

京都民医連共済会連絡会 2015年11月2日発行

# 連絡会 ニュース



発行 京都民医連共済会連絡会事務局  
TEL 075-312-7900 / FAX 075-312-7907



11月号

## 京都ジョギング大会 みんなで走れば楽しく快走!



1位



2位



3位



記録順位（5km）は、以下の通りでした。前回の1位記録（21分30秒）

1位 河田庸平さん（19分58秒） 2位 板津知明さん（22分09秒） 3位 田中翔さん（23分54秒）

10月17日（土）、西京極総合運動公園内にて京都ジョギング大会（ピースマラソン大会予選会を含む）を開催しました。

会員8人が参加し、すがすがしい秋空のもと、5kmを快走しました。参加者は、1.25kmのコースを4週回り5kmのタイムを競い合いました。

スタート前の自己紹介では、ジョギングの動機に

ついて「健康目的」「タイムを伸ばしたい」と様々で、飛び入り参加も2人おられ、競い合いに拍車がかかる場面もありました。

全員がケガなく完走し、気持ちの良い汗を流しました。北部での予選会は開催できませんでしたが、全国大会には、何とか出場要件を満たす人数を揃えて参加していただきたいと思います。11月28日の全国大会の結果は、次号に掲載する予定です。

# 健康キャンペーン

最終月

健康キャンペーン開始から2か月がすぎ、いよいよ11月を残すのみとなりました。11月末には、昨年とは違ったイキイキとした、あなたが待っています。エントリー目標をたてたもののあまり進んでいない方もベストシーズンだからこそ、今日からでも体を動かし、エントリー内容達成に向け、頑張ってください。

## 楽しみながら汗を流そう！！

○毎回参加して、山登りをするきっかけにしています。

体力づくりをするのによい企画ですね！

健康キャンペーンで山登り6回をエントリーしています。目標の半分を超えてあと2回山に登れば目標達成です。頑張ります。



葵会 Hさん

○自転車900km、山登り6回、スリム3kgにエントリーしています。10月15日、ちょうど半分の折り返し時点で、自転車は466.8km、山登りは4回、スリムはマイナス2.1kgという経過です。先日、右膝に水が溜まって歩くのも困難になってしまいました。整形外科にかかって治療したので、後半期間も無理せずに挑戦し続けます。



中央病院 Hさん

○9月前半は何かと忙しく、なかなか走れませんでした。後半からは、走る距離を長くして、雨が降らない日を選びながら1日おきに走っています。11月23日の福知山マラソンを完走させ目標180kmになるよう奮闘しています。

京都協立病院 Nさん



○3kg減量に苦戦中！

今回は、「毎日ストレッチ・筋トレ」と「3kg減量」に挑戦中ですが、9月下旬より持病の腰痛が悪化。目標達成のためにかかせないバッチングセンターに行けず苦戦中。今は昼休みに15分ウォーキングするなどがんばっています。

事務局班 Yさん

○普段、患者様にいろんな運動を指導していますが、自分も一緒に頑張ろうという気持ちで、これからは（元気な自分を保つために運動を）継続します。

中央班 Sさん

## 2015年度 全日本民医連厚生事業協の企画

○大縄跳び大会 競技期間 8月～11月

※各班で、職場で、チームをつくって気軽に参加できます。運動不足解消にもってこいの企画。チーム登録は厚生事業協のサイトからお願いします。

○趣味の動画交流企画 投稿期間10月～11月

※各職場、個人の趣味をビデオに収めて紹介する企画です。  
感動のドラマをあなたの手で！

○全国クイズ企画 出題期間10月～3月 チーム登録8月～12月

※上記いづれも厚生事業協のホームページよりエントリーしてください。

# <お知らせ>

## ★★★★☆ 貸付金 ☆★★★★ ( A会員のみ対象※ )

- 申請書は審査日の3日前までに必着でお願いします。審査は毎月第4水曜日です。利息は、住宅貸付が1.5%、一般貸付が2.0%です。
  - 住宅貸付は、新規購入・増改築の他に、住宅ローンの返済にも利用できます。住宅貸付の審査は12月・3月・6月・9月です。  
＜審査予定日＞ 11月25日（水）、12月24日（木）、1月27日（水）
- ※非常勤職員加入に伴い、常勤役職員をA会員、非常勤職員をB会員と呼称しています。

