

中 建 国 保 だより

かてい版
令和5年

1 月号

賀正

皆様にとって、
健康で
安心して過ごせる
年でありますよう
お祈り申し上げます

表紙写真

「初日の出」

山口県宇部市

[写真提供] はらかわ こうじ
山口県支部: 原川 浩史さん



理事長 ^み三 ^{うら}浦 ^{たけのり}武徳



厳しい状況の中、ここを一つに、

中建国保の安定に繋げよう

**明けまして
おめでとぅございます**

組合員とご家族の皆様方におかれましては、つつがなく新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

平素より中建国保の事業・運営に対し、特段のご理解と多大なご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年は新型コロナウイルスの急速な感染拡大が進み、多くの感染者が確認され収束の兆しが見えない状況で、社会経済活動の活性化のためには行動制限はしな

いと言われてきました。そのような不安が募る中、組合員の皆様には建設業に従事していることと就労形態を確認するため、組合員の職種と種別の調査にご協力いただきました。

また、安定運営に必要な国庫補助金の現行水準を確保できたことは、組合員とご家族の皆様方のハガキ要請行動や地元

国会議員要請行動にご協力いただいた成果であります。あわせて深く感謝申し上げます。

**仲間の連帯を強化し、
ともに頑張りましょう**

建設業界は、資材の高騰や原油をはじめとした物価高で厳しい状況に加え、今年10月からはインボイス制度が始まり、また、来年4月からは働き方改革関連法の全面適用など様々な対応が迫られています。

中建国保においても同様に、国庫補助金の見直しや医療費の増加などにより財政に大きな影響が出ています。財政基盤を確かなものにするため、早急に財政方針の策定と実行に取り組んで参りたいと考えております。

さらに、来年の秋頃までを目途にマイナンバーカードと健康保険証の一体化を

進め、現行の保険証を廃止するという唐突な政策が出されるなど喫緊の課題もあります。

このような時だからこそ、建設労働者という仲間の連帯を強化し、ともに頑張つて参りましょう。

むすび

本年も役職員一同ここを一つにし、組合員とご家族の皆様方の命と健康を守るため、中建国保の発展と健全な運営に努めて参ります。改めてご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、毎年のように起きている自然災害で被害に遭われた方々に謹んでお見舞い申し上げますとともに、全国の仲間の皆様のご活躍とご健勝、ご多幸を祈念申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。

看護師の卵 みのりの 健診講座！



INFORMATION

～インフォメーション～

被保険者の皆様に、大切なお知らせです

**医療費のお知らせを
1月下旬にお届けします！**

中建国保では年に1回、「医療費のお知らせ」をお届けしています。今回お知らせするのは、令和3年11月～令和4年10月の間に医療者さんにかかった世帯全員分の医療費についてです。

医療者さんにかかれたときの費用は、一部を窓口でお支払いいただけていますが、残りは中建国保が負担しています。ご自身の医療費の総額を知ること、健康に対する認識や医療に対する理解を深めていただくとともに、健康的な生活を送るよう心がけましょう。



**「被保険者証更新会」
のご案内について**

中建国保では、保険証の更新事務を円滑に行うため、3月を中心に「被保険者証更新会」(以下、更新会)を全国で開催しています。令和4年度更新会は新型コロナウイルス感染症の影響により、開催状況が例年とは異なる場合があります。更新会の開催については、所属されている支部・出張所から詳細をご案内しますのでご確認ください。

保険証には有効期限があり、期限を過ぎた保険証は使用できません。新しい保険証の交付を必ず受けてください。

医療費の節約にご協力をお願いします！

セルフメディケーションをしましょう

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。日頃から自分自身の体調に目を向け、原因が分かっている不調や一時的に軽減したい症状には市販薬を上手に活用しましょう。

かかりつけの医師を持ちましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することによる重複検査や投薬などにかかる医療費を抑えることができます。今受けている治療に不安などがあるときには、医師に伝えて話し合ってみましょう。

お薬手帳を活用しましょう

お薬手帳には、あなたに合う薬の種類や量などの大切な情報が記載されています。医療機関や薬局では必ずお薬手帳を出すようにしましょう。

ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品と同等の効能・効果を持つ医薬品で、先発医薬品よりも安く済みます。医療機関や薬局ではジェネリック医薬品の利用について相談に乗ってもらうことができます。

保険証などの「お名前」「ご住所」に 表記できない文字があります！

中建国保では、オンライン資格確認での情報連携や、それに対応するシステム変更により、令和5年3月以降の「外字※」の取り扱いを終了します。

そのため、氏名や住所に外字が含まれている場合には、類似文字またはカタカナで表記させていただくことがあります。

お手元に届く保険証や通知文書等の氏名や住所が、住民票通りの文字でない場合もありますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

