

健保だより

題字は 栗田和雄 理事長揮毫



白滝山の紅葉（広島県：尾道市因島）

T.I さん

CONTENTS

2025 11月号

- P2 健康保険証は12月2日から使えなくなります
- P3 マイナ保険証をお持ちでない方へ
『資格確認書』をお送りしています
- P4 健康保険いろは「被扶養者認定」について
- P6 ジェネリック医薬品を使ってお薬代を節約／
当組合ホームページで切り替え可能なジェネリック医薬品が見られます！
- P8 東実健保組合診療所をご利用ください
- P10 第13回 ミニマラソン大会のお知らせ
- P11 ハイキング大会「梨狩り」・ウォーキング大会「多摩動物公園」の報告／
組合からのお知らせ／今月の表紙／事業月報
- P12 東振協主催テニスフェスタ2025／
「健保だより」表紙写真の募集！／令和8年1月の保養所空き状況



東京実業健康保険組合

<https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/>



マイナ保険証を利用しましょう！



健康保険証は 12月2日から使えなくなります

令和7年12月2日をもって、従来の健康保険証は完全に廃止され、マイナ保険証等による受診に完全移行します。今後、医療機関の窓口では「マイナ保険証」または「資格確認書」を提示してください。マイナ保険証の利用登録がお済みでない方は、早めのご登録をお願いいたします。

❗ 令和7年12月2日以降、従来の健康保険証は当組合への返却は不要です。

マイナンバーカードの健康保険証利用方法はとっても簡単！

STEP
1

マイナンバーカードを申請

- 申請方法
- 1 オンラインで申請する
(パソコン・スマートフォンから)
 - 2 郵便局で申請する
 - 3 まちなかの証明写真機から申請する



STEP
2

マイナンバーカードを健康保険証として登録

- 利用登録の方法
- 1 医療機関・薬局にある顔認証付きカードリーダーで行う
 - 2 「マイナポータル」から行う
 - 3 セブン銀行ATMから行う



STEP
3

医療機関・薬局でマイナンバーカードを用いて受付

- 受付方法
- 1 顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置く
 - 2 本人認証を行う(顔認証・暗証番号)
 - 3 各種情報提供の同意選択をする



資格確認書でも受診は可能ですが、医師・薬剤師との医療情報の共有や、マイナポータルを使って自分が保険医療を受けた履歴を確認できるなど、マイナ保険証ならではのメリットは受けられません。マイナ保険証への切り替えをお勧めします。

マイナンバーカードと電子証明書の有効期限にご注意ください！

マイナンバーカードには、カード本体と 搭載されている電子証明書の2つの有効期限があります

マイナンバーカードの有効期限

氏名 ●● ●●
住所 ●●県●●市●●町●●丁目●●番地●●号
性別 ●
●●年●●月●●日生 ●●年●●月●●日まで有効
●●市長 電子証明書の有効期限 年 月 日

電子証明書の有効期限

●機器提供意思【1 顔写真及び心停止した死後／2 心停止した死後のみ／3 提供せず】
【1・2で提供したくない場合は、心臓・肺・肝臓・腎臓・脾臓・小腸・眼臓】
署名年月日 年 月 日 署名

1234567891234567 1234

「カード」と「電子証明書」は 期限が違います！

年齢	カードの有効期限	電子証明書
18歳以上※	10回目の誕生日まで	5回目の誕生日まで
18歳未満	5回目の誕生日まで	

※ 2022年3月以前に交付申請した人で、申請時20歳未満の場合は発行から5回目の誕生日まで

有効期限の2～3カ月前に自治体から水色の封筒で「有効期限通知書」が送付されますので、必ず更新の手続きをしてください。有効期限が切れていても手続きは可能です。

マイナ保険証をお持ちでない方へ 『資格確認書』をお送りしています

従来の健康保険証をお持ちの方で、下記対象者の方に令和7年10月31日、事業所経由で『資格確認書』を一齐交付いたしました(任意継続被保険者の方はご自宅宛)。お手元に『資格確認書』が届きましたら、記載内容の確認をお願いいたします。なお、記載内容に誤り等ございましたら、健康保険ご担当者様へご照会くださいますようお願いいたします。



資格確認書一齐交付対象者 (令和7年9月末時点において)

