

組合だより

⇒ 年末・年始の事務取り扱いについて

年末 令和6年12月27日(金)まで平常業務 **年始** 令和7年1月6日(月)より平常業務

⇒ 事業概況 (令和6年7月末現在)

事業所数
7,404社

被保険者数
679,997人 (男 434,595人
女 245,402人)

平均標準報酬月額
421,058円 (男 468,599円
女 336,865円)

被扶養者数
307,097人 (扶養率 0.45)

お問い合わせ

当組合では、各課直通のダイヤルイン方式をとらせていただいております。
業務内容をご確認のうえ、直接おかけくださいますようお願い申し上げます。

TEL

●総務課	03-5925-5300
●適用一課〈保険証及び資格取得・喪失届、被扶養者(異動)届等に関する事	03-5925-5302
●適用二課〈法人等の組合加入、任意継続被保険者に関する事	03-5925-5306
●徴収課〈保険料、納入告知書等に関する事	03-5925-5305
●給付課〈各種保険給付金等に関する事	03-5925-5303
●審査課〈高額療養費・一部負担還元金等、限度額適用認定証に関する事	03-5925-5304
●求償課〈第三者行為、外傷の照会等に関する事	03-5925-5326
●健診事業課〈健康診査等に関する事	03-5925-5349
●データヘルス計画推進課〈疾病予防事業、Pep Upに関する事	03-5925-5340
●企画調整課〈健康経営に関する事、個人情報の取り扱い窓口	03-5925-5307
●健康増進課	03-5925-5301
●健康増進サービスセンター〈保養所・イベント等に関する事	03-5925-5348

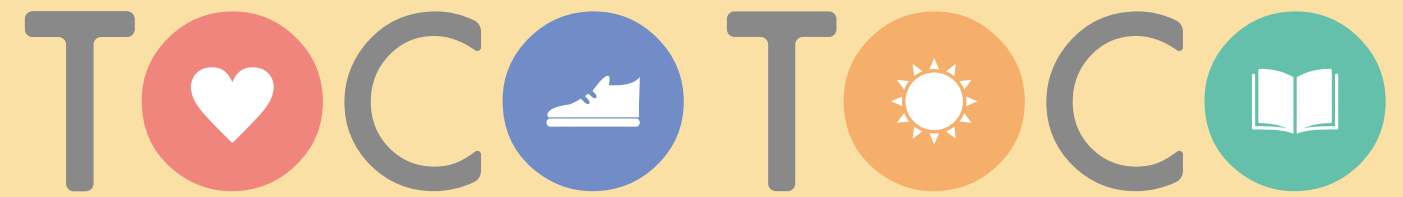
(FAX) 03-5925-5335

●直営健診センター〈直営健診センターの健康診査等に関する事

大久保健診センター 03-5925-5320

山王健診センター 03-5570-1871

※電話・ファックス番号はお間違いのないようご注意ください。



- HEALTHY, SPORTS & RESORT LIFE MAGAZINE -

令和5年度の事業報告と 決算がまとまりました

2024 OCTOBER vol.128

令和6年12月2日

現行の健康保険証の発行は終了します

お早めにマイナ保険証の利用登録をお願いいたします

健康保険の手続き

- 適用：算定基礎届が終了いたしました/
任意継続のご案内
- 給付：整骨院・接骨院のかかり方/傷病手当金について
- 審査：限度額適用認定証について
- 求償：労災(業務災害/通勤災害)について

健康管理

- 薬剤師さん 教えて!ジェネリック
- Pep Up 機能紹介・登録方法
- 健康診査、検査のご案内
- 直営・契約健診機関一覧

健保会館附属施設

- レストラン
- 会議室

保養施設 他

- 直営・通年・冬季保養施設
- 旅行の補助
- スポーツクラブ/スポーツ施設/
ゴルフ場/乗馬体験
- 提携保養施設/ラフォーレ倶楽部/
リソルの森/オートキャンプ場
- 冬季アイススケート場利用券

CONTENTS

令和5年度 事業・決算報告	03
当組合の医療費と最近の動向	07

マイナ保険証	
健康保険証の発行終了とマイナ保険証への移行について	08

健康保険の手続き	
算定基礎届に伴う保険料控除について	12
任意継続のご案内	12
整骨院・接骨院のかかり方	13
傷病手当金について	14
限度額適用認定証について	15
労災(業務災害/通勤災害)について	16

健康管理	
薬剤師さん 教えて!ジェネリック	17
Pep Up機能紹介・登録方法	18
インフルエンザ予防接種費用補助事業のご案内	20
春季・秋季巡回健診のご案内/胃がんリスク検査のご案内	21
歯科健診を受けましょう!	22
健康診査を受けましょう!	23
健診の予約から結果送付まで	24
特定保健指導	25
直営・契約健診機関一覧	26
脳MR検査・肺CT検査のご案内	37
直営健診センターインフォメーション	38

健保会館付属施設	
桜華樓/アル・ファール	40
木都里亭/鮎一新	41
ブロッサム/会議室	42

保養施設 他	
直営保養施設	
トスラブ湯沢	43
トスラブ箱根 和奏林/トスラブ箱根 ビオーレ	44
トスラブ館山 ルアーナ	45
通年保養施設	46
冬季保養施設	51
直営・通年・冬季保養施設の申し込みから利用まで	52
旅行の補助(宿泊+交通付プラン)	54
旅行の補助(宿泊プラン)	56
スポーツクラブ/スポーツ施設	58
ゴルフ場/乗馬体験/イベントインフォメーション	59
提携保養施設/ラフォーレ倶楽部/リソルの森/オートキャンプ場	60
冬季アイススケート場利用券	61

健康経営	
健康企業宣言募集中!	63

その他	
公告	64
個人情報保護について	66
健康啓発コラム「子どもの健康について」	67
福祉弘済会	70

※本誌に掲載している料金はすべて税込価格です。
※本誌に掲載しているQRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

令和5年度 事業・決算報告

令和5年度の事業報告と決算がまとまりました

令和6年7月4日開催の第115回組合会において、令和5年度の事業報告及び決算残余金の処分案が承認されました。令和5年度は、被保険者数の増加等により保険料収入が増えたものの、医療費や高齢者医療制度への納付金の増大により経常収支が赤字計上となりました。

令和5年度の事業報告及び決算の概要についてお知らせいたします。

組合現況

		令和5年度実績	令和4年度実績	差引増減
事業所数(令和6年3月末)		7,387社	7,293社	94社
被保険者数(年間平均)	男	415,698人	395,024人	20,674人
	女	232,048人	213,993人	18,055人
	計	647,746人	609,017人	38,729人
被扶養者数(令和6年3月末)		308,192人	303,740人	4,452人
平均標準報酬月額 (年間平均)	男	463,341円	458,511円	4,830円
	女	330,428円	324,874円	5,554円
	全体	416,740円	412,527円	4,213円
介護保険第2号被保険者である 被保険者数(年間平均)		254,931人	239,712人	15,219人

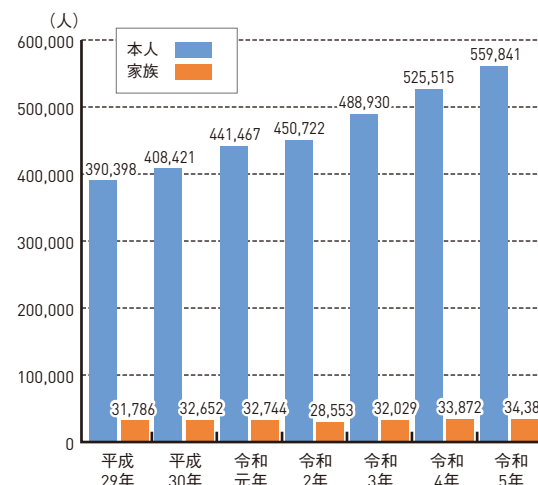
組合現況報告

令和5年度の当組合は、令和6年3月末現在で事業所数は7,387社となり、前年度より94社増加しました。また、年間平均の被保険者数は64万7,746人となり3万8,729人の増、平均標準報酬月額は41万6,740円となり、前年度より4,213円の増となったことから、当初計画よりも保険料収入が増加しました。

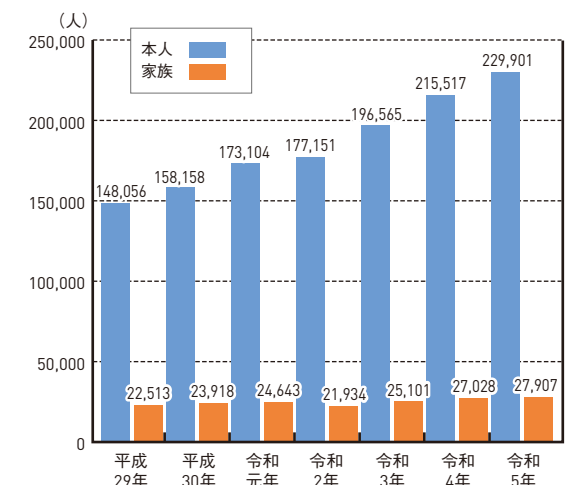
令和5年度は、59万4,229人(前年度より3万4,842人

増)の被保険者と家族の方が健康診査を受けられました。これらの健康診査のうち、40歳以上の方に義務付けられる「特定健康診査」の受診者は25万7,808人(前年度より15,263人増)、このうち特定保健指導に該当した人は5万6,864人(前年度より1,912人増)で内訳は動機付支援2万3,094人、積極的支援3万3,770人という結果になっています。

健康診査受診者数



特定健康診査受診者数



決算内訳

一般勘定

収入

科目	決算額 (千円)	被保険者 1人当たり額 (円)
保険料	304,420,914	469,970
国庫負担金収入	117,292	181
調整保険料収入	4,733,391	7,307
繰越金	16,826,643	25,977
繰入金	18,040,662	27,851
財政調整事業交付金	3,394,730	5,241
施設利用料収入	1,437,604	2,219
その他	755,821	1,168
収入合計	349,727,057	539,914
経常収入合計	306,658,056	473,423

収入支出 差引額	28,435,596千円
経常収支* 差引額	△8,108,544千円

*経常収支とは…繰越金、繰入金、財政調整事業交付金・同拠出金、営繕費などを除いた、単年度の実質的な収支のことです。

決算残金処分内訳

決算残金処分内訳 (千円)	
別途積立金	20,080,884
繰越金	8,349,801
財政調整事業繰越金	4,911

介護勘定

収入

科目	決算額 (千円)	被保険者 1人当たり額 (円)
介護保険収入	35,324,491	138,565
雑収入	60	
合計	35,324,551	138,565

収入支出 差引額	4,718,157千円
----------	-------------

決算残金処分内訳

決算残金処分内訳 (千円)	
準備金	4,718,157

※端数整理のため、1人当たり額の計が符合しない場合があります。

決算概要

医療費及び納付金負担増大により、平成22年度以来の赤字決算

令和5年度の収入支出決算は、一般勘定で収入 約3,497億円、支出 約3,213億円、差引 約284億円の決算残余金となりましたが、前年度からの繰越金や繰入金などを除く当年度の実質経常収支は、約81億円の赤字決算となっています。

介護勘定は、収入 約353億円、支出 約306億円、差引 約47億円の決算残余金となりました。

一般勘定

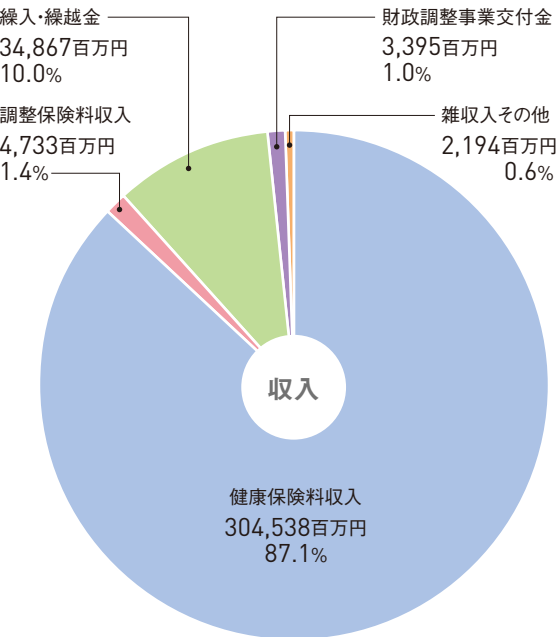
令和5年度は、被保険者数、標準報酬月額ともに順調に推移したものの、医療費などの保険給付費が過去最大になったことに加え、高齢者医療制度に係る納付金等について、令和3年度の概算納付金と確定納付金の精算額がふくらみ、法定給付費等が増大しました。

決算ベースの対前年度比で、被保険者1人当たりの保険料収入は、3,415円増加し469,970円(対前年度比100.7%)となり、法定給付費と付加給付費を合計した保険給付費の被保険者1人当たりの額は、11,113円増加し、238,846円(対前年度比104.9%)となっています。また、被保険者1人当たりの納付金等の額については12,591円増加し213,999円(対前年度比

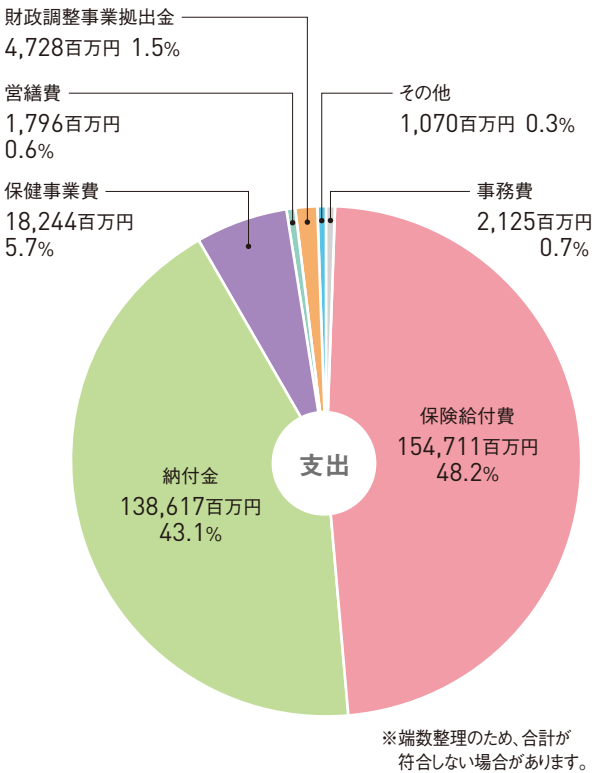
106.3%)となっています。この結果、保険給付費と納付金等の支出額の合計は被保険者1人当たり452,845円(対前年度比105.5%)となっています。

これらの経費の支払いに必要となる一般保険料を料率に換算すると、保険給付費が約4.25%、納付金等が約3.81%であり合計すると約8.06%で、令和5年度の保険料率8.5%の実に9割以上がこれらの支出に充てられたことになります。令和5年度に皆さまからお預かりした保険料の一部は決算残余金として積立金に繰り入れるなど所要の措置を講じ、将来の財政安定化に向けた取組を実施してまいります。

収入合計 349,727百万円

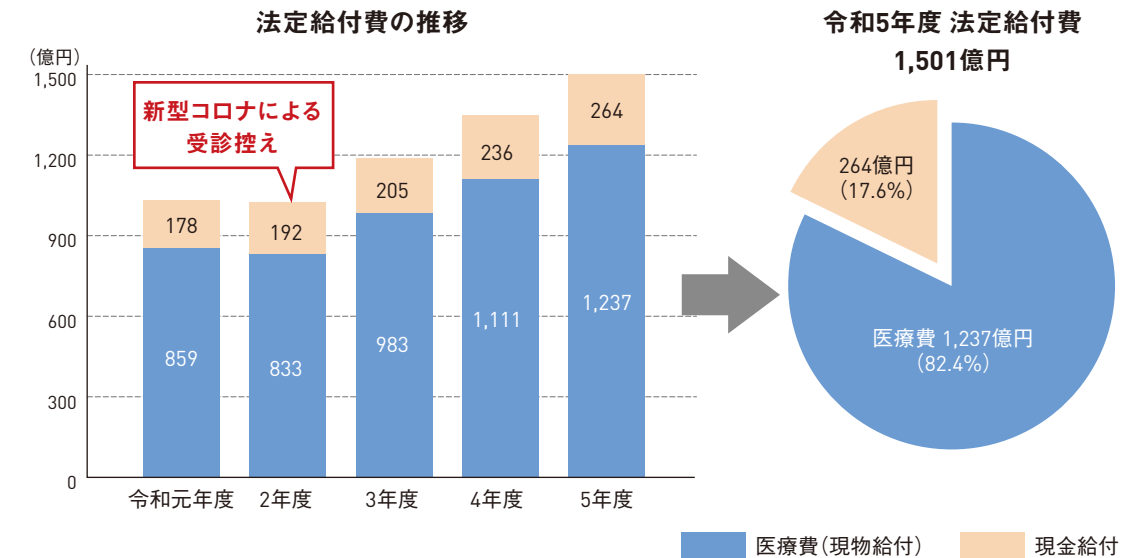


支出合計 321,291百万円



当組合の医療費と最近の動向

当組合の法定給付費は支出全体の46.7%を占めており、高齢者医療制度の拠出金と並んで高額な支出となっています。令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響による受診控えにより、一時的に減少に転じましたが、令和3年度以降は受診控えも解消され、医療費が大きく伸び続けています。



健保組合の医療費が増加している要因は、高額薬剤の台頭や医療技術の高度化等にあります。診療報酬の点数が高額となる場合、高額療養費が適用され、加入者の皆さまの自己負担は一定額が上限となりますが、上限を超過した費用の全額を健保組合が支払っています。

また、令和3年度より新型コロナウイルス感染症に起因する診療報酬の特例加算措置により、加算点数が上乘せられた影響も大きな要因となっています。

※特例加算措置は新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴い現在は廃止されています。



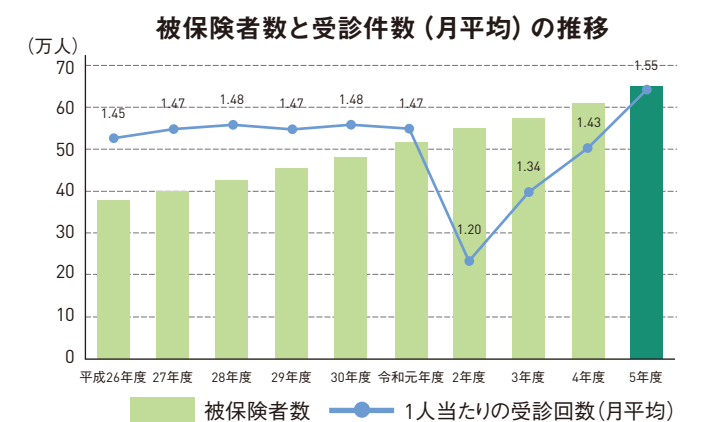
疾患別では呼吸器関連疾病が急増

新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの流行のほか、風邪等の増加により、呼吸器疾患関連の医療費が令和4年度から増加しています。例年インフルエンザは冬季に流行していましたが、令和5年度は夏から冬まで長期的な流行となりました。

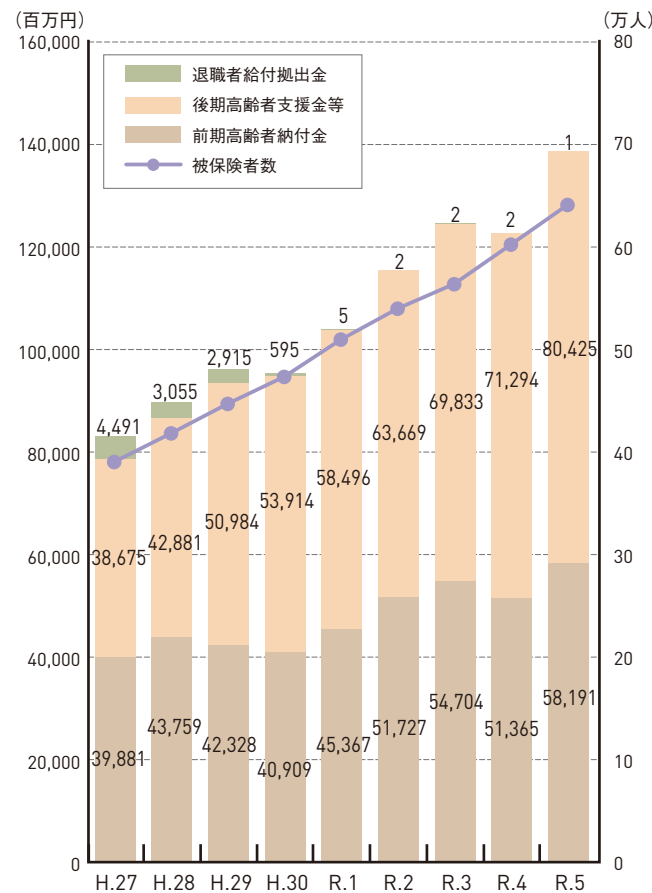
令和5年度の平均受診件数が過去最大に

※平均受診件数は医療機関等の総受診件数を当該年度の被保険者数で除した件数

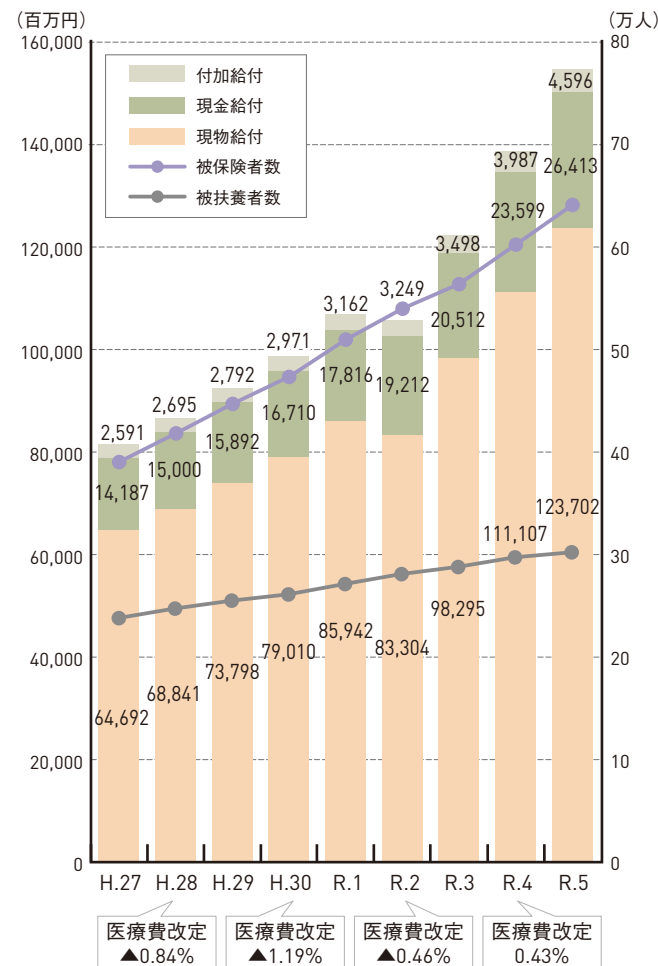
直近である令和5年度は過去最高の平均受診件数となりました。コロナ禍前である令和元年度は、被保険者数約50万人が月に1.47件受診していましたが、令和5年度は約65万人が月に1.55件受診していることとなります。風邪等の軽症患者の受診件数が大きく伸びていることが起因していると考えられます。



高齢者医療制度への納付金等の推移



保険給付費の推移



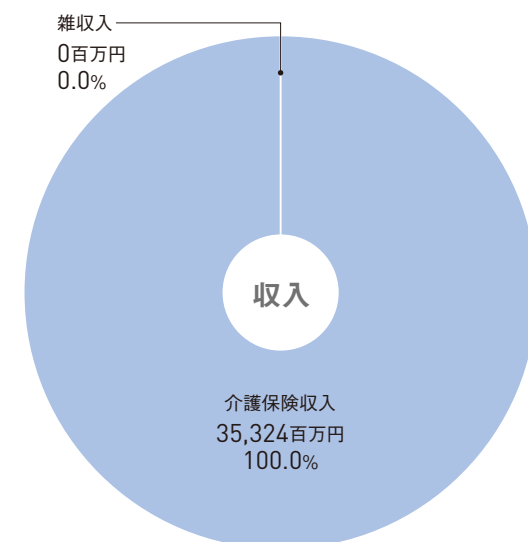
※医療費の伸びは、改定率以外に①被保険者数の増減、②加入者の構成内容の変化、③診療報酬以外の制度改正等の影響、医療の高度化等の要因の影響を受ける。

介護勘定

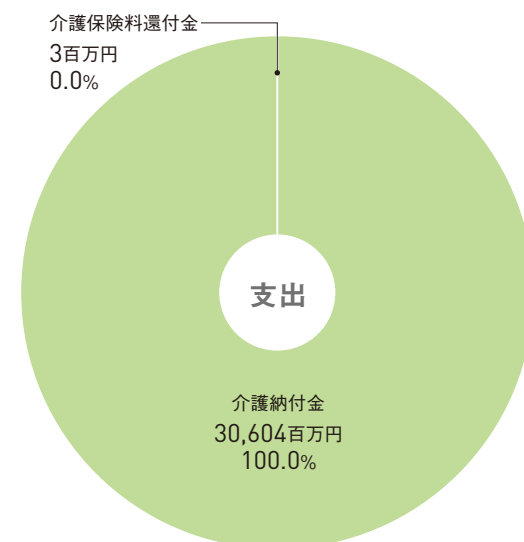
令和5年度は、介護納付金の被保険者1人当たりの額が2,088円増加し120,046円(対前年度比101.8%)となりました。令和5年度の介護第2号被保険者たる被保

険者からの保険料収入は、被保険者1人当たりの額が629円増加し138,565円(対前年度比100.5%)となりました。決算ベースで約47億円の黒字決算となりました。

収入合計 35,325百万円



支出合計 30,606百万円



※端数整理のため、合計が符合しない場合があります。

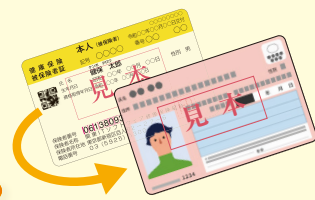
令和6年12月2日

現行の健康保険証の発行は終了します。

健康保険証廃止後の医療機関等への受診は、



マイナ保険証を利用してください。

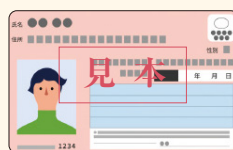


マイナ保険証をまだ持っていない方は？

STEP 1

マイナンバーカードを
申請
(次のいずれかの方法)

- ①パソコンやスマートフォンでオンライン申請
- ②郵便による申請
- ③まちなかの証明写真機から申請



STEP 2

マイナンバーカードを
健康保険証として登録
(次のいずれかの方法)

- ①医療機関等の受付カードリーダーで登録
- ②マイナポータルから登録
- ③セブン銀行ATMから登録

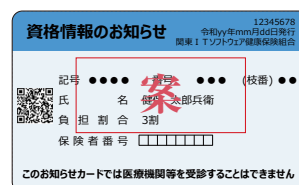


今、持っている健康保険証は？

交付されている健康保険証は、令和7年12月1日まで医療機関等の受診に利用できます。この日を過ぎると医療機関窓口での利用はできません。

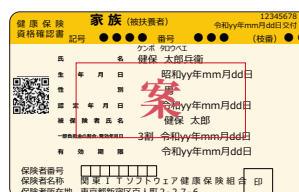
保健事業を利用するときは？

保養施設・レストラン・健診機関等のサービスを利用するとき、現行の健康保険証をお持ちの方は、引き続き健康保険証の提示で利用できます。健康保険証が交付されない方には、新たに「**資格情報のお知らせ(紙・カード型)**」を発行します。



