

健康だより

ご家庭にお持ち帰りください。

2024
No.623

秋



「素敵な笑顔」(茨城県久慈郡大子町 永源寺) 東京食肉市場(株) 今村正治さん

医療機関の受診はマイナ保険証で.....	2
「資格情報のお知らせ」をお送りします。.....	3
接骨院(整骨院)を利用される方へ 対象となる事例に該当した場合、「償還払い」に変更されることがあります.....	4
健康優良企業として「銀の認定証」を獲得されました!.....	5
令和6年度秋季合同・集合健診.....	6
患者が希望して先発医薬品を使う場合、患者負担が高くなります／インフルエンザワクチン 接種補助金申請について／健康診断等の補助金申請について.....	7
健康日本21イベント「いちご狩り」を開催いたします.....	11
応急手当講習会のご案内.....	12
令和7年 事業主新春懇親会のご案内.....	14
すこやか通信「今すぐやろう! 災害時の備え」.....	8
事業所にお邪魔しました「株式会社船橋屋」.....	9
ヘルシー&優しいレシピ「焼豚の中華風炊き込みご飯」.....	10
公告・お知らせ／イベント開催報告.....	13
共済会だより.....	15
お歳暮幹旋販売のご案内／結婚式場幹旋のご案内 けんぽクイズ／我が家のペット写真館.....	裏表紙



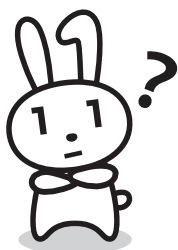
令和6年12月2日から保険証の新規発行終了

医療機関の受診は マイナ保険証で



※マイナ保険証…マイナンバーカードと保険証を紐づけたものです。

マイナンバー法等の一部改正法により、令和6年12月2日から保険証の新規発行が終了となります。医療機関への受診はマイナ保険証の利用が基本となります。



Q.マイナ保険証がない人は12月以降どうなりますか？

A.今の発行済の保険証を令和7年12月1日まで（その前に当健保組合の資格がなくなるときはそのときまで）はそのままご利用いただけます。
令和6年12月2日以降に加入した方でマイナ保険証未登録の方には、当健保組合から交付される「資格確認書」で受診していただくことになります。

まだ登録していない方はお早めに登録を！

マイナンバーカードを **持っている方**

(マイナンバーカード+暗証番号4桁が必要)

● スマホで登録



● セブン銀行 ATMで登録

ATM画面の
「各種お手続き」から



マイナンバーカードを **持っていない方**

(自治体から届いた「マイナンバーカード交付申請書」必要)

- スマホ・PCで申請
- 郵送で申請
- まちなかの証明写真機で申請

※交付申請書をお持ちでない場合は市区町村窓口でご相談ください。



マイナ保険証の利用は簡単です

STEP1

医療機関窓口の
カードリーダーに
マイナンバーカードを置く。

STEP2

顔認証または暗証番号(4桁)で
本人確認を行う。

STEP3

過去の診療情報・お薬情報・
健診情報(40歳以上)の
情報提供に同意する。



令和6年10月下旬ごろ

「資格情報のお知らせ」をお送りします。

「資格情報のお知らせ」とは？

マイナンバーカードには、従来の保険証に記載されている記号・番号や資格取得年月日などの情報が記載されていません。このため、保険証廃止後の給付金申請にご活用いただくことなどを目的に、すべての加入者(被保険者・被扶養者)様に対して、個人単位で発行します。

■資格情報のお知らせ(見本)


健保 花子 様

資格情報のお知らせと個人番号(マイナンバー)確認のお願い

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします(令和6年10月1日時点)
なお、このお知らせのみでは受診できません。

記号	010	番号	12345	(枝番)	02
氏名	健保 花子				
フリガナ	ケンキョウ ナナコ				
負担割合	3割				
資格取得年月日	令和6年2月3日				
保険者名	東京都食品健康保険組合				

スマートフォンをお持ちの方は、以下の二次元コードからマイナポータルにログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。
— マイナポータルへのアクセス・ダウンロードはこちら —



マイナ保険証の読み取りができない例外的な場合には、スマートフォンの資格情報画面をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます(スマートフォンをお持ちでない方は、この文書をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます)。

