



自然豊かな
環境モデル都市
御嵩町 8
ページ

9ページのみんなのひろば、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。

心、すこやかに

**メンタルヘルス
研修を
実施します** 6・7
ページ

photo:御嵩町シンボルキャラクター「ミーモくん」

CONTENTS

- | | |
|---|---|
| <p>2 平成27年度 決算のあらまし</p> <p>6 コミュニケーション力を高めよう/
メンタルヘルス研修のご案内</p> <p>8 自然豊かな環境モデル都市 御嵩町</p> <p>9 みんなのひろば/ふれあい写真展作品募集</p> <p>10 メタボはどうしていけないの?</p> <p>11 特定健康診査のご案内/
ライフプランセミナー参加者募集</p> | <p>12 年金払い退職給付(退職等年金給付)</p> <p>14 虫歯・歯周病のことを知ましょう/
セカンドオピニオンサービスのご案内</p> <p>15 任意継続組合員制度の見直し/
共済貯金の運用状況</p> <p>16 紫雲荘のご案内</p> |
|---|---|

組合の現況(5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…22,471人
[男…13,378人 女…9,093人]
- 任継組合員数…269人
- 被扶養者数…21,551人

ご家族のみなさんと
一緒にご覧ください

平成
27年度

決算のあらまし

去る6月23日に第160回組合会が開催され、平成27年度決算が承認されましたので、その概要についてお知らせします。

■組合員数及び平均標準報酬月額（平成27年度末）（△は減少）

組合員種別	組合員数 (人)	前年度比較 (人)	平均標準報酬月額 (円)	
			短期	長期
一般組合員 (うち特別職)	19,695 (74)	△127 (1)	381,044 (618,919)	368,956 (577,027)
市町村長組合員	40	△1	761,220	611,951
市町村長長期組合員	1	0		
特定消防組合員	2,576	6	364,382	364,382
任意継続組合員	288	△38	329,321	
計	22,600	△160	379,175	368,874
被扶養者	22,130	△284		

■所属所数（平成27年度末）

市	21
町	19
村	2
一部事務組合等	38
計	80

※長期平均標準報酬月額には70歳以上の組合員も含む

短期経理

組合員と被扶養者の病気、けが、休業、出産、災害、死亡等にかかる給付を行っています。

短期給付収支状況

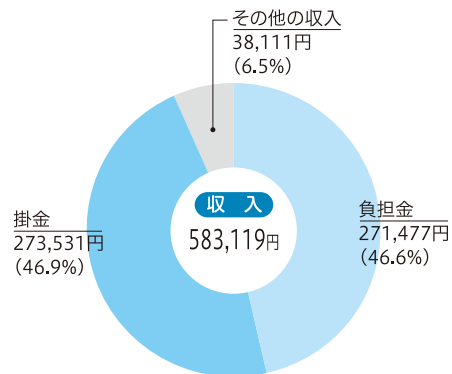
対前年度比

- 収入 132億2,107万円(-0.3%) (掛金、負担金等)
- 支出 127億7,661万円(-3.8%) (医療給付等)
- 当期短期利益 4億4,446万円(積立金へ積立)

- ◎短期積立金 9億8,518万円
- ◎欠損金補てん積立金 5億8,103万円

- 収入減の要因は、平均給料の減少及び手当率制から標準報酬制へ移行したことによるものです。
- 支出減の要因は、被扶養者に対する医療費が減少したこと、前期高齢者納付金が前々年度の精算により減少したこと及び退職者医療制度が廃止に向けて経過措置期間中であるため拠出金が減少したことなどによるものです。

■組合員1人当たりの収支（介護保険分を除く）



介護保険収支状況

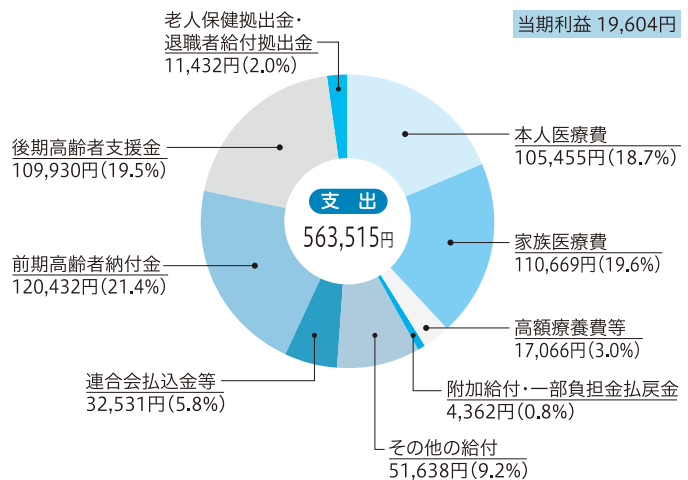
対前年度比

- 収入 10億 480万円(-4.8%) (掛金、負担金等)
- 支出 10億3,986万円(+0.3%) (介護納付金等)
- 当期介護損失 3,506万円(積立金から補てん)

- ◎介護積立金 299万円
- 収入減の要因は、財源率を引き下げたこと及び平均給料の減少によるものです。

- 支出増の要因は、介護給付費の増加に伴い第2号被保険者1人当たりの負担額が増加したことによるものです。

※介護保険に係る納付金は、40歳以上65歳未満の組合員(第2号被保険者)からの掛金及び負担金で賄われています。



当期利益 19,604円

平成27年10月からの被用者年金制度一元化に伴い9月末をもって「長期経理」は廃止となり、10月1日からは「厚生年金保険経理」「退職等年金経理」「経過的長期経理」の3経理へ分割されました。

長期経理

長期経理の資産管理及び共済年金の給付は、「全国市町村職員共済組合連合会」で一元的に行われており、収納した掛金・負担金は、連合会へ納付します。

収支状況 平成27年4月～平成27年9月

- 収入 162億2,576万円(掛金、負担金)
- 支出 162億2,576万円(連合会へ払込)

収入の内訳 (掛金 54億5,004万円
負担金 107億7,572万円)



厚生年金保険経理

報酬比例部分の給付、基礎年金拠出金等を取り扱う経理です。

収支状況 平成27年10月～平成28年3月

- 収入 137億8,075万円(組合員保険料、負担金)
- 支出 137億8,075万円(連合会へ払込)

収入の内訳 (組合員保険料 55億6,905万円
負担金 82億1,170万円)

退職等年金経理

退職等年金給付(新3階部分及び公務障害・遺族年金の給付等)を取り扱う経理です。

収支状況 平成27年10月～平成28年3月

- 収入 9億6,741万円(掛金、負担金)
- 支出 9億6,741万円(連合会へ払込)

