

音羽健康保険組合

2024年度版 ガイドブック

2024年4月1日版

音羽健康保険組合

〒112-0013 東京都文京区音羽1-18-10 音羽護国寺ビル1階

TEL 03-3943-3407

FAX 03-3943-3662

HP <http://www.otw.or.jp>

2024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6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、被保険者の疾病予防と健康増進の面で、最大限の効果を上げる施策を検討・導入する。
- 4、D X化をさらに推進し、業務の効率化のさらなる向上と、被保険者の利便性を充実させる。
- 5、職員の知識向上、スキルアップに努める。

令和6年度は第3期データヘルス計画が始まる年です。

データヘルス計画は、保険者による保健事業をデータ分析に基づいて実施するべく、2015（平成27）年に厚労省により開始されました。従来の保健事業が手探りで、あるいは前例通りでなんとなく行われてしまっていた部分もあるなか、データを根拠に費用対効果の高い保健事業へと改善すること、その結果、健康寿命の延伸と医療費適正化を図ることがデータヘルス計画の狙いです。令和6年度からは新しいデータヘルス計画に基づいて、より費用対効果の高い保健事業へと改善していきます。

この「ガイドブック」を始めとして、各種の手続きの説明や保健事業や補助金制度などについては、当健保のHPに掲載しております。手続き方法の変更や新事業のお知らせなども随時、お知らせしています。HPをご覧ください、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。

目次

～疾病予防と健康回復のために～

1、被保険者ための制度	
Ⅰ．希望者が利用できる補助金制度	5 p
人間ドック・脳ドックに対する補助金	5 p
人間ドック・脳ドックの契約医療機関について	7 p
女性のがん検診に対する補助金	10 p
女性のがん検診 契約医療機関	12 p
旅行に対する補助金	14 p
Ⅱ．事業所の健診に対する補助金	15 p
Ⅲ．事業所ごとに利用できる健診に対する補助金	15 p
2、20歳以上の被扶養者および任意継続保険者のための制度	
20歳以上の被扶養者および任意継続保険者の健康診断	16 p
20歳以上の被扶養者および任意継続保険者の歯科保健指導	17 p
3、被保険者と被扶養者がともに利用できる制度	
Ⅰ．全被保険者を対象にした制度	18 p
Ⅱ．被保険者と被扶養者を対象にした制度	18 p
インフルエンザ予防接種に対する補助金	18 p
育児雑誌「赤ちゃん！」等の配付	19 p
Ⅲ．必要に応じて活用できる制度	19 p
「ファミリー健康相談」、「メンタルヘルスカウンセリング」	19 p

～健康増進と体力向上のために～

1．健康維持のためのポータルサイト	21 p
2．契約スポーツクラブ「ティップネス」	23 p

～心身の休養と健康維持のために～

1．直営保養所「那須新林荘」	25 p
2．契約保養所「リゾートトラスト」	30 p

(参考) 保険給付（法定給付および付加給付）の一覧	32 p
---------------------------	------

～疾病予防と健康回復のために～

補助金などを活用して健康を保ちましょう



- *各補助金の請求は年度内（当年4月1日～翌年3月31日）利用分とします。
各補助金の請求は翌年の4月1日（土、日・祝の場合は翌営業日）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、当健保のホームページからダウンロードしてください。

1. 被保険者のための制度

Ⅰ. 希望者が利用できる補助金制度

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）。
種類	「日帰りコース」のみ。
実施医療機関	8～9ページの「契約医療機関および利用料一覧」の医療機関で必ず受診してください。 遠隔地勤務などの事情で、掲載以外の医療機関を希望する場合は、必ず事前に健保の担当者にご相談ください。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	7ページ「日帰りドックの検査内容」を参照。
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、オプションを選択し申し込んでください。 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 <u>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にお支払いください。</u>
日程変更 キャンセル	日程変更する場合は受診日の3日前までに、予約システムまたはコールセンターから行ってください。当日、体調不良等のやむを得ない事情で受診できない場合も同様にキャンセルしてください。 ※事前連絡なく日程変更・キャンセルをした場合はキャンセル料が発生することがあ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 脳ドック検査の補助対象は、脳ドック（MRI、MRA、CT、頸動脈エコー）になります。人間ドックと同日の受診でない場合は、補助の対象になりません。

