

かぐわしき バラの香りに誘われて

(20ページ)

坂城町 さかき千曲川バラ公園



坂城町の見どころを
紹介します!

案内人
坂城町
マスコットキャラクター
ねずこん



坂城町特産の「ねずみ大根」から生まれた「ねずこん」でチュ。好きな食べ物は、おしほりうどん。長いしっぽと短い手足がチャームポイントでチュ。自慢のふるさと・坂城町の魅力を知ってもらうために、元気いっぱいPR活動チュだよ。僕に会いに、坂城町へ遊びに来てね。待ってまチュー!

【坂城町】ふるさと おかあさんの味 P.21



P2	平成27年度事業計画と予算決定
P6	福祉 福祉事業関連の制度改正等
P8	年金 平成27年10月から公務員等も厚生年金に加入します
P14	審査 7月の被扶養者資格確認調査について



共済組合の概況(平成27年度末推計)

所属所	市19 町23 村35 一部事務組合等53 計130	組合員数	27,109人
任意継続組合員数	370人	被扶養者数	25,638人
		任意継続組合員被扶養者数	218人
1人当たり平均給料月額	378,172円(380,947円) ※()内は、短期給付および福祉事業に係る給料額		

特集
FeatureArticles

平成27年度事業計画および予算が、2月27日に招集された第154回組合会で議決されました。

平成27年度事業計画と予算決定!

掛金・負担金

(1) 短期および福祉

平成27年9月まで

(単位：千分率)

区分		掛金			負担金			調整負担金	公的負担金
		短期給付		福祉事業	短期給付		福祉事業		
		短期分	介護分		短期分	介護分			
一般組合員(一般職) 特定消防組合員 職員団体専従者	給料	56.75	6.80	2.00	56.75	6.80	2.00	0.25	0.3625
	期末手当等	45.40	5.44	1.60	45.40	5.44	1.60	0.20	0.29
一般組合員(特別職) 市町村長組合員	給料	45.40	5.44	1.60	45.40	5.44	1.60	0.20	0.29
	期末手当等	45.40	5.44	1.60	45.40	5.44	1.60	0.20	0.29
長期組合員(一般職) 特定消防長期組合員	給料	2.40			2.40				0.3625
	期末手当等	1.92			1.92				0.29
長期組合員(特別職) 市町村長長期組合員	給料	1.92			1.92				0.29
	期末手当等	1.92			1.92				0.29
任意継続組合員		113.50	13.60						
特定健診等負担金 組合員1人当たり		335円							

平成27年10月以後(標準報酬制導入後)

(単位：千分率)

区分		掛金			負担金			調整負担金	公的負担金
		短期給付		福祉事業	短期給付		福祉事業		
		短期分	介護分		短期分	介護分			
一般組合員(一般職) 特定消防組合員 職員団体専従者	標準報酬月額	45.40	5.44	1.60	45.40	5.44	1.60	0.20	0.29
長期組合員(一般職) 特定消防長期組合員	および 標準期末 手当等	1.92			1.92				
長期組合員(特別職) 市町村長長期組合員									
任意継続組合員		90.80	10.88						
特定健診等負担金 組合員1人当たり		335円							

(2) 長期給付

長期経理(平成27年9月まで)

(単位：千分率)

区分		平成27年8月まで		平成27年9月分		公的負担金
		掛金	負担金	掛金	負担金	
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	給料	105.775	106.1038	107.9875	108.3163	50.25
	期末手当等	84.62	84.883	86.39	86.653	40.2
一般組合員(特別職) 市町村長組合員	給料	84.62	84.883	86.39	86.653	40.2
	期末手当等	84.62	84.883	86.39	86.653	40.2
長期組合員(一般職) 特定消防長期組合員	給料	105.775	106.1038	107.9875	108.3163	50.25
	期末手当等	84.62	84.883	86.39	86.653	40.2
長期組合員(特別職) 市町村長長期組合員	給料	84.62	84.883	86.39	86.653	40.2
	期末手当等	84.62	84.883	86.39	86.653	40.2
職員団体専従者	給料	105.775	105.775	107.9875	107.9875	50.25
	期末手当等	84.62	84.62	86.39	86.39	40.2
継続長期組合員	給料	105.775	106.1038	107.9875	108.3163	50.25
	期末手当等	84.62	84.883	86.39	86.653	40.2

追加費用

下記以外	30.2
長野市	30.3
岡谷市	30.7
飯田市	30.6
諏訪市	32.5

平成27年10月施行の被用者年金一元化に基づき、長期経理が次のア～ウの3経理に切替えが行われます。

ア 厚生年金保険経理

【厚生年金相当部分の給付に関する経理】

(単位：千分率)

区 分	平成27年10月以後		
	組合員 保険料	負担金	公的 負担金
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	86.39	86.39	40.2
一般組合員(特別職) 市町村長組合員			
長期組合員(一般職) 特定消防長期組合員			
長期組合員(特別職) 市町村長長期組合員			
職員団体専従者			
継続長期組合員			

イ 退職等年金経理

【退職等年金給付(新3階部分)に関する経理】

(単位：千分率)

区 分	平成27年10月以後	
	掛金	負担金
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	7.5	7.5
一般組合員(特別職) 市町村長組合員		
長期組合員(一般職) 特定消防長期組合員		
長期組合員(特別職) 市町村長長期組合員		
職員団体専従者		
継続長期組合員		

ウ 経過的長期経理

【平成27年9月以前決定の公務等給付に関する経理】

(平成27年9月までは長期経理で負担となっていた部分を継承) (単位：千分率)

区 分	平成27年10月以後	
	負担金	
一般組合員(一般職) 特定消防組合員	0.2630	0.2630
一般組合員(特別職) 市町村長組合員		
長期組合員(一般職) 特定消防長期組合員		
長期組合員(特別職) 市町村長長期組合員		
職員団体専従者		
継続長期組合員		

(3) 業務

組合員1人当たり 15,760円



各経理の収支予定

(単位：千円)

経理名	区 分	収 入	支 出	当期利益金 (△当期損失金)	利益剰余金 (△欠損金)
短期経理		17,757,118	17,765,595	△8,477	1,296,460
長期経理		19,494,027	19,494,027	0	0
厚生年金保険経理		16,779,088	16,779,088	0	0
退職等年金経理		1,175,768	1,175,768	0	0
預託金管理経理		48,782	48,782	0	0
業務経理		433,339	451,064	△17,725	246,967
保健経理		517,823	633,411	△115,588	1,301,734
宿泊経理		36	109,375	△109,339	△654,441
貸付経理		64,061	61,989	2,072	692,660
物資経理		30,442	23,783	6,659	198,936
経過的長期経理		20,615	20,615	0	0

【短期経理】

短期財源率引き上げ

90・80 / 1000

収入は、10月からの標準報酬制への移行に伴い負担金・掛金の大幅な減少が見込まれ、支出は、医療費の微増傾向で推移することが見込まれ、高齢者医療制度への納付金・支援金も年々増加しています。

このことから、短期財源率を86・40 / 1000から90・80 / 1000に引き上げました。詳細は5ページをご覧ください。

介護保険は、介護給付費納付金の増加により単年度赤字の見込みですが、前年度剰余金の範囲で賄えるため、介護財源率は前年度と同じ10・88 / 1000に据え置きました。

【長期経理】

長期給付等の資金となる掛金・負担金等の収納と全国市町村職員共済組合連合会への払込みを行っている長期経理が、平成27年10月施行の被用者年金一元化に伴い、10月以降次の3つの経理で行うこととされました。

厚生年金保険経理

厚生年金相当部分の組合員保険料・負担金、基礎年金拠出金に係る負担に要する費用の公的負担金に関する経理で、70歳未満の組合員の方が納付対象となります。

退職等年金経理

職域年金相当部分に替わる新3階部分の「退職等年金給付」に係る掛金・負担金に関する経理です。財源率は地方公務

員共済組合連合会の定款で定めるとなっています。

経過的長期経理

平成27年9月以前決定の公務等給付に係る負担金に関する経理で、平成27年9月まで長期経理において負担となっている部分が継承されています。

【預託金管理経理】

貸付経理への貸付金・縁故地方債を管理運用

この経理は、全国市町村職員共済組合連合会から長期給付積立金の預託を受け、貸付経理への貸付と縁故地方債による預託金の管理運用を行っています。平成27年度末における資産総額は約19億8千万円を見込んでいます。内訳は貸付経理への貸付額が約14億5千万円、縁故地方債が約4億2千万円、預金等が約1億1千万円となっています。

【業務経理】

組合員1人当たり事務費負担金15,760円

共済組合の事業に必要な人件費、その他短期給付・長期給付等、組合運営に必要な諸経費は、地方公共団体からの事務費負担のほか、短期経理および長期経理からの繰り入れによって賄うことになっています。

平成27年度の組合員1人当たりの事務費負担金は、年額15,760円となります。内訳として、地方公共団体からの事務

費負担額は10,640円、短期経理からの繰入額が1,970円、長期経理からの繰入額が3,150円となります。

なお、長期経理からの繰入額については、全国市町村職員共済組合連合会から構成組合において行う年金業務に要する費用として「連合会交付金」が交付されます。引き続き事務処理の効率化に努め、業務運営に当たり、経費節減を図ってまいります。

【保健経理】

保健経理財源率引き下げ 本年度から3年間 3・20 / 1000

財源率を引き下げます。

詳細は6ページをご覧ください。

保健経理では、組合員および被扶養者の皆様の健康保持・増進のため、人間ドック等の各種検診助成を行っています。

また、40歳以上75歳未満の被扶養者の皆様の特定健診費用は、共済組合が全額負担しています。

特定保健指導についても、対象となった組合員および被扶養者の皆様の保健指導費用を共済組合が負担する等、利用しやすい環境づくりに努めていますので、健康管理のため、積極的にご利用ください。

【貸付経理】

貸付事業をご利用ください。

貸付事業では、組合員の皆様が必要とされる資金の貸付を行っています。住宅の新築、購入、修理等の費用は住宅貸付、車等の購入

の費用は普通貸付、入学や修学に係る費用については入学・修学貸付等、各種貸付に対応しています。

低利で貸付を受けることができ、償還は給与等からの控除となり手間もかかりません。今年度は貸付規則等の一部改正により、修学貸付について限度額を引き上げるなど、より利用しやすくなりました。詳細については6ページの案内をご覧ください。