収入の内訳 (掛金 4億8,370万円
負担金 4億8,371万円)

経過的長期経理

経過的職域加算額(旧3階部分及び既裁定の公務障害・遺族年金の給付等)を取り扱う経理です。

収支状況 平成27年10月～平成28年3月

- 収入 1,732万円(負担金)
- 支出 1,732万円(連合会へ払込)

収入の内訳 (負担金 1,732万円)

平成27年10月からの被用者年金制度一元化に伴い9月末をもって「預託金管理経理」は廃止となり、10月1日からは「経過的長期預託金管理経理」となりました。

預託金管理経理

連合会の長期経理から資金を預託し、貸付経理等へ資金を貸付けています。

収支状況 平成27年4月～平成27年9月

- 収入 4,616万円(貸付金等の運用益)
- 支出 4,616万円(連合会へ払込)

経過的長期預託金管理経理

連合会の経過的長期経理から資金を預託し、貸付経理等へ資金を貸付けています。

収支状況 平成27年10月～平成28年3月

- 収入 4,194万円(貸付金等の運用益)
- 支出 4,194万円(連合会へ払込)

■経過的長期預託金管理経理の資産構成

預金等	1億1,103万円	3.2%
貸付経理へ貸付	33億2,390万円	96.8%
計	34億3,493万円	100.0%

保健経理

組合員と被扶養者の疾病予防対策や健康の保持・増進を目的とした事業を行っています。

収支状況

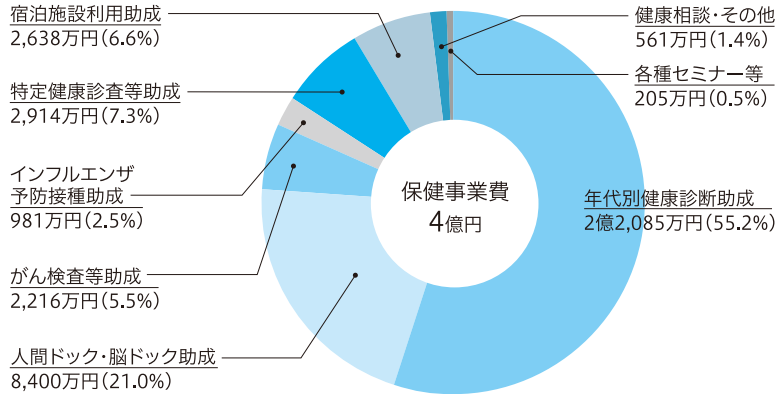
対前年度比

- 収入 4億1,226万円 (-0.1%) (掛金、負担金等)
- 支出 4億2,359万円 (-2.2%) (保健事業費等)
- 1,500万円 (±0.0%) (宿泊経理へ繰入)
- 当期損失2,633万円 (積立金から補てん)

◎積立金 3億2,130万円

- 収入は、ほぼ横ばいとなりました。
- 支出減の主な要因は、**紫雲荘が休館した期間にかかる宿泊利用助成額の減少**によるものです。

■保健事業費の内訳



保健事業内容	受診者・利用者数 (人)
年代別健康診断	17,439
人間ドック	4,593
脳ドック	739
肺がん検査	834
胃がん検査	116
大腸がん検査	99
乳がん検査	3,371
子宮がん検査	3,359
骨密度検査	287
腹部超音波検査	521
PSA(前立腺抗原)検査	3,396
歯科健康診査	540
インフルエンザ予防接種	9,809
特定健康診査等	2,705
宿泊施設利用	7,940
健康相談等	2,486
各種セミナー等	831

宿泊経理

組合員と被扶養者の保養施設として「紫雲荘」を経営しています。

収支状況

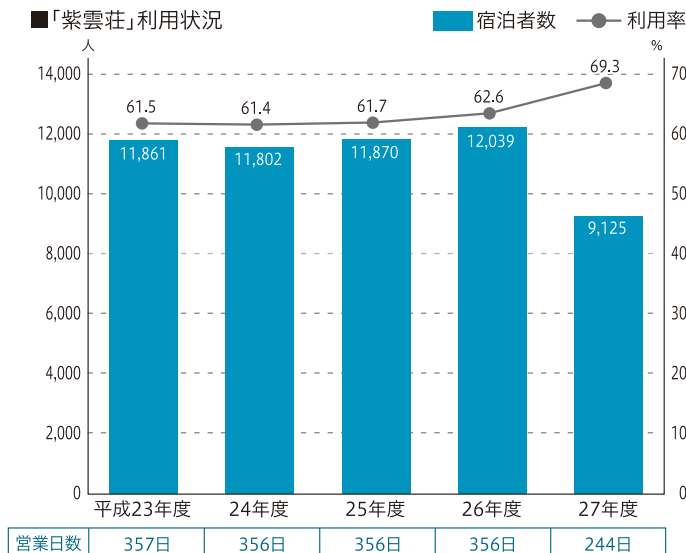
対前年度比

- 収入 1億2,090万円 (-18.9%) (宿泊料、飲食料等)
- 1,500万円 (± 0.0%) (保健経理からの繰入)
- 7,300万円 (貯金経理からの繰入)
- 支出 2億2,164万円 (+27.9%) (飲食材料費、人件費、施設改修費等)
- 当期損失1,274万円 (積立金から補てん)

◎積立金 3,581万円

- 紫雲荘改修工事に伴い、4ヵ月間休館としたため収入は減少しました。
- リフレッシュオープン後は大盛況で、**年間を通じて9,125人の方々にご利用**いただきました。

■「紫雲荘」利用状況



貯金経理

組合員の財産づくりに役立つ貯金事業を行っています。

収支状況

対前年度比

- 収入 11億 954万円 (-2.8%) (積立金の運用益)
- 支出 9億7,788万円 (+2.5%) (加入者への支払利息等)
7,300万円 (宿泊経理への繰入)
- 当期利益 5,866万円 (欠損金補てん積立金へ積立)

◎欠損金補てん積立金 31億7,123万円

◎積立金 3億2,909万円

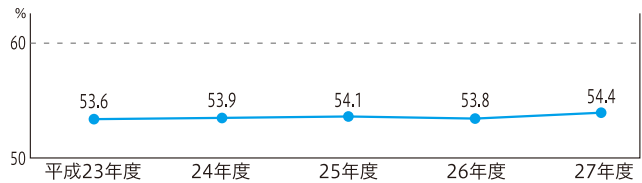
- 収入減の要因は、マイナス金利等の影響による金融市場の金利低下に伴い、資産の運用利回りが低下したためです。
- 支出増の要因は、貯金残高の増加により**支払利息が増加したため**です。

