

いばらき共済

2023
10月
No. 341



表紙写真：石岡市 里山の水車小屋

CONTENTS

- | | | | |
|----|--------------------------------------|----|--|
| 2 | マイナンバーカードの組合員証（健康保険証）利用について | 12 | 退職等年金給付は公務員独自の年金制度です |
| 4 | 共済制度をご紹介します！ 妊娠中から育児期間まで | 14 | 被扶養者資格継続調査へのご協力ありがとうございました |
| 5 | 3歳未満の子を養育している皆さんへ | 15 | 医療費の返還について/
こころとからだの健康相談 |
| 6 | 理事長の退任について/
ご利用ください 福利厚生倶楽部のご案内 | 16 | 草津保養所「アルペンローゼ」よりお知らせ |
| 7 | インフルエンザ予防接種助成事業のご案内 | 17 | プレゼントクイズ/血糖値を上げないレシピ |
| 8 | 人間ドック利用助成の申請はお早めに！ | 18 | 学校入学時に利用できる貸付のご案内/
住宅貸付・災害貸付を利用している方へ |
| 9 | 特定健診（健康診断）の受診をお忘れなく | 19 | 今年度も「共済愛情保険」の更新PRが始まります！ |
| 10 | 歯周病検診を受けていない皆さんへお知らせ | 20 | 大洗鷗松亭・協定保養所の休館について/
共済貯金払戻等のご案内 |
| 11 | 交通事故などで医療機関を受診するときは
共済組合にご連絡ください！ | | |

