

ひょうご共済

SUMMER
No.191
2020



写真提供/市川町「甘地駅前公園の版画パネル」

令和元年度決算概要 2	
総務課から	
共済組合職員募集..... 7	
ライフプランセミナーを開催します ほか..... 8	
年金課から	
申出をお忘れなく!3歳未満の子の養育特例..... 9	
離婚時の年金分割制度 ほか..... 10	
保健課から	
被扶養者の要件に国内居住要件が追加されました... 13	
被扶養者の資格調査を本年7月に実施します ほか... 14	
介護休業手当金の給付上限相当額が変更となりました ほか... 17	
保健課からのお願い..... 18	
福祉課から	
遠隔指導 (ICT) がはじまります ほか..... 19	
令和元年度健診結果に基づく 『重症化予防のための受診勧奨』実施結果 ほか... 20	

令和2年度(後期)健康セミナーのご案内..... 22	
短期人間ドック・脳ドック利用助成対象外の方にお知らせします... 24	
福祉課からのお願い..... 25	
貯金払戻日カレンダー..... 26	
さびない体をつくる!いろいろ野菜のカラフルレシピ... 27	
良い睡眠で快適生活ぐっすり眠れる部屋と寝具..... 28	
わが街紹介 市川町 30	
遺族附加年金事業「きずな」のご紹介..... 32	
ちょっとブレイク クイズパーク..... 34	
他府県施設紹介	
京都府市町村職員共済組合「ホテルセントノーム京都」... 35	
直営施設紹介「ひょうご共済会館」..... 36	
「ゆめ春来」..... 38	
ゆめ春来からのご案内	
組合の概況/令和2年5月の医療費状況..... 40	

令和元年度決算概要

令和元年度決算の概要は、次のとおりです。

総括事項

組合員数等の状況

種別	組合員数(人)	被扶養者数(人)	平均標準報酬月額(円)	
			長期	短期
一般組合員 (特別職組合員)	34,222 (149)	31,625	長期 406,395 (555,973)	短期 423,302 (696,778)
市町村長組合員	39	40	長期 619,230	短期 898,461
特定消防組合員	4,064	6,450	長期 424,087	短期 424,345
長期組合員	2	—	長期 620,000	短期 1,300,000
			長期 620,000	短期 680,000
市町村長 長期組合員	1	—	長期 620,000	短期 680,000
継続長期組合員	1	—	長期 530,000	
小計	38,329	38,115	長期 408,507	短期 423,948
			長期 408,507	短期 370,716
任意継続組合員	321	209	長期 408,507	短期 423,506
合計	38,650	38,324	長期 408,507	短期 423,506
第三号厚生年金 被保険者	38,297	—	—	408,332

※()内は、特別職組合員に係る数値です。

令和元年度末の市町及び一部事務組合数

市	28
町	12
一部事務組合等	42
計	82

組合員数(任意継続組合員を除く)については、11人減の38,329人となりました。

被扶養者数(任意継続組合員を除く)については、532人減の38,115人となり、組合員1人当たりの扶養者は、0.99人となりました。

各経理の収支状況

経理名	収入	支出	当期損益金
短期経理	265億9,710万円	266億75万円	△365万円
介護分	25億710万円	25億8,598万円	△7,888万円
厚生年金保険経理	572億8,395万円	572億8,395万円	0円
退職等年金経理	36億4,626万円	36億4,626万円	0円
経過的長期経理	2億7,938万円	2億7,938万円	0円
退職等年金預託金管理経理	136万円	136万円	0円
経過的長期預託金管理経理	8,589万円	8,589万円	0円
業務経理	6億3,998万円	6億2,400万円	1,598万円
保健経理	8億8,207万円	8億9,290万円	△1,083万円
宿舎経理	2億4,470万円	2億6,718万円	△2,248万円
共済会館	1億4,151万円	1億4,468万円	△317万円
貯金経理	11億4,751万円	10億3,206万円	1億1,545万円
貸付経理	3,388万円	2,502万円	886万円

短期経理

この経理は、組合員と被扶養者の公務外の病気、けが、出産、死亡、休業及び災害等に対して給付を行う経理です。

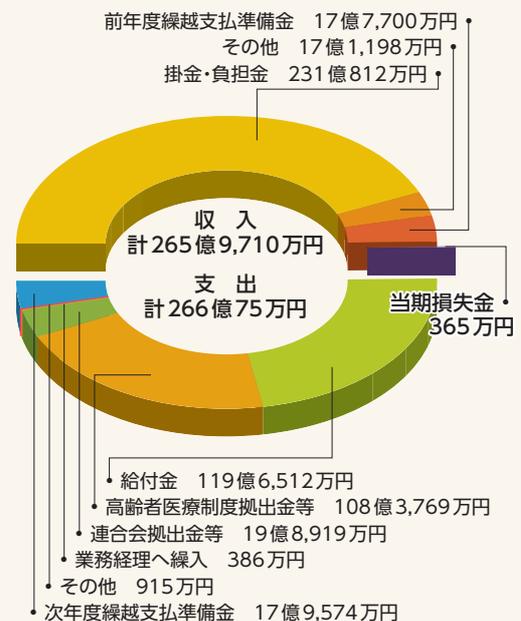
令和元年度は、育児介護休業手当金拠出金及び高齢者医療制度への支援金が増加したことに伴い、短期財源率を3.42ポイント引き上げ、91.48%で運営を行い、療養の給付の増加等により約365万円の当期短期損失金を生じる結果となりました。

今後も高齢者医療制度への支援金や介護保険制度への納付金の増加が見込まれ、厳しい財政状況となっています。

皆さまにおかれましては、健康管理に十分留意の上、医療の適正受診やジェネリック医薬品の利用についてなお一層のご協力をお願いします。

※% = 1,000分比です。

<収支の状況(介護分は除く)>



※当期損失金は、積立金を取り崩して補てんしました。



厚生年金保険経理

この経理は、厚生年金相当部分等に係る組合員保険料及び自治体からの負担金等の収入を全国市町村職員共済組合連合会（以下「連合会」といいます。）へ払い込む経理です。

令和元年度は、収入約 572 億 8,395 万円となり、これを全額連合会へ払い込みました。

退職等年金経理

この経理は、被用者年金の一元化により職域年金部分廃止後に創設された、「退職等年金給付」に係る掛金及び自治体からの負担金収入を連合会へ払い込む経理です。

令和元年度は、収入約 36 億 4,626 万円となり、これを全額連合会へ払い込みました。

経過的長期経理

この経理は、被用者年金一元化前に決定された公務障害・公務遺族年金等に係る経理です。一元化前の公務等に係る費用負担につきましては、自治体が負担することとなっており、その収入を連

合会へ払い込む経理です。

令和元年度は、収入約 2 億 7,938 万円となり、これを全額連合会へ払い込みました。

退職等年金預託金管理経理

この経理は、連合会の退職等年金経理から本組合への預託金を管理するための経理です。令和元年度は、約 136 万円の利息収入が生じ、利益金全額を連合会に支払いました。これにより、令和元

年度末の連合会預託金額は約 2,658 万円となりました。

なお、貸付経理への貸付金については、令和元年度中に全額償還となりました。

経過的長期預託金管理経理

この経理は、連合会の経過的長期経理から本組合への預託金を管理するための経理です。令和元年度は、約 8,589 万円の利息収入が生じ、利益金

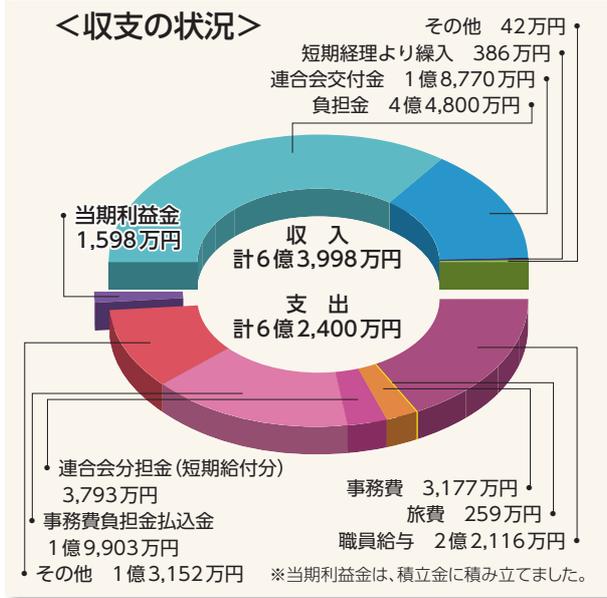
全額を連合会に支払いました。これにより、令和元年度末の連合会預託金額は約 56 億 3,879 万円となりました。



業務経理

この経理は、組合の管理運営に要する人件費等の事務的経費と、短期給付、長期給付等の事業を行うために要する費用を賄う経理です。財源は、地方公共団体負担金（組合員1人当たり年額11,660円）と短期経理からの繰入金（組合員1人当たり年額100円）及び連合会からの交付金（組合員1人当たり年額4,465円）です。

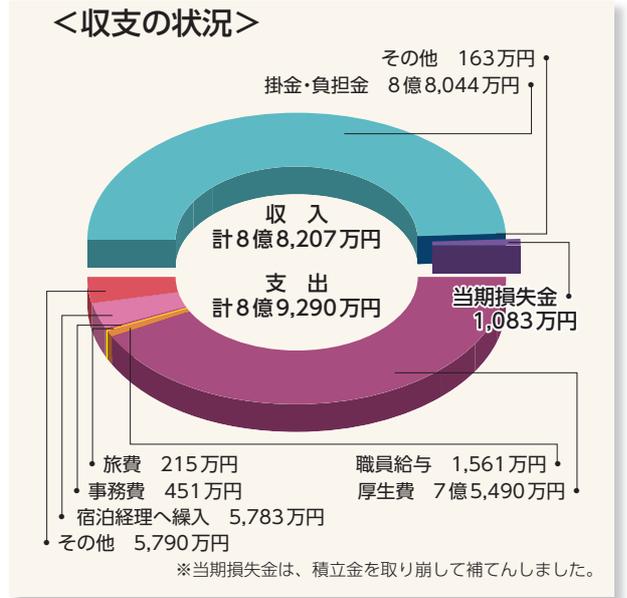
令和元年度は、約1,598万円の当期利益金を生じ、これを全額、積立金に積み立てました。



保健経理

組合員とその被扶養者の健康増進と疾病予防に役立てるため、短期人間ドック、成人病検診等への助成や保養施設等への利用助成などの福利厚生事業、また40歳以上75歳未満の組合員及び被扶養者を対象とした特定健診・特定保健指導等の福祉事業を行っている経理です。

令和元年度は、約1,083万円の当期損失金を生じましたが、これを全額、積立金を取り崩して補てんしました。



保健・保養及び教養に資する事業の概要について

項目		決算額	概要
保健	人間ドック	3億7,685万円	組合員 1泊2日5,679人 2日泊なし554人 1日6,718人 被扶養配偶者 // 127人 // 21人 // 992人
	乳がん検診	1,450万円	組合員3,062人 被扶養配偶者639人 計3,701人
	脳ドック	4,242万円	2,126人
	成人病検診	1億4,356万円	a組合員11,926人 b組合員16,965人 計28,891人
	子宮がん検診	914万円	組合員2,293人 被扶養者1,133人 計3,426人
	医薬品配布ほか	5,724万円	薬剤配付29,882人 歯科衛生用品1,951人
	インフルエンザ助成	1,122万円	11,223回
	健康管理保健指導助成	168万円	15所属所
	小計	6億5,661万円	
事業	保養所利用助成	8,106万円	ひょうご共済会館 組合員9,296人 被扶養者2,693人 ゆめ春來 組合員4,032人 被扶養者3,913人 他施設 組合員943人 被扶養者545人
	海・山の家利用助成	155万円	海の家 319人 山の家 842人 計1,161人
	退職組合員保養所利用助成	1,197万円	603枚(1枚2名まで)
	小計	9,458万円	
	図書・広報	320万円	延べ741部
広報誌ほか	13万円	ひょうご共済年4回 ホームページ運営費用	
小計	333万円		
講座	健康づくりセミナー	48万円	6回 延べ290人
特定健診・保健指導	特定健康診査	2,081万円	11,638人 (前年度分含む)
	特定保健指導	831万円	動機付け支援 574人 積極的支援 527人
	小計	2,912万円	
その他	災害見舞金	0万円	
合計		7億8,412万円	

貯金経理

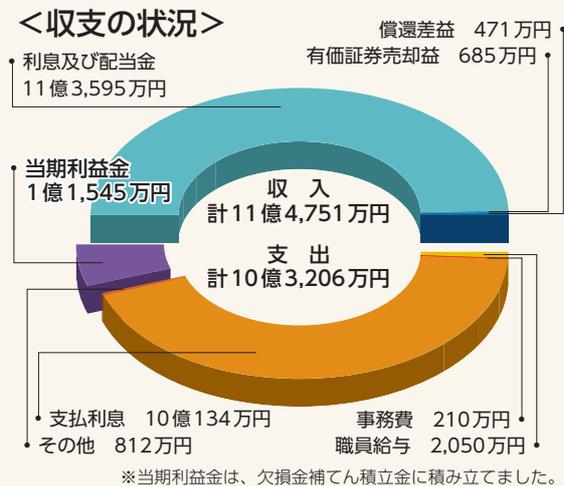
組合員の皆さまの大切な資産をお預かりし、安全かつ効率的な運用に努め、より有利な利息を還元する経理です。支払利率は0.8%（半年複利）。

令和元年度は、約1億1,545万円の当期利益金を生じ、これを全額、欠損金補てん積立金に積み立てました。

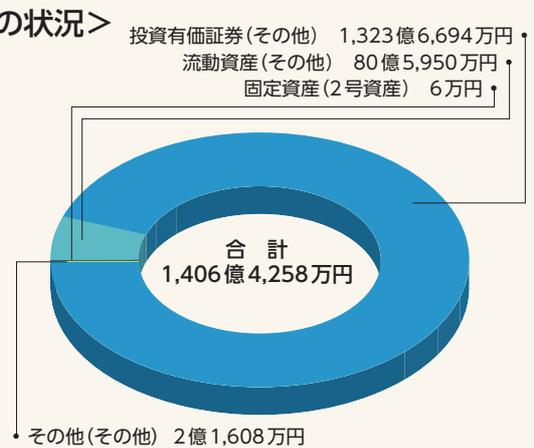
貯金の状況

		前年度末比
貯金額	1,272億1,929万円	14億4,730万円
貯金者数	20,560人	△156人
貯金者1人当たり貯金額	6,187,709円	116,460円
組合員加入率	53.64%	△0.39ポイント
支払利率	0.80%	△0.10ポイント

