

2015

ご家族のみなさまもご覧ください

目次

平成26年度決算報告	
「標準報酬制」が10月より開始になります	8
『平成27年度 健康セミナー』 スケジュールが決定しました!	!9
被扶養者の資格確認調査を行います	
加給年金額について	•••••12
退職共済年金(老齢厚生年金)の支給開始年齢の引き上げスケジ	シュール …13
文化教養講座を開催しました!!	·····14
人間ドックを利用して特定保健指導の該当になった	:方へ…15
ジェネリック医薬品差額通知による切替状況につい	τ·····16
第三者の行為によりケガをした場合について…	17
メンタルヘルス④	18
普通貸付をご利用になりませんか?	19
旅行費用立替金制度をご存知ですか!	20
特別斡旋品のお知らせ	21
積立貯金のご案内	22
ホテルセントノーム京都のご案内	23
高知共済会館サマーパーティープランのご案内	24
フェスタフェスタvol.15(高知県東部9	市町村)
…ラストページからご覧	
ノヘバ・ノルづに見	V/CC01

平成27年7月発行 高知市本町5丁目3-20 高知共済会館内 高知県市町村職員共済組合 TEL(088)823-3213 編集兼発行人 吉 岡 高 明

平成26年度 決算報告

平成27年6月19日開催の組合会において「平成26年度決算」が承認されましたので、ここでお知らせします。 以下、概要及び各経理別に本年度の実績等を表及びグラフにて示しておりますので、是非ご覧ください。

【負担金率·掛金率】

(単位:‰)

	_		区分	短	期	介	護	長	期	保	健					
種別		_		掛金	負担金	掛金	負担金	掛金	負担金	掛金	負担金					
			対給料	61.9625	65.6	6.6	6.6	103.5625	151.6875	2.625	2.625					
	一般	融	X) TO TH	(3.6375)	05.0	0.0	0.0	105.775	153.9	2.029	2.025					
川文 相称	HIX	対期末手当等	49.57	52.48	5.28	5.28	82.85	121.35	2.1	2.1						
一般組合員			M1301X 1 3 47	(2.91)	02.40	0.20	3.20	84.62	123.12	2.1	2.1					
灰型百页			対給料	49.57	52.48	5.28	5.28	82.85	121.35	2.1	2.1					
	特別	融	7) WH 11	(2.91)	02.40	0.20	0.20	84.62	123.12	2.1	2.1					
	ניט פון	相以	対期末手当等	49.57	52.48	5.28	5.28	82.85	121.35	2.1	2.1					
			717917K 1 🗆 (1	(2.91)	02.10	0.20	0.20	84.62	123.12	2.1	2.1					
			対給料	49.57	52.48	5.28	5.28	82.85	121.35	2.1	2.1					
市町村長	組合	員	V1 WH 4-1	(2.91)	02.10	0.20	0.20	84.62	123.12	2.1	2.1					
11, 11, 11, 12	// []	只	只	7	対期末手当等	49.57	52.48	5.28	5.28	82.85	121.35	2.1	2.1			
			74777714 4 14	(2.91)	52.10	0.20		84.62	123.12	2.1	2.1					
								対給料	61.9625	65.6	6.6	6.6	103.5625	151.6875	2.625	2.625
特定消防	組合	員	刈茄科	(3.6375)	00.0	0.0	0.0	105.775	153.9	2.020	2.020					
	//27 [7]		対期末手当等	49.57	52.48	5.28	5.28	82.85	121.35	2.1	2.1					
			74777714 4 4 4	(2.91)	02.10	0.20	0.20	84.62	123.12	2.1	2.1					
			対給料	61.95	69.25	6.6	6.6	103.5625	151.6875	2.625	2.625					
船員一般	組合	昌	V1 WH 4-1	01.50	03.20	0.0	0.0	105.775	153.9	2.025	2.020					
71H P. /IX	Var II	八	対期末手当等	49.56	55.4	5.28	5.28	82.85	121.35	2.1	2.1					
				13.00	00.1	0.20	0.20	84.62	123.12	2.1	2.1					
任意継	続組	1 4	今 員	127.5625	_	13.2	_	_	_	_	_					
	/I)/L //I	- L	- X	(3.6375)		10.2										

注) 長期欄については、上段に4月から8月、下段に9月から3月の率を記載している。 短期欄の()内については、調整交付金率を記載している。

【所属所数】

市	11
町	17
村	6
一部事務組合等	31
計	65

【組合員数及び被扶養者数】(単位:人)

		X 1 3/1	(1 1— :) ()
区 分種 別	組合員数	被扶養者数	1人当たり 被扶養者数
一般組合員	8, 993	8, 273	0. 92
市町村長組合員	34	35	1.03
特定消防組合員	1,094	1,603	1. 47
船員一般組合員	7	10	1. 43
継続長期組合員	1	0	0.00
小計	10, 129	9, 921	0.98
任意継続組合員	182	128	0.70
小 計	182	128	0.70
合 計	10, 311	10, 049	0.97

短期 経理

26年度においては、医療費について大幅に減少し、また、前期高齢者納付金・退職者給付拠出金も減少しており、全国市町村職員 共済組合連合会からの財政調整事業による交付金を含めた収支

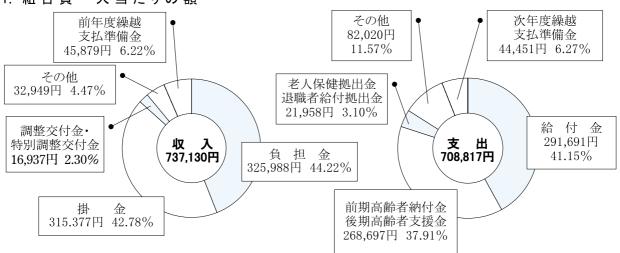
決算の結果、299,212,274円の当期短期利益金を計上しております。

組合員・ご家族の皆様のご協力により医療費においては減少しておりますが、依然として財源率は 高い水準にあります。引き続き疾病予防、早期発見・早期治療にご協力をお願いいたします。

