

ひょうご共済



新年のご挨拶	2	マイナンバーカードを健康保険証としてご利用ください	21
組合会議員紹介	3	資格管理課からのお願い	22
医療保健課から		総務課から	
令和5年度医療統計	4	貸付事業をご利用ください	23
令和6年度健康セミナーを開催しました	6	入学貸付・修学貸付のご案内	24
「特定健康診査・特定保健指導」の実施結果	8	貯金払戻日カレンダー	25
ジェネリック医薬品を使おう！	9	てくてくひょうごウォーキング 西脇市	26
健診結果に基づく「重症化予防のための受診勧奨」 ほか	10	遺族附加年金事業「きずな」のご案内	28
医療保健課からのお願い ほか	11	ちょっとブレイク クイズパーク	30
こころの雨宿り	12	他府県施設紹介	
2/3日分の野菜レシピ	13	滋賀県市町村職員共済組合「ホテルピアザびわ湖」	31
年金審査課から		直営施設紹介	
退職時の年金の手続き	14	「ひょうご共済会館」	32
年金管理課から		「ゆめ春来」	34
働きながら年金を受け取る場合、年金の一部又は全部が		ゆめ春来からのご案内	
支給停止となることがあります ほか	16	組合の概況／令和6年11月の医療費状況	36
資格管理課から			
退職を予定されている皆さまへ	18		

表紙写真：西脇市「矢筈山からの雲海」



新年のご挨拶

理事長 福元 晶三



新年明けましておめでとうございます。

組合員並びにご家族の皆様におかれましては、新春を健やかに
お迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年12月2日開催の組合会での役員選挙におきまして、引き続き
理事長にご推挙いただきその重責を担うこととなりました。今後
とも、組合員各位並びにご家族の皆様の健康の保持増進、福祉の
向上のために、より一層努力してまいりたいと考えていますので、
皆様方のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

昨年は元日に発生した能登半島地震をはじめ、大雨による水害
等、多くの災害に見舞われた年でした。これらの災害により亡く
なられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された方々が
一日でも早く日常生活を取り戻せるよう心より願っております。

また、令和6年を振り返りますと、まさに“選挙イヤー”と言いま
せる一年となりました。アメリカをはじめ、ロシアや台湾、インド
、韓国といった、世界情勢に大きな影響を与える国や地域での選挙
が相次ぎ、国内では10月に衆議院解散による総選挙、兵庫県では
県知事選挙が行われました。

世界では、記録的なインフレや地政学的緊張の高まり、ナショ
ナリズムの台頭、生成系AIの出現、異常気象など、様々な問題に
直面しております。国内においても、依然として少子高齢化が進
行しており、貧困問題や地方の過疎化、人手不足など、解決すべ
き課題は山積しています。各選挙で選ばれたリーダーたちには、
国や地域・立場を超え、これら諸問題に対し、真摯に向き合っ
ていただくことを強く願います。

さて、私たちの暮らしを支える社会保障制度も様々な課題を抱
えながら、新たな局面を迎えることとなります。直近では、昨年
より健康保険証の新規発行が終了となり、マイナンバーカードの
保険証利用が本格化されました。さらに、本年12月から従来の健
康保険証が完全に利用期間終了となり、医療機関での受診方法や
本人確認の方法なども随時変更されていく見込みです。

年金制度においては、昨年は5年に一度の「公的年金財政の定期
健康診断」と呼ばれる財政検証が行われました。少子高齢化に伴
う公的年金加入者の減少や平均寿命の延伸など、最新の人口や経
済の状況を反映し、おおむね100年にわたる財政収支の見通しを
作成することを目的として行われます。そして、今回の検証結果
は、株高を背景に、積立金の運用も好調だったことから年金財政
が改善されました。さらに、女性や高齢者の労働参加が進んだと

いう要因も加わり、前回結果と比べ、将来の年金水準が底上げさ
れ、所得代替率が政府が掲げる目標値の50%を上回る見込みです。

また、今回の検証結果を踏まえ、政府では年金制度改革の検討
が進められております。厚生年金の適用拡大、標準報酬月額上限
の引き上げ、65歳以上の在職老齢年金制度の見直しなどの改正案
が挙げられておりますが、これらが実現すれば、年金財政の安定
化、年金制度の保持につながります。その一方で、一部で負担が
増えるケースや将来の受給世代の給付水準が低下するなどの影響
もあるといわれております。国民一人一人が納得できるような改
正となるよう、有意義な議論が重ねられることを期待します。

一方、我が国の医療保険制度の現状におきましては、本年は団
塊の世代がすべて後期高齢者となる年であり、高齢者医療費の更
なる増大と現役世代の減少が重なる「2025年問題」という重大な危
機に直面します。高齢者医療への拠出金負担が増加すれば、支え
手である現役世代の負担は限界を超え、医療保険制度の存続が危
ぶまれる事態に陥ります。

このような状況を踏まえ、厚生労働省は、令和9年度にスタート
する第4期下期から、後期高齢者支援金の加算・減算制度の柱と
なる加算基準、減算基準の総合評価指標を見直す方針を示しまし
た。見直しの方向性として、特定健診・保健指導実施率が著しく
低い保険者を対象に、ペナルティとしての加算を行うことを提案
し、加算該当となる基準を、特定健診50%未満、保健指導2.5%未
満に設定する方針案を示しました。

保健事業につきましては、昨年、第3期データヘルス計画を策定
いたしました。これまでの取組の実績やその評価等を踏まえた同
指針の見直しを行い、組合員等の更なる健康保持増進と医療費の
適正化を目的に、本組合の健康課題に即した事業を効果的・効
率的に実施してまいります。皆様には、人間ドック助成事業をは
じめとする保健事業及び特定健康診査、特定保健指導を積極的
にご利用いただき、健康の保持増進にお役立ていただきますよう
お願い申し上げます。

宿泊施設である「ゆめ春來」「ひょうご共済会館」両施設におき
ましては、感染症対策等を徹底し、皆様の安全を第一に考え運
営しています。両施設とも皆様の施設として親しまれ、安心して
お気軽にご利用いただけるよう、引き続き施設の健全運営に努め
てまいりますので、今後ともご愛顧くださるようお願い申し上げ
ます。

こうした中、本組合の業務運営は依然として大変厳しい状況が
続いており、本組合といたしましては、健全な事業運営に努め
るとともに、様々な事業を通して皆様の健康の保持増進、生活の
安定、福祉の向上のため、役職員一同、積極的に取り組んでまい
ります。

結びになりますが、日頃よりの運営へのご理解とご支援の程に
感謝申し上げますとともに、新しい年が皆様にとって良き年であ
りますよう心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

第188回 組合会を開催

去る令和6年12月2日に、改選後の議員による初めての組合会を、ひょうご共済会館におい
て開催しました。

下記のとおり選挙等が行われるとともに議案が審議され、議案については原案のとおり議決、
承認されました。



報 告

- 1 ゆめ春來の大規模修繕工事に係る設計監理の委
託業者について
- 2 ひょうご共済会館の運営委託業者について
- 3 令和6年度上期保養所等監査報告書について
- 4 兵庫県市町村職員共済組合福祉事業調査委員
会からの答申について

選挙第1号～選挙第5号

本組合役員等の選挙について

委嘱第1号、2号及び指名第1号

各種委員会の委員の委嘱・指名について

協議事項

- 議案第1号 兵庫県市町村職員共済組合定款の一部変更に係る専決処分
の承認について
- 議案第2号 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
- 議案第3号 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
正な取り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
- 議案第4号 兵庫県市町村職員共済組合貸付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

共済組合の新体制

令和6年12月1日から令和8年11月30日まで

令和6年11月8日、各選挙区において組合会議員選挙を実施し、その当選人により令和6年12月2日に第188回組合会が開催され、今期の組合会議員の役職が決まりましたので誌上で紹介します。

市町長側



第1区

上崎 勝規(洲本市)
福祉事業調査委員
保養宿泊施設等建設委員



第1区

関貫 久仁郎(豊岡市)
福祉事業調査委員



第1区

牟礼 正稔(赤穂市)
理事
保養宿泊施設等建設委員長



第1区

山崎 晴恵(宝塚市)
福祉事業調査委員



第1区

仲田 一彦(三木市)
理事
保養施設運営委員
機械処理委員



第1区

藤岡 勇(朝来市)
福祉事業調査委員長
保養宿泊施設等建設委員



第1区

福元 晶三(宍粟市)
理事長



第1区

岩根 正(加東市)
福祉事業調査委員



第2区

吉田 一四(多可町)
監事



第2区

浜上 勇人(香美町)
理事長職務代理
保養施設運営委員長
機械処理委員会会長

職員側



第1区

神谷 利彦(尼崎市)
理事
保養宿泊施設等建設委員
機械処理委員会副会長



第1区

芝本 裕哉(西宮市)
福祉事業調査副委員長



第1区

池本 能身(三田市)
理事
保養施設運営副委員長
保養宿泊施設等建設副委員長



第1区

居内 昭人(南あわじ市)
福祉事業調査委員



第2区

金川 剛(加古川市)
福祉事業調査委員



第2区

小山 直成(小野市)
監事



第3区

山本 大輔(赤穂市)
福祉事業調査委員



第3区

本田 圭司(神河町)
理事
機械処理委員



第4区

梅垣 耕平(丹波市)
福祉事業調査委員



第4区

浅田 朋子(八鹿病院)
理事
保養施設運営委員
保養宿泊施設等建設委員

医療統計

令和5年度



令和5年4月から令和6年3月の間に、組合員及び被扶養者の皆さまが受けられた医療給付に係る統計を作成しましたので、その内容についてお知らせいたします。

1 1件当たり日数

「1件当たり日数」とは、総診療日数を年間延べ受診件数で除したもので、一つの医療機関で1か月に受診(入院)した平均日数を表しています。

組合員、被扶養者ともに大きな変動はありません。

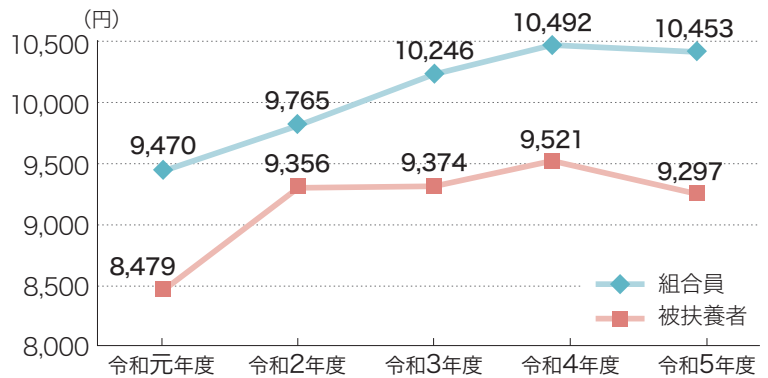
(日)

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
組合員	1.5	1.5	1.5	1.4	1.42
被扶養者	1.5	1.5	1.5	1.4	1.42

2 1日当たり医療費

「1日当たり医療費」とは、年間総医療費を総診療日数で除したもので、医療費の1日当たりの平均です。

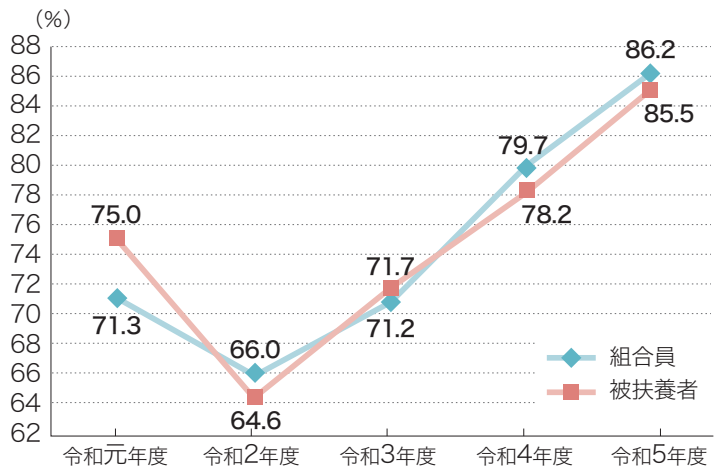
組合員は前年度並み、被扶養者は減少しています。



3 受診率

「受診率」とは、年間延べ受診件数を組合員又は被扶養者の延べ人数で除したものを百分率で示したもので、1か月100人当たりの受診件数を示しています。

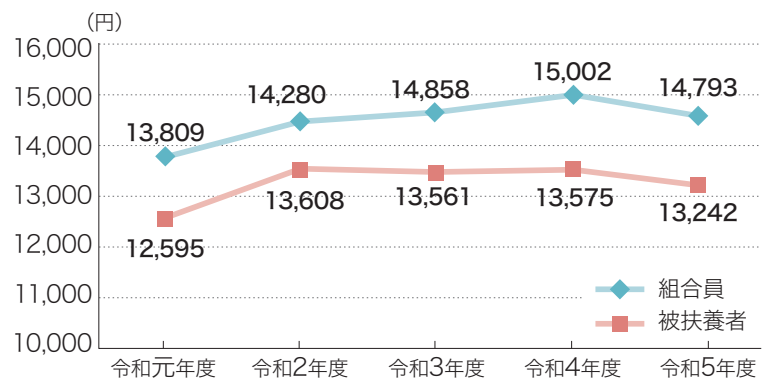
組合員、被扶養者ともに前年度と比較して大幅に増加しています。



4 1件当たり医療費

「1件当たり医療費」とは、年間総医療費を年間延べ受診件数で除したもので、医療費の1件当たりの平均です。

組合員、被扶養者ともに減少しています。



5 年齢階層別病類件数(入院・外来・歯科)

