

令和8年度

保存版

健康保険のしおり



マイナ保険証（健康保険の利用登録をした
マイナンバーカード）をお持ちでない方は
切り替えをお願いいたします。

\\ CHECK! //

マイナンバー
総合サイト



東日本電線工業健康保険組合

— 目 次 —

保険給付のご案内

- (P.1) ・病気やケガをしたとき…診療、療養費、高額療養費など
- (P.2) ・お産をしたとき…出産育児一時金、出産手当金
 - ・死亡したとき…埋葬料（費）
 - ・70歳以上の高齢者…高齢受給者証、自己負担額など
- (P.3) ・75歳以上の高齢者…後期高齢者医療制度

保健事業のご案内

- (P.3) ・組合事業及び健康管理に関する周知事業
 - …禁煙プログラム達成者の費用補助など
- ・当健保組合のホームページ

疾病予防事業

- (P.4) ・被保険者対象…対象者、健診項目、実施方法など
- (P.5) …精密検診、特定保健指導、健康相談
- (P.5) ・被保険者対象付加健診…婦人科健診
- (P.6) …肝炎検査、前立腺がん検査、肺がん検査
- (P.6) ・被扶養者対象…女性生活習慣病予防健診
- (P.7) ・被保険者&被扶養者対象…人間ドック、インフルエンザ予防接種費用補助

体育奨励事業

- (P.7) ・ウォーキング、健康・体力づくり事業補助など

契約保養所

- (P.8) ・契約保養所

被扶養者になれる方の要件

- (P.9) ・扶養の範囲・収入がある被扶養者の要件

保険給付のご案内

病気やケガをしたとき（70歳未満）

① 診療

医療機関にマイナ保険証等を提示して、診察、投薬、手術、入院等の診療（保険診療）を受けることができます。

② 受診者の自己負担額

入院・通院ともかかった医療費の3割相当額（小学校入学前の乳幼児は、入院・通院とも診療費の2割）を支払います。また、入院の場合には、所得区分に応じて食事も負担します。

③ 訪問看護療養費

在宅療養を受けている方が、医師の指示により、訪問看護ステーション等から看護師等を派遣してもらったときは、その費用について支給されます。

④ 受診者の自己負担額

本人・家族とも基準額の3割
（小学校入学前の乳幼児は2割）
（※以下、本人=被保険者、家族=被扶養者とする。）

⑤ 療養費

次の事項に該当し、自分で診療費を支払ったときは、その理由について当健保組合が認めたとときに保険診療に換算して支給されます。

- (1) やむを得ない事情で保険医療機関以外の病院等で診療を受けたとき
- (2) 救急等のため、マイナ保険証等の提示ができなかったとき
- (3) 海外で診療を受けたとき

● 海外療養費については、レート換算して支給されます。ただし、日本国内で治療を受けた場合と同様に、健康保険の適用範囲内（国内の保険での治療費を基準とした額）で払い戻されます。

⑥ 支給割合

本人・家族とも基準額の7割
（小学校入学前の乳幼児は8割）

接骨院のかかり方

接（整）骨院で健康保険が使えるのは、次の通りです。

- ・捻挫、打撲、挫傷（出血をともなうケガは施術を受けられません。）
- ・骨折、不全骨折、脱臼（応急手当を除き、医師の同意が必要です。）

以下の場合には健康保険は使えません。

- ・日常生活からくる疲れ・肩こり・五十肩・筋

肉痛など。

- ・スポーツによる筋肉疲労、慢性的な腰痛など。
- ・リウマチ・関節炎・神経痛など。
- ・医師が治療すべき椎間板ヘルニアなど。
- ・打撲・捻挫が治ったあとのマッサージ代わり。
- ・症状の改善がみられない長期にわたる施術。
- ・整形外科などで治療を受けながら、同時に同一箇所について接（整）骨院での施術。

④ 移送費

歩行が困難な患者が入院や転居のため医療機関に移送され、その必要性を当健保組合が認めたとときに支給されます。

⑤ 支給割合

本人・家族とも全額
※ただし、経済的な通常の経路および方法により算定した額が払い戻されます。

⑥ 高額療養費

本人・家族とも
保険診療の自己負担額（同一月、同一医療機関、入院・通院別）が自己負担限度額（上限額）を超えた場合、高額療養費として当健保組合から払い戻されます。

| 区分 | 自己負担限度額 | 多数回該当※ |
|--------------------|--------------------------------|----------|
| 標準報酬月額 83万円以上 | 252,600円+ (医療費-842,000円)×1% | 140,100円 |
| 標準報酬月額 53万~79万円 | 167,400円+ (医療費-558,000円)×1% | 93,000円 |
| 標準報酬月額 28万~50万円 | 80,100円+ (医療費-267,000円)×1% | 44,400円 |
| 標準報酬月額 26万円以下 | 57,600円 | 44,400円 |
| 低所得者 (住民税非課税) | 35,400円 | 24,600円 |