【物資経理】

平成27年度「ライフサポート年金」の募集を行います。

遺族共済年金補完事業「ライフサポート年金」は、組合員およびその配偶者が万一（死亡・高度障害）となった場合にその遺族等に一定期間年金方式で保険金を支給することにより、遺族共済年金等を補完し、生活安定や子供の教育費確保に寄与することを目的としています。

死亡・高度障害の保障のほか、附加制度として特定疾病保険金を給付する「重病克服支援プラン」、退職後も継続できる「退職後継続プラン」があります。

スケールメリットにより、少ない保険料で大きな保障がありますので、多くの組合員の皆様にご加入いただくことで安定した事業を行うことができます。

今回は皆様のお役に立てるよう、ニーズにあつた制度内容を充実しました。

また、本事業の収益金の一部については、保健経理への繰入を行い、組合員全体への有効活用を図ってまいります。

平成27年度（平成27年10月1日から1年間の保障）の募集については、12ページをご覧ください。

短期給付の財政状況と特定保険料率

短期給付の収支状況は、平成26年度末推計で2億2,013万円の当期損失金が生じ、利益剰余金が12億9,325万円と推計されました。

平成27年度は、地方公務員の給料制度の総合的な見直しや、10月から標準報酬制へ移行することに伴い負担金・掛金による収入の減少が見込まれること、また支出総額の約4.5割を占める高齢者医療制度の納付金等が前年度より1億9,264万円増加の試算であったことから、健全財政の維持、確保に支障が生ずることも想定されるため、安定した運営を確保するため、平成24年度に引き上げた短期財源率を変更することとし、平成27年度に推計された単年度損失金（7億388万円）相当分の財源率4.40/1,000を引き上げ、90.80/1,000としました。これにより利益剰余金は12億8,794万円を見込んでいます。

利益剰余金の内訳

欠損金補てん積立金 6億2,559万円：将来の欠損金の補てんに充てるための法定積立金。短期給付の平均請求額の10%に相当する金額

短期積立金 6億6,235万円：毎事業年度における決算上の利益剰余金

組合員と被扶養者のみなさんには、このような短期給付の大変厳しい状況によりご負担をおかけしますが、医療機関への適正な受診やジェネリック医薬品の積極的な活用、特定健康診査の受診、特定保健指導の利用等による医療費の抑制に一層のご協力をお願いします。

高齢者医療制度の納付金等に係る特定保険料率は46.26%

特定保険料率とは、前期高齢者納付金、後期高齢者支援金、老人保健拠出金、退職者給付拠出金、病床転換支援金に充てるための保険料率のことです。

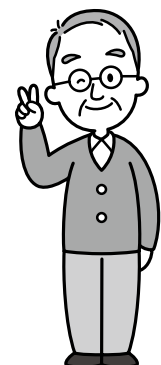
これは、組合員のみなさんから掛金等でご負担いただく短期財源のうち、約51%相当が高齢者医療を支えるための支出となっているということになります。

後期高齢者支援金については、平成27年度から全面総報酬制割が段階的に導入されるため、今後更なる負担増が懸念されるところです。

高齢者医療制度の納付金等と財源率・特定保険料率の推移

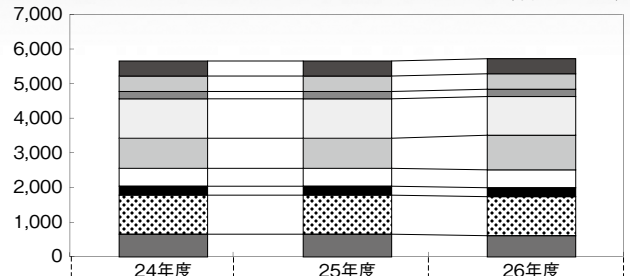
(単位：百万円)

区分	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度(試算)
老人保健拠出金	0.1	0.1	0.09	0.09	0.09
退職者給付拠出金	635	696	725	615	308
前期高齢者納付金	2,775	3,010	3,076	3,596	4,054
後期高齢者支援金	2,590	2,806	2,944	2,952	2,993
病床転換支援金	0	0	0	0	0
計	6,000	6,512	6,745	7,163	7,355
(対前年比 増△減)	(157)	(512)	(233)	(418)	(192)
財源率	79.04	86.40	86.40	86.40	90.80
特定保険料率	36.86	40.21	42.45	44.23	46.26



医療給付費の推移

■ 本人入院 □ 本人外来 ■ 本人歯科 □ 本人薬剤 □ 家族入院
□ 家族外来 ■ 家族歯科 □ 家族薬剤 ■ 高額療養費 (単位:百万円、%)



区分	24年度		25年度		26年度	
	医療給付費	対前年比	医療給付費	対前年比	医療給付費	対前年比
本人入院	667	106.00	707	106.00	671	94.91
本人外来	1,124	100.71	1,132	100.71	1,139	100.62
本人歯科	288	101.74	293	101.74	302	103.07
本人薬剤	513	105.07	539	105.07	537	99.63
家族入院	895	92.07	824	92.07	926	112.38
家族外来	1,143	95.89	1,096	95.89	1,108	101.09
家族歯科	219	100.46	220	100.46	214	97.27
家族薬剤	460	102.17	470	102.17	468	99.57
高額療養費	450	99.56	448	99.56	481	107.37
合計	5,759	99.48	5,729	99.48	5,846	102.04



福祉事業の制度改革



保健経理財源率4.24%から3.20%へ引下げ

平成15年度以降、財源率を変更してありませんが、特定健康診査及び特定保健指導の費用負担がそれ程大きくないこと及び平成26年3月末日をもって直営宿泊施設を廃止したことにより、多くの積立金を保有する必要がなくなったため、保健事業に係る財源率を平成27年度から平成29年度までの3年間に限り引下げることとしました。この間に保健事業全般の見直しについて検討を行うこととしています。

貸付事業の一部改正

組合員のみなさまのニーズにあった貸付事業とすることにより、組合員の利用促進につなげるため、次のとおり長野市町村職員共済組合貸付規則等の一部を改正しました。(平成27年4月1日施行)

1 入学貸付、修学貸付関係

(1) 入学貸付、修学貸付における対象教育機関の見直し

対象教育機関に、「中等教育学校(後期過程に限る。)」を追加します。(中等教育学校後期過程は、中高一貫教育の高等学校の基準を準用した課程をいいます。)

(2) 修学貸付限度額

限度額を月10万円から月15万円に上げます。このことにより、年間で180万円まで借入れができます。ただし、修学年度の中途の申込みの場合は、残りの月数×15万円までとなります。

*修学貸付については、進級等による同一事由の貸付の場合は、既貸付の借増として取り扱い、限度額は修学年限分(10万円×12月×修学年限)としていましたが、今年度からは、同一事由であっても新たな貸付けとして取り扱いますので、限度額は1年毎180万円として取り扱います。

(3) 修学貸付償還の据置期間

償還については、修学期間が終了または満了した日の翌月から150月の償還となりますが、申し出により修学期間中であっても、申出のあった日の翌月から150月の償還とすることができます。(利息については、貸付た日の翌月から支払うものとなります。)

2 住宅貸付関係

貸付対象となった不動産を第三者に譲渡した場合は、規則違反として即時償還の対象となりますが、理事長が特別な事情があると認めた場合は、譲渡の制限をしないことができるよう要件を緩和しました。

3 災害貸付関係

(1) 災害再貸付の一時償還要件の廃止

災害または激甚災害で被災した組合員に対して、災害再貸付を行う場合、既貸付の住宅貸付または災害住宅貸付の未償還元利金を一時に償還させることを要しないこととします。

(2) 災害貸付の元金猶予期間

災害による災害貸付に係る元金の弁済猶予期間について、現行、「償還期間内1年以内」を負担軽減の観点から、「償還期間外1年以内」とします。

貸付を受けた者が加入する団体信用生命保険事業に係る事務取扱の見直し

- 1 加入資格要件の貸付金残高が50万円以上から10万円以上に引下げられます。
- 2 同一事由の貸付であっても、既貸付の増額としてではなく、新たな貸付として、団体信用生命保険に加入することとなります。



遺族共済年金補完事業の一部改正

遺族共済年金補完事業をより充実した制度とし、組合員およびその配偶者のみなさまの加入増につなげるため、次のとおり事業の一部を改正しました。

1 ライフサポート年金(組合員コース、遺児育英年金コース)、退職後継続プラン(組合員)および重病克服支援プラン(組合員)の加入者の加入日現在における年齢要件の引上げ

60歳到達年度末以降について、再任用等により引続き組合員の資格を有する者が加入可能となるよう、現行の加入年齢要件の60歳6カ月未満を65歳6カ月未満へ引上げをします。

2 ライフサポート年金(配偶者コース)、退職後継続プラン(配偶者)および重病克服支援プラン(配偶者)の加入者の加入日現在における年齢要件の引上げ

組合員より年長の配偶者の場合、組合員が加入中であっても、更新日時点61歳以上の者は自動脱退となってしまうため、現行の加入要件の60歳6カ月未満を70歳6カ月未満へ引上げをします。

3 配当金の還元対象者の拡大

配当金の還元対象者を現行の保険期間末日における加入者から保険期間中の加入者に拡大します。

このことにより、配当金は退職等による期中脱退者にも毎年11月頃還付をしますので、届出をいただいている在職中の給付金口座については、そのまま残しておいていただくようお願いします。

なお、退職後に共済組合へ届出の給付金口座を解約された場合および氏名を変更された場合には、必ず共済組合へご連絡くださるようお願いします。

4 重病克服支援プランに7大疾病保障およびがん・上皮内新生物保障特約の追加

現行の重病克服支援プランは3大疾病(がん、急性心筋梗塞および脳卒中)の保障となり、がんにおいては上皮内がんが給付対象とならないこと等から給付範囲を拡大し、3大疾病の保障を主契約とし、7大疾病保障(3大疾病のほかに重度の糖尿病、重度の高血圧疾患、慢性腎不全および肝硬変)およびがん・上皮内新生物保障を特約として追加します。

なお、この特約はオプションであり、ご希望の方は特約の追加となりますが、3大疾病の保障を主契約とし、7大疾病保障特約およびがん・上皮内新生物保障特約は、セットでご加入いただくこととなります。

