



ゆとりんぐ

YUTORING

新年 2024 Vol.102

期間限定!

スペシャル グルメチケット



チケット販売期間 期間中は常時販売しております。

1月4日(木)～2月29日(木)

グルメチケット 金沢美味 Red/Yellow/Green



ご利用店舗メニュー 109店舗144種類(12/1現在)
券種ごとに店舗・メニューが指定されています。
購入前に「金沢美味」HPをご確認ください。
※一部、利用時「要予約」/営業の状況は各店舗へご確認ください。

ご利用期間 購入日から6ヶ月間

会員価格 ●Red: 600円(通常1,000円)
●Yellow: 1,300円(通常2,000円)
●Green: 1,900円(通常3,000円)

●Blue、Purpleの券は販売しておりません
●問合せ 金沢市観光協会 ☎(076)232-5555

<駅前> ANAクラウンプラザホテル金沢 カスケード ダイニング

The CASCADEランチbuffet(13歳以上) 平日券/土日祝券



ご利用期間 1/4(木)～2/29(木)
11:30～14:30(最終入店14:00)
[要予約] ☎(076) 224-9802 または公式HP

会員価格 ●平日券: 2,200円(通常3,500円)
●土日祝券: 2,500円(通常3,900円)

<駅前> ホテル日航金沢 オールデイダイニング「ザ・ガーデンハウス」

ランチバイキング(中学生以上) 平日券 ※(平日券+現金等)で土日祝に食事することはできません。また、「土日祝券」の販売はございません。



ご利用期間 1/9(火)～3/29(金)の平日
11:30～14:00(L.O.)
[要予約] ☎(076)234-3648 または公式HP

会員価格 2,100円(通常3,600円)

●土日祝(通常4,000円)は「利用補助券」をご使用ください。
[会員特別サービス10%引] + [会員2,000円引、登録家族1,000円引]となります。(詳細はガイドブックP22、25参照)

<武蔵> ANAホリデイ・イン金沢スカイ 四川料理「鳳凰」 ランチコース 彩



ご利用期間 1/4(木)～2/29(木)
11:30～14:00(L.O.)
※火曜定休
2名様以上で「予約推奨」
☎(076)233-2233 または公式HP

会員価格 1,800円(通常3,000円)

《購入方法》

※P8にご案内の代引郵送サービス(有料) もご利用いただけます。

センターにて購入

窓口 代引

サービスセンター窓口にて、会員証をご提示のうえご購入ください。

※会員1名につき、全チケット通算で8枚まで購入可。

※7～8月に購入されたチケットは今回の枚数に含みません。

※購入後の払い戻しや券種の変更は一切受け付けできませんので、[要予約] の場合チケット購入前に店舗へご予約をお願いいたします。

<香林坊> 金沢東急ホテル レストラン「マレ・ドール」 マレ・ドールランチ



ご利用期間 1/7(日)～3/31(日)
11:30～15:00(L.O.14:30)
※土日祝は11:00～
[要予約] ☎(076)231-3913 または公式HP

会員価格 1,600円(通常2,600円)

●メインは肉料理、魚料理からお選びください。

<香林坊> ラ・ベットラ・ダ・オチアイ カナザワ ラ・ベットラ パスタランチ



ご利用期間 1/4(木)～3/31(日)
11:30～13:30(L.O.)
※祝日を除く月、火曜定休
[要予約] ☎(076)222-0141 または公式HP

会員価格 2,200円(通常3,500円)

<香林坊> 六角堂 香林坊せせらぎ通り店 ゆとりんぐステーキ定食(輸入牛・ヒレ150g)



ご利用期間 1/4(木)～3/10(日)
11:30～15:00(最終入店14:00)
2名様以上で「要予約」☎(076)222-6109

会員価格 2,200円(通常3,410円)

●「六角堂 本店」では使用不可

<卯辰山> 松魚亭 昼ご膳 夢香山



ご利用期間 1/4(木)～3/31(日)
11:30～15:00(最終入店14:00)
2名様以上で「要予約」
☎(050)3155-1010 または公式HP

会員価格 2,100円(通常3,300円)

●季節によりお料理内容が異なります。

菜香楼 新館 百番街店 / 和風中華 招龍亭 / 招龍亭イオンモール白山店 かがやきフカヒレ丼コース 4店舗共通券



ご利用期間 1/4(木)～3/31(日)
11:30～15:00
※店舗によって定休日「要予約」
菜香楼新館☎(076)260-3156
百番街店☎(076)202-3156
招龍亭☎(076)233-1563
白山店☎(076)259-5237

