

各種健康診断および補助金・給付金について

～疾病予防と保健指導のために～

1. 被保険者のための事業……………	3ページ
I. 事業所（会社）ごとに集団で行う検診事業……………	3ページ
II. 希望者が利用できる制度……………	3ページ
人間ドック・脳ドックに対する補助金……………	3ページ
人間ドック契約医療機関および利用料一覧表……………	5ページ
女性のがん検診（乳がん・子宮頸がん）に対する補助金……………	7ページ
旅行に対する補助金……………	10ページ
2. 20歳以上の被扶養者および「任意継続被保険者」のための事業……………	11ページ
20歳以上の被扶養者および任意継続被保険者の「健康診断」……………	11ページ
20歳以上の被扶養者および任意継続被保険者の「歯科保健指導」……………	12ページ
3. 「被保険者と被扶養者」のための事業……………	12ページ
I. 全被保険者を対象にした事業……………	12ページ
II. 被保険者と被扶養者を対象にした事業 （「インフルエンザ予防接種」に対する補助金）……………	13ページ
育児雑誌「赤ちゃん！」等の配付……………	13ページ
III. 必要に応じてご活用いただく事業 （「ファミリー健康相談」・「メンタルヘルスカウンセリング」）……………	14ページ
「法定給付」・「付加給付」の一覧……………	24ページ

スポーツ関連の事業について

～健康増進と体位向上のために～

1. MY HEALTH WEB……………	15ページ
2. ウォーキングキャンペーン……………	16ページ
3. 契約スポーツクラブ ティップネス……………	17ページ

直営保養所および契約保養施設について

～心身の休養と健康増進のために～

1. 直営保養所	
那須新林荘……………	18ページ
利用のご案内……………	19ページ
2. 契約保養施設	
リゾートトラスト……………	22ページ

* 各補助金の請求は年度内（当年4月1日～翌年3月31日）利用の請求を原則とします。

各補助金の請求は翌年の4月1日（土、日曜・祝祭日の場合は翌営業日）を最終提出期限とします。

* 提出された各補助金請求書に関しましては、翌月遅くても翌々月の25日までにお支払い致しますので、ご確認ください。

各種申請書類は、健保のホームページからダウンロードしてください。

2023年度の運営方針

音羽健保は年間を通しての方針をつくり、その方針に沿って運営を行っています。令和5年度は以下の方針で臨みます。

- 1、健康保険組合は社会保障制度の一翼を担うものであり、健康保険法を遵守し、諸規定・規則を定めて財政の健全化に務め、安定した運営を行なう。
- 2、健康保険組合は被保険者から保険料を徴収して、その保険料を基に給付や保健事業などを行うサポート機関であり、公正に各種事業を行なう。
- 3、被保険者の目線にたった諸政策を行ない、疾病予防と健康増進の充実を図る。
- 4、DX化をすすめて業務の効率化を図り、被保険者の利便性を高める。
- 5、職員の知識向上、スキルアップに努める。

保健事業としては、「女性のがん検診」・「ウォーキングキャンペーン」・「大腸がん検診」・「インフルエンザ予防接種補助」・「旅行補助金」・「35歳以上の方の人間ドック・脳ドック受診補助」など多種多様な事業を行っています。人間ドック・脳ドック受診補助は、昨年度から任意継続の方も利用出来るようになり、申し込み方法もより使いやすくなるように変更いたしました。

音羽健保HPからアクセスできる「個人向け健康ポータルサイト マイヘルスウェブ」では、ご自身の医療費が一目でわかります。仮にジェネリック薬を使えば、いくらぐらい費用を減らせるかも分かります。マイヘルスウェブのサイトをご覧になればポイントが貯まり、健康を増進するためのアイテムに交換することができます。ご自身の健康管理のためにお役立てください。

心身をリフレッシュして体調を整えていただき、体の免疫力を高めていただくことが病気の予防に役立ちます。休みを取って、「那須新林荘」をご利用ください。また、契約保養施設のリゾートトラストも充実した施設が多数あります。身近なものでは、契約スポーツクラブの「ティップネス」もあります。ぜひご活用ください。

この「ガイドブック」をよくご覧いただき、各種事業・各種制度に積極的にご参加いただきますようお願いいたします。

1. 被保険者のための事業

I. 事業所（会社）ごとに集団で行う検診事業

種 別	実 施 時 期	対 象 者	内 容 な ど
骨密度検査	各事業所の健康診断時	女性の受診希望者	「検査方法」は、実施機関によって異なります。 「検査結果」は、事業所の窓口を通じて連絡します。
B. C型肝炎 の検査	各事業所の入社初年度の 健康診断時	入社時健診の 未受診者	「検査方法」は、血液による検査。 「検査結果」は、事業所の窓口を通じて連絡します。
歯科保健指導	各事業所別に日時設定 (実施日時は、それぞ れ、ご案内します。)	受診希望者	歯科衛生士、および、歯科医師によるその場での指導。

※2023年度の歯科保健指導は事業所別の集団検診事業にかわり、個別での受診になります。詳細は、チラシ案内、または健保ホームページをご覧ください。

II. 希望者が利用できる制度

人間ドック・脳ドックに対する補助金

受 診 対 象 者	満35歳以上（当該年度に35歳に達する者）の被保険者本人（任意継続者含む）
種 別	「日帰りコース」のみ。
実施医療機関	5～6ページの「契約医療機関および利用料一覧」の中の医療機関で受診してください。 遠隔地などの事情で、掲載以外の医療機関を希望する場合は、必ず事前に「健保事務所」にご相談ください（料金や検診内容を確認して、可否をご連絡します）。
検 診 内 容	（基本項目） 一般理学検査等、呼吸器系、循環器系、消化器系、血液系、腎・肝・すい臓機能検査、 糖尿病、血清反応、脂質代謝、眼科（婦人科検査）。各医療機関によって基本検査内容 が変わることがあります。 （オプション） 各医療機関によって異なりますので、各医療機関へメール、電話等でお問い合わせく ださい。
利 用 回 数	「日帰りコース」を、年度内に1回利用できます。
補 助 金	「日帰りコース」受診に対して上限70,000円、「脳ドック」受診に対して上限40,000円の補助金を支給 します（100円未満を切り捨てた実費支給）。 *人間ドックと同日に受けた検査のみ補助対象となります。

利 用 手 続	①. 音羽健保のHPまたはMY HEALTH WEBから人間ドック申し込みの手続きを行います。(コールセンターでの申し込みも可能)
	②. 提携医療機関を選び日程、コース、オプションを選択申し込みしてください。
	③. 医療機関から事前に届いた検査キット、保険証・問診票等を持参して受診します。
	④. 音羽健保の補助対象外検査及び補助金を上回る差額を当日ご自分で受診医療機関で会計します。
キ ャ ン セ ル	①. 受診日1週間前のキャンセルは「キャンセル料」が発生することがあります。キャンセル料は自己負担となりますのでご注意ください。
そ の 他	①. 人間ドック受診時に生検（組織検査）することになった場合は、通常の「保険診療」となりますので、補助の対象となりません。人間ドック受診後の二次検診（精密検査）は通常の「保険診療」です。
	②. 契約以外の医療機関をご自分で選択・受診された場合は「全額自己負担」となります。
	③. 「頸動脈超音波検査」を受診した場合は、「脳ドック」の補助になります。
	*脳ドックはあくまで人間ドックのオプションとして一緒に受診したものに限りです。

