

Wellness

ウェルネス

豊田合成健康保険組合

〒492-8153

愛知県稲沢市井之口町中四反畑4500番地

TEL(0587)23-6661 FAX(0587)23-3319

URL <https://goseikenpo.e-sprit.jp/>

大切なお知らせ

2019年度

人間ドック レディースドック

申込受付
開始!

- 一斉募集 1月15日~2月14日
- 詳細案内 Wellness1月号

一斉募集にてお申込みいただいた場合、ご希望の受診施設において、受診日の調整は可能です。受診施設を指定したい方は、この機会に申込予約をお願いします。

年に一度、しっかり健康チェックをして
健康的な生活を送りたいね。

本号の特集では、
「会社の定健や40歳以上の特定健診への活用」、
「拡充した健診施設紹介」や「土曜日受診施設」、
「工場出張受付のご案内」、
「申込方法」など参考情報満載です!

←本誌P2~9を
ご覧ください

● もくじ

表紙~P.9 2019年度 人間ドック・レディースドック一斉募集

P.10~P.11... 事業所の健康づくり活動をレポート
-豊田合成株式会社-

P.12~P.13... 治療用器具(療養費)は必ず支給されるとは限りません

P.14 テマパークを歩こう/
健康ウォーク(秋)

P.15 脳に効く!ヘルシーごはんレシピ

P.16(裏表紙) ... 健保のホームページ

申込方法

その1 パソコン・スマホで (健保のホームページ「ESPRIT」から)

その2 申請書で 受診日は健保で決定してご案内いたします

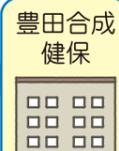


手順



利用希望者

- ① 申込書取寄せ用紙
- ② 申込書
- ③ 申込書を記入して各自申請
- ④ 受診日の確定連絡 (3月中旬頃)



豊田合成
健保

申込書取寄せ用紙
入手方法

豊田合成株

TG NET連絡書

豊田合成株以外

各事業所健保担当者

その3 工場出張受付で ※豊田合成株、TGロジスティクス株、TGメンテナンス株など工場勤務者にお勧め

工場出張 受付日程

各工場食堂にて休憩時間に健保スタッフが申込みのお手伝いをします。

ご利用される方は、本人確認のため「社員証」または「健康保険証」を受付にてご提示ください。奥様のレディスドックも受付いたします。

工場	開催日時	工場	開催日時
尾西工場	1/16(水) 10:40~13:00 1/23(水)	田原工場	1/30(水) 15:30~16:30
森町工場	1/17(木) 12:00~13:30 1/24(木)	北九州工場	2/1(金) 10:45~12:45
瀬戸工場	1/18(金) 12:00~12:45 1/25(金)	西溝口工場	2/4(月) 12:00~12:45 2/11(月)
稲沢工場	1/21(月) 12:00~13:00 1/28(月)	春日工場	2/5(火) 12:00~13:15 2/12(火)
平和町工場	1/22(火) 12:00~13:15 1/29(火)	TGロジスティクス一宮	2/6(水) 10:40~12:45 2/13(水)
		福岡工場	2/8(金) 10:00~12:45

その4 立替払いで (遠隔地勤務の方が対象)

右記拠点勤務の方および、国内遠隔地へ出向されている方は、本社地区と同一の自己負担額にて人間ドックを利用できます。補助対象となる検査項目はP5-9をご参照ください。その他詳細は健保ホームページ掲載の帳票「人間ドック受診計画申請・補助金申請書(立替分)」をご覧ください。

対象拠点(例)

- 東京営業所 ●宇都宮営業所
- 神奈川工場 ●TSオプト株
- 大阪営業所 ●広島営業所

【下記地区にて各健診機関と利用契約を結んでおります。ぜひご利用ください】

地区	健診機関	所在地	予約方法
宮城地区	みやぎ健診プラザ	宮城県仙台市	(豊田合成東日本株の方におすすめ!) 豊田合成東日本株管理部へご連絡ください
東京地区	春日クリニック	東京都文京区	直接お電話にてお申込みください 03-3816-5840
	KKCウェルネス東京日本橋健診クリニック	東京都中央区	直接お電話にてお申込みください 050-3541-2529
大阪地区	KKCウェルネス新大阪健診クリニック	大阪市淀川区	直接お電話にてお申込みください 050-3541-2262
	KKCウェルネスなんば健診クリニック	大阪市浪速区	直接お電話にてお申込みください 050-3541-2263
尾鷲地区	尾鷲総合病院	三重県尾鷲市	(海洋ゴム株の方におすすめ!) 海洋ゴム株業務部へご連絡ください

上記6健診機関で受診する場合は、「人間ドック受診計画申請・補助金申請書(立替分)」の提出は不要です。自己負担金は給与控除となるため、健診機関での当日の費用支払いがありません。(ただし、個人的に追加された検査費用は受診当日の支払いが必要です) 予約手続き後、予約内容(①保険証記号番号、②受診者名、③健診機関名、④受診予約日)を健保組合2グループまでご連絡ください。

問い合わせ先 健康保険組合 2G (外線 0587-23-6661 TG内線 611-5115)

2019年度 人間ドック・レディスドック 一斉募集のご案内

健診機関が選択できるのは一斉募集のみ!



