

## マイナ保険証、 つった？ ついてない？

2024年12月2日以降、健康保険証は新たに発行されなくなり、政府はマイナンバーカードに保険証を紐づけた「マイナ保険証」への移行を推奨し、メリットを宣伝しています。

ちょっと不安だけど、マイナ保険証を作らないといけないのかな？

兵庫県保険医協会 事務局次長の平田さんに聞きました。

### マイナ保険証がない方には 資格確認書が届きます

—そもそもマイナンバーカード(以後 マイナカード)ってどういうものでしょう

**平田** マイナンバー(12桁の数字)が記載され、ICチップ内に電子証明書(個人情報)が入っているものです。この電子証明書や電子証明書以外の空き領域を保険証機能や銀行口座の紐づけで活用しようとしています。

—2024年12月から現在の健康保険証は使えなくなるのですか？

**平田** そんなことはありません。「新しい健康保険証を発行しない」だけで、市区町村発行の保険証の期限が切れれば、「資格確認書」が手元にとどきます(法律上は最長5年で、1年ごと。期間は市区町によって違う)。

新たに後期高齢者になった方には、マイナ保険証を持っていても、いなくても、資格確認書が届きます。

## マイナ保険証を 考える

—尼崎医療生協病院の窓口では、マイナ保険証の期限が切れて使えない方がいました。

**平田** マイナカードの有効期限は10年ですが、マイナ保険証の有効期限は5年です。保険証の期限というか、保険証に必要な「電子証明書の有効期限が5年」なのです。期限の通知は届くので、役所で更新しないとはいけません。でも、見逃してしまうことも多いでしょうね。

### 政府がマイナ保険証にしたいわけは？

—政府がマイナ保険証を推奨する理由は为什么呢？

**平田** 1つは、国民の社会保障負担を増やすことです。たとえば介護保険で入居型施設に入ると部屋代や食事代はその人の所得によって国の補助額が変わります。年金収入もほとんどなく、非課税所得者であっても、預貯金が多い場合、負担額が変わります。現在は本人の申し出だけですが、マイナカードと口座を紐づけて、すべての預貯金を把握しようとしています。

銀行は、聞くことが義務で、『マイナカードと口座を紐づけますか?』と聞いてきますが、紐づけは強制ではありませんから、『紐づけしません』という意思表示をしてください。(2面につづく)

NO.316

尼崎医療生活協同組合  
機関紙2025年3・4月号

# にじ健康



今号の  
内容

- 2 面 マイナ保険証を考える
- 3 面 医療生協でがんばる16 病院事務長
- 4 面 かんたき情報・潮江診療所健康ミニまつり
- 5 面 9条の碑の健碑・かんたん体操
- 6 面 歩いて健康歩けば出会い

発行：尼崎医療生活協同組合

発行責任者：瀬井 宏幸

〒661-0033 兵庫県尼崎市南武庫之荘11丁目12番1号

TEL 06-6436-9500 FAX 06-6436-9511

Email : kumikatu@amagasaki.coop

ホームページ : <http://www.amagasaki.coop/>

拒否しても不利益はありませんよ。

それと、マイナカードのシステムに関わったのは4つの企業なのですが、国はその4社に3兆円を超える金額を投じており、引くに引けない状況なのだと思います。ちなみにカードの印刷は大手印刷会社です。いずれも自民党に企業献金している企業です。

### マイナ保険証は本当に便利なの？

—「日本はデジタル化が遅れている」というので、マイナ保険証への移行は仕方ないのでしょうか

**平田** デジタル化で便利になるのであれば、自然に普及するでしょう。スマホもそうですよね。マイナ保険証では便利にならないので、なかなか普及しないのだと思います。

アメリカの社会保障番号制度では個人情報の流出や、なりすましが社会問題となっていて、ヨーロッパでは国民を番号で管理する国民ID制度は憲法違反だと、法律が廃止された国もあります。

—尼崎医療生協ではマイナ保険証のお勧めはしていませんか。マイナ保険証の利用率は2024年11月で8パーセントです。他の医療機関ではどうでしょう？

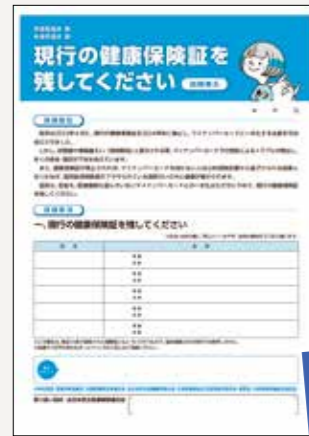
**平田** マイナ保険証で患者さんとトラブルにならないよう、気を遣っているようです。

