

❁ 徳洲会

健保だより

2025 秋 No.95



令和6年度の決算について

医療費、納付金ともに増加で経常収支は赤字に

令和6年度における決算については、被保険者数や平均標準報酬月額増加に伴う保険料収入の増収があったものの、支出の大半を占める保険給付費と納付金ともに増加したことから、一時的な収支を除いた単年度の実質的な収支である経常収支において赤字決算となりました。

調整保険料を含む保険料収入は前年度と比べて6億9,247万5千円増収し、収入総額については、10億8,309万4千円増加の23億9,890万7千円となりました。

一方、支出総額は23億8,753万7千円となりました。保険給付費は前年度と比べて7億5,198万4千円の大幅な増加となりました。また、健保財政の大きな負担となっている納付金については、前年度の大幅な増加に比べてやや鈍化したものの依然7億2,893万1千円増加しています。

以上の結果、令和6年度は1億1,369万6千円が決算残金となりました。

介護勘定については、収入総額が20億8,796万9千円、支出総額が20億1,388万9千円で収支差引額7,408万円となりました。

引き続き適切な事業運営に精一杯努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

令和6年度収支決算概要表

一般勘定

(千円)

収 入	
科 目	決 算 額
保 険 料	21,664,589
国庫負担金収入	5,749
調整保険料収入	297,566
繰 入 金	1,505,324
国庫補助金収入	189,829
出産育児交付金	23,368
財政調整事業交付金	288,592
雑 収 入	14,058
合 計	23,989,075
経常収入合計	21,714,757

収 支 差 引 額	113,696千円
経常収支差引額	-1,863,174千円

介護勘定

(千円)

収 入	
科 目	決 算 額
介 護 保 険 収 入	2,087,651
利 子 収 入	318
合 計	2,087,969

収 支 差 引 額	74,080千円
-----------	----------

(千円)

支 出	
科 目	決 算 額
事 務 費	181,521
保 険 給 付 費	12,652,790
納 付 金	10,327,813
前期高齢者納付金	4,996,763
後期高齢者支援金	5,331,024
退職者給付拠出金	24
病床転換支援金	2
保 健 事 業 費	399,881
財政調整事業拠出金	297,398
連 合 会 費	9,208
積 立 金	6,697
そ の 他	71
合 計	23,875,379
経常支出合計	23,577,931

(千円)

支 出	
科 目	決 算 額
介 護 納 付 金	2,013,889
合 計	2,013,889

決算の基礎となった数値

被 保 険 者 数 (年間平均)	合 計	44,440人
	男 性	13,734人
	女 性	30,706人
平均標準報酬月額 (年間平均)	平 均	377,136円
	男 性	485,918円
	女 性	326,737円
総標準賞与額(年間合計)		33,689,582千円
扶 養 率		0.45人
保 険 料 率	事 業 主 被 保 険 者	千分の96
		千分の48
		千分の48

決算残金処分

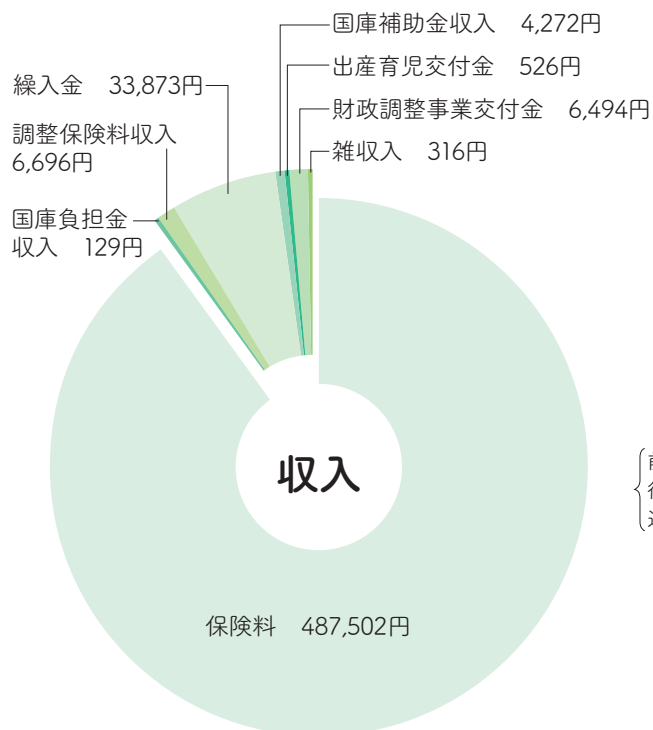
一般勘定 (千円)

