

2020 **10**
OCTOBER
No.498

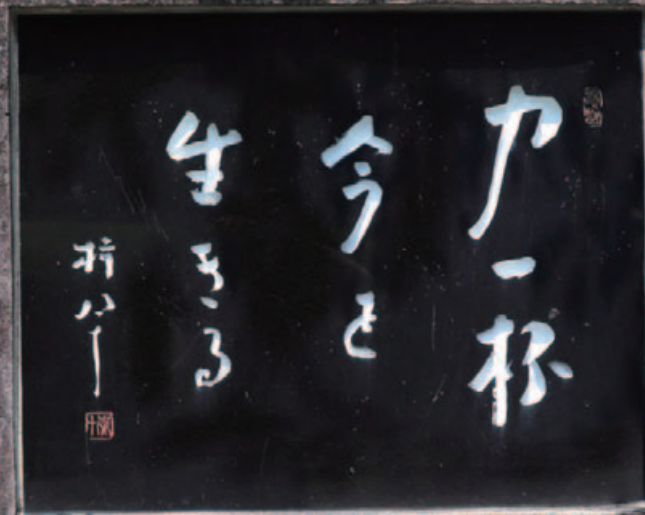
共済だより
E-Life

長野県市町村職員共済組合 <https://nagano-kyosai.jp/>

P.10-11

◎ 休日はどこ行く **Nagano style**

喬木村



contents

- P.2 養育特例について
- P.5 第三者行為でケガをしたら必ず連絡を!
- P.6 特定健診は受けましたか?
- P.8 被扶養者認定講座
- P.12 障害の状態になったときの年金
- P.20 家庭用常備薬を斡旋します

表紙写真：ふれ愛散策路 椋鳩十石碑

3歳未満のお子さんを
養育している組合員の
みなさんへ

養育特例について

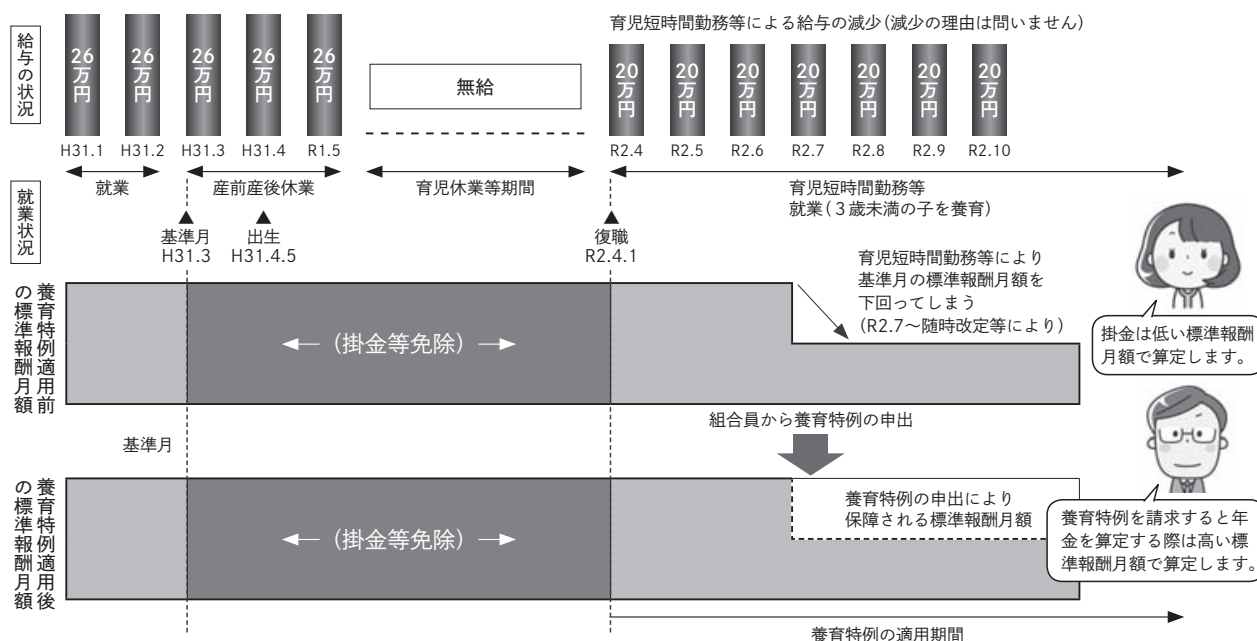
申出には
期限があります

3歳未満の子を養育中の組合員の標準報酬月額が、育児短時間勤務等により給与が減少し、養育期間前の標準報酬月額を下回ると、将来受給することになる年金額が減少してしまいます。

養育特例は、3歳未満の子を養育している組合員について、組合員の申出により、年金額を養育期間前(基準月*)の標準報酬月額で計算する制度です。これにより、3歳未満の子を養育している期間にかかる年金額の減少を避けることができます。

※基準月とは子を出生したとき、子を養育したとき、別居していた子と同居することとなったときの前月となります。

事例



● 養育特例の対象となる方

3歳未満の子と同居し、養育している組合員
※別居している場合は該当しません。
父・母どちらにも適用することが可能。子を被扶養者に行っていることなどの条件はありません。



● 申出により養育特例が適用される期間

養育を開始した日の属する月から次の①～⑤に該当した日の翌日の属する月の前月までです。

- ①子が3歳に達したとき。
- ②組合員が死亡したとき、又は退職したとき。
- ③他の3歳未満の子(養育特例を受けることとなる子)を養育することとなったとき。
- ④子が死亡したとき、又は子を養育しないこととなったとき。
- ⑤育児休業、産前産後休業による掛金免除を開始したとき。

ご注意ください!

養育特例には、時効があり、さかのぼっての適用は申出から2年前までです。
例えば平成30年10月が養育特例の対象の場合でも、令和2年10月末までに申出書の提出がなければ、平成30年10月は、時効により養育特例の対象外となってしまいます。

● 申請方法

共済組合担当課へ下記の必要書類をそろえ、ご提出ください。

- ◎「養育期間標準報酬月額特例申出書」
- ◎子の生年月日及びその子と申出者との身分関係を明らかにすることができる戸籍記載事項証明書又は戸籍謄(抄)本(※)
- ◎世帯全員の住民票

※対象となる子が特別養子縁組の監護期間にある子及び養子縁組里親に委託されている要保護児童となる場合は別途事実関係を証明する書類が必要となります。

育児休業等終了時改定

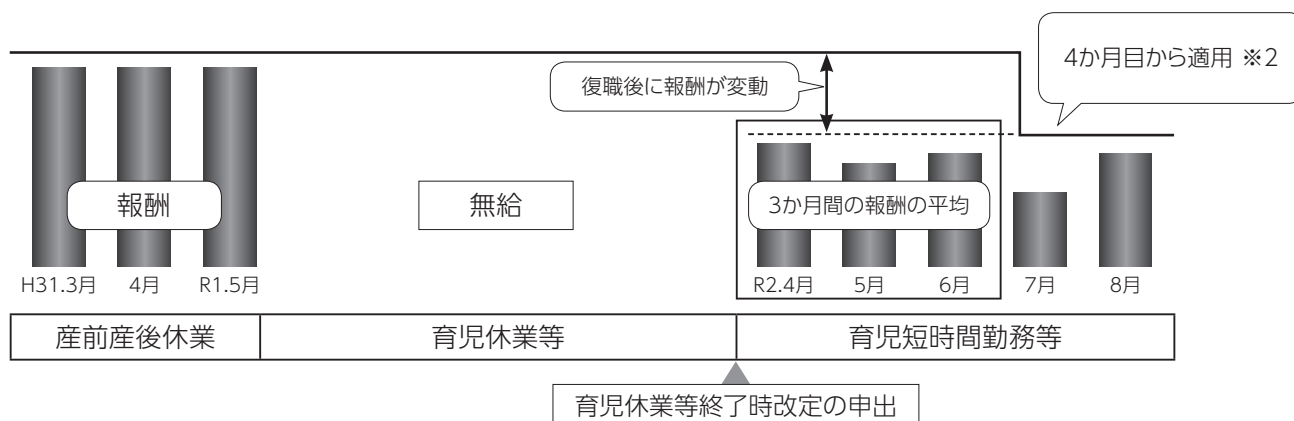
育児休業等を終了した後、育児短時間勤務や育児部分休業の取得により報酬が低下した場合など、復職後に受け取る報酬の額と標準報酬月額がかけ離れた額になることがあります。このような場合、育児休業等を終了したときに申出をすることにより、標準報酬月額を改定できます。

【対象者】

- 育児休業等の終了日にその育児休業等に係る3歳に満たない子を養育する方

算定方法

育児休業等の終了日の翌日の属する月以後3か月間に受けた報酬月額の平均により算定します。※1



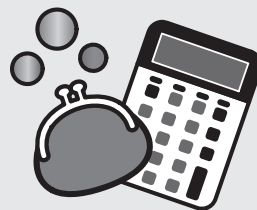
※1 3か月間のうちに支払基礎日数が17日未満の月がある場合は、その月を除いて算定します。
(17日以上が1月以上は必要)

(例) 4月1日に育児休業等終了…4月～6月の3か月の報酬を報告
4月15日に育児休業等終了…5月、6月の2か月の報酬を報告

※2 改定月が1月～6月の場合は、適用はその年の8月まで、又は随時改定等が行われるまでです。改定月が7月～12月の場合は、翌年の8月まで、又は随時改定等が行われるまでです。

【随時改定との違い】

- 組合員が申出た場合に改定する。
- 固定的給与の変動がなくても改定できる。
- 標準報酬の月額等級差が1等級でも改定できる。
- 支払基礎日数が17日未満の月があっても改定できる。



★ 育児休業等終了時改定は、育児休業等終了後、育児部分休業や育児短時間勤務に伴う勤務時間の短縮等により報酬が下がった場合が想定されますが、報酬が下がった条件を育児に限定していないため、時間外勤務手当や通勤手当が減少した場合も対象となります。

ご注意ください



育児休業等終了時改定後に育児短時間勤務や育児部分休業をし、毎月固定的給与の変動が生じている場合は、毎月随時改定の判断を行う必要があります。

みなさんの医療費は!?

