

すこやか

奈良県市町村職員共済組合



宝蔵寺シダレザクラ

4

2010
共済ニュース
No.221

平成22年度
事業計画・予算が議決される

03

新しく組合員になられた皆さんへ

02

平成22年度保健事業のご案内

16

も く じ

新しく組合員になられた皆さんへ	02
平成22年度 事業計画・予算が議決される	03
厳しい短期財政にご理解とご協力を／平成22年4月からの短期掛金負担金率と交付金	07
共済組合定款に規定する特定保険料率に相当する財源率について／平成22年度の介護掛金率が決定しました／短期給付における個人情報の取り扱いについて	08
附加給付の廃止について(平成22年4月より)	09
被扶養者としての要件をお確かめください／育児休業給付の改正について(平成22年4月1日施行)	10
年金豆知識 高齢基礎年金の繰上げについて	11
「平成 21年度退職予定者年金相談会」の実施報告／「平成 22年度退職予定者年金相談会」開催のお知らせ	12
本年9月に長期給付に係る掛金率が引き上げられます	13
在職中に60歳に到達される方へ／ターンアラウンド方式による退職共済年金請求書等の事前送付開始について	14
貯金事業のご案内	15
平成22年度保健事業のご案内	16
組合員貸付事業の現状について	17
所属所別貸付事故件数及び金額	18
知ってる?共済Q&A／出産したときの給付	19
生活習慣病予防シリーズ 歯周病を防ぐ	20
健康づくりシリーズ 頭痛とのつきあい方	22
シリーズ わがまち自慢／東吉野村	26



平成の名水百選 七滝八壺

組合員の現況(平成22年2月末現在)

組合員数 男 9,514人 女 4,776人 計 14,290人
任継組合員数 395人 被扶養者数(任継除く) 18,165人

共済組合ホームページ <http://www.kyosai-nara.jp/>
【バックナンバーは共済組合ホームページに掲載しています】

●ご家庭へお持ち帰りいただき、ご家族でご覧ください。

新しく組合員になられた皆さんへ

わたしたちは、皆さんの生活と福祉を支えます。

地方公務員によって組織される共済組合は、相互扶助の精神によって組合員と、そのご家族(被扶養者)の生活の安定と福祉の向上を図ることを目的としています。

共済組合の事業

短期給付事業……組合員と、その家族(被扶養者)の公務外の病気・ケガ・出産・死亡・休業または災害に対して、必要な給付を行います。

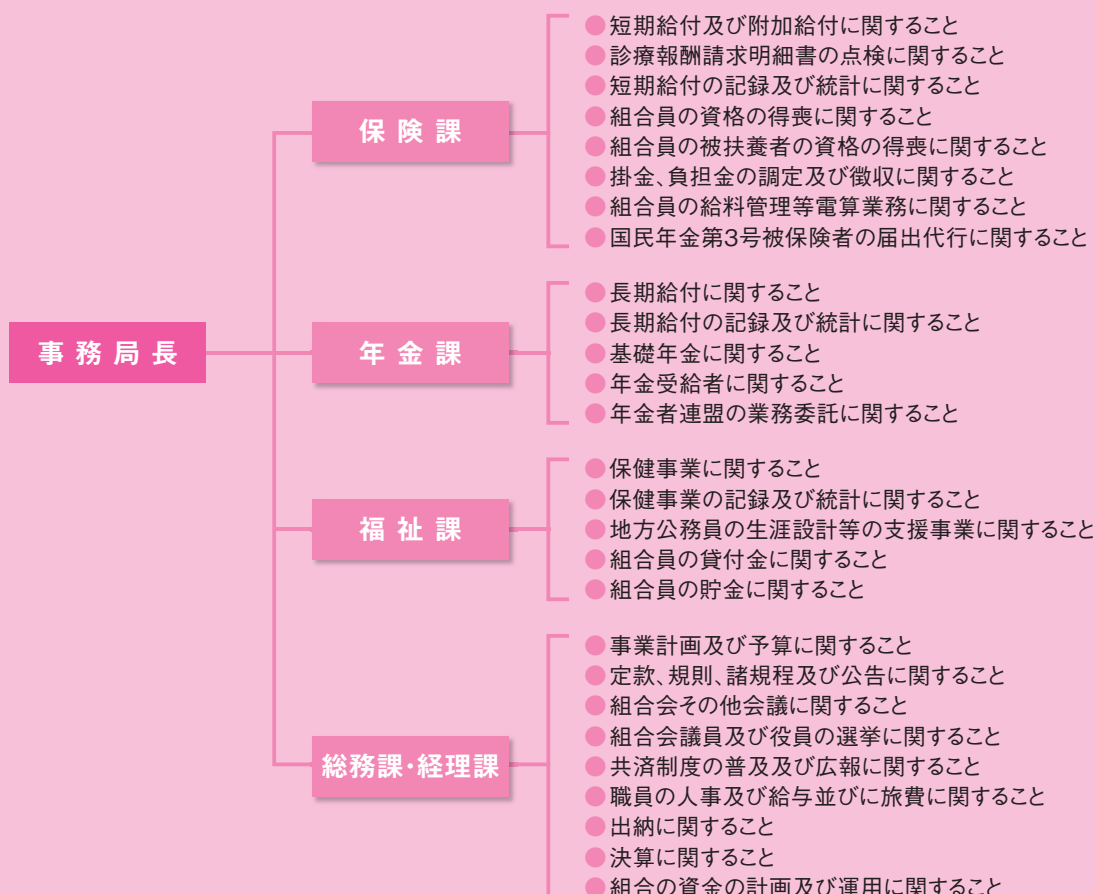
長期給付事業……組合員の退職・障害または死亡に対して、年金または一時金の給付を行います。
(注:長期給付事業は全国市町村職員共済組合連合会が一元的に行っています)

保健事業……特定健康診査・特定保健指導、人間ドック助成、保養施設利用助成、各種健康講座の開催等を行っています。

貯金事業……組合員の皆さんからお預かりしたお金を運用し、その運用収益を利息として組合員に還元しています。

貸付事業……普通貸付、住宅貸付、災害貸付、特別貸付等を行っています。

共済組合の組織



事業計画・予算が議決される

去る2月26日、「奈良県社会福祉総合センター 中会議室」にて第139回組合会が開催され、平成22年度事業計画及び予算が議決されました。

本事業計画及び予算は左表の数値をもとに計上しています。各経理の概要は次のとおりです。



平成22年度事業計画・予算の基礎数値

地方公共団体の数

市	町	村	一部事務組合等	計
12	15	12	32	71

組合員・被扶養者数(平成22年度末推計)

(単位:人)

種別	組合員数	扶養者数	
		組合員1人当たり	
一般組合員(うち特別職)	12,303(81)	14,512(86)	1.18(1.04)
長期組合員(うち特別職)	2(2)	—	—
市町村長組合員	34	38	0.97
市町村長長期組合員	5	—	—
特定消防組合員	1,693	3,124	1.85
小計	14,037	17,674	1.26
継続長期組合員	0	—	—
任意継続組合員	413	387	0.94
小計	413	387	0.94
合計	14,450	18,061	1.25

平均給料月額・期末手当等の額(平成22年度末推計)

種別	平均給料月額(円)		期末手当等の額(千円)	
	長期	短期	長期	短期
一般組合員(うち特別職)	317,590 (545,851)	327,753 (582,740)	18,391,201 (178,399)	18,699,412 (191,238)
長期組合員(うち特別職)	469,000 (469,000)	469,000 (469,000)	4,605 (4,605)	4,650 (4,650)
市町村長組合員	584,264	718,676	88,800	104,583
市町村長長期組合員	620,000	677,800	11,982	12,173
特定消防組合員	309,881	309,881	2,533,302	2,533,302
継続長期組合員	0	—	0	—
任意継続組合員	—	298,721	—	—
合計	317,436	325,890	21,029,890	21,354,120

掛金・負担金率

毎月の給料にかかる率

(単位:千分率)

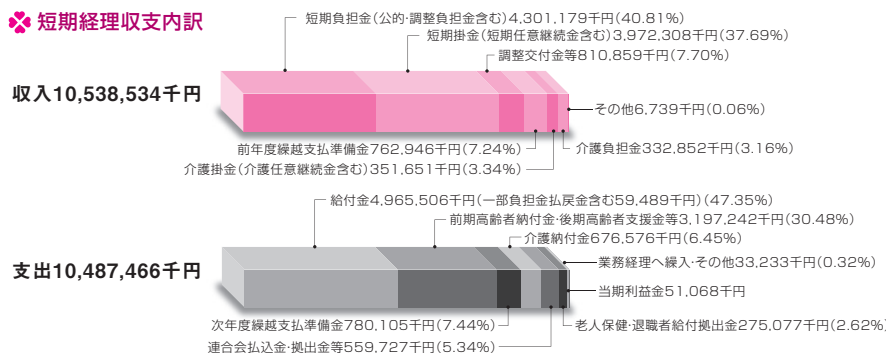
種別	掛金	負担金	調整負担金	公的負担金
市町村長組合員	短期 43.12	47.76	0.70	0.30
一般組合員(特別職)	介護 5.80	5.80	—	—
一般組合員(一般職)	短期 53.90	59.70	0.875	0.375
特定消防組合員	介護 7.25	7.25	—	—
長期組合員	短期 1.96	1.96	—	0.30
市町村長長期組合員	介護 —	—	—	—
任意継続組合員	短期 113.6	—	—	—
	介護 14.5	—	—	—

期末手当等にかかる率

(単位:千分率)

種別	掛金	負担金	調整負担金	公的負担金
市町村長組合員	短期 43.12	47.76	0.70	0.30
一般組合員(特別職)	介護 5.80	5.80	—	—
一般組合員(一般職)	短期 43.12	47.76	0.70	0.30
特定消防組合員	介護 5.80	5.80	—	—
長期組合員	短期 1.96	1.96	—	0.30
市町村長長期組合員	介護 —	—	—	—

短期経理収支内訳



短期経理

この経理は、医療給付や各種給付金などにかかわる経理です。

主に組合員の皆さんから納めていただく掛金や所属所からの負担金、財政調整事業による調整交付金(約1億3千万円)・特別調整交付金(約2億8千万円)などの収入総額は1億5千万円(約2億8千万円)で、一方、医療費などの各種給付や拠出金などによる支出総額は1億4千万円(約2億8千万円)となり、その結果、平成22年度は短期で4億3千万円の当期利益を見込みました。

なお、短期の当期利益金については、前年度より繰越した欠損金4億3千18万7千円を解消するため充当し、介護の当期利益金については、前年度より繰越した欠損金1億4千8万1千円を解消するために充当します。

本年度の掛金・負担金の引き上げについては、組合員数の減少等により収益の増加が見込まれないこと、費用では前年度の医療費の増加により繰越欠損金が生じる見込みとなしたこと、また本年度の医療費の増加や高齢者医療制度に係る前期高齢者納付金(約18億4千万円)・後期高齢者支援金(約13億5千万円)などの増加の見込み、更には財政調整事業の調整基準率の改正(7頁参照)などの負担に伴い、余儀なく引き上げることとなりました。

長期経理

長期経理は、各共済組合が行うこととなる業務としての所属所からの負担金掛金の徴収及び全国市町村職員共済連合会への払い込みを行う経理です。
長期給付(年金給付)にかかる保険料率が、左表のとおり平成22年9月分から引き上げとなります。

収入においては、所属所から納付されます掛金と負担金の額となつています。なお、本年9月分より引き上げとなる掛金・負担金率と基礎年金拠出金にかかる公的負担率の4月からの引き上げ率を見込んだ額としています。
支出においては、年金給付額等は全国連合会の長期経理での予算措置となったことにより、同連合会へ払い込みとなる掛金・負担金額のみの上となります。

掛金・負担金率

※ 毎月の給料にかかる率

(単位:千分率)

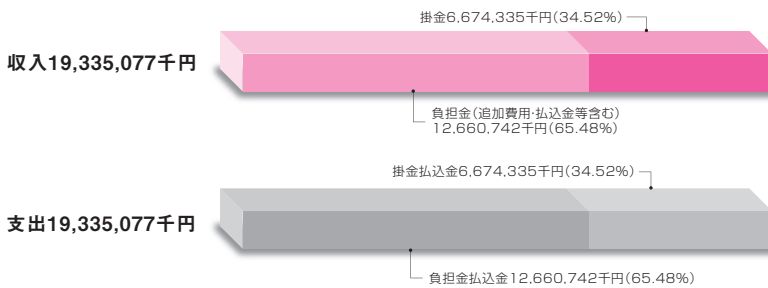
種別	4月～8月			9月～3月		
	掛金	負担金	公的負担金	掛金	負担金	公的負担金
市町村長組合員 市町村長長期組合員 一般組合員(特別職)	75.77	76.07	34.1	77.54	77.84	34.1
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	94.7125	95.0875	42.625	96.9250	97.30	42.625
継続長期組合員	94.7125	95.0875	42.625	96.9250	97.30	42.625

