

# 厚生だより

2024

10

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6年(2024年)10月1日号



(広島市スポーツ協会 写真提供)

## お知らせします

- (P1) 総合文化祭開催
- (P1) 12月から、iDeCoの拠出限度額が1.2万円→2万円になります!
- (P2) 一般財団法人化10周年記念事業 職員互助会利用補助券の使用をお忘れなく!!
- (P2) テニス初心者教室のお知らせ  
〔硬式テニス部主催〕
- (P4) 保険料控除申告
- (P4) 全国市長会任意共済保険還付金(配当金)
- (P4) 互助会サークル活動報告〔囲碁部〕
- (P5) 積立年金保険の募集(拠出型企業年金保険)
- (P8) 資格情報のお知らせについて
- (P8) 給付金等の振込先口座(登録済口座)をご確認ください【お願い】

お知らせ「厚生だより」の配付部数の変更方法を11月から改めます。

## 募集します

- (P3) 互助会招待事業 参加希望者募集!!  
(プロサッカー、プロバスケットボール)

## ベネフィット・ステーションからのお知らせ

- (P6) 会員専用サイト「無料eラーニング」のご案内
- (P6) ご利用ください!健康増進・リフレッシュ補助券

## 健康・相談

- (P7) インフルエンザ・新型コロナワクチン接種費用の助成について
- (P9) 職員定期健康診断個人票の提出をお願いします
- (P9) 定期健康診断の再検査を受けましょう
- (P13) ニコニコ(2525) 過ごそう!  
毎月25日はメンタルヘルス推進日^^
- (P13) ジェネリック医薬品がある先発医薬品の自己負担の仕組みが変わります!
- (P14) 笑顔でヘルシーダイヤル(電話健康相談)等

# 総合文化祭開催

11月9日(土)~15日(金)  
鷹野橋職員会館ほか

互助会

☎内81-2353  
☎504-2063

## 作品展示会

絵画・写真・書・手工芸・生花など。

11月10日(日)~11月15日(金)

午前9時~午後8時30分(最終日は午後5時まで)

鷹野橋職員会館 2階体育ホール

※パンフレットの掲載は締め切りましたが、作品展示は受け付けています。

## サークル合同発表会

弦楽器、合唱部、鳴子踊り部の各サークルによる合同発表会を行います。

お誘い合わせのうえ、多数ご来場ください。

11月13日(水)午後6時15分~7時15分

広島市男女共同参画推進センター(ゆいぽーと)  
5階研修室

## 囲碁大会

11月9日(土)午前10時~

鷹野橋職員会館 3階ミーティングルーム

対局方法 Aリーグ(原則三段以上)、Bリーグ(原則二段以下)

賞品 各リーグとも1位~3位までの入賞者に記念品。

申込 10月31日(木)までに小河(中区生活課☎89-672)又は北崎(財政局徴収企画課☎89-709)まで申し込んでください。

12月から、

iDeCoの拠出限度額が1.2万円→2万円になります!

福利課

☎内81-2351  
☎504-2060

2024年12月(2025年1月引き落とし分)以降、公務員共済組合の共済掛金相当額の評価方法が実態にあった算定方法へ見直されます。

iDeCoの拠出限度額が2万円まで引き上がり、拠出限度額(年額)がこれまでの14万4千円から24万円に大幅アップします。

### iDeCoへの加入をご希望の場合

iDeCoの加入手続は、運営管理機関(金融機関等)にて行います。

iDeCo公式サイトをご参照の上、運営管理機関(金融機関等)へお問い合わせください。



iDeCo公式サイト



### iDeCoの掛金額の変更をご希望の場合

制度見直しに伴い、掛金額の変更を希望される方はお手続が必要です。

お手続の方法については、運営管理機関(金融機関等)へお問い合わせください。

### iDeCoの掛金が年単位拠出となっている場合、お手続が必要です

拠出限度額の算定方法見直しに伴い、現在、iDeCoの掛金が年単位拠出となっている方は、毎月定額拠出への変更のお手続が必要です。切り替え手続を行わなかった場合、2024年12月分掛金(2025年1月引き落とし)以降、iDeCo掛金が拠出停止となります。

既にお手続が可能ですので、ご自身がiDeCoの手続をした運営管理機関(金融機関等)へお問い合わせください。



# 一般財団法人化10周年記念事業 職員互助会利用補助券の使用をお忘れなく!!

互助会

☎01-2353・2354・2356・2358  
☎504-2063

令和6年3月に配付しました、一般財団法人化10周年記念事業に伴う『職員互助会利用補助券』は使用期限があります。期限後の使用はできません。

## 【使用期限】令和6年12月31日

未使用の『職員互助会利用補助券』がありましたら是非ご利用をお願いします。

なお、『職員互助会利用補助券』の利用対象店舗については、「厚生だより令和6年4月号」に掲載していますので、ご参照ください。

### 《職員互助会利用補助券見本》※券色は黄色

<b>職員互助会利用補助券</b> 【一般財団法人化10周年記念事業】		No.
<b>500円</b>		取扱店
(一財)広島市職員互助会		有効期限 令和6年12月31日
<b>◆利用対象店</b> ・職員互助会特約店 (賛同店に限る) ・福屋 ・そごう広島店 ・広島三越	<b>◆利用方法</b> ・利用対象店でのお買物の際に、職員互助会利用補助券を添えて差額の金額を支払ってください。 ・500円単位でご利用できます(複数枚使用可) ・券面額以下でも使用できますが、残金の払戻しはできません。 ・現金とのお引換えはできません。 ※この券で使用できない商品等(商品券、ギフトカード、印紙、切手、はがき、など利用対象店が指定したもの)がありますので、詳細については各利用対象店へお問い合わせください。	

### 【配付額】

一人当たり 2,500円 (500円券5枚綴り)



厚生だより4月号

厚生だより4月号で特約店や百貨店の利用可能店舗を確認して利用をお願いします。9ページから10ページに掲載されてます。



使用期限迫る!!  
残り **3か月**

※今月号の特約店一覧に掲載されている特約店の全てが利用可能ではありません。必ず4月号を確認してください。

## テニス初心者教室のお知らせ〔硬式テニス部主催〕

今年も初心者教室を開催します!! テニスに興味はあっても今まできっかけがなかった初心者の方、昔かじってたけどしばらく遠ざかっている初中級者の方などを対象にテニス教室を開催します。この機会にテニスを楽しんでみませんか?

### 【申込締切：10月16日(水)】

- 日 時：令和6年10月26日(土) 10:00~16:00
- 場 所：広島広域公園テニスコート(安佐南区大塚西五丁目2-1)
- 参加費：1,000円
- 問い合わせ先(申込先)：安芸区福祉課 瀬野田  
TEL (082)821-2813 又は 内線87-651 又は senoda-n@city.hiroshima.lg.jp

# 互助会招待事業

(サッカー🏆)

参加希望者募集!!

