

共 済 広 報

黒 潮

kyosaikoho kuroshio

2021

10

ご家族のみなさまもご覧ください

目次

障害を事由とする年金について	… 2
ご存じですか？医療費が高額療養費になりそうなとき	… 4
被扶養者の「収入」の取扱いについて	… 5
9月に「医療費通知書」・「ジェネリック医薬品差額通知書」及び「健康年齢通知」を配布しました	… 6
ジェネリック医薬品を使用された方のうち	
毎月30名様に共済組合オリジナルクオカードを進呈します!!	… 7
ジェネリックにかえたらうコラム	… 8
実りの季節 秋の食卓メニュー	…10
心の習慣レッスン始めませんか？	…11
貯金係からのご案内	…12
10月中に「貯金現在残高通知書」を送付します・	
年末幹旋に関するお知らせ	…13
共済組合の指定店でお買い物しませんか？	…14
物資係からご案内（ベスト電器）	…15
1コイン de 美 Body	…16



こんにちは。

「ジェネリックかえたらう」です。

ジェネリック使用割合は、

令和3年7月は76.38%でした。

届かない80%の使用割合、

あと、「もうちょっと」です。

今までジェネリック医薬品をご利用の皆様、

ジェネリック医薬品を使ってみようかとお考えの皆様、

ジェネリック医薬品の使用割合アップを

目指し、かえたらうは頑張りました！

詳しくは7ページをご覧ください。

障害を事由とする年金について

(1) 障害厚生年金

◆障害厚生年金の支給要件

障害厚生年金は、一定の保険料納付要件（※）を満たした方が、組合員期間中に初診日のある傷病により、次のいずれかの要件に該当したときに支給されます（在職中でも支給されます）。

- ①障害認定日（初診日から1年6月を経過した日又はその前に傷病が治った場合は治った日又はその症状が固定し、治療の効果が期待できない状態になった日）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あるとき。
- ②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方が、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（事後重症制度）。

（※）次の保険料納付要件のいずれかを満たしている必要があります。

- ①国民年金の保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が、保険料を納めていなければならない期間（20歳から初診日のある月の前々月までの期間）の3分の2以上あること。
- ②初診日が令和8年3月31日以前の場合は、初診日のある月の前々月までの1年間に保険料未納期間がないこと。

なお、障害厚生年金決定後に受給権者の障害の程度が増進した場合にその方から請求があったとき、または障害の程度の再認定をした結果、障害の程度が増進または減退したときには、その変わった障害の程度に応じて、障害厚生年金の額が改定されます。

また、障害厚生年金の受給権者の障害の程度が減退して障害等級に該当しなくなったときは、65歳に達するまでは障害厚生年金の支給は停止されたままですが、該当しなくなってから3年を経過し、かつ、65歳になったとき若しくは65歳以降に障害等級に該当しなくなってから3年を経過したときは、障害厚生年金の受給権が消滅します。

◆障害等級が1級又は2級に該当する場合について

- ① 障害厚生年金の受給権が発生した以後において、その方によって生計を維持している（※）配偶者がいるときは、加給年金額が加算されます。
- ② 国民年金から障害基礎年金を併せて受給することができます（在職中でも全額支給）。なお、令和3年度の障害基礎年金の年金額は、障害等級が1級の場合は、976,125円、2級の場合は、780,900円です。また、その方によって生計を維持している（※）子がいるときは、子の加算額が加算されます。

※ 障害厚生年金の受給権者と生計を共にしている方のうち収入金額が年額850万円（所得655.5万円）未満と認められる方です。

障害厚生年金 の加給年金額 (令和3年度)	配偶者
	224,700円

障害基礎年金 における 子の加算額 (令和3年度)	子
	2人目まで1人につき 224,700円 3人目から1人につき 74,900円

(2) 障害共済年金（経過的職域加算額）

◆障害共済年金（経過的職域加算額）の支給要件

次のいずれかの要件に該当したときに障害共済年金（経過的職域加算額）が支給されます。（在職中の間は支給が停止されます。）

- ①平成27年9月30日までに組合員（被保険者）である間に初診日があり、かつ、平成27年10月1日以後の障害認定日において障害等級が1級から3級に該当する程度の障害の状態にあるとき。
- ②組合員（被保険者）である間に初診日がある傷病について、平成27年9月30日までの障害認定日において、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方が、平成27年10月1日以後65歳に達する日の前日までの間に、その傷病により3級以上に該当する程度の障害の状態になったとき。

◎初診日について

初診日とは、障害の原因となった傷病について初めて医師又は歯科医師の診療を受けた日のことです。具体的には、次のような場合を初診日として取り扱います。

- ① 初めて診療を受けた日（治療行為又は療養に関する指示があった日）
- ② 同一傷病で転医があった場合は、一番初めに医師等の診療を受けた日
- ③ 同一傷病で傷病が治癒し、再発した場合は、再発し医師等の診療を受けた日
- ④ 健康診断により異常が発見され、療養に関する指示を受けた場合は、健康診断の日
- ⑤ じん肺症（じん肺結核を含む。）については、じん肺と診断された日
- ⑥ 障害の原因となった傷病の前に、相当因果関係があると認められる傷病があるときは、最初の傷病の初診日

