

共済だより



祝300号



共済だより300号発行を記念して、
抽選で **1等** 豪華夕食付きペア宿泊券をプレゼント。
詳しくは、19ページをご覧ください。

家庭に持ち帰り、ご家族でご覧ください

ホームページもご覧ください <http://www.kyosai-yamaguchi.jp/>

この「共済だより」は再生紙を使用しています

contents

- 短期給付に係る制度改正について 2-3
- 使ってみよう! ジェネリック医薬品
確認しよう! 医療の費用 4
- ジェネリック医薬品を使用すると...
こんなに医療費が削減!! 5
- 貯金の運用状況 6
- 知って安心! 厚生年金 8-9
- だんしん事業のご案内 10
- 普通貸付をご利用ください
共済貯金積立額変更の受付を始めました 11
- あなたの被扶養者の
資格確認をしてみましょう 12
- 募集** 料理長直伝!! 和食料理教室 13
- 募集** 怒るな!! って言われても
許せないこともある 14

P19

お**維新**ちや
やまぐち in 防長苑

共済だより 300号記念
プレゼント企画

最初のキーワード



短期給付に係る制度改正について

地方公務員の育児休業等に関する法律等の一部改正に伴う主な短期給付制度の改正について、次のとおりお知らせします。

【平成29年8月1日施行】

●育児休業手当金

1日当たりの給付上限額が次のとおりとなりました。

- 給付率 67%の期間（育児休業期間が 180 日に達するまでの期間）

現行 12,927 円 → 改正後 13,622 円

- 給付率 50%の期間（育児休業期間が 180 日を経過した後の期間）

現行 9,647 円 → 改正後 10,165 円



※この改正額は、平成29年8月1日以後に開始された育児休業に係る育児休業手当金の算定について適用します。

●介護休業手当金

1日当たりの給付上限額が次のとおりとなりました。

現行 14,207 円 → 改正後 14,992 円

※この改正額は、平成29年8月1日以後に開始された介護休業に係る介護休業手当金の算定について適用します。



●高額療養費

世代間・世代内の負担の公平を図り、負担能力に応じた負担を求めため、70歳以上の者に係る自己負担限度額を次表のとおり引き上げました。

現行

所得区分	A 個人単位【外来のみ】	B 世帯単位【外来、入院】
一定以上所得者 ※1	44,400円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% (44,400円 ※2)
一般	12,000円	44,400円
低所得者Ⅱ（市町村民税非課税者）		24,600円
低所得者Ⅰ （組合員等に市町村民税に係る 所得金額がない者）	8,000円	15,000円

改正後

所得区分	A 個人単位【外来のみ】	B 世帯単位【外来、入院】
一定以上所得者 ※1	57,600円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% (44,400円 ※2)
一般	14,000円 (年間14.4万円上限)	57,600円 (44,400円 ※2)
低所得者Ⅱ (市町村民税非課税者)	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ (組合員等に市町村民税に係る 所得金額がない者)		15,000円

※1 標準報酬月額が28万円以上の者。家族に係る療養費の場合は、70歳以上の一定以上所得者である組合員に扶養される被扶養者。なお、組合員および被扶養者の収入額が520万円(被扶養者がいない場合は、383万円)に満たない場合は、一定以上所得者となりません。

※2 多数回の場合。高額療養費が支給される場合に、同一世帯においてその月以前の12か月以内に高額療養費の該当が3回以上あった場合の、4回目以降の自己負担限度額。

【平成29年10月1日施行】

● 育児休業手当金

子が1歳に達する日後の期間について育児休業を取得し、支給延長事由に該当した場合※、育児休業手当金の支給可能期間が延長されます。

現行 1歳6か月に達するまで → 改正後 2歳に達するまで



※「支給延長事由に該当した場合」ってどんな場合？

- ・子が1歳または1歳6か月に達する日後の期間について保育所等での保育を希望し、申し込んだけれど実施されない。
- ・育児休業により主として子を養育しており、1歳または1歳6か月に達する日後の期間について引き続き養育する予定だった者が死亡したなどの理由により養育できなくなった。

● 入院時生活療養費

65歳以上の者が療養病床に入院した場合に発生する居住費の自己負担額を下表のとおり引き上げます。

現行

	対象者	自己負担額
A	B、C以外の者	320円
B	病状の程度が重篤な者等として厚生労働大臣が定める者(Cである者を除く。)	0円
C	指定難病である者	0円

改正後

	対象者	自己負担額
A	B、C以外の者	370円
B	病状の程度が重篤な者等として厚生労働大臣が定める者(Cである者を除く。)	200円
C	指定難病である者	0円

※各制度変更の詳細は、共済組合保険課医療係までお尋ねください。



使ってみよう! ジェネリック医薬品

確認しよう! 医療の費用

～ 8月に「ジェネリック差額通知書」と「医療費通知書」を配布しました ～

ジェネリック医薬品とは……

ジェネリック医薬品とは、厚生労働省から承認された、新薬とほぼ同じ有効成分・効き目で製造販売される安価な薬で、後発医薬品ともいいます。

ジェネリック医薬品の使用割合向上のために

ジェネリック医薬品の普及は、自己負担額の軽減や医療保険の財政状況を改善するための有効な手段の一つです。

このため国は、平成27年6月に閣議決定された「経済財政運営と改革の基本方針2015」において、ジェネリック医薬品の使用割合の目標を平成29年半ばに70%以上とするともに、平成30年度から平成32年度末までの間のなるべく早い時期に80%以上とするよう定めています。

よって、共済組合でも、ジェネリック医薬品のより一層の使用割合向上に努めており、「ジェネリック差額通知書」の送付も、その取組みの一つです。

参考 本組合におけるジェネリック医薬品使用割合 71.97%(平成29年3月診療分)

ジェネリック差額通知書

今回は、対象疾病に係る診療に対し、平成28年8月から平成28年10月までの期間に処方された医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、安くすることができる差額が最大となる処方月分について、その内容をお知らせしています。

