

2022 Autumn No.227 Sangyo Kikai

健保だより

産業機械健康保険組合

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
5,000円分が
当たる!!

- 健康保険の保険料が
9月分から変わる人がいます
- 「健康者」を表彰します
- インフルエンザの予防接種は
流行前に受けましょう



▶ 本誌をご家庭に
お持ち帰りください

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

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

韮山駅のそばにあり
アクセスが便利



大河ドラマ「鎌倉殿の13人」 ゆかりの地として盛り上がる 伊豆の国市

今年のNHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」の主人公は鎌倉幕府2代執権となった北条義時です。今、北条氏ゆかりの地である伊豆の国市が多くの観光客を集め、盛り上がりを見せています。

伊豆箱根鉄道韮山駅のそばにある市の施設に「大河ドラマ館」が開設され、出演者の着用している衣装や甲冑、ドラマのメイキング映像、出演者のサイン入り色紙などが展示されています。

周辺には北条氏の氏寺である願成就院、北条義時夫妻の墓のある北條寺、北条政子産湯の井戸などの見どころもあります。

「鎌倉殿の13人 伊豆の国大河ドラマ館」

- 所在地
伊豆の国市四日町772 ☎055-949-8606
- アクセス
伊豆箱根鉄道韮山駅下車徒歩5分
- 開設期間
2023年1月15日まで
- 営業時間
午前9:00～午後5:00（最終入場は午後4:30）



初代執権北条時政が建立した願成就院。
本尊は運慶作の国宝阿彌陀三尊像



北条義時が建立した北條寺。境内には北条義時夫妻の墓がある



源頼朝の正室北条政子が産湯の水をとったとされる井戸

「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、同伴の一般の方も被保険者・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・お盆を除く）。

■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。

令和4年10月から

パート・アルバイト等の短時間労働者の 社会保険の加入条件が変わりました

パート・アルバイト等の健康保険・厚生年金保険の加入条件が拡大されます。該当した場合、被扶養者から外れるため保険料負担が発生しますが、被保険者

限定の健康保険の給付や将来受け取る年金額のアップなど、保障が充実します。

令和4年9月まで

- ☐ 従業員501以上の企業に勤める
- ☐ 週の所定労働時間が20時間以上
- ☐ 月額賃金が8.8万円以上
- ☐ 1年を超える雇用の見込みがある
- ☐ 学生ではない

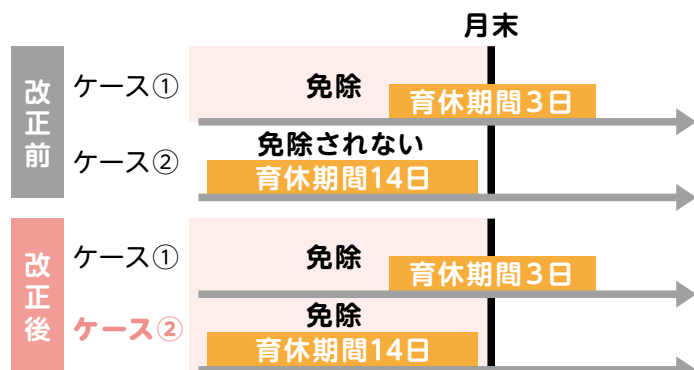
令和4年10月から

- ☐ 従業員**101人以上**の企業に勤める
- ☐ 週の所定労働時間が20時間以上
- ☐ 月額賃金が8.8万円以上
- ☐ **2か月**を超える雇用の見込みがある
- ☐ 学生ではない

育児休業中の 社会保険料免除要件が見直しされました

育児休業中は健康保険料が免除されますが、短期間育休を取得し、月の途中で育休を終了した場合は、免除されない不公平が生じていました（ケース②）。改正後は1カ月に2週間以上の育休を取得すれば、その月の保険料が免除されるようになりました。

なお、賞与にかかる保険料も育休中は免除されますが、1カ月を超える育休を取得している場合に限り、免除の対象となるよう変更されました。



紹介状なしの大病院受診は料金が上乗せに その金額と対象病院が拡大されました

現在、紹介状を持たずに大病院などの特定機能病院や、200床以上の地域医療支援病院を受診した場

合は、全額自費の定額負担が徴収されています。その金額と対象病院が拡大されました。

①金額の拡大

初診の場合

令和4年9月まで

内科…5,000円以上
歯科…3,000円以上

令和4年10月から

内科…**7,000円**以上
歯科…**5,000円**以上

②対象病院の拡大

- ・特定機能病院
- ・地域医療支援病院
- ・**紹介受診重点医療機関（一般病床数200床以上に限る）**

新たに追加

※上記以外の一般病床200床以上の病院については、選定療養費として特別料金を徴収することができる。

健康保険の保険料が 9月分から変わる人がいます

保険料は標準報酬月額をもとに算出

皆さんの給与などの報酬は50等級に区分した仮の報酬に当てはめられ、保険料算出の基礎となる報酬額が決定されます。この仮の報酬額を標準報酬月額といいます。

皆さんの保険料は標準報酬月額に保険料率をかけて算出されます。

保険料が見直されるのは次の4通りの場合です。

4

産前産後休業が終了して
職場復帰したとき

産前産後休業を終了して職場復帰した被保険者が3歳未満の子を養育している場合で、短時間勤務等により給与が下がった場合は、被保険者の申し出により標準報酬月額を決め直します。

3

育児休業等が終了して
職場復帰したとき

育児休業等を終了して職場復帰した被保険者が3歳未満の子を養育している場合で、短時間勤務等により給与が下がった場合は、被保険者の申し出により標準報酬月額を決め直します。

2

報酬が大幅に変動したとき
（随時改定）

ベースアップや昇給などで毎月決まってしまう給与等（固定賃金）の変動により、変動月から3カ月間の報酬の平均が、50等級に区分した標準報酬月額のランクに当てはめて2等級以上変わった場合は、随時、標準報酬月額を決め直します。

1

毎年7月1日現在の全被保険者
（6月1日以降の資格取得者は除く）
について見直し（定時決定）

標準報酬月額は年1回、4月、5月、6月の給与等の平均額をもとに7月1日現在で決定し、その年の9月から翌年の8月までの1年間使われます。このため、健康保険の保険料が9月分から変わる人がいるのです。

Bさん

（4月から6月の給与等の平均額）

昨年 336,000円
（330,000円以上350,000円未満）
標準報酬月額は340,000円：第24等級

5,000円昇給

今年 341,000円
（330,000円以上350,000円未満）
標準報酬月額は340,000円：第24等級のまま

等級変わらず

標準報酬月額が
変わる人と
変わらない人

標準報酬月額
340,000円（第24等級）
の人の場合

Aさん

（4月から6月の給与等の平均額）

昨年 346,000円
（330,000円以上350,000円未満）
標準報酬月額は340,000円：第24等級

5,000円昇給

今年 351,000円
（350,000円以上370,000円未満）
標準報酬月額は360,000円：第25等級に変更

9月分保険料から
標準報酬月額が1等級アップ

令和4年度
東振協専用インフルエンザ予防接種利用券（院内・集合予防接種用）
（医療機関実施報告・請求書兼用）

インフルエンザ予防接種ご利用にあたっての注意事項

- ①予防接種を受けるときは、利用券と健康保険証を契約医療機関の窓口へ提出してください。なお、健康保険証の提出がない場合、または予防接種当日、被保険者が健康保険の資格を喪失されている場合は、受診できませんのでご注意ください。

②【利用者記入欄】の太枠内に、利用者の健康保険証記号・番号・氏名（フリガナ含む）・生年月日・性別・続柄を正しくご記入ください。

③予防接種を受診するときは、あらかじめ、契約医療機関に電話等で接種日の予約をしてください。
- ④予防接種は、利用券に記載してある有効期限内に受診してください。なお、有効期限内における接種回数は、原則として、1人1回となります。

⑤予診票などの記載が必要となりますので、予約時に確認し、医療機関の指示に従ってください。

⑥予防接種後に、身体に異変を感じた場合は、担当の医師に相談し、指示に従ってください。
- ※この利用券は、契約医療機関以外では使用できません。
契約医療機関については、ホームページをご覧ください。

★ホームページアドレス★ <https://www.toshinkyo.or.jp/influenza.html> ※個人情報データは、この事業目的以外に使用いたしません。

【重要】新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種について

新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種については、単独で接種した場合と比較して有効性及び安全性が劣らないとの報告があることを踏まえ、厚生労働省より同時接種が可能という通知が出されました。

新型コロナワクチンとインフルエンザワクチン以外の同時接種については、現時点で安全性に関する十分な知見が得られていないため実施できません。いずれか片方のワクチンを受けた日から2週間後以降に、もう一方のワクチンを接種できます。

例えば、10月1日に新型コロナワクチンを接種した場合、他のワクチンを接種できるのは10月15日以降になります。

有効期限 令和5年3月31日

【利用者記入欄】 太枠内の「**アミカケ**」欄は利用者をご記入ください。

保険証	記号		生年月日	西暦	年	月	日
	番号		性別	男性 / 女性			
利用者	フリガナ		続柄	本人 / 家族			
	氏名		組合負担額	¥0 *全額自己負担			
保険者番号		06137087		保険者名		産業機械健康保険組合	

