

けんぽだより

No.154 2023.spring



CONTENTS

- P 2 2023年度 予算が決まりました
- P 3 「健康経営優良法人」に認定!
- P 4 トヨタ紡織健保の健康づくり事業
- P 8 特集 ケンポくんの大腸がん検診体験記
- P10 マイナ保険証を利用しましょう
- P11 野菜をおいしく食べるデリ風ごはん/
家ジム おうちでちゃんと運動
- P12 エクシブ/オテル・ド・マロニエ

「けんぽチャレンジウオーク」
エントリーはお早めに!!
→ P7

そろそろ受けない?
がん検診
→ P5、P8 ~ P9



パパさん



花



元気



ママさん



ハッピー

ご家庭に持ち帰って
みんなで
読んでね!

2023年度

予算が決まりました

トヨタ紡織健保の2023年度の予算が、2月13日の組合会にて、下記のとおり可決・承認されました。

健康保険

POINT

支出に対する収入の
不足分が大幅に
増加する見込み
不足分は別途積立金
からの繰入で補てん

POINT

被保険者数、標準報酬の
増加にともない
健康保険料が増加する
見込み

予算編成の基礎数値

●被保険者数	15,250人
男	12,623人
女	2,627人
●平均標準報酬月額	382,021円
●前期高齢者加入率	0.69%
●保険料率	8.80%
事業主	5.28%
被保険者	3.52%



ケンボクン

トヨタ紡織健保の事業を健康づくりにお役立ていただき、
医療費節減にご協力を!!

P4へ

介護保険

予算編成の基礎数値

●第2号被保険者数	9,976人
●第2号被保険者たる被保険者数	7,937人
●特定被保険者数	296人
●平均標準報酬月額	441,788円
●保険料率	1.70%
事業主	0.85%
被保険者	0.85%



スマイルさん

収入
94.1 億円

繰入金 13.0 億円

その他 2.2 億円

みなさんと会社から
納めていただきます

健康保険料
78.9 億円

支出
94.1 億円

その他 5.2 億円

高齢者医療のため
国へ納めます
(義務的納付金)

納付金 34.2 億円

(前期高齢者納付金 12.9 億円
後期高齢者支援金 21.3 億円)

みなさんご家族の
医療費や出産・休業の
手当金などに使います

保険給付費
52.2 億円

健診や健康づくり事業に
使います
保健事業費
2.5 億円

POINT

2022年度に
前期高齢者納付金が
一時的に減少した反動や、
団塊の世代の高齢化による
後期高齢者支援金の
増加などで納付金急増の
見込み

2年後には
団塊の世代すべてが
後期高齢者(75歳以上)
となり、さらなる
納付金負担の増加が
見込まれます。



パパさんが行く!

2023年3月 トヨタ紡織健保の加入事業所が

「健康経営優良法人」に認定!

2023年3月8日(水)
健康経営優良法人
2023
認定法人公表

とくに優良な健康経営※を
実践している法人を国(経済産業省)と
日本健康会議が認定・顕彰する
制度だっけ?

業績向上

そう! 生産性向上や
企業のイメージアップ、
業績向上に
つながるから
従業員にとっても
うれしいことだね

健康経営優良法人2023 認定事業所

トヨタ紡織健保の加入事業所からは
次の12法人が認定されました

大規模法人部門 ホワイト500



●トヨタ紡織株式会社

大規模法人部門



●トヨタ紡織九州株式会社
●トヨタ紡織東北株式会社

中小規模法人部門



- TBロジスティクス株式会社
- 株式会社TBテクノグリーン
- アラコ株式会社
- TBコーポレートサービス株式会社
- 株式会社TBエンジニアリング
- トヨタ紡織滋賀株式会社
- TBソーテック東北株式会社
- TBカワシマ株式会社
- トヨタ紡織健康保険組合

TBロジスティクス(株)は
今回が初めての
認定です!