※ 期末手当等にかかる率

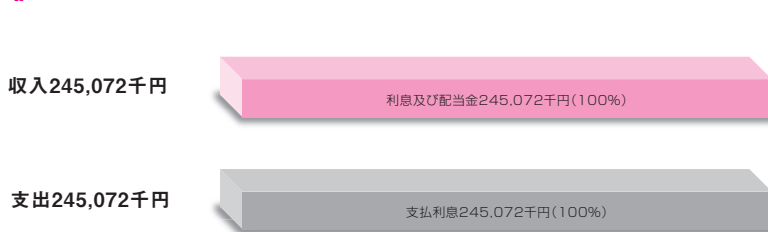
(単位:千分率)

種別	4月～8月			9月～3月		
	掛金	負担金	公的負担金	掛金	負担金	公的負担金
市町村長組合員 市町村長長期組合員 一般組合員(特別職)	75.77	76.07	34.1	77.54	77.84	34.1
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	75.77	76.07	34.1	77.54	77.84	34.1
継続長期組合員	75.77	76.07	34.1	77.54	77.84	34.1

※ 長期経理収支内訳



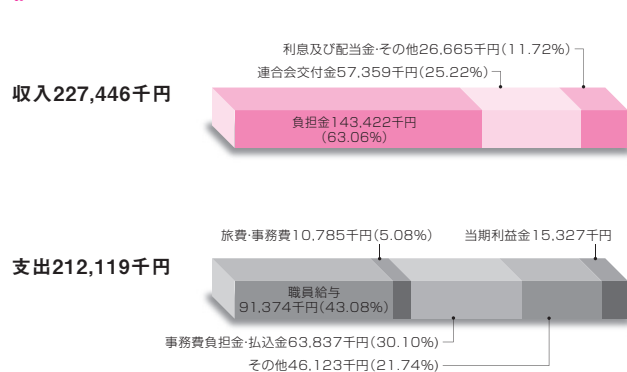
※ 預託金管理経理収支内訳



預託金管理経理は平成19年4月からの長期給付事業の二元的処理の実施にともない、主に全国市町村職員共済組合連合会からの預託金の管理・運用を目的に行う経理です。平成22年度の資金計画は左図のとおりです。
収入において、全国連合会からの預託金および組合員への貸付資金にかかる利息等を見込みました。また支出においては、全国連合会へ払い込むこととなる運用利息等の収益分全額を計上しています。このため、この経理では、損益金は生じないこととなります。

預託金管理経理

※ 業務経理収支内訳



この経理は、短期給付、長期給付に要する事務費、人件費等また共済組合の全体的な経費を賄う経理です。
平成22年度における収入については、組合員1人当たりの事務費負担金は増額されたため組合員数の減少を見込みながらも総額では前年度に比べ1169万円の増となる見込みとなりました。
今後とも組合員数減少を見込んでいることから、次年度以降も収入においては厳しい状況が予測されるため、単年度ごとの節減対策ではなく、根本的な業務体制等の確立が必要となります。
一昨年度より共済組合内に財政健全化プロジェクトを立ち上げ、業務体制の再構築を主として計画し、経費及び人件費の抑制などを行うことで約1532万7千円の当期利益金を見込みました。

業務経理

保健経理

この経理は、組合員やそのご家族の福利厚生や健康保持・増進などを目的とした各種事業を行う経理です。平成22年度の掛金・負担金率は前年度と同率とします。

また、平成22年度から(仮称)医療費増高対策協議会を立ち上げ、奈良県や市町村と連携をはかりながら医療費増高対策に取り組みとともに、皆さんの健康づくりをバックアップするため、より効果的な事業を実施し、また、共済「ユース」すこやかやホームページなどをとおして、お役に立てていただけるようなさまざまな情報を積極的に発信しています。詳しい保健事業の内容は16～17頁をご覧ください。

厚生費の内訳

(単位:千円)

項目		平成22年度
保健関係	成人病健診	31,235
	大腸検査	2,213
	精密検査	4,634
	婦人科健診	16,747
	人間ドック	147,323
	電話健康相談	1,424
	メンタルヘルズ相談	100
	健康情報コンテンツ使用料	1,482
小計	205,158	
保養関係	代替宿泊施設利用助成	875
	その他施設利用助成	1,495
小計	2,370	
表彰関係	健康家庭表彰	2,700
	小計	2,700
図書関係	保健関係図書	2,362
	小計	2,362
講座関係	食生活健康講座	150
	健康づくり教室	315
	衛生管理者研修会	140
	ライフプランセミナー	800
	小計	1,405
特定健診	特定健康診査	12,048
	特定保健指導	17,887
	小計	29,935
その他	災害見舞品	300
	旅費	326
	諸謝金	140
	事務費・電算処理費用等	2,760
	(仮称)医療費増高対策協議会	50
	その他	271
小計	3,847	
合計	247,777	

掛金・負担金率

毎月の給料にかかる率

(単位:千分率)

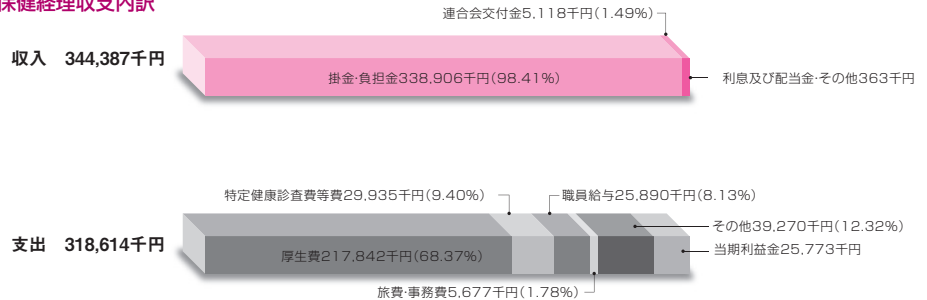
種別	掛金	負担金
市町村長組合員 一般組合員(特別職) 長期組合員 市町村長長期組合員	1.9	1.9
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	2.375	2.375

期末手当等にかかる率

(単位:千分率)

種別	掛金	負担金
市町村長組合員 一般組合員(特別職) 長期組合員 市町村長長期組合員	1.9	1.9
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	1.9	1.9

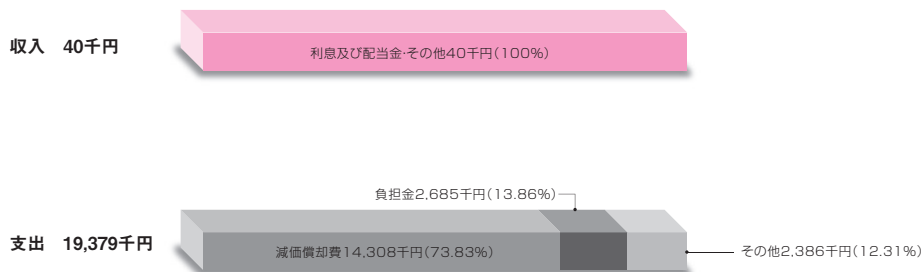
保健経理収支内訳



宿泊経理収支内訳

宿泊経理

平成21年4月1日より、経営委託契約の中途解約に伴い、宿泊施設を閉館しており、現在、適性かつ的確な売却に向け取り組んでおります。雑収入として利息及び配当、また費用として閉館に伴う施設管理費等、施設にかかる固定資産や減価償却費を計上しています。



貯金経理

この経理は、皆さんからお預かりしたお金を、共済組合が安全かつ効率的に運用することで収益を得て、貯金加入者の皆さまに利息として還元し、生活の安全、福祉の増進を目的とした経理です。

厳しい金利情勢が続くなか、年利1.2%に相応する運用益を確保しており、今後も資産運用にあたっては、投資銘柄を十分精査し、安定的な収入の確保に努めてまいります。期中において市場金利の変動に伴う運用益と費用の状況を勘案して、同利率の設定変更を適宜行うことといたします。平成22年度末の貯金総額は653億4272万6千円で、貯金者数は1万1277人、加入率は70.14%を見込んでいます。

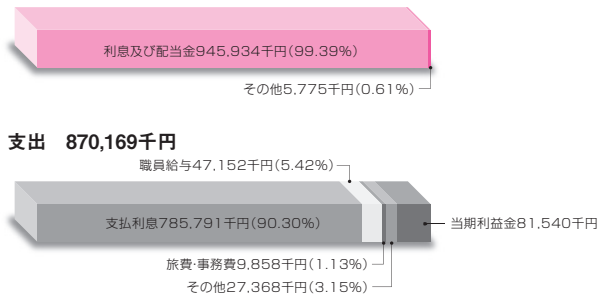
なお、収支差引によって生じる当期利益金については欠損金補てん積立金に積み立て、その結果、次年度に繰り越す積立金は28億726万4千円になる見込みです。

貯金の加入状況見込み

平成22年度末推計	
貯金額	65,342,726千円
貯金者数	10,127人
貯金者1人当たり貯金額	6,452千円
組合員加入率	70.14%

貯金経理収支内訳

収入 951,709千円



貸付経理

この経理は、皆さんが住宅建設等にかかる資金が必要なおとき、あるいはご家族の入学・修学にかかる費用が必要なおとき、当共済組合が低金利でその資金を融資し、組合員の生活の安定を図ることを目的とした経理です。

なお、平成22年度末の貸付金の状況は、貸付件数が4274件、貸付金残高が96億1620万円になる見込みです。

貸付条件・状況

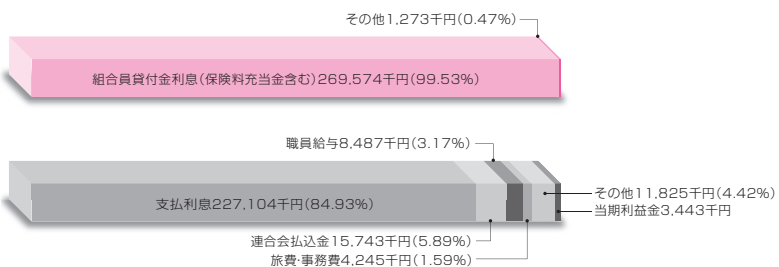
種類	貸付条件				貸付状況(平成22年度末推計)			
	利率(年)	最高限度額	償還期間	据置期間	件数	貸付金額	割合	
普通貸付	2.66%	2,000千円	120月	一月	1,322件	898,000千円	9.34%	
住宅貸付	2.66	18,000	360	—	2,213	7,885,000	82.00	
災害貸付	新(阪神・淡路)規	2.22	18,000	360	—	16	95,000	0.99
	(阪神・淡路)	(1.72)				(0)	(0)	
	再貸付(阪神・淡路)	2.22	19,000	360	—	8	37,000	0.38
	(阪神・淡路)	(1.72)				(0)	(0)	
	激甚災害による猶予利息	1.72	—	—	24	—	—	—
在宅介護対応住宅貸付	2.40	3,000	330	—	78	152,000	1.58	
特別貸付	医療	2.66	1,000	120	—	7	8,000	0.08
	入学	2.66	2,000	120	—	126	49,000	0.51
	修学	2.66	7,200	150	72	416	412,000	4.28
	結婚	2.66	2,000	120	—	60	68,000	0.71
	葬祭	2.66	2,000	120	—	19	10,000	0.10
高額医療貸付	無利息	高額療養費相当額	高額療養費が支給されるとき支給される額より償還する		7	1,500	0.02	
出産貸付	無利息	出産費等相当額	出産費等が支給されるとき支給される額より償還する		2	700	0.01	
合計					4,274	9,616,200	100.00	

