

ひょうご共済

SPRING
No.198
2022



写真提供/神河町「かみかわ 桜の山 桜華園の桜」

令和4年度予算の概要	2
第181回組合会を開催 ほか	7
医療保健課から	
1年に1度、ご自身の健康のために 必ず特定健康診査を受診しましょう!	8
「健康スコアリングレポート(2019)」をご紹介します!	9
共済組合を通じて申込みをした 人間ドックを受診する際の注意点	12
人間ドック、受けただけで満足していませんか?	13
令和4年度健康セミナー(前期)のご案内	14
宿泊施設等利用助成のご案内	16
医療保健課からのお願い	17
年金審査課から	
2つ以上の年金を受給できるときの併給調整	18
年金管理課から	
給付算定基礎額残高通知書をお送りいたします	20
年金額はマイナス0.4%で改定されます	21
資格管理課から	
被扶養者の異動手続きはお早めに	22

被扶養者認定Q&A	23
令和4年10月から地方公務員等共済組合法が改正されます	26
資格管理課からのお願い ほか	28
貯金払戻日カレンダー	29
総務課からのお願い	30
栄養学×減塩 家族の健康ごはん	31
ポジティブメンタルヘルス ～いつまでもクヨクヨしてしまう自分を変えたい!～	32
わが街紹介 神河町	34
遺族附加年金事業「きずな」のご紹介	36
ちょっとブレイク クイズパーク	38
他府県施設紹介 岡山県市町村職員共済組合「サン・ピーチOKAYAMA」	39
直営施設紹介「ひょうご共済会館」	40
「ゆめ春來」	42
ゆめ春來からのご案内 組合の概況/令和4年2月の医療費状況	44

ご家族の皆さまと一緒にご覧ください。

令和4年度予算議決！

令和4年3月1日に開催された第181回組合会において、令和4年度の予算が議決されました。

① 地方公共団体の数

市	28
町	12
一部事務組合等	39
計	79

② 組合員数、被扶養者数及び平均標準報酬月額(令和4年度末推計)

組合員種別	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	36,071	31,060	397,288	413,010
短期組合員	16,731	4,065	—	180,000
市町村長組合員	34	33	648,352	887,705
特定消防組合員	4,133	6,523	411,438	411,518
長期組合員	8	—	650,000	1,300,000
市町村長長期組合員	6	—	650,000	880,000
継続長期組合員	2	—	500,000	—
小計	56,985	41,681	399,046	344,943
任意継続組合員	299	162	—	367,257
合計	57,284	41,843	399,046	345,060

③ 掛金・負担金率 標準報酬月額及び標準期末手当等の額と掛金(組合員保険料)・負担金との割合 (単位:千分比)

組合員種別	区分	短期	介護	特別財政調整負担金	育児・介護休業公的負担金	厚生年金保険	基礎年金公的負担金	退職等年金	経過的長期	保健
一般組合員	掛金	48.85	8.65	—	—	91.50	—	7.50	—	1.74
	負担金	48.85	8.65	0.10	0.06	91.50	41.60	7.50	0.1105	1.74
短期組合員	掛金	48.85	8.65	—	—	—	—	—	—	1.74
	負担金	48.85	8.65	0.10	0.06	—	—	—	—	1.74
市町村長組合員	掛金	48.85	8.65	—	—	91.50	—	7.50	—	1.74
	負担金	48.85	8.65	0.10	0.06	91.50	41.60	7.50	0.1105	1.74
特定消防組合員	掛金	48.85	8.65	—	—	91.50	—	7.50	—	1.74
	負担金	48.85	8.65	0.10	0.06	91.50	41.60	7.50	0.1105	1.74
長期組合員(後期高齢者)	掛金	2.35	—	—	—	—	—	7.50	—	1.74
	負担金	2.35	—	—	0.06	—	—	7.50	0.1105	1.74
市町村長長期組合員	掛金	2.35	—	—	—	—	—	7.50	—	1.74
	負担金	2.35	—	—	0.06	—	—	7.50	0.1105	1.74
継続長期組合員	掛金	—	—	—	—	91.50	—	7.50	—	—
	負担金	—	—	—	—	91.50	41.60	7.50	0.1105	—
任意継続組合員	掛金	97.70	17.30	—	—	—	—	—	—	—

※厚生年金保険の掛金欄は、組合員保険料の割合

④ 追加費用率

(単位:千分比)

単独条例市等	追加費用率	
	厚生年金保険経理分	経過的長期経理分
姫路市	14.2	1.4
尼崎市	14.5	1.4
明石市	13.5	1.3
西宮市	12.6	1.2
洲本市	12.5	1.2
芦屋市	12.7	1.2
伊丹市	14.8	1.4
相生市	12.9	1.2
豊岡市	12.5	1.2
加古川市	13.9	1.3
赤穂市	12.1	1.1
たつの市	12.2	1.2
阪神水道企業団	14.4	1.4
豊岡病院組合	12.1	1.1
八鹿病院組合	9.5	0.9
基本率	12.1	1.1

⑤ 各経理の収支予定

経理名	区分	収入	支出	損益金
短期経理		341億8,762万円	341億1,090万円	7,672万円※
厚生年金保険経理		575億8,305万円	575億8,305万円	0円
退職等年金経理		36億7,728万円	36億7,728万円	0円
経過的長期経理		2億6,469万円	2億6,469万円	0円
退職等年金預託管理経理		0.1万円	0.1万円	0円
経過的長期預託管理経理		5,348万円	5,348万円	0円
業務経理		6億2,966万円	6億8,504万円	△5,538万円
保健経理		9億5,993万円	10億5,610万円	△9,617万円
貯金経理		9億5,380万円	8億2,225万円	1億3,155万円
貸付経理		2,228万円	1,971万円	257万円
宿泊経理	ゆめ春來	2億9,168万円	2億8,279万円	889万円
	共済会館	1億4,719万円	1億4,418万円	301万円

※短期経理の損益金の内訳は、短期利益金 7,833万円、介護損失金 161万円

総括事項

組合員数については、前年度より17,158人増の57,284人に、被扶養者数については、前年度より4,121人増の41,843人と推計し、組合員1人当たりの扶養率は0.73と見込みました。

組合員1人当たりの平均標準報酬の月額(年度末見込)は、短期で70,123円減の345,060円、長期は2,357円減の399,046円と見込みました。

令和4年10月から短時間勤務職員等の非常勤職員が新たに組合員(短期給付・福祉事業を適用)となることから、組合員数及び被扶養者数の大幅な増加、短期の平均標準報酬の月額の大幅な減少を見込みました。

短期経理

この経理では、組合員と被扶養者の方々の病気、けが、出産、死亡、休業及び災害等に対して給付を行っており、これらに要する財源は主に組合員の掛金と自治体の負担金で賄われています。

当年度は、組合員数の増加により短期給付が増加することが見込まれるため、短期財源率を1.06ポイント引き上げ、97.70%(掛金48.85%・負担金48.85%)での運営となります。

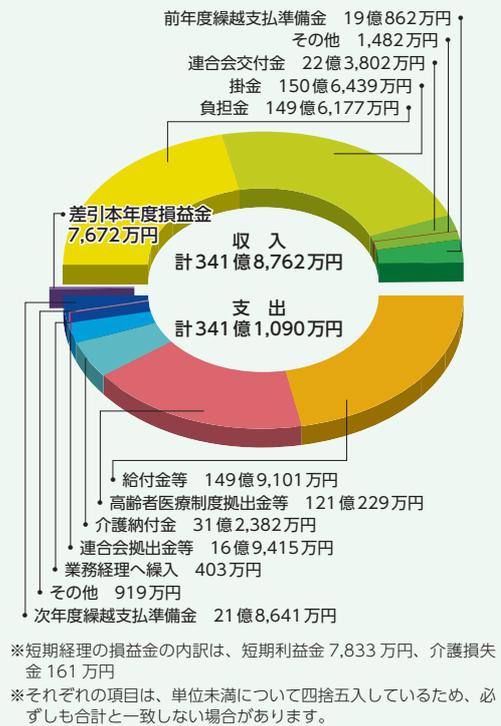
なお、高齢者支援等に係る特定保険料率は、44.00%となります。

また、介護保険の財源率については、組合員数が増加することにより17.30%に引き下げることであります。

引き続き厳しい財政状況となりますので、皆さまにおかれましては、健康管理に十分ご留意の上、医療の適正受診等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>



厚生年金保険経理

この経理は、厚生年金相当部分(2階部分)等に係る組合員保険料及び自治体からの負担金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。

その収入及び支出は、同額の575億8,305万円と見込みました。

退職等年金経理

この経理は、被用者年金一元化により廃止された職域年金部分(3階部分)に代わり、退職給付の一部として新設された「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。

給付の種類は、退職年金・公務障害年金・公務遺族年金があります。

その収入及び支出は、同額の36億7,728万円と見込みました。

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になっており、その収入を連合会へ払い込みます。

その収入及び支出は、同額の2億6,469万円と見込みました。

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。この経理では、貸付経理に住宅貸付等の貸付事業資金として貸し出し、組合員の福祉向上に役立てます。

現在貸付経理への貸し出しは無く、新たな貸し出しも見込んでいないため、今年度の収入は預金利息のみとなる見込みです。支出については、預金利息収入全額を支払利息として連合会に支払います。



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。この経理では、本組合を組織する自治体の行政目的の実現のために発行する縁故地方債の購入を行います。

利息収入全額を支払利息として連合会に支払うため、収入及び支出については、同額の5,348万円と見込みました。

業務経理

この経理は、短期給付、長期給付等の事業を行うために要する費用と、組合の管理運営に要する人件費等の諸費用を賄うためのものです。この経理の財源は、自治体の負担金と短期経理からの繰入金及び連合会からの交付金となっています。

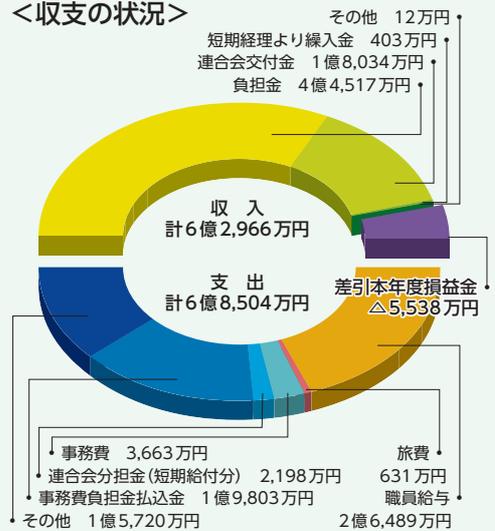
長期給付事業については、連合会で一元的に処理されており、自治体の負担金の一部を事務費負担金払込金として連合会へ払い込みますが、実務については引き続き本組合にて行っていますので、長期給付事業の事務に要する費用として連合会交付金が交付されます。

また、連合会事務費のうち短期給付事業に要する費用は、連合会分担金として連合会へ払い込むこととされています。

令和4年度の事務費1人当たり年額は、11,070円となりました。

事務に要する費用等については、事務処理の効率化で節減に努めてまいります。

<収支の状況>



※それぞれの項目は、単位未満について四捨五入しているため、必ずしも合計と一致しない場合があります。



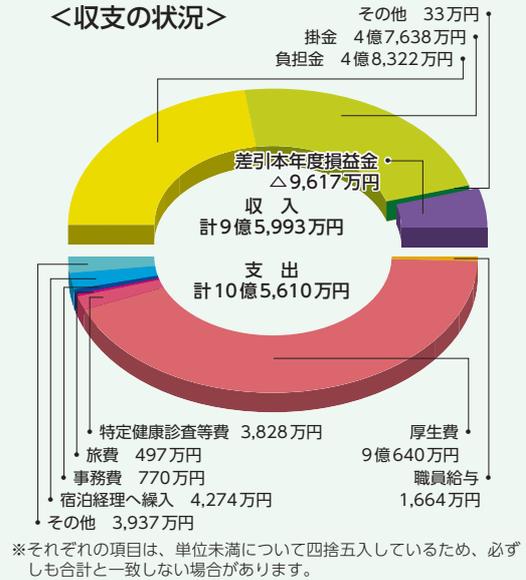
保健経理

この経理は、組合員とその被扶養者の皆さまの健康増進と疾病予防に役立てるため、成人病検診、短期人間ドック・脳ドック、子宮頸がん検診、家庭用常備薬等の斡旋助成、インフルエンザ予防接種等への助成及び保養施設等の利用助成などの福利厚生事業、生活習慣病対策として、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・特定保健指導の事業を行っている経理で、今年度から新たに歯科健診や禁煙対策の事業も実施します。

昨年度に引き続き、生活習慣病の重症化予防として、血糖、血圧の数値が高く、なおかつ医療機関へ未受診の方を対象に受診勧奨を行います。また、特定健診・特定保健指導の未利用者への利用勧奨も継続して実施します。



<収支の状況>



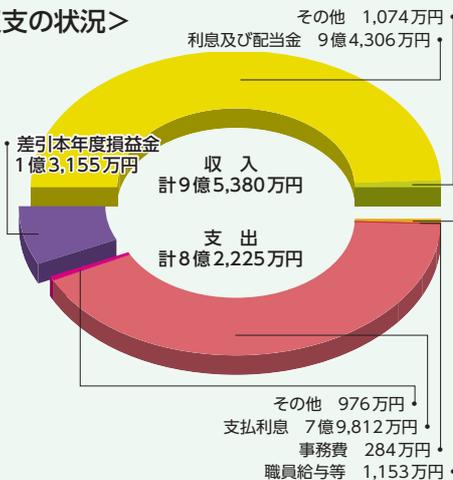
貯金経理

この経理は、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より、市中金利より有利な利息を貯金加入者に還元する経理です。

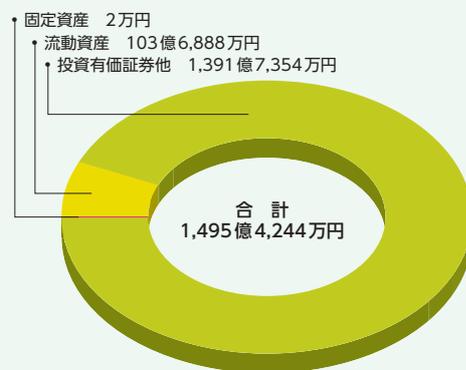
共済貯金は国債・地方債などを中心とした債券により運用を行っており、債券運用にあたっては法令を遵守し、安全を最優先に努めており、また、万が一の事態に備え十分な引当金も計画的に積立てて事業を行っていますので、今後も組合員の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

本年度末の加入者数は24,026人、加入率は42.16%、貯金者1人当たりの平均貯金額は約564万円となる見込みです。

<収支の状況>



<資産の状況>



※それぞれの項目は、単位未満について四捨五入しているため、必ずしも合計と一致しない場合があります。

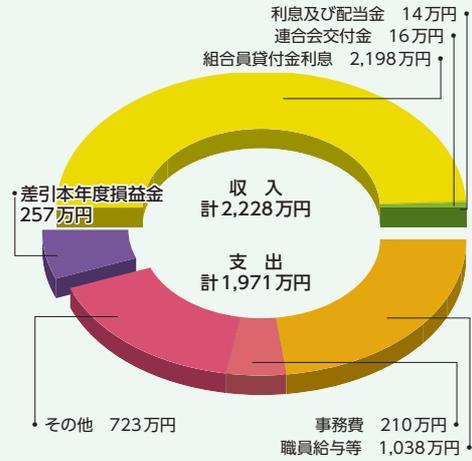
貸付経理

この経理は、組合員の皆さまの住宅建築（購入）資金や教育費・医療費など、日常生活の中で臨時に資金を必要とする場合の貸付を行っている経理です。

年々貸付金の残高が減少しており、貸付金総額は前年度に比べ4億1,606万円の減少が見込まれ、貸付金総額は12億2,715万円を推計しています。また、事故防止のため、借入申込時にその内容、借受人の償還能力等について十分な調査を行い、貸付要件の厳格化や事前調査の充実を図ります。