別 途 積 立 金	113,530
財政調整事業繰越金	168
合 計	113,698

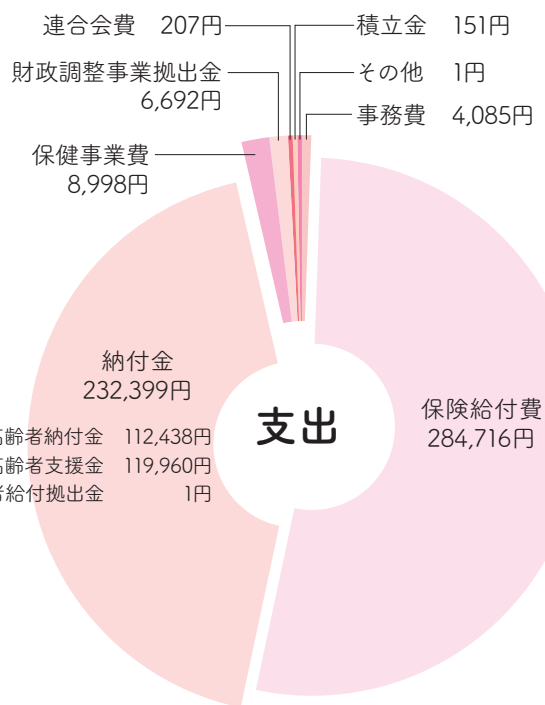
介護勘定 (千円)

準 備 金	74,079
合 計	74,079

令和6年度決算を1人当たりでみると



収入合計 539,808円



支出合計 537,250円

端数処理の関係で合計が合わない場合があります。

健康保険証が使えるのは、2025年12月1日まで

マイナ保険証への切り替えは お済みですか？



従来の健康保険証は、2024年12月2日で原則廃止となり、受診はマイナ保険証※を基本とするしくみに移行しました。健康保険証の経過措置期間が終了する2025年12月1日までに、マイナ保険証への切り替えを済ませましょう。

※マイナ保険証とは、健康保険証利用の登録が完了しているマイナンバーカードのことです。

●マイナ保険証のメリット

マイナ保険証には主に3つのメリットがあります。

- ① データに基づく質の高い医療が受けられる
- ② 高額療養費の手続きが不要
- ③ 医療費控除の手続きが簡単にできる

●マイナンバーカードの申請方法

① 申請する

個人番号カード交付申請書をご準備のうえ、「オンライン」「郵送」「証明写真機」のいずれかで申請してください。

② 受け取る

交付通知書（はがき）が届きますので、必要書類を確認のうえ、お住まいの市区町村の窓口でマイナンバーカードを受け取ってください。

◆詳しくはこちらへ
マイナンバーカード総合サイト
（地方公共団体情報システム機構）



●マイナ保険証の登録方法

① 医療機関等窓口の顔認証付きカードリーダー

医療機関等の窓口なら、受診時に簡単に登録できます。



② スマートフォン

ご自身のスマートフォンにマイナポータルアプリをダウンロードします。起動後は画面の指示に従って操作・登録してください。



③ セブン銀行ATM

マイナンバーカードをかざし、4桁の暗証番号を入力すれば登録が行えます。



◆詳しくはこちらへ
マイナンバーカードの
健康保険証利用について
（厚生労働省）



●マイナ保険証の使い方

- ① カードリーダーに
マイナンバーカード
を置く



- ② 顔認証もしくは
4桁の暗証番号を
入力して本人確認を行う



- ③ 画面の案内に従って、
情報提供の可否を選択

マイナンバーカードに関するお問い合わせ

0120-95-0178

マイナンバー総合フリーダイヤル

平日 9:30～20:00（年末年始）
土日祝 9:30～17:30（を除く）
紛失・盗難などによる一時利用停止は
24時間365日受付

2025年10月1日から

被扶養者の認定基準が 一部変わります

健康保険の被扶養者の認定については、年間収入130万円未満が基準となっています。しかし今年度の税制改正大綱において、働き手が不足している状況を鑑みて、19歳以上23歳未満の方への特定扶養控除の要件が見直されたことにより、被扶養者の認定基準が一部変更されました。

