

共 済 広 報

1

2016

黒潮

平成28年1月発行

高知市本町5丁目3-20 高知共済会館内

高知県市町村職員共済組合

TEL (088) 823-3213

編集兼発行人 吉岡高明

ご家族のみなさまもご覧ください

目次

新年のごあいさつ	2
ねんきん定期便の発送について	3~5
ご存知ですか?養育特例制度	6~7
データヘルスのお話①	8~9
文化教養講座を開催しました!!	10~11
人間ドックを利用して特定保健指導の該当になった方へ	11
市町村が行う医療費助成を受けていませんか??	12~13
契約施設のお知らせ	13
退職後の医療保険制度	14~15
短期給付のごあんない	15
平成26年度分特定健診・特定保健指導実施報告について	16~18
組合員証の提示にご注意ください	19
資格喪失後の組合員証等について	19
かかりつけ医をもとう!	20~21
貯金係からお知らせとご案内	22
平成28年貸付金・自動車購買立替金振込日のお知らせ	23
自動車購買立替金制度をご存知ですか!	23
入学・修学貸付のご案内	24
団体信用生命保険事業「だんしん」のご案内	25
高知共済会館からのお知らせ	26

フェスタフェスタvol.16(中土佐町)

…ラストページからご覧ください



理事長
板原 啓文
(土佐市長)

新年のごあいさつ

平成28年の年頭にあたり、組合員ならびにご家族の皆様にご挨拶を申し上げます。
また、昨年中は平素から関係各位の皆様方より格別のご支援ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。
昨年10月から、平成24年8月に通常国会で成立した「被用者年金制度の一元化等を図るための厚生年金保険法等の一部を改正する法律」等により被用者年金制度が一元化され、地方公務員も厚生年金保険制度に統合されるとともに、共済年金の職域部分が廃止され、新たに「年金払い退職給付」が創設されました。

また、社会保障・税番号制度（マイナンバー）につきましても、本年1月から個人番号の利用が開始されており、個人情報の適正な取扱いについて取り組んで参ります。

このように、社会保障制度は大きな変革期を迎え、共済組合としましては、これらの動向を注視し、地方公務員制度の一環として、年金・医療・福祉事業が一体的かつ効率的に運営されている共済制度が堅持されますよう全国市町村職員共済組合連合会をはじめ関係団体等と連携した取り組みを進めて参ります。

医療に関しましては、年々厳しくなっている財政状況の健全化を確保するため、短期給付財政の安定化に資するための計画（データヘルス計画）を策定し、共済組合の医療費の実態や、短期給付の財政状況の組合員への周知、ジェネリック医薬品（後発医療品）の利用の促進及び専門家によるレセプト審査の強化等の医療費増嵩対策に取組み、総合的な医療費の適正化対策を実施しています。

さらに、早期発見早期治療等の発症抑制に向けた取り組みとして、特定健康診査及び特定保健指導を実施しており、生活習慣の改善により病気の早期発見に努めるという観点から特にその効果が高いと考えられますので、受診率並びに利用率の向上に向け、積極的に受診いただきますようお願いいたします。

また、本組合の宿泊施設「高知共済会館 COMMUNITY SQUARE」は、平成22年4月のリニューアルオープン以降、組合員並びにご家族の皆様にご快適にご利用いただけるようサービス向上に努め、運営しておりますが、より一層、営業活動の強化、経営改善に努めて参ります。

年頭に当たり、皆様のますますのご健勝とご多幸をお祈り申し上げまして、新年のごあいさつとさせていただきます。

謹賀新年

理事	理事長	理事	理事長職務代理者	理事	学識経験監事	監事	議員	事務局長	外職員一同												
板原 啓文（土佐市長）	橋詰 壽人（南国市長）	今西 芳彦（本山町長）	濱崎 守央（須崎市）	山下 篤（香南市）	竹池 亮（土佐清水市）	三谷 美雄	泥谷 光信（土佐清水市長）	矢野 昭仁（高知市）	横山 幾夫（安芸市長）	法光院晶一（香美市長）	岡崎 誠也（高知市長）	大石 弘秋（仁淀川町長）	矢野 富夫（梶原町長）	岡田 順一（大月町長）	島崎 留美（安芸市）	森本 拓也（南国市）	山田 文高（高知市）	岡林 優二（いの町）	今井 明秀（日高村）	二宮 英雄（四万十市）	吉岡 高明

ねんきん定期便の発送について

平成27年10月1日に「被用者年金制度の一元化等を図るための厚生年金保険法等の一部を改正する法律」が施行され被用者年金制度は一元化されました。

この被用者年金制度の一元化後は、現に加入している（または最後に加入していた）公的年金制度とその被保険者種別に応じて、各実施機関から「ねんきん定期便」を送ることとなりました。

この「ねんきん定期便」は毎年誕生月に送付されます。初回は、昨年12月に12月生まれの50歳以上の方に送付しております。なお、昨年12月において50歳未満の方にかかる「ねんきん定期便」は本年2月にお送りさせていただく予定となっております。

<公的年金制度と被保険者種別と送付する実施機関>

公的年金制度と被保険者種別	「ねんきん定期便」を送付する実施機関
国民年金の第1号被保険者および第3号被保険者	日本年金機構（厚生労働大臣から受託）
厚生年金保険の一般厚生年金被保険者	
厚生年金保険の国共済厚生年金被保険者 （国家公務員共済組合の組合員）	国家公務員共済組合連合会
厚生年金保険の地共済厚生年金被保険者 （地方公務員共済組合の組合員）	地方職員共済組合（地方共済事務局・団体共済部） 公立学校共済組合 警察共済組合 東京都職員共済組合 全国市町村職員共済組合連合会 （指定都市職員共済組合、市町村職員共済組合、都市職員共済組合）
厚生年金保険の私学共済厚生年金被保険者 （私立学校教職員共済制度の加入者）	日本私立学校振興・共済事業団

1 通知内容

（1）50歳未満の者

- ① これまでの年金加入期間
- ② これまでの加入実績に応じた年金額
- ③ （参考）これまでの保険料納付額（累計額）
- ④ 最近の国民年金（第1号・第3号）納付状況・厚生年金保険の月別状況

（2）50歳以上の者

- ① これまでの年金加入期間
- ② 老齢年金の種類と見込額（1年間の受取見込額）
- ③ （参考）これまでの保険料納付額（累計額）
- ④ 最近の国民年金（第1号・第3号）納付状況・厚生年金保険の月別状況

(3) 35歳、45歳の者

- ① これまでの年金加入期間
- ② これまでの加入実績に応じた年金額（年額）
- ③ （参考）これまでの保険料納付額（累計額）
- ④ これまでの年金加入履歴
- ⑤ これまでの厚生年金保険における標準報酬月額などの月別状況
- ⑥ これまでの国民年金保険料の納付状況

(4) 59歳の者

- ① これまでの年金加入期間
- ② 老齢年金の見込額
- ③ （参考）これまでの保険料納付額（累計額）
- ④ これまでの年金加入履歴
- ⑤ これまでの厚生年金保険における標準報酬月額などの月別状況
- ⑥ これまでの国民年金保険料の納付状況

	50歳未満 の者	50歳以上 の者	35歳、45歳 の者	59歳の者
①②③④⑤⑥⑦⑧これまでの年金加入期間	○	○	○	○
②これまでの加入実績に応じた年金額	○		○	
③老齢年金の種類と見込額 (1年間の受取見込額)		○		○
④（参考）これまでの保険料納付額(累計額)	○	○	○	○
⑤最近の国民年金（第1号・第3号）納付 状況・厚生年金保険の月別状況	○	○		
⑥これまでの年金加入履歴			○	○
⑦これまでの厚生年金保険における標準報 酬月額などの月別状況			○	○
⑧これまでの国民年金保険料の納付状況			○	○

2 送付物・送付方法・スケジュール

(1) 送付物

- ① 50歳未満の者
圧着ハガキ
- ② 50歳以上の者
圧着ハガキ
- ③ 35歳、45歳の者
封書（通知・パンフレットを同封しています。）
- ④ 59歳の者
封書（通知・パンフレットを同封しています。）

(2) 送付方法とスケジュール

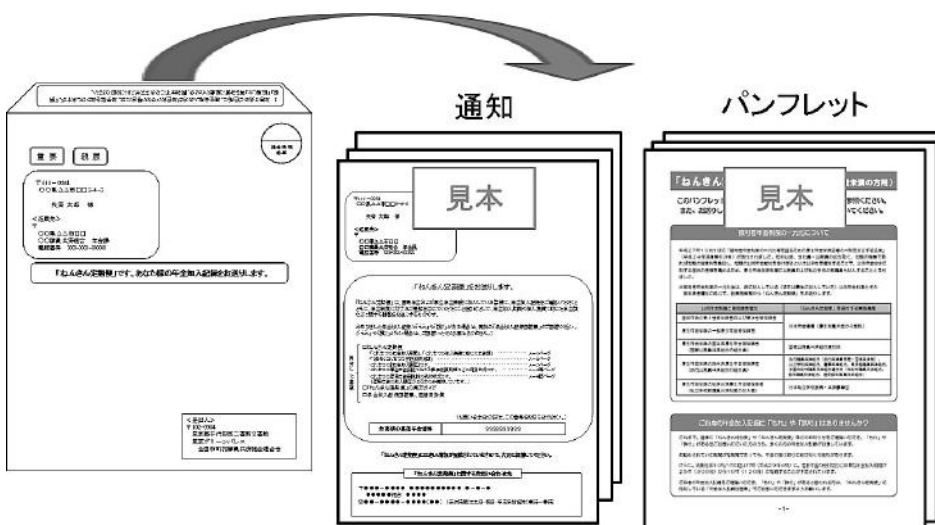
毎年、誕生月の16日頃(16日が休日の場合は翌営業日)に(1)の①から④の区分ごとに、全国市町村職員共済組合連合会から直送されます。

