

大織

# 健保時報



奥入瀬溪流(青森県)

平成30年8月1日

No.138

目次

|                         |   |                     |    |
|-------------------------|---|---------------------|----|
| 平成29年度決算……………           | 2 | 桜島・シーサイド溶岩ウォーク…………… | 10 |
| 平成30年度予算……………           | 3 | 契約保養所のごあんない……………    | 12 |
| わたしたちの健康保険組合の保健事業・      | 4 | 大織診療所ごあんない……………     | 13 |
| スポーツクラブルネサンス……………       | 5 | 料理教室のごあんない……………     | 14 |
| 生活習慣病予防健診を受けましょう……………   | 6 | 施設のごあんない……………       | 15 |
| 70歳以上の高額療養費限度額引き上げ…………… | 8 | 大織健保会館のごあんない……………   | 16 |
| 第三者行為でけがをしたときは届出を……………  | 9 |                     |    |

- ご家庭にお持ち帰りになってご家族でご覧ください●
- パソコン・スマホでもご覧いただけます●

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

平成29年度

# 決算

平成29年度収入支出決算が、平成30年7月18日開催の第147回組合会で承認されました。

当組合の平成29年度決算につきましては、収入面では、被保険者数、平均標準報酬月額が年平均でいずれも前年度を下回ったため、保険料収入は前年度比1億3,207万円(2.0%)の減収となりました。  
 支出面では、保険給付費は前年度比2,407万円(0.7%)減少しました。  
 高齢者医療制度への納付金は前年度比1億1,720万円(5.0%)増加し、保険料収入に占める割合は38.7%となりました。  
 収支の結果、7億7,359万円の決算残金が生じましたが、積立金3億円を取り崩した繰入金等を除く健保組合の実質的な財政状況を示す経常収支では、差引額2億3,078万円の赤字決算となりました。

平成30年度

# 予算

平成30年度収入支出予算が、平成30年2月22日開催の第146回組合会で承認されました。

健保連発表の平成30年度健保組合予算早期集計結果の概要によりますと、全健保組合の6割超が赤字予算を編成し、経常収支の赤字額は1,381億円とすることがわかりました。  
 増加する高齢者医療への拠出金や現役世代の医療費に対応するため、多くの組合が保険料率の引き上げに踏み切った結果、平均保険料率は11年連続で上昇し、今後も健保組合の財政は大変厳しい状況が続くと思われます。

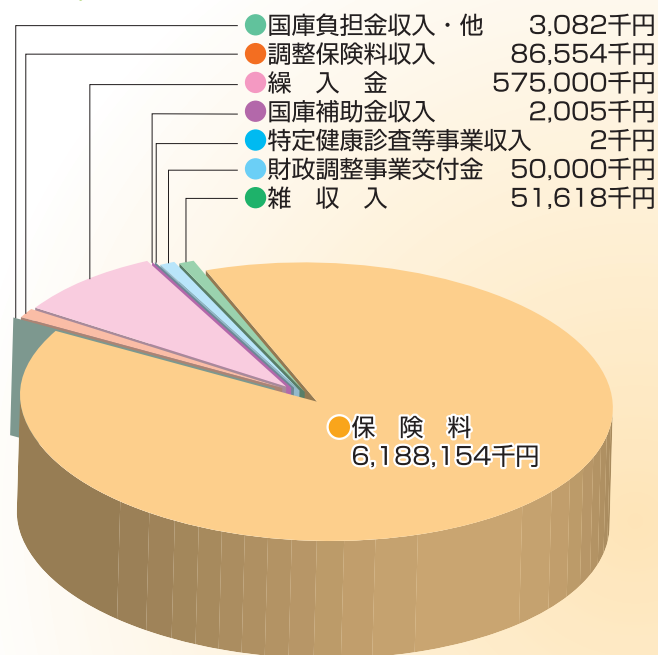
当組合の平成30年度予算は、被保険者数14,800人(前年度比200人減)、平均標準報酬月額322,000円(前年度と同額)と推計しました。

支出面では保険給付費と納付金とで保険料収入の99.6%を占める厳しい予算となりました。不足分については積立金を取り崩して対応し、その他の支出については極力無駄のない緊縮予算で編成しました。

今後も特定健診・保健指導、生活習慣病予防対策に積極的に取り組み、ジェネリック医薬品の使用促進など医療費の適正化に努めてまいりますので、健保組合の事業運営にご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