※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
ます。

■予約システム

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

利用期間：2024年3月11日～2025年2月28日

利用時間：24時間 ※障害時、メンテナンス時を除く



※QRコードから予約システムへのアクセスが可能です。

■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：2024年3月1日～2025年2月28日

営業日：平日のみ ※土日祝、年末年始はお休み

営業時間：9：00～17：00

電話番号：03-6895-3776

メールアドレス：info-otw@dock-support.com

※予約システムおよびコールセンターの予約可能期間は2024年3月上旬から
2025年2月28日までとなっております。ご注意ください。

人間ドック・脳ドックの契約医療機関について

一覧表の見方

8～9ページで人間ドックの契約医療機関を紹介しています。
契約医療機関で脳ドックなどのオプション検査を受けることが可能です（ただし、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）。

基本料金とあるのは「日帰りドックの検査内容＋胃のバリウム検査」の料金です。胃カメラ検査については経口、経鼻、経口＋鎮静剤使用などが選べる場所もあります（内容によって料金が変わります）。

オプション検査については脳ドック（MRIやMRA、CT、頸動脈エコー）、肺がん検査（肺CTや喀痰）、婦人科（乳がん/マンモグラフィやエコー、子宮がん/頸部細胞診やエコー）、腫瘍マーカー（PSA〈前立腺〉、CA125〈卵巣、子宮がん〉、CEAなど）、骨密度検査などがあります。

※各病院のオプション検査の概要はHPに記載していますので、そちらをご覧ください。

日帰り人間ドック の予約について

① 日帰りドックの検査内容

身長、体重、BMI、腹囲測定、視力、聴力、血圧、尿蛋白、尿糖、胸部X線、心電図、空腹時血糖、肝機能検査（GOT、GPT、γ-GPTなど）、中性脂肪、脂質検査（HDLコレステロール、LDLコレステロールなど）、赤血球、ヘモグロビンなどの血液検査、問診など。

※原則として上記の検査が行われますが、契約医療機関によっては一部、検査内容が変わることがあります。詳しくは予約センターか受診する医療機関へ直接、お尋ねください。

② 音羽健保による補助金額は人間ドックで総額70,000円、脳ドックは総額40,000円です（2024年度時点）。オプション検査の内容と料金は各医療機関によって変わります。オプション検査を追加したい場合には、補助金額を超過した部分が自己負担となりますのでご注意ください。超過分は当日、ご自身で医療機関に必ずお支払いください。

【 契約医療機関および利用料一覧 】

*下記金額は税別表記となります。

	医 療 機 関 名	電 話 番 号	所 在 地	日帰りドック の基本料金 (人間ドック +胃のバリウム 検査)
1	東京警察病院	03-5343-5750	中野区中野4-22-1	47,500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	45,000円
6	柏健診クリニック	0120-15-4119	柏市柏4-5-22	41,000円
7	汐留健診クリニック	03-3432-8888	港区浜松町1-17-10	41,000円
8	IMSMe-Lifeクリニック池袋	03-3989-1112	豊島区東池袋1-21-11	39,000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	41,100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円
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円
13	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	43,500円
14	公益財団法人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円
15	こころとからだの元氣プラザ	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円
16	こころとからだの元氣プラザ (女性総合VIVIコース)	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	62,500円
17	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	46,000円
18	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	46,000円
19	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	44,500円
20	聖路加国際病院附属クリニック 予防医療センター	03-5550-2400	中央区明石町8-1	63,000円
21	河北健診クリニック	03-5377-2511	杉並区高円寺南4-27-12	42,000円
22	平塚胃腸クリニック	03-3984-4316	豊島区西池袋3-28-1	41,000円
23	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円

24	杏林大学医学部付属杉並病院 (男性コース)	03-5340-5102	杉並区和田2-25-1	46,000円
25	杏林大学医学部付属杉並病院 (女性コース)	03-5340-5102	杉並区和田2-25-1	49,000円
26	春日クリニック	03-3816-5840	文京区小石川1-12-16	42,000円
27	新赤坂クリニック青山	03-5770-1250	港区六本木5-5-1	42,000円
28	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円
29	東京ミッドタウンクリニック	03-5413-0081	港区赤坂9-7-1 ミッドタウンタワー6F	46,000円
30	小金井つかめクリニック	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	44,600円 (※)
31	イーク丸の内	0120-190-828	千代田区丸の内2-7-3-3F	63,000円
32	イーク有楽町	0120-190-828	千代田区有楽町2-7-1-15F	63,000円
33	イーク表参道	0120-190-828	渋谷区神宮前4-26-18 原宿ピアザビル4F	63,000円
34	山王メディカルセンター	03-3402-2185	港区赤坂8-5-35	44,000円
35	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円
36	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円
37	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円
38	医の森クリニック浅草橋健診センター	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円
39	新宿健診プラザ	03-5273-8201	新宿区歌舞伎町2-3-18	37,500円
40	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	40,000円
41	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円
42	丸の内クリニック	03-5223-8822	千代田区丸の内1-6-2 新丸の内センタービルディング4F	46,333円
43	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円
44	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円
45	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円

