

2017 Spring No.205

Sangyo Kikai

健保だより

産業機械健康保険組合

- 平成29年度予算が決まりました
- 平成29年度 健診事業ガイド
- 賢い受診で医療費の節約を!

クイズに答えて
保養所
無料宿泊招待券
図書カード または
5000円分が
当たる!!

▶ 本誌をご家庭に
お持ち帰りください

<http://www.sk-kenpo.or.jp>

スターツSC所属
写真：中西祐介 / アフロスポーツ

のんびりくつろげる直営保養施設

「天城の里20」

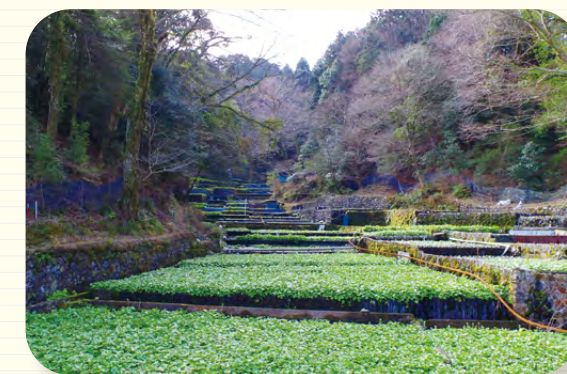
周辺ガイド

伊豆はワサビ
の名産地



「伊豆の踊子」の舞台となった 天城街道周辺

「天城の里20」から車で伊豆スカイライン、県道59号線経由で約40分のところにあるのが「^{いかだば}筏場のわさび田」。静岡県の棚田10選に指定されています。そこから国道414号線に出てしばらく走ると名曲「天城越え」にも詠われた「浄蓮の滝」があります。高さ25mから流れ落ちる姿は迫力満点。さらに南下して多くの映画のロケに使われた旧天城トンネルへ。全長445mで明治38年に開通した石づくりのトンネルです。「天城の里20」から少し足を延ばして心身ともにリフレッシュしましょう。



^{いかだば}
筏場の
わさび田

伊豆市でも最大級のわさび田。冷たく清らかな天城山からの湧水により1500枚もの棚田でわさびが育てられている。

^{じょうれん}
浄蓮の滝

伊豆半島で最大級の高さ25m、幅7mの滝。日本の滝100選にも選ばれている。



旧天城
トンネル

多くの映画の舞台にもなった石造りのトンネル。車も通るので歩くときは注意を。



「天城の里20」利用ガイド

■所在地 静岡県伊豆市冷川1524-308

■利用料金 (1泊2食付)

被保険者・被扶養者
被保険者・被扶養者であった方 → 大人6,000円
子供(5歳以下)4,500円

一般の方 → 大人8,000円
子供(5歳以下)6,500円

※宿泊する方の中に被保険者・被扶養者または、被保険者・被扶養者であった方がいれば、同伴のその他の方も被保険者・被扶養者と同様の料金となります。

■入湯税

1人1泊(12歳以上)…150円

■利用申込

健康保険組合保健事業課にて、利用日の6カ月前の1日から電話(03-5232-5006)予約開始(年末年始・盆を除く)。

■キャンセル

利用人数の変更等は、事前に健康保険組合へご連絡ください。「天城の里20」では宿泊当日の3日前よりキャンセル料が発生します。

予算が
決まりました

健康保険料率を千分の88に
引き下げての予算編成
日頃からの健康づくりによる健全財政維持にご協力を！

平

成29年度も当健保組合では前年度に引き続き、健康保険の本体事業ならびに充実した健康管理事業による組合運営を基本として、事業主及び被保険者の費用負担を極力軽減化することに力を注いで事業運営を行います。

さて、当健保組合の29年度健康保険料率は従来の千分の90から2ポイント引き下げ、千分の88（事業主44、被保険者44の折半負担）となりました。

保険料引き下げの要因としては事業所編入などにより被保険者数が増えたこと、被扶養者認定の適正化、ジェネリック医薬品の普及促進などによる医療費の適正化により、ここ数年間健全財政を維持できたことがあげられます。しかしながら、医療費の動向は依然予測を許さない状況にあり、高齢者医療制度への納付金増加等による組合財政の圧迫も考えられます。皆様におかれましては、これからも日頃からの健康づくりによる医療費の節約にご協力い

ただきますようお願いいたします。

収入の
状況
健康保険収入は
625億円を計上

収入合計額は662億円となり、そのほとんどが皆様から納めていただく保険料です。平成29年度は前述の通り健康保険料率を引き下げましたが、予算の基礎数値である被保険者数の増加や、経済状況の好転により標準報酬・賞与が伸びてきていることから、健康保険収入は前年度比18億円増の625億円（被保険者1人当たり額446、729円）を計上しています。

なお、収入科目のうち準備金からの繰入金、調整保険料収入、財政調整事業交付金を除いた627億円が経常収入となります。

支出の
状況
保険給付費と納付金だけで
支出全体の9割を占める

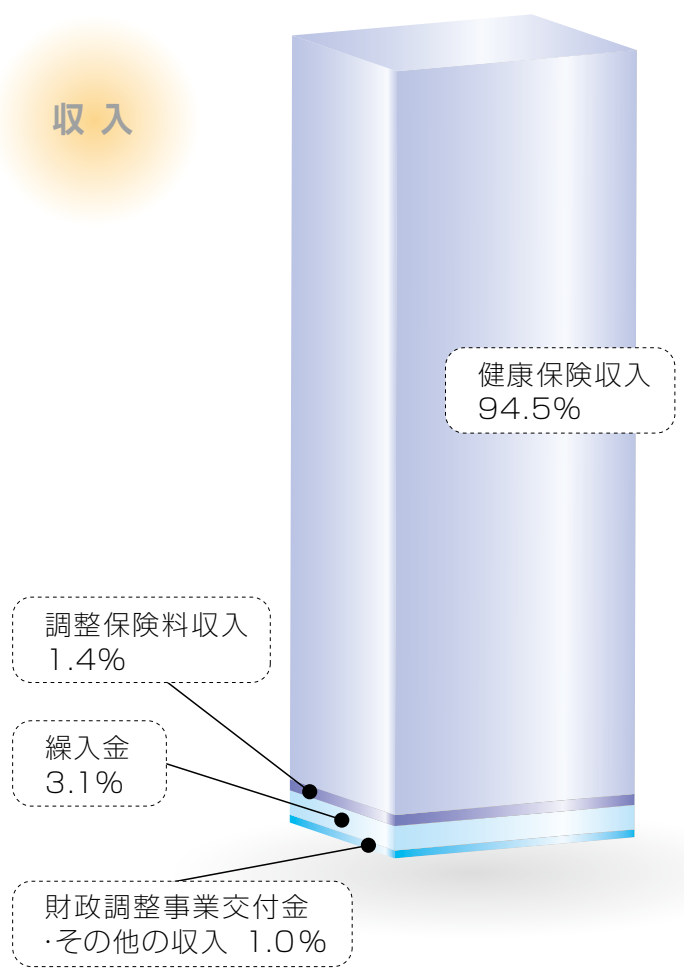
支出科目のうち、最も大きな割合を占めているのが皆様の医療費や各種給付金の支払いにあ

てられる保険給付費で、前年度比10億円増の326億円を見込んでいます。この保険給付費と並んで健保財政を圧迫している「前期高齢者納付金」、「後期高齢者支援金」などの高齢者医療制度への納付金は同比7億円増の272億円（被保険者1人当たり額では194、119円）を見込んでいます。この2項目で支出全体の約9割を占めており、健康保険収入のほとんどが使われる計算になります。