「いばらき共済」の発行月

4月

7月

10月

1月

茨城県市町村職員共済組合
<https://www.iba-kyo.com/>



マイナンバーカードの 組合員証（健康保険証）利用について

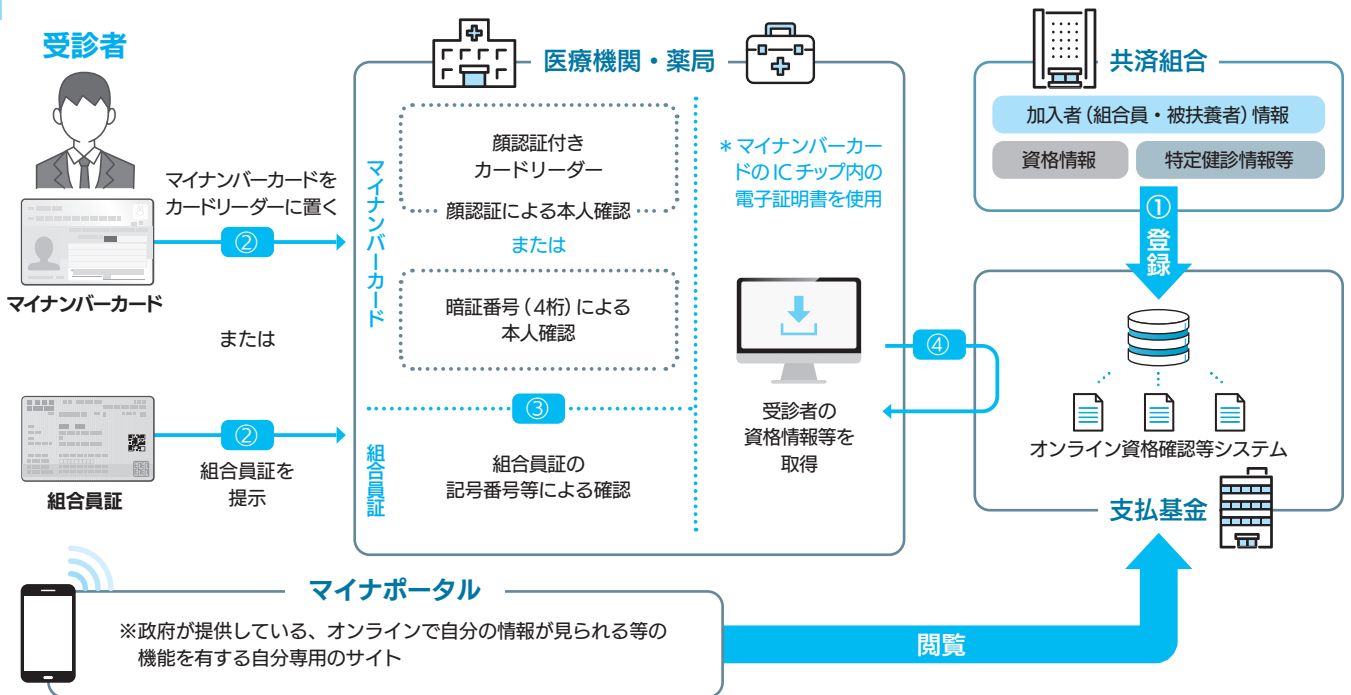
～医療機関・薬局で利用できます～

オンライン
資格確認



オンライン資格確認のしくみ

医療機関等を受診する際、マイナンバーカードのICチップまたは組合員証（健康保険証）の記号番号等により、オンラインで健康保険の資格情報が確認できます。

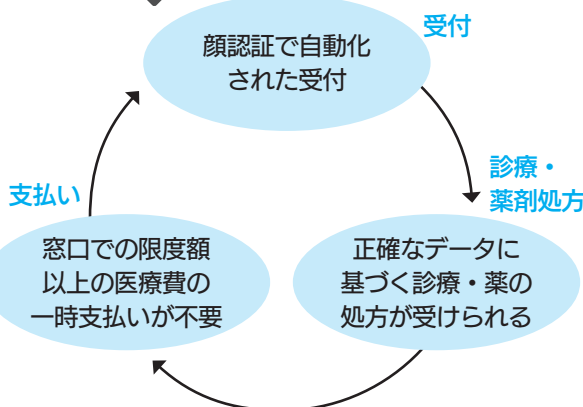


マイナンバーカード利用のメリット

通院においても、その他の場面でもマイナンバーカードの利用で便利になります。



いつもの通院等が便利に！



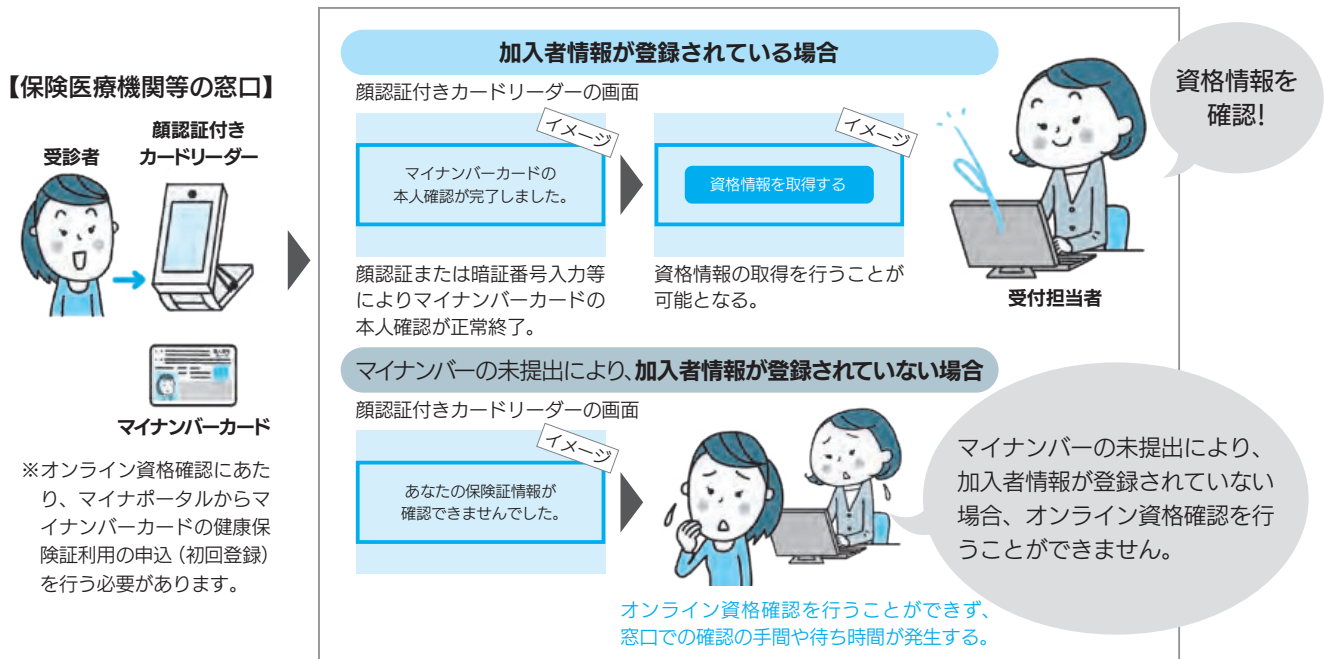
こんなところも簡単・便利に！

- 特定健診や薬の情報をマイナポータルで閲覧できる
- マイナポータルからe-Taxに連携し、確定申告が簡単に
- 健康保険証としてずっと使える



組合員・被扶養者の資格取得手続きには個人番号(マイナンバー)の記載が必要です

共済組合への加入(資格取得)手続きにおいて、組合員・被扶養者のマイナンバーを記載せずに届出した場合は、医療機関や薬局の窓口を設置している「オンライン資格確認等システム」に加入者(組合員・被扶養者)情報が登録されていないため、健康保険の資格や一部負担金限度額の確認に支障が生じる可能性があります。



マイナンバーカードによるオンライン資格確認を行うことができない場合

医療機関の窓口を設置しているオンライン資格確認等システムが利用できない場合(「資格(無効)」、「資格情報なし」と表示される等)は次の事項をご確認ください。

⚠ システムが利用できない場合に考えられる原因

- 共済組合で加入者情報の登録、確認が完了していない
- 加入者本人がマイナンバーカードの健康保険証利用の申込みをしていない(生涯1回のみ。)
- 機器不良等のトラブル

⚠ 対応

- 組合員証(健康保険証)を提示する
- ご自身のスマートフォンからマイナポータルにアクセスし、資格情報の画面を提示する
- 「被保険者資格申立書*」を記入し、医療機関の窓口へ提出する
※有効な組合員証が発行されているにもかかわらずオンライン資格確認ができない場合に、本来の自己負担額(3割または2割)での保険診療を行うため記載をお願いする様式です。

オンライン資格確認に関する照会について

詳細については、次のホームページ等をご参照ください。

【厚生労働省ホームページ】 https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08544.html

【マイナンバー総合フリーダイヤル】 0120-95-0178

※平日9:30～20:00 音声ガイダンスに従って、「4→2」の順にお進みください。

厚生労働省
ホームページ



お問い合わせ先

医療健康課 TEL 029-301-1413



共済制度をご紹介します！

妊娠中から育児期間まで



組合員本人や被扶養者が妊娠した場合、妊娠から出産、育児に関して当組合へ各種申請が必要になりますので、共済事務担当課をとおして当組合に申請してください。

制度内容詳細、
申請書類
はこちら

妊娠・産前休業



「妊産婦マル福」該当の申告

被扶養者の妊娠の場合も、必ず申告してください。



「産前産後休業掛金免除」の申出

産前42日から産後56日までに特別休暇の産前産後休業を取得した場合に申出をしてください。

※将来、年金額を計算する際は、免除期間も掛金を納めた期間として取扱います。



出産・産後休業



生まれた子の「被扶養者証(保険証)」の申請

ご自身の被扶養者として認定できる場合に申請します。

必ず誕生日から30日以内に申請してください。



「出産費(家族出産費)50万円」・「出産費(家族出産費)附加金3万円」の請求

(産科医療補償制度の対象とならない場合の出産費は48万8千円)

育児休業



「共済貯金の積立中断」の届出、「貸付・物資の償還猶予」の申出

育児休業を取得した場合、無給となるため共済貯金の積立を中断、貸付・物資の償還を猶予することができます。猶予した期間の償還分については、復職後に通常分と合わせて償還することになります。



「育児休業等掛金免除」の申出

育児休業を取得した場合は、産前産後休業と同様に掛金が免除となります。

なお、免除期間は、最長で育児休業対象の子が3歳に達する日の属する月の前月までです。



「育児休業手当金」の請求

3歳に満たない子を養育するため育児休業を取得した場合に、その子が1歳に達する日(その子が1歳に達した以後の期間について総務省令で定める場合に該当するときは最長2歳に達する日)まで支給します。

復職



「育児休業等終了時改定」、「産前産後休業終了時改定」の申請

復職後3ヵ月間の報酬に基づき、標準報酬月額に異動があれば、申出により改定を行うことができます。随時改定とは異なり、申出があれば従前と1等級差でも改定を行うことができます。

※産前産後終了時改定は、産前産後休業後に引き続き育児休業等を開始する場合は対象外



「養育期間標準報酬月額特例(養育特例)」の申請

※5ページをご覧ください。



「共済貯金の積立復活」の届出

復活できる月は、3月および9月のみとなりますので、共済事務担当課をとおして当該月の15日までに当組合へ報告してください。



お問い合わせ先

医 医療健康課 TEL 029-301-1413 年 年金課 TEL 029-301-1414 福 福利厚生課 TEL 029-301-1412

3歳未満の子を 養育している皆さんへ



養育特例とは？

3歳未満の子を養育する方は、勤務時間の短縮等により標準報酬月額が低くなるのが考えられます。

この場合、納付する保険料は低くなりますが、将来年金額を算定する際に用いる標準報酬月額も低くなるため、年金額は減少してしまいます。

しかし、**本人からの申出により**、保険料は低いままでも、養育前の標準報酬月額（従前標準報酬月額）で将来の年金額が算定され、年金額の減少を防止することができます。これを養育特例といいます。

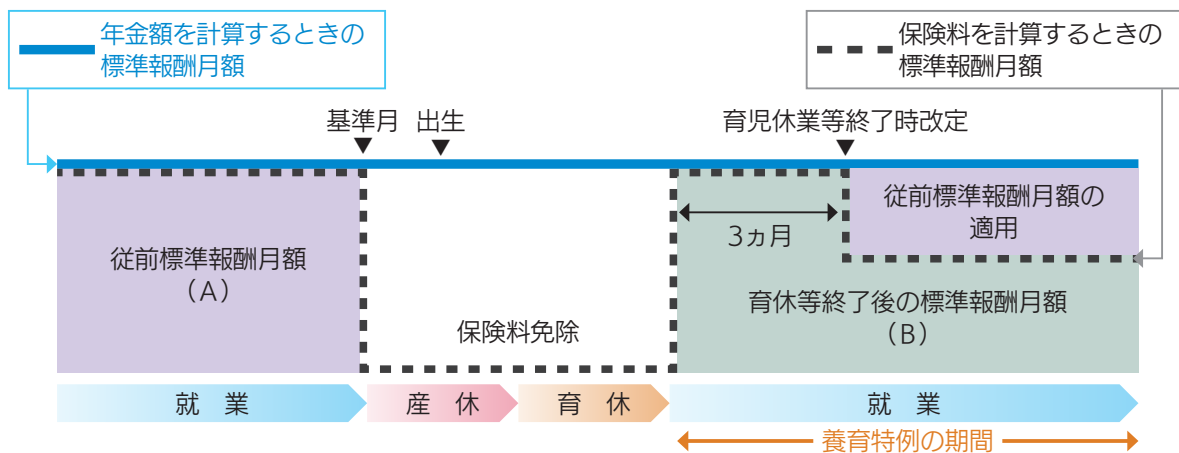
養育特例の対象者

3歳未満の子(*)を養育している組合員夫婦が、ともに組合員または厚生年金被保険者で、かつ同居している場合は、夫婦2人とも対象になります。

※3歳未満の子の範囲は、法律上の親子関係にある子（実子および養子）に加えて、特別養子縁組の監護期間にある子および養子縁組里親に委託されている子等です。

養育特例の事例

3歳未満の子を養育することとなった日の属する月の前月（基準月）の従前標準報酬月額（A）よりも、育児休業等終了後の短時間勤務等による標準報酬月額（B）が下回っている場合、年金額を算定するときは、従前標準報酬月額（A）が適用されます。



