

2020
8
No.540

広島県市町村職員共済組合

共済だより

2020年8月1日発行 第540号 編集/河崎博社 発行/広島県市町村職員共済組合
〒730-0036 広島市中区袋町3-17

電話番号 総務課 082-545-8222 福祉課 082-545-8886
保険課 082-545-8777 年金課 082-545-8555
出納室 082-545-8887 互助会事業課 082-545-8118

制作・印刷/株式会社保険出版社



ご家族と一緒に「共済だより」をご覧ください

今月号の
topics

★ フレーフレー!わたし
減らすより追加する

★ 社会保障Topic
後発薬の使用率の目標達成に向けて

★ あの街“おいしい”ウォーキング 竹原市
塩と酒で栄えた歴史の深い町

今月の1枚

広島市立城山北中学校
和田 麗華 さん
「広島県国民健康保険団体
連合会主催 健康づくりポ
スター」2019年度入賞作品

ライフサイクルと 共済組合

出産のとき

組合員や被扶養者が出産したときは、それぞれ出産費、家族出産費が受けられます。組合員が出産のために勤務を休み、報酬が支給されないときは、出産手当金が受けられます。また、出産費等の給付対象となる出産にあたっては、出産貸付の利用もできます。産前後休業にあたっては、申し出により共済組合及び共済互助会の掛金(保険料)免除の制度が利用できます。

詳しくはHPを
ご覧ください



共済だより7月号の差し込みチラシ「職員募集のお知らせ」の内容に一部誤りがありましたので、右記のとおり訂正してお詫び申し上げます。

【受験資格】

正:1985年4月2日から2002年4月1日までに生まれた者
誤:1985年4月2日から2003年4月1日までに生まれた者



減らすより追加する

トレノケート株式会社
人材教育コンサルタント/
産業カウンセラー/
国家資格キャリアコンサルタント
田中 淳子

人間ドックの後、栄養指導を受ける機会がありました。宿泊を伴う出張が多いため、外食に頼らざるを得ない場合、心掛けたいことを聞いてみました。

「夕飯は買ってきたお弁当が多いのですが、味は濃いし、ご飯は多い……。お弁当はやめた方がよいでしょうか」

「お弁当ならおかずの品数の多いものを選んで、さらに野菜不足を補うためにサラダを買って、お弁当+野菜とするとよいですよ。『やめる』のではなく、野菜を『追加する』という考え方です」

「なるほど。お弁当がNGとなると出張先で食事に悩むところでしたが、野菜を追加する、ということならできそうです」

以前受けたストレスマネジメント研修でも似たようなことを言われたのを思い出しました。

「ストレスマネジメントには、身体の健康も不可欠です。とはいえ、健康のために、あれはだめ、これはしない、と考えるのは大変です。普段していることをやめるのは、それ自体がストレスになります。それよりも、たった一つ、例えば、「朝ご飯をおいしく食べる」を生活に追加する。そうすると、スマホで動画を見て夜更かしをしたり、

遅くまでお酒を飲んだりはしにくくなるはず。無意識のうちに早く寝るなど、生活リズムが整いやすくなります」

良くない習慣だとしても、自分の生活からなくすのは難しい。だから、やめるのではなく、それに代わる別の何かを追加する方向で考えればよいと言うのです。

例えば、だらだらとテレビを見るのをやめるのではなく、小説を読む時間を追加する。本の世界に入り込めれば、テレビを見る時間は結果的に今より減っていくかもしれません。

また、飲み物を外出先で買うのをやめるのではなく、生活に水筒を追加する。2週間も続ければ習慣になっているはず。そうすると、「なぜ、毎日あちこちで飲み物を買っていたのだろう?」と思うようになります。

無理にやめようとしなくて、別の何かを生活に追加する。この発想ができると、前に進みやすくなります。

もし、今「何かをやめなくては、減らさなくては!」と思っている方は、まずは何か生活に新しく追加できるものはないかな、と探してみたいかがでしょうか?

