

3

2020
MARCH
No.238



KYOSAI DAYORI GIFU

CONTENTS

- 2 令和2年度 事業計画及び予算
- 6 被扶養者(学生等)の異動調査
- 7 **アクトスの助成内容が変更に /**
サンベルラ志摩休館のお知らせ
- 8 ふらっと岐阜道の駅 きりら坂下
- 9 **みんなのひろば /**
ふれあい写真展佳作作品
- 10 接骨院・整骨院にかかるとき
- 11 特定健診・特定保健指導 /
当共済組合のジェネリック医薬品使用率
- 12 高齢給付の支給
- 14 話題の健康情報
「新型コロナウイルス感染症」
- 15 保健師の健康プチ講座「痛風」 /
共済貯金の利率が引き下げに
- 16 紫雲荘のご案内

9ページのみんなのひろば、ふれあい写真展は「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。



組合の現況 (1月末現在)

- 所属所数 78
[市21・町村21・一部事務組合等36]
- 組合員数 22,291人
[男13,189人・女9,102人]
- 任意継続組合員数 205人
- 被扶養者数 20,582人

共済事業内容がご覧いただけます

<http://www.gifu-kyosai.jp/>

岐阜県市町村職員共済組合



地元産のそばが自慢!

きりら坂下

▶P8



ご家族のみなさんと一緒にご覧ください

事業計画及び予算

去る2月27日に開催された第169回組合会において、
令和2年度の事業計画及び予算が決まりましたので、その概要をお知らせいたします。

〈組合員数と給料〉

【令和2年度未見込】

所属所数	75(21市19町2村33一部事務組合等)	被扶養者数	20,633人			
組合員数	22,572人	1人当たり被扶養者数	0.905人			
任意継続組合員数	223人	平均標準報酬月額	短期	390,197円	長期	378,067円

〈「標準報酬月額」「標準期末手当等」に係る掛金(保険料)率及び負担金率〉

(単位:%)

区分 種別	厚生年金保険経理		退職等年金経理		経過的 長期経理	短期経理				保健経理	
	保険料	負担金 [事業主 負担分]	掛金 [保険料]	負担金 [事業主 負担分]		短期		介護		掛金 [保険料]	負担金 [事業主 負担分]
					掛金 [保険料]	負担金 [事業主 負担分]	掛金 [保険料]	負担金 [事業主 負担分]			
組合員 [70歳未満]	91.5 (91.5)	131.5 (131.2)	7.5 (7.5)	7.5 (7.5)	0.1033 (0.1098)	46.5 (46.5)	46.66 (46.78)	8.30 (7.55)	8.30 (7.55)	1.48 (1.48)	1.48 (1.48)
組合員 [70歳以上]	/		7.5 (7.5)	7.5 (7.5)	0.1033 (0.1098)	46.5 (46.5)	46.66 (46.78)	/		1.48 (1.48)	1.48 (1.48)
後期高齢適用品者 [75歳以上又は 障害該当]			7.5 (7.5)	7.5 (7.5)	0.1033 (0.1098)	2.35 (3.16)	2.41 (3.24)			/	
退職派遣者 [70歳未満]	91.5 (91.5)	131.5 (131.2)	7.5 (7.5)	7.5 (7.5)	0.1033 (0.1098)	/		/			
退職派遣者 [70歳以上]	/		7.5 (7.5)	7.5 (7.5)	0.1033 (0.1098)					/	
任意継続組合員			/		/		/		短期掛金[保険料]		
/		/							/		95.96 (95.96)

- ① 負担金率には、次の公的負担率を含みます。(単位:%)
・厚生年金保険/基礎年金負担 40.0
・短期/特別財政調整負担 0.1、育児・介護休業手当金負担 0.06
- ② ()内は、令和元年度の数値です。
- ③ 介護分は、介護第2号被保険者(40歳以上65歳未満の組合員)が対象です。
- ④ 任意継続組合員短期掛金には、保健掛金が含まれています。

短期経理

この経理では、組合員及び被扶養者に対する医療費の給付等を行います。

短期給付財源率(保険料率) 1000分の93(据え置き) 介護財源率1000分の16.6に引き上げ(1000分の1.5増)

短期経理は、毎年その年度の収支のバランスを見込み、短期給付の財源率を決定します。

令和元年度は、前期高齢者納付金の支出が約6億円減少したことから、財源率を1000分の95から93に引き下げました。令和元年度決算見込みは、当初予算より負担金・掛金収入の増加が見込まれ、当期利益金は6億円程度となる見込みです。

令和2年度予算では、組合員数の増加により、収支共に令和元年度より増加を見込んでおります。

高齢者医療制度への拠出では、後期高齢者支援金が前年度より約2,000万円、前期高齢者納付金が約9億円増加する見込みで、財源率を1000分の93で実行しますと、年度末推計で当期損失金が約8,000万円生じる見込みですが、前年度からの剰余金を充当し財源率は据え置くこととしました。

前期高齢者納付金

各医療保険者に加入する65歳から74歳の医療費に基づいて算定します。
令和元年度：(平成29年度精算額)△5億6,000万円→納付額25億円
令和2年度：(概算)33億6,000万円+(平成30年度精算額)4,000万円
→合計34億円