募集期間 2019年1月15日(火) 13時~2019年2月14日(木) 23時59分

受診期間 2019年4月1日(月) ~2020年3月31日(火)

受診対象者 受診日当日に当健保加入者の方

注意事項 受診日当日に当健保非加入の方の受診費用は全額自己負担となります

節目年齢一覧

2019年度中に自己負担(通常8,000円+消費税)が無料で受診できる、5年に1回の特典の年齢です。(オプションは除く)

30歳 (1989年4月1日から1990年3月31日生まれ)	50歳 (1969年4月1日から1970年3月31日生まれ)
35歳 (1984年4月1日から1985年3月31日生まれ)	55歳 (1964年4月1日から1965年3月31日生まれ)
40歳 (1979年4月1日から1980年3月31日生まれ)	59歳 (1960年4月1日から1961年3月31日生まれ)
45歳 (1974年4月1日から1975年3月31日生まれ)	63歳 (1956年4月1日から1957年3月31日生まれ)

人間ドック・レディスドックで実施する検査項目(抜粋)
(定期健診にない主な検査項目)

人間ドック、レディスドックは検査項目が充実!!

検査	異常値の場合、疑われる疾病例
便潜血	大腸がん
肺機能検査	COPD、肺がん
胃部検査	食道・胃・十二指腸のポリープや潰瘍・がん
腹部エコー検査	肝臓・胆のう・膵臓がん、脂肪肝、胆石
眼底眼圧検査	緑内障、高血圧症、糖尿病
乳がん、子宮がん検査(レディスドックのみ)	乳がん、子宮頸がん

ただし、健診機関により検査項目が異なるため、受診できない検査がある場合もあります。

受診結果は、会社の定期健康診断へ代用できます。
代用希望の方は、申込時に登録ください。

豊田合成株の方は、誕生月毎に代用できる月の指定があります。

誕生月	代用可能月
4月~6月	4月~6月
7月~9月	7月~9月
10月~12月	10月~12月
1月~3月	1月~3月

代用の詳細は、健康推進室または医務室までお問い合わせください。



適用事業所 加入者様へのお願い

各事業所の定期健診時期と合わせて、人間ドックの受診できる月を決めております。受診可能月より受診日を選択ください。

(豊田合成株から下記事業所へ出向の方:出向先の事業所の受診可能月にてお申込みください)

【各事業所の人間ドック受診月】

事業所名	受診可能月	事業所名	受診可能月
TGAP株	4月~6月	TGメンテナンス株 TGテクノ株	10月~1月
TGロジスティクス株	4月~6月、10月~1月	TGウェルフェア株	12月~3月
豊田合成インテリア・マニュファクチャリング株(※)	7月~9月	ティージーオブシード株(※)	1月~2月
一榮工業株	7月~11月	豊信合成株(※)	1月~3月
海洋ゴム株(※)	8月~10月	記載の事業所以外	任意(誕生月など)
日乃出ゴム工業株(※)	8月~10月		

(※) 巡回ドック対象事業所→巡回ドック受診希望者は、今回の一斉募集の申込みは不要です。開催時期になりましたら、別途案内を送付いたします。

…土曜日も受診可能(予定) 脳 …脳ドック受診可能。ただし3月中旬以降に直接医療機関へのお申し込みが必要です。
 ○標準設定、●希望者、■3月中旬以降に、直接医療機関へ申込要(費用:全額自己負担、現地精算)、△肝機能の一部・痛風・腎機能・膵臓検査除く