- 1 マイナンバーカードを持っていない方
- 2 マイナンバーカードを持っているが、マイナ保険証の利用登録をされていない方
- 3 マイナンバーカードの「電子証明書」の有効期限が切れた方
- 4 マイナ保険証の保険証利用登録を解除した方
- 5 当組合にマイナンバーの届出がない方

『資格確認書』

(イメージ)

健康保険 資格確認書		家族(被扶養者)	発行No. ●●●●● 令和●年●月●日交付
記 号 ●●●●	番 号 ●●●●	(校番) ●●	
氏 名	健 保 花 子		
生 年 月 日	昭和●●年●●月●●日		
認 定 年 月 日	令和 ●●年●●月●●日		
被 保 険 者 氏 名	健 保 太 郎		
有 効 期 限	令和 ●●年●●月●●日		
保 険 者 番 号	●●●●●●●●		
保 険 者 名 称	東京実業健康保険組合		
保 険 者 所 在 地	中央区東日本橋 3-10-4		
電 話 番 号	03-3663-1351		
			印

形状	紙カード
有効期限	<p>発行から4年経過後の年末まで</p> <p>※例1：令和7年1月6日交付 ⇒令和11年12月31日まで有効</p> <p>※例2：令和7年12月26日交付 ⇒令和11年12月31日まで有効</p>
返却	<p>有効期限後は返却なし。</p> <p>有効期限内に喪失・削除等の場合は返却。</p>

問合せ

組合本部 適用課 TEL 03-3663-1361(代)
城南支部 適用係 TEL 03-5537-2400(代)

城西支部 適用係 TEL 03-3342-8821(代)
城北支部 適用係 TEL 03-3980-1501(代)

扶養しているご家族に 変更はありませんか？



就職などで他の健康保険の被保険者になったご家族はいませんか？



被扶養者の人が就職などで、他の健康保険の被保険者や共済組合の組合員になった場合は、**扶養から外す手続きが必要です**。他の健康保険に加入した日が、被扶養者の資格喪失日となります。

