

けんぽニュース

東京証券業健康保険組合

<http://www.shoken-kenpo.or.jp>

1 | 2021 JAN
No.410

topics

健康保険組合の財政

- 2 新年のご挨拶
- 3 健康保険組合の財政
- 4・5 マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります！
- 6・7 2020年度の健診をまだ受診されていない皆様へ
- 8・9 新型コロナ感染拡大で見えない医療保険制度改革の行方
- 10・11 過敏性腸症候群について
- 12 マスクの中の口臭 気になってませんか？
- 13 東振協主催『Webによる介護・健康講座』開催のお知らせ
- 14 直営保養所「ゴールデンウイーク」の利用申込みのお知らせ
- 15 組合からのお知らせ

新年のご挨拶



理事長
石井 登



東京証券業健康保険組合の組合員の皆様、新年明けましておめでとうございます。

昨年中は、当健康保険組合の運営に対しまして、格段のご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

昨年、世界は新型コロナウイルス感染症の大流行という未曾有の事態に直面し、今もなお収まる兆しはありません。罹患された方々には心よりお見舞い申し上げ、併せて医療従事者の方々をはじめとする関係者各位の懸命なご尽力に敬意を表しますとともに、一刻も早い事態の収束を切に祈念いたします。

我が国経済においては、官民一体となって感染拡大防止と経済活動維持の両立という難しい舵取りに果敢に取り組んできたことにより、景気持ち直しの動きが見られつつありますが、依然先行き不透明であり、実効性ある経済対策の継続実施による経済の早期回復が期待されるところであります。

こうした中、健康保険組合を取り巻く環境につきましては、全国 1,400 弱の健康保険組合の令和元年度決算見込みにおいて、赤字組合は 3 割強と前年度より増加し、今後の高齢化等に伴うさらなる拠出金負担増など、依然として厳しい財政状況に置かれております。

また、昨年 7 月に閣議決定された経済財政運営と改革の基本方針 2020 において、世界に誇る国民皆保険を維持しつつ、社会保障制度について改革を順次実行し、団塊の世代が 75 歳以上に入り始める 2022 年までに基盤強化を進めることを通じてより持続可能なものとし、次世代に継承することとされております。

当健康保険組合といたしましても、政府の社会保障政策の議論の行方を見据えながら、本年も充実した医療保障を推進するとともに、医療費の適正化に注視し、被保険者の皆様やご家族の皆様の健康増進と疾病予防など、保健事業を着実に進めてまいり所存でありますので、より一層のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

この一年が皆様にとって健やかな年となりますことを祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

健康保険組合の財政

■ 健康保険組合の令和元年度決算見込について

昨年11月、健康保険組合連合会より「令和元年度健康保険組合決算見込の概要」が公表されました。令和2年3月末現在の全国1,388組合(被保険者数：1,641万5,615人)の決算見込状況を集計したもので、全体の経常収支差引額は2,501億円の黒字となったものの、前年度の黒字額3,052億円と比較して551億円の減少となりました。

これは、保険料収入の減少を上回る保険給付費の増加があったことに加え、データヘルス計画等の健康維持・増進のための保健事業費が前年度と比較して増加したことなどによるものです。

赤字組合は、前年度から62組合増加して、全体の34.9%となる484組合となりました。

経常収入のうち保険料収入に影響を与える保険料率においては、協会けんぽの平均保険料率10.0%以上の組合が304組合で、全組合の2割を超えています。平均

保険料率は9.22%（当健康保険組合は8.0%）となりました。

被保険者一人当たりの年間保険料負担額は、50万2,190円(前年度49万3,848円)で、平成21年度の37万6,476円と比較して12万5,714円も増加しています。

■ 今後の見通し

健康保険組合連合会の調査・推計によると、新型コロナウイルス感染拡大の影響により企業業績が悪化し、標準報酬総額等の低迷が長期化する見通し(リーマン・ショック後と同様)であり、健康保険組合全体として、令和3年度に6,700億円の赤字、令和4年度には9,400億円の赤字と推計されています。

これまで想定されてきた2022年問題(団塊の世代が75歳に到達し始め、高齢者医療に対する現役世代の拠出金負担が急増する問題)を迎える前に、健康保険組合の財政がひっ迫していくことが見込まれています。

