

ひょうご共済

WINTER
No.201
2023



写真提供/多可町「コウゾの川さらし」

新年のご挨拶	2
組合会議員紹介	3
医療保健課から	
令和3年度医療統計	4
令和4年度健康セミナーを開催しました	6
「特定健康診査・特定保健指導」の実施結果	8
健診結果に基づく「重症化予防のための受診勧奨」	9
ジェネリック医薬品を使おう!	10
適正受診にご協力ください!	11
医療保健課からのお願い	12
資格管理課から	
退職を予定されている皆さまへ	13
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	16
資格管理課からのお願い	17
年金審査課から	
障害の状態になったときの年金	18
年金管理課から	
働きながら年金を受ける場合	20

在職定時改定とは	21
総務課から	
貸付事業をご利用ください	22
入学貸付・修学貸付のご案内	23
貯金払戻日カレンダー	24
体の不調に効く!かんたんストレッチ	
「首のこり」に効くストレッチ	25
遺族附加年金事業「きずな」のご紹介	26
わが街紹介 多可町	28
ちょっとブレイク クイズパーク	30
他府県施設紹介	
山口県市町村職員共済組合「防長苑」	31
直営施設紹介「ひょうご共済会館」	32
「ゆめ春來」	34
ゆめ春來からのご案内	
組合の概況/令和4年11月の医療費状況	36

ご家族の皆さまと一緒にご覧ください。

新年のご挨拶

理事長 福元 晶三



新年明けましておめでとうございます。

組合員並びにご家族の皆様におかれましては、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年12月1日開催の組合会での役員選挙におきまして、引き続き理事長にご推薦いただきその重責を担うこととなりました。今後とも、組合員各位並びにご家族の皆様の健康の保持増進、福祉の向上のために、より一層努力してまいりたいと考えていますので、皆様方のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

世界中で猛威をふるった新型コロナウイルス感染症の感染拡大については、油断のできない状況が続きますが、海外ではマスクの着用義務を撤廃した国も多く、日本政府も「コロナ収束」に向けた出口戦略に舵を切っています。一刻も早い経済の立て直しが求められていますが、昨年を振り返ると、ネガティブなニュースが目立った一年となりました。

世界に目を向けますと2月にはロシア軍によるウクライナ侵攻が始まり、軍人だけでなく民間人も巻き込む悲惨な戦禍となっています。この侵攻の影響は世界経済にも波及しており、物価上昇、金融引き締め、景気減速といった流れを招いています。世界的なインフレが進行する最中、石油やガス、小麦などの一次産品主要供給国のひとつであるロシアが戦争状態になったことでそのスピードがさらに加速しました。飼料や原材料の多くを輸入に頼る日本においては、円安も重なり、身近な品目の価格上昇が各家庭の生活に影響を及ぼしました。この物価上昇に加え、高齢者の社会保障費に対する費用負担も増加傾向にあります。

そうした中で、より多くの方がより長く多様な形で働く社会へと変化する中で、長期化する高齢期の経済基盤の充実を図るため、「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」において、昨年10月から被用者保険(厚生年金・健康保険)の適用対象が拡大されることとなりました。

これに併せて、「地方公務員等共済組合法」が改正され、地方公務員等で被用者保険の適用対象である非常勤職員等の方も共済組合に加入することとなりました。このことにより、

短期組合員には短期給付事業及び福祉事業の2つの事業が適用されることとなりました。

一方、我が国の医療保険制度の現状におきましては、少子高齢社会のもとで、国民医療費は増加の一途をたどっており、令和元年度の国民医療費は約44.3兆円となっています。その約6割は65歳以上の医療費が占めており、しかもその割合は年々増えています。

年金制度に関しては、令和7年度の次期年金改正に向けた議論が厚生労働省では開始されており、厚生年金加入対象の適用拡大、基礎年金の保険料納付期間を現行の20歳以上60歳未満の40年間から延長し、65歳までの45年間とする内容等、所得再分配機能の維持が年金改正の方向性としてあげられています。また、今年は公務員年金における退職等年金給付の財政再計算、来年は国民年金・厚生年金部分の財政検証が控えています。世界的なインフレや少子高齢化など、社会的な不安要素がどの程度私たちの年金に影響を与えるのか、それぞれの結果にも注視していく必要があります。

保健事業につきましては、令和6年度に第3期データヘルス計画が開始されることを見据え、これまでの取組の実績やその評価等を踏まえた同指針の見直しの検討を行い、組合員等の更なる健康保持増進と医療費の適正化を目的に、共済組合の健康課題に即した事業を効果的・効率的に実施してまいります。皆様には、人間ドック助成事業をはじめとする保健事業及び特定健康診査、特定保健指導を積極的にご利用いただき、健康の保持増進にお役立ていただきますようお願い申し上げます。

宿泊施設である「ゆめ春来」「ひょうご共済会館」両施設におきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を徹底し、皆様の安全を第一に考え運営しています。皆様の施設として親しまれ、安心してお気軽にご利用いただけるよう、引き続き施設の健全運営に努めてまいりますので、今後ともご愛顧くださるようお願い申し上げます。

こうした中、本組合の業務運営は依然として大変厳しい状況が続いており、新型コロナウイルス感染症に関しても、まだまだ予断を許さない状況は続いています。本組合といたしましては、健全な事業運営に努めるとともに、様々な事業を通して皆様の健康の保持増進、生活の安定、福祉の向上のため、役職員一同、積極的に取り組んでまいります。

結びになりますが、日頃よりの運営へのご理解とご支援の程に感謝申し上げますとともに、新しい年が皆様にとって良き年でありますようご祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

第183回 組合会を開催

去る令和4年12月1日に、改選後の議員による初めての組合会を、ひょうご共済会館において開催しました。

本組合が所有する不動産のうち、慶野松原海の家跡地(南あわじ市)を売却したことに伴う令和4年度第一次変更事業計画及び予算など、下記のとおり選挙等が行われるとともに議案が審議され、議案については原案のとおり議決、承認されました。



報告

令和4年度上期保養所等監査報告書について

選挙第1号～選挙第5号

本組合役員等の選挙について

委嘱第1号、2号及び指名第1号

各種委員会の委員の委嘱・指名について

協議事項

議案第1号 兵庫県市町村職員共済組合運営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貸付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 慶野松原海の家跡地の売買契約の専決処分の承認について

議案第4号 令和4年度第一次変更事業計画及び予算の専決処分の承認について

共済組合の新体制

令和4年12月1日から令和6年11月30日まで

令和4年11月8日、各選挙区において組合会議員選挙を実施し、その当選人により令和4年12月1日に第183回組合会が開催され、今期の組合会議員の役職が決まりましたので誌上で紹介します。

市町長側



第1区

上崎 勝規(洲本市)
福祉事業調査委員
保養宿泊施設等建設委員



第1区

伊藤 舞(芦屋市)
理事
機械処理委員



第1区

牟礼 正稔(赤穂市)
理事
保養宿泊施設等建設委員長



第1区

山崎 晴恵(宝塚市)
福祉事業調査委員



第1区

仲田 一彦(三木市)
福祉事業調査委員
保養施設運営委員



第1区

酒井 隆明(丹波篠山市)
監事



第1区

藤岡 勇(朝来市)
福祉事業調査委員長



第1区

福元 晶三(粟粟市)
理事長



第2区

吉田 一四(多可町)
福祉事業調査委員
保養宿泊施設等建設委員



第2区

浜上 勇人(香美町)
理事長職務代理
保養施設運営委員長
機械処理委員会会長

職員側



第1区

神谷 利彦(尼崎市)
理事
保養宿泊施設等建設委員
機械処理委員会副会長



第1区

芝本 裕哉(西宮市)
福祉事業調査副委員長



第1区

池本 能身(三田市)
監事



第1区

来田 憲和(淡路市)
福祉事業調査委員



第2区

大岡 久典(明石市)
理事
保養施設運営副委員長
保養宿泊施設等建設副委員長



第2区

岡田 卓士(三木市)
福祉事業調査委員



第3区

横川 昌紀(相生市)
福祉事業調査委員



第3区

松本 大(神河町)
理事
機械処理委員



第4区

酒井 正幸(丹波篠山市)
理事



第4区

浅田 朋子(八鹿病院)
福祉事業調査委員
保養施設運営委員
保養宿泊施設等建設委員

医療統計

令和3年度



令和3年4月から令和4年3月の間に、組合員及び被扶養者の皆さまが受けられた医療給付に係る統計を作成しましたので、その内容についてお知らせいたします。

1 1件当たり日数

「1件当たり日数」とは、総診療日数を年間延べ受診件数で除したもので、一つの医療機関で1か月に受診(入院)した平均日数を表しています。

組合員、被扶養者ともに大きな変動はありません。

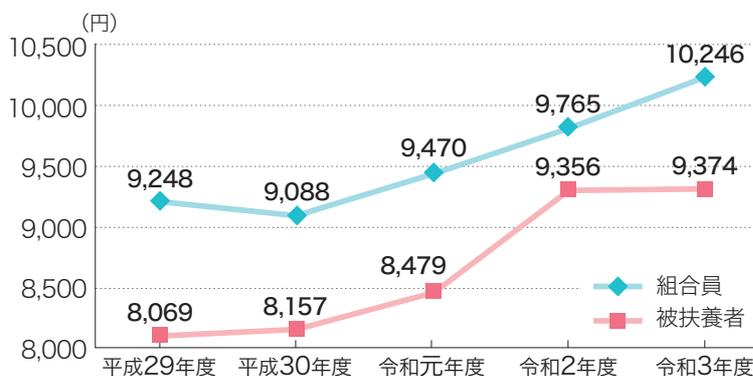
(日)

	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
組合員	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
被扶養者	1.6	1.5	1.5	1.5	1.5