また、ジェネリック医薬品のご活用もあわせてご検討いただきますようお願いいたします。

なお、介護保険については当期介護損失金6,790,585円を計上し、27年度に欠損金2,063,932円を 繰り越しております。

1. 組合員一人当たりの額



2. 収支決算

収	入	支	出
短 期 負 担 金	3,148,134,512 円	給 法 定 給 付	2,957,234,850 円
短 期 掛 金	3,030,196,026	付 附 加 給 付	20,427,200
調整交付金	60,084,000	金その他	34,923,450
特別調整交付金	114,846,000	前期高齢者納付金· 後期高齢者支援金	2,775,105,982
前年度繰越支払準備金	473,836,822	老 人 保 健 退職者給付拠出金	226,780,362
そ の 他	340,299,456	業務経理へ繰入	20,666,000
		次年度繰越支払準備金	459,089,226
		そ の 他	373,957,472
収入総額	7,167,396,816 円	支 出 総 額	6,868,184,542 円
当期短期	利 益 金		299,212,274 円
介 護 負 担 金	218,673,931	介 護 納 付 金	452,065,085
介 護 掛 金	227,014,573	そ の 他	414,004
収入総額	445,688,504 円	支 出 総 額	452,479,089 円
当 期 介 護	損 失 金		△ 6,790,585 円

[※] 短期掛金には短期任意継続掛金を、介護掛金には介護任意継続掛金をそれぞれ含める。

長期経理

この経理につきましては、長期給付事務の一元的処理により、組合員の皆様・所属所からいただいた掛金・負担金を全国市町村職員 共済組合連合会へ払込むための経理です。

収支については以下のようになっております。

1. 収支決算

	収	入	支	出
負	担 金	8,930,348,690 円	負 担 金 払 込 金	8,930,348,690 円
掛	金	4,970,922,476	掛金払込金	4,970,922,476
	収入総額	13,901,271,166 円	支 出 総 額	13,901,271,166 円

預託金管理経理

この経理につきましては、平成19年度より長期給付事務の一元的 処理により、長期給付の財源の一定額を各市町村共済組合で管理す ることとなり、その運用益については、全国市町村職員共済組合連

合会へ支払うことになっております。

1. 収支決算

収	入			支		出	
利息及び配当金	38,201,126 円	支	払	利	息		38,201,126 円
収入総額	38,201,126 円		支 出	総額			38,201,126 円



業務経理

業務経理は、短期、長期及び預託金管理経理の運営のための 経理です。26年度の収支決算を行った結果、当期損失金として 7,947,392円を計上しました。この損失金につきましては、積 立金を取り崩して補てんしています。

収 支 決 算

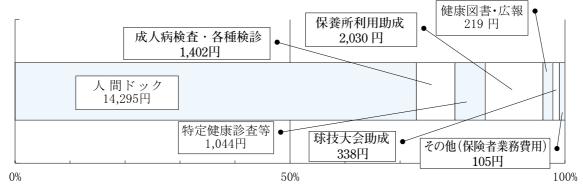
収	入	支 出
負 担 金	111,436,591 円	事 務 費 等 134,894,196円
短期経理より繰入	20,666,000	事務費負担金払込金 49,516,433
連合会交付金	38,430,673	
そ の 他	5,929,973	
収入総額	176,463,237 円	支 出 総 額 184,410,629 円
当 期 損	失 金	△ 7,947,392 円

保 健 経 理

この経理は、医療費の抑制・健全化を目的とした、組合員及び被扶養者の健康保持・改善のための特定健診や人間ドック等健診、健康セミナー等の事業を行う経理です。26年度の収支決

算を行った結果、5,074,635円の当期利益金を計上いたしました。当期利益金につきましては、 積立金に計上いたしました。

1. 組合員一人当たりの保健事業費の内訳



2. 収支決算

	収		入			支		出
負	担	金	128,115,869 円	保	健	事 業	費	197,354,010 円
掛		金	124,684,014	事	務	費	等	84,948,445
そ	0)	他	34,577,207					
	収入総額		287,377,090 円		支 出	総額		282,302,455 円
	当 期	利	益 金					5,074,635 円

宿泊経理

平成22年度に運営方法の改善、一定の設備改修をし、1階に 市町村の観光案内・物産品を取り扱うスペースを設置し、高知 共済会館Community Squareとして営業しております。現在も、

定期的に「共済会館運営審議会」を開催し、施設経営・運営方法の検証と経営戦略について協議しております。 26年度は、施設収入で120万円増加しましたが、支出において150万円増加し、決算の結果、26,319,411円の当期損失金を計上しました。

施設収入においては、リニューアル当時より着実に改善しており、今後一層、組合員の皆様に 喜ばれる施設となりますよう、経営努力を持続して参ります。

ご宿泊、会議、ご宴会等の際はぜひ高知共済会館Community Squareをご利用ください。

収 支 決 算

	収		入				支		出
施設	仅 入	等	2	19,381,235 円	事	務	費	等	70,088,786 円
貯金経理』	じ相互組	ω 入		0	飲	食材	料費	* 等	174,937,423
そ (カ	他		718,751	そ	0)	他	1,393,188
収入	総額		2:	20,099,986 円		支 出	総額		246,419,397 円
当	期	損	失	金					△ 26,319,411 円

貯 金 経 理

前年度と比較し、定期貯金が2,148,280,495円、積立貯金が675,292,131円増加し、普通貯金は24,014,479円の減少となり、組合員貯金総額としては、58,252,441,667円となっています。

26年度の収支決算を行った結果、27,338,134円の当期利益金を計上いたしました。当期利益金については、欠損金補でん積立金に計上し、27年度に繰り越す利益剰余金(欠損金補でん積立金・積立金)は3,964,785,137円となっております。

今後も資金運用においては細心の注意を払いながら、安定した運営に努めてまいりますので、共済貯金をよろしくお願いいたします。

収 支 決 算

	収			入				支		出
利 息	及び配	当 金		84	40,286,092 円	事	務	費	等	69,482,021 円
そ	の	他			814,017	支	払	利	息	744,279,954
事	業収益	計		84	41,100,109		事業支	と出 計	-	813,761,975
	当 期 事	業	内	利益	金金					27,338,134 円

貸 付 経 理

26年度も、組合員貸付の件数、金額とも減少しており、貸付金残高は前年度より399,508,361円減の1,645,081,765円となっております。貸付金利息の減少により、収入全体

として14,875,631円減少し、支出では支払利息等の減少により全体で16,127,463円減少しております。収支結果として、5,917,388円の当期損失金を計上しました。

この損失金については、欠損金補てん積立金を取り崩し補てんしました。

収 支 決 算

収	入	支 出	
組合員貸付金利息	47,602,858 円	事 務 費 等 51,760,458	円
保険料充当金	0	連 合 会 払 込 金 2,083,788	
連合会交付金	324,000		
収入総額	47,926,858 円	支 出 総 額 53,844,246	円
当 期 損	失 金	△ 5,917,388	円

物資経理

26年度の自動車購買立替金総額は、38,876,072円減少し97,042,115円となりました。また、その手数料収入も、昨年度より831,085円減少し、3,525,647円となりました。

