

けんぽだより

2022 新年号 Vol.283

MY HEALTH
WEB

お得なポイントアップ
キャンペーンを実施します。
詳しくは裏表紙をご覧ください。



新年のご挨拶

- 大阪薬業健康保険組合のサポート Part2
- 第38回 野球大会・テニス大会のお知らせ
- 短時間労働者に対する健康保険の適用が拡大されます
- 医療費のお知らせをお送りします
- 2021年度版「健康スコアリングレポート」から見る当組合の健康課題

- 日本人女性が最も多くかかるがん 乳がん
- もう健診受けた？
- 「大阪薬業けんぽウォーキング大会2021秋」結果発表
- 大阪薬業保健センター 貸会議室
- 薬業福祉共済会だより
- MY HEALTH WEB ポイントアップキャンペーン

「けんぽだより」はホームページでもご覧いただけます！

ホームページトップ画面の「けんぽだより」をクリックしてください！



クリック

新年のご挨拶

大阪薬業健康保険組合
理事長 柳原 良一



新年あけましておめでとうございます。

被保険者ならびにご家族のみなさまにおかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、平素より当健康保険組合の事業運営につきまして多大なご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年2021年は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により緊急事態宣言等が度々発令され、マスクの着用や3つの密の回避などの新しい生活様式が求められました。ワクチン接種は進んでいますが、ウイルスの新たな変異株による再流行の懸念もあり、未だ感染症の脅威が続いています。

こうした状況の中、健康保険組合連合会が昨年10月に発表した「令和2年度健康保険組合決算見込集計結果の概要」によると、全体の33%にあたる組合が赤字決算となりました。

支出面では高齢者医療制度を支える拠出金が対前年比で3.2%増加しましたが、医療費は新型コロナウイルス感染拡大下における受診控え等もあり対前年比で5.1%減少しました。しかしながら、受診控えにより抑制されていた医療費は既にコロナ禍前の水準に戻っております。加えて本年は、団塊の世代が後期高齢者となり始める「2022年危機」を迎え、後期高齢者支援金の負担がさらに増加することが明らかであり、健康保険組合は危機的局面を迎えています。

政府は、全世代型社会保障制度の構築をめざし、「後期高齢者の医療費窓口負担を原則2割」とする制度改正を決定、令和4年度後半に施行されます。しかし、制度の持続性を確保するには十分とは言えず、現役世代の負担軽減に向けた全世代で支え合う制度への転換が急務となっています。

当健康保険組合といたしましては、引き続き効率的な事業運営により、健全な財政運営に努めるとともに、健診データと医療費データの分析に基づき効果的な保健事業を実施して、これまで以上にみなさまの健康の保持・増進をサポートしてまいります。

近年、身体的、精神的、社会的にすべてが満たされた健康状態であることを表す“Well-being”が注目されています。

昨年新たに開設しました個人向け健康ポータルサイト「マイ ヘルス ウェブ」は、継続的な運動の習慣化など様々な健康促進に役立つコンテンツを取り揃えたアプリとなっております。

みなさまにおかれましては、「マイ ヘルス ウェブ」のご活用と、疾病の重症化の予防対策の要となる特定健診・保健指導を必ずお受けいただき、健康寿命の延伸と真の健康である“Well-being”の向上にお役立ていただきたく存じます。

結びに、本年がみなさまにとって実り多き一年となりますことを心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

健康保険被扶養者現況届の

ご提出ありがとうございました

監督局の指導に基づき、年に1回の被扶養者の現況確認を行いました。
業務多忙な時期にもかかわらずご協力いただいたみなさまに御礼申し上げます。
今後も適正な被扶養者認定にご協力くださいますようお願いいたします。



マイナンバー届出のお願い

マイナンバー収集の対象者は平成29年1月1日時点の被保険者・被扶養者とそれ以降に当組合に加入される被保険者・被扶養者です。番号法の規定により、健康保険組合は、被保険者・被扶養者のマイナンバーを事業主を通じて収集できることとなっておりますので、被保険者資格取得時や被扶養者認定時等に届出をお願いいたします。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

公 示

任意継続被保険者の 令和4年度標準報酬月額上限について

任意継続被保険者の保険料や保険給付などの算定の基礎となる標準報酬月額の上限は健康保険法の規定に基づき下記のとおりとなります。

標準報酬月額の上限 **380,000円** 令和3年9月30日における
全被保険者の標準報酬月額の平均額

※退職時の標準報酬月額が上の額を下回るときは、退職時の標準報酬月額が適用されます。

お問い合わせ先：適用課 ☎06-6941-5004 神戸支部 ☎078-221-6100 京都支部 ☎075-801-2905

◆ 令和3年10月 事業状況

保険給付1人あたり額には、前期高齢者納付金等を含む

		大 阪	神 戸	京 都	合計/全体
事 業 所 数	(件)	627	91	66	784
被 保 険 者 数 (人)	男	57,867	7,748	4,999	70,614
	女	26,370	3,061	2,466	31,897
	計	84,237	10,809	7,465	102,511
平 均 報 酬 月 額 (円)	男	418,442	419,987	369,214	415,126
	女	286,170	284,809	238,612	282,363
	計	377,035	381,706	326,070	373,816
保 険 給 付 1 人 あ た り 額 (円)		43,412	43,764	42,392	43,375
扶 養 率		0.82	0.89	0.75	0.82

