

2020

No.605

春

ご家庭にお持ち帰りください

# 健保だより



「春の訪れ」／（宮城県柴田町） 株伊藤園 北 祐介さん

令和2年度予算と保健事業が  
決まりました ..... 2

第25期組合会議員改選のお知らせ ..... 5

算定基礎届事務説明会について ..... 6

春季合同・集合健診のお知らせ ..... 7

病気やケガで会社を休んだとき ..... 8

定期健康診断結果  
データ提供についてのお願い ..... 9

健康診断等の補助金について ..... 10

潮干狩り／梨狩りのご案内 ..... 13

今月の顔「株式会社伊藤園」 ..... 11

すこやか通信「春を元気に過ごすために」 ..... 12

リゾートトラストのご案内 ..... 14

公告／第22回フォトコンテスト入賞作品発表 ..... 15

事業主新春懇親会が開催されました ..... 16

共済会だより ..... 17  
家庭常備薬等の斡旋について／お中元商品斡旋販売について／  
結婚式場斡旋のご案内／モバイル保険のご案内

けんぽクイズ／我が家のペット写真館 ..... 裏表紙

東京都食品健康保険組合  
<http://www.tosyoku.org/>



令和2年度

# 保健事業のお知らせ

※各保健事業にしましてはホームページ上（スマートフォン対応）でもお知らせしております。

## 保健指導宣伝の事業

### ホームページ

ホームページによる組合事業全般の周知・広報を実施

### 機関誌「健保だより」の発行

組合事業並びに健康保険、健康管理に関する情報を載せ、組合員との相互関係を深めるため全被保険者向けに年4回（春・夏・秋・冬）発行バックナンバーをホームページにも掲載

### 各種講習会の開催

事務担当者を対象とした算定説明会、講習会並びに被保険者被扶養者を対象とした応急手当講習会等を開催



### 出産記念品を贈呈

被保険者及び被扶養者が第一子を出産した場合に記念品を贈呈  
\*育児関連図書

「お医者さんにかかるまでに」  
「きちんとかんたん離乳食」

お問い合わせ  
総務課

TEL 03(3833)5150

## 疾病予防の事業

お問い合わせ

上野健康管理センター

TEL 03(3833)5167(直)

組合指定医療機関

幸楽メディカルクリニック

TEL 03(3355)0308(直)

補助金

TEL 03(3833)5193(直)



### 健康診断

健康診断A

対象年齢…35歳未満（被保険者及び被扶養者）  
受診料

健康診断B

対象年齢…35歳以上（被保険者及び被扶養者）  
受診料

\*上野健康管理センター、組合指定医療機関での実施…1,500円

\*巡回・合同健診会場での実施…2,000円

\*希望事業所には、巡回健診時に歯科健診を実施（都内のみ）

受診料

\*上野健康管理センター、組合指定医療機関での実施…2,500円

\*巡回・合同健診会場での実施…3,500円

\*希望事業所には、巡回健診時に歯科健診を実施（都内のみ）

### 特定健診

対象年齢…40歳以上（被保険者及び被扶養者）  
受診料

健康診断

\*上野健康管理センター、組合指定医療機関での実施…無料

\*契約医療機関での実施

7,500円の健保負担額を超えた差額は自己負担

補助金額…健診費用から5,000円を差し引いた額に対しては、2,000円を限度に支給。なお、補助金の支給については、当健保組合が実施する健康診断（施設及び巡回）を受けることができず、その他の機関（保健所・診療所・病院等）に行つて健康診断を受けたときに支給

\*他の医療機関などで実施

人間ドック

対象年齢…35歳以上（被保険者及び被扶養者）  
受診料

基本コース…10,000円

男性コース（50歳以上）…10,000円（基本コース+PSA）

〈前立腺腫瘍マーカー〉

婦人科Aコース…11,000円（基本コース+乳房触診検査と乳房超音波検査）

婦人科Bコース…11,800円（上野健康管理センターでのみ実施）

（基本コース+乳房触診検査とマンモグラフィ）

補助金額…ドック費用から20,000円を差し引いた額に対して20,000円を限度に支給

\*他の医療機関などで実施

脳ドック

\*特約医療機関での実施

対象年齢…40歳以上（被保険者及び被扶養者）  
受診料…35,000円+消費税

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。

※健診は補助金を含め、年度内1回のみで重複受診はできません。健康診断（A・B）・特定健診・人間ドックのうち、いずれかを2選してください。



## ●大腸がん検診（年度内1回）

\*検体を郵送して実施（7月～9月は除く）  
対象年齢：35歳以上（被保険者及び被扶養者）  
受診料：500円

## ●二次検診

健康診断等の結果により、必要に応じて実施

## ●健康相談

保健相談室  
TEL03(3833)5169(直)  
管理栄養士等が栄養と食生活など健康に関する相談を電話にて随時実施

## ●健康日本21

生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底を図ることを目的としたセミナー等を実施

## ●特定健診・特定保健指導

40歳以上の被保険者及び被扶養者を対象にメタボリックシンドロームに着目した健診及び生活習慣の改善指導等を実施

## ●事業所訪問

健診後の食事指導、健康管理指導のため事業所訪問を実施

## ●データヘルス計画

健診データや診療報酬明細書（レセプト）などの情報を活用し、健康づくりや疾病予防、重症化予防を目的とした効果的な保健事業をPDCA（計画・実行・評価・改善）サイクルにより実施



## ●インフルエンザワクチン接種

接種対象年齢：65歳未満（被保険者のみ）  
接種料

\*上野健康管理センター・組合指定医療機関での実施：1,000円  
事前に申請をいただき、接種券が交付された方を対象に実施

補助金対象年齢：65歳未満（被保険者及び被扶養者）  
金額：接種費用に対して1,000円を限度に支給  
\*他の医療機関などで実施

## ▼保養のための事業

### ●契約保養所（14ページ参照）

現地で「保険証」を提示してください

\*リゾートトラスト…全国28ヶ所の施設

### ●その他ご利用いただける保養施設

ご利用は各施設・予約センターへ直接予約

\*泉郷グループ（八ヶ岳、蓼科、伊豆、安曇野、鳥羽他）  
<http://www.izunigo.co.jp/hojo>  
（企業ID：1065000 パスワード：06-333344）  
TEL050(5846)1234

\*ニユーグリーンピア津南（新潟県中魚沼郡津南町）  
TEL049(277)4611

\*リンル生命の森（千葉県長生郡長柄町）  
TEL0475(35)3333

\*ちやちや山荘（山梨県南都留郡山中湖村旭丘）  
TEL0555(62)0063

\*那須高原「繭の里」（栃木県那須郡那須町）  
TEL0120(79)5554

\*公共宿泊施設「休暇村」  
全国にある希望施設へ直接予約  
<http://www.qkamura.or.jp/>

\*公共宿泊施設「ハイッポウの村」  
全国にある希望施設へ直接予約  
<http://www.kinrou.or.jp/>

お問い合わせ  
総務課

TEL03(3833)5150(直)



## ▼体育奨励の事業

### ●スポーツクラブルネサンスと契約

\*ご利用の施設・内容により料金が異なりますので、各施設にお問い合わせください。

\*ご利用の際に保険証を提示してください。

### ●電設健保へるすぴあと契約

\*ご利用の際に保険証と初回ご利用時に作成する「へるすぴあカード」を提示してください。

平日………1,000円（小学生500円）  
土・日祭日……1,300円（小学生650円）

お問い合わせ

へるすぴあ 東京都板橋区坂下1-33-12  
TEL03(5970)6911(代)

### ●健康日本21イベント

被保険者、被扶養者が参加できる事業を実施

お問い合わせ

TEL03(3833)5150(直)



### ●個人情報保護の取り扱いについて

当健保組合の個人情報の取り扱いは、個人情報取得の際にはその目的を明確にし、利用目的達成の範囲内で取り扱っており、個人情報の保護に関する法律及び関連するその他の法令・規範を遵守しております。

