

12月中旬から、建設国保が安定運営のもと、保険者機能を発揮して、国民皆保険制度の一翼を担っていただけるよう、県内選出の8名の衆議院議員の事務所周りをしして要請行動を行っています。



自民党 土井享議員



立憲民主党 岡本あき子議員



自民党 西村明宏議員 所長・狩野氏



公明党 井上義久議員 秘書・九鬼氏

要請項目

- ① 国民負担の増大に考慮し、国民医療への公費助成を拡充してください。
- ② 2021年度の国保組合への国庫補助は、自然増等を含む医療費の伸びを勘案して、現行制度の堅持および補助水準を確保してください。
- ③ 国民健康保険の運営の主体は今後とも公営国保と国保組合とし、建設国保を育成・強化してください。



宮建だより

Vol.203

発行：（一社）宮城県建設職組合連合会
郵便番号：〒983-0862
住所：仙台市宮城野区二十人町301-3
E-mail：mken@wing.ocn.ne.jp

宮城県連 総合リンク

こちらのバーコードを読み込んでください



ホームページ、LINE、Twitter、Instagram、各種講習情報

来年度の国保組合の予算確保
地元国会議員要請行動の取り組み

建退共 (職人の退職金制度)

2021年10月から 「利回り」と「掛け金」が見直し

建退共とは？

建設現場で働く人のために国が作った退職金制度です。「共济手帳」に貼られた証紙の金額に応じて退職金が支払われるという制度で、いつ・どこの現場で働いても、働いた日数分、掛金が加算される仕組みになっています。

建退共の詳しい説明は、QRをご確認ください



厚生労働省の諮問機関である労働政策審議会部会で、8月26日、運用利回りと掛金日額の見直しが決定されました。これにより、2021年10月から、運用利回りは1.3%に（現行3.0%）、掛金日額は1日320円に（現行310円）変更されることになりました。

建退共制度の見直し（概要）

- 運用利回りの引き下げ
3.0% ⇒ 1.3%
(2021年10月より)

※ 法律では、5年に1度の見直しが定められています。
現在、加入している方の退職金は、2021年9月までの掛金納付分は、その期間中の運用利回りが適用されます。

- 掛金日額の引き上げ
310円 ⇒ 320円
(2021年10月より)

青年部のボランティア活動の報告



県連青年部のメンバー

令和2年10月25日(日)白石市内の保育園5ヶ所と児童館2ヶ所の奉仕作業を行いました。当日は、青年部を中心に15名のスタッフが各施設を訪問し、子供達が安心安全に生活できる環境づくりのお手伝いをしました。コロナ禍により感染予防対策を取りながらの作業でしたが、各施設からご要望があった修繕箇所をプロならではの手さばきで作業してきました。白石市からも感謝の言葉をいただき、これからも未来ある子供達の為に続けていきたいと思っています。

白石市建設職組合青年部長 佐藤 佳克



階段の補修工事の様子
※ instagramでもっとも見られた写真です



白石市長から表彰される佐藤青年部長

建設国保補助金を求め ハガキ13,893枚を投函

2021年度の国保組合への国庫補助金現行水準維持を求めて、ハガキ要請に取り組みました。『1人2枚以上で組織数の2倍』を目標に、結果13,893枚を投函し、目標達成となりました。組合員・家族の皆様のご協力ありがとうございます。

