

厚生だより

2020

10

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

令和2年(2020年)10月1日号



えらべる倶楽部からのお知らせ

- ① 「新しい生活様式 応援団」第3弾!!
- ② 健康増進・リフレッシュ補助 市公共施設のご紹介
- ② 健康増進・リフレッシュ補助 県立美術館特別展について

お知らせします

- ④ 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」の送付時期について
- ⑥ 保険料控除申告
- ⑥ 全国市長会任意共済保険還付金(配当金)
- ⑦ 財産形成貯蓄の新規加入又は変更された方へ

募集します

- ③ 広響定期演奏会入場券希望者募集
- ⑤ 積立年金保険の募集

健康・相談

- ⑧ 職員定期健康診断個人票の提出をお願いします
- ⑧ 定期健康診断の再検査を受けましょう
- ⑨ ニコニコ(2525) 過ごそう! 毎月25日はメンタルヘルス推進日^^
- ⑩ 笑顔でヘルシーダイヤル等

えらべる倶楽部

JTB Benefit



「新しい生活様式 応援団」第3弾!!

えらべる倶楽部では、新しい生活様式に向けて、ご活用いただけるプレゼントサービスを準備いたしました。

会員の皆さん、ふるってご応募ください。

美味しい、旬の「産地直送品」をプレゼント!

お買い物にご利用いただける電子クーポンプレゼント!

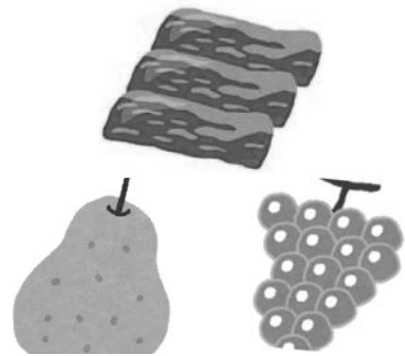
受付期間

令和2年10月12日 (月) 23:59まで

プレゼント商品 (予定)

《産地直送品》抽選で900名様

- 【北海道：旬の野菜詰合せ 300名様】
- 【山形県：山形牛 A5 400g 100名様】
- 【山形県：ラ・フランス 3L 16個 200名様】
- 【岐阜県：近江牛 A5 500g 100名様】
- 【長野県：シャインマスカット 2房 200名様】



※イメージイラスト

《電子クーポン》抽選で5,000名様

1,000円相当の電子クーポン (コンビニエンスストア予定) を5,000名様

プレゼント応募方法



えらべる倶楽部会員専用サイト

特集一覧で詳細を確認いただき、お申込みください。

※9月10日現在の情報です。

プレゼント内容、左記イメージ画像が変更になる場合もございますので、あらかじめご了承ください。

30分で簡単に分かる！ ここだけは知っておきたい！ 自分を取り巻くお金の話／無料オンラインマネーセミナー

「経済」のオンラインLIVEセミナーを週末の金曜日夜に3回シリーズで開催。
「住宅資金」「教育資金」「確定拠出年金」をテーマに1回30分のLIVEセミナーをYou Tube活用で無料配信します。

開催日程とテーマ

第1回 10/2 金
20:00～20:30

お子様の教育費と
金融商品の選び方



第2回 10/9 金
20:00～20:30

住宅購入前に
知っておきたい、
資金計画と
住宅ローンの選び方



第3回 10/16 金
20:00～20:30

確定拠出年金と
今後の資産運用の
考え方



講師ご紹介



株式会社ライフマネジメント研究所 代表
坂田 ヨシカズ氏

健康増進・リフレッシュ補助 市公共施設のご紹介

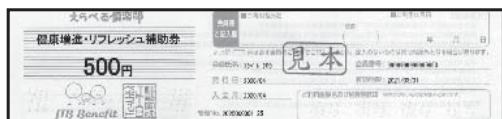
健康増進・リフレッシュ補助券は各区のスポーツセンターや次の各施設などでも利用可能です。
期間限定での展示会等も開催されていますので、ぜひ、ご利用ください。

- ◎安佐動物公園（安佐北区安佐町大字動物園）
・10月25日まで「素顔のどうぶつ写真展」開催中
- ◎広島市植物公園（佐伯区倉重3-495）
・10月8日まで「私の好きな花たちの写真展」開催中
- ◎森林公園こんちゅう館（東区福田町字藤ヶ丸10173）
- ◎ヌマジ交通ミュージアム（安佐南区長楽寺2-12-2）