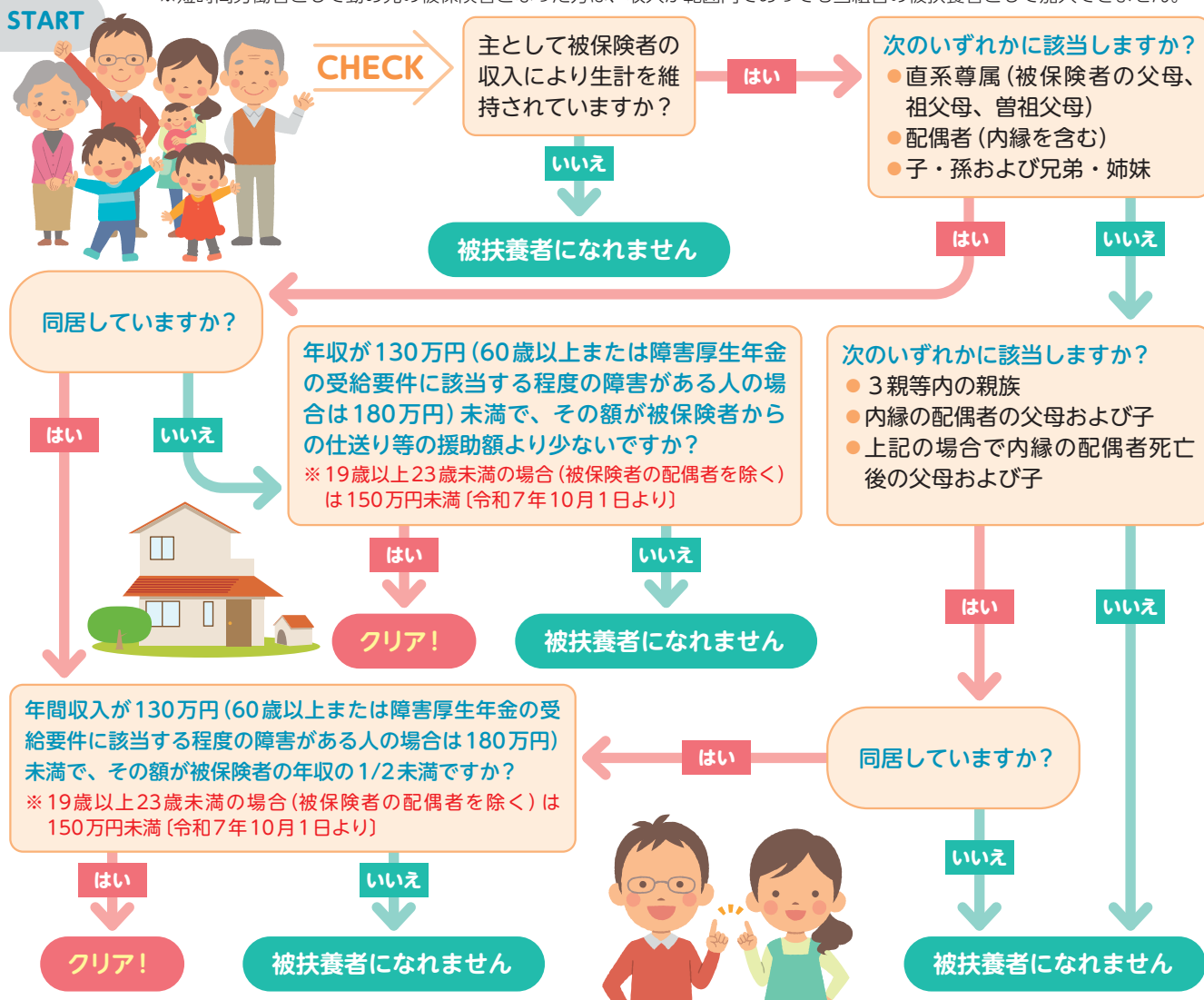
その他にも、こんなときは扶養から外れます

- パートやアルバイト先で健康保険の被保険者になった
- 75歳になった（後期高齢者医療の被保険者になった）
- 年収が130万円（60歳以上または障害者の場合は180万円）以上見込まれる
- 年収が被保険者の半分以上になった
- 年収が被保険者からの仕送り額を超えた
- 結婚して他の被保険者の被扶養者になった
- 離婚した
- 亡くなった
- 同居が扶養の要件の人が別居した
- 日本国内に住所を有しなくなった（海外留学など例外あり）

手続きを
お忘れなく！

ご家族が被扶養者の認定条件をクリアしているか**チェック**してみましょう

※短時間労働者として勤め先の被保険者となった方は、収入が範囲内であっても当組合の被扶養者として加入できません。



被扶養者になれる収入の限度額

被扶養者になることができるのは、「国内に住所を有する」「被保険者本人から見て3親等内の親族」で、「収入が基準額以下」であり、被保険者によって生計が維持されていることが証明できる人です。基準を満たしているかを確認するために事実を証明する書類を提出いただき、当組合で審査します。

なお、健康保険の被扶養者の基準は、税法上の扶養親族や会社の扶養手当の基準とはまったく異なりますので、ご注意ください。

※75歳（一定の障害がある人は65歳）以上の人は、後期高齢者医療制度に被保険者として加入するため、要件を満たしていても被扶養者にはなりません。

日本国内に住所がある	被扶養者の年齢など	年間収入	月額収入
	19歳以上23歳未満の場合 (被保険者の配偶者を除く)	150万円未満	125,000円未満
3親等内の親族	60歳未満の場合 (上記を除く)	130万円未満	108,334円未満
収入が基準額以下	60歳以上・障害年金受給の場合	180万円未満	150,000円未満

+

+

▶被保険者との世帯関係・送金額（仕送り）

被保険者の収入で 生計が維持されている	被保険者と被扶養者が同居	被扶養者の年収が被保険者の年収の1/2未満
	被保険者と被扶養者が別居	被保険者からの送金額が被扶養者の収入以上

社会保険の加入対象の拡大が行われています

【*企業規模 対象拡大予定】

【対象者】（現在の条件）

- 企業規模*従業員51人以上
- 週20時間以上勤務
- 月収8.8万円以上（3年以内に廃止）
- 雇用期間見込みが2カ月超
- 学生は原則対象外（夜間・定時制は対象）

