

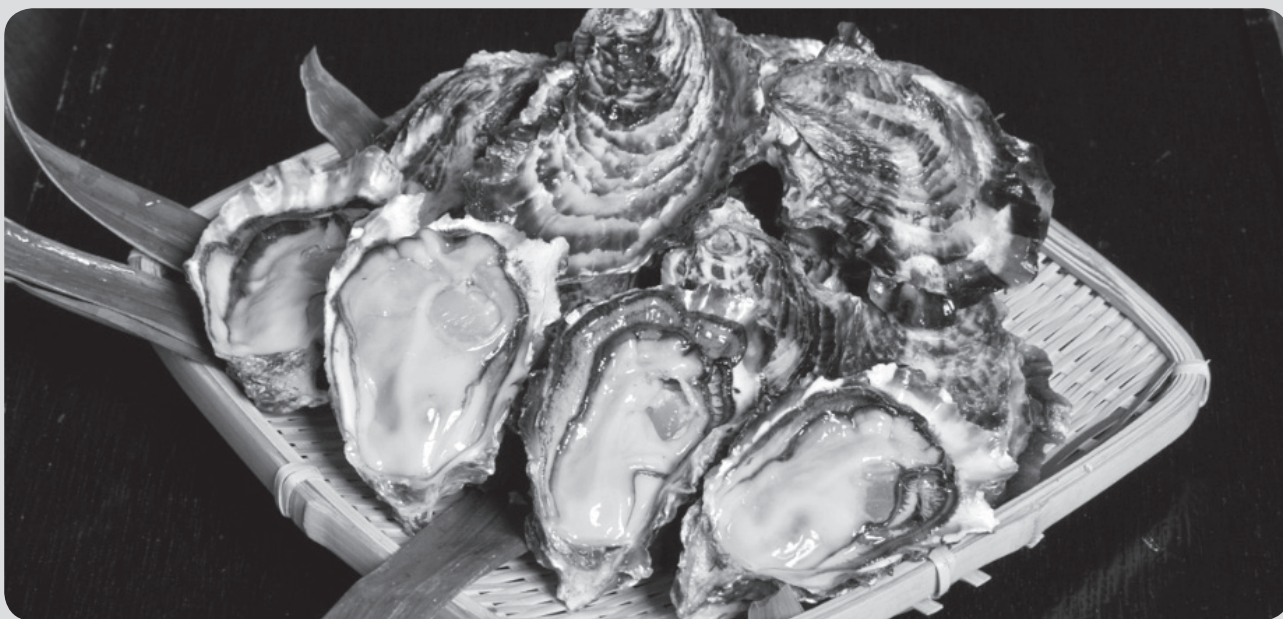
厚生だより

2025

2

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)2月1日号



(広島市水産振興センター 写真提供)

ベネフィット・ステーションからのお知らせ

- ① スポーツクラブ「ルネサンス」のインストラクターによる運動実践付き健康セミナーを開催します!
- ②~③ 広島市オリジナルキャンペーン「図書カードNEXTネットギフト(500円分)」抽選プレゼント
- ③ 令和7年度の国内宿泊補助について

募集します

- ⑤ 職員互助会グループ保険・総合医療保険・3大病病保障保険 募集のお知らせ
- ⑥ 全国市長会任意共済保険の募集
- ⑦ 全国都市職員災害共済会 火災共済の継続加入

健康・相談

- ⑪ 公費負担医療費受給者証の写しを提出してください!
- ⑬ 職員定期健康診断個人票の提出をお願いします
- ⑬ 定期健康診断の再検査を受けましょう
- ⑬ 職員定期健康診断未受診者の方へ最後の“巡回健康診断”のお知らせ
- ⑲ ニコニコ(2525) 過ごそう!
毎月25日はメンタルヘルス推進日^^
- ⑲ 笑顔ヘルシーダイヤル(電話健康相談)等

お知らせします

- ④ ⑩ 財形貯蓄の手続
- ⑧ 第三者行為でケガをしたら必ず職員共済組合に連絡を!
- ⑨ 被扶養者認定・取消の手続を忘れずに!
- ⑩ 進学資金に職員共済組合の貸付を!
- ⑪ 育児休業支援手当金(育児休業手当金への上乗せ)が新設されます
- ⑫ 育児時短勤務手当金が新設されます
保育所等に入れなかったことを理由とする、育児休業手当金の支給期間延長の手続が変わります
- ⑬~⑭ 育児休業等・産前産後休業終了時の標準報酬月額の変定等
- ⑭ 特約店のお知らせ
- ⑭ 現在、職員共済組合で大学修学のための貸付を受けられている方へ
- ⑮ ⑯ 老齢厚生年金の繰上げ支給
- ⑮ ⑯ 保険手続のため早めのご連絡を!

⑩ 退職される方向けのコンテンツ

互助会
主催スポーツクラブ「ルネサンス」のインストラクターによる
運動実践付き健康セミナーを開催します！

2日間

Active Move ～運動不足解消メソッド～

自分自身の運動不足度合いを知り、日常生活で取り入れられること、運動（ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動）を実践して、運動不足解消を目指します！

日時 令和7年3月1日（土）14：00～15：00

会場 鷹野橋職員会館 2階 体育ホール（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）

- | | | |
|---|----------|---------------------------|
| 1 | レクチャー | ☞ 運動不足チェック、身体活動量の増やし方を学ぶ |
| 2 | 動的ストレッチ | ☞ 全身の緊張をほぐし温めて凝りを解消します！ |
| 3 | 筋力トレーニング | ☞ 気軽に実践できる筋力トレーニングのご紹介 |
| 4 | 有酸素運動 | ☞ ご自宅でも実践可能な有酸素運動でリフレッシュ！ |



ヨガでリラックス ～こころとからだをほぐすリラクゼーション～

こころをほぐす！ 腹式呼吸などを学びます。手軽に取り入れやすいリラクゼーション法で心の緊張をほぐします。
からだをほぐす！ 簡単なヨガのポーズと呼吸法を組み合わせることで、筋肉を緩め、全身の血行が促進され、からだほぐれます。終了後には爽快感が味わえます。

日時 令和7年3月2日（日）10：00～11：00

会場 鷹野橋職員会館 2階 体育ホール（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）

- | | | |
|---|-----------------|----------------------|
| 1 | レクチャー | ☞ 『質の良い睡眠について』 |
| 2 | 呼吸法 | ☞ 腹式呼吸で心の緊張をほぐす |
| 3 | プレパレーション | ☞ 身体をほぐし、ヨガの準備にはいります |
| 4 | かんたんヨガ | ☞ 深い呼吸と身体を動かし心身の調和へ |
| 5 | 手軽にできるリラクゼーション法 | ☞ セルフケアでいつでも元気に |



申込方法等

- 申込期間：令和7年2月3日～16日（両方のセミナーに申し込むことも可能です。）
- 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2月21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。

抽選
600名

広島市オリジナルキャンペーン 「図書カードNEXTネットギフト（500円分）」抽選プレゼント

ベネフィット・ステーションでは、この度、図書カードの電子版「図書カードNEXTネットギフト（500円分）」を、抽選で600名様にプレゼントする広島市オリジナルキャンペーンを実施します。会員の皆さん、ふるってご応募ください。

