

健やかライフ

No.140

2008.11

インターネット版



新型インフルエンザに備えよう

毎年、冬になると流行するインフルエンザ。近年は鳥インフルエンザが世界各地で発生しており、新型インフルエンザの流行が危惧されています。

この鳥インフルエンザが恐ろしいのは、H5N1型といって従来のウイルス（A型インフルエンザウイルスなど）よりはるかに毒性が強い点。感染すると38度以上の高熱や咳が続き、呼吸困難や全身の臓器不全で感染した人の60%が死亡するとされています。

また、新しいウイルスには免疫がないだけに、世界的な感染爆発（パンデミック）が起こった場合、日本でも人口の4分の1にあたる3200万人が感染、最悪では64万人が死亡するとの予測もあります。その一方で、変異の過程で毒性が弱まり、被害は最小限度におさまるとの見方もある。新型インフルエンザについては実際に発生してみないと、わからないことがたくさんあります。

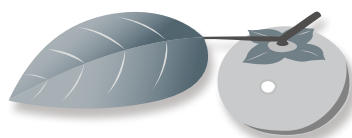
現時点における個人レベルの対策としては、通常のインフルエンザと同様、ウイルスの感染予防に努めることが大切です。予防接種、マスクの着用、外出後の手洗いなどを励行し、流行地への渡航や不要な外出は避けましょう。また、大流行時、ライフラインがマヒしてもあわてないように、日頃から2週間程度の食料や日用品を準備しておくことも重要になりそうです。



健やかライフ

第140号 2008年11月号

C O N T E N T S



- Column 季節の健康 2ページ
- ご活用ください 健保組合の直営保養所 3ページ
- “冬の特選施設”のご案内 4～6ページ
- 春の巡回主婦健診を実施します 7～11ページ
- 『一日介護・健康講座』開催のご案内 12ページ
- 柔道整復師（整骨院・接骨院）照会ご協力をお願い
 ころとからだの健康相談 13ページ
- 医療費節減にはジェネリック医薬品の活用を！ 14ページ
- 健診センターをご利用ください
 組合日誌・公告・組合の現況 15ページ

いい旅をおトクに楽しむなら…

ご活用
ください

健保組合の 直営保養所

ご家族での旅行やリフレッシュ旅行などに当健保組合の保養所をぜひご利用ください。

また、この直営保養所の他にも各種保養施設と契約を結んでおりますので、旅行の立案の際には、ぜひご利用ください。

詳細につきましては、『健やかライフ4月号』の別冊『保養施設ガイド』および当健保組合ホームページ (<http://www.st-kenpo.or.jp>) をご参照ください。

熱海 薫風荘

静岡県熱海市林が丘22-10 TEL 0557-81-4585



2009年1月は、
5日～9日、14日、
20日、21日、28日
を休館日とさせていただきます。

利用料金 被保険者・被扶養者…3,500円
その他…5,000円

収容人数 6部屋 25名

特別料理 季節に応じたお刺身等、ご予算に応じた料理をご用意いたします。
利用日の前日までに薫風荘へお電話でお申込ください。
※メニューについての詳細は薫風荘へお問い合わせください。

こども料理 ●4歳以上のお子様
通常の料理からこども料理へ変更できますので、利用日の前日までに薫風荘へお電話でお申込ください。

●4歳未満のお子様
2食(夕食・朝食)1,500円(税込み)でご利用できますので、利用日の前日までに薫風荘へお電話でお申込ください。
※メニューについての詳細は薫風荘へお問い合わせください。

各種利用料金 マージャン…1回1,000円(7月～8月を除く)
カラオケ…1曲100円

※利用日当日にフロントにて予約受付。

休館日 毎週水曜日・第3火曜日(1月・7月～9月を除く)

●観光スポット

熱海サンビーチ …青い海と白い砂、やしの並木通り。外国のリゾートにも似た雰囲気のリゾートです。

マリンスパあたま …海岸沿いに建つ「湯遊びスポット」。水着着用施設が中心なので男女を問わず楽しめます。高低差およそ8メートルのウォータースライダーで遊んだり、健康温泉浴室でじっくりと体を癒すことができます。

山中湖 秀翠

山梨県南都留郡山中湖村山中865 TEL 0555-62-1048



2009年1月は、
5日～9日、14日、
21日、28日
を休館日とさせていただきます。

利用料金 被保険者・被扶養者…2,500円 その他…3,000円

収容人数 8部屋 33名

特別料理 バーベキューハウス「秀翠庵」にて、天然溶岩板で焼くステーキ等 料金…1名1,500円(現地へ前日までに申込)

各種利用料金 カラオケ…1曲100円

レンタサイクル 自転車を無料貸出しております。

休館日 毎週水曜日(1月・7月～9月を除く)

●観光スポット

山中湖で釣り・ボート遊び・サイクリング等 …山中湖で自然とふれ合って楽しむではないでしょうか。直営ボートハウス「しゅうすい」にて割引料金でご利用できます。

山中湖温泉紅富士の湯 …雄大にそびえる富士山を眼前にした露天風呂をはじめ、ジェットバスやサウナなど楽しみ方はさまざまです。秀翠で割引入場券を販売しております。

薫風荘・秀翠 申込方法

申込先●健保組合 施設課(月～金曜日の9時～17時) TEL. 03-3987-3151 FAX. 03-3985-9721

申込方法

抽選申込 ▶ 利用月の2ヵ月前の1日の9時から10日の17時(該当する日が休日の場合は翌日)までに、保養所利用申込書を郵送またはFAXで送信してください。

随時申込 ▶ 抽選後(利用月の2ヵ月前の11日)から電話にて随時空室の照会およびご予約をお受けいたします。

【注 意】 ●利用は原則として被保険者および被扶養者とし、それ以外の方だけのご利用はできません。また、被保険者および被扶養者の名前を借りてのご利用は固くお断りいたします。
●連泊は3泊までといたします(ただし、7月1日～8月31日、年末年始は2泊まで)。

抽 選

利用定員を超える申込みがあった場合は抽選となります。抽選日は抽選締切日の翌日(抽選締切日および抽選日が休日の場合はその翌日)。抽選結果のご連絡は当選の方のみ、郵送でご連絡します。(抽選日より3日以内に発送)

当 選

ご利用できます

健保組合より利用券を送付

- 利用決定後、以下のことは原則としてできません。
①利用者全員の変更 ②利用当日の利用者の変更、人員の追加
- 利用決定後、都合で宿泊をキャンセルする場合は電話でご連絡ください。
キャンセル料は利用日の2日前から発生し、利用料金の全額をいただきます。

利用当日(チェックイン)

施設フロントに「利用券」を提出のうえ、利用料金をお支払いください。

落 選

ご利用できません

空き照会

抽選後(利用月の2ヵ月前の11日)から電話にて随時空室の照会およびご予約をお受けいたします。



温泉

スキー

スノーボード

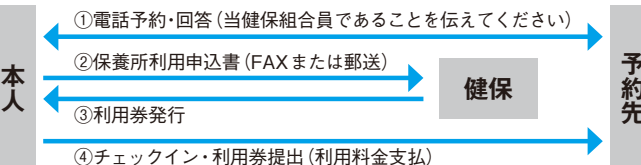
冬の特選施設

当健保組合では様々な施設と利用契約を結んでいますが、冬のレジャーシーズンも間近ということで、冬の特選施設をご紹介します。このほかにもプリンスホテル・リゾートトラスト・JTB・近畿日本ツーリストなどの施設が割安で利用できますので、ぜひご利用ください。詳細につきましては『健やかライフ4月号』の別冊『保養施設ガイド』および当健保組合ホームページ (<http://www.st-kenpo.or.jp>) をご参照ください。

利用補助

1泊につき、被保険者・被扶養者とも協定料金の3分の1(3,000円限度)の補助を行います(年度5泊を限度)。現地では、表記の料金から補助額を差し引いた額をお支払いください。

利用方法



「契約保養施設」

ニュー・グリーンピア津南

ホテル前がゲレンデのゆったりした温泉リゾートスキー場。露天風呂付温泉大浴場(東館)、ボウリング場、屋内テニスコートなどアフターも充実。夕食はカニ食べ放題のバイキング。

大人お一人様
(リフト券付)

11,800円~

【料金】一泊二食・リフト券付(消費税込)

「本館和室又は洋室の場合」大人お一人様料金 入湯税100円/大人のみ

期 間	12/22~12/29、1/6~3/29			
	平 日 泊		土 曜 泊	
室 人 数	1日券付	2日券付	1日券付	2日券付
4~5名[3名] (リフト券無)	11,800 (10,800)	13,800	14,100 (12,600)	15,600
3名[2名] (リフト券無)	13,200 (11,700)	14,700	15,000 (13,500)	16,500
2 名 (リフト券無)	14,100 (12,600)	15,600	15,900 (14,400)	17,400

・同室利用で、リフト券なしの方は、() 内料金です。
・室人数の【 】人数は、本館和室8畳利用時の料金です。
・洋室は3名まで(3名時はエキストラベット使用)。
・子供:大人料金の小学生は70%・未就学児(3才以上)は50%です。(大人2名が基本料金となります)
・12/28・29、1/11、3/20は土曜日料金です。・12/30~1/5泊は、料金が異なります。お問合せ下さい。
※設定除外日:2009年1/15・16・19~21・28・29、2/2~4泊は、設定除外日です。