制度の詳細や手続きについては、こちらからご確認ください。
※短期組合員の方は、共済事務担当課へお問い合わせください。



お問い合わせ先

年金課 TEL 029-301-1414

育児休業手当金・介護休業手当金の給付日額上限額が変更になりました

育児休業手当金・介護休業手当金の給付日額は雇用保険法により上限額が設けられていますが、令和5年8月から次のとおり変更になりました。

●給付日額上限額

育児休業手当金	67%支給期間	13,878円	→	14,097円
	50%支給期間	10,356円	→	10,520円

※標準報酬月額が47万円以上の方は、給付日額上限額が適用されます。

介護休業手当金	15,266円（支給率67%）	→	15,513円
---------	-----------------	---	---------

※標準報酬月額が53万円以上の方は、給付日額上限額が適用されます。

休業給付について
詳しくはこちら



お問い合わせ先

医療健康課 TEL 029-301-1413

理事長の退任について

根本 洋治 氏(前牛久市長)におかれましては、令和5年10月2日をもって組合会議員及び理事長の職を退任されました。

根本前理事長は、平成29年5月から組合会議員に就任され、平成29年6月から理事に、令和5年5月からは理事長に就任され、共済組合の事業運営に多大なる尽力を賜りました。

なお、令和5年10月3日から後任の理事長が選出されるまでの間につきましては、地方公務員等共済組合法第12条第1項の規定に基づき、理事 木村 敏文 氏(坂東市長)が理事長の職務を行うこととなりましたのでお知らせいたします。



RELO CLUB

福利厚生倶楽部
FUKUKI KOSSEI CLUB



ご利用ください

福利厚生倶楽部のご案内




福利厚生倶楽部とは？ 日常的に使えるものから、いざという時に役立つものまであらゆるサービスを会員特別価格にてご利用いただけます。職場の仲間と、ご家族と、皆さまでご利用ください。

人気利用メニュー

申込No. 5012806

【対象店舗限定】コメダ珈琲店



会員特典
たっぷりサイズへの
サイズアップ無料

申込No. 5023903

TOHOシネマズ TCチケット
(コード配信)



TOHO CINEMAS.

会員特典
TCチケット 一般(大学生以上)
2,000円 → 1,500円

申込No. 5050326

アクアワールド茨城県大洗水族館
(電子チケット)



会員特典
入場券 大人
2,300円 → 1,900円

会員専用サイト ログイン方法

※各サービスの詳細・注意事項については会員専用サイトにてご確認ください。

STEP 1 www.fukuri.jp/iba-kyo にアクセスし、右上の「ログイン」ボタンをクリック

STEP 2 ログイン画面の会員IDとパスワード入力欄に
会員ID(10桁)：組合員証記号番号(例：999 0001234)
※番号は前に「0」をつけて7桁で入力してください。 記号 番号

パスワード(8桁)：生年月日(例：19890123)
※すでに本パスワードを登録されている方は今お使いのパスワードをご入力ください。

STEP 3 表示された画面に従い、「通知先メールアドレス」と「本パスワード」を設定
設定後、通知先メールアドレスとしてご自身で登録したメールアドレス宛に「会員ID」が通知されます。
会員IDと登録した本パスワードは大切に保管してください。



お申し込み・お問い合わせ

福利厚生倶楽部会員専用サイト

www.fukuri.jp/iba-kyo

福利厚生倶楽部カスタマーセンター

0120-982291

営業時間(平日) 10:00~18:00
(土日祝) 10:00~17:00

【ログインID・パスワードをお忘れの方】ログインページにある「※ログインID・パスワードを忘れた方はこちら」をクリック


令和5年度

インフルエンザ予防接種 助成事業のご案内

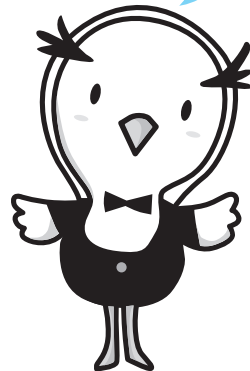


組合員およびその被扶養者を対象に健康保持増進と医療費抑制のため、インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。

実施要領は次のとおりですので、**注意事項**をよく確認のうえ、請求してください。

- **対象者** 組合員およびその被扶養者（任意継続組合員は除きます）
- **接種対象期間** 令和5年10月1日～令和6年1月31日
- **助成金額** 1人1回1,000円（1人複数回の助成が可能です）
- **請求方法** 当組合ホームページをご参照ください。📄 
- **当組合受付締切日** 令和6年2月29日（木）当組合必着
- **送金方法** 組合員の当組合登録口座に送金します。
個人宛送金通知書は交付しませんので、通帳等でご確認ください。
- **送金日** 当組合で受け付けた月の翌月になります。
11月28日、12月26日、1月29日、2月28日、
3月28日の送金になります。

MY HEALTH WEBによる
オンライン申請を
12月頃から開始予定！
詳細はホームページで
お知らせします。



注意事項

請求するときは、次の点に注意してください。

- ①接種年月日・被接種者氏名・自己負担額・予防接種の種類が明記された医療機関発行の領収書（原本または写しに所属所長の**原本証明を付した**もの）が必要です。
※接種済証明書は領収書の代わりとなりません。
- ②領収書は、被接種者ごとに発行されたものが必要ですが、2人以上または2回以上の接種をまとめた領収書の場合は、被接種者各々の氏名・接種年月日・接種年月日ごとの自己負担額・予防接種の種類**の明記が必要**となります。
- ③領収書に記載不備等があり、領収書余白に記載等を受けた場合は、医療機関の証明印が必要となります。
- ④市町村等でインフルエンザ費用の助成制度を実施している場合はそちらを優先し、その後の費用が1,000円以上の場合、当組合に請求してください。

▶ 被扶養者のいる組合員の方へ

～ 家族単位での請求のお願い ～

組合員分と被扶養者分の領収書を取りまとめて、**組合員1人につきインフルエンザ予防接種助成金請求書1枚**となるよう家族単位での請求にご協力をお願いします。

ご家族分
おまとめください



お問い合わせ先

医療健康課（健康増進係） TEL 029-301-1413

人間ドック利用助成の申請はお早めに！

当組合では、疾病予防対策事業の一環として、また高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病等の早期発見を目指して特定健康診査の項目を含んだ人間ドック利用助成事業を実施しています。

助成を受けるためには、申請方法にかかわらず受診日の1ヵ月前（31日前）までに人間ドック利用助成の申請手続きを行ってください。

申請方法の詳細等については、当組合ホームページでご確認ください。



【利用助成対象者および助成金額】

コース名	対象者	助成金額
短期人間ドック	30歳以上の組合員および被扶養者 (任意継続組合員含む。)	22,000円
脳併診ドック	30歳以上の組合員および40歳以上の被扶養者* *前年度特定健診受診者に限る。	36,000円
PET併診ドック	50歳以上の組合員	66,000円