※ 多数回該当

同一世帯で、当月以前の1年間に高額療養費の支給が3回以上あるときは、4回目からはその月の自己負担限度額が引き下がります。

⑦ 健康保険限度額適用について

医療費が高額になると見込まれる場合には、マイナ保険証を医療機関の窓口で提示すると、特段の手続きを行うことなく、自己負担限度額までの支払いとなります。

一方、マイナ保険証をお持ちでない方は、事前に当健保組合に申請し交付を受けた「限度額適用認定証」を医療機関に提示する必要があります。

※オンライン資格確認を導入している医療機関等では、「限度額適用認定証」がなくても、窓口での支払いを自己負担限度額まで軽減できる場合があります。

◎世帯合算高額療養費

同一世帯(被保険者単位)で同一月に21,000円以上の自己負担が2件以上ある場合は、それぞれの自己負担額を1か月(暦日)単位で合算して自己負担上限額を超えた分が当健保組合から払い戻されます。

70歳から74歳までの高齢受給者の自己負担分も世帯合算の対象となります。

◎特定疾病療養該当者の高額療養費

血友病、人工透析患者及び後天性免疫不全症候群の患者については、当健保組合発行の「健康保険特定疾病療養受療証」を医療機関の窓口に表示することで、医療機関の窓口で支払う負担額は1万円(上位所得者は2万円)となり、高額療養費相当額は、当健保組合から医療機関へ支払います。

⑥傷病手当金

本人が療養のため仕事を休んで給与がもらえない場合、休業4日目から1日当り支給を始める日の属する月以前の直近の継続した12月間の各月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の3分の2相当額が通算して1年6カ月を限度として支給されます。

第三者行為は必ず健保に届出を

自動車事故など他人の加害行為が原因で病気やケガをして、健康保険で治療を受ける場合は、当健保組合に連絡のうえ、できるだけすみやかに「第三者の行為による傷病届」を提出してください。

お産をしたとき

①出産育児一時金

本人または家族の妊娠4カ月以上の出産に対し、一児につき50万円が支給されます。

ただし、産科医療制度に未加入の医療機関等や海外で出産した場合、また、22週未満の出産の場合は48万8千円となります。

◎出産に要した費用を全額窓口で支払い、後日当健保組合へ「出産育児一時金請求書」により請求する方法と、出産した医療機関等が、本人または家族に代わって出産育児一時金の範囲内で当健保組合に請求する「直接支払制度」または「受取代理制度」を利用する方法があります。(「直接支払制度」または「受取代理制度」を利用する場合は、出産予定の医療機関へお問合せください。)

また、「直接支払制度」を利用し、出産に要した費用が50万円(または48万8千円)に満たない場合は、「出産育児一時金等内払金支払依頼書」により当健保組合へ請求することで、出産育児一時

金との差額が支給されます。

なお、『受取代理制度』をご利用される場合は当健保組合までご照会ください。

②出産手当金

本人が出産のため仕事を休んで給与がもらえない場合、出産前42日間(多胎妊娠の場合98日間)、出産後56日間の計98日間(多胎妊娠の場合154日間)、1日当り支給を始める日の属する月以前の直近の継続した12月間の各月の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の3分の2相当額が支給されます。なお、出産前については、出産が予定より遅れた場合は、実際に出産した日までの期間について支給されます。

なお、当該給付金を受給される期間の保険料が免除されます。詳しくは、当健保組合又は健康管理委員におたずねください。

死亡したとき

埋葬料(費)

本人が死亡したとき、埋葬をした方に5万円が埋葬料(費)として支給されます。

被扶養者となっている家族が死亡したときは5万円が支給されます。

70歳以上の高齢者

高齢受給者に該当される方について

マイナ保険証を医療機関でご利用頂くことで、70歳以上の被保険者に関する情報も連携されるため、特段の手続きを行うことなく、所得区分に応じた一部負担金の割合(下記参照)で医療機関を受診できます。

一方、マイナ保険証をお持ちでない方が所得区分に応じた一部負担金の割合で医療機関を受診するためには、事前に当健保組合から交付を受けた「高齢受給者証」を医療機関に提示する必要があります。

◎受診者の自己負担額

入院・通院ともかかった医療費の2割相当額(現役並み所得者は3割)を支払います。また、65歳以上の方が療養病床に入院した場合は、所得区分に応じて食費・居住費も負担します。