■予約システム

HP：<https://www.otw-dock.com/yoyaku#/>

利用期間：2023年3月10日～2024年2月29日

利用時間：24時間 ※障害時、メンテナンス時除く



※QRコードから予約システムのご利用も可能です。

■コールセンター

名称：音羽健康保険組合 予約センター

利用期間：2023年3月1日～2024年2月29日

営業日：平日のみ ※土日祝日、年末年始はお休み

営業時間：9時00分～17時00分

電話番号：03-6895-3776

メールアドレス：info-otw@dock-support.com

※予約システム・コールセンターの利用期間は2023年3月上旬から2024年2月29日まで
となっております。ご注意ください。

人間ドック契約医療機関

および利用料一覧表

一覧表の見方	①. 「オプション項目」の部分に○印がある場合は、その項目は「基本項目」に含まれていることを示す。 ②. 「脳ドック」欄の記号について a. 「I /A」は、「MRI（脳の断層）」と「MRA（脳の血管）」を、併せて実施することを示す。 b. 「CT」は「CT スキャン」で実施することを示す。 ③. 「胃部選択」の表示について a. 「可」は、「胃カメラ」か「バリウム」のどちらかを選択できることを示す。 b. 「バ」は、「バリウム」で実施することを示す。 c. 胃カメラをご希望の場合、事前に血液検査を必要とする医療機関がありますのでご注意ください。但し、半年～1年以内（医療機関で異なります。）に、健康診断、もしくは人間ドック等で、肝炎（B型とC型）の「－」証明があれば事前検査は不要な医療機関もありますので、その都度医療機関にお問合せください。
利用について 利用料金など	④. 「各項目」とも、「×」印の部分は、実施していないことを示す。 ⑤. ＊印がある項目については、「備考欄」に簡単な説明があります。医療機関を選ぶ際には、「備考欄」も参考にしてお選びください。 6～9ページを、ご覧ください。 ①. 受診日に満35歳以上の方で「日帰りコース」年度内に1回利用可能。 ②. 「日帰りコース」受診に対して上限70,000円、「脳ドック」受診に対して、上限40,000円の補助金を支給します（100円未満を切り捨てた実費支給） ③. 契約医療機関以外での受診は補助の対象とはなりませんのでご注意ください。

音羽健保で直接契約をした医療機関（下記金額は税別表記となります）

＊下記内容は令和5年4月1日現在の内容となります。

医療機関名		電話番号	所 在 地	日帰り 基本項目 の料金	○印は基本項目に含まれて			いることを示します。				胃部 選択	土曜 健診	備 考	
					婦人科		脳ドック MRI/MRA/ CT	ヘリカル CT (肺がん)	喀痰 検査 (肺がん)	腫瘍マーカー					
					日帰り					CA125 卵巣・ 子宮がん	PSA 前立 腺がん				
					子宮がん	乳がん									
1	東京警察病院	03-5343-5750	中野区中野4-22-1	47,500	* 5,000	* 5,000	I/A35,000		15,000	×	2,000	2,000	*可	○	*乳がん検診:エコー。マンモは+500円。 *胃カメラ:+5,000円。 *子宮がん:経膈エコー+6,000円。
2	戸田中央総合健康管理センター	0120-388-811	戸田市上戸田2-32-20	38,000	○	* 4,000	* I/A40,000		15,000	3,500	2,500	○	*可	○	*乳がん:マンモ、エコー各4,000円。 *脳ドック:動動脈エコーを含。 *胃カメラ(C型肝炎検査含):+6,400円。
3	彩の国東大宮メディカルセンター	048-665-6210	さいたま市北区土呂町1522	37,000	3,000	* 4,000	I/A30,000		15,000	×	2,100	2,500	*可	○	*乳がん:マンモ+4,000円。 *胃カメラ:+3,000円。
4	亀田総合病院附属幕張クリニック	043-296-2321	千葉市美浜区中瀬1-3 CD2	45,000	* 6,000	* 6,000	I/A30,000		* 20,000	5,000	×	3,500	*可	○	*肺がん:喀痰とCTはセットで25,000円。(幕張クリニック) *子宮がん:頸部細胞診かエコーを選択、セット受診は10,000円。 *乳がん:エコーかマンモを選択、セット受診は10,000円。 *胃カメラ:+5,000円。 *胃カメラ時の鎮静剤:+4,000円
5	亀田京橋クリニック	03-3527-9202	中央区京橋3-1-1 東京スクエアガーデン						15,000	×					
6	柏健診クリニック	0120-15-4119	柏市柏4-5-22	41,000	4,000	4,000	* I/A28,000		* 10,000	3,000	2,000	○	*可	○	*胃カメラ:+4,000円。
7	汐留健診クリニック	03-3432-8888	港区浜松町1-17-10	41,000	4,000	4,000	* I/A28,000		12,000	3,000	2,000	○	*可	○	*胃カメラ:+5,000円。 *肺がんはセットで12,000円。
8	IMS Me-Lifeクリニック池袋 (旧池袋ロイヤルクリニック)	03-3989-1112	豊島区東池袋1-21-11	39,000	5,000	* 5,000	* I/A30,000		12,000	3,500	3,500	3,000	*可	○	*男女完全別フロア。 *乳がん:エコー。マンモは+1,000円。 *胃カメラ:+5,000円。
9	板橋中央総合病院	03-3967-1327	板橋区小豆沢2-12-7	39,000	5,000	* 3,500	* I/A22,870		20,000	3,000	2,500	2,500	*可	○	*乳がん:エコー。マンモは+2,500円。 *胃カメラ:+3,500円。
10	久野マインズタワークリニック	0120-71-5907	渋谷区代々木2-1-1 新宿マインズタワー	41,000	* 4,000	* 6,000	I/A25,000		10,000	4,000	3,600	3,400	可	○	*婦人科:月～土。女医が担当。 *子宮がん:経膈エコー+5,000円。 *乳がん:マンモかエコーを選択。(触診なしー1,000円)。 *胃カメラ:経鼻の場合:+5,000円。
11	日本赤十字社医療センター	03-3400-0372	渋谷区広尾4-1-22	* 43,600	4,000	* 6,000	* I/A40,000		15,000	3,400	3,200	2,800	*可	×	*基本料金に特定健診代含。 *乳がん:触診+マンモかエコー。 *胃カメラ:+6,500円。 *脳ドック:1泊のみ受診可。
12	PL 東京健康管理センター	03-3469-1163	渋谷区神山町17-8	50,000	6,000	*○	I/A40,000 (頸動脈エコー不可)		10,000	4,000	1,000	1,000	可	○	*ドック実施日:火～土(祭日も可)、第1、第3日曜。祝日も実施。 *乳がん:エコーは基本項目に含。 *胃カメラ:+5,000円。
13	東京医科大学病院健診予防医学センター	03-5323-0320	新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー7F	48,000	3,000	* 6,000	×		20,000	○	2,000	2,000	バ	×	*乳がん:マンモ。
14	金内メディカルクリニック	03-3365-5521	新宿区西新宿7-5-25 西新宿プライムスクエア2F	42,000	4,000	* 5,000	I/A35,000		20,000	3,500	2,500	4,000	*可	○	*乳がん:エコー、マンモ各5,000円。 *脳ドック:MRIのみ18,000円。 *頸動脈エコー+10,000円。胃カメラ差額はなし。
15	東京新宿メディカルセンター	03-3269-8118	新宿区津久戸町5-1	42,000	4,000	5,000	I/A30,000		22,727	4,545	×	2,000	*可	×	*胃カメラ:+3,000円。
16	東京都予防医学協会	03-3269-1141	新宿区市谷砂土原町1-2	45,500	* 5,500	* 5,000	CT6,000		*○	2,500	*×	1,600	*可	第1、第3	*子宮がん検査は細胞診。頸部細胞診+エコーは10,000円。 *乳がん:エコーかマンモ。 *胃カメラ:+7,000円。(土曜は受診不可) *ヘリカルCT:基本項目に含。
17	こころとからだの元気プラザ	03-5210-6622	千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング	* 43,000	6,000	* 7,000	I/A35,000 I/A40,000 (頸部エコー含)		10,000	5,000	3,400	3,000	*可	○	*胃カメラ:経口+6,000円、経鼻+9,000円。 *乳がん:マンモ、エコー各7,000円。マンモ+エコーのセット 12,000円。
18	〃 女性総合VIVIコース			62,000	○	* 5,000	×	×			×	×			
19	新宿つるかめクリニック	03-3299-8900	渋谷区代々木2-11-15 新宿東京海上ビル	44,000	* 6,000	* 6,000	CT18,000 * I/A35,000		20,000	3,300	2,000	2,000	可	○	*婦人科系診察及び検査は原則女性スタッフ。 *子宮がん:経膈エコー付。 *乳がんは触診含。マンモ+エコーは10,000円。胃カメラへの切替差額なし。 *頸動脈エコー:5,000円。
20	ミラザ新宿つるかめクリニック	03-6300-0063	新宿区新宿3-36-10 ミラザ新宿7F				* I/A35,000	×	*胃カメラと大腸カメラを同日に実施可。 *子宮がん:経膈エコー付。 *乳がんは触診含。マンモ+エコーは10,000円。胃カメラへの切替差額なし。 *頸動脈エコー:5,000円。						

