

Kenpo News.

伊藤忠連合健康保険組合

2022 Autumn
Vol.282

<http://www.itcrengo.or.jp/>

令和3年度 決算のお知らせ／主な保健事業のご案内／令和4年度 ウォーキングキャンペーン結果報告／被扶養者さまは、健診を受けましたか？／ポリファーマシーに注意しよう／Health Information／時事解説 時の話題／事務局だより／MY HEALTH WEB



黒字で決算を終えるも 今後の財政状況は不透明

当健保組合の令和3年度決算が承認されましたので、概要をお知らせします。

令和3年度は、健康保険料率9.6%、介護保険料率1.75%をそれぞれ据え置いて事業を運営し、収支差引14億8,300万円、経常収支差引11億1,400万円の黒字を計上する決算となりました。

※本文に掲載の金額は、十万円単位を四捨五入しています。
※グラフは端数処理のため、合計が合わない箇所があります。

令和3年度決算概要／健康保険

収入合計 30,053,303 千円

財政調整事業交付金 344,240 千円 (1.1%)
調整保険料収入 398,527 千円 (1.3%)

保険料 29,241,565 千円 (97.3%)

その他の収入 68,971 千円 (0.2%)

支出合計 28,570,004 千円

保健事業費 1,468,741 千円 (5.1%)

保険給付費 14,634,416 千円 (51.2%)

納付金 11,772,943 千円 (41.2%)

その他の支出 693,904 千円 (2.4%)

健康保険

収入面では、保険料による収入が予算比5億3,900万円増となる292億4,200万円となりました。一方、支出面では保険給付費が同比4,200万円増、高齢者医療への納付金が同比1,100万円増となりました。保険給付費と納付金の合計額は、保険料の90%に相当しています。

令和3年度、国内の経済状況は引き続き新型コロナウイルス感染症に翻弄されました。変異株による感染拡大とワクチン接種等の効果による一時的な鎮静化は今後も繰り返されると思われませんが、年度末にはロシアによるウクライナ侵攻が始まった影響を受けて物価が上昇傾向となり、社会情勢は先行きの不透明な状況が続くなど、健保組合の財政状況も予断を許さないものとなっています。

当健保組合といたしましては、今後も被保険者および被扶養者のみなさまの健康保持・増進のため、各種事業の充実を図るとともに、本誌『KenpoNews』でも各種事業のご案内を続けてまいります。

令和3年度決算概要／介護保険

収入合計 3,483,771 千円

繰入金・その他 200,005 千円 (5.7%)

介護保険収入 3,283,766 千円 (94.3%)

支出合計 3,327,551 千円

その他の支出 319 千円 (0.0%)

介護納付金 3,327,232 千円 (100.0%)



介護保険組合は、40歳から64歳までの介護保険第2号被保険者の介護保険料を代行徴収しています。令和3年度の収入合計は34億8,400万円、支出合計は33億2,800万円で、収支差引は1億5,600万円となりました。

介護保険

令和3年度に実施した主な保健事業

特定健康診査

40歳以上の被保険者(本人) 28,769人、被扶養者(家族) 4,114人に実施しました。

特定保健指導

特定健診の結果から、生活習慣の改善が必要と判断された方3,315人に対し、特定保健指導を実施しました。

保健指導宣伝

- メタボリックシンドローム予備群の方に対する、ダイエットプログラムの提供
(40歳以上145人、39歳以下・65歳以上113人)
- スマートフォン・アプリを活用した口腔セルフケアチェック等の歯周病対策(300人)
- 重症化予防(57人)
- 受診勧奨(290人)
- 健康ポータル関連
(登録者4,216人、アクセス数195,266件/年)
- 禁煙事業(82名)
- 『Kenpo News』の配布(年2回)
- 『すこやかファミリー』の配布
(被扶養配偶者向け/年1回)
- ジェネリック医薬品通知(年4回)
- ファミリー健康相談
(365日、24時間対応/年間1,366件)
- ヘルシーファミリー倶楽部の公開(随時。アクセス数2,047件/年)
- 介護・健康教室の開催(通年。参加者226人)
- ホームページの公開
(随時。アクセス数168,439件/年)
- コミュニティサイトの公開
(随時。アクセス数91,351件/年)
- 健康管理事業推進委員会(年1回)

