ISHIZUCHI

令和6年（2024） **Vol.328**

共済だより 1月号

―ご家族でご覧ください―

西条市

春の七草

「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」
西条市の七草は、名水百選の「うちぬき」の美味しい水で育まれ、高い品質とみずみずしい美味しさが定評。毎年全国へ約100万パックが出荷され、日本トップクラスの生産量を誇っています。
正月七日の「七草粥」はもちろん、お雑煮や鍋物、パスタなどの具材にもおすすめです。是非ご賞味ください。

2 旅する愛媛 西条市

CONTENTS

4 年頭のごあいさつ
5 令和6年10月から共済組合への払込に振込手数料が発生します
6 退職後の医療保険・年金・福祉事業について
9 退職後の医療保険・年金制度の動画コンテンツ等のご案内
10 共済事業に関する懇談会
14 入学・修学貸付のご案内
15 「愛媛共済会館利用助成券」のご案内
16 令和4年度の医療費について
令和5年度上半期の医療費の状況
17 医療費通知書を配付します
こころとからだの健康相談
18 健診結果を活かすコツ「腎機能異常」と言われたら
20 令和4年度特定健康診査及び特定保健指導の実施状況
受診券又は利用券が届いたご家族（被扶養者）の方へ
21 労働安全衛生業務担当者研修会を開催しました
ライフプランセミナーを開催しました
22 被扶養者認定の取扱いについて ～「130万円の壁」への対応～
23 いろどり野菜のカラフルレシピ「大根とつくねのはさみ鍋」

愛媛県市町村職員共済組合
http://www.ehime-kyosai.jp/

石鎚

美味しい西条 お届けします

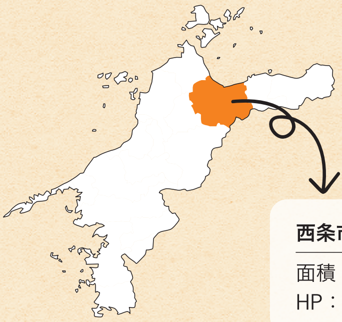
旅する愛媛 西条市

あつあつのご当地グルメ

西条てっぱんナポリタン

西条にはおっとりした人が多く、
ゆっくり食事を楽しむために冷めにくい
鉄板皿で提供し始めたんだとか。
お店によって味も具も個性豊か。
食べ比べを楽しんで！

西条市



西条市データ（2023年11月現在）

面積：510.04㎢　人口：104,555人

HP：https://www.city.saijo.ehime.jp/

西条市は、名水百選にも選ばれた良質な自噴水「うちぬき」が市内の広範囲で湧き出しており、水の都とも呼ばれています。美味しいお水に恵まれた西条市には美味しいものがたくさんです！

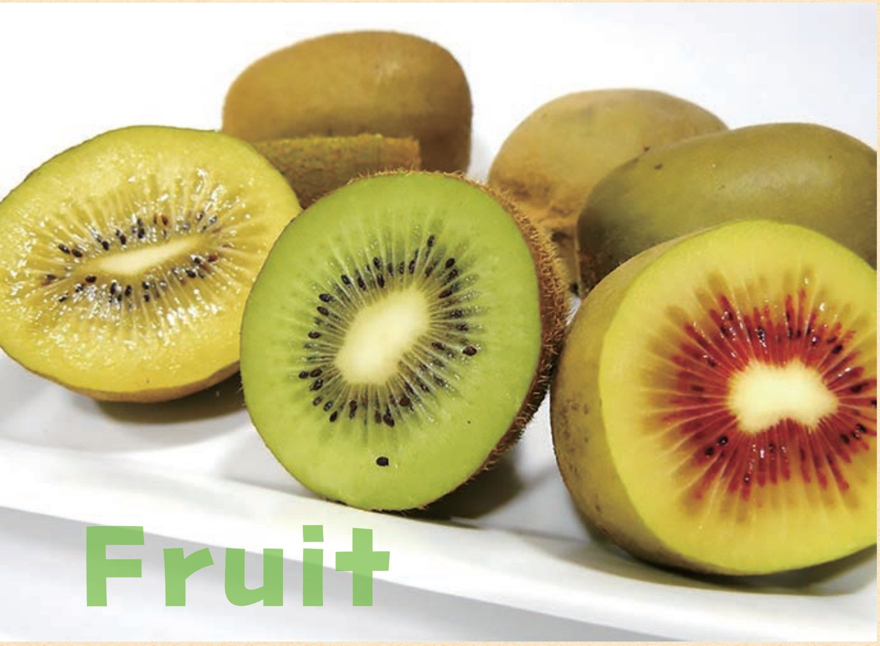
こだわりの味

市内には5つの酒蔵。2023年には
クラフトビール醸造所もできました。
「うちぬき」を使ったこだわりの
日本酒・ビール。
きっとお気に入りが見つかるはず。

甘味とコク

秘伝配合の天然飼料で育った
ブランド豚は脂身の甘みが特徴。
かつ丼、焼肉、しゃぶしゃぶも最高。

ふるさと納税
でも好評です
▼



左から、ゴールドキウイ、ヘイワード、レインボーレッド

食べたことある?

信じられないほど甘いキウイ。
子どもの頭サイズのサクサクの柿。
西条市は多種多様な珍しい果物の宝庫。
産直市場で探してみて。

産直市場
▼

年頭のごあいさつ

理事長 **武智 邦典**

新年明けましておめでとうございます。

令和6年の新春を迎えるにあたり、組合員、ご家族の皆さまに謹んで年頭のご挨拶を申し上げます。また、本組合の事業運営につきまして、平素から多大なるご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、地方公務員等共済組合法の適用拡大による組合員の増加は、本組合の財政及び事業に様々な影響を及ぼしておりますが、組合員の皆さまが迅速かつ適正に共済組合制度の適用を受けられるよう、適切な事業運営に努めてまいります。

医療保険制度である短期給付事業につきましては、高齢者医療制度への支援金、納付金等の負担が大きく、また、組合員数の増加に伴い、医療費が増加していることなどから、厳しい財政状況にあります。

引き続き、適正受診のための普及活動のほか、ジェネリック医薬品の利用促進への取り組みなど、医療費の適正化を推進し、財政健全化に努めてまいります。

また、組合員及びご家族の皆さまの健康の保持増進のため、特定健康診査、人間ドック利用助成及びがん検診補助等の予防健診事業を推進し、疾病の早期発見や健診データを活用した受診勧奨のほか、ICT機器を活用した保健指導による重症化予防などにさらに積極的に取り組むこととします。

マイナンバー関係につきましては、本組合におきましても、年金給付関係及び短期給付(医療保険)関係におけるマイナンバーのひも付けの総点検を実施し、昨年7月末に全国連合会に報告したところであります。政府は、今年秋に現在の健康保険証の原則廃止を目指すことを公表しております。本組合も医療保険者として必要な事務処理等について、迅速かつ適正に対応するとともに、情報提供に努めてまいります。

一方、公的年金制度につきましては、今年は5年に1度の財政検証が行われる年であります。社会・経済の変化を踏まえ、長期的な年金財政の健全性を定期的に検証することは、公的年金の財政運営にとって不可欠なものであります。働き方が多様化する中、在職中の年金受給の見直し及び年金受給開始時期の選択肢の拡大などが施行されていることから、引き続き年金保険者として、適切に対応してまいります。

本組合福祉施設「えひめ共済会館」は、昨今の物価・人件費等の高騰により、厳しい経営状況が続いていますが、昨年5月に新型コロナウイルスの感染症法の位置付けが5類へ移行したことにより、宿泊及び会議等のご利用は、コロナ禍前の水準に戻りつつあります。引き続き安全・安心の施設として運営してまいりますので、組合員及びご家族の皆さまのご利用を心からお待ちしております。

また、貯金事業につきましては、長引く低金利政策の影響により、昨年4月1日から貯金利率を0.1%引き下げ、0.9%としております。組合員の皆さまの大切な資産形成の一助となりますよう、今後も安全を第一に運用を行ってまいります。

共済組合を取り巻く環境は年々厳しさを増しており、取り組むべき多くの課題が山積しておりますが、役職員一同、組合員とそのご家族の生活の安定と福祉の向上に寄与できるよう、努力を尽くしてまいりますので、一層のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆さまの益々のご健勝とご多幸をお祈り申し上げまして、年頭のごあいさつとさせていただきます。

謹賀新年

理事長　武智 邦典(伊予市)

理　事　加藤 章(東温市)　石川 勝行(新居浜市)　久保 竜児(伊予市)　井関 文彦(松山市)　西尾 祥之(宇和島市)

議　員　大城 一郎(八幡浜市)　篠原 実(四国中央市)　坂本 浩(松野町)　髙橋 靖(新居浜市)
喜井 辰弘(四国中央市)　酒井 英生(砥部町)

