

# 中建 国保だより

かてい版  
令和6年

9月号

## 令和5年度 事業報告・決算が 組合会で 承認されました

[ INFORMATION ]

- ・長期にわたり、  
整骨院・接骨院で  
施術を受けている方へ  
ご案内をお届けします
- ・組合員の皆さんの職種及び  
種別に関する調査を行います

表紙写真

### 「花の海」

山口県山陽小野田市

[写真提供]

山口県支部: 松本 三保子さん

季節の花が彩る『花の海』は約18.7ヘクタールの広さを持つ西日本最大級の農場です。現在の花の海がある場所は、塩害や潮風の影響で作物や苗の管理が難しい土地でした。この土地を活かすべく、大規模なシステム農場を作り、育てた良質な苗を全国へ届けています。苗を育てるだけでなく、花畑や直売の苗売場、四季折々の野菜収穫イベントや果物狩り、オリジナル商品や地域物産が並ぶ売店など、1年中楽しむことができる農場です。



# 就任の

# ごあいさつ

7月18日に開催された第337回理事会において、理事会の三役（理事長、副理事長、常務理事）の互選が行われました。

その結果、理事長には高村勝裕理事（滋賀県支部）が選任されました。副理事長には、鈴木徳男理事（千葉土建支部）並びに大地均理事（徳島県支部）が選任されました。常務理事には岩館高志理事（全建総連）が再任されました。

なお、新三役の任期は令和6年8月11日から3年間となります。

（※8ページに役員名簿掲載）



## 組合員と家族の命と健康を守るため 全力を尽くしてまいります

この度の役員改選におきまして、全国の理事の皆様から理事長に選任されました滋賀県支部の高村勝裕です。

被保険者約27万人の大きな組織の要職に就くことに改めて大きな責任を感じ、身の引き締まる思いをしているところであります。

今回の改選で9年間にわたって三役を務められました三浦前理事長を始め、理事・組合会議員を退任される方々のご尽力に敬意を表しますとともに厚く御礼申し上げます。

私たち建設業界を取り巻く環境は、資材の高騰やエネルギー価格を始めとした物価高に加え、職人不足・後継者不足が解消されない状況が続いております。低賃金、週休2日などの処遇改善を含め働き方の大きな改革への対応もすでに始まっております。

中建国保を取り巻く情勢も大きく動い



理事長  
たかむら かつひろ  
高村 勝裕

ており、社会保障制度や関連する法案の改正、国庫補助金の見直しなど様々な課題があります。そうした課題を克服し組織の充実を図り、三浦前理事長が年初の本誌に寄せた言葉『「建設国保3つの危機」打開に向けて、ともに頑張りましょう』を心に刻み、中建国保の更なる発展に向け健全で円滑な運営に努めて参ります。

また、組合員と家族の命と健康を守るため、鈴木副理事長、大地副理事長、岩館常務理事と力を合わせ、常に緊張感を持ちながら全力を尽くしてまいります。

最後になりましたが、令和6年能登半島地震を始め頻繁に発生する豪雨災害で人的・住家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健勝ご多幸をお祈りいたします。

今後も、尚一層のご指導ご鞭撻を賜りますよう、衷心よりお願い申し上げます。理事長就任の挨拶とさせていただきます。



## 中建国保を 守り育てて

この度の役員改選におきまして、全国の理事の皆様から副理事長に選任されました千葉土建支部の鈴木徳男です。

まず、近年日本列島で多発する災害により被害に遭われた皆様におかれましては、謹んでお見舞い申し上げますとともに、被災地域の一日も早い復旧と復興を心よりお祈り申し上げます。

この間、社会保障制度や関連する法案の改正、国庫補助金の見直しなど国保組合をめぐる情勢が大きく動いています。直近では保険証が廃止となる12月2日以降は、それぞれの状況に応じて資格確認書もしくは資格情報のお知らせを発行していくこととなります。組合員とご家族の皆様がいつでもどこでも安心して医療機関にかかれる「受療権」が損なわれることがないようにしなければなりません。また、保険者機能の一層の強化が求められる状況下において、組合



副理事長  
鈴木 徳男  
すずき のりお

員とご家族の方々の命と健康を守る保健事業対策の強化が急がれます。それには現状の医療費分析や組合員とご家族に対する情報提供と指導、重症化予防、給付の適正化等は欠かせない課題です。医療給付費や高齢化の進展に伴う各拠出金や支援金の増大、国庫補助金の減額傾向等により中建国保の健全で安定的な運営の舵取りが試される局面でもあります。高村勝裕新理事長のもと、大地均新副理事長、岩館高志常務理事と力を合わせ、全国の理事、組合会議員の皆様からも知恵と力をいただき、組合員とご家族の皆様のための『中建国保』を守り育てていく所存です。引き続き、中建国保の運営にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。同時に、全国の皆様のご健勝とご多幸を祈念致しまして副理事長就任の挨拶とさせていただきます。

## 中建国保の 更なる発展に向けて

この度の役員改選において、理事の皆様を推薦いただき副理事長に選任されました徳島県支部の大地均です。このような大役を仰せ

つかるには、まことに微力でございますが、中建国保のために全力で職務に邁進する所存でありますので、皆様方のご指導、ご支援を心からお願ひ申し上げます。

そして令和6年能登半島地震を始め、頻発する災害により被害を受けられた皆様にお見舞い申し上げますとともに、被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

私たち建設産業を取り巻く情勢として、建設業の担い手確保・育成に向けて全建総連が取り組んだ国会請願が参議院厚生労働委員会及び本会議で採択され、建設業法・公共工物品質確保促進法・入札契約適正化法の「第三次担い手三法」が



副理事長  
大地 均  
おおち ひとし

成立するなど、建設労働者の雇用改善、担い手確保に向けた動きが進められています。

また、中建国保を取り巻く情勢も社会保障制度の改正や国庫補助の見直し、マイナンバー制度への対応など、様々な変動があります。

中建国保は、昭和45年の事業開始からこれまでも様々な課題に直面しながらも先輩方の知恵と全国の仲間の努力によって課題を乗り越えて発展してきました。この度勇退されました三浦前理事長、森田前副理事長をはじめ、諸先輩方が長年にわたり、守り育ててこられた中建国保の更なる発展に向けて、高村新理事長のもと、鈴木副理事長、岩館常務理事と共に全力で取り組んでまいります。

