

2025

共済広報

7

黒潮

kyosaikoho kuroshio



香美市：土佐山田フラフ

目次

令和6年度決算報告	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
標準報酬月額【随時改定】について	10
標準報酬月額【産前産後休業終了時改定】について	12
被扶養者の資格確認調査を行います	14
資格確認書の交付について	16
マイナンバーカードおよび電子証明書の有効期限等について	16
限度額適用認定証の有効期限にご注意ください	17
共済貯金の運用状況	18
貯金係からお知らせ	19
貸付係からお知らせ	19

こころの雨宿り	20
野菜をたくさん食べる夏のメニュー	21
健康増進施設及び宿泊施設利用助成券の使用について	22
「旅と宿」宿泊施設一覧	23
ベスト電器 夏の快適家電フェア	27
はるやま	28
洋服の青山	29
日本トリム	30
厚生労働省からのお知らせ	31
連続テレビ小説「あんぱん」展 in 香美市	32

令和6年度 決算報告

令和7年6月30日開催の組合会において「令和6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:‰)

財源率 種 別		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	53. 14 (7. 590)	60. 73	8. 40	8. 40	2. 1	2. 1
	特 別 職						
短 期 組 合 員							
市 町 村 長 組 合 員							
特 定 消 防 組 合 員							
船 員 一 般 組 合 員		53. 14 (5. 450)	62. 87				
長 期 組 合 員		2. 59	2. 59	—	—		
後 期 高 齡 者 等 短 期 組 合 員							
任 意 継 続 組 合 員		113. 87 (7. 590)	—	16. 80	—	—	—

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	0.0953
	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
17,149	235	10,223	△ 174



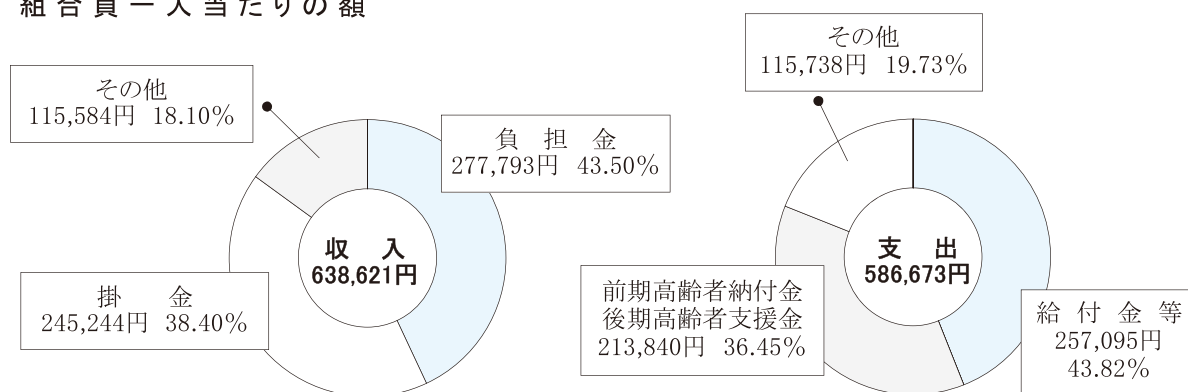
短期経理

令和6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174,940,000円の収入がありました。医療費は例年より増加したものの、前期高齢者納付金等について前年に比べやや減少していることや、掛金・負担金率を上げたこともあり、888,035,211円の利益金を計上しました。

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18,358,641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	4,744,146,036 円	給付金	法定給付	4,913,149,299 円
短期掛金	4,188,274,405		附加給付	14,995,100
補助金	174,940,000		その他	63,079,100
調整交付金 特別調整交付金	584,637,000	前期高齢者納付金 後期高齢者支援金		3,651,949,540
前年度繰越支払準備金	752,524,166	老人保健拠出金 退職者給付拠出金		7,505
その他	462,716,374	業務経理へ繰入		27,752,000
		次年度繰越支払準備金		771,573,711
		その他		576,696,515
収入総額	10,907,237,981 円	支出総額		10,019,202,770 円
当期短期利益金		888,035,211 円		
介護負担金	417,679,934	介護納付金		824,524,175
介護掛金	425,708,675	その他		505,793
その他	0			
収入総額	843,388,609 円	支出総額		825,029,968 円
当期介護利益金		18,358,641 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	8,351,659,039 円	負 担 金 払 込 金	8,351,659,039 円
組 合 員 保 険 料	5,744,439,505	組 合 員 保 険 料 払 込 金	5,744,439,505
収 入 総 額	14,096,098,544 円	支 出 総 額	14,096,098,544 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	472,127,833 円	負 担 金 払 込 金	472,127,833 円
掛 金	472,125,456	掛 金 払 込 金	472,125,456
収 入 総 額	944,253,289 円	支 出 総 額	944,253,289 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	59,766,667 円	負 担 金 払 込 金	59,766,667 円
収 入 総 額	59,766,667 円	支 出 総 額	59,766,667 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い込みます。

収 支 決 算

収 入		支 出	
利 息 及 び 配 当 金	4,681,398 円	支 払 利 息	4,681,398 円
収 入 総 額	4,681,398 円	支 出 総 額	4,681,398 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、22,877,045 円の損失を計上することとなり、積立金を取り崩して補てんしました。

収 支 決 算

収 入		支 出	
負 担 金	147,017,487 円	事 務 費 等	197,862,691 円
短 期 経 理 より 繰 入	27,752,000	事 務 費 負 担 金 払 込 金	64,705,638
連 合 会 交 付 金	61,386,677		
そ の 他	3,535,120		
収 入 総 額	239,691,284 円	支 出 総 額	262,568,329 円
当 期 損 失 金			△ 22,877,045 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 23,286,300 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てんしました。

1. 保 健 事 業 費 の 内 容

種 類	決 算 額	概 要
人 間 ド ッ ク	211,426,500 円	組合員…10,193人 被扶養者…693人
が ん 検 診	2,266,500	肺がん…272人 前立腺がん…970人 消化器…69人
婦 人 科 検 診	8,763,000	子宮…364人 乳腺…275人 婦人…3,035人
生 活 習 慣 病 検 診	19,034,689	2,810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	3,742,200	口腔衛生啓発事業1,701人
予 防 接 種 助 成	6,798,274	インフルエンザ…5,085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	656,640	85人
保 養 所 利 用 助 成	17,221,316	宿泊施設…6,713人 健康増進施設…15,926人
重 症 化 予 防	80,266	糖尿病性腎症受診勧奨7人
検 診 結 果 分 析	2,354,570	健診分析・健康年齢通知8,058人
健 康 特 典	27,359	禁煙外来助成2件
健 康 図 書 ・ 広 報	5,168,753	医療費通知 外
健 康 講 座	896,530	コミュニケーションセミナー 外
特 定 健 康 診 査	2,489,579	
特 定 保 健 指 導	16,420,538	
そ の 他	20,564,431	レセプト内容審査 外
合 計	318,818,645 円	