<イメージ>

○50歳未満の者、50歳以上の者
圧着ハガキを送付します。



○35歳、45歳の者、59歳の者
封筒(角2)に通知とパンフレットを同封して送付します。



3 ご相談について

通知された内容についてご相談がある場合は、通知に記載されている相談窓口か、次の相談窓口までお問い合わせください。

<相談窓口>

高知県市町村職員共済組合 年金課 年金係 088-823-3212

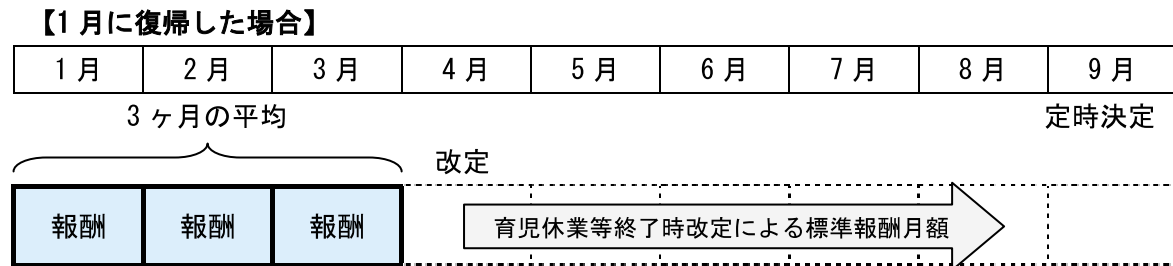
ご存知ですか？養育特例制度

平成27年10月より、被用者年金制度の一元化に伴い、地方公務員においても標準報酬制が施行されました。

標準報酬月額は、4月・5月・6月の報酬を基準に9月に決定されます（※平成27年度の導入時は6月の報酬を基準に10月に決定）が、一定の基準を満たした場合、随時改定や育児休業等終了時改定など9月以外にも標準報酬月額の改定が行われる場合があります。

このうち育児休業等終了時改定については、育児休業を終了し職場に復帰された方のうち、3歳未満の子を養育している方が、育児部分休業の取得等により、支給される報酬が減少（標準報酬等級が1等級以上減少）すれば、申し出をすることにより標準報酬月額を改定することができる制度となります。

この制度の該当となった場合、標準報酬月額を減額させることにより、納付いただく掛金額を減少させるメリットがあります。（下図参照）



※ 1月の支払基礎日数が17日未満の場合は、2～3月の報酬により4月から改定します。

ただし、この制度を申し出た場合、納付いただく掛金は少なくなるものの、年金額算定の基礎となる標準報酬月額が減少するため、そのままにしておくと将来の年金の計算においてデメリットを生じることとなります。

このため、3歳未満の子（同居をしている子に限ります。）を養育している方に限り、申し出をすることにより改定前の高い標準報酬月額により年金額を計算することができる「養育特例制度」を利用することができます。

養育特例の対象となった場合、掛金算定の基礎となる標準報酬月額はそのままに、年金額は従前（養育対象となる子の出生日の属する月の前月）の高い標準報酬月額で算定されることとなります。ただし、標準報酬月額を算定の基礎として計算される短期給付については、掛金算定の基礎となる標準報酬月額を使用しますのでご注意ください。

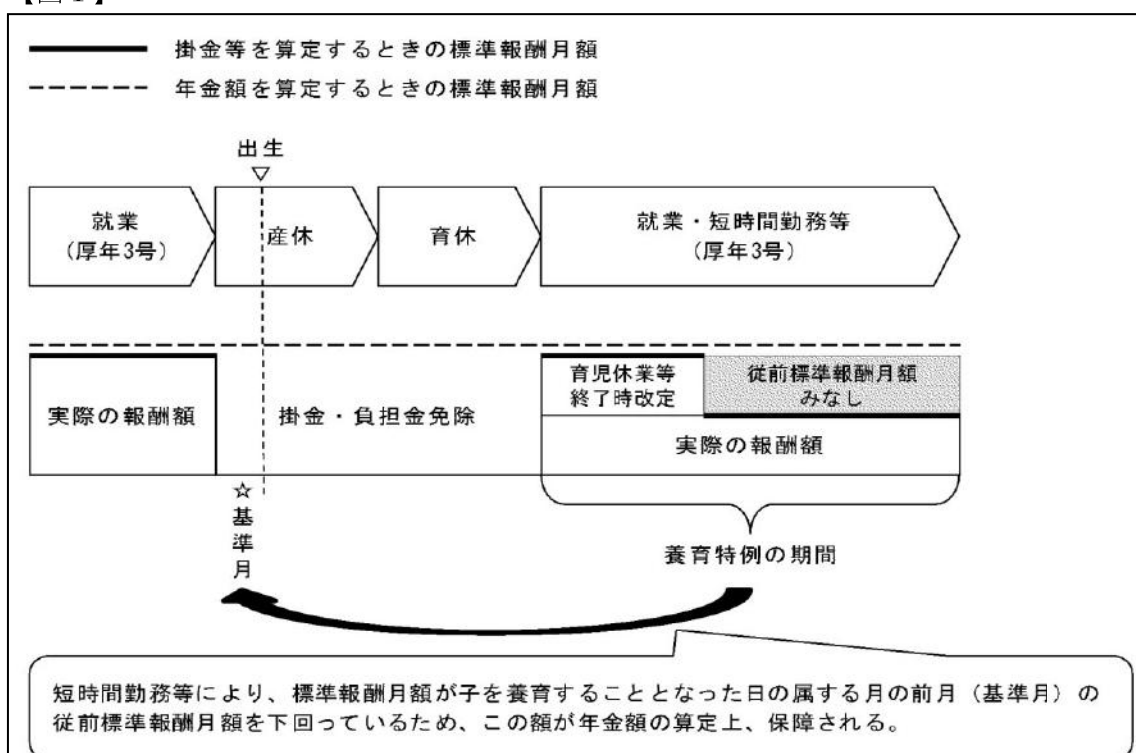
なお、養育特例は、

- ① 子を扶養に入れていることではない
- ② 父母どちらにも適用することが可能
- ③ 2年間は遡及することができる

こととなっています。ご自分の状況を確認し、該当する場合は、所属所を通じて「養育期間標準報酬月額特例申出書」を共済組合保険課までご提出いただきますようお願いいたします。申出書の様式は共済組合ホームページからダウンロードが可能です。

養育特例の具体的な事例については【図1】をご確認ください。

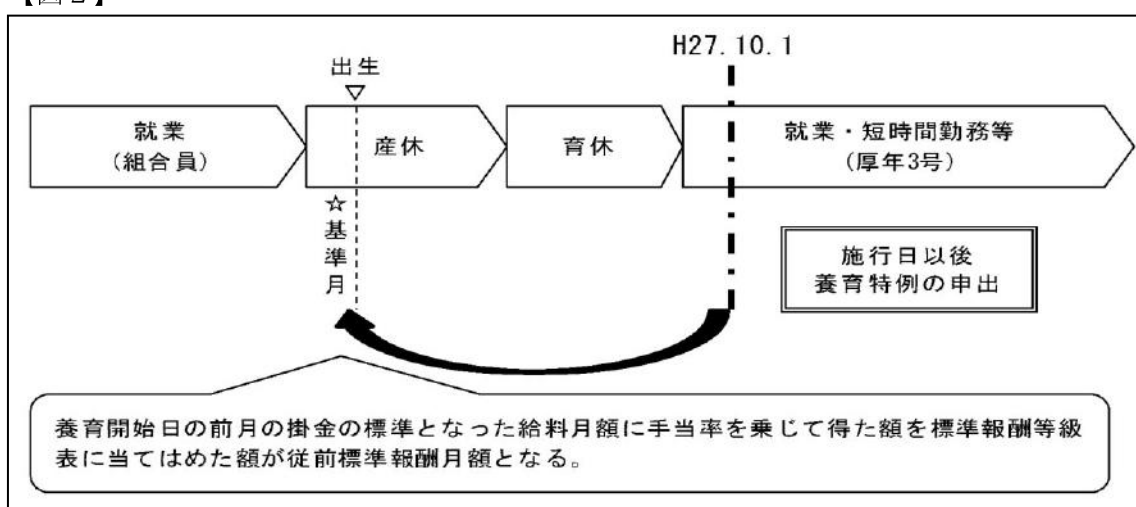
【図 1】



また、施行時（H27.10.1）において養育特例の要件を満たしている場合は、基準月の給料月額に手当率1.25（特別職は1）を乗じて得た額を標準報酬等級表に当てはめた額と、10月1日の標準報酬月額とを比較し、前者が高い場合は申し出をすることにより養育特例の該当となります。このため、施行時に3歳未満の子を養育していた方は、育児休業の有無等に関係なく養育特例に該当する可能性がありますのでご注意ください。

なお、施行時の養育特例の取扱いについては、【図 2】をご確認ください。

【図 2】



※ 基準月において組合員でない場合は、当該月前1年以内に組合員期間（国の期間を含む。）がある場合を除き養育特例の該当になりません。組合員期間等が不明な場合は、共済組合年金課までお問い合わせください。

データヘルスのお話①

前回の広報の中で、データヘルス・コラボヘルス事業についてお知らせをさせていただきました。具体的な内容は、健康診断や医療機関の受診記録のデータを分析して、共済組合と所属所が協力をして保健事業を実施するというものでしたが、今号から、実際にどのような分析を行っているかについてお知らせしていきたいと思います。

今回は、「歯科系疾患」…いわゆる歯医者さんの受診状況について取り上げてみます。

歯科系疾患

歯の病気といえば「う蝕」、つまり虫歯が一般的ですね。また、最近よく耳にするものでは「歯周病」なんてものもあります。歯そのものが壊される虫歯と違い、歯周病は歯を支える歯ぐき（歯肉）や骨（歯槽骨）が壊されることにより、最終的には歯が抜け落ちてしまうとてもコワイ病気です。