【部屋】本館和室又は洋室。東館和室は、1,500円増し。

【食事】夕食:和洋中バイキング(ソフトドリンク)・和食会席は、2,000円増し。
朝食:和洋バイキング。

☆JR新幹線プラン 平 日 17,200円~20,900円
土曜日 21,300円~23,400円
東京駅→越後湯沢駅間往復運賃/指定席と宿泊がセット



期間 '08.12/13 ▶ '09.4/4

スキー&スノボ冬得 マイカープラン

ご契約団体の加入員及びご家族様へ大変お得な「ご宿泊+リフト券付」の特別プラン



「感謝ウィーク」() 内料金でリフト券付
期間: H21・3/2~5・8~12・19~21泊
「初スベリ&春スキー」 期間: H20・12/13~21、H21・3/30~4/4泊
料金: 9,500円~11,500円(本館和室)
「スキー子どもの日」 (ご宿泊の小学生以下)
第3日曜(1/18・2/15・3/15)はリフト無料

ご予約の際は「測量地質健保」の加入員である旨をお伝えください。

ご予約は

このプランのお申込は「グリーンピアセンター」へ。
TEL03-5688-4611 Fax03-5688-4613
(日・祝日は休み)
<http://www.greenpia-center.co.jp>

(保養所会員ページ/ユーザー名: greenpia パスワード: center)
ホテル: 新潟県中魚沼郡津南町秋成12300
「送迎バス: 越後湯沢駅から宿泊者送迎あります」(要予約)

舞子スノーリゾート

スキー場データ

標高差660m(260~920m)・コース数14本・リフト数13基・最長滑走距離6,000m

アクセス

鉄道: 上越新幹線越後湯沢駅から直行バスで20分

新潟県中魚沼市舞子 2056-108

お車: 関越自動車道 塩沢石打I.C. から1km



セントレジャー舞子ホテル

予約先電話番号 ▶ TEL 025-783-3511

宿泊料金	大人	9,000円~24,000円
	中高生	
	小学生	6,300円~16,800円
	3歳~未就学児	4,500円~12,000円

営業期間 ●平成20年12月13日~平成21年4月4日

※ホテル専用無料駐車場あり

※ホテル→JR越後湯沢駅間バス運行

※温泉ご入浴 チェックイン前・チェックアウト後も無料で利用可能

※宿泊者専用休憩室 チェックイン前・チェックアウト後に利用可能

※割引特典 レンタル20%、スクール20%、カラオケルーム50%の割引
リフト券は特別割引で利用可能

舞子観光協会(スキー場周辺の民宿29軒)

予約先電話番号 ▶ TEL 025-783-2953

宿泊料金	平日	4,500円~7,200円
	休前日	5,400円~8,100円
	12/30~1/3	6,120円~9,000円

営業期間 ●平成20年12月1日~平成21年3月31日

※上記の料金は大人1泊2食付

※小学生は上記の料金の80%

※幼児(3歳~小学生未満)

・食事あり 上記の料金の60%

・食事なし 平日.....2,000円 休前日、12/30~1/3...2,500円

※2歳以下は無料

※遅着きで「夕食なし」の場合は、上記料金の1,000円引き。

N・F・K (日本福祉開発センター)

N・F・K 予約センター

フリーダイヤル **0120-80-3529**

受付時間は9:00～17:30(土・日・祝日は定休日です)

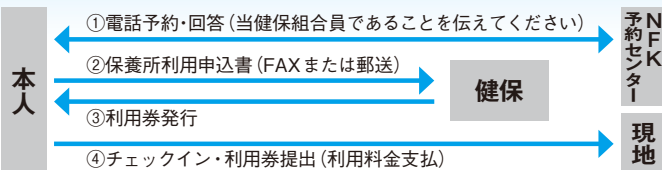
パンフレット請求、その他お気軽にお電話ください。

ホームページ <http://www.misakis.co.jp>

利用補助

利用方法

1泊につき、被保険者・被扶養者とも協定料金の3分の1(3,000円限度)の補助を行います(年度5泊を限度)。現地では、表記の料金から補助額を差し引いた額をお支払いください。



新潟県 六日町温泉

ほてる木の芽坂

1泊2食・サービス料、消費税込。
入湯税120円別



日程	曜日	4名1室	3名1室	2名1室
12月中旬～3月下旬	平日	11,145円	12,720円	14,295円
	休前日	14,295円	15,870円	17,445円

*リフト券1日券付プラン

*12/31～1/2の設定はありません。お問い合わせください。

八海山スキー場、ミナミスキー場、上越国際スキー場、舞子高原後楽園スキー場の4ヵ所からチョイスできます。

福島県 日中温泉

ゆもとや

1泊2食・サービス料、消費税込。
入湯税150円別



日程	曜日	4名以上1室	3名1室	2名1室
12/1～12/30、1/4～3/31	平日	10,500円	12,600円	13,650円
	休前日	12,600円	14,700円	15,750円
12/31～1/3	全日	15,750円	17,850円	18,900円

*夕食・朝食とも料亭もしくはレストラン対応となります。

福島県 土湯温泉

天景園

1泊2食・サービス料、消費税込。
入湯税150円別



日程	曜日	4名以上1室	3名1室	2名1室
12/1～12/29、1/5～3/31	平日	9,450円	10,500円	12,600円
	休前日	11,550円	12,600円	14,700円

*12/31～1/3の期間はお問い合わせください。

*夕食・朝食とも部屋食もしくは食事処対応となります。

福島県 奥飯坂

穴原温泉 いづみや

1泊2食・サービス料、消費税込。
入湯税150円別



日程	曜日	4名1室	3名1室	2名1室
12/1～12/29、1/4～3/31	平日	6,800円	7,800円	8,300円
	休前日	11,000円	12,000円	13,000円
12/30	全日	9,000円	10,000円	11,000円
12/31～1/2	全日	15,800円	16,800円	17,800円
1/3	全日	13,800円	14,800円	15,800円

*夕食はお部屋食もしくは個室会食場、朝食は広間対応となります。

*和室風呂無しトイレ付対応となります。

☆釣具の無料貸し出し

☆レンタサイクル無料貸し出し

☆ロビーにて自家製温泉玉子のサービスあり ☆早朝、湯上り味噌汁サービスあり

周辺ガイド 医王寺、中野不動尊、岩谷観音、信夫文知摺、飯坂明治大正ガラス美術館など

長野県 斑尾高原温泉

斑尾高原ホテル別館

1泊2食・サービス料、消費税込。
入湯税150円別



日程	曜日	5名1室	4名1室	3名1室	2名1室
12/20～12/28、2/1～2/28	平日	7,500円	8,500円	9,500円	13,500円
	休前日	8,000円	10,000円	11,500円	16,000円
1/4～1/31、3/1～3/31	平日	7,000円	8,000円	8,000円	12,000円
	休前日	7,500円	9,000円	10,500円	14,500円
12/29～1/3	全日	9,000円	12,000円	13,500円	19,000円

*お子様料金は一律1泊2食4,800円の定額となります。

寝具のみ利用は@2,000円

*5歳までは無料

*部屋タイプはスキーヤーズルーム2段ベッド+6帖(バストイレなし)となります。

*2名様料金のみ本館対応料金となり、洋室(バストイレ付)対応となります。

*夕食・朝食ともバイキング対応となります。

群馬県 万座温泉

日進館 万座温泉ホテル別館

1泊2食・サービス料、消費税込。
入湯税150円別



日程	曜日	4名以上1室	3名1室	2名1室
12/1～12/28	平日	7,350円	8,400円	9,450円
	休前日	10,500円	11,550円	13,650円
1/7～3/31	平日	8,400円	9,450円	11,550円
	休前日	12,600円	13,650円	15,750円
1/4～1/6	全日	10,500円	11,550円	13,650円
12/29～12/30、1/2～1/3	全日	15,750円	18,900円	21,000円
12/31～1/3	全日	22,050円	25,200円	—

*風呂なしトイレ付タイプのお部屋対応となります。

*夕・朝食ともレストラン対応となります。

*本館対応は@2,100円増し、新館「湯房(洋室3名まで)」対応は@6,300円増しとなります。

長野県 志賀高原

ホテルジャパン志賀

1泊2食・サービス料、消費税込。
入湯税なし



日程	曜日	4名1室	3名1室	2名1室
12/1～3/31 (下記日程を除く)	平日	8,610円	9,660円	10,710円 (洋室の場合7,560円)
	休前日	9,660円	10,710円	11,760円 (洋室の場合8,610円)
12/30、1/2	全日	9,660円	10,710円	— (洋室の場合9,660円)
12/31	全日	13,860円	14,910円	— (洋室の場合11,760円)
1/1	全日	11,760円	12,810円	— (洋室の場合10,710円)

