

# 厚生だより

2021  
4

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3年(2021年)4月1日号

JTB Benefit

一般財団法人 広島市職員互助会 / 広島市水道局職員互助会

## えらべる 倶楽部

利用ガイド

会員の皆様だけにお届けするお得な特典のご利用方法を掲載!



令和3年度  
保存版

この利用ガイドに掲載されている施設、サービス内容は令和3年2月10日現在のものです。

お得で便利! えらべる倶楽部を活用しましょう

えらべる倶楽部からのお知らせは P1~

### えらべる倶楽部からのお知らせ

- (P1) 令和3年度各種補助券について
- (P2) スーパーミラクルイリュージョン 木下大サーカス 広島公演のご案内
- (P2) カープ応援団シートについて(抽選販売)
- (P2) サンフレッチェ応援シートについて(抽選販売)

### 募集します

- (P3) 広響定期演奏会入場券希望者募集
- (P5) 職員互助会グループ保険・総合医療保険 募集のお知らせ

### お知らせします

- (P4) 特約店のお知らせ
- (P6) 育児休業手当金請求手続き
- (P7) 産前産後休業期間中の掛金・負担金免除等
- (P9) 介護休業手当金請求手続き
- (P10) 「養育特例」の適用について(様式を変更しました)
- (P11) 職員定期健康診断(巡回)の実施
- (P13) 人間ドック・脳ドック・婦人科検診の実施
- (P14) 会計年度任用職員等(協会けんぽ加入者)人間ドック婦人科検診の実施
- (P15) 特定健康診査・特定保健指導の概要

### 健康・相談

- (P12) 職員定期健康診断個人票の提出をお願いします
- (P12) 定期健康診断の再検査を受けましょう
- (P17) ニコニコ(2525) 過ごそう! 毎月25日はメンタルヘルス推進日^^
- (P18) 笑顔でヘルシーダイヤル等

## 令和3年度各種補助券について

3月中旬に補助券をお配りしています！ご確認ください！

2種類の補助券を案内状とともに事前にお配りしました。

「健康増進・リフレッシュ補助券」を1会員26枚／「映画館入場補助券」を10枚お配りしています。  
**健康増進・リフレッシュ補助券は、引き続き、人間ドックにもご利用いただけます！**  
 (詳細は利用ガイド13～15ページをご参照ください。)

なお、お配りしました補助券は再発行できませんので、紛失されないようご注意ください。

ご利用範囲は会員本人と配偶者及び2親等以内の親族まで（パートナーシップ宣誓者を含む）です。  
**(人間ドックは会員本人に限ります。)**



券種名	特典	枚数
健康増進・リフレッシュ補助券	500円(1枚)	1会員年間26枚まで
映画館入場補助券 (広島映画館)	補助券持参で 1,200円で鑑賞可能	1会員年間10枚まで

## 新規利用対象施設（人間ドック実施医療機関）のご紹介

令和3年度から、「健康増進・リフレッシュ補助券」の利用対象施設に、人間ドック実施医療機関の「中電病院」と「広島中央健診所」を追加しました。

これにより、次の21施設でご利用いただけるようになります。

なお、舟入市民病院の人間ドック業務は、令和3年3月末で廃止されています。

種別	施設名	所在地	利用ルール
人間ドック	中電病院	中区大手町3-4-27	①年度内一度の受診に限り2枚まで利用可 (節目健診などで自己負担がない場合は利用不可) ②本人利用に限ります。 (被扶養者などは利用不可) ③事業主、職員共済組合又は公立学校共済組合が実施する「人間ドック」に限ります。 (「脳ドック」や「婦人科検診」、「オプション検査」などは利用不可) ④補助券の利用(支払い)は、人間ドック受診当日に限ります。
	広島中央健診所	中区八丁堀10-10	
	広島原爆障害対策協議会 健康管理・増進センター	中区千田町3-8-6	
	広島生活習慣病・がん健診センター	中区鞆町13-4 広島マツダビル4・5階	
	グランドタワーメディカルコート ライフケアクリニック	中区上八丁堀4-1 アーバンビューグランドタワー4階	
	東部健診センター	安芸区船越南3-24-27	
	マツダ病院	安芸郡府中町青崎南2-15	
	総合健診センター (公益財団法人広島県地域保健医療推進機構)	南区皆実町1-6-29	
	広島市立安佐市民病院	安佐北区可部南2-1-1	
	健康倶楽部	中区大手町3-7-5	
	広島県環境保健協会	中区広瀬北町9-1	
	アルパーク検診クリニック	西区草津新町2-26-1	
	長崎病院ヘルスケアセンター	西区横川新町3-11	
	西広島リハビリテーション病院	佐伯区三宅6-265	
	広島通信病院	中区東白島町19-16	
	広島赤十字・原爆病院	中区千田町1-9-6	
	市立三次中央病院	三次市東酒屋町10531	
	日本鋼管福山病院	福山市大門町津之下1844	
	東広島記念病院	東広島市西条町吉行2214	
	広島生活習慣病・がん健診センター大野	廿日市市大野早時3406-5	
	村上記念病院	尾道市新浜1-14-26	



## スーパーミラクルイリュージョン 木下大サーカス 広島公演のご案内

あの、世界を感動させた木下大サーカスがさらに進化して5年ぶりに広島にて開催!!

夢と勇気と感動と。熱き挑戦者たちの奇跡のステージ!