マイナ保険証を持つことができない場合は？

申請により、医療機関等の受診に利用できる「**資格確認書(紙・カード型)**」を交付します。
有効期限は交付日から4年後の年末までです。



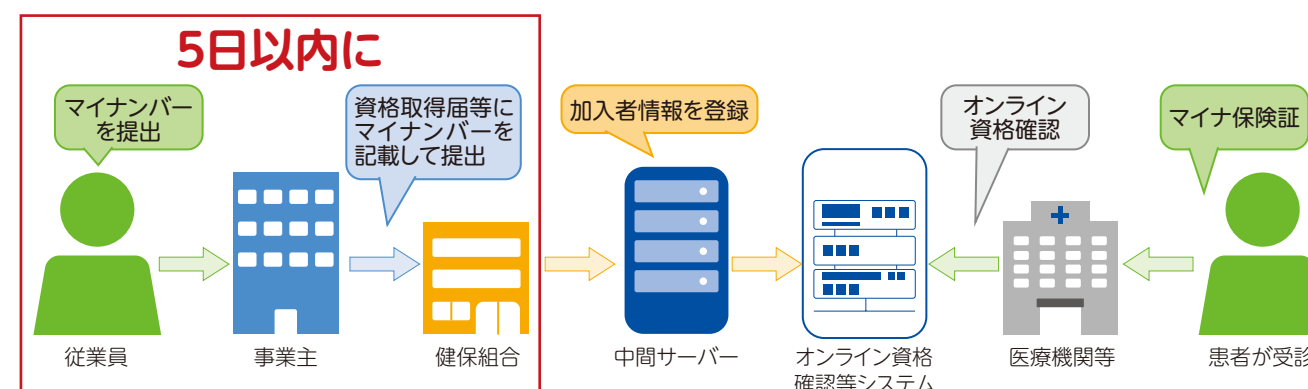
マイナ保険証への移行概要

現行の健康保険証は、令和6年12月2日以降その発行を終了し廃止します。
医療機関等への受診は、「**マイナ保険証**」を利用していただくことになります。

	マイナ保険証	資格情報のお知らせ	資格確認書	健康保険証
形状	マイナンバーカード	紙・カード型	紙・カード型	プラスチック・カード型
交付対象	お住まいの市区町村へご確認ください	①令和6年12月2日以降の加入手続きの方 かつ ②オンライン資格確認システムへのデータ登録が完了した方	オンライン資格確認を受けることができない方	①令和6年12月1日以前の資格取得日の方 かつ ②令和6年11月25日までに申請書が到着した方
取得方法	マイナンバーカードの入手後、本人が健康保険証利用登録を行う	資格取得手続き後、オンライン資格確認システムへのデータ登録が完了後に送付	交付申請書並びに資格取得時等に申請	令和6年11月25日までに申請書が当組合へ到着
使用目的	医療機関を受診するとき	被保険者資格等の簡易把握や、当組合の保健事業を利用するとき	オンライン資格確認を受けることができない方が医療機関を受診するとき	廃止後:当組合の保健事業を利用するとき

◎オンライン資格確認のしくみ

オンライン資格確認とは、中間サーバーに登録された個人番号(マイナンバー)等に紐づく加入者情報等を一元的に管理し、マイナ保険証で受診時に、最新の資格情報をオンライン請求ネットワークを通して医療機関へ提供するシステム及びそれを利用した資格確認の総称です。事業主の皆さまからの届出を受けて、健保組合が加入者情報を中間サーバーに登録することで、オンライン資格確認システムに自動連携されます。



現行の健康保険証について

◎交付終了

- 資格取得届や被扶養者異動届、氏名変更届、健康保険証再交付申請書等の健康保険証の発行を伴うすべての申請について、令和6年12月2日から発行しません。

◎利用

- 健康保険証は令和7年12月1日までは、経過措置として医療機関等の受診に利用可能です。
- 経過措置期間終了後も、引き続き当組合の保養施設やレストランの利用、健診機関での健診受診、体育奨励イベント等の保健事業への参加の際の本人確認に利用可能です。

◎返却

- 健康保険証利用の経過措置期間終了までに資格喪失した場合は健康保険証をご返却ください。
- 経過措置期間終了後は健康保険証の返却は必要ありません。

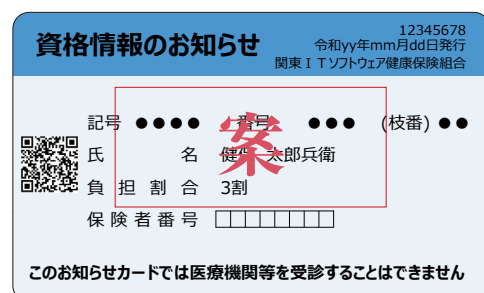
「資格情報のお知らせ」について

◎交付

「健康保険証」の新規発行終了後に当組合に加入する方かつオンライン資格確認システムへのデータ登録が完了した方に、以下の3つの目的のため「資格情報のお知らせ」を交付します。

1. 資格取得時に加入者が被保険者資格情報(記号・番号)を簡易に把握するため
2. 当組合での資格取得の手続き及びオンライン資格確認(医療機関の受診)手続きが完了したことをお知らせするため
3. 当組合の保養施設やレストラン、健診、体育奨励イベント等の各種保健事業を利用できるようにするため

- 「資格情報のお知らせ」がお手元に届くと、マイナ保険証を利用してオンライン資格確認(医療機関の受診)が可能となります。
- 「資格情報のお知らせ」がお手元に届く前でも、マイナポータルにログインしていただき、当組合の情報が掲載(*1)されていればオンライン資格確認(医療機関の受診)を受けることが可能です。
- 「資格情報のお知らせ」だけでは医療機関等を受診することはできません。

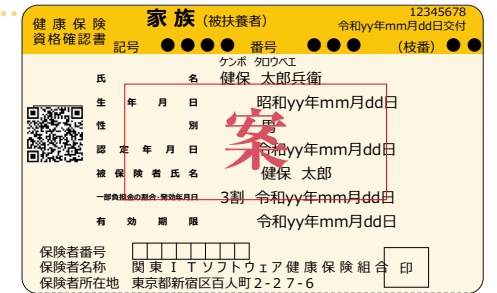


*1 マイナポータル掲載イメージ

「資格確認書」について

◎交付

マイナ保険証によるオンライン資格確認(医療機関の受診)を受けることができない状況にある方について、医療機関等へ提示することで保険診療を受けられるようにするために、申請により交付します。



◎オンライン資格確認を受けることができない状況にある交付対象者

- 1 マイナンバーカードを紛失した・更新中の方
- 2 マイナ保険証での受診が困難で、介助者等の第三者が要配慮者等に同行して資格確認を援助する必要がある方
- 3 マイナンバーカードを取得していない方
- 4 マイナンバーカードを保有しているが健康保険証利用登録を行っていない方
- 5 マイナ保険証の利用登録解除を申請した方(登録解除者)
- 6 マイナンバーカードの電子証明書の有効期限が切れている方
- 7 マイナンバーカードを返納した方

◎利用

- 「資格確認書」には有効期限が設定されます。有効期限は、「資格確認書」の交付日から4年後の年末までとなります。

例1:令和7年1月1日交付→令和11年12月31日まで有効
例2:令和7年12月31日交付→令和11年12月31日まで有効

- マイナンバーカードの紛失・き損等を理由に交付する「資格確認書」の有効期限は、交付日の60日後になります。(短期交付)

再発行事由	資格確認書の有効期限
マイナンバーカードの紛失・き損	60日
その他	4年後の年末

◎返却

「資格確認書」の有効期限前に資格喪失する場合には返却が必要です(有効期限後に資格喪失する場合は返却の必要はありません)。

マイナンバーカードの健康保険証利用について 厚生労働省
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08277.html



マイナンバーカードのメリットと安全性 デジタル庁
<https://www.digital.go.jp/policies/mynumber/pros-and-safety/>



<お問い合わせ先>企画調整課 TEL 03-5925-5307

令和6年度「算定基礎届」が終了いたしました

7月1日現在の全被保険者について提出していただきました「算定基礎届」の事務処理が終了いたしました。ご協力いただきありがとうございました。9月より適用される標準報酬月額に係る健康保険料は、10月に送付いたします「納入告知書」及び「増減内訳書」をご確認ください。当組合の保険料額一覧表はホームページに掲載しております。

●保険料控除について

① 毎月の保険料

翌月末日に事業所より納入していただきます。各月の給与から控除される保険料は、前月分となります。
(健康保険法第167条)

●今までの標準報酬月額による控除

8月分保険料 …………… 9月支払の給与より控除

●今年度の「算定基礎届」で決定した標準報酬月額による控除

9月分保険料 …………… 10月支払の給与より控除

② 退職に伴う保険料

資格喪失日の属する月の保険料はかかりません。資格喪失日は、退職した日の翌日となります。

●退職日 9月25日 …… 資格喪失日 9月26日

9月分の保険料はかかりません

●退職日 9月30日 …… 資格喪失日 10月1日

9月分の保険料がかかります

適用一課<保険証及び資格取得・喪失届、被扶養者(異動)届等に関する事> TEL 03-5925-5302

任意継続のご案内

※任意継続のよくあるご質問についてご案内いたします。

<https://www.its-kenpo.or.jp/hoken/nini/index.html>



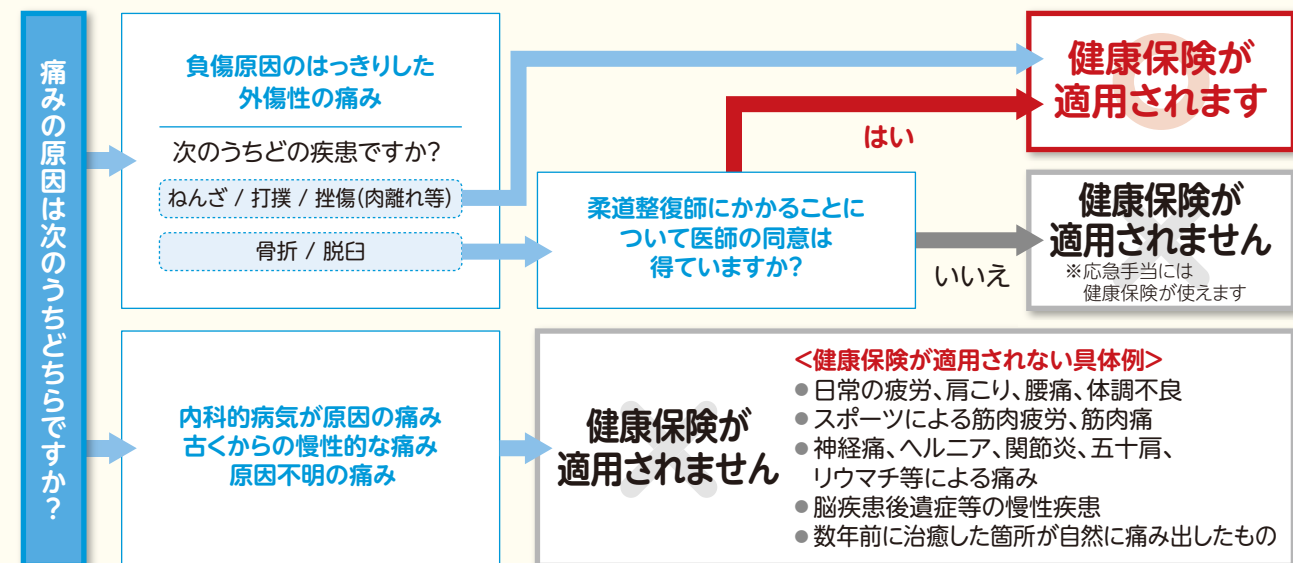
任意継続を希望されている方へ (国民健康保険との選択について)	申請期限…退職日の翌日から20日以内 保 険 料…在職時の保険料の2倍 ◆国民健康保険には保険料の軽減制度があり、倒産・解雇・雇止めなどの会社都合により退職(離職)した場合、 任意継続の保険料よりも安くなる可能性があります 。お住まいの市区町村にて国民健康保険料を確認し、比較検討のうえ申請してください。 ※国民健康保険料の額、軽減制度に関しては、お住まいの市区町村の国民健康保険窓口へお問い合わせください。
納 付 期 限	任意継続の保険料(初めて納付すべき保険料を除く)の納付期限は 毎月10日 です。 納付期限までに納付がない場合、 納付期限の翌日に資格喪失 となります。 (健康保険法第38条第3号)
任意継続加入中に国民健康保険に切り替える場合の手続きについて	次のいずれかの方法で資格喪失が可能です。①の場合には、事前に書類の提出は必要ありません。 ① 保険料未納による喪失 納付期限までに保険料を納付しなかった場合は、納付期限の翌日付で資格喪失となります。 (例) 1月31日 当組合着 → 2月1日 資格喪失 2月 1日 当組合着 → 3月1日 資格喪失 ※資格喪失後、「任意継続被保険者資格喪失通知書」(証明書)を送付いたしますので、その通知書で切り替えの手続きを行ってください。
任意継続保険料の証明について	任意継続保険料は社会保険料控除の対象となります。確定申告の際、任意継続保険料の領収書または納付の証明書の添付は必要ありませんが、納入証明書の発行を希望される場合は、当組合ホームページからお申し込みください。証明書がお手元に届くまで1週間程度かかります。窓口での即日発行は行っておりませんので、予めご了承ください。 ※確定申告についてはお近くの税務署にお問い合わせください。

適用二課<法人等の組合加入、任意継続被保険者に関する事> TEL 03-5925-5306

徴収課<保険料、納入告知書等に関する事> TEL 03-5925-5305

整骨院・接骨院のかかり方

整骨院・接骨院では健康保険が適用される場合と適用されない場合があるのをご存知でしょうか？



※健康保険対象外の疾病であるにもかかわらず健康保険で施術を受けた場合は、あとから全額自己負担になり費用を請求される場合もありますので、ご注意ください。

1 整骨院・接骨院に負傷の原因を正確に伝えましょう。

※仕事や通勤途中のケガは労災保険が適用されます。

また、交通事故等、第三者の行為により負傷し健康保険を使用する場合は、必ず当組合求償課(TEL 03-5925-5326)にご連絡ください。

2 「療養費支給申請書」は、負傷名、回数、金額等、内容を必ず確認して署名してください。

3 外科、整形外科などで治療(投薬も含む)を受けながら、同時に整骨院・接骨院で保険対象として施術を受けることはできません。原則として、整骨院・接骨院の施術料は全額自己負担になります。

4 領収書を毎回もらいましょう。

Pep Upの「医療費通知」や施術内容照会等の書面と内容を照らし合わせましょう。

また、領収書は確定申告の際に所得税控除の対象となりますので大切に保管してください。

柔道整復師(整骨院・接骨院)の施術を受けた方に、
施術内容・施術経過・負傷原因等を照会させていただいております。

- 当組合では、柔道整復師(整骨院・接骨院)から提出された療養費支給申請書について受療内容等の点検を行っております。柔道整復師からの請求内容を確認するため、柔道整復師の施術を受けた方に「施術内容照会」をお送りしています。
- 療養費支給申請書の点検にあたっては、当組合が「(株)大正オーデット」に業務委託をし、照会状の発送・回答書の受け取りは「(株)大正オーデット健保事務センター」にて行っております。照会内容は、「受療者名」・「整骨院・接骨院名」・「受療月」・「受療日数」・「窓口での自己負担額(健康保険適用分)」・「受療の原因、症状」・「負傷さ

れた部位」・「施術内容」・「柔道整復師から受けた説明」等となっております。

- 照会は受療後3~4か月後になることから、おわかりになる範囲でかまいませんので、ご回答くださいますようお願いいたします。また、今後整骨院・接骨院を受療される際は、照会内容の項目についてメモ等、記録を残していただくことや、領収書は必ず受け取り保管していただく等、この点検業務にご協力をお願いいたします。

- 施術内容照会については、柔道整復師(整骨院・接骨院)から提出された療養費支給申請書に記載された住所に送付しております。

個人情報の取り扱いに関して

- 1.【個人情報の利用目的】取得した個人情報は、医療費適正化の一環として、療養費の請求内容の審査業務にのみ利用します。
- 2.【個人情報の提供】3の外部委託先及び法令等に定めがある場合を除き、本人の同意を得ずに第三者に提供することはありません。
- 3.【外部委託について】審査業務の一部を、機密保持契約を締結したうえで、(株)大正オーデットに委託します。
(委託先)(株)大正オーデット健康保険事務センター TEL 03-6805-6281

給付課<各種保険給付金等に関する事> TEL 03-5925-5303

傷病手当金について

被保険者が業務災害以外の病気やケガで会社を休み、給料の支払いがない場合に生活保障の一部として傷病手当金が給付されます。

●次の3つの条件すべてにあてはまる場合に給付されます。

①療養のため労務不能であること
医師の指示による療養であれば、入院・通院は問いません。「労務不能」とは、その療養のために今まで従事していた仕事に就くことができない状態を指します。

○なお、美容整形手術を受けるための労務不能などは「療養のため」とは認められませんので、傷病手当金の給付対象とはなりません。

②4日以上休んだとき
休み始めた日から連続した3日間は待期期間となり給付はありません。4日目から給付の対象となります。

○有給休暇を取得した日、また土日祝日など稼働日以外の日でも労務不能であれば待期期間に含めることができます。

○3日間の連続した休みである待期期間が完成していれば、4日目は必ずしも休みである必要はなく、次のような場合は5日目支給開始日となります。



③休んだ期間について給料等がもらえないこと（待期期間は有給でも構いません）
ただし、会社からの給料等が支払われても、その額が傷病手当金の額より少ないときは差額が給付されます。

給付される金額
傷病手当金の給付額は、労務不能の日1日につき標準報酬日額の3分の2です。なお、会社からの給料等(欠勤控除の対象とならない手当等)が支払われているときは手当金から減額します。

詳しくは当組合ホームページ「病気やけがをしたとき」をご覧ください。

傷病手当金 よくあるご質問

Q1 申請はどのようにすればよいですか？

A1 ①申請書を当組合ホームページからダウンロードする。
②被保険者・事業主・医師の証明欄をそれぞれが記入する。
③お勤めの事業所を通じてご提出ください。
初回のご提出の際には、申請期間中の出勤簿(写)・賃金台帳(写)が必要です。2回目以降でも報酬の支払いが一部あるとき、また申請期間が継続していないときは出勤簿(写)・賃金台帳(写)が必要となります。またこの他にも必要に応じて別途添付書類のご提出をお願いする場合があります。

※喪失日以降の期間の申請は、事業主を経由する必要はありません。退職後の申請については別途要件がございますので、詳しくは当組合ホームページをご覧ください。

Q2 申請のサイクルやタイミングはどうすればよいですか？

A2 傷病手当金の申請は、勤怠の状況・給与の支払い有無について事業主の証明が必要となりますので、1か月単位で給与の締日ごとに申請されることをお勧めします。申請期間を経過した事後の申請になります。事前申請ではありません。

Q3 傷病手当金は、申請すれば必ず支給されるのですか？

A3 申請されるごとに内容を審査したうえで支給決定を行います。申請書の内容から、療養のため労務不能と認めることができない場合など、要件に該当せず支給されない場合もあります。

Q4 傷病手当金の申請期間中に、半日出勤しました。報酬は半分しか受けていないので、傷病手当との差額は支給されますか？

A4 短期間でも就労した場合、その日は給付の対象となりません。

Q5 傷病手当金の申請をしました。その後結果についてのお知らせは届きますか？

A5 内容を審査した結果、通知書をお送りします。通知書は再発行できませんので大切に保管してください。

Q6 申請に時効はありますか？

A6 療養のために労務不能であった日ごとにその翌日から2年を経過すると、時効(健康保険法第193条)により給付を受けられなくなりますのでご注意ください。

給付関連書類につきましては、郵送での提出にご協力をお願いいたします。

給付課<各種保険給付金等に関する事> TEL 03-5925-5303

限度額適用認定証について

マイナ保険証を使用すると限度額適用認定証は不要です！

医療機関でマイナ保険証を提示することで、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。
ぜひマイナ保険証をご利用ください。
(マイナ保険証としての登録方法等はP.08～)

※ただし、住民税非課税世帯の方は、マイナ保険証でも紙の申請書による申請が必要です。申請書はホームページからダウンロードできませんので、審査課までお問い合わせください。

紙の限度額適用認定証(以下、認定証)の交付を受けるには事前申請が必要です。当組合ホームページから「限度額適用認定証 交付申請書」をダウンロードし、お手続きください。
会社は経由せずに直接当組合へ申請していただけます。
用紙をダウンロードできない方、非課税世帯の方は、審査課までご連絡ください。

●当組合ホームページ「限度額適用認定証について」「高額な医療費がかかったとき」もご覧ください。

Q 認定証を使ったときと使わないときで給付金に違いはありますか？

A 違いはありません。どちらの場合も最終的な自己負担額は2万円(+端数)となります。

① 認定証を使用しなかった場合			② 認定証を使用した場合		
窓口負担額	後日組合から給付(手続き不要)	約20,000円	窓口負担不要	後日給付(手続き不要)	約20,000円
高額療養費	付加金	最終的な自己負担額	高額療養費	付加金	最終的な自己負担額

差額ベッド代等の保険対象外の費用や入院時の食事代は給付金の対象外となります。

※ここで言う付加金とは
一部負担還元金(被保険者)
家族療養費付加金(被扶養者)
合算高額療養費付加金(世帯合算)を指します。
高額療養費に該当しない場合でも後から給付します。

- 高額療養費及び付加金について
- ◎申請不要の自動払いです。早ければ診療月の3か月後(医療機関・薬局からの情報が遅れた場合は時間がかかります)の中旬に会社の受領代理人口座へ振込みます。会社に在籍している方及びその被扶養者の給付金は会社経由で受け取っていただけます。
 - ◎給付金を受け取る前に資格喪失された方は会社に振込できないので、別途書類をご自宅に送付いたします。任意継続をされない方は、住所確認のため審査課へご連絡ください。
 - ◎医療助成を受けていると見込まれる方(19歳未満のお子様等)、ケガで受診された方については給付金の振込を一旦保留としておりますので審査課へお問い合わせください。

審査課<高額療養費・一部負担還元金等、限度額適用認定証に関する事> TEL 03-5925-5304

労災(業務災害/通勤災害)について

通勤途中での負傷等は「労働災害」! 「労災保険」の適用となり、健康保険を使用することはできません!

通勤途中または仕事中的の負傷等(労働災害)は、原則「労働者災害補償保険(労災保険)」が適用され、健康保険は使えません。**労災保険が適用された場合、原則自己負担はありません。**なお、アルバイトやパートをされている被扶養者の方も同様です。

医療機関を受診される場合は、医療機関窓口にて「労働災害である」旨を必ずお伝えください。もし、労働災害に対し保険証を使用された場合は当組合求償課まで必ずご連絡ください。**労働災害にもかかわらず、保険証を使用して医療機関を受診した場合、一時的に医療費全額を自己負担するなどの手続きが必要となります。**

●通勤災害とは?

合理的な経路及び方法にて、住居(自宅/単身赴任先等)と勤務先(本社/支社/出向先等)との間で発生したケガや病気等をいいます。
なお、就業や勤務と関係のない目的で合理的な経路を外れた場合(逸脱)や通勤と関係のない私的行為をした場合(中断)、その間及びその後起きたケガや病気等については、労災補償の対象にはなりません。
ただし、例外として「日用品の購入」「医療機関等への受診」「選挙の投票」「配偶者や同居の祖父母の介護」等、日常生活に必要な行為をやむを得ず行う場合で、合理的な経路を逸脱・中断した後、再度合理的な経路に戻り発生したケガや病気等については、労災補償の対象となります。



●業務災害とは?

事業主(会社)の支配・管理下(勤務中/出張中/営業中)における労働者の業務に起因するケガや病気等をいいます。
テレワーク(「在宅勤務」「モバイルワーク」「サテライトオフィス」等)中の負傷等であっても、業務時間内であってかつ業務との間に因果関係が認められれば、労災補償の対象になります。ただし、私的行為等業務以外が原因であるものについては、業務上の災害とは認められません。

労働災害に該当するかどうか分からない場合は、所轄の労働基準監督署にご確認ください。

Q 労働災害に対し、保険証を使用してしまいましたがどうすればよいですか?

A まずは、受診した医療機関(病院・診療所・薬局等)に健康保険から労災保険への切り替えができるかどうかご確認ください。

①切り替えができる場合

労災保険給付関係請求書(「業務災害」様式第5号、「通勤災害」様式第16号の3)を受診した医療機関へ提出することにより、窓口で支払った自己負担分(3割)が返還されます。

②切り替えができない場合

一時的に医療費全額を自己負担していただくことになります。
当組合が立て替えた医療費(7割)を返還後、以下の①～③を揃えて所轄の労働基準監督署へご請求手続きが可能となります。

- ①診療報酬明細書(写) 及び 返納金返還証明書 ※当組合への返金完了後に、簡易書留にて送付いたします。
- ②病院・調剤薬局の窓口で支払った自己負担分(3割)の領収書
- ③労災保険給付関係請求書 (「業務災害」様式第7号、「通勤災害」様式第16号の5)

労災と認められた場合、自己負担分(3割)及び当組合へ返還した医療費(7割)の全額が労働基準監督署から給付されます。

※『労災保険給付関係請求書』は厚生労働省のホームページよりダウンロード可能です。
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/rousaihoken.html



労災保険請求の際は、所轄の労働基準監督署へ必ず事前にご確認ください。

求償課<第三者行為、外傷の照会等に関すること> TEL 03-5925-5326

薬剤師さん

教えて!ジェネリック

Vol.7

監修
薬剤師 藤本由紀

ジェネリック医薬品に関する素朴な疑問に薬剤師の藤本由紀さんがわかりやすくお答えするコーナーです。

ジェネリック医薬品の開発では、医薬品メーカーにおいてさまざまな試験が実施され、『効き目や安全性が新薬(先発医薬品)と同等である』と証明されたものだけが厚生労働省によって承認されます。品質・効き目・安全性のお墨付きをもらったジェネリック医薬品を、これからも安心して利用してみませんか?



国で定められた4項目の試験

- ◆有効成分の純度や量を確認する「規格試験」
- ◆先発医薬品と同様に体内で溶けるか確認する「溶出試験」
- ◆同速度で同量の有効成分が体内に吸収されるか確認する「生物学的同等性試験」
- ◆気温・湿度による影響や、長期保存による変化の有無を確認する「安全性試験」

データヘルス計画推進課<ジェネリック医薬品に関すること> TEL 03-5925-5340



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」を維持改善するための健康ポータルサイトです。
健康状態見える化し、あなたの健康活動をサポートします。

貯めたポイントで
ほしい商品と交換

健康年齢 &
健診結果確認

健康チャレンジで
ポイントが貯まる

自分に合った
健康記事

医療費通知を
いつでもチェック

ジェネリック
医薬品の確認

日々の記録 &
やることリスト

健保からの
お知らせ

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できます。デバイス連携すれば自動で歩数なども記録されます。

健康状態に合わせた コンテンツを提供



健康改善
健康診断の結果と合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。

Pep Upを使うほど ポイントが貯まる!



健康づくりへの取組で、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。

まずはPep Upの登録から!
登録方法はP19 Pep Up登録方法をご確認ください。

アプリを利用の場合

登録後、右のQRコードからアクセスし、アプリをインストールしてご利用ください。

iPhone



Android



予告

体重測定チャレンジ

最大! **400** ポイントGET!