※「外字」とはシステムに登録されていない文字のこと

類似文字等で表記した
保険証等も問題なく
病院や薬局で使用する
ことができます。

字形が変更となる文字の例

吉 → 吉	榊 → 榊	辻 → 辻
槁 → 橋	葛 → 葛	芦 → 芦



中建国保の**集団健診**を**受診**しましょう！

組合員と20歳以上のご家族を対象に、各支部で集団健診を実施しています。組合員ご本人だけでなく、ご家族もぜひ中建国保の集団健診を受診してください。

1 生活習慣病の予防に着目した
基本健診（特定健診の項目）

2 建設業従事者の職業病対策
としての胸部レントゲン撮影

3 死因第1位であるがんを
予防するためのがん検診

上記三つ以外にも様々なオプション項目をつけて実施している場合があります。

会場入口での
アルコール消毒液
の設置等、
感染防止対策を
行っています。

健診の結果
を知ることが
健康管理の
第一歩

「要再（精）検」
「要治療」の方は
必ず病院へ！

- 日程や申し込み方法などは、支部ごとに異なります。詳しくは所属の支部・出張所にお問い合わせください。
- 集団健診の結果、保健指導の対象となった方は、ぜひ保健指導も受けてください。
- 健診結果の数値から疾患が発生するリスクが懸念される方には、本部保健師から医療機関への受診勧奨を行っています。

ご存知ですか？

最大10万円の 中建国保の在宅介護支援住宅改修補助金

対象者

住宅改修の着工日に中建国保に加入している人、または組合員と同一世帯である人（住民票の添付が必要）を補助対象者とします。

対象となる住宅改修

住宅改修の着工日において、中建国保の組合員が施工し、補助の対象者が介護保険から住宅改修費の支給をうけた住宅改修を補助の対象とします。

補助額

以下の①②の2つとも当てはまる場合に、中建国保から**10万円を限度**に支給します。

①介護保険から最大20万円（このうち、所得区分に応じて1～3割にあたる2～6万円は自己負担となる）の支給をうけたこと

②改修費用が20万円以上かかったこと

（例）30万円かかった場合

介護保険から支給 20万円

（1～3割は自己負担）

超えた金額10万円

→中建国保が10万円補助

以下の書類を
所属する支部・出張所にご提出ください。

①「在宅介護支援住宅改修補助金申請書」

（中建国保の窓口にあります。

またはホームページからも

ダウンロードできます）

②市区町村に提出した「介護保険

住宅改修費支給申請書（写）」

③市区町村が発行した

「介護保険住宅改修費支給決定通知書

（写）」

④「介護保険負担割合証（写）」

⑤介護保険の被保険者が中建国保に加入

していない場合、組合員と同一世帯で

あることが確認できる住民票

※場合によってはこの他にも必要になる書類があります。
詳しくは支部・出張所にお問い合わせください。



住宅改修補助金を
支給された方の感想



書類は市区町村への
介護保険申請時に作成して
いるので、中建国保に申請する時に
手間はかかりませんでした。ただし、
対象となるのは中建国保の組合員が
改修を請け負った場合に限られる
ので、注意が必要です。

ネットでも
身体を温め、
冷え性対策！

筋トレして、
カッコよく！

ダンスレッスンで
リフレッシュ！

空き時間で、
テレワーク！

家ででも
オンラインで！

自分へのご褒美！
スパ・サウナ

すべてがととのう
ルネサンスへ！

今こそ、始めよう。
スポーツのある
生活！

RENAISSANCE

店舗の詳細は [ルネサンス 店舗一覧](#)

検索

※特約は、ルネサンスに初めて入会される方（通会費7ヶ月以上経過している方も含む）のみ適用。フィットネス個人会員からコーポレート会員への変更は別料金です。※8ヶ月以上、月額固定プランでご利用の方には限りません。1Dayコーポレート会員は別料金。レンタル用品の取り扱いは別料金。※マシンメンテナンスは別途料金です。※2名以上の利用は別途料金です。※入会当日は入会費1,000円（税込）の割引があります。

期間限定 **1/7(土) ▶ 2/11(土)**

おすすり！

月額固定 使い放題プラン

月々**9,570**円

Monthly
コーポレート会員

・事務手数料

・月会費 **1カ月分**

・レンタル用品

通常3,740円/月(税込)

タオル(大/小セット)・シューズ・
Tシャツ・パーカー・帽子

0円

まずは見てから！ **ラクラク見学予約はコチラ！**

都度払い 使う毎にお支払い

1回**1,980**円

1Day
コーポレート会員

レンタル用品

通常1,760円/月(税込)

タオル(大/小セット)・シューズ・
Tシャツ・パーカー・帽子

入会当日

0円



お手続きに
必要なものなど
詳細もご案内
しています。



伝えたい



～技術の継承～

大分県支部

師匠

石川 朋則さん
いしかわ ともりのり

どんな仕事をしていますか？

主に個人住宅のリフォーム（塗装、大工、外構等）をしています。

継承のきっかけは？

平成6年1月に起業して夫婦二人三脚で頑張っていました。三男が2年間大学受験に失敗し、落ち込んで将来のことで悩んでいる時期に、私の仕事を手伝ってもらったことがきっかけです。

