

しぶさわけんぽ

2023
SUMMER

No.230



島根県 出雲の海岸線と青空 / 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・所属部署など）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 本年度は、胃部X線（デジタル）検査は実施しません。なお、今回初めて健診を受ける方および35歳になる方は、ABC検査を実施します。
- ⑦ 新型コロナウイルス感染症予防のため、当日の健康状態によりましては健診が受けられない場合があります。

胃部X線検査の変更について

2022年度より胃部X線検査は2年に1度の実施に変更しました。2023年度は実施しませんが、気になる症状があれば、医療機関で受診していただくことをお勧めします。



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。

◎ 澁澤健康保険組合 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
8:20~10:30	東京都板橋区高島平6-1-7 (東京団地倉庫内)	03-3975-7481	江藤/岩田
14:00~16:00	埼玉県深谷市白草台2909-58	048-583-7722	神坐/杉田
8:00~9:00	群馬県藤岡市森新田669-1	0274-50-9788	山中
11:00~12:00	群馬県邑楽郡邑楽町大字中野3404	0276-88-6628	高津
8:00~9:30	栃木県芳賀郡芳賀町芳賀台5-2	028-677-4522	阿保/海賀
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
8:00~9:30	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
11:30~12:30	神奈川県川崎市宮前区犬蔵3-14-17	044-976-3371	白壁/高見澤
8:30~11:00	東京都大田区東海4-8-18	03-3790-5072	門井
8:00~11:00	大阪府大阪市港区築港4-1-11	06-6573-9100	大門/松浦/橋本
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/橋本/片原田/宮野/澄川
7:30~10:30	兵庫県神戸市中央区港島1-5-8	078-940-6008	山本/橋本/片原田/宮野/澄川
8:00~9:00	大阪府大阪市城東区今福東1-2-24	06-6939-7171	安村
10:30~12:00 13:30~15:30	大阪府茨木市西河原北町6-15	072-622-5531	前田/林
8:00~10:30	愛知県小牧市入鹿出新田822	0568-76-4597 052-659-3871	番場/大藤/上田/ 佐々木/加藤/佐藤/桶本
7:00~9:30	愛知県小牧市入鹿出新田822	0568-76-4597 052-659-3871	番場/大藤/上田/ 佐々木/加藤/佐藤/桶本
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/緒方/鈴木若
8:00~11:00	東京都江東区永代2-37-28	03-5646-7496	鈴木美/緒方/鈴木若
8:00~11:00	東京都江東区永代2-37-28	03-5646-7496	鈴木美/緒方/鈴木若
8:00~11:00	神奈川県横浜市神奈川区恵比須町1	045-441-7931	井上/奥野/千葉
8:00~9:30	千葉県松戸市総台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	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

健診実施場所	電話番号	連絡責任者
福岡県糟屋郡新宮町下府2-9-26	092-622-0398	高岡/吉良山
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	田中/斎藤
兵庫県加古川市神野町石守50	079-429-2525	岡本
福岡県北九州市門司区大字畑1423-10	093-481-3225	藤森
山口県防府市新築地町15-7	0836-31-2555	副島/安達
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

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。

2023年度

巡回人間ドック

各事業主からの委託を受けて、
以下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。その際、事前に配布された受診票を持参し、受付に提出してください。
- ②受診票は、問診欄（A～F）を記入のうえ受診時に受付に提出してください。なお、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られますので必ずご確認ください。**

2023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
5/15 月	板橋E*システム物流	板橋営業所
5/15 月	埼玉E*埼玉T	埼玉営業所
5/16 火	藤岡E	藤岡営業所
5/16 火	群馬T	群馬ターミナル
5/17 水	栃木E*栃木T	栃木営業所
5/18 木	京葉配送E*千葉T	京葉配送営業所
5/22 月	横浜支店*横浜港E*山下E*大黒E*システム物流	横浜支店
5/22 月	神奈川T	神奈川ターミナル
5/23 火	東京港E	東京港営業所
5/26 金	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
5/27 土	近江E*滋賀T*オーミパッケージ	近江営業所
5/29 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 ●男性優先日（男性終了後、女性が受診）	神戸支店
5/30 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 ●女性優先日（女性終了後、男性が受診）	神戸支店
5/31 水	城東E*金本荷役	城東営業所
5/31 水	茨木E*大阪T*金本荷役	茨木営業所
6/1 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
6/2 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
6/3 土	三重E*三重T	三重営業所
6/6 火	本店地区 各部*営業所*関係会社他 ●男性優先日（女性対象検査実施有）	澁澤シテイブレイス永代（1F会議室）
6/7 水	本店地区 各部*営業所*関係会社他 ●女性優先日（女性終了後、男性が受診）	澁澤シテイブレイス永代（1F会議室）
6/8 木	本店地区 各部*営業所*関係会社他 ●男性優先日（女性対象検査実施有）	澁澤シテイブレイス永代（1F会議室）
6/9 金	恵比須町E*大黒E*横浜T*システム物流	恵比須町営業所
6/14 水	松戸E*システム物流	松戸営業所
6/14 水	三郷E*システム物流	三郷営業所
6/15 木	千葉港E*千葉T	千葉港営業所
6/15 木	京葉配送E（西浦倉庫）	西浦倉庫

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
6/19 月	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	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
6月実施予定	加古川E	加古川総合保健センター
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
7/14 金	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
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。注2 実施月日は変更