大阪薬業健康保険組合

健康保険組合では、みなさまがより健康で充実した生活を過ごせるよう様々なサポートを行っています。しかし、多くのみなさまが「どんなサポートがあるのだろう…」とっておられるのではないのでしょうか？みなさまに知っていただくため、けんぽだより秋号・新年号の2号連続で、当組合のサポートについてご紹介させていただきます。

サポート

07

病気の予防・早期発見

●健診（検診）

当組合では、年齢・性別に応じた手厚い健診（検診）を実施しています。

例

一般健診、生活習慣病健診（35歳以上）、人間ドック（35歳以上）、特定健診（40歳以上）、大腸がん検診（35歳以上）、腹部超音波検査（35歳以上）、前立腺がん検診（50歳以上）、肝炎ウイルス検診（35歳以上）、乳がん検診（18歳以上）、子宮頸がん検診（18歳以上）、胃がん検診（35歳以上）、郵送検診によるピロリ菌検査・歯周病リスク検診（35歳以上）、歯科予防健診（ファミリー歯科健診）など

●禁煙サポートプログラム

オンライン診療による禁煙サポートプログラムを実施しています。

●特定保健指導

特定健診の結果、生活習慣病のリスクがある方には、専門スタッフが生活習慣の改善をサポートします。

●インフルエンザ予防接種の補助

被保険者・被扶養者を対象に1人あたり1,500円の費用補助をします。

●健康相談

電話と大阪薬業保健センターで健康相談を実施しています。

詳しくはホームページでご確認ください。▶



サポート

08

スポーツ大会の開催（野球大会・テニス大会）

被保険者の体力づくりと事業所間の親睦を図るため、スポーツ大会を開催しています。

●野球大会

例年、舞洲スポーツアイランドで野球大会を開催しています。
3月中旬から7月末までの土曜日にトーナメント方式で競技します。

●テニス大会

例年、マリンテニスパーク・北村でテニス大会を開催しています。
5月中旬の土曜日・日曜日の3日間にトーナメント方式で競技します。



※令和2年・3年度は新型コロナウイルス感染症拡大により中止

のサポート Part 2

サポート

09 健康サポート

● MY HEALTH WEB

被保険者の方を対象とした健康ポータルサイトです。WEB上で健康管理から健康情報までワンストップで展開しています。



主なコンテンツ

- ・健診結果情報 … 40歳以上の方を対象に、健診結果を経年で確認することができます。
- ・健康情報 … エクササイズ、女性特有のお悩み、レシピ情報など、多彩な情報が満載です。
- ・MYポイント … 健康的な取り組みによってポイントを獲得でき、アイテムと交換できます。
- ・MYミッション … 健康習慣を身につけるため、ミッション（行動目的）を設定します。
- ・MYバイタル … 歩数や体重を記録することができ、日々の健康管理に役立ちます。

● スポーツクラブ

提携スポーツクラブを法人会員価格でご利用いただけます。体力づくり、健康の維持・増進にぜひご利用ください。ご自宅で体を動かすことのできるオンラインレッスンも充実しています。

提携スポーツクラブ



フィットネスクラブ コ・ス・パ
コナミスポーツクラブ
スポーツクラブルネサンス



※詳しくはホームページでご確認ください。▶

サポート

10 心身のリフレッシュ



被保険者と被扶養者認定されている配偶者を対象に保養施設の利用補助を行っています。

- ・契約保養施設利用補助 … JTB・日本旅行協定旅館およびホテルと当組合独自の契約保養施設を利用した場合に1泊2,000円（年度2泊まで）を補助します。
- ・共同利用保養施設 … 東京薬業健康保険組合の施設（信濃大町 大町山荘、箱根 向山荘）が利用できます。
- ・施設利用割引 … るり渓温泉、関西サイクルスポーツセンターを利用する際に、利用料金が割引になります。



※詳しくはホームページでご確認ください。▶



野球大会・テニス大会の お知らせ

令和4年度につきましては、感染症予防対策を十分に講じたうえで開催することといたしましたので、奮ってご参加ください。

※なお、新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、中止させていただく場合がございますので、ご了承のほどお願いいたします。