【契約医療機関記入欄】

インフルエンザ予防接種実施報告（兼）請求書

《報告・請求書送付先》 一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）
〒130-0014 東京都墨田区亀沢1-7-3 東京都ニット健保会館内 ☎03-5619-4121

上記の方にインフルエンザ予防接種を実施しましたので、実施報告・請求をいたします。

所在地	〒						—						(スタンプ可)					
電話番号																		
医療機関名称													㊞					
東振協契約医療機関コード	A																	
	令和 年 月 日																	

QRコード

インフルエンザの
予防接種は流行前に
受けましょう

東振協契約の
全国約3,300の
医療機関で
受けられます

受けておく
と
安心

インフルエンザの予防接種を受けておくと、
感染した際に発症確率の低減や重症化予防に効果があるとされています。
インフルエンザ予防接種の効果は、接種後2週間ほどしてから現れますので、
流行期に入る前に受けることをお勧めします。

**予防接種を受けるには、
専用の「利用券」が必要**

当健康保険組合の加入員は、共同事業として東振協（東京都総合組合保健施設振興協会）が契約する全国の医療機関で、通常より安い料金で、インフルエンザ予防接種が受けられます（組合の補助はありません。一部の医療機関は、契約利用料金が通常料金と同額の場合があります）。

ご利用には、東振協共通の利用券が必要です。左ページの「**東振協専用インフルエンザ予防接種利用券**」をコピーして使用するか、東振協のホームページ（当健康保険組合のホームページの新着情報からリンクしています）から利用券をダウンロードしてご使用ください。

**事業所への
出張予防接種も可能**

医療機関で受ける院内接種のほか、医療機関が会場（関東のみで12カ所）および日時を設定して行う集合予防接種（中学生以下を除く）、または事業所に医療スタッフを派遣して行う出張予防接種（実施医療機関が限定されており、1事業所当たりの実施人数が異なるなどの条件があります）があります。

※集合予防接種の予約方法、利用券は院内接種と同様です。

※集合予防接種の会場、出張予防接種の実施医療機関リスト、対象人数の条件、申込書等については、東振協のホームページ内の「インフルエンザ予防接種の健保組合共同事業のご案内」にてご確認ください。

インフルエンザ予防接種の受け方

- 1 利用者は東振協契約医療機関（当健康保険組合ホームページの新着情報より東振協ホームページにアクセスし確認）に電話で予約します。

2 利用券を準備します（左ページをコピーし「**アミカケ**」欄を記入するか、または、東振協ホームページにアクセスし、①「インフルエンザ予防接種の健保組合共同事業のご案内」をクリック、②院内、集合、出張予防接種のいずれかを選択、③【保険者番号06137087】を入力、④受診医療機関を選択、⑤必要事項を入力し、プリントアウトしてください）。

3 予約日に予防接種を受けます。その際に、医療機関の受付窓口で**保険証と利用券**を提示します（保険証と利用券の両方を提出できない場合、受けられませんのでご注意ください）。

4 利用者は、医療機関窓口または会場にて利用料金を支払います。

利用料金は**3,960円以内**で、
契約外医療機関よりお得です

予防接種の
実施期間 令和4年10月
～令和5年3月

予防接種の
実施医療機関
（約3,300カ所）

都道府県別の実施医療機関リストは、
当健康保険組合ホームページ新着情報欄（<https://www.sk-kenpo.or.jp>）より
東振協のホームページにアクセスしてご覧ください。
*東振協ホームページ <https://www.toshinkyo.or.jp/influenza.html>

15,022名の「健康者」を表彰します

当健康保険組合では、令和3年4月から令和4年3月までの1年間、家族ぐるみで健康管理を徹底され、病気をせずに元気に過ごされた被保険者を「健康者」として表彰し、記念に図書カードを贈呈いたします。

令和3年度は849事業所15,022名が「健康者」として表彰されました。「健康者」の事業所別人数は次のとおりです。
なお、ご不明な点は保健事業課（TEL 03-5232-5006）までご連絡ください。

㈱テクノスマイル	173
㈱テクノツリー	17
㈱テクノ東京	3
㈱テクノメタル	1
㈱デザインネットワーク	92
㈱デストー	3
テックウインド㈱	13
㈱テックスイージー	4
㈱テックポイントジャパン	2
鉄友工業㈱	4
テフ・ラインランド・ジャパン㈱	19
㈱テリーサ研究所	2
ドイツ品質システム認証㈱	1
㈱東亜精工	2
東海エンジニア㈱	23
㈱東海サンユーテクノス	11
東京カレント㈱	8
東京機材工業㈱	6
東京機販サービス㈱	1
㈱東京久米	12
㈱東京クリアセンター	31
東京重機㈱	20
㈱東京洗染機械製作所	15
東京ダイレック㈱	1
東京電子工業㈱	14
東京フジ㈱	1
東京メータ㈱	2
東京メタリコン㈱	1
東光サービス㈱	2
東光ブラン㈱	4
㈱東伸	10
東成エレクトロビーム㈱	11
東邦地下工機㈱東京支社	2
東洋合成工業㈱	113
東レエンジニアリング	
先端半導体MIテクノロジー㈱	5
東和産業九州㈱	1
東和産業㈱	9
㈱トータル都市整備	5
TOHTO㈱	1
㈱トーユーエコサポート	2
トーユーサービス㈱	1
トーヨーカネット㈱	30
トーヨーカネットビルテック㈱	2
トーヨーコケン㈱	14
トキオエンジニアリング㈱	5
トキオエンジニアリング㈱	1
トキコーポレーション㈱	5
特殊パネ㈱	17
㈱トップシステム	1
㈱利根エンジニア	3
TOMRA Sorting㈱	4
巴機械サービス㈱	9
巴工業㈱	36
巴マシナリー㈱	3
豊田産業㈱	17
トリナ・ソーラー・ジャパン㈱	3
トレイン・ジャパン㈱	4

な 行

中野冷機㈱	53
㈱中野冷機神奈川	3
㈱名倉製作所	1
㈱ナセル	4
㈱ナック技研	1
ナビコムアビエーション㈱	3
㈱南陽	2
西商事㈱	1
㈱西日本洋行	1
ニスコ㈱	3
ニダック㈱	16
日電高周波㈱	4
ニチモウ㈱	12
ニチモウフーズ㈱	5
日機装㈱	149
日機装エイコー㈱	4
日機装サーモ㈱	2
ニッコー・マテリアルズ㈱	4
日進機工㈱	31
ニッスイ・エンジニアリング㈱	1
日精㈱	14

ゼファー㈱	2
セブンツリーバック㈱	1
セミクロン㈱	1
㈱セミコンクリエイト	3
㈱セリアコーポレーション	7
ゼンテルジャパン㈱	2
㈱セントラル	41
セントラルエンジニアリング㈱	208
ソーダストリーム㈱	1
ソニック・フェロー㈱	2
ソネディックス・ジャパン㈱	1
SOLIZE㈱	246

た 行

ターク・ジャパン㈱	1
第一電材㈱	12
㈱タイカ	20
㈱大興商会	1
タイコー㈱	8
㈱ダイコーIWS	8
㈱ダイコーテクノ	23
タイセイクリンケミカル㈱	1
㈱ダイ精研	5
㈱ダイセキ	24
㈱ダイテック	8
㈱ダイテックス	25
大東通商㈱	2
大東保険コンサルティング㈱	1
泰斗工業㈱	2
ダイナオックス㈱	1
ダイヤツール㈱	1
大洋電機㈱	2
ダイワコンピュータテック㈱	2
高木工業㈱	488
㈱高田製作所	3
㈱高橋機械製作所	3
高松機械工業㈱	66
㈱タカミヤ	58
タキカワエンジニアリング㈱	2
拓水工業㈱	2
タクミ商事㈱	12
タクミホールディングス㈱	1
㈱武井製作所	8
辰村商事㈱	2
㈱タナカ	1
㈱タナット	1
多摩ウッドベル㈱	2
タマチ工業㈱	9
㈱タマディック	115
タマテックシステム㈱	26
タレスジャパン㈱	2
タレスDISジャパン㈱	2
㈱ダン・タクマ	2
㈱ダン科学	2
㈱タンガロイ	115
㈱タンケンシーールセーコウ	18
中央エレベーター工業㈱	2
㈱中央国研	18
㈱中央発明研究所	11
中部オリオン㈱	1
千代田光機㈱	2
月島環境エンジニアリング㈱	7
㈱ティ・エイチ・アイ	3
ティアンドエスサービス㈱	2
㈱ティー・イー・エム	3
㈱ティーエルネット	2
ティーケー・ホームソリューションズ・ジャパン㈱	1
DJI JAPAN㈱	15
㈱ティーズフューチャー	1
㈱TTSホールディングス	4
THKプレジション㈱	1
thyssenkrupp rothe erde Japan㈱	1
㈱テオリアハウスクリニック	13
テカンジャパン㈱	1
㈱テクニス	1
㈱テクノア	34
㈱テクノアーク	17
テクノアルファ㈱	1
㈱テクノジャパン	37

