

共 済

岐阜県市町村職員共済組合

組合の現況(9月末現在)

- 所属所数…80[市…21 町村…21 一部事務組合等…38]
- 組合員数…22,390人[男…13,378人 女…9,012人]
- 任継組合員数…288人 ■被扶養者数…21,818人

CONTENTS

- 2 短期給付財政安定化計画(データヘルス計画)の策定
- 3 知っておきたい医療費キーワード 歯周病
- 4 疾病分類別に見る医療費統計
- 6 被扶養者(配偶者)の資格調査
- 7 住宅貸付者へ年末残高等証明書の送付
- 8 ふれあい写真展入選作品
- 10 各種セミナー開催報告
- 12 ワンストップサービスで年金相談や請求手続きが便利に
- 14 共済貯金賞与積立のご案内/共済貯金の運用状況
- 15 おいしくてヘルシー 旬のごはん/脳力アップパズル
- 16 紫雲荘のご案内

ご家族の
みなさんと
一緒に
ご覧ください

平成27年度 **ふれあい写真展**

入賞作品決定!

入選作品(10点)は8~9ページで紹介!
応募者名敬称略

表紙の写真および、8、9ページのふれあい写真展入選作品、背表紙の紫雲荘宿泊者は「個人情報保護方針」に該当しますので、ホームページには掲載しません。

短期給付財政安定化計画 (データヘルス計画)を策定しました。

第1期

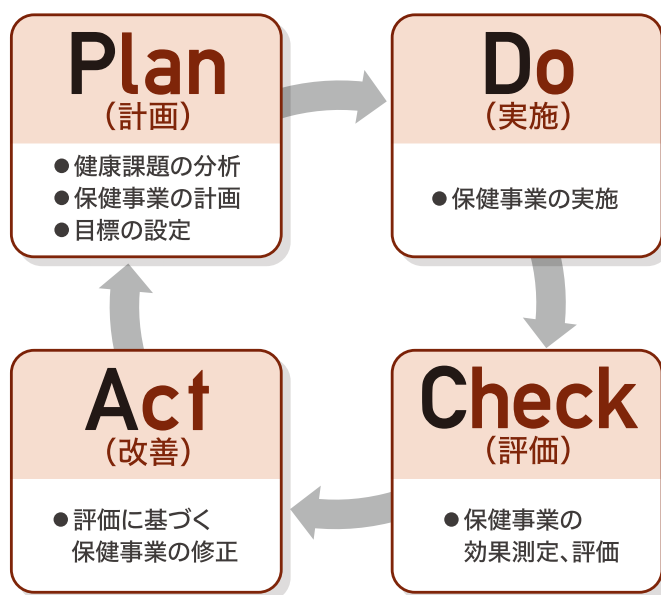
平成27～29年度

国による「日本再興戦略」(平成25年6月14日閣議決定)の中で、国民の健康寿命の延伸が重要施策として掲げられ、それを実現するために、すべての健康保険組合に「データヘルス計画」の策定・実施が求められました。

共済組合では毎年、「短期給付財政安定化計画」を策定しておりましたが、「データヘルス計画」にも取り組むこととなり、当組合でも「短期給付財政安定化計画(データヘルス計画)」を策定・実施することになりました。(※計画の詳細はホームページをご覧ください。)

データの活用で計画を推進

計画では、組合員及び被扶養者の特定健診データ・医療機関の受診データ(レセプト)等を分析して、健康課題を明らかにし、実施する保健事業は、PDCAサイクルにより、効果測定、評価、修正を行いながら、効果的・効率的に進めていきます。



当組合の重点対策

当組合の医療費を分析すると、

「生活習慣病」「新生物」「呼吸器系の疾患」「歯科」「調剤」が、医療費全体に占める割合の多い項目であるため(4～5ページ参照)、これらの支出を抑制する対策が必要となります。

このため、健康課題に対する取組みとして、特定健診の受診率及び特定保健指導の利用率を上げながら、次の項目を重点対策として実施していきます。

✓ 生活習慣病の重症化予防対策

生活習慣病リスク保有者の未受診者への受診勧奨

✓ 生活習慣病予防対策

生活習慣病のリスク保有者を対象とした生活習慣改善セミナー

✓ 歯科健診実施率の向上

✓ ジェネリック医薬品の使用促進

これらの取組みについて、各所属所及び組合員(被扶養者)のみなさまのご理解、ご協力をお願いします。

医療費は口の中にとどまらない!? 歯周病と糖尿病の悪～い関係!

歯周病は、さまざまな全身疾患と関連性があるといわれますが、とくに糖尿病とは深く関係しています。歯周病対策で体を守り、医療費も節約しましょう。



Q医療費キーワード

歯周病

細菌の塊である「プラーク(歯垢)」によって歯ぐきに炎症が起こり、歯を失う原因となる病気。進行すれば治療費の負担は大きくなります。

互いに悪影響をもたらす歯周病と糖尿病

歯周病

歯ぐきの炎症で増加した悪玉の物質が、血液を介して全身に広がる

- 歯周病の原因菌が繁殖しやすくなる
- 歯ぐきの炎症が進行しやすくなる

血糖をコントロールしているインスリンの働きが阻害される

糖尿病

- 体内の水分が減少し、口内が乾燥する
- 高血糖状態により、免疫機能が低下し、体内の組織の修復力が弱くなる

自費(保険外)での治療費や、長期にわたる糖尿病の治療費が発生することも!!