社会保障 Topic

後発薬の使用率の目標達成に向けて

国は医療費の財政負担を減らすために、後発薬(ジェネリック薬)の普及を推進して、来月9月までに使用率を80%にすることを目標にしています。

2013年頃までは50%に届いていなかった普及率も、政策目標が功を奏し、2018年には70%台前半まで上昇しましたが、その後は勢いが鈍化しています。

今年6月に公表された2019年9月診療分の使用割合は、全国平均では74.9%で、広島県市町村職員共済組合は74.1%でした。

注目すべき点の一つは子どもの使用率の低さです。現在、公的医療保険での子どもの医療費の自己負担を、自治体が補う動きが広がっています。厚労省によると、2018年4月において15歳まで通院費を助成する市区町村は、全体の6割近くを占めています。子ども医療の窓口負担がかからないため、患者が後発薬を使う経済的な利点はほとんどなく、先発薬を希望される方が多くなります。

2019年9月診療分では、7割の使用率を下回る保険者も少なくはありません。後発薬使用普及の目標達成には、さらなる対策を講ずることが必要であり、それが膨張する医療費を抑えるための一助となります。

記事提供: 社会保険出版社

Profile

たなか じゅんこ ●1986年日本DEC入社。IT技術教育に従事した後、コミュニケーションなどビジネススキル教育を手掛けるようになる。1996年から現職。著書に『現場で実践!若手を育てる47のテクニック』(日経BP社)、『ITエンジニアとして生き残るための「対人力」の高め方』(共著、日経BP社)など。ブログ「田中淳子の“大人の学び”支援隊!」も好評更新中。



医療

知っておきたい健康保険のこと Vol.5 病院で証を使用できなかったときの 給付シリーズ

②療養費・家族療養費(治療用装具(治療用眼鏡)を購入した場合)

先月号では、医療費を全額負担した場合の給付についてお知らせしましたが、今月号では、治療用装具等の購入に係る給付についてお知らせします。

給付の対象となる「装具」とは、医師が疾病又は負傷の治療遂行上装着の必要を認め、関節用装具、コルセット、サポーター、四肢のリンパ浮腫治療のための弾性着衣等及び9歳未満の被扶養者で、医師が弱視、斜視及び先天白内障術後の屈折矯正の治療に必要と判断した治療用眼鏡等です。

給付額は、その購入代金から「障害者総合支援法の規定に基づく補装具の種目、購入又は修理に要する費用の額の算定等に関する基準」で定められた装具の価格を基準として、本人負担額(基準額の2～3割相当額)を控除した額となります。

該当の場合は、必要書類を所属所の共済事務担当課を経由して共済組合へ提出してください。

必要書類

- ① 「療養費・家族療養費等請求書」(様式第4号)
 - ② 医師の作成指示等の写し、治療用眼鏡等の場合は病院で発行された検査結果
 - ③ 領収書(明細がわかるもの)
- ※「療養費・家族療養費等請求書」(様式第4号)は、所属所の共済事務担当課にあります。本組合のホームページからダウンロードすることもできます。

毎月15日が提出の締切日(土日、祝日の場合はこれらの前日)です。書類に不備がなければ、その月の末日に届出口座へ送金します。

◆次号では、災害にあったときの給付 災害見舞金について掲載します。

年金

「ねんきん定期便」で 加入状況等をお知らせします

共済組合では、組合員の皆さんへ誕生日に「ねんきん定期便」をご自宅に送付しています。

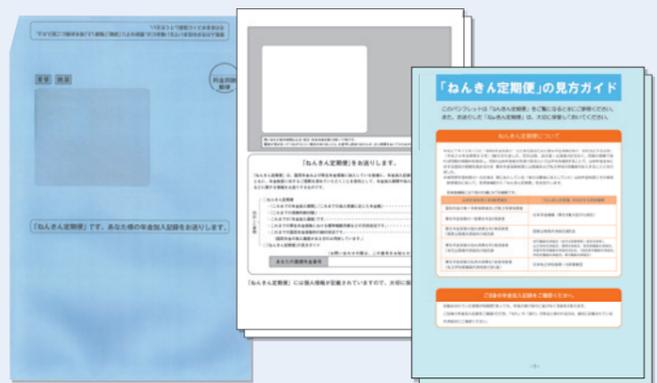
「ねんきん定期便」は、年金加入期間や年金見込み額などをお知らせするものです。35歳、45歳、59歳の方には、パンフレット入りの封書、それ以外の方には圧着ハガキで下記の内容を通知いたしますので、届きましたら通知内容をご確認ください。

