

元気ハツラツ！健康セミナー

共催：(一社)東京建設職能組合連合会 初開催されました



被保険者の皆さまの健康意識を高め、ハツラツとした日常生活を送れるよう、健康運動指導士の寺田憲生先生をお招きし、健康セミナーを開催しました。

インボディで測定したご自身の結果を見ながらの座学や、ゴムチューブを使用しての簡単な運動の実践など、有意義な時間を過ごすことが出来ました。

お話しの中で、脂肪量の増加や筋量減少による身体活動の質の低下を防ぐ為にはインボディ測定や健康診断等で自分の状態を知り、確かめること。

その為には健康診断を受けることが大切であることを教えていただきました。

ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。

今年度が初開催となりましたが、来年度以降も開催してゆく予定であります。その際には、皆さま奮ってご参加ください!!

国保だより

国保組合事務局
TEL 03-3260-6441
FAX 03-3260-7534



《加入者数》

| | |
|----------|--------|
| 組合員 | 2,221人 |
| 家族 | 2,389人 |
| 後期高齢者組合員 | 143人 |
| 計 | 4,753人 |

(2022年9月末現在)

個人事業所の皆さまへ

組合員資格調査にご協力をお願いします

職能国保では、被保険者資格の適正化と、より公平な保険料賦課のため、組合員の資格及び事業所の調査を実施しています。

個人事業所の資格調査は今年度中に行う予定で、調査対象事業所の皆様には**令和5年1～2月頃に所属の支部組合を通して、ご案内等の書類をお送りします。**

国保組合の運営上、大切な調査となるため、期限内の書類の提出にご理解とご協力をお願いします。

こんなときは必ず 14日以内に届出をお願いします

次のようなときは、所属する支部組合へ必ず届出をしてください。

- 【国保に入る場合】
子供が生まれたとき、他の健康保険をやめたとき等
- 【国保をやめる場合】
死亡したとき、他の健康保険に入ったとき等
- 【その他の場合】引越し等で住所が変わったとき等

国保組合のホームページがリニューアルされました!!



この度、ホームページを全面リニューアルいたしました。今回のリニューアルは、皆さまに見やすく、分かりやすくお伝えできるホームページに改善し、スマートフォンからでも閲覧できるようになりました。

これまで以上に使いやすいサイトを目指し内容を充実してまいります。国保組合の事業内容を掲載しておりますので、ご覧ください。

東京建設職能国民健康保険組合 ホームページ
URL: <https://www.kenshoku-kokuho.or.jp>

マイナンバーカードが健康保険証としても利用できるご案内のリーフレットを同封しています。是非この機会に利用申込をご検討ください。



おしらせ

がん郵送検診の 申込期限について

20歳以上の女性の方には直接当組合から、40歳から74歳の方には特定健診の受診券と共に送付しておりました大腸がん・子宮頸がんの申込はがきの期限が、

2022年12月31日投函分までとなっております。

お早めのお申し込みをお願い致します。

インフルエンザ予防接種者に対する助成のご案内

- 対象接種期間
令和4年10月1日～
令和5年3月31日

- 補助金額
2,000円を限度

(小学校6年生以下の子が2回接種し、2回分を同時に申請した場合は4,000円を限度)

※経鼻インフルエンザワクチンは助成の対象となりません



**健康な家庭140世帯を
表彰しました**

健康家庭表彰

令和3年度の1年間、保険証を一度も使わなかった140世帯を対象に、ギフト券1万円分を贈呈しました

● **健康家庭特別表彰**
連続して20年間及び10年間、保険証を一度も使わなかった各1世帯を特別表彰しました