

# 健保だより

(題字は初代清水理事長揮毫)

2022

8

No.191

令和3年度の決算がまとまりました

全国商品取引業健康保険組合  
<https://www.shoutori-kenpo.or.jp>

# 令和3年度の 決算が まとまりました

保険給付費が前年度から急回復し大幅な増加になりましたが、保険料収入が予算より増加した結果、昨年度に続いて経常黒字に

去る7月22日に開催された第88回組合会において、令和3年度の収支決算および事業報告が可決・承認されましたので、そのあらましをお知らせします。

## 健康保険組合を取り巻く情勢

健康保険組合連合会（健保連）が発表した「令和4年度健保組合予算早期集計結果の概要」では、令和2年度の新型コロナウイルス感染症拡大による受診控えの影響で高齢者医療費減の精算戻りがあり、一時的・例外的に納付金が減少し、赤字組合数は対前年度比で減少しました。しかし、健保組合全体の約7割が赤字予算となっており、依然として多くの健保組合が厳しい財政運営を強いられています。令和5年度以降は、この一時的な抛入金減少の反動に加え、団塊世代の75歳到達により後期高齢者支援金が増加局面を迎えるため、高齢者抛出金が急増することは必至であり、急激な財政悪化が予想されていますが、健保組合が財政危機に陥ると国民皆保険の存続にかかわります。「給付は高齢者中心、負担は現役世代中心」の構造を是正し、全世代型の社会保障制度へと転換することが不可欠です。

当健保組合の令和3年度決算は、前年度に続き経常黒字となりましたが、一人当たり医療給付費や納付金負担が今後増加することが考えられます。

引き続き健全な財政のもと、皆様の健康を守るための事業を実施してまいります。皆様には引き続き感染予防等、健康維持に努めていただきますようお願いいたします。

## 一般勘定

令和3年度決算は、収入総額7億5、196万円、支出総額6億7、915万6千円となり、収支差引額は7、280万4千円の黒字となり、実質的な収支である経常収支も5、425万円の黒字となりました。

## 令和3年度 収入支出決算概要表

### 一般勘定

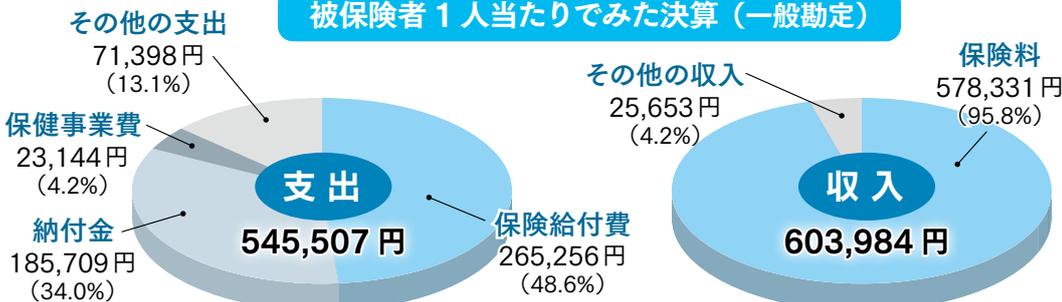
#### 支出

科目	決算額(千円)
事務費	71,653
保険給付費	330,244
法定給付費	330,080
付加給付費	164
納付金	231,208
前期高齢者納付金	86,028
後期高齢者支援金	145,174
病床転換支援金	1
退職者給付抛入金	5
保健事業費	28,814
財政調整事業抛入金	10,213
連合会費	1,002
積立金	5,961
その他等	61
合計	679,156

#### 収入

科目	決算額(千円)
保険料	720,022
国庫負担金収入	254
調整保険料収入	10,230
繰入金	15,000
国庫補助金収入	141
財政調整事業交付金	3,185
雑収入	3,128
合計	751,960
収支差引	72,804千円
経常収入合計	723,142千円
経常支出合計	668,892千円
経常収支差引	54,250千円

### 被保険者1人当たりでみた決算（一般勘定）



令和3年度予算では、699万2千円の経常収支赤字を見込んでおりましたが、保険給付費が前年度から急回復し大幅な増加になったものの予算内に収まり、また報酬・賞与の増加で保険料収入が予算比3、060万2千円増加したことなどにより、2年連続して黒字の決算となりました。

収入面では、「保険料」の算出の基礎となる被保険者数は1、245人で、前年度より17人減少しました。また、平均標準報酬月額額は、46万860円（前年度比5、948円減少）、総標準賞与額10億2、249万3千円（前年度比9、127万8千円増加）でした。保険料収入は7億2、002万2千円と、予算に比べ3、060万2千円増加し、前年度より1、734万5千円減少しました。