歯周病を防ぐ生活習慣

- 歯みがき** プラークは細菌の温床。フロスや歯間ブラシも使ってしっかりみがきましょう。
- 禁煙** 喫煙には、プラークが付着しやすくなる、歯ぐきの炎症が治りにくくなるなどの悪影響があります。
- 食習慣** 炭水化物や脂肪をとり過ぎない、野菜から食べる、食物繊維をとるなどで糖尿病を予防しましょう。
- よく噛む** 唾液の分泌が促進され、細菌が繁殖しにくくなります。

これも怖い!! さんしょくしょう ジワジワと歯を溶かす「酸蝕症」

歯の表面は硬いエナメル質ですが、飲食物などに含まれる酸によって軟らかくなります。唾液が酸を中和することで再び硬化しますが、その前に酸によって侵食されてしまった状態を「酸蝕症」といい、むし歯、歯周病に次ぐ第3の口腔疾患として注目されています。

■予防のポイント

長時間、エナメル質を酸にさらさない!

- 酸性度の高い飲食物を、ダラダラとらない。
- シュガーレスガムなどで、酸を中和する唾液の分泌を促進する。
- 就寝中は唾液の分泌が少なくなるので、寝る前に酸性度の高い飲食物をとらない。



スポーツドリンクや黒酢などは酸性度が高いので注意!

歯みがきのタイミングに気をつける!

- しっかり口をゆすいだ後か、食後30分程度経ってから歯をみがく。



食後すぐにはエナメル質が軟らかくなっているので、歯みがきすると歯が削れる原因!

医療費が多く かかっている病気は？

組合員や被扶養者である家族のみなさんが、医療機関で診療を受けてかかった医療費の状況を、疾病分類別で見ました。

■「歯科」「新生物」「循環器系」「呼吸器系」の医療費が多い

診療報酬明細書(レセプト)に記載されている主傷病を分類して集計しています。

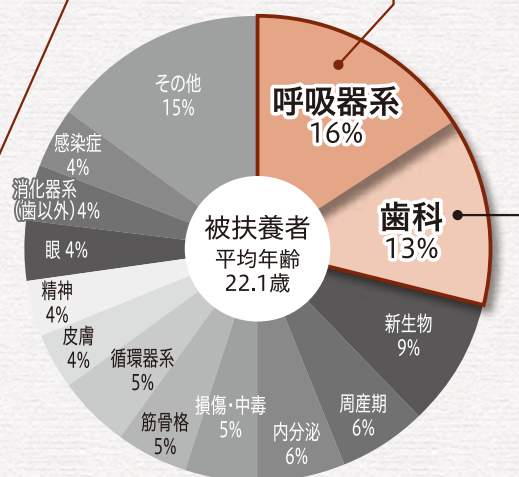
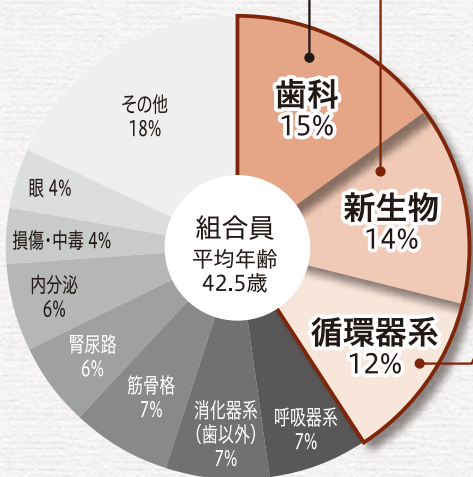
組合員、被扶養者ともに医療費として多く支払われているのは「**歯科**」です。**歯科はすべての年齢層で受診率が高い**ためです。

組合員は「**新生物**」「**循環器系**」の順で多く、**年齢が高くなるほど受診率が高ま**ります。

被扶養者で最も多いのは「**呼吸器系**」で、**乳幼児の受診率が極めて高く**、医療費を大きく押し上げています。

疾病分類別医療費の割合(平成26年度)

医療費全体の1割以上を占める病気に注目してみると…



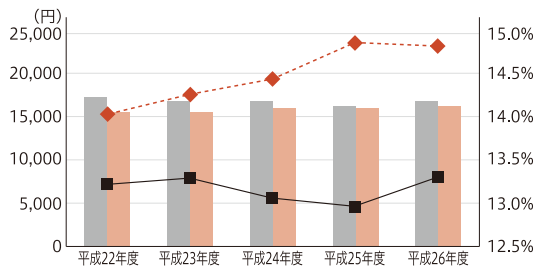
■主な疾病の受診率と1人あたり医療費の5年間の推移は？

受診率及び1人あたり医療費の推移

- 受診率(組合員) ■ 1人あたり医療費(組合員)
- ◆ 受診率(被扶養者) ■ 1人あたり医療費(被扶養者)