ジェネリック医薬品の積極的な活用をお願いします

ジェネリック医薬品への切り替えが進むことにより、組合員の自己負担額を減らすとともに、年々増加する医療費を抑制し、短期給付財政の健全化を図ることも可能となります。

ジェネリック医薬品への切り替えに対し、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

医療費通知書

今回は、平成28年10月から平成29年3月までの受診分に対する内容をお知らせしています。

この通知は、①健康管理意識を高め医療費の適正化につなげること ②受診日数や医療費、受診医療機関などの情報が正しいかをご確認いただくこと を目的に行っています。

受診日数の疑義や受診された覚えのない医療機関の記載等がありましたら、内容を調査しますのでご連絡ください。

なお、「医療費通知書」については、**受診された山口県内の医療機関名および柔道整復師会名等を表示しております。表示することにより特段の不都合(DV被害があり配偶者に所在を知られたくないなど)がある場合は、速やかに共済組合保険課医療係までお申し出ください。**

- 「医療費通知書」および「ジェネリック差額通知書」の詳しい見方については、HPをご覧ください。

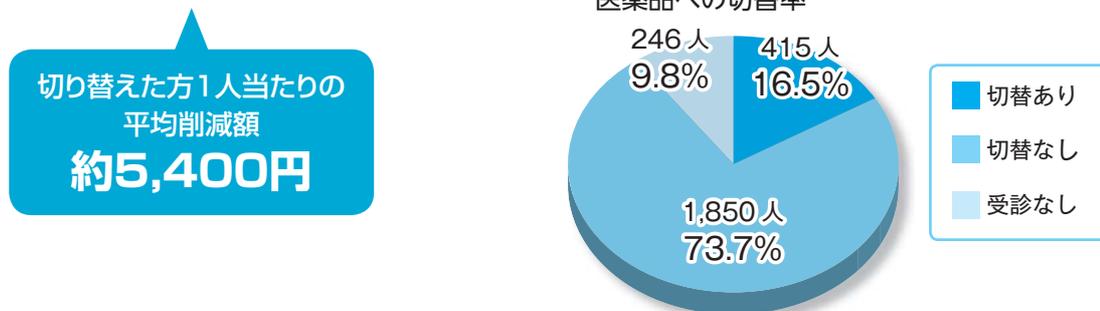


ジェネリック医薬品を使用すると…こんなに医療費が削減!!

昨年8月に、慢性傷病により医薬品を処方されている方を対象として、ジェネリック差額通知書を送付しました。この通知書を送付した方2,511名を対象として、その後の効果を測定しました。

●2,511名中、415名がジェネリック医薬品に切り替えた結果

調剤費用が **約223万円** 削減されました! ◆平成28年8月～12月診療分のジェネリック医薬品への切替率



◆平成28年8月～12月診療分のジェネリック医薬品への切り替えによる削減額



通知書送付後、対象疾病に係る調剤費用の削減額は増加傾向にあり、約5か月後の累計削減額は2,231,703円に達しました。

●もし、ジェネリック医薬品に切り替えなかった人も切り替えると…

効果測定人数 2,265人 × 1人当たりの平均削減額 約5,400円 = **約1,200万円削減!!**

●今後もジェネリック医薬品使用へのご理解・ご協力をお願いします

ジェネリック医薬品を選択すると、調剤費用が減少し、医療費が減少すると…



お問い合わせ先 保険課 医療係 ☎ 083-925-6142



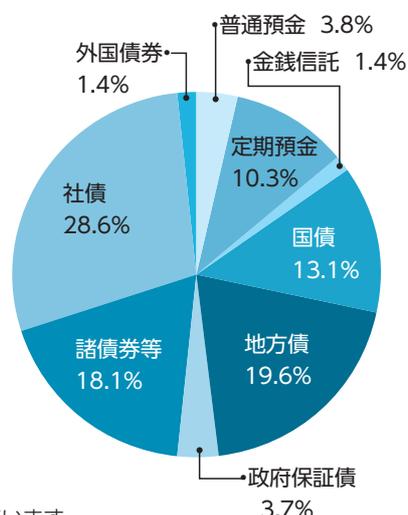
貯金の運用状況

(平成29年6月末)

◆貯金経理の資産の構成状況

種類	平成29年6月末		平成28年11月末	
	金額(円)	構成割合(%)	構成割合(%)	
預金	普通預金	1,313,535,920	3.8	2.2
	定期預金	3,600,000,000	10.3	12.5
金銭信託	500,000,000	1.4	1.5	
債	国債	4,577,760,000	13.1	12.8
	地方債	6,835,932,000	19.6	19.7
	政府保証債	1,299,041,000	3.7	3.8
券	諸債券等	6,307,465,000	18.1	19.0
	社債	9,992,540,000	28.6	27.0
	外国債券	500,000,000	1.4	1.5
合計	34,926,273,920	100.0	100.0	

資産の構成割合



※預金は、山口銀行・三井住友信託銀行・三菱UFJ信託銀行および中国労働金庫に、預け入れています。

※資産のうち、組合員貯金は約317億円、利益剰余金は約30億円です。

◆保有債券の格付状況

格付	平成29年6月末		(株)格付投資情報センター(R&I)の格付定義	保有する銘柄の発行体等
	金額(円)	構成割合(%)		
AAA	809,483,000	2.8	信用力は最も高く、多くの優れた要素がある。	住宅金融支援機構、欧州復興開発銀行など
AA	13,411,684,000	45.4	信用力は極めて高く、優れた要素がある。	地方債、ファーストリテイリング、東日本旅客鉄道、東京瓦斯 など
A	15,291,571,000	51.8	信用力は高く、部分的に優れた要素がある。	みずほフィナンシャルグループ、日本郵船、野村ホールディングス、国債など
合計	29,512,738,000	100.0		

※格付については、国内債券は主にR&Iを外国債券はムーディーズを参考にしています。

◆共済貯金の運用状況

平成28年度決算による平均運用利回りは年1.29%で、前年度(年1.43%)より0.14%の低下となっています。国内の債券相場は引き続き低水準が予想されますが、過去に購入した高い利率の債券を保有していますので、当面、運用利回りは確保できる見込みです。

