



2025年  
10月26日

# 組合員・家族慰安 スポーツ大会

## 天高く澄んだ秋空の下、 組合員・家族366名参加



きれいなスノコが出来ました。  
記念に持ち帰り



お菓子目指して走れ～



なかなか入らず…！



快晴のもと去年のリベンジ開催を果たす!!

十月二十六日(日)、長崎市

なりました。

琴海中部運動公園にて「建設長崎スポーツ大会」を開催しました。

昨年は生憎の雨により開催を断念しましたが、今年は天候にも恵まれ、心地よい秋晴れの空の下、県下各地十四支部から、組合員、家族総勢三六六名が参加し、久しぶりの運動会に汗を流しました。

開会式では、中尾副委員長の開会宣言、佐藤執行委員長の挨拶、来賓紹介と続き、競技の注意や準備体操を済ませ、早速競技開始となりました。競技について見直し、レクリエーション感覚で参加できるものに変更し、体への負担も軽く

なりました。競技の合間に、各支部のテントでは豪華景品が当たると噂の福引券を一人一枚交付。福引会場のテントも盛況で、大きな手提げ袋を

玉入れ、児童を対象に来賓提供のおかしプレゼントが行われ、しばしの休憩。軽食を片手に笑顔で談笑する

対象にしたミニスノコづくり全支部対抗五名一組のスノコづくりと子どもや女性を

丸太切り競争を皮切りに、お菓子を手にニコニコの子さんの姿も見受けられました。

最後に佐藤執行委員長から全体の講評があつた後、方山青年部長による「団結ガンバロウ」を全員で三唱し、須藤副委員長の閉会の言葉をもつて運動会は閉会となりました。

なりました。



# 長建国保からのお知らせ

## マイナ保険証利用時には 電子証明書の有効期限をご確認ください！

(令和7年10月時点)

### 利用者証明用電子証明書(数字4桁)とは

- 電子証明書とは、「ログインした者が、あなたであること」を証明するものです。
  - 健康保険証利用時や、インターネットサイト等にログインをする際に利用します。
- こんなことに使えます！>>>
- マイナ保険証としての利用
  - マイナポータルへのログイン
  - コンビニでの住民票等交付サービスの利用

※電子証明書が有効期限を迎えると、上記の一部機能が利用できません！速やかに更新をお願いします。

※マイナンバーカードには、署名用電子証明書(英数字の6~16桁)もあります。

### 電子証明書の有効期限について

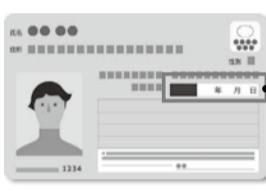
電子証明書の有効期限は、年齢問わず発行日から5回目の誕生日までです。

#### マイナンバーカードそのものの有効期限は？

- 発行日から10回目の誕生日(未成年者は5回目)までです。
- マイナンバーカードの更新には、交付時に来庁が必要です。事前申請をして交付時に来庁されると、その場で新しいマイナンバーカードと交換できます。