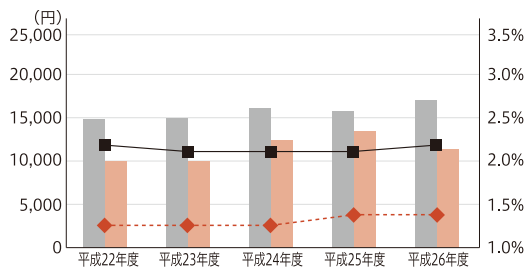
歯科 むし歯など

1人あたり医療費は横ばいですが、被扶養者の受診率が増加傾向です。



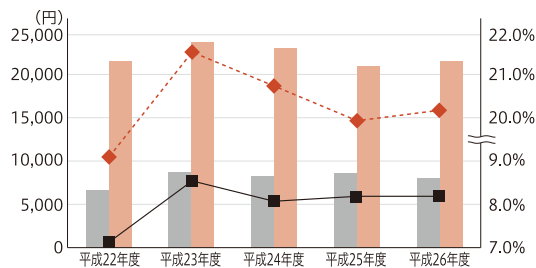
新生物 がんなど

受診率は横ばいですが、1人あたり医療費が増加傾向です。



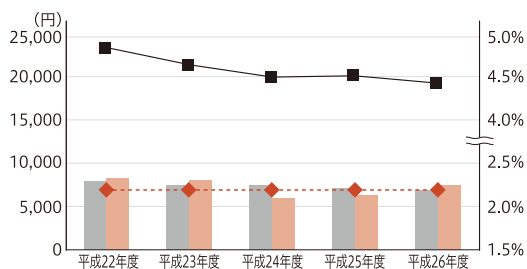
呼吸器系の疾患 かせなど

かせの流行などの影響が、年ごとの受診率に差が見られます。



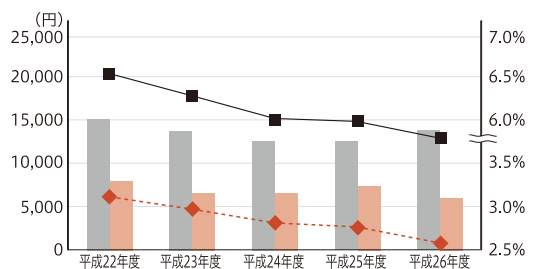
内分泌・栄養及び代謝疾患 糖尿病など

特定健康診査及び特定保健指導の効果か、減少傾向です。



循環器系の疾患 高血圧症など

特定健康診査及び特定保健指導の効果か、減少傾向です。



標準報酬制への移行に伴い短期給付の計算方法が変更になりました。

平成27年10月休業分(育児休業手当金については11月以降の送金分)から給付額が変更となりました。

給付の種類	平成27年9月まで	平成27年10月以降	
休業給付	傷病手当金	1日につき 給料日額×2/3×1.25	1日につき 標準報酬の日額×2/3
	出産手当金	1日につき 給料日額×2/3×1.25	1日につき 標準報酬の日額×2/3
	休業手当金	1日につき 給料日額×60/100	1日につき 標準報酬の日額×50/100
	育児休業手当金 (180日まで) (180日を超える期間)	1日につき 給料日額×67/100×1.25 1日につき 給料日額×50/100×1.25	1日につき 標準報酬の日額×67/100 1日につき 標準報酬の日額×50/100
	介護休業手当金	1日につき 給料日額×40/100×1.25	1日につき 標準報酬の日額×40/100
災害給付	弔慰金	給料の1月分×1.25	標準報酬月額
	家族弔慰金	給料の1月分×1.25×70/100	標準報酬月額×70/100
	災害見舞金	損害の程度に応じ定められた月数×給料の1月分×1.25	損害の程度に応じ定められた月数×標準報酬月額

※給料日額=給料月額の1/22の額、標準報酬の日額=標準報酬月額の1/22の額(ともに10円未満四捨五入) ※1.25=一般職の手当率。特別職は1。
※標準報酬月額とは掛金の算定基礎となる基本給と諸手当(期末手当等除く)の合計額を基に決定されるものです。

[手当金の給付額の変更について]

給付額の算定基礎が「基本給×1.25」から「標準報酬(基本給+諸手当)」に変更されることに伴い、諸手当(時間外勤務手当等)の支給が多い場合は給付額が増額し、少ない場合は減額となります。(諸手当が多いか少ないかの目安は基本給の25%です。)

被扶養者の資格調査

(配偶者)

を行います

収入のわかる書類をご準備ください。

組合員の被扶養者となられている配偶者について、平成27年12月から平成28年1月にかけて資格調査を行います。

お手元に資格調査用紙「被扶養者申告書」が届きましたら、必要書類を添えて所属所の共済事務担当課まで提出してください。

① 必要書類について

配偶者に収入がある場合▶▶【必要書類一覧表】の書類を添付してください。

配偶者に収入がない場合▶▶書類の添付は不要ですが、調査用紙は提出願います。

【必要書類一覧表】…複数の収入がある方は、それぞれの書類が必要です。

収入の種類	必要書類等
給与収入	<p>★平成27年分「源泉徴収票」の写 平成27年中に給与収入がある場合、必ず添付してください。</p> <p>★平成27年中途以降から就労開始(勤務先を変更)した場合、又は平成27年中途以降から雇用契約の変更により収入が増加した場合は、平成27年分「源泉徴収票」に加えて</p> <p>「給与収入に係る年間収入推計額明細書」 (勤務先の証明が必要です。 資格調査の用紙がお手元に届いてからご用意いただくものになります。)</p> <p>【扶養取消になる場合の取消日】</p> <ul style="list-style-type: none"> 「源泉徴収票」の支払金額が収入限度額(年額)以上の場合、その年の1月1日。 給料の3ヵ月平均の月額が、収入限度額(月額)以上となり始めた月の初日。 (ただし、雇用契約変更等により収入超過日が明らかなき場合は、その日。)
事業収入 (営業・農業・不動産等)	<p>★平成26年分「確定申告書」の写 及び 「収支内訳書」の写 不動産収入の場合は、不動産賃貸契約書の写でも可</p> <p>★「開業届書」の写 (平成26年～27年の間に事業を開始している場合) 平成27年から事業を始めた方は、平成27年分の確定申告後に再調査します。</p> <p>【扶養取消になる場合の取消日】</p> <ul style="list-style-type: none"> 収入限度額(年額)以上の場合、その年の1月1日。 (ただし、経営委譲・事業開始・不動産賃貸契約開始等により、収入超過日が明らかなき場合は、その日。) <p>◎注意事項 資格調査上の《必要経費》は、所得税法上で認める必要経費とは異なり、下記のとおりです。 《農業収入以外の必要経費》=「売上原価」「給料賃金」「水道光熱費」「修繕費」「消耗品費」 《農業収入の必要経費》=「雇人費」「種苗費」「素畜費」「肥料費」「飼料費」「農具費」「農業衛生費」「諸材料費」「修繕費」 (被扶養者の認定上の事業収入) = (総収入金額) - (上記の必要経費)</p>
年金収入	<p>★平成27年度の年金額の通知書の写 振込通知書の写、年金額改定通知書の写、年金が新規決定の場合は年金証書の写など 平成27年度の最新の年金額がわかるもの</p> <p>【扶養取消になる場合の取消日】</p> <ul style="list-style-type: none"> 収入限度額(月額及び年額)以上の場合、「年金改定通知書」(新規決定者は「年金証書」)に記載の通知年月日。
雇用保険 基本手当	<p>★「雇用保険受給資格者証」の写 第1面から最終面</p> <p>【扶養取消になる場合の取消日】</p> <ul style="list-style-type: none"> 収入限度額(日額)以上の額の支給開始日。 (給付総額が収入限度(年額)未満でも、収入限度(日額)を超える基本手当日額を受給している間は、被扶養者として認定できません。)
傷病手当金	<p>★「傷病手当金支給通知書」の写</p>