2 1日当たり医療費

「1日当たり医療費」とは、年間総医療費を総診療日数で除したもので、医療費の1日当たりの平均です。

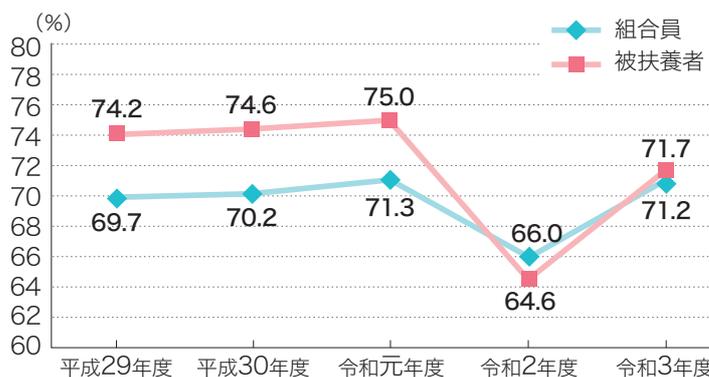
被扶養者は昨年度と比較して概ね横ばいですが、組合員は増加しています。



3 受診率

「受診率」とは、年間延べ受診件数を組合員又は被扶養者の延べ人数で除したものを百分率で示したもので、1か月100人当たりの受診件数を示しています。

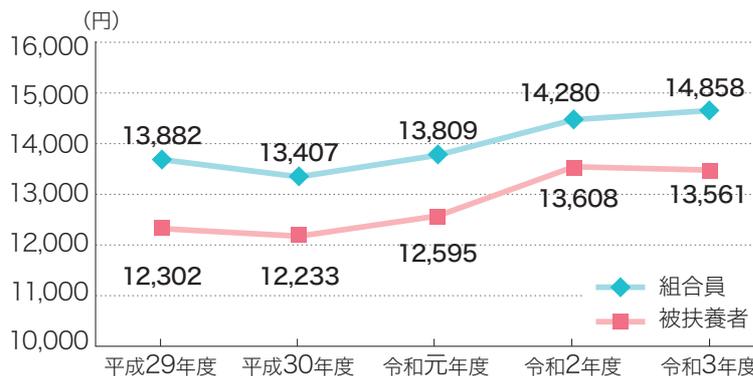
組合員、被扶養者ともに昨年度と比較して大幅に増加しています。



4 1件当たり医療費

「1件当たり医療費」とは、年間総医療費を年間延べ受診件数で除したもので、医療費の1件当たりの平均です。

被扶養者は昨年度と比較して概ね横ばいですが、組合員は増加しています。



5 年齢階層別病類件数(入院・外来・歯科)

組合員及び被扶養者の入院、外来、歯科を合計した受診件数について病類別に集計し、年齢階層ごとに上位5位まで表にまとめています。

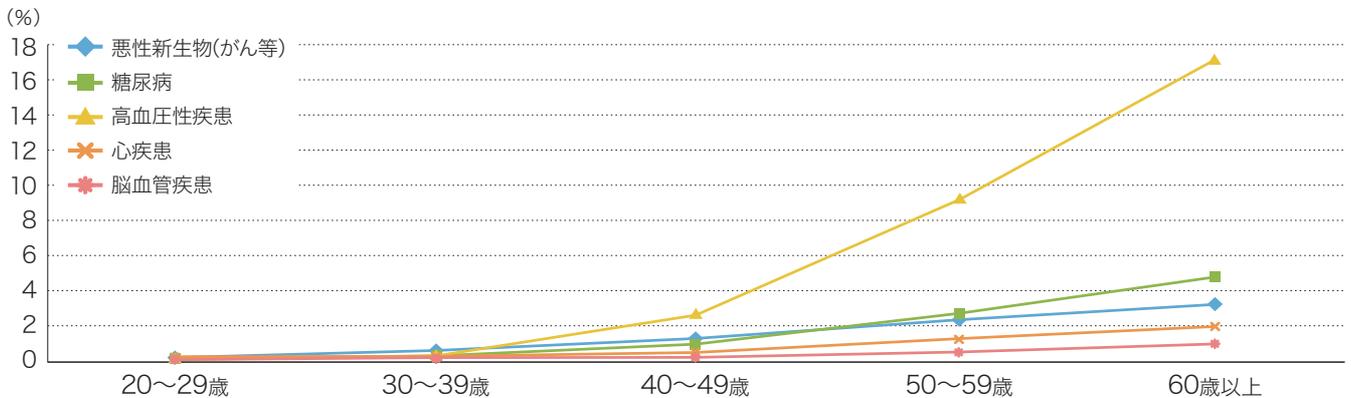
	1位	2位	3位	4位	5位
～19歳	呼吸器系	消化器系(歯科含む)	皮膚・皮下組織	眼・付属器	損傷・その他の外因
20～29歳	消化器系(歯科含む)	皮膚・皮下組織	眼・付属器	呼吸器系	腎尿路生殖器系
30～39歳	消化器系(歯科含む)	呼吸器系	皮膚・皮下組織	腎尿路生殖器系	眼・付属器
40～49歳	消化器系(歯科含む)	呼吸器系	皮膚・皮下組織	眼・付属器	筋骨格系・結合組織
50～59歳	消化器系(歯科含む)	循環器系	内分泌・栄養・代謝疾患	筋骨格系・結合組織	眼・付属器
60歳～	消化器系(歯科含む)	循環器系	内分泌・栄養・代謝疾患	筋骨格系・結合組織	眼・付属器

消化器系(歯科含む)	う蝕症(むし歯)・歯肉炎・歯周病・胃潰瘍・十二指腸潰瘍・アルコール性肝疾患・慢性肝炎・肝硬変等
呼吸器系	急性鼻咽頭炎(かぜ)・ウイルス性肺炎・急性気管支炎・アレルギー性鼻炎・喘息等
循環器系	高血圧・心筋梗塞・心不全・くも膜下出血・脳梗塞等
眼・付属器	結膜炎・白内障・遠視・近視・乱視等
内分泌・栄養・代謝疾患	甲状腺腫・糖尿病等
皮膚・皮下組織	アトピー性皮膚炎・じんま疹等
筋骨格系・結合組織	痛風・多発性関節症・椎間板障害・腰痛症・坐骨神経痛・骨粗しょう症等
損傷・その他の外因	骨折・熱傷・中毒等
腎尿路生殖器系	腎不全・前立腺肥大症等



6 主な生活習慣病に係る年代別受診率

主な生活習慣病ごとに組合員と被扶養者を合計した年代別受診率をグラフに表しています。



7 まとめ

「受診率」は新型コロナウイルス感染症の影響による医療機関への受診控えの解消により、組合員、被扶養者ともに昨年度と比較して増加しています。

「1日当たり医療費」「1件当たり医療費」について、被扶養者は昨年度と比較して概ね横ばいですが、組合員は引き続き増加傾向が続いています。

病類ごとの件数では、消化器系の疾患(主にう蝕症(むし歯))が各年代で上位を占めています。生活習慣病との関連性が言われているため、毎日の歯磨きなどのセルフケアに加え、専門家の歯石除去・歯面清掃などにより、歯科・歯周病の予防が重要です。

生活習慣病の受診率は、年齢が高くなるにつれて上昇しています。特に40歳台から急激に上昇し、高血圧性疾患の上昇は顕著なものとなっています。高血圧が糖尿病の重症化を招きやすいため、健康診断などでご自身の健康状態を知り、日ごろから生活習慣を意識することが大切です。また特定健康診査・特定保健指導を有効に活用し、生活習慣病を予防しましょう。

令和4年度

健康セミナーを開催しました

本年度も「生活習慣」「運動習慣」「ヘルスケア」の3つをテーマに、皆さまに健康に過ごしていただくことを目的として、健康セミナーを開催しました。

6月25日

ボルダリング体験

～楽しく登って全身運動～ in be colorful(西宮市)



西宮市にあるボルダリングジム「be colorful(ビィカラフル)」にて、ボルダリング体験を開催しました。定員を大幅に超える応募があり、多くの方が興味を持たれていることが分かりました。

ボルダリングとは、壁に取り付けた「ホールド」と呼ばれる持ち手をつかんで登るスポーツですが、体の使い方を考え、どこを通過して登ればよいかなど、頭を使うスポーツでもあります。

- 「前からずっとしたかった。思ったより大変でした。」
- 「楽しいスポーツに出会えて、体験出来て良かった。」
- 「子供が難しいことにチャレンジして達成した時の喜びを体験してもらえた。」

7月9日

ボディバランス

～身体と心をスッキリと～ in ウェルストーク豊岡(豊岡市)



豊岡市にあるウェルストーク豊岡で開催されている「ボディバランス」というプログラムに参加しました。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。

- 「普段しない動きができたし、リラックスしながらできて楽しかったです。」
- 「日頃の運動不足を実感。関節がよく伸びました。」
- 「音楽を聴きながら身体を動かし、無理なくできそうだったが、毎日続けることが出来ると良いです。」

8月20日

ユーモアセラピーセミナー

～笑う門には福来る～ in ひょうご共済会館(神戸市中央区)



プロの大道芸人『たつきゆうさん』を講師としてお招きし、ユーモアセラピーセミナーを開催しました。「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きます。たつきゆうさんは、笑い与健康に関する講演を、大道芸を交えながら楽しく話してくださいました。

- 「子連れにも優しく、子供もとても楽しかったみたいです。たくさん笑って幸せな気分になりました。大道芸面白かったです!」
- 「大道芸がすごかったです。」
- 「目的・意欲を持って人に役立っている。定年後を生きられる様、心がけたい。」
- 「笑いがこんなにも大事って知りませんでした。このセミナーを聞いてとても明るい気持ちになり、前向きに生きていこうと思いました!」
- 「笑いに痛みを和らげる効果がある→まさしく、病と闘っていて、「気づき」になりました。」

9月10日

睡眠改善セミナー

～人生の1/3は睡眠時間～ in じばさんびる(姫路市)



ヘルスケアコンサルタント、パーソナルトレーナー、認知症ケア指導管理士として活躍されておられる田邊 雅司 先生をお招きして、「睡眠改善セミナー」を開催しました。

「質の良い睡眠」を得るための一つの手段として、「適度な運動」を紹介していただきました。睡眠のメカニズムなど専門的な内容もありましたが、分かりやすくお話ししてくださいました。

- 「日常生活の中ですぐに取り組める内容だったので、大変参考になりました。」
- 「ホルモンのバランスを整えることが大事。ホルモンなどが睡眠に関係していることに驚きました。」
- 「改善のための適度な運動で、「ながら運動」よりもちゃんと運動する時間を作るのが大事だということを教えていただき、出来る範囲で実践したいと思った。」
- 「入眠前のストレッチが具体的でとても分かりやすかったです。普段から感じていたことが、先生のお話を聞いて、「そうだったのか」ととても納得することが出来ました。」

10月22日
23日

カヌー&カヤック体験教室

～秋空の下で自然体験～ in 兵庫県立円山川公苑(豊岡市)



現地インストラクターからパドルの持ち方・漕ぎ方・方向転換の説明を受けた後、色々な種類のカヌーとカヤックで池に漕ぎ出していただきました。特にお子様は初めてでも直ぐに慣れ、また多くの方が自由に乗りかえるなど楽しい時間を過ごされていました。

- 「3人乗り。みんなで乗れ、話しながらで良かった」
- 「風を切って気持ちよかった」
- 「1人で乗ったカヌーは難しかった」
- 「息子2人が協力し合って漕いでいる姿に感動しました」



11月13日

健康美ウォーキング

～美しく歩いて自分磨き～ in 洲本市文化体育館(洲本市)