◎高額療養費

高齢者の1カ月の自己負担額には限度額(上限額)が設けられており、自己負担額が高額になった場合、限度額を超えた分は当健保組合から直接医療機関へ支払います。

●自己負担限度額（月額）

| 区 分 | 70歳以上 ^{※1} の自己負担限度額／月額 | |
|------------------------------------|--|----------------------|
| | 外来（個人ごと） | （世帯ごと） |
| Ⅲ標準報酬月額 83万円以上 | 252,600円+（医療費-842,000円）×1% （140,100円） | |
| Ⅱ ^{※2} 標準報酬月額 53万～79万円 | 167,400円+（医療費-558,000円）×1% （93,000円） | |
| Ⅰ ^{※2} 標準報酬月額 28万～50万円 | 80,100円+（医療費-267,000円）×1% （44,400円） | |
| 標準報酬月額 26万円以下 | 18,000円 （年間上限14万4,000円） | 57,600円 （44,400円） |
| Ⅱ住民税非課税 | | 24,600円 |
| Ⅰ住民税非課税 （所得が一定以下） | 8,000円 | 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（多数該当）。

- ※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 現役並み区分Ⅰ、Ⅱの人で、マイナ保険証をお持ちでない方は、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。

75歳以上の高齢者

75歳以上の高齢者は後期高齢者医療制度に加入75歳（寝たきりの場合は65歳）以上の高齢者については、後期高齢者医療制度の被保険者となります。

運営主体は各都道府県毎の広域連合（窓口はお住いの市区町村）です。

75歳の誕生日から後期高齢者医療制度の被保険者となりますので、該当する方は、喪失または被扶養者削除の手続きが必要となります。

保健事業のご案内

組合事業及び健康管理に関する周知事業

◆機関誌（けんぼだより）

4月・7月・10月・1月

健康保険に関する情報や、当健保組合の行事等についてお知らせします。被保険者全員分を事業所あて一括送付いたします。（ご家庭へお持ち帰りください。）また、ホームページへも随時掲載しておりますので、合わせてご活用ください。

◆壁新聞の発行（けんぼフォトニュース）

6月・9月・12月・3月

病気予防のための情報や健康づくりに役立つ記事、また、当健保組合の行事等について発行します。

◆育児に関する情報誌（赤ちゃんと！）の配布

初回：4冊

（誕生号、医療機関にかかるまで、パパ育児のとりびら、当月号）

2回目以降：毎月号11回（希望者のみ）

赤ちゃんが生まれたご家庭に、子育てのための情報誌を無料で送付します。（初回は対象者全員に送付。2回目以降希望の方は専用ハガキによるお申込みが必要です。）

◆医療費通知

6月・9月・12月・3月（年間分）

医療機関にかかった状況を3カ月まとめて年3回、また、年間分を1回（3月）お知らせします。不明な点がありましたら、健康管理委員または当健保組合へお申し出ください。

（本人分と一緒に家族分も掲載しております。）

◆健康家族表彰

当健保組合の保健事業に積極的に参加し、過去1年間、保険診療を受けなかった世帯に記念品を贈ります。

◆禁煙プログラム達成者の費用補助（通年）

健康保険適用の禁煙プログラムを利用し、目標達成した被保険者に10,000円を上限に費用補助いたします。（ただし、申請は年度内1度に限りです。）

◆歯科健診

歯科医師および歯科衛生士が事業所を訪問して、各人の歯科の診断および歯石（歯垢）除去ならびに歯槽膿漏等の予防指導等を行います。

◆共同事業による保健指導宣伝

健康保険組合連合会（主催）

●新聞、ポスター等の配布。

◆後発医薬品（ジェネリック）の使用促進通知

医療費通知と同時に通知します。（対象者のみ）

当健保組合のホームページ

健康保険のしくみ、事務手続きなどのほか、当健保組合からのお知らせを掲載しています。その他、スポーツ大会の予定、契約保養所など、さまざまな情報をご覧いただけます。ぜひご活用ください。

主な内容

◆健保組合案内

健康保険のしくみ、健康保険組合のしごと、健康保険組合の運営などについて掲載しています。

◆健康保険ガイド

健康保険に加入する人、保険料、健康保険の給付、知っておきたい制度と知識、退職後の医療保険

について掲載しています。

◆広報&イベント

当健保組合で発行している各種広報誌の紹介や、軟式野球大会、ボウリング大会などのイベント情報を掲載しています。

◆健診&健康相談

当健保組合で行っている健康診査、精密検診、保健指導、人間ドック、女性生活習慣病予防健診などの実施内容を掲載しています。

◆個人情報保護

個人情報保護に関する基本方針を掲載しています。

◆契約保養所

当健保組合が契約しているJTBの協定旅館のほか、船員保険、グリーンピア、休暇村およびさくら総合レジャーの各施設の利用方法を掲載しています。(各団体へのリンクもあります)

