けたかな」とは昔ながらの手遊びですが、伝統的な草加煎餅を自分で焼いて、パリッと香ばしい焼き立てを味わえる体験施設をご紹介します。

○工場見学

草加煎餅は、奥州街道の草加宿の街道沿いにあった団子屋が、売れ残った団子を乾かして焼いたことに始まるとされています。良質な米と水、江戸川流域で作られる醤油とが重なって、その名を全国に知られるようになりました。

「工場見学」では、お米からおせんべいになるまでのすべての工程を見学できます。工場でできたおせんべいは、その場で試食でき、購入することもできます。わかりやすく解説したビデオやパンフレットも用意されています。

○せんべいの焼き体験

グループで予約すると、おせんべいの焼き体験ができます。焼き方を教えて

強いだけじゃない、やわらかな心が 主人公あさちゃんの魅力です

オンエア開始から3ヵ月過ぎて、ますます好評な『あさが来た』。「みなさんからいたたく反響が励みになります」と語るのは、主人公の白岡あさを演じる女優の波瑠さん。泣いたり笑ったり、感情に素直ではつらつとしたあさの姿に「元気をもらえる」、「癒される」という声は多い。

「こうと決めたら真っすぐに突き進むけど、自分が間違っていると感じたときは素直に認めてごめんなさいと言え。強いだけじゃない、素直でやわらかい心を持っているのがあさちゃんのスキなところだと思います。社会に出て何か問題が起きたとき、言い訳をしたり自分の行動を正当化したりと、保身の方向に気持ちが動くことはないですか？ そんなときこそ、彼女のような潔さを持つて人間でいたいと思います」

演じてきた役柄のイメージゆえか、やさしくて芯が強い、おっとりしている、といった印象を持たれることが多い波瑠さん。ところが素顔の彼女は意外?!にも、熱いハートを持った体育会系の女子だった。

「子供のころは男の子に交じって遊ぶお転婆な女の子でした。そして、

いざとなると自分に思いきり気合いを入れるところも、あさちゃんに似ているかな。まだまだ演技が未熟ですから、撮影のときは誰よりも努力しよう、人の何倍も頑張ろうという気持ちになるし、どんどん自分を追いこんで演技をすることが今の私には必要だと思っんです。居残り特訓が好きなスポーツ選手みたい？ そのうかもかもしれませんね(笑)」

自分より妹のあさを気遣う姉・はつと、そんな姉に笑顔を届けたいと願うあさ。ヒロイン姉妹をはじめ、助け合い、理解し合おうとするきょうだいや夫婦の絆も魅力になっている。

「私にも姉がひとりいて、家族4人、とても仲よしです。女優の仕事が始めても変わらずにひとりの娘として接してくれて、耳が痛いこともちゃんと聞いてもらえる。両親や姉の『引力』があるから、私は地に足をつけて歩くことができます」

数ヵ月続く長丁場の撮影だけに、健康管理は欠かせない。

「心身の健康を保つコツは『休むときはしっかりと休む』こと。仕事を気にして中途半端に休養するより、きちんとリセットして本番で100%

の力を出せるほうが大事だと思うようになりました。ぐっすり眠って元気が出る食事をとる、いまはお肉が栄養の源です。『焼肉？ シャブシャブ？』次は何を食べに行きましょうか？』と、現場でみなさんにたずねるのが日課のようになっています(笑)」

物語は後半へと突入。波乱のエピソードとともに、実業家として成功したあさの新たな活躍が始まる。

「人生の試練には終わりがないのかもしれないと思うほど、次々といろんなことが起こり、新しい出会いと別れがやってきました。子供を産んで母親となったあささんが、家族をどうやって育み、ビジネスと家庭を両立していくのか……。母として成長する彼女の姿を見守ってください」



シックなドレスは大人の女性になったヒロインが身に付ける衣装の一つ。物語はいよいよ新たな展開へ。

もらいながら、箸と押し瓦を使って自分だけのおせんべいを焼けます。その場で食べてもよし、お土産にしてもよし。小さなお子さまからお年寄りまで楽しめます。香ばしく食欲をそそる香りとともに、記憶に残るよい体験になるでしょう。



【工場見学】

150円(税込)。要予約。

【工場見学+手焼き体験セット】

540円(税込)。4名以上で要予約。

4名以下でも、他の方と一緒に体験できますので問い合わせを。

①午前10:00～

②午後 1:30～

の1日2回開催(約90分)。

■所在地: 〒340-0002 埼玉県草加市青柳2-16-18

■TEL: 0120-037-129(月～土曜 9:00～17:00)

■見学・体験のお休み: 日曜・祝日・繁忙期(お盆・年末年始)

■URL: <http://www.sokasenbei.co.jp/shop/>

黒字決算への好転は一時的な回復に過ぎない

少 子高齢化と国民医療費の膨張が進み、平成28年の健康保険組合を取り巻く環境はよりいっそう厳しさを増しています。高齢者医療費にかかる重い負担に加えて、4月に控える診療報酬の改定が、夏の参院選挙を前にどのようなように決着するかも不透明かつ波乱を含んでいるといえるでしょう。

厚生労働省が公表した「平成26年度医療費の動向」によると、1人当たり医療

費は31万4000円と対前年度比で2.0%増え、過去最高値を更新しました。65歳未満は17万7700円、65歳以上は約4倍の72万4500円で、高齢になればなるほど医療費がかかる実態が浮き彫りになっていきます。都道府県別で見ると、最も低い千葉県と最も高い高知県では約1.5倍の差があり、西高東低の傾向が続いています。

健保連（健康保険組合連合会）が発表

した「平成26年度健保組合決算見込の概要」によると、健保組合全体の経常収支は636億円の黒字で、25年度の1154億円の赤字に比べ大幅に好転しましたが、これは景気がやや上向いて賃金が上昇したことと、全組合の約3割（387組合）が保険料率を引き上げて収入増に努めたため。引き上げがなければ実質666億円の赤字という大変厳しい状況となります。

平成28年

健保の展望

健保組合が実現すべきことー健康寿命の延伸と医療費の適正化

● 国際医療福祉大学大学院教授
水巻 中正

健保組合の存続のためにはさらなる啓発と訴えが必要

現 行の高齢者医療制度は健保組合等の納付金の拠出によって成り立っている一方で、健保組合における納付金の保険料収入に対する割合は4割を超えています。この負担構造を改善し、現役世代の負担を軽減しなければ、全組合の実質的な黒字は実現しません。

健保連は、後期高齢者支援金の総報酬割部分の拡大によって軽減される公費の約7割で国保（国民健康保険）の赤字を補てんする、いわゆる肩代わりに反対して

います。27年に成立した医療保険制度改革関連法で「前期高齢者納付金及び後期高齢者支援金については、現役世代の拠出金負担が過大とならないよう、将来にわたって高齢者医療運営円滑化等補助金の財源を確保するよう努めること」との附帯決議がつくなど、一定の理解を得ることができました。とはいえ、今後も啓発活動、訴えをさらに進めていかななくてはなりません。

健保連が健康寿命の延伸と医療費適正

化に取り組んでいるのもその一環です。健保組合をはじめとする保険者や経済団体、地方自治体、医療関係団体などが連携して発足した「日本健康会議」は疾病予防や効果的な健康づくりを目指しています。また、国民注視のマイナンバー制度は28年1月から個人番号の利用が開始されます。健保組合の業務負担の増大は避けられませんが、新たな改革に積極的に取り組み、健保組合の未来のために、医療費の適正化を前進させていきましょう。

(注)掲載内容については、平成27年10月15日現在の情勢に基づき構成しています。

保養所川柳を
紹介します!