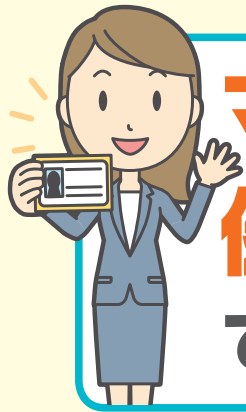
【参考】平成20年度（高齢者医療制度創設）との比較

	令和元年度	平成20年度	増減数	伸び率
組合数	1,388	1,497	▲109	—
被保険者数	1,641万5,615人	1,604万4,346人	37万1,269人	2.3%
平均保険料率	9.22%	7.38%	1.84ポイント	24.9%
保険料収入総額	8兆2,438億円	6兆1,937億円	2兆501億円	33.1%
被保険者1人当たり額	50万2,190円	38万6,038円	11万6,152円	30.1%
保険給付費総額	4兆1,177億円	3兆3,838億円	7,340億円	21.7%
被保険者1人当たり額	25万840円	21万900円	3万9,940円	18.9%
拠出金総額	3兆4,344億円	2兆7,471億円	6,873億円	25.0%
被保険者1人当たり額	20万9,216円	17万1,220円	3万7,996円	22.2%
義務的経費に占める拠出金負担割合	46.0%	45.5%	0.5ポイント	—
50%超の組合数	333	274	59	—
50%超の組合の割合	23.9%	18.3%	5.6ポイント	—

【参考】

65歳以上人口割合	28.4%	22.1%	6.3ポイント	—
うち65～74歳(前期高齢者)	13.8%	11.6%	2.2ポイント	—
うち75歳以上(後期高齢者)	14.7%	10.4%	4.3ポイント	—

(健康保険組合連合会 作成資料)



マイナンバーカードが 健康保険証として利用 できるようになります！

2021年
3月～

※マイナンバーカードに健康保険証の機能を持たせるしくみです。健康保険証の番号も世帯単位から個人単位化されて、医療機関や薬局などでオンラインによる資格確認ができるようになります。

現在の健康保険証が使えなくなるわけではありません。2021年4月より新規発行の健康保険証には2桁の個人単位番号が付与されますが、発行済の健康保険証は個人単位番号がなくてもそのまま使用できます。

オンライン資格確認等の導入スケジュール(予定)

2020年度	2021年度			
1～3月	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
	3月	マイナンバーカードによるオンライン資格確認		
	3月	健康保険証によるオンライン資格確認		
	4月	新規発行の健康保険証に2桁を付番(個人単位番号)		
	3月	マイナポータルで特定健診情報の確認(予定)		
		10月	マイナポータルで医療費、薬剤情報の確認(予定)	



マイナンバーカードの取得はお済みですか？

マイナンバーカードの取得方法は4つ！

郵便 **パソコン** **スマートフォン** **証明用写真機** から申し込みできます。申請から約1ヶ月後に市区町村から、「交付通知書」が届きますので、必要書類を持参して受け取りに行きましょう。

詳しくは下記のホームページなどで確認できます。

<https://www.kojinbango-card.go.jp/kofushinse/>

マイナンバーについてのお問合せ
マイナンバー総合フリーダイヤル

Tel.0120-95-0178

受付時間 平日 9:30～20:00 土日祝 9:30～17:30 (年末年始を除く)





マイナンバーカードの健康保険証利用のメリット

●いつもの通院等が便利に●

通院時、顔認証で本人確認ができるため、本人以外による健康保険証の使用を防止できます。

過去の薬や特定健診の情報が自動で連携されるため、口頭での説明が不要となります。

旅行先や災害時でも薬の情報等が連携されます。

窓口での限度額を超える医療費の一時払いが不要となります。

（マイナンバーカードで情報連携するため、限度額適用認定証を申請する必要がありません。）

●こんなところも簡単・便利に●

就職や転職、任意継続申請中でも新しい健康保険証の切り換えを待たずに、マイナンバーカードによる受診が可能です。

薬や特定健診の情報がマイナポータルで閲覧できます。

…など

マイナポータルとは？

子育てに関する行政サービスの検索やオンライン申請（子育てワンストップサービス）ができたり、行政機関等からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。



マイナンバーカードを健康保険証として利用するには

マイナポータルでの事前登録が必要です。また、マイナポータルで特定健診情報は2021年3月、薬剤情報は2021年10月から確認できるようになります。



オンライン資格確認 導入にあたってのお願い

健康保険のオンライン資格確認は、健保組合に届出済みのマイナンバーをもとに行われます。

・事業主様へ

お届けいただいた社員の皆様のマイナンバーについて、相違や変更がないか、ご確認ください。相違や変更が確認できた場合は、当組合に再度届出をお願いします。

・被保険者の皆様へ

事業者もしくは当組合にお届けいただいた、ご自身と被扶養者の皆様のマイナンバーをご確認ください。相違や変更があった場合は、社員の皆様は会社を通して、任意継続被保険者の皆様は当組合に届出をお願いします。