第三者への個人情報の提供は、ご本人からの同意を得たうえで行います。また、組合員は組合員自身の個人情報について、開示・訂正・削除などを求めることができます。（法令に基づく場合は除外されます。）



## 令和2年度

# 保険料率について

令和2年度の事業計画及び収入支出予算は、去る2月20日の第171回組合会において承認されました。

健康保険料率は元年度と変更なく1,000分の95、介護保険料率は、1,000分の15.2から1,000分の17.0に変更となります。



			旧保険料率 (令和2年2月分まで)
健康保険	一 般 保 険 料 率		93.700／1,000
	内 訳	基本保険料率	53.656／1,000
		特定保険料率	40.044／1,000
	調 整 保 険 料 率		1.300／1,000
	合 計 保 険 料 率		95.000／1,000
介 護 保 険 料 率			15.200／1,000

			新保険料率 (令和2年3月分から)
			93.70 / 1,000
			54.66 / 1,000
			39.04 / 1,000
			1.30 / 1,000
			95.00 / 1,000
			17.00 / 1,000

**基本保険料率** 加入者の医療給付、保険事業等に充てるための保険料

**特定保険料率** 後期高齢者支援金、前期高齢者納付金など高齢者の医療を支える費用に充てるための保険料

**調整保険料率** 高額な医療費発生組合の財政影響緩和、財政窮迫組合の支援のための交付金交付事業に充てるための保険料

**介護保険料率** 介護保険の給付に充てる保険料(40歳以上65歳未満の被保険者から徴収)

## 令和2年度 収入支出予算概要表

### 一 般 勘 定

#### 収入

科目	予算額(千円)	1人当たり(円)	割合
健康保険料収入	26,254,889	404,544	94.3%
調整保険料収入	365,262	5,628	1.3%
国庫負担金収入	13,219	204	0.1%
その他	1	0	0.0%
繰入金	614,964	9,476	2.2%
国庫補助金収入	10,002	154	0.0%
財政調整事業交付金	301,501	4,646	1.1%
雑収入	267,498	4,122	1.0%
合計	27,827,336	428,773	100.0%

#### 支出

科 目		予算額(千円)	1人当たり(円)	割合
事務費		421,762	6,499	1.5%
保険給付費		14,109,920	217,410	50.7%
納付金	前期高齢者納付金	5,015,449	77,280	18.0%
	後期高齢者支援金	5,921,661	91,243	21.3%
	病床転換支援金	35	1	0.0%
	日雇抛 outcomes	1	0	0.0%
	退職者給付抛 outcomes	207	3	0.0%
	小計	10,937,353	168,527	39.3%
保健事業費		1,146,359	17,663	4.1%
財政調整事業抛 outcomes		365,262	5,628	1.3%
その他		423,382	6,524	1.5%
予備費		423,298	6,522	1.5%
合計		27,827,336	428,773	100.0%

### 介 護 勘 定

#### 収入

科 目	予算額(千円)	1人当たり(円)	割合
介護保険収入	2,821,647	83,481	94.0%
繰入金	179,141	5,300	6.0%
雑収入	19	1	0.0%
合計	3,000,807	88,782	100.0%

#### 支出

科 目	予算額(千円)	1人当たり(円)	割合
介護納付金	2,999,806	88,752	100.0%
介護保険料還付金	500	15	0.0%
雑支出	501	15	0.0%
合計	3,000,807	88,782	100.0%

## 第25期

# 組合会議員改選のお知らせ



第24期の組合会議員の任期が、令和2年5月14日をもって満了いたしますので、来る5月15日に第25期組合会議員の選挙を予定しています。

この議員の選出は健康保険法第18条第3項「組合会議員の定数は、偶数とし、その半数は、設立事業所の事業主において設立事業所の事業主（その代理人を含む。）及び設立事業所に使用される者のうちから選定し、他の半数は、被保険者である組合員において互選する。」に基づいて行うものであり、当健保組合の議員定数は48名で、事業主代表の選定議員24名、被保険者代表の互選議員24名となっております。

選定議員の選定にあたっては、多数事業所による総合組合の特質から、代表事業主に選定権を委任するかたちをとり、先に事業主各位にご通知申し上げました。

互選議員24名は別表のように、各選挙区の議員定数によって選挙を予定しています。

### 公告 (予定)

当組合の組合会議員は、令和2年5月14日で任期が満了するので、組合会議員選挙執行規程第2条及び第3条の規定に基づき、左記により選挙を行います。

#### 記

### 「互選議員選挙日程」

#### 一、選挙の期日

令和2年5月15日(金)

#### 一、立候補の届出

令和2年4月22日(水)午前9時から

令和2年5月7日(木)午後5時まで

組合所定の届書に被保険者20名以上の推薦を得て届出をしてください。

#### 一、投票の日時

令和2年5月15日(金)

午前11時から午後3時まで

#### 一、開票の日時

令和2年5月15日(金)

午後3時から

#### 一、選挙会場及び選挙すべき議員の数(別表のとおり)

(別表)

選挙区		選挙会場	議員定数
1区	千代田、中央	東食健保上野会館 台東区東上野2-25-8 (立候補者数が定数を超えた場合、郵送投票も可能とする。)	6名
2区	港、品川、大田		5名
3区	新宿、渋谷、中野、目黒		5名
4区	台東、文京、墨田、豊島、北、板橋、荒川		3名
5区	江東、江戸川、葛飾、足立		2名
6区	杉並、世田谷、練馬、多摩地区、及びその他規約第43条に規定する地区		3名



令和  
2年度

# 算定基礎届 事務説明会について

今年の算定基礎届は  
7月10日(金)までに  
提出してください。

4月・5月・6月に受けた報酬に基づき、9月以降の保険料や保険給付を算出する基礎となる標準報酬月額を決定しますので、正確な届出をお願いいたします。



被扶養者資格の再確認(検認)に係る確認総括表をご提出いただき、ありがとうございました。

算定基礎届の事務説明会を開催いたします。事務担当者の皆様方におかれましては、大変お忙しい中とは存じますが、ご出席いただきますようお願いいたします。

日 時 令和2年6月11日(木)  
午後2時から

開催場所 東食健保会館 5階

届出の対象者

7月1日現在の被保険者全員です。ただし、6月1日以降に被保険者資格を取得した方や7月・8月・9月を改定月とする月額変更に応当する方は除かれます。  
なお、算定基礎届事務説明会の開催は5月中旬に、算定基礎届の提出は6月中旬に、それぞれ改めて文書でお知らせします。



春は卒業・就職のシーズンです

## ご家族に異動はありませんか?!

結 婚



就 職



お子様の就職など、扶養されている方々に次のような異動が生じたときは、「被扶養者異動(削除)届」を提出してください。

- 就職したとき (就職先の健康保険に加入します)
- 結婚したとき (配偶者の加入する健康保険の被扶養者になったとき)
- 死亡したとき
- 年金やパート、アルバイト等の年間収入が130万円(60歳以上は180万円)を超えたとき
- 離婚等により、配偶者や子供との生計維持関係が消滅したとき

被扶養者異動(削除)届の  
提出をお忘れなく!



お問い合わせは

業務第1課 TEL 03(3833)5152

暮らしQuiz

中国語で「手紙」とはどれのこと?