2025年9月まで

年間収入130万円未満

2025年10月から

年間収入150万円未満

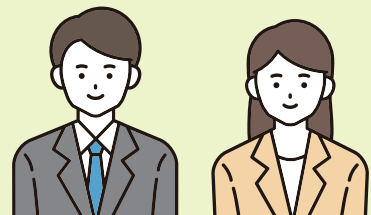
対象年齢

19歳以上23歳未満^(注)

適用

2025年10月1日

- (注) { ※19歳以上23歳未満でも、被保険者の配偶者は除きます。
※学生であってもなくても対象となります。年齢が基準となります。
※年齢要件は、2025年12月31日現在の年齢となります。



被扶養者とは？

健康保険では、被保険者だけでなく被保険者に扶養されている75歳未満の家族にも保険給付を行っています。この家族を被扶養者といい、その範囲は法律で決められています。



被扶養者の範囲とは？

被扶養者となるためには、原則として国内に居住していて、主として被保険者の収入によって生活していることが必要です。扶養の基準は、扶養となる人の年間収入が130万円未満かつ被保険者の収入の1/2未満とされていますが、19歳以上23歳未満はその基準が150万円未満となります。

2026年度
START!

子ども・子育て支援金

子ども・子育て支援金制度が2026年度からスタートします。
子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体で支える新しい制度です。



開始はいつから？

子ども・子育て支援金は2026年4月分保険料(5月納付分)から、一般保険料・介護保険料と合わせて徴収することになります。

2026年4月分からの保険料

一般保険料

+

介護保険料
(介護納付金分)

+

子ども・子育て支援金
(子ども・子育て支援納付金分)

※健保組合は、子ども・子育て支援金の代行徴収的な位置づけになります。



支援金は何に使われるの？

「こども未来戦略」において、我が国の少子化対策を本格化するためのさまざまな施策が盛り込まれた「加速化プラン」が策定され、支援金はその財源を担うものです。具体的には、児童手当の抜本的拡充、妊婦のための支援給付、出生後休業支援給付率の引き上げ、育児時短就業給付の創設、こども誰でも通園制度、国民年金第1号被保険者の育児期間に係る保険料免除措置等に充てられます。



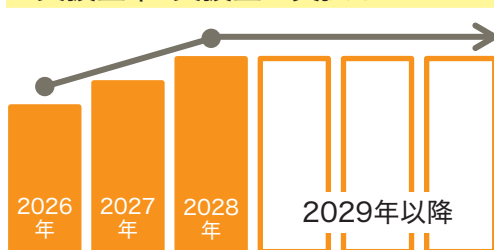
負担する対象者は？

社会保険に加入しているすべての人が対象となります。



どれくらいの負担になるの？

＜支援金率・支援金の負担イメージ＞



支援金は2026年度からスタートし2028年度まで段階的に上がり※、2028年度の子ども・子育て支援金の加入者1人当たり平均月額450円を想定されています。報酬に応じ負担額は異なり、健保組合は共済組合に次いで負担が多くなる見込みです。

※2028年度に支援納付金の最大規模を決めているため、2029年度以降、健康保険料や介護保険料のように右肩上がりが増え続けることはありません。

詳しくは、こども家庭庁のホームページをご参照ください。

<https://www.cfa.go.jp/policies/kodomokosodateshienkin>



公示

- 医療法人徳洲会 厚生会第一病院
- 医療法人徳洲会 正和病院

令和7年6月1日

新規適用

令和7年7月1日

新規適用

健康保険付加給付金の自己申請をお忘れなく！

付加給付金は自己申請となっております。(下記参照)

付加給付金はどうやって申請するの？

- ①トップ画面上部の「申請書ダウンロード」をクリック
②「給付・請求に関する書式」内にある「付加給付金支給申請書」を選択
詳しくはホームページ(こんなとき>医療費が高額になるとき)をご確認ください。

