

Ability

アビリティ

2006.Oct

10

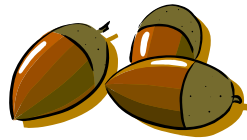
No. 620

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/>



武石支部が3連覇! 組合ソフトボール大会

9月17日(日) 秋の組合恒例行事ソフトボール大会が丸子総合グラウンドにて開催されました。今年7支部から計10チームが参加。武石支部の3連覇を何とか阻止しようと、気合十分! チーム一丸となって熱戦を繰り広げました。決勝戦に勝ちあがってきたのは、Aブロックから上田東支部、Bブロックからは今年も武石支部が駒を進めました。結果は9:1で武石支部の勝利、3連覇を達成しました。また、各ブロックの2位同士が対戦する3位決定戦では、塩田支部と上田西支部が対戦。7:1で上田西支部が勝利をおさめました。勝ったチームも負けたチームも日頃、支部の仲間と関わりあう機会の少ない方が、ソフトボールを通して団結して交流を深めることができる良い機会となったようでした。



忘れもの預かっています

大会後、グラウンドに忘れ物がありました。組合で預かっていますので、心当たりのある方は窓口までお越しください。

また、持参されたグローブを間違って持ち帰られた方がいらっしゃいます。持ち主の方が困っておられますので、ご自分の物かどうかご確認をお願いします。忘れ物のグローブは組合にあります。

対戦結果表

優勝
武石支部



ご協力をお願いします！ 建設国保予算要請ハガキ

建設国保は国からの補助金を受けて運営しています。政府の医療改革が進む中、今後の組合員本人の実質9割給付の維持や保険料引上げを抑えていく上で、このハガキによる予算要求運動が大変重要です。

10月度請求書に同封しましたハガキに、記入例を参考に表裏とも自筆でお書きいただき、返信用封筒にてご返送下さい。全員提出をお願いします。

助成金を満額確保することは、みなさんに直接関わる大変重要なことです。ご協力をお願いいたします。

気を引き締めて！

安全パトロール

組合では、建設現場の安全確認、管理意識向上と労災事故防止のため、毎年安全パトロールを実施しています。今年は10月25日(水)に、組合役員が上小地域の建設現場へ出向き、仲間たちへの安全を呼びかけます。

近年、建設現場での労災事故発生件数が増えています。毎日のことですから、慣れや気のゆるみ、疲れなどで危険への意識が薄れてしまうことも多いと思います。この機会にもう一度、現場の安全管理や自身の体調管理などを見直し、労災事故を起こさないよう心がけましょう。

家庭常備薬斡旋

毎回ご好評いただいている家庭常備薬の斡旋を行います。ご希望の方は、10月度請求書に同封しました注文書に必要事項をご記入の上、お申込み下さい。代金は、組合費と合わせて請求いたします。

注) 毎回、申込書に氏名が記入されていない方が若干いらっしゃいます。氏名が分からないと注文をお受けすることができませんので、必ず確認してからお送り下さい。

新保険証 送付しました

10月1日より建設国保保険証が更新となっています。新しい保険証を9月20日に発送いたしました。配達記録郵便にて送付していますので、ご不在等により期限までに受け取りがなかった方の保険証が、組合へ返送されてきています。該当の方は、早めに組合窓口にてお受け取りをお願いします。その際、受け取りに来る方の身分証明書をご提示いただきますので、運転免許証等をご持参下さい。

遠隔地証は本保険証に同封してあります。個別には送付していませんのでご確認下さい。

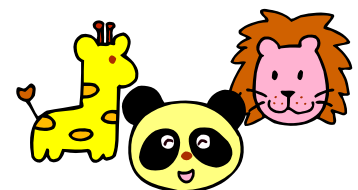
また、古い保険証は回収しませんので、各自で処分をお願いします。老人医療受給者証(建設国保発行のもの)は回収しますので、同封の返信用封筒にてご返送下さい。

保険証の記載事項に変更はありませんか？

氏名、フリガナ、生年月日などが稀に誤って登録されている場合があります。お手元の保険証をよくご確認いただき、変更がある場合は早めに手続きをして下さい。

心理テスト

動物園に行きました。
どこから見ますか？



- A : 一番人気のパンダ B : 人気のないすいている所から
C : 入り口に近い所から D : 順路通りを見る
E : 自分の好きな動物から

回答は4Pにあります。

(3)

火災見舞金 の一部が変更となります

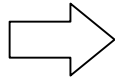
皆様にご加入いただいておりますセット共済の一部、自宅火災見舞金の内容が変更となりました。対象は持ち家にお住まいの方のみで、借家・アパートにお住まいの方は今までと変更はありません。