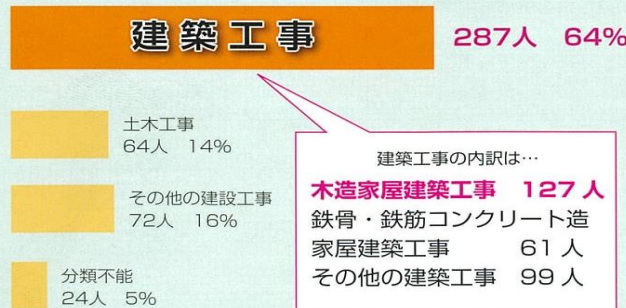
冬のハガキ要請行動結果

組合名	組合員数 (①)	投函 (②)	達成度 (②÷①)	組合名	組合員数 (①)	投函 (②)	達成度 (②÷①)
仙台	2,172	4,339	199.8%	仙台板金	100	196	196.0%
白石	343	686	200.0%	泉	51	110	215.7%
角田	119	250	210.1%	大崎	381	802	210.5%
名取	230	486	211.3%	栗原	186	392	210.8%
岩沼	126	264	209.5%	黒川	99	176	177.8%
蔵王	80	168	210.0%	利府	91	193	212.1%
大河原	69	134	194.2%	大郷	64	130	203.1%
柴田	111	212	191.0%	涌谷	79	136	172.2%
丸森	72	152	211.1%	鹿島台	127	268	211.0%
亘理	151	298	197.4%	気仙沼	130	274	210.8%
山元	56	118	210.7%	気仙沼南	56	118	210.7%
村田	78	164	210.3%	南三陸	66	138	209.1%
川崎	113	237	209.7%	石巻北	116	244	210.3%
七北田	46	96	208.7%	石巻	606	1,228	202.6%
塩釜	200	420	210.0%	東松島	143	302	211.2%
多賀城	164	344	209.8%	桃生	39	82	210.3%
松島	70	148	211.4%	登米	193	412	213.5%
七ヶ浜	103	176	170.9%				
合計	6,830	13,893	203.4%				

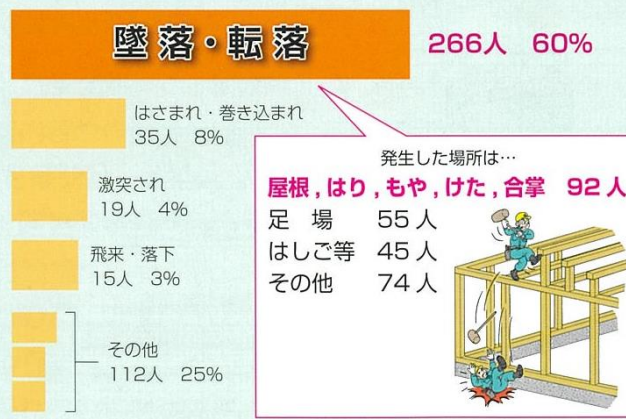
建設現場の 災害をなくしましょう

全国の建設業における死亡災害は全産業の中で30%を超え、死傷災害は12%超と依然として高い比率を占めています。(2015~2019年)