今後も厳しい運用環境が続きますが、証券会社や格付機関、報道機関等からの情報を収集、分析することにより、変化する市場の動向に対応し、安全性を最優先にした運用に努めてまいります。

不測の事態に備え、計画的に欠損金補てん積立金の積み立ても行っていますので、安心して共済貯金をご利用ください。



お問い合わせ先 総務課 経理係 ☎ 083-925-6141

平成29年8月から年金の受給資格期間が25年から10年に短縮となりました

これまで、年金の受給権が発生するためには、受給資格期間(厚生年金保険や共済組合等の加入期間である保険料納付済み期間や保険料免除期間などを合算した期間)が25年必要でした。

このことについて、平成24年に公布された「年金機能強化法」の改正事項により、消費税10%引き上げ時(平成31年10月1日予定)に受給資格期間が25年から10年に短縮される予定でしたが、施行日が改められ、平成29年8月1日から受給資格期間が短縮されることになりました。



インターネットで 将来の年金見込額を閲覧できます

地共済年金情報Webサイトをご利用いただきますと、ご自身の年金見込額等*の年金個人情報をパソコンで閲覧することができます。是非ご活用ください。

※ 年金見込額は、確認時点の就業状態、給与額、賞与額等をベースに年金受給額等を試算しているため、実際の金額とは異なります。

地共済年金情報 Web サイト

検索

全国市町村職員共済組合連合会ホームページからもアクセスいただけます。
24時間365日利用可能(サーバーのメンテナンス時を除く。)

●●● ご利用申込みの簡単な流れ ●●●

地共済年金情報
Webサイトに
アクセス

ご利用申込み
基礎年金番号・
氏名・生年月日等を
入力する

ユーザーID
通知書受領

ログイン

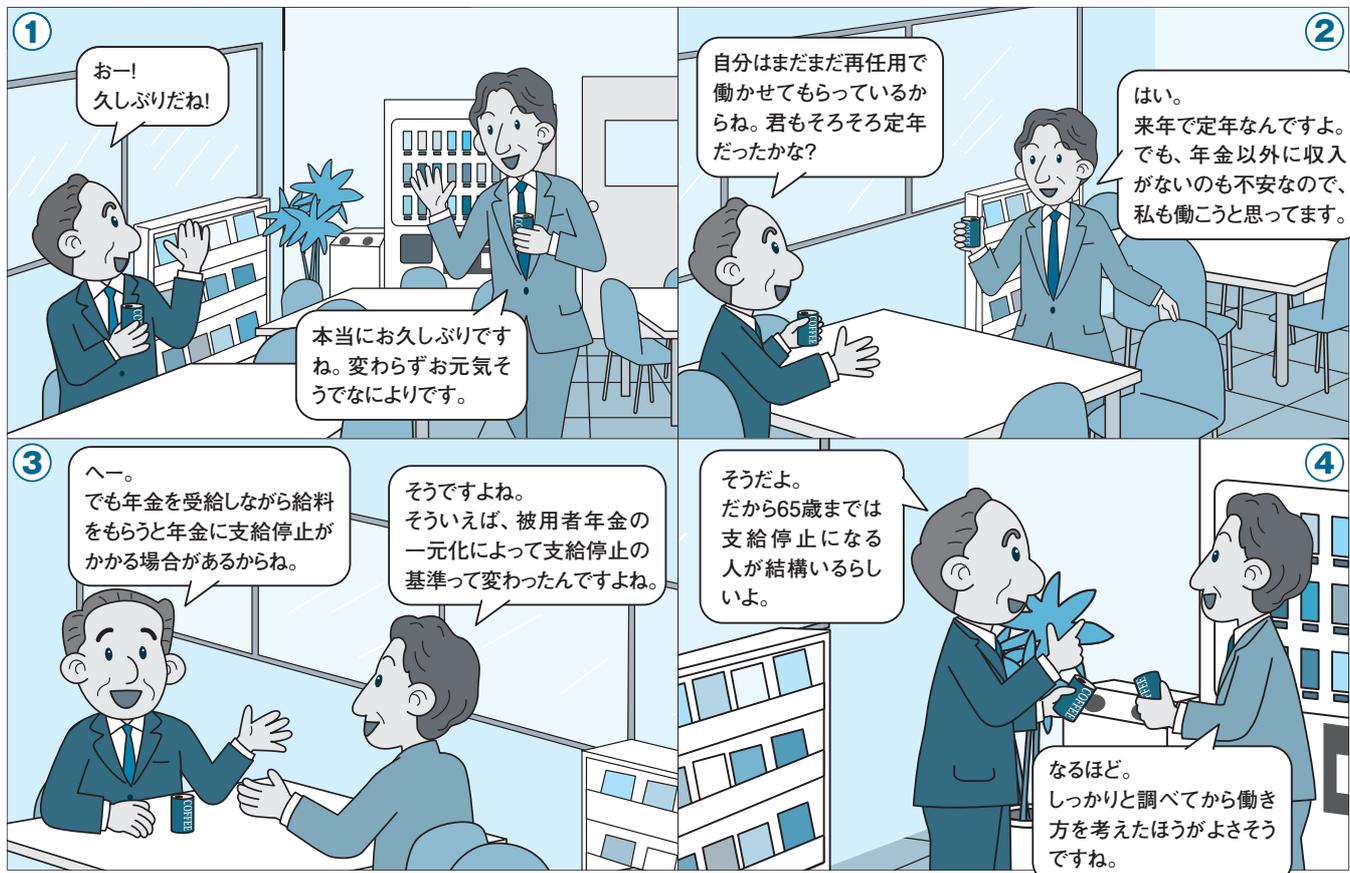
● 相談窓口(Webサイト用) ●

全国市町村職員共済組合連合会 年金部年金企画課
☎03-5210-4607(9時~17時(土・日・祝日を除く。))





