

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/>



健保組合の
ホームページから
申し込みしよう!

2023年度

大切なお知らせ

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11日~2月10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。

年に1回の
健康チェックで
自分の健康状態を
きちんと知ろう!



←本誌P2~12を
ご覧ください

● もくじ

P.2~P.12 …2023年度 人間ドック・レディースドック一斉募集

P.13 ……「事業所トップ訪問」を実施しました

P.14 ……事業所の健康づくり活動をレポート/
テーマパークを歩こう!! 開催報告

P.15 ……ウイルスに負けない! 免疫力アップレシピ

P.16 (裏表紙) …健保組合ホームページ



一斉募集での申込方法

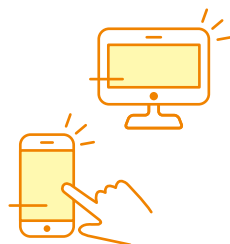
その
1 **パソコン・スマホで** (健保組合ホームページ「ESPRIT」から)
<https://goseikenpo.e-sprit.jp/>



マイページへログイン



このボタンからお申込み!!



その
2 **申請書で** 受診日は健保組合で決定してご案内いたします

手順



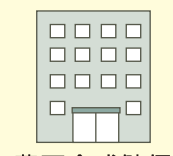
利用希望者

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すすめ

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。奥様のレディースドックも受付いたします。

愛知県	春日工場	2月 2日(木) 2月 9日(木)	尾西工場	1月13日(金) 1月20日(金)	静岡県	森町工場	1月31日(火) 2月 7日(火)
	稲沢工場	1月16日(月) 1月23日(月)	平和町工場	1月17日(火) 1月24日(火)	三重県	いなべ工場	1月27日(金)
	瀬戸工場	1月12日(木) 1月19日(木)	*実施にあたっては、感染予防対策を行います。(手指消毒、マスク、パーテーション設置等) 昨年までの受付状況を鑑み、一部工場を限定して実施します。 *新型コロナウイルス感染拡大等により、中止となる場合もあります。				

その
4 **電話で** (期間限定で電話申込受付を実施します
対象者) その1・その2・その3をご利用できない方)

利用可能日

1月18日(水)	1月25日(水)	2月 1日(水)
2月 3日(金)	2月 8日(水)	2月10日(金)

◆ 受付時間/11:30~13:30 ◆ 連絡先/0587-23-6661 (TG 内線611・5115・5101・5116・5106)

◆ 電話予約が混み合っている場合は、少しお待ちいただく場合もありますのであらかじめご承知をお願いします。

2023年度

人間ドック・レディースドック

一斉募集のご案内【受診期間】2023年4月1日~2024年3月31日

募集期間

2023年1月11日(水) 13時~2023年2月10日(金) 23時59分

コースおよび対象者

コース名	対象者	自己負担
人間ドック	30歳以上の加入者	8,800円
レディースドック(一般)	30歳以上の加入者(女性)	8,800円
レディースドック(特化)	20歳以上の加入者(女性)	4,400円

注意事項: 受診日当日に当健保非加入の方は当健保の費用補助がありません。
受診費用全額(約5万円)が自己負担となります。
小牧市民病院のレディースドック(一般)のみ自己負担金14,300円となります。

2023年度の節目年齢対象者

30歳(1993年4月1日から1994年3月31日生まれ)
35歳(1988年4月1日から1989年3月31日生まれ)
40歳(1983年4月1日から1984年3月31日生まれ)
45歳(1978年4月1日から1979年3月31日生まれ)
50歳(1973年4月1日から1974年3月31日生まれ)
55歳(1968年4月1日から1969年3月31日生まれ)
59歳(1964年4月1日から1965年3月31日生まれ)
63歳(1960年4月1日から1961年3月31日生まれ)



2023年度中に上記年齢に達する方は、自己負担が無料で受診できます。
(オプション検査代は除く)