人間ドックのページはこちら



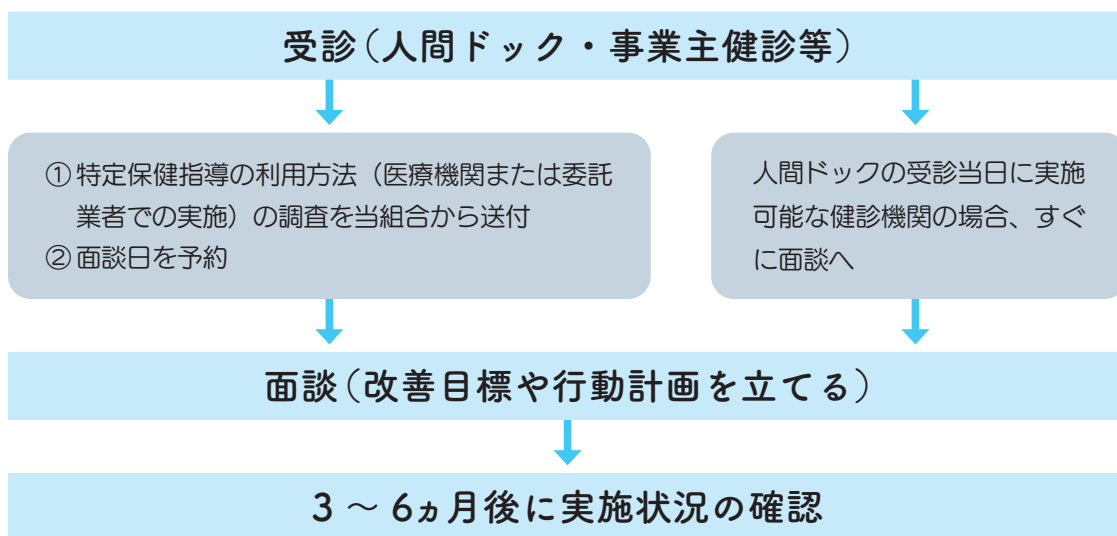
～生活習慣病発症リスクが高い方は特定保健指導の利用を～

人間ドックや事業主健診等の結果から、生活習慣病発症リスクが高いと判断された40歳以上の組合員および被扶養者は、特定保健指導を受けることとなります。

特定保健指導とは、保健師や栄養士などの専門家による生活習慣の改善支援を行うことであり、最初に面談を行うことにより、実施者本人の生活習慣に応じた改善目標や行動計画が立てられます。

一部の人間ドック指定健診機関では、人間ドックの受診当日に、その結果をもとに特定保健指導としての最初の面談を行うことができ、早期に生活習慣の改善に取り組むことができますので、ぜひご利用ください。

【特定保健指導の流れ】



特定保健指導のページはこちら



お問い合わせ先

医療健康課(健康増進係) TEL 029-301-1413

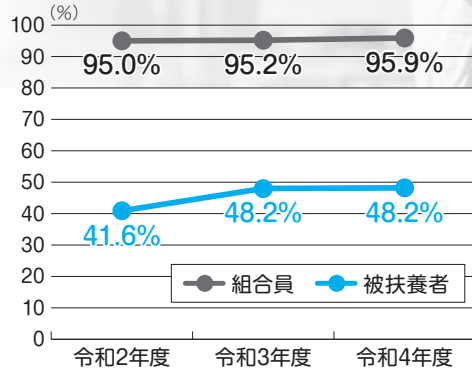
40歳以上75歳未満の被扶養者の方へ

年に一度のお約束 特定健診（健康診断）の受診をお忘れなく

当組合の被扶養者は過半数が特定健診を受けていない状況です。
当組合では、生活習慣病の早期発見のため、
特定健診が次の方法で受診できるよう機会の充実を図っています。

- ① 市町村が実施する住民健診
- ② 医療機関
- ③ 人間ドック
- ④ 全国巡回健診
(現職組合員の女性被扶養者のみ)

○当組合の特定健診受診率



特定健診の
ページはこちら



生活習慣病とは？

高血圧症や脂質異常症、糖尿病、心臓病など、食事の偏りや運動不足、喫煙などで発症する病気の総称であり、自覚症状が出にくく、サイレントキラーとも呼ばれています。

ご家族の健康維持・健康管理のためにも、毎年必ず特定健診（健康診断）を受け生活習慣病の予防を心がけましょう。

特定健診未受診の方へ受診勧奨通知を送付します

9月下旬に、特定健診を受けていない被扶養者へ受診勧奨の通知をお届けしますので、内容を必ず確認してください。

▼特定健康診査受診券 見本



パート先等で受診した健診結果票の提出のお願い

提出していただいた方にQUOカード（1,000円分）を進呈



40歳以上75歳未満のパート等でお勤めされている被扶養者の特定健診の受診状況を確認するために、パート先等で受けた健康診断の健診結果票（写）の提出をお願いします。特定健診の必要項目を満たした健診結果票（写）を提出いただいた方には、**QUOカード（1,000円分）**を進呈しています。



詳細については、本年5月下旬に送付しました特定健康診査受診券に同封しています案内をご覧ください。

注意

「特定健康診査受診券」を利用した特定健診（住民健診・集合契約医療機関・巡回型特定健診）、または人間ドックを受診した方は対象になりません。

※「特定健康診査受診券」を紛失した場合等は再交付しますので、「特定健康診査受診券再交付申請書」を共済事務担当課をとおして提出してください（当組合ホームページ「申請書類一覧」からダウンロードできます）。

お問い合わせ先

医療健康課（健康増進係） TEL 029-301-1413

歯周病検診を受けていない 皆さんへお知らせ

5年に
一度!?



～歯周病検診を受けないと人生の明暗を分ける ことになるかもしれません～

令和5年度中に満40歳以上で5歳刻みの年齢に達する組合員の皆さんへ、今年5月に歯周病検診を無料で受けられる受診券を配付しています。

歯周病は、日本人の歯を失う原因第1位であり、重症化すると歯が抜け落ち、二度と元には戻りません。さらに、歯みがきをしないと歯周病菌や炎症物質が歯ぐきの血管から血流によって全身をまわり、脳卒中や心臓病等の病気を引き起こしてしまいます。歯周病の早期発見は、歯の喪失を防ぎ、全身の健康維持に役立ちます。

受診期限が令和6年3月31日までとなっていますので、該当された方は5年に一度となる絶好のチャンスを逃すことなく確実に受診しましょう！

対象者：令和5年度中に満40歳以上で5歳刻みの年齢に達する組合員

※任意継続組合員を除きます。

受診期限：令和6年3月31日(日)

自己負担額：無料（全額当組合が負担します。）

検診内容：歯周組織の検査、問診、指導

その他：検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。

歯周病検診に
ついてはこちら



歯の健康を守ろう！

正しい歯みがきをしよう

歯を失う二大原因は「歯周病」と「むし歯」。その原因となるのは「歯垢（プラーク）」と呼ばれる細菌の塊です。むし歯や歯周病予防の基本は歯垢がつかないようにすることで、毎日の適切なブラッシングと、歯科医院での定期的な歯石除去が有効です。



歯垢除去の基本はブラッシング

歯垢は、歯や歯ぐきの境目に付着している白いネバネバした物質です。水に溶けにくい性質を持ち、歯に粘着しているので、うがだけでは除去できません。

歯垢を確実に取り除くための基本は、毎日の歯みがきです。ただし、「みがいている」と「みがけている」ことは違います。ちゃんとみがけているか、歯科医院等でチェックしてもらい、歯科医師や歯科衛生士に歯並び等に合ったみがき方をアドバイスしてもらいましょう。

しかし、毎日の歯みがきだけでは取りきれない歯垢もあります。歯を失わないためには、歯科健診で歯・口の健康をチェックしてもらうとともに、歯石除去などの予防処置をしてもらうことが重要です。

歯周病予防のためのブラッシング法

歯周病は中高年の病気ではなく、20代でもかかります。歯周病は歯と歯肉の溝から進みます。歯ブラシが歯肉に届いているか鏡で確認することがポイントです。

歯の表側のみがき方

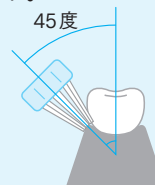
歯と歯肉の境に歯ブラシの毛先を45度になるように当て、弱い力で細かく振動させる。