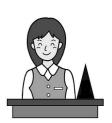
商品売上について指定店売上が増加したものの、収入全体としては前年度より498,737円減少し、支出においても前年度より575,315円増加いたしました。 収支決算の結果、本年度は1,577,006円の当期損失金を計上し、積立金を取り崩し補てんしました。翌年度に繰り越す積立金は、44,164,272円となります。これからも物資事業の発展に努めてまいりますので、自動車購入等の際には是非とも当共済組合をよろしくお願いいたします。

収 支 決 算

		収		入				支		出
商	品	売	上		9,368,538 円	商	品	仕	入	8,607,701 円
そ	0)	他	7,129,465		事 務 費 等		9,467,308		
	収入	総額			16,498,003 円		支 出	総額		18,075,009 円
当 期 損			失	金					△ 1,577,006 円	

「震導報酬制」が10月より開始になります。

5月にパンフレットでお知らせしましたが、平成27年10月から公務員も厚生年金に加入することになり、いわゆる2階部分の年金は厚生年金に統一します。これにより、地方公務員共済制度における掛金・負担金及び給付額の算定基礎が、「手当率制」から「標準報酬制」に移行することになります。



標準報酬月額の算定にあたり、以下の2つの事例については、共済組合が保険者としての保 険者算定を行うこととなりますのでお知らせします。

基本的には所属所において各組合員の方についての標準報酬の情報は把握されているところですが、組合員の皆さまにおいてもご自身の報酬についてご留意ください。

①休職などの事由により、6月に報酬の全部または一部が支給されない場合について 『当該不支給事由が発生する直前の報酬』に基づきます。

このことにより、現在、休業給付(傷病手当金・育児休業手当金等)を受給されている方につきましては、休業給付の金額が変更になります。

各種手当(扶養手当・通勤手当・超過勤務手当等)が基本給の25%未満の方は、11月給付(10月休業分)より休業給付が減額になりますので、ご理解をお願いします。

	現行	10月以降
傷病手当金	1日につき、給料日額の×2/3×1.25	標準報酬の日額×2/3
育児休業手当金	1日につき、給料日額の×50/100×1.25 ※	標準報酬の日額×50/100

※最初の180日間は67/100となります

例 育児休業手当金受給中のAさん(給料月額225,600円)の場合

現行:日額 6,406円 (手当率1.25で計算して月額換算282,000円)

10月以降:日額 5,450円 (扶養手当6,500円 通勤手当7,100円で標準報酬240,000円)

※標準報酬等級表による

⇒日額が956円減少することにより、月額で20,000円程度、育児休業手当金が減少することになります。

②6月の報酬が著しく高額である場合について

過去1年間の報酬の平均と比べて、6月の報酬と2等級以上の差がある場合には、過去1年間の報酬平均額により標準報酬を算定します。(所属所からの申立書及び組合員本人の同意書が必要になります。様式については、共済組合ホームページの「各種請求書ダウンロード」からダウンロード可能です。)

共済組合のホームページの新着情報に5月にお配りしたパンフレットを掲載しております。

『平成27年度 健康セミナー』 スケジュールが決定しました!!

※参加申込につきましては、すでに所属所へ送付しておりますのでみなさまのご参加をお待ち しております。

なお、参加申込締切日は、8月12日(水)です。

	8月27日	(木) 女性セミナー	8月28日(金) メンタルヘルスセミナー			
10:00	開講(オリエンテーショ	ارد <u>.</u>	開講(オリエンテーション)			
10:10	栄養&クッキングセ	ミナー	メンタルタフネスセミナー			
	「ロコモティブシンドロ	ーム注意報!」	「ストレス」とは何か?を簡単なワークを取り入れながら			
	・若くても安心できない	\!これからできる対策って?	理解し、ストレスを成長の糧にし、ストレスに負けずに			
	今注目の「 <u>ロコモ*</u> 」(こついてのお話です。	パフォーマンスを発揮できるからだの状態を手に入れるため			
	また、日々の食事に	取り入れたい料理をホテルシェフが	のお話です。また、そんなからだを作るため「食」の話も			
	ライブで調理します。		取り入れました。			
	講師:㈱グリーンハウ	ス管理栄養士 北野 和枝	 講師:㈱ルネサンス インストラクター			
	(株)グリーンハウス オ	マテル部門総料理長 佐藤 敏浩	㈱グリーンハウス管理栄養士 北野 和枝			
12:00 (昼食)	管理	栄養士が監修した、1食750k	cal以下のランチメニューをご賞味ください			
13:00	2つの2	ブループに分かれます	ストレス発散系エクササイズと心のリラクゼーション ・心のリラクゼーションに効果があるアロマの効能などの			
		_				
	Α	В	講義も取り入れつつ、心身共にリフレッシュする			
	健康機器測定体験	ヨガでリラックス	エクササイズにも取り組んでいただきます。 			
	健骨度測定	・アロマが香る中でのヨガで	※動きやすい服装で来て下さい			
	握力測定	リラックスをして下さい。				
	体組成計測定	※動きやすい服装で来て下さい				
14:00		講師:㈱ルネサンス インストラクター	講師:㈱ルネサンス インストラクター			
	休憩 お部屋の移	動				
14:15	ヨガでリラックス	健康機器測定体験				
15:15	閉講・アンケート記入	,				

【ロコモ*とは?】今注目のワードです!

[「]ロコモティブシンドローム」とは、和名「運動器症候群」といい、筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、もしくは複数に障害が起き、歩行や日常生活に何らかの障害をきたしている状態の事です。近年女性では、この「ロコモ」が要支援、要介護状態になる原因の1位となっており、予防と改善の為には早めの対処が必要とされています。

破鉄遺音の資格確認調査を行います

「組合員被扶養者証」の再認定

被扶養者として認定されている方が、現在も被扶養者の要件を満たしているかを確認 するため被扶養者資格確認調査を実施します。

法に基づく適正な被扶養者の認定を行っていくうえで不可欠な調査ですので、組合員の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

◆ 調査対象者(再認定対象者)

扶養手当不該当の19歳(本年度中)以上の被扶養者

ただし、次の①②は調査対象から除きます。

- ① 平成27年1月以降に認定された者
- ② 平成27年4月以降に継続認定の手続きを行った者

◆ 年齢基準日

平成27年4月1日

◆ 調査方法

該当する組合員に対し、7月下旬頃共済組合から「被扶養者資格確認届書」をお送り しますので、必要事項を記入のうえ確認書類を添付して、所属所の共済事務担当課(係) へ提出してください。

