

# しぶさわけんぽ

2024  
SUMMER

No.234



広島県 青空に映える因島大橋 / 提供: アマナ

澁澤健康保険組合

# 健康診断のご案内



- ③ 初めて受診される方は、受付から受診票を受け取り、必要事項（氏名・所属部所など）と問診票に記入のうえ受付に提出し、受診してください。
- ④ 検査前10時間は、飲食を避けてください。
- ⑤ 35歳以上の方は、大腸がん検査（検便2回法）があります。
- ⑥ 40歳以上の方は胃部X線（デジタル）検査を実施します。なお、初めて健診を受ける方および35歳になる方は胃部X線検査の代わりに、ABC検診を実施します。
- ⑦ 本年度は乳がん検診を実施しませんが、市区町村あるいは医療機関で受診していただくことをお勧めします。乳がん検診には補助金制度がありますので健保HPの案内をご確認ください。

ご相談がありましたら、下記の健康相談室までお気軽にご連絡ください。

◎ 滋澤健康保険組合  
健康相談室直通

TEL 03-5646-7497

受付時間	所在地	電話番号	連絡責任者
8:30~10:30	東京都大田区東海4-8-18	03-3790-5072	門井
8:00~10:00	千葉県千葉市稲毛区長沼原町200	043-215-1411	日吉/藤田
8:00~10:30	神奈川県横浜市神奈川区恵比須町1	045-441-7931	高瀬/奥野/千葉
8:30~10:30	東京都板橋区高島平6-1-7（東京団地倉庫内）	03-3975-7481	江藤/箱石
14:30~16:00	埼玉県深谷市白草台2909-58	048-583-7722	神坐/杉田
8:00~9:00	埼玉県深谷市白草台2909-58	048-583-7722	神坐/杉田
11:00~12:00	群馬県藤岡市森新田669-1	0274-50-9788	山中
7:00~9:00	栃木県芳賀郡芳賀町芳賀台5-2	028-677-4522	黒沢/海賀
11:00~12:00	群馬県邑楽郡邑楽町大字中野3404	0276-88-6628	高津
8:00~9:00	千葉県千葉市中央区中央港2-4-3	043-203-8331	新田/藤田
11:00~12:00	千葉県船橋市西浦3-8-4 C棟	080-4887-2671	藤田
8:00~10:00	神奈川県横浜市中区山下町23（日土地山下町ビル10F・健診会場は2F）	045-211-2031	大川/奥野/村松
9:00~10:00	神奈川県川崎市宮前区犬蔵3-14-17	044-976-3371	白壁/高見澤
8:00~9:30	千葉県松戸市稔台6-7-1	047-361-3775	酒井
11:00~12:00	埼玉県三郷市泉3-5	048-949-2411	蘆田
8:00~9:00	大阪府大阪市城東区西今福東1-2-24	06-6939-7171	安村
13:00~15:00	大阪府茨木市西河原北町6-15	072-622-5531	前田/林
8:00~11:00	大阪府茨木市西河原北町6-15	072-622-5531	前田/林
8:30~10:00	滋賀県近江八幡市上田町26-1	0748-37-6611	中西/角谷
7:30~10:30	兵庫県神戸市中央区港島1-5-8	078-940-6008	山本/濱崎/小池/加納/片原田/海津/宮野/澄川/橋本
7:30~10:30	兵庫県神戸市中央区港島1-5-8	078-940-6008	山本/濱崎/小池/加納/片原田/海津/宮野/澄川/橋本
8:00~10:30	大阪府大阪市港区築港4-1-11	06-6573-9100	大門/松崎/初田/櫻井/橋本
8:00~10:30	愛知県小牧市入鹿出新田822	0568-76-4597	大宮/大藤/上田/佐々木/加藤/佐藤/鈴木
7:00~10:00	愛知県小牧市入鹿出新田822	0568-76-4597	大宮/大藤/上田/佐々木/加藤/佐藤/鈴木
9:00~10:00	三重県亀山市田村町1888-16	0595-85-1138	中西/廣森
8:00~11:00	東京都江東区永代2-37-28	03-5646-7496	鈴木美/渡邊/鈴木若/大内
8:00~11:00	東京都江東区永代2-37-28	03-5646-7496	鈴木美/渡邊/鈴木若/大内
8:00~11:00	東京都江東区永代2-37-28	03-5646-7496	鈴木美/渡邊/鈴木若/大内