疾病予防

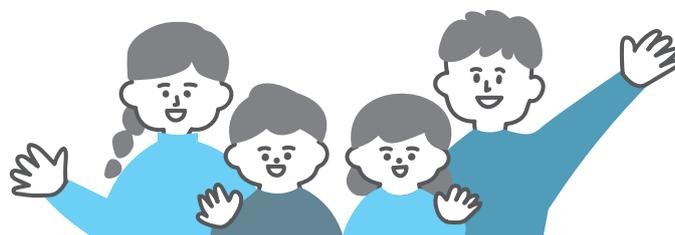
- 40歳以上の被保険者・被扶養者に検診補助金を支給
受診率 被保険者 89.2%
被扶養者 20.6%
- 40歳以上の被扶養者(配偶者)に婦人科検診補助金を支給
受診率 17.2%
- 30歳以上40歳未満の被保険者に検診補助金を支給
受診率 87.4%
- 20歳以上40歳未満の被扶養者に検診補助金を支給
受診率 26.4%
- 30歳以上75歳未満の被保険者に巡回健診を実施
受診率 6.4%
- 40歳以上75歳未満の被保険者・被扶養者(女性)に婦人科健診補助金を支給
受診率 47.2%
- インフルエンザ予防接種の費用補助
接種率 被保険者・被扶養者 32.2%

体育奨励

セントラルスポーツ、ティップネス、ルネサンス、コナミスポーツと契約を結び、利用料金の補助を行いました。

契約保養所

エクシブと契約を結び、利用料金の補助を行いました。





令和4年度ウォーキングキャンペーン結果報告

習慣が健康を呼ぶ。 楽しく歩いた2カ月間！

令和4年5月16日～7月15日の2カ月間で実施したウォーキングキャンペーンには、総勢1,415名のみなさまが参加されました。ハワイのWEBマップで、「事業所ランキング」や今年度より加わった「任意チームランキング」で競い合いながら仲間と一緒にウォーキングを続けた結果、592名の方が目標となる「50万歩」を達成されました！今回参加されなかった方は、次回のご参加をお待ちしています。

事業所 Ranking

順位	事業所名	参加人数	平均歩数
1	豊鋼材工業(株)	15	1,046,525
2	東京スチールセンター(株)	6	734,646
3	日本アクセス北海道(株)	7	732,758
4	ポケットカード(株)	13	689,235
5	(株)センチュリー 21・ジャパン	8	653,696
6	伊藤忠連合健康保険組合	8	648,922
7	伊藤忠マシンテクノス(株)	5	648,113
8	三和サインワークス(株)	8	605,321
9	(株)ニッコー	6	602,226
10	エアバス・ヘリコプターズジャパン(株)	7	596,289

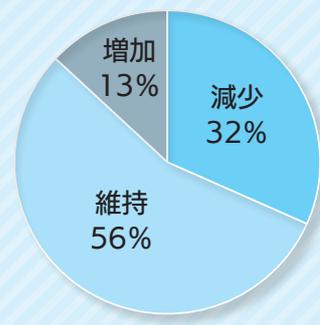
Ranking 事業所 参加人数

順位	事業所名	参加人数
1	伊藤忠食品(株)	183
2	コネクシオ(株)	170
3	(株)ファミリーマート	142
4	ほけんの窓口グループ(株)	94
5	(株)日本アクセス	91
6	伊藤忠アーバンコミュニティ(株)	51
7	タキロンシーアイ(株)	51
8	伊藤忠エネクス(株)	41
9	不二製油(株)	40
10	(株)マイスターエンジニアリング	32

ウォーキングキャンペーンの前後による体重増減

参加者総数1,415名のうち、キャンペーン終了後の体重回答者数498名で「キャンペーンの前後の体重比較」を行ったところ、37%の方が体重減少、51%の方が維持となり、体重改善効果は-0.68kg、BMIの改善効果は-0.25となりました。

達成目標の50万歩の達成・未達成にかかわらず、ウォーキングキャンペーンに参加することにより運動習慣が改善され、健康の維持増進に繋がったといえます。



※1kg以上のマイナスを「減少」、±1kg以内を「維持」、1kg以上のプラスを「増加」としています。
※端数処理のため合計が合いません。

ウォーキングフォトより

※一部抜粋

22
イイね



ま〜坊さん
「早朝登山の朝日」

22
イイね



チョコクロパパさん
「会社からの帰り道」

15
イイね



ミツヲさん
「ライラック@創成川公園」

11
イイね



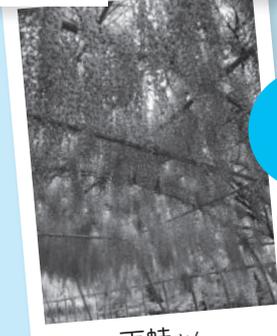
シーサーさん
「竹の庭でお抹茶♪」

10
イイね



jjttw7070さん
「多摩川河川敷」

9
イイね



雨蛙さん
「藤のトンネルが見事!」

全国から
たくさんの写真投稿、
ありがとう
ございました!