令和2年度末では積立金を約16億円保有する見込みですが、高齢者医療制度への拠出金は今後の見通しが不明瞭なため、短期経理の財政状況は引き続き厳しい状況にあります。

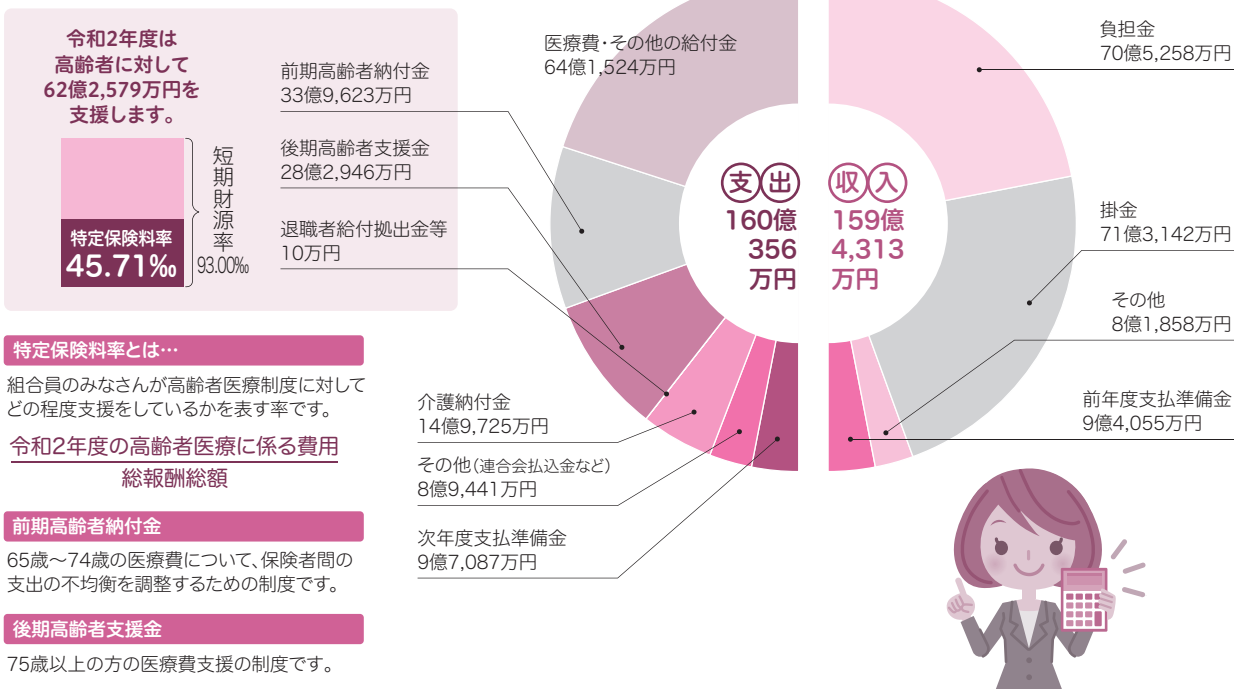
また、40歳以上の組合員を対象とする介護保険財源率については、令和元年度の予算編成時に厚生労働省が示す納付金の算定諸率等に誤りがあったことから、介護納付金が予算額より約4,000万円増加し、介護繰越欠損金が1,800万円生じる見込みです。この欠損金は、短期経理の資金を一時的に充当し、令和2年度の介護財源率はこの欠損金分を勘案して決定することになります。

介護納付金の算定方法においては、平成29年度から「総報酬割」が段階的に導入され、令和2年度は全面「総報酬割」となりますので、介護納付金の額が増加します。

納付金額を基に算定した結果、令和2年度は1000分の1.5引き上げで1000分の16.6とさせていただきます。

組合員のみなさんには、大変な負担となりますが、短期給付事業の安定した運営のため、今後とも健康管理と適正受診にご協力をお願いします。

【短期経理収支計画の内訳】



厚生年金保険経理

退職等年金経理

経過的長期経理

これらの経理では、
長期給付(年金)に係る負担金・保険料・掛金を収納し、全国市町村職員共済組合連合会に払い込みます。

厚生年金保険経理

(負担金+組合員保険料=約311億600万円)

- 厚生年金相当部分の給付、基礎年金拠出金等に要する費用を取扱う経理

退職等年金経理

(負担金+掛金=約19億7,600万円)

- 新3階部分の退職給付及び公務障害・公務遺族の年金給付に要する費用を取扱う経理

経過的長期経理

(負担金のみ=約1億4,200万円)

- 平成27年9月以前に決定した公務障害・公務遺族の年金給付等に要する費用を取扱う経理

退職等年金預託金管理経理

この経理では、
全国市町村職員共済組合連合会からの
資金預託により貸付経理への
貸付を行います。

令和元年度中に「経過的長期預託金管理経理」から「退職等年金預託金管理経理」へ移行が完了しましたので、令和2年度からはこの経理のみで貸付経理へ貸付を行います。

〔令和2年度末の貸付残高見込み額〕

- 貸付経理への貸付…9.6億円

業務経理

この経理では、
短期給付や長期給付(全国市町村職員共済組合連合会からの委託業務)をはじめ、
組合の事務全般に要する費用について支弁します。

令和2年度の事務費必要額は総額で3億8,813万円を見込んでおり、これを組合員1人あたりに換算すると17,159円になります。

この費用の財源は、所属所負担分として組合員1人あたり11,210円が地方交付税措置されており、残りを短期経理や厚生年金保険・経過的長期経理からの繰入れで賄います。