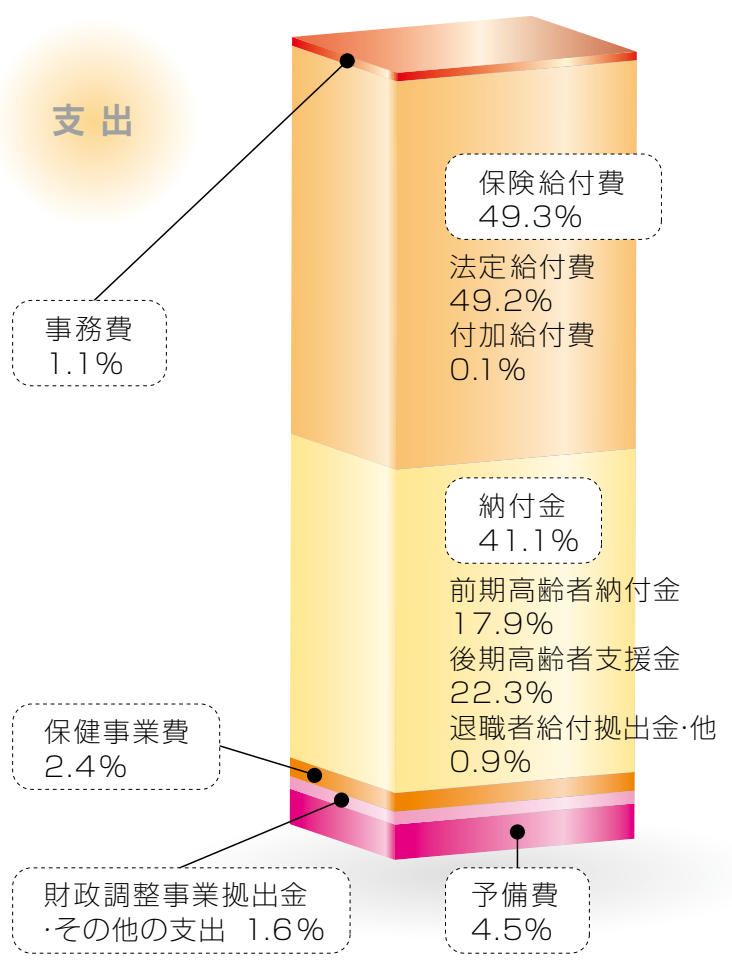
また、保健事業費は30歳以上の被保険者および40歳以上の被扶養者の方を対象とした疾病予防健診等に係わる費用などに、前年並みの16億円を計上しています。当健保組合では、これまで以上に効率的な事業運営を心がけ、ジェネリック医薬品の普及促進などによる効果的な医療費節減に努めていきたいと考えております。皆様におかれましてはこれらの保健事業を活用され、ご自身とご家族の健康づくりにお役立ていただきますようお願い申し上げます。

収入と支出の割合をみると

収入



支出



収入支出予算の概要

収 入		
科 目	予算額（千円）	被保険者 1人当たり額（円）
健康保険収入	62,542,127	446,729
調整保険料収入	938,345	6,702
繰入金	2,040,000	14,571
財政調整事業交付金	530,000	3,786
その他の収入	119,377	853
収入合計	66,169,849	472,642
経常収入合計	62,701,500	447,863

支 出		
科 目	予算額（千円）	被保険者 1人当たり額（円）
事務費	710,571	5,076
保険給付費	32,628,540	233,061
法定給付費	32,530,260	232,359
付加給付費	98,280	702
納付金	27,176,673	194,119
前期高齢者納付金	11,503,063	82,165
後期高齢者支援金	14,767,798	105,484
病床転換支援金	75	1
日雇拠出金	1	-
退職者給付拠出金	905,553	6,468
老人保健拠出金	183	1
保健事業費	1,614,444	11,532
財政調整事業拠出金	938,345	6,702
その他の支出	101,276	724
予備費	3,000,000	21,429
支出合計	66,169,849	472,642
経常支出合計	62,186,424	444,189

ご家族が就職や結婚されたときは 異動届による扶養除外の手続きと 保険証の返却が必要になります

届け出の遅れは健保財政を圧迫します

被扶養者となっているご家族が、就職や結婚などで新たな健康保険に加入したときなど、次のようなケースに当てはまるときは被扶養者ではなくなります。

「被扶養者(異動)届」に保険証を添えて、すみやかに健保組合へ届け出てください。

届け出の遅れは、健保組合の財政を圧迫します。ご理解とご協力をお願いいたします。



	健康保険料率	介護保険料率 (40歳以上)	合計
当健保組合	$\frac{88}{1000}$	$\frac{14}{1000}$	$= \frac{102}{1000}$
協会けんぽ	$\frac{100}{1000}$	$\frac{16.5}{1000}$	$= \frac{116.5}{1000}$

協会けんぽより $\frac{14.5}{1000}$ (40歳以上) も低く設定

平成29年度の健康保険料率は $\frac{88}{1000}$
 で28年度より2ポイント引き下げ、
 介護保険料率は $\frac{14}{1000}$
 で28年度のまま据え置き



本誌2〜3ページでご案内しましたように、当健保組合の29年度予算では医療費を中心とする保険給付費が326億円、高齢者医療制度への納付金が272億円で依然として高額で推移しており、健保財政の重荷となっています。

そのような状況ですが、適用事業所の拡大による被保険者の増加や、さまざまな医療費適正化施策などにより、ここ数年の間、健保財政に若干の好転が見られたことから、健康保険料率につきましては平成28年度までの千分の90から29年度は千分の88に引き下げました。介護保険料率につきましては28年度と同様、千分の14に据え置いています。

介護保険料は据え置きましたが、介護納付金は介護保険収入だけではまかなえないため、準備金からの繰入れで補っています。介護保険料率につきましてはこれからの財政状況次第では負担増をお願いすることになる可能性があります。

一方、協会けんぽ(全国健康保険協会)の健康保険料率は千分の100、介護保険料率は千分の16.5となっており、健康保険料率と介護保険料率を合わせると当健保組合の方が千分の14.5も低く設定されています。健保組合を取り巻く環境は依然として厳しいものとなっていますが、健保組合のメリットを生かしながらこれからも適切な事業運営を行ってまいりますので、皆様には引き続き健保組合事業へのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

こんなときは被扶養者ではなくなります

就職や結婚などで 他の健康保険に加入したとき

- 被扶養者が就職して、勤め先の医療保険(健康保険、共済組合など)に加入した
- 被扶養者が結婚して、配偶者の被扶養者になった

アルバイトやパートなどの 年収が基準額を超えたとき

◆被扶養者の収入基準◆

被保険者が主として生計を維持している場合
 被保険者と同居の場合
 で、年収130万円(60歳以上また障害者は180万円)未満で、かつ被保険者の収入の2分の1未満の方。

被保険者が主として生計を維持している場合
 被保険者と別居の場合
 で、年収130万円(60歳以上また障害者は180万円)未満で、かつ被保険者からの援助額を下回っている方。

別居したとき

- 同居していなければ被扶養者にならない親族が別居した
- 別居後、被扶養者の収入額を上回る仕送りがない

*被保険者の配偶者、子、父母、祖父母、曾祖父母、孫、兄弟、姉妹以外の3親等内の親族は、同居していないければ被扶養者として認定できません。

仕送り額が変わったとき

- 別居している被扶養者への仕送りをやめた
- 仕送り額が被扶養者の収入より少なくなった

75歳になったとき

- 被扶養者が75歳になり、後期高齢者医療制度の被保険者になった

死亡したとき

- 被扶養者が亡くなった

届け出は5日以内に お願いします

前述のような異動が発生した場合、5日以内に「被扶養者(異動)届」に保険証を添えて、会社の担当者に届け出てください。

当健保組合は、高齢者医療制度全体への納付金として、被扶養者1人当たり医療費とは別に年間で約11万円強を負担する仕組みとなっています。本来、被扶養者として認定されない方が削除されないままであると、健保組合は必要のない負担を課せられることになります。健保組合の財政を守るためにも、すみやかな届け出にご協力をお願いします。

例 40歳以上(健康保険料+介護保険料)

給与月額44万円、ボーナス3ヵ月(年間)で
 年収660万円の方の保険料は…?