プレゼント商品

図書カードNEXT ネットギフト（500円分）を 抽選で600名様にプレゼント



図書カードNEXTネットギフトとは…書店でも、オンライン書店でも利用可能な図書カードの電子版。有効期間は10年！詳細は以下のURLでご確認ください。

<https://www.toshocard.com>

応募期間

令和7年2月3日（月）12：00～2月28日（金）23：59

※電子ギフトの配信は令和7年3月中旬頃の予定です。

- ①当選された方には、3月中旬頃、お申し込み時に登録されたメールアドレスに電子ギフト券「図書カードNEXT」のURLをお送りします。
- ②メールに記載のURLをクリックすると、電子ギフト（QRコード）の画面が表示されます。
- ③QRコードを表示したスマートフォン、またはQRコードをPDFにして印刷した紙を、取扱店で書店員の案内に従い読み取り機に置いてください。
- ④詳しくは「図書カードネットギフト ご利用方法」で検索ください。

申込方法

会員専用サイトからお申し込みください。

会員本人お一人一回限り。会員専用サイトでのお申し込み限定。
お電話・FAXでのお申し込みは承れませんのでご了承ください。



- ① トップページ専用バナーからお申し込みください。

※画像はイメージです。

- ② トップページ専用バナーから申込ページへ進みます。
- ③ 申込ページでメールアドレスなど、必要事項をお間違えないように入力してください。
- ④ 電子ギフト配信通知は、当選された方のみメールにて配信いたします（通知がない場合は落選です）。あらかじめご了承ください。
- ⑤ お申込後や当選後のキャンセルはできませんのでご注意ください。

図書カードNEXTの利用方法

1 お受け取りのURLのメールが届く



届いたURLをタップ（クリック）して、ギフト（QRコード）を受け取り！

※メールの受信制限されている方は
下記メールを受信可能にしてください。
contact-vticket@benefit-one.co.jp



2 電子クーポンを受け取る

500円分の電子クーポン（QRコード）が表示されます。

3 お店で使う

QRコードを、書店員の案内に従い読み取り機に置いてください。
一部のオンライン書店でもご利用可能です！



PDFファイルをダウンロードすると、**プリントアウトが可能！**
スマホがなくても使えます。



※フィーチャーフォン（ガラケー）には対応しておりません。



※対象店舗は、「図書カードNEXT」サイト【取扱店検索】でご確認ください。
※いかなる理由があってもURL等の再発行はいたしかねます。
※転売することはできません。

※お申し込みいただいた「図書カードNEXTネットギフト（500円分）」は、税法上、雑所得になるため、確定申告又は市・県民税の申告が必要です。

令和7年度の国内宿泊補助について

令和7年度の国内宿泊補助については、2月3日午前10時から利用を開始します。
会員専用サイトやJTB店舗で、補助対象プランを確認のうえ、ご利用ください。
国内宿泊補助の詳細は会員専用サイトの「補助クーポン」などでご確認ください。



退職される方へ 財形貯蓄の手続

福利課

市立病院機構経営管理課

☎内 81-2352
☎504-2060

☎(直通)209-6775
FAX569-7826

今年度退職を予定されていて、財形貯蓄（一般、住宅）に加入している方は、次の手続をしてください。

1 再就職する予定がない場合

解約することとなります。

【手続方法】解約は所定の用紙に記入し、福利課へ提出してください。（用紙は福利課にありますので、連絡いただければ、庁内メールで送付します。）

【提出期限】・2月14日（金）までに提出⇒
2月給与積立後、2月末日までに解約
・3月14日（金）までに提出⇒
3月給与積立後、3月末日までに解約

※ 年度内に解約する場合は、3月14日（金）必着で提出してください。

市立病院機構職員（市派遣職員を除く。）の財産形成貯蓄に係る退職の手続等について

地方独立行政法人広島市立病院機構（以下「市立病院機構」という。）職員（市派遣職員を除く。）の財産形成貯蓄に関する退職の手続は、市立病院機構本部事務局経営管理課で行います。

広島市教育委員会の財産形成貯蓄に係る退職の手続について

広島市立の小学校、中学校、中等教育学校及び特別支援学校に勤務する教職員（技術指導員、技術員、業務員及び給食調理員等を除く。）の財産形成貯蓄に係る退職の手続については、教職員課にお問い合わせください。

【教職員課】電話：082-504-2511

2 広島市へ再就職する予定がある場合

- (1) 引き続き、広島市の財形貯蓄制度に加入することもできます。
- (2) 通常、給与及び賞与の額が下がりますので、積立額の変更を臨時に受け付けます。（受付期間等は下記のとおりです。）

【手続方法】

ア 積立額を変更されない方

手続は不要です。そのまま4月以降も積立が継続します。

イ 積立額を変更される方（※ 変更申込書を福利課へ請求してください。）

（ア）現在の積立額を4月給与で控除しても支障がない場合

4月1日（火）～15日（火）に、変更申込書（積立額の変更）を福利課へ提出してください。

4月の給与までは現在の積立額で控除し、5月給与以降は変更後の積立額で控除します。

（イ）4月給与から積立額の変更を希望する場合

3月14日（金）までに必着で変更申込書（積立額の変更）を福利課へ提出してください。

3 広島市以外（関係団体等含む）へ再就職する予定がある場合

(1) 新事業主が財形貯蓄を取り扱っていない場合

解約することとなります。手続方法は「1 再就職する予定がない場合」と同様です。

(2) 新事業主が財形貯蓄を取り扱っている場合

ア 新事業主が預け替え（移管）することにより、これまで積み立てたものに継続して積立ができます。一般財形、住宅財形、それぞれ同一種類の財形貯蓄への継続が可能です。

イ 現在、財形貯蓄を預け入れしている金融機関を、新事業主が財形貯蓄取扱金融機関としていない場合は、新事業主が取り扱っている金融機関へ預け替え（移管）して継続することができます。継続の手続については、新事業主の担当者に相談してください。

※ 再就職の予定がある場合でも、退職後2年以内に新事業主への継続手続を行わない場合は、解約することとなります。

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

②入院等に関する自己負担額について

～入院や手術等をした場合にかかる費用はどのように準備していますか？～

保険を備えておくことで、予期せぬ入院等で、貯金を取り崩したり、ご家族に負担をかけたりする可能性を減らすことができます。

- 入院日数は短期化していますが、**自己負担額は高額**になる可能性があります。また、入院中だけでなく、入院準備・通院等にかかる費用への備えも必要です。

入院に関わる自己負担額 *1 入院1回当たり(入院日数:13日とした場合)

男性			女性		
入院・手術等	通院等	合計	入院・手術等	通院等	合計
約18.6万円	約8.5万円	約27.2万円	約18.6万円	約8.9万円	約27.6万円

※食事代(1日当たり1,380円)、差額ベッド代(1日当たり6,620円)等を含む。高額療養費制度を利用した場合は、利用後の金額。

上記以外にも費用がかかる場合があります。

例えば

交通費



入院準備費用



お見舞いのお礼



等

- 総合医療保険では、**お手頃な保険料*2**で病気やケガ等に備えることができます！

※総合医療保険は、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。

おすすめプランのご案内

※記載の月払保険料は直近更新日(今回は令和6年8月1日)から1年間の確定保険料です。保険料は、毎年の更新日に再計算し適用します。また、年齢により保険料は異なります。

