

厚生だより

2025

1

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7年(2025年)1月1日号



お知らせします

- (P2) 広島市職員総合文化祭終了
- (P3) 職員共済組合 新役員・議員が決まりました
- (P3) 火災共済(継続)の募集 全国都市職員災害共済会 ~既契約の方へ~
- (P4) 所得税の住宅借入金等特別控除が受けられます
- (P4) 介護休暇・育児休業、掛金免除について
- (P9~12) 職員互助会特約店一覧
- (P13~14) 離婚時の年金分割制度
- (P14) 整骨院・接骨院にかかるときは、こんなことに注意しましょう
- (P15) ジェネリック医薬品をご利用ください
- (P15) 特約店のお知らせ
- (P16) 産前・産後休業中の掛金等の免除について
- (P17) マイナ保険証を利用されている方は電子証明書の有効期限切れにご注意ください!
- (P18) 使い残しはないですか?産業マッサージ利用助成

ベネフィット・ステーションからのお知らせ

- (P1) 互助会主催 介護セミナー「親の介護と自分の老後」を開催します!

募集します

- (P6) 職員互助会グループ保険・総合医療保険・3大疾病保障保険 募集のお知らせ
- (P7~8) 互助会招待事業 参加希望者募集!! (バスケットボール・広響)

健康・相談

- (P5) 互助会生命保険加入者 退職時の流れ
- (P18) 「医療費と給付金支給額のお知らせ」の送付について
- (P19) 職員定期健康診断個人票の提出をお願いします
- (P19) 定期健康診断の再検査を受けましょう
- (P21) ニコニコ(2525) 過ぎそう! 毎月25日はメンタルヘルス推進日^^
- (P22) 笑顔でヘルシーダイヤル(電話健康相談)等

互助会主催

介護セミナー「親の介護と自分の老後」を開催
します！

「W（ダブル）で考える親の介護と自分の老後」をテーマとした介護セミナーを開催します。親の介護とあわせて必ずやってくる自分の老後について考えます。老後の計画を立てるのに早すぎるということはありません。ふるってご応募ください。

日時 令和7年2月1日（土）13：00～14：30**会場** 鷹野橋職員会館 3階 第1サークル室（中区大手町五丁目6-3）**主催** 広島市職員互助会**定員** 30名（応募が定員を超える場合は抽選）**内容** ～最期は誰もが「おひとりさま」～
Wで考える親の介護と自分の老後、高齢期のリスクと対策

- 1 高齢期のリスクと介護の基礎知識
 - ・ 高齢期ならではのリスク
 - ・ 社会変化のリスク
 - ・ 介護と介護保険の基礎知識
- 2 押さえておきたいポイント！＜在宅／施設＞
 - ・ 在宅介護のキーポイント
 - ・ 簡単には選べない「施設の種類と特徴」
 - ・ 「在宅」「施設」の「メリット・デメリット」

【講師】

エイジング・デザイン研究所
山中 由美（やまなか・ゆみ）氏

介護保険施行前より、経営コンサルティング会社において介護や高齢者住宅の業務に従事し、国内外の高齢者施設約800か所を訪問、調査。シニア世代やその家族に向けて「高齢者の住まい選び」「介護をふまえた資金計画」などをテーマに講演や執筆活動を行っている。

〔資格〕 1級ファイナンシャル・プランニング技能士
福祉住環境コーディネーター など

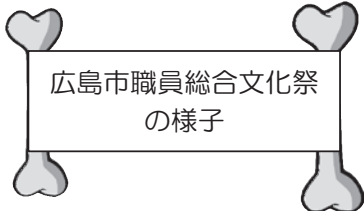


申込方法等

- 申込期間：令和7年1月6日～16日
- 申込方法：会員専用サイトにログインし、専用バナーから申し込んでください。
- 参加資格：広島市職員互助会又は広島市水道局職員互助会の**会員本人に限ります**。
グループでの申し込みはできません。
- 案内通知：申込時に登録していただくメールアドレスに1月24日までに送付します。
（抽選となった場合は当選者のみ通知しますので、あらかじめご了承ください。）
- キャンセルは原則不可とさせていただきます。やむを得ずキャンセルされる場合は、必ず事前に互助会（外線082-504-2063、内線81-2354）までご連絡をお願いします。
- **今後の福利厚生事業の参考とするため、セミナー終了後、アンケートへの回答をお願いいたします。**

広島市職員 総合文化祭終了

■入場者数189名
(合同発表会を含む)



11月9日から15日まで開催しました総合文化祭は、鷹野橋職員会館で作品展示、囲碁大会を、また、広島市男女共同参画推進センターで弦楽器部ほか1サークルの合同発表会を行い、好評のうちに終了しました。

多数のご参加、ご協力ありがとうございました。【互助会】

■囲碁大会開催結果【11/9(土)】

Aリーグ：
1位 円奈 進 (OB)
2位 井上 雅夫 (OB)
3位 小河 博 (中・生活課)

Bリーグ：
1位 小澤 達也 (水道・財務課)
2位 田邊 学 (水道・佐伯営業所)
3位 杉原 - (OB)

■作品展【11/10(日)~15(金)】(展示作品の一部)



■サークル合同発表会【11/13(水)】

<弦楽器部>



<合唱部>



職員共済組合 新役員・議員が決まりました

職員共済組合

☎81-2361・2362
☎504-2061

職員共済組合の組合会議員の任期が昨年11月30日に満了したことに伴い、新しい役員及び議員が次のとおり決まりました。

任 命	互 選
理 事 長 阪谷 幸春 (企画総務局長)	理 事 山田八州太郎 (水道局営業部業務管理課主幹)
理事長職務代理者 児玉 晃典 (企画総務局人事部長)	” 柴野 敏雄 (環境局業務部業務第二課清掃指導員)
理 事 宝神 明 (企画総務局人事部福利課長)	” 木下 克己 (中区市民部市民課主査)
” 田尾 雅之 (教育委員会総務部総務課長)	” 濱 喜代子 (広島市民病院看護部主任看護師)
議 員 加藤 貴之 (消防局職員課長)	議 員 中谷めぐみ (こども未来局舟入保育園調理員)
” 片桐 清志 (市民局市民活動推進課長)	” 川成 英三 (財政局中央市税事務所主事)
” 林 正人 (都市整備局都市整備調整課長)	” 田代 悟郎 (下水道局施設部計画調整課主査)
” 砂原 晴紀 (中区市民部区政調整課長)	” 吉野 公明 (消防局職員課課長補佐)
” 岩本 充弘 (水道局人事課長)	” 河田 健 (教育委員会翠町中学校技術員)
” 久山 昌規 (地方独立行政法人広島市立病院 機構本部事務局経営管理課長)	” 伊津 佳恵 (社会福祉事業団こども療育センター 発達支援部二葉園副園長)

