

すこやか

2011
共済ニュース
No.225

4



(宇陀市 大野寺)

2 平成23年度事業計画・予算が議決される

18 **新規保健事業** 歯周病健診を実施します

- 6 厳しい短期財政にご理解とご協力を
平成23年4月からの短期掛金・負担金率と交付金率
- 7 本年9月に長期給付に係る掛金率が引上げられます
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
- 8 40歳以上65歳未満の組合員の皆さんへ 平成23年度の介護掛金率が決定しました
個人情報の取り扱いについて
- 9 新しく組合員になられた皆さんへ
- 10 皆さんは「共済年金」と「国民年金」の加入者です
- 11 貸付事業の申込み締切時期等のお知らせ
「日本貸金業協会ホームページ」・「消費行動診断・家計管理診断」のリンクについて
- 12 保証人について正しい知識を持ちましょう！
- 14 貯金事業のご案内
電話健康相談ご利用案内／メンタルヘルス相談ご利用案内
- 15 平成23年4月以降の出産費（家族出産費）について
70歳～74歳の方に係る医療費自己負担割合について
- 16 平成23年度保健事業のご案内
- 17 健診を受けましょう！！
- 18 ジェネリック医薬品を活用し、お薬代を節約しましょう！！
- 19 「平成22年度退職予定者等年金相談会」の実施報告
「平成23年度退職予定者等年金相談会」開催のお知らせ
- 20 在職中でも退職共済年金のご請求を ～60歳に到達される皆さんへ～
障害共済年金の加給年金額対象者の範囲が拡大されます
- 21 平成23年度の年金額のお知らせ
被扶養者としての要件をお確かめください
- 22 季刊健康通信 五月病
- 23 はじめよう！デンタルケア 見なおそうデンタルヘルス
- 24 奈良県市町村職員共済組合ホームページ「倶楽部すこやか★なら共済」のご案内
日本貸金業協会WEBサイト／地共済年金情報WEBサイト



第142回 組合会

組合員の現況（平成23年2月末現在）

組合員数	男：9,295人	女：4,725人	計：14,020人
任意継続組合員	361人	被扶養者数（任継除く）	17,542人

平成23年度 事業計画・予算が 議決される

去る3月2日、奈良県社会福祉総合センターにて「第142回 組合会」が開催され、平成23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下表の数値をもとに計上しています。また、各経理の概要についてお知らせいたします。

平成23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	計
12	15	12	32	71

○組合員・被扶養者数(平成23年度末推計)

(単位:人)

種別	組合員数	被扶養者数	
		組合員1人当たり	
一般組合員 (うち特別職)	12,117 (83)	13,409 (79)	1.11 (0.93)
長期組合員 (うち特別職)	2 (2)	—	—
市町村長組合員	37	42	1.08
市町村長長期組合員	2	—	—
特定消防組合員	1,741	2,971	1.71
小計	13,899	16,422	1.18
継続長期組合員	0	—	—
任意継続組合員	372	299	0.80
小計	372	299	0.80
合計	14,271	16,721	1.17

○給料総額・期末手当等の総額(平成23年度末推計)

種別	給料総額(円)		期末手当等の総額(千円)	
	長期	短期	長期	短期
一般組合員 (うち特別職)	3,928,490 (46,152)	3,935,018 (49,382)	17,657,265	17,678,289
長期組合員 (うち特別職)	938 (938)	938 (938)	4,169	4,169
市町村長組合員	22,940	27,646	91,244	104,221
市町村長長期組合員	1,240	1,320	4,574	4,574
特定消防組合員	530,989	530,989	2,433,319	2,433,319
継続長期組合員	0	—	0	—
任意継続組合員	—	108,161	—	—
合計	4,484,597	4,604,072	20,190,571	20,224,572

○給料と掛金・負担金との割合

(単位:%)

組合員種別	財源率	短期		介護		調整負担金	公的負担金	長期				基礎年金 拠出金に係る 公的負担金率	保健	
		掛金	負担金	掛金	負担金			4月~8月		9月~3月			掛金	負担金
								掛金	負担金	掛金	負担金			
一般組合員	一般職	57.65	63.90	6.50	6.50	0.25	0.3375	96.925	97.30	99.1375	99.5125	48.125	2.375	2.375
	特別職	46.12	51.12	5.20	5.20	0.20	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
市町村長組合員		46.12	51.12	5.20	5.20	0.20	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
特定消防組合員		57.65	63.90	6.50	6.50	0.25	0.3375	96.925	97.30	99.1375	99.5125	48.125	2.375	2.375
長期組合員		1.76	1.76	—	—	—	0.27	—	—	—	—	—	1.90	1.90
市町村長長期組合員		1.76	1.76	—	—	—	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
継続長期組合員		—	—	—	—	—	—	96.925	97.30	99.1375	99.5125	48.125	—	—
任意継続組合員		121.55	—	13.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

○期末手当等と掛金・負担金との割合

(単位:%)

組合員種別	財源率	短期		介護		調整負担金	公的負担金	長期				基礎年金 拠出金に係る 公的負担金率	保健	
		掛金	負担金	掛金	負担金			4月~8月		9月~3月			掛金	負担金
								掛金	負担金	掛金	負担金			
一般組合員	一般職	46.12	51.12	5.2	5.2	0.2	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
	特別職	46.12	51.12	5.2	5.2	0.2	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
市町村長組合員		46.12	51.12	5.2	5.2	0.2	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
特定消防組合員		46.12	51.12	5.2	5.2	0.2	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
長期組合員		1.76	1.76	—	—	—	0.27	—	—	—	—	—	1.90	1.90
市町村長長期組合員		1.76	1.76	—	—	—	0.27	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	1.90	1.90
継続長期組合員		—	—	—	—	—	—	77.54	77.84	79.31	79.61	38.5	—	—

短期経理

この経理は、短期給付事業（医療給付や各種給付金などの医療保険制度）と介護保険料徴収に係る経理です。平成 23 年度は、収入において掛金・負担金率の引き上げ等により 338,928 千円^(注)の増、支出において主に医療費の増加及び他制度への拠出金の大幅増により 437,733 千円^(注)の増を見込み、26,243 千円の当期損失金を生ずる見込みです。その内訳としては、短期部分で当期利益金 54,287 千円、介護部分で当期損失金 80,530 千円が生ずる見込みで、短期部分では前年度より繰り越す欠損金の解消に、また介護部分では前年度より繰り越す介護積立金をそれぞれ充当します。

なお、本年度の掛金・負担金率については、組合員数の減少等により収益が減少傾向にある一方で、費用では医療費の増加や高齢者医療制度、更には財政調整事業の調整基準率引き上げ（6 頁参照）などによる負担増に伴い、余儀なく引上げることとしています。

○短期経理収支内訳



長期経理

この経理は、平成 19 年 4 月からの全国市町村職員共済組合連合会（以下「全国連合会」という。）への長期給付事業の一元的処理の実施に伴い、各共済組合が所属所からの負担金・掛金の徴収を行い、全国連合会へ払い込みを行う経理です。

平成 23 年度は、収入において掛金・負担金率の段階的引き上げにより 200,895 千円^(注)の増を見込みましたが、支出においては収入の全額を全国連合会へ払い込むこととなり、損益は生じないこととなります。

なお、基礎年金拠出金に係る公的負担金率は本年 4 月から、掛金・負担金率については本年 9 月より引き上げ（7 頁参照）ることとしています。

○長期経理収支内訳



預託金管理経理

この経理は、長期経理同様、平成 19 年 4 月からの長期給付事業の一元的処理の実施に伴い、主に全国連合会からの預託金（貸付経理への貸付金や縁故地方債など）の管理・運用を行う経理です。

平成 23 年度は、収入において貸付経理への貸付金の減少などにより 34,531 千円^(注)の減を見込みましたが、支出においては収入の全額を全国連合会へ払い込むこととなるため、損益は生じないこととなります。