◆介護保険ガイド

介護保険制度の概要、保険料、保険給付一覧、サービス内容、利用方法、要介護度区分について掲載しています。

◆組合の行事予定

当健保組合の主な行事を掲載しています。

疾病予防事業

被保険者対象

健康診査（一次）

■対象者：健診当日被保険者の資格を有する者

| | |
|---------------------------|-------------------------|
| ①生活習慣病予防健診 (特定健康診査を含む) | 33歳以上の被保険者 |
| ②一般健診 | 33歳未満の被保険者 |
| ③子宮がん健診(細胞診検査) | 女子被保険者(希望者) |
| ④B・C型肝炎検査 | 40歳以上5歳ごとの節目の被保険者(希望者) |
| ⑤前立腺がん(PSA)検査 | 50歳以上の男子被保険者(希望者) |
| ⑥肺がん検査 | 40歳、45歳、50歳以上の被保険者(希望者) |

※年齢は、令和9年3月31日までに対象年齢に達する方

■健診項目

①生活習慣病予防健診（特定健康診査項目を含む。）

| | |
|------|--|
| 身体計測 | *身長、*体重、*視力、*肥満度(BMI法)、*腹囲 |
| 呼吸器系 | 胸部X線 |
| 循環器系 | *血圧、*心電図(12誘導)、*中性脂肪、*HDLコレステロール、*LDLコレステロール |
| 消化器系 | 胃部X線、便潜血検査(2回法) |
| 貧血 | 赤血球数、白血球数、血小板数、ヘモグロビン、ヘマトクリット、MCV、MCH、MCHC |
| 腎尿路系 | *尿蛋白、尿潜血反応、クレアチニン |
| 肝機能 | *AST(GOT)、*ALT(GPT)、*ALP、*γ-GTP |
| 糖尿病 | *尿糖、*空腹時血糖、*HbA1c |
| 痛風 | 尿酸 |
| 眼底 | 眼底(片側) |
| 聴力検査 | オージオメーター |
| 総括 | 問診 |

*は特定健康診査項目

②一般健診

| | |
|------|-----------------------------------|
| 身体計測 | 身長、体重、視力、肥満度(BMI法)、腹囲 |
| 呼吸器系 | 胸部X線 |
| 循環器系 | 血圧、心電図、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール |
| 貧血 | 赤血球数、白血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリット |
| 腎尿路系 | 尿蛋白、尿潜血反応 |
| 糖尿病 | 尿糖、空腹時血糖 |
| 肝機能 | AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GTP |
| 聴力検査 | オージオメーター |
| 総括 | 問診 |

実施方法

〈1〉巡回健診

当健保組合の指定健診機関が事業所を巡回して実施します。

〈2〉会場別巡回健診(実施主体：東振協)

事業所巡回健診の際の受診もれの方、または巡回による健診ができない事業所の方々を対象に実施します。

- 時期 第1回 8月～9月頃(予定)
- 第2回 11月～12月頃(予定)
- 第3回 2月頃(予定)

○会場 指定した会場で2～3日間実施

(けんぼだより又はホームページで確認してください。)

- その他 実施日、会場、申込方法等については、当健保組合までお問い合わせください。

〈3〉自主健診(受診もれ者等)

巡回健診・会場別巡回健診により受診できなかった方は、直接契約健診機関、または任意の健診機関で受診してください。

■費用

巡回健診、会場別巡回健診および直接契約健診機関で受診した場合は、全額当健保組合において立て替えて支払いますが、労働安全衛生法に定められている検査項目にかかる費用相当額(法定健診受託料)、肝炎検査、前立腺がん検査及び肺がん検査にかかる一部負担金については、事業所あて請求いたします。

なお、任意の健診機関で受診した場合は、費用は一旦、立替払いのうえ所定の用紙にて当健保組合までご請求ください。請求方法等詳しいことは健康管理委員会におたずねください。

精密検診(二次)

○対象者

一次健診の結果「要精密」、「要再検」と判定された方

○実施方法

〈1〉巡回健診機関による精密検診

一次健診実施日より概ね40日前後に実施します。なお、精密検診が至急必要な方については、別途連絡をします。

ただし、聴力、眼底、胃部X線および便潜血検査で精密検査に該当した場合は、保険診療で受診してください。それ以外の項目で該当し、受診する際には受診票を提示し、精密検診である旨を告げて全額自費として受診してください。(明細付の領収書をもらってください)。