大手の薬局では、「マイナ保険証じゃないと薬が販売できない」などと事実じゃない説明をして積極的にマイナ保険証の作成を呼び掛けているチェーン店もあると聞きますが、トラブルも発生しているようです。

### 医療から取り残される人が出ないか心配

—今回のマイナ保険証化の中で、医療から取り残されてしまう人がいないか、窓口職員からは心配の声が出ています。

**平田** そうですね、車椅子の場合に顔認証が出来



現行の健康保険証を残してください  
署名にご協力ください

# マイナ保険証がなくてもちゃんと医療は受けられます



兵庫県保険医協会の事務所を訪問して、平田さん(右)に資料ももらい、詳しく教えてもらいました

ないとか、認知症の方でカードリーダーが操作できないとか。介護施設では、入所者さんのマイナカードを預かることが出来なくて、紐づけたマイナ保険証を解除して、資格証明書を発行してもらうこともできますが、発行に2~3か月かかります。要配慮者の場合はマイナ保険証と資格確認書をどちらも持つことが出来ますが、厚労省は具体的なことを発表していないですね。

—国民健康保険料を滞納しているかとも、同様に資格確認書が発行されるのですか？

**平田** はい、滞納者にもマイナ保険証を持っていないければ資格確認書は送られてきます。ただし、保険料滞納が1年を超すと医療機関の負担が10割になります。保険料を納めると、負担割合に応じて差額が償還されます。

### これからどうなる？ マイナ保険証

—これまでは滞納の方は「短期保険証」を提示されていたので、無料低額診療につなげたり、お困りごとはないか確認できましたが、そういった患者さんの状況が見えなくなるのじゃないでしょうか。マイナ保険証はこのまま、進んでいくのでしょうか？

**平田** 今の国会議員へのアンケートでは「紙の保険証を残すべき」という回答が多く、「マイナ保険証一本化延期の法案」を立憲民主党が提出しています。また、資格確認書の発行は保険者が決めるもので、東京都の一部地域では、すべての人に配ることを検討されていると聞いています。

—組合員さんへ、ひと言、お願いします

**平田** 焦ってマイナ保険証の取得や銀行口座などの紐づけをする必要はないですよ。勧められても、必ずご自身で、やるか、やらないかを選択してください。

—マイナ保険証をつくらなくても、医療を受けることができるし、仕組みについても勉強になりました。ありがとうございました。

今回は尼崎医療生協病院の経営改善に奮闘されている事務長の向井さんにお話を聞きました。(編集委員会)



## 医療生協でがんばる16 病院事務長

尼崎医療生協病院 事務長 向井 章雄さん

### Q. 事務長ってどんな仕事ですか？

**向井** たとえば医療事務課の事務なら窓口対応や診療報酬の請求などが仕事ですが、事務長は事務部門全体の責任者で、病院内の医師や看護師、検査などのいろんな分野のつなぎ役だと思っています。その時々の方針を伝えたり、話を聞いたりしています。

### Q. 伝えるって大変ですよ

**向井** 10人の職場なら、その方針の決まった経緯や熱意も伝わりやすいですが、病院は300人いますから。伝えるうちに薄まらないようにしたいと思っています。それは経営改善につながります。

### Q. 事務って病院の中では縁の下の力持ちってイメージでした

**向井** 医師や看護師、検査技師、理学療法士などの技術職に比べたら地味ですが、医師や看護師の気持ちもわかり、患者さんと近くで話ができるのが事務の強みで、「事務が活躍できないとあかん」と思っているんです。

### Q. 個人的に私の上司だった時、「ボーダーレス」と言って、ガンガン仕事を回してきましたよね(元医局事務職員より)

**向井** 人材育成も大切な仕事ですから(笑)。いかにその人のベースにある良さを発揮してもらうか、を考えています。会話の中でその人の得意なことを知って、もっと力を出し

## 事務職員も活躍できなあかんと思ってるんです

てもらえる課題を考えます。

### Q. 向井事務長って仕事に熱い印象です

**向井** 仕事って生涯のなかで1期間のことだけど、いかに楽しい時間にするかが大事で、そのために本音で意見を出し合って高め合っていくよ、そのほうが仕事おもしろいだろうって思うんです。「嫌で嫌で仕方ない」より、「しんどいけど頑張ってる成長できている」と思うほうがいいですよ。