※「小金井つかめクリニック」は「人間ドック＋胃カメラ検査」の料金です

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	12ページ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） ・杏林大学医学部附属杉並病院（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5F 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、遠隔地勤務などの事情で、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	＊12～13ページの表にある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、受診コースの「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の予約システム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て申し込んでください。 ※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 当日の窓口負担はありません。
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 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 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。 <u>※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。</u> <u>※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。</u> <u>※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。</u>

■予約システム

HP：<https://www.otw-csfw.com/yoyaku>

利用期間：2024年3月11日～2025年2月28日

利用時間：24時間 ※障害時、メンテナンス時を除く



※QRコードから予約システムへのアクセスが可能です。

■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：2024年3月1日～2025年2月28日

営業日：平日のみ ※土日祝、年末年始はお休み

営業時間：9：00～17：00

電話番号：03-6895-3776

メールアドレス：info-otw@dock-support.com

※予約システムおよびコールセンターの予約可能期間は2024年3月上旬から2025年2月28日までとなっております。ご注意ください。

【 女性のがん検診 契約医療機関 】

*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・経膣エコー）	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）	10,100円
	⑦	乳房エコー（視触診あり）	
	⑧	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,550円
	⑨	セットA（同日受診/マンモグラフィ＋子宮頸がん）	16,241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）	
杏林大学医学部 付 属 杉 並 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	㉔	マンモグラフィ（視触診なし）	7,500円
	㉕	乳房エコー（視触診なし）	
	㉖	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	11,000円
	㉗	セットA（同日受診/マンモグラフィ＋子宮頸がん）	18,500円
	㉘	セットB（同日受診/乳房エコー＋子宮頸がん）	16,500円
新宿健診プラザ	㉙	マンモグラフィ（視触診なし）	5,000円
	㉚	乳房エコー（視触診なし）	4,000円
	㉛	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,000円
	㉜	セットA（同日受診/マンモグラフィ＋子宮頸がん）	15,000円
	㉝	セットB（同日受診/乳房エコー＋子宮頸がん）	14,000円
M E P 南 青 山	㉞	マンモグラフィ（視触診なし）	8,500円
	㉟	乳房エコー（視触診なし）	
	㊱	子宮頸がん（内診・細胞診・経膣エコー）	10,000円
	㊲	セットA（同日受診/マンモグラフィ＋子宮頸がん）	17,500円
	㊳	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。 但し、業務による出張は補助の対象となりません。 ※被扶養者の方は、ご利用できません。 ご夫婦で同時に旅行し、旅行補助金を二人とも請求したい場合、それぞれの被保険者の氏名（フルネーム）で領収書の発行をお願いいたします。 宿泊施設によって、それぞれの領収書の発行が難しい場合や、インターネットから予約・領収書発行をした場合は、どちらか一方は領収書の原本を添付し、どちらか一方は領収書のコピーを添付してください。 ※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なります。
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（フルネーム）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 ※上様、名字のみの領収書は認められません。 ② 利用明細書 ③ 2泊以上の利用の場合は宿泊先が明記された利用明細書、海外旅行、ツアー旅行の場合はスケジュール表 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。

* 各種補助金の請求期間は年度内まで（4月1日～翌年3月31日）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、早めにご提出ください。

* 提出された各補助金の請求に関しましては、翌月か遅くとも翌々月の25日までにお支払い致しますのでご確認ください。

* 各種申請書類は当健保のホームページからダウンロードしてください。

II. 事業所の健診に対する補助金

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型・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。

III. 事業所ごとに利用できる健診に対する補助金

種 別	実 施 時 期	対 象 者	内 容 な ど
集団（巡回） 歯科保健指導	各事業所別に 日時設定	健保へ申込みのあった 事業所の希望者	歯科衛生士および歯科医師による その場での指導
個別 歯科保健指導	個別に日時設定	集団（巡回）歯科保健 指導未実施（未受診） の希望者	