2. 収 支 決 算

収 入		支 出	
負 担 金	164,762,479 円	保 健 事 業 費	289,884,361 円
掛 金	162,325,926	事 務 費 等	113,962,382
そ の 他	53,472,038	宿 泊 経 理 へ 相 互 繰 入	0
収 入 総 額	380,560,443 円	支 出 総 額	403,846,743 円
当 期 損 失 金			△ 23,286,300 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、支出において光熱費をはじめ飲食材料費等高騰化しており、減価償却後の収支決算では当期損失金 10,896,190 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	169,925,026 円	施 設 支 出 等	149,031,215 円
保健経理より相互繰入	0	事 務 費 等	31,555,172
そ の 他	357,629	そ の 他	592,458
収 入 総 額	170,282,655 円	支 出 総 額	181,178,845 円
当 期 損 失 金			△ 10,896,190 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、470,342,170 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 3,859,244,911 円、積立金 1,668,491,554 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	1,005,024,655 円	事 務 費 等	143,236,224 円
そ の 他	155,146,598	支 払 利 息	546,592,859
収 入 総 額	1,160,171,253 円	支 出 総 額	689,829,083 円
当 期 利 益 金			470,342,170 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、6,231,060 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	6,541,719 円	事 務 費 等	12,814,779 円
連 合 会 交 付 金	42,000	連 合 会 払 込 金	0
そ の 他	0		
収 入 総 額	6,583,719 円	支 出 総 額	12,814,779 円
当 期 損 失 金			△ 6,231,060 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、727,116 円の損失を計上することとなり、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	5,272,093 円	商 品 仕 入	4,890,064 円
そ の 他	3,427,471	事 務 費 等	4,536,616
収 入 総 額	8,699,564 円	支 出 総 額	9,426,680 円
当 期 損 失 金			△ 727,116 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7年6月上旬に、令和6年4月から令和7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。

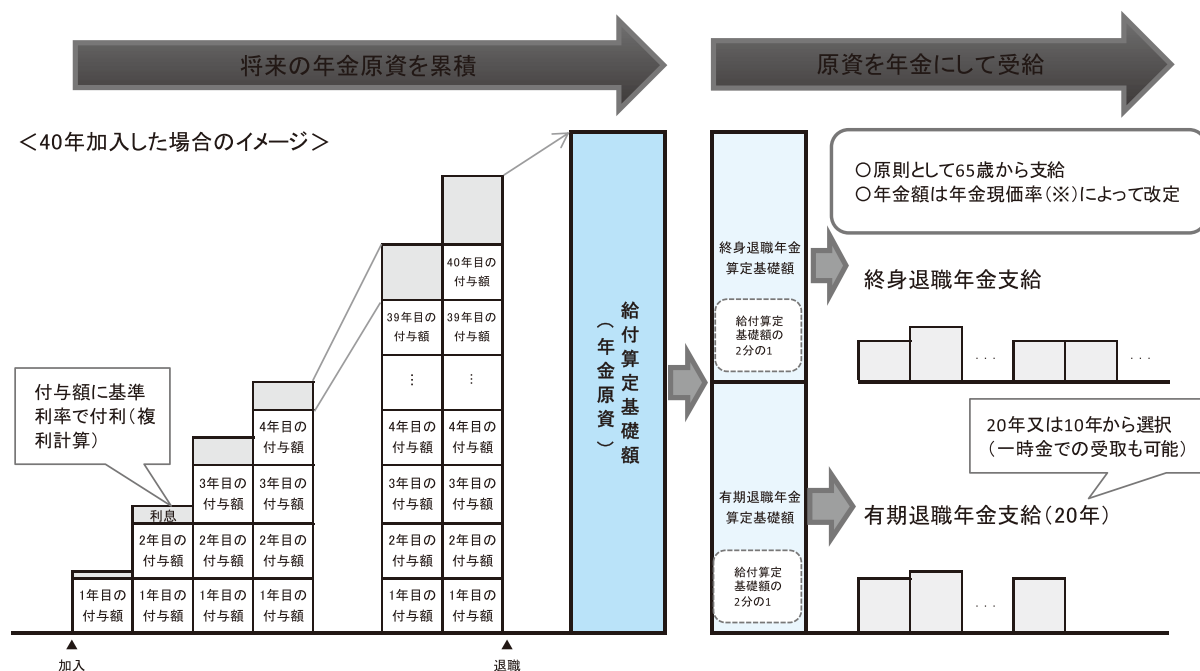
平成27年10月から1.5%に設定されており、現在まで変更はありません。

（※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6年10月からの基準利率は0.26%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%
	R5.10月～R6.9月：0.07%	R6.10月～	：0.26%

○ 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5年度末)について

地方公務員共済組合連合会では、ホームページに令和5年度末の「財政検証結果」を掲載しています。是非、ご覧ください。

<https://www.chikyoren.or.jp/> (地方公務員共済組合連合会トップページ)

トップページの「年金関連情報⇒年金財政関係⇒年金払い退職給付(退職等年金給付)⇒財政検証・財政再計算」からご覧いただけます。



地方公務員共済組合連合会

検索

地方公務員共済組合連合会

標準報酬月額【随時改定】について

昇給・昇格すると標準報酬月額は3か月後に標準報酬月額が改定されることがあります。

組合員の皆様の標準報酬月額は、原則として毎年定期的に行われる「定時決定」により決定し、1年間適用されます。しかし、昇給・昇格や異動等により、報酬の額が著しく変動した場合、組合員が実際に受ける報酬と決定されている標準報酬月額の間に隔たりが生じ、実態にそぐわなくなることがあります。このような隔たりを解消するために標準報酬月額を改定することを、「随時改定」といいます。

Q. 残業が続いた月が3か月連続でありました。標準報酬月額が上がって掛金（保険料）が増えますか？

A. 単に時間外勤務手当が多くなった月が3か月間続いたとしても、随時改定は行われません。昇給や昇格など固定的給与（下記例示）の変更があった場合に改定が行われる可能性があります。

固定的給与と非固定的給与（例示）

固定的給与	非固定的給与
※勤務実績に関係なく毎月一定額が支給されるもの	※勤務実績に応じて変動するもの
・給料（給料表の給料月額） ・扶養手当 ・住居手当 ・初任給調整手当 ・通勤手当 ・単身赴任手当 ・管理職手当	・特殊勤務手当 ・時間外勤務手当 ・宿日直手当 ・管理職員特別勤務手当 ・夜間勤務手当 ・休日勤務手当