◎障害認定日について

通常、初診日から起算して1年6月を経過した日が障害認定日ですが、初診日から1年6月を経過しなくても、その期間内にその傷病が治ったとき、またはその症状が固定し治療の効果が期待できない状態（症状固定）に至ったときは、当該治った日又は当該状態に至った日が障害認定日となります。

なお、初診日から1年6月を経過しなくても障害認定日となるケースは、その他に以下のようなものがあります。

- ① 人工透析療法施行中の場合は、療法開始から3月経過した日
- ② 人工骨頭または人工関節を挿入置換した場合は、施術の行われた日
- ③ 人工弁、心臓ペースメーカー、植え込み型除細動器（ICD）、CRT、CRTDを装着した場合は、装着日
- ④ 心臓移植または人工心臓を装着した場合は、移植日または装着日
- ⑤ 胸部大動脈解離や胸部大動脈瘤で人工血管、ステントグラフトの挿入置換した場合は、施術の行われた日
- ⑥ 人工肛門、尿路変更術を施術した場合は、施術の行われた日から6月経過した日
- ⑦ 新膀胱造設を行った場合は、施術の行われた日
- ⑧ 切断または離断した場合は、切断または離断した日（障害手当金の場合は創面治癒日）
- ⑨ 喉頭全摘出を行った場合は、摘出日
- ⑩ 在宅酸素療法（常時）を行っている場合は、療法開始日
- ⑪ 脳血管障害による機能障害の場合は、初診から6月経過日以後に医学的観点から機能回復がほとんど望めないと認められるとき
- ⑫ 気管切開下での人口呼吸器（レスピレーター）を使用している場合は、初診日から6月経過日以後に日常の用を弁ずることができない状態であると認められるとき（※）
- ⑬ 胃ろう等の恒久的措置実施を行っている場合は、初診日から6月経過日以後に日常の用を弁ずることができない状態であると認められるとき（※）
- ⑭ 遷延性植物状態になった場合は、障害状態に至った日から3月経過日以後に、医学的観点から機能回復がほとんど望めないと認められるとき

（※）神経系の障害で、現在の医学では、根本的な治療法がない疾病に限る。

ご存じですか？ 医療費が高額療養費になりそうなとき

組合員証または被扶養者証を使用して医療機関等を受診し、医療費を窓口負担するときは、3割負担（※）します。医療費の窓口負担は組合員の標準報酬月額によって、1ヶ月、1件につき負担する上限が決まっています。この上限を超えた金額は高額療養費といい、窓口で医療費を支払っていた場合は、共済組合から返還します。共済組合は医療機関からの請求がありますと自動計算して高額療養費として返還（自動給付）しますので、組合員の皆様の手続きは不要になっています。

①限度額適用認定証について

後々返還されるとしても、一旦は窓口で高額な支払いが必要となります。このため、あらかじめ医療費の支払いが高額になりそうなときは、限度額適用認定証の発行を受けると、医療機関での支払いが高額療養費までとなります。

限度額適用認定証の発行を受けていなくても、高額療養費に該当したときは自動給付（請求不要）しております。最終的に自己負担する医療費は同額となりますが、医療機関から請求後にお支払いしますので最短で診療月の2ヶ月後、それ以上の時間がかかる場合もございます。そのため、できるだけ限度額適用認定証のご利用をお勧めしております。

②住民税非課税である場合の医療費に関する手続きについて

窓口での医療費の負担額の上限は、組合員の標準報酬月額で決定されます。組合員の標準報酬月額が53万未満かつ住民税非課税であるときは、医療費の窓口負担が下がります。住民税は前年度の所得等で決まりますので、新規採用者の方、前年に育児休業を取得していたなどで組合員の住民税が非課税になっているときは、勤務先の共済事務ご担当者様にお知らせいただき、担当者様を通じて共済組合に住民税非課税であることを確認できる書類をご提出ください。

③住民税非課税の更新

住民税非課税による高額療養費については毎年確認します。

住民税については毎年の収入によって変わってきますので、住民税非課税のお届けをいただいた組合員へ所得が確定する時期に更新のお手続きのご案内をしております。

70歳未満の組合員にかかる医療費の自己負担限度額

適用区分			自己負担額限度額
ア	上位所得者	標準報酬 83万円以上	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1% 【多数該当：140,100円】
イ	上位所得者	標準報酬 53万円～79万円	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1% 【多数該当：93,000円】
ウ	一般	標準報酬 28万円～50万円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% 【多数該当：44,400円】
エ	一般	標準報酬 ～26万円	57,600円 【多数該当：44,400円】
オ	住民税非課税	標準報酬 ～50万円	35,400円 【多数該当：24,600円】