野球大会

舞洲スポーツアイランドで開催いたします。
大会のご案内は、昨年12月20日に各事業所あてにお送りしています。ご案内と参加申込書は、当組合ホームページの「お知らせ」からもダウンロードできます。

- 開催日** ▶ 令和4年3月19日(土)から7月末までの土曜日に開催
開催場所 ▶ 舞洲スポーツアイランド 西運動場(2面)・中央運動場(1面)
〒554-0042 大阪市此花区北港緑地2丁目
TEL06-6460-5193
ホームページ <https://shisetsu.mizuno.jp/m-7402>
競技方法 ▶ トーナメント方式[最大130チーム、申込先着順]
申込締切 ▶ 令和4年1月14日(金)必着
ご注意 ▶ 球場確保の事情から土曜日のみの開催になります。
大会期間中の試合日程等は、すべて健保ホームページの「お知らせ」でご確認いただけます。
日程は、天候等により変更される場合があります。



テニス大会

マリンテニスパーク・北村で開催いたします。
大会の詳細は、1月中旬に各事業所あてにお送りします
ご案内をご確認ください。

- 開催日** ▶ 令和4年5月21日(土)22日(日)、28日(土)
※予備日:5月29日(日)、6月25日(土)
開催場所 ▶ マリンテニスパーク・北村
〒551-0032 大阪市大正区北村3丁目3番70号
TEL06-6555-6161
ホームページ <https://kitamura.tennis-school.co.jp/ts/kitamura/>
競技種目 ▶ 男子ダブルス・女子ダブルス
競技方法 ▶ トーナメント方式[最大350組、申込先着順]
ノードバンテージスコアリング方式 1セットマッチ・6ゲーム先取



お問い合わせ先／大阪薬業健康保険組合 施設課内 野球・テニス大会事務局
TEL06-6941-5002 FAX06-6942-9582 ホームページ <http://www.daiyaku-kenpo.or.jp/>

短時間労働者に対する健康保険の適用が**拡大**されます

＜令和4年10月・令和6年10月実施＞

通常の労働者の所定労働時間または所定労働日数が4分の3未満で週20時間以上働く、下記「短時間労働者」に係る社会保険（厚生年金保険や健康保険）の適用条件が段階的に適用拡大されます。

現在（平成28年10月から）

- ① 週の所定労働時間が20時間以上
- ② 雇用期間が1年以上見込まれる
- ③ 賃金の月額が8.8万円以上
- ④ 学生でないこと
- ⑤ 被保険者数が常時501人以上の企業に勤めている

令和4年10月から

- ① 変更なし
- ② 2カ月を超える
- ③ 変更なし
- ④ 変更なし
- ⑤ 101人以上

令和6年10月から

- ① 変更なし
- ② 2カ月を超える
- ③ 変更なし
- ④ 変更なし
- ⑤ 51人以上

※なお、①～④の要件を満たし、⑤の被保険者数未満の企業に勤めている「短時間労働者」の方は、書面により労使で合意すれば、企業単位で社会保険に加入できます。

お問い合わせ先：適用課 ☎06-6941-5004 神戸支部 ☎078-221-6100 京都支部 ☎075-801-2905

医療費のお知らせをお送りします

健康保険で診療を受けた方に、年に1度「医療費のお知らせ」をお送りしています。

1年間にどれくらい医療機関を受診したのか確認できますので、医療費や健康についての振り返りにご活用ください。

送付時期

令和4年2月上旬

対象期間

主に令和2年10月～令和3年9月診療分

送付先

各事業主様あてにお送りします（任意継続加入者の方は被保険者様のご自宅）
※世帯ごとの作成となります。

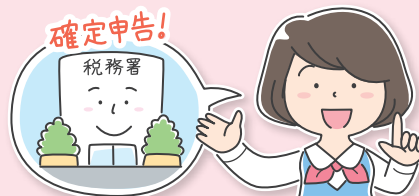


- 「医療費のお知らせ」は、医療費控除にご活用いただけます。
- 令和3年10月～12月診療分については、医療機関等からの領収書に基づき作成した医療費控除の明細書を申告書に追加して添付してください。
- 確定申告（医療費控除）については国税庁ホームページまたは最寄りの税務署にてご確認ください。

医療費控除

確定申告の期限は令和4年3月15日までです（5年間申告可）

医療費控除とは、前年1月から12月の1年間に、ご家族の分も含めて負担した医療費等が一定額を超えたとき、納めた所得税の一部が還付される制度です。支払った医療費等の金額が10万円（または総所得金額等の5%）を超える場合、税務署に確定申告を行うことで、上限200万円まで課税所得額から控除され、税金が精算されます。



