

信金けんぽ

Shinkin
Kenpo

<https://www.shinkinkenpo.or.jp>

2025

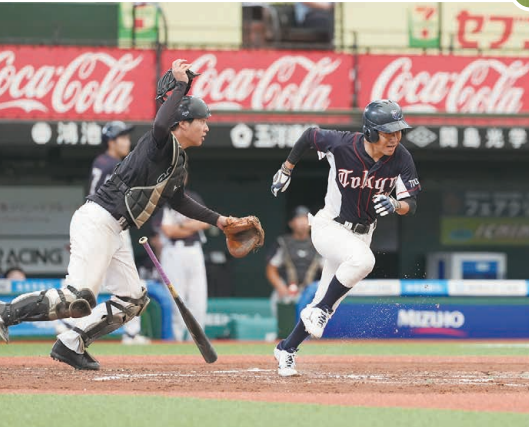
11・12

November/December

CONTENTS

- 第74回 東京都信用金庫野球大会終わる
- 第31回 サッカー大会決勝トーナメント開催のご案内

第74回 東京都信用金庫野球大会より



一人ひとりに応じた健康情報、医療費情報などを提供する、個人向け健康ポータルサイト、MY HEALTH WEBのご登録をお願いいたします。



【被扶養者(家族)資格の再確認をします】

～被扶養者調書の配付が始まりました～

健康保険組合では、健康保険法施行規則第50条及び厚生労働省通知により保険給付等の適正化のため、被扶養者(家族)の方が現在も扶養の条件を満たしているか、毎年再確認することとされております。当組合は、下記のとおり実施いたしますのでご理解とご協力をお願いいたします。

●対象者(令和7年4月1日以降に認定された方は除く)

令和7年度中に19歳～74歳の誕生日を迎える被扶養者約7,000名の中から抽出した約400名
※年金・給与収入が扶養範囲を超えている可能性のある方、個人事業主の方を抽出しています。
(該当する方のみ送付いたします。)

●確認方法

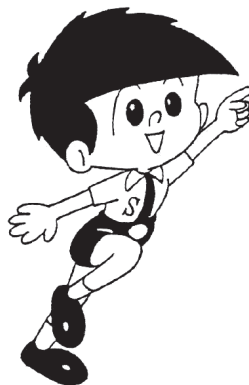
上記対象者を扶養する被保険者の方に、「健康保険被扶養者調書」を配付しております。
「健康保険被扶養者調書」に現在の被扶養者の状況を記入し、裏面の「添付書類一覧表」に従って、該当する書類を添付してお勤め先の健保事務ご担当者へ提出をお願いいたします。

●提出期限

令和7年12月26日(金) (期限を過ぎた場合でも、必ずご提出ください。)

★添付書類が不明な場合や詳細は当組合ホームページから(トップページ→NEWS & TOPICS→被扶養者(家族)の方の資格の再確認について)をご覧ください。

被扶養者(家族)の方の
資格の再確認について
をご覧ください。



当組合ホームページ

【問合せ先】 適用課 ☎ 3293-3933

★ ご協力ありがとうございました ★

算定基礎届の事務処理につきましては、事業主ならびに健保事務ご担当者様のご協力により、滞りなく終了いたしました。誌面をお借りして厚く御礼申し上げます。

令和8年度より「子ども・子育て支援金」が始まります

子ども・子育て支援金制度とは

子ども・子育て支援金制度は、社会連帯の理念を基盤に、子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体が支える**新しい分かち合い・連帯の仕組み**です。

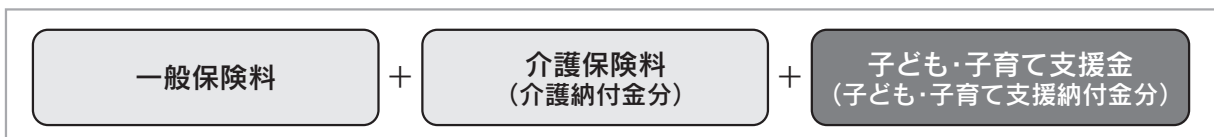
いつから？

開始時期について

- 子ども・子育て支援金は**令和8年4月分保険料**(5月納付分)より一般保険料・介護保険料と合わせて徴収されます。



- 納入告知書(請求書)には、**第3の費目**として子ども・子育て支援金が追加されます。



※健保組合は、子ども・子育て支援金の**代行徴収的な**位置づけになります。

何に使う？

支援金の使途は

- 支援金を財源として、国が**こども未来戦略「加速化プラン」**の取り組みを実施します。
- 加速化プランとは、我が国の**少子化対策を促進**するために、児童手当の拡充等の給付を拡充するなど、さまざまな施策のことです。

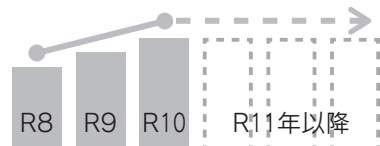
〈加速化プランの施策〉

- 妊婦のための支援給付 ● 出生後休業支援給付率の引き上げ ● 育児時短就業給付 等

いくら支払う？

どの程度の負担感か

〈支援金率・支援金の負担イメージ〉



一人当たり負担額・イメージ (標準報酬月額×支援金率=毎月の負担額)

