

共済だより

2022
11・12月号
No.336



contents

被扶養者資格調査を終えて	4
短時間勤務の非常勤職員の方が 共済組合の組合員となりました	5
ご希望の方に確定申告用の医療費通知書を発行します ..	6
住宅取得資金「年末残高等証明書」の発行について	7
あなたの健康づくりは健康診断から!	8
防長苑 瓦版 防長苑のスイートポテトで皆さんを幸せに	9
年金インフォメーション	10-11
けんこう学校4時限目 歯周病編	12-13

未来へつながる

P.2-3

山口のいいもん

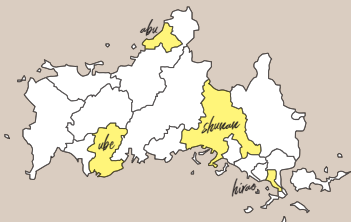
pick up



宇部市
平生町
阿武町
周南市



未来へつながる 山口のいいもん



「山口県の^{いま}現在で、^{あす}未来をつくる」

ふるさと納税の返礼品である地場産品や、
地場産業をご紹介します、山口県の魅力を発信します。



chasitsuの紅茶・ハーブティー33種類お試しセット

事業者 chasitsu



寄付金額 **20,000 円**

発送予定：順次発送

chasitsuのお茶は全てのお茶で材料やブレンド率が違います。巨峰やりんごなど、それぞれの香りに合わせた最適なお茶の組み合わせ、ブレンド率を追求してお茶作りをしています。“自分ご褒美や大切な人へ”お勧めします。

chasitsuの店主は宇部市出身で、お茶の勉強をするために上京され、地元にお茶のお店を作りたい・自分で試行錯誤した様々なブレンドティーを多くの人に飲んで欲しい・多くの人にお茶を楽しむ時間を作ってほしいという3つの思いから、2012年に宇部市にUターンをして「chasitsu」を開業されました。

宇部市は、市の魅力を市内外へ積極的に発信するとともに、移住前後のワンストップ相談窓口の運営、うべ暮らし体験も実施しながら移住・定住された人々とタッグを組んで宇部市を盛り上げていきます。



季節のハチミツめぐり (春と初夏) 500g×2本

事業者 福光養蜂場



寄付金額 **12,000 円**

発送予定：受注後1週間～3か月以内にお届け（配達日指定可）

自然豊かな平生町で採れた純粋ハチミツです。春の花の風味が濃厚な「春のみつ」と、あっさりとしたクセのない甘さが特徴の「初夏のみつ」。平生町でリピート率No.1（R3年度）の逸品です。

瀬戸内に面する平生町は、町が位置する室津半島の地形がイタリア半島に似ていることから、平成30年に「イタリアーノひらお宣言」を行い、イタリアをテーマとしたまちづくりを進めています。このハチミツを販売している「ひらお特産品センター」は、国道188号線沿いにあり、イタリアの国旗をイメージしたトリコローレカラーの屋根が目印です。店内では、イタリア野菜をはじめ地元産の新鮮な農水産物や、手造り加工品などが販売され、特に午前中は多くのお客さんと賑わいます。



宇部市

平生町

宇部市
うべを応援！
ふるさと納税



平生町
ふるさと平生応援寄附金
(ふるさと納税)のご案内



阿武町
ふるさと寄附に
ついて



周南市
周南市シティプロモーション
スペシャルサイト



！
返礼品は品切れに
なることがあります。
ご了承ください。



無角和牛ブロック肉

事業者 道の駅 阿武町((株)あぶクリエイション)



寄付金額 **22,000 円**

発送予定：毎月限定10セット(順次発送)

噛み締めるたびに、口いっぱいにジュワ〜ッと
広がる旨味！ステーキやローストビーフなどの、
「肉々しさ」を堪能できる調理法でご賞味あれ。
月にわずか3頭しか出荷されない「幻の和牛」
との出会いを貴方に……。

和牛4品種のうち、最も希少な「無角和牛」は、
全国にわずか200頭。そのうち約140頭を飼育して
いる阿武町は、まさに「世界一の産地」です。

人口3,000人の“小さな町”の魅力を伝える道の駅
には、無角和牛の特設コーナーがあり、レストラン
ではステーキを味わうことができます。

今年3月にはアウトドアの名門・スノーピーク社の
監修で「A B U キャンプフィールド」も完成！

“田舎の豊かさ”を
満喫できるスポット
として、日本中から
ますます注目されて
います。



阿武町



【贅沢三昧!】 国産とらふぐフルコースセット(4~5人前)

事業者 和風処 鐘楼亭



寄付金額 **72,000 円**

発送予定：受注後随時

大人数でご堪能いただけるボリュームたっぷりの
国産とらふぐフルコースセットです。古くからふ
ぐの旨味を知り尽くしたこの地の人々をもうなら
せる逸品を心ゆくまでお召し上がりください。

フグを縁起物として「福(ふく)」と呼ぶ周南市は、
トラフグを傷つけず捕獲し、鮮度と品質を高く保つ
ことの出来るはえ縄漁法の発祥地で、市内の鮮魚店
等でも気軽に買い求めることができるほど、市民に
愛される食材として地域に浸透しています。このトラ
フグは、漁獲量が少なく全国のご家庭への流通が少
ないため、食卓に並ぶことの少ない食材ですが、お
いしさに自信を持って皆様のご家庭にお届けいたし
ます。贅沢なとら
ふくの刺し身をぜ
ひご堪能ください。



周南市

被扶養者資格調査を終えて

被扶養者資格の取消も?!