監　事　河野 忠康(久万高原町)　柿原 稔広(西予市)　学識経験監事　白石 新(公認会計士)　事務局長　曽根　哲也

外職員一同

退職を予定されている皆さまへ

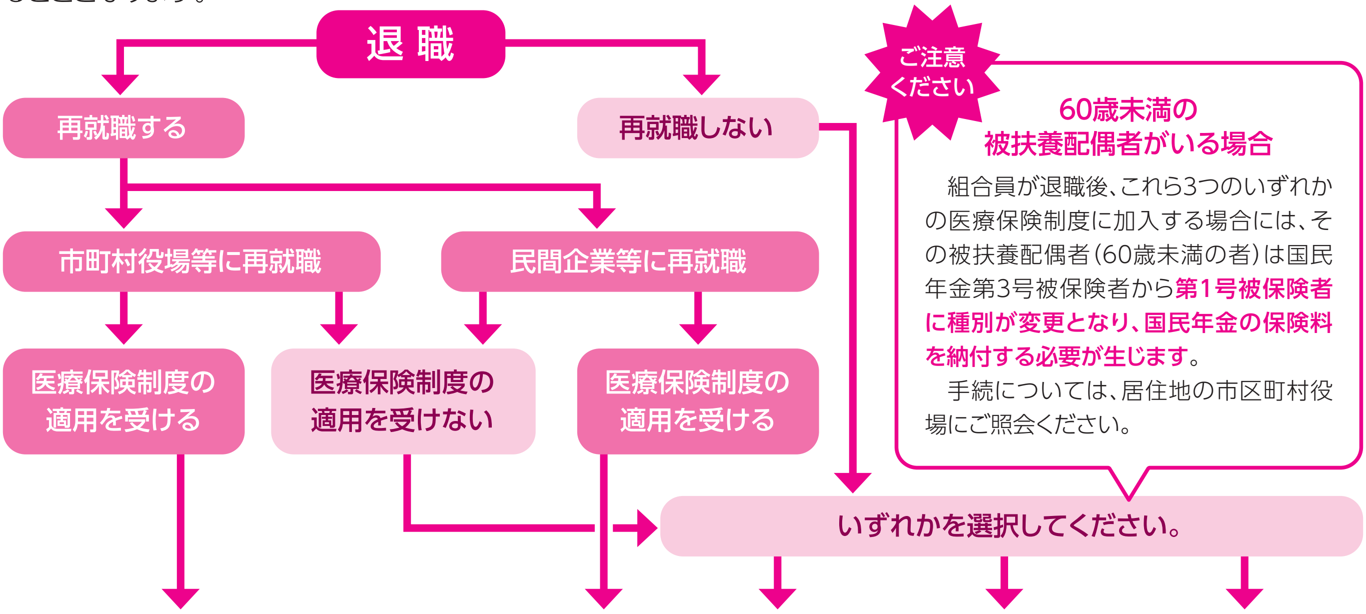
退職後の医療保険・年金・福祉事業について

退職間近の組合員の皆さまを対象に、退職後の生活設計の参考としていただくため、医療保険制度や年金等、退職後の共済制度についてご紹介します。

医療保険

医療保険に関する問い合わせ先　089-945-6315

退職すると、退職日の翌日から組合員の資格を喪失するため、下図チャートに沿ったいずれかの医療保険制度に加入することとなります。



区分	引き続き共済組合の一般組合員又は短期組合員	就職先の健康保険	国民健康保険	共済組合の任意継続組合員	家族が加入している健康保険の被扶養者
自己負担割合	3 割 70歳～74歳は2割（現役並み所得者は3割）				
附加給付	あ り	健康保険組合により異なります。	な し	あ り	健康保険組合により異なります。
保険料（掛金）	あ り 組合員と地方公共団体等で2分の1ずつ負担	あ り 労働者と使用者で2分の1ずつ負担	あ り 市区町村によって異なる。	あ り 地方公共団体等の負担はありません。	な し
手続等	な し お持ちの組合員証等はそのまま使用してください。	就職先で手続をしてください。	居住地の市区町村役場の国保担当窓口で手続をしてください。	退職時の共済組合事務担当課を経由して手続をしてください。	認定要件がありますので、家族が勤めている職場にお問い合わせください。

共済組合の任意継続組合員制度とは??

下記の要件を満たしていれば、退職後最長2年間は、在職中と同様に病気やケガなどについて共済組合の短期給付（休業給付は除きます。）と共済貯金などの福祉事業の一部について適用を受けることができる制度です。

- 退職の日の前日まで引き続き1年以上組合員であった方（1年と1日組合員期間が必要です。）
- 退職の日から20日以内に申出書を共済組合へ提出し、**任意継続掛金**を払込期限までに納めた方

【任意継続掛金について】

短期任意継続掛金と介護任意継続掛金（40歳以上65歳未満の方が該当）があり、次のいずれか低い額に掛金率※を乗じて求めます。

①退職時の標準報酬の月額

②全組合員の標準報酬の月額の平均額
（令和5年度は340,000円）

参考

令和5年度の任意継続掛金の上限額

短期任意継続掛金　34,394円（月額）

介護任意継続掛金　5,691円（月額）

※令和6年度の掛金率等は次号の本紙令和6年3月号（Vol.329）でお知らせします。

【掛金の払込方法】

①月払い ②半年払い ③年払い のいずれかが選択できます。ご自宅に納付書をお送りしますので、納付期限までに金融機関の窓口にてお振込みください。

注意
- **令和6年10月以降は払込の際に振込手数料をご負担いただくようになります。（本紙5Pをご確認ください。）**
- **納付期限内に掛金の払込みがない場合は、資格喪失となります。**

ポイント

半年払い・年払いの場合は前納による割引制度があり、途中で任意継続組合員をやめる場合は、未経過期間分の掛金はお返しします。

割引が受けられ、振込手数料が少なくすむ「年払い」がお得です。

Q1 任意継続組合員と国民健康保険、どっちが有利？？

Q2 現職時に認定されていた被扶養者はどうなるの？？

A1 国民健康保険（以下「国保」という。）は前年の収入を基に保険料を算定するため、退職した年は高額になることが想定され、一方、退職した翌年の保険料は、退職後の収入が少ない又は無い場合には、低くなることが考えられます。

このことから、一般的には、退職した年においては、任意継続組合員制度へ加入するほうが、給付（附加給付）と保険料の両方の面で有利になるものと思われます。1年目は任意継続組合員制度、2年目からは国保に切り替えることも可能ですので、保険料を試算のうえご検討ください。

なお、国保など他の医療保険制度に一度加入されますと、その後、任意継続組合員制度に加入することはできませんので、ご注意ください。

A2 任意継続組合員資格を取得する際に、認定要件に変更がなければ、引き続き被扶養者として認定が受けられます。

年 金

年金に関する問い合わせ先　089-945-6317
（組合員期間が短期組合員のみの方は、共済組合が行う長期給付（年金）の対象外です。）

組合員(注1)期間を1年以上有する方は、老齢厚生年金と併せて、次の共済年金独自の年金をご請求いただくことになりますが、その請求方法等についてご案内します。

- 退職共済年金（経過的職域加算額）(注2)
- 退職等年金給付の退職年金(注3)

支給開始年齢と繰上げ請求について

年金の支給開始年齢は、段階的に65歳へと引き上げられ、昭和36年4月2日以降生まれの一般組合員については、原則として**65歳です。**(注4)

支給開始年齢より早く年金の受取りを希望する方は、60歳から65歳になるまでの間に年金の繰上げ請求をすることができます。繰上げ請求をした場合は、繰上げ請求をした月の翌月分から、**繰上げをした月数に応じて減額された年金が支給されます。**

繰上げ請求を希望する方は、共済組合又はお近くの年金事務所へご相談ください。

繰上げ請求については、本紙令和5年7月号（Vol.326）17Pをご覧ください。

65歳以降の年金請求について

繰上げ請求をしていない方が、65歳から支給される年金を受けるためには、65歳到達日以降に年金請求手続きを行う必要があります。年金請求書は、65歳到達月の3か月前に共済組合又は日本年金機構等から送付されます。年金の支給は、原則、65歳到達日の翌月分から支給されます。

ただし、65歳で受け取らず**66歳以降に請求及び繰下げの申出をしたときは、その申出をした翌月分から、増額された年金が支給されます。**

年金の支給停止について

老齢厚生年金については、厚生年金保険に加入している間、その標準報酬月額等に応じて、年金の全額又は一部が支給停止となることがあります。

また、共済年金独自の年金については、組合員(注1)として在職中の間は全額支給停止となりますが、それ以外の間は民間企業等に在職中であっても、全額支給されます。

このほか、受給権発生時に、障害の年金等を受給中の場合、原則として、いずれか一つの年金を選択することになりますのでご注意ください。

退職後の住所変更等について

組合員(注1)期間を有する方が、退職後、年金をお受け取りになるまでに住所・氏名を変更する場合は、「年金待機者異動報告書」を共済組合年金係にご提出ください。様式は全国市町村職員共済組合連合会ホームページからダウンロードできます。

