

# スポーツの価値、 スポーツ選手の社会的地位を 高めたい

**ビジネスで培ったノウハウを活かして**  
青山学院大学の監督に就任後、2015年に箱根駅伝で初優勝。2017年には箱根駅伝を3連覇し、大学駅伝3冠も達成しました。これは就任当初、この部の10年後のあるべき姿やチームビジョンを10年計画として明確化させていたこと、そしてそれに向けて半歩先のできることを確実に実践していったこと、その積み重ねが要因だったと思います。陸上競技を引退して監督に就任するまで普通の会社員として働いていたんですが、ビジネスにはPDCAというサイクルがあります

よね。目標を立て、プランニングし、チェックをしながら進め、そしてまた結果からフィードバックする。企業は営利が目的ですが、大学スポーツでは学生をどう学ばせるか、という視点が異なるだけで、このPDCAサイクルは同じ。会社員生活で培ったそのノウハウを、教育の分野に置き換えているだけなんです。選手との接し方への工夫  
かつてスポーツが「体育だった時代」と違い、今は指導者があれをしろ、これをしろと一方的に指導するのではなく、選手を支え、サポートするよきな立場に変わってきていると考えています

ます。私の考えを一方的に押し付けるのではなくて、選手の能力をどう引き出してあげるか、という視点で選手には接しています。寮母として一緒に生活してくれている妻の存在も大きいですね。うちは大きな家族みたいなもので、親父である私には言えない

ことも、妻には相談できたりする。母親に甘えるのが男ですからね笑。相談することでガス抜きになるし、大事なことは私にフィードバックされてきますので、良い循環が起きていると思います。選手の食事については、出された物を確実に食べることが大原則です。食事を抜くようなことはさせずに、3食しっかり摂らせる。あとは食べ方です。食事もコミュニケーションの一環なので、チームワーク作りのツールになります。昔の体育の世界にありがちな、黙って黙々とではなく、皆で楽しく会話をしながら食べることを大事にしています。

## 日本のスポーツのあり方を研究したい

スポーツの魅力が無限大ですよね。大学駅伝であれば大学に一体感を、オリンピックともなれば日本中に一体感を生み出します。そんなスポーツ文化の価値をより高めたいし、選手や監督の引退後の存在価値みたいなものも高めたいと思っています。競技の指導者として勝った負けたの部分だけを伝えるのではなく、選手が引退した後、社会で貢献できる人材にどう育てていくか。引退後の選手のキャリアや、スポーツ選手の社会的地位を高めるメカニズムを研究したい。そのために、この春から早稲田大学の大学院でスポーツビジネスについて学ばせてもらっています。箱根駅伝の4連覇、5連覇と、それはもちろん重要な目標なんですが、もっと大きな視点で、日本の教育やスポーツのあり方を研究する。それが今、私がやりたいことです。



青山学院大学 陸上競技部  
長距離ブロック監督

原晋さん



写真提供：(株)フォート・キシモト

### Profile ●はら・すすむ

1967年、広島県三原市出身。中学から陸上部に所属、世羅高校3年時に主将として全国高校駅伝で準優勝。中京大学を卒業後、中国電力に入社し陸上競技部の創設に参加する。現役を引退後はビジネスマンとしても活躍。2004年に青山学院大学陸上競技部監督に就任。2009年、同校を33年ぶりの箱根駅伝出場に導く。2015年、箱根駅伝で初の総合優勝。2017年には箱根駅伝3連覇と学生三大駅伝三冠を達成した。

photograph：遠藤直次

# 健保だより

2017  
秋



## 2 Special Interview シリーズ① 私の健康法、リフレッシュ法

ファイザー株式会社 代表取締役社長  
梅田 一郎さん



- 4 ファイザー健保の運動人!
- 6 第2期データヘルス計画について
- 8 2016年度 決算のお知らせ
- 10 健保組合からのお知らせ
- 12 インフルエンザ予防接種が始まります
- 14 KENPOS の健康ポイントで医薬品やトクホ製品と交換できるようになります!
- 15 観光列車に乗りこゆ
- 16 We Love Sports 青山学院大学陸上競技部 監督 原晋さんにインタビュー

ご家族皆さままでご覧ください。

ご案内を  
同封しています。

- ・家庭用常備薬幹旋(有償)
- ・スポーツクラブルネサンス

ぜひご利用ください!

ファイザー健康保険組合  
<http://www.pfizer-kenpo.or.jp/>

この新コーナーでは、マネジメントの方々の健康維持の方法やリフレッシュの方法など、健康についてのお話を、皆さんへのメッセージとともにお届けします。

# シリーズ① 私の健康法、 リフレッシュ法

第1回目は、ファイザー株式会社代表取締役社長の梅田さんに、健康面で気をつけていることや健康に対する考え方を伺いました。責任ある立場のトップマネジメントだからこそ、忙しい日々の中でも身体面とメンタル面のケアを怠らず、いつまでも健康でいるための努力をされているようです。

## ——健康のために気をつけていることはありますか？

朝晩2回入浴し、その後、ストレッチや簡単な筋トレ、ゴルフの素振りなどを行っています。お風呂に入ることで、身体が温まってやわらかくなり、筋トレやストレッチがしやすくなります。ストレッチの時間は、朝は30分くらい、夜は10分ほどです。

## ——食事面はいかがですか？

ダイエットのために、1日3食のうちの1食は市販の250kcalの食事に置き換えています。最近は、食べものを手にするときも、これは何kcalかな?と意識するようになりました。

また、栄養のバランスをとるためにブルーベリーや青汁を毎日とっています。お酒は、平均して1日1合くらいは飲んでいますが。

朝晩の入浴後のストレッチや食事面で気をつけていることも、続けることが大切だと思っています。

## ——睡眠時間はどのくらい確保していますか？

若い頃は睡眠時間が少なく、50代半ばまでは3~4時間くらいでした。土日には6~7時間は寝るようにしていましたが、ゆっくり寝るのがもったいないと思っていました。でも、最近は年齢のことも考えて毎日6時間は睡眠時間を確保しています。朝は7時半に家を出るので、夜はテレビのスポーツニュースも早めに切り上げて12時までに寝ます（笑）。

