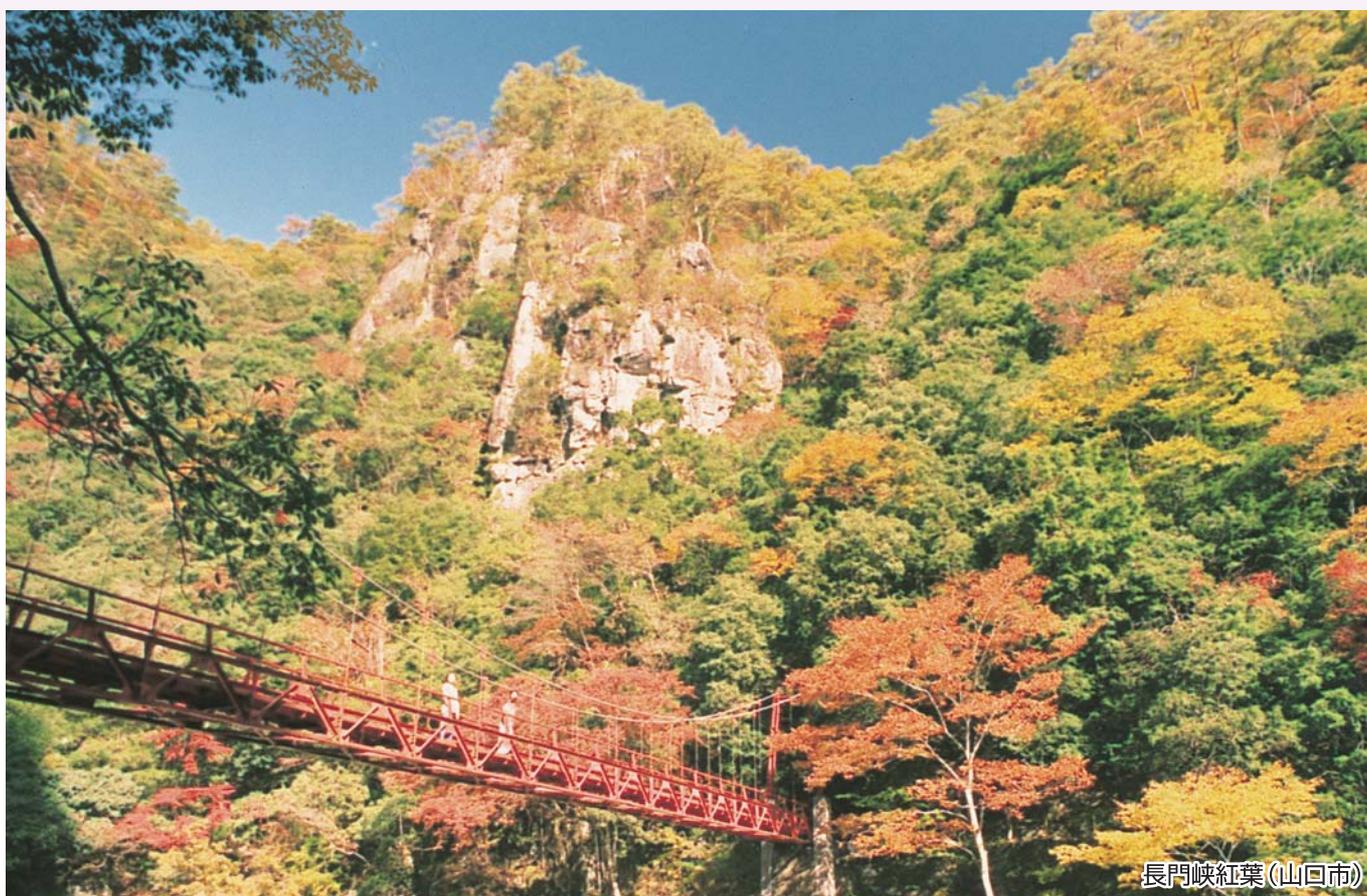


共 済 だ よ り

KYOSAI

Yamaguchi



長門峡紅葉(山口市)

医療費統計 2

そこが知りたい!医療費通知書 3

退職予定の皆さんへ 4

しっちゃん!扶養認定 6

特定健診を受けましたか 7

貸付・貯金のお知らせ 8

Information 12

医療費統計 ～受診件数が多い傷病とは?～

医療機関への受診で件数の多い傷病を調べてみると、過去3年間とも上位5つが同じ結果となりました。そこで、今回は上位2つの傷病に対して共済組合が取り組んでいることをご紹介します。

組合員・被扶養者についての病類別受診件数 (H20～22年度)

傷病名	受診件数〔件〕〈()内は受診率〔%〕〉		
	H20	H21	H22
1、う蝕(虫歯)	51,291 (17.4)	50,843 (17.4)	44,794 (15.7)
2、高血圧性疾患	15,359 (5.2)	14,940 (5.1)	13,990 (4.9)
3、屈折及び調節の障害(近視など)	13,726 (4.7)	13,397 (4.6)	13,737 (4.8)
4、皮膚炎及び湿疹	12,988 (4.4)	12,316 (4.2)	12,929 (4.5)
5、その他の急性上気道感染症(かぜなど)	12,124 (4.1)	11,746 (4.0)	11,436 (4.0)

・う蝕への取り組み



歯科にかかる受診は、傷病別に分けたときに全体の1割を超え、最も多いものとなります。そのため、共済組合では、医療費状況の周知や親子セミナーなどを通じて、医療費の抑制を目指しています。

また、今年度から組合員の皆さんを対象とした歯科健診を実施しています。この歯科健診によって、歯に関する健康意識を高めて、将来の医療費抑制につなげたいと考えています。

受診方法は、共済日より4月号で配布した「歯科健康診断票」を山口県歯科医師会員の医療機関に提示することで、無料で健診を受けられます。ただし、健診の結果、治療等の必要があれば保険診療に切り替え、治療に係る自己負担部分の費用が発生します。なお、その際には事前に医師からの確認があります。

ぜひこの機会に歯科健診を受診してください。

・高血圧性疾患への取り組み

高血圧性疾患の主な要因として生活習慣が大きく関わっています。共済組合では生活習慣の改善のために、運動や食事など食生活をテーマとした記事の掲載やセミナーを開催しています。

また、高血圧性疾患と診断を受けたあとは服薬を続けていく可能性が高くなります。よって、薬剤費軽減のためにジェネリック医薬品の使用促進をお願いしています。ジェネリック医薬品へ切り替えた場合、ひと月あたり数千円の薬剤費の差が出ることもあり、自己負担額の軽減にもつながります。処方等につきましては、かかりつけの医療機関や薬局へご相談ください。

まとめ

う蝕→組合員を対象とした歯科健診(無料)を受診しましょう!

