



目次

平成20年度事業計画及び予算が決定しました…	2～9
特定健康診査・保健指導が始まります…	10～12
平成20年度健康セミナー開催のお知らせ…	13
施設利用助成券が新しくなりました…	14
快汗！運動をはじめよう…	15
健康コラム 生活習慣病を予防しよう…	16～17
被扶養者に異動はありませんか…	18
「58歳通知」が始まりました…	19
退職共済年金請求書の事前送付について…	20～21
貸付事業からのお知らせ…	22～23
積立貯金のご案内…	24
共済組合指定店一覧表…	25



平成20年度事業計画及び予算が決定しました

去る3月3日に開催された組合会において、平成20年度事業計画及び予算が議決されました。
以下、その概要についてお知らせします。

○ 地方公共団体の数

市	町	村	一部事務組合等	合計
11	17	6	30	64

○ 財源率

(1) 給料と掛金・負担金との割合

種別	区分				短期		長期		保健	
	掛金	負担金	介護掛金	介護負担金	掛金	負担金	掛金	負担金	掛金	負担金
一般組合員（一般職）	47.5	47.5	5.4	5.4	90.2875 92.5	119.0375 121.25	2.625	2.625		
〃（特別職）	38	38	4.32	4.32	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
市町村長組合員	38	38	4.32	4.32	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
特定消防組合員	47.5	47.5	5.4	5.4	90.2875 92.5	119.0375 121.25	2.625	2.625		
船員一般組合員	40	62.5	5.4	5.4	90.2875 92.5	119.0375 121.25	2.625	2.625		
市町村長長期組合員	—	—	—	—	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
長期組合員（特別職）	—	—	—	—	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
任意継続組合員	95	—	10.8	—	—	—	—	—	—	—

(2) 期末手当等と掛金・負担金との割合

種別	区分				短期		長期		保健	
	掛金	負担金	介護掛金	介護負担金	掛金	負担金	掛金	負担金	掛金	負担金
一般組合員（一般職）	38	38	4.32	4.32	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
〃（特別職）	38	38	4.32	4.32	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
市町村長組合員	38	38	4.32	4.32	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
特定消防組合員	38	38	4.32	4.32	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
船員一般組合員	32	50	4.32	4.32	72.23 74	95.23 97	2.1	2.1		
任意継続組合員	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

※1 (1) (2) の短期の掛金率について

上段の率は4月から8月、下段の率は9月から3月が対象になります。

○ 組合員数及び被扶養者数（任意継続組合員を含む）

平成20年度末において、組合員数11,000人、被扶養者12,481人を見込んでいます。

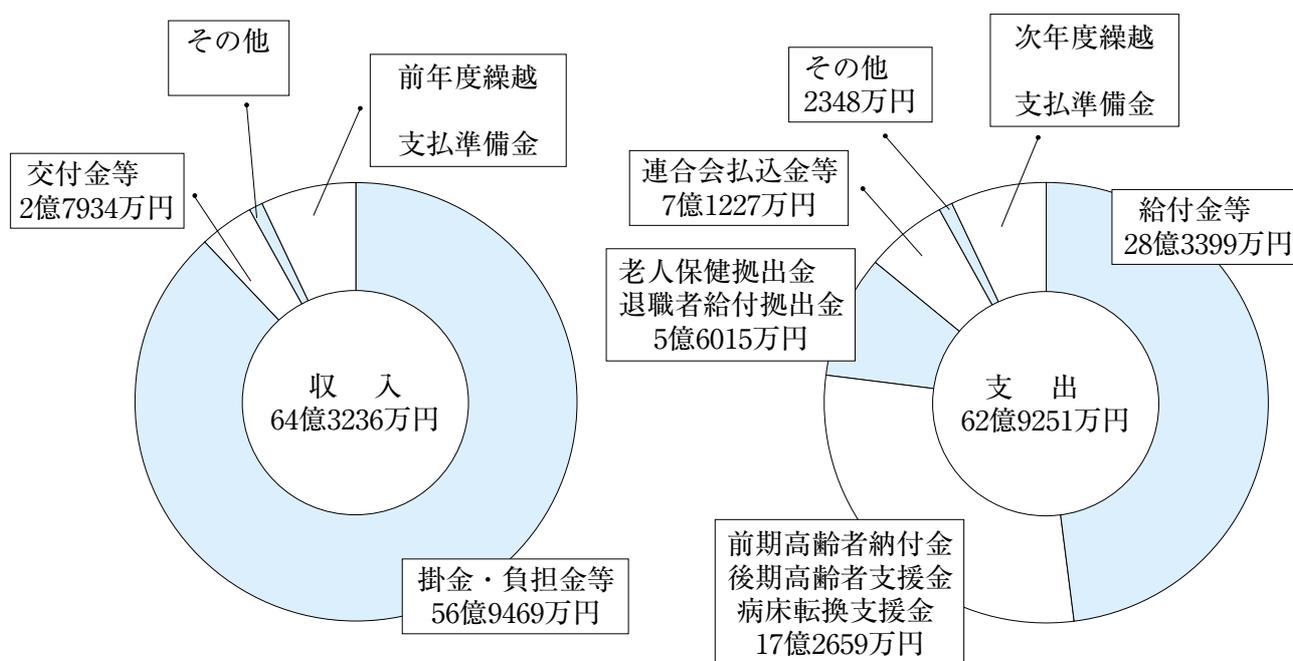
短期経理

この経理では、組合員及び被扶養者の公務によらない病気やケガ、出産、死亡または災害等に関する給付を行っており、この事業における財源は、組合員の掛金と地方公共団体の負担金の収入により成り立っています。ここ数年、組合員数の減少等により収入が減少したため、損失金を計上し、短期積立金より補てんしておりました。

19年度には、全国市町村職員共済組合連合会より1億円余りの財政調整交付金を受けることとなりましたが、それでも当期損失金を3億5千万円余り計上する見込みとなっており、積立金をすべて取り崩してもなお、繰越欠損金が生じる見込となっております。このような状況のもと、20年度より「後期高齢者医療制度」、「前期高齢者医療制度」、「病床転換助成事業」の実施や、20年度限りとされている政管健保への支援金など、新たな事業への拠出金等の増加が見込まれております。

また、全国市町村職員共済組合連合会の「財政調整事業」における基準率の引き上げや、高額医療における交付金の見直しが進められたことにより、短期財政が一層厳しくなり、財源率を大幅に引き上げることになりました。短期経理においては収支の均衡を図ることになっており、ご理解を賜りたく存じます。組合員の皆様には多額の負担を強いることとなりますが、当組合としても、人間ドック等、健康管理の推進に力を入れ健全な事業運営に努めてまいりますので、尚一層の健康管理に心掛け医療費の節減にご協力下さいますようお願いいたします。

