

事 業 主 様

東京実業健康保険組合

「組合からのお知らせ」の送付について

時下、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、今月分の「組合からのお知らせ」を下記のとおり取りまとめ、ご案内いたします。
ご多忙とは存じますが、皆さまにご周知いただきますようお願い申し上げます。

内容等についてご不明な点がございましたら、各担当課までお問合せください。

記

- (1) 健康保険証の廃止に伴う資格確認書の一斉交付について P1
- (2) 扶養認定の改正について P2
- (3) 被扶養者資格の再確認（検認）について P3～4
- (4) 令和7年度 第2回「健康づくりセミナー」開催のお知らせ P5
- (5) インフルエンザ予防接種のご案内 P6～7
- (6) 令和7年度 契約健診（医療）機関の新規契約および契約解除について P8
- (7) 令和7年度 「歯科検診」の実施について P9～11
- (8) 令和7年度 第36回ボウリング大会のお知らせ P12～13
- (9) 年末年始の直営保養所の利用申込みについて P14
- (10) 東振協主催「いきいき健康づくり2025」について P15

◆当組合ホームページ【事務担当者の方へ】に「組合からのお知らせ」の最新号および、
バックナンバーを掲載しておりますのであわせてご覧ください。

ホームページ <https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/>



※各申込書等をFAXしていただく際には、必ず番号をお確かめのうえ、押し間違いの
ないようお願い申し上げます。

(1) 健康保険証の廃止に伴う資格確認書の一斉交付について

日頃より、当組合の事業運営にご理解、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

令和7年12月2日より、従来の健康保険証は使用できなくなり、医療機関等を受診する際は「マイナ保険証」または「資格確認書」による資格確認が必要となります。

これに伴い、従前より機関誌等にてお知らせしている通り、マイナ保険証を利用できない方を対象に、「資格確認書」を一斉交付いたします《申請手続きは不要です》。

その他、詳細につきましては、随時ご案内いたします。

■ 資格確認書の一斉交付対象者(有効な健康保険証をお持ちの方)

1. マイナンバーカードをお持ちでない方
2. マイナンバーカードをお持ちでも、マイナ保険証の利用登録を行っていない方
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

■ 資格確認書の送付予定月・送付方法

- ・ 令和7年10月下旬ごろ
- ・ 佐川急便の信書便にて事業所宛に送付
(送付先に変更等ある場合は組合に届出をお願いいたします)

■ 事業所ご担当者様へのお願い

- ・ 加入者の皆様へ「資格確認書」の配布にご協力ください
- ・ 「マイナ保険証」の利用登録について、周知・ご案内をお願いいたします
- ・ 従来の健康保険証は経過措置期間後の令和7年12月2日以降は回収の必要はありません。また、「資格確認書」と「健康保険証」の差替えによる回収もいたしません。

※マイナンバーカードの取得およびマイナ保険証の利用登録は任意です

「資格確認書」一斉交付対象者
【約14万人(令和7年6月末データ)】

【問合せ】

組合本部 適用課	03-3663-1361(代)	城西支部 適用係	03-3342-8821(代)
城南支部 適用係	03-5537-2400(代)	城北支部 適用係	03-3980-1501(代)

(2) 扶養認定の改正について

令和7年7月4日付で厚生労働省保険局長より、「19歳以上23歳未満の被扶養者に係る認定について」（保発0704第2号）が発出されました。

本通知については、令和7年10月1日以降の被扶養者の認定及び確認から適用するものとなります。

■ 対象者

19歳以上23歳未満（配偶者を除く）

■ 年間収入額

認定対象者の年間収入額が130万円未満 → 150万円未満

■ 適用日

令和7年10月1日から

厚生労働省保険局長

- ・【通知】19歳以上23歳未満の被扶養者に係る認定について

厚生労働省保険局保険課

- ・【事務連絡】19歳以上23歳未満の被扶養者に係る認定に関するQ&Aについて

<https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/UploadedFiles/new%20topi/19-23fuyou.pdf>



