



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

ホームページ



Line



各種申請



国保区分申告は11月20日までに必ず返信ください。

建設国保は区分や年齢によって保険料が決まります。区分申告書は来年度の保険料を決めるための大切な書類です。加入者全員が必ず期日までに手続きして下さい。

昨年の登録が

☆ 一人親方 → 11/4日に携帯電話メッセージへ送信したフォームより回答
(メッセージが受診できなかった方は連絡下さい)

☆ 従業員 → 事業主へ発送

☆ 事業主 → 従業員の氏名を確認し**建設業の証明**を添付

送付されている書類を確認し、必ず期日までに返送して頂くようお願いいたします。



※) 申告書を未提出の場合は、組合資格が喪失する可能性があるため、必ず返信して下さい。

※) 虚偽の申告をした場合は、国民健康保険法第22条により長健国保規約第64条に定めた過怠金2万円を課しますので注意して下さい。

社会貢献活動『担い手育成事業』を行いました

10月に上田第4中学校で「木造建築物担い手育成事業」を行いました。

講師は今年も当組合員の田口 卓也さんと田中 正一さんが授業を受け持ってくださいました。

大工さんの仕事、道具等の説明から、墨付け、鉋掛け、ノミでの穴あけ作業等を説明しました。

生徒さんは「先生が実践していると簡単に見えたのに、いざ自分でやってみるととても難しかった」と感想をおしえてくれました。





田口 卓也 先生
田中 正一 先生
上田建設(有)
長野県建設部建築住宅課
木造建築担い手育成事業
～木造大工の
匠の技を学び取ろう～

まねびとろ

大工のワザ

10. 6-8

持ち物：シャープスズポン・鉛筆・3点セット・クローンプック
場所：木工室
内容：長野県からの説明・大工道具の説明・実技指導

お申し込みは
こちら▶

1学年

技術科

上田市立第四中学校

労働保険2期分領収書同封しました！

事業所現場労災・雇用保険加入者へ労働保険2期分 10月15日振替済の領収書を同封しました。
大切に保管してください。同封されていない方は、早急に組合まで連絡下さい。3期分は1月15日です。

インフルエンザ予防接種補助あります！



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今年も補助金が出ます。

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。



増えています！事業所の法人化

法人設立を検討中の方は組合までご相談ください

一人親方が法人事業主になるなら建設国保のままがお得です。

個人事業所が法人を新たに設立したり、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）」が強制適用となりますが、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。

自分の会社やそこで働く労働者は
どんな保険に加入すればいいの？



一人親方の場合
はどうなるの？

下の図を参考にして、自分が加入すべき「適切な保険」を必ずご確認ください。



組合員限定！ろうきん冬のボーナスキャンペーン

2025 年 1 月 4 日～2026 年 1 月 30 日

＜キャンペーン詳細＞ ろうきん利用するなら今がチャンス！！

預入期間1年以上で定期預金を新規で20万円以上お預入れの方、
20万円以上20万円単位で QUO カード500円分プレゼント！

※本人名義・家族名義、上限はそれぞれ 4,000円分までとし、1世帯の上限は 8,000円分です。

※ろうきんの他のキャンペーンとの重複はできません。



長野ろうきん 2025 冬の定期預金金利上乘せキャンペーン

期間：2025/11/4(火)→2026/1/30(金)



インターネット
バンキングでも！
店頭でも！

金利上乘せ
定期預金

キャンペーン期間中に新規で
お預入れいただいた方の
インターネットバンキング・
店頭窓口

預入金額
10
万円
以上

定期預金
適用金利
(上乗せ金利
を含む)



店頭に説明書を用意しています。

お問い合わせ先 長野県労働金庫上田支店 TEL0268-22-2218 担当：久保

長野県労働金庫丸子支店 TEL0268-35-1122

長野県労働金庫小諸支店 TEL0267-22-4500

上小建設労働組合 TEL0268-22-2362 までお願いいたします。

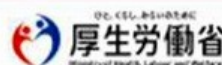
インターネットバンキングにてお預入れいただいた方は必ず QR コードより申込登録をお願い
いたします。(申込登録を行わないとキャンペーンの対象から漏れてしまう可能性があります。)



組織拡大月間！ 未加入者をご紹介ください！

5,000 円の QUO カードプレゼント！ 更に 50,000 円のギフトカードが当たるチャンス！！

長野県の最低賃金



★必ずチェック！働く人と雇う人のためのルールです★

地域別最低賃金	時間額	効力発生日	 長野県PRキャラクター「アルプマ」 ©長野県アルプマ	★長野県最低賃金は、 長野県内の事業場で働く 全ての労働者に適用され ます。
長野県 最低賃金	円 1,061	令和7年 10月3日		

最低賃金とは、働くすべての人に賃金の最低額を保障する制度です。

WEBで確認！

最低賃金に関する
特設サイト

最低賃金 特設サイト 検索

最低賃金に関する
お問い合わせは
長野労働局または
最寄りの労働基準監督署へ

長野労働局 検索

賃金引上げ
特設ページ

賃金引上げに向けた支援策
等を掲載しています。

賃金引上げ特設ページ 検索

中小企業事業者
の皆さんへ

業務改善
助成金
最大600万円を助成



健康診断ご案内 兼 FAX 申込書

FAX 0268-27-4315

TEL 0268-22-2362

残りわずかとなりました。元気に笑顔で過ごすため、1年に1度は健康診断を受診しましょう！

※ 申込みは先着順です。（定員になり次第締め切りとさせていただきます。）

※ 申込者には、受診月請求書に同封で問診・健診キットを送付いたします。

健康診断

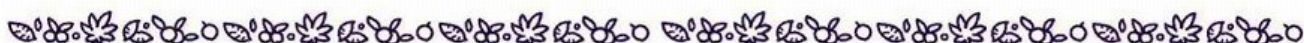


12.11	木	組合事務所
R8.1.22	木	東御保険センター
1.23	金	組合事務所
1.26	月	//
2.24	火	//
2.25	水	//
3.25	水	//
3.26	木	//

今年度未受診者の方へは、10/20 はがきを送付しました。

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)
3	・	(前立腺・石綿)

所要時間は 30 分～1 時間です。



40 歳以上の方は1年に1度はいずれかの方法で必ず受診しましょう！

- 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歳以上の国保険加入者対象・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。



受診率が悪いと、補助金が減り、保険料の値上げにつながりますので、3月までに受診しましょう！



11月30日まで

組合のテーマパーク補助5,000円の対象施設です！！
チケット購入時の領収書をWEB 申請または窓口へ！！



ID : nkrr(小文字)
パスワード : 2295

富士急ハイランド特別企画開催！

FUJIYAMA netクラブ会員様限定！！

ご利用日限定でワンデイバスがお得にご購入いただけます

※通常料金は設定期間中の料金です

期間中大人で最大1,800円お得！

ご利用日限定特別価格

大人 通常	7,100円～7,800円	⇒ 5,800円
中高生 通常	6,600円～7,300円	⇒ 5,300円
小学生 通常	4,800円～5,000円	⇒ 4,200円
幼児・シニア 通常	2,300円～2,500円	⇒ 2,000円