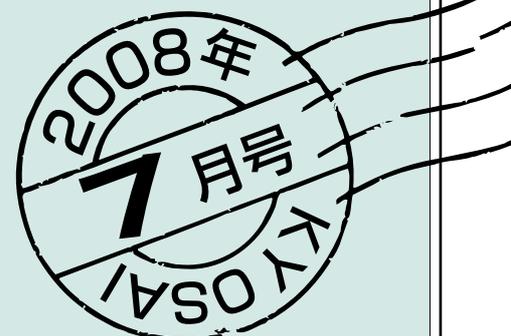




目次

平成19年度決算報告.....	2~7
被扶養者の資格確認調査を行います.....	8~9
被扶養者の認定基準を見直します.....	10~11
長期給付の掛金率の引き上げについて.....	12
公務員共済ねんきん特別便について.....	13~14
健康セミナーに参加しませんか.....	15
健康コラム生活習慣病を予防しよう.....	16~17
貸付事業からのお知らせ.....	18~19
積立貯金のご案内.....	20
共済会館からのお知らせ.....	21



平成19年度 決算報告

平成20年7月11日開催の組合会において「平成19年度決算」が承認されましたので、ここでお知らせします。以下、概要及び各経理別に本年度の実績等を表及びグラフにて示しておりますので、是非ご覧ください。

【負担金率・掛金率】

(単位：%)

種別	区分	短期		介護		長期		保健		
		掛金	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	対給料	41.0875	42.9375	5.4	5.4	88.075	114.325	2.625	2.625
			(1.85)				90.2875	116.5375		
		対期末手当等	32.87	34.35	4.32	4.32	70.46	91.46	2.1	2.1
	(1.48)	72.23	93.23							
	特別職	対給料	32.87	34.35	4.32	4.32	70.46	91.46	2.1	2.1
			(1.48)				72.23	93.23		
対期末手当等		32.87	34.35	4.32	4.32	70.46	91.46	2.1	2.1	
(1.48)	72.23	93.23								
市町村長組合員	対給料	32.87	34.35	4.32	4.32	70.46	91.46	2.1	2.1	
		(1.48)				72.23	93.23			
	対期末手当等	32.87	34.35	4.32	4.32	70.46	91.46	2.1	2.1	
(1.48)	72.23	93.23								
特定消防組合員	対給料	41.0875	42.9375	5.4	5.4	88.075	114.325	2.625	2.625	
		(1.85)				90.2875	116.5375			
	対期末手当等	32.87	34.35	4.32	4.32	70.46	91.46	2.1	2.1	
(1.48)	72.23	93.23								
船員一般組合員	対給料	35.4375	57.9375	5.4	5.4	88.075	114.325	2.625	2.625	
		(1.85)				90.2875	116.5375			
	対期末手当等	28.35	46.35	4.32	4.32	70.46	91.46	2.1	2.1	
(1.48)	72.23	93.23								
任意継続組合員		84.025	—	10.8	—	—	—	—	—	
		(1.85)								

注) 長期欄については、上段に4月から8月、下段に9月から3月の率を記載している。

短期欄の()内については、調整交付金率を記載している。

【所属所数】

市	11
町	17
村	6
一部事務組合等	30
計	64

【組合員数及び被扶養者数】(単位：人)

種別	組合員数	被扶養者数	1人当たり被扶養者数
一般組合員	9,725	10,563	1.09
市町村長組合員	34	41	1.21
特定消防組合員	1,058	1,713	1.62
船員一般組合員	7	11	1.57
小計	10,824	12,328	1.14
任意継続組合員	301	298	0.99
小計	301	298	0.99
合計	11,125	12,626	1.13

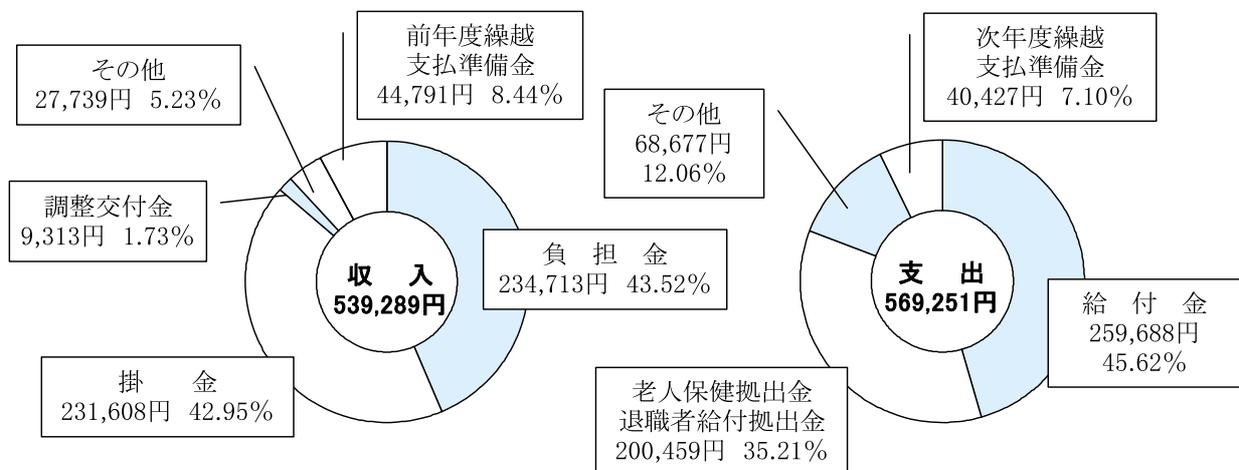
短期経理

前年度と比較し、支出面では給付金が81,083,475円減少したものの、退職者給付拠出金、連合会拠出金合わせて189,945,515円の増加となり、掛金率・負担金率を引上げ財政調整事業における交付金を受けてもなお、収入全体で68,945,923円前年度より減少しました。