豊田合成(株)(保険証記号10)の従業員の方必見!!
節目年齢受診には特別休暇(100%)が利用できます。

受診月についての注意点

① 豊田合成(株)(保険証記号10)の方

人間ドックの受診月は任意です。
人間ドックの受診結果を会社の定期健康診断へ代用ができます。
→ただし、誕生月ごとに代用できる月の指定があるのでご注意ください。

誕生月	代用ができる人間ドック受診月
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。

② 豊田合成(株)以外の方

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。

事業所名	受診可能月	事業所名	受診可能月
TGAP(株)	4月~6月	豊田合成日乃出(株) ^(※)	8月~10月
TGロジスティクス(株)	4月~6月、10月~1月	TGメンテナンス(株)	10月~1月
豊田合成九州(株)	4月~9月	TGテクノ(株)	10月~1月
豊田合成インテリア・ マニファクチャリング(株) ^(※)	7月~9月	TGウェルフェア(株)	12月~3月
一栄工業(株)	8月~11月	ティーオーブシード(株) ^(※)	1月~2月
海洋ゴム(株) ^(※)	8月~10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。

2023年4月から随時申込の予約方法が変更になります

	予約方法	予約内容の連絡
2022年度まで	健保組合が実施	健保組合への連絡は不要
2023年度から	申込者が 直接健診機関へ 連絡して予約	申込者が 健保組合ホームページに 登録

2023年4月以降の申込詳細は、次号Wellnessでご案内します。

一斉募集は、マイページから申込みするだけでOK。

健保組合が健診機関へ予約手続きします!

早期の予約だから希望日で受診できます!

人間ドックは「一斉募集」にてお申込みください。





人間ドック受診の豆知識

こんな理由で受けないのは…もったいない！

忙しいから

ドックにかかる時間は、1年のうちほんのわずかな時間です。このわずかな時間を惜しんで後悔することはないようにしましょう。

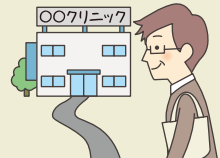


毎年受ける必要はないと思うから

健診は、経年変化を見ることが大切です。昨年と比べて悪化している項目がないか確認して、生活習慣の改善に役立てましょう。また、大きな病気はいつ発生するかわかりません。年に1回は健診を受ける必要があります。

医療機関に通っているから

医療機関で管理してもらっているのは、基本的に治療している疾患のみです。健康という視点で全体をチェックするには健診が必要です。



怖いから

「病気が見つかるのが怖い」という人もいますが、発見が遅れて本当に怖い結果にならないよう健診の受診をおすすめします。



健康診断と人間ドックの違い

	健康診断	人間ドック
検査項目	少	多
種別	法定健診 (法律に基づくもの)	任意健診 (個人の判断で受けるもの)
実施目的	基本的な健康チェック、 生活習慣病のリスク発見	一歩進んだ健康チェック、 がん・生活習慣病の早期発見

がん検診を受ける目安

種類	対象者	受診間隔
胃がん検診	50歳以上※の男女	2年に1回
肺がん検診	40歳以上の男女	年1回
大腸がん検診	40歳以上の男女	年1回
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	2年に1回
乳がん検診	40歳以上の女性	2年に1回

(参考: 国立がん研究センター がん情報サービス)

※胃部X線検査は、40歳以上、年1回実施可

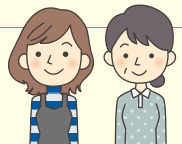
女性特有の疾病に注意！

レディースドックでチェックしましょう

レディースドックでは、女性の健康を意識して「**乳がん検査**」や「**子宮頸がん検査**」が受けられるようになっています。もちろん、「**腹部エコー検査**」など人間ドックと同じ検査も受けられるので安心です。女性のみなさん、2023年度はぜひ「**レディースドック**」をお申込みください！

ココが POINT

働き盛り、若い世代も注意が必要という点が重要です。一般的に50歳以降に増加する「がん」ですが、乳がん・子宮頸がんは20代でも油断できません。定期的なチェックを怠らないようにしましょう。



女性必見!! ヘルスケアラボ

女性の健康情報を網羅した「**ヘルスケアラボ**」は頼りになります。女性特有の病気や症状についてはもちろん、病院検索から女子力アップレシピまで役立つコンテンツが盛りだくさん♪ また、「**セルフチェック**」で気になる疾病、症状を調べることができるので、ぜひご利用ください。