全国の仲間の皆様方のあたたかいご協力とご指導を賜りますようお願い申し上げます。



# 令和5年度事業報告・決算が 組合会で承認されました

中建国保第128回通常組合会が7月17日から18日に開催され、令和5年度の事業報告と歳入歳出決算状況が承認されました。全議案とも原案どおり承認されましたので報告します。

また、議事終了後には6年度功労者等表彰式を行い、これまで中建国保の事業運営に多大な貢献をいただいた役員等に表彰状を授与しました。

## 1 事業執行状況

### ◆機関会議等

通常組合会、理事会、三役会、予算委員会を開催しました。監事による本部の内部監査は中間監査を2回、決算監査を1回行い、監事及び本部監査事務局による支部及び出張所への監査も予定通り実施しました。

### ◆事務指導等

支部事務局長会議、支部職員研修会、ブロック研修会を開催しました。また、支部が開催する事務研修会において講師の派遣要請をされた支部へは本部職員が出席し、制度の周知を図り、中建国保の事業運営への協力を要請しました。

### ◆その他

東京都による指導検査は本部及び支部にて行われ、概ね良好と認められました。

能登半島地震については保険料や一部負担金の免除等、医療保険者として可能な範囲で支援を行いました。

## 2 被保険者の状況

### ◆組合員の状況

令和5年度末の組合員数

12万5024人  
(前年度比2814人減)

### ◆家族の状況

令和5年度末の家族数

14万3564人  
(前年度比7387人減)

1世代あたりの家族数

年間平均1.15人

保険料を賦課しない3歳未満及び6人以上の家族

1万685人  
(全家族数の7.44%)

### ◆後期高齢者医療制度への移行者の状況

令和5年度中 4538人

※家族については、組合員の後期高齢者医療制度への加入による資格喪失を含む

### ◆組合特定被保険者の状況

令和5年度末7万7182人  
年間平均 7万6344人

(全被保険者に占める割合は28.08%となり毎年増加)

### 3 保険給付の状況

#### ◆全体の状況

##### 令和5年度1年間の保険給付

件数 371万5530件  
 給付額 522億222万円  
 (前年度より1人あたり月額19円増)

#### 【詳細】

##### ◆療養の給付

皆さんが病院や薬局等にかかった際に、自己負担額を除いた費用を中建国保が負担しました。

件数 353万5084件  
 支払義務額 441億351万円

##### ◆療養費の支給状況

皆さんが保険診療を扱う整形外科・接骨院にかかった際等に、自己負担額を除いた費用を後日払い戻しました。

件数 8万7219件  
 支給額 4億5269万円

##### ◆高額療養費の支給状況

同一月にかかった医療費が高額になったとき、自己負担限度額を超えた分を支給しました。

件数 5万7842件  
 支給額 51億3005万円

##### ◆高額介護合算療養費の支給状況

件数 4件  
 支給額 9万2955円

##### ◆償還金の支給状況

70歳未満の組合員の医療費が、1つの病院等で1カ月1万7500円を超えたときに支給しました。

件数 2万3692件  
 支給額 6億2242万円  
 (1件あたり平均2万6271円)

##### ◆傷病手当金の支給状況

組合員が病気等で5日以上連続して仕事を休んだときに支給しました。コロナに特化した傷病手当金は、「5類」への変更に伴い支給を終了しました。

件数 9373件  
 支給額 10億4400万円  
 (前年度比11億5731万円減)

##### ◆出産育児一時金の支給状況

子どもが生まれたときに1子につき50万円を支給しました。

件数 1630件  
 支給額 7億9500万円

##### ◆出産手当金の支給状況

組合員が出産のため仕事を休んだときに支給しました。

件数 85件  
 支給額 1642万円

##### ◆葬祭費の支給状況

被保険者が亡くなり葬祭を行ったときに支給しました。

件数(組合員・家族計) 603件  
 支給額 3811万円

### 4 保健事業・趣旨普及事業

#### ◆健診・保健指導に関する事業

基本健診・胸部レントゲン・がん検診を組み合わせた集団健診を中心に実施し、健診結果の数値の改善が必要な40歳以上の希望者に保健指導を実施しました。

##### 健診に対する補助

受診者数 10万1122人  
 受診率 特定健診 56.56%  
 一般健診 38.16%

補助総額 12億4032万円

##### 保健指導に対する補助

件数 7178件  
 補助額 7296万円

##### ◆インフルエンザ予防接種補助

予防接種を受けた方に1回2000円を年度につき2回まで補助しました。

件数 2万9956件  
 補助額 5991万2000円

##### ◆肺炎球菌予防接種補助

市区町村が実施する定期接種を受けた方に1回2000円を補助しました。

件数 326件  
 補助額 65万2000円

##### ◆保養施設利用者への補助

契約保養施設に宿泊した方に1泊分3000円の補助をしました。

利用者数 5268人  
 補助額 1580万4000円

#### ◆健康体力づくり事業

ウォーキングや疾病予防の講演等、被保険者が健康づくりに関心を持てるような内容を支部・出張所が企画し、コロナの感染防止対策を講じながら実施しました。

会場数 313会場  
 参加者数 1万3442人

#### ◆健康家庭祝金の支給

1年間病院等にかからず、組合員が健康診査を受診している世帯を対象に祝金を贈りました。

対象世帯数 3850世帯  
 支給額 6422万円

#### ◆在宅介護支援住宅改修の補助

介護保険の支給対象となる住宅改修を行った被保険者に、改修費用の一部について10万円を限度に補助しました。

件数 1件  
 補助額 7万501円

#### ◆被保険者証更新会

コロナの影響等により開催を見合わせた会場もあったものの、保険証の交付を中心に医療保険制度や事業運営について説明を行いました。

会場数 929会場  
 出席世帯数 7万3599世帯

#### ◆健康相談室

#### ◆中建国保だよりの発行

#### ◆便利帳の発行

#### ◆ホームページの運営

#### ◆季節の健康カレンダーの作成



## 5 レセプト点検・医療費節約対策

### ◆レセプトの点検状況

レセプト点検を効果的に  
行い、被保険者資格の誤り  
等による過誤調整や交通事  
故など加害者側へ請求を行  
うことで医療費の節約に努  
めました。

### ◆点検の結果、減額する ことができた医療費

10億2416万円  
(1人あたり3767円  
の財政効果)