医療機関名		電話番号	所 在 地	日帰り 基本項目 の料金	○印は基本項目に含まれて			いることを示します。				胃部 選択	土曜 健診	備 考		
					婦人科		脳ドック MRI/MRA/ CT	ヘリカル CT (肺がん)	喀痰 検査 (肺がん)	腫瘍マーカー						
					日帰り					CA125 卵巣・ 子宮がん	PSA 前立 腺がん					
					子宮がん	乳がん										
21	銀座医院健康管理センター	03-3541-3340	中央区銀座 4-12-15 歌舞伎座タワー 16F	44,000	5,000	* 5,000	CT12,500 * I/A:40,000		12,500	3,500	2,500	2,500	*可	第 1	*乳がん:マンモ。エコーのいずれか。セットでは、8,000 円。 *胃カメラ:+8,000 円。 * I/A は、他院にて実施。(メディカルスキャニング銀座)	
22	聖路加国際病院附属クリニック	03-5550-2400	中央区明石町 8-1	63,000	○	* 4,000	×		12,000	* 3,000	×	○	*可	○	*乳がん:マンモ。エコー +2,000 円。マンモ + エコーは 10,000 円。 *肺がん(喀痰)は、CT との同時受診が必須。	
23	河北健診クリニック	03-5377-2511	杉並区高円寺南 4-27-12	42,000	3,500	5,000	I/A21,000		9,000	3,000	3,500	2,000	*可	○	*乳がん:マンモ、エコー各 5,000 円。 マンモ + エコー:8,000 円。 *胃カメラ:+3,000 円。	
24	平塚胃腸クリニック	03-3984-4316	豊島区西池袋 3-28-1	41,000	* 4,000	* 4,000	×		15,000	3,000	2,000	2,000	*可	第 1、第 3	*胃カメラ:+5,000 円。 *乳がん:マンモ +1,000 円。 *婦人科系診察及び検査は女性スタッフ。 *休診日:日曜、祝日。	
25	池袋藤久ビルクリニック	03-5951-1201	豊島区西池袋 1-18-2	41,000	* 4,000	* 4,000	×		-	3,000	2,000	2,000	*可	第 1、第 3	*胃カメラ:+5,000 円。	
26	佼成病院健診センター	03-5340-5102	杉並区和田 2-25-1	(男性) 46,000 (女性) 49,000	○	*○	I/A20,000 CT15,000		* 10,000	3,500	5,000	○	*可	○	*胃と腸の同日バリウム受診は不可。 *乳がん:エコー。 *最新鋭「マルチ CT」を導入。 *子宮がん:経膈エコー付。 *胃カメラ:+5,000 円。	
27	春日クリニック	03-3816-5840	文京区小石川 1-12-16	42,000	4,000	* 5,000	I/A28,000		-	-	2,000	3,000	*可		*乳がん:マンモ、エコー各 5,000 円。 *最新鋭「マルチ CT」を導入。 *胃カメラ:+3,000 円。	
28	新赤坂クリニック	03-5770-1250	港区六本木 5-5-1	42,000	4,000	* 7,700	I/A31,500		12,000	3,000	3,000	3,000	*可	○	*乳がん:エコー +3,000 円。 *胃カメラ:+11,000 円。(月・水・木曜) *脳ドックは別提携施設にて受診。 *脳ドック:頸動脈エコーを含。	
29	丸の内クリニック	03-5223-8822	千代田区丸ノ内 1-6-2 新丸の内センタービルディング 4F	46,333	5,600	5,500	I/A32,000		14,000	3,500	2,500	2,500	*可	隔週	*乳がん:マンモかエコーを選択。 *婦人科は女医が担当。 *胃カメラ(経口):+5,000 円。 *胃カメラ(経鼻):+7,000 円。 *胃カメラ鎮痛剤使用の場合:+3,000 円。 *肺 CT と I/A は提携先での実施となります。(メディカルスキャニング東京) *web 予約も推奨。([契約のある健康保険組合・企業の方]を選択して予約)	
30	野村病院予防医学センター	0422-47-8811	三鷹市下連雀 8-3-6	40,000	3,500	* 1,500	I/A33,000		* 10,000	3,000	2,500	2,500	*可	○	*乳がん:マンモ +4,500 円。エコー +2,500 円。 *胃カメラ:(月～土) +5,000 円。	
31	横浜総合健診センター	045-461-1230	横浜市神奈川区金港町 3-1 20F	43,000	4,000	4,000	I/A35,000		12,000	3,300	2,400	2,100	*可	○	*胃カメラ:+5,000 円。	
32	相模原総合健診センター	0427-53-3301	相模原市中央区淵野辺 3-2-8	43,000	4,000	4,000	I/A35,000		12,000	3,300	2,400	2,100	*可	○	*胃カメラ:+5,000 円。	
33	東京ミッドタウンクリニック健診センター	03-5413-0081	港区赤坂 9-7-1 ミッドタウンタワー 6F	45,000	5,000	5,000	I/A35,000 CT15,000		18,000	3,000	○	○	*可	○	*乳がん:エコー。マンモ +7,000 円。 *子宮がん:経膈エコー +5,000 円 *胃カメラ:+8,000 円。 *婦人科系診察と検査は基本女性スタッフ。	
34	小金井つるかめクリニック	042-386-3757	小金井市本町 6-14-28 プラウドタワー武蔵小金井 301	42,500	* 6,000	* 5,000	I/A35,000 CT16,000		16,000	3,000	2,000	2,000	*胃	○	*胃:基本胃カメラ。 *乳がん:視触診 + マンモかエコーを選択。マンモ + エコーのセット +5,000 円。 *子宮がん:経膈エコー付。	
35	イーク丸の内	0120-190-828	千代田区丸の内 2-7-3-3F	63,000	*○	*○	I/A34,000 (頸部 MRA 含)		15,000	×	* 6,050	×	*可	○ (AMのみ)		女性専用クリニック。脳ドックと胸部 CT は別提携施設にて受診。(胸部 CT とバリウムの同日 受診不可) 基本検査に骨密度測定含。 *子宮がん:経膈エコー付。子宮体がん +3,000 円。 *乳がん:エコーとマンモがセット。 *胃カメラ(経口):+5,000 円。 *腫瘍マーカーの場合 CEA、CA19-9、CA125 セット。(6,600 円)
36	イーク有楽町		千代田区有楽町 2-7-1-15F													
37	イーク表参道		渋谷区神宮前 4-26-18 原宿ピアザビル 4F													
38	山王メディカルセンター	03-3402-2185	港区赤坂 8-5-35	44,000	* 6,000	* 6,000	I/A35,000		10,000	3,000	2,500	2,000	*可	○	*胃カメラ:+8,000 円。 *乳がん:マンモかエコーを選択、子宮がん:経膈エコー付。 *基本検査にピロリ菌抗体検査あり。 *脳ドック:動動脈エコーを含。	
39	アムス丸の内パレスビルクリニック	03-3211-1171	千代田区丸の内 1-1-1 パレスビル 4F	41,000	* 5,000	* 5,000	I/A30,000		7,000	2,500	2,500	3,000	*可	○	*子宮がん:経膈エコー付 +3,000 円。 *乳がん:マンモ + 6,000 円。 *婦人科検査は原則 女性医師、技師。 *毎週水曜の PM はレディースディ。 *胃カメラ + 5,000 円。	
40	住友生命総合健診システム	06-6379-3334	大阪市淀川区西中島 5-5-15	41,500	* 3,500	* 3,000	×		7,500	2,000	2,000	2,000	*可	第 2	*乳がん:エコー。マンモ 1 方向 + エコー +3,000 円、マンモ 2 方向 + エコー +5,000 円。 *胃カメラ:+5,000 円。 *子宮がん:経膈エコー +2,500 円 * CA125 と PSA は、50 歳以上の場合基本項目に含。	
41	帝国ホテルクリニック	06-6881-4000	大阪市北区天満橋 1-8-50	41,000	* 3,500	* 5,000	CT13,000		13,000	×	3,000	3,000	バ	○	*乳がん:マンモ。 *子宮がん:子宮細胞診。	
42	医の森クリニック浅草健診センター	03-5809-3501	台東区浅草橋 1-30-9 ヒューリック浅草橋江戸通 4F	40,000	* 4,000	* 5,500	×		×	3,000	2,500	2,500	*可	×	*乳がん:エコー。マンモ +5,500 円 *子宮がん:頸部細胞診。経膈エコー +3,500 円。(火曜・木曜)	
43	新宿健診プラザ	03-5273-8201	新宿区歌舞伎町 2-3-18	37,500	* 3,000	* 5,000	I/A33,000		10,000	3,000	3,000	2,500	*可	○ ※変動有	*乳がん:マンモ。エコー +4,000 円 *子宮がん:頸部細胞診。経膈エコー +6,000 円。 *胃カメラ:+5,000 円。	
44	MEP 南青山	03-6384-5760	港区南青山一丁目 3-3 パークアクシス青山一丁目タワー N 棟 5F	46,500	* 5,000	* 7,000	* I/A17,500 CT13,000		13,000	3,000	2,000	2,000	*胃	×	*乳がん:マンモ。エコー(単品) +6,000 円、エコー(セット) +5,000 円。 *子宮がん:頸部細胞診。経膈エコー +5,000 円。 *胃:基本胃カメラ検査。 * I/A は提携先での実施となります。 * 2020 年 9 月オープンの新しい施設で、常勤のメディカルスタッフは、すべて女性です。	
45	東京山手メディカルセンター	03-3364-0251	新宿区百人町 3-22-1	45,000	* 2,100	* 7,000	I/A45,000		15,000	×	2,000	2,000	*可	×	*乳がん:マンモ。エコー(単品) +4,600 円、エコー(セット) +4,000 円。 *子宮がん:頸部細胞診。経膈エコー +3,000 円。 *胃カメラ:+3,000 円。 *頸動脈エコー:5,000 円。	