<収支の状況>



※それぞれの項目は、単位未満について四捨五入しているため、必ずしも合計と一致しない場合があります。

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。

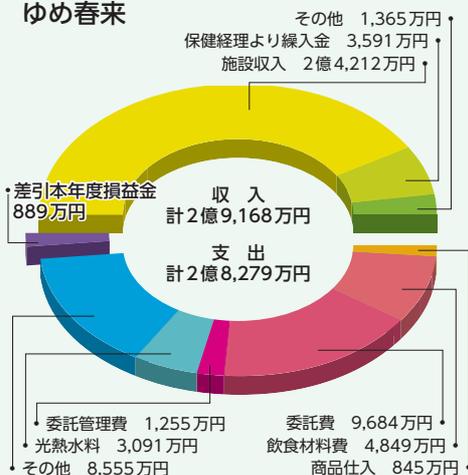
ゆめ春来は、兵庫県北西部に位置し、無色透明の温泉で美人づくりの湯として知られている山陰の名湯「湯村温泉」にあり、その源泉は98度の高温泉が噴出しています。四季折々を彩る豊かな自然の中で育まれた但馬牛、浜坂漁港からの新鮮な海産物など旬の山の幸、海の幸を用いたお料理と、いで湯の温もりと心和む温泉情緒をご堪能ください。各種イベント等を実施し、皆さまのお越しをお待ちしております。

ひょうご共済会館は、旧居留地やハーバーランド、異国情緒漂う北野異人館、活気あふれる南京町などの観光の拠点に、また出張や研修にも大変便利な神戸の中心にあります。お食事につきましても、趣向を凝らしたメニューをご用意し、各種ご会合等の様々なシチュエーションに合わせたご利用をお待ちしております。

両施設とも感染症等への対策を実施し、安心して安全にご利用いただけるよう努めてまいります。組合員とご家族皆さまの保養、健康維持増進のため、毎日の疲れを癒していただけるよう、より一層のサービス向上に努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

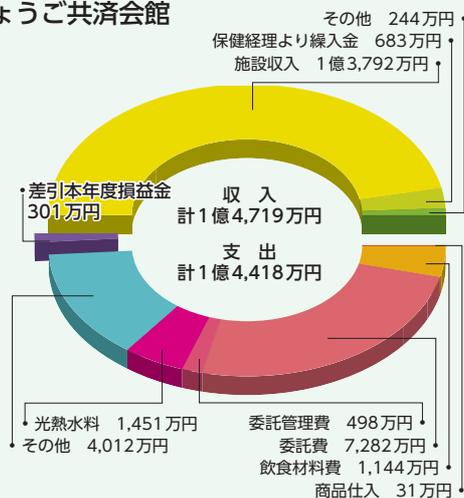
<収支の状況>

ゆめ春来



<収支の状況>

ひょうご共済会館



※それぞれの項目は、単位未満について四捨五入しているため、必ずしも合計と一致しない場合があります。

第181回 組合会を開催



令和4年3月1日にひょうご共済会館にて開催した第181回組合会において、共済組合福祉事業調査委員会の委員の選挙を行った結果、多可町長の吉田一四氏が当選され、同日就任されました。

また、令和4年度予算など、下記の議案が審議され、原案のとおり議決されました。

1 報 告

令和3年度上期保養所等監査報告書について

2 選 挙

選挙第1号 兵庫県市町村職員共済組合福祉事業調査委員会の委員の選挙について

3 議 案

議案第1号 兵庫県市町村職員共済組合個人情報保護に関する規則の一部を改正する規則に係る専決処分の承認について

議案第2号 兵庫県市町村職員共済組合個人番号及び特定個人情報の適正な取扱いに関する規則の一部を改正する規則に係る専決処分の承認について

議案第3号 令和3年度第二次変更事業計画及び予算(案)について

議案第4号 兵庫県市町村職員共済組合保養所ゆめ春来設置運営規程の一部を改正する規程(案)について

議案第5号 兵庫県市町村職員共済組合定款の一部変更(案)について

議案第6号 兵庫県市町村職員共済組合巡回歯科健診実施要綱の制定(案)について

議案第7号 兵庫県市町村職員共済組合禁煙外来助成要綱の制定(案)について

議案第8号 令和4年度事業計画及び予算(案)について

事務説明会を開催

令和4年3月9日に、共済組合と所属所間における事務処理の円滑化を図るための「令和3年度共済組合事務説明会」を開催しました。

今回の事務説明会は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、リモート(Web)形式での開催となりました。

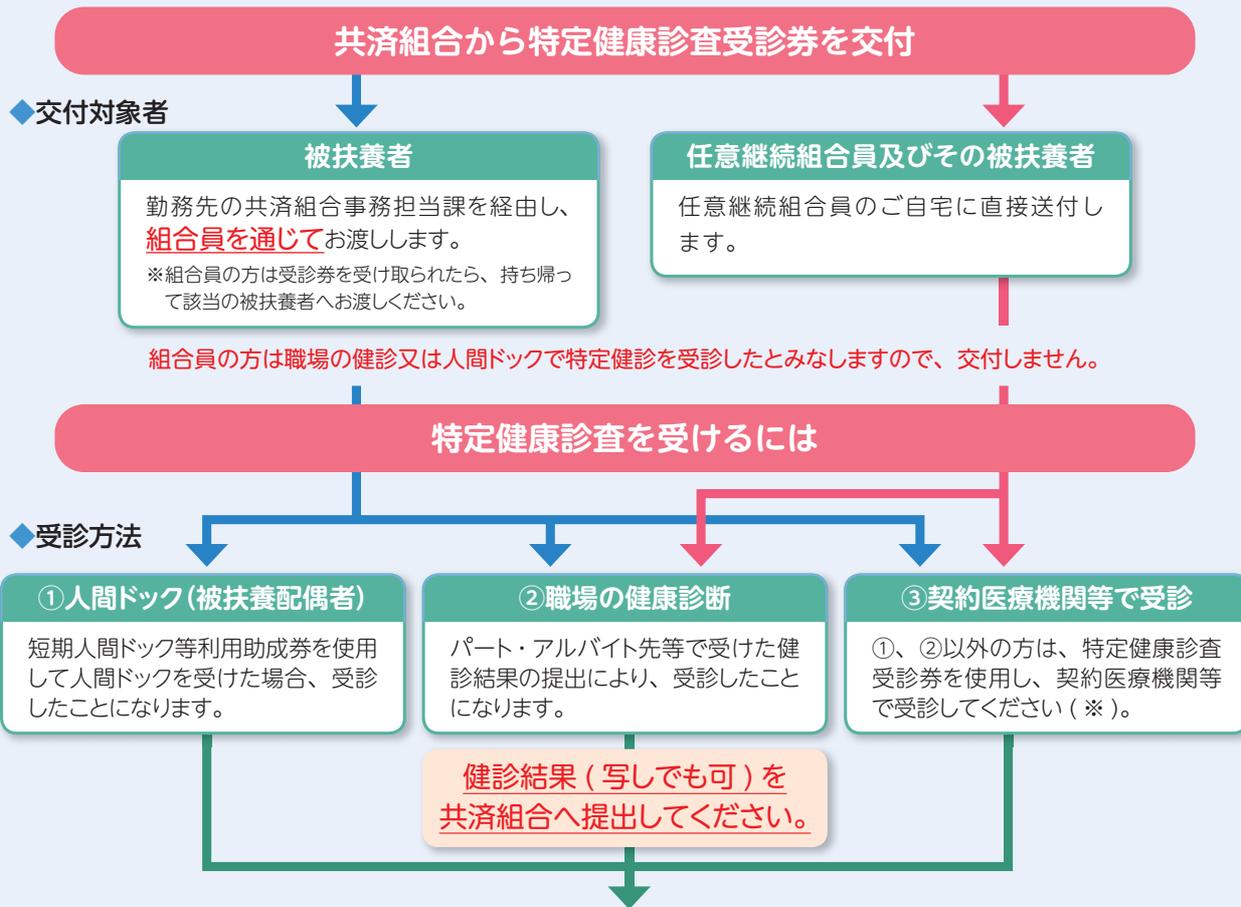
説明会では事務局の各課職員が、新年度の事業運営内容を中心に3月末退職者及び4月採用者の事務手続き等について説明を行い、業務の円滑な執行についてご協力をお願いしました。



1年に1度、ご自身の健康のために 必ず特定健康診査を受診しましょう！

毎年5月頃に被扶養者・任意継続組合員及びその被扶養者(当年度40歳以上で4月1日時点から共済組合の資格がある方に限ります。)に特定健康診査受診券を交付します。

この券を共済組合が契約している医療機関等(※)で提示すると、**自己負担なし**で受診できます。受診券の交付対象者及び受診方法は下図のとおりとなります。



健診結果を判定し、基準値を超えた方は特定保健指導の助成対象になります

※ 契約医療機関等は、共済組合ホームページ又は受診券交付時に送付するリストにて確認できます。

検査項目について

いずれの場合も、次の各検査項目が必須となっています。1項目でも検査もれがあると、特定健診を受けたことになりませんので、必ず受診時の指示を守って全ての検査を受けてください。

「身長」・「体重」・「腹囲」・「血圧」・「血液検査」・「尿検査」・「医師の診察」

お願い

服薬中の方、妊娠中の方、長期入院(6か月以上)中の方、海外在住の方などで、特定健診を受けることができない方は、共済組合医療保健課までご連絡ください。

「健康スコアリングレポート(2019)」をご紹介します!

厚生労働省・経済産業省・日本健康会議の3者から通知された「健康スコアリングレポート」をご紹介します。「健康スコアリングレポート」は、各共済組合の加入者の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取組状況等について、全共済組合平均や地方職員共済組合平均と比較したデータの経年変化が見える化したものです。

兵庫県市町村職員共済組合の予防・健康づくりの取組状況と健康状況の概要

【本組合の特定健診・特定保健指導の実施状況】

特定健診・特定保健指導

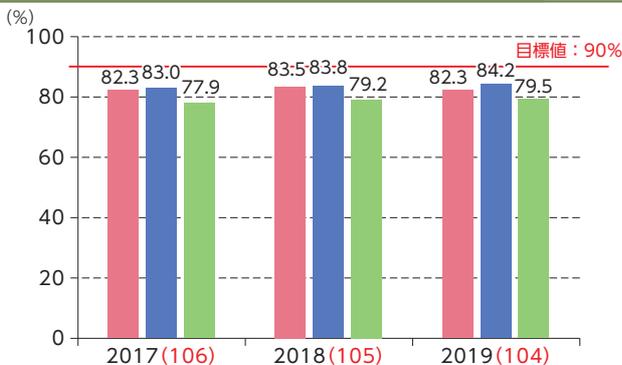


全共済組合順位

71位 / 85組合

特定健診の実施率

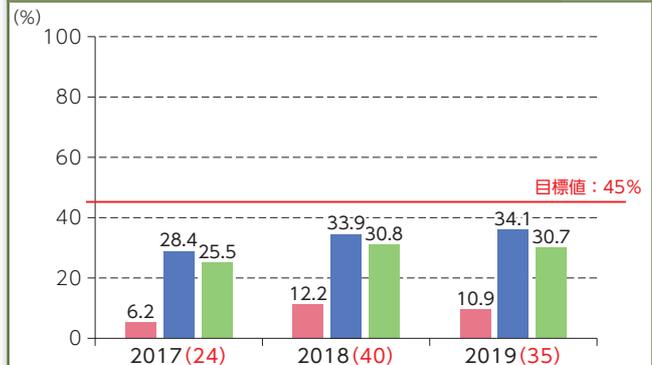
1ランクUPまで(*1)
あと813人



特定健診の実施率	2017	2018	2019
本組合	82.3%	83.5%	82.3%
	46位 / 85組合	38位 / 85組合	53位 / 85組合
地共済平均	83.0%	83.8%	84.2%
全組合平均	77.9%	79.2%	79.5%

特定保健指導の実施率

1ランクUPまで(*1)
あと118人



特定保健指導の実施率	2017	2018	2019
本組合	6.2%	12.2%	10.9%
	79位 / 85組合	70位 / 85組合	77位 / 85組合
地共済平均	28.4%	33.9%	34.1%
全組合平均	25.5%	30.8%	30.7%

※ 目標値は、第3期(2018~2023年度)特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標。

■ 本組合 ■ 地共済平均 ■ 全組合平均

※ 順位は、保険者種別目標の達成率の高い順にランキング。

※ ()内の数値は、全組合平均を100とした際の本組合の相対値。

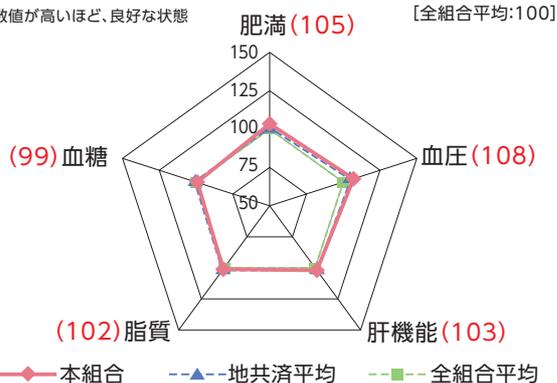
(*1) "ランクUP"は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(実施人数)を記載

【本組合の健康状況】生活習慣病リスク保有者の割合

健康状況



※数値が高いほど、良好な状態

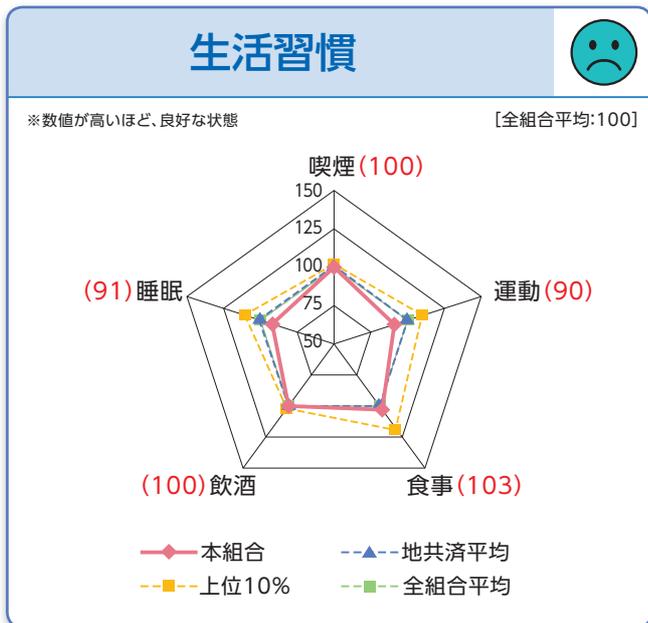


リスク	良好	← 中央値と同程度	→ 不良
肥満リスク	😊	😬	😞
血圧リスク	😊	😬	😞
肝機能リスク	😊	😬	😞
脂質リスク	😊	😬	😞
血糖リスク	😊	😬	😞

※2019年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

兵庫県市町村職員共済組合の生活習慣

【本組合の生活習慣】 適正な生活習慣を有する者の割合



リスク	良好	中央値と同程度			不良	ランクUPまで (*1)
喫煙習慣リスク						あと 445人
運動習慣リスク						あと 43人
食事習慣リスク						あと 194人
飲酒習慣リスク						あと 234人
睡眠習慣リスク						あと 678人

※2019年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。
 ※生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

※上位10%は全共済組合の「総合スコア」上位10%の平均値を表す。

(*1)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(リスク対象者を減らす人数)を記載

健康状況の経年変化		2017	2018	2019
肥 満	本組合	105	105	105
	地共済平均	101	101	101
血 圧	本組合	108	107	108
	地共済平均	105	105	105
肝機能	本組合	104	102	103
	地共済平均	102	102	102
脂 質	本組合	101	101	102
	地共済平均	103	102	102
血 糖	本組合	106	103	99
	地共済平均	99	101	101

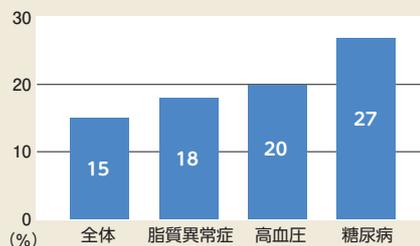
生活習慣の経年変化		2017	2018	2019
喫 煙	本組合	100	100	100
	地共済平均	101	101	101
	上位10%	100	101	102
運 動	本組合	90	91	90
	地共済平均	100	100	100
	上位10%	114	112	107
食 事	本組合	100	103	103
	地共済平均	100	100	100
	上位10%	108	117	118
飲 酒	本組合	99	100	100
	地共済平均	100	100	100
	上位10%	101	101	101
睡 眠	本組合	90	92	91
	地共済平均	101	101	100
	上位10%	109	109	110

【参考】 座りすぎは死亡リスクが高まる!