調査の結果、収入が認定基準額以上となったことで、被扶養者資格を遡って取消となった方が多数いらっしゃいます。被扶養者の収入要件について、改めてご家庭でご確認くださいませようお願いします。

確認のポイント

年金収入

- 決定（改定）通知等の発行日からその年金額があるものとして取扱います。
通知や証書等はなくさないようにご注意ください。

営業・農業・不動産収入（事業収入等）のある被扶養者の収入

- 確定申告書を税務署が受け付けた日からその収入があるものとして取り扱います。
- 所得税法上の所得と計算方法が異なります。総収入から、共済組合の認める経費のみ控除した額が、被扶養者の収入となります。
- 共済組合の認める経費以外の名称で申告した額は、経費として認められませんのでご注意ください。
(例：消耗品費の内容を詳細に分類して記載した場合等)



参 考

年額で考える収入(年金および事業収入等)がある方に、月額で考える収入(給与等)があるときの月額基準額(給与収入の基準額)の考え方

$$(\text{認定基準額} - \text{年額で考える収入の年間収入額}) \div 12\text{か月} = \text{月額基準額}$$

例:60歳未満の障害年金がない方(組合員の配偶者)で、直近の確定申告による事業収入が70万円(総収入から共済組合の認める経費を引いた額)である方

被扶養者の認定要件の範囲内でパート収入を得ようとした場合、毎月5万円未満(総収入額から非課税の通勤手当を引いた額)の給与収入であれば、引き続き被扶養者として認められることになります。

$$(130\text{万円} - 70\text{万円}) \div 12\text{か月} = \text{月額基準額 } 5\text{万円}$$

※ ただし、次の確定申告で収入額が変動した場合は、月額基準額も変動しますのでご注意ください。

ご確認ください！ そのほかにもルールがあります！

- ・ 共済だより2022年特別号 P12-15「組合員の被扶養者について」
- ・ 共済だより2022年5・6月号 P4「被扶養者や住所に変更はありますか？」

※ 共済だよりのバックナンバーは、ホームページからご覧になれます。



お問い合わせ ▶ 保険課 資格担当 ☎ 083-925-6142

令和5年度以降の被扶養者の認定および調査から、別居の被扶養者への仕送りを確認できる書類が必要です

令和4年10月の短期組合員の加入により、扶養手当の支給対象でない被扶養者が増大しました。よって、令和5年度以降の被扶養者認定および調査から、扶養手当の支給対象でない別居の被扶養者※1がいる場合は、仕送りの事実を確認することができる書類※2が必要となります。

※1 別居の場合でも、次の被扶養者は提出を省略できます。

- ・ 扶養手当の支給対象である被扶養者
- ・ 学生である被扶養者

※2 仕送りの事実を確認することができる書類とは、組合員名義で該当被扶養者に送金した事実および送金額がわかる書類（被扶養者の通帳の写し等）とし、手渡しは認めないこととします。



お問い合わせ ▶ 保険課 資格担当 ☎ 083-925-6142

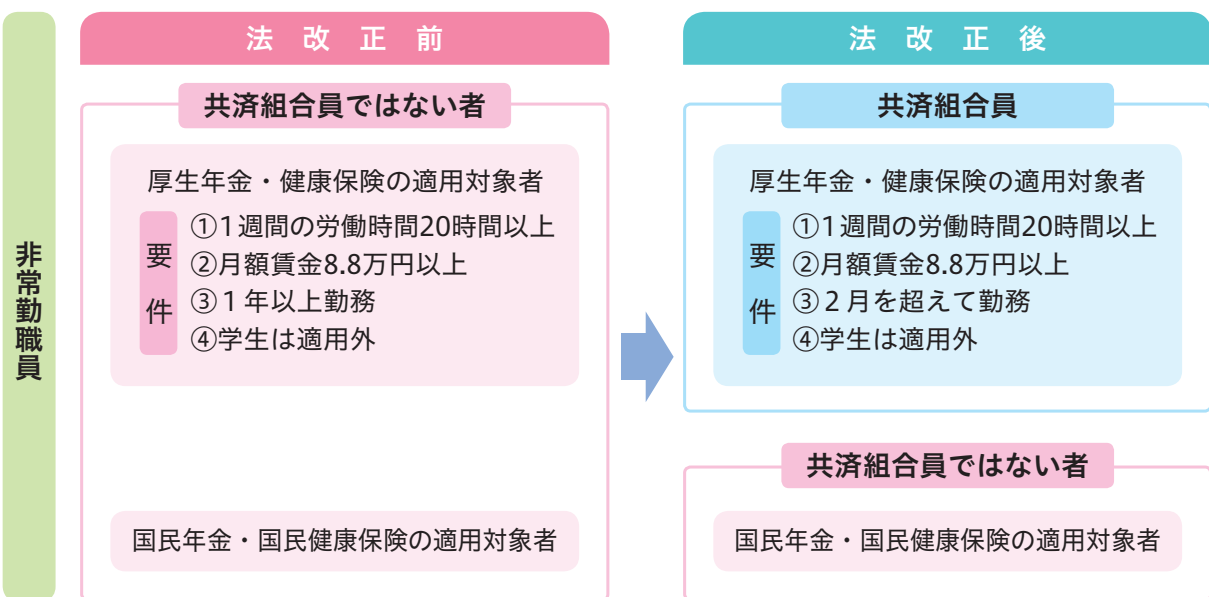
令和4年10月1日

地方公務員等共済組合法が改正されました

～短時間勤務の非常勤職員の方が共済組合の組合員となりました～

年金制度改正法において短時間労働者に対する被用者保険の適用拡大が行われることに併せて、地方公務員等共済組合法が改正され、令和4年10月1日から、短時間勤務の非常勤職員の方に地方公務員共済制度の短期給付(医療保険)・福祉事業(健康診査等)を適用することとなりました。