### ◆ジェネリック医薬品の 減額差額通知の送付

ジェネリック医薬品に変  
更することで、窓口での負  
担額の軽減が期待できる方  
を対象に、年2回個別にお  
知らせを送付しました。

対象月	送付人数	切り替え人数
4月診療分	3,863人	668人
11月診療分	3,598人	155人

### ◆医療費の お知らせの送付

ご自身の医療費の総額を  
知り、健康に対する理解を  
深めていただくため令和6  
年1月に送付しました。

対象 診療年月	送付 世帯数
令和4年11月 ～ 令和5年10月	11万 3,460 世帯

### ◆職業病(アスベスト) 対策事業の取り組み

#### 再読影の状況

40歳以上の組合員と60歳  
以上の家族の胸部レントゲ  
ン写真の再読影費用を中建  
国保が負担しました。

件数 3万6394件

#### 労災認定による 医療費の調整

中建国保が支払った医  
療費のうち、7件1596  
万円を労災保険からの給付  
に切り替えることができま  
した。

## 6 財政運営の状況

### 「歳入」

#### ◆保険料

国民健康保険料の引き上げを  
行ったため、1世帯あたりの平  
均月額では3万2339円とな  
り、4年度を大きく上回しまし  
たが、予算人数を下回ったこと  
により予算額を13億7300万  
円下回りました。

#### ◆国からの補助金 (国庫支出金)

医療費に対して交付される療  
養給付費等補助金のうち、定率  
分補助金は本来交付されるべき  
額を\*下回りました。組合の財  
政力に応じて交付される普通調  
整補助金は決算見込を上回る交  
付となりました。特別調整補助  
金は医療費適正化等の取り組  
みに対して交付される保険者機  
能強化分や保険者インセンティ  
ブ、産前産後の保険料免除分と  
そのシステム改修費にかかる補  
助、未就学児の保険料軽減分等  
合わせて12億6900万円の交  
付となりました。補助金全体で  
は当初予算を上回る交付となり  
ました。

※定率分補助金の不足額につい  
ては6年度中に追加交付とな  
る見通し

#### ◆繰入金

法定積立金が必要額を下回っ  
ているため、積立金の取り崩し  
は行いませんでした。

### 「歳出」

#### ◆保険給付費

病院や薬局等の医療費であ  
る療養諸費は、被保険者数の減  
少により予算内に収まったもの  
の、1世帯あたりの平均月額で  
は4年度を上回り、病院等への  
受診件数についても大幅に増加  
しました。また、コロナが「5類」  
に変更されたことにより、コロ  
ナに特化した傷病手当金の支給  
が終了したため、傷病手当金の  
件数及び支給額は大きく減少  
しました。保険給付費全体では  
525億4700万円となりました。

#### ◆国への拠出金

後期高齢者支援金や介護納付  
金等、国へ納める拠出金につい

ても過去最高額となり、保険給  
付費に次いで歳出総額の構成比  
を大きく占めています。

#### 【法定積立金の保有状況と 決算剰余金について】

法定積立金は4年度に赤字決  
算解消のため法定必要額を割り  
込む取り崩しを行いました。特  
別積立金に4億6400万  
円、給付費等支払準備金に3億  
1000万円をそれぞれ積み戻  
しました。その結果、5年度末  
の保有額は特別積立金が49億  
3300万円、給付費等支払準  
備金が14億1700万円とな  
り、法定必要額に対する保有率  
は、特別積立金が4年度の76.  
26%から84.36%へ、支払準備  
金が49.09%から61.97%まで  
回復しました。

5年度の決算剰余金は37億  
2200万円を確保することが  
できました。そのうち、6年度  
予算で繰越金として計上した  
25億5800万円を上回る11  
億6300万円を法定積立金へ  
積み増し、保有額の増額を図り  
ます。

## 令和5年度決算の状況 (歳入)

(単位:円)

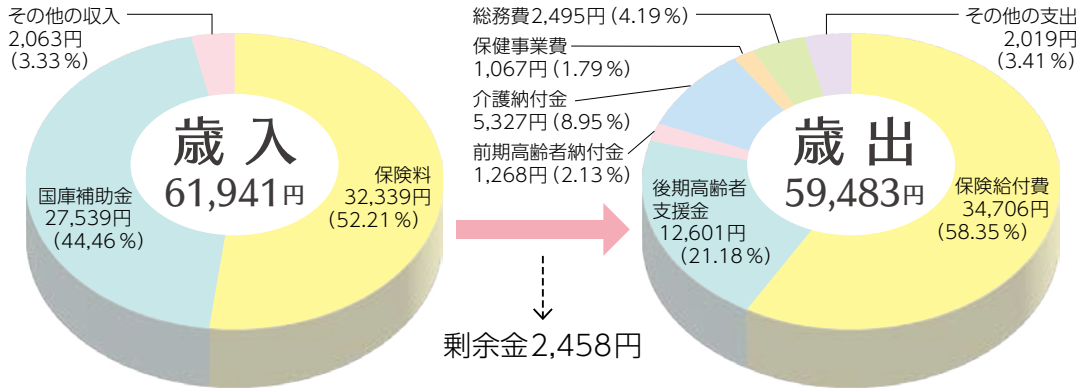
内 訳	決算額
1 国民健康保険料	48,962,823,900
2 使用料及び手数料	0
3 国庫支出金	41,695,295,148
4 前期高齢者交付金	0
5 都支出金	88,213,232
6 共同事業交付金	1,940,371,000
7 財産収入	16,815,273
8 寄付金	0
9 繰入金	0
10 繰越金	908,052,386
11 諸収入	170,004,031
歳入合計	93,781,574,970

## (歳出)

(単位:円)