在職中の年金支給停止のしくみ



在職中の年金の支給停止とは、賃金を受け取っている年金受給者について、賃金と年金の合計額が一定の基準を超える場合に、年金の支給停止を行い、年金額を調整するというしくみです。

受給権者が厚生年金の被保険者等である間は、その方の総報酬月額相当額（賃金）と基本月額（年金）との合計額に応じて、年金の一部が支給停止されます。

在職中の年金の支給停止の計算方法

65歳未満の場合

総報酬月額相当額と基本月額の合計額が **28万円を超える** とき、年金の一部または全部が支給停止されます。

- A** 基本月額 ≤ 28万円 で、総報酬月額相当額 ≤ 46万円 となるとき
 - ▶ 支給停止額 = {(総報酬月額相当額 + 基本月額) - 28万円} × 1/2
- B** 基本月額 ≤ 28万円 で、総報酬月額相当額 > 46万円 となるとき
 - ▶ 支給停止額 = (総報酬月額相当額 - 46万円) + {(基本月額 + 46万円) - 28万円} × 1/2
- C** 基本月額 > 28万円 で、総報酬月額相当額 ≤ 46万円 となるとき
 - ▶ 支給停止額 = 総報酬月額相当額 × 1/2
- D** 基本月額 > 28万円 で、総報酬月額相当額 > 46万円 となるとき
 - ▶ 支給停止額 = (総報酬月額相当額 - 46万円) + 46万円 × 1/2

65歳以上の場合

総報酬月額相当額と基本月額の合計額が46万円を超えるとき、年金の一部または全部が支給停止されます。

$$\text{▶ 支給停止額} = \{(\text{総報酬月額相当額} + \text{基本月額}) - 46\text{万円}\} \times 1/2$$

総報酬月額相当額 = 「標準報酬月額」 + 「過去1年の標準賞与の合計額 × 1/12」

基本月額 = (退職共済年金* + 老齢厚生年金) × 1/12

* 職域年金相当部分を除く

※基本月額を算出する際は、退職共済年金・老齢厚生年金など2つ以上の年金を有する場合、すべての年金額を合算して算出することとなります。

※28万円と46万円の支給停止基準額は、賃金や物価の変動により改定される場合があります。

計算してみましょう

例 共済太郎さん(昭和31年10月6日生まれ)が公務員としてフルタイム再任用された場合

公務員(一般組合員)

- 平成29年3月31日退職



公務員としてフルタイム再任用

- 平成29年4月1日再任用
- 第3号厚生年金被保険者として厚生年金に加入
- 標準報酬月額…22万円

老齢厚生年金受給権発生

- 平成30年10月5日(62歳)
- 老齢厚生年金…120万円
- 退職共済年金(経過的職域加算額)…24万円
- 標準賞与額
 - ◆平成29年12月…28万円
 - ◆平成30年6月…20万円

平成30年10月5日に62歳に到達したので、翌月分から老齢厚生年金の支給が始まります。

まずは、総報酬月額相当額と基本月額を算出してみましょう。

$$\text{総報酬月額相当額} = 22\text{万円} + (28\text{万円} + 20\text{万円}) \div 12\text{月} = 26\text{万円} \dots \text{①}$$

$$\text{基本月額} = 120\text{万円} \div 12\text{月} = 10\text{万円} \dots \text{②}$$

①総報酬月額相当額と②基本月額の合計額は36万円となり、28万円を超えているため支給停止がかかります。

①総報酬月額相当額は26万円なので46万円以下、②基本月額は10万円なので28万円以下となるため、8ページのAの計算式で支給停止額を算出します。

$$\text{支給停止額} = \{(26\text{万円} + 10\text{万円}) - 28\text{万円}\} \times 1/2 = 4\text{万円}$$

支給停止額は4万円となり、1月あたりの年金支給額は、

$$\text{1月あたりの年金支給額} = 10\text{万円} - 4\text{万円} = 6\text{万円} \text{ となります}$$

※退職共済年金(経過的職域加算額)は全額停止となります。

お問い合わせ先 年金課 ☎ 083-925-6550

だんしん事業のご案内

Point

「だんしん」に加入すると、返済中に借受人に万一のことがあった場合に、保険金によって貸付金残高が返済されます。あわせて「債務返済支援保険」に加入すると、病気やケガで長期休職となった場合に、貸付金の返済金相当額（平均返済月額）が保険金として支払われます。



制度の位置付け

万一、死亡・所定の高度障害状態となられても…

「だんしん」により貸付金残高相当額が保障されます

病気やケガで長期休職となられても…

「債務返済支援保険」により返済金相当額（平均返済月額）が補償されます

「だんしん」と「債務返済支援保険」にあわせて加入すると、万一の場合だけでなく、長期就業障害となった場合にも安心です。

例

貸付金残高

「だんしん」
(団体信用生命保険)



貸付金残高
(債務)

1,000万円の場合

特約保証料

保険金額（貸付金残高相当額）
(10万円につき 月額20円)

月額 **2,000** 円
※特約保証料は見直しされることがあります。

お支払額

<死亡・所定の高度障害状態>
保険金 **1,000**万円
(貸付金残高相当額)をお支払いします。

例

返済金額

債務返済
支援保険

返済金相当額
(平均返済月額) **60,000**円の場合
毎月返済額 40,000円 の場合
ボーナス返済 120,000円 の場合
(計算例) 平均返済月額 $60,000円 = \frac{(40,000円 \times 12) + (120,000円 \times 2)}{12}$

保険料

保険金額（返済金相当額）
(1万円につき 月額99円)

月額 **594** 円
※保険料は毎年見直しを行うことから、変更されることがあります。

お支払額

<所定の就業障害の場合>
1カ月あたり保険金 **60,000**円(返済金相当額)を30日の免責期間を経過した日から3年を限度に就業障害が終了するまでお支払いします。

制度内容等詳細についてはパンフレットをご一読ください。

MY-A-15-LF-008223 MYG-A-16-LF-184

◀◀◀ だんしんは随時中途加入できますが、▶▶▶

債務返済支援保険の事後適用は、年に一度の募集になります

既にだんしんに加入している貸付けについて、下記に該当する場合は、債務返済支援保険に加入することができますので、この機会にぜひご検討ください。



- 修学貸付の元本償還が始まった
- だんしんに加入するときに債務返済支援の告知事項に合致しなかった方が、その告知事項に合致した

申込書締切日

10月31日(火) 共済組合必着

保障開始日

12月 1日(金)

だんしん事業の詳細については、共済組合HPに掲載の「だんしん事業加入手続きのご案内」をご覧ください。申込書は所属所の共済組合事務担当課でお受け取りください。

お問い合わせ先 福祉課 福祉係 ☎ 083-925-6551

給与控除でらくらく返済!