### 会員特典

- 自由席 おとな 3,300円 ⇒ **2,600円**  
※前売券2,900円
- 自由席 こども 2,300円 ⇒ **1,700円**  
※前売券1,900円

※本チケットは、コンビニ発券のお取り扱いとなります。

会員証呈示でのご利用はできません。ご注意ください。

※申込はJTBベネフィットサービスセンター（チケット専用ダイヤル）となります。

詳しくは会員専用サイトでご確認ください。

公演日：3月20日（土）～6月7日（月）

※休演日：毎週木曜日／4月7日（水）／4月21日（水）／4月28日（水）／5月12日（水）／5月26日（水）

ただし4月29日（木・祝）は開演

開演時間： ■月・火・水・土 1回目：11：00／2回目：14：00

■金 1回目：13：00／2回目：15：50

■日・祝日 1回目：10：10／2回目：13：00／3回目：15：50

## カープ応援団シートについて（抽選販売）



マツダスタジアムで開催される広島カープの試合を、カープ応援団シートとして会員特別価格で販売します。

詳しくは「会員専用サイト」をご覧ください。

なお、新型コロナウイルス感染拡大防止対策による観客入場制限下での販売となり、急きょ取り扱いが変更される可能性がありますので、あらかじめご了承の上ご利用ください。

## サンフレッチェ応援シートについて（抽選販売）



エディオンスタジアムで開催されるサンフレッチェ広島の試合（メインS指定席）を、サンフレッチェ応援シートとして会員特別価格で販売します。

詳しくは「会員専用サイト」をご覧ください。

なお、新型コロナウイルス感染拡大防止対策による観客入場制限下での販売となり、急きょ取り扱いが変更される可能性がありますので、あらかじめご了承の上ご利用ください。



# 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411回広島交響楽団定期演奏会

【日時】5月30日(日) 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】28人

【負担金】S席 2,700円 A席 2,400円 B席 2,200円



※当選者には4月22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】準・メルクル

【ヴァイオリン】ヴェロニカ・エーベルレ

【曲目】サン＝サーンス(没後100年):行進曲「東洋と西洋」作品25(管弦楽版)

細川 俊夫:ヴァイオリン協奏曲「ゲネシス(生成)」(共同委嘱・広島初演)

リヒャルト・シュトラウス:交響詩「英雄の生涯」作品40

2018年、西日本豪雨で延期となった定期公演で犠牲者への追悼と祈りのプログラムを指揮し、客席とステージを魅了した準・メルクルが「英雄の生涯」で再登場する。広響コンポーザー・イン・レジデンスを務める細川俊夫の広島初演にも期待が高まる!



指揮: 準・メルクル  
©Fotodesign Christiane Höhne

## 第411回広響定期演奏会 入場券申込書(4月15日17:00必着)

職員番号

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

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

## 配付枚数

1人2枚までとします。  
※未就学児は入場できません。

## 申込期限

4月15日(木)17:00必着

## 申込方法

・申込書を互助会へ提出。(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。



## 令和3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 5月号	令和3年6月11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412回広島交響楽団定期演奏会 【ヴァイオリン&コンサートマスター】 フォルクハルト・シュトイデ 【ピアノ】 三輪 郁 【曲 目】 メンデルスゾーン：ヴァイオリン、ピアノと弦楽のための協奏曲 ニ短調MWV. 04 サン＝サーンス (没後100年)：ハバネラ作品83 メンデルスゾーン：交響曲第3番イ短調作品56「スコットランド」	28人	
厚生だより 6月号	令和3年7月9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413回広島交響楽団定期演奏会 【指 揮】 ジェームス・フェデック 【ヴァイオリン】 金川 真弓 【曲 目】 ブリテン：ヴァイオリン協奏曲作品15 チャイコフスキー：交響曲第6番ロ短調作品74「悲愴」	28人	
厚生だより 8月号	令和3年9月11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414回広島交響楽団定期演奏会 【指 揮】 鈴木 秀美 【ナチュラル・ホルン】 ハビエル・ボネ 【曲 目】 C.P.E. バッハ：弦楽のための交響曲ハ長調Wq. 182-3 モーツァルト：ホルン協奏曲第1番ニ長調K. 412 ウェーバー：ホルンと管弦楽のための小協奏曲ホ短調作品45 メンデルスゾーン：交響曲第4番イ長調作品90「イタリア」	28人	
厚生だより 9月号	令和3年10月15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415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 【ピアノ】 ルーカス・ゲニューシャス 【曲 目】 ブラームス：ハイドンの主題による変奏曲作品56 a ラフマニノフ：パガニーニの主題による狂詩曲作品43 ヒンデミット：ウェーバーの主題による交響的変容	28人	S席 2,700円 A席 2,400円
厚生だより 10月号	令和3年11月5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416回広島交響楽団定期演奏会 【指 揮】 下野 竜也 【ピアノ】 クシシュトフ・ヤブウォンスキ 【チェロ】 伊東 裕 【曲 目】 ジェラルド・フィンジ：弦楽のための前奏曲へ短調作品25 ショパン：ピアノ協奏曲第2番へ短調作品21 三善 晃：交響四部作「夏の散乱」「釣り星 (チェロ協奏曲第2番)」「霧の果実」「焉歌・波摘み」	28人	B席 2,200円
厚生だより 12月号	令和4年1月21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417回広島交響楽団定期演奏会 【指 揮】 秋山 和慶 【ヴァイオリン】 辻 彩奈 【曲 目】 ショスタコーヴィチ：バレエ組曲「黄金時代」 ショスタコーヴィチ：ヴァイオリン協奏曲第1番イ短調作品77 トゥビン (没後40年)：交響曲第2番ロ短調「伝説的」	28人	
厚生だより 1月号	令和4年2月20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418回広島交響楽団定期演奏会 【指 揮】 下野 竜也 【曲 目】 シューマン：「マンフレッド」序曲作品115 メンデルスゾーン：交響曲第5番ニ長調作品107「宗教改革」 ストラヴィンスキー：バレエ音楽「春の祭典」	28人	
厚生だより 2月号	令和4年3月5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419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】 テイル・フェルナー 【曲 目】 モーツァルト：ピアノ協奏曲第20番ニ短調K. 466 マーラー：交響曲第5番嬰ハ短調	28人	