5 退職後継続プランおよび重病克服支援プランの配偶者の継続加入の取扱い

組合員に退職後継続プランおよび重病克服支援プラン(以下「退職後継続プラン等」という。)の生前の給付がされた場合は、配偶者加入の退職後継続プラン等は自動脱退となりますが、受託保険会社の制度変更により、組合員に退職後継続プラン等の生前の給付がされた場合であっても配偶者加入の退職後継続プラン等は継続加入できることとします。

6 健康づくりサポートのサービス内容の改定

高まる健康意識に鑑み、健康づくりをより積極的に支援するため、サービス内容を受託会社の改正により、現行の一次予防「健康増進」に、二次予防「早期発見」および三次予防「再発防止」に対応したサービスを追加します。

7 施行期日

1から5については、平成27年10月1日

6については、平成27年11月1日

平成27年度の福祉事業の内容については、別冊「平成27年度福祉事業のご案内」をご覧ください。



平成27年10月から公務員等も厚生年金に加入します。⑤

～ 標準報酬制に移行されます…その2 ～

共済だよりの平成26年10月号（No.474）で、標準報酬制の概要をお示ししましたが、今回はその2として、現行との負担の比較などを掲載いたします。

なお、記事作成時点で関連の政省令が未公布のため、実際の施行と相違点がある場合もあります。

1 標準報酬等

(1) 標準報酬	<ul style="list-style-type: none"> 短期給付事業・長期給付事業・保健事業等に係る掛金（組合員保険料）・負担金の算定の基礎の基礎となります。 短期給付の給付額・厚生年金保険給付・退職等年金給付の給付額の算定の基礎となります。 組合員の受ける報酬月額（基本給＋諸手当）を、諸状況による決定・改定の種類に基づき計算し、標準報酬等級表にあてはめ、標準報酬の月額を決定します。 原則、一定時点で決定・改定し、一定期間適用します。（通常9月～翌年8月）
(2) 標準期末手当等	<ul style="list-style-type: none"> 短期給付事業・長期給付事業・保健事業等に係る掛金（組合員保険料）・負担金の算定の基礎の基礎となります。 短期給付の給付額・厚生年金保険給付・退職等年金給付の給付額の算定の基礎となります。 組合員がその月に受けた期末手当等に基づき標準期末手当等の額を決定します。
(3) 標準報酬等級表	<ul style="list-style-type: none"> 別表のとおり、標準報酬は、標準報酬等級のとおり区分 長期給付：98,000円（1級）～ 620,000円（30級）まで30ランク 短期給付：98,000円（1級）～ 1,210,000円（43級）まで43ランク
(4) 報酬の範囲	<p>①標準報酬の月額</p> <ul style="list-style-type: none"> 標準報酬の算定基礎＝報酬月額＝（基本給＋諸手当のすべて） （原則、組合員が自己の労務の対象として受ける給料、諸手当等のすべて） 報酬となるもの：次表iのとおり 報酬の種類：次表iiのとおり 固定的給与 勤務実績に直接関係なく、月等を単位として一定額が継続して支給される報酬 非固定的給与 勤務の実績に応じて変動する報酬 （報酬のうち、固定的給与以外のもの） <p>②標準期末手当等の額</p> <ul style="list-style-type: none"> 標準期末手当等の算定基礎＝期末手当等の額 期末手当等の種類 期末手当、勤勉手当、特定任期付職員業績手当、任期付研究員業績手当

i 主な報酬月額の範囲

報酬となるもの	報酬とならないものの例
<ul style="list-style-type: none"> ○給料 ○諸手当 <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 20px;"> 期末手当、勤勉手当、 特定任期付職員業績手当、 任期付研究員業績手当 は期末手当等に該当 </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○期末手当、勤勉手当、特定任期付職員業績手当、任期付研究員業績手当 ○実費弁償的なもの 出張旅費、災害派遣手当など ○労務の対象とされない年金、共済組合からの給付金等 ○退職手当 ○児童手当

ii 報酬の種類[固定的給与・非固定的給与]の例

（地方公共団体の給与条例等で判断し区分）

	一般的	特殊勤務
固定的給与	給料（給料表の給料月額）、扶養手当、地域手当、住居手当、初任給調整手当、通勤手当（支給額/支給単位期間月数、端数切捨て、最終月分へ端数加算）、単身赴任手当、へき地手当、管理職手当、義務教育等教員特別手当 定時制通信教育手当、 産業教育手当、 農林漁業普及指導手当	<ul style="list-style-type: none"> 給料月額×一定割合の月額支給 → 固定的給与 支給制限のある場合、勤務実績に基づく場合 → 非固定的給与
非固定的給与	特殊勤務手当 時間外勤務手当、宿日直手当、管理職員特別勤務手当、夜間勤務手当、休日勤務手当、寒冷地手当（原則、7月1日前1年間の総額/12の端数切捨て額を報酬月額とする。）	<ul style="list-style-type: none"> 勤務実績に基づく場合 → 非固定的給与 勤務実績に直接関係なく月額支給 → 固定的給与

2 標準報酬制による負担の算定例

(1) 総報酬制(手当率制)から標準報酬制への移行と掛金等の算定

<p>総報酬制 (手当率制)</p> <p>現行 (~平成27年9月)</p>	<p>掛金等の算定基礎額</p> <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;">基本給</div> <div style="margin: 0 10px;">+</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> 諸手当 (一般職:一律 基本給の25%) </div> </div> <p>給料 × 手当率</p>	<p>財源率の × 1/2の率 = 掛金 (労使折半)</p>
<p>↓</p>	<p>掛金等の算定基礎額</p> <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;">基本給</div> <div style="margin: 0 10px;">+</div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> 諸手当 (実際の支給額 個人差あり) </div> </div> <p>報酬月額 ↓ 標準報酬月額 (報酬月額を標準報酬等級表にあてはめた額)</p>	<p>財源率の × 1/2の率 = 掛金等 (労使折半)</p> <p>× 財源率の1/2の率 掛金の割合</p> <p>※ 手当率:一般職 = 1.25・特別職 = 1 (地方公務員の手当の基本給との割合の平均である約25%を踏まえた率)</p>

(2) 組合員負担分の算定例(現行との比較)

平成27年10月以降、標準報酬制の導入により、同じ給料の者でも、諸手当の状況により、納付する掛金等の額に差が生じることになります。また長期掛金から厚生年金分の「組合員保険料」に切り替わり、新たに新3階部分の「退職等年金給付」に係る掛金の納付が開始となります。

	総報酬制(手当率制) 〈~平成27年9月〉			A・B・Cの 諸手当を 15%・25%・ 35%支給と 仮定した 算定例	標準報酬制 〈平成27年10月~〉		
	Aさん・Bさん・Cさん(給料同額設定)	Aさん	Bさん		Cさん		
算定の基礎	Aさん・Bさん・Cさん(給料同額設定)				Aさん	Bさん	Cさん
基本給 円	300,000				300,000	300,000	300,000
手当率	一般職設定=1.25						
諸手当 円	基本給の25%みなして算定、75,000円				45,000	75,000	105,000
報酬月額 円					345,000	375,000	405,000
標準報酬月額 円					340,000	380,000	410,000
掛金の種類・率・額等	財源率の 1/2の率 %	掛金の 割合 %	掛金額 円	財源率の1/2 (掛金の割合等) %	掛金額等 円	掛金額等 円	掛金額等 円
短期掛金	45.40	56.75	17,025	45.40	15,436	17,252	18,614
介護掛金	5.44	6.80	2,040	5.44	1,849	2,067	2,230
保健掛金	1.60	2.00	600	1.60	544	608	656
長期掛金	86.39	107.9875	32,396				
厚生年金保険料				86.39	29,372	32,828	35,419
退職等年金掛金				7.50	2,550	2,850	3,075
合計	138.83	—	52,061	146.33	49,751	55,605	59,994
H27.10におけるH27.9との差				7.50	△ 2,310	3,544	7,933

*1: 手当率制では、基本給に掛金の割合 [財源率の1/2 × 手当率 (1.25) を掛け率] を乗じて算定しています。

*2: 通常、短期掛金に保健掛金を含めて算定していますので、実際の額と異なる場合があります。

*3: 報酬月額は、基本給 + 諸手当 (寒冷地手当等も加算) で、通常は、定時決定 (4・5・6月の3カ月平均) ですが、平成27年10月分から翌年8月分までは、平成27年6月の報酬月額 (寒冷地手当等考慮) を基礎として適用されます。

*4: 標準報酬制では、報酬月額の標準報酬等級表で該当する標準報酬月額に掛金の割合等乗じて算定されます。

別表 標準報酬等級表

標準報酬等級				報酬月額
短期 給付	長期給付		月額	
	厚生 年金	退職 等 年金 給付		
			円	円以上 円未満
1	1	1	98,000	~101,000
2	2	2	104,000	101,000~107,000
3	3	3	110,000	107,000~114,000
4	4	4	118,000	114,000~122,000
5	5	5	126,000	122,000~130,000
6	6	6	134,000	130,000~138,000
7	7	7	142,000	138,000~146,000
8	8	8	150,000	146,000~155,000
9	9	9	160,000	155,000~165,000
10	10	10	170,000	165,000~175,000
11	11	11	180,000	175,000~185,000
12	12	12	190,000	185,000~195,000
13	13	13	200,000	195,000~210,000
14	14	14	220,000	210,000~230,000
15	15	15	240,000	230,000~250,000
16	16	16	260,000	250,000~270,000
17	17	17	280,000	270,000~290,000
18	18	18	300,000	290,000~310,000
19	19	19	320,000	310,000~330,000
20	20	20	340,000	330,000~350,000
21	21	21	360,000	350,000~370,000
22	22	22	380,000	370,000~395,000

標準報酬等級				報酬月額
短期 給付	長期給付		月額	
	厚生 年金	退職 等 年金 給付		
			円	円以上 円未満
23	23	23	410,000	395,000 ~425,000
24	24	24	440,000	425,000 ~455,000
25	25	25	470,000	455,000 ~485,000
26	26	26	500,000	485,000 ~515,000
27	27	27	530,000	515,000 ~545,000
28	28	28	560,000	545,000 ~575,000
29	29	29	590,000	575,000 ~605,000
30	30	30	620,000	605,000 ~635,000
31			650,000	635,000 ~665,000
32			680,000	665,000 ~695,000
33			710,000	695,000 ~730,000
34			750,000	730,000 ~770,000
35			790,000	770,000 ~810,000
36			830,000	810,000~855,000
37			880,000	855,000~905,000
38			930,000	905,000~955,000
39			980,000	955,000~1,005,000
40			1,030,000	1,005,000~1,055,000
41			1,090,000	1,055,000~1,115,000
42			1,150,000	1,115,000~1,175,000
43			1,210,000	1,175,000~

