

厚生だより

2023
6

編集・発行／(一財)広島市職員互助会・広島市職員共済組合
広島市企画総務局人事部福利課

令和5年(2023年)6月1日号

Power of Flowers
～ここで咲く花 世界にとどけ～

今年も
6月10日(土)・11日(日)

G7広島サミット(5月19日～21日)の円滑な開催のため、例年の日程から変更しています。

会場/平和記念公園・平和大通り ほか
主催/ひろしまフラワーフェスティバル実行委員会
広島市職員互助会、広島市、広島県工業部、広島県労働部、
広島県観光コンベンションビューロー、広島県商工振興会、中国放送、
広島県教育委員会、広島市教育委員会、ヒロシマ平和創造基金、広島県障がい福祉、広島県観光連盟、
NHK広島放送局、広島テレビ、広島ホームテレビ、テレビ朝日広島、広島エフエム放送

会場へはJR・電車・バス・アストラムラインなどの公共交通機関をご利用ください。
ひろしまフラワーフェスティバルは、広島・中国両府県が主催する国際的な花の祭典です。
ご来場皆様へのお楽しみグッズは、会場でご覧いただけます。

2023 ひろしま 広島と世界を結ぶ平和の花の祭典
フラワーフェスティバル

<https://www.hiroshima-ff.com/>

開催・実施します

- P1～2 市長事務部局、行政委員会、消防局、公益的法人等に派遣されている職員の皆様へ定期健康診断を必ず受診しましょう
- P3～4 広島市職員共済組合 被扶養者人間ドックを実施します

健康・相談

- P5 ストレスチェックを受けましょう
- P16 ニコニコ(2525) 過ごそう!
毎月25日はメンタルヘルス推進日^^
- P18 笑顔でヘルシーダイヤル等

ベネフィット・ステーションからのお知らせ

- P8 6月から「Bene楽天プラン」も宿泊補助の対象に!
- P8 会員登録はもうお済みですか? 6月までの登録者全員に「500ベネポ」プレゼント♪
- P9 今年度も継続実施 健康増進・リフレッシュ補助券「人間ドック実施医療機関」でも利用できます!

お知らせします

- P2 契約宿泊施設のお知らせ
- P6 被扶養者の更新手続き
- P7 産業マッサージ利用助成
- P7 産業マッサージ利用施術所の追加について
- P12 コテージ湯の山をご利用ください
～お知らせとご利用案内～
- P13 地共済年金情報Webサイトで年金加入期間等の確認ができます
- P14 会員の慶弔等に対する互助会給付のお知らせ
- P15 出産費・家族出産費
～請求方法にご注意を!!～

募集します

- P10～12 互助会招待事業(野球・サッカー・広響)
- P15 医療保険の募集
- P15 互助会グループ保険・総合医療保険・3大疾病保障保険 申込締切日迫る!!

定期健康診断を必ず受診しましょう

☎内81-2374・2375
☎504-2062

6月15日（木）から、定期健康診断がスタートします。職員は労働安全衛生法第66条第5項の規定により、健康診断を受けなければなりません。糖尿病や高血圧症などの生活習慣病は、重症化するまで自覚症状がほとんどありませんので、疾病を予防するためには定期的な健診による健康管理が必要です。ぜひ、健診結果をご自身の健康づくりに役立てましょう。

お願い

- ★ 人間ドックで代用される方は、必ず福利課が発行した個人票（ピンク）を人間ドック受診機関へ提出してください。提出のない場合は未受診者の扱いになりますのでご注意ください。
- ★ 2カ所の網掛け部分に記入をお願いします（人間ドックで代用される方も必要です。）。

The diagram shows a health check form with two callout boxes. The first callout points to a grid area and says: '治療中・経過観察中の疾病がある人は、必ず該当する番号を記入してください。記入した項目と関連のある検査項目値が再検査の場合は再検査対象外となります！' (For those with diseases being treated or under observation, please enter the corresponding number. For related test item values, if a re-examination is required, it will be excluded from the re-examination target!). The second callout points to a shaded area at the bottom of the form and says: '裏面に問診項目があります。この線で谷折りにして、記入欄に回答してください。' (There are questionnaire items on the back. Fold along this line and answer in the designated area.)

<健康診断検査項目で異常があった場合は早めに受診しましょう>

要再検査・要受診	要精査
血圧 尿検査等（尿蛋白・尿糖・尿潜血） 血液一般（血色素量・白血球数・血小板数） 肝機能（AST・ALT・γ-GTP） 血中脂質（HDLコレステロール・中性脂肪・LDLコレステロール） 血糖（空腹時血糖・ヘモグロビンA1c） 心電図 腎機能（血清クレアチニン・eGFR）	診察 便潜血 胸部X線

<要再検査>・後日「再検査個人票」を送付しますので、本庁舎16階保健室又は8月からの巡回再検査会場で受診してください。

- ・再検査を医療機関で受けられた場合は受診結果をご自身で記入していただき「再検査個人票」を福利課保健係まで返送してください。ただし、費用は自己負担になります。

<要受診・要精査>

- ・「緊急受診連絡票」「精密検査受診連絡票」を送付しますので、医療機関を受診し、受診結果を必ず福利課保健係まで返送してください。

定期健康診断基準値表

検査項目		基準値 (福利課設定)	検査で判ること	
胸部レントゲン検査		所見なし	主に肺と心臓の病変を調べる検査です。	
血圧	mmHg 収縮期	129以下	脳卒中や心筋梗塞などの原因となる高血圧や、低血圧などを判定します。	
	拡張期	79以下		
尿蛋白		－・±	腎臓は、血液中の不要物を尿中に排泄する働きがあります。正常であれば血液中の蛋白は腎臓ですべて再吸収されます。腎臓の働きが低下すると体に必要な蛋白が尿に漏れ出てきます。	
尿糖		－	血糖値がかなり高い場合、尿に糖がもれ出てきます。糖尿病などで陽性となります。	
尿ウロビリノーゲン		±・+	肝臓に障害があると（肝炎や肝硬変、黄疸など）、尿のウロビリノーゲンの排出が増加します。	
尿潜血		－・±	尿に血液が出ていないか調べる検査です。尿路結石、膀胱炎、糸球体腎炎などで陽性となります。	
血色素量	g/dL 男性	13.1～16.6	赤血球の中に含まれる赤い色素で、酸素の運搬をします。この値が低いと貧血が疑われます。	
	女性	12.1～14.6		
白血球数		/ μ L	3100～9100	細菌などから体を守る働きをしています。炎症や感染症などで高くなります。喫煙でも高値となります。
血小板数		万/ μ L	10.0～35.7	出血を止める役割を果たしています。この値が低いと体内で出血がおきているか、血小板を作る機能が低下している可能性があります。
AST (GOT)		U/L	30以下	ASTとALTは主に肝臓に多く含まれる酵素で、肝細胞が壊れると血液中に漏れ、値が高くなります。肝炎、脂肪肝など主に肝臓病を発見する手がかりになります。（ASTのみ高い場合は心筋梗塞等が疑われます。）
ALT (GPT)		U/L	30以下	
γ -GTP		U/L	50以下	肝臓や胆道に異常があると血液中の値が高くなります。アルコール性肝障害を調べる指標となっています。
HDLコレステロール		mg/dL	40以上	善玉コレステロールと呼ばれるものです。値が低いと、動脈硬化の危険性が高くなります。
中性脂肪		mg/dL	30～149	体内の脂肪の主な成分で、エネルギーとして利用され、余りは皮下脂肪や内臓脂肪として蓄えられます。数値が高いと動脈硬化を進行させます。
LDLコレステロール		mg/dL	139以下	悪玉コレステロールとよばれるものです。値が高いと血管壁に蓄積して動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳梗塞を起こす危険性を高めます。
空腹時血糖		mg/dL	70～109	血液中に含まれるブドウ糖のことで、糖尿病の診断に用いられます。
随時血糖		mg/dL	139以下	
HbA1c		%	5.5以下	過去1～2ヶ月の血糖の状態を反映するため、長期間の血糖の状態を調べることができます。糖尿病の判断に用いられます。
血清クレアチニン	mg/dL 男性	1.00以下	たんぱく質の老廃物で、腎臓でろ過され尿中に排出されます。値が高いと、腎臓の機能が低下していることを意味します。	
	女性	0.70以下		
eGFR		mL/分/1.73m ²	60.0以上	クレアチニンと同じく、腎臓の機能を調べる検査です。値が低いと腎臓の機能が低下していることを意味します。
便潜血		－	陽性的場合、消化管の出血性の病気、大腸ポリープ、大腸がんなどが疑われます。その場合は、大腸の内視鏡検査が必要となります。	

