

# ISHIZUCHI

令和6年(2024) Vol.332 共済だより 10月号 —ご家族でご覧ください—

## 特集

② 組合会議員の選挙が行われます!

## CONTENTS

④ 組合員証の廃止に伴う取扱いについて

⑥ 「資格情報のお知らせ」をお送りします

⑦ えひめ共済会館料金改定のお知らせ

年金払い退職給付に係る基準利率等について

⑧ 年金計算における養育特例制度について

⑨ 被扶養者の資格調査を終えて

⑩ 「共済貯金現在残高通知書」をお送りします

共済貯金払戻スケジュールを変更します

～住宅貸付～「年末残高等証明書」を発行します

⑪ 「マイカーローン」検討の皆さまへ 物資供給事業のご案内

令和6年10月からの振込手数料の

負担発生について

⑫ 共済貯金 ATM・インターネットバンキングから振込できます

⑬ 特定健康診査がおすすめです

⑭ 対象となった方は必ず特定保健指導を受けましょう

⑮ 特定保健指導のご案内

保健事業にかかる助成制度のご利用にあたって

⑯ ころとからだの健康相談

ライフプランステーションとFin Wingがお役に立ちます

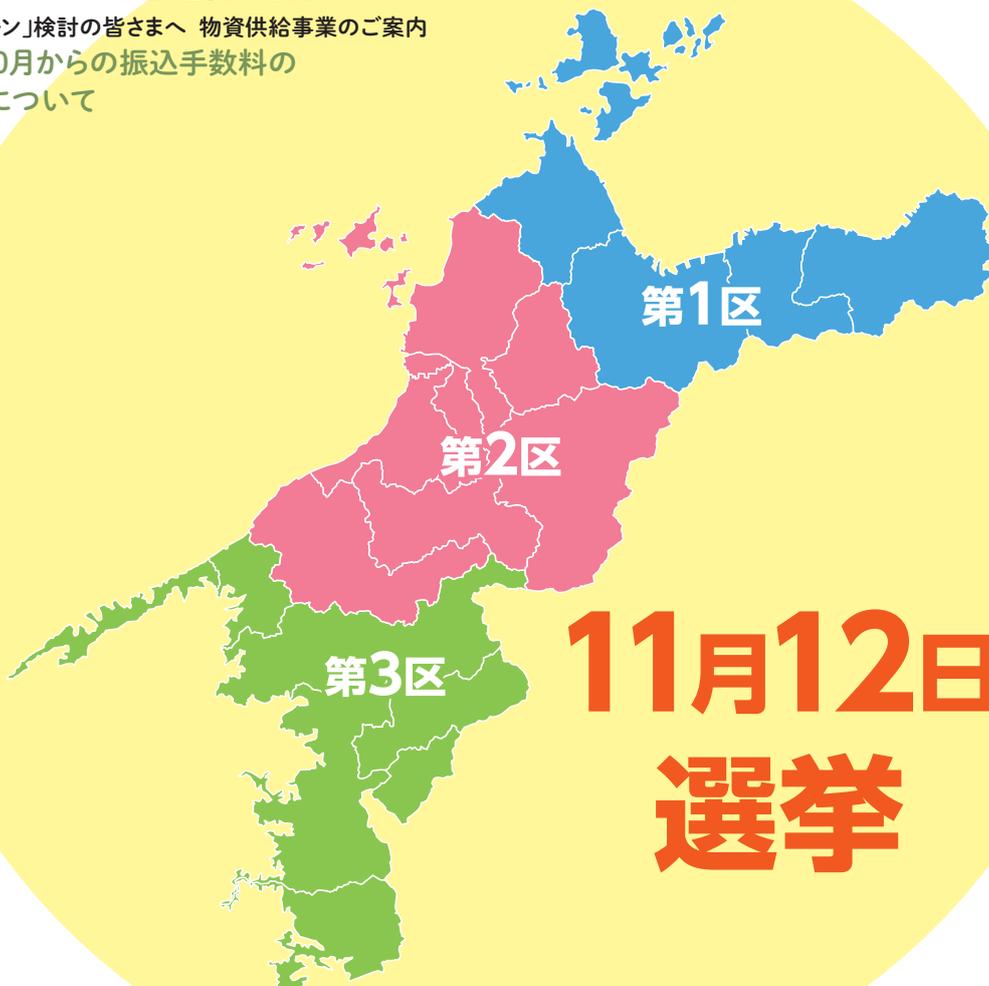
⑰ 「医療費通知書」を配付します

育児・介護休業手当金の給付上限額(日額)が変更されました

⑱ ジェネリック医薬品で薬代を節約してみませんか

「ジェネリック医薬品のお知らせ」を配付します

⑲ 野菜たっぷり健康ごはん「牛肉とさつまいもの甘辛炒め」



愛媛県市町村職員共済組合  
<https://kyosai-ehime.or.jp>

石 金 造

# 皆さまの **声** を反映する

## 組合会議員の選挙が行われます！

現在の組合会議員の任期(2年)が、11月30日をもって満了することに伴う組合会議員選挙の日程をお知らせします。

組合会議員は、共済組合の議決機関である組合会を構成し、その中から、理事長、理事及び監事の役員が選出され、共済組合の業務を執行することになります。

本年12月1日から向こう2年間、組合員の皆さまの代表として、共済組合の事業運営を担っていただく組合会議員を選出する大事な選挙です。各市町での代議員の選出から12日の選挙まで、円滑な選挙の実施にご協力をお願いします。



### 組合会議員選挙日程表

年月日	事項	摘要
令和6年 10月7日(月)	選挙公告	共済組合
	組合員数及び代議員数を選挙長に届出開始 代議員の互選開始 代議員を選挙長に届出開始	組合員の代表者
	10月24日(木)	組合員数及び代議員数届出期限
10月28日(月)	代議員の届出期限	//
11月12日(火)	選挙日	選挙長
	当選人の公告、当選人に対し当選告知	共済組合

### 選挙区及び議員の数

選挙区		議員の区分	議員の数	選挙の場所
第1区	四国中央市、新居浜市、西条市、 今治市、上島町	市町長	2	えひめ共済会館
		市町長以外の組合員	2	新居浜市役所
第2区	松山市、東温市、伊予市、大洲市、 久万高原町、松前町、砥部町、内子町	市町長	3	えひめ共済会館
		市町長以外の組合員	3	えひめ共済会館
第3区	八幡浜市、西予市、宇和島市、伊方町、 松野町、鬼北町、愛南町	市町長	2	えひめ共済会館
		市町長以外の組合員	2	八幡浜市役所