火災共済(継続)の募集 全国都市職員災害共済会

～既契約の方へ～

互助会

☎81-2356・2358
☎504-2063

申込締切 令和7年2月3日(月)

申込方法

1月20日頃に火災共済契約満了通知書兼契約(継続)申込書等を配付しますので、契約(継続)申込書に必要事項を記入のうえ、各所属の庶務担当を通じて互助会に提出してください。
[注] 令和7年3月末で脱退される方及び退職される方は、必ず互助会までご連絡ください。

契約期間

令和7年4月1日から1年間となります。

掛 金

令和7年3月期末手当から控除します。なお、期末手当から控除できない場合は別途納付書をお送りします。

加入一口あたり補償額50万円を単位とし、木造300円、耐火造200円の安い掛け金でご加入いただけます。特約加入により風水雪害も補償。(掛金は木造、耐火造とも全加入口に150円上乗せとなります。)

新規加入について

新規受付は毎月末日締めです。手続、掛金納付(初年度は3月期末手当から控除できません。)は互助会窓口でのみ行っておりますので、事前に互助会までお問い合わせください。

火災共済のしおり

互助会Webサイト (<https://hgojokai.or.jp>) 内に掲載されておりますので、ご覧ください。
携帯からの閲覧にはQRコードを読み込むと便利です。



住宅を新築・購入又は増改築し令和6年中に入居された方へ 所得税の住宅借入金等特別控除が受けられます

職員共済組合

☎内81-2361
☎504-2061

住宅を新築・購入又は増改築し令和6年中に入居された方が、所得税の住宅借入金等特別控除を受けるには、税務署での確定申告が必要です。職員共済組合の貸付を受けられた方は確定申告に必要な年末残高等証明書を1月下旬から発行しますので「交付願」を提出してください。交付願の用紙は庁内WEB（福利課ホームページ）から出力できます。

なお、庁内WEBが使用できない環境におられる方につきましては、職員共済組合までご連絡ください。住宅借入金等特別控除を受けるための要件等は、最寄りの税務署・国税庁のホームページをご確認下さい。

介護休暇・育児休業、掛金免除 について

互助会

☎内81-2352
☎504-2060

高齢層職員や子育て世代の職員が少しでも安心して介護や育児に専念できるよう、令和5年4月から介護休暇や育児休業を取得した場合、職員互助会会員からの申出により互助会掛金を免除しています。

免除要件

介護休暇 ・月の初日から末日まで介護休暇を取得し、その期間に勤務した日なかった場合
(例) 令和6年8月20日～令和6年11月14日 介護休暇を取得した場合

8月	9月	10月	11月	*掛金免除月 9月～10月
----	----	-----	-----	---------------

育児休業 ・育児休業期間における各月の末日が育児休業期間中である場合
・同一月内で育児休業を取得（開始・終了）し、その日数が14日以上の場合
※連続する2以上の育児休業をしている場合には、その全部を1の育児休業とみなします。
ただし、1の育児休業が終了する日とその次の育児休業を開始した日との間に勤務した日がないときとします。

(例) 令和6年8月20日～令和6年11月14日 育児休業を取得した場合

8月	9月	10月	11月	*掛金免除月 8月～10月
----	----	-----	-----	---------------

申出等

互助会掛金免除申出書と同申出書備考欄に記載の必要書類を添付し、所属を通じて提出してください。互助会掛金免除申出書は、次からダウンロードできます。

- ・互助会ホームページ (<https://hgojokai.or.jp>) ⇒福利厚生制度の紹介⇒職員互助会ハンドブック⇒申請書類
- ・庁内LANの庁内WEB⇒人事部福利課⇒3申請様式、ガイド等⇒互助会

- ※1 免除期間中の互助会掛金を給与担当課へ支払った場合は、領収書（写し）を提出してください。
- ※2 申出書の提出後、免除期間中の場合でも、給与支給明細書には「互助会掛金引去不能」と表記されます。

また、免除期間中、手当等の支給により給与から互助会掛金が控除となった場合は、給与支給明細書を提出してください。

互助会生命保険加入者 退職時の流れ

互助会

☎内81-2353・2358
☎504-2063

グループ保険・全国市長会保険加入者

積立年金保険
加入者

1 月初旬

互助会から手続案内、提出書類等を送付。

1月下旬~2月上旬

個別相談会実施 ※

2月14日(金)

保険継続加入(脱退) 申込書等提出締切

給付金請求書
提出締切

3月中旬~下旬

保険満了時までの継続保険料納付期限

★手続完了★

4月25日(金)

退職時一時積増
保険料納付期限

★手続完了★

※積立年金保険『個別相談会実施』について

積立年金保険加入者で今年度退職される方を対象に、個別相談会を実施します。

幹事会社である明治安田生命の制度担当者が直接、積立年金保険の年金受取額や期間等について個別に詳細な説明を行います。

予約制となっておりますので、事前に互助会までご連絡ください。

日付：令和7年1月22日(水)～2月5日(水)【土・日を除く】

場所：鷹野橋職員会館3階第1サークル室

◆早期定年退職者及び払込完了者(65歳)の方には、11月下旬に「積立年金保険制度 手続き予約票」を事前に配付しております。届いていない方は互助会まで至急ご連絡ください。

●3月末退職を予定されており、会計年度任用職員等の方及び早期退職者の方で保険に加入されている方は、互助会までご連絡ください。退職に伴う手続書類等を送付します。(積立年金保険については、年金受取の試算表の作成が可能です。作成には時間がかかりますので、必要な方は必ず事前にご連絡ください。)

職員互助会会員のみなさまへ
職員互助会グループ保険 団体定期保険
総合医療保険 総合医療保険(団体型)
3大疾病保障保険 3大疾病保障保険(団体型)

募集のお知らせ

①職員互助会グループ保険・総合医療保険・3大疾病保障保険とは？

～あなた自身と大切なご家族のために備えてほしい保障があります～

**お手頃な保険料^(※)で準備ができる
 福利厚生制度があることをご存じですか？**

(※) 団体保険としての割引が適用された保険料です。

職員互助会には、**3つの**保険制度があります！

申込みの際は
必須加入

<職員互助会グループ保険>

死亡された場合、
または所定の高度障がい
状態になられた場合に備える
保険です。



オプション
加入

<総合医療保険>

(注) 職員互助会グループ保険に加入されている方のみ
お申込みができます。

ケガや病気等による
1泊2日以上の継続入院、
手術等に備える保険です。



オプション
加入

<3大疾病保障保険>

(注) 職員互助会グループ保険に加入されている方のみ
お申込みができます。

所定のがん(悪性新生物)・急性心筋梗塞・
脳卒中等になられた場合の治療費・収入の
減少等に備える保険です。



ご案内ムービー 動画でわかりやすく解説します。
(通信料がかかります)