日中の座位時間が2時間増えるごとに死亡リスクが15%高まると言われています。糖尿病の人の場合は27%も高まると言われています。新型コロナウイルス感染拡大によりテレワークとなっている場合でも、無理せず少しずつ体を動かす機会を増やしていきましょう。

出典: 京都府立医科大学 Effect of Underlying Cardiometabolic Diseases on the Association Between Sedentary Time and All - Cause Mortality in a Large Japanese Population: A Cohort Analysis Based on the J - MICC Study, スポーツ庁「Withコロナ時代に運動不足による健康二次被害を予防するために」

日中の座位時間が2時間増えるごとに増加する死亡リスク



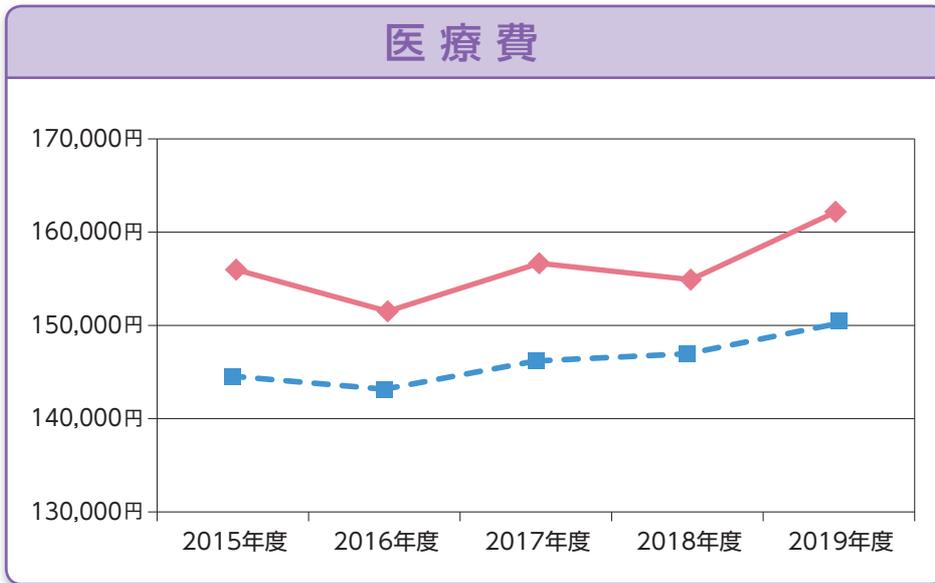
全共済組合平均を100とした際の各組合の相対値を高い順に5等分し、「良好」から「不良」の5段階で表記しています。

(注)【本レポートにおけるデータ対象】

- ・医療費:全加入者/ 特定健診(健康状況・生活習慣):40歳~74歳。
- ・健康状況・生活習慣・医療費は、対象となる加入者数50名未満の場合データを非表示。

兵庫県市町村職員共済組合の医療費概要

【本組合の医療費の状況】 1人あたり医療費と性・年齢補正後標準医療費の推移



参考：医療費総額(2019年度)

本組合
12,440 百万円

—◆— 1人あたり医療費

性・年齢補正をしていない本組合の総医療費を本組合の加入者数で除した医療費。

—■— 性・年齢補正後標準医療費

全組合平均の性・年齢階級別1人あたり医療費を、本組合の性・年齢階級別加入者数に当てはめて算出した1人あたり医療費。

	2015年度	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度
1人あたり医療費	155,979 円	151,511 円	156,663 円	154,912 円	162,184 円
性・年齢補正後標準医療費	144,550 円	143,160 円	146,191 円	146,965 円	150,412 円

【本組合の1人あたり医療費(2019年度)】

本組合	性・年齢補正後標準医療費	性・年齢補正後組合差指数
162,184 円	150,412 円	1.08

参考：本組合の男女別・年代別1人あたり医療費 (2019年度)

	男性	女性	20代	30代	40代	50代	60代～
本組合	162,151 円	162,218 円	97,390 円	134,493 円	151,578 円	241,929 円	380,772 円
地共済平均	155,518 円	158,918 円	94,780 円	124,427 円	150,343 円	231,642 円	343,877 円
全組合平均	150,773 円	157,712 円	89,393 円	119,187 円	144,518 円	226,050 円	341,348 円

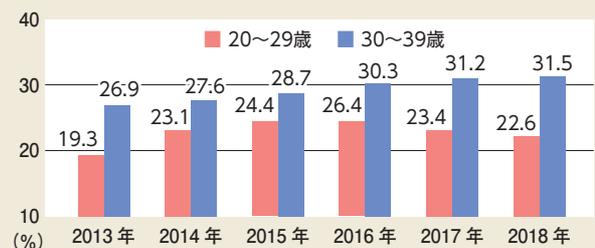
※性・年齢補正後組合差指数とは、医療費の組合差を表す指標として、1人あたり医療費について、加入者の性・年齢構成の相違分を補正し、全組合平均を1として指数化したもの。指数が1より高いほど、全組合平均と比較して性・年齢補正後の医療費が高い傾向であることを示す。

【参考】若年層からの健康づくりへの取組が大事!

近年、30歳代の肥満者の割合は増加の一途をたどっています。なるべく早い段階から健康づくりに取り組むことが重要です。

出典：国民健康・栄養調査(平成24-令和元年)より3年間の移動平均にて作成

40歳未満男性における肥満者の割合 (BMI \geq 25) の推移



※本レポートにおいて、特定健康診査・特定保健指導データは2019年度中に特定健診を受診した40歳～74歳の組合員・被扶養者が対象となり、医療費データは全組合員・被扶養者が対象となります。

共済組合を通じて申込みをした 人間ドックを受診する際の注意点



- 健診日当日は、必ず「短期人間ドック等利用助成券」と「組合員証(被扶養者証)」を持参してください。
- 自己都合で一部の検査をキャンセルする場合は、**利用助成券は使用できません。**
- 自己都合でキャンセルされた方の再申込みは受付しておりません。
- **日程の変更は、医療機関と直接調整していただき**、利用助成券の「健診日程」は各自で訂正してください(共済組合への連絡は不要です。)
- 4名以上のグループで受診する場合、**健診予定日より1か月以内での全員の日程変更・キャンセルはご遠慮ください。**違約金を徴収されることがあります。
- **健診をキャンセルする場合は、各自で速やかに医療機関へ連絡してください。**1週間以内のキャンセルの場合は、違約金を徴収されることがあります。利用助成券は「キャンセル分」と朱書きして、共済組合へ返送してください。
- **健診日前に資格喪失(扶養取消)した場合は助成を受けることはできません**ので、利用助成券に「資格喪失(扶養取消)分」と朱書きして、共済組合へ返送してください。人間ドック自体はそのまま全額自己負担で受診することも可能ですが、健診費用が変更となる場合がありますので、事前に医療機関へご連絡ください。
- 組合員資格を喪失し、引き続いて本組合の被扶養配偶者として扶養認定された場合、被扶養配偶者用の利用助成券を交付しますので、勤務先の共済組合事務担当課へご連絡ください。健診コースによっては助成額が変更となる場合があります。
- 令和4年度の間ドックの募集は終了していますが、前回募集を行った**令和4年1月以降、4月1日まで**の間に、新たに本組合の組合員資格を取得した組合員又は扶養認定された被扶養配偶者で受診を希望される方は、至急勤務先の共済組合事務担当課へお問い合わせください。

人間ドックの利用助成券を受け取ったら

- * 健診日を必ず確認してください。検査の都合等で、申込時に希望した日に予約が取れていないことがあります。もし都合が悪ければ、各自で医療機関に連絡し日程変更をしてください。
- * 近年、利用助成券の紛失等による再交付の件数が増えています。健診日まで大切に保管してください。

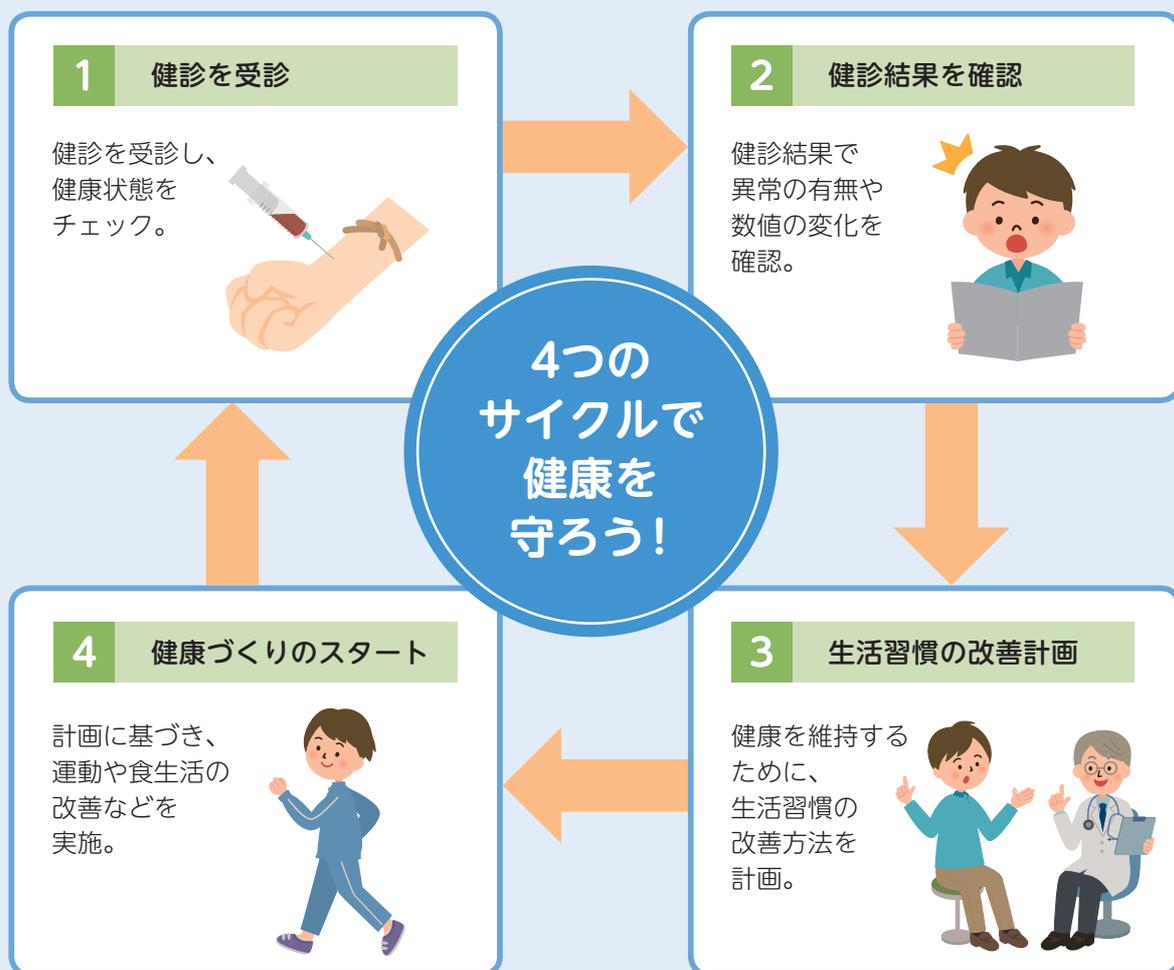
人間ドック、受けただけで満足していませんか？

健康診断は受けただけでは意味がありません。**その後の行動のほうがずっと大切**なんです。とくに、人間ドックの費用は結構お高め。それなのに、基準数値を超えていても、「まあいいか」と、そのまま放置はもったいない！

診断の結果、**生活習慣病のリスクが高い**と判定された方は、**無料で「特定保健指導」が利用できます**。「何かしないといけないとは思ってるんだけど…」という方、健康生活のきっかけ作りとして是非一度、利用してみてください。保健師や栄養士など、疾病予防のエキスパートと一緒に生活習慣をふり返り、一人一人の生活にあった実現可能な目標を考えてくれます。

人間ドックなどの**健康診断と特定保健指導は必ずセットで利用**することが、健康への第一歩です。「面倒だなあ」ではなく「自分の身体と向き合ういい機会だな」と考えてみませんか？

また、特定保健指導には該当していなくても、必要に応じて**適切に医療機関を受診**することも大切です。『後悔先に立たず』とも言います。「自分だけは大丈夫」と思わずに、まずは行動あるのみです！



令和4年度 健康セミナー(前期)のご案内

今年度も組合員及び被扶養者の健康保持・増進を目的として、前期、後期各3回の生活習慣・運動習慣の改善、メンタルヘルスに関するセミナーを開催いたします。

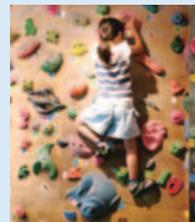
誰もがすぐに取り組むことができる内容を予定しておりますので、生活習慣病予防の第一歩として是非ご参加ください。

6月

ボルダリング体験 ～楽しく登って全身運動～

「ボルダリング」とは、最低限の道具で岩や人工の壁を登るスポーツ。東京2020オリンピックの正式種目に、ボルダリングを含む「スポーツクライミング」が採用されたことで注目を集めています。

腕力勝負と思われがちですが、壁を攻略するための想像力・思考力が必要なスポーツでもあります。自分に合った難易度を選ぶことができますので、お気軽にご参加ください。



ボルダリング体験のイメージ

日時 令和4年6月25日(土) 10:00～12:00
会場 be colorful(ビィカラフル)
西宮市長田町1-27
・阪急電鉄「西宮北口駅」下車 徒歩4分

募集人数 40名
対象者 組合員・被扶養者(小学生以上)
申込締切日 令和4年5月27日(金) 共済組合必着
その他 動きやすい服装、靴下、タオル、飲み物をご用意ください。更衣室の利用ができます。クライミングシューズが必要です(レンタル代は共済組合が負担します。)

7月

ボディバランス ～身体と心をスッキリと～

「ボディバランス」とは、ストレッチ、ヨガ、太極拳とコアトレーニングを組み合わせ、身体への意識と集中を結び付けたプログラムです。音楽に合わせて身体を動かし、身体と心をスッキリさせませんか？