電機健保の直営保養所を利用された方からいただいた川柳(俳句)を随時、欄外にご紹介します。今回は5月から8月にご利用いただいた際の作品です。それぞれ楽しい時間を過ごされた様子が垣間見える秀作ぞろいです。
※()内略称：強羅=強羅グリーンハイツ、洛北=洛北荘、ドーム=オレンジドームゆがわら。月は利用月です。

平成27年度 健康保険組合全国大会が開催されました

現役世代が納得できる公平な制度の実現へ

去る11月25日、平成27年度健康保険組合全国大会が開催されました。

当日は、会場となった東京国際フォーラムに全国約1400の健保組合からおよそ4000人が参加。高齢者医療費の負担構造の改革、実効ある医療費適正化対策の実施を強く訴えました。

大会冒頭の基調演説で、健康保険組合連合会（健保連）の大塚陸毅会長は「保険料率の引上げが続き、現役世代の負担はもはや限界に達している。消費税10%導入時に向け、積年の課題である高齢者医療費の負担構造改革に取り組んでいく」と表明。現役世代が納得できる公平な制度の実現に向け、以下の4つの事項の実現を組織の総意として決議しました。

スローガン

● 高齢者医療費の負担構造改革の実現

高齢者の患者負担見直しとともに、消費税が10%になる平成29年4月に合わせて前期高齢者医療への公費投入を断行すべきである。

● 安定した組合運営に向けた財政支援の継続・拡充

全面総報酬割導入により抛出名負担が急増する健保組合への補助拡充、短時間労働者の適用拡大による影響が大きい健保組合への激変緩和措置を実施すべきである。

● 実行ある医療費適正化対策の実施

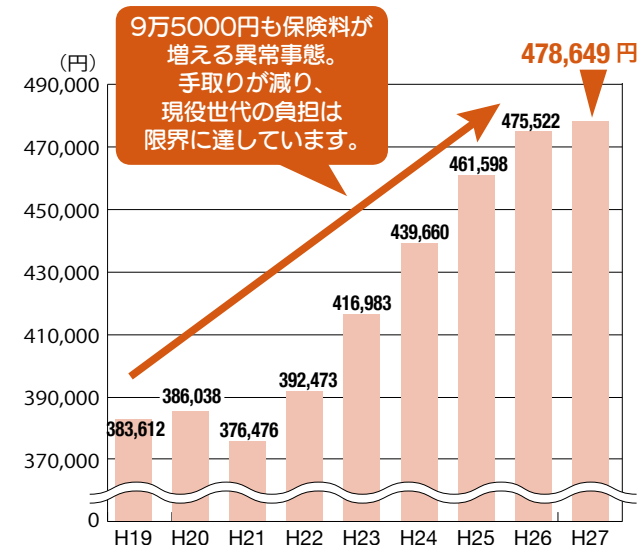
平成28年度診療報酬改定はマイナス改定とし、保険給付範囲見直しなどの医療費適正化施策をスピード感を持って実行すべきである。

● 保険者機能の発揮に効果的な健保組合方式の維持・発展

健康長寿社会の実現に向け、保険者機能の発揮に効果的な健保組合方式を維持・発展させるべきである。



■ 1人当たりの年間保険料の推移



(注) 平成19年～25年度までは決算、26年度は決算見込み、27年度は予算早期集計の数値である



新しい年を“健康の年”に しませんか!!

～禁煙チャレンジ大募集～

来年の干支の“サル”にちなんで、タバコから“去る”。来年はそんな年にするためにも、会社での健康事業の一環として、「禁煙チャレンジ」への参加はいかがですか。一人だけの意識ではタバコの有する中毒からは抜けられない、という方も多くいると思います。そのためにも、会社という組織、仲間との協同という力のもと健康を手に入れましょう。会社にとって社員のみなさんの健康は“第一”であり“力”です。ぜひとも、積極的な参加をお待ちしています。

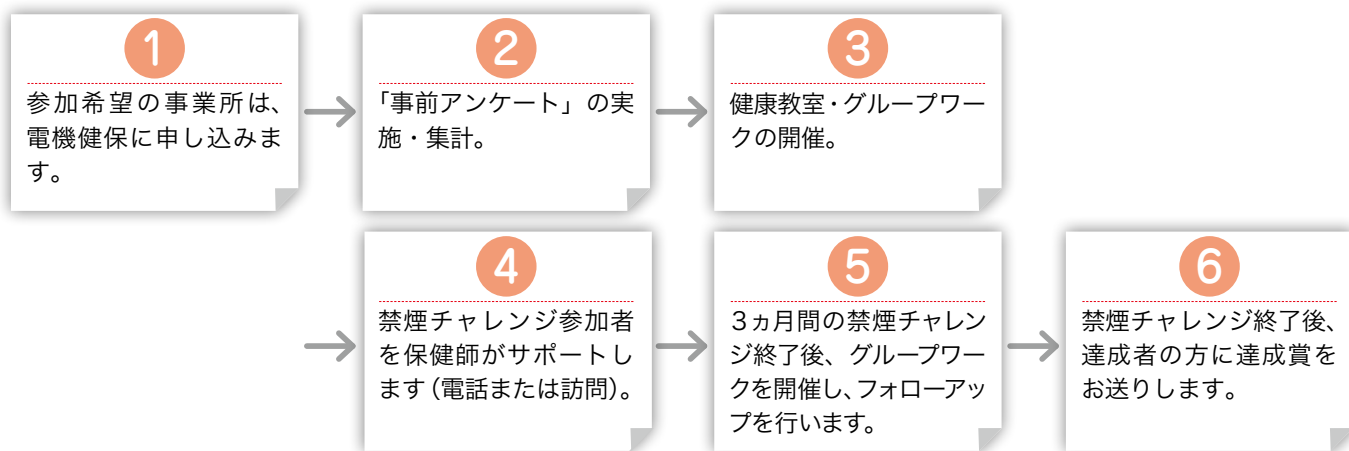
事業概要

電機健保と事業所の共同事業です

- 参加資格：電機健保の加入事業所
- 実施期間：通年
- 支援期間：3ヵ月間

- 補助：禁煙外来、ニコチンガムに対して10,000円を上限として補助します（達成者のみ）

禁煙チャレンジの手順



報告 自分とのたたかいに勝った？ 負けた？ ～個人で参加の禁煙チャレンジ～

● 本年の6月1日～8月31日の3ヵ月間にかけて「個人で参加の禁煙チャレンジ」を実施しました。

● 今年度は20社30名がチャレンジに挑み、結果は8社の9名の方が禁煙に成功しました。

● 喫煙により発症率が高まるといわれる肺がん・虚血性心疾患といった重症疾病は、本人のみならず「受動喫煙^(※1)」「サードハンドスモーク^(※2)」として、大切な家族をはじめとした周りの人にも重大な影響を及ぼします。

● 新しい年を迎えるにあたり、今年こそ“禁煙”を決意してみませんか!?