高血圧性疾患→病気にかからないように規則正しい生活習慣を!

すでに受診中の場合は、ジェネリック医薬品への切り替えを!



お問い合わせ先 保険課医療保健係 ☎ 083-925-6142

そここが知りたい！医療費通知書 ～どうやって給付額が決定されるの？～

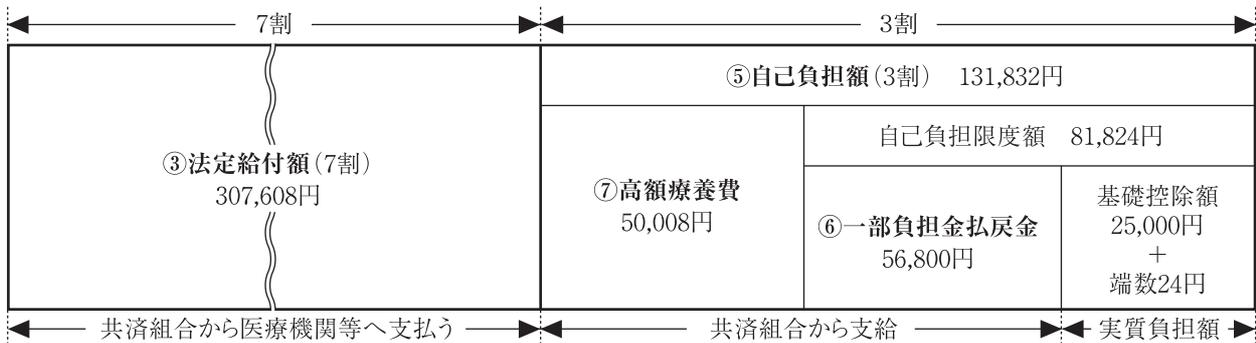
医療費通知書の見方について、前回(9・10月号)ご紹介しましたが、今回はどのような計算によって給付額が決定されているのかを説明します。

<例>

医療費通知書より ～ 共済 太郎さん(給料月額400,000円)が9日間入院した場合

①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨			
受診者氏名	診療年月	日数	診療区分・給付種別	医療費総額	法定給付額	公費負担額	自己負担額	家族療養費附加金等	高額療養費	入院附加金	支給額
共済 太郎	22 10	9	医科入院	439,440	307,608		131,832	56,800	50,008	2,700	109,508

医療費総額 439,440円の内訳(医療費は、月の初日から末日までを1か月とし、1医療機関ごとに計算します。)



③法定給付額とは?

医療費総額の7割 共済組合(医療保険者)が負担する部分です。

⑤自己負担額とは?

医療費総額の3割 受診者が窓口で負担する部分です。

⑦高額療養費とは?

1か月に負担する医療費が高額となるような場合に、自己負担限度額(注)を超えた部分が支給されます。

$$131,832円 - 81,824円 = 50,008円$$

(注)自己負担限度額の算出方法は?

70歳未満で給料月額が424,000円未満の方の場合

$$\begin{aligned} \text{自己負担限度額} &= 80,100円 + (\text{医療費総額} - 267,000円) \times 1/100 \\ &= 80,100円 + (439,440円 - 267,000円) \times 1/100 = 81,824円 \end{aligned}$$

自己負担限度額は、給料月額によって異なります。
70歳未満で給料月額が424,000円以上の方の場合
自己負担限度額 =
150,000円 + (医療費総額 - 500,000円) × 1/100

⑥一部負担金払戻金(家族療養費附加金)とは?

共済組合独自の附加給付制度です。自己負担額から、基礎控除額(25,000円)を控除した額が支給されます。

※100円未満の端数は切り捨て、1,000円未満の場合は支給されません。

$$81,824円 - 25,000円 = 56,824円 \Rightarrow 56,800円$$

⑧入院附加金とは?

共済組合独自の附加給付制度です。組合員が、引き続き7日以上入院したときに1日につき300円支給されます。

$$300円 \times 9日 = 2,700円$$

⑨最終的な支給額は?

$$\textcircled{7} 50,008円 + \textcircled{6} 56,800円 + \textcircled{8} 2,700円 = 109,508円$$

※この医療費通知書に記載されている支給額は、すでに支給済のものとなります。支給がある場合は、事前に「短期給付決定通知書」をお送りしていますのでご確認ください。送金日の目安は受診月から約3か月後になります。

退職予定の皆さんへ

年金

手続きおよび提出書類については、以下のとおりです。
ここでは一般的な提出書類を掲載しています。退職後、再就職される場合などには、その他の書類を提出していただくことがありますので、ご注意ください。

退職

60歳未満の方の場合

- 退職届書 (所定の様式)
- 履歴書 (所属所で作成)
※受給権発生時に、退職された所属所で年金の請求手続きをしていただくことになります。
※退職後、住所変更をされたときは、共济組合へご連絡ください。

60歳以上の方の場合

●60歳到達時に年金請求をしていない場合

- 退職共济年金決定・退職改定請求書 (所定の様式)
- 勤務状況等申告書 (所定の様式)
- 履歴書 (所属所で作成)
- 年金加入期間確認通知書
組合員期間以外に「国民年金」や「厚生年金」等の他の公的年金期間がある方は、その期間を証明するために提出してください。
※他の公的年金期間があり、その期間について年金を請求される方は、共济組合からこの通知書を発行しますので請求してください。なお、この通知書の発行には時間がかかりますので、お早めにご手続きをください。
- 基礎年金番号通知書の写し
基礎年金番号を確認するために必要です。ただし、「年金加入期間確認通知書」を提出した場合は省略することができます。
- 年金証書の写し
既に他の年金を受け取っている場合は、ご提出ください。年金の種類と年金の算定月数がわかるように写しをとってください。
- 公的年金等の受給者の扶養親族等申告書
在職中における「給与所得者の扶養控除等申告書」の代わりとなるものです。
- 普通預(貯)金通帳の写し
年金の振込口座を確認しますので、金融機関名と口座番号がわかるように写しをとってください。