【問合せ】

組合本部 適用課 03-3663-1361(代)

城西支部 適用係 03-3342-8821(代)

城南支部 適用係 03-5537-2400(代)

城北支部 適用係 03-3980-1501(代)

(3) 被扶養者資格の再確認（検認）について

当組合では健康保険法施行規則第50条および厚生労働省通知に基づき、被扶養者資格の再確認（検認）を実施いたします。

今年度も、マイナンバーを利用した情報連携を活用し対象者を限定します。

つきましては、下記の日程でご案内させていただきますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

「通知書」および「調書」発送日	令和7年10月中旬
組合への「調書」提出期限	令和7年11月28日（金）

1. 調査対象者

令和7年6月6日現在の加入事業所で、令和7年9月5日時点において、認定されている被扶養者のうち、マイナンバーを利用し情報連携にて確認した結果、
①他保険に加入している方、②認定基準の収入（令和6年）を超えている方、
③被保険者と非同居だった方、④情報連携により照会ができなかった方。

2. 調査方法

上記の日程で調査対象者の「調書」をお送りいたしますので、配付をお願いいたします。

- ・他保険加入の方（協会けんぽ、他組合など）
「調書」の被扶養者でなくなった日及び理由欄を記入して提出してください。
- ・一定の収入がある方
調書に必要事項を記載し、令和6年分（1月～12月）の収入金額が確認できる書類の添付をお願いいたします。

※『「被扶養者資格の再確認」添付書類一覧表』をご参照いただき必要書類のご準備をお願いいたします。

お取りまとめのうえ、組合へ提出期限までにご提出ください。

【問合せ】 組合本部 適用課 TEL03-3663-1361（代）
城西支部 適用係 TEL03-3342-8821（代）
城南支部 適用係 TEL03-5537-2400（代）
城北支部 適用係 TEL03-3980-1501（代）

「被扶養者資格の再確認」添付書類一覧表

	続柄	収入がある方				世帯全員の住民票	仕送証明	その他					
		給与収入がある	年金収入がある	自営業の方	その他の収入がある								
同居している	父 母	「給与明細書」の写 (令和6年12カ月分)	受給している 全ての 年金額が確認できるもの	「令和6年分所得税確定申告書」 (税務署提出分)一式の写	収入額が確認できる 書類の写(令和6年分)	×		必要に応じて他の証明書類をお願いすることがあります					
	祖父母(被保険者方)												
	曾祖父母(被保険者方)												
	配 偶 者												
	子												
	兄 弟 姉 妹	「令和6年分 給与所得の源泉徴収票」の写等	「令和6年分公的年金等の源泉徴収票」の写										
	孫												
	兄弟姉妹(配偶者方)												
	義 父 母												
	伯 叔 父 母												
別居している	祖父母(配偶者方)	〃	〃	〃	〃	○ ※1							
	曾祖父母(配偶者方)												
	甥・姪												
	父 母												
	祖父母(被保険者方)												
	曾祖父母(被保険者方)												
	配 偶 者	〃	〃	〃	〃	○ ※2 ※3	○ ※4						
	子												
	兄 弟 姉 妹												
	孫												

点線部分は、「同居」が絶対条件です。

(添付書類の注意点等)

◎給与収入以外の収入がある方は、すべての収入証明の添付が必要となるため、省略することはできません。

※1 被保険者との続柄が記載されている世帯全員の住民票を添付してください。

すでに個人番号の届出がある方については、省略することができます。

※2 別居している方々の続柄が記載されている住民票を添付してください。(戸籍謄本の提出をお願いする場合があります。)

※3 被扶養者と同居している方がいる場合は、その方の収入に関する書類を添付してください。

※4 仕送り金額とその履歴(令和6年1月から12月)がわかるもの(銀行振込・現金書留の控等)を添付してください。

*申立てによる仕送りの確認は行いませんので、必ず添付書類を提出してください。

◎学生の場合は、※2、※3、※4を省略することができます。

【扶養対象から外れる場合の手続き】

就職や収入増により認定基準を超えている、または仕送り実績がない場合など、扶養から外れることが確認できた場合には、被扶養者(異動)届に理由・削除日を記入し、保険証等添付のうえ提出していただきますようお願い致します。