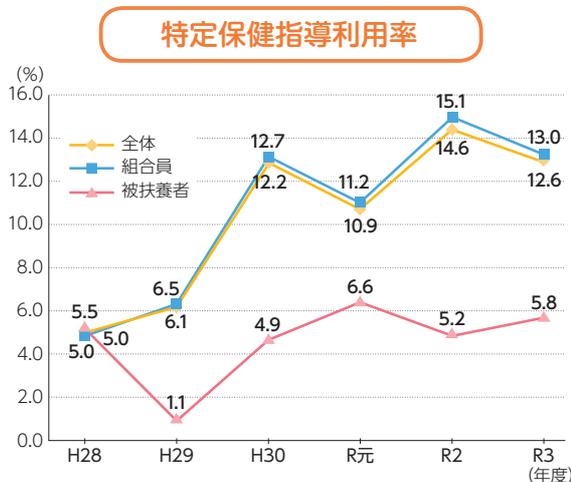
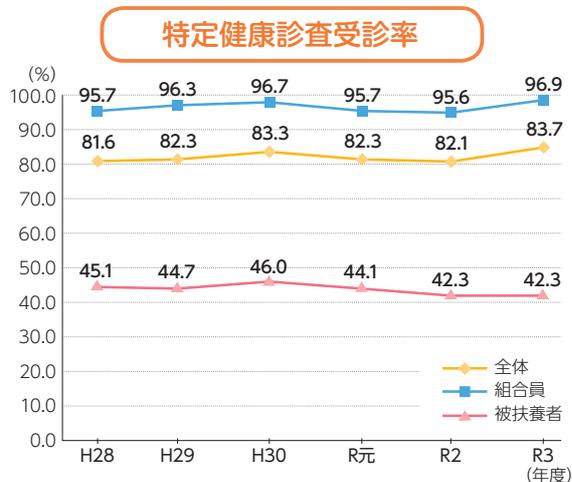
仲妻よし子先生(モデルインストラクター協会認定ウォーキングスタイリスト)をお招きし、美しい姿勢で全身の筋肉を使って歩くことを体験していただきました。普段何気なく歩いているのに、先生の指導を受けることで姿勢がきれいになり、気持ちまでが前向きになったと感じることができました。

- 「すぐに日常に取り入れたいと思った。」
- 「^お脚体操を教えてもらえて、大変良かった」
- 「日頃の動作だけで体力作りが出来ることに気づきました。」
- 「かかとから歩くというのが出来ていなかったと思うので、今日から意識して歩きます。」



「特定健康診査・特定保健指導」の実施結果

令和3年度の「特定健康診査・特定保健指導」の実施結果について、令和4年11月に国へ報告を行いましたのでお知らせします。



特定健康診査の受診率を集計した結果、組合員は1.3%増加し、被扶養者は変化がなく、全体の受診率では83.7%と昨年度から1.6%増加しました。

特定健康診査は、定期的に受診することで数値の変化を把握し、病気の兆候を見つける手段となります。ご自身とご家族のためにも毎年特定健康診査を受診しましょう。

特定保健指導は、その年度に受けた特定健康診査の結果を判定し対象者を抽出しています。今のままの生活を続けると糖尿病や虚血性心疾患、脳血管疾患といった生活習慣病に罹患するリスクの高い方が該当します。令和3年度は特定保健指導該当者の利用率が全体で2.0%減少しました。

生活習慣病は重症化するまでほとんど症状がありません。病気になると時間もお金もかかりますが、何より今までと同じような生活ができなくなる可能性があります。そうならないために専門家が支援をしてくれる特定保健指導を積極的に受けましょう。

皆さまのお給料にも関わる恐れが…

特定保健指導の利用率が低い場合は、共済組合等の医療保険者が負担する後期高齢者支援金が加算されることとなり、共済組合の掛金・負担金の引き上げにつながります。

特定健康診査・特定保健指導ともに自己負担なしで受けていただくことができます。
受診券や利用券が交付された方は、すみやかに健診機関等へ予約しましょう！

ご家族の方で健康診断を未受診の方はいませんか？

令和4年4月1日から引き続いて共済組合に加入されている40歳から75歳までの被扶養者の方へ「特定健康診査受診券」を交付していますが、有効期限は令和5年3月31日となっています。

年1回無料で健康状態を確認できる機会ですので、本年度の特定健康診査をまだ受けられていない場合は、ぜひ「特定健康診査受診券」を使用して特定健康診査を受けてもらってください。

なお、パート先等で健康診断を受けられている場合は、健診結果の写しを共済組合へ送付していただくことで、更に共済組合の保健事業をご案内できることもあります。



健診結果に基づく「重症化予防のための受診勧奨」

ひょうご共済No.199(令和4年7月1日発行)に掲載しました標記の受診勧奨通知について、該当する方のご自宅へ令和4年9月にお送りしました。

本通知を受け取られた方で、精密検査をまだ受けられていない方は早めに受診しましょう。

▶ 受診勧奨対象者

令和2年度及び令和3年度の健診結果の【血圧】【血糖】【脂質】に関する項目が、右表の基準値を超える場合で、令和3年度の健診受診月から令和4年5月末日まで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)

▶ 受診勧奨対象者数とその内訳

受診勧奨対象者は643人となり、該当項目ごとの内訳は以下のとおりです。

検査項目	受診勧奨基準値
最高血圧(収縮期)	160mmHg以上
最低血圧(拡張期)	100mmHg以上
空腹時血糖	126mg/dL以上
HbA1c	6.5%以上
LDL(悪玉)コレステロール	180mg/dL以上
中性脂肪	500mg/dL以上

		令和3年度健診結果						
		血圧	脂質	血糖	血圧+脂質	血圧+血糖	脂質+血糖	血圧+脂質+血糖
令和2年度健診結果	血圧	123	9	3	12	2	0	0
	脂質	5	282	2	7	0	6	0
	血糖	1	4	77	1	5	10	1
	血圧+脂質	5	8	0	14	0	0	0
	血圧+血糖	3	0	6	0	9	0	1
	脂質+血糖	0	6	6	0	1	25	1
	血圧+脂質+血糖	0	1	1	0	2	2	2

(人)

退職組合員保養所等利用助成券を交付します

今年度退職される組合員の方に、本組合直営宿泊施設「ゆめ春来」又は「ひょうご共済会館」で利用できる助成券を交付します。この機会にぜひご利用ください。

助成対象

組合員期間が1年以上かつ退職時50歳以上の組合員
(退職後、再就職により引き続き共済組合の資格を有する場合は除きます。)

助成金額

2人で利用する場合は20,000円(1人の場合は10,000円)

交付時期

6月上旬頃にご自宅へ送付します。

助成方法

施設到着時に「退職組合員保養所等利用助成券」をフロントにお渡しください。

※宿泊料金等が助成金額を下回った場合は、当該宿泊料金等が助成金額となります。

※共済組合の保養所等利用助成と併用することはできません。

※他人に譲渡することはできません。

先発医薬品
よりお得!

ジェネリック医薬品を使おう!

ジェネリック医薬品とは、先発医薬品(新薬)の特許期間が切れてから、新薬と同じ有効成分を同量使って作られた薬です。ジェネリック医薬品を使用すると医療費が節約されるため、私たちの支払う掛金の上昇を抑えられ、さらには医療保険制度の維持にもつながります。ぜひ、ジェネリック医薬品を利用してください。

おすすめされるワケ



安心

新薬と効き目は同等と国から認められ、安全性も確認済みです。飲み薬以外にも外用薬や点眼薬など、多くの薬があります。

改善・改良

品質は保ちつつ、味やにおい、形状などを変えて新薬より使いやすくなっているものもあります。



価格

新薬の7割から2割程度のものがあります。新薬より開発期間が短く、費用が抑えられているため、安く提供されています。

ジェネリック医薬品に切り替えるには



医師に相談する

診察の際、医師に「ジェネリック医薬品にしたい」と伝えましょう。「ジェネリックにしますか?」と医師から提案されることもあります。

薬剤師に相談する

処方箋に【変更不可】と記載がなければ、薬剤師に相談して変更できます。また、薬剤師から提案されることもあります。

窓口で申出る

お薬手帳や組合員証等に「ジェネリック医薬品希望」のシールを貼っておいたり、「ジェネリック医薬品希望カード」を受付と一緒に提出したりすれば、希望を伝えられます。

ジェネリック医薬品Q&A



全ての医薬品にジェネリックがあるの?

ジェネリック医薬品は特許期間が切れた薬のため、全ての薬にあるとは限りません。

毎回申出が必要なの?

一度ジェネリック医薬品に切り替えた医療機関(薬局含む)では、次回以降に申出る必要はありません。

変更したら戻せないの?

体調に合わない場合など、申出れば元の薬に戻せます。



ジェネリック医薬品差額通知書を配付します

共済組合では、医療費増高対策の一環として下記に該当する組合員及び被扶養者の皆さまに「ジェネリック医薬品差額通知書」を配付します。

ジェネリック医薬品に切り替えることで、自己負担額が抑えられ、医療費の削減につながるようになります。飲みなれたお薬をジェネリック医薬品に切り替えることに不安がある方は、短期間処方「分割調剤」を選択することも可能です。

ジェネリック医薬品差額通知書が届いた方は、医師・薬剤師と相談の上、ジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。



対象者

生活習慣病などの慢性疾患等に係る薬を服用されている20歳以上の組合員及び被扶養者で、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に月300円以上の軽減が見込まれる方(毎月服用している薬なら、年間で3,600円以上節約できます。)

対象年月

令和4年1月～11月に受診した中で、差額が一番大きい月

送付時期

令和5年2月頃に勤務先の共済組合事務担当課を通じて配付する予定です。被扶養者の差額通知についても組合員へ配付することとなります。ご了承ください。



適正受診にご協力ください!

医療機関を受診するとき、一人一人がルールやマナーを守っていれば医療費の削減ができる上、医療現場の負担も軽減されます。いざというときに、必要としている人が安心して医療を受けられるように、適正受診を心掛けましょう。



受診上手の 6つの心掛け

かかりつけ医を持ちましょう

日頃から病歴や健康状態を把握してもらっている「かかりつけ医」がいれば、あなたに合った治療・アドバイスが受けられます。また、必要に応じて大病院や専門医を紹介してもらえます。

重複受診はやめましょう

同時期に同じ病気で複数の医療機関にかかる、受診のために初診料などがかかる上、何度も検査や処置・投薬などを行うので、医療費がかさみ、また体に負担もかかります。



時間外・休日・夜間の安易な受診は控えましょう

時間外・休日・夜間の診療には、通常の料金に規定の「割増料金」が加算されます。急病などやむを得ない場合を除き、平日の日中に受診しましょう。

時間外	おおむね8時前と18時～22時、 休診日、土曜日の正午以降
休日	日曜日、祝日、12月29日～1月3日
深夜	22時～6時



大病院志向はやめましょう

医師からの紹介状なしで 200 床以上の大病院にかかる、原則として、自己負担に加え特別な料金が必要になります。この料金は、医療費補助のある乳幼児にもかかりますので、まずは、かかりつけ医を受診しましょう。



薬局を上手に活用しましょう

どの医療機関にかかったときも同じ「かかりつけ薬局」で薬歴や体質、アレルギー歴などを把握してもらっていれば、薬の重複や飲み合わせの可否などを確認してもらえます。また、飲み残した薬がある場合は、薬剤師に相談しましょう。



1人に一冊! お薬手帳の活用法

処方された薬を記録してもらうだけでなく、自分で服薬後の体調の変化や市販薬・サプリメントなどの服用歴も記入しておく、医師や薬剤師に相談しやすく便利。常時携帯すれば災害時などにも役立ちます。

ジェネリック医薬品に切り替えてみましょう

医療機関や薬局で支払う自己負担金は医療費の一部であり、残りは医療保険者が負担しています。新薬より安価なジェネリック医薬品を使うことで、私たちが支払う薬代の負担だけでなく、医療保険者の負担も削減できます。

さらにこんなことも医療費削減につながる!