順位	事業所名	参加人数	平均歩数	順位	事業所名	参加人数	平均歩数
1	TEAM お遍路さん	6	1,457,663	6	MATEWALKERS	6	851,649
2	ビリー・ザ・キッド	5	1,087,582	7	CNX 見守り隊	9	797,191
3	五十万歩百万歩	5	1,081,070	8	MISTS TOKYO	6	636,207
4	チーム無い人〜	10	920,514	9	チーム無い人用	10	615,329
5	歩く神戸プリン隊	7	882,309	10	チーム マモちゃん	7	605,822

寄せられた感想・コメントなどを抜粋・編集してご紹介します

改めて、歩く楽しみを学ぶことができました。また、他の参加者の方の近況がランキングや日記から感じられ、私にとってはよい励みとなりました。キャンペーン終了後も、できる限り歩く機会をつくっていきたいと思います。

このキャンペーンがあると確実に歩数が伸びます。チーム戦も楽しくて、やる気も出ました。体重は減らなかったが、動いた後の飯が美味しい!! ビールが旨い(^-^) 健康的な2カ月でした。



「必ず1日10,000歩は歩く」と決めて始めました。13時までには7,000歩を超えないと10,000歩は難しいことがわかり、自分が午前中にたくさん動いていることを知りました。逆に午後の歩数が少ないのは何故かなどを考え、生活行動を確認し、変えることができました。「参加者の日記」がおもしろく、みなさん楽しみながら頑張っているんだと思い、励みになりました。とても楽しい2カ月間でした。

梅雨と梅雨明け後の暑さに失速してしまいましたが、こうやって毎年開催していただけることに感謝しています。キャンペーンをきっかけに、今年も歩こう!と歩き始めます。



つつい歩いてしまうのがキャンペーンのよいところだと思います。ぜひ開催回数を増やしてほしいです。

ウォーキングキャンペーンは年中行事のような位置付けとなっていて、今年も参加させていただきました。いざキャンペーンがはじまってみると、最初は日々の歩数を伸ばすことや個人の順位にこだわってしまったのですが、無理し過ぎると長続きしないのと、健康維持やリフレッシュ目的だったはずが逆効果になると思い、後半は歩数にとらわれず取り組むようにしました。



また今年から導入されたチーム制に参加したことで、今までとは違った視点で日々取り組めたと感じています。これからも引き続きウォーキングを日々の習慣とし、季節の移り変わりを楽しみながら健康維持にも努めていけたらと思っています。

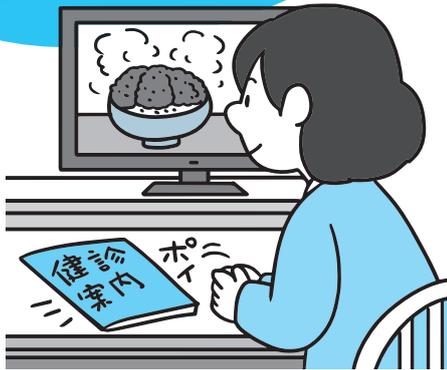
被扶養者さまは、
健診を受けましたか？

もし

生活習慣病が進行していたら…

今年の健診で気づくと もっとも改善が楽です

動脈硬化につながる生活習慣病は、早期には自覚症状がありません。そのため、健診を受けて数値で体の状態をチェックし、問題があれば早期に改善していくことが大切です。もし、生活習慣病が進行していたら、今年の健診で気づくのがもっとも早いタイミングです。



体の中で生活習慣病の“芽”が発生

今年の健診を受けると…
芽の状態で見発見

生活習慣病



もっとも小さな状態で病気の芽を発見できるので、生活習慣改善のための労力も少なく済みます。毎年健診を受けて過去の結果と比較し、正常値の範囲内でも悪化傾向がないか確認しましょう。

来年の健診になると…
少し進んだ状態で見発見

生活習慣病



1年健診を受けないと、病気の芽は2年成長してしまうことになります。その分、生活習慣改善のための労力が増えるだけでなく、場合によっては保健指導も必要になっているかもしれません。

