

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/>

年に一度の
健康チェックは、
絶対忘れないように
しないとネ。

[大切なお知らせ]

申込受付
開始!

2020年度

人間ドック レディースドック

● 一斉募集 ●
1月14日～2月13日

● 詳細案内 ●
Wellness 1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、
受診日の調整が可能です。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。

今回は、
「工場出張受付」や「申込方法」、
「巡回バス健診」のほか、
「特別休暇制度」についてなど
大切なお知らせが
いっぱいです!

←本誌P2～11を
ご覧ください

● もくじ

表紙～P.11 …… 2020年度 人間ドック・レディースドック一斉募集

P.12～P.13… 「健康スコアリングレポートを活用した予防・健康づくり」
「会社と健保のコラボヘルス」

P.14 …… テマパークを歩こう/健康ウォーク(秋)開催報告

P.15 …… 栄養満点! 楽チンレシピ

P.16(裏表紙) …… 健保のホームページ

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

(※) 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。

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。
※ただし、豊田合成九州(株)の方は代用ができません。

豊田合成株の方

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。



◆2020年度から新たに2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)
豊橋医療センター	愛知県豊橋市	○	○	×
西日本産業衛生会	福岡県北九州市	○	○	×

2020年度から一部の健診機関で 検査項目の見直しをしました!

【該当の健診機関】

- 大雄会ルーセントクリニック
- KKCウエルネス名古屋健診クリニック
- 聖隷健康診断センター
- 名古屋東栄クリニック
- 三九朗病院
- ウエルネス三重健診クリニック
- エルズメディケア名古屋
- 三河安城クリニック
- 巡回バス健診(レディース)

レディースドックを選択した場合でも、基本検査は人間ドック検査項目と同じ検査を受診できるよう一部健診機関の検査項目を見直しました。
詳細は、P6～P10の健診機関一覧でご確認ください。

2020年度
人間ドック・レディースドック
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!

節目年齢は、
約5年に1回の特典!!

募集期間
2020年1月14日(火) 13時～
2020年2月13日(木) 23時59分

受診期間 2020年4月1日(水)～2021年3月31日(水)

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
2020年度中に下記年齢に達する方は、自己負担(通常8,000円+消費税)が無料で受診できます。(オプション検査代は除く)

30歳(1990年4月1日から1991年3月31日生まれ)
35歳(1985年4月1日から1986年3月31日生まれ)
40歳(1980年4月1日から1981年3月31日生まれ)
45歳(1975年4月1日から1976年3月31日生まれ)
50歳(1970年4月1日から1971年3月31日生まれ)
55歳(1965年4月1日から1966年3月31日生まれ)
59歳(1961年4月1日から1962年3月31日生まれ)
63歳(1957年4月1日から1958年3月31日生まれ)

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

豊田合成株(保険証記号10)の従業員の方必見!!

節目年齢受診時には特別休暇(100%)が利用できます[2018年4月受診分より]



◆◆2次検査受診時には、安心休暇が活用できます◆◆

下記地区にて各健診機関と利用契約を結んでおります
ぜひご活用ください

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㈱の方におすすめ！) 豊田合成東日本㈱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ウエ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ウエ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ウエ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㈱の方におすすめ！) 海洋ゴム㈱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。