○ 収支状況



短期経理

<参考>

他県の財源率の状況

単位 %

	短期財源率	介護財源率	前年度比較 短期財源率	前年度比較 介護財源率
徳島県	74.40	7.84	+9.28	-0.48
香川県	73.20	8.00	+6.00	0.00
愛媛県	81.44	8.50	+6.88	-0.50
高知県	76.00	8.64	+7.30	0.00
全国平均	75.47	8.30	+7.12	-0.25

長期経理

この経理は、皆様の掛金と各所属所より負担金をお預かりし、全国市町村職員共済組合連合会へ納付するものです。なお、掛金・負担金の率については、前頁に記載しております。

現在、年金の支給は全国市町村職員共済組合連合会が行っていますが、年金に関する各種届出の受理や相談は引き続き各県の共済組合で行っていますので、お気軽にご相談ください。

預託金管理経理

19年度から年金給付に係る積立金は全国市町村職員共済組合連合会に移管されました。各組合は、年金業務の一元的処理に伴い、その資産の一部を連合会から預託され、貸付経理への貸付、地方債（縁故地方債）等で運用しています。この経理はそのために19年度から新設されています。

○ 収支状況

(単位：千円)

収 入		支 出	
利息及び配当金	152,657	支払利息	152,657
計	152,657	計	152,657
本年度差引損益金		0	

業 務 経 理

この経理では、主に短期給付及び長期給付の事業を行うための事務費を負担しています。その費用については、地方公共団体の負担金（組合員1人当たり8,510円）、短期経理（組合員1人当たり1,565円）からの繰入金、連合会からの交付金（長期経理（組合員1人当たり2,515円））により負担されています。

○ 収 支 状 況

（単位：千円）

収 入		支 出	
負 担 金	91,100	事 務 費 等	78,134
連 合 会 交 付 金	45,947	事 務 費 負 担 金 払 込 金	40,465
利 息 及 び 配 当 金	400	そ の 他	34,738
短 期 経 理 よ り の 繰 入 金	16,753		
そ の 他	167		
計	154,367	計	153,337
本 年 度 差 引 損 益 金		1,030	

保 健 経 理

この経理では、組合員とその家族（被扶養者）の方の健康増進をはかり、保健、衛生知識の向上などに役立ててもらうための事業を行っており、その事業内容及び予算については下記のとおりです。

収入は、ここ数年組合員数に比例して減少しており、20年度の当期損失金の見込額は8,268千円となります。なお、この損失金については積立金を取り崩し補てんします。

また、20年度から新規事業として特定健康診査が実施されることとなっており、組合員の皆様のご理解、ご協力をお願いします。

○ 事 業 の 種 類

（単位：千円）

項 目	事業計画額	概 要	
保健事業	人間ドック	145,884	人間ドック補助（組合員・配偶者）
	成人病検診	6,627	診察・血圧・尿・貧血・脂質・肝機能 腎機能・心電図・血糖・その他

項 目		事業計画額	概 要
保 健 事 業	婦 人 健 診	125	消化器・子宮・乳腺検診補助
	妊 婦 検 診	2,610	妊婦検診補助（組合員・配偶者）
	予防接種助成	4,300	インフルエンザ・日本脳炎 ワクチン代補助
	そ の 他	3,960	レセプト審査
	小 計	163,506	
保 養 関 係	施設利用助成	17,178	契約施設の利用助成
	小 計	17,178	
体 育 関 係	球技大会助成	2,450	ソフトボール・バレーボール大会助成
	そ の 他	1,823	球技大会諸経費
	小 計	4,273	
医 療 ・ 広 報 関 係	保健関係図書	150	医療統計資料
	広 報 外	350	共済広報外
	そ の 他	1,000	退職者説明会資料外
	小 計	1,500	
講 座 関 係	健 康 講 座	1,000	
	婦 人 講 座	1,000	
	小 計	2,000	
特 定 健 診 ・ 保 健 指 導	特定健康診査	5,322	
	特定保健指導	17,162	
	小 計	22,484	
合 計		210,941	

宿 泊 経 理

この経理では、組合員及びその家族の保養施設として「高知共済会館」の運営を行っています。施設経営においては依然として厳しい状況にありますが、施設利用のPR等、利用率の向上を図り、引き続き経営の健全化に努めてまいります。今後ともより一層のご理解とご協力を賜り、ご宿泊をはじめ、会議・宴会等、当会館をご利用下さいますようお願いいたします。

○ 利用計画

(単位：件・円)

区分 部門	1日当り		年 間		備 考
	件数	金額	件数	金額	
宿 泊	35	147,899	12,000	52,800,000	組合員 10,200人 その他 1,800人 1日当り平均利用金額 4,400円

(単位：件・円)

部門	区分	1日当り		年間		備考
		件数	金額	件数	金額	
宴会		0.8	77,401	300	27,632,000	
会議		4	62,000	1,280	22,134,000	
喫茶		50	17,502	17,850	6,248,000	
食堂		50	29,700	17,850	10,603,000	
売店			10,202		3,642,000	

○ 収支状況

(単位：千円)

収 入		支 出	
施設収入	137,896	事務費等	68,405
保健経理より繰入金	65,000	商品仕入	3,240
その他	48,380	飲食用材料費	21,600
		光熱水料	13,620
		委託管理費	27,960
		その他	111,487
計	251,276	計	246,312
本年度差引損益金		4,964	

貯金経理

この経理では、組合員から預け入れのあった大切な資金を安全かつ効率的に運用し、銀行などの一般の預貯金利息よりも、有利な利率で組合員に還元することを目的とした事業を行っています。

本年度においても、資産運用には細心の注意を払いながら、信用と格付けの高い債券で安全かつ効率的な運用に努めてまいりますので、今後とも共済貯金をよろしくお願いします。

○ 貯金の種類、支払利率及び現況

(単位：千円)

区分	種類	普通貯金	定期貯金	積立貯金
		貯金額	92,718	31,815,144
貯金者数(人)		737	2,965	4,346
貯金者1人当りの貯金額		126	10,730	2,632
組合員加入率(%)		6.9	27.7	40.7
支払利率(%)		0.5	1.3	1.35

