

共 済 だ よ り

# KYOSAI

Yamaguchi



凌雲寺跡(山口市)

**組合会議員の改選** 2

**医療費統計** 4

**特定健診を受けましたか** 5

**貸付事業のお知らせ** 6

**年金学校** 7

**共済貯金随時積立募集** 10

**Information** 12

# 任期満了に伴う 組合会議員の改選 が行われます

## 職員側議員の選挙

# 11月18日

共済組合の事業は、組合員のみなさんから選ばれた議員によって構成される「組合会」において、重要事項が審議・決定され、運営されます。

この組合会議員の任期は2年で、現在の議員は、来る11月30日をもって任期満了となり、これに伴う次期組合会議員の選挙（職員側）が、11月18日に山口市の防長苑で行われることになりました。

職員側議員の選挙方法は、組合員各人が直接選挙を行うことが困難なため、県内を3つの選挙区分に分け、あらかじめ所属所ごとに組合員1000人に1人の代議員を選出し、代議員の互選により議員を選出する、いわゆる間接選挙となっています。

組合会の役割、組合会の構成、組合会議員の選出方法等は、次のようになっています。

### 組合会の役割

共済組合には、議決機関として組合会が設けられており、定款の変更、運営規則の作成及び変更、毎年度の事業計画並びに予算・決算、その他重要財産の処分など組合の運営に関する重要事項を審議・決定することになっています。

### 組合会の構成

組合会は、市町村長が選挙した議員（市町村長側議員）10名と市町村長以外の組合員が選挙した議員（職員側議員）10名の合計20名によって構成されています。

したがって、共済組合の組合会は、使用者である市町村長の代表と被使用者である職員の代表が、それぞれの立場から民主的にその運営に参加できるように構成されています。

**理事及び理事長**

理事は、市町村長側議員及び職員側議員がそれぞれ3名ずつを互選し、理事長は市町村長側理事のうちから理事の選挙によって選出されます。

**監事**

監事は、市町村長側議員から1名、職員側議員から1名、学識経験を有する者1名、計3名を組合会において選出し、会計その他業務全般にわたる監査を行います。

**組合会議員の選出方法**

一 市町村長側議員の選挙区及びその数

第一区	宇部市、山口市、萩市、防府市、下松市、岩国市、光市、柳井市、美祢市、長門市、下関市、周南市、山陽小野田市	六
第二区	大島郡、玖珂郡、熊毛郡、阿武郡の区域内の町	四

県内を2つの選挙区に分け、それぞれの選挙区ごとに、該当市町村長の互選により議員を選挙します。

二 市町村長以外の組合員が選挙する議員の選挙区及びその数

第一区	岩国市、柳井市、光市、下松市、防府市、山口市、周南市及び上記各市の区域内に事務所を置く一部事務組合	五
第二区	宇部市、萩市、長門市、美祢市、下関市、山陽小野田市及び上記各市の区域内に事務所を置く一部事務組合	四
第三区	大島郡、玖珂郡、熊毛郡、阿武郡の区域内の町及び上記各郡の区域内に事務所を置く一部事務組合	一

県内を3つの選挙区に分け、それぞれの選挙区ごとに当該市町から選出された代議員の互選により議員を選出します。

この場合、市町ごとに組合員1000人に1人の代議員（1000人未満の市町にあつては1人、一部事務組合等に所属する組合員は、所在地の市町に所属する組合員とみなされます。）を選出し、その代議員の互選によって組合会議員を選出します。

**選挙の方法**

選挙は、市町村長及び代議員の投票により行っていますが、市町村長及び代議員の過半数の者に異議がない場合は、それぞれ指名推せんの方法でもよいことになっています。

# 『医療費統計』

## 『○○○Returns』

久しぶりのシリーズ8回目は、歯科疾患からの考察です。  
 平成21年度における歯科疾患にかかる医療費は総額5.7億円かかっており、  
 全体の約13.5%を占めています。そこで、1人あたり総医療費と件数(図1)、  
 全体の医療費に占める歯科疾患の割合(図2)、歯科疾患にかかる1人あたり医  
 療費と件数(図3)のグラフを年代別男女別で作成しました。(院外処方につい  
 ての調剤は含まれておりません。)



痛くないから大丈夫と放っていきませんか?虫歯は自然に治ることがなく、治療が必要です。  
 たかが虫歯、されど虫歯。近年では、重大な病気との関連も報告されています。  
 つい、後回しになりがちな歯科疾患ですが、日々の歯の手入れに加え、定期的な歯科健診を受け、  
 歯の健康状態を確かめてみませんか?

