

# 共済の あゆみ



宮城県市町村職員共済組合

医療費助成制度	P2
適正受診にご協力ください!	P3
出産とお金のお話	P4
特定健康診査・特定保健指導のススメ	P6
第1回生活習慣病予防セミナー	P7
第2回管理監督者対象メンタルヘルス講座	P8
第1回心と身体の健康セミナー	P9
貯金経理の資産運用状況等について	P10
私たち公務員はどんな年金がもらえるの?	P11
入学貸付の受付を開始しました!!	P12
第71回宮城県市町村職員野球大会	P14
らくらく禁煙コンテスト	P16
令和元年度健康優良組合員表彰	P17
インフルエンザ予防接種助成について	P17
家庭用常備薬の特価斡旋について	P18
組合会議員・理事補欠選挙結果報告	P19
人事異動のお知らせ	P19

<http://www.kyosai-miyagi.or.jp>



石巻市イメージキャラクター  
「いしびん」

表紙写真  
ご紹介

## 石巻市 石巻魚市場がにぎわっております。

平成27年9月1日に供用された新しい「石巻魚市場」は水産庁の定める衛生管理基準のレベル3に対応しており、国内だけではなく、海外への輸出も視野に入れた市場となっております。

施設の規模は旧施設(上屋長さ650m)の1.4倍(876m)となり、国内最大級の『地方卸売市場』として、消費者の皆様にご安全で安心な魚をお届けします。



ご家族の皆さんと一緒にご覧ください

# 市区町村の条例等による医療費助成制度の適用を受けることになった方、または受けなくなった方へ

組合員または被扶養者の方の医療機関での窓口負担額が25,000円(標準報酬月額530,000円以上の方は、50,000円)を超える場合には、その超えた分について附加給付(一部負担金払戻金、家族療養費附加金)を支給しています。

しかし、市区町村の条例による医療費助成を受けていると医療費の自己負担分が25,000円以下になるため、附加給付を支給できないことになります。

この附加給付を適正に支給するため、医療費助成の受給状況について毎年10月に調査を実施しますので、「市区町村の条例による医療費助成」に該当となった場合は「**公費負担該当申告書**」、非該当となった場合は「**公費負担非該当申告書**」を共済組合担当課に届出してください。

なお、医療費助成の適用を受けている方に附加給付が誤って支給された場合には、後日返還していただくことになりますのでご注意ください。

<b>公費負担 該当申告書</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>心身障害者医療費助成の適用を受けてなかった方が、適用を受けることになったとき</u> (添付書類 心身障害者医療費受給者証のコピー)</li> <li>● <u>母子・父子家庭医療費助成の適用を受けてなかった方が、適用を受けることになったとき</u> (添付書類 母子・父子家庭医療費受給者証のコピー)</li> <li>● <u>所得制限等により乳幼児等医療費助成対象外だった方が、所得の減少により乳幼児等医療費助成の適用を受けることになったとき</u> (添付書類 乳幼児等の医療費受給者証のコピー)</li> </ul>
<b>公費負担 非該当申告書</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>所得の増加等により心身障害者医療費助成の適用を受けなくなったとき</u> (添付書類 適用を受けなくなったことがわかる書類のコピー)</li> <li>● <u>所得の増加等により母子・父子家庭医療費助成の適用を受けなくなったとき</u> (添付書類 適用を受けなくなったことがわかる書類のコピー)</li> <li>● <u>所得の増加等により乳幼児等医療費助成の適用を受けなくなったとき</u> (添付書類 適用を受けなくなったことがわかる書類のコピー)</li> </ul>

心身障害者医療費受給者証		
受給者番号	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	
受給者	住所	○ ○ 市 ○ ○ 町 ○ ○ 番地 ○
	氏名	共済 太郎 男
対象者	氏名	共済 太郎 男
	生年月日	昭和 ○ 年 ○ 月 ○ 日
有効期間	令和 ○ 年 ○ 月 ○ 日から 令和 ○ 年 ○ 月 ○ 日まで	
市町村長名 及び印	宮城県 ○ ○ 市長 <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">印</span>	
交付年月日	令和 ○ 年 ○ 月 ○ 日	

令和 ○ 年 ○ 月 ○ 日	
共済 太郎 様 (共済 一郎様分)	
宮城県 ○ ○ 市長 <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">印</span>	
子ども医療費受給資格登録(更新)申請却下通知書	
先に申請なりました子ども医療費受給資格更新 については、下記の理由により却下します。	
記	
1 却下理由	○○○○○○
2 却下となった期間	令和 ○ 年 ○ 月 ○ 日から 令和 ○ 年 ○ 月 ○ 日まで



# 適正受診にご協力ください!

医療機関を受診するとき、一人一人がルールやマナーを守っていれば医療費の削減ができる上、医療現場の負担も軽減されます。いざというときに、必要としている人が安心して医療を受けられるように、適正受診を心掛けましょう。



## かかりつけ医を持ちましょう

日頃から病歴や健康状態を把握してもらっている「かかりつけ医」がいれば、あなたに合った治療・アドバイスが受けられます。また、必要に応じて大病院や専門医を紹介してもらえます。

## 重複受診はやめましょう

同時期に同じ病気で複数の医療機関にかかると、受診のたびに初診料などがかかる上、何度も検査や処置・投薬などを行うので、医療費がかさみ、また体に負担もかかります。



## 時間外・休日・夜間の安易な受診は控えましょう

時間外・休日・夜間の診療には、通常の料金に規定の「割増料金」が加算されます。急病などやむを得ない場合を除き、平日の日中に受診しましょう。

時間外	おおむね8時前と18時～22時、 休診日、土曜日の正午以降
休日	日曜日、祝日、12月29日～1月3日
深夜	22時～6時



## 大病院志向はやめましょう

医師からの紹介状なしで大病院\*にかかると、原則として、自己負担に加え「定額負担」が必要になります。定額負担の額は、初診 5,000 円(歯科 3,000 円)、再診 2,500 円(歯科 1,500 円)が最低金額です。まずは、かかりつけ医を受診しましょう。

\*特定機能病院および病床規模が 400 床以上ある病院

## 薬局を上手に活用しましょう

どの医療機関にかかったときも同じ「かかりつけ薬局」で薬歴や体質、アレルギー歴などを把握してもらっていれば、薬の重複や飲み合わせの可否などを確認してもらえます。また、飲み残した薬がある場合は、薬剤師に相談しましょう。



1人に一冊!