なお、認定時は扶養手当不該当であっても、現在は扶養手当が該当となっている被扶 養者については、所属所において確認が行われますので、確認書類の添付は不要です。

◆ 調査に必要な書類

被扶養者の状況により、確認書類が必要となります。

- ·住民票(※世帯全員分)
- ・在学証明書(学生証の写しも可)
- ・収入確認書類(給与明細書、確定申告書、収支内訳書、年金決定・改定通知書など)
- ・仕送り額確認書類(ATMの明細票)

※父母で、夫婦どちらか一方を被扶養者として認定している場合は、夫婦二人の収入を確認できる書類が必要になります。

また、組合員以外に扶養義務者がいる場合は、他の扶養義務者の収入を確認できる書類を求めることがあります。

◆ 注意事項

調査(再認定)時に「組合員被扶養者証」の提出は必要ありません。

調査により被扶養者の要件を満たしていないことが判明した場合は、要件を欠いた日に遡って認定を取消すことになりますので、速やかに取消の手続きを行ってください。 この場合、取消日以降に受診された医療費について返還していただくことになりますのでご留意ください。

◆ 注意していただきたい事例

- 1. 就職した。
- 2. アルバイトなどの給与収入が認定基準を超える。 給与収入が被扶養者認定基準の月額108,334円を3ヶ月連続あるいは、4 ヶ月のうち3ヶ月で基準額を超えかつその平均も基準額を超えたときは取り消し になります。
- 3. 年金額及び給与収入等の合算額が認定基準を超える。 年金額あるいは年金と他の収入を合わせた額が認定基準額(180万円)を超えたときは取り消しになります。
- 4. 父母合算により認定基準を超える。
 - ・父母ともに60歳未満 221万円
 - ・一方が60歳以上の年金者 263万5千円
 - ・父母ともに60歳以上の年金者 306万円
- ※調査実施に関する詳細は、皆様のお勤め先の共済事務担当課(係)を通じて別途お知らせいたします。所属所によって締切日が異なる場合がありますが、共済組合への提出期限は8月28日(金)といたします。

年金講座

加給年金額について

1. 加給年金額の加算

組合員期間が20年以上ある方で、本来支給の退職共済年金(老齢厚生年金)の受給権が発生したときまたは特例による退職共済年金(老齢厚生年金)の定額部分の支給開始年齢に達したとき、<u>その者によって生計を維持していた(注)</u>65歳未満の配偶者、18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある子または20歳未満で障害等級が1,2級に該当する子がいるときは、加給年金額が加算されます。

なお、加給年金額の加算開始年齢については、次頁の退職共済年金(老齢厚生年金)の支給開始年齢の引き上げスケジュールをご参照ください。

(注) 退職共済年金(老齢厚生年金)の受給権者と生計を共にしていた者のうち、恒常的な収入金額が将来にわたって年額850万円(所得で655万5千円)未満と認められる者等です。

加給年金額(平成27年度) 配偶者 · · · 390,100円

子・・・2 人目まで1人につき224,500円 3 人目から1人につき74,800円

2. 加給年金額の停止

加給年金額の対象となっている配偶者が、<u>一定の要件に該当する年金</u>を受けることができるとき、 また受給権者本人が厚生年金保険から配偶者を対象として加給年金額が加算された老齢厚生年金の支 給を受けることができるとき、加給年金額は支給停止となります。

「一定の要件に該当する年金」とは

- 退職共済年金・老齢厚生年金
 - (年金算定基礎期間が240月以上の年金、又はそれと同様の措置が講じられている年金)
- 障害共済年金・障害厚生年金・障害基礎年金
- ※ 配偶者が上記の要件による老齢厚生年金を受給し、加給年金額が停止されている場合であって も、その配偶者が雇用保険法による基本手当を受給したことにより、その方の年金が全額停止 された場合は、その間、加給年金額の停止が解除されます。

3. 加給年金額の失権

加給年金額の対象となっている配偶者又は子が、次のいずれかに該当することになった場合は、その配偶者又は子について加給年金額が加算されなくなり、年金額が改定されます。

- 死亡したとき
- 配偶者が年金受給権者によって生計維持されている状態ではなくなったとき
- 配偶者が年金受給権者と離婚又は婚姻の取り消しをしたとき
- 配偶者が65歳に到達したとき
- 子が養子縁組によって年金受給権者の配偶者以外の者の養子になったとき
- 養子縁組による子が、離縁をしたとき
- 子が、婚姻をしたとき
- 子が18歳の誕生日の属する年度の年度末に到達したとき(障害等級1級又は2級に該当する障害の状態にある子の場合は20歳に到達したとき)
- 障害等級の1級又は2級に該当する障害の状態にある子について、その事情がなくなったとき

退職共済年金(老齢厚生年金)の支給開始年齢の引き上げスケジュール

	T		٨
生 年 月 日	支給開 始年齢		
昭和22(28)年4月2日生	給料比例 60	(特例による退職共済年金) 給料比例部分 老齢厚生年金(本来支給) 定額 老齢基礎年金	る平 支成 給 6
昭和24(30)年4月1日生	定額支給 64	加給年金額 60歳 64歳 65歳	開年 始改
昭和24(30)年4月2日生 \$ 昭和28(34)年4月1日生	給料比例 60	(特例による退職共済年金) 給料比例部分 老齢厚生年金(本来支給) 老齢基礎年金 加給年金額 60歳 65歳	年正齢によ
昭和28(34)年4月2日生 \$ 昭和29(35)年10月1日生	給料比例 61	(特例による退職共済年金) 給料比例部分 老齢厚生年金(本来支給) 老齢基礎年金 加給年金額 61歳 65歳	
昭和29(35)年10月2日生 \$ 昭和30(36)年4月1日生	給料比例 61	(特例による老齢厚生年金) 給料比例部分 老齢厚生年金(本来支給) 老齢基礎年金 加給年金額 61歳 65歳	平 成 12.
昭和30(36)年4月2日生 \$ 昭和32(38)年4月1日生	給料比例 62	(特例による老齢厚生年金) 2 2 2 2 2 2 2 3	年改正によ
昭和32(38)年4月2日生 \$ 昭和34(40)年4月1日生	給料比例 63	(特例による老齢厚生年金) 給料比例部分 老齢厚生年金(本来支給) 老齢基礎年金 加給年金額 63歳 65歳	る支給開始
昭和34(40)年4月2日生 \$ 昭和36(42)年4月1日生	給料比例 64	(特例による老齢厚生年金) 老齢厚生年金(本来支給) 総料比例部分 老齢基礎年金 加給年金額 64歳 65歳	年一十
昭和36(42)年4月2日 以降生	65	老齢厚生年金(本来支給) 老齢基礎年金 加給年金額 65歳	

()は特定消防組合員

文化教養講座を開催しました!!