子どもに多く見られるう蝕と比べて、歯周病は中高年齢層に多く見られ、40歳以上の日本人の約8割が罹患していると言われていています。最近では歯周病と糖尿病との関係性なども指摘されており、今後は特に歯周病への対策が非常に重要となってきています。

歯科系疾患の診療諸率

「診療諸率」というとなんだか難しく聞こえますが、要は受診件数や金額などを1単位当たりに換算することで、他の医療保険者と比較するときなどに使用する数値となります。

高知県の場合はどうでしょうか？

歯科診療諸率【平成25年度】

（単位：件、日、円）

		受診率		1件当たり日数		1日当たり金額		1件当たり金額	
			順位		順位		順位		順位
組 合 員	高 知 県	11.79	33	1.91	19	4,441	19	8,476	21
	四国平均	12.19	—	1.91	—	4,518	—	8,636	—
	全国平均	12.45	—	1.90	—	4,410	—	8,357	—
被 扶 養 者	高 知 県	11.28	32	1.72	16	4,359	25	7,512	19
	四国平均	12.75	—	1.66	—	4,372	—	7,266	—
	全国平均	12.08	—	1.70	—	4,393	—	7,465	—

※ 順位は47都道府県市町村職員共済組合のもので、良い値ほど順位が低くなります。

この表を見ると特徴的なことに気づきます。組合員・被扶養者ともに、全国平均と比較して、受診率は低いのに1件当たり金額が高くなっています。受診率が低ければ1件当たり金額も低くなりそうなものですが、これはどういうことなのでしょう？

受診率は、1ヶ月の100人当たりの平均受診件数ですので、全国と比べて高知県は歯医者に行く回数が少ないということになります。一見よいことのように見えますが、1件当たり金額が高くなるとそうとも言えなくなります。

1件当たり金額が高いということは、1回でかかった医療費が高い…つまり重症化してから歯医者に行っているだろうということが伺えます。う蝕・歯周病を問わず、症状を自覚してから歯医者に行っているということですね。

反面、全国平均から推測できるのは、件数は多いけれど金額は低い、要するに症状を自覚する前に、定期健診に行っている人が多いのだろうということです。

年齢階層別受診状況

次に年齢階層別の受診状況を見てみましょう。

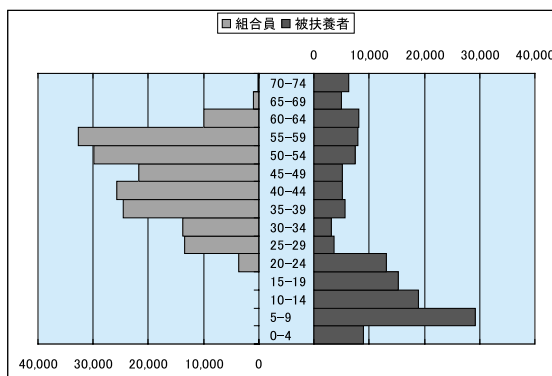
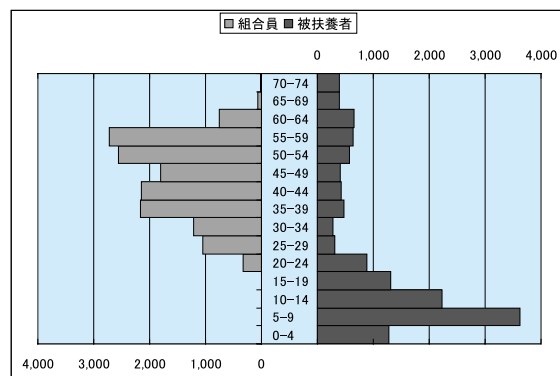
年齢階層別歯科受診状況【平成 25 年度】

〈受診件数〉

(単位：件)

〈受診金額〉

(単位：千円)



被扶養者については、人数分布が低年齢に偏っていることもありますが、件数・金額とも圧倒的に小学生以下が多くなっています。

組合員にも若干人数分布の影響があるとは思われますが、30代後半から50代にかけて増加する傾向が見られます。

疾病の分類としては、前述のとおり、子どもはう蝕、中高年齢層は歯周病が多く、世代間で違いがあるものの、歯科系疾患は全年齢階層を通じて見られる生涯型の疾病と言えるのではないのでしょうか。

分析・対策

最後に、なぜこのような傾向が高知県で見られるか分析してみましょう。

重症化してから受診する傾向については、「歯医者さんは歯が痛くなってから行くもの」という先入観が、他県よりも強く見られるのではないかと考えられます。県民性なのか、それとも共働き世帯が多く受診時間が取りにくいなどの理由があるのかもしれませんね。

低年齢のう蝕については、ブラッシング技術が未熟なことが原因と考えられますし、中高年齢層の歯周病については、20～30代のうちに正しいブラッシング習慣を身につけていない、定期的に歯石等の除去をしていないなどの要因が考えられるでしょう。

では、このようなことにならないためにはどうすればよいのか…実はその答えは数十年前前から確立しています。そう、みなさんよくご存知の「はみがき」ですね。はみがきさえしっかりしておけば、う蝕の原因菌のエサとなる食物残渣や、歯周病の原因となるプラークや歯石を取り除くことができます。

ただ、近年の報告では、歯ブラシのみのはみがきでは4割ほどの磨き残しが発生すると言われており、毎食後きちんとはみがきをしていても、知らず知らずのうちに歯周病が進行しているなんてこともあります。このため、歯間ブラシやデンタルフロスなどのブラッシング器具を併用することや、歯医者で定期的に歯科健診を受けて歯のメンテナンスをすることが重要となります。

ちなみに、歯科健診は1年に3～4回ほどで十分な効果があるとのことですので、積極的な歯周病予防のためにも、これからは「歯医者さんは歯が痛くなる前に行くもの」を合言葉に、

◇◇◇ Let's GO Dental Clinic! ◇◇◇

文化教養講座を開催しました!!

去る10月24日（土）高知共済会館 COMMUNITY SQUAREにて、本年度2回目の文化教養講座を開催しました。

この講座は、「食と健康」をテーマとし、それぞれの専門家に講演・講習をご依頼し、組合員（会員）及び被扶養配偶者の知識や教養を高めていただくために、毎年2回開催しております。

○午前の部：講演『あなたのお口は大丈夫？ 最後まで美味しく食べるために』

日本歯科衛生士会認定歯科衛生士・高知県糖尿病療養指導士 川村智津様を講師にお招きし、口腔ケアの重要性について講演を行いました。



【参加者の皆様の感想】（参加者28名）

歯に関しては、一般の疾病と違ってどうしても軽く見られがちですが、他の病気の原因となりえる重大なものということが良く分かりました。

介護もしているので、口腔について良い勉強になりました。自分も気をつけます。

最近、口腔ケアにとても興味があったので、大変勉強になりました。また、年齢とともに口の働きが弱ったのか、発音・むせ・食べこぼしなど痛感しております。

唾液腺・口周りのマッサージ等、口腔機能を低下させない実践的なセミナーが大変役にたちました。

口腔内のことについて、今まで気づかない事にたくさん気付く事ができました。ありがとうございました。

○午後の部：テーブルマナー講習

(株)グリーンホスピタリティマネジメント 永田部長 を講師とし、今回初めて和食のマナー講習を行いました。

会席料理 お品書き

前菜 : 牛肉煮凍り ミニ焼き芋 栗甘露煮
柿玉子 海老一本字
造り : 鮪 海老 烏賊 あしらひ
煮物 : 金目鯛煮付け 地物野菜 針生姜
焼物 : 若鶏彩り焼き 銀杏 栗麩田楽

油物 : じゃが芋饅頭 蓮根挟み揚げ
酢物 : 柿白酢和え
食事 : 木の子御飯 香物
止碗 : 赤出汁
甘味 : 焼き芋プリン



【参加者の皆様の感想】

初めての和食でしたが、普段何気なくやっている事がマナーとしては良くない事が分かり、良かったと思います。料理の内容については、非常にすばらしかったですが、年齢のせいかな腹になりました。

洋食より和食の好きな私には、今回の料理は、時季の食材をふんだんに取り入れていただき、最高でした。

初めての和食のマナー、来て良かったです。料理も彩り良く、目でも楽しめて美味しかったです。次回またあれば参加したいと思います。

講師の永田さんの指導・お話も楽しく、現実を忘れ、楽しい一時を過ごすことができました。

器って大事ななと思いました。季節を感じさせていただき、ありがとうございました。

人間ドックを利用して 特定保健指導の該当になった方へ

4月号の広報でもお知らせいたしましたが、短期人間ドック助成事業を利用して人間ドックを受診し、基準値をオーバーした方は、必ず特定保健指導を利用いただくことになっております。**※高血圧・糖尿病・脂質異常症の服薬、治療中の方は除きます。**

健診機関からは、特定保健指導を利用していない方のリストとその理由をいただいておりますが、本年度においても「忙しい」「自分で取り組む」などの理由で利用されていない方がいらっしゃいます。

くり返しになりますが、短期人間ドック利用助成事業と特定保健指導はセットとした事業として取り扱っておりますので、必ずご利用ください。

特定保健指導により、中長期的には疾患の重症化の抑制による医療費の軽減が見込まれますし、利用率が後期高齢者支援金にも影響してくるため、掛金（保険料）の上昇を抑えることができると考えています。

○特定保健指導とは

保健師や管理栄養士などの専門家の支援を受けながら、生活習慣を改善するためのプログラムです。

○保健指導の内容

保健師や管理栄養士と面接が行われ、生活習慣の改善目標と計画を立てます。

市町村が行う医療費助成を受けていませんか??

～医療費助成を受けるようになった場合は報告が必要です～

なぜ届出が必要なの?