①切手 ②ハンカチ ③トイレトペーパー

答え ③

令和  
2年度

# 春季合同・集合健診のお知らせ

## ▶ 受診対象

### 被保険者及び被扶養者

※健康保険の資格手続き中の方は、必ず会場でお申し出ください。

## ▶ 受診料

※年齢は年度内の年齢です

●健康診断A ..... **2,000円**  
(35歳未満の被保険者及び被扶養者)

●健康診断B ..... **3,500円**  
(35歳以上の被保険者及び被扶養者)

●特定健診 ..... **自己負担なし**  
(40歳以上の被扶養者、40歳以上の  
任意継続被保険者及びその被扶養者)

## ▶ 受診資格

年度内1回(令和2年4月1日～令和3年3月31日の期間)

※注意 健診は補助金申請を含め年度内1回のみで、重複受診はできません。年齢により異なりますが、人間ドック、又は健康診断(健康診断A、健康診断B、特定健診)のいずれかをご選択ください。

## ▶ 受診方法

健康診断を受診される方は、当組合所定の「健康診断受診票」と「健康保険証」を、特定健診を受診される方は、「特定健診受診券(セット券)」と「健康保険証」を、それぞれ当日ご持参ください。

受診の  
予約は  
不要です。



## ▶ 受診料の支払方法

- 被保険者  
後日、事業主に請求します。
- 被扶養者、任意継続被保険者及びその被扶養者  
後日、健診結果とともに振込用紙を送付いたしますので、コンビニエンスストアにてお支払ください。

	会場名(所在地)	実施日	受付時間
都内	銀座 松屋アネックスビル6階(中央区銀座3-7-10)	5月25日(月)・5月26日(火)・ 6月19日(金)・6月26日(金)	9:00～16:00
	築地 築地本願寺第一伝道会館1階振風道場(中央区築地3-15-1) 昨年の会場とは異なりますのでご注意ください	5月27日(水)・6月8日(月)	10:00～16:00
	日本橋 日本橋プラザ3階(中央区日本橋2-3-4)	5月7日(木)・6月29日(月)・ 6月30日(火)	9:00～16:00
	渋谷 TKP渋谷カンファレンスセンター2階(渋谷区渋谷2-17-3)	5月18日(月)・5月19日(火)	9:00～16:00
	池袋 池袋サンシャイン文化会館7階(豊島区東池袋3-1-4)	6月15日(月) 6月16日(火)	10:00～16:00 10:00～15:30
	町田 町田市文化交流センター5階(町田市原町田4-1-14)	5月28日(木)	10:00～16:00
	新宿 新宿地区集合健診 新宿すこやかプラザ4階 (新宿区新宿1-8-11)	4月14日(火)・4月30日(木)・ 5月22日(金)・6月24日(水)・ 7月31日(金)・8月24日(月)・ 9月28日(月)	9:00～16:00
その他の地域	上野 上野地区集合健診東食健保会館4階(台東区東上野2-25-8)	6月6日(土)・10月24日(土)	9:00～16:00
	仙台 仙台商工会議所7階(仙台市青葉区本町2-16-12)	6月22日(月)	10:00～16:00
	横浜 神奈川県立かながわ労働プラザ3階(横浜市中区寿町1-4)	5月8日(金)	10:00～16:00
	川崎 川崎市産業振興会館4階(川崎市幸区堀川町66-20)	6月1日(月)	10:00～16:00
	柏 柏商工会議所4階(柏市東上町7-18)	6月5日(金)	10:00～16:00
	津田沼 津田沼モリシアホール4階(習志野市谷津1-16-1)	5月29日(金)	10:00～16:00
	名古屋 名古屋 桜華会館2階(名古屋市中区三の丸1-7-2)	5月11日(月)・5月12日(火)	10:00～16:00
	大阪 大阪科学技術センター地下1階(大阪市西区靱本町1-8-4)	5月14日(木)・5月15日(金)	10:00～16:00

※1.健診受付時間が会場により異なりますのでご注意ください。(各会場とも午前の受付は12時まで、午後の受付は1時30分開始となります)

※2.秋季合同健診で町田・仙台は実施しません。春季合同健診にて受診してください。

お問い合わせは

上野健康管理センター TEL 03(5688)5431

ちゃんと知ってる!?

# 健康保険あれこれ

## 病気やケガで会社を休んだとき

被保険者が病気やケガのため仕事に就くことができず、給与を受けられないときは、その間の被保険者や家族の生活を保障するため、健保組合から傷病手当金が支給されます。



### こんな誤解をしていませんか?



#### ① 病気で入院!

**収入がゼロになるけど家族が生活できるかな?**

療養のため仕事ができないときは、生活を保障するため傷病手当金が支給されます。

#### ② ケガで働けない!

**自宅療養だから手当金はもらえないよね?**

療養のための休業であれば、入院か自宅療養かは問わず、傷病手当金が支給されます。

#### ③ 会社から休業補償が!

**健保組合からも手当金はもらえるよね?**

給与の支払いがあるときは、原則として傷病手当金は支給されません。

### どんなときに傷病手当金が支給されるの?



傷病手当金は、以下の①～③の条件をすべて満たしたときに支給されます。

#### ■ 傷病手当金の支給条件

① 病気やケガのため、それまで就いていた仕事ができないこと

② 連続して3日(待期)以上休んでいること

※待期には休日や祝日、有給休暇も含まれます。早退の場合は待期に含まれますが、勤務時間後に病気やケガをした場合は翌日から待期となります。

(待期の考え方)

休 出 休 休 出 出 休 休 出 休 … 待期完成せず

休 休 休 出 休 休 休 休 休 休

待期完成

傷病手当金受給

休 休 出 休 休 休 休 休 休 休

待期完成

傷病手当金受給

③ 休業した期間について給与の支払いがないこと

仕事中や通勤途中の病気やケガ(労災保険の給付対象になります)や美容整形など病気とみなされないものは傷病手当金の支給対象外です。

### どれくらいの金額と期間、支給されるの?



傷病手当金の額は、給与のおよそ3分の2です。また、支給期間は、最長1年6ヶ月間です。ただし、仕事に復帰した場合、その間は支給されず、その後、再び仕事に就けなくなったときは復帰した期間も1年6ヶ月間に含まれます。

#### ■ 傷病手当金の支給額(1日あたり)

支給日額 = 直近1年間の標準報酬月額  
平均額の30分の1\*3分の2

\*被保険者になってから1年間が経っていない場合、入社後の平均額が健保組合の全被保険者の平均額を比べて、どちらか少ない額

### 傷病手当金が支給されない場合は?



給与が支払われるときや障害厚生年金などが受けられるときは、傷病手当金は支給されません。また、傷病手当金を受けているときに出産手当金を受けることができる場合、出産手当金が支給され、傷病手当金は支給されません。

ただし、給与などの額が傷病手当金より少ない場合には、差額が支給されます。

お問い合わせは

業務二課 TEL 03(3833)5191(直)



事業主の皆様へ

# 健康診断の結果をご提供ください

当健保組合では、事業所で実施されている定期健康診断(労働安全衛生法に基づく事業者健診)の結果データの提供をお願いしています。

## 健診を受けないと保険料増額!?

特定健診の受診率が低い健保組合は、高齢者の医療制度に対する支援金が増額になり、健康保険料の引き上げにつながります！  
健診結果をご提供いただき、受診率の向上にご協力ください。

## 特定保健指導でメタボ改善を!

提供された健診結果から生活習慣の改善が必要と判定された40歳～74歳の方に無料で**特定保健指導**を行います。(健保組合から利用券が届きます。)



## 特定保健指導ってどのようなことをするの？



### ■特定保健指導の内容

#### 動機付け支援



##### メタボのリスクが 出始めた方

原則1回、個別又はグループで面談が行われ、専門家のアドバイスのもと、今後の目標を立てます。

#### 積極的支援



##### メタボのリスクが 重なり出した方

最初に、個別又はグループで面談が行われ、専門家のアドバイスのもと、今後の目標を立てます。

※3か月以上にわたり、メール・電話等で健康づくりを支援します。

計画や目標に沿って、生活改善を実施

継続的な支援(3か月以上)

3～6か月後

メタボが改善(目標を達成)  
されたかを確認

##### 軽度の異常でも、 重なると危険度がアップ!

内臓脂肪型肥満に加え、高血圧・脂質異常・高血糖のうち、2つ以上をあわせもつ状態を「メタボリックシンドローム(メタボ)」といいます。一つひとつの異常は軽度でも、危険分子が重なると動脈硬化を急速に進行させてしまいます。



## メタボを改善して生活習慣病を予防しよう!

お問い合わせは

情報管理課 TEL03(3833)5155

# 健康診断等の補助金について

補助金制度は、検査に係る費用を全額自己負担した場合の負担軽減措置として実施しています。

## 申請期間

受診日の翌年度 5月末日までに申請(必着)

平成31年4月～令和2年3月受診分

▶ 令和2年5月31日までに申請!!

