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/

No.694

2012.DEC
12

早春の房総旅行
海鮮浜焼き食べ放題＆房総いちご狩り

今回も、たくさんオススメのある旅行を企画いたしました。
◎貝類（さざえ、ほたて、ホンビノス）、自家製地魚干物、まぐろのカマ、海鮮ネタの浜焼き食べ放題！
◎海鮮丼（ネタのせ放題）の食べ放題！
◎フルーツも食べ放題！
◎スイーツも食べ放題！ソフトドリンクも飲み放題！
◎いちご狩り園内食べ放題！
◎越前、淡路と並ぶ日本の水仙三大産地、鋸南町「をくづれ水仙郷」を見物！
水仙は１月が最盛期です。

平成２５年　１月　２０日（日）

組合員　７９８０円
組合外　９９８０円

昼食代・いちご狩りを含みます

社会貢献活動

１１月４日（日）今年で７回目となります、社会貢献活動を行いました。上田市内の幼稚園・保育園・小学校などの危険な樹木や大きくなりすぎてしまった木の伐採作業を行いました。市の教育課へ寄せられた場所を下見し、当日は所作業車４台を借りての作業となりました。

組合事務所休館のお知らせ

１２月６（木）７（金）
役職員研修

１２月２９日（土）から
１月　６日（日）まで
年末年始休業

ご迷惑をお掛けしますがよろしくお願いします。

組合テーマパーク補助について

組合では１年度に１回、扶養家族の範囲内で１人３０００円限度のテーマパーク補助があります。マジックキングダムクラブに加入することにより、更に大人１デーパスポートが 400 円引きになります。大変お得な補助ですので、下記規約をよくご覧の上ご利用下さい。

東京ディズニーランド

「クリスマス・ファンタジー」
11 月 7 日（水）～12 月 25 日（火）
「ディズニー・サンタヴィレッジ」では、がサンタクロースやエルフたちとクリスマスの準備に大忙し。今年はみんなおいしくてカラフルなお菓子づくりに夢中みたい。温かな思いに包まれる夢いっぱいのクリスマスをお楽しみください。

東京ディズニーシー

「クリスマス・ウィッシュ」
11 月 7 日（水）～12 月 25 日（火）
クリスマスならではのショーに、ディズニーの仲間たちが願いを込めて作ったツリーやオブジェ。夜の海には美しいツリーが光り輝き、ロマンティックなムードは最高潮に。願いをかなえるクリスマス。あなたは誰と過ごしますか？

学生限定　春のキャンパスデーパスポート

利用期間：2013 年 1 月 4 日（金）～3 月 15 日（金）
大学・大学院生・短大・専門学生（18 歳以上）　　4,900 円（通常料金 6,200 円）
中高生（12～17 歳）　　4,300 円（通常料金 5,300 円）
販売開始日：12 月 4 日（火）～
※期間中「東京ディズニーランド」または「東京ディズニーシー」を 1 日楽しめるチケットです。
※ご購入およびご来園時には、「入園されるご本人の学生証」をご提示いただきます。
チケットのお求めは、東京ディズニーリゾート・オフィシャルウェブサイト（ディズニー e チケット）、各パークのチケット販売窓口、主な旅行会社、JR 主要駅、コンビニエンスストア、ディズニーストア（一部店舗を除く）などへどうぞ。

上小建設労働組合　テーマパーク補助規定

Walt Disney's Magic Kingdom Club ©Disney

【　総　　則　】
第 1 条　この規定は組合規約第 36 条により定め、組合テーマパーク補助の取り扱いに関してはこの規定によるものとする。
施設は、「東京ディズニーリゾート」と「ユニバーサル・スタジオ・ジャパン」「富士急ハイランド」（以下テーマパークという）とする。

【　組合補助　】
第 2 条　テーマパーク利用者は、組合より利用者１名当り３０００円を補助する。
補助金額は実費支払額を限度とする。
補助の方法は、利用者がテーマパークで利用券を購入したレシートを組合に提出しその人数により補助を受ける。
但し、１回の利用は扶養家族の範囲内で５名までを限度とし、レシートは１枚で家族範囲内のものに限り、それ以外のものは補助対象外とする。
テーマパーク補助は「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」のどれか年度で１回のみとする。
補助の申請期限は利用日から１年以内に限り、申請は組合員とその家族とする。（家族とは組合員と同居の家族に限ります）

各種申請はお済ですか？

組合員の皆様はけんろう共済・セット共済に加入しています。
お手元の組合パンフレット『Welcome』P11.12 をご覧の上、入院・通院・死亡・結婚・出産・雷災害等お見舞い・お祝い金が出ますので、申請し忘れることの無いようにお願いします。
又、上記テーマパーク補助意外にも、レンタカー、葬儀等も組合員価格で利用できますので、ご利用下さい。建設国保加入の方は、傷病見舞金、配偶者入院見舞金、インフルエンザ、人間ドック、脳ドック、健康診断等にも補助があります。