## ——身体のケアという面で何かされていますか？

土日のどちらかにはゴルフの練習をして、その後40分間くらいマッサージしてもらっています。以前は、マッサージチェアに15分くらい座るのも、そんなことに時間をかけられないという感じでしたが、最近は自分の身体のケアも大事なと思うよう

ファイザー株式会社  
代表取締役社長 梅田 一郎さん



うになりました。

最初マッサージしてもらったときに、背中がこんなに凝っていたら寝られないでしょうと言われました。確かにその頃は睡眠不足の状態でも2時間ほど目が覚めてしまっていて、年齢のせいかなと思っていましたが、その後、意識してストレッチするようにしたら4~5時間は寝られるようになりました。自分の身体の状態を知るきっかけになって、よかったです。

## ——オンとオフの切り替えやリフレッシュはどのようにしていますか？

ゴルフは、緑の芝生の上を5~6時間歩き、ショットに一喜一憂して、よいリフレッシュになります。社長になりたての頃は、ボールを前にしてもこんなことしている場合かなと考え、リラックスすることが悪いような気がしていました。でも最近は、休日に頭を使っても必ずしも成果につながるわけではないし、疲れた顔で元気がなかったらよい結果も出ないと考えて、努めてリフレッシュするようにしています。

それから、最近はあまり泳ぐ機会がないのですが、水泳を15年間続けていました。何も考えずに水と一体になる感覚は、リラックスに最適だと思います。

また、仕事を離れた友達付き合いも大切にしています。月に1回か2回は、同郷の高校時代の友人たちとゴルフやお酒を

▶私は1980年入社で、入社30年目の年から毎年同期会を全国のどこかに出かけてやっています。今年は、松山道後温泉。行けば、半分がゴルフ組、残りが市内観光組。夜は一緒に帰って懇親会です。心身ともにリフレッシュできる集まりで、最高の仲間たちです。



楽しめます。全くちがう仕事をしている人たちとの交流は、身体にもメンタルにも大事だと思います。

## ——社員の皆さんにアドバイスをお願いします。

私は、健康診断で異常もなく大きな病気をする事もなく、若い頃からもう少し健康に気をつけていれば、今の体力ももっとあったらと反省しています。

若い人は、小さいお子さんもいたりして忙しい毎日だと思いますが、自分自身を精神的にも肉体的にもケアする時間をつくってください。

ヘルスケア企業の社員だからこそ、健康に投資する姿勢を持ち、これから高齢化社会を元気に生き続ける模範となるような働き方、過ごし方、考え方をしてほしいと思います。

## ——ファイザーが推進している喫煙ゼロカルチャーについて一言をお願いします。

ファイザーはヘルスケア企業の中でのリーディングカンパニーと自負しています。皆さんには就業外にもたばこを吸わないでほしいと思います。実現するのは簡単ではないと思いますが、健保組合さんにも遠隔診療の禁煙治療サポートなどの禁煙支援の機会を作っていただいているので、そういったものも活用してください。

社員自身が、禁煙をはじめ健康でいる努力をすれば、健保組合の財政も助かるし、国の医療費の節減にもつながります。薬を含めた医療が、本当に必要としている人に必要なときに使われるためには、若い人も高齢の方もみんなが元気でいられる努力をするべきだと思います。

(インタビュー：2017年7月24日)

# ファイザー健保の運動人!

25 | ファイザー株式会社 地域包括医療推進部  
船津 元さん



▲伊勢志摩東西対抗合宿へ集まった面々



▲花岡さんにお任せのダブルスで多摩社会人トーナメントに参戦(右が船津さん)



▲医療費削減に協力する超元気の還暦オーバーの酒井さん、田柳さんと国際的な雰囲気荒谷さん、山本さん



▲東西ファイザーNo.1ペア、左から竹林さん(IM)、山下さん(PEH)、花岡さん(CO)、平康さん(ONC)

## ファイザーテニスクラブについて教えてください。

ファイザーテニスクラブ(PTC)は、各地でテニスを楽しんでいる方の総称とも言えます。ファイザー社員は全国の転勤先で仕事に励んでいますが、テニス好きの多くは各地でのテニス仲間の活動にすぐに溶け込んで輪を広げて行きます。こうした活動が各地で引き継がれて現在に至っています。

## ファイザーの全国のテニス仲間とどのように交流されていますか?

東京PTCは、ほぼ毎週末に練習と試合を行っています。勝敗・得失ゲーム数を付けて年間チャンピオンを決めていますので少しマジ過ぎるとの声もあります。

夏には北関東PTCと軽井沢合宿を開催していますが、昨年からは繁田会長を中心とする関西PTCと東西対抗戦の合宿を開催し、現在1勝1敗の状況です。今年は5月に伊勢志摩に30人程のメンバーが集結して、2日間快晴の中で接戦を展開し、大いに楽しみました。

## テニスの魅力を教えてください。

様々な腕前の方とペアになったり対戦したりすることで、仲間意識とライバル意識が交錯するスポーツだと思います。ファイザーには、元国体選手や現在もシニアランキングで活躍しているプレーヤーもいて、こうした方々とも一緒にプレーができることも楽しみです。対戦相手のいる勝ち負けのあるスポーツでもあり、私も含めてメンバーは毎週テニスクールに

も通って飽くなき上達を目指しているなど、年齢を経ても前向きな気持ちを持たせてくれることも魅力です。

## テニスの健康効果はありますか?

十数年前は、仕事関係でもよくテニスをしていました。テニスは、心拍数を120~140回に維持する循環器系によるスポーツとして著名教授にも愛好家が多く、国内外の学会や会議に参加の際には必ずラケット持参でした。今は、コート取得状況によっては数名で6時間以上の時もあり、メンバーからはかえって健康に悪いとの声も上がっています。テニス肘、肉離れなどケガも多いスポーツですから、日頃より筋トレ、ストレッチなど体のケアに気をつけています。

## 今後の目標をお聞かせください。

春と秋に多摩社会人トーナメントにもメンバーで参加していますが、少しでも長く勝ち残ることも目標です。そのための基礎体力アップに駅までの早歩きを実行中ですので、これをできるだけ継続したいと思います。

## 皆さんへメッセージをお願いします。

来年春には、関西PTCとの第3回大会を全国大会に拡大しようとの計画があります。腕前のクラス別に楽しめる大会ですので、全国でテニスをされている方で参加希望の方は、ぜひメールをください。大会日程が決まりましたら連絡します。

年齢も所属も超えて楽しめるのがスポーツの醍醐味のひとつ。

仲間と一緒に楽しくスポーツを続けているお二人にお話を伺いました。

皆さまも無理なく楽しく健康力アップしてみませんか?