これにより、短時間勤務の非常勤職員の方が、令和4年10月1日から共済組合に加入され、組合員数は、約6,000人増加し、約22,600人となりました。



お問い合わせ ▶ 総務課 庶務担当 ☎ 083-925-6551

共済貯金加入者の皆さんへ

▶ 共済貯金の臨時積立には制限があります！

- 1回の積立は100万円まで
- 年度内 2回まで

▶ 臨時積立の不明入金防止にご協力ください！

臨時積立は、必ず専用の振込用紙(所属所の共済組合事務担当課に備え付けてあります。)をご利用の上、山口銀行本支店からお振込みください。他行からの振込み、インターネットバンキング等での振込みを行われますと、加入者が特定できず不明入金となることがあります。

貯金現在残高通知書をお送りしました

10月下旬に、所属所を通じて「貯金現在残高通知書」をお送りしました。

この通知書は、通帳に代わる大切な書類です。令和4年4月から9月の間の積立額、払戻額、利息額等が記載されています。この通知書は再発行することができませんので、大切に保管してください。通知書の詳しい見かたはこちら ➡



お問い合わせ 総務課 貯金担当 ☎ 083-925-6551

ご希望の方に確定申告用の医療費通知書を発行します

確定申告(医療費控除)のために医療費通知書が必要な場合は、次の手順でご請求ください。

1 請求方法

共済組合ホームページから「療養給付費証明願」を印刷し、必要事項を記載のうえ、所属所の共済組合事務担当課、または、共済組合保険課に提出してください。

共済組合ホームページ



短期給付・手当金に関する申請様式(確定申告の際など、証明が必要なとき)		
書類	様式	記入例
療養給付費証明願		
セルフメディケーションの証明依頼書		

療養給付費証明願

山口県市町村職員共済組合 御中 令和 年 月 日

組合員等記号・番号 { }
組合員氏名 { }
日中の連絡先 { }

1. 使用目的【該当項目に✓を入れ、必要に応じて詳細をご記入ください。】

☐ 確定申告のため
☐ その他()

2. 証明対象期間【希望する項目に✓を入れ、必要に応じて詳細をご記入ください。】

・令和4年度【いずれか一つをご選択ください。】

⇒ ☐ 1月～11月診療分(令和5年1月10日以降に発送予定)
☐ 1月～11月診療分(令和5年2月10日以降に発送予定)
☐ 1月～11月診療分(令和5年3月10日以降に発送予定)※
※は自給療養分を申請された場合、確定申告期限までに届かない可能性があります。

☐ 期間指定(月～ 月診療分)

・平成30年度～令和3年度【複数選択可能です。】

⇒ ☐ 令和3年度(1～12月診療分)
☐ 令和2年度(1～12月診療分)
☐ 令和元年度(1～12月診療分)
☐ 平成30年度(1～12月診療分)
☐ 期間指定(年 月～ 年 月診療分)

※願をされる方へ

①この申請書は、組合員および被扶養者の医療費等の証明を依頼するための書類です。
②上記2.で選択した全期間の準備ができた後に、普通郵便で組合員の住所に送付します。
③令和4年度分は、書類の到着時期が上記発送予定から一週間程度かかる場合があります。

【問い合わせ先】 山口県市町村職員共済組合 保険課 医療担当 ☎ 083-925-6142

2 発行スケジュール

- ①令和4年10月診療分まで➡令和5年1月10日以降に発送予定
- ②令和4年11月診療分まで➡令和5年2月10日以降に発送予定
- ③令和4年12月診療分まで➡令和5年3月10日以降に発送予定

ポイント

③の場合、確定申告の期限に間に合わない可能性があります。そこで、令和4年12月診療分の領収書を保管し、②の11月診療分までご請求いただくことをお勧めします。

3 注意点

医療費通知書に記載されている医療費等の情報は、「医療機関から共済組合への請求が遅れている」「自己負担額に対して福祉医療などの公費助成があった」「コロナの検査費用等の公費が正しく表示されない」などの理由により、事実と異なっている場合があります。

このような場合の確定申告の方法については、お近くの税務署にご確認ください。

お問い合わせ 保険課 医療担当 ☎ 083-925-6142

貸付利率について

共済組合の貸付利率は、地方公務員等共済組合法第77条第4項に規定する退職等年金給付の基準利率の区分に応じて決まります。

令和4年10月から令和5年9月まで適用される基準利率は0.02%になりました。

よって、この間の貸付利率は、基準利率が1.0%以下である場合の率となり、現行利率のまま以下のとおりとなります。

- ・普通・住宅・入学・修学・結婚・葬祭・医療貸付…………… **1.26%**
- ・在宅介護対応住宅貸付…………… **1.00%**
- ・災害貸付…………… **0.93%**

住宅取得資金「年末残高等証明書」の発行について

平成19年1月から令和4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。

- 平成19年1月から令和3年12月までに住宅貸付を借入れた方
令和4年11月上旬に証明書を発行します。 → **年末調整用**
- 令和4年1月から令和4年12月までに住宅貸付を借入れた方
令和5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、税務署へお問い合わせください。

※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に対しては、証明書は発行できません。

お問い合わせ 総務課 貸付担当 ☎ 083-925-6551

40歳以上の被扶養者の皆さんへ 特定健康診査(特定健診)の受診を忘れていませんか？

特定健診を毎年受診することで、血糖、血圧、中性脂肪等の変化を確認できます。健診は生活習慣を見直すチャンスです。自覚症状なく進行する動脈硬化のリスクに備えましょう！