組合員及び被扶養者の入院、外来、歯科を合計した受診件数について病類別に集計し、年齢階層ごとに上位5位まで表にまとめています。

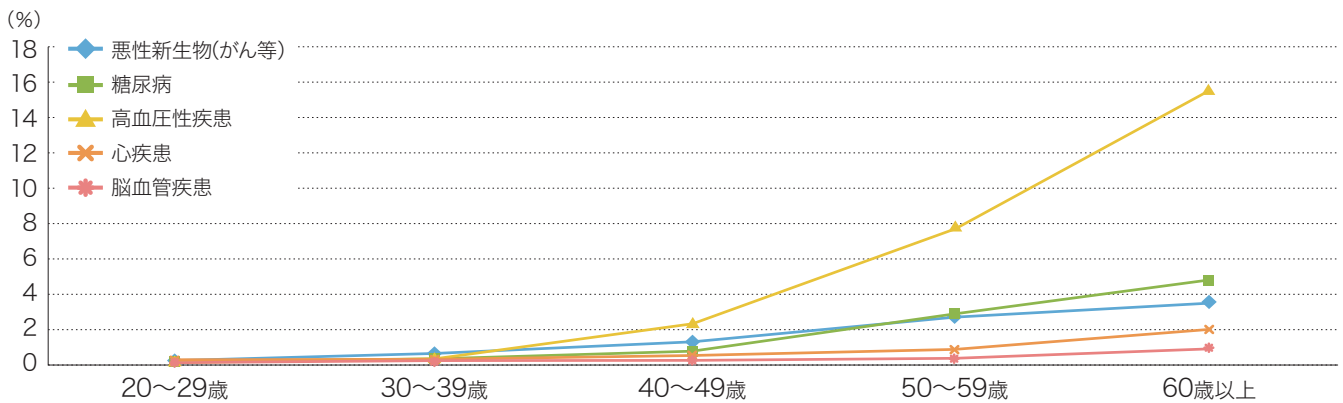
	1位	2位	3位	4位	5位
～19歳	呼吸器系	消化器系(歯科含む)	皮膚・皮下組織	眼・付属器	損傷・その他の外因
20～29歳	消化器系(歯科含む)	呼吸器系	皮膚・皮下組織	眼・付属器	腎尿路生殖器系
30～39歳	消化器系(歯科含む)	呼吸器系	皮膚・皮下組織	腎尿路生殖器系	眼・付属器
40～49歳	消化器系(歯科含む)	呼吸器系	皮膚・皮下組織	眼・付属器	筋骨格系・結合組織
50～59歳	消化器系(歯科含む)	循環器系	内分泌・栄養・代謝疾患	筋骨格系・結合組織	呼吸器系
60歳～	消化器系(歯科含む)	循環器系	内分泌・栄養・代謝疾患	筋骨格系・結合組織	眼・付属器

消化器系(歯科含む)	う蝕症(むし歯)・歯肉炎・歯周病・胃潰瘍・十二指腸潰瘍・アルコール性肝疾患・慢性肝炎・肝硬変等
呼吸器系	急性鼻咽頭炎(かぜ)・ウイルス性肺炎・急性気管支炎・アレルギー性鼻炎・喘息等
循環器系	高血圧・心筋梗塞・心不全・くも膜下出血・脳梗塞等
眼・付属器	結膜炎・白内障・遠視・近視・乱視等
内分泌・栄養・代謝疾患	甲状腺腫・糖尿病等
皮膚・皮下組織	アトピー性皮膚炎・じんま疹等
筋骨格系・結合組織	痛風・多発性関節症・椎間板障害・腰痛症・坐骨神経痛・骨粗しょう症等
損傷・その他の外因	骨折・熱傷・中毒等
腎尿路生殖器系	腎不全・前立腺肥大症等



6 主な生活習慣病に係る年代別受診率

主な生活習慣病ごとに組合員と被扶養者を合計した年代別受診率をグラフに表しています。



7 まとめ

令和5年度は組合員、被扶養者ともに「受診率」は大幅に上昇したものの、「1日当たり医療費」「1件当たり医療費」は横ばい又は減少傾向にあります。

また、病類ごとの件数では、消化器系の疾患(主にう蝕症(むし歯))が各年代で上位を占めており、呼吸器系(主に風邪)も若い世代を中心に受診件数が増えています。

年齢の高い層では、循環器系、骨格系・結合組織や内分泌、栄養・代謝疾患の受診が目立ち、これらの疾病は生活習慣病にも密接に絡んでいきます。

循環器系疾患が重症化し糖尿病や腎機能障害が発病すると、医療費はもちろんのことながら、皆さまの生活にも大きな影響を及ぼしますので、特定健康診査・特定保健指導を有効に活用し、生活習慣病を予防しましょう。

日頃の健康管理に加えて、新薬と同等の有効成分であるジェネリック医薬品を利用することで、医療費の削減にご協力をお願いします。

令和6年度

健康セミナーを開催しました

本年度も「生活習慣」「運動習慣」「ヘルスケア」の3つをテーマに、皆さまに健康に過ごしていただくことを目的として、健康セミナーを開催しました。

6月22日

質の良い睡眠と健康セミナー ～睡眠は究極の健康術・ダイエット術・仕事術である～

■ ゆめ春來(美方郡新温泉町)



アクティブライフプロダクツ代表・日本成人病予防協会認定講師である菊地真紀先生をお招きして、本組合保養施設「ゆめ春來」にて「質の良い睡眠と健康セミナー」を開催しました。講演では椅子に座ったまま行える「椅子ヨガ」も紹介していただきました。

【参加された方の感想】

- 「睡眠の大切さを実感しました。すぐに実行できることはしたいと思います。」
- 「人生の1/3は睡眠。これから先、将来の自分自身への投資。」
- 「眠る前のルーティンをつくる、私は眠れる、と思うこと。軽いストレッチを心がけたいと思います。」

7月20日

坐禅体験 ～日常を離れて無心にかえる～

■ 天台宗 安泰山『大國寺』(丹波篠山市)



酒井裕圓 住職の指導により、坐禅を体験していただきました。とても静かで小鳥の音が聞こえる、心安らぐ環境で行うことができました。

【参加された方の感想】

- 「坐禅は初めてでしたが、静かで落ち着いた時間を過ごせました。」
- 「日常生活で立ち止まって考える時間を持つことの大切さ。」
- 「ご住職が親しみやすく、坐禅へのハードルを低くしてくださった。」

8月17日

健康料理教室 ～こころとからだを元気にする薬膳料理～

■ イーグレひめじ(姫路市)



一般社団法人日本フード&ヘルス協会代表理事・渡部美智余先生をお招きして、薬膳料理教室を開催しました。先生は、企業から委託された商品・レシピ開発も手掛けられ、日本初の薬膳料理を取り入れた子ども食堂を、月1回たつの市で開催されています。

セミナーでは薬膳について分かりやすく説明していただき、薬膳を身近に感じることができました。

【参加された方の感想】

- 「グループで分担しながら楽しく作ることができ、出来上がった料理を見たときは感動しました。」
- 「料理の説明と同時に食の薬効の説明があり、短時間にぎっしり内容が詰まっており、とても充実していました。」
- 「薬効の説明と料理のおいしさが心に残りました。」

9月14日

フレイル予防運動セミナー ～未来のために今、やっておくこと～

■ 洲本市文化体育館(洲本市)



一般社団法人ミニらいとモルック協会代表理事・日本成人病予防協会専任講師として活躍されておられる歌丸和見 先生をお招きして、「フレイル予防運動セミナー」を開催しました。

セミナーでは、フレイル予防のお話と自宅でもできる自己整体トレーニングを教えていただきました。

【参加された方の感想】

- 「身体についても老化を含め、勉強になりました。」
- 「年齢を重ねるのを前向きに考えられる講師の言葉が心に残りました。」
- 「どんどん気付かないうちに体が硬く、動かなくなっていたことがわかりました。」
- 「筋肉を動かすと心と身体が気持ち良い。」

10月26日

クアオルト[®]健康ウォーキング ～森の中を歩いて健康に!心身まるごとリフレッシュ～

■ 兵庫県立 なか・やちよの森公園(多可町)



専門ガイドさんに同行していただき、多可町の「なか・やちよの森公園」をウォーキングしました。

少しひんやりとした森の空気のなか、心拍数を上がりすぎないようにコントロールしながらのウォーキングは普段味わうことのない心地よさを感じることができ、また、木のベッドの上で目を閉じて仮眠をとる体験はとても気持ちよく、森林浴を満喫できました。

【参加された方の感想】

- 「普段、ウォーキングをたまにするのですが歩くだけで…今回、血压とか脈とかいい勉強になりました。」
- 「木のベッドが気持ち良かった。歩きやすい道で楽しくのびれました。」
- 「ガイドの方もとても楽しく説明していただき、トータルで有意義な時間であった。」

11月9日

キック&ボクササイズ ～パンチとキックでストレス解消～

■ 兵庫県立総合体育館(西宮市)



キックボクシングフィットネスジム「KICK-STYLE」代表西川義 先生をお招きし、パンチやキックの打ち方、実際にグローブを着けてのミット打ち等を体験させていただきました。

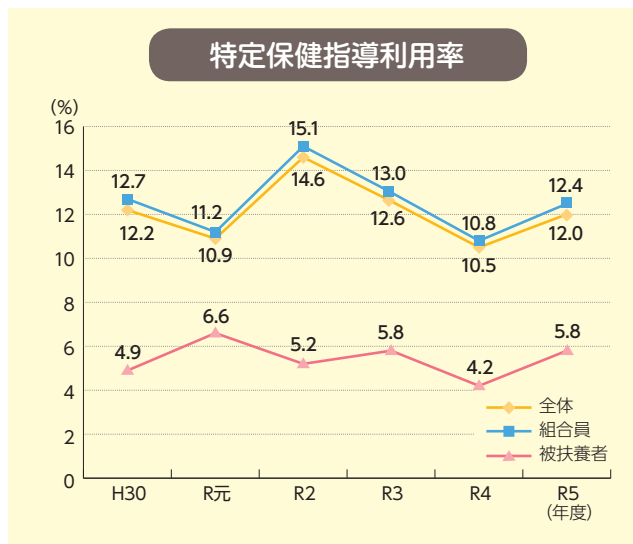
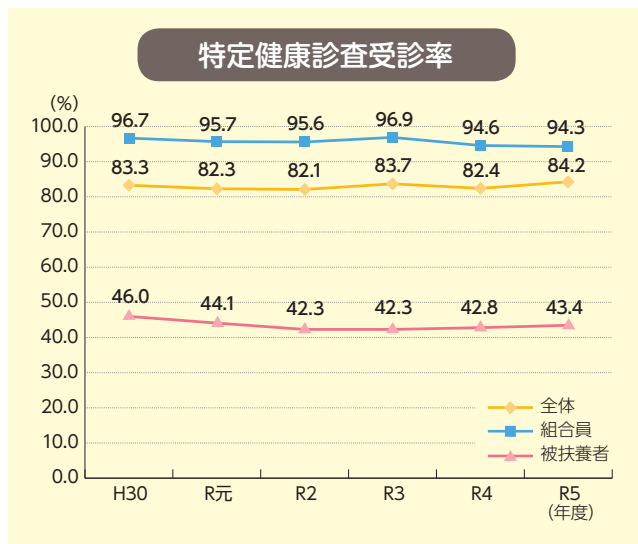
特にキックは上半身との連動が難しかったですが、うまくミットを打てた時の良い音は爽快な気分になり和気あいあいと楽しめました。

【参加された方の感想】

- 「キックボクシングは初めて参加しましたが初心者にもわかりやすく、楽しく参加できる内容でとても楽しかったです。」
- 「自分の体幹のなさにおどろいたので、もっと体をきたえないとダメだと思いました。」
- 「キックをつづけると短時間でもとても疲れることがわかりました。」

「特定健康診査・特定保健指導」の実施結果

令和5年度の「特定健康診査・特定保健指導」の実施結果について、令和6年11月に国へ報告を行いましたのでお知らせします。



特定健康診査の受診率を集計した結果、組合員では0.3%減少、被扶養者では0.6%増加し、全体での受診率は84.2%と昨年度から1.8%増加しました。特定健康診査は、定期的に受診することで数値の変化を把握し、病気の兆候を見つける手段となります。ご自身とご家族のためにも毎年特定健康診査を受診しましょう。

特定保健指導は、その年度に受けた特定健康診査の結果を判定し対象者を抽出しています。今のままの生活を続けると糖尿病や虚血性心疾患、脳血管疾患といった生活習慣病に罹患するリスクの高い方が該当します。令和5年度は該当者の利用率が全体で1.5%増加しました。生活習慣病は重症化するまでほとんど症状がありません。病気になると時間もお金もかかりますが、何より今までと同じような生活ができなくなる可能性があります。そうならないために専門家が生活習慣の見直しを支援をしてくれる特定保健指導を積極的に受けましょう。

**特定健康診査・特定保健指導ともに自己負担なしで受けていただくことができます。
受診券や利用券が交付された方は、すみやかに健診機関等へ予約しましょう！**

ご家族の方で健康診断を未受診の方はいませんか？

令和6年4月1日から引き続いて共済組合に加入されている40歳から75歳までの被扶養者の方に交付している「特定健康診査受診券」の有効期限は令和7年3月31日となっています。

年1回無料で健康状態を確認できる機会ですので、本年度の特定健康診査をまだ受けていない場合は、ぜひ「特定健康診査受診券」を使用して特定健康診査を受けてもらってください。

なお、被扶養者の方がパート先等で健康診断を受診される場合は、マイナポータルに健診結果の反映や特定保健指導対象に該当されるかの判定のために、健診結果の写しを共済組合に提出してください。



先発医薬品
よりお得!