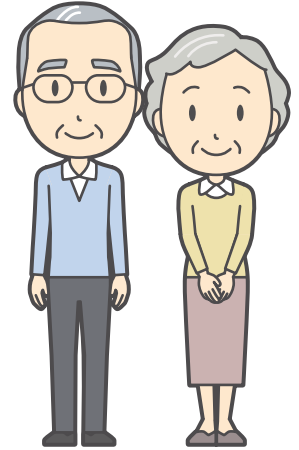


2020年度の健診を まだ受診されていない皆様へ

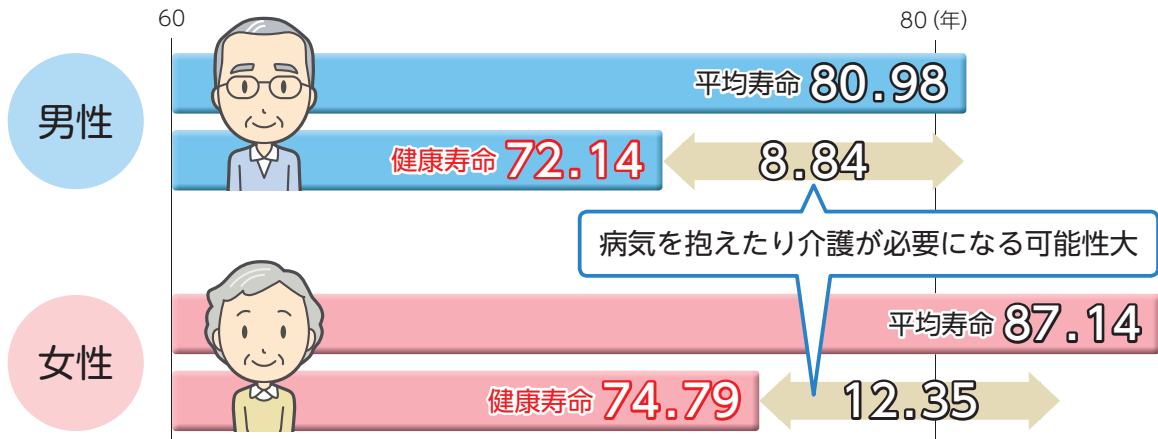
2020年度の健診受診は**3月31日まで**となります。お早めにご予約ください。

私たちの寿命は延び続け、今では人生100年時代に向かっています。しかし、一方で、元気に自立した生活を送れる期間である「健康寿命」が平均寿命より男性は約9年、女性は約12年も短いことがわかっています。これは支援や介護を必要とするなど、健康上の問題で日常生活に制限のある期間が平均で9～12年もあるということです。

長い人生、いつまでも元気に過ごすためには「健康寿命」を延ばすことが必要となります。当健保組合では被保険者とそのご家族（被扶養者）のみなさまの「健康寿命」を延ばすために、普段は気がつかない身体の変化や病気の早期発見・早期治療につながる健康診査の実施に努めております。



男女別平均寿命と健康寿命の差(2016年)



<厚生労働省「第11回健康日本21(第二次)推進専門委員会資料」(平成30年3月)より>

今年度は「新型コロナウイルス感染予防対策」としてリモートワークへの勤務シフト、必要最低限の外出など、制限のある中でも、適度な運動をこころがけていらっしゃると思いますが、体を動かす機会が減り、「コロナ太り」気味の方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

このような状況だからこそ、年に一度の健診を受けて、ご自身の健康状態を見つめなおしてみませんか？また、日ごろ家事などで忙しく過ごされているご家族の健康状態にも目を向けましょう。2020年度の健康診査をまだ受診されていない方は、ぜひ当組合の健康診査をご家族そろってお受けいただき、健康づくりにお役立てください。

ご注意ください

新型コロナウイルスの影響から医療機関での健康診査の遅れ、感染対策実施により健診受診人数を制限しているなどで、予約が取りにくいことがあります。また、冬季に入り新型コロナウイルス感染者数の増加などが見られた場合には、健診が中止されることがあります。

ご家族(18歳以上の被扶養者)の健康診査

当組合ではご家族(18歳以上の被扶養者)の健診受診に対して補助をしております。

ご家族の方は次の4種類の方法より1種類をお選びいただき、健診を受診することができます。

また、家族の方を対象とした健康管理事業における各種健診(検診)の受診方法等を取りまとめた冊子「家族健診のご案内」を年に一度おとどけておりますので、こちらもお活用ください。



家族健診	健保会館 2階検診場	<p>◆申込方法 … 所定の申込用紙*1にて当組合健康管理課にお申込みいただきます。</p> <p>*1「家族健診のご案内」の綴じ込み、又は当組合ホームページよりダウンロード</p> <p>◆費用負担 … 2,000円(受診日に精算いただきます)</p>
	委託医療機関 当組合との直接契約 のある医療機関	<p>◆申込方法 … 当組合と委託契約を締結している医療機関に直接お申込みいただきます。</p> <p>◆費用負担 … 7,000円を超える費用を受診日に精算いただきます。40歳以上の方で人間ドック利用の場合は、25,000円を上限に契約料金の半額を補助いたします。</p>
	その他の 医療機関	<p>◆申込方法 … 受診を希望される医療機関に直接お申込みいただきます。</p> <p>◆費用負担 … 受診日に費用負担を全額精算していただきます。後日、当組合に助成金申請を行うことにより、上限7,000円を支給いたします。</p>
特定健診 (40歳以上の方のみ) *2	健保連 集合契約施設	<p>◆申込方法 … 特定健診受診券(6月上旬を目途に対象者(40歳以上)に当組合から直接お届けします。)を利用することで、健保連集合契約施設にて受診することができます。</p> <p>◆費用負担 … 無料</p> <p>※健保連集合契約施設については、下記ホームページをご覧ください。 <健康保険組合連合会> http://hoken.kenporen.or.jp/kenshin/index.htm</p>