○預託金管理経理収支内訳



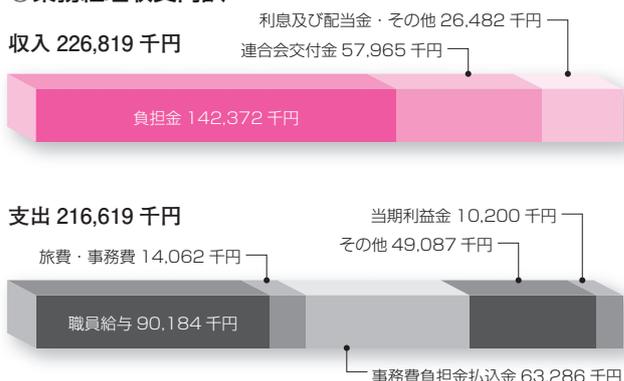
業務経理

この経理は、短期給付や長期給付に要する事務費、人件費等を含む共済組合の全体的な経費を賄う経理です。

平成23年度は、収入において事務費負担金が若干増額された一方で組合員数の減少により595千円^(注)の減、支出においては他経理との経費負担の見直し等により19,132千円^(注)の増を見込みましたが、10,200千円の当期利益金を生ずる見込みです。

なお、今後も組合員数の減少が見込まれることから、単年度ごとの節約ではなく、財政健全化計画（平成20年度策定）に基づく計画的な毎年度の経費抑制に取り組むこととしています。

○業務経理収支内訳



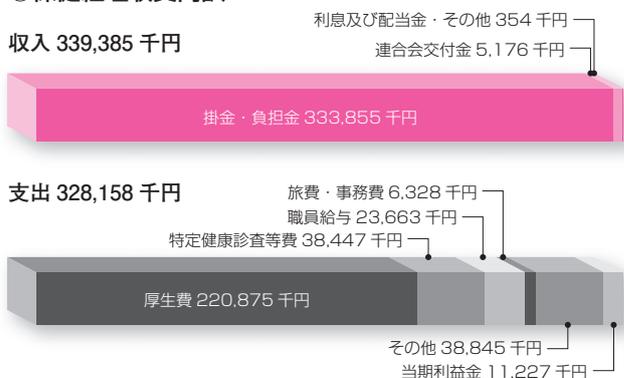
保健経理

この経理は、組合員やその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23年度は、収入において組合員数の減少と給料等の減少（掛金・負担金率は前年度と同率）により3,604千円^(注)の減、支出においては特定健診の受診率の向上を見込みつつ、既存事業の見直し等を進めることにより14,793千円^(注)の増を見込みましたが、11,227千円の当期利益金を生ずる見込みです。

なお、新年度においては、県下構成市町村と連携を図りながら医療費増嵩対策に取り組むことを目的に「医療費増嵩対策協議会（仮称）」の立ち上げや歯周病健診の実施など、新たな事業への取り組みを予定しています。（16～17頁参照）

○保健経理収支内訳



○保健事業計画の費用内訳

	項 目	平成23年度
保健関係	成人病健診	30,252
	大腸検査	2,144
	精密検査	4,855
	婦人科健診	17,432
	人間ドック	146,663
	歯周病健診	3,036
	電話健康相談	1,397
	メンタルヘルス相談	100
	健康情報コンテンツ使用料	1,482
	小計	207,361
保養関係	代替宿泊施設利用助成	4,325
	その他施設利用助成	1,850
	小計	6,175

	項 目	平成23年度
図書関係	保健用パンフレット配布	160
	育児指導書配布	360
	健康管理誌配布	1,202
	小計	1,722
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
保健指導	特定健康診査	17,008
	特定保健指導	21,439
	小計	38,447

	項 目	平成23年度
ジェネリック医薬品システム導入関連費用	差額通知書の配布	854
	小計	854
	その他	
その他	災害見舞品	300
	厚生費／旅費	326
	諸謝金	140
	事務費・電算処理費用	3,156
	(仮称)医療費増嵩対策協議会	50
	その他	271
	小計	4,243
合計	260,207	

宿泊経理

この経理は、平成20年度末をもって宿泊事業を廃止（宿泊施設を閉館）したことに伴い、建物及び土地の処分が完了するまでの間の維持管理費用等を処理する経理です。

平成23年度は、収入において僅かな利息収入を見込み、支出においては建物の維持管理費用や減価償却費等を見込んでおり、20,043千円の当期損失金を生ずる見込みです。

現在、その建物及び土地について、早期の売却に向け取り組んでおります。

○宿泊経理収支内訳



貯金経理

この経理は、貯金加入者の皆さんから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を得て、利息として還元することを目的とした経理です。

平成23年度は、収入において資産に対して約1.37%の運用利回りを見込むことにより45,569千円^(注)の減、支出においては主に年利1.2%の支払利息を維持することにより6,975千円^(注)の増を見込みましたが、65,669千円の当期利益金を生ずる見込みです。

なお、厳しい金融情勢が続く中、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が、期中においても運用益の状況を勘案して、支払利率の変更を適宜行うことといたします。

○貯金の加入状況見込み

平成23年度末推計	
貯金額	66,807,560千円
貯金者数	9,863人
貯金者1人 当たりの貯金額	6,773千円
組合員加入率	69.36%
支払利率	年利 1.2%

○貯金経理収支内訳



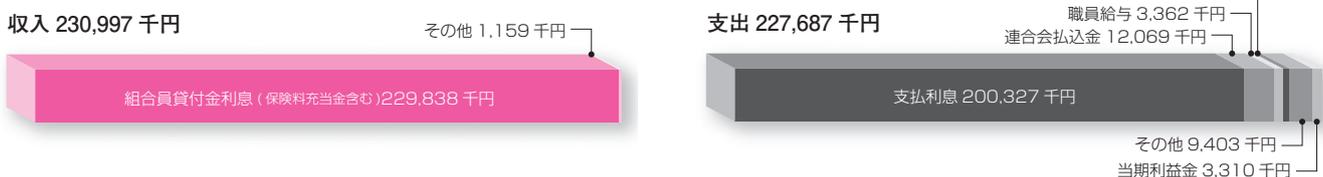
貸付経理

この経理は、住宅建築等に係る資金が必要なときやご家族の入学・修学にかかる費用が必要なときなどに、共済組合がその資金を融資することにより、組合員の皆さんの生活の安定を図ることを目的とした経理です。

平成23年度は、収入において貸付残高の減少により貸付利息が大幅に減少することなどにより51,683千円^(注)の減、支出においては人件費を含む事務経費を大幅に削減することにより52,949千円^(注)の減を見込むことなどで、3,310千円の当期利益金を生ずる見込みです。

なお、不良債権額の割合が高く、それらに対する保険金（債権保全事業）のための保険料となる「連合会払込金」が経費の多くを占めていることから、貸付事故の防止のための周知活動を一層強化することとしています。

○貸付経理収支内訳



○貸付条件・貸付状況（平成23年度末推計）

種類	貸付条件				貸付状況（平成23年度末推計）			
	利率（年）	最高限度額	償還期間	措置期間	件数	貸付金額	割合	
普通貸付	2.66%	2,000千円	120月	－月	1,260件	756,000千円	9.22%	
住宅貸付	2.66	18,000	360	－	1,715	6,689,000	81.58	
災害貸付	新規 （阪神・淡路）	2.22 (1.72)	18,000	360	－	29 (0)	119,714 (0)	1.46
	再貸付 （阪神・淡路）	2.22 (1.72)	19,000	360	－	1 (0)	1,286 (0)	0.01
	激甚災害による 猶予利息	1.72	－	－	24	－	－	－
在宅介護対応住宅貸付	2.4	3,000	330	－	70	124,000	1.51	
特別貸付	医療	2.66	1,000	120	－	1	500	0.01
	入学	2.66	2,000	120	－	126	57,820	0.70
	修学	2.66	7,200	150	72	387	390,150	4.76
	結婚	2.66	2,000	120	－	64	55,530	0.68
	埋葬	2.66	2,000	120	－	10	5,000	0.06
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		0	0	0	
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		1	420	0.01	
合計					3,664	8,199,420	100.00	