ジェネリック医薬品を使おう!



ジェネリック医薬品とは、先発医薬品(新薬)の特許期間が切れてから、新薬と同じ有効成分を同量使って作られた薬です。ジェネリック医薬品を使用すると医療費が節約されるため、私たちの支払う掛金の上昇を抑えられ、さらには医療保険制度の維持にもつながります。ぜひ、ジェネリック医薬品を利用してください。



オススメ
されるワケ

安心

新薬と効き目は同等と国から認められ、安全性も確認済みです。飲み薬以外にも外用薬や点眼薬など、多くの薬があります。

改善・改良

品質は保ちつつ、味やにおい、形状などを変えて新薬より使いやすくなっているものもあります。



価格

新薬の7割から2割程度のものがあります。

新薬より開発期間が短く、費用が抑えられているため、安く提供されています。



ジェネリック
医薬品に
切り替えるには

医師に相談する

診察の際、医師に「ジェネリック医薬品にしたい」と伝えましょう。「ジェネリックにしますか?」と医師から提案されることもあります。

薬剤師に相談する

処方箋に【変更不可】と記載がなければ、薬剤師に相談して変更できます。また、薬剤師から提案されることもあります。

窓口で申出る

お薬手帳に「ジェネリック医薬品希望」のシールを貼っておいたり、「ジェネリック医薬品希望カード」を受付と一緒に提出したりすれば、希望を伝えられます。



ジェネリック
医薬品
Q&A

全ての医薬品に ジェネリックがあるの?

ジェネリック医薬品は特許期間が切れた薬のため、全ての薬にあるとは限りません。

毎回申出が 必要なの?

一度ジェネリック医薬品に切り替えた医療機関(薬局含む)では、次回以降に申出る必要はありません。

変更したら 戻せないの?

体調に合わない場合など、申出れば元の薬に戻せます。



ジェネリック医薬品差額通知書を配付します

共済組合では、医療費増嵩対策の一環として下記に該当する組合員及び被扶養者の皆さまに「ジェネリック医薬品差額通知書」を配付します。

ジェネリック医薬品に切り替えることで、自己負担額が抑えられ、医療費の削減につながります。飲みなれたお薬をジェネリック医薬品に切り替えることに不安がある方は、短期間処方の「分割調剤」を選択することも可能です。

ジェネリック医薬品差額通知書が届いた方は、医師・薬剤師と相談の上、ジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。



対象者

生活習慣病などの慢性疾患等に係る薬を服用されている20歳以上の組合員及び被扶養者で、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に月300円以上の軽減が見込まれる方(毎月服用している薬なら、年間で3,600円以上節約できます。)

対象年月

令和6年1月~11月に受診した中で、差額が一番大きい月

送付時期

令和7年3月頃に勤務先の共済組合事務担当課を通じて配付する予定です。被扶養者の差額通知についても組合員へ配付することとなります。ご了承ください。

健診結果に基づく「重症化予防のための受診勧奨」

ひょうご共済No.207(令和6年7月1日発行)に掲載しました標記の受診勧奨通知について、該当する方のご自宅へ令和6年9月にお送りしました。

本通知を受け取られた方で、精密検査をまだ受けられていない方は、早めに受診しましょう。

受診勧奨対象者

令和4年度及び令和5年度の健診結果の【**血圧**】【**血糖**】【**脂質**】に関する項目が、右表の基準値を超える場合で、令和5年度の健診受診月から令和6年5月末日までに医療機関で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)

受診勧奨対象者数とその内訳

受診勧奨対象者は640人となり、該当項目ごとの内訳は以下のとおりです。

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

		令和5年度健診結果						
		血圧	脂質	血糖	血圧+脂質	血圧+血糖	脂質+血糖	血圧+脂質+血糖
令和4年度健診結果	血圧	147	4	5	9	7	1	0
	脂質	6	229	5	17	0	8	0
	血糖	5	1	82	0	10	13	0
	血圧+脂質	5	7	0	7	0	0	0
	血圧+血糖	3	0	6	0	15	1	4
	脂質+血糖	0	1	4	0	1	12	2
	血圧+脂質+血糖	0	0	1	1	1	1	3

(人)

直営宿泊施設利用の助成方法が変わります

本組合が運営する直営宿泊施設、「ゆめ春来」及び「ひょうご共済会館」を宿泊又は日帰りでご利用いただく場合、施設到着時に組合員証等をフロントへ提示することで助成を受けることができますが、令和6年12月2日以降、現行の組合員証等の新規発行が終了することに伴い、直営宿泊施設の利用助成方法が変更となります。

原則①を施設到着時にフロントへご提示ください。スマートフォンを持っていない場合等、①の提示が困難な場合は②～⑤のいずれかをご提示ください。



- ① マイナポータルの「資格情報」画面
- ② 資格情報のお知らせ
- ③ 資格情報通知書
- ④ 資格確認書
- ⑤ 組合員証又は組合員被扶養者証*

*組合員証等の廃止時点で発行済みの組合員証等は、最大1年間従来通り使用できる経過措置により、令和7年12月1日まで提示可能です。

後期高齢者医療制度の被保険者となられた組合員の方は下記の書類を提示してください。

◎後期高齢者等組合員証明書

後期高齢者になられた組合員に扶養されていた被扶養者の方は、本組合の被扶養者の資格を失いますので、助成を受けることはできません。

INFORMATION

医療保健課からのお願い

● 医療費助成制度の受給者証をお持ちの方へ

組合員又は被扶養者が、国や自治体を実施する医療費助成制度(乳幼児医療、こども医療、障害者医療、ひとり親家庭医療及び高齢期移行助成など(以下、「医療費助成制度」といいます。))の受給者である場合は、共済組合の高額療養費及び附加金(一部負担金払戻金又は家族療養費附加金をいいます。)の支給が停止されます。

ただし、次の理由により、医療費受給者証が使用できず、医療機関等の窓口で一定の額を超える金額を支払ったときは、請求により高額療養費を受けることができます。

附加金については、医療費助成制度との調整になります。

- 医療費助成制度が償還払い方法のため、医療費受給者証が交付されていない場合
- 居住地外の都道府県にある医療機関等を受診したとき
- 医療費受給者証の交付を受ける前に医療機関等を受診したとき
- 医療費受給者証の適用を受けない傷病に対する治療等を受けた場合



高額療養費及び附加金の請求をする場合は、勤務先の共済組合事務担当課に「療養費・家族療養費請求書」、「領収書(原本)」をご提出ください。

指定宿泊施設に関するお知らせ

休館	令和7年1月20日～ 令和7年2月18日	むつみ荘	〒999-2211 山形県南陽市赤湯233-1	TEL:0238-43-3035
----	-------------------------	------	----------------------------	------------------

退職組合員保養所等利用助成券を交付します

今年度退職される組合員の方に、本組合直営施設「ゆめ春來」又は「ひょうご共済会館」で利用できる助成券を交付します。この機会にぜひご利用ください。

- 助成対象** ▶ 組合員期間が1年以上かつ退職時50歳以上の組合員
- 助成金額** ▶ 2人で利用する場合は20,000円(1人の場合は10,000円)
- 交付時期** ▶ 6月上旬頃
- 助成方法** ▶ 施設到着時に「退職組合員保養所等利用助成券」をフロントにお渡しください。

※宿泊料金等が助成金額を下回った場合は、当該宿泊料金等が助成対象となります。

※共済組合の保養所等利用助成と併用することはできません。

※他人に譲渡することはできません。

※退職後の再就職により引き続き共済組合の資格を有する場合は除きます。

こころの雨宿り

心配性のいいところ



関屋 裕希 臨床心理士、心理学博士

「次の打ち合わせで、反対意見が出たらどうしよう」「この企画書では、上司に叱られてしまうかもしれない」「周りはどんどん前に進んでいるのに、自分はこのままでいいのだろうか」と、こんな風にあれこれ考えて、心配な気持ちがどんどん強くなることはありませんか。

私も、ときどき「心配モード」に入ることがあります。最初は、一つのことだけを心配していたのに他のことまで気になってきて、雪だるま式に心配が膨らんでいってしまうのです。そんなとき、「こんなにくよくよ悩むなんて……」「あれこれ心配しすぎだよなあ」と、心配性な自分が嫌になることもあります。先のことを考え過ぎずに、もっと楽観的でのほほんといられたら良かったのに……なんて思うのです。けれど、心理学の研究では、心配性のいいところも解明されています。

「心配性の人たちの中には、仕事のパフォーマンスが高い人たちが存在する」という研究結果があります。どういうことかと言うと、あれこれ心配してしまう人は、「こんな良くないことが起こると大変だから、あらかじめ対策をしておこう」「スムーズに仕事が進むように、工夫を加えてみよう」といった具合に、心配をもとにさまざまな対策をとることができます。その結果、トラブルを起こすことなく仕

事を進められたり、ミスを防ぐことができたりして、パフォーマンスが高くなるのです。

心配は、「何か対策をとったほうがいいよ」と私たちに教えてくれるアラームのようなもの。こんな風に考えてみると、自分の心配性なところも悪くないな、と思えてきませんか？ 心配性という特性を、「自分の役に立ってくれている」と受け入れるだけで、心に余裕が持てて視野も広がります。

何より大事なのは、あれこれ心配するだけでなく、その心配を具体的な対策（行動）につなげること。そうすることで、未来の自分が落ち込むようなトラブルや問題を防ぐことができます。しかも、対策をとることで、元の心配も小さくなって、気分もスッキリ過ごすことができます。皆さんも心配性のいいところ、活か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。

2/3

減塩も意識!

料理制作・スタイリング・監修=小川寿美 撮影=廣瀬久哉

日分の野菜レシピ



「野菜は1日に350g」といわれていますが、忙しいと不足しがちです。食塩を控えつつ、無理なく野菜をたっぷり食べて、健康づくりに活かせましょう!

きのこあさりの
うま味とコクで減塩!