数年後の健診になると…
もっと進んだ状態で見発見

生活習慣病



数年間放置してしまうと、自分だけでは改善することが難しくなっているかもしれません。保健指導の案内があれば、ぜひご参加ください。

健診を受けずに放置すると…
病気を発症して気づく

生活習慣病



病気を発症してしまうと治療が必要です。医師の指示に従いましょう。

奥さまに
おすすめください！



こちらからも
アクセスできます



ウェルネス生活習慣病健診

被扶養配偶者の方限定にて、40歳以上の方は自己負担0円で、39歳以下の方は自己負担1,000円で受診できる健診コースがあります。

ウェルネス・コミュニケーションズが契約する、全国1,000カ所の健診機関からお選びいただくことが可能です。

お申し込み先

TEL 0120-783-026 (受付時間：月～金 8:30～19:30)

URL <https://i-wellness-p.com/j00/j00101.jsf>

サイト利用登録

ID・パスワード設定

ログイン

予約申込

※初回登録の際は、保険証の記号・番号が必要です。

※これまでにi-Wellnessを利用されたことがある方は、ご登録のメールアドレスでのログインが可能です。

薬、
いくつ
のんでいますか?

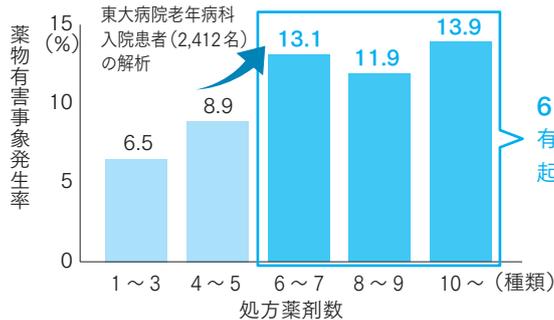


たくさん / 薬 /
Poly + Pharmacy

ポリファーマシーに注意しよう

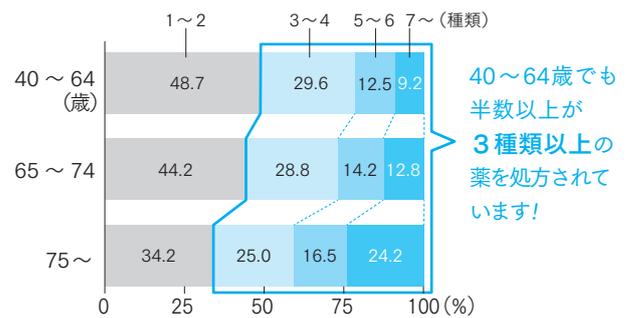
ポリファーマシーとは、単にたくさんの薬を服用することではなく、複数の薬を服用することで副作用を起こしたり、薬がのみきれずに残っていたりする状態をいいます。薬を適切に服用して、医療費を節約しましょう。

●薬が増えると有害事象が増える



参考: Kojima T, et al: Geriatr Gerontol Int 2012; 12:761-2

●歳とともに薬が増える (院外処方)



参考: 令和3年社会医療診療行為別統計の概況 (厚生労働省)

どんなときにポリファーマシーが起こる?

例1 持病の悪化を招く薬が
処方されるとき



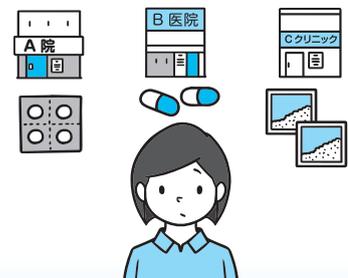
女性ホルモン剤で持病の
脂質異常症が悪化

例2 のみ合わせの悪い薬が
処方されるとき



相互作用で
不整脈が悪化

例3 複数の医療機関から
同じ効能の薬が
処方されるとき



過剰服用によって
健康被害が発生

ポリファーマシーをこうして防ごう!

- ☑️ かかりつけ医とかかりつけ薬局をもって、服用中の薬を把握してもらう
- ☑️ 自己都合で複数の医療機関にかかる「はしご受診」を控える
- ☑️ 薬の種類が多い場合は、種類を減らせないか医師や薬剤師に相談する



- ☑️ 「お薬手帳」は1つにまとめ、医療機関に行く際は必ず持参する
- ☑️ 薬が余っているときは医師や薬剤師に伝える
- ☑️ サプリメントを使っている場合は、医師や薬剤師に伝える



薬が10錠
余っています

「ずっと使っている薬」
にもご注意を!