当健康保険組合の場合

$$660 \text{ 万円} \times \frac{102}{1000} = 673,200 \text{ 円}$$

協会けんぽの場合

$$660 \text{ 万円} \times \frac{116.5}{1000} = 768,900 \text{ 円}$$

年間1人当たり **95,700 円** もお得

(被保険者本人分は会社と折半負担ですから47,850円お得)

例 40歳未満(健康保険料のみ)

給与月額30万円、ボーナス3ヵ月(年間)で
 年収450万円の方の保険料は…?

当健康保険組合の場合

$$450 \text{ 万円} \times \frac{88}{1000} = 396,000 \text{ 円}$$

協会けんぽの場合

$$450 \text{ 万円} \times \frac{100}{1000} = 450,000 \text{ 円}$$

年間1人当たり **54,000 円** もお得

(被保険者本人分は会社と折半負担ですから27,000円お得)

自己負担額

A 契約健診機関（全国411カ所と契約）
生活習慣病健診および主婦健診（一部健診機関を除く）については、**被保険者は無料、被扶養者は4,200円～の自己負担**で受診できる健診機関でおすすめです。

	生活習慣病健診	主婦健診	人間ドック	人間ドック＋ 婦人科項目
被保険者	無 料	無 料 (一部自己負担あり)	自己負担あり 自己負担額は健診機関ごとに異なりますので、詳しくは 契約健診機関検索 にてご確認ください。	
被扶養者	4,200円	4,200円～		

B 契約健診機関（全国89カ所と契約）
被保険者、被扶養者ともにすべての健診コースで自己負担が発生する健診機関です。
※契約健診機関の所在地、自己負担額、TEL、FAX等については、当組合ホームページの契約健診機関検索にてご確認ください。
※被扶養者については、どの健診コースを受診した場合でも、4,200円～の自己負担が発生いたします。

健診項目

検査項目			健 診 コ ー ス			特定健診項目 (40歳以上必須)	
			生活習慣病健診	主婦健診	人間ドック		
身体計測	問診		○	○	○		
	身長		○	○	○	●	
	体重		○	○	○	●	
	BMI		○	○	○	●	
	腹囲		○	○	○	●	
	視力		○	○	○		
	聴力		○	○	○		
	血圧		○	○	○	●	
尿検査	尿蛋白		○	○	○	●	
	尿糖		○	○	○	●	
	尿潜血		○	○	○		
血液検査	貧血	赤血球数		○	○	○	
		ヘマトクリット		○	○	○	
		ヘモグロビン		○	○	○	
	肝機能	GOT		○	○	○	●
		GPT		○	○	○	●
		γ-GTP		○	○	○	●
		ALP		○	○	○	
	脂質代謝	総コレステロール		○	○	○	
		中性脂肪		○	○	○	●
		HDLコレステロール		○	○	○	●
		LDLコレステロール		○	○	○	●
	糖代謝	空腹時血糖又はHbA1c		○	○	○	●
	腎機能	クレアチニン		○	○	○	
	痛風検査	尿酸		○	○	○	
	血清検査	CRP		○	○	○	
膵機能	アミラーゼ				○		
大腸検査	便潜血		○	○	○		
レントゲン検査	胸部X線		○	○	○		
	胃部X線		○	○	○		
心臓検査	心電図		○	○	○		
肺機能検査					○		
眼底検査					○		
腹部超音波検査					○		
婦人科検査	子宮がん検査	自己採取		○	○		
	乳がん検査	マンモグラフィ 又は 超音波検査 (視触診は健診機関による)		○	○		

組合負担上限額

	生活習慣病 健診	主婦健診	人間ドック	人間ドック＋ 婦人科項目
被保険者	17,280円 3,240円プラス	20,520円	17,280円	20,520円
被扶養者	13,080円 4,200円マイナス	16,320円	13,080円	16,320円

※契約健診機関以外で受診した場合は、申請により上記負担額を限度に、かかった費用または上限額までを補助金として支給いたします。

注 意 事 項

- 当健保組合の補助を用いての健診は、生活習慣病健診、主婦健診、人間ドックのいずれか1つを、4月～翌年3月の年度内に1回受診できます。
- 年度内40歳(※)以上の方は、左表の特定健診項目(●)を必ず受診してください。未受診項目がある場合、健診費用が全額自己負担となる場合がございますのでご注意ください。
※年度内40歳とは
4月1日から翌年3月31日までに40歳になる方をいいます。
- 健診当日に食事を摂った場合、正しい検査ができないため、日程変更や糖代謝検査についてHbA1cを自己負担にて追加受診していただく場合がございますので、健診前10時間は食事を摂らないようにしてください。
- 左記健診項目のうち、血液検査等の内容が健診機関により異なる場合がございます。詳しくは各健診機関にてご確認ください。

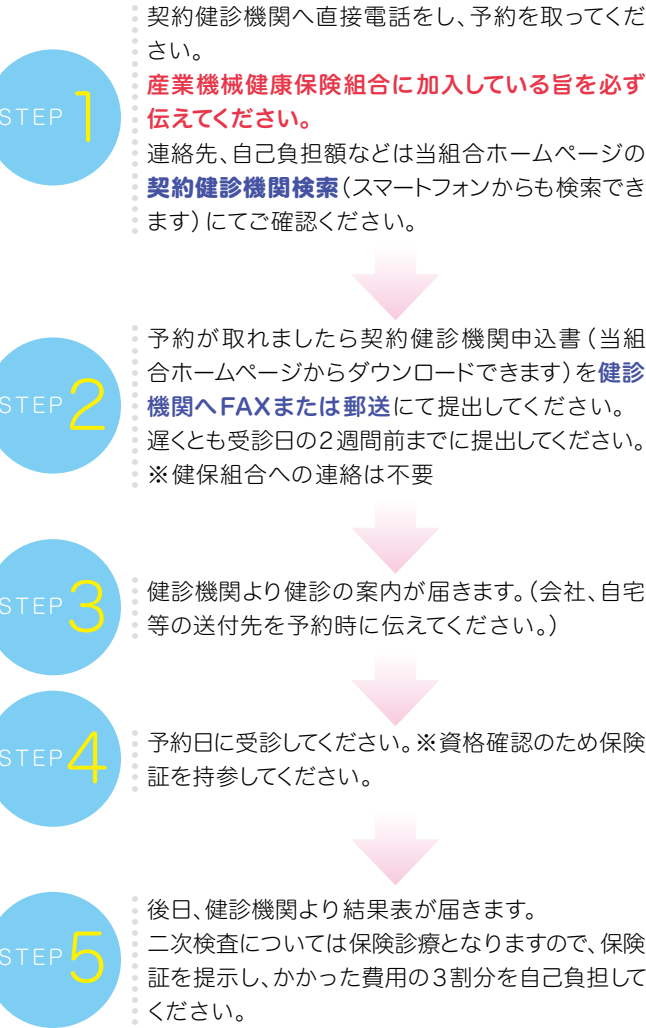
補助の対象者

30歳以上の被保険者および40歳以上の被扶養者
※30歳以上および40歳以上とは、**年度内(4月1日から翌年3月31日まで)に、その年齢になる方**をいいます。