収支として365,810,754円の当期短期損失金、30,770,083円の当期介護利益金を生じる結果となりました。

短期損失金については、前年度より繰り越した欠損金補てん積立金299,873,880円、短期積立金223,801円を取り崩しても不足するため、短期欠損金として65,713,073円を翌年度へ繰り越しました。介護利益金については、前年度よりの介護積立金とあわせ、翌年度へ34,406,380円の介護積立金を繰り越します。

1. 組合員一人当たりの額



2. 収支決算

収 入		支 出		
短期負担金	2,413,734,450 円	給付金	法定給付	2,827,438,734 円
短期掛金	2,367,060,794		附加給付	26,200,550
調整交付金	104,142,000		その他	50,192,880
前年度繰越支払準備金	467,244,976	老人保健拠出金		1,262,602,527
その他	244,554,306	退職者給付拠出金		978,932,530
		業務経理へ繰入		16,513,000
		次年度繰越支払準備金		452,052,429
		その他		348,614,630
収入総額	5,596,736,526 円	支出総額		5,962,547,280 円
当期短期損失金				△ 365,810,754 円
介護負担金	210,828,896	介護納付金		402,239,845
介護掛金	222,780,402	その他		599,370
その他	0			
収入総額	433,609,298 円	支出総額		402,839,215 円
当期介護利益金				30,770,083 円

※ 短期掛金には短期任意継続掛金を、介護掛金には介護任意継続掛金をそれぞれ含める。

長期経理

この経理につきましては、平成19年度より長期給付事務の一元的処理により、組合員の皆様・所属所からいただいた掛金・負担金を全国市町村職員共済組合連合会へ払込むための経理となりました。

1. 収支決算

収 入		支 出	
負 担 金	8,500,138,667 円	負 担 金 払 込 金	8,500,138,667 円
掛 金	4,916,712,007	掛 金 払 込 金	4,916,712,007
収 入 総 額	13,416,850,674 円	支 出 総 額	13,416,850,674 円

預託金管理経理

この経理につきましては、平成19年度より長期給付事務の一元的処理により、長期給付の財源の一定額を各市町村共済組合で管理することとなり、その運用益については、全国市町村職員共済組合連合会へ支払うことになっております。

1. 収支決算

収 入		支 出	
利 息 及 び 配 当 金	181,123,693 円	支 払 利 息	181,123,693 円
収 入 総 額	181,123,693 円	支 出 総 額	181,123,693 円

業務経理

本年度における収支決算を行った結果、前年度より収入が17,657,238円の増加、支出が20,759,120円の増加で当期利益金として339,872円を計上しました。これについては全額を積立金として処理しています。

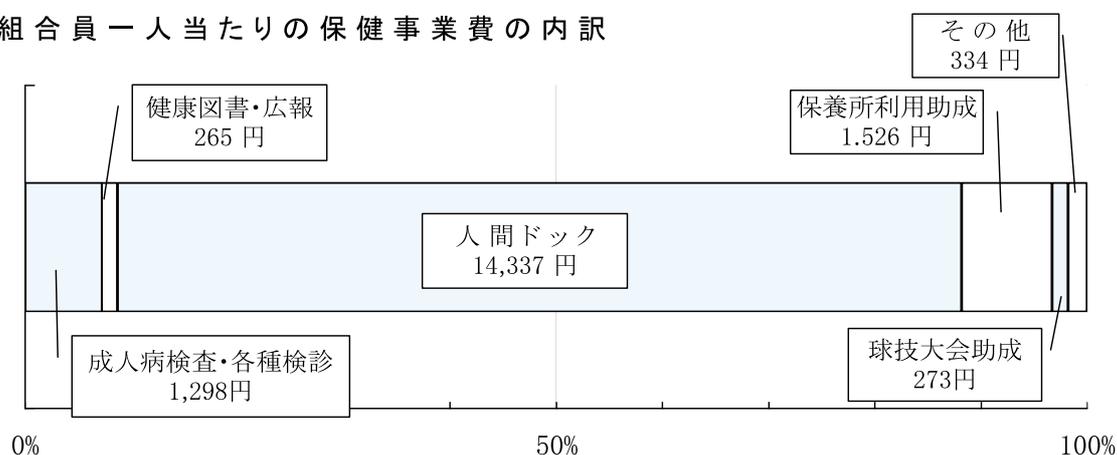
収支決算

収 入		支 出	
負 担 金	87,205,190 円	事 務 費 等	115,318,906 円
短期経理より繰入	16,513,000	連 合 会 分 担 金	21,758
連 合 会 交 付 金	49,629,920	事 務 費 負 担 金 払 込 金	39,154,386
そ の 他	1,486,812		
収入総額	154,834,922 円	支出総額	154,495,050 円
当期利益金			339,872 円

保健経理

ここ数年、組合員数が減少により掛金負担金が減少しておりますが、本年度も収入は、前年度比7,143,951円減となりました。支出については、1,019,357円減少となり、収支結果としては、14,557,429円の当期損失金を計上し、前年度より繰り越した積立金を取り崩し、補てんしました。人間ドック利用助成、成人病検査・各種検診については、当年度も費用保健事業費全体の約87%を占めております。