		愛知県													
契約病院		井之口診療所	稲沢市民病院	津島市民病院	大雄会ルーセントクリニック	名古屋東栄クリニック	エリス メディケア名古屋								
所在地		稲沢市	稲沢市	津島市	名古屋市西区	名古屋市中区	名古屋市中区								
コース	N 人間ドック …30歳以上の加入者(男女)	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	
	L1 レディースドック(一般) …30歳以上の加入者(女性)		L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	
	L2 レディースドック(特化) …20歳以上の加入者(女性)				L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	
申込受付期間	A 通年	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	
	B 一斉募集時のみ		B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	
	C 対象者へ別途案内														
健診実施時期		通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	
★自己負担(○印の検査)		8,000円	8,000円	8,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	4,000円
基本検査	身体測定	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	尿検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	血圧	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	血液検査	○	○	○	○	○	△	○	○	△	○	△	○	△	
	心電図	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	×
	胸部レントゲン	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	×
	胃部レントゲン	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	×
	便検査	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	×
	腹部エコー	○	○	○	○	○	×	○	×	×	○	×	×	×	×
	肺機能	○	○	○	○	○	×	○	×	×	○	○	×	×	×
	眼底眼圧検査	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	×
	聴力検査	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○
	視力検査	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○
	骨密度測定	×	○	○	×	×	×	×	○	×	×	○	×	○	×
	婦人科検査	乳がん検査(エコーorマンモ)	×	×	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○
子宮頸がん検査		×	×	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	
追加検査	経口胃カメラ	●	●	●	●	●	×	●	●	×	●	●	×	×	×
	経鼻胃カメラ	×	●	●	●	●	×	●	●	×	●	●	×	■(有料)	×
	★肺がん検査(喀痰検査)	●(1,000円)	●(1,000円)	●(1,000円)	●(1,000円)	●(1,000円)	×	●(1,000円)	●(1,000円)	×	●(1,000円)	●(1,000円)	×	×	×
	その他	○腫瘍マーカー・PSA(男性) ●歯科検診			○腫瘍マーカー・CEA	○腫瘍マーカー・CEA		○腫瘍マーカー・CA19-9 ○腫瘍マーカー・CA125 ○腫瘍マーカー・CEA					○腫瘍マーカー・CA19-9 ○腫瘍マーカー・CA125 ○腫瘍マーカー・CEA		

4月からの随時募集…愛知県地区は井之口診療所のみ受付となります。(愛知県地区以外は通年受付)
 ★金額はすべて税別です。消費税は、ご利用時の税率分をご負担ください。

2019年度から新たに **5施設** で受診可能となりました!

健診機関名	所在地	N (人間ドック)	L1 (レディースドック一般)	L2 (レディースドック特化)
中央病院(*)	愛知県瀬戸市	○	○(*)	×
渥美病院	愛知県田原市	○	○	×
伊藤整形・内科健診センター	愛知県丹羽郡扶桑町	○	○	○
一宮西病院	愛知県一宮市	○	○	○
メディカルパーク今池	愛知県名古屋市千種区	○	○	○

*中央病院: [L1] に子宮頸がん検査は含まれておりません。子宮頸がん検査は別途「郵送検診」でのご案内となります。

豊田合成(株)の従業員の方(保険証記号10の方)必見!!

2018年4月より「特別休暇制度」が導入され、人間ドック・レディースドックの受診で「特別休暇(100%)」が利用できます。

対象者 豊田合成(株)の従業員(保険証記号10)で節目年齢の人*

* 節目年齢の人(年度末の年齢が30、35、40、45、50、55、59、63歳の人)
 2019年度の場合、2020年3月末の年齢が、30、35、40、45、50、55、59、63歳の人です。

2018年年央時点での状況は、
 節目年齢410人中
169人
 利用がありました。



対象者の方は、ぜひご活用ください。

特別休暇に関する問い合わせ 豊田合成(株)人事部パーソナルサポート室
 TEL 052-400-1466 TG内線 611-2156

…土曜日も受診可能(予定) 脳…脳ドック受診可能。ただし3月中旬以降に直接医療機関へのお申込みが必要です。
 ○標準設定、●希望者、■3月中旬以降に、直接医療機関へ申込要(費用:全額自己負担、現地精算)、△肝機能の一部・痛風・腎機能・膀胱検査除く