※受診された人間ドックの医療機関の基準値と異なる場合があります。

契約宿泊施設のお知らせ

互助会

☎内 81-2355
☎ 504-2060

脱退 フェニックス・シーガイア・リゾートが契約宿泊施設から脱退したので、お知らせします。

広島市職員共済組合 被扶養者人間ドックを実施します

職員共済組合

☎内81-2367
☎504-2062

被扶養者の方も年に一度は健診を

被扶養者の方に対して、がんや脳卒中等の生活習慣病の予防や早期発見と健康管理の意識高揚を図ることを目的として、被扶養者人間ドックを実施します。被扶養者の方は、日頃、健診等を受ける機会も少ないと思われるので、是非、この機会に受診してください。

※「特定健康診査受診券」により、既に医療機関等で特定健康診査を受診された方は、被扶養者人間ドックを受診できませんので、ご注意ください。

対象者

令和6年3月31日現在で満35歳以上の被扶養者（生年月日が平成元年4月1日以前の方）で、健診結果全てを広島市職員共済組合へ提出することに同意される方。

※広島市職員共済組合以外の健康保険（協会けんぽ、教育委員会所属の公立学校共済組合等）に加入されている方の被扶養者は対象となりませんのでご注意ください。

実施機関

次ページ、健診機関一覧表のとおり

実施期間

令和5年8月1日（火）～令和6年3月20日（水・祝）

※健診機関別の実施曜日等は、健診機関一覧表をご覧ください。

健診内容及び一部負担金

区分	人間ドック	一般健診（簡易ドック）
健診内容	診察、問診、身体測定、腹囲測定、血圧測定、尿検査、血液学的検査、生化学的検査、心電図検査、胸部レントゲン検査、胃部レントゲン検査、婦人科検診（乳がん・子宮がん検査）、 <u>便潜血検査、腹部超音波検査、肺機能検査、眼底検査等</u>	左記、人間ドック健診内容のうち、原則として、下線のある検査がありません。
一部負担金	10,000円	7,200円

申込期間

令和5年6月1日（木）～令和5年6月30日（金）

※土曜日、日曜日など受付ができない場合がありますので御了承ください。

申込方法

- 健診機関一覧表を見て、受診を希望する健診機関に直接、電話でお申し込みください。
その際、手元に「組合員被扶養者証」（保険証）を置いてから、「広島市職員共済組合の被扶養者人間ドックの申込です。」と申し出てください。申し出がない場合、全額自己負担になります。
- 電話をかけると、健診機関が①～③の内容をお聞きしますのでご回答ください。
 - 組合員（被扶養者）証の記号（「21」、「31」、「215」、「219」）・番号（7桁の番号）、組合員の氏名
 - 健診内容（人間ドック又は一般健診）、乳がん検査の内容（マンモグラフィ、超音波の選択）、受診希望日
 - 受診者の氏名、性別、生年月日、年齢、受診セット送付先住所、自宅電話番号
- 受診が決定しましたら、共済組合から受診決定通知、健診機関から受診セットを送付します。
- 受診当日は、受診決定通知、受診セット、一部負担金、及び「組合員被扶養者証」（保険証）を持参して健診機関で受診してください。

特定健康診査・特定保健指導

40歳から75歳の年齢に達するまでの被扶養者の方は、人間ドックまたは一般健診を受診することにより、「特定健康診査」を受診したことになります。

受診の結果、特定保健指導の対象となった方については、特定保健指導を利用していただくことになります。

次ページの健診機関一覧表の「特定保健指導の実施」欄に◎がある健診機関で人間ドックまたは一般健診を受診された場合は、引き続き、同じ健診機関で特定保健指導をご利用ください。「特定保健指導の実施」欄に◎がある健診機関で特定保健指導を利用されなかった場合や、×がある健診機関で人間ドックを受診された場合は、共済組合から後日改めて利用案内をお送りします。

令和5年度 健診機関一覧表（被扶養者人間ドック等）

健診機関	所在地	実施日	健診内容		乳がん検査内容		特定保健指導の実施
			人間ドック	一般健診	マンモグラフィ	超音波	
中電病院	中区大手町三丁目4番27号 TEL(0120)101-773	月～金	○	○	○	×	×
広島中央健診所	中区八丁堀10番10号 TEL(082)228-1177	月～金	○	○	○	○	◎
広島原爆障害対策協議会 健康管理・増進センター	中区千田町三丁目8番6号 TEL(082)243-9601	男性 月～金 女性 月・水・金	○	○	○	○	◎
中島土谷クリニック	中区中島町6番1号 TEL(082)542-7272	男性 水・金 女性 月・火・木	○	○	○	○	◎
広島生活習慣病・ がん健診センター	中区幟町13-4広島マツダビル4F TEL(082)224-6661	月～土	○	○	○	○	◎
グランドタワーメディカルコート ライフケアクリニック	中区上八丁堀4番1号 4F TEL(082)227-3366	男性 月・水・金 女性 火・水・木	○	×	○	○	◎
福島生協病院	西区福島町一丁目24番7号 TEL(082)292-3215	男性 月～金 女性 月・金	○	○	○	○	◎
広島共立病院	安佐南区中須二丁目20番20号 TEL(082)879-1223	月～金 第1・3・5土	○	○	○	×	◎
東部健診センター	安芸区船越南三丁目24番27号 TEL(082)823-3333	男性 月～土 女性 月・火・木・金	○	○	○	×	×
マツダ病院	安芸郡府中町青崎南2番15号 TEL(082)565-5050	男性 月・火・水・第3・4金 女性 木・第1・2金	○	○	○	×	◎
済生会広島病院	安芸郡坂町北新地二丁目3番10号 TEL(082)820-1870	月～金	○	×	○	×	◎
メディックス広島健診セン ター（広島県集団検診協会）	中区大手町一丁目5番17号 TEL(082)248-4115	月～金 土 ホームページ要確認	○	×	○	○	◎
J A 広島総合病院	廿日市市地御前一丁目3番3号 TEL(0829)36-3111	月～金	○	×	○	×	◎
総合健診センター（広島 県地域保健医療推進機構）	南区皆実町一丁目6番29号 TEL(082)254-7146	男性 月～水・金・土 女性 月・土	○	○	○	○	◎
健康倶楽部	中区大手町三丁目7番5号 TEL(082)249-7011	月～金	○	○	○	○	○
おおうち総合健診所	中区大手町三丁目6番12号 TEL(082)542-5810	男性 月～土 女性 月～金	○	○	○	○	×
河村内科消化器 クリニック	中区大手町一丁目6番1号 TEL(082)247-4881	月～金	○	○	○	○	×
広島県環境保健協会	中区広瀬北町9番1号 TEL(082)232-4857	月～金	○	○	○	○	◎
アルパーク検診 クリニック	西区草津新町二丁目26番1号 TEL(082)501-1115	月～土	○	○	○	○	◎
長崎病院	西区横川新町3番11号 TEL(082)208-5791	男性 月～土 女性 月～金	○	○	○	○	◎
西広島リハビリテー ション病院	佐伯区三宅六丁目265番地 TEL(082)924-1116	男性 月～土 女性 月・水・金	○	○	○	○	◎
メディックス広島 エキキタ健診センター （広島県集団検診協会）	東区二葉の里三丁目5番7号 グラノード広島2階 TEL(082)258-4127	月～金 土 ホームページ要確認	○	×	○	○	◎
J R 広島病院	東区二葉の里三丁目1番36号 TEL(082)262-1400	月～金	○	○	○	×	×
東広島記念病院 健診センター	東広島市西条町吉行2214 TEL(082)423-6662	男性 月～土 女性 月・火・水・土	○	○	○	○	○

★ 特定保健指導の実施欄：◎特定保健指導が原則として健診当日又は、分割実施になる健診機関
×特定保健指導が実施不可能な健診機関

★ 胃部検査は原則X線撮影です。胃カメラをご希望の場合は申込時にその旨を申し出てください。受診日当日の変更はできません。別途自己負担が必要となる場合もありますので、各健診機関にご確認ください。

★ 乳がん検査は、マンモグラフィ又は超音波が選択できる場合は、申込の際に希望の検査をお伝えください（一部健診機関を除く）

ストレスチェックを受けましょう

「健康」には「体」と「心」の2つの側面があります。年に1回の健康診断で「体」の健康状態を確認すると同様に、「ストレスチェック」では「心」の健康状態を確認しています。

ストレスはなかなか気付きにくいものです。自分のストレスがどのような状態にあるのかを知り、心の健康管理にお役立てください。

ストレスチェック Q&A

Q1 ストレスチェックで何がわかる？

ストレスに関する質問票に回答し、それを集計・分析することで、自分のストレスがどのような状態にあるのかを調べる検査です。

「職場でどんなストレスを感じているのか」「心身の自覚症状はどのくらいか」「周囲(上司や同僚など)のサポートはどのくらいか」がわかります。

Q3 メリットは何？

現在のストレスの程度や、ストレスの要因が何かを知ることで、必要なセルフケアがわかります。また、ストレスが高いときには、医師の面接で、適切なアドバイスを受けることもできます。