※27年度の積立・払出し状況

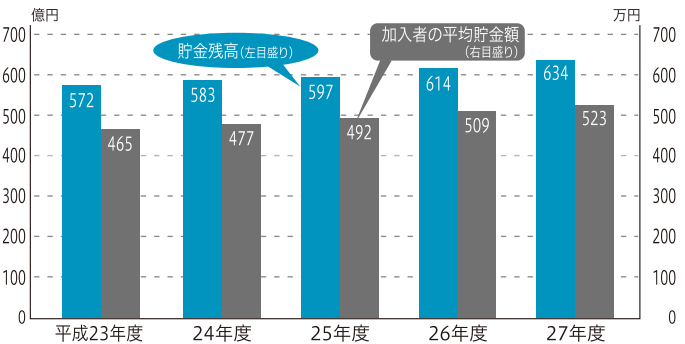
- 定例積立 ……70.3億円
- 賞与積立 ……26.4億円
- 利息の元本繰入 ……7.4億円
- 一部払出し ……41.7億円
- 解約 ……42.5億円

※27年度末の貯金残高 634億2,451万円(+3.3%)
(積立金の運用状況は、15ページをご参照ください。)

貯金加入率



貯金残高・加入者の平均貯金額



貸付経理

組合員の住宅購入、入学・修学、結婚、その他の臨時出費に必要な資金の貸付を行っています。

収支状況

対前年度比

- 収入 1億2,895万円 (-15.9%) (組合員からの貸付金利息等)
- 支出 1億2,507万円 (-18.1%) (預託金管理経理及び経過の長期預託金管理経理への支払利息等)
- 当期利益 388万円 (積立金へ積立)

◎積立金 9億5,275万円

◎欠損金補てん積立金 2億2,245万円

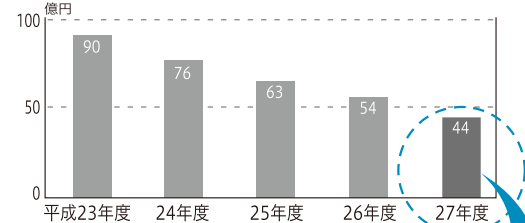
- 貸付残高及び借入金の減少により、貸付利息収入及び支払利息ともに減少しました。
- 新規貸付額及び貸付残高は、減少傾向にあります。

※27年度の新規貸付状況

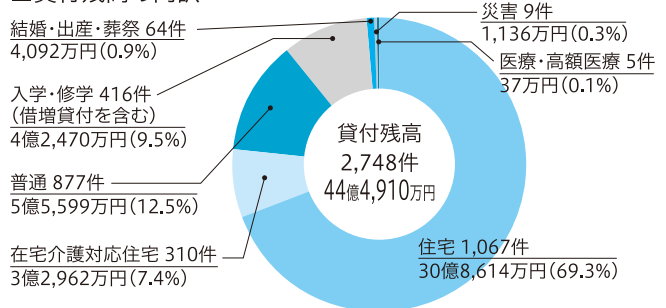
- 貸付件数 192件 (-5.9%)
- 貸付金額 2億8,260万円 (-18.0%)

※27年度末の貸付残高 44億4,910万円 (-17.1%)

貸付残高



貸付残高の内訳



業務経理

短期給付(医療)と長期給付(年金)の業務を行うために必要な人件費及び事務費等共済組合の諸経費を賄っています。

収支状況

対前年度比

- 収入 3億6,735万円 (+4.0%) (負担金、短期経理からの繰入等)
- 支出 3億3,747万円 (+5.5%) (人件費、事務費等)
- 当期利益 2,988万円 (積立金へ積立)

◎積立金 2億7,255万円

(当組合の決算収支については、県公報にて公告します。)

「聴く力」を高める



「聴く」ことは、よい人間関係を築くこと

職場や家庭の人間関係に悩む人が増えています。人間関係をよくするのも、悪くするのもコミュニケーションです。とくに「聴く」ことがカギになります。人は、話を聴いてくれない人に理解を示そうとは思いません。逆に、話を聴いてくれる人には信頼を寄せたり、心を開こうとします。

人は話を聴いてもらえると、自分が受け入れられたり、認められたような気持ちになります。その結果、心が軽くなってやる気が出ます。話を聴く側も、相手の考えや思い、状況などがわかり、無用のトラブルやイラつきが回避できます。

「聴く」ことは、よい人間関係を築くことにつながります。最初は聴くふりでもかまいません。3分でいいから話を聴きましょう。「聴く力」が高まれば、あなたの周りの人間関係がみるみる好転していくはずですよ。

「聴く力」を高める3つのポイント

- 1 自分の価値観をわきに置き、相手の話に耳を傾ける。
- 2 自分の考えを押しついたり、安易に否定したりしない。
- 3 相手の目を見て、何度もうなずく。あいづちを打つ。

聴くことのよくある誤解

- ◆聴くことは、相手の話に同意することになる。
→ NO! 同意するのではなく、「聴いてほしい」という気持ちを受け止めること。
- ◆話を黙って聞いているだけでは頼りなく思われそう。
→ NO! 信頼されたり、感謝されるはず。

column

話を引き出す質問のコツ

「はい」「いいえ」で答えられない質問をすると、相手の話が引き出しやすい。相手の様子を知りたいときは、「最近どう?」と聞いてみよう。いま自分がいちばん関心のあることを話すはずだ。話しながらないときは、「いつでも聴くよ」と伝えておこう。相手が混乱しているときは、「どうしたい?」「どうなればいい?」と解決に目を向ける質問をしてみよう。



組合員向け メンタルヘルス研修

開催日 平成28年 9/7(水)

楽しくリフレッシュできる内容です。最新のストレス対処法の紹介や体験を行います。

- 場 所** ふれあい福寿会館 301中会議室
岐阜市藪田南5-14-53
- 対象者** 組合員
- 講師** ●組織心理学・運動生理学
皆川 芳弘 氏
●実技指導インストラクター
- 持ち物** 筆記用具、バスタオル
※軽装でお越しください。

セミナーの概要 参加費無料/定員50名

- 10:00 開会 (受付9:30~)
- 10:05 講話「心の元気力アップセミナー」
- 12:00 昼食/休憩
- 13:00 実技体験1
「所属員の悩みを聴く」カウンセリング体験
- 14:10 実技体験2
「ソフトヨガ」
- 15:30 閉会 (アンケートご記入後解散)