去る6月27日(土)高知共済会館にて、本年度1回目の文化教養講座を開催しました。 この講座は、「食と健康」をテーマとし、それぞれの専門家に講演・講習をご依頼し、組合員(会員)及び被扶養配偶者の知識や教養を高めていただくために企画された講座です。

○講演『職場健診やがん検診についての話~その検査は有用?』

高知検診クリニック 中西 啓文(医師)様を講師にお招きし、「健診」と「検診」の違い等について色々な結果判定をもとに講演をして頂きました。





【参加者の皆様の感想】(参加者37名)

検診の有効性や最近の動向等の詳細な講演内容で 大変参考になりました。多くの方にも聞いていただ きたいと思いました。

普段あまり考えることもない健診のよもやま話を 聞かせていただき、とても興味深い内容だったと思 います。 とても分かりやすく楽しく聞かせていただきました。中西先生のように笑顔で診察していただいたら、何でも相談しやすく、病気もよくなるのではと感じました。

家族で昨年末に腫瘍があり、手術し、切除しました。結果、悪いものではなかったのですが、腫瘍マーカー値が良くなかったので気にしていました。今日のお話を聞いて帰ってから家族に話してみます。

○テーブルマナー講習

(株)グリーンホスピタリティマネジメント 永田部長 を講師とし、フルコース (洋食) 時のテーブルマナーに関する注意点等について講習を行いました。











【参加者の皆様の感想】

大変楽しく講習できました。分かり易かったです。永田さんもフレンドリーで楽しかったです。

2回目の参加ですが、フォークとマナーの使い方をやっぱり忘れていました。料理も味がとっても良かったです。

少し緊張しました。テーブルマナーを学びながらおいしく料理をいただくことが出来ました。

今更、人に聞けないことも永田さんでしたら気兼ねなく質問できるので助かります。

次回、本年度2回目の開催日は10月24日(土)です。日程につきましては、 次のとおりです。みなさまの参加をお待ちしております。

午前 講演「あなたのお口は大丈夫?最後まで美味しく食べるために」

認定歯科衛生士 川村 智津 様

午後 テーブルマナー講習 (日本食)

(株)グリーンホスピタリティマネジメント 部長 永田 道之 様

人間ドックを利用して 特定保健指導の該当になった方へ

4月号の広報でもお知らせいたしましたが、短期人間ドック助成事業を利用して人間ドックを受診し、基準値をオーバーした方は、必ず特定保健指導を利用いただくことになっております。※高血圧・糖尿病・脂質異常症の服薬、治療中の方は除きます。

健診機関からは、特定保健指導を利用していない方のリストとその理由をいただいて おりますが、本年度においても「忙しい」「自分で取り組む」などの理由で利用されてい ない方がいらっしゃいます。

くり返しになりますが、短期人間ドック利用助成事業と特定保健指導はセットとした 事業として取り扱っておりますので、必ずご利用ください。

特定保健指導により、中長期的には疾患の重症化の抑制による医療費の軽減が見込まれますし、利用率が後期高齢者支援金にも影響してくるため、掛金(保険料)の上昇を抑えることができると考えています。

○特定保健指導とは

保健師や管理栄養士などの専門家の支援を受けながら、生活習慣を改善するためのプログラムです。

○保健指導の内容

保健師や管理栄養士と面接が行われ、生活習慣の改善目標と計画を立てます。

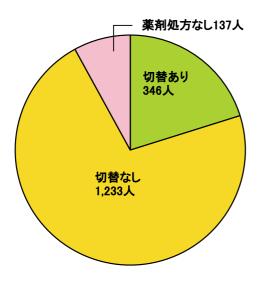
ジェネリック医薬品差額通知による切替状況について

共済組合から年2回、処方されている医薬品をジェネリック医薬品に切り替えることで、自己負担額が一定程度軽減できる組合員及び被扶養者の方を対象に、「ジェネリック医薬品差額通知書」を送付し、ジェネリック医薬品の普及・促進に取り組んでおります。

このたび、平成26年3月にジェネリック医薬品差額通知書を送付した1,716人を対象として、ジェネリック医薬品への切替状況等の効果測定を行いましたのでお知らせします。

~切替人数割合~

ジェネリック医薬品に切り替えた方の割合は、発送人数の20.1%となり、年代別でみると50歳代の方が最も多く99人が切り替えています。



▼年代別切り替えた方の人数

本人	家族
195人	151人
年齢	切替人数
0歳~9歳	69人
10歳~19歳	25人
20歳~29歳	16人
30歳~39歳	35人
40歳~49歳	63人
50歳~59歳	99人
60歳~64歳	16人
65歳以上	23人

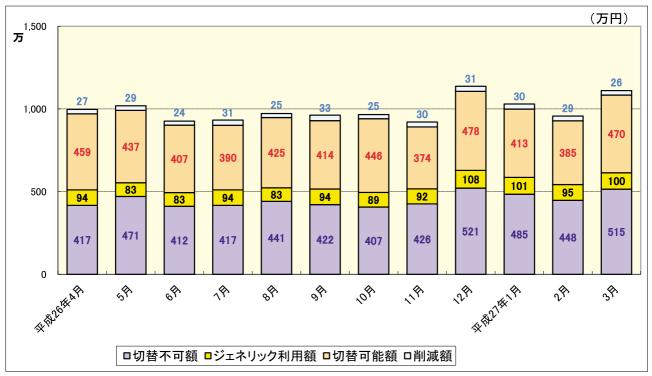
~削減額推移~

※「切り替えたジェネリックの薬剤費と切り替えたジェネリックが先発品だった場合の薬剤費」の差額 平成26年4月診療分から平成27年3月診療分でジェネリック医薬品への切替削減額をみてみると、 毎月すこしずつ増加し、累計削減額は3.405.724円となっています。



~削減額と切替可能額の推移~

※切替不可額+ジェネリック利用額+切替可能額=総薬剤費となります



ジェネリック医薬品の差額通知を開始して2年となりましたが、ジェネリック医薬品の利用率が徐々に上 がり、削減額もあわせて増加しています。

ジェネリック医薬品への切替えは、自己負担額の軽減のみでなく、医療費の適正化にもつながります。そ のため、共済組合では薬剤費の節減に効果があると考え、引き続きジェネリック医薬品差額通知事業を継続 していきます。

第三者の行為によりケガが発生した場合には、 0。必ず共済組合まで連絡をしてください!