施行時期	企業規模
令和9年10月	従業員36人以上
令和11年10月	従業員21人以上
令和14年10月	従業員11人以上
令和17年10月	企業規模要件撤廃

被扶養者がパート先の人手不足等で労働時間が増加し、一時的に収入が基準額を超えた場合

パート・アルバイト先の事業主がその旨を証明することで、引き続き被扶養者でいることができる制度があります。詳しくは当組合にお問い合わせください。

※勤務先の被保険者になる場合は、被扶養者から削除する手続きが必要です。

収入の範囲と年収の基本的な考え方

区分	収入の範囲	年収の算出方法
アルバイト・パート	給与の総額（交通費・賞与含む）	直近の給与明細（3～6カ月）から年収算出
年金収入	公的年金、企業年金、恩給（控除前）	年金額改定通知書等の記載額をもとに算出
公的保険給付	失業給付、育児休業給付金、傷病手当金、出産手当金 等	失業給付：日額×360日 育児給付：給付金×6回 傷病・出産手当：支給額および支給期間を参考に年収算出
自営業・その他	自家営業、不動産収入、利子収入、配当収入、株式譲渡益 等	直近の所得税確定申告書（税務署提出分控え一式）を参考に算出

ジェネリック医薬品を使って お薬代を節約

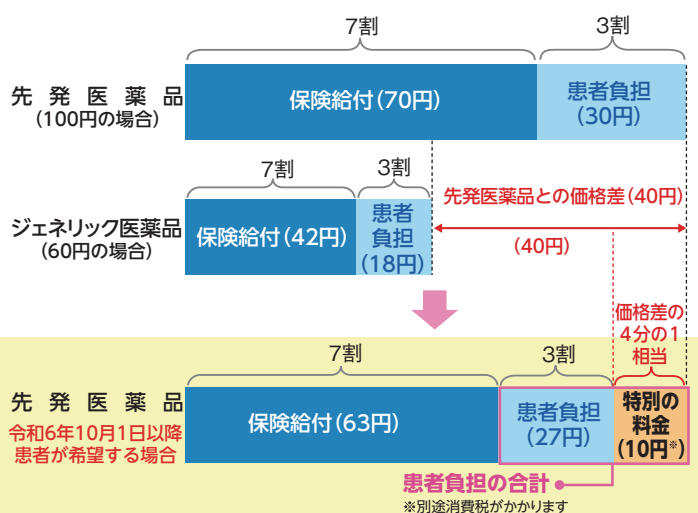
これだけ
薬剤費が
違います！

ジェネリック医薬品は、新薬（先発医薬品）と同一の有効成分を同一量含み、同一の効能・効果を持つお薬です。研究開発費用を低く抑えることができることから、新薬と比べてお薬代が安くなっています。ジェネリック医薬品を希望される場合は、医師・薬剤師に相談してみましょう。

	先発医薬品	ジェネリック医薬品	差 額
高 血 圧 症 代表的なお薬を1日1回、 1年間服用した場合	¥14,616	¥ 5,652	¥ 8,964 安い
脂質異常症（高脂血症） 代表的なお薬を1日1回、 1年間服用した場合	¥39,924	¥ 9,612	¥30,312 安い
糖 尿 病 代表的なお薬を1日3回、 1年間服用した場合	¥16,272	¥ 8,820	¥ 7,452 安い
花 粉 症 代表的なお薬を1日1回、 6か月間服用した場合	¥ 8,028	¥ 3,024	¥ 5,004 安い

！ジェネリック医薬品のある先発医薬品を希望する場合は特別料金が発生します！

特別の料金の計算（医療費3割負担の場合）



ジェネリック医薬品と長期収載品（ジェネリック医薬品のある先発医薬品）の差額の4分の1を患者さんご自身の全額負担として支払う仕組みが令和6年10月1日から始まりました。そのため、患者さんの負担が増える可能性があります。ジェネリック医薬品を選択することで、負担を安く抑えることができます。



「ジェネリック医薬品のお知らせ」の送付について



当組合では、現在服用されているお薬のうちジェネリック医薬品へ切り替え可能なお薬と、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に軽減できる見込額を試算した「ジェネリック医薬品のお知らせ」の発送を行っております。

今年度も12月中旬に発送を予定しておりますので、ジェネリック医薬品への切り替えをご検討いただく際の参考にお役立てください。

- ・令和6年7月から令和7年6月までに受診歴があり、ジェネリック医薬品へ切り替えた場合に一定の軽減が見込まれる方へお送りいたします。
- ・すべての組合員にお送りするわけではありませんのでご了承ください。