		愛知県																														
契約病院		名鉄病院	KKCウェルネス名古屋健診クリニック		NEW メディカルパーク今池			守山健康管理センター		NEW 中央病院		NEW 一宮西病院			NEW 伊藤整形・内科健診センター			トヨタ記念病院		三九朗病院			刈谷豊田総合病院			三河安城クリニック			西尾市医師会健康管理センター	NEW 渥美病院		
所在地		名古屋市西区	名古屋市中区		名古屋市千種区			名古屋市守山区		瀬戸市		一宮市			丹羽郡扶桑町			豊田市		豊田市			刈谷市			安城市			西尾市	田原市		
コース	N 人間ドック …30歳以上の加入者(男女)	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N		
	L1 レディースドック(一般) …30歳以上の加入者(女性)	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1	L1		
	L2 レディースドック(特化) …20歳以上の加入者(女性)			L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2	L2		
申込受付期間	A 通年	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A		
	B 一斉募集時のみ	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B		
	C 対象者へ別途案内																															
健診実施時期		通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年		
★自己負担(○印の検査)		8,000円	8,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	8,000円
基本検査	身体測定	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	尿検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	血圧	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	血液検査	○	○	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	○	○
	心電図	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○
	胸部レントゲン	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○
	胃部レントゲン	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○
	便検査	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○
	腹部エコー	○	○	○	×	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	×	○	○	×	○	×	×	○	○	○
	肺機能	○	○	○	×	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	×	○	○	×	○	×	×	○	○	○
	眼底眼圧検査	○	○	○	(眼底のみ)	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	(眼底のみ)	×	○	○	×	(眼底のみ)	×	○	○	○
	聴力検査	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○
	視力検査	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○
	骨密度測定	(女性のみ)	○	×	○	×	×	×	×	×	×	×	(女性のみ)	○	×	×	×	×	○	(女性のみ)	○	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	
婦人科検査	乳がん検査(エコーorマンモ)	×	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	
	子宮頸がん検査	×	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	
追加検査	胃カメラ	■(有料)	■(有料)	×	×	×	■(有料)	■(有料)	×	■(有料)	■(有料)	×	●	●	■(有料)	■(有料)	×	●	●	×	×	×	■(有料)	■(有料)	×	■(有料)	■(有料)	×	×	×	×	
	経口	■(有料)	■(有料)	●	●	×	■(有料)	■(有料)	×	■(有料)	■(有料)	×	●	●	■(有料)	■(有料)	×	●	●	×	×	×	■(有料)	■(有料)	×	×	×	×	×	×	×	
	経鼻	■(有料)	■(有料)	●	●	×	■(有料)	■(有料)	×	■(有料)	■(有料)	×	●	●	■(有料)	■(有料)	×	●	●	×	×	×	■(有料)	■(有料)	×	×	×	×	×	×	×	
	★肺がん検査(喀痰検査)	●(1,000円)	●(1,000円)	●(1,000円)	●(1,000円)	×	●(1,000円)	●(1,000円)	×	●(1,000円)	●(1,000円)	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	●(1,000円)	●(1,000円)	×	×	×	×	×	×	×	×	
その他	○ 腫瘍マーカー -PSA (男性)			○ 腫瘍マーカー -CA19-9 -CA125 -CEA								○ 腫瘍マーカー -PSA (男性)									○ 腫瘍マーカー -PSA (男性)				○ 腫瘍マーカー -PSA (男性)				○ 腫瘍マーカー -PSA (男性)			

4月からの随時募集…愛知県地区は井之口診療所のみ受付となります。(愛知県地区以外は通年受付)
 ★金額はすべて税別です。消費税は、ご利用時の税率分をご負担ください。

…土曜日も受診可能(予定) **脳**…脳ドック受診可能。ただし3月中旬以降に直接医療機関へのお申込みが必要です。
 ○標準設定、●希望者、■3月中旬以降に、直接医療機関へ申込要(費用:全額自己負担、現地精算)、△肝機能の一部・痛風・腎機能・膵臓検査除く

		岐阜県					静岡県							三重県			福岡県			佐賀県				その他						
契約病院		朝日大学病院 (旧村上記念病院)					公立森町病院		聖隷健康診断センター			中東遠総合医療センター		ウェルネス三重健診クリニック			九州健康総合センター			新武雄病院		武雄杵島地区医師会		巡回バス健診 (レディス)		巡回バス健診 (事業所)		遠隔地事業所 勤務者用		特定健診
所在地		岐阜市					周智郡森町		浜松市中区			掛川市		津市			北九州市八幡東区			武雄市		武雄市		愛知・岐阜・三重・静岡の各会場 (サンコート井之口他各公共施設等)		各事業所		遠隔地区医療機関		かかりつけ 医療機関
コース	N 人間ドック …30歳以上の加入者(男女)	N				N				N				N			N			N		N			N※	N				
	L1 レディースドック(一般) …30歳以上の加入者(女性)		L1			L1				L1				L1			L1			L1		L1		L1				L1		
	L2 レディースドック(特化) …20歳以上の加入者(女性)			L2			L2			L2			L2			L2			L2					L2						
申込受付期間	A 通年		A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A		A	A	A	A	A	A	A	A	A	A			A	A	A	
	B 一斉募集時のみ	B												B																
	C 対象者へ別途案内																								C					
健診実施時期		通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	通年	4-11月	別途	通年	通年	通年		
★自己負担(○印の検査)		8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	8,000円	8,000円	8,000円	4,000円	8,000円	8,000円	8,000円	なし	
基本検査	身体測定	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	尿検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	血圧	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	血液検査	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	△	○	○	○	○	○	△	○	○	○	△	
	心電図	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	
	胸部レントゲン	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	
	胃部レントゲン	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	
	便検査	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	
	腹部エコー	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	
	肺機能	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	×	
	眼底眼圧検査	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	
	聴力検査	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	
	視力検査	○	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	
	骨密度測定	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	
婦人科検査	乳がん検査 (エコーorマンモ)	×	○ (マンモのみ)	○ (マンモのみ)	×	○ (マンモのみ)	○ (マンモのみ)	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	×	×	×	×	
	子宮頸がん検査	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	×	×	×	×	
追加検査	経口胃カメラ	■ (有料)	■ (有料)	×	●	●	×	×	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	×	×	×	●	●	×	●	●	×	×	×	×	×	×	×	×	
	経鼻胃カメラ	■ (有料)	■ (有料)	×	●	●	×	×	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	●	●	×	×	×	×	●	●	×	×	×	×	×	×	×	×	
	★肺がん検査(喀痰検査)	● (1,000円)	● (1,000円)	×	● (1,000円)	● (1,000円)	×	×	×	×	● (1,000円)	● (1,000円)	×	● (1,000円)	● (1,000円)	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	
	その他										○ 腫瘍マーカー ・CEA	○ 腫瘍マーカー ・CEA		○ 腫瘍マーカー ・CA19-9 ・CA125 ・CEA	○ 腫瘍マーカー ・CA19-9 ・CA125 ・CEA								○ 腫瘍マーカー ・CA19-9 ・CA125 ・CEA	● 腫瘍マーカー ・CEA	○ 腫瘍マーカー ・CEA ・CA19-9 ・PSA(男性) ・CA125(女性)	● 腫瘍マーカー ・CEA	○ 腫瘍マーカー ・CEA ・CA19-9 ・PSA(男性) ・CA125(女性)			