内 訳	決算額
1 組合会費	26,458,300
2 総務費	3,777,869,298
3 保険給付費	52,546,602,283
4 後期高齢者支援金等	19,079,184,858
5 前期高齢者納付金等	1,919,678,643
6 老人保健拠出金	0
7 介護納付金	8,064,693,290
8 共同事業拠出金	1,990,907,000
9 保健事業費	1,615,526,218
10 積立金	789,947,572
11 諸支出金	249,035,776
12 予備費	0
歳出合計	90,059,903,238

※剰余金(歳入歳出差し引き残高): 3,721,671,732円



「一世帯あたり内月額  
による収支の内訳」

表彰規程に基づき、これまで  
中建国保の事業運営に多大な  
貢献をいただいた103名の  
役職員の表彰式を行いました。  
また、健診受診率向上に向け  
た各支部の努力に敬意を表し、  
直近の確報値である、令和4年  
度特定健診受診率(法定報告)  
の全支部平均受診率58.87%を  
上回った支部のうち、3年度  
受診率からの伸び率が高い5  
支部(大分県、青森県、千葉県、  
山梨県、群馬県)に感謝状を授  
与しました。



表彰式を行いました!

### ◆財産目録

(単位:円)

区 分	金 額
1 土地及び建物	1,962,885,708
2 物品	1,279,500
3 積立金	6,710,646,431
特別積立金	4,933,332,364
給付費等支払準備金	1,416,710,804
退職積立金	341,579,485
本部事務所修繕積立金	188,110
電算システム改修積立金	3,597,539
財政調整積立金	5,029,444
本部事務所建設積立金	0
周年事業積立金	10,008,685
投資及び出資金	200,000

## 7 財産に関する調査

# 中央建設国民健康保険組合

## 第19期役員及び組合会議員名簿

### 理事長

高村 勝裕  
(滋賀県支部)

### 副理事長

鈴木 徳男 (千葉土建支部) | 大地 均 (徳島県支部)

### 常務理事

岩館 高志  
(全建総連)

### 理事

三浦 武徳 (青森県支部)	竹島 正和 (福井県支部)	山田 好男 (山口県支部)
高橋 清一郎 (岩手県支部)	池田 光一 (山梨県支部)	平田 孝夫 (徳島県支部)
久米 成順 (秋田県支部)	鈴木 知 (静岡県支部)	甲斐 忍 (愛媛県支部)
鈴木 盛治 (福島県支部)	鈴木 貴雄 (愛知県支部)	青木 雄治 (高知県支部)
中村 勝彦 (茨城県支部)	渡邊 健治 (愛知県支部)	吉村 幸信 (福岡県支部)
水沼 孝明 (栃木県支部)	井上 大輔 (愛知県支部)	隈本 正継 (福岡建設支部)
宮下 喜八郎 (群馬県支部)	富田 忠夫 (滋賀県支部)	丸林 正二 (福岡建設支部)
佐久間 敦 (千葉県支部)	栗山 真司 (奈良県支部)	古島 旭 (熊本県支部)
中島 宏和 (千葉土建支部)	大井 保治 (奈良建築支部)	有村 雄治 (大分県支部)
桑原 厚 (千葉土建支部)	岩橋 喜博 (和歌山県支部)	益田 俊彦 (宮崎県支部)
木賀 聖司 (東京都支部)	池田 勝美 (鳥取県支部)	福森 茂広 (鹿児島県支部)
登坂 慎一 (新潟県支部)	齋藤 壽美生 (島根県支部)	勝野 圭司 (全建総連)
中川 敦 (石川県支部)	荒木 泰司 (山口県支部)	松尾 慎一郎 (全建総連)

### 監事

関上 恒雄 (群馬県支部) | 古橋 由式 (愛知県支部) | 浅海 和志 (愛媛県支部)

組合会議長 矢野 路治 (福岡建設支部) | 組合会副議長 猪田 博樹 (秋田県支部)

### 組合会議員

上平 昭一 (青森県支部)	中村 敏昭 (東京都支部)	村岡 進 (山口県支部)
及川 幸太郎 (岩手県支部)	相原 匡雄 (東京都支部)	山本 克巳 (山口県支部)
大峠 勝志 (岩手県支部)	西村 勲 (東京都支部)	竹本 登 (山口県支部)
千葉 直樹 (秋田県支部)	五十嵐 幸成 (新潟県支部)	松永 裕治 (山口県支部)
本名 幸吉 (福島県支部)	嶋田 一夫 (石川県支部)	楠野 進 (徳島県支部)
猪狩 力 (福島県支部)	中屋 幸夫 (福井県支部)	矢野 康彦 (徳島県支部)
伊藤 正行 (福島県支部)	関戸 務 (山梨県支部)	秋山 威 (徳島県支部)
藤田 健 (茨城県支部)	山川 貞雄 (静岡県支部)	篠宮 勝敏 (愛媛県支部)
谷中 久克 (茨城県支部)	土屋 修 (静岡県支部)	大下 守 (愛媛県支部)
浅野 和彦 (茨城県支部)	青木 啓二 (静岡県支部)	亀井 浩二 (愛媛県支部)
江連 俊之 (栃木県支部)	近藤 金作 (愛知県支部)	田村 善次郎 (高知県支部)
河内 照雄 (群馬県支部)	青井 保 (愛知県支部)	原 広之 (福岡県支部)
新田 浩幸 (群馬県支部)	松山 啓治 (愛知県支部)	川勝 健一 (福岡県支部)
石井 信行 (千葉県支部)	山崎 達也 (愛知県支部)	石本 利道 (福岡建設支部)
寺島 信治 (千葉県支部)	宮上 正人 (愛知県支部)	北川 和利 (福岡建設支部)
菅原 靖秀 (千葉県支部)	酒井 信行 (愛知県支部)	川上 信幸 (福岡建設支部)
若菜 義幸 (千葉土建支部)	杉浦 攻司 (愛知県支部)	久間 幸生 (福岡建設支部)
竹内 伸之 (千葉土建支部)	曾我 辰也 (愛知県支部)	山内 竜治 (福岡建設支部)
田中 浩昭 (千葉土建支部)	野瀬 忠博 (滋賀県支部)	小笠原 元紀 (福岡建設支部)
林 栄治 (千葉土建支部)	中村 幸弘 (奈良県支部)	田中 憲司 (熊本県支部)
大槻 正 (千葉土建支部)	松井 宏之 (奈良建築支部)	村上 久義 (熊本県支部)
多田 敦 (千葉土建支部)	坂本 和美 (和歌山県支部)	日野 敬一郎 (大分県支部)
石井 重光 (千葉土建支部)	吉澤 敏彦 (鳥取県支部)	那須 秋義 (宮崎県支部)
小山 武 (千葉土建支部)	森山 豊 (島根県支部)	中村 靖治 (鹿児島県支部)
上野 昇 (千葉土建支部)	内山 秋久 (山口県支部)	赤瀬川 隆樹 (鹿児島県支部)
佐藤 祐一 (千葉土建支部)	藤井 洋巳 (山口県支部)	
笠江 敏道 (千葉土建支部)	瀧口 治 (山口県支部)	