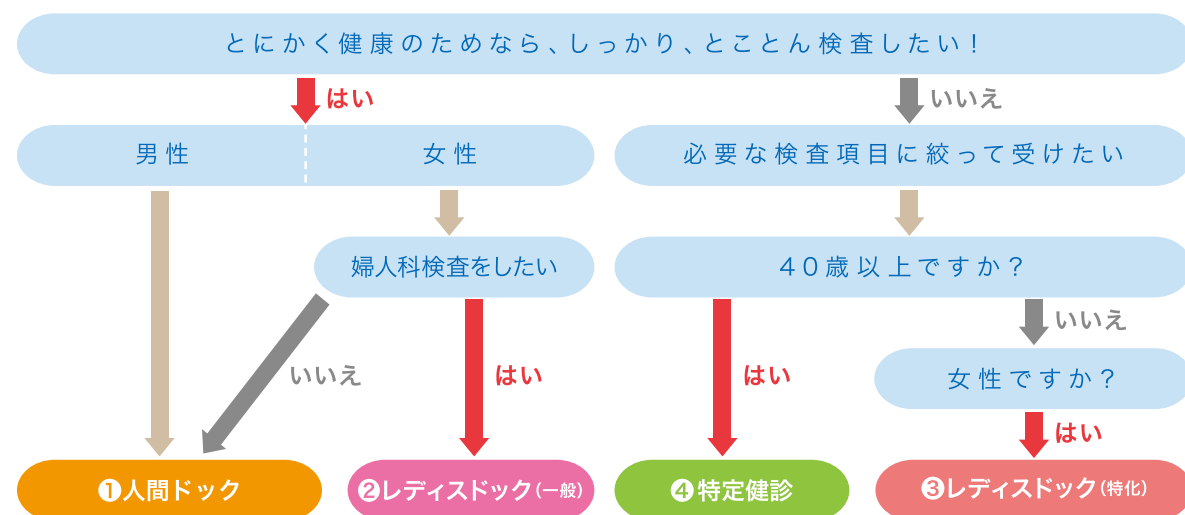
問い合わせ先 健康保険組合 2G (外線 0587-23-6661 TG内線 611-5115)

扶養家族のみまさま！
あなたにぴったりの健診を見つけよう！

40～74歳までの加入者の方は、国の施策として、メタボリックシンドロームに着目した
「特定健診」を受けることになっています。

被保険者の方は、会社の定期健診受診に「特定健診」の検査項目が含まれております。

会社の定期健診がなく、健診を受診しそびれでしまいがちな扶養家族のみなさま、年1回、健康チェックしてますか？
あなたにぴったりの健康診断を見つけてください。



(*) 健診機関毎の検査項目はP6～10を参照ください。
なお、人間ドック・レディスドックを受診すれば「特定健診」の検査項目は含まれているので、特定健診受診済みとなります。

パート先等で健診を受診された方は、健診結果表を健保へ提出いただきますよう、ご協力よろしくお願いします。

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㈱
- TG NET連絡書
- 豊田合成㈱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㈱、TGロジスティクス㈱、TGメンテナンス㈱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。

愛知県	春日工場	2月4日、2月11日	瀬戸工場	1月20日、1月27日
	稲沢工場	1月17日、1月24日	田原工場	2月7日
	尾西工場	1月21日、1月28日	西溝口工場	1月16日
	平和町工場	2月3日、2月10日	TGロジスティクス	(一宮) 2月6日 注
静岡県	森町工場	2月5日、2月12日		
福岡県	豊田合成九州	(福岡工場) 1月23日 (北九州工場) 1月30日		

注 TGロジスティクス他、当健保加入者は、上記の各工場どこでも受付できます。

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P6-10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㈱
- 大阪営業所
- 広島営業所

…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

		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			エルズ メディケア名古屋				名鉄病院	KKCウェルネス名古屋 健診クリニック			メディカルパーク今池			守山健康管理 センター			中央病院	一宮西病院			伊藤整形・内科健診センター				
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				名古屋市区	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				
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		
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			
	B 一斉募集時のみ		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	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	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	
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	×	○	○	×	×	×	×	○	×	×	○	×	○	×	○ (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	胃力メラ	経口	●	●	●	●	●	×	●	●	×	●	●	×	×	×	● (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)	● (1,000円)	● (1,000円)	● (1,000円)	×	● (1,000円)	● (1,000円)	×	● (1,000円)	● (1,000円)	×	×	×	×	×	×	×
	その他		○ ・PSA (男性) ● 歯科検診			○ 腫瘍 マーカ ・CEA	○ 腫瘍 マーカ ・CEA		○ ・PSA (男性)			○ ・PSA (男性)				○ ・PSA (男性)											○ ・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の受付となります。(愛知県地区以外は通年受付)
★金額はすべて税別です。