<収支の状況>



<資産の状況>

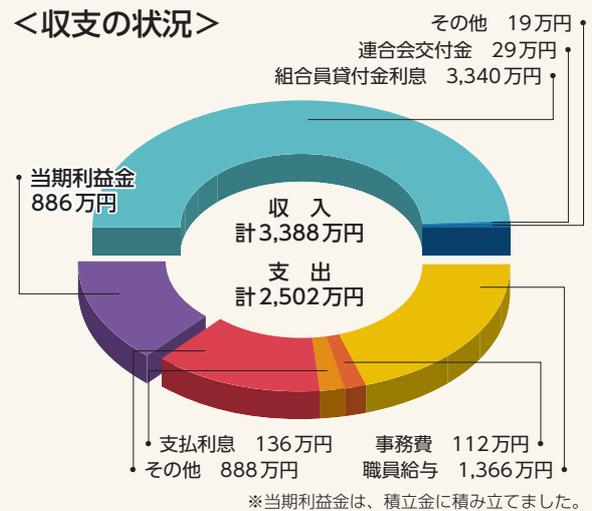


貸付経理

住宅取得及び教育、結婚等の臨時的支出に対して貸付を行い、組合員の皆さまの生活の安定と福祉の向上に寄与するための経理です。

令和元年度は、約886万円の当期利益金を生じ、これを全額、積立金に積み立てました。

<収支の状況>



貸付の状況

種別	件数	金額	割合	
普通貸付	389件	2億8,584万円	11.39%	
住宅貸付	880件	19億2,851万円	76.83%	
災害貸付	住	58件	8,595万円	3.43%
	再	13件	2,717万円	1.08%
	計	71件	1億1,312万円	4.51%
在宅介護対応住宅貸付	2件	339万円	0.13%	
特別貸付	医	1件	33万円	0.01%
	入	41件	2,253万円	0.90%
	修	166件	1億1,747万円	4.68%
	結	37件	3,283万円	1.31%
	葬	7件	618万円	0.24%
	計	252件	1億7,934万円	7.14%
高額医療貸付	0件	0円	0.00%	
出産貸付	0件	0円	0.00%	
合計	1,594件	25億1,020万円	100.00%	

宿泊経理

この経理は本組合の直営施設である「ゆめ春来」と「ひょうご共済会館」を運営する経理です。

ゆめ春来は山陰の名湯、湯村温泉にある施設です。元湯は「荒湯」と呼ばれ、98度の高温泉がこんこんと湧き出ており、立ち昇る湯けむりは独特の風景をつくっています。美人の湯としても知られる湯村温泉で、ゆったり、のんびり過ごしませんか。

ひょうご共済会館は神戸市の中心である三宮にも近く、山手の閑静な佇まいの中にあります。宿泊、

各種会合などにもお気軽にご利用ください。

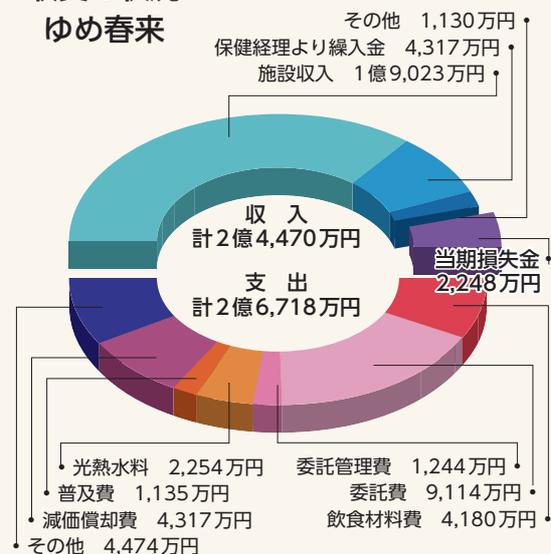
両施設とも各種イベントなどを企画し、より多くの組合員と家族の皆さまにご満足いただけるよう一層のサービス向上に努めてまいります。皆さまのお越しをお待ちしています。

利用状況

区分	施設名	ゆめ春来	ひょうご共済会館
宿 泊		12,811 人	13,267 人
宴 会		4,335 人	8,764 人

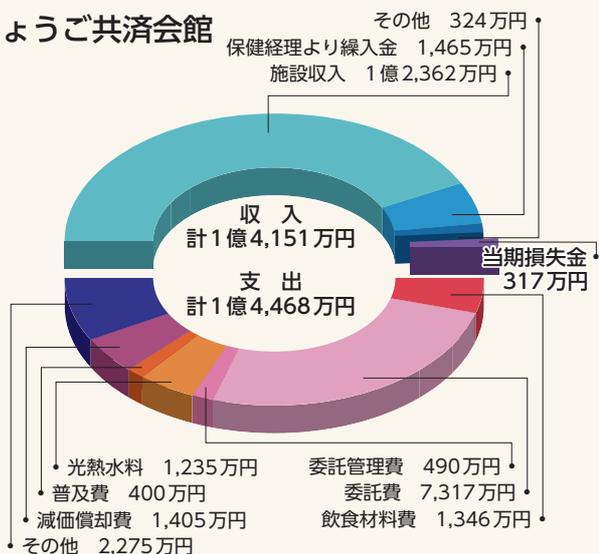
<収支の状況>

ゆめ春来



※ゆめ春来の当期損失金は、積立金等を取り崩して補てんしました。

ひょうご共済会館



※ひょうご共済会館の当期損失金は、積立金等を取り崩して補てんしました。

「組合会の開催を見送り」

本年5月28日に開催を予定していた組合会については、政府から新型コロナウイルス感染拡大防止のための緊急事態宣言が発出されたこと及び兵庫県の休業要請等に基づき、開催を見送りました。



共済組合職員募集

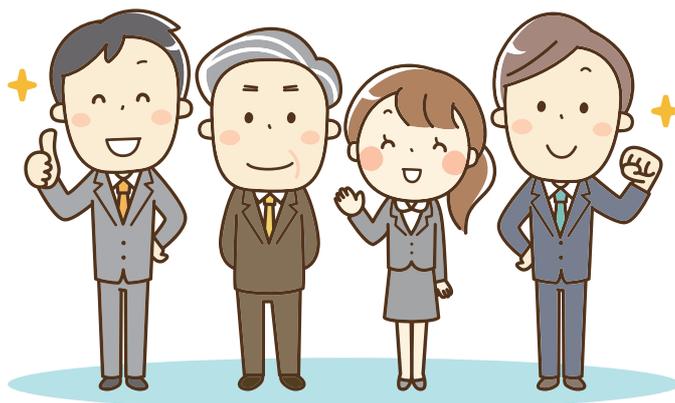
共済組合では、次のとおり、来春採用の事務局職員を募集します。

募集要項

採用予定人数	若干名
職種	事務職
受験資格	平成8年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学(短期大学を除く。)を卒業した方又は令和3年3月31日までに卒業見込みの方
試験内容	一次試験:教養試験・事務適性検査・職場適応性検査・作文 二次試験:面接 ※二次試験は、一次試験合格者で実施します。
一次試験日	令和2年9月5日(土曜日) ※詳細は、応募者に別途通知します。
応募方法	本組合所定の「兵庫県市町村職員共済組合職員採用試験受験申込書」(以下「申込書」という。)を持参又は簡易書留で郵送 ※「申込書」は、本組合総務課で配付します。郵便で「申込書」を請求する場合、封筒の表に「採用試験受験申込書請求」と朱書きし、120円切手を貼り付けた返信用封筒(角形2号封筒)を同封の上、本組合総務課まで請求ください。
応募受付期間	令和2年7月1日(水曜日)から8月11日(火曜日)まで ※受付時間は午前9時から午後5時までです。ただし、土曜日、日曜日及び祝日は除きます。 ※郵送の場合、8月7日(金曜日)の消印のものまで受け付けます。
採用予定日	令和3年4月1日(木曜日)
その他	新型コロナウイルス感染拡大防止措置の状況によっては、予定を変更する場合があります。

問い合わせ及び提出先

兵庫県市町村職員共済組合 総務課
〒650-0011
神戸市中央区下山手通4丁目16番3号
兵庫県民会館5階 TEL 078-321-0621



ライフプランセミナーを開催します!



近年、社会・経済情勢の変化や個人の価値観の多様化により、その方にあったライフプラン(生涯生活設計)を作成する重要性が高まっています。

今年度も外部から講師をお招きし、それぞれの世代にあったライフプランセミナーを開催します。

開催の日程は、下記のとおりです。

お申し込みの方法など、詳細については、勤務先の共済組合事務担当課を通じてご案内しますので、皆さまのご参加をお待ちしています。

ただし、会場の都合により、定員を上回る応募をいただいた場合、抽選とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

開催日程について

30歳代・40歳代のライフプランセミナー

会場 ひょうご共済会館

- 1回目…令和2年9月中
- 2回目…令和2年10月中

時間 両日とも午後2時から午後4時(予定)

50歳代前半のライフプランセミナー

会場 ひょうご共済会館

- 1回目…令和2年9月中
- 2回目…令和2年10月中

時間 両日とも午後1時30分から午後4時30分(予定)

その他 タブレット端末を使用して、シミュレーションを行います。

なお、今後の新型コロナウイルス感染拡大防止措置の状況によっては、一部内容を変更する場合がありますことをご了承願います。

今年度も退職予定者向けのセミナーを開催します!

今年度退職を予定されている組合員の皆さま(おおむね50歳代後半)を対象に、退職後の年金制度、医療制度について、説明会を開催します。説明会の後半では、個別相談を行いますので、お気軽にご相談ください。

9月下旬から11月下旬にかけて、県内7会場での開催を予定しています。

詳細については、7月下旬ごろ、勤務先の共済組合事務担当課を通じてご案内しますので、多数のご参加をお待ちしております。

なお、今後の新型コロナウイルス感染拡大防止措置の状況によっては、一部内容を変更する場合がありますことをご了承願います。



申出を
お忘れなく!

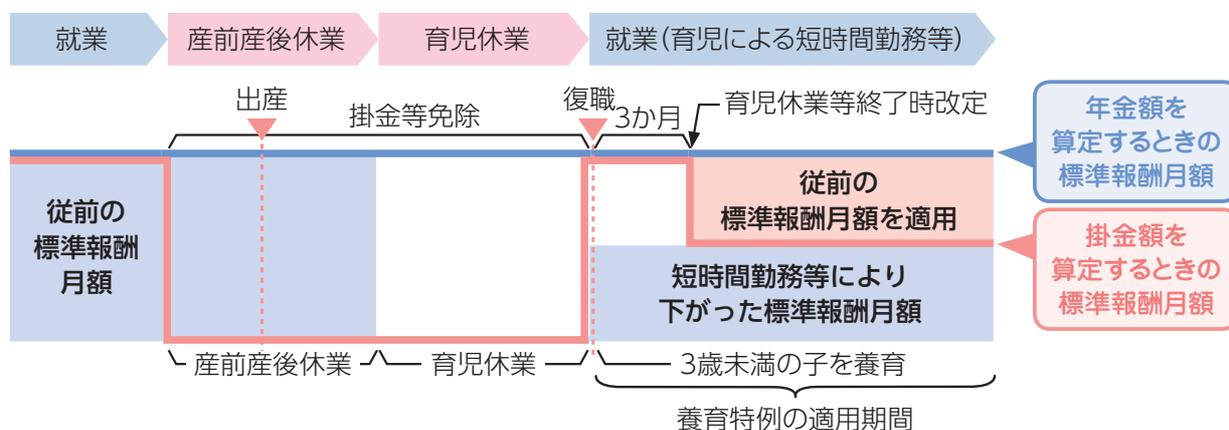
3歳未満の子の 養育特例

3歳未満の子を養育している組合員の標準報酬月額が、養育期間前の標準報酬月額(従前標準報酬月額)を下回る場合、共済組合に申出をすることで、年金額が従前の標準報酬月額で計算されます。

この特例は、育児短時間勤務などの勤務形態の期間中、報酬が低くなったことにより、将来の厚生年金保険給付や退職等年金給付(年金払い退職給付)が低くなることを避けるための措置であることから、短期給付の算定の基礎となる標準報酬月額には適用されません。