*2 特定健診とは

平成20年4月から各医療保険者に義務付けられた40歳以上の被保険者・被扶養者を対象に実施するメタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満)に着目した生活習慣病予防のための健康診査のことを言います。

当組合の健康診査には、特定健診の検査項目を包含しておりますので、健康診査を受診いただくことで、特定健診を受診したものとなります。

婦人科検診の助成対象年齢は20歳以上となります

子宮頸がんは20～30歳代の若年女性に急増しています。ぜひこの機会に婦人科検診を受診しましょう。

婦人科検診(乳がん・子宮がん)の受診に対して7,000円を上限に助成をいたします。

お問い合わせ先 保健事業部 健康管理課 TEL:03-3666-8845
健診・検診等の詳しい内容・お申込み方法はホームページ <http://www.shoken-kenpo.or.jp>

新型コロナ感染拡大で 見えない医療保険制度改革の行方

新型コロナウイルスの感染者がついに7万人を超えました。

経済的な支援も含めて政府はその対応に追われています。

感染拡大の影響で健保組合・健保連が「2022年危機」を避けるために訴えてきた医療保険制度改革については、その検討を行う政府の全世代型社会保障検討会議の最終報告の取りまとめが当初予定の今年夏から年末に先送りされました。

わが国の少子高齢化は急速に進んでおり、制度改革は待ったなしの現状と、世界に誇る国民皆保険制度を将来につないでいくために健保組合・健保連が主張する制度改革の方向性や喫緊の課題である感染症予防に向けた取り組みなどを解説します。



新型コロナ感染の拡大で 落ち込む日本経済

新型コロナウイルスの感染拡大は一時期よりも落ち着き始めていますが、9月16日現在の累計患者数は7万7千人超と、7月7日に2万人を突破してから、わずか2カ月余で3倍以上に膨れ上がりました。

新型コロナはわが国の経済にも多大な影響をもたらしました。緊急事態宣言による自粛営業などで消費活動が停滞し、全国的に経済活動が落ち込んでいます。これはサラリーマンの給与や賞与の減少にもつながり、ひいては健保組合の保険料収入の減少とこれを補うための保険料率の引き上げに直結します。

健保連の緊急調査では、提供された組合のデータから全健保組合(1,389組合)を類推すると、保険料収入総額は当初比4.8%減の7兆8,211億円。金額ベースでは約4,000億円の減少が見込まれることが判明しました。協会けんぽの平均保険料率(10.00%)を上回る健保組合も当初よ

り208組合増えて669組合になる見通しで、新型コロナは健保組合の財政にも暗い影を落としています。

今、医療保険制度改革が 必要なわけ

新型コロナ感染拡大防止への対応は重要ですが、その陰に社会保障にとって深刻な問題が存在しています。それは、急速な高齢化と現役世代の減少により、医療保険制度が存続の危機に瀕していることです。特に世代間・世代内の給付と負担のアンバランスが拡大し、現役世代の負担が限界に達しています。「団塊の世代」が後期高齢者(75歳以上)になり始める2022年以降、この状態がさらに顕著となり、医療保険財政が急速に悪化、崩壊しかねません(表を参照)。

健保組合・健保連はこれを「2022年危機」と名付け、国民皆保険制度を維持し、現役世代を守るために、①高齢者医療費の負担構造の見直しによる給付と負担のアンバランスを是正する②医療(保険給付)費を適正化し、限られた財源を大切

に使う③保健事業の推進で健康な高齢者、「支える側」を増やす——などを緊急の課題として、政府などにその早期実現を強く訴えてきました。

政府もこうした動きを受け、全世代型社会保障検討会議を設置し、昨年12月に社会保障各分野の改革の中間報告をまとめました（コラム参照）。しかし、今回の新型コロナの感染拡大により、今年夏の最終報告の取りまとめや関係審議会における意見の集約は、年末に先送りされたのです。

制度改革と併せて感染症・重症化予防の促進も

経済を再生するための新型コロナ対策と医療保険制度改革の実現は、共に一刻も猶予が許されない状況にあります。

一方、新型コロナ感染の収束やワクチン・治療薬の完成時期が見えない以上、今後も日常生活で感染予防に努めながら日々を過ごしていく必要があります。基本は、身体的な距離の確保、マスクの着用、手洗い・手指の消毒の励行を守り、不要不急の外出や3密を避けることです。日常生活で注意したいのは感染を恐れるあまり、持病のある人が医療機関の受診を控えたり、健診を受けない（受けられない）ことなどによる重症化の懸念です。体温チェックや予約制など人数制限による密にならない環境での受診は感染防止につながりますので、必要以上に恐れず、冷静に判断することが重要です。

