互助たより
あんしん
2016.3
24号

主な内容
○「第13回あんしんセミナー」を実施しました!!　○退職互助医療保険の事業概況　○共助会からのお願い・お知らせ
○おじゃまします!　○共助会ホームページ・会員マイページをご活用ください　○クイズコーナー　など

「第13回 あんしんセミナー」を実施しました!!

昨年、11月19日～20日にかけて、「第13回あんしんセミナー」を飯坂温泉「摺上亭大鳥」で開催しました。

1日目はマジシャンShurei(シュウレイ)氏によるマジックの講座と、阿部先生による絵手紙作成を行い、夜は懇親会で仲間との楽しい時間を過ごしていただきました。

2日目は、退職互助の医療給付金の請求に関する説明をさせていただきました。

参加者から「楽しかった！」「また見てみたい！」「やってみたいと思っていたので嬉しかった！」など、多くの嬉しい声を頂戴しました。

次回も多くのみなさんのご参加をお待ちしています。

セミナー参加者
阿部先生(前列中央)・Shurei(シュウレイ)氏(右端)と記念撮影

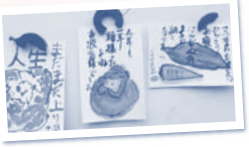
マジックの講演

プロマジシャンShurei氏にマジックの種明かしを交えながら、人は思いこみから騙されやすいこと、脳が引き起こす目の錯覚について教えていただきました。

マジックに挑戦している参加者のみなさん

絵手紙作成

講師の阿部先生に絵手紙の楽しみ方・描き方を教えていただきました。相手を思いやる言葉の大切さを改めて感じました。



絵手紙を楽しみながら描いている参加者のみなさん

懇親会

久しぶりに会う仲間との楽しい時間を過ごしていただきました。カラオケやジャンケン大会も行われ、大盛り上がりでした。

平成28年度 第14回 あんしんセミナー開催時期について

平成28年度の第14回あんしんセミナーは、11月開催予定となっております。
次回、互助たより「あんしん25号」でご案内いたします。
今年も、みなさんに楽しんでいただけるような内容を企画して参ります。会員以外の方もご参加いただけますので、ご近所の方や友人の方お誘い合わせの上ご参加ください。

平成28年1月末現在 平成27年度退職互助医療保険の事業概況

退職互助会員

- 本人 2,983人
- 配偶者 2,503人

現職会員

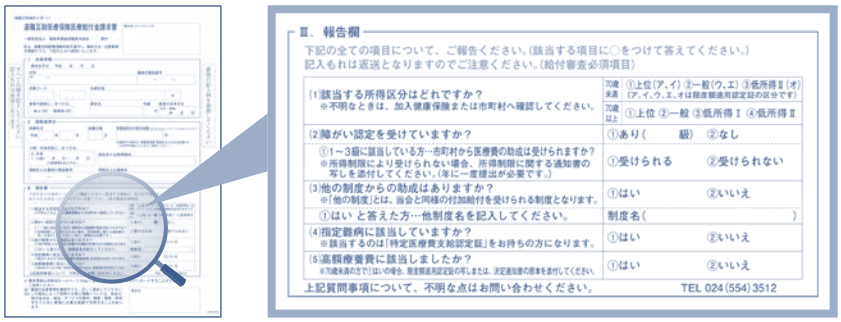
- 加入団体 63団体
- 会員数 5,208人

医療給付金	香　典
24,235件	36件
106,152,430円	360,000円

給付額合計 106,512,430円

共助会からのお願い・お知らせ

お願い　医療給付金請求書は全て記入してください



Ⅲ．報告欄

下記の全ての項目について、ご報告ください。(該当する項目に○をつけて答えてください。)
記入もれは返送となりますのでご注意ください。(給付審査必須項目)

(1)該当する所得区分はどれですか？ ※不明なときは、加入健康保険または市町村へ確認してください。	70歳未満：①上位(ア、イ) ②一般(ウ、エ) ③低所得Ⅱ(オ)(ア、イ、ウ、エ、オは限度額適用認定証の区分です) 70歳以上：①上位 ②一般 ③低所得Ⅰ ④低所得Ⅱ
(2)障がい認定を受けていますか？	①あり(　　級)　②なし
①1～3級に該当している方…市町村から医療費の助成は受けられますか？ ※所得制限により受けられない場合、所得制限に関する通知書の写しを添付してください。(年に一度提出が必要です。)	①受けられる　②受けられない
(3)他の制度からの助成はありますか？ ※「他の制度」とは、当会と同様の付加給付を受けられる制度となります。	①はい　②いいえ
①はい と答えた方…他制度名を記入してください。	制度名(　　)
(4)指定難病に該当していますか？ ※該当するのは「特定医療費支給認定証」をお持ちの方になります。	①はい　②いいえ
(5)高額療養費に該当しましたか？ ※70歳未満の方で①はいの場合、限度額適用認定証の写しまたは、決定通知書の原本を添付してください。	①はい　②いいえ