…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

		愛知県														岐阜県			静岡県									三重県			福岡県				
契約病院		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 豊橋医療センター	渥美病院		朝日大学病院			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			ウエルネス 三重健診クリニック			九州健康総合センター			
所在地		豊田市		豊田市			刈谷市			安城市			西尾市	豊橋市	田原市		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			
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				
	L1 レディスドック(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		
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	
	B 一斉募集時のみ	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	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	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	
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	○ (女性のみ)	○	×	○	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×
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)	○ (女性のみ)	×	○ (マンモのみ)	×	○	×	○ (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	×	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○ (女性のみ)	×	○	×	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×	○	○
追加検査	経口 胃カメラ	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	■ (有料)	■ (有料)	×	×	×	×	×	×	×	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	●	●	×	×	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	×	×	×	●	●	×
	経鼻 胃カメラ	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	●	●	×	×	×	×	■ (有料)	■ (有料)	×	●	●	×	×	×	×
	★肺がん検査(略痰検査)	● (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)	×	● (1,000円)	● (1,000円)	×	×	×	×
	そ の 他	○ ・PSA (男性)		○ ・PSA (男性)						○ ・PSA (男性)			○ ・PSA (男性) ○ 肝炎ウイルス (男性)				○ 腫瘍マーカー ・CEA ・AFP ・CA19-9	○ 腫瘍マーカー ・CEA ・AFP ・CA19-9		○ ・PSA (男性)			○ 腫瘍マーカー ・CEA	○ 腫瘍マーカー ・CEA			○ 腫瘍マーカー ・CEA	○ 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の受付となります。(愛知県地区以外は通年受付)
★金額はすべて税別です。

2020年度 レディースドック(巡回バス健診)会場・開催日一覧

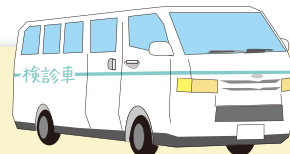
レディースドックは、愛知・岐阜・静岡の下記公共施設でも受けられます。
お近くの会場、ご都合のよい日程がございましたらぜひ、ご利用ください。
女性にはぜひ受けていただきたい「乳がん検査」「子宮頸がん検査」が受けられます！

	会場名	開催日	受付時間	乳がん検査	会場住所	電話番号
愛知県	稲沢市	豊田合成 サンコートイースト (豊田合成健康管理センター)	5月 9日(土) 5月17日(日) 6月27日(土) 7月 4日(土) 11月14日(土)	9:00～	エコー、 マンモグラフィ	稲沢市井之口町 中四反畑4500 0587-23-6664
		稲沢市勤労福祉会館	5月 8日(金)	9:30～	エコー、 マンモグラフィ	稲沢市 朝府町5-1 0587-23-2944
	一宮市	一宮地場産業ファッション デザインセンター	4月12日(日) 9月 5日(土) 10月17日(土)	9:30～	エコー、 マンモグラフィ	一宮市大和町 馬引字南正亀4-1 0586-46-1361
		尾西グリーンプラザ	6月20日(土) 10月10日(土)	9:30～	エコー、 マンモグラフィ	一宮市富田 字砂原2120-2 0586-62-4165
	津島市	津島市文化会館	5月24日(日)	9:30～	エコー、 マンモグラフィ	津島市藤浪町 3丁目89-10 0567-24-1122
	小牧市	小牧市市民会館	4月11日(土)	9:30～	エコー、 マンモグラフィ	小牧市 小牧2丁目107 0568-77-8205

	会場名	開催日	受付時間	乳がん検査	会場住所	電話番号
岐阜県	岐阜市	ワークプラザ岐阜	5月10日(日)	9:30～	エコー、 マンモグラフィ	岐阜市 鶴舞町2-6-7 058-245-2411
	羽島市	羽島市市民会館	4月18日(土)	9:30～	エコー、 マンモグラフィ	羽島市福寿町 浅平3丁目25番地 058-392-2222

	会場名	開催日	受付時間	乳がん検査	会場住所	電話番号
静岡県	周智郡	森町文化会館	5月16日(土)	エコー、マンモグラフィ	周智郡 森町森1485	0538-85-1111
			9月19日(土)	エコー		

