令和5年7月1日発行　兵庫県市町村職員共済組合

ひょうご共済

SUMMER
NO.203
2023

令和４年度決算概要……2
第185回組合会を開催　ほか……6
医療保健課から
令和４年度健診結果に基づく
『重症化予防のための受診勧奨』実施結果　ほか……7
短期人間ドック・脳ドック利用助成対象外の方にお知らせします！ 9
医療費のお知らせを配付します　ほか……10
令和５年度（後期）健康セミナーのご案内……11
禁煙に挑戦しましょう……13
医療保健課からのお願い……14
こころの雨宿り……15
年金管理課から
雇用保険法の給付を受けられるときの調整……16
「ねんきん定期便」が発送されます……17
年金審査課から
老齢年金の繰下げ受給のしくみが一部変更になりました……18
資格管理課から
被扶養者の仕送り要件の変更を行います　ほか……20
被扶養者の資格調査を本年７月に実施します……21
資格管理課からのお願い　ほか……23
貯金払戻日カレンダー……24
総務課から
「団体信用生命保険」・「債務返済支援保険」のご案内……25
共済組合職員募集　ほか……26
総務課からのお願い　ほか……27
目指せ！健康マイスター……28
てくてくひょうごウォーキング　高砂市……30
遺族附加年金事業「きずな」のご紹介……32
ちょっとブレイク　クイズパーク……34
他府県施設紹介
高知県市町村職員共済組合
「高知共済会館　COMMUNITY SQUARE」……35
パパッとできる！野菜たっぷり健康ごはん……36
直営施設紹介「ひょうご共済会館からのお知らせ」　ほか……37
「ゆめ春来」……38
ゆめ春来からのご案内
組合の概況／令和５年５月の医療費状況……40

表紙写真：高砂市「舟板塀のある路地」

てくてく ひょうごウォーキング
高砂市 P30

ご家族の皆さまと一緒にご覧ください。

令和4年度決算概要

令和4年度の決算は、6月8日に開催された第185回組合会において承認されました。
その概要は次のとおりです。

総 括 事 項

組合員数等の状況

種　別	組合員数（人）	被扶養者数（人）	平均標準報酬月額（円）	
一般組合員（特別職組合員）	35,876（124）	30,439	長期	402,141（635,241）
			短期	417,767（768,790）
短期組合員	16,136	3,738	短期	186,654
市町村長組合員	36	36	長期	647,500
			短期	891,944
特定消防組合員	4,167	6,486	長期	420,669
			短期	420,755
長期組合員	11	——	長期	650,000
			短期	1,233,636
後期高齢者等短期組合員	54	——	短期	275,407
市町村長長期組合員	4	——	長期	650,000
			短期	832,500
継続長期組合員	4	——	長期	545,000
小　計	56,288	40,699	長期	404,394
			短期	352,086
任意継続組合員	355	204	短期	353,391
合　計	56,643	40,903	長期	404,394
			短期	352,095
第3号厚生年金被保険者	40,034	——	——	404,134

※（ ）内は、特別職組合員に係る数値です。

令和4年度末の市町及び一部事務組合数

市	28
町	12
一部事務組合等	40
合　計	80

組合員数（任意継続組合員を除く）については、16,441人増の56,288人となりました。

被扶養者数（任意継続組合員を除く）については、3,078人増の40,699人となり、組合員1人当たりの扶養者は、0.72人となりました。

令和4年10月から短時間勤務職員等の非常勤職員が組合員となり、組合員数及び被扶養者数が大幅に増加しました。

各経理の収支状況

経理名		収　入	支　出	当期損益金
短期経理	短期分	309億4,632万円	306億7,675万円	2億6,957万円
	介護分	31億4,171万円	31億2,524万円	1,647万円
厚生年金保険経理		579億6,043万円	579億6,043万円	0円
退職等年金経理		37億131万円	37億131万円	0円
経過的長期経理		2億6,546万円	2億6,546万円	0円
退職等年金預託金管理経理		0.1万円	0.1万円	0円
経過的長期預託金管理経理		5,341万円	5,341万円	0円
業務経理		6億2,904万円	6億5,371万円	△ 2,467万円
保健経理		9億7,457万円	9億4,211万円	3,246万円
宿泊経理	ゆめ春来	2億2,219万円	2億5,705万円	△ 3,486万円
	共済会館	1億4,555万円	1億5,395万円	△ 840万円
貯金経理		10億347万円	8億1,353万円	1億8,994万円
貸付経理		1,853万円	1,739万円	114万円

短 期 経 理

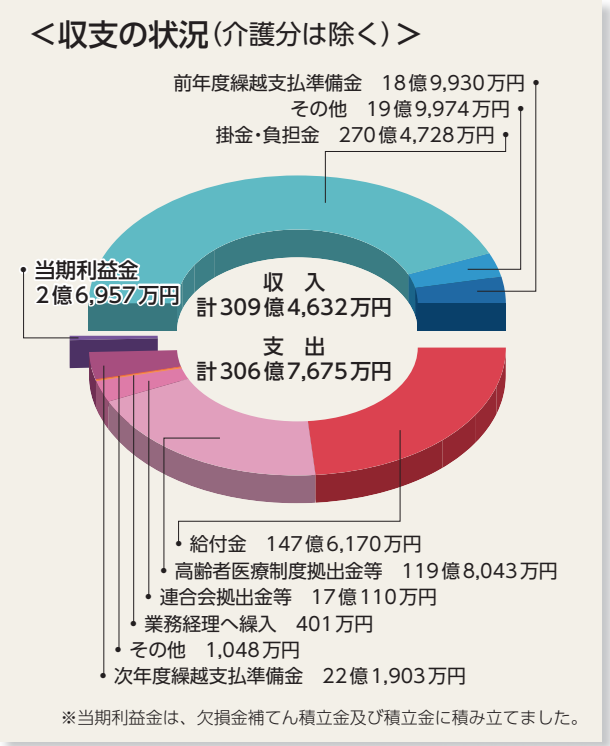
この経理は、組合員と被扶養者の公務外の病気、けが、出産、死亡、休業及び災害等に対して給付を行う経理です。

令和4年度は、組合員数の増加に伴い、短期財源率を1.06ポイント引き上げ、97.7‰で運営を行い、給与改定等により約2億6,957万円の当期短期利益金を生じる結果となりました。

今後も高齢者医療制度への支援金や介護保険制度への納付金の増加が見込まれ、厳しい財政状況となっています。

皆さまにおかれましては、日頃からの健康管理を心がけていただくとともに、特定健康診査・特定保健指導、ジェネリック医薬品等を積極的にご活用いただき、医療費の削減になお一層のご協力をお願いします。

※‰＝1,000分比です。



厚生年金保険経理

この経理は、厚生年金相当部分等に係る組合員保険料及び自治体からの負担金等の収入を全国市町村職員共済組合連合会（以下「連合会」といいます。）へ払い込む経理です。

令和４年度は、収入約 579 億 6,043 万円となり、これを全額連合会へ払い込みました。

退職等年金経理

この経理は、被用者年金の一元化により職域年金部分廃止後に創設された、「退職等年金給付」に係る掛金及び自治体からの負担金収入を連合会へ払い込む経理です。

令和４年度は、収入約 37 億 131 万円となり、これを全額連合会へ払い込みました。

経過的長期経理

この経理は、被用者年金一元化前に決定された公務障害・公務遺族年金等に係る経理です。一元化前の公務等に係る費用負担につきましては、自治体が負担することとなっており、その収入を連合会へ払い込む経理です。

令和４年度は、収入約２億 6,546 万円となり、これを全額連合会へ払い込みました。

退職等年金預託金管理経理

この経理は、連合会の退職等年金経理から本組合への預託金を管理するための経理です。令和４年度は、約 0.1 万円の利息収入が生じ、利益金全額を連合会に支払いました。これにより、令和４年度末の連合会預託金額は約 2,659 万円となりました。

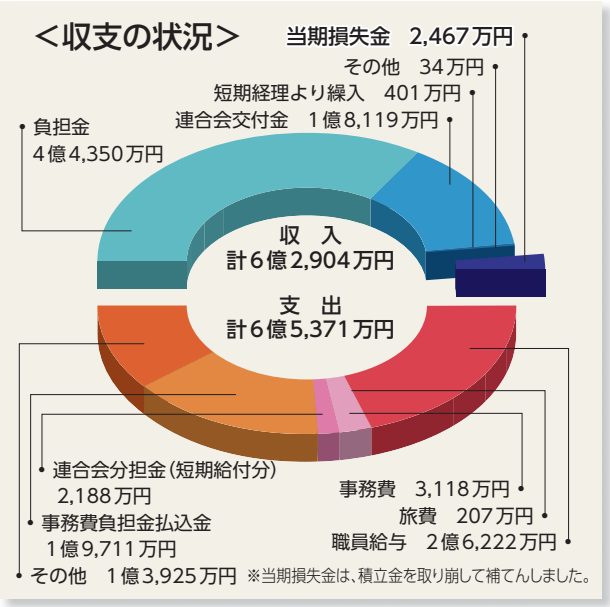
経過的長期預託金管理経理

この経理は、連合会の経過的長期経理から本組合への預託金を管理するための経理です。令和４年度は、約 5,341 万円の利息収入が生じ、利益金全額を連合会に支払いました。これにより、令和４年度末の連合会預託金額は約 33 億 8,110 万円となりました。

業務経理

この経理は、組合の管理運営に要する人件費等の事務的経費と、短期給付、長期給付等の事業を行うために要する費用を賄う経理です。財源は、地方公共団体負担金（組合員１人当たり年額11,070円）と短期経理からの繰入金（組合員１人当たり年額100円）及び連合会からの交付金（組合員１人当たり年額4,024円）です。

令和４年度は、約2,467万円の当期損失金を生じ、積立金を取り崩し充当しました。

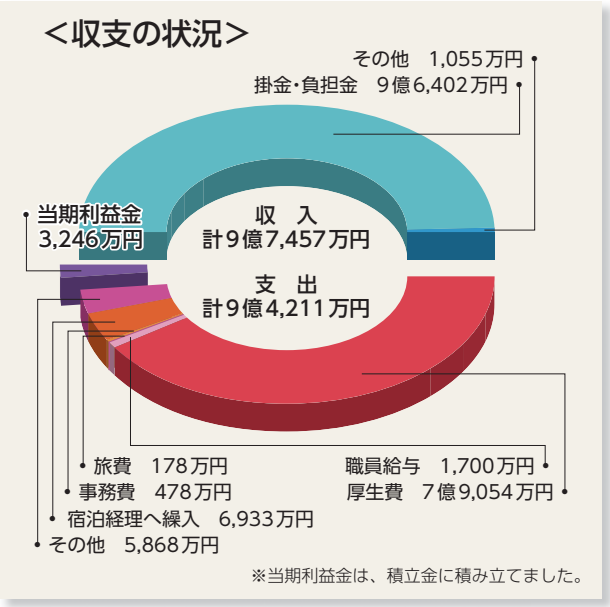


保健経理

この経理は、組合員と被扶養者の疾病予防と健康の保持増進などの保健・保養に関する事業及び40歳以上75歳未満の方を対象とした特定健康診査・特定保健指導を行う経理です。

支出の大部分を占める厚生費は、短期人間ドック・脳ドック、成人病検診など各種検診の助成費用で、新たに実施した巡回歯科健診では225人が利用されました。

令和４年度は、約3,246万円の当期利益金を生じ、これを全額、積立金に積み立てました。



保健・保養及び教養に資する事業の概要について

項目			決算額	概要
保健事業	保健関係	人間ドック	3億8,348万円	組合員　1泊2日5,343人　2日泊なし531人　1日9,294人 被扶養配偶者　〃　119人　〃　12人　〃 1,001人
		脳ドック	4,428万円	2,215人
		成人病検診	1億6,531万円	a組合員12,437人　b組合員19,017人　計31,454人
		乳がん検診	1,509万円	組合員3,251人　被扶養配偶者605人　計3,856人
		子宮がん検診	990万円	組合員2,464人　被扶養者1,070人　計3,534人
		医薬品配布ほか	8,029万円	薬剤配布42,690人　歯科衛生用品配布2,041人
		インフルエンザ助成	1,426万円	14,257回
		健康管理保健指導助成	139万円	14所属所
		巡回歯科健診	72万円	225人
		禁煙外来助成	0円	
		小計	7億1,472万円	―――
	保養関係	保養所利用助成	6,032万円	ゆめ春来　組合員2,905人　被扶養者3,047人 ひょうご共済会館　組合員5,978人　被扶養者2,277人 他施設　組合員　544人　被扶養者　358人
		海・山の家利用助成	90万円	海の家　100人　山の家　555人　計　655人
		退職組合員保養所利用助成	1,117万円	567枚（1枚2名まで）
		小計	7,239万円	―――
	図書・広報	育児誌配布	299万円	延べ699部
		ホームページ	10万円	ホームページ運営費用
		小計	309万円	―――
	講座	健康づくりセミナー	39万円	6回　延べ276人
特定健診・保健指導		特定健康診査	1,734万円	11,859人　（前年度分含む）
		特定保健指導	748万円	動機付け支援　575人　積極的支援　441人
		小計	2,482万円	―――
その他		災害見舞金	0円	―――
合計			8億1,541万円	―――

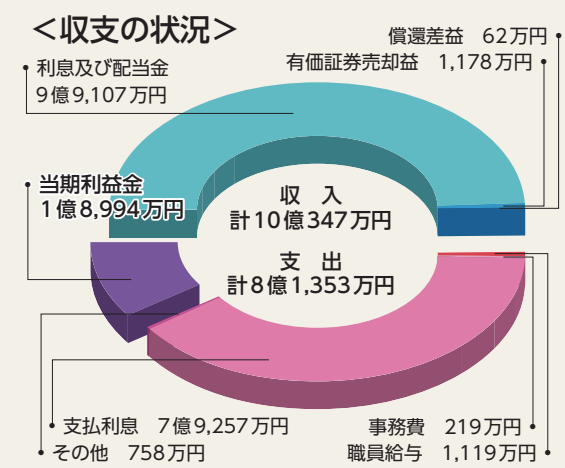
貯 金 経 理

この経理は、組合員の皆さまの大切な資産をお預かりし、安全かつ効率的な運用に努め、より有利な利息を還元する経理です。支払利率は 0.6%（半年複利）。

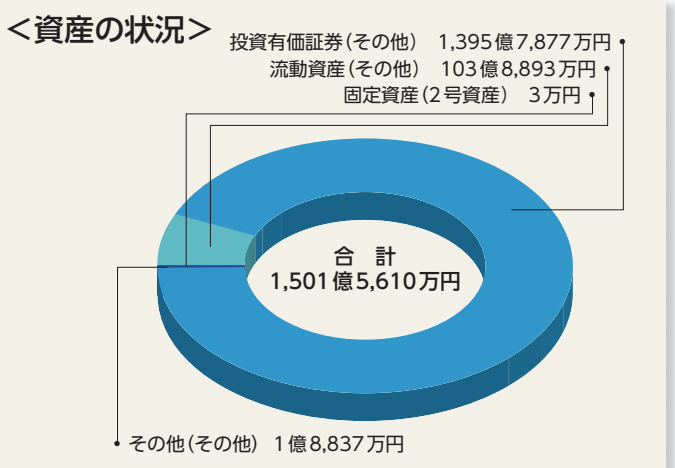
令和４年度は、約１億 8,994 万円の当期利益金を生じ、これを全額、欠損金補てん積立金に積み立てました。

貯金の状況

		前年度末比
貯金額	1,362億3,141万円	39億6,201万円
貯金者数	20,998人	928人
貯金者1人当たり貯金額	6,487,828円	△ 102,576円
組合員加入率	37.31%	△ 13.06%
支払利率	0.60%	0.00%



