

互助会より

あんしん

2020.9
33号

主な内容

- 第18回あんしんセミナーのお知らせ参加者募集
- あんしん!新鮮!げんき!いいとこいっぱいJA直売所
- おじゃまします!(三浦吉男さん)
- 共助会ホームページ・会員マイページについて
- 共助会からのお願い・お知らせ
- 令和元年度退職互助医療保険事業概況
- クイズコーナー など



第18回 あんしんセミナー開催のお知らせ 参加者募集

テーマ

「自分を楽しく表現する時間 ～己書～」

今年度も会員をはじめとする地域の方々の健康の意識向上を図るため「あんしんセミナー」を下記のとおり開催いたします。

参加費は無料です。ご友人やご親戚の方をお誘い合わせてどなたでもご参加ください。



昨年11月に開催した「第17回 あんしんセミナー」のようす

あんしんセミナーの内容

日 時

令和2年**10月27日(火)**13:30～15:30(受付開始12:30～)

会 場

福島市「**JA福島ビル 10階 1001会議室**」 福島市飯坂町平野字三枚長1-1

講師

日本己書道場 道場師範
己書 力天夢道場
代表 **八巻宏美 氏**



「自分を楽しく表現する時間～己書の作品づくり～」

己書とは絵のような文字を書く自由な書です。
上手い・下手ではなく、自分の世界観を楽し
く表現できます。

※開催に関する詳細は同封のチラシをご覧ください。

セミナーではこの己書を作成します。完成したら
作品は持ち帰ってご自宅に飾ってください。▶



定 員

男女問わず **30名** (先着順※コロナ感染防止対策のため
定員を限定させていただきます。)

お問い合わせ

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1-1
JA福島ビル10階

TEL 024-554-3512
FAX 024-554-3510
E-mail kyojokai@alto.ocn.ne.jp
URL http://ja-kyojokai.or.jp 担当:阿部

参加申込方法・期限

- 別紙の参加申込書により10月15日(木)まで郵便またはFAXでお申込ください。
- JA福島共助会ホームページの「あんしんセミナー申込フォーム」からもお申込できます。

※電話によるお申込は、間違い防止のためお受けできません。
※スマートフォンや携帯電話からお申し込みの場合は、
QRコードをご利用ください。但し機種によってはご利用
いただけない場合があります。



あんしん!

新鮮!

げんき!



いいとこいっぱい JA直売所!!



店長の深谷さん

当店オリジナル商品も
多数そろえております。
ぜひお越しください。

店長の深谷さんにお話をお伺いしました。

「はたけんぼ」は、須賀川インターチェンジ出口から左折するとすぐに見える大きな看板が目印です。市外からのアクセスに良い立地にあるため、県中・県南以外からのお客様も多くいらっしゃいます。

売場には、地場産を中心にJA夢みなみ管内の白河市、石川町産の新鮮な野菜や旬の果物が豊富に並びます。特産のキュウリは3～11月まで常にある、時期によっては「白キュウリ」などの珍しい品種も並びます。秋口からは食べきりサイズの「ミニ大根」や「ミニ白菜」が人気です。季節や生産者によって並ぶ商品は違って、いろいろな野菜に出会うことができます。食べられる花(エディブルフラワー)の「ポリジ」や、長さ約30cmの細い「ヒモ茄子」など、日ごろ馴染みのない食材が並ぶこともあります。店頭に並んでいる珍しい食材を見かけた時には、ぜひ、いつものお料理に加えてみてください。彩りがあり、華やかさが増しますよ。

店内にあるとうふ工房では自慢の絹豆腐やひとくち油揚げ等を毎日手作りし、夕方のお客様にもお買い求めいただけるように努めています。またアイス工房で販売しているジェラートは、定番のフレーバーに加えて旬の果物やカボチャ、アスパラガスなどの野菜、とうふ工房の豆腐を使用したフレーバーもあります。初めてのお客様には驚かれますが、季節限定のフレーバーを楽しみにしているリピーターがいるほどです。

米コーナーには、通常より農薬・化学肥料を半分程度減らして栽培された安心安全な特別栽培米の「岩瀬清流米」や「天栄米」も並びます。冷めても粘りと甘みのある美味しいお米です。お買い上げいただいた米は、その場で精米もできます。須賀川産のお米から作った「甘酒」や「味噌」も人気商品です。ぜひお手にとって味わってみてください。