- 注意事項**
- ① 会場予約の関係上、一部会場が変更となる場合があります。ご了承ください。
 - ② 乳がん検査は「エコー」か「マンモグラフィ」のいずれか一方を選択することができます。
(ただし、9月19日は「エコー」のみとなります)



- ◆ 健診の所要時間は約2時間です。
- ◆ 受付時間は会場によって異なります。
- ◆ 健診の自己負担金は給与控除となります(任意継続の方は、後日請求書を発行します)。

その他 問診票は2020年3月末頃発送します。

最新情報は、健保のホームページでご確認ください。

豊田合成健保組合

検索



健診機関一覧

…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

		福岡県		佐賀県				その他							
契約病院		NEW 西日本産業衛生会		新武雄病院		武雄杵島地区医師会		巡回バス健診 (レディース)		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		北九州市		武雄市		武雄市		P.11参照		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			
	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		
	L2 レディースドック(特化) …20歳以上の加入者(女性)								L2						
申込受付期間	A 通年	A	A	A	A	A	A	A	A			A	A	A	
	B 一斉募集時のみ														
	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	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	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	○	○	○	○	○ (眼底のみ)	○ (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	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×		
	婦人科検査	乳がん検査 (エコーorマンモ)	×	○	×	○	×	○ (マンモのみ)	○	○	×	×	●	×	
子宮頸がん検査		×	○	×	○	×	○	○	○	×	×	●	×		
追加検査	経口	●	●	●	●	×	×	×	×	×	●	●	×		
	経鼻	●	●	●	●	×	×	×	×	×	●	●	×		
	★肺がん検査(喀痰検査)	×	×	×	×	×	×	×	×	×	● (1,000円)	● (1,000円)	×		
	その他								● 歯科検診	● 歯科検診	○ 腫瘍マーカー ・CEA ・CA19-9 ・PSA(男性) ・CA125(女性) ● 歯科検診				

2019年度 人間ドック“未受診”の方へ 2020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の受付となります。(愛知県地区以外は通年受付)

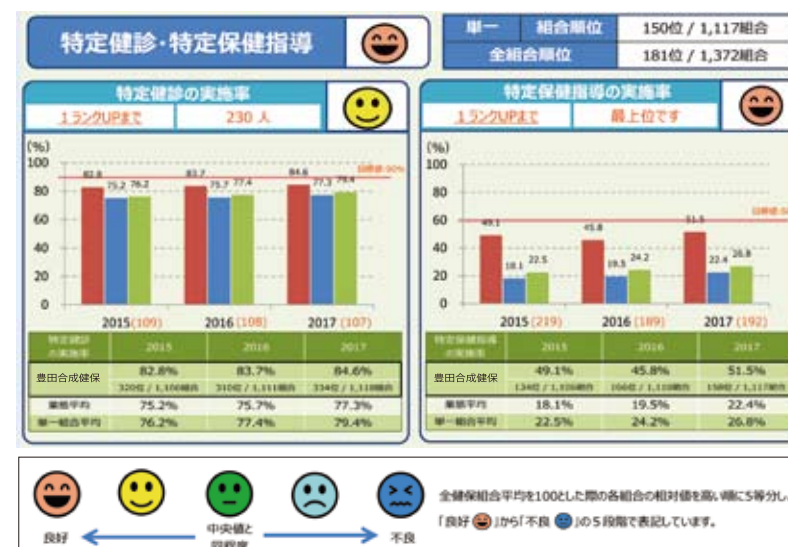
(※)対象者:豊田合成インテリア・マニファクチャリング・ティージー・オブ・シード、
日乃出ゴム工業、海洋ゴム、豊信合成の勤務者と家族(TG出向者含)

★金額はすべて税別です。

健康スコアリングレポートを活用した 予防・健康づくりを推進します

2019年度の健康スコアリングレポートが厚生労働省・日本健康会議・経済産業省より9月に発行されました。
これは、2017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(1372組合)平均との比較がまとめられたレポートです。

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)の方も特定健診や人間ドックを必ず受診し、対象になったら、必ず特定保健指導を受けてください。



