

# 地方 共済

Winter 2025

322

<https://www.chikyosai.or.jp/>



## 2 年頭のご挨拶

近く退職を予定されている皆様へ

- 6 65歳から支給される年金について
- 8 任意継続組員制度について
- 9 退職後の組員貸付について

年金請求時に退職手当等の源泉徴収票が必要になる場合があります

- 10 令和7年4月から  
地共済年金情報Webサイトが変わります

- 11 医療費のお知らせについて

令和6年度第2四半期長期給付に係る  
各積立金の運用実績について

- 12 「健康保険組合等加入者の予防・健康づくり  
功績者厚生労働大臣表彰」を受けました!

あなたのために、将来のために

- 13 特定健康診査と特定保健指導を受けましょう!

- 14 組員証等は令和6年12月2日から  
交付されません

- 15 宿泊施設における  
組員等の資格確認について

15 知って納得情報掲示板  
「表紙の写真」 三重県 松阪もめん

16 地方共済クリニック  
若者からご年配まで「聴こえ8030運動」  
騒音と難聴の関係——今、スマホ難聴が要注意

19 「旅の宿」からご案内  
ホテル プラザ菜の花 (千葉県千葉市)

20 ひろば・本部だより・編集後記

# 年頭のご挨拶

地方職員共済組合

理事長 関 博之

あけましておめでとうございます。

組合員及び年金受給者の皆様、そしてご家族の皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。皆様には、日頃から当組合の業務に対するご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

年頭にあたり、当組合を取り巻く現状や課題、それらに対する取組みなどについて、いくつか申し上げさせていただきます。

我が国は、人口の減少と少子高齢化が進展する中で、持続可能な社会保障制度の構築に向け、能力に応じ全世代が支え合う全世代型社会保障の実現を目指して子ども・子育て支援の充実等の取組を進めており、その一環として、共働き・共育での推進を図るため、本年4月から出生後休業支援給付及び育児時短就業給付を実施することとされています。

このような中、当組合における短期給付事業におきましては、医療費の増加、団塊の世代の後期高齢者への移行、定年年齢の引上げ等により、厳しい財政運営が予想されます。このため、令和8年度以降の短期給付財源率について、短期経理財政の状況を勘案し、改めて検討を行う予定としています。

また、健康増進及び疾病予防の取組の推進が短期給付の抑制に資することを踏まえ、令和8年度以降の福祉事業財源率についても、短期組合員の加入後の保健経理財政の状況も勘案し、短期給付財源率と併せて改めて検討を行う予定としています。

さらに、組合員証（健康保険証）につきましては、昨年12月からマイナ保険証を基本とする仕組みに移行されました。マイナ保険証を利用することで、データに基づく最適な医療が受けられ、また、手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除されるなど、様々なメリットがありますので是非ご利用ください。

保健事業におきましては、昨年10月に当組合の取組みが評価され、「健康保険組合等加入者の予防・健康づくり功績者厚生労働大臣表彰」を受賞しました。引き続き、皆様の健康の保持増進等に資する取組みに重点を置き、データヘルスの観点から健康・医療情報を活用して効果的・効率的な事業実施に努めてまいります。

長期給付事業におきましては、65歳までの年金支給開始年齢の段階的引上げなどの年金制度の内容については、ホームページの充実等により適時適切な情報提供を行うとともに、組合員への年金見込額等の情報提供については、「ねんきん定期便」及びマイナポータルと連携した情報提供サービスによって行うこととしています。また、本部・支部が一体となって年金相談事務の充実と、本部においては、年金コールセンターを活用し、年金受給者サービスの向上を図ってまいります。

最後になりましたが、皆様から当組合への信頼に応えるため、引き続き、役職員一同、ニーズの的確な把握と事務の簡素化・効率化を推進し、皆様へのサービスの一層の向上に努めてまいります。

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



総務省自治行政局公務員部長

## 小池 信之

令和7年の年頭に当たり、謹んで新春のお慶びを申し上げます。

地方公務員共済組合制度は、昭和37年の地方公務員等共済組合法の施行以来、本年で63年目を迎えることとなりました。

この間、幾多の制度改正を経ながら、年金制度である長期給付、医療保険制度である短期給付及び健康診断その他の健康増進事業等の福祉事業を通じて、地方公務員制度を支える重要な役割を担ってきたところです。

