

けんぽだより

No.144 2020.winter



けんこう、えがお。



トヨタ紡織健康保険組合

いちご狩りに行こう!

⇒P12

パパさん

元気

花

CONTENTS

- P 2 令和2年 健保の展望
- P 3 2019年度版 健康スコアリングレポート
- P 4 脂質異常症を放っておくとどうなるの?
- P 6 家ジム おうちでちゃんと運動
- P 7 元気のもとは食事から!
- P 8 設立70周年記念事業
- P 9 保健事業のご案内
- P10 被扶養者の認定要件に「国内居住」が加わります/
健保組合から受診をおすすめる手紙が届きます
- P11 テーマパークを歩こう!! IN東山動植物園/
けんぽれんあいち健康ウォーク 報告
- P12 いちご狩り/オテル・ド・マロニエ/リゾートトラスト 案内



ハッピー

ママさん



ご家庭に持ち帰って
みんなで
読んでね!

「2022年危機」を前に、歳出削減が喫緊の課題

国際医療福祉大学大学院教授 水巻 中正

医療費負担の抜本的構造改革が求められる

団塊の世代の後期高齢者への移行が迫り、国民医療費はさらに膨張して、令和2年の健康保険組合を取り巻く環境は一段と厳しさを増しています。試算※1によると、医療・介護・年金を合わせた社会保険料率は、令和4(2022)年に初めて30%(労使合計)を超える見通しで、現役世代の負担は限界に達しています。

厚生労働省の調べでは、平成30年度の概算医療費は42.6兆円で、前年度に比べ0.8%増えました。増加は2年連続で、過去最高を更新しています。一方、介護費用は平成31年度の予算ベースで11.7兆円に達し、制度が創設された平成12年度の3倍以上となっています。65歳以上の高齢者が支払う介護保険料は全国平均で月5,869円と平成12年度の約2倍に増加し、40～64歳の保険料も上昇傾向が続きます。加えて、65歳以上の高齢者にかかる医療費をまかなうための拠出金は約3兆円を超え、赤字組合数は856組合と全組合の6割を超えている状況※2です。「現行の医療費負担の構造を根本から改革しなければ、健保組合そのものが壊滅しかねない」(健保連幹部)事態に追い込まれています。

※1 出典・健康保険組合連合会『今、必要な医療保険の重点施策』

※2 出典・健康保険組合連合会『2019年度健康保険組合予算早期集計結果と「2022年危機」に向けた見直し等について』

消費税増税で社会保障は充実するのか

こうした危機的状況のなか、健保連は令和2年度診療報酬改定に向けた独自の政策を発表、後期高齢者の患者負担の引き上げ(原則1割から2割へ)、市販品で代替可能な花粉症などの薬剤給付の制限などを政府に求めました。いわゆる「2022年危機」を訴え、給付と負担のバランスの見直しを迫ったのです。歳出削減は喫緊の課題といえます。

懸案だった消費税率は令和元年10月、8%から10%に引き上げられました。増税による増収分は約5.7兆円が見込まれ、うち、借金返済と軽減税率導入による減収が合わせて2.9兆円。残りの約1.7兆円が幼児教育・保育の無償化、高等教育の無償化などに充てられ、約1.1兆円が社会保障の充実費(年金生活者支援給付金制度の開始)となっています。全世代型社会保障が提唱されているものの、高齢者医療制度の構造改革などに伴う財源確保策は不透明です。

わが国の100歳以上高齢者は7万人を超えました(令和元年9月15日)。健康寿命との隔たりは大きいとはいえ、今後さらに増えるだろうと見込まれています。働き方改革と健保組合の活性化、そして企業による健康経営の推進、拡大はますます重要になっています。

(注)掲載内容については、令和元年10月15日現在の情勢に基づき構成しています。

公告 令和2年1月

トヨタ紡織健康保険組合 理事長 渡辺 秀彦

健康保険法第47条第2項の規定による任意継続被保険者の標準報酬月額を次の通り公告する。

標準報酬月額 410,000円

平均標準報酬月額 397,955円

(自)令和2年4月1日 (至)令和3年3月31日

組合会議員・役員 就退任のお知らせ

下記の通り、議員・役員について異動がありましたので、お知らせします。

議員	互選議員	就任	退任
		影山 純一 林 兼央 山内 良明 木全 啓介	小澤 仁和 古賀 義将 宮本 康次郎 杉下 和孝
役員	互選理事	影山 純一 中山 真吾	小澤 仁和 杉下 和孝
	互選監事	田中 井	中山 真吾

(就任日/令和元年10月1日 任期/令和3年5月23日まで)

2019年度版 「健康スコアリングレポート」でトヨタ紡織健保の健康課題が明らかに!