組合員及び被扶養者が交通事故などの第三者行為によりケガをした場合でも、事前に共済組 合に連絡をしていただくことにより、組合員証等を使用して治療を受けることが可能です。共 済組合が組合員に代わって負担した費用については、損害賠償請求権を代位取得し保険会社等 に請求します。

◎示談の取り扱いについて

組合員証で治療を受けている間に示談をする場合、加害者と不利な示談をすると共済組合は これらの費用を加害者に請求することができなくなり、組合員本人に負担していただく場合も ありますので、あらかじめ共済組合までご連絡ください。

◎提出書類(ホームページに掲載しています)

- ・損害賠償申告書
- · 事故発生状況報告書
- ・念書 (被害者)
- ・誓約書(加害者)

・加害者調書

- ・診断書 (コピー写し可)
- ・警察の事故証明書(原本)・示談書成立報告書

※事前連絡がなくレセプト等(診療月の2ヵ月後)から判断し、傷病原因調査後、附加金等の 返還をお願いすることがありますので、必ず連絡をしてください。





睡眠不足とこころの病気

今回は疲れに深くかかわる睡眠を取り上げます。多くの皆さんが、睡眠不足から、頭がボーッとして仕事 でウッカリミスをした経験や、上司に注意された経験があるのでは? なぜ、睡眠不足はこれ程までに、か らだとこころに影響を与えるのでしょうか。

抑うつ状態につながる!ストレスに直結、睡眠不足は

当たり前といえるでしょう。 て肌が荒れる、頭が働かないなどは 業が行われる以上、睡眠不足によっ

以上のことからおわかりのように、

りして、全身に新鮮な酸素を含んだ 血液をより多く送られ疲労感が減少 臓に流れ込む血液量が倍近くに増加 したり、心臓の負担が少なくなった 疲れたときに少し横になると、肝 脳眠 皮の 質自 休は 息

あります。それは、脳を休ませるこ なので、必ず定期的に休まなければ た、脳は疲労が蓄積されやすい場所 を消費し、糖分を栄養とします。ま ですから、その分たいへん多く酸素 細胞は膨大な情報処理を行うところ な活動に備えるわけです。脳の神経 と。大脳皮質に休息を与えて、新た 眠」をとらなければならない理由が ならないのです。 しかし、横になるのではなく「睡

新たな細胞を作ったりします。 なり、傷ついた細胞を修復したり、 睡眠時に、これだけいろいろな作 さらに、睡眠時には代謝が活発に

> 引き起こす原因になります。 必要な睡眠が確保できなけ ハイな気分になる)などの反応をも 経が過剰に興奮する(ある意味で 不足が生体のリズムを乱し、交感

のも、心理的・肉体的なストレスか毎日2~3時間の仮眠でがんばれる ないでください。 あるからなどと、大きな勘違いをし 態は長続きしません。自分は体力が まで非常事態モードであり、その状 り替わるからだと思われます。あく なり、からだが「戦闘モード」に切 モンが分泌されて交感神経が活発に ら「寝るんじゃない!」というホル 1日2~3時間の仮眠でがんばれる

どうしても耐えられないなら、

ずに不眠が続くと心理的にも肉体的 などへ、ということにもなりかねま 続いた後、いつのまにか「うつ病」 が出ない」という「抑うつ状態」が す。「気が重い」「どうしてもやる気 が不眠を生むという悪循環に陥りま にもストレスとなり、またストレス

試験勉強や仕事のために、徹夜や

します。

こうして、本来休むべき脳が休め

物眠 治の 療工

なります。 う。文章を書いたり、メール、web 自分なりの方法を見つけましょう。 作業や熱い湯での入浴は避けましょ う、就寝時にゆったりして心地よい が増えています。自分に合う枕を使 への書き込みなどは、不眠の原因に 音楽を聴く、温かい牛乳を飲むなど、 また、就寝前には頭を活性化する 近頃は良質な眠りを得られない

の眠りを求めているのですから、気 も大切です。こころ(脳)は、常に良質 処方してもらうといった、眠れる方 は、厳禁です。 人の睡眠薬をもらうなどの素人判断 法を探しましょう。ただし、ほかの 法を教えてもらったり「睡眠薬」を などを医師に相談し、眠りやすい方 分が、どんな状態で悩んでいるのか 睡眠は、うつから脱出するために

持ちいい睡眠をとる工夫を怠りなく!

良質な眠りを 得るために…

避けたいこと

●就寝前には頭を活性化 する作業 (文章やメール を書く、webへの書き込 みなど) や熱い湯での入 浴をしない



おすすめしたいこと

- ●自分に合う枕を使う
- ●就寝時にゆったりして 心地よい音楽を聴く
- ●温かい牛乳を飲む



記事提供:(株)社会保険出版社

普通貸付をご利用になりませんか?

今回は、貸付事業の普通貸付について紹介させていただきます。

組合員が臨時に資金を必要とするときに貸付けを受けることができます。ただし、生活費や他の借入金の返済に充当する場合等は貸付けを受けることができません。

自動車やバイク、太陽光発電オール電化やテレビその他電化製品等(生活必需品、物を購入する場合にご利用いただけます。)

※ 便利な給料控除・年利2.66%

※利率は変動利率で 平成27年7月現在のものです。







※ 提出していただくもの

貸付申込書・借入状況等申告書・借用証書・印鑑登録証明書・見積書(①見積日が申込日から2ヶ月以内で、有効期限が記入されている場合は有効期限内のもの②組合員の名前がフルネームで記入されているもの③会社の社判が押されているもの)、金融機関に借入れがある場合は、借入れた金融機関名・組合員氏名・償還金額が記載されているものを添付し、所属所担当者を通じて提出してください。

※ 貸付限度額・返済期間

貸付限度額は貸付申込み時の給料月額の6ヶ月分以内で最高200万円まで。返済期間は借入れ金額によって異なりますので、共済組合貸付係にお問い合わせいただくか、共済組合のホームページをご覧ください。

毎月の弁済額の合計が、貸付申込み時の給料月額の30%以内、年間償還額の合計が年収額の30%以内である必要があります。30%を超える場合は貸付けを行うことができません。

※ 注意事項

申込書の締切日は毎月5日(休日の場合は、その前の直近営業日)となります。

貸付金の送金日は、貸付申込書に記載している「第1回」「第2回」「第3回」を選んでください。 普通貸付の未償還残高がある方は「第3回目」のみとなり、申込金額から残高を差し引いた金額を送 金します。未償還残高がある方で「第1回」「第2回」を希望される場合は、一括償還後に申込みを してください。

【その他の貸付種別】

住宅貸付・在宅介護対応住宅貸付・災害貸付・特別貸付(入学・修学・医療・結婚・葬祭)・高額医療貸付・出産貸付がありますので、ご利用ください。

旅行費用立替金制度をご存知ですか!

年末年始、休日に家族旅行等に利用になれます。



のことならお気軽にご相談下さい!