例) 標準報酬月額が30万の場合
 $30万 \times 0.4\% = 1,200円/月$

事業主負担 600円	:	被保険者負担 600円
---------------	---	----------------

〈各年度における支援納付金の総額〉

R8年度…約6,000億円 ▷ R9年度…約8,000億円 ▷ R10年度…約1兆円

- 負担率(支援金率)は、令和8年からスタートし、令和10年度には**0.4%程度**に段階的に上がることが想定されます。
- ただし、国が令和10年度に支援納付金の最大規模を決めているため、今後、健康保険料や介護保険料のように**右肩上がりで増え続けることはありません。**
- 健保組合と協会けんぽには、国が一律の支援金率を示すこととなっています。

お手元の健康保険証の有効期限は、
令和7年 **12月1日で満了**となります。

健康保険証の有効期限が切れたあとは、

マイナ保険証か資格確認書

で医療機関・薬局にて受付をしてください。

マイナ保険証ならではのメリット



過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる



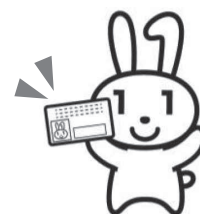
突然の手術・入院でも高額支払いが不要になる



救急現場で、搬送中の適切な応急処置や病院の選定などに活用される



マイナンバーカードは健康保険証として利用できるだけでなく、
日常生活の中で利用できるシーンが広がっています。
ぜひ日頃から持ち歩いて、ご活用ください！



マイナ保険証の利用登録について

受診する際にマイナンバーカードをお持ちください。

医療機関等の受付窓口には設置されている顔認証付きカードリーダーに
マイナンバーカードを置くと、利用登録が済んでいない方には、
その場で利用登録の案内がされます。



医療機関等に行く機会が少ない方は、マイナポータル(次ページ参照)やセブン
銀行のATMでの事前登録がおすすめです！

ご自身の利用登録状況が分からない方は、
いまのうちに確認しましょう！



次ページへ

ご自身がマイナ保険証の利用登録をしているか マイナポータルにてご確認ください

マイナ保険証の利用登録状況の確認方法



- 1 ●スマートフォン
●マイナンバーカード
を用意します
- 2 「マイナポータル(モバイルアプリ)」にログインします。
- 3 「健康保険証」を押します
- 4 「未登録」もしくは「登録済み」と表示されるのでご自身の登録状況をご確認ください

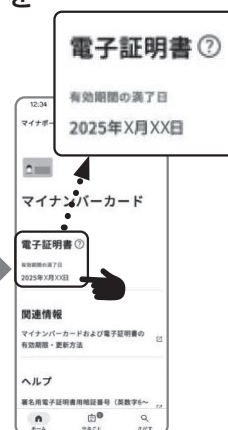
「未登録」の方は、画面に表示される「登録」を
タップするとその場で登録完了できます!



あわせて確認! 電子証明書の有効期限

- ・マイナンバーカードには、「ログインした者が、あなたであること」を証明するための電子証明書が搭載されています。
- ・電子証明書には、有効期限が設定されています(確認方法は右図参照)。
- ・有効期限通知書がお手元に届きましたら、お早めに更新をお願いします。
- ・なお、電子証明書の有効期限切れから3カ月間※は、引き続きマイナ保険証で受診できます。ただし、保険資格情報の提供のみで、診療情報・薬剤情報等の提供はできません。

※ 有効期限満了日が属する月の末日から3カ月間



よくある質問



マイナ保険証でないと受診等できないの?

マイナ保険証をお持ちでない方には、申請によらず資格確認書が交付されます。登録したことを忘れている場合もあるので、記憶があいまいな方はマイナポータルにてご自身の利用登録状況をご確認ください。



マイナンバー総合
フリーダイヤル

0120-95-0178

5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。

受付時間(年末年始を除く)

平日: 9時30分~20時00分
土日祝: 9時30分~17時30分

マイナンバーカード
の健康保険証利用
についてもっと知り
たい方はこちら



ひとくらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

精密検査のご案内



今年受けられた健康診断の結果はお手元に届きましたか？
（これから受診予定の方も届きましたら必ずご確認ください。）
その中で「要精密」の判定となっている項目はありませんか？

特に、がんや生活習慣病は、早期の発見・治療開始、生活習慣の改善が最も有効とされています。たとえ自覚症状がなくても健診結果にはリスクとして現れていますので、「要精密」判定の検査項目がある方は、早めに精密検査を受けるようにしましょう。

●当組合実施の一般・成人健診を受診された方で要精密項目のある方

当組合健康管理センターより、精密検査のご案内をご自宅へお送りいたします。
当組合で実施できない検査（胸部、便検査、PSA等）を除き、無料となっております。

●人間ドック・家族健診を受診された方

当組合において、検査項目により受診勧奨や保健指導等を行っております。
ただし、一般・成人健診に比べ、当組合に健診結果が到着する時期が遅く、迅速な対応が困難な場合もございます。
まずは、ご自身の健診結果をご確認いただき、要精密項目があった場合には、健診受診医療機関や、かかりつけ医等最寄りの医療機関にてご相談のうえ、精密検査（保険診療）を受けてください。