## 議員選挙の方法

原則として投票(一定の条件を満たせば氏名推せんでも可。)で行われます。

### ■市町長が選挙する議員(7人)の選挙

各選挙区の市町長の互選により選出されます。

### ■市町長以外の組合員が選挙する議員(7人)の選挙

各選挙区の市町(一部事務組合等は主たる事務所の所在地の市町を含む。)ごとに代議員を選出し、その代議員の互選により選出されます。

## 代議員の選出

### 選出は10月28日まで

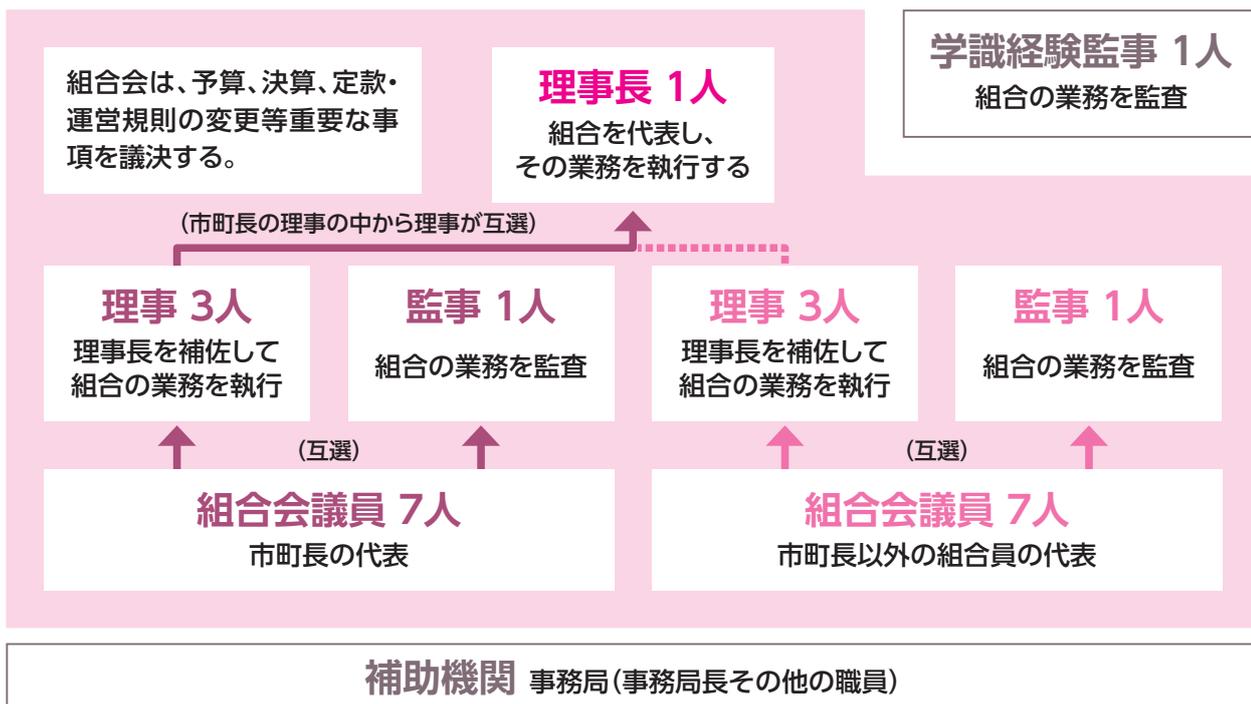
所属する市町ごとに市町長以外の組合員400人ごとに1人(市町長以外の組合員が400人に満たない市町にあっては1人)の代議員を互選し、組合員の代表者が当該選挙区の選挙長に届け出ます。

## 選挙のしくみ



## 共済組合の機関

共済組合には、議決機関(組合会)、執行機関(理事長、理事)、監査機関(監事)の3つの機関が設けられており、それぞれ役割を分担して共済組合の業務が円滑かつ適正に行われるようになっています。



# 組合員証等の発行は 令和6年12月1日をもって終了します!

マイナ保険証(健康保険証として利用登録したマイナンバーカードのことをいいます。)を基本とする仕組みに移行するため、現在、医療機関等を受診する際に窓口で提示している**組合員証・組合員被扶養者証(以下、「組合員証等」という。)**は、令和6年12月2日から新たに発行されなくなります。

## 令和6年12月2日以降の各事業等の取扱いについて

### ●医療機関を受診する場合

次の1～3のいずれかの方法により受診してください。

#### 1 マイナ保険証の利用

医療機関等の窓口を設置されているカードリーダーにマイナ保険証を読み取らせてください。マイナ保険証を利用するためには、マイナンバーカードを健康保険証として利用するための登録が必要です。

#### 2 マイナ保険証等を提示(※医療機関等の都合などでマイナ保険証を利用した資格確認ができない場合)

マイナ保険証と「資格情報のお知らせ」(6P参照)を提示してください。また、スマートフォンをお持ちの方は、マイナポータルの健康保険証画面を提示することで、「資格情報のお知らせ」の代わりにすることができます。

#### 3 組合員証等を提示

令和6年12月2日時点でお持ちの組合員証等は、経過措置により最長1年間は従来どおり使用できます。(経過措置期間中に組合員証等の有効期限が到来する場合は、その有効期限までの使用となります。)