会員価格 2,500円(通常3,960円)

●「菜香楼本館」、「エムザ店」では使用不可

※店舗へのご予約時には、「グルメチケット」使用の旨をお申し出ください。上記内容が変更となる場合は、サービスセンターのHPにてご案内させていただきます。

EVENT

イベント情報

手作りならではの美味しさを知ろう！

味噌作り教室

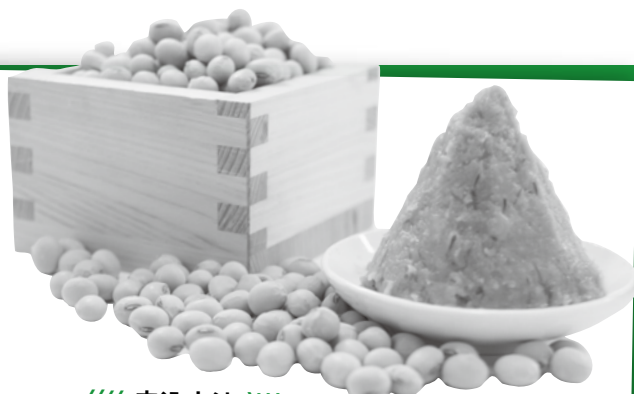
石川県産の大豆を使用し、4kgの味噌を仕込みます。
お持ち帰りいただいた後、約6ヶ月発酵させると食べられます。
味噌を仕込む容器はこちらでご用意します。

DATA (2回開催)

2/3 土
13:30~15:00

2/11 日・祝
13:30~15:00

場 所 ▶ 金沢湯涌みどりの里
参加資格 ▶ 会員・登録家族
参 加 費 ▶ 500円
募集定員 ▶ 各回とも20名(先着順)



《《《 申込方法 《《《

センターへ電話



氏名・会員番号等をお申し出ください。
※昨年参加された方とその家族はお申込み
できません。

受付開始 **1月10日(水)10:00~**

先着順



モチーフはフクロウ！

ステンドグラス教室

- 高さ約15cmの壁飾りを作り、お持ち帰りいただけます。
- ガラスは切断済みなので、初心者でも綺麗に作れます。

DATA

2/18 日
10:00~12:00

場 所 ▶ 金沢勤労者プラザ ※駐車場1時間無料
参加資格 ▶ 会員・登録家族
※小学生以下のお子様の参加・同伴はできません。
参 加 費 ▶ 1,000円
募集定員 ▶ 10名(先着順)
講 師 ▶ ステンドグラス「虹」
主宰 鶴川 桂子 氏

《《《 申込方法 《《《

センターへ電話



氏名・会員番号等をお申し出ください。

先着順

受付開始 **1月12日(金)10:00~**

手ごねの生地作りも体験できる！

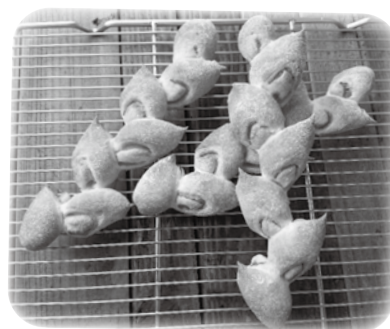
パン作り教室

- シナモンロール×4個

シナモンの香りと、仕上げにかけるチーズ
クリームが相性ぴったり♪

- ベーコンエビ×3個

お店でもよく見かける定番パン。麦の穂を
イメージした成形が面白い！



DATA (2回開催)

3/9 土
10:00~13:00

3/17 日
10:00~13:00

場 所 ▶ C&C金沢 料理実習室
(金沢市諸江町中丁197番地1・駐車場有)
参加資格 ▶ 会員・登録家族
※小学生以下は大人の付添が必要です。
参 加 費 ▶ 2,000円
募集定員 ▶ 各回とも10名(先着順)
講 師 ▶ C&C金沢 店長 泉 さゆり 氏

《《《 申込方法 《《《

センターへ電話



氏名・会員番号等をお申し出ください。

受付開始 **1月16日(火)10:00~**

先着順

助成金請求書への押印を廃止しました

令和5年9月1日から、下記3種の「助成金請求書」への押印は不要となりました。現在配布している様式の押印欄は空欄でご提出ください。

	書類名	様式集
押印不要	・「助成金請求書（個人用）」	P4
	・「助成金請求書（事業所用）」	P5
会員の印のみ 押印不要	・「カルチャー・スポーツスクール受講料助成金請求書」 （受講施設による「修了証明書」欄への記名・押印は引き続き必須）	P7