## 【注意事項】

- 各種健診は、補助金を含め年度内1回のみで重複受診はできません。
- 特定健康診査受診券で受診された方は、補助金対象外となります。



## 補助金 支給金額

健康診断	人間ドック
健診費用のうち <b>5,000円を超える額に対して2,000円を限度</b> に支給	健診費用のうち <b>20,000円を超える額に対して20,000円を限度</b> に支給

※年齢は年度内に達する年齢です。※人間ドックの対象年齢は35歳以上です。

## 検査必須項目

人間ドック - 健保連の検査項目を基本

検査項目	検査目的	健康診断	人間ドック
問診	心身状況の診断	○	○
身長・体重計測	肥満度の診断	○	○
腹囲計測	内臓脂肪の蓄積度合いの診断	○	○
血圧測定	高血圧・低血圧の判定、高血圧からくる病気の診断	○	○
検尿	腎機能・尿路系の異常、糖尿病等の診断	○	○
視力・聴力検査	視力・聴力の診断	○	○
胸部X線	肺や心臓の病気の診断	○	○
血液生化学検査	高脂血症、肝機能検査、糖尿病、痛風等の診断	○	○
心電図	不整脈、心筋の虚血(狭心症・心筋梗塞)、心肥大等の診断		○
上部消化器X線または内視鏡	食道・胃・十二指腸の病気の診断		○
便潜血検査	消化管の出血により、ポリープ・がん等の病気の診断		○
血清学的検査	肝炎、リウマチ因子の診断		○
眼底検査	眼底網膜の血管や視神経の状態から動脈硬化や緑内障、糖尿病からくる網膜症、白内障の診断		○
腹部超音波検査	腹部(肝臓、胆のう、脾臓、腎臓など)の病気 脂肪肝、ポリープ、のう胞、胆石等の診断		○

【注意事項】 ※上表の各種健診欄で○印がついているものが必須受診項目です。必須項目を受けていない場合、補助金対象外となります。  
※上表検査以外のオプション検査については、補助金対象外となります。

## 申請

補助金申請には、申請書・検査結果表・領収書・質問票が必要となります。

補助金支給申請書	当健保組合ホームページからダウンロード可
検査結果表	検査項目の確認のための検査結果表はコピー可
領収書	領収書又は請求書と振込明細書のセット(コピー可) ※複数名分の場合、各個人の金額が確認できる書類を添付願います。
質問票	40歳以上75歳未満の方は必ず添付。当健保組合ホームページからダウンロード可

お問い合わせは

情報管理部 TEL 03(3833)5155

F a  
c e

No.112

This Month

株式会社 伊藤園  
人事部 キャリア支援課

大熊 佳弥さん

<https://www.itoen.co.jp/>



### ● 会社の紹介

伊藤園は、1966年の設立以来、お客様に健康で豊かな生活の提案を行うことを目指し、「茶葉関連事業」「飲料関連事業」を中心に展開しています。伊藤園の製品は、「自然」「健康」「安全」「良いデザイン」「おいしい」の5つのコンセプトに基づき、お客様にご満足頂ける製品開発を目指しています。長期的には「世界のティーカンパニー」に向けて持続的な成長を図り、社会に求められる企業として100年、200年続く企業を目指します。



### ● 私の仕事

私は人事部に所属し、社員のライフイベントに合わせたキャリアサポートや社員の健康管理、全社の衛生管理等の業務を担当しております。伊藤園では仕事と子育てを両立して働く社員が増えており、その中で産育休中や復職後の支援を行っております。また、健康面において、今までは病気の早期発見・早期治療のために健診内容の充実や治療に向けたサポート体制を構築してきましたが、今年度は疾病予防を強化するため、若年層に向けた健康教育を実施しております。最近では昼食の選び方や食事の摂り方等、日常生活の中で取り入れられるような情報を発信し、社員の健康意識を高めています。

### ● 私の健康法

私の健康法は、週に3日程度、スポーツジムでZUMBA(ズンバ)を踊って汗を流すことです。ZUMBAとは、世界180カ国以上で行われているラテン系ダンスフィットネスです。陽気な曲に合わせ、時には掛け声も出しながら踊ることで、とてもストレス発散になります。今までジム通いは長続きし

なかったのですが、ZUMBAを始めからは、仲間と楽しみながらモチベーション高く継続することができています。

### ● 私の好きな商品

私が一番好きな商品は、『おいお茶 濃い茶』です。ガレート型カテキン2倍(\*)の適度な渋みと濃さがとても好きです。実はこの商品、Voice制度という社内提案制度から生まれたもののなのです。この制度は、全社員が職種に関わらず「今でもなお、お客様は何を不満に思っているか」という問題意識を持ち続けながら、新しい製品などを提案できる仕組みです。伊藤園社員の思いがたくさん詰まった商品、ぜひ一度飲んでみて下さい。

(\*) 当社主要緑茶飲料比



▲ (左) おいお茶 濃い茶525ml.  
(右) おいお茶 ささら抹茶入り濃い茶32g





# 春を元気に過ごすために

## ——体調管理で気をつけたいこと——



気象条件の変化、環境の変化の多い春は、心身ともにストレスが増える時期です。また、季節の変わり目は体の準備期間でもあり、体調を崩しやすい時期でもあります。

### 春の不調 の原因

#### 寒 暖 差

寒暖差に対応するために交感神経が活発に働くため、たくさんのエネルギーが消耗される。

#### 日照時間の変化

冬に比べて日照時間が長くなるため、生活リズムが崩れやすくなる。

#### 生活環境の変化

自分自身や家族の生活が大きく変化する季節のため、緊張感やストレスを感じることで自律神経のバランスが乱れやすくなる。

#### 花 粉 症

免疫機能が過剰に活動している状態になるため、それにより体力が消耗する。

### 実際に 多い症状

#### 身体的症状

頭痛・めまい・だるさ・  
眠気・不眠など



#### 精神的症状

イライラする・不安  
やる気が出ないなど

## 対 処 法

### 入 浴

- シャワーだけでなく、湯船につかるようにすると副交感神経が働き、自律神経のバランスが整います。38～40度お湯に10～20分間入浴すると効果的です。

### 睡 眠

- 睡眠の質を上げるためには、心身をリラックスさせるようにしましょう。携帯、テレビ、パソコン、ゲームは心身を活発にする交感神経を優位にさせるので寝る前は脳を刺激する物は見ないようにしましょう。



### 運 動



- ウォーキングはおすすめですが、体を動かす習慣がない場合には、ストレッチや散歩などから始めてみましょう。
- 歩幅を広げる、姿勢を正す、こまめに動く、階段を使用するなど日常生活の動きを少し変えることもおすすめです。

### 食 事

- 魚・肉・卵・大豆製品などのたんぱく質は、免疫力を高めて身体を温めます。
- 豚肉・豆類などに多く含まれているビタミンB<sub>1</sub>は、疲労回復に効果があります。
- みかんなどの柑橘類やいちごなどの果物・芋類に多く含まれているビタミンCは、病気などいろいろなストレスへの抵抗力を高めてくれます。