# 特約店のお知らせ

互助会

☎内81-2353  
☎504-2063

**新規** 新規契約しましたので、お知らせします。

**【書籍部門】株式会社廣文館**

住所及び名称	電 話	担 当	定休日
広島市中区本通1-11 本部・外商部	247-1725	政近	土日
広島市南区松原町1-2 ekie 2階 新幹線店	506-3288	桑原	不定休
広島市中区宝町2-1 3階 フジ広島店	543-4744	武田	
広島市安佐北区亀崎1-1-6 3階 フジ高陽店	843-4604	伊藤	
広島市安佐南区緑井5-22-1 3階 緑井天満屋店	876-5302	小川	
品 名		割引率	
書籍・雑誌、文具、CD・DVD		5%	

# 職員互助会グループ保険 総合医療保険のご案内

互助会

☎ 81-2354-2358

☎ 504-2063

## ④ 団体保険制度の上手な活用方法

### 「必要な保障＝現在の保障」となっていますか？

#### ◆ 過不足なく保障を準備するときのポイント

##### 必要な保障の高さ(金額)を決める

ご家族やご自身のための必要保障額を考慮して保障の高さ(保険金額等)を決めましょう。



家族のことを考えると、これくらいの高さ(金額)が必要だな

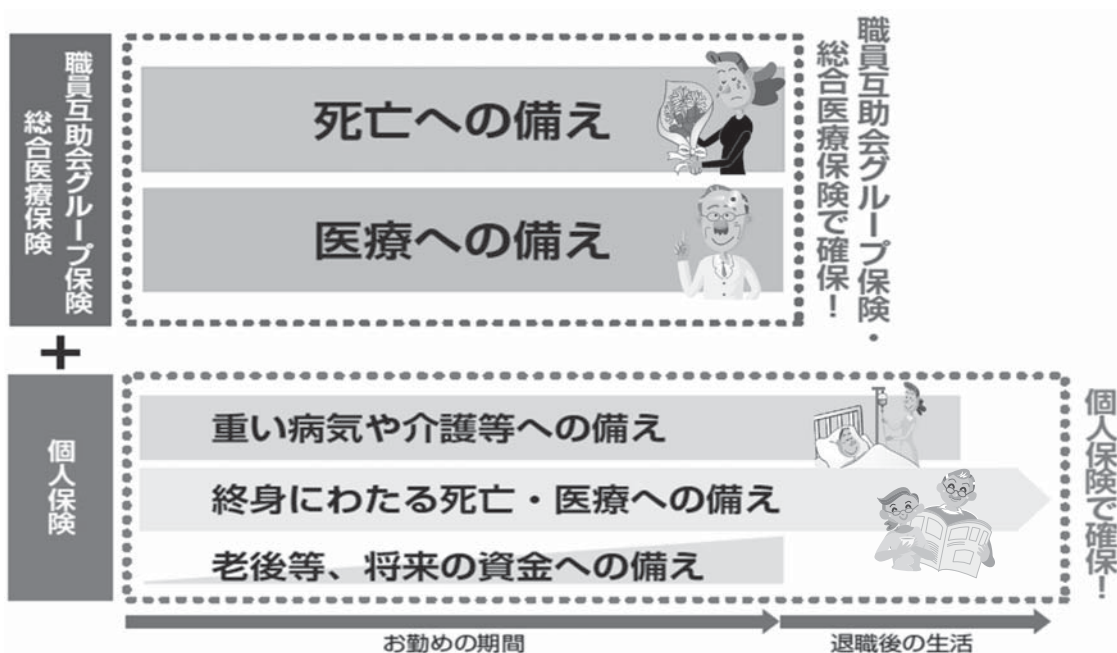
##### 保障の長さ(期間)を決める

ライフプランを立てて、保障が一定期間必要なのか、一生涯必要なのかを決めましょう。



死亡保障は子どもの独立まで、医療保障は一生運があると安心だな

職員互助会グループ保険・総合医療保険と個人保険を  
バランスよく組合せることで、必要な保障を確保しましょう！



※個人保険については、一般的な概要を説明しているものであり、個人保険の詳しいご検討にあたっては、各保険会社の「商品パンフレット」・「契約概要」・「注意喚起情報」・「ご契約のしおりー定款・約款」等を必ずご確認ください。

職員互助会グループ保険・総合医療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](mailto: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。

当資料は、制度の内容がすべて記載されているものではありません。  
あくまでも参考資料としてご利用ください。

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」等にて必ず詳細をご確認ください。

# 育児休業手当金の請求手続き (育児休業中の掛金免除申出)

職員共済組合

☎内81-2362

☎504-2061

**支給要件** 職員共済組合員が育児休業の承認を受けた場合

**支給期間** 原則、育児休業の対象となる子が1歳に達するまでの期間内  
ただし、夫婦ともに取得する場合は、夫と妻それぞれ1年間を限度に1歳2か月まで（パパ・ママ育休プラス）、また下記3の総務省令で定める事情がある場合は、2歳に達するまでの期間内

**請求方法** (職員共済組合員→人事担当課→職員共済組合)

## 1 新規請求時提出書類

- ① 育児休業手当金請求（変更請求）書
- ② 育児休業等掛金免除申出（変更申出）書
- ③ 育児休業承認書（写）
- ④ 母子手帳（写）又はそれに代わるもの（子の生年月日を記載したもの）
- ⑤ 育児休業取扱通知書等（パパ・ママ育休プラス）
  - 手当金は、毎月分の額を、翌月25日に支給します。（支給額には上限があります。）  
当該育児休業をした期間が180日（土日を含む日数）に達するまでの期間  
標準報酬月額÷22日×67/100(給付率)×土日を除く勤務しなかった日  
当該育児休業をした期間が180日（土日を含む日数）を超える期間  
標準報酬月額÷22日×50/100(給付率)×土日を除く勤務しなかった日