経過措置期間中に氏名変更や紛失等があった場合、組合員証等は再発行されません。

※「マイナ保険証」をお持ちでない方などには、別途「資格確認書」を発行します。詳細が決まり次第、本組合ホームページ等でお知らせいたします。

### 「マイナ保険証」の申請、登録、使用方法等についてのお問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0178(平日9:30~20:00・土日祝9:30~17:30)

又は

厚生労働省「マイナンバーカードの健康保険証利用について」

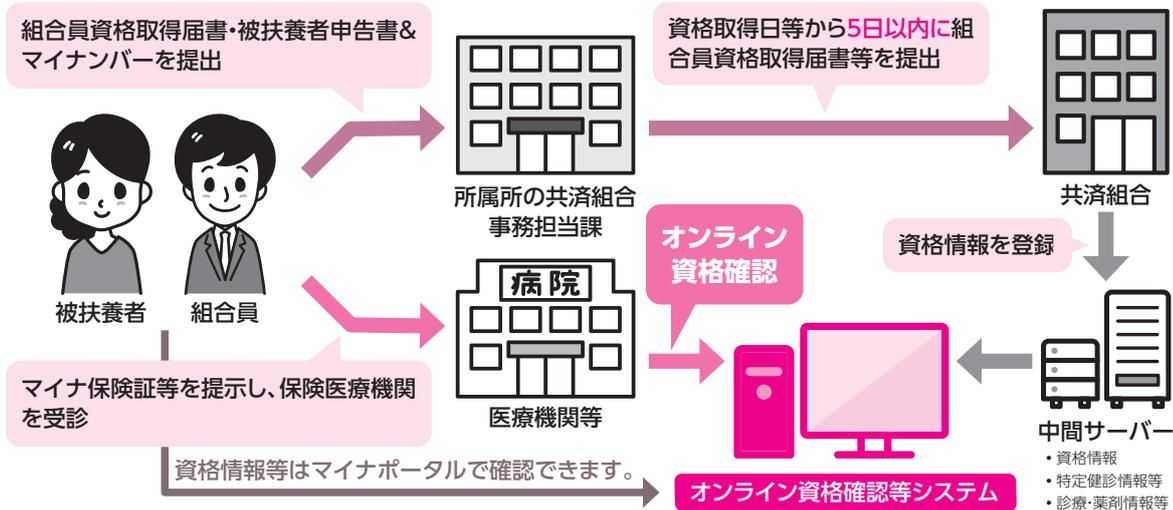
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_08277.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08277.html)



## ーお願いー

医療機関では「オンライン資格確認等システム」により資格確認を行います。正確な資格情報を速やかに登録する必要がありますので、組合員資格の取得・喪失や被扶養者の認定・取消に係る書類及びマイナンバーの届出は速やかに行ってください。

### ..... オンライン資格確認等システムとは?? .....



## ●引き続き交付申請が必要な証

- ・特定疾病療養受療証
- ・限度額適用・標準負担額減額適用認定証(市町村民税非課税の方)

※限度額適用認定証はマイナ保険証を利用すれば交付申請は不要です。ただし、医療機関等でマイナ保険証を利用した資格確認ができない場合やマイナ保険証をお持ちでない方は交付申請が必要となります。

## ●人間ドック、特定健康診査・特定保健指導を受ける場合

左記「医療機関を受診する場合」の1～3のいずれかの方法により受けてください。

## ●福祉施設に宿泊し、福祉施設利用助成などを受ける場合

### ▶えひめ共済会館に宿泊し、愛媛共済会館利用助成を受ける場合

チェックインの際にフロントにて氏名・生年月日等が確認できるもの(マイナンバーカード又は運転免許証など)を提示してください。

### ▶県内外の公務員共済組合が保有する福祉施設で宿泊する際に、公務員割引等を受ける場合

福祉施設には、カードリーダーは設置されていないので、左記「医療機関を受診する場合」の2又は3によりご対応ください。

なお、公務員割引の有無等を含む詳細については、ご予約の際、福祉施設に直接ご確認ください。

## ●各種給付金請求書等へ記載する記号・番号の確認方法

「資格情報のお知らせ」(6P参照)又はマイナポータル健康保険証画面にてご確認ください。

# 全ての組合員及び被扶養者の方を対象に 「資格情報のお知らせ」をお送りします

本紙令和6年7月号(Vol.331)でお知らせしましたとおり、「資格情報のお知らせ」(個人番号の下4桁を含む。)を、10月下旬に所属所を經由して交付いたします。お手元に届きましたら、必ず開封し内容のご確認をお願いいたします。

## 「資格情報のお知らせ」とは??

健康保険証とマイナンバーカードを一体化する仕組み(マイナ保険証)に移行するにあたり、共済組合が把握する組合員及び被扶養者の資格情報をご自身で確認していただくことで、情報の正確性を確保し、全ての方に安心してマイナ保険証を利用していただくために交付するものです。

また、組合員証等の廃止後に、ご自身の資格情報を確認する際に使用します。



## 「資格情報のお知らせ」はこんな時に必要となります

### ●共済組合へ給付金等の請求をする時

共済組合へ給付金の請求や、貯金の預け入れ・払い戻し等の手続きをする際は、「資格情報のお知らせ」に記載している「記号・番号」を請求書類等に記入します。

### ●医療機関を受診する時

医療機関等の都合などでマイナ保険証が使用できない場合などに、「資格情報のお知らせ」をマイナ保険証と一緒に提示することで、保険診療が受けられます。(4P参照)

※「資格情報のお知らせ」のみで医療機関を受診することはできません。

## 「資格情報のお知らせ」が届きましたら、内容をよく確認して、大切に保管してください

「資格情報のお知らせ」の封筒の中に、「資格情報のお知らせ」の見方を記載したリーフレットを同封しています。ご自身の資格情報やマイナンバーをご確認いただき、誤り等がある場合は共済組合までご連絡ください。

なお、「資格情報のお知らせ」は今回1回限りの交付となりますので、大切に保管してください。

今回「資格情報のお知らせ」の交付対象とならなかった方(9月以降に資格取得した方や被扶養者として認定された方など)へは、後日送付いたします。

# えひめ共済会館料金改定のお知らせ

日頃よりえひめ共済会館をご愛顧賜り厚く御礼申し上げます。

当館といたしましては、極力値上げをしないよう鋭意努力して参りましたが、近年の諸物価上昇を受け、やむを得ず料金改定させて頂くこととなりました。誠に心苦しいお知らせではございますが、令和6年10月1日以降のご予約について、ご利用料金の価格改定を実施いたしましたのでお知らせします。

今後も皆さまに快適にお過ごしいただけるようサービス向上に努めて参りますので何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

R6.10.1～

宿泊料	客室タイプ		宿泊者数	通常料金	実質負担額
	洋室	シングル	1人	5,700円	3,000円
	洋室	シングル(バスなし)	1人	4,400円	1,700円
	洋室	ツイン・和室	1人	6,600円	3,900円
			2人	10,560円	5,160円
	洋室	バリアフリールーム	1人	6,300円	3,600円
2人			10,080円	4,680円	

※新料金で組員又は被扶養者が宿泊した場合は、上記通常料金から愛媛共済会館利用助成額(1人1泊2,400円)の控除に加え、一律300円のお値引きをした額が実質負担額となります。