26 | ファイザー株式会社 ケースマネジメント2課  
中里 有希さん

## ゴルフを始めたきっかけは?

入社1年目頃に職場の方たちと旅行したシンガポールで、初めてゴルフをしました。キャディーさんにグリップの握り方を教えてもらい、同じ番手のアイアンで転がしていただけでしたが、皆とおしゃべりしながらの初ゴルフはとても楽しかったです。これがきっかけでゴルフを始めました。

## どれくらいの頻度でコースに出られていますか?

月に1~2回です。秋は気候もよいので、もっと機会を増やしたいと思っています。

## どのようなお仲間とゴルフを楽しんでいますか?

学生時代の先生、友人、ファイザーOBを含む会社の方、ゴルフを通じて知り合った仲間とゴルフを楽しんでいます。

## ゴルフの魅力を教えてください。

性別年齢を問わず、初心者も上級者も、皆一緒に楽しめるところが魅力だと思います。運動の苦手な人や体力に自信のない人も、ゴルフならマイペースで楽しむことができます。

一方、満足いくスコアを出すのは難しく、ラウンド後、またリベンジしたくなります。

## ゴルフによる健康効果はありますか?

晴天に恵まれた日のゴルフ場は本当に美しく、景色を見ながら芝生の上を歩くだけで、気持ちが晴れ元気になります。

## 普段の生活の中で運動を継続的にやっていますか?

平日はほとんど運動をしていませんが、休日は外に出て歩くようにしています。山や公園でトレッキングやハイキングをする等、楽しみながら歩いています。

## 今後の目標があれば教えてください。

乗用カートを使わずとも最後までバテない体力をつけて、年内に自己ベストを更新したいです。

## 皆さんへメッセージをお願いします。

ゴルフ楽しいですよ。

▶御殿場のゴルフ場。富士山に向かってショット



▲坂内さん(PEH東京)と高松さん(JDSU)。仲間との会話も楽しみのひとつ



▲大学テニス部のOB会ゴルフコンペ(前列中央が中里さん)



▲絶景のハワイのゴルフ場



▲新名さん(ファイザーOB)



▲田川さん(PEH疼痛マーケ)、廣引さん(年金基金)、澤村さん(流通政策)

運動人募集! 自薦他薦は問いません。

PFE.KenpoJP@pfizer.comまでお知らせください。

# データヘルス計画について

～2018年4月から始まります～

データヘルス計画とは、健診結果やレセプトデータ等の分析に基づいて、PDCAサイクルに沿った効率的・効果的な保健事業を実践するものです。すべての健康保険組合が2015年から3年間の実施を国から求められ、増え続ける医療費の適正化(厚生労働省)と健康寿命延伸産業の創出(経済産業省 成長戦略)を目的に、健保組合が企画実行者となって遂行してきました。国がまとめた第1期データヘルス計画(2015～2017年)の課題では「目的や動機が明確でない取組」「定量的なアウトカム目標の設定が行えていない取組」となっており、第2期は全国の各健保組合が実施効果の検証を求められるようになっていきます。

## ファイザー健保の取り組み

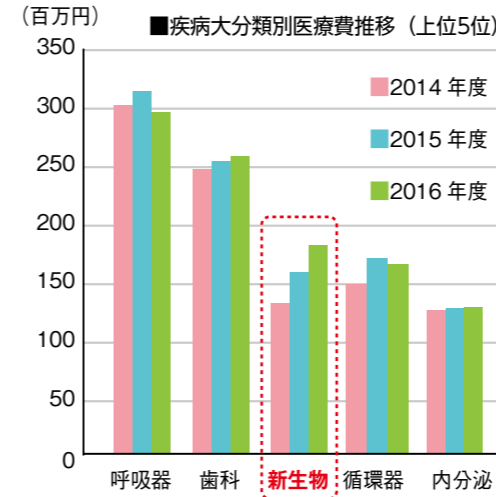
当健康保険組合では、第1期データヘルス計画で5つの取組を実施してきました。これまで実施してきた取組を振り返り、下記Stepに沿って準備を進め、データヘルス計画第2期を運営していく予定です。

### 第1期データヘルス計画の5つの取組

- ① 特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上
- ② 健診結果で基準値を超えた方への2次受診勧奨
- ③ がん検診の実施率の向上と受診勧奨
- ④ ハイリスク者の重症化予防の受診勧奨、若年者(40歳未満)・服薬者への保健指導
- ⑤ 個人への健康ポイント付与による健康に対する意識の向上