GNヒアリングジャパン㈱	13
GNU㈱	1
CFTランズバーク㈱	8
㈱シーエフネット	1
㈱シーエムシー	80
SEQSENSE㈱	4
㈱シーディア	19
㈱シーティーイー	1
シーティーエス㈱	3
ジーディー自動車機械㈱	5
シーティディーネットワークス㈱	3
㈱ジーニック	2
シービーエンジニアリング㈱	1
㈱ジェイ・ティ・シー	3
JREオペレーションズ㈱	2
㈱ジェイエアイコーポレーション	2
㈱ジェー・シー・イー	18
㈱ジェビコ	6
㈱ジェルコミュニケーション	3
㈱ジェルシステム	9
ジオ・サーチ㈱	12
㈱滋賀山下	10
㈱システムウェーブ	1
㈱システムプリント	2
品川ファーマス㈱	21
㈱芝技研	12
シミフレックス㈱	4
㈱志村精機製作所	7
写光テクノサービス㈱	5
写光レンタル販売㈱	12
㈱ジャスト	37
ジャパン・リニューアブル・エナジー㈱	4
㈱ジャパンエニックス	9
㈱ジャパンセル	6
㈱ジャパンユニックス	4
集塵装置㈱	3
シュナイダーエレクトリックソーラー㈱	1
シュナイダーエレクトリック	
ホールディングス㈱	23
㈱翔栄クリエイト	8
昌永産業㈱	2
昭研工業㈱	3
庄司電機㈱	1
㈱匠電舎	1
㈱城南	4
㈱湘南貿易	1
常陽工学㈱	3
昭和機器計装㈱	1
ジョンソンエレクトリック	
ワールドトレードリミテッド	1
㈱シリウス	1
新協電子㈱	3
シンクサイト㈱	1
㈱シンクスコーポレーション	18
㈱新興技術研究所	2
㈱新光電気	1
ジンコンソーラー・ジャパン㈱	3
㈱中央国研	9
㈱シンテック	3
新日本テクトス㈱	36
㈱進和	50
進和テック㈱	9
スギハラ工業㈱	5
㈱スタック	1
㈱STEER JAPAN	7
ステップサイエンス㈱	1
㈱ステムセル研究所	9
㈱ストルアス	2
スプレーイングシステムス・ジャパン(同)	18
スベルマンハイ・ボルテージ	
エレクトロニクスコーポレーション	1
㈱スマートブラクティスジャパン	2
スリーエステクノ㈱	2
㈱スリーディーシステムズ・ジャパン	2
西華産業㈱	31
西華デジタルイメージ㈱	1
㈱精工ドリル	2
㈱セイシン企業	31
㈱セキュリティデザイン	8
㈱ZMP	13

㈱ケージーケー	5
ゲティンググループ・ジャパン㈱	10
ケナメタルジャパン㈱	3
現代ジャパン㈱	1
㈱コアアセットマネジメント	1
コアマイクロシステムズ㈱	1
㈱コイケテック	7
㈱光栄	3
鉦研工業㈱	30
構造工事㈱	1
㈱広洋技研	2
光陽精工㈱	2
コークアジアパシフィック(同)	1
㈱コーレンス	4
国際化工㈱	2
五幸商事㈱	1
㈱小坂研究所	27
㈱コステック	10
㈱コスモエレベーター㈱	16
コスモ工機㈱	45
㈱コスモ工機物流センター	1
㈱コスモテクニカ	3
コスモリサーチ㈱	4
児玉工業㈱	4
コットレル工業㈱	2
コネクレーンズ㈱	1
㈱小松製作所	2
㈱コモド	1
㈱五洋産業	1
コンパム㈱	12

さ 行

サイバーレーザー㈱	1
サイマー・ジャパン㈱	4
酒井重工業㈱	32
㈱サニックス	170
ザムソン㈱	1
サワダ精密㈱	20
サンエー工業㈱	12
山喜機工㈱	3
産業機械健康保険組合	1
㈱三共技研	1
㈱三共静岡製作所	19
㈱三共製作所	15
三協フロンテア㈱	85
産業リーシング㈱	3
㈱三光電子工業	1
三工物産㈱	1
サンコー・エア・セルテック㈱	187
三州工業㈱	6
山信金属工業㈱	1
サンセイ㈱	7
サンセイメンテナンス㈱	9
㈱サンダイヤ	5
サンテック㈱	14
サン電機㈱	3
三電興業㈱	5
サンドビック㈱	7
サンドビックツールリングサプライ・ジャパン(同)	20
サンドビックマテリアルズ	
テクノロジージャパン㈱	3
㈱三宝製作所	2
㈱三友環境総合研究所	6
㈱グリムス	8
㈱グリムスエナジー	2
㈱グリムスソーラー	5
㈱グリムスパワー	6
㈱クレコオ	7
㈱クレストテック	2
グローバルアドバンスト	
メタルジャパン㈱	4
㈱クロスマディア	1
GEAオリオンファーム	
テクノロジーズ㈱	1
ケアメディカルジャパン(同)	1
㈱ケイ・ユー・システム	10
㈱ケイウッド商会	2
ケーエスエス㈱	17
ケーエスピー㈱	1
ケーザー・コンプレッサー㈱	3

カナディアン・ソーラーO&M	
ジャパン㈱	2
㈱カナモト	183
㈱カノークス	5
㈱鎌倉製作所	7
㈱ガリレオ	17
川島金属㈱	7
川竹エレクトロニクス㈱	2
川辺農研産業㈱	2
環境工学㈱	1
関西オリオン㈱	3
㈱エフバイオス	3
㈱MCJ	10
エムテック㈱	36
㈱LX HAUSYS 東京支社	1
㈱LG化学ジャパン(同)	1
技研トラステム㈱	3
㈱氣工社	6
㈱木城製作所	4
㈱キムラ・コーポレーション	2
㈱木村洋行	2
㈱キャッツ	26
㈱キャディアン	4
キャボットジャパン㈱	5
㈱キャロットシステムズ	3
㈱九州シー・アイ・シー	11
協栄電子㈱	1
㈱協同インターナショナル	3
共栄産興㈱	1
㈱共立電機製作所	4
㈱協和	4
共和化工㈱	10
共和真空技術㈱	11
共和メンテナンス㈱	22
㈱桐井製作所	32
㈱金属化工技術研究所	5
近鉄エンジニアリング㈱	10
㈱クイック	1
クニミネ工業㈱	17
クノールプレムゼ鉄道システム	
ジャパン(同)	4
クボテック㈱	3
グランメイト㈱	1
クリーンエア・スカンジナビア㈱	2
㈱クリーンテック	5
㈱グリーンパワーインベストメント	7
㈱クリステンセン・マイカイ	2
㈱グリムス	8
㈱グリムスエナジー	2
㈱グリムスソーラー	5
㈱グリムスパワー	6
㈱クレコオ	7
㈱クレストテック	2
グローバルアドバンスト	
メタルジャパン㈱	4
㈱クロスマディア	1
GEAオリオンファーム	
テクノロジーズ㈱	1
ケアメディカルジャパン(同)	1
㈱ケイ・ユー・システム	10
㈱ケイウッド商会	2
ケーエスエス㈱	17
ケーエスピー㈱	1
カナディアン・ソーラー・ジャパン(同)	5
カナディアン・ソーラー・プロジェクト(同)	1

SUS㈱	104
エダップテクノメド㈱	6
㈱エッチアールディ	1
エドモンド・オブティクス・ジャパン(同)	27
エドワーズ㈱	38
エヌ・ティー・シー㈱	18
㈱エヌエルシー	5
㈱榎本マイクロポンプ製作所	2
エピロックジャパン(同)	4
エフ・アイ・ティー・パシフィック(同)	4
㈱Fテクニカルサポート	1
㈱エフバイオス	18
㈱MCJ	10
エムテック㈱	36
㈱LX HAUSYS 東京支社	1
㈱LG化学ジャパン(同)	1
㈱エレクトロデザイン	3
エレファンテック(同)	9
㈱エレベータシステムズ	8
エレマ・ジャパン(同)	1
㈱エンバイロ・テック・インターナショナル	2
㈱大倉製作所	8
㈱オージック	11
オージックグループ(同)	1
㈱オータ	3
オータホールディングス(同)	4
大塚刷毛製造(同)	38
㈱桜電社	3
大羽精研(同)	24
オーブコムジャパン(同)	1
オーワック・ジャパン(同)	1
岡田電機(同)	3
尾崎理化(同)	5
㈱忍足研究所	4
㈱オスモ	4
㈱オフィールジャパン	2
オブテックス(同)	17
オブテックス・エフエー(同)	12
オブテックス・エムエフジー(同)	1
㈱オプトアート	2
OmniVision Technologies Japan(同)	3
オルガノ(同)	84
オルガノアクティ(同)	1
オルガノフードテック(同)	11
オルガノプラントサービス(同)	27

か 行

カーゴテック・ジャパン(同)	3
㈱海南	4
海洋開発コンサルティング(同)	1
㈱カキマメディカル	1
鹿島通商(同)	2
檜山工業(同)	69
㈱山スノーテック(同)	6
㈱カジワラ	2
㈱カジワラキッチンサプライ	3
梶原工業(同)	25
㈱カズテクニカ	7
㈱風技術センター	2
㈱片瀬製作所	2
カナディアン・ソーラー・ジャパン(同)	5
カナディアン・ソーラー・プロジェクト(同)	1