出張、観光に便利!安い!航空券付宿泊パック 航空券 ホテル宿泊 JR 高速バス グループ旅行の手配

社団法人 高知県知事登録2-35号

高知県勤労者旅行会

高知市本町 4-1-32 こうち勤労センター4F TEL(088)824-3100

【申込例】

高知県勤労者旅行会で300,000円の旅行を申込し、旅行費用立替をご利用した場合

【返済例】

毎月均等払い 12,894 円×24 回 ボーナス併用払い 毎月7,737 円×24 回 ボーナス31,133 円×4 回

※払込回数は72回以内で選択できます。

ご融資金額・払込回数

100万円以内・72回以内

払込方法月別均等払い、ボーナス併用を選択 (毎月の返済金額が基本給の30%以内)

注意点

- ・ ご利用出来るのは組合員です
- ・ ご利用できる旅行会社は、(共済組合指定店) 高知県勤労者旅行会だけです
- ・ 国内、国外をとわず希望の旅行が可能
- ・ 立替手数料率は3%(変動制)
- ・ 旅行者は家族同伴を含む
- ・ 旅行会社と申込人が契約を締結する時、組合 員証か免許証等を提示すること



申込み手順

- ・ 本人と旅行会社との契約
- ・申込書を所属所共済事務担当者へ提出
- ・ 所属所長が証明をしたうえで本人に渡す
- ・ 本人が旅行会社へ申込書を提出
- ・ 旅行会社から共済組合へ毎月 10 日までに 請求が届けば翌月から給与控除
- ・ 申込みは随時で、申込金は直接旅行会社へ 送金する

特別斡旋品のお知らせ

日頃は、共済組合物資事業にご協力をいただき誠に有難うございます。

今回は、共済組合指定店「丸栄ストアー」より、シャープふとん掃除機を特別斡旋致しますので、 注文・お問い合わせは、直接指定店「丸栄ストアー」に連絡をお願いします。







吸込口が床面につかず清潔収納。

機種名	EC-HX100-S(シルバー系)/P(ピンク系)
消費電力	280W(最大530W)
本体寸法	幅304×奥行405×高さ254mm
質量	2.4kg(電源コード含む)
集じん容積	0.1L
コードの長さ	5m
付属品	スタンド収納台

支払い方法

月々3,650円×12回払=43,800円 もしくは、1回払いとなります。 物資販売購入票にて、給料天引きもご利用にな れます。

- ★ 使いやすいラウンドハンドル。
- ★ 微細なハウスダストを逃さない。

カンタンごみ捨て&水洗い。







ダストカップもフィルターも、

高知県市町村職員共済組合指定店



サエンバ店高知市桜井町1-5-13 TEL088-883-3700 FAX088-884-2745

積立貯金のご案内

積立貯金新規加入者へ

クオカード (1,000円分) 進呈中

○共済組合の積立貯金ならこんなにオトク!!

- ・利率は半年複利の1.35%。定期貯金の1.3%より有利です。(注1)
- ・積立方法は3種類。ご自由にお選びいただけます。
 - ①定時積立…毎月の給料から天引きされる積立です。
 - ②ボーナス積立…ボーナスから天引き(6月・12月のみ)される積立です。 ※①と②は併用でもご利用いただけます。
 - ③臨時積立…いつでも追加で預け入れできる便利な積立です。
- ・払戻しは月2回(注2)。手続きは所属所を通じて払戻請求書を提出していただくだけ。 送金日に共済組合に登録されている個人口座に直接送金されますので簡単・安心です。
 - (注1) 利率は平成27年7月現在のものです。
 - (注2) 同月内での払戻しはどちらか1回のみとなります。

○今後の払戻しのスケジュール

	8月		9月		10月		11月		12月	
	108	208	108	208	108	208	108	201	108	208
締切日	5⊟	19⊟	4⊟	16⊟	5⊟	20日	5⊟	18⊟	4⊟	16⊟
送金日	14⊟	28⊟	15⊟	29⊟	15⊟	29⊟	16⊟	27日	15⊟	25⊟

[※]締切日は当日必着完備(FAX不可)の取扱となります。不備による再提出が締切日を過ぎますと次回分に繰り下げとなりますのでお急ぎの場合などは特にご注意ください。

ぜひこの機会に簡単・便利・空心で有利な積立貯金をご利用<ださい!!

※ご希望の方は下段の申込書に必要事項をご記入のうえ、各所属所の共済事務担当者までご提出ください。

積 立 貯 金 加 入 申 込 書

平 成 年 月 日

所属所名				届出	¦ ED	副
フリガ ナ						
氏 名						
所属原	近番号	性別	生 年	月日		
		男・女	昭.平和成	月		

積立開始年月※1	定例積立額(毎月)※2	賞与積立額(6月)※2	賞与積立額(12月)※2
年月月	円	円	円

※1 その月の15日までに申込書が到着すれば、翌月の給料から積立開始できます。

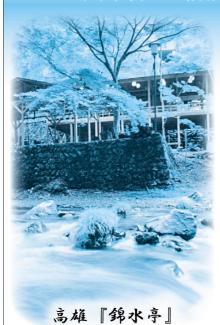
※2 積立額は1,000円以上の整数倍で記入してください。

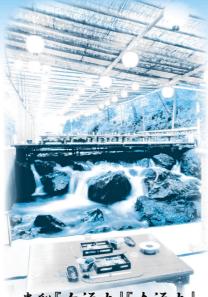
【ご注意】既に積立をしていて毎月の金額等を変更する場合は、積立金額変更届書をご提出ください。

高知県市町村職員共済組合の組合員のみなさまへ

ホテル セントノーム京都 夏の宿泊プランのご案内

川床料理と宿泊をセットにした 納涼 『川床』 宿泊プラン







※除外日・・・7月16日、8月16日

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

20 周年記念宿泊特別企画

ア治"の世界遺産を巡る観光タクシープラン

宇治市内の世界遺産を中心に京都観光を満喫していただくプランです。 とくに修理を終えた色鮮やかな平等院鳳凰堂は必見です。

◆エデルコース

宇治上神社 → 興聖寺 - (世界遺産) (枯山水庭園)

期間:平成27年9月30日まで



平等院 → 三室戸寺→



観光タクシー (6時間) + 観光時の昼食付き

1名様/1泊朝食(2名1室) 21,000円(税サ込)

タクシー利用のため、グループの人数によって 割安となります。くわしくはホテルまでおたずね ください。ご予約は2名様より承ります。 ※プランには入場料・拝観料・駐車料金が含まれています。 ※除外日…7/16、8/16、12/31~1/3。