地共済年金情報Webサイト利用休止のお知らせ

地共済年金情報Webサイトは一旦終了し、平成27年10月を目途にリニューアルさせていただきます。

平成22年4月から開設された地共済年金情報Webサイトは、ご自身の年金見込額等の年金個人情報をパソコンで閲覧することができるサービスとして皆様にご利用いただきてまいりましたが、平成27年3月31日をもって、年金個人情報の閲覧を一旦終了とさせていただきます。

現在、被用者年金制度の一元化に対応した内容による新たな地共済年金情報Webサイトを開発中であり、被用者年金が一元化される10月を目途に構築する予定です。

具体的な開設時期、機能等につきましては、詳細が決まり次第ご案内します。

●相談窓口

全国市町村職員共済組合連合会 年金部年金企画課

専用回線：03-5210-4607 (9時~17時(土・日・祝日を除く))



Q&A 夫の遺族基礎年金・遺族共済年金

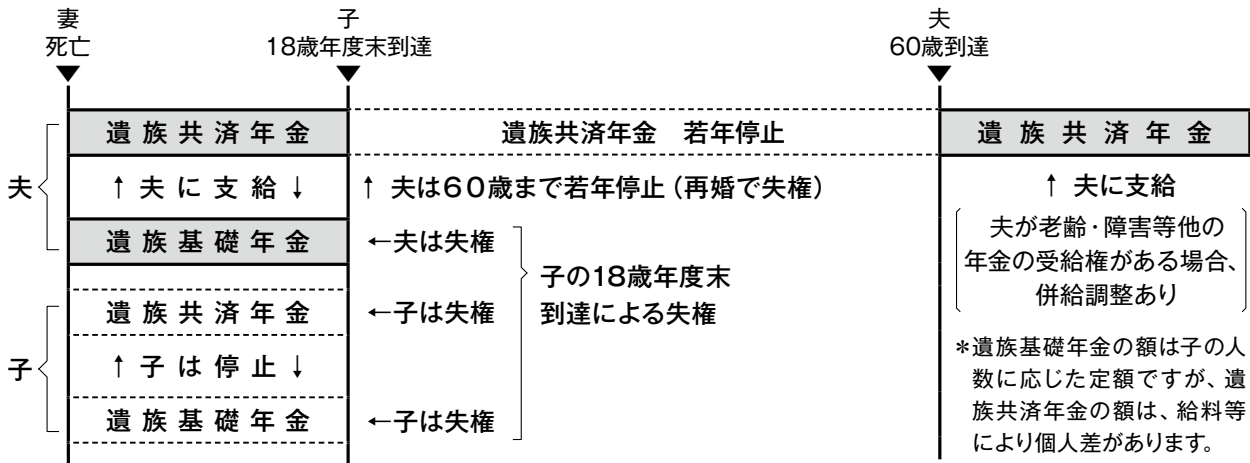


地方公務員の妻が急逝しました。18歳未満の子がいる夫ですが、遺族の年金はもらえますか。



平成26年4月1日以降の死亡において、遺族基礎年金の遺族の範囲が、「妻と子」から「配偶者と子」に改正されたことにより、要件を満たし、遺族の夫に遺族基礎年金が支給されるときには、60歳未満であっても、遺族共済年金が支給されることになっております。

1 イメージ図 (通常の一例)



2 遺族共済年金の要件等

(H27.10.1以降の死亡の場合、被用者年金一元化により遺族厚生年金となるなど、一部変更があります。)

遺族共済年金は、組合員または組合員であった者が次のいずれかに該当したときに、その者によって生計を維持していた遺族に支給されます。

夫が遺族の場合、障害の状態を除き60歳到達まで若年停止ですが、子のある配偶者として遺族基礎年金が支給されるときは、遺族共済年金も併せて支給されます。

- ① 在職中に死亡したとき。
- ② 退職後に組合員であった間の傷病が原因で、初診日から5年以内に死亡したとき。
- ③ 障害等級が1級若しくは2級の障害共済年金または従前の障害年金の受給権者が死亡したとき。
- ④ 退職共済年金の受給権者または組合員期間等が25年以上ある者が死亡したとき。

◆遺族の範囲【遺族共済年金】

組合員または組合員であった者の死亡の当時、生計を維持されていた下記の者 (原則同居、年収850万円未満)

- ① 配偶者または子 ② 父母 ③ 孫 ④ 祖父母

- *1: 配偶者と子では、配偶者優先。
- *2: 夫は60歳まで支給停止。ただし、夫に遺族基礎年金が支給されるときには、遺族共済年金もセットで支給。
- *3: 子とは、18歳到達年度の末日 (3月31日) までの未婚の子、または1級若しくは2級の障害の状態にある子。
- *4: 孫とは、18歳到達年度の末日 (3月31日) までの間にある未婚の孫、または障害等級が1級若しくは2級の障害状態にある孫に限ります。また、その親と生計を共にしている場合は、遺族に該当しません。
- *5: 遺族が2人以上いる場合には、①から④の順序で遺族共済年金を支給。H27.10.1以降転給なし。

◆遺族の範囲【遺族基礎年金】

被保険者または被保険者であった者の死亡の当時、生計を維持されていた下記の者

- ① 配偶者 (子と生計同一であること) または子

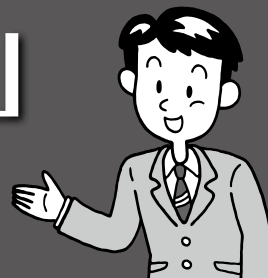
- *1: 夫にも支給される
- *2: 配偶者と子では、配偶者優先
- *3: 子とは、18歳到達年度の末日 (3月31日) までの子、または20歳未満で1級若しくは2級の障害の状態にある子をいいます。

○参考: 子のある配偶者の遺族基礎年金額 (平成26年度の金額です。)

基本額		772,800円		支給例	
子の加算額	1人	222,400円	子1人	995,200円	
	2人	222,400円	子2人	1,217,600円	
	3人目以降	74,100円 (1人につき)	子3人	1,291,700円	
			子4人	1,365,800円	

平成
27年度

「ライフサポート年金」 募集のお知らせ



本事業は、主として組合員およびその配偶者が死亡または高度障害となった場合に、その遺族等に一定期間保険料を支払うことにより、遺族共済年金を補完し、遺族の生活安定や子供の教育費確保に寄与することを目的としています。制度の種類や保障内容等については、本誌折込みの「平成27年度福祉事業のご案内」(P15) および募集期間に各組合員へ配付しますパンフレットをご覧ください。

新規加入、加入内容の変更および脱退のお手続きは、年1回、この募集期間のみの取扱いとなり、保障期間途中での変更等は原則できませんので、必ずご確認ください。

募集期間

平成27年5月12日(火)～6月19日(金)

期間中に引受保険会社の推進員が各所属所へ更新手続きに訪問します。

加入申込書提出締切日：平成27年6月22日(月) 共済組合必着

※各所属所への提出締切日をご確認ください。

申込方法・直接推進等

加入申込書、パンフレット等の資料は事前に各所属所の共済組合事務担当者を通じてお配りします。

募集期間中に推進員が制度説明のため訪問します。新規加入・加入内容変更(脱退を含む)をする方は、推進員または所属所の共済組合事務担当者へ加入申込書をご提出ください。

日程の都合上、期間中に全所属所を訪問できない場合もあります。説明を希望される方は、資料に同封されている(一部所属所では資料の前に配付されます)「説明希望票」を事前に共済担当者にご提出ください。優先的に訪問、もしくは電話でのご案内をします。

保障期間

平成27年10月1日～平成28年9月30日までの1年間

配当金

ライフサポート年金は1年ごとに収支計算を行い、剰余金が発生した場合は保険期間中の加入者に配当金として還付しますので、実質負担は軽減されます(ただし、退職後継続プラン・重病克服支援プランには配当金はありません)。

更新における注意事項

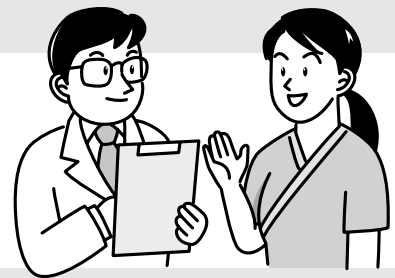
*現在加入中の方は、加入申込書の提出による脱退の申し出がない場合は原則自動更新(継続加入)となります(退職や加入資格保険年齢超過等による自動脱退を除く)。

*保険年齢区分により保障金額および保険料が異なるため、前年度と同内容で更新しても保障金額・保険料が異なることがありますので、パンフレット等でご確認ください。

特定健康診査・特定保健指導を 活用しましょう！

組合員の皆さんやその被扶養者の生活習慣病予防のため、特定健康診査を受診しましょう。

また、保健指導の対象となられた方は、特定保健指導を積極的に利用し、バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身につけましょう。



特定健康診査

特定健康診査の対象者は？

4月1日における組合員・被扶養者であって、今年度内において40歳以上75歳未満の方。

特定健康診査を受けていただくには？

組合員	職場での健康診断や人間ドック受診により、特定健診を受けたこととなります。
被扶養者	共済組合から 特定健康診査受診券 を5月上旬頃自宅に配付します。共済組合が委託する医療機関等で受けることができます。特定健診に係る費用は 共済組合が全額負担 します。

特定健康診査の実施目標

今年度は組合員・被扶養者あわせて86%の受診率を目標としていますので、積極的な受診をお願いします。

上記の特定健康診査の結果、一定の要件に該当した方が、特定保健指導（積極的支援、動機付け支援）の対象となります。

特定保健指導に該当した方には、共済組合から**特定保健指導利用券**を自宅に送付します。実施機関に予約の上、利用してください。

特定保健指導に係る費用は、**共済組合が全額負担**します。

- ・積極的支援は個別またはグループで初回面接を受け、その後3カ月にわたって電話やメールで継続的な支援が行われます。
- ・動機付け支援は原則として1回、個別またはグループで初回面接を受けます。