※令和6年9月30日までにいただいたご予約については、旧料金の適用となります。

※料金改定後の会議室料については、えひめ共済会館HPでご確認ください。

※利用料金には消費税を含みます。



HP▶

## 本年10月に年金払い退職給付に係る基準利率及び 終身年金現価率並びに有期年金現価率の値が変わります

地方公務員共済組合連合会では、ホームページに基準利率や年金現価率等に関する情報を掲載しています。今後、これらの率についての関連情報等を掲載していきますので、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(退職等年金給付)

→ 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



# 年金計算における養育特例制度について

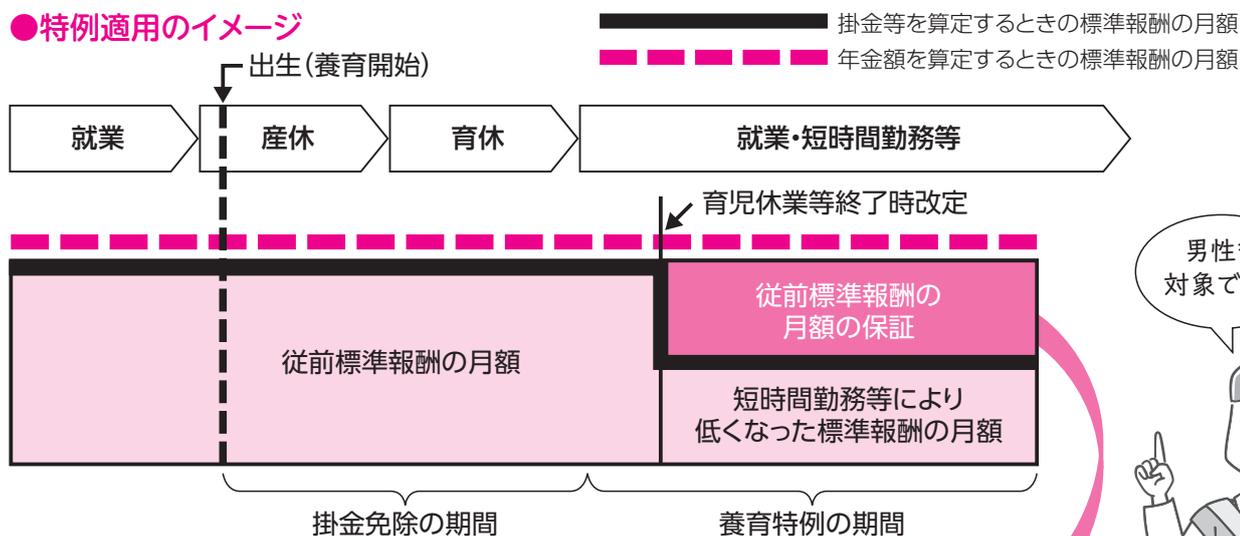


短期組合員及び船員短期組合員の方は、第1号厚生年金被保険者として厚生年金に加入しているため、**手続き先は日本年金機構になります。**

同様の制度が受けられますので、詳細につきましては、日本年金機構又はお勤め先の担当者にお問い合わせください。

養育特例とは、子の養育に伴い、時間外勤務の減少や短時間勤務の開始、また引っ越しによる通勤手当の減少等により、標準報酬の月額が低くなった場合に、組合員からの申し出により、年金額の算定においては子の養育前の標準報酬の月額を適用し、将来受け取る年金額が少なくなることを避けるための制度です。

## ●特例適用のイメージ



短時間勤務等により、養育開始後の標準報酬の月額が従前標準報酬の月額を下回るため、年金額の算定を行うときは差額が保証されます。

## ●対象者

- 3歳未満の子を養育している組合員の方が対象です。ただし、単身赴任等で子と別居している場合は対象となりません。
- 父母どちらとも対象となり、「子を被扶養者としている」などの要件はありません。
- 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も対象です。

## ●適用期間

3歳未満の子の養育を開始した日の属する月から、養育を終了した日の翌日の属する月の前月まで

- 子が生まれたとき
- 子と養子縁組したとき
- 子と同居したとき
- 掛金免除(産休・育休)を終了したとき

- 子が3歳に到達したとき
- 組合員資格を喪失したとき
- 他の子を養育することとなったとき
- 子の死亡又は子と別居により養育しなくなったとき
- 掛金免除(産休・育休)を開始したとき
- 組合員が70歳に到達したとき

※掛金免除(産休・育休)中は適用になりません。  
※2年間は遡及することが可能です。

※組合員が70歳以上の場合は、退職等年金給付においてのみ特例が適用されます。

●**手続方法**(短期組合員等の手続き先は日本年金機構です。)

「3歳未満の子を養育する旨の申出書」に次の書類を添えて所属所の共済組合事務担当課を経由してご提出ください。  
申出書提出の前月から2年間は遡って適用することが可能です。

**添付書類**(提出日から90日以内に発行されたものに限る。)

- ①組合員及び当該子の戸籍抄本(組合員と子の身分関係及び子の生年月日の確認)
- ②世帯全員の住民票(組合員と子が同居していることの確認)
- ③子を養育することとなった年月日を証する書類(子の生年月日と同じ場合は省略可)

なお、個人番号により申し出る場合は②の「世帯全員の住民票」を省略できますので、併せて「3歳未満の子を養育する旨の申出書(個人番号申告用)」を提出してください。

また、**組合員が世帯主の場合**は、②の「世帯全員の住民票」で組合員と子の身分関係等が確認できますので、①の「組合員及び当該子の戸籍抄本」の提出は不要です。

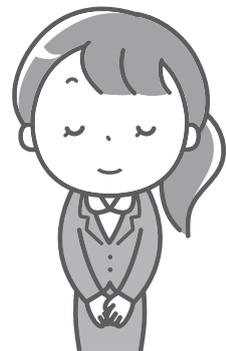
※標準報酬の月額が低くなっていても「3歳未満の子を養育する旨の申出書」の提出は可能です。

※個人番号により申し出た場合であっても、情報連携により住民票関係情報の確認ができなかった場合は「世帯全員の住民票」の提出をお願いする場合があります。

※組合員資格を取得する前に厚生年金被保険者期間がある方は、資格取得前の標準報酬月額を用いて養育特例を適用できる場合がありますので、所属所の共済組合事務担当課へご相談ください。

