

共済広報 黒潮

kyosaikoho kuroshio

2024

7

ご家族のみなさまもご覧ください

目次

令和5年度決算報告について	… 2
退職等年金給付に係る給付算定基礎額残高通知書を送付しました	… 8
被扶養者の資格確認調査を実施します	…10
被扶養者資格自己点検チャート	…12
マイナ保険証とオンライン資格確認についてのご注意	…13
限度額適用認定証の有効期限にご注意ください	…14
共済組合へのお届けについて	…15
野菜をたくさん食べる夏のメニュー	…16
健康増進施設及び宿泊利用助成券の使用について	…17
「旅と宿」宿泊施設一覧	…18
標準報酬月額の時決定について	…22
貯金係からのご案内	…23
共済貯金の運用状況	…24
こころの雨宿り	…25
指定店からのお知らせ	…26



こんにちは👋

今年もジェネリック医薬品使用推進委員を
拝命したかえたろうです。

広報でジェネリック医薬品の使用割合をお知らせしています。

さて、

令和6年3月は80.60%でした。

さらに令和6年4月は84.32%でした。

常態的に80%を超えるようになってきました。

かつては高知県の使用割合は最下位が多く、
総務省から直接、問い合わせがあったり…したことも…

なお、使用割合は調剤薬局等からの診療報酬
明細書(レセプト)請求に基づいて算出しています。

ちなみに、この診療報酬明細書は皆様の医療費の給付
算定にも使用しています。

ジェネリック医薬品へのご理解、ご利用をお願いします。

ジェネリックの使用割合についてある程度目標を達成したため、
かえたろうはいったんお休みさせていただきます。

またお会いする日までお元気で!

次号から表紙のデザインも一新するので楽しみに。

令和5年度 決算報告

令和6年6月20日開催の組合会において「令和5年度決算」が議決されましたので、報告いたします。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。

〈掛金・負担金率〉

(単位:‰)

種 別 \ 財源率		短 期		介 護		保 健	
		掛 金	負担金	掛 金	負担金	掛 金	負担金
一般組合員	一 般 職	50.405 (1.865)	52.27	9.10	9.10	2.1	2.1
	特 別 職						
市 町 村 長 組 合 員							
特 定 消 防 組 合 員							
船 員 一 般 組 合 員		50.07	54.47				
任 意 継 続 組 合 員		102.675 (1.865)	—	18.20	—	—	—

掛金の（ ）欄は、調整交付金及び特別調整交付金に相当する額を合算したものである。

(単位:‰)

財源率 種 別		厚生年金保険		退職等年金		経過の長期
		組合員保険料	負担金	掛 金	負担金	負担金
一般組合員	一 般 職	91.50	91.50	7.5	7.5	0.099
	特 別 職					
市 町 村 長 組 合 員						
特 定 消 防 組 合 員						
船 員 一 般 組 合 員						

〈所属所数〉

市	町	村	一部事務 組合 等	合計
11	17	6	29	63

〈組合員数・被扶養者数〉

(単位:人)

組合員数		被扶養者数	
	前年比較		前年比較
16,914	299	10,397	△ 125



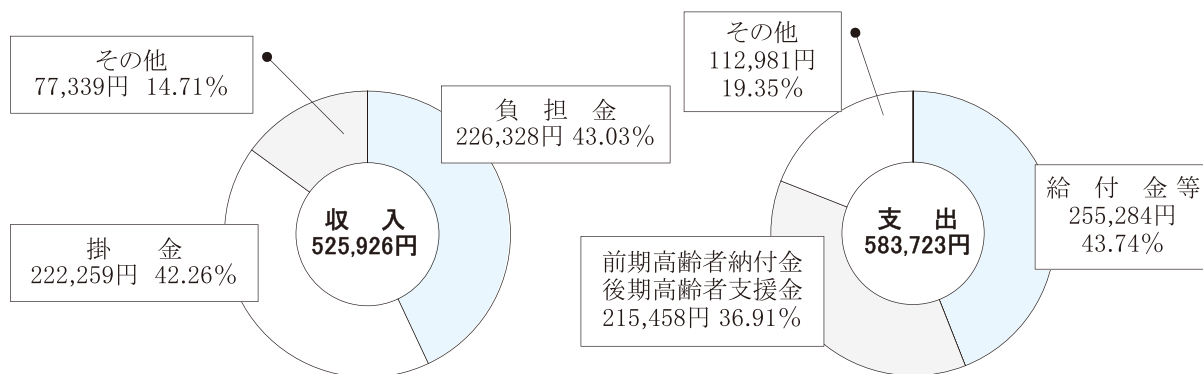
短期経理

令和5年度は、前年に引き続き補助金（高齢者医療運営円滑化等補助金）として139,964,000円の収入がありましたが、医療費や前期高齢者納付金等について前年に比べ増加したことにより、973,479,009円の損失金を計上しました。

組合員・被扶養者の皆様には、疾病の予防・早期発見・早期治療及びジェネリック医薬品の積極的な活用など、引き続き医療費の増嵩対策にご協力をよろしくお願いいたします。

なお、介護保険につきましては利益金30,977,226円を計上しました。

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	3,812,038,311 円	給付金	法定給付 4,818,376,538 円
短期掛金	3,743,506,541	給付金	附加給付 18,223,658
補助金	139,964,000	給付金	その他 59,694,009
調整交付金 特別調整交付金	136,779,000	前期高齢者納付金 後期高齢者支援金	3,628,963,821
前年度繰越支払準備金	569,440,057	老人保健拠出金 退職者給付拠出金	18,497
その他	456,450,784	業務経理へ繰入	25,425,000
		次年度繰越支払準備金	752,524,166
		その他	528,432,013
収入総額	8,858,178,693 円	支出総額	9,831,657,702 円
当期短期損失金			△ 973,479,009 円
介護負担金	432,221,062	介護納付金	841,875,867
介護掛金	441,257,584	その他	625,553
その他	0		
収入総額	873,478,646 円	支出総額	842,501,420 円
当期介護損失金			30,977,226 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。

厚生年金保険経理・退職等年金経理・経過的長期経理では、年金の原資として組合員の皆様にご負担いただく掛金・組合員保険料と所属所にご負担いただく負担金をお預かりして全国市町村職員共済組合連合会へ払い込みを行っています。

厚生年金保険経理

厚生年金保険給付にかかる組合員保険料、負担金及び基礎年金拠出金（いわゆる１・２階部分）を収納する経理です。

収 支 決 算

収 入		支 出	
負 担 金	8,299,544,646 円	負 担 金 払 込 金	8,299,544,646 円
組 合 員 保 険 料	5,554,786,580	組 合 員 保 険 料 払 込 金	5,554,786,580
収 入 総 額	13,854,331,226 円	支 出 総 額	13,854,331,226 円

退職等年金経理

旧３階部分（職域年金）の廃止に伴い創設された年金払い退職給付にかかる掛金・負担金を収納する経理です。

収 支 決 算

収 入		支 出	
負 担 金	456,530,858 円	負 担 金 払 込 金	456,530,858 円
掛 金	456,525,443	掛 金 払 込 金	456,525,443
収 入 総 額	913,056,301 円	支 出 総 額	913,056,301 円

経過的長期経理

被用者年金一元化前の平成２７年９月以前に決定された公務障害年金・公務遺族年金等の給付にかかる負担金を収納する経理です。

収 支 決 算

収 入		支 出	
負 担 金	59,606,392 円	負 担 金 払 込 金	59,606,392 円
収 入 総 額	59,606,392 円	支 出 総 額	59,606,392 円

退職等年金預託金管理経理

平成30年度より新設された経理で、全国市町村職員共済組合連合会が管理する退職等年金経理の余裕金の一部について、連合会から預託され、他経理への貸付により運用を行っている経理です。

運用益の利息及び配当金の全額を支払利息として全国市町村職員共済組合連合会へ払込みます。

収 支 決 算

収 入		支 出	
利 息 及 び 配 当 金	4,913,842 円	支 払 利 息	4,913,842 円
収 入 総 額	4,913,842 円	支 出 総 額	4,913,842 円

業 務 経 理

業務経理では、短期給付・年金給付の事業を行うための経費全般（システム関連費用や、年金にかかるお知らせ等の印刷費や郵送料、それらに伴う人件費など）を負担しており、これらの費用については、地方公共団体の負担金、短期経理からの繰入金、全国市町村職員共済組合連合会からの交付金によりまかなわれています

収支決算を行った結果、利益金として 9,195,686 円を計上しましたので、積立金として繰り越しました。

収 支 決 算

収 入		支 出	
負 担 金	134,158,414 円	事 務 費 等	151,829,985 円
短 期 経 理 より 繰 入	25,425,000	事 務 費 負 担 金 払 込 金	59,280,335
連 合 会 交 付 金	58,855,797		
そ の 他	1,866,795		
収 入 総 額	220,306,006 円	支 出 総 額	211,110,320 円
当 期 利 益 金			9,195,686 円

保 健 経 理

保健経理では、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の検診及び特定保健指導、健康セミナー等の事業を行っています。健診結果を活用して分析を行い、糖尿病重症化予防や健康年齢通知等により、組合員の皆様の健康意識が高まるよう健康事業に取り組んでまいります。