各セミナーの申込方法▶7月20日(水)までに、各所属所の共済事務担当課へお申込みください。

「ほめる力」を高める

ほめることは、人間関係をよくする効果的なツール

人には“自己重要感”という本能的な欲求があります。「自分は重要な存在でありたい」「認められたい」という欲求です。自己重要感ほめられることで満たされます。ほめられると気分がよく、ほめてくれた相手に好感をもつようになります。つまり、ほめることが、人間関係をよくする効果的なコミュニケーション・ツールになるのです。

ただし、心にもないお世辞や大げさなほめ言葉は、かえって相手に不信感を抱かせます。本当によい点だと思ったことを、自然に口に出すことが大事です。その際のポイントは、

相手を認めている気持ちを素直に表現すること。そうすれば、たとえシンプルなほめ言葉であっても、相手の自己重要感が満たされます。

何をほめてよいのかわからないときは、相手が何を望んでいるのか、相手の立場になって考えてみましょう。相手をよく観察し、長所をみるようにするのも大切です。ほめ慣れていない人は、「さすが」や「ありがとう」といった言葉で、感嘆や感謝の気持ちを表すことから始めてみましょう。こうした言葉も、立派なほめ言葉になります。

◆ 上手にほめるコツ ◆

何をほめるか

- ① **自分が本当によい点だと思ったこと**
→ 相手にとって当たり前のことはNG
- ② **相手がほめて欲しいと思っていること**
→ 仕事ぶり、能力、実績、肩書、生き方、趣味や特技、持ち物、人間性、外見など
- ③ **相手が気づいていない長所や魅力**
→ 意外な点をほめるのも効果的

どうほめるか

- ① **相手を認めている気持ちを素直に表現する**
→ 相手の自己重要感を満たす
- ② **思ったことを自然に口に出す**
→ 気持ちがこもっていればシンプルな言葉でも伝わる
- ③ **どこがどうよいのか具体的にほめる**
→ 相手が納得し、ほめ言葉を受け入れやすい
- ④ **タイミングよくほめる**
→ 相手の長所などを感じたらすかさずほめる



管理者向け メンタルヘルス研修

開催日

平成 28年 8/30(火)

管理監督者として職場でのメンタルケアの必要性を知り、新型うつ・パワハラについて学習します。

場 所 ふれあい福寿会館 301中会議室
岐阜市藪田南5-14-53

対象者 組合員(管理者・リーダー向け)

講 師 ●公認心理カウンセラー・産業カウンセラー
鬼頭 幸三 氏
●運動指導士

持ち物 筆記用具、タオル
※軽装でお越しください。

セミナーの概要 参加費無料/定員60名

- 10:00 開会(受付9:30~)
- 10:05 講話「部下に対するメンタルヘルスケア」
- 11:00 実習「部下からの相談への対応」
- 12:05 昼食/休憩
- 13:00 事例検討「メンタルヘルス不調への対応」
- 14:20 体験「セルフケア体験」
- 15:30 閉会(アンケートご記入後解散)

わくわく
ウォーク
in ぎふ

御 嵩 町

自然豊かな環境モデル都市



▲御嵩町シンボル
キャラクター
「ミーモくん」



↑御嵩町観光
情報はこちら

御嵩町は、岐阜県の南東に位置し、総面積56.69km²に豊かな水と湿原の変化に富んだみたけの森や国定公園鬼岩公園が存在する、自然溢れるまちです。

平成25年3月に、県内の市町村で唯一環境モデル都市に選定されるなど、低炭素のまちづくりと自然保護に力を入れています。

また、江戸時代の五街道の一つである中山道が町を横断しており、駅前には国の重要文化財である願興寺など、文化芸能が継承されるまちです。



★御嶽宿発見コース
★みたけの森・みたけ城址公園めぐりコース



①よってりゃあみたけ～夢いる街道宿場まつり～

毎年8月第1土曜日(今年は8月6日)に開催される祭りで、今回で21回目となります。名鉄広見線御嵩駅前の交差点に櫓を立て盆踊りを行うほか、花火大会、夜店など各種催しを開催します。

②御嵩町のゆるキャラ「ミーモくん」

みたけの森から生まれた森の妖精で、環境保全・エコ活動に参加する活発な男の子です。まつりや介護予防体操など幅広い活動を行う、町のシンボルキャラクターです。最近では、島根県のキャラクター「ミーもくん」と同じ名前ということで「おともだち」になりました。LINEスタンプにも登場していますので、応援よろしくをお願いします。

③町の特産品認定制度「みたけのええもん」

町を代表する特産品を「みたけのええもん(良いもの)」に認定し、町HPなどを通じてPRを行っています。地元の東濃実業高等学校生と有名ケーキ店「ラ・プロヴァンス」とのコラボによる「あずさクランチ」など、色々な商品が認定されており、町内外のイベントで販売しています。平成27年度末現在で、13商品を認定しています。

④町を横断する中山道

中山道は、東海道と並んで江戸と京都の間を結ぶ主要街道として利用され、多くの人や物、情報や文化が行き交いました。御嵩町には江戸から数えて49番目の「御嶽宿」、50番目の「伏見宿」があり、今も中山道沿いには当時の面影が色濃く残されています。また、秋には紅葉が美しく、御嶽宿から瑞浪市の細久手宿にかけてのウォーキングイベント「中山道往来～なかせんどううおーく～」が、毎年11月第1土曜日(今年は11月5日)に開催されます。

★ウォーキングプラン

御嶽宿発見コース

名鉄広見線 御嵩駅…大寺山願興寺…
中山道みたけ館…御嶽宿本陣…
御嶽宿わいわい館…御嶽宿さんさん広場…
御嵩駅
合計 約45分/4710歩/3.3km

大寺山願興寺

弘仁6(815)年、最澄によって開創されたといわれる天台宗の古刹。庶民の力によって再興された荒々しい造りの本堂(国重文)など、深い歴史に触れることができます。

みたけの森・みたけ城址公園めぐりコース

名鉄広見線 御嵩駅…欠橋…みたけの森…
御嵩城址公園…門前橋…御嵩駅
合計 約60分/6430歩/4.5km

みたけの森

昭和58年に完成した生活環境保全林。緑あふれる憩いの場で、春のヤマザクラ、初夏のササユリ、秋の紅葉など、四季を通して自然を満喫できるスポットです。

※時間や歩数は目安です。
※コースの詳細、その他のコースは名鉄広見線活性化協議会ホームページをご覧ください。

おたよりお待ちしております!

投稿募集中!!

みんなのひろば



Large lined area for writing letters or comments.

