



# ゆとりんぐ

Y U T O R I N G



期間限定!

## ランチチケット

## チケット販売期間

期間中は常時販売しております。

1月5日(月)～2月27日(金)

## グルメチケット 金沢美味 Red/Yellow/Green



※購入前に「金沢美味」HPにて、券種ごとの対象メニューをご確認ください。

## ご利用期間 購入日から6ヶ月間

※一部、利用時[要予約]

会員価格	●Red: 700円(通常1,000円) ●Yellow: 1,600円(通常2,000円) ●Green: 2,400円(通常3,000円)
------	---

●問合せ 金沢市観光協会 ☎(076)232-5555

## 六角堂 香林坊せせらぎ通り店



## ご利用期間 1/6(火)～3/13(金)

11:30～14:00(最終入店)  
2名様以上で[要予約] ☎(076)222-6109

## 会員価格 3,100円(通常3,960円)

●「六角堂 本店」では使用不可

## 松魚亭 朝ご膳 夢香山



## ご利用期間 1/5(月)～3/31(火)

11:30～15:00(最終入店13:30)  
2名様以上で[要予約] ☎(050)3155-1010または公式HP

## 会員価格 2,600円(通常3,300円)

●季節によりお料理内容が異なります。

ANAホリディ・イン金沢スカイ  
四川料理 凤凰 セレクトランチ

## ご利用期間 1/7(水)～2/27(金)

11:30～14:00(L.O.14:00)

## 会員価格 1,600円(通常2,500円)

●前菜、メイン料理、食事、デザートが選べます。

※店舗へのご予約、ご来店時には、「ランチチケット」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。

《《 購入方法 》》 ※代引き郵便サービス(手数料400円)もご利用いただけます。

センターにて購入

窓口 代引

当センター窓口にて、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。  
※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。

## ANAクラウンプラザホテル金沢

## カスケイドダイニング ランチブッフェ(13歳以上) 平日券



※(平日券+現金)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 1/5(月)～3/31(火)の平日

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 2,800円(通常3,800円)

●土日祝(通常4,200円)は「利用補助券」をご使用ください。  
〔会員特別サービス10%割引+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P24、27参照)

## 日本料理 雲海 お好み選択ランチ「水芭蕉」



## ご利用期間 1/5(月)～3/31(火)

11:30～14:30(L.O.14:00)

※祝日を除く水曜定休

[要予約] ☎(076)224-9805 または公式HP

## 会員価格 2,800円(通常3,500円)

## 中国料理 花梨 花ランチ



## ご利用期間 1/6(火)～3/31(火)

11:30～14:30(L.O.14:00)

※土日祝は～15:00(L.O.14:30)

[要予約] ☎(076)224-9804 または公式HP

## 会員価格 2,100円(通常2,800円)

## ホテル日航金沢

## 日本料理 弁慶 リッチランチ



## ご利用期間 1/5(月)～2/27(金)

11:30～14:00(L.O.)

※水曜定休

[要予約] ☎(076)234-5430 またはWeb予約

## 会員価格 3,100円(通常3,900円)

## 中国料理 桃李 スーベルシノワ～町中華へのオマージュ～



## ご利用期間 1/6(火)～2/27(金)の平日

※月曜定休

11:30～14:00(L.O.)

[要予約] ☎(076)234-5431 またはWeb予約

## 会員価格 2,800円(通常3,500円)

# EVENT

イベント情報

応募方法 各QRコードまたは当センターHP「イベント情報」から  
ご応募ください。

応募締切 1月14日(水)まで

当選発表 1月28日(水)までにご案内を送付します。  
落選された方へのご案内は行いませんのでご了承ください。

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)

2/7 土  
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  
※小学生以下は大人の付添いが必要です。  
※昨年参加された方とその家族は対象外となります。  
参加費▶1,000円  
募集定員▶各回とも20名

2/15 日  
13:30~15:00



[応募フォーム]



旬のおいしさ贅沢に♪

## 苺のモンブランロール作り教室

ふわふわなシート状のスポンジを焼き、たっぷりの苺と生クリーム、  
カスタードを巻いたロールケーキに、苺クリームを絞りモンブラン風に仕上げます。  
春の香りを堪能できる、苺づくしのロールケーキと一緒に作りましょう♪

