

# 厚生だより

2025

7

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)7月1日号

## ミュージカル 赤毛のアン



撮影：阿部章仁

### 募集します

P1~4 互助会招待事業 参加希望者募集!!  
(野球・サッカー・広響・四季)

P5~6 互助会セミナーの開催(8月事業)

P7 団体傷害保険募集

### ベネフィット・ステーション

この夏も、ベネフィット・ステーションで  
宿泊予約!

P9 健康増進・リフレッシュ補助券「人間ドック  
実施医療機関」での利用可能枚数が増えてます

### 健康・相談

P25 ニコニコ(2525)過ごそう!  
毎月25日はメンタルヘルス推進日^^

P26 笑顔でヘルシーダイヤル(電話健康相談)等

### お知らせします

P8 総合体育祭7月1日(火)から開催

P10 育児休業手当金の支給期間の延長について

標準報酬月額の変動改定時について年  
間報酬の平均による保険者算定(年間  
算定)を行います

P11~12

P13 障害厚生年金について

P14 熱中症予防のために

P15 ジェネリック医薬品をご利用ください

P16 医療費と給付金支給額のお知らせ

P16 預託金の運用状況について

P17 ストレスチェックを受けましょう!

P18 仕事と家庭生活の両立支援相談窓口

P19 組合員証・被扶養者証の使用について

# 互助会招待事業 (野球・サッカー・広響・四季)

**参加希望者募集!!**

互助会

FAX245-8337  
☎81-2356  
☎504-2063



## プロ野球公式戦

IN マツダスタジアム

**募集内容**

〈下記の中から1つだけ選んでください〉 申し込み状況は、庁内LANで毎日更新します!

番号	試合開始日時		対戦カード	募集人数		負担金
				1塁側	3塁側	
1	8月1日(金)	18:00	中日	-	2人	内野指定席A (1塁、3塁) 1枚につき 2,000円
2	8月15日(金)	18:00	ヤクルト	-	4人	
3	8月22日(金)	18:00	中日	-	3人	
4	8月24日(日)	18:00		-	10人	
5	8月28日(木)	18:00	巨人	26人	-	
6	9月12日(金)	18:00	中日	100人	10人	
7	9月14日(日)	18:00	ヤクルト	100人	10人	
8	9月15日(月・祝)	14:00		100人	10人	
9	9月23日(火・祝)	18:00	巨人	100人	10人	

**9/12金**

職場の仲間と  
カーブ応援しようやDAY  
各150人(1塁)  
負担金1枚につき  
1,000円

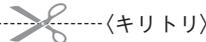
雨天中止になった場合  
そのゲームの当選権利は  
なくなります。

また、負担金は共済組  
合(互助会のみ加入の方  
は互助会)の登録口座に  
払戻します。

**申込期限**

7月7日(月)17:00必着 Web申込み(通常募集のみ)は23:59まで

当選者には7月17日頃に通知書を発送します。通知書と負担金を互助会窓口へ持参し、入場券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、所属に送付します。負担金は振り込み(振込手数料は本人負担)となります。申込期限後のキャンセル、変更等はできません。



### プロ野球観戦申込書 (7月7日(月)17:00必着)

職員番号 \_\_\_\_\_ 所属名 \_\_\_\_\_  
氏名 \_\_\_\_\_ 所属TEL \_\_\_\_\_

職員番号	氏名(カタカナで記入)	続柄

**注意事項**

- ①グループで申し込まれる場合、代表者の職員番号・所属名・氏名・所属TELを記入の上、**参加者全員**の職員番号・氏名を記入してください。御家族で申し込まれる場合、職員番号・所属名・氏名・所属TELを記入の上、**参加者全員**の氏名と続柄を記入してください。  
※申込者が参加される場合、必ず再度記入してください。
  - ※ただし、3歳未満の乳幼児が参加される場合、席を必要とされる方のみ記入してください。
  - ②\*は、希望するものを1つ○で囲んでください。
  - ③枚数と合計負担金額を記入してください。
  - ④11名以上のグループで申し込まれる場合は抽選申込書をコピーして使用してください。
  - ⑤記入内容に不備等がある場合、抽選対象外とします。
  - ⑥プロ野球観戦は、年度内通常募集が1回、「職場の仲間とカーブ応援しようやDAY」が1回とします。
  - ⑦グループで申し込まれる場合、グループ内に既当選者が含まれていると、グループ全員が失格となります。
  - ⑧チケットの郵送を希望される方は郵送希望欄にチェックしてください。
  - ⑨申込期限後の受け取り方法の変更はできません。
- ※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)が対象者です。なお、**配偶者の父母、子の配偶者、兄弟姉妹の配偶者等は対象外です。**

\*試合NO. 1 2 3 4 5 6 7 8 9

\*参加席 1塁側 3塁側

枚数 & 合計負担金額 @2,000円 × 枚 = 円

チケットの郵送を希望します。(所属に郵送)

※本庁舎やその近辺の所属の方はなるべく互助会窓口での引き換えにご協力ください。

**FAXで申し込む場合、申込書を切り取らずに送信してください。**

# 9月12日 中日戦!! (1塁側内野指定席A 150枚)

『職場の仲間とカープ応援しようやDAY』募集!!

互助会員  
負担金 **1,000円**

職場の仲間とカープ応援しようやDAY申込書

(7月9日(水) 17:00 必着)

職員番号 \_\_\_\_\_ 所属名 \_\_\_\_\_  
氏名 \_\_\_\_\_ 所属 TEL \_\_\_\_\_

今年度最後の野球募集です!  
年によっては優勝チームが決まってくる時期です!!!  
『遮二無二』をキャッチフレーズに、二位は無い一位を目指すカープ!職場の仲間と一緒に応援しませんか?  
ご応募お待ちしております。

職員番号	氏名(カタカナで記入)

- 職場の仲間とカープ応援しようやDAYの注意事項**
- ①応募は職場単位(原則として課相当とし、課でまとめて応募してください。課を分けての応募や他の課の職員を加えた応募、部、係での応募はできません。)  
※部しかない組織はこの限りではありません。
  - ②一度当選された職場(課)は、抽選の対象外となります。
  - ③応募人数は、原則として会員5人以上(ただし、会員の2/3以上の応募であれば5人未満でも可(会員が6人の課であれば4人での応募も可))11名以上で申し込まれる場合は抽選申込書をコピーして使用してください。
  - ④申込書は代表者の職員番号・所属名・氏名・所属TELを記入の上、参加者全員の職員番号・氏名を記入してください。代表者も再度記入してください。
  - ⑤互助会員以外(日額の会計年度任用職員等)も応募できますが助成の対象外となります。
  - ⑥応募は申込書限定です。
  - ⑦その他の記入上の注意事項は通常の申込書の注意事項③、⑤、⑥、⑧、⑨を参考にしてください。  
**FAXで申し込む場合、申込書を切り取らずに送信してください。**

互助会員  
枚数 & 合計負担金額 @1,000円 × 枚 = \_\_\_\_\_ 円

互助会員以外の職員  
枚数 & 合計負担金額 @4,200円 × 枚 = \_\_\_\_\_ 円

合 計 \_\_\_\_\_ 円

チケットの郵送を希望します。(所属に郵送)

※本庁舎やその近辺の所属の方はなるべく互助会窓口での引き換えにご協力ください。

**申込期限** 7月9日(水) 17:00 必着  
当選者には7月19日頃に通知書を発送します。通知書と負担金を互助会窓口へ持参し、入場券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、所属に送付します。負担金は振り込み(振込手数料は本人負担)となります。申込期限後のキャンセル、変更等はできません。

**申込方法** 互助会 web サイト内の専用フォーム(通常募集のみ)又は、申込書を互助会へ提出。  
(FAX 245-8337でも受け付けます。)  
※専用フォーム及びFAX送信後、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。また、最終日は回線が混み合いますので、早めの送信をお願いします。

✂ (キリトリ)



## 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.	試合開始日時	対戦カード	募集人数	負担金
1	8月10日(日) 18:30	清水エスパルス	各30人	メインスタンド2階(カテゴリー6) 1枚につき2,000円
2	8月16日(土) 19:00	ガンバ大阪		
3	8月20日(水) 19:00	ヴィッセル神戸		メインスタンド2階(カテゴリー6) 1枚につき1,800円

当選者には7月17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** 7月9日(水) 23:59まで

# 劇団四季 ミュージカル『赤毛のアン』

# ミュージカル 赤毛のアン

## 募集内容

番号	公演日時		募集人数
1	9月20日(土)	13:00	70人
2		17:30	50人
3	9月21日(日)	13:00	70人
4	9月23日(火・祝)	13:00	70人

【会場】 上野学園ホール（広島県立文化芸術ホール）

【負担金】 S席 6,500円（通常料金10,000円）

\*席位置は指定できません。

\*公演当日3歳以上有料／3歳未満入場不可



撮影：樋口隆宏

## 申込期限

7月15日(火) 23:59まで

当選者には7月30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。

## 時代を超えて愛される名作

## 「世界最高のアン」と称された舞台

時代を超えて愛され、世界で読み継がれている『赤毛のアン』。2024年には作者のルーシー・M・モンゴメリー生誕150年を迎えたばかり。そんな名作から生まれた劇団四季のミュージカルが、全国を巡ります！