注意： この添付書類一覧は「被扶養者資格の再確認」についてのみの取扱いとなります。

新規の扶養認定には、収入証明など従来どおり添付書類が必要です。

(4) 令和7年度 第2回「健康づくりセミナー」開催のお知らせ

今回の「健康づくりセミナー」は、正しい腸活を理解し、腸の働きを活性化させる食生活と運動の方法を学び、日常生活の中で腸活のための食事と運動の行動がとれるようになります。

日常生活を振り返り、腸に働きかける食事・運動習慣の改善方法を実践を通し学ぶことが出来ます。ぜひ、ご参加ください。

- | | |
|----------|--|
| 1. 開催日時 | 令和7年10月3日(金) 18:30～20:00
(受付18:00～・プログラム実施時間は18:30～19:30) |
| 2. 開催会場 | 東実健保会館 6階 大ホール
東京都中央区東日本橋3-10-4 |
| 3. 講座内容 | 『腸からはじめる生活習慣改善』
◇講話【正しい腸活の理解】
◇実技 ストレッチ
・HIIT パート 筋力トレーニング
※HIIT とは、数分のあいだに複数の筋トレとインターバルを繰り返すことで、
ダイエット効果や体力向上が期待できる運動法。
・くつろぎパート
◇まとめ<質疑応答> |
| 4. 講師 | 染谷 成美 氏(健康運動指導士) |
| 5. 対象者 | 当組合の被保険者 |
| 6. 募集人数 | 60名 |
| 7. 参加費 | 無料 |
| 8. 申込方法 | 専用の申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送でお申し込みください。
※申込書は当組合ホームページのNEWS&TOPICSの「イベント」からダウンロードできます。 |
| 9. 申込締切日 | 令和7年9月16日(火) |
| 10. 参加決定 | 応募多数の場合は抽選とし、結果は申込締切後申込者全員に通知します。 |

【問合せ・申込み】 ☎103-8465

東京都中央区東日本橋 3-10-4

東京実業健康保険組合 健康管理課

TEL03-3663-1361(代)/FAX 03-3663-1510

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

(5) インフルエンザ予防接種のご案内

当組合では、インフルエンザの感染防止や発症した際の重症化を防ぐ目的としてインフルエンザ予防接種を実施しています。(一社)東京都総合組合保健施設振興協会(以下、「東振協」という。)の契約医療機関をご利用の場合に限り費用補助をいたします。

つきましては、下記の実施要領をご確認ください。

記

《実施要領》

1. 対象者 組合員(当組合の被保険者および被扶養者)
※医療機関ごとに「対象年齢」が異なりますので、予約時ご確認ください。
※接種当日に保険資格のある方
※市区町村から補助を受ける場合は対象外となります。
2. 補助金額 年度内1回限り1,000円
※契約医療機関の窓口にて、自己負担金額から組合補助1,000円を差し引いた額をお支払いください。
3. 実施方法 ①院内予防接種・・・東振協の契約医療機関で個々に実施
②集合予防接種・・・東振協が都内および近郊に開催日・会場を指定して実施 ※中学生以下はご利用できません。
③出張予防接種・・・事業所に医療スタッフが訪問して実施
4. 申込期間 ①院内・③出張予防接種
実施期間 申込期間・・・令和7年9月から令和8年3月まで
接種期間・・・令和7年10月から令和8年3月まで
②集合予防接種
申込期間・・・令和7年9月から令和7年12月まで
接種期間・・・令和7年11月から12月までの期間で原則土日祝日
5. 申込手順 (1)東振協ホームページまたは、当組合ホームページよりアクセスのうえ、院内・出張予防接種契約医療機関または集合予防接種会場を一覧表より選択し電話予約。予約の際は「東振協インフルエンザ予防接種」とお申し出ください。
(2)健康保険証等、保険資格が確認できるものを準備のうえ、インフルエンザ予防接種利用券発行。発行手順は、健康保険組合選択画面に保険者番号を入力し、「医療機関選択画面へ」をクリック。その後、選択した接種方法ごとの発行手続きに進みますので画面に従って利用券(出張の場合は利用申込書)を発行(プリントアウト)してください。