受診券を
利用して受診

- ①健診機関を選択して予約します。
- ②予約日に受診券と保険証を持参して受診します。

受診券有効期限 令和5年3月31日

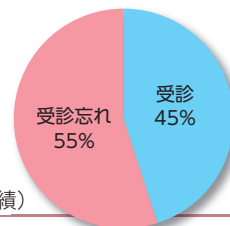


健診機関一覧はこちら

受診券は6月に送付したものをご利用ください。

受診券を紛失した場合は再発行しますので、共済組合へご連絡ください。

※勤務先で受けた健康診断の結果で代用する場合は、「健診結果のコピー」・「質問票」・「受診券」を返信用封筒で共済組合へ提出してください。



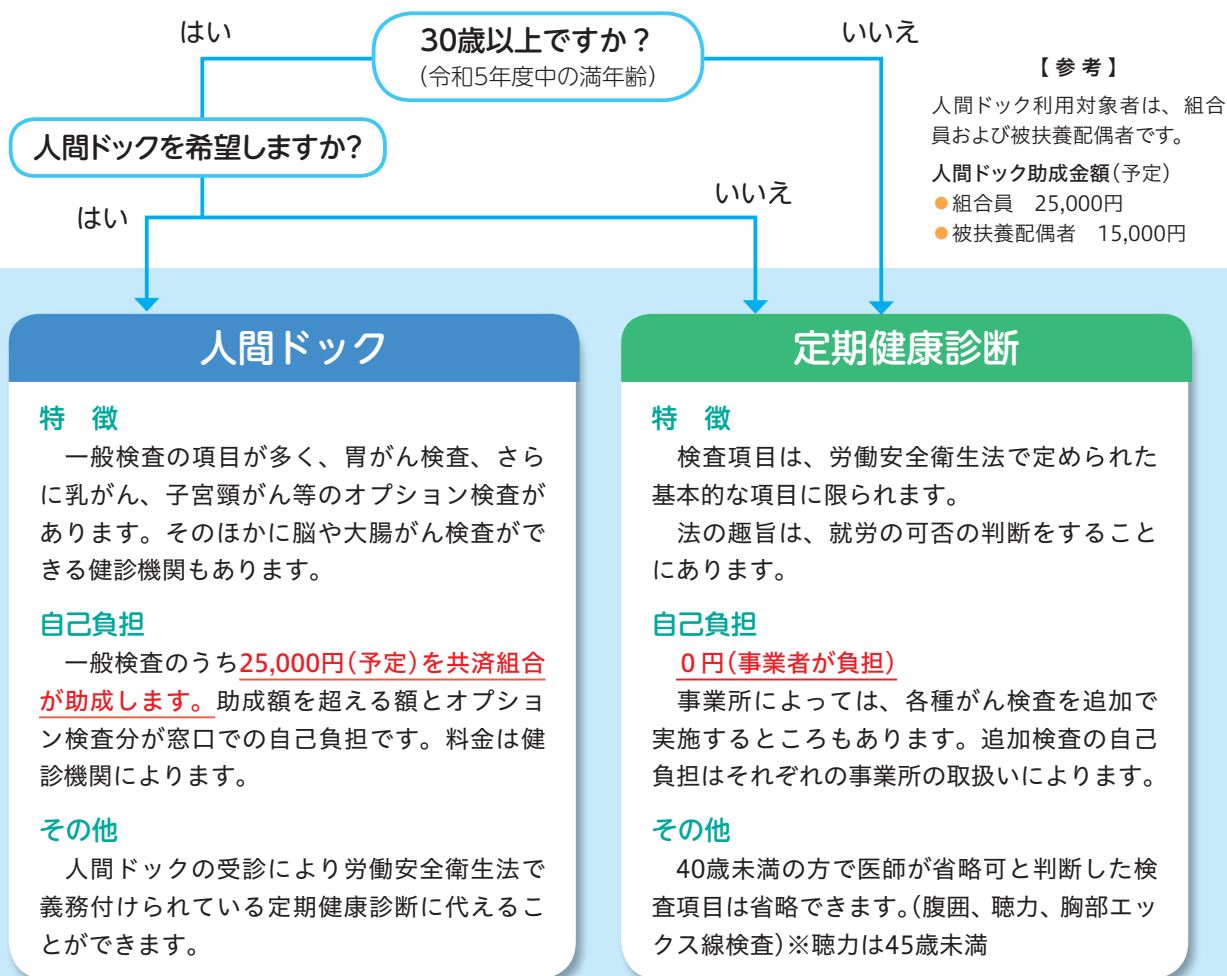
受診率(令和2年度実績)

お問い合わせ 保険課 健康推進担当 ☎ 083-925-6142

あなたの健康づくりは 健康診断から！

人間ドックも
ご利用ください！

健康診断は、ご自身の健康状態を知る大切な機会です。事業者が実施する定期健康診断か任意で申込の人間ドックを選択して受診してください。



40歳以上75歳未満の方は特定健康診査を兼ねる

- 人間ドック、定期健康診断の受診申込は、職場の共済組合事務担当課、人事担当課の指示に従ってください！
- 40歳以上75歳未満の方は特定健康診査も兼ねています！
健診の結果、生活習慣病の危険因子の数により特定保健指導の対象者になったときは、保健師等があなたの健康づくりをサポートします。 **無料でご案内します！**
- 健診は受けた後が大事です！
 - ＜一次予防＞ 生活習慣を振り返り、改善するきっかけにしましょう。
 - ＜二次予防＞ 異常があったときは、精密検査を受けて早期治療につなげましょう。