## 2 育児休業取得期間変更時提出書類

- ① 育児休業手当金請求（変更請求）書
- ② 育児休業等掛金免除申出（変更申出）書
- ③ 育児休業承認書（写）又は辞令書（写）

## 3 総務省令で定める事情がある場合

- ・ 保育園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
  - ・ 常態として育児休業に係る子の養育を行っている配偶者であって当該子が1歳に達する日後の期間について常態として当該子の養育を行う予定であったものが次のいずれかに該当した場合
    - イ 死亡したとき
    - ロ 負傷、疾病又は身体上若しくは精神上の障害により育児休業に係る子を養育することが困難な状態になったとき
    - ハ 婚姻の解消その他の事情により配偶者が育児休業に係る子と同居しないことになったとき
    - ニ 6週間（多胎妊娠にあつては、14週間）以内に出産する予定であるか又は産後8週間を経過しないとき
- ※ 上記いずれの場合も、市長事務部局（保育園を含む）の方については、人事課へ「証明願」の提出が必要です。  
※ 詳細については、職員共済組合までお問い合わせください。

## 育児休業中の掛金について

育児休業を開始した日の属する月から育児休業が終了する日の翌日の属する月の前月までの月は、掛金が申出により免除になります。開始月と終了月が同月で月の中途終了の場合は、掛金免除対象外です。必ず産前産後休業掛金免除の出産後手続き（産前・産後休業掛金免除申出（変更申出）書、休暇等報告書、母子手帳の写しを提出）後、育児休業手当金請求・掛金免除申出をしてください。

## 産前産後休業期間中の掛金・負担金免除 (職員共済組合員)

職員共済組合

☎内81-2362  
☎504-2061

## 産前産後休業期間中の健康保険料・厚生年金 保険料免除(協会けんぽ加入者)

福利課

☎内81-2372  
☎504-2062

### 支給要件

職員共済組合員又は協会けんぽ加入者が産前産後休暇を取得した場合

### 免除期間

産前産後休業を開始した日の属する月からその産前産後休業が終了する日の翌日の属する月の前月までの期間

### 対象者

免除を申し出た職員共済組合員及び協会けんぽ加入者

\* 産前産後休業とは、産前休暇8週、産後休暇8週の内、産前休暇6週、産後休暇8週をいう。

### 申出方法

職員共済組合員→庶務担当→職員共済組合に提出

協会けんぽ加入者→庶務担当→各事業主(市長事務部局は福利課)に提出

## 1 出産前の手続き

### (1) 庶務事務システムによる場合

- ① 庶務事務システムから**産前・産後休暇の入力**を行い電子決裁を受けてください。
- ② 事象別申請画面又は、庁内Webの福利課HPから、職員共済組合員は「産前・産後休業掛金免除申出(変更申出)書」を、協会けんぽ加入者は「産前産後休業取得者申出書/変更(終了)届」を出力し必要事項を記入後、下記提出書類のイ・ウを添付のうえ、職員共済組合員分は職員共済組合へ、協会けんぽ加入者分は各事業主(市長事務部局は福利課)へ送付してください。

### (2) 手処理による場合

- ① 下記提出書類のア・イ・ウを、職員共済組合員分は職員共済組合へ、協会けんぽ加入者分は各事業主(市長事務部局は福利課)へ送付してください。



## 2 出産後の手続き

A 出産予定日と出産日が同日の場合は、出産（日）を証明する書類（ウ）の提出をお願いします。  
（協会けんぽ加入者は特に手続きはありません）

B 出産予定日と出産日が異なる場合は、必ず育児休業手当金請求までに、次の手続きを行ってください。

### (1) 庶務事務システムによる場合

- ① 庶務事務システムで産後休暇の取戻しと同時に、変更後の産後休暇の入力を行い電子決裁を受けてください。（産前休暇は産後休暇を変更することにより自動で変更）
- ② 職員共済組合員は「産前・産後休業掛金免除申出（変更申出）書」を、協会けんぽ加入者は「産前産後休業取得者申出書／変更（終了）届」を出力し必要事項を記入後、下記提出書類のイ、ウを添付のうえ、職員共済組合員分は職員共済組合へ、協会けんぽ加入者分は各事業主（市長事務部局は福利課）へ送付してください。

### (2) 手処理による場合

- ① 下記提出書類のア・イ・ウを、職員共済組合員分は職員共済組合へ、協会けんぽ加入者分は各事業主（市長事務部局は福利課）へ送付してください。

## 提出書類

- ア 産前・産後休業掛金免除申出（変更申出）書・・・・・・職員共済組合員 産前産後  
産前産後休業取得者申出書／変更（終了）届・・・・・・協会けんぽ加入者 産前産後
- イ 休暇等報告書（産前産後全期間、所属長（課長、保育園園長等）印のあるもの）の写し  
・・・・・・・・職員共済組合員、協会けんぽ加入者
- ウ 出産（予定）日を証明する書類（医師の出産証明書等）の写し  
・・・・・・・・職員共済組合員、協会けんぽ加入者

# 介護休業手当金の請求手続き

職員共済組合

☎内81-2362

☎504-2061

## 支給要件

職員共済組合員が次の者を介護するため2週間以上の介護休暇の承認を受けた場合

※ただし、介護休業手当金は、介護休暇のうち1日単位で取得するものを対象として算定します。

同居・別居を問わない者	同居を条件とする者
<ul style="list-style-type: none"><li>配偶者（内縁を含む）</li><li>父母</li><li>配偶者の父母</li><li>孫</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>父母の配偶者、配偶者の父母の配偶者、子の配偶者、配偶者の子</li></ul>