### お薬手帳の活用法

処方された薬を記録してもらうだけでなく、自分で服薬後の体調の変化や市販薬・サプリメントなどの服用歴も記入しておく、医師や薬剤師に相談しやすく便利。常時携帯すれば災害時などにも役立ちます。

## ジェネリック医薬品に切り替えてみましょう

医療機関や薬局で支払う自己負担金は医療費の一部であり、残りは医療保険者が負担しています。新薬より安価なジェネリック医薬品を使うことで、私たちが支払う薬代の負担だけでなく、医療保険者の負担も削減できます。

さらに

### こんなことも医療費削減につながる!

- 医療機関を受診したら、明細書と領収書で診療内容や費用を確認しましょう。日頃から医療や医療費に関心を持つことで、適正な受診行動へとつながります。
- 病気の早期発見・早期治療、重症化予防のためにも、健診は毎年必ず受け、結果を確認しましょう。

# 出産とお金のお話

出産・産休 (本号)

育休・復職 (R2.1月号)



## 前編 出産・産前産後休業について

出産や育児休業の際、共済組合に各種申請が必要になります。  
本号では、出産に関する各種申請についてまとめましたので、参考にしてください。

## 出産費 家族出産費

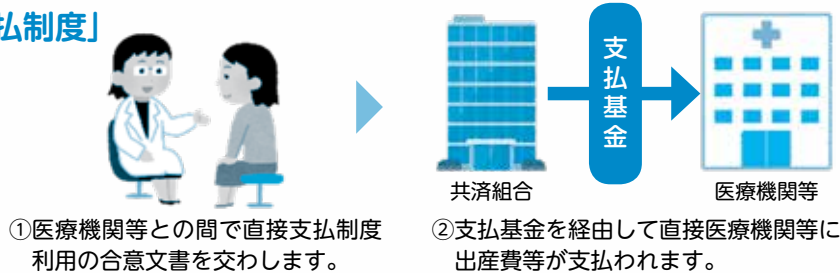
組合員が出産したときに「**出産費**」が支給されます。  
被扶養者が出産したときに「**家族出産費**」

### ◆支給額 420,000円

- ・妊娠4か月(85日)以上であれば、死産、流産などの異常分娩や母体保護法に基づく人工妊娠中絶に対しても支給されます。
- ・双子以上の場合は、その人数分の額が支給されます。
- ・在胎週数22週未満など産科医療補償制度の対象ではない出産の場合は、支給額は404,000円となります。

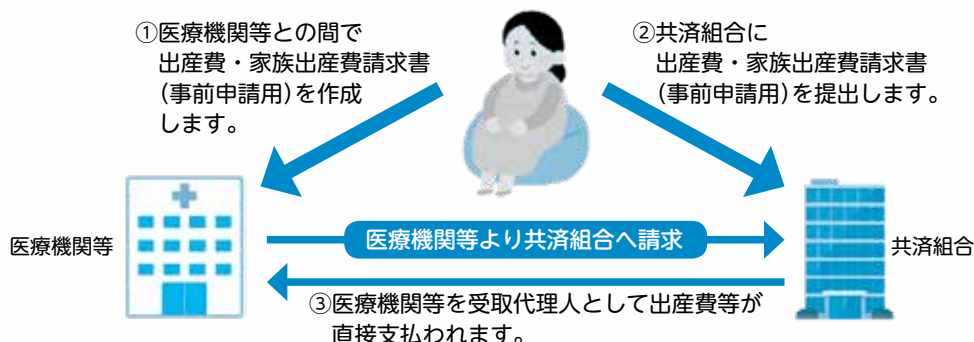
### ◆請求方法 出産費の請求方法には3つの方法があります。

#### 1.「直接支払制度」



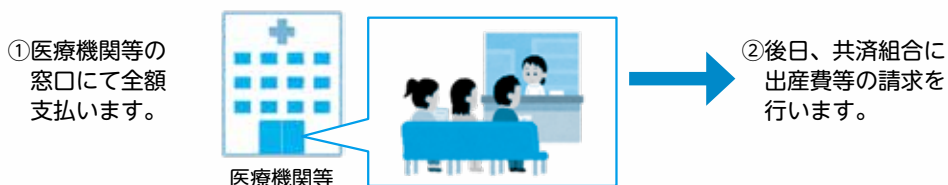
#### 2.「受取代理制度」

※認可された小規模な医療機関で実施されており、全ての医療機関で実施されているわけではありません。



※「直接支払制度」又は「受取代理制度」を利用して、  
出産にかかる費用が42万円を下回った場合は、  
出産費等との差額を共済組合に請求する必要があります。

#### 3.「直接支払制度」又は「受取代理制度」を利用しない



# 出産手当金

組合員が出産で勤務を休んだことにより手当等が減額され報酬が著しく下がったとき、**出産手当金**が支給されます。

※産休は特別休暇になるため給料の全額が支給されますが、日額で支給される手当(特殊勤務手当等)は勤務しない日について支給されません。

◆支給期間 出産日(出産日が出産予定日の後のときは、出産予定日)以前42日(多胎妊娠は、98日)から出産の日後56日まで

◆支給額 (支給日額－報酬日額)×休業日数

支給日額 = 過去1年間の標準報酬月額平均 ÷ 22 × 2 ÷ 3

※支給開始月以前の継続した組合員期間が1年未満の支給日額

$$\left( \begin{array}{l} \text{支給開始月以前の継続した} \\ \text{組合員期間の標準報酬月額平均} \\ \\ \text{360,000円} \\ \text{(平成30年度9月30日時点の} \\ \text{全組合員の平均標準報酬月額)} \end{array} \right) \text{のいずれか低い額} \div 22 \times 2 \div 3$$

報酬日額 = 日々の勤務に対して支給されるもの(給料月額等) ÷ 勤務を要する日数 + 月額で支給されるもの(扶養手当等) ÷ 22

休業日数 = 支給期間から週休日(土日)を除いた日数



# 掛金(保険料)免除

産前産後休業中は本人の申し出により**掛金(保険料)**が免除されます。

出産予定日に基づき、休業開始時に**産前産後休業掛金免除申出書**を提出していただきますが、出産日が予定日と異なった場合には出産後に**産前産後休業掛金免除変更申出書**を提出してください。

# 育児支援図書

組合員・被扶養配偶者が第1子を妊娠・出産したとき、**育児支援図書**を交付します。

はじめて育児を体験するパパ・ママは、「驚き」と「感動」の連続。そんな中、「こんなとき、どんな対処をすればいいの?」などの疑問がある場合、「育児支援図書」は力強い味方になります。「育児支援図書」はご自宅に送付しますので、季節に合わせた子育ての最新情報をご覧ください。

## ◆申請方法

**育児支援図書交付申請書**を所属所の共済事務担当課を経由して申請してください。

## 交付図書

- ・すくすく赤ちゃん
- ・赤ちゃん和妈妈「お誕生号」
- ・お医者さんにかかるまでに
- ・月刊誌「赤ちゃん和妈妈」(1年間12冊)



