

# Ability

アビリティ

上小建設労働組合

上田市国分741-7

0268-22-2362

Home Page: <http://www.e-kumiai.jp/>

2013.Sep



9

No.703

## 上高地ハイキングと乗鞍温泉の旅

橋上から穂高連峰や焼岳を望む事ができる「河童橋」、鏡のような美しい水面に雄大な穂高の姿を映す「大正池」、自然の造形美「明神池」などが様々な自然を楽しめる、梓川上流の景勝地。

マイカー規制があるため観光バスで行くのが便利です！自由に散策した後は、今年4月にリニューアルしたばかりの乗鞍高原湯けむり館大人気の真っ白な温泉でゆっくり入浴をお楽しみください。

日 時 平成25年10月11日（金）今回は平日の設定です。

費 用 組合員とその家族4,300円 組合員外 6,300円

その他 昼食にお弁当がつかます。入浴費用も含まれます。



## 第21回 青年部ボウリング大会開催しました！

8月24日（土）プラザボウルにて青年部主催ボウリング大会が開催されました。今回は初めて、夕方から開始しました。総勢31名で、大人の部・子どもの部と分かれて対戦しました。

大人の部

- 第1位 北沢 伸一さん
- 第2位 下倉 裕充さん
- 第3位 濱村久美子さん

子どもの部

- 外丸 龍星くん
- 若林 燎くん
- 田口 稀菜さん

その後、アムハウスへ移動して、食べ放題の焼き肉で楽しみました。



## 技能大会県1位通過 高寺 匠さん！

青年技能競技大会長野県予選会に、上小建労青年部代表として、真田支部の高寺さんが出場しました。5年連続出場。今年で最後の出場となりますが、見事に県1位通過し、山形県で行われる全国大会へ出場します。来年挑戦したい方は組合までご連絡下さい。



# 建設国保加入者の みなさんへ 保険証の更新の時期です！

今年も保険証更新の時期となりました。現在お使いの健康保険証は25年9月30日までの有効期限となっています。つきましては、加入者の皆さんへ新保険証を9月13日に簡易書留郵便にて発送する予定です。(変更の可能性あり) 保険証は、個人カード化です。被保険者ごとに1枚発行されています。お手元に届きましたら記載内容をご確認の上、10月1日よりご使用下さい。

また紛失・破損には充分ご注意ください。

送付先は、毎月お送りしている請求書の送付先となりますので、事業所へ一括送付している方は保険証も事業所へお送りいたします。

簡易書留郵便は、受取人のサインが必要となるため、配達時に不在の場合は最寄の郵便局にて保管されます。(ポストには不在通知が投函されます。) 約一週間の保管期間がありますので、その間に郵便局へ連絡を取り受け取るようにしてください。保管期間経過後は組合へ返送されてきてしまいますので、その場合は組合窓口にて受取りをお願いします。(本人確認の為、受取者の身分証明をご提示ください。)

旧保険証の取扱いについては個人情報漏洩の危険等を考慮し回収は行ないません。各自の責任において処分をお願いします。期限の切れた保険証は、はさみを入れるなど使用できない状態にして破棄してください。

## ●70歳以上の方へ(昭和13年10月1日以降生まれの方)

70歳以上の被保険者で、高齢医療受給者証(濃緑色)をお持ちの方には、8月に新しいものが建設国保より送付されています。期限の切れたものについては回収となりますので、ご返却ください。保険証と取扱いが異なりますのでご注意ください。

## ☆新保険証の有効期限について

建設国保の保険証は原則として、有効期限は毎年9月30日となっています。しかし、今回更新の保険証は一部有効期限が平成25年9月30日以前の日付になっている方がいます。これは、平成20年4月より、後期高齢者医療制度が施行され75歳の誕生日から自動的に建設国保被保険者資格を喪失するためです。

組合員本人が75歳になり建設国保被保険者資格を喪失した場合、75歳以下の扶養家族の有効期間も組合員と同日となります。したがって他の健康保険の扶養家族になるか、市町村国保に加入することになります。

組合員本人が建設国保の資格を喪失した場合、組合の継続・脱退を誕生日を迎える日までに、組合までご連絡下さい。

また、ご連絡がない場合、共済や労働保険、各種サービスを受けている場合がありますので、組合は継続にしておきます。

※保険証の記載内容に、誤りがあった場合は組合へご連絡ください。また、住所、扶養家族に変更等があった場合は、14日以内に新旧の保険証を持って組合まで届出をお願いいたします。