※産休・育休による掛金免除期間中は特例適用の対象外となりますので、復職後にお手続ください。

## 被扶養者の資格調査へのご協力 ありがとうございました



7月～8月に実施しました被扶養者の資格調査につきましては、お忙しい中ご協力いただきありがとうございました。

調査の結果、「収入の増加」や「就職」などの事由による取消手続もれが判明し、取消事由発生日に遡って被扶養者認定の取消を行ったケースが多数ありました。

遡って取消となった期間については、その間に共済組合が負担した医療費等の返還が生じるほか、国民健康保険等に加入する費用も発生するため、遡る期間が長いほど負担は大きくなります。

また、就職等に伴い勤務先の健康保険に加入した場合でも、共済組合の被扶養者資格は自動的に取消とはならないため、取消手続が遅れると、医療機関で診療を受ける際のオンライン資格確認(5P参照)において、資格の重複が確認され、保険診療に支障が出る可能性があります。

### 共済組合からのお願い

組合員の方は、被扶養者の収入や生計状況等を**常に**把握し、取消事由に該当した場合は、被扶養者申告書を**速やかに**提出してください。

## 貯金事業 からのお知らせ

# 「共済貯金現在残高通知書」を お送りします

本年9月末日に今年度上半期分の利息(利子所得税控除後)の組み入れを行いましたので、貯金加入者の皆さまには「共済貯金現在残高通知書」を10月下旬に所属所を通じてお送りします。

今回お届けする通知書には、令和6年4月から9月分の預入額及び払戻額並びに本年9月末現在の貯金残高を記載しておりますので、内容をご確認いただき、大切に保管してください。

※「少額貯蓄非課税制度」<sup>◎</sup>をご利用の方で、本制度の条件を満たさなくなった場合及び申告内容に変更等が生じた場合は、速やかに各種申告書の提出をお願いします。

## 共済貯金払戻スケジュールを変更します

共済貯金払戻  
スケジュールはこちら



令和6年11月の共済貯金払戻スケジュールについて、下表のとおり変更(8日(金)の送金取消)します。

令和6年11月	新		旧		
	払戻請求書締切日	送金予定日	払戻請求書締切日	送金予定日	
1回目	12日(火)	15日(金)	5日(火)	8日(金)	(取消)
2回目	19日(火)	22日(金)	12日(火)	15日(金)	
3回目	26日(火)	29日(金)	19日(火)	22日(金)	
4回目			26日(火)	29日(金)	

## 貸付事業 からのお知らせ

# 住宅取得資金に係る借入金の 「年末残高等証明書」を発行します

住宅貸付・災害貸付・在宅介護対応住宅貸付(以下「住宅貸付等」という。)を利用して、マイホームを購入、新築、増改築等されたときには、一定の要件に該当すれば、税法上の住宅借入金等特別控除を受けることができます。共済組合では、住宅貸付等に係る「年末残高等証明書」(令和6年12月31日現在)(以下「残高証明書」という。)を次のとおり発行する予定です。

なお、住宅借入金等特別控除の詳細につきましては、最寄りの税務署へお問い合わせください。

### ■ 残高証明書を発行する貸付

平成21年1月から令和6年12月までに借り受けた住宅貸付等について、次のとおり残高証明書を発行します。

- ①平成21年1月から令和5年12月までに住宅貸付等を借り受け、入居した者(年末調整用)  
…令和6年11月上旬に所属所経由で送付予定
- ②令和6年1月から令和6年12月までに住宅貸付等を借り受け、入居した者(確定申告用)  
…令和7年1月下旬に所属所経由で送付予定

### ■ 交付の申請手続など

交付の申請手続は不要です。ただし、上記の送付期間後に工事完了報告がなされた場合で控除の対象となる方又は上記の発行対象者以外で特別控除に該当している方は、「貸付金証明願」の提出が必要です。

※令和4年度税制改正により、居住年が令和5年以後である方の住宅ローン税額控除の適用に係る手続きが見直されましたが、経過措置の適用により令和6年度においては、従来通りの手続きとなります。

このページについての問い合わせ先

共済組合経理課 貯金貸付係 ☎089(945)6316

年利  
(変動金利) **1.8%**  
(令和6年10月現在)

＼自動車の購入を検討されている皆さま／

## 物資供給事業を利用してみませんか！

- 自動車などの生活必需物資の購入にあたり、立替払いを行っています。
- 償還方法は、給料天引きで、60回以内で自由に設定できます。
- 随時、線上償還も可能です。
- 貸付事業(普通貸付)と併用して物品の購入が可能です。
- 物資指定店での購入や限度額等の条件がありますので、ご利用の際は事前にご相談ください。

詳しくは、  
共済組合HPを  
ご覧ください。



【物資供給事業ホームページ】 <https://kyosai-ehime.or.jp/fukushi/busshi.html>

### ■物資指定店(取消・変更)

区分	年月日 (変更は届出日)	指定店名	所在地	電話番号	取扱商品
取消	R6.5.14	竜美自動車	四国中央市金田町半田乙365	(0896)56-7030	自動車
取消	R6.7.1	香川日産自動車株式会社 四国中央店	四国中央市川之江町244	(0896)58-5523	自動車 (車検含む)
変更	R6.7.1	株式会社ホンダカーズ 宇和島	新:宇和島市保田甲100 旧:宇和島市川内甲920-1	新:(0895)49-5858 旧:(0895)25-0221	自動車 (車検含む)

物資供給事業についての問い合わせ先

共済組合経理課 貯金貸付係 ☎089(945)6316

# 令和6年10月からの 共済貯金の預入方法



## ～ATM・インターネットバンキング等からの振込ができます～

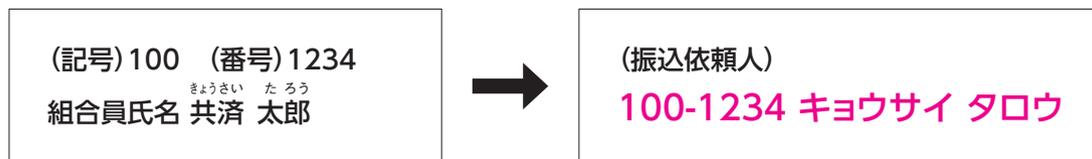
本紙令和6年7月号 (Vol.331) でもお知らせしましたとおり、令和6年10月1日から臨時増額貯金において、本組合の振込用紙「臨時増額貯金払込通知書(様式第2号)」(以下、「専用払込書」という。)を使用した場合も振込手数料が発生します。そこで組合員の皆さまの負担軽減と利便性向上のため、専用払込書を使用して振り込む以外に、①ATM、インターネットバンキング等からの振込や②各金融機関の振込依頼書を使用しての振込もできるようになりましたので、ぜひご活用ください。