### 温度調節



- 寒暖差が大きいため、温度変化に体を適応させるために、衣類による温度調節をしましょう。マフラーやカーディガンを上手に利用してみましょう。

# 健康日本21イベントのお知らせ

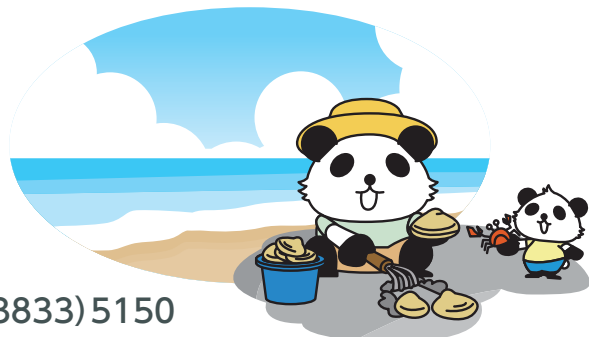
## 潮干狩りを開催いたします

**開催日** 令和2年5月24日(日)

**ふなばし三番瀬海浜公園**にて  
**潮干狩り**を開催いたします。

詳しくはホームページをご覧ください。

お問い合わせは 総務部 イベント係 TEL 03(3833)5150



## 梨狩りを開催いたします

**開催日** 令和2年8月23日(日)

**参加費** 無料

**開催場所** 吉乃園  
(千葉県松戸市金ヶ作269-3)

**募集人数** 300名(先着順)

**アクセス** 新京成線 五香駅より徒歩15分  
※駐車場はかなり小さく、ほとんど車がとめられません。公共の電車・バスにてご来場ください。

**申込方法** 下の申込書に必要事項をご記入のうえ、郵送又はFAXでお申込ください。

**受付時間** 10:00 ~ 11:00

**申込締切** 令和2年7月20日(月)

**参加資格** 食品健保の被保険者、  
被扶養者であること  
(組合員以外の方も入園はできます。梨狩りをされる場合には現地にて各自ご負担ください)



**参加者全員に  
「梨2kg」プレゼント!!**

(2kgを超えた場合は現地にて差額をお支払ください)



### 健康日本21イベント 申込書

ご参加の方に○をしてください。両方のご参加も可能です。

潮干狩り 令和2年5月24日(日)				梨狩り 令和2年8月23日(日)			
参加 代表者	記号		番号		住所	〒 -	
	事業所名				Tel	( ) (平日9時~17時に連絡のつく番号をご記入ください)	
	フリガナ 氏名						
保険証		フリガナ 参加者氏名	開催時の年齢 (学年)	保険証		フリガナ 参加者氏名	開催時の年齢 (学年)
記号	番号			記号	番号		

●保険証の記号・番号は必ずご記入ください。●ご応募いただいた個人情報は、このイベント以外には使用しません。●学生の方は年齢欄に学年を書いてください。

# 保養施設・スポーツ施設 リゾートトラストのご案内

## リゾートトラスト 株式会社

会員制のプライベートリゾートホテルです。当健保組合が会員契約しているため、組合員の皆様方にご利用いただけるようになっています。全国28ヶ所の施設がご利用いただけます。



▲エクスピ有馬離宮(施設内中庭)



▲エクスピ箱根離宮



▲エクスピ湯河原離宮(施設内水庭)



▲エクスピ京都 八瀬離宮(施設内中庭)



### ご予約受け

【FAX申込】…全施設ご利用予定日の3ヶ月前の1日から。

【Web申込】…全施設3ヶ月前の同日から。

下記法人用インターネット予約システムよりお申し込みください。  
※お電話でのお問い合わせの場合、「東京都食品健康保険組合」であることをお申し付けください。

### 宿泊制限

1回の利用について2泊まで

### キャンセル料

通常期は1週間前から

※特別営業期間(4/29~5/5・7/25~8/20・12/30~1/5)は2週間前から  
※この期間のご利用は1泊2食制となります。

### 利用時間

チェックイン/15:00 チェックアウト/11:00

### リゾートトラスト予約センター

FAX 03-5323-7483(リゾートトラスト施設申込書(兼確認書)にてお申し込みください)

TEL 03-5323-8221(ご予約後の変更、お食事の連絡、その他ご不明な時はご連絡ください)

★リゾートトラスト施設申込書(兼確認書)は当健保組合のホームページからダウンロードできます。

### 法人用インターネット予約システム

[http://reserve.resort.co.jp/reservation/CMC/co\\_top.html](http://reserve.resort.co.jp/reservation/CMC/co_top.html) ※SSL対応推奨

東京都食品健康保険組合専用ID: **TSK00001** パスワード: **39067868**

(※IDとパスワードの入力は半角英数でお願いします。)

(3ヶ月以内の予約申し込みの他、施設概要・アクセス・料理内容・周辺観光・宿泊プランなどご覧頂けます。)

## 利用料金 一覧(2020.4~)

※料金は10%の税込価格です

■エクスピ			
ホテル名	利用料金/1室	部屋タイプ	定員
那須白河 那須白河ドリーム・ヴィラ	13,200円	和洋	5名
山中湖	13,200円	和洋/(洋)	4~5名
軽井沢	11,660円	和洋/(洋)	4~5名
軽井沢パセオ (一部ドギールームあり)	13,970円 16,610円	1ベッド 和洋	2名 5名
蓼科	13,200円	和洋	5名
湯河原離宮 (一部ドギールームあり)	13,200円 15,400円 15,950円	1ベッド和/洋 和モダン 和モダン	2名 4名 5名
箱根離宮	13,970円 14,960円 17,050円 19,140円	1ベッド和 1ベッド洋 和洋 和モダン	2名 3名 5名 5名
初島クラブ	9,570円	洋	2名
伊豆	9,570円	和/洋	4名
浜名湖	10,560円	和洋	5名
琵琶湖	11,660円 13,200円	和洋 和洋	4名 5名
鳥羽	9,570円 10,560円 11,550円 12,650円	和洋/洋 コテージ和洋/洋 洋(リニューアル) 和モダン(リニューアル)	3~5名 4~5名 3名 5名
鳥羽アネックス	9,570円 11,660円	洋 洋	3名 3名

鳥羽別邸 (一部ドギールームあり)	14,520円 15,620円 16,720円 17,270円	1ベッド座敷 1ベッド座敷 残月床 残月床	2名 2名 4~5名 4~5名
京都 八瀬離宮	13,750円	和洋	5名
白浜	9,570円	洋	4名
白浜アネックス	13,200円	和洋/(洋)	4~5名
有馬離宮	13,970円 14,960円 17,050円 20,240円	1ベッド洋 1ベッド和 1ベッド和/和モダン 洋洋	3名 2名 2~5名 4名
淡路島	9,570円 11,660円 13,200円	洋 和洋 和洋	2名 5名 5名
鳴門	13,200円	和洋	5名
■リゾートピア、サンメンバーズ			
ホテル名	利用料金/1室	部屋タイプ	定員
箱根	9,350円 9,790円 10,230円 11,770円 12,320円 14,960円 16,610円	本館・洋/和洋 強羅棟・洋 強羅棟・和洋 本館・デラックス和洋 強羅棟和モダン(ダブル) 強羅棟和モダン(ダブル) 強羅棟和モダンデラックス	3~5名 3名 5名 5名 2~3名 5名 5名
熱海	9,350円 11,770円 12,870円	和洋 デラックス和洋 デラックス和洋	5名 5名 5名
久美浜	8,800円	スタンダード 洋/和洋	2~5名

久美浜	11,220円	デラックス 和/和洋	5名
別府	9,900円 11,000円 13,200円 8,800円 10,450円 14,850円 16,500円	洋ハリウッドツイン 新モダンスタンダードデラックス 和モダンスーベリア スタンダード和洋 和洋ハリウッドツイン 和モダンデラックス 和モダンラグジュアリー	3名 3~5名 3名 5名 5名 5名 5名
ひるがの	8,800円 9,350円 11,550円 14,960円	スタンダード洋 スタンダード洋 和洋 デラックス和洋	2名 3名 4名 5名
京都嵯峨	8,800円 11,000円 12,870円	スタンダード ツイン/ダブル スタンダードツイン デラックスツイン	2名 3名 3名
神戸(1名料金)	4,400円	シングル/ダブル/ツイン/ダブル	1~4名
■ザ・ロッジ			
ホテル名	利用料金/1室	部屋タイプ	定員
那須白河	7,480円 8,470円 9,570円 13,200円 22,660円	シングル ダブル ツイン デラックスツイン スイート	1名 2名 2名 2~3名 2~4名
鳴門	9,570円 18,480円	ツイン 和洋	2名 4名