各種請求様式は共済組合ホームページからもダウンロードできます

各種お問い合わせ先

給付金関係  
保険課給付係  
TEL 022-263-6411

掛金  
保険課システム・資格調定係  
TEL 022-263-6415

育児図書  
福祉課保健係  
TEL 022-263-6413

# 特定健康診査・特定保健指導を 受けましょう！

特定健診・特定保健指導にかかる費用負担はありません。  
共済組合が全額負担いたします。

## 特定健康診査 ～ 早めに受診しましょう ～

共済組合では、5月上旬に対象となる方に特定健診受診券を送付しています。

特定健康診査は、40歳から74歳までの方が生活習慣病の発症や重症化を予防し、ご自身の健康確認のため、年に一度受診していただくものです。

まだ受診されていない方は、早めの受診をお願いいたします。

※健診機関は、共済組合HPでご確認ください。 [ホーム](#) → [共済組合からのお知らせ](#)

→ [福祉課 2019/5/10 特定健康診査 契約健診機関を掲載しました](#)

## 特定保健指導 ～ 生活習慣を改善します ～

特定健康診査の結果に基づき、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、特定保健指導を実施します。

生活習慣病の発症リスクによって、「動機付け支援」「積極的支援」に分けられ、医師や保健師、管理栄養士などによるアドバイスや支援が行われます。



動機付け支援	個別またはグループで面接を原則1回行い、対象者が自らの生活習慣を振り返り、目標を設定して行動に移し、その生活が継続できることを目指した支援。6か月後に通信等（電話・Eメール・FAX等）を利用して評価を行います。
積極的支援	動機付け支援に加え、3か月以上の定期的・継続的な支援（電話・Eメール・FAX等）を行い、対象者が自らの生活習慣を振り返り、目標を設定して行動に移し、その生活が継続できることを目指した支援。6か月後に通信等を利用して評価を行います。

## ◆◆◆ 特定保健指導利用券を送付します ◆◆◆

特定保健指導の対象となる方には、「特定保健指導利用券」を所属所の共済事務担当者を通して送付しますので、指導機関を事前にご予約のうえ、利用券と組合員証等を提示し利用してください。（9月頃から順次発送）

ぜひこの機会に保健指導を利用して生活習慣を見直しましょう。

◎問い合わせ先 福祉課保健係 TEL 022-263-6413



# 40代 50代 男性のための ヘルスUPセミナー「男塾」を開催しました

令和元年8月29日(木)、パレス松洲において、40代50代男性のためのヘルスUPセミナー「男塾」を初めて開催いたしました。

メタボ、生活習慣病、高血圧、脂質異常、糖尿病、前立腺肥大、前立腺がん、男性の更年期、薄毛、加齢臭、目の衰え、ストレス、腰痛、膝痛、運動不足等々…40歳以降は、体と心について気になることが増えてくる年代ですが、ご自分のことをゆっくり考える時間は、なかなか取れないのが現実だと思います。参加者は、1日ゆっくりご自分のために、体と心について学ばれていました。

残念ながら今回参加できなかった方、興味を持たれた方、どうぞ来年「男塾」にご参加ください!!

講師	内容	参加者の声
<b>1時限目</b> 	<b>講話「開店!居酒屋横丁&amp;共済食堂」</b> 講師 (一財)宮城県成人病予防協会 管理栄養士 庄司清子 氏 ■居酒屋で…「アルコール」「食べ物」について アルコールの適量と代謝時間、血中アルコール濃度の計算、居酒屋の食べ物のカロリー 等 ■外食やコンビニ活用の食事について バランスの良い食事、控えたい料理、コンビニ・外食でバランスよく食べるには? 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆普段飲み会で注文している、アルコール量や食べ物から、血中アルコール濃度やカロリー計算によって得られた結果は、自分の意識(飲み方)を変える契機になったと感じています。</li> <li>◆食べたものに対してのカロリー消費の大変さがわかり、なにげない食事に気をつけようと思った。</li> </ul>
<b>2時限目</b> 	<b>講話「第一印象を与えるチャンスは一度だけ!! 大人の身だしなみ講座」</b> 講師 (株)藤崎デパート 紳士服売り場 パイヤー 伊藤真央 氏・奈良坂桜香 氏 ■第一印象の重要性 ■スーツの基礎知識、スーツの着こなし ■アイテムコーディネートの基本 ■おすすめクールビズスタイル 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆くつとベルトの話や革の手入れの話が興味深かった。</li> <li>◆公務員は身だしなみについて「清潔感がある方がよい」ぐらいで、講義的なものがないので本当にためになりました。</li> <li>◆スーツの着こなし方、大変勉強になりました。</li> </ul>
<b>3時限目</b> 	<b>講演「40代からの男性の体と心について」</b> 講師 東北福祉大学・医療経営管理学科 教授 学科長、 予防福祉健康増進推進室 室長、医学博士、 医師 船渡忠男 氏 ■最後までどう生きたいか?健康寿命について ■メタボ、高血圧、コレステロール、腎臓の検査、糖尿病、なぜ健診を受けるのか? ■毎日の体重と血圧測定、運動、食事の重要性 ■心の話、ストレスについて 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆カルシウム、果実ビタミンを摂取する。「体重」「血圧」を朝、毎日測定する。生活習慣に取り込む事が大切ということを学べた。</li> <li>◆講師が話すだけでなく、参加型で楽しかった。</li> <li>◆自身の健康管理を見直すきっかけとなりました。</li> </ul>
<b>4時限目</b> 	<b>講話と実技「楽しく脱メタボ! ~すっきり汗をかいて楽しく脂肪を燃焼させましょう~」</b> 講師 スポーツクラブルネサンス仙台長町南24 フィットネス担当 高橋祐治 氏 ■ストレッチ ■「5分で出来る簡単体操」 ふくらはぎの筋肉を鍛える運動、ももの筋肉を鍛える運動、背中の筋肉を鍛える運動 ■格闘技系のフィットネス 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆今までいかに運動不足かが分かりました。良い機会でした。</li> <li>◆短時間でできる運動を教えていただいたので、ぜひ習慣的に実施したい。</li> <li>◆体がついていきませんが、すっきりしました。</li> <li>◆簡単に家で出来るメニューで実用的でとてもよかったです。</li> </ul>

お知らせ

12月5日(木)に、40代50代輝く女性のための「ヘルスアップセミナー」を開催いたします。ご自身の体と心の健康のためにご活用ください。



## 管理職のためのハラスメント研修

# パワハラにならない叱り方・部下のやる気を伸ばす褒め方トレーニングセミナー

令和元年6月25日(火)、パレス松洲において、「パワハラにならない叱り方・部下のやる気を伸ばす褒め方トレーニングセミナー」を開催いたしました。30名募集のところ、申込みが倍以上となり、急遽午前にも同一内容の講座を開催することとし、2回開催をいたしました。26所属所、61名の方の参加となりました。

内容は、大きく3つ。「職場のコミュニケーションと怒りのコントロール」「叱るコミュニケーション」「褒めるコミュニケーション」。具体的なロールプレイを交えて、わかりやすく教えていただきました。セミナー中は時に笑いがあり、全体を通して和やかな雰囲気です。3時間のセミナーが終了いたしました。演題から考えると、内

