

当健保組合の

インフルエンザ予防接種のご案内

平成 30 年度のインフルエンザ予防接種事業については、多くの方に受けていただけるよう「A 東振協のインフルエンザ予防接種事業（健保組合共同事業）」による予防接種を奨励しています。A～Cのどの方法で受けるかをご検討のうえお申し込みください。

- 注 1） どの方法を利用する場合においても事前に予約が必要です。
 注 2） 「C 委託先接種」の場合の接種料金は別途通知します。
 注 3） 2 回接種の場合でも、補助の対象に該当するのは 1 回のみです。



組合奨励事業	A 東振協のインフルエンザ予防接種事業（健保組合共同事業）：院内予防接種					
実施場所	東振協契約医療機関 東振協ホームページ「院内・出張予防接種契約医療機関」一覧参照（追加・削除・変動あり）					
対象者	接種日に当健保組合の被保険者および被扶養者（小児接種は実施可能な機関のみ）					
契約料金 （補助金を差し引く前の額）	上限 3,890 円（税込） （医療機関により異なる）					
申込受付開始	平成 30 年 9 月から					
接種期間（接種日）	平成 30 年 10 月 1 日 ～ 平成 30 年 12 月 20 日 ※東振協のホームページでは平成 31 年 3 月末までと表記されていますが、当健保組合では平成 30 年 12 月 20 日までとしています。					
申込方法	東振協ホームページ（ http://www.toshinkyō.or.jp/influenza.html/ ）に直接アクセスし「インフルエンザ予防接種・健保組合共同事業のご案内」に記載の手順参照 ①東振協ホームページで希望する医療機関を選び、直接電話で予約をする。その際は「東振協インフルエンザ予防接種」利用であることを申し出る。 ②東振協ホームページより利用券を出力する。その際は保険者番号「06131783」の入力が必要。 ※利用券の発行のみでは申込・予約にはなりません！ ③予防接種当日は必ず、「利用券」と「保険証」の 2 点を医療機関窓口へ提示（提出）する。 ④会計時に 1,000 円（補助金）を差し引いた額を支払う。					
その他	集合予防接種（集合予防接種会場での接種。中学生以下は除く）または 出張予防接種（事業所に医療スタッフを派遣）を実施することも可能。詳しくは 東振協（TEL03-3626-7504）へお問い合わせを。					

組合実施事業	B 巡回接種	C 委託先接種（当健保組合直接契約医療機関での接種）				
委託先名称	メディカルインスペクションクリニック	メディカルインスペクション 芝浦	東京港診療所	東京都結核予防会	高根病院	サニーピアクリニック
対象者	接種日に当健保組合の被保険者	接種日に当健保組合の被保険者および被扶養者（委託先により年齢制限等あり）				
実施場所	各事業所の指定場所	港区芝浦 3-18-17 健保会館内	港区海岸 3-9-5	墨田区両国 4-5-9	千葉県山武郡 芝山町岩山 2308	兵庫県神戸市 中央区波止場町 3-12
補助金額	1,000 円					
接種期間（接種日）	平成 30 年 11 月～ 12 月	平成 30 年 10 月 1 日 ～ 平成 30 年 12 月 20 日（委託先により異なる）				
お問い合わせ電話番号	042-644-6060	03-5765-7171	03-3451-4620	03-3633-4053	0479-77-1133	078-331-6141
申込方法	①「巡回インフルエンザ予防接種申込書」を作成し当健保組合へFAXで申し込む。 ②当健保組合から「補助金利用券」の交付を受ける。メディカルインスペクションクリニックと接種日の日程調整を行い、接種する。 ③当健保組合が請求書を作成し、事業所へ送付する。 ④請求額を支払う。	①希望する委託先（医療機関）に各自予約をする。 ②予約が取れたら「利用券申込書」を当健保組合へ提出し「補助金利用券」の交付を受ける。 ③予防接種当日は必ず「補助金利用券」と「保険証」の 2 点を医療機関窓口へ提示（提出）する。 ④会計時に、1,000 円（補助金）を差し引いた額を支払う。 詳しくは当健保組合・健康管理課（TEL03-3455-0063）へお問い合わせを。				