新入社員・独身保険はじめてプラン (本人22歳の場合)	入院給付金日額 3,000円 月払保険料(確定) 男女共通: 612円	子ども(3歳~22歳) 入院給付金日額 3,000円 月払保険料(確定) 男女共通: 522円
結婚・子育て世代おすすめプラン (本人36歳の場合)	入院給付金日額 10,000円 月払保険料(確定) 男女共通: 2,770円	
子ども独立後おすすめプラン (本人56歳の場合)	入院給付金日額 5,000円 月払保険料(確定) 男女共通: 3,090円	

ご本人さまがご加入の場合 **配偶者さま・お子さま**もお申込みができます。

病気やケガ等は誰にでも起こりうるリスクです。

*1【入院・手術等】<入院・手術にかかる費用>厚生労働省「令和4年社会医療診療行為別統計」「平成29年(2017)患者調査の概況」<差額ベッド代>1日当たりの差額ベッド代6,620円×退院患者の平均在院日数で計算(差額ベッド代:厚生労働省「中央社会保険医療協議会総会(第548回)資料 主な選定療養に係る報告状況」)<食事代(標準負担額)>1日当たりの食事代1,380円(一般所得者/一般病床等の場合)×退院患者の平均在院日数で計算(食事代(標準負担額):2023年度の公的医療保険制度に基づいて計算)【通院等】日本生命調べ 2022年度「インターネットアンケート」の調査結果から計算

*2 団体保険としての割引が適用されたお手頃な保険料です。

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-2024-454-11813-T(R6.11.14)

日本一医-2024-454-11814-T(R6.11.14)

日本一団-2024-454-11815-T(R6.11.14)

全国市長会任意共済保険の募集

互助会

☎ 81-2353-2358
☎ 504-2063

全国市長会任意共済保険の令和7年度の申込受付を、以下のとおり行います。

受付期間 2月6日(木)～2月28日(金)

申込方法

① 新規加入・変更・脱退を希望される方は、加入申込書に必要事項を記入・押印のうえ、本人控えを取り、互助会に提出してください（なお、新規加入または増額を希望される場合は、パンフレット内の“加入資格”を確認のうえ、申し込みしてください。）。また、広島市において加入できる保険金額は、1,000万円までとします（ただし、すでに保険金額1,500万円に加入されている方については、そのままの額で継続することができます。）。

※結婚等により氏名が変更になった方・死亡保険金受取人を変更される方は、申込書での変更も可能ですが、保険期間開始（6月1日）前の変更をご希望の方は、互助会に連絡してください。

② 現在の加入内容（医療保障保険を含む。）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。

③ 令和7年3月31日の退職時で脱退される方は、提出不要です。

保険期間

令和7年6月1日から令和8年5月31日までの1年間。（以後毎年自動更新）

保険料控除

令和7年6月給料から毎月控除。

退職後の取扱

- ・退職時に加入されている方は、保険年齢75歳まで継続して加入することができます。医療保険も退職時に加入していれば、任意共済保険を継続することを条件に保険年齢75歳まで継続して加入することができます。
- ・令和6年度末で早期退職（年度末か令和7年5月31日までの間に退職を予定）される方については互助会までご連絡ください。

入院日額15,000円が追加されました!!

制度内容お問い合わせ先

在職中（制度の保障内容および保険金請求や各種ご照会）

第一生命（全国市長会専用）コールセンター

☎ **0120-013-862**

＜携帯電話からもおかけいただくことができます。＞
受付時間 10:00～18:00（土・日・祝日・年末年始を除く）

退職後継続制度移行後（変更手続きおよび保険金請求や各種ご照会）

**全国市長会退職後継続制度 事務代行会社
株式会社日本共同システム コールセンター**

☎ **0120-981-670**

＜携帯電話からもおかけいただくことができます。＞
受付時間 9:00～17:00（土・日・祝日・年末年始を除く）

締切厳守で
お願いします



全国都市職員災害共済会 火災共済の継続加入

互助会

☎内 81-2356・2358
☎ 504-2063

継続加入の募集

申込締切

令和7年2月3日(月) 必着

申込方法

1月下旬に、現在の火災共済加入者あてに火災共済契約満了通知書兼契約(継続)申込書等を配付しておりますので、継続契約希望・脱退希望にかかわらず、申込書に必要事項を記入のうえ、3枚ともすべてを互助会に提出してください。

※令和7年3月末で脱退される方及び退職される加入者は、事前に互助会までご連絡ください。



共済期間

令和7年4月1日から1年間

掛金

3月期末手当から控除します。
(控除できなかった方には別途連絡します。)

申込方法

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。



-都市職員のための共済事業-

ご存じですか?

少ない掛け金で
大きな補償と安心

都市生協の 火災共済

充実した補償

建物	4,000万円	合計	6,000万円
動産	2,000万円		

火災、落雷、破裂・爆発、航空機の墜落、車両の飛び込み、上層階からの水漏れ、風水害(600万円限度)、災害死亡(300万円限度)

※地震災害見舞金等、各種見舞金も充実しています。

共済掛金額(年額)

1口当たり(補償金額50万円)

木造建物	300円	耐火造建物	200円
------	------	-------	------

木造 建物4,000万円、動産2,000万円の契約をした場合
120口(契約金額6,000万円) × 掛金300円 = 36,000円

厚生労働大臣認可



生活協同組合 全国都市職員災害共済会

〒102-8610 東京都千代田区平河町2-4-2 全国都市会館内
<http://www.toshiseikyo.or.jp>

「動産」のみでも契約ができます。
「退職後」も引き続き加入できます。

風水害特約加入で最高3,000万円まで補償!

近年、局地的な豪雨、豪雪等の自然災害が多発!!

※更に十分な補償が得られるよう火災共済契約(基本契約)に加えて、特約契約を。

火災共済金の風水害共済金(600万円限度)に加えて、風水害特約共済金(2,400万円)を支払います。
(損害額の1/2が限度)

1口当たり掛金額	木造建物 耐火造建物	150円
----------	---------------	------

水・かぎトラブルの応急処置サービス

水まわり、かぎ開けでお困りの際に専門業者を手配し、24時間・365日、駆けつけるサービスです。水漏れを止めたり、かぎを紛失した際の錠開けなどの応急処置(出張料および作業料が無料)を行います。

「都市生協」の紹介

○都市生協は、生活協同組合 全国都市職員災害共済会の通称で、厚生労働大臣の認可団体です。

○都市生協は、全国市長会が全国各市の要望に応じて、消費生活協同組合法に基づき、昭和33年に設立された組合です。

0120-753-375 または 03-3262-5290

受付時間: 月~金(土・日・祝日を除く) 午前9時~午後5時

第三者行為でケガをしたら必ず 職員共済組合に連絡を！

職員共済組合

☎内81-2373

☎504-2062

第三者（自分以外の方）の行為で負傷したり病気になったりした場合でも、健康保険を使って治療が受けられます。ただし、これは本来加害者が支払うべき治療費を職員共済組合が一時的に立て替え払いしているだけで、後日加害者にその治療費を請求します。第三者行為で負傷したら必ず職員共済組合にご連絡ください。