DATA (2回開催)

3/1 日  
10:00~13:00

場所▶C&C金沢 2階 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  
※中学生以下は大人の付添いが必要です。  
参加費▶2,500円  
募集定員▶各回とも10名  
講師▶C&C金沢 店長 泉さゆり 氏

3/14 土  
10:00~13:00

[応募フォーム]



## 全福ネットガイドブック送付終了について

毎年3月に各事業所に1冊送付しておりました「全福ネットガイドブック」  
ですが、来年度分以降の発送を終了させていただきます。  
今後につきましては全福センターHPから内容をご確認ください。

### 利用資格

- 会員
- 2親等以内の親族

### 利用方法

右記QRコードにて会員番号・氏名・生年月日をご入力ください。その後、「ログインID」・「パスワード」が表示されますので、全福センターHPにてご入力ください。  
サービスによって利用方法は異なります。各ページでご確認ください。  
※当センターでは、全福センターHP掲載の各種ギフト券は取り扱っておりません。

### サービスの一例 (令和7年12月1日時点)

- 「じゃらんコープレートサービス」の法人限定宿泊プラン
- 「楽天トラベルRacco」の限定宿泊プラン
- 「オンデーズ」めがね20%OFF (一部)

### ログインID・パスワード 申請フォーム



全福センターHP



# 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7年10月1日(水)～令和8年1月31日(土)	助成金額	1,000円
利用資格	会員(登録家族は利用できません。)	利用回数	1回限り
利用方法	接種地域により以下のとおり異なります。 (詳細は右記QRコードまたは当センターHPをご確認ください。)		



接種地域	医療機関	利 用 方 法
金沢市・野々市市・白山市 内灘町・津幡町	指定あり <small>対象の医療機関は、右上のQRコードまたは当センターHPからご確認ください。</small>	接種前に当センターへ申し込み、受けとった「利用補助券」を指定医療機関へ提出し接種を受けると、接種金額から1,000円が差し引かれます。
上記以外の市町(県外含む)	指定なし	接種金額の支払い後、「領収書」を添付し当センターへ請求すると、後日、助成金1,000円が振り込まれます。

2月までの  
期間限定!

## ♪新規事業所紹介キャッシュペーン♪

R8.2月までに、ご紹介いただいた新規事業所が、  
「R8.3/1までに入会」した際、キャンペーン特典を進呈します!

紹介方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>「新規事業所紹介フォーム」(右記QRコード)から送信</li> <li>「事業所紹介カード」(様式集P13または当センターHPから印刷)をFAX・郵送</li> <li>お電話または当センター窓口にて隨時受付</li> </ul>																						
	通常の謝礼のほか、新規入会事業所(ご紹介先)の入会者数に応じ、特典を進呈します!																						
会員様(ご紹介者)への特典	謝礼	入会された会員お1人につき500円(1事業所につき2万円まで)																					
	+ 特典	<table border="1"> <thead> <tr> <th>入会数</th> <th colspan="2">会員様(ご紹介者)への特典</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1~2人</td> <td>QUOカード</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>3~4人</td> <td>QUOカード</td> <td>1,000円</td> </tr> <tr> <td>5~9人</td> <td>金沢美味グルメチケット</td> <td>2,000円</td> </tr> <tr> <td>10~19人</td> <td>金沢美味 or 旅行券</td> <td>4,000円</td> </tr> <tr> <td>20~39人</td> <td>金沢美味 or 旅行券</td> <td>6,000円</td> </tr> <tr> <td>40人以上</td> <td>金沢美味 or 旅行券</td> <td>10,000円</td> </tr> </tbody> </table>	入会数	会員様(ご紹介者)への特典		1~2人	QUOカード	500円	3~4人	QUOカード	1,000円	5~9人	金沢美味グルメチケット	2,000円	10~19人	金沢美味 or 旅行券	4,000円	20~39人	金沢美味 or 旅行券	6,000円	40人以上	金沢美味 or 旅行券	10,000円
入会数	会員様(ご紹介者)への特典																						
1~2人	QUOカード	500円																					
3~4人	QUOカード	1,000円																					
5~9人	金沢美味グルメチケット	2,000円																					
10~19人	金沢美味 or 旅行券	4,000円																					
20~39人	金沢美味 or 旅行券	6,000円																					
40人以上	金沢美味 or 旅行券	10,000円																					
留意点	以下の場合は、キャンペーン特典の対象とはなりませんのでご了承ください。 <ul style="list-style-type: none"> <li>事前のご紹介がない場合</li> <li>R8.3/1までに入会とならなかった場合</li> <li>関連会社および個人会員のご紹介</li> </ul>																						