1. 組合員一人当たりの保健事業費の内訳



2. 収支決算

収 入		支 出	
負 担 金	144,678,549 円	保 健 事 業 費	201,653,962 円
掛 金	144,632,807	事 務 費 等	48,333,295
そ の 他	11,118,472	宿 泊 経 理 へ 繰 入	65,000,000
収入総額	300,429,828 円	支出総額	314,987,257 円
当期損失金			△ 14,557,429 円

宿泊経理

施設の利用状況においては、前年度と比較して、宿泊・会議の利用件数が大幅に減少し、売上が9,803,495円減少、収入全体としては、11,823,819円の減少となりました。支出においても、8,897,921円の減少となり、収支結果としては、189,159円の当期利益金を計上しました。この利益金については、前年度より繰り越した積立金とあわせ、翌年度へ繰り越します。

経営においては、依然として厳しい状況となっておりますが引き続き経営努力を重ねてまいりますので、今後とも高知共済会館をよろしくお願いいたします。

収支決算

収 入		支 出	
施設収入等	172,046,174 円	事務費等	117,459,843 円
保健経理より繰入	65,000,000	飲食材料費等	103,952,003
その他	99,561	その他	15,544,730
収入総額	237,145,735 円	支出総額	236,956,576 円
当期利益金			189,159 円

貯金経理

前年度と比較し、普通貯金が95,019,660円減少しましたが、定期貯金が1,052,711,942円、積立貯金が620,854,148円、それぞれ増加し、貯金総額は40,765,480,890円となっています。収支決算の結果、381,444,240円の当期利益金を計上することができましたが、この利益金については、欠損金補てん積立金及び積立金に積み立てました。

積立金運用においては細心の注意を払いながら、安定した運営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いたします。

収支決算

収 入		支 出	
利息及び配当金	1,001,702,777 円	事務費等	98,649,030 円
その他	642,885	支払利息	522,252,392
収入総額	1,002,345,662 円	支出総額	620,901,422 円
当期利益金			381,444,240 円

貸付経理

ここ数年、組合員の減少等により、貸付金の総額が減少しており、本年度においても、収入では貸付金利息収入が、昨年度より、23,737,794円減少し、全体で35,514,591円減少しました。支出では、支払利息等の減少により、前年度と比較して、全体で19,650,744円減少しましたが、収支結果として、26,814,869円の当期損失金を計上しました。この損失金については、欠損金補てん積立金を取り崩し補てんしました。

収支決算

収 入		支 出	
組合員貸付金利息	160,977,874 円	事務費等	195,862,391 円
連合会交付金	27,522,875	連合会払込金	20,577,833
その他	1,124,606		
収入総額	189,625,355 円	支出総額	216,440,224 円
当期利益金			△ 26,814,869 円

物資経理

本年度、自動車購入立替金総額は、36,249,606円減少し373,385,103円となりました。また、その手数料収入も、昨年度より1,025,221円減少し、11,567,954円となりました。収入全体としては、前年度より3,070,094円増加しましたが、支出も4,433,906円増加し、決算の結果、本年度は5,663,382円の当期損失金を計上しました。

この損失金については、積立金を取り崩し補てんしました。これからも物資事業の発展に努めてまいりますので、自動車購入等の際には是非とも当共済組合をよろしく願いいたします。

収支決算

収 入		支 出	
商品売上	22,290,342 円	商品仕入	20,461,330 円
その他	21,630,284	事務費等	13,608,398
		その他	15,514,280
収入総額	43,920,626 円	支出総額	49,584,008 円
当期利益金			△ 5,663,382 円

被扶養者の資格確認調査を行います

「組合員被扶養者証」の検認

被扶養者として認定されている方が、現在も被扶養者の要件を満たしているかを確認するため被扶養者資格確認調査を実施します。

法に基づく適正な被扶養者の認定を行っていくうえで不可欠な調査ですので、組合員の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

◆ 調査対象者（検認対象者）

被扶養者全員（ただし、次の①又は②に該当する被扶養者については、調査対象から除きます。

- ① 平成20年1月以降に認定された者
- ② 平成20年4月以降に継続認定の手続きを行った者

◆ 検認実施期間

平成20年9月1日～平成20年9月30日

◆ 調査基準日

平成20年8月1日

◆ 調査方法

該当する組合員に対し、共済組合から「被扶養者資格確認届書」をお送りしますので、必要事項を記入のうえ確認書類を添付して、所属所の共済事務担当課（係）へ提出してください。

なお、扶養手当が支給されている被扶養者については、所属所において確認が行われますので、確認書類の添付は不要です。

◆ 調査に必要な書類

被扶養者の状況により、確認書類が必要となります。

在学証明書、給与明細書、確定申告書（控）、年金決定・改定通知書、公的機関各種届出（開業届・廃業届等）の控のほか、収入状況等確認できるものがありましたら大切に保管しておいてください。

◆ 注意事項

調査（検認）時に「組合員被扶養者証」の提出は必要ありません。

調査により被扶養者の要件を満たしていないことが判明した場合は、要件を欠いた日に遡って認定を取消すこととなりますので、速やかに取消の手続きを行ってください。この場合、取消日以降に受診された医療費について返還していただくこととなりますのでご注意ください。