任期は令和6年8月11日から  
令和9年8月10日まで

※氏名は敬称略、順不同で掲載しています。





# 「大切なお知らせ」を送付します！

国からの要請により、中建国保が把握している加入者情報（個人番号の下4桁）をすべての組合員へ「**大切なお知らせ**」として通知することとなりました。国はこのお知らせについて「医療保険者等が把握している加入者情報を通知することで、情報の正確性を担保し、安心してマイナンバーカードを保険証としてご利用いただくことを目的としている」と説明しています。

「**大切なお知らせ**」には、中建国保に加入している組合員・家族のお名前と個人番号（以下、マイナンバー）の下4桁を記載しています。令和6年10月を目途に、白の窓付封筒で「特定記録郵便」の扱いで送付する予定です。

医療保険者等に該当する中建国保は、番号法別表第一に基づき「個人番号利用事務実施者」に該当し、個人番号を取り扱うことができます。中建国保が取得した個人番号は、「国民健康保険法による保険給付の支給または保険料の徴収に関する事務」以外に使用することはありません。

〈見本〉



## 「お知らせが届いたら」

「**大切なお知らせ**」に記載されている組合員・家族のお名前とマイナンバーの下4桁の確認をお願いします！マイナンバーカード等と照らし合わせ、番号を確認してください。

万が一、番号が異なっている場合には、お知らせの右下に記載しているお問い合わせ先（中建国保本部）へご連絡ください。**番号に誤りがなければご連絡の必要はありません。**



## 【令和6年12月2日以降の取り扱いについて】

● 令和6年12月2日以降に家族が加入されるときや住所が変わられたときは、中建国保から保険証を発行することはできなくなりますが、マイナンバーカードをお持ちでない方には**資格確認書**を交付します。保険証と同様に病院や薬局の受付のときに提示してください。また、保険証として利用登録されたマイナンバーカード（以下、**マイナ保険証**）をお持ちの方には、**資格情報のお知らせ**を交付します。病院等の窓口でカードリーダーの不具合があるときに**資格情報のお知らせ**を提示することがあるため、現在の保険証と同様の取り扱いをお願いします。

● **マイナ保険証**をお持ちの方であっても、転居等により住所が変わられたときはすみやかに中建国保へ届け出てください。また、家族が加入するときは、届出書へのマイナンバーの記入に引き続きご協力をお願いします。

令和6年12月2日以降も、今お手元にある保険証は有効期限まで使用できます。誤って破棄しないようご注意ください。

# アスベスト による 健康被害



建設関係の仕事をしている方は誰でも、アスベストによる健康被害を受けている可能性があります。

アスベストは、吸引してすぐに肺の病変が現れるのではなく、数十年という長い期間を経て様々な肺の病気を引き起こします。アスベストによる健康被害を少しでも早く発見することが、健康や生活を守るために必要です。そのため、胸部レントゲン写真の再読影は毎年必ず受けましょう。

令和5年度に中建国保でアスベストによる労災認定を受けた組合員数は7人、労災保険から中建国保に戻ってきた医療費は1596万円です。労災認定されると療養補償（医療費）・休業補償などが労災保険から受けられます。

アスベストを吸い込んだ可能性のある方で、呼吸困難、咳、胸痛などの症状があり心配な方や、労災認定等の相談については、所属する組合または全建総連労働対策部へご相談ください。



## 浅田 舞花 (山口・家族)

毎年秋になったら家族と梨狩りに行っています。色々な品種の梨をもぎ取り、好きなだけ食べる。何年か前に6玉食べた時はお腹を壊して、車で帰宅中にトイレを探すはめに…。こうならないために5玉まで決めました(笑)。安くて食べ放題なので、皆さんも良かったら行ってみてください。楽しいですよ！

## 江崎 静香 (福岡・家族)

11月に73歳になる私(自分で多びっくりします)、「ラジオ深夜便」デビューしました。本を買っては「数独」にも挑戦しています。

## 橋本 則子 (秋田・家族)

病院に行くほどではなく、でも気になる体の不調など相談できる「中建国保の健康相談室」はとても助かっています。丁寧に返答してくださり、ありがとうございます。

## 三浦 沙織 (秋田・家族)

おすすめのご当地お菓子は、秋田県にある大瀧村の『パンプキンパイ』です。手の平サイズのパイの中にかぼちゃ餡が包まれています。5個入りがあつという間になくなってしまいます。

## 吉村 くみ子 (愛知・家族)

「ご当地のお菓子」で頭に浮かんだのは、名古屋の『ひよりん』。名古屋コーチンの卵を使った濃厚なプリンが中に入っています。見た目は愛らしいひよこの姿！でも、お持ち帰りでその姿を保つのは、ちょっと難しいですよ。一度お試しあれ…。

## 山下 和太 (鹿児島・組合員)

私のおすすめのご当地スイーツは『唐芋レアケーキ』です。□当たりが良く、上品な味です。ちょっと贅沢したい時や、手土産にも喜ばれます。

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・体験談などを、ハガキまたは封書でお送りください。

お便りを  
お待ちしております！

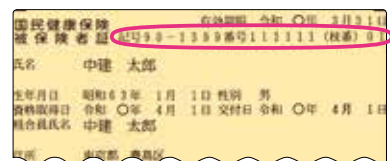
テーマ

1. あなたのストレス解消法を教えてください
2. 冬の思い出を教えてください
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6年  
10月11日  
(消印有効)