互助会

☎内81-2354  
☎504-2063



## プロサッカー!!

IN エディオンピースウィング広島

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	10月30日(水) or 11月3日(日・祝)	未定	京都サンガF.C.	各50人	メインスタンド2階 (カテゴリー6) 1枚につき1,800円
2	11月30日(土) or 12月1日(日)	14:00	北海道コンサドーレ札幌		

当選者には10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。

申込期限 10月7日(月) 23:59まで

## 参加希望の方は互助会Web申込システムから

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: 10月1日(火)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、兄弟姉妹の配偶者等は対象外

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。

# NEW!!

## 互助会 招待事業 今後の募集予定

### プロバスケットボール

募集時期	開催日	ティップオフ	対戦カード
厚生だより 11月号	1月10日(金)	未定	長崎ヴェルカ
	1月11日(土)	未定	
厚生だより 1月号	3月5日(水)	未定	琉球ゴールデンキングス
	3月22日(土)	未定	仙台89ERS
	3月23日(日)	未定	



# 保険料控除申告

互助会

☎内81-2358  
☎504-2063

令和6年分保険料控除申告の時期となりました。給与・賞与から控除しているものについては人事給与システムの申告書の印字により証明しますので、申告額等についてご確認ください。

## 一般生命保険料控除

### ①互助会グループ保険・全国市長会任意共済保険

掛金のうち死亡（高度障害）保険金額の災害保障特約部分については、生命保険料控除の対象となりません。このため、証明される年間払込保険料及び配当金は災害保障特約部分を除いた金額となりますので、給与控除されている金額とは異なります。

### ②団体扱いの生命保険

10月以降の契約内容に変更がないものとした金額が印字されています。内容等は各保険会社にお問い合わせください。

## 介護医療保険料控除

総合医療保険・全国市長会の医療保障保険など、介護医療保険契約の入院・通院等にもなう給付部分に係る保険料がある場合は控除の対象となります。

## 個人年金保険料控除

### ①積立年金保険

税控除型に加入されている方は個人年金保険料控除の対象となります（自由型に加入されている方は一般生命保険料控除の対象となります。）。

### ②団体扱いの個人年金保険

税制適格特約を付加している契約については、個人年金保険料控除の対象となります。なお、個人年金として税制適格特約を付加していない契約については、一般生命保険料控除の対象となります。

### ※損害保険料控除について

税制改正により平成19年から短期損害保険料控除がなくなりました。

このため、全国都市職員災害共済会と団体傷害保険については控除の対象となりません。

# 全国市長会任意共済保険 還付金（配当金）

互助会

☎内81-2358  
☎504-2063

令和5保険年度（令和5年6月1日～令和6年5月31日）の全国市長会任意共済保険の配当金の還付率は右のとおりです。

なお、配当金は9月20日（金）に職員共済組合等に登録された個人口座へ振り込みました。

保険種類	還付率
任意共済保険	42.88%
医療保障保険	26.56%
3大疾病サポート保険	27.87%

## 互助会サークル活動報告〔囲碁部〕

- 1 大会名 読売新聞杯第26回広島ジャンボ団体囲碁大会
- 2 日時 令和6年7月15日（月・祝）
- 3 場所 囲碁サロン手談（広島市中区）
- 4 参加者 広島市役所チーム（小河 博 五段、原田 忠光 三段、小澤 達也 初段）
- 5 結果 優勝

# 積立年金保険の募集

## (拠出型企業年金保険)

互助会

☎内81-2353  
☎504-2063

申込締切日 令和6年10月15日(火)

積立年金保険は、退職後もゆとりある充実した生活を送るために、在職中に積立(月払、期末・勤勉手当払)を行い、退職後に年金として受け取るもので、公的年金を補完するための制度です。

加入区分は、「自由型」と「税控除型」の2種類があります。「自由型」の保険料は年末調整等の一般生命保険料控除の対象になり、「税控除型」の保険料は個人年金保険料控除の対象となります。他に個人年金保険料控除を受けていない場合は、税控除型にも加入されると税制上有利です。

### 加入資格

**自由型**…昭和40年4月2日生以降の互助会会員の方(保険料払込満了日(61歳)までの予定加入期間が2年以上の方)

**税控除型**…昭和48年4月2日生以降の互助会会員の方(保険料払込満了日(61歳)までの予定加入期間が10年以上の方)

### 申込方法

10月上旬にパンフレット・加入申込書等を配付しますので、新規加入・変更・脱退希望の方は、加入申込書に必要事項を記入のうえ、互助会に提出してください。

※昨年度よりパンフレット・加入申込書は未加入者10名超の所属について部数を減らして送付しておりますので希望者のみ配付してください。

現在の加入口数のまま継続される方については、自動的に更新されますので、加入申込書の提出は不要です。

なお、「自由型」及び「税控除型」は別商品のため、積立金を移すことはできません。

### 予定利率

年1.25%(令和6年7月1日現在)

### 保険料控除

新規に加入される方については、令和7年2月以降、毎月の給与及び6月・12月の期末・勤勉手当から控除します。

すでに加入されている方で、今回加入口数を変更される方または脱退される方については、次の取扱いとなります。

- ・加入口数を変更される方…令和7年2月の給与から変更し、控除します(口数変更は募集期間のみの受け付けとなります。)
- ・脱退される方…令和7年1月の給与まで控除した後の脱退となります。所定の解約請求書(加入区分毎に必要となります。)を募集締切後、脱退予定者に送付いたします。

※保険料積立の期間が短い方の解約は、受取額が積立保険料を下回る場合があります。

### 引受会社

明治安田生命、日本生命、富国生命、第一生命、住友生命、太陽生命、アクサ生命

### 無理なく積立

月払は1口1,000円から  
期末・勤勉手当払は  
1口10,000円から

月払、期末・勤勉手当払での積立になります。毎年加入口数を変更でき、自由に無理なく積立ができます。

必要に応じて、払出し(「税控除型」は不可)、解約ができます。

### 退職後は豊富な選択肢

退職時の積立金は、各人の生活設計に応じて次のコースの中から自由に選択できます。

- ①年金コース
- ②医療保険コース(自由型のみ)
- ③一時金コース

※「税控除型」は年金・一時金だけの選択となります。

### 有利

保険料は生命保険料控除の対象となります。

#### 【一般生命保険料控除】

自由型に加入の方は払い込んだ保険料が一般生命保険料控除の対象となります。

#### 【個人年金保険料控除】

税控除型に加入の方は払い込んだ保険料が個人年金保険料控除の対象となります。

※他のそれぞれの保険料控除と合算するなど、控除限度額を超える部分は対象となりません。



退職後のゆとりある生活のために、  
当制度に加入してください!  
(貯蓄としても活用いただけます)