成功された方からのメッセージ

- 根性があれば何でもできる！（30代・男性）
- 本気でやめる気があれば、やめられます。（50代・男性）
- ちょっとやめてみようかな～くらいの気持ちで始めるといいかも♥（40代・女性）

(※1) 受動喫煙とは…喫煙により生じた副流煙(タバコの前からでる煙)を発生源とする有害物質を吸引すること。

(※2) サードハンドスモークとは…タバコを消した後の衣服や室内、車内などに残っている残留物から有害物質を吸引すること。

健診と保健指導を 社員の健康管理に役立て、 医療費適正化にご協力を

医療費の適正化と健康づくりのための「事業所訪問活動」の第11回は、当健保組合の伊藤保健師が、加入事業所であるNECネットエスアイ・サービス株式会社を訪問し、人事部の渡邊康剛さんにお話を伺いました。

NECネットエスアイ・サービス(株)は1988年に創業。NECネットエスアイ(株)の関連会社として、ネットワークシステムの企画、導入・設置、運用・保守、通信機器の販売を行っています。2015年に企業合併があり、企業規模が拡大して社員数も増加しています。

被保険者の 健診受診率は ほぼ100%

「私たちは技術屋集団です」とおっしゃる渡邊さん。被保険者は約400名で、本社のほか全国10カ所に地方拠点があり、得意先や親会社で勤務しているエンジニアも多く、男性比率

9割以上という会社です。

健診の受診率は55%でしたが、3年かけて99%まで向上しました。そこには「未受診者には、上長から直接、健診を受けるように呼びかけるようにしました」と会社からの働きかけがあったようです。

さらに特定保健指導の対象となつた方には、会社から推奨し、対象者の約半分の方が指導を受けています。「自分の身体だから、と伝える

ことで比較的抵抗なく

受けてくれていま

す」と渡邊さんは

おっしゃっていま

した。

電機健保の
サービスを
社員の健康管理に
活用して
いきたいです

健診をきっかけに、 早期発見・早期治療 で医療費抑制

NECネットエスアイ・サービスは、1人当たり医療費は低い傾向にあります。毎年の健診がよいきっかけになつて、よい生活習慣を保たれている方や、早期発見・早期治療ができてい

る方が多いため、医療費を抑制できているのかもしれない。

ご家族も 健診を 受けましょう

被扶養者の健診受診率は、被保険者に比べて低くなっています(電機健保平均で約20%)。新規事業である巡回レディ

ーす健診は2月まで実施しており、乳がん・子宮がん検診も無料で受けられます。ご家族の健康があつてこそ社員も安心して仕事ができます。会社からご家族にも広報していただけるようお願いしました。また併せて、保養所のペア宿泊券等が当たる婦人・家族健診キャンペーンについてもご案内しました。

婦人健診 キャンペーン を実施中です

タバコ対策への 取り組み

会社では以前から、煙の漏れない分煙キャビンの設置や「禁煙時間帯」を設けています。衛生委員会でも喫煙環境についての議題が挙がるなど、タバコ対策を行っています。吸えない時間帯を増やした影響で、本数が減つた人や禁煙の機会になつた人が多いとのこと。タバコは本人の健康だけでなく、受動喫煙やサードハンドスモークの心配もあります。電機健保でも禁煙をサポートする事業を実施していますので、きっかけ作りのひとつとして活用を、と呼びかけました。



休憩スペースに置かれた分煙キャビン。密閉されていないのに煙も臭いも漏れない。

NEC ネットエスアイ・ サービス株式会社

本社：
東京都千代田区神田錦町3-1
オームビル4F
従業員数：
約400名(2015年10月現在)



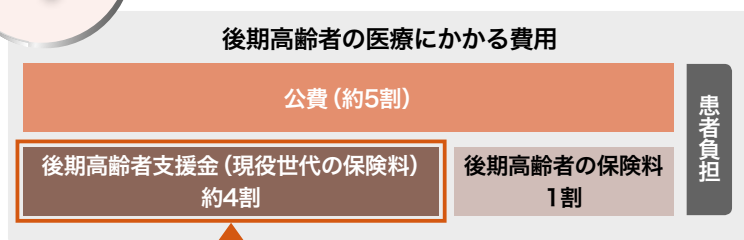
当健保組合 伊藤保健師

後期高齢者支援金の計算方法が変わり、平成28年度は総報酬割2/3、29年度からは全面総報酬割になります。少々ややこしいですが、みなさんの保険料にも影響してくるお話です。



「全面総報酬割の導入」ってなんですか？

1 後期高齢者支援金の計算のしくみと法改正



後期高齢者支援金の計算式 (簡略化しています) (平成27年度)

$$\begin{aligned}
 & \text{加入者割} && \text{総報酬割} \\
 & \text{加入者1人当たり負担額} \times \text{当健保組合の総加入者数(本人+家族)} \times 1/2 & + & \text{当健保組合の標準報酬総額} \times \text{支援金拠出率}
 \end{aligned}$$

総報酬割の比率が大きくなっていくんだね



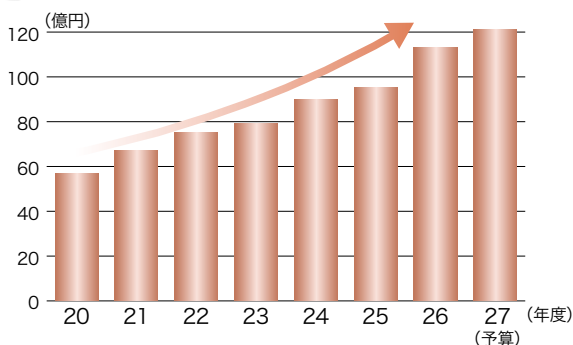
各健保組合が負担する後期高齢者支援金の額は、以前は加入者数に応じて負担する「加入者割」で計算されていましたが、平成22年度から報酬に応じて負担する「総報酬割」が一部に導入されました。平成27年5月の法改正により、この総報酬割が段階的に拡大され、29年度にはすべて総報酬割によって計算されるようになります。

●浮いた国費のほとんどは国民健康保険の赤字穴埋めへ

全面総報酬割になると、協会けんぽに補助していた国費2,300億円が浮きますが、その浮いたお金の多くが、国民健康保険の赤字穴埋めに使われることになっています。健保組合全体では約1,500億円の負担増となる見通しで、健保組合が国費の肩代わりをする構図です。

2 電機健保の後期高齢者支援金は増え続けています

電機健保の後期高齢者支援金の推移



こんなに負担が増えているなんて!



後期高齢者医療制度が始まった平成20年度以降、当健保組合が負担する後期高齢者支援金は右肩上がりに増えています。平成26年度決算では、みなさんの保険料の51.4%が納付金にとられ、113億円もの金額を後期高齢者支援金として納めています。

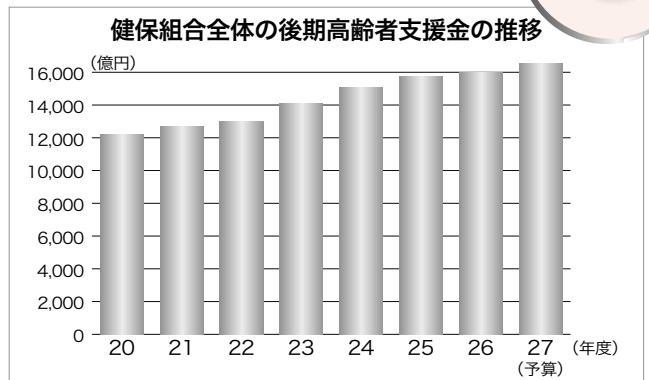
全面総報酬割の導入後には、当健保組合の納付金負担はさらに増加する見通しです。

健保組合全体でも増えています

3

全国約1,400の健保組合全体でも、後期高齢者支援金の額は同じように右肩上がりの増加です。平成26年度決算では、総額1兆5,977億円が後期高齢者支援金として納められました。

制度スタートの平成20年度と比べて26年度は30.7%も負担が増加しています。高齢化の進行に伴って増える負担を、健保組合に加入する現役世代が支えているのですが、限界に近づいています。