容が職場向けのように感じますが、管理監督者等と部下の方のみならず、どなたでも知っていることで、職場や日常生活のコミュニケーションや人間関係が円滑になるのではないかと思います。

セミナーの内容で、相手にイライラして怒りを感じ、罵声になりそう…手が出そう…等感情をぶつけてしまいそうになった時「怒りのコントロール」を使うとよいという話がありました。行動を起こさないまでも、誰でも、相手にイライラして怒りを感じることがあると思います。感情を相手にぶつけてしまうと、パワハラなどにもなりかねません。「怒りのコントロール」=感情の高ぶりを落ち着かせる、一つの方法として参考になるのではないかと思いますので下記をご紹介します。



講師 (株) 保健同人社・臨床心理士  
吉井 利恵 先生

## ■ 「怒りのコントロール」…相手にイライラして怒りをぶつけそうになった時、試してみましょう！

方法	深呼吸	7秒ルール	タイム・アウト法
やり方	ゆっくりとした深い呼吸を2～3回して、身体の緊張をほぐします。その呼吸に合わせて、ゆっくり話し、ゆっくり行動します。	心の中で、ゆっくり1,2,3…7まで数えます。	物理的にその場から離れます。離れる時、無言はNG。「明日話そう」「トイレに行かせて」など相手に一声かけることがマナーです。
理由	感情的になると、呼吸が早くなり、怒りの感情を助長してしまいます。	激しい怒りの感情は、6秒以上保てません。怒りの爆発にストップをかけ、感情的な落ち着きを取り戻します。	物理的にその場から離れて、感情の高ぶりを落ち着かせます。

これらの方法が、思い出せなくても「意識してゆっくり話す」だけでも感情的な高ぶりを落ち着かせる効果があるそうです。



開催いたしました！

◆ 講演「介護と仕事の両立支援セミナー  
～親の介護…その前に！」  
◆ 講話と実技「呼吸と運動でゆったり、リラックス」

令和元年7月30日(火)、パレス松洲において、講演「介護と仕事の両立支援セミナー ～親の介護…その前に！」と講話と実技「呼吸と運動でゆったり、リラックス」を開催いたしました。

今回初めて「仕事と介護」についてのテーマを取り上げました。参加者は女性が多いのではないかと予想をしていましたが、実際には男性と女性半々の参加でした。

講演「介護と仕事の両立支援セミナー  
～親の介護…その前に！」



講師 (株)保健同人社  
保健師 渡邊千鶴 先生

これから介護をする可能性のある方に向けて、介護の現状、介護保険制度の概要、介護の時に使えるサービス、親が元気なうちに確認や共有をしておいたほうが良いこと等を学びました。

参加者からは

◆親のことについて分かっているようでわかっていないことに気づきました。まずは親のことを知ろうとする意識を持つことから始めたいと思います(40代男性) ◆介護が必要になる前に必要なことを知ることができました(40代女性)等

参加者それぞれが、介護と仕事の両立について考え、学ぶ機会となったようです。

講話と実技  
「呼吸と運動でゆったり、リラックス」



講師 健康運動指導士  
入江徳子 先生

運動というと、力を入れて、鍛えるイメージが強いと思いますが、今回は、90分のほとんどを「体をゆるめて自由に動けるようになる」「リラックスする」等、体をゆるめるための運動を体験しました。

参加者からは

◆大変リラックスできました。眠くなりました(40代男性) ◆日頃トレーニングは結構していますが、心だけでなく筋肉もリラックスさせることが重要だということがわかりました(50代男性) ◆実技はとても体と心に効いて、リラックスできました(50代女性)等 普段ほとんど行うことのない体をゆるめる運動と呼吸が参加者に大好評でした。

情報

厚生労働省のHPに介護と仕事の両立に関する資料等が沢山掲載されています。そちらも参考にいただければと思います。

# //// 貯金経理の資産運用状況等について ////

共済貯金は、組合員の皆さまの資産形成・生活設計にお役立ていただくため、お預かりした資金を共済組合が有価証券等で資産運用を行い、その運用益を市中金利よりも有利な利率で還元させていただいております。

共済貯金の令和元年7月末現在の加入状況及び運用状況について、ご説明いたします。

## 加入状況

貯金額	45,259,035,180円
貯金者数	10,044人
貯金者1人 当たり貯金額	4,506,076円
組合員加入率	53.38%

年利

# 1.0%

(令和元年10月現在)

※年利は、市場金利の状況により変更することがあります。

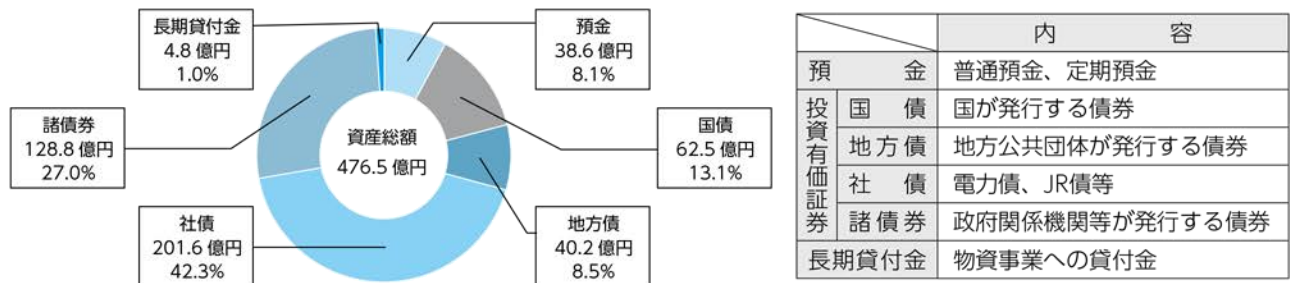
## 運用基準

資産運用については、貯金の払戻しに対応するための預金による短期運用のほか、有価証券等による長期運用を行っており、当組合で定めた「資金管理及び運用基準」に基づき、安全性を最優先とした運用に努めております。

取引金融機関につきましては、自己資本比率、格付及び過去の経常収支など、重要性の高い指標を中心に分析し、総合的な判断の下に、健全性が高いとされた機関としております。

また、債券による運用では、発行体の財務内容や格付など、安全性、流動性について厳正な見直しを常に行っております。

## 資産の構成割合



## 積立金

不測の事態に備えるための欠損金補てん積立金は、平成30年度末で22.1億円となっております。今後も状況に応じて計画的に積み立てを行い、貯金の安全性と安定性を確保していきます。

## 共済貯金とペイオフについて

ペイオフとは、預金保険機構に加入している金融機関が破綻した場合に、預金者に対して預金額の一定額（元本1,000万円までとその利息）を保護する制度ですが、当組合は金融機関ではないため、各貯金者に対する預金保護は適用になりません。