●60歳到達時に年金請求をしている場合

- 退職共济年金退職改定請求書 (所定の様式)
- 勤務状況等申告書 (所定の様式)
- 履歴書(追加分) (所属所で作成)
- 公的年金等の受給者の扶養親族等申告書
在職中における「給与所得者の扶養控除等申告書」の代わりとなるものです。

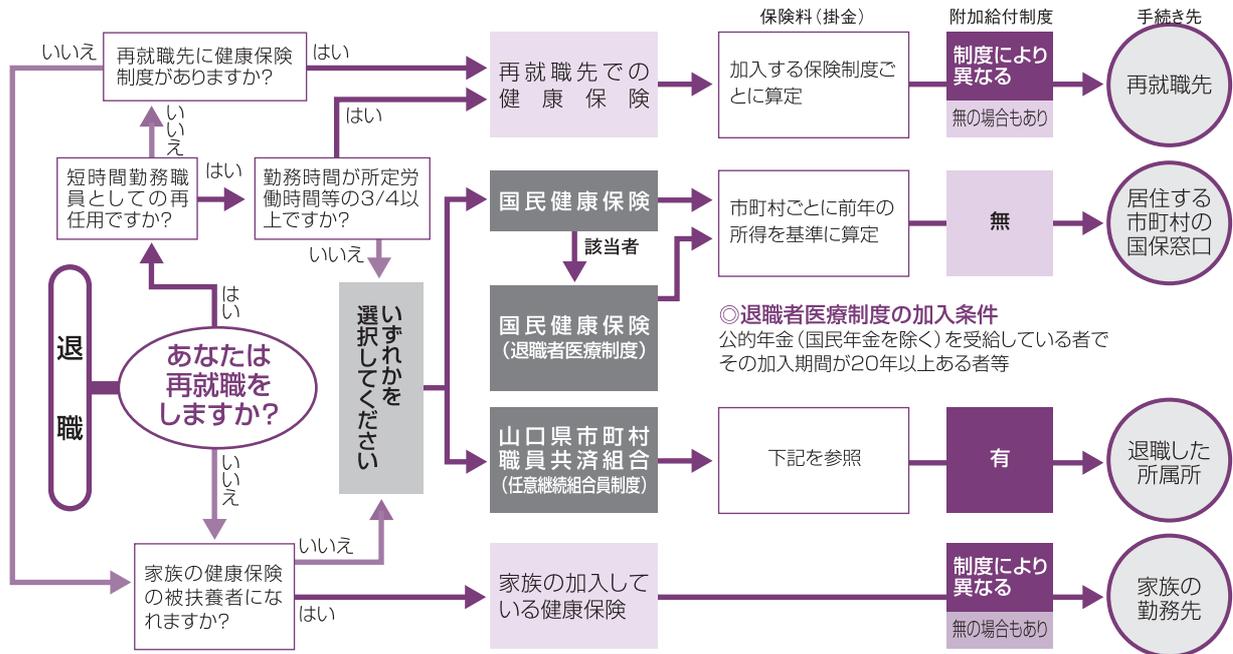
※「基礎年金番号通知書の写し」「年金加入期間確認通知書」「年金証書の写し」「普通預(貯)金通帳の写し」については、60歳到達時の年金請求の際にご提出いただいたものに変更または追加がある場合に提出してください。

※年金の支給は、偶数月の15日(金融機関が休業日の場合は、その前営業日)になります。支給月の前月・前々月の2か月分を指定された金融機関の口座に振り込みます。3月末日に定年退職される方の初回の支給は、6月を予定していますが、添付書類の不足等の理由で遅れる場合もありますので、ご了承ください。
なお、送金の通知書は、原則として年2回(6月、12月)送付します。また、年金支給額等が変更された場合には、その変更が反映される支給月に随時送付します。

医療保険

退職後の皆さんの状況に応じて手続きが異なります。
下図を参考にご検討のうえ、各制度に加入してください。

退職後の医療保険制度



- ◎退職後、フルタイム勤務職員として再任用される方は、引き続き共済組合の組合員の資格を有します。
- ◎附加給付制度とは、高額な自己負担額を軽減するものです。共済組合では、1人につき月に1医療機関での自己負担額が25,000円を超えた額を附加給付として支給しています。
- ◎退職者医療制度については、平成20年3月で廃止されましたが、現行制度からの円滑な移行を図るため、平成26年度までは制度が存続します。
- ◎75歳(一定の障害状態にある方は65歳)以上の方については、後期高齢者医療制度の被保険者となります。

任意継続組合員制度

退職日の前日まで引き続き1年以上組合員であった方が、退職後も共済組合の「短期給付」を受けることを希望するときは、最長2年間、任意継続組合員として組合員と同様の給付が受けられます。

1. 申請手続き 退職の日から20日以内に、退職した所属所の共済事務担当課を経由して共済組合に届けてください。
2. 掛金 AまたはBのいずれか低い額に下記の率を乗じた額が毎月の納付額となります。
 - A 平均給料月額 ※331,000円
 - B 退職する月の初日の給料月額

(ただし、組合員期間15年以上、かつ55歳以上で初めて退職する方は、退職する月の初日の給料月額×0.8)

短期掛金の率 ※112.5/1000
介護掛金の率 ※13.0/1000 (40歳以上65歳未満の者から徴収する。)
※平成23年度の平均給料月額・掛金率です。平成24年度は変更されることがあります。
※共済組合のホームページに簡単に使用できる試算表を掲載しています。
3. 資格喪失について 次の事由に該当したときは、任意継続組合員の資格を喪失します。
 - ①任意継続組合員となった日から起算して、2年を経過したとき
 - ②死亡したとき
 - ③掛金を指定の払込期日までに払込まなかったとき
 - ④他の共済組合、健康保険等に加入したとき
 - ⑤任意継続組合員をやめる旨を申し出た月の末日が到来したとき
 - ⑥後期高齢者医療制度の被保険者となったとき