上記に含まれない「給付金請求書」、「利用補助券申込書（事業所用）」、各届出は引き続き押印が必須となります。

※記載内容の訂正は、従来どおり会員氏名または事業主名の隣に押印後、訂正箇所に二重線を引き、線上に同一の印で訂正印をお願いいたします。

インフルエンザ予防接種助成は、1月末までの接種が対象です

接種期間 令和5年10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

助成金額 1,200円

利用資格 会員(登録家族は利用できません。)

利用限度 1回

利用方法 予防接種を受ける地域により、以下のとおり異なります。

予防接種を受ける地域	医療機関の指定	利 用 方 法
金沢市、野々市市、白山市、内灘町、津幡町	あ り	接種前 に 利用補助券 を当センターに申込
上記の「金沢市等5市町」以外の市町村(県外含む)	な し	接種後 に 領収書 を添付し当センターに請求

市町発行の「高齢者インフルエンザ予防接種券」を併用する場合

高齢者の接種券使用時の自己負担額等により、利用方法が以下のとおり異なります。

予防接種を受ける地域	高齢者の接種券 使用時の自己負担額	医療機関 の指定	利 用 方 法
金沢市、野々市市、白山市、 内灘町、津幡町	1,200円以上	あ り	接種前 に 利用補助券 を当センターに申込
	1,200円未満		接種後 に 領収書 を添付し当センターに請求
上記の「金沢市等5市町」以外の 市町村(県外含む)		な し	接種後 に 領収書 を添付し当センターに請求

※高齢者の接種券使用時の自己負担額が1,200円未満の場合は、その負担額を助成します。

必ず事前に各事業所配布のチラシまたはセンターHPにて詳細をご確認ください。

Skiing & snowboard

1日リフト券利用補助券 を発行します!

利用できるスキー場と1日リフト券料金

スキー場	会員料金：()は正規料金です	割引額
金沢市営医王山スキー場 ☎076-229-1947	1,070円 (1,570円)	500円
白山一里野温泉スキー場* ☎076-256-7412	大人 3,500円 (4,500円) 小人 2,500円 (3,500円) シニア 3,000円 (4,000円)	1,000円
白山セイモアスキー場 ☎076-273-0331	大人 3,000円 (4,000円) 小人 2,500円 (3,000円) シニア 3,000円 (3,500円)	大人 1,000円 小人 500円 シニア 500円
大倉岳高原スキー場 ☎0761-67-1426	一般 3,500円 (4,000円) 大学生以下 2,300円 (2,800円)	500円
スキージャム勝山 ☎0779-87-6109	大人 4,500円 (5,500円) 子供 3,000円 (3,500円) キンダー 1,400円 (1,900円) シニア 4,400円 (4,900円) グランドシニア 3,900円 (4,400円)	大人 1,000円 子供 500円 キンダー 500円 シニア 500円 グランドシニア 500円
IOX-AROSA* ☎0763-55-1326	大人 4,000円 (4,500円) 小人 2,000円 (2,500円) シニア 3,000円 (3,500円)	500円
たいらスキー場 ☎0763-66-2911	大人 2,700円 (3,500円) 子供・シニア 2,200円 (3,000円)	800円

● スキー場によっては、別途ICカード預り金が必要な場合があります。

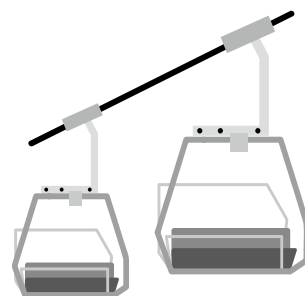
※ 各ファミリーチケットにもお一人につき1枚ご使用いただくことができ、1枚につき500円引になります。

利用資格 会員・登録家族

利用方法

- ①様式集P2の「利用補助券申込書」をご利用のうえ、FAXか郵送にてセンターまでお申し込みください。なお、補助券種類NO.8(その他)欄に「1日リフト券」と必ず明記のうえお申し込みください。センターのHPからもお申し込みいただけます。
- ②センターから「1日リフト券 利用補助券」が送付されます。
- ③「1日リフト券 利用補助券」に、会員番号・氏名等をご記入のうえ、各スキー場のリフト券売り場にご提出ください。
「1日リフト券 利用補助券」1枚につき1日リフト券が1枚、上記会員料金にてご購入いただけます。