※集団（巡回）歯科保健指導と個別歯科保健指導のどちらかを、年度内に1回、利用できます。

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制度

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	「20歳以上の被扶養者」および「任意継続被保険者」のみなさま向けの制度です。
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	健診共同事業契約の医療機関「日本健康文化振興会」で実施しています(2022年以降より講談社での集団健診は「廃止」しています)。
申 込 方 法	令和6年度より、申込は「ネット申込」のみの受付となりました。 「けんしんナビ」のホームページ (https://otowa.kenshin-navi.com) にアクセスし、手順に沿って申込みを完了させてください。 5月に「案内書」をご自宅にお送りします。 案内書に記載のURLもしくは二次元コードより申込サイトにアクセスし申し込んでください。インターネット環境のない方は、日本健康文化振興会へお問い合わせください。
申 込 締 切	2024年8月末到着分まで
受 診 期 間	2024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. オプション検査 (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 ※医療機関によって受けられない項目もありますので、けんしんナビ申込時にご確認ください。

自 己 負 担 金	無料。ただし前記項目以外のオプション検査を追加された場合は有料となります。
受診後の精密検査	健康診断受診後の二次検診（精密検査）は、通常の「保険診療で3割の自己負担」となります。
お問い合わせ先	日本健康文化振興会 TEL：03-3316-0777 (平日：9：00～17：30 ※土日祝はお休み)

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」のみなさま向けの制度です。
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) ・受診日に音羽健保に加入している方。
実施医療機関	健診共同事業契約の医療機関「日本健康文化振興会」で実施。
申 込 方 法	6月に「案内書」をご自宅にお送りします。 案内書に記載のURLもしくは二次元コードより申込サイトにアクセスし申し込んでください。 ※インターネット環境のない方は、日本健康文化振興会へお問い合わせください。 日本健康文化振興会 TEL：03-3316-0777 (平日：9：00～17：30 ※土日祝はお休み)
申 込 締 切	2024年10月末到着分まで
受 診 期 間	2024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「う蝕歯（虫歯）」の検査 ②「歯列矯正」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がともに利用できる制度

I. 全被保険者を対象にした制度

種 別	実施の時期	内 容
家庭常備薬の配付	申込期間 9 月	音羽健保 HP の家庭常備薬の申し込みバナーから「候補薬の中から選択する」で選んでいただき、ご自宅へ郵送。
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。

II. 被保険者と被扶養者を対象にした制度

「インフルエンザ予防接種」に対する補助金

実 施 の 主 旨	インフルエンザ予防のための予防接種について、被保険者および被扶養者を対象にして「補助金」を支給する制度です。
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を支給。予防接種料が3,000円以上の場合は、3,000円を支給します。
利 用 手 続 き	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」を添付して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・被扶養者分をまとめて<u>1 枚の請求書にご記入ください</u>。もし2回接種して申請する場合も、必ず1枚の請求書にご記入ください。 ③ 領収書には、「<u>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</u>」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 <u>2年間プレゼント</u> 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で出産された方
送付内容	育児月刊誌「赤ちゃんと！」（12冊／1年間）と季刊誌ラシタス（4冊／1年間）を、事業所より届けられている住所に郵送します。 ※住所変更があった場合、住所変更届を必ず各事業所担当者へ提出してください。

Ⅲ. 必要に応じて活用できる制度

「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	(株)法研の専属の医師、保健師、看護師が「24時間・年中無休」で、電話による健康相談や医療相談に応じ、アドバイスしてくれます。 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ます。 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）であることと、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。

～健康増進と体力向上のために～

健康になるために体力をつけましょう

※2024年度から「健康管理ポータルサイト」の変更を予定しております。
「ウォーキングキャンペーン」についても新しい方式を準備しており、
決まり次第、音羽健康保険組合HPでお知らせする予定です。



1. 健康維持のためのポータルサイト

Pep Up (ペップアップ)

令和6年度4月1日（月）より健康維持のためのポータルサイト「Pep Up（ペップアップ）」の利用を開始いたしました。

Pep Upでは健康診断結果や医療費通知、健康記事等を閲覧でき、ポイントを貯めて電子マネーなど様々な商品と交換することができます。

歩いて たまる

読んで たまる

健康になると たまる

ポイントは好きな商品に交換！

amazon gift card

R POINT ポイント

初回登録

3000 Pep ポイント プレゼント！

※掲載されている商品名およびロゴは、各社の商標または登録商標です。
※本サービスは株式会社JMDCによる提供・運営です。

ご登録方法

同封のチラシ記載の本人確認コードと登録方法をご覧いただき、スマートフォンまたはPCよりご登録ください。

アプリがおすすめ！

▼アプリのダウンロードはこちらから

iPhoneの方 Androidの方

Pep Upの詳しい内容は裏面に ▶

Pep Upであなたの健康がわかる、ポイントもたまる。

Pep Up（ペップアップ）はあなたの「健康年齢」を維持改善するためのヘルスケアプラットフォームです。健康情報をつなぐため、あなたの状態を見る化し、健康活動をサポートします。