* 文中の^(注)の数値は前年度予算額との対比額（増減額）を表す。

厳しい短期財政にご理解とご協力を

平成21年度 1ヵ月当たり受診率

組合員 全国1位

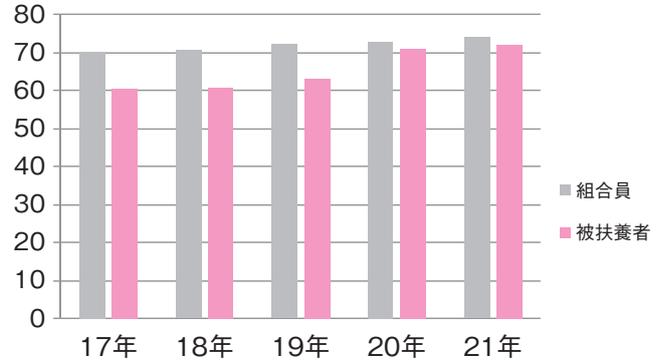
被扶養者 全国14位

組合員や被扶養者の皆さんが医療機関等で受診されますと、医療費の1～3割を自己負担されますが、残りの7～9割は組合員の方からの掛金及び所属所からの負担金をもって共済組合が医療機関等に支払っています。

右のグラフのとおり1ヵ月当たりの受診率は、年々増加傾向にあり、受診率の増加は、掛金・負担金率の上昇の一因にもなります。

組合員や被扶養者の皆さんには健康管理に十分気をつけていただき、医療費の節約に、ご協力をお願いいたします。

1ヵ月当たりの受診率 (%)

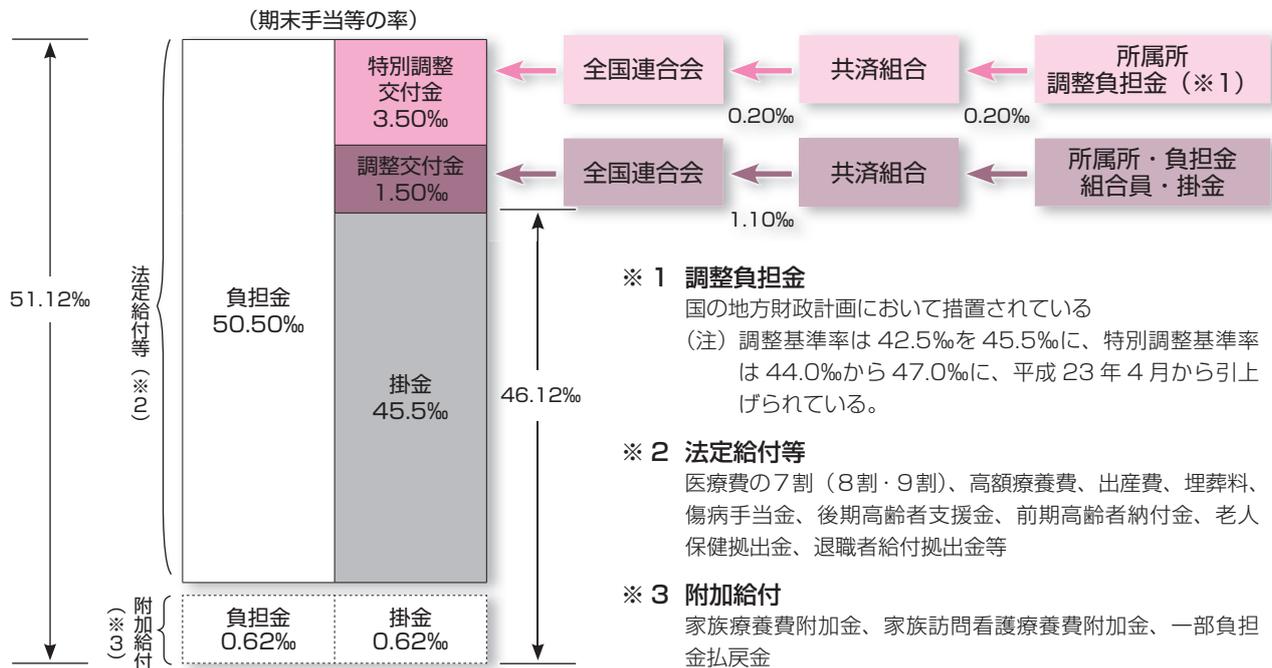


組合員	70.50	70.47	72.29	73.11	74.13
被扶養者	60.50	60.57	63.01	70.70	71.88

* 1ヵ月当たりの受診率・入院・外来・歯科の各レセプト合計で算出し、1ヵ月100人当たりの診療件数です。

平成23年4月からの短期掛金・負担金率と交付金率

	組合員種別	期末手当等の率	毎月の率
短期掛金率	市町村長・特別職	46.12‰	46.12‰
	一般・特定消防	46.12‰	57.65‰
	長期・市町村長長期	1.76‰	1.76‰
短期負担金率	市町村長・特別職	51.12‰	51.12‰
	一般・特定消防	51.12‰	63.90‰
	長期・市町村長長期	1.76‰	1.76‰



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23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22年9月 ～平成23年8月	平成23年9月 ～平成24年8月
給料に対する割合※	96.9250	99.1375 (+2.2125)
期末手当等に対する割合	77.54	79.31 (+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。

なお、平成24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。

(単位:%)

区分	平成24年9月 ～平成25年8月	平成25年9月～
給料に対する割合※	101.3500 (+2.2125)	103.5625 (+2.2125)
期末手当等に対する割合	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。

※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>

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

定款上の短期財源率 (所要財源率)	102.24%
102.24%のうち	
前期高齢者納付金	23.31%
後期高齢者支援金	16.65%
病床転換支援金	0.00%
老人保健・ 退職者給付拠出金	3.93%
内合計	43.89%

(定款上の短期財源率に占める割合 42.93%)

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、本組合の「平成23年度における特定保険料率に相当する財源率」を左表のとおり表記します。

これは、共済組合の支出する前期高齢者納付金及び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毎事業年度において周知することとされています。

40歳以上65歳未満の組合員の皆さんへ 平成23年度の介護掛金率が決定しました

本年度共済組合が支払う介護納付金額
(平成23年度予算ベース)
710,094千円

介護掛金率		
	期末手当等の率	毎月の率
特別職・市町村長	5.20‰	5.20‰
一般・特定消防	5.20‰	6.50‰

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（掛金率と同率）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23年度の介護掛金率は、左表のようになりました。

個人情報取り扱いについて

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は、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等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、医療費増嵩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等を作成しています。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に支給すること
- 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」等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となります。

