



# ゆとりんぐ

Y U T O R I N G

夏

2025  
Vol.

108

サービスセンターの  
お盆の営業時間

8月13日水～15日金 各日 午前9時～午後5時45分

※ 8月14日(木)は木曜日の延長営業を行いません／土日祝休

期間  
限定!

「スイーツ購入補助券」を  
ご利用ください!

対象店舗  
増えました!



利用限度 会員1名につき2枚

対象商品 店内商品全品(イートイン含む)



× 点線に沿って切り取り、対象店舗にお持ちください。

# 令和6年 能登半島地震および奥能登豪雨により被害を受けられた皆様へ

被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

当センター会員が居住する家屋に被害があった場合、「住宅自然災害見舞金」等の対象となります（ガイドブックP6）。

| 給付事由              |                         | 給付金額    |
|-------------------|-------------------------|---------|
| 会員の住宅自然災害         | 損害 70%以上（全壊）            | 30,000円 |
|                   | 損害 20%以上70%未満（半壊～大規模半壊） | 15,000円 |
|                   | 損害 20%未満（一部損壊/準半壊）      | 3,000円  |
|                   | 床上浸水                    | 6,000円  |
| 会員の住宅災害による同居親族の死亡 |                         | 15,000円 |

支給にあたっては、次の添付書類が必要となります。

家屋の延べ床面積をご確認のうえ、お手数ですが当センターへお電話ください。当センターから支給に必要な請求用紙を郵送させていただきます。

## 添付書類

- ①罹災証明書
- ②損害の状態の写真

※被害状況によって上記に加えて修理見積書の添付を依頼する場合がございます。

歩くことは身体に最も優しい運動です。



### 第242回 健康ウォーク

城下町の  
広見を巡る

8km

7/27日

受付 16:00～

【集合・解散】

いしかわ四高記念公園

※県スポーツレクリエーション交流大会協賛行事

【参加費】 会員・家族 100円  
一般 500円

### 第243回 健康ウォーク

早朝ウォーク

8/24日

受付 7:00～

【集合・解散】

犀川緑地公園（上菊橋前）

※詳細はお尋ねください

【参加費】 会員・家族 100円  
一般 500円

### 第244回 健康ウォーク

犀川 橋巡り②

9/21日

受付 8:30～

【集合・解散】

西部緑地公園

※詳細はお尋ねください

【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

# EVENT

イベント情報

当センターホームページ「イベント情報」からお申し込みいただけます。

会員以外の方も参加OK!

金沢勤労者福祉サービスセンター・石川産業保健総合支援センター 共催事業

●「これってパワハラ?」アウト or セーフの境界線とは? ● 企業は「カスハラ」から従業員をいかに守るか?

## 「各種ハラスメントに関する法律問題」 対策セミナー

本セミナーの受講を通じて疑問を解消し、働きやすい職場環境を実現しましょう!!

- パワハラなど、各種ハラスメントにおける法律問題について解説。
- 労災認定基準の項目に追加され、これから企業での整備を進めるうえで重要となる「カスタマーハラスメント」の定義や、企業が取り組むべき対策について説明。

DATA

8/27 水  
14:00~16:00

場 所 ▶ 石川県地場産業振興センター 本館  
参加資格 ▶ どなたでも  
参 加 費 ▶ 無料  
募集定員 ▶ 会場・Web参加あわせて 115名 (先着順)  
講 師 ▶ 石川産業保健総合支援センター 相談員  
高木法律事務所 弁護士 高木 利定 氏

《《《 申込方法 《《《

申込フォームに入力

参加者の氏名・事業所名は、石川産業保健総合支援センターと情報共有します。予めご了承ください。下記QRコードからお申し込みください。

① 会場参加【定員35名】  
当サービスセンター受付

受付締切 ▶ 7月30日(水)まで

② Web参加【定員80名】  
石川産業保健総合支援センター受付

受付締切 ▶ 8月20日(水)まで



親子でチャレンジ!

## 巨峰狩りと古代の火起こし& ピザ焼き体験

- 旬の味覚を満喫! 巨峰採りたて食べ放題 ● タイムスリップしよう! 古代の火起こし体験
- 焼きたてをパクリ♪ 昼食のピザ作り (ソース塗りとトッピング)

※巨峰の作柄により、品種変更となる場合があります。※荒天中止

DATA (2回開催)

8/31 日  
10:00~13:00

9/7 日  
10:00~13:00

場 所 ▶ ぶどうやさん西村 (加賀市分校町263-5)  
参加資格 ▶ 会員・登録家族  
※3歳~小学生のお子様を含むご家族でご参加ください。  
参 加 費 ▶ 1名につき 1,000円 ※3歳未満無料  
募集定員 ▶ 各回とも50名 (多数時抽選)

《《《 申込方法 《《《

申込フォームに入力

右記QRコードからお申し込みください。

- ※1家族ごとにお申し込みください。
- ※「参加希望日」必須。(重複応募不可)

受付締切 ▶ 7月14日(月)まで



石川県ユースホステル協会スタッフがサポート!

