

# 健保だより

KENPO DAYORI

令和  
5年

初夏  
号

No.617

## Contents

40歳以上の皆さまへ 特定健康診査(メタボ健診)が無料で受けられます!  
1年に1回の健康診断が必要です  
保養所のご案内



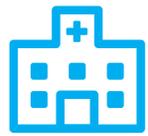
ご家庭に  
お持ち帰り  
ください。



東京都電気工事健康保険組合

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





# 1年に1回の健康診断が必要です

～ 健保の補助があります～

多くの病気は、症状なく静かに進行します。毎年の健康診断で健康づくりを。

|                   | 対象となる方   | 受診者一部負担金         | 組合補助額                              | 検査項目  |
|-------------------|--|------------------|------------------------------------|---|
| 健康診断              | 被保険者及び被扶養者<br>(主として35歳未満の<br>若年の方)                           | 1,100円を<br>超えた額  | 1,100円<br>(東振協契約機関は<br>事務費450円含む)  | 問診・身長・体重・視力・血圧・聴力・<br>検尿・胸部X線   |
| 生活習慣病<br>健診       | 健診日当日に35歳以上の<br>被保険者及び被扶養者                                   | 5,600円を<br>超えた額  | 5,600円<br>(東振協契約機関は<br>事務費700円含む)  | 問診・身長・体重・視力・血圧・聴力・<br>検尿・胸部X線・胃部X線・心電図・<br>血液検査・便潜血反応                         |
| 婦人生活<br>習慣病健診     | 健診日当日に35歳以上の<br>被保険者及び被扶養者<br>(女性のみ)                         | 8,000円を<br>超えた額  | 8,000円<br>(東振協契約機関は<br>事務費700円含む)  | 問診・身長・体重・視力・血圧・聴力・検尿・<br>胸部X線・胃部X線・心電図・血液検査・<br>便潜血反応・子宮頸部細胞診・乳房診             |
| 人間ドック             | 健診日当日に35歳以上の<br>被保険者及び被扶養者                                   | 16,000円を<br>超えた額 | 16,000円<br>(東振協契約機関は<br>事務費700円含む) | 問診・身長・体重・視力・血圧・聴力・<br>検尿・胸部X線・胃部X線・心電図・<br>血液検査・便潜血反応・肺機能検査・<br>眼底&眼圧・腹部超音波検査 |
| 脳検査補助<br>(節目年齢の方) | 健診日当日に<br>35歳・40歳・45歳・50歳・<br>55歳・60歳・65歳・70歳<br>の被保険者及び被扶養者 | 10,000円を<br>超えた額 | 10,000円<br>(東振協契約機関は<br>事務費200円含む) | 脳MRA・脳MRI・(頸部検査)  |

※事務費は税抜価格を表示しています

- 各種健康診断がご利用できる健診機関につきましては、同封の冊子「私たちの健康保険組合」をご覧ください。
- 上記に掲載した検査項目以外の項目については、東振協契約医療機関以外の医療機関では、多少異なりますのでご了承ください。
- やむを得ず、契約健診機関以外で受診する場合は、冊子「私たちの健康保険組合」の健診補助金申請方法をご確認ください。
- 組合補助は、年度(4月1日から3月31日)に1回です。2回目以降の健診につきましては全額自己負担となりますのでご注意ください。
- 都内でご受診の場合は、必ず脳検査契約機関にてご受診ください。
- 脳検査への補助は各節目年齢につき1回です。
- 脳検査の補助につきましては他の健診との重複が可能となっております。



## 禁煙外来治療補助金 はじめました

～ 補助金を利用してお得に禁煙しませんか～

禁煙で、健康リスクをシャットアウト！ 健保組合があなたの禁煙を応援します。

| 対象となる方                              | 受診者一部負担金                                  | 組合補助額  |
|-------------------------------------|---|--------|
| 令和5年4月1日以降に、保険診療として行われる禁煙外来治療を終了した方 | 5,000円を超えた額<br>(概ね8,000円、<br>禁煙継続でさらにお得に) | 5,000円 |