健診の種類(健診コース)

- 生活習慣病健診
健診項目については、労働安全衛生法による企業の定期健康診断や特定健診の項目にがん検査を含んだ総合的な健診内容となっております。
- 主婦健診
生活習慣病健診＋婦人科検査(子宮がん検査、乳がん検査)
- 人間ドック
生活習慣病健診＋肺機能検査＋腹部超音波検査＋眼底検査などの詳細な健診
- 人間ドック＋婦人科
人間ドック＋婦人科検査(子宮がん検査、乳がん検査)

予約から受診までの流れ



受けて
延ばそう！
健康寿命



昨年受診したから今年は受けない、と考えている方はいませんか。健診は、定期的に受けることで体の経年変化が確認でき、生活習慣を改善するきっかけにもなりますし、改善の効果がわかります。健康寿命を延ばすためにも、毎年受診することが大切です。

当健保組合では、平成29年度の疾病予防事業については前年度同様に、それぞれ「生活習慣病健診」「主婦健診」「人間ドック」「人間ドック＋婦人科」を契約健診機関などで実施いたします。健診結果を健康づくりに役立てるためにも、1年に1度は健診を受けましょう。

賢い受診で医療費の節約を！

あなたの受診のしかたは、割高になっていませんか？
お財布にやさしい受診方法があります

3 かかりつけ医から大病院を 紹介してもらおう

利用しやすく信頼できる「かかりつけ医」に継続的に受診することで、病歴や体質を把握してもらえます。
詳しい検査や高度な医療が必要であれば、適切な医療機関や専門医への紹介状を書いてもらいましょう。

紹介状を持たずに大病院（ベッド数200床以上）を受診すると
特別料金が発生することがあります！

特別料金のめやす（全額自己負担）

5,000円以上（病院により異なる）

4 ジェネリック医薬品で 薬代を節約

新薬の特許期間（20～25年）が切れると、他の製薬メーカーも新薬と同じ有効成分の薬を製造販売できます。
これが「ジェネリック医薬品」です。処方せんの「変更不可」欄に医師の署名がなければ、変更できます。

メリット

- 新薬の2～8割の価格で安い
- 効果や安全性は新薬とほぼ同じ
- 大きさや味などが改良されのみやすい

ジェネリック医薬品に替えたいときは…
医師や薬剤師に相談してみよう

注意 すべての新薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。
また、医師の治療方針により替えられない場合もあります。

5 医療費の領収書は しっかり確認・保管を

領収書（診療明細書）は重要です！！

1. 実際にかかっている医療費がわかります
窓口で支払った自己負担額と医療費の総額がわかります。
2. 受けた診療の内容がわかります
自分の受けた医療の詳細を知ることができます。
3. 医療費控除で税金が戻ること
1年間に支払った医療費が一定額を超えたとき、確定申告で税金が戻るのが「医療費控除」の制度です。
申請時には領収書を提出します。

医療費通知とも照らし合わせて金額の確認を！



1 時間外、休日、深夜、 夜間・早朝等は加算がつく

急病のときはやむを得ませんが、
加算がつく時間帯に受診するのは、経済的ではありません。

	時間外加算 平日は6時～8時、18時～22時 土曜は6時～8時、12時～22時	休日加算 日曜・祝日、 12/29～1/3	深夜加算 22時～翌6時	夜間・早朝等加算 平日は6時～8時、18時～22時 土曜は6時～8時、12時～22時 日曜・祝日は6時～22時
初診	850円	2,500円	4,800円	500円
再診	650円	1,900円	4,200円	

※救急病院等の時間外加算は2,300円です。 ※上記のうち、いずれかが加算されます。

※6歳未満はさらに高額な加算がつきます。 ※保険が適用される診療の場合、自己負担分は3割（年齢によっては1～2割）です。

※医療機関や診療体制によって、加算等が異なる場合があります。

2 安易な“はしご受診”は 避けよう！

患者が求めれば、丁寧に応えてくれる医師は多いもの。
転院する前に、医師とのコミュニケーションをとる努力をしてみましょう。

医療機関を“はしご”すると…

●初診料や検査代などが余分にかかる

1つの医療機関に3回通うと？
初診料 2,820円 + 再診料 720円 × 2回
= 4,260円

3つの医療機関を“はしご”
初診料 2,820円 × 3件
= 8,460円

●同じような検査を繰り返すことになり、
お金や時間のムダ。
からだにも負担がかかる

※別の医師に診察を求めたいとき（セカンドオピニオン）は、医師にそのことを伝え、
紹介状やそれまでの受診データなどを提供してもらい、次の医療機関に持参しましょう。

4,200円
もムダ！

- コース距離：13.2km
- 歩行時間：4.0時間

- ①八丁堀駅
↓1.5km
- ②日本橋
↓0.5km
- ③日本銀行本店(本館)
↓2.6km
- ④昭和館
↓1.0km
- ⑤東京大神宮
↓1.8km
- ⑥赤城神社
↓1.5km
- ⑦宗参寺
↓1.1km
- ⑧穴八幡宮
↓1.2km
- ⑨甘泉園公園
↓0.3km
- ⑩水稲荷神社
↓1.7km
- ⑪高田馬場駅



みず いなり じんじや
⑩水稲荷神社

甘泉園公園に隣接する稲荷神社。もとは現在の早稲田大学の敷地内にあったが大学拡張工事に伴い現在地に遷座した。境内には安兵衛の決闘を記した碑が建てられている。



かん せん えん こう えん
⑨甘泉園公園

西早稲田にある区立の公園。徳川御三卿のひとつである清水家の下屋敷の回遊式庭園が残されている。園内には池や中島、築山、東屋などが整備されており、都会の中のオアシスになっている。

⑪高田馬場駅

JR線、西武線、東京メトロ東西線が乗り入れるターミナル駅。実際の高田馬場はここではなく、現在の西早稲田3丁目甘泉園公園の南にあった。



そう さん し
⑦宗参寺

弁天町にある曹洞宗の寺院。1544年の創建と伝えられる。境内には江戸時代の儒学者山鹿素行の墓がある。山鹿素行は赤穂藩に儒学の師範として召し抱えられていたこともあり、家老大石内蔵助も門弟の一人であった。



あな はち まん ぐう
⑧穴八幡宮

1062年の創建と伝えられる。もともとは高田八幡宮と呼ばれていたが、1641年に境内の山すそを掘っていると横穴が見つかり、中から金銅の御神体が見つかったことからこの名がついた。



ほり べ やす べ え たけ つね
堀部安兵衛武庸

赤穂四十七士の1人。寛文10年(1670年)、越後国新発田藩溝口家家臣の中山弥次衛門の長男として誕生。元禄元年(1688年)、江戸へ出て剣術修行に励む。

元禄7年(1694年)、義理の伯父にあたる菅野六郎左衛門が行うことになった高田馬場での決闘の助太刀をする。この決闘で安兵衛は見事相手方3名を討ち、武名が大いに上がった。この決闘の話を聞いた赤穂浅野家家臣堀部弥兵衛が安兵衛に養子

縁組を申し入れ、安兵衛は堀部家の養子となった。元禄14年(1701年)、江戸城松の廊下にて赤穂藩主浅野内匠頭長矩が吉良上野介義央に刃傷におよび、長矩は切腹、赤穂浅野家は改易となった。主君の敵討ちを決意した赤穂浪士47名は元禄15年12月14日 本所松阪町の吉良邸に討ち入り、本懐を遂げた。翌年2月に討ち入りを行った赤穂浪士全員に切腹が命じられ、高輪の泉岳寺に葬られた。