繊細かつドラマティックな演出でストーリーや音楽の魅力を余すことなく引き出し、本場カナダのスタッフからも「世界最高のアン！」と絶賛されたとおきの舞台です。

主人公はとびきり明るく、おしゃべりが大好き、そして素晴らしい想像力で毎日をたちまち彩り豊かにしてしまうアン・シャーリー。かつてご覧になった方も、初めてという方も、ぜひ会いに来てください。アンの自分らしく前向きに生きる喜び、彼女を取り巻く人々のぬくもりが、あなたの心を輝かせ、幸せにしてくれることでしょう。



撮影：阿部章仁



撮影：阿部章仁

## —STORY—

大好きなのは空想とおしゃべり。そんなアンが見つけたものとは…  
大自然と愛に包まれ、成長していくひとりの少女の物語。

舞台は20世紀になるころのカナダ。春を迎えたプリンス・エドワード島。

アヴォンリーという小さな村で暮らす年老いたマシューとマリラのもとに、孤児院からひとりの女の子がやって来ます。名前はアン・シャーリー。本当は男の子が来るはずでしたが、2人は彼女を引き取ることにします。

空想とおしゃべりが大好きで、まっすぐな性格のアンは、家でも学校でもさまざまな事件を起こしてしまいます。

でもその明るく前向きな姿はしだいに周囲を魅了し、最初とはまどっていた人たちもアンのことが大好きになっていきます。

美しく移り変わるカナダの大自然と人々の愛の中で、心豊かに成長していくアン。

そんな彼女にも、やがて大きな試練の日がやってくるのでした……。



# 広島交響楽団定期演奏会

## 募集内容 第454回広島交響楽団定期演奏会

【日時】 9月20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】 40人  
 【負担金】 S席 2,900円 A席 2,600円 B席 2,300円



【指揮】 尾高忠明 【ホルン】 シュテファン・ドール  
 【曲目】 リヒャルト・シュトラウス：ホルン協奏曲第2番変ホ長調  
 シベリウス（生誕160年）：4つの伝説曲作品22（レンミンカイネン組曲）

カラヤン時代にベルリン・フィルの首席ホルン奏者として君臨していたゲルト・ザイフェルト氏の実質的な後任として、1993年から30年以上にわたり世界最高峰のオーケストラの重席を守り続けてきたシュテファン・ドール氏が、リヒャルト・シュトラウスの難曲「ホルン協奏曲第2番」で広島と初共演します。

指揮は、2021年から定期的に登場している尾高忠明氏が務めます。北欧作品に定評のある広響と、尾高氏が自身の大切なレパートリーとされている「レンミンカイネン組曲」を、広島の方の皆さまにお届けします。



© Martin Richardson



© Simon Pauly

## 申込期限 7月21日(月) 23:59まで

当選者には7月31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。

## 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（下記のQRコードを読み込むと便利です。） **申込受付：7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。

※本庁舎やその近辺の所属の方はなるべく互助会窓口での引き換えにご協力ください。

# 互助会セミナーの開催 8月事業の参加者募集

毎月2回程度、主に鷹野橋職員会館でセミナー等を開催します。  
参加費無料

互助会

FAX245-8337  
☎81-2354  
☎504-2063

## ① 税理士による個別税務相談会

### 募集内容

【日時】 令和7年8月2日（土）

- ① 9:00～10:00    ② 10:10～11:10    ③ 11:20～12:20  
④ 13:20～14:20    ⑤ 14:30～15:30    ⑥ 15:40～16:40

【場所】 鷹野橋職員会館 3階 第1サークル室・ミーティングルーム（中区大手町五丁目6番3号）

【募集人員】 18組（各時間 定員3組）※ご家族の方も一緒に相談していただけます。

【内容】 広島税理士会所属の税理士の先生を招き、「相続」、「所得税」、「不動産」などご家庭での税金に関するお困りごとを相談いただけます。限られた相談時間の中で、円滑に相談を進めるために必要な書類をお持ちください。（納税証明書など）

### 税理士紹介



広島税理士会 原田泰弘税理士事務所  
はらだ やすひろ  
原田 泰弘 氏



広島税理士会 山口税理士事務所  
やまぐち あきひこ  
山口 明彦 氏

### 申込期限 7月15日（火）17:00まで

申込書を互助会窓口へ提出してください。（FAX、庁内メール便可）

申込み多数の場合は抽選となります。当選者には7月18日頃に通知書を送付します。

※今後の福利厚生事業の参考とするため、参加者の方にはアンケートにお答えいただきます。



（キリトリ）

## ① 税理士による個別税務相談会 申込書

職員番号

所属名

氏名

所属 TEL

希望する時間を第2希望まで上記番号（①～⑥）でご記入ください。※申込み多数の場合は抽選になります。時間帯の希望がない場合は「いつでも可」に○をつけてください。希望者の少ない時間帯で抽選を行います。

第1希望

第2希望

いつでも可

## ②お弁当や常備菜に！ 簡単・時短料理教室

### 講師紹介



オステリーア桂  
あさだ けいこ  
朝田 桂子 氏

(ほっこり創作料理クリエイター)

### 募集内容

- 【日時】 令和7年8月24日（日） 10:00～13:00  
【場所】 中区 中央公民館調理実習室（広島市中区西白島町24番36号）  
※会場は鷹野橋職員会館ではありません。応募の際はご注意ください。  
※参加費、材料費は無料です。  
【募集人員】 24名 ※ご家族の方も一緒に参加いただけます。  
【内容】 忙しい毎日の中で、お弁当や夕食の献立に頭を悩ませることはないですか？  
どこでも手に入る食材、調味料を使って、手早く作れて美味しい、写真映えもするレシピを提案する料理教室を開催します。職場の仲間で、ご家族で、協力して料理を楽しみましょう。  
【準備物】 エプロン、ふきん、筆記用具

## ③生成 AI 活用セミナー

### 講師紹介



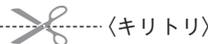
広島大学  
情報メディア教育研究センター  
すみや たかひろ  
教授 隅谷 孝洋 氏

### 募集内容

- 【日時】 令和7年8月30日（土） 10:00～12:00  
【場所】 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番3号)  
【募集人員】 30名  
【内容】 「ChatGPT」などの生成 AI について、「AI とは」、「上手な使い方」、「AI と人間の関わり方の未来」など多方面から学ぶセミナーを開催します。  
【準備物】 インターネットの利用が可能なスマートフォン

### 申込期限 7月22日（火）17:00まで

申込書を互助会窓口にて提出してください。（FAX、庁内メール便可）  
申込み多数の場合は抽選となります。当選者には7月25日頃に通知書を送付します。  
※今後の福利厚生事業の参考とするため、参加者の方にはアンケートにお答えいただきます。



（キリトリ）

## ②料理教室 / ③生成 AI 活用セミナー 申込書

職員番号

所属名

氏名

所属 TEL

参加を希望するセミナーに○をつけてください。料理教室は参加人数もご記入ください。

② お弁当や常備菜に！ 簡単・時短料理教室 \_\_\_\_\_ 名

③ 生成 AI 活用セミナー \_\_\_\_\_

# 団体傷害保険募集

普通傷害保険、家族傷害保険、医療保険基本特約・疾病保険特約セット団体総合保険

互助会

☎ 81-2353-2354  
☎ 504-2063

## 加入申込締切り 7月18日(金)

この保険は、勤務内外を問わず、傷害事故による死亡・後遺障害・入院・通院・手術を補償するものです。また、個人賠償責任補償特約がセットされていますので、日常生活で他人にケガを負わせたり、他人の財物を壊したりした場合に保険金をお支払いします。病気についても、オプションとして加入することができ、入院・退院後通院・手術について補償します。保険料は、団体割引により割安となっております。

### 保険期間

令和7年8月1日から1年間となります。

### プランの選択

傷害プランには、3つのプランがあり、自由に組み合わせて加入することができますが、加入口数は、各プラン（1被保険者につき）1口のみです。また、オプションとして病気プランに加入することができ、加入口数は、1口のみです。

#### 〈傷害プラン〉

- ・ファミリープラン…このプランに申込みをいただきますと、ご家族全員（ご本人、配偶者、本人または配偶者と生計を共にする同居の親族または別居の未婚の子）が自動的に保険の対象となります。
- ・カップルプラン…ご本人と配偶者が対象となります。
- ・パーソナルプラン…申込みの際に記名された方だけが対象となります。

#### 〈病気プラン（オプション）〉

- ・病気プラン…申込みの際に記名された方だけが対象となります。

### 申込手続

7月上旬に各所属へリーフレットと加入申込書を配付しますので、既加入者の追加加入、変更、脱退希望の方は、申込書に記入、押印の上、提出してください。また、未加入者の方は、広島市流通センター(株)へ送付希望書(専用チラシ裏面)を提出し、リーフレットと加入申込書の配付を受けた後、申込書を提出してください。

### 保険料控除

保険料の給与引き去りは、10月からとなります。

※詳細については、7月上旬に配付するリーフレットをご覧ください。

#### 〈引受保険会社〉

(幹事) 損害保険ジャパン(株)

東京海上日動火災保険(株)・あいおいニッセイ同和損害保険(株)・

三井住友海上火災保険(株)・共栄火災海上保険(株)

※上記引受保険会社は変更の可能性があります。

保険料と補償額 ※個人賠償責任の補償が1億円までUPしました！自転車事故の賠償責任にも対応しています。

〈傷害プラン〉

(保険期間1年、団体割引15%)

