

健保だより

ご家庭にお持ち帰りください。

2022 No.615 秋



「色づくコキア(茨城県ひたちなか市国営ひたち海浜公園)」／任意継続被保険者 谷口たけ子さん

秋季合同健診及び集合健診のお知らせ	2
インフルエンザワクチン接種補助金制度について／ 健康診断等の補助金申請はお早めに!	3
接骨院・整骨院を利用される方へ「受領委任払い」から「償還払い」に変更することができます	4
被扶養者認定について	6
「負傷原因届」提出のお願い!	7

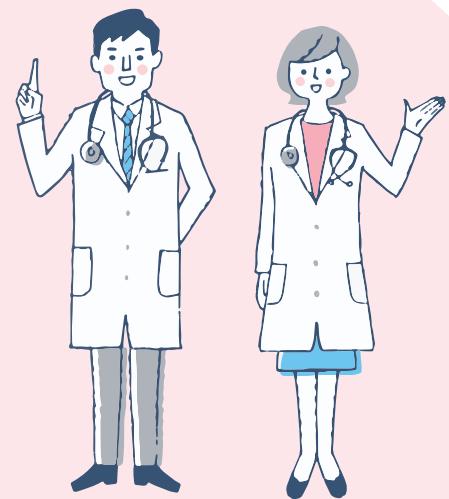
すこやか通信	13
「長いマスク生活で顔の筋力落ちてませんか?」	8
口の中のトラブルが全身で病気を引き起こす?!	9
今月の顔 「株式会社新宿高野」	10
イベント開催報告 (潮干狩り・梨狩り)	11
公告・お知らせ／フォトコンテストのお知らせ	12
スポーツクラブルネサンスのご案内	13
共済会だより	14
お歳暮斡旋販売のご案内／結婚式場斡旋のご案内／ 東食福利ライフクラブ セレモアのご案内	
けんぽクイズ／我が家のペット写真館	裏表紙



秋季合同健診及び 集合健診のお知らせ

秋季合同健診及び集合健診について今後の日程をお知らせします。
会場及び実施日は下記のとおりです。

予約不要で受診いただけますので、今年度健診等未受診の方は、是非ご利用ください。受診資格・料金等の詳細は、当健保組合のホームページをご覧ください。



		実施日	受付時間	会場	所在地
都内	上野	11/19(土) 1/28(土)	午前/ 9:00~12:00 午後/13:30~16:00	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
	新宿	11/11(金)、11/24(木) 12/ 1(木)、12/ 8(木) 1/23(月) 2/21(火)、2/27(月) 3/ 1(水)、3/24(金)	午前/ 9:00~12:00 午後/13:30~16:00	新宿地区集合健診 幸楽メディカルクリニック 新宿すこやかプラザ4階	新宿区新宿1-8-11
	築地	11/30(水)	午前/10:00~12:00 午後/13:30~16:00	築地本願寺聞法ホール 2階	中央区築地3-15-1
	渋谷	11/21(月)	午前/ 9:00~12:00 午後/13:30~16:00	TKPガーデンシティ渋谷 1階ホールA	渋谷区渋谷2-22-3
その他の地域	横浜	11/28(月)	午前/10:00~12:00 午後/13:30~16:00	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
	大宮	11/ 1(火)、11/29(火)	午前/10:00~12:00 午後/13:30~16:00	JA共済埼玉ビル地下1階	さいたま市大宮区 土手町1-2
	大阪	11/25(金)	午前/10:00~12:00 午後/13:30~16:00	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

※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。

開始～1時間は
混み合う場合が
ございます。



お問い合わせは ➤ 上野健康管理センター TEL 03(5688)5431

暮らし Quiz

秋に収穫されるお米が、新米と呼ばれるのはいつまで？

①その年の12月末まで ②翌年の3月末まで ③収穫して1週間後まで

答え ①

\ 申請はお早めに /

インフルエンザワクチン 接種補助金制度 について

当健保組合は、インフルエンザの発症や重症化予防の一環として予防接種を受けた方に補助金を支給しています。



補助金額 **1,000円** (年度内1回のみ)

接種費用（税込）が1,000円未満の場合は、その金額

対象者

接種時65歳未満で、令和4年9月1日から12月31日までの間に接種を受けた被保険者及び被扶養者

提出期限 **令和5年1月31日** (消印有効)

詳細については、当健保組合のホームページをご確認ください。

お問い合わせは

補助金担当 TEL 03(3833)5193



健康診断等の 補助金申請はお早めに！

健康診断等の補助金申請をする方は、受診後、速やかに提出してください。

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。



提出期限 **令和5年5月31日** (消印有効)