しかし、安全に資産運用を行うため、債券購入時はもちろん、購入後も常に各関係機関から情報を収集・分析し、適切な対応に努めており、制度発足以来現在まで、購入した債券の発行元が破綻し、元本が回収不能になった事例はありません。

今後も組合員の皆様に安心してご利用いただけるよう、引き続き努力してまいります。  
ぜひ、大切な資産を運用する選択肢の一つとして、共済貯金をご検討ください。

### 共済貯金締切日及び払戻日のお知らせ

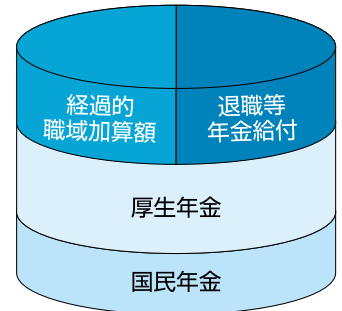
	第1回		第2回		第3回	
	締切日	払戻日	締切日	払戻日	締切日	払戻日
令和元年 11月	11/ 1 (金)	11/12 (火)	11/12 (火)	11/20 (水)	11/21 (木)	11/29 (金)
12月	12/ 2 (月)	12/10 (火)	12/12 (木)	12/20 (金)	12/17 (火)	12/26 (木)
令和2年 1月	1/ 6 (月)	1/15 (水)	1/ 9 (木)	1/20 (月)	1/23 (木)	1/31 (金)

※「貯金払戻請求書」の受け付けは、各締切日の午前中までに共済組合へ原本が届いたものに限ります。  
所属所で締切日を設定している場合もありますのでご注意ください。

◎問い合わせ先 総務課経理係 TEL 022-263-6414



共済組合の組合員の場合、国民年金（基礎年金）に加え、厚生年金が支給されます。また、平成27年9月30日以前に組合員期間がある方には、「経過的職域加算額」、平成27年10月以降に組合員期間がある方には、「退職等年金給付」が支給されます。



## 年金給付の種類

### 厚生年金

#### 老齢厚生年金

被保険者期間などが10年以上である方が65歳以上になると、一定の条件を満たしていれば、老齢厚生年金が受けられます。

#### 遺族厚生年金

組合員が在職中または退職後に死亡した場合、一定の条件を満たしていれば、その遺族は遺族厚生年金が受けられます。

#### 障害厚生年金

組合員が在職中の病気やけがで重度の障害の状態になったとき、一定の条件を満たしていれば、障害厚生年金が受けられます。

#### 障害手当金

初診日から5年を経過するまでに傷病が治っており、障害厚生年金が支給されない程度の軽度の障害の状態にあるとき、障害手当金が受けられます。

### 国民年金（基礎年金）

#### 老齢基礎年金

65歳になると、一定条件を満たしていれば、老齢基礎年金が受けられます。

#### 遺族基礎年金

在職中または退職後に死亡した組合員に子どもがいる場合、一定の条件を満たしていれば、配偶者かその子どもは遺族基礎年金が受けられます。

#### 障害基礎年金

障害等級が1級または2級の状態になったとき、一定の条件を満たしていれば、障害基礎年金が受けられます。

### 経過的職域加算額

一元化前（平成27年9月30日以前）に地方公務員共済組合の組合員であった方に支給される年金です。

#### 退職共済年金（経過的職域加算額）

引き続き1年以上の組合員期間がある方は、一元化前の期間に応じた職域部分の年金が支給されます。

#### 障害共済年金（経過的職域加算額）

一元化前の組合員期間に初診日があり、保険料納付要件を満たす方で、一元化前の障害共済年金の支給要件を満たしていれば、一元化前の期間に応じた職域部分の年金が支給されます。

#### 遺族共済年金（経過的職域加算額）

一元化前の組合員期間に初診日がある傷病により死亡した場合、または一元化後に初診日がある公務外の傷病により死亡した場合は、一元化前の期間に応じた職域部分の年金が支給されます。

### 退職等年金給付

平成27年10月以降に地方公務員共済組合の組合員であった方に支給される年金です。

#### 退職年金

1年以上の引き続く組合員期間を有し、65歳以上で退職している方は、退職年金が受けられます。

#### 公務障害年金

平成27年10月以降に初診日がある公務による病気やケガで障害の状態になったとき、一定の条件を満たしていれば、公務障害年金が受けられます。

#### 公務遺族年金

公務による病気やケガが原因で在職中または退職後に死亡したとき、一定の条件を満たしていれば、公務遺族年金が受けられます。

推薦、AO入試等で令和2年度入学が決定し、  
新たなスタートを迎える皆様へ

貸付利率  
1.26%

# 入学貸付の受付を開始しました!!

入学貸付は、組合員の方または被扶養者（扶養認定を受けていないお子様も含みます）の方が、学校教育法に定められた高等学校、中等教育学校（後期課程に限る）、高等専門学校、短期大学、大学、大学院、専修学校、各種学校またはこれらに準ずる外国の教育機関へ入学するための資金を、入学年度分、一括で貸付けをする制度です。

## 1 受付期間等

- 貸付申込書受付期間  
令和元年10月1日～令和2年4月30日まで
- 貸付申込書締切日（共済組合必着）等

申込書締切日	令和元年 10月末日	11月末日	12月末日	令和2年 1月末日	2月末日	3月末日	4月末日
貸付金送金日	11月末日	12月末日	令和2年 1月末日	2月末日	3月末日	4月末日	5月末日

- 受付期間外での貸付申込みはできません。（外国の教育機関を除く）
- 複数の学校を受験する場合は、入学する学校が確定してから申し込みください。

## 2 貸付金額・限度額

1万円単位で、給料月額額の6か月に相当する金額（最高限度額200万円）

## 3 貸付利率及び償還方法

- 貸付利率 年利1.26%
- 償還方法 次の2つの方法から選択できます。
  - ①毎月償還
  - ②ボーナス併用償還（貸付金額50万円から利用可）
- 貸付金送金を受けた月の翌月から、給与控除による毎月元利均等償還の開始となります。
- ご希望により、入学予定の学校等で定めている修業年限を限度に、元金の償還を据え置くことができます。なお、据置期間中は利息分のみをお支払いいただきます。また、お申し出により据置期間を途中で解除し、毎月元利均等償還を開始することもできます。

【償還金額例（償還額には、年利1.26%の利息が含まれています。）】

ご利用金額例	償還区分	毎月償還金額	ボーナス併用償還金額
100万円 (償還回数72回)	毎月償還分	14,428円	9,610円
	ボーナス償還分		28,830円
200万円 (償還回数120回)	毎月償還分	17,747円	11,821円
	ボーナス償還分		35,463円

※ ボーナス併用償還を選択した場合の償還金額は、貸付申込10月末日締切、11月末日送金、12月ボーナス控除による償還開始の例で記載しております。（償還開始月により、償還金額の端数が若干異なります。）