令和5年度は、禁煙外来補助金を受給でき、かつ禁煙を継続している方へ、インセンティブとして、3,000円分のQUOカードを贈呈いたしますので、禁煙を継続していた方は、補助金申請と同時に「禁煙継続宣言書」をご提出ください。



ご不明の点は保健課 (TEL 03-3861-1852) までお問い合わせください。

40歳以上の  
皆さまへ

## 特定健康診査(メタボ健診)が

# 無料で受けられます!

東京都電気工事健康保険組合では、(一社)東京都総合組合保健施設振興協会(略称 東振協)とタイアップし、契約健診機関にて特定健康診査(メタボ健診)が無料でご受診いただける「東振協専用健診受診カード」をお配りいたします。



特定健康診査相当の健診を医療機関にてご受診された場合、通常8,000円程度かかりますが、今回お配りする受診カードを契約健診機関でご利用いただくと、自己負担なしで特定健診がご受診できますので、この機会にぜひご利用ください。

また、多くの市町村で行っているがん検診と組み合わせてご利用いただければ、生活習慣病健診とほぼ同様の健診項目がリーズナブルにご受診いただけますので、併せてご確認ください。

なお、人間ドック・生活習慣病健診・婦人生活習慣病健診等をご受診された方、またはご受診予定の方はこの受診カードは、ご利用されないようお願いいたします。

### 対象となる方

令和5年4月1日現在40歳以上の被保険者及び被扶養者の方  
(令和5年4月1日以降に当健康保険組合にご加入の方は、保健課までご相談ください)

### 送付方法(7月下旬までに配布いたします)

ご自宅あてに送付いたします

ご受診方法については、送付いたします受診カードをご覧ください。

特定健康診査(メタボ健診)とは生活習慣病予防に特化した健康診断で、検査項目は下記のとおりです。

問診・身長・体重・腹囲・BMI・血圧測定・肝機能検査(GOT・GPT・γ-GTP)・血中脂質検査(中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・NHDLコレステロール)・血糖検査(空腹時血糖またはHbA1c)・尿検査(尿糖・尿蛋白)

※全国の契約健診機関一覧表は当健康保険組合ホームページからご確認ください。

ご不明の点は保健課 (TEL 03-3861-1852) までお問い合わせください。

# ネグロス電工(株)さまが 健康経営優良法人2023 大規模法人部門 ホワイト500をご取得されました!

優れた健康経営を実践する企業を「見える化」できることで注目を浴び続けている、この認定制度。優れた健康経営の取組みが認定された企業のうち、特に優良であると認められた上位500社のみが顕彰される「健康経営優良法人ホワイト500」にネグロス電工(株)さまが認定されました。

今号では、ネグロス電工(株)さまの健康経営の取組みをご紹介します。

## 従業員一丸となって作り上げた健康経営

### 健康経営優良法人 ホワイト500認定

当社では「健康こそが最大の経営資源」の考えのもと、2019年度の健康経営委員会発足以来、従業員の健康管理・健康づくりに積極的に取り組んできました。

この度それらの活動が評価され、特に優良な健康経営を実践している上位500法人に贈られる「健康経営優良法人2023 大規模法人部門ホワイト500」の認定を受けました。



### 継続、発信、そして牽引へ

当社の健康経営は、各部門の社員が本来の業務とは別の委員会活動としてスタートしました。「健康経営」の本質を理解するところからはじまり、模索や挑戦を繰り返しながらステップアップを図りました。多くの課題の一つひとつ取り組んでいますが、重要な点は委員会だけが熱心に活動しても成果は上がらなかったということです。

全従業員を巻き込み、全社一丸となって取り組めたことが今回のホワイト500認定取得に繋がっています。委員会のメンバーおよび真面目に取り組んでくれた従業員の皆さんに感謝の気持ちで一杯です。