さて、現在、我が国においては、平均寿命の伸長や出生数の減少により少子・高齢化が進行しております。

高齢化社会が一層進んだ社会においても、社会保障の機能の充実と給付の重点化、制度運営の効率化を両立させ、社会保険料を納付する者の立場に立って、負担の増大を抑制しつつ、持続可能な制度を実現することが大きな課題となっております。

そのような中で、年金制度においては、昨年7月に令和6年財政検証結果が公表されるとともに、被用者保険の更なる適用拡大、マクロ経済スライドの調整期間の一致、在職老齢年金の見直し及び標準報酬月額の上限等についてオプション試算が行われました。

これらの結果も踏まえ、社会保障審議会年金部会等では、年金制度改正について議論が行われ、本年の通常国会に年金制度改革関連法案が提出される予定となっております。この法案の中で、地方公務員の共済制度に係る法改正も行われる予定となっておりますので、今後の動向を注視いただきますようお願いいたします。

また、医療保険制度においては、昨年12月2日に健康保険証の新規発行が停止され、保険診療等の際には、マイナンバーカードを活用したマイナ保険証の利用が原則とされました。

マイナ保険証は、本人同意の下、医療情報を安全に共有し、質の高い医療を効率的に提供していく医療DXの基盤となるものであり、組合員やその被扶養者の健康増進にもつながるものです。

組合員及びその被扶養者の皆様におかれましては、引き続き、マイナ保険証を利用いただきますようお願いいたします。

共済組合の皆様におかれましては、マイナ保険証利用の促進に関する取組に加え、マイナ保険証を利用できない方も確実に保険診療等が受けられるよう、資格確認書の発行等についてのご対応もよろしくようお願いいたします。

また、現在、厚生労働省に設置された審議会等では、高額療養費のあり方、「こども未来戦略」（令和5年12月22日閣議決定）において2026年度を目途に保険適用の導入を含め検討を進めるとされた出産費用（正常分娩）の取扱い等について議論が行われており、今後、制度改正が行われる可能性があります。

こうした動きに加え、地方公務員共済制度においては、本年4月から、子ども・子育て支援のため、育児休業支援手当金及び育児時短勤務手当金の支給が開始されます。

組合員の皆様はじめ関係各位におかれましては、地方公務員共済組合制度につきまして、なお一層のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、本年の皆様方のご健勝とご発展を心からお祈り申し上げます、新年の挨拶といたします。

地方職員共済組合運営審議会会長

## 服部 誠太郎

新年あけましておめでとうございます。

地方職員共済組合の組合員の皆さまにおかれましては、お健やかに輝かしき新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

この度、地方職員共済組合運営審議会会長に就任した福岡県知事の服部誠太郎です。

大きな変革を伴うこの時期の会長職という重責に、身の引き締まる思いです。皆様のお力添えをいただきながら、運営審議会の方を通じて組合の発展に尽力してまいりますので、関係者の皆さまのご協力をお願い申し上げます。

さて、令和5年の総人口に占める65歳以上人口の割合は、過去最高の29.1%となりました。令和19年には、国民の3人に1人が65歳以上になると見込まれており、超高齢化の進展に伴い、働き盛り世代からの健康づくりの重要性が高まっています。

このような中、組合では、昨年4月から第3期データヘルス計画をスタートし、組合員・被扶養者の健康寿命の延伸及び健康格差の縮小、医療費等の適正化の実効性を上げるため、健康・医療情報を活用したPDCAサイクルに沿った効果的・効率的な保健事業を推進しています。この取り組みが、組合員や被扶養者の皆さまのQOLの向上に寄与し、医療費の抑制につながることを期待しています。

また、昨年12月には、健康保険証がマイナンバーカードを基本とする仕組み（マイナ保険証）へ移行することに伴い、組合員証および被扶養者証の発行が終了し、必要な方には資格確認書を発行する制度が始まりました。