Q4 Q3の他にどんなメリットが？

ストレスチェックの結果を職場単位で集計・分析することで、職場環境の問題点等を推測することができます。個人の問題としてだけでなく、職場環境の改善にも生かすことができます。

Q2 結果の通知方法は？

ストレスの程度を判定し、親展で個人に通知します。

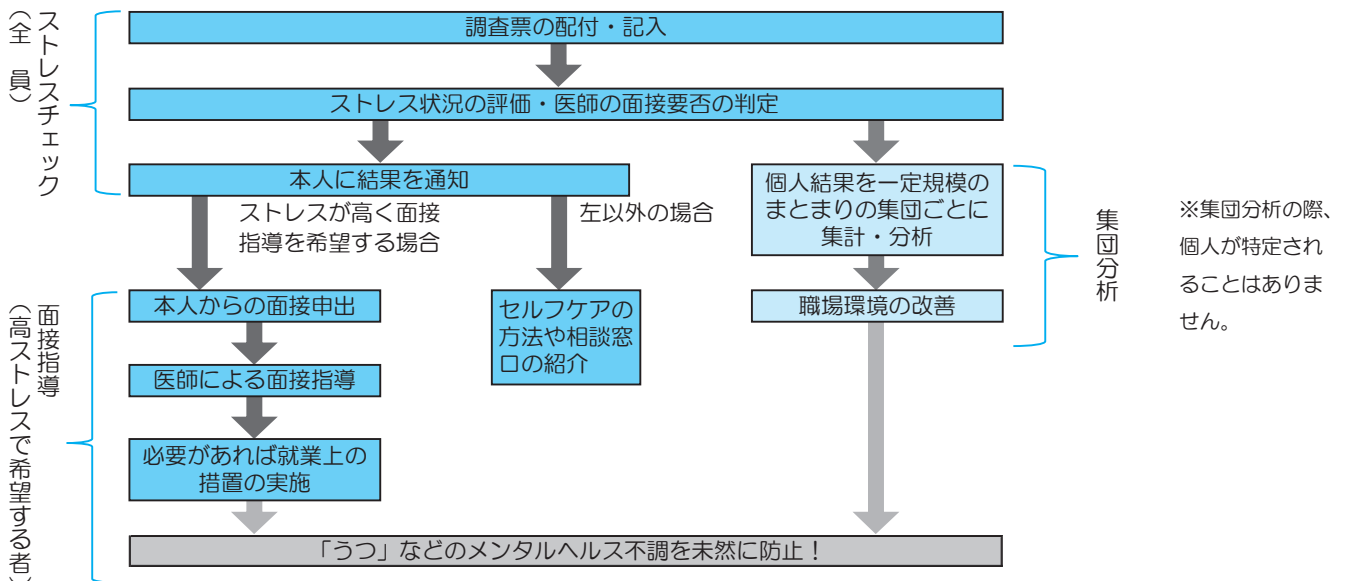
Q5 ストレスチェックは受けないといけない？

一般の健康診断は職員に受診義務がありますが、ストレスチェックには受検義務はありません。しかし、10分程度でできる簡単なチェックですので、やむを得ない理由(産育休及び長期出張等の業務の都合など)がない限り、ぜひ受けてください。

Q6 プライバシーは守られる？

ストレスチェックの結果は、法律で守秘義務が課せられており、また、それにより職員が不利益を受けないよう法律で定められています。

ストレスチェックの流れ



引用・参考：ストレスチェック制度導入マニュアル(厚生労働省)

地方公共団体におけるストレスチェック制度導入のための手引き(一般財団法人 地方公務員安全衛生推進協議会)

被扶養者の更新手続き

職員共済組合

☎内81-2367

☎504-2062

広島市職員共済組合では、今年度中に新規認定された者、75歳に到達する者又は配偶者扶養手当を受給している者を除き、**今年度末に満23歳以上となる被扶養者について、現在の扶養状況を確認**する必要があります。

上記に該当する被扶養者を引き続き扶養する場合、扶養更新の手続きが必要となります。6月以降様式について各所属へ通知させていただきますので、該当する組合員は「**被扶養者申告書**」に**下記の書類を添付の上、所属所（市長事務部局の場合は福利課）**を経由し当共済組合へ提出してください。

なお、**被扶養者としての要件を欠く場合は、必ず扶養取消の手続きを行ってください。**

被扶養者の状況	添付書類（申立書・同意書以外の書類は写しでも可）
大学等に在学しており、無収入の場合	在学証明書（令和5年4月1日以降の証明日であること） ※在学証明の添付ができない場合や、在学中で収入のある場合は下の①～④の書類を提出
上記以外の者の場合 (収入基準を超えないとき) 〈収入基準〉年間130万円未満 障害年金受給者又は60歳以上の者…年間180万円未満 (収入には、所得税法に基づく非課税所得とされている障害及び遺族の年金や通勤手当非課税部分も含まれます。)	① 申立書（所定の様式に組合員が扶養理由や被扶養者の収入状況を記入する） ② 市区町村長が発行した 令和5年度（令和4年分）市民税・県民税課税台帳記載事項証明書 または共済組合が送付する 同意書 （マイナンバーを利用した情報連携により、広島市職員共済組合が被扶養者の地方税関係情報を取得することを被扶養者本人が同意するもの） <u>※自営業等の場合は確定申告書の控えと収支内訳書等、必要経費のわかるものも提出</u> ③ ②以外に遺族及び障害の年金、傷病手当金等の収入がある場合は、年金通知や明細等の直近の収入が分かるもの ④ 被扶養者が別居の父母・兄弟姉妹の場合は、一年間の仕送りを確認できるもの（通帳や振込明細等の写し）

※ 扶養状況の確認のため、上記以外の書類を提出していただく場合もあります。

※ 当共済組合では、被扶養者として認定された方の現状を、随時、調査させていただくことがあります。

被扶養者の収入が、収入基準を超えたとき、または、超えそうなときは速やかに届出をしてください。

※ 様式、届出例等につきましては、【[庁内LANトップページ](#)→[各種ホームページ等「庁内WEB」](#)→各課のホームページ「[人事部福利課](#)」→3 申請様式、ガイド等「[共済組合](#)」→2 被扶養者】に掲載しておりますので、ご利用ください。

産業マッサージ利用助成

職員共済組合

☎内81-2372
☎504-2062

互 助 会

共済組合では、日常生活により生じる疲労を取り除くことを目的とした「産業マッサージ」の利用料金を助成しています。まだこの助成を受けられたことのない組合員の方は、この機会に積極的にご活用ください。
なお、**共済組合の組合員資格を有しない互助会の会員についても助成の対象になります。**

対 象 者	広島市職員共済組合の組合員及び互助会の会員（年齢制限はありません。） （被扶養者及び家族の方は対象外です。また、公立学校共済組合の組合員で、かつ広島市職員互助会の会員でない方も対象外です。）
助 成 回 数	年度内4回を限度とします
助 成 額	利用料金の7割（ただし、1回当たり2,100円を限度とします。）

利 用 方 法

① 利用券の交付

共済組合に「産業マッサージ利用券交付申請書」を提出し、「産業マッサージ利用券」の交付を受けてください。

※今年度分の交付申請期限は令和6年2月29日（木）【必着】です。また、利用券は令和6年3月31日（日）までに使用してください。令和6年4月1日以降は使用できません。

※利用券を発行するまでに7～10日間程度を要します。

※交付申請書の様式は、庁内WEB→福利課ホームページの申請様式集から印刷し、必要に応じてコピーしてご使用ください。

庁内LAN環境のない職場の方は、共済組合までご連絡ください。用紙を送付します。

② 産業マッサージの利用

「産業マッサージ利用券」の裏面に「利用可能施術所一覧表」を記載していますので、その中から施術所を選び、マッサージを受けてください。

※産業マッサージ利用券は共済組合が利用券の使用について契約を締結した32の施術所（広島市、安芸郡府中町及び熊野町）で使用できます。

③ 利用券への記載及び本人負担金の支払い

利用券の所定の欄に、利用料金・利用者負担金・共済負担金・利用日・施術所名を**必ず組合員自身が記載し、署名のうえ**、本人負担金を添えて、利用券を施術所にお渡しください。

