



あ ん し ん

2020¹¹
vol.580

Life

財団 TOPICS

人材活性化に向けた職場づくり
～中小企業のテレワーク制度～



「経営」を守る・支える

あんしん財団

広報誌

Contents

INTERVIEW 昨日の自分を超越してゆく ー私の進化論 vol.19 リサ・ステッグマイヤー ー 03

財団 TOPICS 06

人材活性化に向けた職場づくり ～中小企業のテレワーク制度～ 06

CLOSE UP! WONDER SKILL ー継承と進化ー vol.29 熊手工房はしもと 08

GUIDE ニッポン再発見! 美景ミュージアム vol.19 メタセコイア並木 10

COLUMN 大人レジャーのすゝめ 第二十九回 二人でゆっくり楽しむキャンプ 14

HEALTH もっと健康セルフケア生活 第7回 検査表の見方 16

財団からのお知らせ 18

- 保険契約が満期を迎える会員の皆さまへ 契約更新のご案内をお送りしています 18
- 契約内容(登録内容)に変更はありませんか? 19
- 「要介護認定」を受けられた方は減員手続きが必要です 20
- 移転の届出はお済みですか? 20
- ケガの保険金ご請求時のお願い 21
- ケガの補償(事業総合傷害保険) 22
- 保険金の請求方法 24
- 人間ドック補助金額改定のお知らせ 26
- 健康管理のための補助金申請書 ホームページからの請求方法 27
- 人間ドック優待契約病院をご利用ください 28
- 安全衛生設備等設置補助金は対象となる条件等を変更します 30
- 補助金制度には申請期限があります 30
- 職場の環境改善のための補助金制度 補助金の限度額改定のお知らせ 31
- 職場の環境改善のための補助金の年度末申請の締切りについて 32
- 職場の環境改善のための補助金申請書 ホームページからの取出し方法 33
- 職場の環境改善のための補助金制度 よくあるご質問(添付書類について) 34
- 未加入従業員さまのご加入のおすすめ 35

あんしん財団 WELBOX 36

- サービス紹介 36
- 登録方法 38

広報誌「あんしんLife」はWEBサイトでもご覧いただけます



STEP 1 あんしん財団ホームページのトップページで「会員の皆さま」をクリックしご希望のパナーをクリック



最新の広報誌ならびにバックナンバーをご覧いただけます

保険契約、各種補助金に関する最新のご案内がご覧いただけます

STEP 2 ログイン画面でユーザー名とパスワードを入力



ログイン画面でユーザー名とパスワードを入力

ログイン URL: <https://www.anshin-zaidan.or.jp/>

ユーザー名:

パスワード:

ログイン キャンセル

あんしん Life

11 2020 vol.580

今月の表紙

豊橋筆



Photo by Katsura Komiya 協力 杉浦製筆所

江戸時代後期、武士の副業として始まった愛知県豊橋市での筆づくり。明治時代前半には従来の芯巻筆から改良され、現在の毛筆の製法が確立されました。硬さや弾力の異なる毛を水で混ぜ合わせる「練り混ぜ」という手法を用いており、墨に馴染みやすく、滑らかな書き味が豊橋筆の特徴です。

次号予告 /

今回は12月号をお届けします

財団 TOPICS

冬の感染症流行期に備えた

職場での感染症予防・対策

職場における感染症対策の基本や注意すべき点を、感染症の専門家である岩崎恵美子氏のコメントを交えてご紹介します。

※11月下旬発行予定です。

※内容は変更になる場合があります。

【内容に関するお断りとお知らせ】

本誌に記載されている企業・店舗・施設の住所・連絡先・料金・営業時間などは、予告なく変更される場合があります。また、情報は細心の注意を払って掲載していますが、その記事および内容の正確性を保証するものではありません。どのような場合、理由によらず、本誌の情報を利用したために被った損害に対しては、当法人は一切の責任を負いません。料金(価格)、所要時間なども目安としてご覧いただけますようお願い申し上げます。

また、本誌に掲載されている記事、写真、イラストなどは著作権法で認められた私的な使用や引用を除いて、ほかの印刷物や電子的なメディアに複製、転載することはできません。

タレント

リサ・ステッグマイヤー

Risa Stegmayer

親しみやすいキャラクターで人気を博し、10代の頃からテレビやラジオで活躍を続けるリサ・ステッグマイヤーさん。トライアスリートという一面も持ちながら時代を走り続ける挑戦者が、その笑顔を裏付ける人生観を語ってくれました。

昨日の自分を超越してゆく 私の進化論 vol.19

Photo by Tomohiro Enzaki

“好きなことだから頑張れる。 努力と苦しみの先にある 代え難い達成感を求めて”

profile

アメリカ出身のタレント。アメリカ人の父と日本人の母の間に生まれ、12歳で日本に移り住む。同年、雑誌『セブンティーン』でモデルデビューして以来、テレビやラジオに数多く出演。現在はNHK-BS1『COOL JAPAN～発掘！カッコいいニッポン～』にレギュラー出演しながら、トライアスロンにも精力的に取り組んでいる。



自分にできることを磨く 自分に嘘をついてまで 無理はしない

「モデルを始めたのは日本で暮らすようになった12歳の時です。まだ遊び感覚で、自分が写った雑誌の表紙や広告は記念品という感じ。大学生になってもその気分の延長で、卒業したら普通に就職するつもりでしたが、就活シーズンになっても希望の仕事のイメージが湧かない。焦って母に相談すると『今の仕事を続けてみたら?』といわれて、あ、そうか、私はもう働いていたのかと。続けていたことがいつの間にか自分だけのキャリアになっていたんですね。『継続は力』だと母のおかげで気付きました」

そうカラッと笑うリサさん。明朗なキャラクターでタレント業進出後も、すぐにメディアで引っ張りだこの存在となったのは多くの人が記憶するところ。「でも、タレント業は波があるんです。特に女性は結婚、出産の後は、あんなに忙しかったのに……と不思議なくらいオファーが落ち着きます。テレビ業界にはハーフタレントというカテゴリーがあって、シビアな話ですが、私自身でなく私の属性が求められているとすることも。でもそういう世界だから仕方がない。それならもっとほかの部分で自分を磨こう、違うものを見つけようと思う気持ちが強くなりましたね」

そんなリサさんがいま、仕事に求めるものは明確。

「共演者と息が合って、チームのようになれる仕事が一番ですね。ギャラは問題じゃない(笑)。タレント業は本来、いろいろな人と会い、多彩な経験ができる恵まれた仕事。だから、自分に嘘をついてまで無理はしないと決めたほうが、絶対に長く続けられます。母が教えてくれた『継続は力』っていうのも、そういうことだと思うんです」

そんなリサさんが「すごく大事」という番組が、2006年の放送開始から出演を続けているNHK-BS1『COOL JAPAN～発掘！カッコいいニッポン～』です。

頑張る精神こそ日本人の財産 苦しくても好きなことなら 努力を続けられる

『COOL JAPAN』は毎回、外国人が「クール」と感じるさまざまな日本の文化を発掘する番組。作家・演出家の鴻上尚史さんとリサさんを中心としたトークの掛け合いから、番組の和気あいあいとした雰囲気伝わってくるのも魅力の一つです。

「それは私が本当に楽しんでいるから。もともと好奇心旺盛な性格もあって、どんな切り口のテーマでも、『なるほど、日本はこんなふうに見られているんだ』とおもしろいし、勉強になります」

「私は、半分は日本人だから、外国人が疑問に思うような日本の文化や習慣でも、理解は早かった」と語るリサさんですが、『COOL JAPAN』への出演を続ける

うちに、新たに発見した日本らしさがあるそうです。「日本人はつくづく、何事に対しても全力で頑張る完璧にこなそうとしますよね。ビジネスマンから職人までどんな仕事の人も几帳面^{きちょうめん}。ギャラが低いならそれなりの技術で、と考えるドライさが足りないといってもいいくらい(笑)。でもこの精神性こそが日本の伝統文化や高度な技術を支えている、大きな財産の一つなんだと感じています。もちろん男女の社会的格差など変わってほしい点もありますが、日本人自身が見過ごしがちな『全力で頑張る』というスピリットは、未来の世代にも受け継がれてほしいですね」

そのためには、何が必要なのでしょう?

「キツイ、つらい、といいながらも、その仕事をコツコツ続けている人っていますよね。なぜ自分はやめないのかと一度自問してみたいです。実は答えは簡単で、誰でも『好きなことなら続けられる、努力できるから』だと思うんですね」

リサさんが「好きだから」続けるのが、トライアスロン。好きが高じて日本トライアスロン連合の広報委員を務めるほど熱中しているのだそう。過酷なレースと重ね合わせ、自身の仕事論を語ってくれました。「トライアスロンも、レースの間はずごくつらいですよ。でも楽しいだけの競技なら、きっともう続けていません。苦しいからこそ完走した時に、何ものにも代え難い達成感を味わえるんです。よい仕事をされている日本人は実は皆さん、苦しさ楽しさはセットなんだと自然とわかっているんじゃないでしょうか」

人材活性化に向けた職場づくり ～中小企業のテレワーク制度～

あんしん財団では、女性活躍の推進を応援する取組みを行ってきました。専用サイト「はたらく×らいふプロジェクト」では、さまざまな情報発信を行っています。今回は7・8月合併号で好評いただいた専用サイト連動企画「人材活性化に向けた職場づくり」*の第2弾。コロナ禍で広がりつつある「中小企業のテレワーク制度」をテーマに、アズテック株式会社の事例をご紹介します。

*7・8月合併号の専用サイト連動企画「人材活性化に向けた職場づくり」は、「はたらく×らいふプロジェクト」専用サイトでご覧いただけます。

大切な人材を一人でも失わないために

アズテック(株)は、製品開発における特許調査などを行う企業です。テレワーク制度を導入したのは約10年前。一人の女性従業員が結婚にともない遠方へ引っ越すことになったのがきっかけでした。当時は10名未満の小さな会社でテレワーク制度自体も存在せず、このような場合はいわゆる「寿退職」となるのが普通でした。

しかし、その女性従業員の能力の高さと再雇用のコストを改めて考えたとき、会社としては就業し続けてもらうほうがメリットが大きいという結論に至りました。そこで、改めて女性従業員と本音で話す場を設けたところ、「仕事にやりがいを感じており、この会社で働き続けたい」と本人も強く思っていることが判明。すぐさまテレワーク制度の検討を開始しました。

従業員と対話しながら環境や制度を改善

導入にあたり、機密情報を扱う同社にとって一番の課題となったのは、セキュリティの確保でした。当時の環境下でリサーチにリサーチを重ね、VPN*を利用すれば、必要な規模で価格を抑えながらもセキュリティを保てることがわかり、わずか2ヵ月ほどで準備を整え、テレワークの運用を開始しました。

また、テレワーク就業のルールづくりにも課題がありましたが、スタートすることを優先し、運用しながら従業員の話聞き、現実に即したルールへと改善していきました。運用開始後も制度の利用者・非利用者にかかわらず、従業員の要望を最大限に反映しながら改善を続けています。

*暗号化した専有回線で社内と社外のパソコンを安全に接続するサービス



事業所名:アズテック株式会社
所在地:東京都中央区日本橋堀留町1-7-7 MID日本橋堀留町ビル6F
設立:1990年
従業員数:35名(男性17名・女性18名)