●上記以外のその他の収入については、それぞれの支払いの明細が確認できるものをご用意ください。

② 収入要件について

被扶養者が、つぎの収入要件を満たしていない場合は、被扶養者の資格が取消となります。収入の増加により限度額を超えることとなったときは、お早めに資格「取消」の手続きをしてください。取消の届出が遅れると受診した医療費を返還していただくことになります。

収入は、「扶養認定日以降の収入実績額」と「今後の収入見込額」の両方を算定し判断します。(暦年・年度単位ではありません。)収入限度額は収入内容に応じて年額、月額、日額のいずれかで判断します。

【被扶養者資格における収入限度額一覧表】

被扶養者の状況	収入限度額(未滿)			注 意 点
<ul style="list-style-type: none"> ●60歳以上の公的年金受給者 ●60歳未滿の障がい支給事由とする公的年金受給者 	年額	1,800,000円	A	<ul style="list-style-type: none"> ●主として組合員の収入により生計維持されていることが前提です。したがって、被扶養者の収入が限度額未滿でも、認定できないことがあります。(別居の被扶養者への毎月の金銭援助が少ないときなど) ●複数の収入がある場合は、その合計額で判断します。 ●収入とは、課税・非課税問わず、すべての恒常的な収入をいいます。 ●収入の判断 <ul style="list-style-type: none"> 給与収入…3カ月の平均「月額」及び「年額」で判断します。賞与は各月に振り分け、各月の収入とします。給与所得控除前の「総支給額」をいいます。(交通費等の手当も含まれます) 年金収入…「月額」で判断します。遺族、障がい年金などの非課税の年金及び企業年金も含まれます。 雇用保険の基本手当及び傷病手当金…「日額」で判断します。 ●収入限度額を超えた場合は、その収入の超過日から被扶養者の資格が取消になります。雇用契約の変更等により収入が増加し、今後1年間の収入推計が収入限度額以上となる見込の場合は、その年中の総収入額が限度額未滿であっても、雇用契約の変更等により収入超過日が明らかな日から取消となります。
	月額	150,000円	A÷12カ月	
	日額	5,000円	A÷360日	
<ul style="list-style-type: none"> ●60歳以上で公的年金の受給のない者 ●60歳未滿の者 	年額	1,300,000円	B	
	月額	108,334円	B÷12カ月	
	日額	3,612円	B÷360日	

被扶養者の資格調査は、扶養認定された時期・被扶養者の状況等に応じて行っていますので、被扶養者(配偶者)がいる場合でも、今回の調査該当となっていないことがあります。

調査の時期にかかわらず、被扶養者の状況に変更が生じ、扶養認定の要件を満たさなくなった場合は、速やかに扶養取消の申告をお願いします。(申告が遅れ、取消日が遡る場合は、医療費の返還をしていただくことがあります。)

住宅貸付等をご利用のみなさまへ

「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」を送付します

住宅借入金等特別控除にご利用ください。

マイホームを新築・取得・増改築等のために共済組合の住宅貸付等(在宅介護対応住宅貸付・災害貸付を含む)をご利用の方に「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」(予定額)を送付します。一定の要件を満たした場合に、初めての年は**確定申告**により、2年目以降は、**年末調整**により住宅借入金等特別控除が受けられます。

控除の詳細につきましては、税務署にお問い合わせください。

〈送付されない方〉

- ①貸付年月日が平成12年12月31日以前の方。又は平成13年7月1日～平成17年12月31日の方。
- ②土地購入を目的とした貸付を受けた方のうち、初めて残高証明書が必要となった方。
- ③一部繰上償還等により、貸付年月から完済年月までの期間が10年未滿となった場合。

上記①、②の方で住宅借入金等特別控除を受けられる方は、所属所の担当課を通じて「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書交付願」を提出してください。

平成27年11月初旬に所属所の共済事務担当課へ送付します。



平成27年度 ふれ

入選

みなさまの力作87点の中から、
プロカメラマンの審査により
18点の入賞作品が決定しました。
おめでとうございます！
入賞者には、賞品をお贈りします。

あい写真展



作品



応募者名敬称略

入賞作品につきましては、
紫雲荘に展示させていただきます。

たくさんのご応募をありがとうございました！
来年度もたくさんステキな作品をお待ちしています。

◆共済だより賞 受賞作品【2点】

▶本誌表紙に掲載しています。

◆佳作受賞作品【6点】

▶次号以降、順次掲載します。

今年も多くのご参加をいただいたセミナーの開催内容をご紹介します。

リフレッシュ セミナー

8/28 (ふれあい福寿会館)