平成28年度

ふれあい写真展 作品募集

みなさんからの
写真を募集!
入賞作品には
賞品を
お贈りいたします。

お気軽にご応募ください! /

応募例

「ただ今、
パトロール中」



シッポをピンと立てて、縄張りを巡回中のネコちゃん。
カメラを向けると、チラッと視線をくれました。

応募資格

組合員及び被扶養者(撮影者)

応募内容

- テーマ 自由
- 形態 プリント又はデジタルデータ。
色はカラー・白黒どちらでも可。サイズは自由。
- 点数 1人2点まで 被写体の肖像権は、応募者の責任において承諾を得られたものとします。

応募方法



郵送で
応募する

用紙(規格自由)に右記①~⑦の項目をご記入のうえ、プリントした写真、返信用封筒(作品返却用)と一緒に下記宛先へ送付してください。



〒500-8508 岐阜市藪田南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「ふれあい写真展係」まで



メールで
応募する

メールに右記①~⑦の項目を入力の上、写真のデジタルデータを添付して下記アドレスへ送信してください。



soumuka@g-kyosai.jp 件名に「ふれあい写真展」と入力してください

入賞作品

共済だより賞
(数点)

「紫雲荘平日無料ペア宿泊券」
& 「図書カード3,000円分」

入選(10点程度)

「図書カード3,000円分」

佳作(数点)

「図書カード1,000円分」

- ◎ 入賞作品は共済だよりぎふ11月号又は1月号に掲載します。
 - ◎ 入賞作品の選考は出版社の専属カメラマンが行います。
 - ◎ 入賞作品は紫雲荘に展示させていただきます。
(応募作品の中からも一部展示させていただく場合があります)
- (注)応募いただきました写真及び応募記載項目は、ふれあい写真展以外には使用いたしません。
また、ホームページ内の共済だよりぎふには掲載いたしません。

応募記載項目

ふれあい写真展

- ① 氏名(ペンネーム※)
※ペンネームで掲載を希望される場合
- ② 所属所名
- ③ 組合員証記号・番号
- ④ 組合員・被扶養者の別
- ⑤ 〒・住所
- ⑥ 作品名(15字以内)
- ⑦ コメント(60字以内)

【問い合わせ先】ふれあい写真展係 TEL 058-277-1129

“太っている”にとどまらない

メタボはどうしていけないの？



メタボリックシンドローム(メタボ)とは、内臓脂肪型肥満に高血糖・高血圧・脂質異常といった動脈硬化の危険因子を複数あわせもった状態。1つ1つは軽度でも、こうした要素が重なることで重篤な病気を引き起こす可能性が高くなるため危険です。

メタボが危険なワケ

食べ過ぎ・運動不足・喫煙などの生活習慣の積み重ね

メタボ 又は メタボ予備群 に

Aにあてはまり、さらにBCDのいずれか2つ以上にあてはまる → **メタボ**

Aにあてはまり、さらにBCDのうち1つにあてはまる → **メタボ予備群**

A	内臓脂肪型肥満	腹囲 男性 85cm 以上 女性 90cm 以上
+		
B	高血糖	空腹時血糖 110mg/dℓ 以上
C	高血圧	収縮期血圧 130mmHg 以上 かつ/または 拡張期血圧 85mmHg 以上
D	脂質異常	中性脂肪 150mg/dℓ 以上 かつ/または HDLコレステロール 40mg/dℓ 未満

放置すると自覚症状のないまま動脈硬化が進行

血管が硬くなる、もろくなる、つまる

重篤な病気の発症リスクを高めることに!!

脳卒中 心筋梗塞 糖尿病の合併症

腎臓病 高尿酸血症 がん 認知症 など



メタボを予防・改善するには

食事 摂取エネルギーをおさえる ↓

- 腹8分目にする
- 1日3食規則正しく食べる
- よく噛んでゆっくり食べる
- 寝る前の3時間は食べない
- カロリーを意識して食べる



運動 消費エネルギーを増やす ↑

- 日常生活の中で体を動かす工夫をする
- ウォーキングなどの運動を習慣づける
- 筋力トレーニングを行う



こちらのサイトもお役立てください! → <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>

厚生労働省「e-ヘルスネット」 → メタボリックシンドローム

→ 身体活動・運動

特定健康診査

健康診断を必ず受けましょう



▶ どうして健康診断を受けたほうがいいの？

健康をおびやかす主な原因は、悪い生活習慣がもたらす生活習慣病とされていますが、これらの病気の多くは、進行するまで自覚症状がなく、ある日突然倒れることも少なくありません。このため、健診を受けることで**早期に異常を発見し、病気を進行させないように対処することが大切です。**

▶ 特定健康診査、特定保健指導ってどうやって受けるの？

特定健康診査

生活習慣病の引き金となるメタボリックシンドロームに着目した健診です

40歳以上74歳以下の人は特定健康診査の対象者ですが、このうち、被扶養者は①から④のいずれかにより特定健康診査を受けることができます。

7月にご自宅に受診方法等の案内を郵送しますのでご確認ください。

① 特定健康診査

② 人間ドック

③ 共同巡回健診※女性限定

④ パート等勤務先で行う定期健康診断

※④は健診結果表の写しを共済組合へ郵送してください。

① 特定健康診査以外の健診も、特定健康診査の検査項目を含んでいるので、受診すると特定健康診査を受けたことになります！
いずれか一つを受診しましょう。

特定保健指導

専門家のサポートを受けながら、自ら生活習慣を改善していきます

①～④の健診結果から「情報提供」「積極的支援」「動機付け支援」の3つに分けられます。

「積極的支援」や「動機付け支援」と判定された方には、ご自宅に案内を郵送しますので、専門家の支援のもとで健康状態を改善していきましょう。

メタボリスクの高い人

→「**積極的支援**」を受けます。

メタボリスクがある人

→「**動機付け支援**」を受けます。

※共済組合に提供された健診結果等の個人情報は、特定健康診査・特定保健指導の目的以外には使用しません。

ライフプランセミナー参加者募集

40歳代は、子どもや住宅への出費が大きくなる時期でもあり、退職後に備えた貯蓄もそろそろ考えなくてはならない時期でもあります。つまり、これからの生活設計を見直し、とても重要な時期であるといえます。

そこで、40歳代の組合員（配偶者の希望参加も可）を対象に、「ライフプランセミナー」を開催いたします。参加希望者は、**7月20日(水)まで**に、所属所の共済事務担当課へお申込みください。

参加対象者

昭和42年4月2日～昭和52年4月1日
生まれの組合員（40～49歳）（※配偶者の参加も可。）

日程

13:00	開会
13:10～	DVD上映
13:40～	講演
	講師 野村証券(株) ライフプラン・サービス部 ファイナンシャルプランナー
	◎タブレットを使用しながら、ご自身のライフプランシミュレーションを体験していただきます。
16:30	閉会