*基本設定は風呂なしトイレ付和室対応となります。

*夕・朝食ともバイキング対応となります。

休暇村協会

予約先

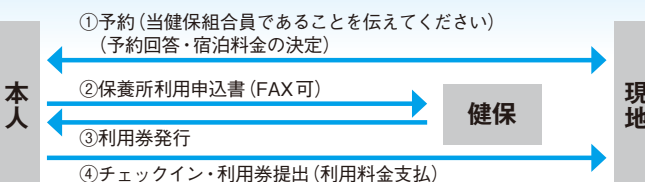
ご予約は各施設へ
電話またはインターネットで

ホームページ <http://www.qkamura.or.jp>

補助金制度

以下にご紹介する休暇村協会とも利用契約を結んでいます。
ただし、会社の慰安旅行や団体旅行等は補助の対象とはなりません。

利用方法



ぬくだまり紀行

～東北・北海道休暇村 オリジナル手ぬぐいプレゼント～

2008年12月1日▶2009年2月28日

（除外日：12/29～1/5）

9,500円～

※消費税込み

※入湯税（150円）別

各村共通特典

- 各村一品自慢の鍋コースをご提供。
- 自慢の地酒をもったり1杯ご提供（コップになみなみ）。

休暇村 支笏湖 支笏洞爺国立公園

北海道千歳市支笏湖温泉



特典

ウェルカムドリンクをサービス（支笏湖の美味しい水を使用したコーヒー）。
ご予約は2名様より。

●ご予約・お問い合わせ
TEL 0123-25-2201

休暇村 乳頭温泉郷 十和田八幡平国立公園

秋田県仙北市田沢湖駒ヶ岳2-1



特典

自慢の地酒6種類を少しずつ呑み比べていただいた後、お好みの地酒をもったり1杯お注ぎいたします。

●ご予約・お問い合わせ
TEL 0187-46-2244

休暇村 岩手網張温泉 十和田八幡平国立公園

岩手県岩手郡雫石町網張温泉



特典

・網張オリジナルラベル冷酒・本醸造300ml詰めをお一人様に1本プレゼント。
・網張温泉スキー場リフト1日券付。パウダースノーをお楽しみください。

●ご予約・お問い合わせ
TEL 019-693-2211

休暇村 陸中宮古 陸中海岸国立公園

岩手県宮古市崎鍬ヶ崎 18-25-3



特典

自慢鍋「どんこ鍋」に使用しているこだわりの岩手県産無添加味噌をお一人様に1袋（500g）プレゼント。

●ご予約・お問い合わせ
TEL 0193-62-9911

休暇村 気仙沼大島 陸中海岸国立公園

宮城県気仙沼市外畑 16



特典

宿泊代金「9,500円～」よりさらに1,000円引き。
ご夕食は三陸の冬の味覚「牡蠣鍋」をご用意。

●ご予約・お問い合わせ
TEL 0226-28-2626

休暇村 羽黒 磐梯朝日国立公園

山形県鶴岡市羽黒町手向羽黒山8



特典

三神合祭殿の早朝参拝と国宝五重塔スノーシュートレッキングをガイド付でお楽しみください。

●ご予約・お問い合わせ
TEL 0235-62-4270

休暇村 裏磐梯 磐梯朝日国立公園

福島県耶麻郡北塩原村檜原



特典

ネイチャースキー3点セット（板・ブーツ・ストック）、スノーシュー2点セット（ストック付）のレンタル料金を半額。

●ご予約・お問い合わせ
TEL 0241-32-2421

健康管理は先手必勝！ ご活用ください 巡回主婦健診を実施します

日頃、健診受診の機会の少ない主婦のみなさんを対象に、お住まいの近くまで健診車が巡回する健診を実施します。

いま話題のメタボリックシンドロームや、早期の生活習慣病を発見するには、健診を受けるのがもっとも有効な手段です。年に一度は忘れずに健診を受けましょう。



春季 平成21年4月～6月

申込締切

平成21年1月13日(火)必着

1 申込資格

被保険者および被扶養者である配偶者

ただし、前回（秋季：平成20年10月～12月）に巡回主婦健診を受けた方は、対象となりません。

2 申込方法

「巡回主婦健診申込書」に必要事項を記入し、切り取って以下の①②のどちらかの要領で健保組合あてお送りください（個人情報保護の観点から①での送付をおすすめしますが、特に差し支えないという場合は②でもかまいません）。

①封筒に入れ、切手を貼って投函

②切手を貼って投函

※①の場合、封筒には宛先（はがきに記載の健保組合住所等）をお書きください。

※①②とも、恐れいりますが切手代はご負担ください。

3 一部負担

被保険者の場合…事業所負担2,000円

被扶養者の場合…無料

※被保険者・被扶養者の負担はありません。

※事業所負担分につきましては、後日健保組合から事業所あて請求させていただきます。

4 受診方法

平成21年3月1日から3月20日の間に、健診機関より受診者あて「受診票」および「便潜血検査キット」等が送付されます。注意事項等を確認のうえ、受診してください。

5 検査項目

問診／計測／血圧測定／胸部X線／検尿／視力／胃部X線／便潜血反応／心電図／血液検査／乳房診（超音波または自己検診）／子宮がん検査（希望者のみ。自己採取法または医師採取法）

※35歳未満の方は胃部X線検査を受けることはできません。

※子宮がん検査につきまして、「医師採取法」は全ての会場で実施できますが、「自己採取法」は一部の会場で実施できません（8～11ページの会場一覧でご確認ください）。

なお、子宮がん検査のみの受診はできません。

6 実施会場

各地区の実施会場は8～11ページに記載のとおりです。これまでの会場が変更されたり、追加されている場合がありますのでご注意ください。

7 お問い合わせ先

会場や検査内容に関するお問い合わせ、予約の変更等につきましては、（社）東京都総合組合保健施設振興協会（TEL 03-3626-7504）へご連絡ください。



必要事項を記入し、

①封筒に入れ、切手を貼って投函

②切手を貼って投函

※個人情報保護の観点から①での送付をおすすめしますが、特に差し支えないという場合は②でもかまいません。

※①②とも、お手数ですが切手代はご負担ください。

あがは郵便

171-0021

お手数ですが
50円切手を
お貼りください

東京都港区西蒲田1-11-10

東京地産健康保険組合 行

平成21年春季 婦人生活習慣病予防健診実施会場一覧表

コード	会場名	所在地	子宮検査 自己採取
東 京 地 区			
101	足立区勤労福祉会館	足立区綾瀬1-34-7	○
102	エヌ・ケイ・クリニック	足立区綾瀬3-7-15 岩崎ビル2階	○
103	足立区商振連会館	足立区千住仲町1-5	○
104	足立区舎人地域学習センター	足立区舎人1-3-26	○
105	足立区教育相談センター	足立区竹の塚2-25-21	○
106	足立区保塚地域学習センター	足立区保塚町7-16	○
107	井口病院	足立区千住2-19	○
108	サンパール荒川	荒川区荒川1-1-1	○
109	荒川総合スポーツセンター	荒川区南千住6-45-5	○
110	新宿追分クリニック 板橋分院	板橋区小茂根3-13-1	○
111	板橋区立グリーンホール	板橋区栄町36-1	○
112	板橋区立高島平区民館	板橋区高島平3-12-28	○
113	江戸川区総合文化センター	江戸川区中央4-14-1	○
114	葛西区民館	江戸川区中葛西3-10-1	○
115	江戸川区スポーツセンター	江戸川区西葛西4-2-20	○
116	江戸川区東部区民館	江戸川区東瑞江1-17-1	○
117	小松川さくらホール	江戸川区小松川3-6-3	○
118	大田西地域行政センター・嶺町特別出張所	大田区田園調布本町7-1	○
119	ピスタホテル蒲田	大田区西蒲田8-20-11	○
120	大田区産業プラザ	大田区南蒲田1-20-20	○
121	イギアウィメンズクリニック	大田区池上3-40-3	○
122	名和医院	大田区大森本町2-25-28	×
123	牧田総合病院附属健診センター	大田区大森北1-33-8	×
124	テクノプラザかつしか	葛飾区青戸7-2-1	○
125	社会保険 葛飾健診センター	葛飾区立石2-36-9	○
126	北区赤羽会館	北区赤羽南1-13-1	○
127	STEP (中央工学校21号館)	北区岸町1-7-19	○
128	北とびあ	北区王子1-11-1	×
129	江東区スポーツ会館	江東区北砂1-2-9	○
130	江東区文化センター	江東区東陽4-11-3	○
131	東京イースト21クリニック (東陽町)	江東区東陽6-3-2	○
132	豊洲小学校	江東区豊洲4-4-4	○
133	同友会 深川クリニック	江東区三好2-15-10	○
134	東京都木材産業健保会館 (4階 会議室)	江東区東陽5-29-33	×
135	品川区保健センター	品川区北品川3-11-22	○
136	江東区総合区民センター	江東区大島4-5-1	○
137	進興会 進興クリニック	品川区大崎2-1-1 Think Park Tower3階	○
138	目黒メディカルクリニック	品川区上大崎3-11-18	×
140	渋谷コアクリニック	渋谷区渋谷1-9-8 朝日生命宮益坂ビル3階	×
141	フェニックスメディカルクリニック	渋谷区千駄ヶ谷3-41-6	×
142	こどもの城	渋谷区神宮前5-53-1	×
143	恵比寿ハートビル診療所	渋谷区恵比寿1-24-4	○
144	EBIS303	渋谷区恵比寿1-20-8 エビスパルビル	○