通知内容	35歳、45歳の方	59歳の方	50歳未満の方 (35歳、45歳を除く)	50歳以上の方 (59歳を除く)
①これまでの年金加入期間	○	○	○	○
②これまでの加入実績に応じた年金額	○		○	
③老齢年金の種類と見込額 (1年間の受取見込額)		○		○
④(参考)これまでの保険料納付額 (累計額)	○	○	○	○
⑤最近の国民年金(第1号・第3号) 納付状況・厚生年金保険の月別状況			○	○
⑥これまでの年金加入履歴	○	○		
⑦これまでの厚生年金保険における 標準報酬月額などの月別状況	○	○		
⑧これまでの国民年金保険料の納付状況	○	○		

35歳、45歳 および59歳の方

封筒に通知とパンフレットを同封して送付します。

35歳、45歳の方宛 封書イメージ



上記以外の方

圧着ハガキを送付します。

50歳未満の方宛 圧着ハガキイメージ



今日から始める! 健康管理のコツ

禁煙のすすめ編

本当に知っていますか? たばこの害

たばこの煙には多くの有害物質が含まれ、発ガン性物質だけでも約70種類におよびます。また、たばこに含まれるニコチンは中枢神経に作用し、依存症を引き起こします。

たばこの害は喫煙者本人はもちろん、周囲の人にもおよぶため、禁煙が望まれます。

たばこがなかなかやめられないのは、たばこの依存には心理的依存(習慣)と身体的依存(ニコチン依存)があるためです。

あらためてたばこについて正しい知識をもち、自分に合った方法で禁煙を目指しましょう。失敗にくじけず、何度でもトライすることが大切です。



☑ たばこ依存になりやすい習慣チェック

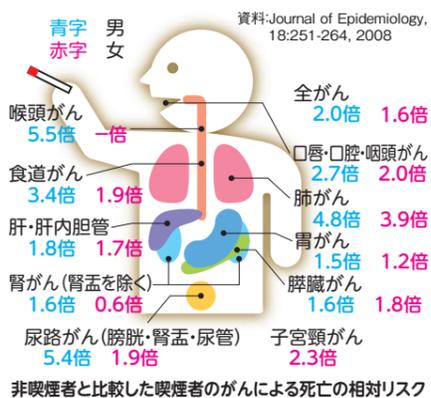
- 朝起きてすぐにたばこを吸う
- 禁煙するつもりはない、あるいはできない
- 休憩時間はまずたばこ
- 自分で吸うと決めたたばこの本数の上限を超えて吸ってしまうことがある
- たばこの吸える場所での飲酒等の付き合いが多い
- 周囲に喫煙者が多い
- 病気で1日寝ているようなときでもたばこは吸う
- 食後の一服が欠かせない

チェックした項目が多ければ多いほどたばこに依存している恐れがあります。今すぐ禁煙を始めましょう!

禁煙はほかのどんな習慣をやめるより健康効果が!

禁煙は呼吸器や循環器病、がんなど、体中に悪影響をおよぼします。喫煙による死亡数はほかのどの要因による死亡数より多く、禁煙は一つの習慣をやめるだけで体中により影響を与える最大の方法です。

非喫煙者と喫煙者をどのくらいがんになりやすいか比較すると、全がんでは男性で2.0倍、女性で1.6倍。肺がん・喉頭がん・尿路がんなどは男性の場合、約5倍も喫煙者のほうがかかる確率が高いのです。



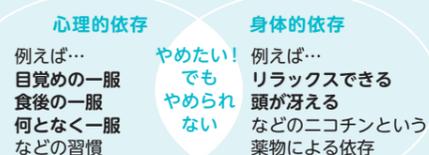
メカニズムを知って、上手に禁煙!

「今さら禁煙しても」と思うなかれ! 喫煙習慣がある人でも、平均して5年間禁煙すれば、心筋梗塞などを起こす確率がたばこを吸わない人と同程度まで減ることがわかっています。禁煙するのに遅過ぎることはないのです。

タイプ別に対処しよう

禁煙が難しいのは、習慣による心理的依存とニコチンへの依存である身体的依存の二つの依存に陥っているためです。これらの依存にいかに対処するかが禁煙成功のカギとなります。

たばこをやめられないメカニズム



心理的依存には? とにかく気をそらす!