お問い合わせ先：給付課 ☎06-6941-5006 神戸支部 ☎078-221-6100 京都支部 ☎075-801-2905

2021
年度版

「健康スコアリングレポート」

厚生労働省から「健康スコアリングレポート」が届きました。当組合では、

顔マークの見方



良好



中央値と
同程度



不良

全健保組合平均を100とした際の各組合の相対値を

前年度より12位UP

総合	組合順位	144位/253組合
全組合順位		888位/1,366組合

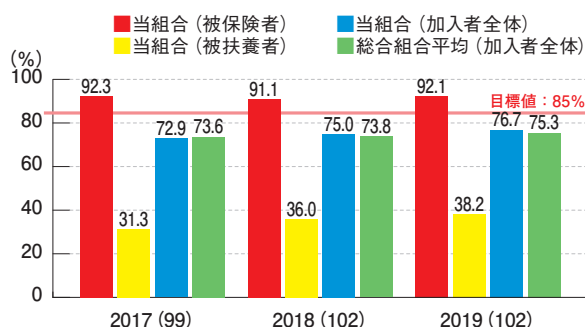
前年度より24位UP

特定健診・特定保健指導



特定健診の実施率

1ランクUPまで^(※1) あと 645人



特定健診の実施率	2017	2018	2019
当組合	72.9%	75.0%	76.7%
	134位/253組合	126位/253組合	112位/253組合
総合組合平均	73.6%	73.8%	75.3%

前年度より加入者全体の実施率は向上しましたが、被扶養者の実施率の低さが大きな課題となっています。

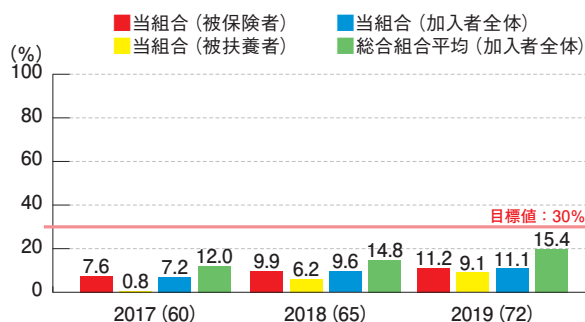
各種健康診断をまだ受診されていない方は
年度末までに必ず受診してください。

健康診断受診のメリット

- 1 現在の身体の状態を確認することができる
- 2 経年で受けることで健康管理がしやすくなる
- 3 重篤な病気になる前に病気の芽を摘むことができる

特定保健指導の実施率

1ランクUPまで^(※1) あと 17人



特定保健指導の実施率	2017	2018	2019
当組合	7.2%	9.6%	11.1%
	139位/253組合	161位/253組合	153位/253組合
総合組合平均	12.0%	14.8%	15.4%

特定保健指導は、被保険者・被扶養者ともに実施率が低くなっており、前年度より改善したとは言え、目標値の30%には20%近くの差があります。

逃していませんか？ 将来の大病を予防する機会を

特定保健指導は、特定健診の結果から生活習慣病のリスクが高い方に向けて専門家が発症予防をサポートするものです。原因となっている生活習慣を改善するためにも、当組合から特定保健指導の案内が届いた方は、ぜひ、お申し込みください。

※目標値は、第3期（2018～2023年度）特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標。

※順位は、保険者種別（単一・総合）目標の達成率の高い順にランキング。

※（ ）内の数値は、総合組合平均を100とした際の当組合の相対値。

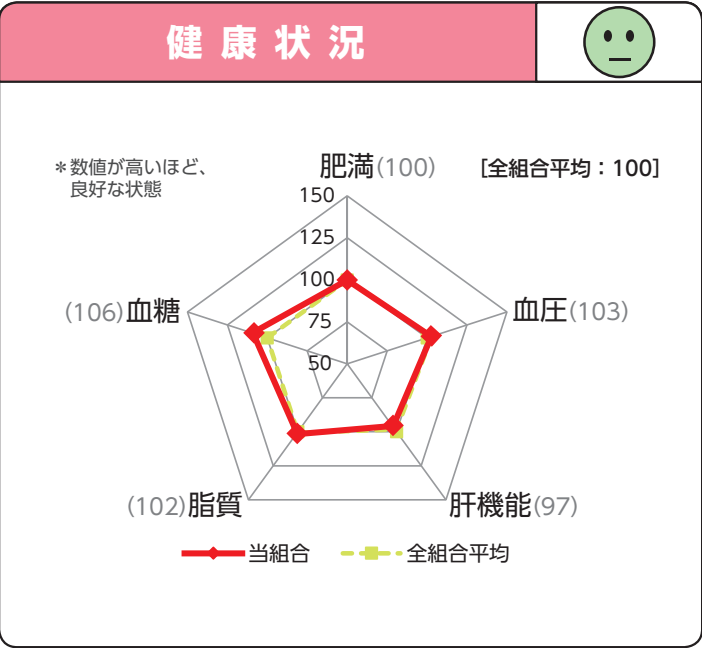
（※1）「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安（実施人数）を記載

