

京都民医連共済会連絡会 2018年9月4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
Email : kmkyosai@kyoto-min-iren.org



9月号

京都民医連共済会連絡会 日帰り企画 海遊館とオービィ大阪で、癒しの自然観察



海遊館バックヤードツアー 普段見ることができない水族館の裏側を体験！

7月29日に開催された京都民医連共済会主催のバスツアーに親子で参加してきました。

まず、海遊館に到着、2グループに分かれてバックヤードツアーに出発。展示前の魚たちや食事準備の様子、ジンベイサメの餌やりを水面の上から見るなど、普段見ることが出来ない水族館の裏側を体験できました。



親子で楽しく1日を過ごせました

昼食は、ホテルバイキングでお腹いっぱいになり、かき氷を自分で作ったりして子どもも喜んでいました。

午後は、EXPOCITYへ移動。大自然体験型ミュージアム・オービィ大阪では、大画面のシアターで海底の様子や動物の暮らしが大迫力で迫ってきました。親子で楽しい1日を過ごせました。



(参加者のご感想より)

いきいき 健康キャンペーン

実施期間 9月1日～11月30日

567名がエントリー！

9月から11月までの3か月間の健康キャンペーンがスタートしました。エントリー内容は、「運動習慣」や「生活習慣」を見直す内容となっています。目標を毎年クリアし、新たな目標もって参加する方や、昨年は未達成でも今年こそはと再挑戦される方、初めて参加される方、この機会に運動不足を見直そうと取り組む方と様々です。自分の健康づくりに関心を持ち、「継続は力」を合言葉に職場での励ましあいと声掛けで健康づくりに取り組みましょう。

健康づくりDIARYの「記入の仕方」「注意事項」を必ずお読みください。

班名	会員	種目	人数
中央班	192	① ウオーキング	75
上京班	56	② ジョギング	43
南班	25	③ 山歩き	4
北部班	46	④ 自転車	58
事務局班	4	⑤ 施設スポーツ	26
信和会班	131	⑥ ストレッチ&筋トレ	274
援護財団班	6	⑦ なわとび	29
乙訓班	16	⑧ ストップ・酒	29
やましろ班	8	⑨ 禁煙	4
葵会班	8	⑩ スリム & ウェイトアップ	25
西七厚生会班	3	合計	567
京医協班	4		
メディカプラン班	30		
西の京班	15		
コムファ班	23		
合計	567		

※1人で複数のエントリーをされた方は、ひとつの種目で集計しています。

京都バレーボール大会

申込用紙は、8月号に掲載。

第二次〆切は、9月13日（木）

9月24日（月・祝） 集合9時00分 開会9時30分

場所：島津アリーナ京都（京都府立体育館）第二競技場
昼食 第3会議室 12時前後

7チーム、60人がエントリー！（8/30時点）



※お問い合わせ、申し込みは各班共済担当者・又は事務局まで。

☆ 交通費、駐車料金の支給はありません。

☆ 各チームから必ず1名設営・片付け要員を選出してください。

＜お知らせ＞

☆☆☆☆ 医療費見舞金 ☆☆☆☆

- 10月の医療費見舞金 <対象受診月> 4月～9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（休日の場合は前日）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% （ただし、家族の給付上限は、5万円です。）
- 申請書に記載する、保険番号は、必ず確認のうえ、正確に記載してください。
- 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。
- 鍼灸整骨院での治療は、健康保険の負担金の記してある領収書を添付してください。

子どもの医療費（中学校卒業までが対象）の申請について

医療費が1ヵ月3,000円を超える場合は、京都府下のお住いの自治体の地域福祉課又は、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。他府県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。また、受診月から6ヶ月間という申請期間がありますので自治体への請求は、早めに行い、期限内に共済会へ申請ください。また、申請せずに共済会へ提出された場合は、返却させていただきます。但し、「子供の医療費の申請をしません」と申請者が記載している場合は、返却せず、そのまま処理をさせていただきます。

☆☆☆☆ 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。
- 疾病休業見舞金、出産休業見舞金を申請されるA会員の方は、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。同じく給付等の申請有効期間は、「事由発生から6ヶ月以内」となっています。

☆☆☆☆ 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、4月～9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（休日の場合は前日）までとなります。
- 申請には、必ず半券が必要です。半券とは施設への入場もしくは施設を利用した「証拠書類」です。現在、電子チケットによる申請は受付しておりません。