## 会員専用サイト「無料eラーニング」のご案内

会員制福利厚生事業「ベネフィット・ステーション」会員専用サイトでは、無料で使える「フリーeラーニング」をご用意しています。スマホやタブレットなどでいつでも・どこでも受講できます。OAスキル講座だけでなく、簿記や語学、資格対策コースなど多岐にわたるメニューがあります。ご活用ください。



### 1,400タイトル以上のeラーニングが無料で利用できます！

#### ■無料eラーニングのコース例（一部抜粋）

- ・Word (R) 365&2019 文書管理、・Excel (R) 365&2019 数式と関数、
- ・PowerPoint (R) 365&2019 図表・図形、・日商簿記2級対策、・FP2級対策、・宅建試験対策、
- ・秘書検定対策、・クレーム電話対応のコツ、・TOEIC750点対策、・恥をかかないビジネス敬語

#### 【有料講座の受講支援】広島市独自メニューの「スキルアップ補助」もあります

**5,000円補助**

自己啓発支援として、会員専用サイトの有料の受講型講座を受講され修了された方に最大5,000円を補助します。

年間何回でも申請可能  
ただし**会員本人に限り**ます。

#### ご利用方法

「ベネフィット・ステーション」会員専用サイト内の申請ページにて、必要事項を入力の上、必要書類を添付しアップロードしてください。後日、指定口座へお振込みいたします。※詳細は会員サイトをご確認ください。

## ご利用ください！ 健康増進・リフレッシュ補助券

「健康増進・リフレッシュ補助券」は、次の施設でもご利用いただけます。このほか「スポーツセンター」や「人間ドック実施医療機関」なども利用対象施設です。詳しくは利用ガイド13～15ページをご参照ください。（利用できる施設や利用ルールが決まっていますのでご注意ください。）

### 広島市植物公園

### 特別企画展「人の暮らしを支える『植物と油』展」

料理で使用する食用油など、私たちの身の回りにある様々な植物性油脂とその原料に焦点を当て、人と油の歴史や油に関する近年の話題について紹介と解説を行います。



開催期間：12月22日まで 所在地：佐伯区倉重3-495

補助券の利用：1回の購入につき補助券1枚利用可（1人500円未満料金は利用不可）

このほかにも様々な展示会を開催します。

◎薬用植物展 10月6日まで ◎サボテン・多肉植物展 10月12日～20日

◎野生きのこ展 10月19日～20日 ◎秋の山野草展 10月19日～24日

### ひろしま美術館

### 特別展『日本画の名作展』



#### 明治から昭和にかけての日本画の巨匠の作品が集結！

明治以降、西洋技法の流入をきっかけに、これまでの伝統的な絵画を見直しつつ、かつ新しい表現を生み出していった日本画。本展では、岡山県井原市に本社を置くシーピー化成株式会社の所蔵する作品を中心に、日本画草創期の動向を紹介するとともに、「日本画」というジャンルの伝統と革新の軌跡を紐解きます。横山大観、菱田春草、杉山寧といった、明治から昭和期にかけての日本画の巨匠たちの作品をお楽しみください。

開催期間：10月14日まで 所在地：中区基町3-2

補助券の利用：1回の購入につき補助券1枚利用可（1人500円未満料金は利用不可）

# インフルエンザ・新型コロナワクチン接種費用の助成について

互助会

☎内81-2354  
☎504-2063

職員共済組合

☎内81-2372・2373  
☎504-2062

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染予防と健康保持のため、ワクチン接種費用の一部を助成します。

## ○助成の対象

医療機関でインフルエンザ・新型コロナワクチンの接種を受け、1,000円以上の自己負担をした互助会員本人（被扶養者は対象外）なお、医療機関の指定はありません。

## ○対象となるインフルエンザ・新型コロナワクチン接種期間

令和6年4月1日（月）から令和7年3月31日（月）

## ○助成の金額

実費負担を上限として2,000円以内

（年度内2回を合わせた実費負担を上限として、同種のワクチンは年度内1回とします。）

例）広島市在住の65歳以上の方

接種費用：インフルエンザワクチン接種費用 1,600円、新型コロナワクチン接種費用 3,200円の場合

助成金額：2,000円（内訳：インフルエンザワクチン 1,600円＋新型コロナワクチン 400円）

## ○申請に必要な書類

### ①インフルエンザ・新型コロナワクチン接種費用助成金交付申請書

互助会ホームページ（<https://hgojokai.or.jp>）又は、庁内LANの庁内WEB「人事部福利課ホームページ」の3申請様式、ガイド等「互助会」からダウンロードできます。

### ②領収書（領収書にインフルエンザ・新型コロナの記載はないが、診療明細書にインフルエンザ・新型コロナと記載されているときは合わせて診療明細書）※コピー可

接種を受けた人の氏名、接種の種類（「インフルエンザ」「新型コロナ」と記載のあるもの）、接種日、自己負担額、医療機関名の記載が必要です（記載がないときは、医療機関で補記してもらう。）。

## ○提出先及び提出方法

広島市職員互助会に下記のいずれかの方法で提出してください。

・直接提出（庁内メール便可） ・ Eメール（[info@hgojokai.or.jp](mailto:info@hgojokai.or.jp)） ・ FAX（082）245-8337

## ○申請期限と助成金交付日

原則、接種した月（ただし、2回接種予定で1回目の接種費用が2,000円未満の場合は2回目を接種した月）の翌月10日までにインフルエンザ・新型コロナワクチン接種費用助成金交付申請書及び領収書を互助会へ提出してください。その翌月10日に互助会員の登録口座へ助成金を振り込みます。申請書の最終受付は、令和7年4月10日（木）です（最終受付までは、月遅れの申請書も受け付けます。）。

なお、支払通知等は、送付しませんので、通帳の記帳により確認してください。

## ○職務専念義務の免除

インフルエンザ・新型コロナワクチンを接種する場合には、接種に要する時間及び接種機関までの往復時間について、職務専念義務の免除となります（新型コロナワクチン接種の副反応で勤務できない場合も同様）。

※新型コロナワクチンの接種を希望される方は、あらかじめかかりつけ医等の医療機関に相談ください。

## ○注意事項

広島市職員互助会会員あてのお知らせです。水道局等他の互助会会員の方は、所属している互助会にお問合わせください。広島市職員互助会の会員でない方（広島市職員共済組合員に限る。）については、共済組合へ申請してください。申請書は庁内Web福利課ホームページの共済組合にあります。



# 資格情報のお知らせについて

職員共済組合

☎内81-2372  
☎504-2062

「資格情報のお知らせ」をお送りいたします。

マイナンバーカードと健康保険証の一体化により、現在の健康保険証（組合員証・被扶養者証）の新規交付及び再交付は、令和6年12月2日をもって終了します。

それ以降は、医療機関等を受診する際の保険資格の確認は、健康保険証の利用登録を行ったマイナンバーカード（以下「マイナ保険証」という。）を基本とする仕組みになります。

