

向線組共 ニュース

No.49 : 2012. 11. 15

健康 ウォーキングのススメ vol.32

史跡散策路 守山区編

善光寺街道と
水屋めぐりコース を歩こう!



石山寺



間黒神社



常雲寺



水屋(蔵式)

継続長期組員(退職派遣者)は、長期給付のみの対象となります。短期給付・保健事業の対象となりませんのでご注意ください。

contents 「共済組合ニュース」は、家族の皆さんとご覧ください。

- 共済組合の住宅資金の一部返済 ————— 1
- 住宅取得資金に係る
借入金の年末残高等証明書の発送 ————— 1
- ご家族(被扶養者)のみなさまへ
「特定健康診査」の受診は、12月までです。
健診機関への予約はお早めに! ————— 2
- 平成24年度～半日ドック・脳ドック・婦人科検診～
人間ドックのご案内 ————— 3
平成24年度 半日ドック受診申込書(健康管理室用) ————— 4
- 交通事故にあったとき ————— 5
組員証を使って治療する場合は、まずは共済組合へご連絡を!

- 傷病原因の照会にご協力をお願いします ————— 6
- 再就職後の年金について ————— 7
- 平成27年10月から年金制度が変わります ————— 9
- 疾病統計からみた医療費(平成23年度速報) ————— 10
- 健康管理室たより ————— 13
「免疫力を高める生活のコツ」
- information ————— 14
禁煙! 心の依存を断ち切るために

共済組合の住宅資金の一部返済

☆電話で申し込んでください。

- ・共済組合の住宅資金を借りている方は、**借入金残額の一部を返済**することができます。
(年2回、6月と12月のみ実施。ただし、育休等で償還猶予中の方は申込みできません。)
- ・返済希望金額は**20万円以上**で**ご希望の金額**をご指定ください。
- ・申込期間終了後の一部返済の撤回はできません。
- ・申込期間終了後、返済金額を確定し、**平成25年1月4日(金)**に納付書等を送付します。

申込期間	平成24年12月 3日(月)～平成24年12月20日(木)〔ただし、土・日を除く。〕
申込先	名古屋市職員共済組合 事業係 TEL 972-2157
返済期間	平成25年 1月 4日(金)～平成25年 1月21日(月)〔ただし、土・日、祝日を除く。〕
返済方法	次のいずれかの方法 ①共済組合の納付書により丸八信用組合で納付(納付手数料は不要) ②共済組合の振込用紙により金融機関(ゆうちょ銀行を除く)から振込(振込手数料が必要)

※返済事務手数料は不要です。

※この一部返済により、返済期間は短縮されますが、毎月の返済金額・ボーナス時の返済金額は変わりません。

※1月に借入金残額の全額一括返済を予定されている方は、この一部返済をしないでください。

住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書の発送

- ・平成24年分の年末調整にご利用いただく「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」を**10月下旬**に送付しました。

☆ご注意ください。

- ・11月または12月に貸付金の一括返済をされると、年末の貸付金残高が無くなり、住宅借入金等特別控除を受けられなくなります。その場合は、**年末残高等証明書を共済組合へお返しく**ださい。



お問い合わせ先：名古屋市職員共済組合 事業係 ☎972-2157

ご家族(被扶養者)のみなさまへ

「特定健康診査」の受診は、12月までです。健診機関への予約はお早めに!

12月になってからでは、もう遅い!?

健診機関の予約状況によっては、受診が間に合わなくなります。11月中の予約をお勧めします。

<受診の流れ>

【①】準備

「特定健診受診券」と「カード式保険証」を手元に用意
(受診券は6月上旬に配付したご案内冊子同封)

【②】予約

「医療機関等一覧表」の医療機関へ電話予約
(最新の一覧は共済組合ホームページ掲載)



【③】受診

予約した医療機関で受診
(当日は「特定健康診査受診券」と「カード式保険証」を持参)

【④】結果

受診結果が届く
(特定保健指導の対象になられた方には、共済組合から案内を送付)

【⑤】年1回の受診

今後も年1回の健康診断を受診しましょう!
生活習慣を見直すきっかけとなります。

- ・ 詳しい申込方法は6月上旬に配付した「健康診断のご案内」6頁「特定健診受診の流れ」をご覧ください。
- ・ 受診券を紛失された方は、共済組合ホームページ(<http://www.nagoyashi-kyosai.com>)「各種届出様式ダウンロードと記入例C-11」より「特定健康診査受診券申込書」をダウンロードして共済組合事業係へ提出してください。
- ・ 最新の医療機関一覧は共済組合ホームページ「各種届出様式ダウンロードと記入例C-10」に掲載しています。