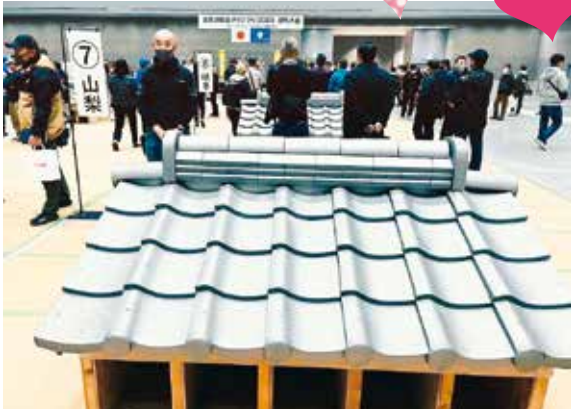
応募の際には  
記号番号の  
記入を  
忘れないでね！



「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。





(写真) 技能大会に出場している浩也さん



山梨県支部

千野 浩也さん

## 互いに支え合い、助け合えることに感謝

職人のかみ(神)さんとういことばで、  
僭越ながら私の家族を紹介させていた  
できます。

### 仕事での苦勞

私達のような昔気質の職人は、現場  
によって朝と夜が非常に早かったり遅  
かったりしながらも、納得できるまで  
仕事をして帰宅します。親方からも厳  
しく指導されたので、今もその習慣が  
染みついています。そういう意味では、  
正直割の合わない仕事をしたこともあ  
りますし、連絡もせずに帰宅したこと  
も、怪我をして心配をかけたこともあ  
りますが、うちの家族はずっと変わら  
ず理解して応援してくれています。  
これは職人の全員に言えることだと  
は思いますが、かみさんには本当に頭  
が下がります。最近では連れ添った年数  
も長くなりましたので、たまに私に対  
しての視線が「働くATM」を見てい  
るかのよこに感じますが…(笑)。

### お酒が大好きな私への我慢

職業柄といえますか、営業やお付き



(写真) 地酒の「ドメーヌ・ボンコツワイン」

合いで夜の街へ行くことも多々ありま  
す。お酒の大好きな私は、仕事絡みだ  
としても決して嫌いではありません。  
行儀よく呑んでいるつもりが、お酒が  
進み過ぎて、ついつい羽目を外してし  
まうことがあります。多々「不祥事」  
があり、上手くごまかしたり、言い訳  
をしました。が…家族はすべて見透か  
して、あえて何も言わず我慢して  
くれているんだなあと感じています。  
私がお酒が入るとついタガが外れて  
しまい、幾度となく失敗しているのに、  
うるさいことは一切言わず、未だに連  
れ添ってくれる神(妻)です。

### これからは…

「国保だより」にちなんで、普段表現  
できない家族に対する感謝を間接的に  
表現させていただきます。私の家族

だけでなく、職人の妻はおそらく全員  
が懐の深い神様のような存在なのだ  
と思います。建設業をとりまく環境が厳  
しい状況にあり、そのストレスからつ  
いつい家族に甘えてしまうことも多い  
と思いますし、お互いの理解不足によ  
り些細なことで家族と喧嘩になる時  
もあると思います。しかし、「保険」とい  
う相互扶助という考え方、お互いが支  
え合うという制度は素晴らしいもので  
あると感じます。

私は母体組合傘下の甲府建設組合の  
執行部役員として組織拡大に尽力して  
いますが、近年は特に、お互いに助け  
合って組織するという考え方の浸透が  
難しく、母体組合の組織拡大や中建国  
保の被保険者を増やすことに悪戦苦闘  
しています。根本的なことではありま  
すが、中建国保も全国の建設業の仲間  
で支え合い、助け合って成り立ってい  
ることを改めて実感しました。

今回の記事を依頼されて正直書くこ  
とが思いつかず、一番身近な妻のこと  
を書きながら、我が身を振り返り、反  
省して、周りへの感謝を思い出し、支  
えられて支えて…改めて小さい相互  
扶助から見つめ直そうと思えました。

【文：本人／協力：地場 由江通信員】



(写真) 笑顔で取材に応じてくれた秀和さん

栃木県支部 藤沼 秀和さん

### 母体組合の仲間と共に

私のとおきおきの場所は栃木県日光市野門にある『大野屋』という旅館です。初めて訪れたのは、確かコロナが流行する前でした。母体組合・今市支部の仲間の作業現場が、大野屋だったのです。ちょうど定期的に忘年会シーズンで、休憩中に「この辺りで忘年会ができる良い場所はないですか？」と質問したことがきっかけでした。大野屋の食事内容や価格を聞いて「よし、今回の忘年会はここにしよう！」と決まりました。

### おいしい地物

大野屋の醍醐味は何といっても皆で囲炉裏を囲って食べる料理です。鶏肉、鹿肉、猪肉など地元で獲れたお肉は新鮮でとても美味しいです。また、川魚を囲炉裏で塩焼きにして食べるのも絶品でした。いろいろな食材がある中でも一番驚いた食材は「サンショウウオ」です。小指くらいの大きさの

サンショウウオを恐る恐る口に運びます。舌触りは魚のような感じで、味は想像にお任せします。残念ながら昨年の忘年会ではサンショウウオは不猟のため食べることができませんでしたが、普段は食べることのできないジビエ料理を味わうことができたので大満足でした。

また、囲炉裏で温めた熱燗や館内では飲めないお酒「どぶろく」も嗜みました。女将と若女将の自慢のどぶろくです。コクと旨味がありとても美味しかったです。コロナが蔓延してからは建設職人同士で集まり、お酒を交えて会話する機会がなくなりましたが、久しぶりに皆と顔を合わせ



(写真) 囲炉裏で絶品の数々を味わう

る場だったのでとてもお酒が進みました。

### 帰路にも楽しみ

「東照宮」と聞くと、皆さんは日光東照宮を思い浮かべると思います。しかし、野門には『栗山東照宮』が存在します。元々は日光東照宮にあった徳川家康のご神体ですが、明治初期の戊辰戦争により壊されてしまうと考えた旧幕府が必死に守り、たどり着いた先が野門だったそうです。帰り道に寄って一目拝見してみるのも良いですね。