歳をとると薬の排泄能力が低下して副作用が生じやすくなります。また、長期間漫然と同じ薬をのみ続けると薬剤耐性が生じて効果が下がることも。同じ薬でも体調や効き目に変化があれば、かかりつけ医に相談しましょう。

Q 自宅で吸わなければ 家族は受動喫煙しない？

家族が受動喫煙をしないように、私はいつも外でタバコを吸って、自宅では吸わないようにしています。だから、家族への受動喫煙は心配ないですね？



A いいえ 受動喫煙のリスクがあります



タバコを消した後も、喫煙者の呼気には有害物質が含まれています。また、喫煙者の髪の毛や衣服などに有害物質が残り、再放散すると考えられています。

家の中で吸っていなくても、自動車でタバコを吸っていればシートなどにも有害な物質が付いているかもしれません。

家族の受動喫煙をなくすためには、禁煙することが確実です。



Health Information

話題の健康情報

新型コロナウイルス感染症のパンデミックで脂肪肝が増加

—背景に夜食や欠食などの生活習慣の変化—

脂肪肝は肝臓に中性脂肪がたまった状態で、肝硬変や肝がんにつながることもあり、注意が必要です。最近、メタボリックシンドロームの要因である肥満や糖尿病などの代謝異常に関連する脂肪肝、MAFLD（代謝異常関連脂肪肝：metabolic dysfunction-associated fatty liver disease）が注目されています。

大阪市立大学大学院で健康診断受診者のデータを調査した結果、新型コロナウイルス感染症のパンデミック前と比べ、MAFLDの患者数が増加しており、患者のライフスタイルの解析により、夜食・飲酒・欠食（1日2食）などの食生活の乱れが発症に関与していることが明らかになりました。

新型コロナウイルス感染症のパンデミック前とパンデミック中の生活習慣の変化



在宅勤務などパンデミックの影響によるライフスタイルの変化で、食事などの生活習慣が乱れていないか振り返ってみましょう。

大阪市立大学プレスリリースより

寝る姿勢といびき

人の寝姿勢は、基本的に「仰向け」「横寝」「うつ伏せ」の3つで、一般的に睡眠の質が最もよくなるのは「仰向け」です。その理由は、後頭部、背中、臀部、かかとなど数カ所まで体を支えるので、体にかかる負荷が軽減され、リラックスしやすいからです。しかし、「仰向け」はいびきをかきやすくなる可能性があります。



いびきのメカニズム

鼻から肺までの空気の通り道を「気道」といいます。口を開いて仰向けで寝ると、重力の影響で舌が喉の奥に落ち込み、気道が狭くなります。狭くなった気道を空気が通ると、空気の渦ができ、喉と鼻の粘膜を振動させて「いびき」が発生します。このとき、狭くなった気道が完全にふさがれてしまうと、「無呼吸」になります。

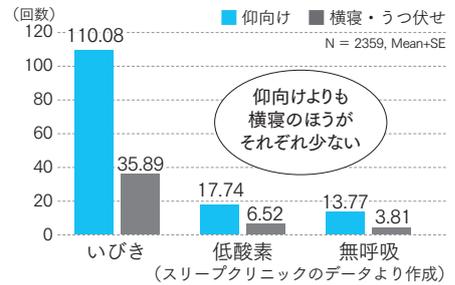
いびきをかきやすい人などは、仰向けより横寝がおすすめ

右のデータは、睡眠外来受診の患者に行った夜間の睡眠中のいびき、低酸素、無呼吸の1時間平均回数の調査結果です。仰向けより横寝・うつ伏せのほうが回数が少なくなっています。

いびきや無呼吸の症状を軽減させる方法としては、横寝もひとつの改善策です。うつ伏せも軽減できますが、顔を横に逃がさなければならず、首を痛めてしまうので、横寝がおすすめです。