普通貸付をご利用ください

組合員さんが使用される車・家具・電気製品の購入、簡易な住宅修理、外構工事など……急な出費をサポートします!!

スケジュール 毎月10日申込書提出締切、月末送金

申込書締切日	決定日	送金日
9月 8日(金)	9月20日(水)	9月29日(金)
10月10日(火)	10月20日(金)	10月31日(火)



利率 2.66% (変動利率)

借入限度額 給料の6月分 (最高200万円)

毎月の償還額 借入額によって決まっています。詳しくは共済組合のHPへ。
例) 200万円借入の場合 毎月の償還額 19,000円
償還回数 120回

償還方法 毎月の給料から控除されるので、便利です。
手持ち資金に余裕ができたなら、いつでも手数料なしで繰上償還可能です。

申込み方法 申込書、借入状況等申告書、借用証書を共済組合のHPからダウンロードして、所属所の共済組合事務担当課に提出してください。

添付書類

- ・費用の内訳がわかる書類(見積書、契約書)の写し
- ・他の金融機関等からの借入状況と返済状況を確認できる書類(償還予定表、契約書)の写し
- ・印鑑登録証明書(3か月以内に発行されたもの)

注意事項 支払い済みのものや他のローンの借換え等は申込みできません。
新規貸付を含む毎月の償還額(他の金融機関等の償還額を含む。)が給料月額
の30%を超える場合や、年間の償還額が給料年額(給料月額×16)の
30%を超える場合は、貸付けができません。
購入後2か月以内に「普通貸付支払報告書」に領収書や振込みの控えを添
えて、提出していただきます。

共済貯金積立額変更の受付を始めました

10月10日(火)共済組合必着 ➡ 11月積立分から変更

- ・所属所の共済組合事務担当課で「積立貯金加入・変更・解約申込書」をお受取りいただき、必要事項を記入し、担当課へ提出してください。
- ・現在「臨時積立」のみに加入中の方が、「定例積立」および「賞与積立」を利用開始しようとする場合は積立額変更の取り扱いとなりますので、この機会をご利用ください。

※積立額変更の募集は年2回になります。

次回の積立額変更受付期間は平成30年4月10日～5月10日で、6月積立分からの変更となります。

お問い合わせ先 福祉課 福祉係 ☎ 083-925-6551

あなたの被扶養者の資格確認をしてみましょう

- Check 1 被扶養者が就職などで、健康保険の資格を取得した
- Check 2 同居が認定要件となっている被扶養者と別居した
- Check 3 組合員が主たる生計扶養者ではなくなった
- Check 4 別居している被扶養者(事実上の別居を含む。)への仕送りをやめた
- Check 5 被扶養者に認定基準額以上の**所得**が見込まれる
- Check 6 被扶養者の**給与所得額**が、認定基準額以上となった
- Check 7 被扶養者が**確定申告**をした際、**所得**が認定基準額以上となった
- Check 8 被扶養者が認定基準額以上の**年金**を受給することになった
- Check 9 被扶養者が日額基準額以上の**雇用保険**を受給することになった

ここでいう被扶養者の「所得」は、税法上の所得とは異なります。所得、認定基準額の詳細は共済だより4月号P12-13参照。



チェックに1つでも当てはまる場合は、速やかに被扶養者資格の取消し手続きをしてください。また、ここに挙げた内容以外にも取消し要件に該当する場合がありますので、ご質問があれば共済組合保険課までご連絡ください。



Point 給与所得のある被扶養者が認定取消しとなる時

- ① 労働条件上の給与月額および年額が認定基準額以上となる時
→ 就職日または労働条件変更日から取消し
- ② 連続する12か月の給与所得の合計が認定基準額以上となる時
→ 連続する12か月の給与所得の合計が認定基準額以上となった月の初日から取消し
- ③ 給与所得が3か月連続で月額基準額以上となる時
→ 3か月連続で月額基準額以上となった最初の月の初日から取消し

(例) 平成28年7月から給与所得がある場合(6月30日就職、他に収入はなし)

年 月	月額判定	給与月額	年額判定	12か月の合計	
平成28年7月	○	101,300円	○	101,300円	
8月	○	95,400円	○	196,700円	
9月	○	98,000円	○	294,700円	
10月	○	108,000円	○	402,700円	
11月	○	103,800円	○	506,500円	
12月	○	104,700円	○	611,200円	
平成29年1月	×	110,300円	○	721,500円	
2月	×	120,900円	○	842,400円	
3月	○	106,700円	○	949,100円	
4月	×	110,400円	○	1,059,500円	
5月	○	107,700円	○	1,167,200円	
6月	×	130,300円	○	1,297,500円	平成28年7月から平成29年6月までの合計
7月	○	103,300円	○	1,299,500円	平成28年8月から平成29年7月までの合計
8月	○	105,900円	×	1,310,000円	平成28年9月から平成29年8月までの合計



資格喪失日 H29年8月に②に該当するため…平成29年8月1日
ただし、①に該当する場合は……平成28年6月30日



お問い合わせ先 保険課 資格係 ☎ 083-925-6142

料理長直伝!!