お問い合わせは

補助金担当 TEL03(3833)5193



令和4年10月施術分から実施

接骨院・整骨院
を利用する方へ

対象となる事例に該当した場合

「受領委任払い」から「償還払い」に 変更することがあります

接骨院・整骨院で健康保険が使える施術を受けた場合、「受領委任払い」を利用することによって施術料金の窓口負担は3割負担（一般）となります。令和4年10月施術分から、下記の「償還払いへの変更対象となる事例」に該当したときは、「償還払い」に変更することができます。償還払いに変更されると、施術料金をいったん全額支払い、健保組合に療養費を請求して支払いを受けることになります。

接骨院・整骨院を利用するときには適正な利用を心がけるとともに、健保組合から施術内容の確認などがありましたら必ずご回答いただきますようお願いいたします。

●適正利用については、当健保組合ホームページでご案内しております。

—— 償還払いへの変更対象となる事例 —— 変更の対象となる方には個別にご連絡いたします

1 自己施術（柔道整復師による自身に対する施術）の保険請求を行った柔道整復師である患者

2 自家施術を繰り返し受けている患者
自家施術…柔道整復師の家族に対する施術、柔道整復師の関連施術所の開設者及び従業員に対する施術

3 健保組合等が繰り返し患者照会を行っても回答しない患者

4 複数の施術所（接骨院・整骨院）で同部位の施術を重複して受けている患者

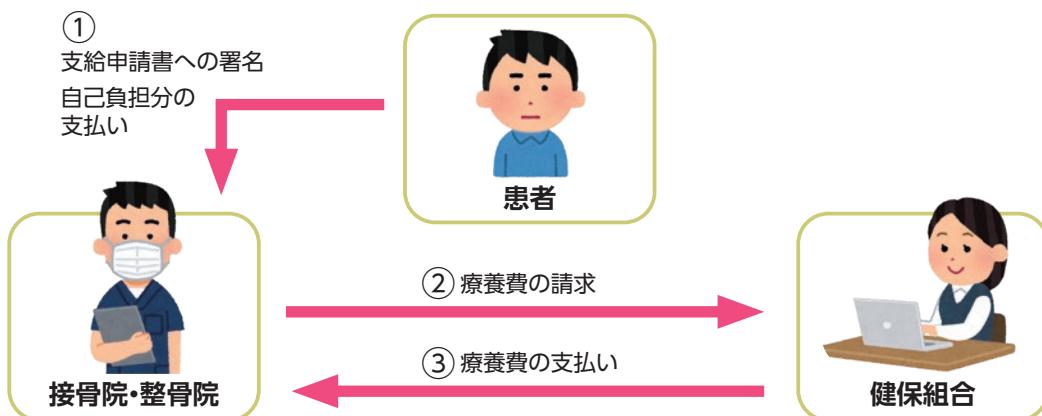
変更の対象となる方には、
個別にご連絡いたします。



受領委任払い

窓口で自己負担分を支払います。

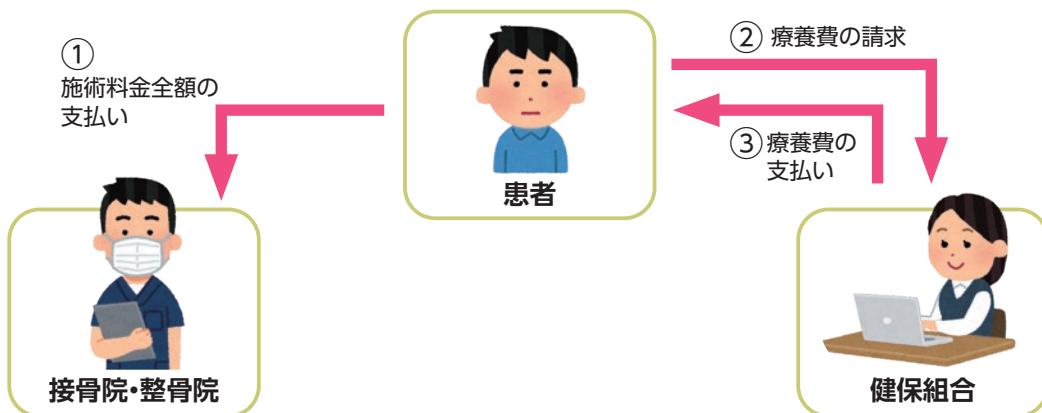
接骨院・整骨院が健保組合に療養費を請求します。



償還払い

窓口で全額を支払います。

患者が後から健保組合に療養費を請求します。



明細書発行の義務化について

令和4年10月1日以降の施術分から、下記に該当する施術所では患者から一部負担金等を受け取るときは、明細書を無償交付（領収書は既に義務化済）しなければなりません。

- 明細書発行機能があるレセコンを使用している施術所（常勤職員が3人以上に限る）
- 施術所の判断により、一部負担金等を受け取るとき明細書を無償交付することとした施術所