窓口負担が高額にならないとき、限度額適用認定証の提出は必須ではありません。

住民税非課税であることが確認できる書類の提出を省略する場合は、同意書を提出してください。同意書の内容に基づいて、共済組合で確認します。

（※）乳幼児、70歳以上の場合は2割。組合員が70歳以上で現役並の収入がある時は3割。

被扶養者の「収入」の取扱いについて

9月に被扶養者の資格確認書類を送付しました。

被扶養者の認定等に関して、一部取扱いが変わったものがありますので、お知らせいたします。

○新型コロナウイルス感染症による予防接種等に従事したことによる収入について

新型コロナウイルス感染症による予防接種等に従事したことによる収入については一時所得として取扱い、恒常的な収入とみなさないとする特例措置が発出されました。ただしこの特例措置に該当するのは医療行為を行った場合のみです。特例措置に該当する場合「新型コロナウイルスワクチン接種業務に従事する医療職の被扶養者の収入確認の特例」適用の申し立てが必要ですので、該当する場合はご連絡ください。

予防接種会場の設営や
受付をしました

→直接に医療行為にかかわっていないので、特例措置の対象外です。

予防接種を行いました

→医療行為ですので、特例措置の対象です。

令和4年3月に
予防接種を行いました

→特例措置に該当する新型コロナウイルス感染症による予防接種等に従事した期間は令和3年4月から令和4年2月に予防接種に従事したことによる収入とされています。今後予防接種に関しては国等の取扱いが変わる可能性があります。令和4年3月はこの期間ではありませんので特例措置に該当しません。

○給料月額が3ヶ月連続で認定基準額を超えたとき

3ヶ月連続で認定基準額を超えたときは、3ヶ月の初月にさかのぼって被扶養者の資格を喪失します。令和3年8月より連続した3ヶ月に認定基準額以上の収入を得たとしても「一時的な」収入増加の場合は、さかのぼって取消しに該当しません。

一時的な収入増加であっても4ヶ月以上続く場合は恒常的な収入とみなしますので、被扶養者資格の取消手続きが必要です。

期末手当等の臨時給料が支給されたときは支給月に加算するのではなく、その臨時給料の算定月数に割り振ります。そのため、毎月の給料月額は基準内であっても、割り振った結果基準額をオーバーすると被扶養者資格を喪失します。また、3ヶ月連続では月の認定基準額を超えず、年間の認定基準額を大きく超えるときも被扶養者資格を喪失しますのでご注意ください。

9月に「医療費通知書」・「ジェネリック医薬品差額通知書」 及び「健康年齢通知」を配布しました

医療費通知書、ジェネリック医薬品差額通知書及び健康年齢通知を所属所の共済事務担当者様を通じて配布しました。

医療費通知書

組合員又は被扶養者の令和3年1月から6月診療分についてお知らせしています。こちらは確定申告にも対応した医療費通知書となっております。

※上記の期間に医療機関を受診していないとき、医療費通知書はありません。

※医療機関の請求が共済組合に未達のものは医療費通知書に掲載していません。

ジェネリック医薬品差額通知書

現在処方されているお薬（新薬）をジェネリック医薬品（後発医薬品）に切り替えた場合に、500円以上医療費が軽減される方に送付しました。

軽減できる薬代や現在使用しているお薬について広く使用されているジェネリック医薬品名、ご利用されている調剤薬局での取扱い状況をお知らせしています。

健康年齢通知

令和1年、令和2年度に人間ドック・特定健診等を受診された40歳以上の組合員・被扶養者を対象として健康年齢通知を送付しました。結果はいかがでしたでしょうか。

「同世代間の比較結果」に😊が多いほど、健康年齢は実年齢より「若い」方となります。😓😓がありましたら健康年齢は高くなります。

「健康年齢のアドバイス」を参考に、オール😊を目指しましょう。

宿泊利用助成契約施設の閉館・休館について

当組合の「宿泊施設利用助成券」を使用できる「ホテルセントノーム京都」は令和3年9月30日閉館、「桂浜荘」「雲の上のホテル」は令和3年9月30日休館しておりますのでお知らせします。なお、「雲の上のホテル」は2024年4月再開予定です。

施設名	郵便番号	住所	電話番号
ホテルセントノーム京都	〒601-8004	京都市南区東九条東山王町 19-1	TEL 075-682-8777
桂浜荘	〒781-0262	高知市浦戸城山 830-25	TEL 088-841-2201
雲の上のホテル	〒785-0621	高知県高岡郡梶原町太郎川 3799-3	TEL 0889-65-1100

宿泊利用助成契約施設の休館延長について

当組合の「宿泊施設利用助成券」を使用できる「ひまわり荘」は令和3年9月30日まで休館とお知らせしておりましたが、休館期間を延長しておりますのでお知らせします。営業再開の時期は改めてお知らせします。

施設名	郵便番号	住所	電話番号
ひまわり荘	〒880-0867	宮崎県宮崎市瀬頭 2-4-5	TEL 0985-24-5285



ジェネリック医薬品を使用された方のうち 毎月30名様に共済組合オリジナルクオカードを進呈します!!