収支決算を行った結果、損失金として 13,608,238 円を生じましたが、前年度より繰り越した積立金を取り崩して補填しました。

1. 保 健 事 業 費 の 内 容

種 類	決 算 額	概 要
人 間 ド ッ ク	189,361,000 円	組合員…9,889人 被扶養者…686人
が ん 検 診	2,083,461	肺がん…293人 前立腺がん…924人 消化器…58人
婦 人 科 検 診	7,765,597	子宮…340人 乳腺…257人 婦人…2,887人
生 活 習 慣 病 検 診	18,122,188	2,783人 診察、血圧、尿、貧血、肝機能、腎機能、脂質、心電図、血糖、その他
歯 科 検 診	2,879,800	口腔衛生啓発事業1,534人
予 防 接 種 助 成	7,308,730	インフルエンザ…5,465人
健 康 相 談 等	907,500	メンタルヘルス電話相談
妊 婦 検 診 補 助	455,120	65人
保 養 所 利 用 助 成	19,213,190	宿泊施設…12,317人 健康増進施設…13,089人 外
重 症 化 予 防	127,226	糖尿病性腎症受診勧奨11人
検 診 結 果 分 析	4,082,310	健診分析・健康年齢通知6,597人
健 康 特 典	547,200	ジェネリック利用にかかるクオカード
健 康 図 書 ・ 広 報	1,889,434	共済広報などの発行
健 康 講 座	1,030,359	健康セミナー 外
特 定 健 康 診 査	2,463,142	
特 定 保 健 指 導	13,992,320	
そ の 他	20,850,431	レセプト内容審査 外
合 計	293,079,008 円	

2. 収 支 決 算

収 入		支 出	
負 担 金	155,528,071 円	保 健 事 業 費	264,729,274 円
掛 金	153,051,098	事 務 費 等	100,274,117
そ の 他	42,815,984	宿 泊 経 理 へ 相 互 繰 入	0
収 入 総 額	351,395,153 円	支 出 総 額	365,003,391 円
当 期 利 益 金			△ 13,608,238 円

宿 泊 経 理

宿泊施設「高知共済会館 COMMUNITY SQUARE」の運営に関しては、令和5年4月より全面委託から直営に戻し再スタートしております。

施設収入等は予算を大きくクリアしましたが、支出において令和4年度の委託報酬等の支払があり、減価償却後の収支決算では当期損失金 59,609,679 円の損失を計上しましたので、積立金を取り崩して処分しました。

当館の会議室ではリモート会議の増加に伴い洋室及び会議室で Wi-Fi を完備しております。宿泊会議の際はぜひ「高知共済会館 COMMUNITY SQUARE」をご利用くださいますようお願いいたします。

収 支 決 算

収 入		支 出	
施 設 収 入 等	163,990,883 円	施 設 支 出 等	168,635,854 円
保 健 経 理 より 相 互 繰 入	0	事 務 費 等	29,592,959
そ の 他	704,053	そ の 他	26,075,802
収 入 総 額	164,694,936 円	支 出 総 額	224,304,615 円
当 期 利 益 金			△ 59,609,679 円

貯 金 経 理

貯金経理では、組合員の皆様からお預かりした貯金を共済組合が安全かつ効率的に運用し、組合員の皆様に還元する事業で、定期貯金 0.7%、積立貯金 0.75%の利率で運用しております。

収支決算を行った結果、279,534,599 円の利益金を計上しました。この結果、次年度へ繰り越す利益剰余金は、欠損金補てん積立金 3,920,997,791 円、積立金 1,136,396,504 円となっています。

引き続き、資金運用に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、今後とも共済貯金をよろしく願いいたします。

収 支 決 算

収 入		支 出	
利 息 及 び 配 当 金	892,718,136 円	事 務 費 等	73,282,990 円
そ の 他	14,626,365	支 払 利 息	554,526,912
収 入 総 額	907,344,501 円	支 出 総 額	627,809,902 円
当 期 利 益 金			279,534,599 円

貸付経理

貸付経理では、組合員が臨時の支出、住宅の建築、教育費等で資金が必要になったとき、組合員の生活の安定を図るため、低金利で貸し付ける事業を行っております。

収支決算の結果、4,763,920 円の損失を計上することとなり、欠損補てん積立金を取り崩して補てんしました。これからも皆様の利用促進に努めてまいりますので、よろしくお願いします。

収 支 決 算

収 入		支 出	
組 合 員 貸 付 金 利 息	7,055,174 円	事 務 費 等	11,869,094 円
連 合 会 交 付 金	50,000	連 合 会 払 込 金	0
そ の 他	0		
収 入 総 額	7,105,174 円	支 出 総 額	11,869,094 円
当 期 損 失 金			△ 4,763,920 円

物資経理

物資経理では、自動車購買立替・共済組合指定店からの物品の購入等、生活の向上に役立つことを目的とした事業を行っています。

収支決算の結果、599,536 円の損失を計上することとなり、欠損補てん積立金を取り崩して補てんしました。今後も利用件数の拡大、物資事業の発展に努めてまいりますので、自動車、物品等ご購入の際には是非ともご利用くださいますようお願いいたします。

収 支 決 算

収 入		支 出	
商 品 売 上	7,550,206 円	商 品 仕 入	6,993,342 円
そ の 他	3,462,860	事 務 費 等	4,619,260
収 入 総 額	11,013,066 円	支 出 総 額	11,612,602 円
当 期 損 失 金			△ 599,536 円

年金課からのお知らせ

～退職等年金給付に係る給付算定基礎額残高通知書を送付しました～

令和6年6月上旬に、令和5年4月から令和6年3月までの「給付算定基礎額」に関する情報を圧着ハガキでお知らせしています。

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、将来自分が年金を受給する際に必要な原資を、あらかじめ労使折半による保険料で積み立てる「積立方式」による給付になります。

この将来の退職等年金給付の原資となる額を「給付算定基礎額」といいます。

「給付算定基礎額」は、付与額（標準報酬月額（※1）×付与率（※2））と、これに対する利息（基準利率（※3））を基に計算）を累積した額となります。

「給付算定基礎額残高通知書」では、前年度にあなたが積み立てた給付算定基礎額等に関する各情報をお知らせしていますので、ご確認ください。

（※1）標準報酬月額

標準報酬月額とは、毎月の報酬から納める保険料の額や、年金額を決定するときに、その算定の基礎とするための金額で、組合員の受ける報酬月額（基本給＋諸手当）に基づき決定されます。退職等年金給付における標準報酬月額は88,000円（第1級）から650,000円（第32級）と32等級に区分されており、一定の時期の報酬月額により毎年決定（定時決定）を行います。このほか、標準報酬月額は、実際の報酬月額に大幅な変動があった場合にも改定（随時改定）されます。

「給付算定基礎額残高通知書」では、期末手当及び勤勉手当を受けた月は、期末手当額等を含んで表示されます。

（※2）付与率

付与額を算定するための率であり、組合員であった者とその遺族の生活の維持を図ることを目的とする年金制度の一環をなすものであることなどの事情を勘案して、地方公務員共済組合連合会（以下「地共連」といいます。）の定款で定められます。付与率は、上記の事情に適合しないことが明らかになったときには水準の見直しを行います。

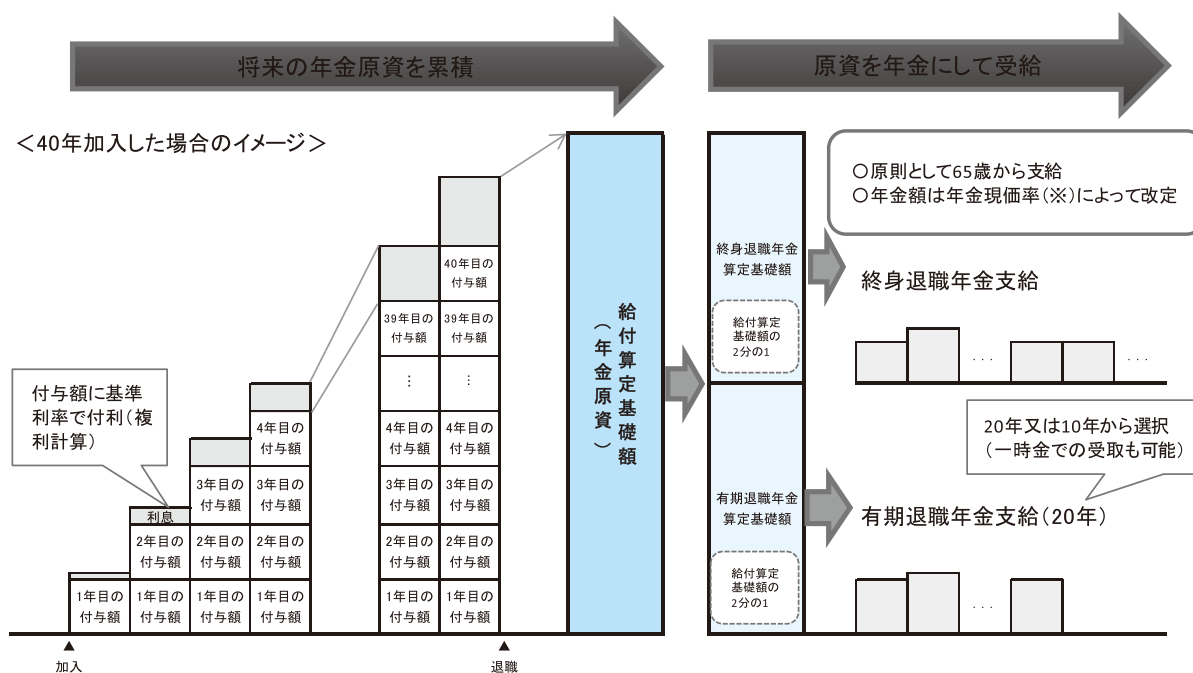
平成27年10月から1.5%に設定されており、現在まで変更はありません。

（※3）基準利率

付与額に対する利息を算定するための率であり、国債の利回りを基礎として、地共連の定款で定められます。基準利率は、毎年10月に改定され、令和5年10月からの基準利率は0.07%となっています。