障害の年金について

障害の状態にある方については、障害の程度によって障害厚生年金の支給要件に該当する場合がありますので、所属所の共済組合事務担当課（係）又は共済組合年金係へご相談ください。

なお、障害の程度については、障害者手帳の等級とは異なりますのでご注意ください。

全国市町村職員共済組合連合会HP
年金関係情報

（注1）短期組合員を除きます。
（注2）平成27年9月までの組合員期間及び平均給与月額等に応じて算出
（注3）平成27年10月以降に積み立てた給付算定基礎額（年金原資）に応じて算出
（注4）一定条件に該当する特定消防組合員の支給開始年齢は、一般組合員の移行スケジュールより6年遅れとなっています。

貯金事業

この事業に関する問い合わせ先　089-945-6316

※年利0.9%（税引後0.717165%） 令和6年1月1日現在

共済貯金は、退職後（組合員の資格喪失後）に**共済組合の任意継続組合員となった場合及び再任用等で共済組合の組合員（短期組合員を含む。）となった場合**に限り、現職と同様に引き続きご利用いただけます。預入は「臨時増額貯金払込書」により共済貯金払込取扱金融機関から振込みを行うことで、払戻は「共済貯金払戻請求書」を共済組合へ提出することで、ご利用いただけます。共済貯金払戻請求書の受付締切日及び送金予定日については、共済組合ホームページに掲載の「共済貯金払戻スケジュール」をご覧ください。

また、現在口座をお持ちでない方も新たにご加入いただけますので、退職金の運用先としてご利用ください。

なお、任意継続組合員となった場合は、定例貯金（毎月貯金・賞与貯金）のご利用ができなくなりますので、**毎月貯金・賞与貯金それぞれの中止届（変更届）**の提出が必要です。

任意継続組合員にならない場合又は任意継続組合員でなくなった場合は解約していただくこととなります。「共済貯金解約請求書」をご提出ください。

なお、解約金の送金については、順次送金いたしますが、各月下旬に解約請求書を提出された場合は、当月内での送金に間に合わない場合がありますのでご了承ください。

貸付事業・物資供給事業

この事業に関する問い合わせ先　089-945-6316

退職後（組合員の資格喪失後）のご利用はできません（**任意継続組合員となった場合でもご利用はできません。**）。退職時に貸付又は物資供給事業の未償還金が残っている場合は、退職金から控除させていただくこととなります。

ただし、退職後（退職前に未償還金が残っている方は退職金からの控除で清算した後）、再任用等で共済組合の組合員（短期組合員を含む。）となった場合は、任期の範囲内で返済終了する方法で新たにご利用いただけます。

保健事業

この事業に関する問い合わせ先　089-945-6318

退職後（組合員の資格喪失後）は、人間ドック等利用助成などの**保健事業はご利用いただけません。**

ただし、**任意継続組合員となった40歳以上75歳未満の方については、特定健康診査・特定保健指導のみご利用いただけます。**

毎年6月に「特定健康診査受診券」を送付しており、「特定保健指導利用券」については、特定健康診査の結果で対象となられた方にのみ随時送付しています。

なお、特定健康診査・特定保健指導ともに**無料**で受けることができますので、ぜひご利用ください。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ 退職後の医療保険・年金制度の動画コンテンツ等のご案内 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

退職後の医療保険制度及び年金制度について、わかりやすく解説した**資料と動画コンテンツ**を本組合ホームページに掲載していますので、ぜひご活用ください。

①資料掲載URL：http://www.ehime-kyosai.jp/news/news_240104.html

「愛媛県市町村職員共済組合ホームページ➡What's New➡退職後の医療保険制度・年金制度について」からもアクセスできます。

②動画URL：http://www.ehime-kyosai.jp/movie/

「愛媛県市町村職員共済組合ホームページ」下部のリンク［動画でわかる地方公務員の年金制度／動画でわかる退職後の医療保険制度］からもアクセスできます。

ユーザ名:ehime　パスワード:32380412

※URLの転用、映像の撮影・録画・録音、スクリーンショット等はご遠慮ください。

※本動画は他の市町村職員共済組合の組合員にも配信される動画であり、本組合が作成している上記①のURLからダウンロードできる資料と連動していませんので、資料の内容をご理解いただく一助としてご活用ください。

令和5年度 共済事業に関する懇談会
―5か所で開催―

組合員の皆さまから各事業について広くご意見・ご要望をお伺いするため、令和5年度から再開した「共済事業に関する懇談会」を、下表のとおり開催しました。令和5年度は県内4市町で開催し、合計107名のご参加をいただきました。

開催に当たりご協力をいただきました組合員の皆さま、また開催市役所及び町役場の共済組合事務担当課の皆さまに厚くお礼を申し上げます。

懇談会で出されましたご意見・ご要望につきましては、11月8日開催の職員側議員協議会においてご協議をいただき、最終とりまとめをいたしました。今後、令和6年度事業計画及び予算に向けて、更にご検討・ご協議をお願いすることとなります。

主なご意見等及び本組合の回答は、次のとおりです。なお、紙面の都合上ご紹介できなかったご意見等は、本組合ホームページに掲載しておりますので、あわせてご覧ください。

●令和5年度共済事業に関する懇談会開催一覧表

開催日	開催地	出席議員	開催場所	参加人数
9月6日(水)	宇和島市	西尾議員 髙橋議員	宇和島市役所 地下1階「地下会議室」	35名
9月13日(水)	鬼北町	西尾議員 柿原議員	鬼北町近永公民館 2階「講堂」	19名
9月15日(金)	松前町	久保議員 酒井議員	松前町役場 3階「大会議室」	20名
10月3日(火)	松山市	井関議員 喜井議員	松山市役所 11階「大会議室」	33名
合　計				107名

●これまでの「共済事業に関する懇談会」のご意見・ご要望に基づいて、事業の見直しを行い、実施・変更することとなった主な事業は次のとおりです。

- 組合員証のカード化(平成24年10月実施)
- 4月1日新規資格取得者に対する人間ドックの追加募集(平成26年度実施)
- ボーナスからの積立貯金(平成26年6月実施)
- インフルエンザ予防接種補助金の引上げ(1,000円→1,500円)(平成27年度実施)
- えひめ共済会館の宿泊室空調設備及びバリアフリールームの改善(平成30年9月実施)

宇和島市会場

総則事項

Q 共済だより「石鎚」について、発行回数を削減する、廃止する、又は紙媒体での提供からデータでの提供に変更することで、作成・送付費用等を節減してはどうでしょうか。

Q 私はインフルエンザ予防接種補助などを利用していますが、まだ知らない制度などもあると思いますので、今までどおり共済だより「石鎚」を通して、知らない方にも知っていただけるよう、勧めていただければと思います。また、色々な媒体で周知していくうえで、紙媒体で配付して見ていただくのも大事だと思います。

A 共済組合では、組合員及び被扶養者の皆さまに対して、共済制度や事業内容、その他お知らせしたいことについて、所属所への通知文書、共済だより「石鎚」及び共済組合ホームページ等により周知することとしています。

これは、組合員の皆さまが受給できる権利について、組合員間で、「知っている」・「知らなかった」による、不利益・不均衡が極力生じることがないよう、色々な媒体でお知らせしているところであり、必ず組合員の皆さまのお手元に届いて、全組合員が情報を知ることができる状況とするため、市町村の広報紙等と同様に、紙媒体で提供しています。

皆さまに知っていただいて、そして、ご利用いただける共済制度とするためにも、いろいろな方法で周知に努めてまいりたいと考えておりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

Q 各種手続きの電子化の予定はありますか。

A 令和3年12月から、共済組合が行う事業に係る組合員等が行う請求及び申請等の手続の際に、規程等により押印を求

めているものについて、原則として、組合員の印及び所属所の公印の押印を廃止とし、電子化の足掛かりは整えたところです。

現時点では、組合員の資格取得届等、一部を電子化（データによる報告）しております。

組合員からの請求及び申請について、電子化するに当たっての今後の課題としては、①共済組合は全国共通のシステムを構築していること、②組合員からの申請に関しては、所属所長の証明印が不要となったが、所属所を経由する必要があるものが多いこと、③押印廃止できないものがあること、④添付書類が必要なものがあることが挙げられますが、今後も可能な範囲で電子化できるものを検討していきますので、ご理解いただければと思います。

Q　マイナンバーカードの保険証として活用の話が今年に入ってから進展していますが、現行の共済組合の組合員証は将来的に廃止になりますか。

A　令和5年6月に成立した「行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律等の一部を改正する法律」により、健康保険証の来年秋の廃止に向けた取組が進められており、この改正法には、地方公務員等共済組合法の一部改正も含まれております。

しかしながら、現在の組合員証は、健康保険証としての役割のみならず、人間ドック受診の際や、他の共済施設を利用して、組合員割引等を受けようとする際の身分証明書としての役割もありますので、なんらかの代替案が必要となりますが、上部団体等の情報提供を受けながら、今後検討していくこととしています。