Q. 随時改定の要件はどのようなものがありますか？要件に1つでも該当した場合に改定が行われますか？

A. 随時改定の要件は3つあります。その3つ全てに該当したときに随時改定が行われます。

随時改定の要件

1. 固定的給与の変動または給与体系の変更があったとき。
 2. 固定的給与に変動が生じた月から継続した3か月が全て支払基礎日数(17日)以上あるとき。
 3. 固定的給与に変動が生じた月から継続した3か月の報酬の平均額を報酬月額として算定した標準報酬の等級と、現在の標準報酬の等級に2等級以上の差があるとき。
- ※ 2等級以上の差は、固定的給与と報酬平均額（3か月の平均）のいずれも増額したか、いずれも減額した場合に限られます。

随時改定による年間の保険者算定

業務の性質上、例年、季節的に報酬が変動することにより、通常の方法によって随時改定を行うことが著しく不当であると認められる場合で、組合員の同意がある場合に年間平均による保険者算定をすることができます。組合員の同意が得られない場合は、通常の随時改定の算定を行います。

標準報酬月額の【育児休業等終了時改定】について

育児休業等を終了した組合員が、その育児休業等に係る3歳に満たない子を養育している場合に、育児休業等終了日が属する月以後4か月目に標準報酬月額を改定することができます。

組合員が育児休業等終了後、勤務時間の短縮等により報酬が下がった場合が想定されます。報酬が下がった条件を限定していないため、時間外勤務手当や通勤手当等が減少した場合も対象となります。また、報酬が上がった場合でも改定を行うことは可能です。

申出がない場合において、固定的給与の変動があった場合は随時改定の対象となります。この場合は現在の標準報酬の等級と2等級の差が要件となります。

Q. 育児休業から復職しましたが、残業をすることがなくなりました。標準報酬月額が下がって掛金（保険料）が減りますか？

A. 育児休業等終了時改定は、固定的給与の変動がなくても改定でき、1等級の差でも改定できます。

Q. 第1子の育児休業が7月31日で終了しますが、第2子の産前産後休業を出産予定日の56日前(8週間)から取得するため、8月1日から産前産後休業に入ります。育児休業等終了時改定の申出はできますか？

A. 地方公務員等共済組合法上の「産前産後休業」とは、「出産日以前42日(多胎出産の場合は98日)から出産の日後56日までの間」の休業となるため、出産日以前42日より前から産前休業を開始している場合は、育児休業等終了時改定の申出ができます。

※育児休業等終了時改定は、女性職員だけに限らず男性職員も対象となります。育児休業取得期間の長短は問われませんので、該当になる可能性がある場合は各所属所の共済事務担当者までお問い合わせください。

標準報酬月額【産前産後休業終了時改定】について

産前産後休業を終了した組合員が、産前産後休業終了日が属する月以後4か月目に標準報酬月額を改定することができる場合があります。

「産前産後休業」とは、出産の日（出産の日が出産の予定日後であるときは、出産の予定日）以前42日（多胎妊娠の場合は98日）から出産の日後56日までの間において勤務に服さないこと（妊娠又は出産に関する事由を理由として勤務に服さない場合に限る。）をいいます。

産前産後休業終了時改定は、育児休業等終了時改定同様、随時改定とは異なり、固定的給与の変動がなくても改定でき、1等級の差でも改定できます。

ただし、産前産後休業終了日の翌日に育児休業等を開始している場合は、産前産後休業終了時改定の対象とはなりませんので、ご注意ください。

Q. 産前産後休業が終了しましたが、引き続き育児休業を取得しました。まだ復職はしていません。標準報酬月額が下がって掛金（保険料）が減りますか？

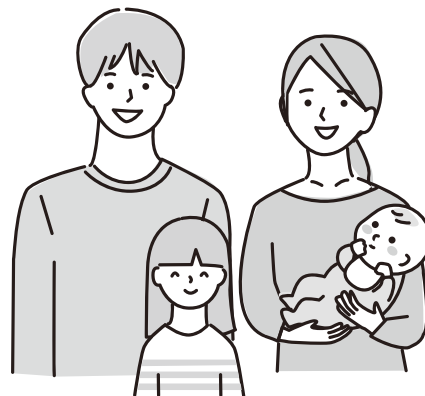
A. 産前産後休業終了日から引き続き育児休業を取得している場合は、産前産後休業終了時改定の対象となりません。産前産後休業終了後に育児部分休業の取得や育児短時間勤務に伴う勤務時間の短縮等により、報酬が下がった場合が想定されますが、復職時調整等により報酬が上がった場合でも申出ができます。

【育児休業等終了時改定・産前産後休業終了時改定】と【随時改定】の違い

	育児休業等終了時改定 産前産後休業終了時改定	随時改定
算定基礎となる 期間及び改定月	育児休業等（産前産後休業）終了日の翌日が属する月以後の3か月を算定の基礎として4か月目から改定（ 固定的給与の変動は不要 ）	固定的給与の変動 があった月以後（月の中途に固定的給与の変動があった場合は、変動後の給与が実績として1か月分確保された月以後）の3か月を算定の基礎とし4か月目から改定
支払基礎日数	支払基礎日数が17日未満の月があっても改定できるが、報酬を平均するときはその月を除く 3か月とも17日未満の場合は改定不可	支払基礎日数が17日未満の月がある場合は 随時改定を行わない
改定に必要な 等級差	1等級差 でも改定	原則として 2等級以上 の差が生じること
届出	組合員からの申出に基づき、所属所から届出	随時改定の要件に該当した場合に、所属所から届出

※子ども・子育て支援金制度の創設に伴う今後の予定

「こども未来戦略（令和５年１２月２２日閣議決定）」及び「子ども・子育て支援法等の一部を改正する法律」（令和６年法律第４７号）に基づき、児童手当等の財源に充てるために令和８年度から子ども・子育て支援金制度が創設されます。これに伴いまして、令和８年４月分から医療保険者である共済組合は、被保険者である組合員の皆様から新たに子ども・子育て支援金掛金・負担金を徴収することとなります。子ども・子育て支援金掛金・負担金率は、国が一律の率を示すこととなっておりますので、閣議決定され次第追って通知させていただく予定です。



被扶養者の資格確認調査を行います

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毎年実施しており、今年は **7 月中旬頃** を予定しています。

詳しい調査対象者及び調査方法等は、後日、各所属所の共済組合事務担当課（係）を通じてお知らせいたします。

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

- **19 歳以上**の**扶養手当なし**の被扶養者について被扶養者資格確認調査書による個別調査を予定
 - 上記以外の被扶養者は一覧表による調査を予定
- ※ 共済組合事務担当者から確認書類を求められることがあります。