◆◆健康診断はお済ですか？◆◆

今年も残すところあとわずかとなりました。皆様今年度の健康診断は受診されましたか？
４０歳～７４歳の組合員さん、ご家族の方は必ず健康診断を受診してください。
受診率が悪いと、国からの補助金が減り、保険料の値上げが避けられなくなります。
皆様のご協力をお願いします。現在病気療養中の方、通院されている方も対象となります。

今後の組合健康診断を受診	⇨	下記の日程で行っています。 受診希望月の前月末までにご連絡ください。
かかりつけ医者で特定検診を受診　（1000 円）	⇨	受診券が必要となりますので、組合までご連絡頂いてから受診してください。
人間ドックを受診した・する	⇨	１万円の補助が受けられますので、健診結果・領収書・印鑑を持参し組合で申請
事業所・パート先などの健診を受診した	⇨	健診結果の提出にご協力ください。 500 円の QUO カードを差し上げます。

日　程		会　場
1 月 16 日	水	東御保健センター
24 日	木	組合事務所
25 日	金	組合事務所
2 月 4 日	月	丸子保健センター
19 日	火	組合事務所
3 月 18 日	月	組合事務所
19 日	火	組合事務所

受付時間　午前９時～１１時
受診時間は**申込順**です。
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

前立腺　１，６５０円　（50 歳以上 650 円）
石　綿　１，０００円　（単独受診 3,000 円）

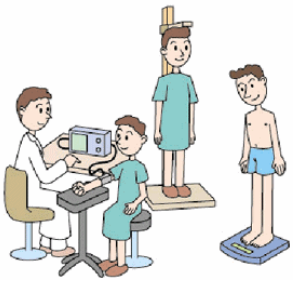
総合健診コース 2000円

① 問診
② 理学的検査（聴打診、身長、体重、腹囲、視力）
③ 血圧測定（高血圧、低血圧の有無）
④ 心電図検査（心機能以上の有無）
⑤ 胸部 X 線直接撮影（肺、心臓異常、肺がん）
⑥ 胃部 X 線直接撮影（胃がん、潰瘍、胃下垂、胃アトニー等）
⑦ 肝機能検査（血液・尿の科学的検査肝機能異常）
⑧ 腎機能検査（尿中蛋白、尿潜血、クレアチニンの検査による腎機能異常の検査）
⑨ 糖尿病検査（尿糖・血糖検査）
⑩ 赤血球、白血球、ヘマトクリット、血色素（貧血）
⑪ 動脈硬化症等
⑫ 尿酸検査（痛風、リウマチ等）
⑬ 眼底検査（脳血管の状態の把握、脳動脈硬化の有無
⑭ 便潜血検査（２日法）（　大腸がんの有無）

特定健診コース 1000円

組合での健診と病院での健診内容は異なる場合もあります。

身長
体重
BMI
腹囲
血圧
脂質
肝機能
尿検査



残念！優勝ならず！ 第２９回青年協球技大会

準優勝 ！

去る１１月４日（日）、安曇野市豊科勤労者総合スポーツ施設体育館において、青年協球技大会が開催されました。これは、建設労連主催の県内各単組青年部が集まり毎年開催している行事です。４年前は優勝し、３年前は準優勝・昨年は３位と安定した成績を残しています。

今年は、バレー経験者が４人参加でき、最強チームで大会に挑みました。上小からは２チーム参加し、楽しむチームと本格派チームに分かれて交流を深めました。楽しむチームは勝ち負け関係なくワイワイやりました。

最強チームは、見事予選ブロックを勝ち上がり、ここ３年間常にあたり、全敗してきた松本建労と決勝戦で、対戦しました。これぞバレーボールという息詰まる熱戦となり、見ているこちらがドキドキしました。相手は３年間優勝しているチームで、大事な場面では信じられないプレーをしてきました。惜しくも７－１５で敗れ、準優勝でした。来年こそは、もっと強化して優勝したいと思います。

この球技大会は、毎年秋に開催されています。組合の仲間と一緒に参加したい！という方、ぜひぜひお申し込み下さい。一致団結して、Ｖ奪還を目指しましょう！

青年部　地域貢献活動

落葉拾い＆ねぷたのシート片づけ

平成２４年１１月１８日（日）に青年部・地域貢献活動として、天神町・職安の通りの落ち葉拾いと９月に実施した“ねぷた”のカバーシートの片づけを行いました。当日は、青年部員１３名が集まり、朝８時３０分よりシートを１時間ほどかけて片づけました。その後、落葉拾いを行い、大きなビニール袋１３袋を清掃しました。シートは、２トントラック一杯になりました。当日参加していただきました青年部員の皆さん、本当にありがとうございました。