文化厚生事業の半券申請についてお願い

申請は以下の要件を満たすようお願いいたします。

- ①半券申請は金額表示のある半券を必ず添付してください。
- ②半券発行がなされない場合は必ず領収書をもらって添付してください。
半券の添付がなく領収書のみ添付する場合、その理由を申請書に記入してください。
- ③半券に金額表示が無い場合は金額を証明する資料を必ず添付してください。
- ④申請内容に疑義がある場合は、返却する場合があります。
- ⑤申請書の「利用日」「利用者氏名」は必ず記入してください。

保養所（海の家）空き情報 2018年8月29日現在

所在地 京都府宮津市由良小字浜頭134番4

【9月】 2日（日）～ 22日（土）、24日（月）
27日（木）～30日（日）

【10月】 1日（月）～ 31日（水）

【11月】 1日（木）～ 30日（金）

※予約は、各班共済会担当者に、空き状況を確認し、申込用紙をもらい、宿泊日、宿泊人数等を記入のうえ、共済会事務局へファックスしてください。 FAX075-312-7907

お一人様の利用料金 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。
- ※ 利用料金は、日帰り利用についても、宿泊と同じ使用料金とします。
- ※ 利用申請のない方の駐車場利用はできません。
- ※ 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。
- ※ 洗濯機・乾燥機を使用する際、水着等は、水洗いをしてから使用願います。
- ※ チェックインは昼の12時。チェックアウトは最終日の昼の12時。時間厳守でお願いします。
- ※ 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。
- ※ 予約が重なった場合は、使用月の3カ月前に抽選にて決定いたしますので、ご了承ください。
- ※ 近隣住民の方のご迷惑になりますので、海の家周辺での打ち上げや音の出る花火は、ご遠慮ください。

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！「やってみよう」と思われる方は、気軽に参加ください。

- ◆太鼓 責任者 久世さん（訪問看護ステーションひまわり 075-575-5570）
9月8日（土）18:00～21:00 醍醐交流センター 2階音楽スタジオ
10月27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（中右京健康友の会 075-821-4185）
9月の例会予定情報は、ありません。
10月20日（土）19:00～ 西陣文化センター
- ◆バスケット 責任者：西田さん（中央病院北2階 TEL080-6161-3489）
9・10月の例会予定情報は、ありません。
- ◆テニス 責任者 松川さん（川端鍼灸治療院 075-762-2101）
9月23日（日）16:00～20:00 スーパーインドア
10月22日（月）18:00～20:00 スーパーインドア
- ◆フットサル（信和会）責任者 藤岡さん（第二中央病院入院リハビリ TEL090-5139-1487）
9月28日（金）19:30～21:30 MK上賀茂
10月の例会は未定です。
- ◆フットサル（北部）責任者 村上さん（京都協立病院 医事 TEL0773-42-0440）毎月 第4（金）定例
9月28日（金）20:00～ロクアイ福知山フットボールスタジアム
10月26日（金）20:00～ロクアイ福知山フットボールスタジアム
- ◆バレーボール（北部）責任者 大槻さん（あやべ協立診療所 TEL080-6174-1991）
毎週1回（会場の都合により、火曜もしくは木曜になります。事前にサークル責任者までお問い合わせください。）
20:00～綾部市立豊里中学校体育館
- ◆競技かるた 責任者 藤田さん（京都保健会事務局 TEL 090-2903-0813）
9月16日（日）10:30～17:00 北いきいき市民活動センター和室
9月23日（日）10:30～17:00 北いきいき市民活動センター和室

参加申込書

班名： _____ 代表者： _____ (連絡先 _____)

・ソフトボール ・フットサル ・テニス ・卓球 ・バドミントン ・ジョギング

	事業所名	氏名	男女	年齢	職種	参加種目	本人・家族
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