使用野菜



さけの具たくさんアクアパッツァ

1人分 エネルギー 333kcal 食塩相当量 1.6g

材料(2人分)

生さけ(切り身).....2切れ(200g)	オリーブオイル.....大さじ1
マッシュルーム.....1パック(100g)	にんにく(みじん切り).....1片(5g)
エリンギ.....1パック(100g)	水.....1/2カップ
ミニトマト.....14個(140g)	A 白ワイン.....1/4カップ
ブロッコリー.....1株(160g)	塩.....小さじ1/3
あさり(砂抜き済).....殻付き(150g)	(仕上げ)オリーブオイル.....大さじ1

作り方

- 1 マッシュルームは半分に切り、エリンギは長さ半分に切って4つ割りにする。ミニトマトはヘタを取り、ブロッコリーは小房に分ける。あさはら殻をこすり合わせてよく洗う。
- 2 フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて中火で熱し、香りが出てきたらさけを加えて両面焼き色がつくまで焼く。マッシュルーム、エリンギを加えてさっと炒め、全体がしんなりしたらA、あさを加える。
- 3 煮立ったらふたをして、約5分煮る。ミニトマト、ブロッコリーを加えてふたをして、さらに2分煮る。仕上げにオリーブオイルを回しかけ、煮汁を飛ばすように強火で軽く煮詰める。

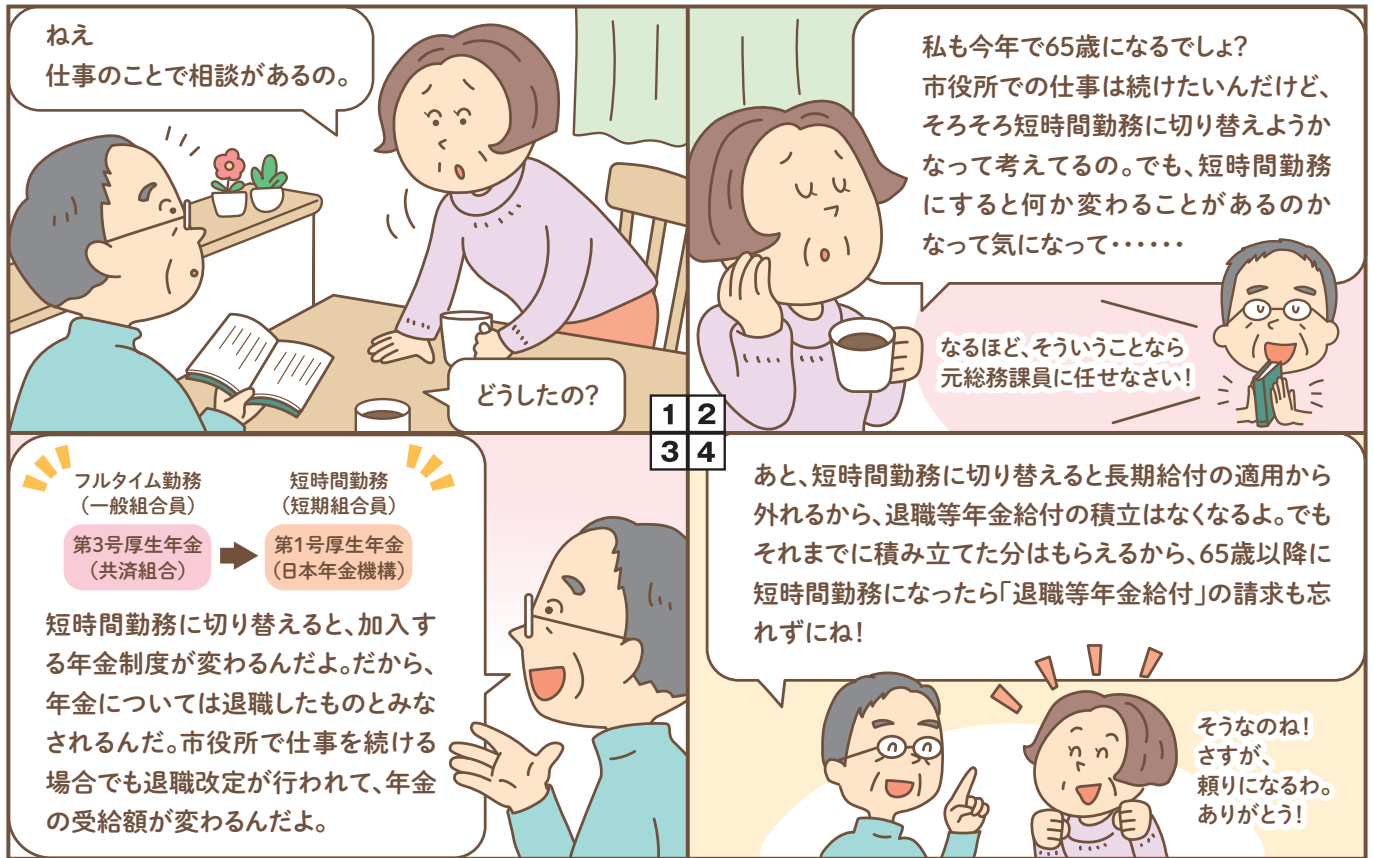
健康 POINT

見た目もカラフルで栄養満点な一品。にんにくのにおい成分であるアリシンは、さけに含まれるビタミンB1と結びついて、疲労回復効果を高めます。

Profile おがわ ひさみ
管理栄養士、フードコーディネーター。女子栄養大学栄養学部卒業。コンビニの開発部門にて商品開発、料理撮影を専門に行う写真スタジオにてレシピ提案やスタイリングなどの業務に携わる。その後独立し、現在は食品メーカーやwebメディアのレシピ提案、料理制作・撮影の他、栄養計算や栄養コラム執筆など、多岐にわたり活躍中。

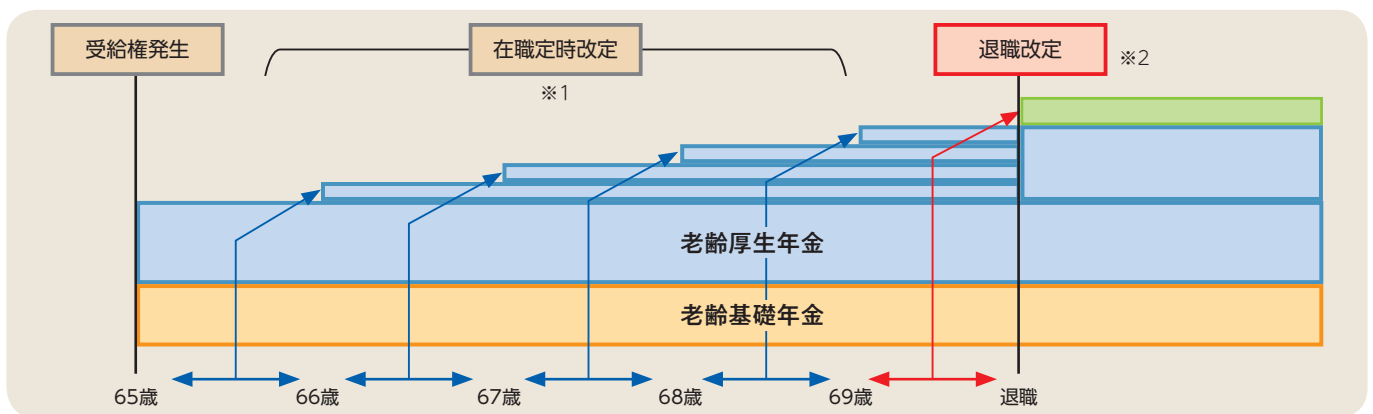
※短期組合員は、共済組合において長期給付適用外のため、一部内容が異なる記事があります(短期組合員は、日本年金機構の適用)。

退職時の年金の手続き



老齢厚生年金が決定している場合の退職手続きは？

老齢厚生年金を受給しながら厚生年金の被保険者として働いている方、もしくは老齢厚生年金の決定後に退職する方は、退職時又は70歳到達時に、年金額に反映されていない厚生年金加入期間を算入した「退職改定」が行われます。



※1 65歳以上70歳までの方は、給与・加入期間を年金額に反映させる「在職定時改定」が毎年10月に行われます(手続きは不要です)。

※2 70歳までの方は、受給権発生以降(在職定時改定が行われた方は直近の在職定時改定以降)の給与・加入期間を年金額に反映させる「退職改定」が行われます。

退職改定時に
必要な
提出書類等
について

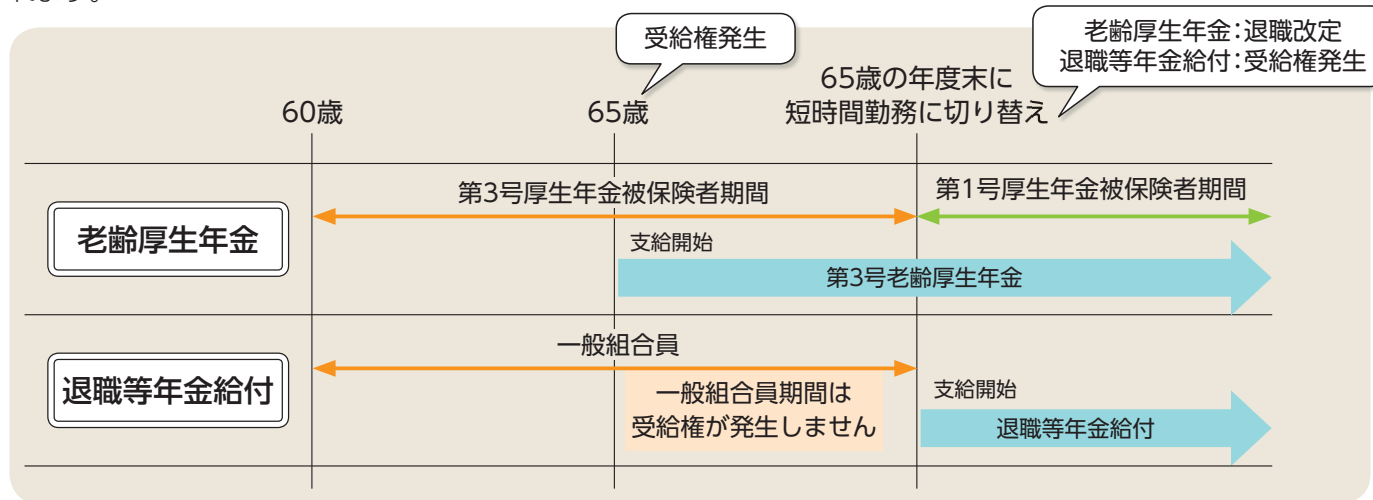
退職改定の手続きに必要な提出書類は原則ありませんが^{※3}、65歳以上の方は「退職等年金給付」の請求が必要となりますので、退職時に勤務先の共済組合事務担当課へ必要書類をご提出ください。

※3 複数の年金(老齢年金と遺族年金等)をお持ちの方や、長期特例・障害特例(昭和36年4月1日までに生まれた方で、公務員として44年以上勤務された期間がある方や、障害年金3級以上に該当されている方で、退職後に厚生年金に加入されない方)等については、一部書類の提出が必要な場合があります。

短期組合員となる場合、年金は退職したものとみなされます

フルタイム勤務から短時間勤務に変わることにより短期組合員になる方は、加入年金制度が第3号厚生年金(共済組合)から、第1号厚生年金(日本年金機構)へ切り替わり、長期給付(退職等年金給付)の対象外となります。

そのため、引き続き市役所等で勤務される場合でも、年金については退職したものとみなされ退職改定等が行われます。



退職後に受給権が発生した場合の請求手続きは?

退職後に受給権が発生した方の老齢厚生年金については、誕生日の3か月前頃に「年金請求書(国民年金・厚生年金保険老齢給付)」が共済組合もしくは日本年金機構等からご自宅へ郵送されます(送付する機関によって送付時期が異なる場合があります。)。受給権発生後に、送付した機関へ請求してください。

退職年金(退職等年金給付)については、65歳の誕生日の1か月前頃に共済組合からご自宅へ郵送しますので、当該請求書を共済組合へ提出してください。

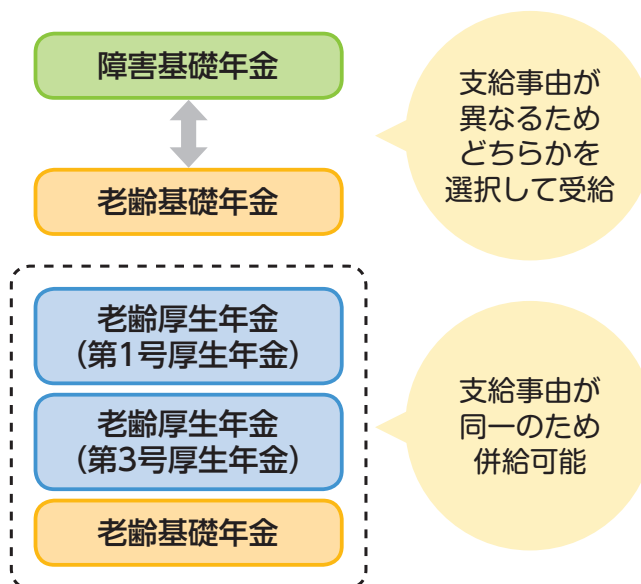
なお、繰上げ支給を希望される場合は、老齢厚生年金については共済組合又は日本年金機構へ、退職年金(退職等年金給付)については共済組合へご相談ください。必要な請求書をお届けするために、退職後に住所や氏名を変更されたときは、必ず共済組合へ届け出てください。

受け取れる年金は原則1つです

公的年金は1人1年金が原則です。したがって、2つ以上の年金の受給権がある場合は、どちらか一方の年金を選択して受給し、もう一方の年金は支給停止となります。

これを「併給調整」といいますが、「老齢基礎年金」と「老齢厚生年金」、「障害基礎年金」と「障害厚生年金」など、「老齢」や「障害」といった支給事由が同じ年金については併せて受けることができます。

つまり、一般組合員から短期組合員になったことなどにより、第3号厚生年金と第1号厚生年金といった2つ以上の厚生年金被保険者期間を有する場合においても、支給事由は同じであるため併給できます。