当組合ホームページ「医療費のお知らせ」で 切り替え可能なジェネリック医薬品が見られます！

当組合ホームページの「医療費のお知らせ」では、医療費の確認だけでなくジェネリック医薬品へ切り替え可能な薬剤名や切り替えた場合に削減可能な金額が確認できる「ジェネリック医薬品のお知らせ」を配信しております。

「医療費のお知らせ」にログインしていただき、医療費の確認ページから **ジェネリック医薬品** を押下すると見ることができますのでぜひご活用ください。

※すでに、ジェネリック医薬品を使用している人や切り替え可能なお薬がない人は **ジェネリック医薬品** の表示はありません。

各種健診
年に一度は健康診断を受診しましょう

健康管理
特定健診・特定保健指導のご案内。
40歳から74歳の方は特定健診を忘れずに

保養施設
直営保養所および東京健康が契約している保養施設をご利用できます

体力づくり
皆さまの健康増進に役立つ事業をご案内します

年間行事
気軽に楽しく参加いただけるイベントを各種ご用意しています

医療費のお知らせ
病院にかかったときの医療費の状況についてご確認いただけます

ここをクリックして
ログイン

医療費のお知らせ
病院にかかったときの医療費の状況についてご確認いただけます

イメージ

医療費の確認

番号	続柄	生年月日	診療年月	日数	診療区分	医療機関	医療費の総額	健康組合が支払った額	医療費の内訳 （市町村が支払った額）	病院の窓口で支払った額
令和06年04月更新分										
本人		S40/07/19	R06/01	1日	医外	〇〇〇病院	6,150	4,305	0	1,845
本人		S40/07/19	R06/01	1日	調剤	〇〇〇薬局	17,580	12,306	0	5,274
妻		S42/02/26	R06/01	1日	医外	〇〇〇病院	2,530	1,771	0	759
妻		S42/02/26	R06/01	1日	医外	〇〇〇病院	11,380	7,966	0	3,414
妻		S42/02/26	R06/01	1日	調剤	〇〇〇薬局	3,360	2,352	0	1,008
合計							41,000	28,700	0	12,300
ジェネリック医薬品（※左記のボタンを押下すると、処方された医薬品のうち、医療費が削減できるジェネリック医薬品が表示されます）										
合計							41,000	28,700	0	12,300

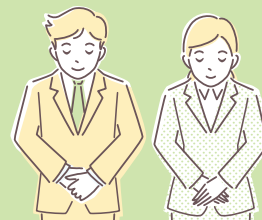
ジェネリック医薬品のお知らせ

ジェネリック医薬品への切替 購入額が削減可能										
番号	続柄	診療 年月	診療 区分	薬価/病院名 医薬品名	薬価	使用量	投与 単位	窓口 負担額	ジェネリックの内訳 医薬品名	薬価 窓口 負担額
令和06年04月更新分										
本人	R06.01		調剤	〇〇〇薬局						
				ネキソムカプルセル20mg	90.00	1	91	2,457	エソメプラゾールカプセル20mg「DSEP」	41.80 1,092 1,365
									エソメプラゾールカプセル20mg「YD」	41.80 1,092 1,365
									エソメプラゾールカプセル20mg「杏林」	41.80 1,092 1,365
									エソメプラゾールカプセル20mg「タミファ」	41.80 1,092 1,365
									エソメプラゾールカプセル20mg「サワイ」	41.80 1,092 1,365
									削減可能額	1,365 ~ 1,365

昨年、「ジェネリック医薬品のお知らせ」発送後の令和7年1月から令和7年4月までを対象に効果分析を行ったところ、当組合の負担額が概算で**年間3億1,500万円削減**される見込みとなりました。

ジェネリック医薬品をご利用いただきましてありがとうございます。

引き続き医療費の削減にご協力くださいますようお願いいたします。



問合せ

東京実業健康保険組合 審査第二課

TEL 03-3663-1361(代)

東実健保組合診療所を ご利用ください



マイナ保険証利用対応の
医療機関です

当組合健保会館2階に直営診療所(内科・歯科)を開設しています。内科では、一般診療をはじめ、健康診断(雇入時、定期、一般、電離放射線)および健診後の再検査も実施し、歯科では、一般歯科治療、歯科検診、審美治療(自由診療)の実施など充実した医療体制をとっています。

診療
時間

月曜日～金曜日
9:00～17:00
(受付は16:30まで)