職員互助会
グループ保険

総合医療保険

3大疾病保障
保険



各商品の保障内容の詳細は、パンフレット等の該当箇所をご確認ください。

保険期間は1年間で毎年保障額の見直しが可能です！

ただし、健康状態によっては保障額を増額できない場合があります。

★職員互助会グループ保険・総合医療保険には**配当金**の取扱いがあります *1



お支払いの実績 *2

保険金
給付金

保険期間(1年間)
令和5年8月1日～令和6年7月31日

職員互助会
グループ保険 6件
約1,706万円

総合医療保険 70件
約 505万円

1年間に集まった保険料



配当還元率 *3

【年間払込保険料に対する配当金の割合】

保険期間(1年間)
令和5年8月1日～令和6年7月31日

職員互助会
グループ保険 約28.6%

総合医療保険 約19.6%

- *1 商品別に1年ごとに収支計算を行い、剰余金が生じた場合は、配当金をお受取りになれます。ただし、脱退され、保険期間の途中で保障終了となられた方は配当金をお受取りになれません。なお、3大疾病保障保険は配当金の取扱いはありません。
- *2 記載の保険期間の制度に基づくものであり、現在の制度と異なる場合があります。
- *3 記載の保険期間の配当実績に基づくものであり、将来のお受取りをお約束するものではありません。



職員互助会グループ保険・総合医療保険・3大疾病保障保険の新規募集は、毎年5月～6月に行っています。

【専用メールアドレス】 nissay-hiroshimaRM@nissay.co.jp

※事務幹事会社(日本生命保険相互会社)の互助会制度専用メールアドレスです。

当資料に記載のお支払事由や給付に際しての制限事項は、概要や代表事例を示しておりますので、あくまで参考情報としてご活用ください。ご加入のご検討に際しましては、パンフレット・「契約概要」・「注意喚起情報」等に必ず詳細をご確認ください。

一般財団法人 広島市職員互助会

日本一団-2024-454-11452-T(R6.9.30)
 日本一医-2024-454-11453-T(R6.9.30)
 日本一団-2024-454-11454-T(R6.9.30)



広島交響楽団定期演奏会

募集内容

第449回広島交響楽団定期演奏会

【日時】3月8日(土) 15:00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】38人

【負担金】S席 2,900円 A席 2,600円 B席 2,300円

※当選者には1月27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・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)

オルガン・ピアノ、そして指揮者として才能を開花させたウェイン・マーシャルがベルリンフィルの野外コンサートを指揮したのが2021年のこと。そして今回、日本デビューを広島で飾ります。シーズンを締めくくる大トリとしてノリノリの演奏で楽しませてくれそうです。



指揮・ピアノ：ウェイン・マーシャル

申込期限

1月19日(日) 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。
※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：1月1日(水)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。

職員互助会特約店一覧

互助会

☎内81-2356
☎504-2063

市内所在の商店等を特約店に指定していますので、店舗で互助会員であることを告げて利用してください。
※定休日、割引内容については、当該特約店に電話でご確認いただきますようお願いいたします。

内容	利用方法	備考
互助会が、広島市内所在の商店等を特約店に指定しています。 互助会会員とその家族が、通常よりも割り引いた料金で利用することができます。	特約店店頭等で「 広島市職員身分証明書、健康保険証又は互助会会員証等 」を提示してください。各特約店により、割引内容が異なります。割引内容については、利用前に特約店にご確認ください。 ※ 特に、マンション販売については、特約店により利用範囲が異なります。直接、該当の特約店にお問い合わせください。	<利用できる範囲> 会員本人 配偶者 1 親等内の親族 2 親等以内の同居の親族

広島市職員互助会特約店一覧 (各区分ごとの50音順)

(令和6年12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(株)	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)	安佐南区緑井6-23-1	877-6177		無休	「はるやま」・「P.S.FA」10% 「フォーエル」5%	
		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					
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	(株)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	
	(株)ゆかり屋 (プロポーズ店)	南区皆実町4丁目12-23 八百金ビル 2F	258-6161	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	(株)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				
	(株)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(広島本店) (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					
カバン等	(株)但馬屋	中区堀川町6-16(金座街)	247-0030	栗栖	1/1・1/2	カバン等 5% (現金払のみ)	
電気 (機器)	(株)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	
		中区千田町3丁目1-5	241-0248	岡崎	日・祝	家庭電化製品 3~10%	
		安佐南区高取北4-34-22	872-8255	広畑	水	家庭電化製品 10~20%	
家具等	小田億(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%	
		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%
	(株)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	

区分	社名	住所	電話番号	担当	定休日	割引内容
寝具	東洋羽毛中四国販売㈱	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 西区観音新町4丁目14-35	243-3456 233-0072		12/31~1/2 不定休 (施設休業日)	ゴルフ用品一式5% 一部対象外の商品有り
ミシン	大島ミシン㈱	中区堀川町3-18	0120-37-4340	大島	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	三好	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	榊	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㈱(本社)	東区矢賀5丁目1-2	286-0181	朴	無休	弁当5% 本社のみでの受付
	丸大食品㈱	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㈱	東区若草町20-17	263-0391	橘高	日・祝日	お茶類・茶道具類 20%
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) (大進ベビーレンタル) (大進ブライダルサロン)	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2-30-6	832-3111	日・祝日・盆 年末年始	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		年末年始	現代仏壇・仏具 10% 外
	㈱三村松 (本社) (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	斉藤	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				
㈱仏光社 (本社) (ロゼアホール)	中区白島九軒町7-19 東区中山南1丁目17-12	223-0036 280-2000	宮崎	無休	葬儀料 (祭壇) 15~20%	