なお、すでに発行済みの組合員証・被扶養者証については、廃止後最大1年間、従来どおり使用できます。

令和6年12月2日以降の健康保険証交付終了後にマイナ保険証を安心してご利用いただくために、令和6年10月下旬に「資格情報のお知らせ」を配付いたします（任意継続の方は直接ご自宅に郵送。）。

健康保険の資格情報（氏名、被保険者記号・番号・枝番、保険者番号・保険者名、資格取得年月日等）とマイナンバーの下4桁を記載しています。

お手元に届きましたら、記載内容をご確認いただき大切に保管してください。

（表示されております下4桁の数字がご自分のマイナンバーの下4桁と一致していない場合や、記載内容に違いがある場合は、当組合までご連絡ください。）

「資格情報のお知らせ」は、このような時にご利用いただけます。

- ① 医療機関にカードリーダーがない場合や不具合で使えないときなど  
「マイナ保険証」と「資格情報のお知らせ」を医療機関にご提示ください。
- ② 当組合へ申請するとき  
当組合への各種申請には被保険者記号・番号の記載が必要です。「資格情報のお知らせ」でご確認ください。

マイナ保険証の利用申込はカンタン！

事前に登録するだけで利用できます！



詳しくは 🔍

マイナポータル



# 給付金等の振込先口座（登録済口座）をご確認ください【お願い】

互助会

☎内81-2356  
☎504-2063

給付金等の振込先として届出いただいた口座へ給付金等を振り込む際、振込不能となるケースが発生しています。

振込不能になると、振込先口座の確認事務等が生じ、振込資金の引上げに手数料がかかるほか、再振込の振込手数料がかかります。（互助会や共済組合の負担が増えています。）

届出いただいた口座に変更が生じた場合や、既に口座を解約されている場合などは、速やかに口座登録（変更届）の提出をお願いします。

《振込不能の理由と事例》

※ 該当する口座なし → 既に口座が解約されている、金融機関や店舗の統廃合があった

# 職員定期健康診断を人間ドックで代用される職員のみなさまへ 職員定期健康診断個人票の提出 をお願いします

福利課

☎81-2374・2375  
☎504-2062

職員定期健康診断については、労働安全衛生法第66条及び広島市職員安全衛生管理規則第15条において、職員（労働者）は、事業者が行う健康診断を受けなければならないとされています。

人間ドック受診機関に職員定期健康診断個人票を提出しなかった場合は、人間ドックを受診しているにもかかわらず未受診者の扱いとなります。

人間ドックで代用される場合は、職員定期健康診断個人票の網掛け部分を事前に記入のうえ、

## 必ず職員定期健康診断個人票を人間ドック受診機関に提出してください。

（受診当日に個人票を忘れた場合は、速やかに人間ドック受診機関に提出してください。）

なお、対象は市長事務部局、行政委員会（学校を除く）、消防局、公益的法人に派遣されている職員の方です。それ以外の方は、各事業主の庶務担当にお問い合わせください。

### 【職員定期健康診断個人票（ピンク色）】

健診結果を判定する際の参考とさせていただきますので、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。

# 定期健康診断の 再検査を受けましょう

福利課

☎81-2374・2375  
☎504-2062

福利課から定期健康診断再検査受診の通知があった方は、次の場所で再検査を実施します。

ご自身の健康管理のため、速やかに受診していただくようお願いします（受診の際には、必ず再検査個人票をご持参ください）。

なお、再検査以外の検査はできませんので、お間違えのないよう、ご注意ください。

※健康に関する相談は、随時、福利課保健師（内線2374・2375）がお受けしますのご利用ください。

【本庁舎】16階保健室 月曜日・水曜日・金曜日  
9:00-11:30 13:30-15:00

※保健室が休診の場合は、再検査できません。休診は、事前に庁内LAN掲示板等で確認できます。

### 【巡回会場】（10月）

巡回会場で成人男性の風しん抗体検査が受検できます（クーポン券持参）

実施日	再検査場所・受付時間	
25日（金）	東区役所（5階講堂） 8：45～10：15	
9日（水）	佐伯区役所（6階603会議室） 11：00～12：30	南区役所（4階4-1会議室） 14：30～16：00
10日（木）	安佐北環境事業所（2階医務室） 11：30～13：00	安佐北区役所（3階入札室） 14：30～16：00
11日（金）	安佐南環境事業所（2階協議室） 11：30～13：00	安佐南区役所（3階第4会議室） 14：30～16：00
1日（火）	【注】下水道局管理部（4階会議室4） 8：45～10：15	西環境事業所（1階医務室） 11：30～13：00
17日（木）	西区役所（4階研修室） 8：45～10：15	中環境事業所（2階医務室） 11：30～13：00
22日（火）	安芸区役所（5階講堂） 8：45～10：15	安芸環境事業所（2階医務室） 11：30～13：00

【注】下水道局管理部庁舎移転のため、再検査会場が変更になります。移転後の庁舎…中区南千田東町6-13

- 再検査会場での受診が困難な場合は、医療機関での受診結果を再検査結果に用いることも可能です。（検査にかかる費用は自己負担となります。）
- 医療機関で再検査を受診した場合、福利課から送付された再検査個人票に結果を添付又は記入し、福利課へご提出ください。
- 9 対象は市長事務部局、行政委員会（学校を除く）、消防局、公益的法人に派遣されている職員の方です。

# 広島市職員互助会特約店一覧

お買い物や御用があるときは、安心・安全・信頼の互助会特約店会へ

(令和6年8月1日現在)