お問い合わせ 保険課 健康推進担当 ☎ 083-925-6142

防長苑の スイートポテトで 幸せに

防長苑では、山口市の障害者支援施設「ひらきの里」と協同し、同施設で栽培したサツマイモを加工してスイートポテトを製造しています。その売り上げの一部を共同募金会に募金することで、皆さんも間接的に地域貢献できる仕組みになっています。



防長苑のスイートポテトは、芋の甘みがたっぷりと詰まった しっとり濃厚スイーツです。

防長苑のフロントで1本1,500円(税込)で販売しているほか、山口市へのふるさと納税(6,000円から)で返礼品としてもお送りしています。

❗ 売り切れの場合、次回収穫までお待ちください。

返礼品に関する
詳しい情報はこちら



ふるさとやまぐち寄附金

募金百貨店 プロジェクト

「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」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。

ご予約・お問い合わせ

防長苑 TEL083-922-3555

年金 インフォメーション

令和4年4月から在職中であっても年金額を改定する制度が導入されました

65歳以上
70歳未満の方

老齢厚生年金の受給権者が厚生年金保険の被保険者となった場合、令和4年3月までは、資格喪失時（退職時または70歳到達時）にのみ、年金額が改定されていました。

しかし、就労を継続したことの効果を退職を待たずに早期に年金額に反映することで、年金を受給しながら働く方の経済基盤の充実を図ることを目的に、**令和4年4月から、在職中であっても年金額を毎年10月に改定する在職定時改定制度が導入されました。**

在職定時改定の仕組み

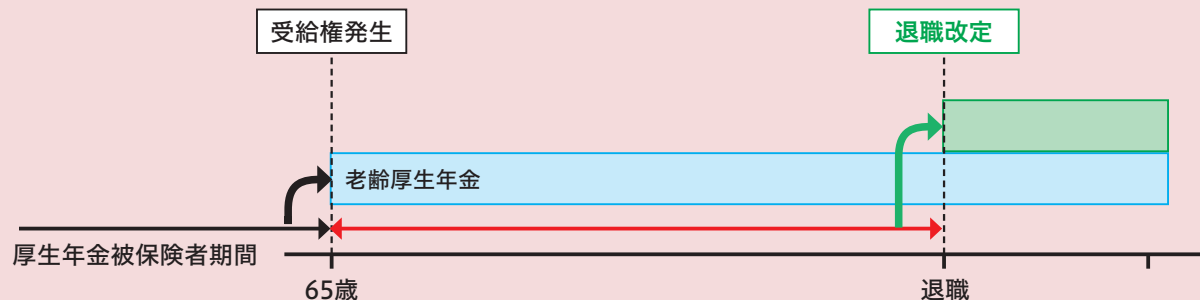
- 基準日（毎年9月1日）において被保険者である老齢厚生年金の受給者の年金額について、前年9月から当年8月までの被保険者期間を算入し、**基準日の属する月の翌月（毎年10月）分の年金から改定されます。**そして、改定された年金は12月からの支給となります。

なお、令和4年10月分については、65歳到達月から令和4年8月までの厚生年金に加入していた期間も含めて、年金額が改定されます。

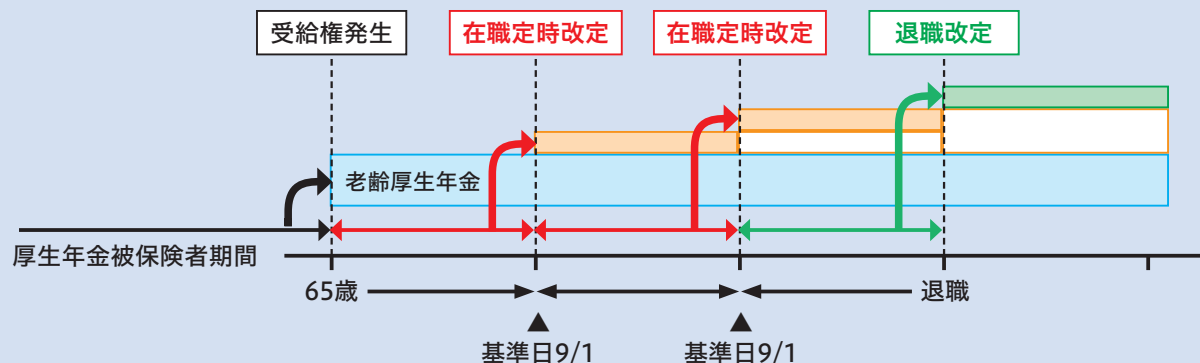
- 対象となるのは、**65歳以上70歳未満**の老齢厚生年金の受給者です。
※65歳未満の方は、繰上げ受給をされている方であっても、在職定時改定の対象となりません。



〈令和4年3月まで〉



〈令和4年4月から〉



在職中の年金は支給停止になるの？

60歳以上の方

厚生年金保険に加入しながら老齢厚生年金を受給する60歳以上の方は、基本月額※1と総報酬月額相当額※2の合計額が一定の基準を超えると、年金額の全部または一部が支給停止※3となります。



- ※1 年金額(老齢厚生年金の年額で、加給年金額・経過的加算額・繰下げ加算額を除く。)を12で割った額。他機関からの老齢厚生年金も受け取っている場合は、全ての老齢厚生年金を合わせた年金額を12で割った額
- ※2 毎月の賃金(標準報酬月額等) + 過去1年間の賞与等の総額を12で割った額
- ※3 他機関からの老齢厚生年金も受け取っている場合は、全ての老齢厚生年金に対する支給停止の総額を、それぞれの老齢厚生年金の年金額に応じて割り振り算出します。