*平成21年4月現在

貸付経理収支内訳

収入 270,847千円

支出 267,404千円



厳しい短期財政に ご理解とご協力を

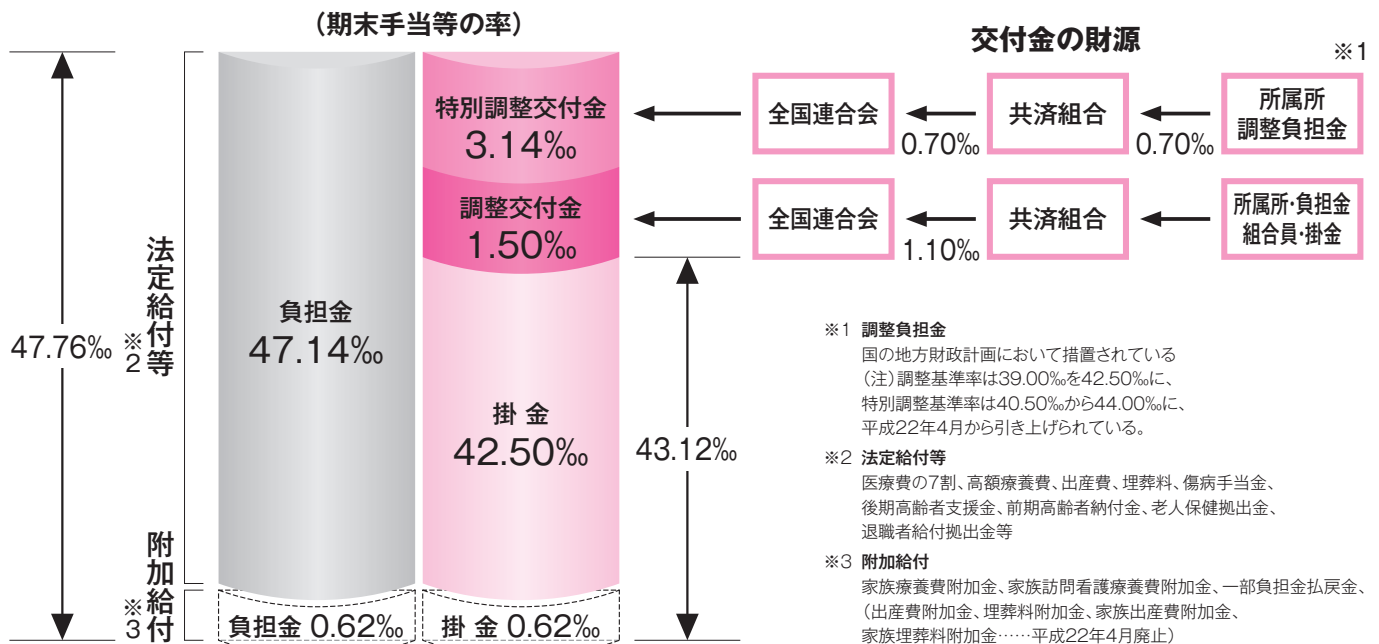
各都道府県の市町村職員共済組合
間での掛金率の格差を是正するため、全
国市町村職員共済組合連合会において
財政調整・特別財政調整事業を行って
おり、一定の掛金率を超えた場合、同事業
から交付金を受けることとなります。
当共済組合では平成14年度から、調整
交付金を受け、平成15年度から平成22
年度においても調整交付金と特別調整
交付金を受けています。これらの交付金
は掛金に充当しますので、皆さんの掛金
はその分軽減されますが、財源率は、全
国平均を大きく上回っています。この交
付金の財源は、各都道府県市町村職員
共済組合の組合員の掛金と所属所の負
担金等で賄われています。このため、交付
金を受けると附加給付の基礎控除額を
自由に設定できないという制約（現行、
2万5千円：当共済組合は平成17年4
月診療分から引き上げ）があります。

当共済組合は、被扶養者総数を組合
員総数で除した扶養率（平成20年度）
が、全国の共済組合のなかで第4位、組
合員1人当たりの年間医療費総額が組
合員で第1位、被扶養者でも第1位とい
う高い順位です。被扶養者の医療費は組
合員全体で負担するため、被扶養者が多
く扶養率が高いと組合員の負担が重く
なります。また1人当たりの医療費が高
額なことや、後期高齢者支援金・前期高
齢者納付金・退職者給付拠出金等が短
期財政を圧迫しています。皆さんも健康
に留意され医療費の節約にご協力くだ
さるようお願いいたします。



平成22年4月からの短期掛金・負担金率と交付金

短期掛金率	期末手当等の率		毎月の率
	一般・特定消防	43.12%	53.90%
特別職・市町村長	43.12%	43.12%	



共済組合定款に規定する 特定保険料率に相当する 財源率について

奈良県市町村職員共済組合定款第40条第2項の規定に基づき、当共済組合の「平成22年度における特定保険料率に相当する財源率」を次のとおり表記します。

これは、共済組合の支出する後期高齢者支援金等の拠出金が、高齢者に対してどの程度の支援を行なっているかについて組合員の理解を深めることを目的として、特定保険料率に相当する財源率を平成21年度から毎事業年度において周知することとされています。

定款上の短期財源率 (所要財源率)	95.52%
95.52%の内	
前期高齢者納付金	20.51%
後期高齢者支援金	15.00%
病床転換支援金	0.01%
老人保健・ 退職者給付拠出金	3.07%
内 合 計	38.59%

(定款上の短期財源率に占める割合 40.40%)

40歳以上65歳未満の組合員の皆さんへ 平成22年度の 介護掛金率が決定しました

医療保険者である共済組合は、介護保険に要する費用として、40歳以上65歳未満の組合員である第2号被保険者から介護掛金を、また、所属所から介護負担金を徴収し、社会保険診療報酬支払基金へ介護納付金として納付します。社会保険診療報酬支払基金では、すべての医療保険者から集まった介護納付金を一定の交付率で全国の市町村に交付し、介護保険のサービス費用に充当しています。

平成22年度の介護掛金率は、左表のようになりました。

本年度共済組合が支払う介護納付金額
676,576千円

介護掛金率		
	期末手当 等の率	毎月の率
一般・ 特定消防	5.80%	7.25%
特別職・ 市町村長	5.80%	5.80%

短期給付における 個人情報の 取り扱いについて

組合員及び被扶養者並びに年金受給者の皆さんの個人情報、共済組合が業務を行う上でなくてはならないものであり、その取り扱いについては共済組合の個人情報保護に関する基本方針に基づき安全に保管し、適正に取り扱うことを最大の課題と認識し事業運営を行っています。

●給付方法と医療費のお知らせに関する同意について

共済組合では、皆さんが医療機関の窓口で高額な自己負担額を支払った場合、組合員からの請求に基づかず、医療機関からのレセプトに基づき給付をしています。また、医療費増高対策のひとつとして、医療費や健康に関心を持っていただくことを目的に、世帯単位で医療費のお知らせを作成しています。これらの取り扱いについては、本人の同意が求められています。つきましては、次のことについて皆さんからのご異議がなければ同意されたものとみなしますのでご了承ください。

- ① 高額療養費、一部負担金払戻金等を本人の請求に基づかず支給すること
- ② 「短期給付決定及び送金通知書」(一覧表)を所属所長に送付すること
- ③ 「医療費のお知らせ」を世帯単位で作成すること

なお、①について同意されない場合は、高額療養費一部負担金払戻金等は、組合員の皆さんがその都度共済組合へ請求していただくことになります。

附加給付の廃止について（平成22年4月より）

【出産費・家族出産費附加金及び埋葬料・家族埋葬料附加金】

皆さんもご承知のとおり当共済組合の短期経理（医療給付）においては、平成14年度から現在においても組合員数の減少や医療費、拠出金の増加などの要因により全市町村職員共済組合連合会から財政調整交付金等を受けられる対象組合となっており、今後も短期給付財政は一層厳しい状況となることが予測されます（7ページ関連記事掲載）。

また、総務省の予算編成に係る地方公務員共済組合の事業運営方針において、附加給付の給付水準等については、短期給付財政の厳しい状況等を十分勘案して適正に定めること等々の指導がなされており、附加給付内容の見直しに係る自助努力を求められていること及び当共済組合の附加給付の実施状況と財政調整事業の対象組合となっている全国の各市町村職員共済組合（平成21年度現在・13組合）を比較すると、現金給付に係る附加金（出産費・埋葬料等附加金）の実施は既に廃止するなどの見直しをされているのが現状であることから、これらの組合との均衡に十分配慮し当共済組合として短期給付制度の安定した運営が確保されるよう適切に対処する必要があります。

このことから当共済組合として、短期給付財政を取り巻く厳しい状況等を総合的に判断し、各審議を経て、や

むなく下記の「出産費附加金・家族出産費附加金」及び

「埋葬料附加金・家族埋葬料附加金」の各附加給付につい

て、平成22年4月1日を施行日とし廃止することとなり

ましたのでお知らせいたします。

組合員の皆さんには、このような状況をご理解いた

き、より一層の医療費の節減にご協力いただきますようお願いいたします。



廃止の附加給付種別等

- 出産費附加金・家族出産費附加金 …… 1件当たり 20,000円
共済組合法第63条の規定（第2項の規定を除く。）に基づき
出産費又は家族出産費を支給する場合において、これに附加して支給。
- 埋葬料附加金・家族埋葬料附加金 …… 1件当たり 20,000円
共済組合法第65条の規定に基づき
埋葬料又は家族埋葬料を支給する場合において、これに附加して支給。

廃止年月日（定款の一部変更施行日）等

平成22年4月1日以降に給付事由（出産日・死亡日）が発生したもののから廃止（平成22年3月31日までは従前どおり）

被扶養者としての要件を お確かめください

春は異動の多い季節です。組合員被扶養者証を持つている方で次のような場合は、被扶養者としての要件を欠くこととなりますので、共済事務担当課を通じて当共済組合へ早急に取
り消し手続きをお願いします。

要件を欠く事由

① 就職し、勤務先の健康保険に加入

② 収入が増加

(例)

給与収入…過去1年間(4月から3月など)の累計で認定限度額※を超過
年金収入…新たに公的年金の受給権が発生、
または年金額が改定されたことにより、認定限度額※を超過

※認定限度額とは、障害を事由とする年金受給者または60歳以上の年金受給者は年額180万円。それ以外の方は年額130万円。

これら以外にも要件を欠く事由があります。詳しくは共済事務担当課へお尋ねください。

なお、取消日以降に組合員被扶養者証で受診されました医療費は、後日当共済組合に返還していただくこととなります。手続きが遅れますと、その分返還額が高額となること
もありますので、十分にご注意願います。

育児休業給付の改正について (平成22年4月1日施行)

雇用保険法等の一部を改正する法律が平成21年3月31日付で公布され、育児休業給付に
ついて次のとおり改正となりましたのでお知らせいたします。

育児休業給付の統合

育児休業手当金は育児休業中と給付終了6月経過後とに分けて支給していましたが、
平成22年4月1日以降に育児休業を開始した組合員の方については給付金を統合して全
額育児休業期間中に支給されるようになりました。

改正前

◎育児休業中の支給額

$$\begin{array}{l} \text{手当金} \\ \text{1日につき給料日額} \\ \text{(給料の1/22の額)} \end{array} \times 1.25 \times \frac{30}{100}$$

◎給付終了6月経過後の支給額

$$\begin{array}{l} \text{手当金} \\ \text{1日につき給料日額} \\ \text{(給料の1/22の額)} \end{array} \times 1.25 \times \frac{20}{100}$$

改正後

◎育児休業中の支給額

$$\begin{array}{l} \text{手当金} \\ \text{1日につき給料日額} \\ \text{(給料の1/22の額)} \end{array} \times 1.25 \times \frac{50}{100}$$

※給付日額の上限9,531円

※平成22年3月31日までに育児休業を開始された組合員の方は、改正前どおり育児休業中に30/100、育児休業終了日(または、子が1歳に達した日のいずれか早い日)後、引き続き6月以上組合員である場合に20/100が支給されます。

給付率引上げ措置の延長(40/100→50/100)

平成22年3月31日までとされていた給付率の引上げ(50/100)が、平成22年4月1日以降
も当分の間延長されることになりました。

老齢基礎年金の
繰上げについて

平成6年法律改正により昭和16年4月2日(特定消防組合員は、昭和22年4月2日)以後に生まれた方については、退職共済年金の定額部分及び加給年金の支給開始年齢が段階的に引き上げられることとなりました。
このことにより60歳前半の年金額が従来よりも低額となることから65歳から受け取ることができる老齢基礎年金(国民年金)の「一部」または「全部」を繰上げ、退職共済年金や老齢厚生年金と併給できる制度ができました。詳細については、次のとおりとなります。

繰上げの方法

老齢基礎年金の繰上げの方法として、2通りあります。

◎「一部」繰上げ

対象者	一般組合員	特定消防組合員
繰上げの方法	昭和24年4月1日以前生まれの方	昭和30年4月1日以前生まれの方

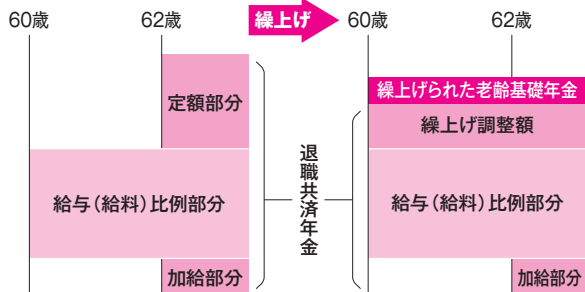
60歳から定額部分の支給開始年齢に達する月までの間に請求ができ、65歳から受ける老齢基礎年金の一部と特例による退職共済年金の額のうち定額部分を同時に繰上げる方法です。

老齢基礎年金の繰上げの概念(一部繰上げ)

<特定消防組合員の場合>

例)昭和25年4月2日生まれ、本来の特別支給開始年齢62歳の場合
この場合、下図の62歳時点で受け取れる退職共済年金の12%(0.5×24 月、加給年金は除く)程度の減額により、60歳から繰上げられた老齢基礎年金と退職共済年金を受け取れる。

ただし、この場合においても、加給年金は62歳からであり、組合員として在職中においては、退職共済年金は原則支給停止となる。

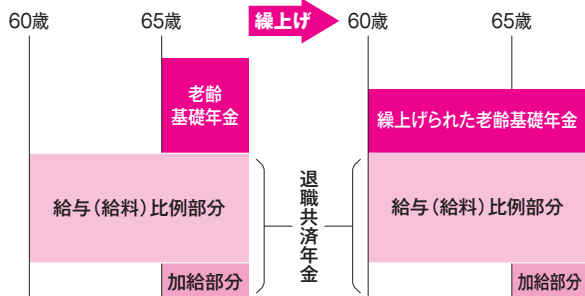


老齢基礎年金の繰上げの概念(全部繰上げ)