ジェネリック医薬品の使用割合については、「経済財政運営と改革の基本方針 2017」において、令和2年9月までに80%とするよう閣議決定がされていましたが、令和2年9月時の全保険者平均の使用割合は78.3%とわずかに届かず目標は未達成となっていました。これを受け、厚生労働省は本年4月27日に「令和5年度末までにすべての都道府県のジェネリック医薬品の使用割合を80%以上」とする新たな目標設定を示したところです。

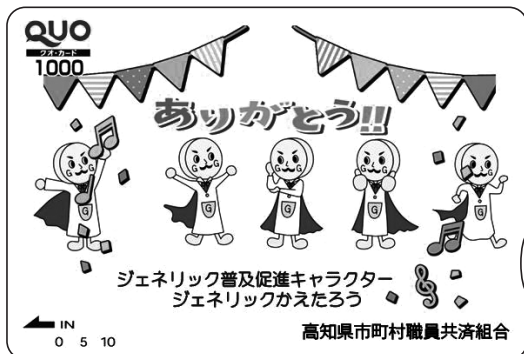
当組合の状況については、ジェネリックかえたらうコラム等でもお知らせをしておりますが、70%台の後半を推移しており、令和2年9月時の使用割合は76.2%と厚生労働省の目標値を上回ることができませんでした。また、市町村職員共済組合グループ内の順位でも、下から3番目という極めて厳しい結果となっています。

このため、組合員及び被扶養者のみなさまに、ジェネリック医薬品の使用について今まで以上に関心を持っていただくことを目的として、令和3年10月処理の調剤レセプトより（初回の抽選は11月月初）、毎月インセンティブ事業を実施しますのでお知らせします。事業の詳細については下記をご参照ください。

今後とも、ジェネリック医薬品の使用にご協力をいただきますようお願いいたします。

【事業内容】

- ジェネリック医薬品を使用した組合員または被扶養者の方のうち、抽選で毎月30名様に共済組合オリジナルクオカードを送付させていただきます。



- ・額面は1,000円となります。
- ・抽選は毎月月初に行います。
- ・当選するのは1世帯1名となります。
- ・1年間の当選回数に制限はなく、複数回当選することを妨げません。

- 毎月、支払基金から請求のあった調剤レセプトのうち、ジェネリック医薬品を使用している方を対象に抽選を行います。このため、組合員または被扶養者の方からの申請等は不要です。

支払基金から共済組合へのレセプトの請求は2ヶ月遅れとなるため、調剤レセプトの診療月は原則として抽選月の3ヶ月前となります。このため、当該事業の対象となる調剤レセプトは、令和3年8月以降の診療月のものとなります。



ジェネリック医薬品
の使用にご協力をお
願いします。

に ジェネリックかえたらうコラム



今回は、ジェネリック医薬品と間接的に関係する、《医療機関への重複受診・頻回受診》について考えていきましょう！

◎重複受診とは・・・一か月の間に同じ傷病が理由で、紹介状等がないまま複数の医療機関を受診すること。

◎頻回受診とは・・・一か月の間に同じ傷病が理由で、医師等の指示とは関係なく同じ医療機関を過度に受診すること。

⇒ **重複受診・頻回受診が増えると、どんなことが起こるでしょうか？**

●医療費が増加

医療機関を受診するたびに、「初診料」「再診料」を支払うことになります。また、紹介状がない状態で大病院を受診すると、別途医療費を支払うことになるため、家計に大きな負担が発生します。

●自身の身体への負担が増加

同じような検査や処置を行ったり、投薬や注射を繰り返し行うことになるため、身体への負担や副作用などが発生する恐れがあります。

●他の救急患者等への支障

受診した医療機関での治療時間が増えるため、他の救急搬送患者や急病人の治療に支障をきたす恐れがあります。

●保険料が上昇

医療費が増加することで、皆さまの給与等から控除されている保険料も上昇してしまいます。

以上のデメリットを解消するためには、どんな解決策があるかということ・・・、



○かかりつけ医に相談

治療に不安があるときは、医療機関を変える前にまずは身近に相談できる、かかりつけ医を決めましょう。必要に応じて、専門医も紹介してもらえます。

○医師を信頼する

自己判断で通院や服薬をやめるのではなく、医師を信頼して指示を守りましょう。疑問に思うことがあれば、その場で納得いくまで医師の説明を受けましょう。

○医療機関への適切な受診

体調が悪くない場合、医療機関への受診は控えましょう。

○医療費のお知らせや領収書等を確認

共済組合が年 2 回発行する医療費のお知らせや、医療機関から発行される領収書等を確認して、受診を見直すきっかけにしてください。

○年に 1 回は健診を受診

人間ドック・特定健診・事業所健診等を利用して、病気の早期発見につなげましょう。早期発見できれば、医療機関への受診回数も少なく治療できます。



出世して、共済組合のホームページのトップページに登場していますので
ぜひご覧になってください。
トモダチも一緒に出ています…。

実りの季節 秋の食卓メニュー



小倉望：高知県栄養士会 管理栄養士
外遊びを楽しむ息子を見守るのが楽しい時季になりました。運動するぞ、と身構えると腰が上がりにくいですが、気分転換に屋外で自然と共に過ごすのも良いですね。