\*金沢美味グルメチケット→



\*旅行券→  
(JTBトラベルギフト)



# 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	定員	面積	利用料金(単位:円)		
			午前	午後	夜間
			9時~12時	13時~17時	18時~21時
102研修室(1F)	12人	23m <sup>2</sup>	1,350	1,910	2,010
401研修室(4F)	12人	30m <sup>2</sup>	2,750	3,660	2,750
407研修室(4F)	12人	25m <sup>2</sup>	2,060	2,890	3,050
202研修室(2F)	20人	48m <sup>2</sup>	2,780	3,900	4,120
203研修室(2F)	24人				
302研修室(3F)	20人				
303研修室(3F)	24人				
204研修室(2F)	30人	76m <sup>2</sup>	4,180	5,880	6,210
304研修室(3F)	36人				
305研修室(3F)	36人				
103研修室(1F)	42人	58m <sup>2</sup>	3,480	4,910	5,160
406研修室(4F)	42人	92m <sup>2</sup>	5,030	7,080	7,440
201会議室(2F)	20人	57m <sup>2</sup>	5,600	7,870	8,300
301会議室(3F)	16人				
101研修室(1F)	84人	127m <sup>2</sup>	6,550	9,230	9,720
多目的室(1F)	400人	507m <sup>2</sup>	16,430	23,120	24,340
体育館(2F)	600人	1,101m <sup>2</sup>	12,640	17,790	18,730
403和室(4F)	8人	12.5畳	1,930	2,520	2,970
402和室(4F)	18人	21畳	3,410	4,750	5,340
306和室(3F)	90人	48畳	8,460	11,720	13,360
ミーティングルーム(1F)	16人	67m <sup>2</sup>	2,050	2,820	2,600
音楽室(4F)	80人	130m <sup>2</sup>	10,100	13,460	10,100
料理実習室(3F)	36人	92m <sup>2</sup>	6,250	8,200	8,550

全室Wi-Fi完備		
定員12~42人 小研修室から中研修室まで人数や目的に合わせて幅広くご利用いただけます。	定員16~20人 会議や面接、講師の控室などとして、ゆったりとご利用いただけます。	定員84人 講演会や研修会に最適。パーテーション区切りで2部屋になります。
定員400人 高さ3.2mで設営自由自在の大ホール。展示会や販売会、ダンスなど運動でのご利用也可。	スポーツ以外にもご利用いただけます。一度、ご相談ください。(冷暖房は入ません)	定員8~90人 生け花や茶会のほか、各種会合に幅広くご利用いただけます。座卓、座布団あり。
定員16人 旧レストランスペースを小研修室ほどどの料金でご利用いただけます。展示会などにもご利用可。	定員80人 防音・音響施設が充実の音楽スペース。演奏会や発表会に最適。	定員36人 冷蔵庫、調理器具、食器すべて完備。料理実習のほか、グループで気軽にクッキングもできます。

\*利用料金には、冷暖房費・消費税が含まれています。 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金額が異なります。

お申込み・お問合せ ☎ 076-221-7771

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



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

<b>ランチ</b>	平日 通常 ¥4,100のところ <b>¥1,690</b>
土日祝 通常	¥4,600のところ <b>¥2,140</b>
<b>ディナー</b>	通常 ¥6,800のところ <b>¥4,120</b>

※料金は全て税金・サービス料込みの表示です。

※中学生以上のお客様(大人料金)が対象となります。

※小学生以下の子様には適用いたしかねますので、あらかじめご了承ください。

※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)