※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)。

働きながら年金を受け取る場合、年金の一部又は全部が支給停止となることがあります

● 在職中の支給停止について ●

厚生年金^{※1}に加入しながら老齢厚生年金を受給される方は、総報酬月額相当額(賃金等)と基本月額(年金)の合計額が一定の基準(50万円)^{※2}を超える場合、年金の一部、又は全部が支給停止となります。

なお、老齢厚生年金が支給停止となった場合でも、老齢基礎年金は全額支給されます。

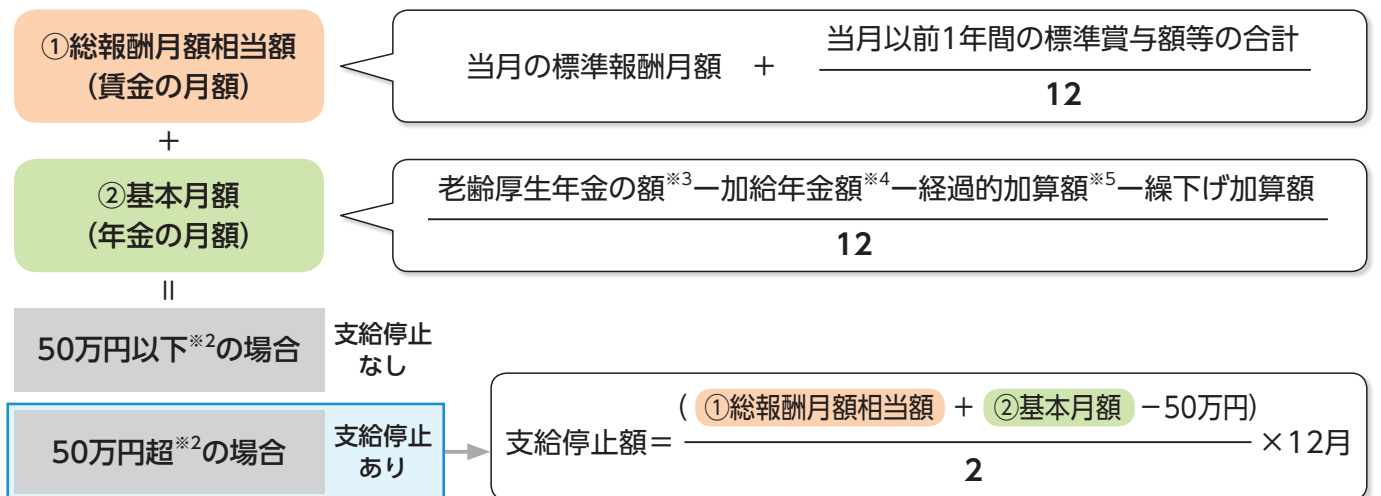
また、国家公務員や地方公務員の組合員(短期組合員除く)である期間は、退職等年金給付や経過的職域加算額は全額支給停止となりますのでお気を付けください。

※1 70歳以上の方が厚生年金保険適用事務所に勤務する場合や、国会議員又は地方議会議員となった場合も含まれます。

※2 50万円の支給停止の基準額は、賃金や物価の変動により改定される場合があります。

● 支給停止額の計算方法 ●

総報酬月額相当額と基本月額の合計が、支給停止の基準額50万円^{※2}を超える場合、下記の計算による額が支給停止となります。



※3 複数の老齢厚生年金を有する場合、すべての年金額を合算して算出することになります。

※4 被保険者期間が20年以上ある老齢厚生年金の受給権者により生計を維持される、配偶者(65歳未満)や子(18歳未満又は障害のある20歳未満)がいるときに加算されます。

※5 組合員期間のうち、老齢基礎年金の算定の基礎とならない期間(20歳前及び60歳以後の期間等)にかかる額です。

*計算した支給停止額が年金額を超えるときは、年金の全部が支給停止となります。

65歳以上70歳未満の老齢厚生年金受給者が在職中の場合、毎年年金額が改定されます

65歳以上70歳未満の方については、在職中であっても、年金額を毎年10月に改定する「在職定時改定」が行われます。在職老齢年金制度の支給停止額は月ごとに計算され、在職定時改定による年金額の増加や給与の変更等により、支給停止額が変わる場合があります。

雇用保険法等の給付を受けられる場合の 年金との調整

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られ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。

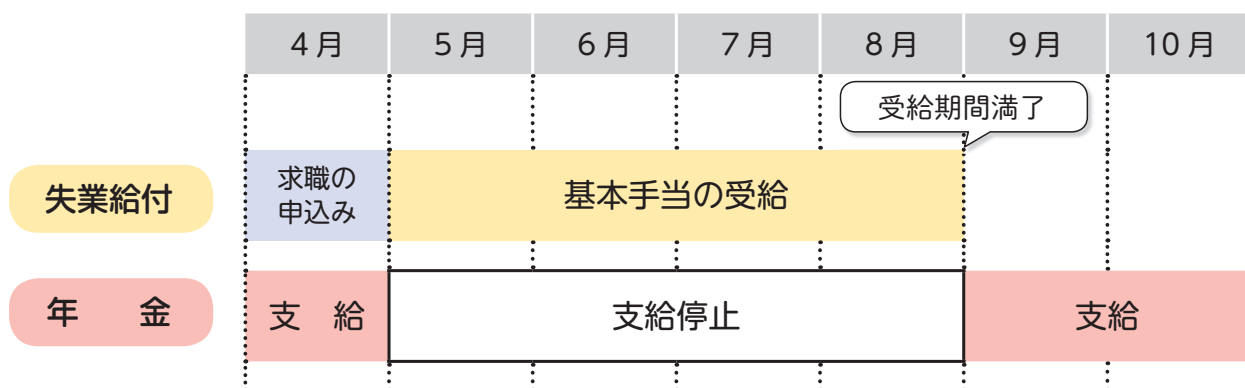


失業給付(基本手当)を受給するときの年金

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。

ただし、65歳未満で老齢厚生年金の受給権者である場合、雇用保険の失業給付と老齢厚生年金の併給ができません。

そのため、基本手当の額に関わらず、ハローワークで求職の申込みをした時点で、その翌月から基本手当の受給が終了する月の間まで、老齢厚生年金の支給が全額停止されます。どちらを受給するのかよくご検討の上、求職の申込みをするようにしましょう。



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

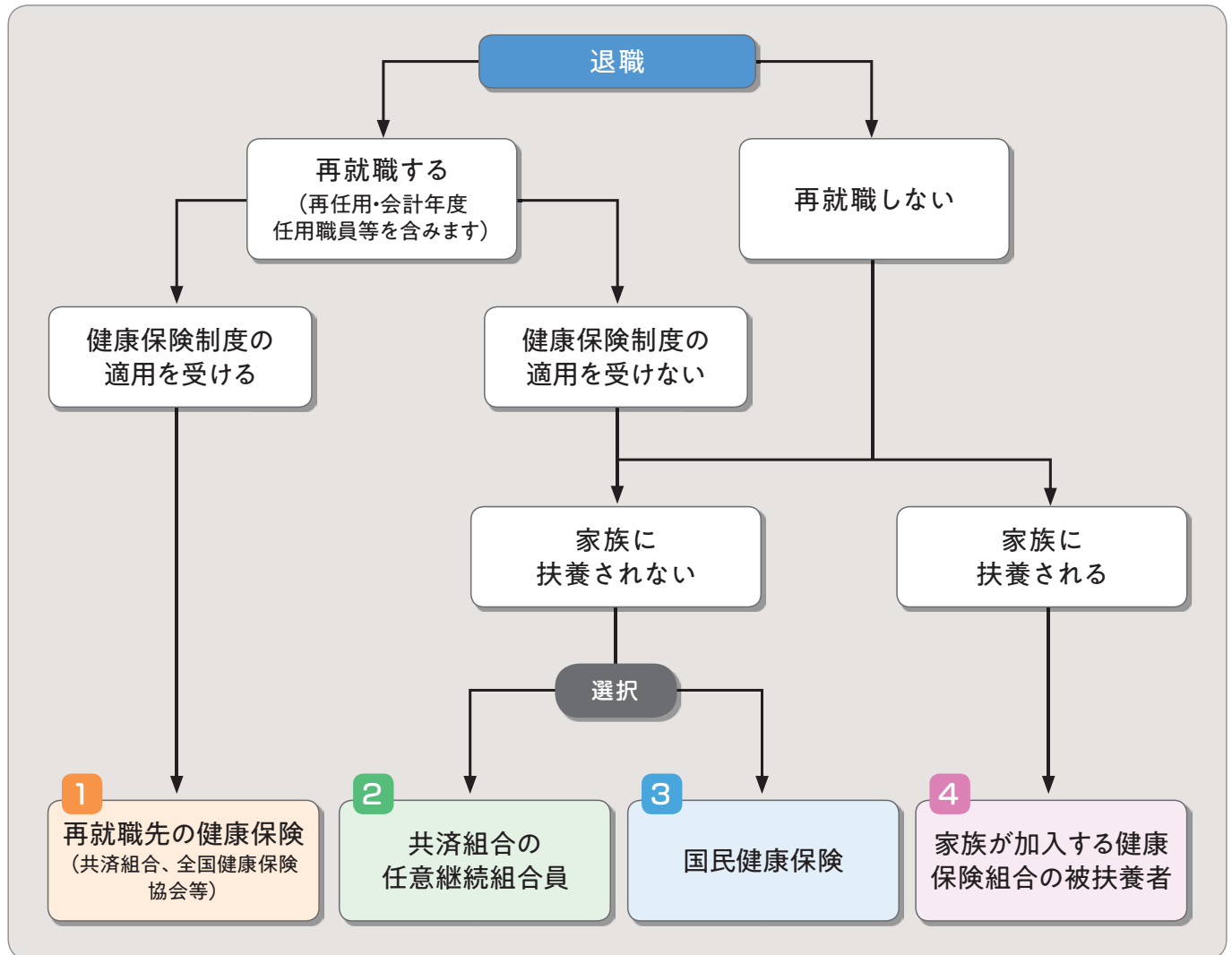
60歳到達等時点に比べて、賃金が75%未満に低下した状態で働き続ける60歳以上65歳未満の一定の一般被保険者の方に支給される給付です。

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。

退職を予定されている皆さまへ

今の職場を退職されると共済組合の組合員資格は退職日の翌日に喪失し、被扶養者に認定されている家族も被扶養者認定が取消になりますので、次のいずれかの医療保険制度に加入することになります。

※定年の引き上げにより、「俸給月額7割措置」及び「役職定年制(管理監督職勤務上限年齢制)」に該当する場合は、引き続き共済組合の組合員となります。



※退職後に再就職されない場合又は再就職しても再就職先の健康保険制度の適用を受けない場合は、ご自身で加入される医療保険制度を選択することになります。選択される際は、保険料(掛金)負担だけでなく、給付内容やその他の内容なども含めて総合的に判断してください。

※75歳以上又は65歳以上で一定以上の障害認定を受けた方は、後期高齢者医療制度に加入することになります。

1 健康保険等の被保険者

再就職先が健康保険制度(全国健康保険協会管掌健康保険、組合管掌健康保険、共済組合など)の適用事業所となっており、被保険者となる要件を満たした場合は、再就職と同時に健康保険に加入することになりますので、事前に健康保険に加入できるかを再就職先にご確認ください。

※保険料(掛金)は、標準報酬の月額に一定の保険料率を乗じた額を基本的には事業主と被保険者が折半します。

※保険料率は、各健康保険制度によって異なります。

再任用又は自治体に再就職したときに加入する医療保険制度

区分	任用形態	医療保険制度
フルタイム勤務	・ 常時勤務を要する職員	共済組合
短時間勤務① (全てに該当するもの)	・ 2月を超えて雇用されることが見込まれる ・ 1週間の所定労働時間が常勤職員の4分の3以上 ・ 1月間の所定勤務日数が常勤職員の4分の3以上	
短時間勤務② (全てに該当するもの)	・ 2月を超えて雇用されることが見込まれる ・ 1週間の所定労働時間が20時間以上 ・ 報酬月額が8.8万円以上 ・ 学生でない	
短時間勤務③	・ 短時間勤務①、②の要件を満たさない勤務形態	任意継続組合員又は 国民健康保険