## 4 申込書類

- (1) 入学貸付申込書
- (2) 借入状況等申告書
  - 他の金融機関から、既に借入れがある場合や新規で借入れをする場合は、毎月及びボーナス等からの償還額が確認できる書類（償還表等）の写しを提出してください。
  - 「給料月額に対する毎月の償還額の割合」及び「年収額に対する年間の償還額の割合」が30%を超える場合は貸付けができません。
  - 償還据置を希望する方が償還額を記入するときは、据置期間経過後の償還額（元金＋利息）を記入してください。
- (3) 合格通知書（写）または入学許可書（写）
- (4) 入学に伴う諸経費等の明細が分かる書類
  - 入学金、授業料及び納付金等が明記された、入学する教育機関が通知する文書や納付書等（写）
  - 入学に伴いアパート等を借受けて居住する場合、家賃等に要する費用と入居者名が明記された賃貸契約書（写）
  - 入学に伴う引越しや家具家電等購入にかかる組合員名義の見積書等
  - 通学にかかる交通費等、その他、入学に必要な経費と認められるものが明記された書類
    - ※ 入学に必要と認められない場合は、申込金額を減額します。
- (5) 直近の給与支給日にかかる「給与支給明細書」（写）
  - ※ 貸付を申し込む組合員の給料月額を確認します。
- (6) 戸籍抄本
  - ※ 貸付対象者が被扶養者でない子の場合に提出いただき、組合員との続柄を確認します。
- (7) 団体信用生命保険加入申込書
  - ※ 任意加入です。加入を希望する場合は貸付毎にお申込みください。

**共済組合の貸付は、保証人・担保・事務手数料が不要です！**

## 「住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書」 発行のお知らせ

住宅貸付・在宅介護対応住宅貸付・災害貸付（以下、「住宅貸付等」という）を利用してマイホームを新築、購入、増改築されたときには、一定の要件に該当した場合、所得税からの特別控除を受けることができます。

共済組合では、要件該当者の方（貸付金残高があり、借入から完済まで10年以上の期間がある方）に、「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」を次のとおり所属所の共済事務担当課を経由して送付いたします。

なお、住宅借入金等特別控除の詳細につきましては、最寄りの税務署へお問い合わせください。

送付時期	該当者	備考
令和元年11月中旬	平成19年1月1日から平成30年12月1日までに借り受けた方	年末調整用
令和2年1月上旬	平成31年1月1日以降に借り受けた方	確定申告用

- 一部繰上償還を行い、貸付期間が10年未満となった方は、証明書の発行はありません。
- 証明書は紛失されないようご注意ください。

◎問い合わせ先 福祉課福祉係 TEL 022-263-6413

# 野球大会 開催!

今年で第71回となる宮城県市町村職員野球大会が、令和元年8月24・25・31日に涌谷スタジアムにおいて開催されました。

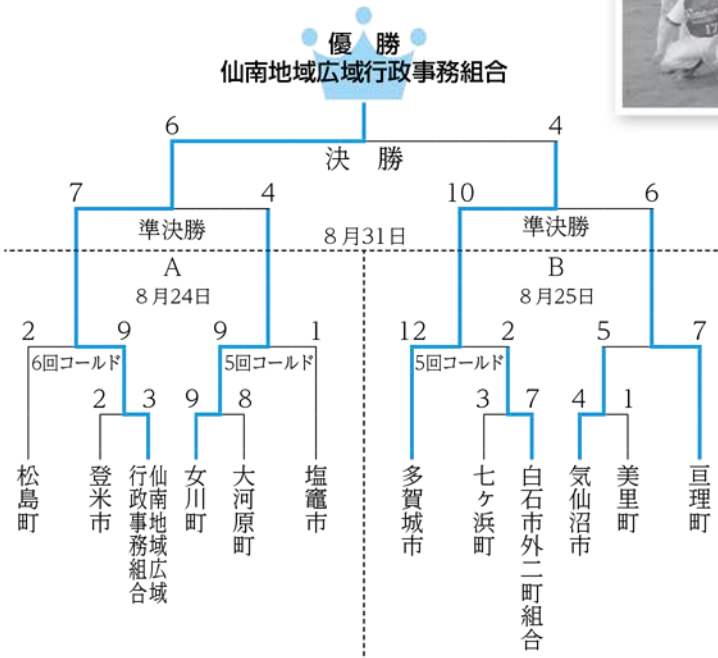
今年の決勝戦は仙南地域広域行政事務組合と多賀城市の対戦となりました。試合は、両チーム取っては取り返す、一歩も譲らない、激闘を繰り広げましたが、仙南広域が4回に勝ち越して以降、多賀城市の猛攻を抑え、3年ぶり2度目の優勝となりました。

なお、優秀選手賞に以下の3名が選ばれました。

決勝戦	1	2	3	4	5	6	7	計
仙南広域	1	0	3	1	0	0	1	6
多賀城市	3	0	1	0	0	0	0	4



優勝 仙南地域広域行政事務組合



準優勝 多賀城市

## <優秀選手賞>



江口 雄太 選手 (仙南広域)



木村 元気 選手 (仙南広域)



相川 翔 選手 (多賀城市)

有限会社 みやぎ共済が取り扱っております保険のうち、今号では、「新・団体医療保険」をご紹介します。

病気による入院・手術・退院後通院を補償します！

先進医療等の費用も補償対象になります。

# 新・団体医療保険

「新・団体医療保険」

医療保険基本特約・疾病保険特約等  
セット団体総合保険

被保険者が、保険期間中に疾病を被り、その直接の結果として、入院を開始した場合、手術を受けた場合、退院後に通院された場合等に保険金をお支払いする保険です。

- 入院補償は1日目からお支払いします。(日帰り入院も対象になります。)
- 職種による保険料の差がなく、5歳刻みの保険料となっております。
- 病気による入通院に補償を特化し、低廉な保険料を実現
- 保険金をお受け取りになっても、初年度加入(通算期間設定)および継続加入の保険期間を通算して1,000日分の保険金をお支払いするまで契約を継続できます。
- 団体契約による割引(団体割引)が受けられ、**20%も割引**でご加入いただけます。
- 加入の際の医師の診査はいりませんが、健康告知をお願いします。(告知の内容によってはご加入をお断りする場合があります。)
- 本保険は、介護医療保険料控除の対象となります。(2019年7月現在)
- 保険期間：2019年7月1日午後4時から1年間(中途加入もできます。)
- 加入対象者(被保険者)
  - ・宮城県市町村職員共済組合の組合員本人およびご家族(配偶者、子供、両親、兄弟姉妹および同居の親族)も加入できます。
  - ・申込締切日現在、正常に勤務し、病気により医師の治療や医師の指示による服薬をしていない方かつ過去2年間に病気を指摘されたり、病気により1週間以上仕事を休んだことのない方。