〈2〉一次健診を直接契約健診機関、会場別巡回健診および任意の健診機関で受診した場合の精密検診は、受診した健診機関の指示に従ってください。

○費用

全額当健保組合が負担します(聴力、眼底、胃部X線および便潜血検査を除く)。任意で受診の場合は所定の用紙により当健保組合あてに請求してください。詳しくは、健康管理委員会におたずねください。

特定保健指導

○対象者

40歳以上75歳未満の被保険者で生活習慣病予防健診(特定健診を含む)を受診した結果、「動機付け支援」、「積極的支援」に該当された方

○実施方法

〈1〉巡回健診機関による特定保健指導

①動機付け支援

保健師が事業所を巡回して実施します。

後日、行動計画書を作成し、通信(電話、メール、FAX等)を利用し、3~6カ月後に実績評価を行います。

②積極的支援

保健師が事業所を巡回して実施します。

後日、行動計画書を作成し、通信(主にメール)を利用し、保健師と往復のやり取り(5回程度)を行い、3~6カ月後に実績評価を行います。

〈2〉直接契約健診機関、会場別巡回健診及び任意の健診機関での特定保健指導

①動機付け支援及び積極的支援

受診した健診機関の指示に従ってください。

○費用

原則、当健保組合が負担します。

ただし、任意の健診機関の場合に一部、負担が発生します。

健康相談

○対象者

生活習慣病予防健診(33歳以上)受診者で、健診の結果、「要観察」と判定された方(ただし、特定保健指導対象者は除く)のうち医師が必要と認めた方
項目: 肥満・血圧・血糖・脂質

○実施方法

保健師が事業所を巡回して実施します。

(当健保組合の指定巡回健診機関〈医療法人社団 慶豊会青山セントラルクリニック〉が巡回する事業所については、過去の健診結果をもとにきめ細かな生活指導を実施します)

なお、直接契約健診機関においても健康相談を実施します。

○費用

全額当健保組合が負担します。

被保険者対象付加健診

婦人科健診

女子被保険者の方を対象に費用の補助を行います。

○健診項目

子宮がんおよび乳がん健診(子宮がんについては巡回健診等で受診できなかった方)

○利用方法

専門医で受診後、「婦人科健診検査補助金請求書」によりご請求ください。

○費用補助限度額 4,000円

乳房診、子宮検査の健診項目ごとに2,000円を限度といたします。

肝炎検査

○対象者

40歳以上5歳毎の被保険者（当該年度の末日までに40歳、45歳、50歳、55歳等になられる方）

○検査項目

B・C型肝炎検査（B型…HBs抗原・C型…HCV抗体）

○実施方法

健康診査（一次健診）時に実施

○自己負担額

870円（巡回健診・直接契約健診機関実施者）
※個人で受診される方（人間ドック受診者を含む）については、オプション項目として別途費用を支払っている場合は補助の対象とします。補助額は3,100円を限度とします。（自己負担870円を含む。）

前立腺がん検査

○対象者

当該年度の末日までに50歳以上の男子被保険者

○検査項目

PSA検査

○実施方法

健康診査（一次健診）時に実施

○自己負担額

530円（巡回健診・直接契約健診機関実施者）
※個人で受診される方（人間ドック受診者を含む）については、オプション項目として別途費用を支払っている場合は補助の対象とします。補助額は2,590円を限度とします。（自己負担530円を含む。）

肺がん検査

○対象者

40・45・50歳以上の被保険者

○検査項目

喀痰細胞診検査

○実施方法

健康診査（一次健診）時に実施
3日間分の喀痰を採取

○自己負担額

1,000円（巡回健診・直接契約健診機関実施者）
※個人で受診される方（人間ドック受診者を含む）については、オプション項目として別途費用を支払っている場合は補助の対象とします。補助額は3,260円を限度とします。（自己負担1,000円を含む。）

☆付加健診の費用請求については、事業所の健康管理委員におたずねください。

☆なお、肝炎検査以外の付加健診による精密検査に該当した場合は保険診療にて受診してください。

被扶養者対象

女性生活習慣病予防健診（特定健康診査を含む）

○対象者

被扶養者である配偶者（女性のみ）

○実施方法

当健保組合と契約した（社）東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）の委託健診機関が会場を巡回して実施します。