(※)対象者:豊田合成インテリア・マニファクチャリング、ティージーオープンード、日乃出ゴム工業、海洋ゴム、豊信合成の勤務者と家族(TG出向者含)

2018年度 人間ドック“未受診”の方へ 2019年3月31日までの受診分は、現在受付中です。

4月からの随時募集…愛知県地区は井之口診療所のみ受付となります。(愛知県地区以外は通年受付)

★金額はすべて税別です。消費税は、ご利用時の税率分をご負担ください。

豊田合成(株) 安全健康推進部 主催
「健康を考える日 -健康講演会/展示会-」を開催

2018年11月1日、従業員の健康意識を高め、健康的な生活習慣の確立を促すきっかけを提供することを目的に、会社と健保が共同で「健康講演会/展示会」を開催し、総勢206名の方が参加されました。

1. RIZAP 健康講演会



午前中は、社長・役員・部門長・関係会社社長、午後からは職場の健康づくり活動推進リーダーを中心に、肥満リスクの講義と「RIZAP式トレーニング」を体験しました。
講演会は大盛況！筋肉痛のお土産付き?!でした。



2. 健康展示会

健康情報のパネル展示や各種測定会(血管年齢測定、骨の健康度・歩幅チェック)など、来場されたみなさんが笑顔で各ブースをまわり、時に真剣な顔で担当者の説明に耳を傾けている姿が印象的でした!



歩幅チェック



骨の健康チェック



健康スコアリングレポートの展示



栄養(砂糖)の展示

参加者の声

- 健康を考えるよい1日となりました。
- 展示もクイズ形式など分かりやすくおもしろかった。
- 健康への意識向上は、会社全体の課題であるため各拠点でも同様の展示会を開催して欲しい。

事業所の健康づくり活動をレポート
—豊田合成株式会社—



豊田合成(株)では、健保と連携して、従業員の健康増進活動に積極的に取り組み、「健康経営優良法人(ホワイト500)※」の認定を2年連続で取得しました。
※従業員の健康管理を経営視点で捉え、会社と健保が連携して取り組む「健康増進活動」が、国の厳しい認定基準に合致した企業のみが取得可能。

2018年度の
主な取り組み内容

- 職場単位の健康づくり活動の推進
- 社内喫煙環境の整備
- 健康講演会の開催 など

また、会社と健保が一体となって従業員の健康増進を後押しするため、厚生労働省・日本健康会議・経済産業省が作成した「健康スコアリングレポート(下記)」の結果から、目指すべき方向性を共有することで、従業員の疾病予防や健康づくりを効果的に実施する取り組みを今後も継続して行っています。

健康スコアリングレポートを活用した予防・健康づくりの推進

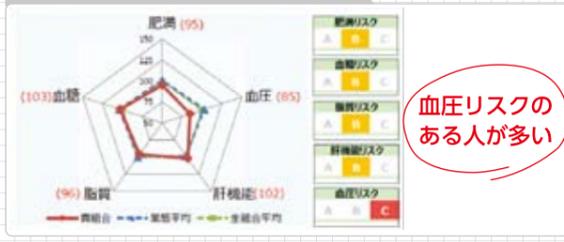
健康スコアリングレポートは、2016年度における当健保加入者(40歳以上)の健康状態や健康づくり活動の取り組み状況を健診データ等から集約し、全国の健保組合(1,375組合)平均との比較がまとめられたレポートです。(2018年8月発行)

