共済だより

2020
7・8月号
No.320

いいコト・いいトキ
やまぐっちょる

P.2-3 美しい夕景

表紙写真：下松市「笠戸島」

contents

令和元年度決算報告 …… 4-7
組合会議員の選挙区および定数の変更 …… 8
被扶養者の資格調査について …… 9
MY HEALTH WEB …… 10
保養所防長苑 瓦版（おうちごはんレシピ） …… 11
年金インフォメーション …… 12-13
は！？っと驚く…歯の特集 …… 14-15
募金百貨店プロジェクト寄付金贈呈 …… 18

P.16-17

休日のおでかけガイド
ぷらっと Plat
美祢市

山口県市町村職員共済組合　https://www.kyosai-yamaguchi.jp

いいコト・いいトキ

やまぐっちょる 山口県×Good Choice

体験や感動するコト
今このトキを共有する

山口県の魅力
「いいコト・いいトキ」を
発信します。

心に残る
茜色の輝き

「美しい夕景」

表紙写真

下松市「笠戸島の夕日」

夕日岬からの、海水の浸食により穴の開いた奇岩「はなぐり岩」を通して見る夕日は絶景。

■所在地　山口県下松市笠戸島
■問い合わせ先　0833-45-1841（下松市観光協会）

市町 PICK UP

01 nagato

東後畑棚田

東後畑地区にある棚田では、日本海に沈む夕日とそれをミラーのように映し輝く水田の幻想的な光景が見られます。日が暮れるとイカ釣り漁船の漁火が無数に輝きはじめ、そのコラボレーションも美しい。

■所在地　山口県長門市油谷後畑410-1
■問い合わせ先　0837-27-0074（長門市観光コンベンション協会）

長門おもちゃ美術館
150種類以上の木のおもちゃで遊べる体験型ミュージアム。親子で一緒に楽しみ、自然を感じる素敵な時間が過ごせます。長門産の木材を使ったおもちゃで長門の森の魅力を伝えます。

おすすめ
グルメ＆観光スポット

鶏卵せんべい

平飼い卵とハチミツを
ふんだんに使った
素朴なおいしさ。

02 abu

惣郷川橋梁

JR山陰本線須佐駅と宇田郷駅間の白須川にかかる全長189メートルの鉄道橋。日本海に沈む夕日を背に列車が走り抜ける光景は絶好の撮影ポイントとして、鉄道ファンから人気があります。

■所在地　山口県阿武郡阿武町惣郷
■問い合わせ先　08388-2-3111（阿武町役場まちづくり推進課）

おすすめ
グルメ＆観光スポット

＼ 福賀のミネラルすいか ／

こだわりの栽培による
独特のシャリシャリ感で人気。

道の駅阿武町
地元産木材を多用した温かみのある建物で、特産品や新鮮な水産物が並ぶ直売所をはじめ温泉や温水プール、レストランなどがあり、ドライブの休憩所交流・憩いの場として利用されています。すぐ近くの漁港から運ばれる鮮魚は開店前から行列ができるほどの人気。

03 sanyo-onoda

焼野海岸

「日本の夕陽百選」にも選ばれた夕陽の名所。夕暮れ時には辺り一面がオレンジ色に染まり、ビーチにある地中海風の建物やフェニックスなどの風景は、南欧のリゾート地のようなおしゃれな雰囲気を漂わせます。

■所在地　山口県山陽小野田市焼野
■問い合わせ先　0836-82-1313（山陽小野田観光協会）

おすすめ
グルメ＆観光スポット

きららガラス未来館

ガラス造形作家の指導のもと、誰でも気軽にガラスの製作体験が楽しめる生涯学習施設。熱により生まれ変わるガラスの特性に触れるとともに、作品を創り上げる喜びを体感してください。

せめんだる

もなかを樽に、
セメントをあんに見立てた銘菓。

美しい夕景スポット一覧

2020年5月末現在

市　町	名　称	所在地	問い合わせ先
岩国市	錦帯橋	岩国市岩国1	岩国市観光振興課　0827-29-5116
宇部市	ときわ公園 宇部港	宇部市大字沖宇部254 宇部市港町1-5-5付近	宇部市ときわ公園課　0836-54-0551 宇部市観光・グローバル推進課　0836-34-8353
下関市	福徳稲荷神社 火の山公園	下関市豊浦町宇賀2960-1 下関市みもすそ川町	豊浦町観光協会　083-774-1211 下関市観光施設課　083-231-1838
周南市	太華山 中須の棚田	周南市大字栗屋 周南市中須北	周南市観光交流課　0834-22-8372 棚田清流の会会長　090-8361-3349
周防大島町	巌門 片添ヶ浜海水浴場	周防大島町東安下庄 周防大島町平野	周防大島観光協会　0820-72-2134 東和ふるさとセンター　0820-78-0848
萩市	菊ヶ浜 笠山	萩市堀内 萩市椿東越ヶ浜	萩市観光課　0838-25-3139 萩市観光課　0838-25-3139
光市	室積海岸 渚のライトアップ	光市室積新開 光市虹ケ浜2	光市商工観光課　0833-72-1532 光市商工観光課　0833-72-1532
防府市	富海海水浴場 大平山山頂公園	防府市大字富海 防府市大字牟礼163-59	防府市おもてなし観光課　0835-25-4547 大平山山頂公園事務所　0835-38-0762
美祢市	秋吉台	美祢市秋芳町秋吉台山	美祢市観光振興課　0837-62-0305
山口市	海眺の宿 あいお荘	山口市秋穂東768-13	海眺の宿 あいお荘　083-984-2201

新型コロナウイルス感染症の影響により、施設の休館やイベントが中止となる場合があります。
詳しい情報は、ホームページ等でご確認ください。

令和元年度 決算報告

令和元年度決算が、6月8日に開催した第2回組合会において承認されました。その概要についてお知らせします。

総　括　事　項

地方公共団体数	市	13
	町	6
	一部事務組合等	17
	計	36

（人／円）

区　分		令和元年度決算	前年度決算との比較
組合員数		15,824	△ 35
被扶養者数		16,472	△ 305
平均標準報酬月額	短期	391,493	1,105
	長期	385,025	1,194
任意継続	組合員数	138	△ 8
	被扶養者数	92	7