12月2日よりスタート!

pepUp. 登録方法

スマートフォン必須

即日登録可能

Pep Up(ペップアップ)への登録には、以下の本人確認書類が必要です。
本人確認書類とスマートフォンを用意の上、以下の手順にてご登録ください。

使用可能な本人確認書類
(いずれか1点、コピー不可)

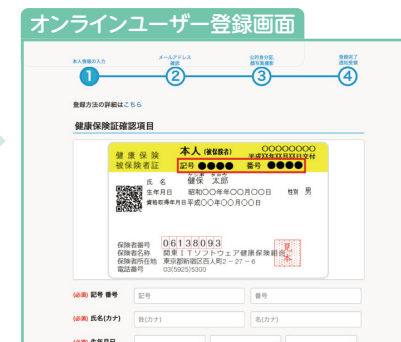
運転免許証(仮運転免許証を除く)、マイナンバーカード(通知カードを除く)、
在留カード、運転経歴証明書(2012年4月1日以降に発行したもの)

オンライン本人確認での登録

1 Pep Upオンラインユーザー登録画面へアクセス



URL https://pepup.life/users/ekyc/7xZTNBUq/sign_up



2 本人情報の入力

保険証等の記号・番号等必要なご本人様の情報をご入力ください。

3 メールアドレスによる本人確認

2でご入力いただいたメールアドレスにメールが届きます。メール内のURLをクリックすると、**ユーザー同意画面**に進みます。

※ここまではパソコンで操作されていた方には画面にQRコードが表示されます。スマートフォンのカメラ機能で読み取り、以降の手続きを進めてください。



ユーザー同意画面

本人確認に関する同意の表示
利用規約
Pep Upサービスにおけるプライバシーポリシー
利用規約、Pep Upサービスにおけるプライバシーポリシーにはお客様の個人情報の取り扱いに関する事項が記載されています。必ずご確認ください。
チェックボックスにチェックを入れて本人確認開始ボタンを押してください。
☒ 上記内容に同意する
オンライン本人確認を始める

4 本人確認書類と顔写真の撮影

ユーザー同意画面の「オンライン本人確認を始める」をクリックすると、本人確認書類・顔写真の撮影に進みますので画面案内に従ってください。

公的身分証・顔写真撮影完了画面が表示されたら作業完了です。

「【Pep Up】ご登録申請を受け付けました」というメールが届きます。



5 登録完了通知受領

本人確認が承認されると、
「【Pep Up】ご登録手続きが完了しました」というメールが届きます。2で入力したメールアドレスとパスワードでPep Upにログインできます。



本人確認書類の審査は通常4時間程度かかります。(審査状況によっては、お時間をいただく場合がございます)

登録方法について不明点等ある方は、【お問い合わせフォーム】よりご連絡ください

Pep Upお問い合わせフォーム

URL <https://pepup.life/inquiry>



個人情報の取り扱いについてはP66をご覧ください。

インフルエンザ予防接種費用補助事業のご案内

今年度も一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会(東振協)が契約する医療機関等で行う「インフルエンザ予防接種」に事業委託し、費用補助事業を行います。
インフルエンザはウイルスによって引き起こされ、潜伏期間を経て、悪寒、頭痛、全身の筋肉痛を伴った発熱が生じ、重症化すると、肺炎や脳症などの合併症をまねくこともあります。予防接種を受けることで感染を防ぎ、発症した際も重症化を軽減する等の効果が認められています。

●「インフルエンザ予防接種」の申込方法

対 象 者	被保険者及び被扶養者(補助を利用するの接種は年齢を問わず年度内1人1回のみ) 2回接種を推奨されている方や、当組合内で保険証等の記号・番号が変更になった場合でも、補助は1回分のみです。 ※重複(年度内に2回以上)した補助利用や無資格利用(遡って喪失した場合も含む)があった場合には、後日、東振協の事務手数料を含む組合補助金額(2,055円)を、事業所または事業所を通じて被保険者(本人)に請求いたします。																							
予 防 接 種 費 用	組合補助金額は、被保険者(本人)・被扶養者(家族)とも、一律2,000円です。 予防接種料金 (上限4,060円) — 組合補助金額 (2,000円) = 自己負担額 ※各実施医療機関の予防接種料金の一覧は、当組合ホームページでご確認ください。																							
実 施 形 態 等	<table><tr><th>実施形態</th><th>実施方法</th><th>申込受付期間</th><th>接種実施期間</th><th>申込者</th></tr><tr><td>院内接種</td><td>東振協の 契約医療機関で実施</td><td>令和6年9月2日から 令和7年1月31日まで</td><td>令和6年10月1日から 令和7年1月31日まで</td><td>被保険者 被扶養者</td></tr><tr><td>集合接種</td><td>都内及び近郊に予防接種会場 (公的施設)を設置して実施</td><td>令和6年9月2日から 10月31日まで</td><td>令和6年11月から12月</td><td>被保険者 被扶養者</td></tr><tr><td>出張接種</td><td>事業所へ医療スタッフを 派遣して実施</td><td>令和6年9月2日から 令和7年1月31日まで</td><td>令和6年10月1日から 令和7年1月31日まで</td><td>事業所の 事務担当者</td></tr></table>				実施形態	実施方法	申込受付期間	接種実施期間	申込者	院内接種	東振協の 契約医療機関で実施	令和6年9月2日から 令和7年1月31日まで	令和6年10月1日から 令和7年1月31日まで	被保険者 被扶養者	集合接種	都内及び近郊に予防接種会場 (公的施設)を設置して実施	令和6年9月2日から 10月31日まで	令和6年11月から12月	被保険者 被扶養者	出張接種	事業所へ医療スタッフを 派遣して実施	令和6年9月2日から 令和7年1月31日まで	令和6年10月1日から 令和7年1月31日まで	事業所の 事務担当者
実施形態	実施方法	申込受付期間	接種実施期間	申込者																				
院内接種	東振協の 契約医療機関で実施	令和6年9月2日から 令和7年1月31日まで	令和6年10月1日から 令和7年1月31日まで	被保険者 被扶養者																				
集合接種	都内及び近郊に予防接種会場 (公的施設)を設置して実施	令和6年9月2日から 10月31日まで	令和6年11月から12月	被保険者 被扶養者																				
出張接種	事業所へ医療スタッフを 派遣して実施	令和6年9月2日から 令和7年1月31日まで	令和6年10月1日から 令和7年1月31日まで	事業所の 事務担当者																				
申 込 方 法 等	当組合ホームページより9月2日から申し込みを開始しています。 ITS インフル 検索 https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/influenza.html ※ワクチンの在庫状況等により受付を終了した医療機関は、一覧から削除されます。 電話で予約を取った後、すぐに利用券(出張接種の場合は利用申込書)を出力してください。																							
お 願 い	補助を利用 される皆さまへ システムの都合上、1人に対し利用券の出力枚数を制限することができないため、利用券は何枚でも出力できますが、補助利用は年齢を問わず年度内1人1回のみです。2回目以降の接種費用はすべて自己負担となります。 事務 担当者さまへ ●例年、出張接種をご利用の方が個別で院内接種も利用され、後日重複接種が発覚することが多くあります。出張接種を利用される場合は、必ず、事務担当者さまから従業員の皆さまへ補助を利用すること、また、補助を利用して接種できるのは1人1回のみであることをご周知ください。 ●出張接種の申込者名簿は、当組合登録の情報で作成してください。																							

ご家族(被扶養者)及び
任意継続の皆様へ

春季・秋季巡回健診のご案内

令和7年度春季の申し込みは令和6年11月上旬開始です。

巡回による健診を春と秋に実施しています。会場は全国主要都市の公的施設などで、**費用は無料(全額当組合負担)**です。定期的な健康診査を習慣づけ、自分の健康状態を常に認識しておくことが大切です。ご自身の健康チェックに、ぜひこの機会をお役立てください。

- 巡回健診ではなく、通年行っている健診(P23の健診種別)を選ぶこともできます。通年行っている健診は、健診種別や健診機関、健診日のある程度自由に選択することができます。
 - 総合健康保険組合の共同事業として一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会(東振協*)に委託しています。
- *東振協とは東京都内に所在する総合健保の保健施設事業の振興と普及・啓発のための事業を行い、組合が共同して合理的に保健施設事業を実施し、事業の共同化を図ることを目的として設立された法人団体です。

対 象 者	被扶養者である妻 《年齢制限なし》 妻以外の被扶養者である女性 《30歳以上》	巡回婦人生活習慣病 予防健診 が受診できます 申込はこちらから→ 	対象年齢は 年度末年齢です
	被扶養者である男性 《40歳以上》 任意継続被保険者 《40歳以上・性別問わず》	巡回特定健診 が受診できます 申込はこちらから→ 	受診は春季・秋季 あわせて年度内1回です (4月1日～3月31日) 基本健診・人間ドックとの 併用はできません
		【健診を受けられる期間】	【申込開始時期】
実 施 期 間 申 込 開 始 時 期		春 季 令和7年4月1日～8月31日 秋 季 令和7年10月1日～令和8年2月28日	令和6年11月上旬 令和7年5月中旬
実 施 場 所		全国約700ヶ所の巡回健診実施会場	
利 用 料 金		無料(全額当組合負担)	
申 込 方 法		当組合ホームページまたは上記QRコードよりお申し込みください。 ITS 巡回婦人 検索 ITS 巡回特定 検索 https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/fujin/index.html https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/juntoku/index.html	

胃がんリスク検査のご案内

胃がんリスクを知るうえで、ピロリ菌感染の有無は重要なポイントです。ピロリ菌感染の有無と胃がんの危険度が血液検査で分かります。

対 象 者	年度末年齢30歳以上の被保険者、被扶養者
利 用 料 金	無料
申 込 期 間	【春季】4月1日～5月31日 【秋季】10月1日～11月30日
検 査 方 法	専用キットで指先からのわずかな血液を採取し、郵送するだけの簡単な検査です。
検 査 内 容	【ペプシノゲン検査】 胃粘膜萎縮の有無及びその程度を調べる検査です。 【ピロリ菌抗体検査】 ピロリ菌の感染によって血中につくられる、ピロリ菌抗体の量を調べる検査です。
申 込 方 法	当組合ホームページまたはQRコードよりお申し込みください。 ITS 胃がん 検索 https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/igan/index.html 

※胃がんリスク検査(ピロリ菌判定)は、原則、生涯1度の検査です。山王・大久保の直営健診センターでは、平成25年11月から令和2年3月までの初回受診者(健保指定ドック及び1日人間ドック対象)にピロリ菌抗体等の検査を実施しているため、当該受診者については胃がんリスク検査の申込対象外です。過去に契約健診機関等で同検査を受診している場合も同様です。また、令和2年度から直営健診センターでは30歳以上の初回受診者を対象に胃がんリスク検査を実施しているため、直営健診センターで健康診査を予約する、またはしている30歳以上(年度末年齢)の方も申込対象外となりましたので、ご注意ください。

※次の方は正しい判定ができないため検査はできませんのでご注意ください。
ピロリ菌の除菌治療を受けた方・プロトンポンプ阻害剤服用中の方・腎不全の方・明らかな上部消化器症状のある方・胃切除後の方・食道、胃、十二指腸疾患で治療中の方

健診事業課<健康診査等に関する事> TEL 03-5925-5349

個人情報の取り扱いについてはP66をご覧ください。

歯科健診を受けましょう！

被保険者と年度末年齢16歳以上の被扶養者を対象に、歯科健診を実施しています。受診できる歯科健診の種別は以下の①～⑤の5種類です。この機会に歯科健診を受診して、お口の中の状況を確認しましょう。

対 象 者	【被保険者】全年齢 【被扶養者】16歳以上(年度末年齢)
利 用 料 金	無料
検 査 項 目	問診・口腔内診査(視診、う蝕の有無等)・保健指導(口腔内清掃指導等)
詳しくはこちら	詳細は当組合ホームページまたはQRコードよりご確認ください。 ITS 歯科健診 検索 https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/shika/index.html



歯科健診の種別	実施時期	実施場所	申込方法
①事業所巡回歯科健診	通年	事業所内の会議室などのスペース	当組合ホームページの契約歯科健診機関一覧の歯科健診機関へ直接申込
②健保会館歯科健診	6月3日～9日 (終了) 10月3日～6日 11月5日～10日 令和7年1月30日～2月2日	山王健保会館 関東ITソフトウェア健保会館	当組合ホームページより申込 ※各会場の募集開始時期等の詳細は、事前に当組合ホームページにてご案内します。 ※日程・会場は変更となる場合があります。 ※山王・札幌・仙台・名古屋・大阪・福岡の今年度の申込受付はすでに終了しました。
③会場型歯科健診 (令和6年度は) (終了しました)	札幌:6月14日 仙台:6月28日 名古屋:7月26日、27日 大阪:8月2日、3日 福岡:9月20日	北海道立道民活動センター(かでの2・7) 仙都会館 安保ホール 大阪コロナホテル JRE天神クリスタルビル	
④施設型歯科健診	通年	御池クリニック ●京都市中京区西ノ京下合町11 御池クリニックレディースプラザ ●京都市中京区西ノ京下合町19	基本健診・ドック健診のオプションとして実施
⑤口腔観察指導 『お口のチェック』	通年	ウェルビーイング博多 ●福岡市博多区博多駅前3-19-5 博多石川ビル	ウェルビーイング博多の基本健診・ドック健診のオプションとして実施

※①事業所巡回歯科健診は健診機関により対応内容が異なりますので、契約歯科健診機関へ直接ご確認ください。
※①事業所巡回歯科健診では、別途経費負担が生じることがあります。
※受診は、歯科健診の種別にかかわらず年度内に1人1回までです。複数の歯科健診を年度内に受診することはできません。

歯周病予防のためにも、定期健診は大切！

監修
ふくだ歯科医院
福田 晃治 先生

歯と歯肉の境目の清掃が行き届かないと、そこに歯垢が溜まり、そのままにしておくと歯石に変化します。こうなるとブラッシングだけでは取り除くことができません。そればかりか、さまざまな全身疾患の原因となる「歯周病」を進行させる毒素を出し続けます。大切なのは、歯石を完全に取り除き、炎症を引き起こす細菌を徹底的に除去すること。そのためにも、定期的な歯科健診や、歯科医院での専門的なクリーニングがとても重要なのです。

1

なにに？
どうしたの？
歯垢1mgに
10億個の
細菌だって！
ホントだ～

2

そろそろ
歯の定期健診
受けなくちゃ
え？
わざわざ定期健診？
歯磨きしてるよ
歯周病は
こわいよ～

3

歯垢が
歯石に
なるの！
歯周病が
進行する
んだよ！
脳梗塞や
糖尿病、
認知症の元
だしね～
歯磨き
だけじゃ
ダメ！
わ、
わかったよ。
行きますよ
定期健診

健診事業課<健康診査等に関する事> TEL 03-5925-5349

健康診査を受けましょう！
令和6年度より、健診種別の変更及びオプション検査の種類が追加されています。《対象年齢は年度末年齢です。》

自覚症状がなくても、体から異常のシグナルがでていることがあります。
年に1度は健康診査を受診して生活習慣病その他の疾病予防に努め、健康寿命を延ばしましょう。

健診種別	基本健診	人間ドック			巡回健診	
		A (胃部検査なし)	B (胃部X線検査)	C (胃内視鏡検査)	婦 人	特 定 《40歳以上》
受診資格 ※対象年齢は健診を受診する年度末の年齢	●被保険者 ●被扶養者である配偶者 ●30歳以上の被扶養者	●35歳以上の被保険者 ●35歳以上の被扶養者			●被扶養者である妻 《年齢制限なし》 ●妻以外の被扶養者である女性《30歳以上》	●被扶養者である男性 ●任意継続被保険者《性別問わず》
利用料金	2,000円	6,000円	8,000円	10,000円	無 料	無 料
検査項目	問診	●	●	●	●	●
	身体測定・血圧測定	●	●	●	●	●
	血液一般 赤血球数 血色素量	●	●	●	●	■
	血液一般 白血球数 ヘマトクリット 血小板数	●	●	●	●	
	血液一般 MCV・MCH・MCHC	●	●	●	●	
	血中脂質 空腹時中性脂肪または随時中性脂肪	●	●	●	●	●
	血中脂質 LDLコレステロール			●		
	血中脂質 HDLコレステロール 総コレステロール					
	腎機能 尿蛋白 尿糖	●	●	●	●	●
	腎機能 尿潜血	●	●	●	●	
	腎機能 尿素窒素	●	●	●		
	腎機能 尿酸	●	●	●	●	
	腎機能 血清クレアチニン eGFR	●	●	●	●	■
	肝機能 AST(GOT) ALT(GPT) γ-GTP	●	●	●	●	●
	肝機能 ALP	●	●	●	●	
	肝機能 総蛋白 LDH 総ビリルビン アルブミン	●	●	●		
	肝機能 コリンエステラーゼ	●	●	●		
	肝機能 HBs抗原 HCV抗体	●	●	●		
	糖代謝能 空腹時血糖または随時血糖	●	●	●	●	●
	糖代謝能 HbA1c	●	●	●	●	●
	血清反応 CRP	●	●	●		
	感覚器 視力	●	●	●	●	
	感覚器 眼底	■40歳以上	●	●	■40歳以上	■
	感覚器 眼圧		●	●		
	感覚器 聴力(オーディオ)	●	●	●	●	
	呼吸器 胸部X線	●	●	●	間接撮影	
	肺機能 %肺活量・努力性肺活量・1秒量・1秒率	▲	▲	▲		
	生理機能 心電図	●	●	●	●	■
消化器	胃部X線または胃内視鏡		胃部X線	胃内視鏡	35歳以上 胃部X線	
	便潜血反応免疫2回法	●	●	●	●	
	腹部超音波(肝・胆・脾・腎・膵)	OP 30歳以上	●	●		
前立腺	PSA(50歳以上の男性のみ)		●	●		
乳房	超音波またはマンモグラフィ	オプション			●	
子宮	頸部細胞診(医師採取法)	オプション			希望者のみ	

※ ■は、特定健診の判定基準に基づき医師が必要と認める場合に実施する項目
※ ▲は、契約健診機関では実施、直営健診センターでは医師が必要と判断した場合に実施する項目

健診のオプション検査		受診資格	利用料金
腹部超音波検査		30歳以上の基本健診受診者	2,000円
頸動脈超音波検査			2,000円
心臓超音波検査			4,000円
脳MR検査		40歳以上、偶数年齢の人間ドック受診者	10,000円
肺CT検査			5,000円
大腸内視鏡検査		50歳以上の人間ドック受診者	12,000円
婦人科検査	子宮頸がん検診+(経膈超音波)	健診受診者	1,000円
	乳がん検診	乳腺超音波	健診受診者
		マンモグラフィ	40歳未満の健診受診者
			40歳以上の健診受診者

健診の予約から結果送付まで

予約時と受診時に被保険者及び被扶養者であることが必要です。

健保補助が利用できる健診(巡回健診含む)は、1人につき年度内1回です。

健診予約

健診種別〔「健診種別と検査項目」(23ページ)〕と健診機関〔「直営・契約健診機関一覧」(26～36ページ)〕を選択し、ご希望の健診機関で予約をお取りください。

- 直営健診センターの予約は、38・39ページをご参照ください。
- 予約の際は、**当組合の補助を利用**すること、マイナ保険証・健康保険証・資格確認書・資格情報のお知らせのいずれかの**「記号」「番号」**をお伝えください。
※マイナ保険証をご利用の方は、マイナポータルで記号・番号をご確認ください。
- 健保補助を使わない方**(年度2回目の受診、受診資格対象外の方等)は、予約の際に必ずその旨をお伝えください。

受診日と健診コースの変更・キャンセル

直営健診センター

キャンセル・予約の取り直しはすべて当組合のホームページから行ってください。

契約健診機関

できるだけ早く、予約した健診機関へご連絡ください。
健診事業課への連絡は必要ありません。

受診

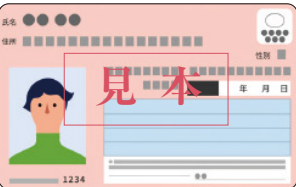
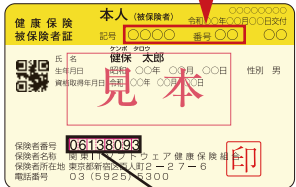
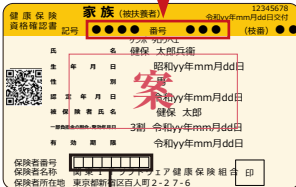
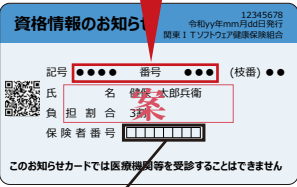
受診前の飲食等に制限があります。健診機関の指示を守ってください。
※受診案内や問診票等受診に必要な書類は、予約した健診機関から郵送またはメールで案内されます。届かない場合は、各健診機関にお問い合わせください。
※利用料金のお支払い方法は、各健診機関と調整してください。個人健診の場合は、当日窓口払いとなります。

結果の送付

健診結果は受診した健診機関よりご指定の住所に送付されます。
特定保健指導や二次検査の指示がある場合は、その指示に従ってください。

- 特定保健指導**(対象者のみ) ➡ 詳細は右ページをご確認ください。
特定健康診査対象者(年度末年齢40歳以上)のなかで、健診の結果、保健指導レベルが積極的支援または動機付け支援となり特定保健指導の必要がある方には、当組合(ITS保健指導支援室を含む)または健診機関から、特定保健指導のご案内があります。生活習慣病予防のために、必ず受診してください。
- 二次検査**
二次検査は保険診療となります。
医療機関を受診する際に紹介状、画像データ等が必要となった場合、別途費用がかかることがありますので各健診機関にお問い合わせください。

下記いずれかで「記号」「番号」をご確認ください。

マイナ保険証	健康保険証	資格確認書	資格情報のお知らせ
 ※マイナポータルで記号番号をご確認ください。	 この番号ではありません	 この番号ではありません	 このお知らせカードでは医療機関等を受診することはできません

40歳以上の方はご確認ください

特定保健指導を受けて健康リスクを回避!

特定保健指導ってなに?

40歳以上の方の健診結果をもとに、生活習慣病の発症リスクが高いと判断された方に対して、原因となる生活習慣の改善を図るためのサポートを行うものが特定保健指導です。保健師や管理栄養士などのプロが、ひとりひとりの状況に合わせて良い生活習慣が定着するための方法を実践的にサポートします。インターネットを利用してご自宅等から遠隔で保健指導を受けることもできますので、**該当した方は必ず指導を受けてください。**

遠隔保健指導は株式会社カルナヘルスサポート、株式会社現代けんこう出版が当組合の委託を受けて実施いたします。

STEP 1

● 郵送で特定保健指導の案内をお知らせ
まずは電話またはWEBで申し込み!

STEP 2

● 初回面談
保健師や管理栄養士から対象者に合わせた実践的なアドバイスがもらえます
行動計画と一緒に作成していきましょう!

STEP 3

● 実践・継続支援
行動計画に沿って生活習慣を見直していきましょう
保健師や管理栄養士もサポートします
目標に向かって生活改善に取り組みましょう

STEP 4

● 実績評価
3か月以降に健康状態や生活習慣改善状況を確認します
お疲れ様でした! 見直した生活習慣を継続していきましょう

健診機関で特定保健指導を受けている人はそのまま継続してください!

特定保健指導を利用して生活習慣病等のリスクを回避しましょう。
特定保健指導の案内が届いた方は必ず予約を取って保健指導を受けてください。

健診事業課<健康診査等に関する事> TEL 03-5925-5349

健診事業課<健康診査等に関する事> TEL 03-5925-5349

個人情報の取り扱いについてはP66をご覧ください。

25

直営・契約健診機関一覧

※健診機関一覧の情報は変更になる場合があります。
最新情報は当組合ホームページ健診実施要領でご確認ください。
https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/keiyaku/index.html



健診機関名・所在地		電話番号		健診種別		健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんので ご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利 用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。		基本健診	人間ドックA	人間ドックB	人間ドックC	健診車	特定保健指導（無料）	腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	マンモグラフィ	情報機器作業健診（補助対象外）
			胃部検査なし	胃部X線検査	胃内視鏡検査													

契約健診機関《東京》

東京蒲田医療センター 健康管理センター 大田区南蒲田2-19-2	03-5744-3268	●	●	●	●		●	●				●	●	●	●	●	
葛飾健診センター 葛飾区立石2-36-9	☎ 0120-489-231 (予約専用 健診プラザ両国と共通)	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	
昭和大学豊洲クリニック 予防医学センター 江東区豊洲5-5-1 豊洲シェルタワー3階	03-3531-9701	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
進興クリニック 品川区大崎2-1-1 ThinkPark Tower3階	03-5408-8181 (共通)	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●
進興クリニック アネックス 品川区大崎1-6-1 TOC大崎ビル1階		●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	●
オーバルコート健診クリニック 品川区東五反田2-17-1 オーバルコート大崎マークウエスト14階		●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●
medock 総合健診クリニック 品川区上大崎3-11-18	03-5860-2636	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
東京品川病院総合健診センター 品川区東大井6-3-22	03-3761-4260	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	
目黒メディカルクリニック 品川区東五反田5-22-33 TK池田山ビル4階	03-3280-5877 (予約専用 秋葉原メディカルクリニックと共通)	●	●	●	●	●	●	●			●		●	●	●	●	●
全日本労働福祉協会 旗の台健診センター 品川区旗の台6-16-11	03-6426-6037	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	●
桜十字ウィメンズクリニック渋谷(女性専用施設) 渋谷区宇田川町3-7 ヒューリック渋谷公園通りビル4階	03-6846-5050	●	●	●		●	●	●	●				●	●	●	●	
MYメディカルクリニック渋谷 渋谷区宇田川町20-17 NMF渋谷公園通りビル5階	03-4213-7219	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	
恵比寿ガーデンプレイス桜十字クリニック 渋谷区恵比寿4-20-3 恵比寿ガーデンプレイスタワー3階	03-6846-5050	●	●	●	●	●	●	●				●	●	●	●	●	●
IMS Me-Lifeクリニック渋谷 渋谷区桜丘町23-21 渋谷区文化総合センター大和田10階	03-3770-3100	●	●	●	●		●	●	●				●	●	●	●	
総合健診センターヘルチェック 渋谷アクシュ NEW 東京都渋谷区渋谷2-17-1 渋谷アクシュ4階	0570-012-489 (ヘルチェック予約共通)	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●
イーク表参道(女性専用施設) 渋谷区神宮前4-26-18 原宿ピアザビル4階	☎ 0120-190-828 (イーク予約共通)	●	●	●	●		●						●	●	●	●	
フェニックスメディカルクリニック 渋谷区千駄ヶ谷3-41-6	☎ 0120-063-063 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
聖仁会診療所 渋谷区道玄坂1-16-10 渋谷DTビルB1階	03-6277-5076	●	●	●	●	●	●	●	●				●	●	●	●	●
恵比寿桜十字クリニック 渋谷区東3-9-19 VORT恵比寿maxim B1階	03-6846-5050	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	

*1 全日本労働福祉協会 旗の台健診センターは、東北・関東甲信越・東海まで巡回可能です。
*2 総合健診センターヘルチェック渋谷アクシュの大腸内視鏡検査は、検査の前日使用する下剤代として別途836円が必要です。