区分	社名	住所	電話番号	担当	定休日	割引内容
墓石加工・販売	大日堂(株)	東区温品5丁目10-48	0120-04-1234	金山	木	墓石・仏具 10%
	(株)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				
	(株)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
		安佐北区亀山9丁目1-4	814-6966	川口		
安佐北区安佐町飯室4439		835-3572	斉藤	日・祝日		
(株)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	(株)コープハウジングひろしま(YUTOROGI)	西区草津東1丁目13-20 太陽ビル1F	507-9145	宮地	日	システムキッチン 10%~60% 外
		安芸郡海田町栄町5-34	0120-202-833	川野	水	
	(有)道(タオ)建設	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		
	(株)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	小西	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	(有)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	(株)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	MAZDA2・CX-3・MAZDA3 CX-30・MX-30・CX-5・CX-8 CX-60・MAZDA6・ロードスター 外 1%以上
		中区羽衣町9-5	241-8161			
		南区元宇品町41-21	250-3601			
		南区仁保新町1丁目1-27	285-8595		火・第2水曜	
		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				
	(株)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	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	第2火曜	
		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	火	
		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	(株)エイチ・アイ・エス	中区紙屋町1-2-22 トラヴェールビル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(株)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	年末年始	(国内)当社主催日本の旅 2~3% (海外)当社主催世界の旅 3%
	(株)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
	(株)たびまちゲート広島	中区胡町3-19	543-2102		年末年始	主催旅行(パック旅行)3%
	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	050-9002-5442		日・祝日	(国内)トップツアー 3% 外
	(株)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	246-3436		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
安佐南区緑井1-5-2 フジグラン緑井2F		831-8005				
引越	(株)サカイ引越センター	西区福島町2丁目36-1	0120-06-0747	友広	12/31~1/3	引越 15%、お見積り無料
	(株)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

区分	社名	住所	電話番号	担当	定休日	割引内容
引越	引越専門協同組合中四国 (本部センター)	安佐南区西原8丁目5-22	850-1954	中山	暦通り	(受付窓口) <フリーダイヤル 0120-19-1900> 引越運送 10% 外
	(広島西部センター)	西区草津港2丁目5-4	277-1954	横田		
	(広島北部センター)	安佐南区西原8丁目5-22	507-1954	安食		
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	836-4811	川内	年末年始	注文住宅(フリープラン) 2%
		中区吉島東1-15-2	545-9811			
		東区牛田新町2-2-10-6	511-7211			
		東区牛田新町2-2-10-20	511-2101			
	㈱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	941-5085	梶原	水	木造注文住宅 3%
		西区商工センター8-12-12	270-0131			
	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	569-9532	渡部	土・日・祝	分譲マンション 0.5%
		中区西十日市町8-8	0120-159-373	大見	火・水	
	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	224-1500	長澤	火・水	戸建注文住宅本体価格 3%外
		東区牛田新町2-2-10-1	224-3301	森川		
		中区吉島東1-15-2	541-1222	山下		
		西区商工センター8-12-12	501-2343			
	積水ハウス(株)広島支店 (ビエナ広島吉島展示場) (シャーウッド 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	871-8001	国永	火・水・祝	戸建て注文住宅 3% 外
		中区吉島東1-15-2	243-2127		火・水	
		中区吉島東1-15-2	544-2355			
		東区牛田新町2丁目2-10-12	222-5500			
	㈱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	金森	土・日・祝	分譲マンション 0.5%
			0120-117406		火・水・ 第2木曜	
	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	501-3470	廣長	土・日	一戸建住宅 1% 分譲マンション 1% 外
西区上天満町1-5		0120-838-077	佐藤	火・水 (祝日除く)		
㈱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	421-0055		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	
	西区商工センター8-12-12	225-8951				
	東区牛田新町2丁目2-10	270-2252				
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%	
㈱長谷工コーポレー ション (事務所)	中区大手町3-1-9 広島 鯉城ビル通りビル2階		安原	土・日・祝	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) ミサワホーム中国(株)	西区庚午北1丁目17-23	272-5474	高橋	水・木	分譲マンション (ポレスターマンション) 1%	
	西区庚午北1丁目6-24	0120-612-610				
	南区上東雲町8-20	0120-055-800				
	西区横川町1丁目7-1	293-3111				細野
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	245-3210	中沢	土・日・祝	新築分譲マンション・新築戸建住 宅 0.5% 外	
	中区鉄砲町7-18 東芝富国生命ビル1階	0120-50-1731		火・水		
三井ホーム(株)中国支社 (広島テレビ住宅展示場) (段原モデルハウス)	中区中町9-12 中町三井ビル7F	241-2430	東城	水	注文住宅・リフォーム工事 3%	
	中区吉島東1-15-2	249-9101		火・水		
	南区段原山崎1-1	567-5641		火・水		
木住販売(株) (本社)	広島市中区広瀬北町8-6	293-6060	岡井	水・第1、第 3木・GW・ 盆、年末年始	分譲住宅2%・注文住宅3%・ リフォーム工事5%・仲介手数料 30%	
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。

離婚時の年金分割制度

職員共済組合

☎内81-2363

☎504-2061

厚生年金制度に加入されている方、または加入されていた方が離婚等をした場合に、年金に係る標準報酬等（保険料の算定の基礎となった標準報酬月額（給料月額）および標準賞与額をいいます。）を当事者間で分割することができる制度（離婚時における年金分割制度）が設けられています。

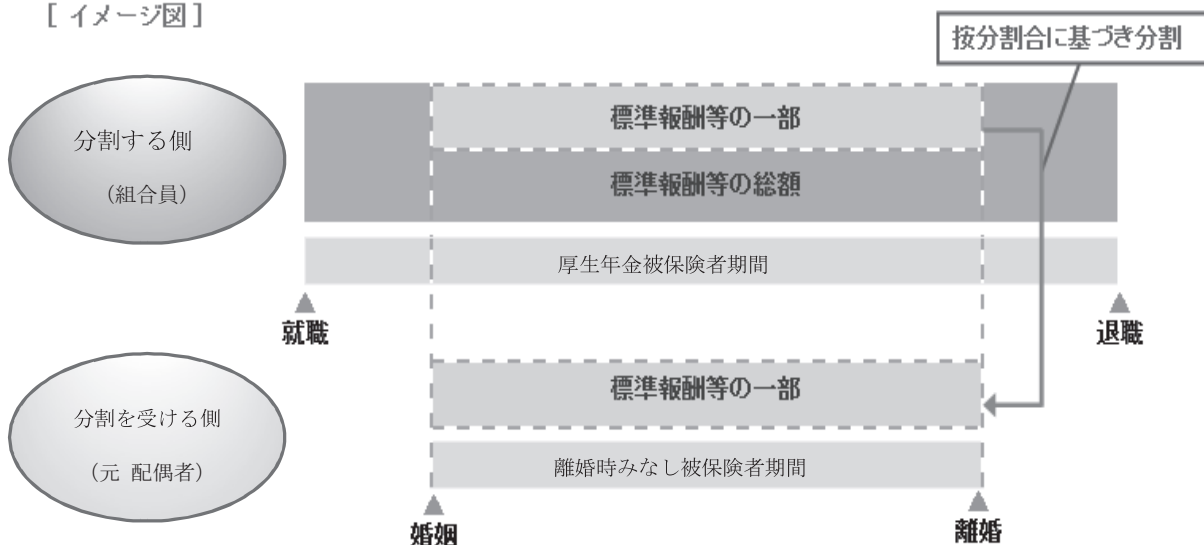
※平成27年10月1日に施行された被用者年金一元化により、国家公務員共済組合、地方公務員共済組合及び私立学校教職員共済の各共済年金制度は厚生年金制度に統一されたため、離婚時の年金分割は、当事者が婚姻期間中に加入したすべての厚生年金の標準報酬等を合算して行うこととなります。（一か所の機関に年金分割請求を行うと、すべての厚生年金の標準報酬等を合算して年金分割が行われます。）