和食料理教室

保養所「防長苑」の和食料理長が、料理のポイントを丁寧に教えます。今回のテーマは「魚」。

健康食材として世界的ブームとなっている「魚」。

共済組合の料理教室は、

料理の「作る楽しさ」と「おいしさ」を

お手軽に体験していただきたいので、

スパーなどで手に入る

切り身の状態から料理を始めます。

御品書

法蓮草御浸し

旬魚の蕪蒸し

鰯照焼き

鰯あら汁

御飯



開催日時

平成29年11月12日(日) 10時～14時

場所

山口県健康づくりセンター(山口市)

募集人員

24名

参加費

無料

参加資格

組合員または被扶養者であること
※男女不問

講師

保養所「防長苑」和食料理長
後藤 智数

募集締切

平成29年10月20日(金)

申込方法

以下の必要事項を記入して、共済組合宛に郵送(コピー可)またはFAXにて直接お申込みください。なお、受講希望者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

氏名			生年月日	昭・平	年	月	日
組合員証	記号	番号	性別	男・女			
住所	〒						
電話番号	(日中の連絡先)						

※参加決定に関する通知は、開催日の1週間前までに送付いたします。

※セミナー当日は、共済組合の負担で旅行保険に加入します。

送付先・
お問い合わせ先

〒753-8529 山口市大手町9-11
山口県市町村職員共済組合 保険課健康推進係
FAX 083 (921) 1228 TEL 083 (925) 6142

怒るな!!って言われても 許せないこともある

～怒りの感情の本音と、うまく付き合う方法～

「どうしてこんなこと言われなきゃいけないんだ!!」とついイライラしてしまうことは、仕事でも家庭でもたくさんありますが、怒るなって言われても無理なこともありますよね。

このセミナーは、怒りを早く静めたい方・怒ったことを後悔してしまう方などにおススメです。

講師



カウンセリングルームPole Pole
代表 **塚田 和子**

これまでに行った個別相談回数は3,500回以上。具体的事例を元に、主体的に課題解決をするための体験学習アクティヴラーニングスタイルの研修を大切にしている。

日時 平成29年10月21日(土) 13:30～16:00

会場 長府東公民館(下関市) **費用** 無料

参加資格 組合員または被扶養者 **募集人員** 30名程度

募集締切 平成29年10月2日(月)

申込方法 以下の必要事項を記入して、共済組合宛に郵送(コピー可)またはFAXにて直接お申し込みください。なお、受講希望者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

氏名			生年月日	昭・平	年	月	日
組合員証	記号	番号	性別	男・女			
住所	〒						
電話番号	(日中の連絡先)		—	—			

送付先・お問い合わせ先 〒753-8529 山口市大手町9-11
山口県市町村職員共済組合保険課健康推進係

FAX 083(921)1228
TEL083(925)6142

夫を協力的にする「頼み方」



ストレートに、具体的に伝えよう

夫の協力を得たいときは、「見たらわかるでしょ」ではなく、言葉にして伝えることが大切です。

まずは、「私」を主語にして、「(私は)○○なの。だから、△△して欲しい」と自分の置かれている状況と、求めていることを素直に伝えましょう。「(あなたも)△△してよ」といった頼み方をす

る人が多いですが、「あなた」を主語にした頼み方は手伝ってこない夫を責めているように聞こえてしまい、人間関係の摩擦を生むだけになってしまいます。

また、頼むときは、夫の都合を聞いてから内容や期日を具体的に伝えましょう。だれでも突然頼まれるとい

や期日が明確なほうが夫は手伝いやすく、妻の希望もかないやすくなります。頼みたいことが複数あるときは、一度に伝えることも大切です。

頼んだことは任せて、感謝の気持ちも忘れずに

早く手伝えるように配慮することも、夫を協力的にするうえで欠かせません。

そのため大事なのが、口出しをせずに任せること。途中であれこれ口出しするのはいけません。

また、協力を得たあとには、できばえに関係なく感謝の気持ちを伝えることも忘れずに。この気配りが、次に夫が妻に感謝する気持ちを生むことにつながります。

夫を協力的にする「頼み方」のコツ

①「私」を主語にして、気持ちをきちんと伝える。

- × 「(あなたも) 食器ぐらい片づけてよ」
- 「私、いま手が離せなくて大変なの。疲れていると思うけど、片づけてくれると助かる」

②手伝って欲しいことは、内容や期日を具体的に伝える。

複数あるときは一度に伝え、あとから次々と頼まない。

③口出しせずに任せる。できばえに関係なく、「ありがとう」と感謝の気持ちを伝える。



夫に限らず、相手を協力的にする頼み方は、ものごとを前に進める力になります。

働く女性が増え、仕事、家事、育児をこなすのに、夫の協力が不可欠な時代です。しかし、夫の協力が得られないとストレスを感じている妻が少なくありません。夫を協力的にするためには「頼む」というコミュニケーション力が必要です。

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

■フリーダイヤル:0120-170-215

(担当さるがみ)

■FAX:083-925-2161

平成29年度「遺族サポートプラン」のご案内について

◆本年度も「遺族サポートプラン」の推進員が各所属所へ訪問させていただきます。
平成30年3月1日より遺族サポートプランのコースが増設されます!! (S・S1コース)

申込締切日

平成29年10月13日(金)

◇推進員または所属所担当者へ申込書をご提出ください。

◆直接面談のうえ説明をご希望の方は、パンフレット57頁の説明希望票にて引受会社へご連絡いただくか、有限会社ライフ山口へご連絡ください。

※制度内容等詳細についてはパンフレットをご確認ください。

今年度制度改定

◎皆さまのご要望にお応えして!!

★遺族サポートプランにS1・Sコース(死亡・高度障害保険金4,500・3,500万円)が増設されます!!! ※保障範囲の詳細についてはパンフレットをご参照ください。

制度改定2年目

◎これで解決! 先進型医療サポートで給付範囲を広がられます!