付加給付金の
申請はここから
申請書をダウンロード！



URL <https://www.tokushukai-kenpo.or.jp/>

法 名	中 国 語	注 入 部	立 入 部 注 記
健康保険者健康保険者資格証明書	中国語	×	保険者が行方不明であるときに適用にかかわらないとき
新卒既卒者区分変更書	中国語	×	新規既卒者区分変更するとき（一般／特別労働契約）
健康保険証（社会保険）届	中国語	×	社会保険を離れるとき、届出する
新卒既卒者区分書	中国語	×	新卒であるとき、新卒既卒者の家族も健康保険に加入するとき
大規模小規模店舗に関する契約書	中国語	×	大規模小規模店舗を管理するときにより、追加したときを適用する場合には適用
失業保険等に関する契約書	中国語	×	社会保険が適用され、失業給付を受け入る可能性があるとき
国民年金と健康保険者資格	中国語	記入部	国民年金（健康保険）と国民年金第3号被保険者に該当しないとき
健康保険資格喪失届（内）交付中国語	中国語	×	日本を出国するとき、健康保険証（健康保険証書）を失効させ再発行しないとき マイナポータル照会システムでもないで発行されます
健康保険資格喪失届のおおきく変更交付申請書	中国語	×	資格喪失届の提出と併発して再発行しないとき
健康保険者資格喪失届交付申請書	中国語	×	再発給届提出、一度健康保険証返却、特定医療費負担減額を請求する場合に発行しないとき
健康保険資格喪失届返却書（内）交付中国語	中国語	×	健康保険証、資格確認証書を返却するときに交付しないとき
健康保険資格喪失届等利用不承認届	中国語	×	資格喪失届と健康保険証、資格確認書を交付しないとき
健康保険資格喪失届	中国語	×	届出、氏名に変更があったとき
新卒既卒（社会保険）届	中国語	×	国民年金の加入資格がなくなったとき

その他、メンタルヘルスカウンセリングやスポーツジム、健診の案内もホームページ下に配置！

令和6年度に実施した保健事業

保健指導とPR

- 「健康保険のしおり」（健康保険制度の概要等）をホームページに掲載
- 広報誌「健保だより」を全被保険者に配布（4・10月）
- 健康者表彰として1年間無受診の被保険者1,871名を表彰（7月）
- 医療費通知を被保険者・被扶養者を対象に通知（2・3月）
- 一定以上の医療費削減が可能な方にジェネリック通知を配付（3月）
- メンタルヘルスカウンセリングを被保険者・被扶養者を対象に108件実施
- 出産育児一時金申請者1,261名に育児誌「赤ちゃんと！」を送付
- 禁煙プログラムを被保険者・被扶養者を対象に17件実施

疾病预防

- 人間ドック・がん検診等の被保険者・被扶養者16,669件の健診に補助
- 特定健診を17,621件実施
- 特定保健指導を828件実施

先着100名限定！

(被保険者・被扶養者のどちらも参加OK!)