※展示会等の情報は9月10日現在の情報です。最新の情報は各施設のホームページでご確認ください。

健康増進・リフレッシュ補助 県立美術館特別展について

広島県立美術館では、現在、次の特別展が開催されています。
健康増進・リフレッシュ補助券がご利用いただけます。



【開催日程】11月29日（日）まで
ヨーロッパの宝石箱 リヒテンシュタイン侯爵家の至宝展
住所：中区上幟町2-22
特別展に限り1人1回の購入につき補助券1枚利用可
（こども料金等で500円未満は利用不可）

広島交響楽団定期演奏会入場券希望者募集

互助会

☎内81-2356
☎504-2063
FAX245-8337

募集内容

第405回広島交響楽団定期演奏会

【日 時】11月13日(金) 18:45開演

【会 場】広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)

【募集人数】25人

【負担金】S席 2,700円 A席 2,400円 B席 2,200円



※当選者には10月19日頃に通知書を発送します。通知書を互助会窓口にて持参いただき、入場券引き換え時に負担金をお支払いください。申込期限後のキャンセル、変更等はできません。

注) 新型コロナウイルスの感染拡大の状況によっては、開催日の延期や中止、出演者や曲目の変更という可能性もありますので、予めご了承ください。

【指揮】下野 竜也

【ピアノ】小山 実稚恵 (※の印のある曲目を演奏)

【曲 目】ベートーヴェン：ピアノ協奏曲第5番変ホ長調作品73「皇帝」※
＜ベートーヴェン・コンチェルト・シリーズ＞

ブルックナー：交響曲第4番変ホ長調「ロマンティック」(ハース版)

第405回定期は、下野竜也が指揮する王道プログラム。ベートーヴェンの「皇帝」に小山実稚恵を迎えて開催する。今期の目玉公演とあって、下野×広響の充実を示すプログラムとなること間違いなし！



ピアノ：小山 実稚恵
©Hiromichi Uchida

配付枚数

1人2枚までとします。

申込期限

10月12日(月)17:00必着

申込方法

申込書を互助会へ提出してください。FAXでも受け付けます。

※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。

記入上の注意

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)の範囲内での応募にしてください。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。

- ①参加席は、希望するものを1つ○で囲んでください。
- ②枚数と合計負担金額の記入をお願いします。
- ③参加者氏名の枠は、会員の場合は氏名と職員番号を記入し、ご家族の場合は、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は、**必ず再度記入**してください。
- ④記入もれ等がある場合は受付できません。
- ⑤広響定期演奏会への参加は年度内1回とします。

FAXで申し込む場合は、申込書を切り取らずに送信してください。

第405回広響定期演奏会 入場券申込書 (10月12日17:00必着)

職員番号

所属名 _____ (☎ _____)

氏 名 _____

参加席 _____ S席 _____ A席 _____ B席 _____

希望枚数 @ _____ 円× _____ 枚= _____ 円
(合計負担金額)

