

共済

たより

栃木県市町村職員共済組合

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

第315号 平成30年3月

平成30年度

監事の補欠選挙を実施しました……2

被扶養者の異動の手続きを忘れずに……6

事業計画及び予算の概要……2

組合の現況(平成30年2月1日現在)

| | |
|----------|---------|
| 組合員数 | 16,693人 |
| 男 | 10,982人 |
| 女 | 5,711人 |
| 任意継続組合員数 | 234人 |
| 被扶養者数 | 15,462人 |
| 所属所数 | 41 |
| 市町 | 25 |
| 一部事務組合等 | 16 |

鹿沼市花木センター観光いちご園「ベリーちゃんハウス」(鹿沼市)

Contents

- 平成30年4月から年金額の改定ルールが見直されます……7
- 県内探訪「鹿沼市」……8
- 貯金事業からのお知らせ……10
- 地共済年金情報Webサイトは利用していますか?……10
- 物資事業から遺族付加年金“きずな”的ご案内……11
- 物資事業からのお知らせ……12
- 禁煙サポート助成のお知らせ……12
- こころとからだの健康相談……12
- 健康食彩「春野菜のナポリタンうどん」……13
- 動脈硬化のきっかけをつくってしまう脂質異常症……14
- 千葉県市町村職員共済組合宿泊施設のご案内……15
- インフルエンザ予防接種助成金の請求はお済みですか?……16
- 平成30年4月から
入院時食事療養標準負担額が引き上げられます……16

本誌をご家庭にお持ち帰り、みなさままでご覧ください

監事の補欠選挙を実施しました

大谷監事（前那須烏山市長）の退任に伴い、2月20日に開催した組合会において監事の補欠選挙を実施し、齋藤 淳一郎 議員（矢板市長）が選出されましたのでお知らせいたします。

なお、任期は平成30年2月20日から平成30年11月30日までとなります。



監事
さいとう
齋藤 淳一郎議員
(矢板市長)

平成30年度

事業計画及び予算の概要

平成30年2月20日に開催した第154回栃木県市町村職員共済組合組合会において、平成30年度の事業計画及び予算が議決されましたので、その概要についてお知らせします。

総括 事項

平成30年度の事業計画及び予算編成にあたり、基礎となった数値です。

| | | | | |
|------|---------|----|-----------|----------------------------|
| 所属所数 | 市 | 14 | 組合員数 | 16,715人 |
| | 町 | 11 | 任意継続組合員数 | 197人 |
| | 一部事務組合等 | 16 | 被扶養者数 | 15,383人 |
| | 合計 | 41 | 平均標準報酬の月額 | 長期 383,260円 短期 385,520円 |

短期経理（短期給付事業）

短期給付財源率及び介護保険財源率を引き上げます。

短期経理は、組合員の掛金と地方公共団体の負担金を主な収入として、組合員とその被扶養者の皆様が医療機関等で受診されたときの医療費や出産費等の各種給付金を支払う「短期給付」や、高齢者医療制度・介護保険制度等への納付金及び支援金等の拠出などを行っています。

短期経理の財政状況については、平成29年度は2億8,023万円の当期損失金が見込まれ、平成29年度末の短期積立金は5億7,377万円となる見込みです。

平成30年度は、後期高齢者支援金の全面総報酬割の実施等により、高齢者医療制度への支援金・納付金の負担が平成29年度に引き続き増加しており、短期積立金が大幅に減少することから、急激な負担の増加を抑えるため、短期給付財源率を1.80/1000引き上げ92.6/1000とします。

介護保険の財源については、平成29年度は34万円の当期損失金が見込まれ、平成29年度末の介護積立金は388万円となる見込みです。

平成30年度は、介護納付金の算定方法に総報酬割が段階的に導入されている影響により、介護納付金が増加し、介護積立金では貯うことができないため、介護保険財源率を0.56/1000引き上げ13.56/1000とします。

■短期財源率及び介護財源率

標準報酬の月額及び標準期末手当等の額と掛金・負担金の割合

● 短期財源率

（単位：%）

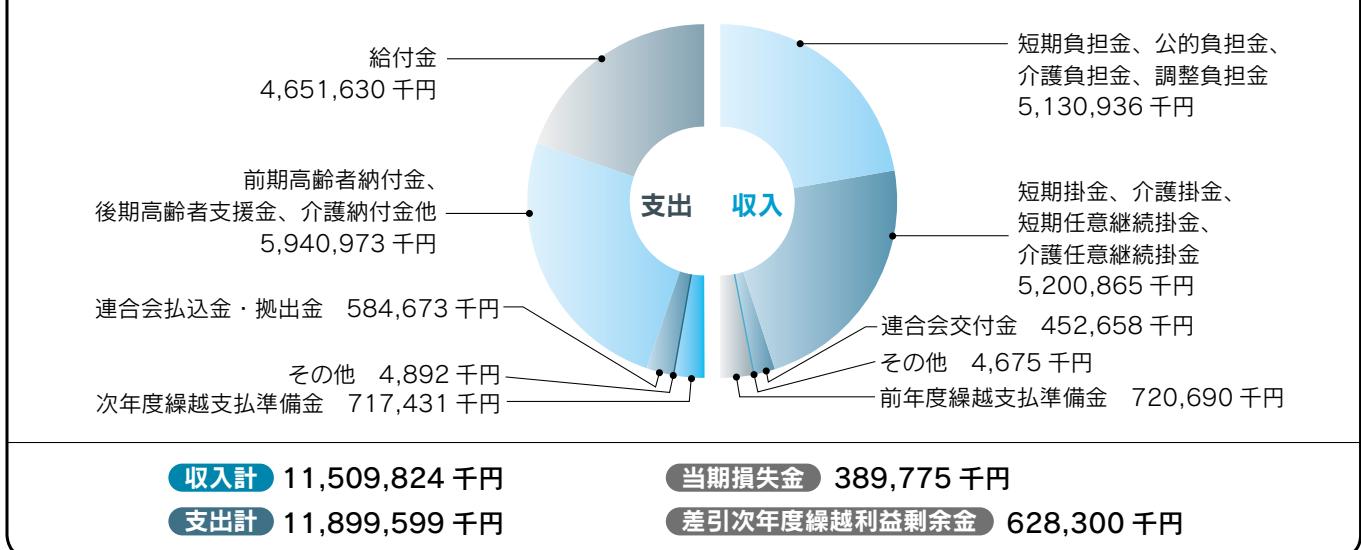
| 区分 | 掛金 | 負担金 |
|-----------|-------|-------|
| 一般組合員 | | |
| 市町村長組合員 | 46.30 | 46.30 |
| 特定消防組合員 | | |
| 長期組合員 | | |
| 市町村長長期組合員 | 1.72 | 1.72 |
| 任意継続組合員 | 92.60 | |

● 介護財源率

（単位：%）

| 区分 | 掛金 | 負担金 |
|---------------------|-------|------|
| 組合員（40歳以上64歳未満） | 6.78 | 6.78 |
| 任意継続組合員（40歳以上64歳未満） | 13.56 | |