講師

(株)カイトック
組織心理学・運動生理学
産業カウンセラー
皆川 芳弘氏



参加者
28名

【メンタルヘルスが良好である人の特徴】

活動的でパワフル、疲れを癒す方法を身につけている人というのは、精神的な悩みが少ない人です。そういった方は温和で、笑顔が絶えない、怒りのコントロールができる、仕事の目標が明確で、適度に休暇もとっているという特徴があります。

その人たちに共通しているのは、心配事や不安があるときに相談できる人がいる、アドバイスをしてくれる人がいる、目標に向かって一緒に行動してくれる人がいる、そして落ち込んだときに慰めてくれる人がいるなど、職場での人間関係が良好だということです。



【ワーク・エンゲイジメント＝職場・仕事への愛着心】

ワーク・エンゲイジメントの高い人は、「好きだから」「楽しいから」という仕事に前向きな考え方が基本にあり、意欲と活力にあふれ、仕事に積極的に取り組むことができるという特徴があります。「忙しく働いていないと不安」「仕事さえしていれば」という、仕事にのめり込まざるを得ない状況「ワーカホリック」や、心身ともに疲弊し、仕事に対する熱意が枯渇する「バーンアウト」とは違います。

【働きやすい職場を築くには、コミュニケーションが大切】

自分から「挨拶」する。名前を呼んで話しかける。「ありがとう」と感謝を伝える。これらのことが笑顔でできていますか？
声をかけるときは、返事が「はい・いいえ」で終わらないオープンクエスチョンを意識するようにします。

人の話を聴くときは、自分で解決策を見つけられるように相手に話をさせ、辛い気持ちを打ち明けられるように耳を傾け、無理にアドバイスをしないようにします。
ノンバーバルコミュニケーション(声、表情、振る舞い、服装などを使ったコミュニケーション)は、言葉だけよりも、本当に伝えたい情報が相手に伝わりやすいものです。

その他にも質問の仕方や傾聴のグループワークを行い、コミュニケーションの大切さをわかりやすくご説明いただきました。

管理者向け

メンタルヘルス セミナー

8/31 (ふれあい福寿会館)

講師

(株)アドバンテッジリスクマネジメント
シニアコンサルタント
公認心理カウンセラー・産業カウンセラー
鬼頭 幸三氏



参加者
43名

【部下に対するメンタルヘルス】

うつ病になりかけている人のサインに気づき、適切な対応をとることが重要であり、表情・身なり・行動・言動の変化に注意し、クローズドクエスチョン(「Yes」「No」で答えられる質問)ではなくオープンクエスチョン(「なぜ」「いつ」「どうして」など疑問詞の入った質問)で声をかけるなどの配慮が必要です。さらに部下が自ら答えられるような質問(「そのときどんな気持ちだったの?」「いつからそう思っているの?」「誰に伝えたいの?」)を続け、部下の状態を把握する必要があり、深刻な状態の場合は病院を受診させるなどの対応をとります。また、安全配慮義務と守秘義務に配慮した対応が求められます。

【部下からの相談を受ける技術】

相談されたときは**まずは受け止め**(はね返すような「それは間違っている」や自分の意見を押し付ける「私は○○だと思う」のような言葉は避ける)、相談者の言った内容を**くり返し同調**(オウム返し)、受け止めてくれたという気持ちにさせて、安心して相談が続けられるように配慮します。「相談者に共感する」、「相手の目をみて(視線は7割)」、「うなずき(受容を表す)」、「耳を傾ける姿勢(やや前傾)」、「表情(ミラーリング)」と「声の調子(ペーシング)」などのカウンセリング技術も活用します。

相談者の心の扉は他人が開くことはできないので、相談者が自ら扉を開くことができるよう配慮することも大切です。

【部下のこころの健康を保つために】

弱音を吐きやすいと言われるウィークタイズ(職場・家庭以外の仲間との弱い結びつき)を大切にさせ、十分な睡眠を確保させます。

眠れない日が2週間以上続くことがあれば、注意が必要です。
(月100時間を超える残業は、5時間以上の睡眠確保が困難となるため特に注意が必要)

その他にもパワーハラスメントの知識、従来型うつと新型うつの違いなど職場のメンタルヘルスについてわかりやすくご説明いただきました。

ライフプラン セミナー

参加者
235名

8/25 (関市文化会館)

9/2 (瑞浪市総合文化センター)

9/4 (高山市民文化会館)

9/8・30 (ソフトピアジャパンセンター)

講師

野村證券株式会社
ライフプラン・サービス部
シニアアドバイザー
太田 博史氏



退職手当、公的年金制度について

ライフプランを考える上で退職手当と公的年金は、計算できる収入という意味で非常に重要なものと言えます。

退職手当は、一時的に受け取る収入としては高額なものであり、その金額や税金を把握し、老後の生活資金とするのか、または住宅ローンの残債にあてるのかなどを考えておく必要があります。

公的年金は、いくら受けることができるのかも大切ですが、支給開始年齢を確認しておくことも重要です。昭和36年4月2日以降生まれの方は65歳からしか年金を受給できないことに注意して、定年後の過ごし方を考える必要があります。

再就職や年金の繰上げなど65歳までの収入をいかに確保するかを今から考えておく必要があります。

教育費

教育費は、大学進学費用(4年間)は、私立大文系386万円、私立大理系517万円(文部科学省令による標準額)というように支出額が予想しやすいものと言えます。大学までの教育費を計算し(通学に対し下宿のほうが年間で約60万円高いことにも注意)、貯蓄などを始める時期、金額を検討してください。

住宅ローンと生命保険

住宅ローンでは、低い利率で借入期間を短くすることが支出を抑えることに繋がります。借入後の早い時期に期間短縮型の繰上げ返済をすることで、利息負担額を大きく軽減することが可能です。また、現在の利率が低水準であることから、借り換えも検討してみてもいいかもしれません。

生命保険は必要保障額(遺族の生活費×遺族の平均余命)を予測し、随時、見直していくことが大切です。高齢になるほど死亡保障額を減らし、医療保障(生存リスク)を手厚くするのも選択肢の一つです。

現状を把握し、シミュレーションによって将来にわたる家庭経済の収支を「見える化」することにより、必要な対策が見えてきます。是非、ご家族と一緒にライフプランを考えてみてください。

健康ホットライン24

フリーダイヤル 悩みは無休

0120-783-069

通話料・
相談料 無料

面談カウンセリングは
5回まで無料

医師や看護師などの専門スタッフが
相談に応じます!