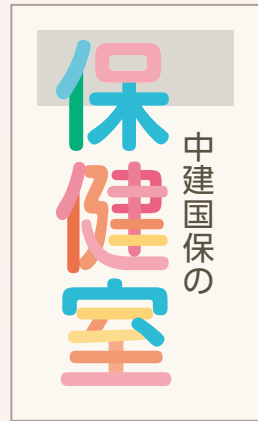
### これからも

今年も今市支部の仲間と親睦を深めるため、野門『大野屋』で忘年会を開催したいと考えています。コロナ禍で行けない期間もありましたが、皆が集まれる場所として、これからもあり続けて欲しいと思います。

【文：本人／協力：成澤 祐香 通信員】

# 健康診断受けていますか？ 若いうちから体のメンテナンスを!!

本部保健師 あおやぎ あきこ 青柳 亜希子



皆さんは年に一度、健康診断（以下、健診）を受けていますか？

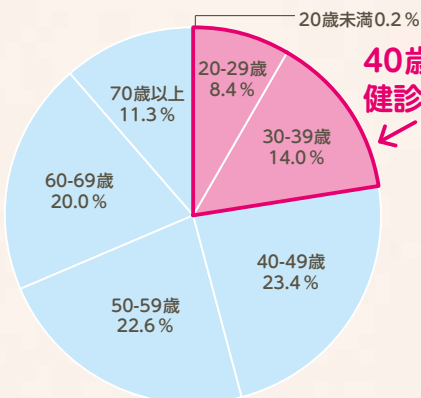
「とりあえず会社から受けなさいと言われたから」「いつも元気だから受ける必要はない」という声を耳にしたことがあります。皆さんにとって健診はどのくらい重要な存在でしょうか？

中建国保は  
40歳未満の  
健診受診が少ない  
状況です!!

令和5年度に健診を受診した中建国保加入者の年齢別割合を見ると、40歳未満の受診が少ないということがわかります。健診は**自分では気がつかない「病気の芽」を早いうちに見つける**ことや、**生活習慣病予防**のためにとっても大切です。

生活習慣病とは、糖尿病や高血圧、脂質異常症等のことを言います。糖尿病や高血圧は、若いうちからの偏った食事や運動不足等、生活習慣の乱れが積み重なることで起こりやすくなります。中建国保加入者は、**糖尿病**や**高血圧**での医療機関受診が多い状況です。

令和5年度 健診受診者の年齢別割合



40歳未満の  
健診受診が少ない!!

若いうちから健診を受けて、生活習慣の見直しをすることがその後の健康につながります!  
「自分は大丈夫!」と思わず、**自分の健康と向き合える“健診”という機会を大切にしましょう。**



中建国保では、  
健診費用を  
負担しています!!

中建国保の集団健診は基本的に被保険者の皆さんの費用負担がありません。詳しくは、**中建国保のホームページ**や**令和6年度の「中建国保の便利帳」**をご覧ください。

また、集団健診の日程や申し込み方法は、所属している支部によって異なります。所属の支部や出張所にご確認ください。

## 保健師からのメッセージ

自分の健康は二の次になりがちですが、その結果病気が悪化して、「ちゃんと健診を受けていればよかった」という方に何度も出会ってきました。そうならないために、定期的に健診を受けていただきたいと思っています。

また、健診結果で「要精密検査」「要再検査」「要治療」などの判定があった場合は、早めに医療機関を受診しましょう!





クロスワードパズル当選者発表

おめでとう!

7月号  
の答え

パリゴリン

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 一戸志津子 青森県支部   | 浅倉 節子 静岡県支部  |
| 蒔苗有見子 青森県支部   | 村田 保廣 静岡県支部  |
| 港 芳紀 青森県支部    | 岩倉あけ美 静岡県支部  |
| 松永 佳丈 岩手県支部   | 時田 克哉 愛知県支部  |
| 小玉 朗子 秋田県支部   | 原田 良雅 愛知県支部  |
| 宗像 正臣 福島県支部   | 山口 吉和 滋賀県支部  |
| 菊地 博幸 福島県支部   | 長谷川 修 滋賀県支部  |
| 本名 智子 福島県支部   | 山下 吉史 和歌山県支部 |
| 豊田 文子 茨城県支部   | 徳田 晃 島根県支部   |
| 鈴木 寿彦 茨城県支部   | 黒木 芳子 山口県支部  |
| 齋藤 重雄 茨城県支部   | 山野井恵子 山口県支部  |
| 角田 茂久 栃木県支部   | 芳井 真実 愛媛県支部  |
| 豊岡 浩 群馬県支部    | 吉本 淳一 高知県支部  |
| 中宿 和夫 千葉県支部   | 井手 博子 福岡県支部  |
| 天野 貴之 千葉県建設支部 | 塩屋 卓也 福岡建設支部 |
| 榎本 高広 千葉県建設支部 | 西村千寿子 福岡建設支部 |
| 坂元 信枝 千葉県建設支部 | 池田 一男 熊本県支部  |
| 松田 清 新潟県支部    | 佃 幸広 熊本県支部   |
| 田中 洋子 新潟県支部   | 荒牧加奈子 大分県支部  |
| 山内 琴美 福井県支部   | 曲迫 貢 鹿児島県支部  |

クロスワードパズルや他の募集要項に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。

「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。

40名の方に  
抽選で

正解者に  
QUOカードを  
プレゼント



クイズの正解者の中から、抽選で40名の方に、中建国保オリジナルのぐりけんQUOカードをプレゼントします。

応募

ハガキまたは封書で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6年10月11日  
(消印有効)