女性のがん検診に対する補助金

対 象 者	「女性の被保険者」
補 助 の 内 容	次頁の契約医療機関で受診した「乳がん検診」と「子宮頸がん検診」の実費。 100円未満を切り捨てた金額で補助します（年度内に1回までとします）。
契約医療機関	・春日クリニック（文京区小石川1-12-16 TEL：03-3816-5840） ・こころとからだの元氣プラザ（千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング TEL：03-5210-6645） ・東京都予防医学協会（新宿区市谷砂土原町1-2 TEL：03-3269-1141） ・久野マインズタワークリニック（渋谷区代々木2-1-1 新宿マインズタワー TEL：0120-71-5907） ・佼成病院（杉並区和田2-25-1 TEL：03-5340-5102） ・東京ミッドタウンクリニック健診センター（港区赤坂9-7-1 ミッドタウンタワー6F TEL：03-5413-0081） ・新宿健診プラザ（新宿区歌舞伎町2-3-18 TEL：03-5273-8201） ・MEP南青山（港区南青山一丁目3-3 パークアクシス青山一丁目タワーN棟5階 TEL：03-6384-5760） ＊上記8か所の契約医療機関以外での受診は補助の対象となりませんので、ご注意ください。但し、遠隔地などの事情で、上記8か所以外の「医療機関」を希望する場合には、必ず事前に健保までご相談ください。「料金」や「検診内容」を確認して、可否をご連絡します。
検 診 内 容	・乳がん（「マンモグラフィ」か「乳房エコー」のいずれか一方） ・子宮頸がん（内診・細胞診・経膈エコー） ・セットA（マンモグラフィ＋子宮頸がん） ・セットB（乳房エコー＋子宮頸がん）
検診項目詳細	＊年度内に1回、下記の①～④のコースのいずれかひとつを選んでいただき、その料金を補助します。 乳がん検診は「マンモグラフィ」か「乳房エコー」のいずれか一方しか補助の対象となりません。 ＊乳がんと子宮がんを両方受診したい場合は、下記医療機関の「セットA」か「セットB」をお選びください。「セット」は同日受診に限ります。別の日程で受診した場合、どちらか一方しか補助の対象となりません。
利 用 手 続	①. 音羽健保のHPまたはMY HEALTH WEBから女性のがん検診申し込み手続きを行います。（コールセンターでの申し込みも可能） ②. 契約医療機関を選び、受診コースを選択し、申し込みをしてください。 ＊女性の医師を希望される場合は、コメント欄に入力してください。 ③. 後日、申し込み医療機関から「受診票」「問診表」等がご自宅に送られてきますので、必要事項を記入し当日忘れずに持参してください。 ④. 当日の窓口負担はございません。
キ ャ ン セ ル	①. 受診日直前のキャンセルは「キャンセル料」が発生することがあります。 キャンセル料は自己負担となりますので、ご注意ください。
そ の 他	①. 直近での検診で要精査となった方は、専門医での精査をお受けください。 ②. 8か所の契約医療機関以外で受診された場合は「全額自己負担」となります。 ③. 女性の医師を希望される場合は、コメント欄に入力してください。

- ④. 同日受診のみ補助対象となります。
- ⑤. 契約受診コース以外を追加される場合の追加分は「全額自己負担」となります。

※人間ドックを受診する際に女性のがん検診も一緒に受診する場合は、それぞれのURLよりお申込みいただき、コメント欄に同日受診希望とご記入ください。

人間ドックのオプション検査で追加する乳がん検診・子宮がん検診とは料金や一部検査内容が異なりますのでご注意ください。

人間ドックのオプション検査として受診した場合は、「女性のがん検診」の補助の対象にはなりません。

■予約システム

URL：https://www.otw-csfw.com/yoyaku

利用時間：24時間 ※障害時、メンテナンス時除く



※QRコードから予約システムのご利用も可能です。

■コールセンター

名称：音羽健康保険組合 予約センター

営業日：平日のみ ※土日祝日、年末年始はお休み

営業時間：9時00分～17時00分

電話番号：03-6895-3776

メールアドレス：info-otw@dock-support.com

※予約システム・コールセンターの利用期間は2023年3月上旬から2024年2月29日までとなっております。ご注意ください。

*下記金額は税別表記となります。

契約医療機関	受診コース	検査項目詳細	料 金
春日クリニック	①	マンモグラフィ（視触診なし）	8,000円
	②	乳房エコー（視触診なし）	6,000円
	③	子宮頸がん（内診・細胞診・経膈エコー）	10,000円
	④	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	15,000円
	⑤	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	
こころとからだの 元氣プラザ	⑥	マンモグラフィ（視触診あり）	9,600円
	⑦	乳房エコー（視触診あり）	
	⑧	子宮頸がん（内診・細胞診・経膈エコー）	10,550円
	⑨	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	15,741円
	⑩	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	

東京都予防医学協会	⑪	マンモグラフィ（視触診なし）	8,500円
	⑫	乳房エコー（視触診なし）	5,000円
	⑬	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,000円
	⑭	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	17,500円
	⑮	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	15,000円
久野マインズ タワークリニック	⑯	マンモグラフィ（視触診あり）	6,000円
	⑰	乳房エコー（視触診あり）	
	⑱	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,000円
	⑲	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	16,000円
	⑳	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	
佼成病院	㉑	マンモグラフィ（視触診なし）	6,000円
	㉒	乳房エコー（視触診なし）	5,000円
	㉓	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,000円
	㉔	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	16,000円
	㉕	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	15,000円
東京ミッドタウン クリニック 健診センター	㉖	マンモグラフィ（視触診なし）	7,000円
	㉗	乳房エコー（視触診なし）	5,000円
	㉘	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,000円
	㉙	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	17,000円
	㉚	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	15,000円
新宿健診プラザ	㉛	マンモグラフィ（視触診なし）	5,000円
	㉜	乳房エコー（視触診なし）	4,000円
	㉝	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	9,000円
	㉞	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	14,000円
	㉟	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	13,000円
MEP南青山	㊳	マンモグラフィ（視触診なし）	8,500円
	㊴	乳房エコー（視触診なし）	
	㊵	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,000円
	㊶	セットA（同日受診/マンモグラフィ+子宮頸がん）	17,500円
	㊷	セットB（同日受診/乳房エコー+子宮頸がん）	

旅行に対する補助金

対 象 者	「被保険者」
補 助 の 内 容	心身の休養のために「直営保養所」以外の宿泊施設を利用した場合に、「宿泊を含む旅行費用の一部」を補助する。 「被保険者」：1泊につき5,000円。年度内4泊まで。※被扶養者の方は、ご利用できません。 但し、業務による出張は補助の対象外となります。 ※旅行料が5,000円に満たない請求については、100円未満を切り捨てた実費支給とします。
請 求 手 続	「補助金請求書」に下記の書類を添付し、「事業所の窓口」を通じて「健保事務所」に請求する。 添付書類 ①. 旅行の領収書（被保険者宛の宿泊旅行代金の支払いを証明する領収書で、コピーは不可） <u>※上様、名字のみの領収書は認められません。</u> ②. 利用明細書 ③. スケジュール表（海外旅行・ツアー旅行の場合は宿泊先明記の書類） ④. カード支払いの場合でも名前の入った領収書を添付すること。 ⑤. 海外の宿泊施設を利用し、日本語の利用内容の書類がない場合は必ず翻訳文を添付すること。 ⑥. 海外の宿泊施設を利用した際は、宿泊日の為替レートがわかる書類を添付すること。