医療費統計 vol.56 総医療費と精神的疾患医療費の動向について

共済組合では、レセプト(診療報酬明細書)や特定健康診査などのデータ分析に基づき、PDCAサイクルで効率的かつ効果的な保健事業を実施する取組みであるデータヘルス計画を平成30年度から推進しています。

このたび、令和元年度の分析が完了しましたので、総医療費と精神的疾患医療費の動向についてお知らせします。

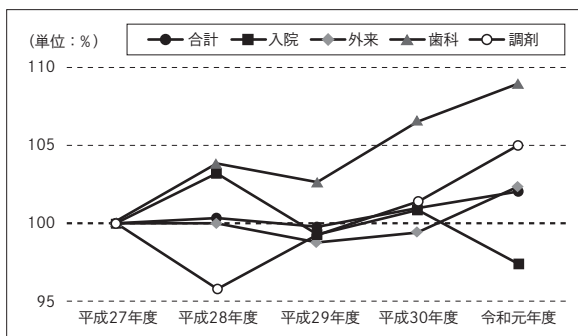
1 総医療費の経年変化

● 総医療費の経年変化(組合員・被扶養者)

(単位:千円)

区分	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
合計	7,591,591	7,621,503	7,563,164	7,663,474	7,745,346
入院	2,236,775	2,304,661	2,235,977	2,256,495	2,182,723
外来	3,053,427	3,055,605	3,017,963	3,038,220	3,118,915
歯科	724,138	750,573	742,722	769,084	786,204
調剤	1,577,251	1,510,664	1,566,502	1,599,675	1,657,504

● 平成27年度を100とした総医療費の推移

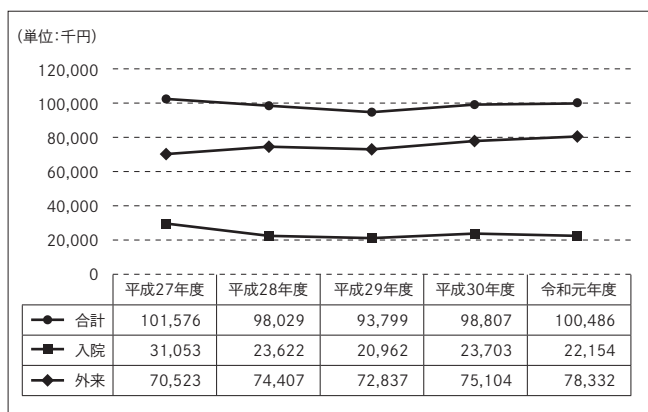


総医療費の変化を診療区分別(入院、外来、歯科、調剤)に見ると、平成30年度までは全ての診療区分で上昇傾向にありましたが、令和元年度は入院のみ減少に転じました。

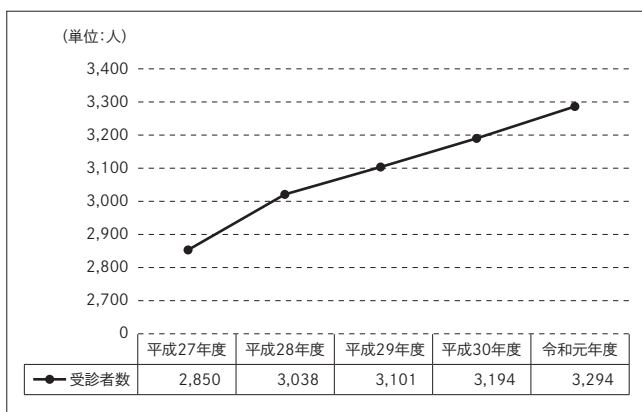
2 精神的疾患の医療費と受診者数の経年変化

平成27年度～令和元年度の精神的疾患の医療費と受診者数を集計しました。

● 精神的疾患医療費の経年変化(組合員)



● 精神的疾患の受診者数の経年変化



ストレス等が原因で引き起こされる精神的疾患の医療費と受診者数の経年変化を確認したところ、医療費はほぼ横ばいですが、受診者数は年々増加しています。

自分や周りの職員が心身ともに健康で働いていくためには、日頃のメンタルケアが欠かせません。一人ひとりがストレスの対処法を身につけるとともに、職場の環境を働きやすく改善する必要があります。

共済組合ではメンタルヘルスの対策として、所属所が組合員を対象にメンタルヘルス研修会等を実施した費用の一部を助成しています。

所属所が開催するメンタルヘルス研修会等を活用していただき、いきいきと働くことができる快適な職場づくりに努めましょう。

また、自分だけでは改善できない不調もありますので、時には専門家にアドバイスを仰ぎましょう。

お問い合わせ

医療福祉課 医療担当 TEL 026-217-5651

第三者行為でケガをしたら 必ず連絡を!

第三者(自分以外の方)の行為で負傷したり病気になったりした場合でも、組合員証等(健康保険証)を使って治療が受けられます。ただし、これは本来加害者が支払うべき治療費を共済組合が一時的に立て替え払いしているだけで、後日加害者にその治療費を請求します。第三者行為で負傷したら必ず共済組合にご連絡ください。



こんなことが「第三者行為」に該当します

- 交通事故(バイクや自転車によるものも含む)
- 他人の暴力行為によって受けたケガ
- 他人のペットに噛まれて受けたケガ
- スキーやスノーボードなどによる接触事故
- 他者所有の建物などでの設備の欠陥による事故
- 飲食店等での食中毒 など



第三者行為による事故にあってしまったら

加害者の確認

加害者の住所・氏名・電話番号・勤務先などの身元をまず確認。交通事故では、運転免許証、車両のナンバー、保険加入の有無などを必ず確認しましょう。

警察に連絡

小さな事故でも必ず警察に連絡しましょう。



共済組合に連絡を

各所属所の共済組合担当課(又は共済組合)へ連絡し、「事故速報」の提出をお願いします。以降の手続きについては、共済組合よりご案内します。

医師の診断を受ける

第三者によるケガなどであることを正しく伝え、診断書と領収書を忘れずにもらいましょう。



示談の前に ご相談 ください

共済組合に届け出る前に加害者と示談を結んでしまうと、共済組合が加害者へ請求すべき医療費を請求できなくなる場合があります。示談を結ぶ前に必ず共済組合までご連絡ください。

※共済組合では、医療費増高対策の一環として、診療報酬明細書(レセプト)を基に負傷原因調査を行っています。短期財政の適正な運営のため、みなさんのご理解とご協力をお願いいたします。

仕事中や通勤途中の負傷や病気には組合員証が使えません

公務上の災害・通勤による災害については、その治療に係る医療費は「地方公務員災害補償基金」より補償されることになっています。

これらの治療を受けるときは、組合員証を使用することはできません。

必ず、医療機関で公務上の災害等である旨を伝えていただき、各所属所の担当課を通し地方公務員災害補償基金に必要な手続きを行ってください。



お問い合わせ

医療福祉課 医療担当 TEL 026-217-5651

特定健診は、 受けましたか？



特定健診 って？

特定健診は、40歳以上75歳未満の方を対象とした生活習慣病の予防と早期発見を目的とした国が定めた健康診査です。

毎年、特定健診を受けていれば、今は異常のない状態の方でも、徐々に悪化していく数値に気づくことができるので、早めに生活習慣を見直すことができますが受けずにいると、ご自身の数値の変化に気づくのが遅れ、動脈硬化などの生活習慣病の重症化を招き、進行すると脳卒中、心臓病、糖尿病など深刻な病気を引き起す恐れがあります。

病気になって入院ともなると、ご自身やご家族の生活が一変してしまうだけではなく、治療のための多くの医療費が必要となり、家計にも影響を与えます。

そうならないためにも、**年に1度の特定健診を必ず受けましょう。**



特定健診を受けるには

組合員の方



職場の健康診断(事業主健診)や人間ドックの結果を共済組合が受領することで、特定健診を受診したことになります。

被扶養者の方



次のいずれかの方法で受診してください。

特定健診の費用は、共済組合が負担しますので、是非受診しましょう！

- 共済組合が委託する健診機関等で受診
- 市町村の住民健診で受診
- 人間ドックと一緒に受診
- パート先などの健康診断を受診

※受診には5月に送付しました「受診券」が必要で、有効期限は令和3年3月31日までです。詳しくは、「受診券」と併せて送付しました「特定健康診査、特定保健指導のご案内」をご参照ください。年度末は、健診機関が混み合いますので、早めに受診してください。