なお、長期間大きないびきをかき続けていたり、無呼吸症の傾向がある場合は健康に影響を及ぼす危険性があるので、専門医に相談しましょう。

● 仰向けと横寝・うつ伏せの比較



Health Information

話題の健康情報

10月
から

紹介状なしで大病院を受診したときの 定額負担が引き上げに

地域の医療機関の役割分担を明確化し、連携を図ることによって、医療の効率的な活用が進められています。そこで10月から次のような見直しが行われます。

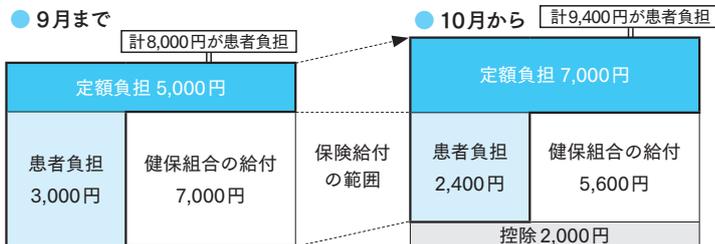
いきなり大病院に行かず、
まずはかかりつけ医を
受診しましょう



定額負担を徴収
する責務がある
医療機関の拡大

定額負担額の
引き上げ

《例》医療費1万円、患者負担3割、医科初診の場合



令和4年10月からの定額負担

対象病院	<ul style="list-style-type: none"> 特定機能病院 地域医療支援病院（一般病床200床以上に限る） 紹介受診重点医療機関（一般病床200床以上に限る） <p>※上記以外の一般病床200床以上の病院については、選定療養として特別の料金を徴収することができる</p>	
	新たに追加	
定額負担額	初診	医科 5,000円 ⇒ 7,000円に 歯科 3,000円 ⇒ 5,000円に
	再診	医科 2,500円 ⇒ 3,000円に 歯科 1,500円 ⇒ 1,900円に
保険給付範囲からの控除	外来機能の明確化のための例外的・限定的な取り扱いとして、定額負担を求める患者（あえて紹介状なしで受診する患者等）の初診・再診について、以下の点数（額）を保険給付範囲から控除	
	初診	医科 200点（2,000円） 歯科 200点（2,000円）
再診	医科 50点（500円） 歯科 40点（400円）	

※徴収する最低基準の額

オンライン資格確認導入の 加速化に向け取り組みを強化

厚生労働省は、オンライン資格確認の導入状況が低調にあることから、中間目標を新たに設定し取り組みを強化しています。「骨太方針2022」では、医療機関等におけるオンライン資格確認の原則義務化などが明記されました。

オンライン資格確認の導入で 医療機関等と患者の負担が軽減

オンライン資格確認とは、マイナンバーカードのICチップまたは健康保険証の記号番号等を利用して、医療機関・薬局が患者の資格情報（※）をオンライン上で確認できる仕組みのことをいいます。2021年10月より、本格運用がスタートしています。

従来の資格確認では、無資格受診による過誤請求や、資格情報の入力作業に手間がかかるなどの問題がありました。しかし、オンライン資格確認では、医療機関等の窓口ですぐに資格確認ができるようになり、これらの問題が解決されます。患者にとっても、医療費が高額になったときに限度額適用認定証等がなくても窓口で限度額以上の医療費を支払う

必要がなくなるほか、医療機関等での待ち時間が短縮されるといったメリットがあります。

※加入している医療保険や自己負担限度額情報等

「骨太方針2022」では 導入目標達成に向けた対策が明記

厚生労働省では、現在、オンライン資格確認の導入加速化に向けた集中的な取り組みとして、次の3つが進められています。

- ① 医療関係団体による「推進協議会」の設置
- ② 診療報酬による評価
- ③ 医療機関・薬局への支援・働きかけの実施

しかし、2022年7月時点でオンライン資格確認を導入・運用開始している医療機関等は2〜3割です。現在の導入ペースで進捗した場合、2023年3月末の導入率は約6割にとどまると見込まれていることから、「中間目標として2022年9月末時点で概ね5割の導入を目指す」という目標が掲げられました。

導入目標を達成するため、「骨太方針2022」では、オンライン資格確認導入を2023年4月から原則義務化するとしています。併せて、関連する財政措置を見直してマイナンバーカードの健康保険証利用を促し、将来的な健康保険証の原則廃止を見据え、2024年度を目標に健保組合等の保険者による健康保険証発行の選択制を導入する方針を示しています。

マイナンバーカードが健康保険証として使えます！

マイナンバーカードを健康保険証として使えば、本人同意のうえで過去の服薬情報や特定健診情報に基づいた診療が可能になります。重複投薬が回避できるなど、よりよい医療が受けられるようになります。また、医療費控除の確定申告手続きも簡単になります。