こんなことが「第三者行為」に該当します

- 交通事故（バイクや自転車によるものも含む）
- 他人の暴力行為によって受けたケガ
- 他人のペットに噛まれて受けたケガ
- スキーやスノーボードなどによる接触事故
- 他者所有の建物などでの設備の欠陥による事故
- 飲食店等での食中毒 など



第三者行為による事故にあってしまったら

加害者の確認

加害者の住所・氏名・電話番号・勤務先などの身元をまず確認。交通事故では、運転免許証、車両のナンバー、保険加入の有無などを必ず確認しましょう。

警察に連絡

小さな事故でも必ず警察に連絡しましょう。



職員共済組合に連絡を

職員共済組合に連絡をお願いします。以降の手続きについては、職員共済組合からご案内します。

医師の診断を受ける

第三者によるケガなどであることを正しく伝え、診断書と領収書を忘れずにもらいましょう。



示談の前に
ご相談
ください

職員共済組合に届け出る前に加害者と示談を結んでしまうと、職員共済組合が加害者へ請求すべき医療費を請求できなくなる場合があります。示談を結ぶ前に必ず職員共済組合までご連絡ください。

※職員共済組合では、医療費適正化のために、診療報酬明細書（レセプト）を基に負傷原因調査を行っています。短期財政の適正な運営のため、みなさんのご理解とご協力をお願いいたします。

仕事中や通勤途中の負傷や病気には健康保険が使えません

公務上の災害・通勤による災害については、その治療に係る医療費は「地方公務員災害補償基金」から補償されることになっています。

これらの治療を受けるときは、共済組合の健康保険を使用することはできません。

必ず、医療機関で公務上の災害等である旨を伝えていただき、地方公務員災害補償基金に必要な手続きを行ってください。



被扶養者認定・取消の手続を 忘れずに！

職員共済組合

☎81-2371・2373

☎504-2062

組合員の家族の収入状況等に変化がある場合は、健康保険については、次の通り共済組合への手続を速やかに行ってください。(扶養手当の申請とは別に必要です)

認定手続（退職等）

組合員の家族が、退職等により被扶養者の要件を備えることとなり、組合員が扶養する場合は、「被扶養者申告書」にその事実が確認できる書類を添えて、扶養事実の発生した日（退職の場合はその翌日）から5日以内に所属所経由で共済組合へ提出してください。(市長事務部局は福利課へ提出)

被扶養者の要件や添付書類については、「被扶養者の範囲や主な届出例」に掲載しておりますので、ご参照ください。

※やむを得ない事情により、5日以内の提出が難しい場合は、事実発生日から30日以内の提出であれば遡ることができます。ただし扶養事実の発生した日から30日以内に届出がされなかった場合、被扶養者の認定日は所属所の受付日となります。

取消手続（就職や収入増等）

組合員の被扶養者が、就職や勤務形態の変更等により新たに健康保険等に加入した場合は、「被扶養者申告書」にその事実が確認できる書類（就職の場合、就職証明書、資格情報通知書（資格情報のお知らせ）、資格確認書等の写し）と、共済組合の資格確認書、組合員被扶養者証（黄緑色）をお持ちの方は、原本を添えて、事実の発生した日から5日以内に所属所経由で共済組合へ提出してください。(市長事務部局は福利課へ提出)

被扶養者の要件や添付書類については、「被扶養者の範囲や主な届出例」に掲載しておりますので、ご参照ください。

なお、健康保険等に加入していなくても、収入基準を超える場合は、被扶養者取消の手続が必要です。

※このほかにも、配偶者等との収入逆転や、対象者との別居、年金の受給開始（額改定）等により被扶養者の要件を満たさなくなる場合がありますので、ご注意ください。

更新手続

組合員被扶養者（22歳以上）のうち、更新手続が必要な対象者へは毎年6月以降に更新手続の案内をお送りしますので、内容を確認後、届出を行ってください。

マイナンバーカードの保険証利用について

マイナンバーカードを保険証として利用できるようにするには、ご自身で「保険証利用の登録」を行う必要があります。

STEP 1. マイナンバーカードを申請

STEP 2. マイナンバーカードを健康保険証として使うための登録

スマホで
簡単！



マイナポータル



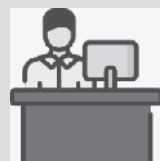
医療機関窓口の
カードリーダー

受診時に
簡単に
できます！



セブン銀行ATM

カードを
かざし、4ケタの
暗証番号を
入れるだけ！



市区町村の窓口

「被扶養者申告書」・「被扶養者の範囲や主な届出例」等は、次のところに掲載しています。
庁内WEB>「人事部福利課」>「3 申請様式ガイド等」の「共済組合」

進学資金に職員共済組合の貸付を！

職員共済組合

☎内81-2361
☎504-2061

入学は最高200万円まで

大学（大学院を含む）・高校・専修学校等への進学資金の計画はお済みですか？

職員共済組合では、入学・修学の貸付を希望される方に進学資金の貸付を行っていますのでご利用ください。

申込締切は毎月5日です。貸付条件などは次のとおりです。

区 分	入学貸付	修学貸付
貸付の対象	組合員又はその被扶養者（被扶養者でない子を含む）の高等学校、大学（大学院を含む）、高等専門学校、専修学校（以下「高等学校等」という）への入学	組合員又はその被扶養者（被扶養者でない子を含む）の高等学校等における修学
貸付金の限度額 (申込金額は1万円単位)	給料の6か月分に相当する金額（上限200万円）の範囲内で必要額（ただし、高等学校については30万円が限度）	修業年限の年数に相当する月数（中途の場合は残月数）1月につき15万円。 ただし、年度ごとの申込みとなり、一回の申込限度額は1年度分180万円（年度中途の場合はその年度の残月数×15万円）です。なお、同じ学年を2度申込みことはできません。
償還方法	貸付の翌月から元利均等で償還（最高120月）	高等学校等を卒業するまでは利息のみを返済し、卒業の翌月から元利均等で償還（最高150月）
提出書類	貸付申込書、印鑑登録証明書、貸付金借用証書、直近の給与支給明細書、借入状況等申告書及び学校長等の発行する合格又は入学の許可を証明する書類（入学後の場合は、在学証明書を添付）	貸付申込書、印鑑登録証明書、貸付金借用証書、直近の給与支給明細書、借入状況等申告書及び学校長等の発行する在学を証明する書類（入学前に申込み場合は、合格又は入学の許可を証明する書類）

※令和7年2月1日現在、貸付利率は年1.26%です。

◆貸付金の交付日は、原則として受付日が、1日から5日までのものは当月末日、6日以降のものは翌月末日です。

◆申込みにあたっては、次のことにご注意ください。

- 1 入学貸付の申込期限は、入学後2か月以内（4月入学の場合は6月5日（木）まで）です。
- 2 修学貸付の新年度分の申込みは2月6日（木）から受け付けます。
- 3 令和6年度分の修学貸付を借受けている方が、令和7年度分（進級分）の修学貸付を継続して申込まれる場合は、2月上旬に送付します継続用申込書をご使用ください。
- 4 上記提出書類のほか、必要に応じて他の証明書類等を提出していただくことがあります。