今年度は組合員・被扶養者あわせて35%の利用率を目標としていますので、利用をお願いします。

特定健康診査、特定保健指導について、不明な点は共済組合にお尋ねください。

特定保健指導の対象者は？

特定保健指導を受けていただくには？

特定保健指導の実施目標

特定保健指導

お問い合わせ 医療福祉課 福祉担当 TEL026-217-5698

共済組合ホームページURL <http://www.nagano-kyosai.jp>

共済組合のあらまし » 福祉事業 » 特定健康診査・特定保健指導

7月の被扶養者資格確認調査について

～ご理解とご協力をお願いします～

共済組合では、現在被扶養者として認定されている方の、扶養の状況や収入などが引き続き被扶養者の認定基準に該当しているか、資格確認調査を順次実施しています。

7月1日基準日の調査対象被扶養者がいる組合員の方には、所属所経由で「被扶養者調査回答・申告書」を6月下旬にお送りしますので、必要書類を添えて共済組合事務担当者様へ提出していただきますようお願いいたします。

ポイント

被扶養者の認定基準である収入(所得)額は、年額130万円未満(障害年金受給者または60歳以上の公的年金受給者は180万円未満)、給与収入の場合は月額108,334円未満(60歳以上等は15万円未満)となります。

主な添付書類

- 状況に応じた添付書類となりますが、所得証明書は必須書類です。
- 提出できるよう各書類の保管をお願いします。
 - ・給与収入がある……給与支払等証明書(共済組合所定の用紙)、雇用契約書など
 - ・年金受給がある……最新の支給額が確認できる年金決定または改定通知書の写しなど
 - ・事業・農業・不動産等収入がある^(注)……最新の確定申告書・収支内訳書の写し

(注)事業所得では収入判断の際、必要経費として認める経費を控除した金額が所得額となります(下表参照)。
なお、記載のない経費については所属所等と協議の上、認否を決定します。



1. 一般事業用

認める経費	認めない経費
売上原価(仕入)	減価償却費
給料・賃金	貸倒金
光熱給水費	借入金利子
修繕費	租税公課
消耗品費	損害保険料
地代家賃 [※]	旅費・交通費
	通信費
	接待交際費
	福利厚生費
	広告宣伝費
	運搬費

※地代家賃は家計消費分と事業所分とが明確に区分されている場合(店舗と自宅が別)のみ認める。

2. 農業収入用

認める経費		認めない経費
小作料・賃借料	農薬衛生費	減価償却費
種苗費	諸材料費	利子割引料
素畜費	修繕費	租税公課
肥料費	動力光熱費	農業共済掛金
飼料費	土地改良費	
農具費		



★被扶養者の取消が必要な方について

認定基準収入額を超える場合や就職などで、健康保険に加入したときなどは被扶養者の取消手続きが必要となります。

- 就職などで他の健康保険に加入したとき
- 結婚などで他の方の被扶養者になったとき
- 基準額を超える年金額を受給される場合
- 基準額を超える営業収入や農業収入があるとき
- 恒常的な収入が基準額をこえるとき
- 雇用保険の受給を開始したとき

失業給付（日額3,612円以上）の給付を受けることとなったとき（収入基準が180万円未満の方の場合、年金と失業給付等の合算額が5,000円以上となったとき）

など



被扶養者の取消申告が遅れた場合

被扶養者の資格をさかのぼって取り消すことになります。

もし、取消日以降に医療機関等で受診していた場合には、共済組合で負担した金額を全額返還していただきます（総医療費の7割分、高額療養費など）。

このような事態を避けるためにも、日ごろから被扶養者の所得等の把握について十分にご注意ください。

被扶養者の異動申告等について

被扶養者の認定を受けようとする方は、認定事由発生日から30日以内に、勤務先（所属所）の共済事務担当課へ「被扶養者申告書」を提出してください。

また、認定取消事由発生時は早めに共済事務担当課に連絡してください。

被扶養者の収入基準額

年額130万円未満。ただし、障害年金受給者または60歳以上の公的年金等受給者は年額180万円未満。※遺族、障害の年金も収入額に含まれます。

【認定基準に該当しなくなる主なケース】

- 被扶養者が就職等により健康保険等の被保険者または組合員となったとき。
- 被扶養者の恒常的な収入（年金、給与、賃金、事業、利子、配当等すべての収入が対象）が130万円（または180万円）以上となったとき。
 - 被扶養者の給与の月収が108,334円（130万円÷12月）以上となったとき。臨時およびパート等で月の収入が一定していない被扶養者は、3カ月の平均給料が108,334円以上となったとき（180万円該当となる方は、年金と給与を合算して月15万円）。
 - 退職等により認定された被扶養者が、雇用保険の失業給付（日額3,612円以上）を受けることとなったとき。
 - 被扶養者が年金を受給するようになった、または受給している年金が増額され、その年金額が180万円以上となったとき。
- 被扶養者が他の者の被扶養者となったとき。
- 同居要件の被扶養者（兄、姉、義父母等）が別居することとなったとき。
- 被扶養者と組合員本人が離婚または離縁したとき。
- 被扶養者が死亡したとき。
- 被扶養者が後期高齢者医療広域連合の障害の認定を受けたとき。

◎被扶養者の取消申告が遅れた場合

被扶養者の資格をさかのぼって取り消すことになります。

もし、取消日以降に医療機関等で受診していた場合には、共済組合で負担した金額を全額返還していただきます（総医療費の7割分、高額療養費など）。

このような事態を避けるためにも、日ごろから被扶養者の所得等の把握について十分にご注意ください。



みなさんの医療費は一!?

医療費統計 Vol. 34 — ジェネリック医薬品について

今回は、増加する医療費の増嵩対策の一環として利用促進を進めているジェネリック医薬品の利用状況とジェネリック医薬品へ切り替えたことによりどのくらい医療費が削減されたかについてお知らせします。



ジェネリックってなに？

薬の成分が同等で安価なお薬です。先発医薬品の特許期間（20～25年）が満了し、他社が同じ成分で開発した後発医薬品です。

効き目や安全性は？

厚生労働省が定めた厳しい試験により、有効性・安全性は認められています。また、先発品と同様に薬事法の規制に従い開発・製造・販売されています。

そんなに安いのか？

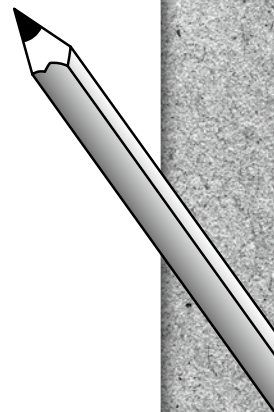
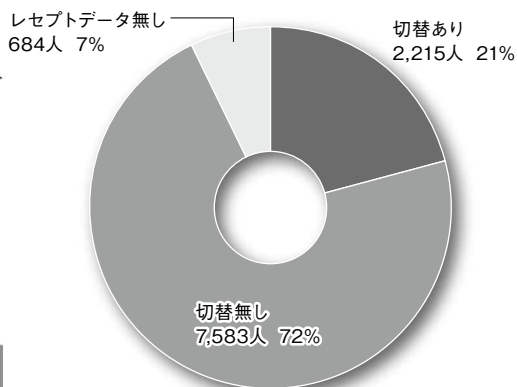
平均するとジェネリック医薬品は先発医薬品の約半額です。開発年数・開発費がかからないからこそのお値段なのです。

次のグラフは平成26年1月から12月の1年間に組合員および被扶養者の皆さんがジェネリック医薬品に切り替えたことによる薬剤費の削減額の推移を示したものです。1年間で約943万円が軽減されたことになり、医療費削減に効果が得られていると考えられます。

現在服用している薬剤を必ずしもジェネリック医薬品に切り替えていただかなければならないものではありませんが、医療費の増加抑制、自己負担軽減等を鑑み、選択肢のひとつとしてジェネリック医薬品をご検討ください。