毎週土日は、お買い物と併せてお客様に楽しんでいただけるイベントを開催しています。例年ですと県外のJA直売所による対面での試食販売を行っていましたが、新型コロナウイルス感染防止対策のため商品のみの販売となりました。お客様にはマスク着用や、会計時に間隔をあけてお並びいただくなどのご協力をお願いしており、感染防止対策を行って安心してご来店いただけるよう努めています。ぜひ、当直売所ブログや店内のイベント告知等もご覧になって下さい。皆様のお越しをお待ちしております。

県内JA直売所の魅力をご紹介しますコーナー、今号では須賀川市卸町にあるJAあぐり夢みなみ「はたけんぼ」をご紹介します!

JAあぐり夢みなみ「はたけんぼ」(須賀川市)

● 名前の由来

最初に収穫された場所を“第一”とするなら、直売所は“第二の”畑と田んぼという意味で、一般公募にて名づけられました。



● 所在地

須賀川市卸町54

● 電話番号

0248-73-5261

● 営業時間

9:00～18:00

● 定休日

第1水曜日



須賀川の特産といえばキュウリ! 露地・ハウス栽培のものを3～11月まで販売しています。



店内にあるとうふ工房

お彼岸フェアのお知らせ

9月19日(土)～22日(火)開催予定

生産者の方々が作られた生花をメインに、旬の野菜や果物が店頭で並びます。この時期からいろいろな種類のブドウが並び予定です。



売り場の様子



お米は2kgから玄米で販売しています。精米の無料サービスあり!



店内にあるアイス工房では、定番から旬の果物や野菜のフレーバー10種類以上の味が楽しめます。

おじゃまします!

福島市
三浦 吉男さん



ことでストレスが発散され、「考えるスポーツ」のゴルフは脳を活性化し認知症予防にも効果があると思います。高齢になっても続けることができるので、これからもずっと続けていきたいと思います。誕生日の記念に友人達とハワイでゴルフをしたのも良い思い出です。また思い出になるようなイベントを企画したいと思います。

JA福島中央会を退職後、ウォーキングやゴルフなどで心とからだの健康づくりをしている三浦吉男さんにおじゃましました。

■ 仲間とゴルフ

毎月3～4回程度、心とからだの健康づくりのためにゴルフをしています。JA福島五連OBの「天狗会」、高湯高原ゴルフ場の元会員で作るサークル「ひめさゆり会」のメンバーとして月に1回ずつプレーし、あとは仲の良い友人達と都合を合わせてプレーしています。

ゴルフは頭も体も使い、人と会うことで日常とは違った刺激を受けることができます。芝のおかげで膝への負担も軽く、仲間と楽しみながら歩く



誕生日記念ゴルフの一打 inハワイ

■ 毎日のウォーキング

退職後13年間、毎日5キロのウォーキングを日課としています。一日の中で一番暑い午後2時頃から約1時間歩き、たっぷりと汗をかきます。暑い時期は熱中症に気をつけながら、杖を片手に気持ちよく歩いています。ノルディック・ウォークのように両手にストックを持てば全身運動になるなあと思いつつ、毎日、季節と日々の変化を感じています。ウォーキングには気持ちを安定させ、安心感や平常心を養いストレスを軽減させてくれる作用があると思います。歩いたあとは水分補給し、ゆっくりとお風呂で汗を流し、晩酌に備えています。

2月の「信夫三山眺まいり」は、足腰が丈夫になるといわれていることから、毎年欠かさずお参りして数十年になりました。精神も鍛えようと黒姫神社から羽黒神社までは旧道の少し険しい道を通るのが私のこだわりです。

…… 晴耕雨読の生活を楽しんでいます ……

春は芝桜や石楠花、初夏は紫陽花、夏はジャーマンアイリス、グラジオラス、秋は秋桜、冬は水仙など四季を通じて花を育て、見て楽しんでいます。初夏からは趣味の園芸として、絹さや、ササギ、トマト等を育て新鮮野菜を心掛けています。毎日5時に起床、8時半頃から午前中は草刈りや花と野菜の手入れをしています。手をかけた分だけ花は綺麗に咲き、作物も順調に育ちます。充実感、達成感を感じるひと時です。