◆貸付後の必要書類の提出

申込時に合格通知書又は入学許可書を添付した場合は、入学後1か月以内に「在学証明書」を提出してください。

※合格通知書、入学許可書及び在学証明書については、写しでもかまいません。

公費負担医療費受給者証の写しを提出してください！

職員共済組合

☎内81-2373

☎504-2062

職員共済組合では、公費による医療費の助成を受けている方に、公費負担医療費受給者証の写しの提出をお願いしています。受給者証の写しに、①職員番号、②組合員の氏名、③所属を記入のうえ、職員共済組合までご提出ください。

新たに該当となった方、公費の種別が変更になった方、また、所得制限などで受給資格が非該当となった方などもご連絡ください。特に、子ども医療費の助成対象範囲が、自治体によっては拡大傾向にあります。助成範囲拡大後に新しい受給者証が送付された方は、写しの提出をお願いします。それに基づき附加給付の支給や「医療費のお知らせ」の作成を行っています。

提出が必要な受給者証：○子ども医療費受給者証

○乳幼児等医療費受給者証

○重度障害者医療費受給者証

○ひとり親家庭医療費受給者証 等

子ども医療費受給者証	
公費負担者番号	
公費負担医療の受給者番号	
氏名・性別	
生年月日	年 月 日
住所	
氏名	
一部負担金(自己負担)限度額	通院 入院
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
発行機関	広島県 広島市長
交付年月日	年 月 日

育児休業支援手当金（育児休業手当金への上乗せ）が新設されます

職員共済組合

☎内81-2362

☎504-2061

育児休業期間中は無給となりますが、これまで育児休業開始日から180日間は、育児休業手当金の支給と社会保険料等の免除によって、育児休業前の手取りの実質8割となっていました。

来年度からは下記の育児休業支援手当金加わることで、最長28日間、実質10割となります。

この育児休業支援手当金の支給を受けるためには、子が生まれてから56日以内に男性職員が14日以上の育児休業を取得する必要があります。

男性職員の皆さんは、この機会に育児休業の取得を積極的に検討してみてもはいかがでしょうか。

- 組合員が、令和7年4月1日以降、新たに対象期間内^(注)に育児休業をした場合において、次に掲げる要件のいずれにも該当するときは、対象期間内に当該育児休業をした日数（28日分を上限）に標準報酬日額の100分の13に相当する金額を育児休業支援手当金として支給します。
 - 対象期間内にした育児休業の日数が通算して14日以上であるとき。
 - 当該組合員の配偶者が当該育児休業に係る子について育児休業をしたとき（当該配偶者が当該子の出生の日から起算して56日を経過する日の翌日までの期間内にした育児休業の日数が通算して14日以上あるときに限る。）
- 組合員が次のいずれかに該当する場合は、上記アに該当すれば、育児休業支援手当金を支給します。
 - 配偶者のない者その他総務省令で定める者である場合
 - 配偶者が雇用保険法第5条第1項に規定する適用事業に雇用される労働者でない場合
 - 配偶者が当該育児休業に係る子について、労働基準法第65条第2項の規定による休業その他これに相当する休業として総務省令で定める休業をした場合
 - 配偶者が当該育児休業に係る子の出生後56日以内の期間において、当該子を養育するための休業をすることができない場合として総務省令で定める場合

(注)「対象期間」は、組合員が当該育児休業等に係る子について産後休業等をしなかったときはその子の出生の日から起算して56日を経過する日の翌日までの期間、組合員が当該育児休業等に係る子について産後休業等したときはその子の出生の日から起算して112日を経過する日の翌日まで等の期間とする。

育児時短勤務手当金が新設されます

職員共済組合

☎内81-2362

☎504-2061

2歳未満の子を養育するために、令和7年4月1日以降に時短勤務を開始した組合員を対象に、減収後の報酬の原則10%を育児時短勤務手当金として支給します。ただし、時短後の報酬と支給額の合計が時短前の報酬を超えないように手当金は調整されます。

※制度内容の詳細が分かり次第情報提供します。

保育所等に入れなかったことを理由とする、育児休業手当金の支給期間延長の手続きが変わります

職員共済組合

☎内81-2362

☎504-2061

これまで、保育所等による保育の利用を希望し申込みを行っているが、当該子が1歳に達する日後の期間について当面その実施が行われない場合は、市区町村の発行する入所保留通知などにより確認していました。

令和7年4月からは、これまでの確認に加え、保育所等の利用申込みが、速やかな職場復帰のために行われたものであると認められることが必要になり、従来の確認に加え、「本人が記載する申告書」及び「市区町村に保育所等の利用申込みを行ったときの申込書等の写し」により審査を行うこととなります。

必要書類

- 1 【追加】 育児休業手当金支給対象期間延長事由認定申告書
- 2 【追加】 市区町村に保育所等の利用申込みを行ったときの申込書等の写し（最終的に提出したもの）
- 3 市区町村が発行する保育所等の利用ができない旨の通知（入所保留通知書、通所不承諾通知書など）等

令和7年4月以降の手当金の申請の際は、【追加】の書類の確認が必要になります。保育所等の利用申込みを行う際は、必ず申込書類一式の写し（電子申請で申込みを行った場合は、申込内容を印刷したもの、または、申込みを行った画面を印刷したもの）を取って保管しておいてください。

支給対象期間延長要件

- 1 あらかじめ市区町村に対して保育利用の申込みを行っていること
- 2 速やかな職場復帰のために保育所等における保育の利用を希望しているものであると共済組合理事長が認めること
- 3 子が1歳に達する時点で保育所等の利用ができる見込みがないこと

注意

- ・「子が1歳に達する日」（*）とは「子の1歳の誕生日の前日」のことです。
- ・入所希望保育園を複数園申し込みしていない場合は、延長事由認定申告書に理由を記入していただくようになります。
- ・1歳以後も毎月待機状態である確認等を、各市区町村に問い合わせをさせていただきますのでご了承ください。
- ・虚偽の申告等が判明した場合、手当金を遡って返還していただくことがあります。
- ・保育所等の入所希望を取り下げられた場合、その時点で復帰の意思はないものとみなし、手当金の支給は停止になりますのでご注意ください。
- ・1歳以降の保育所等入所希望日は、月の初日を指定してください。
- ・入所が決定した場合は入所決定通知のコピーを提出してください。