### Q. そう思うようになったきっかけってあるんですか

**向井** うーん、小学校の時、おとなしい友だちが何かで褒められた時にキラキラと輝いて見えたことかな。私は就職で二転三転して尼崎医療生協へ来ましたが、何かを売り込む営業職より、誰かをサポートして気持ちよく仕事してもらうのが向いているなと思って。ちなみに、兵庫民医連の事務局長の

仁田さんが高校の同級生で、営業の時に車で偶然再会した後に、電話で「仕事さがしてへんか？」と言われたのが、医療生協に就職したきっかけです。

### Q. これからの医療生協のこと、なにかありますか

**向井** 医療・介護に厳しい環境で、苦渋の選択ですが産科を閉じたり、コロナでクラスターを出すというピンチもありながら「お断りしません宣言」で乗り越えてきました。医療・介護をめぐる状況を改善するために声をあげながら、地域のニーズを知り、尼崎医療生協の求められるポジションをわかって、その役割を果たしていくことだと思います。

### Q. 趣味はありますか？

**向井** ウクレレかな。妻がフラダンスを教えているので、私はウクレレを弾いて参加したりしています。あとはジムに通ってます。太ったんじゃなくて筋肉です(笑) 40歳をすぎて身体の衰えが激しいのがジムに通いだした理由ですね。



### 取材後記

向井事務長はポジティブ思考の持ち主です。ポジティブな人というのは、困難な状況においても、プラスの面を見つづける力があります。スタッフひとりひとりのプラスの面を見つづけて引き出し、マイナスの面をカバーする、そんな頼りがいのある事務長です。

## 上棟式とミニ訪問行動を行いました

1月10日に、かんたき「虹のきずな」の上棟式を行いました。終了後に組合員5名と職員



4名で、水堂高層住宅へミニ訪問行動を行い、34件の訪問に対し、16件の対話ができました。かんたき予定地近くでの訪問行動で、みなさん興味をもってお話を聞いてくださいました。「玄関先は寒いから」と部屋に上げてもらってお話したり、いま困っていることや「虹のきずな」への期待も聞けました。対話アンケートでは、体操や脳トレゲームやパズルをやりたいという声も。地域に根付いた事業所となるよう、これからも皆さんとの対話を進めていきます。



**介護職 看護職**  
オープニングスタッフ  
募集しています

看護小規模多機能型居宅介護「虹のきずな」は7月に開設を予定しています。オープニングスタッフとして、介護職・看護師を募集します。新しい事業所で、あらたな気持ちで一緒に働きませんか。(オープンまでは、研修をかねて他の事業所での勤務となります)

問い合わせ：生協事務局 ☎06-6436-9500

## 建設増資にご協力をお願いします

かんたき建設増資にご協力をお願いします。2024年12月～2025年12月の期間中にご協力いただいた方、お一人に1本、記念ボールペンを進呈します。「虹のきずな」名前入り、インクは黒で、9色からお好きな色を選んでください。



### ボールペンのお渡し方法

- 1 事業所窓口や組合員コーナーでの増資の場合、出資金預かり伝票をお持ちください。
- 2 郵便局振込の場合、払込受領書を事業所窓口お持ちください。組合員活動部に「払込取扱票」があります。
- 3 すでに現金でかんたき増資をしている場合は、
  - ・支部運営委員が集金している場合は、組合員活動部職員より運営委員さんにお渡しします。
  - ・事業所窓口で増資をした場合は、組合員さんよりお申し出があったらお渡しします。

詳しくは、組合員活動部又はお近くの病院・診療所の受付にお問い合わせください。

(組合員活動部：06-4962-4920)

## “9条の碑”建碑の募金にご協力ください



日本国憲法第9条平和憲法を守ろうと、各地で9条の碑の建碑が進んでいます。尼崎医療生活協同組合でも、2025年春の完成を目指し、9条の碑の建碑に向けた運動を行っています。

現在は、組合員、職員、市内の民主団体を中心に募金の呼びかけを行っており、1月18日時点で募金は20万円強集まっています。

2024年は日本原水爆被害者団体協議会(被団協)がノーベル平和賞を受賞するという歴史的な出来事がありました。私達も被団協の「ノーモアヒバクシャ」の訴えを共有し、「戦争を絶対にしない、させない」という証として尼崎医療生協の「9条の碑」建碑を実現させましょう!募金のご協力をお願いいたします。