短期経理

組合員と被扶養者の医療費を中心とし、出産費、埋葬料、休業給付、災害給付などを行う経理です。また、高齢者医療制度への支援金等の支払いを行います。

【短期】

主な収入は、短期掛金と地方公共団体からの負担金で、組合員数の減少により、前年度に対して減額となりました。

支出は、主に法定給付と高齢者医療制度への支援金等であり、前年度に対して増額となりました。

法定給付の内訳としては、組合員本人への給付である療養の給付と被扶養者への給付である家族療養の給付が増額となり、高額療養の給付は減額となりました。

また、高齢者医療制度への支援金等は、前期高齢者納付金が減額となり、後期高齢者支援金は、増額となりました。

収支の結果は、下記表のとおりとなりました。

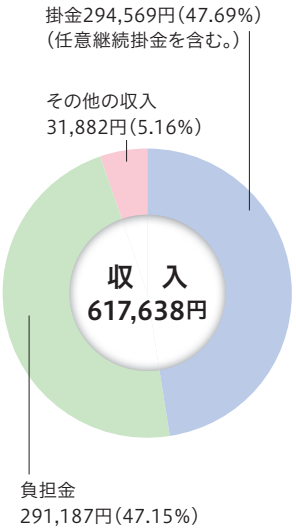
【介護】

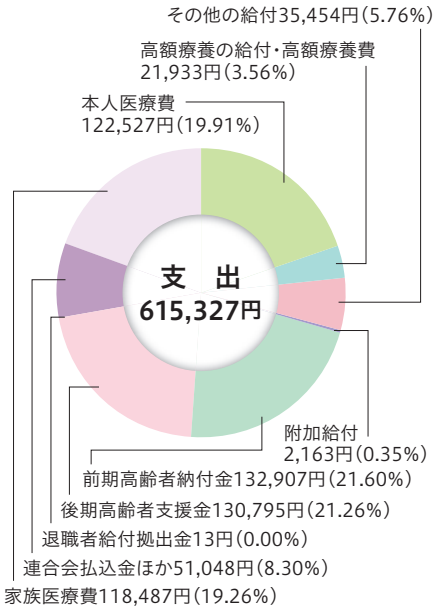
収入は、介護掛金と地方公共団体からの負担金で、財源率を引き上げたことにより、前年度に対して増額となりました。

支出は、介護納付金の算定方法が全期間総報酬割りとなったことなどにより増額となりました。

収支の結果は、下記表のとおりとなりました。

組合員1人当たりの年平均収入額および支出額（介護保険を除く）





「短期」

（円／%）

収　入			支　出		
短期負担金（公的・調整含む）	4,679,536,411	44.0	法定給付（保健給付ほか）	4,724,107,876	44.6
短期掛金（任継含む）	4,713,995,421	44.3	附加給付、一部負担金払戻金	84,866,733	0.8
交付金等	495,160,301	4.7	前期高齢者納付金	2,126,905,590	20.1
前年度繰越支払準備金	745,048,454	7.0	後期高齢者支援金	2,093,106,869	19.8
			連合会払込金ほか	777,041,546	7.3
			業務経理へ繰入	36,711,270	0.3
			次年度繰越支払準備金	748,571,605	7.1
合計	10,633,740,587	100.0	合計	10,591,311,489	100.0

当期短期利益金　42,429,098円　について、下記のとおり処分した
502,765円　欠損金補てん積立金へ積み立てた
41,926,333円　短期積立金へ積み立てた

翌年度へ繰り越す短期積立金　15億7,479万円

「介護」

（円／%）

収　入			支　出		
介護負担金	543,658,983	49.1	介護納付金	1,128,503,073	99.9
介護掛金（任継含む）	551,663,001	49.8	介護休業手当金ほか	1,446,387	0.1
介護休業手当金交付金	954,347	0.1			
介護補助金	10,882,000	1.0			
合計	1,107,158,331	100.0	合計	1,129,949,460	100.0

当期介護損失金　22,791,129円　について、下記のとおり処分した
4,847,915円　介護積立金を取り崩して補てんした
なお不足額　17,943,214円　介護繰越欠損金とした

翌年度へ繰り越す介護繰越欠損金　1,794万円

厚生年金保険経理・退職等年金経理・経過的長期経理

年金の決定・支払を行う全国市町村職員共済組合連合会（連合会）に対して、地方公共団体と組合員から徴収した負担金・保険料（掛金）を納付するための経理です。

収益は、連合会に全額納付します。

「厚生年金保険経理」

（円／%）

収　入			支　出		
負担金	13,781,163,730	61.1	負担金払込金	13,781,163,730	61.1
組合員保険料	8,759,753,357	38.9	組合員保険料払込金	8,759,753,357	38.9
合計	22,540,917,087	100.0	合計	22,540,917,087	100.0

「退職等年金経理」

（円／%）

収　入			支　出		
負担金	718,831,101	50.0	負担金払込金	718,831,101	50.0
掛金	718,830,299	50.0	掛金払込金	718,830,299	50.0
合計	1,437,661,400	100.0	合計	1,437,661,400	100.0

「経過的長期経理」

（円／%）

収　入			支　出		
負担金	111,941,637	100.0	負担金払込金	111,941,637	100.0
合計	111,941,637	100.0	合計	111,941,637	100.0

退職等年金預託金管理経理・経過的長期預託金管理経理

連合会から長期給付事業の年金積立金の一部を預かり、住宅貸付等の貸付事業や地方公共団体への縁故地方債の引き受けなどによる運用を行い収益を得るための経理です。

収益は、連合会に全額納付します。

「退職等年金預託金管理経理」

（円／%）

収　入			支　出		
利息及び配当金	7,164,796	100.0	支払利息	7,164,796	100.0
合計	7,164,796	100.0	合計	7,164,796	100.0

「経過的長期預託金管理経理」

（円／%）

収　入			支　出		
利息及び配当金	354,932	100.0	支払利息	354,932	100.0
合計	354,932	100.0	合計	354,932	100.0

業務経理

主に医療や年金の事務を行うために必要な人件費や事務費、そのほか共済組合の運営に要する諸経費を賄う経理です。

主な収入は、地方公共団体からの負担金、短期経理からの繰入金と連合会からの交付金で、組合員数の減少により前年度に対して減額となりました。

支出は、基幹システムの入替や広報誌・ホームページのリニューアルにより委託費、賃借料、普及費が前年度に対して増額となりましたが、その他の経費削減に取り組んだ結果、全体として減額となりました。

収支の結果は、下記表のとおりとなりました。

（円／%）

収　入			支　出		
負担金	188,924,630	60.4	役員報酬・職員給与	148,356,954	47.6
連合会交付金	86,043,164	27.5	旅費・事務費	15,909,486	5.1
短期経理より繰入	36,711,270	11.7	委託費・委託管理費	10,090,966	3.2
利息及び配当金ほか	1,305,260	0.4	連合会分担金	15,625,768	5.0
			事務費負担金払込金	84,019,036	26.9
			負担金ほか	38,001,320	12.2
合計	312,984,324	100.0	合計	312,003,530	100.0
当期利益金　980,794円　積立金に積み立てた			**翌年度へ繰り越す積立金　1億1,965万円**		

保健経理

組合員と被扶養者の皆さんの心と身体の健康保持増進のために、人間ドックや健康診断等費用助成事業、特定健康診査・特定保健指導の事業および各種助成事業などを行う経理です。