図1:1人あたり総医療費と件数

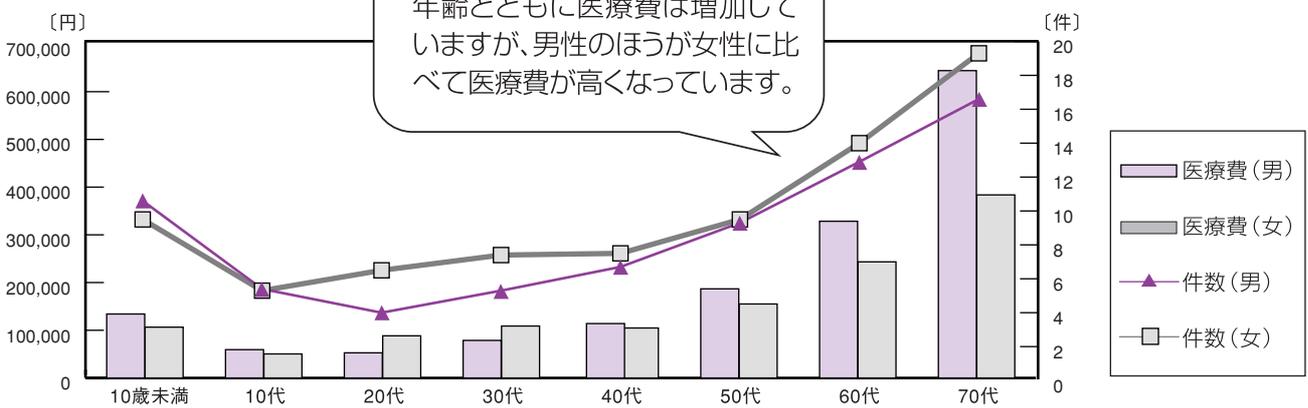


図2:全体の医療費に占める歯科疾患の割合

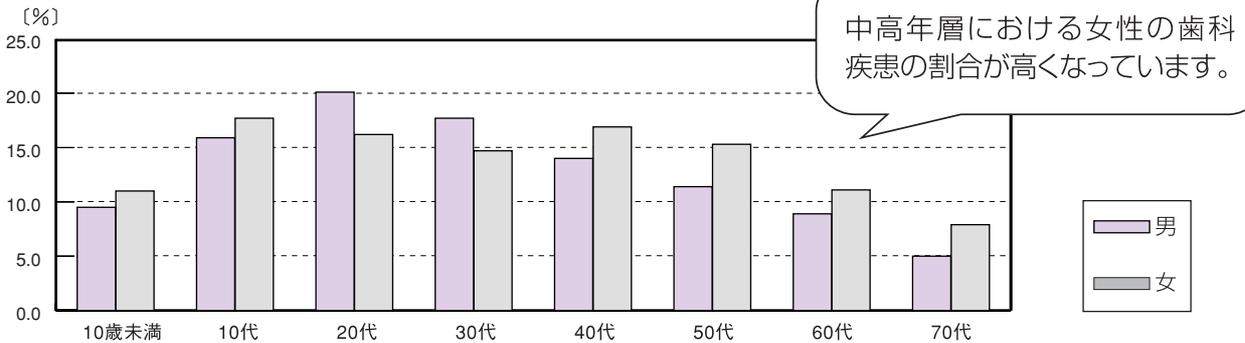
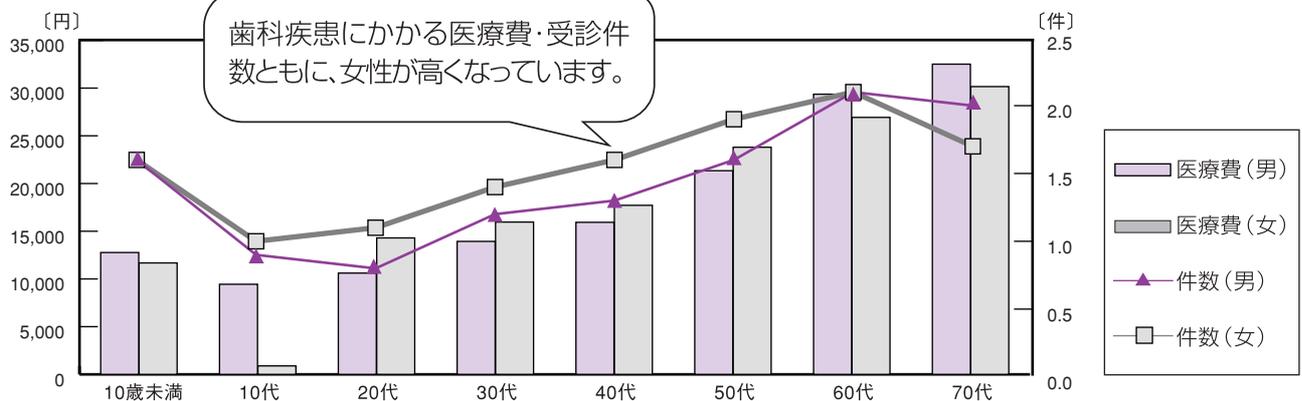


図3:歯科疾患にかかる1人あたり医療費と件数



## 特定健診・ 特定保健指導

特定健診は、40～74歳のみなさんに受けていただく健康診断です。  
メタボリックシンドロームの疑いがない方も必ず受診をお願いします。

### 特定健診受診券の有効期限は12月末日です

特定健康診査受診券（以下「受診券」という。）を所属所を通じて、6月に被扶養者のみなさんにお送りしています。（組合員のみなさんは、職場の健康診断または共済組合の人間ドックを受診することにより、特定健診の項目全てを受診した場合には、特定健診を受診したとみなされます。）

受診券の有効期限は平成22年12月末日までとなっていますので、ぜひ早めの受診をお願いします。

特定健診を受診するときは



**1. 受診券を確認** 受診券の氏名、生年月日を確認し、裏面に住所を記入してください。

#### 2. 特定健診の申込み

受診券と同送の「契約健診機関一覧」で受診する健診機関を選択し、まずは健診機関に予約してください。

組合員の被扶養者が受診券を利用して特定健診を受診する場合、どの健診機関を選択しても自己負担額は500円です。（任意継続組合員とその被扶養者は自己負担額1,000円）

#### 3. 特定健診の受診

受診当日は、受診を予約した健診機関に組合員被扶養者証（保険証）と受診券等を持参してください。窓口では、受診券とあわせて保険証も確認されます。健診機関によっては質問票の準備がない場合がありますので、質問票も念のためにご持参ください。