市町村が実施する医療費助成制度の適用を受ける方は、保険診療による自己負担額の全部または一部を市町村が負担することとなっています。この場合、重複支給を避けるため共済組合からの自己負担額に対する附加給付は支給されないこととなります。

共済組合では、附加給付等を適正に支給するため、受給状況について毎年調査を行っていますが、新たに助成を受けるようになった方、助成を受けなくなった方、有効期限付の受給者証が変更となった方は必ず共済組合へ報告くださいますようご協力をお願いします。

市町村の医療助成制度

各市町村では、条例等の定めるところにより、次の医療費助成制度を行っています。

乳幼児等医療費助成

ひとり親家庭等医療費助成

重度心身障がい者医療費助成

【被扶養者が障がい者医療費助成制度の対象となる場合の例】

(県内の医療機関で障がい者医療費受給者証等を提示し、窓口での自己負担がない時の計算例)

医療費総額 500,000円 (一般課税)

家族療養費の給付 (7割) 350,000円	自己負担額 (3割) 150,000円	
	高額療養費 67,570円	医療費助成 82,430円



共済組合から
市町村へ支給

市町村が負担

【注意事項】

共済組合から附加給付等の支給を行った後、その支給対象となった医療費が助成対象となっていたことが判明した場合は、過払い分を返還いただきます。

◇高額療養費の所得区分が変わります

70歳未満の方の所得区分が以下のように変更になります。(70歳以上の方の自己負担限度額に変更はありません)

【改正前 (H27.9.30 以前)】

ア
〈給料月額〉 特別職 : 83 万円以上 一般職 : 66.4 万円以上
〈自己負担限度額〉 252,600 円 + (総医療費 - 842,000 円) × 1% 〔多数該当 : 140,100 円〕

【改正後 (H27.10.1 以降)】

ア
〈標準報酬月額〉 83 万円以上
〈自己負担限度額〉 252,600 円 + (総医療費 - 842,000 円) × 1% 〔多数該当 : 140,100 円〕

イ 〈給料月額〉特別職：53 万円以上 83 万円未満 一般職：42.4 万円以上 66.4 万円未満 〈自己負担限度額〉 167,400 円＋（総医療費－558,000 円）×1% 〔多数該当：93,000 円〕	イ 〈標準報酬月額〉53 万円以上 83 万円未満 〈自己負担限度額〉 167,400 円＋（総医療費－558,000 円）×1% 〔多数該当：93,000 円〕
ウ 〈給料月額〉特別職：28 万円以上 53 万円未満 一般職：22.4 万円以上 42.4 万円未満 〈自己負担限度額〉 80,100 円＋（総医療費－267,000 円）×1% 〔多数該当：44,400 円〕	ウ 〈標準報酬月額〉28 万円以上 53 万円未満 〈自己負担限度額〉 80,100 円＋（総医療費－267,000 円）×1% 〔多数該当：44,400 円〕
エ 〈給料月額〉特別職：28 万円未満 一般職：22.4 万円未満 〈自己負担限度額〉 57,600 円〔多数該当：44,400 円〕	エ 〈標準報酬月額〉28 万円未満 〈自己負担限度額〉 57,600 円〔多数該当：44,400 円〕
オ （住民税非課税） 〈自己負担限度額〉 35,400 円〔多数該当：24,600 円〕	オ （住民税非課税） 〈自己負担限度額〉 35,400 円〔多数該当：24,600 円〕

～医療費が高額になるときは、限度額適用認定証をご利用ください～

70 歳未満の方が受診をされる際に、限度額適用認定証を医療機関に提示することにより、医療機関窓口での支払いが自己負担限度額までに軽減されます。

限度額適用認定証の発行には、「限度額適用認定申請書」をご記入の上、所属所の共済事務担当者に提出してください。緊急の場合は、共済組合の窓口でも対応しております。

～契約施設のお知らせ～

健康増進施設・宿泊施設として助成の対象となっている施設のうち、下記の施設が利用できなくなりますのでご注意ください。

☆健康増進施設「雲の上の温泉」…平成28年1月12日～平成28年3月末まで
（施設修繕のため臨時休業）

「雲の上のプール」は平常営業しております。

「海水健康プール芸西」…平成28年3月31日をもって閉館

☆宿泊施設「ピースフルセレネ」…平成28年3月31日閉館

3月末に退職される皆様へ

退職後の医療保険制度

組合員のみなさまが退職されると、退職した日の翌日から被扶養者も含め何らかの医療保険制度に加入する必要があります。

再就職される方は、その再就職先が医療保険制度の適用事業所であり、かつ、加入要件（※勤務形態等）を満たしている場合は、その医療保険制度に加入することとなりますが、それ以外の方については、加入する医療保険制度を検討のうえ選択していただくことになります。

加入することができる医療保険制度として、

- ① 当組合の「任意継続組合員制度」 ② 国民健康保険 ③ 家族の医療保険制度
(被扶養者として加入)

などがあります。このうち、当組合の「任意継続組合員制度」は、病気やケガなどをしたときに、在職中とほぼ同様の給付を受けることができる制度で、以下のとおりとなっています。

(加入要件)	退職日の前日まで引続き1年以上組合員であった者
(加入期間)	退職後2年間（途中で資格喪失もできます）
(加入手続期間)	退職日から起算して20日以内
(加入手続方法)	「任意継続資格取得申出書」を所属所の共済事務担当者を経由して提出してください（現職時の組合員証・被扶養者証・高齢受給者証も一緒に返却してください）
(給付)	在職中と同様に短期給付事業を受けられます（一部の給付除く）
(被扶養者)	退職時に被扶養者として認定されていた方は引き続き被扶養者として認定いたします

<掛金について> … 平成28年度の掛金率は未定

掛金には医療費等に係る短期掛金と介護保険制度に係る介護掛金があります。

- ・短期掛金＝標準報酬月額×100.96／1000（平成27年度率）
- ・介護掛金＝標準給料月額×11.04／1000（平成27年度率）
（介護掛金は、40歳以上65歳未満の方が該当となります）

※平成27年10月からの標準報酬制の導入により、平成27年10月以降に退職された方から任意継続掛金は標準報酬月額で計算されます。

* 計算の基準となる標準報酬月額とは、①と②のいずれか低い額です。

① 退職時の標準報酬月額

（組合員期間が15年以上であり、退職時の年齢が55歳以上で初めての退職である者は、標準報酬月額の8割の額から標準報酬月額を求めます）

② 平成28年1月1日における全組合員の平均標準報酬月額 （平成27年10月以降380,000円）

* 平成27年10月以降の短期・介護掛金月額の上限額
短期掛金＝38,364円 介護掛金＝4,195円

<任意継続組合員の資格取得の撤回について>

任意継続組合員の資格取得をされた後、家族の被扶養者などになられて任意継続組合員の資格取得を撤回する場合、退職日から起算して20日以内に撤回の申出をお願いします。ただし、原則的にはそのようなことにならないよう、事前に退職後に加入する医療保険について決めておくことが重要です。

～現在、限度額適用認定証をお持ちの方で、任意継続組合員の資格取得をされる方～

平成27年10月以降に発行している限度額適用認定証の有効期限は平成28年8月31日となっていますが、任意継続組合員を取得された場合、現在の限度額適用区分から変わる可能性があります。

そのため、任意継続組合員の資格取得をされる方につきましても、退職時に現在お持ちの限度額適用認定証を返却のうえ、「限度額適用認定申請書」を提出いただくことにより、新たな限度額適用認定証をご自宅へ送付いたします。

短期給付の
ごあんない

治療用の装具を作成したときの手続きは…

医師が必要と認めたコルセット等の治療用装具や、小児弱視等の治療用眼鏡などを作成した場合、購入に要した費用の一部を共済組合に請求することができます。

給付金額は支払った金額の7割（未就学の被扶養者の場合は8割、高齢受給者の場合は7割～9割）となります。ただし、治療用装具等に基本価格や上限価格が設定されている場合は、必ずしも支払った金額の7割等が支給されるわけではありませんのでご注意ください。

治療用装具の場合

医師が治療上必要と認めた関節用装具やコルセットなどを購入した場合、給付の対象となります。また、義肢・義眼等を購入した場合も対象となりますが、治療上必要な場合に限られます。

