

事 業 主 殿

全国設計事務所健康保険組合

理 事 長 内 田 勝 巳

[公印省略]

保健事業の実施及びお知らせについて

時下、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

当健康保険組合の運営につきましては、日頃よりご協力をいただき厚く御礼申し上げます。

さて、下記の保健事業を別紙のとおり実施いたします。

つきましては、被保険者各位にご周知いただき、多数の方々のご参加が得られますようご高配をお願い申し上げます。

また、組合ホームページにつきましても併せてご活用いただきますよう重ねてお願い申し上げます。

[組合ホームページアドレス] <http://www.sekkei-kenpo.org/>

記

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1. 名所ハイク | [健康推進事業係] |
| 2. 第 46 回 歩け歩け大会 | [//] |
| 3. 家庭用常備薬の斡旋 | [//] |
| 4. アイススケート場・
スキー場共通利用券 | [//] |
| 5. 東京総合健保ミニマラソン大会 | [東 振 協] |
| 6. 施設利用補助金支給申請期限について | [施 設 係] |

リフレッシュハイク（名所ハイク）の実施について

〔直営健康増進施設 熱海リフレッシュセンター 事業〕

「反射炉（世界遺産）・富士山・いちご狩り～葦山コース～」

1. 実 施 日

平成 31 年 3 月 8 日（金）～ 3 月 9 日（土）・1 泊 2 日

2. 宿 泊 場 所

熱海リフレッシュセンター ※現地集合、現地解散 交通費は自費となります

〒413-0002 静岡県熱海市伊豆山 3 9 2 - 1 TEL 0 5 5 7 - 8 0 - 4 1 5 4

3. 行 程

1 日目「オリエンテーション」研修室にて 15：00～。終了後は自由行動となります。

2 日目「観光・体験」団体行動となります。

9:30	10:30	13:10	14:10	16:30（時間は予定）
熱海リフレッシュセンター	伊豆パノラマパーク	葦山反射炉	葦山いちご狩り	熱海リフレッシュセンター
				

※行程表の時間につきましては道路状況等の諸事情により変更となる場合があります。

※荒天等の場合コースが変更となります。予めご理解とご協力のうえお申込みください。

※後日、参加が決定された方につきましては別途、実施要項をお送りします。

4. 参 加 資 格

当組合の被保険者及び被扶養者（18 歳以上で実施日まで資格を有する方）とします。

※初参加の方を優先いたします

5. 定 員

30 名 ※おひとりからお申込み可

6. 参加料・宿泊費他

6,500 円 ※宿泊及び行程に含まれる食費・施設入場料・体験費等込み

7. 申 込 方 法

① 参加を希望される方は、別添申込書か当組合ホームページからダウンロードした申込用紙により **1 月 3 1 日（木）までに**当組合健康推進事業係まで、**ご郵送ください。**

<http://www.sekkei-kenpo.org/> トップページ→体づくり・各種イベント→イベントスケジュール

② 申込みが**定員を超えた場合は抽選**にて参加者の決定をいたします。

③ 当落の結果については、抽選後に申込責任者宛ご通知いたします。

8. そ の 他

① お申し込みにあたり、宿泊の部屋割り等についてのご希望は承れませんので予めご了承のうえお申し込みください。ご理解とご協力の程よろしく願いいたします。

② 軽度のケガ【擦過傷、捻挫、打ち身など】をされた場合は現場スタッフが絆創膏やシップ剤での処置をいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

また、風邪薬、頭痛薬などの飲み薬は用意しておりませんので併せてご了承ください。

常務理事	事務局長	部(次)長	課長	係長	起案者

参加者1人
6,500円

リフレッシュハイク（名所ハイク）参加申込書

下記のとおり申し込みます。

平成 年 月 日

平成31年3月8日(金)～9日(土) 実施

申込責任者となる被保険者	記号 番号	氏名	印 捺印必須	電話	()	
	住所 (書類の送付先)	会社 下 自宅	TEL ()			
	事業所	名 称				
参加希望者						
No.	記号・番号	氏名	生年月日	年齢	性別	続柄
1	・		年 月 日	才	男・女	
2	・		年 月 日	才	男・女	
3	・		年 月 日	才	男・女	
4	・		年 月 日	才	男・女	
5	・		年 月 日	才	男・女	
6	・		年 月 日	才	男・女	
7	・		年 月 日	才	男・女	
合 計		6,500円 × 名 = 円				

郵送にてご提出ください。締切日：平成31年1月31日(木)必着

— 準備の都合上、ご協力をお願いいたします。 —

【注意事項】捺印が必須のため、**FAX での提出はお受けできません。**

◎ 別添の「リフレッシュハイク（名所ハイク）の実施について」をよく読みご理解のうえお申し込みください。

種 別	領 収 日	領収No.	経理
振 込	現 金	平成 年 月 日	No.