加入者の皆さまへ

**禁煙
するなら
今がチャンス！**



スマホを使った**卒煙プログラム**で 明るい未来を選択しませんか？

必要なものはスマートフォンだけ！

アプリを取得して初回面談予約
プログラム参加費用は

通常59,400円のところ

→ **¥0 (無料)!**



**禁煙に導く
3つのサポート**

1 卒煙カウンセラーによる
オンライン面談



2 医師開発の
アプリでサポート

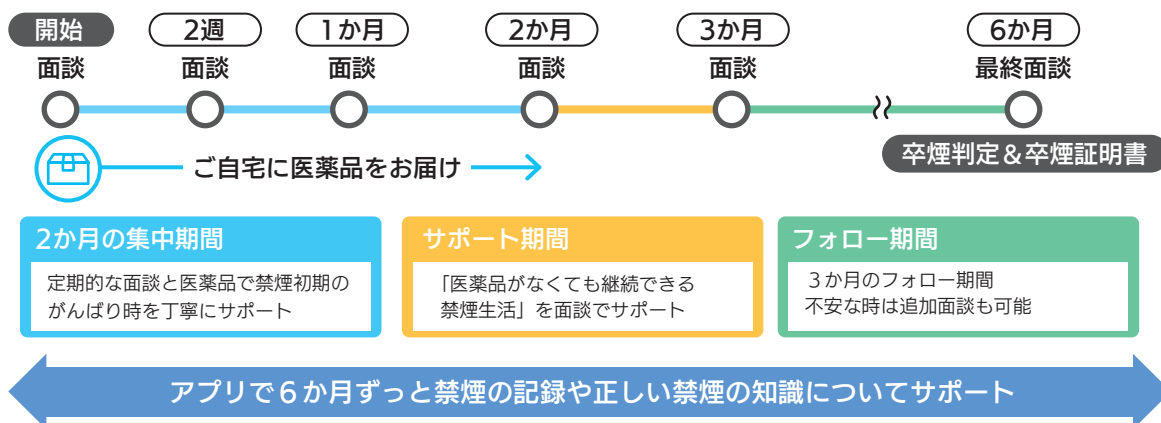


3 禁煙補助薬は
ご自宅に配送*1



*1: 既往歴等によっては、参加者様の健康を守るため、医薬品をお渡しできない場合がございます。

プログラムの流れ



申し込み期間

2025年8月1日～2026年2月28日

参加者募集中！

※ 先着順のため、定員(100名)になり次第、受付終了となりますのでお早めにお申し込みください

申し込み方法

徳洲会健康保険組合のホームページを確認

参加条件・予約方法など掲載しておりますので、ご確認いただき、予約方法に従ってお申し込みください。
(ホームページへは『徳洲会健康保険組合』で検索。トップページの『お知らせ一覧』>『参加無料！「2025年度オンライン卒煙プログラム」を実施します』に掲載)

※ プログラム終了後の経過について後日アンケートをお願いすることがございますので、ご協力をお願いいたします。

健康のために **歩く習慣** を持つ

歩くことより座ることが多くなった現代。座りっぱなしは喫煙と同じくらい健康に悪いことがわかっています。

一方、歩く習慣が身につくと体力がつき、眠りの質もよくなり、セロトニンというホルモンの分泌が増えて気持ちが前向きになります。また、肥満や生活習慣病が予防・改善でき、加齢による骨密度の低下が抑えられて骨粗しょう症のリスクが低下します。

これだけでも歩く価値は十分にありますが、さらに脳を活性化して思考力や記憶力も高まり、将来の認知症を予防する効果が期待できます。

歩くことを習慣づける **3 Step**

歩くことを自然に日常生活に組み込んでみましょう。1日や2日歩かなくても習慣づけが止まることはありません。また、途中で歩かなくなったら気持ちを切り替えてStep1から始めましょう。

Step1 短時間でもいいのでとにかく歩く

歩数や時間は気にせず、とにかく歩いてみる。最初は少し物足りないくらいでよい。

Step2 歩くことを日常生活に組み込む

途中で飽きてこないように、歩くモチベーションを保つ工夫をしながら、日常生活に組み込むと継続しやすくなる。

歩くモチベーションを保つ工夫

- 歩数計やアプリで歩数や時間を記録する
- 歩く時間を好きな音楽を聞く時間にする
- 歩くコースを変えたり、景色を楽しむ
- 体や心、脳へのよい効果に目を向ける
- お気に入りの靴やウェアを身につける
- いっしょに歩く仲間を見つける
- 体調のよくない日はムリに歩かない



日常生活に組み込むコツ

- 近所へは歩いて行く、少し遠回りして行く
- できる限りエレベーターやエスカレーターを使わず階段を使う
- バスや電車に乗ったらひと駅手前で降りて歩く
- 車を駐車場の奥に止めて歩く距離を増やす
- 昼休みや休日の夕方などを散歩の時間にする
- 大きなショッピングセンターや屋外施設など楽しみながら歩けるところへ出かける



Step3 歩数や時間、スピードを増やす

健康によい目安は1日に8,000歩、時間にするると80分。速歩きを15～20分程度入れると、より効果的。

もうお済ですか？



歩いて元気！2025秋の健保ウォーク

企業鮮士

ウォーキング

歩いて
出世!!



目指すは 
ウォーキング!

今回のウォーキングイベントは、歩数を積み重ねると称号が与えられる遊びを投入！頑張って歩数を伸ばすと、なんと！出世魚のように新たな称号と役職がもらえます。ブリの社長を目指して頑張るギョ!!

©JMDC Inc.

開催期間 **10/1 WED~10/31 FRI**

申込期間 **9/1 MON~10/7 TUE**

申込方法 Pep Up内ウォーキングイベント
参加ページより

エントリー
締切間近！
忘れずに
参加申込
しよう!!

貯めたポイントは
電子マネーや
欲しい商品と
交換できる!