調査対象外者

すべての被扶養者の中で次の①または②に該当する者は、調査対象者から除きます。

- ① 令和 7 年 1 月以降に認定された者
- ② 令和 7 年 1 月以降に継続認定の手続き（再認定）を行った者

調査方法

19 歳以上の被扶養者がいる組合員に対して、共済組合から「被扶養者資格確認調査書」を送付いたしますので必要事項をご記入のうえ、確認書類を添付して各所属所の共済組合事務担当課（係）へ提出してください。被扶養者の扶養手当の支給状況によって、添付書類が異なります。

特に**扶養手当あり**だった被扶養者が**扶養手当なし**となった場合には、確認書類の添付が必要となります。事前に扶養手当の受給の有無をご確認ください。

【扶養手当の支給要件から外れる主な事由】

- ① 被扶養者が **22 歳の年度末** を迎えて扶養手当の支給対象外となった
- ② 組合員が定年退職等により**再任用・会計年度任用職員等** になった
- ③ 被扶養者の収入が扶養手当の**基準額以上** となった など

被扶養者収入の事前確認のお願い

被扶養者が認定の基準以内であるか確認してください。被扶養者の資格調査前に基準を超えていることが判明したときは、各所属所の共済組合事務担当課（係）に被扶養者の扶養取消の手続きを申し出てください。

【認定が取消となる主な事例について】

- ① 他の者が調査対象となっている被扶養者に係る扶養手当等を受けている場合
- ② 60 歳未満の被扶養者でパートやアルバイト等の収入が**年額 130 万円（月額 108,334 円）** 以上ある場合（3 ヶ月連続して 108,333 円を超えたときは、最初の月の初日に遡って扶養の取消）
- ③ 雇用保険の失業給付（**日額 3,612 円**、60 歳以上の方は**日額 5,000 円**以上）を受給している、またはしていた場合
- ④ 60 歳以上の方で認定基準額（**年額 180 万円、月額 15 万円**）以上の収入がある場合

- ⑤障害を事由とする公的年金受給者の方で、年金と他の収入を合わせた額が認定基準額（**年額 180 万円、月額 15 万円**）以上の収入がある場合
- ⑥父母合算により認定基準額以上となった場合
- ・ 父母ともに 60 歳未満または障害年金受給者でない場合・・・ **221 万円**
 - ・ 父母のうち一方のみが 60 歳以上または障害年金受給者である場合・・・ **263.5 万円**
 - ・ 父母ともに 60 歳以上または障害年金受給者である場合・・・ **306 万円**
- ⑦別居の被扶養者に仕送りをしていない、または仕送り金額が足りない場合等
- ・ 組合員から被扶養者へ 1 人当たり 3 万円以上かつ被扶養者それぞれの収入額の 1/2 以上の仕送りがない
 - ・ 仕送りをするにより組合員世帯の生計費が著しく下がっている
- ⑧海外に居住して就労している場合（留学しているときは除く）

被扶養者の調査に向けて準備をお願いします

- ①別居の場合は、仕送り額がわかる明細書（**A T M明細書や通帳のコピー等で、組合員から被扶養者への仕送り額が確認できるもの**）（1 月～6 月）
- * 仕送りした組合員と受け取った被扶養者の氏名が確認できない書類の場合は、双方の通帳の表紙（氏名確認のため）と送金したことが確認できるページの写し等を提出していただきます。
- ②アルバイト等の給与収入がある場合は給与明細書の写し（1 月～6 月）
- ③給与収入以外（農業・自営業その他）の場合は、令和 6 年の確定申告書の写しと収支内訳書の写し（令和 7 年に確定申告したもの）
- ④無収入の場合は、令和 6 年分の所得証明書（証明内容が令和 6 年分）または所得に関する情報連携によるデータ取得のための同意書
- * 情報連携で取得できない場合は所得証明書が必要
- ⑤在学証明書または学生証のコピー（**有効期限の記載があるもの**）
- * 高校生については有効期限の記載がなくても可
- ⑥調査対象者が子（扶養手当無し）の場合は、組合員の配偶者の収入確認ができるもの（直近 3 か月間の給与明細書のコピーまたは所得証明書）
- * 配偶者が組合員の被扶養者である場合は不要

ご注意ください

※提出締切日までに提出がない場合は**扶養取消となります**。また、審査時に追加書類をお願いすることがありますが、その追加書類の提出がない場合も**扶養取消となります**。

※遺族年金、障害年金、傷病手当金については非課税所得ですが、収入とみなします。

※確認の結果、被扶養者の要件を満たしていない場合は、要件を満たさなくなったときから被扶養者資格を喪失します。喪失日以降に医療機関を受診していると**医療費の返還が必要となります**のでご注意ください。

※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。

※お問い合わせにつきましては、各所属所の共済組合事務担当課（係）を通じてお願いします。

資格確認書の交付について

黄色の組合員証（被扶養者証）を交付している方の中で、マイナ保険証を保有していない方に桃色の資格確認書を令和7年8月末頃に交付予定です。

令和6年12月2日から「マイナ保険証」での医療機関等の受診が基本となっており、既に交付されている黄色の組合員証（被扶養者証）で受診できるのは、令和7年12月1日までとなっています。そのため、12月2日以降にマイナ保険証を保有していない方が医療機関で受診するときは、今回交付する資格確認書の提示が必要となります。

マイナンバーカードおよび電子証明書の有効期限等について

有効期限の3か月ほど前に、有効期限をお知らせする「有効期限通知書」が自宅に送付されます。手続き方法の詳細は、同封されている更新手続きの案内に従ってください。

マイナンバーカード

【有効期限】

○カード発行時に18歳以上：カード発行から10回目の誕生日まで

※令和4年3月31日までに、交付申請された20歳未満の方のマイナンバーカードの有効期限はカード発行から5回目の誕生日まで

○カード発行時に18歳未満：カード発行から5回目の誕生日まで

【更新手続き】

送付されてきたマイナンバーカード交付申請書を使って申請します。更新には下記の4つの方法があります。

* スマートフォンで申請するとき必要なもの

- ① 交付申請書の中にある
オンライン申請用QRコード
- ② スマートフォン ③ 顔写真データ

* パソコンで申請するとき必要なもの

- ① 交付申請書に記載された申請書ID
- ② パソコン
- ③ 顔写真データ

* 証明用写真機で申請するとき必要なもの

- ① 交付申請書の中にある
オンライン申請用QRコード
 - ② お金
-  このマークが目印

* 郵便で申請するときに必要なもの

- ① 交付申請書
- ② 顔写真
- ③ 返信用封筒

カードの仕上がり早い
オンラインでの申請が
おすすめです



電子証明書

【有効期限】

年齢にかかわらず、電子証明書の発行から5回目の誕生日まで

【更新手続き】

マイナンバーカードと有効期限通知書（持参しなくても手続き可能）を持って、お住いの市町村役場の窓口で手続きをします。また、更新には、カード交付時に設定した暗証番号が必要です。