- 医療機関を受診したら、明細書と領収書で診療内容や費用を確認しましょう。日頃から医療や医療費に関する知識を持つことで、適正な受診行動へとつながります。
- 病気の早期発見・早期治療、重症化予防のためにも、健診は毎年必ず受け、結果を確認しましょう。

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。

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。

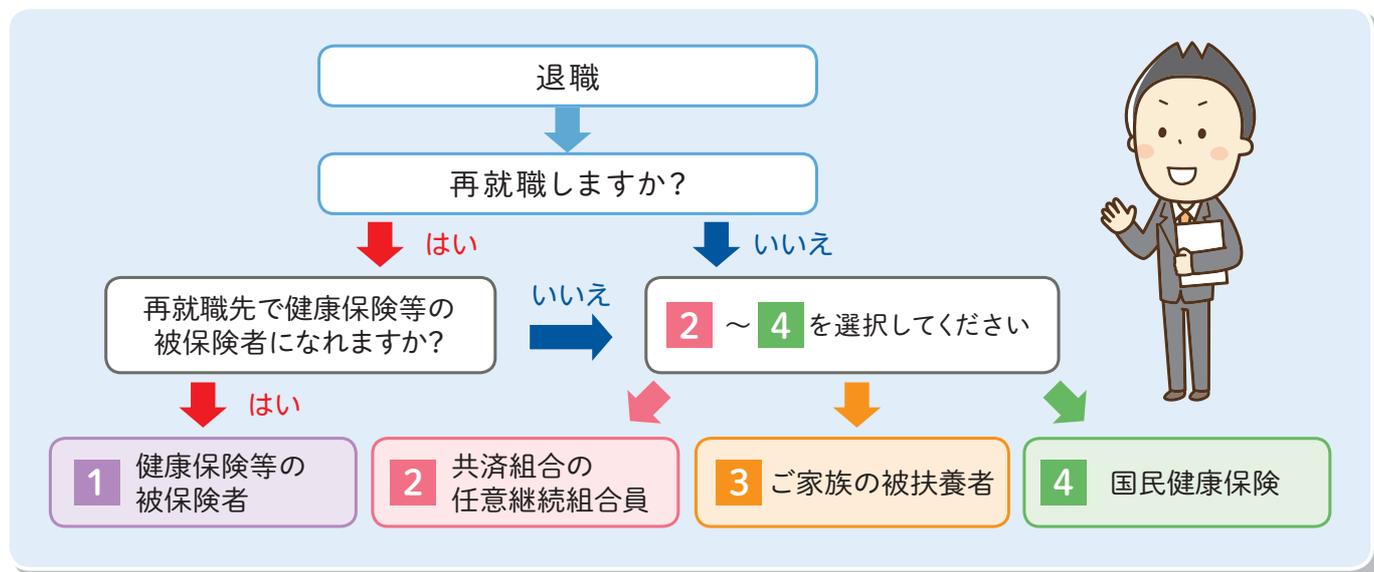
◆指定宿泊施設に関するお知らせ

休館	令和5年1月9日～ 令和5年2月3日	グリーンビュー 立山	〒930-1405 富山県中新川郡立山町千寿ヶ原	TEL:076-482-1716
休館	令和5年1月16日～ 令和5年3月17日	うしお荘	〒997-1201 山形県鶴岡市湯野浜1-11-23	TEL:0235-75-2715
閉館	令和5年3月31日	紫雲荘	〒509-2207 岐阜県下呂市湯之島692	TEL:0576-25-2101

※グリーンビュー立山・うしお荘は休館中も営業再開後の予約は通常通り受け付けします。

退職を予定されている皆さまへ

今の職場を退職されますと共済組合の組合員資格は喪失となり、被扶養者に認定されているご家族も被扶養者資格が取消になりますので、新たに次のいずれかの医療保険制度に加入しなければなりません。ここでは、加入できる医療保険制度をご紹介します。



退職後に再就職されない場合又は再就職しても再就職先の健康保険制度の適用を受けない場合は、ご自身で加入される医療保険制度を選択することとなります。ただし、75歳以上又は65歳以上で一定の障害がある方は後期高齢者医療制度に加入することとなります。

選択される際には、保険料負担だけでなく給付内容やその他の内容なども含め総合的に判断し、選択してください。

1 健康保険等の被保険者（強制加入）

再就職先が健康保険制度（全国健康保険協会管掌健康保険や組合管掌健康保険及び共済組合など）の適用事業所となっており、被保険者となる要件（※）を満たした場合は、再就職と同時に強制的に健康保険に加入することとなります。

加入手続きは、再就職先の職場で行います。

また、保険料（掛金）については、標準報酬月額に一定の保険料率を乗じた額を、基本的には事業主と被保険者が折半します（保険料率は各健康保険制度によって異なります。）。

（※）健康保険の適用要件について…2月を超えて雇用されることが見込まれる場合で、次のいずれかの要件を満たすと健康保険の適用対象となります。

【要件1】「1週間の所定労働時間」及び「1月間の所定労働日数」が、同一の事業所に使用される通常の労働者の所定労働時間及び所定労働日数の4分の3以上であること。

【要件2】次の①から④までの4つの要件を全て満たしていること。

- ① 1週間の所定労働時間が20時間以上であること。
- ② 報酬月額が8.8万円以上であること。

- ③ 学生でないこと。
- ④ 次のいずれかの適用事業所に雇用されていること。
 - (ア) 従業員数が101人(令和6年4月1日からは51人)以上の事業所
 - (イ) 従業員数が101人(令和6年4月1日からは51人)未満の事業所((ウ)を除く。)のうち、労使合意により、事業主が適用拡大を行う旨の申出を行った事業所
 - (ウ) 国又は自治体の適用事業所(共済組合の健康保険が適用されます。)

退職後、再任用又は自治体等に再就職した時に加入する健康保険制度

フルタイム再任用職員	共済組合の組合員(短期給付事業、長期給付事業、福祉事業が適用)
短時間再任用職員 (要件1又は要件2)	共済組合の組合員(短期給付事業、福祉事業が適用) ※共済組合の長期給付事業の適用はありません。(第1号厚生年金被保険者として民間の厚生年金保険が適用されます。)
フルタイム 会計年度任用職員	共済組合の組合員(短期給付事業、福祉事業が適用) ※共済組合の長期給付事業の適用はありません。(第1号厚生年金被保険者として民間の厚生年金保険が適用されます。) ※常時勤務に服することを要する地方公務員について定められている勤務時間以上勤務した日が18日以上ある月が、引き続いて12月を超えるに至った方で、その超えるに至った日以後引き続き当該勤務時間により勤務することを要する場合は、その日以降は、第3号厚生年金被保険者として共済組合の長期給付事業が適用されます。
短時間 会計年度任用職員 (要件1又は要件2)	共済組合の組合員(短期給付事業、福祉事業が適用) ※共済組合の長期給付事業の適用はありません。(第1号厚生年金被保険者として民間の厚生年金保険が適用されます。)
要件1、2を満たさない場合	国民健康保険

2 共済組合の任意継続組合員

退職後も組合員の希望により最長2年間、在職中と同じ短期給付等の適用を共済組合から受けることができます。ただし、休業手当金等について一部受けることができない給付もあります。

● 加入要件及び加入手続き

退職日の前日まで引き続いて1年以上組合員であった方(※)が加入できます。

ただし、**退職日から20日以内**に任意継続組合員を希望する旨を「共済組合員申告書」にて申出いただく必要があります。

お手続きは勤務先の共済組合事務担当課にて行ってください。

(※)令和4年10月1日に短期組合員として資格取得された方については、施行日の前日まで引き続き健康保険の被保険者であった間、当該組合の組合員であったものとみなします。

● 掛金の払込方法

共済組合が発行する振込用紙にて振り込んでいただきます。

月払いのほか割引のある前納制度(半年前納又は1年前納)も選択できます。

● 掛金(財源率は令和4年度のもの掲載)

1か月の短期掛金=退職時の標準報酬の月額^{※1}×97.70/1000

1か月の介護掛金^{※2}=退職時の標準報酬の月額^{※1}×17.30/1000

※1 上限額があります。令和4年度は410,000円ですが、令和5年度については現在未定です。

※2 40歳以上65歳未満の加入者のみ対象

任意継続組合員の給付内容表

任意継続組合員が受けることができる短期給付の種類は以下のとおりです。

給付の種類	組合員	任意継続組合員
療養の給付 家族療養の給付	○	○
療養費・家族療養費	○	○
訪問看護療養費 家族訪問看護療養費	○	○
入院時食事療養費 生活療養費	○	○
高額療養費	○	○
保険外併用療養費	○	○
移送費・家族移送費	○	○
出産費・家族出産費	○	○
埋葬料・家族埋葬料	○	○
傷病手当金	○	△ ※
出産手当金	○	△ ※

給付の種類	組合員	任意継続組合員
休業手当金	○	×
育児休業手当金	○	×
介護休業手当金	○	×
弔慰金・家族弔慰金	○	○
災害見舞金	○	○
高額介護合算療養費	○	○
一部負担金払戻金	○	○
家族療養費附加金	○	○
出産費附加金 家族出産費附加金	○	○
埋葬料附加金 家族埋葬料附加金	○	○

※傷病手当金及び出産手当金については、在職中に当該給付を受給する要件を満たしている場合に支給されます。

3 ご家族の被扶養者

ご家族の方が健康保険等の被保険者又は共済組合の組合員の場合、主としてその方の収入により生計を維持されており、恒常的な収入が130万円未満(障害年金を受給されている方又は60歳以上で公的年金を受給されている方は180万円未満)である等、一定の要件を満たしていれば、被扶養者として認定を受けることができます。

ただし、医療保険者(健康保険組合等)独自の認定基準がありますので、加入手続きを含め、詳しくは、ご家族が加入されている各医療保険者にご確認ください。

なお、ご家族の被扶養者となられる場合は、保険料(掛金)の負担はありません。

4 国民健康保険

国民健康保険法に基づき、主に市区町村が行う地域医療保険です。加入手続きは、**退職日の翌日から14日以内**にお住まいの市区町村役場の窓口へ届出を行ってください。

なお、保険料(税)については、前年の所得等を基に計算されますが、居住地の市(区)町村によって保険料率は異なりますので、詳細は居住地の市(区)町村役場でご確認ください。



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の取扱いを延長します

令和2年4月から令和4年9月までの間の次の取扱いについて、令和4年10月から令和4年11月までの間についても同様に取扱います。

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
 - 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。