※健康経営とは、会社が健保組合とコラボして、従業員とその家族の健康づくり事業や労働環境の整備を行い、互いの利益につながる取り組みのこと。
※健康経営は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



新型コロナウイルス感染拡大の状況をふまえて、事業が中止となる場合がございます。
中止が決定しましたらホームページなどでお知らせいたします。

		対象年齢	対象者	ページ	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3月
女性の健診	特定健診・特定保健指導	40～74	任 家	4	通年											
	全豊田巡回健診(東海3県+静岡県の一部)	30以上	任 家 女	4												
	共同巡回健診(東北)	30以上	任 家 女	4												
	共同巡回健診(九州 他)	30以上	任 家 女	4												
	全国巡回健診(上記以外)	30以上	任 家 女	4												
	女性スマート健診(巡回健診)(東海3県)	30以上	任 家 女	4												
男性の健診	人間ドック	30以上	本 任 家	5	通年											
	特定健診・特定保健指導	40～74	任 家	4	通年											
	巡回健診(男性健診)(愛知県)	30以上	任 家 男	4												
がん検診	人間ドック	30以上	本 任 家	5	通年											
	大腸がん検診	30以上	本 任 家	5	定期健診、巡回健診、人間ドック受診時または医療機関で随時											
	胃がん検診	30以上	本 任 家	5	定期健診、巡回健診、人間ドック受診時または医療機関で随時											
	前立腺がん検診	50以上	本 任 家 男	5	定期健診、巡回健診、人間ドック受診時または医療機関で随時											
	乳がん検診	30以上	本 任 家 女	5	巡回健診、人間ドック受診時または医療機関で随時											
専門ドック	子宮頸がん検診	20以上	本 任 家 女	5	巡回健診、人間ドック受診時または医療機関で随時											
	脳ドック	40以上	本 任 家	6	通年(補助は2年に1回)											
歯科健診	肺ドック	40以上	本 任 家	6	通年(補助は2年に1回)											
	診療所歯科健診		本 任 家	6	通年											
	歯ッピー健診		本 任 家	6												
	ファミリー歯科健診		本 任 家	6												

本: 本人(被保険者) 任: 任意継続被保険者 家: 家族(被扶養者) 女: 女性限定 男: 男性限定

健診を受けよう

①～③いずれかを同年度内に1回補助

①～③の健診の結果、生活習慣病のリスクが高い40歳以上の方は、「特定保健指導」の対象となります。対象の方には健診機関やトヨタ紡織健保の委託業者よりご連絡いたします。

1 特定健診

全額補助

対 象 40歳～74歳の任継・家族

時 期 通年

内 容 ●ご希望の日にて近隣の医療機関やかかりつけ医に直接予約し、トヨタ紡織健保にご連絡ください。

●契約医療機関※で受診する場合は受診券をお渡しします。当日医療機関の窓口で受診券を提出すると、費用の支払いはありません。

※集合契約になっている全国49,200の医療機関。



2 地域巡回健診

基本項目を全額補助

対 象 30歳以上の任継・家族

時 期 ●愛知県・三重県・岐阜県・静岡県の一部(女性)
前期…4月～8月 後期…10月～翌2月

●上記以外の地域(女性)
前期…7月～9月 後期…1月～3月

●男性は愛知県のみで7月に実施

内 容 ●対象者のご自宅へ案内を送付します。
●Webまたはハガキでお申し込みください。
●オプション検査もあります。(費用は自己負担)
●子宮頸がん検査は20歳台の方も受診できます。(トヨタ紡織健保へ申込書を提出)

3 人間ドック

対 象 30歳以上の本人・任継・家族

時 期 通年

補助額 上限26,400円

※契約医療機関は
健保ホームページをご覧ください。



受診方法

【契約医療機関で受診する場合】

①受診者が医療機関に予約をする

➡「トヨタ紡織健康保険組合の人間ドック希望」と伝え、希望する場合は追加オプションをお申し込みください。

②「契約医療機関人間ドック受診申込書」を記入し、写しをトヨタ紡織健保へ提出する

③受診日当日に健保補助額との差額分を窓口で支払う
※受診日当日は②の原本を必ず医療機関へ提出ください。

次の項目は全額補助の対象です。

- 乳がん(超音波)…30歳～39歳の女性
- 乳がん(マンモグラフィ)…40歳以上の女性
- 子宮頸がん(細胞診)…30歳以上の女性
- 前立腺がん(PSA)…50歳以上の男性

※乳がん検査を両方受診する場合は、片方が自己負担となります。



【契約外医療機関で受診する場合】

①受診者が医療機関に予約をする

②「人間ドック補助利用申込書」を記入し、原本をトヨタ紡織健保へ提出する

③受診日当日に医療機関の窓口で全額を支払う
※必ず領収明細書をお受け取りください。

④トヨタ紡織健保に補助金を請求する
➡「各種健診補助金支給請求書」に領収明細書(原本)と検査結果(写し)を添付して提出ください。

がん検診を受けよう

同年度内に1回補助

大腸・胃・前立腺がん検診

定期健診 巡回健診 人間ドック 医療機関

全額補助

対 象 大腸がん(便潜血)・胃がん(ペプシノーゲン)
…30歳以上の本人・任継・家族
前立腺がん(PSA)
…50歳以上の本人・任継・家族(男性)

