

# 令和6年度『福利厚生・健康づくり事業』参加申込書

◎広報誌「社会保険とやま」に掲載後、郵送又はFAX(076-433-3664)にてお申し込みください。  
(各利用お申込み時にコピーしてお使いください。) ※いずれも予定募集枚数、定員になり次第締め切りますので、ご容赦願います。

事業所名		事業所所在地	〒	-
TEL	( ) -			
FAX	( ) -	協会番号	(例)1-3373	※協会からの封筒宛先下に記載
担当者名				

ファミリーパーク利用補助券	(社会保険とやま4月発行号掲載4月22日申込・配布開始)	枚	<b>申込方法</b> ※返信用の封筒と切手(20枚まで84円21~50枚まで94円、51~120枚までは140円を同封し、郵送してください。上記以外の切手代金は、「社会保険とやま4月号」をご覧ください。  ※直接取りに来られる場合は、事前にFAX(076)433-3664してください。  ◆左記の日付以前のお申し込みはお受け出来ませんので予めご了承ください。
バッチングセンター利用補助券	(社会保険とやま4月発行号掲載4月22日申込・配布開始)	枚	
山の温泉利用補助券 <b>大人のみ</b>	(社会保険とやま4月発行号掲載4月22日申込・配布開始)	枚	
美術館観覧補助券	(社会保険とやま4月発行号掲載4月22日申込・配布開始)	枚	
下呂・ぎふ長良川 宿泊利用補助券	(社会保険とやま4月発行号掲載4月22日申込・配布開始)	枚	
ボウリング利用補助券	(社会保険とやま4月発行号掲載後 随時配布)	枚	
ゴルフ練習場利用補助券	(社会保険とやま4月発行号掲載4月22日申込・配布開始)	枚	
海の家・プール利用補助券	(社会保険とやま6月発行号掲載6月20日申込・配布開始)	枚	
冬季温水プール・トレーニング利用補助券	(社会保険とやま8月発行号掲載後申込・9月20日配布開始)	枚	
スキーリフト利用補助券	(社会保険とやま10月発行号掲載後申込・11月20日配布開始)	枚	
施設利用会員証	(被保険者数 1~9人 5枚・10~99人 10枚・100人以上 20枚)	枚	

利用施設名 (○をつけて、下の利用者名にご記入ください)	・黒部峡谷トロッコ電車 ・ひみのはな ・つるぎ恋月 ・東京ディズニーリゾート				
利用者名	年齢	保険証番号	利用者名	年齢	保険証番号
	オ			オ	
	オ			オ	
	オ			オ	
施設利用年月日	年	月	日( )	代表連絡先	( ) -
代表者氏名	補助券枚数	枚	※黒部峡谷トロッコ電車予約番号		

職場における健康づくり(出張講座)	健康講習会 (年1回) (随時受付)	講座名(テーマ)									
		受講人数	名	希望講師	臨床心理士等・健康運動指導士 作業療法士・国家資格キャリアコンサルタント						
		業種及び仕事の内容									
		受講希望日時	月	日( )	AM	時	分~	AM	時	分	
		受講希望所在地・TEL	(事業所所在地と同様の場合は記入不要です)								
健康体操 (随時受付)	健康体操 (随時受付)	講座名(テーマ)									
		受講人数	名	受講時間	AM	時	分~	AM	時	分	
		受講希望日	1回目	月	日( )	2回目	月	日( )			
		受講希望所在地・TEL	(事業所所在地と同様の場合は記入不要です)								
		DVD貸出(1回で2タイトルまで)	希望DVD番号								
※返却は貴社にて御負担願います。	利用期間(2週間以内)	月	日から	月	日まで						

お申し込み・お問い合わせ 〒930-0805 富山市湊入船町3番30号 KNB入船別館2階  
一般財団法人富山県社会保険協会 TEL(076)433-3663 FAX(076)433-3664 <https://www.shaho-toyama.or.jp/>

※当協会取得した個人情報は、「健康づくり事業」に関するご連絡のためにのみ利用させていただきます。



リンクスマイルは、健康を通じてみなさまの明るい笑顔をつなげていきます。

# 2024

会員事業所  
限定の  
お得な情報!

# LinkSmile

一般財団法人  
富山県社会保険協会  
<https://www.shaho-toyama.or.jp/>



職場で、家庭で、ココロとカラダに良いことを始めましょう!