後日、健保組合等から提出をお願いする場合がありますので、失くさないよう保管しておいてください！

明細書	
様	
<初検料・再検料等>	
初検料	円
初検時相談支援料	円
再検料	円
<施術情報提供料>	円
<往診料>	円
<施術料等>	円
整復・固定・施療料	円
後療料	円
温電法料	円
冷電法料	円
電療料	円
金属副子等加算	円
柔道整復運動後療料	円
<明細書発行体制加算>	円
<その他>	円
計	円
① 一部負担金	円
② 保険外	円
合計金額（①+②）	円

令和 年 月 日

住 所
氏 名

お問い合わせは

業務二課 TEL 03(3833)5191

被扶養者認定について

健康保険では被保険者の家族も一定の条件^{*}に該当し、「被扶養者」として認定された場合には、保険給付が受けられます。被扶養者の手続きは、事由が発生した時から5日以内に『被扶養者異動届』を勤務先の事業所を経由して当健保組合に提出してください。

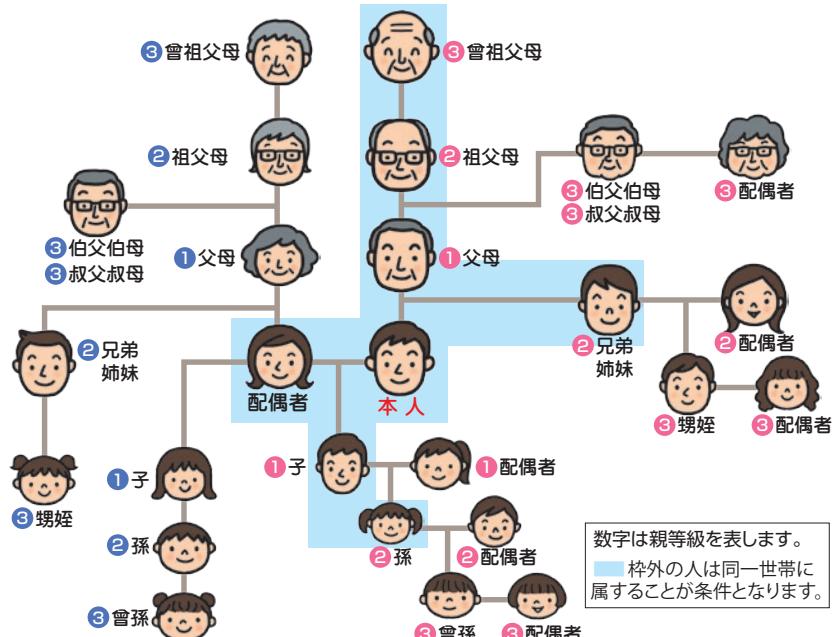
被扶養者の範囲図(3親等内の親族)

※一定の条件とは

右図のように三親等内の親族の範囲内で収入基準額を満たしており、主として被保険者の収入により生活維持されていれば被扶養者となることができます。

収入基準額

- 同一世帯の場合には、年収130万円(60歳以上または障害者の場合は180万円)未満で、かつ被保険者の年収の2分の1未満であること。
- 別居の場合には、年収130万円(60歳以上または障害者の場合は180万円)未満で、被保険者からの仕送り額よりも少ないこと。



被扶養者認定は、当健保組合が総合的に判断します

被保険者の経済的扶養能力や認定対象者の収入・生活の実態等を総合的に判断した場合のみ、被扶養者として認定します。

保険証の検認を実施します！

保険給付適正化の観点から、被扶養者の資格確認を次のとおり実施いたします。調査対象となる事業所及び任意継続被保険者におかれましては、具体的な実施方法等について、令和4年12月中旬発送予定の検認書類に同封の上、ご案内いたしますのでよろしくお願いいたします。



1. 調査対象 事業所 (記号 5~2178)
任意継続被保険者 (記号 5555)

2. 日程 発送予定日 令和4年12月中旬
提出期限 令和5年2月28日(火)