しばいめと自分のペースで歩こう「ふれんどウォーク」

1日5,000歩以上でしばいめがシャベルを発見！シャベルでほりほりするとPepポイントがもらえます。

カラダ年齢がわかる「健康年齢」

健康年齢は健康診断や人間ドックの結果からあなたの健康状態が何歳相当かを表す健康の指標です。

健康づくりで高ポイント「健康チャレンジ」

ウォーキングや生活習慣の改善行動に取り組みながらポイントもたまるイベントを開催。年間最大3,000ポイント以上たまります。

隙間時間に学んでポイント「健康記事」

健康記事を読んで評価するとポイントがもらえます。大人気コンテンツ「メタボ川柳」も絶賛連載中！

他にも健康づくりをサポートする機能が充実

- 健診結果の確認
- お薬手帳
- ワクチン接種記録
- 日々の記録
- 健康レシピなど

fitbitプレゼントキャンペーン実施中！

Pep Upにご登録いただくと、毎月抽選でFitbitをプレゼント！

ユーザー登録の再申請のために本人確認コードが必要な方は、
音羽健康保険組合HPの上段『Pep Up』
⇒『健康維持のためのポータルサイト「Pep Up（ペップアップ）」の利用開始のお知らせ』
⇒『ユーザー登録再発行申請フォームはこちらから』
と進んで申請してください。

音羽健康保険組合

新規登録方法

音羽健保に加入した方には、新規登録のための「初回登録案内通知」が郵送で届きます。そこに書かれた本人確認コードが必要となります。

Pep Upのトップ画面から新規登録に進み、自身のメールアドレスを入力してください。そのアドレス宛に本人確認コードを入力するためのURLが届きます。そこで確認コードを入力して、必要事項を記入し登録してください。

※「初回登録案内通知」を紛失してしまったなどのお問い合わせは音羽健保（03-3943-3407）へご連絡ください。



新規登録QRコード



Android用アプリ



iOS用アプリ

音羽健康保険組合

令和6年4月より

MY HEALTH WEBから
Pep Upへ移行します

健康年齢で、カラダ見える、ジブンが変わる

PepUp.

ペップアップ

スマホやウェアラブル端末で
バイタルデータを簡単に記録

歩数や睡眠時間などのバイタルデータや食事や運動の記録を簡単にします。デバイス連携すれば自動で歩数なども記録されます。

あなたの健康状態に合った
コンテンツを提供

あなたの健康診断の結果とあわせた健康コンテンツの提供、ウォーキングラリーや健康クイズなどのイベントをご用意しています。

ご利用は、PC・スマホ（公式アプリまたはWeb）から

同封の登録案内をご確認の上、スマートフォンかパソコンよりご登録ください。

Web版でご利用の方

PCまたはスマートフォンにて
「ペップアップ登録」と検索してください。

ペップアップ登録

アプリ版でご利用の方

右のQRコードよりアクセスし、アプリをインストールしてご利用ください。

iPhone

Android

Pep Upを使うほど
ポイントがたまる！

健康づくりへの取り組みで、各社ポイントや電子マネーを始めとした、素敵な商品と交換ができるPepポイントが貯まります。

初回登録

3,000

ポイント
プレゼント！

6月末までに登録を！

※画面イメージは、実際の画面とは異なる場合があります。

Pep Upでこんなことできたの!?

健康のための機能が盛りだくさん

Pep Up（ペップアップ）はあなたの「健康年齢」を維持改善するためのPHRサービスです。
健康状態を見る化し、あなたの健康活動をサポートします。

初回登録案内をご自宅へ郵送します。案内に沿ってご登録をお願いいたします。

パソコンまたはスマートフォンからご登録できます。
以下のURLへアクセスし、ご登録をお願いいたします。

MY HEALTH WEBをご利用の皆さまへ

令和6年4月よりPep Upの移行に伴い、MY HEALTH WEBのサービス提供を終了いたします。ご利用中の皆さまにはお手数をおかけいたしますが、Pep Upへのご登録をお願いいたします。