現在

平成18年12月より

家屋 50万円

家財 50万円



家財 100万円



尚、火災の際の補償内容や掛金につきましては変更ありません。

火災共済は自宅の全焼・半焼だけでなく、落雷による家電製品の故障も対象になります。風水害による被害も対象になる場合がありますので、詳しくは組合までお問い合わせください。

知ってました? **高額療養費** ~一部改定と貸付制度~

医療制度改正により、平成18年10月より高額療養費の支給要件・自己負担限度額が下記のように見直されました。

高額療養費は被保険者1人が1つの医療機関で支払った1ヶ月間(1日~末日)の医療費が一定額を超えた場合に支給され、自己負担が軽減される制度です。

今回の改正ではこの一定額が見直され、自己負担限度額が次のように変わりました。

	平成18年9月診療分まで	平成18年10月診療分以降
上位所得者	139,800円+ 総医療費-466,000円 ×1%	150,000円+ 総医療費-500,000円 ×1%
一般	72,300円+ 総医療費-241,000円 ×1%	80,100円+ 総医療費-267,000円 ×1%
低所得者	35,400円	
上位所得者とは	世帯全体の総所得が670万円を超える	世帯全体の総所得が600万円を超える
低所得者とは	住民税非課税世帯	

例)平成18年10月の医療費が150,000円だった場合(保険診療自己負担分3割 一般)

総医療費 500,000円	
窓口負担(3割) 150,000円	建設国保負担(7割) 350,000円
自己負担限度額 82,430円	

$80,100円 + (500,000円 - 267,000円) \times 1\% = 82,430円 \implies 150,000円 - 82,430円 = 67,570円$

貸付制度 通常支給までに2~3ヶ月かかる高額療養費を、その支給見込み額の80%に当たる金額を前払いする制度です。高額療養費の自己負担限度額が変更となる為、貸付要件の一部負担金の額も以下のように変更となりました。

貸付を受けるには、保険対象医療費の一部負担金が左表の額を超えていることが分かる領収明細書または請求明細書と、所得証明書が必要となります。

	平成18年9月診療分まで	平成18年10月診療分以降
一般	10万円以上	10万円以上
上位所得者	15万円以上	17万円以上

例えば、1ヶ月の医療費が90,000円だった場合、一般または低所得者であれば高額療養費として約9,500円が払い戻されますが、10万円を超えていないのでこの医療費についての貸付を受けることはできません。今回の改正は平成18年10月診療分からです。9月以前の診療分については10月以降に申請しても、改正前の限度額・所得区分で計算されます。

今日って何の日？

10月8日

記念日

足袋の日

日本足袋工業懇談会が1988年に制定。10月は七五三・正月・成人式と、これから着物を着る機会が多くなるシーズンであり、未広がり縁起の良い八日を「足袋の日」とした。

国立公園制定記念日

1932年、前年に施行された「国立公園法」に基づいて、国立公園12か所(大雪山・阿寒・十和田・日光・富士・日本アルプス・吉野熊野・瀬戸内海・伯耆大山・阿蘇・雲仙・霧島)が選定された。

歴史

- 1928年 蒋介石が中国国民政府主席に就任
- 1948年 電球・歯みがきなど111品目が配給から自由販売に
- 1954年 相模湖で定員オーバーの遊覧船が転覆。麻布学園中等部の生徒22人が水死
- 1967年 キューバ革命の英雄チェ・ゲバラがボリビアでのゲリラ闘争で捕えられる。翌日射殺
- 1968年 阪神の江夏豊投手が、シーズン383奪三振の世界記録を達成。シーズン終了までに401に記録を伸ばす
- 1974年 佐藤栄作元首相の日本人初のノーベル平和賞受賞が決定
- 1981年 パイオニアがレーザーディスクプレーヤーを発売

この日に生まれた人たち

- 1886年 吉井勇 (歌人, 劇作家, 小説家)
- 1895年 ペロン (アルゼンチン: 大統領)
- 1917年 R.R.ポーター (英: 免疫学者)
- 1919年 宮澤喜一 (首相(78代))
- 1941年 三田佳子 (俳優)
- 1962年 軽部真一 (アナウンサー(フジテレビ))
- 1978年 中山エミリ (タレント, 俳優)

誕生花と花言葉

- パセリ・・・勝利
- タイム・・・活潑力
- 秋明菊(貴船菊)・・・褪せていく愛

トレンドキーワード⁽⁴⁾

アセプティックボトル

従来のペットボトルは、殺菌のために高温の飲料を充填していた。そのため充填後に冷却しなければならず、圧の変化に耐える構造にする必要があった。従来のボトルの口が圧に耐えられる素材でつくられ、白い口になっているのはそのためだ。「アセプティックボトル」は、ボトルの殺菌と中身の殺菌を別々に行い、無菌室において常温で充填する。そのため、従来のように口を固いものにする必要がなく、透明素材でいいので、より自由なペットボトルの形状が可能となった。近年、さまざまな形やデザインのボトルが登場しているが、その背景にはアセプティックボトルの普及がある。