※ 調査実施に関する詳細は、皆様のお勤め先の共済事務担当課（係）を通じて別途お知らせいたします。

国民年金第3号被保険者の届出について

共済組合では、組合員の配偶者が被扶養者となった場合など国民年金第3号被保険者に該当したとき及び働き始めた場合など第3号被保険者に該当しなくなったときに、社会保険事務所に届出をする経由事務を行っています。

○届出が必要な場合

- ・ 配偶者が被扶養者となった場合
- ・ 被扶養配偶者が20歳になった場合
- ・ 配偶者が任意継続組合員等になった場合

（この場合の第3号該当認定は社会保険事務所が行います）

※ 国民年金第3号被保険者の住所変更手続きについて

組合員の方が住所変更したときに被扶養配偶者がいる場合には、組合員の住所変更手続きとあわせて被扶養配偶者の方の国民年金に係る住所変更の手続きも必要です。この届出がもれていると、将来国民年金等に関する書類等が手元に届かないこともありますのでご注意ください。住所を変更された際には、「異動報告書」だけではなく、被扶養配偶者についても、『国民年金被保険者住所変更届』を提出してください。様式についてはホームページよりダウンロードできます。



被扶養者の認定基準を見直します

平成20年9月1日より

共済組合では、医療費増高対策として、人間ドック・ガン検診・成人病精密検査などを行っていますが、短期経理（医療費の支出経理）の財政状況は、前期・後期高齢者医療制度にかかる納付金や支援金などにより増加が見込まれ、厳しい財政状況が続くことが考えられます。

一方、収入の面では組合員の減少傾向が続き掛金・負担金の収入は減少していくことになります。

このような状況であることから、共済組合では今後の短期経理の安定した財政運営を目指し、被扶養者認定基準の一部見直しを行い、資格管理の適正化を図ることとしました。

組合員の皆さんには、この認定基準見直しの趣旨をご理解いただくとともに、ご協力いただきますようお願いいたします。

①収入のある父母などの認定基準限度額を見直します。

現行の認定基準額は、年間収入が130万円未満（60歳以上の公的年金受給者または障害を支給事由とする年金受給者の場合は180万円）となっていますが、認定対象者が夫婦の場合は、共通の経費を考慮した可処分所得とし、合算した金額の85%で計算します。〔人事院の生計費などを参照〕このため、次に掲げる基準額を超える場合は父母間で生計維持ができるものとみなし、父母ともに認定をしないこととします。

ただし、扶養手当が有りの方については引き続き認定いたします。

【父母ともに60歳以上】

区分	認定基準額〔父母の合算収入額〕	旧限度額
父母とも公的年金受給者	306万円 (180万円+180万円)×85%	360万円
父母の一方が公的年金受給者	263万5千円 (180万円+130万円)×85%	310万円

【父母ともに60歳未満】

区分	認定基準額〔父母の合算収入額〕	旧限度額
父母ともまたはどちらか一方に収入あり	221万円 (130万円+130万円)×85%	260万円
父母の一方が障害年金受給者	263万5千円 (180万円+130万円)×85%	310万円

【父母の一方が60歳以上、一方が60歳未満】

区分	認定基準額〔父母の合算収入額〕	旧限度額
父母の一方が公的年金受給者 一方が60歳未満	263万5千円 (180万円+130万円)×85%	310万円
父母の一方が60歳以上で公的年金受給 なし、一方が60歳未満	221万円 (130万円+130万円)×85%	260万円

②月間収入に変動のある場合の取消要件を変更します。

パートやアルバイトでの勤務形態により月間の収入が変動する場合には、3カ月連続または4カ月のうち3カ月が超えたとき、その4カ月を平均して108,333円を超えた場合、最初の月の初日に遡って扶養の取消を行うこととします。

パート給与月額（通勤手当含む）			
1月	90,000円		
2月	100,000円		
3月	90,000円		
4月	110,000円	基準額超過	3カ月連続で基準月額を超えたため 4月1日より取消 ※7月1日より再度認定可能
5月	110,000円	基準額超過	
6月	115,000円	基準額超過	
7月	90,000円		
8月	95,000円		
9月	85,000円		
10月	120,000円	従来の取扱では、10～12月の3カ月平均額が基準月額の108,333円を超えるため10月1日より取消をしていたが新基準では取消は行わない。	
11月	110,000円		
12月	96,000円		
翌1月	105,000円		

基準額超過により、いったん取消になっても月額が108,333円未満となった場合は再度認定が可能となります。

その場合は、勤務先から月額が108,333円未満になることの証明（勤務条件証明等）を発行してもらってください。

ただし、108,333円未満となった日から30日を経過して認定の申告書を提出した際は、所属所での受付日が認定日となりますのでご注意ください。



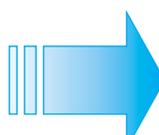
今年度行う資格調査（7月下旬送付予定）については、新しい基準を満たしていない場合の取消年月日は平成20年9月1日とします。

本年9月に長期給付に係わる 掛金率が引き上げられます

地方公務員共済組合連合会

平成16年に行われた地方公務員共済年金における財政再計算により、平成20年9月に長期給付に係る掛金率は、次のとおり引き上げられます。

(単位：%)

区 分	～平成20年8月		平成20年9月～
給 料 に 対する割合*	9.02875		9.25 (+0.22125)
期末手当等 に対する割合	7.223		7.4 (+0.177)

※ 給料に係る掛金を算定する場合、掛金率を基本給に乗ずることになっています。
したがって、諸手当を除いたものに掛金率が乗じられることとなりますので、給料に対する割合は、期末手当等に対する割合と異なります。