参加者氏名	氏名(カタカナで記入)	職員番号	続柄



↑
キ
リ
ト
リ

令和2年度 広島交響楽団定期演奏会募集予定

募集時期	日時・場所	内 容	募集人員	負担金
厚生だより 11月号	令和2年12月10日(木) 18:45開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第406回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】ウラディーミル・フェドセーエフ 【曲目】～被爆75年特別定期～ チャイコフスキー：幻想序曲「ロメオとジュリエット」 ショスタコーヴィチ：交響曲第5番ニ短調作品47「革命」	25人	
厚生だより 12月号	令和3年1月23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407回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】チャールズ・オリヴィエリ＝モンロー 【ヴァイオリン】蔵川 瑠美 【曲目】アルヴェーン：スウェーデン狂詩曲第1番作品19「夏至の徹夜祭」 ニルゼン：ヴァイオリン協奏曲作品33 (FS. 61) シベリウス：交響曲第5番変ホ長調作品82	25人	S席 2,700円 A席 2,400円
	令和3年1月28日(木) 18:45開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第400回広島交響楽団定期演奏会 (5月24日の延期公演) 【指揮】下野 竜也 【ピアノ】横山 幸雄 【曲目】コダーイ (下野竜也編曲)：ミゼレーレ ラフマニノフ：ピアノ協奏曲第2番ハ短調 ドヴォルザーク：交響曲第9番ホ短調「新世界より」	25人	B席 2,200円
厚生だより 1月号	令和3年2月10日(木) 18:45開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第408回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】下野 竜也 【チェロ】アレクサンドル・クニャーゼフ 【ピアノ】野田 清隆 (※の印のある曲目を演奏) 【曲目】シュニトケ：チェロ協奏曲第1番 ストラヴィンスキー：バレエ音楽「ペトリューシカ」(1947年版)※	25人	第406回 のみ S席 3,200円
厚生だより 2月号	令和3年3月7日(日) 15:00開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第409回広島交響楽団定期演奏会 【指揮】パスカル・ロフエ 【コントラバス】エディクソン・ルイス 【曲目】ロルフ・マッティンソン：コントラバス協奏曲第1番作品87 ストラヴィンスキー：交響詩「ナイチンゲールの歌」 ドビュッシー：交響詩「海」ー3つの交響的スケッチ	25人	A席 2,900円 B席 2,700円
	令和3年3月11日(木) 18:45開演 広島文化学園HBGホール (広島市文化交流会館)	第401回広島交響楽団定期演奏会 (6月13日の延期公演) 【指揮】下野 竜也 【ハープ】吉野 直子 【曲目】ニーノ・ロータ：ハープ協奏曲 ブルックナー：交響曲第1番ハ短調 WAB 101 (リンツ稿)	25人	

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」の送付時期について

職員共済組合

☎内 81-2373
☎ 504-2062

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、平成29年分の確定申告から、広島市職員共済組合が送付する「医療費と給付金支給額のお知らせ」を添付することによって、「医療費控除の明細書」への記載内容を省略できるようになりました。

令和2年度の「医療費と給付金支給額のお知らせ」の送付時期は次のとおりです。

再交付はしませんので、大切に保管してください。

令和2年度「医療費と給付金支給額のお知らせ」送付時期

区分	診療月	送付時期
第1回	1～6月分	9月下旬
第2回	7～11月分	2月下旬
第3回	12月分	3月下旬

※ 医療費控除の申告に関する詳細は、国税庁ホームページ (<http://www.nta.go.jp>) をご覧いただくか、税務署にご相談ください。

積立年金保険の募集

(拠出型企業年金保険)

互助会

☎内81-2354
☎504-2063

申込締切日 令和2年10月16日(金)

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

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

加入資格

自由型…昭和37年4月2日生以降の互助会会員の方
(保険料払込満了日(60歳)までの予定加入期間が2年以上の方)

税控除型…昭和45年4月2日生以降の互助会会員の方
(保険料払込満了日(60歳)までの予定加入期間が10年以上の方)

申込方法

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

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

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

予定利率

年1.24%(令和2年7月1日現在)

保険料控除

新規に加入される方については、令和3年2月以降、毎月の給与及び6月・12月の期末・勤勉手当から控除します。

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

・**加入口数を変更される方**…令和3年2月の給与から変更し、控除します(口数変更は募集期間のみの受付となります。)

・**脱退される方**…令和3年1月の給与まで控除した後の脱退となります。所定の解約請求書(加入区分毎に必要となります。)を募集締切後、脱退予定者に送付いたします。

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

引受会社

明治安田生命、日本生命、富国生命、第一生命、住友生命、太陽生命、ソニー生命、アクサ生命

無理なく積立

月払は1口1,000円から
期末・勤勉手当払は
1口10,000円から

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

必要に応じて、払出し(「税控除型」は不可)、解約ができます。

退職後は豊富な選択肢

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

- ①年金コース
- ②医療保険コース(自由型のみ)
- ③一時金コース

※「税控除型」は年金・一時金のみの選択となります。

有利

保険料は生命保険料控除の対象となります。

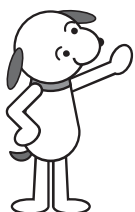
【一般生命保険料控除】

自由型に加入の方は払い込んだ保険料が一般生命保険料控除の対象となります。

【個人年金保険料控除】

税控除型に加入の方は払い込んだ保険料が個人年金保険料控除の対象となります。

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



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

保険料控除申告

互助会

☎内81-2358
☎504-2063

令和2年分保険料控除申告の時期となりました。給与・賞与から控除しているものについては人事給与システムの申告書の印字により証明しますので、申告額等についてご確認ください。