健診実施場所	電話番号	連絡責任者
北海道札幌市白石区本郷通3丁目南2-13	011-862-5088	江口/田中
福井県福井市日光1-3-10	0776-25-2206	岡本/齋藤
山口県防府市新築地町15-7	0836-31-2555	副島/安達
福岡県糟屋郡新宮町下府2-9-26	092-622-0398	高岡/吉良山
福岡県北九州市門司区大字畑1423-10	093-481-3225	藤森
兵庫県加古川市神野町石守50	079-429-2525	海津
宮城県仙台市宮城野区福田町南1-9-53	022-217-6678	阿部
山形県山形市花岡110-1	023-681-7760	岡田

注2 実施月日は変更する場合がございます。

受付時間	所在地	電話番号	備考
9:00~10:30	東京都渋谷区道玄坂1-16-10 渋谷DTビル地下1F	03-6277-5076	予約は健保組合で行います。

2024年度

# 巡回人間ドック

各事業主からの委託を受けて、以下の日程で巡回人間ドック健康診断（法定健診）を実施しますので、皆様必ず受診いただくようお願いいたします。

受診上の注意

- ①当健康診断は労働安全衛生法に基づく年1回実施しなければならない法定健診です。指定の日時にやむを得ず受診できない方は、日程予定表の他の健診場所を利用して、**被保険者全員が必ず受診**するようにしてください。
- ②受診票は、問診欄を記入のうえ受診時に受付に提出してください。氏名・所属部所名など必要事項に誤りがある場合は必ず訂正をお願いします。**特に所属部所名に間違いが多く見受けられますので必ずご確認ください。**

## 2024年度巡回人間ドック健康診断日程予定表

実施月日	実施事業所名	健診場所
5/14 火	東京港E	東京港営業所
5/16 木	京葉配送E*千葉T	京葉配送営業所
5/17 金	恵比須町E*大黒E*横浜T*澁澤コネクト	恵比須町営業所
5/20 月	板橋E*澁澤コネクト	板橋営業所
5/20 月	埼群E*埼玉T	埼群営業所
5/21 火	埼群E*埼玉T	埼群営業所
5/21 火	藤岡E	藤岡営業所
5/22 水	栃木E*栃木T	栃木営業所
5/22 水	群馬T	群馬ターミナル
5/23 木	千葉港E*千葉T	千葉港営業所
5/23 木	京葉配送E*千葉T (西浦倉庫)	西浦倉庫
5/24 金	横浜支店*横浜港E*山下E*大黒E*澁澤コネクト	横浜支店
5/27 月	神奈川T	神奈川ターミナル
5/28 火	松戸E*澁澤コネクト	松戸営業所
5/28 火	三郷E*澁澤コネクト	三郷営業所
5/30 木	城東E*金本荷役	城東営業所
5/30 木	茨木E*大阪T*金本荷役	茨木営業所
5/31 金	茨木E*大阪T*金本荷役	茨木営業所
6/1 土	近江E*滋賀T*オーミパッケージ	近江営業所
6/3 月	神戸支店*神戸輸出入E*港島E*摩耶E*ポートアイランドJ*関西引越C*六甲T*日正運輸*阪神流通センター*兵庫T*加古川E	神戸支店
6/4 火	神戸支店*神戸輸出入E*港島E*摩耶E*ポートアイランドJ*関西引越C*六甲T*日正運輸*阪神流通センター*兵庫T*加古川E	神戸支店
6/5 水	大阪支店*大阪港E*南港E*関西航空貨物E*西日本引越E*関西塩酸センター*日正運輸	大阪支店
6/6 木	中部支店*名古屋E*中部システム物流*中部引越E*愛知T*名古屋引越C*名古屋輸出入E*飛島J	中部支店
6/7 金	中部支店*名古屋E*中部システム物流*中部引越E*愛知T*名古屋引越C*名古屋輸出入E*飛島J	中部支店
6/8 土	三重E*三重T	三重営業所
6/11 火	本店地区 各部*営業所*関係会社他 <b>男性優先日</b>	澁澤シテイブレイス永代(1F会議室)
6/12 水	本店地区 各部*営業所*関係会社他 <b>女性優先日</b>	澁澤シテイブレイス永代(1F会議室)
6/13 木	本店地区 各部*営業所*関係会社他 <b>男性優先日</b>	澁澤シテイブレイス永代(1F会議室)