利用対象者は、組合員とその配偶者及び被扶養者です。
※プライバシーは厳守されますので、安心してご利用いただけます。

例えばこんなとき、すぐお電話ください!



不意のケガの応急手当、
どうしたらいいの?



病気のこと、ひとりで
悩んでしまうとき



赤ちゃんが夜中に
熱を出した。どうしよう?



家族の介護のことで、
だれかに
相談したいけど...



部下の
メンタルヘルスについて
対応策を相談したいとき

電話健康相談
サービス

受付時間 24時間・年中無休

相談内容 健康・医療・介護・育児・メンタルヘルス・医療機関情報提供

メンタルヘルス
カウンセリング
サービス

電話による
カウンセリング

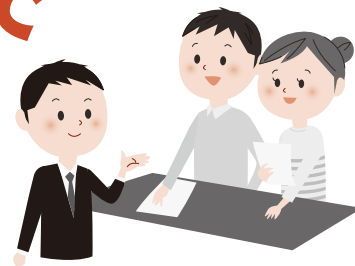
受付時間 9:00~22:00・年中無休

面談による
カウンセリング

電話にて予約 9:00~21:00(土曜日は16:00まで/日曜・祝日・12/31~1/3を除く)
※予約後、利用券を同封したご案内を自宅へ郵送します。
当該年度5回まで無料

(委託先:ティーパック(株))

ワンストップサービスで 年金相談や 請求手続きが便利に



平成27年10月1日(以下「**施行日**」という。)、**「被用者年金制度の一元化を図るための厚生年金保険法等の一部を改正する法律」**等が施行され、**共済年金は厚生年金に統合されました。**

これにより施行日以降は、共済組合の組合員も厚生年金保険法の適用を受け、施行日以降に受給権が発生する年金は、施行日前の組合員期間も含めて厚生年金として決定されます(下表参照)。

また、一元化に伴い、原則としてどこの年金事務所や共済組合でも、年金相談や請求手続きができるワンストップサービスが実施されています。

【厚生年金の被保険者の区分】

年金の決定・支給は、対象者の区分ごとに、それぞれの実施機関が行います。

区 分	対象者	実施機関
第1号厚生年金被保険者	民間のサラリーマン等	日本年金機構等
第2号厚生年金被保険者	国家公務員	国家公務員共済組合連合会等*
第3号厚生年金被保険者	地方公務員	全国市町村職員共済組合連合会等*
第4号厚生年金被保険者	私立学校の教職員	日本私立学校振興・共済事業団

★公務員期間は通算されますので、第2号と第3号の期間がある方は、どちらか最後に加入していた実施機関で年金が決定されます。

ワンストップサービスとは

従来、複数の被用者年金(共済組合や民間企業の厚生年金)の加入期間がある方は、年金請求や年金相談をする際、加入期間ごとの実施機関へ請求や照会をする必要がありましたが、施行日以降は、これらをまとめて任意の1カ所で行うことができる「ワンストップサービス」が実施されています。