参考	H27.10月～H28.9月：0.48%	H28.10月～H29.9月：0.32%	H29.10月～H30.9月：0.00%
	H30.10月～R2.9月：0.06%	R2.10月～R4.9月：0.00%	R4.10月～R5.9月：0.02%

○ 積立時と年金受給時のイメージ



(※)年金現価率

基準利率・死亡率の状況及びその見通し等を勘案して、一定の年金額が支給されるとした場合の年金額を計算するための率で、地共連の定款で定められます。毎年10月に見直しを行います。

○ 住所・氏名に変更があった際は、速やかにお手続きをお願いします！

共済組合では、組合員から申告いただいている情報(住所・氏名等)に基づいて「給付算定基礎額残高通知書」を送付しています。そのため、住所・氏名に変更があった際は、「異動報告書」により、所属所を通じて速やかに変更手続きをお願いします。

○ 相談について

お手元に届きました通知書の内容について、不明な点等がありましたら、下記までお問い合わせください。

共済組合年金課 (TEL 088-823-3212) 8:30～17:15 (土・日・祝日を除く)

年金払い退職給付に係る財政状況(令和4年度末)及び 財政再計算結果について

地方公務員共済組合連合会では、ホームページに令和4年度末の「財政検証結果」及び「財政再計算結果」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

被扶養者の資格確認調査を実施します

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7月中旬から実施しています。

法に基づく適正な被扶養者の認定を行っていくうえで必要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。

なお、調査（検認）時に「組合員被扶養者証」の提出は必要ありません。

○調査対象者（検認対象者）

次の①または②に該当する者を除く全被扶養者。

- ① 令和6年1月以降に認定された者
- ② 令和6年1月以降に再認定の手続きを行った者

○調査方法

被扶養者がいる組合員に対し、共済組合から所属所の共済事務担当者様を通じて「被扶養者資格確認届書」を送付しますので、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者様へ提出してください。

※一部、共済事務担当者様にて処理いただく「一覧表」での対応をお願いする方もいますが、その際、扶養手当が有から無になる方には調査書を追加で送付いたします。

○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。

主な添付書類（注意事項）一覧

調査対象者が複数の項目に該当する場合は該当するすべての添付書類の提出が必要です。

※一覧に記載されていない書類でも、必要に応じて提出いただくことがあります。

調査対象者	提出書類（注意事項）
扶養手当不該当の子	配偶者の給与明細票の写し（賞与がある場合はその明細票の写し） ※自営業の場合は確定申告書（控）および収支内訳書の写し
学生ではない18歳以上で無職・無収入の方 （年金受給者を除く）	令和6年分所得証明書（所得内容が令和5年分） または所得に関する情報連携による取得の同意書 ※情報連携で取得できない場合は所得証明書必要
学生（高校生・大学生・専門学校等） ※義務教育の者を除く	学生証の写し（有効期限が記載され、有効期限が到達していないもの。高校生について有効期限は原則として不要）あるいは令和6年4月以降に発行された在学証明書
年金受給者	最新の年金改定通知書の写しあるいは最新の年金額が確認できる送金通知書の写し
父母で一方が被扶養者になっている場合	父母それぞれの収入が確認できる書類
パートまたはアルバイト収入のある方	令和5年分源泉徴収票の写しおよび令和6年1月から6月の給与明細の写し

事業収入等（農業・商業・不動産その他）のある方	令和5年分確定申告書（控）および収支内訳書の写し
その他公的な給付（雇用保険の失業給付・傷病給付金（手当金））等を受給中又はしていた方	雇用保険受給資格者証の写し・傷病給付金（手当金）の支給額証明書等
別居	組合員からの仕送り額が確認できる明細書（ATM明細書・被扶養者名義の通帳の写し） ※いずれも数ヶ月分が必要

（例）東京で就職活動している24歳の長男を扶養している場合の添付書類

- ・仕送り額が確認できる次のいずれか一つ、組合員または被扶養者の預貯金通帳の写し、振込受領書、ATMの利用明細等（令和6年1月～令和6年6月分）
- ・その他、アルバイト活動の状況などにより必要になる書類が増える場合があります

<認定取消しになる場合>

- 就職等により他の健保組合、共済組合等の健康保険に加入した場合
- 他の者の被扶養者となった場合
- 60歳未満の方で障害年金等（遺族年金を除く）の公的年金未受給の方で、パート・アルバイト等の収入が年額130万円（月額108,334円）以上ある方
- 60歳未満の方で雇用保険の失業給付を受給（日額3,612円以上）している方（60歳以上は日額5,000円以上）
- 60歳以上の方で収入が認定基準額（180万円）以上ある方
- 父母合算により認定基準額を超えたとき
 - ・父母ともに60歳未満で障害年金等（遺族年金を除く）の公的年金を受給していない…221万円
 - ・一方が60歳以上または障害年金（労災保険を含む）を受給している…263万5千円
 - ・父母ともに60歳以上…306万円
- 共済組合が定めた提出締切日までにご提出がない、または必要書類が整わない場合

○提出期限

必ず所属所の定める期限までに、所属所の共済事務担当者様へ提出してください。

○注意事項

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、取消日以降に組合員被扶養者証を提示して受診された医療費については返還していただくことになりますので、ご注意ください。

※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者様を通じて別途お知らせさせていただきます。

▽次ページからの被扶養者資格点検もご確認ください。

被扶養者資格自己点検チャート

はい →
いいえ →

そのご家族は、あなたの父母、祖父母、配偶者（内縁関係を含む）、子、孫、兄弟姉妹のいずれかにあたりますか？

そのご家族は、あなたの三親等内の親族、配偶者の父母および子のいずれかにあたりますか？

あなたはそのご家族と同一世帯に属していますか？

あなたはそのご家族と同一世帯に属していますか？

あなたはそのご家族の収入額の半分以上の金額を、定期的に援助していますか？

そのご家族の方は被扶養者資格がありません。

ご家族の収入は①②のいずれに該当しますか？
①収入が 130 万円未満
②60 歳未満の障害年金受給者または 60 歳以上で収入が 180 万円未満

そのご家族の方は被扶養者資格がありません。

あなたはご自分の年収等からみて、そのご家族の生計を継続的に「主として」維持していく扶養能力をお持ちですか？（複数の被扶養者をお持ちになっている場合も含みます）

そのご家族の方は被扶養者資格がある可能性があります。

＜注意＞被扶養者資格を認定する権限は共済組合にあります。このチャートで「被扶養者資格がある可能性がある」と判定されたご家族の方でも、あなたがそのご家族の方の生計を実際に「主として」支援しているかどうか、あなたに継続的に扶養する能力がどうかなどを公正かつ厳正に審査し、その事実がない、または、疑わしいと判断できる相当な理由があれば、被扶養者資格の認定は行いません。

マイナ保険証とオンライン資格確認についてのご注意

組合員資格を取得または被扶養者の認定申請に報告された内容は、個人番号に紐づく加入者情報としてオンライン資格確認等に対応するため、共済組合では医療保険者用中間サーバ(以下、「中間サーバ」)に登録を行います。これは、健康保険証を発行している全ての保険者が行っています。

加入者情報登録時に中間サーバへ個人番号を誤入力すると、システム間の情報連携や、オンライン資格確認等システムを利用した資格確認等の際に、他者の情報が誤って連携・表示されてしまう恐れがあります。そのため、個人番号の誤入力防止策として、中間サーバに登録を行った加入者情報の個人番号をもとに住民基本台帳ネットワークの情報の照会を行い、住民基本台帳に登録されている最新の情報と中間サーバに登録された加入者情報を突合する仕様となりました。この突合は新規の取得のみではなく、変更情報の登録時にも行われます。

この結果、不一致項目があると個人番号に結びつく情報の正確性が担保されないと判断された場合に、オンライン資格確認の停止がされることがあります。停止された場合は、医療機関等を受診するときにマイナ保険証でのオンライン資格確認ができないことになります。

このため、氏名・カナ氏名・生年月日・性別・住所についてはお間違いがないように共済組合へ報告してください。特に住所は、住民票上の住所と不一致になるとオンライン資格確認が停止される可能性が極めて高くなりますので、必ず住民票上の住所を報告してください。住所の異動報告において、住民票上は大字やアパート名等の建物名や部屋番号等が登録されていても、そちらを省略して共済組合への異動報告書等に記載されないケースが見受けられますが、突合の結果、不一致となる可能性が高くなります。

また、住民票の異動を伴う転居をされた場合は必ず共済組合まで報告をお願いします。



限度額適用認定証の有効期限にご注意ください

現在交付済みの限度額適用認定証（以後限度額証といいます）は有効期限が8月31日までとなります（標準負担額減額認定証は7月31日）。9月以降も引き続き限度額証が必要な場合は改めて「限度額適用認定証申請書」を共済組合へご提出ください。