なお、現在、医療保険のデータベースに登録されているあなたの個人番号(マイナンバー)は次のとおりですのでご確認ください(12桁のうち下4桁のみ表示)
表示されている下4桁の数字が、ご自分の個人番号(マイナンバー)の下4桁と一致していない場合には、保険者までご連絡ください。

***** 5678

資格情報のお知らせ
令和6年10月25日発行
東京都食品健康保険組合

記号 010 番号 00012345 (枝番) 02
氏名 健保 花子
負担割合 3割

受診の際にはマイナ保険証があわせて必要です

こんなときにご利用ください

- 医療機関・薬局で
マイナ保険証が使えないとき
(マイナ保険証とともに提示してください)
- 当健保組合の保健事業の申込みや、
保険給付の給付の申請をするとき
(マイナ保険証には健康保険の記号・番号が書かれていないため)

※「資格情報のお知らせ」のみでは受診できませんのでご注意ください。



個人番号(マイナンバー)の下4桁が記載されています。一致していないときは当健保組合へご連絡ください。

切り取って、マイナンバーカードと一緒に保管してください。

事業主・事務担当者の皆様方へ

提出された算定基礎届により決定した標準報酬月額は、令和6年9月1日から適用されます。事業主、事務担当者の方々にはお忙しい中、算定基礎届の提出にご協力いただきありがとうございました。



お問い合わせは 業務第一課 TEL 03(3833)5152

接骨院(整骨院)を利用される方へ

対象となる事例に該当した場合、 窓口で一旦全額を支払う「償還払い」 に変更されることがあります

接骨院(整骨院)で健康保険が使える施術を受けた場合、通常は窓口でかかった施術料の3割を負担する「受領委任払い」で処理されます。ただし、施術を受けた方が下記の一定の条件に該当する場合には、個人単位で「償還払い」に変更することがあります。

令和6年10月からは条件の対象範囲が拡大されます。



こんな場合は償還払いに変更となります

- 1 接骨院(整骨院)の柔道整復師が、自分自身に対して施術を行っている場合(自己施術)
- 2 家族である柔道整復師から施術を受けている場合や、自身が勤務している接骨院(整骨院)で施術を受けている場合(自家施術)
- 3 健保組合等が繰り返し患者照会を行っても回答しない場合
- 4 複数の施術所で同部位の施術を重複して受けている場合

《令和6年10月から追加》

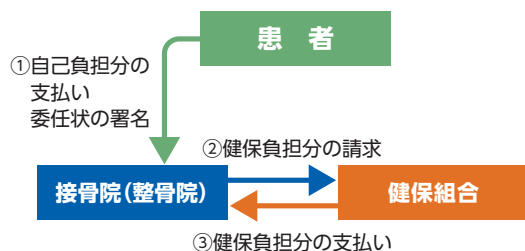
- 5 長期かつ頻回な施術(初回の来院から5か月を超え、かつ1か月当たり10回以上の施術)を継続して受けている場合



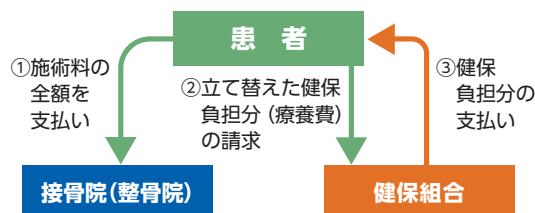
対象となった場合は、個別にご連絡いたします

「受領委任払い」と「償還払い」

受領委任払い



償還払い



お問い合わせは

業務第二課 TEL 03(3833)5191



健康優良企業として

健康企業宣言

銀の認定証

を獲得されました!