健診機関名・所在地		電話番号	健診種別	健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）			
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对応しておりませんので ご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利 用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。			基本健診	人間ドックA 人間ドックB 人間ドックC 人間ドックD 人間ドックE 人間ドックF 人間ドックG 人間ドックH 人間ドックI 人間ドックJ 人間ドックK 人間ドックL 人間ドックM 人間ドックN 人間ドックO 人間ドックP 人間ドックQ 人間ドックR 人間ドックS 人間ドックT 人間ドックU 人間ドックV 人間ドックW 人間ドックX 人間ドックY 人間ドックZ 人間ドックAA 人間ドックAB 人間ドックAC 人間ドックAD 人間ドックAE 人間ドックAF 人間ドックAG 人間ドックAH 人間ドックAI 人間ドックAJ 人間ドックAK 人間ドックAL 人間ドックAM 人間ドックAN 人間ドックAO 人間ドックAP 人間ドックAQ 人間ドックAR 人間ドックAS 人間ドックAT 人間ドックAU 人間ドックAV 人間ドックAW 人間ドックAX 人間ドックAY 人間ドックAZ 人間ドックBA 人間ドックBB 人間ドックBC 人間ドックBD 人間ドックBE 人間ドックBF 人間ドックBG 人間ドックBH 人間ドックBI 人間ドックBJ 人間ドックBK 人間ドックBL 人間ドックBM 人間ドックBN 人間ドックBO 人間ドックBP 人間ドックBQ 人間ドックBR 人間ドックBS 人間ドックBT 人間ドックBU 人間ドックBV 人間ドックBW 人間ドックBX 人間ドックBY 人間ドックBZ 人間ドックCA 人間ドックCB 人間ドックCC 人間ドックCD 人間ドックCE 人間ドックCF 人間ドックCG 人間ドックCH 人間ドックCI 人間ドックCJ 人間ドックCK 人間ドックCL 人間ドックCM 人間ドックCN 人間ドックCO 人間ドックCP 人間ドックCQ 人間ドックCR 人間ドックCS 人間ドックCT 人間ドックCU 人間ドックCV 人間ドックCW 人間ドックCX 人間ドックCY 人間ドックCZ 人間ドックDA 人間ドックDB 人間ドックDC 人間ドックDD 人間ドックDE 人間ドックDF 人間ドックDG 人間ドックDH 人間ドックDI 人間ドックDJ 人間ドックDK 人間ドックDL 人間ドックDM 人間ドックDN 人間ドックDO 人間ドックDP 人間ドックDQ 人間ドックDR 人間ドックDS 人間ドックDT 人間ドックDU 人間ドックDV 人間ドックDW 人間ドックDX 人間ドックDY 人間ドックDZ 人間ドックEA 人間ドックEB 人間ドックEC 人間ドックED 人間ドックEE 人間ドックEF 人間ドックEG 人間ドックEH 人間ドックEI 人間ドックEJ 人間ドックEK 人間ドックEL 人間ドックEM 人間ドックEN 人間ドックEO 人間ドックEP 人間ドックEQ 人間ドックER 人間ドックES 人間ドックET 人間ドックEU 人間ドックEV 人間ドックEW 人間ドックEX 人間ドックEY 人間ドックEZ 人間ドックFA 人間ドックFB 人間ドックFC 人間ドックFD 人間ドックFE 人間ドックFF 人間ドックFG 人間ドックFH 人間ドックFI 人間ドックFJ 人間ドックFK 人間ドックFL 人間ドックFM 人間ドックFN 人間ドックFO 人間ドックFP 人間ドックFQ 人間ドックFR 人間ドックFS 人間ドックFT 人間ドックFU 人間ドックFV 人間ドックFW 人間ドックFX 人間ドックFY 人間ドックFZ 人間ドックGA 人間ドックGB 人間ドックGC 人間ドックGD 人間ドックGE 人間ドックGF 人間ドックGG 人間ドックGH 人間ドックGI 人間ドックGJ 人間ドックGK 人間ドックGL 人間ドックGM 人間ドックGN 人間ドックGO 人間ドックGP 人間ドックGQ 人間ドックGR 人間ドックGS 人間ドックGT 人間ドックGU 人間ドックGV 人間ドックGW 人間ドックGX 人間ドックGY 人間ドックGZ 人間ドックHA 人間ドックHB 人間ドックHC 人間ドックHD 人間ドックHE 人間ドックHF 人間ドックHG 人間ドックHH 人間ドックHI 人間ドックHJ 人間ドックHK 人間ドックHL 人間ドックHM 人間ドックHN 人間ドックHO 人間ドックHP 人間ドックHQ 人間ドックHR 人間ドックHS 人間ドックHT 人間ドックHU 人間ドックHV 人間ドックHW 人間ドックHX 人間ドックHY 人間ドックHZ 人間ドックIA 人間ドックIB 人間ドックIC 人間ドックID 人間ドックIE 人間ドックIF 人間ドックIG 人間ドックIH 人間ドックII 人間ドックIJ 人間ドックIK 人間ドックIL 人間ドックIM 人間ドックIN 人間ドックIO 人間ドックIP 人間ドックIQ 人間ドックIR 人間ドックIS 人間ドックIT 人間ドックIU 人間ドックIV 人間ドックIW 人間ドックIX 人間ドックIY 人間ドックIZ 人間ドックJA 人間ドックJB 人間ドックJC 人間ドックJD 人間ドックJE 人間ドックJF 人間ドックJG 人間ドックJH 人間ドックJI 人間ドックJJ 人間ドックJK 人間ドックJL 人間ドックJM 人間ドックJN 人間ドックJO 人間ドックJP 人間ドックJQ 人間ドックJR 人間ドックJS 人間ドックJT 人間ドックJU 人間ドックJV 人間ドックJW 人間ドックJX 人間ドックJY 人間ドックJZ 人間ドックKA 人間ドックKB 人間ドックKC 人間ドックKD 人間ドックKE 人間ドックKF 人間ドックKG 人間ドックKH 人間ドックKI 人間ドックKJ 人間ドックKK 人間ドックKL 人間ドックKM 人間ドックKN 人間ドックKO 人間ドックKP 人間ドックKQ 人間ドックKR 人間ドックKS 人間ドックKT 人間ドックKU 人間ドックKV 人間ドックKW 人間ドックKX 人間ドックKY 人間ドックKZ 人間ドックLA 人間ドックLB 人間ドックLC 人間ドックLD 人間ドックLE 人間ドックLF 人間ドックLG 人間ドックLH 人間ドックLI 人間ドックLJ 人間ドックLK 人間ドックLL 人間ドックLM 人間ドックLN 人間ドックLO 人間ドックLP 人間ドックLQ 人間ドックLR 人間ドックLS 人間ドックLT 人間ドックLU 人間ドックLV 人間ドックLW 人間ドックLX 人間ドックLY 人間ドックLZ 人間ドックMA 人間ドックMB 人間ドックMC 人間ドックMD 人間ドックME 人間ドックMF 人間ドックMG 人間ドックMH 人間ドックMI 人間ドックMJ 人間ドックMK 人間ドックML 人間ドックMN 人間ドックMO 人間ドックMP 人間ドックMQ 人間ドックMR 人間ドックMS 人間ドックMT 人間ドックMU 人間ドックMV 人間ドックMW 人間ドックMX 人間ドックMY 人間ドックMZ 人間ドックNA 人間ドックNB 人間ドックNC 人間ドックND 人間ドックNE 人間ドックNF 人間ドックNG 人間ドックNH 人間ドックNI 人間ドックNJ 人間ドックNK 人間ドックNL 人間ドックNM 人間ドックNO 人間ドックNP 人間ドックNQ 人間ドックNR 人間ドックNS 人間ドックNT 人間ドックNU 人間ドックNV 人間ドックNW 人間ドックNX 人間ドックNY 人間ドックNZ 人間ドックOA 人間ドックOB 人間ドックOC 人間ドックOD 人間ドックOE 人間ドックOF 人間ドックOG 人間ドックOH 人間ドックOI 人間ドックOJ 人間ドックOK 人間ドックOL 人間ドックOM 人間ドックON 人間ドックOO 人間ドックOP 人間ドックOQ 人間ドックOR 人間ドックOS 人間ドックOT 人間ドックOU 人間ドックOV 人間ドックOW 人間ドックOX 人間ドックOY 人間ドックOZ 人間ドックPA 人間ドックPB 人間ドックPC 人間ドックPD 人間ドックPE 人間ドックPF 人間ドックPG 人間ドックPH 人間ドックPI 人間ドックPJ 人間ドックPK 人間ドックPL 人間ドックPM 人間ドックPN 人間ドックPO 人間ドックPP 人間ドックPQ 人間ドックPR 人間ドックPS 人間ドックPT 人間ドックPU 人間ドックPV 人間ドックPW 人間ドックPX 人間ドックPY 人間ドックPZ 人間ドックQA 人間ドックQB 人間ドックQC 人間ドックQD 人間ドックQE 人間ドックQF 人間ドックQG 人間ドックQH 人間ドックQI 人間ドックQJ 人間ドックQK 人間ドックQL 人間ドックQM 人間ドックQN 人間ドックQO 人間ドックQP 人間ドックQQ 人間ドックQR 人間ドックQS 人間ドックQT 人間ドックQU 人間ドックQV 人間ドックQW 人間ドックQX 人間ドックQY 人間ドックQZ 人間ドックRA 人間ドックRB 人間ドックRC 人間ドックRD 人間ドックRE 人間ドックRF 人間ドックRG 人間ドックRH 人間ドックRI 人間ドックRJ 人間ドックRK 人間ドックRL 人間ドックRM 人間ドックRN 人間ドックRO 人間ドックRP 人間ドックRQ 人間ドックRR 人間ドックRS 人間ドックRT 人間ドックRU 人間ドックRV 人間ドックRW 人間ドックRX 人間ドックRY 人間ドックRZ 人間ドックSA 人間ドックSB 人間ドックSC 人間ドックSD 人間ドックSE 人間ドックSF 人間ドックSG 人間ドックSH 人間ドックSI 人間ドックSJ 人間ドックSK 人間ドックSL 人間ドックSM 人間ドックSN 人間ドックSO 人間ドックSP 人間ドックSQ 人間ドックSR 人間ドックSS 人間ドックST 人間ドックSU 人間ドックSV 人間ドックSW 人間ドックSX 人間ドックSY 人間ドックSZ 人間ドックTA 人間ドックTB 人間ドックTC 人間ドックTD 人間ドックTE 人間ドックTF 人間ドックTG 人間ドックTH 人間ドックTI 人間ドックTJ 人間ドックTK 人間ドックTL 人間ドックTM 人間ドックTN 人間ドックTO 人間ドックTP 人間ドックTQ 人間ドックTR 人間ドックTS 人間ドックTT 人間ドックTU 人間ドックTV 人間ドックTW 人間ドックTX 人間ドックTY 人間ドックTZ 人間ドックUA 人間ドックUB 人間ドックUC 人間ドックUD 人間ドックUE 人間ドックUF 人間ドックUG 人間ドックUH 人間ドックUI 人間ドックUJ 人間ドックUK 人間ドックUL 人間ドックUM 人間ドックUN 人間ドックUO 人間ドックUP 人間ドックUQ 人間ドックUR 人間ドックUS 人間ドックUT 人間ドックUU 人間ドックUV 人間ドックUW 人間ドックUX 人間ドックUY 人間ドックUZ 人間ドックVA 人間ドックVB 人間ドックVC 人間ドックVD 人間ドックVE 人間ドックVF 人間ドックVG 人間ドックVH 人間ドックVI 人間ドックVJ 人間ドックVK 人間ドックVL 人間ドックVM 人間ドックVN 人間ドックVO 人間ドックVP 人間ドックVQ 人間ドックVR 人間ドックVS 人間ドックVT 人間ドックVU 人間ドックVV 人間ドックVW 人間ドックVX 人間ドックVY 人間ドックVZ 人間ドックWA 人間ドックWB 人間ドックWC 人間ドックWD 人間ドックWE 人間ドックWF 人間ドックWG 人間ドックWH 人間ドックWI 人間ドックWJ 人間ドックWK 人間ドックWL 人間ドックWM 人間ドックWN 人間ドックWO 人間ドックWP 人間ドックWQ 人間ドックWR 人間ドックWS 人間ドックWT 人間ドックWU 人間ドックWV 人間ドックWW 人間ドックWX 人間ドックWY 人間ドックWZ 人間ドックXA 人間ドックXB 人間ドックXC 人間ドックXD 人間ドックXE 人間ドックXF 人間ドックXG 人間ドックXH 人間ドックXI 人間ドックXJ 人間ドックXK 人間ドックXL 人間ドックXM 人間ドックXN 人間ドックXO 人間ドックXP 人間ドックXQ 人間ドックXR 人間ドックXS 人間ドックXT 人間ドックXU 人間ドックXV 人間ドックXW 人間ドックXX 人間ドックXY 人間ドックXZ 人間ドックYA 人間ドックYB 人間ドックYC 人間ドックYD 人間ドックYE 人間ドックYF 人間ドックYG 人間ドックYH 人間ドックYI 人間ドックYJ 人間ドックYK 人間ドックYL 人間ドックYM 人間ドックYN 人間ドックYO 人間ドックYP 人間ドックYQ 人間ドックYR 人間ドックYS 人間ドックYT 人間ドックYU 人間ドックYV 人間ドックYW 人間ドックYX 人間ドックYY 人間ドックYZ 人間ドックZA 人間ドックZB 人間ドックZC 人間ドックZD 人間ドックZE 人間ドックZF 人間ドックZG 人間ドックZH 人間ドックZI 人間ドックZJ 人間ドックZK 人間ドックZL 人間ドックZM 人間ドックZN 人間ドックZO 人間ドックZP 人間ドックZQ 人間ドックZR 人間ドックZS 人間ドックZT 人間ドックZU 人間ドックZV 人間ドックZW 人間ドックZX 人間ドックZY 人間ドックZZ	マンモグラフィ														

IMS Me-Lifeクリニック新宿 渋谷区代々木2-1-1 新宿メインズタワー10階	03-3375-3371	●	●	●	●		●	●	●	●		●	●	●	●	●	
新宿つかめクリニック 渋谷区代々木2-11-15 新宿東京海上日動ビル3・4階	03-3299-8900	●	●	●	●		●	●	●	●		●	●	●	●	●	
新宿健診プラザ 新宿区歌舞伎町2-3-18	03-3207-2222	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
新宿追分クリニック/新宿追分クリニック・レディース 新宿区新宿3-1-13 京王新宿追分ビル6・7階	☎ 0120-28-3113	●	●	●	●		●	●	●			●		●	●	●	●
帝京大学医学部附属 新宿クリニック 新宿区新宿4-1-6 JR新宿ミライナタワー7階	03-6274-8871	●	●	●	●		●			●	●	●	●	●	●	●	
フィオーレ健診クリニック 新宿区新宿7-26-9 フィオーレ東京	03-5287-6211	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	
総合健診センターヘルチェック レディース新宿(女性専用施設)*3 新宿区西新宿2-7-1 小田急第一生命ビル26階	0570-012-489 (ヘルチェック予約共通)	●	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●
総合健診センターヘルチェック 新宿西口センター 新宿区西新宿3-2-4 JRE西新宿テラス7・8階		●	●	●	●	●	●	●	●				●	●	●	●	●
新宿桜十字クリニック 新宿区西新宿7-10-1 O-GUARD SHINJUKU5階	03-6846-5050	●	●	●	●	●	●	●	●			●	●	●	●	●	
大久保健診センター(直営) 新宿区百人町2-27-6 関東ITソフトウェア健保会館 受付2階	WEB予約のみ 詳しくはP38・39	●	●	●	●		●	●					●	●	●	●	
城西病院予防医学本部健診センター 杉並区上荻2-42-11 城西病院6階	03-3390-6910	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●	●
診療所 杉並健診プラザ 杉並区高井戸東2-3-14	03-3331-6823	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	●
湘南メディカル記念病院 墨田区両国2-21-1	☎ 0120-352-390	●	●	●	●		●					●	●	●	●	●	
健診プラザ両国 墨田区両国4-25-12	☎ 0120-489-231 (予約専用 葛飾健診センターと共通)	●	●	●	●		●	●					●	●	●	●	
幸野メディカルクリニック 世田谷区祖師谷3-30-28	03-3483-8976	●	●	●	●		●					●		●	●	●	
オリエンタル上野健診センター 台東区上野1-20-11 鈴乃屋ビルB1階	03-5816-0720 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●	●		●	●	●	●	●	
上野御徒町桜十字クリニック 台東区上野3-21-5 BINO御徒町5階	03-6854-1515	●	●	●	●	●	●	●				●	●	●	●	●	
せいおう会 鶯谷健診センター 台東区根岸2-19-19	03-3873-9161	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Bene浅草 健診クリニック 台東区花川戸1-4-1 浅草駅ビルEKIMISE7階	03-6802-7910	●	●	●	●		●	●						●	●	●	

*3 総合健診センターヘルチェック レディース新宿は、女性専用施設です。基本健診だけの受診はできません。婦人科検査とセットでお申し込みください。
*4 総合健診センターヘルチェック 新宿西口センターの大腸内視鏡検査は、検査の前日使用する下剤代として別途836円が必要です。

直営・契約健診機関一覧

※健診機関一覧の情報は変更になる場合があります。
最新情報は当組合ホームページ健診実施要領でご確認ください。
<https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/keiyaku/index.html>



健診機関名・所在地	電話番号	健診種別	健診車	特定保健指導(無料)	オプション検査										情報機器作業健診補助対象外
					腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	マンモグラフィ	
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんので ご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。		基本健診	人間ドックA(胃部検査なし)	人間ドックB(胃部X線検査)	人間ドックC(胃内視鏡検査)										

銀座医院健康管理センター 中央区銀座4-12-15 歌舞伎座タワー16階	03-3541-3340	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
総合健診センターヘルチェック 日本橋センター 中央区日本橋1-3-13 東京建物日本橋ビル7階	0570-012-489 (ヘルチェック予約共通)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
KKCウエルネス 東京日本橋健診クリニック 中央区日本橋箱崎町5-14 アルゴ日本橋ビル1階	03-5500-6776	●	●	●	●		●	●	●		●		●	●	●	●
三井タワークリニック 中央区日本橋室町2-1-1 日本橋三井タワー5階	03-3510-9945 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
日本橋室町三井タワー ミッドタウンクリニック 中央区日本橋室町3-2-1 日本橋室町三井タワー7階	03-3231-2068	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
慈恵医大晴海トリートメントクリニック 中央区晴海1-8-8 アイランドトリートメントスクエアオフィスタワーW棟3階	03-3531-3211	●	●	●	●				●	●	●	●	●	●		
日比谷国際クリニック 千代田区内幸町2-2-3 日比谷国際ビルB1階	03-3503-3440	●	●	●	●		●	●			●	●	●	●		●
MYメディカルクリニック大手町 千代田区大手町2-3-1 大手町プレイスB2階	03-4213-7265	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
霞が関ビル診療所 千代田区霞が関3-2-5 霞が関ビル3階	03-3239-0017 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
健診プラザ日本橋 千代田区神田須田町2-7-3 VORT秋葉原BLD.7階	03-3693-7240	●	●	●	●		●	●			●		●	●		
イク紀尾井町*5 千代田区紀尾井町1-3 東京ガーデンテラス紀尾井町3階	☎ 0120-190-828 (イク予約共通)	●	●	●	●		●				●	●	●	●	●	
東都クリニック 千代田区紀尾井町4-1 ホテルニューオータニガーデンタワー2階	03-3239-0302	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
秋葉原メディカルクリニック 千代田区外神田1-16-9 朝風2号館6階	03-3280-5877 予約専用 (目黒メディカルクリニックと共通)	●	●	●	●	●	●		●		●	●	●	●	●	●
秋葉原メディカルクリニック アネックス 千代田区神田練堀町68 ムラタヤビル4階		●	●	●		●	●	●								
榊原サピアタワークリニック 千代田区丸の内1-7-12 サピアタワー7階	03-5288-0610	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
イク丸の内(女性専用施設) 千代田区丸の内2-7-3 東京ビルディング3階	☎ 0120-190-828 (イク予約共通)	●	●	●	●		●				●	●	●	●		
イク有楽町(女性専用施設) 千代田区有楽町2-7-1 有楽町駅前ビルディング15階																
IMS Me-Lifeクリニック池袋 豊島区東池袋1-21-11 オーク池袋ビル8・9・10階	03-3989-1112	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
総合健診センターヘルチェック 池袋センター 豊島区東池袋1-25-8 タカセビル1・2階	0570-012-489 (ヘルチェック予約共通)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	*6	●	●	●	●	●

*5 イク紀尾井町は、曜日別に男女の受診日を設置しています。詳しくは直接施設へお問い合わせください。
*6 総合健診センターヘルチェック 池袋センターの大腸内視鏡検査は、検査の前日使用する下剤代として別途836円が必要です。

健診機関名・所在地	電話番号	健診種別	健診車	特定保健指導(無料)	オプション検査										情報機器作業健診補助対象外
					腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	マンモグラフィ	
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんので ご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。		基本健診	人間ドックA(胃部検査なし)	人間ドックB(胃部X線検査)	人間ドックC(胃内視鏡検査)										

島村記念病院 健診センター 練馬区関町北2-4-1	03-3920-9788	●	●	●	●		●	●		●	●	●	●	●		
春日クリニック 文京区小石川1-12-16 TGビル	03-3816-5840	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
山王健診センター(直営) 港区赤坂2-5-6 山王健保会館内 受付7階	WEB予約のみ 詳しくはP38・39	●	●	●	●		●	●			●	●	●	●	●	
赤坂桜十字クリニック 港区赤坂3-21-13 キーストン赤坂ビル2階	03-6846-5050	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	
東京ミッドタウンクリニック 港区赤坂9-7-1 ミッドタウン・タワー6階	03-5413-0081	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
麻布台クリニック 港区麻布台1-3-1 麻布台ヒルズ タワープラザ4階(森JPタワー)	03-5544-9395	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
品川シーズンテラス健診クリニック 港区港南1-2-70 品川シーズンテラス5階	03-3452-3381	●	●	●	●		*7	●	●	●	●	●	●	●	●	
みなと健診クリニック 港区港南2-5-3 オリックス品川ビル2階	03-5781-5018 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
MYメディカルクリニック田町三田 NEW 東京都港区芝5-33-11 田町タワー4階	03-5931-0221	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
芝パーククリニック 港区芝公園2-4-1 芝パークビルA館2階	03-3434-4485	●	●	●	●		●	●		●	●		●	●		
パークサイドクリニック 港区芝公園2-6-8 日本女子会館2階	03-3434-7800	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
シーエスケー・クリニック 港区新橋1-13-12 堤ビル4階	03-5157-5121	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
セラヴィ新橋クリニック 港区新橋4-3-1 新虎安田ビル3・4階	03-5408-8181 (ガイダンス1番)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
東京高輪病院 港区高輪3-10-11	03-3443-9555	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
虎ノ門ヒルズ桜十字クリニック 港区虎ノ門2-6-3 虎ノ門ヒルズステーションタワー5階	03-6846-5050 (共通)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
城山ガーデン桜十字クリニック 港区虎ノ門4-3-1 城山トラストタワー3階		●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
泉ガーデン桜十字クリニック 港区六本木1-6-3 泉ガーデンウィングB1階		●	●	●						●				●		
汐留健診クリニック 港区浜松町1-17-10	☎ 0120-40-1086 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
汐留シティセンター セントラルクリニック 港区東新橋1-5-2 汐留シティセンター3階	03-5568-8702	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

*7 品川シーズンテラス健診クリニックは、全国に巡回可能です。

直営・契約健診機関一覧

※健診機関一覧の情報は変更になる場合があります。
最新情報は当組合ホームページ健診実施要領でご確認ください。
https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/keiyaku/index.html



健診機関名・所在地		電話番号		健診種別		健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんのでご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。		基本健診 人間ドックA 胃部検査なし 人間ドックB 胃部X線検査 人間ドックC 胃内視鏡検査		腹部超音波 頸動脈超音波 心臓超音波 脳MR 肺CT 大腸内視鏡 子宮頸がん 経膈超音波 乳腺超音波 マンモグラフィ														

MEP南青山 港区南青山1-3-3 パークアクシス青山一丁目タワー5階	03-6384-5760	●	●	●	●		●	●	●		●	●	●	●	●	●
六本木ヒルズクリニック 港区六本木6-10-1 六本木ヒルズ森タワー6階	03-3796-6006	●	●	●	●			●	●	●		●	●	●	●	
アルコールクリニック 目黒区下目黒1-8-1 アルコタワー12階	03-5434-8181	●	●	●	●		●	●				●	●	●	●	
立川北口健診館 立川市曙町2-37-7 コアシティ立川ビル6・9階	042-521-1212	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●
多摩健康管理センター 立川市錦町3-7-10	042-528-2011	●	●	●	●		●					●		●	●	
調布東山病院 ドック健診センター 調布市小島町2-32-17	042-481-5515	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
八王子健康管理センター 八王子市明神町4-30-2	042-648-1621	●	●	●	●		●	●		●		●		●	●	
一翠会東京府中健診クリニック 府中市宮町1-40 KDX府中ビル4階	042-363-5515	●	●	●	●		●	●		●		●		●	●	
新宿追分クリニック板橋分院 板橋区小茂根3-13-1 (巡回健診車のみ)	03-3288-8011					●		●				●		●	●	●

契約健診機関《全国》

○関東

ヘルスケアクリニック厚木 厚木市旭町1-25-1 本厚木ミハラス3階	046-227-1131	●	●	●	●		●	●			●	●	●	●	●	●
新百合ヶ丘総合病院 川崎市麻生区古沢都古255	☎ 0120-700-098	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
川崎健診クリニック 川崎市川崎区駅前本町10-5 クリエ川崎8階	044-511-6116 (共通)	●				●	●	●				●		●	●	
アルファメディック・クリニック 川崎市幸区堀川町580-16 川崎テックセンター8階			●	●	●		●	●		●	●	●		●	●	
総合健診センターヘルチェック 川崎センター 川崎市川崎区日進町1-11 川崎ルフロン8階	0570-012-489 (ヘルチェック予約共通)	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●
相和会 相模原総合健診センター 相模原市中央区淵野辺3-2-8	042-753-3301	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
ヘルス・サイエンス・センター 相模原市南区相模大野3-3-2-401 ポーノ相模大野 サウスモール4階	042-740-6200	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
藤沢総合健診センター 藤沢市鵠沼橘1-17-11 順天ビル	0466-23-3211	●	●	●	●		●	●		●		●	●	●	●	
湘南健診クリニック湘南健康管理センター 横須賀市追浜東町3-53-12	046-867-2876	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●

*8 総合健診センターヘルチェック 川崎センターの大腸内視鏡検査は、検査の前日使用する下剤代として別途836円が必要です。

健診機関名・所在地		電話番号	健診種別	健診車	特定保健指導(無料)	オプション検査										情報機器作業健診(補助対象外)		
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんのでご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。			基本健診	人間ドックA(胃部検査なし)	人間ドックB(胃部X線検査)	人間ドックC(胃内視鏡検査)	腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	マンモグラフィ		

総合健診センターヘルチェック 横浜東口センター 横浜市神奈川区金港町6-20 善仁会金港町ビル	0570-012-489 (ヘルチェック予約共通)	●	●	●	●		●	●	●	●	●	*9	●	●	●	●
総合健診センターヘルチェック レディース横浜 横浜市西区北幸1-4-1 横浜天理ビル23階		●	●	●	●		●	●	●	●			●	●	●	●
総合健診センターヘルチェック 横浜西口センター 横浜市西区北幸1-11-15 横浜STビル3階		●	●	●	●		●	●	●	●			●	●	●	●
総合健診センターヘルチェック 横濱ゲートタワー 横浜市西区高島1-2-5 横濱ゲートタワー4階		●	●	●	●		●	●	●	●	●	*9	●	●	●	●
総合健診センターヘルチェック ファーストプレイス横浜 横浜市西区高島2-7-1 ファーストプレイス横浜6階		●	●	●	●		●	●	●	●			●	●	●	●
横浜リーフみなとみらい健診クリニック 横浜市西区みなとみらい4-6-5 リーフみなとみらい11階・12階	045-651-1572	●	●	●	●		●	●		●			●	●	●	●
柏健診クリニック 柏市柏4-5-22	☎ 0120-15-4119 (予約専用)	●	●	●	●		●	●		●	●		●	●	●	
聖隷佐倉市民病院 健診センター 佐倉市江原台2-36-2	043-486-0006	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
IMS Me-Lifeクリニック千葉 千葉市中央区新町1000 センシティタワー8階	043-204-5511	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
奏の杜クリニック海浜幕張 千葉市美浜区ひび野1-14 aune4階	043-441-5181	●	●	●	●		●	●	●	●	●		●	●	●	
津田沼中央総合病院 習志野市谷津1-9-17	047-476-5134	●	●	●	●		●	●	●	●	●		●	●	●	
船橋中央病院 船橋市海神6-13-10	047-433-5885	●	●	●	●		●	●		●	●	●	●	●	●	
花輪クリニック 船橋市本町1-3-1 船橋フェイスビル8階	047-422-2202	●	●	●	●		●	●		●		●	●	●	●	
籠原病院 熊谷市美土里町3-136	048-532-6747	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
大宮シティクリニック さいたま市大宮区桜木町1-7-5 ソニックシティビル2階・30階	0570-039-489	●	●	●	●		●	●			●	●		●	●	●
アルシェクリニック さいたま市大宮区桜木町2-1-1 アルシェビル8階	048-640-6561	●	●	●	●		●	●				●	●	●	●	
総合健診センターヘルチェック 大宮センター さいたま市大宮区大門町2-118 大宮門街3階	0570-012-489 (ヘルチェック予約共通)	●	●	●	●	●	●	●	●	●			●	●	●	●
ほうじゅ南浦和クリニック さいたま市南区南浦和1-25-1-1階	☎ 0120-790-048	●	●	●	●		●	●	●				●	●	●	
はなみずぎ小手指クリニック 所沢市小手指町1-16-4	☎ 0120-992-473	●	●	●	●		●	●	●	●			●	●	●	

*9 総合健診センターヘルチェック 横浜東口センター・横濱ゲートタワーの大腸内視鏡検査は、検査の前日使用する下剤代として別途836円が必要です。

直営・契約健診機関一覧

※健診機関一覧の情報は変更になる場合があります。
最新情報は当組合ホームページ健診実施要領でご確認ください。
<https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/keiyaku/index.html>



健診機関名・所在地		電話番号		健診種別		健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）
								腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	マンモグラフィ	
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんのでご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。																		

伊勢崎健診プラザ 伊勢崎市中町655-1	0270-26-7700	●	●	●	●			●	●			●		●		●	●	●
三愛クリニック 高崎市金古町1758	027-373-3111	●	●	●	●	●	●	●	●			●		●		●	●	●
宇都宮記念病院総合健診センター 宇都宮市大通り1-3-16	0570-077831	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
とちぎ健診プラザ 小山市向原77-3	0285-31-5555	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●		●		●	●	●
霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター 稲敷郡阿見町中央3-20-1	029-887-4563 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●		●	●		●		●	●	
北水会記念病院健診センター 水戸市東原3-2-1 水高スクエア内	029-303-3005	●	●	●	●			●						●	●	●	●	