セミナー内容

家庭経済を中心にご説明します。

- ・セカンドライフの現状と課題
- ・教育費用
- ・生命保険の見直し
- ・年金制度の仕組みと年金概算額
- ・資産運用について(株式・投資信託・債券)
- ・住宅ローンのポイント
- ・退職金の計算方法

会場

8月23日(火)	瑞浪市総合文化センター（東濃地区）
8月25日(木)	わかかさプラザ（中濃地区）
8月26日(金)	高山市民文化会館（飛騨地区）
9月 6日(火)	ふれあい福寿会館（岐阜地区）
9月 8日(木)	ソフトピアジャパン（西濃地区）

新たな年金給付制度 「年金払い退職給付(退職等年金給付)」

被用者年金の一元化により、3階部分の職域年金部分は廃止となりましたが、新たに3階部分の年金給付として「年金払い退職給付(退職等年金給付)」が創設されました。

年金の種類には、退職年金、公務障害年金、公務遺族年金及び一時金があり、概要は次のとおりです。

1 退職年金

(1) 支給条件

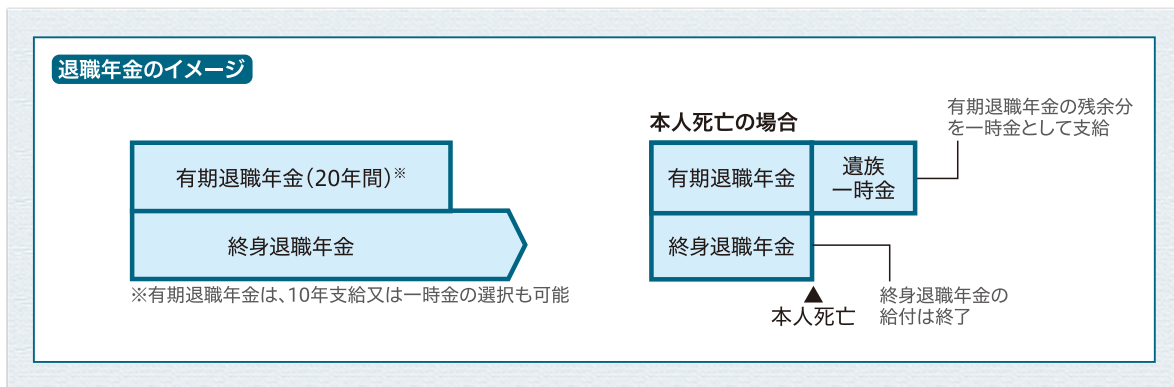
次のいずれの要件も満たしているときに支給されます。

- ①平成27年10月に引き続き期間又は平成27年10月以降に1年以上の引き続き組合員期間を有すること
- ②退職していること
- ③65歳以上であること

※最長70歳まで繰下げて受給することができます。また、当分の間、①②の要件を満たしている人は、60歳以上65歳に達する日の前日までの間に繰上げて受給することができます。

(2) 支給形態

- 平成27年10月以降に積立てた原資(給付算定基礎額)を有期退職年金と終身退職年金に二分して支給
- 有期退職年金は、20年支給(10年又は一時金の選択も可能)
- 本人死亡の場合、終身退職年金は終了。有期退職年金の残余分は遺族に一時金として支給



2 公務障害年金

(1) 支給条件

公務上の事由による病気やケガにより、初診日から原則として1年6ヵ月を経過した時点において、障がい等級1～3級に該当する程度の障がいの状態になったときに支給されます。

なお、初診日は平成27年10月1日以降の組合員期間中に限ります。

(2) 支給形態

終身年金。ただし、在職中は全額停止。

※通勤途中で起きた事故(通勤災害)は、公務障害年金になりません。

3 公務遺族年金

(1) 支給条件

次のいずれかに該当したとき、遺族に支給されます。

- 組合員が、公務上の事由による病気やケガで死亡したとき
- 組合員であった人が、組合員であった間に初診日がある公務による病気やケガで、初診日から5年を経過する日前に死亡したとき
- 障がい等級が1級又は2級に該当する公務障害年金の受給権者が、その公務障害年金の原因となった病気やケガで死亡したときなど

(2) 支給形態

終身年金。

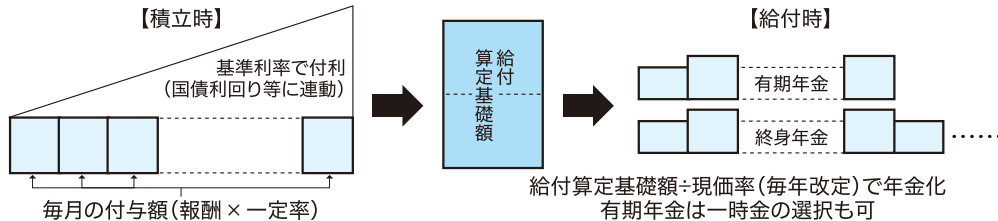
※通勤途中で起きた事故(通勤災害)は、公務遺族年金になりません。

給付設計と財政運営

財政運営は、積立方式。給付設計はキャッシュバランス方式となっており、保険料の追加拠出リスクを抑制したうえで、保険料率の上限を法定（労使合わせて1.5%）しています。

※キャッシュバランス方式…年金の給付水準を国債利回りや予想死亡率に連動させることにより、給付債務と積立金との乖離を抑制するしくみ。

- 毎月の報酬及び賞与に一定の率を乗じた付与額と利子を累積した**給付算定基礎額**を基礎に年金額を計算
- 基準利率の設定等について保守的な設計を行い、追加拠出リスクを抑制
- 基準利率の変動や寿命の延び等を踏まえて年金額を改定