※昼休み(12:00～13:00)は曜日により診療時間が異なります。
※歯科診療は予約優先です。
※土曜、日曜、祝日および当組合が指定した日を除きます。

担当医および診療時間は当組合ホームページにて紹介しています

内 科

糖尿病、循環器、消化器、呼吸器、血液の各学会認定専門医や認定医の資格を持つ医師が交替で診療を担当しています。専門的な検査や治療が必要な場合は、大学病院等を紹介する体制をとっています。



◀内科

◀診察室

薬局▶



薬局

☆内科では労働安全衛生規則に基づく健康診断を行っています(事前予約制)☆

健康診断(雇入時、定期、一般)

料金(税込) 8,070円(組合員)、11,290円(組合員外)

その他 オプション検査(別料金)もあります。



電離放射線健康診断

料金(税込) 皮膚および眼の状態検査 1,500円(組合員)、3,000円(組合員外)

皮膚および眼の状態検査+血液の検査 3,170円(組合員)、4,860円(組合員外)

	診療(実施)時間	月	火	水	木	金
内 科	午 前(9:00～12:00)	○	○	○	○	○
	昼 休 み	○	○12:00～12:30	○12:30～13:00	休 診	○12:00～12:30
	午 後(13:00～17:00)	○	○	○	○	○
歯 科(予約優先)	午 前(9:00～12:00)	○	○	○	○	○
	昼 休 み(12:00～13:00)	○	○	○	○	○
	午 後(13:00～17:00)	○	○	○	○	○
健康診断(事前予約制)	13:00～14:30	○	○	—	○	○
電離放射線健康診断 (事前予約制)	9:30～11:00	○	○	—	○	○
	13:00～14:30	○	○	—	○	○

※○は診療(内科の昼休み欄に掲載の時間は診療できません) ※内科・歯科の受付は、診療終了時間の30分前です

歯 科

歯科医師3名による一般歯科治療のほかに、歯石除去・ブラッシング指導など予防歯科も実施しています。また、高度な技術や機器を必要とする診療は大学病院等を紹介しています。



☆歯科では審美治療(自由診療)も行っています☆

従来の歯科で行う治療(むし歯や歯周病など)に「美」をプラスした審美治療も行っています。黄ばみや、飲食物による着色等で口元が気になる方はぜひご相談ください！

2種類の「ホワイトニング」をご用意しています。

オフィスホワイトニング

自由診療

ホームホワイトニング

歯に薬剤を塗り、光を当てて歯を白くする方法です。治療時間は1時間から1時間半程度です。1日で歯が白くなるのを実感できるのが魅力です。



料 金 表 (税込)	種 類	組 合 員	組 合 員 外	他院での価格
	両 顎	24,000円	36,000円	40,000円
	両 顎 (2回目)	15,000円	20,000円	60,000円程度

自分の歯型をとってマウスピースを作成し、自宅でホワイトニング剤を注入して2時間ほど装着。2週間続けていただきます。



料 金 表 (税込)	種 類	組 合 員	組 合 員 外	他院での価格
	両 顎	18,000円	24,000円	27,000円
	両 顎 (2回目)	12,000円	18,000円	50,000円程度

※(2回目)とは1年以内に再度行う場合です。

Before



白さが実感できます！

※ホワイトニングの効果には個人差があります。



After

歯面清掃



自由診療

細かいパウダーを専用の高圧洗浄機で歯に吹き付け、手用器具では届かないヤニやステイン(着色)を落とすことができます。
※歯石を取ることはできません。

料 金 表 (税込)	組 合 員	組 合 員 外	他院での価格
	1,500円	2,000円	5,000円～6,000円



高圧蒸気滅菌器バキュクレープ31B+を導入しています。

ヨーロッパ規格である「クラスB(最も厳格な基準で最高レベル)」の滅菌器を導入しています。歯を削るタービンなど、使用する器具はすべてこの滅菌器で処理し、院内感染防止に細心の注意を払っています。