重要なお知らせ

- ・遠隔地補助金申請（任意の医療機関においていったん全額負担で接種し、後日当健保組合に補助金申請を行う方法）は平成 28 年度より廃止となりました。
- ・補助対象外の方（当健保組合の資格のない方等）の利用が発覚した場合、接種にかかった費用について、後日返還請求いたします。

季節の健康 TOPICS

これからの季節は ノロウイルスに注意！

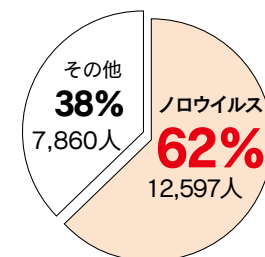
ノロウイルスは感染力が非常に強く、少量のウイルスでも感染します。おう吐や下痢などのつらい症状に苦しまないためにも、発生の多い秋から冬の時期の予防を心がけ、感染拡大を防ぐ方法を覚えておきましょう。



ノロウイルス

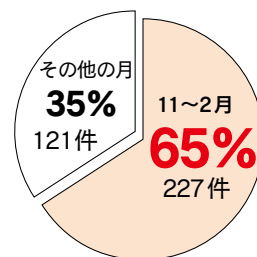
主な症状：吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が 1～2 日続く。
 ※症状のない場合や軽いかぜのような症状のこともある。
 ※乳幼児や高齢者は、脱水症状やおう吐物を吸い込むことによる肺炎・窒息にも要注意。

●原因別の食中毒罹患者数（年間）●



食中毒のなかで
もっとも多い！

●ノロウイルスの発生時期別の件数●



とくに**秋～冬**に
発生しやすい！

出典：食中毒統計資料（厚生労働省）
 ※平成 24 年～ 29 年の平均
 ※病因物質が判明している食中毒に限る

ノロウイルスの感染を予防するには？

食品からの感染を予防する！

- 体調が優れないときには生の二枚貝（カキなど）を食べないようにする
- 加熱が必要な食品は中心部までしっかりと加熱する

人からの感染を予防する！

- 手洗いはハンドソープを使って 2 度洗うのが効果的
- 家庭内で感染者がいる場合は調理器具や食器、トイレなどを消毒する

感染・発症してしまったら？

- 症状が落ち着いてきたら、水分と栄養を十分に補給する
- 下痢止めは病気の回復を遅らせることがあるので使用しない
- 学校や職場での感染拡大を防ぐため、自宅でしっかり休養する



おう吐物などはどうやって処理したらよいの？

準備

消毒液 **A** と、消毒液 **B** をそれぞれつくっておく。
 必要なものをあらかじめそろえておく。（右記参照）

- ①使い捨てのエプロン、マスク、手袋を着用する。
- ②ペーパータオルでおう吐物を静かに拭き取る。
- ③消毒液 **A** で床などを消毒後、水拭きをする。
- ④使用したペーパータオルやエプロン等はビニール袋に入れて密閉し、廃棄する。その際、消毒液 **B** に浸す。
- ⑤処理が終わったらていねいに手を洗う。



塩素系の消毒液を使用するときは必ず換気

消毒液の容器には【消毒液A】【消毒液B】と明記

●消毒に必要なもの

- ☐ 使い捨てエプロン ☐ 使い捨てマスク
- ☐ 使い捨て手袋 ☐ ペーパータオル ☐ ビニール袋
- ☐ 次亜塩素酸ナトリウム（次亜塩素酸ナトリウムを含む家庭用塩素系漂白剤でも OK です）