鬼北町会場

短期給付関係

Q　現在、医療費通知の発送時期は（1）12～5月診療分が10月頃、（2）6～11月診療分が翌年2月頃となっていると思います。確定申告の時期に間に合わないので、（2）の発送をもう少し早めていただくことは可能でしょうか。

A　通常、（2）の発送は2月中旬としておりますが、発送時期を2月より早めるとすると、（1）11月～4月診療分を9月又は10月発送、（2）5月～10月診療分を1月発送となります。なお、11月診療分を出力できるのは2月以降となります。

11月・12月診療分をお手元の領収書でご対応いただくことになるため、全体の発行スケジュールを早めるのは難しいと考えます。

松前町会場

保健事業関係

Q　人間ドックの助成金額をあげてほしい。会計年度任用職員など基本給が低いと今の助成金額では受けにくい。

A　現在、人間ドック等利用助成額は、互助会の補助金を含め1事業年度1人当たり26,000円となっています。
近年、人間ドック等利用助成の利用者は毎年1万人を超えており、保健事業を賄う厚生費の80%以上を占めています。

令和2年4月の会計年度任用職員制度の導入及び令和4年10月の短時間勤務職員等の加入による組合員数の増加により、さらに利用者が増える見込みですが、平成27年度の標準報酬制度への移行により、移行前と比較して掛金・負担金収入が減少したことに加え、新たに加入した短時間勤務職員等の増加による掛金・負担金収入の伸びは少ないため、今後も厳しい事業運営となることが想定されます。

現在の希望者全員が受診できる体制を維持し、長期的に安定した事業として継続するには、助成金額の増額は難しいと考えています。また、事業継続のため事業内容の見直しが必要となる場合は、組合会議員の皆さまにご協議いただくこととしております。

Q　脳ドックの利用は3事業年度に1回となっていますが、できれば毎年にしていただきたいです。3年に1回であるならば、頭部CT検査、頚動脈のエコー検査であるとか、そういったものも人間ドックで追加できる項目のオプションとして検討していただきたいと思います。

A　脳ドックについては以前から同様のご要望がありますが、契約健診機関の中で脳ドックを実施している健診機関は全契約機関の半数以下であるということ、外来診療を行っている機関においては1日に実施できる枠が限られていること等から、希望者全員が毎年受診するには健診機関から提供される利用枠が少ないため、3年に1度の利用という運用をしています。なお、脳ドックのニーズが高まっていることから「50歳以上」であった対象者年齢を、平成27年度に「40歳以上」に引き下げております。

また、人間ドックにオプションとして頭部検査を追加することにつきましては、オプション検査は全額自己負担となりますが、健診機関への事前申込みのうえで付加していただいて問題ございません。

Q　インフルエンザの予防接種について、13歳未満の子供は2回接種する必要がある。1人1回当たり1,500円を補助していただいているが、13歳未満は2回分を補助してほしい。

A インフルエンザ予防接種補助については、毎年9千件近いご利用があり、この懇談会においても以前から補助額引上げについてのご意見をいただいています。

ご要望の内容のほか、補助金額自体の引き上げ等のご要望が多くございましたので、組合会議員の皆さまに、補助の回数を2回までにする、もしくは全体として補助金額を引き上げるということでご協議いただいた結果、広くご利用いただけるということで、平成27年度に助成金額を1,000円から1,500円に引き上げた経緯がございます。

これまでの経緯と、短時間勤務職員等の加入による組合員数の増加による事業の利用状況及び財政状況も踏まえ、組合会議員の皆さまに、懇談会の結果報告の中でご協議いただきたいと思います。

Q コロナウイルスの予防接種に係る料金も補助対象にしてほしい。

A 新型コロナウイルスワクチン接種については、令和5年度も公費で接種できることとなっており、国の新型コロナ対策関連事業は続いている一方、その規模は次年度にかけて段階的に縮小していくとみられます。

次年度以降、国がどのような接種体制を確保し、支援・補助を行うのか注視していきたいと考えております。

Q ライフプランセミナーの参加者は、原則50歳以上となっていると思います。20代、30代の若い方も受けられるよう考えていただけたらと思います。

A 本組合及び互助会が共同開催するライフプランセミナーでは、家庭経済及び資産管理をメインテーマとしたセミナーを実施しており、本年10月11日開催のセミナーにおいても、退職年金を一時金として受給する場合などの一般的な節税対策の他、1月に制度改正される新しいNISAやiDeCoについても解説していただいております。

ライフプランセミナーにつきましては、以前から実施していた退職予定者を対象としたセミナーに加え、平成18年度から40歳代の組合員を対象としたライフプランセミナーを、退職予定者とは別の日程で実施していましたが参加者が少なく、対象年齢を50歳代まで広げて実施しましたが、毎年参加者が定員を大きく下回ったため、平成24年度から40歳以上55歳未満のライフプランセミナーは休止とし、退職予定者向けのセミナーの対象を広げて50歳代からのライフプランセミナーとして実施している経緯がございます。

本組合としても、若年層の組合員の皆さまからのご要望が多数あるということであれば、今後、若年層向けのセミナーの再開を検討したいと考えておりますが、退職予定者以外は有給休暇を取得しての参加が多数であるということを踏まえ、セミナー参加時の休暇の取扱い等を含め若年層の組合員が参加しやすい開催方法等を組合会議員の皆さまと協議のうえ検討していきたいと考えております。

Q 歯科健診に係る料金も補助対象にしてほしい。

A 本組合では、所属所における組合員を対象とした歯科健診の実施を促進することを主な目的とした歯科健診補助事業を平成17年度から実施していましたが、所属所の利用はほとんどありませんでした。

それに加えて、組合員が医療機関で歯科健診を受けた場合も補助対象としていましたが、利用者が少なく、また、組合員が歯科医で歯の定期健診を受ける場合、予防診療でも健康保険が適用されますので、7割部分は共済組合が負担し、健康保険適用後の3割部分に更に補助する形となっており、歯科受診費用の補てんになっている状況であったため、平成22年度末に廃止した経緯があります。

歯科健診については、昨年閣議決定された「骨太方針2022」で初めて「国民皆歯科健診」と明記され、令和7年が義務化の目標とされていますが、今回義務化される対象は、勤務先等で実施する集団での歯科健診です。

厚生労働省は令和5年度から「国民皆歯科健診」と銘打った事業を推進しており、その事業の柱は8020運動・口腔保健推進事業、就労世代の歯科健康診査等推進事業といった事業を、令和6年度においても拡充・継続して推進する方針となっています。

しかし、乳幼児(実施主体・費用負担ともに市町村)や学校(学校保健安全法・小学校～高校は学校の義務)での歯科健診のように義務化されていない就労世代の歯科健診を具体化するための実施主体や費用負担をどうするのかなど課題は山積しており、国の検討状況を注視していきたいと考えております。

松山市会場

宿泊事業関係

Q えひめ共済会館の利用助成を受ける方法について教えてください。助成金については後日送金となるのでしょうか。

A えひめ共済会館の利用助成につきましては、ご本人確認のため、当日チェックイン時に組合員証の掲示をお願いしております。組合員及び被扶養者は、ご精算時にお一人様1泊2,400円を控除した金額でご精算となります。

貯金事業関係

Q 共済貯金の利率をあげてほしい。最低でも利率1.0%に戻してほしい。また、メモ帳等の配布などを削減して、利率を維持することは難しいのか、ご検討よろしくお願いいたします。

A 現状では、共済貯金の利率を引上げるのは難しいと考えます。

共済貯金の支払利率については、金融機関と比べてかなり高い利率0.9%を設定しております。それを可能としている主な理由として、共済組合の貯金事業では、店舗やATMを保有せず、全国の市町村職員共済組合共通のシステムを使用することで事業費用を金融機関より低く抑えることができること、そして運用収益のほとんどを加入者に支払利息として還元していること、また運用面において、過去に購入した高い利率の債券を保有していることが挙げられます。

しかしながら、現在、保有している高利率の債券が段階的に満期を迎えていること、貯金額の大幅な増加に伴い支払利息も増加していること、また長引くマイナス金利政策下にあることなどにより、厳しい運用環境となっており運用利回りが低下している状況です。

また、共済貯金加入者へ配付している地方公務員ダイアリー及び福祉事業のPRノベルティについては、経費削減を図るため今年度から当分の間、中止することとしましたが、節減効果は小さく、現在の利率0.9%を維持していくにも非常に厳しい状況にあります。

今後、経済情勢や金利の動向に注視しながら、引き続き安全な運用を心掛けて、できる限り0.9%の利率を維持していきたいと考えております。

Q 貯金事業における払戻手続等のオンライン化の予定はありますか。
共済貯金払戻（解約）請求書の提出について、共済組合が指定する締切日の通常2,3日前には投函する必要があるため、急を要する払戻申請に対応することは難しく、また郵送に係る費用負担も発生している。このことからよりスムーズに申請できるよう、オンラインによる払戻申請制度の創設を要望する。導入にはコストやルール制定にさまざま課題があると思うが、検討していただければと思う。