から見る当組合の健康課題

みなさまの生活習慣病予防や健康づくりの取り組みに活用していきます。

高い順に5等分し、「良好😊」から「不良😞」の5段階で表記しています。

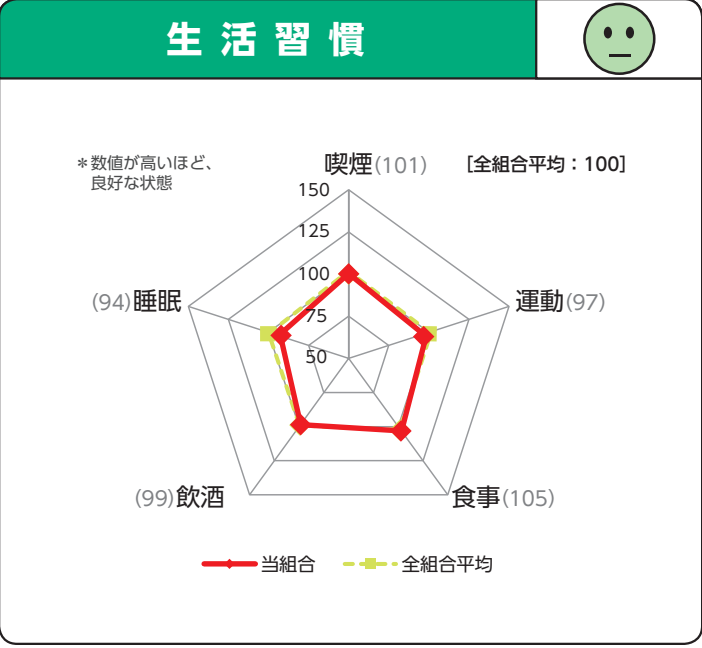
当組合の健康状況 生活習慣病リスク保有者の割合



リスク	良好	← 中央値と同程度	→ 不良
肥満リスク	😊	😊	😞
血圧リスク	😊	😊	😞
肝機能リスク	😊	😊	😞
脂質リスク	😊	😊	😞
血糖リスク	😊	😊	😞

※ 2019 年度に特定健診を受診した方だけのデータを集計。

当組合の生活習慣 適正な生活習慣を有する方の割合



リスク	良好	← 中央値と同程度	→ 不良
喫煙習慣リスク	😊	😊	😞
運動習慣リスク	😊	😊	😞
食事習慣リスク	😊	😊	😞
飲酒習慣リスク	😊	😊	😞
睡眠習慣リスク	😊	😊	😞

※2019 年度に特定健診を受診した方だけのデータを集計。
※生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

※健康スコアリングレポートとは
各健保組合の加入者の健康状態や予防・健康づくりへの取り組み状況について、他の健保組合と比較したデータを見える化したものであり、企業と健保組合が従業員等の予防・健康づくりに向けた連携を深めるためのコミュニケーションツールです。

日本人女性が最も多くかかるがん

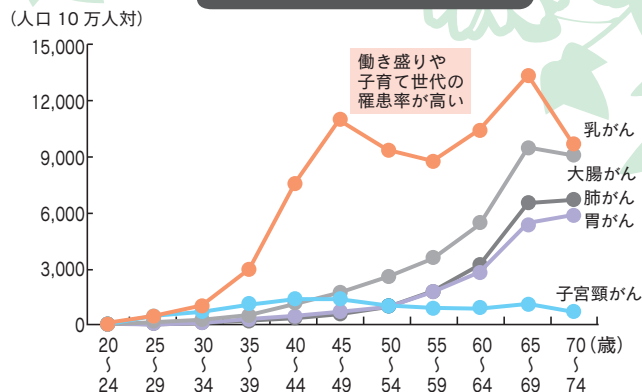
乳がん

11人に1人が一生のうちに乳がんと診断され、日本人女性が最もかかりやすいがんです。2020年には、14,779人が乳がんにより亡くなっています※。

多くの人がかかる一方で、乳がんは小さいうちに見つけると、治る可能性の高い病気です。乳がんは30歳代から増加しはじめ、40歳代～60歳代にピークを迎えます。当組合でも乳がん検診に対する補助を行なっておりますので、健康診断と一緒にご受診ください。

※ 厚生労働省「人口動態統計 2020年」

主ながんの年代別罹患率 (上皮内がんを除く)



〈厚生労働省「全国がん登録罹患率・率報告」(2016)より作成〉



乳がんのリスクについて

乳がんのリスク要因は、まだはっきりとしたことはわかっていませんが、右記のような要因が関与していると考えられています。

一部に遺伝性の乳がんもありますが、乳がん患者の9割以上は環境因子の影響が複雑に関与していると考えられています。また、閉経後の女性では運動によってリスクが減少すること、逆に肥満や喫煙、飲酒でリスクが高まることも確実視されています。