「健康スコアリングレポート」とは、加入者の健康状態や、健康づくりの取り組み状況を、全健保組合平均や業態平均などと比較して「見える化」した、「健康の通信簿」です。健保組合では、この情報を事業主と共有し、疾病予防・健康づくりの取り組みに活用していきます。

※本レポートは厚生労働省、経済産業省、日本健康会議が協働して作成したもので、すべての健保組合に通知されています。

※本レポートは2015～2017年度のデータに基づいて作成されています。

顔マークの見方

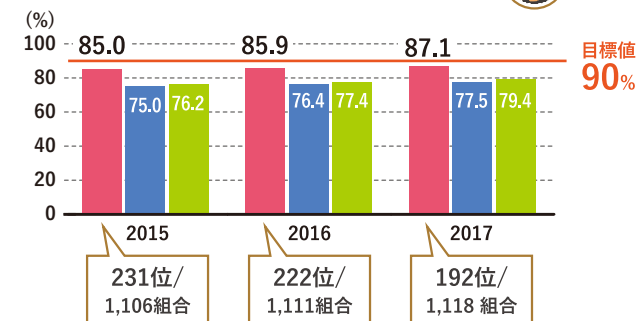
全健保組合平均を100とした際の各組合の相対値を高い順に5等分し、「良好😊」から「不良😞」の5段階で表記しています。

良好 ← 中央値と同程度 → 不良

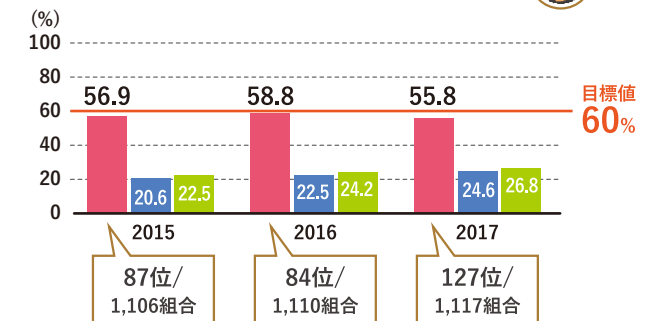
① 特定健診・特定保健指導 目標値まであと少し! 被扶養者の実施状況 が課題

単一 組合順位 115位/1,117組合 全組合順位 140位/1,372組合

特定健診の実施率

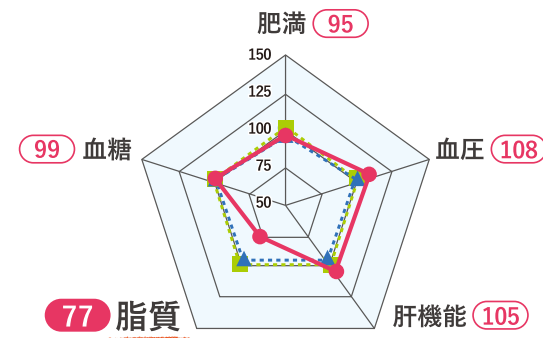


特定保健指導の実施率



② 健康状況 脂質リスクが課題!

当組合 業態平均 全組合平均

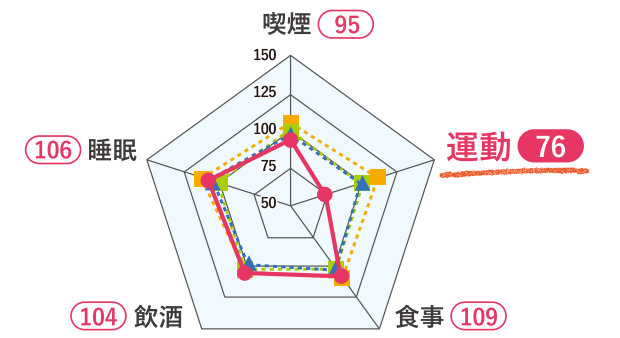


[全組合平均:100] ※数値が高いほど、良好な状態

※2017年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

③ 生活習慣 運動不足が課題!