退職後、時間の使い方を考えた時に、たまたま自宅にあった日本と世界の文学全集(全40冊)を読もうと思い立ち、それから読書が趣味となり、晴耕雨読の生活を実践しています。市の学習センター図書室へ通い、興味をもった本はなんでも読みますが、好きなジャンルは時代小説で、今までに佐伯泰英、井川香四郎、風野真知雄等を中心にたくさん本の触れ、心穏やかな時間を過ごしています。

…… 旅行を楽しんでいます ……

地元JA主催のツアー旅行などへも参加して旅行を楽しんでいます。海外旅行では世界遺産を巡る旅があれば申込み、豆知識を蓄えて旅を満喫しています。ギリシャの古代遺跡やトルコの Cappadocia の奇石遺跡群や屋外博物館などは特に印象に残っています。去年はモンゴル5日間の旅に参加しました。寺院や博物館の観光も興味深かったのですが、見渡す限り広がる草原に馬の放牧とゲル(遊牧民族の移動式住居)に宿泊して星空を眺め、また約1時間自然の中での乗馬体験は本当にリラックスできる素晴らしい時間でした。

今後は、行く先々での体験が魅力的な旅行を体力と資金が続けば続けたいと思っています。



ギリシャ神話の世界へ ゼウス神殿跡

歩くことは、心とからだの健康にとっても良いと聞きつつも、いままで積極的に歩くことはありませんでしたが、まずは歩ける体力をつけて楽しめることを増やしたいと思いました。旅の話をお聞きし興味を持った「世界遺産を巡る旅」に備えて世界遺産検定の勉強をしてみようかなと思いました。お忙しい中、取材に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について

共助会のホームページでは、医療給付金等の請求に関する情報を始めとした様々な情報を掲載しており、医療給付金請求書などの各種届出様式のダウンロードや、日頃の健康管理にお役立ていただくための「健康コラム」も掲載しております。

医療給付金請求書は、EXCEL形式でダウンロードすることで、手書きしていた請求書をパソコンで作成することも可能です。

ぜひご活用ください。

※Yahoo!やGoogleからは、 で検索してください。

EXCEL版医療給付金請求書の作成方法

(1) ホームページのTOPページから「ダウンロード」→「Excel版請求書様式」と進み、「退職互助医療保険医療給付金請求書(退職互助様式4号)」の文字をクリックしてください。

(2) クリックするとダウンロードが開始されます。(必ず名前を付けて保存してから使用してください。)シートは、必要な部分のみ入力できるようになっておりますので、入力後A4版で印刷をしてください。(白黒、片面印刷で構いません)

領収書は、原本と同じように裏面下部(裏面から「領収書添付欄」と透けて見える箇所)にのり付けしてください。



会員マイページについて

共助会を
ご利用の皆さま、
こんなお悩み
ありませんか？

- Q 何月分まで請求したのかな？
- Q ○○病院の○月分はいくら給付になったのかな？
- Q 今の会員台帳はどのように登録されているのかな？
(住所・振込口座・加入健康保険など)
- Q 先日提出した請求書は受付されたのかな？
- Q 今まで受けた給付金の累計額は？



そんなお悩みをすぐに解決してくれるのが、「会員マイページ」です!!

会員マイページとは、ID(会員コード)・パスワードでログインし、ご自身で給付状況や会員情報をご確認いただけるインターネットサービスです。無料でご利用いただけます。事前にご登録手続きをしていただくことでご利用ができますので、この機会にぜひご登録ください。

登録方法については次ページをご覧ください →

こんなことを確認できます!!

● 医療給付金の明細照会

● 会員情報

被扶養者登録状況
給付金情報
一時払積立金 などの照会

検索対象

対象者 病院名
 給付月 年 月 月
 診療月 年 月 月

【医療給付金の明細照会】
さまざまな条件で給付明細を
照会することができます!!

区分	給付年月	診療年月	結核	対象者名	医療機関名	入・外	請求金額	給付金額	高額	ナンバリング
給付済	R2年8月	R2年7月	本人	共助会 太郎	〇〇〇整形外科	外来	*****	*****		*****
給付済	R2年4月	R2年3月	本人	共助会 太郎	〇〇〇整形外科	外来	*****	*****		*****
給付済	R1年12月	R1年11月	本人	共助会 太郎	〇〇〇整形外科	外来	*****	*****		*****
給付済	R1年10月	R1年9月	本人	共助会 太郎	〇〇〇整形外科	外来	*****	*****		*****
給付済	H31年4月	H31年3月	本人	共助会 太郎	〇〇〇整形外科	外来	*****	*****		*****