コード	会場名	所在地	子音検査 自己採取
145	社会保険 新宿健診センター	新宿区歌舞伎町2-31-12	○
146	新宿追分クリニック	新宿区新宿3-1-13 京王新宿追分ビル7階	○
147	東社協フィオーレ健診センター	新宿区新宿7-26-9 フィオーレ東京2階	○
148	ベルサール西新宿	新宿区西新宿4-15-3	○
149	金内メディカルクリニック	新宿区西新宿7-5-25 西新宿木村屋ビル2階	×
150	ヘルスポートクリニック西新宿	新宿区西新宿6-8-1	○
151	神楽坂岡田診療所	新宿区矢来町28	○
152	西早稲田クリニック	新宿区西早稲田2-21-16	○
153	御苑前クリニック	新宿区新宿1-2-9 岡野屋ビル2階	○
154	セシオン杉並	杉並区梅里1-22-32	○
155	杉並公会堂	杉並区上荻1-23-15	○
156	浜田山会館	杉並区浜田山1-36-3	○
157	東京都ニット健保会館	墨田区亀沢1-7-3 ニット健保会館4階	○
158	すみだ産業会館	墨田区江東橋3-9-10 錦糸町丸井9階	○
159	世田谷区民会館	世田谷区世田谷4-21-27	○
160	ウェルサンピア東京	世田谷区大蔵4-7-1	○
161	玉川区民会館	世田谷区等々力3-4-1	○
162	世田谷区烏山地区民センター	世田谷区南烏山6-2-19	○
163	浅草公会堂	台東区浅草1-38-6	○
164	上野クリニック	台東区東上野2-18-6	○
165	社会保険 鶯谷健診センター	台東区根岸2-19-19	○
166	全国印刷工業健保会館(茅場町)	中央区新川1-5-13	○
167	文祥堂イベントホール	中央区銀座3-4-12	○
168	銀座医院健康管理センター	中央区銀座7-13-15	×
169	損保会館	千代田区神田淡路町2-9	○
170	秋葉原メディカルクリニック	千代田区外神田1-16-9 朝風二号館ビル6階	×
171	オリエンタルクリニック	豊島区西池袋1-29-5 山の手ビル3階	○
172	サンシャインシティ文化会館	豊島区東池袋3-1-4 7階	○
173	池袋病院附属クリニック	豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60 8階	○
174	山口病院	豊島区西巣鴨1-19-17	×
175	アーバンハイツクリニック	豊島区巣鴨1-16-2 アーバンハイツ巣鴨B棟	×
176	なかのZERO	中野区中野2-9-7	○
177	中野サンプラザ	中野区中野4-1-1	○
178	練馬区立石神井公園区民交流センター	練馬区石神井町2-14-1	○
179	関区民センター	練馬区関町北1-7-2	○
180	ホテル カデンツァ 光が丘	練馬区高松5-8	○
181	練馬産業会館	練馬区豊玉上2-23-10	○
182	文京区勤労福祉会館	文京区本駒込4-35-15	○
183	水道橋グランドホテル	文京区本郷1-33-2	○
184	雷坂診療所	文京区小石川2-5-7	○
185	港区芝公園福祉会館	港区芝公園2-7-3	○
186	同友会 品川クリニック	港区港南2-16-3 品川グランドセントラルタワー1階	○
187	グランドプリンスホテル新高輪 国際館パミール	港区高輪3-13-1	○
188	進興会セラヴィ新橋クリニック	港区西新橋2-39-3 SVAX西新橋ビル	○

組 合 名	測量地質健康保険組合				コード 13-721
保 険 証 記 号	記 号	番 号			
被 保 険 者	勤 務 所 名				
氏 名					
フリガナ	姓	名	続柄		
氏 名	1. 本人 2. 家族				
受 診 者	生 年 月 日	大正 3 昭和 5 平成 7	年	月	日 生
住 所	〒□□□□-□□□□□□				
電 話 番 号	()				
希 望 健 診 場 所	会 場 コード	会 場 名			
子宮検査希望の有無 (下記に必ず一つ○を付けてください)					
1. 自己採取法で 希望 (実施会場に○印 がついていない 所はできません。)		2. 医師採取法で 希望		3. 希望しない	

巡回主妇健診申込書



1. この申込書に記載された個人情報、健康診断機関において、健康の保持・増進のための健康診断を実施するための個人情報であり、健保組合が公表している利用目的以外に使用することはありません。なお、健診結果のうち労働安全衛生規則の範囲については、被保険者からの特段明確な反対・留保の意思表示がないものは、健保組合の利用目的公表により黙示的な同意が得られたものとして、被保険者分のみ事業主に通知いたします。
2. 健保組合の健診実施趣旨等に不同意いただけない場合には、書面において健保組合までお申し出ください。

もれなく記入してください。

◎平成21年1月13日(火)まで必着のこと。

コード	会場名	所在地	子宮検査 自己採取
189	パークサイドクリニック	港区芝公園2-6-8 日本女子会館ビル2階	×
190	古川橋病院健診センター	港区南麻布2-10-21	○
191	国民年金中央会館 こまばエミナース	目黒区大橋2-19-5	○
192	中目黒GT プラザホール	目黒区上目黒2-1-3	○
193	ワイルドダイナー	目黒区碑文谷3-19-8	○
194	昭島市勤労商工市民センター	昭島市昭和町3-10-2	○
195	あきる台病院	あきる野市秋川6-5-1	○
196	稲城市公民館	稲城市東長沼2111	○
197	青梅市商工会議所	青梅市上町373-1	○
198	竹丘地域市民センター	清瀬市上町3-10-2	○
199	小金井市総合体育館(都立小金井公園内)	小金井市関野町1-13-1	○
200	国分寺労政会館	国分寺市南町3-22-10	○
201	JA マインズ 狛江支店	狛江市市東和泉1-2-19	○
202	総合健保多摩健康管理センター	立川市錦町3-7-10	○
203	ウェルサンピア多摩	多摩市落合2-31-1	○
204	調布市グリーンホール	調布市小島町2-47-1	○
205	西東京市民会館	西東京市田無町4-15-11	○
206	八王子市北野事務所	八王子市北野町549-5	○
207	八王子市浅川市民センター	八王子市高尾町1652-1	○
208	八王子労政会館	八王子市明神町3-5-1	○
209	成美教育文化会館	東久留米市東本町8-14	○
210	東村山市民センター別館	東村山市民本町1-1-1	○
211	東大和市商工会館	東大和市中央3-922-14	○
212	JA 東京みなみ 日野支店	日野市日野本町1-8-3	○
213	むさし府中商工会議所	府中市緑町3-5-2	○
214	福生市福祉センター	福生市南田園2-13-1	○
215	町田市健康福祉会館	町田市原町田5-8-21	○
216	町田市木曽山崎センター	町田市山崎町2160-4	○
217	三鷹市公会堂	三鷹市野崎1-1-1	○
218	むさし野クリニック	武蔵野市吉祥寺本町1-10-3	○
219	武蔵村山市民会館	武蔵村山市民本町1-17-1	○
埼 玉 地 区			
251	プラザホテル浦和	さいたま市南区鹿手袋1-1-1	○
252	さいたま市西部文化センター	さいたま市西区三橋6-642-4	○
253	JA 共済埼玉ビルディング	さいたま市大宮区土手町1-2	○
254	さいたま市民会館おおみや	さいたま市大宮区下町3-47-8	○
255	埼玉会館	さいたま市浦和区高砂3-1-4	○
256	さいたま市プラザイースト	さいたま市緑区中尾1440-8	○
257	市民会館いわつき	さいたま市岩槻区太田3-1-1	○
258	彩の国 すこやかプラザ	さいたま市浦和区針ヶ谷4-2-65	○
259	上尾市文化センター	上尾市上尾村750	○
260	イコス上尾	上尾市平塚951-2	○
261	朝霞市民会館	朝霞市本町1-26-1	○
262	朝霞市産業文化センター	朝霞市浜崎669-1	○
263	入間市市民会館	入間市豊岡3-10-10	○
264	アクシス春日部	春日部市粕壁東1-20-28	○
265	青木会館	川口市青木3-3-1	○
266	川口総合文化センター・リリア	川口市川口3-1-1	○
267	川口市市民会館	川口市幸町1-6-18	○
268	川口緑化センター	川口市大字安行領家844-2	○
269	川越西文化会館	川越市鯨井1556-1	○
270	川越南文化会館(ジョイフル)	川越市大字今福1295-2	○
271	川越バンテアン	川越市問屋町1-8	○
272	蕨市民会館	蕨市中央4-21-29	○
273	行田市産業文化会館	行田市本丸2-20	○
274	久喜総合文化会館	久喜市大字下早見140	○
275	熊谷文化創造館	熊谷市拾六間111-1	○
276	熊谷会館	熊谷市末広3-9-2	○
277	籠原病院	熊谷市美土里町3-136	○
278	鴻巣市文化センター	鴻巣市中央29-1	○
279	越谷コミュニティセンター	越谷市南越谷1-2876-1	○
280	北越谷ヘルヴィ ギャザホール	越谷市神明町2-170	○
281	坂戸市文化会館	坂戸市元町17-1	○
282	北本市文化センター	北本市本町1-2-1	○
283	幸手市保健福祉総合センター ウェルス幸手	幸手市天神島1030-1	○
284	狭山市市民会館	狭山市入間川2-33-1	○
285	志木市民会館/バルシティ	志木市本町1-11-50	○
286	草加市立瀬崎コミュニティセンター	草加市瀬崎町1352-3	○
287	草加市立八幡コミュニティセンター	草加市八幡町259	○