精密検査や健診結果等について、ご相談・ご質問がある方はテレフォン健康相談をご活用ください。

記事に関するお問い合わせ
テレフォン健康相談

健康管理課 5280-0561
健康相談室 5280-8195

健康管理センターの年末年始の診療について

診療時間は次のとおりですので、お知らせいたします。

年 末 12月 26日(金) 午前8時50分から正午まで(受付は午前11時30分まで)(平常業務)
※29日(月)30日(火)は薬の処方及び検査はできません。定期薬等が必要な方は、26日(金)までに受診してください。

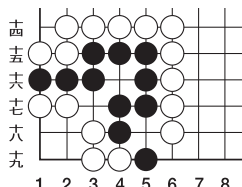
年 始 1月 5日(月) 午前8時50分から正午まで(受付は午前11時30分まで)(平常業務)

詰碁新題

出題 日本棋院
黒先

【ヒント】

隅の白との攻め合いです。セキを目指します。
次の一手を示してください。5分で初段です。

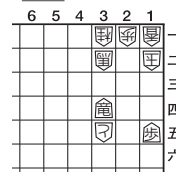


詰将棋新題

出題 八段・北浜健介
持駒 角 金 桂

【ヒント】

金はトドメに。
10分で初段。7手詰。





令和8年3月の直営保養所利用に関するお知らせ

箱根・蓼科の両保養所につきましては、令和8年3月29日（日）宿泊分の利用をもって終了とさせていただきます。

なお、運営最終月となり、春休みも重なりますことから混雑が予想されます。より多くの方々にご利用いただきたく、施設利用につきましては『1施設につき1泊』の利用とさせていただきます。

ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

※閉館に向けた諸準備もあり、利用申込書の送付、利用料の払込み等は宿泊日の10日前までにお済ませ下さい。

※3月に限らず今後、建物・設備等に事業運営に支障をきたす事象が発生した場合は閉鎖を前倒しする場合があります。



人生100年時代の⁺歯の健康

監修：東京科学大学 大学院医歯学総合研究科
う蝕制御学分野 主任教授 島田 康史

実は深い関係にある

「口内環境とメンタルヘルス」

ストレスは口内環境の悪化につながり、口腔機能の低下は幸福感の低下をもたらします。関係ないように思われる口内環境とメンタルヘルスですが、実は双方向で影響し合っています。つまり、ストレスを解消することで口内環境が改善し、口腔機能を維持することで幸福感も維持できることになります。

ストレス→口内環境の悪化

ストレスを感じると交感神経が優位になり、唾液の分泌が低下します。唾液が減ると防御機能が低下するため口内環境の悪化につながります。

また、噛みしめや歯ぐきなどは、歯や歯ぐきの物理的なダメージとなります。



口腔機能の低下→幸福感の低下

歯の欠損など口腔機能が低下すると、食べたいものが食べられなくなったり、人前で笑うことに抵抗を感じるようになります。

食事やコミュニケーションなどの不自由が、生きる楽しみを損なうことにつながります。



第74回 東京都信用金庫野球大会終わる

第74回東京都信用金庫野球大会（東信協・健保組合共催）は、総勢27チーム（1部16チーム、2部11チーム）の参加をうけて5月10日（土）の第1回戦を皮切りに開幕し、途中、降雨順延もありましたが、予定通り去る9月20日（土）、ベルーナドームにおいて決勝戦が行われました。

当日は、1部・2部とも白熱した見応えのある試合が展開された結果、東京東信用金庫が劇的な逆転サヨナラで青梅信用金庫との激闘を制して第17回大会（昭和43年）以来の1部優勝を果たし（平成23年の第60回大会では2部優勝）、2部は終始リードを保った東京シティ信用金庫が亀有信用金庫を抑えて3年ぶりの優勝を飾りました。

1部決勝戦の試合前に行われた始球式では、青梅信用金庫・平岡理事長のピッチャー、東京東信用金庫・吉田理事長のバッターに、東京東信用金庫の愛らしいマスコットキャラクター「ひがピヨン」が審判を務め、セレモニーに華を添えました。

1部 優勝

東京東信用金庫



優勝 東京東信用金庫



準優勝
青梅信用金庫

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	計
青 梅	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	2
東京東	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2x	3

※10回はタイブレーク方式にて実施

2部 優勝

東京シティ信用金庫



優勝 東京シティ信用金庫



準優勝
亀有信用金庫

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	計
東京シティ	1	0	2	2	0	0	1	0	0	6
亀 有	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2

試合は、序盤に両チームが1点ずつ挙げたものの、4回以降は互いに譲らず9回まで無得点が続く、タイブレーク方式による延長戦に突入しました。10回表、青梅信用金庫は2アウトから1点を追加しましたが、その裏、東京東信用金庫は同点に追いつき、さらには満塁からの犠牲フライでホーム生還し、逆転勝利を収めました。なお、この試合131球を1人で投げ抜いた左腕石田選手は最優秀選手賞に輝きました。

また、1部決勝戦に先立って行われた2部決勝戦。試合前に行われた始球式では、東京シティ信用金庫の工藤理事長と亀有信用金庫の矢澤理事長が2人揃ってピッチャーを務められ、ともに見事な投球を披露されました。