東振協ホームページ

ご利用時の注意事項

- ・必ず事前に契約医療機関に予約をしてください。
- ・予約がないと医療機関、会場で予防接種を受けることができません。
- ・予防接種は有効期限内に行ってください。
- ・予防接種当日に保険資格のない方はお申込みできません。
- ・重複（年度内2回）利用や無資格利用があった場合には、後日組合補助金額を請求させていただきます。2回接種を推奨されている方でも、補助は1回限りです。
- ・市区町村等の他の補助と併用はできません。

① 院内・②集合予防接種

- ・予防接種を実施する際は、「利用券」と「マイナ保険証(※)または資格確認書」を医療機関の窓口に提示してください。
(※)マイナ保険証：健康保険証として利用登録済みのマイナンバーカード
☆利用券がない場合は、補助を受けることができません。
- ・予防接種料金は自己負担金額から組合補助1,000円を差し引いた額をお支払いください。

③出張予防接種

- ・接種当日は利用申込書と申込者名簿が必要です。
- ・料金の支払い方法は予約時にご確認ください。
- ・受診者と申込者名簿に相違がないか必ずご確認ください。

【問合せ】

〒103-8465

東京都中央区東日本橋 3-10-4

東京実業健康保険組合 健康管理課

TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510

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

(6) 令和7年度 契約健診(医療)機関の新規契約および契約解除について

1. 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)機関に新規契約および契約解除がありましたのでご案内いたします。

●新規契約

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	D区分	上部消化管内視鏡	子宮(医師)	乳房	
								超音波	マンモ
埼玉	11106	医療法人社団 メディーノ しおや消化器内科クリニック	さいたま市中央区本町東3-4-7	048-829-7484	○	○	×	×	×
東京	13394	恩田メディカルプラザ	世田谷区三軒茶屋2-11-20-5F	03-5726-9327	×	○	○	×	○
神奈川	14106	医療法人社団 たけのこ会 たけのこメディカルパーク	横浜市青葉区青葉台2-8-20 バルテ青葉台2階	0120-55-3387	○	○	○	○	○
静岡	22053	ATSUSHIメディカルクリニック 市野健診センター	浜松市中央区中田町691	053-411-1108	○	○	○	○	○
三重	24013	医療法人 富田浜病院	四日市市富田浜町26-14	059-365-0411	○	○	○	○	○
和歌山	30008	医療法人 有紀会 さとう内科総合健診センター	和歌山市太田667-6	073-497-6888	○	○	○	○	○

●契約解除

都道府県名	契約健診(医療)機関名称	所在地	電話番号	契約解除日
東京	社会医療法人社団 大成会 長汐病院	豊島区池袋1-5-8	03-5924-6150	令和7年7月1日
東京	医療法人社団 進興会 浜松町ハマサイトクリニック	港区海岸1-2-20 汐留ビルディング2F	03-5413-0049	令和7年11月1日

2. 「脳検査」契約健診(医療)機関に新規契約がありましたのでご案内いたします。

●新規契約

都道府県名	契約健診(医療)機関名称	所在地	電話番号	脳検査料金(税込)
埼玉	医療法人社団 じあい会 メディカルスキャニング武蔵浦和	さいたま市南区白幡5-18-19 MID KUDOS TERRACE 3F	048-864-6663	26,400
千葉	医療法人社団 誠馨会 新東京病院	松戸市和名ヶ谷1271	047-711-8747	29,700
東京	医療法人社団 じあい会 メディカルスキャニング東新宿	新宿区新宿7-27-6 COERU東新宿5F	03-3207-7255	26,400
東京	けやき脳神経リハビリクリニック	目黒区下目黒2-14-13 下目黒HAPPYビル1-3階	03-5747-9280	19,800
三重	医療法人 九愛会 中京サテライトクリニック三重	鈴鹿市庄野町字久保866	059-373-4875	28,600