コード	会場名	所在地	子宮検査 自己採取
288	所沢市文化センター ミューズ	所沢市並木1-9-1	○
289	新座市民会館	新座市野火止1-1-2	○
290	蓮田市コミュニティセンター	蓮田市大字貝塚1015	○
291	鳩ヶ谷市民センター	鳩ヶ谷市大字里1650-1	○
292	飯能市市民会館	飯能市飯能226-2	○
293	東松山市民文化センター	東松山市六軒町5-2	○
294	深谷市花園文化会館 アドニス	深谷市小前田2966	○
295	深谷市産業会館	深谷市仲町20-1	○
296	羽生市民プラザ	羽生市中央3-7-5	○
297	ふじみ野市駒林会館	ふじみ野市駒林869	○
298	本庄市中央公民館	本庄市北掘1422	○
299	三郷市文化会館	三郷市早稲田5-4-1	○
300	八潮市民文化会館	八潮市中央1-10-1	○
301	市民交流センターおあしす	吉川市きよみ野1-1	○
302	和光市民文化センター	和光市広沢1-5	○
303	桶川東公民館	桶川市末広2-8-29	○
304	加須市市民総合会館(市民プラザ)	加須市中央2-4-17	○
305	コピスみよし	入間郡三芳町大字藤久保1100-1	○
306	松伏町赤岩地区公民館	北葛飾郡松伏町大字上赤岩1253	○
307	小川町民会館	比企郡小川町大字大塚55	○
308	宮代進修館	南埼玉郡宮代町笠原1-1-1	○
309	寄居町中央公民館	大里郡寄居町大字寄居1300	○
310	白岡町コミュニティセンター	南埼玉郡白岡町白岡857-6	○
311	栗橋町総合文化会館	北葛飾郡栗橋町伊坂1557	○
千 葉 地 区			
351	千葉県労働者福祉センター	千葉市中央区千葉港4-4	○
352	ちば仕事プラザ	千葉市美浜区幕張西4-1-10	○
353	ヴェルシオーネ若潮	千葉市美浜区高洲3-8-5	○
354	財団法人 海外職業訓練協会(OVTA)(幕張)	千葉市美浜区ひび野1-1	○
355	千城台コミュニティセンター	千葉市若葉区千城台西2-1-1	○
356	都賀自治会館	千葉市若葉区都賀2-12-6	○
357	千葉市蘇我勤労市民プラザ	千葉市中央区今井1-14-43	○
358	千葉県福祉ふれあいプラザ	我孫子市本町3-1-2 けやきプラザ内	○
359	市川市スポーツセンター	市川市国府台1-6-4	○
360	行徳文化ホール I&I	市川市末広1-1-48	○
361	市川市勤労福祉センター	市川市南八幡2-20-1	○
362	市原市市民会館	市原市惣社1-1-1	○
363	印西市立中央公民館	印西市大森3934-1	○
364	浦安市文化会館	浦安市猫実1-1-2	○
365	柏商工会議所	柏市東上町7-18	○
366	千葉県立さわやか県民プラザ	柏市柏の葉4-3-1(県立柏の葉公園隣)	○
367	鎌ヶ谷市市民体育館	鎌ヶ谷市初富860-3	○
368	木更津市民会館	木更津市民会館2-13-40	○
369	佐倉市志津コミュニティセンター	佐倉市井野794-1	○
370	佐倉市商工会議所	佐倉市表町3-3-10	○
371	西白井複合センター	白井市清水口1-2-1	○
372	袖ヶ浦市商工会館	袖ヶ浦市福王台3-1-3	○
373	東金市中央公民館	東金市東岩崎1-20	○
374	流山市文化会館	流山市加1-16-2	○
375	流山市南流山センター	流山市南流山3-3-1	○
376	新習志野公民館	習志野市秋津3-6-3	○
377	習志野市民会館	習志野市本大久保3-8-20	○
378	成田国際文化会館	成田市土屋303	○
379	さわやかワークのだ	野田市中根323-3	○
380	市川市農業協同組合 船橋支店	船橋市市場2-6-1	○
381	船橋アリーナ	船橋市習志野台7-5-1	○
382	船橋市飯山満公民館	船橋市飯山満町1-950-3	○
383	共立習志野台病院	船橋市習志野台4-13-16	×
384	三井ガーデンホテル船橋ららぽーと	船橋市浜町2-1-1	○
385	船橋市三咲公民館	船橋市三咲3-5-10	○
386	フローラ西船	船橋市葛飾町2-345	○
387	松戸市小金原市民センター	松戸市小金原6-6-2	○
388	松戸市常盤平市民センター	松戸市常盤平3-30	○
389	松戸市馬橋市民センター	松戸市西馬橋蔵元町177	○
390	松戸市穂台市民センター	松戸市穂台100-1	○
391	松戸市六実市民センター	松戸市六高台3-71	○
392	松戸市森のホール21	松戸市千駄堀646-4	○
393	茂原市中央公民館	茂原市茂原101	○
394	八千代市勝田台文化センター	八千代市勝田台2-5-1	○

コード	会場名	所在地	子宮検査 自己採取
395	四街道市文化センター	四街道市大日396	○
396	八街商工会議所	八街市八街ほ224	○
397	プリミエール酒々井	印旛郡酒々井町中央3-4-1	○
神 奈 川 地 区			
401	青葉公会堂	横浜市青葉区市ヶ尾町31-4	×
402	泉公会堂	横浜市泉区和泉町4636-2	×
403	神奈川県総合事業保健センター	横浜市磯子区西町14-11	×
404	金沢公会堂	横浜市金沢区泥亀2-9-1	×
405	金沢産業振興センター	横浜市金沢区福浦1-5-2	×
406	新横浜グレイスホテル	横浜市港北区新横浜3-6-15	×
408	地球市民かながわプラザ	横浜市栄区小菅ヶ谷1-2-1	×
409	都筑公会堂	横浜市都筑区茅ヶ崎中央32-1	×
410	鶴見公会堂	横浜市鶴見区豊岡町2-1 西友 フーガ内	○
411	戸塚法人会館	横浜市戸塚区上倉田町449-2	×
412	ホテルコスモ横浜	横浜市西区北幸2-9-1	×
413	神奈川県労働衛生福祉協会	横浜市保土ヶ谷区天王町2-44-9	×
414	船員保険健康管理センター	横浜市保土ヶ谷区釜台町43-2	×
415	緑公会堂	横浜市緑区寺山町118	×
416	瀬谷公会堂	横浜市瀬谷区二ツ橋町190	○
417	ナビオス横浜	横浜市中区新港2-1-1	○
418	かながわ労働プラザ(Lプラザ)	横浜市中区寿町1-4	○
419	かながわ平和祈念館	横浜市港南区大久保1-8-10	○
420	横浜アリーナサウンドホール	横浜市港北区新横浜3-10	○
421	厚木アーバンホテル	厚木市中町3-14-14	×
422	海老名商工会議所	海老名市上郷485-2	×
423	綾瀬市文化会館	綾瀬市深谷3838	×
424	伊勢原市民文化会館	伊勢原市田中348	×
425	小田原箱根商工会議所	小田原市城内1-21	×
426	小田原市生涯学習センター けやき	小田原市荻窪300	×
427	レイウェル鎌倉	鎌倉市小袋谷2-14-14	×
428	ホテルモリノ新百合丘	川崎市麻生区上麻生1-1-1 新百合丘オーパ内	○
429	川崎市産業振興会館	川崎市幸区堀川町66-20	○
430	新川崎・創造のもり厚生棟	川崎市幸区新川崎7-1	×
431	川崎健診クリニック	川崎市川崎区小川町17-1 第8平沼ビル6階	×
432	ケーエスピー会館	川崎市高津区坂戸3-2-1 かながわサイエンスパーク内	○
433	京浜保健衛生協会	川崎市高津区上作延811-1	○
434	川崎市民プラザ	川崎市高津区新作1-19-1	×
435	川崎市男女共同参画センター	川崎市高津区溝口2-20-1	×
436	ヤマハ音楽院日吉校	川崎市中原区木月4-31-7	×
437	川崎市総合自治会館	川崎市中原区小杉町3-1	○
438	宮前市民館	川崎市宮前区宮前平2-20-4	○
439	川崎市多摩市民館	川崎市多摩区登戸1775-1	×
440	相模原教育会館	相模原市富士見6-6-13	○
441	グリーンホール相模大野	相模原市相模大野4-4-1	○
442	サン・エールさがみはら	相模原市西橋本5-4-20	○
443	相模原市民会館	相模原市中央3-13-15	○
444	座間市立市民健康センター	座間市緑ヶ丘1-1-3	×
445	逗子市商工会館	逗子市沼間1-5-1	×
446	茅ヶ崎商工会議所	茅ヶ崎市新栄町13-29	×
447	秦野商工会議所	秦野市平沢2550-1	×
448	平塚市中央公民館	平塚市追分1-20	×
449	平塚市勤労会館	平塚市追分1-24	○
450	四之宮ふれあいセンター	平塚市四之宮4-19-2	×
451	平塚商工会議所	平塚市松風町2-10	×
452	藤沢市民会館	藤沢市鶴沼東8-1	×
453	藤沢総合健診センター	藤沢市鶴沼橋1-17-11	×
454	神奈川県労働衛生福祉協会 大和健診事業部	大和市大和東3-10-18	×
455	大和市保健福祉センター	大和市鶴間1-31-7	×
456	久里浜八幡町内会館	横須賀市久里浜2-17	×
457	横須賀市文化会館	横須賀市深田台50	×
458	横須賀商工会議所	横須賀市平成町2-14-4	×
459	湘南健康管理センター	横須賀市追浜本町2-14	○
460	寒川町民センター	高座郡寒川町宮山165	×
茨 城 地 区			
471	水戸プリンスホテル	水戸市桜川2-2-11	○
472	牛久市中央生涯学習センター	牛久市柏田町1606-1	○
473	スペースU古河	古河市長谷町38-18	○
474	筑西市総合福祉センター	筑西市小林355	○
475	つくば国際会議場	つくば市竹園2-20-3	○