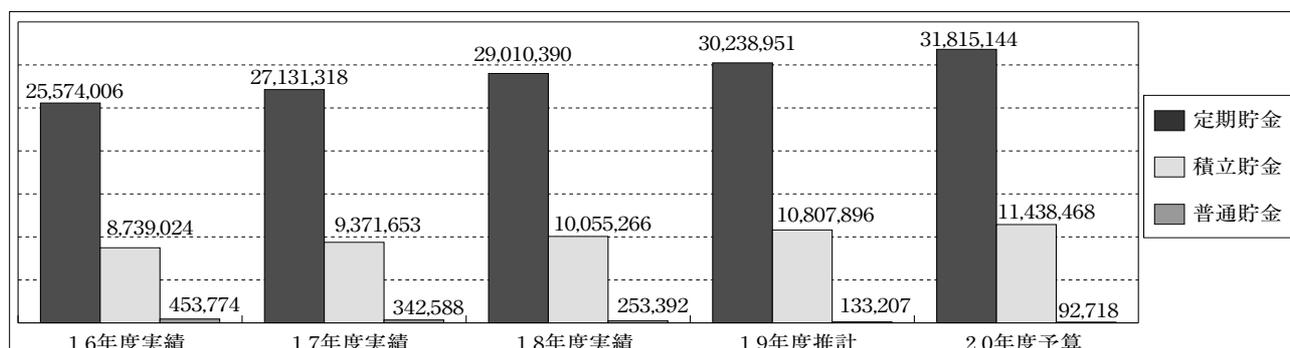
○ 収支状況

(単位：千円)

収 入		支 出	
利息及び配当金外	994,046	事務費等	67,345
		支払利息	561,229
		その他	43,498
計	994,046	計	672,072
本年度差引損益金		321,974	

○ 5年間の貯金額の推移

(単位：千円)



	普通貯金	定期貯金	積立貯金
16年度実績	453,774	25,574,006	8,739,024
17年度実績	342,588	27,131,318	9,371,653
18年度実績	253,392	29,010,390	10,055,266
19年度推計	133,207	30,238,951	10,807,896
20年度予算	92,718	31,815,144	11,438,468

貸付経理

この経理では、預託金経理からの借入金を原資として、組合員が臨時の支出、住宅の建築、教育費等で資金が必要になったとき、組合員の生活の安定を図るため、その資金を低金利で貸し付ける事業を行っています。

平成20年度は、収入197,342千円に対し、支出226,490千円となっており、当期損失金が29,148千円発生することを見込んでいます。ここ数年貸付件数は減少しておりますが、組合員のみなさまにとって身近な貸付制度でございますので、今後ともよろしく申し上げます。

○ 貸付の種類

(単位：件・千円・%)

種 類	件 数	金 額	割 合
普 通 貸 付	1,396	903,692	15.62
住宅貸付	住 宅	4,407,833	76.18
	在宅介護対応住宅	51,611	0.90
	計	4,459,444	77.08

(単位：件・千円・%)

種 類	件 数	金 額	割 合	
災 害 貸 付	災 害	13	52,909	0.91
	在 宅 介 護 対 応 住 宅	0	0	0.00
	小 計	13	52,909	0.91
特 別 貸 付	医 療	1	804	0.01
	入 学	181	142,060	2.46
	修 学	236	204,946	3.54
	結 婚	26	19,473	0.34
	葬 祭	4	2,464	0.04
	小 計	448	369,747	6.39
高 額 医 療 貸 付	1	150	0.00	
出 産 貸 付	1	350	0.00	
合 計	3,133	5,786,292	100.00	

○ 収 支 状 況

(単位：千円)

収 入		支 出	
組 合 員 貸 付 金 利 息	159,960	事 務 費 等	21,902
利 息 及 び 配 当 金	1,224	支 払 利 息	142,092
そ の 他	36,158	そ の 他	62,496
計	197,342	計	226,490
本 年 度 差 引 損 益 金		△ 29,148	

物 資 経 理

この経理では、組合員に良い品物を安く提供する当組合独自の流通事業であるほか、自動車購入資金の貸付等、生活の向上に役立つ事業を目的として行っています。20年度は、損失金として5,165千円を計上する見込みとなりましたが、今後も利用件数の拡大、物資事業の発展に努めてまいりますので、自動車、物品等ご購入の際には是非ともご利用くださいますようお願いいたします。

○ 収 支 状 況

(単位：千円)

収 入		支 出	
商 品 売 上	18,000	事 務 費 等	1,200
受 託 商 品 手 数 料	10,868	商 品 仕 入	16,661
そ の 他	8,693	支 払 利 息	4,544
		そ の 他	20,321
計	37,561	計	42,726
本 年 度 差 引 損 益 金		△ 5,165	

特定健康診査・特定保健指導はじまります

本年4月から、「高齢者の医療の確保に関する法律」により、医療保険者としての共済組合に40～74歳の加入者（本人及び被扶養者）を対象とする内蔵脂肪型肥満に着目した健康診査が義務付けられました。また、この健康診断の結果に基づき、健康の保持に努める必要がある者に対して、保健指導を実施することとされています。

これにより、将来の生活習慣病に起因する疾病の発症を抑えることにより、健康の維持を確保するとともに医療費抑制に資することを目的としています。5年後における受診率、生活習慣病の発生率等により、後期高齢者医療制度に対する支援金の額に影響することとなっています。

なお、この新しい制度の実施にあたっては、各医療保険者、健診機関にとっても不確定事項が多く、細部の取扱等について決定していない状況となっています。したがって、以下の内容についても変更となる場合がありますのでご承知下さい。

1. 特定健康診査の実施方法

特定健康診査の実施については、当組合が実施している現行の健康診断事業である「①短期人間ドック利用助成（以下「人間ドック」という。）」及び「②成人病精密検査（以下「成人病検診」という。）」による対応を原則としましたので、受診資格を以下のとおり変更（年齢は、受診年度における到達年齢となります。）しました。

①人間ドックの受診対象者

【組合員】

- ・ 35歳及び40歳以上の受診を希望する者は、所属所より労働安全衛生法に基づく事業所健診の委託を受けた場合に受診を認める（40歳以上は特定健康診査、保健指導の対象）。
- ・ 40歳未満（35歳除く）で受診を希望する者。

【被扶養配偶者】

- ・ 受診を希望する者（40歳以上は特定健康診査、保健指導の対象）。

②成人病検診の受診対象者（自己負担不要）

【組合員】

- ・ 40歳未満（35歳除く）の組合員
- ・ 所属所より労働安全衛生法に基づく事業所健診の委託を受けた者（40歳以上及び35歳）

【被扶養者】

- ・ 30歳以上74歳の者（40歳以上は特定健康診査、保健指導の対象）。

③重複受診の制限

- ・ 人間ドックと成人病検診の重複受診は認めない。
- ・ 人間ドック若しくは成人病検診と所属所責任で実施すべき事業所健診の重複受診は認めない（労働安全衛生法に定められた健康診断の回数を超える場合）。

2. 人間ドック及び成人病検診の募集方法（概要）

- ①年度当初に人間ドック受診希望者の募集を実施し、集計する。
- ②人間ドックの受診を希望しない40歳以上及び35歳の組合員は、事業所健診を受診するとみなす。
- ③人間ドックを希望しない被扶養者（30歳以上74歳）について、成人病検診等の受診方法及び申込み方法について通知の上、希望受診方法を選択してもらう。
- ④所属所と健診機関の協議により、成人病検診の実施日を決定の上、共済組合に通知する。
- ⑤共済組合は、成人病検診の受診を希望する被扶養者に実施日を通知の上、受診することの確認を行い、受診予定者を所属所に通知する。
- ⑥所属所は、人間ドックを受診しない組合員（②を除く）に対して成人病検診の受診希望者を募集する。