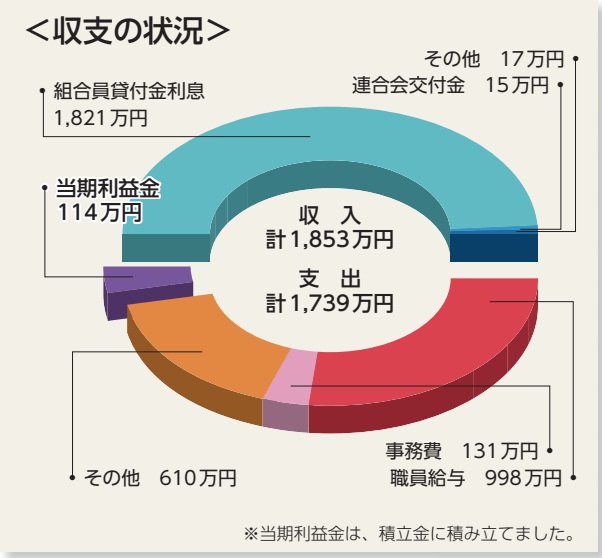
※当期利益金は、欠損金補てん積立金に積み立てました。



貸 付 経 理

この経理は、住宅取得及び教育、結婚等の臨時の支出に対して貸付を行い、組合員の皆さまの生活の安定と福祉の向上に寄与するための経理です。

令和４年度は、約 114 万円の当期利益金を生じ、これを全額、積立金に積み立てました。



※当期利益金は、積立金に積み立てました。

貸付の状況

種別		件数	金額	割合
普通貸付		359件	2億4,677万円	18.59%
住宅貸付		504件	9億85万円	67.85%
災害貸付	住宅	24件	3,522万円	2.65%
	再貸付	3件	262万円	0.20%
	計	27件	3,784万円	2.85%
在宅介護対応住宅貸付		3件	521万円	0.39%
特別貸付	医療	2件	121万円	0.09%
	入学	24件	1,377万円	1.04%
	修学	134件	1億264万円	7.73%
	結婚	23件	1,823万円	1.37%
	葬祭	3件	118万円	0.09%
	計	186件	1億3,703万円	10.32%
高額医療貸付		0件	0円	0.00%
出産貸付		0件	0円	0.00%
合計		1,079件	13億2,770万円	100.00%

宿 泊 経 理

この経理は、本組合の直営施設である「ゆめ春来」と「ひょうご共済会館」を運営する経理です。

ゆめ春来は、山陰の名湯「湯村温泉」にある施設です。元湯は「荒湯」と呼ばれ、98 度の高温泉がこんこんと湧き出ており、立ち昇る湯けむりは独特の風景をつくっています。また、湯村温泉は、その泉質から美人の湯としても知られています。

ひょうご共済会館は、神戸市の中心である三宮にも近く、山手の閑静な佇まいの中にあります。宿泊、各種会合などにもお気軽にご利用ください。

令和２年度から続く新型コロナウイルス感染症の影響により、両施設の利用状況は低い水準が続いていましたが、令和４年度は、全国旅行支援等のキャンペーンの後押しもあり、徐々に回復する傾向を見せています。

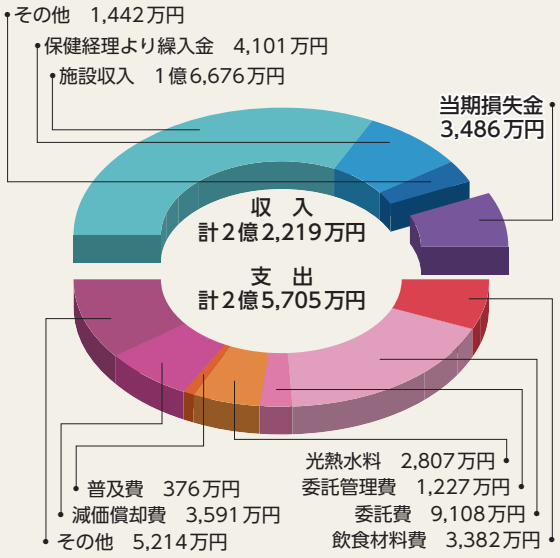
今後も感染症等への対策を実施しながら各種イベントなどを企画し、より多くの組合員と家族の皆さまにご満足いただけるよう一層のサービス向上に努めてまいります。皆さまのお越しをお待ちしています。

利用状況

区分＼施設名	ゆ め 春 来	ひょうご共済会館
宿　　泊	10,434 人	10,860 人
宴　　会	1,057 人	4,458 人

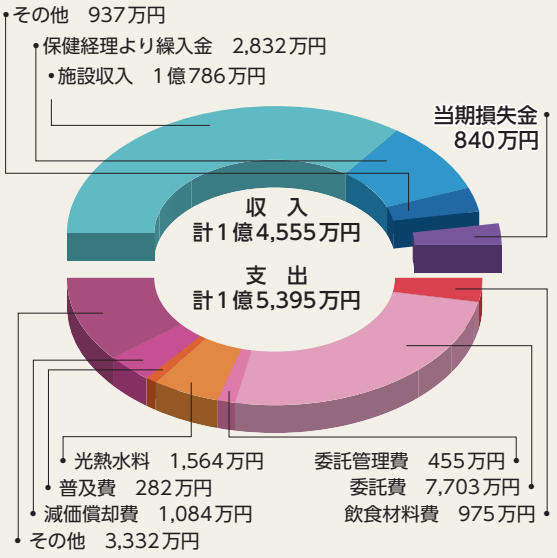
＜収支の状況＞

ゆめ春来



※ゆめ春来の当期損失金は、積立金を取り崩して補てんしました。

ひょうご共済会館



※ひょうご共済会館の当期損失金は、積立金を取り崩して補てんしました。

第185回組合会を開催

本年6月8日、ひょうご共済会館において、第185回組合会が開催されました。
下記の議案が審議され、議案については原案のとおり議決、承認されました。

報　　告
　令和4年度の預託金の運用状況及び令和4年度末の貯金経理の状況について
選　　挙
　(1)　兵庫県市町村職員共済組合理事の選挙について
　(2)　兵庫県市町村職員共済組合福祉事業調査委員会の委員の選挙について
指　　名
　兵庫県市町村職員共済組合機械処理委員会の委員の指名について
協　　議
　(1)　兵庫県市町村職員共済組合個人情報の保護に関する規程の一部を改正する規程に係る専決処分の承認について
　(2)　兵庫県市町村職員共済組合個人情報の保護に関する規則の一部を改正する規則に係る専決処分の承認について
　(3)　兵庫県市町村職員共済組合個人番号及び特定個人情報の適正な取扱いに関する規程の一部を改正する規程に係る専決処分の承認について
　(4)　兵庫県市町村職員共済組合個人番号及び特定個人情報の適正な取扱いに関する規則の一部を改正する規則に係る専決処分の承認について
　(5)　令和4年度決算について

令和4年度

健診結果に基づく『重症化予防のための受診勧奨』実施結果

令和4年7月1日発行のひょうご共済(No.199)でお知らせしましたとおり、「第2期データヘルス計画(兵庫県市町村職員共済組合短期財政安定化計画)」に基づき、疾病の早期予防及び重症化を防止することにより医療費を抑制し、加えて組合員の健康寿命の延伸を推進することを目的とした「重症化予防のための受診勧奨」を実施しました。

受診勧奨を行った対象者　634人

令和2年度及び令和3年度の健診結果が、右表の基準値を超える場合で、令和3年度の健診受診月以降に医療機関での受診が確認できない組合員の方(40歳以上75歳未満)

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

実施方法

令和4年9月に手紙による受診勧奨を実施。
令和4年9月から11月までの間に医療機関へ受診されたかどうかを確認しました。

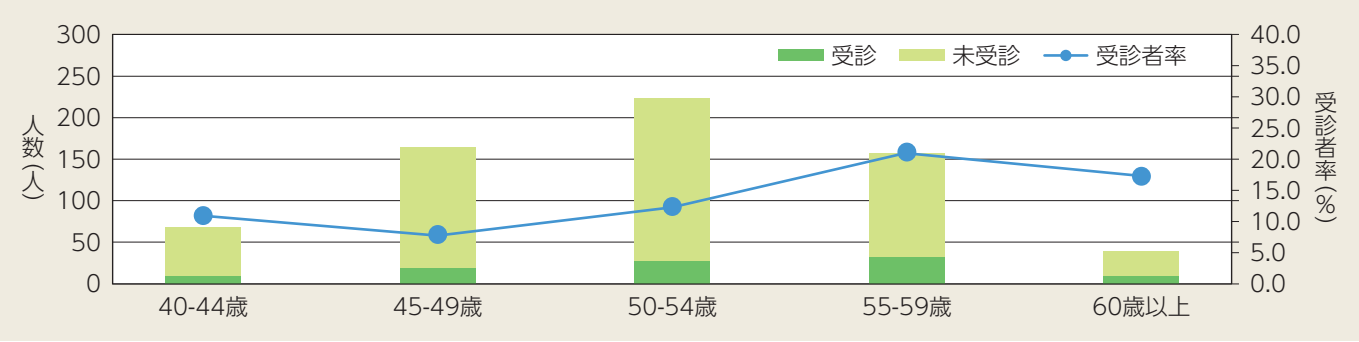
実施結果

1)受診状況

受診者率は13.2%(昨年度12.9%、一昨年度15.1%)で、昨年度よりわずかに増加しています。

年代別では、50-54歳の層は対象者が最も多いですが受診者率は低くなっています。受診者率では55-59歳の層が最も高く、年齢の上昇による健康意識の向上が考えられます。

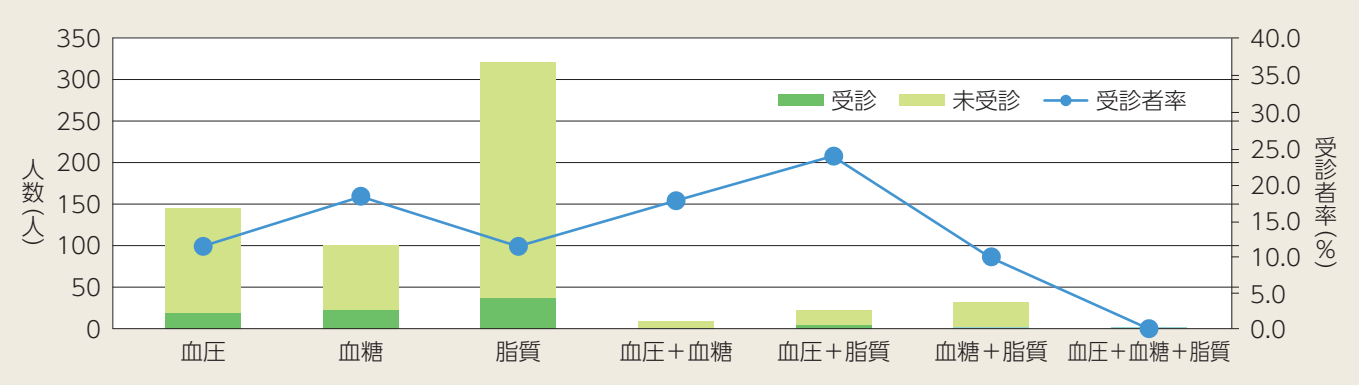
健康診断は「受けているから安心」というわけではありません。結果を生かして自身の健康維持・増進に繋げることが大切です。



2)項目別のモニタリング期間の受診行動

項目別にみると、脂質のみの該当者数は他の項目に比べて顕著に多いですが、受診者率は最も低くなっています。

中性脂肪やLDLコレステロールの数値が高い場合、放置すると動脈硬化をはじめとする様々な病気の危険があります。「症状が出るまで待つ」は、手遅れになる危険性があります。医療機関に受診し、専門家である医師の指導の下で生活習慣を改善しましょう。



☎ この記事に関するお問い合わせについては、【医療保健課】078-321-0311まで。

令和5年度も実施します!

健診結果に基づく『重症化予防のための受診勧奨』

特定健診等の結果に厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】」における「受診勧奨判定値」を参考に、医療機関の受診が確認できない組合員(40歳以上75歳未満の被保険者)を対象として、受診勧奨通知を令和5年9月に送付します。

受診勧奨を行う対象者

令和4年度実施と同じ

個人情報の取扱いについて

上記の事務を実施するにあたり、個人情報の保護については、「個人情報の保護に関する法律」等の各種法令、「地方公務員共済組合における個人情報の適切な取扱いのためのガイドライン」並びに兵庫県市町村職員共済組合個人情報の保護に関する規程(令和4年4月28日規程第42号)及び兵庫県市町村職員共済組合個人情報の保護に関する規則(令和4年4月28日規則第21号)を順守し、個人情報の適正な取扱いに努めます。

組合員の皆さまの健康を守るため、生活習慣病(高血圧性疾患や糖尿病)の重症化予防を目的として、重症化リスクの高い方を対象に送付します。

生活習慣病の多くは自覚症状がありませんが、適切な治療を受けずに放置していると脳卒中や心臓病、心不全など重大な病気を引き起こす原因になりますので、受診勧奨が届いたら医療機関を受診しましょう。

令和4年10月1日に協会けんぽの被保険者から共済組合の短期組合員となった方へ出産手当金が支給できるようになりました

組合員が出産した場合には、出産日(出産予定日後に出産した場合は出産予定日)以前42日(多胎妊娠の場合は98日)から、出産日後56日までの期間において、勤務に服することができなかった期間、出産手当金が支給されます。(ただし、報酬が支払われているときは、報酬との調整があります。)

共済組合の組合員となる前に出産した場合、出産手当金の支給はありませんが、このたび、令和4年9月30日以前に全国健康保険協会(以下「協会けんぽ」といいます。)の被保険者であった時に出産し、令和4年10月1日の短時間勤務職員の適用拡大の施行により、共済組合の短期組合員となった方に限り、出産手当金を支給するよう地方公務員等共済組合法運用方針が改正されました。

該当される方は、勤務先の共済組合事務担当課へ請求手続きについてご連絡ください。

出産　　令和4年10月1日

協会けんぽの被保険者	共済組合の短期組合員
出産日以前42日から令和4年9月30日まで 協会けんぽから出産手当金を支給	令和4年10月1日から出産日後56日まで 共済組合から出産手当金を支給

指定宿泊施設に関するお知らせ

営業再開	令和5年6月1日	ひまわり荘	〒880-0867 宮崎県宮崎市瀬頭2丁目4番5号	TEL 0985-24-5285

短期人間ドック・脳ドック利用助成
対象外の方にお知らせします!