継承にあたって苦労したことは？

塗装では養生の仕方、外構ではブロッ



（写真）左から朋則さん、息子の真治さん

クのレベル出しとセメントの捻り方（粘度）、床張では下地張りやレベル出しです。弟子となった息子も大工さんに付いて、仕事のノウハウを習って努力してきました。途中で失敗を数多く重ねた結果、曲がりなりにも仕事をこなせるようになった。

息子さんに期待することは？

息子が19歳の頃から一緒に仕事をするようになって20年以上が経ちます。現在は息子が中心となって仕事を行っていますので、親としてできる範囲で手助けをしています。特に労災事故だけは注意して働いてもらいたいと願っています。

息子さんへメッセージを！

世が移り変わるにつれて仕事の環境が日々変化していきますが、たまには親にも相談しながら、慎重冷静な判断と対応で、細く長く頑張ってください。

最後に一言

日本には古くから作刀・絵画・陶芸等、色々な仕事での緻密さと創造性の知識・技量があり、世界にも負けていません。しかし、それらの肝心な事もうまく伝承していかねば、技術は落ちていくばかりです。若い人達に伝えていくことの大切さを今一度、認識する必要があると思います。

弟子

石川 真治さん
いしかわ 真しんじ

これからの抱負は？

父も古希を越え、長年の仕事の影響で肩や足膝の手術もあり、長くは現役を続けられないと思いますが、一緒に働ける残り少ない共同作業を大事にしていきたいです。

お父さんへメッセージを！

自分の生きていく道筋をつけてくれたことに感謝しています。これからも仕事はずっと続けていきます。怪我なく家庭を守っていきますので安心してください。

福井県支部



弟子
岡本 宏和さん

どんな仕事をしていますか？
建築大工をしています。

継承のきっかけは？

24歳の時に、親戚が経営している(有)中弥住建に入社しました。自分としては他にもう少しやりたいことがありましたが、家庭の事情で大工としてやっていくことにしました。

親方の仕事を見ながら学んできくうちに、親方も高齢になり、今後は自分が仕事を継承するしかないという40歳を過ぎた頃から思うようになりました。継承してからは、責任感を持つことを第一に考えるようになりました。

これからの抱負は？

信頼、信用された親方のような

職人になることです。

お師匠さんへメッセージを！

地場を大切に、業者を大切にする職人になります。

師匠
中弥 實さん

これからお弟子さんに期待することは？

失敗してもいいから、自分の力量を信じて欲しいです。また、怪我がないように頑張ってもらいたいです。

一生、勉強して心を磨き、人のために尽くしてほしいです。

お弟子さんへ
エールやメッセージを！

信用を大切に仕事をしてもらいたいです。



(写真) 師匠の中弥さん

栃木県支部



(写真) 左から息子の英之さん、和洋さん

師匠
荒井 和洋さん

どんな仕事をしていますか？

鳶をメインに、防護柵工事なども請け負っています。

世代交代することになったきっかけは？

個人事業主で後継者もなく、自分の代で終わると思っていたんですが、当時会社員だった息子が「後を継ぎたい」と言ってくれました。そこで、元請の会社で

修業をさせてもらい、戻ってきた息子と一緒に仕事をする中で「随分成長したな。これなら大丈夫だろう」と感じ、令和4年5月に法人を設立したタイミングで世代交代し、息子が代表取締役就任しました。

これから息子さんに期待することは？

無理をせず、焦らず、長く仕事をしてもらいたいです。

息子さんへ
エールやメッセージを！

出張が多く大変ですが、体調に気を付けて頑張ってください。

弟子
荒井 英之さん

これからの抱負は？

会社や社員のために利益を伸ばしつつ、事故がないように安全第一に努めたいです。

お父さんへメッセージを！

まだまだ教わりたいたことがたくさんあります。体に気を付けて、共に頑張っていきましょう。

熊本県支部



(写真) 左から真子さん、父の宜則さん

弟子 磯野真子さん

どんな仕事をしていますか？

工務店で新築・リフォーム工事の設計、見積り、大工工事をしています。

継承のきっかけは？

工務店を営んでいる父の姿を見て育ち、建築は好きで身近な存在だったため、大学では建築を専攻しました。在学中、インドに住む家がない方達に家を作るボランティアに参加した時に、人間にとつての『住まい』の大切さを改めて感じました。そのとき、『住まい』を造っている父を尊敬し、継承