第 46 回 歩け歩け大会の実施について

1. 実施日時

- ・平成 31 年 3 月 24 日（日）
- ・午前 10 時 30 分スタート予定

小雨決行。但し、豪雨等でコースコンディション不良の場合は中止といたします。

2. 集合・解散場所

『片瀬漁港 市民交流広場』予定

小田急鉄道「片瀬江ノ島駅」 下車 徒歩 約 10 分

江ノ島電鉄「江ノ島駅」 下車 徒歩 約 15 分

3. 参加資格

被保険者及びその家族とします。

※ 被扶養者でない家族の方は、被保険者又は被扶養者との同伴を必要とします。

4. 定 員

先着順に 300 名といたします。

5. コース概要

《 江ノ島散策コース 約 5km 》

スタート 市民交流広場 → 江ノ島弁天橋 → 朱の鳥居

→ 辺津宮 → 八坂神社 → **チェックポイント** 江ノ島展望台入口付近

→ 杉山検校の墓 → 弁財天仲見世通り → 弁天橋 → **ゴール** 市民交流広場

※標記コースはモデルコースとなります。ただしチェックポイントは必ず通過してください。

江ノ島は湘南を代表する景勝地であり、古くから観光名所となっています。神奈川県指定史跡・名勝、日本百景の地でもあります。さて片瀬漁港にある「市民交流広場」をスタートして、片瀬海岸と江ノ島を結ぶ「江ノ島弁天橋」を渡ります。江ノ島の入口にある鳥居「青銅の鳥居」をくぐると、弁財天仲見世通りに入りお食事処・お土産屋・旅館などが所狭しと軒を連ねています。仲見世通りを抜けると、鮮やかな「朱の鳥居」があり、石段を少し登ると竜宮城を模した楼門「瑞心門」が見えます。人々が瑞々しい心でお参りできるようにと名付けられています。更に石段を登ると心身を清める「手水舎」があります。ひしゃく一杯分の水で、左手、右手、口の順番で清めていきましょう。江ノ島神社の一番下に位置している「辺津宮」に着きました。別名「下之宮」とも呼ばれ、田寸津比賣命を祀っています。次に見えてきたのは江ノ島神社の末社「八坂神社」です。建速須佐之男命が祀られ、湘南唯一の夏祭り例祭・神幸祭で有名です。八坂神社より歩いて約 5 分、市寸島比賣命を祀る「中津宮」が見えてきます。中津宮に続く参道の両側には、江戸歌舞伎「市村座」「中村座」が奉獻した一対の石燈籠があり、歌舞伎役者の手形も残されています。中津宮を過ぎしばらく参道を歩くと、チェックポイントの「江ノ島展望台入口」が見えてきます。チェックポイントを過ぎた後は、ゴール「市民交流広場」までゆっくりと江ノ島の観光を楽しんで下さい。

湘南・江ノ島内には、名所、名物料理、お土産屋等たくさんありますので、ぜひご家族、お友達と一緒に楽しく歩いてみてはいかがでしょうか。ご参加お待ちしております。

6. 実 施 方 法

- ① 集合場所をスタート地点とし、途中に設けたチェックポイントを通過しゴールを目指します。
- ② 午後 2 時 00 分以降のゴールインは失格とします。
※当日の天候等により時間が前後する場合がございますのでご注意ください。

7. 表 彰

「万歩カード」をお持ちの方は必ず持参してください。今回の歩いた距離を加算いたします。記載されている距離の合計が 100 km・200 km・300 km等に達するごとに表彰いたします。