上記質問事項について、不明な点はお問い合わせください。　TEL 024(554)3512

特に「Ⅲ．報告欄」内の所得区分のご報告がない請求書(○印の記入がないもの)及び、誤りがあると思われる請求書は返送となりますのでご注意ください。

※所得区分が不明な場合は、別紙「所得区分の記入について」をご覧ください。

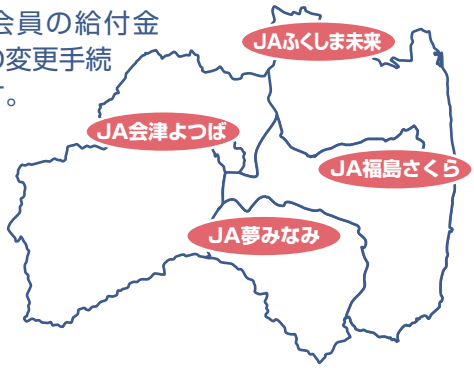
お願い　病院分は、ひと月に3,000円を超えている場合に請求してください

お願い　総合病院分は科毎に分けないでください

今回、請求方法や締切日・給付日一覧等についてのパンフレットを同封させていただきました。今一度内容をご確認いただき、特に上記の点にご注意の上請求してください。(注)給付開始前の会員には、同封しておりません。

お知らせ　JA合併に伴う会員の給付金振込先口座の変更は、共助会が行います。

退職互助会員の給付金振込先口座の変更手続きは不要です。



お知らせ　震災・原発により現在、窓口負担(医療費)免除の延長について

震災・原発により現在、窓口負担(医療費)免除に該当されている方は、引き続き、免除が延長されています。免除要件により、窓口負担免除が延長されなかった方、免除について、報告いただけていない方は、当会へご連絡をお願いします。

※窓口負担(医療費)免除に該当している会員の方は、退職互助医療保険の給付対象になりません。

おじゃします!

JAそうまを退職後、ボランティアやご夫婦でパークゴルフをされている遠藤雄幸さん、彰子さんご夫婦にお話を伺ってきました。

南相馬市鹿島区
遠藤 雄幸さん・彰子さん

パークゴルフは退職してから始めました。

現役時代は、平日は仕事、休みの日は兼業農家のため農作業で、趣味を楽しむ時間などありませんでした。退職後、ご近所の方に声をかけてもらったのをきっかけに夫婦でパークゴルフを始めました。これまで、ゴルフの経験はほとんどありませんでしたが、今では、指導者(指導員・アドバイザー)の資格を持っています。

始めたばかりの頃は、周りでパークゴルフをやっている人はそれほど多くありませんでしたが、今では南相馬市で700人くらい、鹿島区だけでも200～250人がプレーをしています。

近隣の相馬市にある「相馬光陽パークゴルフ場」には、全国各地からプレーする人が訪れるほど有名で、来場者数が日本一なんです。

パークゴルフは魅力がいっぱいです!

パークゴルフの一番の魅力は、人とコミュニケーションがとれるところです。4人1組で回るのが基本ですが、一人で練習に行っても、必ず知り合いがいるので、いつでも気軽にゴルフ場に行って仲間と楽しく練習ができます。また、練習料金が1回500円という点もとても魅力です。

また、パークゴルフは、年齢に関わらず練習を重ねた分だけ上達するスポーツなので、小学生から年配の方まで幅広い年齢層の方がプレーをしています。でも、やはり若い人は上達するのがとても早いです。

パークゴルフを楽しむ遠藤さんご夫婦

国内外で楽しんでいます。旅行も趣味のひとつです。

パークゴルフの試合のため、全国各地へ飛び回っています。パークゴルフの発祥の地、北海道にもよく行きます。海外旅行にも行きます。震災前に受け入れたベトナムからの留学生と連絡を取り、ベトナムで再会するのが楽しみです。震災の時も、心配して連絡をくれました。

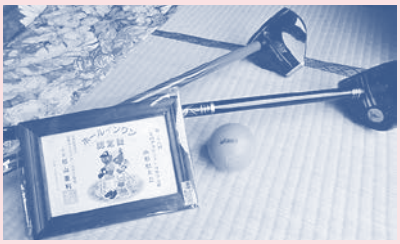
ちょっとだけボランティアをしていて、ヨーロッパへ福祉の視察に参加しました。ヨーロッパは世界一の福祉国家で、充実した医療・福祉制度に驚かされました。(ちなみに、うちで飼っている犬の「ちょぼら」はちょっとだけボランティアをやっていることからつけた名前なんです。(笑))

夫婦円満の秘訣は?