<一般組合員の場合>

例)昭和25年4月2日生まれ、本来の特別支給開始年齢65歳の場合
この場合、下図の65歳時点で受け取れる退職共済年金の30%(0.5×60 月、加給年金は除く)程度の減額により、60歳から繰上げられた老齢基礎年金と退職共済年金を受け取れる。

ただし、この場合においても、加給年金は65歳からであり、組合員として在職中においては、退職共済年金は原則支給停止となる。



◎「全部」繰上げ

対象者	一般組合員	特定消防組合員
繰上げの方法	昭和16年4月2日、昭和28年4月1日生まれの方	昭和22年4月2日、昭和34年4月1日生まれの方

60歳から65歳に達する月までの間に請求ができ、65歳から受ける老齢基礎年金の全部を繰上げる方法です。

なお、昭和24年4月2日(特定消防組合員の方は昭和30年4月2日)以降生まれの方は、定額部分の支給がないため、「全部」繰上げのみとなります。

繰上げの老齢基礎年金を受け取る場合の注意点について

「一部」または「全部」繰上げ老齢基礎年金を受け取る場合には、次の点について、ご注意ください。

- ①繰上げは、本来の支給開始年齢で受け取ることのできる年金を減額することにより、年金算定します。よって60歳代前半においては有利な金額で受け取ることができますが、年数を経過すると生涯で受け取る年金額よりも低額となります。
- ②繰上げによる年金を一旦受け取ると、後に裁定取り消しはできません。
- ③繰上げによる年金は月単位で減額率が変わります(1か月0.5%)。よって、自身の生活設計(再就職等)をよく考え、請求時期を決めてください。

「一部」または「全部」繰上げの請求手続きについて

繰上げを希望される場合は、繰上げを希望する月の前月中に老齢基礎年金の繰上げ請求の手続きを行ってください。その手続きの際に当共済組合の「年金加入期間確認通知書」が必要となる場合がありますので、事前に共済組合年金課(TEL0744-29-8266)までお問い合わせください。
なお、繰上げをされた場合には、共済組合年金課へその旨を申し出てくださいますようお願いいたします。

「全部」繰上げの老齢基礎年金の請求先

↓年金事務所(旧社会保険事務所)

「一部」繰上げの老齢基礎年金の請求先

「共済組合のみの者」↓共済組合

「複数の年金制度がある者」↓年金事務所(旧社会保険事務所)

「平成21年度退職予定者年金相談会」の実施報告

平成21年度の退職予定者年金相談会は、これまでの所属所を訪問させていただく形式とは異なり、県内11箇所のお場において開催することとし、お申し込みいただいた方々にご来場していただく形式となりました。

この新しいスタイルでの平成21年度退職予定者年金相談会に、各会場の総数447名の方々にご参加、ご協力いただき無事に終了いたしました。

今後におきましても、組合員の皆さんの将来の生活設計の一助としていただくため、年金相談会事業を行ってまいりますので、ご協力賜りますようよろしくお願いいたします。



「平成22年度退職予定者年金相談会」開催のお知らせ

現在の共済年金制度は、「年齢による定額部分の支給開始年齢の引き上げ」「加給年金の改定」「年金外の所得による一部支給停止」「雇用保険法による失業給付との調整」「複数年金の併給調整」「65歳到達による老齢基礎年金及び本来支給の退職共済年金の請求」等、複雑になっており、退職後におきましても報告や請求(届出)が必要となってきます。

このため、これらのことについてご案内をするともに、次の実施要領に基づき平成22年度退職予定者年金相談会を開催いたします。

【実施要領】

1 対象者

平成22年度退職予定の58歳以上(昭和28年4月1日以前生まれ)の組合員及び元組合員(以下「組合員等」という)。

2 募集、申込方法等

参加募集等にかかる通知につきましては、当共済組合より各所属所に対して通知いたします。参加を希望する場合には、所定の申込書「年金相談会個人情報申出書」に年金算定を行ううえで必要となります情報等を記入いただくこととなります。

なお、お申し込みは各所属所で取りまとめて行っていくこととなりますので、共済事務担当課までお問い合わせください。

※参加は1人1回限りです。(複数回の参加はできません)

3 開催場所等

次の日程で開催を予定しておりますので、ご都合に応じてご参加ください(日程は都合によって変更となる場合もございますので、詳しくは共済事務担当課にご確認をお願いいたします)。

なお、所属所単位での振り分けは行いませんので、皆さんのご都合に応じて、参加希望の開催場所をお選びください。

※ただし、会場等の都合によって定員を超えることとなった場合には調整させていただきますので、予めご承知おきください。

◎平成22年度の開催予定

平成22年

8月上旬……市町村会館(檀原市)

8月下旬……市町村会館(檀原市)

9月上旬……かがやきプラザ(天理市)

9月下旬……五條市民会館(五條市)

10月上旬……大和高田地場産業振興センター(大和高田市)

11月上旬……奈良県社会教育センター(葛城市)

11月下旬……あらかしホール(大淀町)

12月中旬……ならまちセンター(奈良市)

平成23年

1月中旬……プリズムめぐり(平群町)

1月下旬……美榛苑(宇陀市)

※開催場所の後の()内は、その施設の所在する市町村名を示しています。

※都合によって、日程や会場が変更となる場合もございますので、ご参加いただくにあたりましては、共済事務担当課にご確認をお願いします。

※開催日については、各所属所宛てに通知させていただきますので、共済事務担当課まで、お尋ねください。

4 内容

①個別による退職時の年金額の提示

②退職後の年金額の推移(65歳からの老齢基礎年金について)

③ 老齢基礎年金の繰り上げ

④ 年金制度について（再就職による年金の一部支給停止、
複数年金の併給調整など）

⑤ 退職後の健康保険について

⑥ 参加者からの質疑応答

5 個人情報の取り扱いについて

年金相談会に参加いただく場合には、その年金額算定の基礎資料として「年金相談個人情報申出書」をご提出いただくこととなります。

こちらは、相談会において作成いたします基礎資料と退職共済年金決定時における確認資料としてのみ使用することとし、個人に関する大切な情報として取り扱います。なお、配偶者の情報につきましても同じ取り扱いといたします。

6 その他

いずれの会場についても、原則午後1時からの開始を予定しています。

2時間程度の全体説明を行い、その後、質疑応答の時間を設け、参加いただきました皆さんからの質問等に個別で対応させていただきます。

なお、参加にあたりましての会場までの交通費は、各自の自己負担となります。また、駐車料金が必要となる場合は、その費用も自己負担となります。

本年9月に長期給付に係る掛金率が引き上げられます

地方公務員共済組合連合会

平成21年に行われた地方公務員共済年金における財政再計算により、平成22年9月に長期給付に係る掛金率は、次のとおり引き上げられます。

(単位:%)

区分	平成21年9月 と 平成22年8月	平成22年9月 と 平成23年8月
給料に対する割合※	94.7125	96.9250 (+2.2125)
期末手当等に対する割合	75.77	77.54 (+1.77)

※給料に係る掛金を算定する場合、掛金率を基本給に乗ずることになっています。したがって、諸手当を除いたものに掛金率が乗じられることとなりますので、給料に対する割合は、期末手当等に対する割合と異なります。

(単位:%)

区分	平成23年9月 と 平成24年8月	平成24年9月 と 平成25年8月	平成25年9月 と 平成26年8月
給料に対する割合	99.1375 (+2.2125)	101.3500 (+2.2125)	103.5625 (+2.2125)
期末手当等に対する割合	79.31 (+1.77)	81.08 (+1.77)	82.85 (+1.77)

※長期給付に係る掛金率は、地方公務員共済組合連合会定款で定めています。

なお、平成23年以降の長期給付に係る掛金率は、次のとおり引き上げられます。

※平成21年に行われた財政再計算に係る情報については、連合会のホームページに掲載しております。どうぞご覧ください。

<http://www.chikyoren.or.jp>

在職中に60歳に到達される方へ

特例による

退職共済年金の請求について

1年以上の組合員期間があり、かつ組合員期間等(※)が25年以上ある方が、60歳に到達すると特例による退職共済年金を受けられる権利が発生します。

この権利は、退職後はもとより公務員として在職中であっても発生することとなり、年金の請求決定を行う必要があります。

なお、この特例による退職共済年金は公務員として在職中の場合には、原則として支給停止となりますが、給料や期末手当等の額に応じて一部支給されることがあります。

そこで次のとおり在職中に60歳に到達される組合員の皆さんへ退職共済年金の請求等についてご案内いたします。

(※)組合員期間等：公務員・厚生年金保険・国民年金・私立学校教職員の間等を合算した期間です。

【I】請求手続き

所定の請求様式に必要書類を添付していただき、所属所の共済事務担当課(人事課または総務課等)を経由して請求を行ってください。

請求にかかる様式につきましては、各所属所の共済事務担当課に申し出ていただくか、全国市町村職員共済組合連合会(以下「全国連合会」)のホームページ上に様式のダウンロード印刷が可能なページがありますので、そこから印刷してください。

全国市町村職員共済組合連合会のホームページアドレス

<http://www.shichousoren.or.jp/>

【II】請求時期

退職共済年金の受給権は60歳の誕生日が到来(60歳の誕生日の前日)した時点でその権利が発生することとなります。よって、年金の請求はこの60歳到達日以降に行ってくださいとなります。

【III】決定後の年金証書等の交付

当共済組合では、前記により提出のあった請求書等を受理・審査し、全国連合会へ請求書を進達いたします。また、全国連合会では進達された請求書に基づき年金の決定を行い、後日、年金証書を共済組合及び所属所の共済事務担当課を経由して請求者の方々に交付いたします。

なお、この年金証書は全国連合会から年金を受ける権利があることを証明する重要な書類ですから大切に保管してください。

【IV】年金課からのお願い

年度末は定年退職者の年金改定処理等の事務が集中する時期です。事務処理を円滑に行い、速やかに全国連合会への事務手続きが行えるよう、在職中に60歳に到達された場合には決定請求書の提出を行ってくださいますようお願いいたします。

※請求にあたっての必要書類等の手続きに關しましては、共済事務担当課の指示に従って行ってくださいますようお願いいたします。

ターンアラウンド方式による退職共済年金請求書等の事前送付開始について

当共済組合では、退職後すぐに年金受給者とならない方が、退職後において年金を受け取ることができるようになりました。ご自宅へ、退職共済年金請求書等の事前送付をしているところですが、平成22年1月受給権発生者からは、退職共済年金の請求漏れの防止及び年金裁定に要する事務の効率化を図るため、退職共済年金請求書等に一部印字し、事前送付する「ターンアラウンド方式」を開始することといたしました。詳細については、次のとおりとなります。

【送付対象者】

- ① 組合員期間が1年以上の60歳到達予定者
 - ② 組合員期間が1年未満の65歳到達予定者
- #### 【印字する請求書等】
- ① 退職共済年金請求書
 - ② 勤務状況等申告書
 - ③ 年金受給権者再就職届書(他制度加入用)
 - ④ 雇用保険法による給付との調整事由該当届書・不該当届書
 - ⑤ 公的年金等の受給者の扶養親族等申告書

上記印字する請求書等	①	②	③	④	⑤
カナ氏名	○	○	○	○	○
漢字氏名	自書	自書	自書	自書	自書
性別	○	○	○	○	○
生年月日	○	○	○	○	○
所属所番号	○	—	—	—	—
証番号	○	—	—	—	—
給料記録番号	○	—	—	—	—
基礎年金番号	○	—	—	—	—
住所	○	—	—	—	自書
住所コード	○	—	—	—	—
退職年月日	○	—	—	—	—
受給権発生年月日	○	—	—	—	—
過去に受給した退職一時金の受給状況	○	—	—	—	—

貯金事業のご案内

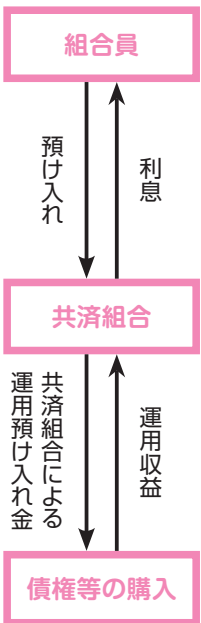
新しく組合員になられた方、まだ組合員貯金に加入されていない方、この春から組合員貯金を始めてみませんか。貯金事業につきましては、次のとおりご案内いたします（今回は、在職中の方へのご案内とします。任意継続組合員につきましては、共済ニュース「すずか」平成22年1月号のページをご覧ください）。