※長期給付に係る掛金率は、地方公務員共済組合連合会定款で定めています。

地方公務員共済組合連合会

<http://www.chikyoren.go.jp>

年金加入記録のお知らせ（公務員共済ねんきん特別便）を送付しました

本年6月20日に、「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、所属所を経由し送付しました。

「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、平成20年3月31日までの公務員共済組合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す。

「年金加入記録のお知らせ」がお手元に届きましたら、下記の「表示例」または「年金加入記録のお知らせ」に同封しています「年金加入記録のお知らせの見方」を参照の上、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。

【表示例】

780-0870
高知県 高知市
本町 5-3-20

共済 太郎 様

00010-00-000000000000-00012345

780-0870
高知県 高知市
本町 5-3-20
高知縣市町村職員共済組合
業務課年金係
TEL 088-823-3213

**年金加入記録のお知らせ
（公務員共済ねんきん特別便）**

平成 20年 3月 31日現在の公務員共済の加入記録を次のとおりお知らせしますので、ご確認ください。

このお知らせは、公務員共済のみの年金加入記録をお知らせするものです。

国民年金、厚生年金等に参加されていた期間は、このお知らせには記載されておりません。国民年金、厚生年金等の加入記録は、社会保険庁が別途送付する「ねんきん特別便」において、ご確認ください。

【受付時間】
9:00～17:00（土・日・祝日を除く）

電話が混み合ったら、大変申し訳ありませんが、おかけなおしください。

公務員共済組合の前歴がある場合でも、後歴に引き続いている場合は、合算し1つの記録として表示します。

【年金加入記録】

番号	①加入先	②資格取得年月日	③資格喪失年月日	④加入月数
表示例 1 公務員共済組合の前歴がない方				
1	公務員共済組合	昭和 63年 4月 1日	在職中	240 月
表示例 2 公務員共済組合の前歴がある方				
1	公務員共済組合	昭和 63年 4月 1日	平成 2年 4月 1日	24 月
2	公務員共済組合	平成 2年 4月 15日	在職中	216 月
				平成 20年 3月 31日までの月数となります。
他の公務員共済組合の、引き続かない前歴がある場合は、別々に表示します。				
⑤加入月数合計（④の合計月数）				240 月

＜生年月日＞ 昭和41年1月23日
 ＜基礎年金番号＞ 1234-56789
 ＜所属所証番号＞ 00010-00012345
 ＜給料記録番号＞ 8645-00010012345

また、本年7月以降10月頃までに、組合員を対象に社会保険庁から「ねんきん特別便」が送付される予定となっています。

社会保険庁の「ねんきん特別便」は、主に、国民年金及び厚生年金の加入記録を確認することを目的として送付されますが、公務員共済組合の期間を有する方の「ねんきん特別便」には、公務員共済組合の加入記録も表示されることとなっています。社会保険庁が表示する公務員共済組合の加入記録については、共済組合からの情報提供に基づく記録となりますが、共済組合の組合員管理システムの導入時期、社会保険庁への情報提供システムの仕様変更、または、公務員共済組合の加入記録の内容等の理由により、正し

い加入記録と異なる場合があります。

社会保険庁から送付された「ねんきん特別便」と実際の公務員共済組合の加入記録が異なっている方については、下記の事例を参照の上、訂正が必要な場合には**共済組合業務課年金係**までご連絡ください。

※ 社会保険庁の「ねんきん特別便」に表示される公務員共済組合の加入記録が実際の加入記録と異なる事例

【事例1】公務員共済組合の加入記録が表示されていない

共済組合から社会保険庁に情報提供を行ったデータが、何らかの理由により未収録となっています。社会保険庁に再度情報提供を行う必要があるため、共済組合までご連絡ください。

【事例2】公務員共済組合の加入記録の資格取得年月日が実際の年月日と異なる

組合員を管理するシステムを導入した際に登録された資格取得年月日は、高知縣市町村職員共済組合に加入した直近の年月日となっています。このため、システム導入以前に内部転入・転出をしている方については、資格取得年月日が内部転入時のものとなり、この年月日を社会保険庁に情報提供していることから、実際の資格取得年月日と異なることとなっています。社会保険庁に修正情報の提供を行う必要があるため、共済組合までご連絡ください。

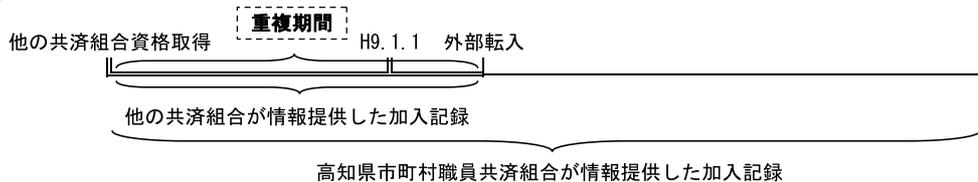
(例)



【事例3】他の共済組合の加入記録と高知縣市町村職員共済組合の加入記録が重複している

社会保険庁に公務員共済組合の加入記録の情報提供を行う際、各共済組合は、原則として自組合の加入記録のみを提供することとなっていますが、情報提供システムの仕様変更により、一時期、他の共済組合を含むすべての年金加入記録の提供を行っていた期間がありました。このため、他の共済組合が自組合の加入記録の提供を行っていたにもかかわらず、高知縣市町村職員共済組合が他の共済組合の加入記録を含めすべての加入記録の提供を行っていた場合は、加入記録が重複することとなります。社会保険庁に他の共済組合の加入記録の削除情報の提供を行う必要があるため、共済組合までご連絡ください。