幅広く健康情報を網羅した**ヘルシーファミリー倶楽部**もこまめにご覧ください。

受診できる健診機関

A 一斉募集で申込みできる健保補助対象健診機関

詳しくは、P6以降の「**健保補助対象健診機関一覧**」をご覧ください。

2023年度の変更点

① 井之口ドックの運営が終了します

これまで多くのみなさんにご利用いただきました「**井之口ドック**」は、**2023年3月末をもって運営を終了**することになりました。これまで「井之口ドック」を受診されていた方につきましては、2023年4月以降は豊田合成健保の補助対象健診機関(P6～11をご覧ください)にて引き続き人間ドックを受診ください。

井之口歯科診療室は2023年4月以降も引き続き運営していますので、健保組合の補助制度を利用して歯科健診を受診できます。詳細は、健保組合ホームページ「**ESPRIT**」をご覧ください。



② 小牧市民病院が新規健保補助対象健診機関に加わります

小牧市民病院で受診時の注意事項

- ◆午前中に検査、午後に結果説明があります
(結果説明は一人10分ほど、病院から指定の時間帯(13時～16時)で実施)
 - ◆レディースドックの自己負担金は14,300円です
乳がん検査: エコー+マンモ
子宮がん検査: 細胞診(頸部+体部)+超音波
- これら実施のため他の健保補助対象健診機関とは自己負担金が異なります。

B 近隣に◆に記載の健保補助対象健診機関がない遠隔地(事業所、営業所、工場)へのご案内

下記地区にて各健診機関と利用契約を結んでおります。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 ＊胃カメラ検査希望の方は、自己負担金に下記料金が追加となります。 ・みやぎ健診プラザ(5,500円) ・大崎市民病院(2,000円)
	大崎市民病院	宮城県大崎市	
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 03-5500-6776
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㈱管理部へご連絡ください ＊胃カメラ検査希望の方は、自己負担金に2,530円追加となります。

上記7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)を当健保組合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)

※◆◆以外の健診機関で人間ドックを受診した場合も、その費用を健保組合に請求することができます。

詳細は健保組合ホームページ「**ESPRIT**」をご覧ください。

申請書ダウンロード ➡ 保健事業に関する書式 ➡ 人間ドック受診計画申請・補助金申請書(立替分)



健保補助対象健診機関一覧

胃カメラ...胃カメラ検査受診可能 脳...脳ドック受診可能

○標準設定(血液検査△:肝機能の一部・痛風・腎機能・肝機能検査は未実施) ●希望者(費用:給与控除) ■希望者(費用:受診当日現地精算)

記号の意味

N人間ドック
...30歳以上の加入者(男女)

L1レディースドック(一般)
...30歳以上の加入者(女性)

L2レディースドック(特化)
...20歳以上の加入者(女性)

A通年

B一斉募集時のみ

C対象者へ別途案内

契約病院 (所在地)	コース	申込受付期間	中 の 検 査	測 定	血 圧	検 査	心 電 図	胸 透	ト ゲ ン	ト ゲ ン	血 糖		エ コ ー	機 能	圧 検 査	検 査	検 査	検 査	腺 が ん 検 査	マンモ 図 像 検 査	がん 検 査	経 鼻 メ ラ		がん 検 査		検 査		検 査	検 査	項
																						経 鼻	0円	がん 検 査	がん 検 査	がん 検 査	がん 検 査			
1 稲沢市民病院 (稲沢市) 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	■	25,300円			
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	0円	●	1,100円						
2 一宮西病院 (一宮市) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	2,000円	●	1,100円	■	22,000円				
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	2,000円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
3 大雄会第一病院 (一宮市) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	3,300円	●	1,100円	■	27,500円				
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	3,300円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
4 山下病院 (一宮市) 土曜日受診可 胃カメラ	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	2,200円	●	1,100円	×	—	L1 L2 月火金土のみ			
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	2,200円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
5 津島市民病院 (津島市) 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	■	20,600円				
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	0円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
6 大雄会ルーセントクリニック (名古屋市西区) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	3,300円	●	1,100円	■	26,240円				
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	3,300円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
7 名鉄病院 (名古屋市西区) 胃カメラ 脳	N	B	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	3,300円	●	1,100円	■	41,800円	L1 月火のみ			
	L1	B	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	3,300円	●	1,100円						
8 名古屋東栄クリニック (名古屋市中区) 土曜日受診可 胃カメラ	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	×	—				
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	0円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
9 エルズメディケア名古屋 (名古屋市中区) 土曜日受診可 胃カメラ	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	● (経鼻のみ)	5,500円	●	1,100円	×	—	【胃カメラ】火金のみ			
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	○	○	×	○	○	×	—	×	—				×	—	
10 KKCウエルネス名古屋 健診クリニック (名古屋市中区) 土曜日受診可 胃カメラ	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	×	—	【胃カメラ】火水金のみ L1 L2 水のみ			
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	0円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
11 メディカルパーク今池 (名古屋市千種区) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	3,300円	●	1,100円	■	27,500円				
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	3,300円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	○	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		
12 守山健康管理センター (名古屋市守山区) 土曜日受診可 胃カメラ	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	3,300円	●	1,100円	×	—				
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	●	3,300円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	○	×	×	×	○	○	×	—	×	—	×		—		