乳がん・子宮頸がん検診

巡回健診 人間ドック 医療機関

全額補助

対 象 乳がん(超音波)
…30歳～39歳の本人・任継・家族(女性)
乳がん(マンモグラフィ)
…40歳以上の本人・任継・家族(女性)
※乳がん検査を両方受診する場合は、片方が自己負担となります。
子宮頸がん(細胞診)
…20歳以上の本人・任継・家族(女性)

※近隣の医療機関で受診した場合も、補助の対象となりますので、受診日当日に費用を支払い後、トヨタ紡織健保に請求してください。請求方法は健保ホームページをご確認またはお問い合わせください。

トヨタ紡織健保の加入者のみなさんの

がん予防への関心が高まっています

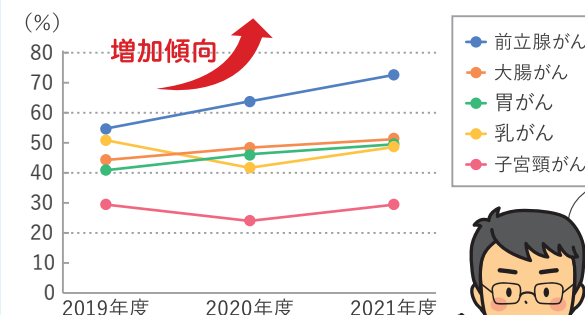
トヨタ紡織健保における2019～2021年度のがん検診受診率をみると、全体として増加傾向にあることがわかりました。なかでも、「前立腺がん検診」は対象者の7割以上が受診しています。

2020年度以降にはがん検診の受診控えが起きた一方で、コロナ禍によって健康意識が高まり、受診率向上の一因になったことがうかがえます。

うわぁ…
みんな受けてる…



トヨタ紡織健保のがん検診受診率推移



p8～9も
読んでみてね



歯科健診を受けよう

いずれかを同年度内に2回補助

対 象 本人・任継・家族

健診同日に保険適用の治療を行った場合、補助の対象にはなりませんので、ご注意ください(歯石除去は治療になります)。

診療所歯科健診

時 期 通年

受診方法

お近くの歯科医院に直接予約して受診してください。

【愛知県・三重県・岐阜県・静岡県】の歯科医師会に加入している歯科医院で受診する場合】

●事前に必要な手続きがあります。詳細は健保ホームページにてご確認ください。

全額補助

【上記以外の歯科医院で受診する場合】

補助額 上限3,000円

●当日窓口で費用を支払い、後日トヨタ紡織健保に請求してください。「各種健診補助金支給請求書」に領収明細書(原本)と検査結果(写し)を添付して提出ください。

歯ッピー健診
ファミリー歯科健診

全額補助

内 容

歯科医師による口腔内検査、歯科衛生士によるブラッシング指導、フッ素塗布(子ども)、歯冠クリーニング(大人)

時 期

●歯ッピー健診…5月～8月／10月～翌1月
●ファミリー歯科健診…11月～翌3月

※受診方法等につきましては、別途ご案内しますので、健保ホームページ等をご確認ください。



専門ドックを受けよう

2年に1回補助

対 象 40歳以上の本人・任継・家族

時 期 通年

補助額

●脳ドック…上限20,000円
●肺ドック…上限10,000円

内 容

※以下の全ての項目を受診していることが支給の条件となります。

●脳ドック…MRI・MRA

●肺ドック…ヘリカルCT・喀痰検査

●当日窓口で費用を支払い、後日トヨタ紡織健保に請求してください。「各種健診補助金支給請求書」に領収明細書(原本)と検査結果(写し)を添付して提出ください。

病気予防・セルフケアをしよう

インフルエンザ予防接種補助

同年度内に1回補助

対 象 1歳～64歳の本人・任継・家族

接種期間 10月～翌1月

補助額 上限2,000円

接種方法 【愛知県内の接種券を使用できる医療機関で接種する場合】

●事前に配付する接種券を当日医療機関の窓口で提出し、費用の差額分をお支払いください。

【接種券を使用できない医療機関で接種する場合】

●当日窓口で費用を支払い、後日トヨタ紡織健保に請求してください。「インフルエンザ予防接種補助金申請書」に接種券(裏面に医療機関の証明のあるもの)または領収明細書(原本)を添付して提出ください。