A 共済組合の各業務のシステムについては、外部とは接続されていない独立した基幹システムを使用しており、物理的に個人情報が流出しない環境を構築しています。ご提案いただいたオンライン化は利便性が高いと思いますが、貯金に関する個人情報の流出等の恐れがあり、セキュリティ面で非常にリスクが高いと考えます。

また、費用面について、現在は全国共通の全国連合会のシステムを利用していることで経費を抑えていますが、ご提案のオンライン化の導入はセキュリティの高い独自システムの構築が必要となり、初期導入費用や保守管理費用などの高額の経費がかかることが予想されますので、オンライン化の導入は難しいと考えます。

現在、貯金の払戻しにつきましては、他県の市町村職員共済組合のほとんどは月1～2回の払戻しですが、本組合では月4回から5回の払戻しを行っていますので、できるだけ余裕をもって提出いただきますようよろしくお願いします。

Q 共済貯金をしていると、毎年、地方公務員ダイアリーが配付されているが、使っていない職員もいるため、事前に必要部数を調査するか、品物等が選択できるような仕組みにしてはどうでしょうか。

A 共済貯金加入者の方へ毎年配付している地方公務員ダイアリーについては、今年度から貯金の利率を0.9%に引き下げたことに伴い事業費用の見直しを図る必要があることから、ダイアリー配付を当分の間、中止させていただくこととしました。

ご利用いただいている方には大変申し訳ありませんが、ご理解のほどよろしくお願いします。

Q 共済より配付されるマグネットやポケットティッシュ（ケース付き）を付箋や卓上カレンダーなどの実用的なものにしてほしい。

A 共済組合の福祉事業のPRノベルティについては、平成26年度から実施してきましたが、福祉事業の事業費用の見直しを図る必要があることから、今年度から中止させていただくこととしました。ご理解のほどよろしくお願いします。

貸付事業・物資供給事業関係

Q 貸付事業及び物資供給事業について、限度額の拡大、金利負担の軽減をしてほしい。

A 貸付事業については、利率、限度額等の貸付内容は総務省が示す準則で決められていますので、各共済組合で決めることはできないことになっています。

物資供給事業について、限度額を拡大させるには、返済額を給料額の30%以内に収めるために返済期間を延長する必要があります。その場合、貸付事故のリスクが高くなることや損害保険会社の保険料への影響、損害保険会社の貸付事故保険の引受条件の関係もあり、限度額の拡大は難しい状況にあります。

なお、車の購入など、購入額が限度額200万円を超える場合、物資事業と貸付事業を併用してご利用いただくことができますのでご活用ください。

物資供給事業の償還利率（1.8%）については、事業に係る費用等も考慮しなければならないため、現段階での引下げは難しいと考えておりますが、今後、市場金利の動向や物資経理の収支状況などを考慮しながら検討していきたいと思います。

Q 組合員が2万人を超える中、物資事業の利用が54件と大変少ないなという印象があります。貸付事業についても100人に1人も利用が無い状態であり、これらの事業を整理することにより、事務の簡素化が図れるのではないでしょうか。

A 令和4年度の貸付事業の申込件数は240件ですが、貸付事業については、総務省の示す貸付準則で定められた事業内容（貸付の種類、貸付利率など）で全国の共済組合において行っている事業であり、自動車購入等のための普通貸付、子供の入学貸付及び修学貸付など一定の需要があるため、今後の申込状況を注視していくとともに引き続き周知に努めていきたいと考えております。

物資事業の利用件数についても減少傾向にありますが、令和5年4月に利率の引下げを行ったことから、その動向を注視し、利用状況や収支状況等を組合会議員協議会などで報告し、適宜、今後の事業運営等について協議していきたいと考えております。

入学貸付・修学貸付のご案内

貸付種類	入学貸付	修学貸付
申込時期	合格通知書が届いた時点から	授業料等の払込書などが届いた時点から
貸付事由	授業料・教科書代・家賃・通学定期代・入学金等、入学・修学時に要する諸費用	
限度額	○給料月額の6か月分以内 （申込みは、200万円を限度とします。）	○修業年限の年数に相当する月数1月につき、15万円以内 （申込みは、1学年につき年額180万円を限度とします。）
償還方法	○貸付を受けた月の翌月から毎月元利均等償還、又はボーナス併用償還（最高120回） ○申立書を提出することで修業年限を限度として元金を据え置くことができます。 （任期の定めのある職員である組合員を除きます。元金据置期間中は利息分のみの支払いとなります。）	○修学が終了した月の翌月から毎月元利均等償還、又はボーナス併用償還（最高150回） ○修業年限までは元金据置き （任期の定めのある職員である組合員を除きます。元金据置期間中は利息分のみの支払いとなります。）
添付書類	○合格通知書の写又は入学許可書の写	○在学証明書（入学前の場合は、合格通知書の写又は入学許可書の写を提出し、**入学後に在学証明書を提出してください。**）
	○入学金、授業料、教科書代、家賃等が確認できる書類	
貸付利率	年率**1.26**%（※令和6年1月1日現在。貸付規程の基準利率の変動に伴い変動します。）	

※入学金や授業料だけでなく、教科書代や家賃などにも、1万円単位でご利用いただけます。また、被扶養者でないお子さんも対象です。（続柄の確認のため、申込時に戸籍抄本が必要です。）

※毎月の償還額（他の金融機関等や共済組合での既借入れ分を含む。）が**給料月額の30%を超える場合**、又は年間の償還額（他の金融機関等や共済組合での既借入れ分を含む。）が**年収の30%を超える場合**や、**支払済みのもの**については**貸付を受けられません**。

※共済組合からの送金は、1か月程度かかる場合がありますので、合格通知書や授業料の払込書などが届き次第、早めの手続きをお願いします。

ご利用金額例

利用額	償還区分	毎月のみの場合	ボーナス併用の場合
入学貸付200万円の場合	毎月償還分	17,747円	14,605円
	ボーナス償還分	―	43,815円
修学貸付180万円の場合	毎月償還分	16,762円	13,978円
	ボーナス償還分	―	41,934円

※据置き期間中は、毎月利息のみ（180万円の場合1,890円）のお支払いとなります。

～〈お申込み〉は所属所の共済組合事務担当課（係）まで～

組合員の皆さまへ

えひめ共済会館にお泊りいただくとお得な助成が受けられます！

簡単！4STEP

STEP 1 フロントで宿泊カードを記入する

STEP 2 組合員証（被扶養者証）を提示する

STEP 3 助成金請求用紙を記入する

STEP 4 精算時 1人1泊2,400円の助成が受けられます!!

お願い

- 組合員証を忘れずお持ちください。
- 公務出張により**宿泊費が支給されている場合は**助成金の**対象外**となります。
- 精算額が2,400円に満たない場合は、実費が助成されます。

この記事に関するお問い合わせは	えひめ共済会館　☎089-945-6311 共済組合保健課　☎089-945-6318

全国との比較

令和4年度 医療費の3要素〔受診率・1件当たり日数・1日当たり金額〕・1人当たり医療費
令和5年度 短期財源率・平均標準報酬月額

令和4年度(令和4年12月～令和5年3月)の組合員医療費及び令和5年度の財源率の状況についてお知らせします。

医療費の3要素の市町村職員共済組合の中での順位について、「受診率」は21位(前年度15位)、「1件当たり日数」は33位(前年度33位)、「1日当たり金額」は15位(前年度36位)でした。

また、「組合員1人当たり金額」は、17位(前年度33位)で、前年度から大きく順位を上げ、全国平均より高い金額でした。

「短期財源率」は101.16‰は15位(前年度13位)で、全国平均(98.86‰)と比べても依然として高い状況です。短期経理財政は厳しい状況が続いていますので、限りある医療資源と財源を持続的に有効活用していくため、皆さまには、普段からの健康管理の心がけや、適正受診、ジェネリック医薬品の使用などのご協力をお願いします。

■組合員の診療諸率の他県との比較

受診率 (令和4年度 単位:%) (1か月100人当たり受診件数)		
1	大阪	85.62
2	佐賀	84.79
3	福岡	84.34
4	三重	83.38
5	徳島	82.00
6	山形	81.99
7	奈良	81.87
8	香川	81.15
9	熊本	81.06
10	東京	81.05
21	**愛媛**	**77.17**
38	長野	73.88
39	鳥取	72.65
40	福井	72.43
41	新潟	71.83
42	富山	70.53
43	高知	69.95
44	青森	69.47
45	石川	69.09
46	沖縄	66.31
47	北海道	65.21
平均		76.87