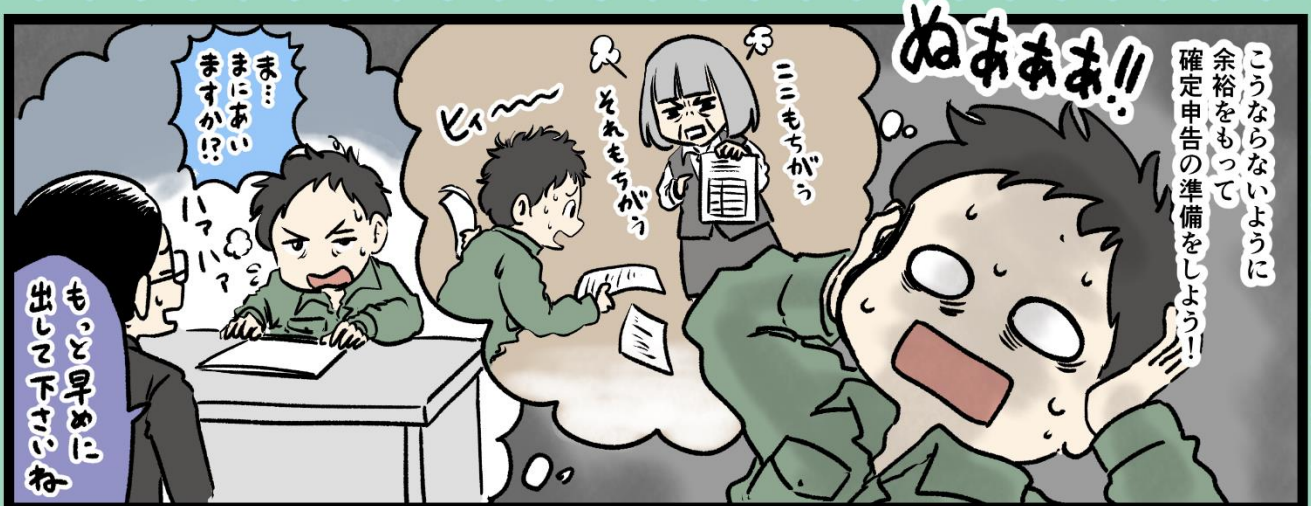
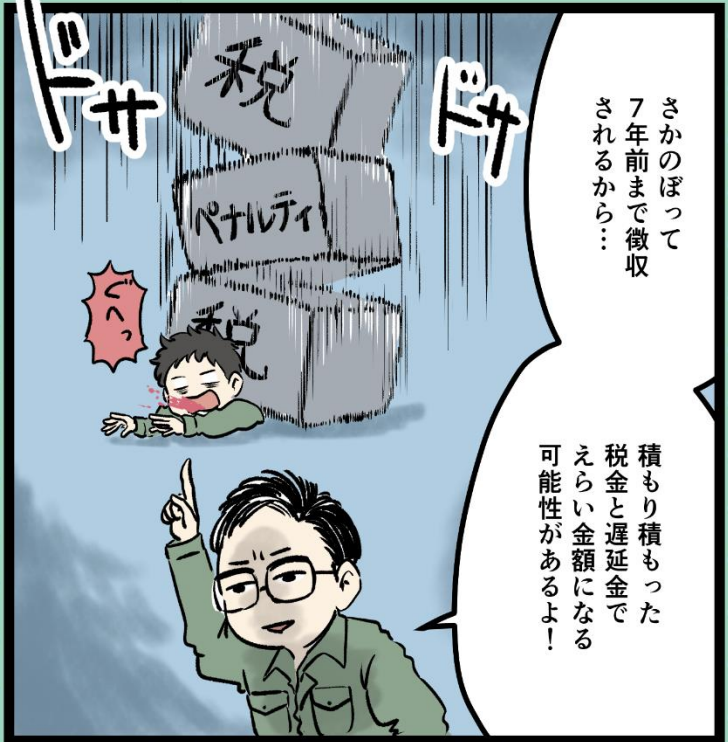
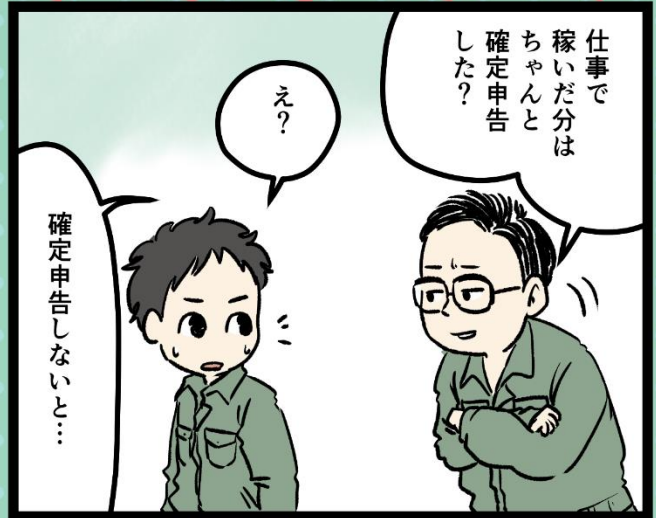
一人親方死亡災害の半数以上は建築工事で発生



墜落・転落災害が6割



確定申告は大丈夫?!





救急・集中治療医と
こころの専門家が教える正しい



Smart 119

"コロナうつ"かも?と思ったら



@Nakada119

中田孝明先生

千葉大学 救急集中治療医学教授
株式会社 Smart 119 CEO

おしえてくれる先生たち



佐々木剛先生

千葉大学 医学部附属病院
こどものこころ診療部 副部長・講師



「コロナうつ」ってなに?

コロナ禍で引き起こされる
「健康に関する不安」や
「仕事や経済に関する不安」
からくる「うつ」のこと

「うつ」のチェック方法は?

厚労省のストレスチェックがオススメです。
質問数は多いですが、わかりやすいです。

「こころの耳」:職場のストレスセルフチェック

<https://kokoro.mhlw.go.jp/check/>

5分でできる職場のストレスチェック

日常生活に支障が出たら サポートが必要なサイン

こころの変化

恐怖/怒り/悲しさ/不安
無気力/イライラ

からだの変化

食欲/活動量の変化/
集中力や判断力の低下/
眠れない/悪夢を見る/
頭痛/体の痛み/胃の不調/
皮膚の発疹などの身体反応/
慢性疾患の悪化

使用量の変化

アルコール/タバコ/
その他の薬物の増加



"うつ"の時してみると良い事

- ① バランスのいい食事をとる
- ② 十分な睡眠をとる
- ③ 意識的に休憩をとる
- ④ 他の人に相談する
- ⑤ 専門機関に相談する
- ⑥ 「心理学者やカウンセラーなど」
- ⑦ 薬物やアルコールを避ける
- ⑧ ニュースがストレスの場合遠ざける
- ⑨ 自分がリラックスできる事をする
- ⑩ 「深呼吸・ストレッチ・ゲーム・読書など」
- ⑪ 瞑想にチャレンジ
- ⑫ ① 静かな場所で
- ⑬ ② 心地よい姿勢で
- ⑭ ③ 意識を集中させ
- ⑮ ④ オープンな姿勢

色や
匂い
に
ない



この体勢
楽かも！

周りの人にできることは?