2 共済組合の任意継続組合員

退職後も組合員の希望により、在職中と同じ短期給付等の適用を共済組合から受けることができます。ただし、休業給付について一部受けることができない給付もあります。

◆ 加入要件等

退職日の前日まで引き続き1年以上組合員であった方で、最長2年間加入できます。

※退職日まで引き続く期間が1年と1日以上必要です。

◆ 加入手続き

退職日から20日以内に任意継続組合員を希望する旨を「共済組合員申告書」により申し出ていただく必要があります。

お手続きは勤務先の共済組合事務担当課にて行ってください。

◆ 掛金

掛金には、医療等に係る任意継続掛金と介護保険制度に係る介護掛金(40歳以上65歳未満の方が対象)があり、次のとおり算出されます。

【令和6年度の場合】

任意継続掛金(月額) = 標準報酬の月額 × 101.60/1000

介護掛金(月額) = 標準報酬の月額 × 17.00/1000

標準報酬の月額は、組合員の退職時の標準報酬の月額となります。ただし、上限額(410,000円)があります。

(注)令和7年度の掛金率及び上限額は変更になる場合があります。

◆ 掛金の払込方法

任意継続組合員の加入手続きの際に、「毎月納付」「半年前納」「1年前納」を選択していただき、共済組合が発行する振込用紙により払い込んでいただきます。

※「半年前納」「1年前納」には前納割引があります。

任意継続組合員の給付内容表

任意継続組合員が受けることができる短期給付の種類は以下のとおりです。

給付の種類	組合員	任意継続組合員
療養の給付 家族療養の給付	○	○
療養費・家族療養費	○	○
訪問看護療養費 家族訪問看護療養費	○	○
入院時食事療養費 入院時生活療養費	○	○
高額療養費	○	○
保険外併用療養費	○	○
移送費・家族移送費	○	○
出産費・家族出産費	○	○
埋葬料・家族埋葬料	○	○
傷病手当金	○	△※
出産手当金	○	△※

給付の種類	組合員	任意継続組合員
休業手当金	○	×
育児休業手当金	○	×
介護休業手当金	○	×
弔慰金・家族弔慰金	○	○
災害見舞金	○	○
高額介護合算療養費	○	○
一部負担金払戻金	○	○
家族療養費附加金	○	○
出産費附加金 家族出産費附加金	○	○
埋葬料附加金 家族埋葬料附加金	○	○

※傷病手当金及び出産手当金については、在職中に当該給付の受給要件を満たしている場合に支給されます。

3 国民健康保険の被保険者

国民健康保険法に基づき、主に市区町村が行う地域医療保険です。加入手続きは、退職日の翌日から14日以内に居住地の市区町村役場の窓口へ届出を行ってください。

なお、居住地の市区町村によって保険制度や保険料(保険税)の金額は異なりますので、詳細は居住地の市区町村役場にご確認ください。

4 家族の被扶養者

家族の方が健康保険等の被保険者又は共済組合の組合員の場合は、恒常的な収入が年額130万円未満(60歳以上の方又は障害年金の受給要件に該当する程度の障害を有する方は年額180万円未満)であるなど一定の要件を満たしていれば、被扶養者として認定を受けることができます。

ただし、各健康保険組合独自の認定基準がありますので、加入手続きを含め、詳細は家族が加入している健康保険組合等にご確認ください。

なお、家族の被扶養者になれる場合は、保険料(掛金)の負担はありません。

令和6年12月2日に組合員証等の新規発行が終了しマイナ保険証に一本化されました

もっと
安心に!
もっと
便利に!

マイナンバーカードを 健康保険証として ご利用ください



医療機関・薬局の受付にある
顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードをかざし、
顔認証か暗証番号で本人確認をするだけ!

※顔写真は機器に保存されません。
※マイナンバー(12桁の数字)を取り扱うことはありません。

このポスターや
ステッカーがある
医療機関・薬局で
利用できます!



マイナンバーカードの健康保険証利用のメリット

マイナンバーカードを健康保険証として利用することで、いつもの通院においても、その他の場面でも様々なメリットがあります。

①
データに基づく
より良い医療が
受けられる

②
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される

③
マイナポータルで
確定申告時に医療費控除が
簡単にできる

手続きは簡単!

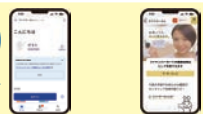
マイナンバーカードを保険証として利用できるようにするための手続きは?

マイナンバーカードを保険証として利用できるようにするには、ご自身で「保険証利用の登録」を行う必要があります。

ご利用の予定がなくても、早めに利用登録を行ってください。

保険証利用の登録はここでできます

スマホで
簡単!



<実証ベータ版> <正式版>
マイナポータル



受診時に
簡単に
できます!

医療機関・薬局窓口の
カードリーダー



カードを
かざし、4ケタの
暗証番号を
入れるだけ!

セブン銀行ATM



市区町村の窓口

マイナポータルで「医療費情報」や「わたしの資格情報」が確認できます。確定申告や給付の申請にもご活用いただけます。

マイナンバーカードの保険証利用申し込みの詳細は右の二次元コードからご確認ください。

厚生労働省作成動画▶【どうやって申し込むの?今すぐできる! 簡単申込編】



マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得しましょう。
マイナンバーカード総合サイト▶



交付日が令和6年12月2日より前の組合員証等については、経過措置として令和7年12月1日までご利用いただけます。
令和6年12月2日以降、組合員又は被扶養者の資格を有するに至った方で、マイナンバーカードを健康保険証として利用登録されていない方は、資格確認書をお渡します。また、同日以降は、医療機関等で受診可能となったことについてお知らせするため、皆さまに資格情報通知書をお渡します。

資格管理課からのお願い

● 被扶養者の認定・取消の届出は速やかに！

被扶養者に係る認定及び取消要件が生じた場合は、事実発生日から5日以内に勤務先の共済組合事務担当課を通じて「共済被扶養者申告書」に必要書類を添えて共済組合に提出してください。5日以内の提出が困難な場合は、可能な限り速やかに提出してください。

※期限を過ぎた場合や書類に不備がある場合は、ご申告いただいた情報のオンライン資格確認システムへの連携が遅くなり、マイナンバーカードで保険医療機関等を受診できない、マイナポータルに被扶養者の資格情報が反映されない等の可能性があります。



● 被扶養者の収入増加にご注意を！

近年の最低賃金の引上げや学生が長期休暇に入る前後の期間について、アルバイト収入等が増加する傾向があります。

総収入額の3か月平均が108,334円以上となると、扶養認定が取消となりますので、ご注意ください。

※被扶養者の認定基準額は、恒常的な収入が年額130万円(月額108,334円)、60歳以上の方又は障害年金の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)であり、認定基準額以上となると扶養認定が取消となります。

● 氏名や住所が変わった場合には届出を！

結婚、転居等で氏名や住所が変更になった場合は、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」により変更の手続きを行ってください。

また、共済組合に申告されている給付金等受取口座の金融機関において、口座名義人の変更手続きも行ってください。変更手続きが終わっていない場合は、共済組合からの給付金の送金が正しく行えないことがありますので、ご注意ください。

● 別居されている被扶養者には仕送りが必要です！

組合員と被扶養者の住所が異なる場合は、勤務先の共済組合事務担当課を通じて「共済被扶養者申告書」により別居住所等の届け出を行ってください(組合員と別居されていた被扶養者が同居になる場合も届け出てください。)

なお、別居している方が被扶養者として認定を受ける場合は、1か月又は2か月に1回以上の定期的な仕送りが必要です。仕送り状況を確認するため、仕送り状況申立書に加え、仕送りを行っていることが確認できる書類(振込依頼書の控え等で、組合員名義から被扶養者名義に送金をしていることが客観的に確認できるもの)に限ります。)の提出が必要になります。

※仕送り基準額は、被扶養者の収入額以上かつ仕送り額と被扶養者の収入額の合計額が年額130万円(60歳以上の方又は障害年金の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)以上となります。

※配偶者、学生である子については、仕送り額は問いませんが、定期的な仕送りは必要です。

● 産前産後休業掛金免除・育児休業等掛金免除の申出はお早めに！

産前産後休業期間及び育児休業期間に係る各種掛金(短期・厚生年金・保健など)は、組合員からの申出により免除となります。

産前産後休業の免除対象となる期間は、「出産日(予定日)の42日(多胎分娩(妊娠)の場合は98日)前の属する月」から「出産日の翌日から56日後の属する月の前月」までです。育児休業の免除対象となる期間は、「育児休業等を開始した日の属する月」から「育児休業等が終了する日(又は当該育児休業に係る子が3歳に達する日)の翌日の属する月の前月」までです。いずれの場合も休業開始前に、勤務先の共済組合事務担当課を通じて届出をする必要があります。

※出産後は、出産日の確認できる書類を添えて、速やかに産前産後休業掛金免除の届出を行ってください。

貸付事業をご利用ください

共済組合では、福祉事業の一環として組合員及びその被扶養者の生活の安定と福祉の向上等に寄与するため、貸付事業を行っています。

物品購入など臨時の支出に対して資金を必要とするときの普通貸付、お子様等が高校や大学に入学・進学するときの入学貸付や修学貸付、組合員が居住するための住宅の購入やリフォーム費用を必要とするときの住宅貸付等があります。

勤務先の共済組合事務担当課を通じて、貸付の申込みをしていただくことができます。返済方法は給与天引きによる償還となりますので、金融機関に入金する手間が不要である等便利にご利用いただけます。

詳しくは、本組合ホームページをご覧ください。



各貸付の申込みスケジュール

貸付種類	申込締切日	貸付送金日*
普通	①毎月15日(土・日・祝日の場合は翌営業日) ②毎月末営業日	①毎月末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日) ②翌月15日(土・日・祝日の場合は翌営業日)
住宅 在宅介護対応住宅 災害	工事請負契約日以後着工日まで 不動産売買契約日以後2月以内	借用証書等を受付けた月の翌月末営業日の前日 (土・日・祝日の場合は前営業日)
特別	毎月末営業日	翌月末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日)

*毎年1月と5月の普通貸付は、末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日)のみの送金となります。

貸付の種類と貸付額

貸付種類	内容・用途	貸付利率*①	貸付額	貸付限度額算出方法*②
普通	物品購入など臨時に資金を必要とするとき	年1.26%	2~200万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
住宅	組合員が居住するための住宅を新築・増改築・住宅購入資金を必要とするとき		10~1,800万円	①給料(又は報酬)月額×別に定める月数 ②組合員期間
在宅介護 対応住宅	要介護者に配慮した構造を有する住宅を新築・増改築するための資金を必要とするとき	年1.00%	10~300万円	住宅・災害貸付の限度額に300万円を限度とする額を加算した金額
災害貸付	住宅	年0.93%	10~1,800万円	①給料(又は報酬)月額×別に定める月数 ②組合員期間
	家財		10~200万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
	再貸付		10~1,900万円	①給料(又は報酬)月額×別に定める月数×2 ②組合員期間
特別貸付	医療	年1.26%	2~100万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
	入学		2~200万円	
	修学		10~180万円 (年間)	月額1月につき15万円で当該年度の必要額
	結婚		5~200万円	給料(又は報酬)月額×6月分以内
	葬祭			

*① 貸付利率は、退職等年金給付の「基準利率」に応じて変動します。

*② 任期の定めのある職員である組合員は、任期の終了する月までに償還することが可能な額となります。

2月から翌年度分の修学貸付の申込みを受け付けます

入学貸付・修学貸付のご案内

種類	入学貸付	修学貸付
貸付事由	組合員又はその被扶養者(被扶養者でない子を含む)が入学する場合 *卒業までに他の学校に編入学する場合も含まれます。	組合員又はその被扶養者(被扶養者でない子を含む)が修学している場合
対象学校	学校教育法に規定する高等学校以上の学校〔高等学校・中等教育学校(後期課程)・高等専門学校・専修学校・各種学校(修業年限1年以上の学校)・短期大学・大学及び大学院〕又は外国の教育機関(正規の教育課程の修業年限が1年以上で、入学・修学するコースの修業年限が最低3か月以上)	
貸付限度額 ^{*1}	一の貸付事由ごとに給料(又は報酬)月額 ¹ の6月分以内で必要額(最低2万円、最高200万円) *必要額とは、入学手続きに必要な入学金・授業料(最高1年間)等で、 <u>入学までに支払わなければならない費用</u> の範囲内をいいます。	【2～3月に申込みの場合】 貸付対象となる学校の正規の修業年限の年数を限度として、修業年限1年につき最高180万円で必要額 【中途申込みの場合】 申込月の翌月から起算して残存する月数×15万円で必要額 例)4月申込:165万円、5月申込:150万円 *必要額とは、当該年度分の授業料・下宿費用等の範囲内をいいます。
貸付金の単位	1万円	5万円
貸付利率	年1.26%(月利0.105%) *貸付利率は、退職等年金給付の「基準利率」に応じて変動します。	
償還方法	<u>貸付月の翌月</u> から元利均等償還 *希望により貸付対象となる学校の正規の修業年限以内で元金の償還を据置できます。据置期間に係る利息の支払いは貸付月の翌月からとなります。	<u>貸付月の翌月又は修学終了(正規の修業年限)月の翌月</u> から元利均等償還 *修学終了月まで償還据置の場合、据置期間に係る利息の支払いは貸付月の翌月からとなります。
申込書類	<ul style="list-style-type: none"> 特別貸付申込書 借用証書 印鑑登録証明書^{注2} 貸付確認事項申告書 借入状況等申告書^{注3・注4} 合格通知書(写)又は入学許可証(写)^{注5} 入学手続きに係る費用明細(払込期日が確認できるもの) 住民票又は戸籍抄本^{注6}(続柄が確認できるもの) *入学される方が本人又は被扶養者の場合は不要 だんしん加入申込書(加入される方のみ) 	<ul style="list-style-type: none"> 特別貸付申込書 借用証書 印鑑登録証明書^{注2} 貸付確認事項申告書 借入状況等申告書^{注3・注4} 当該年度の在学証明書^{注5} 【2月又は3月に翌年度分を申込みの場合】 入学前…合格通知書(写)又は入学許可証(写) 在学中…申込時における在学証明書 当該年度の修学に要する費用の内訳書等 【2月又は3月に翌年度分を申込みの場合】 翌年度の修学に要する費用の内訳が確認できる書類 住民票又は戸籍抄本^{注6}(続柄が確認できるもの) *修学されている方が本人又は被扶養者の場合は不要 だんしん加入申込書(加入される方のみ)
申込締切日	毎月末営業日 共済組合必着	
貸付送金日	翌月末営業日の前日(土・日・祝日の場合は前営業日)	