養育特例のイメージ



養育特例を受けることができる期間

3歳に満たない子を養育することとなった日の属する月から、養育を終了した日(下記のいずれかに該当した日)の翌日の属する月の前月までの期間

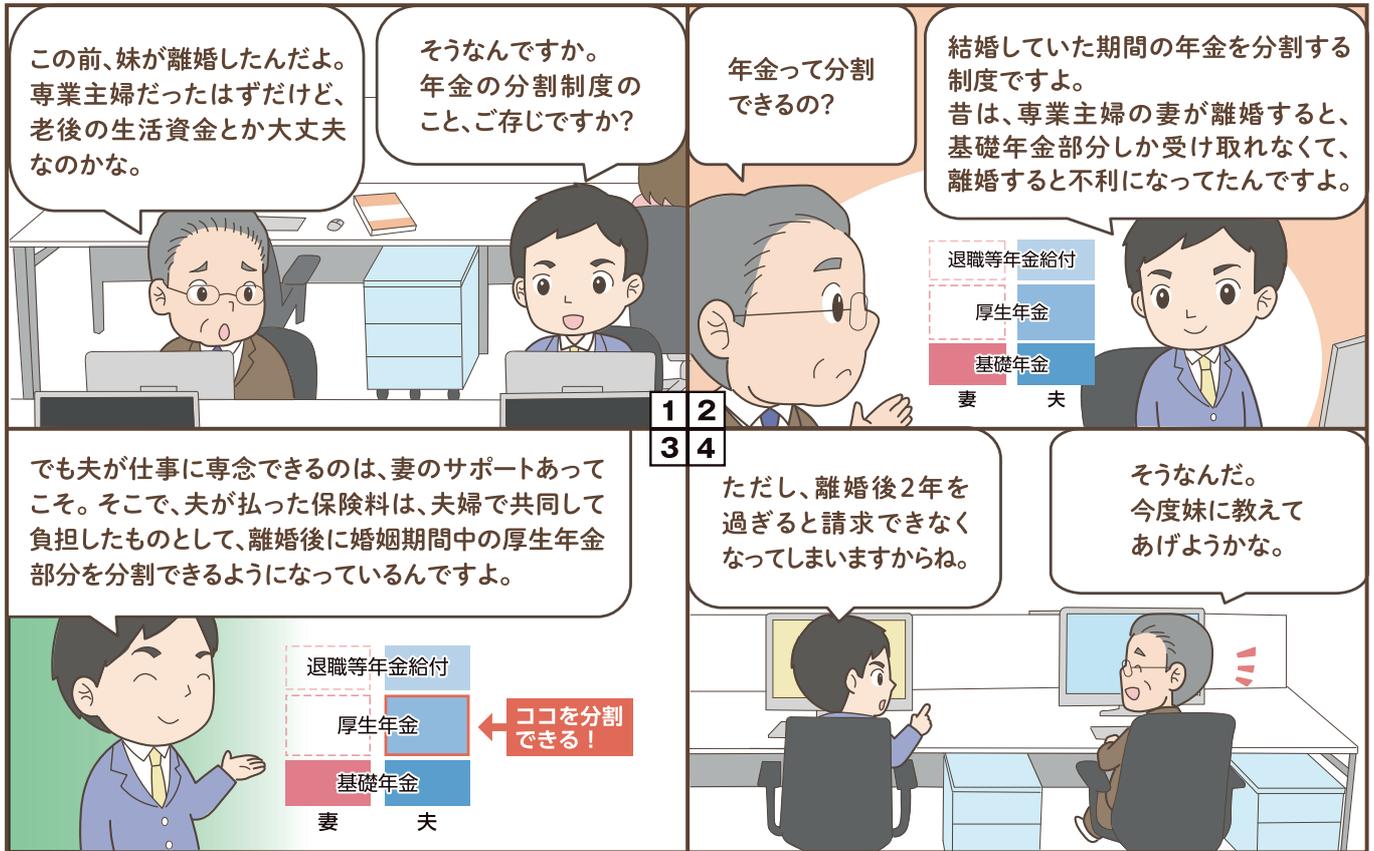
- 養育を終了した日とは
- 1. 養育している子が3歳に達したとき
- 2. 組合員が死亡したとき、又は退職したとき
- 3. 他の3歳に満たない子(養育特例を受けることとなる子)を養育することとなったとき
- 4. 子が死亡したとき、又は子を養育しないこととなったとき
- 5. 育児休業等(掛金免除)を開始したとき
- 6. 産前産後休業(掛金免除)を開始したとき
- 7. 組合員が70歳に到達したとき

養育特例の申出

養育特例の適用を受けるとき、又は養育特例の適用が終了したとき(上記1、2、7の場合は申出不要)には、勤務先の共済組合事務担当課へ必要書類をご確認の上、お申出ください。

申出が遅れ、申出日より前に養育期間がある場合は、養育期間のうち申出日が属する月の前月までの2年間について、遡って適用を受けられます。

離婚時の年金分割制度



離婚した場合に、夫婦間の公的年金の加入状況によって、将来受給する年金に大きな差が生じてしまう場合があります。

離婚時の年金分割制度は、その格差を解消するために、婚姻期間中についての厚生年金を分割(当事者双方の婚姻期間中の合計額の2分の1を上限)できる制度で、「合意分割」と「3号分割」の2通りあります。

離婚分割の対象となるのは、平成19年4月1日以後に離婚等をした方です。同日前に離婚等をした方は対象になりません。

分割の対象となる年金

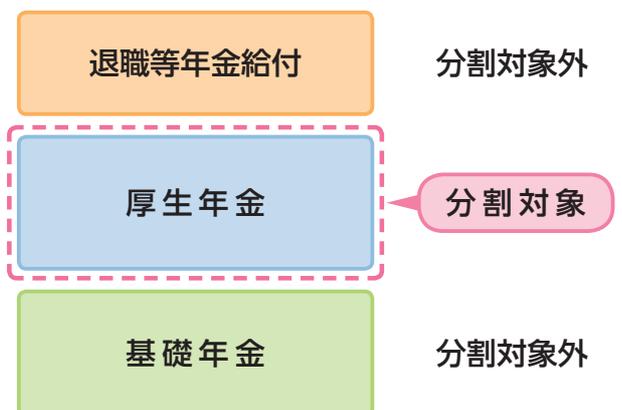
現在の公務員の年金制度には、右図のように基礎年金と、厚生年金、そして退職等年金給付があります。

離婚して分割される年金は、厚生年金に限られ、基礎年金や退職等年金給付には影響しません。^(注)

また、2つ以上の厚生年金被保険者期間を有する場合については、合算して年金分割を行います。

(注) 経過的職域加算額は分割の対象となります。

また、共済年金を受給している方の場合、厚生年金相当部分、職域年金相当部分が対象となります。



離婚分割の2つの制度

離婚分割については、離婚当事者の年金制度加入状況により次の2通りがあります。

	① 合意分割	② 3号分割
	〔夫婦とも、又は夫婦どちらか一方が厚生年金制度に加入している場合〕	〔どちらか一方に第3号被保険者期間がある場合〕
制度の開始時期	平成19年4月1日以降に離婚したとき	平成20年4月1日以降に離婚したとき
分割割合	合意又は裁判により上限2分の1まで	自動的に2分の1（請求は必要）
分割対象期間	平成19年4月1日前も含む婚姻期間	平成20年4月1日以降の婚姻期間
分割の原因	離婚、婚姻の取消し、内縁関係の解消	
分割対象	婚姻期間中の標準報酬等 （保険料の算定の基礎となった 標準報酬月額、標準期末手当等額）	第3号被保険者期間の標準報酬等 （保険料の算定の基礎となった 標準報酬月額、標準期末手当等額）

分割のポイント

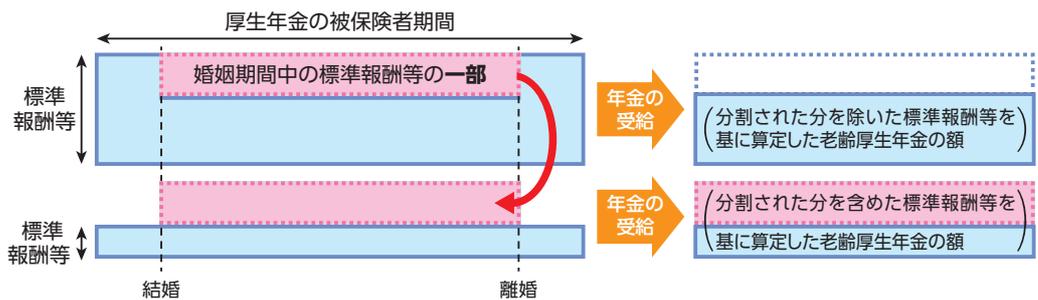
離婚分割は、年金額そのものを分割するのではなく、婚姻期間中の標準報酬等を分割するものです。

離婚時の年金分割のイメージ

① 合意分割

分割する側
(例：組合員である夫)

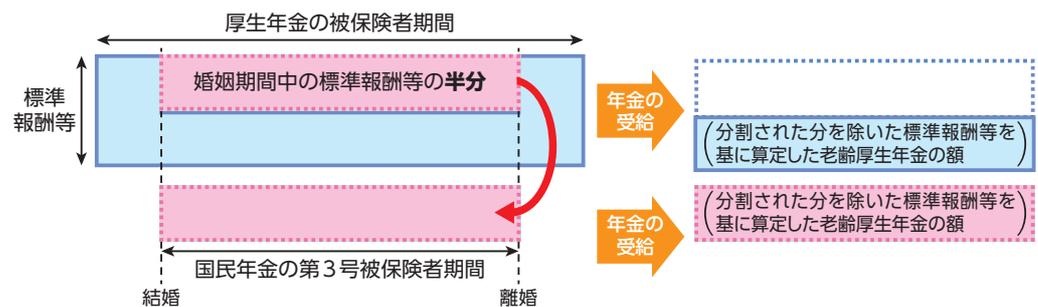
分割を受ける側
(例：組合員である妻)



② 第3号分割

分割する側
(例：組合員である夫)

分割を受ける側
(例：専業主婦である妻)



注意事項

- 離婚等をした日の翌日から起算して**2年を経過すると離婚分割の請求はできなくなります。**
- 第3号被保険者であった方は、離婚後は、自分で60歳まで国民年金保険料を支払う必要があります。
- 当事者の一方が亡くなっている場合は、亡くなった日から1月を経過すると分割の請求はできなくなります。
- 離婚分割により加入期間は増えませんので、年金を受給するためには、自分自身の公的年金の加入期間が原則10年以上必要です。

地共済年金情報Webサイトを ご利用ください



地共済年金情報Webサイトでは、組合員の皆さまそれぞれの公務員期間に係る以下の内容について閲覧することができます。

ご注意ください

すでに老齢又は退職の年金を受給されている方、及び老齢厚生(退職共済)年金の支給開始年齢に到達されている方はご利用いただけません。

●閲覧できる内容

- ①年金加入履歴・加入期間
- ②保険料納付済額
- ③標準報酬月額等
- ④年金見込額^{※1}
- ⑤給付算定基礎額残高履歴

●利用できる方

- ①組合員
- ②組合員であった方

●ご利用可能時間

24時間365日
(サーバーのメンテナンス時を除く。)



※1 年金見込額は、確認時点の就業状態、給与額、賞与額等をベースに年金受給額等を試算しているため、実際の金額と異なります。

ご利用手順

1 地共済年金情報Webサイトにアクセス

地共済年金情報Webサイト

全国市町村職員共済組合連合会のホームページからもアクセスできます。

2

ご利用申込み^{※2}
(基礎年金番号・氏名・生年月日・
パスワード等を入力)

申込み時に登録したパスワードは必ず控えておいてください。

3

ユーザーID通知書の受領

(2~3週間程度)
全国市町村職員共済組合連合会、共済組合からお申込み内容の確認のため、ご連絡をさせていただくことがあります。

4

ユーザーID及びパスワードを入力して
ログイン

閲覧の際に必要な「ユーザーID」を記載した「ユーザーID通知書」を郵送しますので、大切に保管してください。

※2 住所や名前を変更された方は、共済組合に異動の届出をされてから申込みをしていただきますようお願いいたします。

相談窓口
(Webサイト用)

全国市町村職員共済組合連合会 年金部年金企画課 ☎03-5210-4609(9時~17時(土・日・祝日を除く))

被扶養者の要件に国内居住要件が追加されました

令和2年4月1日から被扶養者の要件に国内居住要件が追加されたことから、被扶養者及び国民年金第3号被保険者関係届(以下、「第3号被保険者関係届」といいます。)の変更点について、お知らせします。

1 国内居住要件の考え方

住民票が日本国内にある方は原則、国内居住要件を満たすこととなります。ただし、住民票が日本国内にあっても、海外で就労しており、日本で全く生活していないなど、明らかに日本での居住実態がない場合は、例外的に国内居住要件を満たさないものとして判断します。

2 国内居住要件の例外の考え方

次の①から⑤に該当する方については、住所が国内にないとしても、国内居住要件の例外(以下、「海外特例」といいます。)として取り扱います。

- ① 外国において留学をする学生
- ② 外国に赴任する組合員に同行する方
- ③ 観光、保養又はボランティア活動その他就労以外の目的で一時的に海外に渡航する方
※ワーキングホリデー制度利用者を含みます。
- ④ 組合員が外国に赴任している間に当該組合員との身分関係が生じた方であって、②に掲げる方と同等と認められる方
- ⑤ ①から④までに掲げる方のほか、渡航目的その他の事情を考慮して日本国内に生活の基礎があると認められる方



3 海外特例に係る被扶養者の認定等にあたっての届出

(1) 届出が必要な契機

下の表の契機に該当した場合、届出が必要です。

被扶養配偶者の場合は、第3号被保険者関係届の提出も行ってください。

届出が必要な契機	共済被扶養者申告書	第3号被保険者関係届
被扶養者が海外特例に該当し、出国する場合	×	○ (海外特例該当)
被扶養者の認定時に、海外特例に該当する場合	○ (認定)	○ (3号該当・海外特例該当)
被扶養者であって海外特例に該当している方が、帰国する場合	×	○ (海外特例非該当)
被扶養者であって海外特例に該当している方が、海外に居住したまま海外特例に該当しなくなった場合 出国する被扶養者が海外特例に該当しない場合	○ (取消)	○ (3号非該当)

身分関係、生計維持(収入)の確認、別居している方への仕送り条件等の被扶養者が満たすべき要件については、従来通りの取り扱いとなります。

被扶養者の資格調査を本年7月に実施します

共済組合では毎年、短期給付財政の適正化を目的として、被扶養者の皆さまが、現在も被扶養者の要件を備えているか確認するために、被扶養者の資格確認調査を行っています。

皆さまがお使いの組合員証等(健康保険証)については、地方公務員等共済組合法により検認を行うこととされており、共済組合では「組合員被扶養者証」の検認について、この調査により行うこととしています。

目的をご理解のうえ、ご協力をお願いします。



調査対象者

令和2年7月1日現在、組合員の被扶養者に認定されている配偶者、子及び孫が対象です。

ただし、次にあてはまる方を除きます。

- 平成10年4月2日以降に生まれた子及び孫
- 令和2年1月1日以降に認定された方
- 任意継続組合員の被扶養者

調査方法

7月中旬～下旬頃に共済組合から勤務先の共済組合事務担当課を通じて「被扶養者資格確認届書」を配付します。



必要事項を記入し、必要に応じて扶養事実の確認できる書類を添付のうえ、勤務先の共済組合事務担当課に提出してください。

((調査におけるポイント)) 次に該当される方は取消の手続きが必要です

1 就職されて、社会保険等に加入されていませんか？

2 収入が、認定基準限度額を超えていませんか？

…認定基準限度額は、恒常的な収入が年額130万円(60歳以上で公的年金を受給されている方又は障害年金を受給されている方は年額180万円)です。これ以上の収入のある方は被扶養者として認定できません。

❖ アルバイト、パートの収入はありませんか？

…アルバイトやパートで連続する3か月の平均収入が月額**108,334円**(130万円÷12か月)以上の収入(60歳以上で公的年金を受給されている方又は障害年金を受給されている方は、年金とあわせて月額**15万円**(180万円÷12か月)以上の収入)がある場合は認定できません。賞与の有無は金額が雇用契約当初から明確な場合は、支給対象月の月数で按分した額を各月に加算します。明確でない場合は、支給対象月の月数で按分し、支給月を含む直近の3か月に加算します。

ただし、勤務開始当初から収入超過が見込まれる場合や、勤務形態の変更による収入超過の場合はその時点から取消となります。

❖ 確定申告を行った結果、事業所得等は増えていませんか？

…事業の収入金額から、その所得を得るために必要な最小限の経費のみを控除した残りを所得金額とします。必要経費の原則的な判断基準は右ページの表のとおりです。

事業所得・不動産所得

費用の種別	認定の可否	費用の種別	認定の可否
売上原価(仕入)	○	旅費交通費	×
給料賃金	×	通信費	△ ₁
外注工賃	○	広告宣伝費	×
減価償却費	×	接待交際費	×
賃倒金	×	損害保険料	×
地代家賃	△ ₁	修繕費	○
利子割引料	×	消耗品費	○
租税公課	×	福利厚生費	×
荷造運賃	△ ₂	雑費	×
水道光熱費	△ ₁		

農業所得

費用の種別	認定の可否	費用の種別	認定の可否
雇人費	×	農具費	○
小作料・賃借料	○	農業衛生費	○
減価償却費	×	諸材料費	○
賃倒金	×	修繕費	○
利子割引料	×	動力光熱費	○
租税公課	×	作業用衣料費	△ ₂
種苗費	○	農業共済掛金	×
素畜費	○	荷造運賃手数料	○
肥料費	○	土地改良費	○
飼料費	○	雑費	×

○…所得から控除できるもの △₁…事業分と家計消費分が明確に区分されている場合のみ控除できるもの
 ×…所得から控除できないもの △₂…事業内容によって適宜判断するもの

❖年金の額が変わっていませんか?新しく年金を受給されていませんか?