運動習慣・喫煙習慣の改善が必要



血圧リスクのある人が多い

〈健診結果等の情報共有・活用にあたって〉

「個人情報の保護に関する法律」に基づき、各種データの提供等を行います。

(第三者提供の制限)第23条
5 次に掲げる場合において、当該個人データの提供を受ける者は、前各項の規定の適用については、第三者に該当しないものとする。
一 中略
三 特定の者との間で共同して利用される個人データが当該特定の者に提供される場合であって、その旨並びに共同して利用される個人データの項目、共同して利用する者の範囲、利用する者の利用目的及び当該個人データの管理について責任を有する者の氏名又は名称について、あらかじめ、本人に通知し、又は本人が容易に知り得る状態に置いているとき。

共同利用するデータの例

◆生活習慣病関連項目◆
血圧 収縮期血圧・拡張期血圧
脂質 中性脂肪・HDL コレステロール・LDL コレステロール
血糖 空腹時血糖・HbA1c など

事業所が実施する法定健診、健保組合が実施する人間ドックまたはレディスドックの「生活習慣病関連項目」および検査値がリスク保有判定値を上回る者について、情報を共有し、該当者の事後指導に活用します。

共同利用する者の範囲
事業所 / 安全健康推進部内の医療職員・役職員
健康保険組合 / 保健師・保健事業役職員
(責任者)常務理事 TEL:0587-23-6661

個人情報は、本事業の事業内容および目的に沿った利用範囲内でのみ使用します。
なお、扱う個人情報に病歴や治療内容等は含まれず、人事評価等に用いられることはありません。

特定保健指導は、法律に基づいて実施しています

特定保健指導は、法律により40～74歳への実施が義務づけられており、特定保健指導も同様です。生活習慣病の増加が社会的問題となり、その重要な対策の一つとして位置づけられています。

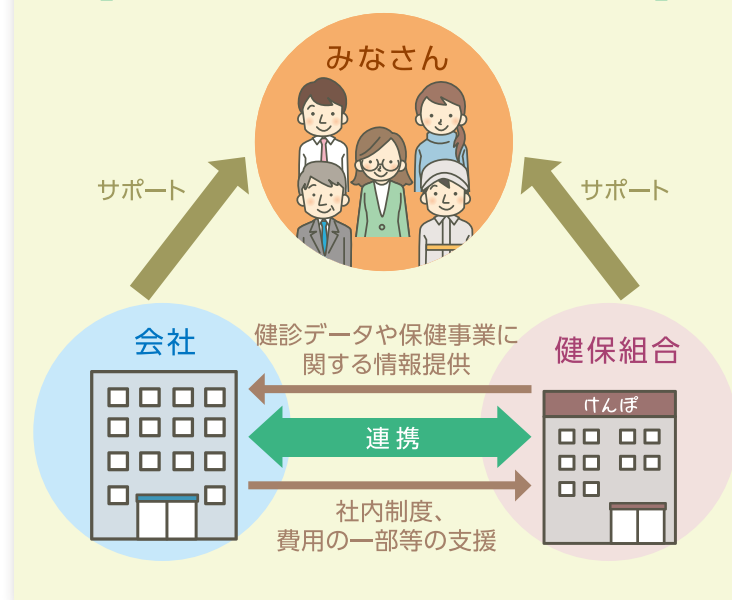
特定保健指導の対象となった人は、心筋梗塞や脳卒中、糖尿病など大きな病気を発症するリスクを抱えている人です。何もせず放置していると、最悪の結果を招くことすらある状態です。そうなる前に、個人に合った無理のない改善方法を提案してもらい、実践することが重要です。



豊田合成株式会社×豊田合成健康保険組合 「コラボヘルス」を推進します

豊田合成株式会社では、健康保険組合と連携して、「健康経営優良法人ホワイ500」の認定を受けています。これは、会社と健保が手を取り合って行う「健康増進活動」が、国の厳しい認定基準に合致している証でもあります。

「コラボヘルスのイメージ」



このように、すでに会社と健保が協力体制にありますが、こうした取り組みは「コラボヘルス」と呼ばれます。については、このコラボヘルスをさらに推進し、健診結果等の情報を事業所と健保組合で共有・活用することとなりますので、お知らせします。