育児休業等・産前産後休業終了時の標準報酬月額の変更等

職員共済組合

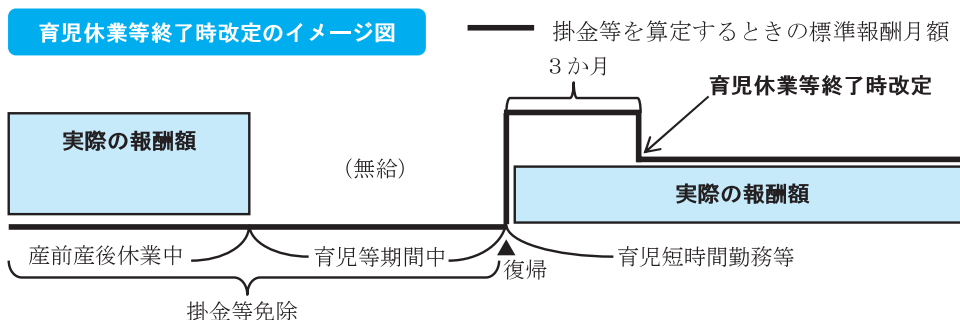
☎81-2361~2364

☎504-2061

1 育児休業等終了時改定

育児休業を終了した組合員が、育児休業を終了した日において、その育児休業に係る3歳に満たない子を養育する場合、職員共済組合に申出をしたときは、育児休業等終了日の翌日が属する月以後3か月間（報酬の支払基礎日数が17日未満の月等は除く。）に受けた報酬の総額をその期間の月数で除して得た額を報酬月額として標準報酬月額を改定します。（ただし、随時改定の要件を満たす場合は、育児休業終了時改定の申出がなくても随時改定を行います。）

なお、育児休業等に続けて次の子の産前産後休業をとる場合には、育児休業等と産前産後休業を1つの休業とみなして、産前産後休業の終了時（連続して次の子の育児休業等を取得する場合はその育児休業等終了時）に改定を行います。

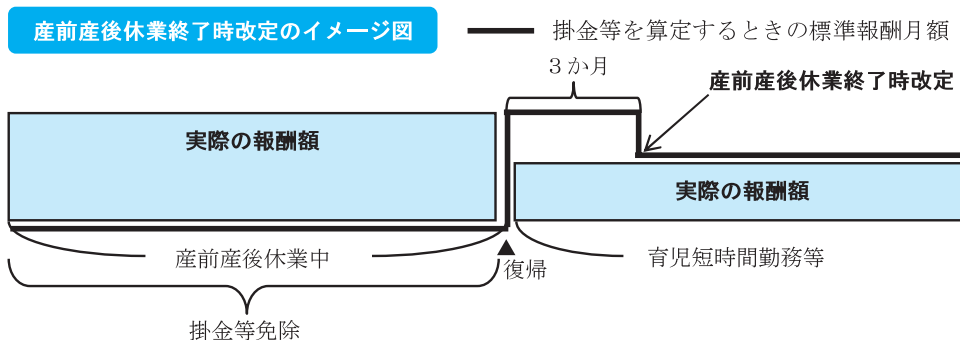


(注) 育児休業等終了時改定は、原則、復帰後3か月間の報酬の平均により行うため、復帰直後の約3か月間は、従前の標準報酬月額が適用されます。

2 産前産後休業終了時改定

産前産後休業を終了した組合員が、産前産後休業を終了した日において、その産前産後休業に係る子を養育する場合、職員共済組合に申出をしたときは、産前産後休業終了日の翌日が属する月以後3か月間（報酬の支払基礎日数が17日未満の月等を除く。）に受けた報酬の総額をその期間の月数で除して得た額を報酬月額として標準報酬月額を改定します。（ただし、随時改定の要件を満たす場合は、産前産後休業終了時改定の申出がなくても随時改定を行います。）

なお、産前産後休業に続けて育児休業等をとる場合には、産前産後休業と育児休業等を1つの休業とみなして、育児休業等の終了時に改定を行います。

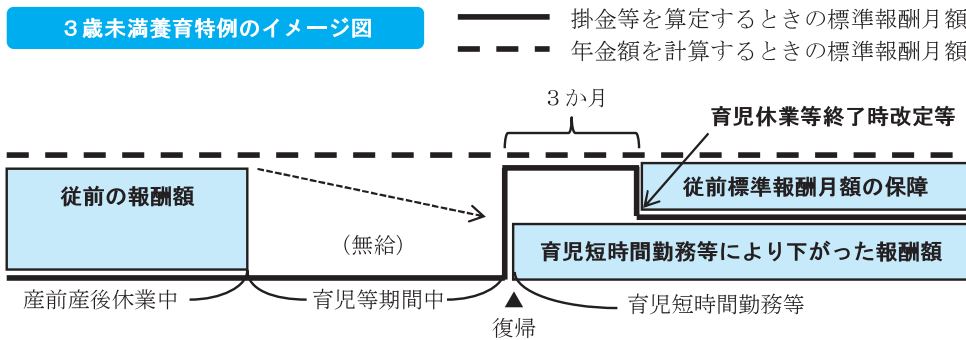


3 3歳未満の子を養育しているときの特例

3歳に満たない子を養育している組合員が、養育期間前の標準報酬月額を下回る場合に、職員共済組合に申出をしたときは、その子が3歳に達するまでの間、年金額計算の際には、養育期間前の高い標準報酬月額で計算されます。

育児休業終了時改定等により、養育期間前の標準報酬月額を下回る場合は、申出書を提出してください。

なお、この特例は、育児短時間勤務などの勤務形態の期間中に報酬が低くなったことにより将来の年金額が低くなることを避けるための措置であるため、短期給付の算定の基礎となる標準報酬月額には適用されません。



特約店のお知らせ

互助会

☎内81-2356
☎504-2063

変更 下記の特約店に変更がありましたので、お知らせします。

部 門	住所及び名称	定休日等
スポーツ用品部門	(株)広島ゴルフショップ ダイナマイト マリーナホップ店	(閉店)
進物・雑貨部門	(株)大進本店 (新店舗) 2U (トゥーユー) 中区新天地 2-1 広島PARCO新館 6F	TEL 247-4111 不定休・元日 PARCOに準ずる 店頭表示価格より3% OFF ※一部対象外

現在、職員共済組合で大学修学のための貸付を受けられている方へ

職員共済組合

☎内81-2361
☎504-2061

現在、職員共済組合で大学修学のための貸付を受けられている方で、対象者が大学院に進学される場合は追加貸付、または償還猶予の延長ができる場合がありますので、2月14日(金)までに職員共済組合へご相談ください。

退職される方へ

老齢厚生年金の繰上げ支給

職員共済組合

☎81-2363・2364

☎504-2061

老齢厚生年金の支給開始年齢が生年月日によって60歳から65歳まで段階的に引き上げられています。しかしながら、60歳以降であれば支給開始年齢になる前でも、請求により繰上げて年金を受け取ることができます。

なお、この繰上げ請求は、退職共済年金（経過的職域加算額）と日本年金機構等が支給する老齢厚生年金や老齢基礎年金等の繰上げ請求と同時に行う必要があります。

また、繰上げする月数に応じて次のとおり年金額が減額されます。

減額率＝0.4%（※）×繰上げ請求月から支給開始年齢になる月の前月までの月数

（例）老齢厚生年金額が1,200,000円で、昭和38年12月2日生まれの方が令和7年3月に繰上げ請求した場合
 老齢厚生年金（支給開始年齢65歳）
 1,200,000円／年 －（1,200,000円×0.4%×45月）＝984,000円／年
 老齢基礎年金（支給開始年齢65歳）
 816,000円（満額）－（816,000円×0.4%×45月）＝669,120円／年
 退職共済年金（経過的職域加算額）も同様の減額率で計算します。