利用限度 8枚まで





**石川県
ウォーキング協会
定例会**

歩くことは身体に最も優しい運動です。



第224回 健康ウォーク

**金沢の映画
ロケ地めぐり**

10km **1/7日**

受付 9:00~
[集合・解散] 金沢駅東口もてなしドーム
地下 イベント広場
[参加費] 会員・家族 100円 一般 500円

第225回 健康ウォーク

金沢の石造物探訪②

10km **2/25日**

詳細はお尋ねください

[参加費] 会員・家族 100円 一般 500円

第226回 健康ウォーク

お花見ウォーク

10km **3/31日**

受付 9:00~
[集合・解散] 金沢南総合運動公園
バラ園
[参加費] 会員・家族 100円 一般 500円

申込方法 NPO法人石川県ウォーキング協会まで、参加定例会名・住所・氏名・会員番号を記載の
うえFAXまたはメールをお送りいただくか、お電話にてお申し込みください。当日の申込も
可能です。なお、会員料金でのご参加は、当日必ず会員証をご提示ください。

▶事前に申し込まれますと、ご自宅出発からご帰宅まで保険が適用されます。
(当日申込はスタートからゴールまで適用。)

▶雨天時でも、気象警報発令時以外は実施します。

NPO法人石川県ウォーキング協会 金沢市平和町1丁目3番1号 (石川県平和町庁舎)

TEL/FAX **076-245-6588**

E-mail iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
URL <https://www.iwa-ishikawa.jp>

相続・遺言

無料相談

- 全国で82,614件の相続や遺言の相談を経験。
- 全国に47ヶ所の相談室があります。(令和5年4月1日現在)

まずは、お電話にてご予約ください。

相続手続支援センター®石川
〒920-0364 金沢市松島2丁目191 COMビル3F

076-269-8024
<https://souzoku-ishikawa.jp>



エンディングノート
「わたしの歩いた道」

好評発売中

定価 550円 (税込)



無料相談会随時受付中
(個人でもグループでもお気軽にお申込みください。)

秘密厳守にて専門の相談員が、親切・丁寧にお答えします。
※専門的なご相談については、各土曜日の専門家が承ります。

ろうきん Webローン (無担保)

ご来店不要! 時間も節約!
お申込みからご融資までWebで完結!

■対象商品

- Web自動車ローン
- Webフリーローン
- Web教育ローン
- Webリフォームローン+α
- Webマイプラン(カードローン)

詳細・お申込みはこちらから





北陸ろうきんの普通預金口座をお持ちでない方は、ろうきんアプリ
口座開設や店頭にて口座開設をしていただく必要があります。

詳細・お問い合わせは

北陸ろうきん

検索

労働相談チャットボット「ゆにボ」

愛称は「ゆにボ」!

労働相談
24時間365日自動応答はこちら

15言語対応

職場で困ったことがあったら、24時間365日、
15言語による労働相談を受け付けております。
一緒に問題を解決していきましょう!

連合石川

一人で悩まず、相談しませんか? 秘密厳守! 相談無料

連合なんでも労働相談ダイヤル

フリーダイヤル いこうよ れんごうに

0120-154-052

日本労働組合総連合会石川県連合会(連合石川) 〒920-0027 金沢市西念3-3-5




フードピア金沢2024協賛事業

初春バイキング

和・洋・中の料理とデザート食べ放題に
ステーキ食べ放題



1/15 (月) → 2/29 (木)

平日 18:00~21:00
土日祝日 17:30~20:30

ご入場から120分間とさせていただきます。※要予約
3F宴会場「パラッツォ」

飲み食べ放題
(瓶ビール・日本酒・ワイン・スパークリングワイン・焼酎・
サワー・ハイボール・ソフトドリンク等 飲み放題)

¥6,000 会員様補助券利用 **¥4,000**

食べ放題 (ソフトドリンク付)
¥4,500 会員様補助券利用 **¥2,500**

ご家族様へ お子様2名様まで(小学生以下) 無料!