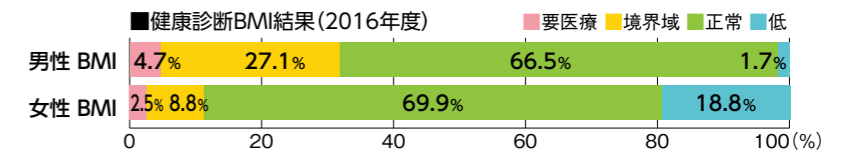
## 【疾患別医療費推移】

3年推移でも、がんの医療費が増加してきています



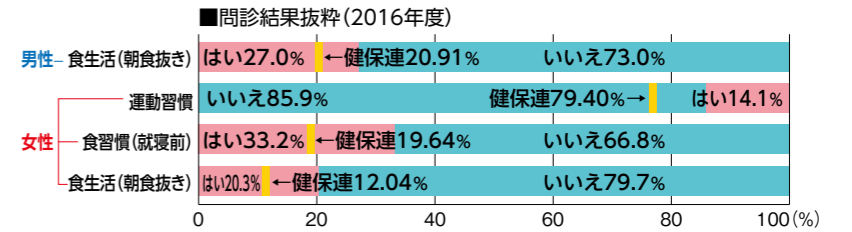
## 【健診結果】

男女共に肥満化傾向が表われています



## 【問診結果分析】

様々な業種の全国約1,400健保組合と比較し、「食習慣」と「運動習慣」では平均以下となっています

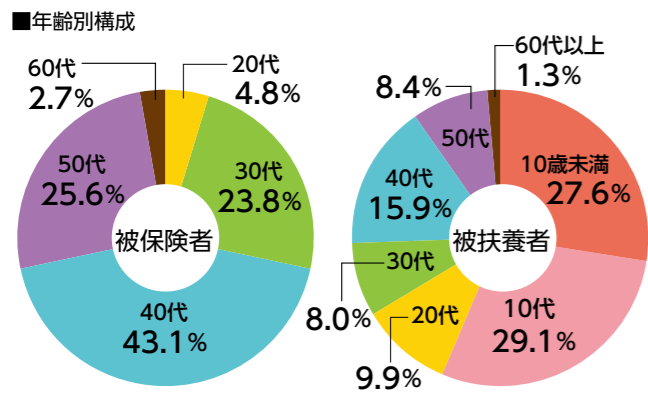


## Step 1

### 現状を把握する (2016年度)

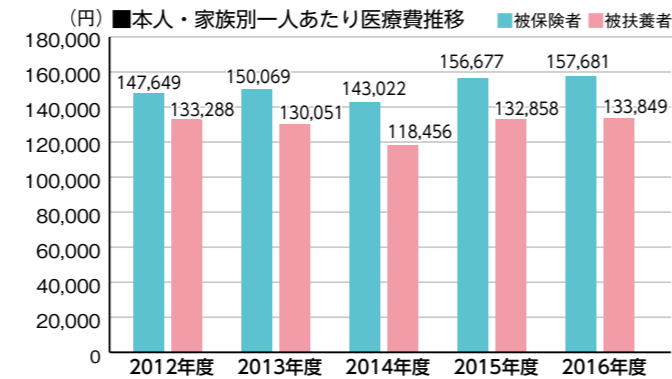
#### 【ファイザー健保の加入者特性】

40歳以上の被保険者が70%以上を占めています

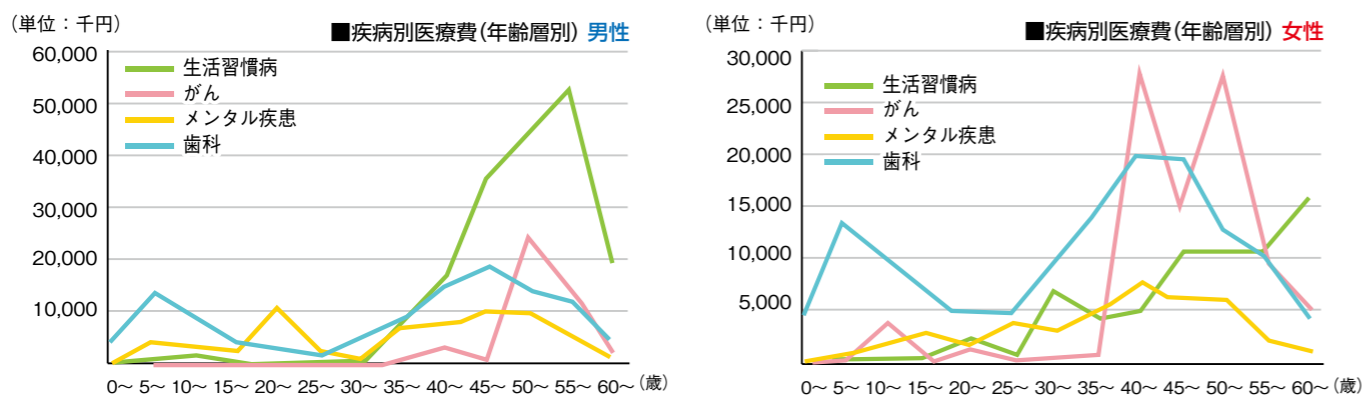


#### 【直近5年の医療費推移】

一人当たりの医療費が増加してきています



#### 【疾病別医療費】 男性は生活習慣病、女性はがんの年齢早期化が進んでいます



## Step 2

### 健康課題を抽出する

Step 1 のデータより、基準値を超えているケースの中から個別にレセプトで受療行動を追ってみると、特定保健指導をはじめとした保健事業での介入までタイムラグがあること、受療行動を全く行っていないケースが散見され、フォローの重要性がわかってきました。また、実際に特定保健指導を受けていただいた方からのヒアリング結果から、特定保健事業のベンダーを少し見直す必要があることもわかってきました。



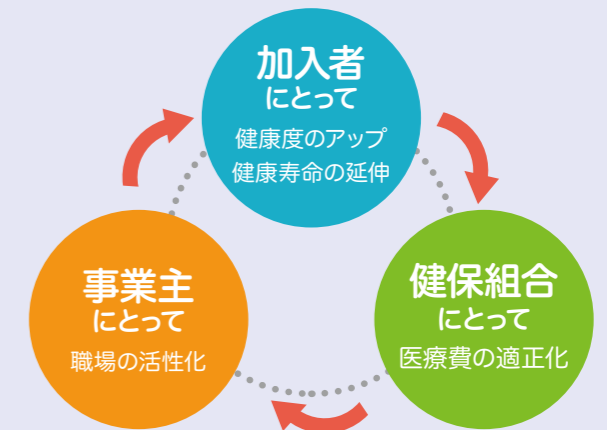
## Step 3

### 課題に対応した事業の見直しを実行する

データヘルス計画第2期では重症化予防事業に重きを置き、介入タイミングを早期化していきます。具体的には、健診結果が健保に到着次第、特定保健指導の階層化を実行し、「積極的支援」または「動機付け支援」に該当された方には健診受診から早い段階で保健指導のご案内をしていきます。また、健診結果でHbA1c等の異常値を把握した場合は、レセプトで受療行動を確認し、すぐに受診勧奨レターを送付するなど介入の早期化を図ります。