イベント
参加で

最大

1000 ポイント
GET!

頑張った分だけポイントに！
まずは100ポイントを目指しよう

イベント
盛りだくさん!

< **pepUp** イベント予定 >

● 11月 日々の記録チャレンジ

● 12~1月 体重測定チャレンジ

● 翌3月 やることチャレンジ

など



健康年齢が
実年齢より **高い**

生活習慣病リスク
も
将来の医療費が
高騰するリスク **高い**



健康年齢は健康診断や人間ドックの結果からあなたの健康状態が何歳相当かを表す健康の指標です。

信じてよ
これでもモテた
太る前



健康記事を読んで評価するとポイントがもらえます。大人気コンテンツ「メタバ川柳」も絶賛連載中!

健康状態は年々変化する だから健診受けてよかった！



《《《《《 これまで正常だったから今年も大丈夫とは限らない—だから毎年健診を！ 《《《《《

年齢や生活習慣の影響で少しずつ健康状態は変わっていきます。昨年は問題なくても今年はどうか分かりません。簡単な生活改善だけでよかったかもしれないのに、健診を受けず、体の変化を知らないでいたために、気づいたときには治療が必要になっていた！ということも。

とくにメタボリックシンドロームに着目した特定健診は、生活習慣病の予防が主な目的です。健診結果をよく確認して、健康の維持に活かしましょう。

健診結果が
届いたら
ここを確認！

- ① 各検査項目の経年変化（悪化してきている項目がないか）
- ② 昨年の健診結果によって生活習慣を改善してきた項目の数値等が改善しているか
- ③ 「要再検査」「要生活改善」「要精密検査」「要治療」があったら後回しにせず、すみやかに対応する

健診結果判定の見方

※健診機関によって判定区分等が異なる場合があります。

A 異常なし

今回はとくに所見はありませんでした。
今後も健康管理に気をつけましょう。

B 軽度異常

軽度の所見がありますが、それほど問題ありません。**昨年との変化を確認しましょう。**

C 要再検査・
要生活改善

基準外でも、すぐに治療が必要な状態ではなく、**指示された時期に再検査を受け、生活習慣を改善しましょう。**

D 要精密検査・
要治療

健診結果に異常が認められ、**さらに詳しい検査や治療が必要です。**すみやかに対応しましょう。

E 治療中

すでに治療中の方です。**医師の指示に従い、治療を継続しましょう。**



よく見たら、最近は毎年ちょっとずつ血圧が高くなってきていたわ

LDLコレステロールも増加傾向…

早めに気づいてよかったですね

年々変化する健康状態は、体からの大事なメッセージ。**毎年健診を受けて早期改善を図りましょう！**



特定保健指導って どんなことをするの？

特定健診でメタボリックシンドロームの該当者や予備群と判定された方に対して、専門のスタッフが、食生活や運動面から生活習慣改善のための支援を行います。「積極的支援」と「動機付け支援」の2つがあり、リスクに応じて実施されます。生活習慣を改善するための、その人に合った健康支援が受けられます。

特定健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクがある場合

特定保健指導

積極的支援

（メタボリックシンドロームのリスクが **高** 程度の人向け）

動機付け支援

（メタボリックシンドロームのリスクが **中** 程度の人向け）

初回面接



現在の生活習慣を見直し、改善に向けて無理なく継続できる目標と行動計画を立てます。

※オンラインで行う方法や、健診当日に行う場合もあります。



継続的な支援

目標・行動計画の実行状況の確認や見直しを行い、電話やメールなどで継続的に支援します。



各自で生活習慣改善に取り組みます。

目標の歩数に足りないから、今日はちょっと遠回りして帰ろう



行動計画の実績評価（初回面接から3カ月経過後）

3カ月以上経過後に生活習慣改善の目標や行動計画の達成状況を確認します。



3カ月後に生活習慣改善の目標や行動計画の達成状況を確認します。



＼対象となった方は必ず特定保健指導を受けましょう！／



日ごろの習慣と予防接種でインフルエンザに備えよう

インフルエンザは、突然の高熱や倦怠感、関節痛を伴うなど、全身症状が現れるのが特徴です。また、流行が予測されるインフルエンザウイルスは毎年変化します。前年に予防接種を受けていても、改めて今年の予防接種を受けましょう。