短期経理に係る資金計画



厚生年金保険経理

9月に保険料率が引上げられ、上限の183%に達します。

この経理は、組合員の皆様からの組合員保険料と、地方公共団体からの負担金を原資として、主に老齢厚生年金、障害厚生年金、遺族厚生年金の給付に要する費用を賄っています。

これまで、公務員の厚生年金の保険料率は、毎年9月に引上げられてきましたが、平成30年9月の引上げにより、民間企業等が加入する厚生年金との保険料率が統一され、法律上の上限に到達します。

なお、70歳以上の方は、厚生年金の加入資格がありませんので、組合員保険料の徴収はありません。

● 厚生年金保険財源率

(単位: %)

| 区分 | 平成30年4月～8月 | | 平成30年9月～平成31年3月 | |
|---------------------|------------|-------|-----------------|------|
| | 組合員保険料 | 負担金 | 組合員保険料 | 負担金 |
| 標準報酬月額及び標準期末手当等に係る率 | 89.93 | 89.93 | 91.5 | 91.5 |

退職等年金経理

掛金・負担金の率は据え置きます。

この経理は、組合員の皆様の掛金と地方公共団体の負担金を原資として、平成27年10月以降の期間に係る公務員版企業年金に相当する退職年金並びに平成27年10月以後に事由が発生した公務上の障害年金、遺族年金の給付に要する費用を賄っています。

退職等年金は、厚生年金とは異なり70歳以上の方も加入します。

● 退職等年金給付財源率

(単位: %)

| 標準報酬月額及び標準期末手当等に係る率 | 掛金 | 負担金 |
|---------------------|-----|-----|
| 7.5 | 7.5 | 7.5 |

※掛金等の率は、平成29年度と変更ありません。

経過的長期経理

この経理は、地方公共団体の負担金と平成27年9月以前の積立金を原資として、旧3階部分の退職共済年金（経過的職域加算額）及び平成27年10月前に決定した公務上の障害・遺族年金給付に要する費用を賄っています。

負担金と積立金を原資としていることから、組合員の皆様の負担はありません。

● 経過的長期給付負担金率

(単位: %)

| 標準報酬月額及び標準期末手当等に係る率 | 負担金 |
|---------------------|-----|
| 0.1035 | |

退職等年金預託金管理経理

この経理は、平成30年度から新設される経理で、全国市町村職員共済組合連合会が管理する退職等年金経理の余裕金から預託を受け、貸付経理へ資金の貸付けを行う経理です。

なお、現時点では連合会の退職等年金経理に十分な資金がないことから、経過的長期預託金管理経理と併用して貸付経理へ資金の貸付けを行います。

経過的長期預託金管理経理

この経理は、全国市町村職員共済組合連合会が管理する経過的長期給付組合積立金の一部を受けて、縁故地方債の引き受けを行う経理です。

なお、貸付経理の貸付事業の資金の貸付けは、退職等年金預託金管理経理で行うこととなりましたが、当該経理に十分な資金がないことから、貸付経理へ貸付事業の資金の貸付けも併用して行います。

業務経理

この経理は、当組合の業務運営に必要な人件費や事務費等を賄うもので、地方公共団体の負担金として、組合員1人当たり年額12,260円と全国市町村職員共済組合連合会からの交付金により賄っています。

支出については、引き続き当組合が所有する栃木会館の解体に係る負担金や、マイナンバー関連システムの運用に係る委託費などを見込んでおります。

その結果、収入については約3億0,041万円、支出については約3億3,441万円となり、約3,400万円の当期損失金を見込みました。

当組合では、引き続き、職員に対する情報セキュリティ対策に関する研修を実施し、個人情報保護に対する意識の向上を図ります。また、効率的に業務を執行するよう心がけ、無駄のない適正な経費の支出に努めてまいります。

保健経理（保健事業）

この経理は、組合員及び被扶養者の皆様の疾病予防を目的とした人間ドック、がん検診等への助成、生活習慣病の予防を目的とした特定健康診査及び特定保健指導、皆様の保健保養を目的とした宿泊施設利用助成などを行っております。

平成30年度の保健事業については、第1期データヘルス計画の評価・分析を行った結果、疾病予防対策、重症化予防等に必要な事業として引き続き継続して事業を実施していくこととなりました。

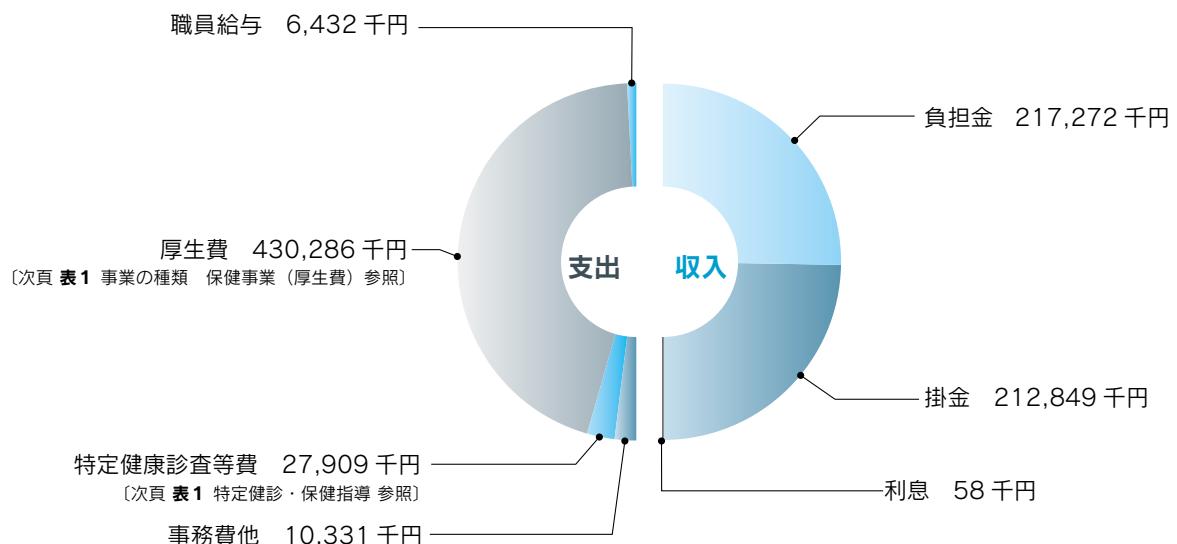
なお、平成30年度の保健経理に係る資金計画においては、約4,478万円の損失が見込まれますが、積立金を取り崩してこれに当てるごとにし、保健財源率については、単年度収支及び繰越利益剰余金の状況を考慮し据え置くこととします。

● 保健財源率

(単位：%)

| 標準報酬月額及び標準期末手当等に係る率 | 掛 金 | 負担金 |
|---------------------|------|------|
| | 2.12 | 2.12 |