一般生命保険料控除

①互助会グループ保険・全国市長会任意共済保険

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

②団体扱いの生命保険

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

介護医療保険料控除

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

個人年金保険料控除

①積立年金保険

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

②団体扱いの個人年金保険

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

※損害保険料控除について

税制改正により平成19年から短期損害保険料控除がなくなりました。
このため、全国都市職員災害共済会と団体傷害保険については控除の対象となりません。

全国市長会任意共済保険 還付金（配当金）

互助会

☎内81-2358
☎504-2063

令和元保険年度（令和元年6月1日～令和2年5月31日）の全国市長会任意共済保険の配当金の還付率は次のとおりです。

なお、配当金は9月18日（金）に職員共済組合等に登録された個人口座へ振り込みました。

保険種類	還付率
任意共済保険	36.86%
医療保障保険	27.27%

財産形成貯蓄の「新規加入手続き」又は「積立額変更手続き」をされた方へ

福利課

☎内81-2357
☎504-2060

市立病院機構経営管理課

☎(直通)569-7816
FAX569-7826

<新規加入手続きをされた方>

●積立開始月について

9月の募集時に、「新規加入手続き」をされた方の積立開始は、令和2年11月支給の給与からとなります。

●契約証（証書）について

預入先金融機関から契約証（証書）が発行されます。（証券会社を除く。）
契約証（証書）は、令和2年12月下旬から令和3年1月末までに、福利課を経由してお渡しします。

(注)広島市立病院機構職員（市からの派遣職員を除く）の方は、「福利課」を「市立病院機構本部事務局経営管理課」と読み替えてください。

<既加入の方で、積立額変更手続きをされた方>

給料積立額の変更手続きをされた方は、令和2年11月支給の給与から、変更後の積立額が適用されます。
期末手当積立額の変更手続きをされた方は、令和2年12月支給の期末手当から、変更後の積立額が適用されます。

財産形成貯蓄について、よくある質問と回答

Q) 住所や氏名を変更する場合の手続きは？

A) 各財形貯蓄の変更申込書を福利課へ提出してください。（申込書は福利課にあります。必要の都度、請求してください。）

変更申込書の外、①証書、②変更内容のわかるものの写し（運転免許証、住民票など）も必要です。③個人番号の必要な場合もあります。

※ 預入先の金融機関によっては、添付書類が異なりますので、福利課へお問い合わせください。

Q) 積立額の残高が知りたいときの問い合わせ先は？

A) まずは、金融機関から加入者に年2回通知される「残高通知」を参考にしてください。

（通知時期は、金融機関により異なります。）

金融機関によっては、福利課へ積立額残高の通知がありますので、福利課へお問い合わせください。

その他、福利課に積立額残高の通知がない金融機関については、加入者本人から金融機関へお問い合わせいただくこととなります。

Q) 証書を紛失した場合の手続きは？

A) 預入先金融機関により手続きが異なりますので、福利課へお問い合わせください。

※ 預入先の金融機関によっては、金融機関窓口での手続きが必要な場合があります。

※ 証書の再発行には、手数料をご負担いただきます。

Q) 払い戻しの手続きは？

A) 各財形貯蓄の払戻請求書等を、福利課へ提出してください。（払戻請求書は福利課にあります。必要の都度、請求してください。）

毎月15日（閉庁日の場合は、直前の開庁日）までに福利課に払戻請求書が到着したものは、その月の月末までに、払戻請求書に記載の口座に預入先金融機関から振り込まれます。

（振込日は、金融機関により異なります。）

※ いずれの貯蓄も、解約の場合は全ての金融機関で証書が必要です。

Q) 届出印を紛失（又は届出印を変更したい）した場合の手続きは？

A) 預入先金融機関により手続きが異なりますので、福利課へお問い合わせください。

※ 預入先の金融機関によっては、金融機関窓口での手続きが必要な場合があります。

<必要書類>

- ① 一般財形
 - ・払戻請求書
 - ・契約証（証書）※信託銀行及び労働金庫を除く。
- ② 住宅財形
 - ・払戻請求書
 - ・契約証（証書）※信託銀行及び労働金庫を除く。
 - ・目的内での払出の際は、そのほかに、工事請負契約書の写し等必要な書類がありますので、福利課へお問い合わせください。
- ③ 財形年金
 - 年金形式での受け取り以外は、解約手続きが必要です。
 - 解約手続きには、払戻請求書、契約証（証書）が必要です。