#### 4. 受診後には健診機関から結果が通知されます

健診受診後、健診結果とメタボリックシンドロームの判定が通知されます。また、健診結果の見方や生活習慣病予防などの情報提供が行われます。

結果通知の方法は、郵送によるほか、手渡しで交付される場合もありますので、受診時に健診機関にご確認ください。

### 特定健診（事業所での健康診断等を含む）を受けた組合員・被扶養者のみなさんへ

特定健診の結果、腹囲が一定値を超えた人はメタボリックシンドロームのリスクの保有数により、特定保健指導の対象者となる場合があります。

対象者には共済組合から個別に通知を行うこととし、この際に「特定保健指導利用券」と特定保健指導契約機関の一覧を送付します。対象者は、利用券をお近くの特定保健指導機関に持参し、特定保健指導が開始されることとなります。料金等の詳細は、通知の中でご案内します。

平成22年度は特定保健指導対象者の中の25%が指導を受けることを目標としています。

# 貸付事業のお知らせ

## 住宅取得資金「年末残高等証明書」を発行します。

平成10年10月から平成22年12月までの間に貸付けた住宅貸付で、償還期間が10年以上の貸付けについて「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。

住宅借入金等特別控除を受けるためにご利用ください。

- ① 平成10年10月から平成21年12月までに住宅貸付を借り受けた方  
平成22年11月上旬に証明書を発行します。 → **年末調整用**
- ② 平成22年1月から平成22年12月までに住宅貸付を借り受けた方  
平成23年1月中旬に証明書を発行します。 → **確定申告用**

※住宅借入金等特別控除を受けるための詳しい条件等については、税務署へお尋ねください。

※繰上償還をしたことなどにより全償還期間が10年未満になった貸付けには証明書を発行しません。

## 「だんしん」特約保証料等を 12月中に徴収します。

団体信用生命保険等の特約保証料は、12月の保険更新時に、1年分をまとめて徴収しています。よって、この保険にご加入の方の平成22年12月～平成23年11月分の保証料を12月中に給与等からの控除により徴収します。

なお、9月号で募集しました中途加入の申込者についてもあわせて徴収します。

## 12月の貸付申込締切は、 12月15日(共済組合必着)です。

貸付規程により、通常は月末である貸付決定日が、12月に限り25日となっています。このため、申込書の提出期限が早まり、12月15日(水)共済組合必着となります。

貸付けの申込みを検討されている方ご注意ください。(通常は20日共済組合必着です。)

## 貸付利率を据置きます。

共済組合の貸付利率は、財務大臣が定める財政融資資金利率(10年もの)に連動して半年ごと(1月と7月)に見直す変動性となっています。

平成23年1月1日からの貸付利率は、基準となる財政融資資金利率(平成22年10月1日現在1.1%)が、最低利率区分の2.4%以下のままであったため、現行利率のままとなります。(現行利率については、福祉課貸付係又は所属所共済事務担当課までお問い合わせください。)

### お問い合わせ先

共済組合  
福祉課貸付係  
☎ (083)  
925-6551



# 年金学校 初心者教室



万が一の「障害共済年金」  
パート2

前回に引き続き、障害共済年金について勉強します。

## 【復習】

障害共済年金は、組合員である間に初診日のある傷病が原因となって、労働が制限を受ける程度の障害の状態になったときに支給されます。

Q どんな障害の状態ですら障害等級に該当するのでしょうか？

障害等級1～3級に該当

A 下表(3級)以上の障害の状態であると認定された場合に障害等級に該当します。

【参考】地方公務員等共済組合法施行令 別表第一

1級	省略※	
2級	省略※	
3級	1号	両目の矯正後の視力が0.1以下に減じたもの
	2号	両耳の聴力が40センチメートル以上では通常の話し声を解することができない程度に減じたもの
	3号	そしゃく又は言語の機能に相当程度の障害を残すもの
	4号	脊椎の機能に著しい障害を残すもの
	5号	一上肢の三大関節のうち、二関節の用を廃したもの
	6号	一下肢の三大関節のうち、二関節の用を廃したもの
	7号	長管状骨に偽関節を残し、運動機能に著しい障害を残すもの
	8号	一上肢のおや指及びひとさし指を失ったもの又はおや指若しくはひとさし指を併せ一上肢の三指以上を失ったもの
	9号	おや指及びひとさし指を併せ一上肢の四指の用を廃したもの
	10号	一下肢をリスフラン関節以上で失ったもの
	11号	両下肢の10趾の用を廃したもの
	12号	前各号に掲げるもののほか、身体の機能に、労働が著しい制限を受けるか、又は労働に著しい制限を加えることを必要とする程度の障害を残すもの
	13号	精神又は神経系統に、労働が著しい制限を受けるか、又は労働に著しい制限を加えることを必要とする程度の障害を残すもの
	14号	傷病が治らないで、身体の機能又は精神若しくは神経系統に、労働が制限を受けるか、又は労働に制限を加えることを必要とする程度の障害を有するもの

※ 1・2級は、3級の各号についてよりも重度なものとなります。

## 代表的な傷病名及び障害等級の目安

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| ① 慢性腎不全(人工透析)         | 2級以上                  |
| ② 心疾患(人工弁やペースメーカーを装着) | 3級以上                  |
| ③ 緑内障や白内障             | 両目の矯正後の視力が0.1以下で3級に該当 |
| ④ 脳梗塞や脳出血             | 後遺症の程度による             |
| ⑤ 直腸機能障害(人工肛門を造設)     | 3級以上                  |
| ⑥ 統合失調症               | 障害の程度による              |