主な収入は、保健掛金と地方公共団体からの負担金で、組合員数の減少により前年度に対して減額となりました。

支出は、厚生費や特定健康診査費等のほか、土地・建物等資産の保持や減価償却費ほかの費用の一部として、保養所「防長苑」に6,000万円の繰り入れを行いました。

収支の結果は、下記表のとおりとなりました。

（円／%）

収　入			支　出		
負担金	174,873,113	48.0	職員給与	24,334,654	5.9
掛金	170,872,814	47.0	厚生費	238,335,627	57.8
保険手数料ほか	18,317,693	5.0	特定健康審査等費	31,005,634	7.5
			宿泊施設へ繰入	60,000,000	14.5
			事務費・委託費ほか	58,820,478	14.3
合計	364,063,620	100.0	合計	412,496,393	100.0

当期損失金　48,432,773円　積立金を取り崩して補てんした　｜　**翌年度へ繰り越す積立金　5億6,983万円**

宿泊経理

山口市・湯田温泉にて、組合員の皆さんの保養所「防長苑」の経営を行う経理です。

防長苑では、温泉や料理を愉しんでの宿泊のほか、会議・宴会・日帰り入浴や、バイキング等の各種イベント、ふくさしの宅配販売など、様々なサービスを提供しています。

収入は、前年度まで上関海峡温泉鳩子の湯内で運営受託していた「レストランさくら」を他法人へ運営移管したことによる部門の廃止に加え、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止による会議・外出自粛により３月は宴会等のキャンセルが1,500人を超えるなど影響が大きく、前年度に対して4,531万円の減額となりました。

支出も、上記の部門廃止や会議・宴会数の減少に伴い、飲食材料の仕入れが大幅に減少したことなどにより、前年度に対して2,821万円の減額となりました。

収支の結果は、下記表のとおりとなりました。

「利用人員等」

区　分	令和元年度決算		前年度決算との比較	
宿泊	10,432人	利用率 60.4%	△641人	利用率△3.8%
宴会	12,808人	33.9%	△1,015人	△1.5%
会議	9,843人	31.9%	△1,161人	△8.4%
レストラン等	9,662人		△20,922人 ※	

※上関海峡温泉鳩子の湯内「レストランさくら」運営受託終了による

（円／%）

収　入			支　出		
施設収入	173,536,169	72.2	職員給与・賃金	87,187,516	35.7
商品売上ほか	6,793,205	2.8	飲食材料費・事業用消耗品費	51,226,531	21.0
保健経理より繰入	60,000,000	25.0	光熱水料・燃料費ほか	77,884,597	31.9
			減価償却費	27,801,528	11.4
合計	240,329,374	100.0	合計	244,100,172	100.0

当期損失金　3,770,798円　繰越欠損金に加算した　｜　**翌年度へ繰り越す損失金　1億3,201万円**

貯金経理

共済貯金に加入している組合員の皆さんからお預かりした資金を、安全かつ効率的に運用することにより収益を得て、利息として還元する事業を行う経理です。

加入者数に大きな増減はありませんでしたが、加入者全体の貯金総額は、16億円増加しました。

主な収入は、債券、定期預金等による利息や配当金であり、国内債券相場が低水準で推移したため、前年度に対して5,247万円の減額となりました。

支出は、主に加入者への支払利息であり、貯金総額が増加したことにより、前年度に対して1,111万円の増額となりました。

貯金利息は、過去に購入した比較的利回りの高い債券による利息収入により、前年度同様の年利1.0%（半年複利）を維持し、一般の預金よりも有利に加入者の皆さんに還元することができました。

収支の結果は、下記表のとおりとなりました。

「積立貯金の現況」

区　分	令和元年度決算	前年度決算との比較
貯金額	36,697,459,678円	1,606,426,355円
貯金者数	6,726人	△ 2人
貯金者1人当たりの貯金額	5,456,060円	240,389円
組合員加入率	42.51%	0.09%
支払利率	年1.0%	−

（円／%）

収　入			支　出		
利息及び配当金	413,838,772	99.9	職員給与	23,880,233	6.0
償還差益	246,000	0.1	支払利息	357,256,254	90.5
			旅費・事務費ほか	13,796,154	3.5
合計	414,084,772	100.0	合計	394,932,641	100.0

当期利益金　19,152,131円　について、下記のとおり処分した
17,844,799円　欠損金補てん積立金へ積み立てた
1,307,332円　積立金へ積み立てた

翌年度へ繰り越す積立金　14億5,184万円
翌年度へ繰り越す欠損金補てん積立金　18億3,487万円

貸付経理

組合員の皆さんの生活の安定と福祉の向上に役立つことを目的に、自動車や電化製品の購入費用や住宅購入費用・修学等の教育費用など、臨時に資金を必要とするときの費用を貸付ける事業を行う経理です。

主な収入は、組合員貸付金利息であり、普通貸付や修学貸付は増加したものの、住宅貸付は償還満了による減少により、貸付件数・貸付残高ともに減少となったため、前年度に対して151万円の減額となりました。

支出は、主に貸付の事業資金を退職等年金預託金管理経理から借り入れていることによる支払利息であり、貸付残高の減少により支払利息も減少したものの、事務費等が増加したため、前年度に対して81万円の増額となりました。

収支の結果は、下記表のとおりとなりました。

「共済貸付の現況」

区　分	令和元年度決算		前年度決算との比較	
普通貸付	302件	259,470,438円	23件	49,123,320円
住宅貸付	251件	357,605,271円	△ 80件	△ 102,609,049円
修学貸付	311件	311,531,921円	22件	9,691,540円
その他	101件	85,697,204円	1件	14,128,488円

（円／%）

収　入			支　出		
組合員貸付金利息	12,303,692	98.9	旅費・事務費	1,428,223	10.9
連合会交付金ほか	133,190	1.1	支払利息	7,475,950	57.0
			連合会払込金ほか	4,204,139	32.1
合計	12,436,882	100.0	合計	13,108,312	100.0

当期損失金　671,430円　欠損金補てん積立金を取り崩して補てんした

翌年度へ繰り越す欠損金補てん積立金　2億7,011万円

組合会議員の選挙区および定数が変更されました

この変更は、市町村合併により県内の市町村数が減少し、市町村長側議員は、市町長の半数以上を選出する形となっている状況、また、職員側議員は選挙区において議員１人当たりの組合員数の不均衡が生じている状況をうけ、より実態に合った選挙区および議員定数とするために行われました。

◆市町村長側議員

定数が変更されました。

選挙区		定数
第１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	６人
第２区	周防大島町、和木町、上関町、平生町、田布施町、阿武町	４人