○甲信越

山梨県厚生連健康管理センター 甲府市飯田1-1-26	☎ 0120-28-5592 (予約専用)	●		●	●	●	●	●						●	●	●	●	
山田記念朝日病院 長野市大字南堀135-1	026-241-9839	●	●	●	●		●	●	●		●	●		●	●	●	●	
長野市民病院 長野市富竹1333-1	☎ 0800-800-5641 (予約専用)	●	●	●	●							●		●		●	●	
長岡健康管理センター 長岡市千秋2-229-1	0258-28-3555	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●		●	●	●	●	●
新潟健診プラザ 新潟市中央区紫竹山2-6-10	025-245-1177 (共通)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●
西新潟健診プラザ 新潟市西区小新南2-1-60		●	●	●	●	●	●	●	●			●		●	●	●	●	●
ブラーカ健康増進センター 新潟市中央区天神1-1 ブラーカ3 5階	025-370-1961	●	●	●	●	●	●	●	●			●		●		●	●	●

健診機関名・所在地		電話番号	健診種別			健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんのでご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。			基本健診	人間ドックA 胃部検査なし	人間ドックB 胃部X線検査			人間ドックC 胃内視鏡検査	腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	

○北海道・東北

船員保険北海道健康管理センター 札幌市中央区北2条西1-1 マルイト札幌ビル5階	011-200-4811 (予約専用)	●	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●	●	●
メディカルプラザ札幌健診クリニック 札幌市中央区北5条西2 JRタワーオフィスプラザさっぽろ8階	011-209-5450	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●		●	●	●	●	●
札幌商工診療所 札幌市中央区南1条西5-15-2	011-261-2010	●	●	●	●	●		●	●					●	●	●	●	●
メディカルコート八戸西病院付属 八戸西健診プラザ 八戸市長苗代字中坪74-1	0178-21-1717	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●
岩手県予防医学協会 県南センター 胆沢郡金ヶ崎町西根前野209-1	0197-44-5711	●	●	●			●	●			●				*10	●	●	
岩手県予防医学協会 盛岡市北飯岡4-8-50	0570-00-7185	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●		●	*10	●	●	●
全日本労働福祉協会東北支部 山形健診センター 山形市西崎49-6	023-673-0707	●	●	●	●	●	●	●	●		●		●	●		●	●	●
せんだい総合健診クリニック 仙台市青葉区一番町1-9-1 仙台トラスタワー4階	022-221-0066	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●
IMS Me-Lifeクリニック仙台 仙台市宮城野区榴岡1-1-1 JR仙台イーストゲートビル4階	022-792-5000	●	●	●	●		●	●			●			●	●	●	●	
みやぎ健診プラザ 仙台市若林区卸町1-6-9	022-231-3655	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●
かしま病院 健診センター いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1	0246-58-8090	●	●	●	●		●	●	●		●	●		●		●	●	

*10 岩手県予防医学協会の経膈超音波検査は、人間ドックB・Cのみ実施可能です。

○北陸

金沢聖霊総合病院健診センター 金沢市長町1-5-30	076-231-7900	●	●	●	●		●	●	●		●	●		●	●	●	●	
北陸予防医学協会健康管理センター 富山市西二俣277-3	076-436-1244	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●		●	●	●
福井県予防医学協会 福井市和田2-1006	0776-23-2777	●	●	●	●	●	●	●	●		●			●		●	●	●

直営・契約健診機関一覧

※健診機関一覧の情報は変更になる場合があります。
最新情報は当組合ホームページ健診実施要領でご確認ください。
https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/keiyaku/index.html



健診機関名・所在地		電話番号		健診種別		健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんので ご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利 用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。				基本健診		人間ドックA 胃部検査なし	人間ドックB 胃部X線検査	人間ドックC 胃内視鏡検査	腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	マンモグラフィ

○東海

池田病院 駿東郡長泉町本宿411-5	055-986-8600	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
聖隷静岡健診クリニック 静岡市葵区黒金町55 静岡交通ビル5～7階	☎ 0120-283-170 (共通)	●						●	●			●	●	●	●	●
聖隷健康サポートセンターShizuoka 静岡市駿河区曲金6-8-5-2 マークス・ザ・タワー東静岡2～5階		●	●	●	●	●	●	●		●		●	●	●	●	●
聖隷沼津健康診断センター 沼津市本字下ー丁田895-1	055-962-9882 (ガイダンス1番)	●	●	●	●	●	●	●				●	●	●	●	●
聖隷予防検診センター 浜松市北区三方原町3453-1	☎ 0120-938-375 (共通)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	*11	●	●	●	●	●
聖隷健康診断センター 浜松市中区住吉2-35-8		●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
オリエンタル労働衛生協会 名古屋市千種区今池1-8-4	052-732-2200	●				●	●	●				●		●	●	●
オリエンタルクリニック 名古屋市千種区今池1-8-5	052-741-5181		●	●	●	●	●			●		●		●	●	●
ミッドタウンクリニック名駅 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋5階	052-551-1169	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●
名古屋ステーションクリニック 名古屋市中村区名駅4-6-17 名古屋ビルディング8・9階	052-551-6663	●	●	●	●	●	●	●		●		●		●	●	●
大雄会ルーセントクリニック 名古屋市西区牛島町6-1 名古屋ルーセントタワー3階	☎ 0800-500-1211	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●
KKC健康スクエアウエルネス 三重健診クリニック 津市あいつ台4-1-3	059-269-5678	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●
四日市羽津医療センター 四日市市羽津山町10-8	059-331-1211	●	●	●	●	●	●				●	●	●	●	●	●

*11 聖隷予防検診センターの大腸内視鏡検査は、別途検査食代(自己負担2,200円)が必要です。

○近畿

KKCウエルネス栗東健診クリニック 栗東市小野501-1	050-3535-5992	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●
武田病院健診センター 京都市下京区塩小路通西洞院東入東塩小路町608 日本生命京都三哲ビル3階	075-746-5100	●	●	●	●		●	●		●		●	●	●	●	●
御池クリニック(男性専用施設)*12 京都市中京区西ノ京下合町11	☎ 0120-777-465	●	●	●	●		●		●	●	●	●	●	●	●	●
御池クリニックレディースプラザ(女性専用施設) 京都市中京区西ノ京下合町19	☎ 0120-888-075	●	●	●	●		●		●	●	●	●	●	●	●	●

*12 御池クリニックは男性専用施設です。ただし、月に一度日曜営業のみ女性の受診が可能です。詳しくは直接施設へお問い合わせください。

健診機関名・所在地		電話番号	健診種別			健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんのでご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。			基本健診	人間ドックA 胃部検査なし	人間ドックB 胃部X線検査			人間ドックC 胃内視鏡検査	腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	

大阪中央病院健康管理センター 大阪市北区梅田3-3-30	06-4795-5550 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●		●	●	●	●	●	●
桜十字グランフロント大阪クリニック 大阪市北区大深町3-1 グランフロント大阪北館ナレッジキャピタル6階	06-6377-8320	●	●	●	●		●	●	●		●	●	●	●	●	●
近畿健診センター 大阪市北区西天満5-9-3 アールビル本館2階	06-6365-1655	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●
オリエンタル労働衛生協会大阪支部 オリエンタル大阪健診センター 大阪市中心区久太郎町1-9-26 LUCID SQUARE SEMBA2階	06-6266-6440	●	●	●	●	●	●	●		●		●		●	●	●
大阪府結核予防会 大阪総合健診センター 大阪市中心区道修町4-6-5	06-6202-6667 (予約専用)	●	●	●	●	●	●	●		●		●		●	●	●
船員保険大阪健康管理センター 大阪市港区築港1-8-22	06-6576-1011	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●
一翠会千里中央健診センター 豊中市新千里東町1-5-3 千里朝日阪急ビル3階	06-6872-5516	●	●	●	●	●	●	●		●		●		●	●	●
KKCウエルネス神戸健診クリニック 神戸市中央区磯上通8-3-5 明治安田生命神戸ビル12階	050-3541-2264	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●
神鋼記念会 新神戸ドック健診クリニック 神戸市中央区熊内町7-6-1 ジークレフ新神戸タワー2階	078-261-6736				●		●				●	●	●	●	●	●
神鋼記念会 総合健康管理センター 灘ドック健診クリニック 神戸市中央区脇浜町1-4-47	078-261-6773	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●

○中国・四国・九州・沖縄

淳風会 健康管理センター 岡山市北区大供2-3-1	050-3163-0002 (予約専用)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
出雲徳洲会病院 出雲市斐川町直江3964-1	0853-73-7802	●	●	●	●			●	●	●	●	●	●	●	●	●
メディックス広島 健診センター 広島市中区大手町1-5-17	0570-023-109 (共通)	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●		●	●	●
メディックス広島 エキキタ健診センター 広島市東区二葉の里3-5-7 グラノード広島2階		●	●	●	●		●	●	●	●		●	●	●	●	●
徳島県総合健診センター 徳島市蔵本町1-10-3	088-678-7128 (予約専用)	●	●	●	●		●	●	●			●	●	●	●	●
愛媛県総合保健協会 松山市味酒町1-10-5	089-987-8202	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●
西日本産業衛生会 北九州健診診療所 北九州市小倉北区室町3-1-2 北九州健診ビル1階	093-561-0030	●	●	●	●		●	●		●		●	●	●	●	●

直営・契約健診機関一覧

※健診機関一覧の情報は変更になる場合があります。
最新情報は当組合ホームページ健診実施要領でご確認ください。
<https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/keiyaku/index.html>



健診機関名・所在地		電話番号		健診種別		健診車	特定保健指導（無料）	オプション検査										情報機器作業健診（補助対象外）
●健診コース等で●印が記入されていない部分是对应しておりませんのでご注意ください。 ●健診種別、オプション検査の受診資格・利用料金はP23をご覧ください。 ●情報機器作業健診は紹介のみとなります。健診機関により実施内容、利用料金等が異なるため、健診機関に直接お問い合わせください。				基本健診				腹部超音波	頸動脈超音波	心臓超音波	脳MR	肺CT	大腸内視鏡	子宮頸がん	経膈超音波	乳腺超音波	マンモグラフィ	
				人間ドックA 胃部検査なし		人間ドックB 胃部X線検査	人間ドックC 胃内視鏡検査											

西日本産業衛生会 八幡健診プラザ 北九州市八幡東区東田1-4-8	093-671-8100	●	●	●	●	●	●			●		●	●	●	●	●
ガーデンシティ健診プラザ 福岡市中央区大名2-6-50 福岡大名ガーデンシティ・タワー5階	0800-300-7154	●	●	●	●		●	●	●		●	●	●	●	●	
日本予防医学協会附属診療所 ウェルビーイング博多 福岡市博多区博多駅前3-19-5 博多石川ビル	092-472-0222	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●	●
船員保険福岡健康管理センター 福岡市東区原田3-4-10	092-611-6311 092-611-6312（巡回）	●	●	●	●	●	●	●		●		●		●	●	●
福岡労働衛生研究所 労衛研健診センター 福岡市南区那の川1-11-27	092-526-1033	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●		●	●	●
西日本産業衛生会 大分労働衛生管理センター 大分市高城南町11-7	097-552-7788	●	●	●	●	●	●	●		●	●		●	●	●	●
佐世保国際通り病院 佐世保市浜田町1-6	0956-37-8961	●	●	●	●			●		●		●		●	●	●
春回会クリニック健診センター 長崎市目覚町7-2 HCS長崎ビル6階	0570-003-700	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	
宮崎善仁会病院総合健診センター 宮崎市新別府町江口950-1	0985-64-8088	●	●	●					*13	●			●	*13	●	
熊本県総合保健センター 熊本市東区東町4-11-1	096-365-2323	●	●	●	●		●	●	●		●	●		●	*14	
メディッセ桜十字クリニック 桜十字予防医療センター 熊本市中央区平成3-23-30 サンリブシティくまなん3階	096-378-1182	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
鹿児島厚生連病院 健康管理センター 鹿児島市与次郎1-13-1	099-256-1133	●	●	●	●		●	●		●		●	●	●	●	●
那覇市医師会生活習慣病検診センター 那覇市東町26-1	098-860-3017 （予約専用）	●	●	●	●	●		●	●			●		●	●	●

*13 宮崎善仁会病院総合健診センターの脳MR検査は頸部MRAが含まれません。乳腺超音波は基本健診以外のオプションで実施可能です。
*14 熊本県総合保健センターのマンモグラフィは、40歳以上のみ実施可能です。

脳MR検査・肺CT検査のご案内

40歳以上の方を対象に、脳MR検査（MRI・MRA）、肺CT検査を実施しています。最新のMRI（磁気共鳴画像診断装置）とマルチスライスCTによる撮影を行い、病気の早期発見をサポートします。

対 象 者	年度末年齢40歳以上かつ偶数年齢の被保険者、被扶養者
利 用 料 金	脳MR検査:10,000円 肺CT検査:5,000円
検 査 内 容	【脳MR検査】 脳梗塞/脳腫瘍MRI検査:脳梗塞の有無・大きさ・場所・脳腫瘍の有無をチェックします。 脳動脈瘤/脳血管MRA検査:脳動脈瘤の有無・大きさ・場所・脳腫瘍の有無をチェックします。 頸部血管MRA検査:首の血管、頸動脈の狭窄・動脈瘤をチェックします。 【肺CT検査】 肺がんの発見を目的に肺の断層撮影を行います。



※人間ドックのオプションメニュー脳MR検査、肺CT検査との重複利用はできません。 ※健康診査と併用して利用できます。 ※脳MR検査、肺CT検査は同日実施できます。

契約検査機関

メディカル スキャニング	【実施施設】 【東 京】日暮里・恵比寿・渋谷・新宿・高円寺・経堂・用賀・銀座・東京・お茶の水・池袋・巣鴨・中野・練馬高野台・富士見台・溜池山王・浜松町・自由が丘・目黒・武蔵小金井・立川・府中・町田 【神奈川】本厚木・大船・川崎・新百合ヶ丘・第二溝の口・向ヶ丘遊園・武蔵小杉・藤沢・センター南・たまプラーザ・長津田・横浜・金沢八景 【埼 玉】大宮・川口・北浦和・さいたま新都心 【千 葉】柏・千葉
予約方法	【電話予約】 TEL 03-5778-2905 【WEB予約】 メディカルスキャニングITS予約専用ページ https://www.medicalscanning.net/its/



受診の手順	①検査当日は、健康保険証を窓口にご提示ください。 ②3ヵ月以内に人間ドック、基本健診などの健康診査を受診された方は、結果報告書を持参してください。診断の参考になる場合があります。 ③検査終了後、利用料金を窓口でお支払いください。 ④検査結果は、検査日の約7日後、本人宛にメディカルスキャニングから送付されます。 ⑤検査当日の医師面談、紹介状の発行には別途費用がかかります。詳しくはメディカルスキャニングにお問い合わせください。
-------	---

勝どき脳神経外科	【住所】 中央区勝どき3-5-5 AIP勝どき駅前ビル3階
予約方法	【電話予約】 TEL 03-6204-9911
受診の手順	①検査当日は、健康保険証を窓口にご提示ください。 ②3ヵ月以内に人間ドック、基本健診などの健康診査を受診された方は、結果報告書を持参してください。診断の参考になる場合があります。 ③検査終了後、利用料金を窓口でお支払いください。 ④検査結果は、1週間後以降に医師より説明がございます。検査当日に結果説明の予約をお取りください。ただし、脳MR検査のみを実施した場合は、検査当日に結果説明いたします。後日結果票は送付されません。

フェニックスMRIスペース（脳MR検査のみ）	【住所】 渋谷区千駄ヶ谷3-11-3
予約方法	【電話予約】 TEL 0120-063-063 【WEB予約】 フェニックスMRIスペース関東IT健保専用予約ページ https://coubic.com/phoenixmc/2868718
受診の手順	①検査当日は、健康保険証を窓口にご提示ください。 ②3ヵ月以内に人間ドック、基本健診などの健康診査を受診された方は、結果報告書を持参してください。診断の参考になる場合があります。 ③利用料金は検査終了後窓口でお支払いください。ただし、WEB予約の場合は予約時にカード決済となります。 ④検査結果は受診後2～3週間前後に郵送にてお知らせいたします。 ⑤結果が到着後に希望者には医師より結果説明を行いますので、お電話にて予約をお取りください。



【注意事項】 以下の事由に該当する方は、脳MR検査ができない場合があります。
・心臓ペースメーカーの手術をされた方は、検査ができません。
・脳動脈クリップ、血管クリップなどの手術を行った方は、手術担当医にMR検査が可能かどうかご確認ください。
・人工関節や人工心臓弁、人工内耳などの手術を受けたことがある方は、事前に実施施設へご相談ください。
・閉所恐怖症の方は、事前に実施施設へご相談ください。
・妊娠している方またはその可能性のある方（肺CT検査も同様）。
・検査前に飲酒をされた方。

直営健診センターインフォメーション

大久保健診センター TEL 03-5925-5320(代)



【所在地】

〒169-8517 東京都新宿区百人町2-27-6

【交通】

- JR総武線大久保駅下車
北口改札より徒歩1分
- JR山手線新大久保駅下車
改札より徒歩5分



山王健診センター TEL 03-5570-1871(代)



【所在地】

〒107-0052 東京都港区赤坂2-5-6

【交通】

- 地下鉄銀座線・南北線溜池山王駅下車
10番出口より徒歩3分
- 地下鉄千代田線赤坂駅下車
2番出口より徒歩5分
- 地下鉄銀座線・丸ノ内線赤坂見附駅下車
10番出口より徒歩7分



令和6年度からの利用方法について ご利用の際は、アカウント登録が必須となります

● 個人用の健康診断結果報告書の郵送を廃止し、WEBからダウンロード・閲覧していただきます

それに伴い、ご利用の際は**アカウント登録が必須**となります。
メールアドレスをご用意の上、事前の登録をお願いします。
アカウントは必ず個人ごとに登録してください。

アカウント登録後にご利用になれるメニューについては、
次のページをご覧ください。

直営健診センター
新規アカウント登録は
こちらから

https://ks.its-kenpo.or.jp/kenpo_customers/sign_in



⚠️ アカウント登録時のお願い

登録されるメールアドレスとパスワードはログイン時や、健診の予約・問診回答・結果閲覧時に
必要となります。登録内容をお忘れにならないようご注意ください。
また、各種重要なご案内の送信先にもなりますので、土日祝日も確認できるメールアドレスをご
使用ください。

● 健診当日の受付方法について

お持ちのスマートフォンに**受診用QRコード**を表示して、受付～各検査を回っていただきます。
受診用QRコードは、健診前日に送信される案内メール内に表示されます。
メール内のQRコードは拡大せず、スクリーンショットしたものを表示していただく
健診当日のスムーズなご案内が可能です。
スマートフォンをお持ちでない場合は、事前に受診用QRコードを印刷してご持参ください。

1 予約

予約をとる

直営健診センターの予約はWEBからお申し込みください。
最短2日先～2か月先までの予約が可能です。
年度末は例年予約が混み合いますので、なるべく早めにご受診ください。

予約をとるには**アカウント登録が必須**となります。
アカウント登録後に予約をお申し込みください。登録の際は、
メールアドレスが必要となりますので予めご用意ください。

予約管理

メニュー内の予約管理から、現在の予約情報等の確認ができます。

予 約

予約をとる

予約管理

直営健診センター
WEB予約はこちらから

<https://ks.its-kenpo.or.jp/>



おすすめの受診時期は
こちらから

<https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/chokuei/kenshin/osusume.html>



2 受診

健診前日に「明日の健診に関するご案内」メールが、登録されているメールアドレスに届きます。
注意事項 (WEB問診回答・食事制限等) をご確認ください。

※なお、こちらのメール内から受診用QRコードの表示と、問診回答の入力も可能です。
入力の際は、アカウントに登録されたメールアドレスとパスワードが必要となりますので、事前の確認をお願いします。

問診回答

健診前日に必ず行ってください。 ※前日から入力可能です。
問診回答がありませんと、健診当日の受付に時間を要します。

受診用QRコード表示

健診当日に必要な受診用QRコードを表示します。

受 診

問診回答

受診用QRコード表示

3 結果

健診結果ダウンロード

個人用の健康診断結果報告書は、受診後約3週間でダウンロード・
閲覧が可能となります。
ダウンロードできる準備が整いましたらメールでお知らせします。

※祝日を挟む場合や年末年始等につきましては、健診結果の表示が遅れますので予めご了承ください。

健診の結果は必ずご確認ください。
直営健診センターより、紹介状や健診資料を発行する場合があります。
その場合、問診入力時に登録された住所へ郵送します。
重症化を防ぐ為にも、要治療や要精密検査の指示が出ている場合は、速やかに専門医(科)を
受診してください。



<直営健診センターの健康診査等に関すること>

大久保健診センター TEL 03-5925-5320 山王健診センター TEL 03-5570-1871

WEB予約について

ご利用推奨環境については、各種WEB予約ページをご確認ください。



モダンな空間で体験する医食同源。
おいしく食べて健康に。

大久保

中国料理 桜華樓

広東料理をベースに、有機野菜、減農薬野菜、ミネラル野菜を取り入れた中国料理を提供している「桜華樓」。食材の鮮度と品質、体のなかから健康になるという医食同源の調理法等体にやさしく、食の安全と安心、健康へのこだわりも魅力のひとつです。食材には新鮮な野菜に加え、伊勢海老やオマール海老、帆立貝等の魚介類、生松茸、生筍等選りすぐった山海の幸を使用しています。ご家族で、友人同士で、また会社の仲間でのご利用にも最適なレストランです。

関東ITソフトウェア健保会館

所在地 東京都新宿区百人町2-27-6
交通 JR総武線大久保駅下車北口改札より徒歩1分
JR山手線新大久保駅下車徒歩5分
営業時間 11:30～15:00、17:00～22:00
ラストオーダーは利用終了時刻の30分前となります。



中国料理 桜華樓 お問い合わせ先

TEL 03-5925-5333 **FAX 03-5925-5325**

[受付時間] 10:00～21:00
[令和6年度休業日] 第2日曜日、12月29日(日)～令和7年1月3日(金)

語らいながら味わう、
健康にこだわった旬のイタリアン。

市ヶ谷

Ristorante
AL FARO
アル・ファール

季節の食材とシェフの感性が織りなす本格イタリア料理を、コースにてお楽しみいただけるレストランです。鮮度や安全性、季節感はもちろんのこと、本場イタリアを感じるこだわりの一品一品をお届けしています。また、専任のパティシエが魅せるデザート各種、ソムリエが選ぶ世界各地のワインもあわせてお楽しみください。

市ヶ谷健保会館

所在地 東京都新宿区市谷仲之町4-39
交通 都営新宿線曙橋駅下車徒歩8分
都営大江戸線牛込柳町駅下車徒歩8分
丸ノ内線四谷三丁目駅下車徒歩15分
営業時間 11:30～15:00、17:00～22:00
ラストオーダーは利用終了時刻の30分前となります。

「クリスマス特別コース」のご案内

開催中

- ▶ 期間：12月2日(月)～12月28日(土)
- ▶ 時間：ランチタイム11:30より / ディナータイム17:00より
- ▶ 料金：被保険者・被扶養者6,600円 同伴者9,900円
※2名様から14名様まで承ります。
※期間中は6,000円コースの差し替えにてご用意させていただきます。



リ스토랑テ アル・ファール お問い合わせ先

TEL 03-3225-1133 **FAX 03-3354-6726**

[受付時間] 10:00～21:00
[令和6年度休業日] 第1日曜日、12月29日(日)～令和7年1月3日(金)

令和6年度 健康増進セミナーについて

これまで保養施設で開催していた健康増進セミナーを今年度は市ヶ谷健保会館で開催いたします。
昨年度トスラブ館山ルアーナ及びトスラブ湯沢で実施し、参加者からご好評をいただいた歩行診断・歩行改善トレーニングセミナーを実施いたします。
詳細はITSホームページをご覧ください。

世界が認めた和食の心。
自然が育んだ豊かな味わいが多彩。

赤坂

ことりてい
木都里亭

四季折々の食材を、旬の始まりから終わりまで余すところなく楽しめる日本料理は、一品一品それぞれの持ち味を生かし、彩りの工夫や季節に合わせた器でご用意しております。少人数の会食から大人数の宴会まで、様々なシチュエーションでご利用いただけます。また、お料理と日本各地の日本酒とのマリアージュも、あわせてお楽しみください。

山王健保会館2・3・4階

所在地 東京都港区赤坂2-5-6
交通 銀座線・南北線溜池山王駅下車10番出口より徒歩3分
千代田線赤坂駅下車2番出口より徒歩5分
銀座線・丸ノ内線赤坂見附駅下車10番出口より徒歩7分
営業時間 ・ランチ
平日 / 11:30～13:30ラストオーダー
土日祝 / 11:30～15:00(予約制)
・ディナー
全日 / 17:00～22:00(予約制)
ラストオーダーは利用終了時刻の30分前となります。



木都里亭 お問い合わせ先

TEL 03-5570-1803 **FAX 03-5570-1804**

[受付時間] 10:00～21:00
[令和6年度休業日] 第3日曜日、12月30日(月)～令和7年1月4日(土)

「河豚会席コース」のご案内

開催中

- ▶ 期間：第1弾～11月30日(土)
第2弾 令和7年1月7日(火)～3月31日(月)
- ▶ 料金：被保険者・被扶養者6,600円 同伴者9,900円
- ▶ 料理内容：先附・前菜・御造り・揚げ物・鍋・雑炊・デザートまでのフルコース

旬の海の幸を江戸前鮨で楽しむ贅沢。
各地厳選の銘酒とともに。

赤坂

鮨 一新

良質なネタなら産地にこだわらず、一年を通して時季のものを毎朝市場で目利きして厳選。新鮮な国産の天然物の握りこそ、一新そのもの。鮨と相性がいい甲州の白ワイン、福井の「黒龍」をはじめ各地から選りすぐった銘柄を揃えています。その妙をぜひご堪能ください。

山王健保会館1階

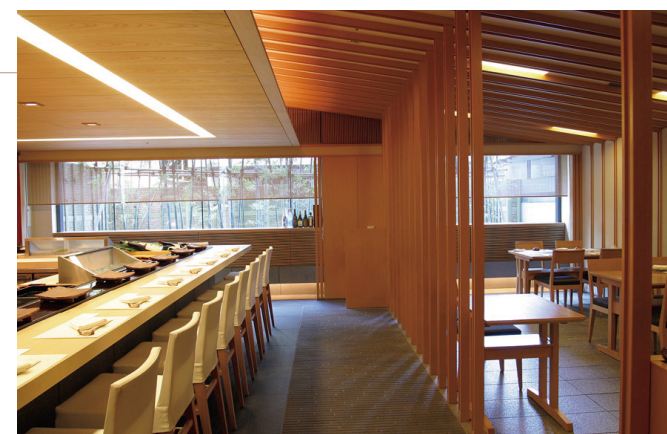
所在地 東京都港区赤坂2-5-6
交通 銀座線・南北線溜池山王駅下車10番出口より徒歩3分
千代田線赤坂駅下車2番出口より徒歩5分
銀座線・丸ノ内線赤坂見附駅下車10番出口より徒歩7分
営業時間 【平日】17:00～22:00
【土・日・祝日】11:30～14:00(第4土曜日を除く)
17:00～22:00
ラストオーダーは利用終了時刻の30分前となります。

鮨一新 予約係

TEL 03-5570-1921 **FAX 03-5570-1905**

[受付時間] 10:00～21:00
[令和6年度休業日] 第4日曜日、11月23日(土)、12月30日(月)～令和7年1月4日(土)

- ※メニューは季節毎に変更いたします。
- ※食材仕入れの都合により料理内容が変わる場合があります。
- ※カウンター席でのお子様コースの利用、また香りの強い香水等の利用は遠慮いただいております。
- ※原則として、座席の指定はお受けできません。



桜華樓、アル・ファール、木都里亭、鮨一新の
予約利用方法はITS ホームページをご覧ください。

<https://www.its-kenpo.or.jp/fuzoku/restaurant/yoyaku2.html>



ここでしか味わえないカクテルと、
ゆったりした時間が
心地いい。

赤坂

Bac Blossom

バーテンダー界でその名を知られる毛利隆雄氏直伝のマティーニと、都心の夜景に心ひかれる「 Blossom」。スタッフのカクテルコンクール入賞作品等のオリジナルカクテルや、人気のウイスキー、世界各地のワインを楽しむことができます。一日を締めくくる空間にいかがでしょうか。

山王健保会館3・4階

所在地 東京都港区赤坂2-5-6

交通 銀座線・南北線溜池山王駅下車10番出口より徒歩3分
千代田線赤坂駅下車2番出口より徒歩5分
銀座線・丸ノ内線赤坂見附駅下車10番出口より徒歩7分

営業時間 17:00～22:00
ラストオーダーは利用終了時刻の30分前となります。

お電話で空席状況を確認のうえご来店ください。空席がある場合に限り、お揃いでお越しいただけるご利用者の方には、お電話をいただいてから15分間、席を確保しております。

