

組合員ニュース



人間らしい暮らしの創造と  
持続可能な社会の実現を

# 虹のかけはし

発行所

青森県庁消費生活協同組合

青森市長島一丁目1番1号

TEL 017 (722) 7798

FAX 017 (735) 4666

編集者 総務部



## 今春、退職される 組合員のみなさまへのお知らせ

◆◆退職に伴う組合員継続手続きが必要です◆◆

退職後も生協組合員を継続されると、引き続き  
保険の団体扱い及び「日専連CO-OPカード」等  
のご利用ができます。(詳しくは生協まで)

手続きのスケジュール

- ・1月下旬…各所属へ回覧にて「諸手続きのお願い」を送付済。
- ・3月下旬…対象者へ手続き書類を送付。
- ・4月中旬…手続き完了。

※退職予定の方で、3月下旬までに手続き書類が届かなかった方や、もっと詳しく内容を知りたい方は、ご連絡ください。

### メリットいっぱい・・・だから 継続加入。

- ・引き続き、簡単・便利な灯油の定期配送が利用できます。
- ・コープ共済《たすけあい》《あいぷらす》《ずっとあい》《火災共済》に加入できます。
- ・割引価格のイーホン（書籍・CD）を利用できます。
- ・住まいのリフォーム、住宅新築、冠婚葬祭、家電販売・修理、車検を組合員価格で斡旋いたします。
- ・年会費無料の「日専連CO-OPカード」を利用できます。

各種手続きにつきましては、在職中にお早めをお願いいたします。

<問合せ先> 県庁生協 組合員サービス課 TEL 017-722-7798

#### ご住所等の変更手続きのお願い

ご退職後、お引越しなどで、氏名・住所・電話番号等に変更があった場合は、変更手続きをお願いいたします。  
(生協からの重要なお知らせ等が届かない場合があります)

また、組合員証を紛失された場合は再発行をいたしますので、組合員サービス課までお知らせください。

## 持っていてお得、便利な日専連CO-OPカード加入募集中

組合員証を兼ねた日専連 CO-OP カードにしてはいかがでしょうか。

#### 日専連 CO-OP カードとは

- 県庁生協組合員証を兼ねた日専連と提携したクレジットカード
- 年会費永年無料** (生協組合員としての位置づけをしておりますので年会費の負担は一切ございません)
- 全国の日専連加盟店および国内・海外のJCB加盟店でご利用可能
- 県庁生協各売店 (外販課も含む) でもご利用できます。
- 県民生協、全12店舗でサインなしでスピーディーにご利用できます。
- 灯油定期配送、アクアクララでもご利用可能



<問合せ先> 県庁生協 組合員サービス課 TEL 017-722-7798

# 引越のことなら... NEX NIPPON EXPRESS

## お手軽単身パック

専用ボックスで安心・安全に運ぶ「単身パックL」。ひとり暮らしや単身赴任など、コンパクトな引越にピッタリです。  
(家電設置、家具組立てなどは別料金となります)

ひとりの  
お引越は、  
気軽に、  
身軽に。



地域	料金	地域	料金	地域	料金
東北	青森県内 28,600円	北陸・中部	富山 44,000円	四国	徳島 55,000円
	岩手・秋田 34,100円		石川 45,100円		香川 56,100円
	宮城・山形 37,400円		福井 47,300円		愛媛・高知 59,400円
	福島 40,700円		愛知・静岡・岐阜 48,400円		福岡 64,900円
北海道	函館 35,200円	関西	三重 51,700円	九州・沖縄	佐賀・大分・熊本 66,000円
	室蘭 38,500円		京都・奈良・滋賀 51,700円		長崎 68,200円
	苫小牧 39,600円		大阪 52,800円		宮崎 69,300円
	札幌 41,800円	兵庫・和歌山 53,900円	鹿児島 71,500円		
	旭川 42,900円	鳥取 53,900円	沖縄 85,360円		
	帯広 45,100円	岡山 55,000円			
	北見・釧路 47,300円	島根 57,200円			
関東・信越	新潟 39,600円	中国	広島 59,400円		
	長野・茨城・栃木 42,900円		山口 63,800円		
	埼玉・群馬 44,000円				
	東京・神奈川 千葉・山梨 45,100円				