※各種補助金の請求は年度内の請求（期間4月1日～翌年3月31日まで）を原則とします。
最終締切は4月1日です。※書類に不備があった場合、再度ご提出いただくこともありますので、お早めにご提出ください。

※提出された各補助金請求書に関しましては、翌月か遅くても翌々月の25日までにお支払い致しますのでご確認ください。

※各種申請書類は健保のホームページからダウンロードしてください。

※「旅行補助金請求書」につきまして、音羽健保HPより申請が可能となるよう現在準備中です。準備ができ次第音羽健保HPでお知らせします。

2. 20歳以上の被扶養者および「任意継続被保険者」のための事業

20歳以上の被扶養者および任意継続被保険者の「健康診断」

実施の主旨	「健康診断」の受診機会が少ない「20歳以上の被扶養者」および「任意継続被保険者」のみなさま向けの事業です。
受診資格	・20歳以上75歳未満の被扶養者及び任意継続被保険者。 (受診年度に20歳になる方も含む、75歳になる方を除く) ・受診日に音羽健保の資格を有している方。
実施医療機関	別送する「健診共同事業（実施機関・日本健康文化振興会）契約の医療機関」で実施。（2022年以降より講談社での集団健診は「廃止」しております。）
申込方法	5月に「案内書、申込ハガキおよび医療機関一覧表」をお手元にお送りします。「希望する医療機関」を選び、aかbの方法で申込みます。 a. 申込ハガキ 同封の「申込ハガキ」に必要事項をご記入のうえ、切手を貼ってポストに投函してください。 b. ネット予約 「けんしんナビ」のホームページ（https://otowa.kenshin-navi.com/）にアクセスしていただき、お申込み手順に従って申込みを完了させてください。 *「申込先」は「日本健康文化振興会」です。
申込締切	2023年6月末到着分まで
受診期間	2023年5月～11月末
検査内容	a. 基本検査（受診者は全員受けていただきます）身体計測、検尿、視力、内科診断、血圧、心電図、血液生化学検査（貧血・肝機能・脂質・腎機能・糖代謝） b. 希望検査（次の検査から選んでください。） ①. 胸部レントゲン ②. 胃のレントゲン検査 ③. 子宮頸部細胞診 ④. 乳房検査（マンモグラフィ、超音波） ⑤. 大腸検査（便潜血反応） ⑥. 骨密度検査……………女性のみ ⑦. PSA（前立腺検査）……………男性のみ
自己負担金	無料（但し、上記項目以外にオプション検査を追加された場合は有料。）
受診後の 精密検査 お問い合わせ先	健康診断受診後の二次検診（精密検査）は、通常の「保険診療（3割の自己負担）」です。 日本健康文化振興会 TEL：03-3316-0777 平日：9：00～17：30 ※土日祝日はお休み

20歳以上の被扶養者および任意継続被保険者の「歯科保健指導」

実 施 の 主 旨	「歯科保健指導」を受ける機会が少ない「成人の被扶養者」および「任意継続被保険者」のみなさま向けの事業です。
受 診 資 格	・20歳以上75歳未満の被扶養者及び任意継続被保険者 (受診年度に20歳になる方を含む、75歳になる方除く) ・受診日に音羽健保の資格を有している方
実施医療機関	別送する「健診共同事業（実施機関・日本健康文化振興会）契約の医療機関」で実施。
申 込 方 法	6月中旬に「案内書、申込書および、医療機関一覧表」を、お手元にお送りします。「希望する医療機関」を選び、同封の「申込ハガキ」に必要事項をご記入のうえ、ポストに投函してください。 ＊「申込先」は、「日本健康文化振興会」です。
申 込 締 切	2023年7月末到着分まで
受 診 期 間	2023年6月～12月中旬
指 導 の 内 容	歯科衛生士または歯科医師による ①. 「う蝕菌（虫歯）」の検査 ②. 「歯周病（歯槽膿漏）」の検査 ③. 簡単な「歯石除去」 ④. 簡単な「口腔清掃」と「歯磨の指導」 ⑤. 「歯列矯正」の指導
自 己 負 担 金	無料

3. 「被保険者と被扶養者」のための事業

I. 全被保険者を対象にした事業

種 別	実施の時期	内 容
家庭用常備薬の配付	申込期間9月	音羽健保HPのパナーから「候補薬の中から選択する」方式でご自宅へ郵送。 ※2022年度より総合セットの配布はございません。
大腸がん検診 (郵送)	申込期間9月	「受診希望者」が、直接「検体」を委託機関に郵送する。 「検査結果」は、委託機関から本人へ直接連絡します。
「機関紙」の配布	季刊号（計4冊）	事業所配布。

Ⅱ. 被保険者と被扶養者を対象にした事業

「インフルエンザ予防接種」に対する補助金

実 施 の 主 旨	インフルエンザの予防のために、その予防接種について「被保険者または被扶養者」を対象にして「補助金」を支給する事業です。
補 助 金	予防接種料が3,000円未満の場合は、100円未満を切り捨てて実費支給、予防接種料が3,000円以上の場合は、3,000円を支給
利 用 手 続	①. 音羽健保HP「申請書類一式」より「インフルエンザ補助金申請書」をダウンロードし、「医療機関の発行した領収書」を添付し、各事業所の窓口を通じてご請求ください。 ②. 事務処理の都合上、年度内の申請を被保険者・被扶養者分及び、2回接種した場合もまとめて「1枚の請求書にご記入」ください。 ③. 領収書には、「予防接種を受けた人の氏名、料金、インフルエンザ予防接種を受けたこと」を必ず明記するよう、医療機関に依頼して下さい。 ※地方自治体の補助を受けて受診し、自己負担金が発生した場合も3,000円を上限とし、補助対象とします。

育児雑誌「赤ちゃんと！」等の配付

事 業 の 内 容	被保険者や被扶養者の方がお子様を出産された場合、育児月刊誌「赤ちゃんと！」を2年間プレゼントします。
配 布 対 象 者	当健保の被保険者（本人）または被扶養者（家族）で出産された方
送 付 内 容	育児月刊誌「赤ちゃんと！」毎月25日発行。 12冊／1年間 ラシタス 4冊／1年間 ※事業所より届けられている住所に郵送します。

Ⅲ. 必要に応じて、ご活用いただく事業

「ファミリー健康相談」・「メンタルヘルスカウンセリング」

事業の内容	委託先（株法研）の「専属の医師、保健師、看護師」が「24時間・年中無休」体制で、「電話」による、みなさまの「健康相談」や「医療相談」に応じ、アドバイスします。 a. ファミリー健康相談 ①. 健康、医療、看護、介護、メンタルヘルス、などの相談についてのアドバイス ②. 「夜間、休日に開いている医療機関」、「専門病院」や「リハビリ病院」などの案内……等 ＊以上は、「通話料」、「相談料」とも「無料」です（健保が、一括して負担します）。 b. メンタルヘルスカウンセリング（面談相談） 相談料は1～5回まで無料。6回目以降は個人負担となります。オンライン面談もご利用いただけるようになりました。お電話でのご予約時にオンライン面談希望とお伝えください。
利用方法	a. b. とも専用ダイヤル0120-550-372をご使用ください（通話料は本人負担） 最初に「音羽健保の被保険者（または、被扶養者）の誰（ご自身の名前）」を告げてご利用ください。
秘密の厳守	相談される方のプライバシーは厳守されます。 健保には、「統計的に処理された内容」だけが報告されます。「個別の内容」は通知されません。

1. MY HEALTH WEB（マイヘルスウェブ）

*医療費通知はこちらで確認・印刷することができます。

*医療費情報やジェネリック医薬品情報を簡単に閲覧することができます。

*利用すればするほど、ポイントが貯まります。

ログイン方法

音羽健康保険組合のホームページへアクセスしたら、ホームページ内のバナーをクリック。

組合URL <http://www.otw.or.jp>

音羽健保

検索

初回ログイン

初めて「MY HEALTH WEB」にログインするとポイント獲得！
初回のみ…1,500ポイント

健康づくりの第一歩は自分の状態を知ることから。
「マイヘルスウェブ」はスマートフォンにも標準対応。
ジェネリック医薬品差額通知はもとより健診結果に基づいた健康づくりアドバイスなど、
が健康に関するあらゆる情報にいつでもアクセスできる環境を提供します。



「初回登録の方はこちら」より画面の指示に従って「ID」保険証の記号番号「仮パスワード」生年月日（西暦8ケタ）「メールアドレス」を入力し、利用登録を行ってください。

個人向け健康ポータルサイト



医療費のお知らせはこちらで確認できます

毎日が楽しくなる♪めざせ「健康マスター」!!