## 未加入者を紹介して下さい！



組合では、10月～11月を組織拡大月間として、仲間の輪を広げていきます。

建設業で働く方ならどなたでも加入できます。他国保にはない、有利な制度も盛りだくさんです。

紹介して頂いた方に5,000円のQUOカードを差し上げています！

建設国保を知らない方へ積極的に声を掛けていただき、多くの方の加入をお待ちしております。

## マツダ車特別あっせん価格で！

甲信マツダさんより、『働くクルマご購入キャンペーン』の案内が同封されています。

使いやすさと経済性で選ばれているマツダの商用車『ボンゴ』『スクラム』が特別あっせん価格となっております。そろそろ買い替えを考えられている方、この機会にいかがですか。

## ゲリラ豪雨 雷・浸水被害は火災共済で！



突如の豪雨、雷等で家電、家財などに被害が及んだ時は、皆様加入しているセット共済の中に、家財100万円の補償がついています。被害に遭ったらすぐに組合までご連絡下さい。

## 上小建労限定 有利な福利厚生制度！

上小建設労働組合では、組合員の皆様への福利厚生制度として、テーマパーク補助・組合保養所補助・読売旅行組合員特別割引を行っております。

### \* テーマパーク補助

東京ディズニーリゾート・ユニバーサルスタジオジャパン・富士急ハイランドいずれの施設で1年度に1回のみですが、組合員とその扶養家族5名まで補助があります。1名につき、3000円が補助されます。



利用方法 ① 左記QRよりマジックキングダムクラブ会員申込み  
② チケット購入（レシート又は領収書をお忘れなく）



③ 組合へ申請 帰宅後レシート又は領収書を持参の上、6ヶ月以内に組合窓口へ申請

2015年3月末まで有効

### \* 組合保養所補助

1泊朝食付きで、何と3,250円（補助後）から利用することができます。北海道から沖縄まで、県内でも、上山田温泉、軽井沢、蓼科など全国に利用施設がありますので、お気軽にご利用下さい。組合保養所利用者には、組合より利用者1名当たり2,000円を補助します。



1回の利用人数は組合員の家族で10名を限度とし、年間に何回も利用できます。宿泊費が5,000円以下の場合は、1名当たり1,000円となります。

利用方法 ① 組合パンフレット Welcome 又は 組合ホームページより、ホテルを選び予約  
② 宿泊後、組合まで利用明細書、領収書を持参し、申請書を記入（領収書は組合員名のものに限る）

### \* 読売旅行割引制度

読売旅行企画の日帰り・国内・海外すべての旅行が、旅行代金より3%割引となります。新聞折り込みチラシも対象となりますのでご利用下さい。

利用方法 ① 申込みの際に「上小建設組合員」とお伝えください。  
② 金融機関より旅行代金をお振込み下さい。（カード不可）



# 御嶽山ロープウェイと赤沢森林鉄道の旅へ行ってきました！

朝からまいちのお天気の中でしたが、組合から大型バス1台で御嶽山へ出発しました。

最初に御嶽山ロープウェイに乗って神社の所まで行きました。曇っていましたが、しばらくしてから、視界が広がりはじめ、なかなか見ることのできないという滝を見ることができました。

降りてきてから、お昼となりましたが時間が忙しく、バスの中でお弁当を食べる方もいました。

次に森林鉄道へ向かいました。混んでいて予約しなければ1時間待ちの所でしたが、すぐに乗車する事が出来ました。10分程ですが、山の中へのんびりと進み、30分程散策しました。色とりどりのこまくさや、とてもきれいな川があり、川では子ども達が水遊びをしていたり、出店も沢山あったりと、とても賑やかでした。



## 平成25年度 健康診断のお知らせ



日 程		会 場
10月16日	水	組合事務所
11月20日	水	組合事務所
12月18日	水	組合事務所
1月14日	火	組合事務所
1月15日	水	組合事務所
1月16日	木	東御会場
1月20日	月	丸子会場
2月13日	木	組合事務所
3月19日	水	組合事務所
3月20日	木	組合事務所

### 受付時間

午前9時～11時

受診時間は申込順に組合より指定します。

指定時間は厳守して下さい。

### 検診料

	自己負担額	通常受診料
総合健診	2000円	13,620円
特定健診	1000円	5,780円



総合健診には今年度より骨健診も含まれます。

前立腺 1,650円 (50歳以上 650円)

石綿 1,000円 (単独受診 3,000円)

### 受付手順

・受診希望前月末までに予約を入れて下さい。

## 40歳以上の組合員とその扶養の方は年に1度は必ず受診しましょう！

- ☺ 上記の日程で組合健康診断を受診する ⇒ 受診希望前月末までに QR 又は電話にて連絡
- ☺ かかりつけの病院へ『受診券』を持参して受診する ⇒ 組合に受診券があります。ご連絡下さい。
- ☺ 人間ドックを受ける ⇒ 補助申請を行ってください。
- ☺ 他の場所で受診 ⇒ 受診結果を提出して下さい

厚生労働省より40歳以上の被保険者は受診が義務化されています。

受診率が悪いと、補助金が減り、保険料の値上げとなりますので、必ず受診しましょう！