選挙区		定数
第１区	変更なし	５人
第２区	変更なし	３人

◆職員側議員

選挙区および定数が変更されました。

選挙区		定数
第１区	岩国市、柳井市、光市、下松市、防府市、山口市、周南市、区域内の一部事務組合等	５人
第２区	宇部市、萩市、長門市、美祢市、下関市、山陽小野田市、区域内の一部事務組合等	４人
第３区	周防大島町、和木町、上関町、平生町、田布施町、阿武町、区域内の一部事務組合等	１人

選挙区		定数
第１区	岩国市、柳井市、光市、下松市、防府市、山口市、周南市、周防大島町、和木町、上関町、平生町、田布施町、区域内の一部事務組合等	４人
第２区	宇部市、萩市、長門市、美祢市、下関市、山陽小野田市、阿武町、区域内の一部事務組合等	４人

この変更は 令和２年１１月実施の任期満了による組合会議員選挙から適用されます。

組合会議員補欠選挙の結果

令和2年6月1日に市町村長が選挙する組合会議員の補欠選挙を行い、第１選挙区の組合会議員に篠田洋司 美祢市長が選出されました。

なお、任期は令和2年11月30日までとなります。

篠田　洋司
（美祢市）

お問い合わせ　総務課　庶務担当　☎083-925-6551

被扶養者の資格調査を行います

７月に組合員証等の検認に係る被扶養者の資格調査を実施します。
調査の対象となる方は、令和2年７月１日現在、被扶養者である方全員です。
提出書類などの詳細については、所属所の共済組合事務担当課を経由してお知らせします。
なお、調査の際、被扶養者の資格要件を欠くに至ったことが判明した場合は、すみやかに被扶養者取り消しの手続きをお願いします。

住所など変更がある場合には変更の届出をお願いします

４月・５月のあわただしい時期を過ぎましたが、お住まいなどに変更はありませんか？
現在、共済組合に届け出されている住所または給付金等の受取口座に変更がある場合は、届出が必要となります。所属所の共済組合事務担当課を通じて、「氏名・住所・給付金等振込口座変更申告書」を提出してください。

お問い合わせ　保険課　資格担当　☎083-925-6142

台風・地震等により被害を受けたときは…

組合員の方が非常災害（地震、火災、風水害等）に遭われたときには、以下の災害給付制度および災害貸付制度を利用することができます。
該当される組合員の方は、所属所の共済組合事務担当課を経由して請求または申し込みをしてください。

詳細は
ホームページを
ご覧ください

災害見舞金

◎ 組合員の方が非常災害により住居および家財に損害を受けたときに支給されます

非常災害とは、地震・津波・火災・台風・たつまき・豪雨による浸水・洪水・がけ崩れ・落雷など主として自然現象による災害を言います（盗難は除きます。）。
住居とは、組合員が現に居住している建物のことを言います。自宅・借家・借間・公営住宅等の別は問いません（車庫・倉庫等は含みません。）。
家財とは、住居以外で家具・調度品・寝具・衣類など毎日の生活に必要な財産のことを言います（不動産・現金・有価証券・預貯金・装飾品・絵画等は含みません。）。

◎ 申込みの際は、被災状況がわかる写真が必要です

建物全体および内部等の被災の状況が把握できるもの。なお、床上浸水の場合は、浸水の水位が確認できるように「定規」などを当てて写真を撮ってください。被災後の迅速な対応が必要となりますので、ご注意ください。

災害貸付

組合員の方が居住する住宅・住宅の敷地および家財が水震火災その他の非常災害等による損害を受けた場合、復旧等に必要な資金の貸付けを行っています。

	貸付限度額（注1）	貸付利率	償還方法（注2）
災害家財貸付	最高　200万円	年　0.93%	元利均等償還 「毎月償還」または 「毎月・賞与償還併用」を選択
災害住宅貸付	最高 1,800万円		
災害再貸付	最高 1,900万円		

（注1）貸付限度額は、組合員期間等により異なります。
（注2）償還回数と償還額は、貸付金額ごとに決められています。（共済組合ホームページに掲載）

お問い合わせ
災害見舞金に関すること　保険課　医療担当　☎083-925-6142
災害貸付に関すること　総務課　福祉担当　☎083-925-6551

被扶養者の皆さんも、30歳過ぎたら…

MY HEALTH WEB マイヘルスウェブ に登録しましょう！

初回登録の方法はこちらから…

MY HEALTH WEBは、健康診断結果やジェネリック医薬品差額情報、健康に関する最新情報などがチェックでき、さらにあなたの健康行動によってポイントがたまって、商品までゲットできる、とってもお得な健康ポータルサイトです。

初回登録はパソコンからでもスマホのアプリからでもOK！

MY HEALTH WEBでできること

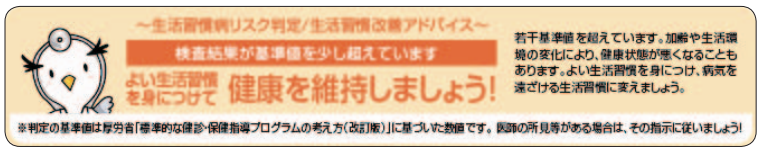
【対象者】
◎組合員
◎30歳以上の被扶養者 NEW

○健康診断結果の閲覧ができます。

共済組合に提出された健康診断結果（平成28年度～）を数値とグラフで確認することができます。
毎年受診して体の経年変化を把握し、健康管理に役立てましょう。

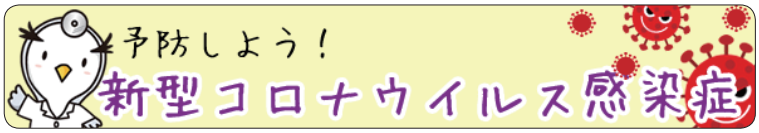
検査項目		R1.05.29	H30.05.23	H29.05.17	H28.05.09	基準値 上限値	基準値 下限値	単位
脂質	中性脂肪(可視)	65	43	47	52	149	-	mg/dl
	HDLコレステロール(可視)	97	89	84	93	-	40	mg/dl
	LDLコレステロール(可視)	⚠123	109	110	123	119	-	mg/dl
	GOT(AST)(紫外)	19	21	16	20	30	0	IU/ l

・各検査項目の説明や、その項目が基準を超えた場合の将来の疾病リスクを見ることができます。
・健診結果はPDFとしてダウンロード・印刷できます。



※健診結果に基づく改善のアドバイスも！

○健康に関する最新情報をチェックできます。



最新の感染予防情報にも対応！
健康に役立つ健康情報を随時更新中！

ほかにも…

○ジェネリック医薬品差額情報がチェックできます。
○体重・血圧・歩数などを毎日記録できます。
○健康ポイント（MYポイント）をためて健康グッズなどのアイテムと交換できます。

毎日1回「ログイン」すると…

サイコロを振って…

ポイントゲット!!