★障害等級は、診断書に基づいて認定医が判定しますので、上記の等級と異なる可能性があります。

### ◆ワンポイントアドバイス

- ・ 障害共済年金は、在職中は支給停止となります。  
しかし、2級以上に該当すると、国民年金の障害基礎年金が在職中でも支給されます。  
■障害基礎年金額:2級=年額 792,100円 1級=年額 990,100円(平成22年度の額)
- ・ 精神の疾患は、長期的な症状等を考慮して判断されるなど、他の傷病と比べると複雑ですので、主治医とよく相談してください。
- ・ 障害共済年金額の計算は、資格取得日から障害認定日までの組合員期間で計算します。  
○障害認定日までの組合員期間が300月未満の方は、300月で計算します。  
○障害等級1級の方は、2級・3級の方よりも割増があります。  
※障害認定日については、前回の共済日より(9・10月号)の年金学校をご覧ください。  
※計算方法については、今後の年金学校で掲載します。

障害共済年金は請求しなければ受給権が発生しませんので、主治医と相談のうえ共済組合までご連絡ください。

## 次回予告

万が一の遺族共済年金

○疑問・質問・ご意見をお寄せください○  
〒753-8529

山口市大手町9番11号

山口県市町村職員共済組合  
年金課

電話 083-925-6550  
FAX 083-921-1228

自習をされる方は全国市町村職員共済組合連合会ホームページの年金給付事業をご覧ください。

メタボリックシンドロームを撃退しよう!! ③

# 食生活の改善で 内臓脂肪を 減らそう

食べ過ぎや不規則な食事など乱れた食生活は、内臓脂肪をためる原因になります。栄養バランスのとれた適切な量の食事を心掛けるとともに、食事をする時間や食べ方など食行動にも気をつけて、食生活を改善しましょう。



## 栄養バランスのとれた食事をしよう

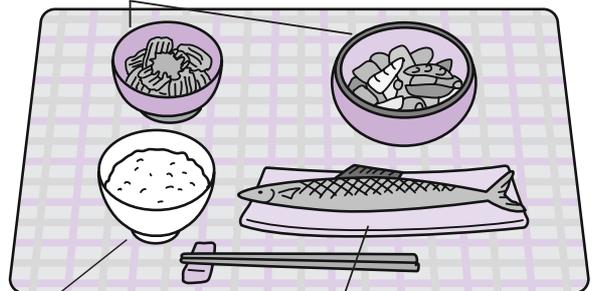
内臓脂肪を減らして、その状態を維持するためには、栄養バランスのとれた食事が欠かせません。五大栄養素である糖質、たんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラルをバランスよく摂取するのが理想的です。

主食、主菜、副菜がそろった「定食スタイル」にすると、手軽に栄養バランスのよい食事が実践できます。好きな物や同じ物ばかり食べていると栄養バランスが崩れてしまうので、いろいろな食品から栄養をとるようにしましょう。特に日本人に不足がちな野菜は、積極的にとるよう心掛けましょう。

また、丼物やめん類などの単品料理の場合は、栄養が糖質や脂質に偏る傾向があるので、野菜料理を1品加えましょう。

1回の食事で主食、主菜、副菜を一緒にとる「定食スタイル」の食事がベスト!

副菜(野菜、きのこ、いも、海藻料理)



主食(ごはん、パン、めん)

主菜(肉、魚、卵、大豆料理)

1日の食事の中でとろう



牛乳・乳製品

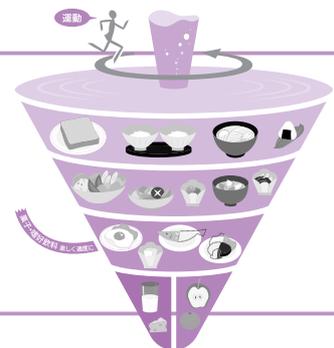


果物

## 「食事バランスガイド」を活用しよう

「食事バランスガイド」は、1日の食事で「何を」「どれだけ」食べたらよいのかを示したものです。形はコマをイメージしており、コマのバランスを崩さないよう食事することが大切です。食事バランスガイドを活用して、1日3度の食事を組み立てましょう。

※詳しくは、厚生労働省、農林水産省のホームページにて。



## 「とり過ぎ」は禁物！内臓脂肪をためない食事のコツ

脂質や糖質、食塩のとり過ぎ、お酒の飲み過ぎなどは、内臓脂肪をため込む原因になります。上手に控えるコツを実践しましょう。

### 控えよう！ 脂 質

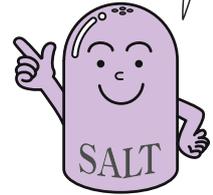
- 「揚げる・炒める」の調理法を「ゆでる・煮る・蒸す・焼く」に代えて、余分な脂肪をカット
- 油炒めは、フッ素樹脂加工のフライパンを使う
- 肉の脂身は、調理のときにとり除く。外食時は残す



### 控えよう！ 食 塩

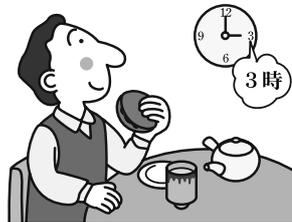
- ラーメン、そばなどの汁は残す
- しょうゆやソースはかけずに、小皿に入れて、つけて食べる
- 味つけにレモンやゆずなどの酸味、香辛料の辛味を利用する