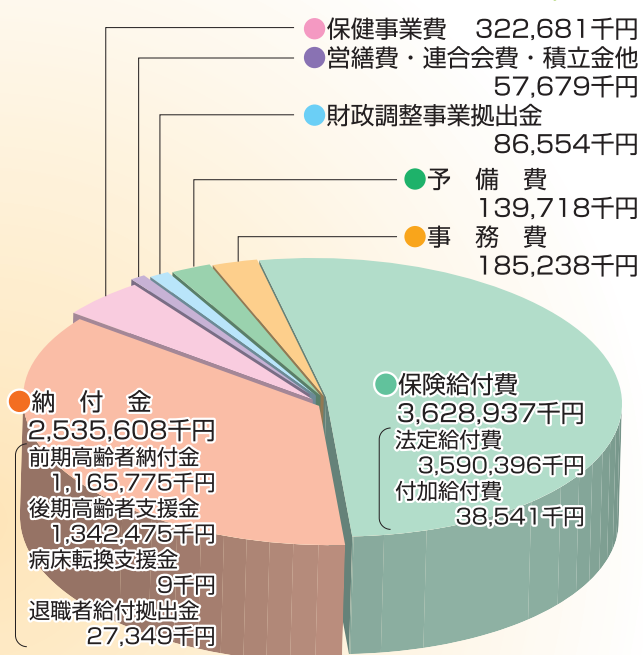
## 収入の部

### 一般勘定



合計 6,956,415千円

## 支出の部



合計 6,956,415千円

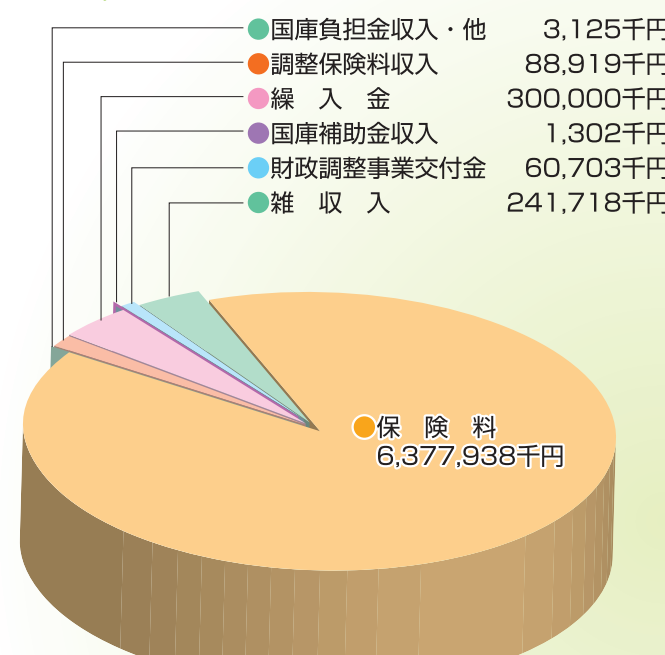
## 介護勘定

| 科目        | 予算額              |
|-----------|------------------|
| 介護保険収入    | 695,430千円        |
| 繰越金       | 23,485           |
| 繰入金       | 30,000           |
| 雑収入       | 3                |
| 一般勘定受入    | 20,000           |
| <b>合計</b> | <b>768,918千円</b> |

| 科目        | 予算額              |
|-----------|------------------|
| 介護納付金     | 713,410千円        |
| 介護保険料還付金  | 400              |
| 積立金       | 1                |
| 予備費       | 55,107           |
| <b>合計</b> | <b>768,918千円</b> |

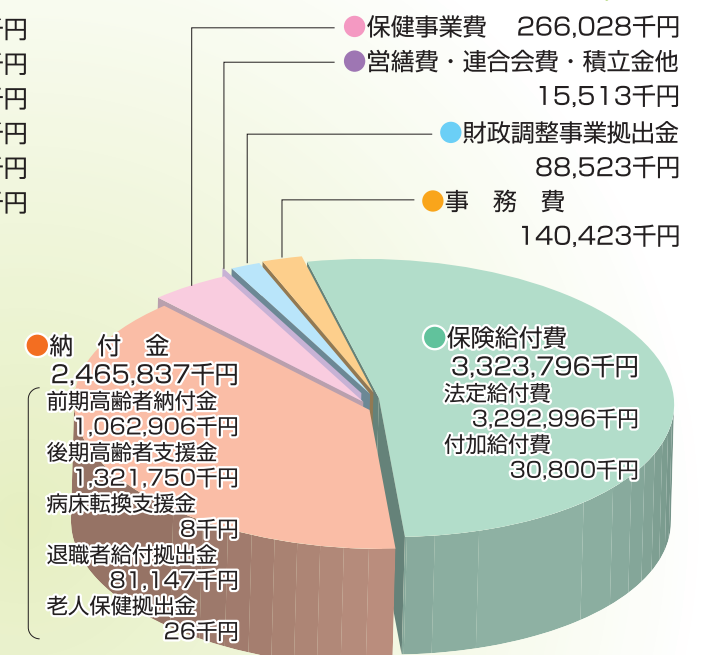
## 収入の部

### 一般勘定



合計 7,073,705千円  
収支差引額 773,585千円

## 支出の部



合計 6,300,120千円  
経常収支差引額 230,775千円

## 介護勘定

| 科目        | 決算額              |
|-----------|------------------|
| 介護保険収入    | 703,905千円        |
| 繰越金       | 16,155           |
| 繰入金       | 30,000           |
| 国庫補助金受入   | 9,289            |
| 雑収入       | 1                |
| <b>合計</b> | <b>759,350千円</b> |

| 科目        | 決算額              |
|-----------|------------------|
| 介護納付金     | 729,836千円        |
| 介護保険料還付金  | 93               |
| <b>合計</b> | <b>729,929千円</b> |

収支差引額 29,421千円

ルネサンスで心とカラダにメリハリつける

# ON & ON

仕事もバリバリ、休日もアクティブに過ごす、メリハリのある生活。多忙と年齢をいわずに、快活にチャレンジするあなたをルネサンスは応援します。イキイキと活躍するためのカラダづくり。ルネサンスで効率良いトレーニングを！がんばった分を確実に結果にしましょう。

お好みに合わせて2タイプ

使いたい放題 **Monthly**  
8,424円/月 (税込)

月ごとに変更可能  
(変更手数料なし)

1回ごとに **1Day**  
1,620円/回 (税込)

お得なキャンペーン実施中! 2018年 8/4(土) → 10/28(日)

| Monthly コーポレート会員                   |    | 1Day コーポレート会員               |    |
|------------------------------------|----|-----------------------------|----|
| 入会時の<br>手数料<br>通常1,080円(税込)        | 0円 | レンタル用品<br>通常1,600円/回(税込)    | 0円 |
| レンタル用品<br>通常3,564円/月(税込)<br>最大2ヶ月間 | 0円 | タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ | 0円 |

※新規でMonthlyコーポレート会員にご入会いただいた方のみ。※レンタル用品のお取り扱いがない店舗もございます。

事前にWEB入会登録  
をしていただくが便利です。

WEB入会

ルネサンス 法人会員

検索

お近くのルネサンスで  
ご登録ください。

ご入会に必要なもの

健康保険証 + Monthly コーポレート会員 / 1Day コーポレート会員

月会費2ヶ月分 (ご利用開始日(1日-8日-16日-23日)によって異なります。)

キャッシュカード + 通帳 (ルネサンスカードの口座設定がWEBで完了していない方は)

入会時の手数料 1,080円(税込)

● Monthlyコーポレート会員ご入会の方はルネサンスカード(イオンもしくはジャックス)の申し込みが必要です。(会費はルネサンスカードからの引き落としとなります。)