健診の結果、生活習慣病のリスクがあると判断された方には…

特定保健指導*の対象者として共済組合から「特定保健指導利用券」が交付されます。

この「利用券」により、生活習慣を改善するための保健指導を無料で利用することができます。医師や保健師、管理栄養士など専門家からの指導ですので、是非利用しましょう。

※特定保健指導には、リスクに応じて2種類の支援があります

	動機付け支援	積極的支援
対象者	リスクが出てきた方	リスクが高い方
支援内容	面接 個別又はグループで面接を行い、専門家の支援により、今後の目標をたてる ↓ 3か月以上経過後 健康状態や生活習慣の確認 	初回面接 初回時に個別又はグループで面接を行い、専門家の支援により、今後の目標をたてる ↓ 3か月以上の継続的支援 面接や実習、電話やメールなどで、専門家による支援が3か月以上行われる ↓ 継続的支援終了後 健康状態や生活習慣の確認 

特定保健指導を
利用した方の体験記 ②

利用してみてよかったです

長野市在住
組合員Yさん(50歳)

「あなたは、特定保健指導の対象者です！」こんなお知らせが、共済組合から届いたのはもう何回目だろう？もうそんなことすら、気にならなくなっていた。初めは気になってはいたのだが、何もしないまま過ごしてきた。

しかし、去年は違った。職場の厚生担当の人が来て、「〇日の〇時から特定保健指導の初回面接をやりますので、その日都合はいいですか？」と、聞かれた。別にその日は用事があるわけではないが、面倒だなと思い「その日はちょっと…」と答えようとしたが、担当者の顔を見てやめた。というか、言えなかった。

保健指導って何をするのか、専門の人が来るというけれど、いったい何を言われるのか、そんなことを考えているうちにその日を迎えた。

今回の対象者は自分だけではないらしく、順番に呼ばれるらしい。そして自分の番が来た。部屋に入ると保健師さんがいた。ピリピリとした雰囲気はなく、先ずは一安心。そして保健指導の面接が始まった。保健師さんと自分の健診結果を見ながら自分の健康状態を再確認した。腹囲94cm、BMI29.5、最高血圧141mmHg、中性脂肪180mg/dl、ヘモグロビンA1c6.3%などが、基準値を超えていること。判定は、「積極的支援」に該当していること。そんなことはわかっていた。保健師さんは言った。「毎日の体重や食べ物、飲み物、運動などについて記録することが大事。体重は無理に落とさなくていい、筋力トレーニングを週何日かやりましょう。」

それだけ？もっと食べる量を減らせとか、お酒はほどほどにとか、毎日ジョギングするようにとか、もっといろいろ言われるのかと思っていたので、少し拍子抜けした感じだった。

その日の夜から計画を実践。面接のときに保健師さんからもらった資料に目を通しながら、食事、アルコール、運動についての知識を自分なりに吸収。筋トレを少し行い、体重、食事などの記録をつけ就寝。ちなみに睡眠も健康には重要である。翌朝少し早めに起床。筋トレのおかげで少し体が痛い。そして出勤。

それからもう6か月が経とうとしている。この期間保健師さんから保健指導の電話やハガキなどがきて、良いタイミングでフォローしてもらえた。目標通りの筋トレを続けられたとは言えないし、毎日記録をつけたわけでもない。(でも心の中で、「今日筋トレやらなかったー。記録もつけなかったー。」と、気にはなっていた。)

体重だけ見ると2kg弱減っている。血液の数値は今年の健康診断の結果待ち。多分今年も保健指導の対象者になってしまいそうだが、今年ももっと高い目標を持って保健指導を利用してみたい。自分の中の意識が少し変わったのは自覚できた。

今はこの機会を与えてくれた職場の担当者に感謝しています。

Yさん、貴重な体験談ありがとうございます。
意識改革って大事ですよ。
今年度も共済組合では、保健指導にかかる費用を全額負担します。
対象者は無料で保健指導を利用できますので、是非利用しましょう。
Yさんも対象者となりました、
また利用してくださいね。



お問い合わせ

医療福祉課 福祉担当 TEL 026-217-5698



被扶養者認定講座

組合員と別居している方を被扶養者認定する場合には、 生計費の送金事実と仕送り額の確認書類が必要となります

別居している方(被扶養者認定においては、同一世帯にない世帯分離をしている方も含みます。)が主として組合員の収入により生計を維持されているかを判断するためには、別居している方の生活を組合員が経済的に支えていることが必要であり、被扶養者認定及び認定後の資格確認調査の際には別居している方に対する仕送りの事実確認が必要となります。

また、学校教育法に規定する学校の学生であった場合は、学生であることの確認書類をもって、仕送りについての確認書類の提出を省略することができましたが、卒業等により学生でなくなった場合で、引き続き別居のまま認定を継続される際には、仕送りについての確認書類の提出が必要となります。

■ 送金事実と仕送り額の確認書類について

別居している被扶養者の認定については、主としてその仕送りにより日常生活を営むことから、毎月一定の額が決められた日に送金されるなど、恒常的かつ定期的に仕送りが行われていることが要件になり、その事実を客観的に確認ができるものにより、扶養しているという事実を確認することになります。

なお、現金の手渡しによる仕送りは、その事実が客観的に確認できないため、必ず金融機関等を通じての送金にしてください。

また、被扶養者名義の口座に組合員が通帳(被扶養者の通帳)で入金し、被扶養者がキャッシュカードで出金する場合についても、組合員が入金したことの確認ができない場合は、被扶養者名義の口座に振込人としての組合員の氏名が記載される送金方法に変更してください。

組合員から被扶養者へ金融機関を経由しての 振込等の確認書類

- 振込依頼書又は受領書の写し
- 振込又は送金のATM利用明細票の写し
- 振込(送金)人である組合員氏名が記載された被扶養者名義の通帳の写し
- 受取人である被扶養者氏名が記載された組合員名義の通帳の写し
- 振込依頼人名及び振込先の口座名義が確認できるネットバンキングの振込完了画面のコピー
- 現金為替又は現金書留による送金の控え

上記書類は被扶養者認定時及び被扶養者資格確認調査時に必要となりますので、大切に保管をしてください。



ポイント いずれも「いつ」・「誰(組合員)」から「誰(被扶養者)」に「いくら」の送金があったのが客観的に確認できる書類が必要となります。

■ 組合員と別居している父母等(配偶者と子以外の方)を被扶養者として認定する際における「主として組合員の収入により生計を維持するもの」の取扱いについて

組合員が、別居している父母等を送金等によって扶養している場合の当該父母等に係る被扶養者の認定に当たっては、組合員の送金等の負担額が、当該父母等の収入以下であっても、当該父母等の全収入(父母等の収入及び

組合員その他の方の送金等による収入の合計)の3分の1以上であるときは、当該父母等を「主として組合員の収入により生計を維持するもの」として取扱うものとします。

ただし、組合員が兄弟姉妹等と共同して父母等を扶養している場合には、組合員の送金等の負担額が兄弟姉妹等の負担額のいずれも上回っているときに限り、「主として組合員の収入により生計を維持するもの」として取扱うものとします。

◆ 組合員が単独で父と母を扶養している場合(父母二人世帯)

父の収入額	母の収入額	組合員の送金額	⇒	父母の全収入額
100万円	90万円	120万円		310万円

父母世帯全収入310万円/3 < 組合員送金額120万円

◆ 組合員が単独で母を扶養している場合(父は被扶養者に該当しない。父母二人世帯)

父の収入額	母の収入額	組合員の送金額	⇒	父母の全収入額
180万円	50万円	120万円		350万円

父母世帯全収入350万円/3 < 組合員送金額120万円

◆ 組合員が単独で父を扶養している場合(父一人世帯)

父の収入額	組合員の送金額	⇒	父の全収入額
100万円	70万円		170万円

父世帯全収入170万円/3 < 組合員送金額70万円

(収入額及び送金額は年額を示します。)

◆組合員と組合員の弟が共同して父を扶養している場合(父一人世帯)

父の収入額	弟の送金額	組合員の送金額	父の全収入額
70万円	30万円	70万円	170万円

父世帯全収入170万円/3 < 組合員送金額70万円

◆組合員が父を扶養している場合(弟は被扶養者に該当しない。父弟二人世帯)

父の収入額	弟の収入額	組合員の送金額	父弟の全収入額
70万円	130万円	150万円	350万円

父弟世帯全収入350万円/3 < 組合員送金額150万円



ポイント

認定対象者の全収入が送金等によって、標準生計費より著しく低い場合や高い場合、又は組合員の手取り給与額の半分以上が送金額となるなど、社会通念上、妥当性を欠く場合は、被扶養者認定できません。

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)の共済組合担当課へ「被扶養者申告書」を提出してください。

また、認定取消事由発生日は早めに共済組合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、60歳以上の公的年金等受給者又は障害給付の年金受給者は年額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事例】

- 被扶養者が就職等により健康保険等の被保険者又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、配当等全ての収入が対象)が130万円(又は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。臨時及びパート等で月の収入が一定していない被扶養者は、3か月の平均給与が108,334円以上となったとき。
*日頃から被扶養者の月収が108,334円以上とならないようご注意ください。
- 被扶養者が180万円以上の年金を受給するようになった、又は受給している年金が増額され、180万円以上となったとき。
- 収入基準額が180万円未満に該当する方については、年金と給与を合算した月収が15万円(180万円÷12月)以上となったとき。臨時及びパート等で月の収入が一定していない被扶養者は、3か月の平均月収が15万円以上となったとき。
- 退職等により認定された被扶養者が、その後、雇用保険の失業等給付である基本手当の日額が3,612円以上の給付を受けることとなったとき。
- 被扶養者が他の方の被扶養者となったとき。
- 同居要件の被扶養者(義父母、配偶者の子(組合員と養子縁組をしていない子)、甥姪、伯叔父母等)と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又は離縁したとき。
- 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となります。
もし、取消日以降に共済組合の組合員被扶養者証を使用して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、日頃から被扶養者の収入等の把握について十分にご注意ください。
- 退職等により認定された被扶養者が、その後、雇用保