3. 検査結果の取扱

人間ドック及び成人病検診の検査結果は、受診者本人に通知するとともに共済組合において継続的に管理し、保健指導に活用することとなります。また、組合員にかかる検査結果については、労働安全衛生法の関連から所属所に通知します。

4. 特定保健指導の実施方法（概要）

40歳以上の組合員及び被扶養者の方が受診する健康診断の検査結果は、特定保健指導に活用されることとなりますので、以下の事項にご留意の上、受診下さい。

- ①人間ドック受診の場合は、当該健診機関における受診日当日の「動機付け支援」の開始が原則となります。
- ②人間ドック受診により「積極的支援」に該当する場合で、当該健診機関と同一地域内に居住している場合は、当該健診機関における保健指導を受けることが原則となりますが、居住地が異なる場合でも、受診者本人が当該健診機関での保健指導を希望する場合は、当該健診機関で保健指導を受けることとします。
- ③保健指導が実施できない人間ドックの健診機関（※1）で受診した場合、人間ドックの健診機関で保健指導を受けなかった場合、及び成人病検診等の他の健診を受診した方については、後日保健指導の実施（※2）について通知いたします。

※1 保健指導が実施できない健診機関は次の健診機関です（3月20日現在）

J A 高知病院 中村クリニック

※2 保健指導の実施機関は、所属所又は地域単位で特定の保健指導実施可能な健診機関（市町村国保含む）に委託する予定です。

《参考》 検査結果に基づく特定保健指導の種別及び階層化

1. 保健指導の種別

①動機付け支援

対象者自身が健康状態及び生活習慣の改善すべき点等を自覚し、生活習慣の改善に向けた自主的な取組みの実施に対する援助を行うことを目的として、厚生労働大臣が定める方法により実施する。

- ・ 面接による支援（行動目標の策定）

- ・実績評価（目標の達成度を対象者に提供）

②積極的支援

対象者自身が健康状態及び生活習慣の改善すべき点等を自覚し、生活習慣の改善に向けた自主的な取組みの継続的実施に対する援助を行うことを目的として、厚生労働大臣が定める方法により実施する。

- ・初回に面接による支援（行動目標の策定）
- ・3ヶ月以上の継続的支援（進捗状況に関する評価）
- ・実績評価（面接等により目標の達成度を対象者に提供）

2. 保健指導の階層化

特定健康診査の結果等に基づき、以下の表のとおり階層化されます。

腹 囲	追加リスク		④喫煙歴	対 象	
	①血糖	②脂質 ③血压		40～64歳	65～74歳
≥85cm(男性)	2つ以上該当		/	積極的支援	動機付け支援
≥90cm(女性)	1つ該当		あり		
			なし		
上記以外で BMI≥25	3つ該当		/	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当		あり		
	1つ該当		なし		

【追加リスク】

- ①血糖…空腹時血糖が100mg/dl以上、またはHbA1cが5.2%以上
- ②脂質…中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロールが40mg/dl未満
- ③血压…収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上

$$B M I = \text{体重 (K g)} / (\text{身長 (M)} \text{ の } 2 \text{ 乗})$$

第41回市町村職員ソフトボール大会 第26回市町村職員バレーボール大会 開催日決定しました!!

平成20年度高知県市町村職員球技大会が、下記の日程で春野運動公園及び体育館で開催されます。組合員をはじめご家族の皆様の応援をお待ちしております。

なお、予選は県下7ブロックで平成20年7月31日までに終了して下さい。

【ソフトボール】 平成20年9月13日（土） <予備日：平成20年10月4日（土）>
【バレーボール】 平成20年9月27日（土） <予備日：平成20年10月25日（土）>

平成20年度 健康セミナー開催のお知らせ

本年度は下記の日程で「元気力アップセミナー」及び「女性健康セミナー」を開催します。
組合員のみなさんの健康増進を目的としたセミナーですので、ぜひご参加下さい！セミナーの詳細は後日改めてお知らせいたします。

【開催日とセミナー内容】

平成20年8月25(月) 元気力アップセミナー 【募集人数：50名程度】

平成20年8月26(火)・27(水) 女性健康セミナー 【募集人数：各50名程度】



医療に関する改正のお知らせ

○小学校入学前の児童の医療機関での窓口負担が軽減されて2割となります。

医療費の窓口負担が2割となる対象年齢が、3歳未満から小学校入学前（3月31日）までとなります。

市町村によっては子供の窓口負担の助成制度を設けており、窓口負担が1割もしくは無料となる場合がありますので、詳細はお住まいの各市町村の窓口にお問い合わせ下さい。

現 行	年 齢	自己負担
	3歳未満	2割負担
	3歳以上	3割負担



改 正	年 齢	自己負担
	6歳到達後 3月31日まで	2割負担

○70歳～74歳の方の窓口負担につて、平成20年4月からの見直しは1年間凍結します。

70歳～74歳の方については、平成20年4月から医療費の自己負担割合が、1割負担から2割負担に引き上げられ、高額療養費の自己負担限度額についても見直されることになっていましたが、1年間凍結され、平成21年4月からの実施となります。

現行	所得区分	外 来 (個人毎)	外来+入院 (世帯ごと)
	一般	12,000円	44,400円



改正	所得区分	外 来 (個人毎)	外来+入院 (世帯ごと)
	一般	24,600円	62,100円 (44,400円)

※（ ）内は、多数該当（過去12ヶ月以内に高額療養の支給を3回以上受けた場合の4回目以降の支給）の場合。

※現役並み所得者の医療費の自己負担割合や、高額療養費の限度額については変更ありません。

快汗！運動をはじめよう

運動チェック

あなたの運動への意識は？

	質 問	回答とスコア	
		は い	いいえ
1	運動で汗をかくのは気持ちいい	+1	0
2	健康を維持するために運動は必要だと思う	+1	0
3	一日中歩くような登山やハイキングに挑戦したい	+1	0
4	実際の年齢よりも体力年齢は若いと思う	+1	0
5	スポーツクラブ等の運動施設が近くになれば、運動は続かない	0	+1
6	運動する時間があったら寝ていたい	0	+1
7	健康を考えて歩くようにしている	+1	0
8	チャレンジしたい運動種目がある	+1	0
9	運動する時間がない	0	+1
10	運動する場所がない	0	+1