- 1 基本月額と総報酬月額相当額の合計額が47万円以下のとき



支給停止額
= 0円(全額支給)

- 2 基本月額と総報酬月額相当額の合計額が47万円を超えるとき



支給停止額
= (基本月額 + 総報酬月額相当額 - 47万円) × 1/2 × 12

計算例

老齢厚生年金120万円(基本月額10万円)の方で、総報酬月額相当額41万円(標準報酬月額等32万円、過去1年間の賞与等の合計額108万円(月額9万円))の場合

解説

○基本月額 120万円 ÷ 12 = 10万円

○基本月額と総報酬月額相当額の合計額が47万円を超えますので、②に該当します。

・支給停止額 = (10万円 + 41万円 - 47万円) × 1/2 × 12 = 24万円(月額2万円)

・年金支給額 = 120万円 - 24万円 = 96万円(月額8万円)

きになる

ワンポイント

公務員として在職している(これから再就職する)場合の注意点



退職共済年金(経過的職域加算額)および退職等年金給付については、共済組合の組合員(地方公務員等共済組合法による長期給付に関する規定の適用を受ける者に限る。)として在職している場合(公務員として在職している期間)は、給与の額に関わらず全額停止となります。

なお、令和4年10月から適用された共済組合の短期組合員および民間企業や私立学校に在職中の方は、全額支給されます。

お問い合わせ 年金課 年金担当 ☎ 083-925-6550



歯周病予防が 生活習慣病予防に直結！



けんこう学校4時限目は、歯周病の特集です。

歯周病を単なる歯の病気だと思いませんか。実は、歯周病の予防が全身の健康保持につながっています。

自覚症状が少なく、いつの間にか進行する厄介者の歯周病の仕組みを知ることから始めましょう！

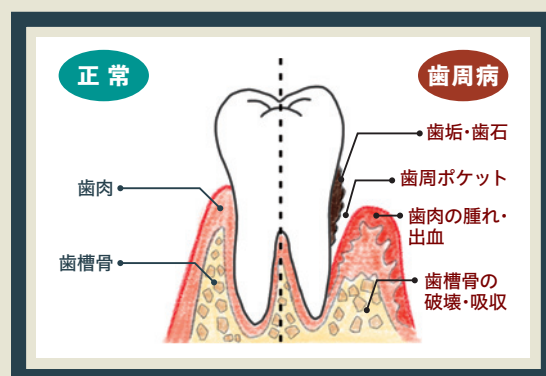
こんな症状 歯周病かも！？

- ☐ 歯を磨くと歯茎から出血 ☐ 朝起きたときに口の中がネバネバする ☐ 口臭がする
☐ 歯茎が赤い ☐ 腫れている ☐ 膿が出る ☐ 歯が揺れて噛めない

歯周病ってなに？

歯磨きを怠り口の中が不衛生になると歯と歯茎の境界に歯垢がたまり歯垢の中の細菌によって歯茎に炎症が生じます。この段階を歯肉炎と呼びます。そのまま放置すると、歯と歯茎の境界にできた溝(歯周ポケット)に歯垢がたまり、歯垢の中に住んでいる細菌は歯槽骨の炎症を引き起こし、歯槽骨を破壊していきます。この段階になると歯周炎と呼ばれ、歯肉炎と歯周炎を合わせたものを歯周病といいます。

通常、慢性に経過する細菌感染症ですが、免疫が低下したときに急性化し、激しい痛みを生じることがあります。



原因と結果

生活習慣により引き起こされる病気を生活習慣病といい、その中に歯周病も含まれ、原因として食習慣、喫煙が挙げられます。

生活習慣

- ・食習慣 ・運動習慣
 ・喫煙 ・飲酒

よくない習慣

生活習慣病

- ・糖尿病 ・肥満 ・高脂血症 ・高尿酸血症
 ・循環器病 ・大腸がん ・肺扁平上皮がん
 ・高血圧症 ・慢性気管支炎 ・肺気腫
 ・アルコール性肝疾患 ・歯周病

歯の欠損原因の第1位は歯周病

歯周病は歯槽骨の破壊が進むと歯がぐらつくようになり、最悪の場合は、歯を失うことになります。

歯が痛んだり歯が少なくなったりすると、摂食にも影響が出て高カロリーの軟らかい炭水化物を多く摂りがちになったり、栄養不足を招いたりして健康が障害されていきます。



歯周病は動脈硬化のリスクを高める

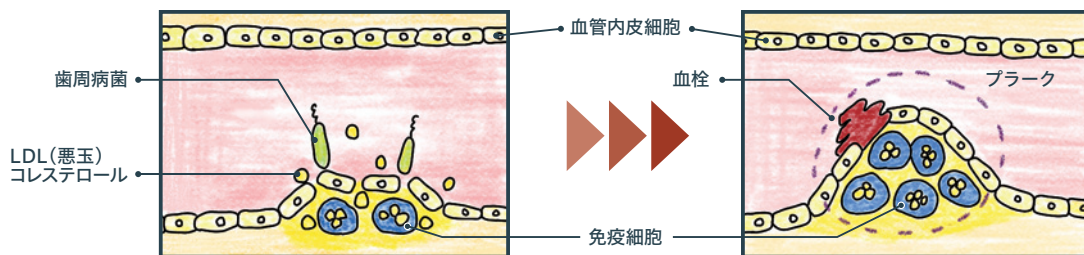
歯周病の細菌(歯周病原菌)は歯周ポケット内面の炎症部位、すなわち潰瘍面から歯肉内に侵入、さらに血管に侵入し血流によって口腔以外の部位に付着することが証明されています。また、歯周病原菌の菌体成分(毒素)や歯周病原菌に対する生体防御細胞の活性化により炎症性物質を生産しますが、この炎症性物質は増産されると血流によって全身に運ばれて、様々な病気を引き起こしたり悪化させたりすることが報告されています。動脈硬化もその一つです。