秋は実った稲に始まり、食卓にも黄色や茶色のような心が温まる彩りの食材が並びますね。特にきのこは、お料理の最中から広がる風味に食欲がそそられます。うま味や香りが多い食材は、余分な調味料を減らして美味しく仕上げる事が出来るので重宝します。



きのこたっぷりのあんかけ焼きそば

432 kcal、たんぱく質 20.5 g、脂質 18.7 g、食塩相当量 1.9 g

◆材料 / 2人分

中華麺（蒸し）2玉（250 g）、油 大さじ 1（15 cc）
えび 4尾（35 g）、豚肉うす切り 80 g、小松菜 1株（40 g）、
長ねぎ 25 g、好みのきのこ 80 g、生姜 5 g、
にんにく 1かけ（3 g）、油 大さじ 2/3（8 cc）
A：水 100 cc、鶏がらだしの素 小さじ 1（3 g）、
酒 小さじ 1（6 cc）、濃口しょうゆ 大さじ 2/3（10 cc）、
酢 小さじ 1/2（3 cc）、ごま油 小さじ 1/2（2 cc）

- ◆作り方 ①フライパンに油を熱し、中華麺を入れ、途中でひっくり返すようにしながら焼き目を付け、1人前ずつ皿に盛る。
②生姜とにんにくはみじん切りにする。
③えびは背に切り込みを入れ、背ワタを取り酒（分量外）をかけておく。豚肉は一口大に切る。
④小松菜ときのこは 3 cm 程度の長さに切り、長ねぎは薄く斜め切りにする。
⑤フライパンに油を熱し、②を入れ香りが立ったら③④を加えて火が通るまで炒める。
⑥Aを加えて煮立たせ、酢とごま油を加えて、水溶き片栗粉でとろみをつけ、麺にかける。

酢れんこん

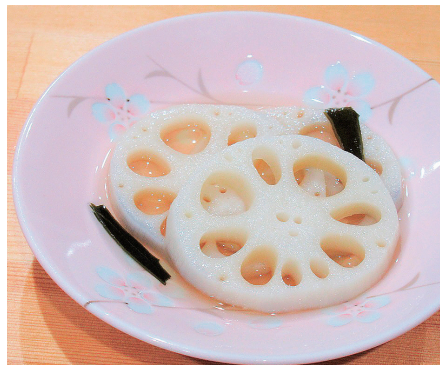
44 kcal、たんぱく質 0.8 g、脂質 0.0 g、食塩相当量 0.0 g

◆材料 / 作りやすい量 3～4人分

れんこん 150 g、酢 1カップ、砂糖 35 g、だし用昆布（乾）0.5 g、
赤唐辛子 1本

◆作り方

- ①れんこんは皮をむき、5 mm幅の輪切りにする。
②昆布は細かくし、唐辛子は種を除く。
③酢（分量外）を大さじ1加えた湯で、①を2～3分ゆでる。
④鍋で酢と砂糖を煮溶かし、①②と一緒に容器に入れて冷蔵庫で冷やす。



もちもちみたらし団子

265 kcal、たんぱく質 5.9 g、脂質 2.1 g、食塩相当量 0.7 g

◆材料 / 4串分

だんご粉 100 g、絹ごし豆腐 90 g、砂糖 10 g
タレ：水 50 cc、濃口しょうゆ 大さじ 2/3（10 cc）、砂糖 20 g
片栗粉 小さじ 2（6 g）

◆作り方

- ①だんご粉に豆腐と砂糖を加えて手で混ぜ合わせ、水（分量外）を加えながら耳たぶくらいの固さになるよう調整する。
②①を丸めて沸騰したお湯に入れ、浮き上がってから1～2分経ったら冷水に入れて冷ます。

- ③串を水で濡らしながら団子を刺す。
④鍋で水・しょうゆ・砂糖を煮溶かし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
⑤団子にタレをかける。



あなたの心は
習慣で
しなやかになる!

心の習慣レッスン 始めませんか?

武神健之 一般社団法人日本ストレスチェック協会
代表理事



キーワードは…『好きなことをする』

“ハッピータイム”がくれる3つの効果

これまでの産業医の経験から分かったことがあります。同じストレスを受けても、対処の仕方がうまい人は、好きなことをしている、もしくは、好きな趣味で気分転換できる“幸せな時間（ハッピータイム）”があることです。

場所があれば、安心です。セルフケアの1つ、相談相手を持つことにもつながります。ぜひ、好きなことをたくさんつくっておきましょう。そのためのワークをご紹介します。

好きなことをする効果は3つ。その1つめは、**夢中になれて、気分がよくなること**です。好きなことをしている間は、嫌なことも心の重荷も忘れられます。そして適度に疲れ、寝つきもよくなるのではないのでしょうか。また、好きなことをしていると自己肯定感が育ち、ストレス耐性が高まります。

2つめは、好きなことをしていると、**何事も他人のせいにも、自分のせいにもし過ぎない、思考のバランスが整うこと**です。テニスが好きな人は、試合に負けても原因をコートのせいにしたがり、自分を責め過ぎたりもしません。もっと上手になりたいという気持ちは、物事の原因を謙虚に客観的に分析する思考を育てます。このようなバランス思考が日常生活の中のストレス対処にも生きてくるのです。