今後の課題は、マイナ保険証の利用率のさらなる向上です。昨年10月実績では、組合全体の利用率は約24%に留まっており、引き続きマイナンバーカードの健康保険証利用登録の推進、マイナ保険証の利用促進の取り組みが必要です。

利用率の向上には組合員および被扶養者の皆さまのご理解が欠かせません。マイナ保険証を利用した場合、①データに基づく適切な医療が受けられること、②手続きなしで高額医療の限度額を超える額の支払いが免除されること、③確定申告時の医療費控除が簡単になること、などのメリットがあります。このほか、医療現場や共済組合等で働く人の業務効率化等にもつながりますので、受診の際にはぜひマイナ保険証を利用していただきたいと思います。

地方職員共済組合の目的である組合員の生活の安定と福祉の向上に適うよう、組合員の皆さまのご意見、ご希望を伺いながら、運営審議会の方を通じて共済組合の更なる発展に尽力してまいります。今後とも変わらぬご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

新年が皆さまにとって、素晴らしい一年となりますよう心からお祈りいたします。

# 65歳から支給される年金について

## 1 老齢給付の受給権

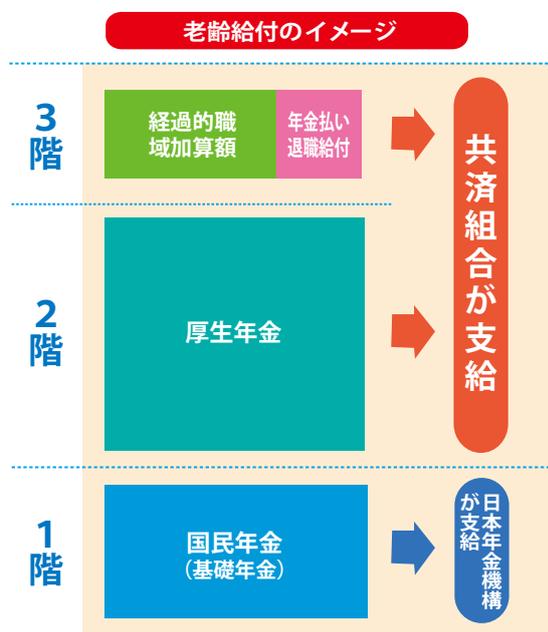
老齢給付（老齢基礎年金、老齢厚生年金、経過的職域加算額（共済年金）及び年金払い退職給付）の受給権は、「支給開始年齢」に到達した日（※）に発生し、その支給は受給権が発生した月の翌月分から始まります。

※ 年齢計算ニ関スル法律（明治35年法律第50号）の規定により、支給開始年齢の到達日は誕生日の前日になります。

## 2 年金の支給開始年齢

老齢給付の支給開始年齢は65歳です。

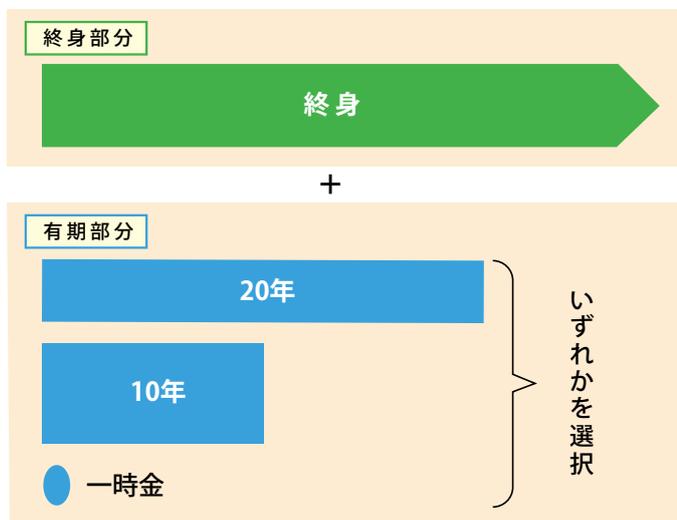
## 3 年金制度の体系



※入庁前や退職後に民間でお勤めになったことがない方のケース

- 平成27年10月の被用者年金制度の一元化により、公務員も厚生年金保険に加入することとなり、2階部分の年金として、厚生年金が支給されます。
- 一元化に伴い「年金払い退職給付」が創設され、3階部分の年金として、平成27年10月以降の組合員期間を算定の基礎とする民間の企業年金に相当する年金が支給されます。
- 同様に、平成27年9月までの組合員期間がある方については、3階部分の年金として、平成27年9月までの組合員期間を算定の基礎とする「経過的職域加算額（共済年金）」（一元化前の職域年金部分）が支給されます。