## ディナーチョイスプラン2020

詳しくは当健保組合ホームページをご覧ください <http://www.tosyoku.org>

2020年4月1日(水)~2021年3月31日(水) ※5/2~5、7/23~25、8/8~15、9/19~21、11/21・22、12/29~1/3を除く



## ■ 組合会議員退任のお知らせ

### 互選理事

蝶名林 正和 (株)伊藤商店

令和2年2月29日付

### 選定議員

玉井 英一 (株)サンヨー堂

令和2年1月24日付

※敬称略

## 表紙写真について

### 「春の訪れ」

(株)伊藤園

北 祐介さん

白石川の両岸を染めるように咲き誇る「一目千本桜」の風景は、春になると毎年訪れたいくなる超お勧めの絶景スポットです。



## 任意継続被保険者の保険料について

令和2年度(令和2年4月から)の任意継続被保険者の保険料は、前年9月30日における当健保組合の平均標準報酬月額320,000円と退職時点の被保険者本人の標準報酬月額のいずれか低い方に保険料率(1000分の95)を乗じた額となります。

## ■ 所在地変更事業所

事業所名称	新住所	旧住所
トリキ(株)	千葉県船橋市本町	墨田区両国
(株)トップス	港区赤坂	中央区日本橋室町

## ■ 事業月報 令和元年11月分

	男	女	事業所件数484件
被保険者数	37,734名	27,858名	65,592名
被扶養者数	13,614名	25,706名	39,320名
平均標準報酬月額	372,228円	241,839円	316,850円

## ■ 事業月報 令和元年12月分

	男	女	事業所件数484件
被保険者数	37,706名	27,843名	65,549名
被扶養者数	13,628名	25,679名	39,307名
平均標準報酬月額	372,239円	241,756円	316,814円

## ■ 事業月報 令和2年1月分

	男	女	事業所件数484件
被保険者数	37,599名	27,684名	65,283名
被扶養者数	13,636名	25,608名	39,244名
平均標準報酬月額	372,571円	241,921円	317,168円

お詫びと訂正

健保だより冬号の事業月報において令和元年10月分の事業所件数が509件となっていましたが、正しくは485件でした。お詫びして訂正いたします。

# 第22回 フォトコンテスト入賞作品発表

「健保だより」の表紙フォトコンテストにたくさんのご応募ありがとうございました。審査の結果、優秀賞には下記の4作品が選ばれました。2020年の「健保だより」の表紙を飾っていただきますので、楽しみにお待ちください。



優秀賞

2020年春号から健保だよりの表紙を飾ります!



掲載号	氏名	事業所名	タイトル
春号	北 祐介さん	(株)伊藤園	『春の訪れ』
夏号	西田 美有さん	(株)永谷園	『空いっぱい、正三尺玉』

掲載号	氏名	事業所名	タイトル
秋号	山田 真也さん	(株)伊藤園	『葉のプリズム』
冬号	川鍋 悟さん	キーコーヒー(株)	『白鳥三段飛び』



佳作

『菜の花と小湊鉄道』

野口 悟志さん  
丸源飲料工業(株)



佳作

『秋の長瀬』

坂本 竹彦さん  
小島屋乳業製菓(株)



佳作

『飛龍観』

黒羽 隼人さん  
(株)モンテール



佳作

『冬の銀山温泉』

楠瀬 香織さん  
(株)永谷園



令和2年

# 事業主新春懇親会

が盛大に開催されました

受賞おめでとーございます。

(令和元年度健康経営受賞事業所19社)

健康経営受賞受賞事業所一覧

株式会社伊藤園  
株式会社榮太樓總本舗  
株式会社オザム  
尾西食品株式会社  
株式会社カーディナル  
株式会社近鉄・都ホテルズ  
シエラトン都ホテル東京  
ゴディバジャパン株式会社  
株式会社コロナパン  
スターゼン株式会社  
株式会社スマイルズ  
株式会社タイソング  
アンドカンパニー  
株式会社TATSUMI  
東京食肉市場株式会社  
株式会社ドール  
株式会社虎屋  
株式会社にんべん  
ハーゲンダッツ  
ジャパン株式会社  
明治記念館  
株式会社ユーハイム



表彰された皆様方

## 令和2年 事業主新春懇親会

東京都食品健康保険組合 一般社団法人東京都食品福利共済会 共催



鏡開き

## 令和2年 事業主新春懇親会

東京都食品健康保険組合 一般社団法人東京都食品福利共済会 共催



乾杯

東京都食品健康保険組合と東京都食品福利共済会共催の「令和2年 事業主新春懇親会」が去る2月20日「明治記念館」にて開催されました。  
開催に先立ちまして、加入員の健康の保持増進等にご貢献をいただいている事業所に対し、令和元年度健康経営事業所表彰を行いました。  
ご参加いただきました事業主、理事・議員及び関係者の皆様方、ご協力を賜りまして誠にありがとうございました。この紙面をもちまして厚く御礼を申し上げます。



# 家庭常備薬等の斡旋について

申込締切日

7/31(金)

組合員とご家族の皆様の疾病予防、健康保持増進の一助として「家庭常備薬の特価斡旋」を下記の要領にて実施いたします。病院へ行くほどでもない軽い病気や外傷の備えとして、又、予防衛生の細菌からウイルスまで殺菌・消毒対策に、是非この機会をご利用戴けますようご案内申し上げます。

## 申込の流れ

医薬品お申込みの方は、一般社団法人東京都食品福利共済会のホームページ<http://ts-kyousai.org>より中央化学産業株式会社のホームページにリンクして斡旋常備薬添付書類で医薬品の症状の注意などを確認してください。

**1** 18ページの申込書に商品数・金額・住所・氏名等をご記入のうえ、キリトリ線で切り取り、職場の担当者にお渡しください。

**2** 各事業所(支店・営業所ごと)で取りまとめ、下記取扱業者へ直接お申込ください。集計等は不要です。  
※お申込金額が4,000円未満の場合は、送料600円を申し受けます。

**3** 申込書到着後約2週間で、申込書ごとに袋詰めをして、事業所(支店・営業所ごと)にお届けいたします。

◆商品開封後の返品は、一切できませんのでご了承ください。◆「お客様都合」による返品・交換の送料は、お客様のご負担となりますのでご了承ください。◆予告なく都合により容量・パッケージ等の変更がありますので、ご了承ください。

事業所取りまとめができない場合は個人でお申込もできます。

お申込方法は下記「任意継続被保険者の方へ」と同じになります。

### 「任意継続被保険者の方へ」

下記取扱業者へフリーダイヤルFAX 0120(993)997にて、直接お申込ください。なお、お申込金額が4,000円未満の場合は、送料600円を申し受けます。申込書到着後約2週間でご記入いただいた住所に直接お届けいたします。納品の際、郵便振替用紙(手数料無料)を同封しますのでお振込みください。

## 支払い方法

納品の際、郵便振替用紙(手数料無料)を同封いたしますので、事業所単位(支店・営業所ごと)で取りまとめのうえ、商品到着後2週間以内にお振込みください。

### お申込み・問合せ先 (取扱業者)

中央化学産業株式会社 〒113-0033 東京都文京区本郷3-5-9  
担当 鈴木 TEL 03(3814)0241 フリーダイヤルFAX 0120(993)997  
[一般販売業・許可番号] 第0305090281 管理薬剤師：堀川 勢津子