合 計

スコアの合計

ランク

評 価

8以上

A

すばらしい！あなたの運動意識レベルは最高です。きっと気持ちの良い汗を流しているでしょう。ケガや疲労には十分注意をして今後も楽しんでください。

5以上
8未満

B

あなたの運動意識レベルは合格！
新しい種目にもチャレンジして気持ちの良い汗を流していきましょう。

2以上
5未満

C

運動は決して嫌いではないはず。
いまの環境の中で少しでも汗をかける時間を見つけてみてはいかがでしょうか？

0～2未満

D

運動できない理由を探しているのではありませんか？まずはお天気の良い日にウォーキングでも楽しんでみましょう。季節感を感じて今まで気がつかなかった街の風景を楽しんでみましょう。

現代の病：メタボリックシンドローム（その1）

高知大学医学部附属病院 脳神経外科 准教授 朴 啓 彰

メタボリックシンドロームは、今や洪水のごとくテレビや雑誌に溢れ出て、太っている人を指して「あなたはメタボね」と言われるほど一般用語にもなっています。しかしながら、その本質を知るためには、少し視点を変えた立場から説明する必要があるのではないかと思います。なぜなら、メタボは単なる生活習慣病の一種態だけでなく、その病根は限りなく深いものがあるからです。一般的に生活習慣（環境因子も含む）と遺伝的体質が2大病因ですが、このうち生活習慣によって起こり易いのが、糖尿病・高血圧・脂質代謝異常、肥満症であります。これら生活習慣病を熟考しますと、現在社会の文明論にも繋がると換言できますが、それはそれで後で解説するとして、まず、メタボの病態を知りましょう。

メタボって何？

肥満者に糖尿病・高血圧・脂質代謝異常などの生活習慣病がかかりやすいことは昔から知られていました。単独でも動脈硬化のリスクを上げるわけですが、1980年代後半からこれら生活習慣病が重複すると、動脈硬化のリスクが何倍にも跳ね上がることが分かってきました。動脈硬化は、日本人の死因の約3割を占める心筋梗塞や脳卒中の引き金になりますので、見逃すわけには行きません。事実、今年4月から「メタボ健診」と呼ばれる「特定健康診査」が義務づけられ、国を挙げてメタボ対策に乗り出す事になります。

なぜ生活習慣病が重なるのか、重なるとどうして動脈硬化のリスクが上がるのか、ずっと謎のままでしたが、最近の研究からお腹の中にたまった脂肪から分泌される生理活性物質（アディポサイトカイン）が原因であることが解明されました（図1）。脂肪組織はエネルギーを蓄えるだけでなく、アディポサイトカインを分泌しますので、心臓や肝臓と同じように立派な臓器であると見なされます。このアディポサイトカインには、コレステロールのように善玉と悪玉があります。善玉の代表は動脈硬化や糖尿病を防ぐアディポネクチン、悪玉には、動脈硬化を促すPAI-1、血圧を上げるアンジオテンノーゲン、血糖値の調節を乱すTNF- α などがあります。正常では、善玉と悪玉の分泌バランスは良く保たれていますが、内蔵に脂肪が溜まりすぎる（内臓脂肪蓄積型肥満になる）とこの分泌バランスが乱れ、糖尿病や高血圧、ひいては動脈硬化のリスクが上がってしまうと考えられています（図2は、内臓脂肪蓄積と肥満が合わさった時に、生活習慣病の発病率が高い事を示しています）。因みに、アディポネクチンは日本肥満学会会長であられる松澤祐次先生のグループが発見し、メタボリックシンドロームの病態論を確立する上で中心的役割を果たされました。（私は阪大の学生時代に松澤先生の講義を受けましたが、30年前から肥満症の先駆的な研究をされておられました。その当時はスリムな体でありましたが、現在はかっぷくがよくなればメタボ対策に勤しんでおられると聞きました）

今回は、メタボ診断基準とその問題点について述べたいと思います。

図1 動脈硬化の原因は内臓脂肪蓄積である。

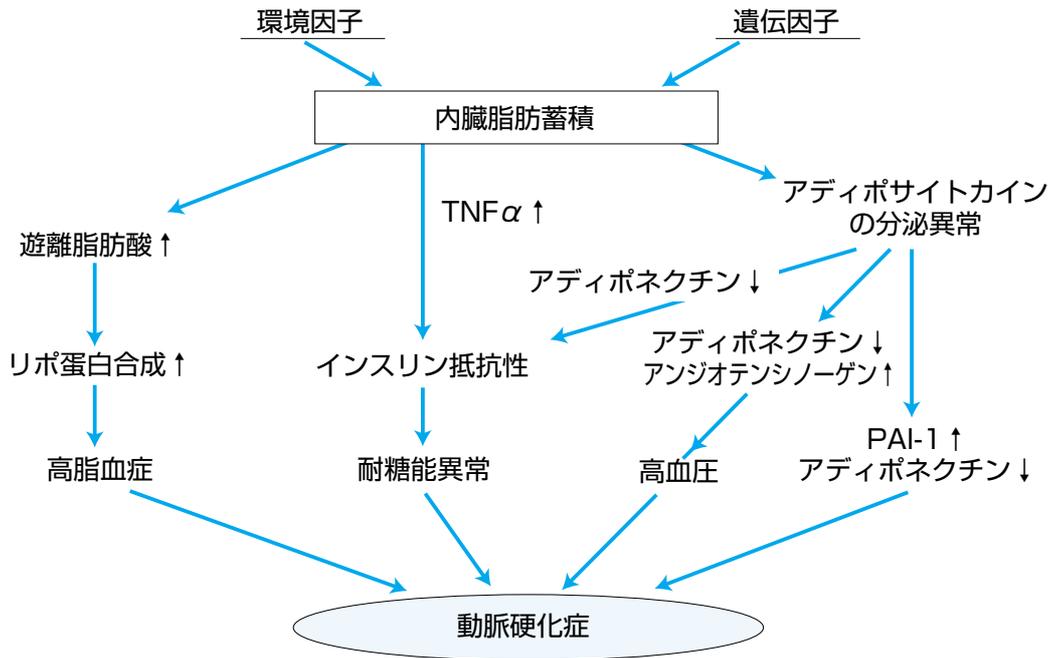
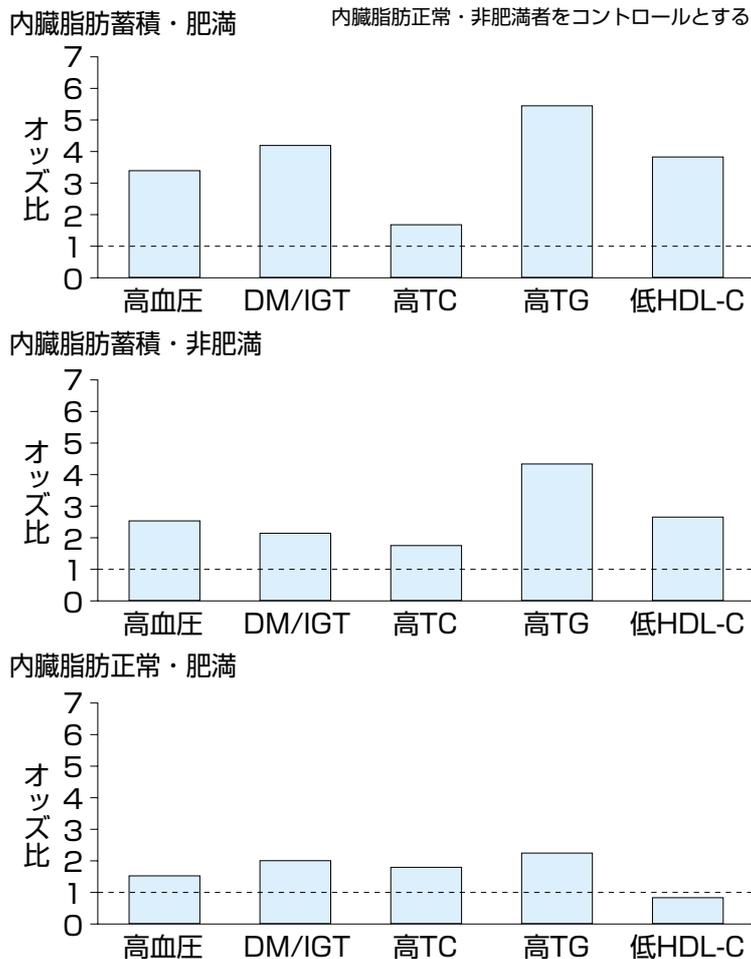