● お近くにルネサンス直営施設がなく、提携施設のご利用のみをご希望の場合は、郵送にて法人会員登録及び会員証発行のお手続きを受付けいたします。郵送でのお申し込みは以下までお問い合わせください。

不明な点は、お電話ください  
**03-5600-5399** 平日 10:00~17:30

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。  
※以下の項目に該当する方の施設利用をお断りすることがあります。  
●医師等により、運動を禁じられている方 ●妊娠中の方 ●他人に感染する恐れのある疾病を有する方  
●酒気を帯びている方 ●刺青(タトゥー含む)のある方 ●ペット連れの方 ●暴力団関係者 ●会社が不適当と認めた方

専用ページ  
QRコード



# わたしたちの健康保険組合の 保健事業

## 特定健康診査事業

特定健康診査

◆40~74歳の加入者を対象として実施します。

## 保健指導宣伝

機関誌の発行

◆年2回、組合の機関誌「大織健保時報」を配布します。また、ホームページにも掲載しています。

パンフレット等の配布

◆新入社員の方に「社会保険の知識」をお渡ししています。  
◆健康管理に有益な小冊子を随時お渡ししています。

医療費通知

◆受診者を対象として、医療費の通知を行います。

ジェネリック医薬品の差額通知

◆ジェネリック医薬品使用促進のため該当者に差額通知を行います。

育児雑誌の配布

◆女子被保険者および被扶養者の初産の方を対象に、月刊育児雑誌「赤ちゃん和妈妈」を1年間郵送します。

## 疾病予防

資格取得時健診

◆新規資格取得者を対象として、常時健診を実施します。

精密検診

◆事業主の行う定期健診後、要精密者に対し精密検診を実施します。

生活習慣病予防健診

◆35歳以上の被保険者で希望者を対象として実施します。

健康保険組合では、各種の保険給付を行うほか、みなさまの健康保持・増進のため、各種健診、保健指導などの保健事業を行っています。みなさまの“健康づくり”のため積極的に活用してください。

## 特定保健指導事業

特定保健指導

◆特定健診の結果、保健指導該当者に実施します。

健康者表彰

◆1年間、健康保険による診療を受けなかった方を健康優良者として表彰し、記念品を贈呈します。

健康相談

◆保健師が疾病の早期発見に努めるとともに、予防衛生教育や健康相談などを行っています。

健保連共同事業への参加

◆全国テレビ放映による健保連の健康保険PR活動に参加しています。

健康セミナー

◆健康に関する講演会を開催します。

ホームページの公開

◆健康保険のしくみや健診等の保健事業情報を掲載しています。  
◆各種届出書・申請書等の提供をしています。

子宮頸がん検診

◆30歳以上の女子被保険者および女子被扶養者で希望者を対象として実施します。

インフルエンザ予防接種

◆在職被保険者を対象として補助します。

家庭常備薬の斡旋

◆家庭常備薬を希望者に斡旋します(年2回)。

# 公 告

■新規適用事業所

(株)三原商会  
伊丹市(平成29年12月1日付)  
日本ワイドクロス(株)  
奈良県北葛城郡(平成30年5月1日付)

■削除事業所

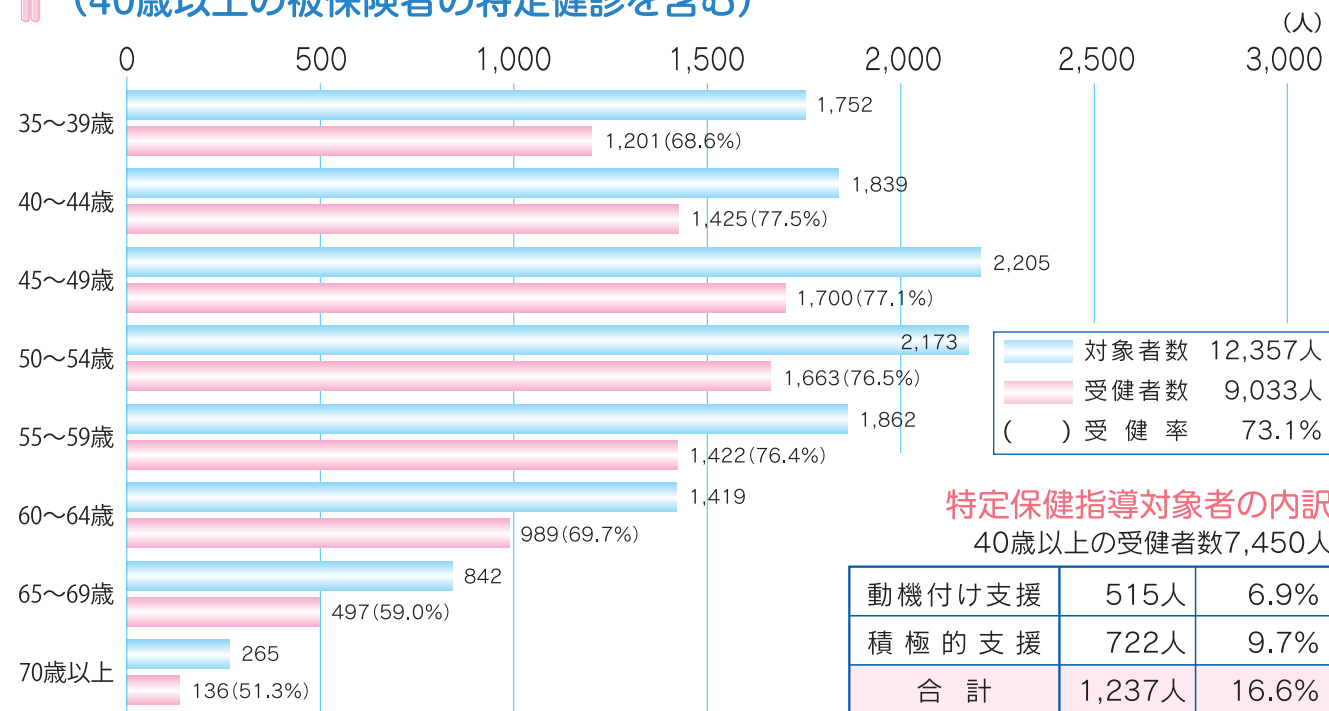
(株)ダイヤテック  
東京都渋谷区(平成29年6月30日付)  
(株)ファザール(ソンスジャパン)  
大阪府中央区(平成29年10月1日付)  
伊豫タオル(株)  
大阪府西区(平成29年11月24日付)  
東洋紡テクノール(株)  
大阪府北区(平成30年4月1日付)  
三泰貿易(株)  
大阪府西区(平成30年4月1日付)  
フォークスインターナショナル(株)  
大阪府中央区(平成30年5月1日付)