※令和4年3月31日以前に60歳に到達している方（昭和37年4月1日以前生まれ）は、0.5%となります。

○繰上げ請求する場合の注意点

繰上げは以下の点について注意が必要です。請求前に職員共済組合へご相談ください。

- ① 請求後は、請求を取り消すことはできず、生涯減額された年金額となります。
- ② 請求後は、事後重症などによる障害に係る年金を請求することはできません。
- ③ 厚生年金保険に加入中の方等は、勤務先からの報酬等により年金の一部または全部が支給停止になる場合があります。退職共済年金（経過的職域加算額）、退職年金については、共済組合員（短期組合員を除く）の方は、全額支給停止されます。

○繰上げ請求窓口

職員共済組合年金係又は住所地を管轄する年金事務所

退職される方へ

保険手続のため早めのご連絡を！

互助会

☎81-2353・2358

☎504-2063

「グループ保険」、「全国市長会任意共済保険」、「積立年金保険」に加入しておられる方で3月末に退職される方には、退職後の手続について案内を送付いたしますので、互助会までご連絡ください。

※会計年度任用職員等及び早期退職の方は、互助会まで至急ご連絡ください。（積立年金保険については、年金受取の試算表作成が可能です。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

☎内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

☎内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をお願いします（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。（2月10日（月）午後は休診です。）

【巡回会場】（2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	
4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
12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
13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
14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
20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
25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
28日（金）	東区役所（5階講堂） 8:45~10:15	

【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。

職員定期健康診断未受診者の方へ

最後の“巡回健康診断”のお知らせ

福利課

☎内81-2374・2375
☎504-2062

今年度の職員定期健康診断は、令和7年2月28日（金）（人間ドック代用を含む）までです。

受診する際には、ピンク色の「職員定期健康診断個人票」を持参してください。個人票を紛失された場合は、再交付できますので担当に御連絡ください。

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です。

<未受診者を対象とした職員定期健康診断（最終）>

日時：令和7年2月21日（金） 9：00～11：40 13：30～16：00

場所：市役所本庁舎 2階講堂

受診時の注意事項

- ・ 定期健康診断個人票に必要事項を記入のうえ持参し、受付に提出してください。
- ・ 血液検査がある方は、直前の食事（朝食または昼食）を抜いてください。
- ・ 便潜血検査は、専用の容器に、提出当日、前日、前々日の3日間の内から1回採便して持参してください。便を取った後は、冷暗所（25℃以下）に保管してください。
- ・ 胸部レントゲン検査は、上半身無地の服か検査着のみを着て行きます。着脱しやすい服でお越しください。

安くていいお葬式をしませんか？

「小さなお葬式」は、お葬式からお墓のことまで、**適正価格で提供する葬儀ブランド**です。
お客様に安心していただける最適プランを、**明瞭価格でご提供**いたします。

3つの
特徴

安心・明瞭
のセットプラン

全国**4,000**ヶ所^{※1}
の提携式場

葬儀受注件数
7年
連続**No.1**^{※2}

※1 2024年4月 自社調べ ※2 2017～2023年 葬儀受注件数に関する調査（TPCマーケティングリサーチ調べ。仲介や再委託による施行を含む件数）

規模1～10名程度
式をせず少人数で
小さな火葬式

特別価格 **174,900**円^{税込}
一般価格229,900円(税込) 火葬料金別

規模5名程度～
告別式のみを1日で
小さな一日葬

特別価格 **323,400**円^{税込}
一般価格383,900円(税込) 火葬料金別

規模10名程度～
通夜・告別式を少人数で
小さな家族葬

特別価格 **427,900**円^{税込}
一般価格493,900円(税込) 火葬料金別

規模30名以上
一般的な葬儀を低価格で
小さな一般葬

特別価格 **625,900**円^{税込}
一般価格713,900円(税込) 火葬料金別

※一部地域やご希望の日程・葬儀場により別途費用が掛かる場合があります ※葬儀プランの価格は2024年8月時点の価格であり、それ以降にプラン価格が改定される可能性があります。



資料請求でもれなく

「喪主が必ず読む本」プレゼント!

「喪主が必ず読む本」とは

突然、喪主になってしまっても困らないよう、
パッと見てすぐわかるよう解説したハンドブックです。

小さなお葬式

小さなお葬式 🔍 検索
<https://www.osohshiki.jp/>

株式会社ユニクエスト 大阪府大阪市西区靱本町1-6-3

お電話時に「広島市職員互助会」の会員・そのご家族であることをお伝えください。

無料資料請求やプラン内容の詳細・お申込みについては下記までお電話ください

☎0120-968-297

通話料
無料

24時間
365日

乗り換えを検討している皆様へ



車は人生の一部だから。

～ 幸せな記憶はそのままに～
「大切な愛車」はJCMが繋ぎます

ご成約特典

商品券
10,000円分
進呈!



ANA/JALのマイル
に変更も可能!

買取金額5万円未満は
対象外となります。

乗り換えるなら、 JCMのあんしん買取。

長い年月、人生を共に過ごした愛車を手放すのは寂しいものです。
創業1984年の実績をもつ、JCMなら納得のいく査定価格と親身な
対応。安心してお任せください。

創業 **1984**年

過度な営業は
一切行いません!

1,700社と提携

全国無料
出張査定

JCMは、都市銀行・生損保・社団法人などが設立した唯一の自動車流通商社です。



0120-322-755

[受付時間]
9:30～17:30(月～土)
※日・祝休み

1分で出来る!

Webでのお申し込みはこちらから



KK00032262

JCM

株式会社JCM クルマ買取サービス ■当社は皆様の愛車をオークション・業販などを通じて業界に供給する会社です。

〒101-0054
東京都千代田区神田錦町3-13
竹橋安田ビル

札幌支店 / 仙台支店 / さいたま支店 / 東京本社 /
名古屋支店 / 大阪支店 / 広島支店 / 福岡支店 /
四国エリアオフィス



(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。
なお、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