図2 肥満でも内臓脂肪蓄積型のみが、生活習慣病のリスクを大いに上昇させる。



(オッズ比は、リスク比と同じような意味とを考えてください。 DM/IGTは糖尿病・耐糖尿異常、TCはコレステロール、TGは中性脂肪、HDL-Cは善玉コレステロールの略語です)

被扶養者に異動はありませんか？

新年度は、就職や退職などご家族の異動が多い時期です。
被扶養者の認定及び取消を忘れがちになりますので、ご注意ください。
よくある問い合わせの例を載せておりますので参考にしてください。

例1

被扶養者である長男が、平成20年4月1日より就職をしました。

しかし、3ヶ月間は研修期間（給料は110,000円）で健康保険証は7月からの加入となります。

この場合の取消日は？

被扶養者の認定は、就職先の雇用形態にかかわらず、収入により判断いたします。（賞与、通勤手当、及び各種手当等含む）

この場合は、4月より恒常的な収入がありますので、平成20年4月1日取消となります。

例2

被扶養者である次男が、半年前の平成19年10月1日よりアルバイトを始めています。

給料は、毎月108,333円を超えております。
この場合は取消になりますか？

向こう1年の収入が130万円未満（60歳以上の公的年金受給者は180万円未満）でなければ認定できません。

この場合は、恒常的な収入が限度額を超えておりますので、平成19年10月1日取消となります。

（平成19年10月分からの医療費については、返還していただくこととなります。）

例3

夫が平成20年3月31日に退職し、4月以降は収入がありません。しかし、1月から3月の収入は130万円を超えています。

この場合、被扶養者にすることができますか？

認定を受けようとしたときから将来に向かって得る収入が130万円未満（60歳以上の公的年金受給者は180万円未満）であるかどうかで判断します。

この場合は、4月以降収入がなければ、被扶養者として認定することができます。

例4

例3において、雇用保険を受給することになりました。

この場合は取消になりますか？

待機期間中は、その他に収入がなければ、被扶養者として認定できますが、失業給付の額が日額3,611円を超える場合は、支給期間中は認定できませんので、取消となります。

受給期間が終了して、無収入となりましたら、再び認定することができます。

「58歳通知」が始まりました！

黒潮1月号においてお知らせしておりました「58歳通知」が、本年3月より開始されました。

「58歳通知」は、共済組合が管理する年金加入記録の事前確認と年金見込額をお知らせすることによって将来設計に役立てていただくことを目的としており、58歳到達月（誕生日の前日の属する月）の前月中旬頃に、共済組合の組合員期間（他の公務員共済の期間含む）と年金見込額等のお知らせ、及び共済制度について記載したリーフレットを該当組合員の方に所属所を經由し送付しています。お知らせする内容は、

- ① 58歳到達月の前々月までの組合員期間
- ② 58歳到達月の前々月までの組合員期間に応じた年金見込額
- ③ 60歳到達日まで加入された場合の年金見込額

となります。

「58歳通知」がお手元に届きましたら、お知らせしている内容のうち、特に「組合員期間」については、誤りや漏れがないかをご確認ください。臨時職員期間を公務員期間と誤認している場合や、当組合に加入前の公務員期間が漏れている場合等も見受けられますのでご注意ください。

ご自分のこの通知に記載されている内容について疑問等がある場合は、共済組合業務課年金係までお問い合わせください。

年金加入記録のお知らせ (公務員共済ねんきん特別便) の送付について

本年6月中旬頃に、「年金加入記録のお知らせ（公務員共済ねんきん特別便）」（以下「年金加入記録のお知らせ」といいます。）を所属所を經由し送付します。

「年金加入記録のお知らせ」は、本年4月1日現在に組合員である方を対象に、公務員共済の年金加入記録等の確認を行っていただくために送付するもので、お知らせする内容は概ね以下のとおりとなります。

- ◇ 基礎年金番号
- ◇ 所属所証番号
- ◇ 給料記録番号
- ◇ 平成20年3月31日現在の公務員共済の年金加入記録

「年金加入記録のお知らせ」がお手元に届きましたら、「58歳通知」と同様に、組合員期間をご確認いただき、誤り・漏れ等の疑問点がある場合は、共済組合業務課年金係までお問い合わせください。

なお、「年金加入記録のお知らせ」でご確認いただく年金加入記録は、公務員共済の記録のみとなります。国民年金・厚生年金等の他の公的年金期間をお持ちの方については、社会保険庁より別途送付される「ねんきん特別便」により、年金加入記録のご確認をいただくようお願いします。

年金講座

退職共済年金請求書の事前送付について

本年度につきましても、60歳に到達される方への退職共済年金決定請求書の事前送付を行いますのでその内容についてお知らせします。

1 退職共済年金決定請求書の送付対象者

退職共済年金決定請求書の送付対象者は、下記に該当する方となります。

- ① 在職中に60歳に到達する組合員
- ② 退職後60歳に到達する元組合員

送付方法については、①に該当する方は所属所を経由し送付、②に該当する方は住民基本台帳ネットワークシステムを利用し、本人特定ができた住所に送付することとなります。（※本人特定ができない場合は請求書の事前送付の対象外となります。）