健康企業宣言において、従業員の健康づくりへの取り組み等を積極的に実践された次の3社に対し、健康優良企業として「銀の認定証」が授与されました。

ハーゲンダッツ ジャパン株式会社
令和6年6月11日付

(左から)

コーポレート本部 マネージャー
三上 さよみさん

コーポレート本部 部長
倉本 亜紀さん

コーポレート本部
伊藤 千鶴香さん

コーポレート本部長
清水 信孝さん



株式会社龍名館
令和6年8月8日付

株式会社龍名館ホテルシステムズ
令和6年8月8日付

(左から)

ホテル1899東京 マネージャー
山田 修久さん

代表取締役社長
浜田 敏男さん

総務経理部部長
蛭田 淳史さん



健康企業宣言に取り組んでみませんか

「健康優良企業認定制度(健康企業宣言)」は、健康優良企業を目指して企業全体で健康づくりに取り組むことを宣言することです。従業員の健康づくりを推奨することで、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や組織としての結果向上へつながることが期待されます。

当健保組合のホームページにて制度の解説をしておりますので、是非ご検討ください。

お問い合わせは

情報管理課 TEL 03(3833)5155

\\ 今年度まだ健康診断を受けていない方へ //

予約
不要

令和6年度

秋季合同・集合健診

秋季合同・集合健診について今後の日程をお知らせします。

受付時間をご確認のうえご利用ください。

受診資格・料金等の詳細は当健保組合のホームページをご覧ください。



	実施日	受付時間	会場名	所在地
合同健診	築地 11月28日(木)	午前の部 10:00~12:00 午後の部 13:30~16:00	築地本願寺閻法ホール2階	中央区築地3-15-1
	原宿 11月 5日(火)		東郷神社内和楽殿2階	渋谷区神宮前1-5-3
	大宮 11月 1日(金)・15日(金)		JA共済埼玉ビル地下1階	さいたま市大宮区土手町1-2
	横浜 11月11日(月)・18日(月)		神奈川県立 かながわ労働プラザ3階	横浜市中区寿町1-4
	津田沼 11月14日(木)		津田沼モリシアホール4階	習志野市谷津1-16-1
	大阪 11月22日(金)		大阪科学技術センター 地下1階	大阪市西区靱本町1-8-4
集合健診	上野 12月12日(木)・1月25日(土) 2月28日(金)・3月11日(火)	午前の部 9:00~12:00 午後の部 13:30~16:00	東京都食品健康保険組合 上野会館4階	台東区東上野2-25-8
	新宿 11月20日(水)・29日(金) 12月 6日(金)・ 9日(月) 1月16日(木) 2月 7日(金)・25日(火) 3月13日(木)・21日(金)		幸楽メディカルクリニック 新宿すこやかプラザ4階	新宿区新宿1-8-11



健診等の受診は
年度内1回(補助金含)です
重複受診はできません
ご注意ください



家族(被扶養者)の方も
ご利用ください

新センター長就任のお知らせ

上野健康管理センター長 大鈴木文孝先生が7月31日付で退任され、
後任のセンター長に阿久津昌久先生が8月1日付で就任されました。

お問い合わせは

上野健康管理センター TEL 03(5688)5431

令和6年
10月～

患者が希望して先発医薬品を使う場合、患者負担が高くなります

同じ成分で価格の安いジェネリック医薬品がある薬で、価格の高い先発医薬品の処方を希望される場合、ジェネリック医薬品との価格差の4分の1を「特別の料金」として、患者が負担することになります（「特別の料金」には消費税がかかります）。

対象となる先発医薬品

- ジェネリック医薬品が登場して5年経過している薬
- ジェネリック医薬品への置き換えが50%に達している薬

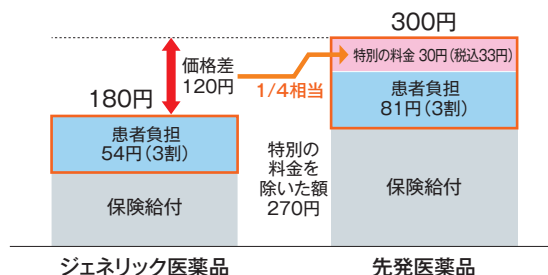
対象にならないケース

- 医療上の必要性があって先発医薬品を使う場合
- 薬局にジェネリック医薬品の在庫がない場合

お問い合わせは 情報管理課 TEL 03(3833)5155

ジェネリック医薬品180円、先発医薬品300円の場合の計算例

※端数処理により実際の金額は異なります



●患者負担の計算例

		9月まで (3割負担)	10月から	変化額
先発医薬品	300円	90円	114円	24円増
ジェネリック 医薬品	180円	54円	54円	変更なし

インフルエンザワクチン接種 補助金申請について

当健保組合では、インフルエンザの発症や重症化予防の一環として予防接種を受けた方に補助金を支給しています。

補助金額 **1,000円** (年度内1回のみ)
接種費用 (税込) が1,000円未満の場合は、その金額

対象者 接種時65歳未満で、令和6年9月1日から12月31日までの間に接種を受けた被保険者及び被扶養者

提出期限 **令和7年1月31日** (必着)