用具について…ウェア、靴以外レンタルできます。ご自分でお持ちの場合は、ご持参ください。

参加申込…10月13日(土)までに各班の共済担当まで提出してください

レンタルしたい用具と、数をご記入ください。

京都共済会連絡会 文化企画

※詳しくは8月号まで。

寄席とディナー 於 天満天神繁昌亭

日時：10月7日（日）

※2名空きあり（8/30時点）

共済会 電話 075-312-7900 まで



全日本民医連厚生事業協の企画（対象は、A会員のみ）

民医連ピースリレーマラソン全国大会



11月24日（土） ホームページ <http://min-jigyo.or.jp/>

時間 14:00~17:00 開会式~競技

18:30~ 表彰式、閉会式（宿泊して翌朝解散予定です）

会場 大阪府堺市西区・浜寺公園 ☎072-261-0936

＜交通情報＞【電車】南海本線「浜寺公園」すぐ。阪堺電軌阪堺線「浜寺駅前」すぐ。
JR羽衣線「東羽衣」下車後、北西450メートル。

- ※ 京都で1チーム参加します。1チームは5名以上7名以内（うち2名は女子）
- ※ 男子は1週2.4キロ、女子は1週2.0キロの（コースを）123分間、タスキリレー
- ※ 表彰は、上位6チームまで。個人賞は第1区ランナーに成績優秀者（男女各1名）。
全選手に参加賞。
- ※ 参加条件 10月21日（日）京都民医連共済会連絡会主催の「ピースジョギング京都大会」に参加し、上位記録者を選手登録します。
- ※ 宿泊 大阪国際ユースホテルと近辺のホテル

お問い合わせ 共済会 電話 075-312-7900 まで

会員なら誰でも参加できる



ピースジョギング京都大会

10月21日（日）午後2時集合 小雨決行

会場 西京極総合運動公園（全国大会予選会兼ねる）

集合 陸上競技場北側 北入口より南に向かって100m付近

● 現地集合をお願いします。

距離 男女とも5kmのみ（リすコース4週）

締切 10月16日（火） FAX075-312-7907

◎ スポーツドリンク1人につき1本用意します

◎ ロッカー代、駐車料金は支給します

あなたも気軽にエントリー。健康キャンペーンでジョギングをエントリーする方は積極的に参加しましょう！

全国大会出場の有無に関係なく参加できるのでタイムを気にせず走れます。

今回の企画は、厚生事業協第14回民医連ピースリレーマラソン（11月24日（土））の予選会（上位記録者から）も兼ねますが、全国大会出場の有無に関係なく参加できます。なお、当日は、西京極総合運動公園の中のコースを予定していますが、他団体等も使用しているため、競技不可の場合は、桂川河川敷へコースを変更します。A会員で、男性の上位4人、女性上位3人が、ピースリレーマラソンへの出場権が発生します。出場権を放棄された場合は、次の記録順位の方に移ります。

※B会員の方は全国大会に出場できません。

10月21日（日）京都民医連共済会ジョギング大会 参加申込書

個人参加も大歓迎です。

共済会FAX 075-312-7907

事業所名/職場名	/	申込日	年 月 日
申込会員		携帯番号	
職場名	参加者名	職場名	参加者名

大阪城戦跡巡り & 黒門市場散策



日時 2018年10月14日(日) ※雨天決行

☆行程 / 新大阪駅(9:00)※① ~大阪城見学(9:30~12:00)~
太閤園(12:30~14:00) <和食料理のご昼食と各自にて庭の見学>~
黒門市場(散策 15:00~16:30)※②~新大阪駅(17:30)
※①、②につきましては集合場所地図(別紙)をご参照ください

《大阪城》

- 大阪城戦跡巡り(大阪城外苑)では、ガイドの方に案内してもらいながら、コースを歩きます。歩きやすい格好でお越しください。
 - 大阪城内天守閣では渡辺武さん(大阪城天守閣元館長)のお話(1時間程度)を聞いていただくことができます。元館長より、めったに聞けない、大阪城の歴史についてのお話が聞けますよ~♪
 - 大阪城内の自由散策も可能です。各自自由散策される方は下記申込書に記入ください
- ※申し込み用紙のAコース：戦跡巡り、Bコース：大阪城見学、Cコース：各自自由散策の3つの中から1つをお選びいただき申し込みください。

《太閤園》

普段なかなか行けない太閤園でのお食事と、とても美しいお庭もご覧いただき癒しのお時間を。

《黒門市場》

- 黒門市場(商店街)では自由行動となり、自由解散も可能ですので、時間た~つぷりと大阪の食べ物や雰囲気を楽しんでください。
- 帰りは新大阪駅までのバスもご用意しております。散策後にご利用される方は17:00に、日本橋バス乗降場所(橋の上)に集合してください。(要申し込み)

☆参加費 / 会員・家族大人とも…3,000円、小人(小学生以下)…2,000円

☆申込締切 / 9月6日(木) (キャンセル料…10月11日(木)より必要となります)

☆募集定員 / 京都30名(近畿ブロック全体で100名)

☆申込順にて受付を行います。定員がいっぱいになりましたら、その後はキャンセル待ちとなりますのでご了承ください。☆申し込み先 共済会FAX 075-312-7907まで