※団体割引は、本団体契約の前年のご加入人数により決定しています。次年度以降は割引率が変更となることがあります。

■上記は概要を説明したものです。詳しい内容について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。

【お問い合わせは下記取扱代理店まで】

宮城県市町村職員共済組合保険事務取扱店 **有限会社 みやぎ共済** (引受保険会社名：損害保険ジャパン日本興亜株式会社)  
〒980-0011 仙台市青葉区上杉1丁目10番25号 TEL 022-223-0740 FAX 022-215-0785  
受付時間：平日午前9時から午後5時まで(土日・祝日・年末年始はお休みさせていただきます。)

承認番号 SJNK19-05563  
作成日 2019年9月20日

## メンタルヘルス相談

携帯電話からも無料です

0120-169-164

受付時間 平日9:00~21:00 土曜日10:00~18:00

(日・祝日、1/1~3は休み)

お仕事や、ご家庭の問題だけでなく、落ち込んでいる同僚への接し方など、困ったときはおひとりで抱え込まず、まずは相談してみませんか？電話相談だけでなく、直接相談しづらい場合にはWEB相談をお使いください。またご相談内容によって、面接相談をご案内いたします。臨床心理士、精神保健福祉士などの専門スタッフがお答えいたします。

また、WEB相談ページには、よくある相談事例や、健康まめ知識、セルフチェックコーナーもございますので、まずは、ログインしてみてもいいでしょうか。

### 健康・こころのオンライン

ログイン用ID

kyosai-miyagi

→ログイン

共済組合ホームページからもアクセスできます。



#### 電話相談

上記のフリーダイヤルから、  
お電話ください。

#### 面接カウンセリング

ご相談内容に応じ、お近くの提携  
機関での面接をご案内します。  
上記からお電話ください。  
面接相談は、1回1,000円です。

#### WEB相談

直接相談しづらいときは、  
WEB相談をご利用ください。

# 第44回 らくらく禁煙コンテスト

## 禁煙はじめてみませんか？

タバコを止めたいと思ったことはありませんか？そんな経験がある方は、「らくらく禁煙コンテスト」に参加して、禁煙にチャレンジしてみましょ！初めて禁煙にトライする方も、再チャレンジする方にもオススメです！（募集期間は令和元年11月1日まで）

参加方法及び参加費用等の詳細については、次のとおりです。禁煙を目指す組合員の方、禁煙に興味がある方はぜひお申し込ください。

### 1 内容

公益財団法人日本対がん協会主催（事務局：(株)法研）の『らくらく禁煙コンテスト』に参加し、タバコのない生活を目指していただきます。今回は令和元年12月23日（月）から開催される「第44回らくらく禁煙コンテスト」の参加者を募集します。

#### ○「らくらく禁煙コンテスト」の特徴

このコンテストでは、下表のように禁煙準備期間と完全禁煙期間に分けることで、禁煙に対する正しい知識と技術を身につけ、自信を高めてから禁煙に取り組むようプログラムされています。

『らくらく禁煙コンテスト』の流れ		
第1～2週目	第3～6週目	6週目終了
<p><b>禁煙準備期間</b></p> <p>『らくらく禁煙ブック』を読んで、タバコの害や自分の喫煙習慣等を学習・分析し、禁煙に取り組む準備をします。</p>	<p><b>完全禁煙期間</b></p> <p>約1ヵ月間、完全禁煙にチャレンジします。『らくらく禁煙ブック』には禁煙時の禁断症状に対処するノウハウが盛りだくさんです。</p>	<p><b>完全禁煙成功者</b></p> <p>※6週目のレポート（禁煙成功宣言）をご提出ください。</p> <p><b>禁煙失敗者</b></p> <p>※6週目のレポート（終了宣言）をご提出ください。</p>

※禁煙成功者全員に「禁煙成功者証（図書カード付）」、成功者の中から抽選で5万円相当のギフトカードが贈呈されます。

### 2 対象者と利用者負担額

組合員 1人あたり1,000円

参加費用の差額を本組合が負担します。

### 3 応募方法

下段の参加申込書をコピーし、必要事項をご記入のうえ、令和元年11月1日（金）までに共済組合まで、直接もしくは共済事務担当課を通してご提出ください（FAX可）。参加が決まりましたら、参加費納付書を送付しますので、利用者負担額1,000円を納付していただきます。

同コンテスト開催期間が近づきましたら、ご指定の住所へ教材等を(株)法研から送付いたします。

#### らくらく禁煙コンテスト参加申込書（締切日：令和元年11月1日必着）

所属所名		組合員証記号番号	
組合員氏名			
住所	〒		
	TEL		

教材等の送付先（上記住所・共済事務担当課）

宮城県市町村職員共済組合 FAX 022-266-8276



# 令和元年度健康優良組合員表彰

共済組合では、組合員及びその被扶養者の皆様の健康管理及びその意識向上を目的に、1年間病院にかかることなく過ごされた皆様の健康優良組合員として表彰し、記念品を贈呈しております。

今年度表彰に該当されたのは、平成30年1月1日から同年12月31日までの間、組合員及びその被扶養者が医療給付を受けることなく過ごされて、令和元年7月1日まで引き続き組合員（任意継続組合員を除く）である700名の皆様です。

組合員及びその被扶養者の皆様におかれましては、健康管理に一層注意し、医療費適正化にご協力をお願いします。

## 市町村・一部事務組合別健康優良組合員数

(単位：人)

所属所名	人数	所属所名	人数	所属所名	人数
塩 竈 市	18	七 ヶ 浜 町	3	大崎地域広域行政事務組合	21
白 石 市	12	利 府 町	6	巨理地区行政事務組合	4
名 取 市	25	大 和 町	7	仙南地域広域行政事務組合	12
角 田 市	13	大 郷 町	6	気仙沼・本吉地域広域行政事務組合	10
蔵 王 町	6	富 谷 市	18	石巻地方広域水道企業団	2
七 ヶ 宿 町	4	大 衡 村	4	加美郡保健医療福祉行政事務組合	7
大 河 原 町	5	色 麻 町	4	みやぎ県南中核病院企業団	26
村 田 町	3	涌 谷 町	10	石 巻 市	64
柴 田 町	8	女 川 町	9	気 仙 沼 市	84
川 崎 町	7	加 美 町	6	登 米 市	49
丸 森 町	9	石巻地区広域行政事務組合	4	栗 原 市	50
巨 理 町	8	白石市外二町組合	17	東 松 島 市	10
山 元 町	6	巨理名取共立衛生処理組合	1	大 崎 市	80
岩 沼 市	7	黒川地域行政事務組合	12	美 里 町	6
松 島 町	5	塩釜地区消防事務組合	10	南 三 陸 町	14
多 賀 城 市	8				

## インフルエンザ予防接種助成について

今年度もインフルエンザが流行する季節が近づいてきました。外出後はうがい、手洗いを心がけ、咳やくしゃみの症状がある方はマスクを必ずするなど、それぞれに予防を図りましょう。