また、有効期限の切れた限度額証は速やかに返納願います。

限度額適用認定証とは

組合員証等（保険証）と併せて「限度額適用認定証」を医療機関の窓口に提示することにより、窓口負担を自己負担限度額まで抑えることができます。

限度額証を使用しなかった場合は、自己負担額を超えた部分が組合員口座へ自動給付されます（最短で2ヵ月後の月末となります）。

※医療機関窓口での限度額の適用は、月ごと、医療機関ごと、入院・外来ごとになります。また、保険適用外の自己負担や入院時食事療養費は限度額の算定に含みません。

*住民税が非課税の場合、「標準負担額減額認定証」の交付申請が必要です。

「標準負担額減額認定申請書」と非課税証明書等（同意書での省略が可能）をご提出ください。



マイナ保険証をぜひご利用ください！

マイナ保険証（保険証登録されたマイナンバーカード）の提示により、オンライン資格確認が導入された医療機関では、組合員証等や限度額証の提示が不要となります。

共済組合へのお届けについて

医療費助成制度に該当されていませんか？

共済組合の附加給付制度は、『組合員または被扶養者が医療機関等で医療費を支払った』場合に支給されます。市町村等が行っている医療費助成制度（※）の該当についてご連絡がなかった場合、組合員または被扶養者が負担されていない医療費について附加給付が行われ、後日、共済組合から組合員の方へ返還依頼を行っているところです。



このような事態を防ぐため、毎年8月頃に高知県内の全市町村に対して医療費助成制度の該当者調査を行っております。

短期給付事業は組合員の皆様の掛金等により行っている事業です。附加給付等を正しく支給するため、**医療費助成制度に該当**、または**非該当となったとき**には、必ず所属所の共済担当者を通じてご報告をお願いします。

（共済組合の附加給付とは）『組合員または被扶養者が医療機関等で医療費を支払った』場合に一定額を超えた場合に支給されます。窓口で医療費を支払った後、該当する医療費助成制度へ償還払い（払戻し）の申請をすることで支払った医療費が市町村等から返還された場合は自己負担がありませんので、附加給付は発生しないことになります。

※医療費助成制度の種類

- ◎ ひとり親家庭等医療費助成制度
- ◎ 重度心身障がい者医療費助成制度
- ◎ 市町村の条例による医療費助成制度
- ◎ 市町村の条例によるこども医療（市町村によって名称は相違します）

☆高知県外の医療費助成制度に該当している場合もご連絡をお願いします。

☆高知県外のこども医療に該当するときもご連絡ください。（高知県内のこども医療は連絡不要です）

○市町村等が行っている医療費助成制度に該当されますと、医療費の自己負担分については該当する医療費助成制度が全額または一部を負担します。

○こども医療とは、市町村等の条例に定められた年齢（年度末）まで医療費の自己負担分を市町村が負担する制度です。

医療費助成制度に該当したときの手続きについて

- ◎ 「医療費助成制度の受給者報告書」（※）をご提出ください。
- ◎ 「医療費助成制度の受給者報告書」に市町村等の医療費助成制度担当者（または市町村）の証明、受給者証（写し）のいずれかをお願いします。

（※）共済組合ホームページからダウンロードできます。

野菜をたくさん食べる 夏のメニュー

お酢は疲労回復に最適！夏野菜もたくさん食べて暑さに負けない体をつくりましょう(^^)／

今回の献立に一人あたりこれだけの野菜を使用しました。
緑黄色野菜と淡色野菜 1:2 の割合で一日 350g (両手3杯分)
食べることが推奨されています。野菜のカロテン、ビタミンC・Eは
抗酸化作用が強く、活性酸素を除去してくれます。
抗酸化作用の成分を含む野菜は、
生活習慣病の予防にも効果があると期待されています。



鶏肉と野菜の甘酢炒め

1人あたり 311kcal、たんぱく質 17.2g、食塩相当量 1.9g

材料 (2人分)

鶏もも肉180g、A(酒小さじ1、醤油小さじ1/2、おろししょうが1g)片栗粉10g、
油小さじ2、かぼちゃ60g、茄子60g、ピーマン30g、パプリカ30g、たまねぎ100g
B(酢大さじ1と1/2、醤油大さじ1、砂糖5g、オイスターソース小さじ1/2)

作り方

- ①鶏肉は一口大に切り、Aに10分ほどつける。
- ②かぼちゃは薄めに食べやすい大きさに切り、少し水をふってふんわりラップをかけて電子レンジで1分半加熱する。
- ③茄子、ピーマン、パプリカは乱切りに、玉ねぎはくし形に切る。
- ④フライパンに油を熱し①に片栗粉をまぶして焼く、焼き色がついてきたら茄子、玉ねぎ、ピーマン、パプリカを入れて炒める。
- ⑤かぼちゃも加えて炒め、Bの調味料を加えてさっと炒める

夏野菜とクリームチーズのポン酢和え

1人あたり 98kcal、たんぱく質2.7g、食塩相当量0.6g

材料 (2人分)

トマト100g、オクラ50g、大葉1枚、クリームチーズ50g、ポン酢大さじ2/3

作り方

- ①オクラはヘタのなり口を切り、ガクをとる（ガクを取ることでヘタまで丸ごと食べられておすすめです）まな板に並べたオクラに塩をふって全体を転がし水でさっと洗う。沸騰したお湯でゆでて水にさらし、食べやすい大きさに切る。
- ②トマトは乱切りに、クリームチーズはさいの目に切る。
- ③ボウルに①②と大葉をちぎって入れ、ポン酢をかけて和える。



小夏とキウイのスカッシュ

1人あたり 93kcal、たんぱく質1.0g、食塩相当量0g

材料 (2人分)

小夏150g、キウイフルーツ100g、炭酸水240ml、はちみつ大さじ1

作り方

- ①キウイは皮をむいていちょう切りにし、フォークで荒くつぶす。
- ②小夏は小さめの乱切りにする。
- ③グラスに①②と氷を交互に入れ、上からはちみつをかけて炭酸水をそそぐ。

健康増進施設及び宿泊利用助成券の使用について

共済組合では、組合員と被扶養者の皆様の健康増進と保養や心身リフレッシュを目的とした助成事業を行っております。共済組合契約の高知県内の健康増進施設では「健康増進施設利用助成券(以下「健康増進助成券」という)」、全国の契約宿泊施設では「宿泊利用助成券(以下「宿泊助成券」という)」をご利用いただくことでお支払額から助成を受けることができます。助成券は年度ごとに一新され、令和6年度の助成券については令和6年4月号の広報でお知らせしました。助成券の年間利用回数に上限は設けておりませんので、積極的にご利用ください。

ただし、ご利用いただけるのは高知縣市町村職員共済組合の組合員と被扶養者(当共済組合の健康保険証をお持ちの方)のみ(任意継続組合員及び任意継続被扶養者を除く)です。他の共済組合加入の方や被扶養者に認定されていないご家族はご利用いただけませんので、ご注意ください。

このたび、他県の共済組合の「助成券」が不正に使用されているとの新聞報道がなされました。この報道は公務出張に利用したことによるものですが、下記に使用の際の注意点を掲載しておりますので、ご一読ください。

【健康増進・宿泊共通】

- ・ 所属所の共済組合事務担当課に申請を行い、交付を受けてください。(共済組合では個人の方に助成券をお渡ししていません。)
- ・ 助成券裏面に使用できる施設名(県外の宿泊施設は共済組合ホームページに掲載)を記載しています。施設の休館等については施設をご利用いただく前にご確認ください。
- ・ 割引券ではありませんので資格がない方に使用させないでください。
- ・ 資格喪失後の使用及び不正使用が発覚した場合は助成額の返還を求めます。

【宿泊助成券について】

- ・ フロントで宿泊される方の組合員証及び被扶養者証と宿泊助成券を提示してください。
- ・ 宿泊助成券は一泊一枚とし、一旅行につき7泊を限度とします。
- ・ 公務出張では使用できません。
- ・ お子様で宿泊料が無料の場合は使用できません。千円未満の宿泊料金の場合はその宿泊料金が助成額となります。
- ・ 地域振興券や旅行券等の取得を目的とした宿泊には利用はできません。



市町村・都市職員共済組合「旅と宿」

宿

泊

施

設

一
覧

【令和6年4月現在】

市町村・都市職員共済組合が運営している宿泊施設は
相互に利用することができます。

※お申込み・お問合せは各施設まで直接ご連絡ください。

「旅と宿」ホームページにて、
各宿泊施設の詳細情報を
ご覧いただけます。



旅と宿

検索

<https://www.ctv-yado.jp/>



北海道 札幌市 ホテルポールスター札幌
シングル朝食付 **5,500円**(税込)～
宿泊日により料金変動いたしますので、ホーム
ページにてご確認ください。Web 予約限定
のお得なプランもご用意しております。
〒060-0004 北海道札幌市中央区北4条西6-2
☎011-330-2531 (宿泊予約直通)
<https://www.polestar-sapporo.com>

北海道 札幌市 ホテルノースシティ
シングル素泊り **9,500円**(税込)～
シングル朝食付 **11,150円**(税込)～
ホームページ限定の大変お得な宿泊プランをご用意して
おります。詳しくは施設に直接お問い合わせください。
〒064-0809 北海道札幌市中央区南9条西1
☎011-512-9748
<http://www.northcity.or.jp/>