## 年金払い退職給付のイメージ



- 「年金払い退職給付」は、「終身部分」と「有期部分」とに分けて支給されます。  
有期部分については、受取方法を20年間、10年間、一時金（※）の3つから選択することになります。

※ 一時金としての受取を選択される場合は、道府県からの退職手当等の源泉徴収票が必要になる場合がありますので、必ず保管しておいてください。

### 4 退職後に住所等を変更した場合

老齢厚生年金等の請求書の送付に必要なため、退職後に住所や氏名を変更された場合は、必ず当共済組合にご連絡ください。

### 5 年金の請求、裁定及び支給

#### ●請求書の事前送付

65歳になられるおおむね1～2か月前に、当共済組合又は日本年金機構等から老齢厚生年金及び老齢基礎年金の請求書が送付されますので、必要事項をご記入の上、誕生日以降、速やかにご提出ください。誕生日前は請求書を受付できません。(この請求書は、経過的職域加算額(共済年金)の請求書を兼ねています。)また、年金払い退職給付の請求書は、当共済組合から送付いたします。

#### ●裁定後の「年金証書」等の送付

各種年金の裁定後、「年金証書」及び「年金決定通知書」を送付しますので、大切に保管してください。

#### ●支給日等

年金の支給日は、2月、4月、6月、8月、10月及び12月の各15日(※)に支給月の前月までの2か月分の年金を振り込みます。

※ 15日が土、日又は祝日の場合は、その直前の金融機関の営業日。

### 6 年金の繰上げ支給及び繰下げ支給

老齢基礎年金、老齢厚生年金、経過的職域加算額(共済年金)及び年金払い退職給付の支給開始年齢は65歳ですが、60歳からの繰上げ支給(一定割合を減額)、75歳までの繰下げ支給(一定割合を加算)の制度があります。

### 7 年金からの源泉徴収

#### ●年金からの所得税の源泉徴収

老齢厚生年金等は、所得税法上の区分では「雑所得」となっており、年金額が一定額以上の方は、年金を支給する際に所得税が源泉徴収されます。

#### ●扶養控除について

年金からの所得税の源泉徴収にあたっては、「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」を共済組合に提出することにより、扶養控除が受けられます。