テレワーク導入にあたっての課題	取組み
①情報セキュリティの確保	自社の業務に適した規模で、コストを抑えつつ、セキュリティを保つことができるシステム・技術を選定。
②テレワーク就業のルールづくり	最初は最低限のルールのみ決め、細かいルールは運用しながら従業員の意見を取り入れて段階的に改善。
③テレワーク非利用者への配慮	テレワーク対象を拡大。「男女問わず必要な時に制度を利用できる」ことを社内に周知。

アズテック(株)の「テレワーク制度」導入3つの成果

①緊急事態宣言前に 全社テレワークに移行

コロナ禍を受けて全社的なテレワークにしたのは、緊急事態宣言発出前の2020年3月。未曾有の事態にも即座に対応している。

②産休・育休取得後の 復帰率は100%に

休暇からの復帰後、出産や育児にともなう突発的な事態があっても臨機応変に対応できるため、仕事と両立しやすい。

③採用力が向上し 入社後の離職率も低下

「働きやすい企業」と評価され、それを理由に求人への応募が増加。会社の価値観に共感する人材を採用できるため、離職率も低下。



代表取締役社長
小倉正二氏

当社では企業理念に「従業員の幸せを追求する」と掲げており、早期から導入したテレワーク制度もその取組みの一つです。そして、私が一番大切に考えているのは「従業員を知ろうとすること」。従業員の声をもとに少しずつ働きやすい環境を整えてきました。

その結果、回り回ってコストを削減できるというサイクルを生み、求人に膨大な費用をかけずとも優秀な人材が自然と集まるようになりました。「働きやすく能力を十分に発揮できる労働環境をつくれる」ことが、弊社の強みです。

社会保険労務士が 解説

アズテック(株)から学ぶべきこと



グレース・パートナーズ株式会社代表
人事労務コンサルタント・
社会保険労務士

佐佐木 由美子氏

中央大学大学院 戦略経営研究科修了、MBA取得。アメリカ企業日本人を退職後、2005年3月にグレース・パートナーズ社労士事務所を開設。女性の雇用問題に注力し、働く女性の情報共有サロン「サロン・ド・グレース」を主宰。

“従業員ファースト”な考え方に従業員がついてくる

テレワークや女性活躍推進に限らず、新しい制度の導入には、経営トップの決断が重要です。ただし、間違っただけではないのが「制度があるから人がついてくるのではない」ということ。制度を導入した背景にある“従業員ファースト”な考え方に人が集まってくるのです。しかし、従業員の働き方に合っていなかったり、「女性従業員比率を〇%にする」といった数値的な指標で図ろうとする企業が少なくないのが実情です。

アズテック(株)の「産休・育休からの復帰率の高さ」や「新規採用後の離職率の低さ」などは、従業員一人ひとりに向き合う姿勢によって信頼やコミットメントを高め、モチベーションの向上につながった結果でしょう。

中小企業は「人」ありき。その考えを体現し、制度に落とし込んだアズテック(株)の事例から、多くの中小企業・経営者が持つべき姿勢を学べるはず。

テレワーク導入に踏み切れない企業必見!



「テレワーク制度導入の基本」と「アズテック(株)のテレワーク制度の詳細」については専用サイトへ!

公開中

第1回
「社会保険労務士が解説!
テレワーク導入で人材不足を解消!」
テレワークのメリットやプロセスなどを、社会保険労務士の佐佐木由美子氏が解説します。

公開予定

11月下旬～
アズテック(株)の導入事例について詳しく紹介します。

女性活躍を推進する
ヒントを公開中!
「はたらく×らいふ
プロジェクト」



サイトでは今回ご紹介した内容以外にも、中小企業向け・働く女性向けに、コラムやお役立ち情報など、さまざまな情報発信をしています。

はたらくらいふ

検索

<https://work-life.anshin-csr.jp/>





大小さまざまな指物で複雑な飾り付けを施しますが、一切の迷いもなく、見る間に飾り熊手を組み上げていきます。



1



2



3



4



5

1 松の木を模した飾りをつくる様子。松の葉の青々とした様子から、これで飾り付けられた熊手は「青」と呼ばれます。2 飾り熊手の原型となる部分。最近では、作業性向上のために、柄の部分は最後に取り付けるのが主流だそう。3 七福神の指物。色彩豊かに熊手を飾ります。4 5 飾りに串を取り付けて、指物をつくる様子。「昔は動物性の接着剤であるニカワを使っていたから、作業中は獣臭くてたまらなかった(笑)。いまは熱で溶ける合成接着剤を使っています」

WONDER SKILL

— 継承と進化 —

vol.29

Photo by Masaharu Hatta

熊手工房はしもと

Kumade kobo Hashimoto

120年以上続く飾り熊手工房。もともとハンコ屋を営んでいた初代が副職として始めたのが創業のきっかけ。現在は、飾り熊手の製作に絞り、3代目の橋本誠三さん夫妻を中心に、姉や妹、義弟など、家族総出で製作にあたる。毎年11月に東京都足立区の花畑大鷲神社や浅草の鷲神社で行われる西の市のほか、年末年始等の式年大祭などで出店している。

事業所名: 熊手工房はしもと
所在地: 東京都足立区本木2-7-17

下町から景気回復を願う 心意気でつくる飾り熊手

商売繁盛を願い 迷いなく生け花のように飾り付ける

「こんな時代だからこそ、うちの熊手がちょっとでも景気付けになってくれたらいい」

そう語るのは、熊手工房はしもとの3代目である橋本誠三さん。「飾り熊手」「縁起熊手」と呼ばれる商売繁盛の縁起物を40年以上つくり続けています。

飾り熊手は、「指物」と呼ばれる七福神や招き猫などの飾りを、元の熊手が見えなくなるほど盛り付けたもの。11月に、関東地方を中心とした各地の神社で行われる「西の市」などで販売されます。

工房をのぞくと、所狭しと箱が積まれており、中には色とりどりの指物が。職人が一つ手に取ると、手早く、花を生けるように熊手の土台に差し込みます。「どの職人も小さい頃から仕事を手伝っているから、飾り方が体に染み付いているんです。これは理屈じゃないね」と橋本さん。

多い時は年間で7,000本も製作するそうですが、一つとして同じものはないといいます。

「小判の指物を多く使った『小判山』や松の葉で飾った『青』など、基本の形はあるけど、うちでは絶対に同じ飾り付けにしない。お客さんには、自分好みのものを選んでほしいからね」

中には、より自分好みの飾り付けを求めて、特注

品をオーダーする人もいるのだそう。

「お客さんの商売っ気を盛り上げるために、生まれ年や商品に関連したモチーフなど、普段は使わないものを指物にすることもある。西の市のたびに必ず買いに来てくれる人もいるから、顔を思い浮かべながら、心を込めてつくるようにしています」

いまでこそ華やかな飾り熊手ですが、江戸時代中期までは、おかめの面を取り付けただけのシンプルなもの主流でした。時代が進むにつれて、さまざまな装飾を施すようになっていったのだそう。その進化はいまでも続いているといいます。

「昔、このあたりは張り子の工房がたくさんあって、それを指物として使っていたんです。でも、徐々に作り手がなくなってしまって、いまでは多くの指物が樹脂製に置きかわってしまった。でも、軽いからたくさん飾り付けできるし、造形も細かい。それに、塗料の発色もよくなったから、飾り熊手は昔よりもずいぶん豪華になっているんですよ」

時代とともに飾り付けが変わる一方で、昔から変えていないこだわりもあるという橋本さん。

「どんな時でも、熊手をつくる前は必ず手を洗うようにしているんです。やっぱり、人の幸せを願った縁起物だからね。お客さんには伝わらない小さなことだけど、ものづくりの技と同じくらい大切にしている、職人の心意気です」

銘品 | 飾り熊手



飾り熊手の由来は諸説あり、熊手の形が獲物をつかんで放さないワシの足に似ていることや、「かき集める」という用途から、縁起物として扱われるようになったのだそう。写真は熊手工房はしもとで製作する中では最大級の飾り熊手で、大人が両手で抱えるほどの大きさ。「これは柄の代わりに台を取り付けた置き型。柄があるものだと、壁にきざで打ち付けなきゃいけない。最近は賃貸物件に住んでいる人も多いし、柄がかさばるから、置き型を求めている人が多いんです」と橋本さん。

美景 ミュージアム

—ニッポン再発見!—

どこまでも続くレンガ色の並木道が
秋の深まりを告げる

vol.19 | 滋賀県 高島市

メタセコイア並木

美しい景色を通して、日本の魅力を再発見する美景ミュージアム。今月は、滋賀県の高島市から。約2.4kmにわたるメタセコイア並木の四季折々の絶景と、その景観を長年守り続けてきた地域の方々の活動をご紹介します。

Photo by PIXTA 取材協力・写真提供 公益社団法人びわ湖高島観光協会、鮎寿し 魚治



琵琶湖の北に広がるマキノ高原へと向かう途中に現れるメタセコイア並木。例年11月下旬から12月上旬に紅葉の見頃を迎えます。



道に木々の影がくっきりと姿を現す「ゼブラロード」。



雪化粧した野坂山地を背景にして、凛と佇む冬のメタセコイア並木。

四季折々に色を変えるトンネル 人々の愛に育まれた並木道

陽の光をたっぷり浴びてレンガ色に染まった木々が遠くまで続く並木道。自然豊かな山々や田畑に囲まれ、落葉期は落ち葉がじゅうたんのようになり道路脇に降り積もるこの通りは、滋賀県高島市マキノ町にあるメタセコイア並木です。

高島市マキノ農業公園を縦に貫く県道・小荒路牧野沢線には、約2.4kmにわたって約500本ものメタセコイアが立ち並びます。1981年に、道路沿いにある果樹園の果実を風から守るために植えられたのが始まりで、当初はたった2mの苗木にすぎませんでした。それが現在、約25mもの大木に成長しているのは、地元の人々の手によって大切に育てられたから。管理が難しく、かつては枯れてしまったり風に折られてしまったりというトラブルもありましたが、2010年に住民参加型のボランティア組織「マキノ

のメタセコイア並木を守り育てる会」が設立され、以来、並木道の維持保全活動が続けられています。

メタセコイアの和名は「アケボノスギ」で、高さ100m以上にも成長することから、メタ(変形した)セコイアと名付けられました。モミの木のように細長い葉を持つ落葉性の針葉樹で、春は爽やかな黄緑色の新緑、夏は鮮やかな深緑、秋は紅葉、冬は白銀の雪化粧と、1年を通して美しい景観を堪能することができます。また、並木道の背景に望む野坂山地と見事に調和するのも魅力の一つで、秋には木々と周辺の山々が色付き、映画やドラマのワンシーンのような風景が現れます。1994年に読売新聞社の「新・日本街路樹百景」、2010年に主婦の友社の「日本紅葉の名所100選」に選定されるなど、国内有数の景勝地としても高く評

価されています。

ドライブルートやバイクのツーリングスポットとしても人気で、美しい並木道を一目見ようと、季節を問わず多くの人でにぎわいます。訪れるなら、太陽が昇りきる前の早朝や日が傾く夕方がおすすめ。日光が斜めに差し込むこの時間帯には、道路に落ちる木々の影がしま模様を描く「ゼブラロード」の中を走ることができるのです。よく晴れた日には特に木陰と日差しのコントラストが強くなり、訪れる人々を楽しませています。

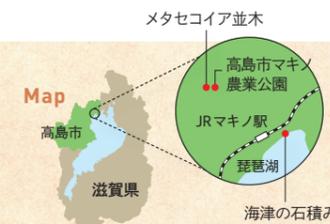
近隣住民をはじめ多くの観光客に親しまれながら、のびのびと育ったメタセコイア。季節によって異なる表情で、訪れる人を迎え入れます。

メタセコイア並木

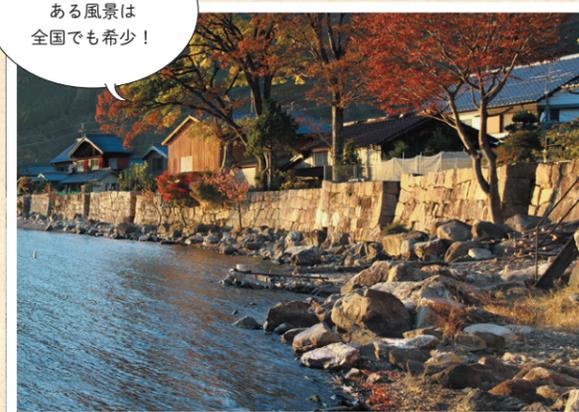
所在地:滋賀県高島市マキノ町蛭口～牧野
アクセス:JRマキノ駅から車で約4分
<https://takashima-kanko.jp>

地域の魅力を再発見!

