



仕事と生活をトータルサポート

e-kumiai
上小建設労働組合

上田市国分741-7

0268-22-2362

Mail



ホームページ



各種申請



今月からは藤色の資格確認書をご使用ください

今月から受診する際には新しい資格確認書をご使用ください。

マイナ保険証の方は A4 のお知らせが届いています。新資格確認書は「藤色」です。

間違えて破棄することが無いように十分ご注意ください。

期限の切れた「緑色」の資格確認書はご自身で処分してください。

記載されている住所等に変更がある方は、組合までご一報ください。



マイナ保険証の方はマイナンバーカードの期限にご注意ください



インフルエンザ予防接種 最大 3000 円の補助がでます。

今年はすでにインフルエンザの集団感染が報告されています。

組合ではインフルエンザ予防接種をした建設国保加入者の方を対象に補助金が出ます。

領収書を組合窓口へ持参いただくか、組合 HP から申請書をダウンロードし領収書と一緒に郵送下さい。

領収書は・医療機関名・接種した方の氏名・金額・インフルエンザの予防接種代が明記されているものが対象です。上記記載のないレシート等は対象外となります。



WEB 申請で簡単！ Gmail をお持ちの方は QR コードより WEB 申請もできます。



組織拡大キャンペーン実施中！組合に加入していない仲間を紹介してください

最近では労災加入が必須の現場沢山あります。独立したばかりで労災加入していない方や、市町村国保高いなと思っている方をご紹介ください。当組合は建設国保に入らずに労災だけでも OK です。

ご紹介頂いた組合員さんには一定期間以上の加入でもれなく 5000 円のクオカードをプレゼント！
W チャンスで来年 5 月の大会での抽選で最大 5 万円分のギフトカードが当たるチャンス！(^_^)



来年の保険料を決める「区分申告」の提出のお願い。

今年は 3 年に 1 度、建設業の証明が必要な年となります。

11 月に送付するので、必ず確認して、全員の方の返信が必要となりますので、よろしくお願いします。

「組合公式 LINE」 始めました！！

組合への連絡や申込みが簡単にできます。登録してね！

組合への連絡が LINE から簡単にできます。送信したメッセージは個別対応です。

他人に見られる事がないので、安心して利用できます。



友達登録後にスタンプや一言メッセージを送信してください！

LINE から、ホームページを開いたり、電話を掛けたり

各種申請も簡単！ お得な情報もち早くお届けできます。

是非登録をお願いします。



①石綿作業主任者技能講習 ・ ②石綿含有建材調査者講習

1 日 時：①12月2日（火）～3日（水）・②1月21日（水）～22日（木）

2 会 場：松本市宮沢本村1-2 建労会館

3 受講料：① 8,000円 ・ ② 45,100円

4 申 込：11月10日までに受講料と証明写真（タテ2.5×ヨコ2.2cm、6ヶ月以内 に撮影）
を持参し組合窓口にてお申込みください。

秋の行楽シーズン、宿泊旅行に補助が出ます！！

組合では、上松や・ピスタ・伊東園・大江戸温泉物語に宿泊された方を対象に年度内2回の宿泊補助を行っています。1泊5000円！！WEBから申請頂いた方は翌月の組合費と相殺されます。

宿泊日より6ヶ月以内の申請に限ります。

建設国保加入の方はさらに1名につき2,000円が振込されます。時効は2年です。

大好評！テーマパーク補助も申請わすれていませんか？

年度内1回ディズニーランド・ユニバーサルスタジオ・富士急ハイランドのいずれか1つの領収書（WEBサイトのログインページから出る領収書・入場チケット購入時のレシート）をご提出で

5,000円の補助が出ます。入場日より6ヶ月以内の申請に限ります。是非ご利用ください。

法人設立を検討中の方は組合までご相談ください

新たに法人を設立や、従業員が5人以上になると「社会保険（健康保険および厚生年金保険）」が強制適用ですが、建設国保加入者は厚生年金保険に加入することで、社会保険と同等となります。