※これまでと同様 任意の代理人による受取が可能です。方法は、お住いの市区町村の窓口へお問い合わせください。

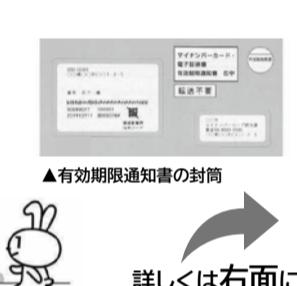
### 電子証明書の有効期限を確認するには？

マイナンバーカードの券面(左下図の赤枠部分)に記載されています。  
記載がない場合は、右下図の手順でマイナポータルからご確認ください。

▲マイナンバーカードの券面



▲マイナポータルにログイン



▲有効期限通知書の封筒

### 更新するにはどうしたら良いの？

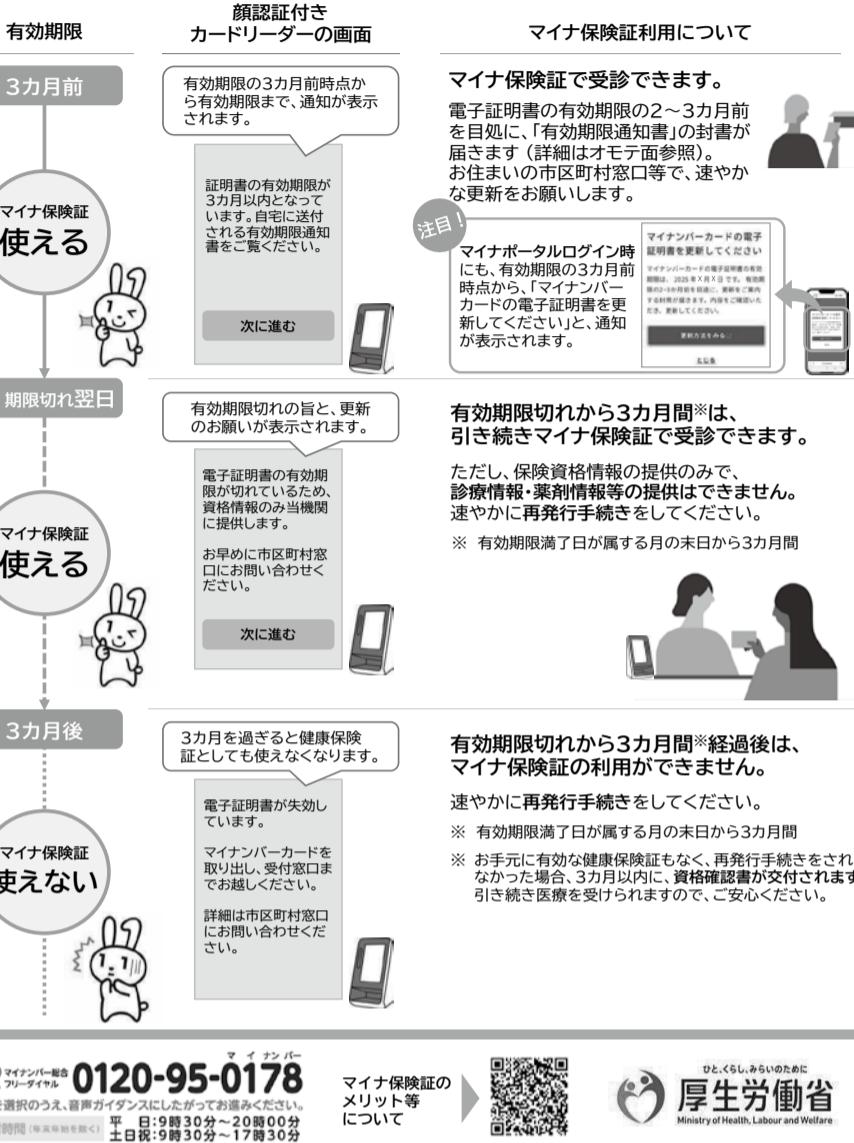
有効期限の2~3ヶ月前を目途に有効期限通知書(右図)が送付されます。  
通知が来ていなくても有効期限の3ヶ月前から更新ができます。同封のパンフレットをご一読のうえ、余裕をもってお早めにお住まいの市区町村窓口で更新手続をお願いします。  
なお、電子証明書の有効期限が切れても、お住まいの市区町村窓口で手続を行うことで再発行できます。