## 出張講座 職場における健康づくり

講師の謝金や教材は  
**無料**です!  
非会員15,000円~

### 年1回 健康講習会

講習会に参加して、生活習慣病や病気の早期発見に役立ててください。

**場 所:** 皆さまの事務所またはご希望の場所  
**時 間:** 1時間~1時間30分(休日要相談)お気軽にご相談ください  
**対 象 者:** 同一事業所内の事業主・被保険者のみ  
**講 師:** 社会保険協会の公認講師  
**実 施 人 数:** 8名以上  
(他会員事業所との合同参加も可能です。但し2事業所まで)  
**受 講 料:** 無料

講師	テーマ
臨床心理士等	●メンタルヘルス、ストレス解消法
健康運動指導士	●メンタルヘルス ●血流アップ健康法 ●座りっぱなし症候群の予防と改善法
●作業療法士 ●国家資格 キャリアコンサルタント	●メンタルヘルス ●キャリア支援 ●シニア支援 ●職場復帰 ●離職防止対策

### 受講回数 事業所人数 1人~99人 年1回 100人以上 年2回 健康体操

健康は、心とからだの両方のバランスが大事です。まずは体験してみましょう。

**場 所:** 皆さまの事務所又はご希望の場所  
**時 間:** お昼休みまたは就業後(約1時間)(休日要相談)  
**対 象 者:** 同一事業所内の事業主・被保険者のみ  
**講 師:** 社会保険協会の公認講師  
**実 施 人 数:** 8名以上  
(他会員事業所との合同参加も可能です。但し2事業所まで)  
**受 講 料:** 無料 但し、1事業所につき2,000円(初回のみ)傷害保険料等の一部負担金を申し受けます。

#### 講座の一例

- 脳活性化運動
- 正しく学ぶラジオ体操
- やさしいヨガ
- 腰痛・肩こり予防運動
- ストレス解消体操
- 健康ストレッチ
- 姿勢改善
- 健康になるための歩き方
- アロマストレッチ
- リンパセルフマッサージ
- メタボ改善
- お気軽ピラティス NEW
- バランスボール NEW (ボールは10個まで貸出可能)



その他職種別のお悩み・ご要望にも応じます。

## DVDの貸出

無料 職場の研修、会議などに  
ご利用ください。

- ①夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう(42分)
- ②ちよちよいのちよいとレ2.0毎日筋活部 筋肉を育ててメタボを予防しよう(60分)
- ③トータルヘルスプロモーションのための健康サポート体操(60分)
- ④元気な職場をつくるメンタルヘルス5 自分でできるストレス・コントロール(25分)
- ⑤元気な職場をつくるメンタルヘルス6 ストレス・コーピングによるセルフケア(26分)
- ⑥元気な職場をつくるメンタルヘルス7-① ストレスチェックを活用したセルフケア(25分)
- ⑦元気な職場をつくるメンタルヘルス7-② 部下が休職する前にできること(25分)
- ⑧はじめてのウォーキング&ジョギング(30分)
- ⑨若々しい体をキープ! エクササイズ&ダイエツト!(32分)
- ⑩Good-bye ストレス(28分)
- ⑪正しく知れば怖くないがんのお話(25分)
- ⑫ちよちよいのちよいとレ5.0 今日から始める自重トレーニング(55分)
- ⑬ちよちよいのちよいとレ4.0 ストレッチ&筋トレ生活習慣化のすすめ(67分)
- ⑭ちよちよいのちよいとレ3.0 ストレッチ&筋トレでコリほぐしと運動不足解消プログラム(46分)
- ⑮はじめてのマイندフルネス(72分)
- ⑯眼職予防に声ヨガ式嚙下体操(67分)

## 事務担当者講習会

日程など詳しくは、広報誌「社会保険とやま」に同封のパンフレット及び協会ホームページを通じてご案内します。

## Webセミナー

詳しくは、広報誌「社会保険とやま」に同封のパンフレット及び協会ホームページに掲載。

- 社会保険の適用と健康保険の給付について
- 健康セミナー



宮本講師

## 広報



「社会保険とやま」  
社会保険の制度、  
協会事業の案内  
※バックナンバーは当協会ホームページからご覧いただけます。



「LinkSmile」  
社会保険協会の  
事業案内



「社会保険事務  
手続きの本」  
社会保険制度の資料

# 各種補助券

事業所の事業主、被保険者・被扶養者の皆さんでご利用ください

## 各種補助券のご利用方法について

- 利用対象者は、協会会員事業所の事業主、被保険者、被扶養者に限ります。
- お申し込みの用紙は、最後のページにあります。補助券は1人1枚必要となります。  
※ボウリングの補助券に限り1枚で5名まで利用できます。
- 上限枚数は各補助券それぞれの枚数となります。