現在、2016年度健診結果に基づいた各種事業が実行されているところですが、2017年度健診結果からは委託先の見直しを行い、介入タイミングの早期化と各種プログラム終了後にフォローを入れ、結果を重視するプロセスへ変更していきます。

## データヘルス計画で目指すもの



Step 1 から Step 3 を回しながら事業の運営を通じて計画の見直しを毎年行い、一人でも多くの方が健康を維持・増進していただける体制を構築していきます。各種事業に該当された場合は、ぜひ皆さまの気付きの機会として活用し、積極的に効果を出していただければと考えています。ご本人様だけでなく、会社、健保組合が三位一体となって、それぞれに最適となるデータヘルス計画を目指して遂行していきます。

# 決算をお知らせします

2017年7月3日(月)にファイザー株式会社本社にて第127回組合会が開催され、2016年度の決算が承認されました。

## 一般勘定

### 1 2016年度決算の収支

- 収入は、54億2,628万円(対前年3.2%増)となり、主な内訳は保険料等収入53億9,834万円(対前年2.9%増)、国庫補助金、財政調整事業交付金、利子収入等2,794万円でした。
- 支出は、38億5,630万円(対前年1.9%増)となり、主な内訳は保険給付費18億5,086万円(対前年4.3%増)、納付金・支援金等15億5,978万円(前年比1.6%減)であり、収支は15億6,998万円の黒字となりました。
- 残金処分として15億6,960万円を当初の予定通り今後のますます増加する国への納付金に備えるために別途積立金に積み立て、38万円を財政調整事業繰越金といたしました。

### 2 今後の医療制度改革が当健保に与える影響について

- 高齢者医療を支えるための国への納付金の一つである後期高齢者支援金は、算定方法が2017年度から全面報酬割となりましたが、更に前期高齢者納付金の算定方法も全面報酬割制度の導入の検討がされており、総報酬の高い当健保の国への納付金負担は今後ますます増加することが予測されます。

### 3 当健保の財政と今後について

- 保険料率を2015年度に9.4%に改定しましたが、当時の予測より①国への納付金額が低くなった、②給付費(主に医療費)が抑制された、③母体事業主からの賞与保険料収入が大幅アップしたことにより、現在予測より多くの別途積立金となっております。

一方で、今後前期高齢者納付金の算定方法の変更の可能性や各事業主で定年再雇用者数の増加等による、収入支出バランスの悪化も予測されます。

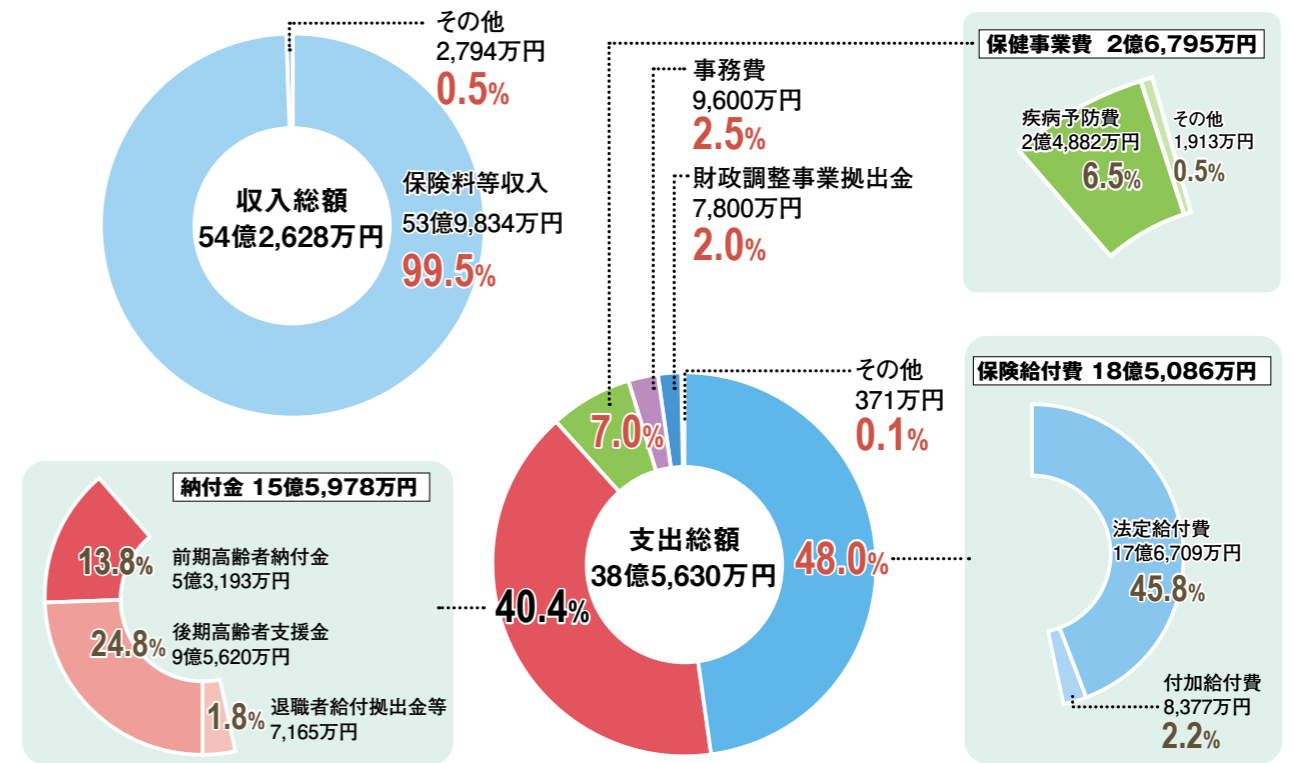
このような状況を鑑みて、7月開催の組合会において、今後2~3年、国への納付金の算定方法の方向性や健保加入者の状況を確認してから、当健保の現在の保険料率等の検討をさせていただきたい旨の説明を行い、ご理解をいただきました。