従業員が健康である ことによるメリット

✓生産性の向上
心身ともに元気に働けることで、業務効率が向上。

✓イメージアップ
新たな企業価値を創造。社員のモチベーションもアップ。

✓リスクマネジメント
健康リスク把握により、事故や不祥事を減らし、労災発生を予防。

楽チンレシピ

栄養満点！
Rakuchin winter Recipe

忙しくて、ご飯を作っている時間がない…。そんなときはレンジやトースターに調理をお任せしてみませんか？火や鍋を使うことなく、後片付けも楽チン！「栄養満点で手間いらず」をテーマに、家族みんなが喜ぶお手軽レシピをご紹介します。

トースターなら手軽で簡単！
皮はパリッと、身はジューシー！



調理時間
15分

〈1人前〉
カロリー：460kcal
塩 分：3.7g

栄養

サバにはDHAやEPAという不飽和脂肪酸が豊富に含まれています。これらは善玉コレステロールを増やす働きがあり、血中の中性脂肪を減らしたり動脈硬化を予防したりするなど、生活習慣病の発症リスクを下げてくれます。また、不飽和脂肪酸は酸化しやすいので抗酸化作用のあるトマトと組み合わせるのがオススメです。運動不足になりがちな冬こそ、血管の健康を保って全身の健康を維持しましょう。

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。美味しくて健康的な料理をテーマに活動中。



ハニーマスタード サバサンド

材料（2人分）

塩サバ …… 2切れ（180g）
バゲット …… 20cm
サニーレタス …… 2枚
トマト …… 小1個（100g）
紫玉ねぎ …… 1/3個（50g）
酒 …… 小さじ2
レモン汁 …… 大さじ2
砂糖 …… 小さじ2
粒マスタード …… 大さじ1.5
蜂蜜 …… 小さじ2
マヨネーズ …… 小さじ2
濃口醤油 …… 小さじ1/2

作り方

塩サバの全体に酒をまぶす。トレーにアルミホイルを敷き、皮目を上にして並べ、オーブントースター（200℃）で10分程焼く。



レタスは大きめにちぎる。トマトは5mm幅の薄切りにする。玉ねぎは薄切りにしてAと合わせる。Bを合わせてソースを作っておく。



バゲットを半分の長さに切り、横に切り込みを入れて内側にソースを塗る。レタス、トマト、塩サバ、玉ねぎの順にのせ挟んで完成。



調理のポイント

- 加熱時間は目安です。サバの皮が焦げそうなら途中でアルミホイルをかけて中まで火を通してください。
- お子様やご年配の方は、バゲットの代わりに、イングリッシュマフィンやバーガーパンズなどにすると食べやすくなります。

第18回

テーマパークを歩こう!!

《IN 東山動植物園》を開催しました

11月9日（土）、秋まつり開催中の東山動植物園で大好評のウォークラリーを開催しました。

当日は、穏やかな秋晴れで心地よい青空の下、1,260名の方に参加いただき、園内で二日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19回）も、より多くのみなさまの参加を、お待ちしております。



健保組合からの参加賞



▲ウォークラリーの答え



健保連愛知連合会主催

健康ウォーク

秋

2019年10月5日（土）開催
歴史と自然にふれよう
『ぶらり安城探訪』コース

名鉄安城駅→株マキタ本社スタート→安城市総合運動公園→大池公園→安城公園→秋葉公園→安祥文化のさと→名鉄南安城駅ゴール

当健保組合から63名の方が参加され、施設が充実した安城市の公園を巡りながら、約8kmのウォーキングを楽しめました。

当日は雲つない青空に恵まれ、心地よい風もあり、気持ちよくウォーキングすることができました。今回は初の試みとして、シニアやお子さま向けのショートコース「カインドリーコース」が設けられ、小さなお子さま連れのご家族等に好評でした。



開催日	2020年4月4日（土）
コース	東海市内
募集時期	2020年2月上旬案内
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)・豊田合成九州(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：2020年1月20日～3月6日
- 配布期間：2020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、「2019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17日～3月16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等が条件となります。

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。

セルフメディケーション

税 控除 対象

このマークが目印です

「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。