■所在地変更事業所

東光商事(株)  
(新)大阪府西区(平成30年3月12日付)  
(旧)大阪府中央区  
東光リミィ(株)  
(新)大阪府西区(平成30年3月13日付)  
(旧)大阪府中央区  
(株)滝つぼみ  
(新)大阪府天王寺区(平成30年3月19日付)  
(旧)大阪府中央区  
(財)ポークン品質評価機構  
(新)大阪府港区(平成30年4月1日付)  
(旧)大阪府中央区

平成29年度 生活習慣病予防健診状況

年齢別対象者と受健状況  
(40歳以上の被保険者の特定健診を含む)



特定保健指導対象者の内訳  
40歳以上の受健者数7,450人

|        |        |       |
|--------|--------|-------|
| 動機付け支援 | 515人   | 6.9%  |
| 積極的支援  | 722人   | 9.7%  |
| 合計     | 1,237人 | 16.6% |

# 生活習慣病予防健診を受けましょう



生活習慣病予防健診は、35歳以上の被保険者を対象に実施しています。

生活習慣病の代表的なものに、糖尿病・高血圧・脂質異常症があげられます。これらはいずれも、よほど進行しない限り自覚症状がありません。しかし、早い段階で生活習慣を改善することで、予防が可能です。

「気付いたときには手遅れ」にならないよう、定期的に生活習慣病予防健診を受けましょう。

保健師による保健指導をご利用ください

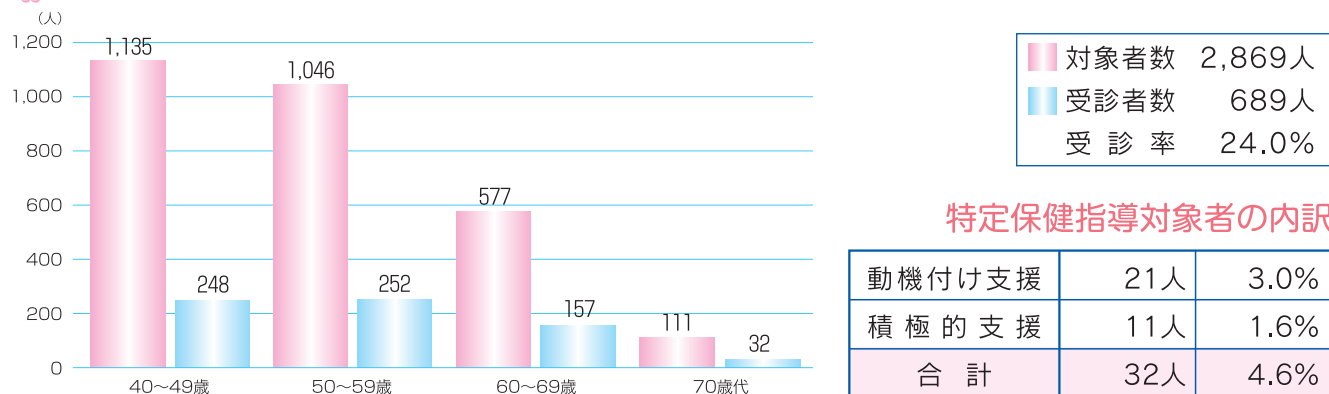
健診結果のご相談、生活習慣の改善方法等、保健師がみなさまのお手伝いをさせていただきます。

- 1 受健対象者** 35歳以上の被保険者。
- 2 申し込み方法** 健診申込書に記入し、当組合総務課にお申し込みください。
- 3 その他** やむをえず下記契約機関以外で生活習慣病予防健診を受健される場合の補助金については、総務課にお問い合わせください。

◎詳しくは事務担当者様が当組合総務課にお問い合わせください。 ☎06-6203-4081

平成29年度 特定健診受診状況(被扶養者)

年齢別受診状況

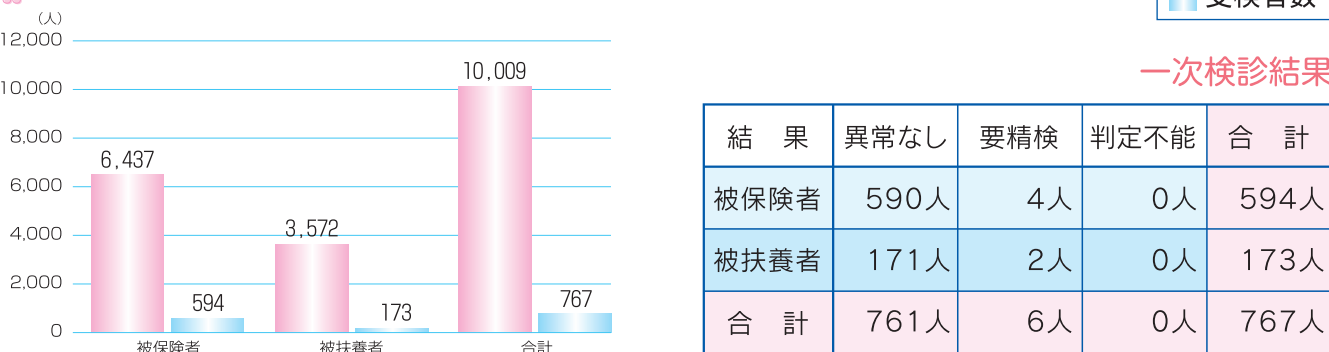


特定保健指導対象者の内訳

|        |     |      |
|--------|-----|------|
| 動機付け支援 | 21人 | 3.0% |
| 積極的支援  | 11人 | 1.6% |
| 合計     | 32人 | 4.6% |