耐用年数

1～3年で装具の種類によって異なります。

また、17歳以下の場合は使用年数により再作成基準が設けられています。

耐用年数内の破損等は原則として修理対応となります。故意に破損させた場合や、自己都合による再購入の場合には療養費を支給することはできません。

請求方法

所属所を通じて下記の書類を提出してください。

- ☐ 療養費・家族療養費請求書
- ☐ 装具装着証明書
- ☐ 領収書

小児弱視等の治療用眼鏡の場合

9歳未満の小児弱視・斜視及び先天性白内障術後の屈折矯正の治療用眼鏡・コンタクトレンズを作成した場合、給付の対象となります。

更新に必要な装着期間

5歳未満：更新前の治療用眼鏡の装着期間が原則

1年以上ある場合のみ対象

5歳以上：更新前の治療用眼鏡の装着期間が原則

2年以上ある場合のみ対象

給付上限額

治療用眼鏡：38,461円の7割または8割

治療用コンタクトレンズ（1枚あたり）：

16,139円の7割または8割

請求方法

所属所を通じて下記の書類を提出してください。

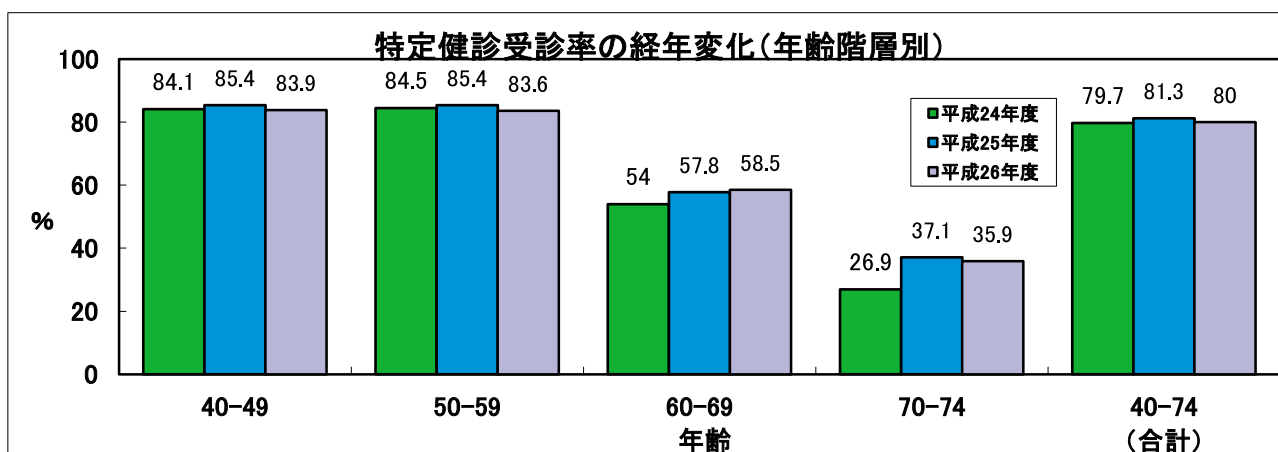
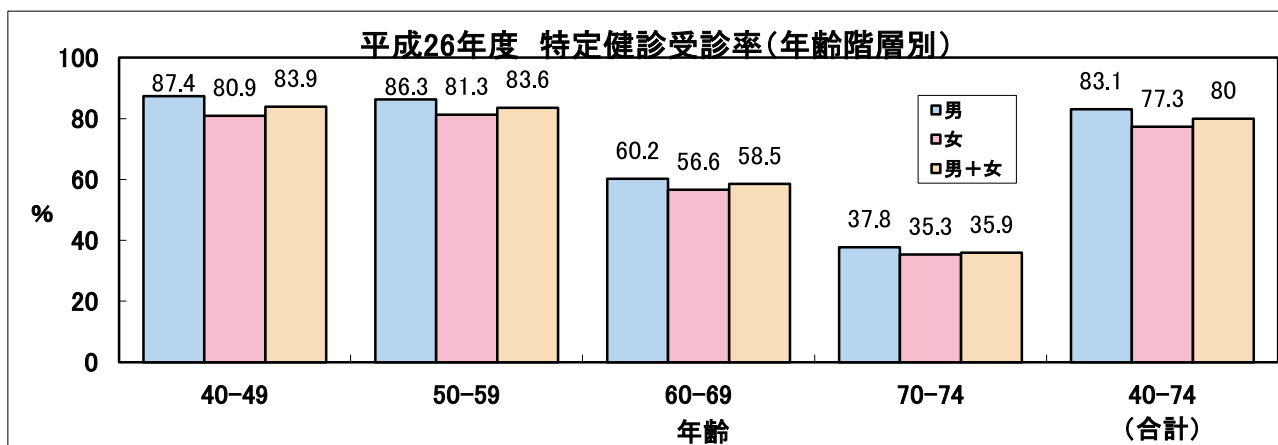
- ☐ 家族療養費請求書
- ☐ 医師の治療用眼鏡作成指示書
- ☐ 治療用眼鏡の領収書

平成26年度分

特定健診・特定保健指導実施報告について

平成27年11月2日に平成26年度の特定健診・特定保健指導の国への報告が完了しました。
当組合の受診状況等は以下のとおりとなっていますので、ご参照ください。

1 特定健診報告結果



報告項目	男性	女性	合計
健診対象者数	3,669	4,233	7,902
健診受診者数	3,049	3,272	6,321

※ この数値は、被保険者（組合員＋被扶養者）数より算出しています。

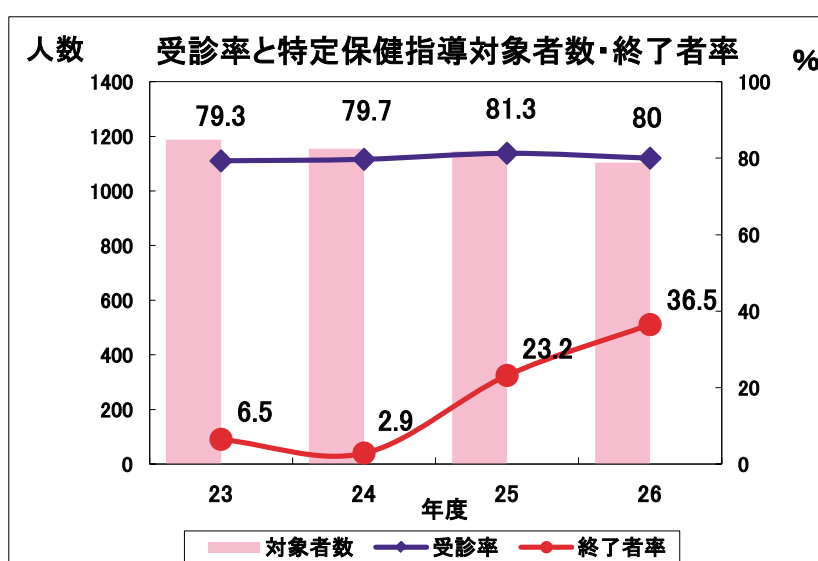
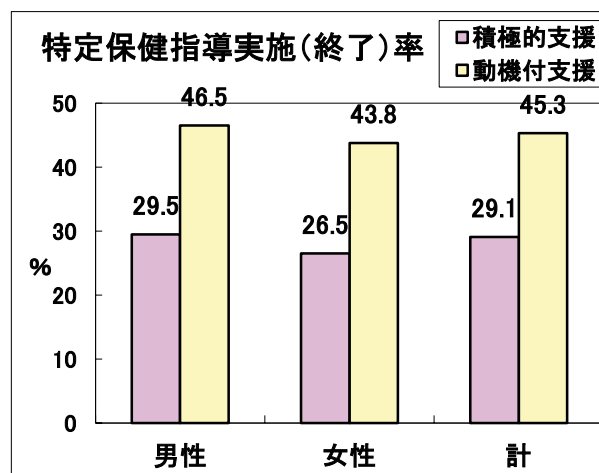
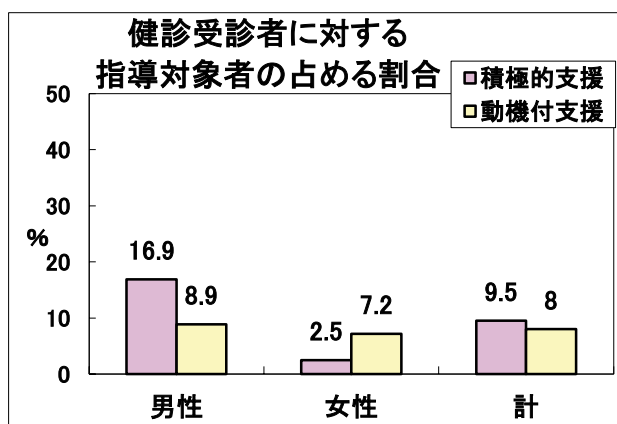
平成26年度の特定健診受診率を上、平成24年度から3年間の特定健診受診率の経年変化を下に表しました。

まず、平成26年度の特定健診対象者の合計受診率は、男性83.1%、女性77.3%、全体で80%でした。前年比で男性0.9%減、女性1.7%減、全体で1.3%減となり、全体の受診率は経年変化でも横ばい傾向が続いています。達成目標である受診率80%をかううじてクリアした結果となりましたが、現職組合員・被扶養者別の受診率は、それぞれ90.5%、49.0%となっており、依然として被扶養者の受診率が低迷している状況が続いています。

当組合としても、被扶養者受診率向上のための方策を来年度以降も引き続き検討していきます。

また、組合員のみならず、ご自身の健康管理のために、年1回の健康診断として、短期人間ドックまたは事業所健診等をより一層ご利用いただきますようお願いします。

2 特定保健指導結果



報告項目	男性	女性	合計
積極的支援対象者数	515	83	598
積極的支援終了者数	152	22	174
動機付け支援対象者数	271	235	506
動機付け支援終了者数	126	103	229

※ この数値は、被保険者（組合員
＋被扶養者）数より算出しています

上に特定健診の受診者数に対する対象者の割合と特定保健指導実施（終了）率を、下に特定健診の受診率と特定保健指導対象者数・終了者率の経年変化を表しています。

平成26年度の特定保健指導の指導終了率は36.5%と前年度比約13.3%増の結果となりました。これは、平成25年度より一部の所属所にて実施している巡回型保健指導の影響が大きいと考えられます。巡回型保健指導は、人間ドック受診後に保健指導を利用していない組合員を対象に、直接所属所を訪問して行っています。訪問することが保健指導への関心を高めることとなり、利用率の向上に効果があったものと思われませんが、あくまで人間ドック後に引き続き保健指導を利用いただくことが基本となっていますのでよろしくお願いします。

また、巡回型保健指導を行っていない所属所の組合員及び被扶養者については、利用券配付による受診勧奨を行うことにより、引き続き保健指導終了率向上を図っていきます。

当組合では平成28年度も特定健診及び特定保健指導を実施する予定です。

組合員・被扶養者の特定健診受診方法は以下のとおりです。

特定保健指導については、例年どおり、人間ドック受診後の利用（一部の健診機関を除く）、高知市在住の被扶養者に係る特定健診受診後の利用とあわせ、その他の受診者には随時利用券を送付させていただく予定です。