歯の裏側のみがき方

奥歯…歯と歯肉の境に歯ブラシの毛先を45度になるように当て、弱い力で細かく振動させる。
前歯…歯ブラシを縦に使用する。

歯と歯の間のみがき方

歯間ブラシやデンタルフロスを使用する。



出典：日本歯科医師会 HP テーマパーク8020「ブラッシング」

お問い合わせ先

医療健康課（健康増進係） TEL 029-301-1413

交通事故などで医療機関を受診するときは 共済組合にご連絡ください！

交通事故や傷害事件等（以下「第三者行為」といいます。）が原因でケガをした場合は、一般的に加害者（第三者）が治療費などを負担することになります。

しかし、過失割合について加害者との話し合いがつかなくなったり、賠償が遅れたりする場合もあるため、そのケガが公務中や通勤途中でない場合には、組合員証を使って診療を受けることもできますので、**必ず共済事務担当課とおして当組合にその旨を連絡してください。**

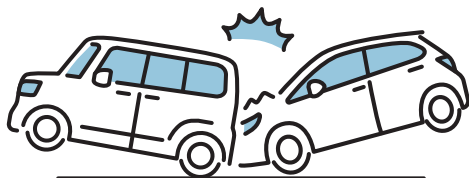
その場合、当組合が一時的に医療費を立て替え、加害者に損害賠償請求を行うため、次の書類を提出してください。

第三者行為の届出に必要な書類

- ① 損害賠償申告書・同意書
- ② 事故発生状況報告書
- ③ 自動車損害賠償保険契約関係届
- ④ 念書または誓約書（任意保険等で賠償額を補てんできない場合は念書に代えて誓約書を提出してください。）
- ⑤ 交通事故証明書（原本）※自動車安全運転センター発行
- ⑥ 示談書の写し（示談が成立している場合）

※交通事故以外の届出は①、④、⑥になります。

※書類は、当組合ホームページからもダウンロードできます。



※ 書類を提出いただけない場合や、組合員や被扶養者に不利な示談をした場合には当組合は加害者に医療費を請求できなくなり、組合員自身にご負担いただく場合もありますので、**示談を行う際は慎重に**お願いします。

第三者行為に該当するケガの例

- 自動車を運転中（同乗中）の事故
- 自転車の接触事故
- スキー・スノーボードの衝突事故
- 飲食店等での食中毒
- 他人の飼っているペットに噛まれたケガ
- 工事現場での落下物によるケガ
- けんかで負ったケガ

交通事故にあったときの注意事項

- 運転者の氏名、住所、免許証番号、車検証、自動車の持ち主の氏名、住所等（営業車のときは、会社名、代表者名）を相手方から聞き取りしてください。
- どんな小さな事故でも警察に連絡し、事故の確認を受けてください。
- どんな軽いけがでも、必ず医師の診断を受けてください。
- 組合員証を使用して医療機関を受診するときは、必ず当組合に連絡してください。

受傷原因の照会について

外傷性の診療を受けたときは、その受傷原因が第三者行為や公務災害によるものかを確認するため、当組合から照会をさせていただく場合がありますので、共済事務担当課より連絡があった際はご協力をお願いします。

公務中や通勤途中の事故について

公務中や通勤途中の事故による医療費は、地方公務員災害補償基金等が負担するため、**組合員証は使用できません。**

お問い合わせ先

医療健康課（医療給付係） TEL 029-301-1413

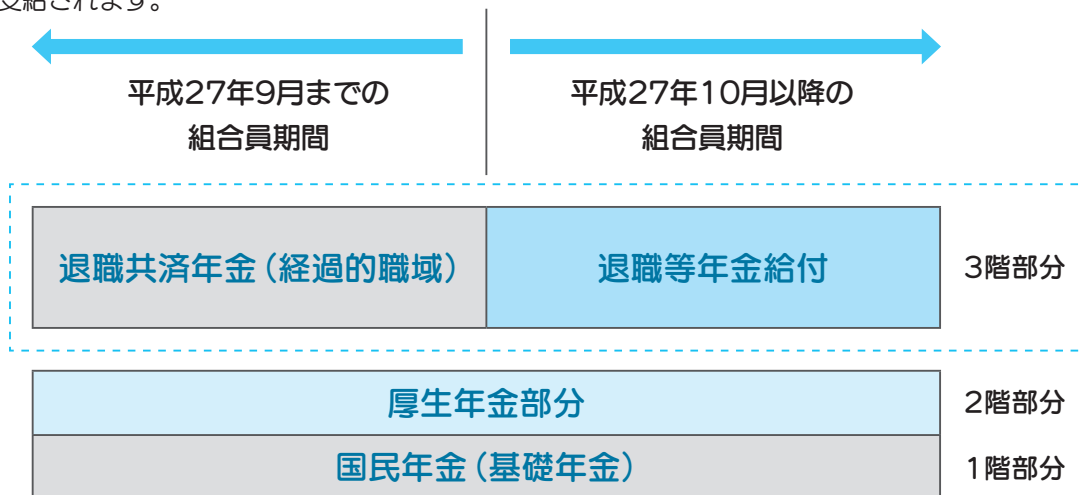
ご存じですか？

退職等年金給付は 公務員独自の年金制度です

退職等年金給付とは

民間企業のサラリーマンの企業年金に相当するもので、平成27年10月以降に組合員期間（短期組合員期間を除く。）のある方が対象です。

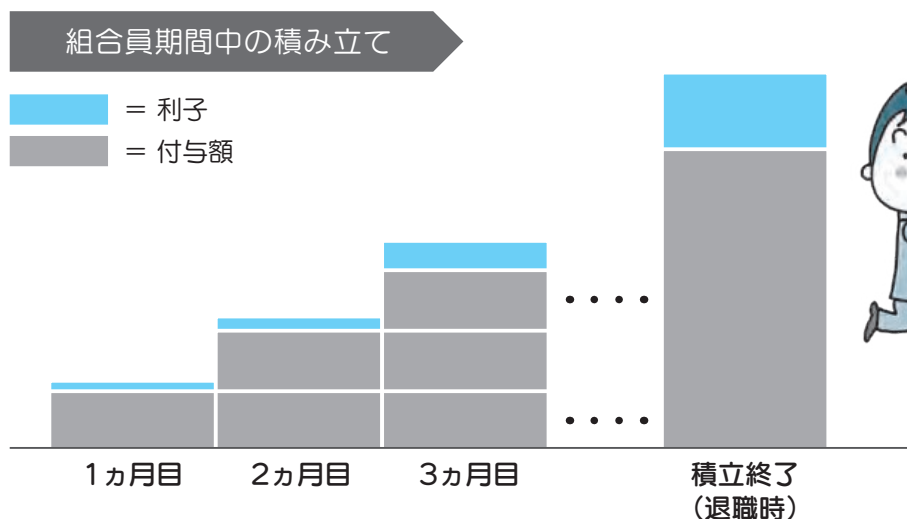
なお、平成27年9月以前の組合員期間については、旧職域年金相当部分の年金（経過的職域加算額）が支給されます。



退職等年金給付は積立方式

退職等年金給付は、毎月の標準報酬月額および標準期末手当等の額に付与率を乗じて得た付与額を、利子とともに毎月積み立てます。これを累積した「給付算定基礎額」*が年金の原資になります。

(※毎年5月に「給付算定基礎額残高通知書」を送付しています。)



給付の種類

- **退職年金** 1年以上引き続き組合員期間（短期組合員期間を除く。）を有する方が退職し65歳になったとき、または65歳に達した日以後退職したときに支給されます。
- **公務障害年金** 公務による病気または負傷により障害等級1級から3級に該当する程度の障害になった場合に支給されます。
- **公務遺族年金** 公務による病気または負傷により死亡した場合、その遺族に支給されます。