- 吸いたい気持ちと真正面から戦うのではなく、さっさとかわしてしましましょう。
- 寝てしまう!
- 体を動かす
- 歯を磨く

身体的依存には? 禁煙外来を活用!

禁煙したい人を対象に禁煙治療を行う禁煙外来では、医師が禁煙をサポートしてくれます。一定の条件を満たせば、健康保険で治療を受けられます。禁煙外来については、インターネットで検索するか、お住まいの市区町村などにお問い合わせを。





まるで化粧水のような温泉

玉造温泉

島根県松江市 たまつくりおんせん

およそ1300年前の書物に記述がのこる玉造温泉は、日本最古の湯の1つとして名高い人気を誇る。特に女性からの支持が厚く、別名「日本でも有数の潤い美肌温泉」と称されるほど、肌にうれしい効果が期待できるという。玉造温泉の湯は、美肌に不可欠な「潤い補給」「整ったお肌」「美しい肌色」の3要素を叶えてくれる。源泉をスプレーボトルに入れてそのまま化粧水として使うことも可能だ。ほかにも温泉街には、足湯やおしろい地蔵など美肌スポットが満載！

☎0852-62-3300 (松江観光協会玉造温泉支部)

📍島根県松江市玉湯町玉造



泉質

ナトリウム・カルシウム・硫酸塩・塩化物泉 (弱アルカリ性)

適応症

神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、打ち身、くじき、慢性消化器症、痔疾、冷え性、病後回復、疲労回復、切り傷、やけど、慢性皮膚病、慢性婦人病、動脈硬化症 など

標準報酬の月額 「定時決定」 を行います



※決定された標準報酬の月額は9月から適用となります。

もし介護が必要になったら… 実際にかかる費用はどのくらい？



ひと口に介護費用といっても、要介護度や在宅介護か介護施設に入所しているのか、第1号被保険者か第2号被保険者かなどで、かかる費用は大幅に異なります。ここでは、一例として、**要介護3と判定された例**をご紹介します。**ただし、在宅サービスの基本単価は要介護度や地域によって異なることがあり、介護事業者の体制や利用内容により加算・減算があることがあります。**

Aさん 62歳 (第2号被保険者) 在宅介護 要介護3の場合 ⇒自宅の改修費など初期費用に2万円、月々の自己負担額が約4.7万円

Aさんの状況

- 妻 (58歳) と2人暮らし
- 脳梗塞で半身マヒと軽度の言語障がい (介護保険第2号被保険者の特定疾病に該当)
- 土日は娘と妻が介護にあたる



Aさんは介護保険第2号被保険者のため、自己負担は1割負担です。家族で介護できる週末以外は介護保険で無理のない生活を送ることにしました。

週に一度の訪問看護で医療的な看護を受けるとともに、週末以外の午前中は訪問介護で身体介助を受けます。午後は週に3回、デイケアに通います。月に3日は短期入所生活介護 (ショートステイ・ユニット型※1・※3) を利用する、妻の休息にも配慮したプランです。在宅介護のために必要な車椅子と特殊寝台はレンタル (※2) します。

初期費用として、利用開始月にはポータブルトイレ (4万円※2) を購入し、住宅内段差解消のための改修 (16万円) を行いました。小規模な住宅改修は、原則20万円までなら費用の9割が介護保険で給付されます。初月のみ購入費・改修費の1割にあたる2万円が上乗せとなります。

※1: 単独施設型 (ユニット型個室) を利用した場合

※2: 所得区分に応じて料金の9~7割が給付される

※3: ショートステイの滞在費・食費 (2,500円×3日) は介護保険対象外

もしAさんが65歳以上の第1号被保険者であれば、自己負担額は収入に応じて1~3割のいずれかになります。これは初期費用も同様です。月の上限を超えた金額 (市町村民税非課税世帯以外は4.44万円) を超えた場合は、申請すれば差額が戻りますが、初期費用はその対象となりません。