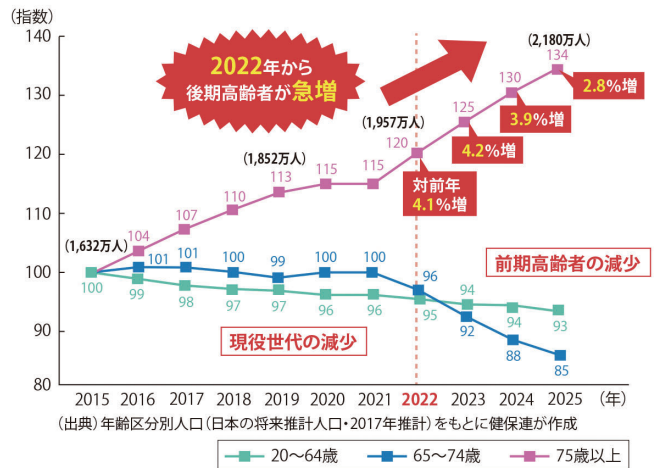
また、健保組合・健保連は毎年10月を「健康強調月間」と定め、加入者の健康の保持・増進を目指して各種事業を実施しています。特に今年は新型コロナ感染症のみならず、季節性インフルエンザやノロウイルスなど、秋からの流行が懸念される各種感染症に備えることに重点を置き、その一環として感染症予防対策のポスターを作成し、健保組合や事業所に配布しました。皆さんも関心を持ってもらえればと思います。



感染症予防対策のポスター

編集：健康保険組合連合会 組合サポート部「すこやか健保」編集部

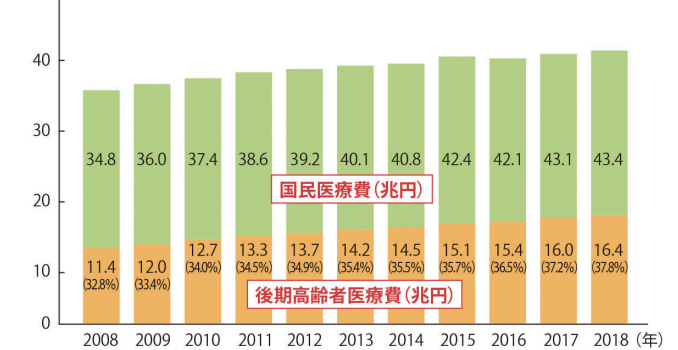
〈2015年を100とした場合の年齢区分別人口の推移〉



(出典) 年齢区分別人口(日本の将来推計人口・2017年推計)をもとに健保連が作成

■ 20~64歳 ■ 65~74歳 ■ 75歳以上

〈医療費の動向〉



※()内は後期高齢者医療費の国民医療費に占める割合

(出典) 厚生労働省・社会保障審議会医療保険部会(2019年9月27日)資料から抜粋して作成

Column

高齢者医療見直しに一定の方向性

政府の全世代型社会保障検討会議が2019年12月にまとめた中間報告には、改革の視点の1つに、年齢でなく負担能力に応じた負担を徹底し、「全世代が公平に支える社会保障」を掲げています。医療分野では、75歳以上の後期高齢者の支払う窓口負担について、現役並み所得の3割を維持した上で、「一定所得以上」の人の自己負担を2割とする。大病院における患者の集中を防ぎ、かかりつけ医を強化するため、大病院の外来受診時の定額負担を拡大する——などを盛り込みました。

デザイン：株式会社大成美術プリンティング/株式会社ノース・ヒル

過敏性腸症候群 について

東京証券業健康保険組合診療所

医師 出崎 真志

下痢や便秘、腹痛などの便通異常が慢性的に繰り返して出現する病気の中には、過敏性腸症候群と呼ばれる機能的な疾患群が存在します。病院に行き検査を受けたところ血液検査、尿検査、便検査に異常なく大腸内視鏡検査でも大腸はきれいでしたと説明を受けます。大腸の見た目はきれいで大腸がんや大腸炎などの器質的な異常がないのに便通異常の症状が持続するため、大腸の機能異常が原因と考えられています。