事業主・事務担当者の皆様方へ

提出された算定基礎届により決定された標準報酬月額は、令和4年9月1日から適用されます。事業主・事務担当者の方々にはお忙しい中、算定基礎届の提出にご協力いただきありがとうございました。

ご協力いただき
ありがとうございました。



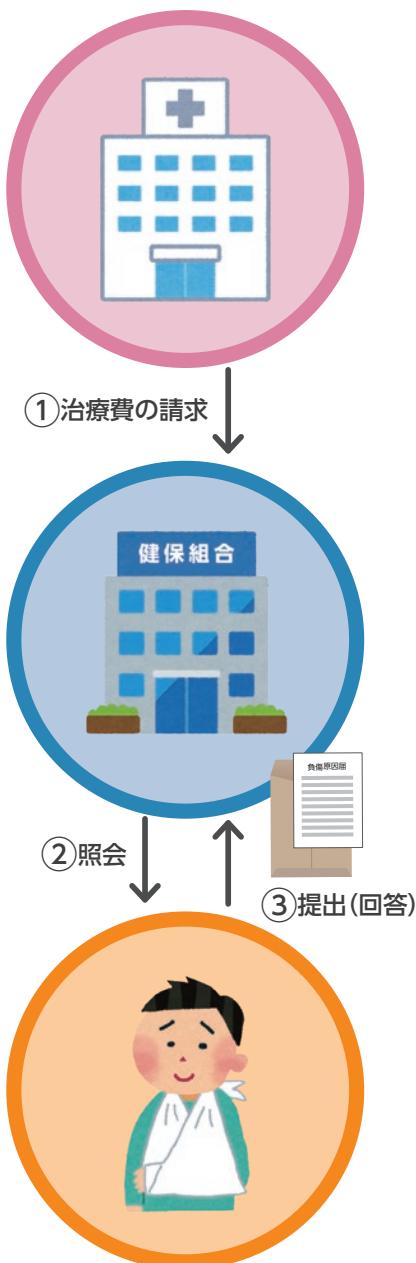
お問い合わせは

業務第一課 TEL 03(3833)5152

「負傷原因届」提出のお願い!

健康保険では仕事中や通勤途中以外の疾病に対して保険給付を行う（健康保険法第1条）ことから、健保組合では、外傷性の負傷（ケガ）により保険診療を受けられた方に対し、詳しいケガの原因を確認させていただくため、「負傷原因届」をご自宅に送付しております。

〔治療から負傷原因届提出〕までの流れ



医療機関で治療

受診時にケガの原因を伝えましょう!
また、第三者行為（交通事故・喧嘩等）によるケガは、
緊急の場合を除き速やかに健保組合に連絡してください。

照会・調査

- ・ 医療機関からの請求（診療報酬明細書）に基づき、ケガの原因を健保組合が受診者へ照会します。
- ・ 受診者から提出いただいた回答内容を調査・確認します。

ケガの原因が…

- ・ 仕事中や通勤途中の場合
…労災保険扱いとなります。（健康保険適用外）
- ・ 第三者行為（交通事故・喧嘩等）による場合
…第三者（加害者）に治療費の返還を求めます。

負傷原因届の記載・提出

詳しいケガの原因を記入し、必ず健保組合に提出してください！

※提出いただけない場合、健保組合が負担した保険給付額の返還をお願いする場合がありますのでご注意ください。（健康保険法第121条）

皆様からお預かりしている大切な保険料を適正に使用するためにも、ご協力よろしくお願ひいたします。

お問い合わせは

調査部 TEL 03(3833)5156

暮らし Quiz

秋にも悩まされることのある花粉症。次のうち、もっとも花粉がつきにくい服装はどれ？

①ウールのセーター ②ポリエステルのフリース ③ナイロンのジャケット

答え ③

長いマスク生活で 顔の筋力落ちてませんか？

口元のたるみ…
before



口元キュッと!
After



運動不足は、体だけではありません

習慣となっている「マスク」は、顔の半分を覆っているので筋肉は安心して怠けてしまします。また、息苦しくなつついマスクの下は「口呼吸」になってしまうことも。これも口周りの筋肉が衰える要因にもなります。



マスク生活が原因!? 顔の筋力低下チェック



- 「う」の口を保ちながら鼻の下でペンを挟むことができる。
- おでこを動かさずに、目を大きく見開くことができる。
- 頬杖をついていることは滅多にない。
- 眉を片方ずつあげることができる。
- 下の歯茎が見えるまで、下唇をさげられる。



チェックの数が少なければ、顔の表情筋が落ちてきている可能性が高いです！

やってみよう！お顔のストレッチ

※表情筋や口輪筋など、口周辺の筋肉を鍛えることができます。



「あー」とおもいっきり
口を上下に開ける。



「いー」と口を横に引っ
張るように広げる。

更に顔を真上に向けて、首をまっすぐ
伸ばすと首まわりのたるみ予防に



「うー」と唇を強く前に
突き出す。



「べー」と舌を勢いよく
突き出しておもいっき
り下に伸ばす。

①～④を1セットとし、1日30セットが目標！

顔のストレッチでたるみやほうれい線の予防にも繋がります。



口の中のトラブルが全身で病気を引き起こす?!