美景スポットとあわせて知っておきたい、地元ならではのとおき情報をご紹介します。今回は高島市の「重要文化的景観」と、郷土料理をご紹介します。



湖岸に石積みのある風景は全国でも希少!



江戸時代から現在にいたるまで人々の暮らしを見守ってきた石積み。JRマキノ駅から車で4分ほどの場所にあります。

琵琶湖の水とともに暮らしてきた人々の歴史と文化が息づく景観

海津の石積み

江戸時代に水運商業都市として栄えたマキノ町海津地区。湖岸には風や波から家屋を守るために築かれた石積みが約1.2kmにわたり続いています。江戸時代の面影が残るこの景観は、2008年に隣接する西浜・知内地区とともに「重要文化的景観」に選定されました。

びわ湖高島観光協会

<https://takashima-kanko.jp/area/makino.html>

高島市に伝わる人々に愛されてきた伝統の味

鮎寿し

琵琶湖の固有種ニゴロブナを塩漬にし、ご飯と一緒に長時間漬け込んだ、伝統の保存食「鮎寿し」。高島市ではこの鮎寿しからご飯を取り除き、さらに酒粕に漬けた甘露漬がよく食されています。クセが少なく少し甘みの増した身は絶品です。

びわ湖高島観光協会 高島の物産品

<https://takashima-kanko.jp/area/eat.html>



かめばかむほど旨味が増す逸品。日本酒との相性も抜群です。

そのまま食べても、お茶漬けや雑炊にしても美味しい

Otona Leisure 大人レジャー のすゝめ

第二十九回

初めての方にもおすすめ 二人でゆっくり楽しむキャンプ

一味違う休日が過ごせるレジャー・趣味をご紹介します。
今回は「二人でゆっくり楽しむキャンプ」です。
気の合う相手と二人で過ごす
キャンプの楽しみ方をご案内します。



イラスト 古藤みちよ

監修 たけだパーベキュー

キャンプインストラクターや狩猟免許、お肉検定1級などの資格を所持するアウトドア・BBQ 芸人。BBQ 歴10年以上の経験と知識を生かし、カナダ・アルバータ州 BBQ 大使や東洋アルミ BBQ アンバサダーを務め、TV 番組やアウトドア系コラムの執筆などで活躍中。著書に『鉄板! パーベキュー焼きそば』(ヨシモトブックス)など。

アクティビティにこだわらず 自然の中でゆっくりと時間を過ごす

近年のアウトドアブームの影響もあり、自然の中で美味しい食事をとり、ゆっくりと過ごしてみたいと思っている方も多いのではないのでしょうか。

特にコロナ禍のいま、新しい生活様式の中で楽しめるアウトドア(野外活動)として、キャンプが人気を集めています。最近のキャンプは、大人数でわいわいとにぎやかに過ごすのではなく、一人で行うソロキャンプ、あるいは家族や親しい友人など限られた人だけで楽しむ少人数のキャンプが主流。そこで、キャンプ初心者にもぜひおすすめしたいのが、「二人でゆっくり楽しむキャンプ」です。

キャンプというと「特別な道具や難しい技術が必要なのでは?」と思う方もいるかもしれませんが、最近は「手ぶらOK」「カフェ併設」など、初心者がより気軽に楽しめるキャンプ場が増えています。まずは設備が整ったキャンプ場で、日帰りのキャンプ(デイキャンプ)から始めるといいですよ。

グ〜ンと快適&ココロも満足 / キャンプ必携 おすすめアイテム



■お気に入りの食器

食事の機会が多いキャンプでは、お皿・お箸・カップの3つは、使い捨てのものではなく自分のお気に入りを持参するのがおすすめ。食事の楽しみや特別感がグッとアップします。

■缶ホルダー

アウトドアに欠かせないのが缶ホルダー。保冷・保温に優れており、缶をそのままホルダーに入れるだけで、野外でも飲み物の温度をキープして美味しく飲むことができます。

■ヘッドランプ

夕方以降のキャンプ場は、かなり暗くなる場合も。懐中電灯では片手がふさがってしまいますが、ヘッドランプなら額に装着するので、両手が使えてとても快適です。

う。テントや寝袋など大型のキャンプ道具がなくても体験可能で、事前準備の負担も少なく済みます。宿泊する場合も、最近はコテージなど、ホテル並みの施設が充実しているキャンプ場も増え、初心者でもトライしやすい環境が整っています。

キャンプだからと、必ずしもアウトドアならではのアクティビティに挑戦する必要はありません。自然があふれる非日常の場所で、親しい人と一緒につくった料理を楽しみ、リラックスしてゆっくり語り合うのは、とてもぜいたくな時間の過ごし方です。

快適なキャンプを楽しむためには キャンプ場選びと服装が重要

初めてのキャンプで重要なのは、キャンプ場選びです。設備が充実し、初心者でも無理なく快適に過ごせるキャンプ場を選びましょう。管理人がいて、売店やキャンプ用品の貸し出しサービスがあり、水回りがしっかりしている施

設なら、忘れ物をした時やわからないことがあった時も安心です。購入・レンタルできるものはキャンプ場によって異なるので、事前にチェックしておきましょう。宿泊する場合は、冷蔵庫やコンロなどの設備が整ったコテージがおすすめ。ラグジュアリーなキャンプを楽しむなら、快適なテントの中でサービスが受けられるグランピング施設もよいでしょう。

気を付けたいのは服装です。山あいのキャンプ場では急な天候の変化が多く、昼夜の寒暖差が激しくなる時季でもあるので、寒さ対策とレインウェアなど雨具の準備を忘れずに。保温性・速乾性に優れた素材のインナーや、防寒機能・撥水加工のある上着があれば安心です。

さらに、下記6つのポイントを押さえ、快適な二人キャンプデビューを楽しんでみてはいかがでしょうか。



※キャンプ場の営業状況やルールについては、各施設にご確認ください。

賢く楽しもう! キャンプ初心者のための6つのポイント

①設備が充実している キャンプ場を選ぶ

キャンプ場によっては洗浄機能付きのトイレや、お風呂・温泉、コインランドリーなどがあるところも。管理人が24時間常駐のキャンプ場なら、何か困ったことがあった際も安心です。



②食材は現地近くの 道の駅やスーパーで

買い出しをするなら、キャンプ場に近しい道の駅やスーパーがおすすめ。新鮮な野菜やその土地ならではの食材が安く手に入ることも多く、寄り道しながら買い物を楽しむことができます。



③服装は 5つのアイテムが必須

帽子、長袖の上着、長めのソックス、長ズボン、雨具は、キャンプファッションの必須アイテム。帽子はUV対策の必需品。長袖の上と長めのソックスは防寒+虫よけ対策としても有効です。



④虫よけ対策を行う

夏に比べると虫は少なくなりますが、まだ注意は必要です。特にスズメバチは11月頃までが活動期。ハッカ油やアウトドア専用の虫よけグッズを用意しましょう。ハッカ油はキャンプ場で入手できる場合もあります。



⑤便利グッズを活用する

牛乳パックは中に水を入れ、氷をつかって持って行くことができ、パックを切り開けば使い捨てのまな板に。ゆっくり燃える性質があるので、使用後は着火剤の代わりになる優れたもの。保冷バッグは買い出し時にも便利です。



⑥余裕があれば イスにこだわる

キャンプでは座っている時間が長いので、快適に過ごすには自分の体に合ったイスを使うことがポイントです。また、使用するテーブルの高さと、イスの高さを必ず合わせて選びましょう。



検査表の見方

健康診断の結果で
注目すべき
検査項目とは？

わかりにくい項目こそ 日頃の生活習慣を振り返り 改善するためのヒントに

定期的実施される健康診断。専門的な項目も多いため、「再検査」になっていない限りは特に気にしないという人も少なくないのではないのでしょうか。実は、ひと目ではわかりにくい血液検査の項目にこそ、日頃の生活の影響が如実に現れています。

特に重視したいのが「肝機能検査」です。肝臓は体重の約50分の1を占める最も大きな臓器の一つで、タンパク質の合成や有毒成分の分解、消化液(胆汁)の分泌など、その役割は多岐にわたります。そのため、生活習慣の影響を受けやすく、一方で「沈黙の臓器」といわれるように、不調があっても自覚症状が現れにくいという特徴があります。そのため、定期健康診断では肝機能が検査項目になっているのです。

基本的な肝機能検査項目は「AST(GOT)」「ALT(GPT)」「 γ -GTP」の三つ。いずれも肝臓に多く含まれる酵素で、肝細胞が壊れると血液に放出されます。それぞれ影響を受けやすいものが異なるので、各項目のバランスから肝臓にダメージを与えている原因が予測できます(右図「肝機能検査」)。

さらに注目すべきなのが、「血中脂質検査」です。コレステロールや中性

脂肪というと「体に悪いもの」というイメージがあるかもしれませんが、どちらも体には不可欠なもの。それぞれの役割や体への影響を知ると、適切なバランスが理解しやすくなります。

「LDLコレステロール」は、肝臓から血中へとコレステロールを運び出し、「HDLコレステロール」は、血中から余分なコレステロールを回収する役割があります。つまり、血中のコレステロール値は、LDLコレステロールとHDLコレステロールのバランスによって保たれているのです。LDLコレステロールが高くHDLコレステロールが低いと、血中のコレステロールが過剰になり、動脈硬化を招いて、心筋梗塞や脳梗塞のリスクが高まります。「トリグリセライド(中性脂肪)」はそうしたバランスの悪い状態を招く性質があるので、数値が高い場合は食生活の改善が必要です(右図「血中脂質検査」)。

定期健康診断は、年に一回、自分の体の状態を客観的に把握するチャンス。各項目の意味を理解して、診断結果を有意義に活用しましょう。

監修



栗原 毅氏
栗原クリニック東京・日本橋院長。肝機能・脂質代謝が専門で、「血液サラサラ」の名付け親の一人。監修書籍に「バツと引けてしっかり使える 検査値の読み方 ポケット事典」(成美堂出版)など。