全日本民医連厚生事業協 近畿ブロック企画 2018.10.14 世界遺産巡り 申込書
※人数把握等ありますので漏れなく記入してください(選択部は○で囲ってください)

事業所名	職場名	会員本人又は家族氏名	年齢	保険番号	携帯番号	食物アレルギー等
参加コース(下記に○をつけてください)				帰りのバス(黒門→新大阪駅)		
Aコース・Bコース・Cコース(各自での自由散策)				利用する・利用しない(現地解散)		

～大阪城～

大阪城は天下統一をめざす豊臣秀吉によって天正 11 年（1583）、大坂（石山）本願寺跡で築造が開始された。城の本丸のなかで最も中心の建物である天守閣はその 2 年後に完成したが、元和（げんな）元年（1615）の大坂夏の陣で豊臣氏の滅亡とともに天守閣も焼失。徳川時代になって再建されたものの寛文 5 年（1665）、落雷によって再び焼失。以来、大阪城は天守閣のないままだった。現在の天守閣は昭和 6 年（1931）、当時の関市長の呼びかけで市民らの寄付により、約 150 万円（現在の約 750 億円に相当）が集められ建造されたもの。266 年ぶりに甦った天守閣は、屋根の鯨、勾欄下の伏虎など、いたるところに施された黄金の装飾が燦然と輝いている（国の登録有形文化財）。



ちなみに、名探偵コナンの映画にも大阪城が登場していますよ～！



～太閤園～

関西経済界の雄・藤田傳三郎男爵が贅と粋の限りを尽くして築造した邸宅を前身とする太閤園。敷地内には、男爵のこだわりが随所に息づく築山式回遊庭園が広がります。大川から水を引き入れた川や池、一枚板の石橋などをしつらえた風流なたたずまい。そして折々の美しさを描く季節のうつろい。歴史的価値と自然美にあふれた庭園の眺めが、都会の喧騒を忘れさせ、心やすらぐ至福のひとときへ誘います。耳を澄ませば川のせせらぎや小鳥の音が響き、四季の情景が描きだされる自然の宝庫。太閤園の歴史と季節の営みを映し出す庭園を見ながらのお食事と散策をゆっくりとお楽しみください。



～黒門市場～

浪速っ子の胃袋をあすかり、「大阪の台所」と言われてきた大きな市場、「黒門市場」。ここは、新鮮な肉や魚介類、野菜や果物を扱うお店が千日前から南へ約 580m の間に、100 店舗以上並んでいます。料理人が買い出しに来る市場でもあるので、品質はお墨付き。そんな「黒門市場」で食べ歩きをしてみませんか？新鮮な魚介類から始まり、和牛や粉モンまで食べられるんです！ええもん、安いもん、うまいもん、いっぱいありませ～！！



商店街の途中には、無料の休憩スペースもあるのでご利用くださいね～！



全日本民医連厚生事業協同組合

参加費無料

近畿ブロックスポーツ交流会

11月4日(日)

京都府立山城
総合運動公園

開会式 10時サブアリーナ

職場ぐるみ、気の合う仲間、家族で楽しくスポーツを楽しもう！



ソフトボール (第2野球場 芝生グラウンド)
フットサル (球技場A 少年用サッカーゴール)
テニス (砂入り人工芝コート屋根付き)
卓球・バドミントン (サブアリーナ体育館)
ジョギング大会 (親子、単独、グループ)



○ 共済会員とその家族であればどなたでも参加できます。

○ 参加申込用紙は5頁に掲載しています。

※フットサル、ソフトボールは、小雨の場合は、決行しますが、強雨もしくは2チーム以上登録が無い場合、競技を中止することがありますので予めご了承ください！

※ 各競技の1位、2位、は賞品あります！

※ 参加費無料、昼食付きです。

※ 交通費(ガソリン代、高速料金)は、後日請求で返金します。

※ 家族のお子様にお菓子プレゼント！

<交通情報>【車】普通自動車の駐車料金1日400円、マイクロ1500円
京滋バイパス宇治西ICより南東へ約8km

【電車&バス】

京阪・JR宇治駅から「太陽が丘」行バスに乗車。約15分～25分。

または、「太陽が丘ゲート前」・「太陽が丘西ゲート」で下車、公園センターまで徒歩10分。(詳しくは公園内map)

※近鉄大久保駅からは「太陽が丘西ゲート前」下車。