区分	社名	住所	電話番号	担当	定休日	割引内容	
紳士服	アリキオーダー	西区己斐上2丁目64-9	271-8215	有木	日・祝日	オーダースーツ 30%等	
	はるやま商事(株) (はるやま広島緑井店) (はるやま広島府中店) (はるやま五日市店) (はるやまフジグラン広島店) (P.S.FAアウトレット広島店)  (P.S.FA広島店) (フォーエルパセーラ広島店)	安佐南区緑井6-23-1	877-6177		無休	「はるやま」・「P.S.FA」 「フォーエル」  レディースの商品あり 一部対象外の商品あり	
		東区矢賀新町2-1-11	283-1129				
		佐伯区海老園2-7-40	922-0400				
		中区宝町2-1 3F	569-6284				
		佐伯区石内東4丁目1-1 THE OUTLET HIROSHIMA 2階	208-2083				
		中区本通2-9 小川ビル1F	247-6934				
中区基町6-78 NTTクレド基町ビル パセーラ広島6F	502-3303						
メンズショップローヤル	安佐北区可部5丁目4-25	814-8451	山本	無休	注文服・既製服 20%等		
貸衣装	㈱二条	中区幟町7-26	227-1600	上川	年末年始	白・色内掛一式 30~50%等	
	㈱ゆかり屋  (プロポーズ店)	南区稲荷町4-7	262-0262	松塚	水	花嫁衣装 50%等	
		南区松原町1-5 ホテルグランヴィア3階	262-1114	西原	1/1~1/3		
		南区松原町1-5 ホテルグランヴィア1階	261-2114	福島			
時計 宝石等	㈱下村時計店	中区本通9-33	248-1331	店長	水	時計・宝石 5~15%等	
		中区堀川町6-13	248-2224				
	㈱平和宝石	中区大手町1丁目1-26 大手町1番ビル5F	577-6664	大知	なし	真珠・ダイヤ・カラーストーン 婚約・結婚指輪 5~30%等	
メガネ等	眼鏡市場 (南観音店) (広島祇園店) (可部店) (五日市コイン通り店) (イオン宇品SC店)  (広島船越店) (LECT店) (THE OUTLETS HIROSHIMA店)	中区本通1-15	543-5184	甲斐	無し	眼鏡・サングラス・コンタクトレンズ 5%等 他の割引・セール企画との併用不可  ※補聴器・販売備品は除く	
		西区南観音6-15-16	297-5008	木村			
		安佐南区西原6-10-15	832-3718	小林			
		安佐北区可部5-20-4	819-1398	四方			
		佐伯区五日市中央4-16-10	943-5618	勝又			
		南区宇品東6-1-15 (イオン宇品)	250-8113	吉井			不定休 (館の休業日)
		安芸区船越南3-2-20	821-0448	廣瀬			無し
		西区扇2-1-45 LECT 2階	270-0188	齋藤			不定休 (館の休業日)
佐伯区石内東4丁目1-1	941-7028	岡崎					
電気 (機器)	㈱エディオン法人営業部 中四国支店	安佐北区落合南3-2-12	843-8061	徳良		家庭電化製品 5%等	
	㈱岡崎電機商会	中区千田町3丁目1-5	241-0248	岡崎	日・祝	家庭電化製品 3~10%	
家具等	ひろはた家電	安佐南区高取北4-34-22	872-8255	広畑	水	家庭電化製品 10~20%	
	小田徳(株)家具事業部	西区横川町1丁目4-34	233-3111	前杉	水	家具等 3~10%	
	ゼネラルスチール(株)	西区商工センター3丁目5-12	277-3271		土・日・祝	木・スチール製家具 25~50%	
	㈱二興	西区商工センター3丁目6-33	277-2532	木村	正月・第2・3水	家具・カーテン・照明 20~50%	
	ワ光(株)	佐伯区八幡1丁目6-28	928-0190	船井	日・祝・盆・正月	TOTOユニットバス 30~40%・カーテン外	
寝具	東洋羽毛中四国販売(株)	安佐南区西原1丁目12-12	850-3850	三木	土・日・祝	羽毛掛・敷布団 10% 外	
スポーツ 用品	㈱山陽スポーツ店	中区千田町1丁目12-6	244-1222	小野本	無休	スポーツ用品一般 10~15%	
	㈱杉山スポーツ	南区金屋町2-6	261-0790	杉山	第3日曜	テニス用品等 (定価より20~25%引き表示)	
	㈱体育社	中区三川町7-5	246-1212	大野	盆、正月	全商品 5%	
	㈱広島ゴルフショップ (ダイナマイト吉島店) (ダイナマイトマリーナホップ店)	中区吉島東1丁目15-12	243-3456		12/31~1/2	ゴルフ用品一式5% 一部対象外の商品有り	
	西区観音新町4丁目14-35	233-0072		不定休 (施設休業日)			
ミシン	大鳥ミシン(株)	中区堀川町3-18	0120-37-4340	大鳥	盆・正月	家庭用ミシン 10~15%等	
		佐伯区五日市中央5-21-5	921-0034				
書籍	㈱広島積善館	中区紙屋町2丁目3-26	248-3151	梶谷	土・日・祝外	書籍・雑誌 5%	
	㈱廣文館 (本部・外商部) (新幹線店) (フジグラン広島店) (フジグラン高陽店) (フジグラン緑井店)	中区本通1-11	247-1725	政近	土・日	書籍・雑誌・文具・CD・DVD 5%	
		南区松原町1-2 ekie 2階	506-3288	桑原	不定休		
		中区宝町2-1 3階	543-4744	武田			
		安佐北区亀崎1-1-6 3階	843-4604	伊藤			
		安佐南区緑井1-5-2 1階	831-1160	小川			
玩具・人形	㈱たむら人形	西区観音本町2丁目9-30	291-0457	井尻	不定休	雛人形・兜 20%外	
健康器具・食品	㈱シティライフ	西区小河内町2丁目23-8	293-8282	石岡	第2・4土・日・祝	太陽光システム5%・健康器具・健康食品 20%~30%	
食品・雑貨	広島駅弁当(株)(本社)	東区矢賀5丁目1-2	286-0181	舛井	無休	弁当5% 本社のみでの受付	
	丸大食品(株)	西区南観音6丁目11-32	293-2111	大町	日・水	ギフトセット 20~30% 外	
茶	お茶の松屋(株)	東区若草町20-17	263-0391	橘高	日・祝日	お茶類・茶道具類 20%	