注目トピックス

高カカオチョコレートに 肝機能の改善効果あり

さまざまな病気の原因でもある脂肪肝の予防は、中性脂肪のもととなる糖質の摂取を抑えるのが基本。「カカオに多く含まれる食物繊維には糖質の吸収を抑える効果があるため、食前にカカオ70%以上のチョコレートを一片食べると、肝機能の改善にも効果があります」(栗原氏)。



カカオに含まれるポリフェノールには抗酸化作用があり、食物繊維の効果とあわせて肝機能改善に一石二鳥。

検査表の

ここに注目する！

定期健康診断 個人票の見本(一部)

氏名	あんしん 太郎		
健診年月日	2年9月15日		
年齢	53歳		
血圧(mmHg)	125/84		
貧血検査	血色素量(g/dl)	15	
	赤血球数(万/mm ³)	420	
肝機能検査	AST(IU/l)	20	
	ALT(IU/l)	21	
	γ -GTP(IU/l)	25	
血中脂質検査	LDLコレステロール(mg/dl)	100	
	HDLコレステロール(mg/dl)	60	
	トリグリセライド(mg/dl)	112	
血糖検査(mg/dl)	90		
尿検査	糖	⊖ + ++ +++	
	蛋白	⊖ + ++ +++	
心電図検査	異常なし		

健診直前だけ生活を正しても 検査結果の一時的な改善にすら 効果がありません！

健康診断の検査結果、特に肝機能の数値は、検査前1~3か月の生活習慣が反映されたもの。そのため、健康診断の直前だけ生活習慣を正しても、あまり数値改善の効果はありません。同様に、健康診断直前に飲み会が続いて悪い数値が出たとしても、それは「たまたま飲み会が続いたせい」ではなく、普段の生活習慣の結果です。結果がよければそれまでの生活を維持し、悪ければ真剣に受け止めたうえで、生活習慣を見直すようにしましょう。



肝機能検査

基本となる3項目は、いずれも肝臓に多く含まれる酵素の値。バランスが健康状態を把握する目安になります。

AST < ALTで γ -GTPが100程度:非アルコール性の脂肪肝 ← 食べすぎかも?
AST > ALTで γ -GTPが200以上:アルコール性脂肪肝 ← 飲みすぎかも?
 γ -GTPが高くASTとALTは正常:ストレスが多い ← 我慢すぎかも?

AST(GOT) 監修者による理想値 5~16 IU/L 一般的な基準値 10~30 IU/L

アミノ酸をつくる時に使われる酵素。肝細胞および筋肉が壊れたときに数値が上がるため、健診直前に激しい運動を行うと、一時的に結果が乱れることがある。

ALT(GPT) 監修者による理想値 5~16 IU/L 一般的な基準値 10~30 IU/L

アミノ酸をつくる時に使われる酵素。肝細胞が壊れると血中に多く放出されるため数値が上がる。体型は痩せていても、ALTが20以上の場合は隠れ脂肪肝の可能性がある。

γ -GTP 監修者による理想値 男性(女性) 10~50(10~30) IU/L

解毒作用に関係する酵素で、アルコールの影響を受けやすい。AST、ALTの数値とのバランスがアルコール性肝障害を診断する目安になる。ストレスによっても数値が上がりやすい。

血中脂質検査

コレステロールや中性脂肪は必ずしも悪いものではありません。特に、通称「善玉」のHDLコレステロールは数値が高いほうが望ましいです。

LDLコレステロール 基準値 60~119 mg/dL

肝臓のコレステロールを血中に運び出す役割を持つ。極端に高いと動脈硬化が進行しやすくなり、心筋梗塞や脳梗塞のリスクが上昇する。近年では、140程度まではあまり問題ないとする考え方もある。

HDLコレステロール 基準値 40 mg/dL以上

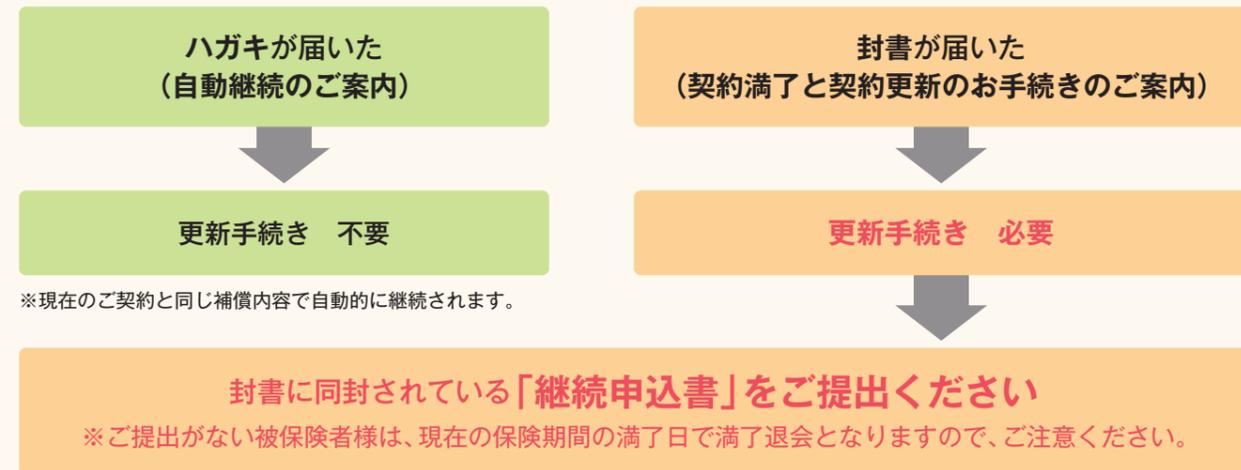
血中のコレステロールを肝臓へ回収する役割を持ち、動脈硬化などのリスクを下げる。LDLコレステロールが高いことよりも、HDLコレステロールが低いほうが健康リスクが高く、40未満は要注意とされる。

トリグリセライド(中性脂肪) 基準値 30~149 mg/dL

数値が高いと、HDLコレステロールを減少させ、LDLコレステロールの害を助長する。「脂肪」と名が付くが、油ものよりも糖質の取り過ぎで上昇しやすい。

保険契約が満期を迎える会員の皆さまへ 契約更新のご案内をお送りしています

契約更新のご案内は、満期の3カ月前にお送りしております。このご案内は、ハガキまたは封書のどちらかでお送りしますので、お手元に届きましたら内容をご確認ください。



ご契約いただいている保険契約は、満80歳を境に補償内容が一部変更となります。そのため、満80歳となる被保険者様が保険契約を継続いただくためには、「継続申込書」のご提出が必要です。

継続申込書 見本

お手続き方法

- 封書に同封の記入例をご参照のうえ、「継続申込書」にご記入・ご捺印ください。
- ご記入いただいた「継続申込書」は、返信用封筒にて返送期日までに提出ください。

※返送期日は、「継続申込書」のほか、更新手続きのご案内状にも記載しております。



契約更新に関する照会

通話料 無料 **0120-745-108** 電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間9:00~17:30/土・日・祝日および年末年始除く)

契約内容(登録内容)に変更はありませんか？

大切なお知らせですのでご注意ください

① あんしん財団の会員は「会員証兼保険証券」または「会員証兼保険契約更新証」に記載されている法人または個人事業主です。次の例に該当される場合は、速やかに当法人までお知らせください。

例1~3のような変更がある場合は、契約者変更の届出書をご提出いただく必要があります。4のように経営または就業の実態がなくなる場合は、退会の届出書をご提出いただく必要があります。



② 被保険者(加入者)になれる方は、会員事業所において経営または就業の実態がある方です。次の例に該当されるようになった場合は、継続してご加入できませんので減員の手続きが必要です。ケガをされても補償の対象になりませんので、速やかに当法人までお知らせください。



変更などのお知らせは、下記までご連絡ください。電話番号のお掛け間違いにご注意ください。

	受付内容	お問合せ先 (受付時間 9:00~17:30/土・日・祝日および年末年始除く)
①	・加入申込手続き(未加入従業員の追加加入など) ・会員(保険契約者)の変更手続き	通話料 無料 0120-311-816 ☆最寄りの支局につながります。
②	・上記①以外の変更手続き(事業所所在地などの変更) ・会費支払(口座振替)に関する照会	通話料 無料 0120-840-849
③	・契約更新や会員証に関する照会 ・退会(解約)手続き	通話料 無料 0120-745-108

「要介護認定」を受けられた方は 減員手続きが必要です

大切なお知らせですのでご注意ください

ご加入いただいている被保険者(加入者)が介護保険法に基づく要介護認定を受けた場合は、約款に規定する「被保険者になれない方」に該当します。「被保険者になれない方」がケガをしても補償の対象になりませんので減員の手続きが必要です。該当される方がいらっしゃる場合は、速やかに当法人までお知らせください。

▲ご注意 「要介護認定」と「要支援認定」では対応が異なります。

要介護認定※ (要介護1~5)	継続してご加入できません。 速やかに当法人までご連絡ください。
要支援認定 (要支援1~2)	会員事業所における経営や就業の実態がある方 →継続してご加入できます(ご連絡は不要です)。
	会員事業所における経営や就業の実態がない方 →継続してご加入できません。速やかに当法人までご連絡ください。

※身体障害者福祉法に基づく「身体障害者手帳」をお持ちの方でも、介護保険法に基づく要介護認定を受けられていない場合は、上記に該当しません。継続してご加入できます。

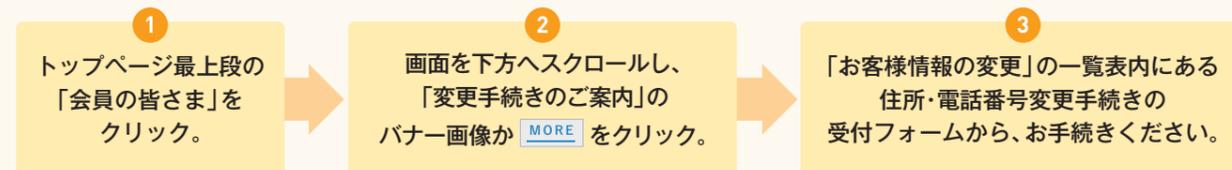
変更手続き・会費支払(口座振替)に関する照会

通話料 無料 **0120-840-849** 電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間9:00~17:30/土・日・祝日および年末年始除く)

移転の届出はお済みですか？

会員がご契約時の所在地から移転された場合は、変更の届出が必要です。あんしん財団へのご連絡が遅れますと商品やサービスに関する重要な変更や契約更新に関する重要なご案内等をお届けできなくなりますのでご注意ください。なお、移転の届出は下記ダイヤル、もしくはホームページで行うことができます。

ホームページからのお手続きは、こちらにアクセスを



変更手続き・会費支払(口座振替)に関する照会

通話料 無料 **0120-840-849** 電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間9:00~17:30/土・日・祝日および年末年始除く)

ケガの保険金ご請求時のお願い

会員(保険契約者)資格や被保険者(加入者)資格に関する確認にご協力ください

あんしん財団の保険は、中小企業の皆さま(経営者や、そこで働く従業員の方など)にご加入いただける保険です。ご請求後に保険金をお支払いできない事態を未然に防ぐため、ケガのご報告やご請求の際に、会員(保険契約者)資格や被保険者(加入者)資格に関するご確認をさせていただいております。

●会員(保険契約者)資格および被保険者(加入者)資格 確認方法

- ☑ **ケガの発生報告の際にご確認**
75歳以上の方や長年ご加入いただいている方の中には、ご契約いただいた時とはお仕事内容が変わっている方も多いため、ご確認事項が多くなる場合がございます。
- ☑ **保険金の手続き書類でご確認**
保険金請求書に、上記の資格について改めてご確認いただけるチェック欄を設けております。