2 退職共済年金決定請求書の送付時期

退職共済年金決定請求書は、60歳の誕生日の前日（受給権発生日）が属する月の前々月の中旬頃に共済組合から送付します。ただし、上記1の①に該当する方のうち、1月2日～4月1日までの生年月日の方については、退職共済年金退職改定請求書とあわせて2月上旬頃に送付します。

3 退職共済年金決定請求書の提出

共済組合から送付された退職共済年金決定請求書には、カナ氏名、性別、生年月日、住所等の基本項目が事前に印字されています。それ以外の必要事項に記入・押印し、必要な添付書類とあわせて60歳の誕生日の前日以降に所属所の共済組合事務担当係まで提出してください。所属所の共済組合事務担当係において、「所属機関の長の証明」および「所属所受付印の押印」を行い、共済組合へ提出されます。ただし、退職共済年金退職改定請求書を同時に提出される方は、所属所の受付日が退職日以降となるように提出を行ってください。

なお、上記1の②に該当する方で、元所属所が合併により消滅している場合は、人事記録の権利移譲を受けた市町村役場（所属所）の共済組合事務担当係に提出いただくこ

とになりますのでご注意ください。

※ 本年4月1日より、地方公務員等共済組合法施行規程の改正により、請求者の生年月日を確認する書類として必要であった「戸籍抄本」または「住民票の写し」の提出が不要となりました。

4 退職共済年金の決定

退職共済年金の決定処理については、請求書の提出後、概ね2ヶ月以内に行います。決定処理後、決定月の10日前後に、上記1の①に該当する方は所属所を通じて、②に該当する方は請求書記載の住所に退職共済年金証書を送付します。

5 在職中に退職共済年金決定請求書を提出した場合の注意点

4月2日～1月1日までの生年月日の方（同一年度内）は、在職中に退職共済年金決定請求書を提出いただいた場合でも、退職時に退職共済年金退職改定請求書の提出が別途必要となります。退職共済年金退職改定請求書については、1月2日～4月1日までの生年月日の方と同様に、2月上旬頃に共済組合から送付します。退職共済年金退職改定請求書についても、退職共済年金決定請求書と同様に基本項目を事前印字していますので、それ以外の必要事項に記入・押印し、必要な添付書類とあわせて所属所の共済組合事務担当係に提出してください。提出日については、所属所の受付日が退職日以降となるようご注意ください。

なお、退職共済年金退職改定請求書は、定年により退職するものと仮定し送付するため、退職が60歳到達年度の年度末以降となる方（特別職等、定年が60歳到達年度の年度末以降、組合員として再任用制度の該当となっている等）については、送付された退職共済年金退職改定請求書については破棄いただき、実際に退職する際にあらためて退職改定請求を行っていただきますようお願いいたします。

退職共済年金決定請求書の事前送付を受けているにもかかわらず、請求書の提出を行わなかった方については、1月2日～4月1日までの生年月日の方と同様に、2月上旬頃にあらためて退職共済年金決定請求書と退職共済年金退職改定請求書の2部を送付しますので、退職時にあわせてご請求ください。

※ 60歳到達年度の途中で退職された方は、退職共済年金決定請求書、または、退職共済年金改定請求書の事前送付の対象とならない場合があります。

貸付事業から組合員の皆様へ

貸付利率が7月1日より改定されます！

既貸付者についても適用されます

	現 行		改定後
住宅貸付等	2.46% (2.52%)	→	2.66% (2.72%)
災害貸付	2.05% (2.11%)	→	2.22% (2.28%)
介護住宅貸付	2.20% (2.26%)	→	2.40% (2.46%)

() は一部負担金率を含む。

2007年10月の広報でお知らせしましたとおり、貸付利率が改定されることとなります。なお、貸付対象の方には、改定後の個別償還明細表を所属所を通じて送付いたします。(6月に送付予定。)

公立学校共済組合、又は地方職員共済組合に異動した場合は、貸付金の返済方法を選択できます。(物資事業は対象外)

組合員が貸付残高のあるまま公立学校共済組合、又は地方職員共済組合に異動した場合の貸付金の返済方法は、従来から取り扱っている「借換え貸付」による返済に加え、一定の要件を満たす方については異動後も元の組合に継続して返済する「貸付金の徴収嘱託」もご利用いただけます。

◎借換え貸付による返済

異動後の共済組合から貸付金を借り入れ、元の組合に当該未償還金等を一括弁済。

[借換え貸付の対象となる金額]

異動後の共済組合の貸付限度額以内で、異動前の組合から借り入れた未償還元利金。

[返済の方法]

あらかじめ組合員の承諾を得て、直接共済組合間で未償還元利金の移動を行います。

◎貸付金の徴収嘱託による返済

一定の要件を満たす方については、異動後も引き続き元の組合に返済。

[一定の要件とは]

- ・ 貸付限度額の違いにより、異動後の共済組合からの借入金のみでは異動前の共済組合に未償還元利金を返済できない場合。
- ・ 5年以内に、元の共済組合に復帰する可能性がある場合。

該当者については返済方法の確認のため、申出書の提出が必要となりますので、事務手続等詳細につきましては、当組合貸付係までご連絡ください。

貸付事業(Q&A) No.14

Q 被扶養者として認定されている長男が公務員学校へ入学しますが、入学貸付と修学貸付の利用は可能でしょうか？

A 入学貸付及び修学貸付は、学校教育法第1条に規定する高等学校、大学若しくは高等専門学校又は同法第82条の2に規定する専門学校若しくは同法第83条に規定する各種学校に入学・修学する場合に限られていますので、公務員学校などは貸付該当になりません。 その場合は普通貸付をご利用ください。

自動車購買立替金制度を ご存じですか

自動車購買立替金

年利
3.0%

* 利率は変動利率で
平成20年4月現在の
ものです。



便利な
給料控除

◆ご利用いただける方◆

組合員

(現在自動車購買立替金制度をご利用いただいている方は対象外となります。)

◆ご融資金額・返済期間◆

300万円以内

6年以内

(毎月の返済金額が基本給の30%以内)

◆ご用意いただくもの◆

自動車購買立替金申込書

車検証のコピー

戸籍謄本

(使用者名義が配偶者の場合のみ)

注意点

- ・ 申込書の締切日は毎月10日で支払日はその月の末日
- ・ 購入する自動車の使用者は申込人(または配偶者)名義とする
- ・ 申込みは登録後2ヶ月以内に限る
- ・ 個人の方から購入される場合はご利用いただけません

高知縣市町村職員共済組合 物資係 ☎088-823-3213

貯金係からお知らせ

～ 積立貯金のご案内～

○共済組合の積立貯金ならこんなにオトク!!