昨年に引き続き、短期人間ドック・脳ドックの利用助成対象外の方に特別料金(助成対象者についての共済組合と健診機関との契約料金)にて契約健診機関を利用いただけます。

※ 40歳以上75歳未満の方については、共済組合が健診機関から特定健康診査に関する健診結果データの提供を受けることを了承(同意)される方に限ります。

1 短期人間ドック・脳ドックの利用助成対象外の方とは…

※ 35歳未満の組合員、被扶養者(40歳以上の被扶養配偶者を除きます。)

※ 任意継続組合員は除きます。

2 申込方法等

① 電話にて健診機関へ直接申込みしてください。その際に兵庫県市町村職員共済組合の利用者であることを告げ、氏名、生年月日、保険者番号、記号番号、ドック利用助成対象外であることを申出てください。

② 当日、受付で組合員証等を提示してください。

③ 健診終了後、利用者が利用料金を全額健診機関へお支払いください。

3 契約健診機関・利用料金

令和5年4月1日現在

地域	コード	健診機関名	予約TEL	コース	検査費用	脳ドックオプション
神戸市	1366	ホテルオークラ神戸クリニック(中央区)	078-335-2410	1日	48,100円	35,200円
				1泊2日	71,750円	
				脳単独	38,200円	
	1345	新神戸ドック健診クリニック(中央区)	078-261-6736	1日	48,400円	24,200円
				1泊2日	73,700円	
				通院2日	58,740円	
	1349	兵庫県予防医学協会健診センター(灘区)	078-855-2730	1日	40,700円	
				1泊2日	66,000円	
	1302	川崎病院 健診センター(兵庫区)	078-511-3621	1日	36,300円	26,400円
				1泊2日	64,900円	
	1303	丸山病院(長田区)	078-642-1131	1日	42,900円	
	1301	神戸掖済会病院(垂水区)	078-781-7811	1日	39,450円	22,890円
				1泊2日	68,140円	
姫路市	1333	姫路愛和病院	079-234-1391	1日	38,968円	27,500円
				1泊2日	58,666円	
				通院2日	50,284円	
相生市	1317	相生市民病院	0791-22-7126	1日	38,000円	
洲本市	1368	洲本伊月病院	0799-26-0771	1日	37,400円	33,000円
				1泊2日	一般 62,700円	
					PET 156,000円	
				脳単独	44,000円	
南あわじ市	1330	平成病院	0799-42-6864	1日	37,550円	
				1泊2日	64,940円	
				通院2日	48,560円	
芦屋市	1377	芦屋セントマリアクリニック	0797-62-8830	1日	36,300円	27,500円
				脳単独	33,000円	
大阪市	1331	大野クリニック(中央区)	06-6213-7230	1日	44,000円	36,300円
				1泊2日	67,100円	
				通院2日	56,100円	
				脳単独	57,200円	
	1378	淀屋橋健診プラザ(中央区)	06-6232-7770	1日	40,700円	30,800円
				脳単独	30,800円	
	1354	帝国ホテルクリニック(北区)	06-6881-4000	1日	Cコース 45,100円	
					Hコース 137,500円	
				1泊2日	Bコース 68,200円	
					Aコース 99,000円	
					Sコース 156,420円	
	1356	淀川キリスト教病院(東淀川区)	06-6324-6530	1日	45,100円	33,000円
				1泊2日	72,600円	
				脳単独	66,000円	
	1369	住友生命総合健診システム(淀川区)	06-6379-3334	1日	46,750円 但し40歳未満は45,650円	
				1泊2日	66,000円 但し40歳未満は64,900円	

☎ この記事に関するお問い合わせについては、【医療保健課】078-321-0311まで。

ジェネリック医薬品の利用促進にご協力をお願いします!

令和3年6月18日に閣議決定された「経済財政運営と改革の基本方針2021」において、**ジェネリック医薬品の使用割合を2023年度末までに全ての都道府県で80%以上**とする目標値が設定されています。本組合では、目標値の達成に向けて「ジェネリック医薬品希望カード・希望シール付きリーフレット」や「ジェネリック医薬品差額通知書」の配布等の取り組みを行っていますが、令和4年9月診療分の使用割合については、79.5%(地方公務員共済組合平均80.8%)【厚生労働省公表数値】となっています。

このジェネリック医薬品の使用割合の数値は、後期高齢者支援金※の加算・減算制度の指標の一つとなっていますので、**万一支援金が加算された場合は、皆さまに負担していただく掛金率が引き上げられる可能性があります。**

組合員と被扶養者の皆さまには、医療費について更なるご理解をいただき、医師や薬剤師とよくご相談のうえ、自己負担額の軽減にもつながるジェネリック医薬品への積極的なご利用を改めてお願いします。

※　75歳以上の方が加入する後期高齢者医療制度の財源として、現役世代の保険料から負担されている支援金です。

医療費のお知らせを配付します

共済組合では、組合員及び被扶養者の皆さまに保険医療機関等で受診された際の医療費をお知らせし、医療費負担に対する認識や健康管理に対する意識を高めていただくことを目的として「医療費のお知らせ」を配付しています。

今回のお知らせは、令和5年4月診療分を対象として、8月中旬に勤務先の共済組合事務担当課を通じて配付します。

医療費のお知らせ

受診者氏名	診療年月	❶日数	❷診療区分	❸医療費の総額	共済組合が支払った額	❹国・県・市区町村が支払った額	あなた又はご家族の負担額	❺附加給付金額	❻高額療養費	支給額
共済　太郎	5 4	1	医科入院外	3,680	2,576		1,104			
共済　太郎	5 4	1	調剤	7,350	5,145		2,205			
共済　花子	5 4	3	医科入院外	126,680	88,676		38,004	13,000		13,000

(単位:円)

❶日数
1か月の間に通院又は入院等をされた日数

❷診療区分
医科、歯科、調剤、入院、外来等の区分

❸医療費の総額
診療区分ごとの総医療費

❹国・県・市区町村が支払った額※
公費による医療費助成の額
(一部自己負担額を含みます。)

❺附加給付金額
高額療養費支給後の自己負担額から基礎控除額を控除した額(100円未満切捨て)

❻高額療養費
保険医療機関等で支払った自己負担額から自己負担限度額を控除した額

※　国・県・市区町村が支払った額に記載がある方で、医療費助成制度(乳幼児医療、こども医療、障害者医療、母子父子家庭医療及び高齢期移行助成)に該当されていない場合は、非該当の申告をお願いします。また、記載がない方についても、医療費助成制度に該当されている場合は、該当の申告をお願いします。

新規資格取得の組合員の皆さまへ　歯科衛生セットをご自宅へ送付します!　8月下旬頃

令和４年４月２日から令和５年４月１日までの間に、初めて組合員の資格を取得された方を対象に、歯科衛生セットをご自宅へ直接、無料で送付します。

住所異動された方は、申告書を勤務先の共済組合事務担当課までご提出ください。

※　継続長期組合員(退職派遣者)、任意継続組合員及び所属所間での異動により資格取得された方は除きます。

令和5年度（後期） 健康セミナーのご案内

組合員及び被扶養者の健康保持・増進を目的として、9月から11月の各月に健康セミナーを開催いたします。
誰もがすぐに取り組むことができる内容を予定しておりますので、生活習慣病予防の第一歩として是非ご参加ください。

9月 睡眠改善セミナー ～睡眠で心と体のエネルギー補給～

「休日たくさん寝たのに疲れがとれない…」「寝つきが悪い」こんな経験をしていませんか？適度な運動によって、良質な睡眠を得ることが出来ます。良質な睡眠を得るためにはどのような運動をすればよいのか。運動の種類・強度・程度・タイミング、そして心がけ、その日からすぐできる寝る前の簡単なストレッチなど、良く眠るために大変役立つお話です。

講師
田邊 雅司 先生
ヘルスケアコンサルタント
パーソナルトレーナー
認知症ケア指導管理士

日　時 令和5年9月9日（土）14:00～15:30
会　場 尼崎市中小企業センター　1階多目的ホール
尼崎市昭和通2丁目6-68
阪神尼崎駅から徒歩約5分
募集人数 30名
募集対象者 組合員・被扶養者（中学生以上）
申込締切日 令和5年8月10日（木）共済組合必着

10月 カヌー（カヤック）体験教室 ～自然の中でゆったりと～

毎年、大変ご好評をいただいております教室を今年も2日間にわたって開催します。豊かな自然の中でカヌーやカヤックを漕ぎながら、のんびりしてみませんか？インストラクターが丁寧に指導してくれますので、小さなお子様や初めての方も安心して楽しめます。

日　時 A 令和5年10月21日（土）13:00～15:00
B 令和5年10月22日（日）10:00～12:00
会　場 兵庫県立円山川公苑
豊岡市小島1163
JR「城崎温泉駅」から全但バス「日和山」行き
「小島」下車　徒歩20分
募集人数 各回50名
募集対象者 組合員・被扶養者（4歳以上）
申込締切日 令和5年9月1日（金）共済組合必着
その他 動きやすくて濡れてもよい服装、簡単に脱げない靴でお越しください。更衣室、シャワー室の利用ができます。

11月 森林セラピー ～健康のために森に入る～

森林セラピーは、医学的に裏付けされた森林浴効果のことです。兵庫県下初となるセラピー基地に認定された美しい宍粟の森を楽しみながら、こころと身体をリフレッシュしましょう。東山セラピーロードという眺望が素晴らしく、緩やかな勾配で整備された山の稜線を歩くので誰でも気軽に楽しめます。森林セラピーガイドさんが助言をしながら案内してくれます。また、メイプルプラザでは、有料で宿泊施設や温泉、レストランが利用できます。

写真提供／
しそう森林王国
観光協会

日　時 令和5年11月11日（土）10:00～12:30
集合場所 「フォレストステーション波賀」
東山温泉メイプルプラザ前駐車場
宍粟市波賀町上野1799-6
募集人数 30名
募集対象者 組合員・被扶養者（18歳以上）
申込締切日 令和5年9月22日（金）共済組合必着
その他 動きやすい服装、運動靴、帽子、タオル、雨具、ザックをご用意ください。

◉大阪・神戸方面から：中国自動車道山崎インターから、国道 29 号を鳥取方面へ 18 km（約 25 分）北上し、「谷橋」信号を右折、市道約 10 分
◉姫路方面から：国道 29 号を鳥取方面へ 45 km（約 1 時間 5 分）北上し、「谷橋」信号を右折、市道約 10 分
カーナビ MAP CODE　304 623 585＊31

☎ この記事に関するお問い合わせについては、【医療保健課】078-321-0311まで。

令和5年度健康セミナー（後期）参加申込書

（コピー可）

セミナー名	（参加されるセミナーの番号に1つだけ○印を入れてください。） 1　**睡眠改善セミナー**（中学生以上） 2　**カヌー（カヤック）体験教室**（4歳以上）【希望する日に○印を入れてください。】 A 10月21日（土）　B 10月22日（日）　C どちらでも良い 3　**森林セラピー**（18歳以上）			
参加者（代表者） ＊携帯番号必須	所属所名			
	組合員証記号番号	－　区分	組合員・被扶養者	
	（フリガナ）氏名	（S・H　．　．　生）（　才）		
	住所	〒　－		
	連絡先	（自宅）　－　－　＊（携帯）　－　－		
同行者①	（フリガナ）氏名	（S・H・R　．　．　生）（　才）	区分	組合員・被扶養者
		組合員証記号番号	－	
同行者②	（フリガナ）氏名	（S・H・R　．　．　生）（　才）	区分	組合員・被扶養者
		組合員証記号番号	－	
同行者③	（フリガナ）氏名	（S・H・R　．　．　生）（　才）	区分	組合員・被扶養者
		組合員証記号番号	－	

※参加されるセミナー毎に申込みをしてください。

※２人以上で参加を希望される場合は、同行者欄に記入してください（同行者の記号番号も必ず記入してください。）。
欄が足りない場合は、コピーしてホッチキス留の上、お申込みください。なお、当選通知等については、代表者の方にのみ送付いたします。

※ご記入いただいた個人情報は、健康セミナーに関する事務以外には使用しません。

※セミナー開催の最少催行人数に達しなかった場合には中止となる可能性があります。

※今後の新型コロナウイルス感染拡大防止措置の状況によっては、一部内容を変更する場合がありますことをご了承願います。

各セミナー共通事項

参加費用　**無料**

募集対象者　組合員・被扶養者（参加いただける年齢はセミナーにより異なります。）
※体調に不安のある方やアレルギーのある方は、医師等とご相談いただき、ご自身で判断の上、お申込みください。

申込方法　上記『令和5年度健康セミナー（後期）参加申込書』にてお申込みください（HPからもダウンロードできます。）。必要事項をご記入の上、共済組合医療保健課まで郵送又は勤務先の共済組合事務担当課へお渡しください。申込み多数の場合は抽選となり、抽選結果は代表者の方に通知いたします（結果は、申込締切日後約1週間で発送します。）。

禁煙に挑戦しましょう!

禁煙外来を受診し、治療を終えた方に、最大10,000円を助成します。喫煙は、喫煙者本人の健康被害だけではなく、受動喫煙によって周囲への影響もあります。健康的な身体、大切な家族のためにも禁煙に挑戦しましょう。

対　象　者

組合員(継続長期組合員(退職派遣者)及び任意継続組合員は除きます。)及び被扶養者

助成金の対象となる場合

◉禁煙外来(保険診療の適用を受けるものに限ります。)を受診し、治療を終えたもの
◉治療開始日から終了日までが組合員期間又は被扶養者として認定を受けている期間内であるもの

助成金の対象とならない場合

◉治療を中断したとき(医師の指示による中断も含みます。)
◉組合員期間又は被扶養者として認定を受けている期間内に、禁煙外来の治療開始日又は終了日が無いとき

助　成　額

対象者一人につき、10,000円を限度に、禁煙外来を受診したときの自己負担額及び所定の治療を終え禁煙したことについての医療機関の証明書作成費用(文書料)を助成します。自己負担額には、薬剤の自己負担額を含みます。

お住まいの自治体から医療費の助成を受ける場合、その助成を受ける額を除きます。最終的に自己負担した額が助成対象となります。

請　求　方　法

「禁煙外来助成金請求書」に禁煙治療を終え禁煙した証明を受け、次の書類を添付し、勤務先の共済組合事務担当課を通じて請求してください。

支給決定した助成金は、共済組合に申告いただいている給付金等受取口座へ送金いたします。

◉受診医療機関が発行した領収書(コピー可)
◉診療明細書・調剤明細書(コピー可)
※　領収書及び診療明細書・調剤明細書を紛失等により請求書に添付できない場合、助成金の支給ができない場合がありますので、大切に保管してください。

☎この記事に関するお問い合わせについては、【医療保健課】078-321-0311まで。

INFORMATION

医療保健課からのお願い

● 5月に配布した特定健康診査受診券をご自宅へお持ち帰りください

毎年5月に交付対象者(40歳以上75歳未満の被扶養者)の方宛ての特定健康診査受診券を交付しております。職場を通じて配布していますので、受け取られた組合員の方はご自宅へ持ち帰っていただき、**必ずご家族の方へお渡しください。**

紛失等で受診券が見当たらない場合は再交付しますので、勤務先の共済組合事務担当課へご連絡ください。

● 公務出張の際には指定宿泊施設(海・山の家含みます。)の利用助成券は使用できません

指定宿泊施設(海・山の家含みます。)の利用助成は、組合員及び被扶養者の保養と健康保持増進のための制度です。**公務による出張は利用助成の対象とはなりません**ので、あらかじめご了承ください。

● 子宮頸がん関連検査助成を申し込まれた方へ

5月から6月にかけて募集を行いました子宮頸がん関連検査助成については、8月中旬ごろに申込者の自宅へ直接、検体採取器具等が送付されます。

申込者のうち、ご自身の都合により受検されない場合は、採取器具代を請求することになりますので必ず受検するようにしてください。

なお、妊娠・病気等により受検されない場合はキャンセル扱いとし、器具代は請求しませんので、共済組合医療保健課(TEL.078-321-0311)までご連絡ください。

● 公務や通勤によるケガや病気は組合員証で受診できません

共済組合では、公務外の事由によるケガや病気に関して給付を行います。

ケガや病気の原因が公務や通勤による場合は、地方公務員災害補償基金等の給付対象となりますので、勤務先の災害補償担当課にて手続きを行ってください。

医療機関を受診する際は、ケガや病気の原因を詳しく伝えていただきますようお願いします。

ジェネリック医薬品を活用しましょう!!