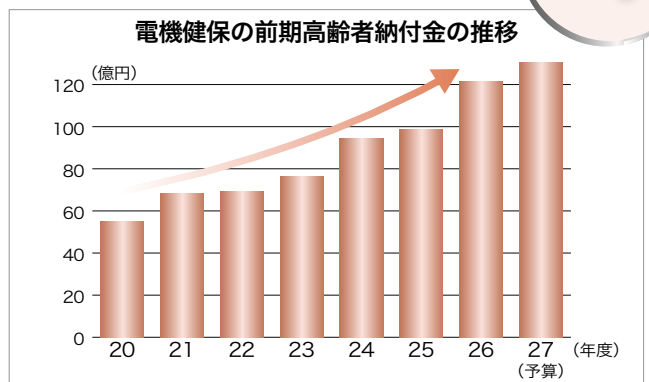


前期高齢者納付金も増加しています

4

「後期高齢者」は75歳以上の方ですが、65～74歳の「前期高齢者」は、健保組合や国民健康保険などに加入しています。前期高齢者の加入率が平均より高い保険者（国民健康保険など）は、低い保険者（健保組合など）から「前期高齢者納付金」を受け取る形で財政調整が行われています。

団塊の世代がすべて前期高齢者になった影響もあって、前期高齢者納付金は大きく増加しています。電機健保の前期高齢者納付金は、右肩上がりの増加となっています。



前期高齢者納付金の計算式（簡略化しています）

$$\text{当健保組合の前期高齢者医療給付費} \times \left(\frac{\text{全国平均の前期高齢者加入率}}{\text{当健保組合の前期高齢者加入率}} \right)$$

電機健保に加入する前期高齢者の医療費がもたれているよ

前期高齢者納付金もこんなに増えているよ



元気な高齢者になるように、
今から健康に
気をつけようね



わたしたちがとれる対策は？

5

このままでは現役世代の負担は増すばかりで、保険料をどんどん引き上げることになってしまいます。高齢者医療費の負担構造を見直すよう、今後も国に訴えていきます。

また、高齢者の医療費が増えるほど現役世代の負担が増します。「元気な高齢者」となるよう今のうちから健康管理に取り組むことも大切です。電機健保のみなさんは、今から健康意識を高め、健康長寿を目指しましょう。

電機健保では、65～74歳の方への健康サポートを強化してまいります。対象となった方は、健康を取り戻すチャンスととらえて、積極的に参加してください。

家族健診・婦人健診はお済みですか？



平成27年度分は「契約健診機関での受診」ならまだ間に合います！

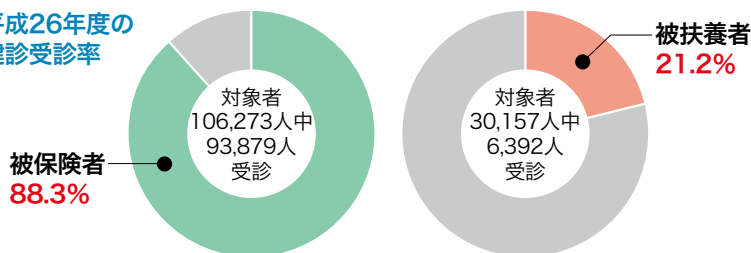
ご家族のみなさん、平成27年度の健診はもう受けましたか？
まだ受けていない方は、「契約健診機関での受診」ならまだ間に合います。
1年度に1回、補助付きの健診が受けられるのは、電機健保のメリットです！
健診は毎年受けることが大切。ぜひ申し込んで受診しましょう。

※27年度分の「巡回婦人健診(秋季)」「巡回レディース健診」の申込みは終了しております。
「補助金による家族健診」「補助金による婦人健診」の補助金交付申請書の提出期限は平成28年1月29日(金)です。

ご家族のみなさんの健診受診率が低くなっています

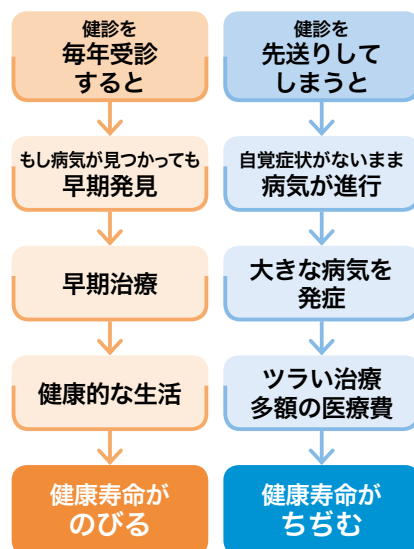
職場で受診することの多い被保険者本人に比べて、ご家族のみなさんの健診受診率は低くなっています。ご自分で申込みしなければならず、育児や介護があつて時間がとりにくい、といった事情があるのでしょうか。

●平成26年度の健診受診率



しかし、健診を先送りしてしまうと、病気の早期発見・早期治療ができず、ある日突然、大きな病気を発症してしまうかもしれません。

年1回、ご自分の体の状態をチェックすることは、健康づくりの基本となります。時間を作って、ぜひ受診してください。



平成27年度分で間に合うのはこの2つ！

① 契約健診機関で受ける「家族健診」

【対象者】40～74歳の被扶養者(男性・女性)
【費用】無料
【検査内容】身体計測・循環器系(血圧)・脂質検査・肝機能検査・糖尿病検査・検尿

② 契約健診機関で受ける「婦人健診」

【対象者】35～74歳の被保険者(女性)と被扶養者(女性)
【費用】5,000円
【検査内容】身体計測・視力聴力測定・聴打診・胸部X線・胃部X線・循環器系(心電図・血圧)・肝機能検査・腎機能検査・糖尿病検査・痛風検査・血液検査・婦人科(乳がん・子宮がん検査)・便検査・尿検査

※各健診機関により検査内容が多少違いますのでご了承ください。

婦人・家族健診 受診促進キャンペーン(下半期)を実施中です

受診された被扶養者のみなさんに抽選で景品が当たります！

※詳細については、当組合ホームページ「婦人・家族健診 受診促進キャンペーン」のご案内をご覧ください。

28年度事業の「巡回婦人健診」(別冊とじ込みの黄色い冊子)もご利用ください

別冊とじ込みの黄色い冊子に、「春季巡回婦人健診のご案内」をご紹介します(28年度分)。乳がん・子宮頸がん検査がセットされているお得な健診です。申込書もついていますので、ぜひご利用ください。

詳しくは電機健保のホームページへ

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



ときどき
見に来てね



健診・人間ドックはココ！

申込方法なども詳しく掲載しています。

弘済会のお得な情報はココ！

旅行やグッズなどがお得です。

ヘルシーファミリー倶楽部はココ！

病院検索や料理レシピなど盛りだくさん。

ID denki
パスワード kenpo



保養所はココ！

空室情報も随時更新しています。

写真を募集中！

みなさんの投稿写真がトップを飾ります。

最新のお知らせはココ！

随時、情報更新しています。

「乳がん検診の重要性を実感!! ～女性のための健康教室～」

去る10月8日、当健保会館会議室において女性の被保険者・被扶養者を対象に“ピンクリボン活動”の一環として「女性のための健康教室」を開催しました。

当日は、15社21名のご参加をいただきました。

第1部では、当健保組合の保健師から「女性のボディ & ライフスタイル」「女性のがんの現状と検診」「変化に合わせた健康管理」とした講義、第2部では、「乳がん自己検診」や「動くこととリラクゼーション」「食べることと口の中」の3グループに分かれてのグループワークを行い、参加されたみ



なさんに体験いただきながら、健康の大切さについてご理解をいただきました。

現在、日本人女性のうち「乳がん」を発症する割合は14人に1人、また、「乳がん」で死亡する女性は、年間で1万人強といわれています。

当健保組合では、これまでも健診受診による早期発見、重症化予防の重要性をご案内していますが、特に被扶養者の方の低受診が恒常化しています。その重要性をご理解いただくためにも、今後もこのような教室を通じて健康管理サポートを行って行くこととしています。