## 支給期間

介護を必要とする一の継続する状態（負傷、疾病・障害又は老齢により介護を必要とする状態が生じてから消滅するまで）ごとに介護休業の日数を通算して66日まで

## 請求方法

（職員共済組合員→人事担当課→職員共済組合）

### 1 新規請求時提出書類

- ① 介護休業手当金請求（変更請求）書
- ② 介護休暇承認請求書（写）
- ③ 介護休暇承認書（写）

- 手当金は、毎月分の額を、翌月25日に支給します。（支給額には上限があります。）

標準報酬月額÷22日×67/100×週休日を除く勤務しなかった日数

### 2 介護休暇取得期間変更時提出書類

- ① 介護休業手当金請求（変更請求）書
- ② 介護休暇承認書（写）又は辞令書（写）

※医師の診断書（写）を場合により提出していただくことがあります。

※市長事務部局（保育園を含む）の方については、人事課へ「証明願」の提出が必要です。

※上記支給要件における介護対象者の要件及び支給日数については、平成29年1月1日施行の地方公務員等共済組合法の一部改正の内容に基づくものです。

※詳細については、職員共済組合までお問い合わせください。

# 「養育特例」の適用について (様式を変更しました)

職員共済組合

☎内81-2363

☎504-2061

## 養育特例の概要

3歳に満たない子を養育している組合員の標準報酬月額が、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、年金額が養育期間前の高い標準報酬月額で計算されます。この制度は申出から2年間は遡及して適用することが可能です。

## 対象者

3歳未満の子を養育している組合員

※子は同居していれば父母どちらにも適用することが可能で、子を扶養にいていること条件はありません。育児休業等を取っていない方も対象となります。

## 対象期間

3歳未満の子を養育している期間

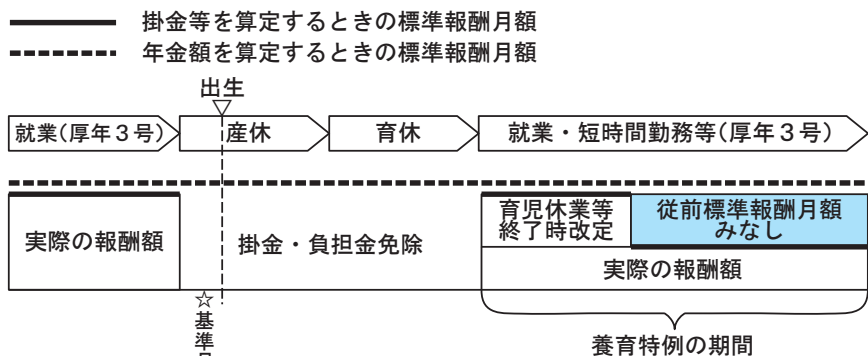
【開始】3歳未満の子を養育することとなった日（出生等）の属する日

※産休・育休を取得した場合、養育特例が適用されるのは、産休・育休が終了した日の翌日が属する月の初日

【終了】以下に該当することとなった日の翌日の属する月の前月

- ・養育する子が3歳に到達したとき
- ・組合員が退職又は死亡したとき
- ・他の3歳未満の子（第2子等）を養育することとなったとき
- ・子が死亡したときまたは子を養育しないこととなったとき
- ・育児休業・産前産後休業等による掛金免除を受けることとなったとき

(養育特例の例)



短時間勤務等により、標準報酬月額が子を養育することとなった日の属する月の前月（基準月）の従前標準報酬月額を下回っているため、年金の計算においては、基準月の標準報酬月額を用います。

## 届出方法

(職員共済組合員→所属→職員共済組合) ※様式は庁内webの福利課ホームページにあります。

●養育特例を受けるとき: 「養育期間標準報酬月額特例申出書」

【添付書類】(親子関係・同居を確認するため、以下の原本)

- ・戸籍謄(抄)本または戸籍事項証明書(申出者と子の身分関係および子の生年月日を証明できるもの)
- ・世帯全員の住民票

●養育特例を終了するとき: 「養育期間標準報酬月額特例終了届出書」

(養育する子の3歳到達、組合員の退職・死亡時は不要)

令和3年度

# 職員定期健康診断(巡回)の実施

福利課

☎内81-2374・2375  
☎504-2062

令和3年度職員定期健康診断(巡回)が6月14日(月)から始まります。

職員のみなさんの健康増進、健康管理の充実を目的に実施しており、下記対象者の方については、申込みが必要です。

34歳以下の職員の方も、追加検査(血液検査等)ができます。

## 1 対象者

34歳以下の職員で希望者。ただし、人間ドック受診者は除きます。

## 2 追加検査

血液一般検査、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、腎機能検査、便潜血検査、心電図、身長測定、腹囲測定

## 3 その他

追加検査のうち、一部の検査のみの追加はできません。

会計年度任用職員の方も受診できます。

## 1 対象者

詳細につきましては、4月1日付通知文でご確認ください。(雇用形態により義務、希望と異なります。)

## 2 検査項目

検査項目	受診対象者
診察、体重測定、自覚・他覚症状の有無の検査、 血圧、視力、聴力、レントゲン検査、尿検査	全員
血液一般検査、肝機能検査、血中脂質検査、 血糖検査、腎機能検査、便潜血検査、心電図、 身長測定、腹囲測定	35歳以上は全員。34歳以下は希望者のみ。

## 3 その他

年度内に途中で雇用決定された会計年度任用職員(協会けんぽ加入者)の方も、職員定期健康診断(巡回)会場(6月~7月、12月及び2月)で受診できます。受診希望がありましたら、随時ご連絡ください。