ジェネリック医薬品を詳しく知りたい、ここがわからない…
そんな時は、ジェネリック医薬品の情報サイト等を利用してみましょう！

- 医薬品医療機器総合機構(くすり相談窓口)　TEL.03-3506-9457
- かんじゃさんの薬箱　https://www.generic.gr.jp

こころの雨宿り

怒るたびに、お宝発見!

関屋 裕希　臨床心理士、心理学博士

東日本大震災のあと、小さな子どものいるお母さんたちを対象に研究をしたことがあります。うつ（落ち込み）を予防するための心理プログラムの効果を見る研究だったのですが、落ち込み以上にたくさん質問が出たのが「怒り」についてでした。多くのお母さんが、「子どもにイライラして、つい怒鳴ってしまう」、「怒りが抑えられなくなって、そんな自分が嫌になる」と悩んでいたのです。

怒りを感じたときの対処法が分からない、カッとなったあと自己嫌悪に陥るなど、「怒り」というのはあらゆる面で難しい感情です。大学院の５年間、「怒り」をテーマに研究をした私にとってもそう。ただ、研究したからこそ、「怒りはスバラシイ！」と言うこともできます。

怒りの素晴らしさの秘密は、私たちがどんなときに怒りを感じるのかにあります。それは、「大事なものが傷つけられたとき」。皆さんが最近怒りを感じた場面をいくつか振り返ってみてください。

自分の企画にダメ出しばかりされたとき。
自分の子どもが危ないことをしようとしているとき。
仕事で大事にしている価値観を誰かに否定されたとき。

怒りを感じたときに身体にぐっと力がみなぎるのは、大事なものを守るためのエネルギーを怒りがもたらしてくれるから。言ってみれば、怒りは「私たちの大事なものを守ってくれる」感情なのです。なので、怒りの裏側には、私たちの大事なものが隠れています。これからは、「イライラしてしまう自分が嫌！」と思う代わりに、こう自分に問いかけてみてください。「今、傷つけられているのは何だろう？」そうすることで、普段は意識していなかった、自分にとっての大事なものが見えてきます。

私はこの企画を大事にしていて、
やり遂げたいという思いが強いのかも。

「子ども」を大事に思うからこその怒りなんだ。

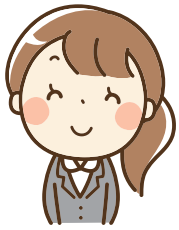
あぁ、自分は仕事で「人を喜ばせたい」という
価値観を大事にしているんだなぁ。

怒りは、自分にとって何が大事なのかを教えてくれる感情でもあります。怒りを感じたときは、それを自分にとってのお宝を発見するきっかけにしてみてください。そして、怒りを我慢したり、相手にそのままぶつけたりせず、「私にとって〇〇が大事です！」と相手や周りに伝えること。それこそが最も理にかなった怒りの対処法なのです。

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。

※短期組合員は、共済組合において長期給付適用外のため、一部内容が異なる記事があります(短期組合員は、日本年金機構の適用)。

雇用保険法の給付を受けられるときの調整

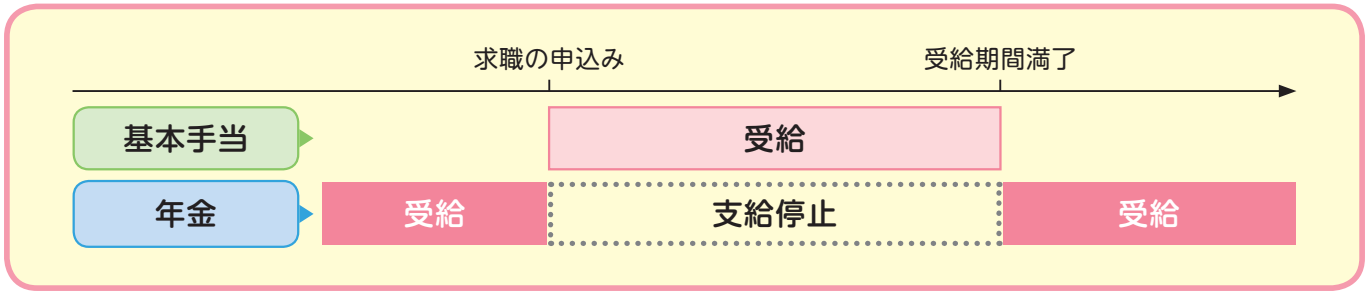


再任用や民間企業等に再就職して雇用保険に加入し、雇用保険法の給付を受けることができるとき、65歳未満の方は老齢厚生年金について下記のように支給が制限されます。

失業給付(基本手当)を受給するときの年金

再任用や民間企業等に再就職し雇用保険に加入した場合には、退職に伴い雇用保険法の失業給付(基本手当)を受給することができます。

しかし、65歳未満の老齢厚生年金の受給権者が基本手当を受給する間は、基本手当の額に関わらず、老齢厚生年金が支給停止されます。



支給停止となるのは、失業の認定を受けるためにハローワークに求職の申込みをした月の翌月から基本手当の受給が終了する月までの期間です。求職の申込みをする前にどちらを受給するのかよくご検討ください。

高年齢雇用継続給付を受給するときの年金

65歳未満の老齢厚生年金の受給権者が、雇用保険法の高年齢雇用継続給付を受給しているときは、在職中の一部支給停止に加えて、標準報酬月額の6%に相当する額を限度として老齢厚生年金が支給停止されます。

・高年齢雇用継続給付とは・

60歳到達等時点に比べて、賃金が75%未満に低下した状態で働き続ける60歳以上65歳未満の一定の一般被保険者の方に支給される給付です。

60歳に達したときに被保険者であった期間が5年以上であるなど、一定の受給要件を満たしている場合、申請により受給することができます。

※短期組合員は、共済組合において長期給付適用外のため、一部内容が異なる記事があります(短期組合員は、日本年金機構の適用)。

「ねんきん定期便」が発送されます

現在加入している(又は最後に加入していた)公的年金制度とその被保険者種別に応じて、各実施機関から「ねんきん定期便」が毎年誕生月に送付されます。送付する実施機関は、皆さまが現に加入している(又は最後に加入していた)公的年金制度とその被保険者種別に応じて、次のとおりになります。

1 通知内容

＜公的年金制度と被保険者種別・送付する実施機関＞

公的年金制度と被保険者種別	「ねんきん定期便」を送付する実施機関
国民年金の第1号被保険者及び第3号被保険者	日本年金機構
厚生年金保険の一般厚生年金被保険者 (短期組合員を含む民間被用者等)	
厚生年金保険の国共済厚生年金被保険者 (国家公務員共済組合の組合員)	国家公務員共済組合連合会
厚生年金保険の地共済厚生年金被保険者 (地方公務員共済組合の組合員)	地方職員共済組合(地方共済事務局・団体共済部)、公立学校共済組合、警察共済組合、東京都職員共済組合、全国市町村職員共済組合連合会(指定都市職員共済組合、市町村職員共済組合、都市職員共済組合)
厚生年金保険の私学共済厚生年金被保険者 (私立学校教職員共済制度の加入者)	日本私立学校振興・共済事業団

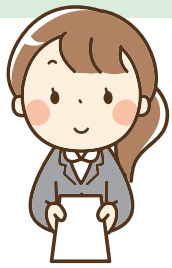
通知内容	50歳未満の方	50歳以上の方	35歳、45歳の方	59歳の方
❶これまでの年金加入期間	○	○	○	○
❷これまでの加入実績に応じた年金額(年額)	○		○	
❸老齢年金の種類と見込額(1年間の受取見込額)		○		○
❹(参考)これまでの保険料納付額(累計額)	○	○	○	○
❺最近の国民年金(第1号・第3号)納付状況・厚生年金保険の月別状況	○	○		
❻これまでの年金加入履歴			○	○
❼これまでの厚生年金保険における標準報酬月額などの月別状況(※)			○	○
❽これまでの国民年金保険料の納付状況			○	○
❾年金額のイメージ	○	○	○	○

(※)平成元年11月以前の保険料納付額は、掛金率が統一されていなかったため「一」で表示しています。

2 送付物・送付方法・スケジュール

(1)送付物

①50歳未満の方 …… 圧着ハガキ
②50歳以上の方 …… 圧着ハガキ
③35歳、45歳の方 …… 封書(通知・パンフレットを同封しています。)
④59歳の方 …… 封書(通知・パンフレットを同封しています。)



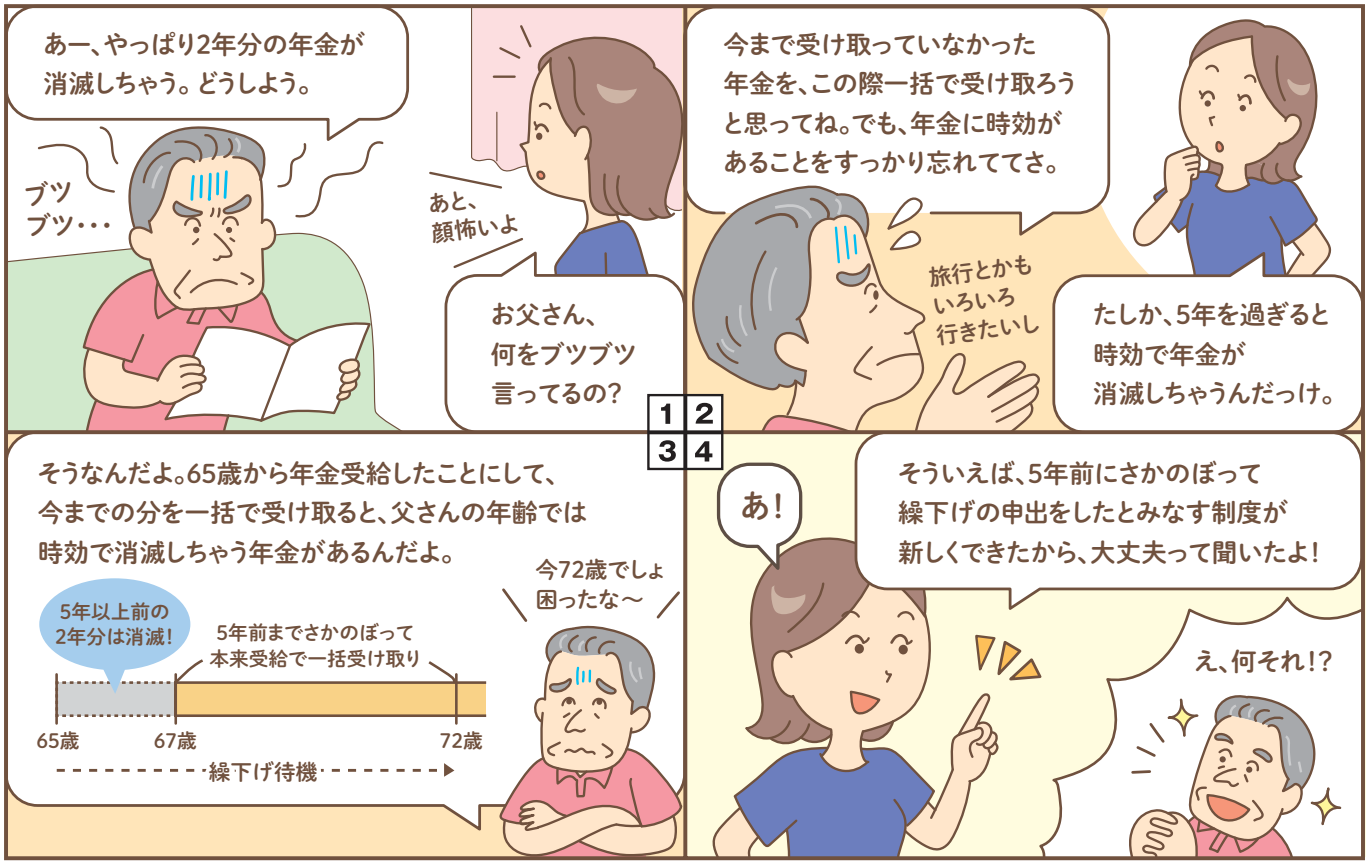
(2)送付方法とスケジュール

毎年、誕生月の16日頃に(1)の①から④の区分ごとに、全国市町村職員共済組合連合会から直接送付されます。
※直近の異動情報については、反映されないことがあります。

☎ この記事に関するお問い合わせについては、【年金管理課】078-321-0624まで。

※短期組合員は、共済組合において長期給付適用外のため、一部内容が異なる記事があります(短期組合員は、日本年金機構の適用)。

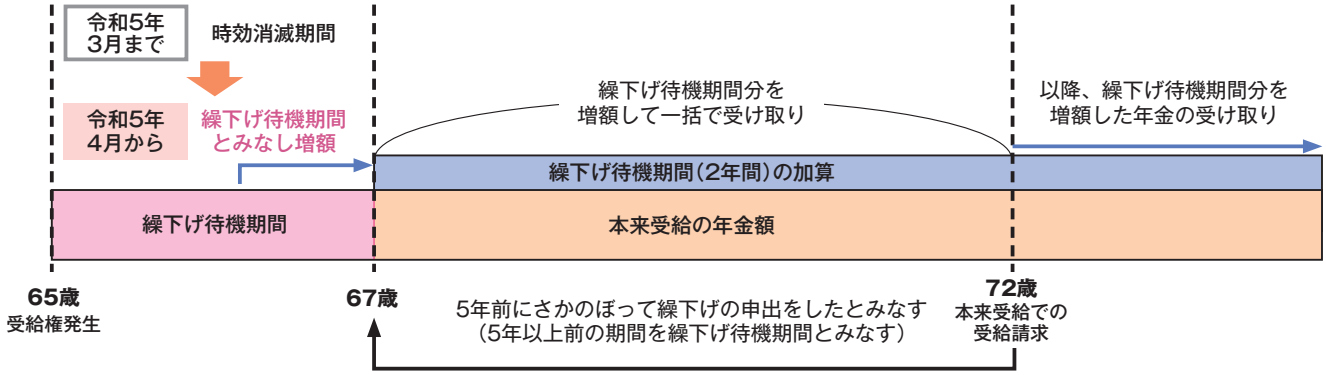
老齢年金の繰下げ受給のしくみが一部変更になりました



制度改正による特例的な繰下げみなし増額制度について

令和5年4月から、70歳到達以降に繰下げの申出をせず、一括(65歳からの本来受給)で受け取る選択をした際、請求の5年前にさかのぼって繰下げの申出をしたとみなされる制度が開始されました。これにより、時効で受け取れなくなる期間を繰下げ待機期間とみなし、その分が増額された5年分の年金を一括で受け取ることができるようになりました。

例 72歳まで繰下げ待機をしていた方が、65歳からの本来受給を開始したケース



■繰下げみなし増額制度の対象者

- 昭和27年4月2日以降生まれの方(令和5年3月31日時点で71歳未満の方)
- 老齢基礎・老齢厚生年金の受給権を取得した日が平成29年4月1日以降の方(令和5年3月31日時点で老齢基礎・老齢厚生年金の受給権を取得した日から起算して6年を経過していない方)

※80歳以降に請求する場合や、請求の5年前の日以前から障害年金や遺族年金を受け取る権利がある場合は、特例的な繰下げみなし増額制度は適用されません。また、一括受給の場合は介護保険や医療保険の保険料、税金等に影響が出る可能性があります。

具体例

●Aさん　昭和27年5月生まれ・65歳からの本来受給年金額が130万円

72歳で繰下げ受給した場合

0.7%×84月＝**58.8%増額されます**。
130万円×158.8%＝2,064,400円の年金を生涯受け取ることとなります。

さかのぼって本来受給の年金を受給した場合

5年前みなし繰下げが適用されますので、72歳の5年前、67歳に繰下げ受給したとみなされ、
0.7%×24月=**16.8%増額されます**。
130万円×116.8%=1,518,400円の5年分、7,592,000円を一括で受け取ることとなります。
その後は、増額された1,518,400円の年金を生涯受け取ることとなります。

