

共済組合ガイドブック

【共済だより特別号】

予算



P2-7

掛金、標準報酬



P8-11

支える共済事業
素敵な暮らしを
あなたと家族の

健康増進



P18-20

貯金



P21

被扶養者



P12-13

医療



P14-15

貸付



P22-23

防長苑



P24-25

休業給付



P15

年金



P16-17

2019
保存版

団体保険



P26

スケジュール



P28

共済組合の行う
事業のすべてが
この1冊に!

平成31年度の事業計画から予算、共済制度の説明まで詰め込みました。
まずは、1度読んでいただき、1年間お手元に置いて、必要な時に読み返して
ください。

ホームページもご覧ください <http://www.kyosai-yamaguchi.jp/>

年間スケジュール

時期	内容	場所
4月	新規組合員向け共済事業説明会	各所属所
6月～8月	生ビールまつり	防長苑
7月	ウォーキング教室①	山口県セミナーパーク
8月	生活応援セミナー①	スターピアくだまつ
8月	親子料理教室	未定
10月	秋の宴	防長苑
10月	生活応援セミナー②	山口県健康づくりセンター
10月	退職予定者説明会	県内約6地区
10月	ウォーキング教室②	山口県セミナーパーク
12月	クリスマスイベント	防長苑
2月	バイキング	防長苑
3月	フランス料理のタベ	防長苑
3月	ウォーキング教室③	山口県セミナーパーク

※内容については、変更する場合がございますので、改めて共済だよりでお知らせします。

平成30年度に開催したセミナーをご紹介します。
今年度も、皆さんの参加を心よりお待ちしております。

RIZAP式 健康セミナー【参加者74名】

RIZAPから講師を招き、健康への取り組みに対する前向きな動機の重要さ、脂肪燃焼のメカニズム、燃焼効率が良くなる運動について実技・解説がありました。

親子deいっしょに料理教室【参加者34名】

森永乳業から講師を招き、特別メニューを調理して試食しました。途中、子供の成長期とカルシウムの関係についての解説がありました。

料理長直伝!! 和食料理教室【参加者24名】

防長苑の和食料理長が考案した、1日に必要な野菜量の約2/3が1食で摂れる健康料理を調理・試食しました。

パンランチを作って、楽しく食べよう!! (最終回)【参加者18名】

パンという身近な食べ物を作ることで、食への関心が高まりました。
“はじめまして”の4人組でしたが、試食の時間には日常の話題で盛り上がりました。

子育て終了世代向けライフプランセミナー【参加者6名】

野村証券から講師を招き、充実した退職後の生活のために、ライフプランを準備しておく必要性について解説がありました。タブレットを使ったライフプランの作成体験も行いました。

こどもサッカー教室&食育講座【参加者37名】

レノファ山口×防長苑 コラボ企画第1弾 レノファアカデミーコーチのサッカー教室、親子での温泉・栄養バランスにこだわった食事を満喫しました。

キレイな身体をつくるセミナー【参加者45名】

3つのキレイ(姿勢・足元・内から)にこだわり、ヨガ・フットケア・ランチ・温泉を楽しみました。

参加者の声

- ★親子二人で、そして友達と作る料理はおいしかったです。
- ★子供の自主性を尊重して見守ることができました。