体の引き締めや柔軟性向上のほか、バランス能力が高まり転倒防止の効果もあります。初めての方でもお気軽にご参加いただけます。



ボディバランスプログラムのイメージ

日時 令和4年7月9日(土) 10:45～11:45
会場 豊岡市立総合健康ゾーン健康増進施設
「ウェルストーク豊岡」
豊岡市立野町6-30
・JR「豊岡駅」から徒歩20分
・市街地循環バス・コバス
「総合健康ゾーン」バス停下車すぐ

募集人数 40名
対象者 組合員・被扶養者(高校生以上)
申込締切日 令和4年6月10日(金) 共済組合必着
その他 動きやすい服装、タオル、飲み物、室内シューズ*をご用意ください。更衣室、浴室の利用ができます。
*レッスンには素足で実施しますが、スタジオまでの移動を含め、館内は靴下着用又は室内シューズが必要です。

8月

ユーモアセラピーセミナー ～笑う門には福来る～

「笑い」は心身の健康に様々な効用をもたらすと言われていて、全国で幅広く活躍されているプロの大道芸人『たっきゅうさん』を講師としてお招きし、理屈抜きで笑える大道芸の実演、ジョークを交えつつもしっかりタメになる小話など、笑いっぱなしの2時間をお届けします。講演の最後に教えていただくのは、笑いを取り入れたユニークな体操と脳トレ。毎日を笑顔で、もっと楽しく、もっと健康的に送りたい方、必見です！



講師
田久朋寛氏
大道芸人「たっきゅうさん」

日時 令和4年8月20日(土) 10:00～12:00
会場 ひょうご共済会館「ツツジ」
神戸市中央区中山手通4-17-13
・JR・阪神電車「元町駅」徒歩10分
・神戸市営地下鉄「県庁前駅」徒歩5分

募集人数 30名
対象者 組合員・被扶養者(小学生以上)
申込締切日 令和4年7月15日(金)
共済組合必着

令和4年度健康セミナー（前期）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 ボルダリング体験（小学生以上） 2 ボディバランス（高校生以上） 3 ユーモアセラピーセミナー（小学生以上）											
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。
 ※2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（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、医師等にご相談いただき、ご自身で判断の上、お申込みください。
- 申込方法** 上記『令和4年度健康セミナー（前期）参加申込書』にてお申込みください（HPからもダウンロードできます）。必要事項をご記入の上、共済組合医療保健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。）。

令和4年度健康セミナー（後期）の開催予定

※諸事情により変更となる場合があります。

9月	10月	11月
睡眠改善セミナー（姫路市）	カヌー・カヤック教室（豊岡市）	健康美ウォーキング（洲本市）

※後期開催予定の各セミナーの詳細は、ひょうご共済7月号（No.199）にてご案内いたします。

》 宿泊施設等利用助成のご案内 《

組合員及び被扶養者のリフレッシュ・保養を目的として、宿泊施設等の助成事業を行っています。

直営宿泊施設

『ゆめ春来』『ひょうご共済会館』に宿泊又は日帰りで飲食等をされる場合に、費用の一部を助成します。

助成対象者

組合員及び被扶養者、任意継続組合員及びその被扶養者

〔注〕 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。

〔注〕 継続長期組合員(退職派遣者)については取扱いが異なりますので、派遣元の共済組合事務担当課又は共済組合医療保健課までお問い合わせください。

助成額

(助成額以上の利用をした場合に限りです。)

施設名	宿泊(1人1泊)	日帰り(1人1日)
ゆめ春来(湯村温泉)	5,500円	3,000円
ひょうご共済会館(神戸)	3,500円	3,000円

〔注〕 助成は1日1回に限りです。

〔注〕 宿泊(チェックイン日)と日帰りの同日使用はできません。

助成方法

施設に直接ご予約のうえ、施設到着時に「組合員証」又は「組合員被扶養者証」、「任意継続組合員証」又は「任意継続組合員被扶養者証」をフロントに提示してください。

指定宿泊施設及び指定海の家・山の家

共済組合の指定宿泊施設に宿泊される場合又は共済組合が指定する「海の家」・「山の家」の施設を利用される場合に、費用の一部を助成します。

助成対象者

組合員及び被扶養者(任意継続組合員及びその被扶養者は助成対象外です。)

〔注〕 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。

〔注〕 継続長期組合員(退職派遣者)については取扱いが異なりますので、派遣元の共済組合事務担当課又は共済組合医療保健課までお問い合わせください。



助成額

(宿泊料金等が助成額を下回った場合は、当該宿泊料金等が助成額となります。)

	施設名	宿泊(1人1泊)	休憩(1人1日)
指定宿泊施設	各施設	2,000円	
指定海の家	かもめ	1,400円	530円
	シーサイドみゆき		530円
	その他各施設	1,400円	
指定山の家	各施設	1,400円	

※対象となる指定宿泊施設、指定海の家・山の家については、共済ガイド又は共済組合ホームページをご参照ください。

助成方法

施設に直接ご予約のうえ、指定宿泊施設に宿泊される場合は、施設到着時に「宿泊施設利用助成券」をフロントに提出してください。指定「海の家」・「山の家」の施設を利用される場合は、施設到着時に「指定海の家利用助成券」又は「指定山の家利用助成券」を施設に提出してください。

※利用助成券は、勤務先の共済組合事務担当課から交付を受けてください。

※施設によっては利用者の本人確認を行っていますので、「組合員証」又は「組合員被扶養者証」を必ず持参してください。

指定「山の家」に関するお知らせ

令和4年3月31日 契約解除	ほたるの館	〒667-0121 養父市奥米地773	TEL:079-665-0588
	美方パレス	〒667-1502 美方郡香美町小代区城山11	TEL:0796-97-2220
	南あわじ市サイクリングターミナル ゆずるは荘	〒656-0452 南あわじ市神代浦壁1040-3	TEL:0799-42-5310
令和4年3月31日 閉館	スカイビラさのう	〒679-3453 朝来市佐囊字土肥上山66-1	TEL:079-677-1855

医療保健課

からのお願い

給付金等受取口座の再確認を!

共済組合からの附加給付などの給付金は、組合員の方から申告していただいた指定口座に送金しています。金融機関の店舗の統廃合等により口座番号に変更が生じた場合は、速やかに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」により口座変更の手続きを行ってください。

また、給付金等受取口座は、特別な事情がない限り解約しないようお願いいたします。

柔道整復師(整骨院・接骨院)や鍼灸師による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等を確認させていただく場合があります。

内容審査会社((株)オークス)から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、回答期限までにご回答くださいますようお願いいたします。



もしも交通事故にあわれたら共済組合に連絡を!

交通事故等で傷害をうけたとき、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。あらかじめ組合員が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ることができますが、後日、共済組合が加害者へ共済組合の負担分を請求することとなりますので、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。



注意点

- 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、加害者へ共済組合の負担分が請求できなくなった場合、組合員へ請求させていただくことになります。

ジェネリック医薬品を活用しましょう!!

ジェネリック医薬品を詳しく知りたい、ここがわからない…
そんな時は、ジェネリック医薬品の情報サイト等を利用してみましょう!

- 医薬品医療機器総合機構(くすり相談窓口)

TEL03-3506-9457

- かんじゃさんの薬箱

<http://www.generic.gr.jp/>

2つ以上の年金を受給できるときの併給調整

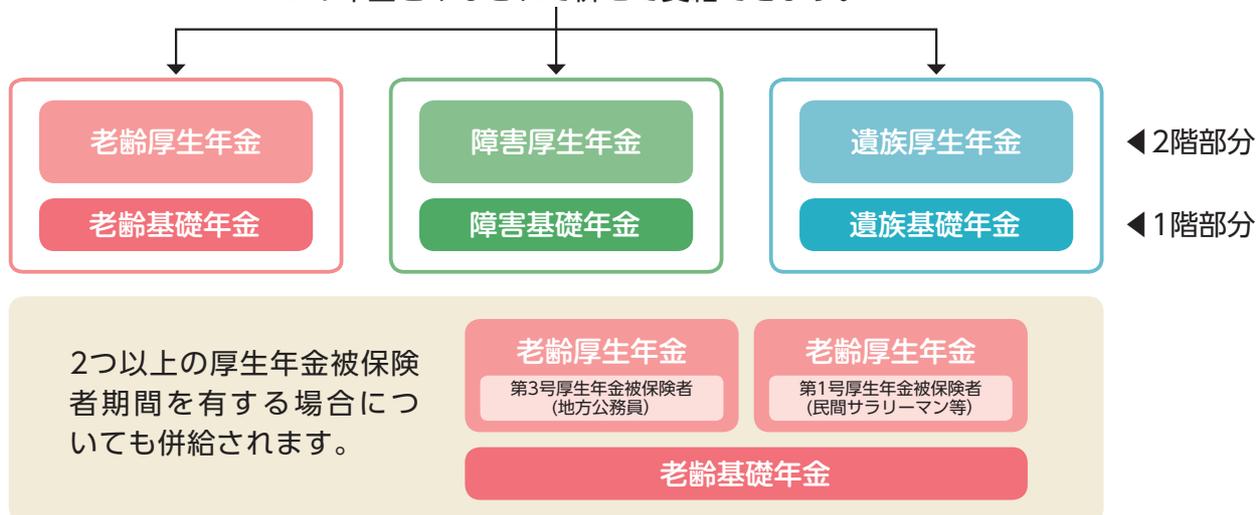


公的年金制度は、「一人一年金」が原則です。同一制度又は他の年金制度間において2つ以上の年金を受けられるときは、原則として1つの年金を選択し、他の年金は支給停止されます。ただし、例外的に複数の年金を受給できる場合もあります。

支給事由が同じ場合

国民年金は全国民に共通の基礎年金が支払われ、厚生年金は基礎年金に上乗せして年金が支払われる制度です。そのため、老齢基礎年金と老齢厚生年金等、同じ支給事由で支払われる年金は、1つの年金とみなされ、併せて受給することができます。

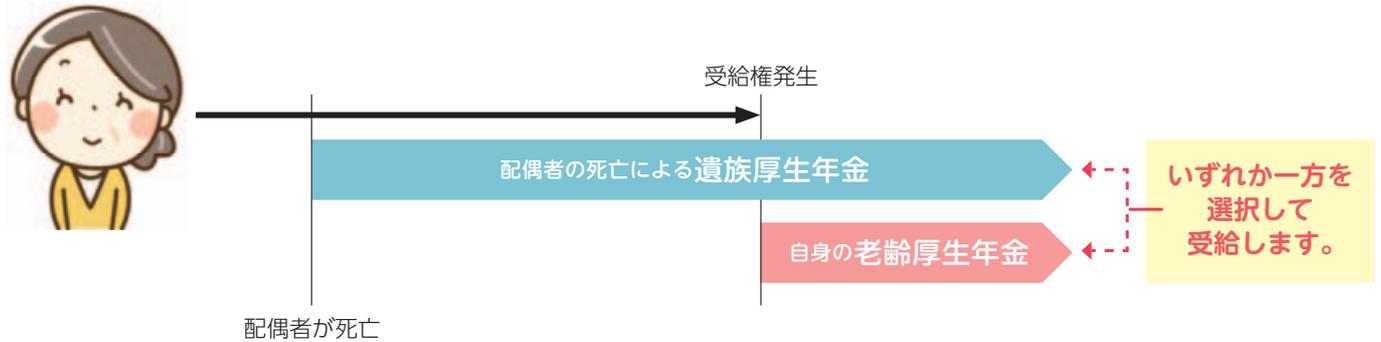
1つの年金とみなされて併せて受給できます。



支給事由が異なる場合

「老齢」と「障害」、「老齢」と「遺族」といった支給事由が異なる年金を受けることができる場合には、いずれか一方の年金を選択して受けることになり、他方の年金は支給停止となります。

例 「老齢厚生年金」と「遺族厚生年金」



ただし、支給事由が異なる年金でも併せて受け取れる場合があります。

例① 老齢厚生年金 又は 遺族厚生年金 + 障害基礎年金

65歳以上の障害基礎年金の受給権者が、老齢厚生年金又は遺族厚生年金の受給権者である場合には、老齢厚生年金又は遺族厚生年金を障害基礎年金と併せて受給できます。



例② 老齢厚生年金 + 遺族厚生年金(差額) + 老齢基礎年金

遺族厚生年金の受給権者が65歳に達し、自分の老齢基礎年金・老齢厚生年金の受給権を取得したときは、老齢基礎年金と老齢厚生年金を優先的に受給し、遺族厚生年金と老齢厚生年金との差額があればその差額を遺族厚生年金として受給します。



退職等年金給付の併給調整は？

退職等年金給付は、国民年金・厚生年金と併せて受給できる年金です。

ただし、複数の退職等年金給付の受給権が発生したときに受給できる年金は、下記のとおりです。

年金の種類	受給できる年金
「退職年金」と「公務障害年金」	いずれかを選択して受給
「退職年金」と「公務遺族年金」	併せて受給することが可能
「公務障害年金」と「公務遺族年金」	いずれかを選択して受給

給付算定基礎額残高通知書をお送りいたします

退職等年金給付(年金払い退職給付)制度は、国民年金・厚生年金といった公的年金とは異なり、将来の年金給付に必要な原資をあらかじめ保険料で積み立てる「積立方式」による給付になります。

この将来の年金給付の原資となる額を「給付算定基礎額」といい、組合員一人ひとりに仮定の個人勘定を設定し、この個人勘定に各月の標準報酬月額及び標準期末手当等の額に付与率を乗じて得た付与額を利子とともに毎月積み立てます。

このように、給付算定基礎額は毎月積み立てられるものであることから、在職中は「給付算定基礎額残高通知書」を年1回送付します。

※毎年5月頃に全国市町村職員共済組合連合会から圧着ハガキの形式で送付されます。



通知書の見方

通知書に表示されている各項目の見方

① 標準報酬月額

付与額の基礎となる標準報酬の額です。期末手当等を受けている月は、期末手当等の額が合算されています。

② 付与額

標準報酬月額に付与率を乗じた額です。

③ 利息

前月までの給付算定基礎額残高と当月の付与額に基準利率(1か月単位に換算した率)を乗じた額です。

④ 給付算定基礎額残高

付与額及び利息の合計額です。

⑤ 前年度末

前年度末における給付算定基礎額残高です。

⑥ 付与額累計

各月の付与額を累計した額です。

⑦ 利息額

各月の利息を累計した額です。

⑧ 今回通知

前年度末における付与額と利息を累計した額です。

⑨ 年金払い退職給付加入期間

平成27年10月以降の組合員期間の年月数です。

⑩ 付与率

付与額を算定するために標準報酬月額に乘じる率です。

⑪ 基準利率

利息を求めめるための率です。

給付算定基礎額残高通知書				
(令和3年4月～令和4年3月)				
共済 太郎 様		(8634 1111111111)単位円		
(入金)期月	標準報酬月額①	付与額②	利息③	給付算定基礎額残高④
前年度末	令和3年3月末の給付算定基礎額残高(積立額)です。			684681
4月	440000	6600	0	691281
5月	440000	6600	0	697881
6月	1534000	23010	0	720891
7月	440000	6600	0	727491
8月	440000	6600	0	734091
9月	470000	7050	0	741141
10月	470000	7050	0	748191
11月	470000	7050	0	755241
12月	1540000	23100	0	778341
1月	470000	7050	0	785391
2月	470000	7050	0	792441
3月	470000	7050	0	799491
※「標準報酬月額」欄には、同月に受けた期末手当等の額を含みます。				
区分	給付算定基礎額残高	有期退職年金算定基礎額	終身退職年金算定基礎額	
⑤ 前年度末	684681			
⑥ 付与額累計	114810			
⑦ 利息額	0			
⑧ 今回通知	799491			
給付算定基礎額等合計		799491		
⑨ 年金払い退職給付加入期間			6年6月	
⑩ 付与率	令和3年4月～令和4年3月		1.500%	
⑪ 基準利率(年利)	令和3年4月～令和4年3月		0.00%	
基礎年金番号 9876543210		作成日 令和4年 4月 12日		