今年度も疾病予防対策としてインフルエンザの予防接種を受けた方に対する助成を行います。インフルエンザの予防接種を受けられた方は忘れずに申請してください。

- 助成対象…………… 組合員及び被扶養者。ただし、任意継続組合員と65歳以上の者を除く。
- 助成金額及び回数 当該年度 一人あたり年1回 1,000円  
ただし、接種日において13歳未満の被扶養者については当該年度2回までとし、費用が上記金額を下回る場合は実費負担分を助成します。
- 助成対象時期……… 10月から1月に予防接種を受けた方
- 助成方法…………… 各所属所の共済事務担当課に予防接種を受けた方の名前が入った領収書をご提出ください。(セルフメディケーション税制などで、領収書を使う場合は写し可) 共済事務担当課でとりまとめのうえ共済組合に請求していただき、共済組合が所属所を経由のうえ助成することとなります。

◎問い合わせ先 福祉課保健係 TEL 022-263-6413

## 物資指定店情報

○新たに自動車物資指定店となりましたのでお知らせいたします。ぜひ、ご利用ください。

店舗名	所在地	電話番号
スズキアリーナ石巻	石巻市鹿又字下谷地裏40	0225-75-2006

# 家庭用常備薬の特価斡旋について

共済組合ではデータヘルス計画の一環として、家庭用常備薬品等の特価斡旋を行っております。7月にも夏季向けの特価斡旋を行いました。今回は冬季向けの特価斡旋を行います。ご希望の方は、[家庭用常備薬等] 申込書に必要事項を記入し、郵送にてお申し込みください。ご指定の住所へお届けいたします。

また、職場ごとの購入もお待ちしております。

## 商品及び発送についての問合せ先

〒134-0086

東京都江戸川区臨海町3-6-4 ヒューリック葛西臨海ビル 405号室

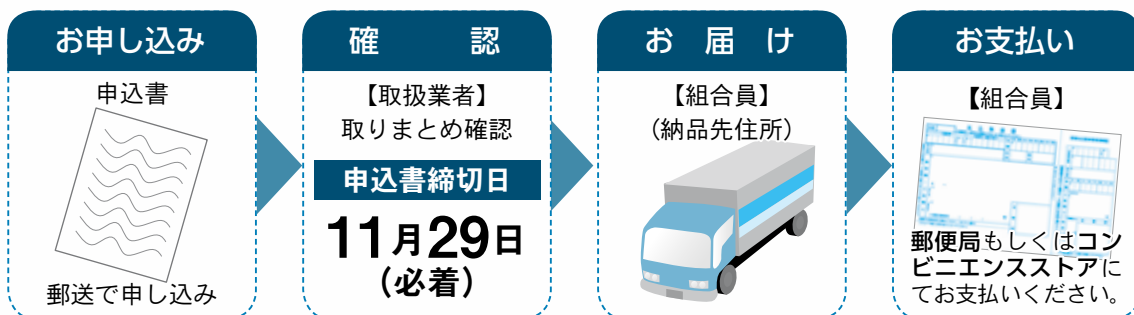
白石薬品株式会社 東京支社 東京データセンター

宮城県市町村職員共済組合 受付係

TEL 03-6808-4641

営業時間 9:00~17:00 (土・日・祝日を除く)

## 購入までの流れ



申込締切日

令和元年**11月29日(金)**

※ お申し込みにより収集した個人情報に関しましては、共済組合及び指定契約業者の白石薬品(株)が保有し、この事業のみに使用し、他の目的には使用しません。

※ 「家庭用常備薬等申込書」のお届け先住所、申込者氏名等を記載しないで申し込みされる方がおられます。申し込みの際は、必要事項が記載されているかご確認ください。



セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)対象の医薬品がありますので、白石薬品(株)発行の領収書と申込書(もしくは納品明細書)を必ず保管してください。

今回の対象商品には、品名の横に★がついています。

◎問い合わせ先 福祉課保健係 TEL 022-263-6413

# 組合会議員・理事補欠選挙結果報告



議員  
村上 英人  
(蔵王町長)



理事  
齋藤 俊夫  
(山元町長)



理事(理事長職務代理者)  
猪股 洋文  
(加美町長)

市町村長である組合会議員で、理事の佐藤英雄氏(第2選挙区選出・村田町長)が8月27日に町長の職を退任したことに伴い、9月2日に議員の補欠選挙が行われ、蔵王町長の村上英人氏が当選し、同日付で組合会議員に就任されました。

また、理事の補欠選挙が10月10日に行われ、齋藤俊夫議員(山元町長)が当選し、同日付で理事に就任されました。

なお、佐藤英雄氏が務めておりました理事長職務代理者には、猪股洋文理事(加美町長)が指名されました。

任期は、前任者の残任期間で、令和2年11月30日までとなります。

## 人事異動のお知らせ

令和元年10月1日

氏名	異動後	異動前
小山田 祥子	総務課長補佐	総務課長補佐兼経理係長
沼倉 大輔	保険課長補佐兼給付係長	総務課庶務係長兼企画広報係長
相澤 史朗	総務課庶務係長兼企画広報係長	保険課給付係長
堀内 和浩	総務課経理係長兼施設係長	総務課施設係長
茂泉 良子	保険課主査	年金課主査
竹谷 弥輝人	総務課主事	福祉課主事
村松 由衣	年金課主事	保険課主事

## マイナンバーカード取得のご協力を！



令和元年6月21日に閣議決定された「経済財政運営と改革の基本方針2019」において、令和元年5月22日に公布された「医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法等の一部を改正する法律」に基づき、令和3年3月から本格実施されるマイナンバーカードの健康保険証利用を着実に進めるため、地方公務員共済組合の取組みについて、「地方公務員等による本年度中のマイナンバーカードの取得を推進する」となりました。

まだマイナンバーカードを取得していない組合員及び被扶養者の皆様には、この取組みについて、ご理解とご協力をお願いいたします。



## 松島紅葉ライトアップ

令和元年 10月26日(土)～  
11月17日(日)

### 円通院夜間拝観

時間：17:30～21:00  
拝観料：平日 500円  
土日祝 800円  
小中学生 200円  
未就学児 無料

★パレス松洲より会場まで送迎いたします(19:30出発)。  
★円通院夜間拝観券はフロントにてお求めいただけます。

## 望・新年会プラン (令和元年11月1日～令和2年2月29日)

宿泊2食 飲み放題付

おひとりさま **9,000円**～

(平日料金 利用券控除後)

- 6名さまより承ります。
- お日帰りでのご利用は **8,000円**になります(利用券控除後)。
- 10名さま以上のご利用で、無料送迎いたします。



宮城県市町村職員共済組合保養所 **パレス松洲**

宮城県松島町高城字浜38

Tel. 022-354-2106 Fax. 022-354-4020

<https://www.palace-matsushima.jp>