※ 当組合員に限ります。

8. 参加賞・完歩賞

- ① 参加賞として、「展望灯台セット券」のチケットを贈呈いたします。
※セット内容…江の島エスカー、江の島サミエル・コッキング 苑、江の島ソーキャンドル
- ② 完歩賞として、「新江ノ島水族館入場チケット」を贈呈いたします。
※チェックポイントを通過し、時間内にゴールした方に限らせていただきます。

9. 参 加 料

参加者 1 人につき 2 0 0 円 ※未就学児は無料

10. 参加申込期間と申込方法

参加希望者は別紙申込書に必要事項を記入のうえ当組合健康推進事業係へ
2 月 28 日（木）までにお申し込みください。（FAX 可 03-3404-9680）

11. 参加決定の通知

参加が決定した世帯には参加票・誓約書・大会実施要領等を 3 月 8 日（金）頃までに当組合から送付いたします。

12. 健康管理

- ① 軽度のケガ【 擦過傷・捻挫・打ち身など 】をされた場合は絆創膏やシップ剤での処置はいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。
また、風邪薬、頭痛薬などの飲み薬は用意しておりませんので、必要とされる方は各自ご用意ください。
なお、大会参加にあたり「誓約書」をご提出いただいております。
皆様のご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。
- ② 健康保険証カードは必ずご持参ください。

13. そ の 他

ご不明な点がありましたら当組合健康推進事業係（☎ 03-3404-9545）までお問い合わせいただくか、組合 HP(<http://www.sekkei-kenpo.org/>) をご覧ください。

第 46 回 歩け歩け大会申込書

申し込み期限は 2 月 28 日（木）です。

※ FAX によるお申し込みも可能です。【FAX 番号 03-3404-9680】

事業所名

電話番号

()

☆ 参加票送付先について ☆

- ① 送付先住所は、事業所宛あるいは各世帯の自宅宛でお願いします。
- ② 事業所宛送付の場合は、氏名上段に記載のある方宛に一括送付いたします。
- ③ 無記入の場合は事業所宛に送付いたします。また特定の世帯宅への一括送付はいたしませんので予めご了承ください。
- ④ **参加者 1 人につき参加料 200 円**をいただきます。（※未就学児は無料）

No.	証番号	氏 名	性 別	年 齢	続柄	☆ 住所（参加票送付先）
1			男・女	才		〒
2			男・女	才		〒
3			男・女	才		〒
4			男・女	才		〒
5			男・女	才		〒
6			男・女	才		〒
7			男・女	才		〒
8			男・女	才		〒
9			男・女	才		〒
10			男・女	才		〒

【注意事項】

1. 事業所単位、家族単位で証番号順にご記入ください。
2. 用紙が不足した場合はコピーでご使用ください。
3. 続柄欄は、例えば本人・妻・長男・父・義母のように記入してください。
4. 参加資格は「第 46 回 歩け歩け大会の実施について」の「3. 参加資格」をご覧ください。

家庭常備薬の斡旋について

詳細案内並びに申込書を組合広報誌「けんぽプラザ冬号：167号（11月22日頃発送予定）」に同封いたします。申込方法等をよくお読み頂きましてお申し込みください。

なお、詳細案内並びに申込書については事業所へは送付いたしませんので予めご了承ください。ご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。

アイススケート場・スキー場共通利用券の発行について

組合広報誌「けんぽプラザ冬号：167号（11月22日頃発送予定）」に折り込む形で発行いたします。施設概要等詳細につきましては組合広報誌または組合ホームページをご参照ください。

<http://www.sekkei-kenpo.org/> トップページ → 体づくり・各種イベント → イベントスケジュール

※ 組合ホームページには11月下旬に公開を予定しております。

アイススケート場 全14施設（予定）

施設名	所在地	施設名	所在地
真駒内セキスイハイムスタジアムスケートリンク	北海道札幌市南区	横浜銀行アイスアリーナ	神奈川県横浜市神奈川区
真駒内セキスイハイムアイスアリーナ	北海道札幌市南区	富士急ハイランド	山梨県富士吉田市
アイスリンク仙台	宮城県仙台市泉区	邦和スポーツランドスケート場	愛知県名古屋港区
笠松運動公園アイススケートリンク	茨城県ひたちなか市	大阪府立臨海スポーツセンター	大阪府高石市
アクアリンクちば スケートリンク	千葉県千葉市美浜区	大阪府立門真スポーツセンター東和薬品RACTABドーム	大阪府門真市
としまえんアイススケートリンク	東京都練馬区	姫路セントラルパークアイスパーク	兵庫県姫路市
KOSÉ 新横浜スケートセンター	神奈川県横浜市港北区	パピオアイスアリーナ	福岡県福岡市博多区