リスク要因

- | | |
|--|--------------------------------------|
| ☐ 閉経後の長期の女性ホルモン補充療法 | ☐ 成人期の高身長 |
| ☐ 初経が早い、閉経が遅い | ☐ 喫煙習慣がある |
| ☐ 出産経験や授乳経験がない | ☐ 飲酒習慣がある |
| ☐ 初産年齢が遅い | ☐ 糖尿病を患っている |
| ☐ 閉経後の肥満 | ☐ 一親等の乳がんの家族歴 |

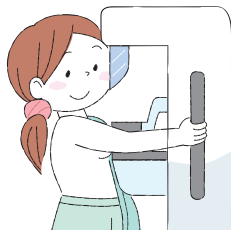


早期発見に役立つ「乳がん検診」

早期には自覚症状はほとんどありませんので、定期的に乳がん検診を受けることが大切です。しこり、ひきつれ、乳頭からの血性の分泌液、乳頭の湿疹やただれなどの気になる症状がある場合には検診を待たず、医療機関を受診しましょう。

マンモグラフィ検査

乳がんによる死亡リスクを下げる事が実証されています。乳房をプラスチックの板で挟んで撮影し、小さいしこりや石灰化を見つけます。



メリット

- ・微細な石灰化した病変を見つけやすい
- ・乳腺の全体像をとらえやすい
- ・過去の画像と比較しやすい

デメリット

- ・痛みを伴うことがある
- ・年齢や乳腺量の個人差により、詳細な診断ができないことがある
- ・妊娠中は実施できない

乳房超音波検査

マンモグラフィ検査に加えて受けると、マンモグラフィ単独の場合と比べ、乳がん発見率が1.5倍に高まることがわかっています。



メリット

- ・妊娠中でも実施可能
- ・乳腺が発達している人や若年者でも痛みなく検査ができる
- ・小さなしこりを見つけやすい
- ・しこりの質的診断をしやすい

デメリット

- ・石灰化の評価がしづらい
- ・良性の所見も見つかりやすく、再検査の可能性が高くなる
- ・検査を行う人によって結果にばらつきがある

早期発見のために年代を問わず実践したい

「ブレスト・アウェアネス」

(乳房を意識する生活)

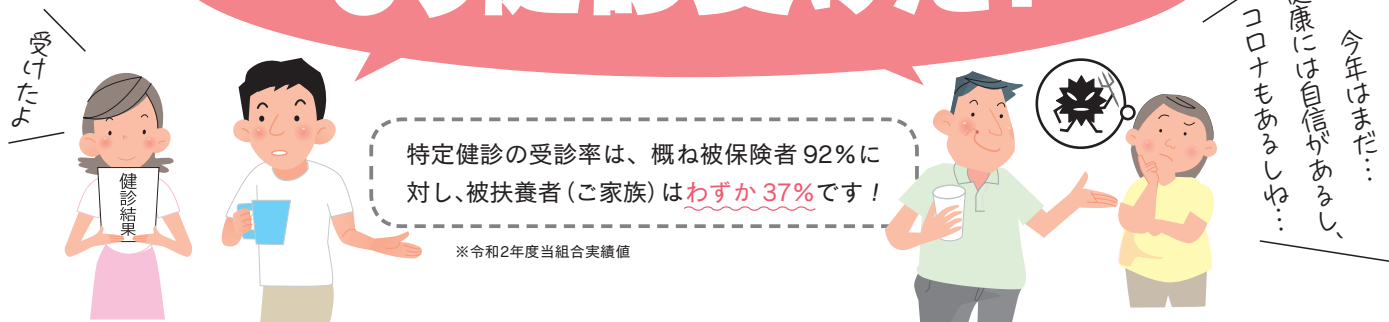
乳がん検診は、ブレスト・アウェアネスの重要な一項目です。40歳を過ぎたら定期的に乳がん検診を受けましょう。普段の生活ではセルフチェックが大切です。しこりを見つけるだけでなく、「いつもと変りないか」を確認します。

セルフチェックのポイント

- ・月経後1週間以内に行う(閉経後は月1回日にちを決めて行う)。
- ・片方の腕を上げて、もう一方の手で乳房をまんべんなく押すように触る。
- ・しこりだけでなく、乳房が痛む、硬くなる、えくぼのようなくぼみ、乳首からの赤い分泌液などの異常なサインを見落とさない。