試合は、両チームとも序盤から7回までは毎回のようランナーを出す展開となりました。先行の東京シティ信用金庫は1回に先制点を挙げて以降も、ランナーを得点圏に置くと着実にヒットを弾き返して小刻みに得点を重ねていきました。一方の亀有信用金庫も初回すぐに同点とし、その後も再三にわたって満塁のチャンスをつくりましたが生かされず、4点を追う9回裏にも2アウトながらこの日4度目となる満塁の好機を惜しくも逃して勝利につなげることはできませんでした。

決勝戦2つの好ゲームに、いずれのチームの応援も元氣いっぱい大きな声援で会場は熱気に包まれ、盛会のうちに大会の幕を閉じました。

第1部トーナメント表(16チーム)

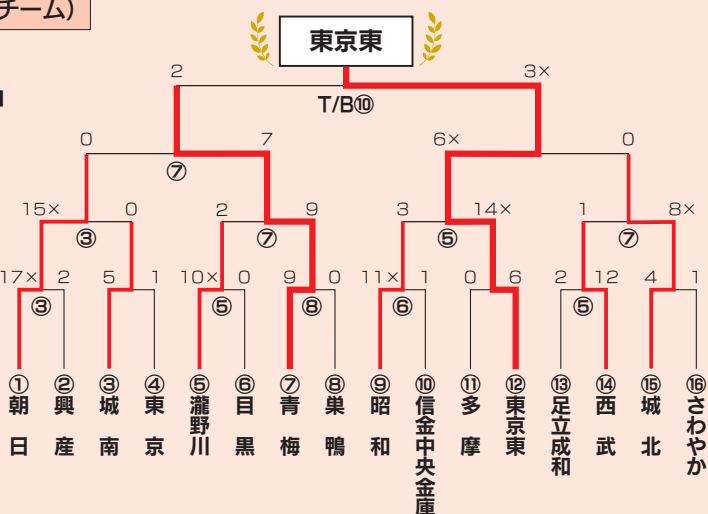
第1部(16チーム)

決勝戦
9月20日(土)
【ベルーナドーム】

準決勝戦
6月21日(土)
【大宮けんぽグラウンド】

2回戦
5月24日(土)
5月17日(土)
【大宮けんぽグラウンド】

1回戦
5月10日(土)
【大宮けんぽグラウンド】



チーム表彰

優勝 東京東信用金庫 チーム
準優勝 青梅信用金庫 チーム
第3位 城北信用金庫 チーム
第3位 朝日信用金庫 チーム

個人表彰(敬称略)

最優秀監督賞 玉村 和啓 監督(東京東)
最優秀選手賞 石田 海斗 選手(東京東)
優秀選手賞 米澤 大翔 選手(東京東)
敢闘選手賞 尾崎 太郎 選手(青梅)



1部 始球式



第2部トーナメント表(11チーム)

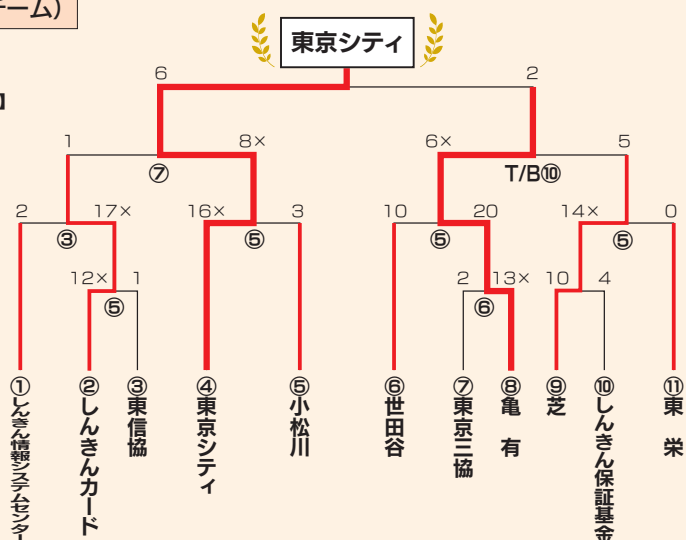
第2部(11チーム)

決勝戦
9月20日(土)
【ベルーナドーム】

準決勝戦
6月21日(土)
【大宮けんぽグラウンド】

2回戦
5月24日(土)
5月17日(土)
【大宮けんぽグラウンド】

1回戦
5月10日(土)
【大宮けんぽグラウンド】



チーム表彰

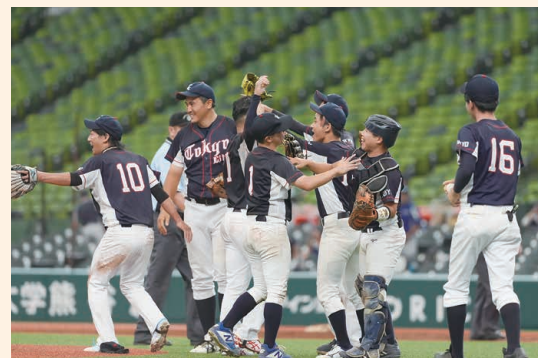
優勝 東京シティ信用金庫 チーム
準優勝 亀有信用金庫 チーム
第3位 しんきんカード チーム
第3位 芝信用金庫 チーム