詳細は…

全国市町村職員共済組合連合会ホームページ

<http://www.shichousonren.or.jp/>

令和4年度

年金額はマイナス0.4%で改定されます

総務省から「令和3年平均の全国消費者物価指数」が公表され、対前年比の物価変動率はマイナス0.2%、名目手取り賃金変動率はマイナス0.4%となりました。これらを踏まえて令和4年度の年金額は、法律の規定により令和3年度からマイナス0.4%の年金改定率により改定されます。

年金改定率はマイナス0.4%

年金支給額は、物価水準や賃金水準の変動に応じて改定され、「物価変動率*1」「名目手取り賃金変動率*2」の数値を指標に年金改定率が算出されます。

年金額改定のルールにより、「名目手取り賃金変動率」が「物価変動率」を下回る場合、「名目手取り賃金変動率」を用います。また、令和4年度はマクロ経済スライドによる調整はありません。

※1 物価変動率=全国消費者物価指数の前年比

※2 名目手取り賃金変動率

=「令和3年の物価変動率▲0.2%」+「実質賃金変動率(平成30年度～令和2年度平均)▲0.2%」
+「令和元年度の可処分所得割合変化率0.0%」

年金改定率算出における指標

物価変動率	▲0.2%
名目手取り賃金変動率	▲0.4%

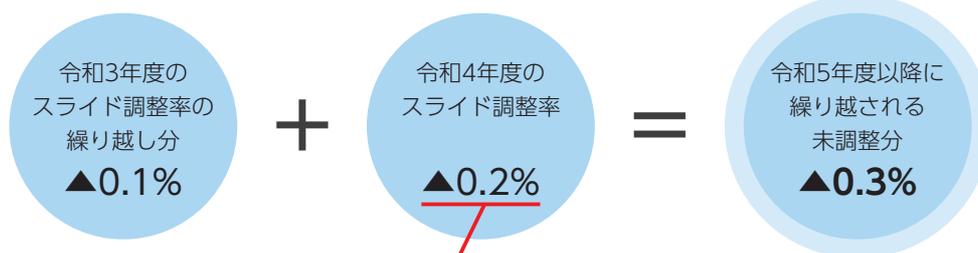
令和4年度の年金改定率には賃金の変動率が用いられます

マクロ経済スライドによる調整はなし

マクロ経済スライドとは、「物価変動率」と「名目手取り賃金変動率」がともにプラスの数値になる時(賃金・物価水準の上昇時)に発動するもので、年金額の伸びを抑制し、将来世代の給付水準を維持するための仕組みです。公的年金被保険者の変動と平均余命の伸びに基づいてスライド調整率が設定され、その数値が年金改定率の算出に用いられます。

賃金や物価による改定率がマイナスとなる場合は、マクロ経済スライドによる調整は行われず、未調整分は翌年度以降に繰り越されます。令和4年度はマクロ経済スライドによる調整が行われなかったため、令和3年度から繰り越された調整率との合計▲0.3%が翌年度以降に繰り越されます。

マクロ経済スライドの繰り越し分



公的年金被保険者数の変動率(0.1%)と平均余命の伸び率(▲0.3%)の合計

年金払い退職給付に係る財政状況(令和2年度末)について

地方公務員共済組合連合会では、ホームページに令和2年度末の「財政検証結果」を掲載しています。是非、ご覧ください。

<https://www.chikyoren.or.jp/>(地方公務員共済組合連合会トップページ)
トップページの「年金関連情報⇒年金財政関係⇒年金払い退職給付(退職等年金給付)
⇒財政検証・財政再計算」からご覧いただけます。



地方公務員共済組合連合会

検索

地方公務員共済組合連合会

被扶養者の異動手続きはお早めに

4月は就職や進学、退職など異動の多い時期です。ご家族の方に係る異動の手続き(認定・取消など)はお済みですか？まだの方は、お早めにお手続きください。

【扶養認定】被扶養者の要件を備えた日とは…

事 由	認 定 日
出生のとき	出生の日
婚姻したとき	婚姻関係と同様の事実が生じた日(婚姻日)
会社等を退職し、被扶養者の要件を満たすこととなったとき	退職した日の翌日
雇用保険の受給が終了したとき	雇用保険受給終了日の翌日
同居により扶養事実が発生したとき	同居した日
これまで扶養していた扶養義務者との離婚により扶養義務が発生したとき	扶養者が離婚した日
これまで扶養していた扶養義務者の死亡等により扶養義務が発生したとき	これまで扶養していた扶養義務者が死亡した日の翌日

被扶養者の認定申告は被扶養者の要件を備えた日から30日以内に行ってください。30日以内に手続きをすれば、事実発生日からの認定となりますが、30日を過ぎるとその届出を受け付けた日からの認定となりますのでご注意ください。

【扶養取消】被扶養者の要件に該当しなくなった日とは…

事 由	取 消 日
死亡したとき	死亡した日の翌日
離婚したとき	事実上婚姻関係がなくなり、組合員の方と生計を共にしないこととなった日(離婚日)
年金の受給開始、年金額の改定又は年金額の変更により、限度額以上となったとき(※1)	それぞれ裁定通知書、改定通知書、変更通知書が交付された日
就職により他の保険制度の被保険者となったとき	就職した日
パートやアルバイト、臨時職員等により給与収入がある場合で、雇用契約書等により恒常的な収入が月額108,334円(障害年金受給者又は60歳以上の公的年金受給者は、受給する年金を含め150,000円)以上となることが見込まれるとき	仕事を始めた日
パートやアルバイト、臨時職員等により給与収入がある場合で、収入が不安定なとき	3か月の平均収入が一定額(月額108,334円、障害年金受給者又は60歳以上の公的年金受給者は、受給する年金を含め月額150,000円)以上となった月の翌月の初日
雇用保険を受給するとき (基本手当日額が3,611円以下は除く。)	雇用保険の受給開始日
同居を認定要件とする被扶養者が別居したとき	別居した日

被扶養者の要件に該当しなくなったときは、速やかに取消の手続きを行い、組合員被扶養者証を返却してください。

手続きが遅れ、遡及して扶養認定取消をされた場合、取消日以降の医療費は返還していただくこととなりますのでご注意ください。

(※1)消費税率の引き上げに伴い、令和元年10月1日から施行された年金生活者支援給付金も収入に含まれます。ご家族の方が受給されているかどうか、受給されている場合は、収入が限度額を超えていないかどうかの確認をお願いします。

※申告は『共済被扶養者申告書』に必要書類を添えて、勤務先の共済組合事務担当課を通じて行ってください。

被扶養者認定 Q & A

被扶養者の認定・取消における、よくあるご質問をご紹介します。

Q1 被扶養者の認定・取消基準における「収入」とはどのようなものがありますか？

A1 将来に向かって恒常的に受け取ることができる収入をいい、次のものになります。

- ① 給与収入(給料、賃金、賞与、手当等)
通勤手当は、その支給額が明確である場合に限り、収入から除くことができます。
- ② 年金収入(国民年金、厚生年金、企業年金、年金生活者支援給付金等)
遺族年金、障害年金等の非課税収入も含まれます。
個人年金は、除きます。
- ③ 事業収入(農業、商業、販売業、不動産業等)
所得税法上の控除の取扱いとは異なり、事業の収入金額から、その収入を得るために直接必要となった最小限の経費のみを控除した金額を収入金額とします(収支内訳書で確認します。)

必要経費の原則的な判断基準は次の表のとおりです。

事業所得・不動産所得

費用の種類別	控除の可否	費用の種類別	控除の可否
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	×
貸倒金	×	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

費用の種類別	控除の可否	費用の種類別	控除の可否
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	○
貸倒金	×	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	×

○…収入から控除できるもの △₁…事業分と家計消費分が明確に区別されている場合のみ控除できるもの
×…収入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

- ④ 利子、配当収入
- ⑤ 社会保険給付金(雇用保険、傷病手当金等)
基本手当(給付)日額が3,612円以上ある場合は、認定できません。

⑥ その他、恒常的と認められる収入

※退職金や資産の譲渡等の一時的に発生した収入は、恒常的な収入に含めません。
※新型コロナウイルス感染症に係る各種支援として支給される持続化給付金等は、一時的に支給されるものであるため、恒常的な収入に含めません。

Q2 収入の基準額について教えてください。

A2 扶養認定に係る基準収入額については、年間収入が130万円未満(障害年金受給者又は60歳以上の方であって収入の全部若しくは一部が公的年金等に係る収入である場合は年額180万円未満)とされていますが、収入の性質によって、年額、月額又は日額で判断しますので、ご注意ください。

●収入基準額

区 分	年 額	月 額	日 額
公的年金を受給していない方	130万円未満	108,334円未満	3,612円未満
障害年金を受給している方	180万円未満	((180万円-年金額)÷12月)円未満	((180万円-年金額)÷360日)円未満
公的年金を受給している方(60歳以上)	180万円未満	((180万円-年金額)÷12月)円未満	((180万円-年金額)÷360日)円未満
公的年金を受給している方(60歳未満)	130万円未満	((130万円-年金額)÷12月)円未満	((130万円-年金額)÷360日)円未満

※日額計算については、1月を30日として計算します。

アルバイトやパート等給与収入における注意点

- 仕事を始めたときから収入基準額を超えると見込まれる場合は、仕事の開始時から扶養取消となります。
- 年額ではなく月額で判断するほうが実情に即している場合、給与月額で判断します。
- 月収が収入基準額を超えない見込みでかつ変動する場合、3か月の平均が収入基準月額を超えていないか判断します。超えている場合、超えた月の翌月1日から扶養取消となります。
- 収入基準額未満であっても勤務先の社会保険(健康保険)に加入の場合は扶養取消となります。
- 賞与については、契約当初からその金額が明確な場合は支給対象月に加算します。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。
- 通勤手当については、その支給額が明確である場合に限り、収入から除きます。
- 事業収入と給与収入がある場合、収入基準年額から事業収入額を控除して12で除した金額が収入基準月額となります。
- 障害年金を受給している方又は60歳以上で公的年金を受給している方に給与収入がある場合、収入基準年額から年金額を控除して12で除した金額が収入基準月額となります。
- 被扶養者の収入を判断する際には「源泉徴収票」ではなく、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を用いますので、必ず保管しておいてください。

Q3 父母の収入の判断について注意すべき点がありますか？

A3 父母などで、いずれか一人が被扶養者として認定されている場合、夫婦相互扶助義務の観点から、父母の年間収入見込額を合算して判断します。

区 分	父母の収入合計額	父母のいずれかの方 (A)	(A)の配偶者 (B)	被扶養者の認定可否	
		年間収入見込額	年間収入見込額	(A)	(B)
父母ともに60歳未満(公的障害年金受給者を除く。)及び60歳以上で公的年金受給者でない方	260万円未満	130万円未満 130万円以上	130万円未満 130万円未満	○ ×	○ ○
	260万円以上	130万円以上 130万円以上	130万円未満 130万円以上	×	×
父母のいずれかが公的障害年金受給者、又は60歳以上で公的年金受給者(右欄の(A))	310万円未満	180万円未満 180万円未満 180万円以上	130万円未満 130万円以上 130万円未満	○ ○ ×	○ ×
	310万円以上	180万円未満 180万円以上 180万円以上	130万円以上 130万円未満 130万円以上	×	×
父母とも公的障害年金受給者、又は60歳以上で公的年金受給者	360万円未満	180万円未満 180万円以上	180万円未満 180万円未満	○ ×	○ ○
	360万円以上	180万円以上 180万円以上	180万円未満 180万円以上	×	×

Q4 兄弟姉妹が被扶養者に認定されていますが、注意すべき点がありますか？

A4 両親に認定基準限度額(年額130万円(障害年金受給者又は60歳以上の方であって収入の全部若しくは一部が公的年金等に係る収入である場合は年額180万円))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。

Q5 被扶養者が海外に滞在しています。被扶養者の認定は取消しになりますか？

A5 原則、日本国内に住所を有しない(住民票の登録がない)場合は認定取消となりますが、次のような方であれば、被扶養者の認定は取消しとなりません。

- ・ 外国に一時的に留学する学生
- ・ 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
- ・ 外国に赴任する組合員に同行する方

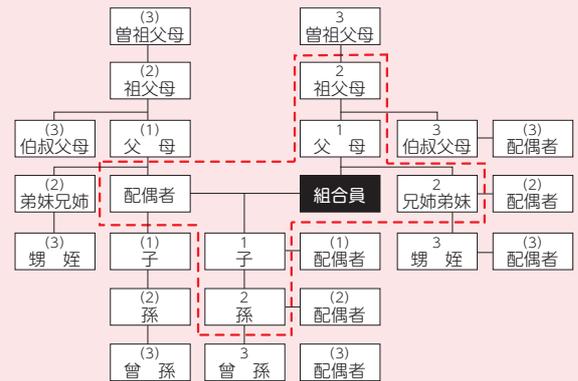
Q6 被扶養者を認定する場合に、同居していなければなりませんか？

A6 組合員から被扶養者へ必要な仕送りをされている場合は、同居していなくても被扶養者として認定することができます。

ただし、次の図の点線で囲まれていない方が、組合員と同居していない場合は、仕送りの有無にかかわらず、被扶養者として認定することはできません。



●扶養親族の範囲



Q7 扶養認定や扶養取消の手続きが遅れた場合どうなりますか？

A7 扶養認定については、事実発生日から30日以内に届出があれば事実発生日からの扶養認定となります。**30日を過ぎた場合、届出のあった日(勤務先の共済組合事務担当課で受け付けた日)からの認定となります**のでご注意ください。

扶養取消については、事実発生日に遡って扶養取消となります。**取消日以降に組合員被扶養者証を使って保険医療機関等を受診された医療費の共済組合負担分については、後日返還をお願いすること**となりますので、日頃より被扶養者の収入の把握にはご注意ください。

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が認定基準額を超える方へ

①新型コロナウイルス感染症のワクチン接種業務に従事する方の収入の取扱い

接種業務に従事する方(※1)の収入が一時的に増加し、認定基準額を超過した場合は、直ちに被扶養者認定を取消及び認定不可の判断をせず、収入確認書類によって、総合的に認定の判断をします。その際に収入確認書類の提出をお願いします。

この取扱いは、令和4年9月末まで延長しました。

(※1)この取扱いの対象となる方は、新型コロナワクチン接種業務に従事する医療職(医師、歯科医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、准看護師、診療放射線技師、臨床検査技師、臨床工学技士及び救急救命士)となります。具体的には、ワクチン接種会場や医療機関において、直接ワクチンの注射や予診(予診のサポートを含みます。)、ワクチンの調製、接種後の経過観察等に有資格者として従事する医療職の方が対象となります。

②新型コロナウイルス感染症の対応として一時的に収入が増加する場合の取扱い

被扶養者の認定基準内でパート・アルバイト等に従事する方が、新型コロナウイルス感染症の対応として、一時的に収入が増加し認定基準額を超過する場合(※2)は、直ちに被扶養者認定を取消及び認定不可の判断をせず、収入確認により、総合的に認定の判断をします。その際、必要に応じて書類の提出をお願いします。