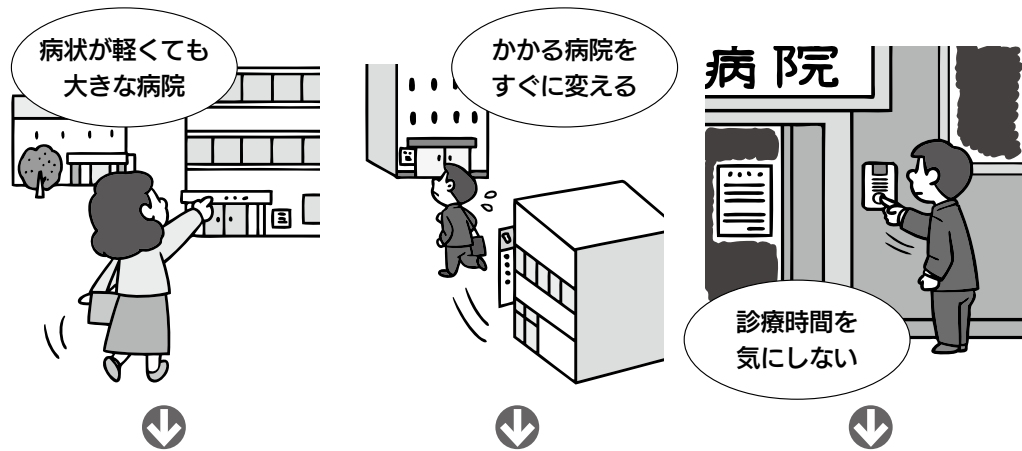
●消毒液のつくり方

※必ず製品の「使用上の注意」をよく確認してください。
 ※次亜塩素酸ナトリウムは金属腐食性があるので、消毒後の拭き取りは十分行ってください。

A 拭き取り用（塩素濃度 200ppm 消毒液）
 家庭用塩素系漂白剤（6% 濃度）10mL + 水 3L

B 廃棄するものを浸す用（塩素濃度 1,000ppm 消毒液）
 家庭用塩素系漂白剤（6% 濃度）50mL + 水 3L

病院で、あなたは大丈夫？ こんな行動が医療費のムダにつながります！



大病院は、高度な医療を必要とする患者が優先です。そのため、紹介状なしで400床以上の大病院にかかる、5,000円以上の特別料金（保険外）がかかります。

同じ病気で病院をはしこすると、医療費はかかった病院の数だけ増えます。同じ検査・同じ薬の処方が続けば、これほどムダな医療費はありません。

診療時間外に受診すると、医療費が割り増しになります。自分の都合で受診が遅くなると、医療費のムダにつながります。
※時間外（おおむね8時前と18時以降）、休日（日曜日・祝日・年末年始）、深夜（22時～6時）などの加算があります。

「かかりつけ医」がいれば、 医療費のムダは少なくなります

国は、「かかりつけ医」が日常的な診療を担い、必要に応じて高度な専門医療を担う大病院を紹介する体制を目指しています。患者にとっても、困ったとらあえず相談できるかかりつけ医は、心強い存在です。

上のような医療費のムダは、漠然とした不安から起こりやすくなります。医師と患者の信頼関係は、コミュニケーションの中で生まれますので、疑問や不安な点を積極的に医師に伝えられるかかりつけ医をつくるようにしましょう。



子どもの医療費は、無料ではありません

子どもの医療費は、多くの自治体で助成があります。しかし、自治体の助成はあくまで自己負担分のみのため、残りの医療費は、健保組合が負担しています。また、6歳未満の子どもの場合は、乳幼児加算や時間外加算の割り増しなど、医療費が大人よりも高額に設定されています。

緊急を要する場合はすみやかに受診することが必要ですが、病状を見る余裕がある場合は割り増しのない時間帯にかかるようにしてください。

夜間や休日、子どもの病気で受診するかどうかわからず迷ったら…
「子ども医療電話相談（#80000）」を思い出してください

小児科医・看護師から、子どもの病状に応じた適切な対処の仕方や受診できる病院などのアドバイスが受けられます（実施時間帯は、都道府県ごとに異なります）。



「病院へのかかり方」が 自分本位になっていませんか？ 「自分優先」は、やがて自分の負担増につながります

みなさんが病院の窓口で支払う医療費は総額の1/3割、残りは健保組合が負担しています。健保組合が負担しているといっても、もとはみなさんの保険料です。ムダな医療費が増えると、やがてみなさんの負担増につながりますので、一人ひとりが適正な受診を心がける必要があります。

インフルエンザの 予防接種を受けよう

日本では毎年約10人に1人が感染しているインフルエンザ。自分の体のためにも、家族や周囲の人に感染を拡大させないためにも、予防接種を受けることが大切です。

流行前に知っておきたい 予防接種に関するQ&A

Q 昨年、予防接種を受けたのにかかってしまいました…
予防接種を受ける必要はありますか？

A インフルエンザを発症すると、なかには重症化し、肺炎や脳症等の合併症が現れ、入院したり死亡したりする場合があります。予防接種は、ウイルスが体の中に入る「感染」を完全に防ぐことはできませんが、「重症化」の予防に大きな効果があるのです。