(注) 月の途中で資格を喪失した場合、その月の掛金は原則として徴収しません。
ただし、資格を取得した月と同じ月に資格を喪失したときは、その月の掛金を徴収することになります。

その他退職の際に必要な手続き (所属所の共済事務担当課で手続きをしてください)

- ① 組合員証の返納 ● 「組合員証」(「組合員被扶養者証」等も併せて)を「組合員資格喪失届書」に添付して返納してください。
 - ② 共済貯金の解約 ● 共済貯金をご利用の方は、退職されますと共済貯金に加入(継続)することはできません。
● 「積立貯金加入・変更・解約申込書」(様式第1号)を提出し、解約手続きをしてください。
 - ③ 貸付けの償還 ● 貸付けをご利用の方は、退職時に全額償還となります。
● 償還方法(3月末退職の場合)
 - ① 3月末までに、貸付残高の振込みを行う。
 - ② 退職手当から、貸付残高を控除する。
-) どちらかを選択し、3月初旬までにお申し出ください。

第3回目は、年金収入についてです。

各種年金（遺族年金や障害年金等の税法上非課税の年金も含まれます。）、恩給および年金基金等の証書等に記載された決定年金額で判断します。改定等で年金額が変更になった場合は注意してください。

最新の年金振込通知書や決定通知書は、資格調査の際に必要となりますので大切に保管しておいてください。

【年金収入の年額基準】

- ◇60歳未満の公的年金受給者（障害年金受給者を除く） 年額130万円未満
- ◇障害を支給事由とする公的年金受給者および60歳以上の公的年金受給者 年額180万円未満

Q 60歳以上で、公的年金の受給開始となりました。年の途中からだったので今年の受給額は180万円未満でした。被扶養者の認定はどうなりますか？

A 認定要件を満たしているかどうかの確認が必要です。

年金収入は、その年の支給額ではなく、決定された年金額で判断します。

例えば、6月から偶数月に35万円ずつの支給が開始されたような場合、その年の収入は140万円ですが、年金決定金額は210万円となるため、被扶養者の資格を喪失します。

裁定による取消の場合は、年金の裁定通知（年金証書）を受領した日、改定による場合は、年金の改定通知を受領した日が取消日になります。受領した日がはっきりしないときは、通知書の発行日になります。

年金額の改定、老齢基礎年金や遺族年金の発生、障害等級の変更など、被扶養者の年金額の変動には常に注意してください。

Q 60歳以上で、公的年金を受給しています。このたび、パートを始めることになりました。この場合の認定基準はどうなりますか？

A 年額基準を満たすと同時に、パート収入が月額基準以内であることが必要です。

給与収入がある場合の基本的な考え方は、給与収入のみの場合と同じです。しかし、年金収入と給与収入等がある場合は、年額基準から年金収入を除いた金額で月額基準が決定するため、年金収入により月額基準が異なります。

例えば、60歳以上、公的年金の年額120万円の場合の月額基準額は

$$\{\text{年額基準 (180万円)} - \text{公的年金額 (120万円)}\} \div 12\text{月} = 50,000\text{円}$$

となり、毎月の給与収入が3か月連続して5万円以上の場合には認定取消となります。



Point

年金収入は、決定された年金額で判断します。
年金額+パート収入等の場合は、年金額によって月額基準が異なります。

特定健診・ 特定保健指導

被扶養者の皆さんへ
特定健診は、40～74歳の方全員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月末日までです

特定健康診査受診券を所属所を通じて、6月に被扶養者の皆さんにお送りしています。受診にあたり、今年度は自己負担金が不要ですので、期限内にぜひ受診してくださいませようお願いします。なお、受診券を紛失された場合は再発行しますので、共済組合保険課までご連絡ください。

※組合員の皆さんは、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。

特定健診(事業所での健康診断等を含む)を受けた組合員・被扶養者の皆さんへ

特定健診の結果、腹囲が一定値を超えた人またはBMIが25以上の人は、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保健指導のご案内をお送りしますので、詳細は通知をご覧ください。

今年度は、特定保健指導を受けるための自己負担金は不要ですので、ぜひこの機会をご利用ください。

《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
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、「医療機関が発行した領収書」に加え、共済組合から医療費に係る給付があった場合は「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、給付がある場合に配布している『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、給付金額の証明ができます。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円を超えた場合には、その超えた金額を控除することができます。医療費控除の詳細については、税務署等へ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

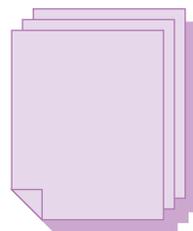
貸付事業のお知らせ

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23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22年12月までに住宅貸付を借り受けた方
平成23年11月上旬に証明書を発行します。 → **年末調整用**
- ②平成23年1月から平成23年12月までに住宅貸付を借り受けた方
平成24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対しては、証明書の発行はできません。

「だんしん」特約保証料等を12月中に徴収します。

「だんしん」特約保証料及び債務返済支援保険保険料は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、これらの保険にご加入の方の平成23年12月～平成24年11月分の特約保証料等を12月中に給与等からの控除により徴収します。

なお、債務返済支援保険に係る事後適用の申込者についてもあわせて徴収します。

12月の貸付申込締切日は、12月15日(共済組合必着)です。

貸付規程により、例月は月末である貸付決定日が、12月に限り26日となっています。このため、申込書の提出期限が12月15日(木)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はご注意ください。

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24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23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。

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!