※事前に配付する接種券の裏面に医療機関にて接種した証明をもらってください。

※接種券の裏面の証明が有料の医療機関があります。その場合は領収明細書を添付ください。

かぜ&むし歯予防 つよい子になるぞ!! キャンペーン

1年に1回実施

対 象 1歳～9歳のお子様

期 間 10月～12月

内 容

●9月下旬に対象者の自宅へご案内を郵送します。同封のシールと台紙を使用し、手洗い・うがいと歯磨きを実施してください。
●同封のアンケートにご協力いただいた方に「つよい子賞」を贈呈します。

家庭用常備薬の斡旋・費用補助

同年度内に1回補助

対 象

本人・任継

補助額

購入額の半額、上限1,000円

内 容

●斡旋商品のご案内をします。期日までにお申し込みください。商品をご自宅へ送付します。



体力づくりをしよう

けんぽチャレンジウォーク

1年に2回開催(春・秋)

対 象

本人・任継・家族(配偶者のみ)

内 容

●好きなときに好きな場所で、2ヵ月間ウォーキングを継続します。
●総歩数40万歩をクリアした方には「達成賞」を贈呈します。

参加方法

締切せまる!!
エントリーはお早めに

- ①キャンペーンサイトにアクセスする
<https://mhwalk.healthlog.jp/tb-kenpo/>
- ②「今すぐ参加登録!」または「登録はこちら」を選択し、案内に沿って必要事項を入力する
- ③登録したメールアドレスに届いたメールから参加登録を完了させる
- ④期間中ウォーキングに取り組み、歩数や感想を入力する



歩数計アプリ「RenoBody」と連携すると、スマートフォンなどで計測した歩数が自動で記録されます。

けんぽチャレンジウォーク 2023 春

エントリー期間 2023年4月15日(土)～30日(日)

実施期間 2023年5月1日(月)～6月30日(金)
(歩数・感想の入力は7月15日(土)まで)

第1回 けんこうウォーク in東山動植物園

1年に1回開催

対 象

本人・任継・家族

内 容

期間内の好きな日時に園内のウォーキングを楽しめます。

入園料

無料(トヨタ紡織健保が全額負担)

参加方法

参加申込書を提出された方には事前に「入園整理券」を配付します。当日は入園門で「入園整理券」を提示して入園してください。

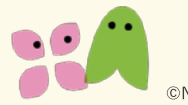
5月開催

今年度は
「東山動植物園」で行います

開催期間 2023年5月1日(月)～5月31日(水)

開園時間 9:00～16:50

休園日 月曜日



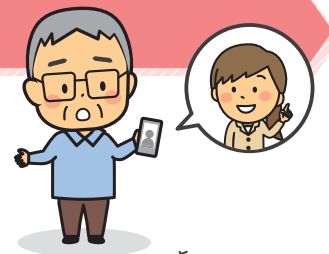
©Nagoya City

健康相談

対 象

60歳～73歳の任継・家族で対象となる方

内 容

●健康相談員が家庭訪問または電話にて健康管理や福祉制度の利用方法等の助言・指導をします。
●対象者には、トヨタ紡織健保の委託業者より直接ご案内します。

24時間

年中無休

対象: 本人・任継・家族

トヨタ紡織健保 健康ホットライン

◆健康・医療・介護・育児に関する相談、医療機関情報提供など
◆医師・保健師・看護師等の専門家が対応

無料専用ダイヤル

むよう なやみ
0120-064-783

Web版利用案内も活用ください!