利用すればするほど、ポイントが貯まります！
MY HEALTH WEBで出来ること

音羽健康保険組合

ログイン

ログイン時、振られたサイコロの目の数を獲得！
1回/日…1～6ポイント

医療費明細 情報閲覧

閲覧するとポイント獲得！
1回/月…100ポイント

ジェネリック医薬品 差額情報閲覧

閲覧するとポイント獲得！
1回/月…100ポイント

ミッション記録

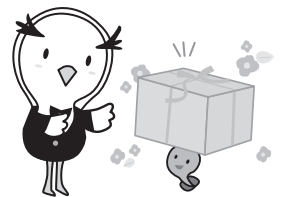
設定した目標の結果を記録するとポイント獲得！
1回/日…5ポイント

MYミッション

MYミッションでは、厚生労働省「健康日本21」に則り生活習慣病予防・改善の為に行動・目標（ミッション）を「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養」「飲酒」「喫煙」「歯・口腔の健康」の6つのステージに分けてご用意しました。お好きなミッションを設定し、生活の中に取り入れることで生活習慣病の予防・改善を促します。

MYポイント

獲得したポイントの確認・アイテム交換はこちらから。



MYバイタル

「体重」「血圧」「歩数」を毎日記録することができます。記録した数値は分かりやすくグラフ化されますので健康管理に役立ちます。また、目標体重の設定を行うと目標値がグラフとして表示されますので、体重管理にも最適です。身長を登録しておくことで記録した体重から「BMI」が自動算出されます。

バイタル登録

「歩数」「体重」「血圧」を登録するとポイント獲得！
1回/日…5ポイント

健康情報・MY HEALTH CLUB

アスリート・著名人によるエクササイズ動画や特集記事、管理栄養士・料理研究家が紹介する健康レシピ、さらに専門家によるヘルスケア・メンタルヘルス・ライフスタイル・美容・育児などの連載で、楽しく健康になれる情報を毎日更新しています。

他にも健康情報や、キャンペーン等の情報が盛りだくさん!!

PC・スマートフォン・タブレット端末対応

操作方法などのお問い合わせ先

MY HEALTH WEBヘルプデスク TEL：03-5213-4467 平日9：00～17：00

お問い合わせの際は「音羽健康保険組合」「被保険者証記号番号」をお伝えください。

2. ウォーキングキャンペーン

種目	開催日	会場	参加資格	大会の形式
OK健康 21	10月・11月の 61日間（予定）	日常生活の中 において	被保険者および25歳 以上の被扶養者	日々の歩行数（運動量） を記録して、申告する。

注 ①. 「参加者の募集」「申し込み方法」については、8月下旬にご案内します。

②. OK健康21ウォーキングキャンペーンに参加するだけで、MY HEALTH WEBのポイントを1,000ポイントプレゼント！

③. 規定の「歩数」に達した方には、MY HEALTH WEBポイントをプレゼント。

※MY HEALTH WEBの登録方法はP.4をご参照ください。

生活習慣病を防ぎ、健康を手に入れよう！

生活習慣病の予防のために

ウォーキング+生活習慣改善にチャレンジし、習慣化を目指すプログラムです。

日々の忙しさに追われ、健康づくりはつい後回しになりがちです。

10月・11月のさわやかな季節に、健康力アップを狙った企画が「OK健康21ウォーキングキャンペーン」です。

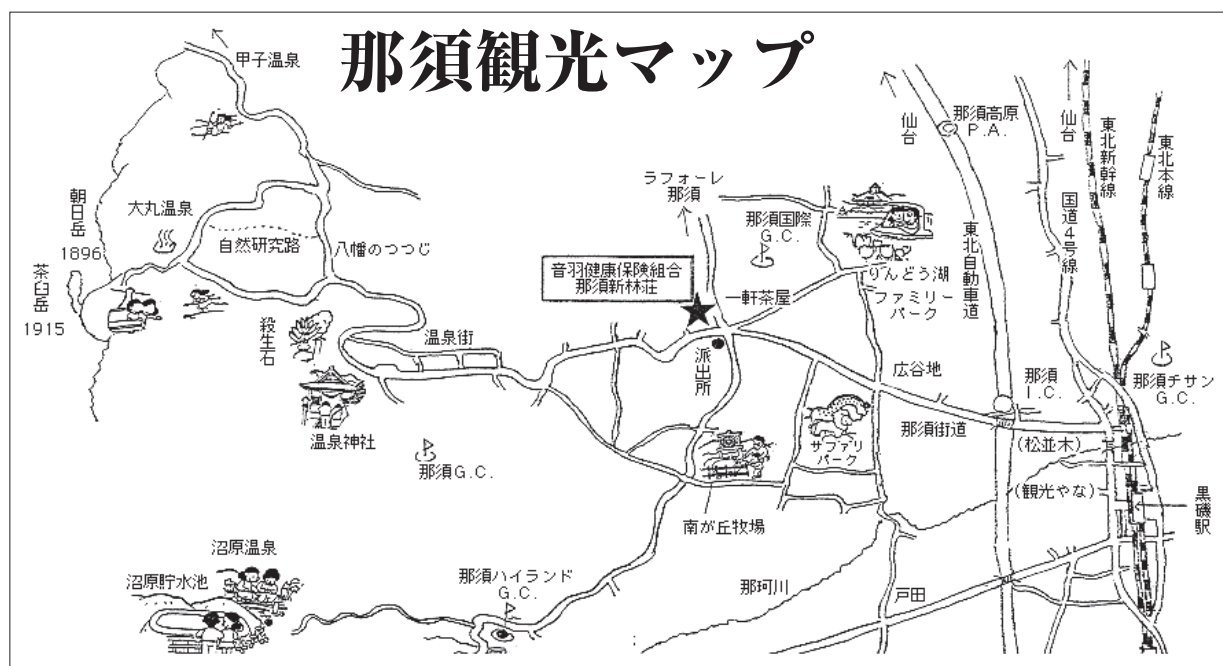
この機会にぜひご参加ください！！

3. 契約スポーツクラブ

ティップネス 	所在地・施設 関東のティップネス 45店舗 (TIP.X TOKYO 2店舗 含) 関西のティップネス 7店舗 東海中京のティップネス 4店舗 利用者の範囲 被保険者および16歳以上の被扶養者 利用時間区分 各店舗営業時間中、利用できます。 利用料 【登録料】 1,100円(税込)／初回のみ 【利用料】 550円(税込)／回 利用の方法 *「ティップネス丸の内スタイル」「FASTGYM24」、は 利用できません。 *店舗により、営業時間、休館日が異なります。 詳細はHPをご確認ください。 *登録料、利用料はいずれも当日店舗で支払う。 *1枚の会員証ですべての対象店舗が利用できます。 ①. 音羽健保のHPから「法人都度利用会員申込書」をダウンロードし、必要事項を記入する。記入後、事業所の窓口を通じて健保に提出する。 ②. 健保の承認を得た後、「法人都度利用会員申込書」を直接店舗へ持って行き、会員登録をする。 *会員登録時に「会員申込書」の他「健康保険証」が必要となります。 *事前に健保の承認がないと会員登録はできません。 ③. 会員登録後は希望の店舗へ行き、都度、会員証を提示して利用する。 利用特典 利用毎に「タオルセット」「Tシャツ」「ショートパンツ」「シューズ」のレンタルが無料でご利用いただけます。 登録キャンペーン 春(4・5月)・秋(10・11月)に会員証発行が無料になるキャンペーンを行っています(2023年時点)。
--	--