この取扱いは、令和4年9月末までとなります。

(※2)新型コロナウイルス感染症の対応として、一時的に収入が増加し認定基準額を超過する場合は主に次のことを指します。

- ・新型コロナウイルス感染症への対応により収入が増加した場合。
(例:医療従事者のため、新型コロナウイルス感染症の感染拡大期に一時的に繁忙となり、収入が増加した場合等)
- ・勤務先が休務となり一時的に収入が減少した後、状況が改善され一時的に繁忙となり収入が増加した場合。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響により雇止めにあい、次の就職先が平常時は認定基準額未満ではあるものの、新型コロナウイルス感染症による感染拡大期が終息し、一時的に繁忙期となり給料が増加した場合。



令和4年10月から

地方公務員等共済組合法が改正されます

1 非常勤職員の方も共済組合の短期給付等が適用されます

「年金制度の機能強化のための国民年金法等の一部を改正する法律(年金制度改正法)」により、令和4年10月1日から一定の要件を満たす非常勤職員の方も共済組合の組合員となります。

改正の経緯

地方公務員における非常勤職員は、業務の円滑な遂行に欠かせない存在となっています。

非常勤職員に対して、これまでの年金制度等の改正により厚生年金・健康保険の適用拡大が行われてきましたが、地方公務員共済組合の加入対象となっていないため、これらの非常勤職員と常勤職員の間で、適用される被用者保険制度が異なる状況となっています。

改正の概要

常勤職員との均衡等を考慮し、非常勤職員の処遇改善を行う観点から、年金制度改正法により被用者保険(健康保険・厚生年金)の適用拡大が行われることに併せて、下記の改正が行われます。

①地方公務員等のうち被用者保険の適用対象である非常勤職員は、地方公務員共済組合の組合員となる

②新たに組合員となる非常勤職員(上記①)に対して、短期給付・福祉事業を適用する

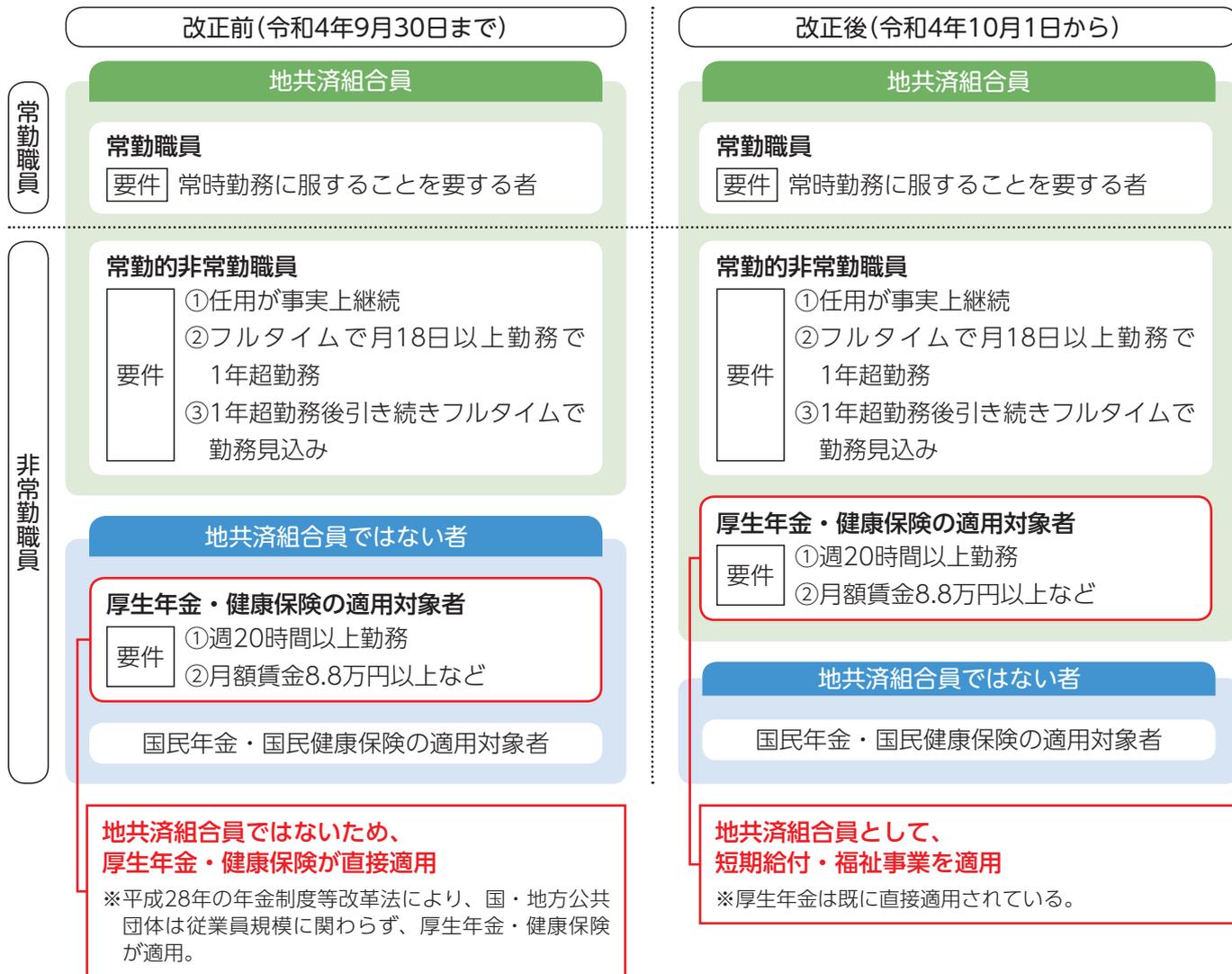
※今回新たに組合員となる非常勤職員は、既に厚生年金が適用されているため、今回の改正では短期給付・福祉事業が適用されます。

被用者保険の適用範囲

- ・ 週労働時間 …………… 20時間以上
- ・ 月額賃金 …………… 8.8万円以上
- ・ 勤務期間 …………… 2か月超
- ・ 学生は適用除外

令和4年10月1日からは、左記を満たし、かつ組合員ではない非常勤職員の方は、組合員となり短期給付・福祉事業が適用されます。





2 育児休業中の掛金等免除要件が見直されます

「全世代対応型の社会保障制度を構築するための健康保険法等の一部を改正する法律」により、令和4年10月1日から、育児休業取得中の掛金等の免除に関する事項について、下記の見直しが行われます。

現在の取り扱い

免除対象となる期間は、「育児休業等を開始した日の属する月」から「育児休業等が終了する日(又は当該育児休業に係る子が3歳に達する日)の翌日の属する月の前月」までです。

追加

- ①月内に2週間以上の育児休業を取得した場合はその月の掛金等を免除
- ②期末手当等にかかる掛金等については、1か月超の育児休業を取得している場合に限り、掛金等を免除

※組合員が連続する2以上の育児休業をしている場合における育児休業期間中の掛金等の特例の適用については、当該育児休業等の全部を一の育児休業等とみなす。

当内容は、令和3年12月時点の総務省・厚生労働省等の資料をもとに作成しています。今後、政省令等の公布により内容が変更になる場合があります。

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が急増 又は急減したことに伴い標準報酬月額に影響が出る方へ

令和2年4月から令和4年3月までの間に、新型コロナウイルス感染症の影響による時間外勤務の増加や出勤調整等に伴い、報酬が急増又は急減した組合員の方の標準報酬月額について、報酬月額に2等級以上の差が生じる等の要件を満たした場合に、申出により次の方法による算定ができます。

なお、掛金等への影響のみならず、年金給付、休業給付及び災害給付への影響も生じますので十分にご留意ください。

- ① 定時決定及び随時改定に係る保険者算定(年間平均)
 - ② 休業により報酬が急減した場合の保険者算定による即時改定
- 詳しくは勤務先の共済組合事務担当課へお問い合わせください。

INFORMATION

資格管理課 からのお願い

資格喪失後に伴う組合員証は必ず返納してください

組合員が退職したとき、被扶養者の認定を取り消すこととなったときは、組合員証、組合員被扶養者証、高齢受給者証、特定疾病療養受療証及び限度額適用認定証(以下「組合員証等」といいます。)を速やかに返納してください。

組合員証等の返納が遅れると、資格喪失から組合員証等返納日までの期間に組合員証等を使用して医療機関を受診した際の医療費は、組合員から返還していただくこととなります。

住所が変わった場合には届出を!

引越し等で住所が変更になった場合は、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」により住所変更の手続きを行ってください。

また、組合員の方と被扶養者の方の住所が異なる場合は、被扶養者の方の別居住所を「共済被扶養者申告書」により届け出てください。(別居である組合員の方と被扶養者の方が同居になる場合も「共済被扶養者申告書」により届け出てください。)

なお、別居している方が被扶養者として認定を受ける場合は、1か月又は2か月に1回以上の定期的な仕送りが必要です。

仕送り基準額については、被扶養者の収入額以上かつ仕送り額と被扶養者の収入額の合計額が130万円(障害年金受給者又は60歳以上の公的年金受給者は180万円)以上となります。

ただし、配偶者、学生である子については、仕送りは必要ですが、仕送り額は問いません。

仕送り状況を確認するため、仕送り状況申立書に加え、仕送りを行っていることが確認できる書類(振込依頼書の控えの写し等で「組合員名義」から「被扶養者名義」に送金していることが確認できる書類)の提出が必要となります。



オンライン資格確認が始まりました

令和3年10月20日から保険医療機関又は保険薬局を受診する際のオンライン資格確認が始まりました。

オンライン資格確認は、組合員の就退職、被扶養者の認定及び取消等の届出が重要となります。事実発生後、速やかに勤務先の共済組合事務担当課を通じて届出書類をご提出ください。

年利
(半年複利)
0.6%

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4年	4月 April	5月 May	6月 June
	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土
	1 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 ●3 4
	3 ●4 5 6 7 8 9	8 9 10 11 12 ●13 14	5 6 7 8 9 ●10 11
	10 ●11 12 13 ●14 15 16	15 16 17 18 19 ●20 21	12 13 ●14 15 16 17 18
	17 18 19 20 ●21 22 23	22 23 ●24 25 26 27 28	19 20 ●21 22 ●23 24 25
	24 25 26 27 ●28 29 30	29 30 ●31	26 27 28 29 ●30
	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	1 2 ●3 4 5 6	1 ●2 3
	3 ●4 5 6 7 8 9	7 8 9 ●10 11 ●12 13	4 5 6 7 8 ●9 10
	10 ●11 12 ●13 14 15 16	14 15 16 17 18 ●19 20	11 12 ●13 14 15 16 17
	17 18 19 20 ●21 ●22 23	21 22 23 ●24 25 26 27	18 19 20 ●21 ●22 23 24
	24 25 26 27 28 ●29 30	28 29 30 ●31	25 26 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 総務課 TEL:078-321-0621

Money News

ご確認ください!!
「貯金現在残高通知書」をお送りします。

共済貯金は、毎年3月31日及び9月30日を決算日とし、その日までの利息を皆さまの貯金に組入れています。これに合わせて、利息計算後の4月と10月に勤務先の共済組合事務担当課を通じて貯金現在残高通知書を発行しています。

また、共済貯金には貯金通帳がありませんが、貯金現在残高通知書に前決算日からの入出金状況を記載しています。再発行はできませんので、大切に保管してください。

総務課 からのお願い

普通貸付・特別貸付の申込みをされるときは

① 共済組合に申込書類が申込締切日までに必着するよう、勤務先の共済組合事務担当課を通じて送付してください。

(申込書類…貸付申込書・借用証書・印鑑登録証明書・借入状況等申告書及び弁済状況を確認できる書類・団体信用生命保険事業加入申込書(加入される方のみ)・その他必要添付書類)

② 普通貸付の申込締切日は、『毎月15日』→当該月末日の前日に送金と『毎月末日』→翌月15日に送金となっています(1月と5月は、末日の前日のみの送金となります。)

③ 特別貸付の申込締切日は、『毎月末日』→翌月末日の前日に送金となっています。

※書類に不備がある場合は、貸付送金日に送金できないことがありますので、申込内容を十分ご確認のうえお申込みください。



借入状況等申告書は正確に記入しましょう！

① 共済組合では、近年増加傾向にある自己破産や民事再生事件等の貸付事故を防止するため、貸付申込み時に借入状況等申告書等の書類を提出していただき、償還能力の審査を行っています。

② 月々の総返済額が給料月額の30%を超える場合、又は期末手当等からの返済額を含む年間の返済額の合計が年収の30%を超える場合には貸付を受けることができません。返済額には、共済組合・互助会・他の金融機関等からの借入・カードローン等もすべて含めて計算します。

※貸付金の原資は、皆さまからお預かりしている公的年金資金です。借入状況等申告書は、正確に記入してください。



住宅貸付等を借りたら… 完了報告をしてください

住宅貸付、災害貸付、在宅介護対応住宅貸付については、工事完了兼確認届出書を「登記又は工事完了後3か月以内」に提出していただくこととなっています。該当される方は、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。

* 工事完了兼確認届出書の添付書類…登記簿謄本・住民票・写真(新築・購入の場合は外観及び各部屋、増築・改築の場合は工事対象部分)

※提出期限を過ぎても提出がない場合は、貸付金を全額即時償還していただくこととなります。ご注意ください。





家族の健康ごはん

料理制作・監修
岩崎啓子 (管理栄養士)

撮影：原ヒデトシ
スタイリング：宮澤由香

健康な体をつくる食事づくりのカギは、栄養バランス&減塩。
食材に含まれる栄養素の知識や上手な減塩のコツを身に付けつつ、
おいしく食べて健康になりましょう。

肉と野菜、だしの旨みがたっぷり 肉団子と春野菜のあつさり煮



1人分
エネルギー
276kcal
塩分 1.5g

材料(2人分)

- 豚ひき肉160g
- A 塩・こしょう・ナツメグ 各少々
- 卵1/2個
- 玉ねぎ(みじん切り)1/8個分
- B だし汁 1カップ
- みりん 小さじ1
- 塩 小さじ1/6
- しょうゆ 小さじ1
- キャベツ 4枚
- グリーンピース 50g
- しょうが(千切り) 薄切り2枚分

作り方

- ①ボウルに豚ひき肉とAを入れて粘りが出るまで混ぜ、玉ねぎを加えてさらに混ぜる。
- ②鍋にBを入れて煮立てる。
- ③②に①をスプーンで一口大に丸めた団子、大きめに切ったキャベツ、グリーンピースを入れ、ふたをして沸騰させた後、弱火で10分ほど煮る。
- ④器に盛り、しょうがを散らす。



かつお削り節と昆布を耐熱容器に入れ、上から熱湯を注ぐと、手軽にだし汁がとれる。

栄養学メモ

キャベツ

傷ついた胃腸粘膜を修復する働きがあるビタミンU(別名キャベジン)が含まれていますが、水に溶けやすく熱に弱いので、効率的にとるには汁ごと食べられる料理が◎。

減塩ワザ

だし(かつお削り節・昆布)

かつお節や昆布には、イノシン酸やグルタミン酸などの旨み成分が含まれています。そのため、だしがしっかり効いた料理は、塩分が少なめでも濃厚な味わいになります。

Profile 岩崎啓子 いわさきけいこ

管理栄養士・料理研究家。栄養学に基づいたバランスのよい料理、手軽でおいしい、実践的な家庭料理に定評がある。雑誌、書籍、メニュー開発など幅広く活躍中。著書は「ゆる「糖質&塩分」オフ!おつまみおかず」「作りおきでカンタン!おいしい!やせごはん」(ともに、日本文芸社)など多数。