産業マッサージ利用 施術所の追加について

職員共済組合

☎内81-2372
☎504-2062

互 助 会

次の産業マッサージ利用施術所が新規追加となりましたので、お知らせいたします。

（施術所名）のぶ鍼灸治療院

（住 所）東区東山11-1-1203

（電話番号）080-2909-0611

※なお、利用施術所の一覧は、庁内WEB→人事部福利課ホームページ→3 申請様式集（共済）→8-1「利用可能施術所一覧表」に掲載しておりますので、ご確認ください。

6月から「Bene楽天プラン」も宿泊補助の対象に！

Bene Rakuten Travel

このマークが目印！

令和5年6月申込分（予約手続き開始分）から、会員専用サイト限定の「Bene楽天プラン」も宿泊補助の対象になります。

これにより、「Beneオリジナルプラン」と同様に、2,000円／1人泊の補助がご利用いただけます！

例えば・・・大分県 久住高原コテージ



見渡す限りの大自然と満天の星空が迎えてくれます

九州の山々を一望できるくじゅう連山の南麓、標高約820メートルに位置し、自慢の満天望温泉は数々の人気投票で上位に選ばれる絶景を誇っています。高原の清々しさの中で心身ともにリフレッシュできます。

夕食は炭火焼！一泊二食付プラン

7月～8月の土曜日一例 2名1室 お一人14,800円（5月1日現在）

14,800円×2名＝**29,600円**

※料金や部屋在庫は変動します。最新の情報は会員専用サイトをご確認ください。

補助2,000円×2名分ご利用で、**25,600円**

しかも5%分の**1,280ベネポ**もご利用後にたまります！

会員登録はもうお済みですか？

6月までの登録者全員に「500ベネポ」プレゼント♪

**「500ベネポ」
プレゼント**

広島市オリジナルキャンペーンとして、3月1日から6月30日までの間に会員登録（アカウント登録）していただいた皆さま**全員に、もれなく「500ベネポ」をプレゼント**します。

この機会をどうぞお見逃しなく！

- ①キャンペーン終了後の7月中に「500ベネポ」を付与します。（ポイントの利用期限は3年です。）
- ②ベネポ付与は、会員専用サイト（ログイン後の画面）で確認できます。
- ③家族アカウントは対象外です。


今年度も
継続実施

健康増進・リフレッシュ補助券

「人間ドック実施医療機関」でも利用できます！

令和5年度も「健康増進・リフレッシュ補助券」が「人間ドック実施医療機関」でご利用いただけます。また、会員証の代わりに「身分証明書」や「健康保険証」、「運転免許証」、「マイナンバーカード」の提示でもご利用いただけるようになりました。

利用対象施設は次の21施設です。

種別	施設名	所在地	利用ルール
人間ドック	中電病院	中区大手町3-4-27	 <p>①年度内一度の受診に限り2枚まで（最大1,000円）利用可（節目健診などで自己負担がない場合は利用不可）</p> <p>②本人利用に限ります。（被扶養者などは利用不可）</p> <p>③事業主、職員共済組合又は公立学校共済組合が実施する「人間ドック」に限ります。（「脳ドック」や「婦人科検診」、「オプション検査」などは利用不可）</p> <p>④補助券の利用（支払い）は、人間ドック受診当日に限ります。</p>
	広島中央健診所	中区八丁堀10-10	
	広島原爆障害対策協議会 健康管理・増進センター	中区千田町3-8-6	
	広島生活習慣病・がん健診センター	中区幟町13-4 広島マツダビル4・5階	
	グランドタワーメディカルコート ライフケアクリニック	中区上八丁堀4-1 アーバンビューグランドタワー4階	
	東部健診センター	安芸区船越南3-24-27	
	マツダ病院	安芸郡府中町青崎南2-15	
	総合健診センター (公益財団法人広島県地域保健医療推進機構)	南区皆実町1-6-29	
	広島市立北部医療センター 安佐市民病院	安佐北区亀山南1-2-1	
	健康倶楽部	中区大手町3-7-5	
	広島県環境保健協会	中区広瀬北町9-1	
	アルパーク検診クリニック	西区草津新町2-26-1	
	長崎病院ヘルスケアセンター	西区横川新町3-11	
	西広島リハビリテーション病院	佐伯区三宅6-265	
	国家公務員共済組合連合会 吉島病院	中区吉島東3-2-33	
	JR広島病院	東区二葉の里3-1-36	
	広島赤十字・原爆病院	中区千田町1-9-6	
	市立三次中央病院	三次市東酒屋町10531	
	東広島記念病院	東広島市西条町吉行2214	
	広島生活習慣病・がん健診センター 大野	廿日市市大野早時3406-5	
	村上記念病院	尾道市新浜1-14-26	



ご利用 方法

ご利用は「人間ドック」「会員本人」に限ります。

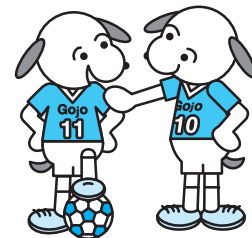
必要事項を記載した「健康増進・リフレッシュ補助券」と「会員証」、「身分証明書」、「健康保険証」、「運転免許証」、「マイナンバーカード」のいずれかを持参の上、人間ドック受診当日に各施設にご提出ください。

※人間ドック受診に関する必要書類は別途ご確認ください。



プロサッカー!!

IN エディオンスタジアム広島



募集内容

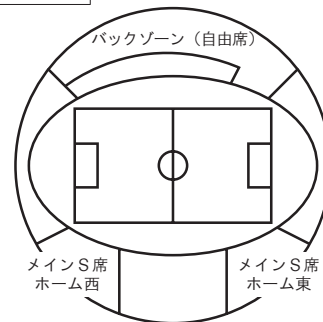
〈下記の中から1つだけ選んでください〉※スケジュールは変更になる場合があります。

試合No.	開催日	キックオフ	対戦カード	募集人数	負担金
1	7月8日(土)	18:30	鹿島アントラーズ	各30人	メインS指定席 2,200円 バックゾーン自由席
2	7月16日(日)	18:00	横浜FC		大人 1,400円 小中高生 400円

当選者には6月15日頃に通知書を発送します。申込期限後のキャンセル、変更等はできません。
また、メインS指定席については、東西を選択することはできません。

申込期限

6月7日(水) 23:59まで



広島交響楽団定期演奏会

募集内容

第433回広島交響楽団定期演奏会

【日時】7月14日(金) 18:45開演

【会場】広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)

【募集人数】28人

【負担金】S席 2,700円 A席 2,400円 B席 2,200円

※当選者には6月19日頃に通知書を発送します。申込期限後のキャンセル、変更等はできません。



【指揮】ジェームズ・フェデック

【ピアノ】リーズ・ドゥ・ラ・サール

【曲目】ラフマニノフ (生誕150周年): ユース・シンフォニーニ短調
ピアノ協奏曲第1番嬰へ短調作品1
交響的舞曲作品45

ラフマニノフ生誕150周年を記念して初期のピアノ協奏曲第1番と晩年の交響的舞曲を繋ぎます。広響初共演となるアメリカの俊英ジェームズ・フェデックの指揮とピアノの妖精リーズ・ドゥ・ラ・サールを迎え、知性と情熱を相まみえる一夜を。



ピアノ: リーズ・ドゥ・ラ・サール
©Stephane Gallois

申込期限

6月9日(金) 23:59まで

※3枚以上で申し込まれる場合は、座席が離れることがありますのでご了承ください。

また、未就学児は入場できません。

参加希望の方は互助会Webサイトから

【申込方法】 互助会Webサイト <https://hgojokai.or.jp> 内の専用フォーム
申込受付：6月1日(木)から

※専用フォームからの申込後、互助会への着信の有無等の問い合わせについては、お答えできませんのでご了承ください。

【対象者】 互助会会員及びその家族（配偶者、子、父母、祖父母、孫、兄弟姉妹）
※配偶者の父母、子の配偶者、兄弟姉妹の配偶者は対象外

【チケットの受け取り方法】

当選通知書と負担金を互助会窓口へ持参し、チケットと引き換えてください。
なお、チケットの郵送を希望される場合は、所属に送付し、負担金は振り込み（振込手数料は本人負担）となります。

コテージ湯の山をご利用ください ～お知らせとご利用案内～

職員共済組合

☎内81-2373

☎504-2062

平成7年度からご利用いただいている「コテージ湯の山」は、今年度で築28年となり、施設の老朽化が著しく進んでおり、利用者の方に安全にご利用していただくためには大規模な改修などを行っていく必要があります。しかしながら、本組合では、昨年度の被用者保険適用拡大に伴い、組合員が増加したことなどから、収支が悪化する傾向にあり、今年度から掛金率の大幅な引上げを行うなど、大規模な改修などを行うことが難しい状況です。

こうした状況を踏まえ、「コテージ湯の山」については、令和5年度末をもって閉館することといたしました。なお、令和6年3月の閉館までは、引き続きご利用の前々月末までの申込みについて抽選し、抽選後は随時空き状況により申し込みいただけます。最後の機会となりますので、ぜひ、夏休みシーズンなどにご利用ください。