食塩摂取量は  
1日10g未満を  
目標に！



### 控えよう！ 甘 い 物

- 間食は1日1回、食べる時間を決める
- お菓子は買い置きをしない、目の届くところに置かない
- ジュースなど糖分の多い飲み物は控え、無糖のお茶などにする



### 控えよう！ お 酒

- 適量を守る

#### 主なお酒の適量の目安

- 1日にこれらのいずれか一つまでが適量  
(女性や高齢者はこれらの半分が適量)
- 日本酒 (15度)……………1合 (180ml)
  - ビール (5度)……………中ビン1本 (500ml)
  - 焼酎 (35度)……………ぐい呑み2杯弱 (80ml)
  - ウイスキー (43度)…シングル2杯 (60ml)
  - ワイン (12度)……………グラス2杯弱 (200ml)

- 休肝日を週に2日はつくる

日月火水木金土  
休 休



## 実践！ 内臓脂肪をためない食行動を身につけよう！

栄養バランスのよい食事をしていても、量が多過ぎたり、不規則な時間に食べていたりしては、結局は内臓脂肪をため込むことになってしまいます。悪い食行動は改善し、正しい食行動を実行しましょう。

### ☑チェックがたった項目は改善しよう

#### ☐ 欠食をしている

朝食抜きで昼食にまとめて食べるなど、食事を抜くと、体が飢えに備えようとしてエネルギーを蓄えやすくなり、内臓脂肪をため込むもとです。



- 1日3食、きちんと食べよう
- なるべく規則正しい時間に食べよう

#### ☐ 早食いをしている

早食いは、食べ物を消化・吸収しないうちにどんどん詰め込んでしまい、食べ過ぎを招く原因になります。



- 一口30回を目安によくかんで食べよう
- 一口食べたらはしを置き、ゆっくり食べよう

#### ☐ 満腹になるまで食べている

お腹いっぱい食べていると、エネルギーオーバーを招きます。



- 腹八分目を守ろう
- 量が多い場合は、もったいないと思わず残そう

#### ☐ ながら食いをしている

テレビを見ながら、新聞を読みながらなど、何かをしながら食べると、無意識のうちに食べ過ぎてしまいます。



- 食事を味わうことを意識して食べよう
- 会話を楽しんで食べよう

#### ☐ 夜遅い時間に食事をしている

食べてすぐ寝ると、エネルギーを蓄えやすくなり、内臓脂肪としてたまってしまいます。



- なるべく就寝2時間前までに食事を済ませよう
- 夜遅く食事する場合はできるだけ軽めにしよう

利率(半年複利)  
年1.1%  
(税引後0.88%)

## 「冬のボーナス」は共済積立貯金の 随時積立をご利用ください!

新規加入 毎月受付中

共済積立貯金は、山口銀行の本支店窓口で、随時振込んで積立することができます。随時積立専用の「振込依頼書」を今月号に差込みしていますので、ご利用ください。

- \* 共済積立貯金に加入していない組合員が振込みされる場合は、同時に新規加入の手続を所属所共済事務担当課を通じて行ってください。  
共済積立貯金は、組合員（任意継続組合員を除く。）のみ加入できます。
- \* 必ず、共済組合指定の「振込依頼書」を使って、山口銀行の本支店窓口で振込みください。  
通常、「振込依頼書」は所属所の共済事務担当課に用意してあります。
- \* 金融機関で10万円以上の振込みをする際は、本人確認書類の提示を求められますので携行してください。
- \* 随時積立をされた組合員に、積立のあった日の翌月中旬に、所属所を通じて「臨時積立受領書（封書）」を送付します。
- \* 共済積立貯金は、銀行預金等と異なり預金保険制度（ペイオフ）による貯金の保護はありません。

貯金事業については、共済だより4月号または共済組合ホームページをご覧ください。

お問い合わせ先 所属所の共済事務担当課または共済組合福祉課貯金係 ☎083-925-6551

## 《医療費の証明について》

～確定申告の準備～

療養給付費証明願	
名前	㊞
1. 使用目的	_____
2. 証明期間	_____ ~ _____
3. 証明対象者	_____ _____
4. 連絡先	_____ _____

確定申告の際に医療費控除\*を受けるためには、「医療機関で受け取られた領収書」に加え共済組合からの「医療に係る給付金額の証明書」も必要となります。共済組合からの給付金額の証明は、毎月の『短期給付決定通知書』、または年2回配布している『医療費通知書』を証明書とすることができます。

万が一、紛失された場合には、証明が必要な期間、証明対象者等を記入した『療養給付費証明願』を提出していただくことにより、給付金額の証明もできます。なお、事務処理上、12月診療分までの証明が必要な場合は送付が3月上旬になりますのでご了承ください。

様式につきましては共済組合ホームページからダウンロードできます。

\* 医療費控除とは？ 世帯全体で負担した年間医療費が、給付金分を除き100,000円を超えるような場合には、超えた金額を総所得金額から控除することができます。医療費控除の詳細については、税務署等でお問い合わせください。

お問い合わせ先 保険課医療保健係 ☎083-925-6142

## ライフ山口だより

問い合わせ先

有限会社 ライフ山口

〒753-0072  
山口市大手町9番11号 山口県自治会館3階  
TEL:083-925-2128  
FAX:083-925-2161  
メールアドレス:ym212@lime.ocn.ne.jp

### 遺族サポートロング等の退職後継続について

平成22年8月25日(水)～10月1日(金)にかけ「遺族サポートプラン」の募集を行いました。各所属のみなさまの多大なるご協力のもと、今年も新たに多くの方にご加入いただきました。ありがとうございました。

平成23年3月ご退職予定の方は、ご退職時点での遺族サポートロング加入を条件として、各種制度に退職後も69歳まで継続加入可能となります。

退職後継続に関する手続き方法等、詳細については平成23年1月～2月頃ご案内予定です。

#### 今後のご案内予定(案)

平成23年

1月下旬

●退職後継続ご案内資料の提供

※各所属へ訪問し、ご説明および意思確認を取らせていただきます

2月末日

●退職後継続申出書の提出締切日

4月中旬

●退職後保険料のご案内送付

4月22日(金)