1 貯金事業の目的

組合員の生活の安定と福祉の増進を目的として、組合員の貯金の受け入れ及びその運用を行う事業です。

2 貯金事業のしくみ

組合員貯金は、お預かりしたお金を安全かつ効率的に運用することで収益金を得て、貯金加入者の皆さんに利息として還元いたします。



3 貯金の種類

貯金の種類は積立貯金で、積み立ての方法は次のとおりです。

■**定例積立**
毎月の給料から定額を控除し積み立てる（積み立てを行う場合は、5000円以上で1000円単位）。

■**ボーナス積立**
6月・12月の期末勤労手当から定額を控除し積み立てる（積み立てを行う場合は、5000円以上で1000円単位）。

■**臨時積立**
随時に任意の額の預け入れができます。

4 貯金のできる方

当共済組合の組合員（任意継続組合員を含む）及び公益法人等への派遣制度にもなう在職派遣をされた職員です。ただし、退職派遣者は、派遣前から加入している場合に限り、継続して利用することができますが、新規での加入はできません。当共済組合の組合員（任意継続組合員を含む）としての資格を喪失した場合は、解約していただくこととなります。

5 貯金の申し込み

新たにこの貯金制度に加入しようとする場合は、「組合員貯金申込書」及び「組合員貯金印鑑届」を共済事務担当課を通じ、加入しようとする月の前月27日までに当共済組合へ提出してください。

6 貯金の払い戻し及び解約払い戻し

貯金の一部払い戻しを希望する場合は「組合員貯金一部払戻請求書」、解約を希望する場合は「組合員貯金解約払戻請求書」により手続き（※）を行うことにより、「給付金等振込口座指定届」で登録した預金口座に直接送金いたします。この場合、各請求書に押印する印鑑は、必ず届出印を押印してください（貯金の申し込み時に提出いただいた「組合員貯金印鑑届」による届出印）。

※共済事務担当課を通じ当共済組合へ提出してください。

払戻日及び各請求書の締切日は左表のとおりです。

	払戻日	締切日
	(休日の場合は前日)	(休日の場合は翌日)
一部払い戻し	毎月10日	払戻月の前月25日
	毎月25日	払戻月の15日
解約払い戻し	毎月25日	解約月の15日

※締切日は共済組合への必着日であり、所属所での締切日は、共済組合への送付等の関係上異なる場合がありますのでご注意ください。

7 積立額の変更等

定例積立及びボーナス積立における積立額の変更を行う場合は、変更しようとする月の前月27日までに共済組合事務担当課を通じ、当共済組合へ報告していただきます。ただし、定例積立額の変更については、毎月可能ですが、ボーナス積立額の変更につきましては変更を希望する期末勤労手当の支給月のみとなります。

8 貯金者の諸変更

氏名が変わったり、届出印を変更しようとする場合は、「組合員貯金諸変更届」を提出してください。

9 利息と貯金残高の通知

利息の計算は、毎年3月及び9月末日に行い、同日元金に組み入れます。また、残高については、毎年3月及び9月の各末日現在の貯金額の明細を「貯金現在残高通知書（決算）」により共済事務担当課を通じ（任意継続組合員には直接）、貯金加入者に通知します。

10 組合員貯金の利率

年利1.2%（平成22年4月1日現在）です。

※金利情勢の変化により、預金利率が変更になる場合があります。

11 その他

一定の要件に該当する方（例：母子家庭の母、身体障害者等）は、「障害者等に対するマル優制度（他の金融機関と合わせて元金350万円まで非課税）」を利用することができます。

平成22年度保健事業のご案内

事業の種類	実施内容	実施期間(予定)
1 疾病予防対策関係	30歳以上の組合員を対象に、健康保持増進を目的として検査機関の健診車により巡回健診を実施 ただし、大腸検査については、30歳以上の希望する組合員についてのみ実施 人間ドック申込者は対象外 【検査の種類】 ①胃部精密検査 ②心電図検査(35歳を除く30歳代) ③眼底検査(40歳以上) ④血液検査(35歳を除く30歳代は13項目、35歳及び40歳以上は4項目) ⑤尿検査 ⑥大腸検査	5月～10月
成人病健診(二次検査)	一時検査の結果、精密検査が必要と判断された場合、当共済組合が指定する医療機関において順次実施 【検査の種類】 ①胃部精密検査 ②大腸精密検査	6月～1月
精密検査(二次検査)	所属所からの申し込みにより、成人病健診と同時に実施 【検査の種類】 労働安全衛生規則第44条の規定に定める定期健康診断項目の中から、所属所より申し込みのあった項目	5月～10月
委託定期健康診断	早い段階で生活習慣を見直し、糖尿病等の生活習慣病の予防対策として40歳以上75歳未満の組合員・被扶養者に対して特定健康診査・特定保健指導を実施 ①特定健康診査 組合員は、所属所の定期健康診断人間ドック医療機関にて受診。被扶養者は、指定の医療機関もしくは人間ドック医療機関にて受診 ②特定保健指導 特定健康診査の結果から当共済組合が必要であると判断した組合員・被扶養者に対して特定保健指導を実施	5月～3月
特定健康診査・特定保健指導		

事業の種類	実施内容	実施期間(予定)
人間ドック助成	35歳(脳ドックは50歳)以上の希望する組合員と被扶養者を対象に、健康保持増進を目的として指定医療機関で実施 【コース】 ○日帰りコース ○泊2日コース ○脳ドックコース 【共済組合助成額】 ○組合員/20,000円、被扶養者/13,000円 ○ただし、節目該当年齢(40・45・50・55・60歳)の組合員/30,000円、被扶養者/19,000円	受診券配布後～ 平成23年3月25日 (募集22年2～3月、4月)
婦人科健診	30歳以上の希望する女性の組合員と被扶養者を対象に、健康保持増進を目的として指定医療機関で実施 【検査の種類】 ①子宮がん検査(問診・内診・頸部細胞診) ②乳がん検査(問診・内診・触診) 【検査の費用】 当共済組合が全額負担(①および②の検査項目に限る) 人間ドックもしくは、婦人科健診の追加検査として、マンモグラフィまたは、乳腺超音波検査(エコー)を受診された場合に一部費用(2,000円)を当共済組合が負担	受診券配布後～ 平成23年3月25日 (募集22年2～3月、4月)
電話健康相談	健康医療についての電話相談(フリーダイヤル) 【電話番号】 0120-03-1119(相談料無料、24時間対応、年中無休)	年間
メンタルヘルス相談	こころの健康についての相談(臨床心理士によるカウンセリング) 【相談予約専用電話】 0745-72-5307(カウンセリング室直通、予約受付火曜日)	年間
健康情報コンテンツ	奈良県市町村職員共済組合公式ホームページ「倶楽部すこやか★なら共済」健康情報の提供を実施(http://www.kyosai-nara.jp/) ①トリアージ笑顔…気になる症状をチェック ②家庭の医学…病気やケガを調べる ③笑顔de発見Myドクター…近所の病院を調べる ④X211-B00K365日…便利なX211集	年間

事業の種類	実施内容	実施期間(予定)
-------	------	----------

2 保養関係

保養施設利用 助成	<p>組合員及び被扶養者が保養のため宿泊施設を利用したときに助成(利用前に共済事務担当課において「宿泊施設利用助成券」を発行)1人1泊(または1人1回)につき3,000円(財団法人奈良県市町村職員厚生会事業として一部助成を含む)</p> <p>①四季の宿やまと代替施設 ②協定施設 ③契約施設</p>	年間
--------------	--	----

3 健康家庭表彰関係

健康家庭表彰	3年間または1年間無傷病	7月
--------	--------------	----

4 図書・広報関係

共済ニュース配布(すこやか)	共済ニュースを年4回組合員全員に配布	年4回
保健用リーフレット配布	健康生活を営むための参考として、リーフレットを共済ニュースの中に掲載し、組合員全員に配布	年4回
育児指導書配布	妊娠・出産・養育の手引書として、組合員、配偶者及び被扶養者の出産(予定)者に月刊誌を1年間配布	年4回

5 健康対策関係

衛生管理者(健康管理担当者)研修会	組合員の健康管理を積極的に推奨し、所属所との協力体制を図ることを目的として開催	6月
食生活健康講座	食生活の重要性と健康の維持増進、健康管理の普及を図ることを目的として開催	9月
ライフプランセミナー	組合員の生涯生活設計を樹立するための支援を行うとともに、所属所のライフプラン事業の推進を支援することを目的として開催	10月
健康づくり教室	健康保持増進を推奨する上で、健康づくりの意識高揚と健康生活習慣の実践の促進を図るため開催	11月

6 その他事業

災害見舞品配布	<p>災害を受け、地方公務員等共済組合法第73条または、奈良県市町村職員共済組合法第37条第2項の規定に該当する場合に配布</p> <p>○短期給付の災害見舞金が2か月以上に該当…50,000円</p> <p>○短期給付の災害見舞金が0.5〜1か月に該当…30,000円</p> <p>○短期給付の災害見舞金付加給付のみ該当…</p>	年間
バカンスクーポン	JRの普通乗車券の割引(2割引、一部1割引)。利用条件や期間限定等があります	年間
旅行商品割引	当共済組合が契約する旅行会社が取り扱う旅行商品の割引	年間
施設優待割引	<p>当共済組合が契約する弁天座の入場券販売窓口で、組合員証または組合員被扶養者証を提示することで割引</p> <p>当共済組合が契約する奈良健康フンドの入館料・奈良プラザホテルの宿泊料を、組合員証または組合員被扶養者証を提示することで割引</p> <p>当共済組合が契約する下北山スポーツ公園の施設利用料を、組合員証または組合員被扶養者証を提示することで割引</p>	年間

お知らせ

映画館等入場券窓口割引の対象映画館であるシネマテアト友楽(奈良市所在)については、平成22年1月31日付けから各種サービス共済しおり「福祉事業」→「保健事業」と進んでいただくことで、確認いただけました。

映画館等入場券窓口割引の対象映画館であるシネマテアト友楽(奈良市所在)については、平成22年1月31日付けから各種サービス共済しおり「福祉事業」→「保健事業」と進んでいただくことで、確認いただけました。

新規組合員に配布していましたが、平成22年度より廃止いたしました。

成人病健診で実施していましたが、平成22年度より廃止いたしました。

組合員貸付事業の現状について

近年、当共済組合においても自己破産や個人債務再生手続による貸付事故(次頁、別表のとおり)が増加し、全国市町村職員共済組合連合会が実施する貸付債権共同保全事業(不良債権の補填を目的とする事業への払込金)不良債権補填に要する費用の原資の負担割合も全国の各市町村共済組合の中でも突出したものとなっています。このことにより、費用負担が増加する方、組合員数の減少や市中金融機関等での借り受け等の影響で貸付件数も減少傾向となり、貸付利息収入も減少するなど、貸付経理の財政上、また貸付事業の健全な運営に関し、厳しい環境となっています。

共済組合における貸付金については、今後皆さんに支給される年金資金の積立金を原資としています。既に貸付金を借り受けている方、また今後新たに貸付金を希望される方におかれましては、上述のとおり貴重な年金資金を原資としている貸付事業につきまして、一層のご理解を賜りますようお願いいたします。