ご加入プラン		ファミリープラン			カップルプラン			パーソナルプラン			
		FA	FB	FC	CA	CB	CC	PA	PB	PC	
月額保険料		4,000円	3,000円	2,000円	3,000円	2,000円	1,000円	2,000円	1,000円	500円	
補償内容	本人	死亡・後遺障害	76.3万円	57.3万円	47.9万円	57.3万円	9.9万円	9.9万円	645.5万円	95.3万円	9.9万円
		入院日額	5,000円	4,000円	3,000円	7,500円	5,000円	1,600円	5,000円	3,000円	1,000円
		通院日額	4,000円	3,000円	2,000円	4,500円	3,000円	1,500円	3,000円	2,000円	1,000円
		手術保険金	入院中の手術：入院日額の10倍			外来の手術：入院日額の5倍					
	配偶者	死亡・後遺障害	55万円	50万円	30万円	30万円	7万円	6.2万円	-	-	-
		入院日額	4,000円	3,000円	2,000円	5,000円	3,000円	1,100円	-	-	-
		通院日額	3,000円	2,000円	1,000円	3,000円	2,000円	1,000円	-	-	-
		手術保険金	入院中の手術：入院日額の10倍			外来の手術：入院日額の5倍					
	親その他の家族	死亡・後遺障害	40万円	40万円	30万円	-	-	-	-	-	-
		入院日額	3,000円	2,500円	1,500円	-	-	-	-	-	-
		通院日額	2,000円	1,400円	1,000円	-	-	-	-	-	-
		手術保険金	入院中の手術：入院日額の10倍			外来の手術：入院日額の5倍					
個人賠償責任		1億円(ご家族全員が対象)									

〈病気プラン（オプション）〉

(保険期間1年、団体割引20%)

年齢	0~24歳	25~29歳	30~34歳	35~39歳	40~44歳	45~49歳	50~54歳	55~59歳	60~64歳	65~69歳
月額保険料	380円	530円	620円	680円	750円	940円	1,190円	1,780円	2,400円	3,600円
入院日額	5,000円(日帰り入院OK・0日から)									
退院後通院日額	3,000円(継続して4日を超える入院の退院後の通院が対象)									
手術保険金	入院中の手術：入院日額の10倍			外来の手術：入院日額の5倍						

# 総合体育祭7月1日(火) から開催

互助会

☎内81-2358  
☎504-2063

福利課

☎内81-2351  
☎504-2060

## 本大会は 10 月から開催予定

総合体育祭が、7月1日(火)(ブロック大会)から開催されます。

競技内容は、できるだけ多くの方が参加していただけるものにしておりますので、選手の方はもちろん、出場されない方も応援で参加され、スポーツを通じて元気回復や親睦を図ってください。

本大会は、10月以降開催の予定です。日程等については「厚生だより」で順次ご案内しますが、ブロック当たりの出場チーム数に制限のある種目については、各ブロックにおいて予選等により出場チームを決定することとなっています。このため、予選を行わない場合は、出場希望のチームからブロック代表者へ事前に報告を行ってください。詳しくは9月号の厚生だよりに掲載する予定です。

本大会の種目及び競技方法等は次のとおりですが、ブロック当たりの出場チーム数、参加条件等は変更する場合があります。

### ◆総合体育祭種目一覧表

種目	ブロック当たりの出場チーム数	1チーム当たりの登録人員	参加条件等	競技方法
軟式野球	1チーム	15名以内	なし	5回戦又は50分(決勝は7回戦又は70分) トーナメント形式
ソフトボール	1チーム	15名以内	40歳以上男子を1名、30歳以上男子又は女子2名が常時出場すること。	5回戦又は50分 トーナメント形式
卓球	制限なし	6名以上 8名以内 (女子1名以上登録すること)	ダブルス3組で1チームとする。なお、女子は予選・決勝ともに各対戦の2試合目に出場するものとする。	予選、決勝ともにダブルス3試合による対戦方式 ※参加チーム数によっては変更あり
サッカー	1チーム	18名以内	30歳以上3名が常時出場すること。	トーナメント形式 20分ハーフ、40分ゲーム
バドミントン	2チーム以内	9名以内	ダブルス3組で1チームとする。なお、3組中1組は混合ダブルス(女子の代わりに50歳以上の男子でも可)とする。	トーナメント形式 21点先取3ゲーム (ラリーポイント制)
ボウリング	3チーム以内	6名以内	なし	4人チーム戦 3G×4名=12Gトータル
継走	制限なし	9名以内	40歳以上男子又は女子が1名出場することとし、5区を担当する。	6区間(9.3km)
エスキーテニス	制限なし	9名以内	混合ダブルス1組、40歳以上ダブルス(うち1名は女子でも可)1組、一般ダブルス1組の計3組で1チームとする。	予選はリーグ戦 決勝はトーナメント形式
硬式テニス	2チーム以内	8名以内	ダブルス3組で1チームとする。	予選はリーグ戦 決勝はトーナメント形式

- ① 1人3種目まで参加できます。
- ② サークル部員は、所属する種目への出場はできません。
- ③ 運営費助成対象は、互助会会員のみとなります。

大会の参加に当たっては、こまめに水分補給するなど、熱中症対策をしっかりと行いましょう。

総合文化祭についても開催する予定です。詳細は9月号でお知らせします。

## この夏も、ベネフィット・ステーションで宿泊予約！

広島市職員互助会様で利用 No 1！

最も手軽な利用方法が人気。  
独自宿泊補助も利用ができるため、  
夏の旅行はぜひベネステで！



感動のそばに、いつも。

対象旅行代金の  
国内旅行 1～3%ベネポ還元  
海外旅行 3%～5%ベネポ還元 ほか

### 店舗でのご利用方法

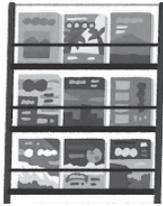
WEB 会員証を提示します。



ベネフィット・ステーションにログインし、  
WEB 会員証を提示しましょう。



購入商品を決めましょう。



旅行の商品を選びます。

対象商品の特典が異なりますので、  
事前にベネフィット・ステーションで確認するか、  
店舗スタッフに確認しましょう。

宿泊補助の申告と支払い



宿泊補助  
使います。

店舗スタッフに宿泊補助の利用を伝え、  
差額を支払いし予約手配は完了となります。

●直営店もしくは総合提携店一例

- JTBトラベルゲート広島紙屋町店 / JTB広島ゆめタウン店
- JTBイオンモール広島府中店 / NTAトラベル広島八丁堀福屋支店
- JTB東広島ゆめタウン店 / JTB呉ゆめタウン店

※画面はイメージです。掲載内容やデザインは変更となる場合がございます。

### 健康増進・リフレッシュ補助券

## 「人間ドック実施医療機関」での利用可能枚数が増えてます

令和7年度から「健康増進・リフレッシュ補助券」を「人間ドック実施医療機関」で利用できる上限枚数が  
**2枚から3枚**に増えております。積極的に活用し健康増進をはかりましょう！



補助券の利用対象施設や利用詳細は  
令和7年度ご利用ガイドをご覧ください。  
令和7年度ご利用ガイド eBook はコチラ

# 育児休業手当金の支給期間の延長について

職員共済組合

☎内81-2362  
☎504-2061

職場復帰の意思があり、下記の総務省令で定める事情がある場合は、育児休業の対象となる子が1歳6か月に達する日（1歳6か月時点においても該当する場合は2歳）まで手当金支給期間が延長されます。

- A** 1歳以後2歳までの期間中に、子の養育予定であった配偶者が、死亡、負傷、疾病、婚姻の解消、産前産後等の事情により養育が困難になった場合

諸事情を証明する書類を請求書に添付してください。

- B** 保育所等による保育の利用を希望し、申し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で、保育所等の利用申し込みが、速やかな職場復帰のために行われたものであると当組合が認めたとき

☞ **最長1歳6か月まで延長**

1歳の時点で延長要件に該当するか否か判断します。1歳2か月（パパママプラス制度）支給者の場合は、育児休業手当金支給期間の末日で判断を行います。

☞ **最長2歳まで再延長**

上記1歳6か月までの延長に該当する組合員で、1歳6か月の時点でも、引き続き保育所等に入所できない場合は、最長2歳まで手当金の支給期間が延長できます。再延長を行う場合は、再度、手当金請求手続きが必要です。

保育所等入所保留通知書等の写し（☆）、育児休業手当金支給対象期間延長事由認定申告書、保育所等入所申込書（当初市区町村に提出したもの及び提出後変更があれば変更後のもの）の写し、次年度も続引き続き申し込む場合は意向調査申告書の写しを請求書に添付してください。

☆ **保育所等に入所できないことの市町村の証明書（保育所等入所保留通知等）が必要です。**

市役所に電話で問い合わせをしたら、定員超過だから入所は難しいと説明を受けたため実際には申し込みをしなかった…



電話や窓口で問い合わせただけでは、入所保留通知書が発行されません。必ず申し込み手続きをしてください。

☆ **入所できる日に注意して申し込みをしてください。**

誕生日が9月30日だから、9月に入り申し込みをしようとしたら、9月5日までに申し込みをしておかないといけなかった…

現時点では、10月以降の希望しか出せない。



1歳の誕生日時点で入所待機状態とは言えません。入所申し込みのスケジュールは各市町村により異なりますので、必ず確認してください。

1歳以後も毎月待機状態である等の確認を、各市町村に問い合わせをさせていただきます。ご了承ください。また、保育所等の入所希望を取り下げられると、その時点で復帰の意思は無いものとみなし、手当金の支給は停止になりますので、ご注意ください。（保育所等の待機状態でも復帰の意思の無い場合は、手当金支給の対象にはなりません。）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。