<合意分割制度>

離婚等をした当事者間の合意または裁判手続により按分割合を定めた場合に、当事者の二人またはその一人からの請求によって、婚姻期間中の標準報酬等を当事者間で分割することができる制度です。

- 平成19年4月以後に、離婚した場合、婚姻が取消された場合または事実上婚姻関係が解消したと認められる場合に限り請求することができます。
- 標準報酬総額の分割は、当事者それぞれの婚姻期間中の標準報酬総額を現在価値に換算し、その額の多い方から少ない方に対して標準報酬総額の一部を分割するものです。
- 分割が認められるのは、平成19年4月1日以後に成立した離婚等ですが、平成19年4月1日より前の婚姻期間に係る標準報酬月額および標準賞与額も分割の対象となります。
- 分割の請求は、原則、離婚等をしたときから2年を経過するまでの間に請求しなければなりません。

[イメージ図]

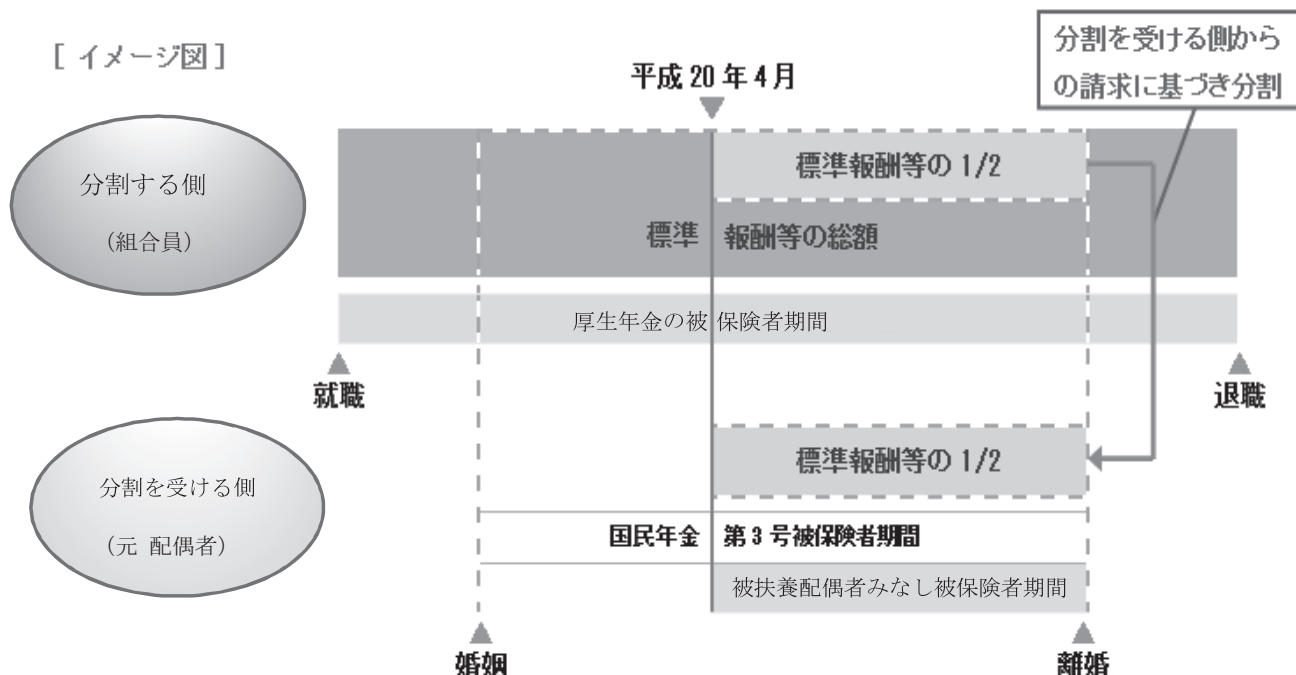


<3号分割制度>

3号分割制度は、平成20年5月1日以後に成立した離婚等を対象として、被扶養配偶者（平成20年4月以後において国民年金第3号被保険者であった方に限られます。）からの請求によって、平成20年4月以後の特定期間（相手方の年金加入中において被扶養配偶者が国民年金第3号被保険者であった期間をいいます。）中の標準報酬等をそれぞれ2分の1ずつ、当事者間で分割することができる制度です。

- 平成20年4月以後の特定期間に該当しない婚姻期間（国民年金第3号被保険者期間でなかった期間）は、別途合意分割の対象期間に該当します。
- 特定期間の最終月は分割対象とされません。
- 平成20年3月以前の特定期間は3号分割の対象とはなりません。（合意分割の対象期間になります。）
- 分割の請求は、原則、離婚等をしたときから2年を経過するまでの間に請求しなければなりません。

【イメージ図】



年金分割制度は、婚姻期間中の標準報酬等を当事者間で分割できる制度であるため、当事者の一人が老齢厚生年金又は退職共済年金を受給している場合であっても、単に受給している年金の額を分割し、相手方に対して、分割された年金の一部を支給するものではありません。

- 分割を受けた標準報酬等については、受けた方の老齢厚生年金等の受給資格に応じた年金に反映することができます。
- 分割を受けても、受けた方ご自身が年金の受給要件を満たすまでは、当該年金は受給できません。また、分割を行った方が、その後死亡しても、分割を受けた方の年金には影響しません。
- 分割による標準報酬等が反映される部分は、年金額のうちの報酬比例部分（ただし、職域加算額については、平成27年9月までの加入期間に係る部分）に限られ、いわゆる「1階部分」にあたる定額や基礎年金には影響しません。