(例)

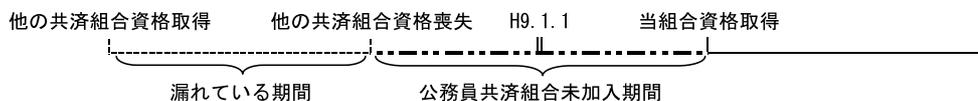


【事例4】他の共済組合等の加入記録（前歴）が表示されていない

公務員共済組合の加入記録の社会保険庁への情報提供は、すべて基礎年金番号を介して行いますが、その加入記録が、平成9年1月1日に引き続かない記録の場合、原則として各共済組合は社会保険庁に加入記録の情報提供を行うことができません。これは、基礎年金番号制度の導入が平成9年1月1日となるため、それ以前の資格喪失者の基礎年金番号を、各共済組合が把握できていないためとなります。これにより、平成9年1月1日に引き続かない公務員共済組合の加入記録を社会保険庁に登録することは、現時点においては原則としてできませんが、共済組合によってはできる場合もありますので、当時加入をしていた共済組合にお問合わせください。

なお、現在当組合の組合員でかつ、前歴の加入記録も当組合のものである場合は、社会保険庁への登録が可能ですので共済組合までご連絡ください。

(例)



「健康セミナー」の開催日が近づいてきました!!

4月号でもお知らせしましたが、8月25・26・27日に健康セミナーを開催します。各開催日の募集人数は、50名程度を予定しています。

本年4月より特定健診・特定保健指導がスタートしましたが、この健康セミナーをきっかけに、ご自分の健康管理を見直してみたいはいかがでしょうか！

1.開催日・受講対象者

開催日：8月25日(月)「脱!メタボ元気力アップセミナー」

受講対象者：組合員（互助会会員）及び被扶養配偶者

開催日：8月26日(火)・27日(水)「女性健康セミナー」

受講対象者：女性組合員（女性互助会会員）及び女性被扶養配偶者

(26日と27日は同じ内容となっています。ご都合の良い日でお申込み下さい。)

セミナー参加者
募集中!

多数の参加をお待ち
しております。

(締切8月8日)

2.セミナーのスケジュール

「脱!メタボ元気力アップセミナー」

10:00 開会挨拶

10:10 講演

「快適人生への未来日記」

～ウエストサイズ物語の主役はあなたです～

12:00 休憩

※昼食は共済でご用意いたします

13:00 運動

「ボクシングエクササイズ」

～グローブとミットをつけて気分はファイター!～

14:15 運動

「ストレッチ&リラクゼーション」

～これで一日の疲れを一発解消!～

15:15 閉会挨拶 ※アンケート記入後解散

「女性健康セミナー」

10:00 開会挨拶

10:10 講演

「女性のためのメタボ予防講座」

～更年期を“幸年期”に～

12:00 休憩

※昼食は共済でご用意いたします

13:00 運動

「ボールエクササイズ」

～身近に置いて気軽にエクササイズ～

14:15 運動

「リラクゼーションヨガストレッチ」

～スレンダー美人を目指して～

15:15 閉会挨拶 ※アンケート記入後解散

※スケジュールは予定ですので、変更される場合があります。

現代の病：メタボリックシンドローム (その2)

高知大学医学部附属病院 脳神経外科 准教授 朴 啓 彰

前回は、メタボリック症候群（以下メタボと略称します）のメカニズムについて説明しました。おさらいをしますと、「お腹の中に溜まった脂肪（内臓肥満）が、いろいろな悪玉物質を分泌して（あるいは善玉物質を抑制して）、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を引き起こす。だから、肥満は健康の敵である。」ことを説明しました。本当のところはそう簡単ではないのですが、肥満が動脈硬化を促進することは間違いないので、肥満解消は健康維持・増進につながるものと信じております。今回は、メタボの診断基準について話します。

図1 メタボリック症候群診断基準の国際比較

診断要素	日本基準	IDF基準	NCEP-ATP III
腹囲	男性85 c m以上 女性88 c m以上	男性90 c m以上 女性80 c m以上	男性102 c m以上 女性88 c m以上
血圧値	130/85 mmHg以上		
中性脂肪値	150mg/dl以上		
H-LDL値	40mg/dl以下	男性40mg/dl以下	
		女性50mg/dl以下	
血糖値	110 mg/dl以上	100mg/dl以上	

メタボの基準としては、日本基準、国際糖尿病学会基準（IDF）、北米基準（NCEP-ATP）が有名です（図1）。5つの診断要素、つまり腹囲（内臓肥満の指標）、高血圧、空腹時血糖値、中性脂肪値、H-LDL値の診断条件うち、3つ以上を満たす場合をメタボと診断しています。各々の診断基準とも大