また、貸付事故を防止するため貸付決定においては、より一層の審査を行うことといたしますので、併せてご理解・ご協力の程、宜しくお願いいたします。

所属所別貸付事故件数及び金額

H21.12.31現在

所属所名	貸付件数 (件)	貸付金額 (千円)	貸付事故				
			事故者数 (人)	件数 (件)	金額 (千円)	事故率(%) 件数 金額	
奈良市	1,059	2,767,823	44	93	234,159	8.78	8.46
大和高田市	226	588,793	9	17	50,074	7.52	8.50
大和郡山市	263	544,158	5	9	13,930	3.42	2.56
天理市	192	438,993	5	6	7,557	3.13	1.72
橿原市	206	501,298	8	26	52,884	12.62	10.55
桜井市	200	491,028	7	15	39,155	7.50	7.97
五條市	153	377,613	1	3	3,308	1.96	0.88
御所市	117	198,467	4	7	21,800	5.98	10.98
生駒市	226	664,444	2	2	10,797	0.88	1.63
香芝市	156	375,834	6	11	33,157	7.05	8.82
葛城市	78	184,016	2	5	2,991	6.41	1.63
宇陀市	262	713,358	2	2	4,729	0.76	0.66
山添村	26	73,641	0	0	0	0.00	0.00
平群町	58	92,523	1	2	1,332	3.45	1.44
三郷町	95	203,093	3	5	3,779	5.26	1.86
斑鳩町	62	165,169	2	2	4,913	3.23	2.97
安堵町	30	61,922	1	1	492	3.33	0.80
川西町	39	68,722	0	0	0	0.00	0.00
三宅町	28	49,799	2	2	2,071	7.14	4.16
田原本町	101	268,661	0	0	0	0.00	0.00
曾爾村	8	46,481	0	0	0	0.00	0.00
御杖村	24	38,976	0	0	0	0.00	0.00
高取町	20	77,412	2	3	12,157	15.00	15.71
明日香村	21	54,757	1	2	2,845	9.52	5.20
上牧町	122	240,765	2	4	5,019	3.28	2.08
王寺町	57	125,401	2	5	9,651	8.77	7.70
広陵町	44	103,327	2	4	6,508	9.09	6.30
河合町	137	223,132	3	7	8,226	5.11	3.69
野迫川村	21	30,743	0	0	0	0.00	0.00
十津川村	11	23,019	1	1	1,570	9.09	6.82
吉野町	65	147,430	5	12	22,138	18.46	15.02
大淀町	95	252,228	2	2	9,769	2.11	3.87
下市町	23	70,354	0	0	0	0.00	0.00
黒滝村	10	33,189	0	0	0	0.00	0.00
天川村	29	54,777	1	1	943	3.45	1.72
下北山村	25	46,030	0	0	0	0.00	0.00
上北山村	20	17,813	0	0	0	0.00	0.00
川上村	20	44,501	1	1	3,404	5.00	7.65
東吉野村	15	17,178	1	1	2,850	6.67	16.60
老人福祉施設三室園組合	7	11,008	0	0	0	0.00	0.00
宇陀衛生一部事務組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
奈良県市町村総合事務組合	11	26,524	0	0	0	0.00	0.00
奈良県市町村職員共済組合	12	18,028	0	0	0	0.00	0.00
上下北山衛生一部事務組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
西和衛生試験センター組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
西和消防組合	115	276,279	2	5	14,869	4.35	5.38
山辺広域行政事務組合	74	126,144	1	2	3,319	2.70	2.63
奈良市水道局	61	201,560	1	2	7,930	3.28	3.93
香芝・王寺環境施設組合	12	24,386	0	0	0	0.00	0.00
宇陀広域消防組合	43	95,055	1	2	3,883	4.65	4.09
吉野広域行政組合	28	32,066	0	0	0	0.00	0.00
王寺周辺広域休日応急診療施設組合	2	4,879	0	0	0	0.00	0.00
山辺環境衛生組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
中和広域消防組合	95	213,413	3	6	6,935	6.32	3.25
曾爾・御杖行政一部事務組合	2	3,653	0	0	0	0.00	0.00
中吉野広域消防組合	24	31,289	0	0	0	0.00	0.00
香芝・広陵消防組合	67	138,465	2	6	16,096	8.96	11.62
国保中央病院組合	39	62,450	1	1	4,964	2.56	7.95
葛城広域行政事務組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
南和広域衛生組合	19	22,480	1	1	588	5.26	2.62
東宇陀環境衛生組合	2	5,163	0	0	0	0.00	0.00
奈良広域水質検査センター組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
奈良県住宅新築資金等貸付金回収管理組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
静香苑環境施設組合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
奈良県後期高齢者医療広域連合	0	0	0	0	0	0.00	0.00
合計	4,957	11,769,710	139	276	630,792	5.57	5.36

知ってる？共済 Q&A



出産したときの給付

29歳の組合員。現在、妻が妊娠中です。出産時の給付金について教えてください。



家族出産費が支給されます

出産費用を賄うため、組合員本人が出産したときは「出産費」が、被扶養者が出産したときは「家族出産費」が支給されます。ご質問の方の場合、配偶者が被扶養者であれば、「家族出産費」の対象になります。

●支給の条件は？

出産費及び家族出産費(以下「出産費等」といいます。)は、出生児1人あたりの定額制です。双生児以上であれば、その人数分の額を受給できます。なお、次のような要件に該当される場合にも支給対象となります。

- ▶ 妊娠4か月以上の出産の場合、死産や流産、母体保護法に基づく人工妊娠中絶であっても、受給できます。
- ▶ 異常分娩の場合には、出産費または家族出産費と併せて、医療の給付も受けることができます。

●支給額は？

平成21年10月に緊急少子化対策として、出産費等の法定給付額が引き上げられました(平成23年3月までの暫定措置)。

出産費及び家族出産費とも、支給額は次のようになっています。

- ▶ 産科医療補償制度に加入している分娩医療機関等(※)で出産した場合(死産を含み、在胎週数第22週以降のものに限る)は、1児につき一律42万円。
- ▶ 在胎週数第22週未満の出産及び産科医療補償制度に加入していない分娩医療機関等で出産した場合、1児につき一律39万円。

※産科医療補償制度に加入している分娩医療機関は、財団法人日本医療機能評価機構が運営する産科医療補償制度サイト(<http://www.sanka-hp.jcqh.or.jp/>)で検索できます。

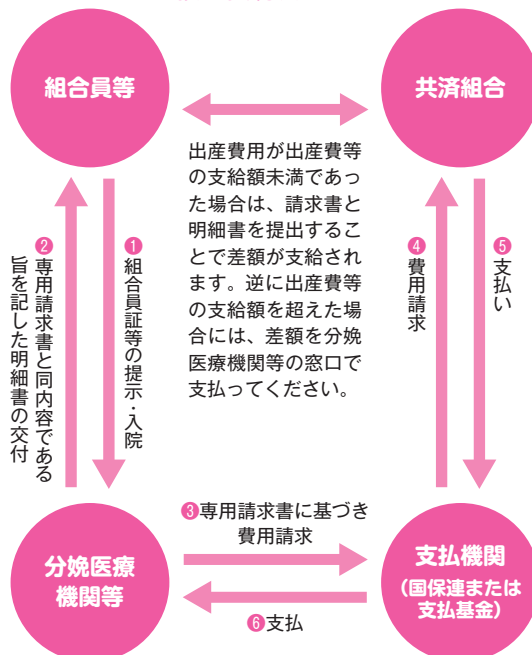
●出産費等の分娩医療機関等への直接支払制度

分娩医療機関等に、共済組合から出産費等を直接支払う制度があります。入院する際に、分娩医療機関等の窓口で組合員証(または組合員被扶養者証)を提示し、直接支払制度を利用する手続きを行っておけば、退院時の支払いは出産費等の額を超えた分だけで済みます。なお、出産費用が出産費等の支給額を下回った場合の差額は、組合員からの請求により共済組合から支給されます。

上記の制度を利用しない場合には、これまでどおり出産後、共済組合に出産費等の請求書を提出してください。

請求手続き等詳細については、共済事務担当課または共済組合保険課までお問い合わせください。

<直接支払制度のしくみ>



健康は生活習慣から

歯周病を防ぐ

歯周病は、歯肉炎、歯周炎など、歯の周辺組織に起きる病気の総称ですが、その最大の原因は、歯に付着している歯垢（プラーク）です。歯周病は「歯の生活習慣病」といわれるほど中高年に多いのが特徴ですが、最近発病時期が次第に低年齢化しているのです。若いうちから歯周病予防を心がけることが必要です。

歯周病を軽視すると、健康が危ない

私たちの永久歯の数は32本。この数が少なくなればなるほど食べ物（咀嚼）できなくなり、結果的に栄養バランスが悪くなるなど、食生活全体に悪影響をおよぼします。歯にかかわる病気は、単に歯をダメにするというレベルにとどまらず、その影響は健康の土台を揺るがし、ひいては、さまざまな生活習慣病を引き起こす誘引にもなりかねません。

歯にかかわる病気といえば、むし歯と歯周病が代表的ですが、特に歯周病の場合、悪化すると歯を支える歯肉や骨までが侵されて、ついには歯が抜け落ちてしまつて軽視してはいけません。

8020（ハチマルニイマル）運動とは

永久歯の数は、親しらずを除くと全部で28本ありますが、このうち20本残っていればほとんどの食べ物は支障なく食べられるという報告があります。この調査結果などをもとに、「80歳になつても自分の歯を20本以上保とう」という運動が推進されています。これが8020運動です。

現状は、80歳で約10本（「歯科疾患実態調査（平成17年）厚生労働省」）目標の20本にはほど遠い状態です。歯の数は、いわば「健康」のバロメーター。いつまでも、おいしく食べられるためにも、自分の歯を大切に！

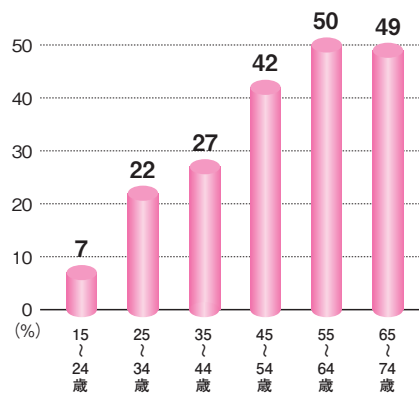
歯周病予防はブラッシングにあり

歯垢を「単なる食べカス」だなんて、安易に考えてはいけません。実は歯垢の成分の80%は細菌で、この細菌が出す毒素によって歯肉が刺激され炎症を起こしているのです。

歯周病予防のポイントには、歯垢を作らないこと、そして歯垢をためないこと。そのためには、効果的なブラッシングを習慣づける、甘い食べ物はひかえる、口の中を清潔にする、たばこは吸わない、といった生活習慣の改善が欠かせません。また、定期的に歯科健診を受けることも忘れないようにしましょう。

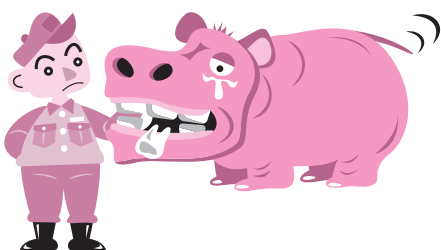
歯周病の人はどのくらいいるか

● 4mm以上の歯周ポケットを持つ人の年次推移



「歯科疾患実態調査」をもとに作成（平成17年・厚生労働省）

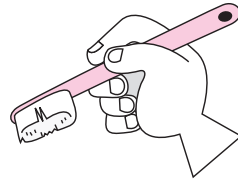
4mm以上の歯周ポケットを持つ人は年齢とともに増加しています。35～44歳で27%、45～54歳で42%。中年世代は、およそ10人に3人が歯周病というのが実態です。「歯」を守るために、あなたはなに工夫していますか？



ブラッシングで歯周病が防げる、治せる！

中年世代にまん延する歯周病。でも、心配いりません。ブラッシングという強い味方があります。歯周病予防にも、歯周病を治すにも、一番大切なのがブラッシングなのです。ただし、力まかせのみがき方は、歯と歯肉を傷めて逆効果。正しいやり方を覚えましょう。

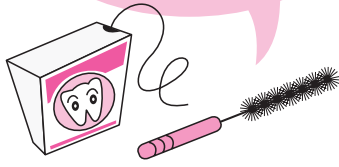
★歯ブラシは鉛筆を
持つようにすると
みがきやすい。



★歯ブラシは、かたすぎず、やわらかすぎないもの。形はやや小ぶりのものが使いやすい。

★食べたらみがくのが基本。もしくは、夕食後に時間をかけて1日分の歯垢をしっかりと落とす。

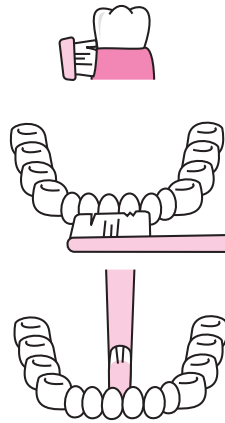
歯ブラシでは
みがけない歯と歯の間は、
歯間ブラシや
デンタルフロスを使って
みがく。



いろいろなみがき方

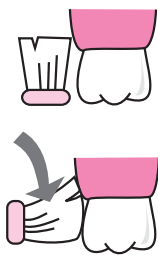
●スクラッピング法

歯の表面に直角になるようにブラシを軽くあて、小さく前後に動かす。子どもに向いたみがき方。



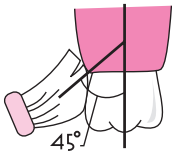
●ローリング法

毛先を歯茎にあて、歯茎から歯のほうへ回転させる。歯茎が健康な人はこのみがき方がおすすめ。



●バス法

毛先を歯茎と歯の間に45度の角度であて、歯ブラシを細かく振動させる。歯周病の予防と治療に効果が高い。

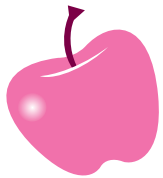


「かむ」効用を知っていますか？

歯周病予防には、「よくかむこと」が大
事。なぜなら、「よくかむこと」は唾液の
分泌量を増やしますが、この唾液には細
菌を洗い流して、炎症を起こしにくくす

る成分が含まれているためです。毎日の
食事に、かみこたえのある食品を取り入
れて、大切な歯を守りましょう。

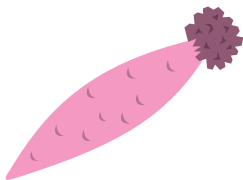
歯や歯肉を
丈夫にする
咀嚼回数
の多い食品



皮つきリンゴ



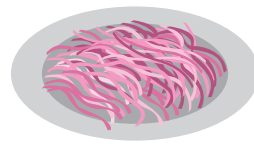
昆布などの海藻



にんじん



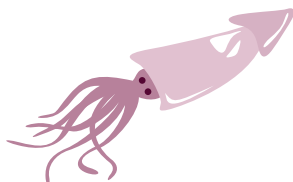
フランスパン



きざみキャベツ



せんべい



イカ

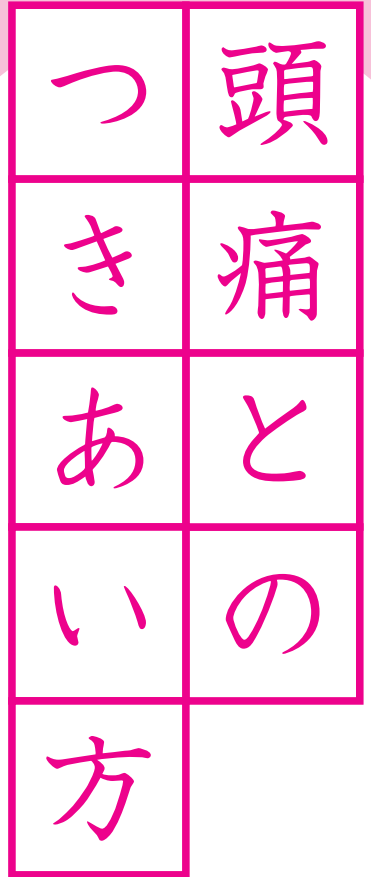


セロリ



なぜ頭痛が おこるのか

頭痛がおこると、脳に病気があ
るのではないかと不安になりま
す。しかし実際は、緊急を要す
る頭痛は少なく、大半は命に支
障がない一次性頭痛と呼ばれる
ものです。



頭痛のタネとなる3つの原因

1 血管が神経を刺激しておこる頭痛

頭の血管が拡張して、まわりの知覚神
経を刺激することで、痛みを引きおこし
ます。血管性頭痛ともいいます。「ズキズ
キ」「ガンガン」する痛みが特徴です。片
頭痛や群発頭痛がその最たるものです。
命にかかわるようなことはありません。