入院

治療費・差額ベッド代等

医療保障保険

入院

給付金等

先進型医療サポート

入院支援給付金

(1日以上入院をしたとき)

外来

外来治療費(手術)

外来手術給付金

(入院を伴わない手術を受けたとき)

外来治療費(放射線治療)

外来放射線治療給付金

(入院を伴わない放射線治療を受けたとき)

先進医療

先進医療の技術に係る費用

先進医療給付金

(先進医療による療養を受けたとき)

大好評!! 昨年度本人新規加入者数: 1,168名 (平成29年3月1日時点)

対象となる先進医療については、パンフレットの給付金に関するご注意をご確認ください。

「入院日数」は、暦の上での日単位として数えます。また、入院の有無は、入院基本料の支払の有無などを参考にして判断します。

パンフレットの電子化(PDF化)について

パンフレットにつきましては、今年度より原則としてPDF化したものを各自でご確認いただけます。

共済組合ホームページにて、パンフレットのPDFファイルをご確認いただくことができます。以下URLよりご参照ください。

URL: <http://www.kyosai-yamaguchi.jp/>

※従来の紙面によるパンフレットをご希望の方は、各所属所担当課へお申し出ください。

※一部所属所におきましては、所属所内イントラネットシステム等でもパンフレットのPDFファイルをご確認いただくことができます。

【専用フリーダイヤル】 0120-550-319

開設期間: 平成29年8月22日～平成29年10月13日
AM9:00～PM5:00(土日祝日除く)

開設期間終了後は、引受会社 明治安田生命保険相互会社中国・四国公法人部 法人営業部 TEL: (082)247-6987まで

MY-A-17-他-006208

団体保険制度のご案内 (団体傷害保険、新・団体医療保険)

山口県市町村職員共済組合員専用の保険制度(団体傷害保険、新・団体医療保険)をご案内します。
万が一のおケガやご病気の備えとして、ご加入をご検討ください。

① 団体傷害保険の特長(ケガの補償) (傷害総合保険)

- ◆ 団体傷害保険は「おケガ」を補償の対象とする保険です。
- ◆ **団体割引20%**が適用された、「山口県市町村職員共済組合」を契約者とした団体傷害保険です。
- ◆ 健康告知は必要ありません。
- ◆ 今年度より、**弁護士費用総合補償特約「弁護のちから」セットプランを新設**しました。

「弁護のちから」
詳細は、後日配布の
パンフレットで
ご確認ください。

② 新・団体医療保険の特長(病気の補償) (医療保険基本特約・疾病保険特約セット団体総合保険)

- ◆ 新・団体医療保険は「病気」を補償の対象とする保険です。
- ◆ 病気による入院・手術・退院後通院を補償します。
- ◆ 最先端の医療である、先進医療(※)や臓器移植を受けたときに発生する費用を補償します。

(※) 病院等において行われる医療行為のうち、一定の施設基準を満たした病院等が厚生労働省への届出により行う高度な医療技術をいいます。
対象となる先進医療の種類については、保険期間中に変更となることがあります。
詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。
(<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/isei/sensiniryu/kan.html>)

- ◆ **団体割引20%**が適用された「山口県市町村職員共済組合」を契約者とした新・団体医療保険です。
- ◆ ご加入の際は医師の診査不要で告知のみでご加入いただけます。
※告知の内容によってはご加入いただけない場合や、条件付きでご加入いただく場合があります。

加入タイプ例 ▶▶▶ 40歳の方の場合 (下記以外のタイプもご用意しております。)

【団体傷害保険】 保険期間1年間、月払、職種別A級、天災危険補償特約セット (団体割引20%適用)

【新・団体医療保険】 被保険者年齢 40歳、保険期間1年間、月払、手術保険金倍率変更特約および重大手術保険金倍率変更特約セット(団体割引20%適用)

【団体傷害保険】 ご加入タイプ	死亡・ 後遺障害	入院 保険金日額	手術保険金	通院 保険金日額	New! 弁護士費用補償 (弁護のちから)	個人 賠償責任	介護 補償	被害事故 補償	月払 保険料
個人補償 タイプGB	210万円	4,000円	入院保険金日額の 5倍もしくは10倍	2,000円	法律相談費用 10万円 (自己負担額 1,000円) 弁護士委任費用 300万円 (自己負担割合 10%)	3,000 万円	60 万円	1,000 万円	1,810円



【新・団体医療保険】 ご加入タイプ	疾病入院 保険金日額	疾病手術保険金	疾病退院後通院 保険金日額	先進医療等費用	月払保険料
P1	6,000円	疾病入院保険金日額の 5倍、20倍もしくは40倍	3,000円	500万円	1,020円

合計月払保険料 2,830円

※平成29年度募集の保険期間は平成30年3月1日午後4時から平成31年3月1日午後4時までの1年間です。

募集時期は平成29年10月上旬～下旬を予定しております。

※詳細については募集時に配布しますパンフレットをご覧ください。(今後の保険商品改定等により、内容が変更となる場合があります。)

このご案内は概要を説明したものです。詳しくは取扱代理店または損保ジャパン日本興亜までお問い合わせください。

●取扱代理店 有限会社 ライフ山口 担当:申神(さるがみ)

〒753-0072 山口市大手町9-11 (山口県自治会館内)

TEL 0120-170-215 (受付時間:平日の午前8時30分から午後5時まで)

●引受保険会社 損害保険ジャパン日本興亜株式会社 山口支店 法人支社(山口オフィス)

〒753-0076 山口市泉都町7-11

TEL 083-924-3005 FAX 083-923-8053 (受付時間:平日の午前9時から午後5時まで)

平成29年9月からの標準報酬月額を決定しました

このたび、平成29年4月、5月、6月の報酬に基づき、平成29年9月からの標準報酬月額を決定しましたので、お知らせします。この決定を「定時決定」といい、皆さんが実際に受けている報酬と、既に決定されている標準報酬月額との間に大きな差が生じないように、毎年行っています。