① 過敏性腸症候群とは

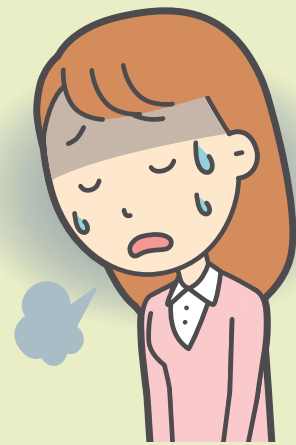
消化器領域の外来にしめる患者さんの割合は多く、国によってばらつきはあるものの概ね人口の10～20%の有病率といわれています。診断には自覚症状の有無が重要です。過去3カ月間の症状を思い出してみ、腹痛や腹部の不快感が月に1日以上にわたって繰り返し起きている場合に疑います。腹部症状が出るときには下痢や便秘になるなどの便の性状や頻度が変わります。排便によって症状が改善する傾向があります。これらの症状があるのに、血液や便検査、内視鏡検査で異常が見つからないときに過敏性腸症候群と診断されます。原因として脳腸関連の調整不順が疑われています。例えば強いストレスにさらされると下痢になることがあります。人によっては便秘気味になることもあります。腹痛を伴うこともあります。腸管と脳は密接に影響を及ぼしあっていて、自律神経や消化管ホルモンを介して脳への刺激が腸へ、腸からの刺激が脳に伝えられる現象を脳腸関連と呼びます。腸の知覚が過敏気味になっている人が不規則な時間にバランスの悪い食事をしたときや、強いストレスにさらされていると、脳腸関連の調整がうまく行われずに発症するのではないかと考えられています。



2

過敏性腸症候群の治療

規則正しい生活をしたうえで心理的ストレスを蓄積しないように、適度な運動をして睡眠不足にならないことが大切です。香辛料やアルコール、コーヒーは症状の悪化因子になるため、摂り過ぎないように注意します。脂肪の多い食事を避けて繊維分の多い食事を摂ることが有効な場合もあります。生活習慣の是正で症状が改善しない時には、薬物療法を検討します。過敏性腸症候群は便秘型、下痢型、便秘と下痢の混合型がありますので症状に合わせて薬が処方されます。内科的な薬物療法が不調に終わる場合で気分の落ち込みや不安感が強い人には、抗不安剤が処方されることもあります。生活習慣のなかでストレスとなっている事柄を書き出してみ、ストレスの負荷を少しでも低減できた時に症状がどのように変化したかを確認してみるのも有効です。



心身のストレスの負荷が腸の働きを阻害して便通異常をおこす病気として、過敏性腸症候群があります。便通異常を緩和する薬はありますが、長期的な視点では心理的な負荷を軽減して症状が低減するような生活スタイルを実践することが大切です。ストレスの全くない生活を送ることはほぼ不可能ですので、誰も完全に症状がなくなることはないと考えられます。時には強いストレスにさらされて、便通がおかしくなったと感ずることがあっても、それが長く続かないようにその都度、生活習慣の中で改善できることを実行すると、症状の軽快に役立ちます。



マスクの中の 口臭 気になってませんか？



歯科衛生士 平岡恵美

新型コロナウイルスの発生でマスクは手放せないものになりました。
マスクをしていて自分の口が臭うと感じることはありませんか。

口臭の原因は

- ◆唾液の分泌が減少し、口の中が乾燥して起こる「生理的口臭」
- ◆ニンニクなどの臭いの強い食べ物や、嗜好品（アルコールやタバコ）による一時的な「外因的口臭」
- ◆何らかの病気起因による「病的口臭」

などがありますが、

嫌な臭いの多くは「口の中の細菌」が原因です。細菌がガスを出してタマネギや卵の腐ったような臭いや生ゴミのような臭いを発生させます。このようなにおいを感じるならば、歯周病が進行しているのかもしれません。

歯周病は口の中の汚れであるネバネバしたプラーク（細菌の塊）が歯を支える組織に炎症を起こし、進行すると歯を失うことにもなる病気です。炎症を起こして出血したり化膿し始めたりすると口臭がより強まる恐れもあります。

歯周病による口臭を改善するには歯周病の治療が必要です。歯科医院で歯垢や歯石を取り除くこと（クリーニング）がその代表的な治療法です。歯周ポケットに溜まった汚れを除去することで炎症が抑えられ口臭も徐々になくなってきます。

治療だけでなく、自分で歯ブラシ・デンタルフロス・歯間ブラシなどを使って口の中を清潔に保つ日々のセルフケアをすることも口臭の改善には非常に重要です。歯科医院でクリーニングする時に自分に合ったお口のケアを学んでみてください。舌苔（舌の上の汚れ）や入れ歯の汚れも口臭の原因になりますので併せて相談してみてください。

口臭が気になるけどコロナウイルス感染が心配で歯科医院に行くのは... と不安を感じている方は、殺菌成分配合のマウスウォッシュ（洗口液）でうがいをするのも口臭対策になります。ただ、マウスウォッシュだけでは歯周病による口臭を根本的に改善できるわけではないので、時機を見て歯科受診をしてください。「かかりつけ医」に相談するのも良いかと思います。

ウィズコロナの今、口臭を予防し少しでもマスク生活が快適になればと思います。

『Webによる介護・健康講座』開催のお知らせ

東振協加入組合(当組合)の被保険者・家族の方々を対象に、医師等の専門家による下記の『Webによる介護・健康講座』が開催されます。

- ・在宅介護についての正しい知識や準備を習得していただくこと
- ・又は認知症の理解と対応についても学んでいただくこと



配信方法

オンデマンド配信(都合の良い時間に繰り返し視聴可能)
自宅での端末(パソコン・タブレット・スマートフォン等)とインターネット環境が必要となります。

視聴期間

令和3年3月1日(月)～令和3年3月31日(水)