当組合 業態平均 全組合平均 上位10%



[全組合平均:100] ※数値が高いほど、良好な状態

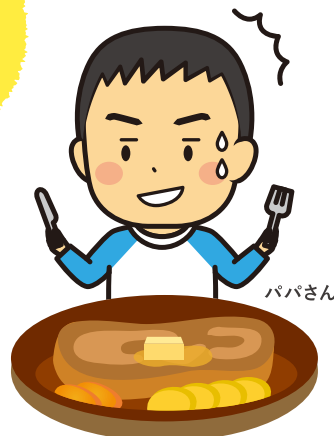
※2017年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。
※生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。
※上位10%は業態ごとの上位10%の平均値を表す。ただし、業態内の組合数が20以下の場合は全組合の上位10%の平均値を表示。



健診を必ず受け、生活習慣改善を

P4~P7を
要チェック!

脂質異常症を？ 放っておくとどうなるの？



健診で「脂質異常症」と判定されたのに放置したまましていると、
自覚症状がほとんどないまま動脈硬化が進行します。

そして、ある日突然、心筋梗塞や脳卒中など命にかかわる病気を発症するリスクが高くなってしまいます。

パパさんのケース

健診後早めに 改善策をとった場合

と 放置した場合

40歳

特定健診を受けたところ、中性脂肪とLDLコレステロールが少し高く、
脂質代謝の項目で「**要経過観察**」と判定される。

症状は
何もないけど…

これまで脂質異常症の原因となる不健康な生活習慣を続けてきました

- 油っこい料理や甘いものが好き
- デスクワークで運動習慣はない
- お酒を毎晩飲む
- たばこを吸う



この検査数値が **アブナイ!**

特定健診で、次のような検査数値となったら要注意です。
健診結果に従い、保健指導や医療機関を受診するようにしましょう。

高いと
アブナイ!

LDLコレステロール

いわゆる **悪玉** コレステロール

保健指導判定値 **120** mg/dL以上

保健指導を
受けましょう

受診勧奨判定値 **140** mg/dL以上

お医者さんに
かかりましょう

低いと
アブナイ!

HDLコレステロール

いわゆる **善玉** コレステロール

保健指導判定値

39 mg/dL以下

保健指導を
受けましょう

受診勧奨判定値

34 mg/dL以下

お医者さんに
かかりましょう

高いと
アブナイ!

中性脂肪

トリグリセリド

保健指導判定値 **150** mg/dL以上

保健指導を
受けましょう

受診勧奨判定値 **300** mg/dL以上

お医者さんに
かかりましょう

高いと
アブナイ!

non-HDLコレステロール

保健指導判定値

150 mg/dL以上

保健指導を
受けましょう

受診勧奨判定値

170 mg/dL以上

お医者さんに
かかりましょう

※non-HDLコレステロールとは
総コレステロール値から、HDLコレステ
ロール値を引いた値のこと。中性脂肪
400mg/dL以上や食後採血の場合は、
LDLコレステロールに代わりnon-HDL
コレステロールの判定値を用いることも
可能。

早めに脂質異常症の 改善策をとった 場合

40歳

特定保健指導に参加。脂質異常症と喫煙が動脈硬化
のリスクを高くすると知り、生活習慣の見直しを決意!



脂質や糖質は控えめに

腹八分目を心がけ、脂身の多い肉や油脂分の多い料理
はできるだけ減らしました。お菓子やジュース、お酒など
糖質のとりすぎにも気をつけました。

- 魚を食べる回数を増やす
- 1日3食、規則正しく食べる
- 野菜やきのこなど食物繊維を十分にとる



1日30分の有酸素運動

有酸素運動(ウォーキングやジョギングなど)をなるべく
毎日、少なくとも週3日以上、1日30~60分間、行いました。

- 普段より早く歩く
- できるだけ階段を使う



禁煙する

55歳

脂質異常症を改善して
健康を維持!