ほかにも、マイナンバーカードには便利な機能があります（右記参照）。

- 新型コロナワクチンの接種証明書を取得できる
- 行政手続きがラクに & 給付金をすぐに受け取れる（公金受取口座登録制度）
- 各種証明書をコンビニで取得できる

など

※オンライン資格確認を導入している医療機関等で利用できます。対応医療機関等は拡大中です。

※健康保険証として利用するには事前にマイナポータルでの登録が必要です。

第18期 理事・議員の異動 (敬称略)

事務局だより
(公告) 理事長 大喜多 治年

退任



理事長 石塚 哲士
伊藤忠連合健康保険組合
令和4年7月22日(組合会終了後退任)

このたび、理事長職を7月22日付で退任いたしました。
組合設立50周年となる令和元年度より3年間にわたるみなさまのご厚情に感謝申し上げますとともに、引き続き当健保組合の事業運営にご理解とご協力をお願い申し上げます、退任のご挨拶とさせていただきます。

就任



理事長 大喜多 治年
伊藤忠連合健康保険組合
令和4年7月23日

石塚前理事長の後任として、理事長職を拝命いたしました。健保組合を取り巻く環境は一層厳しさを増しておりますが、みなさまの健康増進や病気の重症化予防の取り組みが、健保財政の安定化に向けた大切なカギとなります。当健保組合の事業運営にこれまで以上のご支援を賜りますようお願い申し上げます、就任のご挨拶とさせていただきます。

選定理事	中野 操 (株)ロイネ	令和4年3月31日
選定理事	武 哲也 伊藤忠ロジスティクス(株)	令和4年6月30日
選定議員	岩崎 達士 伊藤忠マシンテクノス(株)	令和4年6月30日
互選理事	尾上 晋司 ジャパンフーズ(株)	令和4年3月31日
互選理事	西村 邦夫 伊藤忠エネクス(株)	令和4年3月31日
互選理事	添島久美子 不二製油(株)	令和4年3月31日
互選理事	川口 浩一 伊藤忠食品(株)	令和4年6月23日
互選理事	三浦 省司 伊藤忠人事総務サービス(株)	令和4年7月8日

選定理事	小田 浩司 (株)ロイネ	令和4年4月1日 (理事就任日:7月22日)
選定理事	平野 育哉 伊藤忠ロジスティクス(株)	令和4年7月1日 (理事就任日:7月22日)
選定議員	五十嵐秀夫 ほけんの窓口グループ(株)	令和4年7月1日
互選理事	佐久間栄次 ジャパンフーズ(株)	令和4年7月22日
互選理事	阿部 靖枝 伊藤忠エネクス(株)	令和4年7月22日
互選理事	宝谷 太郎 不二製油(株)	令和4年7月22日
互選理事	北川 正英 伊藤忠食品(株)	令和4年7月22日
互選理事	渡辺 隆 伊藤忠人事総務サービス(株)	令和4年7月22日

以上、第18期 組合会議員(理事)の任期は、令和5年3月31日までです。

先に行われました組合会にて承認された適用事業所の異動についてお知らせします。

●事業所の編入

名称	所在地	編入年月日
エネクス・アセットマネジメント(株)	東京都千代田区	令和4年4月1日
ワーナーブラザーズスタジオジャパン合同会社 (株)ロンビックジャパン	東京都港区 東京都中野区	令和4年6月1日 令和4年8月1日

●事業所の削除(廃止)

名称	所在地	削除年月日
大新合板(株)	新潟市東区	令和4年4月1日
エネクス石油販売西日本(株)	広島市東区	令和4年4月1日
小倉興産エネルギー(株)	北九州市小倉北区	令和4年4月1日
伊藤忠リート・マネジメント(株)	東京都千代田区	令和4年6月1日
伊藤忠マシンテクノス(株)大阪本社	大阪市中央区	令和4年7月1日

●事業所の名称変更

新(変更後)	旧(変更前)	変更年月日
伊藤忠マシンテクノス(株)大阪本社	伊藤忠システック(株)	令和4年4月1日
タキロンシーアイアグリ(株)	(株)ヨコビ	令和4年4月1日
伊藤忠リート・マネジメント(株)	ADインベストメント・マネジメント(株)	令和4年6月1日

●事業所の所在地変更

名称	新(変更後)	旧(変更前)	変更年月日
(株)リアルサポート	東京都中央区	東京都千代田区	令和4年5月9日

お知らせ

ホットヨガ LAVA

令和4年11月より、ホットヨガのLAVAが体育奨励施設に加わります！詳細は差込の案内チラシをご覧ください。入会は、LAVA 法人会員専用WEBページ(<https://lava-intl.co.jp/biz/lp/?code=6810739609>)よりお手続きください。契約番号、パスワードは以下のとおりです。