しようと決めました。

継承するにあたって、苦勞したことは？

まだまだ勉強することが多く、毎日新しい学びばかりで充実しています。苦勞を感じたことはありません。

これからの抱負は？

お客様、関連業者様への感謝を忘れず、これからも磯野住宅が社会へ貢献できることを全力で取り組んでいきます。

お父さんへメッセージを！

安全第一、健康第一で仕事を楽しんでほしいです。

師匠 磯野宜則さん

これから娘さんに期待することは？

先代から繋がってきたお客様や関係者との信頼関係をこれからも大切にしてほしいです。

娘さんへエールやメッセージを！

大きな怪我のないように頑張ってください。

茨城県支部



師匠 菅野光男さん

どんな仕事をしていますか？

住宅建築（町場）が中心です。現在は幼稚園建設の仕事をいただいています。

この仕事を始めたきっかけは？

休憩ごと（10時・12時・15時）にご飯が食べられるからです。職業訓練校に通ったあと、集団就職で東京に出てきました。

ご自身の仕事で苦勞したことは？

カナナ削りが大変でした。冬はあかぎれで痛いし…。削るものによって角度がそれぞれ違うので、仕上がりに満足するまでに10年かかりました。

どんなお弟子さんでしたか？

40歳くらいの時に17歳の弟子を一人雇いました。仕事には時間がかかりましたが、丁寧でした。

床張り一間（8畳）に一週間かかっていましたが、今では基礎屋になり社長をしています。

「親方に言われたことや当時の気持ちができるようになった」と言ってくれます。

お弟子さんへのメッセージを！

丁寧な仕事を今後も続けて欲しいです。

愛知県支部

弟子 佐々部 祥成さん

どんな仕事をしていますか？

新築工事やリフォーム工事を手掛けています。

継承のきっかけは？

幼い頃から現場についていき、父や祖父の働く姿を見て「カッコいいな」「あんな風になりたいな」と憧れの仕事でした。また跡取りでもあり、有限会社佐々部建築の3代目として家業を継ぐことになりました。

継承するにあたって思い出深いエピソードは？

2年前、名古屋市昭和区内にある「氏神様」の建物が台風により傾いてしまい、修繕工事を手付けたことです。普段は人が住む住宅工事を主にしていますが、町中にある「氏神様」の工事ということもあり、規模は小さいですが珍しい工事で記憶に残っています。この仕事は町内会からの依頼によるもので、祖父の代より地域の方々から信頼を得てこれまでやってきました。これからも地元貢献しながら地



(写真) 左から父の英史さん、祥成さん

域に根ざした仕事をしていきます。

これからの抱負を教えてください。

今はプレカットが主流の家づくりになっていますが、何十年も父と祖父が頑なに守ってきた伝統工法を、私の代で絶やすことなく、息子さんの代(4代目)にタスキを繋げたいです。また、お施主さんに木の優しい温もりを感じてもらうため、引き続き伝統工法にこだわり、守り抜いていきます。

お父さんへメッセージを！

「ありがと」と伝えたいです。大工職人としてここまで育ててくれたことに、感謝の気持ちでいっぱいです。一緒に現場の第一線で汗を流せることを嬉しく思っています。まだまだ教わることは沢山あると思います。いつか一人前の職人として認められる日がくるよう、これからもひたむきに励んでいきます。これからも、ご指導よろしく願っています。

師匠 佐々部 英史さん

息子さんに期待することは？

技術を身に付けることに年齢制限はなく、何歳になっても終わりはありません。毎日のひと現場ひと現場が勉強です。いつか一棟任せてもらえるように、日々精進してほしいです。

息子さんへメッセージを！

一口でも早く一人前の職人に育ってもらいたいため、時には厳しいことも口に出しましたが、辞めることなく10年頑張ってくれました。しかし腕前はまだまだ半人前です。失敗から教わることも数多くあると思います。これから失敗を恐れず前を向いて歩いてほしいです。

静岡県支部

どんな仕事をしていますか？

建築板金業です。

継承のきっかけは？

仕事量が増え、人を育てる必要があったためです。

継承にあたって苦労したことは？

伝えても結局は本人次第です。技術や知識を頭から教えても現場でやってみなければわかりません。

こちらがまず実践して見せ、次にやらせてみることです。あとはとにかく褒めることが大事だと感じました。

お弟子さんに期待することは？

怪我をしないように、長く続けてほしいです。

お弟子さんへメッセージを！

現場ではクレームもなく丁寧な仕事だと評判です。中建国保に加入して仲間も増えたようで、これからも仕事をしっかりとやってほしいと思います。また、労災事故にあわないように、現場では安全に気をつけてください。



師匠 伏見 千歳さん



第三子の長女が4月から年少さんになるので子育てがひと段落します。今まで自分のことは二の次、三の次でしたが、これからは自分の体のメンテナンスをはじめ、仕事、趣味を問わず何か没頭できるものを見つけたと思います。

滝川 貴子（愛知県・家族）



左官職人として本年も技術を深めていきます。安全第一、健康第一で邁進!!