特定健診・特定保健指導の実施状況



- 40歳以上の被扶養者(ご家族)の健診受診率が低いので、特定健診や人間ドックを必ず受診ください。
- 特定保健指導の対象になった方は、必ず保健指導を受けましょう。

生活習慣病リスク保有者の割合



血圧リスクのある人が多い

適正な生活習慣を有する者の割合

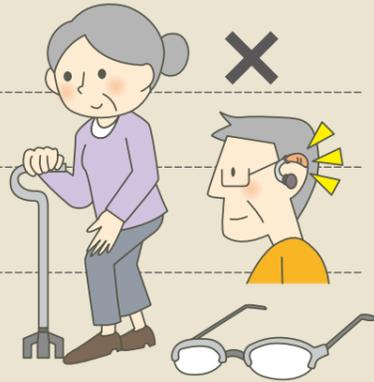


運動習慣が身につけていない

治療用装具の作製時の注意点！

健康保険を使って治療用装具を作製したい場合は、作製前にセルフチェックをしてみましょう！

- 1 単なる症状緩和（痛みの軽減）を目的としたものではありませんか？
（原因となる疾患の治療を目的に作製された装具でなければいけません）
- 2 日常生活動作の改善を目的としたものではありませんか？
（歩行をサポートする杖、補聴器 など）
- 3 運動時のケガの予防・再発防止・能力向上を目的としたものではありませんか？
- 4 症状固定後に作製したものではありませんか？
（↑治療を続けてもこれ以上症状がよくなる場合）
- 5 市販品を加工・転用したものではありませんか？
- 6 職業上で必要なものではありませんか？
（荷物の運搬や介護の現場などで使うサポーター など）
- 7 美容を目的とするものではありませんか？
（治療用ではない眼鏡やコンタクトレンズ、かつら など）



上記すべての項目にが入れば、健保組合への申請が可能です

申請に必要なもの

- ①療養費支給申請書
（治療用装具）
- ②医師の証明書
- ③装具代金の領収証
- ④作製した装具の写真（小児治療用眼鏡の場合は不要）
 - 装具全体像の写真
 - 装具を実際に装着した写真
 - 装具にサイズ表記やロゴがある場合はその写真
- ⑤装具作製確認書



適正な治療用装具の作製であるか審査を行い、支給可否を決定します



治療用装具の作製や装着後の経過について、ご本人様または医師へ照会させていただくため、支給決定までお時間がかかります。（概ね3ヵ月程度）ご理解とご協力をお願いいたします。