被扶養者の「資格認定状況」を確認してください

いったん被扶養者になったら、ずっとそのまま被扶養者となるわけではありません。収入が増えたり別々に住むようになったりして、状況が変わったら電機健保に届出が必要です。



国の法令に基づき被扶養者の資格認定状況の確認を行っています

●健康保険法施行規則第50条

保険者は毎年一定の期日を定め、被保険者証の検認若しくは更新又は被扶養者に係る確認をすることができる。

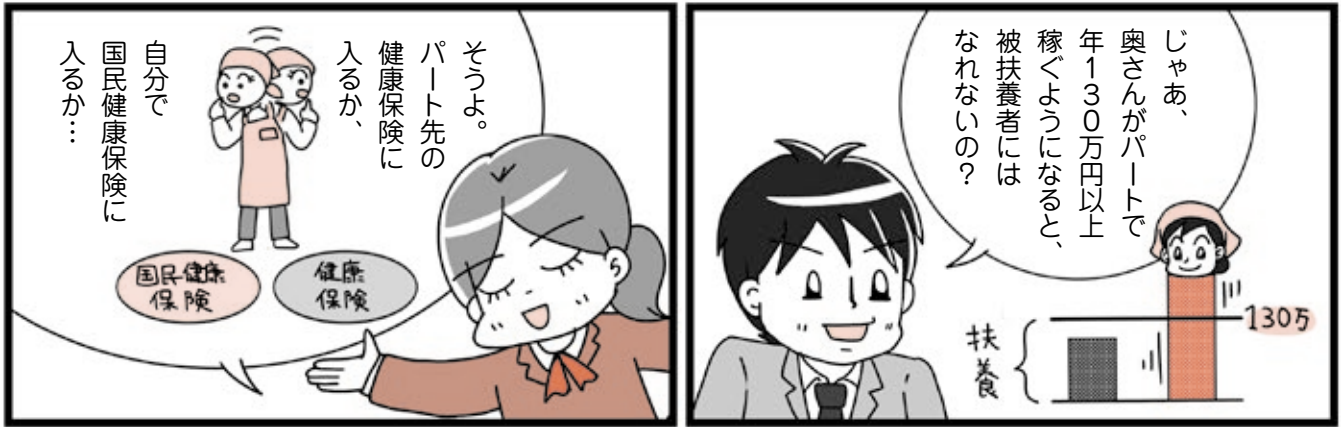
健保組合は毎年、被扶養者のチェックを行うように厚生労働省から指導されています。電機健保では、法令に基づき、年に1回「資格認定状況の確認」を行っています。

該当しない人を認定したまましていると、健保財政に影響を及ぼします

電機健保の被扶養者1人につき、年間約10万円の医療費がかかっています。さらに、40歳以上の被扶養者1人につき年間約6万円の介護納付金もかかっています。また、高齢者医療制度への納付金の計算には、被扶養者の人数も含めた「加入者割」によって算出される部分もあります。

被扶養者の方には保険料負担はなく、被保険者全体と事業主全体で被扶養者の費用をカバーしています。本来は被扶養者に該当しない人を認定したままにしていると、不要な支出が増えて健保財政に影響を及ぼし、保険料の引上げにもつながりかねません。

みなさんからの大切な保険料を適正に使用するため、ご理解とご協力をお願いします。



●被扶養者1人にかかる負担のめやす

医療費
年10万円

+

介護納付金
年6万円(40歳以上)

+

納付金
(加入者割)

大原則

保険証は1人1枚だけです

もしも保険証を2枚以上持っていたら、至急、電機健保にご連絡ください。すでに資格がない健康保険の保険証を使って受診すると、そのあとの請求や支払いなど、非常に複雑な手続きが必要になります。同時に2つの健康保険に加入することはできませんので、古い保険証は返却して、削除の手続きをしてください。

被扶養者の「資格認定状況の確認」にご協力ください

対象となる方には、12月下旬に健康保険被保険者現況届(検認用)を事業所経由でお渡しします。添付書類一覧をよくご確認のうえ、該当する書類をご準備いただき、添付して会社の事務担当者の方に提出してください。なお、未提出者については扶養実態がないものとして資格が削除されますので、期限内の提出をお願いします。



【会社プロフィール】
 本社所在地 東京都千代田区内神田2-16-9
 代表者氏名 代表取締役社長 本橋英夫
 設立 1946年(昭和21年)
 従業員数 257名
 (2015年10月20日現在)
 ◀本社外観

法定を上回る健診を実施し、意欲的に働く社員の健康をサポート

当社は、戦後間もない1946(昭和21)年に創業した情報通信業界の専門商社です。電話交換機を皮切りに、NECの販売特約店を務めるほか、官公庁、鉄道会社、電力会社などの通信ネットワークの整備に力を注いでいます。

私たちの仕事には、専門的な知識や技術の習得が不可欠です。例えば、鉄道会社から鉄道運輸業務に関する仕事を受注した場合、鉄道運行に関する知識がなければ仕事を前に進められません。さらに当社は商材の提供だけでなく、工事の専門部門を保有しているため、企画から施工まで一貫し

て行うことができます。従って当社では取引先の専門分野に精通することはもちろん、社風や方針も理解し、取引先と親密な信頼関係を構築し、積み上げていくことを大切に行っております。

こうした事業内容により、当社の社員はスペシャリストとしての自負が強いと感じます。「この取引先の、この仕事では誰にも負けない」というプロ意識が培われ、責任感の高いモチベーションをもって仕事に励むことが可能です。そうした職場風土もあって離職率は2%以下。また、近年は女性社員の登用を進めており、産休・育休時に

株式会社中松商会

60年以上にわたって培った技術力で、通信インフラの発展に寄与



は本人の意向を聞きながら、時短など柔軟な対応をとっています。こうした対応がとれるのは中規模企業の強みかもしれません。

社員の健康管理としては、健診の際に20・30代の社員にも血液検査を実施し、若年期からの健康意識の向上を図っています。2次検査についても受診率向上に向けた受診指導を積極的に行っており、従業員の健康を保持増進し、病気の芽を見逃すことのないよう最大限の支援を行っております。

これからも当社は、全社員が健康な体と強い意欲をもって、お客様の満足と通信インフラの発展に尽くしてまいります。

創業の精神を残す家族的な社風で、チャレンジ精神あふれる社員を支援

小さなプレハブ小屋で1973（昭和48）年に4人で創業した当社は、2014年度にはグループ売上高1兆円を達成し、グループ社員約10万人を数えるグローバル企業です。パソコンのHDD用モーターに始まり、自動車用、家電・商業用、産業用など、世界一の総合モーターメーカーとして幅広い製品を供給しています。

創業以来一貫して世界一を追求し、社員一人ひとりがチャレンジ精神を発揮、「無」から「有」を生み出そうとする信念をもって仕事を続けています。規模が大きくなっても、どこか家族的で一体

感のある社風は、永守会長兼社長の創業時の精神が伝わっているからでしょう。会長は社員の教育に自ら講師となつて、想いを伝えていきます。京都一高い本社ビルの12階は、社員の福利厚生フロアです。産業医や保健師が常駐するほか、売店やマッサージチェアもおかれています。喫煙スペースはなく、全館禁煙です。

近年は「知的ハードワーキング」をうたつて効率的な働き方にシフトしており、残業時間は全業種平均とほぼ同程度です。育児後復帰する女性社員も多く、本社の女性比率は3〜4割です。