募金の際は、組合員活動部又は病院・診療所窓口までお声掛けください。

第二章 戦争の放棄  
第九条 日本国民は、正義と秩序を基調とする国際平和を誠実に希求し、国権の発動たる戦争と、武力による威嚇又は武力の行使は、国際紛争を解決する手段としては、永久にこれを放棄する。  
② 前項の目的を達するため、陸海空軍その他の戦力は、これを保持しない。国の交戦権は、これを認めない。



9条の碑には日本国憲法第二章「戦争の放棄」の条文を刻む予定です。

設置場所：第1駐車場前  
(くるっとパーク尼崎医療生協病院1)  
募金目標金額：100万円 (1口500円)  
問い合わせ先：9条の碑をつくり、平和憲法を守る実行委員会  
☎06-4962-4920  
(尼崎医療生活協同組合内)



## ちょこっとかんたん体操 57 膝痛予防

### 太もも、お尻をきたえて膝痛を予防しましょう



膝の痛みの原因は様々です。膝裏の筋肉が硬い方、お尻や太腿の筋力が落ちている方が多い印象です。今回は膝痛予防のマッサージや体操をご紹介します。痛みの度合いや症状によって無理のないよう調整してくださいね。足全体の筋力をつけ膝の負担を減らしましょう!



理学療法士  
片山 皓司

#### 膝とふくらはぎのマッサージ



卵を割るようなイメージで膝裏を包み、親指でイタ気持ちいい力で押していきます。



親指側をひらいて手を移動しながら、膝裏からふくらはぎまで行いましょう。反対の足も同様に行います。



**タオルつぶし**(太もものトレーニング)  
片足をのばして、ひざ下に折りたたんだタオルを入れて押しつぶします。反対の足も同様に行います。



**脚広げ**(お尻のトレーニング)  
タオルの上にかかとを置いて、仰向けになり、つま先を天井に向けて。足を少し横に動かし、ゆっくり元に戻します。反対の足も同様に行います。

## 潮江診療所 健康ミニまつりを開催します

第2回目となる潮江診療所でのフレイルチェック(★)では「健康ミニまつり」として、阪急阪神百貨店の移動販売車「走るデパ地下 阪急のスイーツ移動販売」(1会計につき220円(税込)の出張料が別途必要)のや潮江診療所のミニバザー(日用品や本などを販売)、ヨーヨー釣りなどを同時開催いたします。ご家族、お友達と一緒にぜひ遊びにきてください!

(★)フレイルチェック…筋力低下や口腔機能低下をチェックすることで、要介護リスクへの早期の対応ができるようになります。

日時：2025年3月29日(土)14時～16時  
場所：潮江診療所(雨天決行)





歩いて健康  
歩けば出会い

## よみがえった尼崎城は 楽しく歴史を学ぶ城でした

今回のコース 阪神尼崎駅→尼崎城→白髪一雄記念室

### 2019年に復活して6年の尼崎城へ

1月初旬、厳しい寒さの中、阪神尼崎駅から出発です。まず、あまがさき観光案内所に寄ってリサーチです。尼崎で生まれた“尼いもご飯の素”や“あまらむね”“ヒノデ水飴”などの食品や、“溜息3秒ZE225”という名前のボールペン&スタンドなどが展示・販売されています。

観光案内所を出て、尼崎城へ向かいます。阪神尼崎駅前の空中庭園(①)に上がり、庄下川上の立体歩道橋から案内標識に従って進みます。2019年3月に復活を遂げた尼崎城(②)、外観を観る事はあっても、なかなか入城料を払ってまで行く機会がなかったのですが…。1階で受付をし、5階までエレベーターで上がります。最上階には展望ゾーンがあり、400年前の尼崎城から見下ろした街並みがタブレット端末で見ることができ、現在の街並みとの比較ができるんです。

4階では、尼崎が生んだ漫画家 尼子騒兵衛原作のアニメ「忍たま乱太郎」のパネル展と尼崎城はじめ日本各地の名城の手拭が展示されていました。編集委員は好きな城の手拭を見つけ、お城トークに花が咲きました。

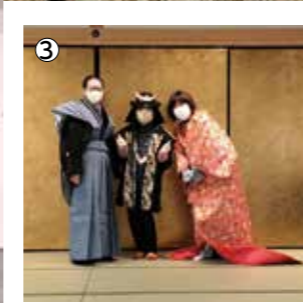
3階はなりきりスペース、忍者や武者に変身できる!ということで、恥ずかしげもなく編集委員が武士・殿様・姫様の衣装を纏い、写真をパチリ(③)。