【特定健康診査の受診方法】

1 組合員

① 短期人間ドック利用助成事業（当組合実施の保健事業）

当組合が3月（新規採用者等は、4月）に一斉募集を行う予定ですので、その際に受診申込みをしてください。

② 組合員が所属している所属所にて実施される事業所健診

実施時期等については、お勤めの所属所の担当者にご確認ください。

※ ①または②を受診することで、特定健診を受診したことになりますので積極的な受診をお願いします。

2 被扶養者

① 短期人間ドック利用助成事業（当組合実施の保健事業）

対象は現行の被扶養配偶者に加え、平成24年度から40歳以上の被扶養者を追加しております。当組合が3月（新規採用者等は、4月）に一斉募集を行う予定ですので、その際に受診申込みをしてください。

② 成人病精密検査（当組合実施の保健事業）

上記1の②の事業所健診の日程を利用し、同日同場所にて受診を希望する被扶養者を対象に健診を実施（一部の所属所は除きます。）します。健診実施時期の約1ヶ月前に、当組合より対象被扶養者に案内文書を送付します。

実施時期等については、事業所健診を実施する所属所の担当者にご確認ください。

③ 特定健康診査（高知市在住者のみ）

高知市在住の被扶養者の方を対象に、9月から11月の間に健診を実施しています。7月中旬頃に対象被扶養者に案内文書を送付します。

④ 特定健康診査（市町村が実施する住民対象の健診）

在住の市町村が住民を対象に特定健診を実施していますので、健診日程・場所等について市町村役場に確認の上、受診予約をしてください。なお、その際に必要な特定健診受診券は当組合より発行しますので、当組合へ申請を行ってください。申請用紙がない場合は、各所属所の共済担当者または共済組合にお申し出ください。

⑤ 特定健康診査（医療機関が実施する健診）

集合契約に基づく指定医療機関が一般の方を対象に特定健診を実施していますので、希望する医療機関に直接受診予約をしてください。受診券の申請方法は、上記④と同様です。

※1 ①から⑤のいずれかを受診することで、40歳から74歳の方は特定健診を受診したこととなります。なお、①から⑤の健診を重複して受診することはできません。

※2 任意継続組合員及びその被扶養者の方は、平成24年度より④または⑤のいずれかにより受診できるようになっています。

組合員証の提示にご注意ください

●組合員証記号番号に変更があったとき

●就職等により被扶養者が取消しとなったとき

所属所間の異動(市町村役場⇄一部事務組合等)をされた方には、組合員証記号番号が変更された新しい組合員証・組合員被扶養者証が共済組合から交付されます。

このような事由により新しい組合員証等を交付された方は、旧組合員証等を速やかに共済組合に返納され、病院等へ受診する際にはもちろん、継続受診中のときも、病院等の受付へ組合員証記号番号が変更となった旨を申し出るとともに、新しい組合員証等を提示してください。

また、就職等で被扶養者の資格が取消しとなった家族の方は、認定取消後の組合員被扶養者証の使用はできませんので、新しい保険証を受付に提示されるようお願いいたします。

病院等では皆様の組合員証等により、受診者の保険者番号や記号番号等を確認していますので、旧組合員証等を使用し続けると、変更前の組合員証記号番号で共済組合へ医療費が請求されることとなり、高額療養費や附加金等の支給がスムーズに行われなくなりますので、十分ご注意ください。

なお、資格喪失後(扶養取消し後)もそのまま組合員証や、被扶養者証を使用された場合、共済組合が支払った医療費を全額返還していただくことになりますので、ご注意ください。

お問い合わせ先
保険課保健医療係 TEL 088-823-3214

資格喪失後の組合員証等について

～資格喪失後の組合員証は使用できませんのでご注意ください！～

●退職による資格喪失

組合員の方は、退職日までが共済組合の加入期間となります。

よって、退職日の翌日(資格喪失日)以降、「組合員証」は使用できませんので、退職の際は必ず元勤務先の共済事務担当課を経由して返納してください。

また、「高齢受給者証」、「特定疾病療養受療証」及び「限度額適用認定証」が交付されていきましたら、あわせて返納してください。

●任意継続組合員の資格喪失

任意継続組合員の方は、資格喪失日の前日までが共済組合の加入期間となります。

よって、資格を喪失した場合は「任意継続組合員証」は使用できませんので、資格喪失後は速やかに共済組合へ直接返納してください。

また、「高齢受給者証」、「特定疾病療養受療証」及び「限度額適用認定証」が交付されていきましたら、あわせて返納してください。

●被扶養者の資格喪失

組合員または任意継続組合員の方が資格を喪失し、その方に被扶養者がいる場合は、被扶養者の方も同時に資格を喪失することになりますので、組合員証とあわせて「組合員被扶養者証」についても返納してください。

また、「高齢受給者証」、「特定疾病療養受療証」及び「限度額適用認定証」が交付されていきましたら、あわせて返納してください。

任意継続組合員証等の返納先
〒780-0870
高知市本町5丁目3-20
高知縣市町村職員共済組合
保険課資格係
TEL 088-823-3214

！ご注意！

資格喪失後もそのまま組合員証または任意継続組合員証等を使用して病院などで受診することは、不正使用となりますのでご注意ください。

また、住所以外の部分をご自分で訂正等しないでください。

ていてもらえます。年々異常値に近づいてきている検査項目があれば、早いうちから生活習慣などについて指導してもらえましょう。重症化しないうちに治療が始められるので、医療費の節約にもつながります。

専門医にかかる時も連携をとってもらっているので、検査や薬の重複などの無駄もなくなります。また家族みんなで診てもらっていれば、家族でかかりやすい病気や体質、生活環境などについて把握してもらえるので、さらに安心です。

よいかかりつけ医とその見つけ方

- ① 自宅または勤務地に近いところにある（単身者でなければ自宅の近くがよい）。
- ② 患者の話をよく聞き、わかりやすく説明してくれる。
- ③ 相性がよく、体のことは何でも相談できる。
- ④ 必要に応じて専門医を紹介してもらえる。
- ⑤ 長時間待たずに受診できる。

こういった条件が整っていれば、かかりつけ医としては安心です。

よいかかりつけ医を見つけるには、近所の評判を聞く、インターネットや雑誌や本で見当をつける、などの方法がありますが、最も重要なのは、その医師と信頼関係を築けるかどうか。医師側から患者側からもコミュニケーションがとりやすいこと、信頼できると感じられることが重要なのです。

かしい患者になるために

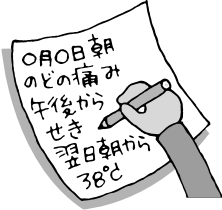
医師と信頼関係を築くためには、患者側にもそれなりの心掛けが必要です。

急を要さないときは
診療時間内にかかる。

自分の都合で診療時間外にかかる
と、診療費が高額なうえ、迷惑です。

症状や経過を簡潔に
説明できるよう、
整理しておく。

主症状や経過をメモしておく
とよい。



自分で診断しない。

「かぜをひいたので薬をください」ではなく、「のどの痛みがあり、今朝から38度の熱があります」という言い方に。

自分の病歴や家族歴を
把握しておく。

過去にかかった病気や家族がかかった病気について知っていると、診断の役に立ちます。

治療法に選択肢がある
場合、医師の意見を参考
にして自分で判断する。

治療の主体は本人が
基本です。



同じ病気で、かかりつけ

医に無断でたくさん
医療機関にかからない。

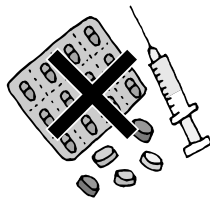
検査や薬の重複につながり、
医療費も高くなります。

薬や注射、点滴などを
ねだらない。

医師が「必要ない」と判断
しているのにねだっても、医
療費が高くなるだけです。

病気を治す主役は自分の
体力や免疫力である
ことを心得ておく。

医師や薬は病気を治す「直接の力」
ではなく、「手助けをする力」です。



健康と医療

かかりつけ医をもとめよう！

「かかりつけ医」をもっていますか？
どんな医師が「かかりつけ医」か、きちんと知っていますか？
あなたの考える「かかりつけ医」は、本当の意味でのかかりつけ医ではないかもしれません。
信頼できるかかりつけ医を見つけましょう。



かかりつけ医とは、ふだんから健康状態を診てくれる医師

かかりつけ医とは、左記のような医師のことです。

- 継続的にかかっている患者のふだんの健康状態を把握している
- 健康管理や健康指導を行ってくれる
- 体全体をトータルで診てくれる

日常的な診療はまずかかりつけ医で診てもらうのが基本です。かぜっぽいときも、何となく体調が悪いつきも、糖尿病などの慢性病の治療のときなども、かかりつけ医で診てもらいます。

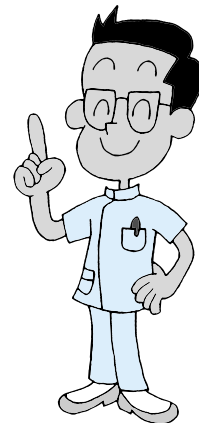
診療科は、専門的に細分化されていない内科の診療所やクリニックが一般的です。たくさんの診療科がある大病院は総合診療科を設けるなどの工夫をしています。一般に待ち時間が長く、また紹介状なしでは初診料が高く、すぐに受診できない

こともあります。

詳細な検査や高度な治療のために専門医にかかる必要がある場合は、かかりつけ医から紹介してもらいます。そして症状が安定したら、またかかりつけ医に戻してもらいます。ですから例えばかぜを引いたときは近所のA医院、糖尿病の治療はB病院、下痢になったらC消化器科といったかかり方では、かかりつけ医をもっているとはいえません。

かかりつけ医をもつメリット

かかりつけ医はふだんの状態を知っていてくれるので、表情や顔色などから「何となくいつもと違う」ことに気づいてもらえます。そのため、初期のうちに病気が見つかったり、治療が開始できたりします。健診結果のコピーをかかりつけ医に渡しておけば、わざわざ検査をしなくても、経年の変化を知



監修

高輪メディカルクリニック
院長・医学博士 久保 明

貯金係からお知らせとご案内

～積立貯金ご存じですか？～

毎月の給料やボーナスから控除される、便利な積立貯金をご存知ですか？
この機会にぜひ、加入をご検討ください。

積立方法

- ◆定例積立
- ◆賞与(ボーナス)積立
- ◆臨時積立…随時預入れ可能。(窓口で現金の預入れ、または銀行振込)

※給料、賞与(ボーナス)から控除
※四国銀行・高知銀行から手数料無料で送金できる共済貯金専用の振込用紙をご利用ください。
振込用紙は所属所の共済組合事務担当係にあります。

年利 **1.35%**
(平成28年1月現在)

一部払戻(毎月2回)

「積立貯金一部払戻請求書」に必要事項を記入、押印し、所属所の共済組合事務担当係へ提出してください。

- ◆送金先：共済組合へ登録されている口座
- ◆締切日と送金日：下記の積立貯金一部払戻予定表でご確認ください。
- ◆同月内の払戻：どちらか1回のみ

(注意)締切日は当日必着完備(FAX不可)の取扱いとなります。不備による再提出が締切日を過ぎますと次回に繰り下げとなりますので、お急ぎの場合などは早めの提出をお願いします。
※書類不備例：お届け印と相違・印が不鮮明・残高不足・金額訂正等です。確認のうえ、送付ください。

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!!