また、利用に当たっては、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、「同居家族のみ」での利用をお願いしておりましたが、令和5年6月利用分以降は、同居家族以外の方も利用できますので併せてお知らせします。

コテージ湯の山

～ご利用にあたって～

キャンプ感覚で楽しんでいただく施設となっておりますので、お食事等の提供はありません。

お布団、調理器具、バーベキュー用の炉等をご用意しておりますが、その他は利用者様にご持参いただくこととなります。詳しくは広島市職員共済組合までお問合せください。



グループ棟（定員10名程度）



家族棟（定員5名程度）

地共済年金情報Webサイトで 年金加入期間等の確認ができます

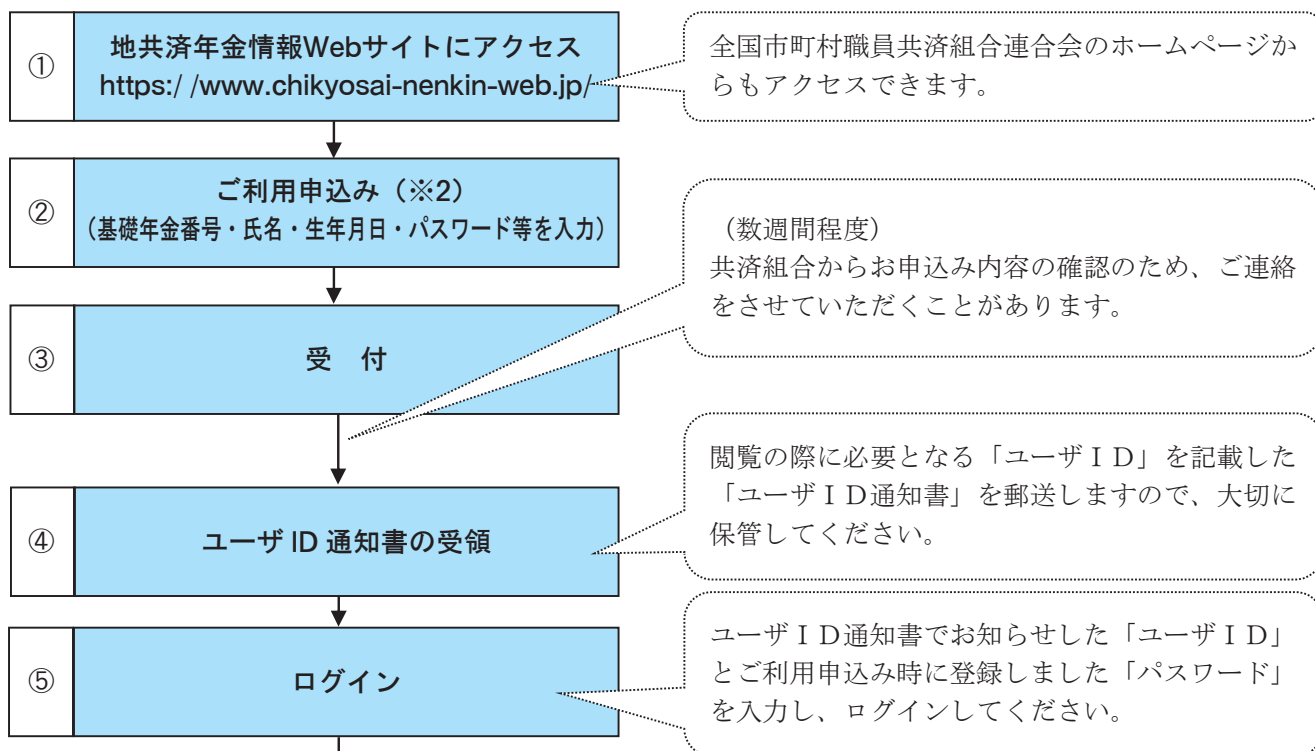
職員共済組合

☎内81-2363・2364

☎504-2061

地共済年金情報Webサイトは、組合員や組合員であった方（※1）に年金制度へのご理解を深め、ご自身の将来の年金について意識していただくことを目的として、年金加入履歴や年金見込額、年金払い退職給付に係る給付算定基礎額などについてお知らせしているものです。

◆閲覧までのおおまかな流れ



◆閲覧できる内容

年金加入履歴・加入期間照会（※3） 年金の加入履歴・加入期間を一覧形式で確認することができます。	保険料納付済額照会 前年度の保険料納付済額を確認することができます。
標準報酬月額等照会 標準報酬月額・標準賞与額を確認することができます。	年金見込額照会（※4） 将来受けとる年金見込額を確認することができます。
	給付算定基礎額残高履歴照会 給付算定基礎額の残高履歴を確認することができます。

※1すでに当組合の老齢厚生（退職共済）年金の受給権が発生している場合は、利用できません。

※2住所や名前を変更された方で、共済組合に異動の届出をされていない方は閲覧ができませんので、変更の手続きをお願いします。

※3地共済の加入期間のみとなります。

※4年金見込額は、確認時点の就業状態、給与額、賞与額等をベースに、法律で定められた年齢での年金受給額等を試算しているため、実際の金額と異なります。

●相談窓口（Webサイト用）

全国市町村職員共済組合連合会 年金部年金企画課

☎03-5210-4609（9時～17時（土・日・祝日を除く））

会員の慶弔等に対する互助会 給付のお知らせ

互助会

☎内81-2358
☎504-2063

互助会では、会員の慶弔等に対して、各種給付を行っています。

●給付の内容

○申請が必要な給付 事由が発生してから2年以内に申請してください

給付の種類		給付金額(円)	給付要件	
結婚・パートナーシップ		70,000	会員が結婚(入籍)又はパートナーシップ宣誓をしたとき	
出産		27,000	会員又はその配偶者が出産したとき	
入学		25,000	会員の子が小学校又は中学校に入学したとき	
卒業		25,000	会員の子が中学校を卒業したとき	
療養見舞金		50,000	会員が負傷又は疾病により、引き続き1か月を超えて療養のため勤務できないとき	
香げ料	会員	100,000	会員が死亡したとき	
	配偶者	30,000		
	父母			
	子			
せん別	職員	30年以上	60,000	会員期間が10年以上の会員が退職したとき ※定年退職の職員の方は申請が不要です。非常勤職員の方及び定年退職以外の方は、申請後の給付になりますので申請してください。
		20年以上	45,000	
		15年以上	33,000	
		10年以上	27,000	
	非常勤	20年以上	40,000	
		15年以上	29,000	
育児休業見舞金	50,000	会員が育児休業の承認を受け、6月又は12月の期末・勤勉手当が支給されないとき ※育児休業に係る子が1歳に達するまでの育児休業中に限ります。 ※非常勤職員の方は対象外です。		

○申請不要の給付 登録情報により給付されます

給付の種類		給付金額(円)	給付要件	
永年会員祝金	職員	10年	15,000	職員の会員期間が10年に達したとき
	非常勤	20年	13,000	非常勤職員の会員期間が20年に達したとき
永年会員慰労旅行券	職員	20年	36,000	①職員の会員期間が20年になった年度の翌年度 ②会員期間10年以上の職員が50歳になった年度 ③50歳以上の職員の会員期間が10年になった年度の翌年度 ※①②③のうち1回支給されます。
		30年	54,000	①職員の会員期間が30年を迎えた年度の翌年度 ②会員期間10年以上の職員が定年に達する年度の2年前の年度 ※①②のうち1回支給されます

令和5年4月 現在

詳しくは、下記Webサイト内の「福利厚生制度の紹介」→「福利厚生の手引き(職員互助会ハンドブック)」を御確認ください。

●請求方法

給付発生通知書を入力又は記入の上、所属長に給付要件や申請内容を確認してもらい、互助会に提出してください。

※ 請求期限は、給付要件の発生した日から2年以内です。

給付発生通知書は、互助会公式Webサイト又は庁内LANに掲載しています。

・互助会公式Webサイト (<https://hgojokai.or.jp>)

「福利厚生制度の紹介」→「福利厚生の手引き(職員互助会ハンドブック)」→「申請書類【給付発生通知書】」

・庁内LAN

全庁資料室 → 06 職員福利厚生関係 → 05_互助会 申請様式集(給付発生通知書ほか) → 給付発生通知書

医療保険の募集

互助会

☎内81-2353・2358
☎504-2063

申込締切日 令和5年6月9日(金)

医療保険は、互助会会員個人が**直接保険会社と契約**する個人契約です。

個人契約ですが、**集団扱い**しているため、**告知事項の確認のみで個人扱いより割安な保険料で**御加入いただくことができます。

※保険内容の概要については、5月下旬配付のパンフレット又は庁内Web掲示板のお知らせを御覧ください。

保険の保障内容（新規の募集を行っている保険）

医療保険

病気・不慮の事故による入院・手術などの幅広い医療保険

ガン治療保険

ガンによる手術・治療などの保障

※その他既契約保険の募集は行いませんが、継続・脱退については取扱いいたします。

互助会グループ保険 総合医療保険 3大疾病保障保険

申込締切日迫る!!