退職年金の種類

退職年金は、年金原資の半分は「終身退職年金」、残りの半分は「有期退職年金」として支給され、その受給期間は原則20年ですが、10年または一時金として受給することもできます。

ただし、10年または一時金を選択する場合は、受給権発生日（65歳の誕生日の前日・65歳以降に退職した場合は退職日）から6ヵ月以内に請求する必要があります。



※実際の支給額は、それぞれの基礎額を年金原価率で除して算出されます。

遺族一時金

「有期退職年金」の受給期間終了前または受給開始前に死亡した場合は、受給が済んでいない分の「有期退職年金」の額に相当する額を、その方の遺族が一時金として受給することができます。

退職等年金給付の詳細はこちらから



本年10月から

退職等年金給付の算定に用いる率が変わります



公務員独自の給付である退職等年金給付は、厚生年金とは独立した制度であり、労使折半で積み立てた原資に基準利率や年金現価率を用いて算定します。

本年10月からのこれらの率については、地方公務員共済組合連合会のホームページに関連情報が掲載されていますのでご覧ください。

<https://www.chikyoren.or.jp/>
(地方公務員共済組合連合会)
トップページの
「年金関連情報 ⇒ 年金財政関係」から
ご覧いただけます。



地方公務員共済組合連合会

検索

お問い合わせ先

年金課 TEL 029-301-1414

被扶養者資格継続調査へのご協力ありがとうございました

取消要件に該当する場合は速やかな申告をお願いします



● 被扶養者の資格取消について

今年度実施しました被扶養者資格継続調査につきましては、組合員および被扶養者の皆さんにはお忙しい中ご協力いただき、ありがとうございました。

毎年、調査により就職や収入の増加に係る手続き漏れ等が判明し、被扶養者の認定を遡って取り消す事例が多く見受けられますので、次の「**収入基準額**」と「**取消になる要件**」をご確認いただき、被扶養者の認定要件を備えているか、日頃から収入状況の把握をしていただきますようお願いします。

また、被扶養者の収入が認定基準額を超過した等により資格取消の対象となった場合は、速やかに共済事務担当課に申出いただき、手続きをお願いします。資格取消日以降、被扶養者証は使用できないため、必ず当組合に返還してください。

※被扶養者の資格取消後に、受診した医療機関から当組合に医療費の請求があった場合は、当組合が負担した医療費等について返還いただくことになります。詳しくは次ページをご覧ください。

● 収入基準額

区分	年間基準額	月額基準額	日額基準額
60歳未満	130万円未満	108,334円未満(130万円÷12月)	3,612円未満(108,334円÷30日)
60歳以上 または 障害年金を受給	180万円未満	150,000円未満(180万円÷12月)	5,000円未満(150,000円÷30日)

● 取消になる要件(例)

区 分	要件を欠くに至った日
就職したときまたは健康保険に加入したとき	就職または健康保険に加入した日 見習い、研修期間終了後に健康保険に加入する方(収入が認定基準額未満の方も含む)は就職日から取消になります。
収入月額が3ヵ月連続して収入基準額を超えたとき※	最初に基準額を超えた月の1日
収入月額が3ヵ月平均して収入基準額を超えたとき※	3ヵ月平均の対象となった最後の月の翌月の1日 (この取扱いは学生である子には適用しません)
年金を受給するときまたは年金改定により年金額が180万円以上となるとき※	年金裁定通知書または年金額改定通知書を受領した月(通知書に記載の交付月)の翌月の1日
雇用保険の基本手当日額が収入基準額以上となるとき※	受給開始日(「認定(支給)期間」の初日)
確定申告により事業収入等が年間収入基準額以上であることが判明したとき※	確定申告の対象年(収入が生じた年)の1月1日
別居する被扶養者に対する組合員からの仕送りが全くされていなかったとき※	仕送りをしなくなった月の1日
同居が要件である被扶養者が別居したとき	別居した日
組合員が主な生計維持者でなくなったとき	その事由が発生した日
新たに被扶養者を認定したことに伴い、父母が認定要件を満たさなくなったとき	新たに認定した被扶養者の認定日の属する月の翌月1日
離婚したとき	離婚した日の翌日
国外に転出したとき	その事由が発生した日

※収入および仕送りに係る書類(給与明細書・確定申告書の控え・年金証書・年金額改定通知書・送金証明書等)は当組合から依頼があった時にいつでも提出できるよう、大切に保管をお願いします。

医療費の返還について

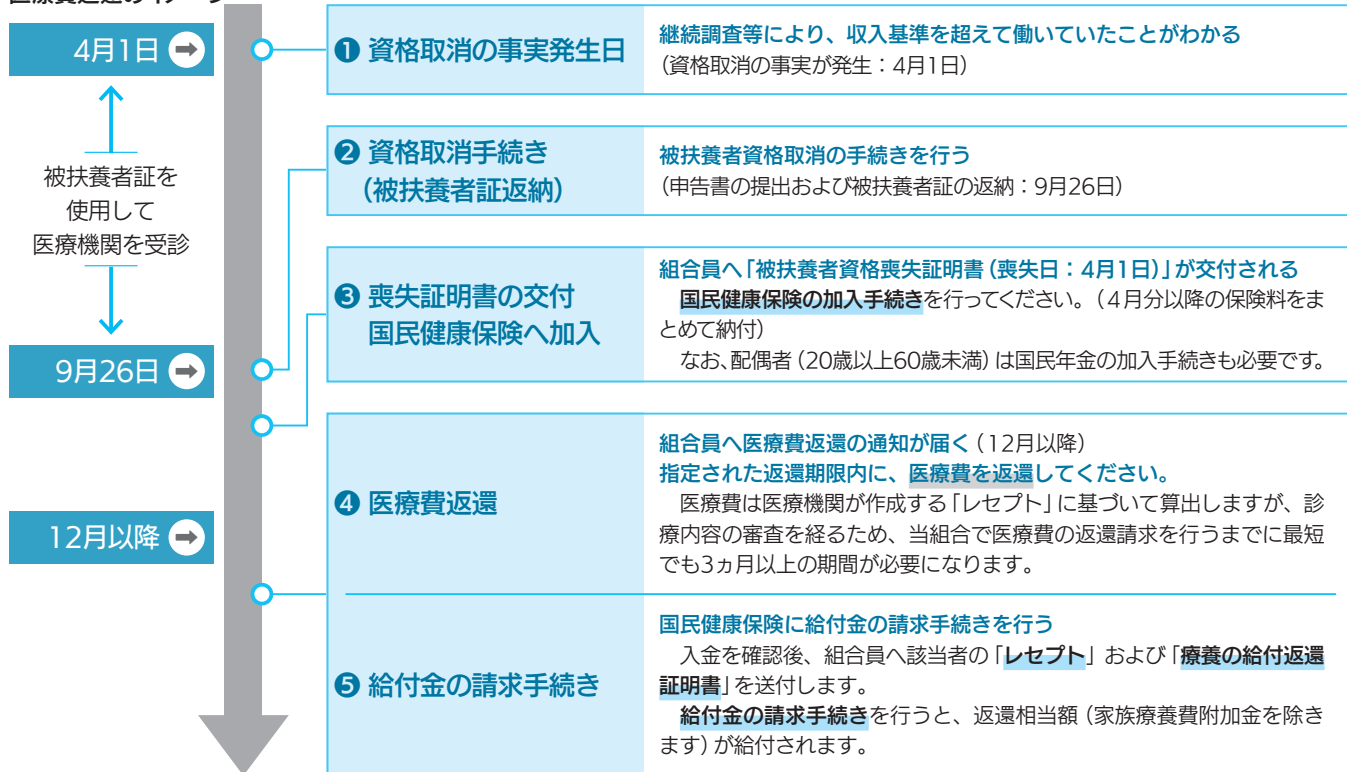
～被扶養者の資格をさかのぼって取消したとき～

医療機関で組合員証等を提示して受診する際の医療費は、受診者が一部（3割または2割）を窓口で支払い、その残りを当組合が負担しています。

被扶養者資格を喪失（資格取消）すると当組合の被扶養者証は使用できなくなりますが、喪失の手続きおよび被扶養者証を返納していただくまでの間に、受診した医療機関から当組合に医療費の請求があった場合には、当組合が負担した医療費を返還していただくことになります。