なお、共済貯金の加入資格は組合員本人のみですので、家族の方は預入できません。

### ①及び②での振込にあたっての注意事項

- 所属所の共済組合事務担当課で専用払込書を受け取り、「取りまとめ店及び送金先」欄に記載の口座(口座名義人:愛媛県市町村職員共済組合貯金経理)にお振込みください。
- **振込手数料は、振込人負担となります。**  
(振込手数料の金額は、振込方法によっても異なりますので、利用する金融機関のホームページ等でご確認ください。)
- 振込は**1,000円単位**でお願いします。
- 24時間即時入金には対応していません。月末営業日は、お早めにお振込みください。
- 本人確認のため、振込依頼人の欄は、**氏名の前に必ず記号番号を入力又は記入してください。**  
(下の振込依頼人の入力・記入例をご参照ください。)
- 記号番号や氏名の不備の場合や各金融機関のシステムの仕様上、記号番号が入力できない場合は、追加で書類の提出をお願いすることがあります。また、本人確認を終えるまでは共済貯金としてお預かりすることができず、その間については利息が付与されませんのでご注意ください。
- ATMから振り込んだ場合、ご利用明細票等は、「臨時増額貯金受領通知書」がお手元に届くまで大切に保管してください。

### 【振込依頼人の入力・記入例】



※記号番号は組合員証に記載されています。

※組合員証廃止後(令和6年12月2日以降)は、令和6年10月下旬に本組合から送付する「資格情報のお知らせ」(6P参照)又はマイナポータルの健康保険証画面で記号番号をご確認ください。

このページについての問い合わせ先

共済組合経理課 貯金貸付係 ☎089(945)6316



# 健やかな明日のために 特定健康診査がおすすめです!

本紙令和6年7月号 (Vol.331) でお知らせしましたとおり、対象となる被扶養者の方には特定健康診査受診券を共済組合届出住所にお送りしています。

受診券の有効期限は**令和7年3月31日**です。各健診機関の受診枠にはかぎりがありますので、早めのご予約をおすすめします。



県内の健診機関の一覧表は共済組合ホームページで確認できます。  
(<https://kyosai-ehime.or.jp/konnatoki/pdf/tokuteikenshin.pdf>)



定期的に通院先で  
検査もしているから、  
健診は受けなくても  
いいんでしょ?

特定健康診査で行うすべての項目を通院先の病院で  
検査しているとはかぎりません。

また、組合員証等を使って受ける検査は自己負担が生  
じますが、受診券を使って検査を受ければ、特定健康診  
査の検査項目は**無料**で受けることができます。

まずは通院先の病院で特定健康診査を受けられるか  
聞いてみてください。

受診券を活用してお得に検査を受けましょう!



子育てや家事が忙しくて、  
健診を受けるために  
病院に行く時間が取れません。  
自覚症状もないし、  
まだ受けなくても大丈夫よね?

生活習慣病は自覚症状がない場合もあり、  
気付かないうちに悪くなることもあります。

生活習慣病になると、新型コロナウイルスに  
感染した際に重症化するリスクが高くなるとも  
いわれています。

健診は**半日程度**ですので、毎年定期的に  
受診して生活習慣病予防にお役立てください。



パート先で事業者  
健診を受診してるし、  
2回も健診を受け  
なくていいよね?

パート先で受診した健診結果の写を、お送りしている受  
診券と記入済みの質問票と一緒に本組合にご提供いただ  
ければ、**2,000円分の図書カードを進呈**します。

特定健康診査などの受診率は国に報告することとさ  
れており、受診率等が低くなると皆さまの保険料(短期掛  
金)が高くなることもあります。健診結果の提供にご協力  
ください。

対象となった方は**必ず**

# 特定保健指導を受けましょう

特定保健指導は、特定健診でメタボリックシンドローム（以下、メタボ）のリスクがあると判定された方が、生活習慣を改善するための支援です。専門家のサポートが受けられるこの機会を逃さず、生活習慣を改善しましょう。



**対象者は生活習慣改善のチャンスです。**医師や保健師、管理栄養士などの専門家が、あなたのライフスタイルに合わせた目標や計画を立てるサポートをしてくれるので、**取り組みやすい、続けられる**など、さまざまなメリットが！



- 専門家のアドバイスで、無理のない目標設定ができる
- 着実にできる計画を立てるので、実行しやすい
- 体形の変化など、目に見える**効果**が表れるから挫折しにくい
- 健康を維持できれば、治療にかかる**時間もお金も節約**できる

特定保健指導を受けずに放っておくと……



生活習慣病を発症

肥満症 糖尿病 高血圧症 脂質異常症 など



さらに放っておくと、病気の重症化や命にかかわる病気を引き起こすことも！

## 支援は2種類 /

メタボ一歩手前の方  
**動機付け支援**

面談



自分で立てた計画に沿って実行する



3か月以上経過後



メタボのリスクが高い方  
**積極的支援**

個別又はグループでの面談で、生活習慣改善の目標と計画を立てる

専門家のサポート

面談、電話やメールなどで、専門家によるサポートが3か月以上行われる

健康状態や生活習慣の確認が行われて終了

# 健康な毎日を送るために

## 特定保健指導のご案内

特定健康診査の結果に基づき、生活習慣病のリスクが高いと判定された方を対象に、面接・通信により生活習慣改善に向けた支援を行う、それが**特定保健指導**です。

一つ一つの生活習慣を振り返り、一人一人のライフスタイルに合わせた無理のない取り組みに向け、専門の保健師や管理栄養士がお手伝いします。

対象となった方には、本組合又は委託業者から、組合員には所属所を通じて、被扶養者には直接ご自宅(共済組合届出住所)へ、利用案内をお届けします。

この特定保健指導に要する費用(動機付け支援:約8,000円、積極的支援:約24,000円)は、**共済組合が全額負担します**ので**無料**です。

また、共済組合が送付した特定健康診査受診券(セット券)又は特定保健指導利用券を使って特定保健指導を終了した方には**2,000円分の図書カードを進呈**しています。

特定保健指導の利用案内と利用券が届いた方は、ぜひチャレンジしてみてください。

## 保健事業にかかる助成制度のご利用にあたって

### 人間ドック等利用助成事業のご利用について

組合員(短期組合員等を除く。)及び被扶養者にかかる人間ドック等の助成対象者には、所属所を通じて人間ドック等利用券をお配りしています。本組合の組合員証等とともに健診機関の窓口にご提出ください。