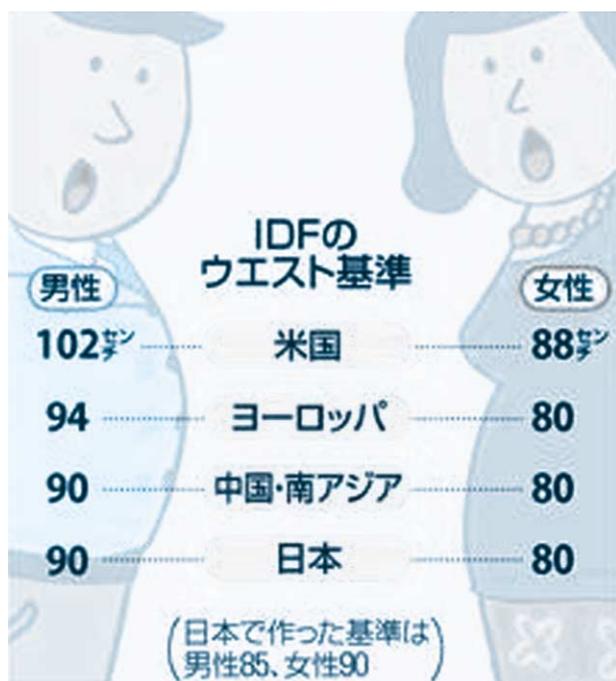
枠は似ているのですが、腹囲基準が大きく異なります。しかも、日本基準とIDF基準は、腹囲条件をメタボ診断の必須条件にしています。

元来、心筋梗塞の危険因子として肥満が注目されて、疫学研究から「男性102センチ、女性88センチ」と北米基準が決まりました。これは、日本人には当てはまりにくいので、平成17年に新たに日本の基準を作ることとなりました。へそ周りの腹部横断CT写真から内臓脂肪の面積を直接測定して、100cm²が腹囲として「男性85センチ、女性90センチ」に相当するとしました。女性の場合は皮下脂肪がある分、腹囲が大きくなりました。科学的に測定して決めたことは非常に良かったのですが、男女とも内臓脂肪100cm²を危険基準値としたことが果たしてふさわしいのか十分に検討しなかったことで、後に大きな問題となりました。日本糖尿病学会から、日本のメタボ腹囲基準では、糖尿病やその予備群を特に女性の場合には顕著に見逃してしまうというクレームが出たのです。腹囲基準は地域や民族を考慮して決めるようにIDFは指導しており、当初日本のIDF腹囲基準は他のアジア地域と同様に「男性90センチ、女性80センチ」だったのですが、平成17年に日本基準が出来て、「男性85センチ、女性90センチ」に変わりました。

ところが、平成19年に日本糖尿病学会がIDFに直訴して日本の腹囲基準を「男性90センチ、女性80センチ」に戻させたのです(図2)。聞いているだけでも、ややこしい話ですが、特定健診を行っている現場では大混乱です。一応、特定健診でのメタボ診断は、日本基準の腹囲条件で行うことが決まっております。

実は、このドタバタ劇には裏話があります。前回説明しましたように、アディポネクチンを発見した大阪大学の松澤先生が肥満内分泌学を確立したと言っても過言ではなく、一方アディポネクチンのレセプターを発見したのが東京大学の門脇先生であり、糖尿病学会の重鎮でもあります。その門脇先生がIDFに直訴したと聞きますから、学閥間のきな臭い対立が想像されてしまいます。

ともあれ、メタボの腹囲条件がどうであれ、メタボと動脈硬化性疾患との関連性は高いのはまぎれもない事実です。高知検診クリニックとの共同研究でも、脳ドックでよく見られる無症候性ラクナ梗塞とメタボとの高い関連性が認められました。



メタボの人は、メタボでない人と比べて6倍もラクナ梗塞の割合が高いのです。そもそもメタボの人は、血液データが悪いのみで自分は健康だと思い込んでいる人が多く、なかなか生活指導が上手くいかないと聞きます。私は、そういうメタボの人達に対して、ラクナ梗塞が写っているMRI写真を前にして「あなたの脳には、すでに小さな傷があります」とはっきりと宣告することにしてあります。私自身の体型も考えて少しは遠慮気味に説明するのですが、効果は絶大で、その場では自分の生活習慣を神妙に反省される方がほとんどです。

図2 IDFのウエスト基準

貸付事業からのお知らせ

住宅貸付等をご利用のみなさん 万一の備えは大丈夫？

「だんしん」及び「債務返済支援保険」

中途加入募集中

(未加入の方はぜひこの機会にご加入ください。)

◎事業内容について

- 団体信用生命保険事業(だんしん)は、組合員の方(借受人)を対象とした生命保険事業です。借受人が償還中に万一死亡又は高度障害となった場合、保険金により債務を相殺し、退職手当をご本人及びそのご家族のために確保することができます。
- 債務返済支援保険制度は、病気や傷害により就業不能となった場合、返済金相当額を保障する制度です。債務返済支援保険のみの加入はできませんので、「だんしん」と併せてお申込みください。

◎募集の対象者

- だんしん
貸付申込時に加入しなかった方で、本年9月末残高が50万円以上あり、かつ告知事項に合致する方。
- 債務返済支援保険
だんしんを同時に申し込んでいる方で、告知事項に合致する方。

告知事項	だんしん	団体信用生命保険への加入申込(告知)日現在、就業を制限されておらず、かつ3年以内に下記の病気により連続して2週間以上の入院をしたことがないこと。 狭心症、心筋梗塞、心臓弁膜症、先天性心臓病、心筋症、高血圧症、脳卒中(脳出血、脳梗塞、くも膜下出血)、脳動脈硬化症、精神病、ノイローゼ、てんかん、自律神経失調症、アルコール依存症、ぜんそく、慢性気管支炎、胃かいよう、十二指腸かいよう、かいよう性大腸炎、慢性すい臓炎、慢性肝炎、肝硬変、慢性腎炎、ネフローゼ、腎不全、がん、肉腫、白血病、腫瘍、ポリープ、糖尿病、リウマチ、膠原病
	債務返済支援	「だんしん」の告知事項(健康状況)に合致し、かつ3年以内に下記の病気で医師の診察・検査・治療・投薬をうけたことがないこと。 一過性脳虚血発作(TIA)、心不全、大動脈瘤、不整脈(心房粗細動など)、じん肺症、慢性肺気腫、クローン病、下垂体・副腎機能障害(クッシング病、巨人症、アジソン病など)、重症筋無力症、血友病、再生不良性貧血、悪性リンパ腫、エイズ・HIV感染症、認知症、パーキンソン病・症候群、網膜色素変性症、黄斑部変性症