申請を所定の期間内に行わない場合協会けんぽに加入しなければならず、一度協会けんぽに移ってしまうと、長建国保には戻れません。検討中の方は組合までご一報ください。

➤ こんな時は組合に相談してください。

① 従業員が5人以上になった。② 法人を設立した、または既存の会社を法人化した。

信州職人学校の復活を希望する方や、興味のある方は組合までご一報ください

皆さんの切実な願い、国保保険料の値上げを防ぐために この要請ハガキで補助金を確保しよう！

建設国保の財源は、社会保険のように、事業所からの保険料負担はなく、加入者本人と国からの補助金で成り立っているため、補助金はとても重要となります。

また、市町村国保と違い、建設国保の補助金は法律上『補助することができる』という取り扱いの為、自分たちで補助金を確保する運動が重要となっています。

※1 ご自身の職業は、建設業に携わっていることが分かるように記入してください。

例：事務

機械オペレーター

清掃

建設業

建設事務

建設機械オペレーター

ビルメンテナンス

大工・土木など具体的内容を記入してください。



※差出人は3枚とも同じお名前です。

返信封筒にハガキ3枚を入れ10月20日までに返送をお願いします。

郵便はがき

1008916

住所は長野県から記入。

長野県上田市〇〇〇番地

建築 太郎

宛名は印刷済み

千代田区霞が関一ノ二ノ二

厚生労働省 保険局長

私は長野県で（ご自身の職業）を
しています。
建設国保は命と健康を守る
大切な制度です。
私たちの建設国保への補助金は、
現行水準を必ず確保して下さい。

例
大工
大工の妻

※建設国保からのお願い※

記入は必ず手書きでお願いします。

印刷されたものは、枚数にカウントされません。

経費削減の一環として同一住所の方には、請求書をまとめて送付しています。
ご都合の悪い方は組合までご一報ください。

意外にいいかも？“健康支援”

健康診断結果に「健康支援のご案内」が入っていた方は、生活改善のチャンスです。保健師さんが豊富な経験から無理のない健康的な生活の相談に乗ってくれます。

さらに相談者には5,000円～10,000円のクオカードを進呈！！

興味がある方は健康診断受診時の問診票で改善を希望するに○を付けてください。

もちろん健康支援に自己負担額は発生しません。

申込みはお早めに

FAX 0268-27-4315

上小建設労働組合行

令和7年度 健康診断等申込書

※申込みは先着順です。（定員になり次第締切とさせていただきます。）

実施日の3週間前までのお申込のみ受付致します。

1. 組合健康診断を受診する方。 希望する日程に○をつけてください。

☆組合事務所☆	
R7.11.18 (火)	R8.2.24 (火)
R7.11.19 (水)	R8.2.25 (水)
R7.12.11 (木)	R8.3.25 (水)
R8.1.23 (金)	R8.3.26 (木)
R8.1.26 (月)	

☆東御市保健センター☆	
R8.1.22	(木)

朗報！前立腺がん無料

4/1 時点で 50 歳以上の男性は前立腺がんの検査が無料で受けられます。血液検査のみなので時間も負担も変わりません。

精密検査は必ず受診しましょう！

E判定がある場合は、かかりつけ医等に保険証（資格確認書）と健診結果すべてを持って「健康診断で精密検査の対象になった」と伝えて受診しましょう。

2. 組合での検診を希望されない方

- ① 特定健診の受診券を使用し、かかりつけ医などで受診
- ② 人間ドックの結果と領収書・補助金申請書類を送付⇒最大で2万円の補助
(30歳以上の国保加入者対象・扶養の方も対象)
- ③ パート先等で健康診断を受診し結果を提供（1万円未満の健診）⇒QUOカード2,000円分謝礼
(40歳以上の国保加入者が対象・扶養の方も対象) 翌月の請求書に同封します。

国保番号

受診者氏名

オプション希望

1

(前立腺・石綿)

2

(前立腺・石綿)