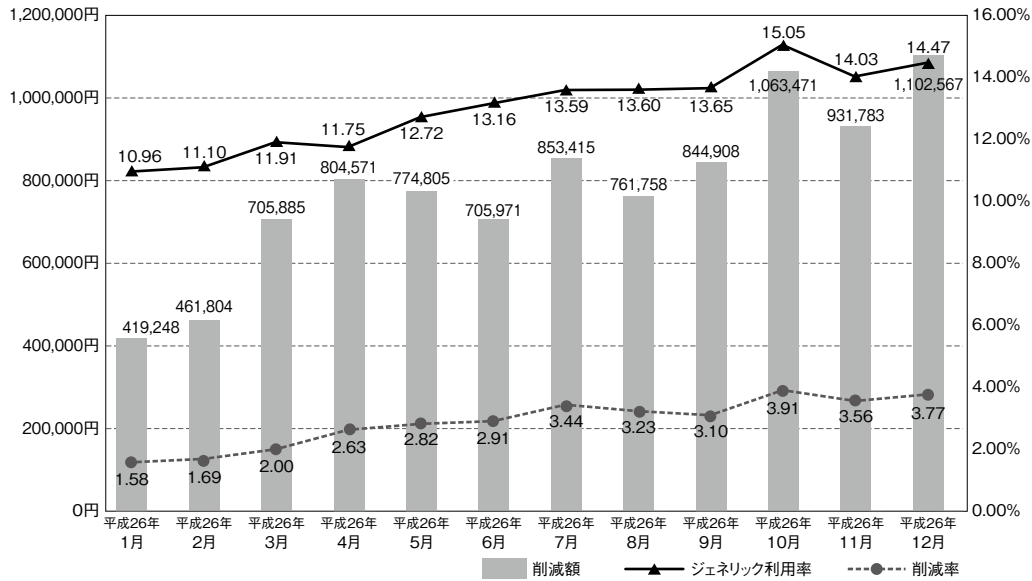
◆切替人数の割合

※切替人数の定義
効果測定期間中に新たにジェネリックの使用が確認できた者



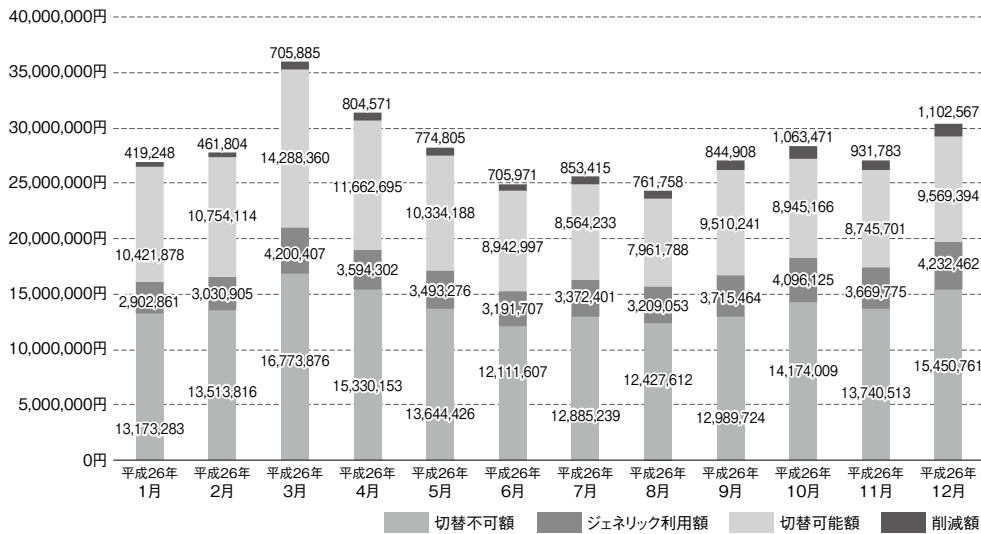
◆削減額推移

※削減額の定義：「先発品の薬剤費」と「ジェネリックに切り替えた薬剤費」の差額



◆削減額と切替可能額の推移

※切替不可額+ジェネリック利用額+切替可能額=総薬剤費となります。



	平成26年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
削減額	419,248円	461,804円	705,885円	804,571円	774,805円	705,971円	853,415円	761,758円	844,908円	1,063,471円	931,783円	1,102,567円
累計削減額	419,248円	881,052円	1,586,937円	2,391,508円	3,166,313円	3,872,284円	4,725,699円	5,487,457円	6,332,365円	7,395,836円	8,327,619円	9,430,186円
総薬剤費	26,498,022円	27,298,835円	35,262,643円	30,587,150円	27,471,890円	24,246,311円	24,821,873円	23,598,453円	27,215,429円	27,215,300円	26,155,989円	29,252,617円
切替不可率	49.71%	49.50%	47.57%	50.12%	49.67%	49.95%	51.91%	52.66%	51.40%	52.08%	52.53%	52.82%
ジェネリック利用率	10.96%	11.10%	11.91%	11.75%	12.72%	13.16%	13.59%	13.60%	13.65%	15.05%	14.03%	14.47%
切替可能率	39.33%	39.39%	40.52%	38.13%	37.62%	36.88%	34.50%	33.74%	34.94%	32.87%	33.44%	32.71%
削減率	1.58%	1.69%	2.00%	2.63%	2.82%	2.91%	3.44%	3.23%	3.10%	3.91%	3.56%	3.77%

歯磨きの
あとに

舌でわかる 生活を見直す サイン



舌は「全身の鏡」ともいわれ、その時々々の健康状態があらわれます。
歯磨きのついでや鏡に向かったとき、一緒に舌の状態もチェックしてみましょう。



まずは知っておこう！

舌は柔軟な筋肉の塊で、舌の形を自在に形成する内舌筋と、周囲の骨につながる舌を動かす外舌筋からできています。その筋肉を流れる血液の色が舌の表面に反映され、健康な状態ではピンク色となります。

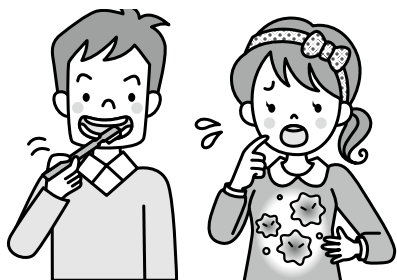
舌は「話す」「咀嚼する」「飲み込む」等さまざまな場面で活躍していますが、特に胃に入る食べ物をチェックする味覚の感知は大切な役割といえるでしょう。

舌の表面は「乳頭」という小さな突起のある粘膜で覆われており、その中にある「味蕾」という細胞が味を感知します。そのため舌の表面部分が傷つくと、味覚に影響が及ぶおそれもあります。



歯科医院 キャビネ
ダントール御茶の水

安田 登先生



口腔環境は全身にかかわる?!

口腔環境の悪化は歯周病を引き起こし、さらにその菌が血液を通過して全身にさまざまな弊害をもたらすリスクがあります。

糖尿病の人は免疫機能の低下などから歯周病にかかりやすく、その菌によって血糖値を下げるインスリンがつくられにくくなるため、糖尿病が悪化することが近年明らかになりました。また、女性は妊娠するとホルモンバランスの変化などで歯周病にかかりやすくなりますが、妊婦に歯周病があると胎児の成長を阻害したり早産を促し、低出生体重児を出産する割合が高くなることが指摘されています。

健康のためにも、日頃の口腔ケアは大切にしましょう。

色の变化で血流の状態がわかる

舌は血流を反映し、その色の变化で健康状態がわかる場合があります。舌が濃い赤色であれば、脱水や発熱などで血液が濃くなっている可能性があります。白っぽい色であれば赤血球内のヘモグロビンが低下して貧血状態であるかもしれません。ただし、舌の縁や下にこすっても取れない白色や赤色の模様があれば注意が必要です。それぞれ「白板症」「紅板症」と呼ばれ、舌がんの前がん病変（がんに進行しやすい状態）

の疑いがありますので、必ず口腔外科で診てもらいましょう。

なお、舌の色はコーヒーやみかんなどの食べ物によってつく場合もあるため、食後に確認する際は前に食べた物を考慮しておく必要があります。

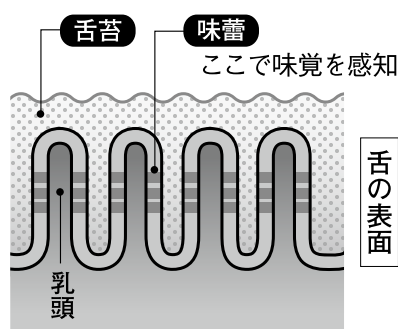
舌の表面にひく舌苔に注目

舌の表面には、「舌苔」と呼ばれる白色または黄褐色の苔状のものがつきます。これは菌垢と同じく食べ物のカスやはがれた細胞と細菌が固まったもので、うっすらとついてい

る程度なら問題ありませんが、厚くついている場合は味覚異常や口臭の原因になります。舌苔は専用の舌ブラシなどで除去できますが、強くこすったり頻繁に行うと味蕾を傷つけてしまうので、やりすぎないように気をつけましょう。

舌苔の付着には唾液の分泌量が大きく関係します。唾液が多ければ、食べカスや細菌などは流されませんが、ストレスによって交感神経が抑制されたりかぜ・睡眠不足などで免疫力が低下すると唾液が減り舌苔が付きやすくなります。舌苔が頻繁に厚く付着するようであれば体調不良のサインと思いい、生活を見直すようにしましょう。

舌の構造



まだある! 舌が示すサイン

- 舌が黒くなる → 「黒毛舌」という黒や濃緑色になる現象があります。これは抗生物質の服用や喫煙などで、口腔内細菌のバランスが崩れ、細菌の繁殖で黒っぽくなるとともに舌の表面の乳頭が伸びきって、黒い毛が生えたように見えるものです。
- 舌の縁に歯形がついている → 「歯痕」と呼ばれ、食いしばる癖などがあると起こります。これらの癖は歯が擦り減ったり、顎関節に異常が起きるなどの悪影響が及びます。
- 舌苔がまったくなく舌がツルツル → 口内が乾燥し、乳頭がこすれて削れてしまった可能性があります。痛みがあったり、味覚障害が起きることも。

恋するふるさと

坂城町

大好きな坂城町のことなら、
ねずこんにおまかせ！
楽しいっばい、春の観光スポットを
ご案内するでチュ！



案内人
坂城町
マスコットキャラクター
ねずこん

坂城町

春のおすすすめスポット

びんぐしの里公園



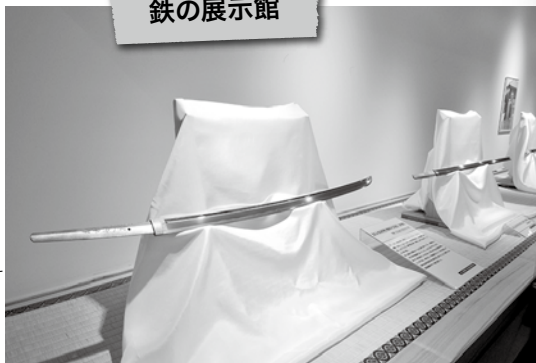
緑の芝生が広がる公園には、アスレチック広場や展望台、テニスコートなどがあり、ファミリーで楽しめます。びんぐしの丘散策道からの眺めも最高です。

びんぐし湯さん館



千曲川を見渡す高台にあり、露天風呂から望むパノラマ展望が自慢です。大浴場のほか、五右衛門風呂、石風呂、サウナ、寝湯などいろいろなお風呂が楽しめます。

鉄の展示館



坂城町が生んだ人間国宝、刃匠・故宮入行平の業績を称え、氏が残した名刃や宮入一門の作品を展示。坂城町の芸術・歴史関連の企画展も開催しています。

コラム

味のツツ株式会社

愛情のこもった料理と農産加工品を製造販売

地域の「おばちゃん」たちが、地元で採れた旬の農産物を使い、素材のおいしさと持ち味を活かした料理や加工品を販売しています。

特に坂城町特産として伝統野菜にも認定されている「ねずみ大根」は、大根おろしノンオイルドレッシングや「ねずみ大根のパウンドケーキ」など幅広い商品があり、好評です。

直営店の「びんぐし亭」は季節限定のサラダうどんや冷やし手打ちそばがおすすめで、おしぼりうどんが一番人気！土・日曜限定のバイキングは「おしぼりうどん・そば」が食べ放題のほか、大根のスイーツや地元野菜の手づくり惣菜が盛りだくさん。毎週楽しみに訪れるお客様も多いとのことですので、ぜひお出掛けください。