「歯や口の健康は口の中だけの問題」ととらえている方もいるかもしれません。現在は歯や口の中の病気がからだ全体の健康状態に影響することが指摘されています。

特に今注目されているのが、歯周病と糖尿病の関係です。糖尿病の人は免疫力が低下するため歯周病が悪化しやすく、また、歯周病があると糖尿病も悪化しやすいといわれています。それ以外にも歯周病菌が動脈硬化や心筋梗塞、誤嚥性肺炎、早産・低体重児出産の原因の一つとなることもわかつてきました。さらに、歯周病が進んで歯が抜けてしまうと、認知症のリスクが高まります。また、肩こりや頭痛、頸関節症、腰痛などについても、実は歯に原因があったというケースが多く報告されています。



歯の健康を保つコツ → 毎日のケアと定期的な歯科健診がポイント

歯みがき

毎日正しいブラッシングで歯垢*を除去する。歯と歯の間はデンタルフロスや歯間ブラシを使うと便利。口をゆすぐときは歯みがき粉に含まれるフッ素(歯の修復を助ける)が流れないよう、少量の水で軽くゆすぐ程度に。

*歯垢(ブラーク):歯の表面についた細菌や食べかすのかたまり

みがき方のポイント



▼みがき残しが多いところは念入りに

奥歯のかみ合わせ
歯と歯の間
歯と歯ぐきの境目

食生活

バランスのよい食事を規則正しくとるよう心がけ、ダラダラと間食をしない(特に糖分のとりすぎに注意)。よく噛んで食べ、歯周病菌やむし歯菌が増えるのを抑える効果があるだ液をしっかり出すことも大切。

禁煙

たばこは歯周病や口腔がんのリスクを高める。また、ニコチンの作用で歯ぐきが血行不良を起こし、歯科治療をしても治りが悪くなる。喫煙者は禁煙を。

年1回は歯科健診を

歯のチェックだけではなく、みがき方の指導や自分ではとれない歯石も除去してもらえます。



歯みがきの常識にも
変化が…

大切なのは
回数よりも
ていねいさ



ひと昔前には「毎食後3分以内に、3分間、1日3回歯をみがこう」という“3-3-3運動”が推進されていましたが、現在は時間ではなく、自分の歯・口の状態や生活スタイルにあったみがき方が推奨されるようになっています。

1日3回、毎食後に必ず歯をみがいたとしても、適当にみがくだけでは歯についた汚れは落としきれません。それよりは、1日1回でも十分に時間をかけて、ていねいにみがいたほうが効果的とされています。なお、寝ている間はだ液の分泌量が少くなり、口の中の細菌が増えやすくなります。寝る前の歯みがきは特に念入りにおこないましょう。



(株)新宿高野
企画推進部企画推進課 課長
内山 雄司さん
<https://takano.jp>



私は企画推進課に所属しております。新しい商品やサービスの企画立案や販売促進、プロモーションツールの製作業務を担当しております。当社の商品、企画は、ほとんどがフルーツを軸にして進んでいきます。季節の移り変わりと共に旬のフルーツが出回るタイミングに合わせて、様々な商品、企画、サーサー

● 私の仕事

この10月で創業137年、新宿高野は次の100年に向け、皆様の素敵なくらしのよきパートナーでありたいと考えております。



マスクメロン



果実サブレ

私の健康法は、旬のフルーツを食べる事です。旬のフルーツには、日本の四季に合わせて有効な栄養成分が含まれています。春には気分をリフレッシュ、夏には水分補給、秋には気分をリラックス、冬には免疫力を上げるなど、フルーツの知識をいかして美味しくフルーツを食べる事が1年を通して健康を保つ秘訣と言えます。