* 署名用電子証明書…6～16桁の英数字

* 利用者証明用電子証明書…4桁の数字

* 住民基本台帳用…4桁の数字

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（標準負担額減額認定証は7月31日）までとなります。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。

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。

*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。

◆令和7年4月から入院時食事療養費が変更になりました

昨今の物価高の影響で食材料費が高騰したことにより、入院時の食費1食につき、20円引き上げることとなりました。

また、所得の状況やその他の事情を考慮して厚生労働省令で定める者等については、1食につき10円～20円引き上げる内容となっています。

（例）1食の食事代が880円の場合

標準負担額（自己負担額）	入院時食事療養費（共済組合負担）
510円	370円

窓口で負担する額は標準負担額のみとなります。

住民税非課税世帯の場合、入院時食事療養費が減額されます。また、過去1年間の入院日数が90日を超えると、下記の表のとおり標準負担額が減額されます。

課税区分等	1食につき
一般（住民税非課税世帯ではない場合）	510円
住民税非課税世帯	240円
住民税非課税世帯かつ過去1年の入院日数が90日を超える場合（※）	190円

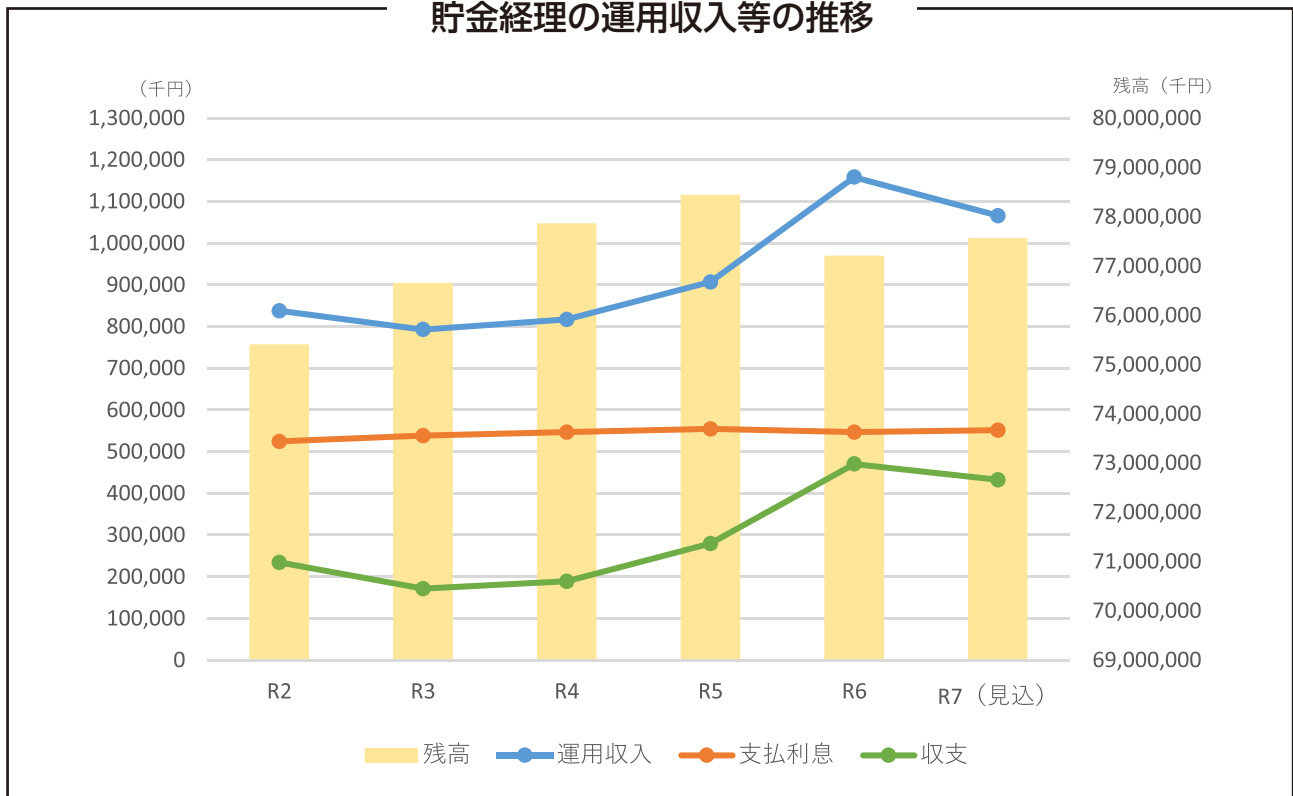
（※）申請した月の翌月1日から適用

共済貯金の運用状況（令和7年5月末）

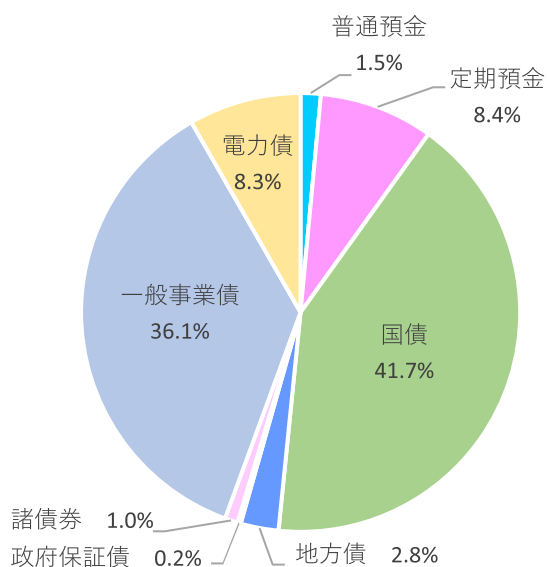
共済組合では、お預かりした貯金につきまして、主に債券による運用を行いその運用益から利息をお支払いしております。

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 820 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	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

貯金係からお知らせ

貯金事業は、高知県市町村職員共済組合の福祉事業の一環として、組合員のみなさまからお預かりした資金を安全かつ効率的に運用し、利息を還元する事業です。

年利 0.75% (半年複利)

積立方法

- ◆定例（給料）積立
 - ◆賞与（ボーナス）積立
 - ◆臨時積立・・・
- 給料・賞与（ボーナス）から控除
随時預入れ可能。（銀行振込のみ）
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

「積立貯金一部払戻請求書」に必要事項を記入、押印し、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
- ◆締切日と送金日：公式HPでご確認ください。

貸付係からお知らせ

**年利 1.26%
(変動金利)**



共済組合の住宅貸付は簡易に手続きができます。

手数料無し・抵当権無し・保証人無しで貸付けいたします。

民間の金融機関ローンとの併用もできますので、ぜひご検討ください。

こころの雨宿り

100歳になっても 「やってみたい」ことがある 人生を!