1. 直営保養所「那須新林荘」

	所在地	〒325-0301 栃木県那須郡那須町大字湯本字新林205-198 TEL 0287-76-3628 FAX 0287-76-3665
	施設の内容	①. 客室：和室7室（12畳×4室・10畳×3室）定員32名 バリアフリー：洋室1室（風呂付き）定員2名（最大3名） ※状況によっては、利用できる部屋数が増える場合もあります。あらかじめ、ご了承ください。 ②. 浴室（温泉）：男女別「浴室・露天風呂」 ③. その他… a. カラオケルーム…2室 b. 麻雀室…1室 c. 研修室、兼、卓球室…1室 d. トレーニング・ルーム…1室 e. テニスコート…2面 f. スキー乾燥室 g. 駐車場 h. バターゴルフ場
	交通の便	①. 「東北新幹線・那須塩原駅」または「JR・黒磯駅」下車。（バスに乘換え）『「那須湯本」行きバス』利用 「一軒茶屋」下車。（徒歩3分） ②. （車の場合）「東北自動車道・那須塩原IC」より20分。（車の混雑状況により異なる）



1. 直営保養所利用のご案内

利用者の範囲

資格イ：音羽健保の保険証を有する者

資格ロ：「資格イ」・「資格ハ」の同行者

資格ハ：OB OBとは事業所の退職後に、当組合の被保険者資格を喪失した者。

（資格ハの者の利用については、トップシーズン、金曜、土曜および祝前日は除く）

※18歳未満の方のみでのご利用、および未婚の男女（2人）でのご利用はお断りしております。

トップシーズン

4月29日～5月5日、7月20日～8月31日、12月29日～1月3日

利用料金

	大人（中学生以上）	2歳～小学6年生の間	予約受付開始日	部屋数制限
資格イ 音羽健保の保険証を有する者	3,000円	2,000円	利用の3ヶ月前の 月始日から	最大2部屋まで
資格ロ 「資格イ」及び「資格ハ」の同行者	6,000円	3,000円		
資格ハ O B	6,000円			

* 2歳未満は無料とし、宿泊の定員人数に含めません。

* 2歳から小学6年生の間は「夕食」を「子供食」に変更できますが、料金の控除はありません。

* 食事が不要の場合でも、料金の控除はありません。

利用の単位

宿泊利用は原則として1回につき2泊3日以内とします。

休業日

1. 定休日

：毎週月曜・火曜。但し、「年末年始」「祝日」に重なった場合は変更することがあります。

2. 年末年始および夏休みの振替休業

：決定次第、健保のホームページの空室状況表にてお知らせします。

3. 臨時休業日

：「設備点検や改修工事」などにより、臨時休業することがあります。

その際は決まりしだい健保のホームページの空室状況表にてお知らせします。

利用の方法

1. 予約受付開始

A. 被保険者または被扶養者、OB本人が、健保事務所に連絡して予約をする。

B. 受付開始日は「利用月の3ヶ月前の月始日」から「先着順」とします（年末年始を除く）。

2. 部屋の定員について

- A. 多くの方に利用していただくために、最大2部屋まで利用可とします。但し、利用人数が2名の場合は1部屋までとします（2歳未満の者は部屋の定員の人数に含めません）。

3. 予約受付締切

原則として、「利用日の5営業日前」までとします。

4. 年末年始予約（12月29日～1月3日）

- A. 年末年始の期間については先着順ではなく、11月初旬頃に予約受付の案内を行い、希望者多数の場合は抽選を行います。
- B. 1部屋（最大5名）だけの利用とします（必ず、被保険者か被扶養者が同行し、2親等以内の利用とします）。
- C. 年末年始の利用は、「12月29日から2泊」、「12月31日から2泊」、「1月2日から2泊」のいずれかとなります。
- D. 抽選終了後はいかなる事由によりましても、返金はありません。

利用の手続

- A. 予約が確定したら必要事項を記入した「利用申込書」を「**1週間以内に**」各事業所の窓口へ提出してください。
「任意継続被保険者」または、「資格ハ OB」は健保事務所にFAXにて「利用申込書」を提出してください。
- B. 利用料金のお振り込みは、遅くても「**利用日の5営業日前までに**」音羽健保の指定の口座に「**社員もしくはOB本人の名前**」で振り込んでください。
- C. 利用申込書が健保事務所に届き、申込者からの料金振込確認ができ次第、「利用券」を発行します。利用券は代表者が利用の当日に持参し、管理人に渡してください。
*利用券を忘れた場合は、当日スムーズにチェックインができないことがあります。

バリアフリーの利用について

1. 身障者の者は、バリアフリー室（3名定員）の利用とします。申込時に必ず、その旨申し出てください。
バリアフリー室は1室あり、先着順の受付とします。
- A. 施設の利用については管理人はサポートできません。同行者がサポートするようお願いします。
- B. 玄関のエスカレーターの操作だけは管理人が対応します。
- C. 館内では備え付けの車イスをご利用ください。
2. バリアフリー室は身障者の方優先の申込みとなりますが、その他ご事情のある方はご相談ください。
3. 利用の1週間前に空きがあれば、一般の方も予約可能とします。

予約の取消

1. 予定の変更や取消をする場合には、なるべく早く「健保事務所」に連絡してください。
但し、「健保事務所」が休みの場合には「保養所」に直接連絡してください。
2. 原則として「**利用日の5営業日前**」になっても料金振込確認ができない場合には、予約を取消して他の方の予約をお受けします。

※直営保養所「那須新林荘」につきまして、音羽健保HPより予約が可能となるよう現在準備中です。準備ができ次第音羽健保HPでお知らせします。

キャンセル料

自己都合での、予約の取消については、以下のように「キャンセル料」が発生します。

1. 利用日の5営業日前から当日までの予約の取消のキャンセルは「利用料の全額」とします。
2. 年末年始の予約の取消については、抽選終了後のキャンセルは「利用料の全額」とします。

チェックイン

午後2時から午後10時

1. 午後2時前に到着した場合は、館内の準備が整うまで入館できません。
2. 到着予定が午後10時を過ぎる場合は、必ず、管理人に連絡してください。連絡がない場合は、自動的にキャンセルと致します。

チェックアウト

午前10時

1. チェックアウト後に、近隣の観光などで荷物の預かりを希望する場合は、あらかじめ管理人に申し出てください。(午後5時まで)
2. 午前7時前のチェックアウトはできませんが、それより早めのチェックアウトを希望する場合は管理人へ事前にご相談ください。

カラオケ室の利用

1. 利用時間は午前10時～24時。
2. 多くの方が利用できるように1時間ごとに予約をしてください。

テニスコートの利用

1. 滞在期間中及び、チェックアウト当日に限り、利用可能とします。
2. 1回2時間の使用を限度とします。
3. 利用時間は午前10時～午後5時までとします。

娯楽室の利用

午前10時～24時 *利用の際は管理人にあらかじめお声がけください。

会議室（卓球台）の利用

午前10時～24時

トレーニングルームの利用

午前6時～午後22時

2. 契約保養施設

リゾートトラスト  	所在地 お問合せは ホームページ	直営宿泊施設のみ *エクシブ ○エクシブ六甲 ○エクシブ箱根離宮 ○グランドエクシブ初島クラブ ○グランドエクシブ鳴門 ○エクシブ山中湖 ○グランドエクシブ軽井沢 ○エクシブ蓼科 ○エクシブ伊豆 ○グランドエクシブ鳥羽(本館・アネックス・別邸) ○エクシブ白浜(本館・アネックス) ○エクシブ琵琶湖 ○エクシブ淡路島 ○グランドエクシブ浜名湖 ○グランドエクシブ那須白河 ○エクシブ京都八瀬離宮 ○エクシブ有馬離宮 ○エクシブ湯河原離宮 *○印は、E(スイート)・S(スーパースイート)グレードの利用が可能です。 *リゾートピア 3施設 リゾートピア熱海 リゾートピア久美浜 リゾートピア別府 *サンメンバーズ 2施設 サンメンバーズ京都嵯峨 サンメンバーズひるがの 東京予約センター TEL 03-5323-8221 営業時間：月～金 9:00～18:00 音羽健保のホームページからリンクしています。
---	---------------------------------------	--

予約の方法

A. 音羽健保専用LINE公式アカウント



B. インターネット

- ①. ID・パスワードは、音羽健保HP内の保養所ガイドの「契約保養施設」に掲載しておりますのでご確認ください。
- ②. 「予約の可否」については、「予約日から3日営業日以内」に、申込者にメールかFAXで回答があります。