41歳の健診では体重が減少し、血中脂
質も改善。42歳の健診でも血中脂質は正
常範囲で安定し、55歳の今も健康を維持
する。

生活習慣改善は
続けることが大切!!



脂質異常症を 放置した場合

45歳

「**要治療**」と判定され、病院を受診。脂質異常症と診断
されるが、自覚症状がないからと生活改善をせず、通院
もやめ、放置する。

不健康な生活習慣を継続

禁煙や食生活と運動不足の改善、薬物療法等で血中
脂質を管理しなかったため、症状はとくに現れないが、
体の中では動脈硬化が進行。

- おなかいっぱい食べる
- 階段よりエスカレーター
- 食べるのが早い
- 積極的に歩かない
- 野菜が少なく、油脂分の
多い食事
- 喫煙を続ける

55歳

命にかかわる病気を発症!

55歳、出勤途中に胸が締め付けられる
痛みが出て、救急車で運ばれ、心筋梗塞
と診断される。

あのとき改善して
おけば…



改善せずに放置!

10年後

若いうちから狭心症や心筋梗塞のリスク大 家族性高コレステロール血症(FH)とは?

「家族性高コレステロール血症(以下FH)」は、LDLコレ
ステロール値が遺伝的原因で異常に高くなり、治療せずに
放置すると、動脈硬化が全身に進行する怖い病気です。
FHが疑われる目安は次のとおりです。当てはまったら
絶対に放置せず、専門医を早く受診し、治療することが
必要です。

- 未治療時のLDLコレステロール値が180mg/dL以上
- 手、足(とくにアキレス腱)などに「黄色腫(黄色いしこり)」がある
- 家族(2親等以内)にFHの人、または若年で狭心症や心筋梗塞を
発症した人がいる

2項目以上に✓がついたら、循環器内科などの専門医を受診
※当てはまる項目が1つのみでも、FHを疑う可能性があります。

黄色腫



有酸素運動で体脂肪を燃やす

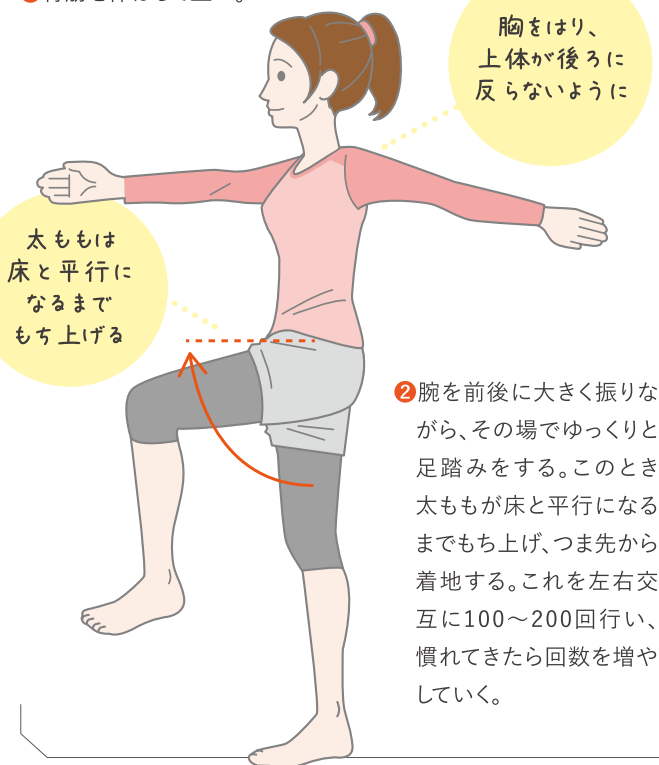
おなかや下半身についた脂肪を減らすには有酸素運動が効果的。有酸素運動は屋外でウォーキングなどを行うのがいちばんですが、家の中でも行うことができ、筋トレの動作をプラスした有酸素運動なら短時間でも脂肪燃焼効果が得られます。