Walking Course



①八丁堀駅

講談「決闘高田馬場」では堀部安兵衛は八丁堀にある長屋に住んでおり、そこから高田馬場まで助太刀のため駆けつけたことになっている。駅近くの亀島橋西詰には堀部安兵衛の碑が建てられている。講談では酒好き、喧嘩好きに描かれているが、実際には実直で几帳面な人柄であったといわれている。

⑥赤城神社

1300年に大胡重治が上野国より牛込に移住した際に、赤城山麓にあった赤城神社を早稲田鶴巻町に勧請したのが始まり。その後、太田道灌が現在の神楽坂下に移転したのち、1555年に大胡重行が現在の地に移転したと伝えられる。江戸時代には神田明神、日枝神社と並んで「江戸の三社」と呼ばれ、牛込の総鎮守となっていた。



快汗ウォーキングコース

水稲荷神社にある堀部安兵衛決闘助太刀の碑



八丁堀から、日本橋、九段を経て神楽坂、早稲田、高田馬場へ。高田馬場の決闘で有名な赤穂四十七士の一人堀部安兵衛の足跡を偲ぶ

②日本橋

日本の道路元標がある日本の道路網の起点。最初に掛けられたのは1603年で木造の太鼓橋だった。以後、大火で幾度か焼け落ち、そのたびに架け替えられた。現在の橋は1911年に架けられたもの。



③日本銀行本店(本館)

辰野金吾の設計により1896年に竣工した。1974年に国の重要文化財に指定された。予約すれば館内見学もできる(月～金)。



④昭和館

昭和の戦前、戦中、戦後の人々の暮らしを伝える国立の博物館。常設展示室のほか、映像音響室、図書室もあり、昭和という時代の国民生活がよくわかる。



⑤東京大神宮

東京のお伊勢様として1880年に創建された。当初は日比谷にあったが1928年に現在地に移された。現在広く行われている神前結婚式はこの神社の創始となる。恋愛、縁結びのパワースポットとして若い女性やカップルの参拝客が多い。



代表取締役社長

池田 謙伸さん

株式会社 協同インターナショナル

(神奈川県川崎市)

<http://www.kyodo-inc.co.jp/>

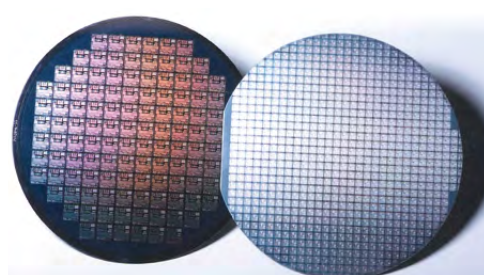
今までなかったモノ、真似されないモノ、 オンリーワン製品を社会に提案していく



▲酪農/畜産で発生する排泄物から電力を生み出すバイオマスシステム



▲世界中から厳選した、生ハムを始めとするプレミアム食材



▲IoT時代に求められる、半導体センサーやナノレベルのパターン



▲個別化医療や未病対策に役立つ、遺伝子判定

当社は商社やメーカーなどという線引きにこだわらず、お客様のニーズに合わせて柔軟に対応する姿勢でいます。今までなかったモノ、真似されないモノをこれからもご提案して行きたいと思っています。

当社の設立は1970年です。今年で47年目になります。先代社長である私の父が会社を立ち上げました。父が学生時代にアメリカに短期留学する機会があり、アメリカ社会の豊かさに圧倒され、いつかは外国と取引する会社を作りたいと思ったことがきっかけだったようです。学校を出た当初はあるメーカーに入りまして、そこで貿易のイロハを学んだ後に独立し、現在に至っています。

会社の沿革を教えてください

(株)協同インターナショナルは酪農畜産機材や生ハムなどプレミアム食材の輸入販売、半導体素材など電子材料の製造・加工・販売、バイオ・メディカル関連機器の輸入・製造・販売などを行っている会社です。川崎市の本社をお訪ねして代表取締役社長の池田謙伸さんにお話を伺いました。

お仕事の内容はどういうことなのでしょう？

1つ目は酪農畜産機材です。牛や豚にエサをあげる機械やサイロなどを畜産農家などにヨーロッパから輸入、販売する仕事です。それにより会社の基礎ができました。この分野は会社設立当初からすでに40年以上行っていました。今でも事業の柱の1つになっています。

2つ目は生ハムなどの食品の輸入・販売です。まだ生ハムのことを日本人のほとんどが知らなかった時代、父が北海道で生ハム作りの職人さんに出会い、国内のレストランなどに販売を始めました。当社はいわば生ハム販売の草分け的存在です。20年ほど前に生ハムが輸入解禁になったからは欧米から輸入して販売するようになりました。生ハムはその名の通り生ものなので管理が難しく、どこ

の地点からの電磁波を観測し、会員になっていたいた皆様に情報を提供しています。その他にも危機管理対策として買っていたいた企業もあります。これからの「生産自動化技術」、「技術教育事業」、「次世代技術研究」の3つを事業を柱として日本のもの作り技術の発展のために貢献できたらと考えています。

株式会社 新興技術研究所

(東京都世田谷区)

<http://www.shinko-japan.com/>

メカトロニクス技術実習で使用される書籍の一部
(株)新興技術研究所 専務取締役 熊谷英樹 著作
(日刊工業新聞社刊)

お客様の要望に合わせて 一つ一つシステムを作り上げる

お仕事の内容と特徴を 教えてください

当社の創業は1963年です。設立から50年以上今の場所所で運営しています。当社は1つの分野ということではなく、さまざまなジャンルの自動機械、製造ラインを作っています。自動車や化学関連企業、電機メーカー、最近では医薬品の製造ラインも手掛けています。

お客様からは、当社のホームページを見てお声かけいただくことが多いです。当社の特徴としてお客様のニーズに沿った特注品を作っていることがあります。標準機というものがあるわけではなく、一つ一つがオーダーメイドです。他の会社では断られた案件も持ち込まれることがあり、長年にわたる経験で培われたノウハウによりお客様のご要望にお応えしています。小回りが利くのが当社の良いところです。

当社の社員構成は設計担当の割合が多いというのも特徴です。25人の社員のうち10名が設計担当です。会社がある場所が住宅街なので、あまり大規模な組み立て工場が建設できないということから、当社で設計をして協力会社に組み立てを依頼するということがあります。

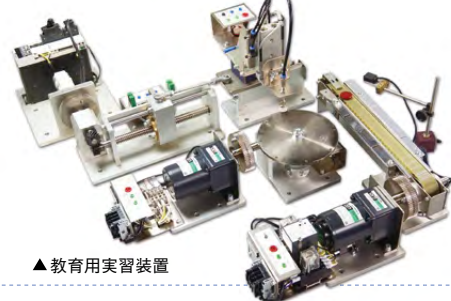
最近、お仕事の内容に 何か変化が起きましたか？

当社のもう一つの中核事業は工業教育機関で使われる工業実習装置の製造販売です。これは工業高校やポリテクと呼ばれる職業訓練校で使われる実習装置です。当社で作った実習装置を授業で使った学生さんに機械の基本的なメカニズムを習得してもらうことを目的としたものです。

最近、この工業実習装置を一般の民間企業で社員の技術研修に使いたい、という問い合わせが非常に多くなり、実際に導入されるケースが増えました。

この実習装置を使っている技術講習は基本的に製造現場の方への講習になるのですが、皆様貪欲に知識を吸収しようとする中になって機械に触れていっしょにすることが多いです。日本のもの作り技術の空洞化防止に一役買っているのではと自負しています。

それから当社の創業者である現会長が地震が起きるときに現れる電磁波の乱れをベースにした地震予知の機械を開発しました。事業としては大きな売り上げはありませんが、全国の約200カ所