○実施時期

春季：4～7月／秋季：10～1月

○実施会場

「ホームページ」および「けんぽだより」に掲載しています。

春季：「けんぽだより」1月号に掲載予定

秋季：「けんぽだより」7月号に掲載予定

○申込方法

希望者は、「女性生活習慣病予防健診申込書」（掲載号）または東振協ホームページよりお申し込みください。

○申込期限

秋季：毎年7月下旬／春季：翌年1月下旬

○健診日

健診日の2週間前までに委託健診機関より本人あてに受診票が送付されます。

○健診結果

委託健診機関より本人あてに通知されます。

健診項目

| | |
|------|---|
| 身体計測 | *身長、*体重、*視力、*肥満度（BMI法）、*腹囲 |
| 呼吸器系 | 胸部X線 |
| 循環器系 | *血圧、*心電図（12誘導）、*中性脂肪、総コレステロール、*HDLコレステロール、*LDLコレステロール |
| 消化器系 | 胃部X線 |
| 貧血 | 赤血球数、白血球数、血小板数、ヘモグロビン、ヘマトクリット、MCV、MCH、MCHC |
| 腎尿路系 | *尿蛋白、尿潜血反応、クレアチニン |
| 肝機能 | *AST(GOT)、*ALT(GPT)、*ALP、*γ-GTP |
| 糖尿病 | *尿糖、*空腹時血糖、*HbA1c |

| | |
|--------|----------------|
| 痛 風 尿酸 | |
| 乳 房 診 | 超音波診断法、自己検診法指導 |
| 子宮細胞診 | 自己採取法、医師採取法 |
| 便 | 便潜血検査（2 回法） |
| 聴力検査 | オージオメーター |
| 総 括 | 問診 |

*は特定健康診査項目

○再検査

一次健診の結果、「再検査」の判定があった場合は、通知される指定健診機関で受診してください。

○費用

全額当健保組合が負担します。

被保険者 & 被扶養者対象

組合あての補助請求は事業所で取りまとめ、一括請求にてお願いいたします。

人間ドック（日帰り、1泊2日、脳ドック）

○対象者

- (1) 40 歳以上の被保険者および被扶養者
- (2) 年度内 1 回（4 月から翌年 3 月まで）
- (3) 同一年度内に生活習慣病予防健診を受診している方は、対象者から除かれます。
- (4) 各事業所毎に費用補助の対象者が定められていますので、事前に健康管理委員におたずねください。

○利用方法および費用補助金請求の手順

- (1) 健診機関へ利用の予約をします。
- (2) 健診機関の窓口で費用の総額を支払い、「領収書」および「結果報告書」を受け取ります。
- (3) 「人間ドック費用補助請求書」に必要書類を添付して当健保組合に請求してください。（用紙は、事業所の健康管理委員にお申し出ください。）

○費用補助額

人間ドックの種別（日帰り、1泊2日、脳ドック）にかかわらず、20,000 円を限度といたします。

インフルエンザ予防接種費用補助

○対象者

被保険者および被扶養者

- (1) 費用補助額……1 人につき 1,500 円（1 回法、2 回法にかかわらず）
- (2) 実施対象期間…毎年 10 月から 12 月末日まで
- (3) 請求期間……毎年 10 月から翌年 2 月末日まで

○利用方法

A 東振協契約医療機関を利用する。（9 月より予約受付開始）

(1) 専用ホームページ（<http://www.toshinkyu.or.jp/influenza.html>）にアクセスし、希望の会場を確認、電話等で事前予約します。

(2) 同ホームページから利用券を印刷します。

(3) 接種日当日、医療機関に利用券を提出し、補助額 1,500 円を差し引いた接種費用を支払います。

* 後日、組合へ費用請求する必要がないためとても便利です。

B 立替払いで補助申請する。

(1) 医療機関の窓口で費用の全額を支払い、インフルエンザ接種料と明記された「領収書」（接種した人の氏名・医療機関名が必要です）を受け取り、事業所に提出します。

* 自己負担額が 2,500 円以上の接種料に限り補助の対象となります。（2 回法の場合は合算した額）

(2) 事業所でとりまとめ、当健保組合へ一括して請求します。

(3) 後日、一括して事業所へ費用補助を行います。

* 領収書の不備により補助が受けられない場合があります。

体育奨励事業

ウォーキング

東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム利用券を希望者に配布し、費用の一部補助を行います。

○対 象 者 被保険者および4歳以上の被扶養者

○費用補助額 1人につき1,500円

○募集人員等

(1) 募 集 人 員 1,000人（応募多数の場合は家族単位で抽選）

(2) 募 集 期 間 3月9日から5月15日

(3) 利用券配布 5月下旬を目途に事業所を経由して参加者へ利用券を配布

○利用方法

(1) 利用方法 参加者各人がインターネットにて東京ディズニーランド® または東京ディズニーシー® のチケットを購入する際、利用券のコードを入力すると補助額を差し引いた料金で購入することができます。（ディズニーストアやディズニーホテルのチケット取扱い店舗でもチケット購入時に使用できます。）