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。
今年度も、新型コロナウイルス感染防止対策を徹底し、実施させていただきます。
2023年度健康診断は、5月15日より開始いたします。

昨年度より、胃の健診は2年に1度の実施に変更となりました。本年は、胃の健診は実施しません。

今年度より、女性を対象に2年に1度、乳がん検診を実施することになりました。
詳細につきましては5ページをご参照ください。

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 「特定健診」
診察・問診	○	○	○
身長・体重	○	○	○
血圧	○	○	○
視力	○	○	×
聴力	○	×	×
尿検査	○	○	○（主要項目のみ）
血液検査	○	○	○（主要項目のみ）
胸部X線	○	○	×
胃部X線	×	×	×
腹囲	○	○（30歳以上）	○
心電図	○	○（30歳以上）	医師の判断で実施
便潜血	○（35歳以上）	○（30歳以上）	×
子宮頸部細胞診	○	○（20歳以上）	×
乳がん検査	○	○	×
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



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）が対応いたします。

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。

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

澁澤健保



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。

日程	5/15～6/15 (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。新型コロナウイルス感染症予防のため、①「巡回人間ドック健康診断」での受診をご遠慮いただいております。

日程	5月～11月
実施場所	首都圏64会場、地方都市118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。



「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。

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。各自で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。

乳がん検診について

乳がんは定期的 (1～2年に1度) に検診を受けることで
がんの早期発見につながりやすく治療率も高くなります

(国の指針)

- ・対象は40歳以上
- ・問診や乳房X線検査 (マンモグラフィー)

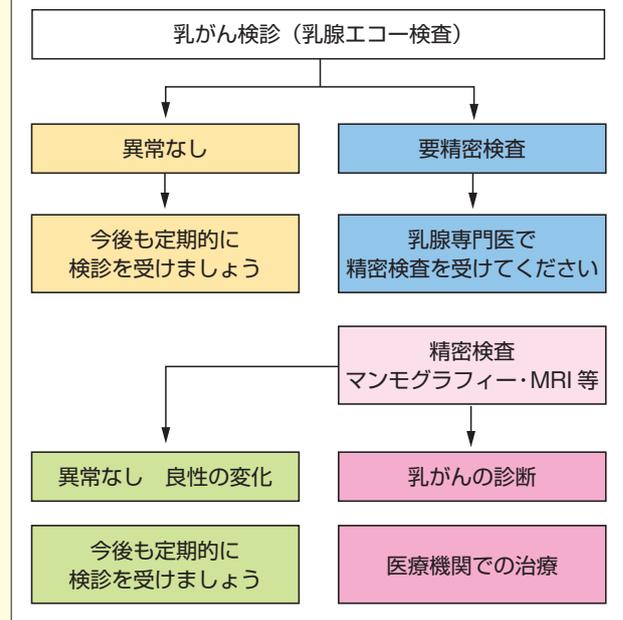
ただし、乳腺の密度が高い40歳代は検査の精度が低くなるという問題点もあり、超音波検査を組み合わせることでがんの発見率が上昇するという報告もあります。

今回、澁澤健保では身体への影響が少ない超音波 (乳腺エコー) 検査を女性 (全年齢) の希望者を対象に実施することになりました (被扶養者も同様)。

2年に1度の検査になりますので、乳腺エコー検査を実施しない年はなるべくお住まいの区市町村が実施する乳房X線検査 (マンモグラフィー) を受けることをお勧めします。



澁澤グループ乳がん検診の流れ



今

日

も

笑

顔

で

高座に上がるだけで人柄の良さがにじみ出る
“かわいいおばあちゃん落語家”になりたい！



蝶花楼 桃花

さん

● 落語家

蝶花楼

笑いが一番♡

ちょうかろう ももか／東京生まれ。2006年、春風亭小朝に入門し、二ツ目・春風亭ぴっかり☆時代に浅草芸能大賞新人賞を受賞。2022年3月、真打に昇進し、高座名を蝶花楼桃花に改める。以後は落語活動を中心にテレビやラジオにも出演するなど幅広く活躍している。公式サイトは<https://momoka.club>

前座修業を終えて二ツ目に昇進したころ、一人前の落語家として認められた喜びから、お仕事を何でもお引き受けして休みなく頑張っていたら、体調を崩して倒れたことがありました。その時はたくさんの人に迷惑をお掛けして、深く反省。それ以降は仕事量の調整や、メンタル面のケアの大切さを真剣に考えるようになりました。

今の生活に一番いい影響を与えているのは、朝と夜に必ず湯船に漬かること。夜の入浴は体の疲れが取れるし、精神的にリラックスできて、時間があるときはお風呂場で大好きな任侠映画（にんきやう）を見ることが多い。朝の入浴は、頭と体がゆっくりと目覚めていくのを感じつつ、その日にやることを考えたり、仕事のメールを返したりしています。浴室が仕事の準備をする場のようになりますが、とても意義のある時間です。湯船から出て着物を着たら「よし！」と、気持ちがおんになって、一日のいいスタートを切れます。

落語界には、80歳を過ぎても元気に高座に上がる師匠がたくさんいらっしゃいます。そのお姿を拝見するたびに、健康に長生きするというのも一つの芸なんだなと思います。私も、高座に上がっただけで、それまで積み上げてきた人生が見えるような、人柄の良さがにじみ出るような、かわいいおばあちゃん落語家になりたいと思っています。