MY HEALTH WEBで貯めたポイントは、6月28日（金）までにPep Upにご登録いただきますと自動的に移行され、Pep Upポイントとしてご利用いただけます。ポイント移行までに約2か月程度かかる場合がございます。

ユーザー登録の再申請のために本人確認コードが必要な方は、

音羽健康保険組合HPの上段『Pep Up』

➡『健康維持のためのポータルサイト『Pep Up（ペップアップ）』の利用開始のお知らせ』

➡『ユーザー登録再発行申請フォームはこちらから』

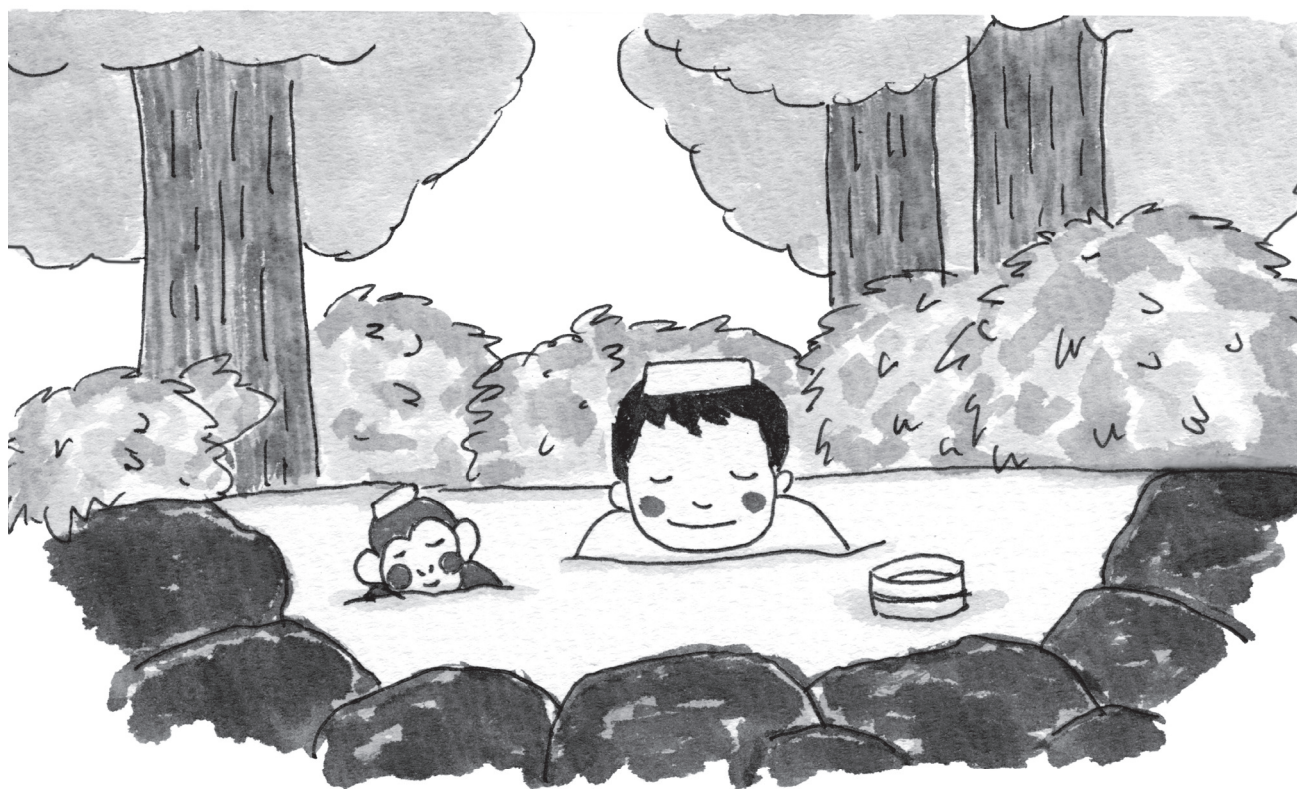
と進んで申請してください。

2. 契約スポーツクラブ

ティップネス 	所在地・施設 利用者の範囲 利用時間 利用の方法 利用料 利用特典 登録キャンペーン	関東のティップネス 42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 ※「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。 被保険者および16 歳以上の被扶養者 各店舗の営業時間で利用できます。 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「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。 【登録料】 1,100 円（税込）／初回のみ 【利用料】 550 円（税込）／1 回 ※登録料（初回のみ）、利用料はいずれも当日店舗で支払ってください。 ※1 枚の会員証ですべての対象店舗が利用できます。 利用時に「タオルセット」「Tシャツ」「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。 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（2024年時点）。
--	--	---