ポイント

- 深い呼吸で酸素を十分にとり入れながら行う。
- 正しいフォームで行う。
- ややキツイぐらいの強度がベスト。

〈太もも上げ運動〉

①背筋を伸ばして立つ。



②腕を前後に大きく振りながら、その場でゆっくりと足踏みをする。このとき太ももが床と平行になるまでもち上げ、つま先から着地する。これを左右交互に100～200回行い、慣れてきたら回数を増やしていく。

〈体ねじり運動〉

①両足を肩幅ぐらいに開いて立ち、背筋を伸ばす。



②左ひざを右ひじにつけるように引き上げて上体をねじり、①の姿勢に戻す。次に右ひざを左ひじにつけるように引き上げて上体をねじり、①の姿勢に戻す。これを左右交互にテンポよく20～30回行う。

おうちの外でもちゃんと運動

ウォーキングはよいフォームを意識しよう

ウォーキングは手軽で効果的な運動ですが、よいフォームで歩くと効果はさらにアップ！
ポイントは「姿勢」「腕の振り」「着地」の3つです。

よいフォームで歩くと、いいこといっぱい

- 健康効果を得やすい
- 疲れにくい
- けがや故障をしにくい



元気のモトは食事から！

きのこたっぷりピリ辛豆腐



料理制作 / 柴田真希(管理栄養士) 撮影 / 花田真知子 スタyling / 佐藤絵理

材料(2人分)

木綿豆腐	1丁(300g)
長ねぎ	約1/2本(50g)
にら	4本(30g)
きのこ(しいたけ、しめじ、まいたけ)	...あわせて100g
ごま油	大さじ1/2
にんにく	1/2かけ(みじん切り)
鶏ひき肉	80g
味噌	大さじ1
砂糖	小さじ1
豆板醤	小さじ1
だし汁	200cc
水溶き片栗粉	片栗粉大さじ1/2+水大さじ1

作り方

- ①木綿豆腐は2cm角に切り、1～2分湯通したら、ザルに上げて水切りをする。長ねぎはみじん切り、にらはざく切りにする。しいたけは軸を切って薄切りに、しめじは石づきを切って手でほぐし、まいたけは手でほぐす。
- ②フライパンに[A]を入れて中火にかける。にんにくの香りがたったら鶏ひき肉を加えて中火で炒め、火が通ったら、長ねぎときのこを入れる。
- ③②に木綿豆腐、にら、混ぜ合わせておいた[B]の順に加え、中火で3分ほど煮込んでから、水溶き片栗粉を回し入れ、最後に強火にして全体をゆっくりかき回してとろみをつける。
- ④器に盛り付ける。



きのこ類は食物繊維が豊富で低カロリーな食材。食物繊維にはコレステロールの排出を促す作用や、腸内環境を整える働きがあります。きのこのうま味のもと、グルタミン酸やグアニル酸。数種類加えとうま味も増します。

食事で血管の健康を保とう！

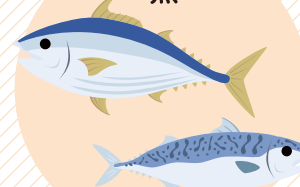
血中のコレステロールや中性脂肪値が気になるときは、次の食材がおすすめ。動脈硬化の予防効果が期待できます。食事で積極的にとりましょう。

きのこ類、海藻や緑黄色野菜



- 食物繊維が多く、体内のコレステロールの吸収が抑えられ、排泄が促される
- 緑黄色野菜に含まれる抗酸化作用成分が、LDLコレステロールの酸化を抑える

魚



- オメガ3脂肪酸を含み、LDLコレステロールや中性脂肪を減らす

良質の油



- エゴマ油、アマニ油は中性脂肪を減らす

大豆、大豆製品



- 大豆たんぱくはLDLコレステロールを減らす
- 大豆イソフラボンがLDLコレステロールや中性脂肪を減らす



ケンボクン

けんこう、えがお。

トヨタ紡織健康保険組合

設立70周年 記念事業を実施!!



スマイルさん

トヨタ紡織健保では、設立70周年の節目を迎え、次の記念事業を実施しています。これからも、みなさんの健康をサポートしてまいりますので、ご協力をお願いします!