個人表彰(敬称略)

最優秀監督賞 椎名 俊之 監督(東京シティ)
最優秀選手賞 宮島 舜 選手(東京シティ)
優秀選手賞 松口 拓也 選手(東京シティ)
敢闘選手賞 山本 将人 選手(亀有)



2部 始球式



訪問健康教室を開催

事業所を訪問し、新人職員を対象に食事・運動・飲酒・喫煙・休養（ストレス、メンタルヘルスケア、事例検討、リラクゼーション）などの教室内容で実施しました。

入庫後、半年が経ち、新しい環境や仕事にも少しずつ慣れてきているようでした。入庫して良かったこととお聞きすると、「生活リズムが整った」「人と話すことが好きなので、接客が楽しい」という前向きな意見が聞かれました。

教室後のアンケートでは、「運動不足なので、1 駅歩こうと思います」「社会人として生活を元気に送れるようにしていきたい」「野菜が少ないので、バランスを考えて摂るようにしたい」「気分転換を図って、ストレスと上手に付き合っていきたい」などの声が聞かれました。事例検討のグループワークでは、活発に意見交換されていました。ご自身の生活を振り返り、健康について考えるきっかけになったようでした。体調管理しながら、お仕事に取り組んでください。



9月19日(金) さわやか信用金庫



10月3日(金) 巣鴨信用金庫

東京都信用金庫協会主催

女性のためのキャリアデザイン講座～仕事と私生活の両立に向けて～の研修会

10月8日(水)に「働く女性の健康応援セミナー ～元気にイキイキと働くために～」と題して、入庫5年～10年の女性職員を対象としたセミナーを開催しました。女性の健康対策が必要になった背景、女性特有の健康課題として月経困難症、PMS、子宮がん、乳がん、子宮内膜症、子宮筋腫などの女性特有の病気、妊娠・出産について説明しました。

女性の特有の健康課題を正しく知っていただき、検診を受ける大切さやかかりつけの婦人科医をもつことなどをお伝えしました。参加者に乳がん模型を触っていただく体験や乳房のセルフチェック方法をご紹介しました。女性は、結婚、妊娠・出産、育児、介護などライフイベントによる環境を受けやすく、一生を通じて女性ホルモンが変動します。自分で自分の健康管理ができるリテラシーを身につけて、仕事のパフォーマンスを向上できるようにしていきましょう！



保健師による訪問健康教室をご利用ください

- 女性特有の病気や月経トラブル、更年期障害など
- 女性職員が、自分の健康に対する対処方法を知る
- 男性職員や管理職に対して、女性の同僚や部下の接し方を知る
- 子宮がん、乳がん検診の受診率向上のための取組

女性の健康に対する取組を始めて、事業所のさらなる活性化につなげましょう！





ロコモを知る

監修：埼玉県立大学 保健医療福祉学部 准教授／
大学院研究科 山田 恵子

日常生活に支障はないと思っていても、実はロコモだったり、すでにロコモが進行していたりすることがあります。現在、国内40歳以上のロコモ該当者は約4,660万人※と推計されていて、進行すると要介護リスクが高まることが知られています。将来の寝たきりを防ぐために、ロコモ対策を始めましょう。

※Yoshimura, N. et al. J Bone Miner Metab 40(4), 623-35, 2022

ロコモとは？

ロコモティブシンドローム（略称“ロコモ”）は、主に加齢による影響で骨や筋肉、関節、神経などの運動器に障害がおこり、「立つ」「歩く」といった移動機能が低下した状態のことをさします。

ロコモには4つの兆候があることもわかってきました。「階段の昇り降り」「急ぎ足での歩行」「休まず歩き続ける」「スポーツや踊り」の4つのうち1つでも困難になってきたと感じたら、ロコモになるサインです。日ごろの運動や食事による改善、痛みがあれば医療機関への受診が必要です。

● 1つでも難しいと感じたら要注意！ 4つのロコモサイン ●

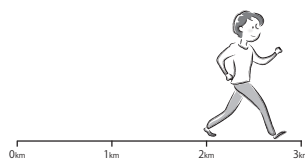
階段の昇り降り



急ぎ足での歩行



休まず歩き続ける



スポーツや踊り



食事でロコモを予防しよう！

歩行速度の低下はロコモサインのひとつです。実は、毎日摂取している食品の数が多いほど歩行速度が速く、歩行速度低下リスクの低いことが報告されています。表を参考に、毎日7点以上の食品をとることをめざしましょう。

7点以上を
めざそう！

合言葉は
「さあにぎやかに
いただく」



さかな	動物性たんぱく質やカルシウム、ビタミンDが豊富	点
あぶら	適度な油脂分は細胞などをつくるのに必要	点
にく	良質なたんぱく源の代表	点
ぎゅうにゅう	たんぱく質とカルシウムが豊富	点
やさい	ビタミンや食物繊維を十分にとれる	点
かいそう	低エネルギーでもミネラルと食物繊維が豊富	点
いも	糖質でエネルギー補給。ビタミン、ミネラルも含む	点
たまご	いろいろな調理法で簡単にたんぱく質がとれる	点
だいず	たんぱく質のもとになる必須アミノ酸やカルシウムも豊富	点
くだもの	ミネラル、ビタミンが多く、食物繊維もとれる	点
ほとんど毎日とる場合：1点、それ以下の頻度：0点		点

topics

がんロコモとは？

がんロコモとは、がんやその治療の影響で運動器に障害がおき、移動機能が低下した状態のことです。その要因は、大きく分けて3つありますが、適切な対策をとることで痛みを軽減できたり、移動機能を維持・回復したりすることができます。