石狩三友メンテナンス(同)	3
㈱いすゞ製作所	6
イズミ産業(同)	11
㈱イセキ開発工機	6
㈱市川精機	1
㈱井上製作所	22
茨城宝栄工業(同)	12
IPCO(同)	2
イマ・ライフ・ジャパン(同)	1
㈱イマオコーポレーション	15
イリス電子工業(同)	49
㈱イワキ	66
㈱インターアクション	6
インターテック・サーティフィケーション(同)	1
㈱インテックオリス	1
㈱ヴィ・エス・テクノロジー	9
㈱ウィズ・アス	2
Will Semiconductor Japan(同)	1
㈱ウイルテック	609
ヴィルトゲン・ジャパン(同)	2
㈱ウイルハーツ	1
ウインクレル(同)	6
ウインドスト(同)	5
㈱ウインドウ	3
㈱ウインロジ	5
ヴェオリア・ジャパン(同)	4
上野エンジニアリング(同)	1
㈱ウェルディングアロイズ・ジャパン	4
(一財)宇宙システム開発利用推進機構	2
㈱宇野澤鋳造工所	16
梅沢技研(同)	2
エアバス・ジャパン(同)	1
エアボーンシステムス(同)	2
㈱エアロパートナーズ	1
㈱エイ・アンド・エス・システム	13
㈱エイ・エス・アイ総研	5
エイヴエルジャパン(同)	13
AGCプライブリコ(同)	12
㈱アド電子技研	1
㈱エイチ・ティー・エル	2
HMSインダストリアル	
ネットワークス(同)	1
㈱HTSライズ	7
エイトセラミックス(同)	3
㈱エイビット	1
㈱エイベックス・アドバンスト・ソリューションズ	2
㈱ASM	1
㈱エービーオー	1
APB(同)	3
㈱エクストロードホーン	1
エクセン(同)	15
エコロシティ(同)	7
エジコ・ジャパン(同)	1
エス・イー・ダブリュー・オイドロライブ・ジャパン(同)	7
㈱エスイー	5
SMAジャパン(同)	1
SK hynix Japan(同)	4
SGSジャパン(同)	8
エステック(同)	5
SPXフローテクノロジー・ジャパン(同)	4
SPPテクノロジーズ(同)	1

あ 行	
事業所名	表彰者数(名)
アースアテンド(同)	10
㈱アートエンジニアリング	1
アーパス技研工業(同)	4
アールエスコンポーネンツ(同)	1
㈱アイ・エス・アイ	5
アイ・エム・アイ(同)	13
㈱アイエイアイ	126
㈱IHI回転機械製造	7
ISIグローバル(同)	4
IMV(同)	23
アイクストロン(同)	1
㈱愛工舎製作所	12
㈱ispace	1
IPGフォトリクス・ジャパン(同)	3
㈱アイホー	37
青森宝栄工業(同)	12
アクアス(同)	31
アクサス(同)	114
㈱アクシスネット	16
㈱アクティオ	396
㈱アクトリー	14
㈱アグネ技術センター	1
㈱アクロイト	13
あさかわシステムズ(同)	9
旭産業(同)	3
㈱アサヒ製作所	7
㈱アサンデー	126
㈱アストロスケール	3
㈱アズパイオ	1
アズマエスピー(同)	2
㈱アズワーク製作所	2
㈱アットキャド	88
㈱アップロード	2
㈱アド・ソア	20
㈱アトスメディカル・ジャパン	1
㈱アド電子技研	2
アドバンストマテリアル・ジャパン(同)	2
アトラスコプコ(同)	19
アネスト岩田(同)	41

契約保養施設ガイド

ご予約の際には「産業機械健康保険組合」と必ずお申し出ください。

ラフォーレ倶楽部



リゾート&シティホテル

おすすめプラン

《利用対象者》
健康保険組合ご加入の本人(被保険者)と
そのご家族(被扶養者)
(同行者も会員料金でご利用いただけます。)

外資系ブランドを含むホテルをお得な会員料金でご利用いただけます。

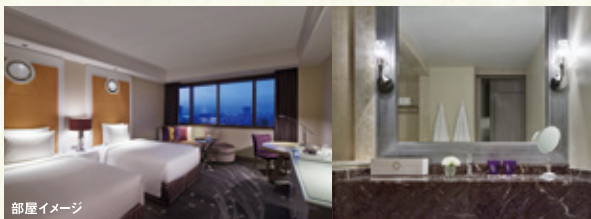


富士マリオットホテル山中湖

温泉付き客室× お部屋食のゆったり旅

温泉付き客室で心ゆくまで湯浴みを満喫し、夕食もお部屋で
ゆっくりとお楽しみください。日々の疲れを癒す至福のひと
ときをお届けします。

期 間	～2023/3/31 泊 ※除外日あり
内 容	1泊2食 夕食：和洋弁当(お部屋にご用意)／朝食：和洋ブッフェ(レストラン)
特 典	クラフトビール(お1人様1本)
料 金	2名様1室利用時/1名様あたり 大人 21,150円～



東京マリオットホテル

【室数限定】ラフォーレ東京会 特別優待料金

一般料金約30,000～40,000円/室のホテルをお得な会員料金で。
都心のホテルで贅沢に過ごす新たな楽しみ方を。

期間：～2023/3/31 泊		1名様あたり
プラン	1室1名利用	1室2名利用
素泊まり	8,800円	4,400円
1泊朝食付	11,500円	7,150円
1泊2食付	17,600円	13,200円

◎お部屋タイプはお任せとなります。



新型コロナウイルス 感染症への対策について



※掲載の料金は定員利用時1名様あたりの料金で、消費税・サービス料込の総額表示です。別途、山中湖は入湯税、東京・新大阪は宿泊税を申し受けます。※チェックインの際、デポジットとしてクレジットカードのプリントまたは現金をお預かりさせていただきます。また、ラフォーレ倶楽部会員料金でご利用の場合、Marriott Bonvoy™会員特典の対象外となります。※お子様料金はお問合せください。※写真はイメージです。

各ホテルへ
1 直接予約
(電話またはWEB)

ホテルに
2 チェックイン

「健康保険証」をご提示ください。
ホテルでご精算となります。

www.laforet.co.jp
/sk-kenpo/



法人会員名 産業機械健康保険組合
[法人会員No.] 10457
[法人パスワード] 10457ca

富士山中湖	0555-65-6711	那須	0287-76-3489
軽井沢	0267-44-4489	箱根強羅	0460-86-1489
伊豆修善寺	0558-72-2011	伊東	0557-32-5489
琵琶湖	077-585-6300	修善寺	0558-74-5489
南紀白浜	0739-43-7000	東京	03-5488-3939
白馬	0261-75-5489	新大阪	06-6350-5703

※電話予約受付時間：平日9:00～17:00

三菱地所パークス(株)	107
(株)ミツミネ電子	6
ミツヤ送風機(株)	14
ミツヤファシメンテナン(株)	2
都機工(株)	4
宮崎日機装(株)	33
(株)ミューテック35	1
(株)武蔵野	47
武蔵ロジスティクス(株)	12
ムベア・サスペンション・	
コンポーネントジャパン(株)	7
ムベア・ジャパン(株)	2
明治機械(株)	20
明治電機工業(株)	32
名電エンジニアリング(株)	4
明立精機(株)	3
(株)メガチップス	21
(株)メディアライツ	5
メディーター・ソリューションズ(株)	6
(株)メトロール	9
(株)真岡製作所	43
(株)モーリン	1
(株)MonotaRO	142
森川商事(株)	1

や 行

(株)ヤマダコーポレーション	19
(株)ヤマダプロダクツサービス	3
(株)大和三光製作所	13
(株)ヤマノ	2
(株)ユアー・パーキング	1
(株)ユー・エイチ・システム	3
(株)UL Japan	30
ユーキャン(株)	9
有人宇宙システム(株)	8
UTエム(株)	1999
UTグループ(株)	79
UTテクノロジ(株)	118
(株)Eugenus Japan	1
(株)豊電子工業	42
ユニコントロールズ(株)	5
(株)ユニシス	11
ユニテック・(株)	10
Universal Robots AS	1
(株)ユニバック	2
(株)ユニフローズ	4
(株)ユメックス	4
吉沢原動機(株)	2
(株)吉本製作所	1

ら 行

ラサ商事(株)	5
(株)ラショナル・ジャパン	1
(株)ラミー・コーポレーション	3
(株)ランドマークテクノロジ	4
(株)ランドマック	7
リーフヘル・ジャパン(株)	3
(株)リガルジョイント	6
Ricardo Japan(株)	1
リソテックジャパン(株)	5
リニューアブル・ジャパン(株)	9
リバーフィールド(株)	3
(株)流機エンジニアリング	9
リングアンドリンク(株)	4
リンデマンジャパン(株)	1
(株)ルケオ	3
(株)レイケン	1
(株)レイマック	10
(株)レップテック	1
(株)レノバ	6
(株)レヨーク工業	5
(株)ロイヤル ユキ	2
ロータスエアロスペース(株)	1
ローデ・シュワルツ・ジャパン(株)	4