ただし、ワンストップサービスの対象とならないものもあります。

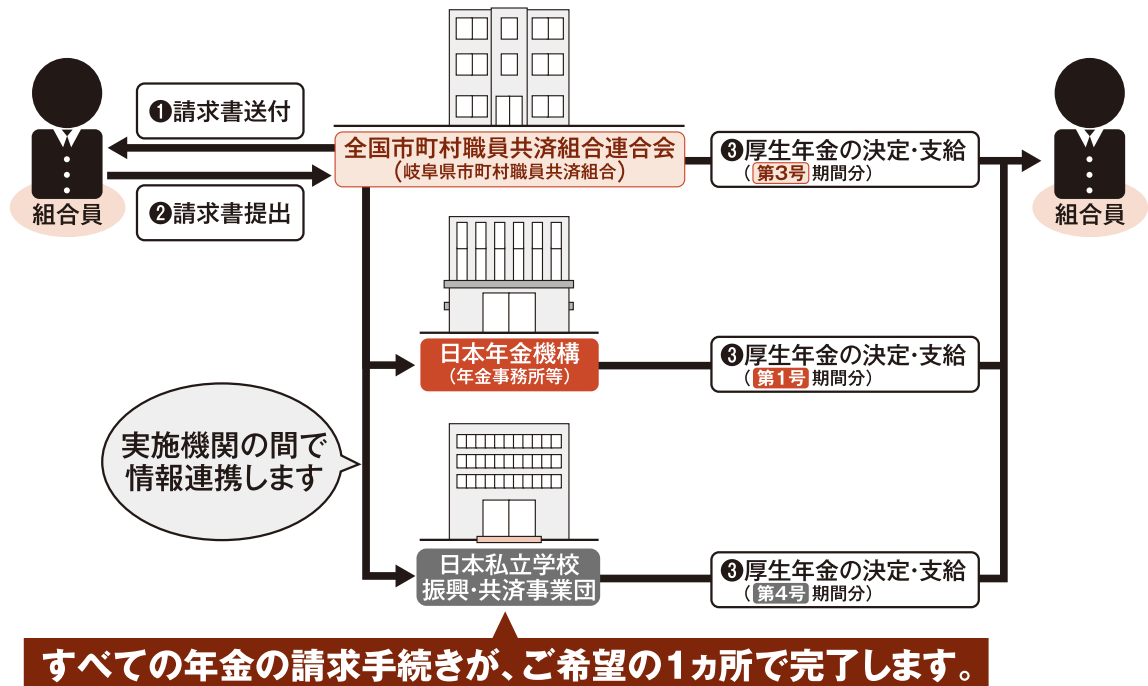
ワンストップサービス対象外の例

- 特定消防組合員の支給開始年齢の特例に該当する方の老齢厚生年金の請求
- 65歳到達時の特例支給から本来支給への切り替え請求
- 障害厚生年金の請求(障がいの初診日に加入していた実施機関に請求)
- 施行日前に受給権が発生する年金の請求
- 新3階部分(年金払い退職給付)の請求

ワンストップサービスの流れ

例) ワンストップサービスによる老齢厚生年金の請求手続きから決定までの流れ

- ① 請求書は、受給権発生年月日の約3ヵ月前に、第1号から第4号の厚生年金被保険者期間のうち、最終加入記録を有する実施機関からご自宅に送付されます。
- ② 請求書類を整え、任意の年金事務所又は共済組合に提出します。
- ③ 加入記録を有するそれぞれの実施機関で、それぞれの加入記録に基づいて、老齢厚生年金が決定・支給されます。(年金証書等の送付時期や年金の初回支給月は、実施機関により異なる場合があります。)



老齢厚生年金を請求すると、旧3階部分(施行日前の組合員期間に係る職域年金部分)は、合わせて決定されます。ただし、新3階部分(施行日以降の組合員期間に係る年金払い退職給付)の請求は別途手続きが必要です。

新・地共済年金情報Webサイトは 平成28年3月を目途にリニューアルします。

平成22年4月から開設された地共済年金情報Webサイトは、お申し込み後に、ご自身の年金見込額等の年金個人情報パソコンで閲覧することができるサービスとして皆様にご利用いただいていたりましたが、平成27年3月31日をもちまして、年金個人情報の閲覧をいったん終了しております。

リニューアル後の新たな地共済年金情報Webサイトは、平成28年3月を目途に、被用者年金制度の一元化を踏まえた内容で提供させていただきますのでお知らせします。

具体的な再開の日程、機能等につきましては、詳細が決まり次第改めてご案内します。

相談窓口

■全国市町村職員共済組合連合会 年金部年金企画課

■専用回線 **03-5210-4607**

9:00~17:00
(土・日・祝日を除く)

賞与積立(12月分)のご案内

※貯金利率は、現在、
年利1.5%です。(半年複利)

- 賞与積立は、共済組合に届出している額が、毎期、賞与から天引きされます。
(賞与積立の限度額は、各期100万円です。)
- 賞与積立(及び定例積立)は、中断や再開がいつでもできます。

12月の賞与積立額に変更等がある方は、下記書類を提出してください。

提出書類は、**11月17日までに共済組合必着**ですので、所属所の共済事務担当課へは、お早めに提出してください。

なお、現在の積立届出額が不明な方は、所属所の担当課にお問い合わせください。

提出書類	
共済貯金に新規加入する方	新規加入申込書
賞与積立額を変更する方	賞与積立額変更届

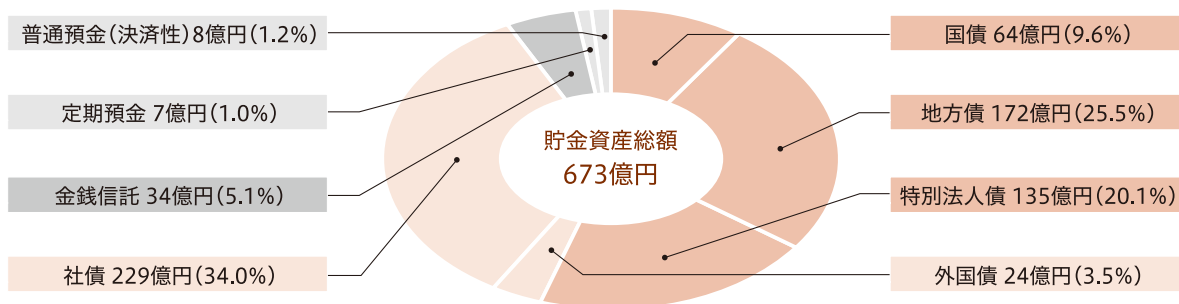
下記の点にご注意ください。

- 締切日以降に提出された場合は、「翌年12月分」の取扱いになります。
- 共済貯金を12月で「解約」する場合は、12月の賞与積立(及び定例積立)はできません。
お早めに、所属所の担当課へお知らせください。
(※「解約請求書」は、12月分の書類締切時に提出してください。)

2015共済事業ガイドブック(48～51ページ)又はホームページをご参照ください。

共済貯金について (平成27年8月末現在)

- 積立金は下記のような「債券」等で運用し、年度ごとに得られる利息をもとに、貯金利率を定めています。



※債券の投資先は信用格付が高いものに限りに、安全性重視に努めています。

※投資先が破綻した場合に備えて、「欠損金補てん積立金」を積立しています。【27年3月末:30.7億円】

(共済貯金)払出し日程表

- ◎「一部払出請求書」は、所属所ごとの締切日までに、所属所の共済事務担当課へ提出してください。
 - ◎送金先口座を変更するときは、「短期給付金等送金先金融機関の変更届」をあわせて提出してください。
- (注1)「一部払出請求書」が、締切日までに共済組合へ届きませんと、その払出しは、次回送金日となります。
- (注2)当月の積立分は、翌月以降にならないと払出しができません。