- ・利率は半年複利の1.35%。定期貯金の1.3%より有利です。(注1)
- ・積立方法は3種類。ご自由にお選びいただけます。

①定時積立…毎月の給料から天引きされる積立です。

②ボーナス積立…ボーナスから天引き(6月・12月のみ)される積立です。

※①と②は併用でもご利用いただけます。

③臨時積立…いつでも追加で預け入れできる便利な積立です。

- ・払戻しは月2回(注2)。手続きは所属所を通じて払戻請求書を提出していただくだけ。送金日に共済組合に登録されている個人口座に直接送金されますので簡単・安心です。

※平成20年の払戻請求書の締切日と送金日は共催広報「黒潮」2008年1月号、及びホームページに掲載しています。(注3)

(注1) 利率は平成20年4月現在のものです。

(注2) 同月内での払戻はどちらか1回のみとなりますのでご注意ください。

(注3) 締切日は当日必着完備(FAX不可)の取扱となります。不備による再提出が締切日を過ぎますと次回分に繰り下げとなりますのでお急ぎの場合などは特にご注意ください。

是非この機会に簡単・便利・安心で有利な積立貯金をご利用ください!!

※ご希望の方は下段の申込書に必要事項をご記入の上、共済事務担当者までご提出ください。

----- < キ リ ト リ セ ン > -----

積立貯金加入申込書

平成 年 月 日

所属所名					届出印		副印		
フリガナ									
氏名									
所属所証番号				性別	生年月日				
			—	男・女	昭 和	平 成	年	月	日

積立開始年月※	
年	月

定例積立額(毎月)			
			円

賞与積立額(6月)			
			円

賞与積立額(12月)			
			円

※その月の15日までに申込書が到着すれば、翌月の給料から積立開始できます。

現在の共済組合指定店は下記の通りです、ぜひご利用ください。

共 済 組 合 指 定 店 一 覧 表

平成20年4月1日（現在25店）

取扱 物資名	名 称	代表者	〒	住 所	T E L
電気製品	有限会社 丸栄ストアー	吉 岡 求	780-0051	高知市愛宕町1-6-5	875-2541
洋 服	紳 士 服 は る や ま	治 山 正 次	781-8123	高知市高須1-16-28	884-4129
〃	高知ニッケカスタム	竹 内 敏 春	781-0015	高知市薊野西町3-23-4	846-2788
呉 服	元 治 絹 織 物	猪 野 和 重	780-0965	高知市福井1463-6	825-1851
貴 金 属	有限会社ジュエリーさかい	境 泰 雅	780-0814	高知市稲荷町5-10	883-1487
〃	ジュエリーモリタ	森 田 哲 夫	782-0001	香美市土佐山田町杉田601-2	0887 52-3033
〃	宝 石 の 田 内	田 内 章	780-0052	高知市大川筋1-3-34	823-1117
〃	C O C C O (宝 石 堂)	川 村 政 道	780-0841	高知市帯屋町1丁目7-15 (新京橋アーケード街)	824-3388
貴 金 属 時計・めがね	弘 田 時 計 店	弘 田 種 男	780-0045	高知市幸町6-3	872-3291
〃	有限会社 愛宕時計店	木 谷 彰	780-0051	高知市愛宕町1-4-11	873-1523
〃	メガネ 宝 石 時 計 大塚天神橋店	大 塚 栄 松	780-0027	四万十市中村天神橋39	0880 34-3180
貴 金 属 宝石・時計	有限会社 植田十字堂	植 田 詩 郎	780-0927	高知市山ノ端町64-2	872-4938
〃	ビュープラス高知 (旧ジュエリービュー)	吉 村 彰 介	780-0026	高知市南川添8番10号	861-2700
貴 金 属 時 計	時 計 オ ジ マ	小 島 哲 夫	784-0001	安芸市矢の丸2-10-1	0887 35-4692
メ ガ ネ	有限会社 クロイワメガネ	黒 岩 淳 治	780-0870	高知市本町5-4-1	872-3305
〃	(株) ア イ ア イ	高 橋 敬	780-8061	高知市朝倉甲488-11	850-7775
靴	有 限 会 社 ミ リ オ ン	岡 田 一 晃	780-0822	高知市はりまや町1-2-1	823-5592
靴・バック	シ ュ ー ズ & バ ッ ク み ゑ ぶ ち	溝 渕 正 章	780-0862	高知市鷹匠町1-1-1	825-3429
寝 具 装 飾	寝 装 の 店 さ か も と	坂 本 喬	789-1301	高岡郡中土佐町6493-4	0889 52-2007
寝 具	東洋羽毛中四国販売株式会社	柳 場 弘	791-1114	愛媛県松山市井門町21-1	089 958-2331
楽 器	株式会社 タチバナ楽器店	岡 本 泉	780-0086	高知市海老ノ丸6-3	883-2165
旅 行	社団法人 高知県勤労者旅行会	竹 崎 清 彦	780-0870	高知市本町4-1-32	824-3100
そ の 他	株式会社 日本セレモニー	市 村 伊 佐 雄	780-8036	高知市東城山町104-3	832-4646
〃	株式会社 日本トリム	森 澤 紳 勝	783-0060	南国市蛸が丘1-5-2	804-8500
〃	有 限 会 社 テ ィ ー カ ン パ ニ ー	豊 永 俊 雄	780-0981	高知市一ツ橋町1-180	872-9277

ゴールデンウィークのご予定は？

新しく組合員になられた皆さま、高知市内でのお泊りは、高知共済会館を是非ご利用ください。
 ゴールデンウィークの期間中もお日にちによっては、まだご利用いただけます。
 ご予約は、6ヶ月前から承っております。

宿泊セットが お得！

1泊2食付で 通常 9,124円が **7,500円**
 小学生以下のお子様は **6,000円**

お子様には洋食メニューでのご用意もいたします。
 ※ 1日限定30名様承ります。



(宿泊セットプランの料理一例)

宴会・宿泊セットプランは

宴会料理と朝食付で宿泊して

9,800円 +1,500円で飲み放題(2時間)

10名様以上のご宴会は、皿鉢料理でも承ります。

素泊まりでも お得！

3月・8月を除く月の「日曜日～木曜日」(祝祭日の前日を除く)の宿泊料金がお安くなります。

シングル 5,890円 → **5,082円**

ツイン 5,659円 → **4,851円** (1人)

◎宿泊代から「宿泊利用助成券」で、4,000円
 (高知市職員は2,000円控除されます。)

※いずれも税・サービス料込みの料金です。



宿泊予約状況のお知らせ

平成20年4月1日現在

4月	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○

5月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	○	○	×	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○

6月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	○	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△	○

7月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
	○	○	○	○	○	※	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

○…空室あり △…空室わずか ×…満室 ※…休館予定日



観光・家族旅行・ビジネスに

高知共済会館

〒780-0870 高知市本町5丁目3-20

TEL.088-823-3211

FAX.088-823-3102

URL : <http://www.wwb.jp/kochi-kyousai/> (パソコン版)

<http://www.wwb.jp/kochi-kyousai/m/> (携帯版)