わ 行

(株)和光産業	5
(株)和光産業	13
(株)ワット・コンサルティング	78
ワルター・ジャパン(株)	2

(株)ブラックス・システムズ	6
プリンティング・ソリューションズ・	
ジャパン(株)	1
ブルカー・ジャパン(株)	11
ブルックハルト・ジャパン(株)	1
(株)フルヤ金属	41
フレアーナガオ(株)	16
(株)ブレコ	3
プレジジョン・システム・サイエンス(株)	7
プレシテック・ジャパン(株)	1
PremierSolutionJapan(株)	1
(株)フロウエル	9
(株)フローベル	2
(株)プロシード	2
(株)プロドローン	2
プロフレックス(株)	1
プロメガ(株)	4
文祥堂サービス(株)	1
文平産業(株)	7
ベスタス・ジャパン(株)	4
(株)ベビー・カレンダー	7
(株)ベリテック	6
ベンニット(株)	1
宝栄工業(株)	48
(株)豊和	1
Boeing Japan(株)	2
(株)ポートリリーフ・エンジニアリング	4
ホームテック(株)	21
(株)ホギメディカル	31
北越工業(株)	70
北斗(株)	21
北菱冷熱(株)	2
ホシザキ東京(株)	42
POSCO INTERNATIONAL	
ジャパン(株)	2
POSCO JAPAN(株)	1
ホンカワミクロン(株)東京支店	11
(株)北海道シー・アイ・シー	2
(株)アップリット・ファスナー(株)	26
(株)ホトロン	1
(株)ボブキャット	1
ホルビガー日本(株)	5
(株)ホロン	7
本田通信工業(株)	3
(株)本田電子技研	1
本間電機(株)	4

ま 行

マークテック(株)	8
マーベルテクノロジージャパン(株)	1
マーボス(株)	5
マイクロ・トーク・システムズ(株)	2
マイクロシステム(株)	1
マイクロテックノ(株)	5
マイクロトラック・ベル(株)	4
マイクロニックテクノロジーズ(株)	4
(株)マウスコンピューター	104
(株)前川製作所	169
Ricardo Japan(株)	8
(株)マキシス工業	3
横野産業(株)	4
マクソン・ジャパン(株)	1
(株)マス商事	2
(株)マツイ	4
マックグレゴリー・ジャパン(株)	2
(株)マツボー	8
松村設計(株)	9
マティ・サ・ジャパン(株)	3
(株)間宮製作所	1
マリアート(株)	2
マリックス(株)	1
丸三商事(株)	2
マルチ計測器(株)	11
(株)マルテ・大塚	6
(株)マルテ・ビルド	1
(株)マルハニチロ物流	46
マン・ウント・フンメル・ジャパン(株)	1
三笠産業(株)	8
(株)ミスズ	13
ミタチ産業(株)	10

は 行

(株)パーキンエルマー・ジャパン	9
(株)パー・ス・ジャパン	10
ハイトック(株)	1
(株)ハイトック・システムズ	2
ハインス・ソリューションズ(株)	1
BayWa r.e. Japan(株)	1
(株)ハウサー	1
(株)パウデック	3
バキュームプロダクツ(株)	7
パシフィコ・エナジー(株)	1
パシフィック洋行(株)	4
ハスキー(株)	6
(株)ハタノシステム	7
(株)はてな	18
早来工営(株)	14
(株)バラマテック	1
パルステック工業(株)	14
パルチラ・ジャパン(株)	14
(株)パワー工業	1
(株)ハンディ・クラウン	9
ピアフ・ジャパン(株)	1
PAG Renewables(同)	1
(株)ビー・エス	1
BSIグループ・ジャパン(株)	6
PSMCジャパン(株)	7
BXカネシン(株)	7
BX TOSHO(株)	3
ビーエルテック(株)	4
PCGディストリビューション・	
ジャパン(株)	2
ビー・ジェー・ビー(株)	1
(株)BBS金明	9
(株)ビッグオーシャン	1
ビットデザイン(株)	7
(株)ヒップ	145
ビデオジェット・エクスライト(株)	
ビデオジェット社	2
ビュアテック(株)	3
(株)ヒューマン・グリーンサービス	2
(株)ヒューマン・アーク・マシナリー	2
(株)ヒューマン・アイ	331
(株)ヒューマンテクノシステム	17
(株)ヒューマンテクノシステム	
ホールディングス	1
ビュルケルト・ジャパン(株)	2
(株)平井カンパニー	8
(株)平井シー・エス・カンパニー	3
(株)ヒラテ技研	62
(株)ヒラマツ	6
(株)平山製作所	5
(株)ファースト	8
(株)ファブエース	1
ファンタジー・リゾート(株)	5
(株)ブイ・テクノロジ	21
VAT(株)	1
フィブ・フィリング・シーリング(株)	2
フィブイントラロジスティクス(株)	7
フェスト(株)	3
フォームファクター(株)	1
フォス・ジャパン(株)	2
(株)フォセコ・ジャパン・リミテッド	5
フォルマー・ジャパン(株)	1
福祉商事(株)	2
(株)FUKUMI	1
富士エレベーター工業(株)	5
(株)富士機工	4
(株)不二工機	59
(株)不二コントロールズ	25
富士産業(株)	7
(株)不二製作所	24
富士テクノ工業(株)	1
(株)不二テクノス	10
富士フィルター工業(株)	27
(株)フジミン・コーポレートッド	51
(株)フジメタル	7
船橋ファクトリーサービス(株)	4
ノボキア(株)	8
(株)ブラックス	10

日精エンジニアリング(株)	3
(株)ニッセイコム	62
日精産業(株)	1
(株)日装	5
日綜産業(株)	56
(株)ニッチュー	17
日東精機(株)	3
(株)日本コンラックス	5
(株)日本シューター	15
日本シューターサービス(株)	9
(株)日本ディックス	4
日本トレルボルグ・シーリング	
ソリューションズ(株)	4
(株)ニド	1
日本アイキャン(株)	3
日本アクア開発(株)	1
日本ヴィクトリック(株)	11
日本ウォーターシステム(株)	14
日本ウォーターズ(株)	16
日本エア・テック(株)	26
日本エスシー(株)	2
日本オーチス・エレベーター(株)	206
(株)日本カードクリエーション	7
日本機械技術(株)	9
日本機器工業(株)	1
日本機材(株)	26
日本キスラー(同)	2
日本ゲージ(株)	11
日本建設工業(株)	41
(一社)日本航空宇宙工業会	1
PCG純度化学(株)	4
(株)日本コンサルティング	4
日本サイロ(株)	5
日本産業機械工業企業年金基金	1
日本ジェネティクス(株)	1
日本省力機械(株)	4
日本スウェーデンロックFST(株)	10
日本スーパー電子(株)	3
日本高純度化学(株)	10
日本総合産業(株)	3
日本テクノ(株)	82
日本テクノ・エンジニア(株)	1
日本ドライフイット(株)	5
(一社)日本農業機械工業会	1
日本ハイコム(株)	2
日本パレットレンタル(株)	18
日本ピーシー・エス(株)	2
日本ピソー(株)	49
日本フィルコン(株)	41
日本風力開発(株)	1
日本フェルスター(株)	2
日本フォーミング(株)	3
日本プラスマトリート(株)	1
日本フレキ産業(株)	4
日本フローコントロール(株)	1
日本防蝕工業(株)	12
日本ボール(株)	8
日本ボール製造(株)	13
日本フレッド・ロジスティクス(株)	9
日本メディカル・ウェスト・	
マネジメント(株)	5
日本ライオン(株)	7
日本レオードテック(株)	1
(一社)日本ロボット工業会	1
ニルフィスク(株)	1
ニ和電気(株)	5
任意継続者	31
ネオアーク(株)	1
(株)ネオキャリア	396
(株)ネクス	1
(株)ネクス・ソリューションズ	31
(株)ネクスグループ	3
ネクストエナジー・アンド・リソース(株)	22
(株)ネットスプリング	1
NTCネクスト(株)	2
ネボン(株)	20
(株)ノア	1
ノーベル・バイオケア・ジャパン(株)	5
ノボキア(株)	1
野水銅業(株)	1

- コース距離：13.0km
- 歩行時間：4.5時間

- 1 JR渋谷駅
↓0.6km
- 2 宮下公園
↓0.7km
- 3 長泉寺
↓1.9km
- 4 明治神宮
↓1.6km
- 5 思い出横丁
↓1.8km
- 6 花園神社
↓0.9km
- 7 稲荷鬼王神社
↓1.0km
- 8 大久保コリアン通り
↓1.2km
- 9 戸山公園
↓2.3km
- 10 雑司が谷鬼子母神堂
↓1.0km
- 11 JR池袋駅



10 雑司が谷鬼子母神堂

永禄4（1561）年に現在の文京区目白台で掘り出された鬼子母神像を天正6（1578）年、現在の場所に堂を立てて安置したのが始まり。江戸時代前期から、將軍の御成りがあるなど武家から町人まで子育て・安産の神として広く信仰され、今でも多くの参拝者が訪れている。現在、重要文化財に指定されている。