コード	会場名	所在地	子宮検査 自己採取
476	土浦市民会館	土浦市東真鍋町2-6	○
477	取手市立福祉会館	取手市東1-1-5	○
478	日立シビックセンター	日立市幸町1-21-1	○
479	守谷市文化会館	守谷市久保ヶ丘1-19-2	○
480	龍ヶ崎市民文化会館	龍ヶ崎市馴馬町2612	○
栃 木 地 区			
491	栃木県青年会館	宇都宮市駒生1-1-6	○
492	宇都宮記念病院 総合健診センター	宇都宮市大通り1-3-16	×
493	那須中央病院	大田原市下石上1453	×
494	県南健康福祉センター	小山市大塚3-1-1	○
495	小山商工会議所	小山市城東1-6-36	○
496	佐野市勤労者会館	佐野市浅沼町796	○
497	栃木市保健福祉センター	栃木市今泉町2-1-40	○
498	とちの木病院総合健診センター	栃木市大町39-5	×
群 馬 地 区			
501	グリーンドーム前橋	前橋市岩神町1-2-1	○
502	群馬県勤労福祉センター	前橋市野中町361-2	○
503	伊勢崎商工会議所会館	伊勢崎市昭和町3919	○
504	東日本労働衛生センター北関東支部 総合健診センター	伊勢崎市戸谷塚町629-1	○
505	太田市勤労会館	太田市浜町66-49	○
506	高崎市労使会館	高崎市東町80-1	○
507	館林市文化会館	館林市城町3-1	○
508	桐生商工会議所	桐生市錦町3-1-25	○
509	富岡市勤労者会館	富岡市富岡379	○
山 梨 地 区			
511	甲府市北部市民センター	甲府市湯村3-5-20	○
512	社会保険山梨病院 健康管理センター	甲府市朝日3-8-31	×
513	山梨県立県民文化ホール	甲府市寿町26-1	○
新 潟 地 区			
521	健康医学予防協会	新潟市東区はなみずき2-10-35	○
522	新潟県労働衛生医学協会	新潟市中央区川岸町1-39-5	○
523	新潟県保健衛生センター 成人病検診センター	新潟市中央区川岸町2-11-11	×
524	新潟県健康管理協会 健康会館	新潟市中央区新光町11-1	×
525	新津成人病検診センター	新潟市秋葉区程島2009	○
526	上越市カルチャーセンター	上越市春日新田2-19-1	○
527	十日町検診センター	十日町市春日113	○
528	アクアール長岡健康増進センター	長岡市新陽2-5-1 アクアール長岡2階	○
529	長岡健康管理センター	長岡市千秋2-229-1	○
530	小出検診センター	魚沼市小出島1240-13	○
531	佐渡検診センター	佐渡市真野703-1	○
長 野 地 区			
541	長野市民会館	長野市大字鶴賀緑町1647	○
542	上田市民会館	上田市二の丸1-2	○
543	松本勤労者福祉センター	松本市中央4-7-26	○
544	労働衛生協会長野県支部	上伊那郡辰野町平出平田1994-2	○
北 海 道 地 区			
551	メディカルプラザ札幌 健診クリニック	札幌市中央区北五条西2 JRタワーオフィスプラザさっぽろ8階	○
552	社会保険北海道健康管理センター	札幌市中央区北一条西4 ぺアール札幌1・2階	×
553	札幌商工診療所	札幌市中央区南一条西6-11	×
554	札幌コンファレンスホール	札幌市中央区南2条西2丁目 TOGASHIビル	○
555	日本健康倶楽部北海道支部診療所	札幌市北区北七条西4-1-2 丸増ビル9階	○
556	フィットネスホテル330函館	函館市若松町6-3	○
東 北 地 区			
561	ホテルクラウンパレス青森	青森市本町5-5-4	○
562	ウェルサンピア八戸	八戸市東白山台1-1-1	○
571	盛岡市アイスアリーナ	盛岡市本宮字松福100-1	○
572	盛岡マリオス	盛岡市盛岡駅西通2-9-1	○
581	進興会 エスエスサティ健康管理センター	仙台市青葉区中央4-61-1 住友生命仙台中央ビル3階	×
582	進興会 エスエスサティ泉中央アネックス	仙台市泉区八乙女中央2-15-13	×
583	宮城県成人病予防協会 市名坂診療所	仙台市泉区本田町8-12	×
584	ウェルサンピア仙台	仙台市若林区蒲町字東10	×
585	仙台サンプラザ	仙台市宮城野区榴岡5-11-1	○
586	芙蓉閣	大崎市古川駅前大通り6-2-8	×
591	ルポールみずほ	秋田市山王4-2-12	○
601	ウェルサンピア山形	山形市蔵王飯店637	○
611	福島県労働保健センター	福島市冲高字北貴船1-2	○
612	東日本診療所	福島市成川字台28-1	○
614	いわき市内郷コミュニティセンター	いわき市内郷郷町大木下28-1	○

コード	会場名	所在地	子宮検査 自己採取
615	郡山市労働福祉会館	郡山市虎丸町7-7	○
北 陸 地 区			
621	バレ・ブラン高志会館	富山市千歳町1-3-1	○
622	友愛健康医学センター	富山市婦中町中名1554-17	○
631	石川県予防医学協会	金沢市神野町東115	○
632	金沢勤労者プラザ	金沢市北安江3-2-20	○
641	福井県予防医学協会	福井市和田2-1006	○
642	付属診療所 ふくい総合健康プラザ	福井市日光1-3-10	○
東 海 地 区			
651	岐阜県勤労福祉センター	岐阜市鶴田町3-7-11	○
652	岐阜県労働基準協会連合会	岐阜市日置江4-47	○
653	大垣商工会議所	大垣市旭町6-3	○
654	多治見美濃焼卸センター	多治見市旭ヶ丘10-6	○
655	岐阜県産業保健センター	多治見市東町1-9-3	○
661	静岡県自動車販売健康保険組合会館	静岡市駿河区南八幡町22-8	○
662	静岡県予防医学協会 西部検査所	浜松市東区下石田町951	○
663	富士商工会議所	富士市瓜島町82	○
664	藤枝勤労者体育館	藤枝市善左衛門66-1	○
665	西焼津駅前クリニック健診センター	焼津市三ヶ名330-4	×
666	協同組合沼津卸商社センター	駿東郡清水町卸団地203	○
667	池田病院健康管理センター	駿東郡長泉町本宿411-5	×
668	共立蒲原総合病院 健康診断センター	富士市富士川中之郷2500-1	×
671	オリエンタル労働衛生協会	名古屋市中千種区今池1-8-4	○
672	東山内科・東山健康管理センター	名古屋市中千種区東山通り5-103	○
673	愛知県体育館 第二競技場	名古屋市中区二の丸1-1	○
674	名古屋セントラルクリニック	名古屋市中千種区千通7-16-1	×
675	テルミナセントラルクリニック	名古屋市中村区名駅1-1-2 名古屋ターミナルビル8階	×
676	国際セントラルクリニック	名古屋市中村区郡古野1-47-1 国際センタービル10階	×
677	アイプラザ岡崎	岡崎市上地3-12-1	○
678	春日井市立中央公民館	春日井市柏原町1-97-1	○
679	豊田市西部コミュニティセンター	豊田市本新町7-48-6	○
680	豊田健康管理クリニック	豊田市竜神町新生151-2	×
681	中野胃腸病院 健診センターなかの	豊田市駒新町金山1-12	×
682	アイプラザ豊橋	豊橋市草間町東山143-6	○
683	アイプラザ半田	半田市東洋町1-8	○
691	メッセ ウィング・みえ	津市北河路町19-1	○
692	四日市勤労者総合福祉センター	四日市市日永東1-2-25	○
関 西 地 区			
701	大津プリンスホテル	大津市におの浜4-7-7	○
702	ホテルニューオウミ	近江八幡市鷹飼町1481	○
703	クサツエストピアホテル	草津市西大路町4-32	○
704	滋賀保健研究センター	野洲市永原上町664	×
711	京都工場保健会健診センター	京都市中京区西ノ京北壺井町67	○
712	音羽病院健診センター	京都市山科区音羽珍事町2	×
713	京都工場保健会宇治健診センター	宇治市広野町成田1-7	○
714	文化パルク城陽	城陽市寺田今堀1	○
715	長岡京市立産業文化会館	長岡京市開田3-10-16	○
721	結核予防会大阪府支部	大阪市中央区道修町4-6-5	○
722	オリエンタル労働衛生協会 大阪支部	大阪市中央区久太郎町1-9-26	○
723	春次医院	大阪市中央区博労町2-6-1	×
724	松下IMPビル	大阪市中央区城見1-3-7 松下IMPビル5階	○
725	M・Oクリニック	大阪市西区南堀江1-18-21	○
726	多根クリニック	大阪市港区弁天1-2 オーク200 2番街6階	×
727	大阪健康管理センター	大阪市港区築港1-8-22	○
728	東淀川健康保険組合 東淀川ケンボ会館	大阪市東淀川区淡路3-2-21	○
729	大阪府教育会館（たかつガーデン）	大阪市天王寺区東高津町7-11	○
730	池田市商工会議所	池田市城南1-1-1	○
731	池田市民文化会館	池田市天神町1-7-1	○
732	茨木市民会館	茨木市駅前4-7-50	○
733	大阪狭山市商工会	大阪狭山市今熊1-540-3	○
734	サンヒル柏原	柏原市安堂町115-1	○
735	堺市産業振興センター	堺市北区長曽根町183-5	○
736	関山診療所	吹田市江坂町4-10-1	○
737	藤井寺市民総合会館	藤井寺市北岡1-2-8	○
738	富田林市民会館	富田林市栗ヶ池町2969-5	○
739	豊中市立労働会館	豊中市三和町1-1-63	○
740	北大阪急行電鉄（株）緑地駅ビル	豊中市寺内2-4-1	○
741	U・コミュニティホテル	東大阪市御厨柴町1-3-30	○
742	北大阪商工会議所	枚方市大垣内町2-12-27	○