●退職後継続保険料の口座引き落とし

注意

脱退について

「遺族サポートプラン」以下全制度の脱税は、原則更新時(毎年8～9月の募集時)に取り扱います。(退職・死亡等被保険者としての資格を欠く事由については保険期間途中で脱退を取り扱います。)募集終了後での脱退希望(加入取り消し含む)がある場合は平成22年12月3日(金)までにお申し出ください。ただし、申込内容の変更はできませんのでご注意ください。

制度内容等詳細はパンフレットをご一読ください。

●引受保険会社 明治安田生命保険相互会社

MY-A-10-他-005517

### 団体傷害保険における保険金額の変更について

このたびは山口県市町村職員共済組合団体傷害保険に多くの皆さまがご加入くださり、誠にありがとうございます。

さて、本団体傷害保険では、損害率に応じた優良割引を適用することで個人でのご加入に比べて割安に補償を提供しております。この損害率は前年度実績(9～8月)に基づき計算を実施し、割引率を年度毎に見直しすることになっており、すでに締め切りました平成22年度募集においては前年度の給付実績が増大したため、優良割引が10%から5%に変更となりました。

この変更をうけ、同一保険金額に対する保険料は引き上げとなりますが、すでにパンフレット等のご案内のとおり、本団体傷害保険では、昨年度から保険料については変更せず、保険金額(死亡・後遺障害)について変更(引下げ)することとなりました。

変更後の優良割引は5%ですが、個人でのご加入に比べて割安となっております。今後とも当制度のご加入・ご活用をよろしくお願いいたします。

●引受保険会社 株式会社損害保険ジャパン

## 1月に人間ドック利用申込みの募集を行います

平成23年度の人間ドック利用申込は、1月初旬に申込書を配布する予定としており、1月末ごろまでの募集とします。

申込み資格は一定年齢以上の組合員および被扶養配偶者を予定しており、募集期間経過後は申込みできませんのでご注意ください。

申込み・受診条件等に関する詳細は次号の共済だよりに掲載します。

料金および検査内容などの詳細は申込書とあわせて配布される資料をご覧ください。

### 人間ドック申込～健診までの日程（予定）

平成23年1月初旬	「平成23年度人間ドック利用申込書」等の送付（所属所の共済事務担当課あて）
〃	各所属所・募集開始（開始日は所属所によって異なります）
〃	各所属所・申込締切（締切日は所属所によって異なります）
2月上旬	共済組合への申込書提出締切（共済組合必着）
〃	共済組合で申込資格審査を行い、健診機関に申込書を送付します。
4月～	平成23年度人間ドックの健診開始

プライバシーは厳守されます。ご家族の皆様で安心してご利用ください。



## 電話健康相談

携帯電話も  
使用可能です。

# 0120-876-898

### 気になる健康の お悩みに…

突然の症状や病気の悩み、育児や介護の不安など、健康に関することなら何でも相談できます。

保健師・看護師を中心とした経験豊富な専門スタッフが応えます。



### 24時間 いつでも安心

困ったとき悩んだとき、365日・24時間いつでも相談料・通話料とも無料で相談できます。



### Eメール相談もできます。

当共済組合のホームページにアクセスして「共済健康相談」のバナーをクリックしてご利用ください。（ID、パスワードは876898です。）



共済 健康相談室

クリック



シーサイド  
パレス萩

# 忘・新年会プラン

要予約

4名様よりご予約承ります。  
(和洋パーティー料理は8名様より)

2010年11月1日(月) → 2011年1月30日(日) ※但し、12月31日～1月6日を除きます。



※写真は和会席みやびです。天候により内容が変わる場合がございます。

和会席 **みやび**

お1人様 **5,250円**  
(税・サ込)

和会席 **にしき**

お1人様 **4,200円**  
(税・サ込)

和洋パーティー料理

お1人様 **3,150円**  
(税・サ込)

忘・新年会同時開催プラン

「れすとらん蒼海」限定[協賛企画]

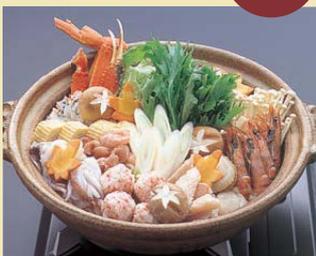
**鍋プラン**

(コース料理5品+お飲物)

お1人様 **4,300円**  
(税・サ込)

飲み放題付(2時間)

- 寄せ鍋コース
- 生蟹ちりコース
- むつみ豚しゃぶコース  
からお選びください。



※鍋プランは送迎がありません。

2名様より  
要予約

さらにおトク! **5%還元キャンペーン**

忘・新年会プランご利用のお客様には、ご利用金額の5%をタクシーチケットで還元いたします。

注) タクシーチケットは500円単位で発行いたしますので、端数は切り捨てとなります(払戻不可)。タクシーチケットは当日限り有効です。当館手配のタクシー会社でのみ使用できます。



シーサイドパレス萩からのお知らせ

SEA-SIDE PALACE HAGI  
シーサイドパレス萩

〒758-0011 山口県萩市椿東字北川16030番13  
(JR山陰本線越ヶ浜駅前)  
TEL 0838-26-6141 FAX 0838-26-6365  
<http://www.sp-hagi.com/>

● 冬季プール休業 11/1~1/31 ● 年始全館休業 1/4~1/6

特典

1 飲み放題

男性 **2,000円** 女性 **1,300円**  
(税・サ込) (税・サ込)

メニュー：ビール・日本酒・冷酒・焼酎・酎ハイ・ワイン・ウイスキー・烏龍茶・オレンジジュース・コーラ・ノンアルコールビール

2 入浴無料券プレゼント

3 宿泊優待 朝食付

**2,000円** (税・サ込)

平日ご利用の組合員が宿泊利用助成券を使用したときの料金です。

※土曜・祝前日は対象外です。※お部屋の指定は出来ません。

4 カラオケサービス

15名様以上は無料(先着順となります。)

- 送迎ございません。お問い合わせください。(9名様まで)
- その他お料理、ご予算等お気軽にご相談ください。



特別プラン  
日曜日から金曜日まで平日ならではの大好評満腹プラン!!