主な要因

①がんによる運動器の問題

主に骨肉腫などの骨にできるがんや臓器に発生したがんが骨に転移することで、痛みや骨折、麻痺がおきることがあります。

②がんの治療による運動器の問題

がんの治療で長期間安静にしたことによる筋力の低下、抗がん剤の副作用による神経症状、手術や放射線治療による運動器の障害でおこります。

③がんと併存する運動器疾患の進行

がんの治療が優先されることで、もともとあった運動器疾患の治療が後回しになり、運動器疾患が悪化することがあります。

対策

がんであっても動ける体を維持するために、がんの主治医と整形外科医が連携するなど、「がんロコモドクター」の取り組みが進んでいます。詳しくは、「あなたの街のロコモドクター」https://locomo-joa.jp/doctors#doctor_search





第74回 東京都信用金庫野球大会



優勝監督・最優秀選手インタビュー（1部・2部）

令和7年9月20日開催の第74回東京都信用金庫野球大会決勝戦にて白熱の試合を繰り広げ、優勝までチームを導かれました1部・2部の監督と最優秀選手にお話を伺いました。

1部優勝チーム 東京東信用金庫

最優秀監督賞 玉村 和啓 監督

金庫創立80周年の節目に、役職員皆様の応援とご協力のおかげで、57年ぶりの『第1部・優勝』ができました事を、とても嬉しい思い感謝しています。

3年連続で、準決勝戦で敗退し悔しい思いをしましたが、キャプテンがチームを一つにまとめて、選手達が『つなぐ野球』と『一戦必勝』の強い気持ちで、最後まで諦めずに戦ってくれて、悲願の優勝ができました。

来年も、守備力と機動力を更にレベルアップして最高のチームを作りたいと思います。



最優秀選手賞 石田 海斗 選手

創立80周年という節目の年に優勝できたこと、大変うれしく思います。今大会でも、初戦から、決勝戦まで休日にも関わらず、たくさんの方々が応援に来てくださいました。ありがとうございました。また、今大会の開催にあたりサポートしていただいた全ての関係者様へ厚く御礼申し上げます。



2部優勝チーム 東京シティ信用金庫

最優秀監督賞 椎名 俊之 監督

人数が少ない中で2月から練習を始め、お互いをフォローし合いチームワークで勝ち上がって来ました。決勝では安打数が少ない中、欲しい時に点が取れた事が我々の勝因だと思います。また、新人も入部し即戦力としてチームの勝利に貢献してくれました。来年からは1部定着目指し頑張ります。応援ありがとうございました。



最優秀選手賞 宮島 舜 選手

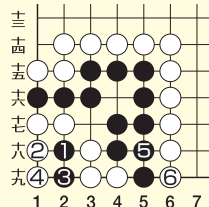
人数が少ない中でも、優勝という目標を達成することができ、大変うれしく思います。今回は、MVPをいただくことができましたが、チーム全員でそれぞれの役割を果たしたからこそだと感じています。来年は1部に上がりますが、少しでもチームに貢献できるように頑張ります。



詰碁解答

【解答】黒先生き(正解・2の十八)

黒1、3が白の手数を縮める好手で、それから黒5と白からの連絡を絶てば白6に黒7(=1)でセキにすることができます。白2で5は黒2で黒生き。初手で単に黒5は、白6と打たれて黒攻め合い負けです。初手黒2は白1、黒4のときに白5と連絡されて黒死。



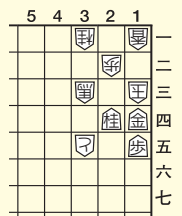
詰将棋解答

【正解手順】

▲2四桂 △1三玉 ▲2二角 △同歩 ▲3三竜
△同馬 ▲1四金まで7手詰

【解説】

▲3二竜は△2二桂が妙手で▲2四桂△1三玉で続きません。▲2四桂が正解です。3手目▲1四金は△同馬で失敗。▲2二角が好手で△同玉は▲3二竜以下駒が余ります。2二の地点を塞いでから5手目▲3三竜が決め手です。





サッカー大会 決勝トーナメント開催のご案内



今大会は、19事業所22チーム（1部10チーム・2部12チーム）が参加し、下記日程で予定している決勝トーナメントへの出場をかけて、各リーグ・ブロックにて熱戦を繰り広げています。

なお、予選リーグの結果等はホームページに随時掲載しています。また、決勝トーナメントの組み合わせについては、予選リーグがすべて終了した時点でホームページに掲載いたしますので、ご覧ください。



<決勝トーナメント>

1部リーグ及び2部リーグのクラス別で実施
(全3日間)

1 開催日

- 第1日目（1月17日（土））：1部準々決勝
- 第2日目（1月31日（土））：1部・2部準決勝
- 第3日目（2月14日（土））：1部・2部決勝および1部第3位決定戦