健康診断等の 補助金申請について

健康診断等の補助金申請をする方は、受診後、速やかに提出してください。特定健康診査受診券で受診された方は、補助金対象外となります。

提出期限 **令和7年5月31日** (必着)

申請は
お早めに



お問い合わせは 補助金担当 TEL 03(3833)5193

今日かもしれない…

今すぐやろう！災害時の備え

地震・台風・河川の氾濫・集中豪雨……自然災害は、いつ起こるかわかりません。災害が発生した場合、ライフライン復旧まで1週間以上有することもあり、災害支援物資が届かないことも想定されます。だからこそ、普段から備えておくことが大切です。**最低でも3日間、可能であれば1週間分の食品の家庭備蓄が望ましいとされているため、日ごろから準備しておきましょう。**

『ローリングストック』を取り入れよう！

「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費しその分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。災害が起こった際に食べる非常食も、日常の食事として取り入れてみましょう。

おすすめポイント

- ★ 費用、時間面で、普段の買い物の範囲でできる
- ★ こまめに入れ替わるので賞味期限切れやフードロスも防げる
- ★ 非常時も食べ慣れたもので安心！家族の状態や好みに合わせてチョイスできる

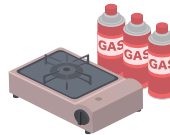


主な家庭備蓄の例

必需品



水
1人1日3L(飲用水+調理用)



カセットコンロ・カセットボンベ
1人1週間6本程度

主食

エネルギー
炭水化物



米・パックご飯・レトルト粥
など



乾麺(うどん・そば・パスタなど)
カップ麺類

主菜

たんぱく質



缶詰(ツナ・鯖・焼き鳥など)



レトルト食品
(カレー・牛丼の具など)

副菜 その他 (適宜)



日持ちする野菜類
(たまねぎ・じゃがいもなど)



野菜ジュース・
果汁ジュースなど



お口のケア用品
(歯ブラシ・洗口液・紙コップ
ウェットティッシュなど)



インスタントみそ汁や
即席スープ



こころの栄養も大切
好きな食品(チョコ、ビスケット
等)も食べてストレスをためない
ようにしましょう！

事業所にお邪魔 しました

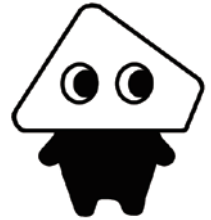
Vol. 2



▲インタビューに応じていただいた広報室の渡邊さん

株式会社船橋屋様

江戸時代後期の1805(文化2)年に創業。200年以上の歴史を持つ株式会社船橋屋。主力商品のくず餅は昔から守り継がれた伝統の品。亀戸天神前に本店を構える船橋屋さんにお話をうかがいました。



くずもちくん

はじめは亀戸天神から

当社は亀戸天神の境内からはじまりました。多くの参拝客で賑わう亀戸天神を創業者の勤助が参拝したときに、休むところがないと思ったそうです。勤助は良質な小麦の産地である下総国の船橋出身で、子どもの頃からくず餅の作り方を見ていたので「境内で提供して、休むところができれば」と考えました。他所から来た者はすぐにお店を出せない時代だったので、まずは地元の信頼を得るために境内の植木を扱う植木職人に弟子入りしたようです。

境内で黒蜜きな粉をかけたくず餅を提供するようになると、評判となり、手狭となったため、今の場所にお店を構えることとなりました。

くず餅は創業時からの製法を守っている

くず餅は、昔ながらの無添加製法を守っています。そのため消費期限は2日間。関東近郊を中心に outlets しておりますが、地方での催事で知ってもらう機会も増えました。老若男女すべての方に安心して食べていただけるよう、もちもちとした食感の和菓子唯一の発酵食品であるくず餅の無添加製法を守っていきたくと思っています。