2023年度も引き続き健康経営に取り組んでいきます。また今までの活動に加え、新たに2つの方針に注力して活動していきます。

**Focus ①** 健康経営を進めるための指標として、主に健康経営度調査(フィードバックシート)を参考に各施策を進めていましたが、今後は従業員のニーズに合ったアクションを検討することで、従業員一人ひとりがより一層「健康」に向き合うことのできる施策展開を図っていきます。

**Focus ②** 今後は、当社の従業員のみならず、サプライチェーンの皆様と一緒に健康経営を推進し、当社はその牽引役を担ってまいります。また、当社のお取引先各社様とパートナーシップを組み、その輪を広げることで、業界全体の「元気」に貢献していきたいと考えています。

### ホワイト500への道のり

#### 2019年(準備期)

- ・次年度経営方針に「健康経営の推進」が加わる
- ・健康経営委員会の発足
- ・健康経営優良法人 中小企業部門に申請→不認定

#### 2020年(模索期)

- ・社内アンケートの実施(KPIの設定)
- ・社内ポータル作成・ホームページの充実
- ・健康企業宣言東京推進協議会「銀の認定」取得
- ・健康経営優良法人 大規模法人部門 認定取得(1351位~1400位)

#### 2021年(成長期)

- ・委員会チーム編成によるテーマごとの展開進化(運動機会の提供・女性の健康課題・健康診断結果の分析と活用・喫煙対策)
- ・健康経営優良法人 大規模法人部門 2年連続認定取得(751位~800位)

#### 2022年(挑戦期)

- ・ターゲットをホワイト500認定の取得に設定
- ・委員会メンバーの拡大・レベルアップ(健康経営アドバイザーの取得)
- ・健康経営優良法人 ホワイト500認定

業界全体に健康経営を  
広げていきます!

ネグロス電工(株)  
健康経営統括責任者  
高木 一郎 取締役



## 支給される賞与からも 「健康保険料・介護保険料」が控除されます。

**賞与とは** 賞与支払届の対象となる賞与とは、被保険者が労働の対償として受ける賞与・期末手当・決算手当など名称は異なっても同一の性質を有し、年間を通じ3回まで支給されるものはすべて対象となります。

### ご注意!

年4回以上支給されるものは賞与とは扱わず、報酬とみなして標準報酬月額額の算定の対象となります。

**保険料の算定** 標準賞与額とは支払ごとに1,000円未満を切り捨てた賞与の額です。

賞与が支給された月ごとに算定し、年度累計額が573万円を超えた場合、超えた額からは保険料は控除されません。(年度とは、毎年4月1日から翌年3月31日まで)

なお、喪失日に係る月に支給される賞与からは、保険料は控除されません。

また、産前産後休業、育児休業期間中で保険料免除の申し出があった場合は、申し出の月から終了する日の翌日が属する月の前月まで、毎月の保険料と同様に控除されませんが、年度累計額には含めます。

再雇用が行われ、同じ月に支給される賞与の場合、退職日以前に支給される賞与に対する保険料についても、保険料は控除されませんが、年度累計額には含めます。

再雇用された日以後支給される賞与に対しては保険料が控除されます。

※介護保険料については40歳以上65歳未満の方が対象となります。

※育児休業中の賞与にかかる保険料については、1か月を超える育児休業を取得している場合に限り、免除の対象となります。

## 退職時などは保険証をご返却ください

退職時は必ず保険証を事業所経由で当健康保険組合へお返しください。  
(※任意継続被保険者の方は、当健康保険組合に直接ご返却)