2 筋肉や精神の緊張からおこる頭痛

頭や首の筋肉の緊張(こり)や、精神的
ストレスから頭痛がおきてきます。「頭が
締めつけられる痛み」や「重苦しい」のが特
徴です。一般にいわれる「頭重感」の多くは、
この緊張型頭痛です。診断がはっきりす
れば、とくに心配することはありません。

3 脳や全身の病気からおこる頭痛

「これまで経験したことがない頭痛」が
おこってきた場合は、脳腫瘍やくも膜下
出血など、脳の病気である可能性が大で
す。これは緊急治療を要します。そのほ
か、目や鼻の病気、うつ病、頭の神経痛
などによつても、頭痛がおこることがあり
ます。

● 頭痛のタネ明かし



原因からみた2つのタイプの頭痛

1 二次性頭痛(機能性頭痛)

脳や体に頭痛の原因となる病気がない
のに痛む、いわゆる「頭痛もちの頭痛」で
す。繰り返しておこることから、「慢性頭痛」
ともいわれます。片頭痛、緊張型頭痛、
群発頭痛のいずれも二次性頭痛です。全
頭痛の7〜8割を占めます。



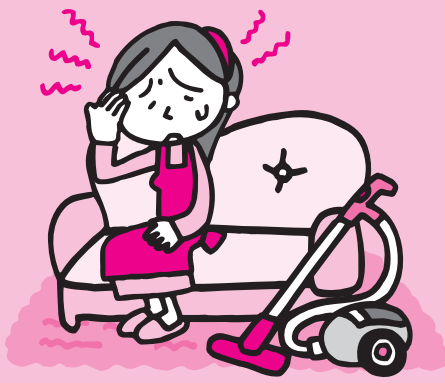


2 二次性頭痛（症候性頭痛）

脳腫瘍やくも膜下出血など脳の病氣や、体の病氣が原因でおこる頭痛です。とくに脳の病氣が原因の場合は、命にかかわることもあります。これまで経験したことのない激しい痛みのほか、高熱やまひなど、さまざまな随伴症状があります。

片頭痛 ①

片頭痛は、何らかの原因で頭の血管が拡張したときに、血管の周囲にある知覚神経が刺激されて、痛みがおこります。20〜40代の、とくに女性に多くみられます。



片頭痛の特徴

【痛みの部位】頭の片側、ときには両側のこめかみから目のあたりに強い痛みがおこります。仕事は手につきませんし、ひどいときは寝込むほどです。

【症状と経過】脈打つように、ズキズキ、ガンガンと痛みます。吐き気や嘔吐を伴い、体を動かすと痛みがひどくなったり、音や光に過敏になります。痛みは発作的におこります

【頻度と持続時間】月に1〜2度、多いときで週に1〜2回程度、繰り返しておこります。いったん痛み出すと、数時間から長いときで数日間続きます。

片頭痛には誘因がある

1 ストレスは片頭痛の有力な誘因

ストレスの最中よりも、ストレスから解放されたときに血管がゆるみ、痛みがおこりがちです。週末頭痛が典型的ケースです。

頭が痛いとき何科にかかればよいか

経験したことのない激しい頭痛が突然おこり、持続している場合は、神経内科か脳神経外科を受診し、重大な脳の病氣が隠されていないか、きちんと調べてもらうことが大切です。

2 女性ホルモンの急激な変化が頭痛を招く

生理中は片頭痛がおこりやすくなります。逆に、妊娠中は女性ホルモンが安定するため、痛みはおこりにくくなります。

3 食べものも片頭痛の誘因になる

人によっては、チョコレート、チーズ、赤ワイン、柑橘類、ナッツ類が片頭痛を誘発することがあります。

4 血管を広げる薬は片頭痛を誘発する

ニトグリセリン（心臓の薬）などの血管に作用する薬は、片頭痛を誘発します。

片頭痛はこうして治す

1 痛みがおこったら横になって静かに休む

発作中は光や音の刺激を避け、暗く静かな部屋でしばらく安静にします。



2 痛むところを冷やす

痛むところを冷やすと、血管が縮まって痛みがやわらぎます。



3 睡眠不足より寝すぎに注意

寝すぎで片頭痛が誘発される人は、睡眠時間に注意しましょう。



4 鎮痛薬はできるだけ早い時期に服用する

痛みが激しくなってしまうから鎮痛薬を服用しても、あまり効果はありません。



繰り返しおこる頭痛② 緊張型頭痛

緊張型頭痛は最も頻度が高く、頭痛の約半数を占めています。中高年に多く、女性にも男性にもみられます。いつとはなしに頭痛が始まり、じわじわと痛みます。



片頭痛には予兆が現れることも

目の前にチカチカした光が現れ、やがて視野の中央が見えにくくなります（閃輝暗点）。このような状態が20〜30分続いたあと、激しい頭痛に襲われます。その前に、あくび、イライラ感、空腹感が予兆として現れることもあります。



頭痛薬の飲み方、使い方

鎮痛薬を連日1か月以上服用するとかえって頭痛がひどくなります（薬剤誘発性頭痛）。頻回の頭痛は予防薬を処方してもらいましょう。痛みの前兆あるいは初期にタイミングをとらえて薬を服用し、激しい痛みがおこらないようにするのがポイントです。トリプタン系薬剤は発作時にもとてもよく効きますが、これは医師の処方が必要です。

緊張型頭痛の特徴

【症状と経過】「はちまきを締めているような」などと表現される頭を締めつけられる痛みが、いつとはなしに始まり、じわじわと持続します。目の疲れやめまいを伴います。

【痛みと部位】痛みの中心は後頭部で、そこから側頭部や首筋にかけて、あるいは頭全体が痛みます。また、押したりすると、とくに痛みが強まる点がある場合があります。

【頻度と持続時間】毎日だったり、月に数回程度だったり、人によってさまざまです。持続時間も30分で治まる人もいれば、だらだらと一週間近く続く人もいます。

緊張型頭痛を招く要因

1 身体的ストレス

不自然な姿勢を長時間続けること、かかる筋肉への負担が、身体的なストレスとなり、これによって頭痛がおこります。具

体的には、うつむき姿勢、両手を上げ続ける、前かがみ姿勢などがあげられます。

2 精神的ストレス

職場の人間関係、家庭や子どもの進学問題など、精神的ストレスがたまると、神経や筋肉の緊張が高まります。この緊張が脳に影響を及ぼし、痛みを調整する機能がうまく働かなくなり、頭痛が持続します。

緊張型頭痛はこうして治す

1 リラックス法を身につける

緊張型頭痛を解消する最良の方法は、身体的にも精神的にもリラックスすることです。



2 姿勢を正す

肩や首に負担がかかる姿勢をとっていないかチェックし、姿勢を正すことが大切です。



3 頭痛予防体操をする

肩や首のこりをほぐすための体操を、一日に何回か意識して行いましょう。



4 必要があれば薬を使う

医師の指示に従い「筋弛緩薬」や精神的なストレスをほぐすための「精神安定剤」「抗うつ薬」を使うのも方法です。



繰り返しおこる頭痛③ 群発頭痛 ほか

片頭痛と同様、血管性の頭痛ですが、いったん痛み出すとある期間だけ、同じ時間帯に連日のように群発するのが特徴です。20〜30代の男性に多いタイプの頭痛です。



パソコン作業は緊張型頭痛を誘発しやすい

パソコン作業に従事している人は、長時間にわたって同じ姿勢をとり続けるため、肩や首、頭の筋肉が緊張することが多くなります。せめて画面を斜め下におき、ときどき画面から目を離し、上を向いて目を閉じる習慣をつけよう。にしましょう。

群発頭痛の特徴

【**症状と経過**】片側の目の奥がえぐられるような激しい頭痛が連日のように続きます。睡眠中におこりやすく、目の充血、流涙、鼻詰まりや鼻水の症状を伴うことがあります。

【**痛みと部位**】「キリで目の奥がえぐられる」と表現されるほどの激しい痛みです。発作中は頭をかかえて転げまわる人も少なくありません。

【**頻度と持続時間**】年に1〜2回、または2〜3年に1回ぐらいの頻度ですが、いったん頭痛がおこると、1〜2か月の間、毎日のおこりがあります。持続時間は1〜2時間と短いのが特徴です。

群発頭痛を招く原因

目の後ろの太い血管が拡張し、周囲に炎症がおこることから発症します。また、これにより自律神経が刺激されるため、目の充血や鼻水などの随伴症状をおこし

うつ状態と頭痛

うつ状態が長く続くと、頭痛がおこりやすくなります。実際、うつ状態の人の多くは「頭重」感を訴えます。このような場合は、抗うつ薬がよく効きます。抗うつ薬は、抗不安薬とは逆に、脳の活動を高めるような作用があり、神経伝達物質セロトニンの働きを正常化するような働きもあります。したがって、うつ状態の人にとって、抗うつ薬は大変に効果があるのです。

群発頭痛はこうして治す

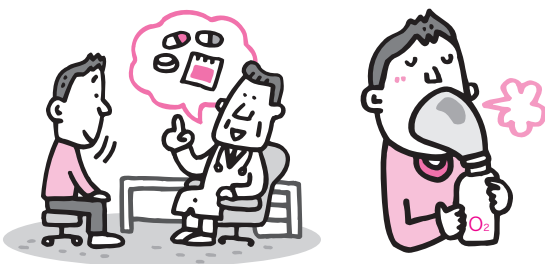
ます。ニトログリセリン(心臓の薬)のような血管を拡張させる薬も、群発頭痛をおこす引き金になります。飛行機の着陸時に群発頭痛がおきる人もいます。

1 酸素吸入

発作時は、酸素吸入が特効的に効きます。ただし濃度が高くないと効かないので(1分間に7ℓ)、医師と相談のうえ、指示に従って吸入しましょう。

2 薬物療法

副腎皮質ホルモン(ステロイド)やリチウム療法で、群発頭痛をおこりにくくすることができま。医師の監督のもとに行いましょう。



その他の頭痛

●後頭神経痛

頸椎の異常やヘルペスからおこる頭痛で、後頭部にキリキリと断続的な痛みを繰り返します。

●高血圧と頭痛

極端な高血圧(上が220、下が120以上)では、朝方、後頭部が痛むことがあります。

●低血圧と頭痛

低血圧の人は血管がゆるみやすいため、頭痛がおこりやすいようです。脳貧血などの症状を伴います。

●運動と頭痛

激しい運動をしたあとに血管が拡張しておこる頭痛を「労作性頭痛」といいます。これと似たものにセックス時の頭痛がありますが、いずれも、くも膜下出血や脳内出血の場合もあるので注意が必要です。