大野 裕先生の



ポジティブメンタルヘルス ＼折れない心の育て方！

いつまでもクヨクヨしてしまう 自分を変えたい！

過去の失敗が忘れられず、いつまでもクヨクヨ。
また失敗するのではないかとまたクヨクヨ…。
そんなときは、ポジティブメンタルヘルス術で頭と心を整理しましょう。



過去の失敗をあれこれ考えてしまうわけですね。



Dr. Ono



過去のことをいつまでも引きずってしまうんです。

30代・男性



分かってはいるんですが…。



全く手も足も出なかったんですか？

う～ん。何とかやってみましたが、全然納得いなくて…。



「後悔」ではなく、「反省」を。 過去は変えられなくても、今はコントロールできる

どんなに悔やんでも、過去は変えられません。そして、変えられないだけに、一度後悔の念にとらわれてしまうと、なかなか抜け出せなくなってしまうものです。

しかも、忘れたと思うほど、なぜか「どうしてあのとき気付かなかっただろう」とか「きっとまた失敗する」など、頭に浮かんでくるのは失敗のことばかり。堂々巡りをしているうちに同じ過ちを繰り返してしまうことも珍しくありません。

そんなときは、クヨクヨせずに一度立ち止まり、なぜ「また失敗する」と思うのかをゆっくり考えてみましょう。自信がないだけなのか、前回と状況が似ているからなのか、自分の能力が成長していないからなのか……。

また、失敗した部分ばかりに目が行き過ぎて、よかった部分まで否定していませんか。理想通りでなかったとしても、とにかく最後までやり遂げた自分は認めてあげましょう。

頑張ったことやできたことまで無視しては、自分で自分の心を折っているようなもの。よかった点はよかったと認め、それを踏まえた上で悪かった点を反省すると、心の持ちようが変わってきます。

「過去はよかったのに」という思いにとらわれてしまうこともあるでしょう。心が弱っているときほど、現在のよくない面ばかりに目がいきまわり、過去がよく見えてしまうことがあるからです。

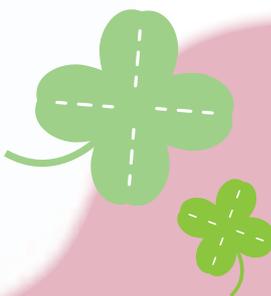
そんなときは、「心が疲れているのかも」と気付いてください。そして、過去については少し横に置いて、「現在」に集中しましょう。「現在」の悪い面ばかり見ず、少しでも肯定できる部分を探してみるのです。物事全て、よい面も悪い面も必ずあるもの。片方だけで事が運ぶことはないのです。現実をありのまま見つめることができれば、今のつらい気持ちも少しは楽になってくるでしょう。



思い通りにできな
かったんです。

でも、全部が全部ダメなわけではなかったかも。もう少しうまくできないか、工夫することはできそうです！

自分なりにやってみることはできたんですね。
では、何に納得がいかないのでしょうか？



● 監修

独立行政法人国立精神・神経医療研究センター
認知行動療法センター センター長

大野裕

おおの ゆたか

1978年慶應義塾大学医学部卒業。同大学医学部精神・神経科学教室へ入室後、コーネル大学やペンシルベニア大学の医学部留学を経て、母校教授に。2011年より現職。認知療法活用サイト『うつ・不安ネット：こころのスキルアップ・トレーニング』監修など。

MY TOWN わが街紹介



神河町データ

(令和4年1月末現在)

- 面積 202.23km²
- 人口 10,857人
- HPアドレス

<http://www.town.kamikawa.hyogo.jp>

神河町

兵庫のまんなかでキラリと光るまち

神河町は、兵庫県のほぼ中央に位置するハート型のまちです。

豊かな自然や農産物、多数の観光資源、文化・スポーツ施設を有するなど、心の豊かさを育むための環境が充実し、各集落における住民主体の自治活動も活発に行われています。

町の面積は、202.23平方キロメートルで、その8割を山林が占めており、千町ヶ峰を筆頭に、千ヶ峰・暁晴山など、1000m級の山々に囲まれています。峰山・砥峰高原は関西地方でも有数の高原地帯となっており、自然志向の都市住民との交流の場となっています。

一方、平野部においては、小田原川、越知川といった河川沿いに集落が点在しています。その河川にはホテルやアマゴといった清流ならではの生き物が生息し、自然と触れ合える快適な環境づくりの整備も進められています。

神河町は、年間入込客数100万人を目標に観光事業に積極的に取り組んでいます。

ぜひ、お越しください!!



神河町マスコットキャラクター
カミン

年中行事

30

1月	神河マラソン大会	7月	長谷駅納涼まつり&フォトコンテスト
2月	葉神さん・愛宕さん	8月	かみかわ夏まつり
3月	道の駅「銀の馬車道・神河」国道312号感謝デー	9月	かみかわ銀の馬車道まつり 砥峰高原観月会
4月	桜華園さくらまつり	10月	砥峰高原スキまつり
5月	道の駅「銀の馬車道・神河」グルメ出店 新野水車まつり	11月	神河町名水めぐりゆずマラニック かみかわ商工祭
6月	ホテルまつり(各地区行事)	12月	カミンのクリスマス会(観光協会)

※各行事は、新型コロナウイルス感染症の影響により開催されない場合があります。

アクセス



【お車の場合】

- ・神戸の中心部から車で約1時間30分
- ・姫路から播但連絡道路で神崎南ICまで約45分



【公共交通機関の場合】

- ・JR姫路駅からJR播但線寺前駅まで約45分
- ・JR播但線和田山駅からJR播但線寺前駅まで約55分

観光スポット



新田ふるさと村

川のせせらぎを聞きながら、年間を通じてキャンプが出来る施設です。冬はコテージの利用もオススメです。

- 電話番号：0790-33-0870



新田ふるさと村(神戸町新田340-1)

グリーンエコー笠形

雨が降っても全天候型の広いドームでBBQが楽しめます。手ぶらでも楽しめるBBQセットもご用意しています。

- 電話番号：0790-32-1307



グリーンエコー笠形(神戸町根宇野1019-13)

ヨーデルの森

60種類・約200頭羽の動物たちと触れ合える農村公園です。間近で見られる迫力あるバードパフォーマンスショーが人気です。

- 電話番号：0790-32-2911



ヨーデルの森(神戸町猪俣1868)

こっとな亭

手打ちそばを始め、地元食材を使用した麦とろ御膳や鹿肉の竜田揚げなどのジビエ料理も楽しめるお食事処です。

- 電話番号：0790-34-1666



こっとな亭(神戸町上岩87-1)

特産品

ゆず

神戸町特産のゆず(主に神戸町の根宇野区で栽培)は、昭和50年頃より栽培が始まり、ゆず果汁やマーマレード、ジュースなどいろいろな商品に加工されています。



自然薯

神戸町は兵庫県の中でも寒暖差が大きな地域であり、自然薯の生育には理想的と言われてます。そのため、神戸町産の自然薯は粘り気と香りが強いのが特徴です。



表紙の写真の説明

かみかわ 桜の山 桜華園の桜



桜華園は神戸町の東柏尾区にある桜の山です。品種数が多いので、全山が一度に満開を迎えるのではなく、春のお彼岸から5月の連休頃まで、色々な桜の花をお楽しみいただけます。

プレゼント

- ①かみかわ柚子シロップ 5名様
- ②神戸銘産 名水で作った羊羹 5名様
- ③播州こうじや こうじや味噌 5名様



※写真はイメージです。

■応募方法

郵便はがきに、ご希望の商品・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4年5月16日(月) 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
兵庫県市町村職員共済組合 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、「神戸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」(38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 170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

令和4年度
新規組合員の
皆さまへ

遺族附加年金事業

この度新しく共済組合員となられた皆さま、新しい環境にはもう慣れましたか？ さて、これからの公務員生活の中で、共済組合とは永いお付き合いをしていただく事になります。「きずな」は、共済組合の公的給付の補完事業として、組合員の皆さまとそのご家族の生活の安定と福祉の向上を目的として運営しております。令和3年7月現在、組合員とそのご家族を含め21,339名もの方にご加入いただいている、共済組合独自の制度です。



POINT 1

「きずな」は共済組合の公的給付の補完事業として、組合員の皆さまとそのご家族の生活の安定と福祉の向上を目的として運営しております。

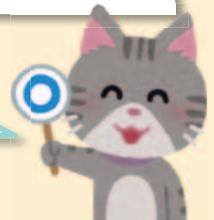


「共済組合の公的給付」っていったい何のこと？

共済組合では、「長期給付事業」「短期給付事業」「福祉事業」の3つの事業を運営しています。

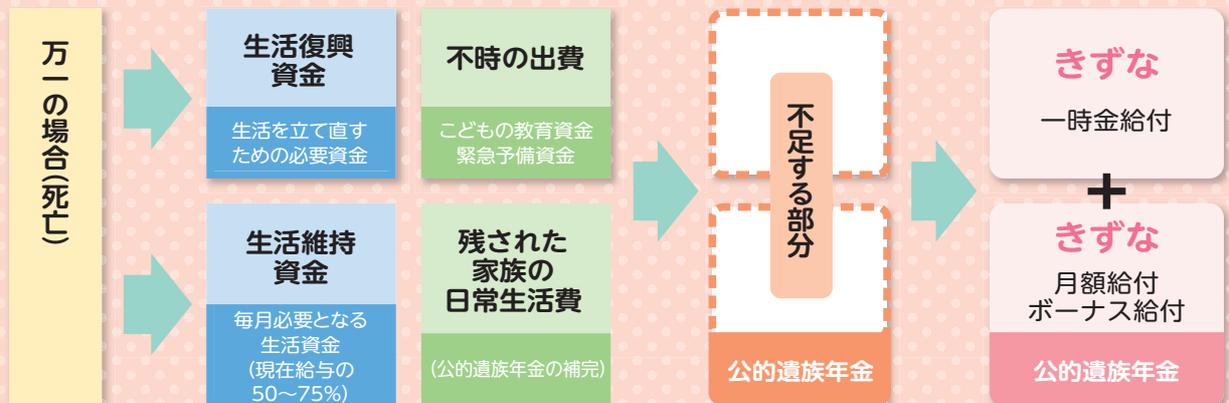
長期給付事業	<ul style="list-style-type: none"> ●退職給付…老齢厚生年金 ●遺族給付…遺族厚生年金 ●障害給付…障害厚生年金、障害手当金(障害一時金)
短期給付事業	<ul style="list-style-type: none"> ●保健給付…療養の給付、入院時食事療養費、特定治療費 etc ●災害給付…弔慰金、災害見舞金 etc ●休業給付…傷病手当金、出産手当金、育児休業手当金 etc
福祉事業	●保健事業、貯金事業、貸付事業、宿泊事業

「きずな」で長期・短期2つの公的給付のそれぞれの不足する部分を補うことができます！



POINT 2

きずなはお亡くなりになった場合はご遺族の、高度障害になった場合は組合員ご自身の生活を長期にわたって支援します。また、併せて傷害による死亡・入院等に備えることができます。



※きずなは生命保険部分と損害保険部分をセットしたものです。 ※きずな(生命保険部分)ときずな(損害保険部分)ではお支払いの対象となる支払事由や支払保険金の算出方法、給付割合等が異なります。 ※それぞれの保障内容、掛金等の詳細はパンフレットをご参照ください。 ※毎月必要となる生活資金は、平成31年度地方公務員給与の実態<市町村ベース>(総務省)より平均的なライフサイクルに基づいて平成31年度価格で当社試算したもので、実際の実受額は所得額や家族構成等により異なります。

POINT 3

きずな以外にも、様々な万が一に備えてセットできるコースがあります。

皆さまのニーズに合わせてコースを選べるようになっていました！



きずなプラス	万が一(死亡・高度障害)の場合のほか、公的障害年金1級・2級に認定された場合に備えて
総合医療保障コース	病気やケガで入院・所定の手術をした場合等に備えて
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
積立年金	老後のゆとりある生活に備えて

POINT 4

「きずなNEXT」(退職後制度)で退職後も安心です。
現職中に「きずな」にご加入の方は、「きずなNEXT」にて保険年齢69歳までご継続いただけます。
(※一部保障額の限定があります。 ※退職日現在満50歳以上の場合のみご継続いただけます。
※「きずなプラス」は令和4年7月1日以降ご加入されている方が保険年齢80歳まで継続できます。)

POINT 5

毎年の掛金は1年ごとに収支計算を行い、
剰余金が生じた場合は加入者に配当金として還付します。



加入者で集めた掛金からご不幸にあった方へ保険金をお支払いしています。
つまり、みんなの助け合いで成り立っている制度です！
さらに、剰余金があれば、配当金として返ってきます！

【保険期間】
7月1日～翌年6月30日



令和2年度配当還付率

きずな(生命保険部分)	約35.9%
きずなプラス	約28.8%
総合医療保障コース(基本型)	約45.0%

1年後、剰余金があれば配当金としてご加入の組合員の皆さまにお返しいたします。

きずな(生命保険部分)・きずなプラス・総合医療保障コース(基本型)は1年ごとに収支計算を行い、剰余金が生じた場合は配当金としてお支払いする仕組みとなっています。(ただし、きずな(損害保険部分)、重病克服支援コース、長期療養収入補償コース、総合医療保障コース(セット型)、団体傷害補償制度、入院医療費支援制度については配当金はありません。)

・配当率は、今後変動することがありますので記載の配当金額は将来のお支払いを約束するものではありません。
・配当率は、お支払時期の前年度決算により決定しますので、将来お支払いする配当金額は現時点では確定していません。

POINT 6

加入者向けインターネットサービス「みんなのMYポータル」でこれまで紙面でのみ配付していた「ご加入内容のお知らせ」、「配当金のお知らせ」等がスマートフォンやPCでも確認できるようになりました。

「みんなのMYポータル」の主なサービス

- ・現在のご加入内容の確認
- ・配当金額の確認 ・「積立年金」残高の確認
- ・パンフレット、チラシなどの閲覧 等

未登録の方は
利用者登録手続きをお願いします。



問い合わせ先

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

※各制度の内容等詳細については、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-22-他-001783

お知らせ

ライフプランシミュレーションについて

共済組合のホームページにライフプランシミュレーションを掲載しています。「ライフプランシミュレーション」では多様な「ライフスタイル」に応じた切り分けから退職後のセカンドライフまでをサポートした、将来のイメージに沿ったわかりやすいシミュレーションを体験できます。
詳細な条件を入力することにより将来のカスタマイズされた収支情報、必要保障額及び各種リスクを把握することができます。試算結果に基づく家計収支推移表がPDFで作成され、また必要に応じて印刷もできます。ぜひお試しください！