## その他提携機関による実施事業所

実施月日	実施事業所名	提携機関名
6月実施予定	北海澁澤物流	北海道労働保健管理協会
6月実施予定	福井E*福井T	福井県労働衛生センター
7月実施予定	中国・九州支店*山口E*山口T	生光会 ヘルスポートクリニック山口
6月実施予定	中国・九州支店*福岡E*九州澁澤物流	生光会 ヘルスポートクリニック福岡
6月実施予定	新門司E*九州澁澤物流	医療法人渡辺胃腸科医院
6月実施予定	加古川E	加古川総合保健センター
今秋実施予定	宮城T	杜の都産業保健会一番町健診クリニック
今秋実施予定	山形E	山形健康管理センター

注1 [E] は澁澤倉庫(株) 営業所の略。[J] は澁澤倉庫(株) 事務所の略。[T] は澁澤陸運(株) ターミナルの略。[C] は澁澤陸運(株) センターの略。

## 澁澤健康保険組合の提携機関

実施月日	実施機関名	健診場所
5月~随時	産業保健研究財団(事前予約制) 健康保険組合・健康相談室へ受診希望の旨連絡(受診可能日:月~水 金曜日)	せいじんかい 聖仁会診療所

# 健康診断のご案内

当健保組合の健康診断は、産業保健研究財団に実施を委託しております。  
 2024年度健康診断は、5月14日より開始いたします。  
 本年度は胃の健診を実施し、乳がん検診は実施しません。  
 受診対象者の方は、胃部X線検査を受診するようにしてください。  
 健康診断は年1回の実施ですので、必ず受診していただき、ご自身のお体と向き合う機会にしてください。



検査項目について	① 被保険者 「巡回人間ドック健診」	② 被扶養者 「家族健診」	③ 被扶養者 「特定健診」
診察・問診	○	○	○
身長・体重	○	○	○
血圧	○	○	○
視力	○	○	×
聴力	○	×	×
尿検査	○	○	○
血液検査	○	○	○
胸部X線	○	○	×
胃部X線	○ (40歳以上*)	○ (40歳以上*)	×
腹囲	○	○	○
心電図	○	○	医師の判断で実施
便潜血	○ (35歳以上)	○	×
子宮頸部細胞診	○	○	×
乳がん検査	×	有料	×
骨密度測定	×	有料	×
腹部超音波検査	×	有料	×
眼底検査	×	有料	医師の判断で実施

(備考) ○=健保組合負担で検査 ×=検査せず 有料=自己負担で検査可能

\*ただし、40歳未満でも希望者は受診可能



## 澁澤健康保険組合 健康相談室

健康に関する心配なこと、困ったことがありましたら、遠慮なくご相談ください。専門スタッフ（保健師）が対応します。

直通 TEL 03-5646-7497



## 澁澤健康保険組合の ホームページをご利用ください

各種手続きや当健保組合からのお知らせ、お役立ち健康情報など随時更新しています。ぜひご利用ください。



検索 <https://www.shibusawa-kenpo.or.jp/>

## 被保険者「巡回人間ドック健康診断」(2～3ページ参照)

澁澤各事業所における巡回車による健康診断です。

①	日程	5/14～6/13(巡回)
	実施場所	澁澤倉庫各事業所他
	費用	全額健保組合負担



## 被扶養者「家族健康診断」

対象となるご家族の皆さまへ直接ご案内しております。

本年度からは上記①での受診も可能です。

②	日程	6月～11月
	実施場所	首都圏51会場、地方都市115会場予定(他健保組合と合同実施)
	費用	基本項目は全額健保組合負担、選択項目は有料(自己負担)
	申込方法	「家族健康診断申込票」に必要事項を記入のうえ、産業保健研究財団へ直接お申し込みください。



## 被扶養者「特定健診」

メタボリックシンドロームに特化した健診です。「健康保険組合連合会(健保連)」の指定した健診機関(集合契約A)および都道府県代表保険者の指定した健診機関(集合契約B)での受診となります。