互助会

☎内81-2353・2358
☎504-2063

申込締切日 令和5年6月16日(金)

互助会グループ保険は互助会独自の団体保険制度です。

より多くの方に御加入いただくことで、より良い制度となります。

加入の申込は年に一度です。ぜひ、加入の検討をお願いします。

注意 総合医療保険、3大疾病保障保険のお申込は互助会グループ保険へのご加入が必要です。



是非この機会にご検討ください。
皆さんの加入でより良い制度になります。

出産費・家族出産費 ～請求方法にご注意を!!～

職員共済組合

☎内81-2372
☎504-2062

○「出産費附加金（家族出産費附加金）」は請求が必要です!!

組合員が出産したときは出産費及び附加金が、その家族（被扶養者）が出産したときは家族出産費及び附加金がそれぞれ支給されます。

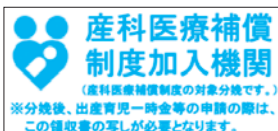
	令和5年4月1日以降の出産	令和5年3月31日までの出産
出産費・家族出産費	500,000円	420,000円
（産科医療補償制度を利用しない場合）	488,000円	408,000円
同附加金	20,000円	56,000円

○申請方法 出産費（家族出産費）・同附加金請求書・出産費等内払金（家族出産費等内払金）支払依頼書を提出【添付文書】① 出産後の領収書・明細書等の写し^{*1}（産科医療補償制度に登録し出産した場合は、所定のスタンプ^{*2}が押印されたもの等、対象であることがわかるもの）

② 出産育児一時金の直接支払制度の合意文書の写し

※1 ①の領収書・明細書等に「出生年月日」「出生時数」が記載されていない場合は、請求書の「医師又は助産師の証明」もしくは、「市区町村長の証明」のうち、どちらかの証明を受けてください。

※2 所定のスタンプ



～受取代理制度について～

直接支払制度の導入が困難な一部の医療機関等を対象に「受取代理制度」が導入されています。

詳しくは、共済組合までお問い合わせください。

ニコニコ (2525) 過ごそう！ 毎月25日はメンタルヘルス推進日^^

福利課

☎81-2365-2374・2375
☎504-2062

毎月25日のメンタルヘルス推進日には、ご自身の心身の健康状態を振り返りつつ、セルフケアを心がけましょう。メンタルヘルス推進日には、庁内LAN掲示板等を通じて各種相談窓口等（本紙にも掲載）の情報発信を行います。

コラム

😊ココロをラクにするコツ 一人で仕事を抱え込まないSOS上手に😊

真面目で責任感が強い人ほど、自分一人で仕事を抱え込みがちです。周りの職員が忙しくしていると、自分が困っていてもなかなか周りの人に尋ねたり、聞いたりすることができにくいと思います。

まずは聞きたいことをまとめてから、相手に

「今、話しかけてもいいですか？」と尋ねたり、

「聞きたいことがあるので、お手すきになったら声をかけてください。」等、

自分から声かけてみましょう。

自分だけが係の仕事をしているわけではありません。仕事は協力して行うものなので、困ったら上司や先輩に相談してみましょう。周囲から上手にサポートを受けることは、仕事を円滑に進めるために必要な能力の一つです。

しんどい時は助けを求めて、逆に自分が支援できる時には他の職員を助ける側に回りましょう。

人をお願いする時は、「何をいつまでに」という要点と、感謝の気持ちを忘れずに伝えましょう！



広島市職員の皆様限定



年会費：初年度無料
2年目以降 本会員 11,000円 (税込)
ファミリーカード1枚につき 1,100円 (税込)

●永久不滅ポイント

ポイントは無期限。
国内でのご利用分が1.5倍(1,000円 / 税込ごとに1.5P)
海外でのショッピングご利用分は2倍
(1,000円ごとに2P) 貯まります。

●ショッピング安心保険

ご購入から120日間、年間200万円まで補償

●海外・国内旅行障害保険

本会員様：最高5,000万円（ご家族：最高1,000万円）

●空港ラウンジサービス

国内主要空港のラウンジが無料で利用可能

●ファミリーカード

4枚まで発行可能。ポイントは本会員様と自動合算

セゾングールド・アメリカン・エクスプレス®・カード

通常年会費 11,000円 (税込) が年間1回以上のカードご利用で

実質年会費 0円 (無料)

SPECIAL OFFER

キャンペーン期間：2023年6月1日(木)～2023年6月30日(金)

新規ご入会後、翌々月末までに
10,000円(税込)以上※のショッピングご利用で

永久不滅ポイント 1,000円相当※をプレゼント



※同じ条件が複数続きます。

お申し込みはこちら 下記のQRコードもしくは、URLよりお申し込み下さい

<https://www.saisoncard.co.jp/amextop/gold-next0-new/?sd=70M&mi=1800270&ta=>

特典は専用のURL、QRコードを経由された場合に限り適用となります

※本施策のお問い合わせ先 株式会社クレディセゾン

TEL 0120-701-035 (9:00～17:00)



※専用URL以外からの申し込みは特典の対象外となります。※審査によりお申し込みの意に添えない場合がございます。※年会費優遇は1年に1回(1円)以上カードをご利用いただくことが条件となります。

カードのご利用がない場合、翌年、通常年会費として本会員11,000円(税込)、ファミリーカード会員様1名につき1,100円(税込)をご請求させていただきます。すでにセゾン・アメリカン・エクスプレス®・カードをお持ちの方は、今お持ちのカードに「前年に1回以上のご利用で翌年度年会費無料」の特典をお付けしますので、上記お問い合わせ先へお申し出ください。※「アメリカン・エクスプレス」はアメリカン・エクスプレスの登録商標です。このカードはアメリカン・エクスプレスのライセンスに基づき、(株)クレディセゾンにより発行されたものです。(A210713)0



(一財)広島市職員互助会特約店 JR西日本プロパティーズ株式会社

互助会会員
購入特典

プレディア舟入本町リバーテラス

売買価格(税込)の **0.5%割引** (諸費用に
充当)

PREDEAR

プレディア舟入本町リバーテラス



リーガロイヤル
ホテル広島

広島市役所

プレディア舟入本町リバーテラス リバーサイド 最前列 全邸 リバービュー

先着順受付開始!

マンションギャラリー公開中〈完全予約制〉

販売価格

専有面積 **48.02㎡** [1LDK]

2,888万円~ (1戸)

専有面積 **60.75㎡** [2LDK]

3,788万円~ (1戸)

専有面積 **68.65㎡** [3LDK]

3,898万円~ (1戸)

〈売主〉

JR西日本プロパティーズ

国土交通大臣免許(2)第9056号、(一社)不動産協会会員、
(一社)不動産流通経営協会会員、
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟
中国支社〒733-0036
広島県広島市西区観音新町一丁目20番24号リコーセンタービル4階
https://www.jrwpc.co.jp/

〈販売代理〉

三井不動産リアルティ中国
MITSUI FUDOSAN REALTY CHUGOKU

国土交通大臣免許(7)第5169号、(一社)不動産流通経営協会会員、
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟
〒730-0037
広島県広島市中区中町9番12号(中町三井ビル6階)
https://www.mf-realty.jp/chugoku/

〈販売代理〉

KCE inc. 株式会社KCE

広島県知事免許(4)第9303号、
(公社)広島県宅地建物取引協議会会員
〒733-0002
広島県広島市西区樺木町三丁目3番1号
http://kce-inc.co.jp/