医療費返還のイメージ



このように、さかのぼって資格の喪失および他保険への加入手続きをすると、一時的な支払いとはいえ金銭面の負担が生じます。日頃から被扶養者の収入額を把握しておき、取消の事実が生じたときは速やかに届出をしましょう。

お問い合わせ先

医療健康課 TEL 029-301-1413

こころとからだの健康相談

- ◎ ご家族皆様さんでご利用いただけます。
- ◎ 匿名で相談ができるので、プライバシーが守られます。
- ◎ 通話料・相談料は無料です。

気になる症状・病気、育児や介護の不安、こころの不調など、なんでもご相談いただけます。

経験豊富な看護師・臨床心理士・薬剤師等の専門相談員が、懇切丁寧に为您解答します。

0120-474-479

携帯電話からも利用できます。

心の相談ネットワーク

受付時間 月～金曜日 9:00～21:00
土曜日 10:00～18:00

(日曜日・祝日・1月1日～3日は休み)

健康電話相談 おくすり相談

受付時間 年中無休(24時間対応)



茨城県市町村職員共済組合の組合員の皆さまへ
草津保養所「アルペンローゼ」よりお知らせ



秋冬の特別企画のご案内



毎年、好評をいただいております「秋冬の特別企画」を今年も実施します。美しい紅葉に彩られた草津温泉へぜひお越しください。

令和5年11月1日(水)～
令和6年3月14日(木)
までの日曜日～木曜日の宿泊
(除外日:12/24～28・12/31・1/1～3・1/7・
1/11・1/18・2/11・2/15)

(単位:円)

組合員および
被扶養者の方
(利用補助券ご使用の場合)
1泊2食付
6,500円～
※税・サービス料込。

		5名以上	4名	3名	2名	1名
洋室	ツイン				6,500	7,500
	DXツイン				7,500	8,500
	トリプル			6,500	7,500	8,500
和室	12畳	6,500	6,500	7,500	8,500	
	15畳	6,500	7,500	8,500	9,500	
	特別室	7,500	8,500	9,500	10,500	

組合員の
同居の家族および
同居でないご両親
1泊2食付
8,500円～
※税・サービス料込。

		5名以上	4名	3名	2名	1名
洋室	ツイン				8,500	9,500
	DXツイン				9,500	10,500
	トリプル			8,500	9,500	10,500
和室	12畳	8,500	8,500	9,500	10,500	
	15畳	8,500	9,500	10,500	11,500	
	特別室	9,500	10,500	11,500	12,500	

※料金は3歳以上。 ※小人料金は、上記料金および通常料金のいずれか低い方を宿泊料金とします。
※3階・6階の一部客室は喫煙となります。「禁煙」・「喫煙」のご希望がございましたら、ご予約の際にお申し出ください。

お申込み・
お問い合わせ

【草津保養所アルペンローゼ】
〒377-1711 群馬県吾妻郡草津町草津512-2

(0279) 88-1300(代)



【アルペンローゼホームページ】
<http://www.saitama-ctv-kyosai.net/alpenrose/>

【埼玉県市町村職員共済組合施設課】
〒330-0064 埼玉県さいたま市浦和区岸町7-5-14
さいたま共済会館内

(048) 822-3304

プレゼントクイズ

クイズに正解された方の中から抽選で、
図書カード(1,000円分)を10名様にプレゼント!

応募方法

郵便ハガキに右記のとおりご記入のうえ、
ご応募ください。(組合員1人1通まで)

応募のあて先

〒310-0852
水戸市笠原町978番26
茨城県市町村会館5階
茨城県市町村職員共済組合 総務課宛

- ① 答え
口と口
- ② 所属所名
- ③ 組合員証(保険証)
の記号・番号
- ④ 組合員氏名
- ⑤ 郵便番号・住所

締め切り

令和5年11月17日(金) 消印有効

MY HEALTH WEBからも応募できます
(任意継続組合員の方は除きます)

ログイン後、期間中に表示される応募
バナーよりご応募ください。

☆アプリのダウンロード、ログイン方法は
こちらのリーフレットをご参照ください。

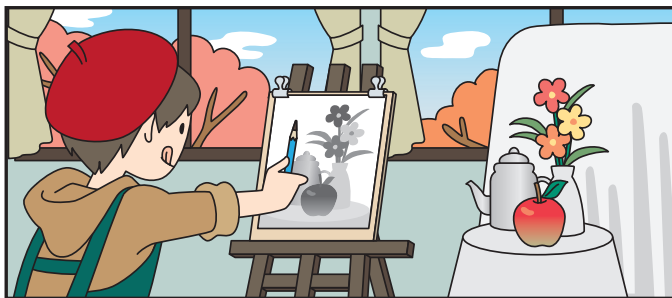
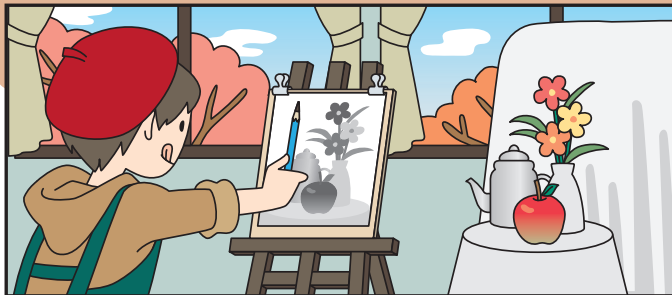
リーフレットは
こちら



まちがいさがし

上下のイラストにはまちがいが6つ
あるよ。エリア表を参考にまちがいの
なかったワク2つを答えてね。

【エリア表】

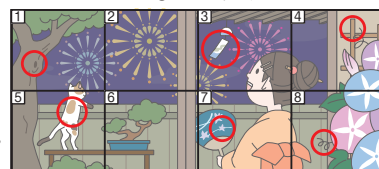


©スカイネットコーポレーション

令和5年7月号の解答

2と6

*当選者の発表は、賞品の発送を
もってかえさせていただきます。



血糖値を上げないレシピ

1人分 304kcal 塩分 1.5g

※写真は2人分

\\CHECK!\\

作り方動画

<http://douga.hfc.jp/imfine/ryouri/23autumn01.html>

料理制作・スタイリング

近藤 幸子(料理研究家、管理栄養士)

撮影:竹内 浩務

オートミールお好み焼き

材料(2人分)

- オートミール……………50g
- 塩……………小さじ1/4
- 熱湯……………100mL
- 卵……………1個
- キャベツ(2cm角) ……1/8個(120g)
- 豚バラ肉(10cmの長さ) ……50g
- ソース、マヨネーズ、かつお節、青のり
……………適量



調理時間
20分

作り方

- ① 大きめのボウルに入れたオートミールに塩と熱湯を加え、なじむまでよく混ぜる。
- ② ①の粗熱が取れたら卵を加え、よく混ぜ合わせる。さらにキャベツを加えて混ぜ合わせる。
- ③ フライパンに豚バラ肉を並べ、その上に②を流し入れて厚さ2cm程度になるように丸く形を整える。蓋をして中火で4~5分ほど焼く。
- ④ 裏返し、再び蓋をしてさらに2~3分ほど焼く。
- ⑤ 器に取り出し、ソース、マヨネーズ、かつお節、青のりを好みの量かける。