整骨院・接骨院にかかるときは、こんなことに注意しましょう

職員共済組合

☎内81-2372

☎504-2062

□健康保険が使える場合

打撲・ねん挫・挫傷（肉離れなど）・脱臼・骨折

※脱臼や骨折については医師の同意が必要となります。

□健康保険が使えない場合

日常生活による単純な疲労や肩こり・腰痛、筋肉疲労、加齢からくる痛み、脳疾患後遺症などの慢性病からくる痛みやしびれ、症状の改善がみられない長期の施術

□柔道整復師にかかる場合の注意事項

- ・けがの原因を正しく伝えましょう
- ・医療機関との重複受診はしないようにしましょう
- ・領収書と明細書は必ず受け取りましょう
- ・療養費支給申請書の内容を確認してから署名しましょう
- ・施術が長引く場合は医師の診察を受けましょう

お願い

療養費（医療費）の適正支給のため、施術内容等を文書により確認させていただく場合があります。委託業者より送付しますので、届きましたら期限までに回答をよろしくお願いいたします。

ジェネリック医薬品をご利用 ください

職員共済組合

☎内81-2372
☎504-2062

政府の方針では、薬品に係る国民負担の軽減に向けて、ジェネリック医薬品の使用を促進しています。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、先発医薬品の処方を希望される場合は、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お支払いしていただくこととなります。(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。)

医療費に係る組合員の負担軽減及び共済組合の負担する医療費節減による財政の安定化の観点からも、掛金率の上げが避けられない状況の中で、より一層ジェネリック医薬品利用にご協力ください。

【ジェネリック医薬品の使用で】

●薬に係る個人負担が軽くなる！

医療の質を落とさずに個人の負担を軽くでき、家計をサポートします。複数のお薬の服用や長期服用が必要な場合などは効果的です。

●飲みやすく工夫されているものがある！

錠剤を小さくする、錠剤を飲み込めない方のために粉末や液体ゼリー状の薬を作る、においや味を改善する等、飲みやすく改良されたものもあります。

●医療費を有効活用！

薬代を軽減することで、日本全体の医療費を効率化することができます。効率化できた医療費を有効活用し、新しい医療技術や新薬に向けることが可能となります。

●日本の優れた医療保険制度を世代に引き継ぐ！！

今後も医療費の増大が予想されます。ジェネリック医薬品の使用は、一人ひとりの保険料の負担軽減につながるほか、優れた医療保険制度を次の世代に引き継いでいくことにも貢献します。

例えば これからの時期、内服する方が増えてくる花粉症薬ですが、3割負担の方が上記の特別な料金がかかる薬を、120日（1日量2錠）内服することとして計算すると…

【アレグラ60mg】

R6年9月までの自己負担額	R6年10月以降の自己負担額	差額
2,160円	3,480円	1,320円

【アレロック5mg】

R6年9月までの自己負担額	R6年10月以降の自己負担額	差額
1,800円	2,760円	960円

※他の薬剤の影響を受けるため、あくまでも概算になります。

特約店のお知らせ

互助会

☎内81-2356
☎504-2063

新規 新規契約したので、お知らせします。

【住宅・マンション部門】 木住販売 株式会社

住所及び名称	電話	担当	定休日
広島市中区広瀬北町8-6	293-6060	岡井	水・第1第3木・GW・盆、年末年始
品名	割引率		
注文住宅・リフォーム工事	分譲住宅2%・注文住宅3%・リフォーム工事5% 外		

産前・産後休業中の 掛金等の免除について

福利課

☎内81-2371
☎504-2062

職員共済組合

☎内81-2362
☎504-2061

産前・産後休業の申請をした職員は、「産前・産後休業掛金免除申出書」、「産前産後休業取得者申出書」の提出により掛金、保険料の免除を受けられます。

また、産休中の職員が出産された場合、すみやかに「産前・産後休業掛金免除申出書」、「産前産後休業取得者変更（終了）届」を提出し、産後の手続をしてください。

一般組合員

共済短期掛金・共済厚生年金掛金が給与から控除されている職員

1 掛金免除の申出をするとき

- 【免除要件】 産前・産後休業を取得していること
- 【期 限】 産前・産後休業に入る月の前月の25日まで
- 【提出書類】
 - ・産前・産後休業掛金免除申出書
 - ・休暇等報告書（産前・産後の日、所属長印のあるもの）
 - ・出産予定日を証明する書類（医師の証明等）

2 上記1の申出者が出産したとき

- 【期 限】 出産後すみやかに提出
- 【提出書類】 出産予定日と出産日が同じ場合
 - ・出産を証明する書類（母子手帳等）出産予定日と出産日が異なる場合
 - ・産前・産後休業掛金免除申出書
 - ・休暇等報告書（産前・産後の日、所属長印のあるもの）
 - ・出産を証明する書類（母子手帳等）

短期組合員

共済短期掛金・厚生年金保険料が給与から控除されている職員

1 掛金等免除の申出をするとき

- 【免除要件】 産前産後休業を取得していること
- 【期 限】 産前・産後休業に入る月の前月の25日まで
- 【提出書類】
 - ① 産前・産後休業掛金免除申出書
 - ② 産前産後休業取得者申出書①②それぞれに以下を添付してください。
 - ・休暇等報告書（産前・産後の日、所属長印のあるもの）
 - ・出産予定日を証明する書類（医師の証明等）

2 上記1の申出者が出産したとき

- 【期 限】 出産後すみやかに提出
- 【提出書類】 出産予定日と出産日が同じ場合
 - ・出産を証明する書類（母子手帳等）出産予定日と出産日が異なる場合
 - ① 産前・産後休業掛金免除申出書
 - ② 産前産後休業取得者申出書①②それぞれに以下を添付してください。
 - ・休暇等報告書（産前・産後の日、所属長印のあるもの）
 - ・出産を証明する書類（母子手帳等）

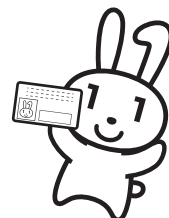
マイナ保険証を利用されている方は電子証明書の有効期限切れにご注意ください！

職員共済組合

☎内81-2372

☎504-2062

- ・マイナンバーカードの有効期限は10年（未成年者は5年）ですが、カードに格納されている電子証明書の有効期限は5年です。
 - ・電子証明書の有効期限の更新が必要な場合、お手元に更新を案内する**有効期限通知書（封書）**が届きます。
 - ・また、有効期限の3か月前から3か月後まで、医療機関・薬局でマイナ保険証を利用される際、顔認証付きカードリーダーで**更新アラートが表示**されます。
 - ・有効期限までに更新できないまま受診をしても、**有効期限が切れてから3か月間は健康保険証として利用可能**です。
- ※有効期限が切れた場合、マイナンバーカードの健康保険証以外の機能は利用できないため、**お住まいの自治体の窓口にて速やかに更新してください。**