### 保険証を使えるのは退職日までです

退職した翌日から当健康保険組合の保険証(高齢受給者証・限度額適用認定証を含む)は使用できなくなります。ご家族の分も併せてご返却ください。

退職して資格喪失しているにもかかわらず、そのまま当健康保険組合の保険証を使って受診した場合は、医療費をご返還いただくこととなります。

### 医療機関にかかるときは、新しい保険証を提示してください

退職後、医療機関にかかるときは、必ず新しい保険証を提示し「保険証が変わったこと」を申し出てください。ご本人だけでなく家族の方も同様をお願いいたします。

**退職後の健康保険について** 退職後は、被保険者資格を失いますので、次のいずれかに加入することになります。

- 就職する場合** ●新しい勤務先の健康保険に加入する
- 就職しない場合** ●国民健康保険に加入する
- ご家族の健康保険(被扶養者として)に加入する
- 当健康保険組合の任意継続被保険者となる

健康保険の資格を失った方による無資格受診は、健康保険組合が本来負担する必要のない医療費を負担することになり、保険料率などに影響を及ぼしかねません。保険証は正しく使用していただきますようお願いいたします。

ご不明の点は適用課(TEL 03-3861-1854)までお問い合わせください。

# 保養所のご案内

当健康保険組合の被保険者及び被扶養者の方は、下記の保養所がご利用いただけます。

## 1 契約保養所「尾瀬山荘」

尾瀬国立公園内の3か所の人気宿泊施設のご利用に補助をいたします。

①尾瀬沼山荘 ②東電小屋 ③至仏山荘

|    |             |          |
|----|-------------|----------|
| 補助 | 大人(中学生以上)   | 1名3,000円 |
|    | 子供(4歳から小学生) | 1名2,000円 |

※詳細については当組合ホームページ・同送の「私たちの健康保険組合」をご覧ください。  
※オンラインでの事前のカード決済は補助対象外となります。また、精算後、お申込みをいただいても補助いたしかねますので、ご了承ください。

## 2 共同利用保養所

### ①東振協共同利用保養所

東振協加入の各健康保険組合が運営する保養所をご利用いただけます。

|              |  |   |
|--------------|--|---|
| 東振協共同利用保養所   | 18か所(令和5年度)<br>東振協ホームページ <a href="https://www.toshinkyō.or.jp">https://www.toshinkyō.or.jp</a>     |  |
| 利用方法<br>利用料金 | 各健康保険組合に電話・FAX等にてご予約ください。<br>なお、申込み方法・受付開始日・利用料金等については、各健康保険組合によって異なりますので、東振協のホームページや予約の際にご確認ください。 |   |

### ②健保連共同利用保養所

健康保険組合連合会加入の各健康保険組合が運営する保養所をご利用いただけます。

|              |  |   |
|--------------|--|---|
| 健保連共同利用保養所   | 随時更新(健保連ホームページにてご確認ください)<br>健保連ホームページ <a href="https://www.kenporen.com/">https://www.kenporen.com/</a>  |  |
| 利用方法<br>利用料金 | ①各健康保険組合に電話・FAX等にてご予約ください。<br>なお、申込み方法・受付開始日・利用料金等については、各健康保険組合によって異なりますので、健保連のホームページや予約の際にご確認ください。<br>②共同利用保養所利用申込書にご記入いただき、当健康保険組合まで <b>返信用封筒及び切手をご同封のうえ</b> ご郵送ください。<br>当健康保険組合にて在籍証明を行い、利用先健康保険組合あてに発送いたします。<br>③利用先健康保険組合から、ご利用者あてに利用券、請求書等が返送されます。<br>発送される書類、支払方法等は各健康保険組合によって異なりますので、健保連のホームページやご予約の際にご確認ください。 |   |

## 体育奨励・レクリエーション施設 優待契約のご案内

当健保加入の皆さま限定!お得にご利用いただける施設のラインナップをご紹介します。

利用方法等の詳細は当健康保険組合のホームページをご確認ください。  
※新型コロナウイルス感染症への感染予防等にご配慮のうえ、ご利用ください。

### 対象施設

- ・大江戸温泉物語 浦安万華郷
- ・浅草ROXまつり湯
- ・箱根小涌園ユネッサン
- ・富士急ハイランド (FUJIYAMA CLUB ログインID:tdkhk パスワード:5255)
- ・横浜八景島シーパラダイス
- ・HISベネフィットデスク(旅行代金を一部割引等)
- ・旧かんぼの宿(1泊当たり500円割引)
- ・スポーツクラブ ルネサンス
- ・スポーツクラブ メガロス