●Bさん　昭和27年2月生まれ・65歳からの本来受給年金額が130万円

72歳で繰下げ受給した場合

昭和27年4月1日以前に生まれた方は、70歳までの5年間が繰下げ上限となります。
72歳時点で70歳での繰下げ請求をすることとなるため、0.7%×60月=**42%増額されます**。
130万円×142%＝1,846,000円の2年分、3,692,000円を一括で受け取ることとなります。
その後は、増額された1,846,000円の年金を生涯受け取ることとなります。

さかのぼって本来受給の年金を受給した場合

5年前みなし繰下げは適用されませんので、72歳の5年前、67歳より前の年金(65歳から67歳までの24月分)は**時効で消滅します**。
そのため、増額されずに、本来受給の130万円の5年分、650万円を一括で受け取ることとなります。
その後は、増額なしの年金を生涯受け取ることとなります。

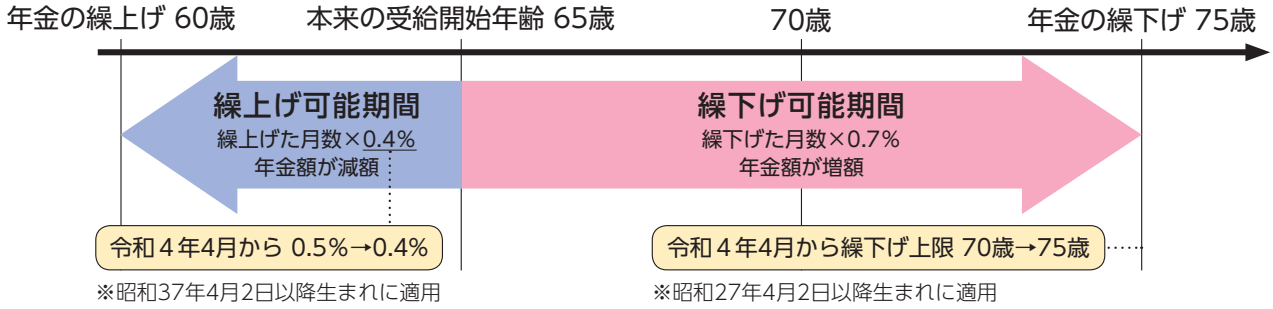
※以下については繰下げ増額の対象外となります。
- 加給年金額
- 繰下げ待機中に在職による老齢厚生年金額の全部又は一部が支給停止となった額(実際には年金を受け取っていなくても、65歳から働きながら年金受給をしたと仮定して計算します)

繰上げ受給・繰下げ受給の仕組み

老齢年金を受け取れるのは、原則65歳からです。しかし、いつまで仕事を続けるか、いつから年金を受け取りたいかは、人それぞれです。老齢年金の繰上げ、繰下げは、本人の希望に合わせて受給開始年齢を調整できる仕組みです。

65歳より早くに受給する場合は、繰上げた分の一定率が減額された年金を受け取ることができ、65歳より遅くに受給する場合は、繰下げた分の一定率が増額した年金を受け取ることができます。

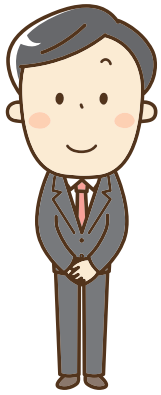
受給を一度開始すると、後から変更できないため、毎年送付しているねんきん定期便で年金の加入状況や見込み額を参考にして、ご自身のライフプランに合った受給方法をあらかじめ考えておきましょう。



被扶養者の仕送り要件の変更を行います

ひょうご共済No.202（令和5年4月号）でお知らせしましたとおり、令和5年4月から被扶養者認定に係る収入基準額が一部変更となりました。

これに伴い、別居の被扶養者を認定する場合の仕送り額基準も変更となります。



令和5年3月31日までの仕送り額基準

① 仕送り額と認定対象者の収入額の合計が次の金額以上であること
　ア 認定対象者がイ以外の方の場合、年額130万円
　イ 認定対象者が60歳以上の公的年金受給者又は障害年金受給者の場合、年額180万円
② 認定対象者の収入額(注)以上の金額であること
③ 他の方と共同して扶養している場合、他の方が行う仕送り額以上の金額であること

令和5年4月1日からの仕送り額基準

① 仕送り額と認定対象者の収入額の合計が次の金額以上であること
　ア 認定対象者がイ以外の方の場合、年額130万円
　イ 認定対象者が60歳以上の方又は障害年金受給要件に該当する程度の障害を有する方の場合、年額180万円
② 認定対象者の収入額(注)以上の金額であること
③ 他の方と共同して扶養している場合、他の方が行う仕送り額以上の金額であること

注　認定対象者の収入には、認定対象者の配偶者等、他の扶養義務者の収入からその方の認定基準額（年額130万円又は年額180万円）を超過した額を含みます。

なお、配偶者、学生の子及び未就学の子については、これまでと同じく、仕送りは必要ですが金額は問いません。

経過措置について

令和5年4月1日前から別居の被扶養者として認定されている方のうち、60歳以上で公的年金等を受給していないものに係る仕送り基準額については、経過措置として、令和5年9月30日まで従前の仕送り額基準を適用します（令和5年9月30日までに60歳に到達した方も含みます。）。

ただし、令和5年9月30日までに公的年金等を受給することとなった場合は、公的年金等の受給開始日（年金証書等に記載の交付日をいいます。）の属する月をもって、経過措置を終了します（詳しくは共済組合ホームページをご覧ください。）。

新型コロナウイルス感染症の影響により収入額が認定基準額以上となる方へ

下記①②について、新型コロナウイルス感染症の影響により収入額が一時的に増加し、認定基準額以上となったとしても、直ちに被扶養者認定を取消及び認定不可の判断をせず、収入確認により総合的に認定の判断をします。

この取扱いについて、令和5年3月末までとしていましたが、令和6年3月末まで延長となりました。

詳しくは、ひょうご共済No.201（令和5年1月号）をご覧ください。

① 新型コロナウイルス感染症のワクチン接種業務に従事する方の収入額
② 新型コロナウイルス感染症の対応として一時的に収入額が増加する場合
　（例：医療従事者のため、新型コロナウイルス感染症の感染拡大期に一時的に繁忙となり、収入が増加した場合等）

被扶養者の資格調査を本年7月に実施します

共済組合では毎年、短期給付財政の適正化を目的として、被扶養者の皆さまが、現在も被扶養者の要件を備えているか確認するために、被扶養者の資格確認調査を行っています。

皆さまがお使いの組合員証等（健康保険証）については、地方公務員等共済組合法により検認を行うこととされており、共済組合では「組合員被扶養者証」の検認について、この調査により行うこととしています。

目的をご理解のうえ、ご協力をお願いします。

調査対象者

令和5年7月1日現在、組合員の被扶養者に認定されている配偶者以外の方が対象です。

ただし、次にあてはまる方を除きます。

- ▶昭和24年4月1日以前に生まれた方
- ▶平成13年4月2日以降に生まれた子及び孫
- ▶令和5年1月1日以降に認定された方
- ▶短期組合員の被扶養者（次年度から行います。）
- ▶任意継続組合員の被扶養者

調査方法

7月中旬～下旬頃に共済組合から勤務先の共済組合事務担当課を通じて「被扶養者資格確認届書」を配付します。

↓

必要事項を記入し、必要に応じて扶養事実の確認できる書類を添付のうえ、勤務先の共済組合事務担当課に提出してください。

調査におけるポイント ～次に該当される方は取消の手続きが必要です～

① 就職されて、社会保険等に加入されていませんか？

…試用期間中で社会保険に加入していない場合でも、以下の②の要件に該当した場合、取消しとなります。
就職されている場合は、雇用契約・雇用証明書等で確認をお願いします。

② 収入が、認定基準限度額以上になっていませんか？

…認定基準限度額は、恒常的な収入が年額130万円（月額108,334円・日額3,612円）です。60歳以上の方又は障害年金受給要件に該当する程度の障害を有する方は年額180万円（月額150,000円・日額5,000円）です。これ以上の収入のある方は被扶養者として認定できません。

・アルバイト・パート収入はありませんか？

労働条件上、勤務開始当初から認定基準限度額以上の収入が見込まれる場合や、勤務形態の変更により収入が認定基準限度額以上となる場合はその時点から取消となります。

また、労働条件上は認定基準限度額未満であっても、連続する3か月の平均収入が認定基準限度額以上となる場合は認定取消となります。賞与については、その金額が雇用契約当初から明確な場合は支給対象月の月数で按分した額を各月に加算します。明確でない場合は、支給対象月の月数で按分し、支給月を含む直近の3か月に加算します。

・不動産収入等を相続してはいませんか？
・確定申告を行った際、事業収入は増えていませんか？
・年金額が変更となっていませんか？新たな年金を受給していませんか？
・失業給付や育児休業給付、傷病手当金を受給されていませんか？
・父母を認定している場合、父母の収入の合計額が認定基準限度額以上となっていませんか？

収入基準等については、ひょうご共済No.202（令和5年4月号）に掲載の「被扶養者の異動手続きはお早めに」をご確認ください。

③ 兄弟姉妹を認定している場合、兄弟姉妹と生計を同一にしている両親はいませんか？

…扶養義務者である両親に認定基準限度額以上の収入があればその差額分は兄弟姉妹の収入に加算されます。

④ 海外滞在者を認定されていませんか？

…外国に一時的に留学をする学生、観光、保養又はボランティア活動その他就労以外の目的で一時的に海外に渡航する方及び外国に赴任する組合員に同行する方以外は認定できません。

⑤ 同居を認定条件とする家族と別居していませんか？

…組合員の配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹以外の被扶養者は、同一世帯に属している場合のみ認定が可能です。

☎ この記事に関するお問い合わせについては、【資格管理課】078-321-0310まで。

⑥ 別居の被扶養者に仕送りを行っていますか？

〔仕送り額基準〕
(1)　仕送り額と認定対象者の収入額の合計が次の金額以上であること
　ア　認定対象者がイ以外の方の場合、年額130万円
　イ　認定対象者が60歳以上の方又は障害年金受給要件に該当する程度の障害を有する方の場合、年額180万円
(2)　認定対象者の収入額（認定対象者の配偶者等、他の扶養義務者の収入からその方の認定基準額（年額130万円又は年額180万円）を超過した額を含みます。）以上の金額であること
(3)　他の方と共同して扶養している場合、他の方が行う仕送り額以上の金額であること

〔仕送り方法について〕
(1)　毎月又は2か月に1回の定期的な仕送りを行っていることが必要です。
(2)　「誰が」「誰に」「いくら仕送りを行ったのか」が分かるように、仕送り方法は振り込み又は現金書留に限るものとします。
(3)　(2)のことから、手渡しによる仕送り及び認定対象者の口座への入金（預け入れ）は不可とします。

配偶者・学生の子・未就学の子で別居の方を認定する場合は、仕送り額は問いませんが、定期的な仕送りを行っていることが必要です。

学生の子の場合のみ、組合員が支払っていることが確認できる学費や家賃についても仕送り額に含める事ができます。学費については組合員名が確認できる払込票等の写し、また、家賃については賃貸契約書の写しも提出してください。卒業等で学生でなくなった場合は、上記の仕送り額基準を満たしていない場合は取消となりますのでご注意ください。

仕送り状況の確認のために、仕送り状況申立書と、「組合員名義」から「別居する被扶養者名義」に仕送りを行っている事実を確認できる振込依頼書の控え、預貯金通帳（口座名義人及び送金が確認できる各ページ）又は現金書留の写しを共済組合へご提出ください。

「振込先」及び「振込人」の確認ができないもの、手渡しによる仕送りは不可としています。

（過去の調査で見受けられた仕送りと認められない事例）
(ア)子どもの口座に組合員が通帳から入金し、子どもがカードで引き出している場合
　（手渡しと変わらず、客観的に誰が入金しているかが分かりませんので認められません。）
(イ)子どもが生活費をカード払いし、組合員が支払っている場合
　（家族カードの支払いを組合員がしていたとしても仕送りとは認められません。）
(ウ)通帳に振込先が表示されない場合
　（通帳の写しでは、誰に仕送りを行っているか確認が取れませんので認められません。通帳の写しではなく、振込依頼書の写しを提出してください。）
(エ)学費の納入者欄が子どもの名前のみである場合
　（組合員名が連名で記載されている場合又は組合員口座から出金している場合のみ可とします。）
(オ)組合員の持ち家（マンション等）に子どもが一人暮らししており、家賃が発生していない場合
　（住宅ローンの支払いは、仕送りとは認められません。）
(カ)1年分や半年分をまとめて送金しており、定期的な送金を確認できない場合
　（その仕送りにより日常生活を営むことから、毎月又は2か月に1回の定期的な送金が必要です。）

※ 資格調査の際には、確定申告書（写）、雇用証明書、給与支払明細書（写）、年金額改定通知書（写）等の収入額の確認できる書類や、振込依頼書の控え（写）等の仕送り額を確認できる書類を提出していただいていますので、必ず保管しておいてください。

取消手続きの注意点

被扶養者の要件に該当しなくなった日が被扶養者資格の取消日となります。

取消日以降に組合員被扶養者証で受診されていた医療費については、共済組合に返還していただくこととなります。その後、新たに加入した保険制度（健康保険組合、全国健康保険協会、国民健康保険等）に療養費等の請求をしていただくことになりますが、保険者によっては過去の給付は支給されない場合もあります。また、附加給付部分は共済組合独自の給付のため、請求することはできません。

このような事態を避けるためにも、適宜、被扶養者の収入を把握していただき、また、別居の方へは上記の仕送り額基準及び仕送り方法に沿って仕送りをしていただきますようお願いします。

標準報酬の改定に、定年引上げに伴う報酬月額の保険者算定が追加されました

地方公務員の定年の引上げ並びに令和5年4月1日から施行された管理監督職勤務上限年齢による降任及び転任の制度等により報酬月額が減少した場合において、以下のとおり保険者算定による標準報酬の改定ができることとなりました。

管理監督職勤務上限年齢による降任又は転任(降給を伴う転任に限ります。以下「降任等」といいます。)をした場合	降任等をした日に組合員の資格を取得したものとみなして算定した標準報酬をもって、降任等をした日の属する月から改定します。
俸給月額7割措置が講じられた場合	職員が60歳に達した日後における最初の4月1日(以下「特定日」といいます。)に組合員の資格を取得したものとみなして算定した標準報酬をもって、特定日の属する月から改定します。
定年前再任用短時間勤務職員として採用された場合	これまでどおり再任用職員となった日の属する月から改定を行います。
定年退職者等の再任用に関する経過措置により再任用職員となった場合	

INFORMATION

資格管理課からのお願い

給付金受取口座の再確認を！

共済組合からの附加給付などの給付金は、組合員の方から申告していただいた指定口座に送金しています。金融機関の店舗の統廃合等により口座番号に変更が生じた場合は、速やかに勤務先の共済組合事務担当課を通じて「共済組合員申告書」により口座変更の手続きを行ってください。

また、給付金等受取口座は、特別な事情がない限り解約しないようお願いいたします。

標準報酬の決定(定時決定)における4月から6月までに産前産後休業を取得した場合の保険者算定の対象となる方へ

育児休業手当金は、育児休業等を取得した月の標準報酬の月額を算定の基礎として給付金額等を計算しています。よって、4月から6月までに産前産後休業を取得した場合は本人の意思にかかわらず報酬が低くなることがあり、これが定時決定の算定基礎となるため、出産予定日の違いによってその後の育児休業手当金の給付額等の算定の基礎となる標準報酬の月額に不合理な差が生じていました。これを是正するため、4月から6月までの間に産前産後休業を取得する組合員の方に係る定時決定にあたって、保険者算定ができる場合の取扱いが令和4年4月から追加されています。