利用券に記載された健診機関及び利用区分(コース)の変更はできません。

やむを得ない事情により人間ドック等の利用日の変更をしたいときは、健診機関に直接電話してご相談ください。また、日の変更が決まったときは、共済組合へその旨をご連絡ください。なお、極力利用日直前の変更は行わないようお願いいたします。

なお、自己都合により一部検査項目をキャンセルしても、原則として検査料金は減額されません。受けられない検査項目がある場合は、事前に健診機関へご連絡ください。

### インフルエンザ予防接種補助のご案内

組合員又はその被扶養者が自費で予防接種を受けたときに、1,500円を上限として補助します。(1人1事業年度1回限り)

なお、公費による助成を受けることができる場合は、補助の対象となりません。ただし、公費助成額が1,500円を下回る場合は、その差額を補助します。

「インフルエンザ予防接種補助金請求書」に領収書(レシート、コピーは不可)を添付して所属所の共済組合事務担当課へ提出し、ご請求ください。

領収書
愛媛 太郎 様
きょうさい病院
インフルエンザ予防接種
令和6年〇月〇日受診
金額 3,000円

※領収書は、「予防接種名」「被接種者名」「接種日」「金額」「医療機関名」が明記されたものをご用意ください。

このページについての問い合わせ先

共済組合保健課 厚生係 ☎089(945)6318

# 多様化するライフスタイル…あなたのライフプランは万全ですか？ ライフプランステーションとFin Wingがお役に立ちます

## ライフプランステーションとは？

ライフプランを立てる上で知っておくべき制度や手続き、資産管理などのお金に関するさまざまな情報を提供し、ライフプラン設計を支援するサイトです。最短5分のシミュレーションなどを通して、我が家の収支や資産残高、将来見通しを把握することができます。野村證券の金融経済教育サイト「Fin Wing」にも簡単にアクセスできます。

### ログイン方法

- ①「ライフプランステーション」と検索し、検索結果に表示された以下のサイトへアクセス
- ②ログインID、パスワードを入力し、ログインボタンをクリック
- ③ログイン完了



又は、以下のURLを直接入力  
[https://lps.nomura.co.jp/lp\\_station/](https://lps.nomura.co.jp/lp_station/)



スマホからアクセス▶



こちらからも、Fin Wing  
にアクセスできます

## Fin Wingとは？

資産形成が必要な現役世代から資産運用の知識が必要なリタイアメント世代まで、幅広い方々に必要な金融・経済の基礎知識や制度の解説動画及び資産形成の手法などの教育・情報コンテンツに加え、ローンや複利の計算が簡単な「Web電卓ツール」が無料で利用できるサイトです。

下記のURLを直接入力するか二次元コードを読み込むことで、アクセスできます。

Fin Wing <https://www.nomura.co.jp/fic/fin-wing/>



## 「医療費通知書」を配付します

本組合では、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6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。

また、医療費通知書に記載されていない医療費について医療費控除の申告をする場合は、別途領収書に基づいて医療費控除の明細書を作成し、申告してください(医療費控除の申告等の税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。)

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しますので、ご了承くださいますようお願いいたします。

### 第1回目

【配付予定時期】 令和6年10月下旬  
【対象診療月】 令和5年12月～  
令和6年5月診療分

### 第2回目

【配付予定時期】 令和7年2月下旬  
【対象診療月】 令和6年6月～  
11月診療分

## 育児・介護休業手当金の 給付上限相当額(日額)が変更されました

育児休業手当金及び介護休業手当金の給付日額には、雇用保険法に準じた給付上限額が設けられており、給付上限相当額といいます。この給付上限相当額が、本年8月1日から次のとおり変更されましたので、お知らせします。

### 育児休業手当金の給付上限相当額(給付日額の限度額)

区分	給付率	変更前	変更後
育児休業開始から180日に達するまでの期間	67/100	14,097円	14,334円
181日目以降の期間	50/100	10,520円	10,697円

※標準報酬の月額500,000円以上の方が上限額に該当します。

### 介護休業手当金の給付上限相当額(給付日額の限度額)

給付率	変更前	変更後
67/100	15,513円	15,778円

※標準報酬の月額530,000円以上の方が上限額に該当します。



# ジェネリック医薬品で薬代を節約してみませんか

ジェネリック医薬品は、新薬の特許期間の満了後、同じ有効成分で作られ、**有効性、安全性が実証されてきた新薬と同等であると認められた医薬品**です。開発費用が抑えられるため、**価格は新薬の約2～7割程度**です。ジェネリック医薬品に切り替えることで、皆さまの自己負担が軽減されるだけでなく、医療費全体の抑制にもつながります。

なお、症状や病状などによりジェネリック医薬品が適切でないと医師が判断する場合がありますので、医師や薬剤師と相談しながら、上手にジェネリック医薬品をご活用ください。

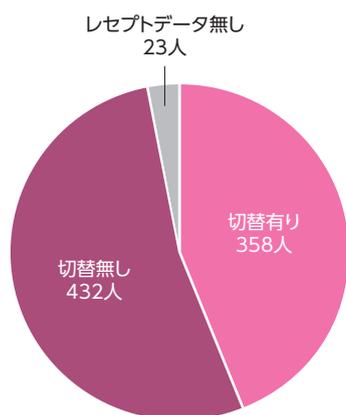
## 負担軽減通知によるジェネリック医薬品への切替状況

令和4年11月に「ジェネリック医薬品のお知らせ」を対象者813名の方に配付しました。その後、累計約452万円の薬剤費の削減効果がありました。ご協力ありがとうございました。