区分	社名	住所	電話番号	担当	定休日	割引内容
進物・ 雑貨	㈱サンセイ	中区榎町7-5	294-4545	若宮	日・祝日	ブランド品 10~15% 外
	㈱大進本店 (本店) (ギフトランド) (可部店) (五日市店) (大町店) (大進バビアーレンタル) (大進プライダルサロン)	中区鉄砲町2-15	221-4111	店長	盆・12/31~ 1/3	店頭表示価格より3% 金券類、送料等経費は除く
		中区西白島町16-11	211-1000			
		安佐北区可部5丁目15-17	814-4111			
		佐伯区五日市7丁目13-29	922-4111			
安佐南区大町東3丁目25-48	831-3111					
安佐南区西原2丁目30-6	832-3111	日・祝・盆・ 年未年始	5%			
中区鉄砲町2-15-2F	221-3111	盆・12/31~ 1/3	大進ポイント500Pプレゼント			
印鑑・ 名刺	㈱大心	安佐北区口田南2-25-18	841-4757	大場	土	印鑑・ゴム印 10% 外
	はんこ屋さん21広島店	中区富士見町16-5	248-8521	児玉	日・祝日	印鑑・ゴム印 10% 外
仏壇・ 仏具	ギャラリーメモリア 広島紙屋町店	中区紙屋町2丁目2-8	0120-596-976		年未年始	現代仏壇・仏具 10% 外
	㈱三村松 (和の工芸館) (立町本通り店) (寺町本店) (楽々園本店) (八木本店)	中区堀川町2-16	243-5321	齊藤	盆・正月	仏壇20~35%・仏具10% 一部対象外の商品あり
		中区堀川町2-16	243-5321			
		中区本通り2-16	542-5321			
		中区広瀬北町8-3	295-5321			
		佐伯区楽々園2-2-7	923-5321			
安佐南区八木2丁目16-3	873-5321					
葬祭	㈱大田葬祭	南区宇品御幸3丁目7-42	251-0844	大田	無休	葬儀料：まごころ会員価格適用（一般価格より5万円~30万円割引）
	㈱玉屋	南区段原南1丁目20-11	261-4949	児玉	無休	御葬儀・弔花環 20% 外
	広島葬祭斎場白島会館 可部営業所（可部葬祭） 古市営業所（広島葬祭）	中区白島中町4-20	227-9988	橋井	無休	花環 20%・生花 10% 外
		安佐北区可部3-6-8	814-3535			
	安佐南区古市2-34-5	877-1000	宮崎	無休	葬儀料（祭壇） 15~20%	
中区白島九軒町7-19		223-0036				
東区中山南1丁目17-12	280-2000					
墓石加工・ 販売	大日堂㈱	東区温品5丁目10-48	0120-04-1234	金山	木	墓石・仏具 10%
	㈱田島石材（本社） (墓石展示場)	安佐北区三入南2-16-3	0120-594-047	田島	日・祝日	墓石 15% 外
		安佐北区可部3丁目2-26				
	寺岡石材工業㈱ (五日市店) (可部店) (飯室店)	佐伯区五日市町石内6487-1	929-2765	田辺	無休	国産墓石 25% 外
		安佐北区龜山9丁目1-4	814-6966	川口		
安佐北区安佐町飯室4439		835-3572	寺岡			
墓石センター㈱佐々木	中区寺町3-26	293-1188	大谷	日・祝日	墓石・記念碑 10% 外	
住宅設備	コープハウジング ひろしま㈱ (YUTOROGI)	西区草津東1丁目13-20	507-9145	宮地	日	システムキッチン 10%~60% 外
		太陽ビル1F				
	㈱道（タオ）建設	安芸郡海田町栄町5-34	0120-202-833	川野	水	
		西区南観音3丁目1-10	232-6483	藪花	日・祝日	システムキッチン 25%~40% 外
	西区古田台1丁目10-6	527-0123	道本			
㈱マエダハウジング (八丁堀店) (府中店) (安佐南店) (五日市店) (宇品店)	中区八丁堀10-14	0120-164-908		火・水	システムキッチン 15~50% 外	
	安芸郡府中町鶴江1-22-6					
	安佐南区西原4-25-25					
	佐伯区城山1-13-35					
南区宇品西4-3-24						
自転車・ バイク	㈱サイクルショップ カナガキ	西区横川町3丁目6-13	231-2631	金垣	盆・正月	自転車（1万円以上）500円引
	自動車 販売等	㈱アンフィニ広島 (大州店) (吉島店) (元宇品店) (東雲店) (瀬野川店) (庚午店) (安古市店)	南区大州1丁目3番44号	286-4107		火
中区羽衣町9-5			241-8161		火・ 第2水曜	
南区元宇品町41-21			250-3601			
南区仁保新町1丁目1-27			285-8595			
安芸区中野1丁目8-10			893-1716			
西区庚午北1丁目5-19			271-4291			
安佐南区中須2丁目1-10		877-1665				
㈱広島マツダ (可部店) (祇園店) (海田店) (大州本店) (庚午店) (五日市店) (宇品本店) (石内山田店)		安佐北区可部南4-30-13	814-3158	伊藤	火 第2火曜 火	MAZDA2・MAZDA3 MAZDA6・CX-3・CX-30 MX-30・CX-5・CX-60・CX-8 ロードスター外 1%以上
	安佐南区長束2丁目5-2	239-3416	福岡			
	安芸区矢野新町2-4-30	820-1212	猪野			
	南区大州4丁目10-11	286-2180	茶谷			
	西区庚午中3丁目1-5	271-6191	小鷹狩			
	佐伯区隅の浜2丁目12-16	921-3271	萩森			
南区宇品東5丁目3-67	251-7171	渡邊				
佐伯区五日市町石内6387番地9号	941-2500	今田				
旅行案内	㈱エイチ・アイ・エス	中区紙屋町1-2-22 トランヴェールビル3階	545-8787	幸野	第2木曜	当社主催パッケージツアー 20万円以上2,000円引外
	近畿日本ツーリスト㈱ 八丁堀支店	中区八丁堀16-11 スタートラム広島1階	221-6112	洲崎	年未年始	(国内) 当社主催日本の旅 2~3% (海外) 当社主催世界の旅 3%
	瀬戸内海クルーズ㈱	南区宇品海岸1-13-13	253-5501	井出	日・祝日	銀河（乗船料・食事） 5% 外
	㈱たびまちゲート広島	中区胡町3-19	543-2102		年未年始	主催旅行（パック旅行） 3%