果実ピュアゼリー

新宿高野は明治18年（1885年）、「高野商店」として新宿の地で創業以来、「お客様に安心しておいしいものを召し上がっていただきたい」という思いから、最高の美味しさと品質を求めて続けてまいりました。いち早く产地や生産者に注目し、他に先駆けて自社工場を設立、フルーツの魅力を生かしたオリジナル商品の開発、さらにはフルーツパッラーを開拓するなど、常にフルーツの美味しさと可能性を追求してきました。

ビスを通じて「フルーツのある暮らし」を提案しています。

● 会社の紹介

新宿高野は明治18年（1885年）、「高野商店」として新宿の地で創業以来、「お客様に安心しておいしいものを召し上がっていただきたい」という思いから、最高の美味しさと品質を求めて続けてまいりました。いち早く产地や生産者に注目し、他に先駆けて自社工場を設立、フルーツの魅力を生かしたオリジナル商品の開発、さらにはフルーツパッラーを開拓するなど、常にフルーツの美味しさと可能性を追求してきました。

● 私の健康法

私の健康法は、旬のフルーツを食べる事です。旬のフルーツには、日本の四季に合わせて有効な栄養成分が含まれています。春には気分をリフレッシュ、夏には水分補給、秋には気分をリラックス、冬には免疫力を上げるなど、フルーツの知識をいかして美味しくフルーツを食べる事が1年を通して健康を保つ秘訣と言えます。

イベント開催報告

潮干狩り



梨狩り

令和4年8月20日(土)から令和4年9月20日(火)まで

吉乃園で梨狩りを開催しました。
期間中、485名の方が参加されました。



今後もイベントを開催する予定です。皆さま方のご参加をお待ちしております。

暮らしへ Quiz

サツマイモの別名は次のうちどれ?

- ①南瓜(なんきん) ②甘藍(かんらん) ③甘藷(かんしょ)

答え ③

組合会議員退任のお知らせ

選定理事
永野 章 スターゼン(株)

組合会議員就任のお知らせ

令和4年7月6日付



選定理事

石神 幸長
スター・ゼン(株)

令和4年7月20日付



互選議員

門林 榮之
(株)八芳園

令和4年6月22日付

※敬称略



表紙写真について

「色づくコキア」
任意継続被保険者
谷口たけ子さん
コキアとは、ほうき草で、秋になると
真っ赤に染まりとても美しいです。

事業月報 令和4年5月分

	男	女	事業所件数467件
被保険者数	35,249名	26,506名	61,755名
被扶養者数	12,552名	22,939名	35,491名
平均標準報酬月額	366,214円	241,192円	312,553円

事業月報 令和4年6月分

	男	女	事業所件数467件
被保険者数	35,122名	26,483名	61,605名
被扶養者数	12,536名	22,839名	35,375名
平均標準報酬月額	366,148円	241,091円	312,388円

事業月報 令和4年7月分

	男	女	事業所件数467件
被保険者数	35,014名	26,476名	61,490名
被扶養者数	12,530名	22,787名	35,317名
平均標準報酬月額	368,253円	242,476円	314,097円

所在地変更事業所

事業所名称	新住所	旧住所
日欧フーズ(株)	世田谷区宮坂	渋谷区宇田川町
(株)ドール	中央区日本橋箱崎町	千代田区三番町
(株)なだ万	渋谷区恵比寿南	新宿区四谷

名称変更事業所

新名称	旧名称	所在地
(株)リビエラ東京	(株)リビエラ	豊島区西池袋
(株)リビエラ	(株)リビエラホールディングス	港区南青山

フォトコンテストのお知らせ

あなたの写真を 健保だよりの表紙に!

テーマは「四季を感じさせるもの」

自然の風景や建造物などジャンルは問いません。

募集写真	メール、CD、DVD ※横3,000×縦2,000ピクセル以上又は横2,000×縦3,000ピクセル以上。 ※画像ファイルはJPEG形式を使用してください。 ※FDでのデータはお受けできません。	締切日 令和4年12月16日(金)
応募資格	被保険者及び被扶養者	発表 令和5年春号誌上及びホームページ
作品応募時の注意事項	①撮影者の氏名 ②保険証の記号・番号 ③タイトル ④撮影年月日 ⑤撮影場所 ⑥作品についての簡単な説明を添付してください。	賞及び賞品 優秀賞 4点(表紙を飾ります) 賞品: 5,000円相当図書カード
その他	●令和3年1月以降の未発表作品で、1人何点でも応募可能です。 ●応募された作品はお返しえません。 ●入賞作品の版権は東京都食品健康保険組合に属します。	佳作 数点 賞品: 3,000円相当図書カード 応募先・お問い合わせ 〒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 総務課 広報担当 TEL: 03(3833)5150 E-mail: kenpo-koho@tosyoku.org

携帯からも
応募できます





Ré RENAISSANCE 店舗の詳細は ➡ [ルネサンス 店舗一覧](#) [検索](#)

おうちがいつでも
ジムになる。



Ré RENAISSANCE

13 東食健保だより No.615

オンラインライブストリーム ➡ [お問合せはこちら](#)

期間限定 11/5(土)▶12/18(日)

月額固定 使いたい放題プラン

おすすめ!