### 切替人数割合

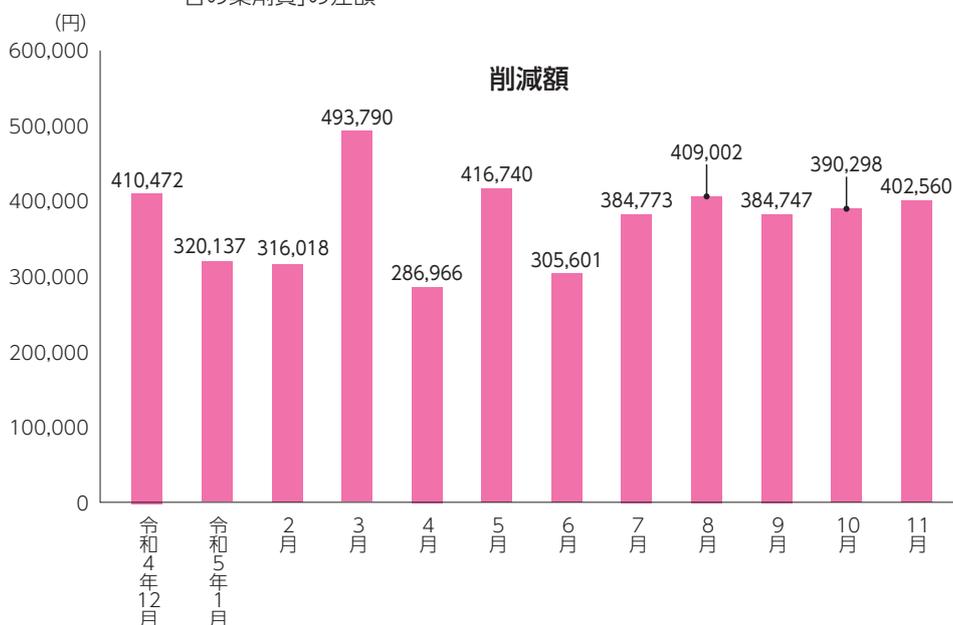
※切替人数の定義

令和4年12月から令和5年11月の効果測定期間中に新たにジェネリック医薬品の使用が確認できた方



### 削減額推移

※削減額の定義: 「切り替えたジェネリックの薬剤費」と「切り替えたジェネリックが先発品だった場合の薬剤費」の差額



## 「ジェネリック医薬品のお知らせ」を配付します

共済組合では、ジェネリック医薬品の普及促進の取組の一環として、ジェネリック医薬品に切り替えることにより自己負担に一定額以上の軽減が見込まれる方を対象に、自己負担軽減額等のお知らせを本年11月上旬頃に配付する予定です。

現在、服用されている先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えると、自己負担額をいくら軽減できるか、またジェネリック医薬品についての説明等を掲載しています。同通知が届いた方は、ご一読いただき、ぜひジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。

本組合における令和6年4月診療分のジェネリック医薬品の使用率\*は、組合員89.15%、被扶養者86.31%、全体で88.14%と、増加傾向にあります。今後ご協力をお願いします。

※調剤レセプトのみが対象です。



# 野菜たっぷり健康ごはん

パパッとできる!

体のために野菜を食べた方がいいと分かってはいても、忙しいとおろそかになりがちに……。そんな悩みを解消するため、手間を減らしてたっぷり野菜をとれるレシピを紹介します。

料理制作・監修=小林まさみ (料理研究家) 撮影=原ヒデトシ スタイリング=宮沢史絵 栄養計算=佐藤友恵



さつまいもの皮は栄養たっぷり！皮ごと食べよう

冷蔵保存 約4日

1人分 エネルギー218kcal 食塩相当量1.1g

## 牛肉とさつまいもの甘辛炒め



材料 (4人分)		
牛こま切れ肉	150g	
さつまいも	1本 (200g)	
いんげん	50g	
しめじ	100g	
ごま油	大さじ1	
豆板醤	小さじ1	
A	水	½カップ
	酒	大さじ1
	砂糖	大さじ½
	しょうゆ	大さじ1

### 作り方

- 牛肉は一口大に切る。さつまいもは5mm厚さの半月切りにして、5分ほど水にさらしてから水気を拭く。いんげんはヘタと筋を取り、長さ2〜3等分に切る。しめじは石づきを取ってほぐす。
- フライパンにごま油を強めの中火で熱する。さつまいもを広げ、焼き付けるように2分ほど炒め、端に寄せる。隙間にいんげん、しめじを加え、1分ほど炒める。
- さつまいもが所々こんがりし、やっと竹串が通るくらいになったら、牛肉、豆板醤を加え、ほぐしながら炒める。
- 牛肉にほぼ火が通ったらAを加える。さつまいもを崩さないよう時々混ぜながら、汁気が少なくなるまで炒める。

**1つのフライパンで順番に炒めていく**  
火の通りにくい食材から加えていけば、調理はフライパン1つで完結します。端に寄せて隙間を作り、次の材料を入れましょう。

**Profile** こばやし まさみ ●料理研究家。結婚後、働きながら調理師学校に通い、料理研究家のアシスタントなども務める。独立後は作り手に寄り添ったレシピで人気を博し、テレビや雑誌、企業のレシピ開発などで活躍。『毎日おいしい！カンタン小鍋』(扶桑社)など著書多数。

令和6年10月からえひめ共済会館の1泊2食付きプランが新しく生まれ変わりました!

# えひめの“愛”をたっぷり 地産地消プラン

(当日予約不可)

ご予約  
承り中



宿泊と夕・朝食をセットにしたお得なプランです。組合員・被扶養者様  
※メイン料理を肉・魚のどちらかお選びいただけます。(写真は肉メイン)  
※年4回、季節に合わせて献立を変更します。※朝食はバイキング形式となります。(通常価格10,800円)  
**1泊2食付 8,100円(税込)**

下記の2つのプランも1泊2食付きの新プランとしてご用意しております。

## シニアヘルシープラン

**5,800円(税込)**(通常8,500円) ※当日予約不可  
60歳以上の方を含むご家族、グループ対象です。夕食は  
全体的にヘルシーな内容となっております。

## スタンダードプラン

**4,100円(税込)**(通常6,800円) ※当日予約可  
夕食は4種の御膳(チキン南蛮・唐揚げ・豚ロースかつ・天婦羅)  
の中からお1つお選びいただけます。

※上記以外にも各種料理を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。

※四季の伊予路プラン・料理長おすすめプラン・料理長おすすめSPプランは令和6年9月30日をもって販売を終了させていただきます。

※表記料金は愛媛共済会館利用助成2,400円と、組合員及び被扶養者対象の300円のお値引き後の料金になります。

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】

<https://kyosai-ehime.or.jp/kaikan/>

【Eメールアドレス】

[e-kyosai-kaikan@dune.ocn.ne.jp](mailto:e-kyosai-kaikan@dune.ocn.ne.jp)



## —組合の現況—

(令和6年8月末現在)

◎所属所数	43
◎組合員数	22,182人
男	10,888人
女	11,294人
◎平均標準報酬月額(短期)	308,897円
◎被扶養者数	15,398人
(含任継)	内276人
◎任意継続組合員	482人
◎年金受給者数	19,244人