カリキュラムの内容(3講座の内1講座を選択(複数選択不可))

1. 介護・健康講座(90分)

- ・健康寿命を延ばす介護予防
- ・知っておきたい介護の知識
- ・介護が必要になった時の対応

2. 認知症知識と正しい対応(90分×2)

- ・認知症を正しく理解しよう
- ・認知症を引き起こす代表的病気の特徴と症状
- ・認知症を患った本人又は家族が陥る心理状況
- ・認知症になっても安心して暮らせる環境づくり

3. 突然の介護に備える介護準備経済学(90分×2)

- ・破綻しないための介護ポイント、制度、費用、心構え
- ・安心な介護となるための事前の備えとは
- ・計画ある年金、保険、貯蓄計画



対象者

健康保険組合の被保険者及び被扶養者

受講料

無料(データ通信にかかる費用は受講者負担となります)

募集者数

1,000名(定員を超えた場合抽選とする)

受付期間

令和3年1月12日(火)～令和3年2月10日(水)

申込方法

所定の申込書をFAX又は郵送にて申し込み

- ・申込書は東振協ホームページからダウンロードしてください。
- ・家族等で複数人視聴する場合は代表者のみお申し込みください。
- ・テキストは1家庭等で1セットとなります。

〈申込先〉

〒130-0014 東京都墨田区亀沢1-7-3 東京都ニット健保会館5階

一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会(東振協)

FAX: 03-3626-7509 電話: 03-3626-7504(平日の午前9時～午後5時)

ホームページ

<https://www.toshinkyoo.or.jp/>

右記QRコードをご利用ください。



注意事項

- (1) 配信される講座は著作権により保護されています。講座の録音、写真撮影、動画撮影、画面のキャプチャー等は禁止されておりますのでご注意ください。
- (2) 視聴するためのID、パスワードの共有や貸与はご遠慮ください。

あたみ
熱海

ゆびそ
湯松曾

直営保養所

「ゴールデンウィーク」の 利用申込みのお知らせ

GW特別期間：2021年4月29日(木)～5月5日(水)まで
受付期間：2021年1月12日(火)～1月24日(日)まで
抽選結果通知：2021年1月26日(火)

※秋谷保養所は臨時休館を継続させていただきます。

ご利用に際しての留意点

- ◆ 感染拡大防止対策のため、利用部屋数を制限しています。
熱海保養所8部屋 **和室大部屋(定員8名)=1部屋、和室(定員4名)=5部屋、洋室(定員2名)=2部屋**
湯松曾保養所4部屋 **和室(定員4名)=4部屋**
- ◆ 多くの方にご利用いただけるよう**1泊まで**のご利用とさせていただきます。
- ◆ 以下のサービスを中止とさせていただきます。
○追加料理 ○カラオケ室 ○共用トイレ ○家族風呂(熱海) ○麻雀室(湯松曾)
- ◆ チェックイン時にご利用の皆様の検温を行います。
37.5度以上の発熱がある場合にはご利用をお断りさせていただきます。
- ◆ 館内のご移動は、マスクの着用をお願いいたします。



申込方法及び注意事項

- ◆ 特別期間の抽選申込みは、Web予約システム(抽選申込)でのみ受付いたします。利用申込書ではお申込みいただけません。
 - ◆ 特別期間の抽選申込カレンダーは、上記受付期間内のみ選択いただけます。
 - ◆ **被保険者1名につき、1保養所のみのお申込み(1泊・2部屋・8名までの利用)となります。**
 - ◆ 被保険者または被扶養者のご利用が必要となります。
 - ◆ 抽選結果は直接お申込者にメールで通知いたします。
 - ◆ 空室については、先着順にて予約を受付いたします。
【4月利用分】Web予約は2月1日(月) 午前0時より。電話予約は2月1日(月) 午前9時より。
【5月利用分】Web予約は3月1日(月) 午前0時より。電話予約は3月1日(月) 午前9時より。
- ※ キャンセル待ちの受付はありません。申込カレンダーで空き状況をご確認ください。



ログハウス「ゴールデンウィーク」利用申込みのお知らせ

山中湖畔

GW特別期間：2021年4月29日(木)～5月5日(水)まで
受付開始日：2021年2月3日(水)午前9時より
申込方法：電話で先着順に受付いたします。
* 利用方法、利用料金等、詳細は当組合ホームページにてご確認ください。

各施設のご利用に際しては、発熱や体調のすぐれない方はご遠慮ください。
今後も新型コロナウイルスの感染状況によっては、再度臨時休館・利用を中止する場合がございますので、予めご了承ください。

利用申込み・お問い合わせは

保健事業部 保健施設課(東証健保会館6階)