●2023年4月から随時募集による人間ドック・レディースドックの申込方法が変更となります(P2参照)。

申込方法 各自で受診したい補助対象健診機関へ予約手続きを行う▶予約内容を健保組合HP-マイページへ登録
(マイページへの登録をされない場合、健保組合の補助がありません。この場合、人間ドック受診費用(約5万円)が全額自己負担となります)
詳細は、次号Wellnessに掲載します。

*胃カメラ受診の場合は、胃部レントゲン(バリウム)は実施しません。
*胃カメラでお申込みいただいた場合でも、医療機関の都合により胃カメラで受診できない場合があります。
この場合は、胃部レントゲン(バリウム)での予約に変更となります。変更となった方へは健保組合より個別で連絡します(3月中頃)。
*脳ドック受診費用は、2022年11月時点の金額表示です。料金改定等で受診費用が変更となる場合があります。

健保補助対象健診機関一覧

胃カメラ…胃カメラ検査受診可能 脳…脳ドック受診可能

○標準設定(血液検査△:肝機能の一部・痛風・腎機能・肝機能検査は未実施) ●希望者(費用:給与控除) ■希望者(費用:受診当日現地精算)

記号の意味

N人間ドック
…30歳以上の加入者(男女)

L1レディースドック(一般)
…30歳以上の加入者(女性)

L2レディースドック(特化)
…20歳以上の加入者(女性)

A通年

B一斉募集時のみ

C対象者へ別途案内

記号の意味	A 通年 B 一斉募集時のみ C 対象者へ別途案内			(1) 16の〇、△印の検査 自己負担	基本検査												追加検査と追加費用				19 脳ドック (受診費用は病院へ お支払いください)	注意事項					
	契約病院 (所在地)	コース	申込受付期間		1 身体測定	2 尿検査	3 血圧	4 血液検査	5 心電図	6 胸部レントゲン	7 胃部レントゲン	8 便検査	9 腹部エコー	10 肺機能	11 眼底眼圧検査	12 聴力検査	13 視力検査	男性のみ		女性のみ			17 (経口or経鼻) 胃カメラ	18 (喀痰検査) 肺がん検査			
																		14 前立腺がん (PSA)	15 乳がん検査 (エコーorマンモ)	16 子宮頸がん検査							
愛知県	NEW 13 小牧市民病院 (小牧市) 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	×	—	×	—	■	30,500円	検査は午前中、 結果説明は午後から実施 [乳がん検査] エコー、マンモ両方実施 [子宮がん検査] 細胞診(頸部・体部)+超音波
		L1	A	14,300円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	×	—	×			
	14 伊藤整形・内科健診センター (丹羽郡扶桑町) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	■	27,500円	L1 L2 火金第2月第4月のみ
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	0円	●	1,100円			
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×			
	15 中央病院 (瀬戸市) 土曜日受診可 胃カメラ	N	B	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	×	—	[胃カメラ] 第1木第3木第5木のみ
	16 トヨタ記念病院 (豊田市) 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	×	—	●	1,100円	■	38,500円	
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○	○	×	—	●			
	17 三九朗病院 (豊田市) 土曜日受診可 胃カメラ	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	3,300円	●	1,100円	×	—	[胃カメラ]水金のみ L1 L2 火水木第3土のみ
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	3,300円	●	1,100円			
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	○	○	×	○	○	×	—	×			
	18 刈谷豊田総合病院 (刈谷市) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	● (経口のみ)	2,200円	●	1,100円	■	33,000円	[胃カメラ]月～金のみ
L1		A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	● (経口のみ)	2,200円	●	1,100円				
L2		A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—			
19 三河安城クリニック (安城市) 土曜日受診可 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	×	—	●	1,100円	■	30,800円	[乳がん検査]マンモのみ	
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○ (マンモのみ)	○	×	—	●	1,100円				
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	○ (マンモのみ)	○	×	—	×	—				
20 西尾市医師会 健康管理センター (西尾市) 土曜日受診可	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	×	—	×	—	×	—		
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	×	—	×	—				
21 豊橋医療センター (豊橋市) 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	×	—	×	—	■	20,980円	[乳がん検査]マンモのみ N L1 水のみ	
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○ (マンモのみ)	○	×	—	×	—				
22 渥美病院 (田原市) 土曜日受診可	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	×	—	×	—	×	—	[土曜日] 6～12月第1第3のみ	
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	×	—	×	—				
岐阜県	23 朝日大学病院 (岐阜市) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	6,600円	●	1,100円	■	25,300円	[乳がん検査]マンモのみ L1 L2 月水木金 第1土第3土のみ
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○ (マンモのみ)	○	●	6,600円	●	1,100円			
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	○	○	×	○ (マンモのみ)	○	×	—	×			