▲船橋屋を代表する商品「くず餅」

お客様との距離感を大切に

基本的に広告を出していませんが、SNSを活用した広報に力を入れています。船橋屋公式Xでは、お客様とコミュニケーションをとったり、SNS公式キャラクター「くずもちくん」を活用した施策などを行っています。

また、お客様より「くず餅を食べるとなぜか調子が良い」とのお声をいただき、専門機関で調べたところ、独自の乳酸菌である「くず餅乳酸菌」を発見しました。そこから「飲むくず餅乳酸菌」などの乳酸菌商品を開発しました。創業から200年以上経って、このような発見があるのも面白く、くず餅の世界は奥深いと思います。

船橋屋好きが集まった会社

社内は、年代関係なく話しやすい雰囲気です。季節のあんみつや、東京駅限定の生くず餅「とろり」の開発では、若手の意見も交えて開発されました。また、社内報を月1回発行していますが、発行にあたっていろいろな部署の人に話を聞くと、皆さん船橋屋が好きなんだと改めて感じます。ファンミーティングに際し、職人が直接お客様の声を聞きたいと言ったときもそう感じました。今度、健保組合のイベントにみんなで参加するのも面白いかもしれませんね。

株式会社船橋屋

<https://www.funabashiya.co.jp/>

創業：1805年(文化2年)

従業員数：270名

主な商品：くず餅、あんみつ等の製造販売。和スイーツなど創作カフェの経営

皆さまの事業所もPRしてみませんか？

▶ お問い合わせは総務課まで TEL 03(3833) 5150



焼豚の中華風炊き込みご飯



1人分 ●カロリー：376kcal
●塩分：2.8g

ゴロゴロ焼豚×ごま油で手軽に中華風！
タンパク質も食物繊維もとれる
食べ応え抜群の炊き込みご飯です

詳しい作り方は
こちら！



材料(2人分)

米	1合
市販の焼豚(ブロック)	100g
にんじん	1/8本(約20g)
ごぼう	20g
生しいたけ	1個
酒	大さじ1
A しょうゆ	大さじ1
鶏ガラスープの素	小さじ1/2
ごま油	小さじ1/2
小ねぎ	適宜

作り方

- 1 焼豚は約1cm角に切る **Point1**。
- 2 にんじんとごぼうは洗ってからせん切りに、生しいたけは薄切りにする。
- 3 炊飯器の内釜に米を入れて、水(分量外)を1合の目盛りまで注ぎ、**A**を加えて軽く混ぜ合わせる。**2**の野菜を入れ、その上に**1**の焼豚をのせて通常の炊飯モードで炊く。
- 4 炊き上がったらごま油を回しかけて **Point2** 全体を混ぜ合わせる。器に盛り付け、お好みで刻んだ小ねぎを散らす。

*できた炊き込みご飯は1膳分ずつラップをして、冷蔵で2~3日、冷凍で約1ヶ月保存できます。冷凍の場合、自然解凍はせずに電子レンジで加熱することでパサつかずふっくらといただくことができます。

ヘルシー
&
優しい

レシピ

生活習慣病の予防・治療の基本は毎日の食事。からだに気をつかいつつ、ボリュームがあって美味しいメニューを紹介します。作り方も簡単なので、ぜひ挑戦してください。

●料理制作 ●撮影●
料理研究家・栄養士 今別府紘行
今別府靖子

食材×栄養 ◆焼豚(市販品)◆

焼豚は味付け・調理済みで、いろいろな料理に活用でき、日持ちもする便利食材。原料の豚肉には、筋肉や細胞のもとになるタンパク質、糖の代謝を促すビタミンB1が豊富です。ロースやもも肉使用のものだと、脂・カロリー控えめになります。

* * *



材料



Point1 焼豚は薄切りよりもブロックタイプがおすすめです。見た目の存在感もあり、旨みが出てより美味しく仕上がります。



Point2 ごま油は炊飯前ではなく、炊き上がってから加えることで風味が増します。

これでもOK!