2階は槍や鉄砲・刀の実際の重さを体験、映像に現れる竹やワラを刀の持ち手を振ることで次々と切っていくゲーム、取材時間の関係で視聴できませんでしたが、江戸時代の尼崎城・城下町の賑わいぶりが楽しめるVRシアターもあります。

時間があれば、もっと遊びたかったのに…というのが感想です。まだ行かれていない方は、是非!! 一人で



白髪一雄記念室 (10時~17時 入館は16時30分まで。火曜日休館) 観覧料: 一般200円、65歳以上・大高生100円、中学生以下無料、障害者手帳半額・介助者1名無料。絵の入れ替え、他の展示会との関係で休館あり、確認のうえお越しください。



殿様になりきったり、  
心静かに絵を観たり

はなく、ご家族やお友達数人と行かれるのがおすすめです。

### 尼崎市ゆかりの画家 白髪一雄さん

前号では武庫地区が生んだ画家 中村百合子さんを紹介しましたが、今回は尼崎市西本町が生んだ画家 白髪一雄さんの紹介です。場所は尼崎市総合文化センターの4階に「白髪一雄記念室」があります(④)。作風は床に広げたキャンパスの上に油絵の具を置き、天井からぶら下げたロープにつかまりながら裸足で描くものです。半年ごとに展示替えをされていますが、今回の展示作品は絵の具の塊が豪快に盛り上がったものや、足の形がくっきり表現されたものなど、まさに「白髪一雄の足跡」そのものでした(⑤)。

### メはやっぱり尼ちゃん

お腹もすいたところで、観光案内所でもらった尼崎あんかけちゃんぽんのチラシから、今日のランチ店をチョイス。寒さで冷えた体に、あったかいちゃんぽんが沁みわたりました。



## 掲示板

2025年6月コース

## 介護福祉士実務者研修(通信制) 受講生募集!!

介護福祉士は、介護にかかわる唯一の国家資格。受験するには、3年以上の実務経験と「介護福祉士実務者研修」を修了する必要があります。尼崎医療生協の実務者研修は、現職の経験豊かな介護士・看護師がスクーリング講師。WEB学習システムを使ってスマホで勉強できます。仮申し込みいただくと、詳しい資料をお送りします。

●期間  
2025年6月1日~2025年11月30日  
スクーリング(全8回) / 2025年9月3日~10月22日の  
毎週水曜・9時~18時、あおぞら会館

●受講料  
無資格者 99,000円、初任者研修・ヘルパー2級  
79,200円、ヘルパー1級 44,000円  
※テキスト代、システム使用料、税込み

●仮申し込み  
パンフレットと受講申込書をお送りします。  
5月20日(火)締め切り

※右のQRコードが仮申し込みの  
フォームにつながります。  
●問い合わせ  
尼崎医療生協介護事業部  
近沢・中川 TEL06-6436-9500



## 健診で安心

今年度、まだ健診されていない方は

3月末までに  
健診を受けましょう!!

組合員健診をご希望の方は、病院健診センター  
または各診療所までご連絡ください

### 組合員健診(基本セット)

対象者	40~74歳：特定健診受診券をお持ちの方 75歳以上：後期高齢者健診対象者(受診券不要)
料金	自己負担なし(受診券に自己負担金額の記載があってもいただきません)
健診内容	◎問診の確認 ◎身長、体重、BMI、腹囲測定 ◎診察 ◎血圧測定 ◎尿検査 ◎血液検査
	●組合員だけの追加項目(自己負担はありません) ①血液検査(貧血、栄養状態等) ②心電図 ③便潜血検査(大腸がん検診)

### 婦人検診のご案内 ※事前に予約が必要です

実施日時  
月・火曜日の午前、水・金曜日の午前と午後  
平日に婦人検診が受けられない方は  
3月23日(日)にも実施しています。  
尼崎医療生協病院健診センター(直通) TEL06-6436-1845

## いきいき虹の健康レシピ

### 豆苗とツナの卵とじ



1人分  
カロリー  
220kcal  
塩分1.4g

材料(2人分)  
・豆苗……1パック  
・人参……約1/3本(60g)  
・ツナ缶…1缶(70g) ※オイル漬け  
・卵……2個 ・白だし……大さじ1  
・ごま油…少々