左表に加算されます ●土・日・祝日配達1基あたり +2,200円(消費税込)

※ご注意※ 期間割増料金について  
●単身パック1基あたり +8,800円(消費税込)  
(3月20日~4月5日までの期間が対象です。)

※上記項目は当てはまるものすべて加算されますのでご注意ください。  
☆一部エリアではお取り扱いできません。エリアに関し詳しくは日本通運担当者とご確認いただけます。  
☆単身パックの訪問見積はいたしません。

家財量の目安を動画で!

専用ボックスに積める荷物のイメージです。実際は、家具・家電製品等を梱包して積み込みます。

高さ175cm  
奥行104cm  
幅108cm

単身でのお引越にピッタリ

※籠島(一部)を除きます。

お支払限度額200万円の引越荷物運送保険が付帯されています。

## 家族の引越はこちら

※発地は青森県内のみです。他県からの発地はお取り扱いできません。

リーズナブルな  
**セルフプラン**

収納は自分でしたい方に  
**ハーフプラン**

小物のハコ詰めから  
ハコ開けまでプロにお任せ **フルプラン**

「家族の引越」はお見積のうえで正確な引越金額をご提示いたします。	現在のお住まいでの作業				ご新居での作業		
	①小物箱詰め	②大物梱包	③搬出	④輸送	⑤搬入	⑥解梱・設置	⑦箱開け収納
<p>ご希望に合わせて選べる3つの引越プラン</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>セルフプラン</b> 小物の箱詰め・箱開けは組合員様に行ってください。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>ハーフプラン</b> 小物の箱詰めは日本通運で行い、箱開けは組合員様に行ってください。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>フルプラン</b> 小物の箱詰めから箱開けまで、すべて日本通運にお任せいただくプランです。</p>	<p>食器・本・衣類等の小物類の箱詰めから、引越作業を開始します。</p>	<p>家具・家電製品などは反復作業を使って梱包していきます。</p>	<p>小物から先に搬出し、家具・家電等の大物は後から搬出します。</p>	<p>新居での作業開始時間を確認のうえ、最適な輸送モードで輸送します。</p>	<p>家具・家電等の大物から先に搬入し、小物は後から搬入します。</p>	<p>梱包を解き、組合員様の指示通りの位置に設置します。</p>	<p>食器・本・衣類等の小物類を箱から取り出して収納していきます。</p>
<p>前日までにご準備ください</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●冷蔵庫の水抜き</li> <li>●石油ストーブの灯油抜き</li> <li>●組合員様がお持ちになる物(貴重品など)の仕分け</li> <li>●生活ゴミの処分</li> <li>●パソコン等の電子データのバックアップ</li> <li>●個人情報情報の暗号化</li> <li>●新居家財配置図の記入 など</li> </ul> <p>その他、引越しまでに必要な手続きリストはこちら</p>							

## ひとりの引越 シングルパック 大切な荷物を安全に運びます

※発地は青森県内のみお取り扱いいたします。

# 生協の引越



## 生協協力店 三八五引越しセンター

生協特価 **5%OFF!!**

シングルパックは運べるコンテナ2サイズ(M・L)。複数組合せも可能。安心の作業員付でドアからドアまで。

**家族引越** もオトクで安心な三八五へ!  
※三八五の「シングルパック」「家族引越」のお見積、お問い合わせは最寄りの生協係員へお声掛けください。

【シングルパック生協価格】  
「基本料金」+「特定地域料金」  
+「特定日料金」の合算金額から5%引きとなります。

## ～福利厚生NEWS～ 人事課から福利厚生についてのお知らせです!!

### ○「マイナ保険証」をご利用ください!

昨年12月2日から、健康保険証の新規発行を終了し、マイナ保険証の利用を基本とする仕組みに移行しております。

マイナンバーカードを健康保険証として利用することで「より良い医療を受けることができる(急にかかった医療機関でも普段飲んでお薬の履歴や受けている治療を基に受診することができる)」、「手続なしで高額療養費の限度額を超える支払を免除(高額療養費制度)」などのメリットがあります。

皆様もぜひ「マイナ保険証」を使ってください!