2 会場 『アミノバイタルフィールド』
東京都調布市西町376-3
☎ 042-440-0813

3 交通 京王線・飛田給駅より徒歩10分

会場案内



1部決勝 トーナメント組み合わせ



2部決勝 トーナメント組み合わせ



令和7年度健康保険組合全国大会が開催されました

健康保険組合連合会(健保連)は10月22日午後、「皆保険存続の危機！ 持続可能な制度のために今こそ抜本改革を―現役世代を守れ、2025年問題は終わっていない―」をテーマに令和7年度健康保険組合全国大会を開催しました。

今年度の健保組合全国大会は、昨年度に引き続き、会場参加とライブ配信を併用しての実施となりました。参加者数は、会場参加者が約3000人、ライブ配信視聴者が約2000人となりました。

2025問題は深刻化

宮永会長は、医療の高度化・高額化、少子化が急速に進展していることをあげ、「減少する現役世代で、増加する医療費を負担していかなければならない」という「2025年問題」は終わりでなく、むしろ深刻化している。このままでは早晚、医療保険制度は限界を迎えてしまうのではないかと強い危機感を抱いている。追い込まれた健保組合の解散が相次げば、国民皆保険制度の根幹を揺るがす事態にもなりかねない。今こそ、現行制度のあり方を抜本的に見直し、国民が将来にわたって安心できる制度へ改革を断行しておかなければ手遅れになりかねない」とのべました。

宮永会長は、「こうした厳しい状況を踏まえて全国大会のテーマに、『皆保険存続の危機！ 持続可能な制度のために今こそ抜本改革を―現役世代を守れ、2025年問題は終わっていない―』を掲げたことを説明し、将来に向けてその持続性を確保するためには、制度の支え手である現役世代の負担を軽減し、全世代の人々が負担を分かち合い、互いに助け合う制度となるよう、今まさに改革を断行しなければならない」との思いを語りました。

そのうえで、新提言『ポスト2025健康保険組合の提言』を策定し、加入者・国民への「3つのお願い」、健保組合としての「4つの約束」と「5つのチャレンジ」、また、国に対して実現を求める制度改革に取り組んで

いくことや、今大会のスローガンの趣旨について説明しました。

基調演説後、山形銀行健保組合の保科敦子常務理事が決議を読み上げ、満場一致で採択しました。

決議は、①現役世代の負担軽減と全世代で支える持続可能な制度の実現、②保険給付の適正化・重点化と負担の公平性確保、③安全・安心で効果的・効率的な医療提供体制の構築と医療DXの推進、④加入者の健康を支える健保組合の保健事業の充実・拡充の4項目です。

決議採択後、壇上において宮永会長が異議・厚生労働省大臣官房審議官(総合政策担当・政策統括室長代理、保険局併任)に手交しました。

制度を次の100年へ

上野賢一郎厚生労働大臣のあいさつを代読した巽審議官は、「2025年度は健康保険法施行から、100年を迎える記念すべき年である。健康保険制度は、戦後の混乱、高度経済成長期、バブル崩壊、新型コロナウィルス感染症を乗り越え、今日まで綿々と引き継がれてきた。これからは令和の時代を生き抜くわれわれの世代が、次の100年へと引き継いでいかなければならない」とのべました。

そのうえで、「現役世代の負担軽減と全世代で支える持続可能な制度の実現、安全・安心で効果的・効率的な医療提供体制の構築と医療DXの推進」という視点を



は、全世代型社会保障制度の構築という観点から極めて重要である。現在、社会保障審議会医療保険部会においても、医療保険制度をめぐる諸課題について議論が行われているが、健保組合の皆様の意見も丁寧に伺いながら、検討を深めていきたい」としました。

また、「限りある資源を有効に活用しながら、質の高い医療を実現していくためにも、医療DXを通じたサービスの効率化・質の向上が不可欠である」と強調し、昨年12月のマイナ保険証を基本とする仕組みの施行にあたり、「健保組合においては、加入者の皆様が切れ目なく適切な保険診療を受診できるよう、多大なる協力をいただいている。この場をお借りして、改めて感謝し上げる」とのべました。

OTCが大きなテーマ

「全世代型社会保障制度への改革と保険者への期待」をテーマにした特別企画では、日本総合研究所シニアフェローの翁百合氏が講演した後、日本経済新聞社編集委員兼論説委員の柳瀬和央氏をモデレーターに宮永会長と翁氏が対談しました。

特別企画終了後、日本製鉄健保組合の栗坂禎一常務理事が閉会の辞をのべ、大会終了後には各政党に対する要請活動を実施しました。



<健康管理センターからのお知らせ>

令和7年4月より診療体制や健康相談などが変更になりました。

以下をご覧になり、お間違いのないよう、診察日の前日までに必ずご予約ください（予約のない方は受診できない場合があります）。

なお、禁煙外来・ピロリ菌外来・整形相談・皮膚科相談・院内処方は廃止となりました。

また、内科の診療は午前中のみとなりました。

外来診療

予約先：☎ 5280-0561

予約受付時間：平日の午前9時～12時・午後1時～4時

●診療時間

令和7年3月まで	令和7年4月から
8:50～12:00 13:00～17:00	➡ 8:50～12:00

●受付時間

令和7年3月まで	令和7年4月から
8:50～11:30 13:00～16:00	➡ 8:50～11:30

●診療科目

令和7年3月まで	令和7年4月から
月曜 一般・神経内科	➡ 一般
火曜 一般・糖尿病	
水曜 一般・消化器・呼吸器	
木曜 一般・糖尿病・循環器	
金曜 一般・循環器	