〔保険者算定となる要件〕

① 雇用保険法の育児休業給付金の対象外であること
② 4月から6月までの3月間の報酬の月平均額(報酬支払の基礎日数が17日未満である月を除いた平均額)の等級
③ 産前産後休業を開始した日の属する月以前の直近の12月間の各月の標準報酬の月額の平均額(直近の継続した期間が12か月ない場合は対象となりません。)で算出した標準報酬の等級
④ ②が③よりも2等級以上下回り、組合員本人が申し出た場合

➡ 左記要件を全て満たした場合、③により9月の定時決定を行います。

なお、その後の育児休業等の取得の有無や期間等によっては、保険者算定を行わない場合より掛金負担が増えることもあるため、十分にご留意ください。

詳しくは、勤務先の共済組合事務担当課へお問い合わせください。

☎ この記事に関するお問い合わせについては、【資格管理課】078-321-0310まで。

貯めて安心×ずっと満足×共済組合

貯金払戻日カレンダー

年利（半年複利）
0.6%

●印は、払戻日で送金をする日です。●印は、払戻請求書の**共済組合の受付締切日**です。
※勤務先での受付締切日は、勤務先の共済組合事務担当課にご確認ください。※共済貯金はペイオフの対象外です。

令和5年 **7月** July

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

8月 August

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月 September

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

10月 October

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

11月 November

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

12月 December

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

組合員貯金払戻請求の流れ

・組合員

1 勤務先の共済組合事務担当課に共済組合の受付締切日を確認する。

注意！ 組合員貯金払戻請求書は、勤務先の共済組合事務担当課を通じて、共済組合の受付締切日までに必着するように提出していただくことになっています。

2 届出印欄に押印した印が、共済組合に届出している印であることを確認する。

注意！ 届出印以外の印を押印されますと払戻等ができません。届出印をご確認のうえ、にじんだり、かすれたりしないよう、しっかりと押印してください。

3 一部払戻の場合は、前月末の残高を確認し、その範囲内の金額で払戻請求する。

注意！ 一部払戻の場合、前月末の残高までしか払戻できません。また全額払戻、解約の場合、払戻請求額の欄は空白のまま何も記入しないでください。

4 組合員貯金払戻請求書を勤務先の共済組合事務担当課に提出する。

・勤務先の共済組合事務担当課

5 組合員から提出された組合員貯金払戻請求書の届出印欄に押印されている印が、共済組合に届出の印であることを確認する。

6 一部払戻の場合は、前月末残高の範囲内の払戻請求額であることを確認する。

7 共済組合の受付締切日までに必着するように送付する。

・共済組合

8 共済組合の受付締切日までに受付を行った組合員貯金払戻請求書を審査し、払戻等の事務処理をする。

9 払戻日に組合員の登録口座に送金する。

問い合わせ先▶**兵庫県市町村職員共済組合　総務課　TEL:078－321－0621**

Money News　ペイオフについて

共済組合の組合員貯金は、預金保険機構に加入している銀行預金とは異なり、元金とその利息の保証はありません。したがって、個人の資産運用は最終的には各個人の自己責任において判断、選択していただくことになります。

現在、組合員貯金の資産は、主に国債等を中心とした債券により運用を行っています。運用にあたっては法令を遵守し、安全を最優先に努めています。また、万が一の事態に備え、十分な引当金も計画的に積立てております。

「団体信用生命保険」・「債務返済支援保険」のご案内

団体信用生命保険（だんしん）とは？

「だんしん」とは、借受人が万一死亡又は高度障害となった場合、保険金から貸付金の残額を償還する保険制度のことです。保険金により債務が返済され、借受人及びその家族等は返済義務を免れることとなります。これにより、借受人及びその家族等は退職手当金等を今後の生活維持資金、子息の養育費あるいは老後の生活資金として、有効に活用できます。

＜加入例（随時加入可能）＞

貸付金残高	特約保証料	お支払額
貸付金残高 （債務） **1,000** 万円	保険金額 （貸付金残高相当額） **10万円につき月額15円** 月額 **1,500** 円 ※特約保証料は改定されることがあります。	**死亡・高度障害状態の場合** 保険金（貸付金残高相当額）をお支払いします。

債務返済支援保険とは？

「だんしん」加入者が病気やケガにより就業不能になった場合、貸付償還額を補填する制度のことで、借受人が貸付償還途中に病気やケガにより就業障害状態になった場合に、貸付金の返済金相当額を保険金として最長3年間お支払いし、組合員の生活の安定を図ります。なお、債務返済支援保険は「団体信用生命保険（だんしん）」を補完する特約的な保険であるため、債務返済支援保険のみの加入はできません。

＜加入例（随時加入可能）＞

返済金額	保険料	お支払額
返済金相当額 （平均返済月額） **60,000** 円 〈計算例〉 毎月償還40,000円 ボーナス償還120,000円 平均返済月額60,000円＝ {(40,000円×12)＋ (120,000円×2)}÷12	保険金額 （返済金相当額） **1万円につき月額60円** 月額 **360** 円 ※保険料は毎年度見直しを行うことから、変更されることがあります。	**所定の就業障害の場合** 保険金（返済金相当額）を30日の免責期間を経過した日から3年を限度に就業障害が終了するまでお支払いします。

だんしん事業の手引き

※　加入を希望する場合は、勤務先の共済組合事務担当課へ連絡のうえ、加入申込書兼告知書を取り寄せ、ご提出ください。
※　詳細は重要事項に関するご説明（加入申込書兼告知書に添付）をご参照ください。

この記事に関するお問い合わせについては、【総務課】078-321-0621まで。

共済組合職員募集

共済組合では、次のとおり、来春採用の事務局職員を募集します。

募集要項

採用予定人数	若干名
職　　種	事務職
受験資格	**平成11年4月2日以降に生まれた方**で、学校教育法による大学（短期大学を除く。）を卒業した方又は令和6年3月31日までに卒業見込みの方
試験内容	一次試験：教養試験・事務適性検査・職場適応性検査・作文 二次試験：面接 ※二次試験は、一次試験合格者で実施します。
一次試験日	**令和5年9月2日（土曜日）** ※詳細は、応募者に別途通知します。
応募方法	本組合所定の「兵庫県市町村職員共済組合職員採用試験受験申込書」（以下「申込書」という。）を持参又は簡易書留で郵送 ※「申込書」は、本組合総務課で配付します。郵便で「申込書」を請求する場合、封筒の表に「採用試験受験申込書請求」と朱書きし、120円切手を貼り付けた返信用封筒（角形2号封筒）を同封の上、本組合総務課まで請求ください。
応募受付期間	**令和5年7月3日（月曜日）から8月10日（木曜日）まで** ※受付時間は午前9時から午後5時までです。ただし、土曜日、日曜日及び祝日は除きます。 ※郵送の場合、8月9日（水曜日）の消印のものまで受け付けます。
採用予定日	**令和6年4月1日**
その他	感染症、台風、地震等の非常災害等の状況によっては、試験日程を変更する場合があります。

問い合わせ及び提出先

兵庫県市町村職員共済組合　総務課
〒650-0011　神戸市中央区下山手通4丁目16番3号　兵庫県民会館5階
TEL 078-321-0621

令和5年度の退職予定者セミナーについて

退職を予定されている組合員の皆さまを対象に退職後の健康づくりや年金・医療制度についてのセミナーを開催します。

詳細については決まり次第、本組合ホームページ及び勤務先の共済組合事務担当課を通じてご案内します。

令和5年度のライフプランセミナーについて

30代～50代の組合員を対象に、家計経済設計（住宅、教育、資産形成、退職後の生活設計等）をテーマとしたWEBセミナーを開催します。

開催方法は、音声付講義ファイル（PowerPoint）を本組合ホームページに期間限定（10月中旬頃）で公開し、事前に申し込みを行った組合員の皆さまに視聴いただく予定としています。

セミナーの詳細が決まり次第、本組合ホームページ及び勤務先の共済組合事務担当課を通じてご案内します。なお、配付資料の関係から申込者多数の場合は抽選となります。御了承ください。

新組合会議員をご紹介します

本組合の組合会議員 伊藤 舞 氏（前芦屋市長）の退職に伴い、組合会議員に欠員が生じたため、市町長側第1区の選挙区において、去る5月19日に補欠選挙を行った結果、加東市長の岩根 正 氏が当選され、同日就任されました。任期は、令和6年11月30日までです。

INFORMATION

総務課からのお願い

● リフォーム費用を普通貸付で申込されるときは

① 通常の申込書類に加え、リフォーム前の現場写真と工事内容の詳細が確認できる業者の見積書を添付してください。

② 工事が完了しましたら、リフォーム後の現場写真と領収書の提出をお願いします。

※ 提出がない場合は、貸付金を全額即時償還していただくこととなります。ご注意ください。

● 住宅貸付等の工事完了後は現地確認調査を行います

共済組合では、住宅の新築、増築、改築等に係る貸付や、災害による住宅の損害に伴う貸付について、貸付金が申請どおり正しく使われているか確認するため、原則、現地確認調査を行っています。今年も以下のとおり実施いたしますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

なお、調査の結果、不正等があった場合は、貸付金を全額即時償還していただくことになります。

調査対象者	工事完了兼確認届出書等の提出があり、書類審査が完了した方
調 査 時 期	勤務先の共済組合事務担当課を通じて連絡し、随時
調 査 内 容	外観・工事部分、在宅介護対応部分等の確認 （内容によって、住宅内部の確認及び写真を撮らせていただく場合があります。）

目指せ! 健康マイスター

むし歯や歯周病が招く全身病
口腔ケアから健康に

監修 **和泉雄一** いずみ ゆういち 総合南東北病院オーラル・ペリオ センター長 東京医科歯科大学 名誉教授

1983年東京医科歯科大学大学院歯学研究科修了。ジュネーブ大学医学部歯学科講師、鹿児島大学歯学部教授、東京医科歯科大学大学院教授を経て現職に。専門は、歯周病学。

健康寿命を延ばすカギは歯の健康にあり

歯は重要な消化器官。病気になったり失われたりすると、かむ力が低下して、食べ物の消化吸収が悪くなるほか、食べられるものが制限されて十分な栄養がとれなくなるため、全身の健康に影響します。

むし歯と歯周病は、歯を失う二大原因。これらは、食習慣、肥満、糖尿病、ストレスなどと深く関係している「お口の生活習慣病」だという認識を持ち、予防することが大切です。

むし歯や歯周病になる原因は、口の中の細菌。プラーク(歯垢)はその細菌の塊で、歯と歯肉の間にすみついて歯や周囲の組織をむしばんでいきます。たかが歯の病気と侮ってはいけません。なお、歯を失う原因のトップの歯周病の影響は、口の中だけにとどまらず、炎症を起こして出血した部分から細菌やその代謝産物が血管内に入り込んで、全身に悪影響を及ぼします。動脈硬化、糖尿病などの生活習慣病、脳梗塞、心筋梗塞などをさらに悪化させることも。全身の健康を守るためには、まず口腔内を健康に保つことが重要です。

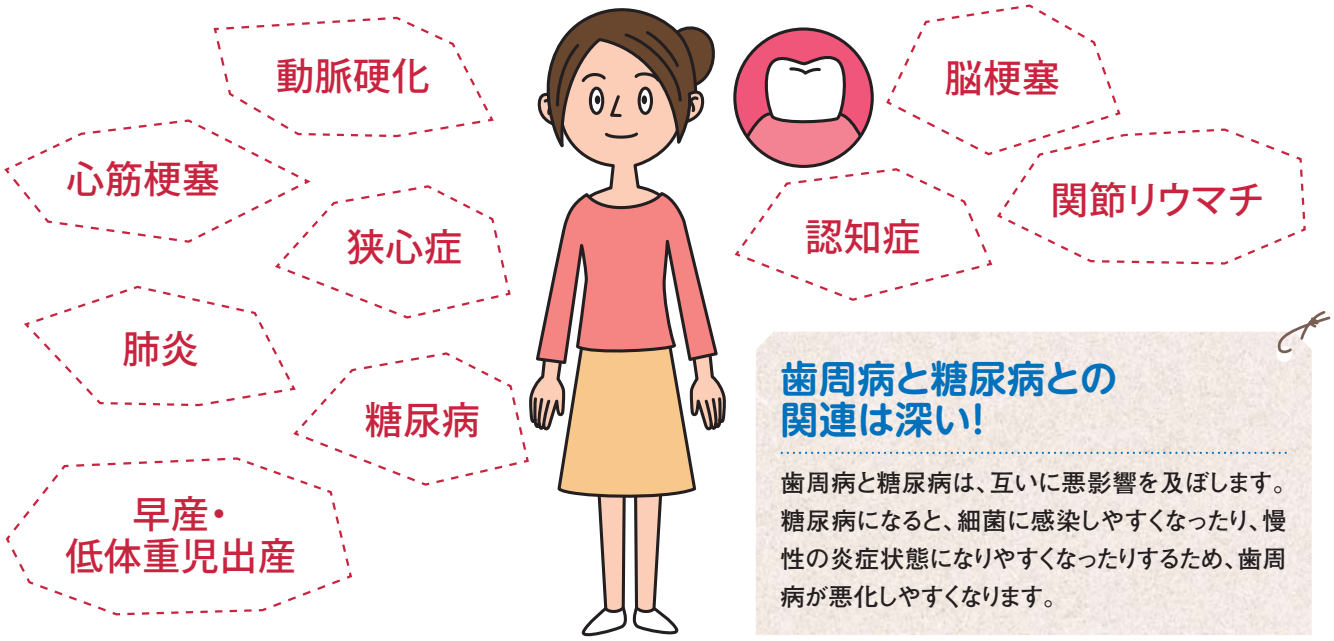
一度、むし歯や歯周病になると、元の健康な歯には戻れません。丁寧な歯磨きでプラークを取り除いて予防するのはもちろん、食事やストレスなどの生活習慣を見直して、1本でも多く健康な歯を残しましょう。

心当たりはありませんか?

□いつも何か口にしている、食事回数が多い	➡口の中が酸性に傾いて再石灰化(唾液により新しい歯の表面をつくる働き)が追いつかず、むし歯になりやすい口腔環境に。
□早食いでよくかまない	➡むし歯や歯周病の原因菌を抑える働きのある唾液が多く分泌されない。
□ストレスがたまっている	➡ストレスによる免疫力の低下により、歯周病になりやすくなる。

★歯周病の原因菌の中に、女性ホルモンを栄養源とするものがあるため、妊娠中の女性は歯周病になりやすいので要注意。

歯周病と関係の深い主な病気



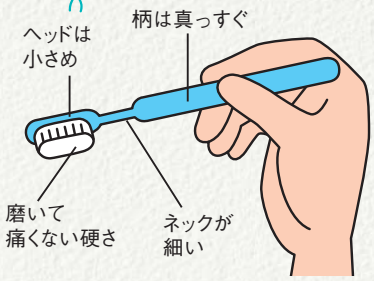
歯周病と糖尿病との関連は深い!