## 各補助券共通事業所規模上限枚数 (被保険者数)

事業所規模	上限枚数	切手料金
1~9人	10枚	84円
10~29人	20枚	84円
30~49人	30枚	94円
50~99人	40枚	94円
100~199人	50枚	94円
200~299人	80枚	140円
300~399人	100枚	140円
400~499人	150枚	210円
500~749人	200枚	250円
750人以上	250枚	250円
1,000人以上	300枚	250円

※合算枚数	切手料金
110~120枚	140円
121~180枚	210円
181~320枚	250円
321~660枚	390円
661~1,360枚	580円

事業所規模は被保険者の人数です

【切手料金について】

上記事業所上限枚数の切手料金をご参照ください。複数の補助券をお申し込みの場合は、上記合算枚数の切手料金をご参照ください。

## 東京ディズニーリゾート「コーポレートプログラム利用券」黒部峡谷トロッコ電車

事業所規模	上限枚数
1~29人	3枚
30~99人	8枚
100~299人	16枚
300~499人	24枚
500~699人	30枚
700~829人	36枚
830~1,499人	44枚
1,500~3,499人	52枚
3,500人以上	60枚

社会保険協会の事業は、会員のみなさまの賛助会費によって運営されています。

## 冬季温水プール・トレーニング補助券

利用期間 10月~翌年2月末  
協会補助 300円/1人(下記各施設の利用可能エリア)  
対象施設



- |                                |                              |
|--------------------------------|------------------------------|
| とやま健康パーク<br>●プール ●浴室 ●トレーニングジム | 常願寺ハイツ<br>●プール ●浴室 ●トレーニングジム |
| エアーズ本館<br>●プール ●浴室 ●トレーニングジム   | トラソピア<br>●ダイナミックゾーン          |
| らくちへの<br>●プール ●浴室 ●トレーニングジム    | 桜ヶ池クアガーデン<br>●プール ●浴室        |

## ゴルフ練習場共通利用補助券

利用期間 通年  
協会・施設補助 200~1,000円  
(2,000円(税込)以上のプリペイドカード・ICカード購入の場合)  
対象施設 「古沢ゴルフクラブ」「ゴルフ練習場 アンテロープ」



## 下呂・ぎふ長良川宿泊施設

利用期間 下呂温泉[12月末まで] ぎふ長良川[通年]  
協会・施設補助 500円/1人  
対象施設 「社会保険とやま」6月号に記載。「下呂・ぎふ長良川温泉旅館協同組合」のホームページで検索。

他の割引券と併用可能



小学生以上の同伴者となたでもOK!

## 宿泊施設利用補助券

要予約

利用期間 通年(宿泊に限ります)  
協会・施設補助 1,000円/1人(1年度1回のみ)  
対象施設 「ひみのはな」「つるぎ恋月」  
※施設に宿泊のご予約後お申し込みください。

小学生以上



## 美術館「企画展」観覧補助券

利用期間 下記企画展開催期間中  
対象 事業主、被保険者・被扶養者  
協会・施設補助 200~600円/1人

### 富山県美術館

- 北日本新聞創刊140周年記念 エッシャー不思議のヒミツ
- 民藝 MINGEI 一美は暮らしのなかにある
- 第14回 世界ポスタートリエンナーレトヤマ2024
- 没後20年 東野芳明と戦後美術



### 富山県水墨美術館

- 川端龍子展
- 没後100年 富岡鉄斎
- 魅惑の滴水軒コレクション 一江戸絵画の奇才たち
- 卒寿記念 人間国宝 鈴木藏の志野展
- ひらけ墨画ワールド 園家誠二 つくる世界・そでてる絵

### 高岡市美術館

- 高岡市美術館開館30周年記念 生誕140年 竹久夢二のすべて 画家は詩人でデザイナー
- 第63回 日本伝統工芸富山展
- 高岡市美術館開館30周年記念 ロートレックとベルエポック PARIS-1900年

### 富山市ガラス美術館

- 回顧展:大太平洋一 ヴェネツィアン・ガラスの彼方へ
- 富山ガラス大賞展2024
- 没後120年 エミール・ガレ:情景のパリ
- 富山ガラス工房 開設30周年記念展(仮称)