※共済組合の人間ドックや巡回女性被扶養者健診等を受診された方は、改めて特定健康診査を受けていただく必要はありません。



お問い合わせ先：名古屋市職員共済組合 事業係 ☎972-2143

コピーをしてご使用ください

平成24年度 半日ドック受診申込書（健康管理室用）

職員共済組合健康管理室で半日ドックの受診を希望される方は、以下にご記入の上、必ずFAXでお申し込みください。

FAX: 962-8581（健康管理室）

- 受診日は下記の日程で行い、他の日は受診できません。
また健診当日の受付時間は、指定できませんので予めご了承ください。
- 受診希望日のおおむね10日前までにお申し込みください。
- 受付処理が終わりましたら、受診日等を電話でご連絡いたします。
- FAXを送信後、一週間経っても連絡がない場合は、ご連絡ください。
- 申込み受付後の変更やキャンセルは、電話（健康管理室972-2143）でお受けいたします。

職員番号(組合員番号)	受診者氏名		性別	生年月日	
			男・女	昭和	年 月 日
所 属 名				所属電話番号	
局・区 室・組合		課 公所		-	
受診日等の 連絡先	お名前	勤務の関係等により、所属の事務 担当者様等へのご連絡を希望さ れる方は、こちらにご記入ください。			
	電話番号	-			

- FAX受付をする健康管理室の半日ドックの実施時期は下記のとおりです。
受診月により受付開始日が決まっています。受診申し込みの際、ご注意ください。
- 下記の半日ドックの日程を参考に、第一希望日、第二希望日、第三希望日を記入してください。

- 4月～6月受診
3月1日から受付開始
- 7月～9月受診
5月25日から受付開始
- 10月～12月受診
8月27日から受付開始

上記受付開始日にご注意の上
下記に希望日をご記入ください

第一希望日
____月 ____日 ()

第二希望日
____月 ____日 ()

第三希望日
____月 ____日 ()

- ◆ 追加検査をご希望の方は ()
に○をご記入ください。
- () C型肝炎ウイルス検査
 - () 前立腺がん検査

4月	10日(火)	7月	3日(火)	10月	2日(火)	1月	8日(火)
	11日(水)		4日(水)		3日(水)		9日(水)
	17日(火)		10日(火)		9日(火)		15日(火)
	18日(水)		11日(水)		10日(水)		16日(水)
	24日(火)		17日(火)		16日(火)		22日(火)
25日(水)	18日(水)	17日(水)	23日(水)				
5月	1日(火)	8月	24日(火)	11月	23日(火)	2月	29日(火)
	2日(水)		25日(水)		24日(水)		30日(水)
	8日(火)		31日(火)		30日(火)		5日(火)
	9日(水)		1日(水)		31日(水)		6日(水)
	15日(火)		7日(火)		6日(火)		12日(火)
16日(水)	8日(水)	7日(水)	13日(水)				
22日(火)	14日(火)	13日(火)	19日(火)				
23日(水)	15日(水)	14日(水)	20日(水)				
29日(火)	21日(火)	20日(火)	26日(火)				
30日(水)	22日(水)	21日(水)	27日(水)				
6月	5日(火)	9月	28日(火)	12月	27日(火)	3月	5日(火)
	6日(水)		29日(水)		28日(水)		6日(水)
	12日(火)		4日(火)		4日(火)		12日(火)
	13日(水)		5日(水)		5日(水)		13日(水)
	19日(火)		11日(火)		11日(火)		19日(火)
20日(水)	12日(水)	12日(水)	20日(水)				
26日(火)	18日(火)	18日(火)	26日(火)				
27日(水)	19日(水)	19日(水)	27日(水)				
	25日(火)	25日(火)					
	26日(水)	26日(水)					