支出面では、皆様の医療費や給付の支払いにあてられる「保険給付」は3億3、024万4千円と、受診控えで減少した前年度に比べ5、036万2千円の増加となりました。

また、高齢者の医療費にあてられる「納付金」は、2億3、120万8千円と、前年度より6、050万7千円減少しました。

納付金の内訳で見ると、後期高齢者支援金は1億4、517万4千円と、前年度より777万4千円減少しました。また、前期高齢者納付金は8、602万8千円と、前年度より5、273万2千円減少しました。

なお、納付金が前年度から大幅に減少した理由は、前々年度の高齢者医療納付金等を精算した際の精算額が大幅に減少する要素によるもので、前期高齢者の医療費が減少及び被保険者数の減少に伴う総標準報酬額が減少した影響により清算戻り分があつたことによります。

また、皆様の健康づくりや健康保持増進のため、特定健診や人間ドック、健康ポイントプログラムなどの各種保健事業には、881万4千円をあてました。

## 介護勘定

令和3年度の介護勘定について、介護保険料は0・3ポイント引き下げて17%に変更しました。介護第2号被保険者数は715人で、前年度より4人減少しました。また、平均標準報酬月額額は、54万5、345円（前年度比7、265円減少）、総標準賞与額は7億1、796万3千円（前年度より7、127万9千円増加）でした。

介護保険料は料率の引き下げの影響もあり、9、160万6千円と、前年度より276万1千円減少しました。介護納付金は、8、462万7千円と、前年度より444万7千円増加しました。結果、収支差引残金は、697万9千円となりました。

## 介護勘定

### 収入

科目	決算額（千円）
介護保険収入	91,606
合計	91,606

### 支出

科目	決算額（千円）
介護納付金	84,627
合計	84,627

収支差引	6,979千円
------	---------

### 保健事業推進のために

- ◆ 機関紙「健保だより」を全被保険者に配付
- ◆ 出産された方に「育児情報誌」を配付
- ◆ 医療費明細の通知（2,124件）
- ◆ 保健事業推進委員会を開催
- ◆ ジェネリック医薬品促進通知（83件）
- ◆ 健保連が行う共同事業に参加

### 疾病予防のために（実施項目）

- ◆ 特定健診（767名受診）
- ◆ 特定保健指導（1名実施）
- ◆ 婦人・生活習慣病予防健診（369名受診）
- ◆ 人間ドック（472名受診）
- ◆ 大腸がん郵送検診（29名受診）
- ◆ 前立腺がん郵送検診（67名受診）
- ◆ 子宮がん郵送検診（8名受診）
- ◆ インフルエンザ予防接種（681名受診）
- ◆ 家庭用常備薬斡旋（289名申込）
- ◆ メンタルヘルス相談（0件）
- ◆ 健康相談（2件）
- ◆ 未治療者への受診勧奨（35名）
- ◆ 健診後の情報提供（767名）
- ◆ 健康づくりキャンペーン（前期108名、後期116名参加）

### 体力づくりのために

- ◆ ウォーキングキャンペーン（前期135名、後期128名参加）
- ◆ スポーツクラブ施設利用（16名利用）

令和3年度に実施した保健事業



# 令和3年度 特定健診・特定保健指導 結果報告

## 1. 特定健診 受診状況

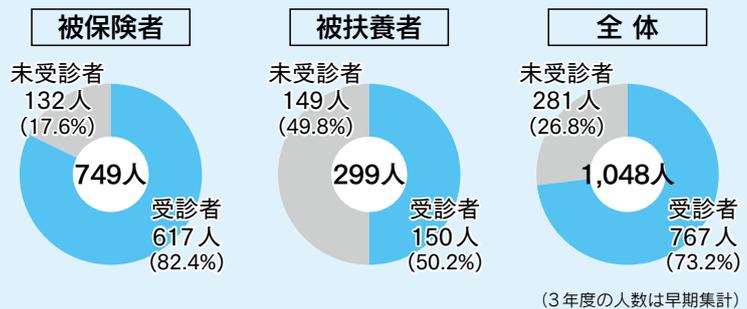
令和3年度特定健診の受診率は、被保険者が82.4%、被扶養者が50.2%、全体で73.2%となり、組合の目標受診率79.0%を下回りました。