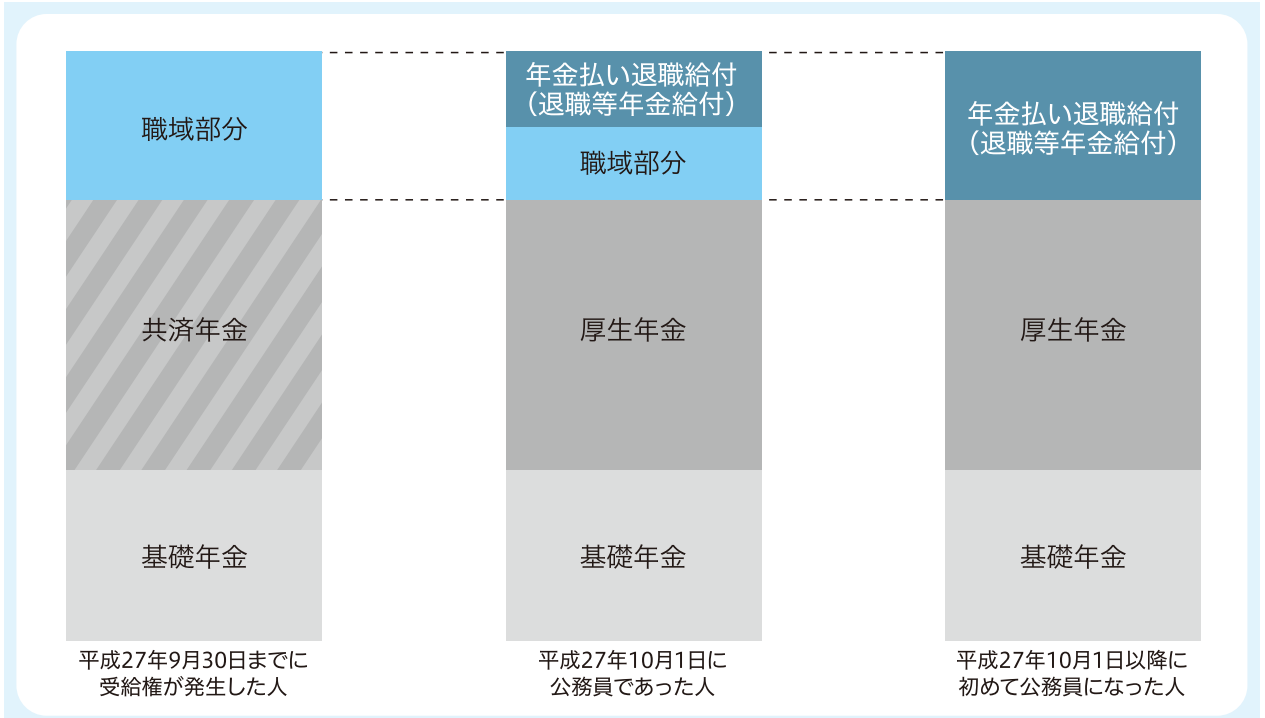


- 少なくとも5年ごとに財政再計算を実施します。
(保険料を計算する際の予定利率等の過程を慎重に設定、設立当初は早期に再計算を実施)
- 毎年の決算時に財政検証を行い、財政の健全性を確認します。
- 保険料率は労使合わせて1.5%を上限(本人負担分の上限は0.75%)

3階部分の年金支給について

平成27年9月までの組合員期間については、職域部分の年金が支給されます。

平成27年10月以降の組合員期間については、年金払い退職給付(退職等年金給付)が支給されます。



平成28年度の年金額について

平成28年度の**厚生年金**、**国民年金**等の年金額は、物価、賃金によるスライドが行われず、平成27年度から据え置きとなりました。

なお、被用者年金一元化法により、年金額(年額)の端数処理が100円未満四捨五入から、1円未満四捨五入に改められました。
(月額で数円の増減が生じます。)

お口、
健やかに

虫歯・歯周病のことを知ましょう

お口の病気の大半を占める、「虫歯・歯周病」。それぞれ原因菌も症状も違います。
正しく知って、予防に役立てましょう。

虫歯・歯周病はこんな病気

ミュータンス菌が出す強い酸によって歯が溶ける病気

症状 熱いものがしみる、激しく痛む

虫
歯



ミュータンス菌と
飲食物の糖分が
結びつき、粘着力
の強いグルカンを
つくる



グルカンが歯の
表面に付着し、
さまざまな細菌
の温床となる
「歯垢」をつくる



歯垢の中で増殖した
ミュータンス菌は、
乳酸などの強い酸を
出して歯のエナメル
質を溶かす

さらに!! 一度虫歯になった歯は、治療しても、再び虫歯になりやすくなる

歯周病菌が歯肉炎を起こし、やがて歯槽骨まで破壊していく病気

症状 刺激で出血、口臭、膿が出る

歯
周
病



歯と歯肉のすき
間(歯周ポケット)
に歯周病菌が入
り込み、歯肉を刺
激し炎症を起こす



歯周ポケットが
深くなり、そこ
に歯垢がたまって
細菌が増殖する



歯を支える歯槽骨
が溶け出して歯の
根元が露出し、最終
的には抜歯するこ
とになる

さらに!! 歯周病菌が歯周ポケットから血管に入り込み、心筋梗塞など全身に悪影響を及ぼす

虫歯や歯周病は、主に日頃の習慣が影響して起こる、いわば「生活習慣病」です。
次回は、虫歯や歯周病にならないためのセルフケアについてご紹介します。

平成28年4月
よりスタート

健康ホットライン24のサービスに

セカンドオピニオンサービスが加わりました

がん

白内障

椎間板
ヘルニア症

脳梗塞

子宮筋腫

…など

がんなどの重い病気と診断されたとき、医学界の各専門分野を代表する医大の教授、名誉教授クラスの先生方から、現在の診断に対する見解や今後の治療方針・方法などについて意見をもらうことができます。

※ご利用いただける条件等について、下記「セカンドオピニオンサービスの注意事項」をご覧ください。

- 相談の事例
 - 高度な医療が必要との告知を受けましたが、今後どうしたらよいかのわかりません。
 - 症状の改善がみられずに不安、このまま治療を続けていいのか？
 - とりあえず様子をみましょうとのことですが、現在のままで大丈夫か？他の治療法がないのか？その専門分野の医師に相談したいのですが。
 - 医師に手術と言われたが、他の治療法はないの？
 - 現在診てもらっている先生からは治療法がないと言われましたが、このまま放置していい大丈夫なのか不安です。

● 利用対象者 組合員とその配偶者及び被扶養者
(共済組合の資格を喪失したあととはご利用いただけません。)

セカンドオピニオンサービスの注意事項

※病名等が判明している場合に限り、ご利用いただけます。ただし、すでに終了している治療についてのご相談はお受けできません。
※入院・転院を目的としたご利用はできません。
※日常的に見られる病状で、治療にあたり専門性を必要としない傷病のご相談や、心療内科・精神科・美容外科・歯科及び口腔外科などは対象外です。