3つめの効果は、**「仲間」と「居場所」が持てること**。たとえば会社や家庭で居場所がなくなることがあっても、「あそこに行けば仲間が支えてくれる」という居場所、心のよりどころとなる

	外で（晴れの日） できること	室内で（雨の日にも） できること
1人でもできること		
数人でできること		

それぞれの枠の中で、**運動系活動**と**文化系活動**の両方を書き込んでみましょう。全部の枠が埋まらなくても、埋まった所から実行してみてください。頭で考えるだけでなく行動に移すことが大切です。



たけがみ けんじ 2007年東京大学医学部大学院卒業。産業医として20社以上の企業で年間1,000件以上の健康相談やストレス・メンタルヘルス相談を行う。主な著書に『不安やストレスに悩まされない人が身につけている7つの習慣』（産学社）など。

記事提供：（株）社会保険出版社

＊＊貯金係からのご案内＊＊

共済組合では、組合員の皆様から貯金として資金をお預かりし、安全・効率的に運用、その利益を還元する貯金事業を行っています。今回は多くの皆様にご利用いただいております 積立貯金 をご紹介いたします。

年利 **0.75%**
積立貯金新規加入者には
図書カード
(1000 円分) 進呈中!
※初回加入時のみ

積立方法

- ◆定例（給料）積立
 - ◆賞与（ボーナス）積立
 - ◆臨時積立…給与控除分とは別に随時預入れ（銀行振込または共済組合窓口で現金預入れ）
- 給料・ボーナス、それぞれ控除金額を設定し積み立て
- ※銀行振込にてお預入れいただく際は、四国銀行・高知銀行から手数料無料で送金できる共済貯金専用の振込用紙をご利用ください。振込用紙は所属所の共済組合事務担当係にあります。

一部払戻

資金が必要となったとき、積み立てた貯金の一部（払戻をする月の前月末残高までの分）を払い戻すことができます。「積立貯金一部払戻請求書」（共済組合事務担当係にあります）に必要事項を記入、押印（届出印）し、所属所の共済組合事務担当係（または直接共済組合窓口）へ提出してください。

- ◆一部払戻：毎月2回設定 ※どちらか1回のみ
 - ◆送金先：共済組合へ登録されている口座
 - ◆締切・送金日：共済広報1月号または共済組合ホームページでご確認ください。
- ※締切日は当日必着完備の取扱いとなります。不備による再提出が締切日を過ぎますと次回に繰り下げとなりますので、余裕をもってご提出ください。
- （書類不備例としては、印が不鮮明・お届け印と相違、残高不足、金額を訂正している、等があります。ご注意ください。）

ぜひこの機会に簡単・便利・安心で有利な積立貯金をご利用ください

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

〈 キ リ ト リ セ ン 〉

積立貯金加入申込書

令和 年 月 日

所属所名		届出印		副印	
フリガナ					
氏名					
所属所証番号				性別	生年月日
				男・女	昭和・平成 年 月 日

※届出印と副印に同じ印で押印してください。

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	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 円の整数倍の金額を設定してください。

【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。

10 月中に「貯金現在残高通知書」を送付します

共済貯金加入者の皆様へ、年 2 回（4、10 月）「貯金現在残高通知書」を発行しております。
今回お届けする通知書には、4～9 月分の共済貯金の積立額等を記載しておりますのでご確認ください。

【ご注意】

お問合せで多い質問が、「積立額の合計が少ないのでは？」ということですが、明細の種別の中で「一部払戻」がある場合、その金額はマイナス計算してください。

例)

貯金現在残高通知書

積立貯金の

残高通知書をご送付申し上げますので、ご査収

令和 3 年 10 月 ○○ 日作成

期中の合計積立額
(積立額合計-払戻額合計)
4～9月分

期中分の利息額
(半年複利・日割り)

利息に対する税額
(国税15.315%+地方税5%)

氏 名 共 済 花 子 様

税区分	3.9.30 の残高 円	=	3.3.31 の残高 円	+	差引積立額 円	+	税込利息額 円	-	所得税額 円
課税	477,112		201,225		275,000		1,112		225

決 算 日	利 率 (%)	税率 (%)	非課税限度額 (万円)
3.9.30	0.75	20.315	

(所属所) (証番号) (部署)

○○ - ○○○ ○○○

お 積 立 等 明 細		
日付	種別	金額(円)
3.4.25	定例積立	15,000
3.5.25	定例積立	15,000
3.5.30	一部払戻	100,000
3.6.20	賞与積立	35,000
3.6.25	定例積立	15,000
3.7.17	臨時積立	250,000
3.7.25	定例積立	15,000
3.8.25	定例積立	15,000
3.9.25	定例積立	15,000