### 8 再就職した場合

公務員又は民間企業等に勤務し、厚生年金保険に加入された場合、給与や賞与の額に応じて、老齢厚生年金等の一部又は全部が支給停止となる場合があります。

### 9 併給調整

#### ●年金の受給の選択

給付事由の異なる2つ以上の年金(例えば、老齢厚生年金と障害厚生年金)をすべて受給することはできません。原則、いずれか一方の年金を選択することになります。

#### ●選択の変更

年金の受給の選択は、将来に向かって変更することが可能です。

### 10 各種届出等

#### ●年金支給に影響がある届出

年金受取金融機関の変更又は受給者の死亡等があった場合は、速やかに当共済組合にご連絡ください。

#### ●加給年金額対象者の現況調査

加給年金額の加算対象となっている配偶者がいる受給者の方については、毎年、加算対象者についての現況調査を実施しています。

#### ●ご注意ください

各種届出や現況調査に係る調査票の提出が遅れると、年金の支給が差し止めとなる場合がありますのでご注意ください。

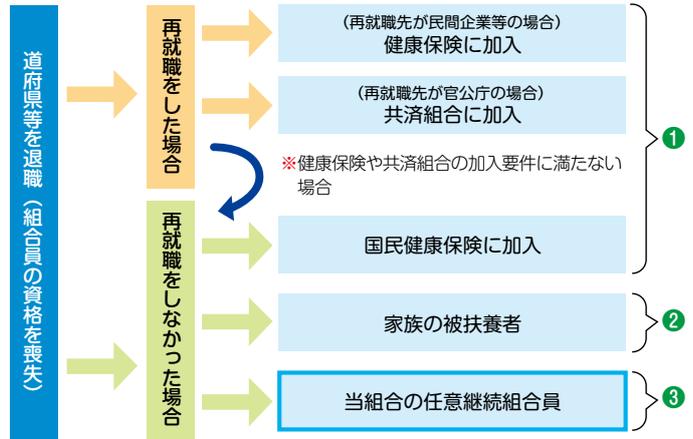
- ◆ 年金のしくみ等詳細につきましては、「年金証書」とあわせて送付する「年金のしおり」または当共済組合ホームページの「年金ガイド」(<https://www.chikyosai.or.jp/guide/index.html>)をご覧ください。



# 任意継続組合員制度について

## 1 退職後の医療給付について

日本は国民皆保険制度によってすべての人が公的な医療保険に加入することとされており、組合員の皆様についても、退職した場合には、右の図のとおり①医療保険に加入、②家族の被扶養者、③任意継続組合員のうちいずれかを選択することになります。



## 2 任意継続組合員制度について

### (1) 任意継続組合員制度とは

退職の日の前日まで引き続き1年以上組合員であった方が、任意継続組合員になることを組合（支部）に申し出ることにより、退職後2年間、在職中の組合員とほぼ同様の短期給付を受けることができる制度（※）です。

任意継続組合員になるためには、退職の日から20日以内に、組合（支部）に申し出て、掛金を納付することが必要です。

※ 短期給付の中には、休業手当金等任意継続組合員は受けることができないものもあります。

### (2) 任意継続掛金

#### ア 任意継続掛金の額

任意継続掛金は、掛金の標準となる額に掛金率（※）を乗じた額となります。掛金の標準となる額は、次の額のうちいずれか少ない額となります。

- ① 退職時の標準報酬月額
- ② 地方職員共済組合の全組合員の令和6年9月30日における平均標準報酬の月額（令和7年1月下旬に当共済組合のホームページに掲載される予定です）

※ 令和6年度の掛金率は 95.96 / 1,000 となっております。

#### イ 任意継続掛金の納付方法

任意継続掛金は、組合（支部）から送付する納付書で納付いただきます。納付方法は、毎月払い、前納（半年払い又は1年払い）があります。初回の掛金は、退職の日から20日以内に払い込まなければなりません。

### (3) 任意継続組合員の資格の喪失

任意継続組合員の方が、次のいずれかの事由に該当するときは、その翌日（④又は⑥に該当するときは、その日）から、そ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 任意継続掛金をその払込期日までに払い込まなかったとき
- ④ 国家公務員共済組合又は地方公務員共済組合の組合員、私学共済制度の加入者、健康保険の被保険者（日雇特別被保険者を除く。）及び船員保険の被保険者となったとき
- ⑤ 任意継続組合員でなくなることを希望する旨を組合（支部）に申し出て、その申出が受理された月の末日が到来したとき
- ⑥ 後期高齢者医療の被保険者等となったとき

◆手続き等の詳細につきましては、各支部の短期給付担当者までお問い合わせください。

# 退職後の組合員貸付について

## 1 退職時の貸付金の弁済

共済組合の貸付制度は、現役の組合員の方に対する福祉事業であり、退職により組合員の資格を喪失された方は、継続して貸付制度の適用を受けることができません。

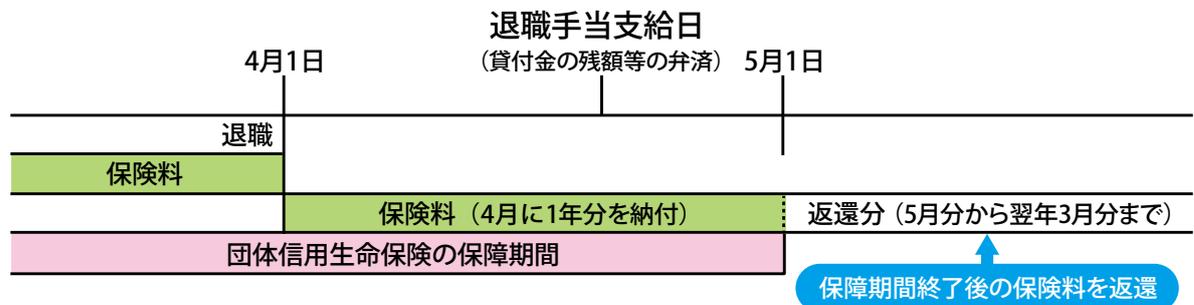
そのため、現在、共済組合から貸付けを受けている組合員の方が退職した場合は、退職後に支払われる退職手当から貸付金の残額及び利息を一括して控除する方法により、弁済していただくことになります。