事務費用につきましては、今後も引き続き節減に努めてまいります。

保健経理

この経理では、
組合員とその被扶養者の健康の保持・増進のための事業運営を行っています。

保健経理の主な事業内容は、組合員及び被扶養者の健康保持・増進のための、健康診断の費用助成、宿泊施設の利用助成、生活習慣病予防に関するセミナー開催などです。

第2期データヘルス計画の2年目となる令和元年度は、生活習慣病の発症・重症化予防対策として、組合員の特定保健指導の実施率向上に取り組んできました。

3年目となる令和2年度は、①生活習慣病の発症・重症化予防、

②組合員及び被扶養者の健康づくりの支援、③共済組合と所属所との連携(コラボヘルス)などを重点項目として、組合員及び被扶養者に、さらに健康への意識を高めていただくよう取り組みを行っています。

令和元年度は4,255万円の当期損失金、令和2年度は2,455万円の当期損失金を見込み、令和2年度末の積立金は1億6,204万円となる見込みです。

〈令和2年度 保健事業内容〉

事業項目		事業内容・対象者等	助成額(円)	令和2年度予算額	
				人数(人)	金額(円)
疾病 予 防 関 係	年代別総合健康診断	組合員を対象にした総合健康診断	所属所負担額 7,000円以外	17,720	203,780,000
		事後指導費用			1,500,000
	2日ドック※	組合員及び被扶養者 30歳以上	半額助成 上限 20,000	70	1,400,000
	半日ドック※	組合員及び被扶養者 25歳以上		4,400	71,324,000
	脳ドック※	組合員及び被扶養者 40歳以上5歳刻み		320	4,074,000
	肺がん検査※	組合員及び被扶養者 30歳以上	1,500	620	930,000
	胃部X線検査※	組合員及び被扶養者 25歳以上	2,000	100	200,000
	ヘリコクター・ピロリ検査※	組合員及び被扶養者 40歳以上	1,000	1,640	1,640,000
	腹部超音波検査※	組合員及び被扶養者 25歳以上	2,000	490	980,000
	大腸がん検査※	組合員及び被扶養者 25歳以上	1,000	90	90,000
	PSA(前立腺特異抗原)検査※	組合員及び被扶養者 40歳以上	1,000	3,280	3,280,000
	乳がん検査※	組合員及び被扶養者 30歳以上	エコー 2,000 マンモ 2,500	3,570	8,568,000
	子宮がん検査※	組合員及び被扶養者 20歳以上	2,000	3,380	6,760,000
	骨密度検査(女性)※	組合員及び被扶養者 20歳以上5歳刻み	1,000	250	250,000
	歯科健康診査※	組合員 25歳以上	2,000	590	1,357,000
インフルエンザ予防接種※	組合員	1,000	10,630	10,630,000	
特定健診※	被扶養者		1,600件	19,222,000	
特定保健指導※	積極的・動機付け支援対象者への保健指導		2,320件	22,776,000	
小 計				358,761,000	
保 養 関 係	紫雲荘利用※	組合員及び同一世帯の家族	大人 4,000 小人 2,000	5,710	21,500,000
	長期勤続者紫雲荘利用	勤続25年以上の退職組合員夫婦	平日 8,000 休日 4,000	540	4,090,000
	新規組合員紫雲荘利用	新規採用組合員	一人 2,000 同伴者 1名	60	120,000
	他共済保養所利用※	組合員及び被扶養者	大人 2,000 小人 1,500	930	1,810,000
契約施設※	(被扶養者でない配偶者を含む)	小児 800	1,560	2,960,000	
小 計				30,480,000	
健 康 増 進 関 係	健康増進講座	組合員のうちリスク保有者		90	1,000,000
	メンタルヘルス研修(一般向け)	組合員向けセルフケア		80	800,000
	メンタルヘルス研修(管理者向け)	管理職向けラインケア		50	500,000
	健康セミナー(アクトス)	組合員及び被扶養者を対象とした、生活習慣改善のための動機付けセミナー		90	700,000
	健康セミナー(ライザップ)	組合員及び被扶養者を対象とした、生活習慣改善のための動機付けセミナー		160	750,000
	スポーツ施設利用助成※	組合員及び被扶養者を対象とした、マシジム利用助成		26,300	6,800,000
	喫煙対策事業	組合員の禁煙を支援するためのセミナーと費用助成		50	450,000
そ の 他 普 及 関 係	健康電話相談※	24時間体制の無料電話相談		1,500	2,890,000
	メンタルヘルスカウンセリング※	電話、Web、面談によるカウンセリング		300	1,013,000
	健康年齢通知※	特定健診を受けた被扶養者へわかりやすい健診結果を通知		2,500	900,000
	衛生管理担当者研修会	医療費と特定健診の結果報告等		60	200,000
	健康診断事業打合せ会	健康診断機関との打合せ			30,000
	ライフプランセミナー	組合員・配偶者 40歳代(5開催)		300	200,000
	共済制度説明会	新規採用者(2開催)		380	120,000
	受診勧奨	組合員(血圧・血糖リスク保有者)			100,000
小 計				16,453,000	
そ の 他	医薬品等の購入斡旋	割引料金による斡旋			費用助成なし
	割引契約施設	温泉、レジャー施設等			
合 計				405,694,000	

「※」の事業は、任意継続組合員(被扶養者を含む)についても適用になります。

宿泊経理

この経理では、
下呂温泉保養所「紫雲荘」の運営を行います。

「紫雲荘」は慢性的な労働力不足により、令和元年7月から休館日を大幅に増やして(月最大9日の休館)運営してまいりましたが、お客様からの要望もあり、令和2年度は休館日を減らし、営業日数を324日(月2～5日の休館)とします。

令和元年度には「理事・保養所運営委員合同会議」を3回開催し、存廃を含めた紫雲荘の今後の運営について検討しましたが、その結果、近い将来、閉館もやむを得ないことが了承されました。今後は閉館の時期について検討していくこととなります。