もう健診受けた？



特定健診の受診率は、概ね被保険者 92% に対し、被扶養者（ご家族）は **わずか 37%** です！

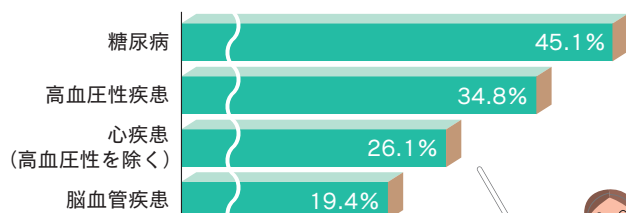
※令和2年度当組合実績値

なぜ 40 歳になると年に 1 回の健診が必要なの？

生活習慣病には 自覚症状がないことも

「体調がいいから大丈夫」と自分の健康を過信していませんか？ 糖尿病で病院にかかった人の半数近くは自覚症状がなかったと回答しています。

● 外来患者のうち 自覚症状がなかった と回答した人



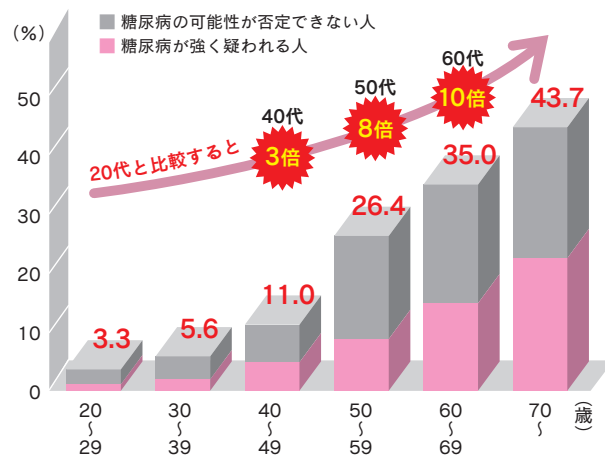
自覚症状がなかった患者のうち、**42.7%** が健診で指摘されて受診しています。

参考：厚生労働省「平成 29 年受療行動調査（確定数）の概況」より

病気のリスクは 年齢とともに高まる

自覚症状がなくても、加齢とともに病気にかかるリスクは確実に高まります。糖尿病のほか、高血圧性疾患、脂質異常症も同様です。

● 年代別・糖尿病が疑われる人の状況



参考：厚生労働省「平成 29 年国民健康・栄養調査報告」より

「コロナが怖い…」からこそ健診が大切です

新型コロナウイルス感染症の拡大により、外出を自粛して健診の受診を控える人もいるかもしれませんが、新型コロナウイルスは、感染しても約 8 割は無症状や軽症で済む一方、約 2 割で重症化するといわれています。重症化リスクを高める要因として、年齢や喫煙習慣に加え、生活習慣病や肥満が指摘されています。

年に 1 回健診を受けて、病気のリスクを早期に発見して改善に取り組むことで、新型コロナウイルスの重症化予防につながります。



今年度まだ健診を受けていない 40 歳以上の被扶養者（ご家族）には、12 月に健診のご案内を再度お送りしておりますので、内容等をご参照のうえお申し込みください。

また、パート先等で健診を受けられた方で健診結果を当組合にご提出いただいた 40 歳以上の被扶養者（ご家族）には、クオカードを進呈しています。お申し込み方法等、詳細は健診のご案内をご参照ください。

第1回

歩

あるふえす

Fes.

「大阪薬業けんぽウォー

～総歩数上位者のラン

ニックネーム

期間中総歩数

i p a n e m a さん

s w e e p e r さん

あったちょ さん

あーす さん

かっちゃん さん

しんちゃん さん

じえし さん

のぐしん さん

のりあきくん さん

ぼよよん さん

732,000 歩



1 位

利用者の声



運動をする良いきっかけになっています。始まるまでは、取り敢えずエントリーしておこう、という程度でしたが、いざ始めてみると、結構頑張れている自分に驚きました！

規定の平均歩数達成でポイントがもらえたりするので、毎日10,000歩目指すぞ！と目標達成のために意識的に歩く事が出来ており、イベント期間中は毎日有意義に過ごしています。おまけに近所の穴場のウォーキング場所もみつかったりして、色々な楽しみが増えました。家族も巻き込んで参加を楽しんでいます！



上限の12,000歩は少し低いように思います。次回開催される場合、上限は20,000歩位が良いように思います。

趣味でランニングをしているので、自然と歩数は稼げます。ただ、イベントに参加した以上は少しでも上位にと思い、いつも以上に頑張ることができました。その結果、体も少し絞れたようで、イベントに参加した効果が得られました。