9 戸山公園

東京都新宿区にある都立公園。敷地は明治通りをはさんで、大久保地区（西側）と箱根山地区（東側）の2つに分かれている。公園一帯は江戸時代には尾張藩徳川家の下屋敷だった。また太平洋戦争終結まで、陸軍軍医学校、陸軍の練兵場などがあった。戦後、軍事施設は撤去され、昭和24（1949）年、施設跡地に都営住宅である戸山ハイツの建設が開始された。昭和29（1954）年には敷地の一部を公園として整備し、戸山公園として開園した。

8 大久保コリアン通り

JR山手線大久保駅周辺は、日本最大のコリアンタウンとなっており、今や東京を代表する観光街となっている。メインの大久保通りでは韓国料理の食欲をそよめる香りが店から漂ってくる。ハングルで書かれた看板や、通りに流れるK-POPなど、都内で本格的な韓国旅行をしているような気分になれる。



7 稲荷鬼王神社

新宿区歌舞伎町にある神社。鬼の福授けの社として信仰を集め「撫で守り」の授与で有名。皮膚病・その他病氣平癒に御利益がある。境内の三島神社に祀られている恵比寿神は新宿山ノ手七福神の一つとなっている。



6 花園神社

有名な花園神社の酉の市は明治時代から始まった。酉の市は祭神である日本武尊が東夷征伐の戦勝祈願をし、帰還の時に参りをしたことにちなんで日本武尊の命日である11月の酉の日に行われる。商売繁盛の熊手を売る露店商のにぎやかな声は、晩秋の風物詩となっている。



11 JR池袋駅

池袋にあるJRのターミナル駅。1日平均の乗車人数は乗り入れる私鉄や地下鉄すべての路線を合わせると約130万人であり、新宿駅・渋谷駅と並んで東京の3大ターミナル駅となっている。



快汗ウォーキングコース

渋谷駅から池袋駅まで山手線の見どころを巡りながら歩く半日コース



ご存じ忠犬ハチ公像

1 JR渋谷駅

JR東日本のターミナル駅。再開発により渋谷駅周辺は大きく様変わりしたが、駅前にあるハチ公像は待ち合わせスポットとして今も健在。写真は渋谷駅ハチ公口前のスクランブル交差点。



2 宮下公園

令和2（2020）年、渋谷区立宮下公園がリニューアルオープンした。新しい宮下公園は、民間企業の経営するミヤシタパークというビルの屋上に移設され、ビーチスポーツができるサンドコートや、スケートボード場、ボルダリングウォールといった施設のほか1,000㎡の芝生広場を設置している。



3 長泉寺

文治年間（1185年-1190年）創建と伝わる曹洞宗の寺院。「人肌観音（金丸守護仏）」で特に知られるが、この観音を安置した滝見堂は、室町時代には穂田川（渋谷川）の滝の傍らにあったとされる。また、本堂裏手の墓地の奥、山手線の築堤沿いには約200体の石仏群があり、その中には一面観音、千手観音、馬頭観音、地藏菩薩などもある。



4 明治神宮

祭神は明治天皇と昭憲皇太后で、明治天皇崩御後の大正9（1920）年に創建された。約22万坪に及ぶ広大な神域は、江戸時代初めには肥後藩主・加藤家の別邸であり、寛永17年（1640）年より彦根藩主・井伊家の下屋敷となっていた。その土地が明治7（1874）年、井伊家から明治政府に買い上げられて南豊島御料地となっていた。令和2（2020）年の12月23日（上皇陛下御誕生日）に本殿、内拝殿、外拝殿などの社殿36棟が国の重要文化財に指定された。



5 思い出横丁

JR新宿駅の西口に位置するノスタルジックな情景が残る飲食街。そのルーツは、戦後直後に焼け野原にできた露天商のマーケット。現在は、もつ焼き屋・焼鳥屋を中心とした飲食店やチケットショップなど合わせて約80店舗が、630坪ほどの土地にひしめき、外国人観光客にも人気のスポットとなっている。



特定保健指導の実施率は、ほぼ100%達成！ 「健康経営銘柄」 「健康経営優良法人(ホワイト500)」 に認定され、充実した幅広い福利厚生や 地域貢献活動を実施

今回は健康経営をいち早く導入し、従業員の健康づくり施策を幅広く展開している「アネスト岩田(株)」を訪ねて、健康経営の具体的な取り組みについてお話を伺いました。



今回お話を伺った人事総務部の
和田真志さん(中央)、佐藤なぎさ
さん(右)、渡辺貴矢さん(左)

大正15年の創業以来 97年の長い歴史を持つ

アネスト岩田(株)は大正15(1926)年の創業以来、97年の長い歴史を持つ会社です。①空気圧縮機(エアコンプレッサ)、②真空機器(真空ポンプ)、③スプレーガンを始めとする塗装機器及び液圧機器、塗装設備などの製造・販売を行っている機械メーカーです。

エアコンプレッサは電車やバスの扉の開閉を始め、医療現場(総合病院や歯科医など)、生産現場(工場)などありとあらゆる場所で、動力源として一般的に使われています。真空ポンプは理学・分析装置、半導体分野などで使われています。スプレーガンは、自動車や新幹線の塗装から携帯電話、パソコン、家具、ネイル、ホビー・アート市場

に至るまで幅広い分野で用いられています。

さまざまな健康維持・ 増進活動を展開

従業員全員が「笑顔でイキイキと輝いていること」を目指し、早くより健康経営に取り組んでいます。今まで行ってきた健康維持・増進活動が評価され、2022年3月に「健康経営優良法人(ホワイト500)」に認定され、「健康経営銘柄」にも選定されました。

「健康経営銘柄」「健康経営優良法人(ホワイト500)」とは

「健康経営銘柄」とは、経済産業省と東京証券取引所の共同で、「健康経営優良法人」に認定された法人の中から、業種ごとに原則1社が選定される制度です。

また「健康経営優良法人(ホワイト500)」とは、経済産業省と日本健康会議が共同で、従業員などの健康に配慮した優良な健康経営を実践している法人を顕彰する制度で、原則上位500社が「ホワイト500」に認定されます。



**特定保健指導の実施率は
ほぼ100%**

健診後にメタボリスクが高いと判定された方に行われる特定保健指導を対象者のほぼ100%が受けています。産業機械健保組合加入員の実施率の全平均が約10%であることから、大変に高い実施率となっています。対象者が自身の健康状態の改善のために専門の方から保健指導を受けられるよい機会と捉えており、また、素直で真面目な社員が多いことが、高い実施率につながっているのではないかと考えています。会社と従業員の信頼関係が強いことも理由のひとつであるようです。

充実した福利厚生

**①運動習慣をつけるため、
会社敷地内にジムを開設**

運動好きな社内のメンバーが主体となつてハンドメイドで作上げたジムで、幅広い職場や年齢層の方が集まり、コミュニケーション活性化につながっています。

初めは部活からスタートしましたが、より多くの方が使えるよう



コミュニケーション活性化にも役

により広いスペースに移設し、設備も充実させました。就業前、就業後、休み時間、休日などに性別・年齢問わず思い思いに利用しています。

②仮眠スペースの設置

社内にお昼休みの時間に仮眠を取れるスペースが設置されています。本社ではパワーナップエリアとして専用ルームを設け、室内は間接照明のみで暗くし、アロマの香りが漂うリラクセスできる空間になっています。各スペースには、畳、ヨガマット、無重力チェアを設置し、それぞれ個室になるよう、パーテーションで仕切られています。最大で一度に9名が利用可能となっております。午後の業務効率向上に役立っていると好評です。



リラクセスできる雰囲気になっている

③ウォーキングイベントの開催

ウォーキングイベントを2021年にスタートし、今年から年2回の開催を計画しています。ルールや集計方法は社内決定して運営しており、歩数カウント用にスマートウォッチを配布しています。今年5月に開催した第2回目は、全員の歩数をポイントとして金額換算し、地域の障がい者支援施設で製造しているお菓子を購入。頑張ったご褒美として従

業員全員で分けました。また、コロナ禍で大人数が集まるイベントが難しい中、第2回目はチーム戦にしたことで、コミュニケーションの活性化に効果があったという声が寄せられました。

④スマートミールの導入

食堂にカロリーコントロールされたメニュー「スマートミール」が導入されています。1汁3菜を基本とした食事です。1食分が約600キロカロリーとなっています。スマートミールのメニューは30種類以上もあり、季節によってメニューの入れ替えが行われます。メインのおかずはスープと小鉢が2つについており、ご飯は押麦ご飯や雑穀ご飯などが日替わりとなっています。彩りも鮮やかで大人気なメニューとなっており、厚生労働省の提唱を受けて、日本栄養改善学会と日本給食経営管理学会が中心になり開始された「健康な食事・食環境」のスマートミール認証を取得しました。

スマートミールの一例



⑤有休取得(スマイルホリデー)や eラーニングを推進

有給休暇を取りやすくする環境にす

地域貢献活動にも力を入れる

①屋内農園の開設

障がい者の方の働きがいをもっていたきたいとの思いから、屋内農園で障がい者を雇用しています。植物好きなメンバーがハーブや野菜を栽培し、収穫したハーブはハーブティとして本社、工場、支店で提供されています。