契約番号 C0000078001

パスワード itcrengo6097

スマートフォンはこちらから



エキシブ

令和4年11月より、会員制リゾートホテル「エキシブ」の宿泊料金、夕食料金が改定されます。詳細はリゾートトラスト法人用インターネット予約システム(https://reserve.resort.co.jp/reservation/CMC/co_top.html)よりご確認ください。ID、パスワードは以下のとおりです。

ID itr00001

パスワード knp6097

2022年8月末現在の適用状況

事業所数	216	被保険者数	57,768人	被扶養者数	39,864人	扶養率	0.69人
------	-----	-------	---------	-------	---------	-----	-------

垂涎の品ぞろえ。

MY HEALTH
WEB を活用して

素敵なギフトを手に入れよう!



「MY HEALTH WEB」は、健保組合とみなさま個人をつなぐ健康ポータルサイトです。
このサイトを活用して獲得したポイントは、各種豪華賞品の抽選の応募に使用することができます。
応募できるのは一口 3000 ポイント。ぜひご登録ください!

5月1日～翌年4月末日までの獲得ポイントにより、一口3,000ポイントで応募できます!!

特別賞

抽選で500名様に
伊藤忠食品デジタルギフト
(選べるおいしい肉、Life Style Selection for health&beauty、for kitchen、凍眠市場) 各10,000円相当



達成賞

特別賞に
当選しなかった方



伊藤忠食品デジタルギフト
(選べる贅沢ぐるめ) 2,000円相当



抽選で
右記アイテムの
いずれかを
プレゼント!!

ポイント積立期間

2022年5月1日～2023年4月末日

応募期間

2023年5月1日～末日

応募方法

MY HEALTH WEB内のMYポイントより応募

こんなことでポイントが貯まる! (カッコ内は獲得できるポイント)

初回ログイン (1000) / 毎日ログイン (1 ~ 10) / 体重・血圧・歩数の記録 (3 または 10) / 設定した行動目標の結果を記録 (3) / MY HEALTH CLUB 記事閲覧 (3) / 健診結果閲覧 ※ 40 歳以上 (500) / ウォーキングキャンペーン (40 歳以上 1000、39 歳以下 1500) / 特定保健指導終了 ※ 40 歳以上 (1000) / メタボ流入阻止プログラム終了 (1000) / オンライン禁煙プログラム (1000) / かんたん歯科チェック (1000) / 医療費明細の閲覧 (10) / ジェネリック差額情報の閲覧 (100)

初回登録のログインで 1000ポイントゲット!

初回登録を
完了された方に
1000ポイントが
付与されます。

こちらへ
アクセス!



初回登録は
お済みですか?



公式キャラクター
「ヘロンくん」

スマホでも
ご利用
できます

ご利用には、初回登録が必要です!

MY HEALTH WEB をご利用いただくための初回登録はお済みでしょうか。みなさまにご活用いただけるよう、登録方法を紹介します。初回登録を完了された方には、1000 ポイントが付与されます。

- 1 伊藤忠連合健保組合のホームページにアクセス
- 2 MY HEALTH WEB のバナーをクリック
- 3 MY HEALTH WEB のログイン画面を表示させたら「初回登録の方はこちら」をクリック
- 4 初回登録画面の案内に従って必要事項を入力し、「送信する」をクリック

※ログイン ID とパスワードは、被保険者に発行されます。

※健保組合に新規加入された方は、加入日の約 1 カ月後より初回登録が可能となります。

ご登録されるメールアドレスへ健保組合から健康情報やイベント情報をお知らせいたします。携帯電話・スマートフォンのメールアドレスでご登録される場合は、下記のドメインが受信できるように設定してください。

@mhweb.jp @mhweb-entry.jp @mhweb-info.jp

※ iPhone や Android などのスマートフォンからはご利用いただけますが、携帯電話でのアクセスには対応しておりませんので、携帯メールアドレスでのご登録はおすすめできません。

発行所 伊藤忠連合健康保険組合 東京都中央区日本橋小伝馬町 15 - 14 日本橋 F ビジネスキューブ 3 階
TEL 03 - 3662 - 9953 (保健事業課)
ホームページ <http://www.itcrengo.or.jp/>