Q) 積立の中断や再開の手続きは？

A) 各財形貯蓄の変更申込書を福利課へ提出してください。（申込書は福利課にあります。必要の都度、請求してください。）

Q) 育児休業に入る予定です、手続きが必要ですか？

A) 取得予定の育休期間によっては手続きが必要な場合があります。福利課へお問い合わせください。

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。

例年人間ドックを受診しているにもかかわらず、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なかったために、未受診者の扱いとなっている職員がいらっしゃいます。

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、消防局、公益的法人に派遣されている職員の方です。

【職員定期健康診断個人票（ピンク色）】

治療中・経過観察中の疾病がある人は、必ず該当する番号を記入してください。
記入した項目と関連のある検査項目値が再検査の場合は再検査対象外となります。

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、次の場所で再検査及びそれに伴う健康相談を実施します。

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）がお受けしますのでご利用ください。

【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

※休診となる場合がありますので、指定日時で都合の悪い場合は事前に福利課にお問い合わせください。

【巡回会場】（10月）

巡回会場で成人男性の風しん抗体検査が受検できます（クーポン券持参）

実施日	再検査場所・受付時間	
23日（金）	東区福祉センター（3階大会議室） 9：00～10：15	南環境事業所（2階医務室） 11：30～13：00
14日（水）	佐伯区役所（6階601会議室） 11：00～12：30	南区役所（4階第3会議室） 14：30～16：00
8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
9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
6日（火）	下水道局管理部（地下大会議室） 8：45～10：15	西環境事業所（1階医務室） 11：30～13：00
15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
27日（火）	安芸区役所（3階第1会議室） 8：45～10：15	安芸環境事業所（2階医務室） 11：30～13：00

やむをえず指定場所での受診が困難な場合は、最寄りの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、必ず福利課へご提出ください。

ニコニコ（2525）過ごそう！ 毎月25日はメンタルヘルス推進日^^

福利課

☎81-2365-2374・2375
☎504-2062

毎月25日のメンタルヘルス推進日には、ご自身の心身の健康状態を振り返りつつ、セルフケアを心がけましょう。

メンタルヘルス推進日には、庁内LAN掲示板等を通じて各種相談窓口等の情報発信を行います。
各種相談窓口は、厚生だよりのP10をご覧ください。

コラム

😊ココロをラクにするコツー自分の考え方のクセを知ろう😊

人の考え・行動にはその人なりのパターンがあり、仕事のやり方や人間関係に影響を与えています。自分では「当たり前」と思っているいつもの考え方や行動が、ストレスを溜める要因となることもあります。

考え方のクセがあっても、一呼吸おいてみると切り替えられることがありますので、忙しい中でも、**考え方を柔らかく**持つよう心がけてみましょう。

こんなクセはありませんか？

考え方を切り替えてみよう！

<一事が万事の考え方>

一つうまくいかないと、「自分はやっぱりだめだ」と考える。



うまくいかなかったところもあったけど、ここまでできた。次は、失敗を生かしてやってみよう。



<自分へ関連づける考え方>



挨拶をしても、返してもらえなかったら、「無視された、嫌われている」と思いこむ。



仕事に集中していて、挨拶が聞こえなかったのかも？後で、また声をかけてみよう。

<~すべき、という考え方>

「仕事ではこうすべき」と自分の考えに固まり、そうでないとイライラする。



基本はこういうやり方だけど、違うやり方を考えてみるのも良いかも知れない。



<物事を白か黒や

○か×で決める考え方> 信頼していた同僚から、批判的な発言を受け、その後、信頼できない人「×」と思いこむ。



「批判的なことを言われたが、自分のためを思って言ってくれたのかも知れない。」と「グレー」や「△」の考え方にしてみる。



笑顔でヘルシーダイヤル 共市

広島市職員共済組合員及び会計年度任用職員の方が利用できます。

「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。）

また、WEB相談もできますのでご利用ください。

●電話の場合

【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

【会計年度任用職員の方】

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

●WEB相談の場合

笑顔でヘルシーダイヤルのホームページ (<http://www.healthy-hotline.com/>) にログインし、相談する。

※ログインには所定のIDが必要です。

【職員共済組合員の方のID】

hs32340317

【会計年度任用職員の方のID】

hs01340017



携帯電話版ホームページQRコード（注）

（注）携帯電話から相談しても無料ですが、携帯電話版ホームページ接続にかかる通信料等は自己負担となります。

障害者である職員の合理的配慮についての相談 市

人事課で、障害のある職員の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】082-504-2050（内線2395）