～心身の休養と健康維持のために～

保養所などを利用して心身ともに健やかに



1. 直営保養所「那須新林荘」

 	所在地 施設の内容 交通の便	〒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 ① 客室：5名定員×4室、4名定員×3室、 バリアフリー3名定員×1室 ※<u>2024年4月時点では、5名定員×4室、4名定員×2室の運営体制となっております。</u> ※状況によっては、利用できる部屋数を変更する場合があります。あらかじめ、ご了承ください。 ② 浴室（温泉）：男女別「内風呂、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. 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. 駐車場 【公共交通機関】 「東北新幹線那須塩原駅」または「JR黒磯駅」下車。 「那須湯本」行きバス（那須塩原駅と黒磯駅の両方から利用可能）で「一軒茶屋」バス停下車。徒歩3分。 【車】 「東北自動車道・那須塩原IC」より20分（ハイシーズン中は、渋滞することがあります）。
--	-------------------------------------	--

直営保養所「那須新林荘」の利用について

▼利用者の範囲

資格イ：音羽健保の保険証を有する方
資格ロ：「資格イ」・「資格ハ」の同行者
資格ハ：OB

※OBとは定年退職または55歳以上で早期退職により、当組合の被保険者資格を喪失した方。

※資格ハの者の利用については、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）、金曜、土曜および祝前日は除く。日曜は利用可。

※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。

▼利用料金

	大人（中学生以上）	2歳～小学6年生	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」および「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年生の利用者は「夕食」を「子供食」に変更できますが、料金の変更はありません。

※食事が不要の場合でも、料金の変更はありません。

▼利用の単位

宿泊利用は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. 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。

※新林荘予約システムで空室状況をご確認ください。

▼利用の方法

1. 予約について ※予約はWEB予約のみになりました。
 - A. 音羽健保HPのトップページより予約サイトへアクセスし、初回は新規登録を行ってください。
※保険証に登録されている氏名（漢字）で入力しないと、エラーとなってしまいますので、ご注意ください。
※新林荘をご利用のOBの方
予約サイトを利用するにあたり、初回は新規登録が必要となります。音羽健保の保険証をお持ちでない方は、「記号・番号」が必要となりますので、音羽健保までお電話ください。インターネット環境がない場合は、こちらで予約を代行させていただきます。
音羽健康保険組合 TEL 03-3943-3407 受付時間 10：00～17：00
 - B. 初回新規登録が完了したらログインし、「ご予約はこちら」から予約を行ってください。
新林荘予約サイト URL：<https://otw-kenpo.net/>
※アレルギー食材のある方などは、備考欄にその旨を入力してください。
 - C. 受付開始日は「利用月の3か月前の月始日」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
「利用日の5営業日前」までとします。
4. 年末年始の予約（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. 食材準備の関係で振込期日後のキャンセルの場合、返金はできません。
5. 予約が完了したら登録したアドレスに、予約受付メール、その後、利用料金の案内メールが届きます。振込金額・振込期日等ご確認いただき、音羽健保の指定口座に「被保険者もしくはOB本人の名前」で振り込んでください。
6. 入金確認ができましたら、利用券発行メールが届きます。宿泊当日に、メールの画面もしくはプリントアウトしたものを新林荘の管理人にお見せください。

▼宿泊時の注意事項

当組合の直営保養所は皆さまの健康保持増進のために設けた施設です。皆さまの憩いの場であり、楽しくお過ごしいただくため、ご利用にあたりましては次の事項についてご協力をお願いいたします。従っていただけない利用者の方には、次回以降のご利用をお断りする場合がございますので、必ずお守りいただけるよう、お願い申し上げます。

1. 館内の設備や備品等は組合員みなさまの財産ですので、大切に取り扱いってください。
2. 施設内での過度な飲酒や騒音など、他の宿泊客に迷惑をかける行為は慎んでください。早朝・深夜の大きな声での会話やテレビの音量等にもお気をつけください。
3. 共有スペースや宿泊するお部屋の備品などを破損した場合は退去時まで管理人に伝えてください。大規模な修理や取り換えが必要な場合は費用を請求させていただく場合もありますのでご注意ください。
4. 館内は全面禁煙です。
5. 特別料理の指定や持参された食材の調理はお受けしませんのでご了承ください。予約時には「那須新林荘ご利用案内」もお渡ししています。こちらも必ずご一読ください。