1件当たり日数 (令和4年度 単位:日)		
1	大阪	1.64
2	福岡	1.61
3	佐賀	1.61
4	埼玉	1.57
5	大分	1.56
6	鹿児島	1.56
7	京都	1.54
8	長崎	1.54
9	和歌山	1.54
10	徳島	1.54
33	**愛媛**	**1.48**
38	岩手	1.47
39	富山	1.46
40	秋田	1.45
41	宮城	1.45
42	新潟	1.44
43	福島	1.44
44	山形	1.44
45	鳥取	1.42
46	島根	1.42
47	長野	1.26
平均		1.51

1日当たり金額 (令和4年度 単位:円)		
1	長野	9,476
2	北海道	9,145
3	石川	8,923
4	島根	8,424
5	岡山	8,400
6	鳥取	8,375
7	沖縄	8,316
8	福井	8,286
9	青森	8,260
10	奈良	8,228
15	**愛媛**	**8,074**
38	栃木	7,555
39	群馬	7,534
40	山梨	7,497
41	三重	7,480
42	佐賀	7,454
43	千葉	7,418
44	福岡	7,391
45	神奈川	7,340
46	大阪	7,294
47	埼玉	7,233
平均		7,854

1人当たり金額 (令和4年度 単位:円)		
1	大阪	41,039
2	佐賀	40,711
3	福岡	40,211
4	徳島	40,057
5	香川	40,032
6	和歌山	38,939
7	兵庫	38,814
8	大分	38,726
9	熊本	38,494
10	鹿児島	38,412
17	**愛媛**	**36,988**
38	千葉	34,369
39	群馬	34,354
40	青森	33,733
41	富山	33,103
42	高知	32,617
43	沖縄	32,455
44	新潟	32,402
45	奈良	31,096
46	山口	29,904
47	島根	26,836
平均		36,186

■短期財源率・平均標準報酬月額の他県との比較

短期財源率 (令和5年度 単位:‰) (対標準報酬)		
1	熊本	116.00
2	長崎	114.98
3	佐賀	114.96
4	福岡	114.02
5	鹿児島	113.04
6	沖縄	107.78
7	和歌山	106.72
8	高知	104.54
9	山口	103.00
10	島根	102.60
15	**愛媛**	**101.16**
35	福島	94.00
39	広島	92.80
40	宮城	92.40
41	福井	92.00
41	東京	92.00
43	滋賀	90.50
44	岡山	90.00
45	愛知	89.20
46	富山	81.76
47	神奈川	80.00
平均		98.86

平均標準報酬月額 (令和5年3月末現在 単位:円)		
1	神奈川	374,265
2	兵庫	351,997
3	埼玉	351,943
4	千葉	348,654
5	大阪	347,076
6	東京	346,526
7	静岡	342,474
8	和歌山	337,487
9	奈良	336,445
10	三重	335,438
33	**愛媛**	**311,494**
38	熊本	305,159
39	福井	304,953
40	大分	303,149
41	宮崎	300,622
42	長野	296,145
43	佐賀	295,726
44	新潟	292,336
45	高知	289,481
46	沖縄	287,935
47	鳥取	286,760
平均		325,927

令和5年度 上半期の医療費の状況

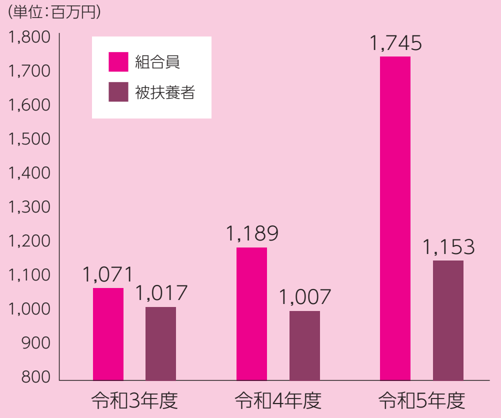
組合員、被扶養者ともに入院・外来・歯科の医療費の全てが増加

組合員

組合員は、入院、外来及び歯科の医療費の全てが前年度から増加しました。全体では前年度より5億5,594万円(46.75%)増加しています。

被扶養者

被扶養者については、入院医療費は減少しましたが、外来及び歯科の医療費は前年度から増加しました。全体では前年度より1億4,689万円(14.59%)増加しています。



「医療費通知書」を配付します

共済組合では、医療費についての認識を深めていただくことを目的として、年2回、「医療費通知書」を配付しています。令和5年度も次のとおり所属所の共済組合事務担当課を経由して配付する予定です。

「医療費通知書」は、「受診者氏名」・「診療年月」・「受診医療機関名」のほかに、「医療費総額」、皆さまが窓口で支払われた「自己負担額（通常は医療費総額の3割）」などが記載されていますので、お手元の領収証等と照らし合わせて、確認をお願いします。

なお、本組合では、組合員とその被扶養者をまとめて通知しておりますが、個人情報の保護に関する法律では、この取扱いにあたり本人の同意を得ることとされています。組合員又は被扶養者の方から特段のお申し出がない場合は、黙示の同意をいただいたものとして世帯ごとにまとめて医療費通知を送付させていただきますので、ご了承くださいますようお願いします。

第1回目（配付済）

［配 付 時 期］令和5年10月下旬
［対象診療月］令和4年12月～令和5年5月診療分

第2回目

［配付予定時期］令和6年2月中旬
［対 象 診 療 月］令和5年6月～11月診療分

また、令和5年12月診療分が記載された通知書について早期の発行を希望する場合は、本組合ホームページから「医療費通知書発行申請書」をダウンロードし、必要事項をご記入の上、本組合まで申請していただくことで、令和6年3月中旬ごろ発行します。ただし、医療機関の請求遅れ分や柔道整復に係るものについては、その医療費通知書に記載できないため、記載されていないものも含めて申告する場合は、ご自身で別途領収書に基づき医療費の明細を作成していただく必要があることにご留意ください。確定申告に関する内容については、税務署にお問い合わせください。

医療費通知についての問い合わせ先　共済組合保健課　医療係　☎089-945-6313

無理なく見直し! 健診結果を活かすコツ

「腎機能異常」と言われたら

**健診は自覚症状なく進む病気の芽を見つけるチャンス!
健診結果から見えてくる、生活習慣見直しの方法を紹介します。**

監修
医療法人社団
こころとからだの元氣プラザ
学術特任顧問
医療法人社団 大地の会 理事長
及川孝光 おいかわ たかみつ

1973年慶應義塾大学医学部卒業。東京都済生会中央病院、慶應義塾大学病院などを経て、2010年にこころとからだの元氣プラザ統括所長に着任。2020年より現職。専門は生活習慣病の予防・治療、産業医学、メンタルヘルスなど。心と体のバランスを考えた指導を行う。

腎機能が低下しても初期には自覚症状がない

腎臓の大きな役割は、血液をろ過し、血液中の老廃物を尿として体外に排出することです。他にも、体内の水分量の調整や、血圧をコントロールするホルモンを分泌するなど、体を正常に保つ重要な働きをしています。そのため、腎機能が低下すると全身にさまざまな影響を及ぼしますが、初期のうちは症状がほとんど現れません。

重症化すると人工透析、脳卒中や心筋梗塞にも

ＣＫＤ（慢性腎臓病）は、慢性的に腎機能が低下した状態で、発症には加齢や体質の他、生活習慣が深く関係します。運動不足や喫煙、過食、塩分のとり過ぎ、過剰飲酒……。これらの問題のある食生活などにより肥満や高血圧、糖尿病、高尿酸血症になると、腎臓に大きな負担が掛かり、徐々に腎機能が低下してしまいます。

放置すれば、やがて腎不全へと進行し、人工透析や腎移植が必要になります。また、動脈硬化から脳卒中や心筋梗塞になるリスクも。一度壊れた腎臓の細胞は戻りません。腎機能異常と言われたら、それ以上悪くならないよう生活習慣の改善をすることが大切です。

“腎機能異常”ってどんな状態?