※交換できるアイテムは、サイト内で確認できます。
※ポイントには有効期限があります。令和2年度の取得ポイントの有効期限は令和4年3月31日です。

MY HEALTH WEBを活用して、お得に健康マスターを目指しましょう！

お問い合わせ　保険課　健康推進担当　☎083-925-6142

料理にチャレンジ!!
子どもたちが主役で作れる おうちごはん!

防長苑プロデュース

もうすぐ七夕ですね！　皆さんはたんざくに何のおねがいごとを書きましたか？
防長苑の調理師さんに子どものころの夢を聞いたら、夢はコックさんやお菓子屋さんになることだったそうです。
今回は、夢が叶った調理師さんから子どもたちがチャレンジできる簡単でおいしい料理の作り方を教えてもらいました。
メニューは作って楽しい、食べておいしい色あざやかな「3色ふわふわそぼろどんぶり」です。
わが家はさっそくチャレンジしてみました！　皆さんもがんばって混ぜ混ぜしてください！

総務課　福祉担当　西村

3色ふわふわ そぼろどんぶり

材料（作りやすい分量）

A 鶏そぼろ

鶏ひき肉	200g
塩	ひとつまみ
酒	50cc
砂糖	大さじ３
しょうゆ	大さじ１と1／2
水	100cc

B いり卵

卵	３個
砂糖	小さじ２
塩	ひとつまみ
サラダ油	大さじ１

さやいんげん	50g
カラーピーマン	あれば

これを混ぜるとふわふわに

作り方

① 鍋にAを入れ、さいばしでよくかき混ぜる（火をつける前に）

まずは、鶏そぼろからね！さいばしはすき間があくように持ってね！

② ①を中火にかけ、さいばしを数本持って煮汁がなくなるまで混ぜ続ける

水が多めだけど大丈夫！これで混ぜ続けるとそぼろがしっとり細かくなるよ！

20分くらいかかるよ

みんなで交代しながらがんばって混ぜよう！料理は手間をかけるとおいしくなるよ！

③ 火を止め、あら熱がとれるまでしばらく混ぜる

④ Bの材料を鍋に入れよく混ぜて、弱火にかける

次は、ふわふわのいり卵を作るよ！

⑤ 鶏そぼろと同じように混ぜながら菜の花のようなふんわりとした、いり卵にする

⑥ さやいんげんはゆでて、ななめ薄切りにする
カラーピーマン（型で抜く）もゆでておく

⑦ ごはんを盛りつけたどんぶりの上に鶏そぼろ、いり卵、さやいんげん、ピーマンをのせる

作り方を教えてくれたのは、スパイスからインドカレーを作るのが趣味の和食調理師の室さんです。実は料理だけでなく裁縫も大好きで、子どもたちの服は自分で縫っているそうです。

動画もあるよ

ジュースを使って簡単！ 七夕ゼリー

レシピはこちら

デザートの作り方を教えてくれたのは、クリスマスケーキデコレーション教室でおなじみの洋食調理師の江本さんです。友達にはたらこスパゲッティが人気でよく作ってあげるそうです。

年金インフォメーション

65歳未満で在職中の場合は、年金の支給ってどうなるの？

老齢厚生年金をもらいながら厚生年金の被保険者となり賃金を受けている方については、賃金と年金の合計額が一定の基準額を超えるとき、年金の一部または全部が支給停止されます。

65歳未満と65歳以上でその基準額は異なりますが、65歳未満の場合は、賃金の月額（総報酬月額相当額）と年金の月額（基本月額）の合計額が28万円を超える場合に、年金の支給停止が行われます。ただし、賃金の月額と年金の月額の合計額が28万円を超えない場合は、支給停止は行われません。

総報酬月額相当額 ＝ 当月の標準報酬月額 ＋ $\frac{\text{当月以前1年間の標準賞与等の合計}}{12}$

基本月額※1 ＝ $\frac{\text{老齢厚生年金の額※2}}{12}$

※1 複数の老齢厚生年金を有する場合、すべての年金額を合算して算出することとなります。
※2 老齢厚生年金に加給年金額が加算されている場合には、加給年金額を除いて基本月額を算出します。

65歳未満の在職支給停止

基本月額 ＋ 総報酬月額相当額 ＞ 28万円

- はい → 総報酬月額相当額 ＞ 47万円
  - はい → 基本月額 ≦ 28万円
    - はい → ❶
    - いいえ → ❷
  - いいえ → 基本月額 ≦ 28万円
    - はい → ❸
    - いいえ → ❹
- いいえ → 全額支給

総報酬月額相当額が47万円を超える場合の調整後の年金支給月額

❶ **基本月額が28万円以下の場合**
基本月額－{(47万円＋基本月額－28万円)÷2＋(総報酬月額相当額－47万円)}

❷ **基本月額が28万円を超える場合**
基本月額－{47万円÷2＋(総報酬月額相当額－47万円)}

総報酬月額相当額が47万円以下の場合の調整後の年金支給月額

❸ **基本月額が28万円以下の場合**
基本月額－{(総報酬月額相当額＋基本月額－28万円)÷2}

❹ **基本月額が28万円を超える場合**
基本月額－{総報酬月額相当額÷2}

地共済年金情報Webサイトを ご利用ください

地共済年金情報Webサイトでは、組合員の皆さんそれぞれの公務員共済期間に係る以下の内容について閲覧することができます。ただし、すでに老齢または退職の年金を受給されている方、および老齢厚生（退職共済）年金の支給開始年齢に到達されている方はご利用いただけません。

閲覧できる内容

1. 年金加入履歴・加入期間
2. 保険料納付済額
3. 標準報酬月額等
4. 年金見込額※1
5. 給付算定基礎額残高履歴

利用できる方

1. 組合員
2. 組合員であった方

ご利用時間

24時間365日
（サーバーのメンテナンス時を除く。）

※1 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、実際の金額と異なります。

ご利用手順

1. 地共済年金情報 Web サイトにアクセス
   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のホームページからもアクセスできます。
2. ご利用申し込み※2
   （基礎年金番号・氏名・生年月日・パスワード等を入力する）
   ※ 申し込み時に登録したパスワードは必ず控えておいてください。
3. 「ユーザＩＤ通知書」の受領
   ※ （２～３週間程度）全国市町村職員共済組合連合会、各共済組合からお申し込み内容の確認のため、ご連絡をさせていただくことがあります。
   ※ 閲覧の際に必要となる「ユーザＩＤ」を記載した「ユーザＩＤ通知書」を郵送しますので、大切に保管してください。
4. 「ユーザＩＤ」および「パスワード」を入力してログイン

※2 住所や名前を変更された方は、各共済組合に異動の届出をされてから申し込みをしていただきますようお願いします。

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））

お問い合わせ　年金課　年金担当　☎ 083-925-6550

組合員必見!