北海道

青森県 青森市 アップルパレス青森
人工温泉大浴場「二股炭酸カルシウム温泉」が大好評！
シングル 1泊朝食付 **8,650円**(税込)～
ツイン 1泊朝食付 **7,650円**(税込)～
お得なプランもご用意しております。詳しくはホームページをご覧ください。
〒030-0802 青森県青森市本町5-1-5
☎017-723-5610
<https://apple-palace.com/>

宮城県 宮城郡 パレス松洲(まつしま)
1泊2食付 **11,950円**(税込)～
すべての客室より日本三景・松島の絶景を楽しめる、
天然温泉のちいさなリゾート・ホテルです。旬の味
覚とともに、くつろぎの時間をお過ごしください。
〒981-0215 宮城県宮城郡松島町高城字浜38
☎022-354-2106
<https://www.palace-matsushima.jp/>

東北

山形県 鶴岡市 うしお荘
日本海の旬の幸をご賞味ください。
季節のグルメコース **13,900円**(税込)～
※その他、通常コースもご用意しております。
9,000円(税込)～
〒997-1201 山形県鶴岡市湯野浜1-11-23
☎0235-75-2715
<https://www.ushiosou.net/>

山形県 南陽市 むつみ荘
山形の美味の数々、米沢牛とワインをご賞味く
ださい。米沢牛コース **16,600円**(税込)～、
その他、通常コースもご用意しております。
9,500円(税込)～
〒999-2211 山形県南陽市赤湯233-1
☎0238-43-3035
<https://www.mutsumisou.jp/>

福島県 福島市 ホテル福島グリーンパレス
福島駅から徒歩2分。観光、家族旅行の拠点として最適。
シングル **5,082円**(税込)～、ツイン **4,961円**(税込)～
定員利用～、和室(6、10畳) **4,961円**(税込)～定員利
用～宴会、会議にも利用できます。
〒960-8068 福島県福島市太田町13-53
☎024-533-1171
<https://www.fukushimagp.com>





茨城県 東茨城郡 大洗鷗松亭
1泊2食付 **14,670円**(税サ込)～
令和6年7月1日にリニューアルオープンいたします。新たな大洗鷗松亭をご家族やご友人とご利用ください。
〒311-1301 茨城県東茨城郡大洗町磯浜町8179-5
☎029-266-1122
<https://www.oarai-oushoutei.com/>



栃木県 那須郡 那須の森ヴィレッジ
[申込] 電話またはホームページで承ります。
[料金] 1泊2食付 **14,700円**(税サ入湯税込)～
お得なパック・プランを取り揃えております。
Wi-fi完備の施設です。
〒325-0303 栃木県那須郡那須町大字高久乙字選山3375-637
☎0287-78-1636
<https://www.nasunomori-village.jp>



群馬県 吾妻郡 アルペンローゼ
1泊2食付(税サ込) 平日 **12,129円**～
シーズン **13,339円**～(シーズンとは、土曜日・夏・冬休み・年末年始・GW等)
草津温泉の大浴場・身障者対応家族風呂あり。
〒377-1711 群馬県吾妻郡草津町草津512-2
☎0279-88-1300
<http://www.saitama-ctv-kyosai.net/alpenrose/>



千葉県 千葉市 オークラ千葉ホテル
ビジネスシングル **9,075円**(税サ込)～
(1名様利用、素泊り)
温浴施設は無料。千葉中心街からのアクセスもよく、手軽にリゾート気分が楽しめます。
〒260-0024 千葉県千葉市中央区中央港1-13-3
☎043-248-1111
<https://www.okura-chiba.com/>



千葉県 鴨川市 黒潮荘
[申込] 電話またはホームページで承ります。
[料金] 1泊2食付 **16,727円**(税サ入湯税込)～
(特定日は別料金) 南房総の観光拠点に最適な施設です。様々なシーンでご利用ください。
〒296-0004 千葉県鴨川市貝渚2565
☎04-7092-2205
<https://www.kuroshio.jp/>



東京都 千代田区 東京グリーンパレス
麹町駅から徒歩1分。
四ツ谷、市ヶ谷、半蔵門へ徒歩圏内と出張や観光の拠点として最適です。季節ごとにお得なプランもご用意しております。
詳しくは、ホームページまたは直接お問い合わせください。
〒102-0084 東京都千代田区二番町2番地
☎03-5210-4600
<https://www.tokyogp.com/>



東京都 立川市 ホテル日航立川 東京
1泊料金(1室1名様素泊り)
シングル **11,716円**(税サ込)～
様々なプランをご用意しておりますので、詳しくは施設にお問い合わせください。
〒190-0022 東京都立川市錦町1-12-1
☎042-521-1111 (代)
<https://hotelnikko-tachikawatokyo.jp>



神奈川県 足柄下郡 湯河原温泉 ちとせ
1泊2食付(税サ入湯税込)
平日 **13,097円**～ 土・祝前日 **15,517円**～
※令和6年4月から7月まで、大規模修繕工事のため休館を予定しております。
〒259-0314 神奈川県足柄下郡湯河原町宮上281-1
☎0465-63-0121
<https://www.yugawara-chitose.jp/>



山梨県 笛吹市 ホテルやまなみ
1泊2食付(税サ込)
平日 **11,645円**～
土・休前日 **14,307円**～
詳細は施設にお問い合わせください。
〒406-0028 山梨県笛吹市石和町駅前15-1
☎055-262-5522
<https://www.hotelyamanami.com/>



新潟県 長岡市 アクアレー長岡
1泊2食付 **11,650円**～(税入湯税込)
温泉、プール、フィンランドサウナ、マシンジム、スタジオを完備した健康増進施設です。詳細はホームページをご覧ください。
〒940-2147 新潟県長岡市新堀2-5-1
☎0258-47-5656
<https://www.aquarenagaoka.or.jp/>



新潟県 村上市 瀬波はまなす荘
1泊2食付 **11,161円**～(税サ入湯税込)
お部屋や大浴場からは日本海の夕日を一望。温泉を100%利用したエコでいよしの温泉施設です。詳細は直接お電話にてお問い合わせください。
〒958-0037 新潟県村上市瀬波温泉1-2-17
☎0254-52-5291
<http://www.kyousai-niigata.jp/>



富山県 中新川郡 グリーンビュー立山
「立山黒部アルペンルート」観光に最適のお宿。夕食時フリードリンクサービスなど“8つのおもてなし”付き1泊2食プラン(税込)
平日 **13,700円**～、休前日・特定日 **15,900円**～。
※料金は利用日・人数で変動します。詳細はホームページをご覧ください。
〒930-1405 富山県中新川郡立山町千寿ヶ原
☎076-482-1716
<https://www.greenview-t.com>



石川県 小松市 おびし荘
1泊2食付 **9,800円**～
開湯1300年の由緒ある名湯と新鮮な日本海の幸をお楽しみください。
金沢市街から車で約1時間。
〒923-0316 石川県小松市井口町ホ55
☎0761-65-1831
<https://obishiso.com/>



福井県
あわら市 **越路**

1泊2食付(税サ込)閑散期 **11,200円**～
通常期 **11,900円**～ 繁忙期 **13,000円**～
※閑散期、通常期、繁忙期の区分はホームページをご覧ください。

〒910-4121 福井県あわら市東温泉2-201

☎0776-77-3151

<http://www.koshiji.biz/>



静岡県
熱海市 **シーサイドいづたが**

1泊2食付(1室2名利用時)
平日(1名様料金) **15,275円**(税サ込)～
※夏季、年末年始、休日の前日泊を除く。
夕食はお部屋でくつろぎながらお楽しみください。

〒413-0101 静岡県熱海市上多賀12

☎0120-73-1241

<https://www.t-kyosai.jp/izutaga/>



滋賀県
大津市 **ホテルピアザびわ湖**

美しい水辺の自然や歴史景観の宝庫、琵琶湖に寄り添うように大津・ホテルピアザびわ湖はございます。そして、「京都」から2駅9分。観光はもちろん、ビジネスでのご利用にも最適な、絶好の立地です。

1泊素泊まり **7,500円**～(税サ込)

〒520-0801 滋賀県大津市におの浜1-1-20

☎077-527-6333

<https://www.hotelpiazza.com/>



大阪府
大阪市 **シティプラザ大阪**

1室素泊り シングル **10,700円**～
コンパクトツイン **16,450円**～
他のお得な宿泊プランもありますので、ホームページをご覧ください。

〒540-0029 大阪府大阪市中央区本町橋2-31

☎06-6947-7702

<https://www.cityplaza.or.jp/>



兵庫県
神戸市 **ひょうご共済会館**

【得とくプラン】(繁忙日を除く)

1泊夕食付 **7,300円**(朝食サービス)

【宿泊料金】(朝食サービス)

シングル **6,300円**～、ツイン **5,800円**～、和室 **5,000円**～

〒650-0004 兵庫県神戸市中央区中山手通4-17-13

☎078-222-2600

<https://www.h-kyosai.or.jp/hk-kaikan/>



兵庫県
美方郡 **ゆめ春来**

1泊2食付 **12,990円**(入湯税別)～

※ご利用日により料金に変動がございます。
詳細はお問い合わせください。

〒669-6821 兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6

☎0796-99-2211

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



鳥取県
東伯郡 **渓泉閣**

1泊2食付 ※入湯税(150円)別途
日～金曜日 **14,300円**～
土曜日・休前日 **15,300円**～
(1室3名以上ご利用料金)