期中入払

定例積立 毎月の給料から一定額を天引きしています。

賞与積立 6、12月のボーナスから一定額を天引きしています。

一部払戻 期中に出勤があったものが表示されます。

(注) 今期中の払出額が積立額より多い場合は、差引積立額がマイナスとなります。

年末幹旋に関するお知らせ

家庭用常備薬および丸大ハムセット等について特別価格にて幹旋いたします。
家庭用常備薬についてはご注文いただいた後、商品をご自宅にお届けしコンビニエンスストアでお支払いいただく形となります。ただし、今回はインターネットによるご注文（3 % off）もご利用いただけます。この場合は、支払方法がコンビニエンスストアでお支払いいただく他にクレジット決済もご選択いただけます。ご家庭での疾病予防対策にご活用ください。

丸大ハムセット等につきましてはFAXにてご注文いただき、商品をお届けした後、2022年2月の給与から1回払いで天引きとなります。

詳細は別添のパフレットをご覧ください。

なお、物資事業につきましては任期に定めのある組合員（再任用職員・会計年度任用職員）はご利用いただくことができません。

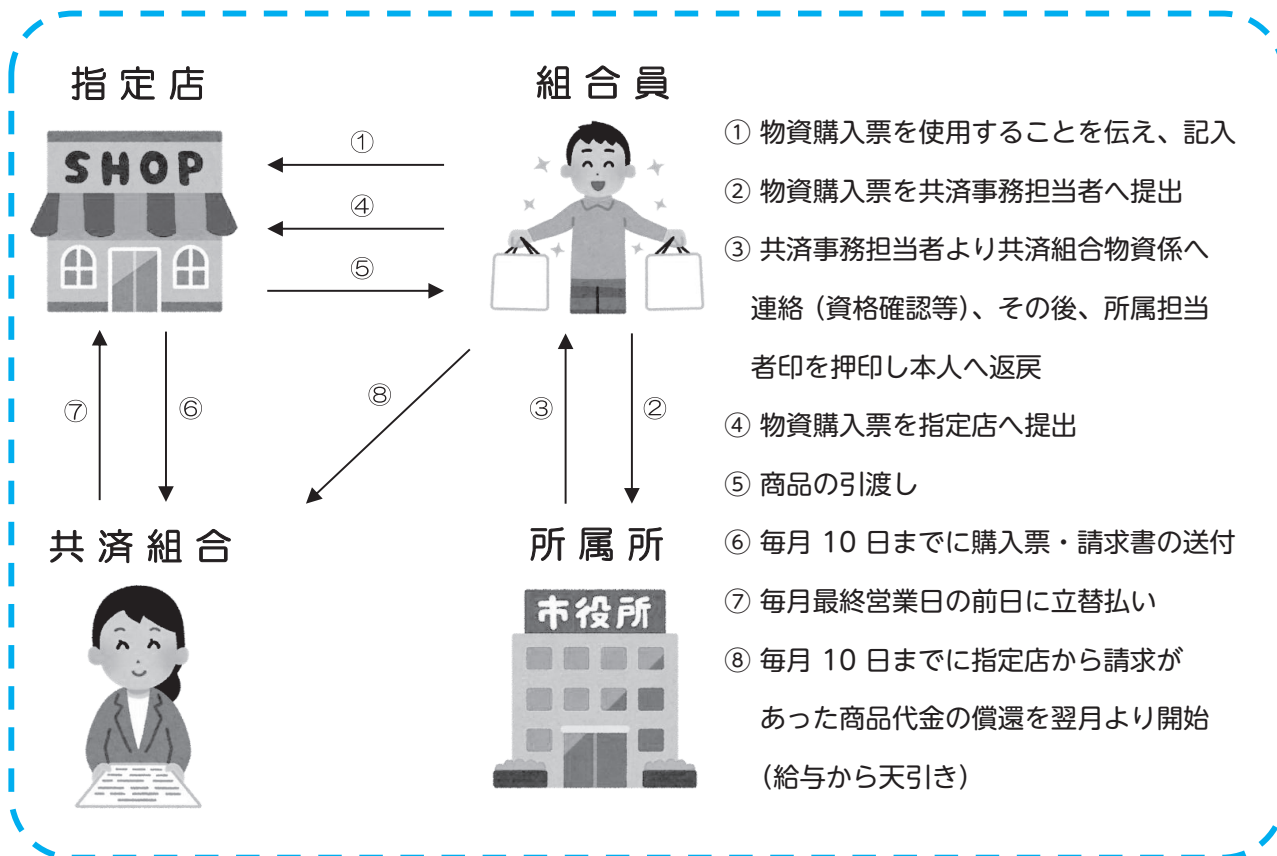
広報にてご案内させていただきながら大変申し訳ございませんが、ご理解の程お願いいたします。

共済組合の指定店でお買い物しませんか？

組合員の皆様が共済組合と契約している指定店から商品を購入する際に、購入代金を当組合が立替払いし、皆様は共済組合へ月々返済（給与控除）をしていただく仕組みとなっております。