関屋 裕希 臨床心理士、心理学博士

仕事や家事がひと段落して、まとまった時間ができたとき、皆さんは、パッと「これをしたい!」ということが頭に浮かびますか? 恥ずかしながら私はさっぱり浮かばず、手持ち無沙汰に過ごしてしまうことがありました。そんな反省から今年から始めたのが、「やってみたいこと100のリスト」です。これは、自分がやってみたいと思うこと(小さなことでも構いません)をただただ挙げてリストを作っていく、というものです。例えば、私のリストの一部をご紹介しますとこんな感じです。

- 子連れキャンプをする
- 白みそを使ったチーズケーキを作る
- 俳句の体験教室に行く

もっと日常的なことでは、「まだ行ったことのない近所の〇〇というカフェでコーヒーを飲む」、「バスタオルをふかふかのものに替える」なんてものも。そして、実際にやってみたら、リストにその日付を書き込んでいきます。

リストを書き始めたときにまず私がぶつかったのが、100個もやりたいことが思い浮かばない! という壁でした。100個どころか、20個手前くらいで手が止まってしまうのです。あまりのやりたいことのなさ^{がくぜん}に愕然としましたが、これは悪い経験ではあり



ませんでした。

その日から、「何か面白そうなことはないかな」、「やってみたいと思えるものはないかな」と、自然とやりたいことを探しながら過ごすようになったのです。そうすると、友だちの話を聞いていても、街を歩いていても、やってみたいことを探そうというワクワクした視点に変わっていきます。

さらに、そのリストを手帳に挟んでおいて、2週間に1度くらい見直すと、「あ、これはやったな」、「これもこの間やった」とプチ達成感を感じられるのです。リストの項目が少し減ってきたら、また書き加えて、やったら日付を書き込んで……毎日がワクワクとプチ達成感の繰り返しです。

時間ができても手持ち無沙汰だった自分とはさようなら。100歳になっても、「やってみたい!」ことが100個あるといいなあ、なんて今は思っています。



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

野菜をたくさん食べる 夏のメニュー

茄子に含まれるアントシアニンは抗酸化作用と加齢による視力低下を予防してくれます！

高知県栄養士会 管理栄養士 長野寛子

今回の献立に使用した一人あたりの野菜はこちら 

野菜にはこんな効果が (^ ^) /

☆食べすぎを防ぐ☆腸内環境改善☆加齢やストレスに対抗し、がん予防も

☆脂質改善☆血圧上昇抑制☆の効果があります✳

〈加齢やストレスに対抗し、がん予防も〉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老化の抑制や肌トラブルの予防、病気の予防効果があります。



高知県産野菜たっぷりのつけそうめん



高知県産野菜をたくさんのもせてワンプレートで野菜もたんぱく質もとれる♪

材料（2人分） そうめん150g、茄子60g、トマト60g、きゅうり60g、みょうが16g、ネギ4g、生姜12g、卵50g、ロースハム30g、めんつゆ（表示どおりに希釈して）160ml、ごま小さじ1/4、ごま油小さじ1

- ① なすはへたを落として縦半分に切り、斜めに隠し包丁を入れる。フライパンにごま油を入れ茄子に焼き色がつくまで焼く。
- ② トマトは1cm角に切り、きゅうり、みょうがは千切りにする。ロースハムは半分に切り重ねて細切りにする。ねぎは小口切りにし、生姜はすりおろす。
- ③ 卵をボウルにといてフライパンで薄く焼き、錦糸卵をつくる。
- ④ そうめんをゆでて冷水で2、3回あらって水を切り、器に①②③と一緒に盛り付ける

ピーマン DE チャンプルー

ゴーヤの代わりに高知県産ピーマンを使用したチャンプルーです♪

材料（2人分） ピーマン120g、人参50g、豆腐140g、豚肉60g、たまご50g、かつお節、A（醤油3g、塩2g、だし汁50ml）、油小さじ1

- ① ピーマンは縦半分に切り、種をとって1cm幅3cm程度の長さに切る。人参はピーマンの大きさに合わせて短冊切りにする。豚肉は食べやすい大きさに切る。
- ② フライパンに油をひき、豚肉入れて炒め色が変わってきたら①を炒める。
- ③ ②に豆腐を手でちぎって入れ、Aを加えて煮立たせる。
- ④ ③に溶き卵を入れて、火が通ったら器にもってかつお節をかける。



スイカゼリー

スイカの食感ものこしたゼリーです♪

材料（3個分） スイカ450g、飾り用スイカ75g、砂糖大さじ1、ゼラチン11g、水大さじ2、キウイ30g飾り用15g、かき氷シロップ（みどり）28mlと水80ml、ゼラチン5g、ホイップクリーム7g、チョコチップ1g

- ① 飾り用のスイカを丸くくり抜いて、残りはビニール袋に入れて水分が出てくるよう手でつぶし、ボウルに移しておく。キウイは飾り用を切って、残りのゼリー用は5mm角の大きさに切る。
- ② フライパンにかき氷シロップ（みどり）28mlと水80mlと①で切ったゼリー用のキウイを入れて沸騰させ、ゼラチン5gを入れて混ぜ、粗熱が取れたら器に入れて冷蔵庫で冷やし固める
- ③ ②が固まっていることを確認してから、ゼラチン11gに水大さじ2を入れてふやかし電子レンジで10秒加熱してとかし、ボウルに移しておいたつぶしたスイカにまぜて②の器の中に入れて冷蔵庫で冷やし固める。
- ④ 固まったら取り出してスイカ、キウイ、ホイップクリーム、チョコチップを盛り付ける。

健康増進施設及び宿泊施設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」、全国の契約宿泊施設では「宿泊施設利用助成券」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。

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のみです。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。



【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。



なお、資格確認の証明となるものは下記の①～⑤のとおりですので、ご確認くださいませようお願いします。

組合員または被扶養者の資格確認の証明となるもの	①マイナポータルの資格情報画面 ②組合員証及び、被扶養者証（保険証）（令和7年12月1日まで） ③資格情報通知書（資格情報のお知らせ） ④資格確認書 ⑤後期高齢者組合員証
--------------------------------	---



市町村・都市職員共済組合「旅と宿」

宿

泊

施

設

一
覧

【令和7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
札幌駅から徒歩約5分。ビジネスや観光などの拠点として大変便利な立地でサウナ、ジャクジー完備の「ガーデンスパ」でくつろぎの時間をお過ごしいただけます。宿泊日により料金変動いたしますので、詳しくはホームページにてご確認ください。