平成28年 積立貯金一部払戻予定表

		締切日	送金日			締切日	送金日
1月	①	6日	18日	7月	①	5日	15日
	②	19日	28日		②	19日	28日
2月	①	4日	16日	8月	①	5日	16日
	②	17日	26日		②	19日	30日
3月	①	4日	15日	9月	①	6日	15日
	②	18日	30日		②	20日	29日
4月	①	6日	15日	10月	①	5日	17日
	②	18日	27日		②	19日	28日
5月	①	6日	17日	11月	①	4日	15日
	②	19日	30日		②	17日	29日
6月	①	6日	15日	12月	①	6日	15日
	②	20日	29日		②	16日	27日

○平成28年3月末退職される積立貯金者様へ

平成28年3月末退職者される積立貯金加入者様で、3月分まで積立られた場合の積立解約送金日



平成28年4月25日

※退職されてから送金日まで日数がありますが、ご了承ください。

平成28年貸付金・自動車購買立替金振込日のお知らせ

月	第 1 回		第 2 回		第 3 回	
	決定通知送付	振 込 日	決定通知送付	振 込 日	決定通知送付	振 込 日
1	1 2 日	1 8 日	1 9 日	2 2 日	2 2 日	2 8 日
2	1 2	1 7	1 6	2 3	2 3	2 6
3	1 1	1 6	1 5	2 3	2 5	3 0
4	1 2	1 5	1 5	2 1	2 2	2 7
5	1 0	1 7	1 7	2 3	2 4	3 0
6	1 0	1 5	1 4	2 1	2 4	2 9
7	1 2	1 5	1 9	2 2	2 2	2 8
8	1 2	1 7	1 6	2 3	2 3	3 0
9	9	1 5	1 6	2 3	2 3	2 9
10	1 1	1 8	1 8	2 4	2 5	2 8
11	1 1	1 6	1 5	2 2	2 2	2 9
12	9	1 5	1 6	2 1	2 0	2 7

自動車購買立替金制度をご存じですか！

※ 申込額が50万円を超える場合は、連帯保証人が必要です。(連帯保証人は組合員期間1年以上の方)

自動車購買立替金は、自動車だけでなくバイクもご利用になれます。



年 利 3.0 %
便利な給料控除

※利率は変動利率で
平成28年1月現在のものです。

注意点

- ・ 申込書の締切日は毎月10日です
- ・ 振込日は貸付金の第3回と同じ日になります
- ・ 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

◆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

(250cc以下の場合は軽自動車届出済証又は軽自動車税申告書)

(125cc以下の場合は原動機付自転車標識交付証明書)

戸籍謄本（使用者名義が配偶者の場合のみ）

◆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)

◆ご利用いただける方◆

組 合 員

(現在自動車購買立替制度をご利用いただいている方は対象外となります)

福祉企画課物資係 ☎088-823-3215

入学・修学貸付のご案内

共済組合には、大学などでの入学金の支払い、または授業料などの教育資金を貸付ける入学・修学貸付制度があります。詳細は以下のとおりとなりますので、貸付けをご希望される方は貸付要件等を確認の上、貸付けをご希望される月の5日（5日が土、日のときは直前の営業日）までに共済組合に必着となるよう、所属所の共済事務担当者までお申込みください。

なお、入学貸付については、貸付け申込み時点で**入学金等の納入期限が過ぎていた場合、貸付対象としておりません。**そのため、入学貸付をご希望の場合は、**入学金等の納入期限内に貸付申込みをいただきますようご注意ください。**

入学貸付

入学時に要する諸費用（入学金・授業料・教科書代・家賃等）の資金貸付

- 学校教育法に規定する高等学校、大学、高等専門学校、専修学校または各種学校
- 国内の貸付対象となる学校に相当する外国の教育機関

対象学校

- 給料月額6ヵ月分以内で200万円を限度（ただし、申込み金額は必要経費の範囲内で、1万円単位となります）

貸付限度額

- 貸付け月の翌月から毎月元利均等償還（最高120回）、または賞与併用元利均等償還（最高72回）

償還方法

- 合格通知書または入学許可証の写し
- 入学に要する諸費用及びその納入期限を確認できる書類の写し
- 印鑑登録証明書
- 被扶養者でない子の場合は続柄を証明できる書類
- 海外留学の場合は当該学校の留学に係る証明書

必要添付書類

- 年利2.66%
- ※財政融資資金利率の変動により貸付利率も変動する場合があります。

貸付利率

修学貸付

修学に要する諸費用（授業料・教科書代・家賃・交通費等）の資金貸付

- 入学貸付と同じ

- 1ヶ月分（15万円以内）に当年度中の**貸付対象月数**を乗じた額で180万円を限度
※**貸付対象月数**とは貸付申込月から学校の修業年限までの月数、もしくは貸付申込月から当年度末までの月数のうち少ない方の月数（3月の場合は12ヶ月）
（例）1ヶ月分の費用10万5千円の方が、5月中に申し込まれた場合
105,000円×11月＝1,155,000円
→115万円（1万円単位）を限度とし貸付

- 償還開始時期を貸付け月の翌月、もしくは学校の修学が終了した月の翌月のどちらかを選択のうえ、当該翌月から毎月元利均等償還（最高150回）、または賞与併用元利均等償還（最高72回）
※修学期間中における償還据置中も、貸付金に対する利息分の償還は、毎月行うことになります

- 在学証明書（入学前の場合は、合格通知書または入学許可証の写し）
- 修学に要する諸費用及びその納入期限を確認できる書類の写し
- 印鑑登録証明書
- 被扶養者でない子の場合は続柄を証明できる書類

- 入学貸付と同じ

- ◎毎月償還額が給料月額の30%を超える場合、または年間償還額が年収額の30%を超える場合は貸付を受けることができませんのでご注意ください。

※償還額は他の金融機関等、貸付・物資、互助会貸付を含みます。

※償還額を計算するとき、修学貸付のように現在利息分のみ支払いとしても、元金償還が始まった場合の償還額で計算します。

- ◎入学・修学貸付の貸付日は、普通貸付と同様に共済組合が定めた毎月3回の貸付日から選択することができます。

毎月償還表〔抜粋〕（平成28年1月1日現在）

入学貸付			修学貸付		
貸付額	償還月額	回数	貸付額	償還月額	回数
50万円	7,719円	70回	180万円	27,075円	72回
100万円	10,254円	110回	360万円	40,176円	100回
150万円	15,381円	110回	540万円	42,354円	150回
200万円	18,999円	120回	720万円	56,471円	150回

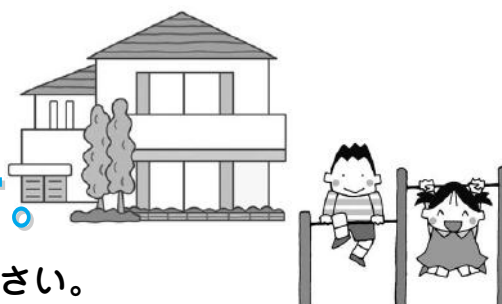
※貸付額に対する最大償還回数で毎月元利均等償還を行った場合

※ 共済組合の貸付をご利用のみなさまへ

団体信用生命保険事業

「だんしん」のご案内です。

※ 未加入の方はぜひご加入ください。



団体信用保険「だんしん」

【事業内容】

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。

【対象者】

貸付申込時に加入しなかった者で、月末残高が10万円以上あり、かつ告知事項に合致する者。

【特約保証料】(保険料)

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。

※例：残高200万円の場合
 $200\text{万円} \div 10\text{万円} \times 20\text{円} = \text{月額}400\text{円}$
 $400\text{円} \times 12\text{ヵ月} = \text{年額}4,800\text{円}$

【保険金の支払い】

貸付金の未償還残高相当額

債務返済支援保険

【事業内容】

病気や傷害により就業不能となった場合、貸付の返済金相当額を保険金としてお支払いする制度です。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。

【対象者】

だんしんを同時に申し込まれる者で、告知事項に合致する者。

【保険料】

平均返済月額1万円に対し、月額99円です。

※例：平均返済月額2万円の場合
 $2\text{万円} \div 1\text{万円} \times 99\text{円} = \text{月額}198\text{円}$
 $198\text{円} \times 12\text{ヵ月} = \text{年額}2,376\text{円}$