新しく組合員になられた皆さんへ

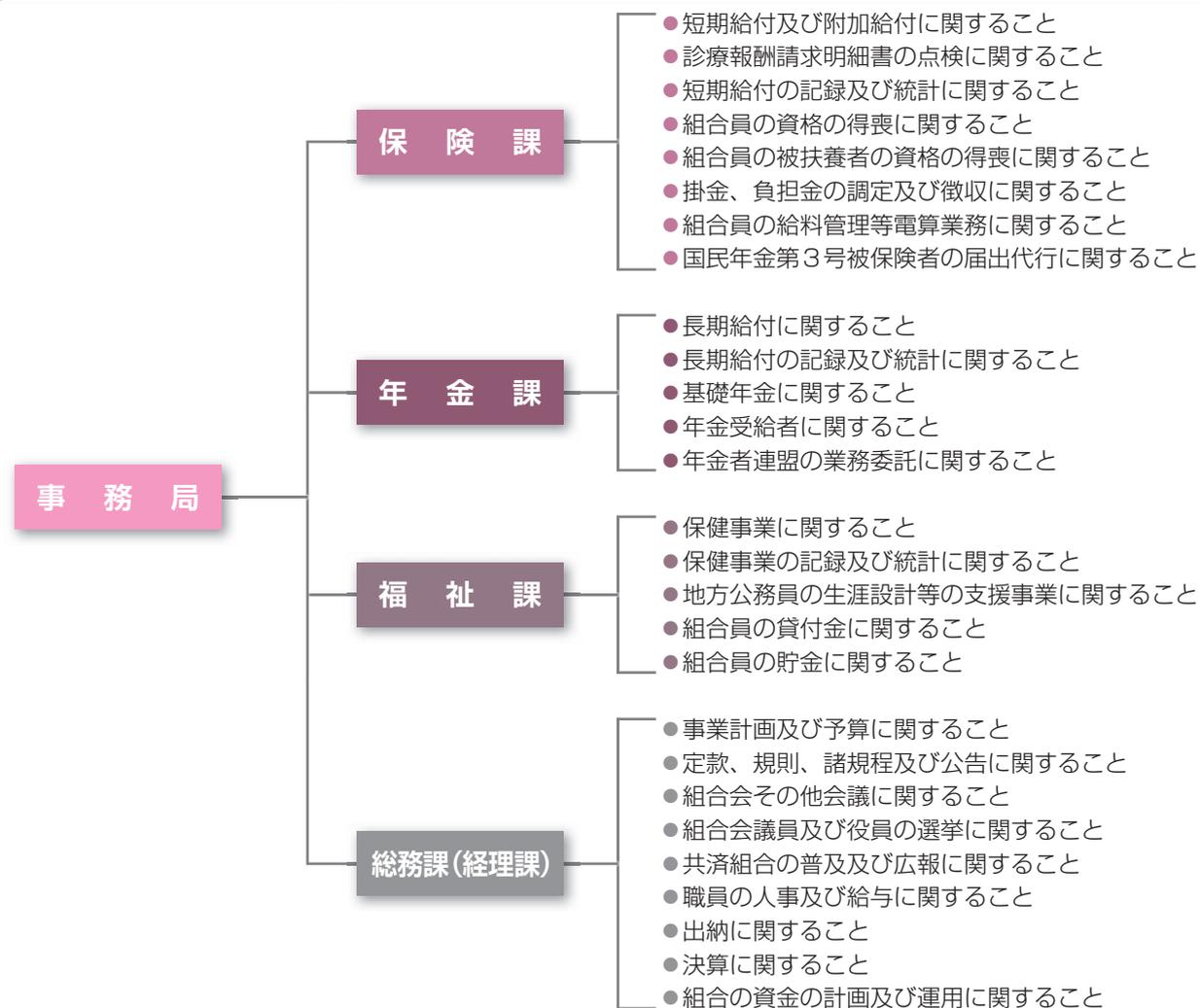
わたしたちは、皆さんの生活と福祉を支えます。

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り組合員とその家族（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設けられています。（地方公務員等共済組合法第1条）

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などを行っています。
- 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、その運用利益を利息として還元しています。
- 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



皆さんは 「共済年金」と「国民年金」の 加入者です

新たに組合員になられた方に、加入されている年金制度について、ご案内いたします。
 皆さんは、組合員になると同時に公務員の年金制度である「共済年金」の加入者となりました。
 また、現在の制度では、原則として20歳以上60歳未満の全ての国民は、「国民年金」に加入することになります。下図のとおり国民年金の第2号被保険者となり、共済年金と国民年金に同時に加入することになります。

加入する制度は次のようになります



公的年金のしくみ

国民年金 (基礎年金)	厚生年金保険 国民年金 (基礎年金)	共済年金 (共済組合) 国民年金 (基礎年金)	国民年金 (基礎年金)
第1号被保険者	第2号被保険者		第3号被保険者
自営業者	民間サラリーマン	公務員	サラリーマンの妻など
20歳以上60歳未満の自営業者・自由業者とその家族、学生	厚生年金保険の被保険者	共済組合の組合員	第2号被保険者の被扶養配偶者(20歳以上60歳未満の妻、または夫)

※詳細については、「平成23年度版 共済組合ミニガイド」をご覧ください。

*次回は、共済年金の種類等について、ご案内します。

貸付事業の申込み締切時期等のお知らせ

～返済計画をきちんと立てて、無理なく確実に返済を！～

普通・住宅・災害・在宅介護対応住宅・特別（医療・入学・修学・結婚・葬祭）・高額医療貸付・出産貸付の申込みは、下記の申込みの締切時期等に所定の事項を記入のうえ、理事長が別に定める書類を添付して各所属所の共済事務担当課へ提出してください。

各貸付申込書は、所属所を經由して当共済組合へ送付していただくことになります。

なお、各貸付けに関する、申込み時期や限度額等につきましては、別に配布しています「平成23年度版 共済組合ミニガイド」をご覧ください。

1 貸付申込締切日・決定日及び交付日

下表の貸付申込み締切日は、共済組合の締切日です。

なお、共済組合への送付等の関係上、所属所における締切日が異なりますのでご注意ください。

貸付けの種類	貸付申込締切日	貸付決定日	貸付金の交付日
普通貸付	貸付決定日の前日	毎月 1日	貸付決定日が1日の場合 ・・・当月25日
災害貸付			
特別 医療		毎月 15日	貸付決定日が15日の場合 ・・・翌月10日
入学			
修学 結婚 葬祭			
住宅貸付	貸付決定月の前月25日	毎月 1日	当月 25日
高額医療貸付	随時	随時	随時
出産貸付	随時	随時	随時

※貸付け申込み締切日及び交付日が休日の場合はその前日とし、貸付決定日が休日の場合はその翌日。

2 団体信用生命保険事業（だんしん）の加入申し込みについて

ア. だんしん

共済組合の貸付金を借り受けている方が、その貸付金の償還中に、万一、死亡もしくは高度障害となった場合、その貸付金の債務残高を保険金で相殺することで、本人やその家族のために退職手当等の財産を確保することを目的とした保険制度です。

イ. 債務返済支援保険

アのだんしんに加入されている方で、共済組合の貸付金を借り受けている方が、その貸付金の償還中に、万一、病気やケガでやむなく長期間休まれた場合に、休まっている間、貸付償還金相当額の保険金をご本人に支払われる（30日間の免責期間経過後も引き続き休職している場合、最長3年間）ことで、貸付金の償還を気にすることなく安心して治療・療養に専念できることを目的とした保険制度です。

ウ. 団体信用生命保険事業への申込み時期

だんしんの加入資格を満たしている方で、だんしん加入をご希望される場合は、各種貸付け（高額医療貸付・出産貸付を除く）を申し込む際に団体信用生命保険加入申込書によりお申し込みください。

「日本貸金業協会ホームページ」・ 「消費行動診断・家計管理診断」のリンクについて

当共済組合において、破産・民事再生等で貸付事故となる方の大多数が、消費者金融等の貸金業者からの借入れがある多重債務者であり、複数の業者からの借入れや、繰り返しの借入れを行っている方が多く見受けられます。貸金業者の中には、超高金利の貸付けや詐欺まがいの行為により貸付けを行っている悪質な業者も存在しており、これらの存在を知っておくことで、悪質な業者からの借り入れの防止となります。

日本貸金業協会では、同協会ホームページにおいて、悪質業者及び相談窓口に関するページ、また、消費者行動診断や家計管理診断等ができるコーナーも設けられており、借入れの際の自己診断に役立てることができます。

当共済組合ホームページのトップページ（裏表紙参照）より、「日本貸金業協会ホームページ」及び「消費行動診断・家計管理診断」にリンクするバナーを設けましたので、ぜひご利用ください。

組合員の
皆様へ

保証人について 正しい知識を持ちましょう!

保証人になってくれと頼まれている方はもちろん、今すぐでなくても保証人を頼まれることは一生に何度か訪れると思います。ただし、保証人と一言でいっても民法上の保証人と身元保証の身元保証人があります。ここでは、金融機関等の債権者と保証契約によってなされる保証人についてお示しします。

この保証人には、単なる「保証人」と「連帯保証人」があり、両者には大きな違いがあります。どちらの保証人になるにせよ、責任が重いことには変わりはありませんが、特に連帯保証人は、取り返しのつかない重い責任を負うことになりかねません。

今後のためにもその違いをよく認識し、正しい知識を身につけることが必要です。

保証人

単なる保証人とは、「主たる債務者がその債務を履行しないときに、その履行をする責任を負う者」と民法に規定されています(民法446条)。すなわち、主たる債務者がお金を返済しない場合に、借りた人に代わって、そのお金を返済することを約束した人です。

また、保証人には、以下に掲げる3つの権利が与えられています。

① 催告の抗弁権(民法452条)

債権者が債務者よりも先に保証人に支払い請求してきた場合、自分より先に債務者に請求するように言う権利。

② 検索の抗弁権(民法453条)

債権者から保証人が請求を受けた際に、債務者に財産があることを証明し、その請求を拒否できる権利。

③ 分別の利益(民法456条)