〒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/>

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 松島町 パレス松洲(まつしま)
1泊2食付 **13,450円**(税込入湯税込)～
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りゾート・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 宮城県宮城県松島町高城字浜38
☎022-354-2106
<https://www.palace-matsushima.jp/>

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>



北海道

東北


**茨城県
大洗町 大洗鷗松亭**

1泊2食付 **17,695円**(税サ込)～
令和6年7月リニューアルオープン。工夫を凝らした新しい
個室・全室椅子とテーブルの和モダンな食事処・大洗温泉
の大浴場。新たな大洗鷗松亭をぜひご利用ください。
〒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
那須町 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遅山3375-637
☎0287-78-1636
<https://www.nasunomori-village.jp>


**群馬県
草津町 アルペンローゼ**

1泊2食付(税サ入湯税込) 平日 **14,549円**～
シーズン **15,759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
<https://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.kuroshios.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 **13,168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
湯河原町 湯河原温泉 ちとせ**

1泊2食付(税サ入湯税込)
平日 **15,275円**～ 土・祝前日 **17,695円**～
※令和6年8月1日にリニューアルオープンいたし
ました。皆さまのご来館をお待ちしております。
〒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)～
※令和7年6月料金改定 **12,150円**～
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 新潟県長岡市新陽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 **11,645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%利用したエコでいやしの温泉施設です。
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
<https://www.kyousai-niigata.jp/>


**富山県
立山町 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 **13,800円**～ 土・特定日 **14,800円**～
北陸最古の温泉。1300年絶ゆることなく湧き
続ける粟津のお湯と新鮮な日本海の幸をお愉
しみください。
〒923-0316 石川県小松市井口町木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
<https://www.koshiji.biz>



静岡県
熱海市 **シーサイドいずたが**

1泊2食付(1室2名利用時)
平日(1名様料金) **15,475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泊素泊り **6,500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**～
宿泊料金は、休前日・特日(万博期間含む)により変動いたします。詳しくはお問い合わせください。

〒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)※お部屋の指定はできません。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
新温泉町 **ゆめ春来**

1泊2食付 4月～10月 **13,610円**(入湯税別)～
11月～ **14,410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
三朝町 **渓泉閣**

1泊2食付 ※入湯税(150円)別途
和室(3名以上) **15,800円**～
休前日 **16,800円**～
ご利用人数によって宿泊料金が変わります。
詳細はお問い合わせください。

〒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 **8,900円**(税サ込)～
ツイン朝食付 **8,500円**(税サ込)～
1泊2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-hakuchō.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 **6,500円**(税込)
ツイン(2名1室) **12,600円**(税込)～
1泊2食付 **9,100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 ホテルマリナパレスさぬき

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 **13,700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 **4,400円**(税込)～、
ツイン・和室(2名1室) **10,560円**(税込)～
朝食バイキング **800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 マリンパレスかごしま

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 鹿児島県鹿児島市次郎2-8-8

☎099-253-8822

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

組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/fukushi/health-resort/sogosite.php>

高知県市町村職員共済組合 様

 **ベスト電器**
BEST

このチラシをお持ちください。スマホで撮って
ご提示いただいても結構です。

夏の快適家電
フェア

ご優待期間

チラシお受け取り次第～8月31日(日)まで

ご優待特典

店頭表示
価格より

10%

値引きします

※他の特典との重複割引はできません。

※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。

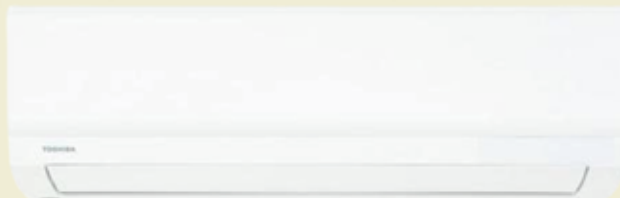
省エネ家電 冷蔵庫・洗濯機がおすすめ!

今回の目玉品

ルームエアコン

おもに6畳
東芝
RAS-U221M

冷房目安：6～9畳
暖房目安：5～6畳



ズバリ
特別
価格

69,800円 (税別)

取付工事費別途

(税込価格 76,780円)

エアコンご購入のお客様へ エアコン取付工事の一例

●木造モルタル(平屋)地面取付・4.9kW以下の場合

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)

※当社でお買い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。※取付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)が必要となります。※エアコン本体のみの販売はいたしておりません。

高知本店

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

法人営業部

高知市知寄町 2-1-29
☎(088)885-9302
あさ10時▶よる6時

高知西店

高知市朝倉丙 323-1
☎(088)843-1100
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

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 (白黒印刷も可)

科学で、着るを変えていく。



対象期間
2025
10/31(金)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

猛暑対策 この夏、困らないシゴト服。

夏の涼しいウェア特集

新定番のオフィスカジュアル

極上な滑らか素材で作られていてクセになる。

シルクエッスムースポロシャツ

クーポン 価格税込6,589円の品
提携割引 4,572円
ご利用で (税込5,030円)

前見頃と後見頃はカットソー裏地付き。
オフィスで安心の5分袖ブラウス。

SOFFICE 5分袖ブラウス

クーポン 価格税込5,049円の品
提携割引 3,312円
ご利用で (税込3,644円)

涼しい！メンズサマーフォーマル

生地を夏用に薄くし、
軽くて通気性も高く暑い時期でも快適。

サマーフォーマル

クーポン 価格税込43,890円の品
提携割引 28,728円
ご利用で (税込31,600円)

夏でも着られる
レディースフォーマル

ジャケット無しで夏仕様に。

レディースフォーマルアンサンブル

クーポン 価格税込21,890円の品
提携割引 14,328円
ご利用で (税込15,760円)

0秒アイロン

大好評 1,000万枚突破!

i-Shirt

洗う、干す、
着る、だけ

※2023年4月1日～2025年1月31日の期間
における当社限定「アイロン」アンダーウェアの
累計販売枚数突破

この夏活躍する
旬おすすめ新作アイテム

2025 SUMMER INDIVI

はるやま P.S.F.A. |提携|割引|
お買い上げ合計金額より 10%OFF

本チラシをご持参、または本チラシ画像をご提示ください

他の割引特典との併用不可。他の企画(団体)・販売店との併用不可。オーダー商品、特別仕入れ品、特価品、送料、お直しは適用できません。

大きいサイズ専門店 |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ができません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。■同時期の商品を多くご用意しておりますが、万一品切れの際はご容赦下さい。
※価格は2025年2月9日～2025年4月30日の期間内、4週間毎の更新において販売した最良価格を掲載します。