【保険証の提示について】

ご利用の際は、「保険証（コピー不可）」を提示してください。提示がない場合はご利用いただけません。



毛利マティーニ

Blossom お問い合わせ先

TEL 03-5570-2687

※予約は受け付けておりません。

[令和6年度休業日] 日曜日・祝日、第4月曜日、12月29日(日)～令和7年1月5日(日)、3月31日(月)

▲ 利用上の注意

- ご利用は2時間までとさせていただきます。
- 名前の貸し借りをして利用した場合と管理上支障があると判断された場合は、利用をお断りすることがあります。
- 食材及び飲料の持ち込み、また持ち帰りはお断りしています。
- お子様連れのご利用は、ご遠慮いただいております。

TOSLOVE RESORT

直営保養施設

<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/chokuei/index.html#chokuei>

※利用不可日は上記のQRコードから、各保養施設のページをご覧ください。



マークの
表示
について



- 有料・無料や予約が必要な場合等利用条件が異なりますので、詳細は各施設ホームページ等でご確認ください。
- 大浴場・露天風呂は一部温泉ではない施設があります。また、温泉のある施設では別途入湯税がかかります。●令和6年10月1日現在のものです。施設の都合により変更になる場合があります。



トスラブ 湯沢

TOSLOVE YUZAWA

トスラブ湯沢は2025年3月30日(日)のご宿泊利用をもって営業終了となります

※トスラブ湯沢は、開設(1989年11月)から34年が経過して、老朽化も進んだことから、2025年3月30日(日)のご宿泊利用をもって営業を終了いたします。これまでの長年にわたるご愛顧に心から感謝を申し上げます。

利用料金 (1泊2食付)

被保険者・被扶養者	6,600円
子ども	3,300円

その他の方	13,200円 (オフシーズン期間9,240円)
子ども	6,600円 (オフシーズン期間4,620円)



DATA

所在地 〒949-6103
新潟県南魚沼郡湯沢町土樽414

電話 025-787-4511

部屋タイプ 2名定員洋室、4名定員洋室、6名定員和洋室、8名定員和洋室または和室

交通 ・上越新幹線越後湯沢駅下車送迎バスあり
・池袋から高速バス約3時間、湯沢バス停下車(バス送迎可)
・関越自動車道湯沢ICから約12分

◎敷地内は一部を除いて禁煙です。

全個室でゆっくりくつろぎながら「インナーマッスルエステ」で極上の休日を

▶筋肉や肌の疲れを癒せるエステがお楽しみいただけます。



https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/chokuei/toslove_yuzawa/esthe.html

トスラブ湯沢周辺ゲレンデ

トスラブ湯沢では下記周辺スキー場リフト券割引(詳細が決まり次第第ITSホームページに掲載)、スキー用品のレンタル、スキー場への送迎バス運行を予定しております。詳しくはトスラブ湯沢にお問い合わせください。

① 湯沢パークスキー場

トスラブ湯沢から車で約5分

初級者から上級者まで楽しめるコースが魅力。そり遊びができるキッズパークや数々のアイテムを設置したボードパークも人気。

② 湯沢高原スキー場

トスラブ湯沢から車で約15分

ロープウェイで標高1,000mの高原エリアへ。ビギナーからエキスパートまでバラエティに富んだコースを楽しむことができます。

③ 湯沢中里スノーリゾート

トスラブ湯沢から車で約5分

初心者から上級者まで楽しめるコースが揃う。スノーエスカレーターを設置した「スマイルキッズパーク」ではそり遊び等を楽しむことができます。

④ 岩原スキー場

トスラブ湯沢から車で約5分

ロング&ワイドを特徴としたコースが全部で20コースあり、最長で4kmのロングコースでの滑走を楽しむことができます。



※お問い合わせはトスラブ湯沢(TEL 025-787-4511)へ

周辺契約利用施設

直営保養施設周辺にある施設が低料金で利用できます。トスラブ湯沢利用の際にご活用ください。※詳しくはトスラブ湯沢へお問い合わせください。

湯沢高原ロープウェイ

所在地 〒949-6101
新潟県南魚沼郡湯沢町湯沢490

電話 025-784-3326

交通 JR越後湯沢駅より徒歩約10分、トスラブ湯沢から送迎バス運行(通年)

利用料金 ITSホームページをご確認ください。

https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/chokuei/toslove_yuzawa/shuhen.html

湯沢高原スキー場 / アルプの里

トスラブ湯沢から約4.1km



健保会館付属会議室

ITS Conference Room

各会館にはそれぞれ会議室があります。会議研修などに幅広くご利用ください。

<https://www.its-kenpo.or.jp/fuzoku/kaigi/yoyaku.html>



関東ITソフトウェア 健保会館 会議室

▶ 関東ITソフトウェア健保会館1F・B1F

所在地 東京都新宿区百人町2-27-6

利用不可日 第2日曜日、12月29日(日)～令和7年1月3日(金)

営業時間 9:00～21:00

▶ お問い合わせ先

[受付時間] 10:00～21:00

TEL 03-5925-5333

FAX 03-5925-5325

山王健保会館 会議室

▶ 山王健保会館 2F

所在地 東京都港区赤坂2-5-6

利用不可日 土・日・祝日、12月30日(月)～令和7年1月4日(土)

営業時間 9:00～17:00

▶ お問い合わせ先

[受付時間] 10:00～21:00

TEL 03-5570-1803

FAX 03-5570-1804

市ヶ谷健保会館 会議室

▶ 市ヶ谷健保会館 2F

所在地 東京都新宿区市谷仲之町4-39

利用不可日 第1日曜日、12月29日(日)～令和7年1月3日(金)

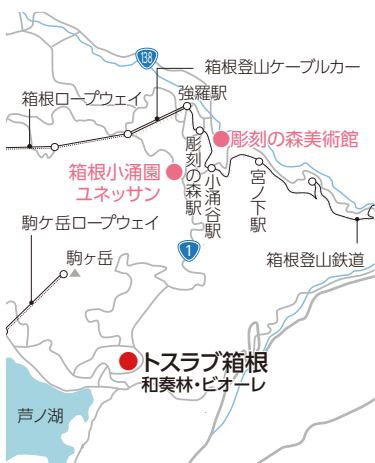
営業時間 9:00～21:00

▶ お問い合わせ先

[受付時間] 10:00～21:00

TEL 03-3225-1133

FAX 03-3354-6726



愛されてきた風景とくつろぎ、やさしい和の趣に癒されて

■利用料金(1泊2食付)

被保険者・被扶養者	6,600円
子ども	3,300円

【その他の方】13,200円 / 子ども 6,600円



■DATA

所在地 〒250-0522 神奈川県足柄下郡箱根町元箱根110

電話 0460-83-7600

部屋タイプ 4名定員洋室または和室、5名定員和室、6名定員和洋室

交通 JR・小田急小田原駅または小田急ロマンスカー箱根湯本駅下車、元箱根港行・箱根町港行・箱根関所跡行・箱根町行バスで双子茶屋(箱根新道経由のバスは停車しません)下車、芦ノ湖方面へ徒歩約2分

◎敷地内は一部を除いて禁煙です。

周辺契約利用施設

直営保養施設周辺にある施設が低料金で利用できます。トスラブ箱根利用の際にご活用ください。
※詳しくはトスラブ箱根和奏林・バイオレへお問い合わせください。

箱根小涌園ユネッサン (トスラブ箱根から約5.5km)

ワイン風呂やコーヒー風呂など、ユニークなお風呂が水着で楽しめる「ユネッサン」と、箱根外輪山を望む露天風呂や檜風呂を備えた「森の湯」からなる温泉施設。「森の湯」は裸でご入浴できます。



利用料金	一般 (パスポート利用)	被保険者・被扶養者	同伴者
大人	3,500円	800円	3,200円
3歳～小学生まで (2歳以下は無料)	1,800円	370円	1,500円

彫刻の森美術館 (トスラブ箱根から約6.5km)

自然の中でのんびりアート鑑賞。野外彫刻群や子どもが遊べる作品、敷地内の源泉を活用した温泉足湯もあり、大人から子どもまで一日中楽しめます。



利用料金	一般	被保険者・被扶養者	同伴者
大人	2,000円	450円	1,800円
大・高校生	1,600円	350円	1,400円
小・中学生*	800円	150円	600円

*土曜は保護者1名につき小・中学生5名まで無料

緑の森に包まれ優雅に憩う洗練された北イタリアのヴィラ

■利用料金(1泊2食付)

被保険者・被扶養者	6,600円
子ども	3,300円

【その他の方】13,200円 / 子ども 6,600円

※Cコース<贅を尽くしたイタリア料理>は上記料金にプラス3,300円です。
※お子様グレードアップコースは上記料金にプラス1,650円です。



■DATA

所在地 〒250-0522 神奈川県足柄下郡箱根町元箱根110-108

電話 0460-86-2800

部屋タイプ 2名定員洋室、3名定員洋室、4名定員和室、5名定員和室

交通 JR・小田急小田原駅または小田急ロマンスカー箱根湯本駅下車、元箱根港行・箱根町港行・箱根関所跡行・箱根町行バスで双子茶屋(箱根新道経由のバスは停車しません)下車、芦ノ湖方面へ徒歩約2分

◎敷地内は一部を除いて禁煙です。



緑に囲まれ海の上にたつ南房総のリゾート

■利用料金(1泊2食付)

被保険者・被扶養者	6,600円
子ども	3,300円

【その他の方】13,200円 / 子ども 6,600円



■DATA

所在地 〒294-0223 千葉県館山市洲宮833-1

電話 0470-29-7000

部屋タイプ 4名定員洋室または和洋室、6名定員洋室、8名定員和洋室

交通 ・JR内房線館山駅下車送迎バスあり(要予約)
・京葉道路から館山自動車道へ入り、富浦ICから約30分
・神奈川方面からは東京湾アクアラインの利用が便利
・東京・新宿・横浜・千葉の4カ所から高速バスあり

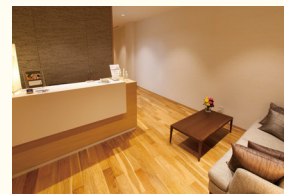
◎敷地内は一部を除いて禁煙です。



肌本来の美しさを取り戻す
「ビタミンEエステ」
ほのかな香りにまどろむ贅沢な時間



https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/chokuei/toslove_luana/este.html



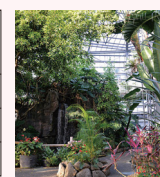
周辺契約利用施設

直営保養施設周辺にある施設が低料金で利用できます。トスラブ館山ルアーナ利用の際にご活用ください。

※詳しくはトスラブ館山ルアーナへお問い合わせください。

アロハガーデンたてやま (トスラブ館山ルアーナから約3.1km)

利用料金	一般	被保険者・被扶養者	同伴者
大人	1,300円	250円	1,000円
小学生	800円	170円	700円
幼児(4歳以上)	500円	100円	400円



直営保養施設 Information

トスラブ湯沢

オフシーズン期間(平日)の利用

トスラブ湯沢では春休み、ゴールデンウィーク、夏休み、年末年始(冬休み)期間を除いた月～木曜日に被保険者・被扶養者以外に申込代表者として、被保険者の同居家族または60歳以上の被保険者OB(以前被保険者であった方)もご利用いただけます。詳細はITSホームページをご覧ください。

トスラブ湯沢・箱根和奏林・館山ルアーナ 日帰り利用

トスラブ湯沢・箱根和奏林・館山ルアーナでは客室、会議室以外の施設が利用できる日帰り利用がごございます。申し込みは空き状況照会開始後に希望の施設に直接ご連絡ください(受付は利用日3日前の18時までとなります)。詳細はITSホームページをご覧ください。

■利用料金(オフシーズン期間・平日)

種別・区分	被保険者・被扶養者		1. 被保険者・被扶養者の同伴者 2. (1) 被保険者の同居家族 (2) 60歳以上の被保険者OB 3. 2の同伴者	
1泊2食付	大人	子ども	大人	子ども
	6,600円	3,300円	9,240円	4,620円

■利用料金

※別途入湯税がかかります。

種別・区分	被保険者・被扶養者		その他の方	
日帰り利用	大人	子ども	大人	子ども
	660円	330円	1,320円	660円



山梨 LA VISTA FUJIKAWAGUCHIKO KYORITSURESORT ラビスタ富士河口湖(共立リゾート)

眺望(ラビスタ)という名に相応しい、正面に雄大な富士山と河口湖が広がる景色はまさに絶景です。南仏プロヴァンスが薫る外観や客室など、かつてない贅沢がここにあります。夕食は特選黒毛和牛のローストビーフなどをご堪能いただき、4種の趣の違う貸切風呂と椅子式岩盤浴で普段とは違うリゾート気分をお楽しみください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒401-0304 山梨県南都留郡富士河口湖町河口2395
- 電話／0555-76-5220
- 部屋タイプ／2名定員洋室または4名定員洋室 ※1名利用不可
- 交通／・富士急行河口湖駅下車送迎バス約14分(要予約)
・東富士五湖道路富士吉田ICから約18分

千葉 RESOL NO MORI 長柄 リソルの森

都心から75分。千葉県の中央に広がる「Sport & Do Resort リソルの森」。グランピング、天然温泉、ターザニア、各種スポーツ施設を備えた約100万坪の広大な敷地を誇る体験型リゾート施設。静かに自然を感じたい。心弾むような新しい体験をしたい。最高の休暇をリソルの森でお過ごしください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒297-0201 千葉県長生郡長柄町上野521-4
- 電話／0475-35-3333
- 部屋タイプ／3名定員:テラスハウスプレミアム、4名定員:テントキャビン、5名定員和洋室:ホテルトリニティ書斎、6名定員:テラスハウスファミリースイート ※1名利用不可
※3名以上でテントキャビンを利用の場合と5名以上でテラスハウスファミリースイートを利用の場合、シュラフ対応となります。
- 交通／・JR外房線菅田駅下車無料送迎バス約20分
・千葉外房有料道路板倉ICから約5分

千葉 BLUEBERRYHILL KATSUURA 勝浦 ブルーベリーヒル勝浦

20万坪の広大な敷地には、ブルーベリー畑やハーブ園があり、サイクリングや散歩を楽しめます。また、初心者でも楽しめる体験乗馬、テニスコート、屋外プール(夏季のみ)、サッカーゴールが常設してある多目的グラウンド等、充実したアクティビティをお楽しみください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒299-5245 千葉県勝浦市興津1920
- 電話／0470-76-3400
- 部屋タイプ／3名定員洋室または5名定員洋室 ※5名定員洋室は1名利用不可
- 交通／・JR外房線勝浦駅または上総興津駅下車、送迎あり(要予約)
・東京湾横断道路(アクアライン)または館山自動車道経由、圏央道市原鶴舞ICから約60分
- 乗馬／初心者から経験者、お子様も楽しめるコースが組合員価格で利用可能。詳細はITSホームページをご覧ください。

栃木 NIKKO SENHIME MONOGATARI 日光 日光千姫物語

世界遺産の日光東照宮まで徒歩約10分という景勝地に建ち、訪れる旅人に「夢のような美しい物語」の一頁を、というコンセプトのもと、四季折々の美しい景観を望める純和風旅館。日光の自然を五感で感じながらの露天風呂、エステやスパ等施設も充実。日頃の疲れを落とし、心からリラックスした時間をお過ごしください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒321-1432 栃木県日光市安川町6-48
- 電話／0288-54-1010
- 部屋タイプ／6名定員和室または和洋室 ※1名利用不可
- 交通／・東武日光駅またはJR日光駅下車、タクシー約5分または路線バスにて安川町バス停下車、徒歩約1分
・JR日光または、東武日光駅より送迎バス約10分
※送迎については日光千姫物語にお問い合わせください。
・日光宇都宮道路日光ICから約5分



栃木 HOTEL HARVEST NASU 那須 ホテルハーヴェスト 那須

那須連山の麓にあり、皇室の御用邸に隣接する広大な敷地にたたずむリゾート。穏やかな傾斜地を囲むように低層階の建物が配置され、自然のなかに溶け込んでいます。森林浴も楽しめる露天風呂や石の床が施された天高のロビー等、開放感あふれるつくりとなっています。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒325-0302 栃木県那須郡那須町大字高久丙1792
- 電話／0287-76-2085
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定員和洋室 ※1名利用不可
- 交通／・東北新幹線那須塩原駅下車シャトルバス(前日までに要予約)約40分
・東北自動車道那須ICから約15分



群馬 KUSATSUONSEN HOTEL VILLAGE 草津 草津温泉 ホテルヴィレッジ

標高1200m、四季折々豊かな自然のなかでやすらぎのひとつときをお過ごしいただけるリゾートホテル。お子様からご年配の方まで幅広くお楽しみいただけるプールやスポーツアクティビティ、リラクゼーション施設が充実。大浴場は名湯草津の源泉掛け流しの天然温泉をご堪能ください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒377-1793 群馬県吾妻郡草津町618
- 電話／0570-01-3232
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定員和洋室 ※1名利用不可
※2名利用時は3名定員洋室になる場合があります。
- 交通／・JR吾妻線長野原草津口駅下車、草津温泉行きバス約30分、終点草津温泉下車、送迎バス約5分
・関越自動車道渋川伊香保ICから約90分または上信越自動車道碓氷軽井沢ICから約75分
- 遊び放題リゾートパスポート付
※テルメテルメ休館日については草津温泉ホテルヴィレッジにお問い合わせください。



群馬 IKAHO ONSEN HOTEL TENBO 渋川 伊香保温泉 ホテル天坊

日本旅館の情緒とシティホテルの機能性を備えた近代和風リゾートホテル。1000坪の敷地に配した趣向を凝らした数々のお風呂で湯めぐりをお楽しみいただけます。また伊香保のシンボルといえば、石段。石段をはさんで土産物屋や饅頭屋、遊技場が並び、温泉情緒もたっぷりの石段街散策もおおすすめです。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒377-0195 群馬県渋川市伊香保町伊香保396-20
- 電話／0279-72-4489
- 部屋タイプ／5名定員和室または和洋室 ※1名利用不可
- 交通／・JR上越線・吾妻線渋川駅下車路線バス約25分
・関越自動車道渋川伊香保ICから約20分





長野
軽井沢 HOTEL HARVEST KYUKARUIZAWA
ホテルハーヴェスト 旧軽井沢

日本を代表する避暑地である軽井沢の美しい自然のなかにたたずむ森のリゾート。部屋の窓からは美しく広がる木々の緑を感じることができます。清涼な空気と満天の星が楽しめる露天風呂、広々とした屋内プール等の施設も充実。自然のなかでリラックスして、心身ともに癒してください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
 その他の方……………13,200円

- 住所／〒389-0102
長野県北佐久郡軽井沢町軽井沢1178-493
- 電話／0267-41-3005
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定員和洋室
※1名利用不可
- 交通／●北陸新幹線軽井沢駅下車徒歩約11分
●上信越自動車道碓氷軽井沢ICより約20分

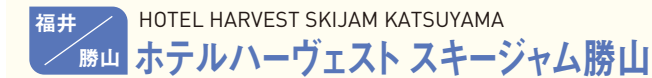


妙高・黒姫山を望む信越高原にたたずむリゾートホテル。春から秋には斑尾東急ゴルフクラブでゴルフ、冬にはタングラムスキーサーカスでスキー等、一年を通して高原のリゾートを楽しめます。また、隣接するホテルタングラム内の室内プールでもリフレッシュできます。



1泊2食付	被保険者・被扶養者…6,600円
	その他の方……………13,200円

- 住所／〒389-1302
長野県上水内郡信濃町古海
3575-8
- 電話／026-258-3611
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定
員和洋室
※1名利用不可
- 交通／・しなの鉄道北しなの線黒姫駅
下車路線バス約30分
・上信越自動車道信濃町ICから約20分



山に囲まれた自然豊かなリゾート施設。近くには福井県立恐竜博物館や歴史ある観光名所等もあり、冬には西日本最大級のスキー場でスキーを楽しめます。また敷地内にスパ施設もあり、ゆったりとした時間を過ごすことができます。



1泊2食付	被保険者・被扶養者…	6,600円
	その他の方……………	13,200円

- 住所／〒911-0000
福井県勝山市170-70
- 電話／0779-87-0081
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定員和洋室
※1名利用不可
- 交通／えちぜん鉄道勝山駅下車シャトルバス(要予約)約30分
・中部縦貫自動車道勝山ICから約20分



湖面に浮かんでいるような開放感あふれるたたずまいが魅力です。レストランなどの主要施設はすべてレイクビューとなっており、湖に沈む夕陽の美しさは格別です。施設が位置するリゾートタウンは外国の住宅地を思わせる静かな別荘地。暮れどきは赤い夕陽、夜は対岸の灯を映し出す湖を眺めつつ、美肌の湯と称される温泉につかることができます。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
 その他の方……………13,200円

- 住所／〒431-1403
静岡県浜松市北区三ヶ日町大崎372
- 電話／053-526-1713
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定員和洋室※1名利用不可
- 交通／・東海道本線鷲津駅よりシャトルバス約30分(要予約)
・天竜浜名湖鉄道都筑駅よりシャトルバス約10分(要予約)
・新東名高速または東名高速道路三ヶ日ICから約5分

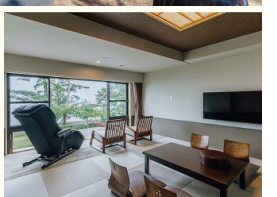
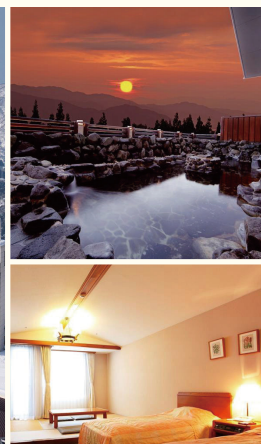


日本有数の温泉地・伊東温泉街にあるリゾートホテル。海や山、高原等多彩なレジャーを楽しめる場所が周辺にあり、観光スポットも多く見どころ満載です。遠くに相模湾を望める大浴場や最上階の室内温水プール等魅力的な施設もあります。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
 その他の方……………13,200円

- 住所／〒414-0027
静岡県伊東市竹の内1-5-14
- 電話／0557-38-6373
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定員和洋室
※1名利用不可
- 交通／・JR伊東線伊東駅下車徒歩約12分
・小田原厚木道路小田原ICから約70分



京都 HOTEL NIKKO PRINCESS KYOTO
京都 ホテル日航プリンセス京都

京都の中心部にあり、観光にも買い物にも便利。明るい色調でコーディネートされた客室は、ゆったりとした広さで人気があります。京都御所と同じ水脈から汲み上げ、少量の水道水を加えた、良質な天然水を全館で使用しており、広い洗い場付のバスルームとともに楽しみいただけます。



1泊朝食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

※別途、宿泊税がかかります。

- 住所／〒600-8096
京都府京都市下京区
烏丸高辻東入高橋町630番地
- 電話／075-342-2111
- 部屋タイプ／2名定員または3名定員洋室
※1名利用不可
- 交通／・地下鉄烏丸線四条駅5番出口より徒歩約3分
・JR京都駅下車烏丸中央口よりタクシー約5分
・名神高速道路京都南ICまたは京都東ICから約30分



京都 HOTEL HARVEST KYOTO TAKAGAMINE
京都 ホテルハーヴェスト 京都鷹峯

京都、鷹峯の麓「しょうざんリゾート京都」内にあるリゾートホテル「ホテルハーヴェスト 京都鷹峯」。四季折々に表情を変える庭園や、涼やかな川のせせらぎ、石畳の小径等、滞在しながら京都ならではの風雅を堪能することができます。自然豊かなこの場所で優雅なひと時をお過ごしください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

※別途、宿泊税がかかります。

- 住所／〒603-8451
京都府京都市北区衣笠鏡石町47
- 電話／075-491-1166
- 部屋タイプ／4名定員洋室
※1名利用不可
- 交通／・地下鉄烏丸線北大路駅下車路線バス約15分
・JR京都駅下車八条口よりシャトルバス約45分(要予約)
・名神高速道路京都南ICから約60分



兵庫 HOTEL HARVEST ARIMAROKUSAI
神戸 ホテルハーヴェスト 有馬六彩

六甲の豊かな山懐、四季折々の営みに包まれた日本最古の温泉地、有馬。その温泉街や遠く有馬富士を望む高台に位置し、四季を映し出す豊かな自然の景観が広がる敷地には、有馬六景をモチーフにした情緒あふれる空間が広がっています。自家源泉の名湯をご堪能いただき至福の時間をお過ごしください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒651-1401
兵庫県神戸市北区有馬町341-1
- 電話／078-903-5631
- 部屋タイプ／4名定員洋室
※1名利用不可
- 交通／・神戸電鉄有馬線有馬温泉駅下車タクシー約5分、または徒歩約15分
・有馬温泉駅よりシャトルバス約10分(要連絡)
・阪神高速7号北神戸線西宮山口南ICから約10分



和歌山 HOTEL HARVEST NANKITANABE
田辺 ホテルハーヴェスト 南紀田辺

広がる海と緑豊かな山に囲まれた自然あふれるリゾート。客室は田辺湾に向けて全室オーシャンビュー。また、開放感ある屋内温水プールや旬な海の幸が楽しめるレストラン等リフレッシュ施設が充実しています。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒646-0011
和歌山県田辺市新庄町2901-1
- 電話／0739-25-6106
- 部屋タイプ／4名定員洋室または5名定員和洋室
※1名利用不可
- 交通／・JR紀勢本線紀伊田辺駅下車シャトルバス(要予約)約15分
・阪和自動車道南紀田辺ICから約15分



WINTER SEASON RESORT

冬季保養施設



<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/chokuei/index.html#touki>
※利用不可日は上記のQRコードから、各保養施設のページをご覧ください。

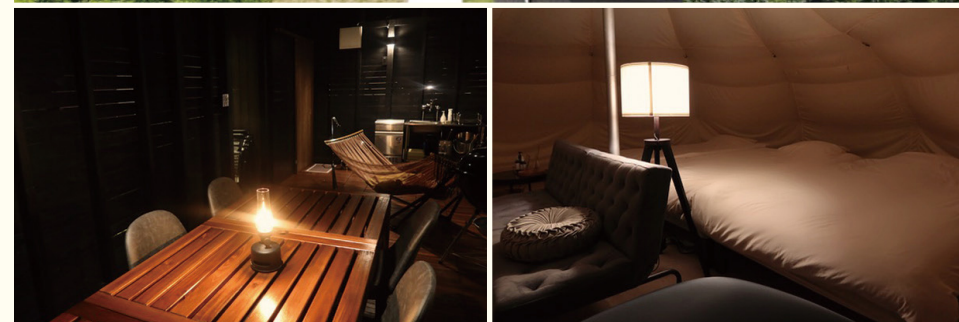
千葉 勝浦 NAGU KATSUURA
勝浦 NAGU 勝浦

NEW

都内から約1時間半に位置する千葉県勝浦市。豊かな自然と静かな時間が流れる中で、ほっと安らぐ空間を提供します。グランピングとサウナで心身とも整え、洗練されたひと時をお過ごしください。

1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒299-5218
千葉県勝浦市小羽戸446-1
- 電話／090-2210-9911
- 部屋タイプ／3名定員または4名定員
テントキャビン
※1名利用不可
- 開設期間／12月21日(土)～3月31日(月)
- 交通／・JR外房線勝浦駅下車、送迎あり(2日前までに要予約)
・東京湾横断道路(アクアライン)または館山自動車道経由、圏央道市原鶴舞ICから約30分



長野 茅野 TATESHINA TOKYU HOTEL
茅野 蓼科東急ホテル

蓼科の森にある、山岳リゾートの雰囲気をまとうクラシカルな純洋館。夕暮れ過ぎにはロビーラウンジの大きな円錐の暖炉に火が灯ります。大人のための高原リゾートで上質な時をお楽しみください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒391-0301 長野県茅野市
北山字鹿山4026-2
- 電話／0266-69-3109
- 部屋タイプ／4名定員または5名定員洋室
※1名利用不可
- 開設期間／12月21日(土)～3月31日(月)
- 交通／・JR中央本線茅野駅下車無料シャトルバス約46分
・中央自動車道諏訪ICから車で約30分
・佐久ICから車で約70分