若い社員が多いためスポーツも盛んで、フットサルとソフトボールは事業所対抗大会を開催しています。また、当社はJ2の京都サンガのオフィシャルスポンサーであるほか、グループの日本電産サンキョーのスケート部は多数のオリンピック選手を輩出しています。

また、地域の小学校でモーターのしくみと環境を考える出張授業も行っています。

これからも当社は、お客様に新たな価値を提供することで100年後も成長を続ける企業を目指します。世界一の総合モーターメーカーから、世界一の総合電装メーカーへ、今後も挑戦が続きます。

日本電産株式会社

「回るもの、動くもの」をテーマに新しい分野への挑戦を続ける



本社外観▶



▲製品

【会社プロフィール】

本社所在地

京都府京都市南区久世殿城町338

代表者氏名

代表取締役会長兼社長（CEO）

永守重信

創業

1973年（昭和48年）

従業員数

単独1,828名 連結98,439名
（2015年3月末現在）

頭にもいい汗かいてみよう **relax** リラックスコーナー

難易度★★★★★

				2		9		
	7	4	8	9		2	3	1
								5
						4	1	8
		9	1		5	7		
1	6	2						
8								
2	3	5		4	8	1	6	
		1		7				

Question

頭のリフレッシュにおすすめのナンバークロス。今回も頭をひねって挑戦してみましょう。タテ9列、ヨコ9列のそれぞれの列に1～9の数字が1つずつ入ります。また、太い線で囲まれた3×3の各ブロックにも1～9の数字が1つずつ入ります。さて、二重マスの数字を合計した数はいくつでしょう？

FAXまたはメールでの応募もOKです！

●第246号
リラックスコーナー当選者
(敬称略)

7	9	3	4	2	1	8	6	5
4	5	6	8	3	9	1	7	2
8	1	2	6	5	7	3	9	4
2	7	5	9	1	6	4	3	8
9	3	8	7	4	5	6	2	1
1	6	4	3	8	2	7	5	9
6	4	9	2	7	8	5	1	3
5	8	7	1	9	3	2	4	6
3	2	1	5	6	4	9	8	7

第246号
正解 12

応募数 306

正解 300

不正解 6

応募資格

当健保組合の被保険者および被扶養者

応募方法

はがき、FAXまたはメールにて下記必要事項を記載しお送りください。

【必要事項】 解答、氏名、保険証の記号・番号、勤務先の事業所名、粗品送付用の住所、郵便番号、電話番号、本誌および健保組合事業に対するご意見・ご要望

送り先

【はがき】〒113-8566 文京区湯島3-15-4

東京都電機健康保険組合「KENPOだより」係

【FAX】03-3837-1195

※「KENPOだよりクイズ応募」宛と記載してください。

【メール】kenpoquiz@tokyo-denki-kenpo.org

締切日

平成28年1月30日(土)まで(到着分)

当選者

正解者(30名)には、粗品を送ります(正解者多数の場合は抽選)。当選者の発表は『KENPOだより』誌上にて、氏名を掲載します。また、応募に際して収集した個人情報、クイズの抽選、当選者の発表、粗品の発送の目的のみ使用いたします。

Q&A



適用課 岩上

今回は
保険料が免除されるケース
についてのご質問にお答えします。

Q

どのようなときに保険料が免除されますか？

A

1 被保険者が、少年院等に収容されたとき、あるいは監獄等に拘禁留置された期間は、保険給付の停止に対応して届出により保険料の免除ができます。(健康保険法第158条)

2 被保険者が3歳未満の子を養育するため、育児・介護休業法による育児休業等(育児休業・育児休業に準ずる休業)を取得しているときは、事業主の申出によって健康保険料(介護保険料を含む)、厚生年金保険料が免除されます。免除される期間は育児休業等の開始日の属する月から、育児休業等の終了日の翌日の属する月の前月までとなります。(健康保険法第159条)



3 年金機能強化法により次世代育成の観点から、出生前後の経済的負担を軽減し、子供を産みやすい環境を整えることを目的として、育児休業と同様に産前産後休業期間中を講じるとして平成26年4月より施行されております。このことにより、事業主の申出に基づき健康保険料(介護保険料を含む)、厚生年金保険料が免除されます。免除される期間は産休期間の開始日の属する月から、終了日の翌日の属する月の前月までとなります。なお、育児休業の期間と産休期間が重複する場合は、産休期間中の保険料免除が優先されます。(健康保険法第159条の3)

4 40歳以上65歳未満の被保険者が介護保険第2号被保険者に該当するに至ったときに、以下の3点に該当した場合、介護保険料が免除されます。(介護保険法第9条の2)

1. 適用除外の理由が「国外居住者」である場合
2. 適用除外の理由が「身体障害者療養施設入居者」である場合
3. 適用除外の理由が「在留資格3ヵ月以下の外国人」である場合



今後も、みなさまからありますお問い合わせにつきまして、1つでも多くご紹介をしてみたいと思います。今後の参考に、また豆知識の一つとしていただければと思います。





早春の湯河原で ヘルシー食 & ウォーキング 健康(ヘルシー)食 & 梅林散策ウォーキング

大好評企画・第4弾、保養所を活用した『宿泊型健康教室』につきまして、今号では、『オレンジドームゆがわら』(神奈川県足柄下郡湯河原町)で行います『ヘルシー食&梅林散策ウォーキング』についてご案内し、参加者を募集いたします。好評の今教室。早春の梅花咲き乱れる湯河原でヘルシー&ウォーキングはいかがですか!

今回は、女性のための健康教室(脂質編)を行います。
ご家族で、また気の合う仲間同士でのご参加を心よりお待ちしております。

■募集要項

開催日時 平成28年3月11日(金)〜12日(土)

募集対象 当組合の被保険者および被扶養者

※今回は、男性のみでの参加は不可。

募集人員 1組4名様を上限として9組

*1名様でのお申し込みの場合、相部屋をお願いする場合がございます。

*定員を超え次第、抽選となります。

*申込人数が5名未満の場合は、中止とします。

参加費用 お1人様 3000円(小学生未満は無料)

*料金は宿泊費・食事代込みの金額です。

*現地までの交通費は参加者の自己負担となります。

申込方法 次ページを切り取って(または、ホームページから印刷)

いただき、ご記入のうえFAXまたは郵送してください。

申込締切 平成28年1月20日(水)まで

今回は
女性限定
講習会です

■当日の主な日程

3月11日(金)

15:00 受付開始
16:00 開会 【女性】健康教室
【男性】ウォーキング ※希望者のみ
(万葉公園:独歩の湯)

17:15 自由時間(入浴等)
18:30 夕食(ヘルシー食)
19:30 温泉卓球大会 ※希望者のみ
21:00 終了、自由時間

チェックインは15:00以降となります。

3月12日(土)

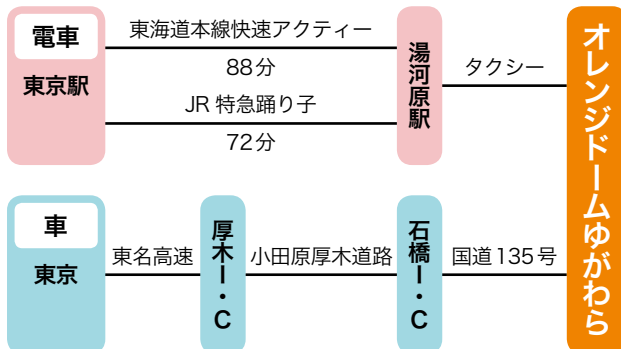
8:00 朝食(ヘルシー食)
9:15 梅林散策ウォーキング ※希望者のみ
※湯河原梅林「幕山公園」の自由散策
〜見頃ピークの梅林を"レッツウォーキング"〜