## 2 団体信用生命保険に係る保険料

団体信用生命保険に加入されている方は、貸付金の残額等を弁済する月まで団体信用生命保険の保障期間となりますので、退職手当が支給される月の分まで保険料を納めていただくことになります。

なお、この保険料は、1年分を年1回納付していただいておりますので、保障期間終了後の月の分があれば返還いたします。

【例】納付月が4月である方が、4月に支払われる退職手当により残額等を弁済する場合



## 3 任期の定めのある職員・任意継続組合員に係る貸付け

退職後、再任用制度等により採用された職員の方は、次の表のとおり貸付けを受けることができます。

### 【再任用職員等に係る貸付け（概要）】

貸付の種類	全ての貸付けが対象 ただし、住宅貸付については、再任用職員等となった後の組合員期間が1年未満の場合は、受けることができない。
弁済期間	貸付けを受けた月の翌月から任期が終了する月までの月数以内
弁済額	1回当たりの月賦弁済額の合計額は、貸付申込時の給料月額範囲内
既貸付金の取扱い	退職時、退職手当又はこれに相当する手当の支給を受けたときは、再任用職員等として採用された日前に受けていた貸付金を一括して弁済しなければならない。

また、退職後、任意継続組合員の資格を取得された方は、高額医療貸付及び出産貸付を受けることができます。

◆詳細につきましては、各支部の貸付担当者までお問い合わせください。

## 年金請求時に退職手当等の源泉徴収票が必要になる場合があります

道府県を退職した方が65歳になると、原則として退職年金（年金払い退職給付）の受給権が発生します。この退職年金（年金払い退職給付）を請求する際に**一時金としての受け取りを選択すると**、道府県の退職手当等に係る「**退職所得の源泉徴収票**」（写しでも可）が必要となる場合がありますので、必ず保管しておいてください。

### 退職年金の仕組み



- 退職年金（年金払い退職給付）は、①及び②の条件に該当した場合に支給されます。
  - ① 原則、平成27年10月以降に1年以上引き続く組合員期間を有すること。
  - ② 退職した後に65歳に達したとき、または65歳に達した日以後に退職したとき。
- 退職時まで積み立てた給付算定基礎額（『地方共済』夏号（No.320）6ページ「給付算定基礎額残高通知書について」の「⑨給付算定基礎額等合計」を参照）の半分は「終身退職年金」、半分は「有期退職年金」として支給されます。

このうち、有期退職年金の受け取り期間は、原則20年間ですが、10年間または一時金での受け取りも選択可能です（終身退職年金を一時金等として受け取ることはできません。また、有期退職年金の選択方法を後から変更することはできません。）。

## 令和7年4月から地共済年金情報Webサイトが変わります

地共済年金情報 Web サイトは、組合員や組合員であった方々に年金制度への理解を深め、ご自身の将来の年金について意識していただくことを目的として、公務員共済期間の年金記録（年金加入履歴や年金見込額、年金払い退職給付に係る給付算定基礎額など）についてお知らせしているものですが、令和7年3月にサービスを終了します。

これに代わり、マイナポータルによる手続きのワンストップ化が進む世の中の動向等を踏まえ、マイナポータルと連携した情報提供サービス（以下「新サービス」といいます。）に変更します。