出典: (公財) 生命保険文化センターホームページ「実際にかかる費用はどれくらい?」をもとに社会保険出版社にて作成

	月	火	水	木	金	土	日
午前	A: 訪問看護						
	B: 訪問介護						
午後	C: 通所リハビリテーション (デイケア)		C: 通所リハビリテーション (デイケア)		C: 通所リハビリテーション (デイケア)		
						土日は家族 (妻と娘) による介護	

A: 訪問看護 1回1時間未満。血圧等の測定と脳梗塞後の医療的管理。訪問看護ステーションからの訪問。

B: 訪問介護 1回1時間未満。排泄、食事の介助などの身体介助。

C: 通所リハビリテーション (デイケア) 1回5時間以上6時間未満。

その他: 福祉用具貸与 (車椅子と特殊寝台をレンタル)

特定福祉用具 (ポータブルトイレ) 購入

住宅改修 (住宅内の段差解消のための改修)

内容	単価	回数	月額料金
A: 訪問看護	8,190	月5回	40,950
B: 訪問介護	3,950	月22回	86,900
C: デイケア	8,030	月13回	104,390
ショートステイ※1	8,660	月3日	25,980
福祉用具※2貸与	—	月額	25,000
月額合計			283,220
要介護度3の支給限度額			270,480

支給限度額内のサービス利用 (1割負担) の1割	27,048
支給限度額超過分のサービス利用 (10割負担)	12,740
介護保険対象外のサービス利用 (全額自己負担) ※3	7,500
1カ月当たりの自己負担額	47,288

遺族支援保険等 加入者募集中!

入っていれば安心



申込締切日 2020年8月28日 (金)
(共済事務担当課へ)

くわしくは、最新のパンフレットで! ※共済事務担当課で入手できます。

宿泊利用助成券の 適正利用について (お願い)



宿泊利用助成券は、保養のために宿泊する場合に利用することができる金券です。金額や利用者名等、訂正した宿泊利用助成券は使用することができません。助成券の適正利用にご協力をお願いします。

★契約施設では、本人確認を求められますので、必ず組合員証を持参してください。

Pick up

●心の健康相談 (予約制)

些細な悩み事でも、お電話ください。専門医が電話または面談により相談に応じます。

会場	相談日		面接時間・相談方法
広島市	8月 8日 (土)	9月12日 (土)	13:30~16:30 面談・電話相談
	8月22日 (土)	9月26日 (土)	
福山市	8月11日 (火)	9月 8日 (火)	13:30~14:30 面談
	8月25日 (火)	9月29日 (火)	
庄原市	8月11日 (火)	9月 8日 (火)	12:30~14:30 面談・電話相談
	8月25日 (火)	9月29日 (火)	

●申込方法

相談日の前日までに、☎082-236-1234 (専用電話) へ直接申し込んでください。

受付…月曜日から金曜日 (祝日を除く) 9:00~17:00

●法律相談・税務相談

●法律相談

法律の諸問題について弁護士がお答えします。

会場	相談日	面接時間・相談方法
大竹市	8月19日 (水)	13:00~ 面談
広島市	9月16日 (水)	

●税務相談

税の諸問題について税理士がお答えします。

会場	相談日	面接時間・相談方法
共済組合事務局	8月20日 (木)	13:00~ 面談
	9月17日 (木)	

●申込方法

相談日の5日前までに、☎082-545-8118 (共済互助会事業課) へ直接申し込んでください。

受付…月曜日から金曜日 (祝日を除く) 9:00~17:00

※相談会場の詳細は、申込者に直接お知らせします。

※相談日は予告なく変更となる場合があります。

●ファミリー健康相談

健康や育児・介護などについて相談できます。少しでも気にかかることがあれば、お気軽にご利用ください。

年中無休・24時間サービス

電話番号またはURLは配付しております
「共済だより」をご覧ください。

●貯金の払い戻しスケジュール

払戻依頼書の提出締切日 (共済組合必着)	送金日
一部払戻	8月 5日 (水) → 8月14日 (金)
一部払戻・解約	8月21日 (金) → 8月31日 (月)
一部払戻	9月 7日 (月) → 9月15日 (火)
一部払戻・解約	9月23日 (水) → 9月30日 (水)

年利率0.8%
(2020年8月1日現在)



食べて歩いて、健康になろう!