血糖値をコントロールするポイント

小麦粉の代わりにオートミールを使用しています。オートミールは「オーツ麦(えん麦)」を食べやすいように加工したものです。玄米に比べると、食物繊維は1.8倍、鉄は1.8倍、カルシウムは1.7倍の量が含まれており、食後の血糖値を急上昇させにくい食べ物です。糖質の吸収を緩やかにするため、血糖値が急激に上下することによる倦怠感や空腹感も防ぐことができます。ほかにも、カリウムやビタミンB1などの栄養素も含まれています。

学校入学時に利用できる貸付（「入学貸付」）のご案内

当組合では、お子さまの入学金や授業料、家賃など教育に必要な資金の貸付を行っており、合格通知書（令和6年4月入学）が届いたときから申し込みを受け付けています。

詳細については当組合ホームページをご確認いただき、借入れを希望する方は共済事務担当課をとおしてお申し込みください。

また、修学費用として「入学貸付」と併せて利用できる「修学貸付」については「いばらき共済」令和6年1月号（No.342）で改めてご案内いたします。

入学貸付等は
こちら



貸付利率	年利率1.26% ※基準金利の利率区分に応じ、変動する場合があります。
貸付事由	組合員またはその被扶養者（被扶養者でない子を含む。）が次の学校に入学するとき ○ 学校教育法に規定する高等学校・大学（短期大学を含む。）・高等専門学校・専修学校・各種学校・中等教育学校（後期課程に限る。） ○ 外国の教育機関で上記に準ずる学校
対 象	○ 入学金 ○ 授業料（年度単位） ○ 制服代 ○ 教材費等（年度単位） ○ 家賃等（年度単位） ○ 電車・バス等の定期代（年度単位） ○ 下宿生活等に必要となる生活必需品等の購入費用
貸付金額	給料月額額の6ヵ月分（200万円を上限とし対象費用の範囲内の金額）
申込書類	必要書類は当組合ホームページにてご確認ください。
申込期間	合格通知書が届いたときから入学する年度の4月末まで
貸付日	申込月の翌月28日に当組合登録口座へ送金します。※28日が金融機関の営業日でない場合は翌営業日
償還方法	貸付日の翌月から給与控除により元利均等償還 ※貸付金額が50万円以上のときは、ボーナス併用償還選択可

住宅貸付・災害貸付を利用している方へ

年末残高等証明書を
交付します



平成26年1月以降に住宅貸付等（災害貸付・特例災害貸付・在宅介護対応住宅貸付を含みます。）を利用している方で、所定の要件^(注)に該当する場合は住宅借入金等特別控除により所得税が軽減されますので、「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」を交付します。

○ 平成26年1月から令和4年12月までに貸付を受けた方



年末調整用として令和5年10月中に送付します。

○ 令和5年1月から令和5年12月までに貸付を受ける方



確定申告用として令和6年1月下旬に送付します。

(注) 所定の要件などの詳細は国税庁ホームページ【<https://www.nta.go.jp/>】でご確認ください。

お問い合わせ先

福利厚生課（厚生係） TEL 029-301-1412

今年度も「共済愛情保険」の更新PRが始まります！

♥「共済愛情保険」PRのご案内

当制度は、共済組合から公的に給付される「長期給付(年金)」と「短期給付(健康保険)」を補う団体保険として、組合員とご家族の生活の安定と福祉の向上を目的に実施しており、昭和51年に発足して以来、本年で47年目を迎えます。

組合員本人・配偶者・子どもを合わせて21,133名(令和5年3月1日現在)の方々にご加入いただき、安定的に運営されています。

共済組合員の皆さまの相互扶助制度として団体契約により実施していますので、お手頃な掛金でご加入いただける制度です。

本年も新規加入および更新のご案内が10月上旬から始まりますので、この機会にぜひご検討ください。

♥PRスケジュール予定

日程	内容
10月上旬	制度推進員訪問開始 制度推進員(明治安田生命職員)が各所属所を訪問し、保険の内容等をご説明します。 制度内容等詳細については、パンフレットをご確認ください。 (専用ポータルサイト「みんなのMYポータル」からも閲覧できます。)
11月24日	申込締切 共済事務担当課へ申込書を提出してください。
令和6年 2月下旬	令和6年度「ご加入内容のお知らせ」配付 ご加入内容については「ご加入内容のお知らせ」または下記の「専用ポータルサイト」でご確認ください。 ※配付を希望しなかった所属所には「ご加入内容のお知らせ」を配付しておりません。
3月1日	更新日(責任開始期)



♥令和6年3月末退職予定の方へ

「共済愛情保険」は早期退職の方も含め、退職後もご継続いただける制度があります。
令和6年3月末退職予定の方は、**本年のPRが新規加入・追加・増額の最後の機会となります。**
お手続きもれのないよう、加入内容のご確認をお願いします。

※制度内容等詳細については、みんなのMYポータルよりパンフレットをご確認ください。

「共済愛情保険」
専用ポータルサイト
「みんなのMYポータル」

パソコンは
こちら

[https://www.meijiyasuda.co.jp/
corporation/ld/myportal/](https://www.meijiyasuda.co.jp/corporation/ld/myportal/)

スマートフォン・
タブレットはこちら



↑「団体共通 IDログイン」を選択してください 団体共通ID: a0000055 パスワード: wdpr4152

大洗温泉の宿
おう しょう てい
大洗 鷗松亭

日頃より大洗鷗松亭をご利用いただき、誠にありがとうございます。
引き続き皆さまが安全で快適にお過ごしいただけるようリニューアル工事をいたします。

2024年7月1日 リニューアルオープン予定!



リニューアルオープン準備のため、次の期間を休館いたします。
休館期間：2023年10月1日から2024年6月30日まで (予定)



「最新情報」は
大洗鷗松亭ホームページにてお知らせします。

<https://www.oarai-oushoutei.com/>

【PC】



おうしょうてい

検索

【スマホ】



協定保養所 休館のお知らせ

組合名 兵庫県市町村職員共済組合
施設名 ひょうご共済会館
休館期間 令和5年9月1日から
令和6年1月31日まで

組合名 鳥取県市町村職員共済組合
施設名 三朝温泉渓泉閣
休館期間 令和5年9月1日から
令和5年11月30日まで

共済貯金払戻等のご案内

【注意】

払戻をする場合

「貯金払戻請求書」は共済事務担当課をとおして提出してください。
当月分の積立金は、翌月以降にならないと払戻はできませんのでご注意ください。

任意継続組合員の方へ

払戻をする場合、「貯金払戻請求書」を当組合福利厚生課へ直接提出してください。
臨時積立を希望する場合は退職された所属所の共済事務担当課まで早めに申し出てください。臨時積立のお振込みは所属所からとなります。

振込先口座を変更する場合

払戻締切日の7日前（休日、祝日を除く）までに「共済組合員申告書」により手続きしてください。

払戻締切日について

左表の払戻締切日は、貯金払戻請求書の当組合への必着日です。
詳しくは、共済事務担当課にお問い合わせください。

利率について

年利1.44%（月利0.12%）となります。（令和5年10月現在）

組合の現況（令和5年8月末現在）

組合員数 男 19,486人
女 16,344人
計 35,830人

任意継続組合員数 480人

被扶養者数 23,188人

共済組合ホームページ

<https://www.iba-kyo.com/>

■コンテンツを見るためのパスワード

ユーザー名 kyosai1411 パスワード iba-kyo

■ライフプランステーション

ログインID ibakyo パスワード iba-kyo

年間スケジュール

3月・9月	積立額変更・復活
7月・12月	臨時積立

ホームページから『いばらき共済』のバックナンバーをご覧いただけます

茨城県市町村職員共済組合

検索