平成29年度 子宮頸がん検診 実施結果報告

子宮頸がん検診実施状況



一次検診結果

| 結果   | 異常なし | 要精検 | 判定不能 | 合計   |
|------|------|-----|------|------|
| 被保険者 | 590人 | 4人  | 0人   | 594人 |
| 被扶養者 | 171人 | 2人  | 0人   | 173人 |
| 合計   | 761人 | 6人  | 0人   | 767人 |

健診実施医療機関

|     |                      |                              |                       |
|-----|----------------------|------------------------------|-----------------------|
| 大阪  | 医大織診療所               | 大阪市中央区瓦町2-6-9 大織健保会館3F       |                       |
|     | COM内科クリニック           | 箕面市船場東2-5-47 COM3号館4F        |                       |
|     | (社)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 船場ISビル      |                       |
| 神戸  | 船員保険大阪健康管理センター       | 大阪市港区築港1-8-22                |                       |
|     | 医伍仁会岡本クリニック          | 神戸市中央区三宮町1-10-1 神戸交通センタービル7F |                       |
| 東京  | 医幸楽メディカルクリニック        | 新宿区新宿1-8-11 新宿すこやかプラザ2F      |                       |
|     | 医さわやか済世              | 葛飾健診センター                     | 葛飾区立石2-36-9           |
|     |                      | 健診プラザ日本橋                     | 中央区日本橋本町4-15-9 曾田ビル4F |
|     | 医せいおう会               | 鶯谷健診センター                     | 台東区根岸2-19-19          |
| 群馬  | 公立藤岡総合病院             | 藤岡市中栗須813-1                  |                       |
| 名古屋 | (社)オリエンタル労働衛生協会名古屋本部 | 名古屋市千種区今池1-8-4               |                       |
| 福岡  | 医親愛ステーションクリニック       | 福岡市博多区博多駅中央街1-1              |                       |
|     | 医新やなぎ健診クリニック         | 八女市大字吉田134-1                 |                       |

【検診車のみ実施の健診機関】 近畿圏50名以上の受健者と検診車が駐車できる事業所対応

(医)朋愛会 朋愛病院(健診事業部) 大阪市東成区大今里3-14-27 ITTビル

( 検診車では胃内視鏡検査ができないため、胃X線を胃内視鏡に変更希望の方は、胃内視鏡のみ下記施設で検査することになります。 )

淀屋橋健診プラザ 大阪市中央区伏見町4-1-1 明治安田生命大阪御堂筋ビル4F

必ず届出を  
お願いします



# 交通事故など 第三者行為でけがをしたときは、 健保組合に届出を

自動車事故など、第三者（他人）の行為によりけがや病気をし、保険証を使って治療を受けたときは、できるだけすみやかに健保組合へ届け出てください。

※第三者行為によるものでも、通勤途中・業務中の事故の場合は、労災保険の適用となります。

●自動車事故で  
けがをしたとき



●自転車にぶつけられて  
けがをしたとき



●工事現場からの落下物で  
けがをしたとき



●不当な暴力を受けて  
けがをしたとき



## こんなときは、第三者行為に該当します

●他人の飼っているペットに  
かまれてけがをしたとき



●レストランなど、外食で  
食中毒になったとき



●スポーツ中に、相手の故意  
の反則でけがをしたとき



●ゴルフ場などで他人の  
不注意でけがをしたとき



## 「第三者行為による傷病届」などを提出してください

第三者行為により発生した医療費は、本来、加害者が支払うべきものです。保険証を使って治療を受けた場合、健保組合が負担した医療費は、健保組合から加害者に請求することになります。この請求には「第三者行為による傷病届」などが必要ですので、すみやかに健保組合へ提出してください。

### 交通事故 の場合…

相手側または自分が示談代行サービス等が附帯された任意保険に加入している場合は、担当する損害保険会社が「第三者行為による傷病届」などの届出書類の作成をサポートしてくれます。

## 示談する場合は、事前に健保組合に相談してください

加害者との話し合いにより示談が成立してしまうと、その内容によっては健保組合から加害者に医療費の請求ができなくなることがあります。また、自動車事故の場合は後遺障害の危険があります。示談する前に必ず健保組合へご連絡・ご相談ください。

平成30年 **8**月から

## 70歳以上の高額療養費の自己負担限度額が引き上げられます

1カ月あたりの医療費の自己負担限度額は、70歳以上の人は70歳未満の人より低く設定されていますが、負担能力に応じた負担を求める観点から、平成30年8月から下記のとおりに引き上げられます。

| 区分   | 〈平成30年7月診療分まで〉                              |   | 〈平成30年8月診療分から〉   |   |   |                      |
|------|---|---|--|---|---|----------------------|
|      | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/月額<br>外来(個人ごと) | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/月額<br>(世帯ごと) | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/月額<br>外来(個人ごと)            | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/月額<br>(世帯ごと) |   |                      |
| 現役並み | 標準報酬月額<br>28万円以上                            | 57,600円                                   | 80,100円<br>+<br>(医療費-267,000円)<br>×<br>1%<br><44,400円) | III 標準報酬月額<br>83万円以上                      | 252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1%<br><140,100円)  |                      |
|      |   |   |  | II 標準報酬月額<br>53万~79万円                     | 167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1%<br><93,000円) ★ |                      |
|      |   |   |  | I 標準報酬月額<br>28万~50万円                      | 80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%<br><44,400円) ★  |                      |
| 一般   | 標準報酬月額<br>26万円以下                            | 14,000円<br>(年間上限<br>14万4,000円)            | 57,600円<br><44,400円)                                   | 標準報酬月額<br>26万円以下                          | 18,000円<br>(年間上限<br>14万4,000円)                  | 57,600円<br><44,400円) |
| 低所得  | II 住民税<br>非課税                               | 8,000円                                    | 24,600円  | II 住民税<br>非課税                             | 8,000円  | 24,600円              |
|      | I 住民税<br>非課税<br>(所得が一定以下)                   |   | 15,000円  | I 住民税<br>非課税<br>(所得が一定以下)                 |   | 15,000円              |