- ♥ いつもと違う様子に気づく
- ♥ 話を否定せず耳を傾ける
- ♥ 専門機関への案内
- ♥ (親族の場合)代理で相談窓口へ相談
- ♥ 「原因探し」ではなく「今できる事」を考える
- ♥ 「励まし」ではなく「理解」が必要
- ♥ 無理に治そうとしない(本人のペースが大切)
- ♥ 大きな決断は先延ばしに
- ♥ 必要に応じて受診の付き添いをする



#BeThe1to

これぞ
オススメ

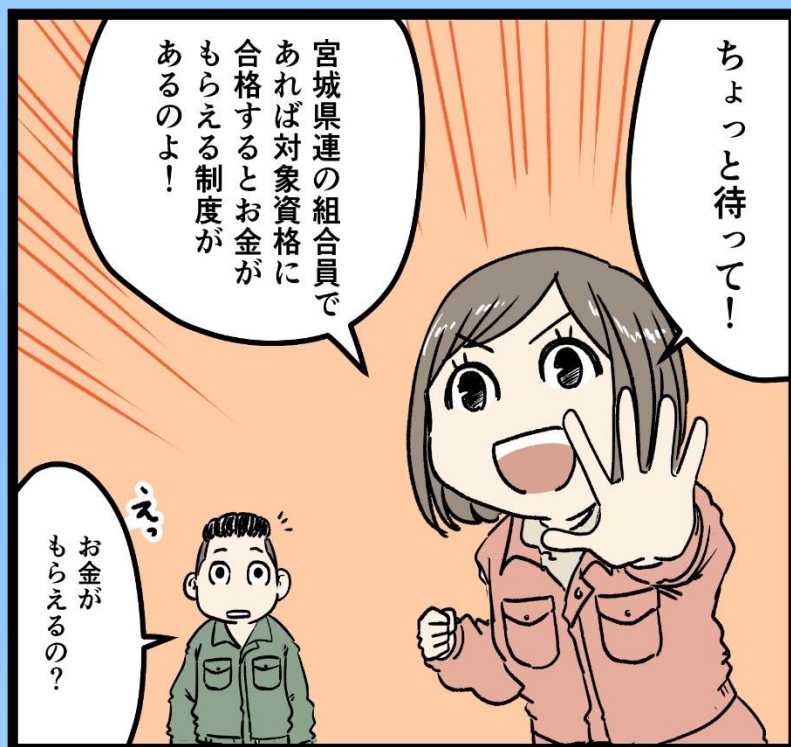
自殺を考えている人がいたときの5ステップ

提供: Smart119(@Smart119_jp) イラスト: ふじやま(@fujiyama_coharu)
情報元: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov>

これまでのシリーズはこちらのQRコードからご確認いただけます→



宮城県連の「資格取得助成」って知ってる?!



組合員の資格取得を助成

令和2年度の申込締切は1月31日まで

宮城県連と全建総連では、組合員の資格取得による技術・技能の向上を目的に、資格を取得した組合員に対して、報奨金を支給するという制度です。

対象となる資格はその資格に応じて、支給金額が分けられています。対象資格・対象年齢・支給金額については、右の一覧を参照ください。

申請の条件

- ① 令和2年1月1日～令和2年12月31日に取得した資格。
資格取得日（合格証書等の日付）が令和2年1月1日以前の場合は対象外
- ② 資格の受講時と、助成金の支給時に組合員であること