*サービスセンターのグルメ指定店利用補助券をご利用ください。(詳しくはガイドブックP22参照)
*登録家族のご利用は定価より1,000円引です。



金沢ニューグランドホテル

ご予約・お問合せ **(076) 233-2540** 宴会予約係まで

知ってトクする
知らないとしんする

マネープラン相談室



退職が近づいてきました。退職後の生活が心配です。 将来、公的年金はいくらぐらいもらえるのでしょうか。

日本年金機構から、毎年誕生月にハガキで「ねんきん定期便」が送られてきています。この「ねんきん定期便」は、ご自身の国民年金や厚生年金に関する年金記録の記載です。34歳・45歳・59歳は、ハガキでなく封書で送られます。

50歳未満の人のハガキには、これまでの保険料の累計金額、最近13月間の年金に関する月別状況、年金加入が始まってからの加入期間（月数）と「これまでの加入実績に応じた年金額」。この年金額は、将来の年金額ではなく、これまでの加入実績分で計算した予想年金額の記載です。

これが50歳以上になると、これまでの保険料累計金額、最近13月間の月別状況、裏面では図のように、これまでの年金加入期間と50歳未満と違って、現在の加入状況が60歳まで継続したと仮定した場合、つまりお給料が今までぐらいの状況が60歳まで続いた場合に、いつからいくら年金額になるのかを「老齢年金の種類と年金見込額」で記載して送られてきます。

年金額を知りたい場合は、年金事務所で尋ねることもできますが、50歳から送られてくる「ねんきん定期便」

の矢印の金額が、65歳からの年金見込額です。おそらくですが、今のお給料と比べると残念ですが3分の1ぐらいではないでしょうか。さらに65歳の年金額からは介護保険料などが差し引かれますから、手取り額は、およそ10%ぐらいは少ない金額になるでしょう。

会社員の場合、厚生年金の加入期間は国民年金の加入期間でもあります。国民年金額は20歳から60歳まで40年加入で満額です。もし学生の期間などで不足している場合、60歳から厚生年金に加入するとAの経過的加算で満額に足りない分は厚生年金で加算する仕組みもあります。表面には70歳、75歳まで年金を繰下げた場合の見込額（1か月あたり0.7%増額）も記載されています。繰下げは、国民年金・厚生年金の両方繰下げも、どちらか一方の繰下げも可能です。また、ねんきん定期便には記載されない、ご夫婦の場合の加給年金（家族手当のようなもの）という仕組みもあります。不安を解消するには、まず収入と支出の把握「現状分析」からです。公的年金額を確認してみましょう。

暮らしのマネープラン相談センター 所長 高橋 昌子

2. これまでの年金加入期間（老齢年金の受け取りには、原則として120月以上の受給資格期間が必要です）

第1号被保険者 （国民年金に加入）	第3号被保険者 （国民年金に加入）	第2号被保険者 （厚生年金に加入）	第1号被保険者 （国民年金に加入）	第3号被保険者 （国民年金に加入）	第2号被保険者 （厚生年金に加入）	年金加入期間 合計 （未納月数を除く） （a + b + c）	合算対象期間等 （d）	受給資格期間 （a + b + c + d）
●●月	●●月	●●月	●●月	●●月	●●月	●●月	●●月	●●月

3. 老齢年金の種類と見込額（年齢）（60歳未満の方は現在の加入条件が60歳まで継続すると仮定して見込額を計算しています）

受給開始年齢	基礎年金	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	老齢基礎年金
(1) 基礎年金	●●,●●●円				●●,●●●円
(2) 厚生年金		●●,●●●円	●●,●●●円	●●,●●●円	●●,●●●円
(3) と (2) の合計	●●,●●●円	●●,●●●円	●●,●●●円	●●,●●●円	●●,●●●円



暮らしのマネープラン相談センター



暮らしにまつわるお金の相談について、専門知識を持つファイナンシャル・プランナーが、あなたの立場に立って一緒に解決させていただきます。暮らしのマネープラン相談センターは、セミナー＆個別相談であなたの夢実現のためのマネープランを応援しています。

個別相談

- トータルマネープラン相談 …… 33,000円
→ ※会員特別サービス …… 25,000円

トータルマネープラン相談は、時間を気にせず、何でも解決するまで相談できるので安心。

- 短時間の「時間相談」も行っています。
1時間まで ▶ 5,500円 2時間まで ▶ 8,800円

※お申込み方法は、ガイドブック（令和5年度版36ページ）をご覧ください。



- マネープランを立てたい方
- 退職金を減らせずに生活したい方
- 貯蓄を増やしたい方
- 家計を見直したい方
- 住宅資金プランを立てたい方
- 住宅ローンを見直したい方
- 保険を見直したい方
- 家族信託について知りたい方
- 相続について知っておきたい方
- その他、どんなことでも