組合員のうち、雇用保険被保険者については、ハローワークでの手続きとなるため、給与担当課へお問い合わせください。

- C** その他、1歳以後職場復帰できない事由等ある場合（必ず共済組合に問い合わせてください。）

## 注意

育児休業手当金の支給及び共済組合掛金の免除に支障が生じる場合があるため、産休中の職員が出産されたら、すみやかに共済組合に「産前・産後休業掛金免除申出書」を提出し、産後の手続きをしてください。その他、詳細については、共済組合までお問い合わせください。

# 標準報酬月額の随時改定時について年間報酬の平均による保険者算定（年間算定）を行います

職員共済組合

☎内81-2361・2362  
☎504-2061

標準報酬月額を算定する際、「定時決定」だけでなく、「随時改定」においても算定の特例（年間報酬の平均による保険者算定（年間算定）※）が適用されます。

適用される条件は、定期昇給による固定的給与の変動の場合に限られるため、定期昇給が原則4月の広島市では、毎年7月の随時改定に適用されます。

※ 随時改定の算定期間となる3か月間に、例年発生する業務により時間外勤務が多くなることにより、大幅に報酬が変動する職場においては、次の要件を満たす場合、年間報酬の平均に基づいて標準報酬月額を決定することができます。

## （年間算定の対象となる要件）

次のすべてを満たした場合に、年間算定の対象となります。

### 1. 次の（1）と（2）との間に2等級以上の差があること

（1）昇給月以後の継続した3か月間（当年4月～6月）の報酬の平均から算出した標準報酬月額

（2） 次の①と②の合計額から算出した標準報酬月額（年間平均額の標準報酬月額）

① 昇給月以後の継続した3か月（当年4月～6月）の間に受けた固定的給与の月平均額

② 昇給月前の継続した9か月（前年7月～当年3月）と昇給月以後の継続した3か月（当年4月～6月）の間に受けた非固定的給与の月平均額

### 2. 上記1の2等級以上の差が業務の性質上、例年、発生することが見込まれること

### 3. 現在の標準報酬月額と年間平均額から算出した標準報酬月額（1.（2））との間に1等級以上の差があること

### 4. 年間算定を行うことについて、組合員が同意していること

※年間算定を行った結果「年間平均額から算出した標準報酬月額」が「現在の標準報酬月額」と同等級または下回る場合は、現在の標準報酬月額を引き続き適用します。

## 標準報酬月額の求め方

### （1） 昇給月以後の継続した3か月間（当年4月～6月）の報酬の平均から算出した標準報酬月額

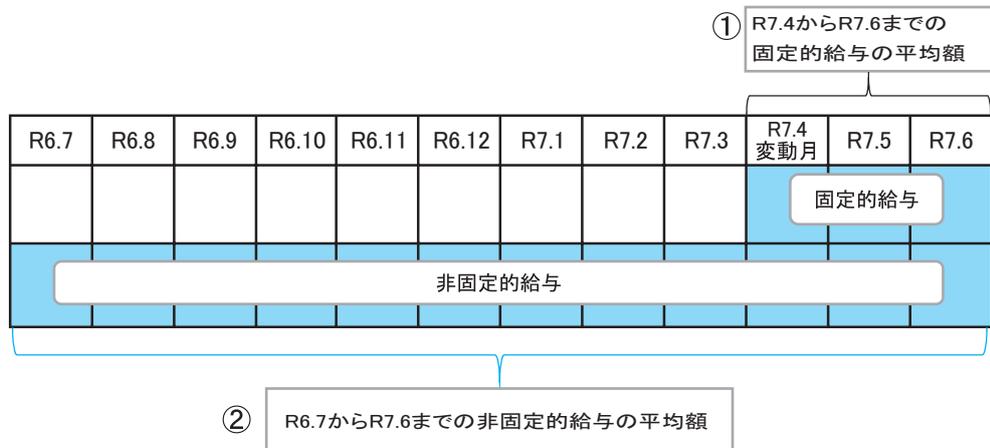
R7.4からR7.6までの固定的給与  
及び非固定的給与の平均額

R7.4 変動月	R7.5	R7.6
固定的給与		
非固定的給与		

標準報酬等級表に当てはめる⇒(1)標準報酬月額

(2) (年間算定の対象となる要件) 1 (2) の①と②の合計額から算出した標準報酬月額 (年間平均額の標準報酬月額)

- ① 昇給月以後の継続した3か月 (当年4月～6月) の間に受けた固定的給与の月平均額
- ② 昇給月前の継続した9か月 (前年7月～当年3月) と昇給月以後の継続した3か月 (当年4月～6月) の間に受けた非固定的給与の月平均額



①と②の合計額を、標準報酬等級表に当てはめる⇒(2) 標準報酬月額

### 年間算定実施希望の申立について

前ページ (年間算定の対象となる要件) の1に掲げる2等級以上の差が生じ、年間算定の対象者に該当される可能性のある組合員がおられる所属あてに、共済組合より手続に必要な書類の様式を7月中旬を目途に送付いたしますので、年間算定の実施を希望される場合は、その際の案内に沿って手続を行ってください。

組合員のうち、短期組合員については、標準報酬月額の決定について厚生年金保険が優先となるため、年間算定の実施を希望される場合は、各事業主 (市長事務局は福利課) を通じて日本年金機構へ手続を行ってください。その場合、職員共済組合でも手続が必要となるため、職員共済組合にもお問い合わせください。

※ 年間算定に係る案内及び手続に必要な書類については、年間算定により標準報酬月額が下がる組合員のみを送付します。

### 【手続に必要な書類】

- ・様式1 「年間報酬の平均で算定することの申立書 (随時改定用)」 (※所属長が記載)
- ・様式2 「随時改定における年間報酬の平均による保険者算定申立に係る報酬の比較及び組合員の同意書」

※様式1は、年間算定の要件である「2等級以上の差が業務の性質上、例年、発生する状況」について、所属長から申し立てていただくものです。

### 留意事項等

標準報酬月額が下がった場合、給与から控除される掛金・保険料は安くなりますが、標準報酬月額を基に算定される年金や各種給付の額も低くなりますので、標準報酬月額が下がることによるデメリットがないわけではありません。年間算定の実施を希望される場合には、このことに留意のうえ、手続をしてください。

### 年間算定による標準報酬月額の決定時期について

年間算定の実施については、組合員から手続に必要な書類の提出を受けてからとなりますので、通常の随時改定を適用した後、遡及して決定します。

# 障害厚生年金について

障害厚生年金とは、在職中のケガや病気（以下「傷病」といいます。）により、障害の認定を受けた場合に受給できる年金です。

## ● 障害厚生年金の要件（職員共済組合で受付できるもの）

障害の原因となった傷病の初診日（初めて医師の診察を受けた日）が在職中（一般組合員等である間）にある場合で、次の①または②の状態に該当することが必要です。

① 障害認定日（初診日から1年6か月を経過した日等※）において、法令に定める障害等級1～3級の障害の状態にある場合。

※1年6か月を経過する前に障害の程度を認定する場合の具体例（一部）

内 容	認 定 日
腕・足などの切断	切断した日
人工弁・ペースメーカーなどの装着	その装置を入れた日
人工透析療法の施行	開始から3か月後

② 障害認定日には法令に定める障害の状態になくとも、その後、状態が悪化し、65歳になるまでに法令に定める障害等級1～3級の状態に該当した場合（事後重症）。

## ● 障害等級の認定

年金給付独自の認定基準（下表参照）に基づき診査するため、「障害厚生年金（障害基礎年金）の等級」と「身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳（以下「障害者手帳」といいます。）の等級」とは異なります。これは、障害者手帳が、障害者の福祉を進めていく上で対象者を確定するためのものであるのに対して、年金は所得保障によって障害者の生活の維持・向上を図るのが目的であることから生じる相違です。

そのため、障害者手帳の交付を受けていても、年金の等級（1～3級）には該当しない場合もあります。

### 認定基準の基本的な考え方

等級	障 害 の 状 態
1級	日常生活で他人の介助を受けなければ、ほとんど自分の用を行うことができない程度
2級	1級より軽いが日常生活は極めて困難で、労働により収入を得ることができない程度 （例）喉頭全摘出手術後の言語機能喪失、人工透析療法施行中の慢性腎不全 など
3級	労働が著しい制限を受けるか又は労働に著しい制限を加えることを必要とする程度 （例）人工関節または人工骨頭の挿入置換、心臓ペースメーカーまたは人工弁の装着、人工肛門または新膀胱の造設 など

※（例）は、認定基準のうち具体的なものを示しています。実際には、専用の診断書（当組合にあります）に基づき、認定基準に照らして判定します。

## ● 在職中も支給されます（職域年金相当部分は、一般組合員等である間、引き続き停止されます。）

## ● 障害厚生年金と老齢厚生年金のいずれかを選択

老齢厚生年金の受給権が発生した時点で、障害厚生年金と老齢厚生年金のいずれかを選択することになります。

なお、年金の障害等級が3級以上で、厚生年金保険の被保険者でなければ、65歳になるまでの間、老齢厚生年金については、支給開始年齢から定額部分（組合員期間に係る老齢基礎年金相当部分）が支給されます。（ただし、昭和36年4月1日以前生まれの人に限りません。）。

## ● 時効について

年金である共済給付金を受ける権利は、法律上決定の請求をすることができることとなった日の翌日を起算日として、5年を経過すると時効により消滅します。

ご不明な点等があれば、職員共済組合年金係までご相談ください。

# 熱中症予防のために

福利課

☎81-2365・2367  
2374・2375  
☎504-2887

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調整機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内でも何もしないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することがあります。

暑さの感じ方は、その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。  
体調の変化に気をつけ、熱中症を防ぎましょう。



**注目!**

地球温暖化の影響もあり、気温上昇への対策は急務!