保健経理に係る資金計画



収入計 430,179千円
支出計 474,958千円

当期損失金 44,779千円
差引次年度繰越剰余金 430,545千円

●表1 事業の種類

(単位：千円)

| 項目 | 予算額 | 概要 |
|-----------|---------------|---|
| 保健関係 | 人間ドック | 30歳以上の組合員と35歳以上の任意継続組合員及び被扶養配偶者が対象 助成金額 日帰りドック、脳ドック（日帰り）…26,000円 宿泊ドック、脳ドック（宿泊）…36,000円 受診年度 60歳の組合員については、40,000円を限度として助成 |
| | がん検診 | 健康診断に併せて検診を行った場合に、次の金額を限度として助成 組合員対象 胃がん検診…4,000円 大腸がん検診…1,700円 肺がん検診…660円 35歳以降、5歳間隔の年齢の組合員対象 肝炎ウィルス検査…1,900円 50歳以上の男性組合員対象 前立腺がん検診…2,000円 |
| | 婦人科検診 | 健康診断に併せて検診を行った場合に、次の金額を限度として助成 女性組合員対象 子宮頸がん検診…4,500円 乳がん検診（視触診+超音波）…2,800円 40歳以上の女性組合員対象 乳がん検診（超音波+X線撮影）…4,800円 |
| | PET検査助成 | 30歳以上の組合員と35歳以上の任意継続組合員及び被扶養配偶者が対象 PET（陽電子放射断層撮影）検査を受診した場合に、62,000円を助成 |
| | 歯科健診 | 出向型と来院型の歯科健康診断費用の全額を助成 |
| | インフルエンザ助成 | 組合員及び被扶養者が対象 インフルエンザ予防接種時の自己負担が1,000円以上の場合に、1回につき1,000円を2回まで助成 |
| | 救急薬品等配付 | 組合員及び任意継続組合員に、救急薬品等を選択制により配付 |
| | 電話健康相談 | 組合員、被扶養者及び同居の家族を対象に、病気やケガ、育児、メンタル等専門家による健康医療相談を実施 |
| | 禁煙サポート助成 | 組合員及び被扶養者が対象 医療機関にて保険適用の禁煙外来を受診し、自己負担が10,000円以上の場合に、10,000円を1回のみ助成 |
| 保養関係 | 宿泊施設利用助成 | 組合員、任意継続組合員及びその被扶養者が対象 全国の市町村職員・都市職員・指定都市職員共済組合が運営する宿泊施設及び共済組合が契約した栃木県内の旅館・ホテル・民宿等を利用した場合に、1人1泊につき3,000円を助成 共済組合が契約した栃木県外の旅館・ホテル・民宿等を利用した場合に、1人1泊につき2,000円を助成 |
| 図書・広報関係 | 保健関係図書 | 組合員又は被扶養者が出産したときから1年間（12回）育児指導誌を配布 |
| | 医療費通知 | 組合員及び被扶養者を対象に、医療費について通知 |
| | 後発医薬品差額通知 | 組合員及び被扶養者を対象に、後発医薬品（ジェネリック医薬品）の差額について通知 |
| | 受診勧奨通知（重症化予防） | 組合員及び被扶養者を対象に、検査値（血圧・血糖・脂質）が受診勧奨値を超えており、医療機関を未受診の場合に通知 |
| 講座関係 | 健康セミナー | 組合員及び被扶養者等が対象 健康セミナーの開催 |
| | ライフプランセミナー | 組合員及び被扶養者等が対象 ライフプランセミナーの開催 |
| | 健康料理教室 | 組合員及び被扶養者等が対象 健康料理教室の開催 |
| 疾病分析等 | レセプトデータ費用他 | レセプトデータ費用他 |
| | 計 | 430,286 |
| 特定健診・保健指導 | 特定健康診査 | 特定健康診査費用の全額を助成 |
| | 特定保健指導 | 特定保健指導費用の全額を助成 |
| | 計 | 27,909 |

貯金経理（共済貯金事業）

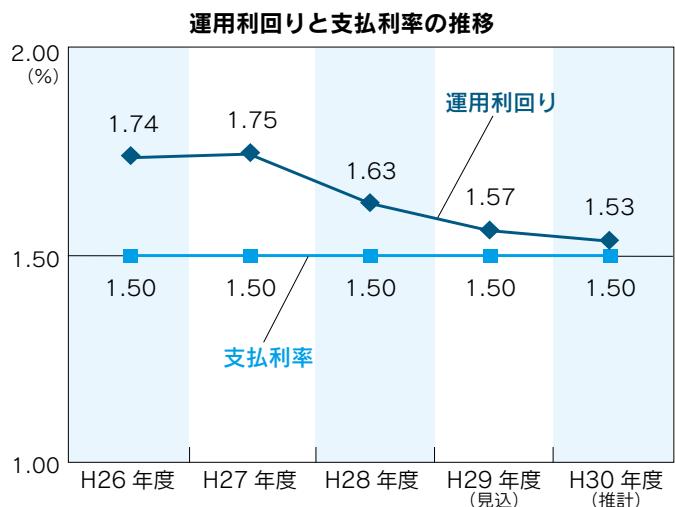
支払利率の年利1.5%は据え置きます。運用利回りの低下により年利1.5%の維持は厳しい状況。

この経理は、共済組合が貯金加入者からお預かりした資金を、国債・地方債・社債・諸債券（政保債・財投債）などの債券で運用し、運用益の還元をすることによって、組合員の福祉の増進を図ることを目的としています。

平成30年度の支払利率は前年度に引き続き年利1.5%としますが、低金利の影響により運用利回りが年々低下していることから、年利1.5%の支払利率の維持が厳しい状況です。

なお、貯金総額においては年々増加傾向にあり、平成30年度は471億1,100万円を見込んでおります。

資金運用につきましては、引き続き金融情勢の動向に注視し、安全な運用に努め、将来にわたり持続可能な管理を行います。



貸付経理（貸付事業）

この経理は、組合員の臨時の支出に対する資金の貸付を行っており、組合員の皆様の生活の安定と福祉の向上を図ることを目的としています。貸付の種類は、普通貸付、住宅貸付、在宅介護対応住宅貸付、災害貸付、特別貸付（医療・入学・修学・結婚・葬祭）等があり、申込書類等の提出期限は毎月5日（共済組合必着）で、その月の金融機関末営業日の前日（土日祝日を除く）に貸付金を送金しています。住宅貸付は抵当権設定の必要がなく、また入学貸付は希望により入学金等の納付期限に合わせた貸付も行っていますので、ぜひご利用ください。

なお、貸付利率については、平成30年1月1日から次のとおりとなっております。

| 貸付の種類 | 普通・住宅・特別貸付 | 在宅介護対応住宅貸付 | 災害貸付 |
|-------|------------|------------|---------|
| 貸付利率 | 年 1.26% | 年 1.00% | 年 0.93% |

物資経理（物資事業）

この事業は、組合員とそのご家族が必要とする生活必需物資を供給することを目的としており、共済組合が契約した指定店を利用することで購入代金の立替えや料金の割引きを受けられるほか、団体保険である遺族付加年金“きずな”に加入いただくことで病気やけがに備えることができます。