〒682-0122 鳥取県東伯郡三朝町山田180

☎0858-43-0828

<https://www.keisenkaku.com/>



島根県
松江市 **ホテル白鳥**

シングル朝食付 **7,900円**(税サ込)～

ツイン朝食付 **7,500円**(税サ込)～

一泊二食付プランもございます。

詳しくはホームページまたは直接お問い合わせください。

〒690-0852 島根県松江市千鳥町20

☎0852-21-6195

<https://www.hotel-hakucho.jp>



岡山県 岡山市 サン・ピーチ OKAYAMA

1泊朝食付(税込)シングル **8,260円**～、
ツイン(2名1室) **7,050円**～、和室(4名以上) **7,655円**
お得な2食付プランもご用意しております。
詳しくは、ホームページまたは直接お問い合わせください。

〒700-0023 岡山県岡山市北区駅前町2-3-31

☎086-225-0631

<https://www.sunpeach.jp/>



山口県 山口市 防長苑

1泊朝食付 **6,200円**～
お部屋または個室でのご夕食は**5,100円**より
ご予約にて承ります。
お子様用のメニューもございます。

〒753-0077 山口県山口市熊野町4-29

☎083-922-3555

<https://www.bochoen.jp/>



徳島県 徳島市 ホテル千秋閣

シングル **6,050円**(税込)
ツイン(2名1室) **12,342円**(税込)～
【料理長おすすめ 1泊2食付プラン】
お一人様 **8,700円**(税込)

〒770-0847 徳島県徳島市幸町3-55

☎088-622-9121

<https://www.sensyukaku.jp/>



香川県 高松市 ホテルマリNPレスさめき

シングル1泊素泊り **5,600円**(税込)～
ツイン(2名1室)1泊素泊り **5,300円**(税込)～
【休前日限定プラン】
1泊2食付 **13,400円**(税込)～

〒760-0066 香川県高松市福岡町2-3-4

☎087-851-6677

<https://www.mp-sanuki.jp/>



愛媛県 松山市 えひめ共済会館

松山市の中心に位置し、交通アクセス良好。駐
車29台 シングル/バスなし **3,630円**(税込)～、
ツイン・和室(2名1室) **4,510円**(税込)～
朝食バイキング **700円**(税込)

〒790-0003 愛媛県松山市三番町5-13-1

☎089-945-6311

<https://kyosai-ehime.or.jp/kaikan/>



高知県 高知市 高知共済会館 COMMUNITY SQUARE

高知城・ひろめ市場・日曜市も徒歩で約10分と好立
地!! その他、徒歩圏内で「歴史」「文化」「食」等を十分満
喫できます! 駐車場も無料です。
素泊り **7,320円**(税込) 1泊朝食付 **8,200円**(税込)
※詳細はホームページまたは直接お問い合わせください。

〒780-0870 高知県高知市本町5-3-20

☎088-823-3211

<https://www.kochi-cs.jp>



宮崎県 宮崎市 ひまわり荘

JR 宮崎駅より徒歩約9分、宮崎の中心部に位
置する落ち着いたホテルです。

1泊1名様(税込) シングル **6,050円**～
ツイン **5,610円**～

〒880-0867 宮崎県宮崎市瀬頭2-4-5

☎0985-24-5285

<http://www.himawarisou.com/>



鹿児島県 鹿児島市 マリNPレスかごしま

1泊素泊り(税込) シングル **7,410円**～ ツイン **6,805円**～
和室 **6,200円**～
詳細は施設へ直接お問い合わせください。

〒890-8527 鹿児島県鹿児島市与次郎2-8-8

☎099-253-8822

<https://www.maripala.com/>

組合員及びその被扶養者並びに年金待機者の方は、次の共済組合等が運営する宿泊施設についても相互利用
することができます。

なお、施設によっては利用を制限している場合もありますので、利用施設に直接お問い合わせください。

- 国家公務員共済組合連合会 <https://www.kkr.or.jp/hotel/>
- 防衛省共済組合 <https://www.boueikyosai.or.jp/site/folder5/>
- 日本私立学校振興・共済事業団 <https://www.pmac.shigaku.go.jp/annai/fukushi/yado/index.html>
- 地方職員共済組合 <https://www.chikyosai.or.jp/tabi-no-yado/>
- 公立学校共済組合 <https://www.kourituyasuragi.jp/>
- 警察共済組合 <https://www.keikyo.jp/syuku01.php>
- 東京都職員共済組合 <https://www.kyosai.metro.tokyo.jp/health-resort/>

標準報酬月額【定時決定】について

定時決定の対象

毎年7月1日に組合員である者（休職または休職中である者を含む）に対して定時決定を行うことになっています。定時決定を行うにあたり、所属所より4月から6月の3か月間に受けた報酬（期末手当等は除く）に係る届出を受け、当該3か月の報酬の平均により、その年の9月以降の標準報酬月額を決定します。

定時決定は、その年の9月1日から翌年の8月31日までの適用となりますが、定時決定後に固定的給与の変動があれば、随時改定が行われる場合があります。

※

【※固定的給与の例：給与月額・扶養手当・住居手当・通勤手当・管理職手当等】

Q. 7月に随時改定があり、標準報酬月額が変更となりましたが、定時決定により再度変更となりますか？

A. 4月昇給等による固定的給与の変動で7月以降に随時改定の該当となった際は、随時改定が優先のため、定時決定の対象外となります。7月から9月までの間に育児休業等終了時改定・産前産後休業終了時改定に該当した場合も同様です。
また、6月1日から7月1日までの間に組合員の資格を取得した場合も対象となりません。

特別な定時決定（保険者算定）

1. 業務の性質上、毎年4月から6月が繁忙期（又は閑散期）であり、4月・5月・6月の3か月の平均により算定した標準報酬月額と、過去1年間（前年7月から当年6月まで）の平均により算定した標準報酬月額との間に、2等級以上の差がある場合は、本人の同意等があれば、過去1年間の平均により算定した標準報酬月額で定時決定を行うことができます。
2. 4月・5月・6月とも休業・休職・欠勤等により報酬が支払われなかった場合は、従前の標準報酬の算定の基礎となっている報酬月額により算定します。

Q. 4月から6月にイベントが多い部署に配属されていましたが、来年はイベントの予定が入っていません。保険者算定できますか？

A. 保険者算定の要件には「業務の性質上、毎年4月から6月は繁忙期（または閑散期）である」などのように、例年多忙（または閑暇）な時期が決まっている場合のみ保険者算定を行うことができます。
また、保険者算定については所属所の申立書と本人の同意書が必要となります。本人の同意がない場合は、通常の定時決定を行います。

4月から6月までの期間に産前産後休業を取得している場合の特例

4月から6月の間に産前産後休業を取得している組合員については、標準報酬月額の間平均額を定時決定の算定に用いて保険者算定を実施することができます。これは、出産予定日の時期の違いによって、その後の育児休業手当金の給付額算定の基礎となる標準報酬月額に不合理な差が生じないようにするためのものです。保険者算定を希望する場合は、各所属所共済事務担当者へ下記基準を確認して手続きを行ってください。

《標準報酬月額の年間平均額で算定することが認められる基準》

- 4月から6月までの間に産前産後休業を取得しており、その3か月間報酬の平均額により算定した標準報酬月額が、休業開始日の属する月以前の直近12か月の標準報酬月額の平均額により算定した月額を2等級以上下回っている。
- 組合員からの申出書及び所属所からの証明書がある。

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
QUO 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** . . .
- 給料・ボーナス、それぞれ控除金額を設定し積み立て
給与控除分とは別に随時預入れ（銀行振込）

※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・お届出印と相違、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。）

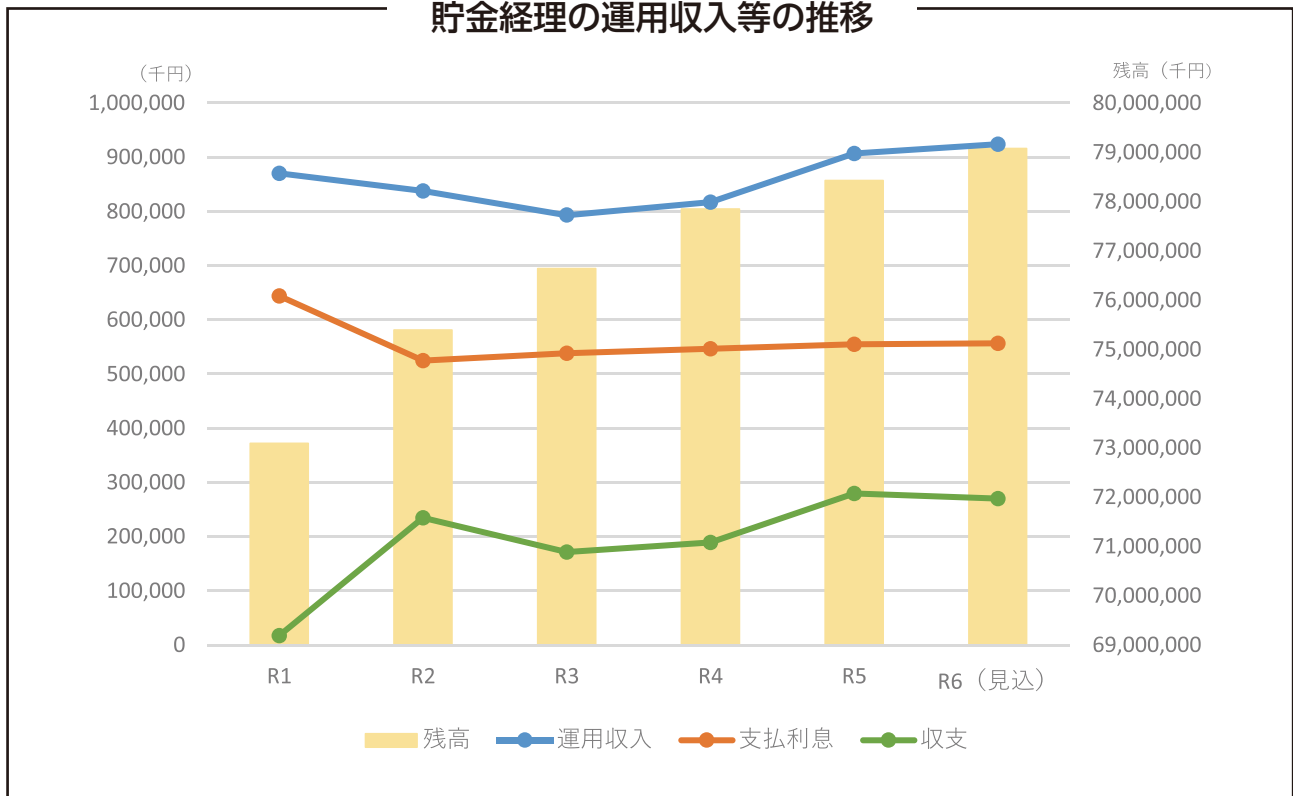
ぜひこの機会に簡単・便利・安心で有利な積立貯金をご利用ください!!