羽場崎 健一（愛知県・組合員）

ぼくは体操を習っています。空中逆上がりと跳び箱が難しくてまだできないので、今年こそは絶対できるようにがんばります。

三浦 瑛汰（秋田県・家族）

毎年健診を受けさせてもらい、早めに病気を見つけてもらって助かっています。ありがたい!!これ以上病気になるないように夫婦でがんばって生活していきます。

長谷川 直子（福島県・家族）



健診で血圧の高さや体重の減量（笑）を指摘されました。今年も引き続き3kg減量と、ウォーキングをがんばろうと思っています。

中村 かよ（高知県・組合員）

津田 守正（山口県・組合員）

令和4年11月号の国保だよりに載っていた『わが家の二代目』を読み、自分のことを振り返りました。岡田様は「回り道」とおっしゃっていましたが、親御さんをはじめとした皆さんの理解や見守りのもと、若い頃にどうしてもやってみたいことをやってみたからこそ、今の岡田様があるのだと思いました。日本の各地で大工という仕事が若い方々に受け継がれていると、知ることができました。



お便りを
お待ちしております！

下の3つのテーマいずれかについて、ご意見・ご感想、また、あなたの近況・体験談などお書きください。

テーマ

1. 暖くなったら取り組みたいことを教えて♪
2. あなたの春の思い出を教えて♪
3. わが家の近況など

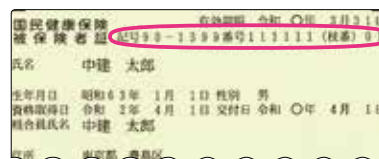
宛先

〒171-0014 東京都豊島区池袋2-16-13
中央建設国保組合「みんなの広場」係

締め切り
令和5年
2月17日
(消印有効)



応募の際には
記号番号の
記入を
忘れないでね!



「中建国保だより」は当組合ホームページに掲載されています。応募された方は、ホームページ上に「所属支部（出張所）名」「氏名」等が掲載されることに同意したものとさせていただきます。

「みんなの広場」欄に掲載された方には、中建国保オリジナルのごりけんQUOカードをプレゼントします。



運動と食事で 元気に 生き生きと

活気にあふれる町

50歳を期に22年間独自の健康法を続けているのは、高知県中土佐町にある久礼出張所の組合員である御年72歳の中川次男さん。中土佐町久礼は高齢者が多く住む町なので健康維持にかなり力を入れており、町の新たな方針の一環としてパークゴルフ場が建設されました。もちろん久礼出張所の組合員やご家族の方もパークゴルフ場を利用して体を動かしています。また、2カ月に1回程度、町の大会としてパークゴルフ大会を行っており活気にあふれています。

【文：青木雄治 通信員】

潮風を感じながらのびのびと

私は仕事が終わって帰ると、雨の日以外はパークゴルフ場近くの海岸で毎日続けている運動があります。まずは、海岸の消波ブロックで曲がり癖のある背中を伸ばす運動をします。こうすると背筋がギュッと伸び生き返ります。もちろん安全なブロックの上で行います。

その後は近くの砂浜まで歩いて移動します。砂浜は500mほどありますが、田舎なので夕方になると私の他に人はいません。ゴルフのドライバーを持参して砂浜を歩いて移動し、素振りをします。背中伸ばしからゴルフの素振りです。



時間は超えますが、ほどよく汗をかき、結構いい運動になっています。このおかげかわかりませんが、この歳まで健康な体でいられています。

美味しいものを食べながら

また、もう一つ気を付けていることは、旬のものを食べるという事です。私は食べ物に好き嫌いはありませんので、8月～9月頃は近くの海でとれる旬の新子（ソウダガツオの稚魚）に仏手柑を搾って、醤油と合わせて食べたら絶品。お酒とも合い、美味しかったです。この季節になると県内外からも多

くのお客様がこの新子や町の看板であるカツオを目当てにやってきて、町も活気にあふれています。これからもフランスのとれた運動と食事で、健康な体づくりを目指していきます。

【文：本人】



福岡建設支部 もりやま けいいち 森山慶一さん

家族三世代会社を切り盛り

今回、紹介する組合員さんとお姫さまは、福岡県で左官業を営んでいる森山慶一さんです。

父の茂さんしげもも左官業を営んでいたことから、小さい頃から左官の仕事に興味を持っていたものの、高校卒業後は事務系の専門学校に進み、事務職として就職しました。しかし、仕事に没頭することができずに退職し、左官業に進むことを決意したそうです。

成長を見守ることが家族の喜びに

その後、茂さんとともに左官業を営みながら、平成30年に建設業許可を取得し独立。現在は慶一さんご自身が左官業を営む会社『Hope』を立ち上げ、茂さん、兄の恒茂さんつねしげ、息子の天翔くんてんぱくの親子三代で盛り上げています。

子ども達について

森山家は、子だくさんの大家族で、奥さんの希望さんのぞみ、長女の愛里ちゃんあいり、長男の天翔くんてんぱく、次男の雄大くんゆうだい、三男の心仁くんしんと、次女の花音ちゃんはなね、三女の心愛ちゃんこころあ、そして、四女の音咲ちゃんうたの、何となく9人家族です。



(写真) 音咲ちゃん

森山さんは、「家族旅行のとき宿泊補助がたくさんもらえて、とても助かります」と中建国保のメリットを最大限に生かしながら、大家族の家計を奥さんと一緒にやりくりしています。