※温泉施設は別施設(スノリゾート鹿山の湯)をご利用いただけます(徒歩約3分)。

新潟 湯沢 NASPA NEW OTANI
湯沢 NASPAニューオータニ

越後湯沢の美しい大自然に囲まれたリゾート&レジャーに満ちた施設。冬はホテルの目の前に広がる専用ゲレンデにてスキーを満喫。アクティブに過ごした後は深々と降り積もる雪を眺めながら、温泉をご堪能ください。



1泊2食付 被保険者・被扶養者…6,600円
その他の方……………13,200円

- 住所／〒949-6101 新潟県南魚沼郡湯沢町湯沢2117-9
- 電話／025-780-6111
- 部屋タイプ／3名定員洋室または6名定員和室
※1名利用不可
- 開設期間／12月21日(土)～3月31日(月)
- 交通／・上越新幹線越後湯沢駅下車、タクシーまたは無料シャトルバス(定時運行)約3分
・関越自動車道湯沢ICから車で約5分
・池袋から高速バス約3時間、湯沢IC下車、タクシーまたはホテル送迎(要予約)で約5分



保養施設他

直営
保養施設

通年
保養施設

冬季
保養施設

ITS直営・通年・冬季保養施設の
申し込みから利用まで

詳しくは
実施要領または
ITSホームページを
ご覧ください。

保養施設の申込方法には抽選申込と空き照会申込の2つがあります。

利用月の約2か月前上旬に抽選申込を受け付け、抽選を実施します。その後、抽選で埋まらなかった日付を対象に、空き照会申込を受け付けます。また既に埋まった日付も、キャンセルが発生した場合、随時空き照会に反映されます。

<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/chokuei/moushikomi.html>



抽選申込方法

1

利用したい月の抽選申込受付期間にITSホームページからWEB申請メニュー画面に入り、「直営・通年・夏季・冬季保養施設(抽選申込)」を選択。

2

希望施設を選択し、メールアドレスを入力。入力したアドレス宛にメールが送信されます。

3

メールに記載のURLから必要事項を入力。申込受付番号が表示され申込完了メールが届いて申し込みが完了。
※申込完了メールは必ずご確認ください。

申込上の注意

- 保険証の記号・保険証の番号・申込代表者名(カナ氏名)・生年月日・性別・続柄は資格認証のキーとなります。必ず保険証に記載されているとおりに入力してください。
- 抽選申込受付期間の最終日24時までに申込を完了してください。

抽選申込結果回答日(P53、申込受付期間一覧表参照)に結果のメールを送信します。

抽選結果の通知

当選の場合：予約確定

①メールに記載のURLから宿泊者情報を入力
②利用案内ダウンロード用URLが記載されたメールを受信
③利用案内ダウンロード

宿泊施設の中で直営保養施設(トスラブ4館)にご宿泊の方へ
「利用案内ダウンロード用URL」以外に「予約確認登録」を行うURLも記載されています。そのURLから到着予定時刻や食事コース、食事時間の登録を行ってください。
※予約日や人数の変更はできません。

落選の場合：利用できません

キャンセル等により発生した空室の予約を希望される方は、「**空き照会申込**」をご利用ください。

空き照会可能期間	対象施設
利用日の4日前まで	直営保養施設(トスラブ4館)、ブルーベリーヒル勝浦、日光千姫物語、冬季保養施設
利用日の10日前まで	通年保養施設(ブルーベリーヒル勝浦、日光千姫物語を除く)

※空き照会申込方法についてはITSホームページをご覧ください。

利用当日

フロントに「**保険証(コピー不可)**」を呈示してください。
フロントで被保険者、被扶養者全員分の保険証を呈示してください。呈示がない場合は被保険者及び被扶養者以外(その他の方)の利用料金をお支払いいただきますのでご注意ください。

利用に際しての注意事項

- 保養施設を利用できるのは登録申請された方のみです。変更がある場合は必ず事前に健康増進サービスセンターに電話でご連絡ください。
- 利用者の変更、人数の追加に関しては施設ごとに期日があります。ITSホームページをご覧ください。
<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/chokuei/moushikomi.html>
- 名前の貸し借りをして利用した場合と管理上支障があると判断された場合は、利用をお断りすることがあります。



- 利用対象は原則として被保険者及び被扶養者です(外部の方だけのご利用はできません)。
- 原則として1施設1回の利用で2泊3日までです。
- 同施設で日程が重なるお申し込みはお受けできません。
- 同一の記号番号によるひと月の抽選申込回数の上限は5回となります。
- 定員を超えた場合のご利用は抽選によって決定します。

予約の変更

▶ 予約内容の変更はWEBでは行えません。**健康増進サービスセンター**までご連絡ください。

健康増進サービスセンター

03-5925-5348

- 原則として申込代表者の変更はお受けできません。
- メールアドレスの変更はお受けできません。手続きの途中でメールアドレスが変わった場合は健康増進サービスセンターにご連絡ください。
- 日程の変更はお受けできません。ご予約の日程をキャンセルのうえ、改めて空き状況を照会し申し込み手続きを行ってください(空室がない場合は予約をお取りできません)。
※空き照会についてはITSホームページをご覧ください。

予約のキャンセル

▶ 自動的にキャンセルになることはありません。**必ずキャンセルの手続きを行ってください。**

- 利用日の10日前まではWEB上でキャンセルが行えます。メールに記載のキャンセル用URLより手続きを行ってください。
- キャンセル後、登録いただいたメールアドレスにメールが送信されますので、必ずご確認をお願いいたします。
- メールが届かない場合はキャンセルできていない可能性がありますので、キャンセル用URLよりご確認をお願いいたします。
- 利用日の9日前以降に申し込みをされた方は健康増進サービスセンターにご連絡ください。

キャンセル料について

利用日の**9日前以降**はキャンセル料が発生します。**利用人数が減った場合**もキャンセル料の対象となります。宿泊者情報詳細登録の有無にかかわらず、**予約確定時点から**キャンセル料の対象となります。予約後に資格喪失された場合も**9日前以降**はキャンセル料が発生します。①の「10日前」、②の「前日」及び利用当日が当組合の休業日や問い合わせ受付時間外等で連絡がつかない場合は、必ず、利用する施設に直接連絡し、後日健康増進サービスセンターにもご連絡ください(利用日の10日前まではメール記載のキャンセル用URLより手続きを行ってください)。

利用日の前日を1日と数えて		利用当日
10日前まで①	9日前から前日まで②	
無料	利用料金の50%	全額

▶ キャンセルされる場合は、ほかの利用希望者のことも考慮し、**早めに手続き**をお願いします。

令和6年度 保養施設申込受付期間一覧表

申込対象期間(希望日)		抽選申込受付期間	抽選申込結果回答日	空き状況の照会開始日
令和7年1月分	1/1～1/31	11/8～11/13	11/21(木)	11/25(月)
2月分	2/1～2/28	12/8～12/13	12/23(月)	12/25(水)
3月分	3/1～3/31	1/9～1/14	1/23(木)	1/27(月)

※**宿泊日**が属する**月毎の申し込み**となります。

※抽選申込は抽選申込受付期間の最終日24時までに申込を完了してください。
※空き照会は空き状況の照会開始日の午前0時より申し込みを受け付けます。
※令和6年11・12月分は空き照会からお申し込みください。

トスラブ湯沢・箱根和奏林・館山ルアーナの会議室について

▶ **トスラブ湯沢・箱根和奏林・館山ルアーナ**をご利用の際、**会議室を無料でご利用**いただけます。(原則4名以上20名程度まで)

抽選申込締切前	抽選申込時にトスラブ会議室の欄に必要事項を入力してください。
抽選申込締切後	申込結果回答日(上記申込受付期間一覧表参照)以降に 直接各施設にご予約ください(必ず宿泊の予約が確定してからお申し込みください)。

●トスラブ湯沢／TEL 025-787-4511 ●トスラブ箱根和奏林／TEL 0460-83-7600 ●トスラブ館山ルアーナ／TEL 0470-29-7000

健康増進
サービスセンター
(保養施設・イベント等)

TEL 03-5925-5348 [受付時間：月曜～金曜(祝日・年末年始を除く)9:00～17:00]

ライフサポート倶楽部 (宿泊+JR交通付プラン)

利用補助制度／国内旅行

被保険者・被扶養者[1回につき]

最大 **¥10,000補助**

<https://w7.lifesc.com/travel/0899C400/index.html>

年度内
1回まで
利用可能



- ▶ 補助対象者 : 被保険者・被扶養者
- ▶ 補助金額 : 1人1回につき、補助金上限額10,000円
- ▶ 利用限度 : 年度内(4月から翌年3月)1回まで

ライフサポート倶楽部経由での
お申込みとなります!

JTB契約保養施設 (宿泊+交通付プラン)

利用補助制度／国内・海外旅行

被保険者・被扶養者[1回につき]

最大 **¥10,000補助**

https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hojo_koutsuu/jtb_koutsuu.html

年度内
1回まで
利用可能



- ▶ 補助対象者 : 被保険者・被扶養者
- ▶ 補助金額 : 1人1回につき、補助金上限額10,000円
- ▶ 利用限度 : 年度内(4月から翌年3月)1回まで

※JTB契約保養施設(宿泊+交通付プラン)のサービスは年度内(4月から翌年3月)1回まで。飛行機、鉄道またはバスによる移動を伴う宿泊旅行に対し、最大10,000円の補助利用ができます。
※出発日及び帰着日に被保険者及び被扶養者の資格がない方は、補助の対象になりません(後期高齢者医療制度による資格喪失の場合も同様)。

JTB契約保養施設(宿泊+交通付プラン) 申込利用方法

直接JTBの各支店の窓口で予約、またはJTB旅の予約センターに電話で予約を取る

※申し込みの際は健保組合の補助を受ける旨を伝えてください。 ※インターネットでの予約は補助対象外です。

予約が取れた方は補助申請を行う

ITSホームページ 保養施設等WEB申請から手続きをしてください。
承認書は郵送となります(確認印が押印された原本を必要とするためファックスではお送りできません)。
日程に余裕をもって承認書を必要とする日の2週間前までに申請してください。

<https://as.its-kenpo.or.jp/>



健康増進サービスセンターより、確認印を押印した承認書を利用者に郵送

利用日がせまっている方は当組合の窓口で直接お越しください。その場で確認・押印してお返しいたします。
WEB申請が可能な方は、先に登録をさせていただくと、処理がスムーズに行えます。

利用者は送付された承認書を精算時にJTB窓口へ提出

※JTB旅の予約センターで予約した場合、JTB窓口で精算できません。JTB旅の予約センターに郵送が必要となります。
予約を変更・キャンセルした場合は健康増進サービスセンター(03-5925-5348)に必ずご連絡ください。
キャンセルの場合はその後、郵送された承認書を健康増進サービスセンターに返送してください。
すでに宿泊料金を支払っている場合は、JTB窓口にて「取消証明書」の発行を受け、健康増進サービスセンターに「取消証明書」を郵送してください。
承認書または取消証明書の郵送の確認ができない場合、キャンセルの手続きができません。

JTB契約保養施設
(宿泊+交通付プラン)
予約・申し込みに関する
お問い合わせ

JTB各支店

JTB旅の予約センター **TEL 050-3381-7711**

POINT1

特別割引料金でお得!

POINT2

リソポイントが
使える! 貯まる!

POINT3

予約受付開始日から出発日
の3日前まで予約OK!

POINT4

自由を選ぶ、
往復新幹線+ホテル

STEP1

ITSホームページからライフサポート倶楽部の会員登録

※ライフサポート倶楽部をご利用の際は事前に会員登録が必要となります。

※被保険者・被扶養者全員分の会員登録が必要です。

1 「ライフサポート倶楽部 会員登録申請」へアクセス



2 必要事項を入力し申し込みが完了しますと、ご登録
いただいたメールアドレス宛に、【ライフサポート倶
楽部の会員番号】と【初期パスワード】が届きます。
※途中で資格チェックのためのメール認証があります。

会員登録画面のスクリーンショット

会員登録完了画面のスクリーンショット

https://as.its-kenpo.or.jp/jimu_apply/resolaccount

STEP2

ライフサポート倶楽部にてログイン&本登録

関東ITソフトウェア健康保険組合よりメールにて届いた【ライフサポート倶楽部の会員番号】、
【初期パスワード】でログインし、本登録をしてください。

届いたメールに記載されているURLよりログインし、
アカウント情報の本登録を行います。

※予約代表者とならず、補助を受けるのみの方(お子様等)
の本登録は不要です。

ログイン画面のスクリーンショット

マイページ画面のスクリーンショット

STEP3

ライフサポート倶楽部「メンバーズナビ」でオンライン検索&予約

オンライン検索&予約方法については、右記のQRコードよりご確認ください。



宿泊プランのみの補助制度については、P.56をご確認ください。



● 出発日及び帰着日に被保険者及び被扶養者の資格がない方は、補助の利用対象になりません(後期高齢者医療制
用することがあります。● 旅行後の申請はお受けできません。● 会社から一部でも経費の補助がある旅行にはご利

度による資格喪失の場合も同様)。● 名前の貸し借りをして利用した場合と管理上支障があると判断された場合は、利用をお断り
用できません。

旅行の補助 (宿泊プラン)

利用補助制度

最大

被保険者・被扶養者[1泊につき]

¥5,000補助

年度内
3泊まで
利用可能

<https://w7.lifesc.com/travel/0899C400/index.html>

ライフサポート倶楽部
(宿泊プラン)



- ▶ 補助対象者：被保険者・被扶養者
- ▶ 補助金額：1人1泊につき、補助金上限額5,000円（最低1,000円は自己負担となります。また10円単位以下は切り捨てとなります）
- ▶ 利用限度：ライフサポート倶楽部（宿泊プラン）、JTB 契約保養施設（宿泊プラン）及び公共の施設を合わせて年度内（4月から翌年3月）延べ3泊まで



JTB契約保養施設（宿泊プラン）
https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hojo_shukuhaku/jtb_shukuhaku.html



公共の施設（宿泊プラン）
https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hojo_shukuhaku/koukyou_shukuhaku.html

ライフサポート倶楽部（宿泊プラン）申込利用方法

POINT1

特別割引料金でお得！

POINT2

宿泊検索、予約、
補助申請まで
WEBで完結！

POINT3

対象施設は全国
最大約 17,000 施設！

POINT4

補助適用も
手間なく簡単！

STEP1

ITSホームページからライフサポート倶楽部の会員登録

※ライフサポート倶楽部をご利用の際は事前に会員登録が必要となります。
※会員登録の申請後、ライフサポート倶楽部の会員番号及び初期パスワードをお知らせします。
※被保険者・被扶養者全員分の会員登録が必要です。

STEP2

ライフサポート倶楽部サイトにてログイン&アカウント情報の本登録

※予約代表者とならず、補助を受けるのみの方（お子様等）の本登録は不要です。

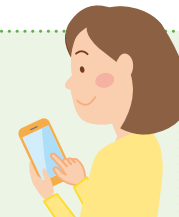
STEP3

ライフサポート倶楽部「メンバーズナビ」でオンライン検索&予約

会員登録から本登録までの利用手順については

P.54または右記のQRコードからも確認できます。

オンライン検索&予約方法については右記のQRコードよりご確認ください。



宿泊料金が高騰しているので、休前日がねらい目！

そこに関東ITソフトウェア健康保険組合の補助を利用すれば、

とってもお得に宿泊ができます！

対象施設

全国最大

17,000施設

ニーズに合わせて選べるホテル(一例)



ライフサポート倶楽部(宿泊+JR交通付プラン)の補助制度

については、**P.54**をご確認ください。

JTB契約保養施設(宿泊プラン) 申込利用方法

JTBが提携している国内のホテル、旅館、ペンションなど

直接JTBの各支店の窓口で予約、または JTB旅の予約センターに電話で予約を取る

※申し込みの際は健保組合の補助を受ける旨を伝えてください。
※インターネットでの予約は補助対象外です。

予約が取れた方は補助申請を行う

ITSホームページ 保養施設等WEB申請から手続きをしてください。<https://as.its-kenpo.or.jp/>
承認書は郵送となります(確認印が押印された原本を必要とするためファックスではお送りできません)。
日程に余裕をもって承認書を必要とする日の2週間前までに申請してください。



健康増進サービスセンターより、確認印押印した承認書を利用者に郵送

利用日がせまっている方は当組合の窓口へ直接お越しください。その場で確認・押印してお返しいたします。
WEB申請が可能な方は、先に登録をしていただくと、処理がスムーズに行えます。

利用者は送付された承認書を 精算時にJTB窓口へ提出

※JTB旅の予約センターで予約した場合、JTB窓口で精算できません。JTB旅の予約センターに郵送が必要となります。

予約を変更・キャンセルした場合は健康増進サービスセンター(03-5925-5348)に必ずご連絡ください。キャンセルの場合はその後、郵送された承認書を健康増進サービスセンターに返送してください。すでに宿泊料金を支払っている場合は、JTB窓口にて「取消証明書」の発行を受け、健康増進サービスセンターに「取消証明書」を郵送してください。承認書または取消証明書の郵送の確認ができない場合、キャンセルの手続きができません。

利用者は送付された承認書を施設フロントに提出

予約を変更・キャンセルした場合は健康増進サービスセンター(03-5925-5348)に必ずご連絡ください。キャンセルの場合はその後、郵送された承認書を健康増進サービスセンターに返送してください。返送の確認ができない場合、キャンセルの手続きができません。

▶ グリーンピア

大沼：TEL 01374-5-2277 / <https://www.gp-onuma.com/>
津南：TEL 025-765-4611 / <https://new-greenpia.com/>
南阿蘇：TEL 0967-67-2131 / <https://www.hgp-minamiaso.com/>

▶ 船員保険保養施設(3施設)

(一財)船員保険会：TEL 03-3407-6062 / <https://www.sempos.or.jp/>
※宿泊希望の場合は宿泊する施設に電話(各施設ごとに連絡先は異なります)で予約してください。

▶ 休暇村(35施設)

(一財)休暇村協会：TEL 03-3845-8651 / <https://www.qkamura.or.jp/>

▶ 亀の井ホテル(旧かんばの宿29施設)

お客さまサービス担当：☎ 0120-715294 / <https://kamenoi-hotels.com/>
※対象施設はITSホームページをご覧ください。

その他 施設

▶ 草津スカイランドホテル(群馬県)

TEL 0279-88-5050 (関東地区の方は ☎ 0120-895-051) / <https://skylandhotel.jp/>

▶ 伊豆網代温泉松風苑(静岡県)

TEL 0557-68-3151 / <https://shoufuen.jp/>

▶ らんざん(京都府)

☎ 0120-75-0084 または TEL 075-864-0088 / <https://www.kyoto-ranzan.jp/>

▶ ウェルピア伊予(愛媛県)

TEL 089-983-4500 / <https://welpiaiy.jp/>

▶ ホテル別府バストラル(大分県)

TEL 0977-23-4201 / <https://www.pastoral.jp/>

JTB契約保養施設(宿泊プラン) 予約・申し込みに関するお問い合わせ

JTB各支店

JTB旅の予約センター

TEL 050-3381-7711



● 宿泊日(チェックアウト日含む)に被保険者及び被扶養者の資格がない方は、補助の利用対象になりません
された場合は、利用をお断りすることがあります。● 旅行後の申請はお受けできません。● 会社から一部でも経

(後期高齢者医療制度による資格喪失の場合も同様)。● 名前の貸し借りをして利用した場合と管理上支障があると判断
費の補助がある旅行にはご利用できません。

スポーツクラブ

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/sports_club/index.html



コナミスポーツクラブ



セントラルスポーツ



へるすびあ

施設名・所在地	利用資格	本人負担額	備考
コナミスポーツクラブ コナミスポーツクラブ133施設 エグザス1施設 提携施設288施設 (9月1日現在)	被保険者・被扶養者 (16歳以上)	施設により異なります (660円～1,420円)	都度利用制[気軽に都度利用(A)] ※エグザスは、1,320円(コナミスポーツクラブ(カテゴリーI))に含まれ、コナミスポーツクラブ会員証のご提示で本人負担額660円/回でご利用いただけます。
セントラルスポーツ 全国に362施設 (9月1日現在)	被保険者・被扶養者 (16歳以上) ※一部施設では年齢による利用制限あり	施設により異なります (380円～1,420円)	都度利用制
へるすびあ 東京都板橋区板下1-33-12	被保険者・被扶養者 ※中学生未満の被扶養者は保護者同伴	平日1,000円 土・日・祝日1,300円 (小学生未満無料、小学生は半額)	へるすびあカード作成

ITS契約ゴルフ場

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/golf/index.html>



◆利用資格…被保険者・被扶養者(配偶者に限る)

※年度内(4月～翌年3月)2回まで【3回目以降と被保険者・被扶養者(配偶者)以外の同伴者の方は、契約プレー料金で利用できます】

◆補助金額…契約プレー料金の最大50%(ただし当組合負担の上限額5,000円)

都心からのアクセスが便利なゴルフ場や雄大な自然を満喫しながらプレーが楽しめるゴルフ場と契約しております。



木更津東カントリークラブ(千葉県)



花咲カントリー倶楽部(山梨県)

ITS契約ゴルフ場についてのお問い合わせ先

◆ITSゴルフ予約係 TEL **03-6388-0925**

[受付時間: 月曜～金曜(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00]

スポーツ施設(借り上げ運動場・テニスコート)

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/sports_shisetsu/index.html



東京健保組合大宮運動場(大宮けんぽグラウンド)

◆利用資格…被保険者・被扶養者

◆利用日時…土・日・祝日 8:00～18:00までの2時間単位 平日 9:00～17:00までの2時間単位

※10月～12月は日没のため16:00(平日は15:00)までの利用となります。



種別	面数	利用料金
野球グラウンド	4面	1面2時間 2,000円
テニスコート	2面	1面2時間 500円
フットサルコート	2面	1面2時間 1,000円

サマディ門前仲町(テニスコート)

◆利用資格…被保険者・被扶養者

◆利用日時…土・日曜 11:00～19:00までの2時間単位

◆利用料金…1面2時間 2,000円



周辺地図

▼東京健保組合大宮運動場 埼玉県さいたま市西区ニッ宮113-1



周辺地図

▼サマディ門前仲町 東京都江東区深川1-6-29 結城運輸倉庫屋上



乗馬体験

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/jouba/index.html>



リソルの森

住所: 千葉県長生郡長柄町上野521-4 TEL: 0475-35-3333

エバーグリーンホースガーデン

住所: 千葉県長生郡長柄町上野ふる里村内 TEL: 0475-35-5560

「リソルの森」への宿泊と、隣接する乗馬施設「エバーグリーンホースガーデン」での乗馬体験&ショートトレイルがセットになったプランです。事前に申請をいただくことで、10,000円の補助が受けられます。

乗馬体験つき宿泊プラン

◆利用資格…被保険者・被扶養者 (高校生から70歳まで)

◆利用料金…34,000円～

※詳細はITSホームページをご覧ください。

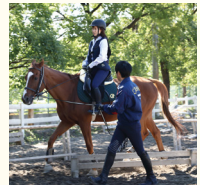


乗馬クラブ ク레인

※対象の施設はITSホームページをご覧ください。

<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/jouba/crane.html>

事前に申請いただくことにより、補助適用後の利用料金2,750円で乗馬体験コース(初回のみ)が利用できます。



乗馬体験コース(初回のみ)

◆利用資格…被保険者・被扶養者 (小学1年生から74歳まで)

◆利用料金…2,750円(別途保険料210円)

※詳細はITSホームページをご覧ください。

Event Information イベントインフォメーション

仲間とチームを作って気軽に参加しませんか。スコアを競いながら親睦を深めましょう。

第12回 ITSボウリング大会

10月中旬募集開始予定

●開催期間/令和7年2月1日(土)～2月28日(金)

●参加資格/事業所対抗:被保険者のみ

家族対抗カテゴリー1:被保険者・被扶養者(小学生以上)

家族対抗カテゴリー2:被保険者・被扶養者(小学生以上)

●開催場所/当組合指定会場

●参加料金/1チーム1,000円

●募集チーム数/600チーム

※2月中のいずれかの1日で参加 ※詳しくはITSホームページ、実施要領にてご案内いたします。

個人情報の取り扱いについてはP66をご覧ください。

保養施設他

保養施設他

提携保養施設

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/teikei/index.html>



関東百貨店健康保険組合 直営保養所

他の健康保険組合の直営保養所2ヵ所と提携して、健康増進や余暇の活用をサポートします。絶好のロケーションとともに、充実したサービスを提供する施設が年間を通してご利用いただけます。

◆利用資格 … 被保険者・被扶養者及び同伴者（外部の方だけのご利用はできません）

施設名	区分	利用料金（1泊2食付）		住所・電話番号
		被保険者・被扶養者	その他の方	
とよさか	大人（中学生以上）	6,000円	12,000円	静岡県熱海市熱海1891-52 熱海自然郷内 TEL 0557-67-1158
	小学生	3,500円	7,000円	
	小学生未満	無料（食事無）	無料（食事無）	
きぬがわ	大人（中学生以上）	6,000円	12,000円	栃木県日光市藤原19-91 TEL 0288-76-1050
	小学生	3,500円	7,000円	
	小学生未満	無料（食事無）	無料（食事無）	

※1名利用不可
※小学生未満の方で食事（幼児食）をご希望の方は、1,500円でご提供できます。
※入湯税（1泊150円）が発生します。現金のみの支払いとなります。



とよさか



きぬがわ

LAFORET CLUB

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

<https://www.laforet.co.jp/member/ITS/>



全国に点在するリゾート施設や優待ホテルがご利用いただけます。

◆利用資格 … 被保険者・被扶養者及び同伴者

（同伴者は被保険者または被扶養者と同室の場合に限る）

【ホテル】

ホテルラフォーレ那須	コートヤード・バイ・マリオット 白馬
ラフォーレ箱根強羅 湯の楼	富士マリオットホテル山中湖
ラフォーレ伊東温泉 湯の庭	琵琶湖マリオットホテル
伊豆マリオットホテル修善寺	コートヤード・バイ・マリオット 新大阪ステーション
ホテルラフォーレ修善寺	南紀白浜マリオットホテル
軽井沢マリオットホテル	

【ゴルフコース】

ラフォーレ&松尾ゴルフ倶楽部	ラフォーレ修善寺&カントリークラブ
----------------	-------------------

◆予約・問い合わせ … 各施設にご連絡ください。

※補助金対象施設ではありません。



軽井沢マリオットホテル



ホテルラフォーレ修善寺
山紫水明 参考館

2024年
8月30日
開業

Sport & Do Resort リソルの森

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

https://www.resol-no-mori.com/kosha/sp_its-kenpo/



◆利用資格 … 被保険者・被扶養者及び同伴者（外部の方だけのご利用はできません）※補助金対象施設ではありません。

◆利用方法 … 直接リソルの森へ電話またはリソルの森公式ホームページより予約。

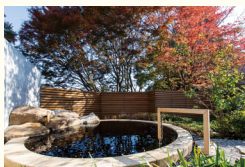
利用当日、保険証を提示すると朝食付き／夕・朝食付きプランでは1,500円、素泊りでは1,000円の割引が受けられます。※ペットヴィラ除く

森にチェックインしよう。

都心から75分。千葉県の中央、約100万坪の広大な敷地にグランピング、天然温泉、ターザニア、各種スポーツ施設を備えた体験型リゾート。研修、合宿など幅広い用途でご利用いただけます。



グランヴォースバヴィレッジ
テントキャビン



グランヴォースバヴィレッジ
紅葉乃湯



ホテルトリニティ書斎

ITS契約オートキャンプ場

申込利用方法等はITSホームページをご覧ください。

<https://www.its-kenpo.or.jp/shisetsu/hoyou/camp/index.html>



◆利用資格 … 被保険者・被扶養者（4歳以上）

契約オートキャンプ場（12施設）を、事前に申請いただくことにより、被保険者・被扶養者（4歳以上）1人1泊につき1,000円（1回2泊を限度）の補助をします。

※利用料金が補助金額に満たない場合、利用料金実額が補助金額になります。

※利用回数制限はありません。

※料金・営業日・施設内容等の詳細は各施設ホームページをご覧ください。直接各施設にお問い合わせください。



キャンプアドキャンプ場那須高原（栃木県） PICAハケ岳明野（山梨県）



冬季アイススケート場利用券



- 利用資格／被保険者・被扶養者
- 利用方法／1枚ずつ切り取る
裏面に記号・番号・氏名（保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のいずれかを参照）を記入
利用する施設の窓口に利用券と利用料金を一緒に提出
- 利用期間／令和6年12月1日～令和7年3月31日
※施設により利用可能日の変更や利用制限がかかる場合がありますので、ご利用前に施設ホームページをご確認ください。
- その他／※利用券提出の際は、保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のいずれかの提示をお願いする場合があります。
※スケート場利用の際は、手袋の着用が必須となります。
※貸靴料金は変更になる場合があります。
※名前の貸し借りをして利用した場合や管理上支障があると判断された場合は、利用をお断りします。
※利用券の譲渡（転売・オークション等を含む）及び複製（コピー）での利用は、禁止します。

交通のご案内

施設名	所在地・電話番号・交通
アクアリンクちば	千葉県千葉市美浜区新港224-1 [TEL] 043-204-7283 ○JR総武線稲毛駅下車、バス約21分
尼崎スポーツの森	兵庫県尼崎市扇町43 [TEL] 06-4869-3122 ○阪神高速5号湾岸線尼崎末広IC出口から約3分 阪神電車尼崎センタープール前駅からタクシーで約10分

※切り取ってご利用ください

WEB 版には
掲載しておりません



冬季アイススケート場利用券



※切り取ってご利用ください

WEB 版には
掲載しておりません

事業主・事務担当者の皆さまへ

健康企業宣言®募集中!