共済積立貯金は、山口銀行の本支店窓口で、随時振込んで積立て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方が随時積立を利用される場合は、同時に新規加入の手続きを、所属所共済事務担当課を経由して行ってください。
- 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お振込みください。送金手数料は無料です。「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。
- *10万円以上の金額を振り込む場合は、本人確認書類の提示を求められますので、あらかじめご用意のうえ手続きをしてください。
- *随時積立をされた方には、「臨時積立受領書」を積立てのあった月の翌月中旬に、所属所を通じて送付します。
- *共済積立貯金の詳細については、共済だより4月号をご覧ください。

共済積立貯金の 『貯金現在残高通知書』を発行しました

平成23年9月末時点の『貯金現在残高通知書』を発行しました。この書類は、通帳に代わる大切な書類です。再発行はしませんので、大切に保管してください。

貯金現在残高通知書				年 月 日作成					
共済貯金の 残高通知書をご送付申し上げますので、ご査収ください。				所属所名					
				①					
氏名				様					
税区分	の残高 円	=	の残高 円	+	② 積立額 円	+	税込利息額 円	-	所得税額 円
決算日	利 率	③	税率(%)	お 積 立 等 明 細					
非課税限度額 (万円)				日付 種別 金額(円) 日付 種別 金額(円)					
現在管理されているあなたの振込先は下記の通りです。				⑤					
銀行名									
支店名									
預金種目									
名義人									
④									
(所属所) (証番号)				(注)今月中の払戻額が積立額より多い場合は、差引積立額がマイナスとなります。					

- ① 貯金者の情報を記載しています。
- ② 半期(平成23年4月1日～平成23年9月30日)の収支を計算式により記載しています。
- ③ 貯金の利率や税率など利息計算に必要な情報を記載しています。
- ④ 払戻や解約の際には、ここに記載されている口座に送金します。
(記載された口座は、共済組合届出済みの給付金等振込口座です。変更される場合は、「氏名等変更申告書」を所属所を経由して提出してください。ただし、共済貯金の送金先のための口座変更はできません。)
- ⑤ 半期(平成23年4月1日～平成23年9月30日)の貯金の入出金の明細を記載しています。

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

メタボリックシンドロームを撃退しよう!! 4

運動不足の解消で内臓脂肪を減らそう

内臓脂肪を減らすためには、食事で摂取したエネルギーを、運動によって消費することが大切です。食事の量を減らすことだけで内臓脂肪を減らそうとすると、脂肪と一緒に筋肉も落ちてしまいます。食生活の改善と運動をあわせて行うことで、筋肉を維持しながら、内臓脂肪を効率よく減らすことができます。



運動不足解消の第一歩は、日常生活でもっと体を動かすことから

交通手段の発達で移動の時間が短縮されるなど、私たちの生活が便利になる一方で、体を動かす機会は減っています。便利な時代に生きる現代人が運動不足を解消するには、意識して体を活発に動かすことが欠かせません。

体を活発に動かすと、エネルギーを消費して、代謝がよくなり、内臓脂肪を減らすことにつながります。こうした効果は、スポーツだけでなく、ある程度の強度をもつ家事や歩行など、日常生活の体の動きでも得られます。

生活習慣病予防のためには、「^{※1}身体活動」の量を増やし、それを継続することが大切です。ふだん、体を動かす機会が少ない人は、まずは、「^{※2}生活活動」の量を増やすことから始めましょう。体を動かすことに慣れてきたら、持久力や筋力を高めるため「^{※3}運動」にも取り組みましょう。



資料：「健康づくりのための運動指針2006 (エクササイズガイド2006)」(厚生労働省)

エクササイズガイドを活用しよう

厚生労働省では、生活習慣病予防のために1週間で必要な身体活動量の目安を示した「健康づくりのための運動指針2006(エクササイズガイド2006)」を策定しました。自分の現在の身体活動量や体力を踏まえ、健康維持のためにどのような身体活動を1週間でどれだけ行えばいいか、目標を設定し、達成するための方法を具体的に示しています。

メタボリックシンドロームの予防・改善のためにエクササイズガイドを活用し、自分の身体の状況やライフスタイルに合った身体活動量を設定してみましょう。



実践! 生活活動を増やそう

目指せ! 1日1万歩

生活活動の中で手軽にできるのが、歩くことです。まずは、1日1,000歩増やすことを目標に、日常で歩く機会を増やしましょう。10分歩くと約1,000歩です。慣れてきたら歩数を徐々に増やしていき、1日の合計歩数1万歩(1週間の合計が7万歩)を目指しましょう。



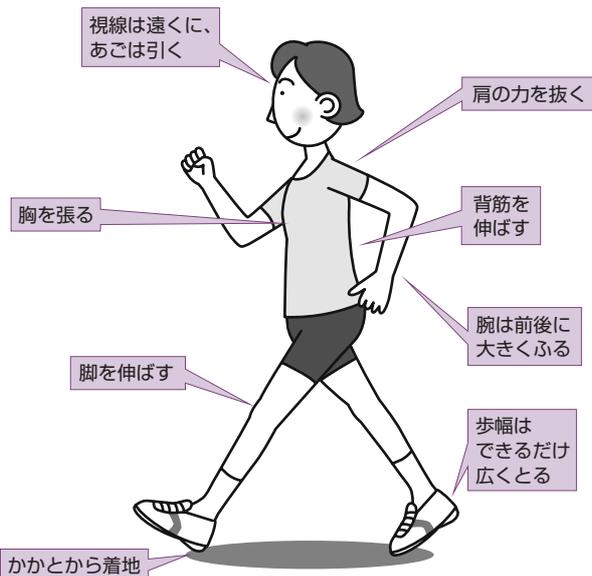
手軽に歩数を増やすコツ

- 歩数計をつけて歩き、歩数を記録する
- 歩きやすい靴をはく
- 仕事や家事の合間に積極的に動く
- 電車やバスは、一駅、一停留所手前で降りて歩く
- 3階までならエレベーターやエスカレーターを使わず、階段を使う
- 買い物はまとめ買いをせず、こまめに買いに行く
- 朝、少し早起きしたり、昼休みを利用したりするなど、1日の中で歩く時間を上手につくる
- 休日にはウインドウショッピングや史跡巡りなど行き先や目的をもって出掛ける

実践! 運動でいい汗をかこう

持久力アップ!

持久力をアップさせるのに手軽でおすすめののが速歩です。下図のようなフォームで、少し息が弾むくらいの早足で歩きましょう。



筋力アップ!