	共済組合締切日 / 送金日
11月	4日(水) / 13日(金)
	17日(火) / 30日(月)
12月	3日(木) / 15日(火)
	(※) 14日(月) / 25日(金)
1月	4日(月) / 15日(金)
	19日(火) / 29日(金)

(※)締切日が早くなっておりますのでご注意ください。



おいしくてヘルシー 旬のごはん

1人分
376kcal
塩分1.3g

さつまいもと チキンの照り焼き風味

甘くてホクホク。秋の味覚で血液サラサラに！



●材料(2人分)

- さつまいも …… 150g
- 鶏もも肉 …… 200g
- 塩 …… 小さじ1/5
- 栗の甘露煮 …… 4個
- しょうゆ …… 大さじ1と1/3
- みりん …… 小さじ1
- 砂糖 …… 小さじ1
- 酒 …… 小さじ1
- レタス …… 4枚

※写真はレタス3枚ですが、1人2枚ずつを目安に盛り付けてください。

●作り方

- 1 さつまいもは乱切りにし、水にさらしてアクを抜く。水からあげ、ぬれたまま耐熱容器に入れ、ラップをかけて500Wで3~4分電子レンジにかける。
- 2 鶏もも肉は食べやすい大きさに切って、塩をもみ込む。
- 3 フライパンに②を入れて、中弱火で皮面から焼く(油はひかず、鶏肉の皮から出る脂で焼く)。すべての面を焼き、中心まで火が通ったら①のさつまいもと栗の甘露煮を入れてフライパンを振るよう炒め合わせる。
- 4 合わせたAを加え、とろみと照りが出るまで炒める。
- 5 皿にのせたレタスに盛り付ける。

おすすめ食材
「さつまいも」

さつまいもに含まれるビタミンCは、でんぷんに守られているので加熱しても減少が少なくすみます。また食物繊維も豊富なので、コレステロールの排泄効果が期待できます。

料理制作 / 井出 杏海(管理栄養士) スタイルング / 洲脇 佑美

脳力 アップパズル

正解者の中から
抽選で10名に
図書カードをプレゼント!



問題

候補の中から漢字を選び、熟語で「しりとり」を続けます。候補の中で使用しなかった漢字を並び替えてできる3文字の熟語を教えてください。

※熟語の最後の文字が次の熟語の先頭の文字となります。
※次の灰色マスまでが一つの熟語になっています。
※1度使用した漢字は2度使用できません。

スタート	樹			工	
		画			
			長	理	見
	給	部			
		能		音	

候補

機 加 彩 弁 率
内 学 面 処 録
像 倒 水 間 門
脂 慶 工

残った漢字を
並び替えてできる熟語

クイズパズル制作：かみふじこうじ <http://e-zunou.com/>

応募方法

①~⑥を明記のうえ、ハガキまたは封書、Eメールでお送りください。

①パズルの答え ②氏名 ③所属所名

④組合員証記号・番号

⑤組合員・被扶養者の別 ⑥〒・住所

ご意見・ご感想も、ぜひ書き添えてお送りください!

【ハガキ・封書の場合】

〒500-8508

岐阜市数田南5-14-53 ふれあい福寿会館13階

岐阜県市町村職員共済組合「脳力アップパズル係」まで

【メールの場合】

soumuka@g-kyosai.jp まで

※件名に「脳力アップパズル」と入力してください。

応募締め切り：11月30日(月)消印有効

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

問い合わせ先

岐阜県市町村職員共済組合 総務課企画広報係

TEL (058) 277-1129 (内線2364)

9月号パズル

[解答] A=2

B=9

C=1

	5	19	13	8	
	↓	↓	↓	↓	
	2	6	5		←13
応募者		9	7	8	←24
198名のうち					
正解者は	3	4	1		←8
180名でした。					

パズルが解けたら、解答にご意見・ご感想を書き添えてご応募ください。

下呂の紅葉を眺めながら、
心落ち着くひとときを...

ご家族と
カニ鍋
岐阜県産豚しゃぶしゃぶ鍋
11月~3月限定の特別料理は **鍋料理**
2名様より承ります (写真は5人前です)
ご友人や仲間と
寄せ鍋
飛騨牛しゃぶしゃぶ鍋

※料理は仕入れ等により変更することがあります。

盛況でした!!
9月・10月の
紫雲荘イベント
思い出スナップ

家族みんなで華やかゆかた姿



宴会プランが始まります **特典いっぱい!**
詳しくは、11月号の折込チラシを見てネ!!

- 冬の紫雲荘イベント**
- 12/12・1/5 冬休みお子さま抽選会
 - 12/19・12/25 クリスマスブーツプレゼント
 - 12/31 特製 年越しそばサービス
 - 1/1・1/3 お正月ミニゲーム大会

12月は **ポイント2倍進呈!!** (年末は除く)

宿泊料金 のご案内

■休日	■平日
6,247 円	5,247 円

- 組合員及び組合員と同一世帯の家族大人料金一例です。
- 1泊2食(夕食は季節料理)の基本料金10,247円(税・サービス料込、飲物別)から紫雲荘宿泊利用助成と平日特別割引後の料金です。
- ポイントをためてさらにお得にご利用いただけます。

※金曜、土曜、祝日の前日は休日料金となります。
(年末年始(12/28~1/5)は特別料金です)

下呂温泉 **紫雲荘** ☎0576-25-2101

紫雲荘 ホームページ 詳しい情報はこちらで
(イベント、予約状況、施設などを紹介しております。)
<http://www.geroonsen-shiunso.com/>
下呂 紫雲荘 検索

●ご予約は、利用月の6ヵ月前より承ります。●午前8:00~午後8:00の間にお電話ください。 ※全客室禁煙です。(館内1階及び3階に喫煙室完備)