- ごぼうは水にさらさなくてもOK。ポリフェノールや水溶性の食物繊維を逃さずとれます。
- 炊き込みモードで炊飯しても美味しく作れます。

健康日本21イベント

いちご狩りを 開催いたします

健康日本21イベント「いちご狩り」は開催期間中、参加者が都合の良い日を1日選択する形で実施いたします。受付等は越谷いちごタウンが担当しますので、係の方の案内に従い、楽しい1日をお過ごしください。(お1人様1回限り)



指定期間

令和7年1月18日(土)～令和7年3月31日(月)
(いちごの生育具合により営業時間の変更や臨時休園になる場合がありますので越谷いちごタウンのホームページをご確認ください。)

開催場所

越谷いちごタウン(埼玉県越谷市増森1-41 ☎048-965-1514)

アクセス

越谷駅東口から増森地区センター行きバス15分終点下車徒歩5分
越谷レイクタウン駅からタローズ本社前行きバス8分「三丁野入口」下車徒歩12分

参加資格

食品健保の被保険者、被扶養者であること
(組合員以外の方も入園できますが、入園料を現地でお支払いください。)

参加費

無料 (45分間いちご食べ放題)

募集人数

400名 (募集人数を上回った場合には、抽選といたします。)

申込方法

下の申込書に必要事項をご記入のうえ、郵送又はFAXでお申し込みください。

申込締切

令和6年12月2日(月)

参加決定

参加者の方には12月中旬頃に送付先住所へ「参加券」と案内を郵送いたします。

その他

- 開催場所までの交通費は自己負担となります。
- 「参加券」を持参しなかった場合、および上記指定期間以外のいちご狩りについては全額自己負担となりますのでご注意ください。
- 詳細については案内通知をご確認ください。



申込先

郵送

〒110-8611 東京都台東区東上野2-25-8
東京都食品健康保険組合 総務部 イベント係

FAX

03-3833-5927



✂ キリトリ線

健康日本21イベント いちご狩り申込書

参加 代表者名	記号	番号	送付先 住所	〒	-
	事業所名				
	フリガナ 氏名		TEL	TEL	()

(※平日9時～17時に連絡のつく番号をご記入ください)

同伴者	記号	番号	参加者氏名(当健保組合以外の方は対象者外のため、記入しないでください)	年齢区分
				<input type="checkbox"/> 小学生以上 <input type="checkbox"/> 3歳以上就学前まで <input type="checkbox"/> 3歳未満
				<input type="checkbox"/> 小学生以上 <input type="checkbox"/> 3歳以上就学前まで <input type="checkbox"/> 3歳未満
				<input type="checkbox"/> 小学生以上 <input type="checkbox"/> 3歳以上就学前まで <input type="checkbox"/> 3歳未満
				<input type="checkbox"/> 小学生以上 <input type="checkbox"/> 3歳以上就学前まで <input type="checkbox"/> 3歳未満

- 保険証の番号は必ずご記入ください。 ●年齢区分は令和7年1月1日時点の年齢を基準に✓をご記入ください。
- ご応募いただいた個人情報は、このイベント以外には使用しません。

第37回

応急手当講習会のご案内



開催日時

令和7年
3/1(土)

申込締切

令和7年
1/31(金)

もし自分のそばにいる人が倒れたら、あなたはAEDを使えますか？ AEDがあるのに、だれも使えず手遅れになるケースもあるようです。AEDの操作自体は簡単なので、いざというときのために体験しておきましょう！

日時	令和7年3月1日(土) 午前9時～午後12時
場所	東食健保会館 4階大会議室
参加資格	被保険者・被扶養者
講習内容	普通救命講習
講師	東京防災救急協会の方
募集人数	30名(先着順)
受講料	無料
申込方法	下の申込書に必要事項をご記入のうえ、郵送又はFAXでお申し込みください。
申込締切	令和7年1月31日(金)



申込先

郵送

〒110-8611東京都台東区東上野2-25-8
東京都食品健康保険組合 総務部 総務課

FAX

03-3833-5927

参加案内書は募集の締切後にお送りいたします

✂ キリトリ線

第37回応急手当講習会 令和7年3月1日(土)			
保険証の 記号・番号	-	事業所名 (会社名)	
フリガナ		続柄	
氏名			
参加案内書 送付先	〒 -	(勤務先・自宅) どちらか○で囲む	
電話番号	()	携帯番号	()