保健経理からの繰入金金は令和元年度と同額の1,000万円としますが、収支の結果として当期損失金が生じる見込みです。

【令和2年度見込み】

収入	15,355万円 (保健経理からの繰入金1,000万円含む)
支出	16,075万円
当期損失金	720万円

貯金経理

この経理では、
組合員からお預かりした積立金を
主に債券で安全かつ効率よく運用し、
その収益を還元する事業を行います。

今まで貯金利率を支えていた高利率の債券が次々に満期償還を迎え、再投資するも近年の超低金利市場では、運用利回りは低下の一途をたどっています。

また、貯金残高の増加とともに貯金者に還元する支払利息の増加が見込まれることから、現在の貯金利率年利1.0%を維持していくことは困難となりました。

この状況から中長期的に安定した貯金事業を運営していくために、令和2年4月1日から貯金利率を年利0.8%に引き下げることにいたしましたので、ご理解いただきますようお願いいたします。

【令和2年度末見込み】

貯金額	745億2,838万円
貯金者数	12,180人
加入者平均貯金額	612万円
加入率	54.0%

貸付経理

この経理は、生活必需品の購入や住宅購入など、
組合員が臨時に資金を必要とする場合に貸付を行うための経理です。

〈貸付の種類・利率等〉

貸付種類	利率(年)	貸付限度額(上限)	償還期間
普通貸付	1.26%	給料月額6ヵ月分(200万円)	120ヵ月以内
特別貸付	1.26%	入学 // (200万円)	//
		修学 1ヵ月につき15万円(年度間最高180万円)	150ヵ月以内
		結婚 給料月額6ヵ月分(200万円)	120ヵ月以内
		医療 // (100万円)	//
葬祭	1.26%	// (200万円)	//
		葬祭	//
住宅貸付	1.26%	組合員期間等による(1,800万円)	288ヵ月以内
在宅介護対応住宅	1.00%	(300万円)	240ヵ月以内
災害貸付	0.93%	家財 給料月額6ヵ月分(200万円)	300ヵ月以内
		住宅 住宅貸付に準ずる(1,800万円)	360ヵ月以内
		再貸付 // (1,900万円)	//
高額医療貸付	無利息	高額療養費相当額	高額療養費から償還
出産貸付	無利息	出産費等の額	出産費等から償還

令和2年度の貸付金見込み

- 新規貸付額
3億8,786万円
- 償還額
7億4,022万円
- 年度末残高
19億619万円



各事業の詳細につきましては、「共済事業ガイドブック」又は、
ホームページ(<http://www.gifu-kyosai.jp/>)をご参照ください。

※2020年度版は3月末頃配付予定

令和2年4月1日の利用から

対象者 18歳以上の組合員及び被扶養者

axilos[®] スポーツクラブ アクトスの 助成内容が変わります



◀ 選べる! ▶

1回の利用料が
ご利用店舗により変わります

これまで	4月1日から
全店舗 200円 <small>(税別)</small>	レギュラー店舗 500円 <small>(税別)</small>
	Will店舗 400円 <small>(税別)</small>
	Will_G店舗 300円 <small>(税別)</small>

特別価格で
月会費契約が可能になります

営業時間内
いつでも何度でも利用できる!!

ひんばんに通う方は
こちらがお得!

4月1日から
月会費(レギュラー店舗のみ)
5,000円(税別)

★レギュラー店舗以外で月会費契約を希望される場合は、通常料金での契約となります。
レギュラー店舗設備 ジム、プール、スタジオ

利用方法

- 1 アクトス店舗で組合員証又は組合員被扶養者証を提示し、必要書類に記入する。
- 2 顔写真を撮影し、個人カードを作成する。
※個人カードの作成時に1,000円(税別)のご負担が必要です。
※令和元年度内に発行された個人カードは引き続きご利用いただけます。
- 3 利用料を支払って利用する。
※一部のWill_G店舗ではキャッシュレスシステムを導入しており、現金が使用できませんのでご利用の都度クレジットカード又は電子マネーをご用意ください。

全店舗
利用可

利用方法

- 1 アクトス店舗で組合員証又は組合員被扶養者証を提示し、必要書類に記入する。
持参するもの
① 入会金・登録手数料
② 月会費2ヵ月分(以降の月会費は口座引き落としになります。)
③ 金融機関の通帳・届印
④ 組合員証又は組合員被扶養者証
- 2 顔写真を撮影し、会員証を作成する。
※レギュラー店舗は、各店舗が展開するキャンペーンに関係なく、入会金5,000円(税別)、登録手数料3,000円(税別)のご負担が必要です。
※会員登録した店舗のみご利用いただけます。
- 3 会員証を提示して利用する。

女性専用フィットネスLALLA(栄、希望ヶ丘)は対象外です。

岐阜県内のアクトス店舗

レギュラー店舗 アクトス恵那/アクトス広見/アクトス各務原/アクトス岐阜島/アクトス大垣/アクトス高山

Will店舗 アクトスWill茜部

Will_G店舗 アクトスWill_Gイオンタウン大垣/アクトスWill_G領下/アクトスWill_G関マーゴ/アクトスWill_G土岐/アクトスWill_Gルビットタウン中津川/アクトスWill_G三洋堂川辺/アクトスWill_G芥見/アクトスWill_Gコノミヤ可児/アクトスWill_G三洋堂瑞浪中央/アクトスWill_G三洋堂長良/アクトスWill_G三洋堂多治見南/アクトスWill_G岐大前/アクトスWill_G北方/アクトスWill_G三洋堂高富/アクトスWill_G三洋堂養老/アクトスWill_G羽島北

▶ 県外のご利用店舗はWEBへ

Sports Club AXTOS

(ご利用時の注意点)

組合員資格を喪失及び被扶養者の認定取消となった場合には、利用中の個人カード及び会員証は利用できなくなります。再度の資格取得及び扶養認定時又は個人カード及び会員証紛失時には、改めて個人カード及び会員証作成費用のご負担が必要です。



サンペルラ志摩 休館のお知らせ

当共済組合宿泊利用助成対象施設である「サンペルラ志摩(三重県志摩市)」は、施設改修のため令和2年4月1日~4月28日までの間、休館いたします。



ふらっ



と岐阜 道の駅



・第15回・

256

地元産のそばが自慢!