期間  
平成22年 11/25(木) ▶▶  
平成23年 ▶▶ 2/28(月)  
※但し、平成22年12月31日(金)から平成23年1月7日(金)は除きます。

温泉にゆったり浸かって、お腹いっぱい。  
弓ヶ浜荘名物のかに満腹をご賞味ください!

# かに 満腹プラン

かに満腹 1泊2食 お1名様(税・サ込み) かに満腹 日帰り お1名様(税・サ込み)  
平日(日曜日から金曜日まで)・祝前日・祝日 10,029円 9,029円  
土曜日 16,000円  
※かに満腹プランは、2名様より承ります。  
※12月31日→1月7日は除きます。

かに満腹[1泊2食]ご利用日料金区分カレンダー

平日/10,029円 土曜日/16,000円	11月	12月	1月	2月
	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
	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	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	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	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

ご利用ください!  
弓ヶ浜荘 宿泊ポイントカード  
ポイント5個ためると3,000円の割引が受けられます!  
●ぶく会席 ●白いか会席 ●大山山麓物語り ●かに満腹

米子・皆生温泉  
弓ヶ浜荘  
yumigahamasou  
鳥取県米子市町村職員共済組合

お祝膳・法要膳も承っております  
〒683-0001 鳥取県米子市皆生温泉 4丁目6番12号  
TEL (0859) 22-7476  
FAX (0859) 22-7479 http://www.yumisou.jp  
弓ヶ浜荘 | 検索 | マイクロバス送迎有り(要予約)



### 共済貯金送金スケジュール

	共済組合締切日(必着)	送金日
払戻し	11月10日(水)	11月30日(火)
	11月25日(木)	12月15日(水)
	12月10日(金)	12月30日(木)
	12月24日(金)	1月14日(金)
解約	11月10日(水)	11月30日(火)
	12月10日(金)	12月30日(木)

- ### 共済組合の行事(11月~12月)
- 理事協議会・組合会  
11月2日(火) 防長苑
  - 親子で健康づくり!  
11月6日(土) 山口県健康づくりセンター
  - 組合会議員選挙(職員側)  
11月18日(木) 防長苑

正解者の中から抽選で  
**10名様に**  
図書カード1,000円分を  
差し上げます。

1		2		3		4		5	
	C								
				6	7	E	8		
9	10		11				12		13
	14						15		
16		17			18				
19	20		21				B		22
									F
23		24			25				
26				27				28	29
		30	31			32	33		
34			35				36		

# 頭の体操!!

## クロスワードパズル

クロスが解けたらA~Fを順に並べてください

### ● 応募方法 ●

ハガキ又はFAXに右記のとおりご記入の上、ご応募ください。(1人1通まで)

### ● 応募先 ●

〒753-8529  
山口県山口市大手町9-11  
山口県市町村職員共済組合  
総務課 企画係

FAX 083-921-1228

### ● 締め切り ●

**12/10 (金) 必着**

※お寄せいただいたご意見等については今後の共済事業運営の参考とさせていただきます。

### ● 答え ●

○○○○○○

### ● 住所 ●

● 電話番号

● 組合員名

● 応募者名(続柄)

● 所属所名

● 組合員証記号番号

● 共済事業に対するご意見・ご感想

## 「クロスワードパズル」プレゼント当選者発表

応募総数 106通

正解 106通

抽選により当選者を決定しました。

当選者には11月中旬までに賞品をお送りします。お楽しみに!

〈前回の答え〉 クリヒロイ

ヒ	ヨ	ウ	シ	ヨ	ウ	オ	ウ	コ
ッ	バ	ネ	ラ	ク	シ	ヨ	ウ	
チ	ン	ス	コ	ウ	チ	エ	ワ	
コ	ダ	ン	リ	ユ	ウ	テ		
ッ	ウ	チ	フ	タ	ツ	ヘ	ン	ジ
ク	ン	ヌ	タ	シ	マ	ユ		
ド	ロ	ツ	ナ	イ	ド	ウ		
ク	ウ	セ	ウ	コ	ン	ド		
カ	マ	ド	ウ	マ	ト	ウ		
ナイ	ル	マ	ン	グ	ロ	ー	ブ	

### クロスワードパズル当選者

- 組末永倫子 (宇部市)
  - 組吉國高史 (柳井市)
  - 組松永信治 (山陽小野田市)
  - 組岩本充 (光市水道局)
  - 組竹中美穂 (岩国市)
  - 組古屋美智子 (山口市)
  - 組杉森信哉 (柳井地区消防組合)
  - 組松本寿枝 (下松市水道局)
  - 組杉山由美 (柳井市)
  - 組川本大貴 (柳井市)
- (順不同・敬称略)