※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)】



大腸がんは、大腸（結腸・直腸）に発生するがんで、良性のポリープががん化して発生するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。この十数年、日本では大腸がんの患者数が増え続けています。

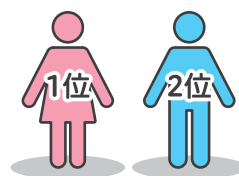
「気になる症状がない」「まだ若い」と検診を受けない方や「検診で要精密検査になったけれど痔だと思う」と放置している方、この“体験記”をぜひ読んでみてください。

大腸がんとは？

検診を受けた理由はここにあった！

罹患数をもっとも多い

がんのなかで、男女を合わせた罹患数（新たにがんを発症する人の数）がもっとも多いのが大腸がん。死亡数でも女性では1位、男性では2位です。

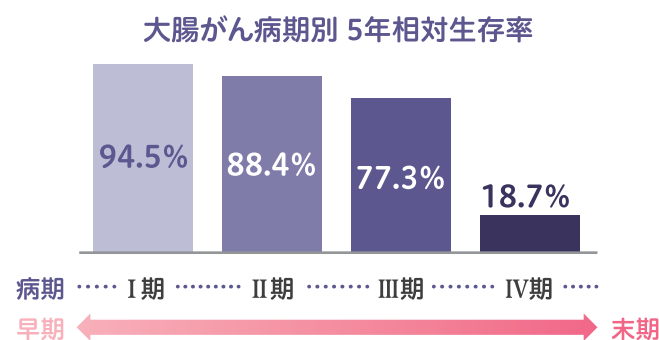


初期は自覚症状がない

進行すると、血便、下痢と便秘をくり返す、便が細くなる、貧血、便が肛門に残る感じがする、などの症状が表れますが、初期は自覚症状がほとんどありません。

早期発見ならほぼ治る

早期がんで見つかり、がんを切除することができれば、90%以上が治ります。しかし、進行がんで見つかり、がんが周辺に転移していることが多く、早期がんより5年生存率は下がります。



出典：がん情報サービス「2013-2014年5年相対生存率(病期別・男女計)」

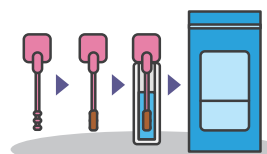
体験記

早期がんを発見するには検診が不可欠だと知り、年1回の検診を受けよう！と思いました。

検診を受けよう

自宅で採った便を持っていくだけ

大腸がんやポリープがあると、そこから出血して便に血液が付着することがあります。このため、検診では、便に血が混じっていないかを調べる「便潜血検査」を行います。



体験記

事前に配付された専用キットを使って自分で便の一部を採取・提出するだけの簡単な検査でした。定期健診時に一緒に受けたので手間がかからず、費用も全額補助してもらえて、とても助かりました！

トヨタ紡織健保ではがん検診の費用助成を行っています ▶ P5参照

結果を確認しよう

「陽性」なら必ず精密検査だ！

精密検査では、先端に小型カメラがついた細い管を肛門から入れ、大腸の内部を観察する「大腸内視鏡検査※」を行います。

※大腸X線検査や大腸CT検査を行う場合もあります。

体験記

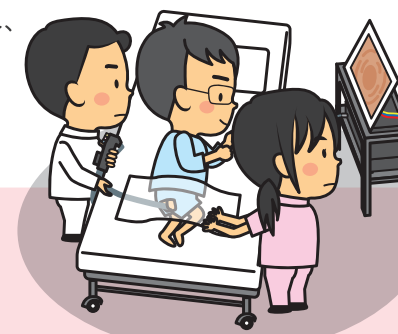
検診の結果「陽性」で、精密検査の指示が…。

「もし“がん”だったら」と不安な気持ちで検査の予約をしました。

大腸内視鏡検査では、検査前に下剤を飲んで腸内をきれいにします。その後は、大腸内部の状態をモニターで確認しながら進められました。医師から「4mmと8mmくらいのポリープがあるので取りますね」と言われドキドキしていると、金属の輪のようなものをポリープに引っかけて切除。痛みはありませんでした。

後日、切除したポリープの細胞診の結果が「良性」とわかりホッとしました。精密検査を受けたからこそポリープを発見・切除することができましたが、放っておいたらがん化したかもしれず、つくづく検診、精密検査を受けてよかったと思いました。

受けっぱなしは意味がない！ですよ。



便潜血検査が陽性なのは「痔のせい」 その思い込みはキケンです

痔の自覚症状があっても、便潜血検査が陽性にならない人が大半という調査報告があります。便潜血検査では、出血が痔によるものなのか、大腸がんやポリープによるものなのかは判別できません。「痔のせい」と思い込んで精密検査を受けないと、病気のサインを見逃してしまうことになります。

その出血は
病気のサイン！
精密検査で
確認しましょう



大腸がん予防のための生活習慣



運動不足・肥満の解消を

消化管の動きが鈍くなり、便通が悪くなることで、発がん性物質が腸内にとどまる時間が長くなります。野菜、きのこ類、豆類、海藻類などに多く含まれる食物繊維をしっかりと、運動を継続して行いましょう。