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、収入確認により総合的に認定の判断をします。その際、収入確認書類の提出をお願いすることがあります。

この取扱いは、令和5年3月末までとなります。

(※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、収入確認書類の提出をお願いすることがあります。

この取扱いは、令和5年3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を超過する場合と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内ではあるものの、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。

資格管理課 からのお願い

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。



資格喪失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。

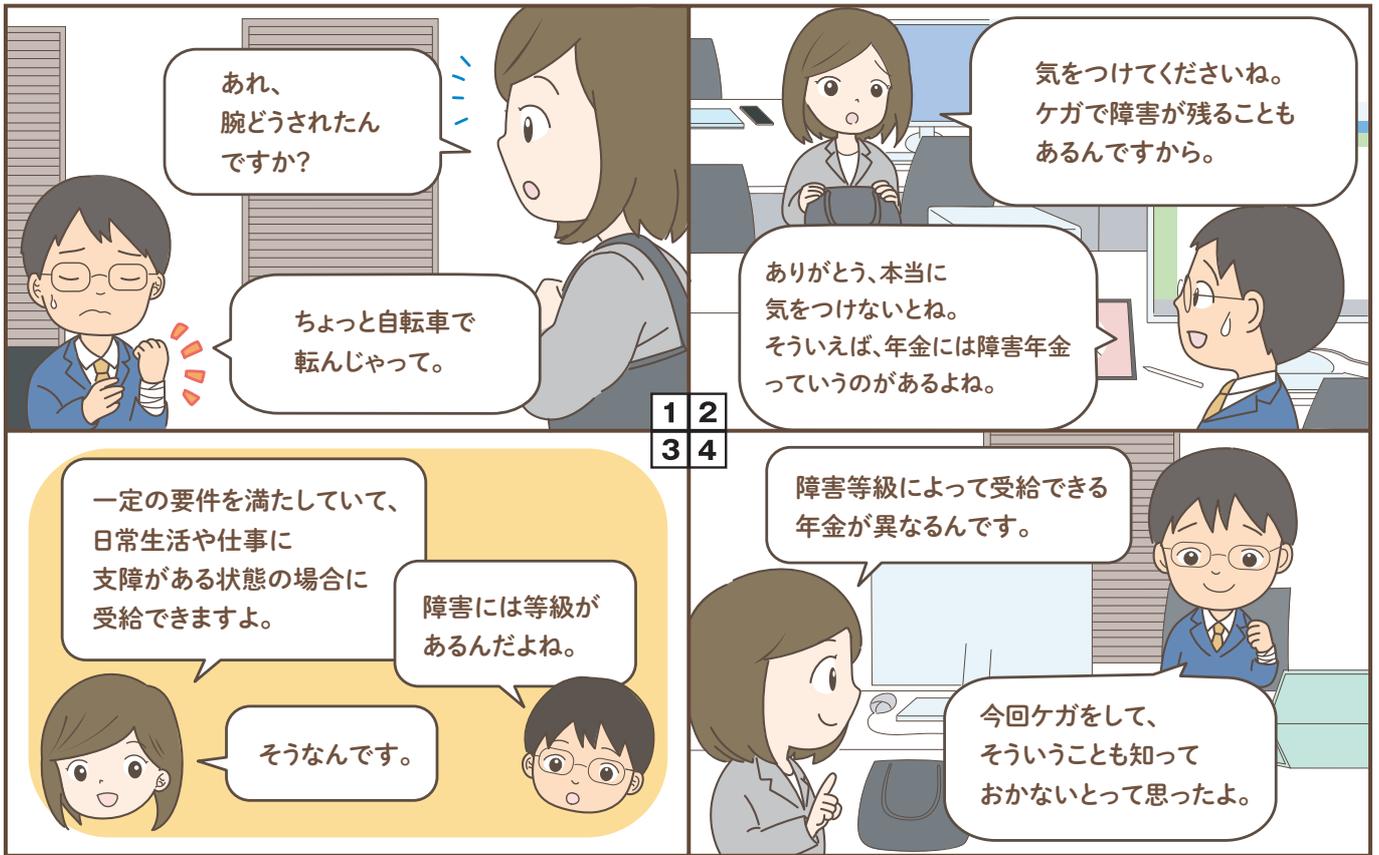
仕送り基準額については、被扶養者の収入額以上かつ仕送り額と被扶養者の収入額の合計額が130万円(障害年金受給者又は60歳以上の公的年金受給者は180万円)以上となります。

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(振込依頼書の控への写し等で「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。



障害の状態になったときの年金



障害年金の種類

障害厚生年金は、被保険者(組合員)である間に初診日がある病気やケガにより、一定の障害の状態になった場合に支給されます。障害の状態とは、病気やケガで、生活や仕事などが制限される状態をいい、障害の程度に応じて障害等級1級から3級に分けられ、等級により受給できる年金は異なります。

●障害等級1級

他人の介助を受けなければ日常生活のことがほとんどできないほどの障害の状態です。



●障害等級2級

日常生活は極めて困難で、労働によって収入を得ることができないほどの障害です。



●障害等級3級

労働が著しい制限を受ける、または、労働に著しい制限を加えることを必要とするような状態です。



※障害厚生年金受給者によって生計を維持されている65歳未満の配偶者がいるときに加算されます。

障害厚生年金を受給するには

次の①～③のいずれかの請求をすることで、障害厚生年金を受給できます。ただし、初診日が被保険者期間中であること、保険料納付要件を満たしていることが必要です。

① 障害認定日による請求

障害認定日に障害等級1級から3級に該当する程度の障害の状態にあるときに請求できます。



② 事後重症による請求

障害認定日に障害等級が1級から3級に該当する程度の障害の状態になかったが、その後65歳に達する日の前日までの間に1級から3級に該当する程度の障害の状態になったときに請求できます。



③ 他の障害と併合して初めて障害等級の1級又は2級に該当したことによる請求

65歳に達する日の前日までの間において、被保険者であるときに初診日のある病気やケガ(基準傷病)による障害と、その他の病気やケガによる障害(基準傷病の初診日以前の病気やケガに限る。)とを併合して、障害等級が1級又は2級に該当する程度の障害の状態になったときに請求できます。

初診日

障害の原因となった病気やケガについて、初めて医師等の診療を受けた日をいいます。

保険料納付要件

初診日の属する月の前々月までに国民年金の被保険者期間があり、かつ、当該国民年金の被保険者期間に係る保険料納付済期間と保険料免除期間とを合算した期間が全体の2/3以上あることが必要です。ただし、令和8年4月1日前に初診日がある場合は、この要件を満たさなくても初診日の前々月までの1年間に保険料未納期間がなければ該当します。

障害認定日

障害の状態を定める日のことで、その障害の原因となった病気やケガについての初診日から1年6か月を経過した日、又は1年6か月以内にその病気やケガが治った場合(症状が固定した場合)はその日をいいます。

請求上の 注意点

障害厚生年金を請求する際は、「障害厚生年金請求書」に必要事項を記入し、必要書類を揃えて共济組合へ提出してください。ただし、原則組合員期間に初診日がない場合は、初診日がある実施機関への提出が必要です。

働きながら年金を受ける場合

厚生年金に加入^(※1)しながら老齢厚生年金を受給される方は、賃金と年金の合計が一定の額を超える場合、年金の一部又は全部が支給停止となります。

退職後の再就職先	自治体	職員種別	勤務形態	加入する年金保険の種別	支給停止の有無
		フルタイム再任用等	組合員としてフルタイム勤務	厚生年金保険 (第3号厚生年金被保険者)	支給停止 あり
		短時間再任用等	社会保険の適用範囲内の勤務	厚生年金保険 (第1号厚生年金被保険者)	支給停止 あり
	社会保険の適用範囲外の勤務		なし	支給停止 なし	
	民間企業等	社会保険の適用範囲内の勤務	厚生年金保険 (第1,2,4号厚生年金被保険者)	支給停止 あり	
		社会保険の適用範囲外の勤務	なし	支給停止 なし	

経過的職域加算額及び退職等年金給付については、共済組合の組合員である間は全額支給停止となります。

老齢厚生年金の受給権者が厚生年金の被保険者となり、「賃金の月額」と「年金の月額」の合計額が47万円^(※2)を超える場合に、年金の一部又は全部が支給停止となります。

$$\begin{aligned}
 \text{①総報酬月額相当額 (賃金の月額)} &= \text{当月の標準報酬月額} + \frac{\text{当月以前1年間の標準賞与額等の合計}}{12} \\
 \text{②基本月額 (年金の月額)} &= \frac{\text{老齢厚生年金の額}^{\text{※3}} - \text{加給年金額}^{\text{※4}} - \text{経過的加算額}^{\text{※5}} - \text{繰下げ加算額}}{12}
 \end{aligned}$$

- ※1 70歳以上の方が厚生年金保険適用事務所に勤務する場合、国会議員又は地方議会議員となった場合も含まれます。
- ※2 47万円の支給停止基準額は、賃金や物価の変動により改定される場合があります。
- ※3 複数の老齢厚生年金を有する場合、すべての年金額を合算して算出することになります。
- ※4 被保険者期間が20年以上ある老齢厚生年金の受給権者により生計を維持される、配偶者(65歳未満)や子(18歳未満又は障害のある20歳未満)がいるときに加算されます。
- ※5 組合員期間のうち、老齢基礎年金の算定の基礎とならない期間(20歳前及び60歳以後の期間等)にかかる額です。



$$\text{支給停止額} = (\text{①総報酬月額相当額} + \text{②基本月額} - 47\text{万円}) \times 1/2 \times 12\text{月}$$

..... 在職定時改定とは

在職中の老齢厚生年金受給者(65歳以上)の年金額は、毎年10月に、前年9月から当年8月までの被保険者期間が年金額に反映されます。

これまでの年金制度では、65歳以上で在職中の方の年金額は、退職したとき、又は70歳に到達したときのどちらかのタイミングでのみ再計算が行われ、年金額に反映されていました。

在職中は毎年1回定時に年金を改定

令和4年4月から、これまでの退職時又は70歳到達時の改定に加え、65歳以上の方については、在職中であっても年金額の改定を定時(毎年1回)に行います。

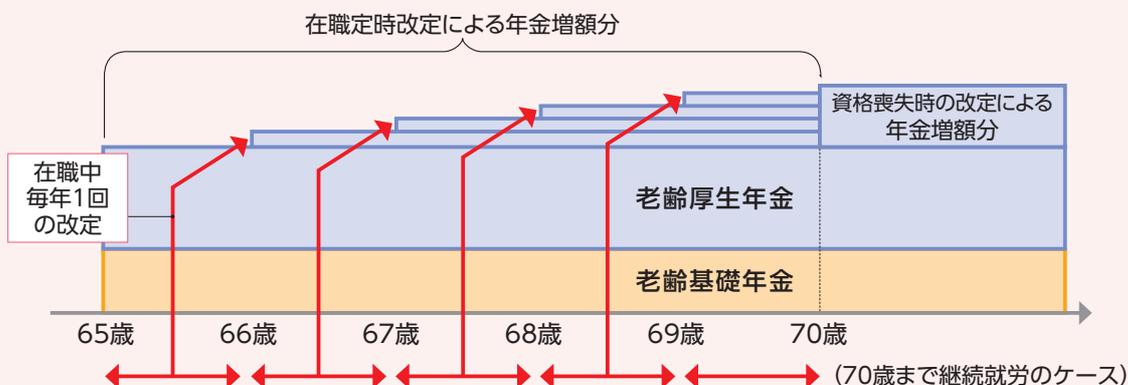
高齢期の就労が拡大する中、就労を継続したことの効果を退職を待たずに早期に年金額に反映することで、年金を受給しながら働く在職受給権者の経済基盤の充実が図られます。