(2) 利用期間 7月1日から翌年2月末日

軟式野球大会（電線野球大会）

（東日本電線工業協同組合と共催）

開催時期 4月11日（土）、18日（土）

場 所 大宮けんぼグラウンド（埼玉県さいたま市）

試合方法 チーム対抗トーナメント戦

優勝チームは東京総合健保野球大会に当健保組合代表として出場します。

ボウリング大会

（東日本電線工業協同組合と共催）

開催時期 11月〈予定〉

場 所 品川プリンスホテル ボウリングセンター

競技方法 団体戦（トータルピンによる。）、個人戦

健康・体力づくり事業補助

各事業所で、独自に行う健康・体力づくり事業の費用について、参加者（被保険者及び被扶養者に限る）1人あたり1,500円を上限に費用補助します。

○対象種目

運動会、ハイキング、競技大会等、被保険者および被扶養者が多く参加できる事業で、当健保組合が事前に承認した事業。

東振協主催行事への参加

東振協主催の次の大会に無料でご参加頂けます。

（※ 野球大会を除く）

○東京総合健保野球大会（日刊スポーツ杯争奪）

開催時期 10月〈予定〉

場 所 大宮けんぼグラウンド

出場資格 電線野球大会優勝チーム

○テニスフェスタ

開催時期 1月〈予定〉

場 所 有明テニスの森公園室内コート

（昨年度実施会場）

○ミニマラソン大会

開催時期 3月〈予定〉

場 所 豊洲ぐるり公園（昨年度実施会場）

〈4〉さくら総合レジャー

○費用補助

対象施設に宿泊した場合、1泊につき2,000円（4月から翌年3月までの1年間・1人3泊まで）の補助を行います。

○利用方法

(1) JTB 利用の場合

① JTB（各支店）で予約する際、「契約保養所利用システム」を利用する旨、お伝えください。（電話可）

② 予約後、「利用申込書」を記入のうえ、健康管理委員から承認をもらいます。

③ JTB窓口に「利用申込書」を提出のうえ、料金（補助額を引いた金額）を添えて、宿泊券（クーポン）と引き換え、利用施設に提出してください。

(2) 船員保険・休暇村およびグリーンピアを利用する場合

① 利用する保養所に直接予約をします。

② 「施設（契約保養所）利用者通知書」を記入し、健康管理委員から承認をもらいます。

③ 施設利用の際に「施設（契約保養所）利用者通知書」を窓口へ提出してください。（利用料金から補助額が引かれます）

(3) 東急ホテルズを利用する場合

① 利用する保養所に直接予約をし、当健保組合あてご連絡ください。契約保養施設利用者通知書を送付いたします。

② 施設利用の際に「契約保養施設利用者通知書」を窓口へ提出してください。（利用料金から補助額が引かれます）

(4) さくら総合レジャーを利用する場合

① 予約センターに連絡し、施設等の詳細の説明を受けてください。

② 予約成立したらパンフレット等の書類が自宅に届きます。

③ 組合に補助金の手続きをして利用券を受領してください。

④ 施設利用の際フロントに利用券を提出してください。（利用料金から補助額が引かれます）

○その他

用紙は各事業所に配布してあります。詳細につきましては、健康管理委員または当健保組合までおたずねください。

契約保養所

契約保養所

○対象者

被保険者および被扶養者

○対象施設

〈1〉 JTB の協定旅館

〈2〉 船員保険・休暇村およびグリーンピアの保養施設

〈3〉 東急ホテルズ

被扶養者になれる方の要件

健康保険の被扶養者とは、原則として日本国内に住所を有し、主として被保険者の収入によって生活している方のことをいいます。

1 扶養の範囲

〈1〉被保険者と同居、別居を問わない方

- ①配偶者（内縁を含む）
- ②子、孫、兄弟姉妹
- ③父母、祖父母、曾祖父母

〈2〉被保険者と同居を必要とする方

- ①伯叔父母、甥・姪、曾孫
- ②三親等内の姻族

2 収入がある被扶養者の要件（生計維持関係）

〈同居の場合〉

被扶養者の年間収入※が130万円未満（19歳以上23歳未満（配偶者を除く）の場合は150万円未満、60歳以上または障害年金を受けられる程度の障害者の場合は180万円未満）で、被保険者の年収の2分の1未満であること。