**職場の熱中症対策が事業所に対しての罰則付きで義務化されます (令和7年6月1日施行)**

## 【義務化の内容】

- ・熱中症の自覚症状を感じたり疑いがある同僚を発見した場合は速やかに報告
- ・熱中症が発症した場合の応急処置や医療機関への搬送等の手順を周知

## 【対象作業】

暑さ指数(WBGT)28以上か気温31度以上で連続して1時間以上か1日あたり4時間を超えて行う作業  
※作業強度や着衣の状況によっては、熱中症のリスクが高まる場合があります。



## WBGTとは?

熱中症を予防することを目的とした指標。  
人体の熱収支に与える影響の大きい気温、湿度、気流、直射熱、輻射熱から複雑に計測されます。

## なぜ28以上は危険?

暑さといっても、気温だけではありません。湿度が高いと汗が蒸発しにくく、熱の放出能力が減少します。過去の統計により、WBGTが28を超えると熱中症患者発生率が急増しているからです。



職場での熱中症により1年間で約30人(全国)が亡くなっています!

～職場における対策の徹底のため、暑さ指数(WBGT)に応じた重点的取組内容～

## 自分でできる予防のポイント

### 暑さへの備え

暑さに慣れると、早く汗が出るようになり体温の上昇を食い止めることができます。ウォーキングやストレッチ、入浴など、日常生活の中で、無理のない範囲で汗をかき、体を暑さに慣らせておきましょう。暑さへの慣れは、数日から2週間程度かかると言われていますので、本格的な暑さを迎える前に、余裕をもって備えておきましょう。



### 小まめな水分補給

のどが渴いた時は、すでに体内の水分は不足しています。1日当たり1.2リットルを目安に。



### 部屋の温度は28℃

熱中症は室内や夜間でも起きます。湿度50～60%を目安に、換気しながら室温調整を。



### 涼しい服装

通気性が良い服装を。屋外では帽子や日傘で直射日光を避けましょう



### 日頃の健康管理

朝食欠食、睡眠不足、前日の多量飲酒は熱中症のリスクを高めます。



クーリングシェルターを上手に活用!

誰でも立ち寄って暑さを避けられる場所がクーリングシェルター。「熱中症特別警戒アラート」が発表された場合、指定された施設が開放されます。対象施設には、指定された施設であることがわかるように入口に案内ステッカーが掲示されています。



熱中症に関する詳細や「WBGT」は、「環境省 熱中症予防サイト」で検索もしくは右記のQRコードからもアクセスできます。「熱中症警戒アラート」は環境省のライン公式アカウントで確認できます。

こちらからアクセス⇒



# 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になりました。（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、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次の世代に引き継ぐ！！

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。

# 医療費と給付金支給額のお知らせ

職員共済組合

☎内81-2371  
☎504-2062

医療費控除申告の添付書類として利用できる「医療費と給付金支給額のお知らせ」の送付について  
令和7年7月下旬に第1回目の「医療費と給付金支給額のお知らせ」を送付します。

区分	診療月	送付時期
第1回	令和6年10月～令和7年3月分	令和7年7月下旬
第2回	令和7年1月～令和7年9月分	令和8年1月下旬 (※確定申告にお使いいただけます)

このお知らせは、医療費総額や被保険者・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。

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。

退職された方へは送付しませんので、医療機関等の領収書をご自身で管理していただきますようお願いいたします。

# 預託金の運用状況について

職員共済組合

☎内81-2362  
☎504-2061

## 預託金の運用状況（退職等年金預託金管理経理）

令和6年度

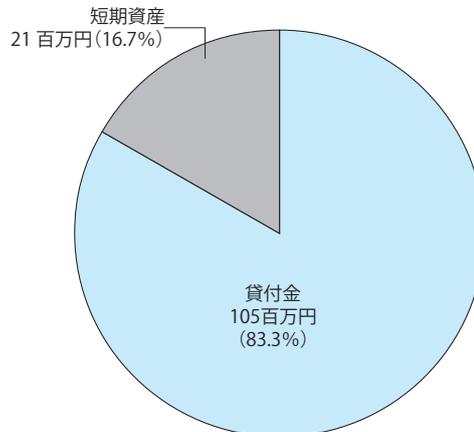
(単位：百万円)

資産区分	年度末の時価総額		実現収益率
		構成割合	
貸付金	105	83.3%	1.00%
短期資産	21	16.7%	0.06%
合計	126	100.0%	0.81%

注1 それぞれの項目は、単位未満について四捨五入しているため、必ずしも合計と一致しない。

注2 実現収益率 = (実現損益 + 未収収益増減) ÷ 簿価平均残高 × 100(%)

〈令和6年度末の時価総額〉



(参考) 令和5年度

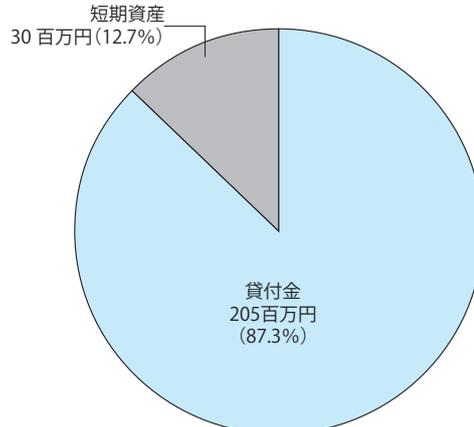
(単位：百万円)

資産区分	年度末の時価総額		実現収益率
		構成割合	
貸付金	205	87.3%	1.00%
短期資産	30	12.7%	0.00%
合計	235	100.0%	0.86%

注1 それぞれの項目は、単位未満について四捨五入しているため、必ずしも合計と一致しない。

注2 実現収益率 = (実現損益 + 未収収益増減) ÷ 簿価平均残高 × 100(%)

〈令和5年度末の時価総額〉



\* 預託金とは、地方公務員等共済組合法施行令第17条の2第1項第5号の規定に基づき、組合員の福祉の増進又は地方公共団体の行政目的の実現に資するように全国市町村職員共済組合連合会が各構成組合へ預託し、管理されている資金である。

# ストレスチェックを受けましょう!

☎ 81-2374-2367・2365  
☎ 504-2887

日々の忙しさの中で、知らず知らずのうちにストレスをため込んでいませんか?  
ストレスチェックは、年に1回、職場でのストレスを見直すチャンス。  
ストレスは見えません。さあ、チェックしましょう!



## ■ ストレスチェックってなに?

質問票(57項目)に答えるだけで、今のあなたのストレス状態がわかる簡単な検査。  
5分~10分程度で完了!

## ■ ストレスチェックの目的は?

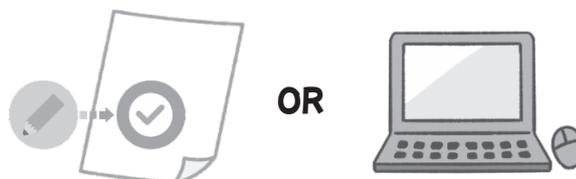


- 一次予防 自分の心理的な負担の程度を把握し、メンタル不調を未然に防ぐ
- セルフケアに生かす 自分のストレス状態を知り、ためすぎないようにする
- 職場環境の改善 個人のストレスチェックを集团的に分析し、職場環境の改善につなげる(個人は特定されません)

■ **実施時期** 令和7年度：7月中旬に実施予定

■ **実施方法** **NEW**

紙面回答もしくはWEB回答  
※ 庁内メール便もしくはEメールで調査票を送付します。



■ **対象者** 令和7年5月1日現在の常勤職員、再任用職員、会計年度任用職員(任用期間が令和8年3月末までの職員で、1週間の勤務時間が28時間45分以上の職員)。



### プライバシーは守られます!

ストレスチェックの結果は、法律で守秘義務が課されており、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。個人情報とプライバシーは保護されます。

## ■ ストレスチェックの結果

### いつわかる?

WEB回答は回答直後に結果がわかる!