→加入資格・契約者変更につきましては、本誌19ページをご確認ください。

保険金のご請求漏れはございませんか？ お早めにご請求ください

迅速な保険金のお支払い手続きをさせていただくため、お早めのご連絡およびご請求をお願いしております。ご請求が遅れますと、手続き書類の確認(審査)に時間を要する場合があります。また、必要な手続き書類をすべてご提出いただかないまま保険金の請求期限*を過ぎますと、請求権は時効により消滅し、保険金をお支払いすることができなくなりますのでご注意ください。

※請求期限は、入院・通院・往診保険金はケガをした日、後遺障害保険金は症状固定日、死亡保険金は死亡日の翌日から起算して3年です。

●スムーズなお手続きのために よくあるご質問

Q1	ケガをしてしまった！ 連絡はいつすればいいの？	ケガの状況や症状についてご確認のうえ、 ケガをした日から30日以内 にご報告ください。治療途中でも受付可能です。 また、 あんしん財団ホームページの専用フォームから24時間いつでもケガの発生報告ができます ので、ぜひご利用ください。
Q2	ケガの手続き書類は いつ提出すればいいの？	保険金の手続き書類は、下記の時点で速やかにご返送ください。 ・ケガをした日から180日以内に治療が終わった場合→ 治療が終了した時点 ・ケガをした日から180日を超えて治療している場合→ 180日を過ぎた時点 ※入院・通院・往診保険金は、ケガをした日から180日以内に治療した日数(通院は180日以内のうち90日が限度)がお支払いの対象です。

→ケガのご連絡の際は、本誌24・25ページ「保険金の請求方法」をご確認ください。

保険金請求・受付専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-611-616** 電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間9:00~17:30/土・日・祝日および年末年始除く)

もしもの事故でも安心! ケガの補償(事業総合傷害保険)

補償の内容

保険の趣旨

この保険は「ケガをした被保険者およびその遺族の生活補償」ならびに「保険金受取人である保険契約者が負担する資金等の財源確保」に備えるための保険です。

保険契約者・保険金受取人……中小企業の法人または個人事業主

被保険者……保険契約者の事業に従事する方で、ご加入されている方

保険金の種類・保険金額について

この保険は被保険者が日本国内または国外において、「急激かつ偶然な外来の事故によってその身体に被った傷害」に対して、普通保険約款に従い、保険契約者へ保険金をお支払いします。死亡保険金と後遺障害保険金は被保険者の満年齢に応じた保険金をお支払いします。入院、通院、往診の保険金日額は、年齢に関係なく一律です。

ケガの補償	死亡したとき (死亡保険金)	満年齢に 応じ(注1)	<table border="1"> <tr> <td>満80歳未満</td> <td>2,000万円</td> </tr> <tr> <td>満80歳以上</td> <td>1,000万円</td> </tr> </table>	満80歳未満	2,000万円	満80歳以上	1,000万円	<ul style="list-style-type: none"> ●ケガをして、その直接の結果として、事故日からその日を含めて180日以内に死亡した場合。 ●同一の事故によりすでにお支払いした後遺障害保険金がある場合は、死亡保険金の保険金額からすでにお支払いした金額を控除した残額となります。 				
	満80歳未満	2,000万円										
	満80歳以上	1,000万円										
	後遺障害が残ったとき (後遺障害保険金)	<table border="1"> <tr> <td>満80歳未満 (第1級)</td> <td>2,000万円</td> </tr> <tr> <td>満80歳以上 (第1級)</td> <td>1,000万円</td> </tr> <tr> <td></td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>満80歳未満 (第14級)</td> <td>16万円</td> </tr> <tr> <td>満80歳以上 (第14級)</td> <td>8万円</td> </tr> </table>	満80歳未満 (第1級)	2,000万円	満80歳以上 (第1級)	1,000万円		5	満80歳未満 (第14級)	16万円	満80歳以上 (第14級)	8万円
満80歳未満 (第1級)	2,000万円											
満80歳以上 (第1級)	1,000万円											
	5											
満80歳未満 (第14級)	16万円											
満80歳以上 (第14級)	8万円											
入院したとき (入院保険金)	年齢に 関係なく 一律	1日につき 6,000円	<ul style="list-style-type: none"> ●事故日からその日を含めて180日以内に入院した日数(注2)。 ●外泊日は入院保険金の対象となりません。 									
通院したとき (通院保険金)		1日につき 2,000円	<ul style="list-style-type: none"> ●事故日からその日を含めて180日以内に通院した日数で90日を限度(注2)。 ●実際に治療を受けた日数。 									
往診を受けたとき (往診保険金)		1日につき 4,000円	<ul style="list-style-type: none"> ●事故日からその日を含めて180日以内に医師の往診を受けた日数(注2)。 ●往診とは、医師が自宅に訪問し治療することをいいます。 									

(注1)被保険者の満年齢は、保険責任の開始の日である保険期間の初日(増員の場合は、増員日)の満年齢が適用されます。
(注2)入院は平常の業務または生活ができず医師の指示に基づき入院した期間まで、通院および往診は平常の業務または生活に支障をきたした期間までがお支払いの対象です。

あんしん財団のケガの補償 3つのポイント

1. お仕事中のケガはもちろん日常生活のケガも補償します
2. 入院、通院、往診の保険金は、1日目からお支払いします
3. 交通事故によるケガや海外旅行中のケガも補償します

○ 保険金をお支払いできる例

国内/海外

- 出張先で歩行中につまずいて転倒し、足首を捻挫した



スポーツ

- キャッチボール中にボールを取り損ね、突き指を負った



✕ 保険金をお支払いできない例

- 「要介護認定」を取得した後にケガを負った



お支払いできない理由

会員資格や被保険者資格喪失後のケガは、お支払いの対象とはなりません。また、退会・減員の手続きが必要です。「要介護認定」を受けられた被保険者の減員手続きについては20ページをご覧ください。

- 重い荷物を持ってギックリ腰になった



お支払いできない理由

腰部のケガは、骨折と打撲のみがお支払いの対象です。ギックリ腰・腰部捻挫・腰椎椎間板ヘルニア・腰椎すべり症・坐骨神経痛などは、その発症の原因にかかわらずお支払いの対象となりません。

詳細は普通保険約款をご覧ください。普通保険約款はあんしん財団ホームページにて確認できます。

保険金請求・受付専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-611-616** 電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間9:00~17:30/土・日・祝日および年末年始除く)

ケガをしてしまったらお早めに! 保険金の請求方法

1
ご連絡を
いただく前に



スムーズに保険金お支払い手続きをさせていただくため、
以下の内容をご確認のうえ、
ケガをした日からその日を含めて30日以内にご連絡ください。

- **会員番号 (証券番号)**
※会員番号がわからない場合は、「会員証兼保険証券」または「会員証兼保険契約更新証」をご確認ください。
- **ケガをした時の状況**
(どこで、どのようにケガをしたのか)
- **ケガをした方のお名前**
- **ケガをした体の部位**
- **ケガをした日時 (事故発生日時)**
- **ケガの名前 (傷病名、診断名)**
- **治療先の医療機関の名前**

※事故状況やケガの内容などにより、そのほかに追加でお伺いする場合があります。

2
あんしん財団へ
ご連絡



ケガの発生報告は、あんしん財団ホームページの専用フォーム
および電話やFAXにて、受付しております。

**4ステップで
簡単に報告完了!**

ホームページでのご連絡

フォームは
こちらから

あんしん財団トップページの「会員の皆さま」にカーソルを合わせ、「ケガの発生報告フォームはこちら」をクリック。

STEP1 ご案内 個人情報の取扱いなどに同意のうえ、「**会員番号**」を入力

STEP2 入力 ケガの内容など必要事項を入力

STEP3 確認 入力内容を確認し、間違いがなければ「**送信**」

STEP4 送信完了 入力いただいたメールアドレス宛に、あんしん財団より送信完了メールが届きます

※ご連絡内容について確認が必要な場合、あんしん財団からお電話をさせていただくことがあります。

電話でのご連絡

通話料 無料 **0120-611-616** 受付時間/9:00~17:30
土・日・祝日および年末年始除く。
電話番号のお掛け間違いにご注意ください。

FAXでのご連絡

 **03-5362-2063** 受付時間/24時間365日
FAX番号のお間違いにご注意ください。

専用の「FAX連絡票」に必要事項をご記入のうえ、上記番号までお送りください。
※FAX連絡票はあんしん財団ホームページ(保険金の請求方法)よりダウンロードできます。

3
手続き書類の
ご返送



あんしん財団より手続き書類をお送りします

ご連絡をいただいた後に、手続き書類を郵送いたします。
必要な書類をお取り揃えのうえ、あんしん財団までご返送ください。
※手続き書類の発送は、ご連絡日の翌営業日以降となる場合があります。



●入院・通院・往診の保険金のご請求に必要な書類(主なもの)

ご提出書類 (★あんしん財団所定用紙)	
● 保険金請求書 兼 診療状況申告書(★)	● 医療機関発行の領収書 ※ない場合は診療券(コピー可)
● 診断書(診療証明書)(★) ※保険金請求額によっては省略可	● 関係先調査同意書(★)
	● 交通事故証明書(コピー可)

※保険金のご請求金額や事故内容などにより、必要な書類は異なります。

手続き書類のご返送に関するお願い

保険金の手続き書類は、下記の時点で速やかにお送りください。



※入院・通院・往診の保険金は、ケガをした日から180日以内に治療した日数(通院は180日以内のうち90日分が限度)がお支払いの対象です。

4
手続き書類の
確認(審査)



保険金のお支払い時期について

当法人は、保険金の請求に必要なすべての書類が当法人に到着したその日を含めて30日以内に、保険金をお支払いするために必要な事項の確認を終えて保険金をお支払いします。ただし、次に掲げる特別な照会または調査が不可欠な場合は、お支払いまでの期間を延長します。

- 主なもの
- 警察、検察、消防その他公の機関による捜査・調査結果の照会 … 180日
 - 医療機関、検査機関その他専門機関による診断・鑑定等の結果の照会 … 90日

上記の照会・調査にあたり、保険契約者、被保険者または保険金受取人が正当な理由なくその確認を妨げ、またはこれに応じなかった場合(必要な協力を行わなかった場合を含む)、これにより確認が遅延した期間については、上記の日数に算入しません。

5
保険金のお
お受取り



保険金のお支払いが確定しましたら、支払通知を郵送いたします。
保険契約者(中小企業の法人または個人事業主)名義の口座へ保険金をお振込みします。

人間ドック補助金額改定のお知らせ

福利厚生事業(お客様サービス事業)の「健康管理のための補助金制度」のうち、人間ドック受診に対する補助金額を以下のとおり改定いたしました。

皆さまにおかれましては、今回の改定につきまして、何とぞご理解いただきますようお願いいたします。

● 改定の内容

以下のとおり、加入継続年数区分による補助金額を廃止し、**一律一人6,000円まで**となります。

改定前	加入継続年数	補助金額(1名につき)	改定後	補助金額(1名につき)
	0~10年未満	6,000円まで		加入継続年数に関係なく一律6,000円まで
	10~20年未満	12,000円まで		
20年以上	20,000円まで			