なお、物資立替金利率については平成30年1月1日より右表のとおりとなります。

また、遺族付加年金“きずな”については、継続可能年齢の延長やコースの新設により制度の充実を図りますので、詳細については更新時に配付いたしますパンフレットをご覧ください。

| 立替の種類 | 自動車物資 | 一般物資 |
|---------|--------|------|
| 物資立替金利率 | 年 1.0% | 無利子 |

被扶養者の異動の手続きを忘れずに

3月・4月は卒業や就職、退職の時期です。被扶養者の異動手続きが必要となる方は、次の書類を所属所の共済事務担当課へ提出してください。

■被扶養者の認定手続きについて（ご家族の方の退職等）

退職等に伴い、新たに被扶養者の認定を受けたい場合は、退職日の翌日など被扶養者の要件を満たす日から、30日以内に次の書類を提出してください。

なお、30日を超えてから提出した場合は、共済事務担当課に提出した日が認定日となります。

●被扶養者認定の提出書類

- 「被扶養者申告書」
- 「家庭状況」
- 該当者の退職証明書（辞令）または社会保険資格喪失証明書
- 雇用保険の適用があった場合
 - ア) 雇用保険を受給する⇒雇用保険受給資格者証または離職票1・2（写し）
 - イ) 雇用保険を受給しない⇒離職票1・2または雇用保険資格喪失確認通知書（原本）
 - ウ) 雇用保険を受給延長する⇒雇用保険受給資格者証または離職票1・2及び受給延長通知（写し）
- 配偶者の場合は、国民年金第3号資格取得届書及び配偶者の国民年金手帳（原本）
- 学生以外の別居の場合は、毎月一定額（認定対象者一人につき月額5万円以上かつ対象者全員の収入の1/2以上）を送金している事實を確認できる書類（振込人、受取人、送金額、送金日が印字されているATMの利用明細書の写し等）

■被扶養者の取消手続きについて（被扶養者の就職）

卒業等で就職される予定の方のうち、次の場合は就職日から扶養取消しとなりますので手続きが必要となります。

- 就職先の健康保険の適用になる場合
- 就職先の健康保険の適用にはならないが、月額基準108,334円（各種控除前で交通費等を含む総収入）以上の収入が恒常的に見込まれる場合
- 初回の給与は当該月額基準以下であっても、次月以降は基準月額以上になる場合

●被扶養者の就職による扶養取消しの提出書類

- 「被扶養者申告書」
- 組合員被扶養者証
- 就職日の確認できる書類（新しい健康保険証の写し、採用辞令・雇用契約書の写し等）

■被扶養者の共済組合登録住所について

被扶養者が進学等による転居により住民票の異動をする場合は、被扶養者の住所に係る「組合員証等記載事項等変更申告書」を提出してください。

- 住民票の添付は必要ありません。

「被扶養者申告書」「家庭状況」「組合員証等記載事項等変更申告書」は共済組合ホームページからダウンロードができます。

平成 30 年4月から 年金額の改定ルールが見直されます

年金額は、毎年 4 月に物価や現役世代の賃金の変動率に応じて改定することとされています。

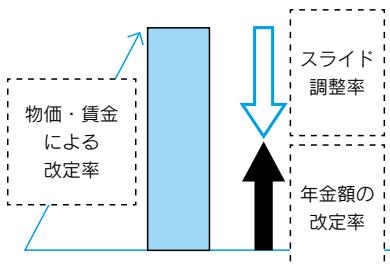
また、平成 16 年度からは、少子高齢化による年金財政の悪化に対応し、年金財政における負担と給付の均衡を図るため、現役世代の減少と平均余命の伸びに応じて年金の改定率を抑制する「マクロ経済スライド」が導入され、図 1 「マクロ経済スライドによる調整方法」のとおり調整されています。

このマクロ経済スライドによる調整について、本年 4 月からは、景気後退期においても年金受給者の年金額を維持し、景気回復期にその未調整分を調整する仕組みが導入されます。具体的には以下のとおりとなり、図 1 「マクロ経済スライドによる調整方法」の II、III の場合のようにマクロ経済スライドにおいて未調整となった部分が発生する場合、その未調整分を翌年度以降にキャリーオーバーし、景気回復期に当年度分の調整に加え、図 2 「改正後のキャリーオーバー制度」のとおり、キャリーオーバーした未調整分をあわせて調整することとされました。

図 1 マクロ経済スライドによる調整方法

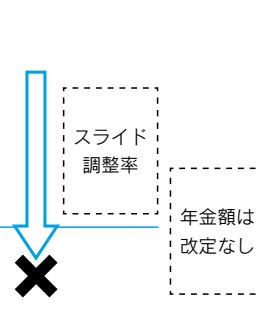
I 完全調整の場合

調整率を控除しても年金額の改定率がプラスになる場合、スライド調整率を控除した率を改定率とする。



II 部分調整の場合

調整率を控除すると年金額の改定率がマイナスになる場合、前年度の額を維持するため、改定率が 0 になるまで調整率を控除する。



III 調整を行わない場合

物価・賃金による改定率がマイナスになる場合、その分のみが改定率となり、調整率は控除しない。

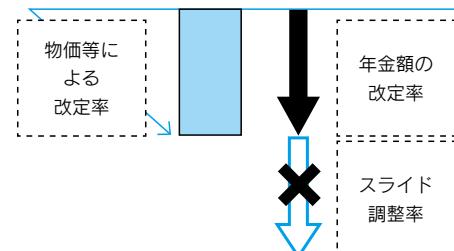
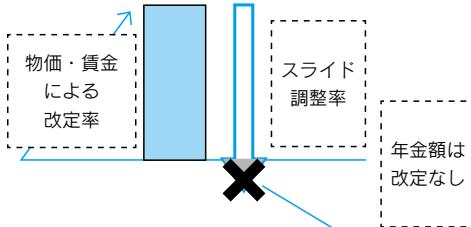
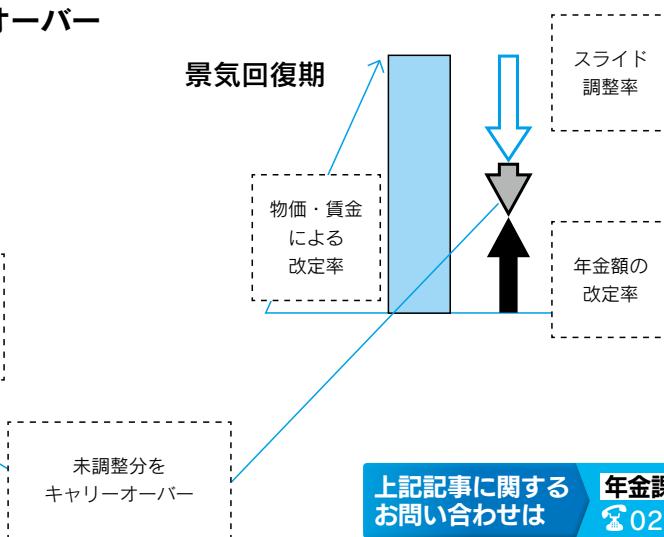