## 介護勘定

### 2016年度決算の収支

- 収入は、4億4,753万円となり、介護保険料収入と利子収入(0.8万円)でした。
- 支出は、3億4,147万円であり、主な内訳は介護納付金3億4,121万円、介護保険料還付金26.4万円でした。
- 収支は1億607万円の黒字となりました。
- 残金処分として1億583万円を平成29年度予算に繰越し、24万円を法定準備金に積み立てました。

## 一般勘定



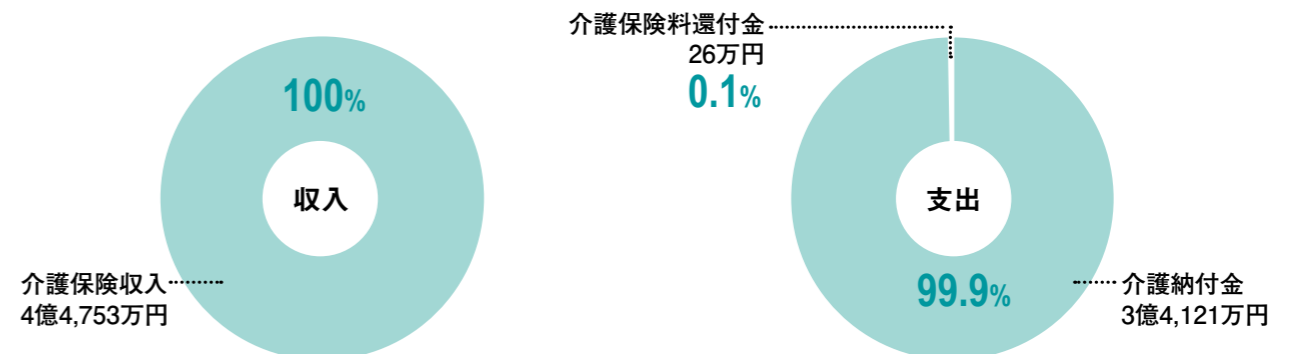
(単位：千円)

収入	予算	決算	過不足 (△印不足額)
保険料等収入	5,029,282	5,398,334	369,052
その他収入	43,702	27,943	△15,759
収入合計	5,072,984	5,426,277	353,293

(単位：千円)

支出	予算	決算	過不足 (△印残額)
保険給付費	1,760,326	1,850,856	90,530
納付金	1,563,586	1,559,781	△3,805
保健事業費	322,957	267,954	△55,003
その他(予備費含)	1,426,115	177,709	△1,248,406
支出合計	5,072,984	3,856,300	△1,216,684
決算残額		1,569,977	

## 介護勘定



(単位：千円)

収入	予算	決算	過不足 (△印不足額)
介護保険収入	414,366	447,531	33,165
雑収入	25	8	△17
収入合計	414,391	447,539	33,148

(単位：千円)

支出	予算	決算	過不足 (△印残額)
介護納付金	341,753	341,206	△547
介護保険料還付金その他	72,638	264	△72,374
支出合計	414,391	341,470	△72,921
決算残額		106,069	

# 健保組合からのお知らせ

## 被扶養者資格確認書のご提出はお済みでしょうか

10月2日(月)必着

今年の被扶養者資格確認対象は、①ファイザー株式会社(記号200)の被扶養者(昨年確認した方を除く)②昨年確認していないファイザー製薬株式会社(記号500)の被扶養者です。

今年の確認書等の提出期日は10月2日(月)必着となっております。皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。



## 秋の家庭用常備薬斡旋販売を行います 申込締切12/8(金)

同封チラシ参照

2017年1月から「セルフメディケーション税制」が新たに施行されました。市販薬を上手に使用してみたいかご検討でしょうか。斡旋販売では加入者限定価格でご案内いたしますので、この機会をぜひご利用ください。購入費用は送料を含めて全額自己負担です(購入金額4,000円以上の場合送料無料)。次回のご案内は2018年4月です。

※詳しくは同封の案内をご覧ください。

- ファイザー健保組合ホームページ申込 ▶ ID: pfizer パスワード: kenpo
- 郵便申込: 12/8(金)必着



## ファイザー健康相談(無料)をご活用ください ☎0120-855-052

24時間年中無休で健康相談を受け付けています。スタッフは保健師、看護師、栄養士などの専門的な資格を持っており、センターに常駐している医師がバックアップしています。お子さまの急な病気への対応や、休日や夜間に受診できる病院を探したいとき、日常の健康面での悩みなど、お気軽にご相談ください。

国外からは国際フリーダイヤルで通話可能です。



## スポーツクラブネサンス秋のキャンペーン 10/1(日)～11/19(日) 同封チラシ参照



全国176カ所の施設を法人会員料金でご利用いただくことができます。いつでも入会可能ですが、キャンペーン期間中にご入会いただくと、とてもお得です。このチャンスをお見逃しなく。

## KENPOS喫煙者ゼロ最終宣言キャンペーン期間を11月末まで延長します

6月の禁煙支援プログラム開始以来、多くの方がKENPOSに新たに登録され、健康ポイントを獲得されています。

また、禁煙宣言をされる方も徐々に増えてきたため、キャンペーン期間を11月30日まで延長いたします。詳細は健保組合ホームページの「けんぽからのお知らせ」をご覧ください。

## 災害救助法の適用を受けている方はお知らせください

大雨による災害(2017年7月)、新潟県糸魚川市大規模火災(2016年12月)、鳥取県中部地震(2016年10月)、熊本県熊本地方の地震(2016年4月)などの災害救助法の対象となった被災者の方は、医療機関での窓口負担が免除される場合があります。

対象の方は、ファイザー健保組合までご連絡をお願いいたします。

## 公的な医療費補助を受けている方はお知らせください

受診者の年齢や病気等によっては医療費の一部または全部が公費でまかなわれる場合があります(乳幼児医療・小児慢性特定疾患・難病や特殊疾病による特定疾病医療費助成制度・自立支援医療制度等)。