…年金が一部支給から満額支給に変わっていないか、ご確認ください。
 特に65歳になられた方は、老齢基礎年金の受給等にご注意ください。
 年金収入には、遺族年金、障害年金等の非課税所得及び年金生活者支援給付金も含まれます。

❖雇用保険・傷病手当金を受給されていませんか?

…日額3,612円以上(60歳以上の公的年金受給者又は障害年金受給者で年金を併せて受給している場合は、雇用保険受給額を年額換算し、年金額と合わせて年額180万円以上)の場合は認定できません。

3 別居の被扶養者に仕送りを行っていますか?

…別居の方を認定する場合には、

- (1) 仕送り額と認定対象者の収入の合計が年額130万円(60歳以上の公的年金受給者又は障害年金受給者は年額180万円)以上の金額
- (2) 仕送り額が認定対象者の収入(認定対象者の配偶者等、他の扶養義務者の収入の年額130万円(60歳以上の公的年金受給者又は障害年金受給者は年額180万円)超過分含む)以上の金額
- (3) 他の方と共同して扶養している場合、仕送り額が他の方が行う以上の金額

上記の基準を満たす額で毎月又は2か月に1回、定期的な仕送りが必要となります。

また、仕送り状況申立書と、「組合員名義」から「別居する被扶養者名義」に仕送りを行っている事実を確認できる預金通帳又は現金書留の写しが必要です。

「振込先」及び「振込人」の確認ができないもの、手渡しによる仕送りは不可としています。

4 兄弟姉妹を認定している場合、兄弟姉妹と生計を同一にしている両親はいませんか?

…扶養義務者である両親に認定基準限度額以上の収入があればその差額分は兄弟姉妹の収入に加算されます。

5 海外滞在者を認定されていませんか?

…外国に一時的に留学をする学生、観光、保養又はボランティア活動その他就労以外の目的で一時的に海外に渡航する方及び外国に赴任する組合員に同行する方以外は認定できません。詳しくは、13ページの「被扶養者の要件に国内居住要件が追加されました」をご覧ください。

※資格調査の際には、確定申告書(写)や、雇用証明書、給与支払明細書(写)、年金額改定通知書(写)など収入額の確認できる書類や、預金通帳(写)等の仕送り額を確認できる書類を提出していただいておりますので、必ず保管しておいてください。



学生でも仕送り額と認定対象者収入の合計が年額130万円(180万円)以上かつ認定対象者収入(配偶者収入の年額130万円(180万円)超過分含む)以上の仕送り額が必要ですか?



配偶者・学生・未就学の子については、仕送り額は問いませんが、仕送りは必要です。仕送り状況申立書と仕送り状況が確認できる書類を提出してください。

介護休業手当金の給付上限相当額が変更となりました

厚生労働省が行う毎月勤労統計において不適切な調査があったことに伴い、介護休業手当金の給付上限相当額の算定基礎となる雇用保険法に定める額については、令和2年3月1日から16,660円に変更となりました。

これにより、給付上限相当額等は次のとおりとなります。

▶ 給付上限相当額(給付日額) 15,221円(給付割合67/100)

▶ 給付上限相当額を超える標準報酬の等級及び標準報酬の月額 第26級 500,000円以上

クイックチェック
&
3つのヒゲツで
健康づくり

調理法の工夫で、食中毒もメタボも寄せつけない!

食中毒予防の基本は、清潔を保つことと、食品を十分に加熱すること。蒸す・ゆでる・焼くを上手に料理に取り入れれば、余分な脂肪分もカットでき、摂取エネルギーも抑えられます。調理法を工夫して、食中毒もメタボリックシンドロームも撃退しましょう。

食中毒予防 クイックチェック

☑ → 注意!
☑☑ → 要改善!
☑☑☑ → 即改善!

肉・魚・野菜を同じまな板で切っている

消費期限は少しくらい過ぎてても平気

解凍するときは自然解凍している

ヒゲツ 1 「つけない・増やさない・殺菌」で食中毒予防



食中毒の発生件数が最も多いのは飲食店ですが、それに次ぐのが家庭です。食中毒予防の3原則「つけない・増やさない・殺菌」を実践して家族の健康を守りましょう。

ヒゲツ 2 「蒸す・ゆでる・焼く」でメタボも予防



食中毒の予防には、加熱が有効。「しっかり、中まで加熱」を合言葉に、食品に火を通しましょう。「蒸す・ゆでる・焼く」の調理法で余分な脂を落とせばエネルギーダウンにもなります。

ヒゲツ 3 こんな症状があったら食中毒を疑おう



ほかに原因がないのに、吐き気や嘔吐、腹痛、下痢、発熱や目のかすみ、めまい、体のしびれがあったら食中毒の疑いがあります。すぐに医療機関を受診しましょう。

保健課 からの お 願 い

結婚等で改姓された方へ

結婚等で氏名が変更となられた場合、組合員証等の改姓手続きを行う必要がありますので、勤務先の共済組合事務担当課を通じて「共済組合員申告書」により氏名異動の手続きを行ってください。

また、共済組合からの給付金等受取口座として指定されている金融機関において、口座名義の変更も行っていただきますようお願いいたします。変更手続きがお済みでない場合、附加給付などの給付金の送金が正しく行えないことがあります。

産前産後休業掛金免除・育児休業等掛金免除の手続きはお早めに

産前産後期間及び育児休業期間に係る各種掛金（短期・厚生年金・保健など）は、組合員の方からの申出により免除となります。

産前休業開始前に、「産前産後休業掛金免除（変更）申出書」による届出が必要となります。（出産日が出産予定日と異なる場合は、出産後速やかに変更に係る届出が必要となります。）

産後休業後に育児休業を取得される方は育児休業の開始前に、「育児休業等掛金免除申出書」を勤務先の共済組合事務担当課を通じて届出をする必要があります。

施術内容の照会にご協力をお願いします

柔道整復師（整骨院・接骨院）や鍼灸師による施術のうち、健康保険が使用できるケースは限定されています。施術内容によっては、請求内容と実際に受けられた施術内容が一致しているかを確認するため、内容審査会社（株）オークスから照会させていただく場合があります。

受診内容回答書が届いた方は、負傷部位、施術内容、施術年月日等について回答期日までにご回答くださいますようご協力をお願いします。



もしも交通事故にあわれたら

交通事故等で傷害を受けたとき、その治療に必要な医療費は、原則として加害者（相手方）が支払う損害賠償金の中から支払われるべきものです。

しかし、事故発生後、損害賠償金が支払われるまで被害者の経済的な負担は大きくなります。あらかじめ共済組合へ連絡することで、組合員証等を使用して医療機関等で治療を受け、後日、共済組合から加害者へ共済組合の負担分を請求することができますが、以下の点に注意してください。

なお、組合員証等を使用する場合は、「損害賠償申告書」等の提出が必要となりますので、後日、勤務先の共済組合事務担当課を通じて速やかに提出してください。



1. 加害者（相手方）の確認（※運転免許証など確かなもので行ってください。）
2. 警察への届出（※必ず「人身事故」としてお手続きください。）
3. 共済組合への連絡（※できるだけ速やかに行ってください。）
4. 医療機関等への申出（※組合員証等を使用して治療を受けること、共済組合へ連絡済みであることを医療機関等へ申し出てください。）
5. 損害賠償申告書等の提出（※勤務先の共済組合事務担当課までご提出ください。）



◎示談をする場合は、必ず事前に共済組合までご相談ください。示談の内容により、加害者から支払いが受けられなくなった場合、組合員の方へ請求させていただくことになります。

遠隔指導 (ICT) がはじまります

令和2年度から自宅でパソコンやタブレット等を使用して特定保健指導を受けることが可能な『遠隔指導 (ICT)』が利用できるようになります。

希望される方は利用券に同封の申込書により直接お申し込みください。

利用方法

1 ICT面談希望日をご予約ください

ご希望の日程をWEB画面よりお申し込みいただきます。

空き枠が表示されますのでご都合の良い時間をお選びください。

●面談スタート可能時間

平日:8時~19時 土曜日:9時~16時

※WEB予約の際に利用者IDとパスワードが必要になります。

利用券と同封しておりますのでご確認ください。



2 ICT面談当日までの流れ

ICT面談にお申し込みいただいた方はパソコンを選択した方とスマートフォン/タブレットを選択した方で面談前の準備が異なります。

詳しくは利用券に同封の「ICT面談のご案内」をご確認ください。



指定「山の家」に関するお知らせ

令和2年4月30日
契約解除

波賀不動滝公園
楓香荘

〒671-4213
宍粟市波賀町原625

TEL 0790-75-2355



令和
元年度

健診結果に基づく『重症化予防のための受診勧奨』実施結果

令和元年7月1日発行のひょうご共済(No.187)でお知らせしましたとおり、「第2期データヘルス計画(兵庫県市町村職員共済組合短期財政安定化計画)」に基づき、疾病の早期予防及び重症化を防止することにより医療費を抑制し、加えて組合員の健康寿命の延伸を推進することを目的とした「重症化予防のための受診勧奨」を実施しました。

受診勧奨を行った対象者 668人

健診結果が右表の基準値いずれかひとつでも該当する場合であって、健診受診月以降に医療機関での受診が確認できない組合員(40歳以上75歳未満の被保険者)

検査項目	受診勧奨基準値
空腹時血糖	126 mg/dl 以上
HbA1c	6.5 % 以上
最高血圧(収縮期)	160 mmHg 以上
最低血圧(拡張期)	100 mmHg 以上
LDLコレステロール	180 mg/dl 以上
中性脂肪	1000 mg/dl 以上

実施方法

令和元年9月に手紙による受診勧奨を実施。

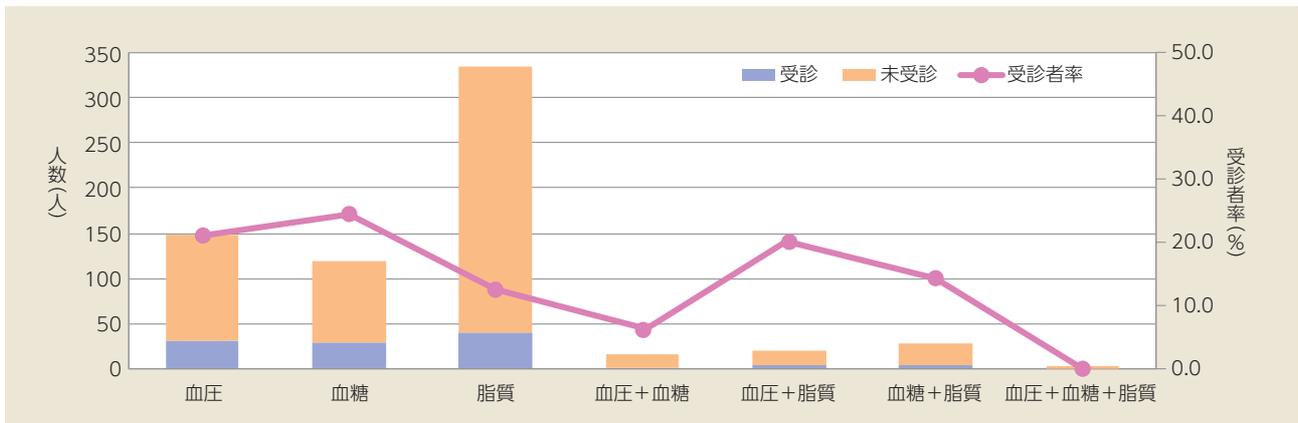
令和元年9月から11月までの間に医療機関へ受診されたかどうかを調査しました。

実施結果

1) 該当項目別のモニタリング期間の受診行動

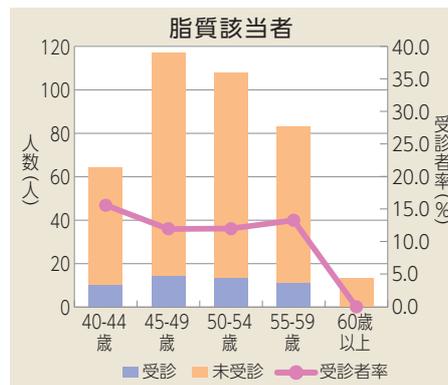
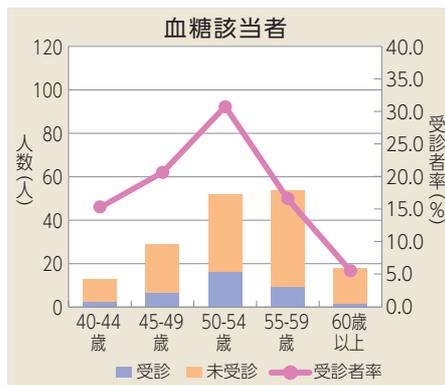
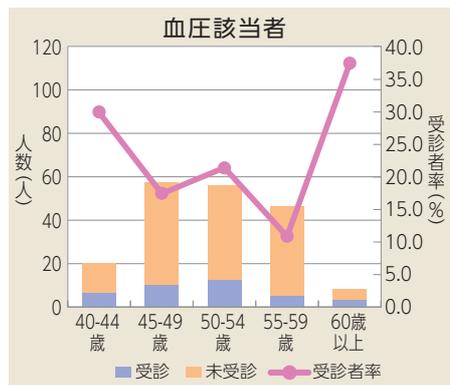
該当項目別にみると、脂質のみの該当者数は多いですが、受診者率は低くなっています。血圧に該当している集団(血圧、血圧+脂質)の受診者率が高くなっていました。