感染経路は「飛沫感染」と「接触感染」

飛沫感染

感染者の咳やくしゃみのしぶき（飛沫）に含まれるウイルスを近くの人が入り込むことにより感染します。人混みを避け、症状のある人と接触した際には、必ず手洗い・うがいをしましょう。

また、自分に咳などの症状があるときは「咳エチケット」を心がけてください。

※咳エチケット…咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って口や鼻をおさえること



接触感染

手に付着したウイルスが目・鼻・口の粘膜から体内に入ることにより感染します。感染者との直接接触を避け、不特定多数の人が触るドアノブや手すり、エレベーターのボタン、トイレのレバー等に触れたときは、手洗いや手指消毒を行いましょう。



12月中旬までに予防接種を終わめしよう

インフルエンザワクチンは、接種後効果が現れるまでに通常2週間程度かかり、約5カ月持続するといわれます。肺炎や脳症などの合併症や死亡のリスクを減らす効果が期待できるため、乳幼児や妊婦、高齢者、糖尿病等の基礎疾患のある方は接種をおすすめします。

流行のピークに合わせ、12月中旬までに接種を終えておくと安心です。13歳未満は約4週間空けて2回目のワクチンを打つ必要があるため、遅くとも11月中に1回目の接種を済ませておきましょう。



予防のための3つのポイント！

十分な休養と バランスのとれた食事

十分な睡眠、適度な運動、整った生活リズム、バランスの良い食事を心がけて、免疫力をアップさせることが重要です。日々の生活を見直してみましょう。



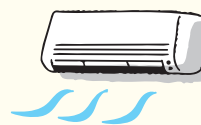
手洗いの徹底・ 予防接種

帰宅時、調理前、食事前は、石けんをよく泡立て、指先まで丁寧に洗い、流水でしっかりすすぎます。また、インフルエンザが流行する前に予防接種を受けることも大切です。



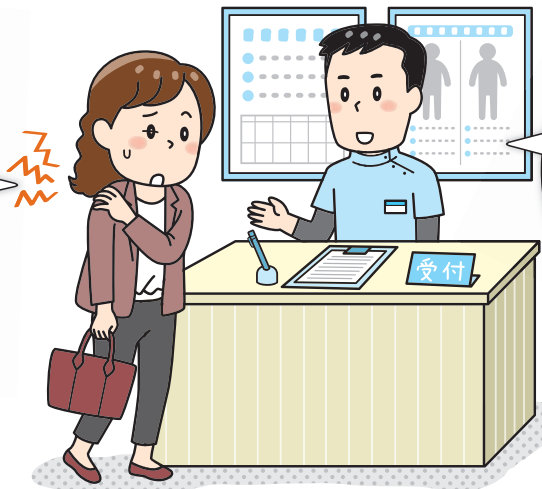
室内の温度・湿度の 適切な管理

低温で乾燥した環境ではインフルエンザに感染しやすくなります。定期的に換気しながら、室温20～25℃、湿度50～60%以上を保ちましょう。



整骨院・接骨院のかかり方

肩こりがひどくて…
治療をお願いします
“各種保険取扱”と
書いてあったので、
健康保険が使えるん
ですよね?



肩こりの施術には
健康保険が
使えませんので、
全額自己負担です

整骨院や接骨院の看板等に“各種保険取扱”や“医療保険療養費支給申請取扱”と書かれているのを見て、どんな施術でも健康保険が使えると思い違いをされていませんか? これは、“限られたケースのみ健康保険が適用になる”という意味で、どんな施術でも健康保険が使えるというわけではありません。知らずに施術を受けてしまわないためにも、整骨院・接骨院にかかるときのルールを知っておきましょう。

健康保険が使えるケースは限られています

健康保険が使える

外傷性が明らかで、慢性的な状態に至っていない以下の負傷の場合は、健康保険が使えます。

骨折※ 脱臼※ 打撲 捻挫 肉離れ

※骨折、脱臼は、応急処置を除き、あらかじめ医師の同意が必要。

健康保険が使えない(全額自己負担)

- 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- 症状の改善がみられない長期の施術
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 保険医療機関で治療中の負傷 など