● 改定期期

2020年4月1日以降を受診日とする人間ドック補助金申請から適用となります。

● 改定の理由

あんしん財団は、2015年2月16日に一般財団法人に移行し、契約の終期の定めのない共済契約から、1年間の期間を定めた保険契約へ変更しました。

これまで、補助金については、上記のとおり会員の皆さまのご加入継続年数に応じた額をお支払いしていましたが、本制度を含む福利厚生事業(お客様サービス事業)も保険契約と同様に1年単位で収支管理する必要があることから、今回の改定にいたしました。

人間ドック補助金の対象

補助金対象者	対象となる人間ドック ※ほかの循環器ドック(肺、心臓、大腸ドックなど)、再検査などは対象となりません。
あんしん財団 会員事業所の加入者 (被保険者)の方のみ ご利用できます。	1 国内の医療機関で受診したもので、その医療機関が人間ドックと定める検査
	2 脳ドック
	3 PET 検診
	4 生活習慣病予防健診に加え※付加健診を実施した検査

※尿沈渣顕微鏡検査・生化学的検査・眼底検査・肺機能検査・腹部超音波検査・血液学的検査

▲ご注意

- ◆ 申請期間は、受診日の翌日から起算して180日以内(受付)になります。
- ◆ この制度は、あんしん財団加入日の翌日以降に受診したものが対象となります。
- ◆ 実際の受診費用負担額が補助金額の上限に満たない場合は、実際の受診費用負担額を補助します。
- ◆ 補助対象となる受診は、「定期健康診断」と併せて、同一被保険者(加入者)に対し1年度間(4/1~翌年3/31)にお一人さま1回です。

人間ドック・定期健康診断補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** お手続き番号 **2**

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間 9:00~17:30/
土・日・祝日および年末年始除く)

健康管理のための補助金申請書 ホームページからの請求方法

健康管理のための補助金制度とは

● 人間ドック補助金

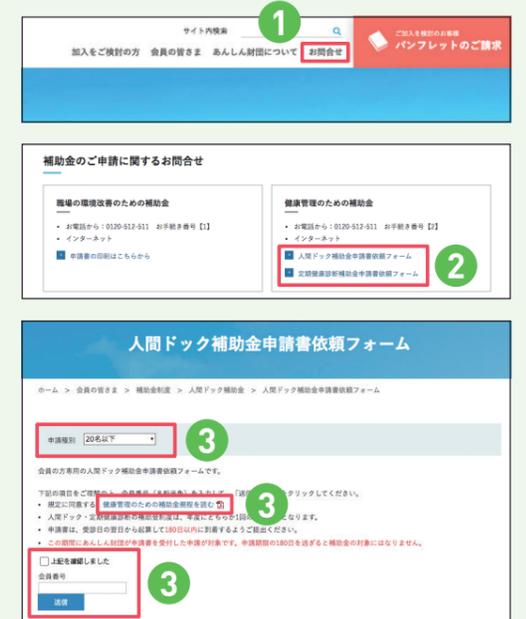
● 定期健康診断補助金

あんしん財団ホームページの「補助金申請書依頼フォーム」より、人間ドック・定期健康診断の補助金申請書を請求できます。送信された内容をもとに、あんしん財団から補助金申請書を送付いたします。

※「補助金申請書依頼フォーム」のご利用にあたり、会員番号の入力と補助金規程への同意が必要です。会員番号は会員証兼保険証券または会員証兼保険契約更新証でご確認ください。

健康管理のための補助金制度の申請書は下記の方法で請求できます

- 1 あんしん財団ホームページのトップページから「お問合せ」を選択。
- 2 健康管理のための補助金「人間ドック補助金申請書依頼フォーム」または「定期健康診断補助金申請書依頼フォーム」を選択。
- 3 申請種別を選び、「健康管理のための補助金規程を読む」を選択し、内容を確認。「上記を確認しました」にチェックを入れ、会員番号を入力し「送信」を選択。
- 4 依頼票の必要事項を入力のうえ、送信。



FAXでも申請書を請求できます → 「会員の皆さま」→「補助金制度」→「人間ドック補助金」または「定期健康診断補助金」→「FAX連絡票ダウンロード」を印刷し、必要事項を記入してFAXを送信。

人間ドック優待契約病院をご利用ください

- あんしん財団人間ドック優待契約病院(一部地域のみ)は優待料金で受診できます。
- ご利用の際は事前に優待券が必要となります。
- 詳しくはあんしん財団ホームページをご覧ください、下記専用ダイヤルへご連絡ください。

人間ドック・定期健康診断補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** お手続き番号 **2**

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間 9:00~17:30/
土・日・祝日および年末年始除く)

人間ドック優待契約病院をご利用ください

あんしん財団では日本国内に人間ドック、脳ドックおよびPET 検診を優待料金で受診できる病院があります。

あんしん財団が発行する「優待券」を受診日に優待契約病院へ提出することで、優待料金で受診できます。

さらに加入者(被保険者)の方は補助金の申請ができます(本誌27ページ参照)。

料金、コース※、所在地などの詳細は、あんしん財団のホームページをご覧ください。

右下の専用ダイヤルまでお問合せください。

※人間ドックのみ、脳ドックのみ、PET 検診のみの病院もあります。

人間ドック優待契約病院一覧をご覧になるには

- ① あんしん財団ホームページのトップページから「**会員の皆さま**」、「**補助金制度**」を選択
- ↓
- ② 「**健康管理のための補助金制度**」を選択
- ↓
- ③ 「**人間ドック優待契約病院**」を選択
- ↓
- ④ 「**優待契約病院一覧**」を選択



関東地区(神奈川県・東京23区内)、北陸地区、甲信越地区 優待契約病院一覧(2020年9月現在)

神奈川県	
<ul style="list-style-type: none"> ・横浜北幸クリニック(新赤坂クリニック系列) ・横浜総合健診センター ・みなとみらいメディカルスクエア ・京浜健診クリニック ・関東労災病院健康管理センター ・相模原総合健診センター ・ヘルス・サイエンス・センター ・衣笠病院健康管理センター ・佐々木研究所附属湘南健診センター ・アルファメディック・クリニック ・メディカルスキャンニング たまプラーザクリニック ・メディカルスキャンニング横浜クリニック ・メディカルスキャンニングセンター南 	<ul style="list-style-type: none"> ・メディカルスキャンニング第二溝の口 ・メディカルスキャンニング武蔵小杉 ・メディカルスキャンニング藤沢 ・メディカルスキャンニング新百合ヶ丘 ・横浜鶴ヶ峰病院附属予防医療クリニック ・横浜東口クリニック ・コンフォート横浜健診センター ・横浜リーフみなとみらい健診クリニック ・横浜総合病院附属あざみ野健診クリニック ・藤沢総合健診センター ・ゆうあいクリニック ・カラダテラス海老名 ・神奈川歯科大学附属病院

東京23区内	
<ul style="list-style-type: none"> ・新赤坂クリニック(六本木本院) ・日本橋室町クリニック(新赤坂クリニック系列) ・九段クリニック ・春日クリニック ・品川クリニック ・浅草クリニック ・牧田総合病院人間ドック健診センター ・健診センター等潤 ・賛育会病院健康管理クリニック ・江戸川メディケア病院総合健診センター ・河北総合病院健診センター ・板橋中央総合病院 ・全日本労働福祉協会旗の台健診センター ・品川シーズンテラス健診クリニック ・オリエンタル上野健診センター ・亀田京橋クリニック ・新宿ロイヤル診療所 	<ul style="list-style-type: none"> ・池袋ロイヤルクリニック ・イムス板橋健診クリニック ・イムス八重洲クリニック ・イムス東京健診クリニック ・金内メディカルクリニック ・日本医科大学健診医療センター ・メディカルスキャンニング日暮里 ・メディカルスキャンニング浜松町 ・メディカルスキャンニング中野 ・メディカルスキャンニング東京 ・メディカルスキャンニング溜池山王クリニック ・メディカルスキャンニング用賀 ・メディカルスキャンニング銀座 ・メディカルスキャンニング恵比寿 ・メディカルスキャンニング富士見台 ・メディカルスキャンニング経堂 ・しんえい糖健診クリニック

新潟県
<ul style="list-style-type: none"> ・ペイシアガーデンクリニック ・下越総合健康開発センター

山梨県
<ul style="list-style-type: none"> ・石和温泉病院クアハウス石和

北陸地区
<ul style="list-style-type: none"> ・公益財団法人松原病院 ・公益財団法人福井県労働衛生センター



- ほかの地域についてはホームページをご覧ください。随時更新します。
また、受診日によっては優待契約が終了している場合もありますので、ホームページで最新情報をご確認ください。
- 優待料金での受診には、あんしん財団が発行する「優待券」が必要です。
- 受診日当日、「優待券」をお持ちにならなかった場合は、優待料金でのご利用はできませんのでご注意ください。

人間ドック・定期健康診断補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** お手続き番号 **2**

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間 9:00~17:30/
土・日・祝日および年末年始除く)

安全衛生設備等設置補助金は対象となる条件等を変更します

2021年5月1日より下記のとおり変更いたします。

① 補助対象期間が設定されている設備は、期間を延長します。

No.	設備名称	現在の補助対象期間	延長後の補助対象期間
1	電動ファン内蔵上着(空調服)	2021年4月30日まで	2023年3月31日まで
2	パワーアシストスーツ(腰部アシスト用)		
3	黒球付熱中症指数計(WBGT測定器)		
4	オイルミスト除去装置		
5	冷水式体温冷却服	2022年4月30日まで	

② 墜落制止用器具(安全带)の対象条件を拡大します。

2021年5月1日以降の事由発生(設置・購入)分から補助対象とします。
 現在対象としている「墜落制止用器具の規格」「安全带の規格」適合のものに加えて、ISO規格、EN規格等国際的規格に適合したフォールアレスト用保護具も対象にします。

③ 対象設備の改造・修理を補助対象から除外します。

2021年4月30日までの事由発生(改造・修理)分を対象とし、これ以降は対象になりません。

補助金制度には申請期限があります

各種補助金の申請期限は180日です

この期間にあんしん財団が受付した申請書が対象となります。

職場の環境改善のための補助金 → 設置、購入、実施の翌日から起算して180日以内。

人間ドック・定期健康診断補助金 → 受診日の翌日から起算して180日以内。

申請書は余裕を持ってご送付願います。

職場の環境改善のための補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** お手続き番号 **1**

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
 (受付時間 9:00~17:30/
 土・日・祝日および年末年始除く)

職場の環境改善のための補助金制度 補助金の限度額改定のお知らせ

2022年4月1日より、災害防止事業(お客様サービス事業)の「職場の環境改善のための補助金制度」における補助金の限度額について、以下のとおり改定することといたしました。今回の改定では、予算内でより多くの会員の皆さまに活用いただけるよう、業種や加入者数による金額の偏りを見直すとともに、ご利用の方にとってわかりやすい制度の内容といたしました。何とぞご理解いただきますようよろしくお願いいたします。これまでご利用のない会員の皆さまにおかれましては、事業所の安全衛生促進のため、ぜひとも本制度をご活用ください。

● 改定の内容

以下のとおり、1会員1年度間の補助金の限度額について、補助の対象事項別に定めていた限度額を一本化するとともに、金額を変更いたします。

改定前(現行)