▲教育用実習装置



▲自動分注装置



▲ラボロボ

Q 妊娠中に便秘で切れ痔に。薬などで症状を改善できる？

28歳、女性。現在妊娠初期ですが、便秘がひどく、排便時に出血と痛みがあり、切れ痔ではないかと思っています。妊娠中でも薬などを使用して、症状を改善させることはできますか。また、日常生活で気をつけたほうがよい点があれば教えてください。（栃木県 T）

A 妊娠中は便秘や痔になりやすい。軟こうや座薬、便秘薬が使える

妊娠中は便秘にも、痔にもなりやすいといわれています。まず便秘になりやすい理由は妊娠中にふえる黄体ホルモンの影響によるもので、腸の動きが悪くなることや腸からの水分吸収が低下するためと考えられます。また、妊娠初期のつわりによって思うように食事がとれない場合や、貧血の



治療薬である造血剤で便秘になることもあります。便秘になつて排便時にいきむと切れ痔やいぼ痔になりやすくなりますが、妊娠中とくに妊娠後期は便秘以外にも痔になりやすい原因があります。

妊娠後期は骨盤内に血液が多く集まり、血管は拡張してきます。さらに、大きな子宮の圧迫によって門脈系（胃や腸などから肝臓へ静脈血を運ぶ）や下大静脈系の静脈は、血液の循環が悪くなります。そして肛門のうっ血が強くなつて、痔ができるのです。私のクリニックの統計でも妊娠中の痔でもっとも多かったのは、血栓性外痔核で約75%を占めました。これは、肛門に負担がかかって突然うっ血した結果、肛門外に血豆ができるといういぼ痔の一種です。痛みが強いのが特徴で、軟こうを塗ったり、入浴して患部を温めることでよくなります。妊娠中の痔は急性であり、薬でよくなることが多いため、手術を行わないのが一般的です。手術が必要な場合は分娩後に行います。

相談者は便秘による切れ痔のようですが、妊娠中でも痔用の軟こうや座薬を使うことができます。しかし、妊娠とは関係なく便秘を改善しなければ根本的に切れ痔を治すことはできません。便通をととのえるためには、食物繊維の多い野菜や海藻類、穀類などを食べることで、水分は1日1.2ℓは飲むなどの食事療法が基本になりますが、便をやわらかくする軟便剤や大腸を刺激して出しやすくする下剤を妊娠中に内服することもできます。痔については肛門科が専門ですが、軟こうや便秘薬は産婦人科でも処方してもらえます。もし薬でよくならないなど心配や不安があるようでしたら、肛門専門医を受診してください。

回答者 ▼ マリーゴールドクリニック（東京都）院長 山口 トキコ

Q 何度も同じことを聞いてしまう。若年性認知症の特徴を知りたい

51歳、男性。最近職場で何度も同じことを聞いているようなのですが、自分には自覚がありません。また、家族からも忘れ物が増えたといわれるようになり、初めは「年か」と考えていましたが、ふと若年性認知症ではないかと思うようになりました。若年性認知症の特徴について教えてください。（広島県 H）

A アルツハイマー病の症状なら言語機能と集中力が低下する

いわゆる若年性認知症とは、60歳もしくは65歳未満で発病する認知症をいいます。しかしこれは通称で、正しくは18歳以降44歳までに発症する認知症を若年期認知症と呼び、45歳以降64歳までに発症するものを初老期認知症と呼びます。老年期の認知症と比較して、若年性認知症の当事者と家族では、経済、医療・ケア、家族の絆と、どの面をとってもきわめて深刻なのに、この大きな課題は、これまでほぼ手つかずの状態でした。

全国における患者数は3万人とも10万人ともいわれてきましたが、実態はずっと不明でした。最初の調査結果は平成9年（厚生科学研究）に報告され、患者総数は推定値で3.74万人、平成18年から20年にかけて2回目の調査が実施され推定患者数は3.78万人でした。基礎疾患としては、アルツハイマー病がトップの欧米諸国とは異なり、血管性認知症が最多で、2番目がアルツハイマー病でした。

血管性認知症は、大きな脳出血に伴うことが多く、まひなど身体面の後遺症を伴いやすいことが特徴です。アルツハイマー病の症状では、若年性の場合、記憶と見当識は比較的よいのですが（例：今日が何月何日何曜日かや季節がわかる）、言語機能と集中力が低下するとされています。具体的には、語彙が減ったり、代名詞の使用の頻度がふえていないか（言語機能）、ケアレスミスがふえたり、すぐに飽きてしまう傾向がないか（集中力）をチェックしてみてください。

まず、当事者やご家族の現実問題として、最初の診断をどこでしてもらえばよいのかわからないかもしれません。左記の日本老年精神医学会か日本認知症学会のホームページで認知症専門医が調べられます。とくに男性の若年性認知症の患者さんは、退職を余儀なくされ収入を失いがちです。障害年金を受給できたり、加入している生命保険によっては高度障害と認定される場合もあります。診断書の作成などが必要になったときは医師に相談してください。



● 日本老年精神医学会
http://184.73.219.23/rounen/a_sennmonni/r-A.htm
● 認知症学会
http://dementia.umin.jp/

回答者 ▼ 東京医科歯科大学 特任教授 朝田 隆

電話による無料健康相談をご利用ください……

健康に関する相談ならどんなことでも受けられます

ご活用ください! 当健康保険組合では無料健康相談を開設しています
ファミリー健康相談・ベストドクターズ・サービス

休日・夜間の急病への対応や、医療や健診のこととわからないことがあったら、右記のダイヤルにご連絡ください。経験豊かなスタッフが迅速・的確にアドバイスします。またベストドクターズ・サービスでは三大疾病にかかった時などに専門医をご紹介します。

年中無休24時間サービス

プライバシー厳守

通話料無料

携帯・PHSからも利用できます

専用ダイヤル お気軽にお電話ください

0120-911379

専用ダイヤルは保険証の裏面にも記載しております

今年も少しでも多くの方に利用
していただくために、お盆期間の
抽選申し込みは**1泊限り**とさせて
いただきます。みなさまのご理解、
ご協力をお願いします。

「天城の里20」の夏のお盆期間 の利用は抽選専用の申込用紙で

●抽選対象期間

平成29年8月10日(木)～平成29年8月15日(火) 宿泊分

●抽選方法

- ①抽選専用の申込用紙に必要事項を記入し、FAX(03-5232-5029)または郵送にて当健康保険組合までお送りください。
*申込用紙は、下記「抽選申込書」をそのまま切り取るか、コピーしてご使用ください。また、ホームページの「抽選申込書」をダウンロードして使用することもできます。

②**4月28日(金)まで**に受付した申込書につきまして抽選を行い、結果は**5月10日(水)に当選者へ郵送**でお知らせいたします。

③5月15日(月)午前9時より空室を対象に電話予約を開始いたします。(連泊の予約可)

④申し込みにつきましては、**1グループ1枚(第一希望)**でお願いします。

注意事項

- その他(一般)の方の利用料金は、被保険者もしくは被扶養者とご宿泊の場合には被保険者・被扶養者と同額の6,000円となります。
- 天城の里20フロントにて資格確認を行いますので、保険証をご持参ください。
- 取消・変更は利用日の3日前の17:00までです。以降はキャンセル料(利用料金の全額)が発生します。必ず当健康保険組合までご連絡ください。
- お支払いは現金の取り扱いになります。チェックアウトの際にお支払いください。
- 2歳以下で食事・寝具どちらも不要の際は、利用料金を無料とさせていただきます。
- 食事等欄に○印がない場合は大変恐れ入りますが、通常コースとさせていただきます。
- *この申込書に記載の個人情報については、利用者の確認以外の目的に使用したり、第三者に提供したりすることは一切ないことを確約いたします。