月々 9,570 円 (税込)

Monthly
コーポレート会員

・月会費 2カ月分

・レンタル用品

最大2カ月分

0 円

※事務手数料がかかります。

都度払い 使う毎にお支払い

1回 1,980 円 (税込)

1Day
コーポレート会員

レンタル用品

入会当日

0 円

まずは見てから!
ラクラク見学予約はコチラ!



※特典は新規でコーポレート会員にご入会いただいた方(退会後2カ月以上経過している方も含む)のみ適用。また、8ヶ月以上、月額固定プランでご継続の方に限ります。(1dayコーポレート会員は対象外)
※レンタル用品のお取り扱いがない店舗や、キャッシュレス運営をしている店舗がございます。
※2名以上の同時入会の場合は、それぞれ月会費1か月分1,100円(税込)の割引になります。

多彩なプログラム

週720本以上のレッスン

今すぐタイムスケジュール
をチェック!



ルネサンスとご契約の
法人にご加入の方はお得!

法人事オンライン会員【限定】定額プラン

月々 1,100 円 (税込)

通常 3,850 円/月(税込)
月額定額レッスン受放題

月会費 0 円
1カ月分

※上記特典は、2カ月目の月会費が無料となり、初月月会費は日割り計算となります。※入会時に無料期間を含む2カ月分の決済が必要です。※2カ月以上の継続が必要となります。※解約の際は当月10日までに指定のフォームからご自身で退会手続きが必要となります。

ルネサンスの
オンラインスタジオの詳細はこちら!



公式 LINE お友だち登録はこちら
役に立つ健康情報や
お得なキャンペーン情報をゲット!



お歳暮斡旋販売のご案内

東京都食品福利共済会では、加入事業者様のご協力をいただき、お歳暮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。
<http://ts-kyousai.org>

期 間 令和4年11月～12月23日迄

参加事業所様

- ・(株)伊藤園 ・(株)榮太樓總本鋪 ・キーコーヒー(株)
- ・(株)コロンバン ・スターゼン(株) ・(株)なだ万 ・(株)にんべん
- ・(株)明治記念館C&S ・(株)山本海苔店



結婚式場 斡旋のご案内

特典

料理、飲物代について**5%～10%**(式場により異なります)の割引が受けられます。

※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組合資格証明書をお送り致します。 ④式場へ提出してください。

加入事業所の結婚式場が会員特典割引でご利用できます。

ただし、他の斡旋業者経由で予約された場合には該当しません。



結婚式場名

- ・明治記念館(港区元赤坂)
- ・精養軒(台東区上野公園)
- ・東郷記念館(渋谷区神宮前)
- ・八芳園(港区白金台)
- ・東天紅
- ルーキス(台東区上野東天紅内)
- ラヴィクレール(新宿区初台オペラシティ東天紅内)
- ・中野サンプラザ(中野区中野)
- ・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)
- ・ザ・クルーズクラブ東京(品川区東品川)



利用方法に関する問い合わせ先

一般社団法人 東京都食品福利共済会

03-3833-5196



東食福利共済会 指定店

セレモア品質[®]
— CEREMORE QUALITY —



■東京紀尾井町本社 / 紀尾井町ビル6F
(セミナー会場70席 常設)

どうぞ
ご安心ください
おもてなし
サービス
心あたたまる
セレモアならではの



■立川本社 / 白峯殿
(セミナー会場80席 常設) P:180台

■新宿本社 ■八王子本社 ■神奈川本社 ■埼玉本社 ■所沢本社

— 仏事・葬儀ご相談窓口 —
セレモピアソ

MITSUKOSHI

ISETAN

TOKYU

Keio

SEIBU

ODAKYU

CELEO

LaLaport

く他、支社・営業所・全店舗・式場にてご相談を承ります。)

— 明確な費用、経済性、信頼と安心の葬儀 —

指定割引

- 当社一般葬儀基本価格
白木祭壇 **30% 割引**
- 生花祭壇 **10% 割引**
- 生花・花輪 **10% 割引**
*サービスエリア外は5%割引

- 仏壇・仏具 **5~20% 割引**
- 介護用品 **10% 割引**
(レンタルは除く)
- 患者移送サービス **30% 割引**
<東京消防庁認定第1号>(ケアチャージ料金)