● 補助の対象事項①

「安全衛生設備等の設置(購入)」、「作業環境測定の実施」、「特殊健康診断の実施」、「ゼロ運動研修会等への参加」、「運転適性診断の受診及び運行管理者指導講習の受講」、「安全運転教育研修への参加」、「AED等職場の救急対策用設備の設置(購入)」

加入者数	1名	2名	3~4名	5~9名	10~19名	20名以上
補助限度額	10,000円	15,000円	20,000円	30,000円	60,000円	10名増加ごとに20,000円追加

● 補助の対象事項②

「動力プレス機械及びフォークリフトの特定自主検査の実施」

加入者数	1名	2名	3~4名	5~9名	10~19名	20名以上
補助限度台数	2台	3台	4台	6台	12台	10名増加ごとに4台追加

・1台あたり5,000円まで

● 上記のすべての補助対象を合算した1年度間に利用できる補助総限度額

加入者数	1名	2名	3~4名	5~9名	10~19名	20~59名	60名以上
補助総限度額	15,000円	25,000円	35,000円	50,000円	100,000円	10名増加ごとに20,000円追加	10名増加ごとに30,000円追加

改定後

加入者数	1~2名	3~4名	5~9名	10~19名	20名以上
補助限度額	5,000円	10,000円	20,000円	40,000円	10名増加ごとに20,000円追加

・「動力プレス機械及びフォークリフトの特定自主検査の実施」は現行どおり1台あたり5,000円までとし、上記の限度額に含めます。

● 改定時期

2022年4月1日以降の補助金申請書類受付分*から適用となります。

*あんしん財団が補助金申請書類を受付(受領)した日です。

補助事由の発生日(設置日・購入日・実施日等)が2022年3月31日以前であっても、申請書類の受付(受領)日が2022年4月1日以降の場合は、上記の改定後の補助限度額が適用となりますのでご注意ください。

職場の環境改善のための補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** お手続き番号 **1**

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
 (受付時間 9:00~17:30/
 土・日・祝日および年末年始除く)

職場の環境改善のための補助金の年度末申請の締切りについて

補助金の2020年度分の申請は 2021年3月31日(水)書類受付分までです

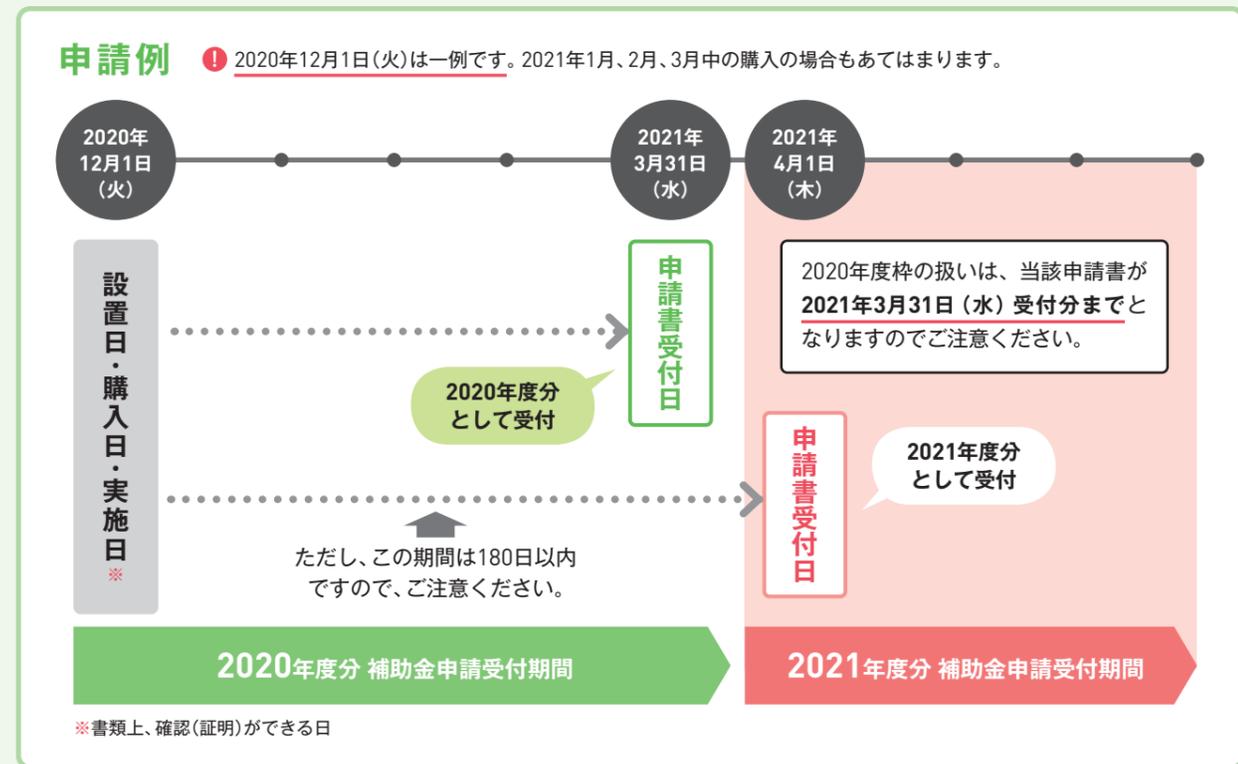


職場の環境改善のための補助金制度には、年度毎にご利用いただける補助限度額の枠があります。
2020年度枠の扱いは、当該申請書が**2021年3月31日(水)受付分まで**となります。下記をご参照ください。
なお、年度末は申請が集中し、お支払いに時間がかかる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

事由発生日	申請書受付日	所属年度
補助事由発生日(設備の設置日、購入日あるいは実施日)の翌日から 180日以内 のもの	2021年3月31日まで	2020年度
	2021年4月1日以降	2021年度

【ご注意ください】

・申請期限は、補助事由発生日(設備の設置日、購入日あるいは実施日)の翌日から180日以内になっております。
郵便事情によって日数を要することがありますので、申請書は余裕を持ってご発送ください。



職場の環境改善のための補助金申請書 ホームページからの取出し方法

職場の環境改善のための補助金制度とは

- 安全衛生設備等設置補助金
- 動力プレス機械特定自主検査実施補助金
- フォークリフト特定自主検査実施補助金
- 作業環境測定実施補助金
- 特殊健康診断実施補助金
- ゼロ災運動研修会等参加補助金
- 運転適性診断受診及び運行管理者指導講習補助金
- 安全運転教育研修参加補助金
- AED等職場の救急対策用設備設置補助金

職場の環境改善のための補助金制度の申請書は下記の方法でダウンロードできます

- 1 あんしん財団ホームページのトップページから「**お問合せ**」を選択。
- 2 職場の環境改善のための補助金「**申請書の印刷はこちらから**」を選択。
- 3 ご利用になる補助金それぞれの「**申請手続のご案内**」**「補助金規程、別表(一部抜粋)」**を選択し、内容を確認。「**申請書・封筒宛名ラベル**」を選択。
- 4 記載の項目をご確認のうえ、「**□上記を確認しました**」にチェックを入れ「**印刷**」を選択。「**申請書・封筒宛名ラベル(PDFフォーム)**」を選択し、必要事項を入力し印刷。代表者印を押し、必要書類と一緒に郵送。
※必要書類については本誌34ページもご参照ください。



職場の環境改善のための補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** お手続き番号 **1**

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間 9:00~17:30 / 土・日・祝日および年末年始除く)

職場の環境改善のための補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** お手続き番号 **1**

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。
(受付時間 9:00~17:30 / 土・日・祝日および年末年始除く)

職場の環境改善のための補助金制度 よくあるご質問(添付書類について)

迅速な補助金のお支払い手続きをさせていただくため、補助金制度をご利用される皆さまには、設置、購入、実施の前に「申請手続きのご案内」および「補助金規程 別表」のご確認をお願いしております。ホームページからダウンロード、または郵送でお取り寄せください。ご申請にあたり、よくいただくご質問をご紹介します。

添付書類について	
補助金の申請にはどのような書類が必要ですか？	「各補助金の申請書」、「領収書の写」、「明細書(請求書や納品書等)の写」、そのほか申請種類により添付が必要な書類がございます。詳しくは「申請手続きのご案内」にてご確認ください。
「明細書の写」が用意できません。	明細書の写は必ず必要となります。ただし、領収書(下記参照)の但書に明細と同等の記載 ^(注1) がある場合は、明細書の写が不要となるケースがありますのでお問い合わせください。 (注1)明細と同等の記載…メーカー名・商品名(型番・品番)・単価・個数または受診日・受診項目・単価・人数
インターネットショッピングをご利用の場合	
WEB発行の領収書で申請できますか？(お客様ご自身で名前を記入するタイプの領収書)	補助金の申請には販売店が発行した領収書が必要となりますが、下記に該当する場合はショッピングサイト(WEB)から出力した領収書でご申請が可能です。 ●申請可能な場合 法人事業所 → 支払者(請求先)やクレジットカードの名義(引落口座が法人)に会員法人事業所名が印字されている場合 個人事業所 → 支払者(請求先)やクレジットカードの名義に代表者ご本人様のお名前が印字されている場合 ⚠注文者名(アカウント名)は、法人の場合は法人名、個人事業所の場合は代表者名のものが対象になり、それ以外は原則対象になりません。
オークションで購入(落札)予定です。注意する点がありますか？	オークションサイトやフリーマーケットアプリを利用したご購入の場合も、販売店(出品者)が発行する領収書(宛名はあんしん財団登録会員名)および明細書 ^(注2) の写が必要です。 (注2)オークションサイトやフリーマーケットアプリでは、これらの書類をご用意いただけない場合がありますので、購入前にご確認ください。

【領収書記載例】

お支払いがクレジットカード決済や振り込み等でも、個人情報保護の観点から、補助の申請には領収書をご手配いただくことをおすすめします。



宛名について

会員登録が法人の場合は法人名、個人の場合は屋号または代表者名(フルネーム)が記載されていることが必要です。

職場の環境改善のための補助金専用ダイヤル

通話料 無料 **0120-512-511** 手続き番号 **1** 電話番号のお掛け間違いにご注意ください。(受付時間 9:00~17:30 / 土・日・祝日および年末年始除く)

未加入従業員さまのご加入のすすめ

ご加入いただいております財団制度に、2018年4月より、人材確保に貢献する企業向けの福利厚生サービス「あんしん財団 WELBOX」が自動付帯されました。また、労災時の「使用者賠償責任保険制度」は、すでに2014年3月24日から自動付帯されています。いずれも、財団制度にご加入の従業員等の皆さまのみが対象となります。ご加入されていない従業員さまがいらっしゃいましたら、この機会にぜひご加入されますことをおすすめいたします。お手数ですが、いま一度、ご加入されている方のご確認をお願い申し上げます。

あんしん財団の制度に自動付帯されているサービス お客様サービス事業

1 あんしん財団WELBOX

大手企業も導入 人材確保に貢献するパッケージ型の「福利厚生サービス」

幅広いニーズに対応可能な宿泊施設	国内 約35,000施設 (2020年2月現在の情報です)	eラーニングの講座(何回受けても無料!)	約500種類	等の豊富なメニュー
------------------	--	----------------------	---------------	-----------

※「あんしん財団WELBOX」は、株式会社イーウェルが提供する福利厚生サービスです。あんしん財団の制度に自動付帯されています。ご利用にあたってはあんしん財団ホームページからの利用登録が必要です。詳しくは本誌38・39ページをご確認ください。