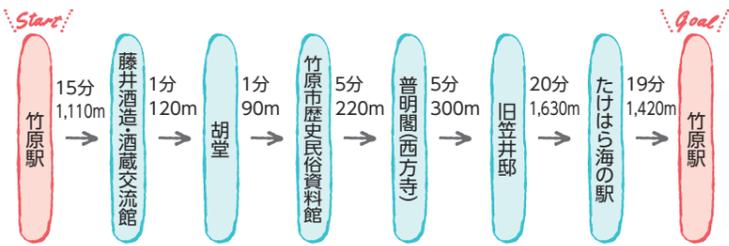
あの街“おいしい”ウォーキング

塩と酒で栄えた「竹原市」

守り継がれた伝統を重んじる タイムスリップウォーキング

竹原駅に到着したら、さっそく町並み保存地区の散策をスタート。製塩業で発展した「浜旦那」と呼ばれる塩田経営者たちの屋敷や、創業150年を超える酒蔵など歴史情緒あふれる建造物が建ち並び、歴史民俗資料館で竹原の歴史を学んだり、竹原のシンボリック的存在である普明閣から町を一望したり、保存地区の風情をたっぷり味わおう。最後は少し離れた場所にある、たけはら海の駅へ。オーシャンビューレストランや瀬戸内土産が待っている。

歩く時間:1時間6分 歩く距離:4,890m 消費カロリー:242kcal



1 藤井酒造・酒蔵交流館

築250年の木造蔵の一部を一般公開。きき酒や酒粕を使用したお土産などが楽しめる。
※当面の間中止
☎0846-22-2029 竹原市本町3-4-14

4 普明閣(西方寺)

西方寺本堂の高台にある舞台作りの観音堂。京都の清水寺を模して建築されたといわれている。
☎0846-22-7745 (竹原市産業振興課) 竹原市本町3-10-44

2 胡堂

商売の神様が祀られており、鶴や亀、茄子、蕪などの縁起物があしらわれている。
☎0846-22-7745 (竹原市産業振興課) 竹原市本町3

5 旧笠井邸

1872年(明治5年)建築の浜旦那の家。さまざまなイベント会場として活用されている。
☎0846-22-0214 竹原市本町1-9-11

3 竹原市歴史民俗資料館

かつて図書館であった洋風建築を町の貴重な資料を展示する資料館として開放している。
☎0846-22-5186 竹原市本町3-11-16

6 たけはら海の駅

竹原港に位置する交流施設。レストランでは新鮮な牡蠣や車海老などの海鮮料理が味わえる。
☎0846-24-6100 竹原市港町4-2-24

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用制限措置等をとっている場合があります。



広島グルメ「SUNジュ〜SEA」
太陽の恵み・SUN! 鉄板グルメ・ジュ〜!
海の幸・SEA! おいしいものをこよなく愛するウォーキングナビゲーター。

この地域の格子は「竹原格子」と呼ばれ、一軒ごとに異なる多種多様なデザインの格子が見られるよ。ハート型のような意匠もあるので、まち歩きの際は格子にも注目!

重要伝統的建造物群に選定されている竹原市の町並み保存地区では、今もなお多くの人々が住みながら伝統を守り続けているよ。門前には訪客に対しての「おもてなし」の心を表して花が飾られているんだ。

海沿いのウォーキングは少し長くなっているよ。熱中症には十分注意して、決して無理はしないこと。喉が渇く前に水分補給を!

純米吟醸 たけはら焼
1枚(350gあたり) 950kcal
今回のウォーキングで お好み焼き 242kcal消費 = 約0.3枚分

地元酒蔵が純米吟醸酒を製造する際に出る酒粕を、生地の中に練り込んだご当地お好み焼。酒粕が加わることで焼き上がりはふわふわに。ほのかにお酒が香るちよっぴりおとな向けのご馳走だ。酒粕は清酒よりも栄養が豊富で、特に食物繊維が多く含まれる。市内のお好み焼き店の数分で提供されている。

凡例
○おすすめ立ち寄りスポット
■主要道
— 一般道
●登り坂
●下り坂
●国道
●トイレ
●W.C.