③	日程	7/1～11/30(受診券の有効期間内)
	実施場所	全国各地(集合契約A、B機関)
	費用	全額健保組合負担
	申込方法	健保組合より受診券を追って配布いたします。各自ご都合のよい健診機関に直接予約のうえ、受診券と健康保険証を持参し、受診してください。
	備考	健診機関は下記の健康保険組合連合会(健保連)のホームページからも検索できます。

特定健診等実施機関検索システム <http://hoken.kenporen.or.jp/kensin/index.htm>

※パスワード入力画面で、組合名「澁澤」、保険者番号「06134456」と入力すると検索画面が現れます。



## 胃部X線検査についてのお知らせ

**受診対象者** 胃部X線検査を希望する方(原則40歳以上の方ですが、40歳未満の方の受診も可能です)

**受診について** 胃がんは日本のがんによる死亡原因の上位に位置しており、50歳代から罹患<sup>りかん</sup>が増加します。胃部X線検査は2年に一回の実施となっています。受診対象者の方は検査を受けるようにしてください。  
胃の痛み、不快感、食欲不振、食事がつかえるなどの症状がある場合には、検診ではなく、すぐに医療機関を受診してください。

**受診内容** 発泡剤(胃を膨らませる薬)とバリウム(造影剤)を飲み、胃の中の粘膜を観察する検査です。バリウムを飲むことにより、便秘やバリウムが腸内で詰まって腸閉塞<sup>へいそく</sup>を起こすことがまれにあります。  
過去にこの検査で体に異常があった方や、水分制限を受けている方は、検査を受ける前に医師にご相談ください。  
検査当日は検査が終了するまで食事や飲み物が取れません。

**お問い合わせ** ご不明な点がございましたら下記までお問い合わせください  
澁澤健康保険組合 健康相談室 直通 TEL 03-5646-7497(担当:渡邊)

# ～2024年度検認について～

2024年度の被扶養者現況確認調査、**共同扶養**の確認を実施します。

これは被扶養者となった方が、その後も被扶養者の認定基準を満たしているかどうか確認するための調査です。

実施期間

2024年  
夏から秋ごろ

## ＜被扶養者要件（一部）＞

収入 基準額	60歳未満の方	年収130万円未満 かつ被保険者の年収1/2未満
	60歳以上の方 または一定以上の障害がある方	年収180万円未満 かつ被保険者の年収1/2未満

区分		同居・別居 の区分	*1 住居地が 確認できるもの (住民票の写し)	*2 親族関係が 確認できるもの (戸籍謄本等)	*3 (非)課税 証明書	*4 仕送り 証明書
同居していなくても 認められる人	父母 または祖父母	同居	○	○	○	
		別居	○	○	○	○
	配偶者または子 (16歳以上)	同居			○	
		別居			○	
	兄弟姉妹 または孫	同居	○	○	○	
		別居	○	○	○	○
同居していなければ 認められない人	義父母 または甥・姪など	同居	○	○	○	

\*1 住民票の写しは同一世帯全員のものを添付

\*2 戸籍謄本は対象扶養者全員のものを添付

\*3 直近の(非)課税証明書【令和6年度(令和5年1月～12月所得分)となります。】は在住市区町村発行のものを添付

\*4 仕送り証明書とは、生活費の仕送り送金を確認できる金融機関の振り込み証明書(6ヵ月分)、預金通帳など

- ・○は必ず添付。ただし住民票で続柄等が確認できる場合には、戸籍謄本等の提出は不要
- ・○は学生の場合は不要

16歳以上で学生(高校生以上)の場合は在学証明書または学生証を添付

無職の場合は\*3の証明書または令和6年度地方税決定通知書【令和6年度(令和5年1～12月所得分)】を添付  
源泉徴収票は不可

・年金受給者は直近の年金振込(支払)通知書を添付

・添付書類はすべて(写)でも可。『マイナンバーなし』のものを添付

## 夫婦共働きで子供がいる場合の共同扶養の確認

(当健保に被扶養者がいない家庭を除く)

※共働き家庭で「主として生計維持」するのはご夫婦のどちらなのか、共同扶養の確認

原則として、年間収入の多い方の被扶養者とする

夫婦のうち当健保所属者分は添付不要、他健保所属のパートナー分は\*3の証明書または令和6年度地方税決定通知書【令和6年度(令和5年1～12月所得分)】を添付

夫婦共に当健保所属の場合は添付不要