2 使用者賠償責任保険制度

労災事故における使用者の賠償責任を補償！

労災事故の際の高額な訴訟リスクに、しっかり備えられます。

●支払限度額(1会員事業所単位)

1加入者あたり	1事故あたり
3億円	10億円

(2014年3月24日から1年間は、1加入者/1事故あたり2億円)

あんしん財団を保険契約者、会員企業および役員さまを被保険者とする損害保険会社の使用者賠償責任保険が自動付帯されています。

追加加入については、まずはお電話で下記までご連絡ください。

追加加入の連絡先

通話料 無料 **0120-311-816** 電話番号のお掛け間違いにご注意ください。(受付時間 9:00~17:30 / 土・日・祝日および年末年始除く) ☆最寄りの支局につながります。

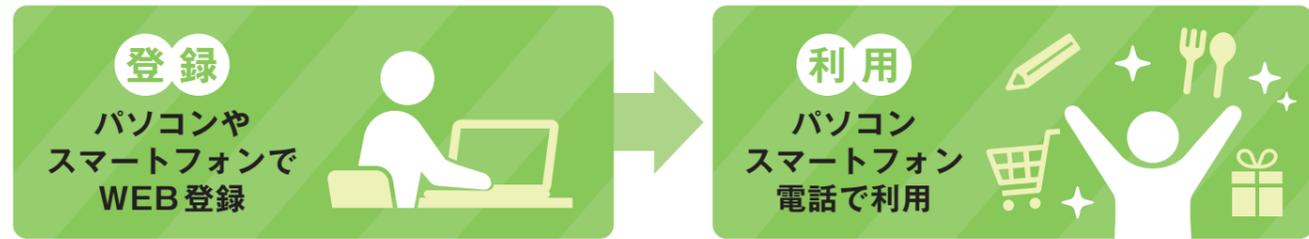
あんしん財団 WELBOX サービス紹介

ウェルボックス

- 「あんしん財団 WELBOX」は、あんしん財団の「加入サービス規約」に定められた会員および加入者向けサービスです。
- 「あんしん財団 WELBOX」を利用するには登録が必要です。



「あんしん財団 WELBOX」は、あんしん財団の会員の皆さまが、さまざまな施設やサービスを会員料金や特典付きで利用できる福利厚生サービスです。実際に利用するには登録が必要です。また、ご登録いただける方はあんしん財団に加入されている被保険者に限ります。登録方法は38・39ページをご確認ください。



※一部、電話でご利用いただけないサービスもございます。

「あんしん財団 WELBOX」会員登録前に「サンプル版」サイトでメニュー例を見たい！

あんしん財団会員の皆さまが「あんしん財団 WELBOX」のメニュー例をご確認いただけるサイトです。下記注意事項をご確認のうえ、ご活用ください。

注意事項
 ※「あんしん財団 WELBOX サンプル版」は、あんしん財団 WELBOX のサービス概要をご覧いただくためのデモサイトです。実際の提供サービスとは異なりますのであらかじめご了承ください。※「あんしん財団 WELBOX サンプル版」は、デモサイトのため、各メニューのご利用はできません。メニューのお申込や WELBOX センターへのお問合せはされないようご注意ください。※「あんしん財団 WELBOX」のご利用には、ご登録が必要です。また、ご登録いただける方はあんしん財団に加入されている被保険者に限ります。

STEP 1 あんしん財団 ホームページへアクセス

パソコンまたはスマートフォンで、あんしん財団のホームページへアクセス。「会員限定情報」をクリックします。



STEP 2 あんしん財団会員番号入力・サンプル版サイトへログイン

下記の各ページで、確認・入力作業を行ってください。

- ①「あんしん財団会員番号」を入力
- ②「会員限定情報」ページ内の「あんしん財団 WELBOX サンプル版」を選択
- ③サンプル版サイト会員番号およびパスワードを確認
 ※ホームページで、必ず「注意点・サンプル版サイト会員番号・サンプル版サイトパスワード」をご確認ください。
 ※サンプル版サイトパスワードは定期的に変更いたします。
- ④サンプル版サイトにログイン



STEP 3 「あんしん財団 WELBOX サンプル版」でメニュー例を確認

検索機能
 「地域」や「商品名」など、調べたいキーワードを入力して検索できます。

メニューカテゴリー
 ジャンルごとにメニュー例を確認できます。

例えば…

学び
 資格・語学・ビジネス誌など、幅広いメニューでスキルアップをサポートします！

子育て
 充実の育児サービスで働くパパ、ママを応援！ベビシッターや保育施設など、仕事と子育ての両立のためのサービスが豊富に揃っています。

すご得！
 WELBOX のバイヤーが厳選した大幅値引き、限定商品などの特別メニュー例はこちらから確認できます。

「あんしん財団 WELBOX サンプル版」は、デモサイトのため、「WELBOX センター」へのお問合せはされないようご注意ください。
 ※「WELBOX センター」はご登録された「WELBOX 会員」のみご利用いただけます。

※掲載画面はイメージです。実際の画面と異なる場合がございます。
 ※掲載画面のサービス内容・会員特典は予告なく変更する場合がございます。



あんしん財団 WELBOX 登録方法

ウェルボックス

- 「あんしん財団 WELBOX」は、あんしん財団の「加入サービス規約」に定められた会員および加入者向けサービスです。
- 「あんしん財団 WELBOX」を利用するには登録が必要です。



STEP 1 あんしん財団ホームページから登録サイトへアクセス

【事前にご準備ください】登録に必要なもの

- ・あんしん財団 WELBOX 仮パスワード「aw2018」
- ・あんしん財団会員番号(数字8桁)、被保険者番号(数字3桁)
- ・お客様情報(氏名、性別、生年月日、電話番号、メールアドレス)

あんしん財団 WELBOX のページへアクセス。
(<https://www.anshin-zaidan.or.jp/member/anshinzaidan-welbox/>)
「はじめての方」の画面に「あんしん財団会員番号」と「仮パスワード」を入力します。

あんしん財団 WELBOX 検索

はじめての方

あんしん財団会員番号 (数字8桁)

仮パスワード 「aw2018」

クリック

STEP 2 お客様情報入力

下記の各ページで、確認・入力作業を行ってください。

1 利用規約の確認

内容を確認し、お客様情報の入力画面へ移動します。

2 会員登録

お客様情報を入力します。

入力項目

パスワードの設定、秘密の質問、氏名、性別、生年月日、電話番号、メールアドレス、あんしん財団被保険者番号、会員事業所名

3 入力画面のご確認

内容を確認し、登録します。

4 メールを受信

登録したメールアドレスに最終手続きメールが届きますので、受信メールを確認します。

STEP 3 メール受信・最終手続き

登録したメールアドレスに届いたメール本文に、「WELBOX 会員番号」が記載されていますので、必ず控えてください。
メールに記載がある最終手続きページの URL へ 24 時間以内にアクセスし、「最終手続き」を行い、登録完了となります。

WELBOX ログインする際必要となりますので、大切に保管いただきますようお願い申し上げます。

■会員番号 : 8076-XXXXXX

「WELBOX 会員番号」必ず控えてください

最終手続きページの URL へ 24 時間以内にアクセスしてください

最終登録手続き

このボタンを押して登録完了です。

クリック

※各画面はイメージです。実際とは異なる場合があります。

あんしん財団会員番号および被保険者番号は… 「会員証兼保険証券」または「会員証兼保険契約更新証」に記載

会員証兼保険証券

あんしん財団被保険者番号 (数字3桁)

あんしん財団会員番号 (数字8桁)

注意事項

※「あんしん財団 WELBOX」とは、あんしん財団が株式会社イーウェルへ委託し、会員事業所の皆さまへ提供する福利厚生サービスです。
※サービスのご利用可能期間は、保険契約期間と同じです。契約期間は会員証兼保険証券または会員証兼保険契約更新証でご確認ください。ただし、新規会員の方のご利用開始日は、会員証兼保険証券が到着した日になります。※あんしん財団の退会、契約内容変更にもない「あんしん財団 WELBOX」の利用停止処理を行います。その際、ポイント制度で貯めていただいた WEL コインも消滅しますのでご注意ください。※各メニューのサービス内容や会員特典は予告なく変更する場合がございます。またメニューにより一部会員特典対象外の商品やサービスがございます。最新の会員特典や料金、キャンペーン情報などは「あんしん財団 WELBOX」会員専用ホームページでご確認ください。

詳しい登録方法は「サービスガイド」でご紹介！



パソコン あんしん財団ホームページの「あんしん財団 WELBOX」ページ内にある「会員限定情報」からダウンロードできます。



電話 あんしん財団お客様サービス事業部にお問合せください。サービスガイドを郵送いたします。



あんしん財団 WELBOX に関するお問合せ

WELBOX に初めてご登録される方
あんしん財団の会員番号・被保険者番号・保険契約・登録方法などについてのお問合せ先

あんしん財団お客様サービス事業部

通話料 無料 0120-157-182

平日9:00~17:30(土・日・祝日および年末年始除く)

※時間帯・曜日によって混み合うことがあります。その場合は時間をおいてお掛け直してください。
※情勢により営業時間を変更する場合がございます。

WELBOX 会員登録がお済みの方
利用方法・サービス内容についてのお問合せ先
※お電話の前に WELBOX 会員番号を必ずご確認ください。

WELBOX センター

通話料 無料 0120-964-545

全日10:00~21:00(年末年始除く)

あんしん財団 お問合せ先

お問合せをいただく前に、下のいずれかをご用意ください。
お問合せには会員番号が必要です。

会員証兼保険証券

または

会員証兼保険契約更新証

受付時間

9:00～17:30（土・日・祝日および年末年始除く）

お電話をいただく際は番号のお掛け間違いにご注意ください。



万一ケガをされた場合の
保険金の請求・受付



安全衛生設備等設置、
健康診断受診等の
補助金の申請

●保険金請求・受付専用ダイヤル

通話料
無料

0120-611-616

受付内容

- ケガによる死亡、後遺障害保険金の請求
- ケガによる入院、通院、往診保険金の請求
- 保険金請求手続きに関するお問合せ

24時間
いつでも

あんしん財団ホームページからも
ケガの発生報告ができます

●各種補助金申請専用ダイヤル

通話料
無料

0120-512-511

お手続き番号

受付内容

1

職場の環境改善のための各種補助金
(安全衛生設備等設置等)

2

人間ドック・定期健康診断補助金
ホームヘルパー等資格取得補助金



契約内容の変更や退会等の手続き

	受付内容	お問合せ先
1	<ul style="list-style-type: none"> ●加入申込手続き(未加入従業員の追加加入など) ●会員(保険契約者)の変更手続き 	<p>通話料 無料</p> <p>0120-311-816</p> <p>☆最寄りの支局につながります。</p>
2	<ul style="list-style-type: none"> ●上記1以外の変更手続き(事業所所在地などの変更) ●会費支払(口座振替)に関する照会 	<p>通話料 無料</p> <p>0120-840-849</p>
3	<ul style="list-style-type: none"> ●契約更新や会員証に関する照会 ●退会(解約)手続き 	<p>通話料 無料</p> <p>0120-745-108</p>

広報誌「あんしんLife」、ホームページについて: **03-5362-2323** (受付時間9:00～17:30/土・日・祝日および年末年始除く)

一般財団法人あんしん財団

本部: 〒160-0016 東京都新宿区信濃町34 JR信濃町ビル

<https://www.anshin-zaidan.or.jp/>