〈別居の場合〉

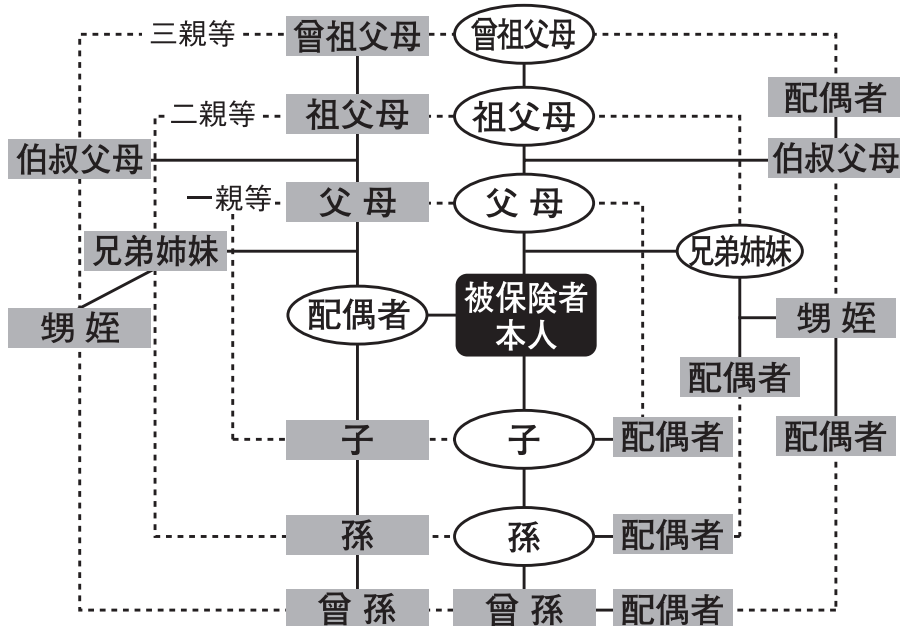
被扶養者の年間収入※が130万円未満（19歳以上23歳未満（配偶者を除く）の場合は150万円未満、60歳以上または障害年金を受けられる程度の障害者の場合は180万円未満）で、被保険者の年収の2分の1未満かつ、被保険者からの仕送り額より少ないこと。

※年間収入のうち給与収入については、労働契約で定められた賃金から見込まれる年間収入

被扶養者となる範囲一覧

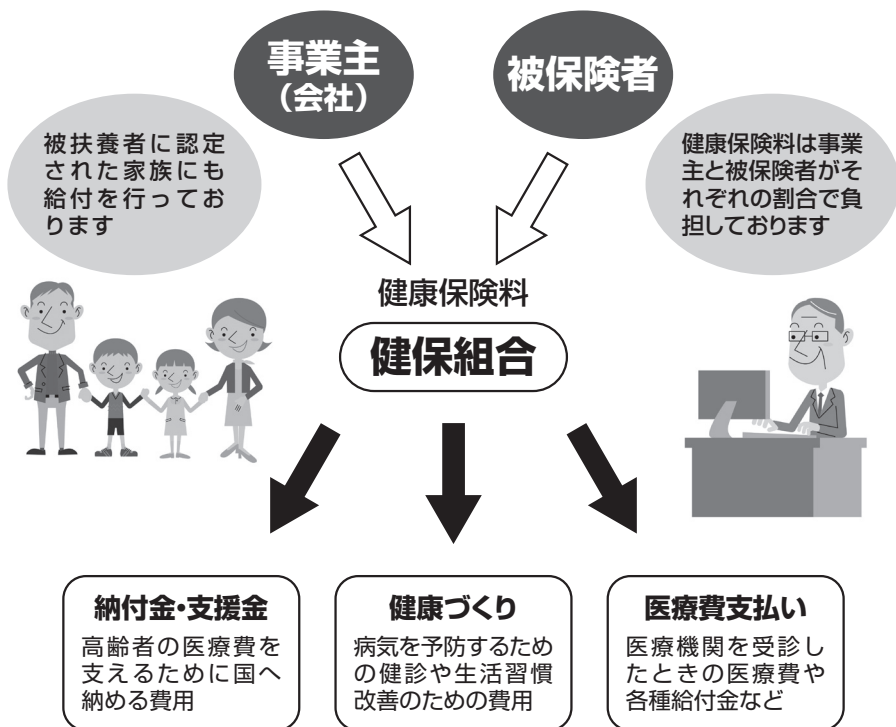
○ 被保険者と生計維持の関係が条件

■ 被保険者との生計維持関係と同一世帯が条件



健康保険組合は事業主と被保険者からの健康保険料で運営されています

健保組合の主な収入源は、事業主と被保険者であるみなさんに納めていただく健康保険料です。この財源をもとに、みなさんがお医者さんにかかった際の医療費や健康づくりの費用、高齢者医療制度への納付金などを支出しています。



医療費の節約にご協力ください。

- 当組合のホームページでも各事業の詳しい内容をご覧ください。
パソコンやスマホ・タブレットからアクセスしてください。