▼バリアフリー室の利用について

1. 車イスをご利用されるお客様には、バリアフリー室（3名定員）をおすすめしています。予約サイトでの申込時に必ず、備考欄に「バリアフリー室希望」と入力してください。その他、ご事情のある方は事前にご相談ください。
 - A. バリアフリー室は1室あり、先着順の受付とします。
 - B. 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いたします。
 - C. 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。
 - D. 館内では備え付けの車イスをご利用ください。
2. バリアフリー室は車イスの方の利用が優先となりますが、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、すぐに新林荘予約システムより行ってください。但し、「健保事務所」が土曜、日曜、祝日等で連絡がつかない場合は、必ず「保養所」に直接連絡してください。
2. 「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。

▼キャンセル料

1. 利用日の5営業日前から当日までのキャンセルは「利用料の全額」とします。
2. 年末年始は、食材準備の関係で振込期日後のキャンセルは「利用料の全額」とします。

▼チェックイン

14:00～22:00

1. 14:00前に到着した場合は、館内の準備ができるまで入館できません。
2. 到着予定が22:00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

10:00

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（その日の17:00まで）。
2. 7:00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前日に管理人へご相談ください。

▼カラオケ室の利用

1. 利用時間は10:00～24:00です。
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10:00～17:00までとします。

▼娯楽室の利用

10:00～24:00 ※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

10:00～24:00

▼トレーニングルームの利用

6:00～22:00



2. 契約保養施設

リゾートトラスト	所在地	
 	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 <u>※ 上記の施設はすべて、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。</u> 【リゾートピア】 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】 サンメンバーズ京都嵯峨 サンメンバーズひるがの お問い合わせ 東京予約センター TEL 03-5323-8221 （営業時間：月～金 9：00～18：00） ホームページ 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「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

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

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 希望部屋グレード（スタンダード・ラージ）は、被保険者本人もしくは被扶養者本人の同行があれば同伴者の範囲に制限はありません。
希望部屋グレード（スイート以上）は被保険者本人が同行し、同伴者は2親等以内の家族に限ります。
- ② 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。
- ③ 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。

(参考) 保険給付 (法定給付および付加給付) の一覧

2024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、自身で全額を支払い、あと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所得区分による基準額を超える額を給付 (32ページ別表および限度額適用認定証が必要な場合を参照)。
＊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を超える額を給付 (32ページ別表および限度額適用認定証が必要な場合を参照)。
＊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490円 (市町村民税非課税世帯は90日まで1食210円、91日以降は1食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) を超えた額を支給。
＊移送費…重症患者の入院、転院などの車代。健保組合が認めた場合は給付。
＊傷病手当金…病気やケガの療養で会社を休み、給与が支給されない場合に、開始日から通算して1年6ヵ月間、支給。(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)。 ※支給額は休業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500,000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488,000円。
＊出産手当金…支給期間は産前42日。および産後56日間 (双子以上は産前が98日、産後は56日間。分娩予定日が遅れた期間も支給)。 ※支給額は休業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。

※それぞれの申請の仕方については、所属する会社の担当部署にお問い合わせください。

「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）。1つの医療機関の診療報酬明細“レセプト”1件あたり（高額療養費は除く）。 ※給付決定時に資格喪失者で、給付金の合計が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、特別な請求手続は必要ありません。

「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、自身で全額を支払い、あとで健康保険組合に請求して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所得区分による基準額を超える額を給付（32ページ別表および限度額適用認定証が必要な場合を参照）。
＊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を超える額を給付（32ページ別表および限度額適用認定証が必要な場合を参照）。
＊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490円（市町村民税非課税世帯は90日まで1食210円、91日以降は1食160円）を超えた額を給付。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）を超えた額を給付。
＊移送費…重症患者の入院や転院などの車代。健保組合が認めた場合は給付。
＊家族出産育児一時金…1児につき500,000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488,000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）。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）。
※給付決定時に資格喪失者で、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、特別な請求手続は必要ありません。

[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、外来受診か入院中または入院予定のある方で、自己負担額が高額になることが予想され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、窓口では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、各事業所の担当窓口を通して申請して下さい。
- マイナンバーカードを健康保険証として利用できる医療機関では、「限度額適用認定証」は申請の必要がなくなる予定です。

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～翌年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。

※2024年度については2023年8月1日～2024年7月31日で計算します。

●申請手続き

介護に関する自己負担の証明書を、介護保険者（市区町村）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、健保組合が判定およ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	2023年8月～2024年7月まで		2024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 83万円以上	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