

健康講座

「生活習慣改善セミナー」開催のお知らせ

対象者は **40歳未満の組合員の方で、生活習慣の見直しに取り組んでみたい方**

平成20年度より始まった特定健康診査(通称メタボ健診)及び特定保健指導は、主に生活習慣病に着目し、病気の発症や重症化を予防する目的で行われています。

生活習慣病の多くは、初期にはほとんど自覚症状がありません。しかし、日々の生活習慣の積み重ねが病気の一因となるため、若いうちから生活習慣を見直すことにより多くの病気の発症・進行を予防することが出来ます。

現在のご自身の生活習慣に不安のある方、健康に関する知識を身につけたい方など、ご興味がある方はこの機会にぜひ講座を受講し、ご自身の健康増進のためにお役立てください。

開催概要

日 時：令和元年11月15日(金)
会 場：奈良県社会福祉総合センター 研修室A
対象者：40歳未満の組合員
定 員：50名(予定)

※所属所へ別途開催通知を送付しています。
お申込みについては、共済事務担当課にお問い合わせください。



冬のボーナスは、 ぜひ組合員貯金へ！

この機会にどうぞ！

11/27(水) 本組合必着です！



まだ組合員貯金に加入されていない組合員の皆さんへ

組合員貯金とは、組合員の皆さんの約7割の方が加入されている制度で、毎月の給料から天引きする定例積立、年2回のボーナスから天引きするボーナス積立、振込により随時に希望額を積立する臨時積立があります。組合員貯金は、令和元年10月1日現在、**年利1.1%**と利率が高くとてもお得です！

月に2回、決まった日にしか払い戻せませんが、お給料やボーナスからの天引きなので計画的に貯金をすることが可能です。

冬のボーナスを前に、組合員貯金への加入をご検討してみたいはかがですか。

組合員貯金に加入を希望される場合、加入しようとする月の前月27日までに本組合に報告が届きますように、共済事務担当課へお申し出ください。

貯金利率

年利**1.1%**

令和元年10月1日
現在

組合員貯金に加入されている組合員の皆さんへ

ボーナス積立は、毎月の給料からの積立と同様に、期末・勤勉手当(6月・12月)からそれぞれ定額を控除する積立となっています。

また、既にボーナス積立をされている方で、令和元年12月のボーナスからの積立額を変更される場合は、**11月27日(水)**までに本組合に報告が届きますように、共済事務担当課へお申し出ください。締切りまでに報告がなされると、積立額の変更ができません、平成30年12月に積立した額がボーナス支給額から控除されますので、ご注意ください。(※各所属所において、締切日が異なる場合がありますのでご注意ください。)

さらに、ボーナス積立後もお金に余裕があれば、いつでも任意の金額を預け入れできる臨時積立も行っていますので、こちらの方も是非ご利用ください。