【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

*共市…広島市職員共済組合員が利用できます
*市…広島市職員が利用できます

〈プライバシーは守られます〉

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。ご希望に応じて、カウンセラー・医師との対面相談の日時を決定します。

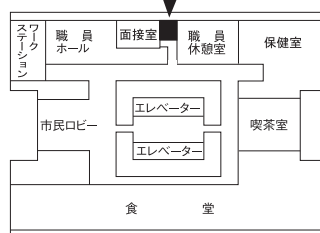
【相談受付】

月～金曜日

午前10時～午後3時30分

（相談は午後4時まで行います。時間外は留守番電話になっています。）

本庁舎16階健康相談室



ヒーリングCD貸出のお知らせ

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

〈プライバシーは守られます〉

健康相談 市

産業医・保健師が、心と体の健康相談を行っています。

【産業医】

504-2679（直通）又は内線2378

504-2681（直通）又は内線2376

504-2682（直通）又は内線2368

【保健師】

504-2062（直通）

又は内線2365・2374・2375

●相談内容によっては面接相談を行います。

●禁煙相談も可能ですので、ぜひご相談ください。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。

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、セクハラなど、こころの健康問題について相談やカウンセリングを行います。

【相談予約】

月～金曜日（祝日を除く。）

午前10時～午後4時30分

【相談時間】

午前10時～午後8時

（土日祝日も含む毎日）

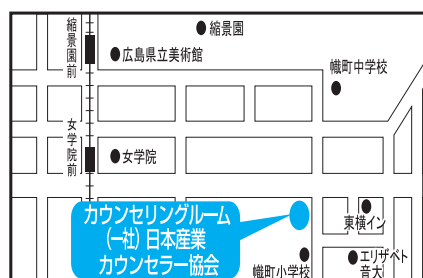
【相談方法】

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】

中区職町3-1 第三山県ビル5階

（一社）日本産業カウンセラー協会



2020

10

October

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 ㊦11月分コテージ湯の山利用抽選 ㊦10月分普通・特別貸付申込締切	6	7	8	9 ㊦各種給付金締切	10
11	12 ㊦貸付金繰上償還申込締切 ㊦広響定期演奏会抽選申込締切	13	14	15 ㊦財形貯蓄10月分払戻請求締切	16	17
18	19	20 ㊦11月分住宅貸付申込締切 ㊦10月分育児・介護休業手当金請求締切	21	22	23 ㊦9月分育児・介護休業手当金支払日 ㊦11月分産前産後休業掛金免除申出締切 ㊦貸付金繰上償還振込期限	24
25	26	27	28	29	30 ㊦12月分コテージ湯の山利用抽選申込期限 ㊦10月分普通・特別、9月分住宅貸付日	31

㊦ 互助会 ㊦ 職員共済組合 ㊦ 福利課

月例受付

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

互助会		職員共済組合	
ダイヤルイン 504-2063(福利係)		ダイヤルイン 504-2061(庶務係) 本庁内線 2362	
給付 (本庁内線2358)	締切 20日 支払 翌月20日	普通貸付 特別貸付	締切 5日 貸付 末日
火災共済(加入) (本庁内線2355・6)	加入申込 随時 (加入日は翌月1日)	住宅貸付 貸付金借用証	締切 20日 貸付 翌月末日
福利課		貸付金 繰上償還 (一部返済・全額返済)	受付 10日まで 振込 23日まで 一部返済(1万円単位) 住宅貸付50万円以上 普通・特別貸付30万円以上
ダイヤルイン 504-2060又は本庁内線2357		育児・介護 休業手当金	締切 20日 支払 翌月25日
財形払戻 (解約・一部払出)	締切 15日 支払 末日	配布部数の変更について	
財形積立 (中断・再開)	締切 15日 翌月給与より	全庁フォルダ内のファイルを直接修正できない所属においては次の番号へ必要部数をお知らせください。 福利課厚生係(互助会管理係) 082-504-2060(内線81-2352) 配布部数の変更は毎月10日までにお知らせください。	

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