■お問い合わせは、ご来場予約は「プレディア舟入本町リバーテラス」マンションギャラリー

0120-159-373

◎営業時間/平日:午前10時~午後5時、土・日・祝:午前10時~午後6時 ◎定休日/火・水曜日



プレディア 舟入本町



【プレディア舟入本町リバーテラス 物件概要】所在地/広島市中区舟入本町20-1他(地番) ■住居表示/広島市中区舟入本町 ■交通/広島電鉄「舟入本町」バス停徒歩5分、広島電鉄「舟入本町」電停徒歩5分 ■総戸数/36戸 ■敷地面積/547.90㎡ ■用途地域/商業地域 ■建ぺい率/80% ■容積率/400% ■建築面積/279.86㎡ ■延床面積/2,566.27㎡ ■構造・規模/鉄筋コンクリート造 地上13階建 ■建築確認番号/第E1-22017888号(令和4年7月20日付) ■分譲後の権利形態/専有部分は区分所有権、敷地・共用部分は専有面積割合による所有権の共有 ■駐車場/総戸数36戸に対して24台(平置2台・機械式22台) 月額使用料:16,000円~25,000円 ■バイク置場/(バイク)2台、(ミニバイク)5台 月額使用料:(バイク)2,000円、(ミニバイク)1,000円 ■自転車置場/総戸数36戸に対して65台 月額使用料:150円~500円 ■管理形態/区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社に委託 ■管理員形態/通勤 ■建物竣工時期/2024年1月下旬 ■入居時期/2024年3月下旬 ■管理会社/JR西日本住宅サービス株式会社 ■施工/山陽工業株式会社 ■手付金等の保全措置の概要/全国不動産信用保証株式会社 ■住宅性能表示制度/設計住宅性能評価書取得済、建設住宅性能評価書取得予定【販売概要】 ●販売戸数/5戸 ●間取り/1LDK~3LDK ●専有面積/48.02㎡~68.65㎡ ●バルコニー面積/9.36㎡~11.87㎡ ●サービスバルコニー面積/3.22㎡~3.37㎡ ●フリーポーチ面積/1.79㎡~5.27㎡ ●販売価格/2,888万円~4,598万円 ●管理費(月額)/7,010円~9,410円 ●修繕積立金(月額)/7,680円~10,980円 ●管理準備金(引渡時一括)/11,220円~16,020円 ●修繕積立基金(引渡時一括)/530,000円~758,000円 ●申込受付場所/「プレディア舟入本町リバーテラス」マンションギャラリー ※管理費にはインターネット利用料(月額1,400円(税込))を含みます。町内会費(月額200円)を管理費等お支払い時に別途徴収いたします。 ※販売価格には建物に係る消費税率10%相当額を含みます。 ※先着順販売のため、ご希望の住戸が販売済み場合はご容赦ください。 ※広告有効期限/2023年7月末日

※掲載の眺望写真は現地13階相当から北東方向・東方向・南東方向の眺望(2022年8月撮影)をパノラマ合成したもので実際とは異なります。 ※掲載の外観完成予想図/図面を基に描き起こしたもので、実際のものと異なる場合があります。表現されている植栽は竣工から初期の育成期間を経た状態のものを想定して描いており、竣工時は植物の育成を見込んで必要な間隔をとって植えております。形状の細部、設備機器等は表現していません。なお、敷地内のものを表現しています。敷地周辺の電柱、標識等につきましても表現していません。

〈プライバシーは守られます〉

笑顔でヘルシーダイヤル 共 市 (電話健康相談)

「急病」の時や「今すぐ相談したい」時、年中無休で24時間対応の電話健康相談(通話料無料)をご利用ください。専門のスタッフが即時相談に応じます。(携帯電話からの相談も可能です。)

【職員共済組合員の方】

下記のフリーダイヤルにおかけいただき、電話がつながりましたら、「職員共済組合員」又は「職員共済組合員の被扶養者」であることを伝え、ご相談ください。

フリーダイヤル 0120-151-003

【上記以外の広島市職員の方】

下記のフリーダイヤルにおかけいただき、電話がつながりましたら、「広島市職員」又は「広島市職員の被扶養者」であることを伝え、ご相談ください。

フリーダイヤル 0120-151-922

障害者である職員の合理的配慮についての相談 市

障害者である職員の合理的配慮についての相談を人事課で受け付けています。

【電話番号】

082-504-2050(内線2314)

【電子メールアドレス(専用)】

hairyo-soudan@city.hiroshima.lg.jp

【相談方法】電話、電子メール、面接等

ハラスメントに関する相談 市

働きやすい職場環境を実現するためには、勇気を出して相談するなど行動することが大切です。

「パワー・ハラスメント」、「セクシュアル・ハラスメント」、「妊娠、出産、育児又は介護に関するハラスメント」についての相談・苦情を受け付けています。

各局・区等に相談員を配置していません(全庁資料室参照)。次の相談員に相談することもできます。

【男性相談員(人事課服務監理担当課長)】

m-harassment@city.hiroshima.lg.jp

504-2049(直通)又は内線2319

【女性相談員(福利課職員健康管理担当課長)】

f-harassment@city.hiroshima.lg.jp

504-2059(直通)又は内線2370

【女性相談員(人事課長)】

504-2048(直通)又は2310

健康相談室 共 市

☎240-2425【直通】

「職場の人間関係が上手くいかない」「家庭の悩み事で仕事に集中できない」などの悩みについて、相談員が親身になって相談にのります。

本人、家族、同僚などどなたからの相談でも結構です。ご希望に応じて、カウンセラーとの対面相談の日時を決定します。

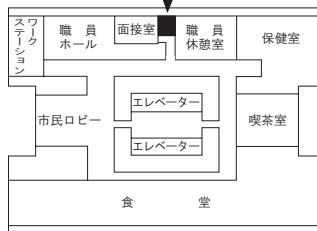
【相談受付】

月～金曜日

午前10時～午後3時30分

(相談は午後4時まで行います。時間外は留守番電話になっています。)

本庁舎16階健康相談室



ヒーリングCD貸出のお知らせ

リラクゼーション効果のあるCDを本庁舎16階健康相談室で貸し出しています。まず、電話で在庫の確認と予約をお願いします。

健康相談 市

産業医・保健師が、心と体の健康相談を行っています。

【産業医】

504-2679(直通)又は内線2378

504-2681(直通)又は内線2376

504-2682(直通)又は内線2368

【保健師】

504-2062(直通)

又は内線2365・2374・2375

●相談内容によっては面接相談を行います。

●禁煙相談も可能ですので、是非、ご相談ください。あわせて福利課HP「職員の禁煙の推進について」もご覧ください。

*④…広島市職員共済組合員が利用できます

*⑤…広島市職員が利用できます

〈プライバシーは守られます〉

なやみごと相談 市

☎223-7470【直通】

専門のカウンセラーによる、なやみごと相談を行っています。家庭の悩みごとや職場の人間関係、ハラスメントなど、こころの健康問題について相談やカウンセリングを行います。

【相談予約】

月～金曜日

(祝日、お盆及び年末年始を除く。)

午前10時～午後4時30分

【相談時間】

午前10時～午後8時(1回50分)

(土日祝日も含む毎日)

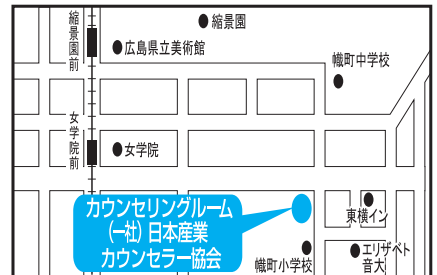
【相談方法】

あらかじめ、相談日時を電話で予約し、相談場所で面接の方法により行います。電話予約の際は、必ず「広島市の職員又は家族」で、「なやみごとの相談の予約」であることを教えてください。

【相談場所】

中区鞆町3-1 第三山県ビル5階

(一社)日本産業カウンセラー協会)



仕事と家庭生活の両立支援相談窓口 市

☎504-2887【直通】

仕事と家庭生活(育児や介護等)との両立について、相談員(保健師)が相談をお受けします。

ご家族からの相談、匿名での相談も可能です。

【相談方法】

電話、e-mail、面談(要予約)でご相談ください。

【電子メールアドレス(専用)】

ryouritsu@city.hiroshima.lg.jp

【相談時間】

午前9時15分～午後4時

●相談内容は、原則、相談員以外に伝わることはありません。(秘密厳守)

プロ野球公式戦今後の募集予定

※スケジュール・募集人数は変更になる場合があります。

募集時期	試合開始日時		対戦カード	募集人数	負担金
厚生だより7月号	8月1日(火)	18:00	DeNA	各50人 (1塁側40枚、 3塁側10枚)	内野指定席A (1塁、3塁) 1枚につき2,000円
	8月2日(水)	18:00			
	8月3日(木)	18:00			
	8月4日(金)	18:00	巨人		
	8月5日(土)	18:00			
	8月6日(日)	18:00			
	8月15日(火)	18:00	阪神		
	8月16日(水)	18:00			
	8月17日(木)	18:00			
	8月18日(金)	18:00	巨人		
	8月19日(土)	18:00			
	8月20日(日)	18:00			
	8月25日(金)	18:00	ヤクルト		
	8月26日(土)	18:00			
8月27日(日)	18:00				
厚生だより8月号	9月1日(金)	18:00	中日		
	9月2日(土)	14:00			
	9月3日(日)	13:30			
	9月5日(火)	18:00	DeNA		
	9月6日(水)	18:00			
	9月7日(木)	18:00			
	9月15日(金)	18:00	阪神		
	9月20日(水)	18:00	DeNA		
	9月24日(日)	18:00	ヤクルト		
	9月26日(火)	18:00	中日		