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

値下げ販売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・ジャケット・フォーマル

1着税込21,890円以上の品
ジャケット1着税込17,490円以上の品
フォーマル1着税込32,890円以上の品

1点限り

10%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。
※値下げ販売価格より割引となります。有効期限 2025.10.31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・フォーマル

1着税込21,890円以上の品

1点限り

10%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。
※値下げ販売価格より割引となります。有効期限 2025.10.31まで

【はるやま専用 スペシャルクーポン】

その他のアイテム

メンズ 1点税込2,849円以上の品
レディース 1点税込3,289円以上の品

1点限り

500円引 (税込)

※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。
※値下げ販売価格より割引となります。有効期限 2025.10.31まで

はるやまの
店舗情報は
コチラ！

フォーエルの
店舗情報は
コチラ！

ポイントが貯まる!使える!

d POINT

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

※一部ブランド・メーカー・オーダー・特価品はクーポン対象外とさせていただきます。※クーポンにはお一人様1回1点限りとなります。※クーポンご利用の場合は、別途ネーム入れ・補正料金を
お預けください。※商品送料、送料、オーダー商品は対象外となります。※値に上乗せの場合はお断りしますが、次回にご利用ください。



高知県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)



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

このQRコードを
読み取るとスマホに本広告が
表示されます。

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。

店内商品1点購入特別割引クーポン券

1点購入¥2,000以上の品

10%OFF + さらに **提携割引 10%OFF**

【有効期間】
本日より2025年10月31日(金)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枚のみでご利用いただけます。●1店舗でご利用いただけます。●手帳型・両面テープ・一部セル・一部セルとの併用はできません。●賞券換領・換領・オーダー・クレジット・現金および企業振替一部取扱店舗は限ります。●オンラインストア・スマホ・その他全館の洋服の青山店舗でご利用いただけます。●提携割引：QRコードにはAOYAMAタイアップカードの読み取りが必要です。●詳しくは店舗スタッフまで。

入会金・年会費 **無料** 「AOYAMAタイアップカード」の登録が
アプリでできるようになりました。

洋服の青山
AOYAMA TAILOR SINCE 1964

洋服の青山公式アプリ
お買い物をもっと楽しくカンタンに！

いますぐ無料ダウンロード
こちらから
ダウンロードできます▶

タイアップCD 5464 パスワード br8fp

▼入会後はご自宅でカンタンに購入可!▼
洋服の青山オンラインストア

1. 店舗受け取り サービスで送料無料で 2. 商品 お取り置き サービス

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

3. **10%OFF!**

オンラインストアのお買い物も

いつでも、どこでも、だれにでも！最安値の
ZERO PRESSURE

PREMIER TECHNOLOGY

ゼロプレッシャースーツ
¥9,900~の品
¥8,019~

オーダースーツなら
Quality Order
SHITATE

オーダースーツ
1着¥31,900~の品
AOYAMAタイアップカードで換算で
1着¥28,710~

94%以上
リバーシブル

“透けない”白

※このシリーズの透けないカットソーは
タテコシに特殊な糸を使用することで実現。
特に熱くなる日も安心して使える。

※洗濯回数30回 50℃洗濯

カットソー
¥4,290~の品
クーポンコード利用+AOYAMA
タイアップカードで換算で
※すぐ ¥3,474~

3つのポイント
全て
貯まる!使える!

POINT d POINT AOYAMA
ポイント

「他社製品もOK!」
使わなくなった衣類を
お持ちください!

下取り

オーダースーツなら
Quality Order
SHITATE

オーダースーツ
1着¥31,900~の品
AOYAMAタイアップカードで換算で
1着¥28,710~

94%以上
リバーシブル

※本広告はイメージです。※本広告掲載内容は、2025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。※商品価格・その他お買い上げ金額は、別途送料・送料を別途いたします。※送料・送料は別料金となります。ご了承ください。※詳しくは店舗スタッフまで。

洋服のお直し承ります

※一部店舗は、当社商品のみの対応となります。
※お持ち込みにつきましては、作業時間がかかります。
※詳しくは店舗スタッフまで。

ご相談ください!

着用品のお品物は
クリーニング後(洗濯後)
にお持ちください。

詳しい内容は
こちらから▶

仕事場にお悩みの方必見!
ビジネスウェアガイドや
店舗検索はこちら▼



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2条第4項の政令で定める医療機器であり、第6項の管理医療機器です。

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*！

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

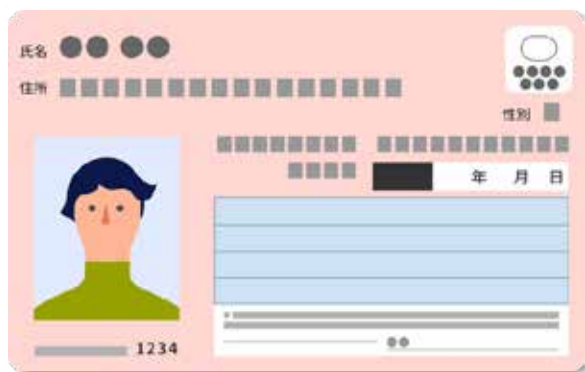
C2403-os1

医療機関・薬局では、 以下のいずれかで受付をお願いします

マイナ保険証

受付時に顔認証ができない際に必要となる、
マイナンバーカードの

4桁の暗証番号を、お忘れなく！



何らかの事情で、
マイナ保険証での受付が
出来ない場合



健康保険証

有効期限は**最長1年間**
(令和7年12月1日まで)



資格確認書



マイナ保険証ならではのメリット

- ✓ 過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる
- ✓ 突然の手術・入院でも高額支払いが不要になる
- ✓ 救急現場で、搬送中の適切な応急処置や病院の選定などに活用される

この他にも、日常生活の中で利用できるシーンが広がっています。
ぜひ日頃からマイナンバーカードを持ち歩いて、ご活用ください！



連続テレビ小説

見に来てや！

「あんぱん」展

in香美市

連続テレビ小説「あんぱん」
展 in香美市 開催中！
ぜひご来場ください。



▲柳井 嵩の部屋再現展示



- ◆ 開催期間：2025年4月26日～10月31日
- ◆ 時 間：9時～21時45分（営業時間中）
- ◆ 会 場：土佐山田ショッピングセンターバリューノア店内
（高知県香美市土佐山田町栄町222番地）
- ◆ 入 場：無料
- ◆ 展示内容：柳井 嵩の部屋セット再現・衣装・パネル展示 他



【主催】香美市

【問い合わせ先】香美市企画財政課 やなせたかし先生
顕彰事業推進室（通称：あんぱん室）

電話：0887-53-3114

※バリューノア店へのお問い合わせはご遠慮ください。