※本申込書に記入された個人情報は、応急手当講習会以外には使用しません。

申込先FAX 03(3833)5927

自動音声案内を導入いたしました

スムーズなお問い合わせ対応のため、令和6年9月24日(火)から自動音声案内を導入いたしました

代表番号 **☎ 03-3833-5150**

音声案内に従って番号を押してください
【平日】9:00~17:00

※音声案内の途中でも番号操作は可能です
※もう一度お聞きになりたい場合には回を押してください

- ➔ 1 健康保険の新規加入、保険料など
- ➔ 2 保険給付に関すること
- ➔ 3 健康診断、人間ドックのご予約に関すること
- ➔ 4 健康診断、人間ドックの補助金に関すること
- ➔ 5 負傷原因届、労災、交通事故に関すること
- ➔ 6 その他のお問い合わせ

総合窓口業務再開のお知らせ



令和6年7月8日より閉鎖しておりました総合窓口を令和6年10月1日から再開いたしました。改修工事期間中はご不便をお掛けいたしましたこととお詫び申し上げます。

■ 事業月報 令和6年5月分

	男	女	事業所件数476件
被保険者数	34,914名	28,156名	63,070名
被扶養者数	11,879名	21,080名	32,959名
平均標準報酬月額	384,465円	253,285円	325,903円

■ 事業月報 令和6年6月分

	男	女	事業所件数473件
被保険者数	34,891名	28,137名	63,028名
被扶養者数	11,845名	20,995名	32,840名
平均標準報酬月額	384,462円	253,253円	325,888円

■ 事業月報 令和6年7月分

	男	女	事業所件数477件
被保険者数	34,872名	28,593名	63,465名
被扶養者数	11,860名	20,963名	32,823名
平均標準報酬月額	387,498円	255,330円	327,952円

■ 編入事業所

事業所名称	所在地
株式会社PIERRE MARCOLINI JAPAN	港区六本木
Lindt & Sprungli Japan株式会社	港区南青山

■ 名称変更事業所

新名称	旧名称	所在地
株式会社スマイルズホールディングス	株式会社スマイルズ	目黒区中目黒
株式会社高伴	株式会社高伴	台東区西浅草

表紙写真について



「素敵な笑顔」
東京食肉市場株
今村 正治さん

永源寺(茨城県久慈郡大子町)の通称は「紅葉寺」。美しく彩るモミジに満面の笑みを捉えました。

潮干狩りの開催報告

令和6年4月1日(月)から令和6年7月7日(日)まで木更津海岸中の島公園で潮干狩りを開催し、369名の方が参加者されました。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。また、今後もイベントを開催する予定です。皆さまのご参加をお待ちしております。



令和7年

事業主新春懇親会のご案内



来春の事業主新春懇親会を下記のとおり開催いたします。この会は東京都食品健康保険組合に加入する事業所の交流を深めることを目的としています。

新春を飾る盛大な会となりますようご多忙中とは存じますが、万障お繰り合わせの上、ご出席賜りますようお願い申し上げます。なお、申込方法などの詳細につきましては、12月上旬に事業主様宛文書でご案内させていただきます。

◆ 日時	令和7年2月19日(水) 正午から
◆ 場所	ホテル雅叙園東京 〒153-0064 東京都目黒区下目黒1-8-1 TEL 03-3491-4111
◆ お問い合わせ先	一般社団法人 東京都食品福利共済会 〒110-8611 東京都台東区東上野2-25-8 TEL 03-3833-5196



東京都食品健康保険組合の加入者の皆様へ

お歳暮商品を割引価格で 斡旋販売いたします!

東食健保の加入事業所様の商品です。是非ご利用ください。



商品のご案内・
申し込み方法は、
こちらのQRコード
または共済会
ホームページから



<http://ts-kyousai.org>

お申込み受付期間

令和6年11月15日~12月20日迄(FAX必着)

ご協力いただいた事業所一覧

- 株式会社伊藤園
- 株式会社栄太樓總本舗
- キーコーヒー株式会社
- 株式会社コロパン
- スターゼン株式会社
- 株式会社なだ万
- 株式会社にんべん
- 株式会社明治記念館C&S
- 株式会社山本海苔店

結婚式場の会員特典割引のご案内

加入事業所様のご協力により結婚式及び披露宴の
料理・飲料代の割引が受けられます。(ただし、他の斡
旋業者経由で予約された場合には利用できません。)