●2023年4月から随時募集による人間ドック・レディースドックの申込方法が変更となります(P2参照)。

申込方法 各自で受診したい補助対象健診機関へ予約手続きを行う▶予約内容を健保組合HP-マイページへ登録
(マイページへの登録をされない場合、健保組合の補助がありません。この場合、人間ドック受診費用(約5万円)が全額自己負担となります)
詳細は、次号Wellnessに掲載します。

*胃カメラ受診の場合は、胃部レントゲン(バリウム)は実施しません。
*胃カメラでお申込みいただいた場合でも、医療機関の都合により胃カメラで受診できない場合があります。
この場合は、胃部レントゲン(バリウム)での予約に変更となります。変更となった方へは健保組合より個別で連絡します(3月中頃)。
*脳ドック受診費用は、2022年11月時点の金額表示です。料金改定等で受診費用が変更となる場合があります。

健保補助対象健診機関一覧

胃カメラ...胃カメラ検査受診可能 脳...脳ドック受診可能

○標準設定(血液検査△:肝機能の一部・痛風・腎機能・肝機能検査は未実施) ●希望者(費用:給与控除) ■希望者(費用:受診当日現地精算)

記号の意味

N人間ドック
...30歳以上の加入者(男女)

L1レディスドック(一般)
...30歳以上の加入者(女性)

L2レディスドック(特化)
...20歳以上の加入者(女性)