保証人が複数名いる場合、一人が負うべき保証債務は頭数を平等に分けて分担した金額のみとなります。

連帯保証人

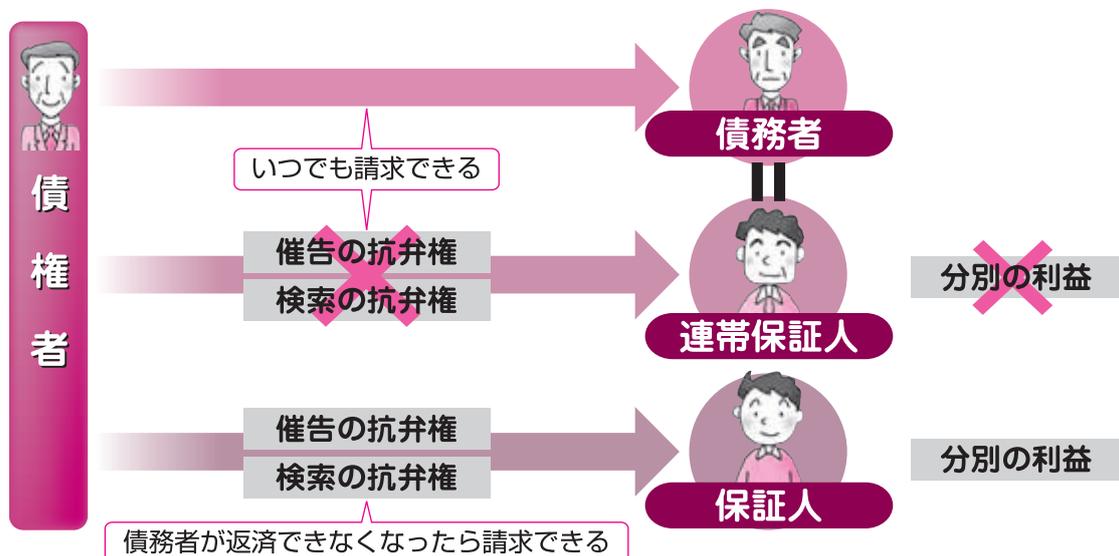
一般的に、金銭消費貸借契約において保証人といえば、連帯保証人のことを指します。そして、連帯保証人は、単なる保証人と違い、**債務者とともに債務返済の責任を負うこと**となります。

連帯保証人=債務者

連帯保証人には、保証人に与えられている「催告の抗弁権」、「検索の抗弁権」がありませんので、債権者からいついかなる場合に請求を受けても拒否できません。また、「分別の利益」もありませんので、連帯保証人一人ひとりが債務者と同様に債務の全額を保証しなければなりません。



保証人および連帯保証人の契約・権利関係



連帯保証契約には十分注意してください

連帯保証人は、法律上債務者と同等の立場、同等の責任を負う存在です。

債権者は、債務者でも連帯保証人でも好きなほうに支払い請求することができますし、連帯保証人が複数名いる場合は、取りやすい相手に絞って全額請求することもできます。

連帯保証人になったら、常に債権者に支払い請求する機会を与えてしまっているようなものですから、請求されても法的に弱い立場となりたいへん危険です。



破産原因の1位は保証人関連

下の表に見られるとおり、平成20年度の破産原因の1位として保証人関連の事故が3割以上をしめており、2位のローンの失敗を大きく引きはなしています。つまり、自らの借金以上に他人の借金が原因で破産に至ったことを数値が示しています。

市町村・都市共済における貸付事故原因の統計

◆破産の場合（平成18～20年度）

破産原因	年度	平成18年度		平成19年度		平成20年度	
		延件数	割合	延件数	割合	延件数	割合
保証人関連		64	31.37%	68	45.03%	50	30.30%
ローンの失敗		40	19.61%	25	16.56%	30	18.18%
浪費		15	7.35%	14	9.27%	21	12.73%
生活費		18	8.82%	11	7.28%	22	13.33%
子の養育・教育費用		22	10.78%	4	2.65%	7	4.24%

※1人で複数の原因がある場合は、該当するすべての原因に件数を算入しています。

家族や親しい人に保証人を頼まれてもよく検討してください！

昨今、保証人になり、借金の肩代わりをさせられた挙げ句、破産や個人再生の申立てをせざるを得ない状況になってしまう方が少なくありません。

家族、親族、友人等から「絶対に迷惑をかけないから保証人になって欲しい」と言われ、しかたなく保証人になってしまうケースもあると思われませんが、あまりの責任の重さにどうすることもできず「恨む以外に方法がない」ということにもなりかねません。

ご印鑑を押す前に以下のことを自問して、もう一度検討してください。



- 1 保証人になることの危険性を認識していますか？
- 2 債務者の借金のために、自己の人生を犠牲にできますか？
- 3 債務者の借金のために、家族をトラブルに巻き込むことができますか？

最低限度の基礎知識を取り入れておくことで、その時がきても慌てずに落ち着いて行動ができるようにしましょう。

貯金事業のご案内



新しく組合員になられた方、まだ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、次のとおりご案内いたします。

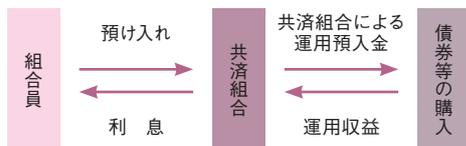
なお、貯金事業に関する、払戻しや積立額の変更等の事務手続きの詳細につきましては、別に配布しています「平成23年度版 共済組合ミニガイド」をご覧ください。

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. 組合員貯金の利率

年利1.2%（平成23年4月1日現在）です。
ただし、一般の金利情勢を勘案して適宜利率変更されます。

4. 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、500円以上で100円単位）。
- ボーナス積立…6月・12月の期末・勤勉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、500円以上で100円単位）。
- 臨時積立…随時に任意の額の預け入れができます。

5. 組合員貯金に加入できる方

当組合の組合員（任意継続組合員を含む）及び公益法人等への派遣制度にと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。

6. 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」を所属所共済事務担当課を通じ、加入しようとする月の前月27日までに本組合へ提出してください。

7. 払戻日及び各請求書の締切日は下表のとおりです。

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

電話健康相談ご利用案内

健康の悩みは、すぐダイヤルしてください。
すばやく、的確に、やさしくサポートします。

フリーダイヤル
0120-03-1199

● 年中無休 24時間受付 ● 電話料も相談料も無料

- 健康（心の相談）に関すること
病気の症状・病気の心配・薬の疑問・心身の不調など
- 育児や介護に関すること
育児の不安・高齢者のケア・介護など
- 健康に関する情報の提供
食事・運動・睡眠・休養に関することなど
- 福祉機関の施設に関すること
医療・介護・保育等の福祉機関の施設についてなど
- その他、健康全般に関することは何でもご相談ください。

※「電話健康相談」ご利用にあたって

電話健康相談は、一般的な助言の範囲内で健康にかかわる相談のみを行っています。診断、治療等の医療行為を行うものではありません。電話相談事業では、個人情報保護法を遵守しています。また、相談員は相談者のプライバシーを厳守し機密を保持します。ご相談内容が他に知られることは絶対にありません。

※この電話健康相談は、当共済組合が信頼できる専門機関に依頼して開設しているものです。

メンタルヘルス相談ご利用案内

組合員及び家族の健康づくりを目的として、メンタルヘルス相談を下記のとおり行っています。

メンタルヘルス相談をご利用できる方

奈良県市町村職員共済組合の組合員及びその家族
(被扶養者及び同居する家族)

相談員 「ハートランドしぎさん」に勤務する臨床心理士

相談場所 財団法人信貴山病院 ハートランドしぎさん

利用方法 利用者本人が、相談予約専用電話で臨床心理士に直接、相談日時の予約をしてください。

- 受付時間：火・木曜日 午前10時から午後5時まで
【日・祝祭日及び年末年始（12月30日～1月3日）を除く】
- 相談予約専用番号 0745-72-5307
- 予約した日に、カウンセリング室で組合員証または組合員被扶養者証を提示してから、メンタルヘルス相談を受けてください。
※カウンセリングの際、医師の診察及び診断は行いません。