共済貯金の運用状況（令和6年5月末）

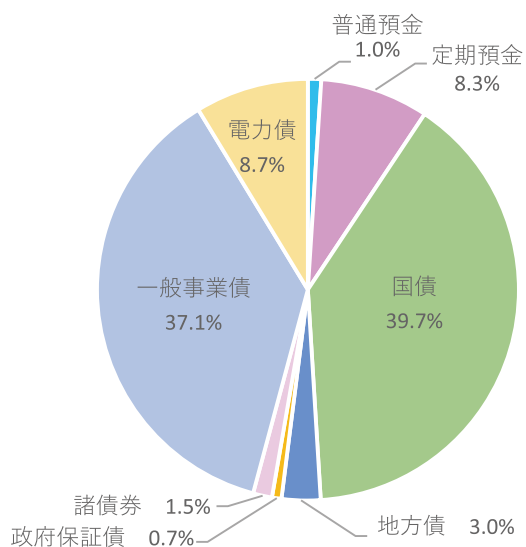
共済組合では、お預かりした貯金につきまして、主に債券による運用を行いその運用益から利息をお支払いしております。

運用においては、安全性を重視するとともに、運用益に応じた支払利率の検証を行いながら、安定した事業運営に努めます。

貯金經理の運用収入等の推移



貯金運用資産の構成割合（総額 826 億円）



預 貯 金		普通預金、定期預金
有価証券	国 債	国が発行する債券
	地 方 債	地方公共団体が広く投資家に購入を募る方法により発行する債券
	政府保証債	公団、公庫、事業団などの政府関係機関がそれぞれの設立根拠法に基づいて発行する債券
	諸 債 券	政府関係機関が自らの信用力に基づいて発行する債券
	一般事業債	民間会社が発行する債券
	電 力 債	電力会社が発行する一般担保のついている債券
長 期 貸 付 金		物資經理、宿泊經理への貸付金

※一般事業債及び電力債は、債券取得時の格付が A- 以上の債券のみ保有

こころの雨宿り

前向きに、くよくよ悩む



関屋 裕希 臨床心理士、心理学博士

過去のことを思い出してくよくよ考えてしまうこと、ありますよね。仕事でミスをしてしまったとき、誰かに余計な一言を言ってしまったとき。考えてもしょうがないと頭では分かっているけど、「何でもっと注意しなかったんだろう」「どうしてあんなことを言ってしまったんだろう」……と繰り返し考え続けてしまいます。ぐるぐる考え続けていると、次第に気分も落ち込んできて、マイナス感情にどっぷりつかってしまう、なんてことも。しかも、考えないようにしようと思えば頑張るほど、そのことがかえって頭に浮かんでくるのです。

心理学の研究に「シロクマ実験」と呼ばれる実験があります。実験の参加者は「シロクマのことを考えないように」と言われますが、シロクマを思い浮かべないようにしようとすればするほど、頭の中がシロクマだらけになってしまうというもの。考えないようにすればするほど、かえってそのことを考えてしまう、という現象の検証です。

そこで、試してもらいたいのが、「くよくよタイム」をつくること。やめたくてもやめられないのなら、くよくよする時間をあえて自分からつくってみるのです。例えば、今から15分間を「くよくよタイム」として、その間、徹底的にくよくよしてみましょう。ああすればよかった、こうすればよかった……こんな具合に、くよくよと考えて考えて考え抜いてください。

試してみると、不思議なことに、あんなに頭から離れなかった「くよくよ」がスルッと手放せたりします。さらに、もうひと工夫を。頭に浮かんでくる「くよくよ」の語尾に「ぽよ」とつけてみてください。

「どうしてミスをしたんだろう、
仕事ができない人だって思われたに違いないぽよ」
「あんなこと言うなんて。嫌われちゃうぽよ」
「絶対うまくいきこないぽよ」

どうでしょうか。ふっと笑えて、肩の力が抜けてきませんか。「ぽよ」以外にも、「ぴょん」「なり」「おじゃる」などもおすすめです。好きな漫画のキャラクターや、お笑い芸人の言い回しを取り入れるのも良いでしょう。くよくよ思考に陥ってこわ張っていた心と体がフッと柔らかくなるのではないのでしょうか。くよくよ考えてしまうときには、あえての「くよくよタイム」、試してみてくださいね！



せきや ゆき

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野客員研究員。早稲田大学第一文学部心理学専修卒業、筑波大学大学院人間総合科学研究科発達臨床心理学分野博士課程修了後、2012年より現所属にて特任研究員として勤務。専門は産業精神保健（職場のメンタルヘルス）。業種や企業規模を問わず、ストレスマネジメントに関する講演、コンサルティング他、執筆活動を行っている。

記事提供：(株)社会保険出版社

スーツに、もっと進化を。

洋服の青山
60th
Anniversary

高知縣市町村職員共済組合の皆様へ

ご来店の際は、本広告をプリントアウトしてお持ちいただくか携帯電話で本広告の画像をご提示ください。(モノクロ印刷または本広告のコピーでも可)

特別割引クーポン券

本券は切り取らずにお持ちください。本券は商品と一緒に精算時にご提示ください。



商品1点購入特別割引クーポン券①

1点税込¥2,090以上の品

10%OFF

さらに

提携

割引 10%OFF

【有効期間】

本日より2024年10月31日(木)まで



●本「クーポン券」をご持参の上、該当商品をお買上げの際に、1枚のみご利用いただけます。●1回限りご利用いただけます。●下取り・各種クーポン券一部セットセールとの併用はできません。●数量限定・福袋・オータウト・レット商品は除きます。●オンラインストアを除く全国の洋服の青山店舗でご利用いただけます。●提携割引10%OFFにはAOYAMAタイアップカードのご提示が必要です。●詳しくは店舗スタッフまで。

AOYAMAタイアップカードご登録・ご提示で

店内
全商品 **10** %OFF 提携割引



ゼロプレッシャー

01 SUIT 02 T-SHIRT 03 PANTS 04 SHOES

あなたをプレッシャーから解放放つ

詳しくはこちら

オーダースーツなら

Quality Order SHITATE

リピート意向! **94%以上** ※

※自社調べ

オーダースーツ

1着 **¥31,900**~の品

AOYAMAタイアップカードご提示で

1着 **¥28,710**~

詳しくはこちら

※レディースオーダーは一部取り扱いのない店舗がございます。詳しくは店舗またはホームページにてご確認ください。

hare:kari

ハレの日に、最高の一着をかりよう。

店舗・ネットでレンタル!

詳しくはこちら

※各種割引券及びクーポン券はご利用いただけません。※詳しくは店舗スタッフまたはWEBにて。

「AOYAMAタイアップカード」ご登録・ご利用の流れ

入会金・年会費 **無料**

本広告または従業員証や組合員証をお持ちの上、お近くの「洋服の青山」へご来店ください

登録用紙に記入

カードを発行

その日から特典をご利用いただけます

その場でカンタンに登録

※AOYAMAタイアップカードはクレジットカードではありません。

https://www.y-aoyama.jp/entry/corp_check.php

タイアップCD 5464

パスワード br8fp

オンライン入会が出来るようになりました。詳しくはこちら

洋服の青山オンラインストア **おススメポイント**

1. ¥5,500(税込)以上で **送料無料** (ご自宅に届きます。)

2. 商品取り置き & 試着予約 サービス

3. **10%OFF!**

※AOYAMAタイアップカードをお持ちのお客様は、カード入会後にご利用ください。

使わなくなった衣類をお持ちください!

他社製品も **OK!**

下取り

3つのポイント **全て** 貯まる!使える!

POINT d POINT AOYAMAポイント

仕事服にお悩みの方必見!