7人のお子さん
は、一番上の愛里ちゃんが一番下の音咲ちゃんうたで18歳の差があり、心愛ちゃんこころあと音咲ちゃんうたも8歳の差があります。音咲ちゃんうたが生まれた時には、まさに『姫の誕生』と家族皆で大喜びし、今ではお姉ちゃんとお兄ちゃんが何でもやってくれて音咲ちゃんうたの育ての親になっているそうです。

成長を見守り続ける

子どもの成長により家が手狭になったので、去年は年明け早々に大きな家へと引っ越しをしたそうです。しかし、最近は仕事が忙しく、子どももたくさんいるので子ども一人一人と時間をとることが難しく



(写真) 慶一さん

になりました。長女が成人を迎えたこともあり、家族皆が揃う機会も減っています。個性豊かな面々で毎日バタバタと時が過ぎ、子どもの成長の早さを感じているそうです。

今は音咲ちゃんうたの成長を見守ることが森山家の喜びとなり、大家族の皆を繋げてくれています。

事業の成長だけでなく子どもたちの成長も、攻守にわたって目が離せない森山慶一さんの紹介でした。

【文：武内宏樹 出張所職員】

協力：手島和敏 通信員



(写真) 子ども達の集合写真

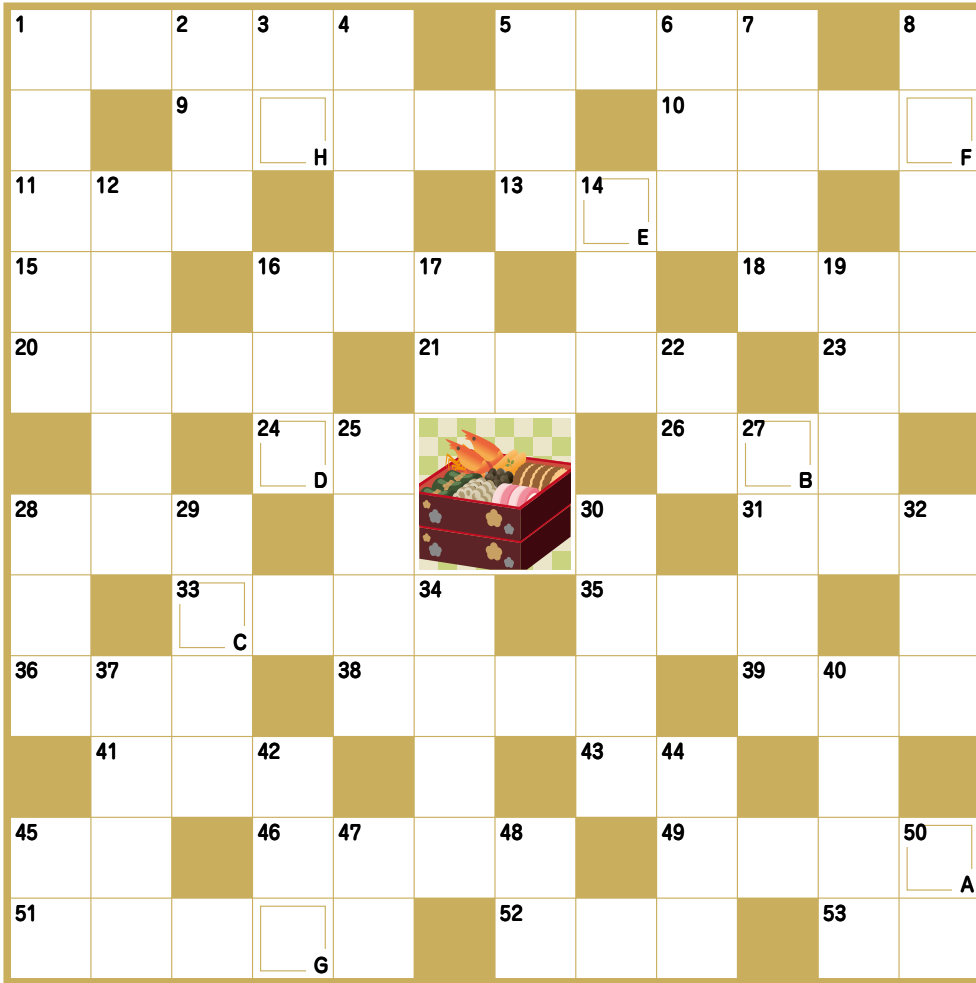
ちゅうけい クロスワードパズル

特大

CROSS

パズル

謹賀新年
家族でチャレンジ!