注1 任期の定めのある職員である組合員は、任期の終了する月までに償還することが可能な額となります。

注2 貸付送金日前3か月以内に交付されたものとします。

注3 他の金融機関等からの借入がある場合、借入状況及び弁済状況を確認できる書類を提出してください。

注4 過去に共済組合で貸付の申込みをされた方で、当時、他の金融機関等からの借入があり、その借入について借入状況等申告書に記載がない場合、完済したことが確認できる書類(完済証明書等)を提出してください。

注5 共済組合受付日前2か月以内に交付されたものとします。

注6 共済組合受付日前3か月以内に交付されたものとします。

年利(半年複利)
0.6%

貯金払戻日カレンダー

●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7年 1月 January

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 February

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	

3月 March

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					

4月 April

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			

5月 May

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

6月 June

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					

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:078-855-9801

Money News

受入限度額について

受入限度額は3,000万円となっています。限度額を超える積立てをすることはできません。限度額を超える積立てをされた場合は、超過した金額を速やかに払戻いただくことになります。

なお、決算利息組み入れにより、貯金残高が3,000万円を超える場合は払戻する必要はありませんが、新たな積立てをすることはできませんので、ご注意ください。

払戻及び積立額の変更手続きについては、勤務先の共済組合事務担当課を通じて行います。貯金残高が受入限度額を超えないよう、早めの手続きをお願いします。

てくてく ひょうごウォーキング

にしわきし 西脇市



兵庫県のほぼ中央部、東経 135 度と北緯 35 度が交差する「日本列島の中心・日本のへそ」に位置しています。観光や産業を通じて魅力的なまちづくりを進めています。「日本のへそ」にちなんだ公園や駅を巡ってみてください。

※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。

西脇市データ
令和6年9月1日現在

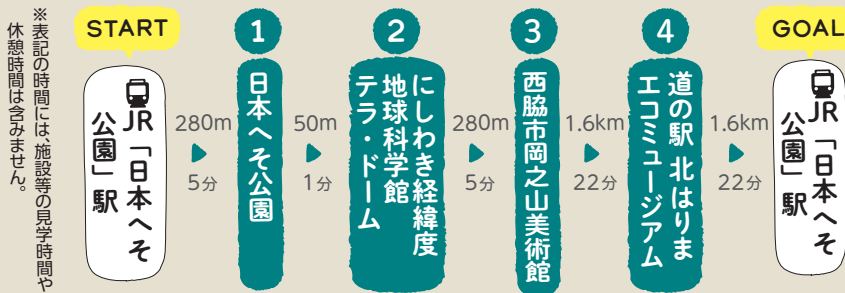
●面積 132.44km²
●人口 37,819人

ホームページ▶



日本のへそウォーキングマップ

距離：約3.8km
時間：約55分



※表記の時間には施設等の見学時間や休憩時間は含まれません。



VIEW POINT 1 日本へそ公園



「日本のへそ」のメインスポットで、日本列島の真ん中を示す東経135度と北緯35度の交差する場所に位置する公園です。広い園内では四季折々の美しい自然の姿を楽しむことができます。

☎0795-22-3111 (西脇市施設管理課)
♻️ ♻️ ♻️ 散策自由 📍 西脇市上比延町

VIEW POINT 2 にしわき経緯度地球科学館 テラ・ドーム

日本へそ公園内にある施設で、経緯度・地球・宇宙をテーマにした科学館です。口径81cmの大型望遠鏡を備えた天文台やプラネタリウム等があり、毎週土曜日の夜には「夜のスターウォッチング」が開催されます。

☎0795-23-2772 🕒10時~18時(入館は~17時30分) ♫大人400円、シルバー(65歳以上)300円、高校・大学生200円、小中学生100円(大人・シルバー1名につき小中学生2名まで無料)、西脇市岡之山美術館との共通券、団体割引(20名以上)あり
🛑月曜日(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日、年末年始 📍西脇市上比延町334-2



ばんしゅうおりこうぼうかん
播州織工房館

「のこぎり屋根」が特徴的なかつての織物工場を改装して作られた工房&アンテナショップです。店内ではシャツ、ストール等産地でしか手に入らない多彩な播州織製品を販売しています。



☎ 0795-22-3775 🕒 10時～17時 🆓 無料
📅 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始、お盆
📍 西脇市西脇452-1

きゅうきしけいじゅうたく
旧来住家住宅

母屋・離れ・客湯殿が国の登録有形文化財となっています。1918(大正7)年、当時の銀行家・来住梅吉氏が自邸として建造しました。見えないところにも凝った手法が用いられており、贅を尽くした豪邸です。



☎ 0795-22-5549 🕒 10時～18時(10月～3月は～17時)
🆓 無料 📅 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始
📍 西脇市西脇394-1

VIEW POINT

にしわきしおかのやまびじゅつかん
3 西脇市岡之山美術館

西脇市出身の世界的美術家・横尾忠則氏ゆかりの美術館です。列車風の建物は、建築家・磯崎新氏によるもので、ギャラリーには現代美術の作品が展示されています。



☎ 0795-23-6223 🕒 10時～17時(入館は～16時30分) 🆓 大人300円、シルバー(65歳以上)250円、高校・大学生200円、小中学生100円、にしわき経緯度地球科学館テラ・ドームとの共通券、団体割引(20名以上)あり 📅 月曜日(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日、年末年始、展示替期間 📍 西脇市上比延町345-1

西脇市の五つ星グルメ㊦

ばんしゅう
播州ラーメン

醤油ベースの「甘い」スープが特徴です。細めの麺に、チャーシュー・ねぎ・もやし・のり等シンプルな具材が使われています。決まったレシピはなく、店舗ごとに違った味わいが楽しめます。



いちご

「あきひめ」「紅ほっぺ」「あまクイーン」等のいちごが作られています。いちご狩りができる施設も市内に点在し、観光スポットとして人気があります。



VIEW POINT

みち えき きた
4 道の駅北はりまエコミュージアム

お土産や新鮮野菜、特産品を購入できます。また、レストランが併設されており、黒田庄和牛を使用した牛丼やハンバーガー等地元食材を使用したメニューが味わえます。



☎ 0795-25-2651 🕒 9時～19時(3月～10月)、9時～18時(11月～2月) 🆓 無料 📅 年末年始
📍 西脇市寺内517-1

レストラン「たにし」

🕒 11時～14時30分(L.O) 📅 火曜日(祝日営業) ☎ 0795-24-3400

ネーブルバーガー スターズ

🕒 10時～17時(L.O) 📅 木曜日 ☎ 070-5343-7051(予約)

今月の表紙



やはずやま
矢筈山からの雲海

矢筈山の山頂からは西脇市街地が眼下に広がり、晩秋から初冬にかけて、早朝に雲海を見ることができます。



プレゼントがもらえる!

応募はホームページから受け付けています。

播州織
コンビニバッグ



10名様に
プレゼント!

締め切り
令和7年2月15日(土)



【 前回の応募数 354通 】

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。

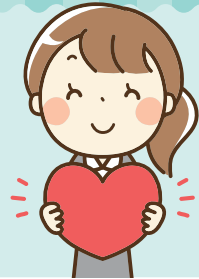
令和7年度
遺族附加年金事業
ご案内

「きずな」

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

遺族附加年金事業「きずな」の更新手続きでは、例年組合員の皆さまの職場へ制度推進員が訪問し、内容説明と更新の手続きをさせていただいております。(所属によっては、訪問できない職場もあります。)

詳細については、令和7年1月～令和7年2月の更新お手続きの時期にご案内いたしますので、お手続き漏れのないようにお願いします。



更新ご案内スケジュール(予定)

事業内容のご案内・ 加入手続き

令和7年1月上旬～
令和7年2月24日^月

※申込受付期間は、各所属により異なる場合があります

申込締切日

令和7年3月3日^月

※各所属により異なりますのでご注意ください

責任開始期(加入日)

令和6年7月1日^火

申込方法

所定の申込書に必要事項を記入・押印のうえ、制度推進員又は「きずな」ご担当窓口へご提出ください。

お知らせ

- ▶ きずな(損害保険部分)及び団体傷害補償制度に天災補償特約がセットされます!
「地震もしくは噴火又はこれらによる津波を原因とする傷害」が補償対象に加わります。
掛金が上昇するコースがあるため、加入者は必ず個人あてご案内資料をご確認ください。
- ▶ きずな配偶者コース増設! 最長年金受取期間が5年から20年に延長されます。
- ▶ 総合医療保障コース(基本型)の加入者は満69歳以降に退職後終身医療保険に移行(加入)することができるようになります。
- ▶ 重病克服支援コースの退職後継続年齢が79歳に延長されます。

◆「きずな」「きずなNEXT」説明希望の方へ◆

本年度も例年同様、申込受付期間中、制度推進員が「きずな」及び「きずなNEXT」説明のため、各所属を訪問いたしますが、所属の都合や訪問時間帯により、お会いできない場合もあります。

説明を希望される方は、「説明希望票・連絡票」を引受保険会社(明治安田生命)までFAXしてください。優先的にご訪問、もしくはお電話にてご説明させていただきます。

また、訪問期間中にお会いできなかった方には後日、職場へのお電話にてご案内をさせていただく場合もありますので、資料は職場にて保管をお願いします。

※各制度の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。(https://kizuna-hyogo.com)

※一部所属では、「きずな」を取り扱っていない所属所があります。

※「きずな」は団体保険のため、保険証券はありません。各種関連資料は所属所経由で配布します。

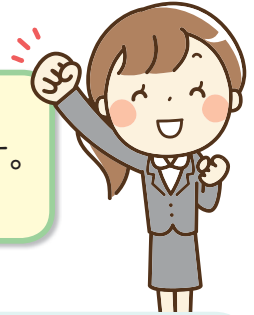
退職又は種別変更予定の方

遺族附加年金事業「きずな」にご加入で、ご退職される方又は非常勤職員(短期組合員)へ種別変更される方の手続きについて(以下「退職」には上記の種別変更を含みます)

「きずなNEXT」のご案内

きずなNEXTのポイント

- 現職中の「きずな」を「きずなNEXT」で継続することができます！
- きずな・きずなプラスについてはそれぞれ上限保険金額が500万円となります。
- 短期組合員へ種別変更される方は、「きずなNEXT」での継続となります。



「きずなNEXT」手続きの流れについて

今後のスケジュール(予定)

- 1 令和7年1月上旬～**
所属の「きずな」事務担当者へ退職予定のご報告をお願いいたします。
資料をお届け
きずなNEXT確認票、更新申込書、口座登録書等案内資料をご提供いたします。
- 2 1月中旬～**
ご説明
「きずな」更新PR時に、ご説明にうかがいます。
(一部お電話にてご説明の所属もあります。)
- 3 3月3日**
※提出締切日は所属により異なります。
必要書類提出締切
「きずな」事務担当者にご提出ください。
- 4 3月14日**
残余期間掛金振込締切
6月までの掛金と手数料を併せて(株)NKSまでお振り込みください。
- 5 6月23日**
「きずなNEXT」口座振替開始
(株)NKSより7月分の掛金と手数料を併せてご指定の口座より自動振替を行います。
- 6 7月1日**
「きずなNEXT」スタート

問い合わせ先

事務取扱

兵庫県市町村職員共済組合
(有)兵庫ライフサービス TEL:078-265-6170

退職記念旅行の企画終了のお知らせ

この度、長年続けてまいりました退職記念旅行の企画について、昨今の海外旅行費用の高騰や、安全性への配慮、参加者の旅行ニーズの多様化といった様々な要因を総合的に考慮した結果、誠に遺憾ながら終了させていただくことになりました。これまで、多くの方々にご参加いただき、素晴らしい思い出を共有することができましたこと、心より感謝申し上げます。

問い合わせ先 **(有)兵庫ライフサービス TEL:078-265-6170**

クイズに正解して、良い一年を迎えよう

クイズを解いて、
ゆめ春來で利用できる
ご宿泊招待券や割引券を
ゲットしよう!