Q とくに受けたほうがよい人はどんな人ですか？



A 重症化しやすい人は、とくに予防接種を受けておくことが望ましいです。また、発症のリスクを下げたい人についても、受けておくとういかもしれません。

重症化
しやすい人

- お年寄り
- 持病（ぜんそく、慢性心疾患、糖尿病など）のある人
- ※ 持病のある人は、かかりつけ医に相談のうえ受けてください。

発症の
リスクを
下げたい人

- 重要なライフイベントを控えている人（結婚式、受験など）
- 医療・介護従事者など

Q いつごろ受けるのがよいですか？

A 日本では例年、1月末～3月上旬に流行のピークを迎えます。ワクチンの効果が現れるのは接種（2回の場合は2回目）から約2週間後のため、12月の中旬までに接種を終えることが望ましいです。とくに受けたほうがよい人や、2回接種が必要な子どもの場合は、あらかじめスケジュールを確認しておきましょう。



Q 昨年受けたので、
今年は受けなくてよいですか？

A 予防接種の効果が継続するのは約5カ月間です。また、ワクチンはそのシーズンに流行すると予測されたウイルスの型で製造されるため、今冬のインフルエンザ予防には今年の予防接種が必要です。

2018 / 2019 冬シーズンの インフルエンザワクチンの種類

- A / シンガポール / GP1908/2015 (IVR-180) (H1N1) pdm09
- A / シンガポール / INFIMH-16-0019/2016 (IVR-186) (H3N2)
- B / ブーケット / 3073/2013 (山形系統)
- B / メリーランド / 15/2016 (NYMC BX-69A) (ビクトリア系統)

日頃から感染を予防する生活習慣も大切です

十分な
栄養と休養



こまめな
手洗い



湿度
50
60%



適度な温度と
湿度を保つ

マスクでせきエチケット

インフルエンザと診断されていなくても、せきやくしゃみなどの症状がある場合や、家族に感染者がいる場合、外出時などにはマスクをつけて周囲への飛沫感染対策を心がけましょう。



その「イラッ!」を コントロール

自分の考えが何でも正しいと思っている上司がおり、
私がやった仕事のひとつひとつに文句を言うので、
腹が立ちます。いつか私がキレそうなのですが…

怒りを感じたときに衝動的な行動をとらないよう
感情をコントロールするには、まず、数秒間待つことです。
このときの対処法を知っておくと、冷静に対応できます

6秒待つことで 感情をコントロールできる

怒りを感じたとき、そのピークは長くても
6秒といわれています。これは6秒をやり
すごせば、怒りにまかせた行動をとらずに、
冷静に対処できるということです。カッと
怒りを感じたら、まずは6秒待つてみまし
ょう。6秒をやりすごすための、すぐにで
きる方法を次に紹介しますので、取り組ん
でみましょう。

1 スケールテクニック

怒りに点数をつけます。点数づくに意識を
向けることで衝動的な行動が抑えられます。
例! 怒りを感じていない…0点、イラッとす
るが、すぐに忘れてしまう程度の軽い怒り…
1〜3点、時間がたっても心がざわつく程度