図 2 改正後の未調整分キャリーオーバー

景気後退期（図 1 の II の場合）



景気回復期



上記記事に関する
お問い合わせは

年金課

☎ 028 - 615 - 7817

鹿沼市

個性豊かな県内各市町をご紹介しているこのページ。今回ご紹介するのは、城下町・宿場町として栄えたルーツを持つ鹿沼市。近年は「いちご市」宣言をして特産のいちごを柱にシティプロモーションを進めています。

～彫刻屋台で有名な祭りが
ユネスコ無形文化遺産登録で注目を集める

鹿沼今宮神社祭の屋台行事



鹿沼市は、古くは鹿沼城の城下町として発展し、江戸時代には日光例幣使街道の宿場町としても栄えました。また、日光東照宮造修營に集まつた職人や良質な日光杉の存在を背景に「鹿沼組子」など独自の木工細工が誕生。「鹿沼今宮神社祭の屋台行事」の代名詞ともいえる彫刻屋台の一部も、近世後期に日光の宮大工の影響のもとに造られたと伝えられています。さらに、明治以降の鹿沼市は、木工業のまちとして全国的な知名度を獲得しています。

一方、今日の鹿沼市は、園芸のまちとしても有名です。市特産の鹿沼土は、保水性・排水性に優れる、まさに園芸にはうってつけの土です。とくにサツキなどの栽培に適することから、鹿沼市ではサツキの栽培が盛んに行われてきました。市内の花木センターでは、春には全国最大級のサツキの祭典である「鹿沼さつき祭り」が開催され、多くの園芸ファンでにぎわいます。

また、今年10月10日に市制70周年を迎える鹿沼市。記念事業のひとつとして、4月29日には「鹿沼 春の彫刻屋台まつり」が開催されます。



「鹿沼今宮神社祭の屋台行事」が
ユネスコ無形文化遺産へ登録

今宮神社の10月の祭りでは、龍や獅子などの豪華な彫刻を施した囃子屋台が各町から曳き出され、街をねり歩きます。江戸時代に始まるこの行事では、そろいの半纏を着た若衆が高さ約4mの屋台を曳いて各町内を回る勇壮なもので、2016年に、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。

「いちごいちえ」～「いちご市」宣言で市のプロモーションに取り組む

鹿沼市の特産品は、いちご。作付面積は県内3番目で、高い品質で人気です。

鹿沼市では一昨年より、このいちごをキーワードにシティプロモーション活動を展開してきました。2016年3月にキャッチコピーを「いちごいちえ」に決定したのに続き、11月には「いちご市」を宣言。現在では、市内の各所でロゴマークやいちごのモチーフを見ることができます。

「いちごいちえ」のコピーは「一期一会」と「いちご」をかけ、「いちご」の街で、人や伝統、物産、食、自然などとの「一生に一度しか起こらないような素敵な出会いやふれあいが日々生まれる」、そんな感動体験をイメージして作られました。



▲いちご市宣言セレモニー

●「ベリーちゃん」

市制50周年を記念して誕生した鹿沼市のシンボルキャラクターが、「ベリーちゃん」です。豊かな緑や清流を表した手足にいちごがモチーフの体、サツキの帽子をかぶったベリーちゃんは、市の魅力がぎゅっと詰まっています。



●市内随所にいちごのモチーフが



▼オリジナル婚姻届



▲街灯フラッグ



▲市庁舎にもいちご市



▲市境の看板

●まちの駅 新・鹿沼宿

まちの駅は、地域の情報提供や休息、交流等を目的とした施設で、鹿沼市は全国最多のまちの駅が設置されています。なかでも新・鹿沼宿は、イベント開催や地元野菜の即売、鹿沼そばなど、鹿沼散策の憩いの場として親しまれています。



●千手山公園

小さな観覧車が目印の公園で、園内には約300本の桜と1000本超のつつじがあり、花の名所となっています。



●屋台のまち中央公園

彫刻屋台3台を常設展示し、その歴史を紹介します。鹿沼三名園の一つ「掬翠園」を復元した庭園も魅力です。



●鹿沼市花木センター (ベリーちゃんハウス)

サツキを中心に草花や庭木、園芸用品を扱うガーデニングの大流通センターで、さつき祭りや園芸フェア等のイベントも開催。昨年オープンの観光いちご園「ベリーちゃんハウス」では5月末まで、いちごを味わえます。



▲ベリーちゃんハウス

●出会いの森（オートキャンプ場・いちご園）

2つの川の合流点にあるキャンプ場で、釣りや川遊び、ハイキングが楽しめます。いちご園では県を代表する品種・とちおとめと、市場に出回らないとちひめの2種類を味わえます。



●川上澄生美術館

版画家として県の芸術史に功績を残した川上澄生の作品を展示。建物は澄生の作品「日本越後國柏崎黒船館」を元に設計されています(改修のため3月末まで休館中)。



●城山公園

粟野城跡に造られた公園で、4月下旬～5月上旬は約2万株のヤマツツジが見頃を迎えます。



鹿沼市の

見どころ



●横根高原 (前日光ハイランドロッジ)

標高1300m、動植物の宝庫として知られる横根高原には「小尾瀬」と呼ばれる井戸湿原があり、その周遊コースは四季折々にすばらしい景観が楽しめます。ログハウス風の簡易宿泊施設・ハイランドロッジでは食事やバーベキューが楽しめます。



▲ロッジ



▲横根高原 (井戸湿原)

profile

●鹿沼市

県央西部の鹿沼市は、高速道や東北新幹線とも連絡が容易な広域交通の要衝に位置します。古くは山岳信仰の場ともなった一帯は、戦国時代末期に鹿沼城が廃城となると、江戸時代には日光例幣使街道の宿場として賑わうようになりました。町文化の繁栄に伴い数多くの彫刻屋台がつくられました。第2次大戦後の昭和23年に市制施行、その後いく度かの周辺市町村との合併を経て、平成18年の鹿沼市・粟野町の合併で現在の市域が完成しました。

▶面積：490.64 平方km

▶人口：96,835人 (35,760世帯)

(平成30年3月1日現在)

貯金事業からのお知らせ

退職される方の解約手続きについて

●該当者

組合員資格喪失または任意継続組合員となる貯金加入者。

なお、他の共済組合への転出に伴い、当組合の組合員資格を喪失する方も含みます。

●手続きについて

「貯金払戻（解約）請求書」を所属所の締め切り日までに共済事務担当課へご提出ください。

なお、請求書は必ず届出の印鑑を使用してください。印鑑が相違している場合は解約できませんので、不明の際はお早めに共済事務担当課へお申し出くださるようお願いします。

また、非課税貯蓄適用の方は請求書と併せて「非課税貯蓄廃止申告書」の提出が必要となりますので、該当する場合は共済事務担当課にご連絡ください。

●送金について

3月における解約金は、平成30年3月29日（木）に送金します。

資格喪失日以降は、利息の計算はされませんので、速やかな手続きをお願いします。

貯金現在残高通知書について

決算月における貯金額をお知らせする「貯金現在残高通知書」は、年2回作成し配付しております。

平成30年3月末日の貯金額は、平成30年4月中旬から下旬に通知する予定です。

なお、この通知書は原則再発行いたしませんので、大切に保管くださるようお願いします。

■払戻及び解約金 送金日

| 区分 | 1回目 | 2回目 |
|----|--------|--------|
| 4月 | 13日（金） | 26日（木） |
| 5月 | 15日（火） | 30日（水） |
| 6月 | 15日（金） | 28日（木） |