スキー場（リフト券）全7施設（予定）

施設名	所在地	施設名	所在地
富良野スキー場	北海道富良野市	★万座温泉スキー場	群馬県吾妻郡
★雫石スキー場	岩手県岩手郡	軽井沢プリンスホテルスキー場	長野県北佐久郡
苗場スキー場	新潟県南魚沼郡	志賀高原焼額山スキー場	長野県下高井郡
かぐらスキー場	新潟県南魚沼郡	★新規契約スキー場	

人工スキー場 全3施設（予定）

施設名	所在地	施設名	所在地
狭山スキー場	埼玉県所沢市	Y e t i （イエティ）	静岡県裾野市
スノーヴァ溝の口R246	神奈川県川崎市高津区		

※施設の都合により契約できない場合がございます。予めご了承ください。

第 29 回 東京総合健保ミニマラソン大会の実施について

1. 主 催

一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）

2. 開 催 日

平成 31 年 3 月 3 日（日） 小雨決行（中止の場合順延なし）

※開催の有無は、大会当日の午前 6 時以降に下記にてお知らせいたします。

ホームページ <http://www.toshinkyo.or.jp>

携帯サイト <http://toshikyo.sblo.jp/>

3. 会 場

『都立葛西臨海公園』 江戸川区臨海町 6 丁目

・ J R 京葉線「葛西臨海公園」下車 徒歩 1 分

・ 東京メトロ「西葛西」および「葛西」より都営バス「葛西臨海公園」行

※駐車場（有料）はございますが、本大会参加者用ではありませんので、
なるべく公共交通機関をご利用ください。

4. 参 加 資 格

当健康保険組合の被保険者および被扶養者〔被扶養配偶者の妻のみ（夫および子は不可）〕で
あり、かつ身体が健康で、大会参加申込書の誓約書に署名捺印した者とします。

5. 種 目（年齢は大会当日を基準とします）

種 目	対象年齢	距離	受付開始時間	スタート時間	定員
女 子	18 歳以上	5 km	8 時 00 分～ 8 時 45 分	9 時 00 分	300 名
男子 A	40 歳以上	5 km	8 時 30 分～ 9 時 15 分	9 時 30 分	400 名
男子 B	40 歳未満	5 km	9 時 30 分～10 時 15 分	10 時 30 分	400 名

※年齢は大会日を基準とします。

※スタート時間は園内パークトレインの状況により調整することがあります。

◇受付…「汐風の広場」大会本部／◇開会式…午前 8 時 30 分より「汐風の広場」

◇各種目とも、スタート時間 10 分前頃に公園内のスタート地点に集合してください。

6. 参 加 料

当組合にて負担いたします。

7. 申込方法

大会参加申込書に必要事項をご記入のうえ郵送にてお申し込みください。

なお、「誓約書」欄に署名押印の無い申込書は受付いたしません。

8. 申込先および締切

平成 31 年 1 月 24 日（木）午後 5 時必着（FAX 不可）

申込書の宛先は「全国設計事務所健康保険組合 健康推進事業係」まで

※各種目とも定員に達した時点で受付を終了いたします。予めご了承ください。

9. 競技規則

日本陸上競技規則に準じます。

10. 参加案内

参加案内ハガキ（ゼッケン番号の通知）は、大会約 2 週間前に主催者より参加者へ直接郵送されます。案内ハガキは、大会当日の受付にてゼッケン等と引き換えとなります。

11. 表彰

①各種目	優 勝・・・賞状、賞品、メダル	} 表彰式あり
	準優勝・・・賞状、賞品、メダル	
	第 3 位・・・賞状、賞品、メダル	
	第 4 位～第 10 位・・・賞品	完走者・・・完走証

②第 10 位までの入賞者の記録は、速報として本部前に掲示いたします。

③参加者全員に参加賞、記念品をお渡しいたします。

12. 注意事項

①今大会は公園内を使用するため、公園管理者の指示に従うこととし、競技中は参加者および公園利用者の安全面を最優先といたします。公園内には多くの公園利用者がおりまた、パークトレインも走行しますので、接触等の事故には十分ご注意ください。