〈 〉は直近12カ月間に同じ世帯で3カ月以上高額療養費に該当した場合の4カ月目以降の金額です。

※1 対象世帯に70~74歳と70歳未満が混在する場合、まず70~74歳の自己負担額に限度額を適用した後、残る負担額と70歳未満の自己負担額を合わせた額に限度額を適用します。

★現役並み区分I、IIの人は、窓口支払い時に「限度額適用認定証」を提示すると、区分に応じた自己負担限度額までの支払いですみますので、事前に健康保険組合に「限度額適用認定証」の発行申請をしてください。

## 70歳以上現役並み所得者の高額介護合算療養費の限度額が引き上げられます

| 区分   | 〈平成30年7月分まで〉                                 |  | 〈平成30年8月分から〉                                 |  |
|------|--|--|--|--|
|      | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/年額<br>(8月~翌年7月) | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/年額<br>(8月~翌年7月) | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/年額<br>(8月~翌年7月) | 70歳以上 <sup>※1</sup> の自己負担限度額/年額<br>(8月~翌年7月) |
| 現役並み | 標準報酬月額<br>28万円以上                             | 67万円   | III 標準報酬月額83万円以上                             | 212万円  |
|      |  |  | II 標準報酬月額53万~79万円                            | 141万円  |
|      |  |  | I 標準報酬月額28万~50万円                             | 67万円   |
| 一般   | 標準報酬月額<br>26万円以下                             | 56万円   | 標準報酬月額<br>26万円以下                             | 56万円   |
| 低所得  | II 住民税非課税                                    | 31万円   | II 住民税非課税                                    | 31万円   |
|      | I 住民税非課税<br>(所得が一定以下)                        | 19万円 <sup>※2</sup>                           | I 住民税非課税<br>(所得が一定以下)                        | 19万円 <sup>※2</sup>                           |

※1 対象世帯に70~74歳と70歳未満が混在する場合、まず70~74歳の自己負担額に限度額を適用した後、残る負担額と70歳未満の自己負担額を合わせた額に限度額を適用します。

※2 介護サービス利用者が世帯内に複数いる場合、医療保険分は19万円、介護保険分は31万円の限度額を適用します。

## 65歳以上現役世代並み所得者の介護保険利用者負担割合が引き上げられます

世代間・世代内の公平性を確保し、介護保険制度の持続可能性を高める観点から、介護保険の2割負担者のうちとくに所得の高い層の利用者負担が3割に引き上げられます。ただし、月額44,400円の負担上限があります。

|                            | 負担割合    |
|----------------------------|---------|
| 年金収入等340万円以上 <sup>※1</sup> | 2割 ▶ 3割 |
| 年金収入等280万円以上 <sup>※2</sup> | 2割      |
| 年金収入等280万円未満               | 1割      |

※1 「合計所得金額(給与収入や事業収入等から給与所得控除や必要経費を控除した額)220万円以上」かつ「年金収入+その他合計所得金額340万円以上(単身世帯の場合。夫婦世帯の場合は463万円以上)」。

※2 「合計所得金額160万円以上」かつ「年金収入+その他合計所得金額280万円以上(単身世帯の場合。夫婦世帯の場合は346万円以上)」。

# 桜島・シーサイド溶岩ウォーク



今も噴火を続ける鹿児島島のシンボル、桜島。活火山と人々が共に暮らす、世界でも珍しい場所として2013年に日本ジオパーク（大地の公園）に認定されている。溶岩なぎさ遊歩道は、桜島の溶岩原を観察しながら海沿いを歩く約3kmのコースだ。

鹿児島港からフェリーで約15分、桜島港に降り立つたら、まずは桜島ビジターセンターに立ち寄ろう。桜島の成り立ちと噴火の歴史を学んだら、隣接する溶岩なぎさ公園へ。遊歩道は約100年前に起きた大正噴火で流れ出した溶岩の上につくられている。この噴火で桜島は大隅半島と陸続きになった。海へ流れ込んだ溶岩の奇怪な姿を観察しながら歩を進めると、樹木の間から桜島の山並みが見え隠れしてくる。目を海へと転じれば、溶岩の磯辺と静かな錦江湾（鹿児島湾）を挟んで鹿児島市街を望むことができる。遊歩道の終着は鳥島展望所。この場所はかつて島だったが、大正噴火によって海もろとも溶岩にのみこまれてしまったという。石碑に刻まれた「鳥島」の下の言葉に自然の驚異、火山のパワーを思い知るに違いない。



錦江湾の向こうには鹿児島市街



溶岩とクロマツの中を進む

## 桜島フェリー

鹿児島港と桜島港間の約4kmを約15分で結ぶフェリーは24時間運航。日中は10～20分おきに運航し、市民の足として活躍している。  
●大人160円、小人（1歳～小学生）80円  
車両3m未満880円、3m以上4m未満1,150円など。  
※運転者1人の運賃を含む。  
☎099-293-2525



## 桜島ビジターセンター

桜島噴火の歴史やメカニズムを解説・展示する火山の博物館で桜島観光の拠点。館内では映像やジオラマで桜島を体感しながら学ぶことができる。「桜島火山ガイドウォーク」（有料）などの体験プログラムもある。  
●9:00～17:00 ●無料 ●無休  
☎099-293-2443



大迫力の噴火映像コーナー！



鹿児島港フェリーターミナルから桜島フェリーで約15分。

みんなの桜島協議会事務局 ☎099-245-2550  
http://www.sakurajima.gr.jp/

## 鳥島展望所

鳥島と桜島間には約500mの海があったが、大正3年（1914年）の噴火で島ごと溶岩に埋もれてしまった。周辺はすべて大正溶岩で、現在はクロマツの林が広がるなど、植生の変化が見られる場所でもある。駐車場、バス停、トイレがある。

- 見学自由
- 無料
- 無休



## 溶岩なぎさ公園足湯

全長約100mの長い足湯。泉質はナトリウム塩化物泉で天然温泉かけ流し。眼前の錦江湾を眺めながら足湯が楽しめる人気スポット。  
●9:00～日没  
●無料  
●無休