従業員の健康と企業の利益・イメージ向上のために
「健康企業宣言」をはじめませんか?



健康企業宣言とは?

健康優良企業「銀の認定」「金の認定」を目指して、企業全体で健康づくりに取り組むことを宣言することです。

取組は難しいの?

**健康企業宣言は
決して難しいものではありません!**

健診の受診勧奨など、これまで取り組んできたことを徹底するところからはじめてみましょう。

取組にはこんなメリットがある!

- ・従業員や経営陣の健康に関する意識の向上
- ・顧客や取引先へのイメージの向上
- ・生産性の向上
- ・採用募集・求人への応募者増加
- ・社内コミュニケーションの活性化 など

どのくらいの企業が取り組んでいるの?

参加事業所数は増えています!

当組合参加事業所数573社(令和6年9月現在)

今からでも遅くはありません。
まずは、「やってみよう!」という気持ちが必要です。

「健康企業宣言」参加事業所を当組合がサポート!

研修費用を半額補助*1

「食」「運動」「メンタルヘルスケア」など健康に関するセミナーを幅広くラインナップ!



*1 上限があります。

健康情報誌 「Collabo-Health Journal」 を配信

毎月、健康経営及び労働衛生管理に有益な情報を配信!従業員のヘルスリテラシー向上にご活用いただけます。



健診結果に基づいた統計資料 「ITSヘルススコアリングレポート」 を提供*2

組合平均と比較することで、自社の健康課題が見つかり、従業員等に対する「予防・健康づくり」の取組にご活用いただけます。



*2 被保険者数の規模により個人が特定される場合は提供を差し控えていただきます。

お問い合わせ

企画
調整課

TEL **03-5925-5307** **sengen@its-kenpo.or.jp**

ITS 健康企業宣言

検索

健康企業宣言は全国健康保険協会の登録商標です。
健康経営はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



https://www.its-kenpo.or.jp/kanri/datahealth/healthycompanystatement_index.html

新たに加入された事業所

令和5年11月1日付

株式会社カウリス(東京都千代田区)
株式会社アルテニア(東京都千代田区)
バリュエンスホールディングス株式会社(東京都港区)
株式会社ゼニス(東京都港区)
SBIいきいさ小額短期保険株式会社(東京都港区)
株式会社アクティブリテック(東京都中野区)
燈株式会社(東京都文京区)
株式会社ELYZA(東京都文京区)
株式会社エヌコムホールディングス(東京都文京区)
negocia株式会社(東京都渋谷区)
株式会社リッチ(東京都渋谷区)
Casley Deep Innovations株式会社(東京都渋谷区)
株式会社アップデートサポート(東京都渋谷区)
ココネ株式会社(東京都世田谷区)
株式会社リアルインベント(東京都荒川区)

令和5年12月1日付

株式会社NTQジャパン(東京都千代田区)
ハンドジャパン株式会社(東京都中央区)
株式会社組織理論(東京都中央区)
レイテクソリューションズ株式会社(東京都中央区)
株式会社VRAIN Solution(東京都中央区)
Jamf Japan合同会社(東京都港区)
株式会社アクリメイト(東京都港区)
株式会社GNUS(東京都港区)
株式会社ケアリッツ・テクノロジーズ(東京都新宿区)
株式会社クリーンソフト(東京都台東区)
ソルー株式会社(東京都台東区)
キセキ株式会社(東京都墨田区)
株式会社エンジーニアス(東京都品川区)
株式会社SSC(東京都渋谷区)
株式会社ドラゴン東京(東京都渋谷区)
株式会社アイブリット(東京都渋谷区)
株式会社LiNew(東京都渋谷区)
株式会社ALBONA(東京都目黒区)
株式会社関東エルエンジニアリング(茨城県龍ヶ崎市)
丸栄情報システム株式会社(山梨県西八代郡市川三郷町)

令和6年1月1日付

株式会社コムデザイン(東京都千代田区)
ベネトレイト・オブ・リミット株式会社(東京都中央区)
スイングバイエージェント株式会社(東京都中央区)
株式会社マインディア(東京都港区)
C2C Platform株式会社(東京都港区)
株式会社LIVERSE(東京都港区)
株式会社BRIDGEEX(東京都港区)
株式会社ディーブコム(東京都台東区)
株式会社サイバーエージェントDX(東京都渋谷区)
株式会社HIKKY(東京都渋谷区)
株式会社UPTORY(東京都渋谷区)
株式会社インファンクォーレ(東京都豊島区)
株式会社STAND(東京都豊島区)

令和6年2月1日付

株式会社マンカインドゲームズ(東京都千代田区)
FutureRays株式会社(東京都千代田区)
株式会社アップステアーズ(東京都中央区)
三井物産デジタル・アセットマネジメント株式会社(東京都中央区)
株式会社J-weed(東京都中央区)
株式会社ストランザ(東京都港区)
株式会社ネモフィラ(東京都港区)
株式会社ジーニアス(東京都港区)
株式会社モニタス(東京都港区)
株式会社バブリックアイデンティティ(東京都港区)
EXOTEC PRODUCT JAPAN株式会社(東京都港区)
株式会社NeoRealX(東京都港区)
株式会社シー・ワイ・サポート(東京都新宿区)
arkrize株式会社(東京都新宿区)
ウナルステクノロジー株式会社(東京都台東区)
株式会社インテリジェントクラウドコンサルティング(東京都渋谷区)
株式会社RECCOO(東京都渋谷区)
株式会社FLUX(東京都渋谷区)

GMOビジネスサポート株式会社(東京都渋谷区)
シードテック株式会社(東京都渋谷区)

令和6年3月1日付

イントラリンクス合同会社(東京都千代田区)
株式会社クーイテック(東京都千代田区)
株式会社エニキャリ(東京都千代田区)
株式会社ACROVE(東京都千代田区)
ゼネラ株式会社(東京都中央区)
CVCF株式会社(東京都中央区)
株式会社インバウンドプラットフォーム(東京都港区)
株式会社TKG(東京都港区)
株式会社バリュースフトホールディングス(東京都港区)
株式会社コンサルリンク(東京都文京区)
株式会社HashHub(東京都文京区)
東京フットボールクラブ株式会社(東京都江東区)
株式会社Dragami Games(東京都品川区)
株式会社アンティール・ファクトリー(東京都渋谷区)
AIS株式会社(東京都渋谷区)
株式会社ゼネット・ホールディングス(東京都豊島区)
エウレカスタジオ株式会社(埼玉県新座市)
NE株式会社(神奈川県小田原市)

令和6年4月1日付

Circles Life Technology Japan株式会社(東京都千代田区)
株式会社roar(東京都千代田区)
アジト株式会社(東京都千代田区)
パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社(東京都千代田区)
サティス株式会社(東京都千代田区)
株式会社ノーススター(東京都中央区)
株式会社ふりー(東京都港区)
株式会社unerry(東京都港区)
crage株式会社(東京都新宿区)
イノープ株式会社(東京都渋谷区)
しるし株式会社(東京都渋谷区)
株式会社フルスピード(東京都渋谷区)
株式会社Futurize(東京都豊島区)
株式会社メルボット(神奈川県川崎市幸区)

令和6年5月1日付

株式会社フィクシー(東京都千代田区)
虎の穴ラボ株式会社(東京都千代田区)
株式会社レコードブック(東京都千代田区)
株式会社Link-U Technologies(東京都千代田区)
株式会社テックドクター(東京都中央区)
株式会社ゼクウ(東京都港区)
株式会社HashPort(東京都港区)
モーニングスター・ジャパン株式会社(東京都港区)
JSMCホールディングス株式会社(東京都港区)
株式会社dott(東京都台東区)
a-works株式会社(東京都台東区)
株式会社Oriental Kingdom Group(東京都品川区)
株式会社ロジレス(東京都品川区)
株式会社MAVEL(東京都渋谷区)
株式会社ラボル(東京都渋谷区)

令和6年6月1日付

株式会社CATION(東京都千代田区)
株式会社PKUTECH(東京都千代田区)
株式会社brinity(東京都千代田区)
株式会社小林労務(東京都千代田区)
ルートリフ株式会社(東京都千代田区)
Datadog Japan合同会社(東京都千代田区)
株式会社ファインデックス(東京都千代田区)
株式会社コンビベース(東京都中央区)
株式会社LASINVA(東京都港区)
株式会社アクル(東京都港区)
株式会社QOLET(東京都港区)
株式会社キノバ(東京都港区)
インプレックスアンドカンパニー株式会社(東京都港区)
トライベース株式会社(東京都港区)
株式会社MSOL Digital(東京都港区)
NHN Studio comico株式会社(東京都港区)
株式会社ユーティル(東京都新宿区)
JetB株式会社(東京都新宿区)
株式会社シーベース(東京都新宿区)
株式会社ジュニ(東京都新宿区)

株式会社Value(東京都新宿区)
株式会社CORIN(東京都新宿区)
株式会社コードベリー(東京都台東区)
株式会社Mujin Japan(東京都江東区)
株式会社Y's(東京都渋谷区)
株式会社たのしいミュージアム(東京都渋谷区)
株式会社Necmos(東京都渋谷区)
株式会社Link Sports(東京都渋谷区)
カイテク株式会社(東京都渋谷区)
株式会社DGコマース(東京都渋谷区)
株式会社テンダゲームス(東京都豊島区)
モチャ株式会社(神奈川県横浜市保土ケ谷区)
株式会社Hearbest(神奈川県川崎市川崎区)

削除された事業所

株式会社フューチャーコミックス(東京都港区) 令和5年9月1日

ジーアールソリューションズ株式会社
(東京都新宿区) 令和5年9月1日

有限会社タイムアロー 墨田事務所
(東京都墨田区) 令和5年10月1日

株式会社レインボー・ジャパン(東京都渋谷区) 令和5年10月1日

株式会社ヒューマンネクスト
(神奈川県横浜市西区) 令和5年10月1日

株式会社シェード(東京都新宿区) 令和5年10月24日

キュー・エー・ディー・ジャパン・インク
(東京都港区) 令和5年10月31日

株式会社サイス(東京都千代田区) 令和5年11月1日

株式会社アドバンスシステムエンジニアリング
(北海道帯広市) 令和5年11月1日

ネプラス株式会社(東京都千代田区) 令和5年12月1日

パールマーケティングソリューションズ株式会社
(東京都中央区) 令和5年12月1日

株式会社アイエスアイディ・フェアナス
(東京都中央区) 令和5年12月1日

ファンチーム株式会社(東京都中央区) 令和5年12月1日

OMOTENASHI株式会社(東京都港区) 令和5年12月1日

倍速DX株式会社(東京都練馬区) 令和5年12月1日

株式会社トランスコスモス技術研究所
(東京都豊島区) 令和5年12月23日

株式会社EC-CUBE Innovations
(東京都千代田区) 令和6年1月1日

株式会社スプライン(東京都千代田区) 令和6年1月1日

農林統計出版株式会社(東京都千代田区) 令和6年1月1日

株式会社リンクグローバルソリューション
(東京都中央区) 令和6年1月1日

株式会社ヒューマンシステムテクノロジー
(東京都港区) 令和6年1月1日

株式会社サウンドハウンド(東京都港区) 令和6年1月1日

株式会社バンブール(東京都新宿区) 令和6年1月1日

株式会社アイ・エム・エル(東京都大田区) 令和6年1月1日

GMOアドマーケティング株式会社
(東京都渋谷区) 令和6年1月1日

株式会社ロバスト(東京都荒川区) 令和6年1月1日

テクノサイエンスシステム株式会社
(東京都豊島区) 令和6年2月1日

株式会社エム・アイ・エル
(東京都国分寺市) 令和6年2月1日

株式会社メディア・ソリューション
(神奈川県横浜市青葉区) 令和6年2月4日

株式会社システムカルチャー
(東京都新宿区) 令和6年2月7日

株式会社チーム・ファクトリー
(神奈川県横浜市西区) 令和6年2月29日
HiTTO株式会社(東京都港区) 令和6年3月1日

株式会社日本メディケートプラン
(神奈川県横浜市港北区) 令和6年3月1日

株式会社アイビーオンウェブジャパン
(東京都渋谷区) 令和6年3月31日

株式会社船井総研デジタル
(東京都千代田区) 令和6年4月1日

株式会社セキュアブレイン
(東京都千代田区) 令和6年4月1日

株式会社エフェステップ(東京都千代田区) 令和6年4月1日

株式会社プロステージ(東京都千代田区) 令和6年4月1日

アイ・ネット・リリー・コーポレーション株式会社
(東京都中央区) 令和6年4月1日

スターゼンITソリューションズ株式会社
(東京都港区) 令和6年4月1日

日本ペイメント・テクノロジー株式会社
(東京都港区) 令和6年4月1日

株式会社クリエイト工房(東京都港区) 令和6年4月1日

株式会社ハビタスケア(東京都港区) 令和6年4月1日

株式会社Tryell(東京都新宿区) 令和6年4月1日

株式会社ドゥ・ハウス(東京都新宿区) 令和6年4月1日

ビジネスサーチテクノロジー株式会社
(東京都新宿区) 令和6年4月1日

株式会社グリーン情報システムズ
(東京都中野区) 令和6年4月1日

株式会社ネクステージ・エスエス
(東京都中野区) 令和6年4月1日

株式会社日比谷コンピュータシステム
(東京都江東区) 令和6年4月1日

株式会社オートマティゴ(東京都江東区) 令和6年4月1日

株式会社システムシンク(東京都渋谷区) 令和6年4月1日

株式会社メタ・マニエラ(東京都渋谷区) 令和6年4月1日

株式会社Craft Egg(東京都渋谷区) 令和6年4月1日

株式会社インターセクション(東京都町田市) 令和6年4月1日

株式会社サンエンジニアリング
(東京都調布市) 令和6年4月1日

株式会社エスアイコミュニケーション
(埼玉県北足立郡伊奈町) 令和6年4月1日

株式会社ノルド(北海道札幌市中央区) 令和6年4月1日

株式会社武蔵野データーサービス
(東京都新宿区) 令和6年5月21日

株式会社Shiftall(東京都中央区) 令和6年6月1日

WEB 版には
掲載しておりません

個人情報保護について

個人情報保護に関する基本方針（プライバシーポリシー）

当組合は、健康保険法に基づき被保険者及び被扶養者のための保険給付事業、保健事業等を実施しております。この事業を健全かつ円滑に推進していくためには、個人情報（特定の個人を識別できる情報）はなくてはならないものがあります。その情報を安全に取り扱うことを重要と認識し、全職員及び関係者に徹底して、以下の方針で取り扱います。

- 適切な個人情報の取り扱い基準及び運用に関する個人情報保護マネジメントシステムを確立するとともに、個人情報保護に関係する法令、国が定める指針、その他の規範を遵守します。
- 次のような適正な管理を行うことで、常に個人情報の保護に努めます。
 - 個人情報保護管理者の選任による責任の所在の明確化
 - 個人情報の漏えい、滅失又はき損、目的外利用等の防止及び是正
 - システムへのアクセス制限等の安全対策の実施
 - 業務を外部に委託する場合の十分な個人情報の保護水準を設定
 - 個人情報保護についての教育の徹底
- 健康保険法等で取得が義務付けられている場合を除き、個人情報の取得に際して利用目的を明らかにします。取得した個人情報の目的外利用は行いません。
- 個人番号については、行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律（以下「番号法」という。）で定められた利用範囲において特定した利用目的でのみ利用いたします。また、特定個人情報の安全管理措置に関しては番号法及び「特定個人情報の適正な取扱いに関するガイドライン」を遵守して適正に取り扱います。
- 個人情報の提供は、法令等に従い適切に行います。ただし、特定個人情報（個人番号をその内容に含む個人情報。）については、本人の同意有無にかかわらず、番号法に定める場合を除き、提供いたしません。
- 個人情報に関する個人の権利を尊重し、自己の個人情報に対する問い合わせ並びに開示、内容の訂正、追加又は削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止を求められたときは、健康保険法等の法令並びに個人情報保護マネジメントシステムに従い、対応いたします。
- 本基本方針及び個人情報保護マネジメントシステムは、法令等の制定改廃や情勢の変化があった場合並びに定期的に行う監査によって変更が必要と考えられた場合は、随時見直しする等継続的な改善を図ります。
- 個人情報の取り扱いについての苦情及び相談は、下記記載の当組合の窓口で受け付けます。

窓口 関東ITソフトウェア健康保険組合 個人情報保護事務局
TEL 03-5925-5307 FAX 03-5925-5336
- 本基本方針は、当組合のホームページに常に掲載し、いつでも閲覧可能とします。

【本基本方針の内容についてのお問い合わせ先】 関東ITソフトウェア健康保険組合 個人情報保護事務局
TEL 03(5925)5307 FAX 03(5925)5336

個人情報保護についてはホームページにも掲載しております。
<https://www.its-kenpo.or.jp/privacy/index.html>



健康啓発コラム

子どもの健康について

医師・医学博士 市川太祐

近年稀に見る暑さが続きますが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。今回は2023年4月に発足したこども家庭庁が提供している「健やか親子21」というサイトの内容を中心に、子どもの健康に関する注意すべきポイントについて解説していきます。

こども家庭庁が提供するポータルサイト「健やか親子21」

「健やか親子21」は妊娠・出産・子育て期の健康に関する情報を提供しているポータルサイトです（図1）。耳慣れない方もいるかもしれませんが、こども家庭庁はこれまで子どもに関する行政について内閣府や厚生労働省等が担っていた事務を一元化すべく、2023年4月に発足した組織です。

「健やか親子21」では「母子健康手帳情報支援サイト」「マタニティマーク」「データでわかる妊娠・出産・子育て」等、有益な情報がまとめられています。また、これまで厚生労働省等が進めてきた調査研究事業などで作成された妊娠期

から子育て期の健康づくりの参考となる資料が「参考資料」という形で掲載されています。さらにこの参考資料は、「不妊症・不育症」「妊娠中・産後」「乳幼児期」等の子育てに関するステージ別に分かれています。本記事では「乳幼児期」で紹介されている資料のうち、子育てに有用なものを「食生活」と「睡眠」の2つの観点からご紹介します。



図1：健やか親子21
出典：こども家庭庁_健やか親子21

子育ての食生活の悩みにこたえる 「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド」

子育てにおいて、子どもに「何を」「どのように」食べさせていくかという問題は親の頭を悩ませます。また、巷にはインターネットを始め、様々な情報が溢れているため何を信じればいいのか、この点でも悩ましいところです。

この子どもの食生活に関する悩みに、これまでの調査研究に基づく形で答えたのが「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド」（以下、本ガイド）です（図2）。

幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド【確定版】	
目次	
1. はじめに	1
2. 幼児期の栄養・食生活等に関する状況	2
1) 子どもの発育・健康状態について	
2) 子どもの食事・食生活について	
3) 子どもの食生活と健康状態の関係について	
3. 幼児期の栄養・食生活の課題及び克服すべき基本事項	11
1) 子どもの栄養・食生活の心配ごと	
2) 保護者の課題	
4. 幼児期の栄養・食生活の課題克服のための支援の考え方と方向性	13
5. 幼児期の栄養・食生活支援の取組（事例）の紹介	34
資料	66
資料1 乳幼児期における「健康状態の発達」に合わせた食生活の支援	
資料2 幼児期の子どもと保護者の栄養・食生活支援に関する Q&A	
文庫	85

図2：幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド【確定版】
出典：こども家庭庁_健やか親子21_乳幼児期 栄養・食生活

本ガイドは保健医療従事者や児童福祉関係者等の専門家を想定読者として作られたものではありませんが、一般の方にとって有用な内容も含まれています。特に「コラム」には、子育てにおける食生活のよくある悩みについての情報がまとめられています。例えば「コラム：幼児期の食生活支援における食物アレルギー対応」では玉石混交の情報が溢れている食物アレルギーについて正しい情報の入手方法が紹介されています。ここで紹介されている「アレルギーポータル」は、アレルギーに悩んだらまずここを参照すべきともいえるサイトですので、覚えておくとよいでしょう(図3)。

また、本ガイドの巻末には「幼児期の子ども・保護者の栄養・食生活支援に関するQ&A」も掲載されています。ここには保育・幼児教育の場や母子保健の場でよく見られる困りごとに対する支援や対応の例がQ&A形式で紹介されているのでコラムと併せて活用すると良いでしょう。



図3：アレルギーポータル
出典：厚生労働省_アレルギーポータル

子育ての睡眠に関する悩みに応える「未就学児のための睡眠Q&A」

未就学児のための睡眠 Q&A ～保護者の方へ～

Q.

夜に寝床に入る時間になってもなかなか寝ようとしません。朝なかなか起きられないこともあります。よい対処法はないでしょうか？

Q.

寝つきはますます良いのですが、夜中に泣きながら目を覚まして、抱っこしたり、ミルクをあげないと寝付けません。どのように対処すればよいでしょうか？

Q.

子どもが寝ついた後に父親が帰宅して、子どもに声をかけて起こして遊んでしまいます。睡眠に影響はないでしょうか？

Q.

子どもが気がつくときスマートフォンをいじって遊んでいます。何か対処が必要でしょうか？

Q.

夜寝る前にタブレットで動画などを見せると、気がつくときとても近い距離で見えています。睡眠に影響するでしょうか？

Q.

子どもが睡眠中にいびきをかきます。時に寝苦しそうな時もありますが、どうしたらよいでしょうか？

Q.

子どもが寝床に入ると、脚をバタバタさせたり、落ち着きなく動いて寝付けません。どうしたらよいでしょうか？

図4：未就学児のための睡眠 Q&A
出典：こども家庭庁_健やか親子21_参考資料_乳幼児期 睡眠Q&A ～保護者の方へ～

ここ数年は睡眠に関する関心が高まっており、その中で子どもの成長において睡眠が重要な役割を占めていることもよく知られるようになってきました。一方で、スマートフォンやタブレットなどの情報通信機器を通じて動画やアプリが育児に活用されるようになり、睡眠に関する影響が懸念されています。

こういった子育ての睡眠に関する悩みに対する資料が「未就学児のための睡眠 Q&A」です(図4)。このパンフレットの中では7つの代表的な悩みと対処法がQ&A形式で紹介されています。

たとえば、「夜寝る前にタブレットで動画などを見せると、気がつくときとても近い距離で見えています。睡眠に影響するでしょうか?」という項目があります。ここでは、乳児は成人よりも近い距離でタブレットを見るために2倍の明るさの光を浴びているという調査結果や、夕方以降の光の刺激は寝つきにくい方向に体のリズムをずらしてしまうこと、さらに子どもは夜の光に対する感受性が高いという特徴が紹介されています。このような専門的知見に基づき、就床前には光を出す電化製品を避けた方がよいという対策が示されています。睡眠に関しては、保育士、保健師、医師・看護師等の専門家向けのQ&Aとして「未就学児の睡眠指針」という資料も紹介されています。専門家向けと銘打っていますが、子どもの睡眠の特徴や代表的な疾患、そして子どもがより良い睡眠をとるためのポイント等が20ページ強の資料として短くまとまっているので一読をお勧めします。

科学的根拠に基づく「子育て相談を支援するデータベース」

ここまで「食生活」「睡眠」について「健やか親子21」に掲載されている有用な情報について紹介してきました。その他の子育てについての悩みへの回答も、このサイトには「子育て相談を支援するデータベース」という形で公開されています(図5)。ここには子育てに関する様々な健康上の悩みについて、科学的根拠を明示した形で回答されています。回答者も所属氏名が公開されているため、責任をもって回答された、信頼できるデータベースといってよいでしょう。登録されている情報はそれほど多くはありませんが、玉石混交のインターネット上の情報としては信頼度が高いものですので活用をお勧めします。



図5：子育て相談を支援するデータベース
出典：こども家庭庁_健やか親子21_参考資料_子育て相談を支援するデータベース

最後に

子どもの健康について注意すべきポイントについて、こども家庭庁が提供するポータルサイトである「健やか親子21」に掲載されている有用な資料を紹介してきました。「食生活」「睡眠」については水ぼうそうなどの感染症などと異なり、悩みへの対応が人によって千差万別なだけに、信頼できる情報を得ることが難しいものです。ここで紹介してきた情報はどれも科学的根拠に基づくもので信頼性の高い情報ですので、ぜひ一度目を通したうえでご活用ください。



ITソフトウェア福祉弘済会 サービスのご案内

ITソフトウェア福祉弘済会とは

ITS健保の「組合員」と「そのご家族の皆様」の福利厚生充実を図ることを目的とした相互扶助の会です。健康保険組合の公的事業の側面を補うため、民間サービスを活用して皆様にご提供しています。

ご加入について

ご加入を希望の際には、加入申込書をご提出いただきます。(事業所単位)
弘済会ホームページから申込書をダウンロードしていただき、ご記入・ご押印の上、
FAXまたは弘済会ホームページの「お問い合わせフォーム」からご提出ください。
なお、**ご加入にあたって会費は発生いたしません。**

[illegible]

弘済会ホームページについて

各種サービスの詳細や問い合わせはホームページからご利用いただけます。
ご利用いただく際は、**パスワードの入力**が必要です。



ここにパスワード **itskai** と入力してください。ぜひ、ご利用ください。

itskai (英文小文字)
イツカイ と覚えてください。

<https://www.its-kousaikai.jp/> ITS 弘済会 検索

事業所向けサービス

グループ保険福祉共済制度

従業員の方が万が一お亡くなりになったときに、死亡弔慰金としてご利用いただける制度です。配当があるため、実際の掛け金負担が少ないのも特徴です。



グループ保険医療共済制度

福祉共済制度にご加入の事業所の方へさらなる福利厚生充実のための制度です。死亡保障に加えて医療保障の備えができます。

リスクマネジメントセミナー



年4回、外部講師をお招きして開催している大変ご好評のセミナーです。開催情報は配信メールや弘済会HPでお知らせします。

産業医クラウドサービス



勤務提供サービス(産業医業務)と労働者の心身の健康管理に関するクラウド型パッケージサービスです。弘済会特典があります。

団体労働災害総合保険制度
(法定外補償保険、使用者賠償責任保険)

政府労災の上乗せ保障や、会社が使用者の責任を問われた労務に関わる賠償事故を保障します。



団体IT業務賠償責任 保険制度(I型・II型)

I型はIT業務やセキュリティ事故で発生した損害を包括的に保障します。II型はセキュリティ事故及び情報漏えいのみに起因する事故に対応し、保険料を抑えたプランです。

個人向けサービス

個人向け日常生活保険

弘済会会員事業所の従業員の
方がご加入いただける、団体割引の
ある保険制度です。

病気・がん・ケガ・賠償責任など「日常生活の
様々なリスク」に備えることができます。必要な
保障をご自身で選んでご加入いただけます。



アフラック がん保険・医療保険

長生き時代、いつ何が起こるかわからないから「がん保険」と「医療保険」でしっかり備えておくと安心です。
弘済会の会員事業所にお勤めの方は、集団料率でご加入いただけます。



家庭用常備薬の斡旋

疾病予防および健康維持の一助として、家庭用常備薬のWEB斡旋を実施しています。商品内容は年2回変更いたします。(4月1日、10月1日)

 特別推奨品や限定販売品もございますので、ぜひお申し込みください。



VISAゴールドカード

「三井住友VISA コーポレートゴールド
カード」が年会費無料でご利用いただけます。



ITSK 一般財団法人
ITソフトウェア福祉弘済会

〒169-0073
東京都新宿区百人町2-4-6 メイト新宿ビル5F
TEL.03-6276-7211／FAX.03-5348-6261
※関東ITソフトウェア健保会館内ではありません。