ファイナンシャル・プランナーはマネーのホームドクターです

「貯蓄や投資」「マイホーム」「住宅ローン」「生命保険」「年金」etc
暮らしにまつわるお金のことなら何でも、お任せ！



ファイナンシャル・プランナーがあなたのマネープランをお手伝い！
セミナー＆個別相談で経験・知識豊富なファイナンシャル・プランナーが
中立的・専門的な立場であなたの夢実現のためのマネープランを応援しています。



あなたの暮らしと財産を守るパートナー 株式会社 FPサポート研究所
〒920-0852 金沢市此花町3番2号 ライプ1ビル1F <https://www.fpsl.co.jp>
TEL: 076-232-2038

INFORMATION

代引 センター窓口取扱商品の 代引郵送サービスが ご利用いただけます

手数料
400円で

サービスセンター窓口で取り扱っている下記商品の代引郵送を行っております。多忙で窓口への来訪が困難な方、遠方にお住まいの方もぜひご利用ください。

対象商品 ◆ガイドブックの利用方法欄に「窓」が表示されている商品
(イオンシネマチケット、ゴルフ練習場プリペイドカード、
パーキングチケット)
◆この「ゆとりんぐ」でご案内しているチケット

送付先 ご自宅・お勤め先のいずれか

お支払 受取時に商品代金+手数料400円を支払

申込から配達まで

申込日時	発送日	到着日(目安)
金曜日(午後)・月曜日(午前)	→ 月曜日	発送から
月曜日(午後)から水曜日(午前)まで	→ 水曜日	1~3日後
水曜日(午後)から金曜日(午前)まで	→ 金曜日	

※発送日が祝日の場合、翌営業日に発送させていただきます。

申込方法 当センターにお電話いただき、氏名・会員番号・商品名等をお申し出ください。(複数の会員の商品をまとめて郵送ご希望の場合は、専用の申込書をご提出いただきますので、お電話の際、お申し出ください。)

※受取日時の指定はできません。 ※領収書は発行しておりませんので、代金支払い時に受け取る「引換金受領証」を領収書としてご利用ください。



1名につき500円の謝礼をお支払いします!

新規会員募集中!!

お知り合いの事業所をご紹介します。

ご紹介 センターに直接お電話いただくか、様式集P13の「事業所紹介カード」をご利用ください。

謝礼 ご紹介いただいた事業所が後日入会された場合、ご紹介くださった会員さんに謝礼として、新規入会者1名につき500円(入会1事業所につき2万円まで)をお支払いいたします。

※事前のご紹介がない場合、謝礼のお支払いはできませんのでご了承ください。

あなたのお店・会社の広告を募集します

お店や会社の広告をこの会報「ゆとりんぐ」に掲載し、PRに役立ててみませんか?

- ◆サイズ 1区画 縦8.5cm×横9.5cm
- ◆掲載料 1区画につき20,000円
- ◆発行時期 4月・7月・10月・1月の各月1日発行(年4回)
- ◆発行部数 約12,000部(全会員に配布)

※詳しくはサービスセンターまでお問い合わせください。

広告

ハレの日は 六角堂

ご予約・お問合せ ☎076-252-5115

例えばランチやディナーなら…

「六角堂ランチコース」

前菜 / スープ / 季節の魚介鉄板焼き / サラダ /
輸入牛厳選ステーキ 100g / ご飯 / 味噌汁 /
香の物 / デザート / コーヒー又は紅茶

5,500円 →

会員様
補助券利用
3,500円

「ステーキディナーコース」

前菜盛り合わせ / 野菜サラダ / 国産牛厳選ステーキ 150g /
ご飯 / 味噌汁 / 香の物 / デザート / コーヒー又は紅茶

9,130円 →

会員様
補助券利用
7,130円

※ サービスセンターのグルメ指定店利用補助券をご利用ください。
※ 価格はすべて税込表示です。
※ ディナータイムは、飲食の5%をサービス料として頂戴いたします。

令和5年12月1日現在

事業所数

850

事業所
(前回比+3)

会員数

10,584

名
(前回比+15)

公益財団法人 金沢勤労者福祉サービスセンター

会報「ゆとりんぐ」 令和6年1月1日発行

〒920-0022 金沢市北安江3丁目2番20号 金沢勤労者プラザ1階

営業時間/9:00~17:45(木曜日は19:00まで) 休業日/土・日・祝日

TEL 076-234-7871

URL <https://www.k-ksc.jp>