Point

収入には所得税法に基づく非課税所得とされている障害及び遺族の年金や、通勤手当非課税部分も含まれます。

また、1年間に支給された賞与については、その賞与の算定の基礎となった各月に等分し、それらを給与に加算した額を月額として取り扱います。

お問い合わせ

資格管理課 審査担当 TEL 026-217-5669



style
No.11

日本でも有数の河岸段丘に
美しい夕日が映える。

喬木村

信州の南、天竜川が形成する河岸段丘上に位置し、県内屈指のイチゴの産地として有名な喬木村。美しい夕日とともに、村を横断するリニア中央新幹線を眺める日も、そう遠くはないのかもしれませんが。そんな喬木村の歴史・文化・レクリエーションなど、おすすめ観光スポットをご紹介します。

喬木村データ(令和2年7月1日現在)

- 面積 66.61平方キロメートル
- 人口 6,272人
- 世帯数 2,145世帯



喬木村が生んだ文学作家の生涯をたどる

◎ 椋鳩十記念館

小学校の国語の教科書で全国の子供たちが学習する「大造じいさんとガン」の作者、文学作家椋鳩十に関する資料が展示された記念館。数々の優れた文学作品を生み出した椋鳩十の貴重な資料から、その生涯と文学の世界に触れることができます。また、併設の図書館では「椋鳩十文学コーナー」が設置されており、著作や研究資料などを鑑賞できます。

電 0265-33-4569 住 長野県下伊那郡喬木村1459-2
時 火～金：10：00～18：00、土・日：10：00～17：00
休 月曜日・毎月第一火曜日・祝日
料 大人200円、小中学生100円



わたしの町の 信濃めしなの

めたうまい!!

いちご



喬木村は長野県のいちご狩り発祥の地であり、県下屈指のいちごの名産地。長い形の甘くて瑞々しい章姫が主力。

信州くりん豚



ほのかに甘い香りと、非常にあっさりしていて食べやすいのが特徴。

志げ子ナス



果実の先端部がイルカの口のように尖っており、赤紫の果皮色、アクが少なく果皮・果肉が柔らかいのが特徴。

棕鳩十も愛した夕焼け

◎ 夕日ヶ丘公園

喬木村の丘の上であり、信州のサンセットポイント100選にも選ばれた公園。夕暮れには恵那山に沈む夕日が、眼下に広がる天竜川の川面を美しく輝かせます。夜には夜景を楽しむこともできます。



電 0265-33-4569 (棕鳩十記念館・記念図書館)

住 長野県下伊那郡喬木村阿島 1898

傘をイメージした八角形の屋根が特徴的

◎ 阿島傘伝承館

江戸中期から喬木村阿島の特産となった阿島傘。館内には直径6mにもなる和傘や、歴史資料などが展示され、人形を使った昔ながらの製作工程の紹介などもあり、阿島傘の歴史を学べます。



電 0265-33-4519 住 長野県下伊那郡喬木村 765-1

休 不定休、年末年始 料 無料

※事前予約が必要です。



観光案内所としても利用できる!

1年を通して果物狩りが楽しめる

◎ たかぎ農村交流研修センター

農産物が豊富に採れる喬木村の観光農園・体験農業の提供や、観光スポット等の案内もおこなっている、喬木村の窓口とも呼べる交流拠点です。センター内では、村を代表する農産物・加工品の販売もされています。

電 0265-33-3999 住 長野県下伊那郡喬木村 1440-1

時 8:30 ~ 17:15 休 年末年始

※観光農園等の詳しい情報はホームページをご覧ください。
<http://www.takagi-nkkc.jp>

喬木村 ピックアップ

自然観察やアウトドアに最適 「矢筈公園キャンプ場」

矢筈ダム湖を望む山峡のキャンプ場。予約不要で自由に利用でき、料金も無料です。河川敷を利用したスペースでは、オートキャンプをしながら焚火も楽しめます。秋にはダム一帯が見事に色づく、喬木村の紅葉スポットです。

ダムの湖面に映る紅葉の紅が美しい



Nagano style × インタビュー

「喬木村の魅力 この方に聞きました」

秋の味覚を代表する松茸を、存分に堪能ください!



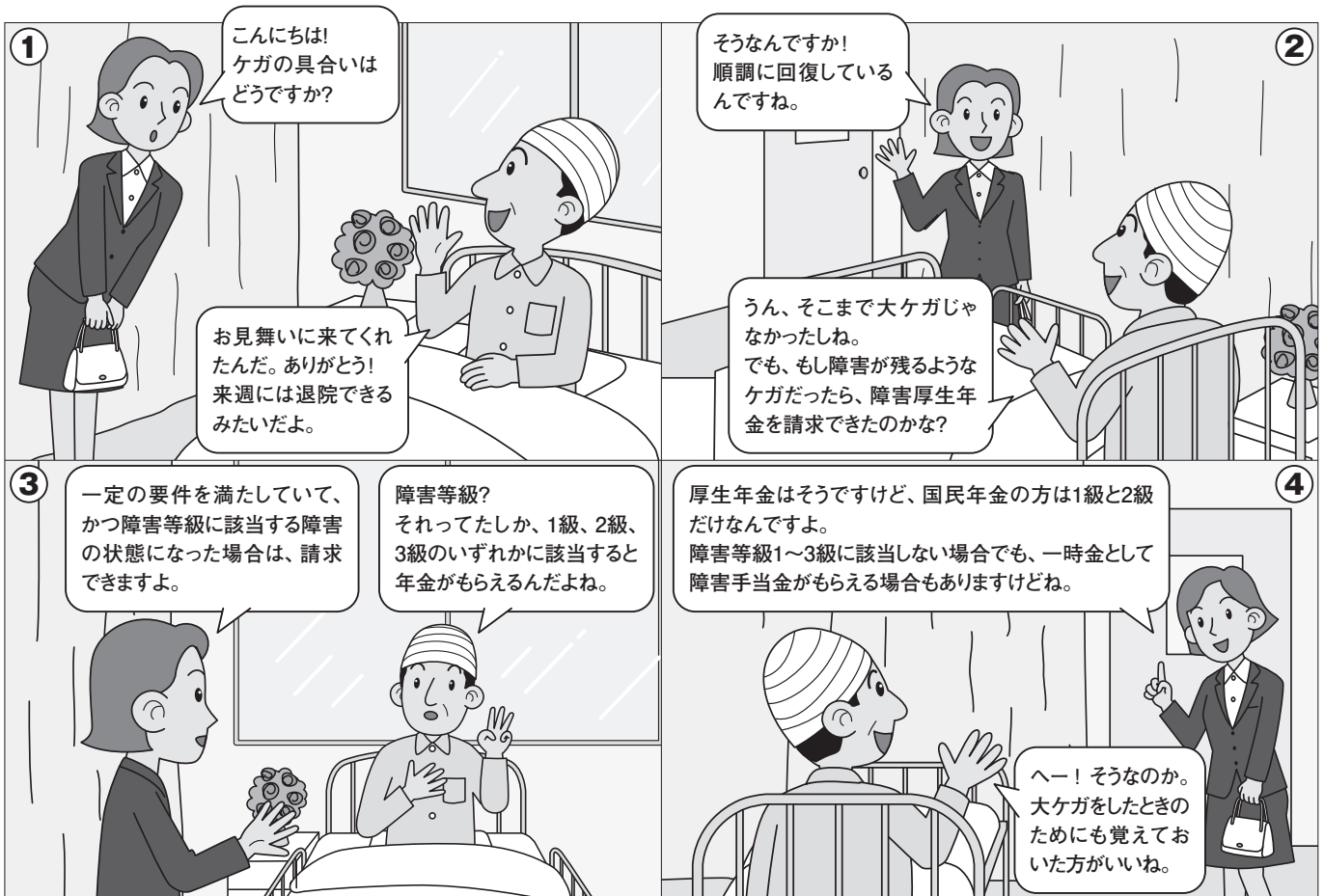
喬木村役場
教育委員会 社会教育係
山川 尊史さん

喬木村の秋を、目で見て舌で楽しむ

喬木村のお勧め観光スポットは、大島地区の「山の家」にて行っている「松茸観光」です。松茸観光では採れたての松茸をふんだんに使用した焼き松茸やすき焼き、松茸ご飯などの料理を提供しています。喬木村特産の豚肉「くりん豚」も楽しむことができるコースを含め、3つのコースから選んでいただけます。喬木村にお越しの際は「松茸観光」にて、深まりゆく里山の秋と一緒に手作りの松茸料理と山の幸を是非お楽しみください。



障害の状態になったときの年金



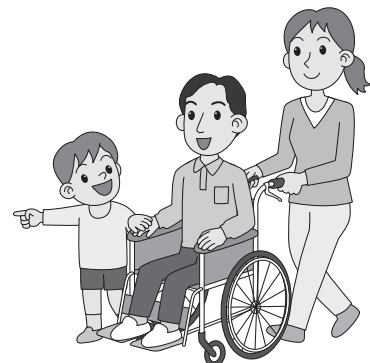
被保険者（組合員）である間に初診日がある病気やケガで障害等級3級以上になった場合、障害厚生年金が支給されます。また、障害等級が1級又は2級に該当する程度の状態になった場合は、原則として障害基礎年金も支給されます。

