

# Web

## ウェブみやぎ

【発行所】建設連合 宮城県建設組合

〒980-0802

仙台市青葉区二日町16番1号 二日町東急ビル5F

TEL.022-264-4221 FAX.022-265-9460

第50号 2022年8月号



建設連合・宮城県建設組合のホームページ <https://miyagi-kensetu.jp>



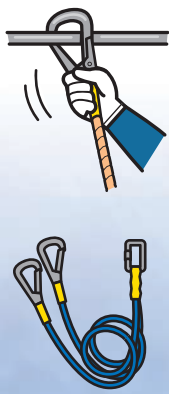
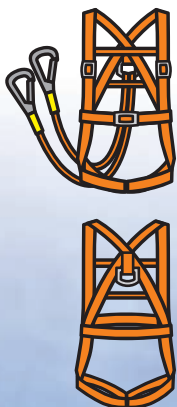
労働安全衛生規則の一部改正（平成31年2月1日施行）及び安全衛生特別教育規程等の一部改正する告示により、「高さ2メートル以上の箇所であって作業床を設けることが困難なところにおいて、墜落制止用器具（安全帯）のうち、フルハーネス型の者を用いて行う作業（ロープ高所作業に係る業務を除く。）」が、特別教育の対象となりました。これを受けて、建設連合・宮城県建設組合では、建設業労働災害防止協会宮城県支部の協力の下、フルハーネス型安全帯使用作業特別教育を開催いたします。

申込みには、専用の申込書が必要となりますので当組合窓口かHPより取得して下さい。（定員になり次第締切となります。）

### フルハーネス型安全帯使用作業 特別教育開催のお知らせ

#### フルハーネス型安全帯使用作業 特別教育

開催日時	令和4年8月24日(水)
申込方法	専用の申込書を当組合へ提出
受講料	8,000円
申込締切	令和4年7月29日(金)
問い合わせ 申込窓口	建設連合・宮城県建設組合 仙台市青葉区二日町16番1号 二日町東急ビル5F 電話 022-264-4221



# 令和4年9月1日から新しい健康保険証に更新となります。

※次の条件を全て満たしている方には、  
8月22日頃から順に郵便(レターパックプラス)にて発送いたします。

## ① 8月10日までに9月分の保険料を完納している方

建設連合国民健康保険料及び組合費は毎月10日までに翌月分を納付する前納制を基本としています。従って、8月10日までに9月分の保険料の不足や滞納がある方には新しい保険証はお送りすることができません。期日を過ぎた場合は、窓口の交付となります。不明な場合には、当宮城県支部までお問合せ下さい。

## ② 資格調査を完了している方

資格調査が完了していない方には、支部より7月8日付で簡易書留郵便をお送りしております。

## ③ 住所変更や扶養家族に関する変更があった場合、届出を終えている方

住所が変わった場合は、「住所変更届」をする必要があります。  
扶養家族の保険に変更があった場合は、「家族の異動届」をする必要があります。  
変更があってから14日以内に届出することになっていますが、うっかり忘れていた方は、至急、宮城県支部までご連絡の上、手続きを行って下さい。  
事実と異なる登録の場合は、届出を終えてからの交付となります。

※レターパックプラスは対面配達ですので、不在の場合は不在票が投函されます。  
指定期間内に受取されない場合は、宮城県支部へ戻されます。  
その場合、原則として組合窓口へ引き取りに来ていただくこととなります。

# 熱中症予防とコロナ感染対策

新型コロナウイルス感染防止のため、私たちは身体的距離の確保・マスクの着用・手洗いの実施を取り入れた日常生活を継続しています。

これからの季節は、熱中症にも注意が必要です。昨年度8月の、当国保組合における熱中症による医療機関受診者数は114人でした。今年は例年よりも梅雨明けが早く、熱中症への警戒が強く呼びかけられています。総務省消防庁によると、6/20～6/26の一週間における全国の熱中症による救急搬送者数は4,551人であり、これは6月としては過去最高の数値です。今後の暑さに備え、感染症対策を維持しつつ熱中症対策を徹底しましょう。

## (1) 適宜マスクをはずしましょう

気温や湿度が高い状況でのマスクの着用は、熱中症のリスクを高めます。屋外で人と十分な距離（2m以上）が確保できる場合はマスクをはずしましょう。特に運動時は忘れずにマスクをはずしましょう。屋外での散歩やランニング、通勤、通学等もマスクの着用は必要ありません。2m以内の近距離で人と会話をする時のみ、マスクを着用しましょう。