歯周病と糖尿病は、互いに悪影響を及ぼします。糖尿病になると、細菌に感染しやすくなったり、慢性の炎症状態になりやすくなったりするため、歯周病が悪化しやすくなります。

口腔ケアは「セルフケア」と「プロフェッショナルケア」の2本柱で

毎日行う セルフケア

歯磨きをする
（歯ブラシの選び方・持ち方）



- 鉛筆と同じように柄を軽く持ちます。力を入れ過ぎると歯ぐきを傷つけるので注意。磨き残しのないよう、歯の1本1本をすみずみまで時間をかけて磨くことを心掛けます。
- 歯ブラシのほかにも、デンタルフロスや歯間ブラシを使って歯と歯の間の汚れもしっかり取り除きましょう。

歯ブラシは1カ月たったら交換を！

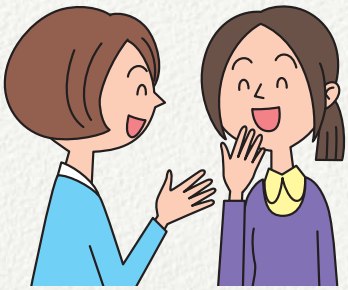
毛先が広がってくると、本来の6割程度しか歯の汚れが取れないので、1カ月を目安に新しい歯ブラシに交換しましょう。

よくかんで食べる

よくかむことで、唾液の分泌が促進されます。唾液には、口腔洗浄作用、抗菌作用があり、むし歯や歯周病の原因菌を抑える働きがあるので、食事のときは、よくかむ習慣を。

ストレスをためない

ストレスは唾液の分泌を妨げます。自分なりのストレス解消法を見つけて実行しましょう。気の合う仲間とのおしゃべりや歌などは、顔面や口腔をよく動かすのでおすすめ。



甘いものは控えめに

糖分を多く含むお菓子や果物は、少しだけにして、とり過ぎに注意。口寂しいときは、フッ素入りのガムやキシリトールガムをかみましょう。

かかりつけ歯科医で定期的に行う プロフェッショナルケア

歯のメンテナンス

かかりつけ歯科医に、歯石やプラークの除去を定期的にしてもらいましょう。専門の器具を使うため、セルフケアでは除去できない部分を掃除してくれます。

セルフケアのチェック&歯磨き指導

磨き残しの有無のチェック、磨き方の指導をしてもらい、セルフケアに活かしましょう。

歯科健診を受ける

むし歯や歯周病の予防・早期治療のために、半年から1年に1度は、かかりつけ歯科医で健診を受けましょう。

長く付き合える「かかりつけ歯科医」選びのポイント

相談しやすく、説明が丁寧
デンタルケアや治療について、分かりやすく説明してくれる。

予防に熱心
歯磨き指導、健診などに力を入れている。

全身の健康状態にも気を付けてくれる
口腔内だけでなく、内科的な症状も把握してくれる。

通いやすい場所にある
自宅や職場などから近い、いつでも気軽に行けるところがおすすめ。

てくてく ひょうごウォーキング

高砂市（たかさごし）

約400年前に整備された町割りが今も残り、明治～昭和にかけての建物も多く、2018年（平成30年）には高砂町の町並みそのものが日本遺産の構成文化財になった町です。タイムスリップした気分で楽しんで歩いてください。

※営業時間やお休みなどは予告なく変更となる場合があります。

高砂市データ
令和5年3月1日現在

- 面積　34.38㎢
- 人口　88,022人

ホームページ▶

高砂町周辺 ぶらりマップ

距離：約2.6km　時間：約45分

START　山陽電車「高砂」駅
↓ 12m　1分
1 駅前観光案内所「ちちり」
↓ 700 m　12分
2 十輪寺
↓ 700m　12分
3 高砂神社
↓ 160m　3分
4 工楽松右衛門旧宅
↓ 1000m　18分
GOAL　山陽電車「高砂」駅

※表記の時間には、施設等の見学時間や休憩時間は含みません。

もっと町あるきを楽しむために スマホでマップをゲットや！

Stroly 高砂町 おさんぽマップ

VIEW POINT

1 駅前観光案内所「ちちり」

高砂町の町あるきはここから始めてください。観光パンフレットや観光地の紹介など、高砂町散歩の案内はお任せください。お帰りには高砂の物産品をお土産にどうぞ！

079-443-7277　10時～17時
休 月・木曜日

周辺も楽しもう

向島・高砂海浜公園

「日本の白砂青松100選」で、春から夏の水遊びをはじめ、四季を通じて釣りや散歩に絶好の場所として人気があります。毎月キッチンカーが集まる向島フェスタも開催しています。

079-442-2722(たかさごユニバーサルデザインプロジェクト)
散策自由(事務所は8時30分～21時)
散策自由(事務所は火曜日～日曜日)
高砂市高砂町向島町
山陽電車「高砂」駅下車徒歩約30分

日本遺産の町並み

高砂町内には昭和の30年代そのままの商店街、アニメの世界に出てくるようなお風呂屋さん、明治期に建てられた異人館のような建物など、めずらしい建物や古民家カフェも多くあります。

079-441-8076(高砂市観光交流ビューロー「結びん」)
10時～17時　年末年始
高砂市高砂町今津町533-1
山陽電車「高砂」駅下車徒歩約15分

高砂町の町あるきを楽しんでもらうためにスマホで案内マップをゲット!　古民家カフェや飲食店、物産店、もちろん観光施設の情報が盛りだくさんです。ゲットしたらGPSをONにしてください。自分が今どこを歩いているかが分かります! ▶

VIEW POINT 2 十輪寺

815年に建立された浄土宗西山禅林寺派の寺院で、本堂が兵庫県の重要有形文化財に指定されています。仁王門を抜けて見上げる、二層になった本堂の大屋根は圧巻で写真映えします。

079-442-0242　散策自由

高砂市の五つ星グルメ

高砂にくてん

元々は家庭料理として食べられていたおでんの残り具材(主にすじ肉、こんにゃく、ジャガイモ)を入れたお好み焼きです。

VIEW POINT 3 高砂神社

祝いの謡としても知られる謡曲「高砂」発祥の地で縁結びの神様が3組もお祀りされている縁結びの神社。境内には和合長寿のシンボル「相生の松」があります。素敵なご縁を引き寄せてみてください。

079-442-0160　9時～18時
散策自由

今月の表紙

舟板塀のある路地

高砂町の路地は約400年前に碁盤の目の用に整備された町割りが今も使用されています。写真は工楽松右衛門旧宅の舟板塀。

VIEW POINT 4 工楽松右衛門旧宅

日本で初めて帆布専用の布を開発した人物「工楽松右衛門」の旧宅を改修し無料で開放しています。高砂町や工楽松右衛門に関する資料などを展示しています。

079-490-4790　9時～18時(入館は～17時30分)　年末年始

プレゼントがもらえる!

高砂トートバッグ

10名様にプレゼント!

応募はホームページから受け付けています。

締め切り
令和5年8月15日(火)

【前回の応募数　231件】
たくさんのご応募ありがとうございました。
今回もたくさんのご応募をお待ちしております。

兵庫県市町村職員共済組合

遺族附加年金事業「きずな」のご紹介

ご加入内容の更新について

遺族附加年金事業『きずな』は令和5年7月1日に更新日を迎えます。
ご加入の皆さまには所属所経由で「ご加入内容のお知らせ」をお配りしますので、ご加入内容のご確認をお願いします。

※「きずな」は団体保険のため、保険証券はありません。
「ご加入内容のお知らせ」は1年間大切に保管をお願いします。

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

加入者向けインターネットサービス「みんなのMYポータル」について

紙面でのみ配付していた「ご加入内容のお知らせ」、「配当金のお知らせ」等がスマートフォンやPCで確認できます。未登録の方は2月にお配りしたご案内の手順でぜひご登録ください！

「みんなのMYポータル」の主なサービス
- 現在のご加入内容の確認
- 配当金額の確認
- 「積立年金」残高の確認
- パンフレット、チラシなどの閲覧　等

パンフレットの電子化について

令和４年度のご案内よりパンフレットは電子化しています。
デジタルパンフレットにつきましては、二次元コードを読み取っていただくか、URLにアクセスのうえご覧ください。

＜デジタルパンフレット掲載先URL＞ https://digital-pamphlet.jp/008/a.pdf

保障内容、保険料等はパンフレットをご確認ください。

新規組合員の皆さまへ ～中途加入のご案内～（予定）

遺族附加年金事業『きずな』の中途加入手続きの時期がやってまいりました！
新規組合員の皆さまのところへ制度推進員が訪問し、制度内容の説明をさせていただきますので、ご協力をお願いいたします。

※所属所によっては、訪問できない場合があります。

▶▶▶ 中途加入スケジュール（予定）◀◀◀

8月～10月	10月中旬	翌年1月1日
新規組合員への説明訪問開始 ※制度推進員が職場にご説明とお手続きにお伺いします	申込締切日	中途加入責任開始期 （加入日）

主な「きずな」加入取り扱い制度

「きずな」だけでなく「総合医療保障コース」「重病克服支援コース」等の制度もあり、充実した医療の保障もあるから安心だね!

き　ず　な	死亡・高度障害、不慮の事故で入院・手術等の場合に備えて
きずなプラス	死亡・高度障害、障害年金１級・２級の認定に備えて
総合医療保障コース （基本型・セット型）	病気やケガで入院・所定の手術等の場合に備えて
重病克服支援コース	以下の場合に備えて ・所定の悪性新生物（がん）と診断確定されたとき ・急性心筋梗塞・脳卒中を発病して、所定の状態になられたとき ・急性心筋梗塞・脳卒中で、所定の手術を受けられたとき ※特約を付加した場合は、7大疾病及び、悪性新生物（がん）・上皮内新生物の治療費をサポートします（7大疾病保障特約、がん・上皮内新生物保障特約）
長期療養収入補償コース	病気やケガでの長期療養に備えて
団体傷害補償制度	傷害による死亡・入通院、日常生活での賠償責任を負った場合等に備えて
入院医療費支援制度	入院時の自己負担部分を軽減する短期給付の補完事業

退職後の制度について

「ご存じですか?」

退職時に満50歳以上の場合、現職中の「きずな」をご継続いただける**「きずなNEXT」**をご用意しています。（ただし、一部保障額が限定されます。）現職中の「きずな」をご退職時までご加入いただくことで、健康状態にかかわらず健康告知なし･無診査でご継続いただけることが大きな特長です。

	現職中の「きずな」	退職後の「きずなNEXT」
	ご退職 / 7月1日（更新日）	69歳 / 80歳
死亡・高度障害保障、傷害補償	きずな	きずな（退職者専用コース）
死亡・高度障害保障 障害年金１級・２級保障	きずなプラス	きずなプラス
傷害補償	団体傷害補償制度	団体傷害補償制度
医療保障	総合医療保障コース （基本型・セット型） 入院医療費支援制度	総合医療保障コース （基本型・セット型） 入院医療費支援制度
三大疾病保障	重病克服支援コース	重病克服支援コース

※長期療養収入補償コース・積立年金については退職と同時に脱退となります。　※こどもは継続できません。
※障害保険金、障害初期給付金は保険年齢64歳までの本人が保障の対象となります。

問い合わせ先

兵庫県市町村職員共済組合

事務取扱　**（有）兵庫ライフサービス　TEL:078-265-6170**

※各制度の詳しい内容等詳細については、デジタルパンフレットをご参照ください。
※一部所属では、「きずな」を取り扱っていない所属所がございます。

MY-A-23-他-004868

クイズを解いて、夏バテもスッキリ！

漢字しりとりパズル

クイズを解いて、ゆめ春来で利用できるご宿泊招待券や割引券をゲットしよう！

問　題

右上の「夏祭（なつまつり）」からスタートし、
漢字の読みをしりとりしながら、
左下の「団扇（うちわ）」まで進んでください。
さて、全部でいくつの漢字をしりとりしたでしょう。
その数を答えてください。

↓スタート

椎茸	田螺	杜若	夏祭
百舌	軍鶏	西瓜	栗鼠
欄間	土竜	郭公	鈴虫
蛇蝎	駱駝	旦那	紫蘇
団扇	哄笑	撫子	空豆

↓ゴール

答え

ゆめ春来ご宿泊招待券 プレゼント!!

クイズに正解された方の中から抽選で
5組10名様にゆめ春来ご宿泊招待券をプレゼント！
さらに、**当選されなかった方の中から抽選で10名様にゆめ春来3,000円割引券をプレゼント**します。
なお、当選は賞品の発送をもって発表といたします。
また、当選賞品の換金、譲渡及び売買はできません。

応募方法
右記の二次元コードから応募フォームにアクセスし、必要事項を入力の上、ご応募ください。

締め切り 令和5年8月15日（火）
※応募は、組合員お一人につき1回とさせていただきます。

● **ご宿泊招待券の利用にあたっての注意点**
1泊2食付きの彩（いろどり）コースとなります。
入湯税（150円）及び飲物代は、別途ご負担いただきます。
お料理は変更も可能ですが、差額が生じたときはご負担が発生いたします。
宿泊利用助成との併用はできません。
有効期限は令和6年2月29日（木）までです。
※なお、令和5年12月31日から令和6年1月2日までの間はご利用いただけません。
詳細はゆめ春来までお問い合わせください。

● **3,000円割引券の利用にあたっての注意点**
宿泊・飲食で利用することができます。
売店及び入湯税の支払いには使用できません。
利用の際、釣銭は支払われません。
有効期限は令和6年2月29日（木）までです。

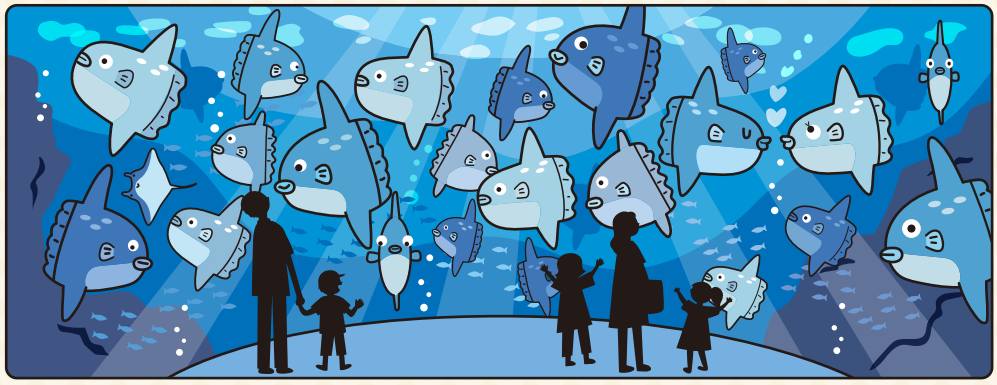
【4月号の解答】宮城
① 和歌山
（「かわ」がさかさで「わか」＋「やま」）
② 宮城
（「みぎ」（RIGHT）の間に「や」）
③ 石川
（「いわ」（岩）の間に「しか」）

応募数628件
たくさんのご応募ありがとうございました。

エイを探せ!!