対象の方は、ファイザー健保組合までご連絡をお願いいたします。

## 役員議員改選について

6月26日に議員(選定議員、互選議員 各8名)が改選され、7月3日の選挙により理事・理事長・監事が選出されました。任期は2020年6月25日までです。

選定議員			互選議員		
役職	氏名	所属事業所	役職	氏名	所属事業所
理事長	中田 るみ子	ファイザー株式会社本社	理事	大庭 雅司	ファイザー株式会社本社(ユニオン)
常務理事	海宝 和養	ファイザー株式会社本社	理事	難波 和久	ファイザー株式会社仙台北営業所
理事	菅沢 敬子	ゾエティス・ジャパン株式会社	理事	城山 正喜	ファイザー株式会社名古屋工場
監事	本山 明克	ファイザー株式会社本社	監事	田中 良佑	ファイザー株式会社本社(ユニオン)
議員	今江 文香	ラクオリア創業株式会社	議員	三浦 千春	株式会社タイショーテクノス
議員	窪田 猛	ファイザー株式会社本社	議員	眞田 雅彦	ファイザー株式会社城西営業所
議員	森野 佳代子	ファイザー株式会社本社	議員	小林 貴浩	ファイザー株式会社大分営業所
議員	三好 加奈子	ファイザー株式会社本社	議員	大谷 隆徳	ファイザー株式会社名古屋工場

## 70歳以上の高額療養費制度の見直し(2017年8月)

現役世代との公平性を図り負担能力に応じた負担を求めめるために、70歳以上の高額療養費の自己負担限度額について、下記のとおり平成29年8月から見直されました。

	平成29年7月まで		平成29年8月～平成30年7月	
	個人ごとの外来	入院・世帯ごと	個人ごとの外来	入院・世帯ごと
<b>現役並み所得者</b> (標準報酬月額28万円以上で負担割合3割の方)	44,400円	80,100円+(医療費-267,000円)×1% <44,400円>	<b>57,600円</b>	80,100円+(医療費-267,000円)×1% <44,400円>
<b>一般</b> (標準報酬月額26万円以下で被保険者が非課税でない方)	12,000円	44,400円	<b>14,000円</b> 年間14.4万円上限	<b>57,600円</b> <44,400円>

\* < > は多数該当。同一世帯で12カ月で高額療養費に3回以上該当したときの4回目からの額  
\* 住民税非課税世帯の変更はありません。

# インフルエンザ 予防接種が始まります

対象者  
被保険者・被扶養者

接種方法は  
2種類

## 1 東振協契約医療機関での接種

おすすめ!

- メリット1 医療機関窓口で支払いが一切発生しない
- メリット2 KENPOSポイントがたまる(200健康ポイント/人)

## 2 KENPOSで補助金を申請

注意 補助金の申請は、今年からKENPOSを通しての方法に変わります(委託先:㈱イーウェル)

### 1 東振協契約医療機関での接種

- 当日は「利用券」と「保険証」を持参してください。無料で接種が受けられます。
- 院内接種と集合接種の選択ができます。

#### 予防接種を受けるまでの流れ

1 ファイザー健康保険組合ホームページ



こちらに掲載されます

2-1 該当の接種方法をクリック

\*当健保組合員については院内予防接種または集合予防接種の2択となります



2-2 発行申し込みボタンをクリック

3 該当の接種方法名が表示されていることを確認し、保険者番号「06133334」を入力



4 院内接種…都道府県及び医療機関を選択  
集合接種…会場を選択



5 記号、番号、利用者氏名、利用者フリガナ、生年月日等を入力後、「確認画面へ」をクリック



6 送信(利用券表示)ボタンをクリックし、データ送信、PDFを表示させる



7 利用券を印刷



#### 接種期間

院内予防接種…2017年10月～2018年3月  
(申込受付:2017年9月～)

集合予防接種…2017年11月～12月中旬土・日  
(申込受付:2017年9月～10月末日)

#### お問合せ先

一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会

TEL : 03-5619-4121

9:00-17:00 (12/29～1/3を除く)

## 2 KENPOSを通じた補助金申請

- KENPOSにログインするには初期登録が必要です。登録方法はP14参照
- 領収書は原本のみ、返却不可です。

- 医療機関窓口で接種費用の全額を支払い、接種後にKENPOSから補助金を申請してください。
- 申請書の郵送料は個人負担となります。郵便事故も散見されるため簡易書留を推奨します。また領収書は必ずコピーを取っておいてください。

#### 接種期間

2017年10月1日～2018年2月28日

#### 申請期間

2017年11月1日～2018年3月31日必着

※年度内1回の申請となります。必ず被保険者がご家族分を併せて申請してください。

#### 申請書送付先

〒699-0203 島根県松江市玉湯町布志名767番31  
株式会社イーウェル 予防接種担当

#### お問合せ先

株式会社イーウェル 健診事務センター

TEL : 0570-057054

平日9:30～17:30 (12/29～1/4を除く)