いずれも受診を希望される方は、各所属を經由して提出期限までに希望者名簿(4月1日付各局庶務担当課宛eメールにて送信)を提出してください。

名簿取りまとめ後、令和3年度職員定期健康診断(巡回)の実施通知の際に、個人票及び必要な検査用具を個人宛に送付しますので、受診まで大切に保管してください。

**希望者名簿提出期限：4月9日(金)**

**定期健康診断個人票の準備の都合上、必ず期限厳守でお願いします。**

巡回会場で成人男性の風しん抗体検査が受検できますので、ご利用ください。(クーポン券持参)



# 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】（4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。

## 年に一度は生活習慣病予防のため、健診を受けましょう！ ～申込期限：4月16日(金)必着～

職員共済組合では、令和3年度の間人ドック・脳ドック・婦人科検診を次のとおり実施します。生活習慣病は、自覚症状がないまま静かに進行するため、「早期発見・早期治療」が必要です。そのため、定期的な健診による健康チェックを受けることをお勧めします。

また、40歳から75歳の年齢に達するまでの方については、人間ドックを受診することにより、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査」も受診したことになります。ぜひこの機会に受診してください。受診希望者は、別途送付する実施要領等により申し込み方法をご確認のうえ、職員共済組合まで申し込んでください。

所定の申込書、受診医療機関一覧等は、庁内WEB→福利課ホームページ→人間ドック(共済)にも掲載しています。

※ 教育委員会所属の公立学校共済組合員については、当健診の対象ではありません(4月上旬に教育委員会から学校へ送付する通知をご覧ください)。

### 実施内容

	対象者	検査内容
人間ドック	原則として、昭和62年4月1日以前に生まれた組合員。ただし、昭和62年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた、体調不良の方も対象になります。(申込書に健康上の理由を記入してください。)	診察、血圧測定、尿検査、便潜血検査、血液学的検査、生化学的検査、心電図検査、腹部超音波検査、胸部レントゲン検査、胃部検査、眼底検査、婦人科検診(女性のみ)等(特定健康診査の検査項目を含む。)※50歳・55歳・60歳の節目健診対象の男性の血液検査項目には、前立腺がん検査が加わります。
脳ドック	上記人間ドックを受診する組合員で、昭和57年4月1日以前に生まれた組合員。ただし、平成31年度又は令和2年度に職員共済組合の脳ドックを受診した方を除きます。(3年間で1回受診可能。)	MRI検査、MRA検査等 (なお、脳ドックを単独で受診する場合は、血圧測定、血液学的検査等が加わります。)
婦人科	上記人間ドックを受診しない、女性の組合員。(年齢制限はありません。)	乳がん検査、子宮がん検査

### 自己負担額

区分	自己負担額
人間ドック	10,000円
人間ドック+脳ドック	18,400円
脳ドック	9,600円
婦人科検診	自己負担なし

### 受診期間等

令和3年6月14日(月)～令和4年2月28日(月)  
※医療機関ごとの実施日は、別途送付の「令和3年度受診医療機関一覧」をご確認ください。

### 申込方法

別途送付する実施要領により申込方法をご確認のうえ令和3年4月16日(金)までに申し込んでください。

### 特定健康診査・特定保健指導

40歳から75歳の年齢に達するまでの組合員の方は人間ドックを受診することにより、「特定健康診査」を受診したことになります。

受診の結果、特定保健指導の対象となった方については、特定保健指導の利用を案内します。

詳細については、今月号の厚生だより「特定健康診査・特定保健指導の概要」又は庁内WEB→福利課ホームページ→特定健康診査・特定保健指導(共済)をご覧ください。

### 被扶養者人間ドック

被扶養者(35歳以上)の方の人間ドックは、6月に申込みを受け付けて、8月から実施する予定です。

詳細については、「厚生だより(6月号)」(予定)でご案内します。

# 会計年度任用職員等（協会けんぽ加入者） 人間ドック・婦人科検診を実施します

福利課

☎内81-2373  
☎504-2062

広島市では、職員の疾病の予防及び進行の防止、健康の増進を図ることを目的として、協会けんぽの実施する生活習慣病予防健診に検査項目を追加し、人間ドック等を次のとおり実施します。

受診希望者は、別途送付する実施要領等により申し込み方法をご確認のうえ、福利課まで申し込んでください。実施要領等は、庁内WEB福利課ホームページにも掲載しています。

～申込期限：4月16日（金）必着～

## 実施内容

	対象者	検査内容
人間ドック	昭和62年4月1日以前に生まれた協会けんぽ被保険者	診察、血圧測定、尿検査、便潜血検査、血液学的検査、生化学的検査、心電図検査、腹部超音波検査、胸部レントゲン検査、胃部検査、眼底検査、婦人科検診（女性のみ）等（特定健康診査の検査項目含む） ※50歳・55歳・60歳の節目健診対象の男性の血液検査項目には、前立腺がん検査が加わります。
婦人科検診	上記人間ドックを受診しない、女性の協会けんぽ被保険者。（年齢制限はありません）	乳がん検査、子宮がん検査

## 自己負担額

区分	自己負担額
人間ドック	10,000円
婦人科検診	自己負担なし

## 受診期間等

令和3年6月14日（月）～令和4年2月28日（月）

※医療機関ごとの実施日は、別途送付の「令和3年度会計年度任用職員等人間ドック及び婦人科検診受診医療機関一覧」をご確認ください。

## 申込方法

別途送付する実施要領等により申込方法をご確認のうえ、令和3年4月16日（金）までに申し込んでください。

## 特定健康診査・特定保健指導

40歳から75歳の年齢に達するまでの被保険者の方は人間ドックを受診することにより、「特定健康診査」を受診したことになります。

受診の結果、特定保健指導の対象となった方については、協会けんぽの実施する特定保健指導の利用を案内しています。

## 特定健康診査受診券

被扶養者（40歳から75歳の年齢に達するまで）の方は、協会けんぽの実施する「特定健康診査」を受診することができます。

該当の方には、協会けんぽ被保険者のご自宅へ受診券等が送付されますので、ご利用ください。（宛先不明者等については、事業主を通じて配付します。）

## 乳がん検査について

女性の乳がん発病率は年々増加しています。特に40歳以上の方は、マンモグラフィを使った画像診断を定期的に受けることで、早期発見率がぐんと高まります。

年齢、状況等、ご自身に最適な検査方法を選択し、一年に一回は画像診断による検査を受けましょう。

### マンモグラフィ

乳房はやわらかい組織でできているため、マンモグラフィという専用のX線撮影装置で撮影します。乳がんの初期症状の一つである石灰化も写し出すことができます。乳房が大きく深部まで超音波が届かない方、閉経後で乳房が萎縮し乳房の多くが脂肪に置き換わっている方などに適しています。X線を使いますが、その量はごくわずかで、ほとんど危険はありません。