プロサッカー今後の募集予定

※スケジュール・募集人数は変更になる場合があります。
 ※9月以降の試合のキックオフ時間は8月中旬に発表の予定です。

厚生だより	開催日	キックオフ	対戦カード	募集人数	負担金
7月号	8月13日(日)	18:00	浦和レッズ	各50人	S席 2,200円
	※1 8月19日(土)	19:00	川崎フロンターレ		バックゾーン自由席
8月号	※2 9月15日(金)or9月16日(土)	未定	ヴィッセル神戸		大人 1,400円
	※2 9月29日(金)or9月30日(土)	未定	名古屋グランパス		小中高生 400円
9月号	※2 10月20日(金)or10月21日(土)	未定	セレッソ大阪		
10月号	※3 11月25日(土)	未定	ガンバ大阪		

※1 ACLのプレーオフに出場した場合、8月18日(金)開催の可能性がります。

※2 ACLに出場しない場合、それぞれ直後の日曜日(9月17日(日)、10月1日(日)、10月22日(日))開催の可能性がります。

※3 ACLに出場した場合、11月24日(金)開催の可能性がります。

広響定期演奏会今後の募集予定

募集時期	日時・場所	内容	募集人員	負担金
厚生だより 8月号	令和5年9月15日(金) 18:45開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第434回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】尾高 忠明 【ヴァイオリン】中野りな(仙台国際音楽コンクール2022優勝) 【曲目】J.C.バッハ：シンフォニア変ロ長調作品18-2 モーツァルト：ヴァイオリン協奏曲第1番変ロ長調 K.207 ウォルトン(没後40年)：交響曲第1番変ロ短調	23人	S 席 2,700円
厚生だより 9月号	令和5年10月27日(金) 18:45開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第435回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】下野 竜也 【ソプラノ】半田 美和子* 【曲目】サミー・ムーサ：エリジウム(日本初演) ベートーヴェン：交響曲第2番ニ長調作品36 モーツァルト：歌劇「イドメネオ」K.366 序曲 ベルク：「ルル組曲」(オペラ「ルル」からの交響的小品)*	23人	A 席 2,400円
厚生だより 11月号	令和5年12月2日(土) 15:00開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第436回広島交響楽団定期演奏会 創立60周年記念プレミアム定期(2) 【指揮】ウラディーミル・フェドセーエフ 【ピアノ】ニコライ・ルガンズキー 【曲目】ラフマニノフ(生誕150周年)：ピアノ協奏曲第2番ハ短調作品18 交響曲第2番ハ短調作品27	25人	B 席 2,200円
厚生だより 12月号	令和6年1月20日(土) 15:00開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第437回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】秋山 和慶 【トロンボーン】中川 英二郎 【女性コーラス】東京オペラシンガーズ* 【曲目】藤倉 大：トロンボーン協奏曲「Vast Ocean II」(広響委嘱・世界初演) ホルスト(生誕150周年)：組曲「惑星」作品32*	23人	第436回 のみ S 席 3,000円
厚生だより 1月号	令和6年2月23日(金・祝) 15:00開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第438回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】バスカル・ロフエ 【ピアノ】アレクセイ・ヴォロディン 【曲目】ドビュッシー：バレエ音楽「遊戯」 リスト：死の舞踏 S.126 ショーン：交響曲変ロ長調作品20	23人	A 席 2,800円
厚生だより 2月号	令和6年3月2日(土) 15:00開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第439回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】クリスティアン・アルミンク 【曲目】スメタナ(生誕200周年・誕生日)：連作交響詩「わが祖国」 1.ヴァイェフアド 2.グルタヴァ(モルダウ) 3.シャールカ 4.ボヘミアの森と草原から 5.ターボル 6.ブランチク	23人	B 席 2,500円
	令和6年3月8日(金) 18:45開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	広島交響楽団特別定期演奏会 下野 竜也 音楽総監督ファイナル 【指揮】下野 竜也 【フルート】上野 由恵 【曲目】細川 俊夫：セレモニー ―フルートとオーケストラのための ブルックナー(生誕200周年)：交響曲第8番ハ短調(ハース版)	27人	

演劇等鑑賞会今後の募集予定

募集時期	日時・場所	内容	募集人員	負担金
厚生だより 7月号	令和5年8月5日(土) 15:00開演 広島文化学園HGBホール (広島市文化交流会館)	2023「平和の夕べ」コンサート 原爆犠牲者の慰霊及び核兵器廃絶と世界恒久平和の実現への市民の思いを託した演奏会 【指揮】下野 竜也 【ソリスト】ソプラノ：隠岐 彩夏、バリトン：加藤 宏隆 【ピアノ】萩原 麻未 【演奏】広島交響楽団 【合唱】エリザベト音楽大学合唱団 【曲目】ブーランク：平和のために祈りください 三善 晃：夏の散乱 梶場 富美子：未風化の7つの横顔 ピアノとオーケストラのために フォーレ：レクイエム	50人	S席 2,300円 A席 1,800円
	①令和5年8月26日(土)14:00開演 ②令和5年8月27日(日)14:00開演 JMSアステールプラザ大ホール	ひろしまオペラルネッサンス公演 オペラ『フィガロの結婚』 演目：W. A. モーツァルト作曲「フィガロの結婚」(全4幕、イタリア語上演、字幕付) 【芸術監督・演出】岩田 達宗 【指揮】柴田 真郁 【管弦楽】広島交響楽団	各40人	S席 3,000円 A席 2,300円
厚生だより 9月号	令和5年10月4日(水) ①14:00開演 ②18:00開演 JMSアステールプラザ中ホール	文楽鑑賞会 文楽協会による人形浄瑠璃文楽の上演	①30人 ②50人	1階席 2,300円 2階席 1,400円
厚生だより 11月号	令和5年12月2日(土) ①14:00開演 ②18:00開演 JMSアステールプラザ中ホール (能舞台)	狂言鑑賞会 茂山狂言会による狂言の上演	各60人	S席 2,100円 A席 1,600円

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 ㊦6月分普通・特別貸付申込 締切	6 ㊦7月分コテージ湯の山利用 抽選	7 ㊦プロ野球観戦抽選申込締切 ㊦プロサッカー観戦抽選申込 締切	8	9 ㊦各種給付締切 ㊦5月分各種給付金支払 ㊦広響定期演奏会抽選申込締 切	10
11	12 ㊦貸付金繰上償還申込締切	13	14	15 ㊦財形貯蓄6月分払戻請求締 切	16	17
18	19	20 ㊦6月分育児・介護休業手当 金請求締切 ㊦7月分住宅貸付申込締切	21	22	23 ㊦貸付金繰上償還振込期限 ㊦5月分育児・介護休業手当 金支払日 ㊦7月分産前産後休業掛金免 除申出締切	24
25	26	27	28	29	30 ㊦財形支払 ㊦6月分普通・特別、5月分 住宅貸付日 ㊦8月分コテージ湯の山利用 抽選申込期限	

㊦ 互助会 ㊦ 職員共済組合 ㊦ 福利課

月例受付

※事務局へのご連絡の際には、ダイヤルイン又は本庁内線電話番号をご利用ください。
締切・振込日が土・日・休日に重なった場合は変更になります。

互助会		職員共済組合	
ダイヤルイン 504-2063(福利係)		ダイヤルイン 504-2061(庶務係) 本庁内線 2361・2362	
給付 (本庁内線2358)	締切 20日 支払 翌月20日	普通貸付 特別貸付	締切 5日 貸付 末日
火災共済(加入) (本庁内線2355・6)	加入申込 随時 (加入日は翌月1日)	住宅貸付	締切 20日 貸付 翌月末日
福利課		貸付金 繰上償還 (一部返済・全額返済)	受付 10日まで 振込 23日まで 一部返済(1万円単位) 住宅貸付 50万円以上 普通・特別貸付 30万円以上
ダイヤルイン 504-2060又は本庁内線2357		育児・介護 休業手当金	締切 20日 支払 翌月25日
財形払戻 (解約・一部払出)	締切 15日 支払 末日	「厚生だより」の配付部数の変更	
財形積立 (中断・再開)	締切 15日 翌月給与より	全庁フォルダ内のファイルを直接修正で きない場合は下記へ必要部数をお知らせ ください。 福利課厚生係(互助会管理係) 082-504-2060(内線81-2357) 配付部数の変更期限は毎月10日	

※ 「市立病院機構」職員の財形貯蓄に関する手続きは、
市立病院機構本部事務局経営管理課 [ダイヤルイン 569-7816](tel:082-569-7816) まで!!