これまでの年金制度 (令和4年3月まで)



現行制度のイメージ (令和4年4月から)



*対象となるのは65歳以上70歳未満の老齢厚生年金の受給者です。65歳未満の方は繰上げ受給をされている方であっても在職定時改定の対象となりません。

貸付事業をご利用ください

共済組合では、福祉事業の一環として組合員及びその被扶養者の生活の安定と福祉の向上等に寄与するため、貸付事業を行っています。

物品購入など臨時の支出に対して資金を必要とするときの普通貸付、お子様等が高校や大学に入学・進学するときの入学貸付や修学貸付、組合員が居住するための住宅の購入やリフォーム費用を必要とするときの住宅貸付等があります。

勤務先の共済組合事務担当課を通じて、貸付の申込みをしていただくことができます。返済方法は給与天引きによる償還となりますので、金融機関に入金する手間が不要である等便利にご利用いただけます。

詳しくは、本組合ホームページをご覧ください。



各貸付の申込みスケジュール

貸付種類	申込締切日	貸付送金日*
普通	①毎月15日(土・日・祝日の場合は翌営業日) ②毎月末営業日	①毎月末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日) ②翌月15日(土・日・祝日の場合は翌営業日)
住宅 在宅介護対応住宅 災害	工事請負契約日以後着工日まで 不動産売買契約日以後2月以内	借用証書等を受付けた月の翌月末営業日の前日 (土・日・祝日の場合は前営業日)
特別	毎月末営業日	翌月末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日)

*毎年1月と5月の普通貸付は、末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日)のみの送金となります。

貸付の種類と貸付額

貸付種類	内容・用途	貸付利率*①	貸付額	貸付限度額算出方法*②
普通	物品購入など臨時に資金を必要とするとき	年1.26%	2~200万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
住宅	組合員が居住するための住宅を新築・増改築・住宅購入資金を必要とするとき		10~1,800万円	①給料(又は報酬)月額×別に定める月数 ②組合員期間
在宅介護 対応住宅	要介護者に配慮した構造を有する住宅を新築・増改築するための資金を必要とするとき	年1.00%	10~300万円	住宅・災害貸付の限度額に300万円を限度とする額を加算した金額
災害貸付	住宅	年0.93%	10~1,800万円	①給料(又は報酬)月額×別に定める月数 ②組合員期間
	家財		10~200万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
	再貸付		10~1,900万円	①給料(又は報酬)月額×別に定める月数×2 ②組合員期間
特別貸付	医療	年1.26%	2~100万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
	入学		2~200万円	
	修学		10~180万円 (年間)	月額1月につき15万円で当該年度の必要額
	結婚		5~200万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
	葬祭			

*① 貸付利率は、退職等年金給付の「基準利率」に応じて変動します。

*② 任期の定めのある職員である組合員は、任期の終了する月までに償還することが可能な額となります。

2月から翌年度分の修学貸付の申込みを受け付けます

入学貸付・修学貸付のご案内

種 類	入学貸付	修学貸付
貸付事由	組合員又はその被扶養者(被扶養者でない子を含む)が入学する場合 *卒業までに他の学校に編入学する場合も含まれます。	組合員又はその被扶養者(被扶養者でない子を含む)が修学している場合
対象学校	学校教育法に規定する高等学校以上の学校(高等学校・中等教育学校(後期課程)・高等専門学校・専修学校・各種学校(修業年限1年以上の学校)・短期大学・大学及び大学院)又は外国の教育機関(正規の教育課程の修業年限が1年以上で、入学・修学するコースの修業年限が最低3か月以上)	
貸付限度額 ^{注1}	一の貸付事由ごとに給料(又は報酬)月額 ^{注1} の6月分以内で必要額(最低2万円、最高200万円) *必要額とは、入学手続きに必要な入学金・授業料(最高1年間)等で、 入学までに支払わなければならない費用 の範囲内をいいます。	【2～3月に申込みの場合】 貸付対象となる学校の正規の修業年限の年数を限度として、修業年限1年につき最高180万円が必要額 【中途申込みの場合】 申込月の翌月から起算して残存する月数×15万円が必要額 例)4月申込:165万円、5月申込:150万円 *必要額とは、当該年度分の授業料・下宿費用等の範囲内をいいます。
貸付金の単位	1万円	5万円
貸付利率	年1.26%(月利0.105%) *貸付利率は、退職等年金給付の「基準利率」に応じて変動します。	
償還方法	貸付月の翌月 から元利均等償還 *希望により貸付対象となる学校の正規の修業年限以内で元金の償還を据置できます。据置期間に係る利息の支払いは貸付月の翌月からとなります。	貸付月の翌月又は修学終了(正規の修業年限)月の翌月 から元利均等償還 *修学終了月まで償還据置の場合、据置期間に係る利息の支払いは貸付月の翌月からとなります。
申込書類	<ul style="list-style-type: none"> ○ 特別貸付申込書 ○ 借用証書 ○ 印鑑登録証明書^{注2} ○ 貸付確認事項申告書 ○ 借入状況等申告書^{注3・注4} ○ 合格通知書(写)又は入学許可証(写)^{注5} ○ 入学手続きに係る費用明細(払込期日が確認できるもの) ○ 住民票又は戸籍抄本^{注6}(続柄が確認できるもの) *入学される方が本人又は被扶養者の場合は不要 ○ だんしん加入申込書(加入される方のみ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 特別貸付申込書 ○ 借用証書 ○ 印鑑登録証明書^{注2} ○ 貸付確認事項申告書 ○ 借入状況等申告書^{注3・注4} ○ 当該年度の在学証明書^{注5} 【2月又は3月に翌年度分を申し込む場合】 入学前…合格通知書(写)又は入学許可証(写) 在学中…申込時における在学証明書 ○ 当該年度の修学に要する費用の内訳書等 【2月又は3月に翌年度分を申し込む場合】 翌年度の修学に要する費用の内訳が確認できる書類 ○ 住民票又は戸籍抄本^{注6}(続柄が確認できるもの) *修学されている方が本人又は被扶養者の場合は不要 ○ だんしん加入申込書(加入される方のみ)
申込締切日	毎月末営業日 共済組合必着	
貸付送金日	翌月末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日)	

注1 任期の定めのある職員である組合員は、任期の終了する月までに償還することが可能な額となります。

注2 貸付送金日前3か月以内に交付されたものとします。

注3 他の金融機関等からの借入がある場合、借入状況及び弁済状況を確認できる書類を提出してください。

注4 過去に共済組合で貸付の申込みをされた方で、当時、他の金融機関等からの借入があり、その借入について借入状況等申告書に記載がない場合、完済したことが確認できる書類(完済証明書等)を提出してください。

注5 共済組合受付日前2か月以内に交付されたものとします。

注6 共済組合受付日前3か月以内に交付されたものとします。

貯金払戻日カレンダー

年利
(半年複利)
0.6%

●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5年 1月 January							2月 February							3月 March						
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	5	6	7				1	2	●3	4				1	2	●3	4
8	9	10	●11	12	●13	14	5	6	7	8	9	●10	11	5	6	7	8	9	●10	11
15	16	17	18	19	●20	21	12	13	●14	15	16	17	18	12	●13	14	15	16	17	18
22	23	●24	25	26	27	28	19	●20	●21	22	23	24	25	19	●20	21	22	23	●24	25
29	30	●31					26	27	●28					26	27	28	29	30	●31	

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		1	2	3	4	5	6					1	●2	3
2	3	●4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	●12	13	4	5	6	7	8	●9	10
9	10	●11	12	13	●14	15	14	15	16	17	18	●19	20	11	12	13	●14	15	16	17
16	17	18	19	20	●21	22	21	22	23	●24	25	26	27	18	19	20	●21	22	●23	24
23	24	25	26	27	●28	29	28	29	30	●31				25	26	27	28	29	●30	
30																				

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 受入限度額について

受入限度額は3,000万円となっています。限度額を超える積立てをすることはできません。限度額を超える積立てをされた場合は、超過した金額を速やかに払戻いただくこととなります。

なお、決算利息組み入れにより、貯金残高が3,000万円を超える場合は払戻する必要はありませんが、新たな積立てをすることはできませんので、ご注意ください。

払戻及び積立額の変更手続きについては、勤務先の共済組合事務担当課を通じて行います。貯金残高が受入限度額を超えないよう、早めの手続きをお願いします。

「首のこり」に効くストレッチ

成人の頭の重さは5kg前後あり、それを支える首には常に高い負荷がかかります。特にデスクワークなどで頭を前に突き出す姿勢は首から肩にかけての筋肉に大きな緊張を強めます。首のこりは肩こりや頭痛の原因にも。しっかりほぐして、血行を良くしましょう。

首の左右・前後伸ばし

一度に行う目安

左右各15秒×2セット
前後各15秒×2セット



Step1

1 首の左右を伸ばす

右手を頭の上から左側に回し、ゆっくり引き寄せるように首だけを右真横に傾けます。反対側も同様に行います。

2 首の後ろ側を伸ばす

頭の後ろで両手を組み、軽く押しながら顎を胸に付けるように頭を下げます。



Step2

前かがみにならないようにする



Step3

倒し過ぎると頸椎を傷めやすいので注意

3 首の前側を伸ばす

顎をゆっくり上げ、頭の重さを利用して首を後ろに倒します。

首のねじりストレッチ

一度に行う目安

左右各10秒×3セット

Step1



肩の力を抜いて、ゆっくり呼吸

Step2

肩を動かさず首だけねじる



1 肩の力を抜いてリラックス

背筋を伸ばし、お腹をへこませ、肩の力を抜いて、ゆっくり呼吸します。

2 顎を下げて首をねじる

顎を胸に付けるようにゆっくり下げながら、首を左にねじって顎を左の鎖骨に近づけ、そのまま維持します。ゆっくり元に戻したら、反対側も同じようにねじります。

ストレッチのポイント!