今すぐ禁煙を

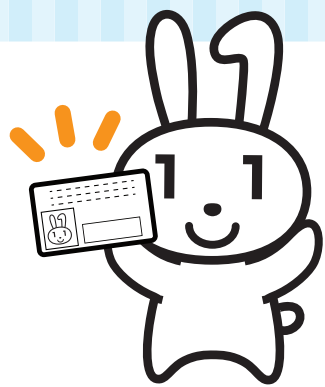
たばこの煙には、発がん性物質が含まれており、大腸がんの発生リスクを高めるとわれています。飲酒時の喫煙はさらにリスクが高まるとされています。



動物性脂肪を控えめに

赤身肉や加工肉などの動物性脂肪のとり過ぎにより、発がん性物質ができやすくなるとされています。





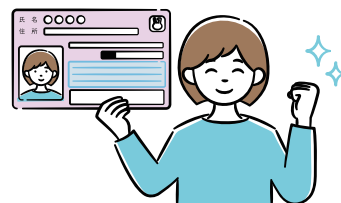
マイナ保険証を 利用しましょう

政府は、マイナンバーカード（マイナカード）と健康保険証の一体化（マイナ保険証）を進めており、2024年秋には、現在の健康保険証の原則廃止を目指しています。

まだ、マイナカードを申請していない方は、早めに申請しておきましょう。また、マイナカードを受け取った方は、マイナ保険証の利用登録を行いましょう。

マイナ保険証のメリット

- 就職・転職・引っ越しをしても健康保険証として利用できます
- マイナポータルで特定健診情報や薬剤情報・医療費を閲覧できます
- マイナポータルで確定申告の医療費控除が簡単にできます
- 窓口への書類の持参が不要になります



マイナ保険証で受診すると医療費が安くなる？

2022年10月に制度が改正され、マイナ保険証で受診すると、従来の保険証で受診するよりも医療費が安くなりました。2023年4月からは、さらに差が広がります。医療費節減のためにも、マイナ保険証で受診しましょう。

		受診時の追加負担額	
		従来	2023年4月～12月末
マイナ保険証	初診		6円
	再診		—
	調剤		3円（6ヵ月に1回）
従来の保険証	初診	12円	18円
	再診	—	6円
	調剤	9円（6ヵ月に1回）	12円（6ヵ月に1回）

※自己負担3割の場合の窓口負担です。 ※マイナ保険証を扱っていない医療機関では、初診・再診ともに引き上げはありません。

マイナ保険証を利用するには

- マイナポータルから、スマートフォンもしくはパソコンを使って利用登録できます
- セブン銀行のATMからも利用登録できます

詳しくはマイナポータルのサイトをご覧ください。

マイナ保険証 検索 https://myrna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html



レシピ開発／今村 結衣（管理栄養士） 撮影・スタイリング／Tokyo Trend Kitchen



材料（2人分）

鶏むねひき肉 …… 200g
酒 …… 大さじ1
にんにく（すりおろし） …… 1かけ分
しょうが（すりおろし） …… 1かけ分
ごま油 …… 大さじ1/2
たけのこ水煮（みじん切り） …… 100g
片栗粉 …… 大さじ1/2
みりん …… 小さじ2
みそ …… 小さじ2
しょうゆ …… 小さじ1
黒こしょう …… 適量
赤とうがらし（輪切り） …… 1/2本
ライスペーパー …… 6枚
リーフレタス …… 60g
スナップえんどう（茹で）※ …… 6～12本
春にんじん（細切り） …… 60g
紫キャベツ（千切り） …… 60g

※スナップえんどうはあらかじめヘタ・筋取りをしておきます。使用本数は大きさに合わせて調整してください。

作り方

- 1 鶏むねひき肉に酒、にんにく、しょうがを混ぜ合わせておく。
- 2 フライパンにごま油を入れ中火で1とたけのこを炒め、肉の色が変わったら片栗粉を加える。
- 3 粉っぽさがなくなったら、Aと赤とうがらしを加えてさらに炒める。
- 4 ライスペーパーを袋の表示に従って水で戻す。
- 5 ライスペーパーにリーフレタスをのせ、3、スナップえんどう、春にんじん、紫キャベツをのせて巻く。
- 6 包丁で春巻きを半分の長さに切り、皿に盛る。

栄養メモ

スナップえんどうや春にんじんといった春に旬を迎える野菜は甘味が強いのが特徴。辛味と組み合わせることで、味のメリハリがつき、より甘味が引き立ちます。減塩したいときには、塩味の代わりに野菜の甘味や辛味を活用しましょう。

作り方の動画はこちら

<http://douga.hfc.jp/imfine/ryouri/22spring01.html>



Check!