被保険者は8割、被扶養者は5割を超えて健診を受診していますが、未受診者の中には数年にわたり健診を受診していない方がいます。

健診は、定期的に受診することで自覚症状がない身体の不調を見つけたり、去年の結果と比較して健康意識を高めるきっかけにもなります。

ご自身のため、家族の健康を守るためにも、年に一度は健診を受診しましょう。

当健康保険組合では、特定健診項目を網羅した生活習慣病健診や人間ドックで皆様の健康管理のサポートしておりますので、是非ご利用ください。



健診結果に基づき「マイヘルスレポート」をお送りします。

**対象者** 35歳以上の被保険者で、当健保組合が実施している健診を受診した方

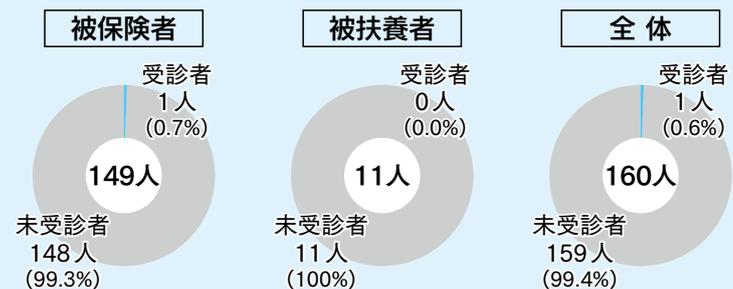
**送付時期** 2か月ごとの健診結果から順次、奇数月に発送

※当健保組合では健診に対する関心と理解を深めていただくため、健診結果過去3年分と結果に応じたアドバイスを掲載した健康情報誌「マイヘルスレポート」をお送りしています。

## 2. 特定保健指導 実施状況

令和3年度特定保健指導は、対象者160人のうち受診者は1人で実施率は0.6%となり、組合の目標実施率20.0%を大幅に下回っている状況です。

特定保健指導は、生活習慣病のリスクを軽減するために、保健師や栄養士などの専門職が皆様の生活習慣改善のサポートしておりますので特定保健指導のご案内が届きましたら、ご自身の健康を見直す機会としてご利用ください。



実施率の推移

	24年度	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度	30年度	元年度	2年度	3年度
実施率	3.5%	6.1%	1.1%	4.9%	1.0%	0.6%	2.7%	1.1%	0.0%	0.6%
目標実施率	45.0%	10.8%	15.8%	20.7%	25.7%	30.0%	6.0%	10.0%	14.0%	20.0%

(3年度の人数は早期集計)

健診結果に基づき「特定保健指導のご案内」をお送りします。

**対象者** 40歳以上の被保険者で、特定保健指導の対象となった方の中から組合が選定した方

**送付時期** 2か月ごとの健診結果から順次、奇数月に案内を送付

※特定保健指導のご案内は、マイヘルスレポートに同封してお送りしています。

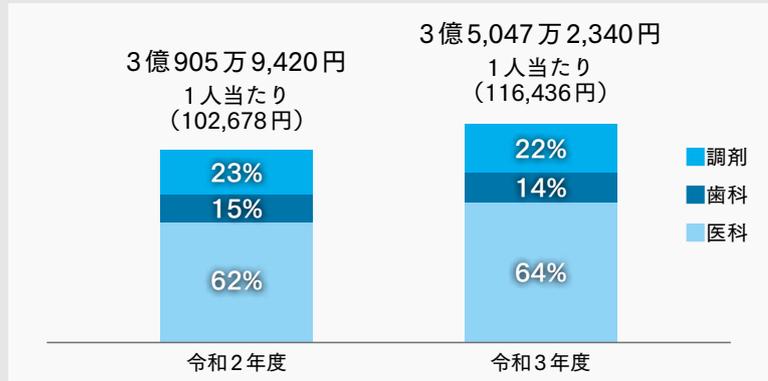
# 令和3年度 疾病統計

令和3年度の医療費総額は3億5,047万2,340円（前年度比4,141万2,920円増）となりました。

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症による受診控えが生じたと考えられ大幅に医療費が減少しましたが、令和3年度は、その反動により急回復し大幅な増加となりました。

加入者一人当たり医療費は11万6,436円（前年度比1万3,758円増）となりました。

## 総医療費・1人当たり医療費



## 被保険者 疾病分類別の医療費

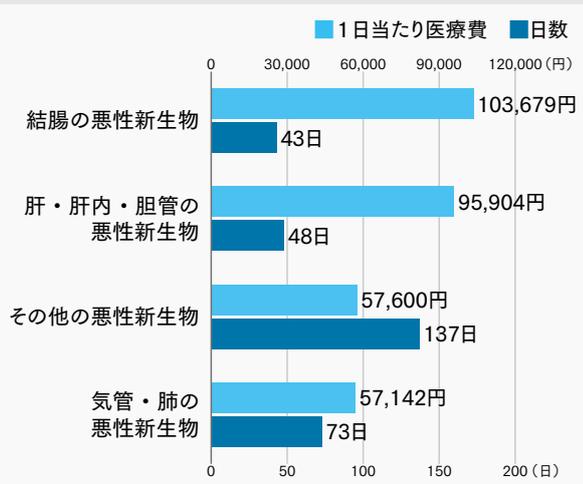
被保険者は1位「新生物」、2位「腎尿路生殖器系疾患」、3位「循環器系疾患」となりました。