チェックアウトは10:00となります。
当日の日程は、多少の変更をご考慮ください。

※同様の内容のものを当組合ホームページにも掲載しております。

ホームページアドレス <http://www.denkikenpo.or.jp>

交通DATA



宿泊型健康教室(第2弾)報告

健康意識を再確認できた2日間!! ～高血圧を撃退スマッシュ!温泉卓球も熱戦～



9月11日(金)～12日(土)にかけ、宿泊型健康教室【第2弾】「高血圧改善食&講習会～美術鑑賞ウォーキング～」を箱根「強羅グリーンハイツ」にて開催しました。

当日は、8組23名の参加をいただきました。主な内容として、当組合保健師より「高血圧について」として、その予防にあたり「食事」や「運動」といった生活習慣の重要性についての講義、減塩を中心とした高血圧食の提供、さらには、希望者による「温泉卓球大会」や「強羅公園」「彫刻の森美術館」へのウォーキングと、学習・食欲・運動の初秋を満喫。なかでも「温泉卓球大会」は予想以上の盛り上がりを見せ、逆に血圧が上がってしまったのでは!?と心配する場面も。

参加いただいた方からも、「健康意識が高まりました!」「今後、料理の際工夫したい」「みんなで楽しめた」等々の声をいただき、充実した時間となりました。

オレンジドームゆがわら DATA

神奈川県足柄下郡湯河原町宮上字孫込下733-10

- 施設概要：客室10室(和室8室・和洋室2室)、カラオケルーム、麻雀ルーム、食堂、大浴場
- 宿泊定員：40名
- 利用料金：被保険者・被扶養者5,000円、小学生4,000円、(通常時) 3歳～小学生未満1,000円、その他7,000円



客室▶



◀食堂



東京都電機健康保険組合
保健事業部 健康推進課 宛

FAX番号 03(3837)1270

平成27年度 宿泊型健康教室 ヘルシー食&梅林散策ウォーキング 参加申込書

	保険証の		お名前		年齢(満)	性別	勤務先事業所名
申込代表者	記号		(氏)	(名)	(歳)	男	<p>申込代表者のご連絡先 ※必ずご記入ください。</p> <p>資料等のご郵送先(下記のいずれかを選択) 1 職場 2 自宅</p> <hr/> <p>〒 _____</p> <hr/> <p>ご連絡可能な電話番号(下記のいずれかを選択) 1 携帯電話 2 職場 3 自宅</p> <hr/> <p>_____</p>
	番号					女	
同伴者	記号		(氏)	(名)	(歳)	男	
	番号					女	
	記号		(氏)	(名)	(歳)	男	
	番号					女	
	記号		(氏)	(名)	(歳)	男	
	番号					女	

- 当日の来館手段についてお伺いします。
1 電車(バス) 2 車(台)
- 【男性のみ】1日目のウォーキング(万葉公園)について伺います。
1 参加(名) 2 不参加 ※自由参加です。
- 1日目の「温泉卓球大会」について伺います。
1 参加(名) 2 不参加 ※自由参加です。
- 2日目の「梅林散策ウォーキング」について伺います。
1 参加(名) 2 不参加 ※自由参加です。

キャンセル待ち する・しない

【健康全般に関して聞いてみたい事はありますか】

健康管理委員講演会が 開催されました

去る10月19日、東京ガーデンパレスにおいて健康管理委員講演会を開催しました。

当日は、鈴木理事長の挨拶のあと、特に積極的に社員の健康管理に努められ、高い医療費節減効果を上げられている株式会社タカノスマイル・寺田靖子様を、優秀健康管理委員として表彰いたしました。

また、「健康保険組合を取り巻く情勢について」をテーマに、浅野専務理事よりご報告を行い、その後、東京大学附属病院の関谷剛先生より、ストレッチ制度について講演をいただきました。多数のご出席を賜り、誠にありがとうございました。



▲優秀健康管理委員表彰を受けられる寺田靖子様



▲医師 関谷 剛先生

任意継続被保険者の 標準報酬月額決まる

当健保組合の平成27年9月30日現在の全被保険者の標準報酬月額により決定された任意継続被保険者の標準報酬月額は、次のとおりとなりますのでご告知いたします。

標準報酬月額 360,000円
適用年月日 平成28年4月1日

記

東京総合健保

ミニマラソン大会のお知らせ

- 実施日 平成28年3月6日(日)
※小雨決行(中止の場合順延なし)
- 場所 スポーツの森「大井陸上競技場」
- 参加資格 当健保組合の被保険者(女子の部は被扶養配偶者を含む)で身体が健康な方
- 参加料 1名につき1,500円
- 参加方法および締切日 平成28年1月22日(金)までに当健保組合

庶務課まで、申込書に参加料を添えてお申し込みください。

■種目 (定員は各種目300名)

種目	距離
女子(被扶養配偶者を含む)	5km
男子A(40歳以上)	5km
男子B(40歳未満)	5km
男子C(45歳以上)	10km
男子D(35歳以上45歳未満)	10km
男子E(35歳未満)	10km

リフト割引スキー場一覧

以下のスキー場では、保険証を提示するとリフト代が割引になります。ぜひご利用ください。

- ガーラ湯沢スキー場
- 湯沢高原スキー場
- 湯沢中里スキー場
- 六日町スキー場
- 舞子スノーリゾート
- ニノックススノーパーク

ラフォーレ倶楽部からのご案内

●得旅プランが今年も登場!温泉に、ごちそうに、アクティビティに、冬のご旅行を存分にお楽しみください。

室数限定
昨年のご好評にお応えして!
この冬もお手ごろプランをご用意
TOKUTABIPLAN
得旅プラン
~2016/2/29(月)泊
※ホテルにより異なります。

うれしいPOINT ①
平日も休前日も
同料金!

うれしいPOINT ②
夜も朝も何度でも
ホテルの温泉でくつろげる
※琵琶湖を除く

うれしいPOINT ③
お子様から大人まで
遊べる周辺スポットが充実



期間 ~2016/2/29(月)泊
対象ホテル 蔵王・那須・修善寺・山中湖・中軽井沢・白馬八方・琵琶湖
内容 1泊2食
料金 大人 **9,800円** 通常より最大 **2,300円お得!** お子様 **6,800円**

※12/31~1/3泊は除く。但し、蔵王・那須・修善寺は12/30泊、山中湖は12/28~30泊、中軽井沢は12/30~2/29泊、白馬八方は12/1~30泊も除く。

※掲載の料金は1名様あたりのサービス料を含む料金で、別途消費税および入湯税(琵琶湖を除く)を申し受けます。※お子様料金は小学生以下が対象です。※部屋タイプはホテルお任せとなります。※室数限定となります。

ラフォーレWEBサイト <http://www.laforet.co.jp/denkikenpo/> 法人会員No.10343 法人パスワード 10343ca

全国に広がるラフォーレのホテル(ご予約後、「ラフォーレ倶楽部利用申込書」を健康事業課へ送付してください。)
※中軽井沢は、2016/1/4~クローズとなります。

蔵王 0224-34-1489 箱根強羅 0460-86-1489 伊東 0557-32-5489 中軽井沢 0267-44-4489 琵琶湖 077-584-3489
那須 0287-76-3489 修善寺 0558-74-5489 山中湖 0555-65-8489 白馬八方 0261-75-5489 南紀白浜 0739-82-1489