体の中に老廃物が蓄積しています

血液をろ過する腎臓の糸球体を網に例えると、網の目が詰まった状態。老廃物や余分な水分・塩分をうまく排出できず、蓄積してしまいます。

こんな生活習慣が 重症化を招きます

- □濃い味付けが好き
- □好きなものをおなかいっぱい食べる
- □お酒を毎日飲んでいる
- □たばこを吸っている

腎機能異常から急性心不全を招いたケース

広告業　女性

仕事が忙しくストレスの多い日々。仕事中のたばこ休憩と間食は欠かせません。飲み会が多く、濃い味付けのものばかり口にしています。運動する時間もないので体重が増加しました。

“腎機能異常”は重症化を防ぐチャンス

2つある腎臓は予備能力が高く、多少のダメージはカバーし合います。しかし一旦機能が弱まると治りにくい臓器でもあるので、腎機能異常が指摘されたら黄色信号! 一度立ち止まって今の生活習慣を見直してみてください。

無理なく実践！

腎機能異常を改善するコツ

全てを一気に見直そうとすると、無理をすることになり、長続きしない要因に。できることから一つずつ始めて、自分に合った方法を見つけるのが“腎機能異常”を改善するコツです。

食生活改善のコツ

- 減塩調味料を利用する
- 調味料は目分量ではなく計量して使う
- 食卓に塩やしょうゆなどを常置しない
- 料理は大皿ではなく1人分ずつ盛り付ける
- たんぱく質の多い食品をとり過ぎない
- 食事はよくかんで腹八分目に

まずは減塩を！

食塩をとり過ぎると、腎臓は体内の塩分濃度を薄めようと尿量を増やし排出しようとするので、負担が掛かります。また、高血圧を招き、血管にも負担を掛けるので減塩を心掛けて。

たんぱく質の重ね食べに気を付ける

腎臓には、たんぱく質を体内で利用するときに出る老廃物を排出する働きも。ただし、腎機能が低下すると、その能力も落ちるので、たんぱく質のとり過ぎは負担になります。たんぱく質が多く含まれる肉、魚介、卵、大豆製品、乳製品などをおかずにするときは、1度に2品以上重ねないなど、食べ過ぎに気を付けて。

節度ある飲酒のコツ

お酒は飲み過ぎないように心掛け、週に2日以上は「休肝日」を設けるなど“飲み方”にも気を付け、上手に付き合いましょう。

1日の飲酒量の目安（いずれか1種類）

ビール(5度)	中瓶1本(500ml)
日本酒(15度)	1合(180ml)
ウイスキー(40度)	ダブル1杯(60ml)
焼酎(25度)	ぐい飲み2杯(110ml) (水割り1対1でコップ1杯)
ワイン(12度)	グラス少なめ2杯(240ml)
チューハイ(7度)	缶1本(350ml)

※女性はこの半量が目安です。

禁煙のコツ

- 家庭や職場で「禁煙宣言」をする
- たばこ、灰皿、ライターを捨てる
- たばこを吸いたくなる場所を避ける（喫煙できる居酒屋・喫茶店など）
- 禁煙外来を受診する

It's OK! 少しずつ見直しを

生活習慣病の管理を

腎臓病と生活習慣病は密接に関係しています。例えば、糖尿病により高血糖状態が続くと、腎機能が低下し、人工透析の原因となる「糖尿病腎症」へと進行します。その他、高血圧・脂質異常症・高尿酸血症など、血管や心臓にダメージを与える生活習慣病との関連が深く、腎機能が低下し続けると、心筋梗塞や脳卒中などに至ります。生活習慣病があれば、必ず主治医のもとで治療・管理することが大切です。

令和4年度 特定健康診査及び特定保健指導の実施状況
～国への報告結果から～

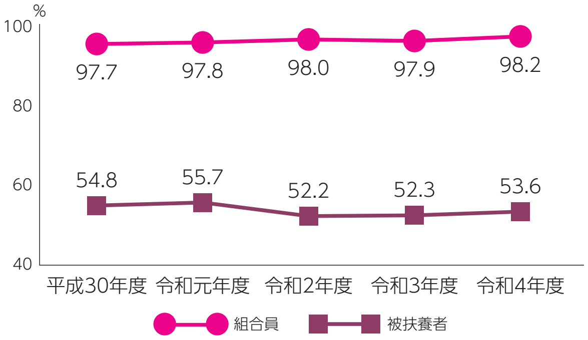
令和4年度の特定健康診査及び特定保健指導の実施状況を国へ報告しましたので、その結果をお知らせします。

特定健康診査の受診率は、前年度から0.8%増の88.4%となりました。ただし、国が定めた目標(90%)まであと1.6%引き上げる必要があります。

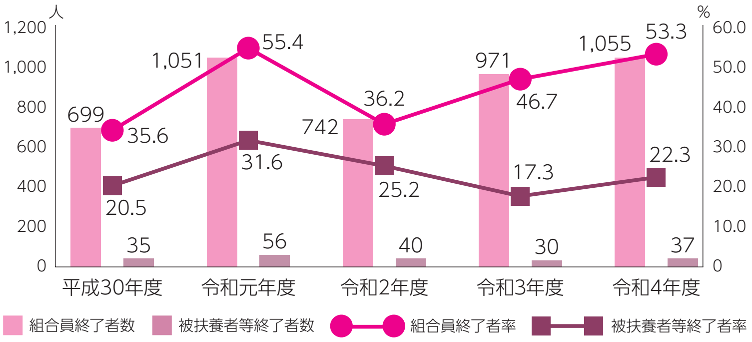
特定保健指導の終了率は、令和元年度に国の目標(45%)に達したのち、令和2年度はコロナ禍の影響により落ち込みましたが、令和3年度からはしだいに回復し、令和4年度は50.9%とコロナ禍前の水準にまで回復、国の目標を上回りました。

	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度(目標)
特定健康診査受診率	86.3%	86.9%	87.0%	87.6%	88.4%	90%以上
特定保健指導終了率	34.3%	53.4%	35.4%	44.4%	50.9%	45%以上

特定健康診査受診率



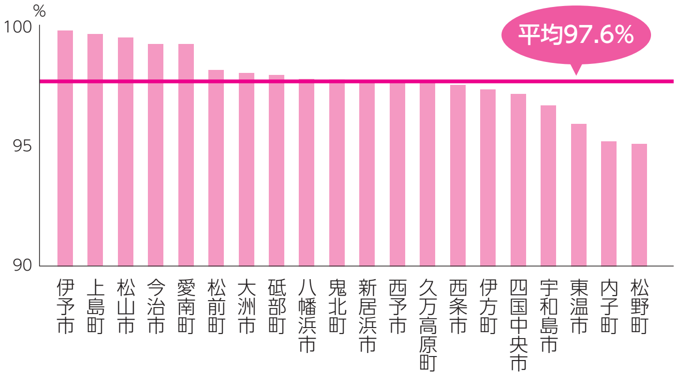
特定保健指導終了者数と終了者の割合



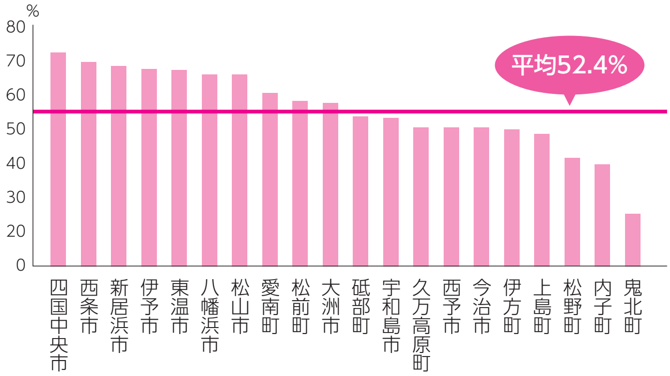
特定健康診査・特定保健指導は皆さまの疾病予防のための大切な事業です。ご自身とご家族の健康のため、毎年継続して健診等を受けることが重要です。

特に健康診断を受ける機会が少ないご家族(被扶養者)の方には、特定健康診査等の積極的なご利用をおすすめします。

組合員の特定健康診査受診率(県内20市町所属所)



組合員の特定保健指導終了率(県内20市町所属所)



最大4,000円分

特定健康診査受診券又は特定保健指導利用券が届いたご家族(被扶養者)の方へ

本組合では次のいずれかを満たす被扶養者を対象に**図書カード(2,000円分)**を進呈しています。

①特定健康診査受診券を使用せず、パート先等で受診した健康診断の結果を本組合にご提供いただいた方
(必要書類:受診券、健康診断の結果(写)、質問票)

②特定保健指導を利用し、3か月以上の継続的な支援を受け終了した方(人間ドック利用者を除く)

詳しくは、本紙令和5年7月号(Vol.326)又は当該受診券等の送付文書をご覧ください。

令和5年度
労働安全衛生業務担当者研修会を開催しました

社会福祉法人恩賜財団
済生会松山病院
糖尿病看護認定看護師
兵頭 千恵氏

令和5年9月5日に労働安全衛生業務担当者研修会をWEB開催し、所属所の担当者36名が出席されました。
事務局職員より保健事業の内容等について説明を行い、続いて済生会松山病院糖尿病看護認定看護師の兵頭千恵氏に「FreeStyleリブレを活用して受診行動につなげよう～危険な食後高血糖を予防～」と題してご講演いただきました。

【講演要旨】
食後2時間の血糖値が140㎎/dl以上の状態を「**食後高血糖**」といいます。糖尿病だけでなく、糖尿病予備群においても重要な指標の一つとして注目されており、重大な合併症が発症するリスクを上昇させる要因となっています。
糖尿病が発症した早期の段階には、空腹時血糖値が正常域であっても食後高血糖がみられることがあり、空腹時血糖値だけで判定しようとすると、気がつかないうちに糖尿病が発症、進行するおそれがあるため、注意が必要です。