健康 ウォーキングの ススメ

守山区編
vol.32



史跡散策路

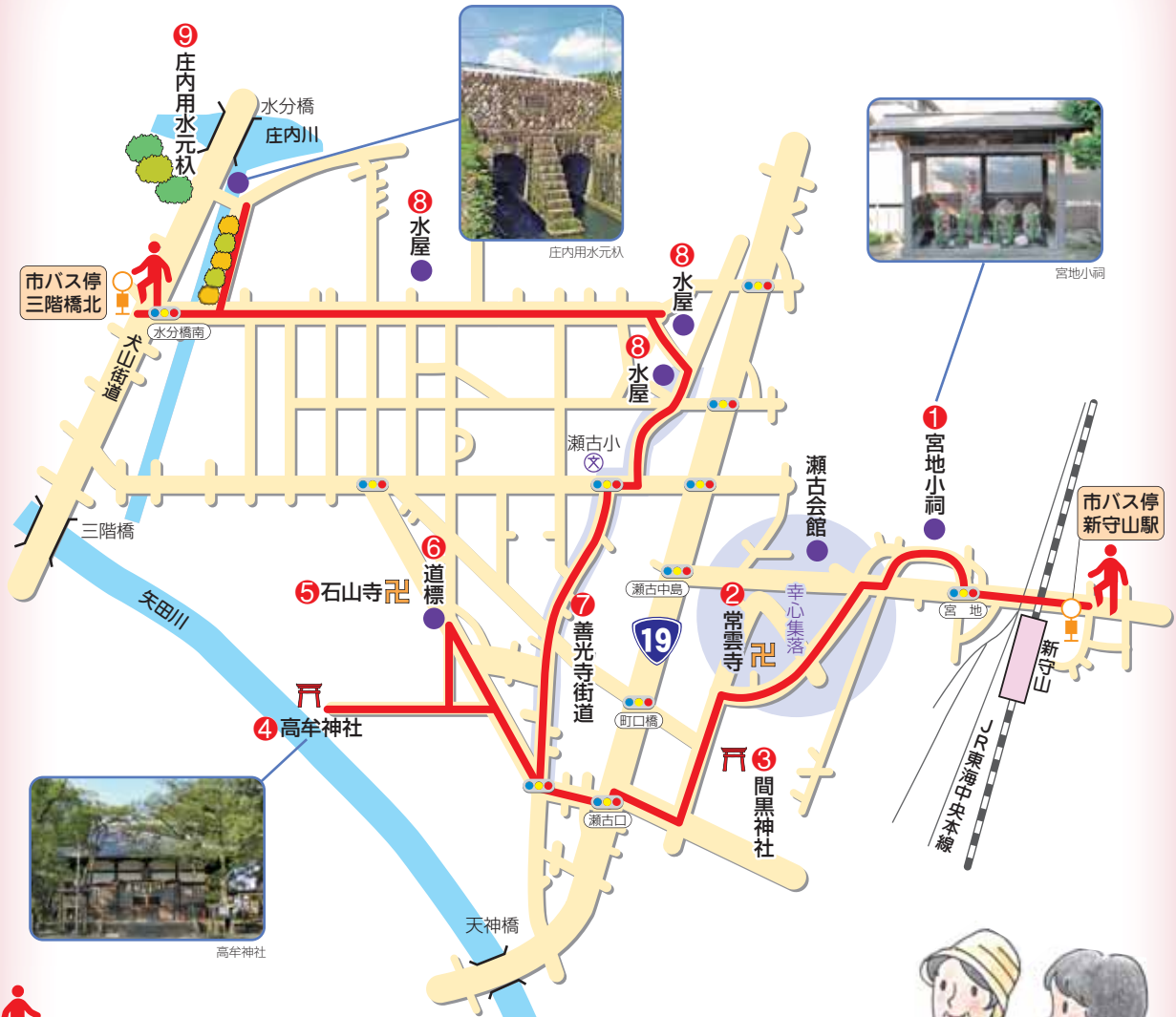
善光寺街道と水屋めぐりコース を歩こう！

※体重70kgの方

消費カロリー
約220kcal

名古屋城下から木曾に通じる善光寺街道、またの名を下街道といい、藩政時代には旅籠、めし屋、酒屋などが建ち並び賑わいを見せたところです。今はその面影はありませんが、ほぼ昔のままの道筋をたどり往時をしのびます。また、庄内・矢田の両川に囲まれて絶えず洪水と戦った歴史をもつ地域で、昔の面影をとどめる残り少ない水屋を訪ねます。

市バス停「新守山駅」～市バス停「三階橋北」 約4.6km 約1時間30分



コース順路



守山区役所区民生活部まちづくり推進室生涯学習担当

守山区小幡一丁目3番1号 【お問い合わせ】 TEL: 052-796-4527 FAX: 052-796-4508

発行 名古屋市職員共済組合

〒460-8508 名古屋市中区三の丸三丁目1番1号

電話

共済課

事務係 972-2156

長期給付係 972-2159

短期給付係 972-2158

事業課

事業係 972-2157

保健指導係 972-2171

健診係 972-2173

HPアドレス

<http://www.nagoyashi-kyosai.com>