知らないあなたは損をする……

① 傷病別医療費で不動の1位「歯の疾病」

傷病別で一番高い医療費は、「歯の疾病」なんです。脳やガンなどの疾病の方が手術費用が高いのに……と思われるかもしれませんが、約33,000人の組合員および被扶養者の医療費総額から見る割合において、「歯」を超える傷病はありません。

医療費全体の一割以上を占め、過去5年間傷病別医療費で1位となっています。他の傷病は多くて3%程度ですから、その差は歴然です。

●過去5年傷病別医療費割合（上位3位）

	1位		2位		3位	
R1	う蝕（虫歯）	13.75%	消化器系疾患	3.86%	神経系疾患	3.70%
H30	う蝕（虫歯）	13.77%	消化器系疾患	3.39%	悪性新生物（腫瘍）	2.64%
H29	う蝕（虫歯）	14.11%	消化器系疾患	3.55%	内分泌、栄養および代謝疾患	3.49%
H28	う蝕（虫歯）	14.32%	内分泌、栄養および代謝疾患	3.53%	消化器系疾患	3.19%
H27	う蝕（虫歯）	12.49%	良性新生物（腫瘍）およびその他の新生物（腫瘍）	3.51%	消化器系疾患	3.50%

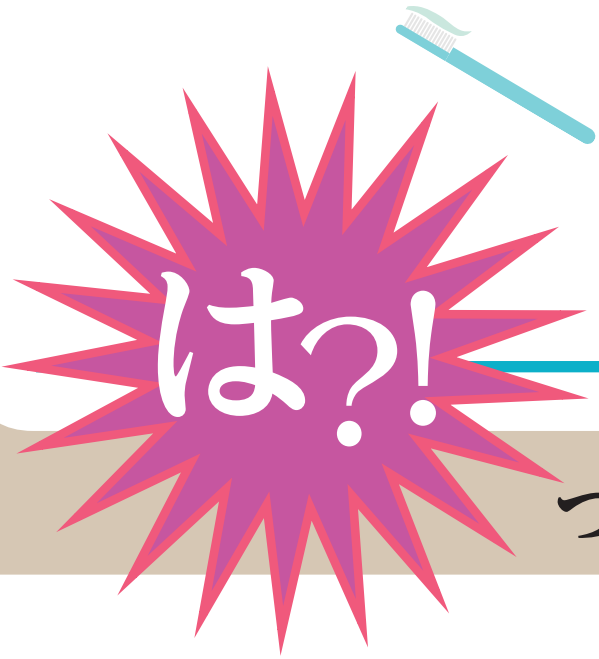
② ほっておくと怖い! 歯から広がる病気

歯の病気と聞くと、虫歯や歯肉炎などをイメージされる方が多いと思います。

しかし、歯の病気がきっかけとなり、全身に影響を及ぼす病気になることがあります。実際、歯周病をきっかけに、**「脳梗塞」**、**「肺炎」**、**「低体重児出産」**、**「細菌性心膜炎」**、**「狭心症・心筋梗塞」**、**「糖尿病」**といった病気となることがわかっています。

歯が原因となり、体に取込まれた菌が全身をめぐり、体を蝕んでいく……。まさに、知らないと怖い歯の真実です。

そのため、**一年に一度歯の健康状態を確認すること**が非常に重要になります。



っと驚く……

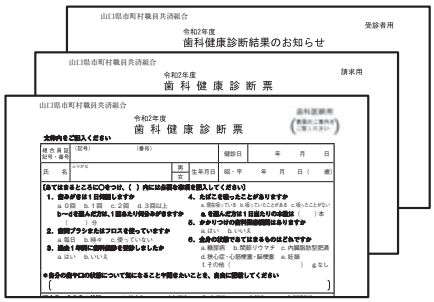
③ 歯科健診が無料で受けられる制度があります！ でも…

歯に対する疾病対策として、共済組合には「組合員を対象に、1年に1度無料で歯科健診が受けられる制度」があることをご存じでしょうか？

4月にお配りした『共済だより特別号～共済組合ガイドブック～』などが入ったクリアファイルの中に、「歯科健康診断票」が入っています。3,300円かかる歯科健診が無料で受けられ、もし、治療等が必要な場合は、治療費のうち初診療分が減額されます。

でも、利用していない組合員は**97%!!**ほとんどの方が3,300円相当の無料券を使っていないことになります。

●歯科健康診断票（見本）



●過去5年間の歯科健診助成未利用者状況

	H27	H28	H29	H30	R1
未利用率（%）	97.6	97.7	97.7	97.7	97.7
未利用者数（人）	16,262	15,574	15,559	15,600	15,531

④ 歯科健診助成を受ける3ステップ

歯科健診の助成は簡単に受けることができます。

1. 右のQRコードまたは共済組合ホームページから、歯科健診が受けられる歯医者を確認。
2. 希望先が見つかったら、電話等で予約を行う。
3. 「歯科健康診断票」および「組合員証（保険証）」を用意し、予約した歯医者に行き、歯科健診を受ける。

歯科健診が受けられる仕組み、ご理解いただけましたでしょうか？せっかく無料で受けられる制度です。1年に1度の歯科健診受検で歯の健康管理を始めましょう！！

●歯科健診助成に関するお問い合わせ

保険課 健康推進担当 **083-925-6142**

……歯の特集

ぷらっと plat Mine City 美祢市

秋芳洞

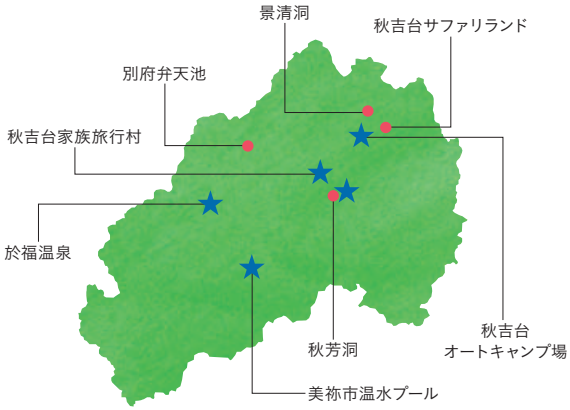
特別天然記念物である「秋芳洞」は1926年、昭和天皇が皇太子の御時に御探勝され、名前を賜った由緒ある景勝地であり、美祢市の観光では絶対にはずせない名所。一年を通して約17℃と夏は涼しく、冬は暖かい快適な洞窟内には約1kmにわたって見どころが満載。外からの光が川に反射して天井が青く見える高さ約25m、幅約35mの大きな空間「青天井」をはじめ、水に溶けた石灰分が棚田のように固まった「百枚皿」、そして秋芳洞のシンボル「黄金柱」も必見。「黄金柱」は高さ15m、幅4mの鍾乳石で、天井の割れ目から流れ出る地下水に含まれた炭酸カルシウムが何万年もの時間をかけて岩肌で固まった姿は、見る者を圧倒します。時間が凍結したような不思議な自然の造形の数々は変化に富み、私たちの心に大きな感動を呼び起こさせてくれます。