### 超音波検査（エコー）

人間の耳には聞こえない音を機械から発し臓器から返ってくる反射の様子を画像にしているものです。手に触れない数ミリのしこりを見つけ出すことができます。放射線被曝を避けたい妊娠中の方、若い方、乳房の圧迫に耐えられない方、強い乳腺症などで良好な撮影ができない方、頻繁に検査をする必要のある方などに適しています。



# 広島市職員共済組合員 特定健康診査・特定保健指導の概要

職員共済組合

☎内81-2367  
☎504-2062

職員共済組合の第3期「特定健康診査等実施計画」に基づき、今年度もメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した「特定健康診査」及び「特定保健指導」を次のとおり実施します。

## 【特定健康診査】

**【対象者】** 当該年度中に40歳から75歳の年齢に達するまでの職員共済組合の加入者（組合員と被扶養者、任意継続組合員とその被扶養者を含む。）が対象となります。

**【一部負担金】** ありません。ただし、人間ドック・一般健診にかかる一部負担金は、必要です。

**【受診方法】** **【組合員（任意継続組合員を除く。）】**  
職員共済組合が実施する人間ドック又は事業主（市）が実施する職員定期健康診断の受診により、「特定健康診査」を受けることになります。  
**【任意継続組合員及び被扶養者】**  
次ページをご覧ください。

## 【特定保健指導】

**【対象者】** 「特定健康診査」の結果に基づき、「特定保健指導」（「積極的支援」又は「動機付け支援」）が必要と判定された方。

**【一部負担金】** ありません。

**【利用方法】** **【受診する人間ドック医療機関で特定保健指導が利用できる場合】**  
人間ドック受診後、当該機関と日程を調整のうえ、ご利用ください。  
**【上記以外】**  
職員共済組合から「広島原爆障害対策協議会健康管理・増進センター」での利用案内をお送りします。

## 【保健指導の内容】

### 【積極的支援】

### 【動機付け支援】

#### 初回面接（共通）

- ・ 医師、保健師又は管理栄養士が、特定健康診査の結果及び喫煙習慣、運動習慣、食習慣、飲酒、睡眠等の生活習慣に関する問診項目の内容を踏まえ、生活習慣を改善するメリット及び現在の生活を続けるデメリットを説明します。
- ・ また、あなたが生活習慣の改善すべき点を自覚し、自らが目標を設定して行動に移すことができるよう、協議のうえ今後の行動目標及び行動計画を作成します。

#### 継続支援

初回面接の後、医師、保健師又は管理栄養士等が、電子メール（又は手紙・FAX）、電話、対面での個別面接又はグループ面接による支援を1か月に1回以上継続して行います。

#### 中間支援

初回面接と3か月後の実績評価の中間に、電子メール（又は手紙・FAX）による、励ましのための支援を行います。

#### 3か月後の実績評価（共通）

初回面接等で作成した行動目標が達成されているかどうか、また身体状況や生活習慣に変化が見られたかどうかについて評価を行い、その結果をもとに行動目標及び行動計画を修正するなど、今後の自主的な取組が継続できるよう支援します。

※ 標準的な評価項目は、腹囲、体重の行動目標の達成度及び生活習慣（食生活・運動・喫煙）の改善状況です。また、希望者には血液検査を実施します。



## ～任意継続組合員及び被扶養者の方の「特定健康診査」について～

当該年度中に40歳から75歳の年齢に達する任意継続組合員及び被扶養者の方は、下記①、②（被扶養者のみ）、③のいずれかひとつの方法で「特定健康診査」を受診できます。ぜひ受診してください。

区 分		①人間ドック	②一般健診(被扶養者のみ)	③特定健康診査のみ
実施医療機関		職員共済組合契約の人間ドック等実施医療機関		<ul style="list-style-type: none"> <li>●特定健康診査機関として登録している医療機関（開業医等）</li> <li>●協会けんぽ広島支部が主催する集団健診</li> <li>●居住地の市町が実施する集団健診（一部の地域を除く。）</li> </ul>
健診内容	共通項目 （特定健康診査項目）	診察、問診（服薬歴、喫煙習慣等）、身体測定（身長、体重、腹囲）、血圧測定、尿検査、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査		
	他の検査項目	血液学的検査、生化学的検査、心電図検査、胸部レントゲン検査、胃部検査、婦人科検診（乳がん、子宮がん検査）、 <u>便潜血検査、腹部超音波検査、肺機能検査、眼底検査</u> 等	左記、人間ドック項目のうち、原則として、下線のある検査がありません。	（医師の判断により、眼底検査、心電図検査、貧血検査、血清クレアチニン検査を追加する場合があります。）
一部負担金		10,000円	7,200円	無料
受診方法 等		任意継続組合員	令和3年4月16日（金）までに申し込んでください。詳しくは別途通知をご覧ください。	「特定健康診査受診券」の交付申請は随時受け付けています。 「特定健康診査受診券」の交付を受けた後、医療機関等にお申込みください。
		被扶養者	<b>申込み開始は、6月の予定です。詳しくは「厚生だより（6月号）」（予定）でご案内します。</b>	