ご不明の点は保健課(TEL 03-3861-1852)までお問い合わせください。

# メンタルヘルス支援サービス

お悩みやお一人で解決できない問題がありましたら、ご相談ください。  
ご相談に費用は発生しません。ご相談内容のプライバシーは厳守いたします。

## ① 電話相談

**利用時間** 平日 午前 9:30 ~ 午後9:30  
土曜 午前 11:00 ~ 午後7:00  
(日・祝・年末年始を除く)

**TEL** 0120-783-373 (通話料無料)

- ご利用の際は電話番号を「非通知」にしないでください。
- 受付時に、カウンセラーから、組合名、属性(本人・家族)、年齢及び性別の照会がございます。



## ② WEB相談

**利用時間** 24時間年中無休  
(回答には3営業日程度を要します)

ココロ相談ネット

<https://www.kokoro-soudan.net/>

- 法人契約コード(denkoukenpo)をご入力してログインしてください



## お知らせ



(1) 令和5年度夏季及び秋季会場別巡回健診の実施日及び申込方法は、ホームページにてお知らせいたします。

- 夏季会場別巡回健診…6月頃ホームページで広報
- 秋季会場別巡回健診…8月頃ホームページで広報

(2) 毎年多数のご参加をいただいております東振協主催「健康フェスティバル」につきましては、8月頃にホームページにてお知らせいたします。

## 令和5年度レクリエーションについて

当健康保険組合では、令和5年度の体育奨励事業として、レクリエーションを、密にならないよう利用者が日程等を選択し利用できる方式にて開催の予定です。

実施にあたっては、感染の社会的状況等を勘案のうえ判断し、6月以降にホームページ等にてご案内いたしますので、ご確認のほど、よろしくお願いたします。



ご不明の点は保健課(TEL 03-3861-1852)までお問い合わせください。



# 東京都電気工事健保福祉弘済会より「医療保険EVER Prime」を 集団料率の保険料でご案内いたします。

記載の商品説明は募集代理店によるものです。保障内容等のお問合せは募集代理店までお願いします。

医療保険 EVER Prime 総合先進医療特約付きプラン  
入院・通院給付金日額5,000円 外来手術増額特別付加 保険期間：終身（総合先進医療特約：10年）

|       |                    |                 |  |
|-------|--------------------|-----------------|--|
| 入院    | 疾病入院給付金<br>災害入院給付金 | 10日以内の場合一律10日分  |  |
|       |                    | 5万円             |  |
| 手術    | 手術給付金              | 特定手術            | 1回につき<br>20万円<br>がん（悪性新生物）に対する開頭・開胸・開腹手術や心臓への開胸術など |
|       |                    | 手術<br>(特定手術を除く) | 1回につき<br>5万円<br>入院中の手術/外来による手術                     |
| 放射線治療 | 放射線治療給付金           | 1回につき           | 5万円  |
| 通院    | 疾病通院給付金<br>災害通院給付金 | 1日につき           | 5,000円   |
| 先進医療  | 先進医療給付金            | 1回につき           | 先進医療にかかる技術料のうち<br>自己負担額と同額 通算2,000万円まで             |

一生  
涯  
保  
障

10年  
満期  
自動  
更新

※保障の対象となる先進医療は、厚生労働大臣が認める医療技術で、医療技術ごとに適応症(対象となる疾患・症状等)および実施する医療機関が限定されています。また、厚生労働大臣が認める医療技術・適応症・実施する医療機関は随時見直されます。