●目と頭痛

視力が低下したり、眼鏡が合わないことが頭痛の原因になっている場合もあります。定期的なチェックが必要です。

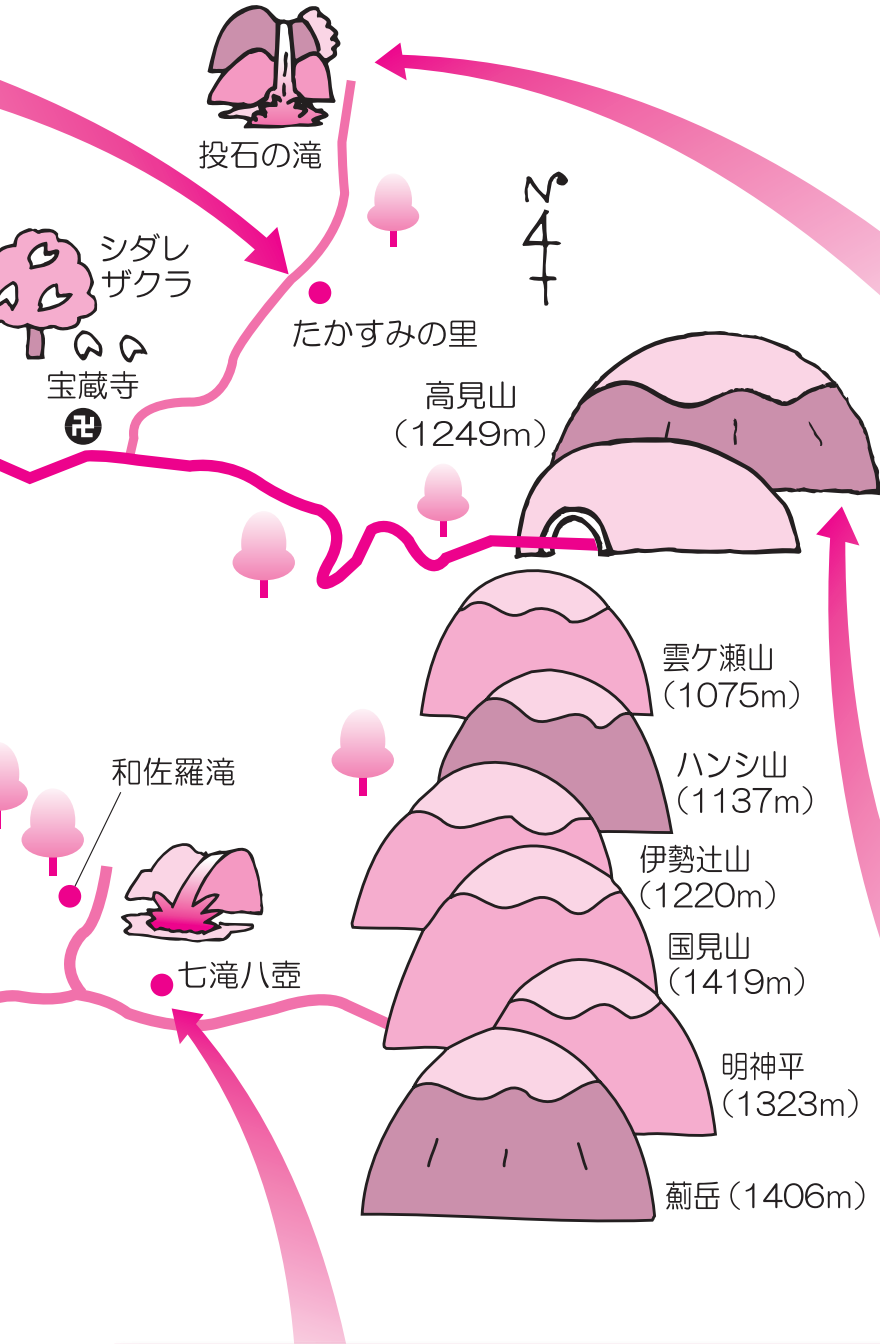
●女性ホルモンと頭痛

生理と関連する頭痛は、ホルモンの急な変化によって誘発されます。更年期の頭痛はさらにストレスも加わっておりま。

●噛み合わせと頭痛

入れ歯が合わなかったり、噛み合わせが悪いと、頭痛、肩こり、めまいなどの症状が現れます(顎関節症)。

奈良県の東南部に位置し、吉野杉・檜の美林に
 被われた山々と、清らかな溪流の村、東吉野。
 村の東に連なる台高山脈には樹氷で知られる
 秀峰・高見山があり、移ろいゆく四季にあわせ
 て様々な表情を見せてくれます。



投石の滝

約15mの高さから水煙を上げて落ちる様は、まさに圧巻。滝のそばには不動明王が祀られ、別名「不動の滝」とも呼ばれています。



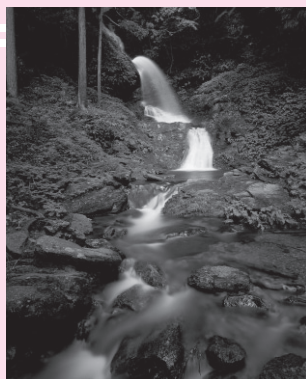
高見山

標高1,249m。古来より信仰の対象となった秀麗な山には関西のマッターホルンの異名も。四季を通じて登山客でにぎわいますが、特に冬は霧氷、樹氷の美しさで定評があり、訪れる人々を魅惑します。



七滝八壺

七滝七壺ですが、七転び八起きの諺になぞらえて、七滝八壺と名づけられた変化に富んだ滝は、深緑の森を縫うように流れハイカーたちにひとときの涼をもたらします。「平成の名水百選」にも選ばれた七滝八壺でたっぷりのマイナスイオンを感じてください。



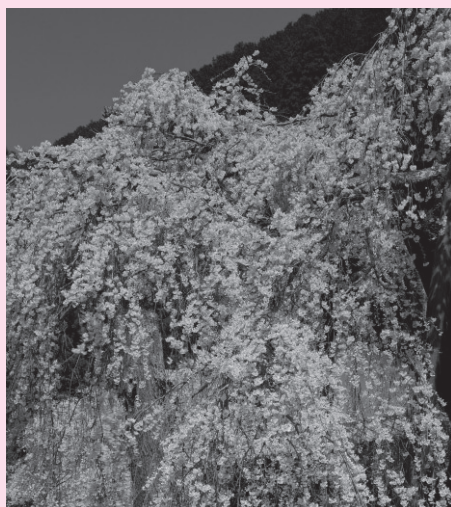
たかすみの里

ハイキングの後にひと汗流したり、天然のエステ効果を楽しんだり、日帰りで気軽に利用できる立ち寄り湯、「たかすみの里」。木の香りを楽しめるマキ風呂やひのき風呂、澄んだ空気を味わえる露天の岩風呂があり、人気を集めています。同じ館内には原石鼎（はらせきてい）など著名作家の作品を数多く展示した、たかすみ文庫があります。



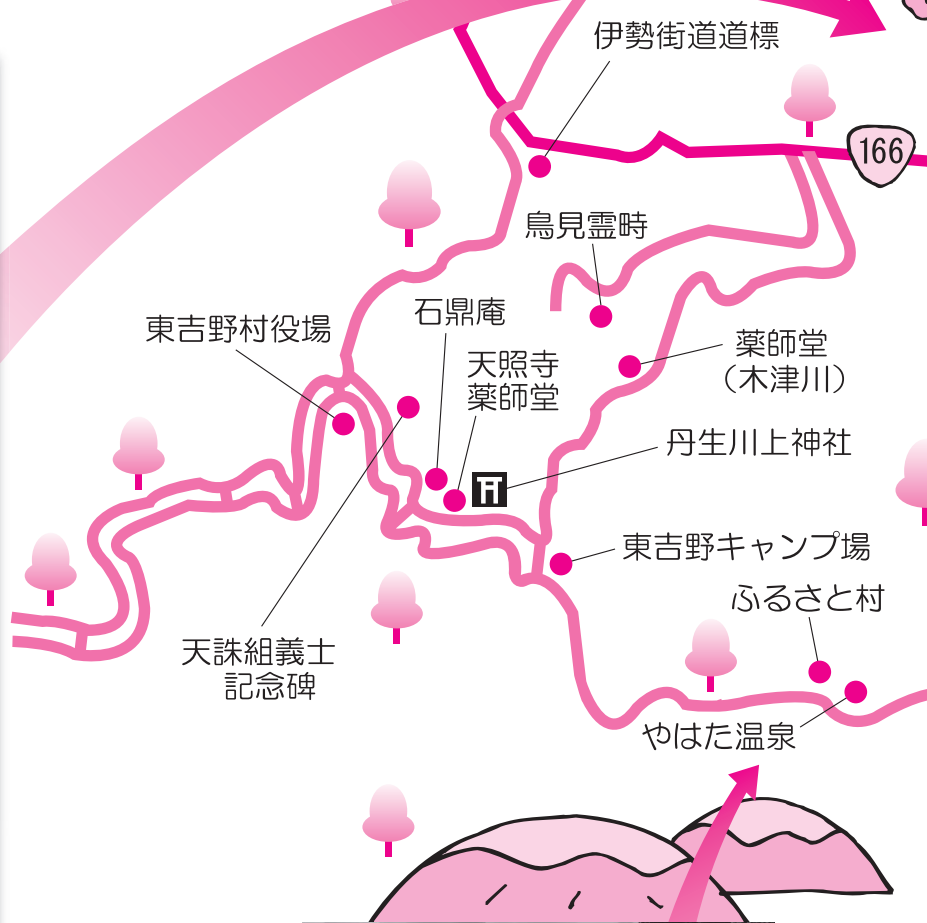
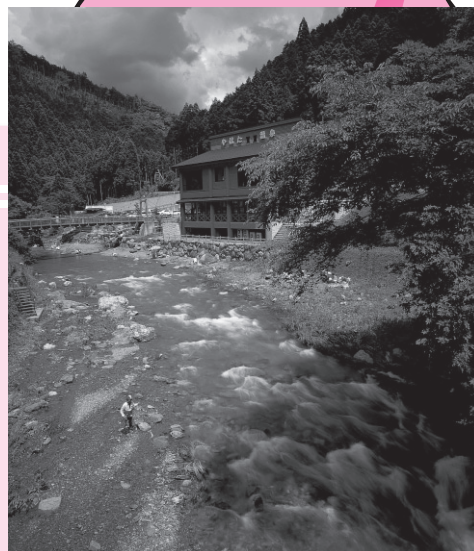
宝蔵寺のシダレザクラ

エドヒガンの品種で、樹齢300年の歴史を持つ宝蔵寺のしだれ桜は天然記念物に指定されています。樹高約10m、枝張りは東西、南北約10mで春には見事に咲き誇り、村を豊かに彩ります。



やはた温泉

四郷川の美しい風景を望む「やはた温泉」には、御影石を使った岩風呂と、ひのきを贅沢に使った古代ひのき風呂があります。眼下に広がる景色を眺めながら、ゆったり温泉につかれば心身共にリラックスできます。



倶楽部すこやか なら共済

当共済組合のホームページでは、
共済への各種届け出やイベント情報、
組合員様へのお知らせを常に最新の状態で掲載しています。
加えて、皆さまの健康生活をサポートする
健康情報コンテンツも掲載。
ぜひご利用ください。

▼奈良県市町村職員共済組合ホームページ <http://www.kyosai-nara.jp/>

各種サービス（共済のしおり）

申請書類（PDFファイル付き）

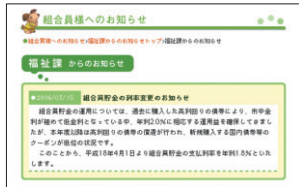
よくある質問

届け出や手続きでわからないことが
あれば、こちらをご覧ください。
申請書はここからダウンロードできます。

保険種別	加入資格	加入年齢	加入料
1 組合員共済	組合員	20歳以上	加入料あり
2 組合員加入期間特約者	組合員	20歳以上	加入料あり
3 親戚	親戚	20歳以上	加入料あり
4 組合員共済特約者（扶養親族）	組合員	20歳以上	加入料あり
5 組合員共済特約者（本人）	組合員	20歳以上	加入料あり
6 組合員共済特約者（転入）	組合員	20歳以上	加入料あり
7 組合員共済特約者（転出）	組合員	20歳以上	加入料あり
8 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
9 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
10 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
11 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
12 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
13 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
14 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
15 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
16 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
17 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
18 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
19 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり
20 組合員共済特約者（転居）	組合員	20歳以上	加入料あり

組合員様へのお知らせ

最新ニュースやイベント、更新情報が、
一目でチェックできます。

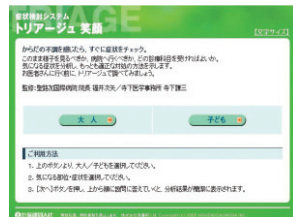


ちょっとおかしいなと思ったら、健康情報コーナーにアクセスして!

健康情報コンテンツ

病状チェックから病気の情報、病院探し、健康レシピまで。

気になる症状をチェック トリアージ笑顔



症状に合わせて、画面の質問に答えていくと、可能性のある病名と適切な対処方法が検索できます。

病気やケガを調べる 家庭の医学



2000もの病気を詳しく解説した家庭医学書。関連項目へリンクしており、幅広い情報が得られます。

近所の病院を調べる 笑顔de発見Myドクター



専門医や休日診療の病院を調べたい。そんなとき、9万5千件の医療機関から検索できます。

便利なメニュー集 メニューBOOK365日



カロリーと塩分を抑えた栄養バランスのよいメニューを紹介。生活習慣病の改善や予防にも役立ちます。

アクセス方法

- ① トップページ「健康情報」からご覧になりたいコンテンツをお選びください。
- ② 「コンテンツご利用にあたって」をよくお読みのうえ、ご利用いただく場合は、「利用する」をクリックしてください。
- ③ パスワードを入力してログインしてください。パスワードは、組合員証の「保険者番号」です。