会員マイページ登録方法

STEP1～4の手順でご登録ください。

STEP 1

当会サイト内「会員マイページ」のバナーまたはボタンから「会員マイページ利用申請」をクリックしてください。

※当会サイトは「JA福島共助会」で検索できます。URLは <http://ja-kyojokai.or.jp> です。



STEP 2

会員マイページ利用申請フォームに入力し、会員規約に同意の上送信してください。

※正しく送信されると【受付完了メール】が送信されます。

会員マイページ

1. 利用申請

会員マイページの 利用には 利用申請が必要です。

2. 入力フォーム

会員区分
メールアドレス
メールアドレス(確認用)
会員コード
会員氏名(漢字)
会員氏名(カナ)
電話番号
生年月日

全て入力しましたら、会員規約に同意の上送信してください。

iPhone・スマートフォンで登録する場合は、Gmailのアドレスは使用しないでください。

JA福島共助会マイページ会員規約

本規約は、一般財団法人福島県農協職員共助会(以下「当会」といいます)

STEP 3

利用申請後2～3営業日以内に、指定されたメールアドレスへ審査の結果が送信されます。

会員ご本人と確認できた場合

【仮登録完了メール】が送信されます。

STEP 4にお進みください。

会員ご本人と確認できない場合

【登録不可メール】が送信されます。

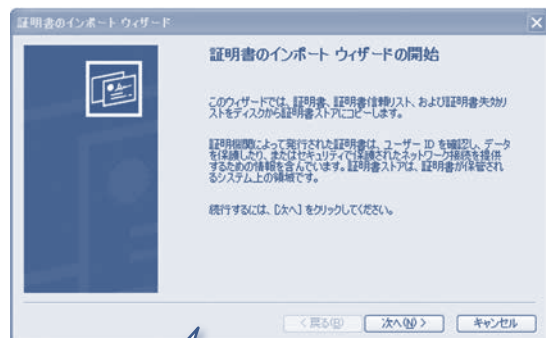
入力内容を再度ご確認ください。

※セキュリティの関係上、審査内容を開示することはできませんのでご了承ください。現時点での登録内容等を確認したい場合は、メールに添付されている「保険契約発行申込書」をご提出ください。

STEP 4

【仮登録完了メール】が届いた方は、『手順書』に従って、クライアント証明書のインストールと本申請をしてください。クライアント証明書のインストールと本申請が終了すると登録完了です。会員ログイン画面にログインすることで会員マイページを利用することができます。

(1) クライアント証明書のインストール



Internet Explorer(PC)の場合、このような画面が表示されます。

※スマートフォンからインストールする場合、端末の種類やバージョンによっては、画面ロックの設定が必要な場合があります。

(2) 本申請

※クライアント証明書インストール終了後に行ってください。

本申請登録フォーム

システムを使用するための本申請を行います。本人確認のため、以下の情報を入力してください。

会員区分	退職互助
会員コード	1900 - 9999 ※半角
会員氏名(漢字)	姓 共助会 名 太郎 ※全角
会員氏名(カナ)	姓 キョウジョウカイ 名 タロウ ※全角
生年月日	S01 年 1 月 1 日
メールアドレス	*****@abc.ne.jp
当会からのお知らせメール(申込書) (※申込書に添付した保険契約申込書に添付したメールアドレスを指定してください。)	☐ 申込書 ☐ 申込書なし

全て入力しましたら送信してください。

送信 キャンセル

共助会からのお願い・お知らせ

請求不備の多いランキング

ワースト

1位 病院分の医療費が自己負担額(3,000円)以下の請求

病院分の医療費が、一枚の請求書(月別、患者別、医療機関別、入院・外来別、医科・歯科別)につき一部負担額(3,000円)を超えていない場合は、給付の対象となりません。領収書の金額が(保険適用分+保険外)で3,000円を超えていても、保険適用額が3,000円以下であれば給付対象外です。

病院で出された薬代は、病院分として処理いたしますので、一部負担額(3,000円)を超えていない場合は給付の対象となりません。

※院外処方箋の調剤薬局分は、一部負担額(3,000円)を超えていなくても請求いただけます。

⇒領収書の中に薬代が含まれているかではなく、あくまでも発行元が病院分か調剤薬局分かで分けて給付処理をいたします。

保険点数合計	負担割合	①負担金
934点	3割	2,800円
②保険外合計	③消費税等	*****
3,000円	300円	

保険適用の金額が3,000円以下のため給付対象外です

保険	検査	画像診断	リハビリテーション	放射線治療	精神科専門療法	入院費	*****	病理診断
点	点	点	点	点	点	点	点	点
円	円	円	円	円	円	円	円	円