## 月払保険料例 集 団 取 扱

上記保障プランの場合 / 入院給付金支払限度60日型 / 定額タイプ / 外来手術増額特別付加 / 三大疾病保険料払込免除特約なし  
保険料払込期間：終身（総合先進医療特約：10年） / 契約年齢0歳～満85歳  
(2023年1月現在)

| 契約日の<br>満年齢▶ | 20歳    | 25歳    | 30歳    | 35歳    | 40歳    | 45歳    | 50歳    | 55歳    | 60歳    | 65歳    | 70歳    |
|--------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 男性           | 1,677円 | 1,857円 | 2,077円 | 2,352円 | 2,697円 | 3,237円 | 4,072円 | 5,087円 | 6,407円 | 7,987円 | 9,302円 |
| 女性           | 1,852円 | 2,057円 | 2,222円 | 2,382円 | 2,587円 | 3,002円 | 3,657円 | 4,457円 | 5,497円 | 6,767円 | 7,867円 |

<先進医療給付金>には更新があり、更新後の保険料は更新時の年齢・保険料率によって決まります。  
健康状態によっては、記載の保険料と異なる保険料となる場合があります（保険料が割増となる場合があります）。お申込み後にアフラックから送付する書面をご確認ください。  
商品の詳細については「契約概要」等をご覧ください。

資料をご希望の方は、FAX・お電話にて  
募集代理店：インケア株式会社まで

FAX 0120-86-7705

TEL 0120-86-7711

(平日9:00～17:00)

### ▼被保険者様ご本人について ※必ずご記入ください

|           |  |                   |      |
|-----------|--|-------------------|------|
| お名前<br>カナ | 性別<br><input type="radio"/> 男<br><input type="radio"/> 女 | 生年月日<br>(昭和) (平成) | 勤務先名 |
| 現住所       | 電話番号   | 自宅郵便              |      |

### ▼ご家族のご希望について ※東京都電気工事健康保険組合の被保険者本人が保険契約者となることで、2親等以内のご家族まで集団料率適用

|           |  |                        |                     |   |
|-----------|--|------------------------|---------------------|---|
| お名前<br>カナ | 性別<br><input type="radio"/> 男<br><input type="radio"/> 女 | 生年月日<br>(昭和) (平成) (令和) | 続柄<br>(配偶者) (親) (子) | ご希望される方に<br>チェックしてください<br>ご本人 <input checked="" type="checkbox"/> ご家族 <input checked="" type="checkbox"/> |
| お名前<br>カナ | 性別<br><input type="radio"/> 男<br><input type="radio"/> 女 | 生年月日<br>(昭和) (平成) (令和) | 続柄<br>(配偶者) (親) (子) |   |

募集代理店 御中 今回提供する個人情報の貴代理店における利用目的がアフラックの各種商品やサービスの案内・提供・維持管理であることを確認しました。

また、これらの利用目的のために貴代理店がその提供先であるアフラックに登録されている代理店と共同して対応する際には、個人情報該当代理店に提供されることにつき同意します。

【ご案内保険会社】アフラック

アフラックは生命保険において40年以上にわたり、給付金・保険金のお支払いを迅速かつ確実にお届けする取組を行っております。当社は生命保険に関して、1985年よりアフラックの専属募集代理店として販売実績を有し、また充実した保全サービス体制を整えております。ご契約後の充実したお客様サービスのためにアフラックをお勧めします。※当社はお客さまと引受保険会社の保険契約締結の媒介を行うもので、告知受領権や保険契約の締結の代理権はありません。●当代理店はアフラックとSUDACHI少額短期保険株式会社の代理店業務委託を受けています。がん保険はアフラックのみを取り扱っています。

<募集代理店> インケア株式会社

〒103-0015

東京都中央区日本橋箱崎町8-1 ヤマタネ箱崎ビル6F

☎03-3660-7711

<引受保険会社> アフラック 東京第二法人営業部

〒100-0005

東京都千代田区丸の内1-6-1 丸の内センタービル19F

☎03-6374-1423

AF006-2023-0037 1月31日(240131)