夫婦円満の秘訣は、男は我慢!女は自由!そしてたまに喧嘩です。(笑)

パークゴルフではライバルになることもあり、大会帰りの車内で、1打差で負けた悔しい思いや反省などを、夫婦で話すことも円満の秘訣なのかもしれません。

仲間を交えて旅行へ出かけることも楽しんでいます。



ホールインワンの記念楯と自慢のゴルフクラブ

健康には人との関わりが重要

健康のため、1日1万歩歩くことと、1日10人と話すことを目標にしています。ゴルフ場へ行くと、コースが広いので1万歩以上は歩きますし、必ず知り合いが来ているので、挨拶をしたり話をしたりすると自然に一日の目標を達成することができます。

これからの目標というものは特にありませんが、パークゴルフも旅行も仲間がいるから楽しい!健康だから楽しめる!とにかく健康でいたいです。これからも健康維持のためにパークゴルフを通して、仲間と話し笑い楽しんでいきたいです。

今回、取材のためお宅にお邪魔させていただいた際、最初に目に飛び込んできたのは多数のトロフィーや楯でした。これ以上並べられないというほどの数に驚きました。遠藤さん愛用のゴルフ用品やこれまで参加した大会資料などを見せていただき、パークゴルフに対する熱い思いを感じました。

ご夫婦一緒に楽しんでいるパークゴルフに魅力を感じ、いつかはチャレンジしてみたいと思います。

他にも、震災当時の話やお孫さんの話などたくさん聞かせていただきました。

帰りに玄関を出ると、犬の「ちょぼら」が奥様の彰子さんにおやつをおねだりしている姿がとてもかわいらしかったです。

パークゴルフの試合前でお忙しい中、取材に応じていただきありがとうございました。

共助会ホームページ・会員マイページをご活用ください

共助会では、給付金請求に関する便利なサービスをインターネットからご利用いただけます。詳しくは、「JA福島共助会」で検索 **http://ja-kyojokai.or.jp** をご覧ください。

会員マイページ

※「会員マイページ」のご利用には、IDとパスワードが必要です。

- 会員情報
- 給付状況の照会
- 給付明細の照会　など

医療給付金請求書の作成

Excel形式でダウンロード！ パソコンでらくらく作成!!

約款・各種届出様式等のダウンロード

PDF形式でダウンロードできます！

お役立ち情報の発信 健康に関する情報 給付金の請求に関すること

などのコンテンツが掲載されています。

農林年金受給者連盟等

の活動内容も掲載されています。

お気軽にお問い合わせください。

健康コラム Healthy Column

ぜひ、ご覧ください。

会員の皆様により健康に過ごしていただくために、福島県厚生農業協同組合連合会（JA福島厚生連）のご協力のもと、「健康コラム」を開設しています。日々の健康管理にぜひお役立てください。

JA福島共助会 クイズコーナー

1	5		7
2		6	
		4	
3			

ヒント 太枠の文字を組み合わせて言葉をつくろう！

ヨコ

（1）家の中で床を張らず土足で歩く場所
（2）今年の干支　（3）○○○○安全
（4）天然、または人造の繊維を細長く引きのばしてよりをかけたもの
　針に通して使うもの

タテ

（1）北海道生まれの人
（5）ボールやスイカなどの形、円形であるさま
（6）ヨーロッパにある国（首都ベルリン）
（7）「ししとうがらし」の略

冬に食べると美味しい あったかい食べ物です

互助たよりあんしん23号（平成27年10月発行）　クイズコーナーの答え：こんき（根気）強い

正解者の方へ（抽選により）記念品をお贈りさせていただきました。

正解者のうち抽選で20名様に記念品を贈呈いたします!!

応募方法 ❶太枠の文字を組み合わせてできた言葉 ❷会員コード ❸会員氏名 ❹共助会への一言 を添えてハガキでご応募ください。

応募締切：平成28年4月29日（金）
※当選者の発表は、記念品の発送をもって代えさせていただきます。

応募先 〒960-0231 福島市飯坂町平野字三枚長1-1　JA福島共助会　「クイズコーナー」係

投稿を募集します!!

互助たより「あんしん」では、会員のみなさまからの情報を広く募集しています。みなさまからの投稿をお待ちしています。
採用者には3,000円相当の農産物等を贈呈いたします。

事務局からひとこと

今回の取材がきっかけで、生まれて初めて南相馬市を訪れました。
これまで一度も行ったことのない南相馬市で道に迷い、地元の方に尋ねるとみなさん、快く教えてくださり、温かさを感じました。
この互助たより「あんしん」の取材を通して新たな発見が多くあり、とても嬉しく思います。
次回はどこに行こうかと思いを巡らせているところです。
これからも会員のみなさんに役立つ情報をお届けいたします。

互助たより あんしん
平成28年3月発行　URL http://ja-kyojokai.or.jp
【発行者】一般財団法人 福島県農協役職員共助会
〒960-0231 福島市飯坂町平野字三枚長1番地1　TEL:024-554-3512　FAX:024-554-3510　Mail:kyojokai@alto.ocn.ne.jp
【印　刷】タカラ印刷株式会社