マイナ保険証の利用登録について

健康保険証の利用登録は、マイナポータルやセブン銀行ATMのほか、医療機関・薬局の受付に設置されている顔認証付きカードリーダーからも行うことができます。

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



組合員証・被扶養者証の新規・再交付の終了

国から示されたマイナンバーカードと健康保険証の原則一体化の方針に基づき、現在の健康保険証（組合員証・被扶養者証（以下「組合員証等」という。））は令和6年12月2日をもって新規交付及び再交付を終了しました。

なお、すでに発行済みの組合員証等については、経過措置として令和7年12月1日まで、従来どおり使用できます。

令和6年12月2日以降、医療機関等を受診する場合

《マイナ保険証を持っている方》

- ① マイナ保険証
- ② マイナ保険証＋「資格情報通知書（資格情報のお知らせ）※1」（カードリーダーが使えない場合に医療機関等を受診するときに限る）

《マイナンバーカードをお持ちでない方又はマイナンバーカードの健康保険証利用未登録の方》

- ① 現在お持ちの組合員証又は被扶養者証（令和7年12月1日まで使用可能）
- ② 資格確認書※2

※1 記号・番号を含む被保険者資格等の基本情報を書面に記載したものです。この資格情報通知書だけで医療機関等を受診することはできません。

※2 健康保険証の代わりになるものです。既に組合員証等をお持ちの方は経過措置期間終了前に交付予定です。

「医療費と給付金支給額のお知らせ」の送付について

職員共済組合

☎内81-2371
☎504-2062

令和7年1月下旬に「医療費と給付金支給額のお知らせ」を送付します。
今後の送付時期は次のとおりです。

診療月	送付時期
令和6年1月～9月分	令和7年1月下旬
令和6年10月～令和7年3月分	令和7年7月下旬

このお知らせは、医療費総額や組合員・共済組合がどの程度医療費を負担しているかを確認していただくために送付するものです。お手元に届きましたらご自身やご家族の方の健康管理にご活用いただき、共済組合の健全な運営にご協力ください。

なお、確定申告により医療費控除を受ける場合は「医療費控除の明細書」を作成し、確定申告書に添付しなければならないこととされていますが、今回送付する「医療費と給付金支給額のお知らせ」を添付することで、令和6年1月から9月分の「医療費控除の明細書」への記載は省略できます。

ただし、令和6年10月から12月までの診療分については確定申告時期の2月において送付することができませんので、ご自身で医療機関等の領収書に基づき「医療費控除の明細書」を作成し、確定申告書へ添付してください。

また、このお知らせは再発行できませんので大切に保管してください。あわせて医療機関等の領収書の保管も適切に行ってください。

※退職などにより共済組合員でなくなった方へは送付しませんので、医療機関等の領収書はご自身で管理していただきますようお願いいたします。

使い残しはないですか？ 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

職員共済組合から発行した「産業マッサージ利用券」の使用期限は令和7年3月31日（月）です。

お手元に、発行済みの未使用の利用券はありませんか？

日常生活による疲労を取り除く手段として、ぜひご活用ください。

なお、利用券の交付方法・使用方法は「厚生だより2024年6月号」に掲載していますのでご参照ください。
(令和6年度分の利用券の交付申請期限は、令和7年2月28日（金）【必着】です。)

お願い

利用券を使用される際は、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入し、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。

利用者負担金及び共済負担金の欄の記入間違いが多くあります。また署名や利用日が記入されていないものもありますのでご注意ください。署名等がないと施術所への共済負担金の支払いができません。

提出の際は、今一度ご確認をお願いします。

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。
※1月8日(水) 午後は休診です。

【巡回会場】（1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	
24日 (金)	東区役所（5階講堂） 8：45～10：15	
8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
9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
10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
7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
16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
28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した。
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。
- 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。

(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

プレディア広島大手町
売買価格(税込)の **0.5%割引** (諸費用に
充当)

PREDEAR

プレディア広島大手町

PREDEAR

プレディア広島大手町

THE URBAN & RIVER

中区、大手町、水畔の特別席。

「鷹野橋」電停徒歩5分のリバーフロント、
地上16階・全90邸のランドマークレジデンス。

掲載の外観完成予想CG合成画像は、現地周辺航空写真(2024年4月撮影)に、外観完成予想CGを合成しております。外観完成予想CGは設計図書をもとに作成したもので、形状・色等は実際とは異なります。また、外観形状の細部・設備機器等および電線・柱等は表現していません。植栽は特定の季節やご入居時の状態を想定して描かれたものであります。



THE URBAN & RIVER

モデルルーム公開中

洗練された都市生活を謳歌できる

「中区大手町」アドレス

都心を庭にするアーバンポジション

「紙屋町」約1.5km圏

全邸リバービューの開放感

1LDK44㎡～3LDK72㎡超

【プレディア広島大手町 物件概要】●所在地/広島市中区大手町五丁目13番2(地番)●交通/広島バス「鷹野橋商店街」バス停徒歩4分・広島電鉄「鷹野橋」電停徒歩5分●総戸数/90戸●販売戸数/未定(本広告時に掲載)●用途地域/商業地域●建ぺい率/90%●容積率/500%●敷地面積/1,172.08㎡●建築面積/565.43㎡●延床面積/7,171.43㎡●構造・規模/鉄筋コンクリート造地上16階建●建築確認番号/第HP16-3900401号(2024年5月17日付)●分譲後の権利形態/敷地は共有、建物は区分所有●間取り/1LDK・2LDK・3LDK●住居専有面積/44.24㎡～72.85㎡●バルコニー面積/8.00㎡～12.10㎡●室外機置場面積/2.28㎡・2.48㎡●フリーポーチ面積/4.05㎡～7.65㎡●販売価格/未定●管理費(月額)/未定●修繕積立金(月額)/未定●管理準備金(お引渡時一括)/未定●修繕積立基金(お引渡時一括)/未定●駐車場/総戸数90戸に対して51台(月額使用料:未定)●駐輪場/総戸数90戸に対して146台(月額使用料:未定)●バイク置場/総戸数90戸に対してバイク置場(大)5台・バイク置場(小)2台(月額使用料:未定)●管理形態/区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社へ委託●管理会社/JR西日本住宅サービス株式会社●管理員の勤務形態/通勤●施工会社/株式会社鴻池組●建物竣工時期/2027年2月中旬予定●入居時期/2027年4月上旬予定●売主/JR西日本プロパティーズ株式会社 国土交通大臣免許(2)第9056号、広島県広島市南区松原町2番62号広島JPビルディング7階、(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●広島電鉄株式会社 広島県知事免許(16)第690号、広島県広島市中区東千田町2-9-29、(公社)広島県宅地建物取引業協会会員(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員●販売代理/三井不動産リアルティ中国株式会社 国土交通大臣免許(7)第5169号、広島県広島市中区中町9番12号(中町三井ビル6階)、(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●株式会社KCE 広島県知事免許(4)第9303号、広島県広島市西区楠木町三丁目3番1号、(公社)広島県宅地建物取引協議会会員※全体で販売するか数期に分けて販売するか確定しておらず、販売戸数が未確定のため記載の専有面積等は全販売住戸(90戸)のものを記載しております。確定情報は、本広告にて明示します。※本広告は本物件ホームページ(<https://www.predear.jp/jp/hiroshima-otemachi/>)にて行います。本広告の掲載予定時期/2025年1月中旬