2 カウントバック

数をかぞえる(「数字の大きいほうから」、
「3つおきに」など)ことで怒りから意識を
そらします。

例! 100・97・94…

3 コーピングマントラ

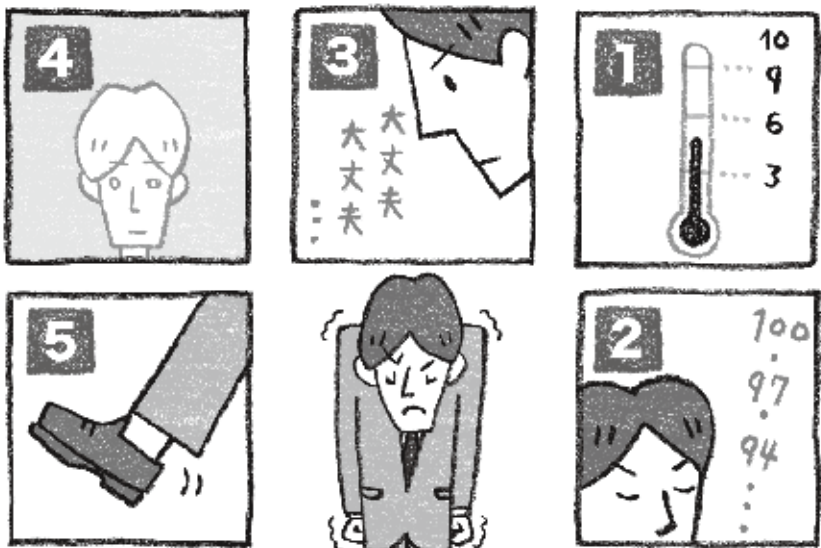
自分にとって心が落ち着く言葉を唱えます。
例! 「大丈夫」や愛犬の名前など

4 ストップシンキング

一度思考を停止し、頭の中を真っ白にし
て、気持ちをリセットします。
例! 自分の心に「ストップ」と言い聞かせる

5 タイムアウト

戻ってくることを伝え、その場をいった
ん離れて気持ちをリセットします。
例! トイレに行く、時間を10分もらう



平成30年度 冬季施設のご案内

お得に 冬をホットに楽しめましょう

施設名称			電話番号	所在地	最寄り駅	
スキー場	新潟県	G A L A湯沢スキー場		025-785-6543	〒949-6101 新潟県南魚沼郡湯沢町 大字湯沢字茅平1039-2	上越新幹線 「ガーラ湯沢駅」より無料シャトルバス
		石打丸山スキー場		025-783-5571	〒949-6372 新潟県南魚沼市石打1782-2 関越自動車道塩沢石打IC下車6分	上越新幹線 「越後湯沢駅」より無料シャトルバス
		ホスピタリ ティオペレ ーションズ	舞子スノーリゾート	025-783-4100	〒949-6423 新潟県南魚沼市舞子2056-108	上越新幹線 「越後湯沢駅」より無料シャトルバス
			ムイカスノーリゾート	025-773-3311	〒949-6636 新潟県南魚沼市小栗山2910-114 関越自動車道六日町IC下車6分	上越新幹線「越後湯沢駅」経由 上越線「六日町駅」より無料シャトルバス
			湯沢中里スノーリゾート	025-787-3301	〒949-6103 新潟県南魚沼郡湯沢町土樽5044-1 関越自動車道湯沢IC下車11分	上越新幹線「越後湯沢駅」経由 上越線「越後中里駅」より無料シャトルバス
			キュービットバレイ	025-593-2041	〒942-0534 新潟県上越市安塚区須川 雪だるま高原	上越新幹線「越後湯沢駅」経由 ほくほく線「虫川大杉駅」より 無料シャトルバス
	静岡県	スノータウンイエティ		055-998-0636	〒410-1231 静岡県裾野市須山藤原2428	JR東海道線「国府津駅」より直行バス
	兵庫県	ハチ高原	ハチ高原スキー場	079-667-8036	〒667-1124 兵庫県養父市丹戸字西横角909-1	JR山陰本線「八鹿駅」よりバス
			ハチ北高原スキー場		〒667-1344 兵庫県美方郡香美町村岡区大笹580-1	
	スキーの宿	新潟県	ロッヂはやし		025-783-2627	〒949-6425 新潟県南魚沼市姥島新田593-1
スケート場	山梨県	富士急ハイランド		0555-23-2111	〒403-0017 山梨県富士吉田市新西原5-6-1	富士急行線「富士急ハイランド駅」
	東京都	豊島園アイススケートリンク		03-3990-8800	〒176-0022 東京都練馬区向山3-25-1	西武池袋線・都営大江戸線・西武有楽町線 「豊島園駅」
水族館	神奈川県	新江ノ島水族館		0466-29-9960	〒251-0035 神奈川県藤沢市片瀬海岸2-19-1	小田急線「片瀬江ノ島駅」徒歩3分
遊園地	東京都	東京ドームシティ アトラクションズ		03-5800-9999	〒112-8575 東京都文京区後楽1-3-61	東京メトロ丸ノ内線・南北線 「後楽園駅」1・2番 出口
温泉施設	東京都	東京ドーム天然温泉 SpaLaQua（スパラクーア）		03-3817-4173	〒112-8575 東京都文京区後楽1-3-61	東京メトロ丸ノ内線・南北線 「後楽園駅」1・2番 出口
		大江戸温泉物語 ※深夜2時～5時まで滞在者は別料金 2,000円要		03-5500-1126	〒135-0064 東京都江東区青海2-6-3	ゆりかもめ「東京テレポート駅」
		豊島園 庭の湯		03-3990-4126	〒176-0022 東京都練馬区向山3-25-1	西武池袋線・都営大江戸線・西武有楽町線 「豊島園駅」
	三重県	ナガシマスパーランド 長島温泉 湯あみの島		0594-45-1111	〒511-1192 三重県桑名市長島町浦安333	JR関西本線・近鉄名古屋線「桑名駅」