申請方法

ご所属の組合支部で申請書を記入し、「証明書類の写し（合格証書、合格通知書、資格証明書、修了書など）」を添付して提出

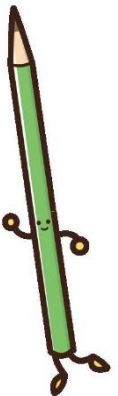
青年組合員資格取得助成 対象資格一覧

資格名	宮城県連	全建総連
	45歳以下	年齢制限なし
1 一級施工管理技士（各種）	10,000	10,000
2 登録基幹技能者（各種）	10,000	10,000
3 一級 技能士（各種）	10,000	10,000
4 一級 建築士	10,000	10,000
5 電気主任技術者（第一・二種）	10,000	10,000
6 電気通信主任技術者	10,000	10,000
7 第一種電気工事士	10,000	10,000
8 給水装置工事 主任技術者	10,000	10,000
9 二級施工管理技士（各種）	5,000	6,000
10 二級 技能士（各種）	5,000	6,000
11 二級 建築士	5,000	6,000
12 木造建築士	5,000	6,000
13 職業訓練指導員免許（各種）	5,000	6,000
14 第二種電気工事士	5,000	6,000
15 電気主任技術者（第三種）	5,000	6,000
16 電気通信工事担任者	5,000	6,000
17 各種 作業主任者	3,000	3,000
18 各種 技能講習	3,000	対象外
19 監理技術者	3,000	対象外
20 三級 技能士（各種）	3,000	対象外
21 職長・安全衛生教育	3,000	対象外
22 増改築相談員（新規・更新・再登録）	3,000	対象外
23 各種 特別教育	1,000	対象外

労働安全衛生資格講習日程のお知らせ

特別教育

講習科目	教習先	日数	2月		3月	
小型車両系（整地等）	コマツ教習所	2日	2/2～3	2/19～20	3/10～11	
	小野リース	2日	2/15～16		3/22～23	
	PEO建機教習センタ	2日	2/9～10	2/22～23	3/2～3	3/15～16
足場の組立等の業務	建災防	1日			3/15	
	コマツ教習所	1日			3/18	
フルハーネス型安全帯使用作業	建災防	1日	2/24		3/16	
	コマツ教習所	1日	2/22		3/11	3/16
	小野リース	1日	2/23		3/23	
	PEO建機教習センタ	1日	2/22		3/23	
締固用機械（ローラー）	コマツ教習所	2日	2/22～23		3/2～3	3/11～12
	小野リース	2日	2/17～18		3/24～25	
	PEO建機教習センタ	2日	2/17～18		3/10～11	3/25～26
クレーンの運転の業務（5t未満）	コマツ教習所	2日	2/20～21			
アーク溶接	コマツ教習所	3日	2/12～14	2/18～20	3/8～10	3/24～26
	PEO建機教習センタ	3日	2/15～17		3/11～13	
電気取扱業務（低圧）	コマツ教習所	2日	2/6～7		3/3～4	
研削といしの取替え等の業務	コマツ教習所	1日	2/8		3/22	
	PEO建機教習センタ	1日	2/12			
酸素欠乏危険作業	コマツ教習所	1日	2/24			
粉じん作業	コマツ教習所	1日	2/4			
巻上機（ウインチ）の運転	コマツ教習所	2日	2/24～25			
	PEO建機教習センタ	2日	2/3～4			



技能講習

講習科目	教習先	日数	2月			3月		
車両系建設機械運転 整地・運搬・積込用及掘削用 (ショベル、ブルドーザ等) 14時間	建災防	2日				3/16~17		
	コマツ教習所	2日	2/6~7	2/13~14	2/25~26	3/3~4	3/8~9	3/13~14
	小野リース	2日	2/10~11	2/24~25		3/10~11	3/29~31	
	PEO建機教習センタ	2日	2/10~11			3/13~14		
車両系建設機械運転 整地・運搬・積込用及掘削用 (ショベル、ブルドーザ等) 38時間	コマツ教習所	5日	2/8~12	2/15~19		3/15~19	3/22~26	
	小野リース	5日	2/1~5			3/1~5	3/15~19	
	PEO建機教習センタ	6日	2/13~18			3/8~13	3/22~27	
車両系建設機械運転 解体用	建災防	1日				3/25		
	コマツ教習所	1日	2/2	2/25		3/1	3/27	
	小野リース	1日	2/12	2/22		3/12	3/26	
	PEO建機教習センタ	1日	2/8	2/24		3/5	3/17	3/29
小型移動式クレーン (つり上げ荷重1トン以上5トン未満)	コマツ教習所	3日	2/2~4	2/12~14	2/20~22	3/3~5	3/10~12	3/23~25
	小野リース	3日	2/4~6	2/15~17		3/1~3	3/22~24	
	PEO建機教習センタ	3日	2/3~5	2/12~14	2/22~24	3/3~5	3/12~14	3/22~24
高所作業車運転 (作業床の高さが10m以上)	建災防	2日	2/16~17			3/9~10		
	コマツ教習所	2日	2/6~7	2/19~20		3/8~9	3/18~19	3/27~28
	小野リース	2日	2/8~9	2/26~27		3/8~9	3/29~30	
	PEO建機教習センタ	2日	2/15~16	2/25~26		3/9~10	3/27~28	
不整地運搬車運転 (キャリアダンプ等)	コマツ教習所	2日	2/22~24			3/29~30		
	小野リース	2日	2/8~9	2/18~19		3/8~9	3/29~30	
PEO建機教習センタ	2日	2/18~19			3/8~9	3/30~31		
	コマツ教習所	3日	2/1~3	2/24~26		3/3~5	3/22~24	
フォークリフト運転 (最大荷重1t以上) 11時間	コマツ教習所	2日	2/1~2			3/1~2		
PEO建機教習センタ	2日	2/13~14			3/4~5	3/22~23		
フォークリフト運転 (最大荷重1t以上) 31時間	コマツ教習所	4日	2/1~4	2/8~11	2/23~26	3/1~3/4	3/15/18	3/22~25
	小野リース	4日	2/18~21			3/16~18		
	PEO建機教習センタ	4日	2/8~11	2/24~27		3/15~18	3/27~30	
玉掛け	コマツ教習所	3日	2/8~10	2/15~17	2/22~24	3/6~8	3/13~15	3/28~30
	小野リース	3日	2/1~3	2/8~10	2/22~24	3/4~6	3/10~12	3/25~27
	PEO建機教習センタ	3日	2/8~10	2/17~19	2/26~28	3/8~10	3/17~19	3/26~28
ガス溶接	コマツ教習所	2日	2/3~4			3/5~6	3/27~28	
	小野リース	2日	2/25~26			3/30~31		
	PEO建機教習センタ	2日	2/10~11			3/2~3	3/17~18	