1位、2位、3位ともに前年度と同じでした。



### 「悪性新生物」の日数、1日当たりの医療費

「悪性新生物」の1日当たりの医療費を見ると、1位「結腸の悪性新生物」次いで「肝・肝内・胆管の悪性新生物」となりました。



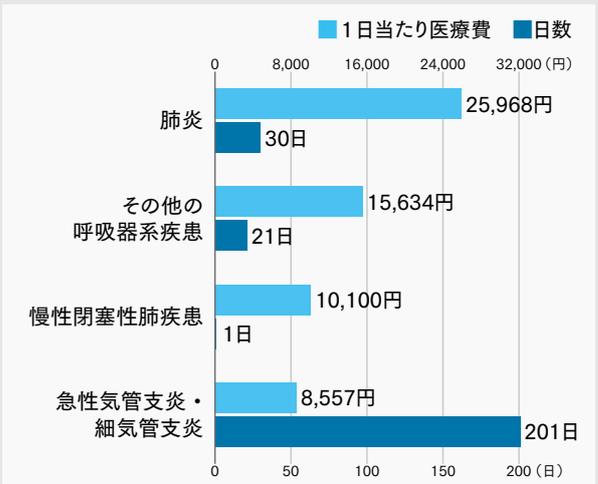
## 被扶養者 疾病分類別の医療費

被扶養者は、1位「呼吸器系疾患」、2位「筋骨格系・結合組織疾患」、3位「重症急性呼吸器症候群など（新型コロナウイルス感染症疑い）」となりました。

前年度3位の「呼吸器系疾患」が1位になりました。

### 「呼吸器系疾患」の日数、1日当たりの医療費

「呼吸器系疾患」の1日当たりの医療費を見ると、1位「肺炎」となり、日数で見ると1位「急性気管支炎・細気管支炎」となりました。



- ◆ 日頃から基本的な感染対策、咳エチケットや規則正しい生活により予防に努めましょう。
- ◆ また、がん疾患は、健診等による早期発見が早期治療に繋がります。年に1度は健診を受けましょう。
- ◆ 当健保組合では、35歳以上の被保険者・被扶養者を対象に生活習慣病予防健診、40歳以上の被保険者を対象に人間ドック、40歳上の被保険者・被扶養者を対象に郵送がん検診を実施しています。早期発見・早期治療のために、ぜひご活用ください。
- ◆ 健診の他にも、インフルエンザ予防接種の費用補助や健康ポイントプログラムなどの保健事業を実施しておりますのでご活用ください。

# 令和3年度 健康ポイントプログラム 実施結果報告

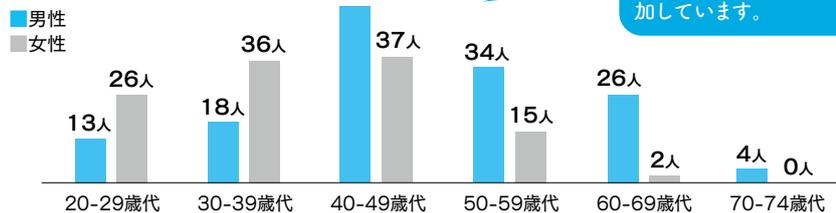
## 1 ウォーキングキャンペーン

前期：令和3年5月1日～6月30日

後期：令和3年10月1日～11月30日

ウォーキングキャンペーンは前期は135名、後期は128名、合計で263名の方にご参加いただき、組合が設定した目標を達成した方は前期が104名（令和2年度より36名増）、後期が103名（令和2年度より3名増）、合計207名（令和2年度より39名増）となりました。達成した方のうち、1万歩達成した方には、1,000ポイント分、8千歩達成した方には、500ポイント分として、それぞれクオカード1,000円分と500円分を贈呈いたしました。

年齢・男女別参加状況



男女共に40代の参加者が最も多く、次に男性は50代、女性は30代が多く参加しています。

達成者男女別内訳



8,000歩達成者が減少し、10,000歩達成者が増加しています。



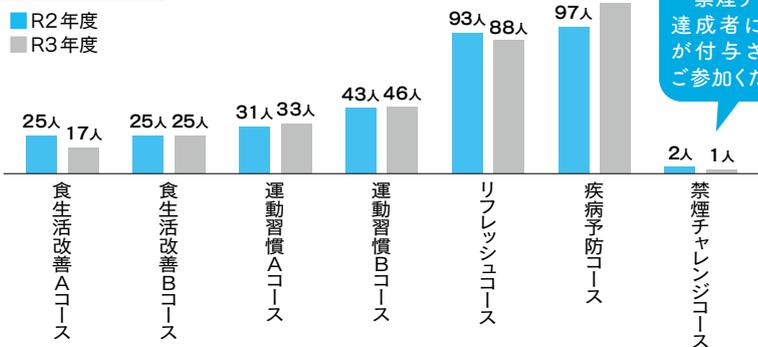
## 2 健康づくりキャンペーン

前期：令和3年7月1日～8月31日

後期：令和3年12月1日～令和4年1月31日

健康づくりキャンペーンは前期は108名、後期は116名、合計で224名の方にご参加いただき、組合が設定した目標を達成した方は前期が84名（令和2年度より2名増）、後期が78名（令和2年度より1名増）、合計162名（令和2年度より3名増）となりました。達成した方には、500ポイント分として、クオカード500円分を贈呈いたしました。