主な内容は以下のとおりです。是非ご利用ください。

- ☐ 組合員（再任用職員、会計年度任用職員は除く）であればどなたでもご利用可能です。
- ☐ 一回の利用限度額は 100 万円。ただし、その購入残高は 150 万円までです。
- ☐ 購入額が 50 万円を超えるときには、連帯保証人（組合員期間 1 年以上の組合員）を立てていただきます。
- ☐ 償還方法は毎月均等払い、ボーナス併用払いのいずれかを選択いただきます。
※給与月額に対する毎月の償還額の割合が 30 % を超えるときにはご利用できません。
- ☐ 下記取扱品目の購入利用は無金利です。（自動車購買立替は除く。）
- ☐ 取扱品目
電気製品、洋服、貴金属、宝石、時計、メガネ、靴、寝具、電解水素水整水器、葬祭 等
- ☐ 利用方法



高知県市町村職員共済組合の皆様へ

BEST **ベスト電器を
ご利用ください!**

**ベスト電器で
使える!貯まる!
ハートポイント**

ベスト電器来店時にその場で
ハートカード(緑)を
お作りできます。



高知県市町村職員共済組合組合員証をご提示で

通常特典 5%引きを

期間: 2021年
10月20日(水)▶
11月7日(日)まで

ご利用特典

※パソコン関連商品など一部の%引きの
商品や、ご利用できない商品がございます。

期間中

**期間
特典**

**10% 19日間
引き**

**プロの技術で
徹底洗浄!**

エアコンクリーニング

●壁掛けエアコン.....

1台目	10,000円(税別) 11,000円(税込)	から	2台目	9,000円(税別) 9,900円(税込)
-----	----------------------------	----	-----	--------------------------

●お掃除機能付きエアコン.....

1台目	15,000円(税別) 16,500円(税込)	から	2台目	14,000円(税別) 15,400円(税込)
-----	----------------------------	----	-----	----------------------------



プロに
お任せ!

ご来店の際はぜひ高知県市町村職員共済組合組合員証をご持参ください。社員一同お待ちしております。



ホームページはこちら
からホームページは
こちらから

高知本店

高知市知寄町2-1-29
(088) 885-9100
あさ10時▶よる8時

高知西店

高知市朝倉丙323-1
(088) 843-1100
あさ10時▶よる7時

野市店

香南市野市町西野2533-6
(0887) 56-5520
あさ10時▶よる7時

四万十店

四万十市古津賀字大場1296-1
(0880) 35-2300
あさ10時▶よる7時

宿毛店

宿毛市駅前町1-605
(0880) 63-0090
あさ10時▶よる7時

※営業時間は変更になる場合がございます。詳しくは各店舗までお問い合わせください。



1 コイン d e 美 B o d y

～なりたい自分に～



共済組合から新企画がスタート!

体も心もリフレッシュして組合員の皆様が毎日笑顔で過ごせます様に・・・

場 所 ・ ・ ・ ・ 高知共済会館 COMMUNITY SQUARE 4階 四万十 他
 参加資格 ・ ・ ・ ・ 高知縣市町村共済組合組合員・被扶養者
 参 加 費 ・ ・ ・ ・ 1回につき 500 円～保険料も含む～（現金のみでお願いします）
 定 員 ・ ・ ・ ・ 5 名～ 25 名（先着順）
 申込方法 ・ ・ ・ ・ 各所属所でまとめていただき FAX 又は郵送

インストラクターは、高知でも有名な人気インストラクターにお願いしています!

★男性用レッスン ヨネッツこうちの人気男性インストラクター
 ★女性用レッスン ダンススタジオ アスティア
 ヨガインストラクター 三味 美哉子

1 レッスン 男性コース 60 分 女性コース 90 分（内、運動 60 分程度）

10 月 22 日	(金)	19:00 (男性コース) メンズヨガ ストレッチベースでゆっくり身体を伸ばす
11 月 6 日	(土)	15:30 (女性コース) からだスッキリ健康ヨガ 凝り・痛みを取って体をスッキリ軽く 初めてでも大丈夫!
11 月 19 日	(金)	19:00 (男性コース) 格闘技フィットネス パンチ・キックなど格闘技の動きでストレス・体脂肪をノックアウト!
12 月 4 日	(土)	15:30 (女性コース) スタイルアップ美姿勢ヨガ 姿勢悪化からの不調（むくみ等）を改善 美姿勢・歩き方のポイントも♪
12 月 17 日	(金)	19:00 (男性コース) 目指せ! シックスパック!! ～第 2 弾～

※ヨガマットは準備しておりますが、マイヨガマットがあれば、持参してください。

※レッスンの内容について、多少の変更が生じる可能性がありますのでご了承下さい。

施設管理課よりひとこと!!

新型コロナ感染拡大のため、まん延防止等重点措置が発令され、初回 9 月 17 日のレッスンは中止となりました。

先だって各所属所長様宛に、送付させて頂いたフライヤーには 11 月 19 日までのレッスンスケジュールを掲載しておりましたが 12 月の予定も決定しましたので、又ご検討よろしくお願いたします。今後も新型コロナの感染状況により追ってご連絡を致します。沢山の組合員の皆様と楽しいお時間が過ごせます日を、楽しみにお待ちしております。