明治ミルクチョコレートパズル

玩具メーカーのハナヤマから発売されている、明治ミルクチョコレートにそっくりな外見のパズル。5つの正方形が十字やL字などの形でつながった「ペントミノ」とよばれる12個のチョコレートピースを組み合わせて、板チョコのような長方形をつくる。それぞれのピースは表裏両面が使える、解答は2339通りもあるという。そのほか、タングラム(三角形や四角形に切った板を組み合わせるパズル)のように、鳥が翼を広げたシルエットやハート型などの形をつくって遊んでもよい。対象年齢は6歳以上だが、大人でも十分に楽しむことができる。

心理テスト回答

あなたの隠れた性格は？

- A: 流行にとらわれやすく、派手好きで目立ちたがりのタイプ。
- B: 物事を素直に受け取れず、悪い方へばかり考えてしまうタイプ。
- C: なんでも簡単にすませてしまうタイプ。
- D: 几帳面な性格。無理なく社会に順応できるタイプ。
- E: あれが見たいと思ったら一直線。わがままタイプ。

新企画

大人の東京遠足

組合の日帰り旅行企画として、野球観戦、トレッキングに続き新たに「大人の東京遠足」と題した都内観光旅行を企画しました。今は上田からも新幹線一本で約2時間と比較的行きやすい東京ですが、皇居や国会議事堂といった場所にはあまり足を運ぶことはないのではないのでしょうか？今回は、そんな普段なかなか行くことのない皇居前からのウォーキングとアメ横でのショッピングをお楽しみいただく企画となっています。自然の中を歩くのとはまた一味違った、都会の中のウォーキングをウィンドウショッピングなどをしながらお楽しみ下さい。ぜひ家族、ご夫婦で参加してみたいかですか？

- 開催 12月3日(日)
- 定員 45名(バス1台)
- 参加費 3,000円
- 食事 各自負担
- 申込み 11月15日までに組合へお申込み下さい。
申込みは先着順となります。

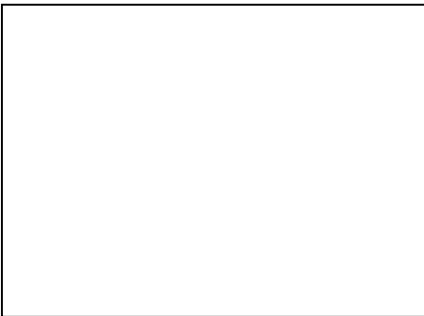


申込者が35名に達しない場合は、中止とさせていただきます。申込みがありますので、予めご了承下さい。

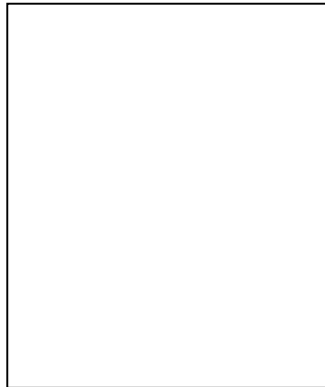
画となっています。自然の中を歩くのとはまた一味違った、都会の中のウォーキングをウィンドウショッピングなどをしながらお楽しみ下さい。ぜひ家族、ご夫婦で参加してみたいかですか？



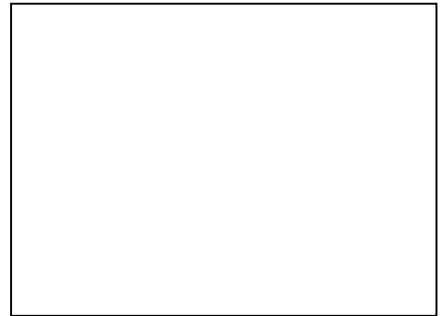
主婦の会 絵手紙作品



長井 空穂 さん 作



大沢 五子 さん 作



小山 祐子 さん 作

超!ヘルシークッキング

れんこんみそスープ

れんこんは皮をむき、おろし金ですりおろしながら鍋に入れ、塩小さじ1/2を加えて火にかけて、餅のような粘りが出るまで木ベラで根ってスプーンで丸め、器に入れる。しめじは小房に分け、オクラとともにさつと塩茹でする。オクラを小口切りにし、しめじとともにの器に入れる。だし汁と酒を煮立て、味噌を溶き入れてに注ぎ、好みで七味を。

<材料(4人分)>

- れんこん 200g
- しめじ 1パック / オクラ 4本
- だし汁 3カップ強
- 酒 小さじ2 / みそ 大さじ3
- 七味とうがらし 適宜

55 kcal