選択コース別達成者内訳



禁煙チャレンジコースは、1名の方が達成されました。禁煙チャレンジコースの達成者には500ポイントが付与されます。ぜひ、ご参加ください。



## 3 ご感想

### ウォーキングキャンペーン

- ウォーキングキャンペーンのおかげで意識して歩く習慣ができています。
- 体が軽くなっている気がしますので、続けたいと思います。
- 初めて参加しましたが、1日平均1万歩は厳しかった！8千歩達成が限界！
- ランニングを趣味としているので数字が伸びました。
- 当キャンペーン初参加のため、歩数計を購入しました。それにより意欲が出て毎日楽しく実行することができました。効果として後半はウォーキング速度も増し、体重も1kg強減っています。



### 健康づくりキャンペーン

- 普段なかなか野菜をとれてないことを実感しました。キャンペーンは終わりましたがこれからも継続していきたいです。
- 睡眠時間をしっかりとることで朝の目覚め、日中の眠気がなくなりフレッシュできました。
- 今日はやりたくないなあと思う時もキャンペーン中だからとがんばれました。
- 運動することを意識するようにしたので、少し体重が減りました。これからも続けようと思います。



\*他にも多数のご感想をいただき、ありがとうございました。

# 『健康ポイントプログラム』にご参加ください

皆様の健康づくりの裾野を広げ、健康意識の向上及び健康増進を目的として、「健康ポイントプログラム(後期)」を実施いたします。

健康ポイントプログラムでは、ウォーキングや健康づくりの取組みでポイントを貯めていただき、獲得したポイントに応じた達成賞が贈呈されます。

**対象者** 被保険者

**参加費** 無料



## 健康ポイントプログラム(後期) 実施期間/10~1月

**ウォーキングキャンペーン**  
10月1日~11月30日

**健康づくりキャンペーン**  
12月1日~1月31日

## ■ キャンペーンの内容と達成ポイント ■

### ウォーキングキャンペーン

<b>1万歩コース</b> 2か月間で1日平均 1万歩以上歩こう!	達成ポイント <b>1000ポイント</b>
<b>8千歩コース</b> 2か月間で1日平均 8千歩以上歩こう!	達成ポイント <b>500ポイント</b>



### 健康づくりキャンペーン

①~⑥のコースの中から2つを選んで、それぞれ目標日数をクリアできればポイントが獲得できます。

<b>① 食生活改善Aコース (50日以上)</b> 1日に350gを目標に野菜を食べよう! 普段の食事に70gの野菜をプラスするだけでもOK!	達成ポイント <b>500ポイント</b>
<b>② 食生活改善Bコース (50日以上)</b> 1日2回以上、主食・主菜・副菜のバランスのとれた食事をとろう!	
<b>③ 運動習慣Aコース (50日以上)</b> 普段よりも10分多く歩こう! 1日10分間の早歩きでもOK!	
<b>④ 運動習慣Bコース (18日以上)</b> 息が弾み汗をかく程度の運動をしよう! 1回30分程度の運動を、週2回行うことを習慣に!	
<b>⑤ リフレッシュコース (50日以上)</b> 1日6~8時間を目安に、自分に適した十分な睡眠をとろう!	
<b>⑥ 疾病予防コース (50日以上)</b> <span style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 2px;">後期限定コース</span> 外出後に手洗いがいいをしよう! 手洗いは石鹸等を使って丁寧に洗いましょ。	

**禁煙チャレンジコース** 達成ポイント **500ポイント**  
2か月間のうち連続して30日以上、完全禁煙しよう!

※禁煙チャレンジコースは、現在喫煙している方が対象となります。  
※禁煙チャレンジコースを選んだ場合は、①~⑥のコースに参加することはできません。

## ■ 達成賞 ■

獲得ポイントに応じた額のクオカード



500ポイント = 500円分
1000ポイント = 1000円分
1500ポイント = 1500円分

※達成賞の発送は、後期終了後の3月になります。

## ■ 参加方法 ■

- ① ホームページから直接お申込み、又は事業所ご案内に同封の参加申込書に必要事項を記入の上、郵送又はFAXで健保組合に提出してください。
- ② キャンペーン開始日より、ウォーキング又は健康づくりの取組みを実践します。ウォーキングは、各自の歩数計でカウントして記録表に毎日の歩数を記入してください。健康づくりは、取組みが実践できた日を記録表にチェックしてください。
- ③ キャンペーン終了後、記録表をホームページから送信、郵送、FAXのいずれかで健保組合へ提出してください。
- ④ 前期・後期でポイントを集計し、獲得ポイントに応じた達成賞をご自宅宛に送付します。