- ・解約金は2回目に送金します。
- ・「貯金払戻（解約）請求書」の締切日は各所属所により異なりますので、共済事務担当課までお問い合わせください。
- ・払戻限度額は前月末の残高となりますので、請求書を提出する際は、送金額が限度額を超えていないことをご確認ください。

上記記事に関する
お問い合わせは

総務課福祉係

☎ 028-615-7805

地共済年金情報Webサイトは利用していますか？

このWebサイトは、組合員の皆様に年金制度へのご理解を深め、ご自身の将来の年金について意識していただくことを目的として設置されております。

62歳未満の共済組合の組合員期間をお持ちの方で、老齢厚生年金を受給していない方であれば、システムのメンテナンス時を除き、いつでもご自身の公務員期間に係る年金加入履歴、保険料納付済額、退職等年金給付に係る給付算定基礎額残高履歴、年金見込額（※）などの年金個人情報を閲覧することができます。

申込、閲覧はパソコンからしか行なうことができませんが、年金に係るご自身のさまざまな情報を閲覧することが可能となりますので、ぜひご利用ください。

※年金見込額は、確認時点での就業状態、給与額をベースに試算しているため、実際の金額とは異なります。

●閲覧までのおおまかな流れ●

①地共済年金情報Webサイトにアクセスします。

<https://www.chikyosai-nenkin-web.jp/>

（当組合ホームページのトップページにバナーを用意しています。）



③ユーザID通知書がご自宅に送付されます。

利用申込から数週間程度のお時間をいただきます。



④ユーザID通知書のIDを利用してログインします。

ユーザID通知書でお知らせした「ユーザID」と利用申込時に設定したパスワードが必要になります。

②利用申込みを行います。

氏名、生年月日、性別、郵便番号、住所、電話番号、基礎年金番号が必要になります。

申込の際に、閲覧用のパスワードを設定します。このパスワードは通知されませんので、忘れないようにしてください。

上記記事に関する
お問い合わせは

年金課

☎ 028-615-7817

物資事業から遺族付加年金“きずな”のご案内



平成 29 年度 配当率および支払状況について

- ・遺族付加年金“きずな”は 1 年ごとに収支計算を行い、剩余金が生じた場合は配当金としてお支払いする仕組みとなっています。
ただし、平成 29 年 8 月 1 日に中途加入された方は今回は 5 か月で収支計算を行います。
- ・遺族付加年金“きずな”（損害保険部分）・医療保障保険（給付拡大部分）・生活応援給付・長期療養給付・重病支援給付・健康づくりサポートには配当金はありません。
- ・平成 29 年度の配当金については確定しているため、変動することはありませんが平成 30 年度以降の配当率については次のとおりとなります。
配当率は、今後変動することがありますので記載の配当金額は将来のお支払いを約束するものではありません。
配当率は、お支払時期の前年度決算により決定しますので、将来お支払いする配当金額は現時点では確定していません。



平成 29 年度配当率および支払状況

(平成 29 年 1 月 1 日～12 月 31 日)

配当率

“きずな”（生命保険部分）：約 46.99%
きずなプラス : 約 34.94%
医療保障保険（基本部分）：約 42.94%

支払状況

“きずな”（生命保険部分）：31 件 140,313,240 円
きずなプラス : 12 件 84,000,000 円
医療保障保険（基本部分）：199 件 11,748,000 円

重病支援給付について

重病支援給付（主契約）は、所定の悪性新生物（がん）と診断確定されたとき、または急性心筋梗塞・脳卒中を発病して所定の状態になったときの保障です。保障内容は次の通りです。

なお、特約（7 大疾病保障特約およびがん・上皮内新生物保障特約）を付加するためには、主契約への加入が要件となります。

主契約

重病支援給付（主契約）は、所定の悪性新生物（がん）と診断確定されたとき、または急性心筋梗塞・脳卒中を発病して所定の状態になったときの保障です。

三大疾病

悪性新生物（がん）※1

急性心筋梗塞※2

脳卒中

7 大疾病 保障特約

所定の悪性新生物（がん）・急性心筋梗塞・脳卒中・重度の糖尿病・重度の高血圧性疾患※3・慢性腎不全・肝硬変を発病して所定の状態※2 になったときの保障です。

その他 4 疾病

重度の高血圧性疾患※3

肝硬変

慢性腎不全

重度の糖尿病

※3 高血圧性網膜症を指します。

がん・上皮内 新生物特約

所定の悪性新生物（がん）・上皮内新生物と診断確定されたときの保障です。

上皮内新生物

悪性新生物（がん）※4

※4 悪性新生物（がん）には、悪性黒色腫以外の皮膚がんを含みます。

制度内容等詳細については、平成 30 年新規加入・更新に係る「遺族付加年金“きずな”のご案内」パンフレットをご確認ください。

上記記事に関する
お問い合わせは

総務課福祉係

☎ 028-615-7805

物資事業からのお知らせ

物資事業指定店の紹介

一般物資指定店について、紹介させていただきます。ぜひ御利用ください。

次の指定店では、ご利用の際に組合員証を提示することで、料金の割引を受けることができます。

なお、プラン等の詳細につきましては、指定店に直接お問い合わせください。

| | |
|------------------|---|
| 指定店名 | 那須小川ゴルフクラブ |
| 所在地 | 栃木県那須郡那珂川町三輪1283 |
| 電話番号 | 0287-96-2121 |
| 割引対象商品 | ゴルフ場利用料5%割引き |
| 【参考】 通常料金（税込） | 標準プラン（平成30年4月1日～平成30年4月30日） ・水曜日を除く平日 5,460円 ・土・日・祝日 11,940円 ※水曜日（セルフティー）については、割引対象外となります。 |
| 対象者 | 組合員 |
| PR | 『那須小川レディースプロゴルフトーナメント』を20年連続開催した実績を持ち、コースコンディションに自信があります。通称【F1グリーン】と呼ばれる高速グリーンも好評です。土日祝日の昼食は食べ放題飲み放題のランチバイキングが人気です。食事だけのご利用も大歓迎です。（食事のみのご利用は割引き対象外となります。） |