天城の里20 夏のお盆期間 抽選申込書

《期間 平成29年8月10日(木)～15日(火)》

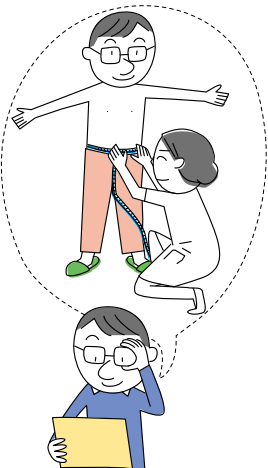
※お盆期間の抽選は**1泊限り**とさせていただきます。

また、客室数は、こちらにて調整させていただきますので、ご了承ください。

太枠内をご記入ください。また初めてご利用される方は右記に✓印をご記入ください。

利用希望日	8月 日 ～ 8月 日 1泊					交通手段	(○で囲む) 車・電車
会社名	利用責任者氏名						
食事について	食事欄にて選択してください。 天城名物「しし鍋」 一度味わうとクセになる味噌仕立てのお鍋です(*^_^*) ○通常コース+追加料理しし鍋(1人前1,000円) オススメ!! ○しし鍋コース…通常コースから3皿減らし、しし鍋を加えたもので料金はそのままです。						
保険証 記号・番号	利用者氏名	利用者区分 (○で囲む)	性別 (○で囲む)	年齢	泊数	食事等 (○で囲む)	備考
・		被保険者 被扶養者 その他	男・女			通常コース しし鍋コース 通常コース+しし鍋 中人料理 子供料理 食事・寝具不要	
・		被保険者 被扶養者 その他	男・女			通常コース しし鍋コース 通常コース+しし鍋 中人料理 子供料理 食事・寝具不要	
・		被保険者 被扶養者 その他	男・女			通常コース しし鍋コース 通常コース+しし鍋 中人料理 子供料理 食事・寝具不要	
・		被保険者 被扶養者 その他	男・女			通常コース しし鍋コース 通常コース+しし鍋 中人料理 子供料理 食事・寝具不要	
・		被保険者 被扶養者 その他	男・女			通常コース しし鍋コース 通常コース+しし鍋 中人料理 子供料理 食事・寝具不要	
当選後の連絡先	〒					携帯 ()	
利用責任者 ご自宅住所						TEL ()	
						FAX ()	

健診結果を
生活習慣改善に
役立てましょう！



健診を受けた後は、生活習慣に影響を受けやすい「HbA1c」「血圧」「中性脂肪」「コレステロール」などの検査値をよく見ましょう。健保組合では、前記の検査項目などからメタボリックシンドロームのリスクを判定しています。リスクが高い人に対しては、生活習慣を見直す特定保健指導を実施していますので、案内を受け取った人は、ぜひ参加してください。

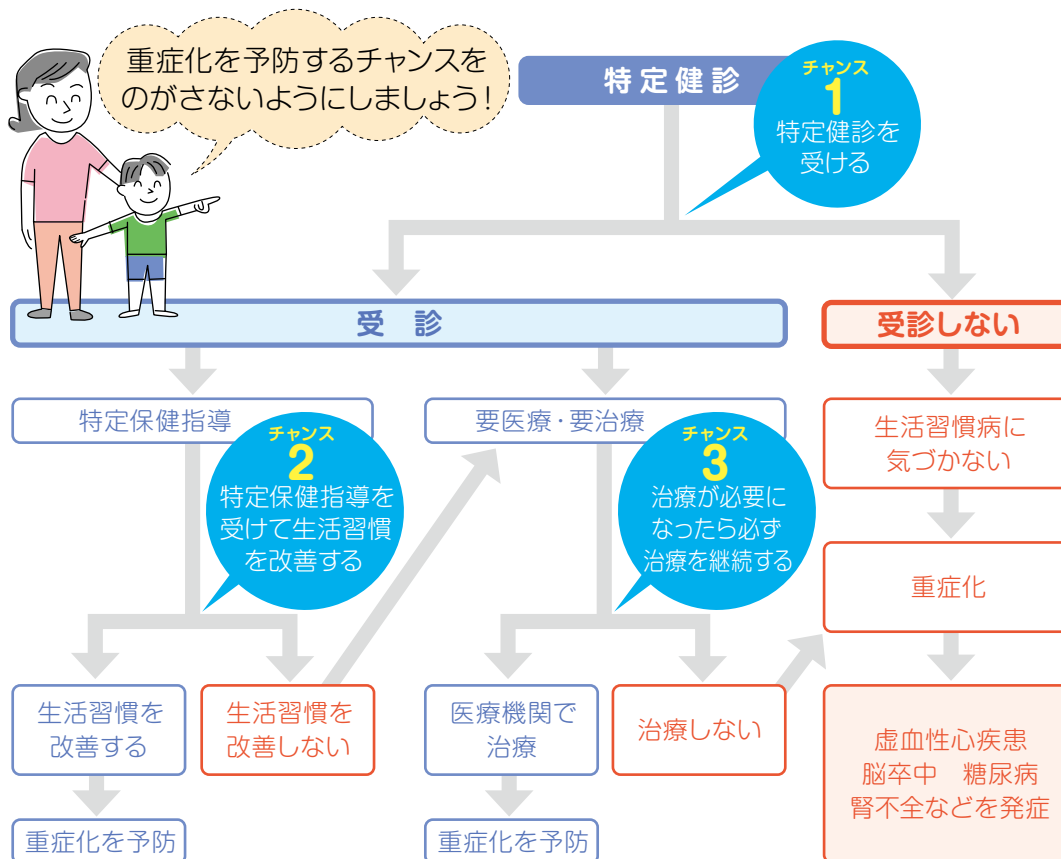
案内がなかった人も数値が昨年より悪化していたら生活習慣を見直しましょう。

生活習慣病が
重症化する前に
手を打つことが大切です

複数のリスクが重なるメタボリックシンドロームは、検査数値がそれほど悪くなくても動脈硬化が急速に進むことがあり、早めの改善が必要です。重症化して虚血性心疾患や脳卒中、腎不全などになると、医療費が多かるうえに生活の質(QOL)も大きく低下してしまいます。

特に糖尿病では、重症化して糖尿病性腎症を発症し、透析治療が必要になると、多額の医療費がかかります。健保組合からの給付によって自己負担は低額になっても、透析治療による日常生活への影響は少なくありません。

健保組合では、特定健診や特定保健指導を実施し、重症化予防に取り組んでいます。これらの保健事業を積極的に活用して、健康の維持に努めましょう。



●特定健診の結果、特定保健指導や要医療・要治療の対象とならなかった人も、食事や運動などの生活習慣に気をつけて、疾病予防を心がけましょう。

健診を活用して
健康を**keep!**

健診は受けた後が 大事です

健診の結果、基準値を超えた項目が見つかったら、それは生活習慣を見直すサインです。
「毎年のことだから…」などと軽く受け止めず、
将来の大病を防ぐためにも生活習慣の改善に取り組みましょう。

懸賞クイズ

① 当健保組合の平成29年度の健康保険料率は千分の〇〇
 ② ご家族が就職や結婚されたときは異動届による扶養除外の手続きと〇〇〇〇の返却が必要になります。
 ③ 医療機関で深夜(22時～翌6時)に初診を受けると〇〇〇〇〇〇円の特加算が付きまます。
 ④ 血管性認知症は、大きな脳出血に伴うことが多く、まひなど身体面の〇〇〇〇を伴いやすいのが特徴です。
 ⑤ 今号の表紙写真は女子卓球の〇〇〇〇〇〇選手。