<https://be4.meijiyasuda.co.jp/> ID:e0000235 パスワード:75371151

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

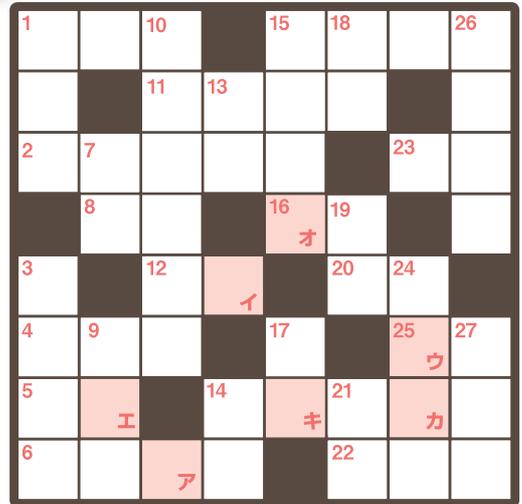
春はなにかと
忙しいシーズン。
気分転換には
パズルを楽しんで♪

タテのカギ

- 現在の100円玉硬貨に描かれているのは?
- やったことがすべて役に立たなかった…。○○○○を折る。
- マットな質感=○○がない質感。
- 室内の床面を四角く切って設けられた炉。伝統的な日本家屋によくある。
- 飽きっぽくて長続きしないこと。
- 行動の妨げになるもの。○○になる。
- 「マサカリ持った金太郎」でおなじみのマサカリとは、大きな○○のことだ。
- 「女性忍者」を何という?
- の音も出ない。
- 刺身に添えられる名脇役といえば?
- 水増しして、実際よりも多く見せることを「○○を履かせる」という。
- 「無実の人」の例えで使われる色は?
- 馬子にも○○○○。どんな人間でも身なりを整えれば立派に見えること。
- 「平服」に対し、礼式・儀礼用の衣服を何という?
- 有名な忍者ゆかりの地といえば、三重県伊賀市と滋賀県○○○市。

ヨコのカギ

- 鶏肉の胸にある部位。形が笹の葉に似ていることが名前の由来。
- 千葉県の特産品。別名「ピーナッツ」。
- 「畑の肉」と称されるのは?
- 隠していた欠点がばれた!○○が出る。
- かまぼこ、ちくわ、つみれなど、魚肉をすりつぶしてつくる水産加工品の総称は?
- 無粋だなあ。それは○○だよ。
- 時間がごく短いこと。ちょっとの間。
- クジ○○。○○だめし。
- 将棋で、取られると負ける一番大事な駒は?
- 慣れない靴で長時間歩くとこれになる…。
- キムチや野菜などがたっぷり入った、韓国の鍋料理は?
- 七福神のえびす様が持っている魚は?
- 小さい頃、先生によく言われたなあ。「○○は走らない!」
- アルファベット順の6番目は?
- お相撲さんが○○を踏む。



答え ア イ ウ エ オ カ キ

令和4年1月号の解答「フュシヨウケン」応募数480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4年5月16日(月)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
兵庫県市町村職員共済組合
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、**組合員お一人につき1通**とさせていただきます。また、わが街紹介(34~35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4年11月30日(水)**までです。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4年11月30日(水)**までです。

※個人情報の取り扱いについて

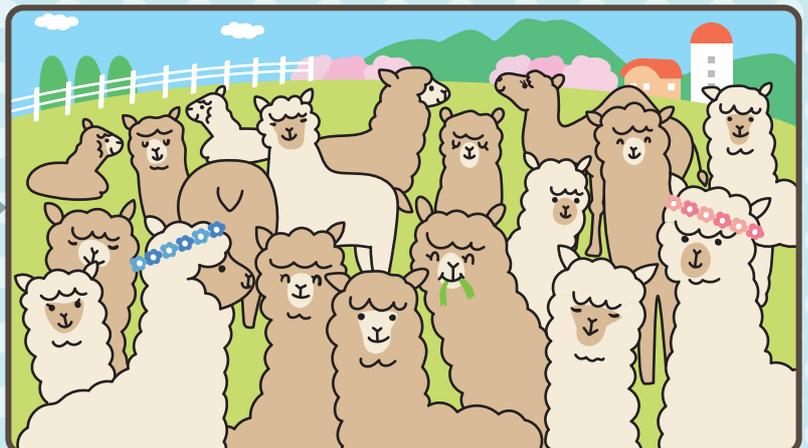
ご記入いただいた個人情報は厳重に保護・管理し、賞品の抽選及び発送に活用する目的以外に使用することはありません。また、個人情報をご本人の承諾なく業務委託先以外の第三者に開示・譲渡することは一切ございません。(法令により開示・譲渡を認められた場合を除きます)

ラクダを探せ!!

右のイラストに描かれたアルパカのなかに1頭だけ**ラクダ**がまぎれているよ!
ラクダがどこにいるか
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。





岡山県市町村職員共済組合

サン・ピーチ

OKAYAMA



シェフのスペシャリテを味わう！

和・洋・中選べる夕食プラン♪

ご夕食は和・洋・中のお好きな料理を選べます。それぞれの料理長が心からのおもてなしでお迎えいたします。

期間 令和4年4月1日(金)から
9月30日(金)まで

料金 電話予約専用組合員様限定
1泊2食付き(1名様料金)
シングル **11,450円**(税サ込)

2名様利用 ツイン **10,350円**(税サ込)

3名様利用 トリプル **9,350円**(税サ込)

特典 ワンドリンクサービス

宿泊プランには共済組合が発行する利用助成券がご利用いただけます。ただし、公務出張の際にはご利用いただけません。

※料理写真はイメージです。
※メニュー内容は季節によって変わります。
※ご予約は3日前までをお願いいたします。



和食:季節の御膳旬の食材を贅沢に使った四季折々の味わいをお楽しみください
洋食:なぎビーフの陶板焼き岡山県産なぎビーフのとろけるようなお肉の味をご堪能いただけます
中華:シェフのおまかせ中華食材のうま味を丁寧に引き出し洗練された王道中華の数々です

※ホテル協会ガイドラインに基づき万全の感染対策を講じており安心してご利用いただけます。



Active City Hotel
サン・ピーチ OKAYAMA

岡山市北区駅前町2丁目3番31号
ご予約・お問い合わせは
TEL:086-225-0631
<https://www.sunpeach.jp>





まるでテーマパークのような異国情緒あふれる街

神戸「南京中華街」

横浜中華街、長崎新地中華街と並んで日本三大中華街のひとつである「南京中華街」。西日本最大の中華街で、100軒以上の中華料理店が軒を連ねています。神戸の三宮からも近いので観光とセットで寄ってみてください。豚まんやふかひれ、焼き小籠包、北京ダックなどの本格中華を食べ歩いて、美味しい神戸を満喫してください。1月または2月に春節祭、9月または10月に中秋節など一年を通して多彩なイベントも開催されています。



おすすめスポットの営業状況は、HP等でご確認ください。

感染防止の取り組み | 新型コロナウイルス感染症等への対策及び感染拡大防止策の強化のため抗菌仕様の畳・カーテン・壁紙の改修工事を実施し、安心して安全にご利用いただけるよう努めています。対策の詳細はホームページに掲載しています。

季節の味覚 春

期間/令和4年4月1日～4月30日



- 前菜盛り合わせ
- 蟹肉ふかひれスープ
- 烏賊と春野菜の炒め
- 鯛しゃぶしゃぶ
- 鶏肉と腸詰のオイスターソース蒸し
- 桜海老の釜飯
- デザート

利用助成控除後

お一人様
4,200円
↓
1,200円

鉄板焼きフェア

期間/令和4年5月1日～5月31日



- 前菜盛り合わせ
- 焼き物盛り合わせ
(牛肉、赤蝦、ポイル帆立、野菜)
- 飲茶3種
- 花咲干し椎茸の蒸しスープ
- はまぐり釜飯
- デザート

利用助成控除後

お一人様
5,300円
↓
2,300円

ふかひれフェア

期間/令和4年6月1日～6月30日

- 前菜盛り合わせ
- ふかひれ姿煮中華茶碗蒸し
- ソフトシェルシュリンプ強火炒め
- 揚げ物盛り合わせ
- 飲茶盛り合わせ
- ザーサイ炒飯
- デザート

高級中華食材の
ふかひれを
お楽しみください。

利用助成控除後

お一人様
4,800円
↓
1,800円



令和4年度 | ひょうご共済会館 繁閑日カレンダー

通常日

繁忙日

4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

5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				

6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		

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						



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

ふかひれの姿煮付

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**
朝食はサービスです。

断然お得な
宿泊プラン

宿泊料

和室と洋室がございます。
おひとり様でもグループ様でもぜひご利用ください。

利用助成控除後

- シングル(1室1名様) 6,300円 → **2,800円**
- ツイン(1室2名様) 5,800円/1名様 → **2,300円**
- 和室(1室5名様) 5,000円/1名様 → **1,500円**

※朝食はセルフサービスにて無料でご用意しております。
※繁忙日は、上記金額に1,000円を加算した料金となります。

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

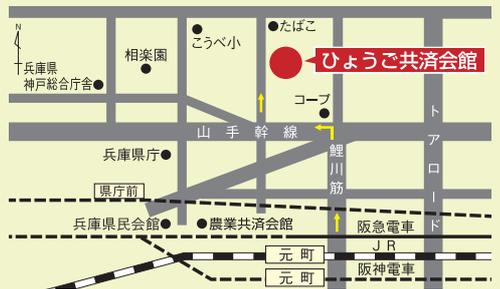
FAX 078-222-2977



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

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

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

おすすめ
スポット

自然や動物とふれあえるスポット!



兵庫県立但馬牧場公園

自然に囲まれ、但馬牛などのいろいろな動物達とふれあうことができる安らぎと憩いの場。楽しい農産物の加工体験教室や季節ごとにたくさんのイベントも開催します。いっぱいの緑に包まれた但馬牧場公園でまちの生活では体験できない素敵な一日を過ごしませんか。

おすすめスポットの営業状況は、HP等でご確認ください。

感染防止の取り組み | 新型コロナウイルス感染症等への対策を実施し、安心して安全にご利用いただけるよう努めています。対策の詳細はホームページに掲載しています。

ゆめ春来ご宿泊のご案内

期間／令和4年4月1日～令和5年3月31日(但し7/23～8/28、年末年始期間を除く。)

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。写真は春の料理イメージです。

閑散日はプラン料金で、
ちょっとお得に
ご利用いただけます。



6月頃より、牡蠣と但馬牛をメインとした季節料理をご案内します。

和 なごみコース

利用助成控除後

閑散日	1泊2食付	12,460円	▶	6,960円
通常日	1泊2食付	13,160円	～	7,660円 ～
繁忙日	1泊2食付	13,860円	～	8,360円 ～

彩 いろどりコース

利用助成控除後

閑散日	1泊2食付	14,910円	▶	9,410円
通常日	1泊2食付	15,610円	～	10,110円 ～
繁忙日	1泊2食付	16,310円	～	10,810円 ～

雅 みやびコース

利用助成控除後

閑散日	1泊2食付	17,110円	▶	11,610円
通常日	1泊2食付	17,810円	～	12,310円 ～
繁忙日	1泊2食付	18,510円	～	13,010円 ～

令和4年度 ゆめ春来繁閑日カレンダー

閑散日は**早割**でさらにお得!!
ご予約日の30日前までに
ご予約いただくと、料金から

1,000円
割引

閑散日 通常日 繁忙日 年末年始 休館日

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
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

5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				

6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		

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	29
30	31					

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	

但馬鴨鍋コース

期間／令和4年4月1日～令和5年3月31日

但馬の自然の中、ストレスのかからない飼育環境で育てられた鴨肉。脂の甘みと赤身の旨みをお楽しみください。

鴨肉は低カロリーでヘルシー
体にやさしい脂
鉄分たっぷりのヘルシーミートです。
美肌・疲労回復に最適。

利用助成控除後

閑散日	1泊2食付 17,110円	➔ 11,610円
通常日	1泊2食付 17,810円～	➔ 12,310円～
繁忙日	1泊2食付 18,510円～	➔ 13,010円～



写真は2人前のイメージです。

料理アップグレードキャンペーン

ゆめ春來感謝企画／

対象期間／令和4年4月1日～7月14日 9月1日～10月31日
期間中“和コース”以上ご利用の方の中から、抽選で次回ご利用いただける「料理アップグレード券」又は、「宿泊招待券」をプレゼント。

期間中毎月当選

■料理アップグレード券

和コース又はくつろぎの金額でお召し上がりいただけるお得な割引券。

雅コース→5組10名様

彩コース→10組20名様

■宿泊招待券

1泊2食利用券→2組4名様

※ご夕食は和コースになります。



当選者は賞品の発送をもって発表といたします。
お電話等での問い合わせは承りませんので、予めご了承ください。
写真は雅コースのイメージです。 詳細はお問い合わせください。

但馬牛チョイスプラン

期間／令和4年5月1日～6月30日の閑散日対象

早割
対象外



写真は但馬牛焼きのイメージです。



但馬牛焼き



但馬牛しゃぶしゃぶ



但馬牛すき焼き

メイン料理を右記よりお選びください。

利用助成控除後

1泊2食付 12,760円 ➔ **7,260円**

※お部屋は洋室、和室となります。和洋室をご利用の場合は、別途追加料金1,300円頂戴します。 ※お部屋のタイプにより料金が異なります。 ※表示料金はすべて消費税・奉仕料込みです。 ※別途入湯税150円お預かりします。 ※写真はイメージです。 ※料理内容は仕入れ等により変更になる場合がございます。 ※詳細はお問い合わせください。

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

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



ゆめ春來ブログ
「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 家族割引のご案内

期間 令和4年4月1日～令和5年3月31日(但し閑散日、通常日を対象)



心ゆくまで、ゆめ春来の湯の温もりを
風情漂うふるりのやすらぎを
こんこんと湧き出る湯の温もりを



■ 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。

毎年好評いただいています!

親子釣り体験と魚拓体験教室

日にち/1回目 令和4年7月23日(土)～24日(日)

2回目 令和4年7月30日(土)～31日(日)

募集人員 各回30名様(定員を超えた場合は抽選といたします)
抽選の場合は応募締め切り後に抽選を行い、
当選された方へ直接ご連絡させていただきます。

募集期限 令和4年6月15日まで

参加費

利用助成控除後

1泊3食+イベント参加費付

■大人 17,260円 ➔ **11,760円**
■小人 11,120円 ➔ **5,620円**
■幼児 10,850円 ➔ **5,350円**

お子さまと一緒に
大物を狙え!!



消費税・奉仕料・参加料・保険代他含む 別途入湯税150円をお預かりいたします。



日程

土曜日 17時30分までにチェックインをお済ませください。
17時45分よりイベント等の注意事項等の説明を行います。
説明終了後ご夕食(バイキング予定)

日曜日 6:45～ ご朝食 11:00～ 魚拓教室スタート
7:30 ゆめ春来出発 11:45～ ご昼食
8:00～ 釣り体験スタート お食事後ご入浴いただけます。
10:00～ 釣り体験終了～ゆめ春来へ帰館

※各イベント共予告なく内容が変更になる場合がございます。 ※天候により中止させていただく場合がございます。
※詳細はお問い合わせください。 ※お申し込みはゆめ春来まで、直接ご連絡ください。



ふるさとのひととき

いで湯の里



湯村温泉

ゆめ春来

〒669-6821 兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6

TEL.0796-99-2211

FAX.0796-92-0233



Free Wi-Fi



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4年2月末現在)

①組合員数 (任継除く)



男	23,234人
女	16,633人
計	39,867人 (前年同月 38,828人)

②被扶養者数 (任継除く)



男	14,804人
女	22,727人
計	37,531人 (前年同月 37,703人)

③平均標準報酬月額 (任継除く)



短期	415,256円 (前年同月 415,977円)
長期	401,175円 (前年同月 402,540円)

④任意継続組合員数



男	197人
女	99人
計	296人 (前年同月 290人)

■令和4年2月(12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	28,530件	320,580千円 (11,237円)	-12.63%
家族	27,185件	315,376千円 (11,601円)	-4.76%
高額療養費	579件	67,661千円	
家族療養費 附加金	165件	6,796千円	
一部負担金 払戻金	336件	11,210千円	
計	55,715件	721,623千円	

ラクダを探せ!!

の解答

○がついている所にラクダがかくれています。わかりましたか?