健康相談

予約先：☎ 5280-0563 精神相談・カウンセリング・健康相談（来所）

5280-8195 テレフォン相談

予約受付時間：平日の午前10時～12時・午後1時～4時

内 容	相 談 日	担当医師
精神相談	第1・第3・第4月曜日午後、第2・第3金曜日午前	古賀良彦 先生
	第1月曜日午前、第2・第3・第4木曜日午前	中島 亨 先生
カウンセリング	第1月曜日午前・午後、第2・第3・第4月曜日午後	田嶋清一 先生
内 容	費 用	担当者
健康相談（来所）	無 料 （検査、投薬があった場合は一部負担あり）	保健師
テレフォン相談	無 料	

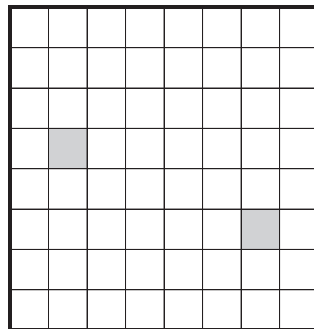
お薬の処方

院外処方（日本調剤駿河台薬局での受け取りとなります。）

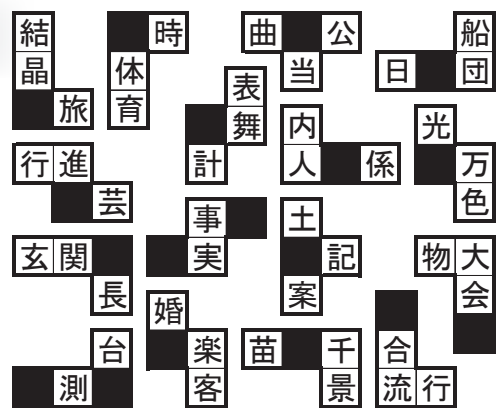
パズルに挑戦!! 漢字ジグソーパズル

問 題

バラバラになったピースを組み合わせて、漢字クロスを完成させてください。黒マスがタテ・ヨコに続くことはありません。色付きマスに入った漢字でできる二字熟語を教えてください。



©スカイネットコーポレーション



クイズ応募方法

はがきに下記事項を記入のうえ当組合までお送りください。

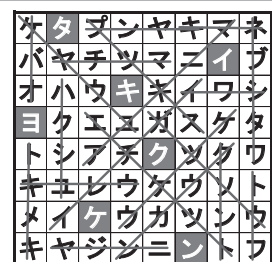
1. クイズの答え
2. 事業所名
3. 保険証の記号・番号
4. 氏名
5. 当組合に対するご意見・ご要望

送 付 先 〒101-8312
東京都千代田区神田駿河台2-9-2
東京都信用金庫健康保険組合 企画広報課宛
令和7年12月31日（当日消印有効）

締 め 切 り
賞 品 正解者の中から抽選でプレゼントを進呈します。
正解と当選者 正解は「信金けんぽ」1・2月号に掲載します。
当選者は賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

※応募情報はクイズの抽選、賞品の発送のみに使用します。
なお、いただいたご意見等は本誌に掲載する場合があります。

9・10月号の解答



答え「タイキヨクケン（太極拳）」

Let's enjoy!!



第69回

テニス中央大会結果のお知らせ

11月15日(土)モリパークテニスガーデンにおいて開催されました。当初予定していた10月11日(土)の雨天延期によるもので、当日は、晴天に恵まれ、各地区の予選を勝ち抜いたペア(男子28組・女子14組・シニア14組)による熱戦が繰り広げられた結果、すべての種目について初優勝となる大会となりました。



男子 田中・松村組(東京東)初優勝!

決勝戦は、田中・松村組(東京東)と黒田・日比組(信金中金)との対戦。結果は6-3で田中・松村組(東京東)が勝利しました。



▲田中・松村組(東京東信用金庫)



▲黒田・日比組(信金中央金庫)



◀今宮・吉田組
(城北信用金庫)



▶吉岡・森組
(城北信用金庫)

女子 鈴木・射場組(芝)初優勝!

決勝戦は、鈴木・射場組(芝)と、椎野・金井組(西武)との対戦。結果は、6-1で鈴木・射場組(芝)が勝利しました。



▲鈴木・射場組(芝信用金庫)



▲椎野・金井組(西武信用金庫)



◀梅澤・山田組
(東京東信用金庫)



▶加藤・佐々木組
(さわか信用金庫)

シニア 府川・大川組(城南)初優勝!

決勝戦は、府川・大川組(城南)と野口・赤坂組(東京東)との対戦。結果は、府川・大川組(城南)が6-4で勝利しました。



▲府川・大川組(城南信用金庫)



▲野口・赤坂組(東京東信用金庫)



◀豊住・吉田組
(青梅信用金庫)



▶戸田・三浦組
(西京信用金庫)