さらに

経済的な入会金のみの個人会員制度

年会費なし
掛金なし

入会金 50,000円のところ 東食福利共済会 会員の皆様に限り **45,000円**(税込)でご入会できます。

おかげさまで
会員28万人

秋のご入会キャンペーン

10/1(土)~
11/30(水)

セレモア共済

弊社執行葬儀の場合
お見舞金を給付させて
いただきます

— セレモア 共済 —
東食福利ライフクラブ

特にお葬儀(白木祭壇)の**50% 割引**が経済的です。

すべてのご紹介葬儀式場 **5~10% 割引** ほか多数の特典

期間中ご入会の方全員に
選べるプレゼント!



年中無休
24時間

— ご相談・お問合せ —
0120-60-1121

資料請求

セレモアのエンディングノート「私の記録ノート」と「終活ガイド」その他資料をお送りします。

サービスエリア
東京都
埼玉県
神奈川県
千葉県
山梨県

人の心 日本文化を守る
Eternal Heart 株式会社 **セレモア**[®]

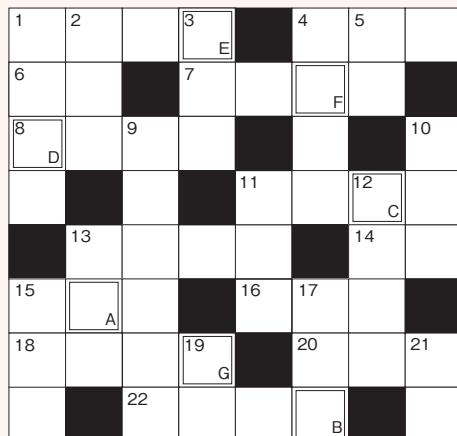
- 新宿本社 / 東京都新宿区四谷4-19-7 ☎ 03(5379)0111(大代表)
- 東京紀尾井町本社 / 東京都千代田区紀尾井町3-12紀尾井町ビル6F ☎ 03(3556)1111(大代表)
- 立川本社 / 東京都立川市柏町1-26-4 ☎ 042(534)1111(大代表)



どうぞお気軽に
お申しつけください

けんぽクイズ

A～Gまでの文字を組み合わせてできる言葉な～に？



タテのカギ

- トゲトゲの殻つき。拾ってモンブランに
- 「持ち腐れ」にしないでね
- 膝のことです。編んで椅子やバスケットに
- ナイル流れる、人類発祥の大陸
- マダム・タッソー館の人形たち。熱が苦手？
- コロナ禍で非接触タイプが一気に普及
- パタパタあおぐ、アイドルグッズ
- スラックスのセンターにアイロンで付ける
- 声を出さずに↔音読
- ガラス窓の外側に。閉めたら真っ暗
- 本人が自分で書いたもの。○○○の原稿
- 昔はペルシアと呼ばれた国
- 奇跡だ！ホール○○ワン！
- 昆布と鰹節で取りました

ヨコのカギ

- イタ電のイタ
- ハワイの挨拶といえば
- カンバスに向かってお仕事
- 上陸はイヤよ、目がある嵐さん
- マカロニをライスに変えればドリア
- レトロなイメージ、出前用の箱
- りんごの生産量日本一の県といえば
- 振り下ろして、畑を耕す
- 鼻高々に、自分語り
- ふりふりフリル付きエプロンで「ご主人様」
- 何時かな？…暁の日は役立たず
- コブとコブの間に乗ってね
- 朱肉をつけてポンと押す

賞品 電子メモパッド

付属ペンで手書き感覚で描けるメモパッド。ボタン1つで一括消去でき、何回でも使用できます。



●応募方法

ハガキの裏に①クイズの答え②お名前(被扶養者の方は③と記入)③会社名④健康保険証の記号・番号⑤ご自宅の住所・郵便番号⑥日中、連絡がとれる電話番号を明記のうえ、右記のあて先までご応募ください。

●正解者の中から抽選で30名の方に賞品を進呈します。

※前回（2022夏号（No.614））の答えは「コラボヘルス」でした。正解者の中から30名の方に「パンケーキメーカー」をお送りしました。（応募総数274通のうち、正解は268通でした。）

●あて先

〒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・広報担当

●締め切り

令和4年11月30日(水)消印有効

●当選者は賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。