## (2) 暑さを避けましょう

暑い日や暑い時間帯の外出はなるべく避けましょう。外出する時は、涼しい服装を心がけ、日傘や帽子で頭部を直射日光から守りましょう。

屋内で過ごす際は、エアコンでの室温調節が重要です。感染予防のため、エアコン使用中も窓やドアを開ける・扇風機や換気扇を併用するなどしてこまめに換気をしましょう。

## (3) こまめに水分補給しましょう

のどが渇いていなくても、こまめに水分補給を行きましょう。1時間ごとにコップ一杯程度の水分補給が目安です。特に入浴の前後や朝起きたときは、しっかりと水分補給を行きましょう。また、大量に汗をかいたときは、塩分補給も忘れずに行いましょう。

## (4) 毎日の健康管理と暑さに備えた体づくり

日頃から体温測定や健康チェックを行きましょう。体調が悪いと感じたら、無理せずに自宅で静養することも大切です。

疲労がたまっている時、睡眠不足の時、食事を取らなかった時などは、特に熱中症への注意が必要です。毎日規則正しい生活を心がけましょう。暑さに備え、無理のない範囲で適度に運動することも効果的です。

熱中症は重症化すると脳などに後遺症が残ることもある、とても危険な病気です。熱中症対策を徹底しつつ、自身と家族のからだをいたわりながら、今年の夏を乗り切りましょう。

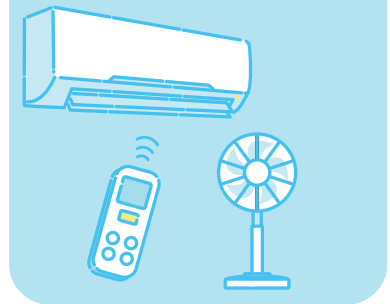
## 熱中症予防のための4つのポイント

暑いときはマスクをはずそう

※人との距離を確保



エアコン・扇風機を利用



のどの渇きを感じる前に  
こまめな水分・塩分補給を



適度な運動で体づくり



# 宮城県支部からの お知らせ



建設連合国民健康保険組合宮城県支部では、令和4年度も組合員として紹介された方が建設連合国保に加入した場合、紹介者と加入者にクオカードを進呈するキャンペーンの継続を行っています。

組合員の皆様のご協力で、当支部に於いては若年者の加入率が他地域より高く、50歳未満の組合員の加入率が約54%（令和3年11月1日時点）を超えています。

しかしながら、10代20代の加入者が未だ、少ないのが現状です。若年層の加入促進には組合員の皆様のご協力が不可欠です。

事業案内を同封しておりますのでこの機会に、一人でも多くの組合員のご紹介をお願い申し上げます。

## 契約保養施設のご利用について



コロナ禍で、家族旅行もままならない状況が2年以上続きましたが、コロナワクチンの浸透で感染者が徐々に少なくなってきました。当組合では、組合員及び家族の健康保持・増進や余暇の活用を支援するため、保健事業のひとつとして**契約保養施設利用補助制度**【年度内2泊までおひとり1泊4,000円の補助】を毎年度実施しています。当国保組合では、約650の契約保養施設を利用できます。旅館、ホテル、民宿、ペンションなど、是非この機会にご利用お待ちしております。

※利用補助が適用されない場合もありますので、予約の際にあらかじめ施設にご確認をお願いいたします。

保養施設の予約が取れましたら、当支部へ利用日1週間前までご連絡ください。（尚、8/11～8/21の期間に利用する場合は、8/3まで支部へご連絡ください）保養施設利用申込書をお渡しいたします。

利用当日、保養施設へ申込書を提出してください。宿泊料金から補助金額が差し引かれます。

この制度をおおいに活用して家族サービス&健康増進に一層お役立てください。

【連絡先】電話.022-264-4221 FAX.022-265-9460

建設連合・宮城県建設組合では  
LINE公式アカウントを始めました。

## 友だち募集中。



『友だち追加』していただいた組合員の皆さまに、月に1～2回メッセージを送ります。また、各種申請書の請求をすることもできます。

メッセージの例・・・

- ・健康診断やバスツアー等の案内や申込み
- ・『届出期日』等のお知らせ
- ・『組合』からの様々なメッセージ

※登録は匿名となり、組合から個別にLINEでご連絡することはありません。

また、組合員さまからLINEのトークで組合へ連絡することはできません。

※建設連合の公式アカウントを「友だち」から削除したい場合は削除方法をご案内しますのでご連絡ください。

## 夏季休業日程について

当組合では、夏季休業日を以下の通りとします。

【令和4年8月11日～8月15日】  
令和4年8月16日から通常営業をします。

国保保険料  
(組合費含)は  
毎月**10日**  
が納期です

■保険料(組合費含む)は期日までに保険料(組合費含む)は毎月10日までに納入することになっています。納入が確認できないときは、保険給付や保険事業による補助を受けられない場合があります。

●各種申請やご不明な点があれば、支部へご連絡ください。営業時間は平日午前9時から午後5時までです。

建設連合国民健康保険組合に加入できる資格は、個人事業主、又は個人事業主の事業所に勤務する従業員数が五人未満の従業員です。従って、法人に勤務する従業員は加入できません。