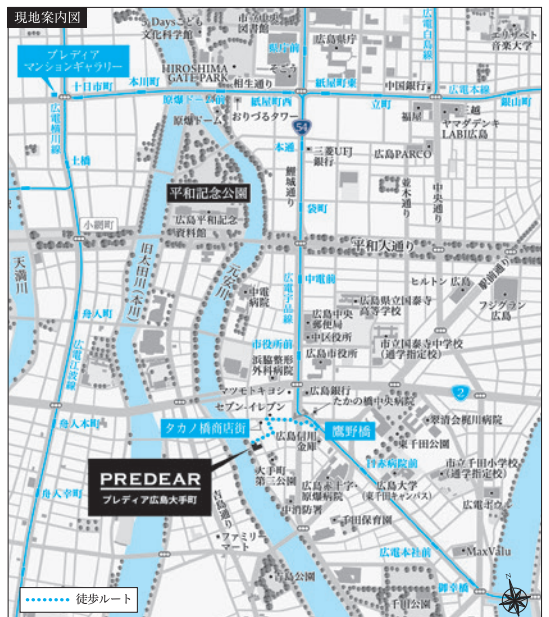
お問い合わせはプレディアマンションギャラリー

0120-765-277

営業時間/平日:10:00～17:00 土日・祝日:10:00～18:00(定休:火曜・水曜)

右の2次元コードから簡単に
公式サイトにアクセス出来ます。

プレディア広島大手町 検索



〈売主〉

JR西日本プロパティーズ

〈売主〉

広島電鉄

〈販売代理〉

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

〈販売代理〉

KCE Inc. 株式会社KCE

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

☎01-2365・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（22ページに掲載）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

😊 マインドフルネスで心と身体を整えよう 😊

年末年始はイベントごとが多く、忙しさや生活リズムの乱れなどから体調を崩しやすい時期です。そんな時は「マインドフルネス」で心身の疲れをリセットしましょう。



『マインドフルネス』ってなんだろう？

五感を使って『今』だけに集中できるような心の状態を意識的につくることです。日々の不安や他者からの評価、仕事のプレッシャー等の雑念を鎮め、心身のコンディションを整えたり、集中力を高める効果があるとされています。



やってみよう、マインドフルネス

マインドフルネスは毎日少しずつ実践することにより、その効果を徐々に実感できるようになります。また、継続できるよう、日々の暮らしに取り組むことが推奨されています。無理をせず、短時間から始めてみましょう。

～瞑想～

『今』起こっていることや感じていることに対し、評価や判断を気にせず注意を向けることです。



<基本的な瞑想の1例>

- ・椅子か床に背筋を伸ばして座り目を閉じて呼吸に意識を集中させる。
- ・途中で考えや雑念が浮かんできてもそれを否定せずに、再び呼吸に意識を戻す。
- ・上記2点を毎日15分から25分ほど繰り返す。



マインドフルネスがもたらす「7つのメリット」



- ・「べき思考」や思い込みから距離を置くことができる
- ・自分の行動や意味や根拠を明確にすることができる
- ・自分の限界を規定することなく、パフォーマンスを最大化できる
- ・周囲と対立せずにWin-Winの関係を構築できる
- ・周囲からのストレスを低減できる
- ・失敗を成長の糧にすることができる
- ・生活と仕事を対立させずに調和させることができる

～日常生活でできるマインドフルネス～

《家事の中で》

お皿を洗う時にお湯の温かさや洗剤の香り、食器の手触り、水の音に意識を向けます。『お皿を洗う』ことに集中します。



《歩いているときに》

足の裏の重心の移り変わりに注意を向け、足裏が地面に触れている感覚や踵からつま先まで、足裏のどの部分に力がかかっているかなどを感じながら歩いてみる。

《電車で》

電車の中からきれいな景色を見た時「きれいだな」などその景色を見てただ感想を持つこともマインドフルネスなことです。



《お風呂の中で》

湯船に浸かった時「お尻が浴槽の底についているな」と自分の状態に意識を向けたり「お湯が温かいな」など今の状態に目を向け、自分の心と向き合ってみる。

《寝るとき》

ベッドに横たわったら足元から頭の先まで、体の各部分をスキャンするように全身に意識を向けます。



〈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(人事課服務監視担当課長)】

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。

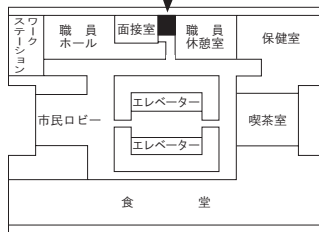
【相談受付】

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)

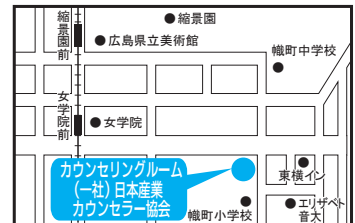
【相談方法】

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)

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

㊦ 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		
ダイヤルイン 504-2063(福利係)		
給付 (本庁内線2358)	締切 支払	20日 翌月20日
火災共済(加入) (本庁内線2355・6)	加入申込 (加入日は翌月1日)	随時

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

職員共済組合		
ダイヤルイン 504-2061(庶務係) 本庁内線 2361・2362		
普通貸付 特別貸付	締切 貸付	5日 末日
住宅貸付	締切 貸付	20日 翌月末日
貸付金 繰上償還 (一部返済・全額返済)	受付 振込 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	10日まで 23日まで
育児・介護 休業手当金	締切 支払	20日 翌月25日
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

「厚生だより」の配付部数の変更
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。
(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。
(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。
(連絡先)「職員互助会・厚生だより」担当 082-504-2060(内線81-2357)

※ 「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](http://www.city-hiroshima.lg.jp) [ダイヤルイン 569-7816](tel:082-504-7816) まで!!