コード	会場名	所在地	子宮検査 自己採取
743	大東市立市民会館	大東市曙町4-6	○
744	泉大津市民会館	泉大津市小松町1-60	○
751	神戸商工会議所	神戸市中央区港島中町6-1	○
752	京都工場保健会健診センター 神戸健診クリニック	神戸市中央区元町通2-8-14 オルタンシアビル3階	○
753	兵庫県健康財団 保健検診センター	神戸市兵庫区荒田町2-1-12	×
754	兵庫県予防医学協会健診センター	神戸市東灘区御影本町6-5-2	×
755	西宮商工会館	西宮市櫛塚町2-20	○
761	和歌山市民会館	和歌山市伝法橋南ノ丁7	○
中 国 地 区			
771	鳥取県保健事業団 総合保健センター	鳥取市富安2-94-4	○
772	鳥取県保健事業団 西部本部	米子市流通町158-24	○
781	鳥根県環境保健公社総合健診センター	松江市古志原1-4-6	×
791	淳風会大供診療所	岡山市大供2-3-1	○
792	淳風会倉敷第一病院	倉敷市老松町5-3-10	○
793	大ヶ池診療所	備前市大内571-1	×
801	広島県集団検診協会	広島市中区大手町1-6-2	○
811	下関みもすぞ川別館	下関市みもすぞ川町23-15	○
812	海峡メッセ下関	下関市豊前田町3-3-1	○
813	山口市市民会館	山口市中央2-5-1	○
814	宇部市文化会館	宇部市朝日町8-1	○
四 国 地 区			
821	森岡病院	徳島市八万町大野5-1	○
831	香川厚生年金会館	高松市福岡町2-2-1	○
841	松山市総合コミュニティセンター	松山市湊町7-5	○
851	南国厚生病院	南国市立田1180	×
九 州 地 区			
861	医療情報健康財団健康財団クリニック	福岡市博多区上川端町14-30-201	○
862	パピヨン24	福岡市博多区千代1-17-1	○
863	日本予防医学協会 附属福岡診療所	福岡市博多区博多駅前3-19-5 石川ビル4階	×
864	博多スターレーン	福岡市博多区博多駅東1-18-33	○
865	福岡国際総合健診センター	福岡市中央区天神2-13-7 福岡平和ビル2階	×
866	西鉄グランドホテル	福岡市中央区大名2-6-60	○
867	福岡県水産会館	福岡市中央区舞鶴2-4-19	○
868	聖マリア福岡健診センター	福岡市中央区天神4-1-32	×
869	福岡労働衛生研究所	福岡市南区那の川1-11-27	○
870	福岡リーセントホテル	福岡市東区箱崎2-52-1	○
871	船員保険 福岡健康管理センター	福岡市東区原田3-4-10	○
872	福岡健康管理センター 西部健診会場	福岡市西区姪浜5-1411-3	○
873	西新パレスホール	福岡市早良区西新2-10-1	○
874	九州厚生年金会館	北九州市小倉北区大手町12-3	○
875	北九州健診診療所	北九州市小倉北区室町3-1-2	×
876	九州健康総合センター	北九州市八幡東区平野3-2-1	×
877	折尾スターレーン	北九州市八幡西区折尾5-1-5	○
878	富士見ホール	北九州市小倉南区富士見2-8-1	○
879	ウェルとばた	北九州市戸畑区汐井町1-6	○
880	甘木・朝倉市町村会館	朝倉市甘木873-3	○
881	大野城まどかびあ	大野城市曙町2-3-1	○
882	大牟田文化会館	大牟田市不知火町2-10-2	○
883	石橋文化センター	久留米市野中町1015	○
884	サンコスモ古賀	古賀市庄205	○
885	筑紫野市文化会館	筑紫野市上古賀1-5-1	○
886	ふくとびあ	福津市手光南2-1-1	○
887	伊都文化会館	前原市前原東2-2-7	○
888	宗像ユリックス	宗像市久原400	○
889	サンレイクかずや	糟屋郡粕屋町鯨与丁1-6-1	○
890	ミリカローデン那珂川	筑紫郡那珂川町仲294-1	○
901	佐賀市文化会館	佐賀市日の出1-21-10	○
911	光晴会病院	長崎市葉山1-3-12	×
921	青磁野リハビリテーション病院	熊本市島崎2-22-15	○
922	熊本県総合保健センター	熊本市東町4-11-2	×
931	大分労働衛生管理センター	大分市高城南町11-7	×
941	ウェルシティ宮崎（宮崎厚生年金会館）	宮崎市宮崎駅東1-2-8	○
951	鹿児島労働衛生センター	鹿児島市東開町4-96	○
沖 縄 地 区			
961	琉生病院	那覇市宇大道56	×

“いつまでも健やかに暮らしたい”

“寝たきりにならない・しないための知識が知りたい”—— そんな方へ

『一日介護・健康講座』 開催のご案内

被保険者・ご家族の方々を対象に、保健師等の専門家により在宅介護についての正しい知識と技術を習得していただくこととあわせ、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防・解消についても学んでいただく「一日介護・健康講座」を開催します。



カリキュラムのスケジュール

- 受付…午前9時30分
- 講座…午前10時～午後4時まで

カリキュラムの内容

- メタボリックシンドロームの予防・解消（講義）
メタボリックシンドロームを予防・解消するための生活習慣の改善等が学べます。
- 知っておきたい介護の知識（講義）
寝たきりにならない・しない介護体制を考え、なぜ寝たきりがよくないか等が学べます。
- 介護保険等の上手な活用（講義）
介護保険の利用と福祉用具の活用の仕方について学べます。
- 早期リハビリ・在宅リハビリの必要性和方法（講義）
病院・在宅で行う家族によるリハビリ内容等について、習得できます。
- 自立を助ける援助技術の体験学習（実技体験）
自立を助ける援助技術の体験学習として、介護する側、される側両方の立場で体験できます。

開催日・会場

定員：各会場 60名

- 各会場とも同内容の講座を予定しています

開催日（平成21年）	会場名（最寄駅）
1月10日（土）	波止場会館（みなとみらい線 日本大通り）
1月12日（祝）	千葉市文化センター（JR千葉）
1月17日（土）	専売ビル専売ホール（JR田町）
1月18日（日）	大宮ソニックシティ（JR大宮）
1月24日（土）	八王子学園都市センター（JR八王子）
1月25日（日）	北とぴあ（JR王子）
1月31日（土）	JAM金属労働会館（JR渋谷）
2月1日（日）	社会文化会館（東京メトロ 永田町）
2月7日（土）	大宮ソニックシティ（JR大宮）
2月21日（土）	ウィリング横浜（京浜急行 上大岡）