きりら坂下

中津川市坂下の国道256号線沿にある、三角屋根が目印の道の駅。木曾川の右岸に位置し、山々に囲まれた自然豊かな場所にあります。地元で採れたそばの実を使った十割そばを味わえるレストランや特産品売店、体験メニューも充実。毎年11月上旬には新そば祭りを開催しており、「挽きたて・打ちたて・茹でたて」に「採れたて」が加わった絶品のそばをお楽しみいただけます。そば好きの方に一度は訪れていただきたい道の駅です。



体験

そば打ち体験

地元「椈の湖自然公園」で採れたそばの実を自家製粉した、挽きたての風味豊かなそば粉を使用します。生地をこねる、伸ばす、切るなどを本格的な道具を使って行い、完成したらその場で茹でてお召し上がりいただけます。



一番おいしいと言われる『挽きたて・打ちたて・茹でたて』の『三たて』そばをぜひ味わってください！ベテランのインストラクターが分かりやすく、楽しくサポートするので初めての方や小さなお子様でも大丈夫。ご家族やご友人とお楽しみください。



料金(税別)：2人前3,000円、3人前3,500円、4人前4,000円
時間：10:00～、12:00～、14:00～(要予約)
所要時間：約1時間

五平餅体験

ここで作る五平餅は地元産コシヒカリを使用した団子型。タレはクルミ・胡麻・醤油を合わせた特製タレ。素焼きした後、タレをつけて焼くとジュワジュワと香ばしい香りが広がります。自分たちで手作りしてきたての五平餅は熱々で美味しさ抜群!

料金(税別)：2合(10本)3,000円～
(お米の量で料金が異なります。
三升(150本)まで可能。)

時間：10:00～14:00の間(要予約)
所要時間：約1時間



そば打ち体験、五平餅体験の他に、自分で作ったそばのお饅頭が食べられる饅頭体験も行っています。

買い物

グルメ

売店・レストラン

中津川市周辺の商品を主に取り扱っており、なんといってもそばコーナーは充実の品ぞろえ。地元で採れたそばの実を使ったそば粉を販売する他、お隣信州の生そばも販売しています。季節ごとに採れる旬の農産物も人気。レストランでも100%地元産の十割そばをお楽しみいただけます。そば以外にも、おいしい丼ものや定食もご用意しています。



おすすめ立ち寄りスポット

苗木城跡

国指定史跡の山城。苗木城跡の特徴は、自然の巨岩を活用した全国でも珍しい石垣です。現在天守跡に設けられている展望台からは、恵那山や木曾川、中津川市街を一望でき、息をのむほどの絶景が広がります。ふもとには苗木遠山史料館があり、苗木領の歴史が分かる貴重な資料を展示しています。



苗木遠山史料館



苗木城跡



夕森公園

標高700mに位置する県内有数の秘境。夏には美しい緑と川上川の清流に囲まれながら、キャンプや川遊び、マス釣り、バーベキューが楽しめます。秋には1万5千本以上の紅葉が美しく色づき、公園が真っ赤に染まります。また公園内には5つの滝があり、特に白龍伝説のある「竜神の滝」は1日で七色に変化するといわれ、パワースポットとしても人気です。



道の駅
きりら坂下

Data

- 所 中津川市坂下450-2
- TEL 0573-70-0050
- 営 売店・産直野菜/9:00～17:00
レストラン/11:00～15:00
- 休 水曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
- 駐 普通車78台、大型車5台、身障者用3台
- ACCESS 中央自動車道中津川ICより20分

お便りお待ちしております!

投稿
募集中!



みんなのひろば



令和元年 ふれあい写真展

佳作作品

応募者名敬称略

佳作受賞作品6点を、前号と今号2回に分けてご紹介
します。共済だより賞(2点)、入選受賞作品(8点)
は、本誌2019年11月号に掲載しました。



● 応募作品につきましては、紫雲荘に展示させていただきます。

審査・選評 松原 豊 Yutaka Matsubara

おめでとうございます! 入賞者には、賞品をお贈りします。来年度もたくさんのステキな作品をお待ちしております。

お詫び 共済だよりぎふNo.237(2020年1月号)に掲載の記事に一部誤りがありましたので、訂正してお詫び申し上げます。

訂正箇所

9ページ下「ふれあい写真展 佳作作品」の記事中、
作品名「」の受賞者所属

誤→

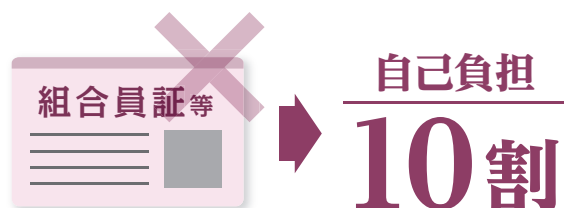
正→

接骨院・整骨院にかかるとき

組合員証等が使えるのは 一部のケースのみです



接骨院・整骨院は医療機関ではないため、
組合員証等が使えるケースはごく一部に限定されています。
正しいかかり方を確認しておきましょう。



組合員証等が使えるのは 次のケースのみ

負傷原因がはっきりしている、以下の外傷性の負傷で慢性
に至っていないものに限られます。

- 打撲
- 骨折
- ねんざ
- 脱臼
- 肉離れ(挫傷)

※内科的原因による疾患は含まれません。

※骨折、脱臼は、緊急の場合を除き医師の同意が必要です。

左記以外は 組合員証等が使いません!