キング大会 2021秋」結果発表

キングを発表します!!～

集計期間:2021年10月1日～11月30日

ニックネーム

期間中総歩数

ぽこたん さん

めえきち さん

アン・プリ さん

チョコマロン さん

ホッピーくん さん

マッチョ さん

リオ吉 さん

土間と縁側のある平屋 さん

太っちょ父さん さん

焼肉食べたい さん

732,000 歩



位



＼Nice Walking!!／



以上の20名の方が同歩数で1位を
獲得されました！おめでとうございます。

※1日にカウントできる歩数に上限を設定していたため（上限：12,000歩）、
同歩数で1位の方が複数名いらっしゃいます。



1位の方20名で個人ランキング1位から3位の賞品（ポイント）を
均等割りし、1位の方々には300ポイントを進呈いたします♪
また、期間中の平均歩数が8,000歩／日以上の方には、達成賞
として別途500ポイントを進呈いたします♪

▶ 担当者より

ウェブでのウォーキング大会という初の試みで、
恐る恐る始めたイベントでしたが、ふたを開けて
みると…予想以上に好評でした😊たくさんの
ご参加、本当にありがとうございました。

① MY HEALTH WEB
ポイントアップキャンペーン
……裏表紙をご覧ください

② 第2回 歩Fes.2022春 開催決定!!
……詳細は追ってお知らせします

Coming
Soon

貸会議室

令和3年4月より**Wi-Fiを完備し**、
利用料金を**お安く**しました。
ぜひ、Web会議などにご利用ください!

4階 会議室



7階 研修室



8階 特別会議室



2つの駅からの好アクセス

京阪電鉄・Osaka Metroの北浜駅・
天満橋駅から徒歩約10分程度!

ここが
ポイント!

多彩な会議室と用具 リーズナブルな料金

モニター (49型、55型) と
飛沫防止パーテーションを
用具としてご用意しました。

Wi-Fi環境を完備しました!

4階 会議室・7階 研修室および8階 特別会議室は
無料でWi-Fiをご利用いただけます。

健康保険組合加入事業所の方 だけがご利用できます

安心してご利用いただける組合員限定になっています。

●利用料金と利用時間

(税込)

室 名		(午前) 9:30~12:30	(午後) 13:00~16:30	(終日) 9:30~16:30
8階 特別会議室	90.90㎡ 26名	22,000円	26,400円	41,800円
7階 研修室	全室	196.85㎡ 132名 (182名)	13,200円	16,500円
	半室 A	92.48㎡ 60名 (78名)	7,700円	8,800円
	半室 B (窓側)	104.37㎡ 91名 (91名)	8,800円	9,900円
4階 会議室	30.96㎡ 12名	4,400円	5,500円	8,800円
B1階 多目的ホール	87.30㎡ 48名	4,400円	4,400円	7,700円

【用具】 各部屋(B1階除く)Wi-Fi 無料
ワイヤレスマイク・タイピン型ワイヤレスマイク
プロジェクター・モニター(49型、55型)
機器持込料(PC・各種プロジェクターなど)
飛沫防止パーテーション
※以降、10枚ごとに1,100円最大30枚まで貸出可

各1本1,100円
各3,300円
550円
10枚無料*



Osaka Metro堺筋線 北浜駅より徒歩約10分
Osaka Metro谷町線 天満橋駅より徒歩約12分

●予約・お問い合わせ先

〈大阪薬業健康保険組合 施設課〉

TEL.06-6941-5002

大阪薬業保健センター
大阪市中央区平野町 3-2-5

〈会議室ご案内ページ〉

http://www.daiyaku-kenpo.or.jp/health_promotion/meeting.html

ご利用を
お待ちしております!



■土・日・祝日および当組合の休業日は休館日となります。
■室名欄の()内数字は椅子のみの定員数です。
■新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用可能人数を調整しています。
詳しくはお問い合わせください。

MY HEALTH WEBは生活習慣の改善を応援します

MY HEALTH WEB

ポイント
アップ

キャンペーン



楽しかった年末年始休暇もあっという間に終わり、仕事に励む日々が戻って来ました。
お休みモードで崩れてしまった食生活や生活リズムの改善は、早ければ早いほど効果的!!
個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」で「MY ミッション」(目標)を設定し、
結果を登録することで健康的な生活を取り戻しましょう!

キャンペーン内容

「MY ミッション」の結果登録で獲得できるポイントを

通常

1ポイント



10ポイント

に大幅UP

MY HEALTH WEB のポイントを大量ゲットできるお得なキャンペーン
となっておりますので、ぜひご参加ください♪

開催期間

令和4年1月15日~2月14日

参加方法

「MY HEALTH WEB」(登録は被保険者に限る)で
「MY ミッション」(目標)を設定し、日々の
結果を登録

ご参加には「MY HEALTH WEB」へのご登録が必要です。

ご登録がお済みでない方は下記のURLまたはQRコードの初回登録ガイドをご参照のうえ、ご登録ください。

URL http://www.daiyaku-kenpo.or.jp/system/data/news/324/324_2.pdf

イベントの詳細は、「MY HEALTH WEB」の「ポイントアップキャンペーン」のページをご覧ください。