期間限定販売のランチ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。

**Skiing & Snowboard**

# スキー場1日リフト券 利用補助券を ご利用ください！



**利用限度**

会員1名につき4枚

**対象施設**

券の裏面をご覧ください。

♪< 点線に沿って切り取り、対象のスキー場へお持ちください。

# 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

会員様  
補助券利用  
**6,050円 → 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

会員様  
補助券利用  
**9,130円 → 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。

※ P1 のランチチケットとは異なります。

知つてトクする  
知らないとソンする

## マネープラン相談室



# 退職後から亡くなるまで、 健康保険は変わっていくと聞いています。 何が変わるのでしょうか。

A 日本では、生まれてきた赤ちゃんから亡くなる日まで、公的医療保険に加入しなければなりません。公的医療保険は、職業や年齢、年収などで加入する医療保険が異なり、年齢や収入などで、保険料や自己負担割合、高額療養費なども変わります。

主な医療保険の種類として、例えば会社員は健康保険に加入、自営業者は国民健康保険に加入です。会社員に扶養されている家族については、年収が130万円（2025年10月から、19歳から22歳の学生などの扶養家族の場合、150万円に引き上げ）を超える場合は扶養している会社員の健康保険に保険料負担なく加入ができます。年収が130万円（または150万円）を超えると扶養から外れ、自分で保険料を負担して国民健康保険に加入することになります。75歳になると扶養されていた人も図のように、亡くなる日まで医療保険の種類は「後期高齢者医療」に変わります。公的医療保険は、このように職業や年齢、収入で加入する医療保険や保険料が変わっていくわけです。

退職後は、以前コラムでご紹介したように、①退職前の会社の健康保険に任意継続する②国民健康保険に加入する③家族の扶養になるからの選択です。保険料

の違いがあるので、賢く選択しましょう。

また、70歳から74歳までは、加入している医療保険は変わりませんが、「高齢受給者」として自己負担割合が変わります。自己負担割合とは、医療機関で診療を受けた際の医療費総額のうち患者が窓口で負担する費用の割合です。この割合は下図の通り、年齢や収入で異なります。

義務教育就学前（6歳未満）は2割、6歳以上70歳未満は3割、70歳以上75歳未満は原則2割負担ですが、現役並み所得者は3割です。75歳以上は原則1割負担ですが、現役並み所得者は3割、一定以上の所得者は2割です。

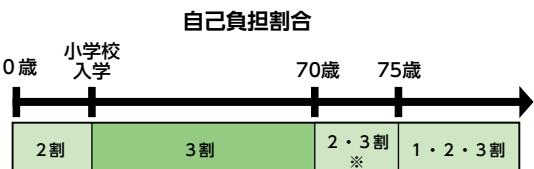
また、治療が長引いて自己負担が高額になると生活に影響することになるでしょう。そこで負担を軽減する措置として「高額療養費」があります。高額療養費については、次回ご紹介しますが、これも70歳未満と70歳以上では異なります。

少子高齢化の進展、医療費の増加など公的医療保険に係る費用が増大しています。今後、公的医療保険はどういう変化していくのか気になります。

（暮らしのマネープラン相談センター所長 高橋 昌子）

### 75歳以上（後期高齢者医療）の自己負担割合

区分	自己負担割合	適用基準（世帯単位）
現役並み所得者	3割	課税所得145万円以上
一定以上所得者	2割	課税所得28万円以上145万円未満で、年金収入とその他の合計所得金額が単身200万円以上、複数320万円以上
一般・低所得者	1割	上記以外



※現役並みの所得者は3割負担、標準報酬月額が28万円以上、一定の年収基準（単身世帯383万円以上、複数世帯520万円以上）を満たす人、現役並みの所得者に該当しない場合は2割負担なお、国民健康保険は住民税課税標準などで決まる

## 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、何でも何回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）をご覧下さい。



- 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・プランナーはマニ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>

# INFORMATION



## 当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

**対象商品** ◆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」およびHP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** 日程に余裕を持ってお申し込みください。

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。

## 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。



## 地震および豪雨により被害を受けられた皆様へ

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
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

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



### 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つたら、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  
携帯・スマホからもOK  
フリーダイヤル いこよう 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 金沢市西条3-3-5

広告

広告

## 相続・遺言 無料相談



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)



●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>

無料相談会随時受付中

(個人でもグループでもお気軽にご相談ください)

※専門的にご相談については、各土産の専門家が承ります。