左記に該当せず、共済組合が「組合員証等が使えない
ケース」と判断したときは、治療全般について自己負担
10割(自費)となります。

例 組合員証等が使えないケース

- × 日常生活による単なる疲れや肩こり
- × 単なる加齢からの痛み
- × スポーツなどによる肉体疲労からの回復目的
- × 通勤中や勤務中の負傷(通勤災害、公務災害)



3ヵ月以上にわたって症状の改善がみられない方へ

重症化を防ぐため、内科・整形外科等、 医療機関の受診をオススメします

長期にわたって接骨院・整骨院にかかりながら、症状の改善がみられないときは他の疾患が原因となっている可能性があります。専門医の治療が必要なケースも懸念されるため、まずは医療機関を受診してみましょう。

共済組合(委託先:オックス)から施術内容を照会することがあります

接骨院や整骨院から当共済組合への請求に間違いがないかを確認するため、接骨院や整骨院で
施術を受けられた方に施術内容を照会させていただくことがあります。ご協力をお願いします。



有効期限は令和2年3月31日です

※特定保健指導については初回面接の有効期限です。



忘れてた!

40歳~74歳の
ご家族の皆様
忘れていませんか?



受けなくちゃ!

40歳~74歳の
組合員・ご家族の皆様
必ず受けてください

40歳~74歳の被扶養者は全員対象

特定健診

40歳~74歳の被扶養者は、特定健診を毎年度、無料で受けられます。

対象者にはすでにご案内を送付しています。今年度受けていない方は早めに受診して健康チェックしましょう。

生活習慣改善の必要な方が対象

特定保健指導

特定健診の結果、「生活習慣病のリスクがある」と判定された対象者には、「特定保健指導利用券」を送付していますので、届いた方は保健指導を受けてください。

★受診券・利用券の再交付はこちらまで 医療健康課 TEL 058-277-1129

「パート等勤務先で行う定期健康診断」を受けた方へ

健康診断結果のコピーを共済組合へ郵送してください。

特定保健指導の対象者かどうかを判定し、対象者には特定保健指導のご案内をいたします。

特定健診・特定保健指導の実施機関は、共済組合ホームページをご覧ください。

<http://www.gifu-kyosai.jp/> 福祉事業 > 疾病予防関係事業 > 6 特定健康診査・特定保健指導

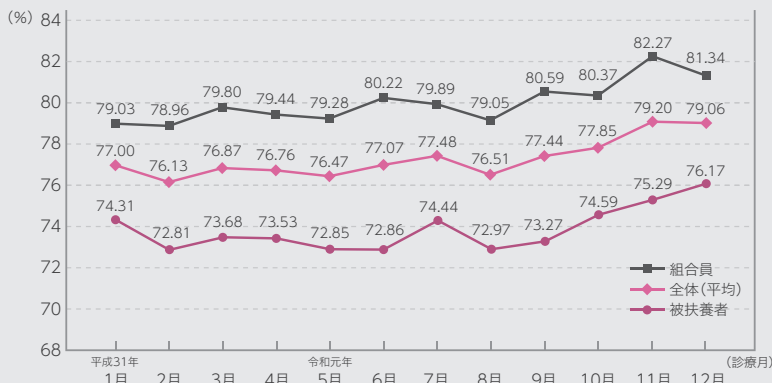
当共済組合のジェネリック医薬品使用率

令和元年
12月診療分の
使用率

組合員 81.34%
被扶養者 76.17%
全体(平均) 79.06%

第二期データヘルス計画では、令和2年9月までに使用率80%を達成することが目標です。

今後もみなさんのご協力をお願いします /



老齢給付の支給

年齢により請求する時期が異なります



1 老齢給付の支給開始年齢及び支給年金

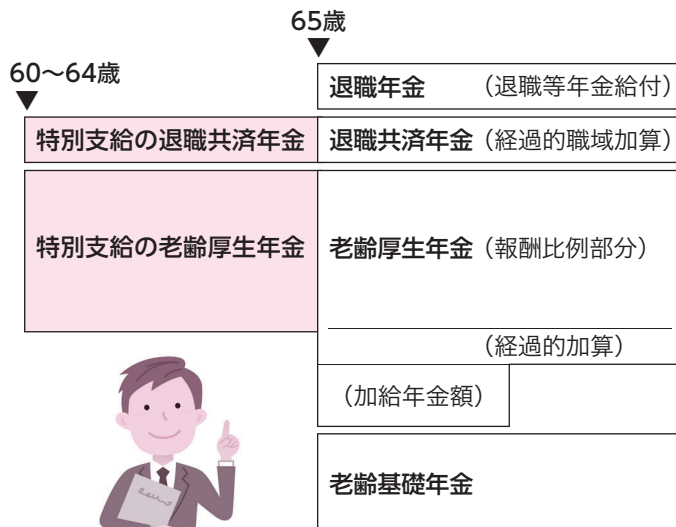
老齢給付の支給開始年齢は、原則として65歳からですが、支給要件を満たすときは、65歳になるまで「特別支給の年金」が支給されます。支給開始年齢は、生年月日及び組合員種別等に応じて、次の通りです。