◎保証料及び保険料

○だんしん

毎年9月末の貸付金残高を基準に算定し、残高10万円に対し月額20円です。

○債務返済支援保険

平成20年度の保険料については、平均返済月額1万円に対し、月額96円です。

◎徴収方法

特約保証料及び保険料の12ヶ月分(前払い)を毎年12月22日に口座振替により徴収します。

◎保障期間

平成20年12月1日から1年間。(以後、自動更新となります。)

◎申込方法

所定の申込書により、共済事務担当者を通じてお申し込みください。

◎募集締切

平成20年9月26日(金)

*お早めにお申し込みください。また、ご不明な点がございましたら、当組合福祉課貸付担当までお問い合わせください。

貸付事業(Q&A) No.15

Q 今年、大学に進学した子供の修学貸付(120万円)を受け、「だんしん」に加入しました。今後も毎年、修学貸付(年120万円ずつ)の申し込みを希望していますが、「だんしん」について、どのような手続きを行えばよいでしょうか。尚、元金の償還は子供の修学が終了後(現在償還据え置き)からを希望しています。又、下記の場合の保険金はどうなりますか。

- ① 加入申込時保険金額120万円、借入金残高240万円の場合。
- ② 「債務返済支援保険」に加入希望していた場合。

A 修学貸付の場合の申込みは初回加入時のみ提出することとなります。

また、①の場合 初回借入120万円に対して特約保証料を払い込んでいる方が、死亡時において240万円の借入残を有する時は、死亡保険金として240万円が支払われます。ただし、この場合、残高に見合う特約保証料を払込むことが必要です。

②の場合 「債務返済支援保険」は組合員が病気あるいは負傷の為に就業不能となった方の貸付償還相当額を保険金として補てんするためのもので、元利金を償還している貸付が対象の為、償還据置期間中は利息のみの支払いとなるので、適用になりません。償還が始まれば、共済組合から連絡しますが、その時にあらためて「債務返済支援保険」へのご加入をお願いいたします。その際の保険の適用日は最後の貸付月の翌々月からになります。

貯金係からのお知らせ

～ 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済広報「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7月現在のものです。

(注2) 同月内での送金はどちらか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	
フリガナ												
氏名												
所属所証番号				性別	生年月日							
			—	男・女	昭・平成		年		月		日	

副印

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。

まだ間に合う、夏休みのご利用

夏休みのご予定は、お決まりですか？よさこい祭りの後は割合お部屋に余裕があります。お泊まりにならない方も高知市内でのお昼の食事にご利用ください。ざるそば、ざるうどんがお薦めです。そろそろ秋の行楽シーズンの予約も入ってきています。ご予約は、お早めに。

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。
少人数での同窓会にもご利用ください。

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6月20日現在

		20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																		
7月	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	木																		
	△	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○																		
8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
	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	日
	X	X	X	○	○	○	○	X	X	X	X	○	○	○	X	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9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	
	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	火	
	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	X	△	○	○	○	○	X	X	X	○	○	○	○	X	○	○	○	○	○	○	
10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
	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	金
	○	○	X	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△	X	○	○	○	○	○	○	○

○…空室あり △…空室わずか X…満室 ※…休館



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)

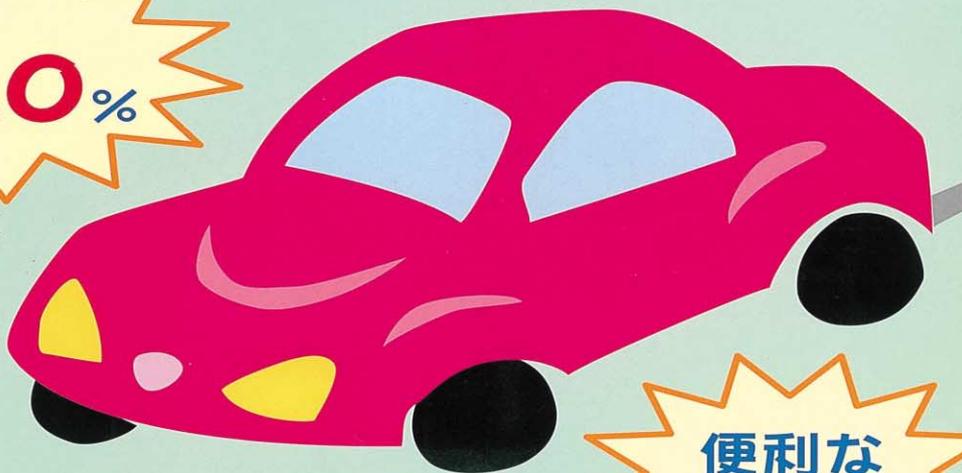
<http://www.wwb.jp/kochi-kyousai/m/> (携帯版)

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7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

◆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

高知県市町村職員共済組合 物資係 ☎ 088-823-3213