また、野菜は本社食堂でサラダバーの食材としても提供されています。昼食メニューが色とりどりとなり、従業員の野菜不足解消にも役立っています。

その様子を写真に収めて屋内農園に送り、感想やリクエストをフイードバックしています。



社内にハーブティとして提供

特定保健指導の実施率は ほぼ100%

健診後にメタボリスクが高いと判定された方に行われる特定保健指導を対象者のほぼ100%が受けています。産業機械健保組合加入員の実施率の全平均が約10%であることから、大変に高い実施率となっています。対象者が自身の健康状態の改善のために専門の方から保健指導を受けられるよい機会と捉えており、また、素直で真面目な社員が多いことが、高い実施率につながっているのではないかと考えています。会社と従業員の信頼関係が強いことも理由のひとつであるようです。

充実した福利厚生

**①運動習慣をつけるため、
会社敷地内にジムを開設**

運動好きな社内のメンバーが主体となつてハンドメイドで作上げたジムで、幅広い職場や年齢層の方が集まり、コミュニケーション活性化につながっています。

初めは部活からスタートしましたが、より多くの方が使えるよう

メンバーのモチベーションの向上にもつながり、よりおいしい野菜、ハーブティ作りにつながっています。

②「アネスト岩田カップ」の開催

2021年より「アネスト岩田カップ」というサッカー大会を横浜F・マリノスと共同で開催しています。現在まで4回開催しており、3月は小学6年生(U-12)の卒業記念となる大会を開催しています。

初回の2021年は新型コロナの感染拡大で試合がごとく中止となつてしまったため、小学6年生に小学校時代の思い出づくりの場を提供したいとの思いからスタート。子供たちはコンディショニングのグラウンドで思い切りサッカーを楽しむことができました。たまに開催されていた試合も無観客で行われることが多かったことから、観戦に来られた親御さんも子供たちの試合を久しぶりにグラウンドで見ることができた大会となりました。



芝生のグラウンドで伸び伸びプレー

健診事業ガイド

予約から受診までの流れ

STEP 1

契約健診機関へ直接電話をし、予約を取ってください。

産業機械健康保険組合に加入している旨を必ず伝えてください。

連絡先、自己負担額などは当健康保険組合ホームページの**契約健診機関検索**（スマートフォンからも検索できます）にてご確認ください。

STEP 2

予約が取れましたら契約健診機関申込書（当健康保険組合ホームページからダウンロードできます）を**健診機関へFAXまたは郵送**にて提出してください。遅くとも受診日の2週間前までに提出してください。

STEP 3

健診機関より健診の案内が届きます（会社、自宅等、案内の送付先を予約時に伝えてください）。

STEP 4

予約日に受診してください。資格確認のため保険証を持参してください。

STEP 5

後日、健診機関より結果表が届きます。

健診結果後の二次検査

・健診で二次検査となった場合は保険診療扱いとなりますので、受診の際は健診結果と保険証をお持ちください。かかった費用の3割が自己負担となります。

自己負担額

A 契約健診機関（全国457カ所と契約）

生活習慣病健診および生活習慣病健診＋婦人科項目（一部健診機関を除く）については、**被保険者、被扶養者（年度内40歳以上）は無料**で受診できる健診機関なのでおすすめです。

	生活習慣病健診	生活習慣病健診＋婦人科項目	人間ドック	人間ドック＋婦人科項目
30歳以上*の被保険者	無料	無料 （一部自己負担あり）	自己負担あり	
40歳以上*の被扶養者			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	

***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、その年齢以上である方**をいいます。

B 契約健診機関（全国116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。

被扶養者の健診受診方法

被扶養者の健診受診方法には以下の方法があります。

- ①契約健診機関にて受診
- ②東振協主催の会場集合型春季・秋季婦人生活習慣病予防健診※
- ③各医療機関主催の会場集合型健診（不定期開催）※
- ④契約健診機関以外で受診後に補助金申請

※会場集合型の健診については個人宛通知や当健保組合ホームページのニュースとお知らせで案内しています。

注意事項

1. 当健康保険組合の補助を用いての健診は、生活習慣病健診、生活習慣病健診＋婦人科項目、人間ドック、人間ドック＋婦人科項目のいずれか1つを、4月～翌年3月の年度内に1回受診できます。
2. **年度内40歳以上（※）**の方は、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歳以上とは 4月1日から翌年3月31日までに40歳以上である方をいいます。
3. 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、日程変更が必要になったり、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。
4. 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。

令和3年度 各種健診の実績 健診の受診者は合計113,383人

当健康保険組合では、1年に1度健康状態をチェックできるように、「**生活習慣病健診**」「**生活習慣病健診＋婦人科項目**」「**人間ドック**」「**人間ドック＋婦人科項目**」を契約

健診機関などで実施しています。令和3年度に実施された各種健診の受診者数は下記の通りです。年々受診率も上がっており、健診の受診者は合計113,383人となりました。

●各種健診受診者数
合計**113,383**人

生活習慣病健診
73,578人

生活習慣病健診
＋婦人科項目
16,075人

1日人間ドック
23,730人

従業員の健康づくりへの投資が業績アップにつながる「健康経営®」とは？



近年、従業員の健康を重要な経営資源と捉え、健康増進に積極的に取り組む「健康経営」が推奨されています。このような動きを受け、当健保組合が所在する東京都では「健康企業宣言東京推進協議会」が発足しました。健康経営に積極的に取り組む企業を「健康優良企業」として認定する「健康企業宣言」の取り組みが進められ、当健保組合も参加しています。

一方、「健康経営優良法人」は大規模法人部門と中小企業法人部門に分かれており、それぞれ上位500法人を「ホワイト500」（大規模法人部門）、「ブライツ500」（中小規模法人部門）として認定されます。中小規模法人部門は健康宣言（東京では健康企業宣言）で「銀の認定」を取得する必要があります。健康経営に興味があれば当健保組合までお問い合わせください。

健康経営：経営者や人事総務担当者等が従業員の健康づくりを積極的にサポート

従業員の健康状況を把握する

- 健康診断
- がん検診
- 人間ドック
- ストレスチェック
- など

従業員の健康づくりを推進

- 特定保健指導
- ウォーキング大会
- 食事指導
- 禁煙運動
- など

従業員が心身ともに元気に働ける職場環境を整備

- 時間外労働の削減
- 有給休暇の取得促進
- など

従業員の生活習慣病やメンタル不調の予防・改善につながり、従業員一人一人の能率もアップ！

結果、企業にはこんなメリットが！

生産性の向上
医療費の軽減
企業イメージのアップ
ミスや事故、不祥事の予防

「健康経営」は、事業所にも、従業員にとっても**メリット**が大きい



働く人にとって、職場で過ごす時間は一日のなかでも大きなウエイトを占めています。職場は健康管理の拠点として、家庭とともに大切な場所です。

健康維持・増進には、バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠・休養など、健康的な生活習慣を実践することが不可欠ですが、まずは自分自身

の健康に関心を持つことがスタートとなります。健康経営によって従業員の健康づくりへのきっかけができ、個々人の問題点を認識し、具体策の提案とその実践をサポートすることで、健康維持・増進への効果が高まります。

Q 右肩が痛くて手が後ろに回らない。
五十肩の症状？

50歳、女性。カフェのパートを始めてから、右肩が痛くなって腕が上がらなくなりました。今は、腕が後ろに回らなくなり、上着の脱ぎ着がしにくくなっています。いわゆる五十肩でしょうか。五十肩について教えてください。（神奈川県 K）

A 整形外科を受診して診断を。
五十肩は自然に治るまで
個人差があり適切な治療を
受けたほうが回復は早い

ご相談者の相談でいちばん可能性が高いのは凍結肩（いわゆる五十肩）です。そのほか年齢的に腱板断裂、変形性肩関節症、関節リウマチ、上腕骨頭壊死などの可能性もあります。まずは整形外科を受診し、診断を確定する必要があります。

凍結肩は、明らかな外傷がなく肩関節の痛みと動きに制限が出る状態で、40～50代に好発します。原因は、肩関節の関節包・滑液包・腱板といった組織が加齢の経年劣化によりもろくなり、関節の動きや筋肉のけん引によって小さな傷ができるためと考えられています。輪ゴムが古くなると引っぱったときにひび割れが生じると似ています。その傷をきっかけに慢性的な炎症や異常な血管増生が起こり、関節包が厚みを増して縮んだり、関節周囲が癒着して動きが制限されます。凍結肩は明らかな外傷がなくても起こるといわれていますが、ちよつとしたきっかけがある人もみられます。たとえば、車の運転席から後頭部座席に腕を伸ばしたとき、犬の散歩中に不意にリードを引っぱられたときなどに、肩が一瞬ズキツとしたという経験です。その直後はなんともなかったのに、翌日や数日後に痛み始めたというケースがよくあります。