- 1 ネットワーク上でのマナー。
- 5 メッセージへの返信。
- 6 金印が出土しました。
- 9 坂本龍馬夫妻が新婚旅行で訪れました。
- 12 台所の流し台。
- 14 枕投げが思い出?
- 17 ここで会ったのが○○のつき。
- 18 当サイトの○○規程をご覧ください。
- 19 箸、盆提灯、狛犬。
- 21 びっくりして目が○○になりました。
- 22 麻雀の駒。
- 23 隠居した後も○○は握っていました。
- 25 公園は都会の○○です。
- 26 スポンやスカートのこと。
- 27 ○○○にとんだ人生。
- 28 商品販売の情報を収集・管理するシステム。
- 30 相撲取り。
- 32 仕事量の単位。
- 34 ○○○の間、犬の世話をお願いします。
- 35 後輩に負けるとは生の○○。
- 36 実印以外の印鑑。

### ヨキーワード

### タテキーワード

- 1 ○○○が入ったよれのコート。
- 2 ○○○○を受けて知識を習得した。
- 3 実家で○○を越します。
- 4 飲んで帰ると妻が○○を出します。
- 5 スイスとフランスの国境にある湖。
- 7 この事件の裏には○○○がある。
- 8 早く寝ないと仕事に○○○が出るよ。
- 10 朝鮮半島最後の王朝。
- 11 野山を走るための○○○○バイク。
- 13 弘法大師とも呼ばれます。
- 15 枯山水の石庭、知足のつくばいが有名。
- 16 投げ合って相手にぶつけようとするゲーム。
- 20 10升のこと。
- 22 世界で通用する身分証明書。
- 24 不完全燃焼によつてできる、細かい粒子を含む気体。
- 25 自分を指すことば。
- 27 子供に多い、発疹がみられる感染症。
- 29 縁起物として結納でも贈られます。
- 31 被災者支援のため○○を募っています。
- 33 矢を飛ばすもの。

## 編集後記

だんだん寒くなり、インフルエンザのはやる時期になってきました。予防策として手洗い・うがいは勿論ですが、この冬は食生活に気をつけつつ、運動に力を注ごうかと思っています。(メタボ対策も兼ねて……)

一歩でも多く歩くことの心がけ、週に一度は自転車で通勤したいな……と……思っています。(S・Y)

先日、今年は松茸が大豊作で、庶民の口にも届くかも、というニュースを見ました。今のところわたしにはその香と食感は届いていませんが、今年はひよっとしたら……と一庶民として少しだけ期待してもよさそうです。秋の味覚として、毎年とはいいいませんが、豊作といわれる年くらいはその姿を拝みたいと思うのは、やはり贅沢でしょうか…… (M・H)

## 組合の現況

平成22年10月7日 現在

		
組合員/男	組合員/女	組合員/合計
11,169人	5,474人	16,643人
		
任意継続組合員	被扶養者/男	被扶養者/女
462人	6,989人	11,961人
		
	被扶養者/合計	
	18,950人	

My house & Resort

Bachoen

# 2010 ゆく年プラン

11月1日(月)～12月27日(月)

2010年の締めくくりを  
防長苑で...

おひとり様(平日)

**6,500円**～  
(料理+飲み放題2時間)

会席料理

5,000円～  
(お一人様)

パーティー料理

4,000円～  
(20名様以上)

※パーティープランご利用の方は、希望によりデザートアップが可能です。

飲み放題

1,500円  
(お一人様 2時間)

日～木曜日

金・土曜日、祝前日

2,000円

ビール、日本酒、焼酎、ウイスキー、ワイン、梅酒、ノンアルコール、ビール、ソフトドリンク各種(平日はコーヒードリンク)  
※プラス200円で希望を追加

パーティー料理(20名様以上)

4,000円～



2010ゆく年プラン

特典1

日～木曜日

朝食付  
(お一人様)

800円

宿泊パック

金・土曜日、祝前日

朝食付  
(お一人様)

2,000円

2の特典

上記の金額は、宿泊利用助成券使用後の金額です。

特典2

幹事さんの  
運で決まる  
プレゼント  
何が当たるかはお楽しみだ...

その他のオススメプラン

2F

エトワール  
**etoile**  
Lunch & Dinner

個室で味わう  
本格フレンチ  
「エトワール」  
6名様より受付  
ご予約制

Lunch 11:30～  
2,000円  
(お一人様)

Dinner 18:00～  
4,000円～  
(お一人様)  
ご予約制にて

女性  
限定

美  
Bish

produced by 美心亭  
http://www.bishbar.jp/

「美味」「美湯」「美心」  
レストラン特別ランチ  
+  
温泉入浴  
+  
リンパマッサージ30分

2名様より受付  
11:30～16:00  
完全予約制

4,500円  
(お一人様)

リンパ(60分)+入浴  
(お一人様)3,800円

リンパ(60分)+入浴  
(お一人様)6,000円

3つ  
の  
美  
が  
し  
つ  
つ  
な  
り  
ま  
し  
た  
あ  
り  
ま  
す。

1日1組限定  
20名様まで  
限定  
お得プラン

日～水曜日  
料理+フリードリンク  
4,500円  
(お一人様)

さらに  
料理+フリードリンク  
4,000円  
(お一人様)  
※ただし、ビールは1人1杯まで

レディースプランは1時間延長無料

※全てのプランに10名様以上お一人様  
+500円で予約コールアッププログラム  
をサービス致します。

ご予約・お問い合わせ



防長苑

TEL 083-922-3555  
http://www.bachoen.jp

〒753-0077 山口県山口市熊野町4-29



12月23日(木・祝)  
クリスマスファミリーイベント2010  
ピクニックスタ開催