### ●医薬品の販売について

- 一部の医薬品については、医薬品・医療機器等法により1回のご購入数量を制限させていただいております。(適正な使用のために必要と認められる数量に限り販売いたします)
- 医薬品のご購入にあたっては、効能・効果、成分内容等を必ずご確認くださいようお願い申し上げます。
- 医薬品のご使用にあたっては、必ず用法・容量をご確認ください。
- 医薬品のご使用については、商品の外箱に記載または箱の中に添付されている「使用上の注意」を必ずお読みください。
- アレルギー体質または過去に医薬品でアレルギーを起こしたことがある方は、弊社薬剤師がご相談に応じます。
- 現在妊娠中の方、または妊娠の可能性のある方はかかりつけの医師にご相談ください。
- 医薬品販売記録を作成するためなど、医薬品・医療機器等法その他法令、ガイドラインに従って個人情報を利用します。

### ●管理及び運営に関する事項

許可区分	店舗販売業
店舗販売業の名称	中央化学産業株式会社
店舗の所在地	〒113-0033 東京都文京区本郷3-5-9 2階 TEL 03-3814-0241 FAX 03-3814-0249
許可番号	29文文生第1095号(有効期限:平成29年12月7日～平成35年12月6日)
実店舗営業時間	月～金 9:00～17:30(祝日・年末年始・夏季休暇・冬期休暇・GWを除く)
店舗管理者の氏名	堀川 勢津子(管理薬剤師)
取り扱い一般用医薬品の区分	指定第2類医薬品、第2類医薬品、第3類医薬品



### ●要指導医薬品及び一般用医薬品販売制度に関する事項

要指導医薬品	要指導医薬品は、一般用医薬品や医療用医薬品とは別の区分の医薬品になります。以下の医薬品から厚生労働大臣が指定します。 1) 安全性(有効性)について、一定期間調査することが決められたもののうち、その期間が終了していないもの 2) 毒薬、劇薬に該当するもの
第1類医薬品	一般用医薬品としての使用経験が少ないものや副作用、相互作用などの項目で安全性上、特に注意を要するもの。
第2類医薬品	副作用、相互作用などの項目で安全性上、注意を要するもの。またこの中で、特に注意を要するものを「指定第2類医薬品」(「第2類医薬品」と表記)とする。
第3類医薬品	副作用、相互作用などの項目で安全性上、多少の注意を要するもの。
医薬部外品	人体に対する作用が緩和なもので、一部の歯磨き、育毛剤、制汗剤、ドリンク剤、保健薬、うがい薬などがあります。特に医薬品から移行された物を「指定医薬部外品」と呼びます。

### ●医薬品による健康被害救済制度に関する事項

健康被害救済制度	独立行政法人医薬品医療機器総合機構は医薬品、生物由来製品による健康被害の救済に取り組んでいます。
救済制度相談窓口	電話：0120-149-931(フリーダイヤル 相談受付 9:00～17:30) 電子メール：kyufu@pmda.go.jp

### ●特定販売に関する事項

 店舗外観	 店舗内の陳列状況	現在勤務している薬剤師または登録販売者の氏名及び担当業務 店舗の営業時間および特定販売を行う時間 特定販売を行う医薬品の使用期限	薬剤師：堀川勢津子(薬事相談、医薬品販売に係る業務) 登録販売者：奥村克明(医薬品販売に係る業務) 月曜日～金曜日 9:00～17:30(祝日・年末年始等を除く) ※特定販売のみを行う時間はございません。 一般用医薬品は、使用期限1年以上の商品を販売いたします。
---	---	--	---

※詳細情報は、委託業者：中央化学産業株式会社ホームページ(URL <http://www.chuou-kagaku.com>)をご参照ください。



# 家庭常備薬申込書

1.申込締切日……令和2年7月31日(金)

2.申込・問合せ先…取扱業者:中央化学産業株式会社(担当)鈴木 TEL:03(3814)0241

〒113-0033 東京都文京区本郷3-5-9 申込フリーダイヤルFAX:0120-993-997 一般社団法人東京都食品福利共済会

\*リスク区分表示について

② 第2類医薬品:副作用、相互作用などの項目で安全性上、注意を要するもの

③ 指定第2類医薬品:副作用、相互作用などの項目で安全性上、注意を要するものまたこの中で、特に注意を要するもの。

③ 第3類医薬品:副作用、相互作用などの項目で安全性上、多少の注意を要するもの。

\*リスク区分②のうちNO:1・4・～・15のお申込は購入制限があります。

\*お薬の用法用量及び使用上の注意点に関する詳細は必ず東京都食品福利共済会<http://ts-kyousai.org>より中央化学産業株式会社のホームページにリンクしてご確認ください。

No.	リスク区分	商品名	容量	メーカー希望小売価格	幹旋価格	数量	金額
かぜ薬・鎮咳去痰薬・鼻炎薬等							
1	②	新ブレコールS顆粒	18包	2,420	550		
2	②	バイロンP L 顆粒	12包	1,350	1,150		
3	②	パブロンゴールドA微粒	28包	1,870	1,120		
4	②	ブレコールかぜ薬錠	60錠	2,200	520		
5	②	コンタック総合感冒薬EX	18CP	1,414	550		
6	②	★ベンザエースA錠	50錠	1,469	490		
7	②	★ルルカゼブロックα	30錠	1,650	690		
8	②	★パブロンSα錠	75錠	1,296	980		
9	②	★バファリンかぜEX錠	18錠	1,382	710		
10	②	★エスタックイブファインEX	12錠	1,490	1,280		
11	②	★パブロンSせき止め	12CP	842	390		
12	②	ブレコールせき止め錠A	40錠	1,870	780		
13	②	ブレコール鼻炎カプセルA	12CP	1,540	450		
14	②	パブロン鼻炎速溶錠EX	24錠	1,078	680		
15	②	★コンタック600ファースト鼻炎	10CP	1,408	480		
16	②	エスタック鼻炎カプセル12持続性	20CP	1,210	660		
17	2	★アレグラFXアレルギー専用鼻炎薬	28錠	2,075	1,780		
18	2	新ルルエース	50錠	1,133	430		
19	2	葛根湯エキスパールSクラシエ	10包	1,620	580		
20	2	第一三共カッコン湯エキスパールS	10包	1,760	490		
21	2	シオノギ葛根湯エキスパール	12包	1,404	560		
22	2	爽AL点鼻薬	16ml	1,408	450		
23	2	アルガード鼻炎クールスプレーa	15ml	1,004	600		
鎮痛解熱剤							
24	②	バファリンA	16錠	518	390		
25	②	★バファリンプレミアム	20錠	1,166	890		
26	②	★イブ錠	24錠	626	480		
27	②	★ノーシンピュア	10錠	329	230		
28	②	★バファリンルナ i	20錠	703	570		
29	②	新セデス錠	10錠	702	360		
うがい・のど薬・トローチ・口内炎パッチ							
30	3	龍角散ダイレクトスティックミント	12包	540	350		
31	3	ウィックスMDロップレモン	20粒	432	310		
32	3	新ルルエースのどスプレー	26ml	1,620	600		
33	3	イソジンうがい薬	30ml	410	300		
34	②	浅田飴クールS	40粒	778	550		
35	②	明治Gトローチ	18個	626	350		
36	3	口内炎パッチ大正A	10パッチ	1,320	700		
胃腸薬・便秘薬・下痢止め・整腸薬							
37	2	太田胃散分包	16包	637	500		
38	2	第一三共胃腸薬<錠剤>	50錠	770	490		
39	2	第一三共胃腸薬<細粒>	12包	770	490		
40	2	スクラート胃腸薬(空腹時睡眠中に効く)	36錠	1,025	630		
41	2	大正胃腸薬K	16包	1,490	790		
42	2	パンシロン	22包	1,080	480		
43	2	キャベジンコーワ錠	110錠	917	740		
44	2	大幸正露丸	50粒	529	370		
45	2	大幸セイロガン糖衣A	24錠	778	620		
46	2	ストッパ下痢止めEX	6錠	626	520		
47	3	ピオフェルミンぽっこり整腸チュアブル	60錠	2,090	1,380		
48	3	新ピオフェルミンS錠	130錠	1,004	890		
目薬							
49	2	爽AL目薬	16ml	1,738	390		
50	2	ロートアルガード目薬(アレルギー症状に)	10ml	1,004	600		
51	2	スマイル40EXゴールド	13ml	972	690		
52	2	ロートOA目薬	15ml	852	380		
53	3	アイビットFX	12ml	1,100	310		
54	3	OAリッチ目薬	16ml	918	380		
55	3	ティアリッチ目薬	15ml	648	340		
56	2	抗菌アイリス使い切り	18本	1,058	560		