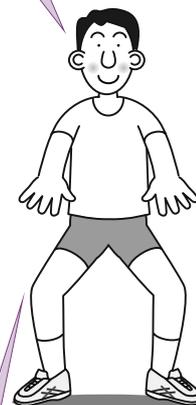
自分の体重を負荷とした筋力トレーニングなら、手軽にできます。正しい姿勢で、反動をつけずにゆっくりと、呼吸を止めずに、鍛えている筋肉を意識しながら行いましょう。

スクワット

- 1 肩幅に開いた足をハの字に開き、背筋を伸ばし、両腕を前に伸ばす。
- 2 つま先とひざが同じ方向に曲がることを確認しながら、3秒間でイスに座るようにひざを曲げ、1秒間姿勢を保持する。
- 3 3秒間で元の姿勢に戻す。

10回を1セットとし、自分の体力に合わせて1~3セットを目安に行う。

下を向かないように



ひざがつま先より前に出ないように

! 安全に運動するために

- 体調や天候に十分に注意して行おう
- 準備運動と整理運動を必ず行おう
- 運動前後、運動中は水分補給をしっかり行おう
- 持病などがあり通院している人は、主治医に相談してから行おう



山口県市町村職員共済組合
組合員ご家族限定商品

山口宇部、広島、萩・石見発

2011年度下期(10月~3月) ※ご注意:設定
除外日があります

東京グリーンパレス

に泊まる2日間

朝食付き!

全国市町村職員共済組合連合会運営

34,500円~43,500円

ご出発の前日から
起算して10日
前までの受付

■宇部空港発、2日間1名1室、基本フライト利用、山口県宿泊施設利用助成券(2,000円)をご利用の場合
宿泊施設利用助成券をお持ちでないお客様は、ホテルチェックイン時に2,000円をホテルにお支払いください。

※設定除外日:10/7-10/10、12/22-12/24、12/27-1/4、1/6-1/8出発は設定がございません。

ココがポイント!!

ポイント

1

1名様よりご参加OK!!

ポイント

2

復路
フライト

出発日より起算して最大
14日まで延長可

ただし、次の期間は帰着便延長不可日となります。
復路便延長不可日:10/8-10/10、12/23-12/25、
12/28-1/5、1/7-1/9

ポイント

3

事前座席指定OK!!

ご出発前に、窓側、通路側などのご希望を承ります。事前に
「座席指定」をお済ませいただくと、「スキップサービス」がご利用
可能となります。

- *ご利用日の2カ月前から承ります。
- *ご希望の席がお取りできない場合がございます。
- *機材変更などにより、予告なしに座席が変更する場合もあります。

ポイント

4

飛び泊もOK!!

ポイント

5

延泊もOK(追加代金)

シングル 7,500円(お一人様1泊、朝食付)
ツイン 5,200円(お一人様1泊、朝食付)

■山口宇部発2日間コース(1泊) お一人様基本代金(単位:円) 商品コード:U5008E
【Aフライト追加代金発生する場合には、下記表の基本代金に2,000円を加算した金額が旅行代金となります。】

出発日	10/1-10/6、10/11-12/21		3/15-3/31	
	日・月	火~土	日・月	火~土
1室利用人数				
2名1室	32,500	33,000	40,500	41,000
1名1室	34,500	35,500	42,500	43,500

■広島発2日間コース(1泊) お一人様基本代金(単位:円) 商品コード:U5008C
【Aフライト追加代金発生する場合には、下記表の基本代金に1,000円を加算した金額が旅行代金となります。】

出発日	10/1-10/6、10/11-12/21		3/15-3/31	
	日・月	火~土	日・月	火~土
1室利用人数				
2名1室	29,500	30,000	34,500	35,000
1名1室	31,500	32,500	37,000	38,000

■萩・石見発2日間コース(1泊) お一人様基本代金(単位:円) 商品コード:U5008D

出発日	10/1-10/6、10/11-12/21		3/15-3/31	
	日・月	火~土	日・月	火~土
1室利用人数				
2名1室	34,500	35,000	41,500	42,000
1名1室	37,000	38,000	44,000	45,000

*宿泊施設利用助成券をお持ちでないお客様は、ホテルチェックイン時に、2,000円をホテルにお支払いください。

■Aフライト追加代金(山口宇部発)

復路搭乗日	月~木・土	金曜日・日曜日
Aフライト(697便、699便)	追加代金なし	2,000円

■Aフライト追加代金(広島発)

復路搭乗日	月~木・土	金曜日・日曜日
Aフライト(685便、687便)	追加代金なし	1,000円

基本代金に
含まれるもの

1. 個人包括旅行割引運賃適用の航空運賃
2. 規定の宿泊費・食事代
3. 空港施設使用料

お客様へのご案内(必ずお読みください)

- ①お申し込み
ご出発の前日から起算して10日前までの受付となります。ただし、満席等の理由により
受付ができない場合があります。お申し込み時に、助成券発行票名、ご利用空港、裏面
記載の基本代金表近くにある商品コードをお申し出頂くとスムーズに予約が完了しま
す。設定除外日、復路延長不可日にご注意ください。
- ②宿泊施設
上記の客室写真は一例となり、実際と異なる場合がございます。相部屋の設定はござい
ません。ご旅行期間中、同一ルームタイプでご予約ください。
- ③添乗員
添乗員は同行しません。ご旅行中の諸手続きはお客様ご自身で行っていただきます。

④旅行代金

旅行代金とは「旅行代金または基本代金として表示した金額」と「追加代金として表示した金額」
の合計をいいます。出発日・利用人数・日程により旅行代金が異なります
子供代金の設定はございません。3才以上のお子様は大人と同額になります。また、各コース旅
行代金に含まれるものは、利用の有無にかかわらず、特に表記のない限りご返金できません。
⑤宿泊施設利用助成券
共済組合が発行する宿泊利用助成券につきましては、発行元の共済組合により利用枚数や利
用金額等の利用方法が定められています。あらかじめ共済組合の規定をご確認のうえお申し込
みください。

●詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので、事前にご確認のうえお申込みください。 ●スケジュールは航空機・バス等交通機関の場合、天候等により行程・見学箇所・
訪問順序等が変更になる場合があります。 ●個人情報の取扱について:当社は、旅行申込の際にお申込書にご記入いただいたお客様の個人情報(氏名・住所・電話番号・メールアドレス
など)について、お客様との連絡、お申込みいただいたご旅行における運送・宿泊機関等の提供するサービス手配のための手続きに必要な範囲内でご利用させていただきます。