問合せ・ご予約

東実健保組合診療所

受付時間9:00～16:30

〒103-8465 東京都中央区東日本橋3-10-4 東実健保会館2階

TEL 03-3669-3866(代) FAX 03-5651-1727



第13回 ミニマラソン 大会のお知らせ

開催日時

令和8年2月21日(土) 受付開始 8:30～ 小雨決行

※荒天の場合中止することがあります。

※開催の有無は、当日7:00に当組合ホームページNEWS & TOPICSの「イベント」に掲載いたします。

開催場所

荒川河川敷 大島小松川公園脇から
平井水上ステーション手前までを利用

受付場所

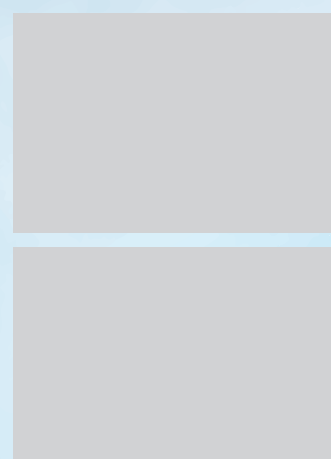
荒川河川敷 大島小松川公園内「自由の広場」脇階段下

東京都江戸川区小松川1丁目

▶交通：都営新宿線「東大島」駅 ①小松川口より徒歩9分 ②大島口より徒歩13分

種目・定員

種目	定員
①小学生(低学年) 1km 1～3年生	各30名(組) ※保護者の伴走も可
②小学生(高学年) 1km 4～6年生	
③男子 5km	各80名 ※1人1種目のみの参加となります。 ただし①・②との重複参加は可
④女子 5km	
⑤男子 10km	



参加資格

①②：当組合の被扶養者(小学生に限る) ※保護者の伴走も可

③④⑤：組合員【当組合の被保険者および被扶養者(配偶者に限る)】

参加費

無 料

申込方法

11月12日(水)から12月11日(木)(必着)までに専用の申込書に必要事項をご記入のうえ、**郵送**にてお申込みください(**FAXは不可**)。

※申込書は当組合ホームページNEWS & TOPICSの「イベント」よりダウンロードできます。

参加決定

応募多数の場合は抽選とし、当選された方にのみ令和8年1月15日(木)に参加証・実施要項等を申込書に記入された住所へ送付いたします。

★詳細は、当組合ホームページをご覧ください。
NEWS&TOPICS「イベント」【第13回 ミニマラソン大会のお知らせ】➡



問合せ・申込み

東京実業健康保険組合 施設課

〒103-8465 東京都中央区東日本橋3-10-4
TEL 03-3663-1361代 (FAXでの申込みは不可)



ハイキング大会（梨狩り）

ウォーキング大会（多摩動物公園）

の報告

ハイキング大会（梨狩り）・ウォーキング大会（多摩動物公園）は下記の日程で開催いたしましたので、ご報告いたします。多くの方にご参加いただきありがとうございました。

梨狩り

初清園 千葉県松戸市

9月6日（土）・

9月13日（土）



大野梨園 千葉県船橋市

9月13日（土）・9月20日（土）

多摩動物公園

9月27日（土）



組合からのお知らせ

■【被扶養者資格の再確認調査（検認）にご協力ください】

当組合では、被扶養者資格の再確認調査（検認）を行っています。事業所宛に郵送しております「被扶養者調書（異動届）」につきましては、ご記入・ご確認のうえ、各事業所が定めた提出期限までの提出にご協力ください。また、ご担当者様におかれましては、取りまとめのうえ11月28日（金）までにご提出をお願いいたします。

■給付金の年内支払いについて

給付金（傷病手当金・出産育児一時金など）の年内支払い分は、11月21日（金）までに受付をした申請書となりますのでご了承ください（書類不備や、調査を要するものは除く）。

■賞与支払届提出のお願い

賞与等の支払いがあった場合は、支払日より5日以内に「被保険者賞与支払届」の提出をお願いいたします。賞与支払予定月に賞与の支払いがなかった場合でも、【不支給】として「賞与不支給報告書」の提出をお願いいたします。

【電子申請による届出を推奨いたします】

紙や電子媒体（CD）による申請よりも早く処理が行われます。電子申請をまだご利用になっていない事業所のご担当者様はぜひご活用ください！

■令和7年度 契約健診（医療）機関の契約解除について

生活習慣病予防健診「施設健診」（A1・B・D1・D2区分）の契約健診（医療）機関に契約解除がありましたのでご案内いたします。

●契約解除

都道府県名	コード番号	契約健診（医療）機関名称	所在地	電話番号	契約解除日
東京	13084	医療法人社団 静晴会 山田胃腸科外科医院総合健診センター	文京区根津1-16-10	03-3821-3381	令和7年9月1日