相談時間 受付時間内で1回につき60分以内

費用負担 相談料は共済組合が負担

※ただし、同一内容のカウンセリングは、1人3回を限度とします。

実施期間 毎年4月1日から翌年3月31日までの期間

プライバシー 個人情報保護法を遵守し、相談員は、相談者のプライバシーを厳守し機密を保持します。

平成 23 年 4 月以降の

出産費（家族出産費）について

平成 23 年 4 月以降の出産費及び家族出産費（以下「出産費等」といいます。）について、以下の見直しが行われましたのでお知らせいたします。

1 引き続き、支給額は42万円^(注)とされました。

平成 21 年 10 月 1 日から平成 23 年 3 月 31 日までの経過措置として、出産費等の支給額は 42 万円とされてきましたが、平成 23 年 4 月 1 日以降も引き続き 42 万円とされました。

^(注) 在胎週数が 22 週に達していないなど、産科医療補償制度加算対象出産でない場合は、39 万円。

2 直接支払制度の導入による負担が大きい分娩医療機関等においては、新たに受取代理制度が導入されました。

年間の分娩件数が 100 件以下の診療所、助産所や、正常分娩に係る収入の割合が 50% 以上の診療所、助産所を目安として、厚生労働省に届出を行った分娩医療機関等については、新たに受取代理制度の導入が可能となり、窓口での負担軽減が図られます。



● 受取代理制度とは……

組合員が出産費等の請求を行う際、出産する分娩医療機関等にその受け取りを委任することにより、分娩医療機関等へ共済組合から直接出産費等が支給される制度です。

[参考] 直接支払制度とは……

出産費等の請求と受け取りを、組合員に代わって分娩医療機関等が行う制度で、出産費等は分娩医療機関等へ支払機関を経由して直接支給されます。

※直接支払制度または受取代理制度を導入する分娩医療機関等で出産する場合でも、その制度を利用するか否かの選択が可能です。

70 歳～ 74 歳の方に係る

医療費自己負担割合について

70 歳～ 74 歳の方に係る医療費の自己負担割合は、現役並み所得者を除き平成 20 年 4 月から法令上 2 割負担とされましたが、軽減特例措置の実施により平成 23 年 3 月まで 1 割負担に据え置く措置が講じられてきました。この措置が引き続き平成 24 年 3 月まで 1 年間延長されます。

平成23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		
成人病健診 (一次検査)	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検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
精密検査 (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、組合が指定する医療機関において順次実施 (医療機関については、当共済組合ホームページをご覧ください) 検査の種類 1. 胃部精密検査 2. 大腸精密検査	7月～2月
委託定期健康診断	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
特定健康診査・ 特定保健指導	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 (医療機関については、当共済組合ホームページをご覧ください) 2. 特定保健指導 特定健康診査の結果から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
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 (医療機関については、当共済組合ホームページをご覧ください) コース ・日帰りコース ・1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24年3月26日
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 (医療機関については、当共済組合ホームページをご覧ください) 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 共済組合が全額負担 (上記1及び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、マンモグラフィーまたは、乳腺超音波検査 (エコー)を受診された場合に一部助成 (2,000円助成) を実施	受診券配布後～ 平成24年3月26日
NEW 歯周病健診	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の組合員に健康の保持増進のため実施 (18頁参照)	6月～3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 0120-03-1199 (通話料・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)	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」で健康情報の提供を実施 (http://www.kyosai-nara.jp/) 1. トリアージュ笑顔・・・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 4. メニューBOOK 365日・・・便利なメニュー集	年間

2. 保養関係		
助成額 引き下げ 保養施設利用助成	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 (利用前に各所属所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2,500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) ※平成23年度より助成金額が 2,500円に変更 (平成22年度 3,000円) 1. 四季の宿やまと代替施設 2. 協定施設 3. 契約施設 (上記の各施設については、当共済組合ホームページをご覧ください)	年間

3. 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 間
---------	---	-----

4. 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

5. その他事業		
災害見舞品配布	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定款第37条第2項の規定に該当する場合に配布 ・短期給付の災害見舞金が2カ月以上に該当・・・50,000円 ・短期給付の災害見舞金が0.5～1カ月該当 ・短期給付の災害見舞金付加給付のみ該当	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 （取扱い旅行会社については、当共済組合ホームページをご覧ください）	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 （取扱い旅行会社については、当共済組合ホームページをご覧ください）	年 間
優待割引等	当共済組合が契約する 弁天座 の入場券販売窓口において、組合員証または組合員被扶養者証を提示することで、 当日入場券を割引	年 間
	当共済組合が契約する 奈良健康ランドの入館料・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	
	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	
	ビジョンメガネ全店舗 において、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	

廃止 平成23年度より、健康家庭表彰事業を廃止いたします。

健診を受けましょう!!

～健康は、自分のため・家族のため～

生活習慣病などの早期発見・早期治療のためにも、定期的に健康診断を受けて、自分自身の健康状態を把握し、健康維持に努めましょう。

健康診断の結果は、貴重な情報源であり、健康のパロメーターです。健康保持や増進は、あなたが主役です。

皆さんが、健康な毎日を送れるよう共済組合もお手伝いします。

平成23年度疾病予防対策事業として、次の健診が始まります。



特定健康診査	①組合員・・・下記の間人ドックまたは委託定期健康診断を受けることで特定健康診査を受診したとみなします。 ②被扶養者及び任意継続組合員・・・特定健康診査受診券を配布しますので、検査機関または医療機関において受診していただきます（人間ドックを申し込まされた被扶養者の方には、特定健康診査受診券の配布は行いません）。
人間ドック	4月から指定医療機関による人間ドック及び婦人科健診が始まります。
婦人科健診	※人間ドック・婦人科健診とも、平成23年度の募集は終了しています。
成人病健診	5月下旬から各所属所への巡回健診による成人病健診（1次検査）及び委託定期健康診断が始まります。
委託定期健康診断	

新規保健事業



歯周病健診を実施します

当組合では、平成23年度より、疾病予防対策の一環として、糖尿病等全身疾患とも密接な関係にある歯周病に着目し、歯周病の早期発見、早期治療を行うことを目的に歯周病健診を実施することとしました。

対象となる方は、ぜひこの機会に健診を受けて、歯の健康状態をチェックしてください。

■ 対象者

平成23年度内に40歳以上5歳刻みの年齢に達する組合員
(40歳、45歳、50歳、55歳、60歳)

■ 健診内容

歯周組織の検査、問診、指導

■ 実施医療機関

奈良県歯科医師会と提携した奈良県内の歯科医院
※実施できる歯科医院につきましては、受診券配布時にお知らせいたします。

■ 健診期間

受診券配布後から平成24年3月31日

■ 健診の方法

- ①歯周病健診の該当者には、当組合より「受診券」及び「受診票（問診票）」を所属所を通じ配布いたします（6月中旬頃を予定）。
- ②希望する歯科医院に電話予約します。
- ③検査要綱に沿った歯周病健診を行います。健診結果に基づく歯の治療を行う場合は、保険診療となりますので、「組合員証」を持参ください。
- ④健診終了後、健診結果に基づき指導及び説明があります。

■ 自己負担額

1,000円（共済組合負担3,000円）
健診当日、窓口へ一旦全額（4,000円）お支払いいただき、後日当共済組合にご請求いただくことで、自己負担額を除く差額分を給付金等振込口座に送金いたします。

歯周病とは・・・

歯の周りの歯ぐき（歯肉）や、歯を支える骨などが破壊される病気で、かつては歯槽膿漏と呼ばれていました。

口内には300種類以上、1000億から1億個もの細菌がすんでいます。歯みがきがたりないと、細菌がプラーク（歯垢）という塊になって歯に付着し、さらに増殖します。虫歯も歯周病も、増殖した細菌による感染症です。

口内にすみついた細菌は、虫歯や歯周病を招くばかりか、歯ぐきの炎症や化膿した場所から血管に入り、血液によって全身に運ばれてさまざまな病気を引き起こします。歯周病は、40歳以上の85%がかかっている病気で、これを放置しておくと、糖尿病などの生活習慣病やガンになるリスクが大きくなります。特に、毒素や組織破壊性の酵素を産生する歯周病菌は、心臓病や脳卒中の発生にも関連していますので、事前に予防することが重要です。

この健診事業は、5歳刻みの年齢の方に実施することとなっていますので、対象となられた方は歯に対する正しい知識を身につけるためにも、ぜひこの機会に受診されることをお勧めします。