作り方  
①豆苗は根の部分を切り取り、洗って2~3cmに切る。  
②人参も豆苗の長さに合わせて千切りにする。  
③フライパンに人参とツナ缶をつけ汁ごと入れて弱火で炒める  
④ボールなどに卵を割り入れてほぐし、白だしとごま油を加えて良く混ぜておく。  
⑤③に豆苗を入れて炒め、しんなりしたら④を流し入れて全体を混ぜ合わせ、お好みの固さに仕上げる。

豆苗はエンドウの若菜で、中華料理の高級食材でした。1970年代に日本に豆苗が登場し、主に水耕栽培で発芽させたスプラウト状態で販売されています。特有の風味があり、β-カロテンをはじめとするビタミン類が豊富で、一般的な緑黄色野菜(ホウレンソウ、小松菜など)のビタミン含有量を上回ります。独特の風味がありますが、ツナ缶とごま油でうま味と香りを足して、卵でとじて食べやすくなりました。物価高の昨今、年中安価でビタミン豊富な豆苗を普段のおかずに取り入れてみませんか?  
尼崎医療生活協同組合 管理栄養士 寺岡伸子



〈全体の記事の感想をひとこと〉

お寄せいただいた「ひとこと」は『組合員のこえ』に紹介させていただきます。匿名希望の方はお書き添えください。

お名前	
ご住所	〒

8つの  
まちがいさがし

図書券が当たる

メ切  
3月25日

2つの絵の中の8つのまちがいを見つけ、解答用紙の絵に○を付け、通信欄に「ひとこと」も添えて郵送またはFAXでお送りください。10名の方に図書カード500円分を差し上げます。なお、当選者の発表は図書カードの発送をもってかえさせていただきます。

NO.315 1・2月号の正解



(宛先)  
〒661-0033  
尼崎市南武庫之荘  
11-12-1  
尼崎医療生協  
機関紙委員会  
FAX  
06-4962-4921

組合員のこえ

- 妻は毎年末に健康診断を尼崎医療生協病院で受けています(ちなみに私は所属する健康組合で)。定期健診は翌一年を安心して過ごすことのできるエビデンスになっています。
- 新年早々、祖母と反射神経エクササイズをしました。家の中で出来るので嬉しいです。
- ボランティアに興味があるのでボランティア講座の案内は良かったです。お料理もかまぼこサンドのアイデアは良いですね。やってみます。目やヒザ、肩こりに特化した記事もお願いします。
- 「組合員と職員がともに考えるつどい」とても良い取り組みだと思えます。患者としては、安心して病院にかかることができます。他の病院では「利益のために手術をすすめるのでは?」と不信感をもったことがあります。
- 毎回応募していますが93才にもなるとだんだん目が疲れて虫めがねで見ていると目がぼやけてくるので、もうポチポチ応募も卒業ではと思うようになりました。
- お正月にかまぼこを沢山購入してしまいましたが、売れ行きが悪かったのですが「か

組合員のこえ

- まぼこサンド」により子どもたちが楽しく食べてくれました。食品ロスがふせげてよかったです。
  - 「虹のきずな」いいネーミングがばって下さい!!
  - 武庫之荘の駅のオブジェがベニスのゴンドラであることを初めて知りました。それも地元の方であるとの事。なんだかもっとしっかり見たいと思いました。
  - 年を重ねても頭は若い昔のま
- まで棒エクササイズ簡単じゃないのと思っていました。実際してみると運動神経の鈍さにあきれました。そういえば寝てすぐに起きられなかったりと色々なことに動作が遅いなど、今わかったの!! という感じで、まずは棒エクササイズから始めよう!! ちなみに、75才過ぎました(笑)

尼崎医療生活協同組合 (2025年1月31日現在)

- 組合員：60,412人 ●出資金：20億8100万円
- 1人平均出資額：34,455円 ●支部数：36支部 ●班数：181班
- サークル数：31サークル ●グループ数：9グループ
- 機関紙『にじと健康』発行部数：39,252部/部内資料/奇数月発行

転居時は住所変更等ご連絡ください

「にじと健康」の配付者募集中

「にじと健康」は1399人の無償ボランティアによって配付していただいておりますが、まだまだ配付者が足りません。お手伝いいただける方を募集しています。

組合員の皆さまへ

住所や電話番号などの変更がございましたら、組合員活動部までお知らせください。  
☎ 06-4962-4920