概要は次のとおりです。

### ◆ 新サービス開始日 ◆

令和7年4月（予定）

※令和7年3月をもって地共済年金情報 Web サイトを終了します。

### ◆ 閲覧できる情報 ◆

公務員共済期間の年金記録

（①年金加入記録、②年金見込額、③保険料納付額、④標準報酬月額等の記録、⑤給付算定基礎額残高）

- 新サービスの利用には、マイナンバーカード及びスマートフォン等が必要です。
- 地共済年金情報 Web サイトのユーザーであっても、新サービスを利用する場合は、あらかじめ利用申込手続きが必要です。
- 閲覧の申請をしてから概ね1週間後に年金記録を電子交付します。
- 詳細は当共済組合のホームページに随時掲載します。

# 医療費のお知らせについて

## 「医療費のお知らせ」発行の目的

当共済組合では、次のことを目的として、組合員及び被扶養者の皆様に、年1回「医療費のお知らせ」を発行しております。

- ① 組合員及び被扶養者の皆様に医療機関等受診時の医療費の実情を理解していただくこと
- ② ご自身の健康に対する認識を深めていただくこと
- ③ 共済組合の健全な運営を図ること

## 確定申告（医療費控除）の手続きに使用することができます

確定申告では、領収書の提出の代わりに、医療費控除の明細書の添付が必要となりますが、この「医療費のお知らせ」を添付すると、医療費控除の明細書の記入を省略することができます。

※ ただし、「医療費のお知らせ」に記載されていない医療費分は、医療機関等からの領収書に基づき作成した医療費控除の明細書を確定申告書に添付し、それらの領収書を5年間保存する必要があります。

## よくある質問にお答えします

Q1 「医療費のお知らせ」に記載されていない医療費があるのはなぜですか。	
A1	<p>今回送付した「医療費のお知らせ」は、令和5年11月から令和6年10月までに保険医療機関等に受診された分の医療費が記載されています。</p> <p>また、保険医療機関等から届いた診療報酬明細書等のデータを基に作成しているため、以下のような場合には、確定申告の対象となる医療費であっても、「医療費のお知らせ」に反映できないものがあります。</p> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 5px;"><p>★「医療費のお知らせ」に反映できないものの事例</p><p>公費負担医療・自治体単独の福祉医療制度等による助成・減額査定・月遅れ請求・令和6年11月、12月診療分・附加給付・治療用装具に係る費用など後日給付される医療費・互助会の給付等</p></div> <p>このような場合には、以下のとおり対応していただくこととなりますので、<b>必ず領収書等の証拠書類を保管</b>してください。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 「医療費のお知らせ」の表示額と実際に支払った金額が一致していない場合 ⇒ 実際に支払った額に訂正して申告</li><li>● 「医療費のお知らせ」に医療費が記載されていない場合 ⇒ 保管している領収書に基づき作成した医療費控除の明細書を確定申告書に添付</li></ul>
Q2 領収書の額と10円未満の金額が一致していないのはなぜですか。	
A2	<p>「医療費のお知らせ」の「自己負担額」は、医療費の総額に自己負担割合を乗じて算出されるため、1円単位で表示されています。実際に保険医療機関等の窓口で支払った額は、10円未満を四捨五入した額となりますので、「医療費のお知らせ」の「自己負担額」と実際に支払った額が相違することがあります。</p> <p>なお、「医療費のお知らせ」を使用して確定申告を行う場合は、「医療費のお知らせ」に記載された金額又は領収書に記載された金額のいずれかで計算しても差し支えないこととされています。</p>



確定申告（医療費控除）の手続きに関しては、国税庁ホームページ又は管轄の税務署にご確認ください。

## こんなときには共済組合にご連絡をお願いします

「医療費のお知らせ」とお手元の領収書を照らし合わせ、受診した覚えがない保険医療機関等が記載されていたり、受診日数や金額が異なっていたりする（市区町村等による公費助成により窓口負担額と相違する場合を除く。）場合は、組合員や被扶養者の方の医療費が不正に請求されている可能性もありますので、「医療費のお知らせ」（表面）右上に記載されている問い合わせ先まで、その旨ご連絡くださいますようお願いいたします。