## 親子 プチアウトドア体験

- いっぱい食べよう! カレーライス作り
- 食後のおやつに! アイスクリーム作り

※雨天決行/荒天中止

DATA

9/20 土  
10:00~14:00

場 所 ▶ 内川スポーツ広場  
参加資格 ▶ 会員・登録家族  
※小学生以下のお子様を含むご家族でご参加ください。  
参 加 費 ▶ 大人・小人 1,000円  
未就学児 500円  
募集定員 ▶ 11組40名 (多数時抽選)

《《《 申込方法 《《《

申込フォームに入力

右記QRコードからお申し込みください。

※1家族ごとにお申し込みください。

受付締切 ▶ 7月17日(木)まで



# 金沢コロナワールド 「シネマ特別鑑賞クーポン」 お得に映画を観よう♪

●大人1,200円 ●小人900円



- 有効期限** 7月1日(火)～9月30日(火)まで
- 利用限度** 無し ※1回の会計で5人まで
- 利用方法** 券売機で「各種割引券」を選択し、上記QRコードを読み込ませてください。スマホで撮影したQRコードでも読み込めます。
- 対象作品** 通常料金の作品全て  
※通常料金作品の3D・4DXは追加料金が必要
- 注意事項** 特別料金の作品では利用不可。他館では利用不可。他割引との併用不可。

# 仕事で悩むあなたを応援します!!

ジェンダー・性差別 休業補償  
解雇・雇止め  
セクハラ・パワハラ 賃金未払い



働く仲間が集まった「連合石川」は、労働組合づくりのお手伝いや、働く上での困りごとなどのご相談を受け付けています。

ひとりで悩まず、お気軽に相談ください!

連合なんでも労働相談ダイヤル

フリーダイヤル 1020-154-052



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



# ホテル日航金沢 2F「ザ・ガーデンハウス」 グルメ指定店利用補助券ご利用で ランチ・ディナーが**お得**に!

通常料金より

**10% 割引!**

+

会員様補助券で  
**¥2,000引**

※登録家族の方は¥1,000引

ランチ

平日 通常 ¥4,100のところ **¥1,690**

土日祝 通常 ¥4,600のところ **¥2,140**

ディナー

通常 ¥6,800のところ **¥4,120**

※料金は全て税金・サービス料込みの表示です。  
※利用補助券はサービスセンターHPからお申し込みください。(詳細はガイドブックP24参照)  
期間限定販売のグルメチケットとは異なります。  
※その他の各種割引とは併用いたしかねます。

ホテル日航金沢

お電話でのご予約・お問い合わせは  
2F「ザ・ガーデンハウス」まで

**076-234-3648 (直通)**

〒920-0853 石川県金沢市本町2-15-1  
(JR金沢駅兼六園口前)

# 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

6,050円 →

会員様  
補助券利用  
**4,050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。

知ってトクする  
知らないといソソる

# マネープラン相談室



## 退職後、雇用保険の基本手当（失業手当）の受給を 考えています。 健康保険の選び方のポイントを教えてください。

A 退職後の健康保険の選択肢は図表のように3種類です。①職場の健康保険に任意継続被保険者として継続して加入する、②国民健康保険の被保険者として加入する、③家族の健康保険に被扶養者として加入する です。

健康保険の選び方では、保険料の比較は重要なポイントです。退職後、③の加入条件に該当すれば、保険料負担がなくなります。家族の健康保険の被扶養者の認定対象者とは、年間収入が130万円未満（60歳以上は180万円未満など）となっていますが、働き方が多様化しているの

で、職場で認定条件を確認してください。  
任意継続被保険者の保険料は、退職時の標準報酬月額で決定します。標準報酬月額には上限があり、退職時の標準報酬月額が32万円（協会けんぽの場合）を超えている場合、32万円として算出した保険料です。在職中の保険料は、本人と事業所で普通は半分ずつ負担ですが、退職後は本人が全額負担になります。なお、保険料は原則2年間変わりませんが、40歳になると介護保険料分が増えたり、65歳になると介護保険料が、公的年金から引き去りに変わるので減額したり、健康保険料率や介護保険料率、上限額の変更などで変わることがあります。任意継続期間は2年間ですが、保険料を納付期限までに納付しなかったとき（納付期日の翌日から）、任意継続被保険者でなくなることを希望する旨を申し出たとき（申出が受理された日

の属する月の翌月1日から）などに資格は喪失されます。

国民健康保険料は、世帯単位で加入者の前年の所得（4月から翌年3月まで）が保険料に反映されますので、実際の保険料は、お住まいの市町村の国民健康保険の担当課に問い合わせられて、任意継続被保険者の保険料と比較しましょう。

質問のような、雇用保険の基本手当（昔の失業手当）を受給する場合は、注意が必要です。雇用保険の基本手当は、退職後すぐには支給されません。7日間の待期期間や自己都合退職の場合は原則2か月の給付制限期間（定年退職の場合はない）があり、その期間、収入がなければ、保険料の負担がない家族の健康保険の被扶養者が選択できますが、給付が始まると給付額にはよりますが、扶養の認定条件から外れ被扶養者になれなくなることがあります。