今回決定した標準報酬月額は、平成29年9月から平成30年8月の掛金、組合員保険料および給付金の算定の基礎となるものです。

なお、決定した標準報酬月額については、所属所を通じて「標準報酬決定・改定通知書」を送付しますので、そちらでご確認ください。

注意事項

- ◎平成29年6月1日から7月1日までの間に組合員の資格を取得した方、平成29年7月から9月までのいずれかの月に随時改定・育児休業等終了時改定・産前産後休業終了時改定(以下「随時改定等」)が行われる方については、平成29年度の定時決定は行いません。
- ◎平成30年8月までに随時改定等に該当した場合、今回決定した標準報酬月額は改定されます。
- ◎平成29年4月、5月、6月の報酬に基づき報酬月額を算定するのが困難であるとき、または算定結果が著しく不当となるときは、通常の方法により決定しない場合もあります。

標準報酬 決定 ・ 改定通知書				平成29年8月〇日 山口県市町村職員共済組合	
〇〇市 共済 太郎 様			下記のとおり標準報酬を決定・改定しましたので、通知します。		
		決定・改定事由	適用開始		
		定時決定	平成29年9月		
区分		標準報酬等級	標準報酬月額		
新等級	長期	短期	第28級	560千円	
		厚生年金	第29級	560千円	
		退職等年金給付	第28級	560千円	
従前等級	長期	短期	第26級	500千円	
		厚生年金	第27級	500千円	
		退職等年金給付	第26級	500千円	

厚生年金保険給付に係る保険料率が引き上げられます

被用者年金一元化法および厚生年金保険法の規定により、平成29年9月から厚生年金保険給付に係る保険料率は、次のとおり引き上げられます。

区分	平成28年9月から 平成29年8月まで	平成29年9月から 平成30年8月まで
標準報酬月額および 標準期末手当等の額 に対する割合	88.16	89.93 (+ 1.77)

※平成30年9月に厚生年金の保険料率91.5%に統一されるべく、段階的に引き上げられています。

お問い合わせ先 総務課 企画係 ☎ 083-925-6141

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	9月15日(金)	9月29日(金)
	9月29日(金)	10月13日(金)
	10月13日(金)	10月31日(火)
	10月31日(火)	11月15日(水)
解約	9月 8日(金)	9月29日(金)
	10月10日(火)	10月31日(火)

共済組合の行事(9・10月)

- 40～50歳代向け ライフプランセミナー
9月 8日(金) 保養所「防長苑」
- メンタルヘルスセミナー
10月21日(土) 長府東公民館

防長苑の イベント (9・10月)

- メンテナンス休館
9月13日(水)、14日(木)、15日(金)
- 秋の宴
9月24日(日)、25日(月)



キーワードを答えて 1等 豪華夕食付きペア宿泊券を当てよう!!

共済組合は、地方公務員の皆さんとその被扶養者の方の生活の安定と福祉の増進を図る助け合いの公的な制度として昭和37年12月に発足しました。

主に、医療給付、年金給付、保健・保養事業を行い、その内容をお知らせするため、共済だより(年7回)を発行しています。

この度、300号の発行を記念し、日頃のご協力に対する感謝の気持ちを込めまして、抽選で1等 豪華夕食付きペア宿泊券をプレゼントします。ふるってご応募ください。

キーワード



ページを順番にめくり、キーワードを見つけて答えてください。表紙の右下のキーワードからスタート!

ヒント: 共済組合と職場が協力して皆さんの健康増進に取り組みます。

応募方法

ハガキまたはFAXに右記のとおりご記入のうえ、ご応募ください。

組合員限定(1人1通まで)

応募先

〒753-8529 山口県山口市大手町9番11号
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

10/5(木)必着

● キーワード



● 住所

● 電話番号

● 組合員名

● 所属所名

● 組合員証記号番号

〈前回の答え〉ひまわり

「ひらがなクイズ」プレゼント当選者発表

● 応募総数 85通 ● 正解 85通

抽選により当選者を決定しました。当選者には9月中旬までに賞品をお送りします。お楽しみに!

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

1等
豪華夕食付き
防長苑ペア宿泊券
6組12名様
(ふくコースか和牛コースが選べます)

2等
ふくさし
ふくちりセット
12名様
宅配

3等
安納芋の
スイートポテト
24名様
宅配

※各賞すべて保養所「防長苑」が県内産の食材を中心に調理し、提供いたします。

編集後記

スポーツシーズン到来に合わせ、㊸ア(体幹)トレーニングを開始しました。趣味の㊹ソイヤ㊺ウリング㊻の効果を期待しています。また、数年前からさぼっているフットサ㊼や㊽イミングも再挑戦したいと思っていますがどうでしょうか。身体の軸とともにトレーニングを継続できるブレない心も鍛えないといけませんね。(T・N)

9月は毎年、職場の健康診断が行なわれます。数年前までは、メタボとは無縁と思っていたのですが、この2年間で10キロ増量してしまい、いよいよ黄信号です。このままでは、毎年参加している「ルーマラソン」も走れないかしれません。しかし、外は暑いので練習はしたくない。そうです、これが原因です。みなさんもわかりますよね。(T・Y)

組合の状況

平成29年8月4日現在



組合員/男
10,253人



組合員/女
5,607人



組合員/合計
15,860人



任意継続組合員
149人



被扶養者/男
6,557人



被扶養者/女
10,437人



被扶養者/合計
16,994人

【予約制】

価格には消費税を含んでおります

お電話にて承ります

平成29年 9月

24(日)・25(月)

18時30分開宴 20時30分終宴

やまぐち湯田温泉

防長苑 2階 「孔雀の間」にて

和食会席料理

7000円

ソフトドリンク付

秋の宴御利用特典

アルコール類フリードリンク

1000円

朝食付宿泊ご優待

3500円

秋の宴

美食和会席のタベ

あつらひ



特別な空間で
特別な和会席を...

協賛：有限会社 ライフ山回

写真はイメージです



やまぐち湯田温泉

防長苑

www.bochoen.jp

無料駐車場 76台

facebook
「やまぐち湯田温泉防長苑」
<http://www.facebook.com/bochoen>

山口市熊野町4-29

ご予約・お問い合わせ

083-922-3555