錦江湾の彼方に開聞岳の姿も

## 湯之平展望所

御岳（北岳）の4合目、海拔373mに位置する展望所。入山可能な場所では一番高所にある。北岳の迫力ある山容と鹿児島市街や開聞岳が一望できる絶景スポットで夕日や夜景も人気。

## 黒神埋没鳥居

神社の鳥居が大正噴火の際に軽石や火山灰で埋まってしまい、今は笠木部分だけが残っている。鹿児島県指定文化財として噴火の凄まじさを伝えてくれている。



元の高さは3mあったという鳥居

## 有村溶岩展望所

大正噴火で流出した溶岩の丘にある展望所。溶岩原の中が遊歩道になっていて自由に散策できる。現在も活動中の昭和火口が近くにあるため、噴煙が見られ、噴火の音が聞こえることも珍しくない。土産物店が出る観光スポットでもある。  
●見学自由 ●無料 ●無休



## 鹿児島といえば やっぱり 西郷どん

幕末から明治維新に活躍した薩摩藩士は多い。なかでも人気は西郷隆盛。地元の鹿児島では「せこどん」と呼ばれ敬愛されている。鹿児島市街には、ゆかりの地が点在しているのでファンならずとも訪れてみたい。



城山を背景に建つ銅像は陸軍大将の制服姿



西郷隆盛終焉の地  
洞窟を出て数百メートル。この地で自刃したと伝えられる碑が建つ

## 西郷洞窟

西郷が最後の5日間を過ごしたとされる場所



## SWEETS TIME 鹿児島スイーツ

### 白くま

鹿児島市発祥の練乳をかけた氷にフルーツや豆類を盛り付けたボリューム満点のかき氷。市内の多くの喫茶店や飲食店で提供されている。



### 両棒餅

「ちゃんぽ」とは、鹿児島方言で武士の大小（二本差し）のこと。焼いた餅に甘いタレがからまって香ばしい。仙巖園周辺に専門店が軒を連ねる。



※営業時間や料金などは変更される場合があります。

ダイヤリ

(大織健保会館 3階)

# 大織診療所

## ごあんない



※人間ドックにはいくつかのコースがありますが、充実した健康診断のために、充実コースをお勧めします。充実コースには生活習慣病予防健診コースに、上腹部・下腹部・頸部の超音波検査、眼底検査、腫瘍マーカー検査、肝炎ウイルス検査が含まれています。

※平成25年4月にCT装置を設置しました。肺CT検査は当診療所で受けていただけます。

※胃内視鏡検査、脳ドック、PET検査をご希望の方は、当診療所で予約を承り、委託先での検査の後に、当診療所で結果の説明と事後管理をさせていただきます。



受付時間

午前 9:00~11:30  
午後 1:00~4:30  
(健診センターのみ午後3:30まで)

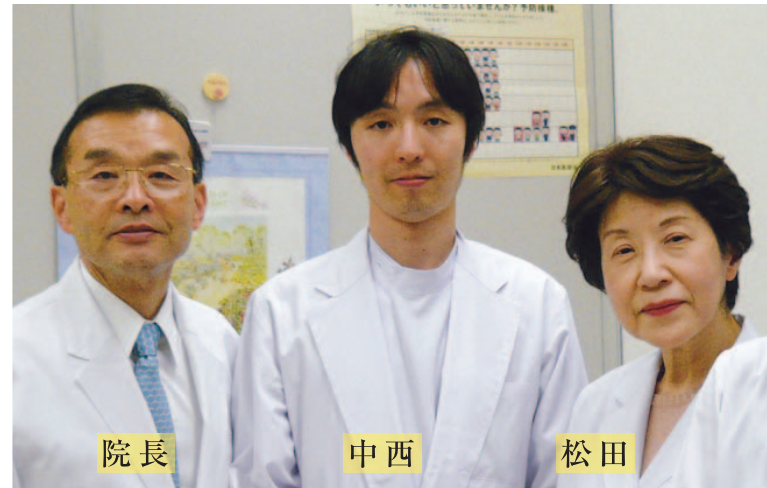
内科

健診センター

TEL 06 (6226) 0250  
FAX 06 (6226) 0226

TEL 06 (6231) 0347  
FAX 06 (6203) 1227

当診療所は健診センターと内科診療所を併設しています。健診センターでは各種健診（定期健診・雇入時健診・生活習慣病予防健診）と種々のコースの人間ドックをご用意しています。また、内科診療では各種健康保険を取り扱っており、どなたにもご利用いただけます。



### 生活習慣病予防健診に追加できるオプション検査

| 検査項目       | 内容   |
|------------|--|
| 肺 C T 検査   | 肺がん、COPD(肺気腫)の検査   |
| 超音波検査(1)   | 上腹部:肝臓、胆のう、腎臓、脾臓   |
| //         | (2) 下腹部:膀胱、前立腺、子宮、卵巣   |
| //         | (3) 頸部:頸動脈、甲状腺   |
| //         | (4) 乳房   |
| 眼底検査       | 眼底出血、黄斑変性、緑内障等の検査  |
| 腫瘍マーカー検査   | CEA(胃・大腸がん、肺がん等)、AFP(肝がん)、CA19-9(膵がん等)、PSA(前立腺がん)、CA125(卵巣がん等) |
| B型、C型肝炎検査  | B型、C型肝炎ウイルス検査  |
| 甲状腺機能検査    | FT4とTSH(血液検査)  |
| 胃ピロリ菌検査    | ピロリ菌検査(便検査)  |
| 骨密度検査      | 骨粗鬆症の検査  |
| スパイロ検査     | 肺気腫等呼吸機能の検査  |
| 胃内視鏡検査     | 藤平クリニック(梅田)へ委託   |
| 脳MRI/MRA検査 | OCAT予防医療センター(難波)へ委託  |
| P E T 検査   | OCAT予防医療センター(難波)へ委託  |

## JTB契約保養所利用補助のごあんない

JTBの契約保養所として指定されている国内の旅館・ホテル等の宿泊施設の利用に対して、組合から補助金を受けることができます。



被保険者・被扶養者1人につき、1事業年度内(4/1~3/31)1回限り  
①被保険者ならびに被扶養者(中学生以上) 3,000円  
②3歳以上12歳未満(小学生)の被扶養者 2,000円