区分	社名	住所	電話番号	担当	定休日	割引内容
旅行案内	東武トップツアーズ (株)広島支店	中区本通6-11 明治安田 生命広島本通ビル6階	545-1090		日・祝日	(国内) トップツアー 3% 外
	㈱フジ・トラベルサービス (トムズ広島営業所) (トムズ緑井営業所)	中区宝町2-1 フジグラン広島3F 安佐南区緑井1-5-2 フジグラン緑井2F	246-3436 831-8005		年中無休	当社企画(国内・海外) 3% 外 他社パッケージ(国内・海外) 3% 外 一部対象外の商品あり
	引越	㈱サカイ引越センター	西区福島町2丁目36-1	0120-06-0747	大坪	12/31~1/3
	㈱引越社関西	安佐南区相田2-4-22	0120-04-2626	佐々木	なし	引越作業料 50%外
	引越専門協同組合中四国 (本部センター) (広島西部センター) (広島北部センター)	安佐南区西原8丁目5-22 西区草津港2丁目5-4 安佐南区西原8丁目5-22	850-1954 277-1954 507-1954	中山 横田 安食	暦通り	(受付窓口) <フリーダイヤル 0120-19-1900> 引越運送 10% 外
住宅・ マンション	㈱穴吹工務店広島支店	中区中町6-13 広島Kビル2階	205-5384	谷岡	土・日・祝	売買代金から消費税抜いた額の 2%
	㈱一条工務店広島 (事務所) (吉島展示場) (牛田セゾンF展示場) (牛田i-smart展示場)	安佐南区古市2-18-3 中区吉島東1-15-2 東区牛田新町2-2-10-6 東区牛田新町2-2-10-20	836-4811 545-9811 511-7211 511-2101	川内	年末年始	注文住宅(フリープラン) 2%
	㈱AQ Group中国支店 (アキュラホーム ちゅーピー展示場)	佐伯区石内北1-14-30 西区商工センター8-12-12	941-5085 270-0131	梶原	水	木造注文住宅 3%
	J R 西日本プロパ ティーズ(株)(事務所) (モデルルーム)	南区松原町2-62 中区西十日市町8-8	569-9532 0120-159-373	渡部 大見	土・日・祝 火・水	分譲マンション 0.5%
	住友林業(株) (住宅事業本部広島支店) (牛田展示場) (吉島展示場) (商工センター展示場)	中区東白島町14-15 11階 東区牛田新町2-2-10-1 中区吉島東1-15-2 西区商工センター8-12-12	224-1500 224-3301 541-1222 501-2343	長澤 森川 山下	火・水	戸建注文住宅本体価格 3%外
	積水ハウス(株)広島支店 (ビエナ広島吉島展示場) (シャウッド広島 吉島展示場) (イズロイエ広島 アスタ展示場)	安佐南区西原5-16-6 中区吉島東1-15-2 中区吉島東1-15-2 東区牛田新町2丁目 2-10-12	871-8001 243-2127 544-2355 222-5500	国永	火・水・祝 火・水	戸建注文住宅 3% 外
	㈱大京 (事務所) (ライオンズ広島インフォ メーション サロン)	中区中町6番13号	205-5080 0120-117406	金森	土・日・祝 火・ 水第2木曜	分譲マンション 0.5%
	大和ハウス工業(株) (事務所) (プレミスト相生通りリバー サイドマンションギャラリー)	西区草津新町2-21-69-11 西区上天満町1-5	501-3470 0120-838-077	廣長 佐藤	土・日 火・水 (祝日除く)	一戸建住宅 3% 分譲マンション 1% 外
	㈱日興ホーム(本社) (ちゅーピー展示場) (アスタ住宅展示場)	東広島市西条町寺家3847-2 西区商工センター8-12-12 東区牛田新町2丁目2-10	421-0055 225-8951 270-2252		水・ 隔週火曜	新築戸建住宅 3%。リノバマン ション 引越し費用無料。売買 仲介物件 手数料2%+6万円
	野村不動産(株)西日本 支社 (事務所)	中区立町2-23 野村不動 産広島ビル 8階		掛川	土・日	新築分譲マンション 1%
	㈱マリモ (本社) (広島西事務所) (広島東事務所)	西区庚午北1丁目17-23 西区庚午北1丁目6-24 南区上東雲町8-20	272-5474 0120-612-610 0120-055-800	高橋	土・日・祝 水・木	分譲マンション (ボレスターマンション) 1%
	ミサワホーム中国(株)	西区横川町1丁目7-1	293-3111	細野	火・水	戸建住宅・分譲住宅 3%外
	三井不動産レジデ ンシャル(株) (事務所) (モデルルーム)	中区中町9-12 中区鉄砲町7-18 東芝富国生命ビル1階	245-3210 0120-50-1731	中沢	土・日・祝 火・水	新築分譲マンション・新築戸建住 宅 0.5% 外
警備	ALSOK(広島総合 警備保障株式会社)	中区本川町2-1-1 綜警広島ビル	297-8883	歳秀	土・日	ホームセキュリティ機器・ 防災・防火商品 10%

★定休日、割引内容については電話でご確認いただきますようお願いいたします。

★割引を受ける際は、特約店店頭での、「身分証明書」等の提示が必要となりますので、  
利用前に特約店にご確認ください。

※互助会会員とその家族が利用することができます。

利用できる範囲は、原則、会員本人、配偶者、1親等の親族及び同居している  
2親等の親族ですが、マンション販売については、特約店により利用できる範  
囲が異なりますので、直接、当該特約店にお問い合わせください。

特約店で  
買い物して  
よかったわ♪



# 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・2367・2374・2375  
☎504-2062

毎月25日はメンタルヘルス推進日です。庁内LAN掲示板等を通じてメンタルヘルス向上のワンポイントアドバイスや各種相談窓口等（次頁に掲載）の情報発信を行っています。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。

コラム

## 😊 ストレスに強くなる生活習慣 ～適度な運動のすすめ～ 😊

運動には、ネガティブな気分を発散させたり、こころと体をリラックスさせ、睡眠リズムを整える作用があります。「ああ、スッキリした！」と思えるくらいの運動を目標に、1日にたくさんやるより、継続することが大切です。

また、近年、座りっぱなしの時間が長すぎることで様々な健康問題をもたらすことも指摘されています。自分のライフスタイルに合わせて、無理なく継続できる運動習慣をおすすめします。

### メンタルヘルスのための運動のポイント ～日常生活に運動の習慣を取り入れましょう～

#### 【日常生活の中で、こまめに体を動かす動作を取り入れる】

～座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように、少しでも体を動かそう！～

- ☑買い物に行くなら徒歩で
- ☑何かのついでに筋力トレーニング
- ☑できるだけ階段を使う
- ☑電車・バスの中では立つ

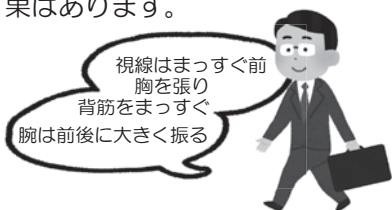


- ☑ひと駅手前で降りてあとは歩く
- ☑積極的に家事労働
- ☑通勤などに自転車を使う
- ☑歩くときは早足



#### 【まずは、ウォーキング】

いつでも、どこでも、一人でもできる身近な運動がウォーキング。1日60分以上（1日約8,000歩以上）が推奨されていますが、短い時間の積み重ねや、週1回でも効果はあります。



通勤中の10分、昼休みの10分など毎日プラス10分から始めてみましょう。

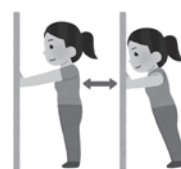
#### 【筋力トレーニングで筋力UP】

筋肉は、年齢に関係なく鍛えることができます。腕立て伏せやスクワットなど、週2～3回実施することが推奨されていますが、無理はせず、また、血圧の急激な上昇を抑えるために、息をこらえないように注意しましょう。

例

【壁腕立て伏せ】

【椅子スクワット】



- ・壁から腕の長さ分離して立つ
- ・足は肩幅より少し広く開く
- ・踵が浮かないようにゆっくり肘を曲げて胸を壁に近づける

- ・足は肩幅より少し開いて立つ
- ・椅子にお尻が付く寸前まで5秒かけて腰を落とす
- ・5秒かけてゆっくり立ち上がる

# ジェネリック医薬品がある先発医薬品の自己負担の仕組みが変わります！

職員共済組合

☎内81-2372  
☎504-2062

令和6年度の診療報酬改定に基づき、令和6年10月からジェネリック医薬品があるお薬で、先発医薬品の処方希望される場合は、価格差の4分の1相当を、特別の料金として、医療保険の自己負担と合わせて支払うことになります。医療上の必要があると認められる場合は、自己負担に変更はありません。