ヒント

みなでおせちやお雑煮を食べて、
にぎやかなお正月です。

問題

「ヨコのカギ」「タテのカギ」を解いて、A～Hの文字を
順につなぐと、ひとつの言葉ができます。それが答えです。

解答欄

A	B	C	D	E	F	G	H

ヨコのカギ

- 1 ぼち袋に入れて子どもたちに渡します。
- 5 父母の姉は伯母、〇〇〇〇は叔母。
- 9 吉田松陰が主宰した「松下〇〇〇〇〇〇」。
- 10 「天上天下唯我」に続く言葉。
- 11 鏡餅は〇〇〇ではなく、だいたいを乗せます。
- 13 くやしがりたり怒ったりして踏む。
- 15 〇〇高く揚がる風。
- 16 回転〇〇〇＝メリーゴーラウンド。
- 18 ネッシーが息をする？
- 20 グレンデを〇〇〇〇するスキーヤー。
- 21 帰省ラッシュで駅や〇〇〇〇は大混雑。
- 23 素人はアマ、玄人は？
- 24 師匠と〇〇の関係。
- 26 雪と雨がまじって降るもの。
- 28 賽銭箱にチャリン。
- 31 羊毛。〇〇〇100%のマフラー。
- 33 おせちの一品。まめに働けるように、
という意味があります。
- 35 グレートバリア〇〇〇は世界最大のサンゴ礁。
- 36 ゆず湯に入る日です。
- 38 忘年会や新年会にピッタリなお店。
- 39 箱根駅伝にある〇〇〇賞。
- 41 読み手と取り手にわかれて遊びます。
- 43 森の巣穴で冬眠中。
- 45 お正月には尾頭付きで。
- 46 さつま揚げや黒豚が名物。
- 49 ツバキに似た花を咲かせます。
- 51 1000〇〇〇〇〇〇＝1トン。
- 52 〇〇〇ジャンプはフィギュアスケートの技の一つ。
- 53 アシカ科の中で最大の動物。

タテのカギ

- 1 〇〇〇〇〇〇の夜から元旦にかけて108回つく除夜の鐘。
- 2 おせちの数の子は〇〇〇〇繁栄の縁起物。
- 3 ストープにあたって〇〇をとる。
- 4 マジシャンがショーなどで披露。
- 5 〇〇〇に追われる新米のパパとママ。
- 6 すき焼きのシメに入れてする。
- 7 「スクープ」とも言います。
- 8 「水戸黄門」の決め台詞
「この〇〇〇〇〇〇が目に入らぬか！」。
- 12 上州名物、かかあ天下と？
- 14 おんぶに〇〇〇。他人に頼り切ること。
- 16 初〇〇〇で引きたいおみくじ。
- 17 中国の想像上の動物。悪夢を食べるとか。
- 19 髪に吹きつけるヘア〇〇〇〇。
- 22 お正月によく聞く曲『春の〇〇』。
- 25 「獅子舞」と書く民俗芸能。
- 27 アンプはエレキギターの音を〇〇〇〇〇させる道具。
- 28 ダウン〇〇〇、ダッフル〇〇〇。
- 29 ハンバーグの断面からジュワ～。
- 30 縁結びの〇〇〇〇がある出雲大社。
- 32 四字熟語「万物〇〇〇」。
- 34 初日の出を拝むため、朝5時にセット。
- 37 工事期間中の別ルート。
- 40 年越しの〇〇〇〇ダウン。
- 42 〇〇〇船に乗った姿で描かれる七福神。
- 44 乾布〇〇〇が日課です。
- 45 イグアスやナイアガラが有名。
- 47 昔の女の子の遊びといえば〇〇跳び。
- 48 西日本では一般的な餅の形。
- 50 しめ飾りや〇〇松といった正月飾り。



特報

あなたが撮った

お正月写真を募集します！

募集テーマ：お正月

初日の出の瞬間をおさめた写真や、新年を祝う祭りの風景、新年に行われるイベント（餅つき大会やマラソン大会など）でにぎわう風景など、お正月の様子をおさめたあなたの自慢の写真をお送りください。ただし、仲間同士のスナップや画質の悪い写真など、当組合で掲載が難しいと判断したものについては、謝礼の送付をお断りする場合があります。

募集要項

作品サイズ

【写真】プリントしたカラー写真（タテ型希望）

応募の決まり

1. 未発表の自作に限ります。
2. 応募の際には以下の内容を記入したメモ等を同封してください。
 - ・保険証の記号番号、氏名、住所
 - ・撮影した場所
 - ・解説、概要等
3. 応募作品の著作権は中建国保の所有といたします。また、機関紙以外への掲載あるいは展示等をする場合があります。
4. 応募作品は原則として返却しません。