No.	リスク区分	商品名	容量	メーカー希望小売価格	幹旋価格	数量	金額
眠気除去薬・保健薬・ビタミン剤							
57	2	クラシエ防風通聖散EX	168錠	3,240	1,620		
58	3	クラシエヨクイニンタブレット	270錠	2,160	980		
59	3	アリナミンA	60錠	1,555	1,380		
60	3	ノイビタエースEX	60錠	2,484	980		
61	3	★キュービーコーワ i プラス	80錠	2,808	2,480		
62	3	チョコラBBプラス	60錠	1,382	1,180		
63	3	ハイチオールCプラス	60錠	1,620	1,000		
64	3	アニマリント錠	150錠	4,320	1,980		
65	3	アリアンナビタミンC2000	240錠	1,944	990		
66	3	★スラートンⅢ脂質代謝改善薬	180CP	6,600	3,800		
水虫薬・外用薬・かゆみ止め・他							
67	②	★タマリンドクリーム	15g	2,200	980		
68	②	★タマリンドクリーム液	15ml	2,200	980		
69	②	新オイラックスHクリーム	10g	880	490		
70	2	オロナインH軟膏	20g	440	290		
71	2	新ウナコーワクール	55ml	968	590		
72	2	キンカン	50ml	オープン	730		
73	3	エスロンモカ錠	24錠	440	290		
74	3	ムヒS	6g	オープン	190		
75	3	マキロンかゆみどめパッチ	24パッチ	506	260		
76	3	モンソレータム軟膏	35g	748	370		
77	3	マキロンS	40ml	495	290		
シブ・消炎剤							
78	2	★オムニード0.5インドメタシンパップ	6枚	687	290		
79	2	★サロンシップインドメタシンEX	12枚	1,760	690		
80	2	★アンメルツゴールドEX	46ml	1,100	790		
81	2	★バテックス液ID	40ml	1,980	480		
82	3	サロンパスA e	20枚	385	190		
83	3	バテックスうすびたシップ	12枚	1,078	440		
84	3	新フジパップ温感	6枚	825	380		
絆創膏・UVカット・虫よけ・その他							
85		ほかほかアルミ毛布	1枚	オープン	620		
86		クレベリンゲルG	150g	2,200	1,500		
87	3	タイガーバーム	19.4g	990	690		
88	3	新カットバンA 3サイズ	100枚	1,080	450		
89		バンドエイドキズパワーパッド	10枚	オープン	640		
90		バンドエイドウォーターブロック	40枚	680	450		
91		バンドエイド肌色スタンダードサイズ	50枚	680	380		
92		ケアリーブMサイズ	22枚	432	200		
93		コバートンパーフェクトUVカットスプレー	50g	972	860		
94		マキロン虫キック スプレー	100ml	648	430		
95		凍らすジェット冷凍殺虫スプレー	300ml	オープン	980		
96		非常持出しセット(C)	16点入	5,400	4,600		
97		クリーンデンタルFハミガキ	50g	994	480		
98		クリーンデンタルFハミガキセット	50g×2・ブラシ×2	2,419	980		
99		エレキバン	30粒	1,296	710		
100		マヌカハニー UMF10+	250g	オープン	4,600		
101		マヌカハニー ロゼンジUMF10+	6粒	オープン	980		
102		足すっきりシート体足時間	6枚	409	300		
103		冷えピタ(大人用)	12枚+4枚	972	380		
104		冷えピタ(こども用)	12枚+4枚	972	380		
105		シチズン電子体温計30秒予測式	CTE507	オープン	1,380		
106		シチズン電子体温計 防水	CT422	オープン	680		
107		濃くておいしい しょうが湯	20g×18袋	1,058	750		
108		興和抗菌綿棒	200本	オープン	200		
①お申込金額合計							
②お申込金額4,000円以上は送料無料(どちらかに○をしてくだい)							送料無料・600円
合計金額①+②							

◎メーカー希望小売価格・幹旋価格は10%・食品は8%税込みです。

※個人情報 常備薬申込書により得た情報は商品の確実なお届けのために使用し、それ以外の目的には利用いたしません。

配送先:[事業所・自宅] どちらかに○印

配送先:〒

事業所No

電話番号

事業所名

所属・部・課

フリガナ

年齢

才

フリガナ

申込者氏名

性別 男 ・ 女

担当者氏名

(お願い)

医薬品医療機器等法により、下記の商品は数量限定させていただきます。お一人様2個以上お買い上げの場合は、□に✓点を入れてください。

☐ 常備薬として備えるため

☐ 家族分の購入

☐ その他

対象商品:No.1,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15

\*お申込者の年齢・性別は、医薬品医療機器等法による確認事項です。



## お中元商品斡旋販売について

**販売期間** 2020年6月～7月末日まで

東京都食品福利共済会では、加入事業所様のご協力をいただき、お中元商品をお求めやすい価格で販売致しますのでご利用ください。詳しくはホームページをご覧ください。

## 結婚式場斡旋のご案内

加入事業所の結婚式場が会員特典割引料金でご利用できます。\*他の式場斡旋業者経由で予約された場合には該当しません。

料理、飲物代について  
**5%～10%\***の割引が  
受けられます。

※式場により異なります

### 特典を受けられる方

東食共済会の会員（東食健保組合の被保険者・被扶養者）とその家族

### 利用方法

- ① 式場を予約してください。
- ② 共済会へご連絡ください。
- ③ 組合員資格証明書をお送りします。
- ④ 式場へ提出してください。



### 結婚式場名

- ・明治記念館（港区元赤坂）
- ・東天紅 ルーキス（台東区上野東天紅内）
- ・精養軒（台東区上野公園）
- ・ラ ヴィ クレール（新宿区初台オペラシティ東天紅内）
- ・東郷記念館（渋谷区神宮前）
- ・中野サンプラザ（中野区中野）
- ・八芳園（港区白金台）
- ・東武ホテル（中央区銀座・墨田区錦糸町・栃木県宇都宮市）

### ・ホテル東京

ロイヤルガーデンパレス八王子日本閣  
（八王子市鎌水）  
ロイヤルガーデンパレス柏日本閣  
（流山市前ヶ崎）



購入後1年以上の端末でも  
加入可能になりました！！

# そのスマホ、 保険に 入ってますか？

保険料 月額  
**700円**（非課税）

- ▶ 年間最大10万円まで、修理費用を全額補償
- ▶ ノートPC、タブレットもOK！ 端末3台まで登録可能

破損、故障、盗難…「もしも」に備えて安心のモバイルライフを！

## モバイル保険

モバイル保険の  
お申し込みは  
こちらから！



モバイル保険  
に関する  
お問い合わせ

モバイル保険サポートセンター  
☎ **0120-703-550**  
受付時間 10:00～19:00  
（年末年始の休業期間を除く）

【募集代理店】一般社団法人東京都食品福利共済会  
〒110-8611 東京都台東区東上野2-25-8  
東京都食品健康保険組合内  
TEL.03-3833-5196  
【引受保険会社】さくら少額短期保険株式会社

- 当選者は夏号(606号)に発表します。