ビジネスウェアガイドや店舗検索はこちら

ご来店確認用バーコード

広告有効期間:本日より2024年10月31日(木)まで

※掲載商品はイメージです。※本広告掲載内容は、2024年5月時点の内容です。セール内容及び割引内容などが変更になる場合がございます。※裾上げ・ネーム・その他お直しにつきましては、別途補正料金を頂戴いたします。ご了承ください。※詳しくは店舗スタッフまで。

本チラシをスマホで撮影する際はチラシ全体をお願いします (白黒印刷可)



科学で、
着るを
変えていく。

対象期間

2024
8/18(日)
まで

高知縣市町村職員共済組合
組合員及びご家族の皆様へ

店舗 はるやま全店

提携コード

32015

夏快適 特集

業界唯一の
完全
ノーアイロン。
i-Shirt
PIN仮縫り
JIS試験方式
W&W性5級[※]
JAPAN FABRIC

900万枚
突破
0秒
アイロン
テクノロジー
2100-144, 18100-1

丸編ミニニット製法

アイシャツ各種
新税込8,050円~の品
スペシャルクーポン
+
提携割引に利用で
4,540円~
(税込4,995円~)

※1: 国内製縫製工場、および上記4社中1社が縫製したアイシャツは、新着品の裏面にピンと表記が付き、アイロンがけを必要としない仕様となっております。針通し性、伸縮性、洗濯後の縮み防止の観点から、アイロンがけを推奨しております。アイロンがけをしない場合は、洗濯後は必ずアイロンがけを推奨いたします。アイロンがけをしない場合は、洗濯後は必ずアイロンがけを推奨いたします。アイロンがけをしない場合は、洗濯後は必ずアイロンがけを推奨いたします。

この夏活躍する
旬なおすすめ
新作アイテム
2024 SUMMER
INDIVI

旅行、
お出かけに
毎日洗えていつも清潔
伸びるパンツ
i-Pants
アイパンツ各種
スペシャル
クーポン
+
提携割引
ご利用で

メンズジャケット各種
スペシャルクーポン + 提携割引
ご利用で
新税込17,490円~の品
7,155円~
(税込7,870円~)

アイパンツ各種
スペシャル
クーポン
+
提携割引
ご利用で
新税込8,790円~の品
6,781円~
(税込7,460円~)

暑さに強い通気性!
サマーフォーマル
爽やかに涼しい
クール
クール
サマーフォーマル
クール
サマーフォーマル
クール

女性らしい印象の
レディスフォーマル
レディスフォーマル
レディスフォーマル
レディスフォーマル

サマーフォーマル
クール
サマーフォーマル
クール
サマーフォーマル
クール

レディスフォーマル
レディスフォーマル
レディスフォーマル
レディスフォーマル

スペシャル
クーポン
+
提携割引
ご利用で
新税込5,480円~の品
22,455円
(税込24,700円)

レディスフォーマル
レディスフォーマル
レディスフォーマル
レディスフォーマル

スペシャル
クーポン
+
提携割引
ご利用で
新税込3,880円~の品
21,528円
(税込23,680円)

はるやま P.S.F.A. | 提携割引 | スペシャルクーポンとの併用可

お買い上げ
合計金額より
10%OFF

お会計時に組合員証または本チラシをご提示ください。

他の割引|特典との併用可。・他の企業(団体)提携割引との併用不可。
オーダー製品、特別ご奉仕品、袋代、送料、お直し代には適用できません。

大きいサイズの店
フォーエル | 提携割引 | 店頭表示価格から **5%OFF**

フォーエルはカジュアルからスーツまで揃う大きいサイズの専門店

■クーポン券をお持ちでないお客様は割引かねますのであらかじめご了承ください。 ■商品写真は「はるやま」店舗取り扱いの代表的な商品です。色・柄・デザイン等は異なる場合がございます。
■超特価の商品を多数ご用意しておりますが、万一品切れの際はご容赦ください。 ■◎は2024年4月1日~2024年5月31日の期間内、4週間超の期間において販売した自店通常販売価格です。

スペシャルクーポン 提携割引と併用可 各クーポン1点限り 値下げ前価格より割引となります。 オンラインショップではご利用になれません。

【はるやま専用 スペシャルクーポン】
メンズ スーツ 1着税込20,990円以上の品
1点限り **半額**
※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。
※1着税込17,490円以上の品 (有効期間) 2024.8.18まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】
メンズ 礼装 1着税込43,800円以上の品
1点限り **20%OFF**
※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。
※1着税込43,800円以上の品 (有効期間) 2024.8.18まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】
メンズ アイテム 1点税込2,090円以上の品
1点限り 税込 **500円引**
※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。
※1点税込2,090円以上の品 (有効期間) 2024.8.18まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】
レディース スーツ 1着税込20,990円以上の品
1点限り **30%OFF**
※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。
※1着税込20,990円以上の品 (有効期間) 2024.8.18まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】
レディース フォーマル 1着税込31,900円以上の品
1点限り **20%OFF**
※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。
※1着税込31,900円以上の品 (有効期間) 2024.8.18まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】
レディース アイテム 1点税込2,090円以上の品
1点限り 税込 **500円引**
※他の割引(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。
※1点税込2,090円以上の品 (有効期間) 2024.8.18まで

店舗情報は
こちらから
QRコード

スマホでカンタン決済ができます!

PayPay R Pay Pay
all-PAY d払い

※一部ご利用できない店舗がございます。詳しくは店頭にてご確認ください。

ポイントが貯まる!使える!

WAON POINT or dPOINT

※いずれかお選びいただけます。 ※一部ご利用できない店舗がございます。

オンラインショップではご利用になれません。 値下げ前価格より割引となります。

お客様
相談室 【受付時間】平日10:00~18:00
フリーコール 0120-923-924

このチラシを
お持ちください！
スマホで撮っても
提示いただいても
結構です。



ベスト電器
BEST
by 四国家電株式会社

2024年
チラシお受け取り次第～
8月31日(土)まで
ご優待期間

高知県市町村職員共済組合 様

夏の快適家電フェア

今回の目玉品

東芝 ルームエアコン
RAS-N221M(W)

標準工事費別

おもに
6畳用

ズバリ！
ご優待
特価

59,800 (税別)
円
税込 65,780円

エアコンご購入のお客様へ

エアコン標準取付工事の一例

●4.9kW以下・木造モルタル(平屋)地面取付けの場合
エアコン標準取付工事料金+配管パイプ(4mまで)
…16,500円(税込)
※当社でお買上げいただいた場合。
※取り外し・電気工事が必要な場合は
別途申し受けます。※取り付け場所の
近くに専用のコンセントが無い場合、
専用回路増設(別料金)が必要。※エア
コン本体のみの販売はいたしておりま
せん。

ご優待特典
店内商品が

店頭
表示
価格
より

10%
OFF

※パソコン関連商品など一部3%引き、処分特価品やメーカー指定価格商品など対象外の商品もございます。

今話題の、省エネ家電 冷蔵庫・洗濯機がオススメ！

各種クレジット・キャッシュレス決済もご利用できます。他店と競合の場合はご相談ください。

ご利用企業名	高知本店	外商営業部	高知西店	宿毛店
高知県市町村 職員共済組合 様	高知市知寄町2-1-29 ☎(088)885-9100 あさ10時～よる8時	高知市知寄町2-1-29 ☎(088)885-9302 あさ10時～よる6時	高知市朝倉丙323-1 ☎(088)843-1100 あさ10時～よる7時	宿毛市駅前町1-605 ☎(0880)63-0090 あさ10時～よる7時

※他の特典との重複割引はできません。



TRIM Ion Refine

医療機器製造販売認証番号
303AGBZX00027000

リファイン



電解水素水ってどんな水？

電解水素水整水器は管理医療機器です。水素を含んだアルカリ性のお水が胃腸の働きを助け、お通じをよくします。

【 効 果 ／ 胃 腸 症 状 の 改 善 】

- 胃もたれや胃の不快感をやわらげます。
- 胃腸の働きを助け、お通じを良好にします。

※本器は医薬品医療機器等法（旧薬事法）第11条第4項の政令で定める医療機器であり、第11条第5項の医療機器です。

3つの水を作るトリムの整水器

水素水

胃腸症状の改善が
認められたお水！

弱アルカリ性のお水で
飲用水やお料理にも。

酸性水

お肌と同じ

弱酸性のお水！

洗顔や入浴、床や窓
の拭き掃除に。

浄水

PFOS・PFOAを含む

22物質が除去可能*1

赤ちゃんのミルクや
ペットの飲用水に。

*水素水、酸性水でも除去されます。

株式会社 **日本トリム** 高知支社
(東証プライム市場:6788)

TEL: 088-856-6220 FAX: 088-856-6221 担当: 西野

C2403-os1

ぜひ、一度使ってみませんか？ マイナンバーカードの保険証利用

マイナンバーカードの保険証利用には
さまざまなメリットがあります！



薬剤情報等の提供に**同意**をすると、

データに基づく適切な医療が受けられる！

さらに…健康保険証で受診した場合と比べて、
初診時等の窓口負担が低くなる！



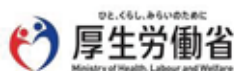
限度額適用認定証等がなくても、

**手続きなしで高額療養費の限度額を超える
支払いが免除！**

詳しくは厚生労働省Webサイトでご確認いただけます。

詳しくは 🔍

マイナンバーカード 保険証利用



高知県市町村職員共済組合