支給開始年齢

生年月日	一般組合員	特定消防組合員(※)
～ S 28. 4.1	60歳	60歳
S 28. 4.2～34. 4.1	61～63	60
S 34. 4.2～36. 4.1	64	61
S 36. 4.2～38. 4.1	65	62
S 38. 4.2～40. 4.1	65	63
S 40. 4.2～42. 4.1	65	64
S 42. 4.2～	65	65

(※)「消防司令以下」の消防職員であった方のうち、退職時又は60歳時点まで引続き20年以上消防職員として在職した組合員をいいます。

支給年金イメージ



2 特別支給の年金について

65歳になるまでは、「特別支給の老齢厚生年金」及び「特別支給の退職共済年金」が支給されます。
 (支給要件…厚生年金の被保険者(組合員)期間が1年以上で、国民年金を含む公的年金加入期間が10年以上あること等)

支給額 (計算方法は、一元化前と同じです。)

加入期間	特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分)	特別支給の退職共済年金 (経過的職域加算)
平成15年3月まで	平均標準報酬月額 × $\frac{7.125}{1000}$ × 被保険者期間月数	平均給料月額 × $\frac{1.425^{※1}}{1000}$ × 公務員期間月数
平成15年4月から 平成27年9月まで	平均標準報酬額 × $\frac{5.481}{1000}$ × 被保険者期間月数	平均給与月額 × $\frac{1.096^{※2}}{1000}$ × 公務員期間月数
平成27年10月以降	平均標準報酬額 × $\frac{5.481}{1000}$ × 被保険者期間月数	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> ↑ 公務員期間が20年未満の方 (平成27年10月以降の期間を含む) ※1=0.713 ※2=0.548 </div>

3

老齢給付を繰上げ請求するとき … 繰上げ1月あたり0.5%が減額されます

①老齢厚生(退職共済)年金を繰上げ

支給開始年齢が61歳以降の方は、**60歳～支給開始年齢までの間**に、「老齢厚生(退職共済)年金」を1月単位で繰上げて受給することができます。

ただし、一部の場合を除き、**老齢基礎年金も同時に繰上げて受給することになります。**

②老齢基礎年金を繰上げ

60歳～65歳までの間に、「老齢基礎年金」のみを1月単位で繰上げて受給することができます。

繰上げ請求したときの年金の減額率 (下表は1年単位での減額率)

繰上げ1月あたり0.5%の減額

減額の対象となる年金	生年月日 一般組合員 (特定消防組合員)	支給開始年齢 繰上げ 通常	60歳	61歳	62歳	63歳	64歳				
			老齢厚生年金 及び 退職共済年金	S 29.10.2～30.4.1 (S 34.4.2～36.4.1) S 30.4.2～32.4.1 (S 36.4.2～38.4.1) S 32.4.2～34.4.1 (S 38.4.2～40.4.1) S 34.4.2～36.4.1 (S 40.4.2～42.4.1) S 36.4.2～ (S 42.4.2～)	61歳	62歳	63歳	64歳	65歳	6%	12%
老齢基礎年金	生年月日を問わず・全員	65歳	30%	24%	18%	12%	6%				

年金累計額の分岐点年齢の目安	77歳	78歳	79歳	80歳	81歳
通常年齢からの受給額と、繰上げ年齢からの受給額の累計額がほぼ同額となる年齢。 分岐点年齢は、個人差がありますので、あくまで目安としてください。 ※繰上げ請求については、目先の損得勘定だけで判断しないでください。					

繰上げの主な注意点

- ①年金額は繰上げ1月あたり0.5%減額され、減額率は生涯(65歳以降も)変わりません。
- ②複数の老齢厚生年金の受給権を有するときは、それらはすべて同時繰上げとなります。
- ③厚生年金加入等の期間は、標準報酬等との調整により、**老齢厚生(退職共済)年金の一部(又は全額)が支給停止**になる場合があります(老齢基礎年金は支給停止になりません)。
- ④加給年金額の対象者がいる場合、加算は65歳からとなります。
- ⑤65歳以降の「繰下げ」制度の申し出はできません。
- ⑥障害給付や遺族給付の年金とは併給できません。

退職予定者説明会を開催しました

今年度末に定年退職を予定されている方等を対象として、令和2年1月～2月にかけて、県下8会場で開催しました。

年金額の概算書をもとに、年金制度や退職後の医療制度等をご案内し、説明会終了後は、個人相談会も行いました。



どう備える？

新型コロナウイルス感染症

中国湖北省武漢市で発生が報告されてから世界中に感染が広がっている新型コロナウイルス感染症。感染、重症化しないために、正しい知識を身につけておきましょう。

コロナウイルスとは？

せき、
発熱などの
症状



発熱や上気道症状を引き起こすウイルスで、人に感染を起こすものは6種類あることがわかっています。そのなかには、重症化傾向のある中東呼吸器症候群 (MERS) や重症急性呼吸器症候群 (SARS) の原因ウイルスも含まれます。

どのように感染するの？

感染の経路は明らかになっていませんが、国内でもヒトからヒトへの感染が発生しています。1~12.5日(多くは5~6日)の潜伏期間があるといわれ、潜伏期間中に感染する可能性も指摘されています。