### ミゼふくおかカメラ館

- 中井精也 写真展「ゆる鉄絶景100」
- 前川貴行 写真展「生き物たちの地球」
- 鈴木一雄 写真展「聲をきく」
- 野村誠一 写真展 A Half Century-The World is Filled with Splendid Things
- 秋元真美子 写真展「光のはて 地上の永遠」
- ワンダーフォト写真展 2024~2025

## 海の家・プール補助券

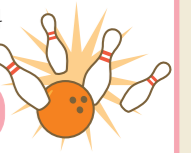
利用期間 7月初旬~8月下旬  
協会・施設補助 300円~800円/1人  
対象施設 ●岩瀬浜☆栄楽荘 ●とやま健康パーク ●らくちへの ●桜ヶ池クアガーデン ●常願寺ハイツ



## ボウリング補助券

本券1枚で5名まで有効です

利用期間 通年  
施設補助 お1人様2ゲーム以上のご利用で1ゲーム無料  
対象施設 「立山ランドボウル」「富山地铁ゴルフデンボウル」「ノースランドボウル黒部」「高岡スカイボウル」  
同伴者となたでもOK!



## 施設利用会員証の発行

利用期間 通年  
対象施設 「湯快リゾート」「センポスの宿」「法華クラブ」「品川・高輪 プリンズホテル」「プリンスホテルご優待プラン」「ダイワロイネットホテルズ」「クア・アンド・ホテルグループ」「亀の井ホテル」  
申込方法 協会ホームページでご案内



## 山の温泉利用補助券

大人のみ

協会・施設補助 300円~500円/1人(中学生以上)  
対象施設 「雷鳥荘」(6月~11月)「みくりが池温泉」(6月~11月)「立山国際ホテル」(6月~翌年3月)  
※施設によって時間指定がありますので確認のうえご利用ください。



## 東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用券



コーポレートプログラム利用者専用サイト

利用期間 2024年5月~2025年3月31日まで  
協会補助 パークチケット、またはディズニーホテル宿泊費に利用できる1,000円の補助券を発行(1人1年度1回のみ)  
申込方法 協会ホームページでご案内  
対象 事業主、被保険者・被扶養配偶者(お子様対象外)  
購入方法 当協会より補助券が届きましたら、左のQRコードを読んでお手続きください。



## スキリフト補助券

利用期間 2024年12月中旬~2025年2月末  
協会・施設補助 300円~800円/1人  
対象 事業主、被保険者・被扶養者

対象施設

- 牛岳温泉スキー場 ●1日券
- あわすのスキー場 ●1日券 ●半日券
- 立山山麓スキー場(極楽坂エリア・らいちょうエリア) ●1日券 ●4時間券 ●ナイター券
- イオックスアローザスキー場 ●1日券 ●4時間券 ●ナイター券



## 黒部峡谷トロッコ電車

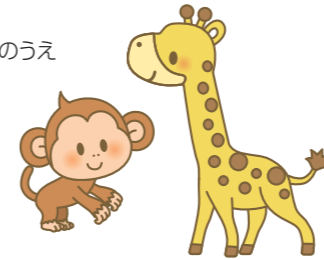
樺平まで往復 4,960円→3,960円 要予約 大人のみ

利用期間 10月~11月  
協会補助 1,000円/1人(中学生以上)  
(1年度1回のみ)  
対象 事業主、被保険者・被扶養者  
対象電車 黒部峡谷トロッコ電車  
※宇奈月~樺平の往復に限ります。



## 富山市ファミリーパーク補助券

利用期間 通年(休園期間がありますのでご確認のうえご利用ください。)  
協会・施設補助 300円/1人  
対象 事業主、被保険者・被扶養者(高校生以上)※中学生以下無料



## バッティングセンター利用補助券

利用期間 通年  
協会補助 2,000円以上のプリペイドカード1枚に対して200円の補助  
対象 事業主、被保険者・被扶養者  
対象施設 スーパーバッティング ビッグエッグ ベースボールハウスMVP山室店 ベースボールハウスMVP有沢店 ベースボールハウス スタジアム 新川ベースボールパークバッチコイ



## ビーチボール大会

詳細は8月発行「社会保険とやま」に掲載します

開催日 11月9日(土)  
会場 富山県総合体育センター  
対象 事業主、被保険者・被扶養者配偶者  
参加者負担金 1,000円/会員(1チーム) 3,000円/非会員(1チーム)