☎ 03-3666-8240

組合からのお知らせ



組合会議員の就退任がありました

【就任された議員】(敬称略)

互選議員 神野 秀廣 東海東京フィナンシャル・ホールディングス株式会社 (令和2年12月1日付)

【退任された議員】(敬称略)

互選議員 石川 章泉 東海東京フィナンシャル・ホールディングス株式会社

予防接種助成金の支給申請について

令和2年度の予防接種(インフルエンザ)助成金の支給申請期間は、令和3年1月29日(金)までとなります。インフルエンザ予防接種をされて、助成金申請をされる方は、期日までに『予防接種助成金支給申請書』に領収書の原本を添えてご提出ください。



けんぽニュースPDFファイルの掲載について

当組合ホームページにて、けんぽニュースPDFファイルを掲載しております。どうぞご活用ください。



組合現況(令和2年11月末)

●事業所数	407事業所
●被保険者数	42,725人
	男 27,802人
	女 14,923人

●被扶養者数	33,921人
(扶養率 0.79)	男 11,173人
	女 22,748人
●平均標準報酬月額	575,271円
	男 633,753円
	女 466,319円

法人会員制倶楽部 ラフォーレ倶楽部

温泉付きのお部屋に 会員料金で

東京証券業健康保険組合にご加入の皆様は
ラフォーレ倶楽部の「会員」です。
健康増進にどうぞご利用ください。

コートヤード・バイ・マリオット 白馬 / 温泉付プレミアーム

一まるで雲の上の寝心地—シモンズベッドを全室ご用意。保温性に優れ、
温まりが良いと言われている白馬の名湯をお部屋でお楽しみください。

外資系ブランドを含むホテル・ゴルフ場を

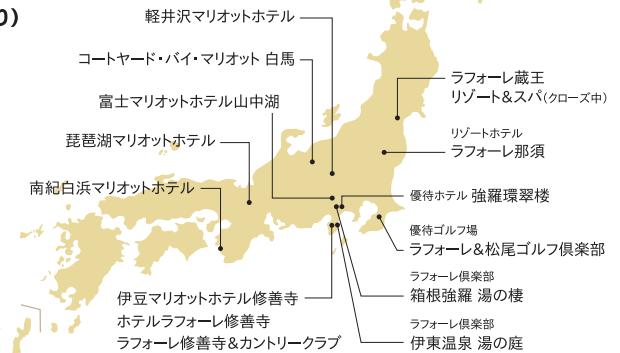
会員様はいつでもベストレートで ご利用いただけます。 (最低料金)

2020年度 会員料金 温泉付客室泊 / 1泊2食(定員利用時 / 大人1名様あたり)

マリオットホテル
コートヤードホテル
18,000 ~ 25,500円
(一般料金例: 白馬 42,350 ~ 47,850円) (税別)

ラフォーレホテル
14,600 ~ 23,500円
(一般料金例: 箱根強羅 21,000 ~ 31,000円) (税別)

※マリオットホテルおよびコートヤード・バイ・マリオット 白馬はチェックインの際、デポジットとしてクレジットカードのプリントまたは現金を
お預かりさせていただきます。また、ラフォーレ倶楽部会員料金でご利用の場合、Marriott Bonvoy™会員特典の対象外となります。
※那須はスタンダードルーム12,430円~をご用意しております。(温泉付き客室はございません)



☺️ ご利用方法 ☺️ ご予約は利用日の4ヶ月前の月の1日から承ります。 ※トップシーズンは異なります。

1.各ホテルへ直接ご予約

[WEB] www.laforet.co.jp/shoken-kenpo/

[電話] 各ホテルへ直接お電話

法人会員名 **東京証券業健康保険組合**

法人会員No. **10530** 法人パスワード **10530ca**

〈ご利用対象者〉東京証券業健康保険組合の被保険者、
被扶養者および被保険者の3親等内のご家族です。



2.補助金手続き

● 健保組合の補助金制度がご利用いただけます。

1名様1泊につき 3,000円補助

・4月~翌年3月の間で年5泊まで対象

・補助金対象者: 東京証券業健康保険組合の被保険者と被扶養者

www.laforet.co.jp/shoken-kenpo/ / 各種申請書一覧より

補助金申請書をダウンロード。必要事項をご記入。

※費用の発生しない添い寝幼児は対象外

3.ご利用日当日

チェックイン時に「**保険証(コピー不可)**」を提示し、ご記入いただいた「**補助金申請書**」をご提出ください。

※健保補助金対象者は全員健康保険証の提示が必須。お忘れの場合は補助金が受けられませんのでご注意ください。

補助金額を控除した金額をご精算。

けんぽニュース

1月号

No.410 令和3年1月8日発行

編集及発行所: 東京証券業健康保険組合

東京都中央区日本橋茅場町3-1-2 ☎03-3666-8431

<http://www.shoken-kenpo.or.jp>