1人分
296kcal
（食塩相当量
1.8g）



おうちでちゃんと運動

監修 | フリーインストラクター 今井 真紀

上体反らしでしなやかな血管に！

息を吐きながらゆっくり筋肉を伸ばすと、自律神経の副交感神経が優位になり、血管が拡張して柔らかくなります。こまめにストレッチをして、血管を若返らせましょう。

- ポイント**
- 伸ばす筋肉を意識する。
 - イタ気持ちいい程度に伸ばす。
 - 息を吐きながら筋肉を伸ばす。

- 1 うつ伏せになり、両手を胸の横について鼻から息を吸う。
- 2 口から息を吐きながら、手で床を押して上半身をゆっくり起こし、お腹の中心部を伸ばす。途中で息をつぎをしながら、合計30秒伸ばす。

おへそは床につけたままで

息を吐く



お得なプランでリフレッシュ

トヨタ紡織健保の契約保養所

利用方法等詳細は健保ホームページをご覧ください。

会員制リゾートホテル

エキシブの魅力

部屋

Room



エキシブ鳥羽 客室

1室最大5名様まで宿泊可能なお部屋はエキシブの魅力のひとつ。スタンダードグレード(A・CB)のお部屋をご利用になります。

食事

Gourmet



エキシブ鳥羽別邸 日本料理

日本料理・イタリア料理・フランス料理・中国料理と、各レストランでは地産地消を採用しており、数種類のコース料理をご用意しています。

付帯施設

Ancillary



エキシブ鳥羽別邸 天海の湯

ゴルフ場やプールでアクティブに汗を流した後は、SPAやエステなどでの優雅な時間が心と体を癒やします。

スマートフォンで気になる情報を気軽にチェック

LINE 公式アカウントのご案内

エキシブのご予約はLINEが便利です

LINE公式アカウント友だち追加方法

二次元コードまたはID検索



OR



ID:@137dlpsy

「追加」で完了!

予約サイトへのアクセス方法

- ① LINEのトーク画面から「メニュー▼」をタップ
- ② 「宿泊予約」をタップ
- ③ 専用ID・PWで予約サイトへログイン!

ログインには、専用のID・パスワードが必要です。
ID:tbh00001 パスワード:06230692

お問い合わせ先

リゾートトラスト株式会社 法人S&M名古屋グループ

[営業時間]平日9:00~18:00(土曜日・祝日・GW・年末年始は別途休業期間がございます。)

TEL

052-310-2220

天然温泉付会員制リゾートホテル

オテル・ド・マロニエ

*表示料金は税・サ、入湯税込です。 *ご予約は3日前までに2名様以上にて承ります。 *全国旅行支援が継続の場合はすべてのプランが対象プランとなります。

オテル・ド・マロニエ
TEL 0576-24-1122

下呂温泉



初夏味覚御膳

期間 5月1日(月)~5月31日(水)
除外日:5月3日(水)~6日(土)

1名様(1泊2食) **15,600円**

3ホテル
共通
プラン

スタンダードプラン

1名様(1泊2食) **13,000円**※

デラックスプラン

1名様(1泊2食) **16,000円**※

※5月3日(水)~6日(土)は特別期間となり、1名様(1泊2食)16,500円(子ども9,900円)となります。

オテル・ド・マロニエ

TEL 059-392-3210

湯の山温泉



はまぐり御膳

30周年記念プラン

お手軽山波会席

期間 ~5月31日(水)
除外日:5月3日(水)~6日(土)、土曜・休前日

1名様(1泊2食) **11,000円**

はまぐり会席

期間 5月8日(月)~7月31日(月)

1名様(1泊2食) **18,500円**

オテル・ド・マロニエ

TEL 0569-62-3255

内海温泉



春の味覚 春潮の香

期間 ~6月20日(火)
除外日:5月3日(水)~6日(土)

1名様(1泊2食) **18,300円**



ワーケーション
ルームを
新設しました

ご予約はこちらから

二次元コードのご予約が便利です

マロニエ企業限定プラン

検索

https://marronnier.info/form_2512



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

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