なお、障害給付の障害等級は、厚生年金保険法による等級のことを指し、障害者手帳などの等級とは異なります。

	障害等級1級	障害等級2級	障害等級3級	3級に満たない障害
厚生年金から支給	加給年金額 ^(注)	加給年金額 ^(注)		
	障害厚生年金	障害厚生年金	障害厚生年金	障害手当金 (一時金での支給)
国民年金から支給	障害基礎年金	障害基礎年金		

(注) 加給年金額は、障害等級1級又は2級の障害厚生年金受給者によって生計を維持している、下記の①②に該当する方がいる場合に加算されます。

- ①65歳未満の配偶者
- ②18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある子。
又は、20歳未満で障害等級1級もしくは2級に該当する障害の状態にある子。



障害厚生年金の支給要件

障害厚生年金は、組合員もしくは組合員であった方が、障害認定要件のいずれかに該当し、かつ保険料納付要件を満たしている場合に支給されます。

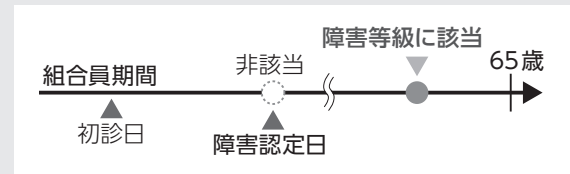
初診日要件

初診日が組合員である間にあるとき

※初診日とは、障害の原因となった病気やケガについて、初めてお医者さんにかかった日をいいます。

障害認定要件

- 障害認定日に障害等級1級、2級又は3級に該当する程度の障害状態にあるとき
- 障害認定日において障害等級3級以上に該当しなかったが、その後65歳になる前日までの間に、その傷病により3級以上に該当する程度の障害状態になったとき（事後重症制度）
- 組合員である間に初診日がある傷病による障害と、その他の障害とを併合して、障害等級が1級・2級に該当する障害状態になったとき



※障害認定日とは、初診日から1年6か月を経過した日をいいます。

ただし、それ以前に治癒した場合や、症状が固定し、治療の効果が期待できない状態に至った場合は、治癒した日又は治療の効果が期待できない状態に至った日を障害認定日とします。

※障害認定日が組合員期間内である必要はありません。

保険料納付要件

初診日の前々月までの保険料納付済み期間及び保険料免除期間を合算した期間が、被保険者期間の3分の2以上あること

※ただし、令和8年4月1日前までの初診日については、初診日の前々月までの1年間に保険料の滞納がなければ支給される経過措置が設けられています。

障害基礎年金の支給要件

障害基礎年金は、次の全ての要件に該当した場合に支給されます。

初診日要件

初診日が国民年金加入中にあるとき

障害認定要件

障害認定日に障害等級1級又は2級に該当する障害状態になったとき
もしくは、障害認定日に障害等級に該当しなかったが、その後65歳になる前日までの間に障害等級2級以上に該当する障害状態になったとき

保険料納付要件

初診日の前々月までの保険料納付済み期間及び保険料免除期間を合算した期間が、被保険者期間の3分の2以上あること

※ただし、令和8年4月1日前までの初診日については、初診日の前々月までの1年間に保険料の滞納がなければ支給される経過措置が設けられています。

令和2年10月から令和3年9月まで適用される

年金払い退職給付に係る基準利率について

年金払い退職給付に係る基準利率は、地方公務員共済組合連合会において、地方公務員等共済組合法に基づき、国債の利回りを基礎として、年金払い退職給付に係る積立金の運用状況及びその見通し等を勘案して、毎年9月30日までに設定することとなっています。

同連合会において、令和2年10月から令和3年9月まで適用される基準利率を関係法令等に基づいて算定した結果、基準利率は0.00%となりました。



詳細については下記ホームページに掲載していますので、是非、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)

トップページの「年金関連情報⇒年金財政関係⇒年金払い退職給付制度⇒地共連の定款で定める事項(基準利率等)」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

年金課 年金担当 TEL 026-217-5607

新型コロナウイルス感染症予防対策

感染拡大が続いている新型コロナウイルスは、今なお終息の気配を見せていません。感染症予防の基本は、「手洗い」「マスクの着用を含む咳エチケット」です。感染症にかからない・もしかかって感染を広げないように、日頃から予防の基本を徹底しましょう。



新しい生活様式の実践例

政府はコロナ禍における中長期的な対策として、新型コロナウイルス感染症専門家会議からの提言を踏まえ、新しい生活様式の実践例を提示しています。

① 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本:①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。

人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。

- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う(手指消毒薬の使用も可)。

※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。



移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

② 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 咳エチケットの徹底
- こまめに換気(エアコン併用で室温を28℃以下に) 身体的距離の確保
- 「3密」の回避(密集、密接、密閉)
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



※詳しくは、厚生労働省ホームページ「新しい生活様式の実践例」をご確認ください。

宿

泊

施

設

一
覧

【令和2年4月現在】

指定都市・市町村・都市職員共済組合が運営している
宿泊施設は相互に利用することができます。

※お申し込み・お問合せは各施設まで直接ご連絡ください。

「旅と宿」ホームページにて、
各宿泊施設の詳細情報をご
覧いただけます。



旅と宿

検索

<https://www.ctv-yado.jp/>



北海道札幌市 **ホテルポールスター札幌**
シングル朝食付 自組 4,500円～
(税込) 他組 7,000円～
ご宿泊日によっては料金に変動がございますのでお電話にてお問合せください。当ホテルホームページにて、お得なご宿泊プランをご用意しております。
〒060-0004 北海道札幌市中央区北4条西6
☎011-330-2531 (宿泊予約直通)
<https://www.polestar-sapporo.com/>

北海道札幌市 **ホテルノースシティ**
シングル素泊り 8,700円(税込)～
シングル朝食付 10,100円(税込)～
お得なプランをご用意しております。
ホームページまたは直接お問合せください。
〒064-8645 北海道札幌市中央区南9条西1
☎011-512-9748
<http://www.northcity.or.jp/>

青森県青森市 **アップルパレス青森**
人工温泉大浴場「二股炭酸カルシウム温泉」が大好評！
シングル 1泊朝食付 7,800円(税込)～
ツイン 1泊朝食付 6,800円(税込)～
お得なプランもご用意しております。詳しくはホームページをご覧ください。
〒030-0802 青森県青森市本町5-1-5
☎017-723-5610
<https://apple-palace.com/>

宮城県宮城郡 **パレス松洲(まつしま)**
1泊2食付 10,800円(税込)～
全室オーシャンビューによる最高の景色と旬のお料理でのおもてなし。静かな寛ぎの時間をお過ごしください。
〒981-0215 宮城県宮城郡松島町高城字浜38
☎022-354-2106
<http://www.palace-matsushima.jp/>

山形県鶴岡市 **うしお荘**
日本海の旬の幸をご賞味ください。
季節のグルメコース 12,734円(税込)～
※その他、通常コースもご用意しております。
8,499円(税込)～
〒997-1201 山形県鶴岡市湯野浜1-11-23
☎0235-75-2715
<http://www.ushiosou.net/>

山形県南陽市 **むつみ荘**
山形の美味の数々、米沢牛とワインをご賞味ください。米沢牛コース15,396円(税込)～、
その他、通常コースもご用意しております。
8,983円(税込)～
〒999-2211 山形県南陽市赤湯233-1
☎0238-43-3035
<http://www.mutsumisou.jp/>

福島県福島市 **ホテル福島グリーンパレス**
福島駅から徒歩2分の好立地。結婚式・会議・宴会にも最適です。
シングル 5,082円(税込)～、ツイン 4,961円(税込・定員利用)～、和室(6、10畳) 4,961円(税込・定員利用)～
〒960-8068 福島県福島市太田町13-53
☎024-533-1171
<https://www.fukushimagp.com>




北海道

東北



茨城県 東茨城郡 大洗鷗松亭
 1泊2食付12,250円(税サ込・定員利用)～
 ※休前日・夏季期間・年末年始は除きます。
 個室の食事処でご夕食をお楽しみいただき、大洗温泉で、日頃の疲れを癒してください。
 〒311-1301 茨城県東茨城郡大洗町磯浜町8179-5
☎029-266-1122
<http://www.iba-kyo.com/hp/oushoutei/>



栃木県 那須郡 那須の森ヴィレッジ
 [申込] 電話またはホームページで承ります。
 [料金] 1泊2食付 13,200円(税サ入湯税込)～
 お得なパック・プランを取り揃えております。
 〒325-0303 栃木県那須郡那須町大字高久乙字選山3375-637
☎0287-78-1636
<https://www.nasunomori-village.jp>



群馬県 吾妻郡 アルペンローゼ
 1泊2食付(税サ込) 平日 12,129円～
 シーズン 13,339円～(シーズンとは、土曜日・夏・冬休み・年末年始・GW等)
 草津温泉の大浴場・身障者対応家族風呂あり。
 〒377-1711 群馬県吾妻郡草津町草津512-2
☎0279-88-1300
<http://www.saitama-ctv-kyosai.net/alpenrose/index.html>



千葉県 千葉市 オークラ千葉ホテル
 ビジネスシングル 7,865円(税サ込)～
 (1名様利用、素泊り)
 駐車場と温浴施設は無料。千葉中心街からのアクセスもよく、手軽にリゾート気分が楽しめます。
 〒260-0024 千葉県千葉市中央区中央港1-13-3
☎043-248-1111
<https://www.okura-chiba.com/>