* 仕事や通勤途上におきた負傷は労災保険の適用となり、健康保険の対象外です。

こんな
ルールが
あったのね



整骨院・接骨院にかかるときの注意点

●領収書・明細書をもらいましょう

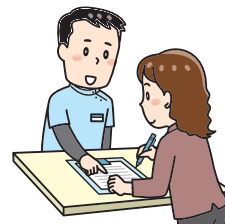
整骨院・接骨院では、領収書の発行(無料)と、施術内容が細かく記された明細書の発行(有料の場合もあり)が義務付けられています。整骨院・接骨院にかかったときは、領収書・明細書は必ず受け取りましょう。

領収書・明細書を受け取ったら、金額や施術内容をチェックしてください。もし、実際と違っている内容がありましたら健保組合に連絡してください。



●健康保険が使える場合、療養費支給申請書に署名する際は、記載内容をよく確認してください

必ず、負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、「療養費支給申請書」に自分で署名してください。施術に関する内容が記載されていない白紙の申請書には署名しないでください。



健保組合から、施術を受けられた方に施術内容等を照会させていただくことがあります

健保組合では、保険証等を使って整骨院・接骨院の施術を受けた方には、後日、施術日や施術内容、負傷原因等について確認させていただく場合があります。保険料を適正に活用するため、ご理解とご協力をお願いします。

スポーツクラブのご案内

ルネサンス 法人利用のご案内



運動、
サウナ、
スパで!

ルネサンスなら
「始めたい」が
きっと見つかる。

初心者向けの
運動も豊富!



健康 習慣



家族で使えて
オトク!



キャンペーン
詳細はコチラ!

5カ月
ずっと
おトク!

法人ジム・サウナ
おためし会員 月々¥5,500

入会キャンペーン! 9/13(土)~11/9(日)

※特典は8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただける方に限り適用(都度払い会員は対象外)。※フィットネス個人会員からのコーポレート会員へ変更の方は対象外。※レンタル用品のお取り扱いがない店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。※オプションサービスの無料期間終了後は通常月額費に自動移行となります。解約を希望する場合はフロントにてお手続きください。※事務手数料は別途必要となります。※ご契約の内容により画面と一部サービスが異なる場合がございます。詳細は二次元バーコードから貴社専用ページでご確認ください。※表示価格は全て税込となります。

ジム・サウナ
おためし会員

【ご利用可能時間・エリア】 ●営業時間中、終日ご利用できます。※24hジム導入店舗のみ。ジムエリアは24時間利用可能(未成年の方は、有人時間のみ利用となります)
●ジム、スタジオレッスン、ロッカールームと付帯のスパ施設、プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員などのプランをご選択ください。

【ご利用開始・条件】 ●最長5ヵ月、新規ご入会者様限定の会員プランで、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただける方に限ります。 ●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別にご変更となります。(後から種別変更も可能)会員プランについては料金ページでご確認ください。 ※2025/5/20時点 管理番号:00000



オンラインレッスンのご案内



人気コンテンツ!ぐっすり寝れると大評判!
人気
No.1

おやすみヨガ

セルフマッサージと
ヨガのポーズを楽しみながら
快適な眠りへ

受講者300名超え!

自宅がスポーツクラブに
早変わり!



国内最大級!約週900本のプログラムが受け放題!

24時間いつでも開講
※LIVE配信・ビデオ配信含む

同居家族も一緒に参加OK

今すぐタイムスケジュール
をチェック!



ルネサンスとご契約の
法人にご加入の方はお得!

法人オンライン会員【限定】定額プラン

月々1,100円(税込) 通常3,850円/月(税込)

月額定額レッスン受放題

お得に
始めよう!

月会費 0円
1ヵ月分

※上記特典は、2ヵ月目の月会費が無料となり、初月月会費は日割り計算となります。※入会時に無料期間を含む2ヵ月分の決済が必要です。※2ヵ月以上の継続が必要となります。※解約の際は当月10日までに指定のフォームからご自身で退会手続きが必要となります。



オンライン会員の詳細はこちら!

※クーポンコードをご確認ください



オンラインライブストリーム
の詳細はこちら



公 式
LINE



お友だち登録はこちら
役に立つ健康情報や
お得なキャンペーン情報をゲット!



徳洲会健康保険組合

〒530-0001

大阪市北区梅田1丁目3番1-900号
大阪駅前第1ビル 9階
TEL 06-6345-6050