4月~7月

春の90日間チャレンジウォーク

～社会貢献と健康づくり～

中日新聞社会事業団へ寄付金を贈呈しました

実施内容

- 4月～7月の間に90日間継続してウォーキングし、合計60万歩以上をめざす
- 上記のウォーキングキャンペーンと連動した寄付活動を行う

寄付方法

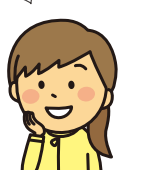
- ① 参加者全員の総歩数に応じて寄付(1,000歩で1円)
- ② 参加者の任意により、景品相当の金額を寄付(達成者500円、未達成者200円)

総歩数	545,196,236歩
参加人数	715名
寄付額	592,296円

参加者の声

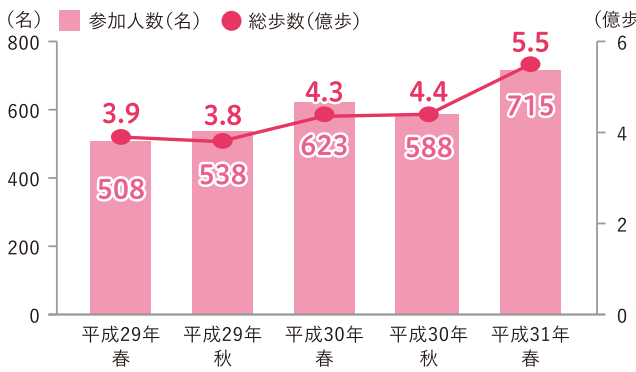


体調管理と社会貢献が同時にできてよかった



この1歩が社会貢献になるのならば!と思い、いつもより多く歩きました

参加人数と総歩数の推移



年次	参加人数(名)	総歩数(億歩)
平成29年 春	508	3.9
平成29年 秋	538	3.8
平成30年 春	623	4.3
平成30年 秋	588	4.4
平成31年 春	715	5.5

▲トヨタ紡織健保 渡辺理事長(右)と野々山常務理事(中央)

1月(予定)

ホームページをリニューアル

～デザイン一新、セキュリティを強化～

トヨタ紡織健康保険組合

🔍 検索



最新ニュースはここから

健保組合からの情報や健康情報をタイムリーにお届けします

ワンクリックで情報ゲット

健康保険のこと、健康づくりのこと、すぐに情報が手に入ります

知りたいことへアクセス楽々

ライフシーンやキーワードを示したわかりやすいイラストが情報への入口になっています

もちろん、スマートフォンなどモバイル端末にも完全対応!



保健事業のご案内



つよい子になるぞ!! キャンペーン

アンケートの提出締切 **1月31日(金)**

「つよい子賞」をもらおう!

キャンペーン終了(12月31日(火))後、案内に同封のアンケートを提出された方に、「つよい子賞」をプレゼントします。

キャンペーンの流れ

対象者全員にパンフレット配付
対象: 1歳～9歳(小学3年生以下)

キャンペーン終了後
アンケートを提出

アンケート提出者に
「つよい子賞」
プレゼント!



インフルエンザ予防接種費用補助

補助金の申請締切 **2月14日(金) 必着**

予防接種はお済みですか?

令和元年度インフルエンザ予防接種費用の補助は1月31日(金)までの接種が対象です。まだ受けていない方はお早めに!



補助対象者	接種日に1歳以上64歳以下の本人(被保険者)・家族(被扶養者)
補助金	2,000円/1人 ※接種費用が2,000円未満の場合は実費を補助
補助回数	1回/1人 ※2回接種の場合も1回分のみ
接種期間	令和元年10月1日(火)～令和2年1月31日(金)
問い合わせ先	トヨタ紡織健康保険組合 担当:伊藤・大草・岡部 TEL 0566-26-0305 (内線 811-3051)



秋の90日間チャレンジウォーク

記録表などの提出締切 **2月14日(金)**

けんこう、えがお。

70th Anniversary

90日間で60万歩以上歩いた方に、QUOカードをプレゼント!