●利用資格
当健保組合の被保険者および被扶養者（東京港健康保険組合の保険証をお持ちの方のみ）

●利用方法
①当健保組合へ「冬季施設利用券」発行の申込書をFAXしてください。
※受付開始は11月の下旬予定です。
FAX: 03-3798-3327
（申込書はホームページからダウンロードできます。入手不可能な方は当健保組合までご連絡ください）
(<http://www.tokyokoukenpo.or.jp/>)
②ご希望の施設を利用する際に、「冬季施設利用券」に割引利用料金を添えてご利用ください。

●注意事項
①利用券は1枚につきお1人様に限り有効です。
②利用券は被保険者および被扶養者以外には使えません（当健保組合の保険証をお持ちでない方は利用できません）。
③利用券は使用后、当健保組合で1件ずつ本人確認をしています。
④利用券のコピーは厳禁です。
⑤利用者の保険証記号・番号、氏名、事業所名のないものは無効です。
⑥身分確認のできる学生証等の提示を求められる場合があります。
⑦利用時間等の詳細については、直接各施設へお問い合わせください。
⑧入れ墨、タトゥー（シール類を含む）をされた方は、入館できない場合がございますので、各施設にお問い合わせください。
⑨利用券の配布は、11月の下旬頃を予定しております。
⑩不明な点やお問い合わせについては、当健保組合・健康管理課までご連絡ください。

TEL03-3455-0063

※利用券に記入いただく個人情報については、冬季施設利用の目的に限り使用いたします。
※「ロッヂはやし」については利用方法が異なりますので、宿にご予約のうえ、当健保組合へご連絡ください。当健保組合から契約保養所利用申込書を送付いたします。



給料明細

4月 5月 6月 平均

給与 366,000円
25等級 360,000円

保険料額表

決定し 標準報酬月額を

4〜6月の給与平均を保険料額表に当てはめて

決まった時期に見直されていくのです！

保険料は毎年！

キラッ

360,000円 × 9.6%
当健保の保険料率 = 34,560円

KENPO 1 事業主 2

これを事業主と折半して 17,280円

それに保険料率をかけた額が毎月の保険料なのです

これが9月（10月給与分）から来年8月まで徴収されるのです

えっ！

そういえば、4月から出世したからな

それはよかった

おやおや 来年度の標準報酬月額 は下がるかもね

トホホ

部長が捜してたよ ひどく怒っていただ

え〜

ところで、ボクに何か用？

え〜

ルッ

ズ

TOKYOKOU

うん、今月の保険料、先月と違うよな

10月 給料明細

どうしたの？

ほら、いつもミスばかりしているから

保険料が先月より上がっているんだ！

9月 10月

あー

安心して！

そうではなく！

TOKYOKOU



保険料が決まるしくみ

9月分（10月給与分）から保険料が変わる人がいます

健保組合の収入の大部分を占める保険料は、事業主と被保険者が負担しています。みなさんの保険料は、給料等の報酬に応じた額が徴収されています。

ここでは、どのようなしくみで保険料が決まるのか解説します。

毎年1回、標準報酬月額を決め直されます 定時決定

標準報酬月額は、年1回、その年の4月、5月、6月の3カ月間の報酬をもとに、7月1日現在で決め直されます。決定した「標準報酬月額」は、その年の9月分の保険料（10月給与分から控除）から翌年の8月分まで使われます。