A通年

B一斉募集時のみ

C対象者へ別途案内

記号の意味	人間ドック …30歳以上の加入者(男女) L1 レディースドック(一般) …30歳以上の加入者(女性) L2 レディースドック(特化) …20歳以上の加入者(女性)			A 通年 B 一斉募集時のみ C 対象者へ別途案内		(1、16の○、△印の検査) 自己負担	基本検査												追加検査と追加費用				19 脳ドック (受診費用は病院へ お支払いください)	注意事項				
	契約病院 (所在地)	コース	申込受付期間	1 身体測定	2 尿検査		3 血圧	4 血液検査	5 心電図	6 胸部レントゲン	7 胃部レントゲン	8 便検査	9 腹部エコー	10 肺機能	11 眼底眼圧検査	12 聴力検査	13 視力検査	男性のみ		女性のみ		17 (経口or経鼻) 胃カメラ			18 (喀痰検査) 肺がん検査			
																		14 前立腺がん (PSA)	15 乳がん検査 (エコーorマンモ)	16 子宮頸がん検査								
静岡県	24 公立森町病院 (周智郡森町) 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	■	19,800円	[乳がん検査]マンモのみ L1 L2 月火金のみ	
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	○ (マンモのみ)	○	●	0円	●	1,100円				
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○ (マンモのみ)	○	×	—	×	—				
	25 聖隷健康診断センター (浜松市中区) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	6,600円	×	—	■	27,500円		
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	6,600円	×	—					
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—				
26 中東遠総合医療センター (掛川市) 胃カメラ	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	3,300円	●	1,100円	×	—	[胃カメラ] 40歳以上の希望者のみ		
	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	3,300円	●	1,100円						
	L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—					
三重県	27 KKCウエルネス四日市 健診クリニック (四日市市) 土曜日受診可 胃カメラ	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	×	—	L1 L2 水のみ	
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	0円	●	1,100円					
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—				
	28 KKC健康スクエア ウエルネス三重健診クリニック (津市) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	0円	●	1,100円	■	33,550円	L1 L2 火木のみ	
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	0円	●	1,100円					
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—				
福岡県	29 九州健康総合センター (北九州市八幡東区) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	×	×	● (経口のみ)	3,300円	●	1,100円	■	26,400円	[脳ドック] 北九州市立八幡病院にて実施 [胃カメラ]水木金のみ L1 L2 火～土のみ	
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	● (経口のみ)	3,300円	●	1,100円					
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—				
	30 西日本産業衛生会 北九州産業衛生診療所 〔八幡健診プラザ〕 (北九州市八幡東区) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	● (経口のみ)	2,200円	×	—	■	25,300円	[胃カメラ]月～金のみ	
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	● (経口のみ)	2,200円	×	—					
	佐賀県	31 新武雄病院 (武雄市) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	2,000円	×	—	■	20,900円	L1 火木土のみ	
L1			A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	2,000円	×	—					
その他	32 巡回バス健診(レディース) (P12参照) 土曜日受診可	L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○ (眼底のみ)	○	○	×	○	○	×	—	×	—	×	—	● 歯科健診(0円)	
		L2	A	4,400円	○	○	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	—	×	—				
	33 巡回バス健診(事業所) (対象事業所※1)	N	C	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○ (事業所により異なる)	○	○ (眼底のみ)	○	○	○	○	○ (事業所により異なる)	×	×	—	×	—	×	—	● 歯科健診(0円)
		L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	健診機関により異なる	●	1,100円					
	34 遠隔地事業所勤務者用 (遠隔地医療機関) 土曜日受診可 胃カメラ 脳	N	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	×	×	●	健診機関により異なる	●	1,100円	■	健診機関 により異なる		
L1	A	8,800円	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	×	○	○	●	健診機関 により異なる	●	1,100円						
35 特定健診 (かかりつけ医療機関)		A	なし	○	○	○	△	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	×	×	—	×	—	×	—		

●2023年4月から随時募集による人間ドック・レディスドックの申込方法が変更となります(P2参照)。

申込方法 各自で受診したい補助対象健診機関へ予約手続きを行う➡予約内容を健保組合HP-マイページへ登録
(マイページへの登録をされない場合、健保組合の補助がありません。この場合、人間ドック受診費用(約5万円)が全額自己負担となります)
詳細は、次号Wellnessに掲載します。

*胃カメラ受診の場合は、胃部レントゲン(バリウム)は実施しません。

*胃カメラでお申込みいただいた場合でも、医療機関の都合により胃カメラで受診できない場合があります。
この場合は、胃部レントゲン(バリウム)での予約に変更となります。変更となった方へは健保組合より個別で連絡します(3月中頃)。

*脳ドック受診費用は、2022年11月時点の金額表示です。料金改定等で受診費用が変更となる場合があります。

「事業所トップ訪問」を実施しました

従業員と家族の健康課題を提起し、会社と健保組合が連携して予防・健康づくりに取り組む「コラボヘルス」の推進を目的に、10月後半～11月にかけ、下記5事業所を訪問し各社のトップと意見交換会を実施しました。



TGメンテナンス株式会社

10月20日訪問

出席 古田社長、武藤常務、上野部長、日下部担当

TGメンテナンス(株)の健康課題に基づき、健保組合から**正しい食習慣の啓発と、運動習慣の定着に向けた取り組み、人間ドック未受診者に対し、職制からも受診の働きかけを実施**いただくことを依頼しました。

また、井之口歯科診療室を活用した「歯科健診」の実施をご提案しました。



TGロジスティクス株式会社

10月25日訪問

出席 堀江社長、松本室長、菊池担当

TGロジスティクス(株)の健康課題に基づき、健保組合からとくに、**ドライバーの健康管理の仕組みづくり強化と、医療専門職(保健師など)の設置検討**を依頼しました。また、**「人間ドック」「歯科健診」の未受診者に対し、職制からも受診の働きかけ**を実施いただくことを依頼しました。