旅行企画・実施

ANA 広島地区総代理店

中国ターミナルサービス株式会社

ANA・CTS トラベルセンター

〒730-0021 広島市中区胡町 4-21 朝日生命胡町ビル 1F

TEL (082) 544-2688

FAX (082) 245-6510

広島県知事登録旅行業第2-93号 社団法人全国旅行業協会会員

http://www.cts-k.co.jp

総合旅行業務取扱管理者: 近藤伸治・木村裕史

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での
取引に関する責任者です。この旅行契約に関しご不明な点があれば、
ご遠慮なく上記の取扱管理者にお尋ねください。

営業時間: 平日9:30~18:00 土9:30~13:30 (日・祝 休業日)

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

「遺族サポートプラン」の募集が終了しました

平成23年8月25日(木)～10月7日(金)にかけ、「遺族サポートプラン」の募集を行ったところ、各所属所共済組合事務担当者様をはじめ、関係者の皆様のご協力のおかげをもちまして、今年も多くの組合員の方に加入・更新手続きをいただきましたことを、お礼申し上げます。

今後とも「遺族サポートプラン」のご利用、よろしくお祈いします。

保険金・給付金のご請求についてご確認ください

現在のご加入内容をご確認ください。保険金・給付金のご請求は、所属所の共済担当課まで連絡してください。

〈制度ごとの保険金・給付金請求対象一覧〉

制度名	死亡	高度障害	入院	ICU治療	手術	手術後療養	介護	女性疾病入院	女性疾病手術	三大疾病	余命6か月以内
遺族サポートプラン	○	○									
遺族サポートロング	○	○									
長期継続保障	○	○									○※1
医療保障保険	○		○								
総合医療サポート	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
重病克服支援プラン	○	○								○	○※1

※1 余命6か月以内と医師に診断されているとき、保険金の前払請求ができます(リビング・ニーズ特約)が、死亡保険金と重複して支払われません。

●「総合医療サポート」は生命保険部分と損害保険部分をセットしたものです。●生命保険部分と損害保険部分ではお支払の対象となる支払事由や支払保険金の算出方法、給付割合等が異なります。●それぞれの保障内容、保険料等の詳細はパンフレットをご参照ください。

●重病克服支援プランにおいては、三大疾病(がん・急性心筋梗塞・脳卒中)による保険金(特定疾病保険金)と死亡・高度障害保険金は重複して支払われません。

脱退の取り扱いについてご確認ください

「遺族サポートプラン」の脱退は、原則更新時(毎年8月～10月の募集時)に取り扱います。

ただし、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。

※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 明治安田損害保険株式会社

MY-A-11-他-005922 MYG-A-11-LF-600

団体傷害保険における保険金額の見直し・変更(引下げ)について

山口県市町村職員共済組合団体傷害保険にご加入いただき、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(割引率)を適用することで個人でのご加入に比べて割安な保険料で、個人で加入した場合と同等の補償を提供することが可能となっています。この割引率は、前年度の保険金給付実績(9～8月)に基づき損害率の計算を実施し、算出された損害率に基づき、割引率を年度ごとに見直しすることになっています。

平成23年度の募集分(すでに締切り済み)においては、前年度の保険金給付実績が増大したことにより、損害率が上昇したため、優良割引(前年度5%)の適用が受けられなくなりました。

なお、団体割引20%は、引き続き適用されますので、ご安心ください。

また、すでにパンフレット等でご案内のとおり、保険料の増加による加入者の皆様への負担を避けるため、昨年度から保険料については、変更しないこととし、保険金額について見直し・変更(引下げ)することとしました。

保険金額の引下げについて、加入者の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご了承を賜り、今後とも本団体傷害保険のご加入・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

有限会社ライフ山口ゴルフ大会を開催しました

有限会社ライフ山口では、今回初めて山口県市町村職員共済組合より委託を受けて行っている団体ゴルファー保険の加入者を対象にしたゴルフ大会を去る8月31日、厚狭ゴルフ倶楽部にて開催いたしました。

炎天下の中、県内各地よりご参加いただきました組合員の皆さまに、お礼申し上げます。夏季の体力づくりと組合員相互の親睦を目的に来年度も開催いたしますので、ご参加よろしくお願いいたします。



弓ヶ浜荘では、地元の食材を活かした、様々なお料理をご用意しております。ぜひ、鳥取ブランドをご賞味ください。



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！

日曜日から金曜日までなら大変お得な大好評かにくし!!



夕食はお部屋食です。

期間

平成23年 11/7 月 → 平成24年 2/29 水
12月31日→1月6日は除きます。

【泊2食】

お1人様(税・サ込み)

日曜日から金曜日まで

10,029円

16,000円

【日帰り】

お1人様(税・サ込み)

9,029円

かに満腹プラン!

かに満腹【1泊2食】ご利用料金区分カレンダー

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						1	2	3	4										
11		7	8	9	10	11	12																					
		13	14	15	16	17	18	19																				
		20	21	22	23	24	25	26																				
		27	28	29	30																							

弓ヶ浜荘 宿泊ポイントカード
ポイントを5倍ためると
3,000円の割引が受けられる!
(かに満腹プランご利用の方)

弓ヶ浜荘は天然温泉かけ流し
海に湧く温泉水、海の恵みいっぱいのお宿へようこそ
日本海の潮風とあたたかいおもてなしのお宿へようこそ



米子・皆生温泉
弓ヶ浜荘
yumigahamasou

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(木)	11月30日(水)
	11月25日(金)	12月15日(木)
	12月9日(金)	12月30日(金)
	12月22日(木)	1月13日(金)
解約	11月10日(木)	11月30日(水)
	12月9日(金)	12月30日(金)

共済組合の行事(11・12月)

- 退職予定者説明会
11月1日(火) 下関市勤労福祉会館
11月2日(水) シンフォニア岩国
11月4日(金) 防長苑

防長苑のイベント(11・12月)

- ゆく年プラン
11月1日(火)~12月27日(火)

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	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	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~E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うえ、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 ●