※写真はすべてイメージです。

スタンダードコース 17,700円 16,700円 デラックスコース 21,700円 20,700円

7.8月

※料金はすべて2名1室(ツイン利用)お一人様料金(税サ込)です。 (2名様から承ります) ※デラックスコースは、料理がグレードアップとなります。

コース

はすすめ宿泊プラン



料理長が自信を もってご用意する 京料理などのご 夕食をセットにし た1泊2食のおす すめプランです。 写真は京会席

9月

京都府現代の名工

ミニ会席	京会席 京都府現代 の名工	洋食贅沢 御膳	洋食月替わり コース
11,000円	16,200円	9,400円	12,500円

※料金はすべて2名1室お一人様料金(税サ込)です。 ※休前日は、1,100円増しとなります。

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。



京都府市町村職員共済組合宿泊施設 ホテル セントノーム京都

TEL/075-682-8777 FAX/075-682-8787

〒601-8004京都市南区東九条東山王町 19-1 【アクセス】

- ●JR 京都駅八条東口より東へ徒歩3分
- ●無料駐車場完備

ホテルセントノーム京都



季節の宴会プラン

期間:2015年6月1日 (月) から9月30日 (水)まで

飲み放題2時間付き!!

楽しい夏のひとときをお過ごしいただく、高知共済会館の期間限定プランです。

5,400円



- ・シュリンプ サラダ
- ・鰹 のスタミナタタキ
- ・握り寿司
- ・たつぶり根菜酢鶏
- ・ぶりぶり花枝丸(イカ団子)
- ・ジャーマンポテト
- 冷しそば
- ・デザート

酔いどれコース

高知共済会館

5.400H



- ・酒肴 5種 盛り
- ・握り寿司
- ・お刺身盛合せ
- ・にんにく風味の海老炒め
- ·油淋鶏
- 冷しそば

※仕入れ状況等により一部内容を変更する場合がこざいます。※画像はイメージです。 ※表示価格は税金・サービス料を含んでおります

全コース飲み放題2時間付

・生ピール ・瓶ピール ・焼酎⟩・日本酒(・酎火) ・梅酒(・ツラドドリシク)

飲めない方も安心!選べるチョイス上記とは別に

特典①

20名様以上の宴会限定!! 幹事様と当館支配人のじたんけん対決!! ★幹事様勝利の場合 1名様料金無料!! ★支配人勝利の場合 「美丈夫」「本ラレゼンドリ

特典②

10名様以上の宴会ご利用で、レストラシ「膳」 無料ペア「ラシチチケット」をプレゼント!!

行る

「平目」宿泊プラジ

大好評・平日限定プラン です!

素泊 朝食付 4,860円

5,700円 (税サ込) 宴会&宿泊プラン

大変お得な飲み放題付宴会宿泊 ブランです! 4名様以上でお申込み下さい!!

平日 10,000円

休前日 12,000円

※飞宿油牙勒時包底部之見てのご子物とお伝え下さい。

高知共済会館



🅰 COMMUNITY SQUARE

〒780-0870 高知市本町5丁目3-20

ご予約・お問合せ **TEL:088-823-3211** お得な宿泊プラン、会議室の詳細はこちらから

http://www.kochi-cs.jp



高知県東部の西入口「芸西村」は、温暖な気候に恵まれ、ビニールハウスによる施設園芸でなす・ピーマン・ 花卉類などを栽培する、県内屈指の園芸農村です。

東部博では、伝統産業の製糖を現代に再現した「白 下糖(黒砂糖)炊き上げ体験」や「森で遊ぶ・五感で楽し む癒し体験」などを実施しています。



フェスタフェスタでは今回、2015年4月29日~12月23日の期間開催されている

「高知家・まるごと東部博」会場の9市町村の特産品の、ほんの一部をご紹介しています。

高知県東部の温暖な気候で育まれた海・山・川の新鮮な食材は、

地元でしか味わえないものがたくさんあります。

各エリアでのイベントも盛りだくさんですので、ぜひ地元にもお立ち寄りください。

問合先/高知県東部地域博覧会推進協議会 tel:0887-34-0866



コミュニティスクエアには

"魅力"がいっぱい!!

高知共済会館

COMMUNITY SQUARE

高知県市町村職員共済組合 (財)高知県市町村職員互助会

〒780-0870 高知県高知市本町5丁目3-20 TEL:088-823-3211 FAX:088-823-3102 http://www.kochi-cs.jp



高知県東部にある 6酒造のお酒をご準備! 飲み比べてみませんか?



1階レストラン[膳] 旬のお料理をご用意し お待ちしております。



















馬路村は高知県の東部に位置し、周囲を標高1000

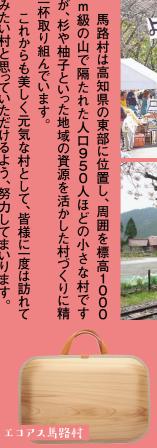












みたい村と思っていただけるよう、努力してまいります。

一杯取り組んでいます。











安田町

流めぐり利き鮎会」では2度のグランプリに輝くなど、名また、町の中心部を流れる安田川は川魚の宝庫で「清栽培も行われています。設園芸の栽培が盛んであり、山間部ではユズや自然薯の設園芸発祥の地としてナスやピーマンなど昔から施

実ともに全国トップクラスです。









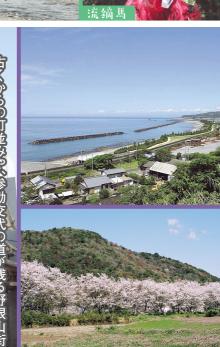


四国で一番小さい町。高知県初の総理大臣・浜口雄幸旧



条半利町













安芸市

岩崎彌太郎生家

くさこの現代スポントがあります。 「内原野陶芸館」などの文化体験施設、た敷」「岩崎彌太郎生家」などの歴史施設、恵た、「野良時計」「土居廓中・武家屋じゃこ等、多くの特産品があります。 出荷量日本一のナスや柚子・茶・ちりめん

フェスタ フェスタ

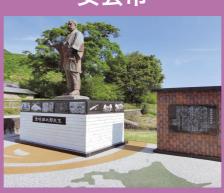
「フェスタフェスタ」は高知県34市町村の魅力と情報を発信。 今回は「高知家・まるごと東部博」を開催中の、高知県東部9市町村を紹介!



室戸市



安芸市



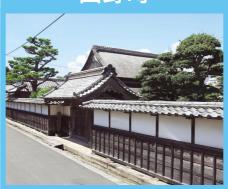
東洋町



奈半利町



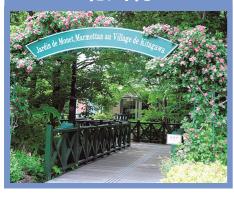
田野町



安田町



北川村



馬路村



芸西村