ホームページから参加手続きができるようになりました。  
実施内容等の詳細につきましては、ホームページの「健康ポイントプログラム」をご覧ください。



# 2022年10月からの制度変更のお知らせ

## パート・アルバイトなど 短時間労働者の社会保険適用が拡大されます

現在、当健康保険組合の「被扶養者」の方でも、次の要件にあてはまる場合は、10月からパートやアルバイト先事業所の社会保険の適用対象となり「被保険者」に変更となる場合があります。

10月から拡大となる  
適用要件



	現行	2022年10月～	2024年10月～
事業所規模	●常時500人超	●常時100人超	●常時50人超
	●所定労働時間 週20時間以上		
短時間労働者	●継続して1年以上使用される見込み	●継続して2か月を超えて使用される見込み	
	●賃金 月額88,000円以上		
	●学生でないこと		



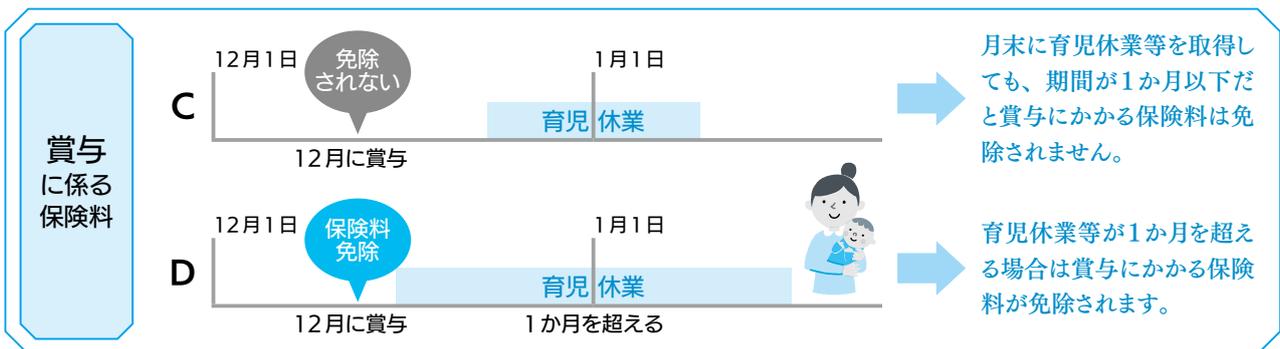
ご家族がお勤め先の被保険者になった場合は、当健保組合への手続きをお願いいたします。

## 育児休業中の保険料免除が変わります

現在は、月末に育児休業を取得している場合にその月の保険料が免除となります（下図A）が、それに加えて、その月中に14日以上育児休業等を取得した場合（下図B）も保険料が免除されるようになります。



賞与にかかる保険料については、賞与月の末日を含んだ連続した1か月を超える育児休業等を取得した場合（下図D）に保険料免除の対象となります。



**Q** 自宅で吸わなければ  
家族は受動喫煙しない？

家族が受動喫煙をしないように、  
私はいつも外でタバコを吸って、  
自宅では吸わないようにしています。  
だから、家族への受動喫煙は心配  
ないですよね？