ジェネリック医薬品を活用し お薬代を節約しましょう！



ジェネリック医薬品ってどういう薬？

ジェネリック医薬品は、厚生労働省が先発医薬品と同等と認めた医薬品です。先発医薬品の特許満了後に、有効成分、分量、用法、効能及び効果が同じ医薬品として新たに申請され、製造・販売される安価な医薬品です。

ジェネリック医薬品の利点は？

平均するとジェネリック医薬品のお薬代は、先発医薬品の約半額ですので、医療費が大きく節約できます。

ジェネリック医薬品を活用するには？

受診の際に医療機関の窓口で、この共済ニュースと併せて配布しています「ジェネリック医薬品希望カード」を提示して、ジェネリック医薬品の処方希望を伝え積極的に利用しましょう。カードが無い場合でも、ジェネリック医薬品を希望することを申し出いただくことで、利用することができます。

自分が使用している薬のジェネリック医薬品はどうしたら分かる？

日本ジェネリック医薬品学会ホームページにアクセスしてください。

『かんじゃさんの薬箱』 <http://www.generic.gr.jp>



「平成22年度 退職予定者等年金相談会」の実施報告

「平成22年度の退職予定者等年金相談会」は、県内10箇所の会場において開催し、各会場の総数409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23年度 退職予定者等年金相談会」開催のお知らせ

「平成23年度退職予定者等年金相談会」は、平成23年度末に退職予定である58歳以上（昭和29年4月1日以前生まれ）の組合員及び元組合員の方々を対象とし、県内10箇所の会場において開催いたします。

この年金相談会では、おもに、個別に年金額の提示を行い、再就職による年金の一部支給停止、複数年金受給による併給調整などの共済年金制度や、退職後の健康保険に関する説明を行うとともに、それに伴う年金請求手続きや様々な報告、届出についてのご案内をさせていただきます。

年金相談会の開催時間については、全体での説明を約1時間30分程度行い、その後、個別相談の希望者（ご質問等がある方）に対しては、個別に相談の時間を設けさせていただくこととなります。（個別相談の無い方については、全体説明終了後お帰りいただいて結構です。）

なお、年金相談会への参加にあたっては、各所属所を通じて事前にお申込みいただく必要があります。参加お申込み方法及び開催予定会場等については、次のとおりとなりますのでご確認ください。

【1. 参加申込み方法について】

参加募集等にかかる通知につきましては、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ご記入のうえ、当共済組合に提出していただくこととなります。（この申出書に記載いただいた情報は、年金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扱いたします。）

なお、申し込みは各所属所で取りまとめて行っていただ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。）

【2. 開催予定会場について】

次の日程で開催を予定しておりますので、都合に応じて参加希望の開催場所をお選びいただき、ご参加ください。（会場の定員を超えることとなった場合などには、人数調整をさせていただくこともあり、場合によっては日程変更となることもありますので、あらかじめご了承ください。）

平成23年 8月中旬	あらかしホール（大淀町）	8月下旬	生駒市コミュニティセンター（生駒市）
9月初旬	奈良県社会教育センター（葛城市）	9月中旬	王寺町やわらぎ会館（王寺町）
10月上旬	天理市立中央公民館（天理市）	10月下旬	まほろばセンター（桜井市）
11月中旬	猿沢荘（奈良市）	11月下旬	奈良県産業会館（大和高田市）
12月中旬	五條市立中央公民館（五條市）	12月下旬	橿原文化会館（橿原市）

※ 開催場所の後ろの（ ）内は、その施設の所在する市町村名を示しています。

※ 開催日程及び開催会場については、都合によって変更となる場合もございますので、参加いただくにあたりましては、各所属所共済事務担当課までお問い合わせください。

※ なお、参加にあたりましての会場までの交通費は、自己負担となります。（会場により駐車料金が必要となる場合もありますので、あらかじめご了承ください。）

※ 開催場所によって開始時間が異なりますので、詳しくは共済事務担当課までお問い合わせください。

在職中でも退職共済年金のご請求を

— 60歳に到達される皆さんへ —

在職中であっても次の①～③のすべての要件に該当すると退職共済年金の受給権が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。

受給権発生（①～③すべてに該当）

- ① 1年以上の組合員期間がある ② 組合員期間等^(※1)が25年以上ある ③ 60歳に到達した^(※1)組合員期間等…公務員・厚生年金保険・国民年金・私立学校教職員の期間等を合算した期間です。

なお、退職共済年金は在職中の場合、支給停止^(※2)となりますが、この請求により60歳到達時点までの年金額が確定されるため、退職後の生活設計の参考にしていただけます。

そこで次のとおり退職共済年金の請求等についてご案内いたします。

^(※2)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。

請求手続き

60歳到達日以降、所定の請求様式に必要書類を添付していただき、所属所を通じて請求を行ってください。

* 詳細につきましては、共済事務担当課にお問い合わせください。



年金証書等の交付

全国市町村職員共済組合連合会での年金の決定後、年金証書は所属所を通じて請求者の方々に交付いたします。

障害共済年金の 加給年金額対象者の範囲が拡大されます

障害等級が1級または2級の障害共済年金の受給権者について、加給年金額の加算の対象となる範囲が平成23年4月以降拡大されることになりました。

現行法

年金の受給権が発生したときに生計を維持する^(※3)65歳未満の配偶者を有していなければ、その後結婚して配偶者を有することとなっても加給年金は加算されません。



改正法

平成23年4月～

年金の受給権が発生した後も、結婚し生計を維持する65歳未満の配偶者を有したときには、加給年金額が加算されます。

^(※3) 生計を維持するとは、生計を共にしていた者のうち恒常的な収入額が将来にわたって年額850万円未満と認められる者となります。

(注) 加給年金額対象者と認定されても、配偶者自身の組合員期間（被保険者期間）が20年以上または20年以上とみなされる退職の年金または障害の年金を受け取れる場合は、加給年金額は停止となります。

平成23年度の年金額のお知らせ

平成23年度の年金額は、0.4%の引き下げとなります。

総務省より平成22年平均の全国消費者物価指数の対前年比変動率について、マイナス0.7%となったことが公表されました。

既裁定者については、法律上、直近の年金額引き下げの年（平成17年の物価が基準）よりも物価が下がった場合は、これに応じて年金額を改定することとしています。

平成22年の物価は、基準となる平成17年の物価と比較してマイナス0.4%となったことから、平成23年度の年金額は0.4%の引き下げとなります。（4・5月分が支払われる6月15日の支払いから、額が変わります。）

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お持ちの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。

本組合の被扶養者認定要綱等の一部見直しを行っています

医療費の増高や拠出金の増加が共済組合の財源に影響を及ぼし、短期財源率の上昇を招き組合員の皆さんから徴収する掛金及び地方公共団体からの負担金の増加の一因となっています。

このことから短期給付財政安定化計画に基づき被扶養者認定の適正化を図るため、他県市町村職員共済組合及び健康保険組合の被扶養者認定基準等を参照し本組合の被扶養者認定要綱及び取扱い基準の変更を現在検討しています。

【主な見直しの検討内容】

- ① 所得年額等の算定方法及び所得年額の範囲の見直し
 - ・給与所得について、1年以内の累積額ではなく、毎月の収入で判断するかどうか
 - ・年金所得の範囲について、企業年金や個人年金等の私的年金を認定上の所得の範囲に含めるかどうか
 - ・事業所得における必要経費のうち給料・賃金を認定上の必要経費の範囲に含めるかどうか
- ② 主たる扶養義務者の確認方法の見直し
認定を受けようとする者について、扶養手当が支給されている場合であっても、他の扶養義務者の有無及び所得額の確認を行うかどうか
- ③ 別居者の認定の見直し
組合員から別居者への仕送り額の確認方法をどのようにするか

上記に記載しました見直しの内容については、あくまで現時点において検討中のものです。

五月病

注意報

もしかして、五月病?

CHECK!