## ★★★★☆ 医療費見舞金 ☆★★★★

- 9月から子どもの医療費の助成対象が、京都府は現行の小学校6年生までから中学校3年生までに拡大されました。上記内容の9月分以降の申請につきましては、下記の「子供の医療費」の扱いとなります。
- 12月の医療費見舞金 <対象受診月> 2015年6月～2015年11月度の受診分です。
- 各班担当者への申請書の提出期日は、毎月3日までとなります。
- 会員、会員家族の医療費見舞金の計算は下記の通りです。  
計算式 → (医療費負担金－500円) × 85%
- 子供の医療費（診療日が8月31日以前は、小学校卒業までが対象。9月1日以降は中学校卒業までが対象）の申請については、1ヵ月3,000円を超える場合は、京都市の地域福祉課又は、児童家庭課合同分室に必ず先に申請してから、共済会へ提出してください。他の地域にお住まいの方は最寄の自治体にお問合せください。
- 窓付き封筒の回収にご協力ください。班担当者までお届けください。

## ★★★★☆ 祝金・弔慰金・見舞金 ☆★★★★

- 祝金・弔慰金・見舞金は、事業規定第4条により、給付等の申請有効期間は、事由発生から6ヵ月以内」となっています。期間終了後の申請は無効となりますのでご注意ください。但し、入学祝金の申請は、事前の家族登録にもとづき、給付となり申請は不要です。
- 疾病休業見舞金、出産休業見舞金を申請される方は、必ず協会健保の「支給決定通知書」の写しを班担当者へ提出願います。

## ★★★★☆ 半券申請の注意点 ☆★★★★

- 鑑賞・観戦などを行った場合の申請の有効期間は、2015年6月～2015年11月までの6ヶ月間です。
- 会員の参加しない家族のみの観戦・鑑賞は補助対象となりません。映画についても同じです。
- 各班担当者への申請書の提出期日は、毎月3日までとなります。
- 贈呈された無料の株主優待券等、無料配布チケットは申請対象外となりますので、ご注意ください。

# サークル例会日程のご案内

例会には誰でも参加できます。ぜひ体験してみてください。事前に責任者まで電話をお願いします。もちろん当日参加もOKです！「やってみたい」と思われる方は、気軽に参加ください。

## ◆太鼓 責任者 田畑さん

(川端診療所 TEL 075-771-6298 理学療法室)

11月14日(土) 18:00~21:00 醍醐交流センター 2階音楽スタジオ



## ◆うたごえ 責任者 水谷さん (太子道診療所 075-822-2777)

11月の例会日程は検討中です。

## ◆バドミントン 責任者 梅津さん (太子道診療所 TEL 090-5257-6214)

11月~12月は、会場が取れなかった為、練習はありません。

## ◆バスケット 責任者: 見方さん (中央病院) 090-7878-9801

11月22日(日) 19:00~21:00 中京地域体育館 西大路三条東北方向へ



## ◆テニス 責任者 川原さん (保健福祉の会 TEL075-841-8160)

11月25日(水) 18:00~20:00 スーパーインドア

12月16日(水) 18:00~19:00 スーパーインドア

## ◆フットサル(信和会) 責任者 若狭さん

(第二中央病院南4階 TEL080-3112-4518)

11月26日(木) 19:30~21:30 MK上賀茂

12月 4日(金) 19:30~21:30 MK上賀茂

## ◆フットサル(北部) 責任者 村上周さん

(京都協立病院 事務 TEL0773-42-0440) 毎月 第2、第4(金) 定例

11月13日(金) 20:00~ロクアイ福知山フットボールスタジアム

11月27日(金) 20:00~ロクアイ福知山フットボールスタジアム

12月11日(金) 20:00~ロクアイ福知山フットボールスタジアム



## 保養所(海の家) 空き情報 2015年10月28日現在

所在地 京都府宮津市由良小字浜頭134番4

【11月】 1日(日)~20日(金)、22日(日)~27日(金)

29日(日)~30日(月)

【12月】 1日(火)~31日(木)

【1月】 1日(金)~31日(日)

お一人様利用料金 会員一泊1,500円 家族大人2,000円

家族小人1,500円 その他大人2,500円 幼児無料

※ 上記の利用料金の「家族」とは、同居二親等以内の方です。

※ 保養所の備品(食品)は、コーヒー・味噌・醤油・油・砂糖・塩・米です。他は持参ください。

※ 予約後に、利用案内をお届けしますので、必ず読んでご利用ください。

※ 利用人数の変更は、利用日の前日(平日)までに必ず、事務局へ連絡してください。

# 前進座初春特別公演のご案内

来春南座公演は、吉永小百合さんのテレビドラマでご存知の「夢千代日記」をご覧ください。広島で胎内被爆を受けながらもけなげに生きる置屋のおかみ夢千代と個性あふれる芸者達が繰り広げる、おかしくも哀しい、笑いと涙の物語です。唄、踊り、旅回り一座など、前進座女優陣ならではの芸も存分にお楽しみいただける作品となっております。