③での受診を希望される方は、職員共済組合より「特定健康診査受診券」を発行しますので、「特定健康診査受診券交付申請書」をご提出ください。「特定健康診査受診券交付申請書」は、庁内WEB→福利課ホームページ→特定健康診査・特定保健指導（共済）に掲載しています。

なお、「特定健康診査受診券交付申請書」の提出がなかった任意継続組合員及び被扶養者の方であっても、人間ドック又は一般健診の申込をされていない方で、当該年度の特定健康診査の対象となる方に対しては、8月頃に「特定健康診査受診券」を一斉送付する予定としていますので、ぜひ受診してください。

「高齢者の医療の確保に関する法律」第120条第2項及び第121条第2項に基づき、特定健康診査・特定保健指導に対する目標値の達成状況に応じて、職員共済組合が国に納付する後期高齢者支援金の加算・減算が行われることとされています。このことによって、組合員の掛金（保険料）の負担が増える可能性がありますので、対象となる方は、特定健康診査及び特定保健指導を受けていただきますようお願いいたします。

なお、第3期特定健康診査等実施計画の概要については、職員共済組合ホームページに掲載しています。

# 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

福利課では、職員の皆さんが定期的にメンタルヘルスに関する情報に触れ、ご自身の心や身体の健康状態を振り返るきっかけとするために、毎月25日をメンタルヘルス推進日に設定しています。

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（本誌にも掲載）の情報発信を行います。

コラム

## 😊 心の健康づくりについて—新年度を気持ち良く始めるために— 😊

新年度が始まる4月は、自分自身や職場、ご家庭などの環境に少なからず変化があり、気持ちを新たに頑張ろう！と考えていらっしゃる方も多いことと思います。特に、新しく職員となられた方や、異動された方はより張り切っていることと思います。

ただ、この時期は環境の変化によるストレスが大きくなり、時に体調を崩してしまう方もいらっしゃいます。今回は、新年度を気持ち良く始めるための、ヒントをご紹介します。

### 健康づくりの基本は生活リズムのコントロール

#### 🌞 朝 1日のスタートは、朝ごはん

時間がないからと食事を抜く方もいますが、朝食を摂ることで眠っていた脳が活性化します。特に午前中から集中力や注意力を発揮しやすくなるため、仕事の効率アップにもつながります。



#### ⚙️ 昼 疲れた時には小休憩

疲れがたまってくると、仕事の能率が下がってしまいます。昼休みにストレッチをしたり、10～15分の短い睡眠を取ることが疲労回復に役立ちます。



#### 🌙 夜 良い眠りのためにリラックス

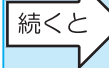
ぬるめのお風呂につかってリラックス。寝る前には、テレビやパソコン、スマートフォンの画面から目を離し、脳もリラックス。※画面から出る強い光が、眠りを妨げます。部屋の明かりも徐々に暗くしましょう。



### 異動された方へのアドバイス

#### ④ 例えばこんなストレス源

- ・慣れない環境（場所・人間関係等）で、慣れない仕事をする。
- ・これまでの経験を活かしにくかったり、また、新しい仕事を覚えるにも、以前に比べ時間がかかり、仕事の能率が上がらないことがある。



心身の不調につながる場合があります。

#### ☆ 心身の不調予防のために

真面目な人ほど、強い緊張感を持ったまま全力投球しがちですが、その状態では3ヶ月経つ頃にはその疲労も蓄積します。年度初め忙しくても、最初の3ヶ月こそ、**頑張りすぎず、しっかり睡眠をとって**徐々に慣れていくことが大切です。

職場の雰囲気作りも大切です。「おはようございます」や「お疲れさま」等、**心のこもった挨拶**が、良好な人間関係づくりの第一歩です😊

#### ☆ 周りの人ができること

これまでの経験があるから大丈夫、と周りの人は考えがちですが、ベテラン職員でも慣れない仕事をこなすのが難しい場合もあります。異動してきたベテラン職員も『**新人の一人**』と思ってサポートすることも大切です。



## 笑顔でヘルシーダイヤル 共市

「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

#### 【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

### ●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

#### 【上記以外の広島市職員の方の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。

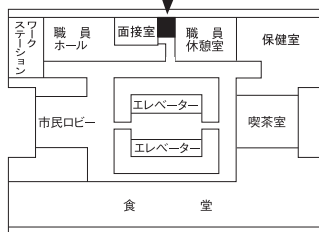
#### 【相談受付】

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）

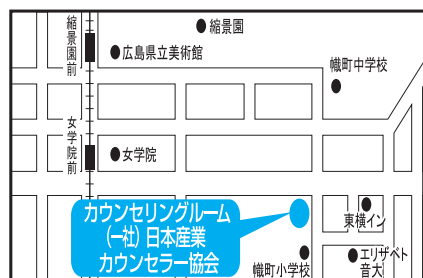
#### 【相談方法】

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



2021

4

April

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 ㊦4月分普通・特別貸付申込締切 ㊦5月分コテージ湯の山利用抽選	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	13	14	15 ㊦広響定期演奏会抽選申込締切 ㊦財形貯蓄4月分払戻請求締切	16	17
18	19	20 ㊦4月分育児・介護休業手当金請求締切 ㊦5月分住宅貸付申込締切	21	22	23 ㊦3月分育児・介護休業手当金支払日 ㊦5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 (昭和の日)	30 ㊦6月分コテージ湯の山利用抽選申込期限 ㊦4月分普通・特別・3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	
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-nagasaki.jp/shimin/kyosei/kyosei/kyosei.html) [ダイヤルイン 569-7816](http://www.city-nagasaki.jp/shimin/kyosei/kyosei/kyosei.html) まで!!