ナンバープレイス

問題

次のルールに従って、空欄に数字を入れてください。

- ① たての各列、よこの各列に1~9の数字を1つずつ入れる。
- ② 太い線で囲まれた3×3の枠それぞれにも、1~9の数字を1つずつ入れる。

空欄がすべて埋まったら、A~Dに入る数字の合計を答えてください。

7	9		A		1	3		
8					2		B	
		1	3				6	4
		2					1	
				7	9			
1	3			8				
2						1	3	
	C	4	8			2		
		9			D			7

答え

ゆめ春來ご宿泊招待券 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名様にゆめ春來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
ゆめ春來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7年2月15日(土)

※応募は、**組員お一人につき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、別途ご負担いただけます。
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7年8月31日(日)**までです。
詳細はゆめ春來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7年8月31日(日)**までです。



応募数1,085件
たくさんのご応募
ありがとうございました。

【10月号の解答】

シ_Aラ_Bサ_Cギ_Dジヨウ

1	ア	2	ナ	3	シ	4	タイ	5	シ
6	マ	7	ヤ	8	ラ	9	セン	10	オ
11	ガ	12	ジ	13	ス	14	バラ	15	
16	17	18	サ	19	シ	20	ユ	21	カ
22	23	24	ク	25	ウ	26	ミ	27	ユ
28	29	30	キ	31	ジ	32	ナ	33	ウ
34	35	36	ク	37	ザ	38	イ	39	フ
40	41	42	ギ	43	カイ	44	ト	45	ウ

オオカミを探せ!!

右のイラストに描かれた
ホッキョクギツネのなかに
1頭だけオオカミがまぎれているよ!
オオカミ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。





湖都大津の
観光スポット

源氏物語誕生の地
「石山寺」
ホテルよりお車で15分



世界最大級の長さを誇る
「びわこ花噴水」
ホテルよりお車で5分



圧倒的なスケールと迫力
「びわ湖テラス」
ホテルよりお車で40分

HOTEL PIAZZA
BIWAKO

四季折々の琵琶湖を愉しむホテル

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。
滋賀県の観光はもちろん、
京都を訪れるにも絶好の立地です。



和洋約60種類のメニューの朝食



琵琶湖を眺める客室
(写真は和室ハリウッドツイン)



展望浴場からは比叡山・琵琶湖を一望

施設のご案内



HOTEL PIAZZA
BIWAKO

ホテルピアザびわ湖

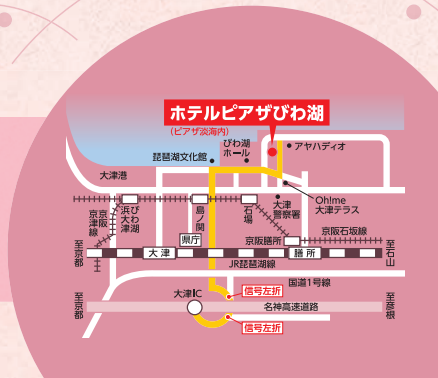
〒520-0801 滋賀県大津市におの浜1-1-20(ピアザ淡海内)

ご予約・お問い合わせ) TEL 077-527-6333
FAX 077-521-0521



※ご宿泊料金は、ホテルホームページの
宿泊プラン・ご予約からご確認いただけます。
<https://www.hotelpiazza.com>

滋賀県市町村職員共済組合



神戸特集
神戸のお雑煮



神戸はどんなお雑煮が主流？

江戸時代の神戸の豪商、神田（こうだ）家の雑煮は、丸餅の白みそ仕立て。具材はダイコン、カブ、ニンジン、ゴボウ、サトイモ、ヤマイモにブリとクジラの赤身肉を加えた8品で末広がりとし、野菜は「何事も丸く収まるように」と験を担いで輪切りにしたと伝わります。現代の神戸地域のお雑煮も、丸餅の白みそ仕立てがほとんど。具材は、ダイコンとニンジンとサトイモのみというように種類が少ないのが特徴です。だしは昆布とかつおで取り、家庭によっては、生臭物は使わず昆布だけという例もあります。

季節の味覚・冬

期間/令和7年1月5日～1月31日

- 前菜盛り合わせ
- 玉子豆腐と鱈のトロみスープ
- 海老のニンニク蒸し
- 広東式ステーキ
- かき釜飯
- 季節のデザート



この季節の新鮮食材を使った
冬限定料理を
お楽しみください。



利用助成控除後

お一人様
4,200円 → **1,200円**



冬の応援フェア

※2名様以上は大皿盛での提供となります。

期間/令和7年2月1日～2月28日



- ・醤油煮込み鶏
- ・明太子スープ
- ・烏賊チーズソース
- ・飲茶盛り合わせ
- ・豚肉京醬ソース
- ・焼きビーフン
- ・デザート

利用助成控除後

お一人様
4,000円 → **1,000円**

2時間飲み放題付

コーラ・ジンジャーエールが
追加されます。

期間/令和7年3月1日～3月31日



- ・しゃぶしゃぶサラダ
- ・牛ミンチスープ
- ・白身魚香味ソース
- ・飲茶盛り合わせ
- ・鶏肉チリソース
- ・中華ちまき
- ・デザート

利用助成控除後

お一人様
4,000円 → **1,000円**

2時間飲み放題付

コーラ・ジンジャーエールが
追加されます。

おすすめ日帰りプラン

神戸牛グルメコース



- ・前菜盛り合わせ
- ・神戸牛ステーキ
- ・神戸牛しゃぶしゃぶ鍋
- ・飲茶3種盛り合わせ
- ・神戸牛炒飯
- ・デザート

海鮮グルメコース



- ・前菜盛り合わせ
- ・本日の海鮮料理
- ・帆立貝柱しゃぶしゃぶ
- ・飲茶3種盛り合わせ
- ・海鮮釜飯
- ・デザート

神戸牛を堪能!

利用助成控除後

お一人様 5,300円 → **2,300円**

地元で捕れた海の幸!

利用助成控除後

お一人様 5,300円 → **2,300円**

おすすめ宿泊プラン

得とくプラン

通常日の限定プラン
(繁忙日を除く)



利用助成控除後

お一人様 1泊夕食付
7,300円
朝食はサービスです。
↓
3,800円

お部屋の指定はできません。

贅沢プラン

ふかひれの姿煮付



利用助成控除後

お一人様 1泊夕食付
12,000円
朝食はサービスです。
↓
8,500円

かけこみプラン

断然お得な宿泊プラン —— お部屋の指定はできません。
当日(18:00~23:00)のご予約で、お得にご宿泊いただけます。
予約電話 | 078-222-2600

利用助成
控除後

お一人様 5,300円 → **1,800円**
朝食はサービスです。

助成金額

宿泊… 3,500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です。

組合員及び被扶養者の方(任意継続組合員含む)は、来館時に次のいずれか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。①マイナポータルの「資格情報」画面 ②資格情報のお知らせ ③資格情報通知書 ④資格確認書 ⑤組合員証又は組合員被扶養者証
※後期高齢者医療制度の被保険者となられた組合員の方は、必ず『後期高齢者等組合員証明書』を提示してください。

■表示料金は、すべて消費税・奉仕料込みです。 ■写真はすべてイメージです。 ■いずれのご利用も3日前までのご予約が必要です。



ひょうご共済会館

〒650-0004 神戸市中央区中山手通4-17-13

TEL 078-222-2600

FAX 078-222-2977



E-mail:hkkaikan@vivid.ocn.ne.jp

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

ホームページから宿泊の予約ができます。



JR元町駅東口から徒歩8分

但馬特集

コウノトリ



しあわせを運ぶコウノトリが新春の大空を舞う

1971年に野生最後のコウノトリの姿が消えましたが、そのコウノトリをもう一度人里に帰す取り組みを四半世紀を掛けて、世界で初めて野生復帰を果たしました。今では300羽を超えるコウノトリが野外を舞っています。

コウノトリの郷公園

国の特別天然記念物であり、兵庫の県鳥でもあるコウノトリの日本最後の生息地で、野生に復帰させる試みと、保護や繁殖に取り組んでいます。2005年9月より放鳥を開始。園内には観察施設もあり、間近でコウノトリを観察することができます。 ※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。

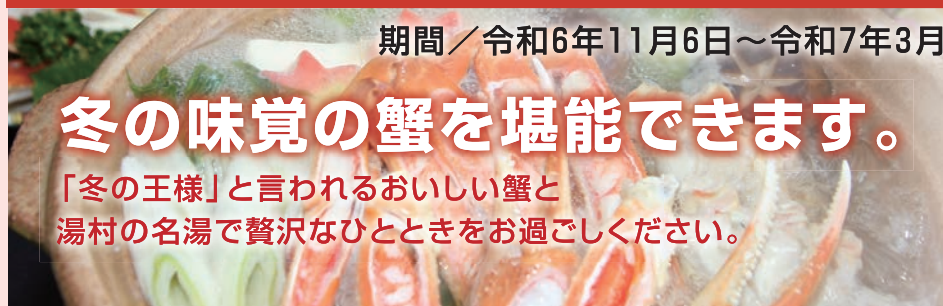


蟹料理のご案内

期間／令和6年11月6日～令和7年3月20日

冬の味覚の蟹を堪能できます。

「冬の王様」と言われるおいしい蟹と湯村の名湯で贅沢なひとときをお過ごしください。



写真は2人前のイメージです。

蟹鍋

利用助成控除後

閑散日	お一人様 1泊2食付 19,770円	➔ 14,270円
通常日	お一人様 1泊2食付 20,470円～	➔ 14,970円～
繁忙日	お一人様 1泊2食付 21,170円～	➔ 15,670円～

蟹鍋のお料理は、2名様より承ります。

蟹会席

利用助成控除後

閑散日	お一人様 1泊2食付 22,170円	➔ 16,670円
通常日	お一人様 1泊2食付 22,870円～	➔ 17,370円～
繁忙日	お一人様 1泊2食付 23,570円～	➔ 18,070円～

活蟹の料理も承ります。

時価となりますので、詳細はお問い合わせください。



ゆめ春来ご宿泊のご案内

期間／～令和7年3月31日まで 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～**

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。写真はイメージです。

令和6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

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	

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です。

組合員及び被扶養者の方(任意継続組合員含む)は、来館時に次のいずれか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。①マイナポータル「資格情報」画面 ②資格情報のお知らせ ③資格情報通知書 ④資格確認書 ⑤組合員証又は組合員被扶養者証
 ※後期高齢者医療制度の被保険者となられた組合員の方は、必ず『後期高齢者等組合員証明書』を提示してください。



ふるさとのひととき —— いで湯の里



〒669-6821 兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6

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



ゆめ春来プログ
 「山紫水明」も
 ご覧ください。



公式
 HP

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。

ゆめ春来 冬のほっこり鍋料理

期間 / ~令和7年3月31日

但馬牛 すき焼き or しゃぶしゃぶコース 2名様より承ります

言わずと知れた但馬が誇るブランド牛の但馬牛をすき焼き または、しゃぶしゃぶでお召し上がりください。



写真は2人前のイメージです。

但馬牛すき焼きコース



写真は2人前のイメージです。

但馬牛しゃぶしゃぶコース

利用助成控除後

閑散日	
お一人様 1泊2食付 18,100円	▶ 12,600円
通常日	
お一人様 1泊2食付 18,800円~	▶ 13,300円~
繁忙日	
お一人様 1泊2食付 19,500円~	▶ 14,000円~



写真は2人前のイメージです。

但馬鴨鍋コース 2名様より承ります

但馬の自然の中、ストレスのかからない飼育環境で育てられた鴨肉。脂の甘みと赤身の旨みをお楽しみください。

令和6年4月から、但馬鴨鍋の料金が9,730円から8,900円に値下げとなりました。この機会にぜひご利用ください。

利用助成控除後

閑散日	
お一人様 1泊2食付 17,270円	▶ 11,770円
通常日	
お一人様 1泊2食付 17,970円~	▶ 12,470円~
繁忙日	
お一人様 1泊2食付 18,670円~	▶ 13,170円~



ふるさとのひととき —— いで湯の里



湯村温泉



〒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。



公式
HP

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6年11月末現在)

①組合員数 (任継除く)



男	26,938人
女	29,932人
計 (前年同月)	56,870人 (56,465人)

②被扶養者数 (任継除く)



男	15,479人
女	23,484人
計 (前年同月)	38,963人 (39,726人)

③平均標準報酬月額 (任継除く)



短期 (前年同月)	353,261円 (351,001円)
長期 (前年同月)	403,730円 (401,497円)

④任意継続組合員数



男	665人
女	326人
計 (前年同月)	991人 (688人)

■令和6年11月(9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	46,054件	614,521千円 (13,343円)	11.03%
家族	31,866件	394,812千円 (12,390円)	0.58%
高額療養費	1,024件	142,892千円	
家族療養費 附加金	203件	7,000千円	
一部負担金 払戻金	667件	20,096千円	
計	77,920件	1,179,321千円	

オオカミを探せ!!

の解答

○がついている所にオオカミがかくれています。わかりましたか?