上記記事に関する 総務課福祉係

お問い合わせは

028-615-7805

禁煙サポート助成のお知らせ

共済組合では、平成29年度の新規事業として医療機関における「禁煙外来」を受診した場合の自己負担額の助成を行っています。

ご自身の健康のため禁煙を考えている方はぜひご利用ください。

●助成金額：医療機関において健康保険適用の禁煙外来を開始した場合、自己負担が10,000円以上の場合に10,000円を助成します。（当該年度内において1回限り）

●助成対象者：組合員（任意継続組合員を除く。）及び被扶養者

●申込方法：「禁煙外来助成金請求書」に5回分の領収書（原本）及び「禁煙成功証明書」を添付の上、各所属の共済事務担当課に提出してください。

なお、「禁煙外来助成金請求書」及び「禁煙成功証明書」は共済組合ホームページからダウンロードできます。

●助成の対象となる場合：平成29年4月1日以降に禁煙外来を開始し治療を終了（5回受診）した場合で禁煙を達成した方が対象となります。

こことからだの悩み、抱え込まずにご相談ください

こことからだの健康相談

専用ダイヤル 0120-921-419

携帯・PHSからも無料でご利用できます

組合員の皆様とそのご家族を対象に、健康・医療・介護・メンタルヘルス等について、専門家による相談を実施しています。相談料は無料ですので、日常生活の不安、相談等ありましたら、お気軽に電話ください。

また、面談によるカウンセリングサービスも実施しておりますので、ご活用ください。

※Webによる相談・面談予約サイトは、当共済組合ホームページからアクセスできます。
その際、IDおよびパスワードが必要となります。

→ こことからだの電話相談

……24時間 年中無休

→ メンタルヘルス電話カウンセリング

……9:00～22:00 年中無休

→ Webによるカウンセリング相談

……24時間 年中無休（返信には数日を要します。）

→ 面談カウンセリング予約受付

……平日 9:00～21:00

土曜日 9:00～16:00

（日曜・祝祭日・12/31～1/3は除きます。）

● Webによる面談予約も可能です。

春野菜のナポリタンうどん

●作り方

- ①たけのこは穂先の部分をくし形切りに、その他を短冊切りにする。ブロッコリーを小さめに切る。玉ねぎを薄切りにする。ミニトマトを4等分に切る。
- ②ささみは筋を取り、そぎ切りにし、片栗粉をまぶす。
- ③大きめのフライパンにたっぷりの湯を沸かす。ささみを入れ1分半～2分ゆでたら、冷凍うどんとブロッコリーを入れ、麺がほぐれてきたらザルに上げる。
- ④フライパンにオリーブオイルを入れて中火にかけ、玉ねぎ、たけのこの順に炒め、しんなりとしたら③とミニトマトを入れる。(A)を加えて炒め合わせ、味を調える。
- ⑤器に盛り付け、ブラックペッパー、粉チーズをふりかける。



「たけのこ」



「たけのこ」は、竹の芽の部分の総称です。特定の品種の竹の芽だけをさすのではありませんが、食用にされるものは孟宗竹、淡竹(はちく)、真竹(またけ)などほんの数種類です。食材としてのたけのこは低カロリーであるのに加え、免疫力のアップに役立つ不溶性食物繊維のセルロースを豊富に含み、便秘の予防・改善に効果的。また必須アミノ酸のロイシンのほか、アスパラギン、グルタミン酸などのアミノ酸を多く含んでおり、運動時のエネルギー源となるロイシンの効果で疲労回復にもおすすめです。

●材料(2人分)

| | |
|---------------------|-----------|
| たけのこ(水煮)..... | 60g |
| ブロッコリー..... | 5房(50g) |
| 玉ねぎ..... | 1/4個(50g) |
| ミニトマト..... | 4個(60g) |
| ささみ..... | 2本(80g) |
| 片栗粉..... | 大さじ1/2 |
| 冷凍うどん..... | 2玉 |
| オリーブオイル..... | 大さじ1 |
| (A) [トマトケチャップ]..... | 大さじ1 |
| [塩]..... | 少々 |
| ブラックペッパー..... | 少々 |
| 粉チーズ..... | 大さじ1 |

1人分

エネルギー
390 kcal

塩
1.8 g

もうひとつ アスパラの和風クラムチャウダー

グリーンアスパラガスの風味を活かして、あさりや豆乳などと合わせて煮込んだ春らしいチャウダーです。

●材料(2人分)

| | | | |
|------------------------|-----------|---------------|-----------|
| にんじん..... | 1/5本(30g) | じゃがいも..... | 小1個(100g) |
| アスパラガス..... | 2本(40g) | (B) [味噌]..... | 小さじ1 |
| (A) [にんにく(みじん切り)]..... | 1/2かけ | [豆乳]..... | 100cc |
| [オリーブオイル]..... | 大さじ1/2 | ブラックペッパー..... | 少々 |
| あさり(水煮缶)..... | 40g | | |
| だし汁..... | 200cc | | |
| (あさりの水煮の汁+水でもよい) | | | |

●作り方

- ①にんじんは1.5cm角の薄切りに、アスパラガスは1.5cmの長さに切る。
- ②鍋に(A)を入れて弱火にかけ、にんにくの香りがたつたら、中火でにんじんを炒める。あさりとだし汁を加えて蓋をして煮る。
- ③じゃがいもは皮をむき、すりおろす。
- ④②にアスパラガス、じゃがいもを加えて混ぜながら煮て一旦沸騰させ、とろみがついたら、混ぜておいた(B)を加えて沸騰直前で火を止める。
- ⑤器に盛り付け、ブラックペッパーをふりかける。



1人分

エネルギー
134 kcal

塩
0.7 g

料理制作／柴田真希(管理栄養士)
スタイリング／佐藤絵理 撮影／花田真知子

動脈硬化のきっかけをつくってしまう 脂質異常症

血液中の LDL コレステロールと中性脂肪が多すぎる状態（HDL コレステロールは少なすぎる状態）を、「脂質異常症」といいます。多すぎる LDL コレステロールは、血管の内側に入り込んでドロドロとしたかたまりを形成し、血液を流れにくくさせます。

つまり、動脈硬化のきっかけをつくってしまうのが、脂質異常症といえます。脂質異常症は、自覚症状がなく放置してしまいかちなので、健診結果の数値をよく確認しましょう。

1. 血液中の LDL コレステロールが増える

肝臓で作られるコレステロールの量が増える、食事からの脂質摂取が増える、ホルモンのバランスが変わる、細胞がコレステロールを取り込む量が減るなどで、血液中の LDL コレステロールが増加します。

2. 余分な LDL コレステロールが血管の壁に入り込む

高血圧や高血糖などによって傷ついた血管の壁から、LDL コレステロールが入り込みます。

3. 血管の内側にドロドロとしたかたまりができる

たまたま LDL コレステロールは、ドロドロとした粥状物質となり、コブのように内側から膨らんで徐々に血管の中が狭くなっています。これが動脈硬化の始まりです。

4. 血栓ができる

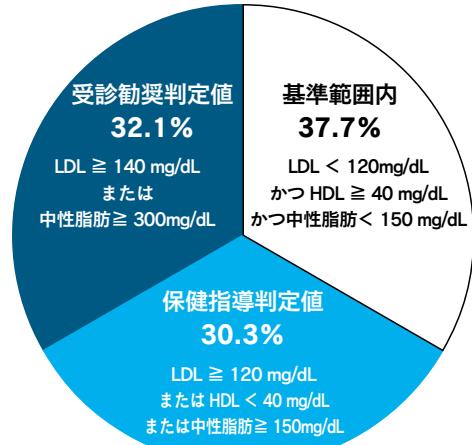
膨らんだコブが破れるたびに血小板が付着し、これが繰り返されることで血栓ができます。