紙面回答は9月中頃に親展で送付予定。

### どんなことがわかる?

#### 個人の場合

「ストレスの原因と考えられる因子」、「ストレスによって起こる心身の反応」、「ストレス反応に影響を与える他の因子」の3つ領域のストレスの程度を判定。現在のストレスの程度やストレス要因が何かわかる。

#### 集団の場合

個人の結果を職場単位で集計・分析することで、よりよい職場環境を作るためのヒントが得られる。

高ストレスの方には、産業医面接を受けるようお勧めしています。



## ■ ストレスチェックの活用方法

### 自分に合ったストレス解消法(セルフケア)を身につけよう

毎月、厚生だよりで、メンタルヘルス向上のワンポイントアドバイス(今月は25ページにジャーナリング(心の整理術)を掲載)を紹介。自分に合ったセルフケアを見つけよう。

### ヘルプ上手になろう

どうしていいかわからず困った時は、心身が疲れ果てる前に、積極的に周囲にサポートを求めよう。福利課でも様々な相談窓口を設置。毎月の厚生だより(今月は26ページ)や庁内WEB福利課ホームページの各種健康相談にもご案内しているので、ぜひ、お気軽にご相談を。



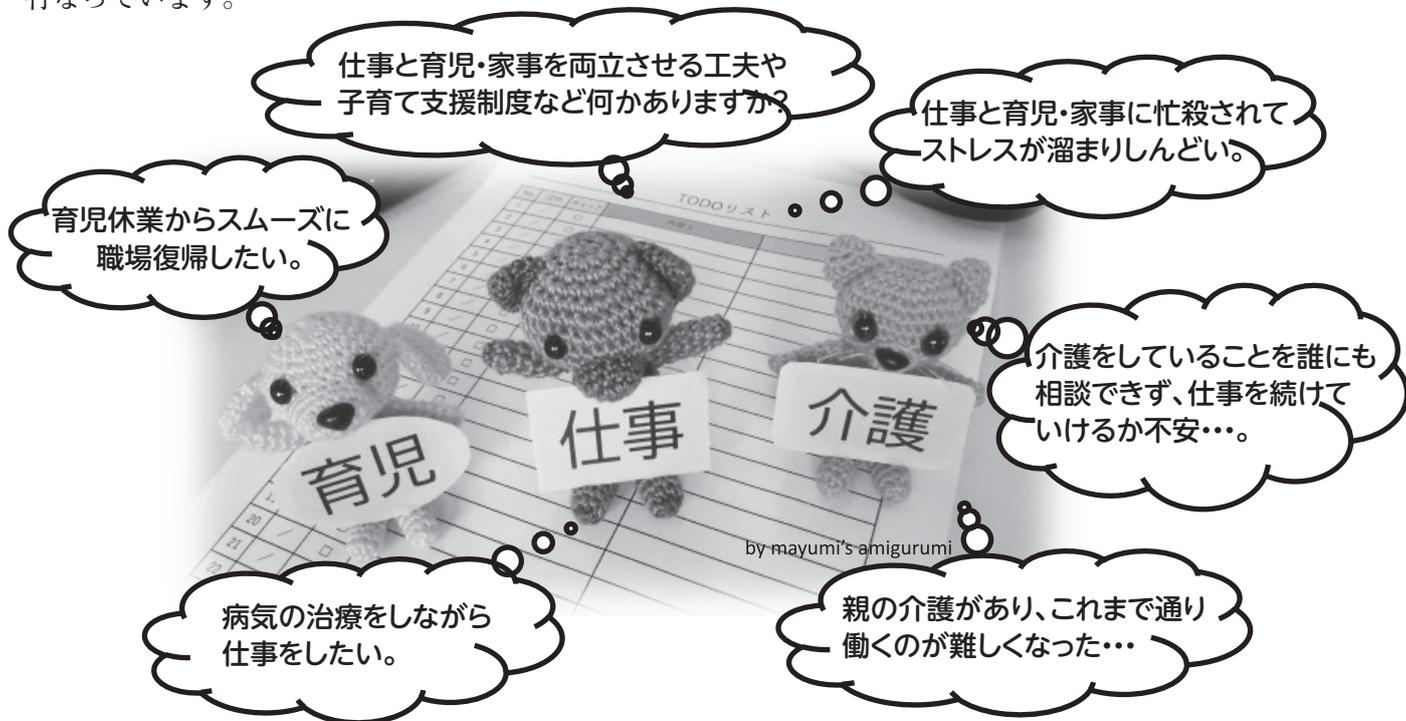
# 仕事と家庭生活の両立支援 相談窓口

福利課

☎内81-2367

☎504-2887

「仕事と家庭生活の両立支援相談窓口」ではいきいきと自分らしく働き続けられるよう、仕事と育児の両立、介護で離職しないための仕事と介護の両立について、相談員（保健師）が相談をお受けし情報提供等を行なっています。



両立のことで悩みを抱えていたり、気になることがある時は、信頼できる上司や同僚、家族や友人に相談し、一人で抱え込まないことが大切です。人に話すことで不安やモヤモヤした気持ちが整理され、自ずと解決策が見えたり、アドバイスがもらえたりします。また、このような時は、どうぞお気軽に「仕事と家庭生活の両立支援相談窓口」をご利用ください。

【相談対象】 全職員(学校の教職員を除く)

【相談日】 月～金曜日(8月6日、年末年始、祝日を除く)

【相談時間】 午前9時15分～午後4時

【相談方法】 電話、メール、面談(要予約)。

【相談内容】 妊娠・育児中の健康や家庭生活等、子育て全般(障害児療育等)

家族の介護、職場復帰、各種制度利用 など

※ ご家族からの相談、匿名での相談も可能。 原則、秘密厳守。

【電話番号】 082-504-2887

【専用メール】 ryouritsu@city.hiroshima.lg.jp



# 組合員証・被扶養者証の使用について

職員共済組合

☎内81-2373

☎504-2062

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、現在の組合員証・被扶養者証健康保険証（健康保険証）は令和6年12月2日以降新たに発行されなくなりました。お手元の健康保険証については、最長1年間（令和7年12月1日まで）使用できます。

その後は、マイナンバーカードの健康保険証利用（マイナ保険証）を基本とする仕組みに移していきます。まだマイナ保険証をお持ちでない方は、ぜひマイナンバーカードの取得、健康保険証利用登録を行ってください。

## 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。

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



## 資格取得者には「資格情報のお知らせ」を交付

令和6年12月2日以降に資格を取得した方は、自身の被保険者資格等を把握できるよう、氏名、被保険者記号・番号・枝番、保険者番号・保険者名、資格取得年月日等を記載した「資格情報のお知らせ」を交付しています。

## マイナ保険証の利用登録をされていない場合などは「資格確認書」を交付

令和6年12月2日以降に資格を取得した方のうち、マイナ保険証の利用登録をされていない方などに対しては、「資格確認書」を交付しています。

また、健康保険証をお持ちの方で、マイナ保険証の利用登録をされていない方などには、健康保険証の使用期間終了前に「資格確認書」を交付する予定です。

本チラシをスマホで撮影する際はチラシ全体をお願いします (白黒印刷も可)

科学で、着るを変えていく。



対象期間

2025  
8/31(日)まで

(一財)広島市職員互助会特約店

**H はるやま** からののお知らせ

店舗	はるやま全店
提携コード	30235

# 猛暑対策

この夏、困らないシゴト服。夏の涼しいウェア特集

新定番のオフィスカジュアル  
ジャケット&パンツSTYLE

着用感を軽やか、楽ちんスタイル。

- ウォッシュブル
- ストレッチ
- 防シワ
- 高通气性

ジャケット @税込24,200円の品  
クーポン、提携割引ご利用で **15,840円** (税込 17,424円)

パンツ @税込11,000円の品  
クーポン、提携割引ご利用で **8,181円** (税込 9,000円)

前見頃と後見頃はカットソー裏地付き。オフィスで安心の5分袖ブラウス。

SOFFICE 5分袖ブラウス @税込5,049円の品  
クーポン + 提携割引ご利用で **3,312円** (税込 3,644円)

涼しい! メンズサマーフォーマル

生地を夏用に薄くし、軽くて通気性も高く、暑い時期でも快適。

サマーフォーマル @税込43,890円~の品  
クーポン + 提携割引ご利用で **28,728円** (税込 31,600円~)

夏でも着られる レディースフォーマル

ジャケット無しで夏仕様に。

アンサンブル仕様で 通年着られる! ジャケット着用時  
アンサンブル仕様だからジャケット着脱でも涼しく、一年通して着られる。

レディースフォーマルアンサンブル @税込21,890円の品  
クーポン + 提携割引ご利用で **14,328円** (税込 15,760円)

0秒 アイロン テクノロジー ZERO-sec. IRONING

大好評 1,000万枚突破!