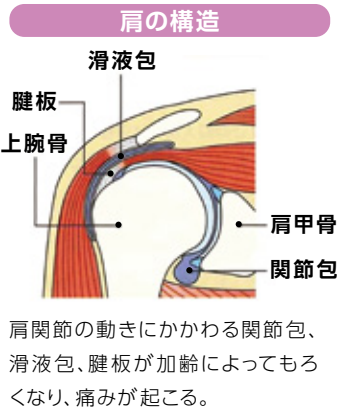
凍結肩は、一般的には炎症期、拘縮期、回復期の3つの病期を経ます。炎症期は発症から1カ月前後で、安静にしても痛み、夜眠れないこともあります。動かすことはできます。拘縮期は炎症期のあとの数カ月で、強い痛みは軽減しますが、相談者のように手が後ろに回らないなど動かそうとすると痛みを生じます。回復期は拘縮期のあと数カ月から1年程度で、徐々に回復します。

凍結肩は自然に治ることも多いのですが、治るまでに数カ月から1年以上と長く、個人差もあります。凍結肩の治療法は病期によって異なります。適切な治療を受けると、症状の程度を軽くしたり、治るまでの期間を短縮することができま

す。痛みが強い場合や日常生活の支障が大きい場合には、診断・治療のためにも整形外科の受診がすすめられます。

●炎症期
痛みをやわらげる治療が中心。非ステロイド系抗炎症薬のみ薬や貼り薬がよく使用されるが、夜間の痛みには効きにくく、その場合はトラマドール製剤やプレガバリン系製剤が使われる。痛みが強い場合には、ステロイド薬の関節内注射を行う。リハビリは筋肉の過度な緊張をほぐすことを主に行う。

●拘縮期・回復期
動きを回復させる治療が中心。運動療法により、硬くなった関節包、筋肉をストレッチしたり、関節周辺の癒着をはがす。そのほか、関節包拡張術、エコーガイド神経ブロック下徒手授動術などがある。



回答者 ▶ あさひ病院（愛知県）

スポーツ医学・関節センター長 岩堀 裕介

Q 管理職になってから
単純なミスが増えた夫。
ADHDの可能性もある？

42歳の夫。夫いわく、管理職になりストレスや仕事量が増えたせいか、集中力がなくなり、ミスが増えたそうです。昔から落ち着きがないとは思っていたのですが、最近、ADHDという病気を知り、夫もそうなのではと心配です。（大阪府 T）

A 小児期から「落ち着きがない」
などの症状が目立つならADHD
が考えられる。ストレスが原因の
場合もあるので受診を

ADHDは、不注意と多動・衝動性を主な症状とする発達障害の一つです。日本語でいうと、注意欠如多動性障害（注意欠如多動症）となります。「忘れもの、なくしものが多い」「物事に集中できない」「落ち着きがなく、衝動的な言動が多い」などの特徴がみられます。

この数年あまり、「発達障害」という用語は、非常にポピュラーなものとなりました。これは小児期にみられる発達障害の症状が、成人になっても継続的にみられることが明らかになってきたためです。

成人期の発達障害のなかで、もっとも注目を浴びてきたのは、アスペルガー症候群を中心としたASD（自閉症スペクトラム障害、自閉スペクトラム症）です。「空気が読めない」というASD

の特徴は、多くのメディアで取り上げられました。一方で、ADHDは、あまり注目されることがありませんでした。ただ実際にはADHDの出現頻度はASDより高く、小児期では人口の6～8%、成人では3～5%というデータが報告されています。

ADHDにおいては、学生時代までは大きな問題はなかったものの、成人になってから生活上の問題が生じていることが一般的です。その多くが職場での不適応がきっかけで病院を受診しています。

ADHDでは、不注意の症状によって、職場におけるパフォーマンスの悪さやケアレスミスの多さがよくみられます。このため上司などから、「真面目に取り組んでいない」「仕事にやる気がない」、あるいは「能力不足」と叱責される対象になってしまいます。さらに、ストレスが続くことによって、うつ病や不安障害の症状を併発したりする人も少なくありません。

ご質問に対する答えとしては、ご主人が小児期から、「忘れものが多い」「落ち着かない」などの症状がみられた場合、ADHDと診断される可能性があるでしょう。

一方、管理職に伴うストレスによってうつ状態となり、集中力の障害がみられたとも考えられます。ぜひ専門医を受診することをおすすめします。ADHDは投薬により症状の改善が可能です。

成人にみられるADHDの特徴

ADHDは不注意症状と多動・衝動性の症状がある。大人の場合、多動・衝動性の症状は、社会生活に適応していくため改善されていることが多く、不注意症状が目立つ。

不注意症状の特徴

- 注意・集中ができず単純なミスが多い
- 物をなくしたり、置き忘れたりする
- 片づけが苦手
- 段取りが下手で先延ばしにする
- 約束を守れない

出典：『大人のADHD—もっとも身近な発達障害』岩波明著（筑摩書房）

回答者 ▶

昭和大学医学部 精神医学講座 教授

岩波 明

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お受けします

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、医療や健診のことで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優れた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

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
5,000円分が
当たる!!

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。

- ① 皆さんの保険料は〇〇〇〇〇〇
〇に保険料率をかけて算出さ
れます。
- ② 紹介状なしの〇〇〇〇〇〇は料
金の上乗せになります。
- ③ インフルエンザの〇〇〇〇〇は
流行前に受けましょう。
- ④ 近年、従業員の健康を重要な
経営資源と捉え、健康増進に
積極的に取り組む「〇〇〇〇」
が推奨されています。
- ⑤ 今号の表紙は車いすテニスの
〇〇〇〇さん。

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名の方々にプレゼントいたします。

●**送り先**
〒105-0014 東京都港区芝2-13-14
産業機械健康保険組合「懸賞クイズ」係

●**締切り**
11月11日（金）消印有効

夏号（第226号）
懸賞クイズ
●**答え**
① 事業所
② 基礎代謝量
③ 健康寿命
④ 伊豆の瞳
⑤ 岩淵真奈

●**当選者**
応募総数254名
（宿泊招待券の応募96名、図書カードの応募144名、不正解14名）の中から抽選で、次の方々が当選されました。

（株）マツイ 芝原 英行様
（株）インターアクション 南雲 信人様
マイクロテクノ（株） 高藤さやか様
マークテック（株） 辻元 貴也様
和栄工業（株） 永井 志津様
AGCブライブリコ（株）
大羽精研（株） 飯野 克則様
（株）タカミヤ 藤井 拓己様
（株）フロウエル 石野 路子様
（株）エイチ・ティー・エル 長間 春菜様
中島 幸男様

新規加入事業所

加入年月	事業所名	業種	所在地
令和4年6月	PAG Renewables合同会社（関連会社）	発電設備の開発・設置・所有及び保守管理、 発電システムの構築業務	千代田区
令和4年9月	株式会社アストロスケールホールディングス（関連会社）	持株会社	墨田区

公 告

- 第2441号 4・7・6
事業所の名称変更について
メッツオジャパン株式会社
→リンデマンジャパン株式会社
神奈川県川崎市
- 第2442号 4・7・27
事業所の新規適用について
- 第2443号 4・8・16
事業所所在地変更について
オルガノプラントサービス株式会社
東京都文京区→東京都江東区
- 第2444号 4・8・22
一般競争入札公告

ホームページのご活用を!

アドレス → <https://www.sk-kenpo.or.jp>

ぜひアクセスしてみてください

当健康保険組合のホームページはさまざまなシチュエーションごとの手続きや給付の内容について、トップページからワンクリックで直接アクセスできます。また、スマートフォンにも対応していますので、いつでもどこからでも、すぐに必要な情報を検索できます。ぜひ一度、アクセスしてみてください。



膝引き寄せ 腹筋トレーニング

10回

1 座面に手を置く



2 膝を引き上げて、下ろす



上体が後ろに倒れないように、体をしっかり立てて引き寄せます。

むずかしければ、脚が上がるだけでもOKです。

たったこれだけ!

お尻 ストレッチ

左右各30秒

1 片足の外くるぶしを膝の上に乗せる



膝を下に押し込みます。

2 上体を前に倒す



頭を下げるのではなく、おへそを前に出すイメージです。

たったこれだけ!

椅子を使った簡単な運動をご紹介します。座っているとき、思い出したら取り組んで、まずは体を動かすことに慣れましょう。

簡単ストレッチ＆ トレーニング

●指導・監修
トレーニングジムIPF
ヘッドトレーナー
健康運動指導士 清水 忍

CHECK! 簡単! 解説動画はコチラ



<http://douga.hfc.jp/imfine/undo/22spring01.html>

すきま時間に楽しく!



◆今号の表紙◆ 「車いすテニス」国枝 慎吾さん

1984年千葉県生まれの38歳。9歳の時、脊髄腫瘍による下半身麻痺のため車いすの生活となった。母のすすめで小学校6年生の時に車いすテニスを始めた。グランドスラム車いす部門で、男子世界歴代最多となる計54回（シングルス32回、ダブルス22回）優勝の記録を持つ。年間世界ランキングでは8回1位を記録している。シングルスで年間グランドスラム（3冠）を計5回達成し、ダブルスではキャリアグランドスラムと4大会連続優勝を果たしている。パラリンピックでは2004年アテネ大会から2020年東京大会までの5大会で金メダルをシングルスで3個、ダブルスで1個獲得。また、5大会すべてでメダルを獲得している。車いすテニス界のレジェンド的な存在だ。

組合の現況

被保険者数 164,199人

平均標準報酬月額 369,760円

被扶養者数 106,485人

事業所数 1,153カ所

8月末現在