動脈硬化は悪化すると虚血性心疾患(狭心症、心筋梗塞)、脳血管障害(脳卒中、脳梗塞、脳血栓など)、大動脈瘤などの動脈硬化性疾患を引き起こします。

これまで動脈硬化の危険因子として高血圧、脂質異常症、喫煙、肥満、糖尿病などが挙げられてきましたが、近年、血液中に炎症性物質が多くなることによって血管壁が傷つき、それによって生じる炎症反応で起きると考えられています。歯周病にかかっているということは、血液中に炎症性物質を送り出していることを意味します。一方、血管内に侵入した歯周病原菌は動脈内壁の内皮細胞に付着し炎症を引き起こし、動脈硬化を誘導する物質を出して血管のプラーク形成に関与することが報告されています。したがって、動脈硬化を発症・悪化させないようにするためには、慢性炎症である歯周病も発症・悪化させないようにすることが重要となります。

動脈硬化の進行

一般に「動脈硬化」といえばアテローム性動脈硬化を指します。この動脈硬化は、LDL(悪玉)コレステロールとの関係が深いのが特徴です。動脈の構造として内側から内膜、中膜、外膜があります。血管内膜が傷つくと、そこから血液中のLDL(悪玉)コレステロールが入り込み「プラーク」と呼ばれる粥状隆起病変ができます(歯科領域で用いる用語、プラークとは別物です)。それにより血管が硬くなったものがアテローム性動脈硬化です。プラークが進行して大きくなると、いっそう血管内腔を狭くして血管が硬くなります。



血管の内側の壁が傷つけられ、そこからLDLコレステロール、歯周病原菌などが入り込みます。侵入物は異物として認識されると免疫細胞に取り込まれ、その残骸が血管壁に溜まることでプラークが作られます。

プラークが大きくなるほど、血管内腔が狭くなり、血液の流れが悪くなります。プラーク表面を覆う膜(線維性被膜)が傷ついたり破れたりすると血栓が形成され、血液の流れがさらに悪化します。

歯科健診で正しい歯周病予防！

- ☑ 定期的に歯科医院で歯垢や歯石の除去を受けましょう！
- ☑ ご自身の磨き癖や磨き残しが多い箇所を把握しましょう！
- ☑ 歯と歯茎の間についた歯垢をしっかりと落とすためのアドバイスを受けましょう！
- ☑ 毎日適切な口腔のセルフケアが行なえるようになりましょう！



▲山陽小野田市民病院
歯科口腔外科 歯科医師
福田 てる代 先生

無料

「歯科健康診断票」をぜひご利用ください！

共済組合クリアホルダーにて配付の「歯科健康診断票」で健診を無料で受けることができます。定期的に受診しましょう！

※利用できる歯科医院は山口県歯科医師会の会員に限りしますので山口県歯科医師会ホームページ内の山口県の歯医者さんでご確認ください。

お問い合わせ

保険課 健康推進担当 ☎ 083-925-6142

組合員様限定プラン

共済組合員様限定 電話予約にて承ります

防長苑で肉づくし!!

やまぐち和牛 **燦** (きらめき) プラン

「やまぐち和牛 燦 (きらめき)」とは

山口県内に多くある和牛ブランドを統一する、新たな名称で、令和2年12月から販売を開始した、一定の定義を満たした県産和牛肉ブランドです。

御献立

燦にぎり寿司、燦すじボン酢、生春巻き、燦モモ肉たたき、燦ロースステーキ、燦串カツ、特製燦鍋、茶碗蒸し、白飯、燦肉味噌と香の物、デザート (内容は変更する場合がございます)

1泊2食おひとりさま
宿泊利用助成券使用后

税込
16,500 円

有限会社
ライフ山口
提供

やまぐち和牛「燦きらめき」プラン宿泊券
5組10名様にプレゼント!!

- ❖ 和室 or 洋室 1泊2食/2名様
- ❖ 有効期限：令和5年3月末日

- ご予約はお電話にて承ります (インターネット予約不可)
- ご夕食は個室 (ご宿泊とは別のお部屋) にてご提供いたします

クロスワードパズルの正解者の中から抽選でプレゼントします

団体保険制度のご案内

組合員限定の**団体割引**を適用した 各種保険制度を取り扱っております。

☆生命保険・医療保険

「**遺族サポートプラン**」(生命保険) 等

【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】

☆傷害保険・医療保険

「**団体傷害保険**」「**新・団体医療保険**」(ケガ・病気)

☆団体ゴルフ保険

【引受保険会社：損害保険ジャパン株式会社】

事故サポートセンター TEL：0120-727-110 24時間365日受付】

詳しくは、
事務取扱会社
ライフ山口まで!