●営業時間／売店：8時～17時、年末年始休業

食堂：平日11時～14時（水曜定休）

バイキング：土・日曜日のみ 11～15時、ラストオーダー14時



表紙の写真



坂城町は、戦前より菊やカーネーション、トルコギキョウなどの切り花の産地として全国的に知られていました。バラの栽培が最盛期を迎えたのは昭和50年代からで、バラを町花としているこ

とから、「花を育て」「花を楽しむ」観光拠点として平成13年に誕生したのが「さかき千曲川バラ公園」です。270品種、2千株以上のバラが植えられた園内は、赤やピンク、黄とあでやかに染まり、甘い香りが来園者を迎えます。日頃の疲れを忘れさせてくれる光景に心も体もリフレッシュ。優雅な花風景を楽しみに、出かけませんか。1年で最も種類が多く美しいバラが見られる5月30日から6月14日まで、「はら祭り」を開催。期間中には、バラ苗や町特産品の販売、バラ挿し木講習会なども行われます。

【アクセス】
長野自動車道坂城ICから車で約10分、
しなの鉄道テクノさかき駅から徒歩15分

【お問い合わせ】
TEL：0268-82-3111（坂城町建設課都市・公園係）
http://www.town.sakaki.nagano.jp

坂城町企画政策課

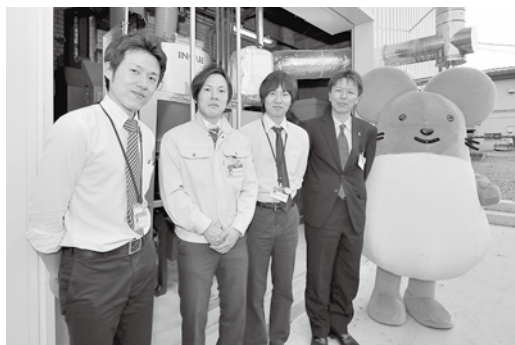
竹内 祐一さん

企画調整係の竹内さんにお話を伺いました。



ねずこんと一緒に、にこやかな笑顔で出迎えていただいた竹内さん。所属する企画調整係は、坂城町の総合計画立案や重要プロジェクトの推進のほか、広域行政や電算システムの管理運営など幅広い業務を行う重要な部署です。坂城町は、製造業を中心に大小240社が集まるテクノタウン。電力の安定供給は、最重要課題といえます。そこで、町では平成23年度に「坂城スマートタウン構想」を策定。平成24年度には、町と信州大学、協力企業による「産学官連携によるグリーンイノベーション研究支援事業」がスタートしました。この事業では、坂城町をフィールドに、エネルギーの効率的な利用を図り、スマートコミュニティづく

りに向けた実証実験を行っています。再生可能エネルギー普及拡大への取り組みとして、実際に町庁舎に導入したバイオマス施設を見せていただきました(写真の背景が、その施設です)。大量消費の時代からエネルギーの地産地消の時代へ。県外からの視察も多く、これからの「スマートタウン坂城」に注目が集まっています。



坂城町 ふるさと おかあさんの味

コラムでもご紹介した「味ロジ(株)」が経営する食事処「びんぐし亭」の皆さんに教えていただきました。ねずみ大根を使った料理2品です。



煮込みハンバーグ

材料 25 分

- 豚ひき肉 500g
- 玉ねぎ 210g
- 生パン粉 75g
- ねずみ大根切り干し 10g
- 塩 大さじ2分の1
- 胡椒 少々
- トマトソース 適宜
- ウスターソース 適宜
- 水 少々 ● サラダ油 適宜



作り方

1. 玉ねぎ、水で戻した切り干し大根はみじん切りにして豚ひき肉、生パン粉、塩、胡椒を加えてよくこねる。
2. 1.を適当な大きさに丸めて置き、フライパンに油をひき、焦げ目がつくまで両面を焼く。
3. 両面に焦げ目がついたらトマトソース、ウスターソース、水を加えて煮込む。
4. 季節の野菜と盛り合わせる。

※一口サイズのハンバーグ。脂っこさがなく、ご高齢のお客様にも好評です。

※ねずみ大根の切り干しは、びんぐし亭で販売しています。

※ねずみ大根の切り干しがなければ、市販の切り干し大根でも代用できます。



「びんぐし亭」

「ねずみ大根」は、ただ辛いだけでなく、「あまもっくら」とした奥行きのある味が特徴。びんぐし亭では、手打ち麺でおしぼりうどんを提供しており、1年を通じてあまもっくらとした美味しいうどんが味わえます。ねずこんと代表取締役の西澤てるさん(左から3番目)、ほかスタッフの皆さん

おしぼりうどん

材料 4 人分

- うどん(生麺または乾麺)500g
- ねずみ大根 1本
- 味噌 大さじ4
- かつおぶし 適宜
- きざみネギ 適宜

作り方

1. ねずみ大根をジューサーにかけて搾る。
2. 大鍋にたっぷりの水を入れて、沸騰したらうどんを茹でる(9~10分。使用するうどんによって茹で時間を加減してください)。
3. 茹であがったら、釜揚げうどんのように茹で汁ごと器に入れる(夏は冷水にさらして、ザルに盛る)。
4. ねずみ大根の搾り汁をお椀に注ぐ。
5. 4の搾り汁に、お好みで味噌とぎざみネギ、かつおぶしを加え、うどんを汁につけていただく。

※ねずみ大根がない場合は、ほかの辛み大根で召し上がってください。

辛味が苦手な方やお子さんには、市販の大根が良いでしょう。

「おしぼりうどん」とは?

古くからこの地域周辺に伝わる伝統食です。食すと体の芯から汗をかくほど温まり、またやみつきになるその味は地域を代表する食文化となっています。

読者の皆さんから、レシピ活用のご感想をお待ちしています。

メールかはがきで、長野市町村職員共済組合までお寄せください。

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

〒380-8586 長野市権堂町2201番地 権堂イーストプラザND
長野市町村職員共済組合 総務課まで

● ここが
知りたい!

被 扶 養 者 認 定 講 座

Vol.15

前回に引き続き、みなさんからの質問にお答えします。

被扶養者の認定を受けようとする者が受給する 公的年金等について

Q

被扶養者の認定を受けようとする者が60歳以上で公的年金等を受給している場合は被扶養者認定収入基準額が年額130万円未満から180万円未満になるとのことですが、「公的年金等」とはどのようなものが該当しますか。

A

公的年金制度も平成27年10月には被用者年金制度の一元化が図られますが、現在の運用方針、地方公務員等共済組合法第2条関係に規定する「公的年金等」とは、「国民年金法及び同法第5条第1項に規定する被用者年金各法に基づく年金たる給付その他の公的な年金たる給付」と規定されています。次の①～⑤が「国民年金法及び同法第5条第1項に規定する被用者年金各法に基づく年金たる給付」となり、⑥～⑩は「その他の公的な年金たる給付」の主だったものになります。

なお、①～⑤の年金については年金額が一定額ではなく、変動し改定されます。平成27年度は年金額が増額改定される見込みのため被扶養者認定収入基準額については注意していただき確認をお願いします。

- ①国民年金法に基づく年金たる給付（老齢・障害・遺族給付）
- ②厚生年金保険法に基づく年金たる給付（老齢・障害・遺族給付）
- ③国家公務員共済組合法に基づく年金たる給付（退職・障害・遺族給付）
- ④地方公務員等共済組合法に基づく年金たる給付（退職・障害・遺族給付）
- ⑤私立学校教職員共済法に基づく年金たる給付（退職・障害・遺族給付）
-
- ⑥厚生年金基金が支給する年金である給付
- ⑦企業年金連合会が支給する年金である給付
- ⑧確定給付企業年金法の規定に基づき支給される年金である給付
- ⑨旧農林漁業団体職員共済組合法による年金である給付
- ⑩恩給法による年金である給付（扶助料など）
- など



お問い合わせ先：医療福祉課 審査担当 TEL026-217-5669

健康講座案内

組合員の方等を対象とした各種健康講座については、次のとおり予定していますので、多くの方のご参加をお待ちしています。
なお、講座の開催等詳細については、ホームページ等でお知らせします。

講座の種類	開催予定時期	内容	予定回数
ライフプランセミナー	6月～11月	40歳前後の生活充実型	3回
		50歳代前半の退職準備型	3回
ココロとカラダの元気セミナー	7月～10月	管理監督者向け研修会	1回
		全組合員向け講演会	2回
健康講座	6月～11月	組合員等向けテーマ別講座	3回



貸付事業のご案内 〈27年度の貸付スケジュール〉

貸付月	送金予定日	申込締切日	貸付月	送金予定日	申込締切日
6月	30日(火)	5月29日(金)	11月	30日(月)	10月30日(金)
7月	31日(金)	6月30日(火)	12月	25日(金)	11月30日(月)
8月	31日(月)	7月31日(金)	1月	29日(金)	12月28日(月)
9月	30日(水)	8月31日(月)	2月	29日(月)	1月29日(金)
10月	30日(金)	9月30日(水)	3月	30日(水)	2月29日(月)

貸付利率(変動金利)

貸付種類	利率(%)
普通・特別	2.66
住宅	2.66
災害	2.22
在宅介護対応住宅	2.40

なお、制度改正については、P.6をご参照ください。

お問い合わせ 医療福祉課 福祉担当 TEL.026-217-5698

平成27年度健康応援セミナーについて

共済組合では、特定保健指導の対象となった方が、特定保健指導を利用しやすい環境を整えるため、健康応援セミナーを実施します。
共済組合が委託する保健指導実施機関である長野県健康づくり事業団の保健師および栄養士が、所属所に出向き、特定保健指導の初回支援等を行います。

歯科健康診査を受診しましょう！(個人検診期間は6月1日から12月31日までです。)

共済組合では、組合員および被扶養者の歯科の健康と保持増進のため、歯科健康診査に係る費用助成を行っています。
平成25年度の医療費に係る統計では、組合員および被扶養者の総受診件数の約1割の38,000件余がむし歯受診で、総医療費の6.64%の3億7,000万円余がむし歯に係る医療費となっています。
歯の疾患はむし歯以外にも歯周病など、全身疾患のリスク因子につながる可能性も示唆されていますので、早めの発見、治療に向け1年に1度歯科健康診査を受けましょう。