販売価格 **1LDK 3,300** (100万円単位)
万円台～

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●敷地面積/1,172.08㎡●用途地域/商業地域●建ぺい率/90%(角地緩和)●容積率/500%(地区計画)●建築面積/565.43㎡●延床面積/7,165.22㎡(計画変更)●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/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●間取り/1LDK～3LDK●専有面積/44.24㎡～72.85㎡●バルコニー面積/8.00㎡～12.10㎡●フリーポーチ面積/4.05㎡～7.65㎡●室外機置場面積/2.28㎡●2.48㎡●管理費/月額:5,550円～8,500円●修繕積立金/月額:6,280円～10,340円●管理準備金/お引渡時一括:6,840円～11,265円●修繕積立基金/お引渡時一括:572,300円～942,400円●駐車場/総戸数90戸に対して51台(機械式)月額使用料:17,000円～25,000円●バイク置場/(大型)5台、(小型)2台/月額使用料:(大型)2,500円、(小型)1,500円●自転車置場/総戸数90戸に対して146台(月額使用料:100円～700円)●管理形態/区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社へ委託●管理員形態/通勤●竣工時期/2027年4月上旬予定●入居時期/2027年5月下旬予定●売主/JR西日本プロパティーズ株式会社・広島電鉄株式会社●販売代理/三井不動産リアルティ中国株式会社・株式会社KCE●管理会社/JR西日本住宅サービス株式会社●施工/株式会社鴻池組●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【プレディア広島大手町 先着順販売概要】●販売戸数/9戸●間取り/1LDK～3LDK●専有面積/44.24㎡(2戸)～72.85㎡(1戸)●バルコニー面積/8.00㎡(2戸)～12.10㎡(1戸)●フリーポーチ面積/4.05㎡(2戸)～7.65㎡(1戸)●室外機置場面積/2.28㎡(1戸)●2.48㎡(1戸)●販売価格/3,340万円(1戸)～5,690万円(1戸)●管理費/月額:5,550円～8,500円●修繕積立金/月額:6,280円～10,340円●管理準備金/お引渡時一括:6,840円～11,265円●修繕積立基金/お引渡時一括:572,300円～942,400円●※管理費にはインターネット利用料(月額990円(税込))を含みます。●※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の場合にご容赦ください。●※広告作成日/2025年1月20日

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:10:00～18:00 [休日:火曜・水曜日]

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

一般財団法人広島市職員互助会 会員の皆様へ

特別なお案内

SAISON GOLD AMERICAN EXPRESS® CARD

セゾンゴールド・アメリカン・エクスプレス®・カード



初年度
年会費無料

通常年会費11,000円(税込)

年間1回(1円)以上の
カードご利用で **実質年会費無料**

さらに

カードご入会月の翌月末までに5万円(税込)以上のご利用で

3,000円キャッシュバック

お申し込み

専用URL：<https://www.saisoncard.co.jp/amextop/gold-next0-new/?sd=70M&mi=1800074&ta=>
特典は上記のURLを経由された場合に限り適用となります。詳細はホームページをご確認ください。



お問い合わせ先

株式会社クレディセゾン セゾンAMEX営業部 担当：矢野
yano6783@cs.saisoncard.co.jp 070-7371-7617 (9:00~17:00 土・日・祝休み)

【実質年会費無料特典について】 ※実質年会費無料は1年間に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様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。

【キャッシュバック特典について】 ※キャッシュバック対象となるご利用分はリボ手数料や年会費を除くショッピングご利用分すべてとなります。※キャッシュバック特典は、カードご入会月の4ヵ月後のお引き落とし時に反映いたします。※上記期間中にご利用加盟店から当社に売上が計上されたご利用分までが対象となります。期間中のご利用であっても、売上データの計上日によっては対象外となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

※専用URL以外からのお申し込みは、特典の対象外となります。※未成年の方はお申し込みの対象外となります。なお、ファミリーカードは本会員様と生計をともにする、18歳以上の同姓のご家族の方に4枚まで発行いたします。※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。その場合は特典の対象外となります。※特典をお受け取りいただけなかった場合はセゾンゴールド・アメリカン・エクスプレス・カードデスクまでご連絡ください。特典の付与期間から6ヵ月後の月末までにお申し出のない場合、お受け取りの権利を無効とさせていただきますのであらかじめご了承ください。※特典付与時点でカードを解約されている又は口座登録の設定がなされていない場合は特典対象外となります。※(株)クレディセゾンが実施する他のキャンペーンとの重複適用はございません。

※「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。(株)クレディセゾンは、アメリカン・エクスプレスのライセンスに基づき使用しています。※本誌記載の情報は2024年10月1日現在のものです。本特典は予告なく中止、または内容が変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。



(Q)

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

ストレスに強くなるリラクゼーション術 ～入浴編～

1年で最も寒いこの時期、お風呂で温まっていますか？
温かいお湯に浸かってリラックスする入浴は、心の疲れを癒してくれる貴重な時間です。

入浴のメリット



- ① 浮力
お湯に肩まで浸かると浮力によって体重が10分の1程度になり、体全体の緊張がほぐれる。
- ② 水圧
体に水圧がかかると、血管にも圧がかかり、血行が促進され、むくみの解消に役立つ。
- ③ 温熱
体が温まり、血管が広がって血の巡りがよくなる。

～基本の入浴法～

① タイミング

就寝前の
約1～2時間が理想



入浴により一時的に上がった体温が下がる時に入眠スイッチが入ります。
寝つきが良く、睡眠も深くなり、睡眠の質が向上します。

② 入り方

冬場は40度で10分
肩までしっかり全身浴



肩までしっかり浸かることで、入浴の効果が得られます。ただし、肩までつかって息苦しいと感じたら、無理せず量を減らして半身浴に。

イライラしたり焦ったりしているときは交感神経が優位になっています。38～39度のぬるめのお湯に少し長めにつかってみましょう。交感神経が優位になり、気持ちが落ち着きます。

コラム～入浴による健康効果～

① 幸福度UP

毎日浴槽に浸かる人はそうでない人と比べて幸福感を感じている方が約1割も高いという調査結果があります。

② 心筋梗塞や脳卒中などのリスクが低下

浴槽に週5～7日浸かる人は、週2回以下の人と比べてリスクが約3割低下するという調査結果があります。

お風呂が面倒なときは「シャワー浴+足浴」

浴槽に浸かるのが面倒だからとシャワー浴ですます人もいるのでは？そういう時は、少しお湯をためた湯船の中でシャワーを浴びると足浴にもなり、シャワー浴だけよりも体が温まります。



入浴時の事故にご注意!!

入浴中の事故は、冬に多く発生し、急な温度差による血圧の急激な変化が原因のひとつとされています。

入浴前に浴室や脱衣所を暖めておくなどの工夫や、湯船から急に立ち上がらないなど気をつけましょう。



〈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。

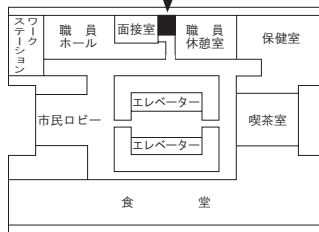
【相談受付】

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)

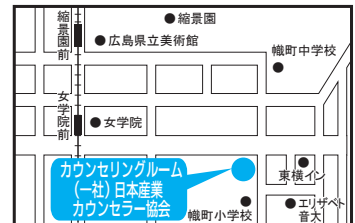
【相談方法】

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)

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5 Ⓜ 2月分普通・特別貸付 申込締切	6	7	8
9	10 Ⓜ 各種給付金締切 Ⓜ 1月分各種給付金支払 Ⓜ 貸付金繰上償還申込締切	11	12	13	14 Ⓜ 財形貯蓄2月分払戻請求締切	15
16	17	18	19	20 Ⓜ 3月分住宅貸付申込締切 Ⓜ 2月分育児・介護休業 手当金請求締切	21 Ⓜ 貸付金繰上償還振込期限	22
23	24	25 Ⓜ 1月分育児・介護休業 手当金支払日 Ⓜ 3月分産前産後休業掛 金免除申出締切	26	27	28 Ⓜ 財形支払 Ⓜ 2月分普通・特別、1 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		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) (本庁内線2355・6)	加入申込 (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 ダイヤルイン 569-7816](tel:082-504-7816) まで!!