最も受診率が高かったのは血糖のみに該当する集団でしたが、血圧の項目が加わると受診率が著しく低下しています。



2) 項目ごとの該当者延べ人数と年代別モニタリング期間の受診行動

複数項目は考慮せず、項目ごとの該当者数をみると、血圧148人、血糖119人、脂質334人と脂質の該当者人数が多くなっていました。どの項目も45歳から59歳までの年代に人数が集中しています。受診者率をみると、血圧と脂質では40-44歳が高い傾向にあり、血糖では50-54歳が最も高くなっています。血糖においては60歳以上の受診率が他の年代よりも低くなっています。



令和2年度も実施します！

健診結果に基づく『重症化予防のための受診勧奨』

本組合では「第2期データヘルス計画【兵庫県市町村職員共済組合短期財政安定化計画】」に基づき、疾病の早期予防及び重症化を防止することにより医療費を抑制し、加えて組合員の健康寿命の延伸を推進することを目的とした「重症化予防のための受診勧奨実施要領」を策定しました。

特定健診等(以下、「健診」とする。)の結果に厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】」における「受診勧奨判定値」を参考に、医療機関の受診が認められない組合員(40歳以上75歳未満の被保険者)を対象として、受診勧奨通知を令和2年9月に送付します。

受診勧奨を行う対象者

令和元年度実施と同じ

所属所との連携・協働

組合員の健康づくりや疾病予防、重症化予防等データヘルスの実施に係る取組みに関しては、所属所との連携・協働の推進が求められています。

生活習慣病リスク保有者を所属所においても把握することで、効果的かつ効率的な健康管理が行いいうことから、健康情報の有効的な活用に関する政府方針や個人情報の保護に関する詳細な取扱いを斟酌した上で、健康情報の共同利用のあり方について今後検討をすすめます。

個人情報の取扱いについて

上記の事務を実施するにあたり、個人情報の保護については、「個人情報の保護に関する法律」等の各種法令、「地方公務員共済組合における個人情報の適切な取扱いのためのガイドライン」並びに兵庫県市町村職員共済組合個人情報の保護に関する規程(平成17年3月31日規程第34号)及び兵庫県市町村職員共済組合個人情報の保護に関する規則(平成17年6月20日規則第18号)を順守し、個人情報の適正な取扱いに努めます。

新規資格取得の組合員の皆さまへ

歯科衛生セットを配付します! 8月下旬頃

令和元年4月2日から令和2年4月1日までの間に初めて組合員の資格を取得された方を対象に、勤務先の共済組合事務担当課を通じて歯科衛生セットを無料で配付します。

※継続長期組合員(退職派遣者)、任意継続組合員及び所属所間での異動により資格取得された方は除きます。



令和2年度(後期)

健康セミナーのご案内

組合員及び被扶養者の健康保持・増進を目的として、健康セミナーを開催いたします。誰もがすぐに取り組むことができる内容です。9月から11月の各月のセミナーに生活習慣病予防の第一歩として是非ご参加ください。

9月 カヌー(カヤック)体験教室 ～自然の中でゆったりと～

毎年、大変ご好評をいただいております教室を今年も開催します。豊かな自然の中でカヌーやカヤックを漕ぎながら、ゆったりしてみませんか？きっと癒されますよ！

インストラクターが丁寧に指導してくれますので、お子様や初めての方でも楽しめます。

- 日 時 令和2年9月26日(土) 13:00～15:00
- 会場 兵庫県立円山川公苑 豊岡市小島1163
- 募集人数 50名
- 募集対象者 組合員・被扶養者(4歳以上)
- 申込締切日 令和2年8月24日(月) 共済組合必着
- その他 動きやすく濡れてもよい服装でお越しください。
(更衣室の利用可)



10月 坐禅体験 ～日常を離れて無心にかえる～

ご好評をいただきましたので今年度も坐禅体験を開催します。忙しい日々のなかで、ふと立ち止まってみる、そんな時間もあって良いのではないのでしょうか。「日常と違う」そんなひとときを坐禅で体験してみませんか。その後でお粥をいただきます。「足腰が悪くて足が組めない」という方も大丈夫ですよ。椅子坐禅がありますので、遠慮なくご参加ください。この機会に無心にかえてみませんか？

- 日 時 令和2年10月11日(日) 15:00～16:30
- 会場 曹洞宗 月江山 雲晴寺 明石市人丸町5-23
※JR[明石駅]徒歩7分、山陽電鉄[人丸前駅]徒歩3分
- 募集人数 40名 ●募集対象者 組合員・被扶養者(小学生以上)
- 申込締切日 令和2年9月7日(月) 共済組合必着



11月 ヨガ & ピラティス ～カラダを緩めると心もリラックス～

午前はヨガ、午後にピラティスを開催します。ヨガは、ゆっくりと身体を動かすことで血液循環をスムーズにし、老廃物を排出しやすくします。ピラティスは、骨格を支える筋肉を動かすことにより、体幹(コア)を鍛えることができるエクササイズです。似ている様でやっぱり違う！どちらも初心者向けの内容となっていますので、お気軽にご参加ください。

- 日 時 令和2年11月3日(火) ▶ヨガ 10:30～12:00
▶ピラティス 13:30～15:00
- 会場 スタジオ フェアレディ 西宮市芦原町7-16
※阪急電鉄[西宮北口駅]徒歩7分
- 募集人数 各20名 ●募集対象者 組合員・被扶養者(小学生以上)
- 申込締切日 令和2年9月28日(月) 共済組合必着
- その他 動きやすい服装でお越しください。

講師：
Misa先生
J-YOGA 認定ヨガ
インストラクター



令和2年度健康セミナー(後期) 参加申込書

(コピー可)

セミナー名	(参加されるセミナーの番号に1つだけ○印を入れてください。)														
	1 カヌー・カヤック教室 (4歳以上) 2 坐禅体験 (小学生以上) 3 ヨガ&ピラティス (小学生以上) 【希望するコースに○印を入れてください。Dを希望された場合、申込み状況により両方にご参加頂けない場合がありますので、希望するものに○を入れてください】 A ヨガ B ピラティス C どちらでも良い D 両方【ヨガ・ピラティス・どちらでも可・一方だけならどちらも希望しない】														
参加者 (代表者)	所属所名														
	組合員証 記号番号				-						区分	組合員・被扶養者			
	(フリガナ) 氏名	(S・H . . . 生) (才)							性別	男・女					
	住所	〒 -													
	*携帯番号必須	連絡先	(自宅) - -				*(携帯) - -								
同行者①	(フリガナ) 氏名	(S・H . . . 生) (才)							区分	組合員・被扶養者					
	性別	男・女	組合員証記号番号										-		
同行者②	(フリガナ) 氏名	(S・H . . . 生) (才)							区分	組合員・被扶養者					
	性別	男・女	組合員証記号番号										-		
同行者③	(フリガナ) 氏名	(S・H . . . 生) (才)							区分	組合員・被扶養者					
	性別	男・女	組合員証記号番号										-		

- ※ 参加されるセミナー毎に申込みをしてください。
- ※ 二人以上で参加を希望される場合は、同行者欄に記入してください(同行者の記号番号も必ず記入してください)。欄が足りない場合は、コピーしてホッチキス留の上、お申込みください。なお、当選通知等については、代表者の方にのみ送付いたします。
- ※ ご記入いただいた個人情報は、健康セミナーに関する事務以外には使用しません。
- ※ 今後の新型コロナウイルス感染拡大防止措置の状況によっては、一部内容を変更する場合がありますことをご了承願います。

各セミナー共通事項

- 参加費用 **無料**
- 募集対象者 組合員・被扶養者(ご参加いただける年齢はセミナーにより異なります。)
※体調に不安のある方やアレルギーのある方は、医師等とご相談いただき、ご自身で判断の上、お申し込みください。
- 申込方法 上記『令和2年度健康セミナー(後期)参加申込書』にてお申し込みください。(HPからもダウンロードできます。)必要事項をご記入の上、共済組合福祉課まで郵送又は勤務先の共済組合事務担当課へお渡しください。申込み多数の場合は抽選となり、抽選結果は代表者の方に通知いたします。(結果は、申込締切日後約1週間で発送します。)

短期人間ドック・脳ドック利用助成 対象外の方にお知らせします!

昨年に引き続き、短期人間ドック・脳ドックの利用助成対象外の方に特別料金(助成対象者についての共済組合と健診機関との契約料金)にて契約健診機関を利用いただけます。

※ 40～75歳の方については、共済組合が健診機関から特定健康診査に関する健診結果データの提供を受けることを了承(同意)される方に限ります。

1 短期人間ドック・脳ドックの利用助成対象外の方とは…

※ 35歳未満の組合員、被扶養者(40歳以上の被扶養配偶者を除きます。)

※ 任意継続組合員は除きます。

2 申込方法等

- ① 電話にて健診機関へ直接申込みしてください。その際に兵庫県市町村職員共済組合の利用者であることを告げ、氏名、生年月日、保険者番号、記号番号、ドック利用助成対象外であることを申し出てください。
- ② 当日、受付で組合員証等を提示してください。
- ③ 健診終了後、利用者が利用料金を全額健診機関へお支払いください。

3 契約健診機関・利用料金 (相生市民病院のみ税込)

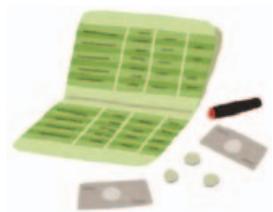
令和2年4月1日現在

地域	コード	施設名	予約TEL	コース	検査費用	脳ドックオプション	
神戸市	1366	ホテルオークラ神戸クリニック (中央区)	078-335-2410	1日	40,000円	32,000円	
				1泊2日	61,500円		
				脳単独	32,000円		
	1345	新神戸ドック健診クリニック (中央区)	078-261-6736	1日	44,000円	22,000円	
				1泊2日	67,000円		
				通院2日	53,400円		
	1349	兵庫県予防医学協会健診センター (灘区)	078-855-2730	1日	35,185円		
				1泊2日	57,222円		
	1302	川崎病院 健診センター (兵庫区)	078-511-3621	1日	33,000円	24,000円	
				1泊2日	59,000円		
	1303	丸山病院 (長田区)	078-642-1131	1日	37,000円		
				1泊2日	56,000円		
通院2日				48,000円			
1301	神戸掖済会病院 (垂水区)	078-781-7811	1日	35,861円	20,806円		
			1泊2日	61,944円			
姫路市	1333	姫路愛和病院	079-234-1391	1日	35,426円	25,000円	
				1泊2日	53,333円		
				通院2日	45,713円		
相生市	1317	相生市民病院	0791-22-7126	1日	38,000円		
洲本市	1368	洲本伊月病院	0799-26-0771	1日	33,000円	30,000円	
				1泊2日	56,000円		
				脳単独	40,000円		
南あわじ市	1330	平成病院	0799-42-6864	1日	32,000円		
				1泊2日	56,000円		
				通院2日	42,000円		
大阪市	1331	大野クリニック (中央区)	06-6213-7230	1日	40,000円	33,000円	
				1泊2日	61,000円		
				通院2日	51,000円		
				脳単独	52,000円		
	1354	帝国ホテルクリニック (北区)	06-6881-4000	1日	Cコース	41,000円	
					Hコース	125,000円	
				1泊2日	Bコース	62,000円	
					Aコース	90,000円	
1356	淀川キリスト教病院 (東淀川区)	06-6324-6530	1日	41,000円	30,000円		
			1泊2日	66,000円			
			脳単独	60,000円			
1369	住友生命総合健診システム (淀川区)	06-6304-8141	1日	42,500円			
			1泊2日	60,000円			

福祉課からのお願い

組合員貯金払戻請求書を提出されるときは

- ① 届出印以外を押されますと印鑑相違で払戻ができませんのでご注意ください。
- ② 届出印は、にじんだり、かすれたりしないようにはっきりと押ししてください。
届出印との確認ができない場合は、差し替えをお願いしています。
- ③ 払戻請求額は、**前月末現在の貯金残高**により、その範囲内でお願いします。
解約の場合、その貯金について非課税貯蓄申告をしている方は、必ず「非課税貯蓄廃止申告書」等を併せて提出してください。
なお、**解約月には定例積立及び臨時積立はできません**ので、ご注意ください。



5月に配付した特定健康診査受診券をご自宅へお持ち帰りください

毎年5月に交付対象者（40歳以上75歳未満の被扶養者）の方宛ての特定健康診査受診券を交付しております。職場を通じて配付していますので、受け取られた組合員の方はご自宅へ持ち帰っていただき、**必ずご家族の方へお渡しください。**

紛失等で受診券が見当たらない場合は再交付しますので、勤務先の共済組合事務担当課へご連絡ください。



公務出張の際には指定宿泊施設（海・山の家含む）の利用助成券は使用できません

指定宿泊施設（海・山の家含む）の利用助成は、組合員及び被扶養者の保養と健康保持増進のための制度です。**公務による出張は利用助成の対象とはなりません**ので、あらかじめご了承ください。