②今大会は、公認コース・公認大会ではありません。

③大会には、健康管理に十分注意し、事前に健康診断を受診するなどして、各自万全な体調で臨んでください。

④完走に自信の無い方、途中で体調が悪くなった方は無理をしないでください。

※主催者側は傷病等の事故については応急処置以外は一切責任を負いませんのでご了承ください。

⑤荷物のお預けは、大会本部が用意した預所テントをご利用いただけます。

ただし、主催者の責によらない紛失・盗難等の事故については責任を負いかねますので貴重品等は持ち込まないか、各自で管理してください。

⑥今大会は、ゼッケン裏面に張り付けた IC タグを使用してタイム計測を行います。
完走・棄権に関わらず、必ずご返却お願いいたします。

⑦ゴミは各自で持ち帰るようお願いいたします。公園内には捨てないようお願いいたします。

第29回 東京総合健保ミニマラソン大会 ＜ 参加申込書 ＞

*** 参加申込書は必ずご加入の健康保険組合へご提出をお願いします ***

参加種目（希望する種目欄に○を付けてください）

	1.女子（18歳以上・被扶養配偶者含む）	5km		3.男子B（40歳未満）	5km
	2.男子A（40歳以上）	5km			

フリガナ			※申込は1人1種目まで。年齢は大会当日を基準とします。 ※種目の対象年齢にご注意ください。 (対象外の種目を希望した場合、タイムは計測しますが、順位は付きません)				
氏 名							
生年月日	昭・平	年	月	日生まれ	年 齢	大会当日（平成31年3月3日現在）	歳
案内はがき 送付先住所	〒 都 道 区 市 府 県 郡 マンション名 会社名・ビル名など						
連絡先	(自宅) — — (携帯) — —						

健保コード	1	3		健康保険組合名	健康保険組合	
保 険 証	記号（ ）		番号（ ）		事業所名	

※健保コードは保険証の保険者番号（8桁）の06以降、13から始まる7桁目までの数字をご記入ください。（例：0613****）

＜ 申込規約および誓約書 ＞

1. 私は、大会主催者が設けた個人情報の取り扱いを含むすべての規約、規則、指示に従うことに同意します。
2. 私は、大会中の生命にかかわる事故や疾患等について自己の責任とし、主催者には一切責任を問いません。
3. 私は、健康診断の結果、健康であると保証されており、競技参加に備え、健康状態が良好であると誓います。
4. 私は、大会中、私個人の所有物に対し責任を持ち、紛失・盗難・破損等について主催者に補償を求めません。

私は、大会申込に際して、上記の申込規約および誓約書に署名・押印をもって同意いたします。

平成 年 月 日

氏 名 印

（署名・押印がない場合は出場できません）

※案内ハガキは大会約2週間前に送付予定です。

※記入漏れ、記入誤りがございますと案内ハガキが届かない場合がございますので、正しくはっきりとご記入ください。

※氏名の漢字につきましては、システム都合上、常用漢字とさせていただきます。

【個人情報の取り扱いについて】

お申し込みいただきました個人情報につきましては、
今大会以外には使用いたしません。
ただし、今大会に関する写真・個人記録は当会機関
誌・ホームページ、または組合広報誌等に掲載させ
ていただきますので、予めご了承のうえお申し込み
ください。

組合受付印

東振協受付印

第29回東京総合健保ミニマラソン大会コース

(別紙1)

園内を2周



施設利用補助金支給申請期限について

平成30年度（平成30年4月1日～平成31年3月31日）利用分の締切りについて、広報誌でお知らせしてまいりましたが、一部変更し、昨年度通り平成31年3月利用分は4月10日までとさせていただきますので予めご了承下さい。

平成30年4月1日～平成31年2月28日 利用分 → 平成31年3月29日（金） 必着

平成31年3月1日～平成31年3月31日 利用分 → 平成31年4月10日（水） 必着

申請漏れがございませんよう、被保険者の皆様にご周知の程よろしく
お願い申し上げます。

尚、書類に不備があると返戻いたします。締め切り間際の申請に不備があると締め切りを過ぎて不支給になる場合がございますので、宿泊後は早目に申請してください。