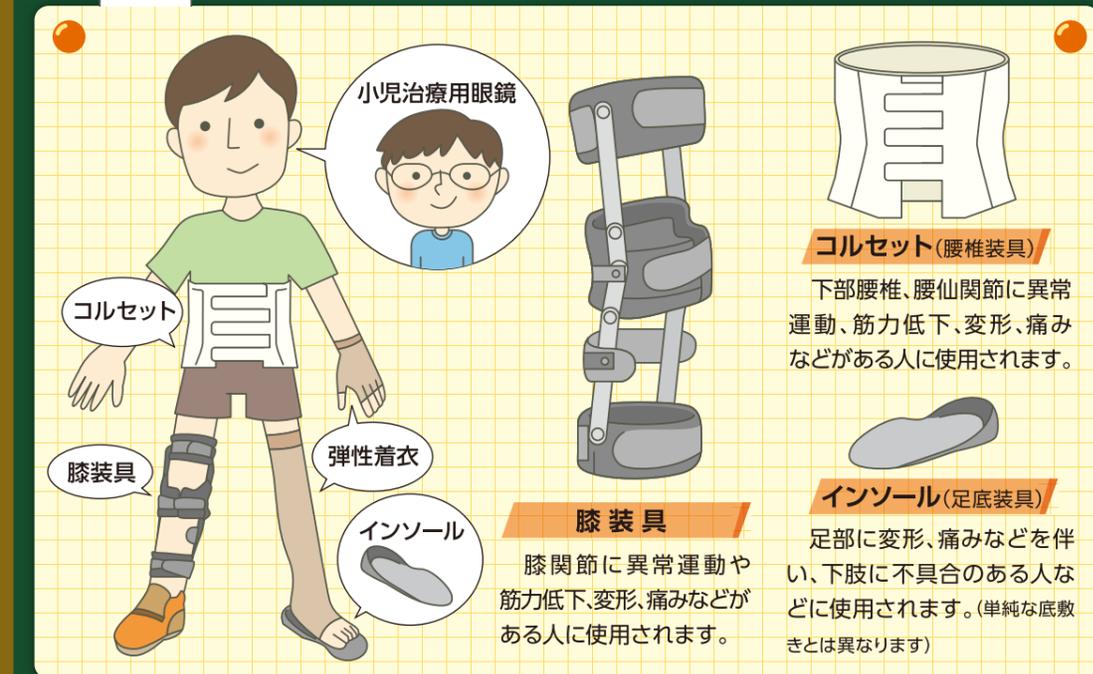
治療用装具（療養費）は必ず支給されるとは限りません

健康保険を使って作製できる“治療用装具”は、「治療遂行上必要不可欠なもの」で「健保組合が認めたもの」に限られています。
医療機関や装具業者から「健康保険がきくので、後で払い戻しが受けられます」などの説明を受けた場合でも、必ず支給されるものとは限りませんのでご注意ください。



治療用装具とは？

- 治療のために必要不可欠であること
- 症状が固定する前に、医師の指示のもと一時的に使われるものであること
- 個々の患者の身体に合わせたオーダーメイド品であること（既製品は対象外）
たとえば、小児治療用眼鏡、コルセット、膝装具、弾性着衣、インソール など



治療用装具の不正請求が相次いで報告されています！

治療用装具の不正請求が相次いで新聞などで報告されています。
そのため、健保組合などに対し、治療用装具の審査強化が求められています。

<不適切な事例>

- 同じ足底装具を屋外用・屋内用として2足作製したものを1足分と装い請求
- 安眠枕を「夜間の頸椎固定用装具」として請求

箸休めに！ セロリの和風ピクルス

healthy
GOHAN
recipe

材料 2人分

セロリ(茎) ……1本分(60g)
にんじん ……20g
いかくん ……20g
(おつまみ用いかの燻製)
輪切り唐辛子 ……1つまみ
酢 ……大さじ2
白だし ……大さじ2
砂糖 ……大さじ1

■作り方 調理時間5分(漬ける時間は含まない)

- セロリは筋を取り、5mm幅の斜め切りにする。にんじんは薄い半月切りにする。
- 袋などにすべての材料を入れ、軽く手でもみ(写真)冷蔵庫で冷やして完成。



POINT

調理 セロリを薄く切れば30分程で美味しく食べられますが、歯ごたえを楽しむには、少し厚めがおすすです。半日置くと味がなじみ、さらに美味しくなります。

栄養 セロリの香り成分にはイライラを抑え精神を安定させる作用があるほか、血栓を作りにくくし、脳梗塞の予防にも効果があるといわれています。

62kcal
塩分1.9g
(1人前)



It works for the brain!

脳に効く！

ヘルシー
ごはん
レシピ
Winter 冬

監修者プロフィール

つじようこ
辻 庸子 ●管理栄養士
スーパーやフィットネス
クラブ等さまざまな食
育イベントで講師を務
めるほか、文化サロン
での料理教室も実施。
美味しく健康的な料
理をテーマに活動中。



おせちに飽きたら！ かぼちゃのキーマカレー

材料 2人分

玉ねぎ ……1/2個(80g)
にんじん ……1/6本(25g)
かぼちゃ ……90g
カレールー ……1個
サラダ油 ……小さじ1
おろしにんにく ……小さじ1/4
合挽き肉 ……100g
カレー粉 ……小さじ2
水 ……200cc
ケチャップ ……大さじ1 } A
牛乳 ……大さじ1
ごはん ……茶碗2杯(300g)

■作り方 調理時間25分

- 玉ねぎとにんじんはみじん切りに、かぼちゃは2cm角に切る。ルーは刻んでおく。
- フライパンに油とにんにくを入れ火にかける。香りが出たら玉ねぎとにんじんを入れ、しんなりしたら挽き肉とかぼちゃを加え炒め合わせる。
- 肉に火が通ればカレー粉を入れ軽く炒める。Aを加え10分ほど弱火で煮る。
- 火を止めルーを溶かし、再度加熱して水分がなくなれば完成(写真)。ごはんなどと一緒に盛り付ける。



POINT

調理 カレー粉を軽く炒めることで風味が増します。ルーは火を止めてから加えると、なめらかに仕上がります。

栄養 かぼちゃに含まれる糖質はごはん同様、脳のエネルギー源となります。かぼちゃやにんじんなどの緑黄色野菜は脳の老化を防ぐといわれています。



健康組合からの
参加賞
(アニマルふりかけ、
ハブラシセット、
トラベルセット)