4月 5月 6月

この3カ月間の報酬の平均により標準報酬月額を決定

9月 → 翌年 8月

決定した標準報酬月額は9月から翌年8月まで継続

定時決定以外に

こんなとき標準報酬月額が決められます

就職したとき（資格取得時決定）

初任給等を基礎にして決められます。

報酬が大幅に変わったとき（随時改定）

昇給などにより3カ月間に受けた報酬の平均額が2等級以上変わる場合は、決め直されます。

産前産後休業が終わったとき（産前産後休業終了時改定）

産前産後休業を終了して職場復帰した被保険者が、短時間勤務等により報酬が下がった場合は、被保険者の申し出により、決め直されます。

育児休業等が終わったとき（育児休業等終了時改定）

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報酬が下がった場合は、被保険者の申し出により、決め直されます。

● 保険料は報酬に応じて毎月納めます

健保組合では、月単位で保険料を徴収し、その額は、被保険者の報酬（給料等）に応じて決められます。具体的には、あらかじめ定められた50等級（5万8000円〜139万円）に分かれた「標準報酬月額」に各被保険者の報酬を当てはめ、保険料率を乗じて毎月の保険料を計算します。

なお、年3回まで支給される賞与にも、支給額に応じた保険料の負担があり、標準賞与額（10000円未満を切り捨てた額。年度累計573万円が上限）に保険料率を乗じた額が徴収されます。

報酬って何が含まれるの？

給料、手当など、被保険者が労働の対償として受けるものがすべて含まれます。例えば、残業手当、住宅手当、通勤定期券代なども含まれます。ただし、慶弔金など臨時の収入となるものは除かれます。

計算式

毎月納める保険料 = 標準報酬月額 × 保険料率

賞与の保険料 = 標準賞与額 × 保険料率



ぶどう狩りが開催されました！

去る9月15日（土）に、山梨県の勝沼でぶどう狩りを開催いたしました。あいにくの空模様でしたが、参加者の方々にはぶどう狩りを楽しんでいただくことができました。



あま〜い



でっかいぞ〜



しあわせ〜



秋の味覚を堪能

大満足の1日です



Information

Tokyokoukenpo

保健事業インフォメーション

感冒予防対策セットの配布

- ① 配布時期 平成30年11月中旬頃を予定
- ② 対象者 被保険者
- ③ 配布内容 感冒薬セット（内容品は統一）
- ④ 配布方法 事業所ごとにまとめて配送

大腸がん健診

- ① 実施期間 平成31年1月～3月
- ② 申込締切 平成30年12月7日（金）必着
- ③ 対象者 被保険者および被扶養者
- ④ 健診費用 500円
※費用の個人負担は受診申込時に支払っていただきます。
※検査取消の場合は返金いたしません。
※提出期限が過ぎますと全額自己負担になりますのでご注意ください。
- ⑤ 検査機関 メディカルインスペクション芝浦

巡回超音波検査

- ① 実施期間 平成31年1月～3月
- ② 対象者 被保険者
- ③ 検査費用・検査項目

検査費用	検査項目
3,000円(税抜)	肝臓、胆のう、膵臓、脾臓、腎臓 (上記の項目に男性:膀胱・前立腺、女性:膀胱・子宮・ 卵巣検査が追加されます)
2,000円(税抜)	乳腺

※検査費用は組合助成を考慮して契約し、自己負担額を表記しております。

- ④ 委託機関 メディカルインスペクションクリニック
- ⑤ 実施要領 昨年度同様に、希望される事業所を調査し、医師、スタッフが事業所を巡回して実施いたします。

健康づくりに
お役立て
ください



健保だより 告知板

組合規約の一部変更がありましたので、公告します。 理事長 岩城 静二

健康保険事務担当者の皆様へ

算定基礎届の提出にご協力をいただき ありがとうございました

本年度も、各事業所の健保担当者の皆様には、お忙しい中、算定基礎届・月額変更届ならびに賞与支払届の提出にご協力をいただきありがとうございました。

算定基礎届等により決定された標準報酬月額、9月分保険料（10月支給給与より控除）から適用されることとなりますので、9月分保険料納入告知（10月中旬）の際に、同封されている算定原簿によりご確認をお願いいたします。