☎ 0837-62-0115　🏠 美祢市秋芳町秋吉3506-2
🕒【3月～11月】8時30分～17時30分　【12月～2月】8時30分～16時30分　休 無休

¥ 個　人	大人:1,300円	高校生:1,300円	中学生:1,050円	小学生:700円
団体20名～99名	大人:1,100円	高校生:900円	中学生:800円	小学生:550円
団体100名～199名	大人:1,050円	高校生:800円	中学生:750円	小学生:450円
団体200名以上	大人:1,000円	高校生:750円	中学生:700円	小学生:400円

■美祢市データ（2020年4月現在）

- 面　積　472.64㎢　・市の木　カシ
- 人　口　23,720人　・市の花　サクラ
- HPアドレス　http://www2.city.mine.lg.jp



★は保健文化施設利用助成券が使用できる施設です。

ぷらっと plat ～歩くともっと好きになる～
街歩き健幸マップ
QRコードをCheck

スポット 1

秋吉台

日本最大級のカルスト台地・秋吉台は標高200〜400mに位置し、4502haが国定公園に、1384haが特別天然記念物に指定されています。3億年の昔、海の中でサンゴ礁として生まれた石灰岩が長い年月をかけて地表に露出した、その悠久の眺望には、思わず目を奪われます。

☎ 0837-62-0305　🏠 美祢市秋芳町秋吉台山

スポット 2

別府弁天池

「日本名水百選」に認定されているこの神秘の池は、最深部が約4mにも及び、美しいコバルトブルーの水に吸い込まれそうになるほど。年間を通して水温約14℃と一定していて、地域で活用されている貴重な水源でもあります。

☎ 0837-62-0115　🏠 美祢市秋芳町別府水上

スポット 3

景清洞

天然記念物に指定されており、洞窟内は「観光コース」と、その終点から先へと続く、約400mの「探検コース」の2つのコースがあります。「探検コース」は受付で貸出のライト付きヘルメットと長靴を履いて真っ暗闇を進む、アドベンチャー感満点のスポットです。

☎ 08396-2-2201　🏠 美祢市美東町赤3108

グルメ情報

［ごぼううどん］

お土産にも喜ばれる秋吉台名物のご当地うどん。もっちりとしてコシのある麺は、つるりとした心地よい喉ごしで、口いっぱいに広がるのは香ばしいごぼうの風味。美東ごぼうの魅力を家庭で気軽に満喫しよう。

助成券が使える施設

★ 秋吉台家族旅行村

アウトドアレジャーを楽しむための施設が充実した、自然の中のレクリエーション施設。キャンプ場をはじめ、バーベキュー広場、体育館、テニスコートなど1日遊べる施設が揃っています。

☎ 0837-62-1110　🏠 美祢市秋芳町秋吉1237-553

美祢市のイチオシ！

「秋吉台サファリランド」

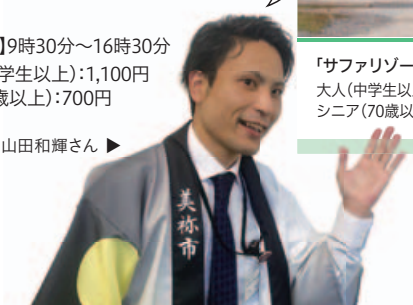
広大な敷地で暮らす野生動物を間近に観察できる人気のお出かけスポット。目玉のサファリゾーンは自家用車で巡ることもできますが、「エサやりバス」に乗車してエサやり体験をするのがおススメです。ライオンやトラが大きな口でエサに食らいつく姿は迫力満点です。また、約50種500頭羽がいる「動物ふれあい広場」ではホワイトタイガーなどを観察でき、さらにゾウやキリン、カンガルー、レッサーパンダへのエサやり体験も可能です。

☎ 08396-2-1000　🏠 美祢市美東町赤1212
🕒【4/1〜9/30】9時30分〜17時　【10/1〜3/31】9時30分〜16時30分
休 無休　¥「ふれあい広場」入園料　大人（中学生以上）：1,100円
小人（3歳以上）：700円

「サファリゾーン」マイカーでの入園料
大人（中学生以上）：2,500円　小人（3歳以上）：1,500円
シニア（70歳以上）：2,200円　＋タブレットガイド：600円

「サファリゾーン」エサやりバスでの入園料
大人（中学生以上）：3,600円　小人（3歳以上）：2,600円
シニア（70歳以上）：3,300円

美祢市観光商工部観光振興課 山田和輝さん ▶



募金百貨店プロジェクトにおける寄付金を贈呈しました

山口県市町村職員共済組合は社会福祉法人　山口県共同募金会に対し、5月29日(金)、山口市の山口県共同募金会において、赤い羽根共同募金「募金百貨店プロジェクト」における寄付金を贈呈しました。

当日は、寄付金額59,800円の目録を保養所　防長苑　細田支配人から山口県共同募金会　大窪正行会長へ手交しました。

募金百貨店プロジェクトとは

「寄付つき商品・企画」を販売し、売上の一部を赤い羽根共同募金に寄付することにより、地域社会に貢献する企業・団体等を募集するプロジェクトです。山口県市町村職員共済組合では、障がい者支援施設である社会福祉法人 ひらきの里での農産物を使用した「安納芋のスイートポテト」「苺のドレッシング」の製造・販売を保養所 防長苑にて行い、平成28年4月より同プロジェクトに参画しています。

共済貯金
年利 1.0%
(半年複利)

夏のボーナスは共済貯金へ！新規加入も大歓迎！

◉ 未加入の方は、まずは加入申込から

手続きカンタン！

この夏から共済貯金を始めてみませんか。
手続きは、加入申込書を所属所の共済組合事務担当課に提出するだけです。
臨時積立は加入直後から可能です。

新規加入キャンペーン中！
定例または賞与積立を申し込まれた場合に
図書カード500円分プレゼント
令和3年3月10日まで

◉ 臨時積立の利息は預けたその日から

早めがオトク！

利息計算の起算日は、臨時積立が払い込まれた日です。
夏のボーナスに余裕金がある方は、ぜひお早めにお振込みください。

臨時積立は専用の振込用紙を使って山口銀行で

共済貯金の詳細は、『共済だより特別号～共済ガイドブック～』またはホームページをご覧ください。

お問い合わせ　総務課　福祉担当　☎083-925-6551

共済組合の行事、防長苑のイベント(7・8月)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、下記のセミナーおよびイベントは延期または中止となりました。