FreeStyleリブレは、センサーを上腕に装着すると表皮下の間質液中のグルコースを24時間連続的に測定することができます。
1日のうちで自身の血糖値がどのように変動しているかの情報（血糖トレンド）を、5本の線グラフで専用リーダー又はスマホのアプリに表示し、空腹時血糖やHbA1cだけでは把握できない血糖変動を「見える化」してくれるツールです。
何が自分の血糖変動に影響を及ぼすのかを自覚できることにより、行動を見直すことができます。
特に糖尿病に足を一歩踏み入れたような状態の方に、早めに可視化してフィードバックするツールとして大きな効果が期待でき、食事内容を見直したり、食後の運動を励行したりといった生活習慣の改善により、糖尿病予備軍の多くの方が将来薬を飲まなくて済むようになるのではないでしょうか。

令和5年度ライフプランセミナー（50歳台のライフプラン）を開催しました
（一財）愛媛県市町村職員互助会と共同開催

明治安田ライフプランセンター株式会社
専任講師
植田 茂氏

令和5年10月11日に、50代の組合員を対象としたライフプランセミナーをオンライン開催しました。
のべ94名の方にご参加いただきました。
今年度から定年延長が始まることを踏まえ、NISAやiDeCoといった資産運用のトピックも含め、ボリュームアップして実施しました。

「「家庭経済設計」
～豊かなセカンドライフを過ごすために～」
と題してご講演いただきました。

＼参加者の声／
- 定年後の色々な事に対しての知識を知ることができたので良かった
- ねんきん定期便の見方がよくわかりました。また、資産形成についても聞けて良かったです
- 年金や保険について基本的なことが学習できてよかった。退職後をイメージして見直しを今から考える必要があると感じた
- このセミナーへは、もっと早い（若い）時期に参加すべきと痛感した
- 今後も退職前後の家計設計について講義を受けたいです

被扶養者認定の取扱いについて ～「130万円の壁」への対応～

130万円の壁を意識せず働くことが可能となるよう、政府による「年収の壁・支援強化パッケージ」により、被扶養者の収入が認定基準額を超えた場合であっても、事業主の証明書等を提出することにより、連続2年まで、引き続き被扶養者として認定を受けることが可能となります。

今回の措置は時限的であり、また、繁忙期の労働時間延長に伴う報酬の増額を想定しているため、あくまでも**一時的な収入増の場合が対象**となりますので、次のことについてご留意ください。

「一時的な収入増」とは??

人手不足により業務量が増加したケースや、事業所の業務の受注が好調だったことにより、事業所全体の業務量が増加したケースなど、主に**時間外勤務（残業）手当の増加や一時的な勤務日数（時間）の増加**が「一時的な収入増」に該当します。

次のような場合は、恒常的な収入の増加が見込まれるため「一時的な収入増」に該当しません。

・雇用契約書から推計した年間収入の見込額が認定基準額を超える場合
・雇用契約の変更により、勤務日数や勤務時間を増やした場合
・基本給（時給）の上昇や、恒常的な手当が新設されたことにより、今後も引き続き収入が増えることが確実な場合

フリーランスや自営業者などはどうなるの??

今回の措置は、事業主の人手不足などによる、一時的な収入変動を対象としていますので、特定の事業主と雇用関係にない場合は対象となりません。

一時的な収入増となり、認定基準額を超えた場合はどうしたらいいの??

扶養認定の申請時や被扶養者の資格調査時など、本組合が提出を求めた際に、次の書類等をご提出ください。

- 被扶養者の収入確認に当たっての「一時的な収入変動」に係る事業主の証明書【必須】
- 給与明細書【本組合が提出を求めた場合】
- 雇用契約書【本組合が提出を求めた場合】

「一時的な収入増」と認められた場合であっても、次のような場合は、被扶養者の収入が増加したことにより、主として組合員の収入により生計を維持している者に該当しないため、被扶養者の認定が取消となる場合があります。

・被扶養者の年間収入額が組合員の年間収入額を上回る場合
・別居している被扶養者への仕送り額が被扶養者の総収入（仕送り額等を含む。）の3分の1を下回る場合

被扶養者の認定基準額

認定対象者	認定基準額
①②以外の方	年額130万円未満（月額108,334円未満）
①60歳以上の方	年額180万円未満（月額150,000円未満）
②障害年金を受給している方	

このページに関する問い合わせ先　共済組合総務課　総務係　☎089（945）6315

さびない体をつくる！

いろどり野菜のカラフルレシピ

料理制作・監修 中津川かおり（管理栄養士）

撮影：原 ヒデトシ
スタイリング：宮澤由香

ぷりぷりとした食感がクセになる！
魚介と鶏肉、2種のつくねが主役の鍋料理

大根とつくねのはさみ鍋

色とりどりの野菜に秘められた「ファイトケミカル」に注目！

野菜に含まれる色素、香り、苦み、辛味などを構成する成分のことを「ファイトケミカル」といい、抗酸化作用、免疫力向上などの機能に特色があります。主に野菜の「色」によって含まれるファイトケミカルの成分や機能が異なるので、日頃から意識してさまざまな色の野菜をとるように心がけましょう。

赤 橙 黄 緑 紫 白 黒

1人分
エネルギー **311** kcal
塩分 **2.6** g

材料（2人分）

A【鶏肉つくね】
鶏ひき肉…150g、おろししょうが…小さじ1/2、塩…少々、卵…1/2個分

B【えびとたらのつくね】
むきえび（生）…80g、生たらの切り身（骨と皮を除く）…1切れ（80g）、卵…1/2個分、おろししょうが…小さじ1/2、片栗粉…小さじ1、塩…少々

小松菜……100g　にんじん……80g
しめじ………80g　大根………200g

C だし汁…500㎖、塩…小さじ1/2、しょうゆ…小さじ2、みりん…小さじ2

作り方

1. Aの材料をボウルに入れ、よく混ぜ合わせる。
2. Bの材料をフードプロセッサーに入れ、混ぜ合わせる。
3. 小松菜はヘタを取って4㎝長さに切り、しめじは石突きを取って小房に分ける。にんじんはピーラーで薄くスライスする。
4. 大根は5㎜厚さの輪切りにする。土鍋に輪切りにした大根と、①、②を交互に挟んで並べる。

5. ④にCを加えて火にかけ、煮立ったら弱火にしてふたをし、15分ほど煮る。③を加え、野菜にさっと火が通ったらいただく。

にんじん

β-カロテン

にんじんに含まれる**β-カロテン**は、体内でビタミンAに変換され、目の健康に役立つほか、免疫力を高めて、皮膚や粘膜を正常に保つ効果が期待できます。

しめじ

β-グルカン

きのこに含まれる**β-グルカン**は、不溶性食物繊維の一種。腸内環境を整えるほか、免疫力を高める作用や、血中コレステロール値の上昇を抑える働きがあるとされています。

profile

なかつがわ かおり　food studio mamma主宰。東京家政大学大学院食物栄養学専攻修了。大学や専門学校などで講師を務める他、レシピ・商品開発、テレビ・雑誌のフードコーディネイト、メディア出演などで幅広く活躍中。著書は『はじめてでもかんたん！ 日本の料理』『はじめてでもかんたん！ おべんとう』（ともに、国土社）など多数。

HAPPY NEW YEAR!

本年もよろしくお願いいたします。

写真は和洋会席

冬のいちおしプラン

和洋会席 4,000円
和洋卓料理 4,000円
（税込）

令和6年1月31日まで

組合員様を含むグループ限定！

「冬のいちおしプラン」に限り、2時間飲み放題を
特別価格1,000円（通常価格2,000円）でお付けいたします！！
※組合員様は当日組合員証のご提示をお願いします。
※単品注文は割引対象外となります。

～お品書き～

前菜	蟹と根菜の酢の物
造り	三種盛り（鯛・カンパチ・マグロ）
洋皿	ロールキャベツ
鍋物	城川ベーコンと冬野菜ポトフ
揚物	小エビと地魚すり身天
御飯	鮭ちりめんご飯
デザート	果物とプチデザート

※赤文字は県産食材を使用しています。

飲み放題メニュー

瓶ビール・日本酒・焼酎・酎ハイ・ソフトドリンク・
果実酒・ワイン・ウイスキー・ノンアルコールビール

その他ご予算に合わせてご用意させていただきますので、お気軽にお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせは

えひめ共済会館

〒790-0003 松山市三番町5丁目13-1
TEL 089-945-6311 FAX 089-945-6322
【ホームページアドレス】
http://www.ehime-kyosai.jp/kaikan/
【Eメールアドレス】
e-kyosai-kaikan@dune.ocn.ne.jp

—組合の現況—

（令和5年11月末現在）

◎所属所数	43
◎組合員数	21,861人
男	10,896人
女	10,965人
◎平均標準報酬月額（短期）	310,304円
◎被扶養者数	15,795人
（含任継	内203人）
◎任意継続組合員	380人
◎年金受給者数	18,964人

◎発行所／愛媛県市町村職員共済組合　松山市三番町5丁目13-1
◎編集発行人／曽根　哲也　URL http://www.ehime-kyosai.jp/

リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
グリーン購入法適合印刷物です
VEGETABLE OIL INK