【保険金の支払い】

毎月償還：毎月の返済額

ボーナス併用：年間返済予定額 $\div$ 12

※30日の免責あり。

※支払い期間は3年を限度とする。

【申込方法】

所定の申込書により、所属所の共済事務担当者を通じてお申し込みください。

【徴収方法】

特約保証料及び保険料の12ヶ月分(前払い)を口座振替により徴収します。

【保険適用開始日】

申込日(告知日)の属する月の翌々月1日

※例：申込日(告知日)2016年1月10日の場合

保険適用日2016年3月1日

※詳しくは所属所担当課に備えていますパンフレットをご覧ください。

<お問合せ先> 高知縣市町村職員共済組合 福祉企画課 貸付係 電話088-823-3215

2016 春宴

歓送迎会プラン

3.1_{Tue} ~ 5.31_{Tue}



※お料理写真はイメージとなります。

シェフが彩る パーティーコース

- ・ローストビーフのメキシカンサラダ
- ・刺身盛合せ
- ・寿司盛合せ
- ・チキン南蛮 自家製甘辛ソース
- ・海老とホタテのキャベツ包み焼き
- ・茹で豚の香味ソース
- ・旬野菜の塩釜焼き
- ・メのラーメン
- ・デザート

無礼講!! 土佐皿鉢コース

- ・鰹のタタキ
- ・刺身盛合せ
- ・寿司盛合せ
- ・組盛り
- ・茹で豚の香味ソース
- ・チキン南蛮 甘辛ソース
- ・メのラーメン



※お料理写真はイメージとなります。

お料理＋お飲物（フリードリンク2時間）のセットプランです。

お一人様 5,400円(税込)

※会席料理もご予算・ご要望に応じて承ります。

飲み放題メニュー

- ・瓶ビール・日本酒
- ・焼酎(麦・芋)
- ・梅酒(ロック、ソーダ、水・お湯割)
- ・酎ハイ(レモン、ピーチ、グレープ・フルーツ)
- ・ソフトドリンク

プランご利用特典

特典①



20名様以上で幹事様
1名無料!!

特典②



土佐のお座敷遊び
「べく杯」貸出無料!!

特典③



左記通常飲み放題ドリンクに
プラス【カクテルカノンアルコール】
チョイスできます!!

宿泊のご案内

「平日」宿泊プラン

大好評・平日限定プラン
です!

素泊 4,860円
朝食付 5,700円
(税サ込)

宴会&宿泊プラン

大変お得な飲み放題付宴会宿泊
プランです!
4名様以上でお申込み下さい!!

平日 10,000円
休前日 12,000円
(税サ込)

※ご予約時に広報を見てのご予約とお申し付けください。



高知共済会館

COMMUNITY SQUARE

〒780-0870 高知市本町5丁目3-20

ご予約・お問合せ TEL:088-823-3211

お得な宿泊プラン、会議室の詳細はこちら
<http://www.kochi-cs.jp>



漁師町の地酒は端麗辛口の
すっきりした味わいが特徴です。
四万十川の伏流水で仕込んだお酒は、
お土産やギフトにも最適。

西岡酒造店 TEL 0889-52-2018
<http://www.jyunpei.co.jp/>

中土佐町 特産



四万十川の源流域で湧き出たナチュラルミネラルウォーターをボトルリングしました。

(株)ウェルネス四万十
TEL 0889-57-2882
<http://shimantonomizu.com/>



品

イチゴ農家の女性が経営する
ケーキショップ風工房
イチゴの鮮度にイチゴ農家の
強いこだわりを感じます。
イチゴのショートケーキ(12月~6月)。
イチゴのシフォンケーキが人気。
イチゴジャムやソルベはお土産にも最適です。

風工房 TEL 0889-52-3395
<http://www.kazekoubou.net/>



鮮度のいい生鰹を薫焼きした
「たたき」は贈答にもオススメ
です。鰹の加工品もあり、鰹
を使ったラー油や、鰹生節、
鰹角煮はお土産にもオススメ。

企画・どくれもん企業組合
TEL 0889-52-3822
<http://dokuremon.com/>



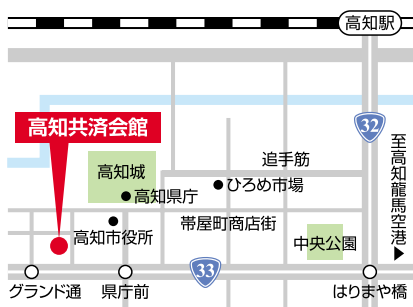
高知共済会館

COMMUNITY SQUARE

高知県市町村職員共済組合
(一財)高知県市町村職員互助会

〒780-0870 高知県高知市本町5丁目3-20
TEL: 088-823-3211 FAX: 088-823-3102
<http://www.kochi-cs.jp>

コミュニティスクエアには
“魅力”がいっぱい!!



中土佐町の西岡酒造店の
お酒もお召し上がり
いただけます。



1階レストラン[膳]
旬のお料理をご用意し
お待ちしております。

膳
ZEN

大野見 アメゴ釣りな祭

4月17日

四万十川にかかる久万秋沈下橋の上流、下流を会場に約1トンのアメゴが放流されます。

会場では、七面鳥の串焼き、アメゴの塩焼き、イチゴ等の地元の特産品も販売。女性や小さいお子さんも楽しめる「アメゴ・ウナギのつかみ取り」などの催し物も開催されます。

■日時：4月17日（日） 7:00～

■場所：大野見久万秋沈下橋周辺

■料金：中学生以上 3,000円（前売り券2,500円）
小学生以下 1,200円（前売り券1,000円）

※当日はえさ釣りのみ。ルアー・フライは禁止です。

※エサは当日会場で販売しています。

■問合せ：☎0889-57-2022（中土佐町役場農林課）

かつお祭

5月15日

春の高知を代表するイベントの一つ。

毎年、1万人を超える来場者がかつおのタタキをはじめ、かつおカレーやかつお丼にチチコ（心臓）やハランボの塩焼きなど、約2トンのかつおを豪快に平らげる。

ところてん早食い競争や鰹一本釣り競争、鰹船の体験乗船などの催し物も人気。

■日時：5月15日（日） 10:00～15:00

■場所：久礼八幡宮前ふるさと海岸

■料金：※要予約

かつお三昧セット 2,000円（個人自由席）

かつお三昧セット 2,500円（団体予約席）

■問合せ：☎0889-52-2473（中土佐町役場水産商工課）

中土佐町 祭り・イベント情報

上ノ加江漁協 海鮮まつり

5月1日

生きたアオリイカの浜値販売が人気の「海鮮まつり」。毎回行列ができる伊勢エビ汁など漁協ならではの出店が魅力。

昔の木造和船に乗って、漁師さんから「櫓漕ぎ」を教えてもらえる体験乗船も楽しめる。

■日時：5月1日（日） 8:30～14:00

■場所：上ノ加江漁港内

■問合せ：☎0889-54-0111（上ノ加江漁協）

久礼八幡宮 秋季大祭

9月
14日・15日

「土佐三大祭り」の一つにも数えられ、県内外から多くの観光客が訪れるお祭りです。

大松明の行列が深夜、久礼八幡宮まで練り歩く「御神穀様」や太鼓と太鼓がぶつかり合う「けんか太鼓」が見どころ。

■日時：9月14日（水）・15日（木）

■場所：久礼八幡宮

■問合せ：☎0889-52-2473（中土佐町役場水産商工課）



「2016奥四万十博」は高知県の高幡広域5市町（須崎市・中土佐町・四万十町・梶原町・津野町）で開催する旅の誘客キャンペーンです。

〈開催期間〉平成28年4月10日～12月25日

詳しくは公式HPで

奥四万十博

検索



中土佐町にきたらいろいろなことを体験しよう

中土佐町の巻



鰹のたたき作り体験



温泉宿泊施設の黒潮本陣では、中土佐流薫焼きたたき作りが体験できます。節取されたものを焼く「初級コース」、丸ごと1尾さばく「中級コース」があります。

■場所：中土佐町久礼8009-11

■料金：【初級コース】鰹料金+800円、【中級コース】鰹料金+1500円

たたき作り体験は予約が必要です（4月～10月）

■定休日：毎月第2木曜日 ■営業時間：10時30分～14時30分（オーダーストップ）

■問い合わせ：黒潮工房 ☎0889-40-1160



漁業体験



上ノ加江漁協の現役漁師さんの指導で、かご漁や網漁を体験。カニ・タコ・イセエビ等をねらったり、堤防で釣り体験も出来ます。獲れたての新鮮魚介類は女性部によるボリューム満点の昼食に。漁師さん流の「おせったい」を楽しもう！

■場所：中土佐町上ノ加江2574

■問い合わせ：上ノ加江漁業協同組合 ☎0889-54-0111



久礼のまち歩き



国の重要文化的景観に選定されている久礼の町並みを陽気なガイドさんと一緒に歩いてみませんか？現存する酒蔵では県内最古の酒蔵見学や大正町市場での買い物などお好みに応じてコースを設定できます。

■料金：ガイド1名あたり2,000円

（ガイド1名につき10名様まで）

■時間：約90分

■問い合わせ：中土佐町役場水産商工課

☎0889-52-2473

釣りイカダ



矢井賀漁港沖に浮かぶ観光釣りイカダで大物を釣り上げよう！春はイサギ、秋はハマチ、冬はグレなどがねえます。

※道具やエサは各自で用意してください。

■場所：中土佐町矢井賀甲139

■料金：大人4,000円 小学生3,000円

■時間：日の出～15時頃まで

■問い合わせ：高知県漁業協同組合矢井賀支所

☎0889-54-0257

高知の海・山・里から

2016年1月
共済会館NEWS

フェスタ フェスタ



vol. 16

「フェスタフェスタ」は高知県内34市町村の魅力と情報を発信。
今回は、中土佐町の魅力をご紹介します。



鰹乃国 中土佐町

必
大漁
久礼大正町市場

鰹丸