作業主任者技能講習

講習科目	教習先	日数	2月	3月
地山の掘削及び土止め支保工作業主任者	建災防	3日	2/3~5	
コンクリート造工作物の解体等作業主任者	建災防	2日	2/9~10	
建築物の鉄骨の組立て等作業主任者	建災防	2日		3/2~3
はい作業主任者	コマツ教習所	2日	2/6~7	3/13~14
	陸災防	2日		3/26~27
有機溶剤作業主任者技能	安全教育センター	2日		3/2~3
石綿作業主任者	安全教育センター	2日	2/9~10	
特定化学物質及び四アルキル鉛等作業主任者	安全教育センター	2日	2/2~3	
酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者	安全教育センター	3日	2/17~19	
鉛作業主任者	安全教育センター	2日		3/9~10



安全教育

講習科目	教習先	日数	2月	3月
職長・安全衛生責任者教育	建災防	2日	2/25~26	3/18~19
	コマツ教習所	2日	2/16~17	3/6~7
	小野リース	2日	2/25~26	3/25~26
	PEO建機教習センタ	2日	2/18~19	3/15~16
刈払機	コマツ教習所	1日	2/12	2/15
	PEO建機教習センタ	1日	2/1	2/15
振動工具の取扱 (チェーンソーを除く)	コマツ教習所	1日	2/9	3/2
	PEO建機教習センタ	1日		3/16
有機溶剤業務	コマツ教習所	1日	2/9	3/5
丸のこ等取扱	コマツ教習所	1日	2/17	3/11
	小野リース	1日	2/1	3/25
木造解体作業指揮者	PEO建機教習センタ	1日	2/5	

宮城県連
講習
スケジュール
まとめ

受講要件、受付状況、受講料、受講時間、受講内容、受講場所等の
詳細については、各講習機関にご確認ください

各ページのバーコードの読み取り方法は最終ページに掲載しています

QRコードの読み取り方

iPhone (iOS11 以降)

※一部 iPhone で対応していない場合があります。その場合は、「app store」で「QRコード」と検索して読み取りアプリをダウンロードしてください



- ① iPhone の「カメラ」アプリで QR コードを読み取ります。
- ② カメラを起動して QR コードを画面内に表示することで、読み取り結果が画面上部に表示されるので、タップします。
- ③ Web ページを開くことができます。

Android

※一部 Android で対応していない場合があります。その場合は、「play ストア」で「QRコード」と検索して読み取りアプリをダウンロードしてください。



- ① ホームボタンを長押し（2秒程度）して Google アシスタントを起動します。
- ② Google レンズのアイコンをタップするとカメラが起動します。
- ③ QR コードにカメラを向けると、読み取り結果のアドレスが表示されるのでタップする。
- ④ Web ページを開くことができます。