ストレッチは筋トレと逆

ストレッチは筋トレとは逆の運動です。筋トレは力を込めて筋肉を強く収縮させる運動ですが、ストレッチは縮まろうとする筋肉をゆっくり、ジワッと、気持ち良く伸ばすことで血液やリンパの流れを良くして、心と体をリラックスさせる運動です。

令和5年度
遺族附加年金事業

ご案内

「きずな」

短期組合員は、長期給付適用外のため、遺族附加年金事業「きずな」にご加入いただくことはできません

遺族附加年金事業「きずな」の更新手続きでは、例年組合員の皆さまの職場へ制度推進員が訪問し、内容説明と更新の手続きをさせていただきます。(所属によっては、訪問できない職場もあります。)

詳細については、令和5年1月～令和5年2月の更新お手続きの時期にご案内いたしますので、お手続き漏れのないようにお願いします。

更新ご案内スケジュール(予定)

早わかりガイドの配布*

※令和4年度のご案内よりパンフレットは電子化しています。デジタルパンフレットにつきましては、「早わかりガイド」の二次元コードより閲覧ください。

事業内容のご案内・加入手続き

令和5年1月上旬～令和5年2月24日(金)

※申込受付期間は、各所属により異なる場合があります

申込締切日 令和5年3月1日(水)

※各所属により異なりますのでご注意ください

責任開始期(加入日) 令和5年7月1日(土)

申込方法



所定の申込書に必要事項を記入・押印のうえ、制度推進員又は「きずな」ご担当窓口へご提出ください!!

万一の死亡保障から病気やケガの保障まで充実した制度がそろっています。年に1回のこの更新手続きの機会に、ぜひ内容をご確認ください!



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-23-他-000836

令和5年 退職記念旅行の実施見送りについて

ご退職時の思い出づくりとして実施しております「退職記念旅行」について、新型コロナウイルス感染症の影響に加え、不安定な世界情勢が続いており安心・安全な状態で海外旅行にご参加いただける状況にないため、令和5年退職記念旅行の実施を見送ることといたしました。何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。



問い合わせ先

(有)兵庫ライフサービス TEL:078-265-6170

MY TOWN わが街紹介



多可町データ
(令和4年10月1日現在)

- 面積 185.19km²
- 人口 19,529人
- HPアドレス

<https://www.town.taka.lg.jp/>

多可町

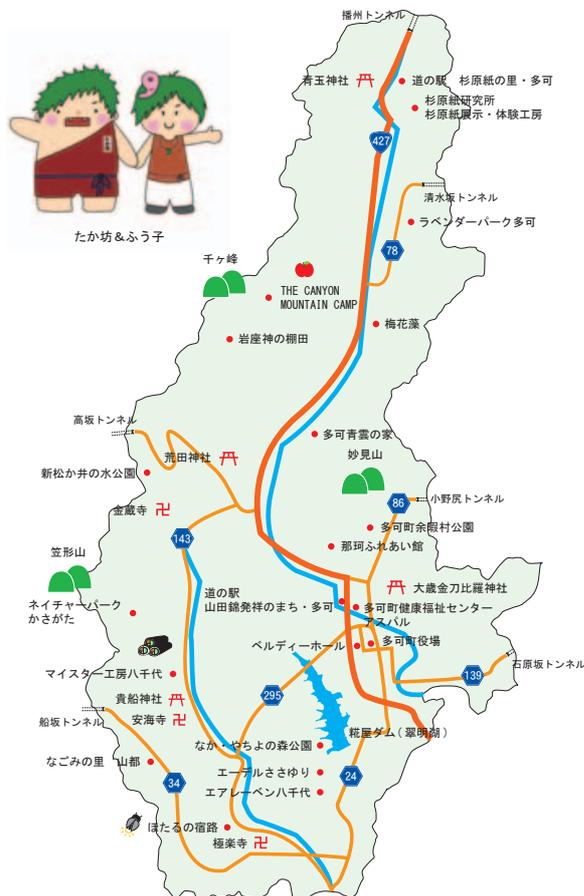
天たかく 元気ひろがる 美しいまち

兵庫県のほぼ中央部、北播磨地域の最北に位置している多可町は、千ヶ峰を最高峰とする中国山地の東南端の山々に囲まれ、町面積の約8割を山林が占める自然豊かな町です。

豊かな自然や食と医科学的根拠に基づいたウォーキングを組み合わせ、多可に住む人、多可を訪れる人、そして地域全体を元気にする健康保養地を目指しています。

町内には18コースの健康ウォーキングコースを整備しています。ドイツでは心臓のリハビリや高血圧の治療として実施される運動療法「気候性地形療法」を取り入れ、「頑張らないで楽しく運動効果を高める」クアオルト®健康ウォーキングを、毎週火・木曜日に実施しています。専門ガイドのご案内しますので初心者でも安心してウォーキングを楽しめます。

木材を活用したモノづくり+健康ウォーキング+森のホテルでの宿泊をセットにしたプランもありますので、森林の良さを体感しにぜひ一度お越しください。



年中行事

30

- 4月下旬 天神社春祭り
- 6月中旬 ホテル鑑賞会
- 9月中旬 こども絵画展
- 10月上旬 秋祭り
- 11月上旬 ふれあいまつり
- 11月下旬 こんぴら祭り

※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。

表紙の写真の説明

コウゾの川さらし



多可町の冬の風物詩である杉原紙の原料「コウゾ」の樹皮を冬の冷たく澄んだ川に叩きつけて汚れを落とす作業。この工程が杉原紙の自然な白さを生み出しています。

アクセス



【お車の場合】

- ・中国自動車道(滝野社IC)⇒国道175号・427号経由で約30分
- ・中国自動車道(加西IC)⇒県道24号線経由で約30分



【電車の場合】

- [大阪から] JR大阪駅⇒JR福知山線谷川駅下車 約1時間20分。谷川駅から役場まで約16km。
- [神戸から] 各線三宮駅⇒西脇市駅下車 約1時間25分。西脇市駅から役場まで約11km。

観光スポット



ラベンダーパーク多可

西日本最大級を誇る敷地面積5.0haの園内には、約20,000株のラベンダーが植栽されており、5月中旬から7月中旬に見ごろを迎えます。ラベンダーを活用した体験のほか、おかわり自由のたまごかけご飯、ラベンダークリームソーダが人気です。



- ・休 園 日：水曜日(シーズン中は無休)
- ・電話番号：0795-36-1616

岩座神の棚田

鎌倉時代につくられたといわれる石垣の棚田。民家が点在する日本の原風景とも呼べる棚田の景色、その美しさは西日本ともいわれ、日本の棚田百選にも認定されています。



東山古墳群

妙見山麓で確認された200基を超える古墳の中でも、特に規模の大きな集まりの一部を再現し、石室内等も見学できるようにしたものが東山古墳群です。これらは県指定文化財にも指定されており、最大の1号墳は内部が見学できる横穴式石室としては県内でも最大規模を誇ります。



リラクゼーションスポット

多可の森健康ウォーキング(クアオルト®健康ウォーキング)

野山の斜面、土の道などを活用し、持久力や筋力が高まるようにコース設計。自然の中を歩くことで、心とカラダが喜ぶリラクゼーション効果が期待できるのも魅力です。最初はゆっくり、慣れてきたら登り道は「160-年齢」の心拍数を目安に歩きましょう。



- ・開 催 日：毎週火・木曜日、月一回土曜日

- ・電話番号：080-8306-0551



特産品

ラベンダーパーク多可 ラベンダー精油

安心して使ってほしい、地域の環境を守りたいという思いで、農薬・除草剤・肥料不使用の自然栽培で育てられたラベンダーの精油です。安眠・リラックス効果が期待でき、睡眠前やリラックスしたい時におすすめです。



元祖・こんにやくスポンジ つやの玉

つるんとした洗い心地でお湯だけで洗顔できる、100%無添加製造の元祖こんにやくスポンジです。明治時代から130年以上続く、自然由来の製造方法なので敏感肌や乾燥肌、赤ちゃんにもぴったりな、やさしい洗い心地が体験できます。



プレゼント

- ① 足立醸造国産有機醤油(900ml)…………… 5名様
- ② Borage バームクーヘン …………… 5名様
- ③ ラベンダー ピローミスト …………… 5名様



※写真はイメージで、実際の商品とは異なる場合があります。

■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5年2月15日(水)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、「多可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」(30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 317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。

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

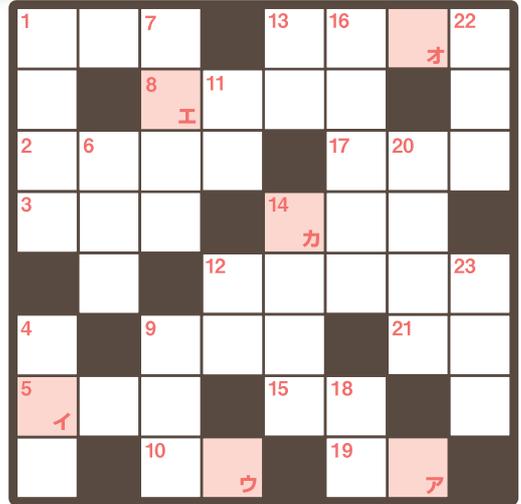
新しい年が始まりました!
パズルに挑戦して
楽しい一年にしましょう♪

タテのカギ

- 1 寝る時に着るゆったりとした服。
- 4 漆で描いた文様の上に金粉・銀粉を蒔いて絵模様をつける伝統工芸技術。
- 6 水炊きや雑炊などを作るときに使い、冬に大活躍する陶器製の鍋。
- 7 肉などを串に刺して揚げた大阪名物。ソースの二度漬けは禁止!
- 9 物のある場所。人のいる所。宝物の〇〇。
- 11 動物が逃げないように入れておく囲い。
- 12 卵の表面を覆っている硬い皮。プロの料理人は華麗に片手で割ることも。
- 13 10本の足をもつ海の生き物。自分の身を守るために墨を吐く。
- 14 小さなギターのような形をした楽器。ハワイ音楽の定番。
- 16 酢飯に様々な具材をのせた料理。主に桃の節句に食べる。
- 18 国によって異なる時間のずれのこと。
- 20 豆腐や白ごまで野菜を和えた料理。
- 22 現実のこと。〇〇〇を抜かす。
- 23 自分のことを誇ること。〇〇〇話。

ヨコのカギ

- 1 タイヤに穴が開き空気が漏れること。
- 2 巻貝を背負って砂浜を歩く生き物。
- 3 夏のさかりのこと。〇〇〇日。
- 5 預金・貸金に対する利子、利率。
- 8 魚介類の内臓を塩漬けにした食品。
- 9 餅を小さく切って火であぶったお菓子。氷粒に似ている。ひな〇〇〇。
- 10 光の当たらない暗い部分。日〇〇。
- 12 調味料を目立たない程度に、ほんの少量入れること。
- 13 銀杏のなる樹木。秋になると葉が黄色く染まる。
- 14 丸い体にまだら模様のあるキジ科の鳥。卵は八宝菜などに使用される。
- 15 お店で会計をするところ。計算をする機械。セルフ〇〇。
- 17 三大栄養素のうち、最もエネルギー量の高いもの。とり過ぎに注意!
- 19 水を沸騰させて飲めるように冷ましたもの。
- 21 神様への願い事を書く板。干支などの絵柄が描かれている。



答え ア イ ウ エ オ カ

令和4年10月号の解答「カボチャプリン」応募数840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5年2月15日(水)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、**組合員一人につき1通**とさせていただきます。また、わが街紹介(28~29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5年8月31日(木)**までです。なお、令和5年4月1日以降については、宿泊プランの改定により、ご宿泊招待券の対象となるコースが変更となる場合があります。
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5年8月31日(木)**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)

シカを探せ!!