※時間・距離は目安です ※消費カロリーは60kgの人が分速80mで平地を歩いた場合の総計距離で算出しています

共済だより7月号掲載記事の訂正について
共済だより7月号に掲載の「あの街“おいしい”ウォーキング(府中町)」の内容に右記のとおり誤りがありましたので、お詫びして訂正させていただきます。

府中町のおいしいもの(枠内下部)
正:乳酸菌飲料 約5.5杯分
誤:乳酸菌飲料 約5.5本分

メモ
うさぎの島こと大久野島へは竹原港から出航する「うさぎの想い出」に乗って行くことができる。

車に注意

たけはら海の駅

栄養学×減塩

家族の健康ごはん

カレースパイスがポイント トマト入りカレー麻婆豆腐

料理制作・監修 管理栄養士 岩崎啓子 撮影=原ヒトシ スタイルング=宮澤由香



1人分 エネルギー 228kcal 食塩相当量 1.3g

材料(2人分)

- トマト 1個
- 木綿豆腐 200g
- 長ねぎ 1/4本
- にんにく 1/4かけ
- しょうが 1/2かけ
- 豚ひき肉 50g
- サラダ油 小さじ2
- 豆板醤 小さじ1/2
- カレー粉 小さじ1
- 「みそ」 小さじ1
- A しょうゆ 小さじ1と1/2
- 水 1/2カップ
- 片栗粉 小さじ1と1/2
- 水 小さじ3
- ごま油 小さじ1
- みょうが(輪切り) 適量

作り方

- 1 トマトはくし切り、豆腐はさいの目切り、長ねぎ、にんにく、しょうがはみじん切りにする。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、ひき肉を炒め、にんにく、しょうが、豆板醤を加えてさらに炒める。カレー粉、豆腐、混ぜ合わせたAを加えて沸騰したら、長ねぎ、トマトを入れて1分ほど煮る。
- 3 片栗粉を水で溶いて②に回し入れ、ひと煮立ちしたらごま油を回し入れる。器に盛り、みょうがを散らす。

栄養学メモ トマト

ビタミンやミネラルが豊富。赤い色素成分のリコピンには強力な抗酸化作用があり、老化や生活習慣病の予防効果が期待できます。酸味のもとにはクエン酸で、疲労回復効果も。

減塩ワザ カレー粉

カレー粉などの香辛料は、スパイシーな味わいが特徴です。そのため、食塩量を少なくしても、料理全体をパンチのある味に上げることができます。

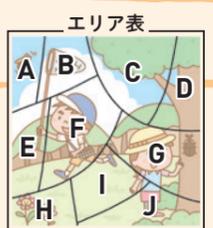
クイズに答えて

プレゼントに応募しよう!

まちがいさがし

間違いのあるエリアを5つ答えよう!

下の2枚のイラストは同じように見えますが、違うところが5つあります。間違いのあるエリアはA~Jのどこでしょう? すべて教えてください。ただし、色ムラは間違いに含めません。



応募方法

- ハガキ —
- ①クイズの答え
 - ②所属所名
 - ③部署名
 - ④勤務先の所在地・電話番号
 - ⑤組合員証記号番号
 - ⑥名前
 - ⑦ご意見・ご感想(「共済だより」に参加してみたい事業などについて)

ハガキに必要な事項を記入し、以下の宛先までお送りください。※封書でのご応募も可能です。
※任意継続組合員の方は、②~④の記入は不要です。
宛先 〒730-0036 広島市中区袋町3-17-7F
広島県市町村職員共済組合
総務課「共済だより」編集係 宛
応募締切 2020年8月25日 必着
●当選は景品の発送をもって発表といたします
●解答は次号の「共済だより」に掲載します

正解者の中から
抽選で10名様に
景品をプレゼント!

7月号の答え「ぺんぎん」
6月号応募総数90通(正解90通)

【個人情報の取り扱いについて】ご送付いただいた個人情報は厳重に保護・管理し、景品の抽選および発送以外の目的に使用することはありません。また、個人情報をご本人の承諾なく業務委託先以外の第三者に開示・譲渡することは一切ありません。(法令により開示・譲渡を認められた場合を除きます)