子宮頸がん関連検査助成を申し込まれた方へ

5月から6月にかけて募集を行いました、子宮頸がん関連検査助成については8月中旬ごろに申込者の自宅へ直接、検体採取器具等が送付されます。

申込者のうち、ご自身の都合により受検されない場合は、採取器具代を請求することになりますので必ず受検するようにしてください。

なお、妊娠・病気等により受検されない場合はキャンセル扱いとし、器具代は請求しませんので、共済組合福祉課（078-321-0311）までご連絡ください。



年利
(半年複利)
0.7%

貯金払戻日カレンダー

●印は、払戻日で送金をする日です。●印は、払戻請求書の共済組合の受付締切日です。

※勤務先での受付締切日は、勤務先の共済組合事務担当課にご確認ください。※共済貯金はペイオフの対象外です。



令和2年	7月 July	8月 August	9月 September
	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土
	1 2 ●3 4	1	1 2 3 ●4 5
	5 6 7 8 9 ●10 11	2 ●3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 ●11 12
	12 13 ●14 15 16 17 18	9 10 ●11 12 13 ●14 15	13 14 15 16 17 ●18 19
	19 20 ●21 ●22 23 24 25	16 17 18 19 20 ●21 22	20 21 22 ●23 24 25 26
	26 27 28 29 30 ●31	23 ●24 25 26 27 28 29	27 28 29 ●30
		30 ●31	
	10月 October	11月 November	12月 December
	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土
	1 2 3	1 2 3 ●4 5 6 7	1 2 3 ●4 5
	4 5 6 7 8 9 10	8 9 10 ●11 12 ●13 14	6 7 8 9 10 ●11 12
	11 12 13 ●14 15 16 17	15 16 17 18 19 ●20 21	13 ●14 15 16 17 18 19
	18 19 20 ●21 22 ●23 24	22 23 24 25 26 27 28	20 21 22 23 24 25 26
	25 26 27 28 29 ●30 31	29 ●30	27 28 29 30 31

組合員貯金払戻請求の流れ

組合員

- 勤務先の共済組合事務担当課に共済組合の受付締切日を確認する。

注意! 組合員貯金払戻請求書は、勤務先の共済組合事務担当課を通じて、共済組合の受付締切日までに必着するように提出していただくことになっています。
- 届出印欄に押印した印が、共済組合に届出している印であることを確認する。

注意! 届出印以外の印を押印されますと払戻等ができません。届出印をご確認のうえ、にじんだり、かすれたりしないよう、しっかりと押印してください。
- 一部払戻の場合は、前月末の残高を確認し、その範囲内の金額で払戻請求する。

注意! 一部払戻の場合、前月末の残高までしか払戻できません。また全額払戻、解約の場合、払戻請求額の欄は空白のまま何も記入しないでください。
- 組合員貯金払戻請求書を勤務先の共済組合事務担当課に提出する。

勤務先の共済組合事務担当課

- 組合員から提出された組合員貯金払戻請求書の届出印欄に押印されている印が、共済組合に届出の印であることを確認する。
- 一部払戻の場合は、前月末残高の範囲内の払戻請求額であることを確認する。
- 共済組合の受付締切日までに必着するように送付する。

共済組合

- 共済組合の受付締切日までに受付を行った組合員貯金払戻請求書を審査し、払戻等の事務処理をする。
- 払戻日に組合員の登録口座に送金する。

問い合わせ先

兵庫県市町村職員共済組合 福祉課 TEL:078-321-0311 (直通)

Money News

ペイオフについて

共済組合の組合員貯金は、預金保険機構に加入している銀行預金とは異なり、元金とその利息の保証はありません。したがって、個人の資産運用は最終的には各個人の自己責任において判断、選択していただくことになります。

現在、組合員貯金の資産は、主に国債等を中心とした債券により運用を行っています。運用にあたっては法令を遵守し、安全を最優先に努めています。また、万が一の事態に備え、十分な引当金も計画的に積立てております。

さびない体をつくる!

いそどり野菜のカラフルレシピ

料理制作・監修 中津川かおり
(管理栄養士)

撮影：原 ヒトシ
スタイリング：宮澤由香

爽やかなカレー風味と
バジルの香りが食欲をそそる

鶏肉のカレー ガパオ風

色とりどりの野菜に秘められた
「ファイトケミカル」に注目!

野菜に含まれる色素、香り、苦み、辛味などを構成する成分のことを「ファイトケミカル」といい、抗酸化作用、免疫力向上などの機能に特色があります。主に野菜の「色」によって含まれるファイトケミカルの成分や機能が異なるので、日頃から意識してさまざまな色の野菜をとるように心がけましょう。

赤 ● 橙 ● 黄 ● 緑 ● 紫 ● 白 ● 黒 ●



1人分

エネルギー
187kcal
塩分
1.8g

材料 (2人分)
玉ねぎ…………… 1/4個(50g)
パプリカ(赤、黄) …… 各1/4個
鶏もも肉…………… 150g
にんにく…………… 1/2かけ
オリーブ油…………… 小さじ2
塩、こしょう…………… 少々
カレー粉…………… 小さじ2/3
A ナンプラー…………… 小さじ1
オイスターソース…………… 大さじ1/2
バジルの葉…………… 5～6枚
レタス…………… 適量

作り方
①玉ねぎ、パプリカ、鶏肉はそれぞれ1.5cm角に切る。にんにくは薄切りにする。
②フライパンにオリーブ油、にんにくを入れて中火にかけ、香りが出たら鶏肉を入れて炒める。鶏肉に火が通ったら、玉ねぎ、パプリカを加えて炒め、塩、こしょうを振る。
③②にAを入れて調味し、最後にちぎったバジルを加えて軽く炒め合わせる。
④レタスの上に、③を盛りつける。

黄パプリカ



● **ゼアキサンチン**

黄パプリカに含まれる**ゼアキサンチン**は緑黄色野菜に多く含まれるカロテノイドの一種。眼の病気の予防に役立つとされている成分です。

赤パプリカ



● **カプサンチン**

赤パプリカの色素に含まれる**カプサンチン**は、抗酸化力があることから、生活習慣病の予防や老化予防に効果があると期待されています。



profile

なかつかわ かおり food studio mamma主宰。東京家政大学大学院食物栄養学専攻修了。大学や専門学校などで講師を務める他、レシピ・商品開発、テレビ・雑誌のフードコーディネイト、メディア出演などで幅広く活躍中。著書は『はじめてでもかたん! 日本の料理』『はじめてでもかたん! おべんとう』(ともに、国土社)など多数。

記事提供：(株)社会保険出版社

良い睡眠で快適生活

ぐっすり眠れる 部屋と寝具

監修:古賀良彦(杏林大学医学部精神神経科学教室教授)



良い睡眠のためには、
環境を整えることも重要です。
寝つきの悪い人でも、
環境を整えてみれば改善することもあります。

環境が眠りの質を変える

「良い眠り」とは、質の良い睡眠を必要なだけ取り、すっきりと目覚め、日中に眠気を感じないこと。

では質の良い睡眠をとるにはどうしたらいいでしょうか。実は、眠る場所(環境)は、睡眠の質にかなり影響を与えます。

部屋や寝具を工夫しよう

照明

現代人、特に高齢者は、真っ暗な環境に置かれると感覚が遮断されて、幻聴や幻覚があらわれたり、意識が混濁したりすることがあります。周囲のものがぼんやりと見える程度の暗さに調節を。

照明は暖色系の色にしましょう。パソコンやスマートフォンなどが発する青い光は眠りを妨げますので、就寝1時間ほど前から、そばに置かないこと。

寝起きが悪い人は、室内に朝日が入るよう、カーテンを少し開けておきましょう。ちょっとした光で起きてしまう人は、カーテンをきちんと閉じましょう。

室温・湿度

夏は25~28℃、冬は18~22℃くらいが目安です。

質の良い睡眠のためには、体から放熱して深部体温

を下げる必要がありますが、気温や湿度が高いと放熱できません。夏に寝つきにくいのはこのためです。

冬は、トイレに起きたとき布団の中と室温との差が大きいと、循環器病の危険性がアップ。暖房で適温を保ちましょう。

色

室内の寝具やカーテン、壁などは、原色(濃い赤・青・緑)や白・黒などのはっきりした色を避け、パステルカラーやアースカラーなどの柔らかい色を選びましょう。

音

家具の配置やドア・窓の防音で、生活音や窓の外の交通騒音などを防ぎましょう。秒針の音が気になる人は、デジタル時計に。

また、音楽がある方が入眠しやすい人も、鳴らしっぱなしは脳にダメージを与えるので禁物です。

寝具

通気性が良く、体圧が分散し、軽いものを。沈み過ぎる敷布団や高い枕、重い掛け布団は寝返りにくく、眠りを妨げます。

衣類

体を締めつけず、通気性が良いゆったりしたものがお勧めです。

室温・湿度

夏は25～28度、冬は18～22度くらいが目安。快適な湿度は50～60%。エアコンは熟睡してから2～3時間後にタイマーを切る設定に。

音

気になる音はできるだけ遮断。落ち着いた音楽を入眠時に聞くのはOK。

照明

照明は暖色系で、不安を感じない程度に暗く。

カーテン

起きにくい人

開き気味にし、朝の光をとり入れよう。

起きてしまう人

遮光カーテンなどで光が入りにくくしよう。

寝具

体圧が分散し、通気性が良く軽いものを。

寝間着

体を締めつけない、手首や足首のゆったりしたものを。

睡眠

Q

&

A

Q

眠くなりやすい香りはあるの？

A

「脳と香りの関係」の研究によると、ラベンダーの香りには脳を休ませる、睡眠に誘う働きがあるそうです。また、グアテマラやブルーマウンテンのコーヒーの香りには安眠効果があるとのこと。逆にブラジルサントスやマンデリンの香りは脳の回転をよくし、睡眠を妨げます。

コーヒーはいずれも飲めば目がさえます。香りだけで利用ください。

MY TOWN わが街紹介



市川町データ
(令和2年3月31日現在)

- 面積 82.67km²
- 人口 11,875人
- HPアドレス
<https://www.town.ichikawa.lg.jp/>
 (市川町)
<https://wp.ichikawa-kankou.com/>
 (市川町観光協会)

市川町

自然ゆたかなハートのまち

市川町は、兵庫県のほぼ中央に位置するハートの形をした町です。町の中央部には、町名の由来にもなった清流・市川が流れ、穏やかな川面に田園と山並みが映ります。

町は森林がその面積の約7割を占め、北東部には県立自然公園にも指定されている霊峰・笠形山(標高939m)がそびえ、別名「播磨富士」とも呼ばれています。山頂は360度のパノラマが広がり、北は但馬・丹波の連山を、南は瀬戸内海に架かる明石海峡大橋を望むことができます。

また、現在、町内のおいしいグルメやユニークなスポットを“駅”として電車の環状線のように繋ぐ「町の駅プロジェクト」が本格始動しています。16の駅(令和2年3月時点)で地域の有志・お店や団体が駅長をつとめ、アットホームな雰囲気でおさまのお越しをお待ちしています。



年中行事

30

- | | | | |
|----|--|-----|---------------------------------|
| 4月 | 市川町ゴルフまつり | 9月 | 県指定重要無形文化財
「甘地獅子舞奉納」(甘地八幡神社) |
| 5月 | 笠形山新緑のシーズン | 10月 | 各地区秋祭り |
| 7月 | 市川まつり
リフレッシュパーク市川・かぶとむし
ど〜むオープン(7月中旬~8月中旬) | 11月 | 笠形山紅葉のシーズン |
| | | 1月 | 十柱神社の干支飾り |
| | | 2月 | 兵庫県川マラソン全国大会 |

特産品

ゴルフアイアン

市川町は、国産ゴルフアイアン製造発祥の地です。昭和のはじめに、兵庫県工業試験場三木分場の研究員・松岡文治氏が、川辺村(現在の市川町)に住む鍛冶屋・森田清太郎氏に依頼して、刀鍛冶の技術を応用した鍛造製法による国産初のアイアンヘッドが市川町で誕生しました。当時はアイアン製作についての資料がなかったこともあり、完成までには試行錯誤の末、3年の月日を要したと言われています。

現在も多くのアイアンクラブ製造関連事業所が操業しており、製造工程を見学することもできます。

【工程見学についての問合せ】市川町商工会
電話番号：0790-26-0099



笠形オーガニック ファーマーズの野菜

市川町笠形地区の地元農家や移住された若手就農者の方々が作られる有機無農薬の野菜です。今の旬は、「とうもろこし(笠形コーン)」と今年初収穫の「ブルーベリー」で、ブルーベリー畑では摘み取り体験を計画中です。「市川太ナス」や「まちこねぎ」といった地区の伝承野菜の継承にも取り組んでいます。

とれたて野菜は「天然かさがた温泉 せせらぎの湯」にてご購入いただけます。

【問合せ先】笠形オーガニックファーマーズ事務局
電話番号：0790-27-9292



リラクゼーション

天然かさがた温泉 せせらぎの湯

笠形山のふもとに湧き出る天然温泉を使用した、日帰り入浴が楽しめる温泉施設です。アルカリ性単純温泉で、神経痛・筋肉痛・関節痛などに効果があるとされ、天然石を配した露天風呂が人気です。「お食事処せせらぎ亭」では、地元食材をふんだんに使った巻き寿司がオススメです。



- ・所在地：市川町上牛尾半瀬2073-12
- ・電話番号：0790-27-1919
- ・定休日：毎月第1月曜日(祝日の場合は営業)
- ・温泉営業時間：午前10時～午後8時
(土・日は午後9時まで営業)
- ・入浴料：大人750円 小人(5歳～小学生)350円

観光スポット

リフレッシュパーク市川・ かぶとむしど～む

毎年7月中旬～8月中旬ごろにかけて、自然のコナラ林をネットで覆い、カブトムシを放し飼いにした「かぶとむしど～む」がオープンします。自然に近い状態でカブトムシと触れ合うことができ、子どもたちに大人気です。また、日帰り入浴やお食事が楽しめる宿泊施設「どんぐりころころ館」や、カブトムシやクワガタムシなどの昆虫標本を展示した「かぶとむし・くわがたわくわく館」、キャンプ場やコテージ、森の遊具広場などがあります。



緑の中でのびのび遊び、リフレッシュできる施設です。

- ・所在地：市川町下牛尾2557-1
- ・電話番号：0790-27-0313
- ・定休日：毎週火曜日、12月31日～1月2日
※かぶとむしど～む開園期間中は無休

〈かぶとむしど～む〉

- ・営業時間：午前9時～午後5時
- ・入場料：400円(3歳以上) 予約不要

アクセス



【お車の場合】

播但連絡道路「市川南」「市川北ランプ」
大阪(吹田JCT)から約60～70分、神戸から約60分



【電車・列車の場合】

JR播但線「甘地駅」「鶴居駅」
大阪から約90分、神戸から約70分



表紙の写真の説明

「甘地駅前公園の版画パネル」

市川町の玄関口である甘地駅前公園内に設置してある長さ20メートルの巨大サインパネルは、版画家・岩田健三郎氏の制作による版画で装飾されています。

JR播但線の各駅周辺の観光案内を版画にしたもので、播但沿線の昔ながらのほのぼのした雰囲気や、訪れる方を楽しませます。

公園内には、市川町出身で播但鉄道(現在のJR播但線)の開通に尽力された内藤利八氏をたたえる石碑も設置されています。



プレゼント

- ①ひねカレー(2食パック) …… 5名様
噛めば噛むほどおいしい、うまみたっぷりの市川町産「ひねどり」の肉を使用したカレーです。
- ②こだわりのマヨネーズ・たまごかけ醤油・
アイアンサイダーのセット …… 5名様
ふるさと納税サイトで人気の「タズミのたまご」の卵黄のみを使用した濃厚なマヨネーズや、たまごかけ醤油、サイダーのセットです。
- ③「天然かさがた温泉 せせらぎの湯」
入浴券ペアチケット …… 5名様
大人のペア入浴券です。自然に囲まれた天然温泉をお楽しみください。



※写真はイメージです。

★①～③すべてにゴルフアイアン型の付箋「ゴルフせん」がつかます!