保険外	調剤薬局・調剤薬局	その他	保険点数合計	負担割合	①負担金
(1)文書料	円	円	934点	3割	2,800円
(2)*****	円	円	②保険外合計	③消費税等	*****
(3)*****	円	円	3,000円	300円	
(4)*****	円	円	今科請求額(①+②)		6,100円
(5)*****	円	円	④未収金		0円
(6)*****	円	円	総請求額(①+④)		6,100円
(7)*****	円	円	領収額		6,100円
(8)*****	円	円			
(9)*****	円	円			
(10)その他	円	3,000円			

領収印

いいざか 2020.7.20 病院

0. 外発
1. 入院 (入院期間を記入する。)

病院名 電話番号 院または

ワースト

2位 高額療養費に該当している医療費で、決定通知書の添付がない請求書(70歳未満の方)

70歳未満の方で、「限度額適用認定証」の交付を受けずに医療機関に高額な医療費の支払いをした場合は、後からご加入の医療保険へ高額療養費の手続きをしなくてはなりません。手続き後ご自宅に「高額療養費支給決定通知書」が届きますので、原本を添付して請求してください。高額療養費に該当しているかわからない場合は、加入されている健康保険へお問い合わせください。

※70歳以上の方は、領収書を見て高額療養費の処理をすることができるため、領収書以外の添付書類はありませんが、請求書でご報告いただく所得区分により給付処理をしますので、正しい所得区分をご報告ください。

ワースト

3位 「保険外」の請求

当会では保険適用の医療費のみ給付の対象となっております。保険外の請求、診断書、予防接種等は給付対象外となっております。

領収証	
福島 共子様	
受診番号: 05066	
保険分合計	円
① 一部負担金	円
② 保険外	7,500円
合計金額 (①+②)	7,500円

施術月: 令和 2年 4月

令和 2年 4月 24日

上記合計金額を領収いたしました。

〒960-0231 福島県福島市飯坂町平野字三枚長1番地1
TEL: 024-554-3512 FAX: 024-554-3510
いいざか病院

いいざか 2020.4.24 病院

ワースト

4位

ひと月分正しく まとめられていない請求書

ひとつの医療機関を同じ月に複数回受診したときは、診療科や病名ごとに請求を分けずに、一枚の請求書にまとめて請求しないと返送となります。

福島 共子

収 証

福島 共子

保険分合計	円
① 一部負担金	3,500円
② 保険外	円
合計金額 (①+②)	3,500円

診療日: 令和2年8月20日

令和 2年 8月 20日

上記合計金額を軸に記入

〒960-0231 福島県福島市
TEL: 024-554-3512

いいざか病院

いいざか
2028年 23日
病院

福島 共子

収 証

福島 共子

保険分合計	円
① 一部負担金	4,400円
② 保険外	300円
合計金額 (①+②)	4,700円

診療日: 令和2年8月25日

令和 2年 8月 25日

上記合計金額を軸に記入

〒960-0231 福島県福島市
TEL: 024-554-3512

いいざか病院

いいざか
2028年 23日
病院

求!

① + ② の合計

私は、近郊労働者互助医療保険の料を申し、請求方法・注意事項を確認のうえ、下記のとおり請求いたします。

1. 会員情報

請求年月日 令和 年 月 日

住所 〒 丁目 番 号

連絡先電話番号

会員コード

住所 〒 丁目 番 号

会員の続柄に○をつける。

本人 () ○ 配偶者 ()

氏名 () 氏名 () 年齢 歳 会員の生年月日 年 月 日

2. 保険適用分

平成 2 年 8 月 日 診療日数 日

保険適用分の請求金額 7,900 円

※保険適用の請求は、保険適用費と自己負担金は合計額が、3,000円を超えた場合に請求できない。

入税・請求決定に○をつける。

① 再入 診療月 日 ~ 月 日 (入税開始日記入する。)

病院または薬局の電話番号 024-554-3512

病院または薬局名 いいざか病院

記入するすべての欄を記入してください。

記入しなくても構いません。

ワースト

5位

「未収金」が含まれた領収書での請求

[未収金が含まれている領収書の例]