千葉県 鴨川市 黒潮荘
 [申込] 電話またはホームページで承ります。
 [料金] 1泊2食付 14,065円(税サ入湯税込)～
 (特定日は別料金) 南房総の四季折々の味覚をご堪能ください。
 〒296-0004 千葉県鴨川市貝渚2565
☎04-7092-2205
<https://www.kuroshio.jp/>



東京都 千代田区 東京グリーンパレス
 航空券付きパックをご利用の場合は下記HPから直接お申込みください。
 季節ごとに組合員向けのお得なプランもご用意しています。
 〒102-0084 東京都千代田区二番町2番地
☎03-5210-4600
<https://www.tokyogp.com/>




東京都 立川市 ホテル日航立川 東京
 1泊料金(1室1名様素泊り)
 シングル 11,716円(税サ込)～
 様々なプランをご用意しておりますので詳細はお問合せください。
 〒190-0022 東京都立川市錦町1-12-1
☎042-521-1111 (代)
www.hotelnikko-tachikawatokyo.jp



神奈川県 足柄下郡 湯河原温泉 ちとせ
 1泊2食付(税サ入湯税込)
 平日 13,097円～
 土・祝前日 15,517円～
 ※さまざまなお得なプランをご用意しております。
 〒259-0314 神奈川県足柄下郡湯河原町宮上281-1
☎0465-63-0121
<http://www.kanagawa-kyosai.jp/chitose/>




山梨県 笛吹市 ホテルやまなみ
 1泊2食付(税サ込)
 平日 11,161円～
 土・休前日 13,823円～
 詳細は施設にお問合せください。
 〒406-0028 山梨県笛吹市石和町駅前15-1
☎055-262-5522
<http://www.hotelyamanami.com/>


新潟県 長岡市 アクアレー長岡
 [宿泊料金]
 1泊2食付 9,200円～
 ※入湯税別途
 詳細は直接お電話にてお問合せください。
 〒940-2147 新潟県長岡市新陽2-5-1
☎0258-47-5656
<http://www.aquarenagaoka.or.jp/>



新潟県 村上市 瀬波はまなす荘
 [宿泊料金]
 1泊2食付 9,588円(税サ入湯税込)～
 お部屋や大浴場からは日本海の夕陽を一望。
 温泉を100%利用したエコでいやしの温泉施設です。
 〒958-0037 新潟県村上市瀬波温泉1-2-17
☎0254-52-5291
<http://www.kyousai-niigata.jp/>



富山県 中新川郡 グリーンビュー立山
 「立山黒部アルペンルート」観光に最適のお宿。夕食時フリードリンクサービスなど“5趣のおもてなし”付き1泊2食税サ込プラン
 平日 11,700円～ 休前日 13,900円～ 特定日 16,100円～
 ※詳細はホームページをご覧ください。
 〒930-1405 富山県中新川郡立山町千寿ヶ原
☎076-482-1716
<https://www.greenview-t.jp/>



石川県 小松市 おびし荘
 1泊2食付 9,800円～
 開湯1300年の由緒ある名湯と新鮮な日本海の幸をお楽しみください。
 金沢市街から車で約1時間。
 〒923-0316 石川県小松市井口町ホ55
☎0761-65-1831
<http://obishiso.com/>



福井県
あわら市 **越路**

1泊2食付(税サ込)閑散期 10,400円～
通常期 11,100円～ 繁忙期 12,200円～
※閑散期、通常期、繁忙期の区分はホームページをご覧ください。


〒910-4121 福井県あわら市東温泉2-201
☎0776-77-3151
<http://www.koshiji.biz/>



岐阜県
下呂市 **紫雲荘**

1泊2食付 11,040円(税サ込)～
・季節限定の「特別料理」コースもございます。
・天下の名湯「下呂温泉」で癒しのひとときをお過ごしください。

〒509-2207 岐阜県下呂市湯之島692
☎0576-25-2101
<http://www.geroonsen-shiunso.com/>



静岡県
熱海市 **シーサイドいずたが**

1泊2食付(2名1室利用)
平日料金(日～木曜泊) 12,250円(税サ込)～
※除外日:夏季、年末年始、休日の前日泊
夕食はお部屋でくつろぎながらお楽しみください。

〒413-0101 静岡県熱海市上多賀12
☎0120-73-1241
<http://t-kyosai.jp/izutaga/>



愛知県
田原市 **シーサイド伊良湖**

区分	プラン名	料金	備考
大人	特選プラン	15,780円	(1泊2食付、税サ込)
	デラックスプラン	11,000円	
エコノミープラン	8,910円		
子供プラン	5,880円		

※平日、休日の区別なく均一料金となっております。※12/29～1/2は1,210円加算。

〒441-3615 愛知県田原市中山町岬1-43
☎0531-35-1151
<http://www.aichitoshi-kyosai.jp/hoyoujo/>



三重県
志摩市 **サンペルラ志摩**

伊勢志摩の海の幸が盛りだくさんの各コースからお選びください。詳しくはホームページをご覧ください。
(大人1泊2食付、税込)・四季蒸籠コース 13,090円～
・志摩里海コース 16,390円～ ・美し国コース 20,790円～

〒517-0204 三重県志摩市磯部町的矢314
☎0599-57-2130
<https://www.sunperla-shima.jp/>




滋賀県
大津市 **ホテルピアザびわ湖**

1泊2食付(税サ込)ツイン2名利用お一人様、通常期 13,500円～、繁忙期 14,000円～、閑散期 12,000円～(年末年始・花火大会開催日は除く)琵琶湖が一望できるお部屋で、ゆったりと心を潤す贅沢な時間をお過ごしください。

〒520-0801 滋賀県大津市におの浜1-1-20
☎077-527-6333
<http://www.hotelpiazza.com/>



京都府
京都市 **ホテル セントノーム京都**

1泊朝・夕食付「特別宿泊プラン」10,800円～
いずれもシングル 税サ込、宿泊税別(年末年始除く)。
詳しくは直接お問合せください。

〒601-8004 京都府京都市南区東九条東山王町19-1(竹田街道八条東入ル)
京都駅八条東口より東へ徒歩3分
☎075-682-8777
<https://www.centnovum.or.jp/>



大阪府
大阪市 **シティプラザ大阪**

1室素泊り シングル 9,600円
コンパクトツイン 14,050円
他のお得な宿泊プランもありますので、ホームページをご覧ください。

〒540-0029 大阪府大阪市中央区本町橋2-31
☎06-6947-7702
<http://www.cityplaza.or.jp/>



兵庫県
神戸市 **ひょうご共済会館**

【得とくプラン】(繁忙日を除く)
1泊夕食付 7,300円(朝食サービス)
【宿泊料金】(朝食サービス)
シングル 6,300円～、ツイン 5,800円～、和室5,000円～

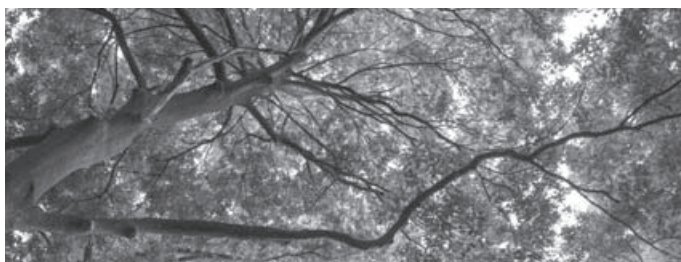
〒650-0004 兵庫県神戸市中央区中山手通4-17-13
☎078-222-2600
<http://www.h-kyosai.or.jp/hk-kaikan/>



兵庫県
美方郡 **ゆめ春来**

1泊2食付 12,460円(入湯税別)～
※ご利用日により料金に変動がございます。
詳細はお問合せください。

〒669-6821 兵庫県美方郡新温泉町湯1569-6
☎0796-99-2211
<http://www.h-kyosai.or.jp/y-haruki/>





鳥取県 東伯郡 渓泉閣
1泊2食付 ※入湯税(150円)別途
日～金曜日 11,500円～
土曜日・休前日 12,500円～

〒682-0122 鳥取県東伯郡三朝町山田180
☎0858-43-0828
<http://www.keisenkaku.com/>



島根県 松江市 ホテル白鳥
シングル素泊り 6,650円(税サ込)～
ツイン素泊り(1名料金) 6,250円(税サ込)～
お得な2食付宿泊プランもございます。
詳しくはホームページまたは直接お問合せください。

〒690-0852 島根県松江市千鳥町20
☎0852-21-6195
<https://www.hotel-hakucho.jp>




岡山県 岡山市 サン・ピーチ OKAYAMA
【気ままな旅プラン】(1名様料金)
1泊2食付(お一人様税サ込) シングル 10,000円 ツイン 9,800円
朝食…バイキング 夕食…それいゆ御膳(お刺身&お肉陶板焼き)
※夕食時、生ビール又はソフトドリンク1杯サービス

〒700-0023 岡山県岡山市北区駅前町2-3-31
☎086-225-0631
<http://www.sunpeach.jp/>



広島県 広島市 コテージ湯の山
グループ棟(定員10名) 宿泊 5,100円 休憩 2,550円
家族棟(定員5名) 宿泊 3,100円 休憩 1,550円
※それぞれ1棟あたり(税込)の利用料です。宿泊施設利用助成券はご利用できませんので、ご了承ください。詳細については広島市職員共済組合へお問合せください。

〒738-0601 広島県広島市佐伯区湯来町大字和田128-2
☎082-504-2062
<http://www.ctv-yado.jp/search/area/yunoyama/yunoyama.html>