あて先

〒171-0014 東京都豊島区池袋2-16-13
中央建設国保組合「お正月写真募集」係

※応募は随時受け付けます。

記念品

決まりどおりにご応募いただいた方には、
もれなくごりけんQUOカード1,000円分を
年度内1回プレゼントします。

作品イメージ



お正月の写真とあわせて、読者に紹介したい
素敵な風景の写真も、随時募集しています！

クロスワードパズル当選者発表

おめでとう！

11月号
の
答え

ボウカン



クオカード
プレゼント

櫻庭 里美	青森県支部	丹菊 英雄	愛知県支部
菅原 光子	岩手県支部	林 千恵	滋賀県支部
佐々木順子	秋田県支部	田宮 俊男	奈良建設支部
黒須麻紀子	福島県支部	中尾 洋子	和歌山県支部
市川 雄一	福島県支部	村上 健	和歌山県支部
小川りう子	茨城県支部	藤野 桂子	鳥取県支部
浄法寺秋彦	栃木県支部	門脇 亜弥	島根県支部
須田 光一	群馬県支部	多久和 章	島根県支部
藤岡 末美	千葉県支部	松尾 英和	山口県支部
濱村三枝子	千葉県支部	古田 映子	山口県支部
福岡たか子	千葉県支部	栗本 忠明	徳島県支部
長澤 幹夫	東京都支部	近藤奈緒美	徳島県支部
松崎 照代	東京都支部	高橋 祥子	愛媛県支部
五十嵐真里子	新潟県支部	吉田 優斗	愛媛県支部
島 雅人	石川県支部	石元 康水	高知県支部
生水 徹	福井県支部	江崎 静香	福岡県支部
堀内 辰男	山梨県支部	米田 淳	福岡建設支部
大村 直樹	静岡県支部	國武 孝康	熊本県支部
鈴木 理英	静岡県支部	後藤 武光	宮崎県支部
小出 理奈	愛知県支部	田中 冬通	鹿児島県支部

ご応募いただいた皆さまの個人情報は、本紙への掲載、プレゼント・記念品の抽選、発送のためにのみ使用し、当組合が厳格に管理して、第三者への提供は行いません。

New Year | スペシャル /

カタログギフト プレゼント

抽選で
40名
の方に

クイズの正解者の中から抽選で
40名の方に、カタログギフトを
プレゼントします。

応募

ハガキにクイズの答えと住所、
氏名、保険証の記号番号を明記
してご応募ください。

締切

令和5年2月17日（金）（消印有効）

宛先

〒171-0014
東京都豊島区池袋2-16-13
中央建設国保組合
「クロスワードパズル」係



応募の際には
記号番号の
記入を
忘れないでね！

国民健康保険 被保険者証	有効期限 令和5年 3月31日
12345-123456789011111 (枝番) 0	
氏名	中 建 太 郎
生年月日	昭和63年 1月 1日 性別 男
資格取得日	令和 2年 4月 1日 交付日 令和 〇年 4月 1日
組合員氏名	中 建 太 郎

「中建国保だより」は当組合ホームページに掲載されています。
応募された方は、ホームページ上に「所属支部（出張所）名」「氏名」
等が掲載されることに同意したものとさせていただきます。



山 梨 県 支 部 お か だ ち ひ ろ
岡田 知大 さん

癒しと笑顔を おすそ分け

大切な家族の一員

現在、何かしらのペットを飼っているという家庭がとても多いように感じます。そもそもペットという言葉が辞書で調べてみると、「愛玩（大切にし、可愛がること）を目的として飼育される動物」とあります。その通りみなさん愛情をたくさん注ぎ大切に育てていて、もはや「家族の一員」として、なくてはならない存在だという家庭がほとんどではないでしょうか。その中でも圧倒的に犬・猫を飼っているという家庭が多いと思います。

我が家でも猫を飼っており、名前は『ミーコ』です。
そもそもなぜ我が家で猫を飼うようになったのか。



（写真）左から弟の卓巳さん、ミーコ、知大さん

たのか。それは10年ほど前、ミーコが家の庭で産み捨てられているのを私と弟が見つけた、保護したことがきっかけでした。人間の赤ちゃんがとても可愛いのと同じように、子猫のミーコもとても可愛くて、その日からミーコは一気に『わが家のアイドル』となりました。

ミーコの生活は自由奔放 好きな食べ物は意外にも…

ミーコの性格は自由気ままです。お腹が空いたらこっちの都合はお構いなしに餌をせがみます。眠たくなったらどこでも寝ていて、なんでこんなところで寝ているの？というような場所で寝ていることもあります。それを見つけたのがちょっと楽しみでもあるのですが（笑）。

皆さんは「猫の好きな食べ物は？」と聞かれて思いつくものは何でしょうか。一般的には魚やキャットフードなどのイメージが強いと思います。しかしミーコの好きな食べ物はちよつと変わっていて、ほうれん草のおひたしが大好きです。我が家では皆ほうれん草のおひたしが好きでよく食卓に並びますが、食べようとすると半分くらい減っていることがあります。そう、ミーコがこっそり食べているんです。面白い猫ですね（笑）。

これからも元気に 我が家のアイドルとして

最近仕事から帰るとまずミーコの体に顔を埋めて息を吸う『猫吸い』をすることにハマっています。どんなに疲れていても一瞬で癒されます。もう年齢的にはお年寄りのミーコですが、これからも末長く我が家に癒しと笑顔を与え続けてほしいと思います。

最後に、ミーコの写真により、皆さんにも更なる幸福が訪れることを願っています。

【文：本人／協力：地場 由江通信員】