◇ 演目 早坂 暁／原作

## 「夢千代日記」

◇ 会場 京都四條 南座

◇ 期間 2016年1月10日（日）～19日（火）

◇ ご観劇料金 一等席 4,500円（共済会幹旋料金）  
特別席 6,000円（共済会幹旋料金）

◇ 開演時間 午前の部 11時 / 午後の部 3時30分

◇ ご観劇日 下記の ○ 印の日程です。

日	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
曜	日	月 祝	火	水	木	金	土	日	月	火
11:00		○					○	○	○	○
3:30	貸切	貸切	貸切	○	貸切	貸切	○	貸切		

※他団体で購入された場合は、共済会幹旋価格を基準に、一枚につき、2,700円の補助を半券申請により行います。

※公演終了まで受け付けさせていただきますが、お席確保のためお早めにお申し込みください。また、ご希望の日が満席となり、日程の変更をお願いする場合がございますのでご了承ください。

前進座申込書			
		共済会 FAX 075-312-7907	
班名		申込日	年 月 日
申込会員名		事業所名/職場名	
観劇日	第1希望	日	午前の部 <input type="checkbox"/> 午後の部 <input type="checkbox"/>
	第2希望	日	午前の部 <input type="checkbox"/> 午後の部 <input type="checkbox"/>
種別	<input type="checkbox"/> 一等席 <input type="checkbox"/> その他		<input type="checkbox"/> に必ずチェックを入れてください
枚数		備考	

## 11/1厚生事業協近畿ブロックスポーツ交流会 中止のお知らせとお詫び

淡路島で開催予定でしたスポーツ交流会について、近畿全体で参加申込が60名にしか達せず、対戦チームのない種目もあり中止になりました。中止連絡は既に行っておりますが、開催を楽しみにされていた会員の皆様に改めてお詫び申し上げます。近畿ブロックで総括を行い次年度の事業に反映させたいと思います。

## 10月より、報酬月額の変更に伴い、共済会会費が改定されています

毎年4月～6月の3ヶ月間に支払われた給与額に基き、報酬月額が改定されています。その額に連動して、共済会会費も10月給与から改定されます。月額が改定されたA会員の方は、共済会会費が変更になっています。また、B会員の場合は会費の下限額との関係で、月額が変わっても会費が変更しない場合もあります。

## 民医連慰労会の慰労金制度改定の解説DVDができました

2015年度の民医連退職者慰労会総会で、慰労会の将来に向けた「財政の安定運営を図る」ことを目的に、慰労金制度の改定について提案・討議が呼び掛けられています。この改定内容の概要について説明していますDVD「慰労金改定と私たち（15分）」・リーフ等が、京都では、ホームページより鑑賞できるようになりました。DVD等を視聴いただき、ご意見を共済会事務局までファックスでお寄せ下さい。京都民医連ホームページから京都民医連共済会連絡会バナーをクリック下さい。

近畿高等看護専門学校文化芸術論の授業の一環として開催されます。  
参加ご希望の方は、下記ファックスにて申し込みください。

## 伝統芸能「狂言」鑑賞のご案内

日時 2015年12月15日（火）午後1時30分開場 午後2時開会  
終了予定時間 午後3時頃

場所 金剛能楽堂 京都市上京区烏丸通中立売上ル

市営地下鉄烏丸線「今出川」駅下車、6番出口より南へ徒歩5分

市バス「烏丸今出川」停留所より南へ徒歩5分

駐車場はございませんので、京都御苑の一般有料駐車場をご利用ください。

出演者 狂言師 茂山あきら 他  
公演演目 ○「柿山伏」・「附子」  
○ お話・解説：茂山あきら  
入場料 1,000円



\*申し込みはこの用紙を近畿高等看護専門学校までFAXして下さい。

締め切りは2015年12月7日（月）必着です。FAX番号（075）802-0690

\*定員は200名です。定員になり次第締め切ります。

\*入場料は当日持参いただき、受付担当：奥田へお支払い下さい。

\*当日のキャンセルは連絡不要、キャンセル料はいただきません。

お問い合わせ先：近畿高等看護専門学校 担当：奥田 TEL075-841-7430

## 狂言鑑賞申込書

事業所（ ）氏名（ ）