有限会社ライフ山口
山口市大手町9-11
TEL：083-925-2128
0120-170-215
担当：申神 (さるがみ)

共済組合の行事(11・12月)

● 令和5年度職員採用試験(第2次)

防長苑

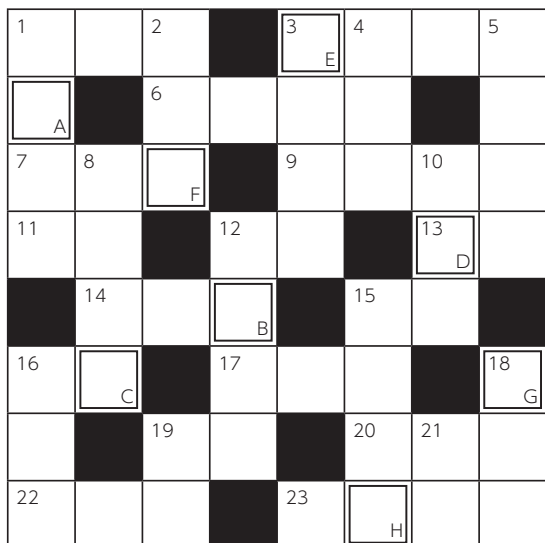
11月20日(日)

クロスワードパズル

PRESENTS

正解者の中から抽選でプレゼント
 QUOカード……………2,000円分 5名様
 (ライフ山口協賛)
 図書カード……………1,000円分 5名様
 「燦きらめき」プラン宿泊券…5組10名様
 (ライフ山口協賛)

クロスが解けたらA～Hを順に並べてください



- 1 土壌の成分によつて花の色が変わります。
- 2 資産を分散投資して○○○の低減を図る。
- 3 ずばり店主の○○○動定。
- 4 水沢・稲庭・讃岐と言えは？
- 5 話の○○○を合わせる。
- 8 タイの首都です。
- 10 ○○○量販店にエアコンを見に行く。
- 12 その人の特徴づける社会的な地位・称号など。
- 15 コメット・丹頂・出目金などの種類があります。
- 16 隣でこれをされると眠れません。
- 18 ○○○関数的に拡散する新型ウイルス。
- 19 飛ぶ○○を落とす勢いで出世する。
- 21 ○○○の手も借りたくない忙しい。

○スタートのカギ

○ヨコのカギ

- 1 潮干狩りで○○○を採る。
- 3 がけや岩などにできたほらあな。
- 6 ガソリン○○○○で給油をする。
- 7 世界最大のサハラ○○○。
- 9 クレジットカードで○○○○払いをする。
- 11 ○○⇄アウト
- 12 世を忍ぶ○○の姿。
- 13 事実に反するうわさ。
- 14 イギリスの童話「三匹の○○○」
- 15 オリンピックで○○メダルを目指す。
- 16 ○○同音に賛成する。
- 17 耐え忍ぶこと。こらえること。
- 19 特別天然記念物になっている鳥。
- 20 いろいろな世界記録を集めた○○○ブック。
- 22 車の走行○○○が10万キロになる。
- 23 落ち着いたら海外○○○○に行こう。

応募方法

ハガキまたは共済組合ホームページのウェブサイト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。



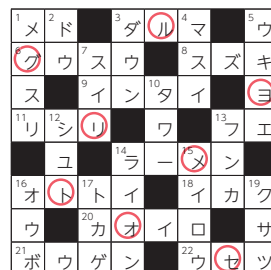
応募先

〒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

11/30(水)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)

オトリヨセブルメ

「クロスワードパズル」
 プレゼント当選者発表

応募総数 664通
 正解 658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。

読者 voice

年度初めにいただく各種助成券のうち、防長苑の助成券を利用させていただき、とてもお得に宿泊することができました。あらためて他の券も見てみるといろいろと利用できそうなものがあつたので、活用させていただきます。

ご利用いただきありがとうございます。防長苑の他にも、全国の宿泊施設や県内のキャンプ場、水族館など使える施設がたくさん。各種助成券、是非、ご活用ください!

やまぐちよる終了、残念です。

ご愛読ありがとうございました。今までの記事をホームページからご覧いただけますので、お出かけの際には、またご活用ください。

自転車で湯田温泉巡ってみたいと思いました!
 シェアサイクルあるんですね。

湯田温泉巡りの際には、是非、防長苑をご利用ください。温泉と美味しい食事をご用意しております♪

組合の状況

令和4年9月30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
10,037人	6,437人	16,474人	152人	6,118人	9,397人	15,515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4年11月1日 URL <https://www.kyosai-yamaguchi.jp>

防長苑のおいしさいろいろご予約受付中

表示はすべて
税込価格です

伝統的な和食おせちと華やかな洋風おせちの
ぜいたくな二段重

防長苑の 和洋おせち

21cm×21cm
紙製二段重

20,000 円



数量限定・要予約 防長苑受付にてお渡しします お渡し日時：12月31日12時から19時
防長苑の和洋おせちは(株)丸久でも取扱っております 各系列店からお申込みいただけます

おせちもいいけど
もっと手軽に

お正月オードブル

約4人前 8,000 円より

要予約 防長苑受付にてお渡しします
お渡し日時：1月1日～3日、12時から19時



丸久取扱限定おせち

各系列店よりお申込みいただけます

まるごとやまぐち! 県産食材使用

山口県産 和洋おせち
25,000 円

防長苑
特製

ローストチキン

自家製グレイビーソース付

3,000 円

人数に合わせて盛り付けます

クリスマスオードブル

2人前
3,000 円より

おうちで手軽にケーキ作り!

デコレーションケーキキット

スポンジ・クリーム・フルーツ
2,000 円

数量限定・要予約

防長苑受付にてお渡しします
希望の受取日時をお伝えください

受渡日：
12月 **24日 25日**

旬の
贅沢



クール便(冷蔵)でお届けします

ふくさしふくちりセット松

送料無料 17,000 円

ふくさしふくちりセット竹

送料無料 11,000 円

ふくさしセット

送料無料 6,000 円

防長苑
ONLINE SHOP



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・お問い合わせ

083-922-3555