マイナンバーは 大切に保管を

この10月から、住民票のある人全員に簡易書留で「通知カード」が届けられています。赤ちゃんからお年寄りまで、一人ひとり異なる12ケタの番号「マイナンバー」を通知するカードです。今後、社会保障と税と災害対策の手続きに使う大切な番号で、原則として一生変わりません。すでに詐欺被害も発生していますので、他人に教えない、気軽に見せない、紛失しないようにするなど、家族全員のマイナンバーの管理には十分お気をつけください。

詳しくは同封のリーフレット「マイナンバー制度がはじまります！」をご覧ください。

公告

●所在地変更 (平成27年11月1日現在)

事業所名	変更後	変更前
PRG株式会社	東京都港区海岸	東京都江東区木場

●削除事業所 (平成27年11月1日現在)

事業所名	所在地	削除年月日
美竹電機株式会社	東京都大田区上池台	27.9.8
コスモス興産株式会社	神奈川県座間市相武台	27.10.1
株式会社オリエンタルサービス	茨城県つくば市東光台	27.10.1
株式会社テラコム	埼玉県熊谷市中曽根	27.11.1

●名称変更 (平成27年11月1日現在)

変更後	変更前	年月日
東京都電機企業年金基金	東京都電機厚生年金基金	27.10.1
株式会社バイテックホールディングス	株式会社バイテック	27.10.1
株式会社オリエンタルサービス	オリエンタルモータービジネス株式会社	27.10.1

●加入事業所 (平成27年11月1日現在)

事業所名	所在地	適用年月日
ジール・アベッグ・ジャパン株式会社	神奈川県横浜市西区	27.7.1
株式会社高見沢ソリューションズ	東京都中野区中央	27.7.1
株式会社キョウテンプレジジョン	静岡県伊豆の国市三福	27.7.1
株式会社イーゾ	東京都港区新橋	27.8.1
株式会社ジョウナン	東京都千代田区外神田	27.8.1
株式会社ハイブクリエーション	宮城県仙台市青葉区	27.8.1
株式会社アイナックス	東京都品川区大崎	27.8.1
株式会社稲本製作所	石川県白山市源兵島町	27.8.1
株式会社サイコックス	東京都千代田区神田松永町	27.8.1
株式会社エス・エス・デー	群馬県太田市新田早川町	27.8.1
日本音響エンジニアリング株式会社	東京都墨田区緑	27.9.1
日神電子株式会社	東京都文京区本郷	27.10.1
能代オリエンタルモーター株式会社	秋田県能代市扇田扇洲	27.10.1
庄内オリエンタルモーターテック株式会社	山形県鶴岡市宝田	27.10.1
日東工業株式会社	愛知県長久手市蟹原	27.11.1
東北日東工業株式会社	岩手県花巻市二枚橋	27.11.1
日東スタッフ株式会社	愛知県長久手市蟹原	27.11.1
株式会社キャドテック	愛知県長久手市蟹原	27.11.1

適用事業所をご紹介します

電機健保では、安定した事業運営を図るため、同種同業の会社の加入促進を積極的に行っています。ご加入いただきますと、保険料負担が協会けんぽに比べてグッと軽減されるなど、メリットがいっぱいです。

●主な加入条件●

- ①電気製品および電気器具の製造販売を主たる事業として行っている事業所
- ②前述の事業所で現在、協会けんぽに加入し、原則として30名以上の事業所

※ご紹介いただいた事業所については、電機健保で調査を行ったうえで加入をすすめさせていただきます。

連絡先 東京都電機健保組合業務部

電話 03-3834-7213・7214

組合の状況

平成27年10月31日現在

事業所数
780社

被保険者数
男 82,730名
女 25,865名
計 108,595名

被扶養者数
計 97,154名

平均標準報酬月額
男 401,766円
女 250,026円
平均 365,625円

保険料調定額
(10月分保険料)
3,631,348,836円

・今月の表紙・



花祭 (愛知県北設楽郡)

愛知県の東北部に位置する北設楽郡の15カ所が11月から3月にかけて毎年行われている霜月神楽の一種です。700年以上にわたって継承されている神事芸能で、花祭の花は「稲の花」とも、「新しい生命の象徴」ともいわれています。昭和51年5月4日に国の重要無形民俗文化財に指定されました。

村によって祭の流れは異なりますが、花宿の清めから始まり、神迎え、湯立て、宮人の舞、青年の舞、稚児の舞、鬼の舞、禰宜や巫女・翁などの神々の祝福、少年の舞、湯で清める湯はやし、神返しまで、休むことなく昼夜かけて行われます。寒い冬の夜に十数時間踊り続ける、神と人が融合する神事です。

編集後記

●あけましておめでとうございます。今年も電機健保にとって厳しい環境が続きますが、健康教室やポイントGETキャンペーン、巡回健診など、みなさんの健康を支える事業を積極的に展開してまいります。昨年度用された方もされなかった方も、ぜひご利用ください。

●NHK朝ドラ「あさが来た」で活躍中の波瑠さんに、大阪でインタビューしました。ヒロインを務める朝ドラへの思いを、澄んだ瞳をキラキラさせながら語ってくれました。クールビューティな外見と、熱く強いハートを併せもち、女優さんのオーラが漂っていました。大好評のあさちゃん物語とともに、波瑠さんの今後の活躍にも期待しましょう。

●あけましておめでとうございます。今年も電機健保にとって厳しい環境が続きますが、健康教室やポイントGETキャンペーン、巡回健診など、みなさんの健康を支える事業を積極的に展開してまいります。昨年度用された方もされなかった方も、ぜひご利用ください。

あなたの生活を
おトクに豊かに!

「電機健保弘済会」をご利用ください

電機健保弘済会は、組合員と家族のみなさまの福利厚生の実現を目的としています。
入会金・会費などのご負担はありませんので、お気軽にご利用ください。

年末年始&帰省特集

国内旅行企画

思い出づくりの家族旅行や帰省に！
恋人や友達との冬の旅行にも。
スキーに観光に食に温泉に冬の北海道は魅力満載。
必見、1,300万球の光の王国、
ハウステンボスのイルミネーションや
あったか沖縄で話題の美ら海水族館など商品盛りだくさん。

24時間オンラインで予約OK!



オリオンツアー



<http://www.orion-tour.co.jp/fair/nenmatsunenshi/>

電機健保弘済会 会員様特別割引

はちみつ・健康食品

こだわりをもって集めた貴重な国産はちみつや、世界のはちみつ、
ローヤルゼリーやプロポリスの健康食品を取り揃えております。
12月・1月は会員様限定のお得な企画を開催中！
詳しくは事業所向けのチラシをご覧ください。
また、電機健保弘済会会員様はいつでも**5%OFF**で
お買い求めいただけます。
是非ご利用くださいませ。

株式会社秋田屋本店



特別割引 ご利用方法

お電話かインターネットで受付しております。
お電話の場合は口頭で「電機健保会員」とお伝えください。
インターネットの場合はお買い物カゴのクーポン欄に
クーポンコード：denki と入力いただければ、5%OFFとなります。

マジックキングダム クラブの 終了について

長期間にわたりマジックキングダムクラブをご利用いただきまして、誠にありがとうございました。
当クラブは、標記のとおり平成28年3月31日をもって終了となります。
有効期限以降はご利用ができませんので、各自でカードの処分をお願いします。

● **上記に関する詳細は当健保組合ホームページからご覧ください**

電機健保弘済会からのお得な情報は、ホームページのこちらから！ →

電機健保弘済会からの
お得な情報

ID : denki **パスワード** : kousai ※ 半角英数字で入力してください。

ご案内 本誌で使用している紙・印刷については、見やすさを考慮したうえで、可能な限りコストを削減したものを使用しています。