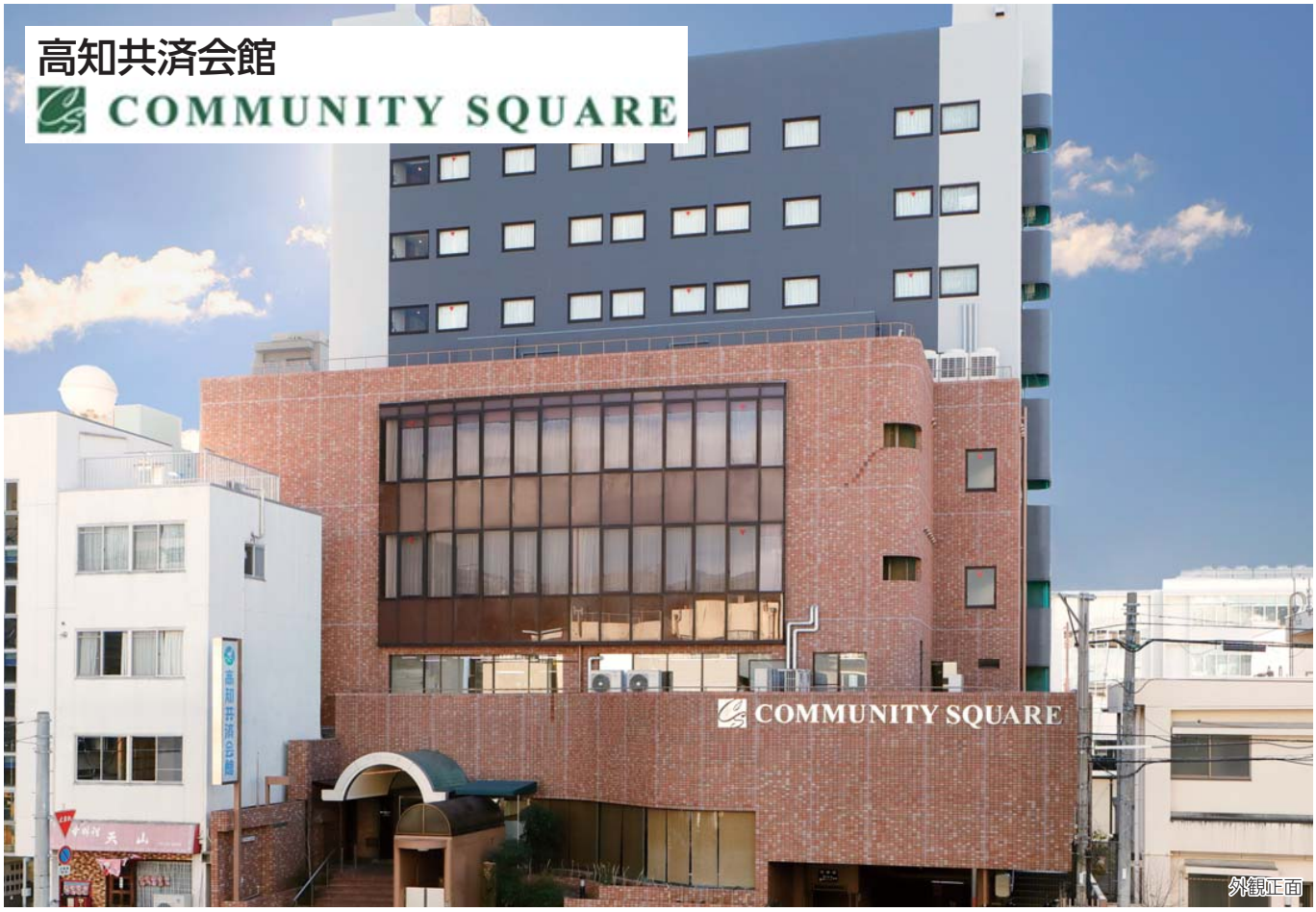
右のイラストに描かれた
マンボウのなかに
1匹だけエイがまぎれているよ！
エイがどこにいるか見つけよう！

▶「イラストクイズ」の解答は裏表紙をご覧ください。



高知共済会館

COMMUNITY SQUARE



外観正面

●土佐の楽しみ方●

徒歩圏内でも「歴史」「文化」「食」などを十分満喫できます。路面電車やぶらぶら歩いて高知の街並みを堪能した後は、高知城歴史博物館で山内家の歴史に触れ天守閣から城下を一望。散策に疲れたら、ひろめ市場で美味しいお酒と土佐の肴で乾杯！！東西に広い高知県ですが、中心部だけでもお楽しみいただけます。

客室デラックス

高知城

坂本龍馬像（桂浜公園）

海のテラス

かつおのタタキ

はりまや橋

宿泊プラン等はホームページにてご確認ください。

〒780-0870
高知県高知市本町5丁目3-20

TEL：088-823-3211
FAX：088-823-3102
E-mail：yoyaku@kochi-cs.jp

パパッとできる！ 野菜たっぷり健康ごはん

体のために野菜を食べた方がいいと分かってはいても、忙しいとおろそかになりがちに……。そんな悩みを解消するため、手間を減らしてたっぷり野菜をとれるレシピを紹介します。

料理制作・監修＝**小林まさみ**（料理研究家）　撮影＝**原ヒデトシ**　スタイリング＝**宮沢史絵**　栄養計算＝**佐藤友恵**

夏野菜の揚げ浸しとそうめん

使用野菜　かぼちゃ　赤パプリカ　オクラ　なす

材料（2人分）

かぼちゃ……100g
赤パプリカ……½個（90g）
オクラ……½パック（50g）
なす……1本（80g）
揚げ油……適量

A
- だし汁……1と¼カップ
- みりん……大さじ1と½
- しょうゆ……大さじ3
- 塩……少々

そうめん……2～3束

作り方

1. かぼちゃの種とワタを取り除いて3cm長さ、1cm厚さに、パプリカはヘタと種を取り除いて3cm大に切る。オクラはヘタの先端を切り落とし、3～4等分に切る。なすは3cm長さの半月切りにする。
2. フライパンに揚げ油を深さ1cm入れ、160度に熱する。かぼちゃを入れ、3～4分揚げて取り出す。
3. 揚げ油を180度にし、パプリカ、オクラを2分揚げて取り出す。なすを2分程度、こんがり色付くまで揚げて取り出す。
4. 鍋にAを入れ、強めの中火にかけて煮立てる。
5. バットに揚げた野菜を広げて❹をかけ、味がなじむまで20分以上おく。
6. そうめんは熱湯で袋の表示通りに茹でてザルにあげ、流水で洗って水気を切る。器に盛って、❺を汁ごとかける。

Profile　こばやし　まさみ●料理研究家。結婚後、働きながら調理師学校に通い、料理研究家のアシスタントなども務める。独立後は作り手に寄り添ったレシピで人気を博し、テレビや雑誌、企業のレシピ開発などで活躍。『毎日おいしい！カンタン小鍋』（扶桑社）など著書多数。

体いきいき 代謝力アップレシピ

にんじんのスムージー

たっぷりのアボカドとにんじんが疲れにくい丈夫な体づくりをサポート。
どちらも抗酸化成分を豊富に含む老化予防食品です。

■1人分　エネルギー：約268kcaℓ　塩分：約0.2g

材料(2人分)

グレープフルーツジュース100%	300mℓ
りんご	1/2個(120ｇ)
にんじん	中1/2本(70ｇ)
はちみつ	大さじ2～3
レモン汁	1/4個分
アボカド	半個
バニラアイス	200mℓ

料理指導：フードコーディネーター・タカハシユキ
栄養計算：管理栄養士・横山昌子　撮影：香出剛志(スタジオ・ジャバラ)

つくり方

1. グレープフルーツジュース100%は冷凍しておく。りんごとにんじんは皮をむいて千切りにする。

2. ①にはちみつ、レモン汁を加えてミキサーにかける。

3. アボカドアイスクリームを作る。アボカドはスプーンでつぶしてペースト状にする。バニラアイスとよく混ぜて冷凍庫で固める。

4. グラスに②を盛り、③をすくってのせる。

直営施設紹介　ひょうご共済会館からのお知らせ

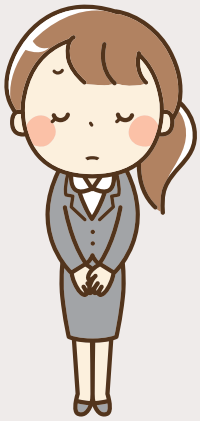
ひょうご共済会館の休館等のお知らせ

日頃より、ひょうご共済会館をご利用いただき、誠にありがとうございます。

当館では、諸般の事情により、下記のとおり休館等の対応をさせていただくこととなりましたので、お知らせいたします。

ご利用を予定されていた組合員・被扶養者の皆さまにはお詫び申し上げますとともに、休館等の期間中はご不便、ご迷惑をおかけすることについて、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

なお、保養所利用助成を受けられる代替施設、予約再開の時期等につきましては、当館のホームページでご案内させていただきますので、引き続きご愛顧いただきますようお願い申し上げます。



記

- 令和5年8月31日(木)までは、新規予約の受付を停止しております。
- 令和5年9月1日(金)から令和6年1月31日(水)まで休館いたします。

山陰海岸ジオパークはユネスコ世界ジオパークに認定されています。

「日本海形成に伴う多様な地形・地質・人々の風土と暮らし」をテーマとする、東西100km以上、南北約30kmのジオパークです。その範域は、東は京都府京丹後市の経ヶ岬から兵庫県の但馬海岸（日和山海岸、竹野海岸、香住海岸、但馬御火浦）を経て、西は鳥取県の浦富海岸、白兎海岸、浜村海岸、青谷に至ります。また、内陸部の神鍋高原・小代・湯村温泉・雨滝等も含まれています。日本列島がユーラシア大陸から分かれて日本海が形成される過程が、約4000万年前から今日に至るまでの地質学・地形学的に貴重で多様な地質遺産から確認できます。また、地質・地形・気候をうまく活用した、多様な生活文化が各地に息づいています。

穴見海岸からの夕陽

※営業状況については公式ホームページをご確認ください。

夏休み夕食バイキング

期間／ 令和5年7月22日（土）～8月27日（日）

期間中はセルフバイキングコースとなります。
お料理の提供につきましては、
各所にアルコール消毒の設置など
感染症対策を行い営業させていただきます。
お食事会場は2階レストランのみとさせていただきます。

利用助成控除後

大 人	お一人様　1泊2食付 15,270円～	➡ 9,770円～
小 人	お一人様　1泊2食付 9,330円～	➡ 3,830円～
幼 児	お一人様　1泊2食付 9,110円～	➡ 3,610円～

■大人｜中学生以上　■小人｜小学生　■幼児｜3歳以上小学生未満

時　間

1部　17時30分～19時
2部　19時30分～21時
※都合により一部制に変更になる場合がございます。

■表示料金は、消費税・奉仕料込みです。■大人の方は、別途入湯税150円お預かりします。■写真はイメージです。■お部屋タイプ、入室されるご人数により料金が異なります。■詳細はお問い合わせください。
※新型コロナウイルスの感染状況によっては中止の場合がございますので、あらかじめご了承ください。

ゆめ春来ご宿泊のご案内

期間／令和5年4月1日～令和6年3月31日
（但し7/22～8/27、年末年始期間を除く。）

四季折々の素材を使用した味覚料理をご用意しています。写真は夏の料理イメージです。閑散日はプラン料金で、ちょっとお得にご利用いただけます。

和・なごみコース

利用助成控除後

閑散日	1泊2食付 12,990円	➡ 7,490円
通常日	1泊2食付 13,690円～	➡ 8,190円～
繁忙日	1泊2食付 14,390円～	➡ 8,890円～

彩・いろどりコース

利用助成控除後

閑散日	1泊2食付 15,680円	➡ 10,180円
通常日	1泊2食付 16,380円～	➡ 10,880円～
繁忙日	1泊2食付 17,080円～	➡ 11,580円～

雅・みやびコース

利用助成控除後

閑散日	1泊2食付 18,100円	➡ 12,600円
通常日	1泊2食付 18,800円～	➡ 13,300円～
繁忙日	1泊2食付 19,500円～	➡ 14,000円～

令和5年度 ゆめ春来 料金区分カレンダー

閑散日　通常日　繁忙日　年末年始　休館日

7月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

8月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

閑散日は早割でさらにお得!!
ご利用日の30日前までにご予約いただくと、料金から **1,000円 割引**

※お部屋は洋室、和室となります。閑散日に和洋室をご利用の場合は、別途追加料金1,300円発生いたします。※通常日・繁忙日はご利用されるお部屋タイプ・ご人数によりお部屋代が異なります。※表示料金はすべて消費税・奉仕料込みです。※別途入湯税150円お預かりします。※写真はイメージです。※料理内容は仕入れ等により変更になる場合がございます。※詳細はお問い合わせください。

助成金額

宿泊…5,500円　日帰り…3,000円

助成額は、助成金額以上のご利用をされた場合に限ります。

組合員及び被扶養者の方（任意継続組合員含む）は、来館時に『組合員証』又は、『組合員被扶養者証』をご提示していただくことにより、ご利用料金より左記の助成金額が控除されます。

ふるさとのひととき ――― いで湯の里

湯村温泉 ゆめ春来

〒669-6821　兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6

TEL.0796-99-2211
FAX.0796-92-0233

Free Wi-Fi

ゆめ春来ブログ「山紫水明」もご覧ください。

E-mail ： y-haruki@theia.ocn.ne.jp
URL ： https://www.h-kyosai.or.jp/y-haruki/

ホームページから宿泊の予約ができます。

但馬牛チョイスプラン

期間／令和5年9月1日～10月31日の**閑散日**対象

メイン料理を下記よりお選びください。

但馬牛焼き

但馬牛しゃぶしゃぶ

但馬牛すき焼き

利用助成控除後

お一人様 1泊2食付
13,420円 ➡ **7,920円** 早割対象外

ゆったりプラン

期間／令和5年9月1日～10月31日の**閑散日**のみ

ご宿泊はゆったりとした
和洋室をご用意しました。

1日2組限定

プランご利用の方に、
入浴剤をプレゼント

利用助成控除後

お一人様 1泊2食付
13,530円 ➡ **8,030円**

※お部屋は洋室、和室となります。閑散日に和洋室をご利用の場合は、別途追加料金1,300円発生いたします。※表示料金はすべて消費税・奉仕料込みです。
※別途入湯税150円お預かりします。※写真はイメージです。※料理内容は仕入れ等により変更になる場合がございます。※詳細はお問い合わせください。

ふるさとのひととき ―― いで湯の里

湯村温泉 ゆめ春来

〒669-6821　兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6

TEL.0796-99-2211
FAX.0796-92-0233

Free Wi-Fi

ゆめ春来ブログ
「山紫水明」も
ご覧ください。

E-mail ： y-haruki@theia.ocn.ne.jp
URL ： https://www.h-kyosai.or.jp/y-haruki/

ホームページから宿泊の予約ができます。

■組合の概況（令和5年5月末現在）

①組合員数（任継除く）

男	27,006人
女	29,412人
計（前年同月）	56,418人（40,074人）

②被扶養者数（任継除く）

男	15,469人
女	24,068人
計（前年同月）	39,537人（36,620人）

③平均標準報酬月額（任継除く）

短期（前年同月）	347,073円（409,689円）
長期（前年同月）	398,228円（396,463円）

④任意継続組合員数

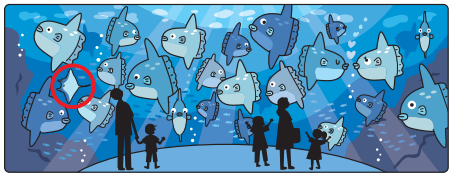
男	473人
女	286人
計（前年同月）	759人（366人）

■令和5年5月(3月診療分)の医療費状況

	件数	金額（1件当たりの医療費）	前年同月比
本人	47,898件	561,928千円（11,732円）	−4.17%
家族	37,328件	459,414千円（12,307円）	2.82%
高額療養費	1,015件	112,752千円	
家族療養費附加金	220件	8,207千円	
一部負担金払戻金	684件	21,082千円	
計	85,226件	1,163,383千円	

エイを探せ!!の解答

○がついている所にエイがかくれていました。わかりましたか?



ひょうご共済 No.203 令和5年7月1日　発行人■兵庫県市町村職員共済組合・西田竜也／神戸市中央区下山手通4丁目16-3 兵庫県民会館内 TEL.078-321-0621（代表）
この広報はホームページでもご覧になれます。URL: https://www.h-kyosai.or.jp/