山口県 山口市 防長苑
1泊朝食付 5,474円～
お部屋または個室でのご夕食は5,000円より
ご予約にて承ります。
お子様用のメニューもございます。

〒753-0077 山口県山口市熊野町4-29
☎083-922-3555
<https://www.bochoen.jp/>




徳島県 徳島市 ホテル千秋閣
シングル 6,050円(税サ込)
ツイン 12,342円(税サ込)～
【料理長おすすめ1泊2食付プラン】
お一人様 8,700円(税サ込)

〒770-0847 徳島県徳島市幸町3-55
☎088-622-9121
<https://www.senyukaku.jp/>



香川県 高松市 ホテルマリンパレスさぬき
シングル1泊素泊り 4,700円(税込)～
ツイン(2名1室)1泊素泊り 4,180円(税込)～
【休前日限定プラン】1泊2食付 10,220円(税込)～
修繕および改修工事のため、令和2年6月1日(月)～令和2年11月下旬は休館とさせていただきます。リニューアルオープンは、令和2年12月予定です。

〒760-0066 香川県高松市福岡町2-3-4
☎087-851-6677
<http://www.mp-sanuki.jp/>



愛媛県 松山市 えひめ共済会館
松山市の中心に位置し、交通アクセス良好。駐
車29台 シングルバスなし 3,630円(税込)～、
ツイン・和室(2名1室) 4,510円(税込)～
朝食バイキング 700円(税込)

〒790-0003 愛媛県松山市三番町5-13-1
☎089-945-6311
<http://www.ehime-kyosai.jp/kaikan/>



高知県 高知市 高知共済会館 COMMUNITY SQUARE
素泊
6,050円(税サ込)
1泊朝食付
6,930円(税サ込)～

〒780-0870 高知県高知市本町5-3-20
☎088-823-3211
<http://www.kochi-cs.jp/>



宮崎県 宮崎市 ひまわり荘
JR宮崎駅より徒歩約9分、宮崎の中心部に位
置する落ち着いたホテルです。
1泊1名様(税別) シングル 5,500円～
ツイン 5,100円

〒880-0867 宮崎県宮崎市瀬頭2-4-5
☎0985-24-5285
<http://www.himawarisou.com/>



鹿児島県 鹿児島市 マリンパレスかごしま
1泊2食付(税サ込)
シングル 12,250円～ ツイン 11,645円～
和室 11,040円～
詳細は施設へ直接お問合せください。

〒890-8527 鹿児島県鹿児島市与次郎2-8-8
☎099-253-8822
<http://www.maripala.com/>

・新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、臨時休業等の対応を行う場合もございますので、詳細については利用施設に直接お問合せください。

・組合員及びその被扶養者並びに年金待機者の方は、次の共済組合等が運営する宿泊施設についても相互利用することができます。なお、施設によっては利用を制限している場合もありますので、利用施設に直接お問合せください。

- 国家公務員共済組合連合会 <https://www.kkr.or.jp/hotel/>
- 防衛省共済組合 <https://www.boeikyosai.or.jp/ob/fukuri/spl01.html>
- 日本私立学校振興・共済事業団 <https://www.shigakukyosai.jp/yado/index.html>
- 地方職員共済組合 <https://www.chikyosai.or.jp/tabi-no-yado/>
- 公立学校共済組合 <https://www.kourituyasuragi.jp/>
- 警察共済組合 <https://www.keikyo.jp/syuku01.php>
- 東京都職員共済組合 <https://www.kyosai.metro.tokyo.jp/health-resort/>

貸付事業のご案内

1 貸付利率の変更はありません

組合員への貸付利率については、地方公務員等共済組合法第77条第4項に規定する基準利率の区分に応じ定めることとされております。

令和2年10月から令和3年9月まで適用される基準利率は0.00%（前年度0.06%）となり、引き続き基準利率が1.0%以下のため貸付利率の変更はありません。

貸付種類	利率(年)	備考
普通・特別	1.26%	<ul style="list-style-type: none"> ● 令和2年10月から令和3年9月までの貸付利率 ● 貸付利率は、退職等年金給付の「基準利率」に応じて変動します。
住 宅	1.26%	
災 害	0.93%	
在宅介護対応住宅	1.00%	



2 自動車の購入や住宅の新築・リフォームなどに共済組合の貸付をご利用ください!!

(1) 貸付申込み時期

借入れ希望月の前月末日までに貸付の申込みをしてください。

貸付日が代金等の支払期日（納期）以前であれば、いつでも申込みができます。

(2) 今後の貸付スケジュール

貸付月	貸付日(送金日)	申込締切日
令和2年11月	30日(月)	令和2年10月30日(金)
令和2年12月	25日(金)	令和2年11月30日(月)
令和3年 1月	29日(金)	令和2年12月28日(月)
令和3年 2月	26日(金)	令和3年 1月29日(金)
令和3年 3月	30日(火)	令和3年 2月26日(金)

お問い合わせ

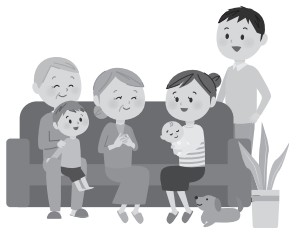
医療福祉課 福祉担当 TEL 026-217-5698

ライフサポート年金からのお知らせ

ライフサポート年金は、毎年10月1日に更新し、翌年9月30日までの保険期間となります。

令和2年10月1日における各コース(プラン)の加入者数は右表のとおりです。

今年度も高い加入率を維持しております。



令和2年10月1日現在加入者数等 (人)

ライフサポート年金	本人	12,765
	配偶者	3,998
	遺児育英コース	3,343
退職後継続プラン	本人	2,452
	配偶者	367
重病克服支援プラン	本人	7,187
	特約コース(本人)	3,612
	配偶者	1,571
	特約コース(配偶者)	616
健康づくりサポート		2,284
ライフサポート年金加入率		46.6%

【配当金のお知らせ】

令和元年度のライフサポート年金の保険金支払結果をもとに収支計算を行い、令和元年度の加入者及び、期間途中の退職等による脱退の場合も保険期間末日毎に収支計算し、剰余金が生じた場合は配当金として還付します。

配当金は、令和3年1月に送金予定です。

*「配当金お支払明細書」は、加入者等に直接送付します。

お名前、住所、給付金等受取口座を変更された方は「氏名・住所・振込先変更申告書」により、手続きをお願いします。

お問い合わせ

医療福祉課 福祉担当 TEL 026-217-5698

家庭用常備薬を斡旋します

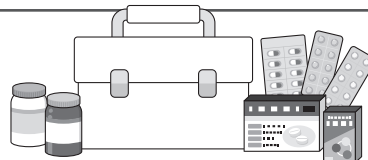
みなさんの疾病の予防対策や健康管理の一環として家庭薬や健康関連の商品などを斡旋します。

本号に斡旋チラシを折り込みましたので、是非ご利用ください。

人気の商品をお手頃価格で取り揃えております。

冬季商品も数多く取り入れましたので、早めの風邪対策など、ご準備されてはいかがでしょうか。

商品の申込は
郵送、FAX、インターネットから
締切 令和2年11月30日(月)



お問い合わせ

医療福祉課 福祉担当 TEL 026-217-5698

健康講座の開催

「RIZAPウェルネスプログラム オンラインLIVE型セミナー」

～ご自宅で、ご家族と一緒に受講しましょう！～



- 日 時 令和2年11月14日(土) 午前10:00~正午
- 受講内容 生活習慣を振り返り、生活習慣病予防のためのRIZAP式目標設定及び取組みの継続方法について
「食」:太りやすいメカニズム、低糖質の仕組み及び食の選び方
「運動」:脂肪燃焼効果の高いトレーニング(ストレッチやスクワット等)
- 受講方法 インターネットLIVE配信します。
パソコン、タブレット又はスマートフォンで視聴してください。
(受講申込をされた組合員に配信サイトのURLをお知らせします。)
- 申込方法 所属所の共済組合担当課に申出ください。
- 申込期限 令和2年10月30日(金)



共済だより5月号でご案内しました「健康講座」については、新型コロナウイルス感染症の終息が見られないため、参加する方の安全を第一に考慮し、開催を中止しました。

○中止となる健康講座

- ・メンタルヘルス研修会
- ・健康セミナー
- ・「退職準備型」ライフプランセミナー

お問い合わせ

医療福祉課 福祉担当 TEL 026-217-5698

インフルエンザ予防接種費用助成のお知らせ

共済組合では、今年度、次のとおりインフルエンザ予防接種費用の助成を行います。

①対象者

組合員及びその被扶養者

②助成金額

1,000円(1回の予防接種に要した費用(消費税を含む。)の自己負担額*が1,000円以上の場合に1人1回のみ助成します。)

*自己負担額は、予防接種費用から地方公共団体の一部費用負担を差し引いた額です。

③対象期間

10月1日から12月31日までに接種したもの

④申請締切日

令和3年1月15日(金)

⑤助成金の送金

令和3年3月上旬に、共済組合に届出いただいている給付金口座に送金の予定です。送金決定通知書は発行しませんので通帳等で入金の確認をしてください。

申請方法その他詳細につきましては、所属所の共済組合担当課又は共済組合医療福祉課までお問い合わせください。



お問い合わせ

医療福祉課 福祉担当 TEL 026-217-5698

医療費通知の送付のお知らせ

組合員のみなさんに保険医療機関等の受診状況をお知らせし、医療費について認識を深めていただき、今後の健康管理に役立てていただくため、医療費通知を令和3年1月下旬に送付します。