**A** いいえ  
受動喫煙の  
リスクがあります



タバコを消した後も、喫煙者の呼気には有害物質が含まれています。また、喫煙者の髪の毛や衣服などに有害物質が残り、再放散すると考えられています。

家の中で吸っていないくても、自動車ですタバコを吸っていればシートなどにも有害な物質が付いているかもしれません。

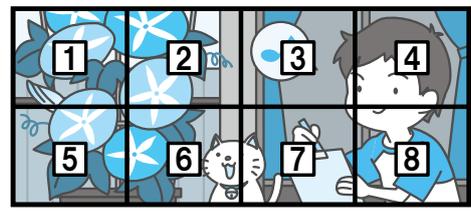
家族の受動喫煙をなくすためには、禁煙することが確実です。



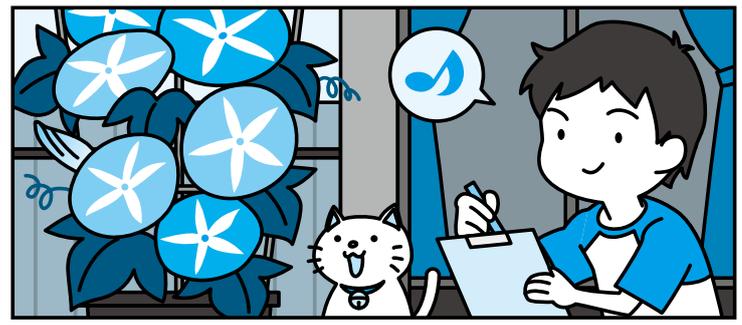
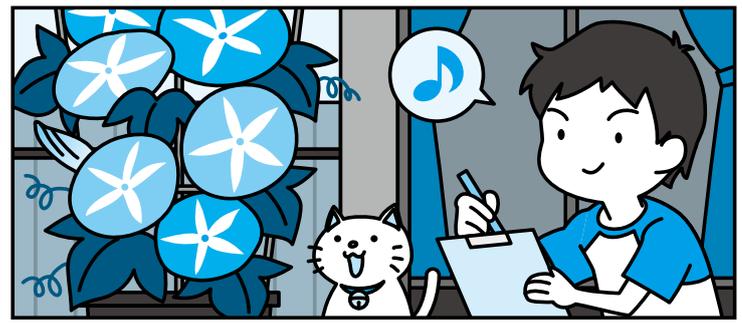
# まちがいさがし

上下のイラストにはまちがいが6つあるよ。エリア表を参考に間違いのあるワクをすべて答えてね。

【エリア表】



あたまのストレッチ



正解は 11 ページをご覧ください。

©スカイネットコーポレーション

# ジェネリック医薬品

## どれくらい知ってる

チェック  
してみよう!



### ジェネリック医薬品のこと こんなふうに思っていない?

新薬(先発医薬品)と比べると安全性が  
保証されていない?

価格が安い分、新薬より  
効き目が劣る?

品質に問題がある?

これらはまちがii!



ジェネリック医薬品は、新薬の特許期間が満了したあとに発売される後発医薬品のことで、**安全性・効き目・品質は新薬と同等**です。

## ジェネリック医薬品に切り替えるメリット

### 1 安全性・効き目・品質

ジェネリック医薬品の安全性・効き目・品質は新薬と同等で、国が定めた厳しい審査をクリアしています。価格が安いのは、新薬に比べて開発コストを大幅に抑えることができるからです。

### 2 のみやすさ

錠剤を小さくする、味やにおいを改良する、文字や色を変えてのみまちがいを防ぐなど、子どもや高齢者にもやさしい製剤上の工夫がされているジェネリック医薬品もあります。

### 3 節約できます!

ジェネリック医薬品は、新薬より価格が約2~7割安く、長期間服用する場合は医療費を大幅に節約することができます。ジェネリック医薬品を活用して、上手に医療費を節約しましょう。

## ジェネリック医薬品に切り替えるには

### 診察のときに…



ジェネリック医薬品にできますか?

医師にジェネリック医薬品の処方ができるか相談してみましょう。

※すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。



### 薬局で…



ジェネリック医薬品を希望します

薬剤師にジェネリック医薬品を希望することを伝えましょう。



### 保険証・お薬手帳に…

保険証・お薬手帳に「ジェネリック医薬品 お願いシール」(本誌に挟み込んでいます)を貼って提示することで、医療機関・薬局に対する意思表示ができます。



ジェネリックで  
お願いします



# KENPO 伝言板

## 「算定基礎届」の提出にご協力ありがとうございました

算定基礎届の提出にあたっては、ご多忙中、ご協力いただきありがとうございました。おかげさまで滞りなく事務処理を完了することができました。

提出していただいた届書をもとに決定した「標準報酬月額」は、本年9月分以降の保険料算出および保険給付金支給の基礎となります。なお、「8月・9月の月変予定者」の届書もお忘れなく提出願います。

## 熱中症を防ぐために、必要のないときはマスクをはずしましょう



屋外

屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**

	人との距離が確保できる場合(2m以上を目安)	人との距離が確保できない場合
会話をする場合		
会話をほとんど行わない場合	<p>公園での散歩やランニング、サイクリングなど</p>	<p>徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違うとき</p>



屋内

人との距離（2m以上を目安）が確保できて、なおかつ会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**（例：距離を確保して行う図書館での読書、芸術鑑賞など）