【問合せ】

〒103-8465
東京都中央区東日本橋3-10-4
東京実業健康保険組合 健康管理課
TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510
<https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/>

(7) 令和7年度「歯科検診」の実施について

令和7年度「歯科検診」を下記のとおり実施いたします。歯科医師による口腔疾患診査と、歯科衛生士による歯石除去と正しい歯磨き指導を行う検診です。

この機会に一人でも多くの方に「口腔ケア」を実践していただきたく、ご案内いたします。

記

1. 対象者 当組合の被保険者（現在治療中の方、被扶養者の方は受診できません）
2. 検診内容 口腔疾患診査、歯石除去（一部）、口腔衛生指導
（検診時間は1人20分程度）

※検診を受けた方全員に歯ブラシを差しあげます
3. 検診料金 無 料（組合補助で実施）※歯科検診は、年度内に1回受診できます。
4. 検診結果 検診終了後、その場でお渡しします。
5. 検診種類および日程等

(1) 会館歯科検診（診療所）

- ・実施場所 東実健保会館2階 診療所歯科
- ・実施期間 通年実施（完全予約制）
- ・実施時間 9:00～12:00
13:00～16:00
- ・申込方法 東実健保診療所歯科へ電話にて予約:TEL 03-3669-3866
※予約時に健康保険の記号・番号、氏名、事業所名称をお申し出ください。
- ・ご 注 意 受診当日は必ずマイナ保険証をご持参ください。

(2) 事業所巡回歯科検診【申込書10】

- ・実施期間 通年実施（30名以上から実施）
- ・実施方法 委託機関が事業所へ訪問
- ・実施条件 ①会場(10坪程度)②イス(10～15脚程度)③テーブル(3台程度)
④電源(100V、10～15A)、⑤機材運搬車両用駐車場の確保
- ・実施地域 全国（地域によっては、ご希望に添えない場合があります）
- ・実施日時 申込後、委託機関よりご連絡いたしますので、日時の調整を行ってください。
- ・申込方法 日程（希望日）が決まり次第、【申込書10】に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送にてお申込みください。
※申込書は当組合ホームページ「各種健診」からダウンロードできます。
- ・ご 注 意 受診当日は必ず※健康保険証等をご持参ください。
※P10「ご注意」を参照してください。

(3) 会場歯科検診【申込書 9-1】

- ・受付時間 9:30～11:30、13:00～16:00
(11:30～13:00は受付できません)
※会場の都合により、受付時間の厳守をお願いいたします。
- ・会場および日程 ※会場案内図は 11 ページに掲載

場 所	日 程	会 場
東 京	10月 1日 (水) 10月 2日 (木)	渋谷サンスカイルーム 5B室 渋谷区渋谷 1-9-8 朝日生命宮益坂ビル
名 古 屋	10月 21日 (火) 10月 22日 (水)	安保ホール 201号室 名古屋市中村区名駅 3-15-9
大 阪	10月 29日 (水) 10月 30日 (木)	大阪コロナホテル 315会議室 大阪市東淀川区西淡路 1-3-21

- ・申込締切 令和7年9月22日(月)
- ・申込方法 【申込書 9-1】に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送にてお申込みください。
※申込書は当組合ホームページNEWS&TOPICSの「健診関係」からダウンロードできます。
- ・ご 注 意 受診当日は必ず※健康保険証等をご持参ください。

※健康保険証等

- ㊦「健康保険証(R7.12.1まで利用可)」
- ㊧「資格確認書」
- ㊨「マイナポータルの保険資格画面」
- ㊩「マイナ保険証+資格情報のお知らせ」

上記㊦～㊩いずれか1点の提示が必要となりますので、ご持参ください。

【問合せ・申込み】

〒103-8465
東京都中央区東日本橋 3-10-4
東京実業健康保険組合 健康管理課
TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510
<https://www.tojitsu-kenpo.or.jp/>