保険適用分の医療費が給付対象のため、未収金が保険適用分と判断できないときは返送となります。

今回請求額(①～③)	3,390 円
④未収金	130 円
総請求額(①～④)	3,520 円

※未収金130円分について「〇月〇日診療分保険点数〇点」と領収書の余白に記入してください。

※未収金130円分について「〇月〇日診療分保険点数〇点」と領収書の余白に記入してください。

[illegible]

医療機関で余白に記入してもらえばOK！
ただし、保険外なら保険外と記入

不備があった請求書は毎月21日頃返送しています。



**正確かつ迅速に給付する
ためにご理解ください**

どのような不備でも、当会では決まった日付(毎月21日頃)で返送しています。これは、請求書の行き違い等による給付の誤処理を防止するためです。

早めに請求書をご提出された場合、1ヶ月以上経過してから返送となる場合もあります。返送になりがっかりされる前に、提出される際には再度ご確認ください。なお、請求書を作成する際に疑問点などございましたらお気軽に当会へご相談ください。



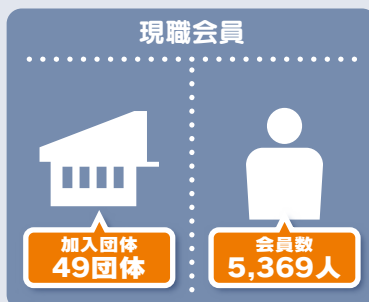
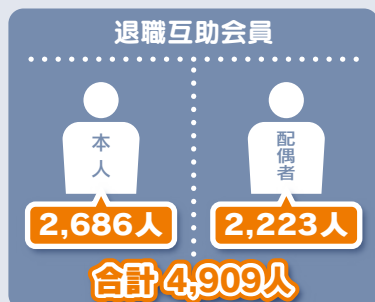
令和元年度退職互助医療保険事業概況



なお、ホームページにも令和元年度事業報告および決算の詳細を掲載しておりますのでご覧ください。

退職互助医療保険 会員数

退職互助医療保険 実績



医療給付金	27,716件	113,725,100円
解約返戻金	2件	206,664円
香典	38件	380,000円

給付額合計 114,311,764円

JA福島
共助会

クイズ
コーナー

今月号は規則性パズルの問題です。
並べられたことばのルールを見抜いて、
?に入る漢字を入れて下さい。

下の漢字は干支を表していますが、ある規則にしたがって並んでいます。下の?にはどの干支が入るでしょうか。

子 → 未 → 辰 → ? → 丑



正解者のうち抽選で30名様に
記念品を贈呈いたします!!

応募締切: 令和2年10月30日(金)

※当選者は、記念品の発送をもって代えさせていただきます。

互助よりあんしん第32号(令和2年3月発行)

クイズコーナーの答え: [C,D,H,K,M]

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。

応募方法 ※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。

①クイズの答え ②会員コード ③会員氏名 ④共助会への一言を添えて、ハガキまたは共助会のホームページから応募ください。※共助会ホームページからの応募は「共助会クイズ」のバナーからお進みください。

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 「共助会クイズ」係

URL <http://ja-kyojokai.or.jp>

スマートフォンや携帯電話の機種によってはご利用いただけない場合があります。



新型コロナウイルス感染対策にご協力をお願いいたします

会員の方へのお願い



マスクのご着用

来会の際は必ずマスクのご着用をお願いいたします。



アルコール消毒

来会の際は手指のアルコール消毒をお願いいたします。



体調不良

体調がすぐれない時は来会をご遠慮ください。

共助会の取り組み



飛沫感染防止のためコミュニケーションウィンドウを設置しています。



マスクを着用いたします。



来会時には、検温させていただきます場合があります。



事務所内換気のため定期的に出入口、窓を開放いたします。

投稿を募集します!!

互助より「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

今年4月より共助会事務局に入りました清野と申します。今月号より広報誌の作成をお手伝いさせていただくこととなりました。よろしくお願いいたします。

旅行が好きで、先月は今まで訪れたことがなかった西会津町へ宿泊。その夜は宿のオーナーさんから、下郷村や昭和村など周辺地域の観光スポットやグルメを教えてくださいました。県内にはまだ知らない所がたくさんあることに気付かされるのと同時に、本当に福島は広いなと実感しました。