例えば

先発医薬品の価格が1錠100円、後発医薬品の価格が60円の場合、差額40円の4分の1である10円を、通常の1～3割の自己負担とは別に特別の料金として支払うことになります。

この機会にジェネリック医薬品の積極的な利用にご協力ください。

対象医薬品の情報など詳しくは厚生労働省ホームページをご参照ください。⇒



## 〈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 市 についての相談

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2397)

#### 【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

#### 【男性相談員(人事課長)】

504-2048(直通)又は内線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、同僚などなたからの相談でも結構です。必要に応じ、カウンセラーによる面談を実施します。

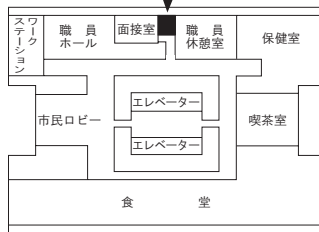
#### 【相談受付】

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

#### 【電子メールアドレス(相談受付)】

kenkosodan@city.hiroshima.lg.jp

●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。

相談者が希望すれば、カウンセラーが本市に相談内容を情報提供し、本市のハラスメント対応(調査等)につなぐことができます。

#### 【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)

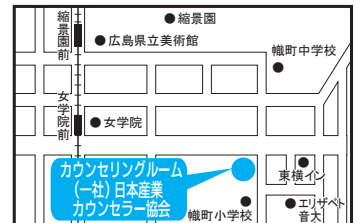
#### 【相談方法】

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】

中区幟町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 市 支援相談窓口

☎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)

# 互助会 招待事業 今後の募集予定

## プロバスケットボール

募集時期	開催日	ティップオフ	対戦カード	募集人数	負担金
厚生だより 11月号	1月10日(金)	未定	長崎ヴェルカ	各61人	指定席 (1階席ベンチ 向かいサイド) 1枚につき1,500円
	1月11日(土)	未定			
厚生だより 1月号	3月5日(水)	未定	琉球ゴールデンキングス		
	3月22日(土)	未定	仙台89ERS		
	3月23日(日)	未定			

## 演劇等鑑賞会

募集時期	日時・場所	内容	募集人員	負担金
厚生だより 11月号	令和7年1月25日(土) 15:00開演 国際会議場 フェニックスホール	音楽の花束～広響名曲コンサート《冬》～ 【指揮】 ジョン・アクセルロッド 【ソリスト】 チェロ:佐藤 晴真、ヴァイオリン:小林 美樹 【演奏】 広島交響楽団 【曲目】 ブルック/「コル・ニドライ」、 ブラームス/「交響曲第ヴァイオリンとチェロのための二重協奏曲」、 ブラームス/「交響曲第4番」	30人	S席 2,200円 A席 1,700円
厚生だより 12月号	令和7年2月上旬予定 ①14:00開演 ②18:00開演 JMSアステールプラザ 中ホール	狂言鑑賞会 万作の会による狂言の上演	各35人	S席 2,000円 A席 1,600円

## 広響定期演奏会

募集時期	日時・場所	内容	募集人員	負担金
厚生だより 11月号	令和7年1月31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447回広島交響楽団定期演奏会プレミアム定期 【指揮】 レナード・スラットキン 【ピアノ】 小菅 優 【曲目】 スラットキン:シューベルト/ティアーデーオーケストラ・ファンタジー (広島委嘱・世界初演) シューベルト:ピアノと管弦楽のための「さすらい人幻想曲」(リスト編曲) マーラー:交響曲第1番ニ長調「巨人」	48人	S席 2,900円 A席 2,600円 B席 2,300円
厚生だより 12月号	令和7年2月15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448回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】 クリティアン・アルミンク 【コントラバス】 エディクソン・ルイス 【曲目】 バーンスタイン:「オン・ザ・タウン」より3つのダンス・エピソード トゥビン(生誕120周年):コントラバス協奏曲 ドヴォルザーク:交響曲第9番ホ短調作品95B.178「新世界より」	38人	第447回 S席 3,500円
厚生だより 1月号	令和7年3月8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449回広島交響楽団定期演奏会 【指揮・ピアノ】 ウェイン・マーシャル 【曲目】 ガーシュウィン:「ストライク・アップ・ザ・バンド」序曲 ラブソディ・イン・ブルー キューバ序曲 セカンド・ラブソディ(オリジナル版) 交響的絵画「ポーギーとベス」(ベネット編曲)	38人	A席 3,000円 B席 2,500円



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7 ⑤プロサッカー観戦抽選 申込締切 ⑥10月分普通・特別貸付 申込締切	8	9	10 ④各種給付金締切 ④9月分各種給付金支払 ④貸付金繰上償還申込締 切	11	12
13	14	15 ⑥財形貯蓄10月分払戻請 求締切	16	17	18	19
20	21 ④11月分住宅貸付申込締 切 ④10月分育児・介護休業 手当金請求締切	22	23 ④貸付金繰上償還振込期 限	24	25 ④11月分産前産後休業掛 金免除申込締切 ④9月分育児・介護休業 手当金支払日	26
27	28	29	30	31 ⑥財形支払 ④10月分普通・特別、9 月分住宅貸付日		

⑤ 互助会 ⑥ 職員共済組合 ⑦ 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		「厚生だより」の配付部数の変更	
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 支払 20日 翌月20日	普通貸付 特別貸付	締切 貸付 5日 末日	配付部数に変更の必要が生じた場合、下記により 文書メール又はeメールでご連絡ください。 (注) 電話連絡はできるだけ避けてください。	
火災共済(加入)	加入申込 随時 (加入日は翌月1日)	住宅貸付	締切 貸付 20日 翌月末日	(文書メール) 「①所属」「②担当者名」「③連絡先電話番号」 「④変更前部数」「⑤変更後部数」「⑥不足分の 送付希望月」を記載した用紙を下記の連絡先 に送付してください。	
		貸付金 繰上償還 (一部返済・全額返済)	受付 振込 10日まで 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	(eメール) 前記①～⑥の内容を、 fukuri@city.hiroshima.lg.jp 宛てに 送信してください。	
		育児・介護 休業手当金	締切 支払 20日 翌月25日	(連絡先)「職員互助会・厚生だより」担当 082-504-2060(内線81-2357)	
		ダイヤルイン 504-2062(保健医療係)			
		各種給付金 (本庁内線2371～2373)	締切 支払 10日 翌月10日		
福利課					
ダイヤルイン 504-2060又は本庁内線2357					
財形払戻 (解約・一部払出)	締切 支払 15日 末日				
財形積立 (中断・再開)	締切 翌月給与より 15日				

※ 「市立病院機構」職員の財形貯蓄に関する手続は、  
[市立病院機構本部事務局経営管理課](mailto:fukuri@city.hiroshima.lg.jp) [ダイヤルイン 569-7816](tel:082-504-7816) まで!!