今月の表紙

T.Iさん

白滝山の紅葉
（広島県：尾道市因島）



尾道からフェリーに揺られ、穏やかな海を越えて因島へ。かつて村上海賊が海を見張った白滝山の頂きを目指す。眼下に広がる瀬戸内海の多島美、秋風揺れる紅葉が迎えてくれた。

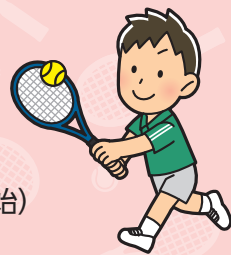
東京実業健康保険組合 令和7年9月分 事業月報

[事業所数]	2,955 件
[被保険者数]	330,602 人
男	157,614 人
女	172,988 人
[平均標準報酬月額]	341,158 円
男	396,476 円
女	290,757 円
[保険料調定額]	11,639,702,959 円
[支出総額]	12,132,566,198 円
[法定給付]	6,545,659,015 円
[付加給付]	127,518,900 円
[拠出金等]	4,981,516,000 円
[その他]	477,872,283 円

東京総合健保 テニスフェスタ 2025

一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）が、健康づくり等事業の一環として、「東京総合健保テニスフェスタ」を開催します。参加希望の方は、東振協ホームページよりお申込みください。

- 開催日 令和8年1月12日(月・祝)、1月18日(日)
- 会場 有明テニスの森公園室内コート 8面貸切(冷暖房完備)
- 参加費 無料
- 申込方法 東振協HPからWEB申込み(先着順)(12月15日より申込開始)
<https://www.toshinkyō.or.jp/event/index.html#2/>



表紙写真を 募集します

本誌だけでなく
当組合ホームページの
トップ画面を
飾りませんか？

令和8年度当組合機関誌「健保だより」の表紙写真を募集します。素敵な風景(国内外不問)を写真に収め、ご応募ください。見事採用された方には粗品を進呈いたします。皆さまのすばらしい作品をお待ちしています。

テーマ 「風景」

※被写体の肖像権は、応募者の責任において承諾を得られたものとします。

応募資格 当組合の被保険者および被扶養者

サイズ等 写真は横でカラー写真に限りします。

応募締切 令和8年2月13日(金)



デジタルデータで
ご応募ください



当組合ホームページのお問合せフォーム(健康保険の記号・番号、氏名、本人・家族、返信アドレス、本文に表紙写真応募希望と入力し送信)からご連絡ください。追って、データの受取方法等を返信いたします。応募作品はおひとり様5点までとします。

お問合せフォームのURL <https://ssl.kenpo-net.jp/tojitsu/mail.asp>

なお、ご記入いただいた個人情報は、今回以外の目的には一切使用いたしません。

問合せ

東京実業健康保険組合 企画広報課

TEL 03-3663-1351(代)

★令和8年1月保養所空き状況(令和7年10月末現在)

<div>■満室</div> <div>■若干余裕あり</div> <div>■余裕あり</div> <div>■休館日</div> <div>■メンテナンス休館日</div>																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
ベルビュー南熱海					休	休													メ	メ	メ	メ									

※かまくら味彩館・サンライズ熱海は令和6年度をもって閉鎖となりました。

※11月4日以降の電話予約は含まれていないので、異なる場合があります。

※空室状況はホームページから確認できます。

東京実業健康保険組合報

健保だより(毎月1回)

第73巻 11月号

編集兼
発行所 東京実業健康保険組合

〒103-8465 東京都中央区東日本橋3丁目10番4号
☎03(3663)1351(代)

城西支部

〒163-0560 東京都新宿区西新宿1-26-2 新宿野村ビル36階
☎03(3342)8821(代)

城南支部

〒105-8440 東京都港区新橋2-19-10 新橋マリンビル4階
☎03(5537)2400(代)

城北支部

〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-33-8 NBF池袋タワー4階
☎03(3980)1501(代)

アイコンについて



コチラにも
掲載して
います。

ホームページにも情報が掲載されています。以下のアドレスにアクセスしてください。【スマートフォン対応】



<https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/>



ダウンロード

申請書がホームページからダウンロードできます。「ホーム」の「NEWS & TOPICS」または「申請書一覧」より各項目をクリックしてください。