さらに **抽選で10名様に記念品を進呈!**

本年の「90日間チャレンジウォーク」は、当健保組合の設立70周年事業として開催します。秋の90日間チャレンジウォークは、合計60万歩を達成された方の中から抽選で10名様に、設立70周年の感謝のしるしとしてささやかな記念品をプレゼントします。

参加者は「記録表」とアンケートの提出をお忘れなく!





健康・医療 | 健診結果の疑問 | 育児 | 介護 | メンタルヘルス

トヨタ紡織健保 健康ホットライン

24時間 年中無休 医師・保健師・看護師等の専門家が対応



無料
専用ダイヤル

0120-064-783

携帯電話・PHSからもご利用いただけます

※誰がどのような相談をしたのかといった個人情報に関する内容は、会社・当健保組合は委託会社から一切報告を受けませんので安心してご利用ください。
【業務委託先: ティーベック株式会社(プライバシーマーク認定事業者)】

トヨタ紡織健保 健康ホットライン

Web利用案内

も活用ください!

QRコードからアクセスしよう!



被扶養者の認定要件に「国内居住」が加わります

令和2年4月から被扶養者認定の要件が見直され、被扶養者になれる条件に「国内に住所を有していること」が加わります。このため、被扶養者が国内に居住していない場合は、令和2年4月1日で被扶養者の資格を失いますのでご注意ください。
 なお、下記のケースは例外となります。

- ① 留学する学生
- ② 海外赴任に同行する家族
- ③ 観光・保養やボランティアなど就労以外の目的で、一時的に日本から海外に渡航している人
- ④ 海外赴任中に身分関係が生じ、新たな同行家族とみなすことができる人
- ⑤ その他日本に生活の基礎があると認められる特別な事情があるとして健保組合が判断する人

(例) ワーキングホリデー、青年海外協力隊など

(例) 海外赴任中に生まれた被保険者の子ども、海外赴任中に結婚した被保険者の配偶者など

また、日本国内に住所を有していても、日本に滞在する目的(ビザ)が次の特定活動の人は、被扶養者として行うことができません。

- ① 病院・診療所に入院し、医療を受ける人
- ② ①の日常生活の世話をする人
- ③ 1年を超えない期間、観光・保養を目的として滞在する人



被扶養者の資格を喪失したら、健保組合にすみやかに届け出を!

就職や収入額の超過などで、ご家族が被扶養者資格を喪失したら、5日以内に健保組合へ「被扶養者異動届」の提出と該当者の保険証を返納してください。被扶養者は、保険料の負担なく保険給付などを受けることができますが、この財源はみなさんから納めていただいた保険料です。保険料を適正に使うため、すみやかな申請をお願いいたします。

詳しくは健保ホームページへ

トヨタ紡織健康保険組合

検索

お知らせ

健保組合から受診をおすすめする手紙が届きます

健診の結果、**糖尿病・高血圧症・脂質異常症・腎症**のリスクのある方に情報提供を行っています。
 まだ、医療機関を受診していない方は、医師の診察をお受けください。

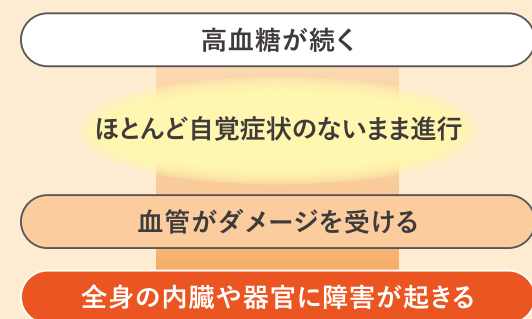
放っておかないで!

生活習慣病で怖いのは合併症です

生活習慣病を改善せずに放置すると、気づかないまま進行し、重大な合併症の発症をまねく危険性が高くなります。



例) “**糖尿病のリスクあり**”を放置すると…



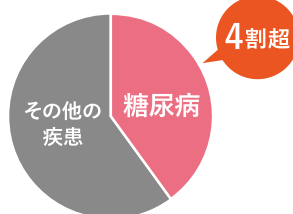
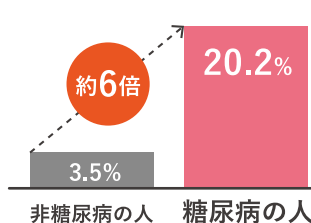
合併症の発症

代表的な合併症

心筋梗塞 脳梗塞 腎症 網膜症 神経障害

■ 心筋梗塞の発症率

■ 人工透析を導入した原因疾患



11/9 (土)

トヨタ紡織健保ほか8健保組合 合同開催

テーマパークを歩こう!! IN 東山動植物園

元気にスタート



秋まつり開催中の園内はとってもにぎやか

間近で見るシマウマに釘付け!