右のイラストに描かれたトナカイのなかに1匹だけ**シカ**がまぎれているよ!
シカがどこにいるか
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。





防長苑で

旬のぜいたく



を味わう

令和4年10月1日から
令和5年3月31日まで



で味わう

定番のふくさし、ふくちりをはじめとした、和食の技とふくの旨味をご堪能ください



▲写真はふくフルコース4人前イメージです。

●電話予約専用組合員様限定プラン 1泊2食

ふくフルコースプラン

18,000円 税込

ふくひれ酒、とらふくさし菊盛、とらふくちり、とらふく雑炊、とらふく白子焼き、とらふく唐揚げ、とらふく握り寿司、とらふく白子豆腐、前菜、デザート

ふく会席プラン

13,500円 税込

ふくひれ酒、とらふくさし、とらふくちり、とらふく唐揚げ、前菜、造り、洋皿、蒸物、御飯、デザート



▲写真はふくフレンチ1人前イメージです。



で味わう

とらふくにも劣らない旨味をもつ山口県産真ふくを使ったフレンチコースをご堪能ください

●電話予約専用組合員様限定プラン 1泊2食

ふくフレンチプラン 12,500円 税込

真ふくオードヴル盛合せ、真ふくのカルパッチョ、真ふくと魚介のブイヤベース風、真ふくとフォアグラ・牛ロースのアンサンブル、とらふく焼き白子のリゾット、パン、デザート

防長苑では県内の養殖場から生のとらふくを仕入れ、さばいております。

飲食店営業（フグ処理施設） 令4山健第390号の1の4の1 / 水産製品製造業 令4山健第390号の16の1

ご家庭に  をお届け

防長苑の
ふく宅配

ふくさしふくちりセット松(3~4人前) 17,000円 税・送料込

ふくさし220g、ふくあら300g、ふく皮湯引き、ひれ酒用ふくひれ、ポン酢、薬味、だし昆布、柑橘

ふくさしふくちりセット竹(2~3人前) 11,000円 税・送料込

ふくさし150g、ふくあら300g、ふく皮湯引き、ひれ酒用ふくひれ、ポン酢、薬味、だし昆布、柑橘

ふくさしセット(2~3人前) 6,000円 税・送料込

ふくさし100g、ふく皮湯引き、ポン酢、薬味、柑橘

配送可能エリア 近畿2府4県、中国5県、四国4県、沖縄を除く九州7県
※一部離島等をのぞく

ご注意ください クール便(冷蔵)にて発送いたします。配送業者の繁忙時や荒天時には遅延によりご希望日時にお届けできない場合がございます。

ご注文方法

ネットでらくらくご注文

QRコードはこちら

BOCHOEN ONLINE SHOP
<https://bochoen.stores.jp>



写真はふくさしふくちりセット
竹の内容物イメージです。



- ①ご希望お届け月の商品を選択し、バリエーションからお届け日を選択
- ②お客様情報、お届け先情報を入力
- ③決済方法を選択して購入完了

宿泊プランには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



やまぐち湯田温泉

防長苑

〒753-0077

山口県山口市熊野町 4-29

TEL.083-922-3555

FAX.083-921-1001

防長苑
ホームページ



防長苑
facebook





霊験あらたかな学問の神様で親しまれている 菅原道真公をお祀りする由緒ある神社

北野天満神社

学問の神様で親しまれる菅原道真をお祀りする神社。1180年6月平清盛が京都から神戸に都を移し「福原の都」をつくるにあたって、京都北野天満宮より勧請して祀られたと伝えられており、古い歴史があります。以降、神社周辺の地域は「北野町」と呼ばれるようになりました。高台に位置し、見晴らしがととも綺麗です。

また、約260年前にご造営された本殿は、透塀、拝殿、鳥居、灯笼、石段とあわせ、昭和60年に神戸市の「伝統的建造物」として文化財に指定されています。 **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。

冬の応援フェア

料理長おすすめ

期間/令和5年1月5日～1月31日



- ・よだれ鶏
- ・牛ミンチと卵のスープ
- ・海老のチリソース
- ・飲茶盛り合わせ
- ・酢豚
- ・蟹肉あんかけ炒飯
- ・デザート

2時間
飲み放題付

応援フェアのみ
飲み放題メニューに
コーラとジンジャールを
追加しました。

利用助成控除後

お一人様 4,000円 ➔ **1,000円**

季節の味覚 **冬**

期間/令和5年2月1日～2月28日

- ・前菜盛り合わせ
- ・ウニと豆乳のスープ
- ・鯖ブラックビーンズソース
- ・牡蠣鍋
- ・牛肉のピリ辛味噌炒め蒸しパン添え
- ・鶏釜飯
- ・デザート

冬しか
味わえない
限定料理

利用助成控除後

お一人様 4,200円 ➔ **1,200円**





送別会プラン

2時間
飲み放題付

期間/令和5年3月1日～3月31日

- ・前菜盛り合わせ
- ・とろろとなめこのスープ
- ・ブロッコリーと春キャベツの珊瑚仕立て
- ・飲茶盛り合わせ
- ・鶏肉のピリ辛甘酢ソース
- ・チャーシュー炒めそば
- ・デザート

利用助成控除後

お一人様 5,300円
↓
2,300円

おすすめ日帰りプラン 期間/令和5年3月31日まで

神戸牛グルメコース



- ・前菜盛り合わせ
- ・干し貝柱ふかひれスープ
- ・神戸牛しゃぶしゃぶ鍋
- ・飲茶盛り合わせと神戸牛の煮込み
- ・神戸牛ステーキ
- ・釜飯
- ・デザート

利用助成控除後

お一人様 5,300円
↓
2,300円

神戸牛を堪能!

海鮮グルメコース



- ・前菜盛り合わせ
- ・干し貝柱ふかひれスープ
- ・帆立貝柱しゃぶしゃぶ
- ・本日のお魚料理
- ・飲茶盛り合わせ
- ・鮭釜飯山椒の香り
- ・デザート

利用助成控除後

お一人様 5,300円
↓
2,300円

地元で捕れた
海の幸を
召し上がれ!

かけこみプラン

断然お得な宿泊プラン

利用助成控除後

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

お一人様
5,300円 → **1,800円**
朝食はサービスです。

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。 ■いずれのご利用も前日の午前中まで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



Free Wi-Fi



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

社叢に囲まれた幽すいの趣を今に伝える 但馬国の一之宮神社



粟鹿神社

粟鹿神社はとても歴史のある名大神社で、但馬五社の一つです。神社は、大きな杉や檜などの社叢林に囲まれていて、中には樹齢400年前後、高さが35mという大杉もあり、林の巨木と社殿のコントラストはとても見ごたえがあります。この社叢林と約600年前に建てられたという勅使門は市の文化財に指定されています。

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。

蟹料理のご案内

期間 / ~令和5年3月20日

おすすめ
料理

旬で美味しい蟹をご堪能ください。



蟹鍋



写真は2人前のイメージです。

利用助成控除後

閑散日	お一人様 1泊2食付 19,110円 ➔ 13,610円
通常日	お一人様 1泊2食付 19,810円~ ➔ 14,310円~
繁忙日	お一人様 1泊2食付 20,510円~ ➔ 15,010円~

蟹会席



利用助成控除後

閑散日	お一人様 1泊2食付 21,160円 ➔ 15,660円
通常日	お一人様 1泊2食付 21,860円~ ➔ 16,360円~
繁忙日	お一人様 1泊2食付 22,560円~ ➔ 17,060円~



プラス6,800円で但馬牛ステーキ「サーロイン」、「ヘレ」の食べ比べをお楽しみいただけます。

※事前にご予約が必要です。

ゆめ春来ご宿泊のご案内

期間 / ~令和5年3月31日まで



和 なごみコース

利用助成控除後

閑散日	お一人様 1泊2食付 12,460円	➡ 6,960円
通常日	お一人様 1泊2食付 13,160円	➡ 7,660円~
繁忙日	お一人様 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	お一人様 1泊2食付 14,910円	➡ 9,410円
通常日	お一人様 1泊2食付 15,610円	➡ 10,110円~
繁忙日	お一人様 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	お一人様 1泊2食付 17,110円	➡ 11,610円
通常日	お一人様 1泊2食付 17,810円	➡ 12,310円~
繁忙日	お一人様 1泊2食付 18,510円	➡ 13,010円~

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。写真は冬の料理イメージです。

令和4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

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	



早割

閑散日は
早割でさらにお得!

30日前 までにご予約いただくと

1,000円割引!

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。

※お部屋は洋室、和室となります。閑散日に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。



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

FreeWi-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
 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。

ゆめ春來 冬のほっこり鍋料理

期間／～令和5年3月31日

但馬牛 すき焼き or しゃぶしゃぶコース

言わずと知れた但馬が誇るブランド牛の但馬牛をすき焼き または、しゃぶしゃぶでお召し上がりください。

2名様より
承ります。



写真は2人前のイメージです。

但馬牛すき焼きコース



写真は2人前のイメージです。

但馬牛しゃぶしゃぶコース

但馬鴨鍋コース

鴨肉は低カロリーでヘルシー
鉄分たっぷりの
ヘルシーミートです。

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。



写真は2人前のイメージです。

利用助成控除後

閑散日	お一人様 1泊2食付 17,110円	➡ 11,610円
通常日	お一人様 1泊2食付 17,810円～	➡ 12,310円～
繁忙日	お一人様 1泊2食付 18,510円～	➡ 13,010円～



ふるさとのひととき —— いで湯の里



湯村温泉



〒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



ゆめ春來ブログ
「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11月末現在)

①組合員数 (任継除く)



男	27,041人
女	29,270人
計 (前年同月)	56,311人 (39,942人)

②被扶養者数 (任継除く)



男	15,791人
女	24,826人
計 (前年同月)	40,617人 (37,313人)

③平均標準報酬月額 (任継除く)



短期 (前年同月)	349,803円 (415,234円)
長期 (前年同月)	400,667円 (401,137円)

④任意継続 組合員数



男	200人
女	120人
計 (前年同月)	320人 (288人)

■令和4年11月(9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	27,893件	336,237千円 (12,055円)	0.32%
家族	25,914件	316,422千円 (12,210円)	-0.17%
高額療養費	543件	64,064千円	
家族療養費 附加金	161件	6,316千円	
一部負担金 払戻金	349件	11,607千円	
計	53,807件	734,646千円	

シカを探せ!!

の解答

○がついている所にシカがかかれて
いました。わかりましたか?