12/7 (水) 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 ●

ヨコキーワード

- 1 防府大満宮のご神幸祭。
- 8 この小ぶりな○○は実に味わい深い名品です。
- 9 鉄棒でよく練習しました。
- 10 ○○○○なので大丈夫です。
- 13 ○○○でもやり通します。
- 14 つい○○○○を言ってしまう。
- 16 楽しくて心が浮き立ちます。
- 18 共通の政治的主張をもった人たちによって組織されます。
- 20 彼は不機嫌そうに○○○○をしました。
- 22 ○○○○がよい時で結構です。
- 24 彼は五本の○○に入る技の持ち主です。
- 26 0%ではないものも…。
- 28 またうさぎが来ないかな？
- 30 ○○○の覚悟で危険に立ち向かいました。
- 31 ○○○○では割り切れません。
- 33 切妻や寄棟など。
- 35 カナダ最大の都市。
- 36 会議の○○○に入ります。

タテキーワード

- 1 中国山地でも○○○○○が観測されました。
- 2 世界の企業経営者や政治家、知識人らが一堂に会する○○○会議。
- 3 故郷をはなれた地で○○○○○の念にかられます。
- 4 花崗岩が風化してできた○○土。
- 5 国王の○○○○として参りました。
- 6 インターネット上ではなく現実の生活を楽しんでいる人。
- 7 ○○○○のある仕事。
- 11 今年11月8日。
- 12 ○○工作の時間に絵を描きました。
- 15 貯金にどのくらい○○○がついたのだろうか？
- 17 C字型のヘアバンド。
- 19 ○○○○のいい部屋でくつろぎました。
- 21 うちの子は寝る時以外も手離しません。
- 23 かくれんぼの一種。
- 25 駅前の○○○の中にその会社はあります。
- 26 室町時代に生まれた芸能。
- 27 練習を重ねて○○○をつかみました。
- 28 服の上に羽織って着ます。
- 29 ○○○○のかけ違いで、交渉は失敗になりました。
- 32 出会っても死んだらほしくないように…。
- 34 鍋料理やゆたにも入れます。

「クロスワードパズル」 プレゼント当選者発表

応募総数 85通
正解 84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〉 ヤマグチコクタイ

チ	ユ	ウ	シ	ユ	ウ	マ	ド	リ	
ヤ	チ	リ	コ	ハ	ク	ラ			
ツ	ル	カ	メ	ザ	ン	ラ	ツ	ク	
ト	ケ	ツ	イ	ド	カ	ゼ			
	グ		レ	ス	ト	ラン		ー	
デン	セ	ツ	イ	キ	タ	シ			
ン	ソ	ウ	シ	ユ	ウ	ヨ			
シ	ユ	チ	ユ	ウ	ラ	イ	カ	ン	
ヨ	カ	ン	キ	リ	ツ	メ			
ウ	リ		ニ	ヒ	ヤ	ク	ト	オ	カ

クロスワードパズル当選者

- 組 遠藤 克哉 (柳井地区広域消防組合)
 - 組 大谷 史恵 (山口市)
 - 組 岡手 優子 (山陽小野田市)
 - 組 貞森美恵子 (周南市)
 - 組 井上 舞 (山口市)
 - 組 山縣 正俊 (下松市)
 - 組 岩本 泰浩 (周南市上下水道局)
 - 組 今村竜太郎 (周防大島町)
 - 組 木村 信広 (宇部市)
 - 組 坂本 啓三 (和木町)
- (順不同・敬称略)

編集後記

防長苑の美心へ7月から1か月に1日から3日のペースで通っています。はじめは痛くて痛くてたまらなかったのですが、今ではだんだんリンパの流れもよくなり痛みがなくなりました(*^_^*)温泉で温まってからの施術はより効果的です。
皆さんも自分へのご褒美に試してみたいですか？お得な3美プランがお勧めです。(S・Y)

紅葉の季節になりました。県内にもいろいろ紅葉で有名な場所があり、毎年行って見たいなあ、と思いつつ、でも人が多いし…と考えてしまい、結局行ったことがありません。そんな人が多いのでは？と、今回は表紙を長門峡にしてみました。せめて気分だけでも、と思うのですが、いかがでしょうか？ (M・H)

組合の現況

平成23年10月5日 現在



組合員/男
10,958人



組合員/女
5,385人



組合員/合計
16,343人



任意継続組合員
405人



被扶養者/男
6,941人



被扶養者/女
11,665人



被扶養者/合計
18,606人

2011 ゆく年プラン

11月1日(火)~12月27日(火)

和洋会席



和洋会席 5,000円~
(お一人様)

お刺身5点盛
洋皿2皿
(全11品)

※写真の和洋会席は5,000円です。



パーティーコース

パーティーコース 全10皿
(10名様以上)

洋食コース料理 各4,000円~
(20名様まで)



※写真のパーティーコースは5,000円です。

※写真の洋食コース料理は4,000円です。

特典

飲み放題

(お一人様 2時間)

日~木曜日

1,500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
※プラス200円で冷酒を追加

1,000円

ビール小瓶1本、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

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
※プラス200円で冷酒を追加

その他のプラン

河豚フルコース 12,000円
(お一人様)

福久ミニ会席 8,000円
(お一人様)

ふくは全て「とらふく」を使用しています。

鍋会席 [寄せ鍋・かに鍋・国産牛しゃぶ鍋]
(4名様より20名様まで)

各4,000円~

その他、ご予算に応じます。
お気軽にお問い合わせ下さい。

ご予約・お問い合わせ



月曜~木曜 11:30~16:00限定

昼得プラン [会席・ランチ・パーティー]
(6名様より お一人様) 各2,000円

昼得プラン ソフトドリンク飲み放題
(お一人様) コーヒー付き **プラス 500円**

全プラン10名様以上(昼得プランは6名様以上)のご利用で、お一人様+500円していただくと、チョコレートファウンテンをおたのしみいただけます。

ご宿泊パック

(1泊朝食付き)

日~木曜日ご利用で

500円

金・土曜日、祝前日ご利用で

2,000円

上記の金額は、宿泊利用助成券使用後の金額です。

〒753-0077 山口県山口市熊野町4-29
TEL 083-922-3555
<http://www.bochoen.jp/>

防長苑

検索