申込み先

〒130-0014 東京都墨田区亀沢1-7-3

東京都ニット健保会館5階

（社）東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）

FAX 03-5608-2315

※参加申込書は郵送又はFAXにより申込みをお願いします。

※参加申込書は、下記のホームページからダウンロードするか、健保組合にご連絡いただければ郵送いたします。

<http://www.toshinkyō.or.jp/event>

- 締切り：平成20年12月19日（金）
- 抽選日：平成20年12月下旬
（抽選結果は申込者全員に通知します）

ご不明な点等につきましては下記までご連絡ください。

東振協専用 TEL 03-5608-2311

留意事項

- 受講料は無料です。
- 昼食は用意してあります。
- 実技体験がありますので、動きやすい服装でご参加ください。
- 各会場とも駐車スペースがありませんので、ご注意ください。

柔道整復師(整骨院・接骨院)

照会ご協力をお願い

このたび「医療費適正化」の一環として、柔道整復師(整骨院・接骨院)で受診されました施術内容・施術経過・負傷原因等を、点検機関「ガリバー・インターナショナル株式会社(保険管理センター)」に当健保組合が業務委託し、文書により照会させていただくことになりました。

照会文書が送られてきましたら、回答をご記入のうえ、期限までに同封の返信用封筒にてご回答いただきますようご理解とご協力をお願いいたします。

なお、平成17年4月施行の個人情報保護法に基づき、ご回答いただきました内容につきましては、委託先との間で「整復師に確認する際の資料としてのみ使用する」旨の契約を交わしていることを申し添えます。



鍼灸を 健康保険で かかるとき

◆健康保険を使うには一定の条件があります

慢性的な疼痛を主症とする疾患(神経痛・リウマチ・腰痛症・五十肩・頸腕症候群・頸椎捻挫後遺症)で、医師による適当な治療手段がなく、鍼灸師による治療により治療効果が期待できるものとして、医師がその治療の必要を認めた場合に限り、健康保険を使うことができます。

※医師の同意書または診断書が必要となります。

◆医療機関等と同時にかかることはできません

同一疾病、同一部位について療養の給付(医療機関での注射・投薬・湿布等)や柔道整復師(整骨院・接骨院)の施術を受けた場合には、健康保険給付の対象にはなりません。全額自費でかかっていることになります。

こころとからだの健康相談

フリーダイヤル



0120-63-2772

携帯・PHSからは03-3234-1945(通話料がかかります)

※電話相談は無料です。面接相談は5回まで無料、
6回目以降は8,400円がかかります。

365日・24時間いつでも、
どこからでも相談してください。

面接相談も受けられます

メンタルヘルスについてのご相談で専門スタッフに面接相談をご希望の場合には、直営相談室または全国約150カ所の提携機関にてカウンセリングが受けられます。

健康・こころ
オンライン

<http://www.healthy-hotline.com/>
(IDは06137210)



育児からメンタルヘルスまでなんでもご相談ください。
電話相談のほか面接相談も可能です。

こころとからだの健康相談

フリーダイヤル



0120-63-2772

携帯・PHSからは03-3234-1945(但し通話料は発信者負担)

24時間開設・年中無休 ※プライバシーは守られます

測量地質健康保険組合

キリトリ線で切り離し、パスケースなどに入れてお使いください。

医療費節減には ジェネリック医薬品の活用を!

薬は選べる時代になりました。安くて効果がしっかり確認されているジェネリック医薬品を選んでいただき、医療費の節減にご協力をお願いします。

ジェネリック医薬品には、こんな**メリット**があります

メリット ① 新薬の2～8割の価格で“安い”

メリット ② 効果は新薬と“ほぼ同じ”

メリット ③ 大きさや味、においの改善、保存性の向上など、“のみやすさを改良”

ジェネリック医薬品に替えると、こんなにお得!

新薬からジェネリック医薬品に替えると、薬代の自己負担がかなり変わってきます。かぜ薬など短期間しか服用しない薬ではさほど変わりませんが、生活習慣病（脂

質異常症や高血圧症、糖尿病等）などの慢性的な病気で、長期間に薬の服用が必要な人の場合は、自己負担額が大きく減額されます。

新薬とジェネリック医薬品の値段

3割負担の場合

〔2008年4月現在〕（日本ジェネリック医薬品学会）

●脂質異常症（高脂血症）の場合：代表的な薬を1日1回、1年間服薬

新薬	ジェネリック医薬品	自己負担の差額
13,140円	5,480円	7,660円節減

●高血圧症の場合：代表的な薬を1日1回、1年間服薬

新薬	ジェネリック医薬品	自己負担の差額
8,760円	2,190円	6,570円節減

●糖尿病の場合：代表的な薬を1日3回、1年間服薬

新薬	ジェネリック医薬品	自己負担の差額
23,000円	13,140円	9,860円節減

※表の金額は、薬代のみを計算した場合です。実際に患者さんが窓口で支払う金額は、この薬代以外に調剤技術料や薬学管理料などがかかります。

キリトリ線

ジェネリック医薬品希望カード

私はジェネリック医薬品の処方を希望します。

医療従事者の皆様へ

ジェネリック医薬品をお願いします。

ただし、ご判断によりジェネリック医薬品が適切でないと思われるときは、先発医薬品の処方をお願いします。



氏名

ジェネリック医薬品希望カードを活用しましょう

日本人は自分の思いをはっきりと言葉にすることが苦手な人が多いもの…。「口で言うのはどうも…」という人は、ジェネリック医薬品希望カードを活用してみてください。

病院の窓口に出したり、医師に直接手渡しなりしてご活用ください。

キリトリ線

健康チェックには当健保組合の健診センターをご利用ください

当健保組合健診センターの平成21年度（平成21年4月1日（水）から）の受付開始は平成21年1月21日（水）午前9時からです。お電話にてご予約をお願いいたします。
誕生日などを目安に、お早めにご予約ください。

申込方法

直前の予約取り消しはご遠慮ください。

- ①当健保組合健診センターあて、右記週間予定表を参考にして、希望日と人数を同時に予約してください。
- ②健診日等が予約決定した後、所定の健診申込書（当健保組合ホームページからダウンロードもできます）を健保組合へ提出してください。
※事前の申込書提出がない場合は、補助の対象となりません。
- ③人数や日程の変更、追加、取り消しの場合も、事前に健保組合健診センターへご連絡ください。

各健診の週間予定

〈平成21年度〉

	午前	午後
月	短期人間ドック	
火	生活習慣病予防健診	一般健診
水	特定健診・再健診	生活習慣病予防健診/レディース(第1・第3)
木	短期人間ドック	
金	短期人間ドック(第2・第4は女性のみ)	

※毎月第1・第3水曜日午後はレディースデーです(生活習慣病予防健診+婦人科)

健診に関するお問い合わせは

- 当健保組合の健診に関すること
当健保組合健診センター ☎03-3987-8615
- 委託健診・遠隔地健診・巡回主婦健診に関すること
健保組合施設課 ☎03-3987-3151

平成20年度より、二次健診は廃止となりましたが、当健保組合健診センターで受診後、再検査が必要になった方で、当健保組合健診センターでできる再検査（便検査・血液検査等）につきましては、無料で実施させていただきます。

関東信越厚生局による 実地監査が 実施されました



去る6月26日（木）、関東信越厚生局による実地監査が実施されました。

監査の結果「事業運営及び事務執行の状況は概ね良好に実施されている」との講評を受けました。

おいしい食材が出回る秋は食べすぎが
気になります。でも、少し頭を使って食
材を選び、調理法もひと工夫すると、脂
肪がたまりにくいメニューが完成します。



食欲の秋を乗り切る 脱脂肪作戦！



梅の風味で食物繊維をおいしく！

こんにゃくと根菜の 梅干し煮込み

1人分
178kcal
塩分
1.0g

体に効く！食材

- こんにゃく、ごぼう、さつまいもは、いずれも食物繊維が豊富。
- ごぼうに含まれるイヌリンという炭水化物は血糖値を下げる作用があり、ごぼうのポリフェノールは抗酸化物質の仲間で動脈硬化予防に役立つ。
- さつまいものヤラピンという樹脂は食物繊維と一緒に便秘を防ぐ。
- 梅干しのクエン酸は新陳代謝をよくして脂肪の燃焼に役立つ。



材 料 2人分

- さきイカ …… 10g
- こんにゃく …… 1/2枚
- さつまいも …… 小1本
- ごぼう …… 1/2本
- 梅干し …… 3粒
- 酒 …… 大さじ2
- 塩 …… 少々
- ごま …… 大さじ1/2

作 り 方

- 1 さきイカは小さめにさいておく。
- 2こんにゃくはひと口大に切り、フライパンでしっかりから煎りしてから酒大さじ1を回し入れ、アルコール分をとばす。
- 3 さつまいもは皮つきのまま7mm厚さくらいの輪切り、ごぼうは泥を落とし、皮つきのまま、ひと口大の乱切りにして水でさっと洗う。
- 4 鍋にさきイカ、さつまいも、こんにゃくを入れ、ひたひたの水と酒大さじ1を加え、強火でやわらかくなるまで煮る。
- 5 梅干しの種を取って④に入れ、ごぼうを加えて、塩で味をととのえ、汁がなくなるまで煮きる。
- 6 ⑤を器に盛り、ごまをひねりながら散らす。

●料理制作 ファミリークッキングスクール主宰 浜内千波先生
nutrition analysis FAMILY COOKING SCHOOL／photography HIROSHI OSUGA