かぜやインフルエンザと同じように飛沫感染等を防ぐため、マスク着用やせきエチケット、手洗いなどを行うことが重要です。

どのように予防するの？

手洗いやせきエチケットなど、一般的な衛生対策を行いましょう。

こまめに
手洗い



流水とせっけんでこまめに手を洗いましょう。外から帰ったときやせきをしたあと、食事の前や、口・鼻・目などに触れる前には手を洗いましょう。
アルコール消毒も効果があります。



マスクの
着用



正しくマスクを着用する。

せき
エチケット



ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う。使ったティッシュはすぐに捨てる。



上着の内側やそでで覆う。

十分な栄養と休養をとり、できるだけ人混みを避けましょう。発熱やせきなどの症状がある人との不必要な接触は避けましょう。

気になる症状があるときは？

まず、仕事等を休んで外出を控え、毎日体温を測ります。その上で下記に当てはまる場合は、各自治体が設ける「帰国者・接触者相談センター※」に電話し、勧められた専門外来又は一般の医療機関を受診します。

新型コロナウイルス感染で電話相談する目安

- かぜ症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いた場合
- 強いだるさや息苦しさがある場合
- 高齢者や持病のある人で、かぜ症状や発熱が2日程度続いた場合



※ 一覧を厚生労働省ホームページで公表しています。



受診の際は予防法の徹底を!!

新型コロナウイルス感染症に関する問い合わせ先

- 地域の保健所や各自治体が設ける専用相談窓口
- 厚生労働省 電話相談窓口 ☎0120-565653 (フリーダイヤル) 9:00~21:00

今回は… **痛風**



痛風 = おじさん病ではありません

中年男性の病気というイメージの痛風。実は近年、若い男性や女性の患者が増えています。油断せず、生活習慣を見直しましょう。

血液中の尿酸値が高い「高尿酸血症」を放置すると痛風に…

結晶化した尿酸によって関節ははれて激痛発作が!!



この習慣で痛風を予防・改善

- 1日3食、規則正しく食べる
- 野菜を積極的にとる
- 食べすぎない、飲みすぎない
- 脂っこいもの、甘いものを控える
- よく噛んで食べ、腹八分目を心がける

- 高プリン体食品を控える



- こまめに水分補給をする
- 適度な運動(有酸素運動)を習慣にする
- ストレス解消を心がける

まずは肥満を防ぐことが大切!



memo

痛みだけではすまなくなることも…!

高尿酸血症や痛風を放置すると、糖尿病や高血圧、脂質異常症を合併しやすく、動脈硬化が進行して心筋梗塞や脳梗塞の発症リスクが高まります。さらに、腎機能の低下や尿路結石も起こりやすくなるので、しっかり予防・改善を。



共済貯金について大切なお知らせ

令和2年
4月1日
から

共済貯金の利率が引き下げになります。

今後も安全かつ効率的な運用に資するため、ご理解をお願いいたします。



年利

5ページの「令和2年度 事業計画及び予算」をご参照ください。

(共済貯金) 払出し日程表

- ◎「一部払出請求書」は、所属所の締切日までに、所属所の共済事務担当課へ提出してください。(右表は共済組合の締切日になります)
- ◎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) 共済組合締切日後に到着した「一部払出請求書」は、次回送金日取扱いとなります。
(注2) 当月の積立金は、当月に払出すことができません。

	共済組合締切日	送金日
3月	3日(火)	13日(金)
	18日(水)	31日(火)
4月	2日(木)	15日(水)
	17日(金)	30日(木)
5月	1日(金)	15日(金)
	19日(火)	29日(金)



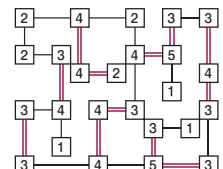
脳力アップパズル

次回をお楽しみに!!

1月号の脳力アップパズルの答え

正解 **12**

応募者126名のうち正解者は99名でした。



「紫雲荘」で名湯下呂温泉を堪能しませんか？

春休み限定

わくわく
お菓子つかみ取り
3/20(金)～4/6(月)



なくなり次第終了

かに

3/31(火)まで【予定】



1日10杯限定

丸ごとボイル 1杯

2,200円

(税・サ込)

紫雲荘 令和2年度 宿泊料金・休館日カレンダー 営業日:324日

平日料金 休日料金 年末年始特別料金 休館日

令和2年

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

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

令和3年

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

退職後は年金者連盟に加入するとお得!



- なんと、紫雲荘宿泊に2,000円の助成あり!
- 退職～年金受給までは、連盟会費が無料!

紫雲荘に泊まれば泊まるほどお得にご利用いただけます。

詳しくは年金者連盟担当へ
お問い合わせください

TEL 058-277-1131

組合員料金

1泊2食がこの料金で!

夕食4,000円の場合

11,040円

1泊2食(税・サ込)

平日…日曜日～金曜日の宿泊

休日…土曜日・祝前日・7/22～8/23の宿泊

休日料金

7,040円

年末年始は

「特別料金」となります。

さらに!!

平日のご利用で

平日料金

6,040円

超うれしい

Low Price!

- 料金はお選びいただく夕食によって変わります。
- 組合員と被扶養者及び組合員と同一世帯の家族大人料金一例です。
- ポイントを貯めてさらにお得にご利用いただけます。

県内からの
アクセス



下呂温泉 紫雲荘 TEL 0576-25-2101

- ご予約は、利用月の4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。
 - 当日、前日以外のご予約は、ホームページからも申し込みいただけます。
- ※全客室禁煙です。(館内1階及び3階に喫煙ルーム完備)

紫雲荘 ホームページ [詳しい情報はこちらで](#)

施設紹介やイベント、予約状況も確認できます

<http://www.geroonsen-shiunso.com/>

下呂 紫雲荘

検索