令和7年度 会場歯科検診 案内図



《東京会場》 渋谷サンスカイルーム 5 B室

渋谷区渋谷1-9-8
朝日生命宮益坂ビル

JR山手線
渋谷駅 徒歩5分
東京メトロ、銀座線
渋谷駅 徒歩4分

(実施日)
令和7年10月1日(水)
令和7年10月2日(木)
(受付時間)
9:30 ~ 11:30
(11:30~13:00は受付できません)
13:00 ~ 16:00



《名古屋会場》 安保ホール

201号室

名古屋市中村区名駅
3-15-9

JR名古屋駅 徒歩3分

(実施日)
令和7年10月21日(火)
令和7年10月22日(水)
(受付時間)
9:30 ~ 11:30
(11:30~13:00は受付できません)
13:00 ~ 16:00



《大阪会場》 大阪コロナホテル 315会議室

大阪市東淀川区西淡路1-3-21

JR新大阪駅 徒歩2分

(実施日)
令和7年10月29日(水)
令和7年10月30日(木)
(受付時間)
9:30 ~ 11:30
(11:30~13:00は受付できません)
13:00 ~ 16:00

(8)令和7年度 第36回ボウリング大会のお知らせ

1. 開催日時

令和7年11月8日(土) 10時00分～13時00分

2. 開催場所

品川プリンスホテル ボウリングセンター
東京都港区高輪4-10-30

3. 受 付

場所：品川プリンスホテル ボウリングセンター 2階
時間：9時10分より

4. 募集人数

160名(40チーム)【1事業所 3チームまで】

5. 参加対象

当組合の被保険者

6. 参 加 費

無 料

7. 大会種目

2ゲームのトータルピンで順位を決定いたします。

①団体戦(1チーム4名、男女混合可)

※ハンディキャップとして女子1名につき1ゲームごとに10点を加算

②個人戦(男子・女子)

8. 表 彰

種目ごとに第3位までを表彰し、個人戦はとび賞・ブービー賞などがあります。

9. 申込方法

9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、FAXまたは郵送にてお申込みください。

※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。

10. 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10月7日（火）に送付先住所へ通知をお送りいたします。

11. その他

- ・当日の選手変更はできません。変更希望の場合は、10月31日（金）15時までに施設課へ連絡してください。登録選手以外の方が投球された場合は失格となります。
- ・開催場所までの交通費は自己負担となります。

※当組合機関誌「健保だより」・「いきいき」に参加者の方の写真を掲載させていただく場合があります。

【問合せ・申込み】

〒103-8465

東京都中央区東日本橋 3-10-4

東京実業健康保険組合 施設課

TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510

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

(9) 年末年始の直営保養所の利用申込みについて

1. 対 象 期 間 ①令和7年12月31日(水) ～ 令和8年 1月 1日(木) 宿泊の2泊
 ②令和8年 1月 2日(金) ～ 令和8年 1月 3日(土) 宿泊の2泊
2. 食 事 に つ い て 4食すべて和食となります。
 食事なしの設定はありません。
 申込書の食事選択欄の記入は必要ありません。
3. 申 込 対 象 組 合 員 (当組合の被保険者および被扶養者)
 ※組合員以外の方の同行も可能です。
4. 申 込 方 法 申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送にてお申込みください。
 申込書は当組合ホームページよりダウンロードできます。
 (年末年始専用の申込書はありません。)
5. 申 込 期 間 9月1日(月)～9月10日(水) (必着)
 ※申込期間外のお申込みは無効となりますのでご注意ください。
6. 利 用 決 定 申込多数の場合は抽選とし、利用の可否につきましては9月下旬に申込代表者様宛に郵送にて通知いたします。なお、当選された方には、当組合承認印のある「利用通知書」を同封いたします。

7. 利 用 料 金

(大人1人2泊 朝・夕付 消費税込)