■応募方法

郵便はがきに、ご希望の物産名・郵便番号・住所・氏名・電話番号・勤務先・組合員証記号番号(組合員証に記載された記号と番号)・共済組合へのご要望やご意見を記入のうえ、下記へお送りください。

令和元年10月1日から郵便はがきの料金が63円に変更になりましたのでご注意ください。

■締め切り

令和2年8月14日(金)消印有効

■プレゼント応募のあて先

〒650-0011 神戸市中央区下山手通4-16-3 兵庫県民会館
兵庫県市町村職員共済組合 総務課広報担当 宛

※当選は賞品の発送をもって発表といたします。また、当選されなかった方にも、「市川町観光パンフレット」を送付させていただきます。

※応募は、**組合員お一人につき1通**とさせていただきます。また、「クロスワードパズル」(34ページ)のゆめ春來宿泊券プレゼントとは応募が別になりますのでご注意ください。

■応募される方へお願い

《物産プレゼント》の応募はがきの中に、組合員証記号番号の記載をお願いしておりますのは、賞品等の発送に必要な事項の記入漏れ等のときに、ご本人の確認に使用させていただくためです。提供いただいた情報につきましては、本組合個人情報の保護に関する規程等に基づき、適切に管理しておりますのでご了承ください。これからもよりよい広報誌を作成していくため、ご意見・ご感想をお待ちしております。

■前回の応募数 75通

たくさんのご応募ありがとうございました。今回もたくさんのご応募をお待ちしております。

「きずな」のご紹介

遺族附加年金事業

ご加入内容の更新について

遺族附加年金事業『きずな』は令和2年7月1日に更新日を迎えます。
ご加入の皆さまには所属所経由で「ご加入内容のお知らせ」をお配りしますので、
ご加入内容のご確認をお願いします。

※「きずな」は団体保険のため、保険証券はありません。
「ご加入内容のお知らせ」は1年間大切に保管をお願いします。



新規組合員の皆さまへ ～中途加入のご案内～（予定）



遺族附加年金事業『きずな』の中途加入手続きの時期が
やってまいりました! 新規組合員の皆さまのところへ制度推進員が訪問し、
制度内容の説明をさせていただきますので、ご協力をお願いいたします。

※所属所によっては、訪問できない場合があります。

中途加入スケジュール(予定)

8月～10月

新規組合員への説明訪問開始
※制度推進員が職場にご説明とお手続きにお伺いします

10月中旬

申込締切日

翌年
1月1日

中途加入責任開始期(加入日)



主な「きずな」加入取り扱い制度

「きずな」だけでなく「総合医療保障コース」「重病克服支援コース」等の制度もあり、充実した医療の保障もあるから安心だね!



きずな	死亡・高度障害、不慮の事故で入院・手術等の場合に備えて
きずなプラス	死亡・高度障害、障害年金1級・2級の認定に備えて
総合医療保障コース (基本型・セット型)	病気やケガで入院・所定の手術等の場合に備えて
重病克服支援コース	以下の場合に備えて ・所定の悪性新生物（がん）と診断確定されたとき ・急性心筋梗塞・脳卒中を発病して、所定の状態になられたとき ・急性心筋梗塞・脳卒中で、所定の手術を受けられたとき ※特約を付加した場合は、7大疾病及び、悪性新生物（がん）・上皮内新生物の 治療費をサポートします（7大疾病保障特約、がん・上皮内新生物保障特約）
長期療養収入補償コース	病気やケガでの長期療養に備えて
団体傷害補償制度	傷害による死亡・入通院、日常生活での賠償責任を負った場合等に備えて
入院医療費支援制度	入院時の自己負担部分を軽減する短期給付の補完事業

退職後の制度について

「ご存じですか?」

退職時に満50歳以上の場合、現職中の「きずな」をご継続いただける「きずなNEXT」をご用意しています。（ただし、一部保障額が限定されます。）現職中の「きずな」をご退職時までご加入いただくことで、健康状態にかかわらず健康告知なし・無診査でご継続いただけることが大きな特長です。



	現職中の「きずな」		退職後の「きずなNEXT」	
	ご退職	7月1日 (更新日)	69歳	80歳
死亡・高度障害保障 傷害補償	きずな		きずな（退職者専用コース）	
死亡・高度障害保障 障害年金1級・2級保障	きずなプラス		きずなプラス	
傷害補償	団体傷害補償制度		団体傷害補償制度	
医療保障	総合医療保障コース (基本型・セット型) 入院医療費支援制度		総合医療保障コース (基本型・セット型) 入院医療費支援制度	
三大疾病保障	重病克服支援コース		重病克服支援コース	

※長期療養収入補償コース・積立年金については退職と同時に脱退となります。 ※こどもは継続できません。

※障害保険金、障害初期給付金は保険年齢64歳までの本人が保障の対象となります。

問い合わせ先

事務取扱

兵庫県市町村職員共済組合
(有)兵庫ライフサービス TEL:078-265-6170

※各制度の詳細な内容等詳細については、PR時に配付しておりますパンフレットをご参照ください。
※一部所属では、「きずな」を取り扱っていない所属所がございます。

MY-A-20-他-004337

ご宿泊招待券に当選されなかった方にも、
うれしいラッキーチャンス!!
抽選で10名様にゆめ春来3,000円割引券をプレゼント!!

クロスワードパズル

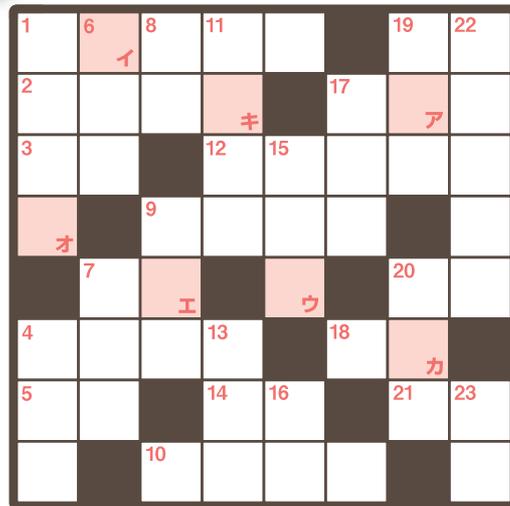
暑〜い日には、涼しい屋内で
パズルにチャレンジ!
仕事や家事の気分転換に
楽しんでください。

タテのカギ

- 夏の窓辺で、涼やかな音を鳴らします。
- 風味増しや味の引き締めにかける。ネギやショウガなど。
- 二人組はコンビ。3人組は?
- 〇〇〇は気から。
- くしゃみの大魔王はここから飛び出す。
- 人事異動で低い地位へ落とされること。
- 粉を英語でいうと?
- 18世紀のドイツの作曲家。「音楽の父」。
- 船を止めるために水底に沈める重り。
- 桃太郎のおともは、犬と猿と?
- 「礼」や「祈」の部首。〇〇〇へん。
- 争い事をやめることに合意し、仲直りすること。
- 手を加えること。細工すること。
- ほんの少し加えることで味を引き立たせます。
- それ本当の話? 〇〇つばものでしょ!?

ヨコのカギ

- 物事に動じず度量の大きいこと。気前のよいこと。
- イノシシの子ども。
- オリンピック2016年開催地の略称。
- 奥深〜い山に棲む老女の妖怪。
- 出る〇〇は打たれる。
- 細い体でよく食べる! 〇〇の大食い。
- 動物の芸や人間の曲芸を見せる見世物。
- 昔ながらの遊び。平たい玉を指先ではじく。
- 人や物を代わりに指し示す言葉。「わたし」「あなた」「これ」「それ」などなど。
- 幸運をもたらすもの。これが運の〇〇。
- 聴覚・触覚・味覚・嗅覚。あとひとつ。
- こうなったら〇〇でも動かないぞ。
- 古くから伝わる日本固有の形式の詩。
- 地震カミナリ〇〇オヤジ。
- この動物に念仏を聞かせてもムダ?



答え ア イ ウ エ オ カ キ

令和2年4月号の解答「ハルイチバン」応募数292通
たくさんのご応募ありがとうございました。

ゆめ春来 ご宿泊招待券 プレゼント!!

クロスワードパズルに正解された方の中から抽選で**5組10名様**にゆめ春来ご宿泊招待券をプレゼント! さらに、**当選されなかった方の中から抽選で10名様にゆめ春来3,000円割引券をプレゼント**します。

応募方法

郵便はがきに、①クイズの解答②郵便番号・住所③氏名④電話番号⑤勤務先⑥組合員証記号番号(組合員証に記載された記号と番号)を記入の上、右記へお送りください。

締め切り

令和2年8月14日(金)消印有効

プレゼント応募のあて先

〒650-0011
神戸市中央区下山手通4-16-3
兵庫県会館
兵庫県市町村職員共済組合
総務課クイズ係 宛

※当選は賞品の発送をもって発表といたします。
※応募は、**組合員一人につき1通**とさせていただきます。また、わが街紹介(30~31ページ)の物産プレゼントとは応募が別になりますのでご注意ください。
令和元年10月1日から郵便はがきの料金が63円に変更になりましたのでご注意ください。

<ご宿泊招待券の利用にあたっての注意点>

1泊2食付きの彩(いろどり)コースとなります。
入湯税(150円)及び飲物代は、別途ご負担いただきます。
お料理は変更も可能ですが、差額が生じたときはご負担が発生いたします。
宿泊利用助成との併用はできません。
有効期限は**令和3年2月28日(日)**までです。なお、令和2年12月31日から令和3年1月2日までの間はご利用いただけません。
詳細はゆめ春来までお問い合わせください。

<3,000円割引券の利用にあたっての注意点>

宿泊・飲食で利用することができます。
売店及び入湯税の支払いには使用できません。
利用の際、釣銭は支払われません。
有効期限は**令和3年2月28日(日)**までです。

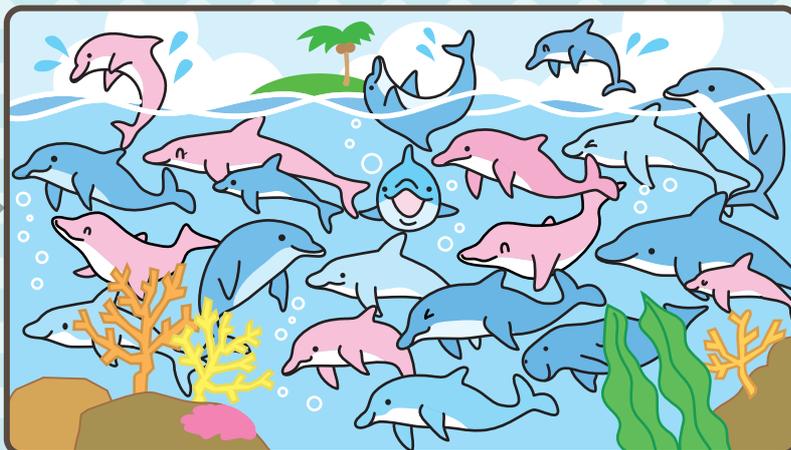
※個人情報の取り扱いについて

ご記入いただいた個人情報は厳重に保護・管理し、商品の抽選及び発送に活用する目的以外に使用することはありません。また、個人情報をご本人の承諾なく業務委託先以外の第三者に開示・譲渡することは一切ございません。(法令により開示・譲渡を認められた場合を除きます)

ジュゴンを探せ!!

右のイラストに描かれたイルカのなかに1頭だけ**ジュゴン**がまぎれているよ!
ジュゴンがどこにいるか見つけよう!