※電子証明書の更新と再発行の手続はオンラインではできません。

?  
有効期限が切れたことを忘れて  
病院等に行ったら、どうなるのですか？

詳しくは右面に

### 医療機関・薬局に設置されている顔認証付きカードリーダーでも 電子証明書の有効期限のアラートが表示されます



## 長崎県建設事業国民健康保険組合指定温泉一覧表

※規定料金は告知なく変更される場合がございます。正確な料金は各温泉施設までお問合せ下さい。

2025.11.1現在

消費税10%	指定温泉名称	利用区分	温泉施設内場所	平日料金 休日料金	規定料金	割引料金 メンバーズカード提示	補助券の額 (温泉券利用)	利用者負担 (自己負担)	所在地 電話番号
長崎・西彼地区	福佐山温泉 アマンディ	大人		830円	▲30円	▲300円	500円	長崎市曙町39-38 095-862-5555	
	i+Land nagasaki (旧) やすらぎ伊王島		ホテル側	平日 800円	▲100円	▲300円	400円	長崎市伊王島町1丁目3277-7 095-898-2202	
			休日	1,000円	▲100円	▲300円	600円		
	しまかぜ		平日	800円	▲100円	▲300円	400円		
			休日	1,000円	▲100円	▲300円	600円		
	喜道庵			1,000円	-	▲300円	700円	西彼杵郡長与町岡郷2762-1 095-887-4126	
	道の尾温泉			800円	-	▲300円	500円		
	ゆりの温泉		発券機で 割引後の 金額ボタンを 押してください。	平日 650円 休日 650円	▲50円 ▲50円 △バースカード提示	- ▲300円	600円 300円	西彼杵郡長与町高田郷2289-2 095-856-2617	
			平日	800円 800円	▲50円 ▲50円 △バースカード提示	- ▲300円	750円 450円		
			休日	800円 800円	▲50円 ▲50円 △バースカード提示	- ▲300円	750円 450円		
県央地区	サンスパ おおむら ゆの華	大人		820円	▲120円 △バースカード 無券も可	▲300円	400円	大村市森園町663-3 0957-50-1126	
	青雲荘			880円	-	▲300円	580円	雲仙市小浜町雲仙500-1 0957-73-3273	
	小地獄温泉館			500円	-	▲300円	200円		
	望洋荘		大人(高校生以上) [7:30~16:30]	550円	-	▲300円	250円	雲仙市小浜町南本町10 0957-74-3141	
			大人 [16:30~21:30]	330円	-	▲300円	30円		
			雲仙市にお住いの方のみ (保証証・運転免許証をご提示ください) 大人(60歳以上) [7:30~21:30]	209円	差額は返金されません。		0円		
	いいもり月の丘			520円	-	▲300円	220円	諫早市飯盛町平古場279番地 0957-28-4141	
県北地区	国民宿舎くじゅく荘	大人		600円	-	▲300円	300円	東彼杵郡川棚町小串郷272 0956-82-2661	
	川棚大崎温泉 しおさいの湯			600円	-	▲300円	300円	東彼杵郡川棚町小串郷237 0956-82-8868	
	ザ・パラダイス ガーデン サセボ(*1)			900円	-	▲300円	600円	佐世保市崎岡町853-12 0956-39-4800	
	ホテルローレライ ばっこんの湯(*1)			800円	▲160円	▲300円	340円	佐世保市南風崎町449 0956-59-3939	
	はさみ温泉 湯治棟		平日	800円	-	▲300円	500円	東彼杵郡波佐見町長野郷558-3 0956-76-9008	
			土・日・祝	850円	-	▲300円	550円	佐世保市鹿町土肥ノ浦169-2 0956-66-2617	
	鹿町温泉 やすらぎ館			660円	-	▲300円	360円	平戸市田平町野田免210-6 0950-57-1110	
	平戸たびら温泉 サムソンホテル			1,000円	-	▲300円	700円		

(\*1)毎月26日「風呂の日」は規定料金が半額となり、補助券の使用は出来ません。

### インフルエンザ予防接種を助成しています！ 感染対策にお役立てください

※令和7年10月から助成内容が変更になっています！！  
※フルミスト(鼻から接種できる予防接種)に関しては  
補助対象となりませんのでご注意ください！！