①利用者は、JTBの窓口で「組合名」を告げ、予約をしてください。  
②予約が完了しましたら「契約保養所利用申込書」を組合に提出し、承認を受けてください。  
③組合承認済の利用申込書をJTBへ提出し、補助金額を差し引いた料金を支払い、宿泊クーポン券を受け取ってください。



①旅行代金を支払われてからの補助申請はできませんのでご注意ください。  
②海外旅行・社員旅行・出張・研修などは対象となりません。  
③利用取消・変更の場合のキャンセル料は補助金の対象になりません。  
④直接宿泊施設にお申し込みの場合は、補助できません。

## 「かんぽの宿」・「かんぽの郷」

### 宿泊施設利用提携のごあんない



日本郵政株式会社との利用提携により「かんぽの宿」・「かんぽの郷」が利用できます。



#### 【ご利用方法】

- 健康保険組合への連絡は不要です。
- 電話かインターネットで直接、かんぽの宿・かんぽの郷に大阪織物商健康保険組合の組合員であることを伝えて予約してください。
- 所在地・電話番号は下記ホームページで検索してください。  
<http://www.kanponoyado.japanpost.jp/>

#### 【割引額】

- チェックイン時に当組合の保険証を提示いただけますと、精算時に保険証1枚につき組合員本人と同伴者3名まで、1名1泊あたり500円(消費税込み)割引されます。

#### ■割引対象にならない場合

- ①宿泊施設のご利用開始時に保険証を提示されなかった場合
  - ②1泊2食(夕食および朝食または昼食)未満の商品の利用
  - ③6歳以下(小学生を除く)の利用
  - ④指定施設が定めた繁忙期または特別日の利用
  - ⑤指定施設がとくに割引しないと定めた商品
  - ⑥割引券等の他の割引等の優待を受ける場合
- ※詳しくは、各指定施設へご確認ください。



講堂



# 集会施設

会議・研修・セミナーにご利用ください



第3会議室



第1会議室



第2会議室



第4会議室

施設のごあんない

| 施設名   | 定員    | 利用料(組合員料金)(円) |        |        |         |         |         |
|-------|-------|---------------|--------|--------|---------|---------|---------|
|       |       | 9時~12時        | 9時~17時 | 9時~20時 | 12時~17時 | 12時~20時 | 17時~20時 |
| 第1会議室 | 20    | 7,500         | 19,100 | 22,100 | 13,800  | 20,100  | 9,000   |
| 第2会議室 | 16    | 7,300         | 18,600 | 21,500 | 13,400  | 19,600  | 8,800   |
| 第3会議室 | 36~50 | 15,700        | 39,700 | 46,000 | 28,700  | 41,800  | 18,800  |
| 第4会議室 | 24~30 | 9,200         | 23,200 | 26,900 | 16,800  | 24,500  | 11,000  |
| 講堂    | 180   | 21,600        | 54,800 | 63,500 | 39,700  | 57,700  | 26,000  |

所定の申込書により総務課まで手続きをしてください。

# 料理教室のごあんない



管理栄養士 山崎先生



しょうとっしん時期がそろそろ食べたい時期がそろそろ



## 料理教室2018年6月の献立

- ◆揚げだし豆腐と鶏肉の南蛮酢
- ◆にんじんとズッキーニの梅風味きんぴら
- ◆そうめん入り豆乳汁
- ◆鯖缶そぼろの簡単すし
- ◆フルーツ入りサイダーゼリー

### 材料

- 2人分
- 木綿豆腐 1/2丁
  - 鶏もも肉 140g
  - 塩、酒 各少量
  - 小麦粉 適量
  - なす 1/2本
  - いんげん 4本
  - かぼちゃ 50g
  - 揚げ油 適宜
  - <南蛮酢>
  - しょうがせん切り 15g
  - 鷹の爪 1本
  - 水 1カップ
  - 酢 1/2カップ
  - 砂糖 大さじ2
  - しょうゆ 大さじ1

## 揚げだし豆腐と鶏肉の南蛮酢

### 作り方

- 豆腐はペーパーに包んで水切りをし、3cm角程度に切る。
- 鶏もも肉は一口大に切り、塩少量と酒をふってよくもみ込む。
- なすはへたを取り縦半分に切ってから、2cm厚さの斜め切りにする。いんげんは筋を取り半分に切る。かぼちゃは7~8mm厚さのくし形に切る。
- 南蛮酢の材料を煮立てて冷ましておく。
- 油を170℃に熱し、③の野菜を順に揚げて油をきる。豆腐と鶏肉に小麦粉をまぶし揚げる。
- ⑤が熱いうちに④に30分ほどつけて味をなじませる。

ホームページに山崎先生の「食と健康に関する情報」を掲載しています(月1回更新)。ぜひご覧ください。

### 実習日

第2火・水曜日  
(祝日等の場合は変更)

### 受講料

6,000円(6回分)  
受講生のみなさまには、万一の事故に備えて傷害保険に加入していただきます。別途に保険料(300円)のご負担を願います。

### 期間

4月~9月・10月~3月  
(6カ月を1サイクルとする6回)

### 時間

午後6時~8時20分

### 定員

1クラス12名(2クラス)

- 申し込み受付は随時行っています。
- 受講を希望される方は、総務課まで電話予約してください。 ☎06-6203-4081
- 先着順で受け付けますので、定員を超過した場合は、6カ月間お待ちいただくことになります。



# 大織健保会館のごあんない



|    |                            |
|----|----------------------------|
| 8F | 講堂                         |
| 7F | 協同組合 関西ファッション連合・教養室        |
| 6F | トレーニングセンター                 |
| 5F | 各種会議室                      |
| 4F | 大阪織物商健康保険組合<br>大阪織物商厚生年金基金 |
| 3F | 大織診療所(内科)・健診センター           |
| 2F | コンサルト室・栄養指導室               |
| 1F | 受付・喫茶室・理髪室                 |
| B1 | 駐車場                        |