**i-Shirt** 洗う。干す。着る。だけ

※:2009年4月1日~2025年1月28日の期間における当社完全ノーアイロン「アイシャツ」の累計販売枚数実績。

この夏活躍する 旬なおすすめ新作アイテム

2025 SUMMER INDIVI

【はるやま P.S. FA】 | 提携割引 | **10%OFF** | スペシャルクーポンとの併用可

お買い上げ合計金額より

本チラシをご持参、または本チラシ画像をご提示ください

他の割引特典との併用可。・他の企業(団体)提携割引との併用不可。・オーダー製品、特別仕事情品、袋状、送料、お直し代金は適用できません。

大きいサイズの店 フォーエル | 提携割引 | **5%OFF** | 店頭表示価格から

フォーエルはカジュアルからスーツまで揃う大きいサイズの専門店

■クーポン券をお持ちでないお客様は割引ができませんのであらかじめご了承下さい。■商品写真は「はるやま」店舗取り扱いの代表的な商品です。■超特價の商品を多数ご用意しておりますが、万一品切れの際はご容赦下さい。■@は2025年2月9日~2025年4月9日の期間内、4週間の期間において販売した自店通常販売価格です。

**スペシャルクーポン 提携割引と併用可 各クーポン1点限り** 値下げ前価格より割引となります。オンラインショップではご利用になれません。

【はるやま専用 スペシャルクーポン】

メンズ

スーツ・ジャケット・フォーマル  
スーツ1着税込21,890円以上の品  
ジャケット1着税込17,490円以上の品  
フォーマル1着税込32,890円以上の品

1点限り

**20%OFF**

※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。  
値下げ前価格より割引となります  
【有効期限】 2025.8.31まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】

レディース

スーツ・フォーマル  
1着税込21,890円以上の品

1点限り

**20%OFF**

※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。  
値下げ前価格より割引となります  
【有効期限】 2025.8.31まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】

シャツ・ネクタイ・スラックス  
ブラウス・カットソー

1点税込4,389円以上の品

1点限り

**1,000円引** (税込)

※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。  
値下げ前価格より割引となります  
【有効期限】 2025.8.31まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】

その他のアイテム

メンズ 1点税込2,849円以上の品  
レディース 1点税込3,289円以上の品

1点限り

**500円引** (税込)

※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。  
値下げ前価格より割引となります  
【有効期限】 2025.8.31まで

P.S. FA SPECIAL COUPON 1点税込3,190円以上の品

【有効期限】 2025.8.31まで

1点限り **10%OFF**

※上記10%OFFは他の割引券(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。■ネーム代、直し代、送料は対象外です。■重複する提携割引等、一部併用できない割引商品があります。詳しくは売り場スタッフにお尋ねください。

ポイントが貯まる!使える!

※一部ご利用できない店舗がございます。

はるやまの情報は P.S. FAの情報は フォーエルの情報は

※一部ブランド、パターンオーダー、制法はクーポン対象外とさせていただきます。※クーポンは1人1枚1点限りとなります。※クーポンご利用の場合は、別途送料・送料・補正料を要します。※商品送料、袋状、オーダー製品は対象外となります。※既に買い上げの場合は恐れ入りますが、次回ご利用ください。お客様相談室 (受付時間) 平日10:00~18:00 【フリーコール】0120-923-924

# 職場で入っておトク!

## 団体扱自動車保険

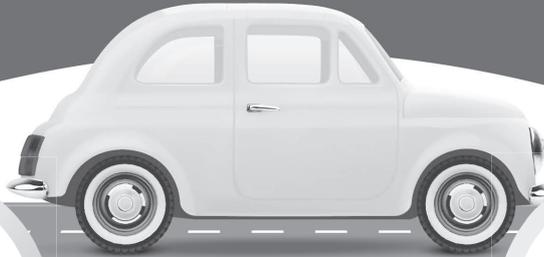
団体扱割引

**15%**  
適用! \*1

退職後も  
団体扱割引  
適用OK!

同居の  
親族のお車も  
契約対象!

給与引去で  
らくらく!



### お見積りはこちらから

1. 下記シートに必要事項を記入のうえ、
2. 車検証(お車の型式が分かるもの)
3. 保険証券(現在ご契約の方)を

右の二次元コードを読み取りEmail・庁内メールに添付して送付

連絡先アドレス [kawanabe@h-ryutu-c.jp](mailto:kawanabe@h-ryutu-c.jp)

または FAX 082-279-8392



**Q1** お車を主に使用される方の免許証の種類(色)は?  
(二輪・原付を除く)

- ゴールド  ブルー  グリーン  
(免許証の有効期限: 年 月)

**Q2** お車の主な使用目的は? (二輪・原付を除く)

- 日常・レジャー  通勤・通学  業務使用

**Q3** お車を主に使用される方(記名被保険者)は?

フリガナ \_\_\_\_\_  
お名前 \_\_\_\_\_  
(生年月日: 年 月 日)

**Q4** お車を運転される方の範囲は? (二輪・原付を除く)

- 本人のみ  本人・配偶者のみ  限定しない

**Q5** お車を主に使用される方と同居のご親族について

- 車を運転される一番若い方の生年月日-- ( 年 月 日)
- 自動車の保有台数----- ( 台)
- 直近1年間での事故(自動車保険による保険金支払のあった事故)  
----- (□ 3等級ダウン事故 件 □ 1等級ダウン事故 件)

フリガナ			勤務先	
お名前				
フリガナ				
ご住所	〒 -			
生年月日	昭和・平成	年	月	日 ( 歳)
ご連絡先	勤務先 :		職員番号	
	ご自宅 :			
e-mail	携帯電話 :		書類送付先	職場・自宅

お見積り依頼いただいた方全員に選べるプレゼント中!  
下記のご希望の特典1つに○を付けてください。

Aコース: カーグッズ Bコース: めぐリズム Cコース: 無印良品雑貨

お問い合わせ先【代理店】  
広島市流通センター株式会社  
(担当: 川鍋 [kawanabe@h-ryutu-c.jp](mailto:kawanabe@h-ryutu-c.jp))  
住所: 〒733-0832 広島市西区草津港3-2-1  
TEL: 082-277-6121 FAX: 082-279-8392

\*1 広島市職員互助会の団体扱割引15%は、保険期間の始期日が2025年1月1日から2025年12月31日までの契約に適用されます。割引率は、団体の損害率等により毎年見直されます。  
当代理店は、ご提出いただいた個人情報を東京海上日動より委託を受けて行う損害保険の募集およびこれに付帯・関連するサービスの提供等に利用させていただくことがあります。東京海上日動における個人情報の取扱い等については、ホームページ([www.tokiomarine-nichido.co.jp](http://www.tokiomarine-nichido.co.jp))に掲載しております。  
団体扱の対象となる方の範囲(契約者・記名被保険者・車両所有者)や団体扱特約失効時の取扱いについては、代理店までお問い合わせください。  
このチラシは自動車保険(団体扱)の概要についてご紹介したものです。ご契約にあたっては、必ず「重要事項説明書」をよくお読みください。ご不明な点等がある場合は、代理店までお問い合わせください。

この保険契約は、以下の保険会社による共同保険契約であり、東京海上日動火災保険(株)が他の引受保険会社の代理・代行を行います。各引受保険会社は、保険契約締結時に決定する引受割合に応じて、連帯することなく単独別個に保険契約上の責任を負います。なお、各引受割合につきましては、代理店へご確認ください。

<引受保険会社> 東京海上日動火災保険(株) (幹事会社) 損害保険ジャパン(株) 三井住友海上火災保険(株) 共栄火災海上保険(株) 24TX-004649 2024年12月



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が繋がります

ご成約特典

商品券

商品券  
¥1,000  
OFF CARD

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。

広島支店  
〒730-0037 広島市中区  
中町8-12 広島グリーンビル4F

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

# THE URBAN & RIVER

中区、大手町、水畔の特別席。

「鷹野橋商店街」バス停徒歩4分「鷹野橋」電停徒歩5分、  
地上16階・全90邸のランドマークレジデンス。

PREDEAR

プレディア広島大手町



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は設計図書を基に作成したもので、形状・色等は実際とは異なります。なお、外見形状の詳細・設備機器等および電線・電柱等は表現しておりません。掲載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はありません。掲載の表示距離は現地からの地区上の概算です。徒歩分は80m/分換算として算出し、換算は切り上げしております。

## マンションギャラリー公開中

販売価格 **3,300** (100万円単位)  
1LDK 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

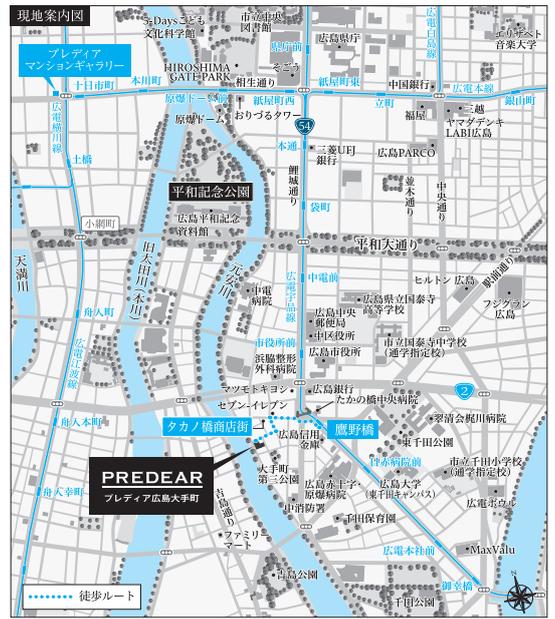
1LDK44㎡～3LDK72㎡超

【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㎡(1戸)～72.85㎡(2戸)●バルコニー面積/8.00㎡(1戸)～12.10㎡(1戸)●フリーポーチ面積/4.05㎡(1戸)～7.65㎡(1戸)●室外機置場面積/2.28㎡(2戸)～2.48㎡(1戸)●販売価格/3,390万円(1戸)～5,890万円(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はご容赦ください。●広告作成日/2025年6月9日●取引条件有効期限/2025年7月末日

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・祝日:10:00～18:00(定休日:火曜・水曜)



〈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  
MITSUI 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