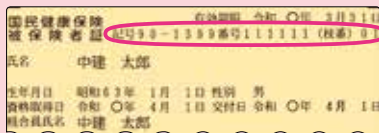
みんなの  
広場への投稿  
もお待ちしております

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



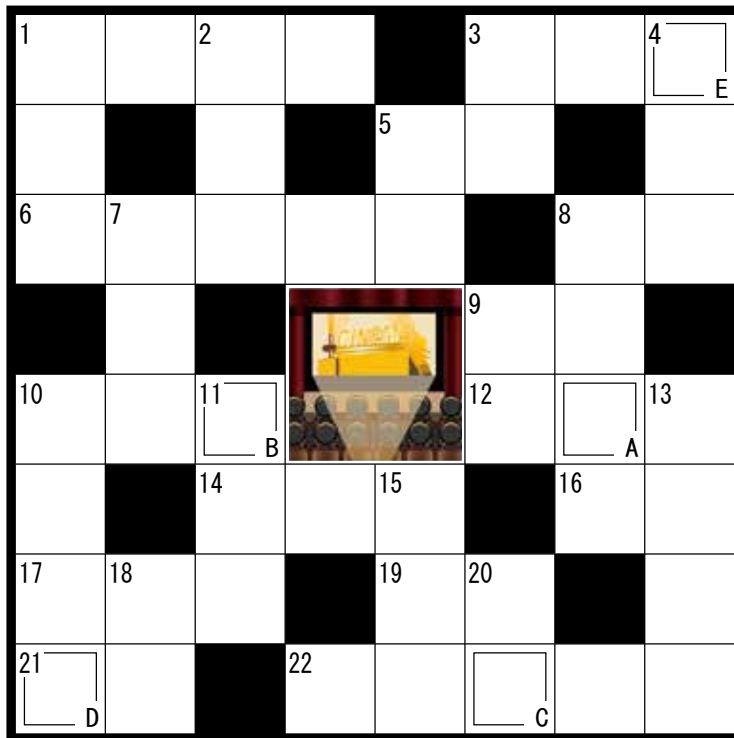
応募の際には  
記号番号の  
記入を  
忘れないでね!



ちゅうけん  
クロスワード

CROSS  
WORD

パズル



問題

「ヨコのカギ」「タテのカギ」を解いて、A～E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。

ヒント

映画館で映画鑑賞。  
おもしろくてスクリーンに釘付け!

解答欄

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

ヨコのカギ

- サンマの塩焼きに添える  
○○○○おろし。
- ラクダが活躍する場所です。
- 一口目はそのまますすりたい  
新○○。
- これで炒めたきんぴらごぼう。
- 東京○○の北陸新幹線で金沢へ。
- やっこはおつまみの定番です。

- 野球でヒットのこと。
- お相撲さんが締めます。
- 笑るほど頭の下がる○○○かな。
- 水切りなどに使う台所用品です。
- 三択や早押しなどがあります。
- 虫の○○に耳を澄ます。
- とイクラの親子丼。
- 髪を乾かす家電です。



タテのカギ

- お月見でお供えする月見○○○。
- チョコレート味の飲み物です。
- みそ煮にする魚といえは?
- 群馬県を代表する温泉地です。
- 秋晴れの日には青く澄んでいます。
- 栗のこと。○○○グラッセ。
- 目にも留まらぬ○○○○。

- 何もすることがなくて持て余す。
- 雷門がシンボルです。
- 「畑の肉」と呼ばれます。
- 9月にある○○○○ウィーク。
- 小さなおやしろのこと。
- ゴルフボールがポチャン!
- アメリカが米ならイギリスは?

## 家族への メッセージ message

新潟県支部

坂田 健二さん



(写真左から)長男の健くん、長女の唯ちゃん、  
姪の莉子ちゃん、健二さん、妻の美和さん

### いつかハワイで シーグラス集めを

### 家族について

私は小学6年生から新潟で暮らしていますが、もとは長野県松本市の生まれです。そんな私が新潟美人の妻と出会い、紆余曲折がありました。平成19年に善光寺近くの犀北館ホテルで結婚式を挙げ、2人の子どもにも恵まれました。

家族を動物に例えると、妻は運動神経が良くとても賢いが気分屋の「猫」。長女は家族内No.1の芸術的センスを持つ慎重派の「ウサギ」。長男は何かにつけて勝負を挑む挑戦者、戦略を立てるのが上手い「イルカ」(…でも学校の宿題や準備は戦略不足だよ、息子よ)といったところでしょうか。

### 事業の開始、建設ユニオン、 中建国保に加入

結婚し仕事も充実していた平成22年の春、突然、勤務先の社長から廃業宣言が。「えーっ」と思いましたが、すぐに「これはチャンスだ。10年携わってきたこの看板業をやろう」と気持ち切り替えました。作業等は体が覚えていいるはずだとさほど心配はしていませんでしたが、道具がない。そのため借金からのスタート。

毎日、不安との戦いでした。翌年には長女が生まれたこともあり、妻にとっても不安は私の比ではなかったと思います。

そして独立と同時に母体組合の建設ユニオンと中建国保に加入し、程なくして三代目の青年部長に就任、役員として組合活動にも力を入れてきました。

### 遊びだって全力投球!!

事業に組合活動に頑張る日々ですが、遊びにも手は抜かず全力投球です。車のドリフト競技、バイクのエンデューロ競技、飛行機やヘリのラジコン、キャンプ、DIY、プラモデル、IDPA競技、天体観測…：自分で言ってもなんですが多趣味です。家族は完全にあきれいています。

一方、家族で『沿って』いることもあります。シーグラス集めです。新潟県柏崎などの海岸に行き、いろいろなガラス片を集めますが、なかでも濃い



(写真)「父の趣味DIYに興味を持ってくれた長男、父は嬉しいぞ」

ブルーとピンクはなかなか見つからず、トレジャーハンターの気分です。

### これからも

コロナ禍の令和2年6月の建設ユニオン定期大会では、まさに青天の霹靂(へきれき)青年部長から執行委員長に就任しました。また、事業の方も令和4年2月にトリップス株式会社を設立し、看板業などで全国の現場を飛び回っています。

家族にはこれからも仕事に組合活動に興味にと色々迷惑をかけると思いますが、いつか新婚旅行で行ったハワイに家族で行き、シーグラスをみんなで集めようね。これからもよろしく。



(写真) 組合の組織拡大行動に取り組む  
健二さん(左から2番目)

【文：本人／協力：坂本忍通信員】