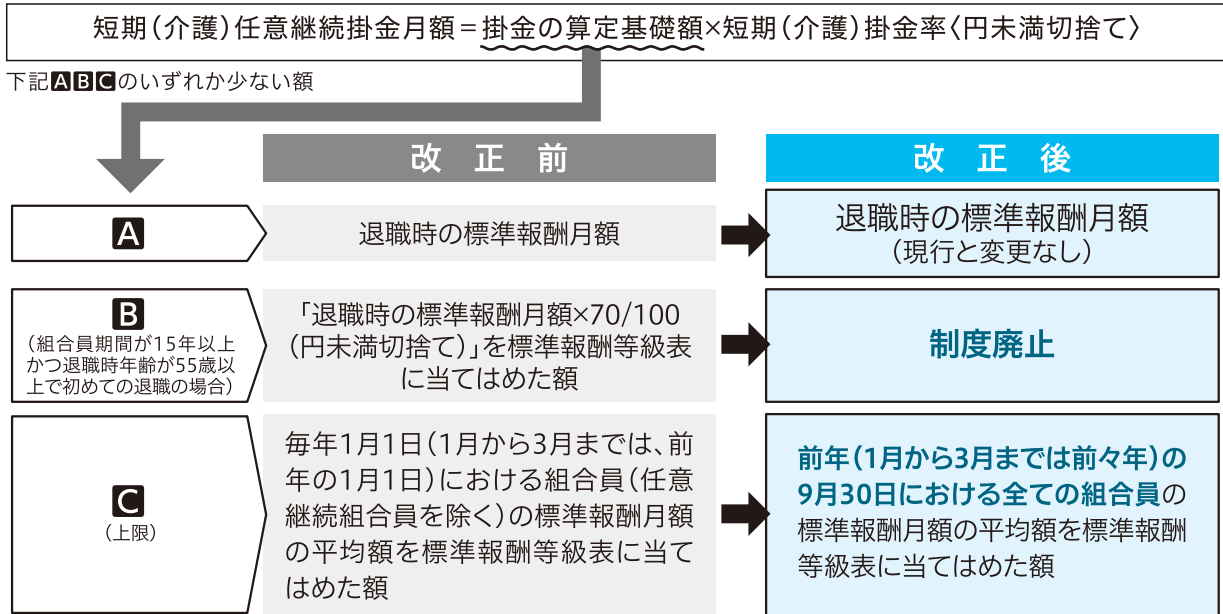
セカンドオピニオンサービス受付時間

平日・土曜 9:00~18:00
(日曜・祝日・12/31~1/3を除く)

TEL 0120-783-162

任意継続組合員制度の見直しについて

地方公務員共済組合法施行令の改正により、平成28年7月から任意継続組合員の「標準報酬月額に係る軽減措置」「標準報酬月額の算定の基礎となる組合員の平均標準報酬の月額の計算方法」が下記のとおり見直しされます。



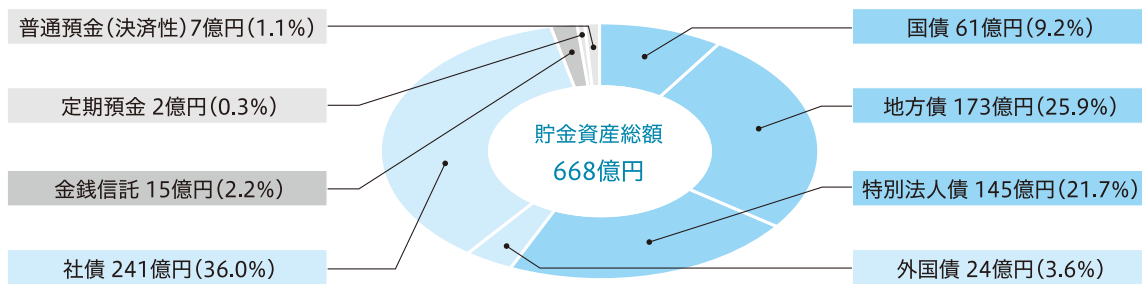
- **B**の制度廃止は、平成28年7月1日以後に退職した任意継続組合員から適用され、同日前に退職した任意継続組合員については、現行の軽減措置が資格喪失まで適用されます。
- **C**の改正は、平成29年度任意継続掛金の算定から適用されます。(平成28年度の**C**の額は、現行の「380,000円」で変更ありません。)

任意継続組合員とは…

退職日まで引き続き「1年と1日」以上組合員であった方が、退職後引き続き短期給付(休業手当は除く。)及び保健事業を受けることを希望するときに、2年間任意継続組合員として、在職中と同様の給付を受けることができる制度です。

共済貯金について (平成28年4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、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。【28年3月末:31.7億円】

(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) 当月の積立金は、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
7月	5日(火) / 15日(金)
	19日(火) / 29日(金)
8月	3日(水) / 15日(月)
	18日(木) / 31日(水)
9月	5日(月) / 15日(木)
	(※)16日(金) / 30日(金)

(※)締切日が早くなっておりますのでご注意ください。

紫雲荘で英気を養い 暑さなんて吹き飛ばせ〜



**ウエルカム
フルーツ
トマト
サービス**

売店でも
販売して
あります



※天候・仕入れ状況により数に限りがございますのでご了承ください。

注目! 7月より金曜日も平日扱いとなりました。
「平日特別割引」が適用となり、さらにお値打ちになります。

超お得な
組合員料金

宿泊料金のご案内

■休日(土曜、祝日の前日) ■平日(日曜〜金曜)

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(夕食は季節御膳)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。

※8月、年末年始は休日料金となります。

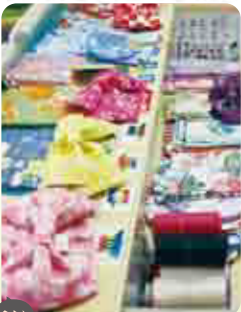
料理は仕入れ等により変更することがあります。

紫雲荘イベント

売店で人気の
地元産ドリンク
いずれか1本
プレゼント

- 飛騨牛乳 ●フルーツ牛乳
- コーヒー牛乳

女性の方には
新作華浴衣
無料貸出し



お子様用の甚平もあります。
(数に限りがありますので
先着順となります。)

夏休み
お子さま
抽選会開催



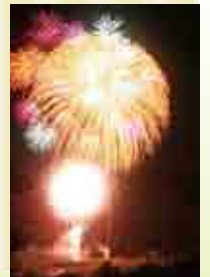
7/23(土)
〜8/31(水)
開催

夏の
下呂も
見所いっぱい

●いでゆ夜市
7/23・30
8/4・6・13・20・27

●下呂温泉まつり
8/1・2・3・4

●馬瀬川大花火
8/27



スナップショット

4/29〜5/8開催

いいものたくさん!

GW特別抽選会

笑顔もたくさん!

予告

大好評開催中

下呂
くるポン

お楽しみに!

いよいよ

9月・10月

第1回抽選期間が始まります。



下呂温泉ファンクラブ
イメージキャラクター
げろぐるくん

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か月前より承ります。●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階に喫煙ルーム完備)