5. 血液が流れなくなる血管が破裂する

脳や心臓など重要な器官の血管で動脈硬化が進行すれば、命の危険があります。

特定健診受診者の 6 割超は、
脂質対策が必要です！

健保連（健康保険組合連合会）の調査によると、脂質が基準範囲内だった人は、特定健診受診者の 37.7% となっています。保健指導判定値は 30.3%、受診勧奨判定値は 32.1% です。6 割超の方が、なんらかの脂質対策が必要な結果となっています。他人事と捉えずに、自分の健診結果をよく確認し、改善に取り組みましょう。



※健保連「健診検査値からみた加入者(40～74歳)の健康状態に関する調査分析(平成26年度)」

特定健診では、こんな数値に気をつけよう！

● LDL コレステロール

いわゆる悪玉コレステロール。増えると動脈硬化に直接影響します。しかし、生命維持のために必要な働きもしていますので、正常値の範囲内であれば悪玉とはいえません。

保健指導判定値…120mg/dL 以上 **受診勧奨判定値**…140mg/dL 以上
増える主な原因…飽和脂肪酸（肉の脂身、バター、ラード、生クリームなど）の摂りすぎ。高 LDL コレステロール血症の人では、コレステロール（タマゴの黄身、魚卵）の摂りすぎ

● HDL コレステロール

いわゆる善玉コレステロール。余分なコレステロールを肝臓へ回

収しています。少ないと回収が不十分になり、血液中のコレステロールが増加します。

保健指導判定値…39mg/dL 以下 **受診勧奨判定値**…34mg/dL 以下
減る主な原因……肥満、喫煙、運動不足

● 中性脂肪（トリグリセライド）

重要なエネルギー源ですが、必要量以上になると皮下や内臓に蓄積されるため、肥満につながります。増えると LDL コレステロールが増加し、HDL コレステロールが減少します。

保健指導判定値…150mg/dL 以上 **受診勧奨判定値**…300mg/dL 以上
増える主な原因…カロリー（甘いもの、酒、油もの、炭水化物）の摂りすぎ

※基準値は、厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】」から掲載

自覚症状がないため、検査数値で確認を

動脈硬化そのものには、自覚症状がありません。そのため、毎年健診を受けて、動脈硬化のきっかけとなるコレステロールや中性脂肪を数値で把握しておくことが重要となります。保健指導判定値、受診勧奨判定値に該当する検査項目があれば、健診結果の指示に従い、必要であれば保健指導や医療機関での再検査等の行動に移しましょう。

なお、たとえ正常値の範囲内であっても悪化傾向にある検査項目は要注意です。過去の健診結果と比較して、自分の傾向を探りましょう。心当たりのある生活習慣があれば、自主的に改善の取り組みを始めるのがベストです。

千葉県市町村職員共済組合宿泊施設のご案内

オークラ千葉ホテルでご宿泊・お食事・ご宴席・大浴場をお楽しみください



<写真はすべてイメージです>

～市町村職員共済組合の組合員の皆様は特別料金で宿泊可能です～

— 「お仕事応援プラン」(素泊まり) ————— 「ご家族くつろぎプラン」(朝食付き) —————

ビジネスシングル

¥7,722

スタンダードツイン

¥6,237 (*)

ビジネスシングル

¥9,222

スタンダードツイン

¥8,034 (*)

* 表記の金額は、2名1室利用時の1名様負担額。

2名1室宿泊時の料金は、「お仕事応援プラン」(素泊まり)が¥12,474、「ご家族くつろぎプラン」(朝食付き)が¥16,068となります。

※上記は1室1名様のご料金となります。助成券をご利用いただける場合、1名につき1枚ずつ宿泊料金の控除をお受けいただけます（添い寝のお子様分は対象外となります）。

※ご宿泊のお客様は、スパ「スカイビュー」を無料でご利用いただけます。

※上記の他にもお部屋タイプ・プランをご用意しております。詳しくは、お気軽に下記電話番号までお問い合わせください。

宿泊、レストランの利用でポイントが貯まる。
貯まったポイントでホテルサービスをお楽しみいただける
メンバーシッププログラム

※ご入会は右図のQRコードからお手続きいただけます。



オークラ千葉ホテル

〒260-0024 千葉県千葉市中央区中央港1-13-3
Tel. 043-248-1111(代表・フロント)



インフルエンザ予防接種助成金の請求はお済みですか

平成 29 年度インフルエンザ予防接種助成金の請求について、平成 30 年 3 月 31 日以降に提出された場合、お支払することができません。

請求がお済みでない方は、お早めに「インフルエンザ予防接種助成金請求書」を各所属所の共済事務担当課に提出してください。

なお、提出の際には、請求書に記載されている注意事項をご覧いただき、請求書及び添付書類に不備がないかを必ずご確認ください。

また、「インフルエンザ予防接種助成金請求書」については、共済組合ホームページから様式をダウンロードできます。

宿泊施設情報報

新規契約のお知らせ

以下の宿泊施設につきまして、平成 30 年 2 月 1 日より宿泊施設利用契約を締結し、新たに宿泊施設利用助成の対象施設となりましたのでお知らせいたします。

| 施設名 | 住所 | 電話番号 |
|-------------|-----------------------|--------------|
| 高根沢町元気あっぷむら | 栃木県塩谷郡高根沢町大字上柏崎 588-1 | 028-676-1126 |

休館のお知らせ

以下の宿泊施設につきまして、平成 30 年 4 月 1 日から平成 30 年 8 月 31 日まで、施設の改修工事に伴い休館となりますのでお知らせいたします。

| 施設名 | 住所 | 電話番号 |
|---------|------------------|--------------|
| えひめ共済会館 | 愛媛県松山市三番町 5-13-1 | 089-945-6311 |

閉館のお知らせ

以下の宿泊施設につきまして、平成 30 年 9 月 30 日をもって閉館となりますのでお知らせいたします。

| 施設名 | 住所 | 電話番号 |
|--------|---------------|--------------|
| 憩いの里湖西 | 滋賀県高島市勝野 1533 | 0740-36-2345 |

平成 30 年
4 月から

入院時食事療養標準負担額が
460 円に引き上げられます

平成 30 年 3 月診療分まで
1 食につき 360 円



平成 30 年 4 月診療分から
1 食につき 460 円

※入院時食事療養標準負担額は、入院中の食事代として患者が自己負担するものであり、組合員・被扶養者ともに同額です。高額療養費や一部負担金払戻金、家族療養費附加金の対象にはなりませんのでご注意ください。

共済だより 第 315 号 平成 30 年 3 月発行

発行／栃木県市町村職員共済組合 〒320-0811 宇都宮市大通り二丁目3番1号 井門宇都宮ビル 3階
電話 028-615-7804 FAX 028-615-7566
URL <http://www.tochigi-kyosai.jp/> E-mail sityouson@tochigi-kyosai.jp

本誌に関するご意見・感想を FAX または mail でお寄せください。お待ちしております。