歯科健康診査料助成(個人検診)の流れ

- 事前に、**検診を受ける日時を予約**してください。
 - * 検診機関は、**長野県歯科医師会に所属する歯科診療所**となります。
 - * 長野県歯科医師会に所属する歯科診療所は、共済組合ホームページ「最新情報」で確認願います。(http://www.nagano-kyosai.jp)
- 検診日には、**組合員証(組合員被扶養者証等)と歯科健康診査票**を持参してください。
 - * 歯科健康診査票(4枚複写)は、所属所の共済組合担当課に用意してあります。
- 検診日には、750円を、窓口でお支払いください。
- 検診料金2,500円の70%を共済組合が助成します。



共済組合事務担当主管課長説明会を開催

平成27年3月18日(水)長野市の長野市生涯学習センターにおいて、共済組合事務担当主管課長説明会を開催しました。

県下の市町村等(所属所)から86名のご出席をいただき、会議内容は次のとおりです。

長期給付事業

- ・被用者年金制度の一元化について
- ・標準報酬制への移行について

短期給付・福祉事業

- ・短期給付財源率について
- ・保健事業の見直し
- ・貸付事業の改正
- ・ライフサポート年金



1月号の掲載記事の訂正について

共済だより2015年1月号(No.475)の12ページの掲載記事に誤りがありましたので訂正し、お詫び申し上げます。

「新組合会議員および役員一覧」の表中

正			誤		
組合会議員	高坂 宗昭	飯島町長	組合会議員	高坂 宗昭	飯島村長

「紫雲荘」の休館について

岐阜県市町村職員共済組合保養所「紫雲荘」が平成27年5月7日から平成27年8月31日まで改修工事のため休館となります。

「草津保養所アルペンローゼ」の休館について

埼玉県市町村職員共済組合「草津保養所アルペンローゼ」が平成27年6月6日から平成27年7月14日までリニューアル工事および設備改修工事のため休館となります。

「ザ・クレストホテル立川(共済会館)」の営業終了および施設の改修について

東京都市町村職員共済組合「ザ・クレストホテル立川(共済会館)」が平成27年3月31日で営業終了となりました。

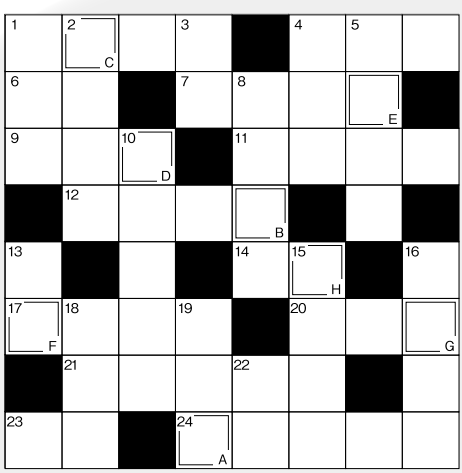
営業終了後、施設改修を行い「ホテル日航立川 東京(共済会館)」としてリブランドオープンします。



頭の体操をしましょう！

ご応募いただいた正解者の中から抽選で5名の方に記念品(図書カード)を進呈します。

クロスワードパズル



記事提供：(株)社会保険出版社

問題 全部できたら二重ワクの8文字をABC順に読んでください。その言葉が答えです。

タテのカギ

- ① 世界遺産です。○○○の地上絵。
- ② アメリカが打ち上げた木星探査機の一つ。
- ③ ○○哀楽の激しい性格。
- ④ 全国各地の繁華街の名に用いられます。
- ⑤ 映画「男はつらいよ」の舞台となりました。
- ⑧ がっかりした時に出ます。
- ⑩ よけいなことをして失敗することを例える表現。
- ⑬ ○○味噌・○○提灯・○○信号。
- ⑮ ガウディの未完成建築サグラダ・ファミリアがある国です。
- ⑯ お金を預けたり、借りたりする場所です。
- ⑰ ガラス玉で栓をされた飲料。
- ⑲ 利益を含めていない仕入れ価格。
- ⑳ 決着をつけること。戦いに○○をつける。

ヨコのカギ

- ① 鎖国時代は外国貿易港でした。
- ④ なんでもないことを疑わしく思うこと。○○○暗鬼。
- ⑥ 「○○や置き引きにご注意下さい。」
- ⑦ 決断をせまられる、最後の場面。
- ⑨ はなやかで美しいこと。○○○なダンスを披露する。
- ⑪ 時間どおりに起こしてくれます。○○○○時計。
- ⑫ 教わったことを繰り返して確かめたり、練習したりすること。
- ⑭ 欧米などでは挨拶をこれでしたりもします。
- ⑰ 小麦粉や片栗粉をつけ、高温の油で揚げます。
- ⑳ うまく人をだますこと。○○○師。
- ㉑ 感じ方が弱いこと。また、そのさま。○○○○○な人。
- ㉒ ホットして○○をなで下ろす。
- ㉔ 砂糖や蜜をからませ、乾燥させた棒状の駄菓子といえは？



答えについては7月号に掲載します。

【1月号の解答】

ショウガツハレギ (正月晴着)

ハ	コ	ト	ラ	イ	ア
ゴ	ウ	カ	ク	シ	ツ
イ	シ	ン	ミ	カ	エ
タ	セ	ト	ギ	ワ	ブ
	ニ	イ	ウ	コ	
コ	ク		ウ	デ	ケ
ア	ガ	ツ	マ	レ	シ
ラ	ン	チ	カ	イ	キ
					ヨ

101名の方にご応募いただき、ありがとうございました。
正解者95名のうち、5名の方に記念品をお送りいたしました。

- 応募資格** 組合員
- 応募方法** パズルの解答と、氏名、所属所(勤務先)、組合員証記号番号および5月号のご感想・ご意見・ご要望などをお書き添えのうえ、はがきかEメールでご応募ください。
- 《宛て先》 〒380-8586 長野市権堂町2201番地 権堂イーストプラザND
長野県市町村職員共済組合 総務課
Eメール soumu@nagano-kyosai.jp
- ③ 締切り 5月29日(金)(当日消印有効)
- ④ 解答 共済だより E-Life 7月号紙上
- ⑤ 当選者の発表 記念品の発送をもってかえさせていただきます。
- ⑥ その他 応募は一人様1回に限ります。

記載例

- ① パズルの解答
- ② 氏名
- ③ 所属所(勤務先)
- ④ 組合員証記号番号
- ⑤ 共済だより5月号のご感想・ご意見やご要望など

編集部だより

少し前の話ですが、3月14日に北陸新幹線が開業し、新しい時代の幕が開きました。

それと時を同じくして、JR信越線、長野以北の運行が終了しました。開業が明治21年ですので、実に127年という長い歴史に幕を閉じたことになりました。

それに伴い運行終了となったのが妙高号。妙高号といえば、長野―直江津間で運行されてきました。かつては特急あさまとして活躍した車両で、利用された方も多いことと思います。軽井沢―横川間の急こう配を電気機関車と連結して走る姿は、今では見る事ができない懐かしい思い出です。

そんな妙高号のラストランを駅のホームで見届けることができました。旧国鉄色を身にまとい、小雨の降りしきる中多くの人々に見送られ、ありがたうの汽笛を鳴らし出発する妙高号の姿は、一時代の終焉を感じさせ、とても感慨深いものがありました。

トワイライトエクスプレス、北斗星、特急はくたか等も引退していきました。

「昔も結構面白かったな。」これからもそんなことを繰り返していきたくはないか。だからこそ、今の時を胸に焼き付けていきたいと思う、今日この頃です。

今年度も共済だよりE-Lifeをよろしく願います。

富山県市町村職員共済組合 宿泊施設のご案内

立山山麓温泉・千寿の湯

グリーンビュー立山

お問い合わせ・ご予約は

☎076-482-1716

URL <http://www.greenview-t.jp/>

〒930-1405 富山県中新川郡立山町千寿ヶ原

交通アクセス
電車：富山地方鉄道 立山線「立山駅」から徒歩3分
お車：北陸自動車道「立山IC」から約40分



※写真はイメージです。



立山黒部アルペンルート

富山県側からの出発点

「立山駅」から徒歩3分の宿

四季の変化が美しく、1年を通して様々な観光を楽しめる立山。その立山黒部アルペンルート、富山県側からの出発点に位置する保養所「グリーンビュー立山」。美肌効果が期待でき、「美人の湯」と呼ばれる温泉からは、色彩豊かで雄大な景色が眺められます。料理は、富山の新鮮な山海の幸が彩ります。真心込めたお料理と天然温泉でゆっくりお過ごしください。

☆周辺のおすすめ観光スポット!!



【称名滝】

落差350mは日本一



【雪の大谷】

春は20mにもなる雪の壁



【みくりが池と立山】

湖面に立山の雄姿が映える



【黒部ダム】

ダムの高さは日本一の186m

ご宿泊料金 お1人様1泊2食 (税・サ込)

- 平日 11,722円～
- 土曜日・祝前日 12,956円～
- 年末・年始(12/31～1/3) 17,316円～

ご宿泊の際は、共済組合発行の「契約施設利用助成券」で、組合員・被扶養者ともに1人1泊2,500円の助成を受けることができます。

北陸新幹線(長野経由)の延伸で長野から最速46分と、富山がぐっと身近になりました。皆様のお越しをお待ちしております。

石川県市町村職員共済組合 宿泊施設のご案内

開湯1300年 北陸最古の湯

粟津温泉

OBISHI-SŌ
おびし荘

石川県には、日本三名園のひとつ兼六園をはじめ、ひがし茶屋街など多くの観光地があります。北陸ならではの新鮮な日本海の幸も沢山ございますので、お越しの際はぜひ「おびし荘」をご利用ください。

くつろぎ



※写真はイメージです。

宿泊料金(1泊2食、税金・サービス料込み)

※特定日については、施設にお問い合わせください。

平日・日曜日

10,950円

土曜日・特定日*

12,150円

さらに

長野県市町村職員共済組合が発行する利用助成券を提出すれば、1枚につき2,500円の割引を受けることができます。



観る

【写真提供:金沢市】



兼六園



ひがし茶屋街



近江町市場

北陸・粟津温泉

OBISHI-SŌ
おびし荘

ご予約・お問い合わせは

〒923-0316 石川県小松市井口町ホ55

TEL 0761-65-1831 <http://obishiso.com/>

北陸新幹線(長野経由)の延伸で長野から最速65分と、金沢がぐっと身近になりました。皆様のお越しをお待ちしております。