- 特典割引を受けられる方
→ 東京都食品健康保険組合の加入者とその家族
- 特典割引率
→ **5%~10%** (式場により異なります)



結婚式場一覧

- 精養軒
- 明治記念館
- 八芳園
- 東武ホテル
- 東天紅(ルーキス、ラヴィクレール)
- ホテル東京(ロイヤルガーデンパレス八王子日本閣、
ロイヤルガーデンパレス柏日本閣)
- ザ・クルーズクラブ東京

利用方法(手順)

- ① 式場を予約してください
- ② 当共済会に連絡してください
- ③ 当共済会から資格証明書を送付いたします
- ④ 式場に③を提出してください

一般社団法人 東京都食品福利共済会

お問い合わせ先

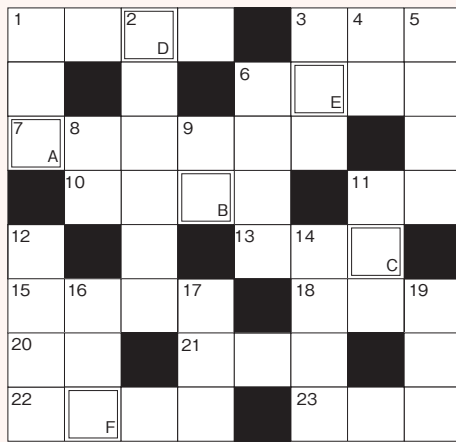
☎ 03-3833-5196

※当共済会は、東京都食品健康保険組合の加入者の福利厚生を目的に設立されています。

けんぽクイズ

No.368

A～Fまでの文字を組み合わせてできる言葉な～に？



タテのカギ

- 1 実るほど頭を垂れる…五円玉の絵柄
- 2 “ドクターイエロー”引退へ
- 3 昨日の敵は〇〇〇の友
- 4 ココからポタ餅、ラッキー！
- 5 真っ黒スパゲッティソース、材料は？
- 6 聖母マリア。転じて憧れの女性
- 8 美味しそうなものを前に、ゴクリと飲み込む
- 9 どんぐりころころ♪ココにどんぶりこ
- 11 スーハー、スペアやペーパーがあるハーブ
- 12 ハムや食パンなどの「薄切り」
- 14 夜の海、あれはイカ釣り漁船の灯？
- 16 モワモワ、ダウンベストの中身
- 17 短期入院しての健康診断「人間〇〇〇」
- 19 手打ちにいたせ！…その後は鍋焼きに

ヨコのカギ

- 1 赤ちゃんはウリ坊
- 3 気化とは、液体や固体がコレに
- 6 深夜。⇔真っ昼間
- 7 キタキツネさんに会いに、ココへ
- 10 防犯用？チワワじゃダメでしょ
- 11 食パンにあるけど、芳一になし
- 13 サッカーがイレブン。野球は
- 15 ポクシングの3 R、Rは何の略？
- 18 甘党だから、コーヒーには山盛り三杯よ
- 20 大学にはオサツ、ポテサラにはオジャガ
- 21 漢字で「へん」の反対側に
- 22 時間割で「数」
- 23 「薄命」でもいい、なりた～い



ディズニー ミッキー&ミニー WDステンレス 真空タンブラーセット

ミッキーとミニーが描かれた300mlのステンレスタンブラーセット。真空二重構造の断熱効果で保温&保冷効果があります。



●応募方法

ハガキの裏に①クイズの答え②お名前(被扶養者の方はⓈと記入)③会社名④健康保険証の記号・番号⑤ご自宅の住所・郵便番号⑥日中、連絡がとれる電話番号を明記のうえ、右記のあて先までご応募ください。

●正解者の中から抽選で30名の方に賞品を呈呈します。

※前回(2024夏号 (No.622))の答えは「オーラルフレイル」でした。正解者の中から30名の方に「バランスクッション」をお送りしました。(応募総数156通のうち、正解は154通でした。)

※ご応募いただいた皆様方の個人情報は、賞品の抽選・発表・発送以外には使用いたしません。

●あて先

〒110-8611
東京都台東区東上野2-25-8
東京都食品健康保険組合・広報担当

●締め切り

令和6年11月29日(金)消印有効

●当選者は賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。