- 生活環境ががらりと変わった
- がんばり屋だと周囲の人に言われる
- やる気が出ない
- 熟睡できない
- 体がだるい
- 頭痛、腹痛が頻発している
- わけもなく不安だ
- 気分が沈んで憂うつだ
- 人間関係に悩んでいる

就職や転属など、生活環境が変わることの多い春は、知らないうちに疲れをため込みがち。そんな時期に気をつけたいのが五月病です。「心のかぜ」と思ってほうっておくと、より深刻な状況になりかねません。おかしいなと思ったら無理をせず、心と体を上手にケアして春を元気に過ごしましょう。



五月病の症状

体に

・体がだるい
・熟睡できない
・頭痛がする
など

心に

・わけもなく落ち込む
・やる気が出ない
・なぜか不安を感じる
など



かかりやすい人

- 新入生
- 新社会人
- 人事異動した人
- きまじめ、几帳面な人
- がんばり屋

要因

- 緊張からの解放
- 脱力感=目標の喪失
- 疲労
- 現実への失望
- 新しい環境への不安・不満
- 自信喪失・挫折

毎年5月ごろの新入生や新社会人に多く症状がみられ、きまじめで几帳面な人がかかりやすいとされていた五月病。しかし、人事異動など新しい環境になった人を含め、誰でも油断は禁物です。心や体に疲れがたまると、やる気が出ない、気分が沈みがち、体調がすぐれないなど、さまざまな症状があらわれます。

知っていますか?
五月病

五月病の
対策・予防法

五月病は、長引くと遅刻や欠勤が増えたり、自分の殻に閉じこもり、うつ病になってしまう場合もあります。そのなる前に、心と体をケアしましょう。

① 体をリフレッシュさせる

十分な睡眠をとって、体を休める。ふたんだスクワークが多い人は、適度な運動の後の睡眠が効果的。

② 話を聞いてもらう

誰かに悩みや不安を話すことで、心の負担は軽減されることが多い。一人で抱え込まないことが大事。

③ 健康的な食生活

1日3食を規則正しくとり、生活リズムを整える。ビタミンやミネラルをたっぷりとって、ストレスに負けない体をつくる。

④ 目標を持つ・好きなことをする

新たな目標を持つたり趣味に没頭することで、意欲的になれる。

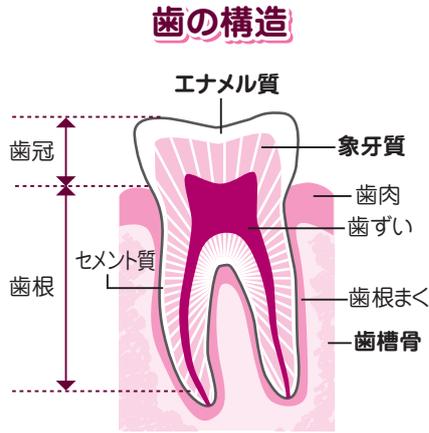


はじめよう!
デンタルケア

見なおそう デンタルヘルス

歯のしくみと役割

ものを食べるとき以外にも、歯は私たちの生活においてさまざまな役割を担っています。また、その歯が歯周病にかかってしまうと、炎症物質が血液中に流れ込んだり体内の働きを妨げたりして、糖尿病や心臓病のリスクを高めることがわかってきています。



エナメル質

歯のいちばん外側にある組織。人の体のなかで最も固い。

象牙質

歯すい(歯の神経や血管の集まり)を取り囲んでいる部分。むし歯がここまで進むと、しみたり痛んだりする。

歯槽骨

歯を支える骨。歯周病になるとこれが溶け、歯を支えられなくなる。

健康

- 食事(かみ切る、砕く、すりつぶす など)
- かむとだ液が出る→食べ物の消化を助ける
- かむことは脳を刺激し、活性化する

歯の役割

発音

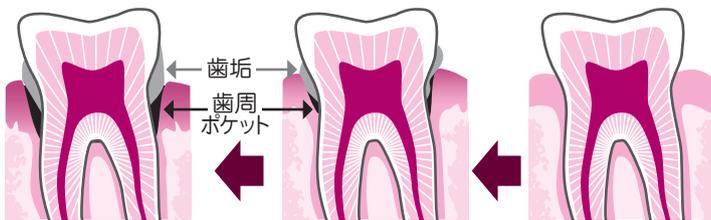
主にサ行や英語の“th”などの発音を助ける。

表情

顔の形や表情をつくる。歯並びや歯の色などは周囲からの印象に影響する。



歯周病のはじまり



軽度歯周炎

歯と歯茎の間に3mm以上の歯周ポケットという溝ができ、歯茎から出血したり膿が出る。歯槽骨が溶け始める。

歯肉炎

歯茎に炎症が起こる。素人目には、健康な状態と見分けがつかない場合もある。

健康な状態

歯茎がピンク色で引き締まっている。

予防法

歯周病菌のすみかである歯垢をためないこと、健康状態を維持し、免疫力を保つことが大切です。また、歯科医の定期検診を受けるようにしましょう。

- 適切な歯みがき習慣
- タバコを吸わない
- ストレスをためない
- よくかんで食べる
- かかりつけの歯科医を決め、定期検診を受ける

要注意!

軽度歯周炎からさらに進行すると、歯茎がぶよぶよとした状態になり、歯がぐらついてくる。末期症状に至ると、歯根が露出し、ものをかむことができなくなる。歯が抜けることもある。



歯の大敵! 歯周病

むし歯とともに歯を失う主な原因として挙げられるのが、歯周病。歯と歯茎の間にたまる歯垢(プラーク)の中にいる歯周病菌が、歯茎や歯槽骨を破壊していく病気です。痛みなどの自覚症状がなく、知らないうちにひどくなるケースが多いので要注意です。

歯は、おいしく食べて健康を保つのに欠かせないもの。それは当たり前のことですが、ふだんの生活では忘れがちなものです。日本人の約8割が歯周病患者といわれる今、もう一度歯の大切さを見なおしてみませんか。

いくつ知っていますか? **○×クイズ**

- 永久歯は、「親知らず」を入れて全部で32本
- 歯をおおっているエナメル質は、鉄より固い
- 奥歯が1本なくなると、かむ力は約40%低下する
- よくかむと、肥満防止になる
- かむことは、脳を活性化させる
- 歯周病は、生活習慣病と関係がある
- 歯周病は、自覚症状がなく進行する
- 喫煙は、歯の健康を害する

答えは…すべて○!

倶楽部すこやか★なら共済

当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、皆さん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公式ホームページ <http://www.kyosai-nara.jp/>



健康情報コンテンツ

症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 トリアージュ笑顔

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。

健康情報コンテンツ

ご利用法

- 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 「コンテンツのご利用にあたって」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。

- ▶ 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。申請書類はここからダウンロードできます。



- ▶ 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。



日本貸金業協会Webサイト

消費行動診断

あなたの消費行動に潜むリスクを、30項目のチェックでズバリ診断!

- | | |
|---------------------|-----------------|
| STEP 01 「自己コントロール度」 | STEP 02 「生活意識度」 |
| STEP 03 「金銭管理度」 | STEP 04 「消費意識度」 |
| STEP 05 「買物意識度」 | STEP 06 「危機感知度」 |

各STEPの質問にYESまたはNOで答えることで、総合リスク度や所見が診断されます。

家計管理診断

あなたの家計収支から、その健全性をチェック!

収支の変化、消費支出の見直しによる家計の健全性を試算します。

STEP 1 「家計収支の把握」 STEP 2 「家計収支診断」

STEP 3 「生活の変化」の各質問に答えることで、

STEP 4 「生活変化後の家計」であなたの家計の収支状況が診断されます。

日本貸金業協会ホームページ

- ・悪質業者の被害にあわないために
 - ・貸金業に関する「相談」、「苦情」、「紛争解決」などの窓口のご案内
 - ・悪質業者の検索
- その他、多重債務の防止等、貸金業に関する様々な情報が掲載されていますので、ご利用ください。

地共済年金情報Webサイト

こちらから年金見込額などの年金個人情報が閲覧できます

年金個人情報とは

- (1) 組合員期間
- (2) 前年度1年間の掛金納付額(組合員のみ)
- (3) 給料及び期末手当等の記録
- (4) 公務員共済に係る将来の老齢基礎年金(国民年金)見込額
- (5) 将来の退職共済年金の見込額

*ご利用申込み及びその手順等の確認については、当該サイトをご覧ください。

利用者専用ダイヤル

全国市町村職員共済組合連合会
年金部年金企画課

TEL 03-5210-4607

【利用時間：9：00～17：00(土・日・祝日を除く)】