組 合 員	同 行 者
24,000円	36,000円

- ・満3歳以上満12歳未満(子ども)は上記利用料金の80%です。
- ・満3歳未満(乳幼児)は施設利用料として、2,000円です。(食事・寝具を希望される場合は子ども料金となります。)
- ・満12歳以上の方は、利用料金のほかに1人1泊入湯税150円、宿泊税200円がかかります。

※抽選後の空室については、10月1日(水)9:00より、組合本部施設課にて電話受付となります。

※12月1日～30日ご利用の抽選申込も9月1日(月)から9月10日(水)です。

※空室状況は当組合ホームページから確認できます。

【問合せ・申込み】

〒103-8465

東京都中央区東日本橋 3-10-4

東京実業健康保険組合 施設課

TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510

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

(10) 東振協主催「いきいき健康づくり2025」について

日頃より、当組合の事業運営にご理解、ご協力を賜り厚くお礼申しあげます。

このたび、私ども総合健康保険組合で構成している一般社団法人東京都総合組合保健施設振興協会（略称：東振協）が、共同事業の一環として本年も10月および11月に「いきいき健康づくり」を実施することになりましたので、当組合も賛同し協力することとしました。

この事業内容を周知するため、発送業務を東振協へ委託し、各事業主様宛にご案内をお送りいたします。（令和7年8月18日～順次発送予定）

ご多忙の折とは存じますが、被保険者および家族の方々の各イベントへの参加につきまして、ご配慮くださいますようお願い申しあげます。

10月11月開催
医療費適正化運動月間
健康づくり強調月間

いきいき健康づくり2025

参加無料
申込期間 9/15(日)～9/30(日)

ウォークラリー
10/4(土) 国営昭和記念公園 500名
18(土) 都立西国海公園 500名
26(日) 都立上野恩賜公園 500名
11/29(土) 東京ベイサイドランニングコース(2回) 計500名
・Women's Lesson Walk 100名
30(日) 東京ベイサイドランニングコース(2回) 計500名
キッズウォーキングフェスティバル 100名

スマホスタンプラリー
11/2(日) 歴史ある石畳の神楽坂と近代的な都心を巡る
8(土) 月島の中洲を巡り 食の街・築地へ
15(土) 江戸・明治の文化から贈り物 日本橋・特さんぽ
22(土) 水と緑を感じて公園さんぽ 木場・洲崎

Enjoy RUN 2025
11/24(日) 江ノ島夢の森公園
RUNクリニック
親子ラン
リレーマラソン
5km 10km 20km

秋空ヨガ in ベイサイド
10/25(土) プリリア ランニングスタジアム 100名
1 1日のスタートを整えるモーニングヨガ
2 心身を整える〜リフレッシュヨガ
3 ヨガワールドチャンピオンによるヨガ
4 心と体をほぐすリセットヨガ
5 ゲストスペシャルレッスン

健康づくりオンラインレッスン
500名 Zoom LIVE配信
10/1(日) 30分間 40歳以上のレッスンに特化したヨガ
31(日) ヨガレッスン
10/5(日) 東京協オリジナルレッスン第1弾 / セルフマッサージ&呼吸法
10/20(日) 東京協オリジナルレッスン第2弾 / 寝る前のナイトストレッチ

参加資格 被保険者およびその家族、都民等
申込方法 WEB申込 (9/1～9/30)
<https://www.toshinkyō.or.jp/event/>

※イベント詳細は東京協いきいき健康づくり専用サイトに掲載します。(8月中旬までOPEN予定)
※イベント内容が一部変更となる場合がございます。予めご了承ください。

主催：一般社団法人 東京都総合健康保険施設振興協会 協賛：東京都総合健康保険組合連合会／東京都保険者協議会／健康保険組合連合会 東京都いきいき健康づくり事務局 TOSHIKYO

※ イベントの詳細や参加申込書等は、インターネット（東振協ホームページ）からもダウンロードできますので、ご利用ください。

>>> <https://www.toshinkyō.or.jp/event>