### <年度末退職者に係る手続きのご案内>

#### ○共済組合員証関係の手続き(※フルタイム再任用職員になる方は手続き不要)

①退職届書の提出、組合員証及び被扶養者証または資格確認書の返却

提出期限: 令和7年4月4日(金)

②(希望者のみ)任意継続組合員資格取得申出書、資格確認書交付申請書(マイナ保険証の利用ができない場合)

提出期限: 令和7年3月7日(金)

③留意事項(フルタイム再任用からハーフタイム再任用となる職員)

任意継続組合員になることを希望しているにも関わらず、任意継続組合員資格取得申出書の提出を失念し、国民健康保険に加入することになってしまう方が見受けられます。フルタイム再任用からハーフタイム再任用になる方も任意継続組合員になることができますので、希望する方は手続きを失念しないようご注意ください。

#### ○職員厚生会関係の手続き

①退会届(※再任用職員になる方で厚生会への継続加入を希望する方は提出不要)

②積立掛金請求書

提出期限(①・②共通): 令和7年3月21日(金)

※詳細は、「インフォメーション」を参照願います。

## 北棟店マイボトル対応コーヒーマシンに

**待望の紅茶も!** 珈琲2種、紅茶2種の銘柄から選べます。



### 【マイボトル・マイカップ】

マグカップから大型タンブラーまで対応可能な抽出口の構造になっており、紙カップ・プラカップ・リッドなどの使い捨てによるゴミの削減と脱プラ対策も可能



お持ちのマイボトルに  
直接注げます!

紙コップ不要で余計な  
ゴミが出ません



3/14(金)から販売開始!

さあ~マイボトルをご用意!

本庁北棟店 電話 017-763-5322 県庁内線 6017

# 今月のクイズ・共通部首熟語

2つの文字に同じ部首をつけて熟語を作ってください。

- ヒント：1. 賃料をとり相手側に貸すこと。  
 2. 薬に用いる植物。  
 3. 客を泊めるための部屋。  
 4. 豆を挽き熱湯で漉したり煮だしたりした褐色の飲み物。

問題		部首	⇒	答(熟語)
任	代			
楽	早		⇒	
各	至		⇒	
加	非		⇒	

### ◆応募方法◆

- ハガキに出来た答と住所・氏名・所属・ひと言コメント等を記入の上、下記宛に送付してください。別紙メモ用紙等に記入し、生協事務室、各売店まで、直接ご持参下さっても結構です。
- 応募締切は**3月25日必着**。正解者の中から抽選で10名の方に生協ギフト券(五百円分)を進呈します。
- 送り先は〒030-8570 青森市長島一丁目1の1 青森県庁消費生活協同組合 コープクイズ係

## 前回の答えと当選者

[答え] 「へび(巳)<sup>み</sup>」でした。

応募下さった中から抽選の上、10名の方に後日生協商品券500円分を進呈いたします。

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。(応募者：45名)

### ひと言コメント集

- ・再生や変化を繰り返しながら柔軟に発展していく年にしたいです。
- ・へび年は良い事が多いそうです。
- ・長いものには巻かれる一年になりそうです。
- ・年明けから毎日雪かきで、今年はヘビーな年になりそうです。
- ・この大雪で、キャロットの配達担当者にご苦労様ですと言いたいです。
- ・今年は雪が深く、家の前で車が2回ハマりました。
- ・いくべえの誕生日会があるのを初めて知りました。
- ・県庁生協黒石店があることに驚きました。



## 皆さまからのお便り募集してます！

「ひと言コメント集」の枠を貸し出ししますので、投稿してみませんか？

- 旅の思い出
- イベントの告知や報告

などなど、写真入りでお送り下さい。機関誌は県内の合同庁舎及び県の出先機関で配布しております。ぜひともご利用下さい。

※記事のサイズ  
A4 1/4～1/3