令和2年1月~令和2年10月の受診状況が記載されていますので、みなさんが保管されている領収書と照らし合わせながらご確認ください。

また、医療費通知は、令和2年分確定申告における所得税の医療費控除の適用を受ける際、医療費の

領収書に代えて、添付することができますのでご利用ください。

なお、医療費通知は、保険医療機関等からの診療報酬明細書等(レセプト)をもとに世帯単位で作成するため、組合員と被扶養者が同じ通知に記載されます。被扶養者の方にもこの通知の実施をお伝えいただき、差し支えがある場合はお申し出ください。特段不要である旨等の意思表示がない場合には、同意いただいたものとして、通知させていただきます。

お問い合わせ

医療福祉課 医療担当 TEL 026-217-5651

マイナンバーカードの健康保険証利用 (令和3年3月から予定)のための手続きについて

マイナンバーカードを健康保険証として利用するために必要な一定の手続きがマイナポイント申込み後にマイナポータルの利用者登録と同時に行うことができるようになりました。

手続きの方法など詳細については、マイナポイントの予約・申込方法のURL(<https://mynumbercard>.)

point.soumu.go.jp/flow/mykey-get/)又は下記QRコードなどを参照してください。

また、マイナンバーカードを取得されていない組合員及びその被扶養者のみなさんにおかれましては、マイナンバーカードの交付申請・取得をお願いいたします。



マイナポイントの申込とまとめてできる!

マイナポイント
申込はこちら



マイナンバーについてのお問い合わせ

- マイナンバー総合フリーダイヤル **0120-95-0178** 受付時間(年末年始を除く) 平日 9:30~20:00/土日祝 9:30~17:30
- マイナンバーカードの申請方法は こちら マイナンバーカード総合サイト <https://www.kojinbango-card.go.jp/kofushinse/>

令和2年度 年金制度説明会の開催中止について

令和2年度の年金制度説明会は、新型コロナウイルス感染症への感染防止対策を図りながらの開催が困難なこと、及び新型コロナウイルスの終息が見られないため、参加する方の安全を第一に考慮し、説明会の開催を中止することとしました。

お問い合わせ

年金課 年金担当 TEL 026-217-5607

広報紙「共済だより」の配付方法の見直しについて

共済だより7月号でお知らせのとおり、共済だよりにつきましては、年度4回(5月、7月、10月及び1月)発行し、組合員に一人1冊を配付しているところですが、所属所から、電子版冊子の活用によるペーパーレス化及び配付事務の軽減についての要望をいただき、令和3年度5月発行分からの配付方法を見直すこととなりました。

配付方法等は、今後、各所属所へ希望調査を行い、①現状のとおり紙冊子を組合員一人1冊の配付、②紙冊子の配付と電子版冊子の閲覧(配信)の併用、③電子版冊子の閲覧(配信)、のうちから各所属所毎に決定します。

お問い合わせ

総務課 庶務・企画調整担当 TEL 026-217-5600

任期満了に伴う組合会議員の改選が行われます!!

組合会議員の任期は2年間と定められており、現在の議員は本年11月30日をもって任期が満了となります。このため、任期満了日前30日以内に新しい組合会議員を決めるための選挙を行う必要があります。

今回の選挙による新組合会議員は、本年12月1日から令和4年11月30日までの2年間その任に当たっていただくこととなります。

なお、選挙の具体的な方法は、市町村長と市町村長以外の組合員に分け、それぞれ市と町村の2区に分けて選出します。



頭の体操をしましょう！

図書カード

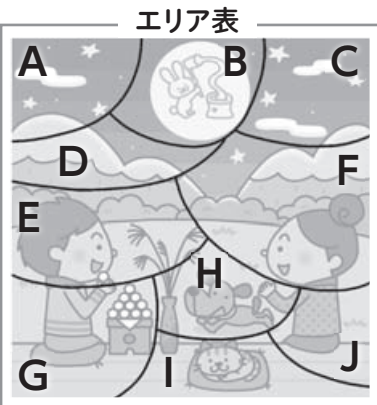


ご応募いただいた正解者の中から抽選で5名の方に記念品を進呈します。

Q 下の2枚のイラストは同じように見えますが、違う所が5つあります。間違いのあるエリアはA~Jのどこでしょう？ 全て答えてください。ただし、色ムラは間違いに含めません。



どこが違うか探してみよう！



応募について
 ハガキ又はEメールでご応募ください。
 応募資格：組合員の方(おひとり様1通まで)
Eメール soumu@nagano-kyosai.jp
応募締切 10月23日(金)当日消印有効
 解答は次号「共済だよりE-Life1月号」に掲載いたします。
 なお、お寄せいただきましたご意見等は、今後の事業及び広報活動の参考とさせていただきます。
 抽選の結果は記念品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

① 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10月号のご感想・ご意見やご要望など	郵便はがき 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
---	---

7月号の解答

1	モ	ウ	コ	ハ	ン	ス	ス	キ
2	ル	ッ	ク	ス	キ	ズ		12
3	モ		13	ジ	14	ナ	ン	15
4	9	ッ	14	ナ	12	ヨ	ク	16
5	17	ト	5	ン	16	10	ク	7
6			3	コ	ン	13	ジ	7
7	4	ハ	ッ	9	ッ	キ	13	7
8	11	ズ	4	ハ	5	ン	15	8
9	18	レ	9	ッ	17	2	ウ	18

前回の解答

6	7	3	16	1	15	15	13	12	2	11	14	18
ス	キ	コ	ソ	モ	ノ	ノ	ジ	ヨ	ウ	ズ	ナ	レ

76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73名のうち、5名の方に記念品をお送りいたしました。

※個人情報の取扱いについて

ご記入いただきました個人情報は厳重に保護・管理し、記念品の抽選及び発送として活用する目的以外に使用することはありません。



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

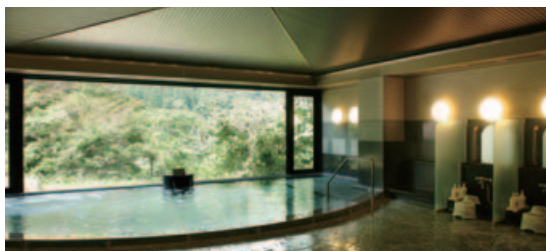
TEL 076-482-1716
FAX 076-482-1611

<https://www.greenview-t.jp/>

*ホームページからも宿泊予約が可能です。

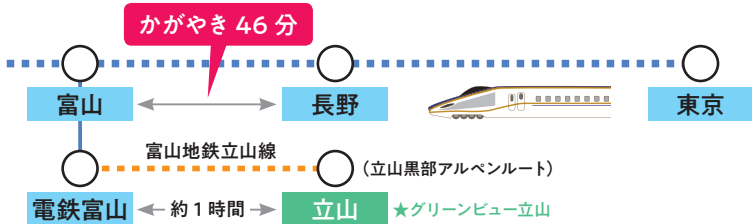
〒930-1405

富山県中新川郡立山町千寿ヶ原



※写真はイメージです。

アルペンルートの玄関口「立山駅」から徒歩3分に位置しとろとろの湯ざわりで肌がしっとり潤う天然温泉が自慢のお宿です。お料理と天然温泉でゆっくりお過ごしください。
※当館では、感染予防の強化と衛生管理の徹底に努めております。



グリーンビュー立山ご利用料金	
お1人様(大人)1泊2食付き(税・サ込み)	
平日	12,000円～
土曜日・祝前日	13,210円～
年末年始(12/31～1/3)	17,800円

※ご予約の際は、共済組合発行の「契約施設利用助成券」で組合員・被扶養者ともにお1人様1泊2,500円の助成を受けることができます。

宿泊サービスのリニューアル

- ①一部客室のベッド化
- ②ウエルカムドリンクの充実
- ③選べるシャンプー5種類
- ④全客室Wi-Fi対応



福井県市町村職員共済組合 保養所

越路



四季折々のお料理



ゆったり大浴場(2019年リニューアル)

福井が温かくなる季節です。

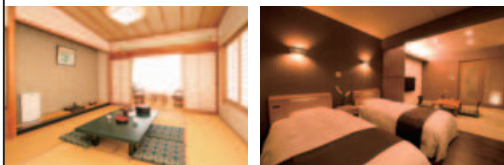
(1泊2食税・サ込)
閑散期 10,400円～
通常期 11,600円～
繁忙期 12,800円～

季節が寒さを増すほど、福井は美味しい物、おもてなしの心で温かくなっていきます。新幹線で結ばれるのはもう少し先ですが、ちょっと足を伸ばせばそこは福井です。ご来福をお待ちしております。

料金、お料理について詳しくは公式ホームページまたはお電話でご確認ください。

当館では、新型コロナウイルス感染予防対策として、下記の取組みを行っております。

- 全職員** 定期検温、手洗い、うがい、マスクの着用
- 清掃** 客室、館内の換気・消毒、ルームキー、ドアノブ、客室備品、エレベーター、スリッパ等の定期的な消毒
- 配膳** ビニール手袋、マスクの着用、夕食の個室でのご提供
- 館内・その他** 宿泊予約数の制限、ソーシャルディスタンスの確保、フロントの飛沫防止ビニール設置



和室と和洋室

お問い合わせ・ご予約はこちら

TEL.0776-77-3151

〒910-4121
福井県あわら市
東温泉2丁目201

<http://www.koshiji.biz/>