#### 申請方法の流れ

1 ファイザー健康保険組合ホームページのKENPOSバナーからアクセス



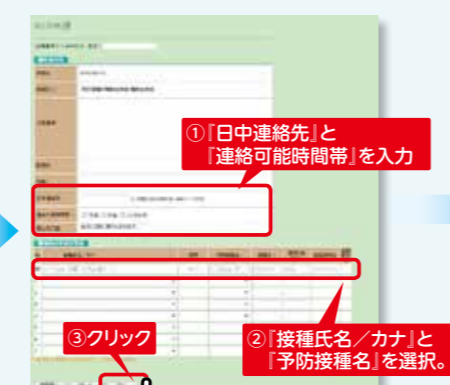
2 「予防接種補助金申請」をクリック

3 申請TOP画面の「次へ」をクリック



過去の申請履歴が表示されます。

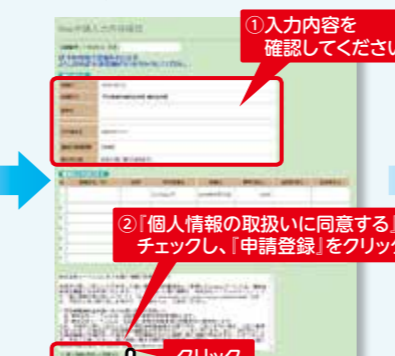
4 必要情報を入力し、「次へ」をクリック



1 「日中連絡先」と「連絡可能時間帯」を入力

2 「接種氏名/カナ」と「予防接種名」を選択。

5 申請入力内容を確認し、「申請登録」をクリック



1 入力内容を確認してください。

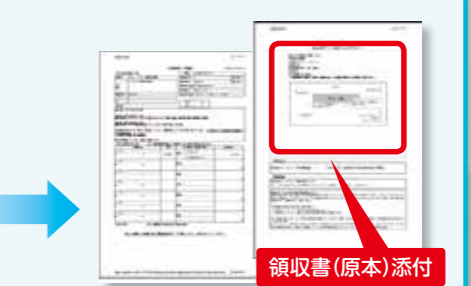
2 「個人情報の取扱いに同意する」にチェックし、「申請登録」をクリック

6 申請書出力画面より申請書を印刷



【申請書出力画面】

7 領収書を添付し、申請書送付先へ送付



領収書(原本)添付

#### 領収書記載項目

- ①接種者の個人名(フルネーム) ②接種年月日
- ③医療機関の住所・名称・領収印
- ④接種費用 ⑤予防接種代を示す記載

2017年10月20日(金)より

# KENPOSの健康ポイントで 医薬品やトクホ製品と 交換できるようになります!



1 ポイント交換サイトのカテゴリより『医薬品/医療用品・トクホ』を選択



2 一覧より欲しい商品を選んで、カートへ入れる



所要時間3分で簡単に登録できます!

## KENPOS初回登録の流れ

**Step 1** KENPOSサイトにアクセスし、初回登録ボタンをクリック

<https://www.kenpos.jp>

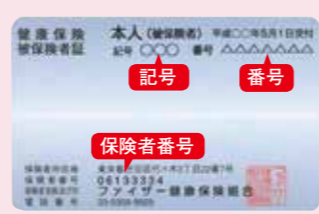
KENPOS 検索

スマートフォン用QRコード  
PC・スマホ・携帯電話のいずれも  
使用できます。



**Step 2** 必要情報を入力

- 健康保険証の
  - 保険証記号・番号
  - 保険者番号:06133334
  - 氏名(カナ)
  - 生年月日 を入力してください。
- メールアドレス・ID・パスワードをご設定ください。



**Step 3** 仮登録メールを受信

登録したメールアドレスに、本登録に必要なURLを記載した仮登録完了メールが送信されます。 ※この時点ではまだ登録は完了していません。

**Step 4** 仮登録メールに記載されているURLをクリック

これで初回会員登録は完了です。  
※仮登録メールの認証URLは発行から24時間有効です。

早速KENPOSにログインしてみよう!

# 観光列車に 乗りこゆ

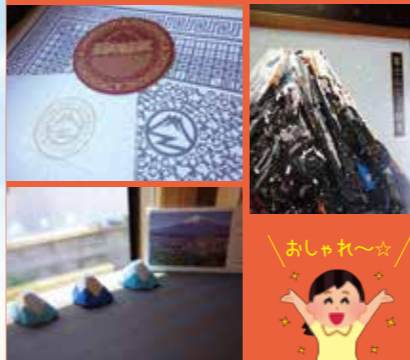
ただの移動手段ではなく、乗ること自体を楽しめるということで近年話題になっている観光列車。今回は、海外からの観光客も多く乗車し、日本のおもてなし精神を存分に楽しめる「富士山ビュー特急」を紹介します!



**富士山ビュー特急**  
運行開始日: 2016年4月23日  
運行日: 原則平日2往復、  
土休日3往復運行  
座席数: 指定席(特別車両)26席、  
自由席117席  
世界遺産である富士山に一番近い  
鉄道・富士急行線を約45分かけて  
運行する特急列車。鮮やかな赤が映  
える外観や、居心地の良いホテル  
のようなゆったりとした車内が特徴  
で、国内・海外問わず乗客の心を掴  
んでいる。土休日には特別車両で  
特製スイーツが楽しめる「スイーツ  
プラン設定便」を運行している。

### 富士山デザイン いろいろ

木を活かしたモダンでカラフルな車内には、富士山をモチーフにした小物がいっぱい。乗客の気分を盛り上げてくれます。



## 富士急行 富士山ビュー特急

大月 ← 河口湖  
Otsuki ← Kawaguchiko



この区間の三つ峠駅～寿駅あたりが富士山のビューポイントです!

### 日本の列車が誇る「おもてなし」

特別車両では、ウェルカムドリンクのサービスやアテンダントによる富士山の解説など、さまざまなおもてなしを用意しています。



### 散歩MAP 河口湖

河口湖は、東岸側にいろんなスポットが集まっています。駅からの移動には、レンタサイクルや周遊バスをうまく使しましょう。



富士山の隠れたビュースポット!

河口湖大橋

世界的に評価の高い人形作家・与勇輝の作品が展示されている。リアルな造形と温かみのある表情が見もの。

河口湖ミュージアム

### お腹が空いたら河口湖名物を!

武田信玄が陣中で食べるために生まれたと言われている「ほうとう」。山梨の郷土料理で、もちろん河口湖でも野菜たっぷりのほうとうが味わえます。



ほうとう

河口湖はラベンダーの名所でもあり、大石公園や八木崎公園などが代表的。目だけでなく、舌でも味わってみてはいいか?

ラベンダーソフトクリーム



湖のほとりにたたずむ端正な美術館。富士山をテーマにしたさまざまな作品が展示されている。河口湖が一望できる併設のカフェもオススメ。

河口湖美術館

河口湖天上山公園  
カチカチ山ロープウェイ



昔話「カチカチ山」の舞台と言われている天上山に登頂できるロープウェイ。頂上は、眼下に迫る富士山を撮影する人で賑わっている。

関連ホームページ

● 富士急行線 富士山ビュー特急  
<http://www.fujiky-railway.jp/fujisan-view-express/>

● 富士河口湖 総合観光情報サイト  
<http://www.fujisan.ne.jp/>