TGテクノ株式会社

11月8日訪問

出席 小西社長、近藤GM、山木担当

TGテクノ(株)の健康課題に基づき、健保組合から産業医と連携し、**生活習慣病リスク保有者へのリスク啓発**をしていただくことを依頼しました。

また、**人間ドック未受診者に対し、職制からも受診の働きかけを実施**いただくことや、会社として定期的に(年1回)歯科健診を実施いただくことをご提案しました。



海洋ゴム株式会社

11月21日訪問

出席 西村社長、松田常務、奥川担当、須崎担当、高田担当

海洋ゴム(株)の健康課題に基づき、健保組合からさらなる**喫煙率低下**に向けた取り組みと、**適切な食事・運動習慣の定着**に向けた具体的な取り組み、**適度な飲酒習慣の啓発**を依頼しました。

また、巡回ドック時の「歯科健診」のさらなる活用促進を依頼しました。



豊田合成日乃出株式会社

11月30日訪問

出席 調社長、矢田課長、岩本担当

豊田合成日乃出(株)の健康課題に基づき、健保組合から**正しい食習慣の啓発と、運動習慣の定着**に向けた取り組み、**男性の喫煙率低下**に向けた働きかけを依頼しました。

また、**「人間ドック」「2次検査」の未受診者に対し、職制からも受診の働きかけを実施**いただくことを依頼しました。



2023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診できます。

お近くの会場、ご都合のよい日程で、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!

愛知県	会場名	開催日	受付時間	乳がん検査		会場住所
				エコー	マンモグラフィ	
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20日(土)	9:00~	○	○	稲沢市井之口町 中四反畑4500
		8月 5日(土)★		○	×	
		9月 2日(土)		○	○	
		10月14日(土)		○	○	
		11月 4日(土)		○	○	
		12月16日(土)★		○	×	
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15日(土)	9:30~	○	○	一宮市大和町 馬引字南正亀4-1
		10月21日(土)★		○	×	
	尾西グリーンプラザ	6月 3日(土)	9:30~	○	○	一宮市富田 字砂原2120-2
		10月28日(土)		○	○	
津島市	津島市文化会館	7月 1日(土)	9:30~	○	○	津島市藤浪町 3丁目89-10

岐阜県	会場名	開催日	受付時間	乳がん検査		会場住所
				エコー	マンモグラフィ	
岐阜市	ワークプラザ岐阜	6月17日(土)	9:30~	○	○	岐阜市 鶴舞町2-6-7

静岡県	会場名	開催日	受付時間	乳がん検査		会場住所
				エコー	マンモグラフィ	
周智郡	森町文化会館	9月16日(土)	9:30~	○	○	周智郡森町 森1485

⚠ 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、★印のある開催日は、「エコー」のみとなります。
- ③ 申込人数が少数の開催日につきましては、中止となる場合がありますのであらかじめご承知おきください。中止が決定した会場でお申込みいただいた方へは、申込締切後に個別で受診日変更のご案内をさせていただきます。

- ・ 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(任意継続被保険者の方は、後日請求書を発行します)。