「イラストクイズ」の解答は裏表紙をご覧ください。





25周年イメージキャラクター「ヌームちゃん」

京都市町村職員共済組合宿泊施設

ホテル セントノーム 京都



京の風物詩 『納涼川床宿泊プラン』

2020年9月30日まで

風情ある川床料理と1泊朝食をセットにしたプランです。



貴船

『右源太』『左源太』

洛北の奥座敷貴船で、厳選された旬の素材と、四季の自然を感じながら料理をお召し上がりいただけます。



鴨川

『鶴清』

京都・鴨川の「川床」に座して、せせらぎの音を聞き、川魚料理をご堪能ください。涼と食で夏をお楽しみいただけます。



高雄

『錦水亭』

夏の別天地、高雄で自然の幸をご堪能ください。例年7月上旬には、ゲンジボタルが舞う光景をご観賞いただけます。

納涼川床

どうぞ京都におこしやす。

コース	7・8月	9月
スタンダードコース	18,500円	17,500円
デラックスコース	22,500円	21,500円

※料金はツインご利用時のお一人様の料金（税込・宿泊税別）です。

シングルご利用時は1,100円UP、トリプルご利用時は1,100円DOWNとなります。

※ご予約は2名様より承ります。 ※新型コロナウイルス感染症の影響等により、川床の営業内容等が変更される場合がございます。

除外日：7月16日、8月16日 内容等の詳細はホテルまでお問い合わせください。

※休前日は1,100円UPとなります。

- ◆貴船・鴨川・高雄とも共通料金
- ◆川床料理+1泊朝食
- ◆送迎バス付き※鴨川は送りタクシー付き

1泊朝・夕食付き『特別宿泊プラン』

2021年3月31日まで

1泊2食付きのお得な宿泊プランです。夕食はワンドリンクサービス付きで和・洋からお選びいただけます。

コース	シングル	ツイン	トリプル
和の創作コース	13,600円	12,500円	11,400円
旬の食材づくし会席	17,100円	16,000円	14,900円

コース	シングル	ツイン	トリプル
洋食二段重弁当	10,800円	9,700円	8,600円
食べ放題付き洋コース	13,600円	12,500円	11,400円



和の創作コース



洋食二段重弁当

※料金はお一人様の料金（税込・宿泊税別）です。

※除外日：12月31日、1月1日 ※休前日は、1,100円UPとなります。

※新型コロナウイルス感染防止対策に伴い、朝食については洋食セットメニューでの提供とさせていただきます。

※京都市宿泊税条例により、2018年10月1日から宿泊税が課税されることとなりました。

別途、ご宿泊料金に応じた宿泊税（1名様あたり200円）をご負担いただけますことを何卒ご了承ください。

※記載内容以外に発生した料金は各店舗にてご精算願います。

※写真は全てイメージです。

いずれのプランも共済組合が発行する宿泊利用助成券がご利用いただけます。



CENTNOVUM KYOTO ホテル セントノーム 京都

TEL / 075-682-8777

FAX / 075-682-8787

〒601-8004 京都市南区東九条東山王町 19-1

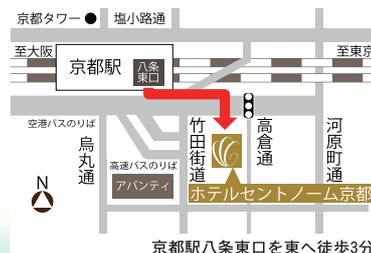
※駐車場：乗用車 47 台（地下駐車場を含む）

大型バス 2 台

（ただし大型バスの場合はご予約が必要です。）

ホテルセントノーム 京都

検索



京都駅八条東口を東へ徒歩3分

おすすめ
スポット

神戸の自然を間近に感じる。

六甲山牧場

羊・牛・馬・ヤギなど家畜を飼育している神戸市立六甲山牧場は、人と動物と自然とのふれあいの場です。六甲山上に広がる牧歌的な景色の中で、癒しのひとときを楽しむことができます。神戸チーズ(カマンベールチーズ)の製造工程が回廊から見学できる「六甲山Q・B・Bチーズ館」などの施設も充実しています。羊毛によるウールクラフト、アイスクリームやバター、チーズ、フローズンヨーグルト作りなどの楽しい体験教室も開催しています。

気軽に摩耶山ハイキング

摩耶山は、初心者や、普段山を登り慣れていない方でも優しく登れる山です。また、体力に自信が無い方は、ケーブルカーや、ロープウェイが整備されているので、それらをうまく利用することにより、問題無く登ることができるでしょう。ふだん、山歩きをしていない方でも、のんびりと歩いて訪れることができる場所です。

各おすすめスポットの営業状況は、HP等でご確認ください。

夏の応援フェア

期間/令和2年7月1日～7月31日

暑い夏を乗り切るのにぴったりの料理をご用意しました。みんなでわいわい楽しくお召し上がりください。



写真は4人前です。

- 冷しゃぶごまだれサラダ
- 五目スープ
- 海老のマヨネーズソース
- 飲茶三種
- 鶏のチリソース
- ちまき
- デザート

2時間飲み放題付き

お一人様 3,500円

↓
利用助成控除後

500円

季節の味覚



期間/令和2年8月1日～8月31日

夏の食材を使ったコース料理です。和牛のあっさりしゃぶしゃぶ、旬の枝豆釜飯と期間限定のお食事をお楽しみください。



- 前菜盛り合わせ
- オクラ入りフカヒレスープ
- 特選和牛のしゃぶしゃぶ
- 夏野菜の干し貝柱餡かけ
- 飲茶三種
- 枝豆釜飯 香の物
- デザート

お一人様

4,200円

↓
利用助成控除後

1,200円

神戸牛グルメコース

期間/令和2年4月1日～令和3年3月31日



ステーキ、しゃぶしゃぶの両方を
お楽しみいただけます。

- 前菜盛り合わせ
- 神戸牛ステーキ
- 神戸牛しゃぶしゃぶ
- 神戸牛もち皮揚げと鹿の子海老団子
- 飲茶三種
- 釜炊き白飯 牛バラ餡添え 香の物
- デザート

お一人様
5,300円
↓
利用助成控除後
2,300円

海鮮グルメコース

期間/令和2年4月1日～令和3年3月31日



魚介類をふんだんに使った
コース料理です。

- 前菜盛り合わせ
- ホタテ貝柱のしゃぶしゃぶ
- 豆腐の蟹肉餡かけ
- 海鮮春巻きと鹿の子海老団子
- 飲茶三種
- 鯛の釜飯 ひつまぶし風 香の物
- デザート

お一人様
5,300円
↓
利用助成控除後
2,300円

おすすめ宿泊プラン

得とくプラン

通常日の限定プラン(繁忙日を除く)

利用助成控除後
お一人様 1泊夕食付 **7,300円 → 3,800円**
朝食はサービスです。

贅沢プラン

フカヒレの姿煮付

利用助成控除後
お一人様 1泊夕食付 **12,000円 → 8,500円**
朝食はサービスです。

かけこみプラン

当日(18:00~23:00)のご予約で、お得にご宿泊いただけます。
予約電話/078-222-2600



利用助成控除後
お一人様 **5,300円 → 1,800円**
写真は朝食のイメージです。

助成金額

宿泊…3,500円 日帰り…3,000円
助成は、助成金額以上のご利用をされた場合に限りです。

組合員及び被扶養者の方(任意継続組合員含む)は、来館時に『組合員証』又は、『組合員被扶養者証』をご提示していただくことにより、ご利用料金より左記の助成金額が控除されます。

■表示料金は、すべて消費税・奉仕料込みです。 ■写真はすべてイメージです。 ■いずれのご利用も事前のご予約が必要です。



ひょうご共済会館

〒650-0004 神戸市中央区中山手通4-17-13

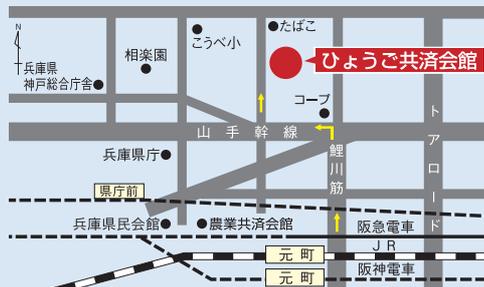
TEL 078-222-2600 FAX 078-222-2977

E-mail: hkkaikan@vivid.ocn.ne.jp

URL: http://www.h-kyosai.or.jp/hk-kaikan/

全館Wi-Fi通信を無料でお使いいただけます。

ホームページから宿泊の予約ができます。



JR元町駅東口から徒歩8分

直営施設紹介

休館中は、ご不便ご迷惑をおかけいたしました。
感染防止対策を行い、6月19日から営業を再開しています。8月31日までの期間については、繁忙日を設けずに通常日料金でご利用いただける「特別キャンペーン」を実施し、皆さまのご来館をお待ちしています。

おすすめ
スポット

但馬の夏を楽しもう!

綺麗な海をとことん満喫「竹野浜」

竹野海岸の猫崎半島の東に広がる竹野浜は遠浅かつ透明度の高さを特徴とする、環境省の「日本の快水浴場百選」や「日本渚百選」に選ばれている日本を代表する海水浴場の一つであり、来客数においても近畿圏屈指とされています。

各おすすめスポットの営業状況は、HP等でご確認ください。



エメラルドグリーンの滝壺が美しい「八反滝」

八反滝(はったんだき)は、神鍋高原にある滝で山陰海岸ジオパークに属します。滝の高さが布八反に相当することから命名されました。



うれしい・楽しい・おもしろいグラススキー「アップ神鍋」

キャタピラで草の上を滑るグラススキー。初めての方には初心者講習もあるので安心です。上から下まで滑れるようになれば、高原の風を切る爽快感は最高です。

特別キャンペーン

期間／令和2年7月10日～8月31日 繁忙日

繁忙日のお部屋代を
通常日料金でご利用いただけます。



1泊2食付料金

繁忙日価格	通常日価格	利用助成控除後
大人/13,860円～ (なごみコースご利用で)	➡ 13,160円～	➡ 7,660円～
小人/8,910円～ (子供会席ご利用で)	➡ 8,490円～	➡ 2,990円～

いりどりコース、みやびコースも通常日料金でご利用いただけます。

※期間中はゆめ春来家族割引もご利用いただけます。

- ・お部屋タイプ、入室されるご人数により料金が異なります。
- ・大人の方は、別途入湯税150円お預かりします。・写真はイメージです。
- ・表示料金は、消費税・奉仕料込みです。・詳細はお問い合わせください。

ゆめ春来ご宿泊のご案内

期間／令和2年4月1日～令和3年3月31日(但し7/23～8/23、年末年始期間を除く。)



和 なごみコース

閑散日/1泊2食付 12,460円	➡ 利用助成控除後 6,960円
通常日/1泊2食付 13,160円～	➡ 利用助成控除後 7,660円～
繁忙日/1泊2食付 13,860円～	➡ 利用助成控除後 8,360円～



彩 いりどりコース

閑散日/1泊2食付 14,910円	➡ 利用助成控除後 9,410円
通常日/1泊2食付 15,610円～	➡ 利用助成控除後 10,110円～
繁忙日/1泊2食付 16,310円～	➡ 利用助成控除後 10,810円～



雅 みやびコース

閑散日/1泊2食付 17,110円	➡ 利用助成控除後 11,610円
通常日/1泊2食付 17,810円～	➡ 利用助成控除後 12,310円～
繁忙日/1泊2食付 18,510円～	➡ 利用助成控除後 13,010円～



閑散日はプラン料金で、
ちよつとお得にご利用いただけます。

四季折々の素材を使用した
味覚料理をご用意しています。
写真は夏の料理イメージです。

令和2年度 ゆめ春来繁閑日カレンダー



 閑散日
 通常日
 繁忙日
 年末年始
 休館日

 特別キャンペーン(通常日料金)

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

3月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



旬の味覚でおもてなし

ゆめ春来 家族割引のご案内

期間/令和2年4月1日~令和3年3月31日(但し閑散日、通常日を対象)

家族割引額 お一人様 **2,000円**

1泊2食のご利用で、
夕食を「和」会席以上のご利用者の場合

割引対象者 組合員同行に限る

組合員様の被扶養者でない配偶者、子、父母、
祖父母及び、配偶者の父母、祖父母



家族割引をご利用される方は、ご予約の際、ゆめ春来までお申し出ください。

助成金額

宿泊...5,500円 日帰り...3,000円

助成額は、助成金額以上のご利用をされた場合に限りです。

組合員及び被扶養者の方(任意継続組合員含む)は、来館時に『組合員証』又は、『組合員被扶養者証』をご提示していただくことにより、ご利用料金より左記の助成金額が控除されます。



ふるさとのひととき —— いで湯の里



〒669-6821 兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6

全館Wi-Fi通信を無料でお使いいただけます。

TEL.0796-99-2211 FAX.0796-92-0233



ゆめ春来ブログ

「山紫水明」も

ご覧ください。

E-mail : y-haruki@theia.ocn.ne.jp

URL : <http://www.h-kyosai.or.jp/y-haruki/>

ホームページから宿泊の予約ができます。

ゆめ春来は20周年を迎えました。

YumeHaruki
20th
Anniversary

ゆめ春来 20周年企画

おかげさまで、ゆめ春来は20周年を迎える事ができました。
そこで、感謝の気持ちを込めて、
期間内にご利用の方を対象に
20周年企画をご用意しました。

期間/令和2年9月1日～令和2年10月31日

ご宿泊利用者様、お食事のみの利用者様、
全員に粗品のプレゼント。

1泊2食ご利用の皆様へは更に、
お楽しみ抽選会。

1等は1泊2食付き無料招待券! 毎月3名の方に当選!
その他記念品もご用意。ハズレ無しの抽選会。

20周年を迎え、職員一同、組合員の皆さまに笑顔になっていただけるよう頑張っております。
これからも末永くご愛顧のほど、よろしくお願いたします。



ふるさとのひととき —— いで湯の里



〒669-6821 兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6

TEL.0796-99-2211

FAX.0796-92-0233



ゆめ春来ブログ
「山紫水明」も
ご覧ください。

E-mail : y-haruki@theia.ocn.ne.jp

U R L : <http://www.h-kyosai.or.jp/y-haruki/>

ホームページから宿泊の予約ができます。

■組合の概況(令和2年5月末現在)

①組合員数 (任継除く)



男	23,268人
女	15,746人
計	39,014人 (前年同月) (38,571人)

②被扶養者数 (任継除く)



男	14,476人
女	22,804人
計	37,280人 (前年同月) (37,688人)

③平均標準報酬月額 (任継除く)



短期	415,523円 (前年同月) (415,037円)
長期	400,765円 (前年同月) (400,468円)

④任意継続 組合員数



男	217人
女	136人
計	353人 (前年同月) (381人)

■令和2年5月(3月診療分)の医療費状況

	件数	金額 (1件当たりの医療費)	前年 同月比
本人	26,362件	314,758千円 (11,940円)	10.71%
家族	27,143件	332,214千円 (12,239円)	20.71%
高額療養費	552件	78,451千円	
家族療養費 附加金	155件	6,455千円	
一部負担金 払戻金	330件	10,859千円	
計	53,505件	742,737千円	

ジュゴンを探せ!!

の解答

○がついている所にジュゴンがかくれていました。わかりましたか?