近距離(2m以内)で会話をするときや、通勤ラッシュ、人混みの中、高齢の方と会うとき、病院に行くときなどはマスクを着用しましょう。



環境省HP  
「熱中症予防情報サイト」



厚生労働省HP  
「新型コロナウイルス感染予防のために」

## 組合の状況

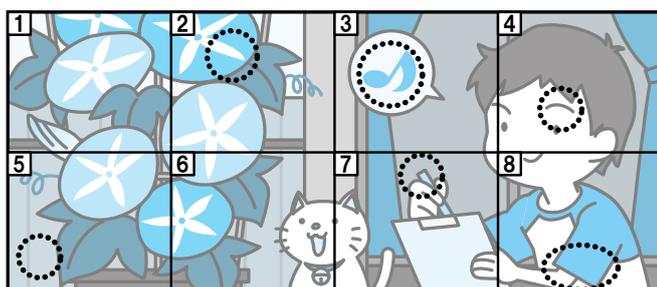
令和4年6月末日現在

被保険者数	男	920人
	女	309人
	計	1,229人
事業所数		49件
平均標準報酬月額		451,227円
保険料率	一般保険料率	
	事業主	千分の46.5
	被保険者	千分の46.5
	計	千分の93.0
	介護保険料率	
事業主	千分の9.00	
被保険者	千分の9.00	
計	千分の18.0	
平均年齢		43.4歳
扶養率		0.78人

まちがいさがし の答え

答え

2・3・4・5・7・8



# 昇仙峡

## 昇

仙峡では荒川沿いに遊歩道が整備されており、多くの人が楽しめるウォーキングコースになっている。

静観橋を渡って遊歩道で仙娥滝をめざそう。木陰のなかを下るルートとなり、暑い季節も比較的歩きやすい。仙娥滝は地殻の断層によってできた滝で、豊富な水が流れ落ちる様子を間近にみる事ができる。滝のしぶきは涼を感じさせ、ひととき暑さを忘れることだろう。さらに進むと、荒川の向こう岸にそびえる覚円峰が目に入る。花崗岩が風化水食してできた昇仙峡の主峰であり、高さ180mにおよぶ姿は圧巻だ。

### 仙娥滝

落差 30m の迫力を眼前にみることができる。

### 昇仙峡クリスタルファウンテン

総重量 600kg の水晶を使った、直径 5m、高さ 5m の噴水。

### 影絵の森美術館

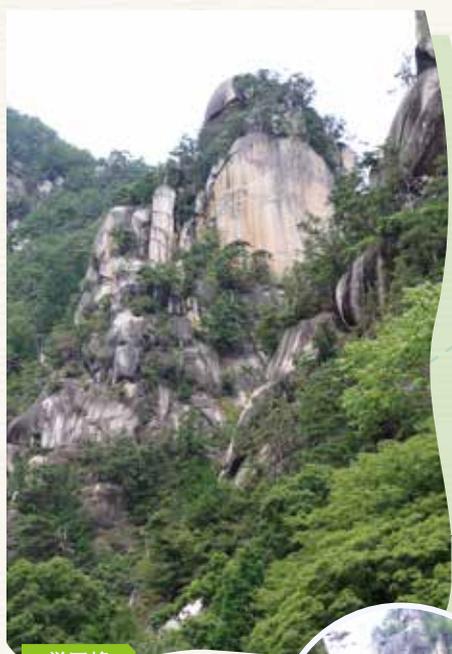
世界的な影絵の巨匠・藤城清治氏のほか、日本のゴッホ・山下清氏、大正ロマンを代表する画家・竹久夢二氏の作品などを所蔵。

🕒 9:00 ~ 17:00 📅 年中無休  
 🎫 大人 900円、中高生 600円、小学生 500円、園児 300円  
 ☎ 055-287-2511

### 石門

巨大な花崗岩でできた天然のアーチは、先端がわずかに離れているのが不思議。

巨岩の天然アーチ・石門に着いたら折り返し、再び仙娥滝を過ぎて、水晶街道を歩いてみよう。甲府は「水晶発祥の地」であり、街道には水晶を扱う土産物屋が並ぶ。名物・ほうとうをいただける食事処などもあり、ひと休みするのもよいだろう。かつてJR甲府駅前にあったものを模してよみがえらせた新名所、クリスタルファウンテンを過ぎ、新静観橋を折り返してスタート地点に戻ろう。



### 覚円峰

その名はかつて覚円という僧が数量分の広さの頂上で修行したことに由来するといわれている。

### 覚円峰（裏）

石門付近から見える姿。

🚶 約 2.0km 約 30分



## INFORMATION



🚆 JR 中央本線甲府駅下車、昇仙峡行きバス

🚗 中央自動車道「甲府昭和IC」から約 35分

昇仙峡観光協会

☎ 090-8648-0243

🌐 <https://www.shosenkyo-kankoukyokai.com/>

### ◆ファミリー健康相談（無料）◆

tel. **0120-362-232** 24時間・年中無休

【WEB相談】 <https://familycare.sociohealth.co.jp/>

### ◆メンタルヘルス支援サービス（無料）◆

tel. **0120-783-112**

月～金 ● 9:30 ~ 21:30 土 ● 11:00 ~ 19:00 (日祝、年末年始は除く)

【WEB相談】 <https://www.kokoro-soudan.net/>

ご家庭でもご覧いただける内容です。ぜひご家庭にお持ち帰りください。