おつかれさまでした!

10/5 (土)

トヨタ紡織健保から79名が参加

2019年秋 けんぽれんあいち 健康ウォーク

歴史と自然にふれよう
ぶらり安城探訪コース(安城市)

- 通常コース(約8.0km)
- カインドリーコース(約4.8km)

スタート

マキタ本社

ゴール

南安城駅



安祥文化のさと



安城市総合運動公園



秋葉公園



大池公園



安城公園

明治水ハカセにのれた!? 「水のかんきょう学習館」

かわいい動物たちに会えました

次回もぜひご参加ください!
★詳しくは追ってご案内いたします。

2020年春 けんぽれんあいち健康ウォーク
開催日/令和2年4月4日(土) 開催地/東海市

参加者全員に
参加賞を進呈!!



お得な契約料金でいちご狩りがお楽しみいただけます。
利用希望者は「契約施設利用補助券申込書」(健保ホームページからダウンロード可)をトヨタ紡織健保に提出し、補助券をお受け取りください。

■みはらしファーム(長野県伊那市) ★時間無制限食べ放題

	期間	一般料金	契約料金
小学生以上	1月1日～1月31日	1,900円	1,410円
	2月1日～3月31日	1,700円	1,230円
	4月1日～5月10日	1,500円	1,050円
	5月11日～6月上旬	1,200円	780円
3歳以上 小学生未満	1月1日～3月31日	1,200円	780円
	4月1日～6月上旬	1,000円	600円

■平松観光アグリ浜名湖(静岡県浜松市) ★30分間食べ放題

	期間	一般料金	契約料金
小学生以上	12月15日～1月5日	1,800円	1,350円
	1月6日～3月31日	1,600円	1,100円
	4月1日～5月上旬	1,200円	700円
3歳以上 小学生未満	12月15日～1月5日	1,600円	1,200円
	1月6日～3月31日	1,400円	950円
	4月1日～5月上旬	1,000円	550円

契約保養所のご案内

利用方法等詳細は健保ホームページをご覧ください。

天然温泉付会員制リゾートホテル オテル・ド・マロニエのご案内

オテル・ド・マロニエ

湯の山温泉 限定プラン

期間: 令和2年1月5日(日)～3月31日(火)

※除外日(休館日): 2月3日～6日



写真はイメージです。

紅ずわい蟹1杯プラン

お一人様
1泊2食

9,000円

全日同料金 (曜日による割増なし)

*表示料金はサ込・税別・入湯税別、1泊2食付です。
*ご予約は2名以上にてお願いいたします。



オテル・ド・マロニエ
湯の山温泉

三重県三重郡菟野町
菟野湯の山8563
TEL 059-392-3210



<http://marronnier.info/form>

マロニエ企業限定プラン

検索

ご予約は
専用フォームが便利!

リゾートトラストのご案内

おすすめプラン選択で 簡単予約!

インターネット予約システムをお使いになると、福利厚生施設「エクシブ」のご予約がより簡単に行えるようになりました。

リゾートトラスト 法人予約

検索

ログインID : tbh00001
パスワード : 06230692



現在、3ヵ月先のご予約をインターネットより直接行うことができます! (対象プラン:「エクシブ満喫プラン」)
詳しくはログイン後のインフォメーション画面をご一読ください。

エクシブ湯河原離宮 エントランスロビー

トヨタ紡織健康保険組合

〒448-8651 愛知県刈谷市豊田町1丁目1番地
TEL 0566-26-0305 FAX 0566-26-0424

健保ホームページもご覧ください。

トヨタ紡織健康保険組合

検索

<http://www.tb-kenpo.or.jp/>