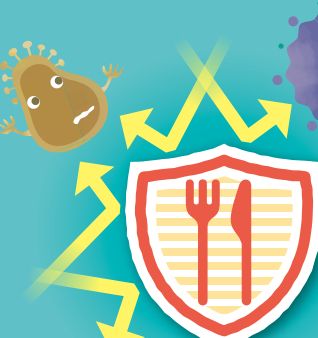
その他 問診票は受診日の約2週間前に発送します。

最新情報は、
健保組合ホームページでご確認ください。

豊田合成健康保険組合

検索





ウイルスに負けない!
免疫力アップレシピ
冬 Winter

感染症から身を守り重症化を予防するためには、体の免疫力を高めることが大切です。今一度食生活を見直し、ウイルスに負けない健康的な体づくりをはじめましょう。

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。



鮭とレタスの レモンバター炒め

2人分



調理時間
15分

※漬け込む時間
を除く

栄養POINT

レタス・
レモン

ビタミンCが白血球の働きを助け、免疫機能が強化される。

栄養POINT

舞茸

αグルカンとβグルカンが免疫細胞の動きを活性化させる。また、ビタミンDは免疫力を調整する働きがあり、感染症予防効果が期待できる。

栄養POINT

鮭

たんぱく質は免疫細胞や抗体の主成分。また、アスタキサンチン(赤い色素)が免疫力低下の原因となる活性酸素の動きを抑制する。

1人分あたりの栄養成分

カロリー:280kcal たんぱく質:24.9g
脂質:16.2g 炭水化物:8.1g 食塩:1.9g

作り方

- 1 レモンは3枚スライスし半月切りにして、残りは果汁を絞っておく。レタスは大きめの一口大にちぎり、舞茸はほぐす。
- 2 鮭は一口大に切り、塩、胡椒、レモン果汁をなじませる。ラップを押し当て密閉し、冷蔵庫で10分以上漬けておく。
- 3 鮭の水分をキッチンペーパーで拭き、小麦粉をまぶす。油を熱したフライパンに並べ、両面に軽く焼き色がついたら、舞茸を加えてさらに焼く。
- 4 全体に火が通ったらバターと醤油を入れ、味がなじんだらレタスを加えてサッと炒め合わせる。器に盛り、レモンスライスを添えて完成。



材料

レモン …… 1個
レタス …… 1/2個(150g)
舞茸 …… 1/2パック(50g)
鮭 …… 2~3切れ(200g)
塩、胡椒 …… 各少々

小麦粉 …… 適量
サラダ油 …… 大さじ1
バター …… 大さじ1
濃口醤油 …… 大さじ1

調理ポイント

- 下味にレモン果汁を使うことで、魚の生臭さが軽減します。
- 鮭に小麦粉をまぶすと、身がパサつきません。調味料もなじむので減塩効果も期待できます。
- 焼き目がついたら返すイメージで、じっくり焼いて食材の旨みを引き出しましょう。
- レタスは最後に入れて、食感が残る程度に軽く炒めましょう。

事業所の健康づくり活動をレポート



一榮工業株式会社 定期健康診断で 歯科健診 を実施

一榮工業(株)は、2022年度の定期健康診断から、**歯科を検査項目に追加**する新たな取組みをスタートしました。11月9日、18日、22日の計3日間、食堂の一角に健診ブースを設置し、116人の従業員が歯科医師による口腔内検査と歯科衛生士によるCCDカメラを使用した口腔衛生指導を受け、必要者のみ前歯部の清掃を行いました。会社と健保組合が一体となり、従業員の歯の健康を守るために“**早期発見・早期治療**”に取り組んでいます。



歯科医師による健診



口腔衛生指導



口腔内の清掃

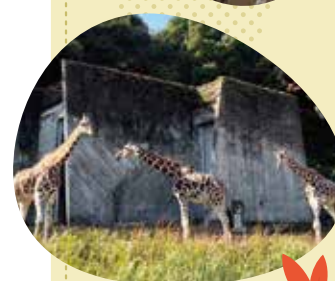
第21回!

テーマパークを歩こう!!

IN 東山動植物園 を開催しました

新型コロナウイルス感染症対策として、4日間(11/12・11/13・11/26・11/27)の分散開催としました。秋まつり・もみじ狩りの時期でもあり、おおむね天候にも恵まれた4日間で約2,400名が参加され、多くの家族連れで賑わいました。参加者にとって楽しい思い出づくりができたことと思います。

来年度(第22回)も、みなさんのご参加をお待ちしております。



活用すれば
イイコト
いっぱい

健保組合ホームページ

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 健保組合のホームページ **ESPRIT** から

2022年の確定申告で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。

申請期間 2023年1月25日～3月6日

配布期間 2023年2月8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。
（任意継続被保険者はご自宅へ郵送）

注意事項 掲載内容は、「**2022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
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16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）

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。

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。

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（1～12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。

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

2026年12月31日までの適用が予定されている税制です。

※掲載の画面は実際の画面と一部異なる場合があります。

「**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
上森

●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。

●上記フリーダイヤルは、健康相談のみ受付いたします。その他の問い合わせは**0587-23-6661**までお電話をお願いします。