なお、算定原簿（計算書）の標準報酬月額に人数差異があった場合や告知金額が違う場合は、適用徴収係までお問い合わせください。

※毎月、当健保組合の保険料告知額と事業所での計算結果との突合をお願いいたします。

【事業所の削除】

- 豊栄企業株式会社
…平成30年6月16日付

【事業所の編入】

- エーディー・エクスプレス株式会社
所在地 東京都港区新橋1-10-9
代表者名 小松 敏宏 殿
…平成30年9月1日付

組合の現況(平成30年8月末現在)

● 事業所数	● 被保険者数	● 被扶養者数	● 平均標準報酬月額
253社	男 17,475名 女 3,704名 合計 21,179名	男 5,293名 女 11,192名 合計 16,485名	男 395,546円 女 256,707円 平均 366,580円

頂点と、その先。 それぞれを見据えて

コートの端から端へ、
衝突音を縫うように

がつしゃん、どつかん。

競技中の体育館には衝突音がこだまする。数あるパラリンピック競技のなかで、唯一車いす同士のぶつかり合いが許されているウィルチエアラグビー。「車いすの格闘技」といわれるゆえんである。

プレーヤーが操る「フグ車」と呼ばれる競技用車いすは、さながら戦車の装いだ。そんな戦場のさなか、「日本代表のポイントゲッター」と呼ばれる彼は縫うようにコートを駆け抜けていく。

6歳で難病、シャルコー・マリー・トゥース病と診断された。病気の特徴は、手先や足先といった末梢神経の障害が進行していくというもの。

「日常生活でいえば箸が少しずつ使えない



ウィルチエアラグビー
池崎 大輔 選手

プロフィール ◆ 1978年、北海道生まれ。2008年、車いすバスケットボールからウィルチエアラグビーに転向。2010年以降、同競技日本代表。2016年リオデジャネイロパラリンピックで銅メダル獲得。三菱商事所属。

くなっていくとか。高校生になってからは車いすバスケットボールに打ち込みましたが、筋力の低下によってボールを重く感じるようになり、キャッチやパスに徐々に支障をきたしていきました」

**「言い訳不要」
世界への扉が開いた**

ウィルチエアラグビー関係者から声がかかったのは、「うまくできなくなること」が増えていったそんな頃だった。

競技のことはほとんど何も知らない状態。ただ、バスケット様にパラリンピックの正式種目というのは魅力的に映った。

「スポーツを続けたいと思っていた自分が世界に挑戦できるチャンス、そう思い



©JWRF / ABEKEN

ました。両手・両脚にハンディキャップのある人同士で戦うウィルチエアラグビーなら、バスケットで悩んでいたときのようない言ひが必要なくなる」

大きな武器になったのが、激しいコンタクトをすり抜けるチェアーワーク。車

いすバスケットで培った唯一無二のスキルだった。

競技と出会った日。タックルの瞬間の衝突音と衝撃、それらとともに生じた爽快感が今でも忘れられない。

「ここで勝負しよう」

2012年、ロンドンでのパラリンピックで4位、2016年のリオでは銅メダルを獲得した。きたる2020年の自国開催で見据えるのは最高の結果だ。

**最大の目標を
「その先」につなげるために**

「自分には、パラリンピックで金メダルを勝ち取るという目標があります。そしてそれから先のスポーツを盛り上げていきたい、普及させていきたい、アスリートとして認められながら、社会に根づかせていきたいという夢も」

目標に到達することは大きなモチベーションだ。しかし、今はそれに加え、ハンディキャップを抱えている人でも前向きに生きていけるような環境を整備することにも価値を見出している。現時点での最大の目標は、そのために必要不可欠なきつかけなのだ。

「今、幸いにして競技に専念できる環境にいるからこそ、期待に応じて結果を出したい。そのためにできることに全力をかけて挑みたいですね」

転んだら起き上がれ。もう一度立ち向かっていけばいい。彼らだからこそ発信できる、強いメッセージがそこにある。