予約の受付

当年度から翌年3月31日までの宿泊……いつでも可。
翌年度4月1日以降の宿泊……翌年1月1日以降。

利用の手続き

回答メールに記載の予約番号をお控えください。当日フロントにて「健康保険証」または「免許証」などの公的証明書をご提示いただく場合もございます。

利用料金

利用料金は、全額、現地で支払ってください。

予約の取消

①. 予約の取消は、直接、「予約センター」か「利用施設」に連絡してください。

キャンセル料

②. 通常シーズンは「利用日前週の同曜日以降」、トップシーズンは「利用日2週間前の同曜日以降」に予約を取消した場合には、規定の「キャンセル料」を支払うことになりますので、ご注意ください。

利用者の範囲

皆さんの「保険料」から「年会費」を支払っていますので、以下の事項を守ってご利用ください。

- ①. 被保険者ご本人が同行し、第2親等以内の範囲でご利用ください。
 - ②. 日曜～金曜日(土曜・祝前日を除く)に限り、被扶養者が同行すれば、利用者の範囲に制限なくご利用になれます(施設により、1部屋の宿泊可能人数が異なりますので、予約前にご確認ください)。
 - ③. 利用回数に制限はありません。但し、利用状況により制限する場合があります。
 - ④. 業務でのご利用についてはご遠慮ください。
- ※入れ墨(ファッションタトゥを含む)の方はご入浴が出来ないので、ご了承ください。

「法定給付」・「付加給付」の一覧

2023年4月現在

「法定給付」一覧（被保険者本人）

*療養の給付…医療費の7割が給付され、自己負担は3割。但し、70歳以上の方の自己負担は2割～3割。
*療養費…やむを得ない理由で保険証を使わないで医者にかかったときの医療費、あるいはギプス代・コルセット代などは、一時、全額自己負担として、後で健保組合に請求し、保険診療を基準としてその7～8割の支給を受ける。
*高額療養費…窓口で支払った医療費の額が1つの医療機関につき1人1ヵ月分については、所得区分による基準額（別表）を超える額を給付。
*合算高額療養費…同一世帯で医療費の自己負担額が21,000円を超えるものが2件以上ある場合は、合算して所得区分による基準額（別表）を超える額を給付。
*訪問看護療養費…訪問看護を受けたとき、支払った額の7～8割を給付。
*入院時食事療養費…1食につき460円（市町村民税非課税世帯は90日まで210円、91日以降160円）を超えた額を支給（1日3食まで）。
*入院時生活療養費（65歳以上）…療養病床に入院した場合、食費（1食460円）、居住費（1日370円）を自己負担。
*移送費…重症患者の入院、転院などの車代。当健保組合が認めた場合。
*傷病手当金…支給期間—支給開始日から通算して1年6ヵ月（連続して3日間休業〈待期期間〉していることが条件で、4日目から支給）。 ※支給額—休業1日につき、直近12ヵ月間の標準報酬月額平均額÷30× $\frac{2}{3}$ 相当額。
*出産育児一時金…1児につき420,000円。（産科医療補償制度に加入されていない医療機関で出産した場合は408,000円）
*出産手当金…支給期間—産前42日（双子以上は98日、分娩予定日が遅れた期間も支給）および産後56日間 ※支給額—休業1日につき、直近12ヵ月間の標準報酬月額平均額÷30× $\frac{2}{3}$ 相当額。
*埋葬料…家族が埋葬したときは、50,000円。
*埋葬費…生計維持関係にない人が埋葬したときは埋葬料の範囲内で実費。

「付加給付」一覧（被保険者本人）

*一部負担還元金…被保険者の1ヵ月の医療費自己負担額（1つの医療機関の診療報酬明細書（レセプト）1件あたり。高額療養費は除く）が20,000円を超えた場合、超過部分を給付する（100円未満は切り捨て）。 給付決定時に資格喪失者で、給付金の合計1,000円未満の場合は、給付しない。
*合算高額療養付加金…合算高額療養費が給付された場合、高額療養自己負担限度額から、20,000円を控除した額を給付する（100円未満は切り捨て）。
*出産育児一時金付加金…150,000円を給付する。
*埋葬料付加金…50,000円を給付する。

*付加給付は、法定給付の手続き等により自動的に給付されるので、埋葬料付加金・家族埋葬料付加金以外は、特別な請求手続の必要はありません。

「法定給付」一覧（被扶養者）

* 家族療養費…医療費の7割が給付され、自己負担は3割。未就学児については2割、70歳以上の方の自己負担は2割～3割。
* 第二家族療養費…やむを得ない理由で保険証を使わずに医者にかかったときの医療費、あるいはギプス代・コルセット代などは、あとで健康保険組合に請求し、7割～8割の支給を受ける。
* 家族高額療養費…窓口で支払った医療費の額が1つの医療機関につき1人1ヵ月については、所得区分による基準額（別表）を超える額を給付。
* 合算高額療養費…同一世帯で医療費の自己負担額が21,000円を超えるものが2件以上ある場合は、合算して所得区分による基準額（別表）を超える額を給付。
* 家族訪問看護療養費…訪問看護を受けたとき、支払った額の7割～8割を給付。
* 入院時食事療養費…1食につき460円（市町村民税非課税世帯は90日まで210円、91日以降は160円）を超えた額を給付（1日3食まで）。
* 入院時生活療養費…療養病床に入院した場合、食費（1食460円）、居住費（1日370円）を自己負担。
* 移送費…重症患者の入院、転院などの車代。組合の認めた額を給付。
* 家族出産育児一時金…1児につき420,000円。（産科医療保障制度に加入されていない医療機関で出産した場合は408,000円）
* 家族埋葬料…50,000円。

「付加給付」一覧（被扶養者）

* 家族療養付加金…被扶養者の1ヵ月の医療費自己負担額（1つの医療機関の診療報酬明細書（レセプト）1件あたり。高額療養費は除く）が20,000円を超えた場合、超過部分を給付する（100円未満は切り捨て）。 ・給付決定時に資格喪失者であり給付金の合計が1,000円未満の場合は、給付しない。
* 出産育児一時金付加金…50,000円を給付する。
* 埋葬料付加金…30,000円を給付する。

* 付加給付は、法定給付の手続き等により自動的に給付されるので、埋葬料付加金・家族埋葬料付加金以外は、特別な請求手続の必要はありません。

別 表

所得による高額療養費算定基準額

所 得	区 分	月単位の上限額
標準報酬月額 83万円以上	ア	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1 %
標準報酬月額 53万～79万円	イ	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1 %
標準報酬月額 28万～50万円	ウ	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1 %
標準報酬月額 26万円以下	エ	57,600円

限度額適用認定証が必要な場合

- 被保険者・被扶養者で、外来受診の自己負担額が高額になることが予想される方か、入院中または入院予定のある方が対象となります。
- 医療機関窓口で「限度額適用認定証」を提示する事で、窓口での支払が自己負担限度額までの支払いとなります。
- 外来の場合、一つの医療機関等で同一月の窓口負担が自己負担限度額を超える場合に、適用となります。
- 「限度額適用認定証」を申請する場合は、各事業所担当窓口を通して申請して下さい。

高額介護合算療養費

同一世帯内に介護保険の受給者がいる場合、1年間（8月～7月）にかかった医療保険と介護保険の自己負担額を合算した額が一定の基準額を超えた場合に支給されます。

※2023年度については2022年8月1日～2023年7月31日で計算します。

●申請手続き

まず介護に関する自己負担の証明書を、介護保険者（市町村）から取得して下さい。その証明書を健保組合に提出し、申請を行って下さい。申請を受け、健保組合が判定及び支給額の計算を行います。その結果、健保組合と介護保険者の双方から支給決定通知書が交付され、高額介護合算療養費が支給されます。

医療と介護の自己負担を合算する場合の基準額

所 得	2022年8月～2023年7月まで		2023年8月以降	
	70～74歳	69歳以下	70～74歳	69歳以下
標準報酬月額 83万以上	2,120,000円	2,120,000円	2,120,000円	2,120,000円
標準報酬月額 53万～79万円	1,410,000円	1,410,000円	1,410,000円	1,410,000円
標準報酬月額 28万～50万円	670,000円	670,000円	670,000円	670,000円
標準報酬月額 26万円以下	560,000円	600,000円	560,000円	600,000円