☎@2365-2367-2374-2375  
☎504-2887

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

心を整える習慣  
始めませんか？

## 今月のテーマは『ジャーナリング(書く瞑想)』

連日の暑さや大雨など、天候の変化に適応しにくく、心と体のバランスが崩れやすい時期。疲労が溜まると、頭がゴチャゴチャ、心がモヤモヤ…。

今日からでも始められる心のメンテナンス『ジャーナリング』をご紹介します。

### ■ジャーナリングとは？

自分の日々の素直な思いや感情を書き出す「心の整理術」

特別な道具やスキルは不要！  
コストもゼロ

### ■どんな効果がある？

#### □ 気持ちの整理ができる

書くことで「モヤモヤ」「イライラ」を言葉にでき、自分の気持ちに気づきやすくなる！

#### □ ストレスが軽減

頭の中の不安や悩みを書き出すことで気持ちが軽くなる！

#### □ 集中力UP

頭の中が整理され、思考パフォーマンスが向上する！

#### □ 目標が明確になる

「何がしたい」「どうなりたいか」を書くと、やるべきことがハッキリ見える！

#### □ 自己理解が深まる

毎日書いていくうちに、自分の考え方やクセが見えてくる！

### ■どんな効果がある？

- モヤモヤが頭から離れない
- 自分の気持ちがよくわからない
- いくつも心配事がある焦燥感にかられる
- 理由もなく不安になってしまう
- 新しい自分を見つけたい

### ? 日記とどこが違うの？

自分の思いや感情をありのままに書く『ジャーナリング』に対し、『日記』は、出来事そのものや出来事に対する感想など、後で読み返して分かるように整理して記し、自分以外の家族や友人などの他者を対象に記すこともある点に違いがあります。

### ■やってみよう、ジャーナリング

#### ① ノートとペンを用意

スマホやPCでもOKですが、手書きの方が気持ちの整理に効果的と言われています。

#### ④ 完璧を求めない

文章や構成にこだわらず、自由に書いてOK。

#### ② 書くタイミングを決める

朝起きたとき、寝る前、昼休みなどの「1日5分」「3行だけ」からでもOK。無理なく続けるのがコツ。

#### ⑤ 振り返りも効果的

読み返すことで自分の成長や思考パターンに気づく

#### ③ テーマを決める

例えば：

- ・今日の気づき
- ・今感じていること
- ・達成したい目標
- ・ひらめきや頭に浮かんだことそのまま
- ・不安や悩み
- ・感謝していること

#### 今日の気づき：

今日は朝から雨で気分が沈む。一日バタバタしたけど、食堂のランチがおいしかった。同僚とも話せて楽しかった。

#### 感謝の気持ち：

仕事で同僚が手伝ってくれて助かった。家族とご飯を食べれた。ありがとう。

#### 不安や悩み：

少し不安。理由はわからない。深呼吸したら落ち着いた。

さあ、自分の心と対話してみよう

# 互助会 招待事業 今後の募集予定

## ① プロサッカー

※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	開催日	キックオフ	対戦カード	募集人数	負担金
8月号	9月13日(土)or14日(日)or15日(月祝)	未定	京都サンガ F.C.	各 30 人	1枚につき1,900円
9月号	10月4日(土)or5日(日)	未定	FC 町田ゼルビア		
	※1)10月18日(土)or19日(日)	未定	FC 東京		
10月号	11月8日(土)or9日(日)	未定	浦和レッズ		
11月号	12月6日(土)	未定	湘南ベルマーレ		

※1) 10月17日(金)開催の可能性あり。

## ② 演劇等鑑賞会

募集時期	日時・場所	内 容	募集人数	負担金
厚生だより 9月号	11月6日(木) 昼の部：14：00 開演 夜の部：18：00 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 昼の部：『義経千本桜「道行初音旅」』『新版歌祭文野崎村の段』 夜の部：『曾根崎心中「生玉社前の段」「天満屋の段」 「天神森の段」』	各 20 人	1階席 2,300円
	11月8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《秋》～ 【指揮】沼尻竜典 【ソリスト】ピアノ：鈴木愛美 【演奏】 広島交響楽団 【曲 目】ベートーヴェン：ピアノ協奏曲第1番ハ長調作品15 ショスタコーヴィチ(没後50周年)：交響曲第1番へ短調作品10	35 人	S席 2,300円 A席 1,800円
厚生だより 10月号	12月21日(日) 昼の部：13：30 開演 夜の部：18：00 開演 JMSアステールプラザ 中ホール	茂山狂言会による狂言の上演	各 35 人	S席 2,000円 A席 1,600円
厚生だより 12月号	令和8年2月28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】デイヴィッド・レイランド 【ソリスト】ピアノ：イリア・シムクラー【演奏】 広島交響楽団 【曲 目】ショパン：ピアノ協奏曲第1番ホ短調作品11 シューマン：交響曲第1番変ロ長調作品38「春」	35 人	S席 2,300円 A席 1,800円

### ③ 広響定期演奏会

募集時期	日時・場所	内 容	募集人数	負担金
厚生だより 8月号	10月24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455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 【チェロ】スティーヴン・イッサーリス 【曲 目】細川俊夫:《森のなかで》室内オーケストラのための(日本初演) ドヴォルザーク:チェロ協奏曲短調作品104 マルティヌー:交響曲第5番H.310	40人	S席 2,900円
厚生だより 9月号	11月22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456回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】ハンス・リントウ 【ヴァイオリン】庄司紗矢香 【曲 目】シューマン:ヴァイオリン協奏曲ニ短調 フランツ・シュミット:交響曲第4番ハ長調	40人	A席 2,600円 B席 2,300円
厚生だより 11月号	1月23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457回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】ジェームズ・フェデック 【ピアノ】クシシュトフ・ヤブウォンスキ 【曲 目】ベルリオーズ:歌劇「ベアトリスとベネディクト」序曲 ショパン:ピアノ協奏曲第2番ハ短調作品21 ショスタコーヴィチ(没後50年):交響曲第6番短調作品54	40人	
厚生だより 12月号	2月14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458回広島交響楽団定期演奏会(プレミアム定期) 【指揮】クリスティアン・アルミンク 【ピアノ】久末航 【テノール】村上敏明 【ソプラノ】渡邊仁美 【バリトン】志村文彦 【曲 目】リスト(没後140周年):ピアノ協奏曲第1番変ホ長調 S.124/R.455 ワーグナー:楽劇「ワルキューレ」より第1幕 (演奏会形式・字幕付き)	60人	第458回 のみ S席 3,400円 A席 3,100円
厚生だより 1月号	3月7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459回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】ピエタリ・インキネン 【ピアノ】キット・アームストロング 【曲 目】シベリウス:交響的幻想曲「ボホヨラの娘」作品49 リスト(没後140年):ピアノ協奏曲第2番イ長調 S.125/R.456 ブラームス:交響曲第2番ニ長調作品73	40人	B席 2,800円

### ④ バスケットボール

詳細が決まり次第、厚生だより等でお知らせします。

## 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

合理的配慮についての相談を受け付けています。

### 【電話番号】

◆人事課職員 504-2050 又は  
内線 2312

◆福利課保健師 504-2887 又は  
内線 2365

### 【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す(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(人事課サービス監視担当課長)】

m-harassment@city.hiroshima.lg.jp

504-2049 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 又は内線 2370

### 【男性相談員(人事課長)】

504-2048 又は 2310

〈プライバシーは守られます〉

## 健康相談室共市

☎240-2425

「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。

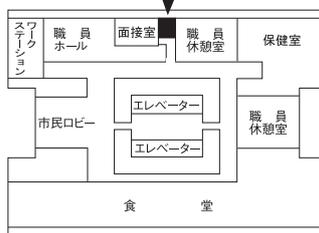
### 【相談受付】

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 又は内線 2378

504-2681 又は内線 2376

504-2682 又は内線 2368

### 【保健師】

504-2887

又は内線 2367・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。あわせて庁内webの福利課HP「禁煙推進」もご覧ください。

\*⑧…広島市職員共済組合員が利用できます

\*⑨…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

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)

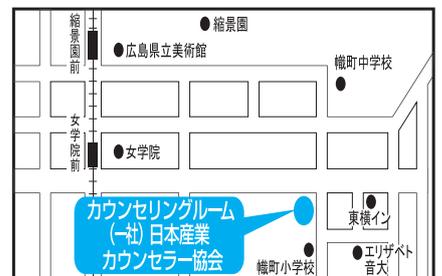
### 【相談方法】

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

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	7 Ⓞ 7月分普通・特別 貸付申込締切	8	9	10 Ⓞ 貸付金繰上償還 申込締切 Ⓞ 各種給付金締切	11	12
13	14	15 Ⓞ 財形貯蓄7月分 払戻請求締切	16	17	18	19
20	21	22 Ⓞ 8月分住宅貸付申込 締切 7月分育児・介護休 業手当金請求締切	23 Ⓞ 貸付金繰上償還 振込期限	24	25 Ⓞ 6月分育児・介護休 業手当金支払日 Ⓞ 8月分産前産後休業 掛金免除申出期限	26
27	28	29	30	31 Ⓞ 7月分普通・特別・ 住宅貸付日 Ⓞ 財形支払		

Ⓞ 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2354・6)	加入申込	随時 (加入日は翌月1日)
福利課		
ダイヤルイン 504-2060又は本庁内線2352		
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	15日 翌月給与より

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

**「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)  
前期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  
082-504-2063(内線 2356)

※ 「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 082-209-6775](tel:082-209-6775) まで!!**