任意継続被保険者の加入条件は、退職日の翌日（資格喪失日）から20日以内に手続きを取ることとなっています。この期限は厳格なため、健康保険の資格喪失後、一時的に家族の被扶養者となり、改めて任意継続被保険者の手続きを取ることはいけませんので、その場合は、国民健康保険の被保険者となりますから、退職時に、将来を見据えて選択肢を比較検討してみることが大切です。

（暮らしのマネープラン相談センター所長 高橋昌子）

### 会社退職後の健康保険

| 選択先  | 任意継続                                                   | 国民健康保険                                                            | 家族の健康保険（被扶養者）                                   |
|------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 手続き先 | 協会けんぽや健康保険組合                                           | お住まいの市町村の国民健康保険担当課                                                | 家族の勤務先または健康保険組合                                 |
| 加入条件 | ①退職日までに被保険者期間が継続して2か月以上あること<br>②退職日の翌日から20日以内に手続きを行うこと | 加入条件は、お住まいの市町村で異なるので、国民健康保険担当課にお問い合わせください                         | 家族が加入する健康保険の扶養認定条件を満たす必要があるため、家族の勤務先にお問い合わせください |
| 保険料  | 全額自己負担<br>※保険料は、退職時の標準報酬月額（協会けんぽでは32万円が上限）×健康保険保険料率    | 加入する世帯の人数や前年の所得などで決まる<br>※離職理由が、会社都合の場合は、保険料が減免されることがあるので尋ねてみましょう | 被扶養者の保険料負担はない                                   |

## 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7年度版31ページ）をご覧ください。



- マネープランを立てたい方
- 退職金を減らさずに生活したい方
- 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 ライフ1ビル1F <https://www.fpsl.co.jp>  
TEL: 076-232-2038

# INFORMATION



## 新規会員募集中!!

1名につき500円の謝礼をお支払いします!

お知り合いの事業所をご紹介します。

**ご紹介** 当センターに直接お電話ください。様式集P13の「事業所紹介カード」もご利用いただけます。

**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)

※詳しくは当センターまでお問い合わせください。

## コンサートチケット等のあっせん販売を 随時行っています

詳細は右記QRコードから当センターHP  
「チケット情報」をご覧ください。



広告

金沢ニューグランドホテル ことしも元気に開催します

## サマーバイキング



和・洋・中の料理とデザート食べ放題に  
ステーキ食べ放題

6/1 (日) → 9/30 (火)

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

(生ビール・日本酒・ワイン・スパークリングワイン・焼酎・  
サワー・ウイスキー・梅酒・ソフトドリンク)

¥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!  
※団体様でのご利用の場合は対象外となります。

※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P24参照)  
※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

広告

## 金沢勤労者プラザ 貸室のご案内

各種会議から講習会や展示会、スポーツまで、人数や用途に応じて選べる  
様々な貸室(全23室)をリーズナブルな料金で提供しております。

| 室名         | 会場の定員   | 利用料金(単位:円) |        |        |
|------------|---------|------------|--------|--------|
|            |         | 午前         | 午後     | 夜間     |
| 102研修室 他2室 | 12人     | 1,350      | 1,910  | 2,010  |
| 202研修室 他3室 | 20人~24人 | 2,780      | 3,900  | 4,120  |
| 204研修室 他4室 | 30人~42人 | 4,180      | 5,880  | 6,210  |
| 101研修室     | 84人     | 6,550      | 9,230  | 9,720  |
| 201会議室 他1室 | 16人~20人 | 5,600      | 7,870  | 8,300  |
| 多目的室       | 400人    | 16,430     | 23,120 | 24,340 |
| 体育館        | 600人    | 12,640     | 17,790 | 18,730 |
| 403和室 他2室  | 8人~90人  | 1,930      | 2,520  | 2,970  |
| ミーティングルーム  | 16人     | 2,050      | 2,820  | 2,600  |
| 音楽室        | 80人     | 10,100     | 13,460 | 10,100 |
| 料理実習室      | 36人     | 6,250      | 8,200  | 8,550  |

※利用料金には、冷暖房費・消費税が含まれています。(体育館の冷暖房は入りません。)  
冷暖房期間:5月10日~10月20日および11月1日~4月20日

※体育館および多目的室は、体育目的でのご利用の場合は料金が異なります。

全室Wi-Fi  
完備

お申込み、お問合せは

金沢市北安江3-2-20 <https://www.kinpura.com>

☎ 076-221-7771



広告

## 相続・遺言 無料相談



●全国で84,907件の相続や  
遺言の相談を経験。

●全国に34ヶ所の相談室が  
あります。(令和6年4月1日現在)

まずは、お電話にてご予約ください。

☎ 相続・遺言支援センター®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・丁寧にサポートします。  
※専門的な相談については、各土曜日の専門家が担当します。

令和7年6月1日現在

事業所数

814 事業所  
(前回比+14)

会員数

10,613 名  
(前回比+44)

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7年7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>