懸賞クイズ
 ① 当健保組合の平成29年度の健康保険料率は千分の〇〇
 ② ご家族が就職や結婚されたときは異動届による扶養除外の手続きと〇〇〇〇の返却が必要になります。
 ③ 医療機関で深夜(22時～翌6時)に初診を受けると〇〇〇〇〇〇円の特加算が付きまます。
 ④ 血管性認知症は、大きな脳出血に伴うことが多く、まひなど身体面の〇〇〇〇を伴いやすいのが特徴です。
 ⑤ 今号の表紙写真は女子卓球の〇〇〇〇〇〇選手。

次の①から⑤の問題文の空欄を本誌に掲載されている言葉を用いて埋めてください。本誌をよく読めばわかります。

応募要領
 郵便ハガキに①～⑤までの解答、住所(郵便番号も)、氏名、会社名と、「天城の里20の招待券」か「図書カード」のどちらかご希望の賞品名を忘れずに記入し、左記あてにお送りください。
 正解者の中から抽選で、天城の里20にご家族、ご友人と一緒に宿泊できる招待券(1泊1室分)を5名、図書カード(5,000円分)を5名の計10名の方にプレゼントいたします。

送り先
 〒105-0014 東京都港区芝2-13-4
 産業機械健康保険組合「懸賞クイズ」係

締切り
 5月19日(金)消印有効

前号(第204号)懸賞クイズ
 ● 答え
 ① 生計維持関係
 ② 特定個人情報
 ③ セルフメディケーション
 ④ 合併症
 ⑤ 本田真凜
 ● 当選者
 応募総数395名(宿泊招待券の応募114名、図書カードの応募202名、不正解79)の中から抽選で、次の方々が当選されました。

〈宿泊招待券〉
 (株)東海サンユーテクノス 伊藤 嘉朗様
 扶桑精機(株) 佐竹 良太様
 (株)UL Japan 鈴木 義信様
 ネボン(株) 山崎 夏子様
 有人宇宙システム(株) 梶原 堅一様
〈図書カード〉
 (株)豊電子工業 杉浦 友彦様
 ポップリベット・フアスナー(株) 坂口 和広様
 (株)セイシン企業 池田いつみ様
 酒井重工業(株) 曾我部ちる様
 (株)協同インターナショナル 小早川雅代様

公告
 ● 第1945号 28・11・1
 事業所の編入について
 ● 第1946号 28・11・2
 事業所の削除について
 富士化水工業株式会社
 広島県大竹市
 ● 第1947号 28・11・9
 事業所の削除について
 シグマメルテック株式会社
 神奈川県川崎市
 ● 第1948号 28・11・16
 事業所所在地変更について
 シンドラーエレベーター株式会社
 東京都江東区
 ● 第1949号 28・11・24
 事業所所在地変更について
 エコロシティ株式会社
 東京都新宿区
 ● 第1950号 28・12・1
 事業所の編入について
 東京都豊島区
 ● 第1951号 28・12・1
 組合会議員の辞任について
 株式会社アムリード
 東京都豊島区
 ● 第1952号 28・12・21
 事業所所在地変更について
 株式会社アムリード
 東京都豊島区
 ● 第1953号 28・12・22
 事業所の新規適用について
 東京都豊島区
 ● 第1954号 28・12・22
 事業所の削除について
 株式会社フオーユー
 神奈川県横浜市
 ● 第1955号 28・12・26
 事業所名称変更について
 株式会社M&Kホールディングス
 株式会社M&K
 ● 第1956号 29・1・1
 事業所の編入について
 第1957号 29・1・5
 組合会議員の辞任について
 第1958号 29・1・13
 事業所名称変更について
 スプレイングシステムジャパン株式会社
 ↓スプレイングシステムジャパン株式会社

組合日誌
 ● 第205回理事会 29・2・3
 議題
 (1) 一般保険料率の変更(案)について
 (2) 平成29年度事業計画(案)および収入支出予算(案)について
 (3) 事業所の編入について
 (4) 準備金の保有方法について
 ● 第104回組合会 29・2・3
 決議
 (1) 一般保険料率の変更(案)に関する件
 (1) 平成29年度事業計画(案)および収入支出予算(案)に関する件
 (2) 事業所の編入に関する件
 報告事項
 (1) 理事長専決事項について
 (2) 組合の現況について
 (3) その他

新規加入事業所			
加入年月	事業所名	業種	所在地
28年12月	株式会社 HTSライズ	ソフトウェアに関するコンサルティング(関連会社)	福岡県
29年 1月	グローバルファウンドリーズ・ジャパン株式会社	航空宇宙機械部品の販売	神奈川県
	日本機械設計業企業年金基金	企業年金基金	中央区
	オブテックス株式会社	各種センサに関するシステムの設計、製造、販売(関連会社)	滋賀県
	ジンコソーラー・ジャパン株式会社	太陽光発電システムの開発、販売	中央区
	ジンコソーラー開発株式会社	太陽光発電システムのコンサルタント	中央区
	株式会社三共静岡製作所	精密機械機器の設計、開発、販売(関連会社)	北区
29年 2月	ウインクレル株式会社	食品機械の製造販売	神奈川県
	ヨーロッパ・ソーラー・イノベーション株式会社	再生可能エネルギー製品、関連機器の販売	千代田区
	First・Solar・Japan 合同会社	太陽光発電装置の販売、及びシステムの構築	千代田区
	X-Elio Japan 株式会社	発電装置の設計、開発、保守管理	中央区
	エス・イー・ダブリュ・オイロドライブ・ジャパン株式会社	工業機器用ギヤモーターの販売	静岡県
29年 3月	新協電子株式会社	発電設備部品の製造販売	日野市
	カナディアン・ソーラー・アセットマネジメント株式会社	投資運用業(関連会社)	新宿区

第31回 東京総合健保「硬式テニス大会」参加者募集

参加資格
 当健康保険組合の被保険者であること

日時・場所
 ●ダブルス…平成29年5月13日(土)
 ●シングルス…平成29年5月20日(土)
 いずれも大宮けんぽグラウンドテニスコート
 ●ダブルス、シングルス準決勝・決勝…平成29年6月10日(土)
 品川プリンスホテル高輪テニスセンター

参加料
 ダブルス…1チームにつき3,000円
 シングルス…1名につき1,500円

申込締切
 平成29年4月11日(火)午後5時

その他
 雨天中止等の連絡(確認)先
 ・大宮けんぽグラウンド事務所(TEL048-623-2186/開催当日午前6時以降)
 ・東振協携帯サイト(<http://toshinkyosakura.ne.jp>/開催当日午前6時頃発表)
 *申込方法につきましては、当健康保険組合保健事業課(TEL03-5232-5006)まで。参加者多数の場合、抽選となります。

◆今月号の表紙◆
 「女子卓球」伊藤美誠選手

19世紀の終わりにイギリスで始まった卓球が日本に入ってきたのは1902年。以来、日本でも愛好者が増え1950年代には卓球の強豪国として世界に名を馳せた。その後は中国や欧州各国の壁が立ちだかっていたが、日本卓球は21世紀に入ってから復活を果たした。女子団体戦ではロンドンオリンピックで銀メダル、リオデジャネイロオリンピックで銅メダルを獲得した。そんな女子卓球界の次世代のエース候補が現在16歳の伊藤美誠選手。今後のさらなる活躍が期待される。

組合の現況
 2月末現在

被保険者数 134,028人
 平均標準報酬月額 360,761円
 被扶養者数 105,175人
 事業所数 1,108カ所