退職予定者説明会	県下６会場	延期
生ビールまつり	防長苑	中止

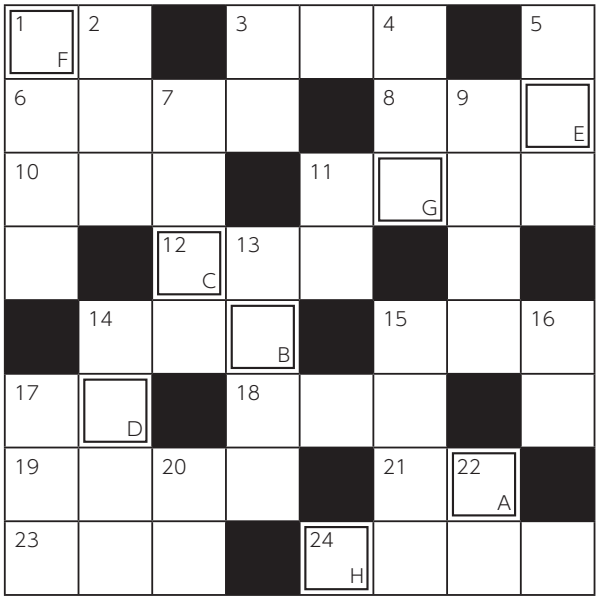
また、10月17日までの運動講座、ライフプラン講座についても中止となっております。

頭の体操!!

クロスワードパズル

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。

クロスが解けたらA～Hを順に並べてください



ヨコのカギ

1 男○○・一人○○・腕○○。
3 自分の態度や考えを改めようとしないこと。
6 無作為・任意であること。また、そのさま。
8 「アルプスの少女○○○」
10 戦争で田舎に○○○する。
11 酸性⇔○○○○性。
12 音楽演奏のために使用される器具。
14 物事の筋道。道理。
15 広い⇔○○○。
17 災害の○○で観光客が減少する。
18 スリム○○○・ハーフ○○○・スウェット○○○。
19 ○○○○げんまん、嘘ついたら～
21 非常に細かい石の粒。
23 商品・切符などを売る場所。
24 相手の機嫌をとって、おだて上げること。

タテのカギ

1 芸能人が走るチャリティー○○○○。
2 小節(こぶし)をきかせて歌います。
3 ○○を噛んで集中力を高める。
4 初冬の頃、春に似た日和が続くころ。
5 孫のしぐさに○○○を下げる。
7 中学→高校→○○○○。
9 いかにも本当らしく見せかけること。
11 女心と○○の空。
13 虚勢を張り、不良じみた態度をとること。
14 懸命な○○○○で歩けるようになる。
15 水不足により○○○○を促す。
16 ○○も歩けば棒に当たる。
17 必要分以上に余りがあること。
20 獣が○○をむく。
22 豊水・幸水・二十世紀などがあります。

応募方法

ハガキまたは共済組合ホームページのクイズ応募フォームからご応募ください。
(1人1通まで)
なお、FAXでの応募は無効となりますのでご注意ください。

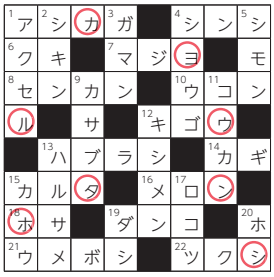
応募先

〒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 広報担当

締め切り

7/31(金)必着

- 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



《前回の答え》
ホタルカンショウ

「クロスワードパズル」プレゼント当選者発表

応募総数　282通
正　　解　282通

抽選により当選者を決定しました。
※ 当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

編集後記

皆さんは空を見上げることはありますか?
昼間の空も面白いですが、七夕の頃の夜には、夏の大三角形【こと座のベガ(織姫星)、わし座のアルタイル(彦星)、はくちょう座のデネブ】が見れます。
ゆっくり夜空を見上げてみるのも季節が感じられ良いものです。(T.U)

新型コロナウイルス感染症の影響で、外出自粛が続いていますね。共済だより7月号が発行される頃には状況がよくなってるといいなと思いながら編集後記を書いています。もし、外出自粛が続いていても、県内のイベント、市町の紹介記事を見て、ちょっとした旅行気分を味わっていただけたら嬉しいです。(T.F)

組合の状況

令和2年6月1日現在

組合員／男	組合員／女	組合員／合計	任意継続組合員	被扶養者／男	被扶養者／女	被扶養者／合計
10,155人	5,870人	16,025人	151人	6,298人	9,755人	16,053人

山口県市町村職員共済組合
〒753-0072(個別番号〒753-8529)山口市大手町9番11号　山口県自治会館3階　FAX/083-921-1228
TEL/083-925-6141(代表)　083-925-6551(総務課)　083-925-6142(保険課)　083-925-6550(年金課)
発行日/令和2年7月1日　URL https://www.kyosai-yamaguchi.jp

やまぐち湯田温泉 防長苑 宿泊プランのご案内

期間限定：6月1日から8月31日まで

はもしゃぶ会席プラン

おひとりさま　1泊2食

宿泊利用助成券使用後 → 8,000円（税込）

通常料金　11,500円（助成券なしの場合）

【要予約】2名様より4日前までご予約承ります
ご夕食は、旬の鱧をしゃぶしゃぶから雑炊まで旨みを丸ごとお愉しみいただく「はもしゃぶ」会席を個室でご用意いたします。

期間限定：9月1日から11月30日まで

山口県産食材

秋の収穫会席プラン

おひとりさま　1泊2食

宿泊利用助成券使用後 → 8,000円（税込）

通常料金　11,500円（助成券なしの場合）

【要予約】2名様より4日前までご予約承ります
ご夕食は、秋に旬を迎える県産食材をふんだんに使った「秋の収穫」会席を個室でご用意いたします。

ご夕食の個室提供について
お食事会場は宿泊部屋と別のお部屋をご用意し、お食事中スタッフの出入りを極力抑えるお料理構成としております

期間限定：6月1日から11月30日まで

やまぐちのうまいもん

極クーポン付きプラン

おひとりさま　1泊朝食＋クーポン

宿泊利用助成券使用後 → 4,000円（税込）

通常料金　7,500円（助成券なしの場合）

【要予約】1名様より当日16時までご予約承ります
やまぐちのうまいもん 極 の2,000円分クーポン付き。お好みのメニューでやまぐちのうまいもんをご堪能ください。

御食事処（朝食、ランチタイム、居酒屋）について
客席数を減らしてお客様同士の間隔を広げてご用意しております　※朝食は別会場でご用意する場合がございます

協賛：ライフ山口

団体保険制度のお問い合わせは、有限会社ライフ山口へ
フリーダイヤル 0120-170-215（担当 さるがみ）　FAX 083-925-2161

やまぐち湯田温泉
防長苑

www.bochoen.jp
山口市熊野町4-29

ご予約・お問合わせ
083-922-3555