▲ウォークラリーの答え

11月10日(土)、秋まつり開催中の東山動物園で大好評のウォークラリーを開催しました。
前日の雨も心配することなく、穏やかな秋晴れで心地よい青空の下、0歳から89歳の1,424名の方にご参加いただき、園内で一日気軽にウォーキングを楽しんでいただきました。
また、ウォークラリー参加者には、ゴール受付にて参加賞をお渡ししました。次年度(第18回)も、多くの方のご参加をお待ちしております。

第17回
テーマパークを歩こう!!
IN 東山動物園 を開催しました



当健康組合から136名の方が参加され、犬山城から鶴沼宿まで約8kmのウォーキングを楽しみました。
小雨の降る不安定なお天気でしたが、薄日が差せばまだまだ汗ばむ陽気で、紅葉はしばらく先と感じる秋の一日でした。

開催報告

秋

2018年10月6日(土)開催

『歴史を巡る街並みを散策』
国宝犬山城から中山道鶴沼宿へ』コース

名鉄犬山駅→右作公園(スタート)→本町通り→犬山城→木曾川河畔
犬山城→大安寺川遊歩道→中山道鶴沼宿→名鉄新鶴沼駅(ゴール)

健保連愛知連合会主催

健康ウォーク



開催日	2019年4月6日(土)
コース	江南・岩倉方面
募集時期	2019年2月中旬案内予定
募集方法	その1/健保ホームページ『ESPRIT』 その2/TG-NET 連絡書(豊田合成) その3/各事業所健保担当者経由(豊田合成以外の事業所)
参加資格	どなたでも可

問い合わせ先 健康保険組合 1G 飯田 (外線 0587-23-6661 TG内線 611-5103)

使える!

便利!

健保のホームページ 『ESPRIT』

豊田合成健康保険組合

検索

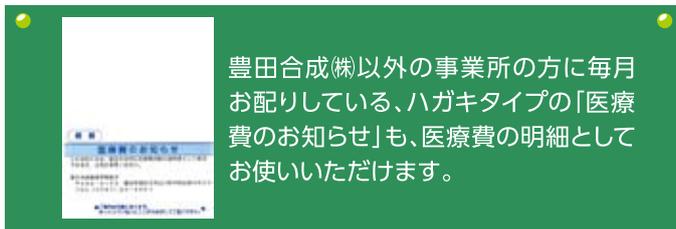


「年間医療費のお知らせ」の申請はESPRITから



医療費控除の適用を受ける際、「医療費のお知らせ」も医療費の明細書として利用できます。

この際に必要となる「年間医療費のお知らせ」をご希望の方は、健保のホームページ『ESPRIT』から健保組合に申請してください。



豊田合成(株)以外の事業所の方に毎月お配りしている、ハガキタイプの「医療費のお知らせ」も、医療費の明細としてお使いいただけます。

- 申請期間: 2019年1月10日～3月3日
- 配布期間: 2019年2月4日以降 順次配布
→申請受付順に、被保険者(従業員)の職場宛てに書面で送付します。(任継はご自宅へ郵送)
- 注意事項: 掲載内容は、「2018年1～10月診療分」です。
11～12月診療分は、医療機関発行の領収書をご利用ください。



医療費控除とは

毎年、生計を同じくする家族の分も含めて1年間に支払った医療費等が一定額を超えたとき、税務署に申告すると納めた税金の一部が還付される制度です。(申告時期: 2月18日～3月15日)

1月～12月に
支払った
医療費等

健康保険・
生命保険の
給付金

10万円または
所得総額の5%
(いずれか少ないほう)

＝ 医療費控除額
(年間200万円まで)

この金額をもとに
税金が精算され、
還付される金額が
決定します。

健康診断や人間ドック、予防接種の費用や健康増進を目的としたビタミン剤や健康食品など対象にならないものがあります。

医療費控除(確定申告)の手続きについてご不明な点は、最寄りの税務署にお尋ねください。

<セルフメディケーション税制>

薬局等で購入した一部の市販薬の購入費が、年間(1月～12月)12,000円を超えた場合、超えた金額(上限88,000円)について申告すると、医療費控除と同様に納めた税金の一部が還付されます。

※特定健診を受けていることなどが条件となります。

医療費控除とセルフメディケーション税制は同時に受けることはできません。

このマークが目印です

セルフメディケーション
税 控除 対象

「健診結果」や「2次検査」のことで困ったこと、わからないことがあれば電話相談窓口にお尋ねください!

T E L フリーダイヤル 0120-301-727

月曜日～金曜日 9:00～17:00まで(会社稼働日)

E-mail yukiko.uwamori@ts.toyoda-gosei.co.jp

24時間受付(回答は会社稼働日)

保健師 うわもり おざわ
上森・小澤

●お手元に「健診結果表」をご準備いただきますと、より具体的なお話ができます。 ●豊田合成(株)の従業員の方は、勤務地の医務室でも相談が可能です。