# 令和6年度第2四半期長期給付に係る各積立金の運用実績について

## ● 資産の状況

令和6年度第2四半期の長期給付に係る各積立金の資産の状況は、次のとおりとなりました。

	厚生年金保険給付組合積立金		退職等年金給付組合積立金		経過的長期給付組合積立金	
	時価	構成割合	簿価	構成割合	時価	構成割合
国内債券計	1,123億円	100.0%	2,577億円	100.0%	19億円	100.0%
国内債券	—	—	2,462億円	95.5%	—	—
不動産	—	—	5億円	0.2%	—	—
貸付金	—	—	69億円	2.7%	—	—
短期資産	1,123億円	100.0%	40億円	1.6%	19億円	100.0%

※ 厚生年金保険給付組合積立金及び経過的長期給付組合積立金は時価、退職等年金給付組合積立金は満期まで持ち切る運用を行うため簿価を記載しています。数値は四捨五入のため、各数値の合算は合計値と必ずしも一致しません。

## ● 運用利回り及び運用収入額の状況

令和6年度第2四半期の長期給付に係る各積立金の収益率及び収益額は、次のとおりとなりました。

	厚生年金保険給付組合積立金	退職等年金給付組合積立金	経過的長期給付組合積立金
収益率	0.03%	0.14%	0.02%
収益額	24百万円	353百万円	42万円

※ 厚生年金保険給付組合積立金及び経過的長期給付組合積立金は修正総合収益率及び総合収益額（時価ベースの利回り）、退職等年金給付組合積立金は実現収益率及び実現収益額（簿価ベースの利回り）で記載しています。

◆ 各積立金の詳細な運用報告書については、地方職員共済組合のホームページ (<https://www.chikyosai.or.jp>) をご覧ください。

## 「健康保険組合等加入者の予防・健康づくり功績者厚生労働大臣表彰」を受けました！

組合員、被扶養者の皆様のご理解、ご協力により、今回表彰されました。心から感謝申し上げます。

### 「健康保険組合等加入者の予防・健康づくり功績者厚生労働大臣表彰」について

令和4年度後期高齢者支援金の加算・減算制度において、共済組合の中で総合評価指標の合計点数が上位5位以内の組合が表彰対象組合として選出されました。当共済組合の合計点数は124点であり、第4位という結果でした。

(参考：得点は200点満点であり、共済組合の平均点は80.8点)



表彰状を受け取る関博之理事長

### いただいた表彰状



### 加入者の予防・健康づくりに関する取組

当共済組合では、特定健康診査・特定保健指導を重視しており、事業主と連携し、勤務時間中の職務免除による特定健康診査等受診、所属所を通じた組合員周知、さらに、全国展開している特定保健指導事業者の利用、保健事業の取組の好事例の各支部間共有等に取り組んでいます。

特定健康診査・特定保健指導の実施率の高さが評価されました。今後も引き続き、組合員、被扶養者の皆様の健康のためにも特定健康診査、特定保健指導を受診しましょう!!!

あなたのために、将来のために

# 特定健康診査と 特定保健指導を 受けましょう！

40歳以上の  
組合員の  
皆様へ

## ? 特定健康診査とは

生活習慣病の原因となりうる内臓脂肪の蓄積に着目した健康診査です。生活習慣病は、自覚症状がほとんどないまま進行します。

特定健康診査は、ご自身の健康状態を知る絶好の機会です！

## ? 特定保健指導とは

特定健康診査の結果から、生活習慣病のリスクに応じて、特定保健指導対象者を選定し、生活習慣の改善支援を行います。

この特定保健指導を受けた方は、生活習慣の改善傾向が顕著です。

特定保健指導は、生活習慣を見直すチャンスです！

※ 特定健康診査及び特定保健指導は、「高齢者の医療の確保に関する法律」19条に基づき、国全体で取り組んでいる法定事業です。

### 【お願い】被扶養者がいらっしゃる方へ

特定健康診査の受診率は令和11年度までに90%以上の達成を目標としていますが...

当共済組合の被扶養者の受診率は53.1%（令和5年度実績）です。

40歳以上の被扶養者の方で、

パート先や自治体での健診、人間ドックを受けた方



健診結果を各支部へご提出ください

当共済組合の受診率に反映されますので、ご協力をお願いします！！

# 組合員証等は令和6年12月2日から 交付されません

## これからはマイナ保険証<sup>(※)</sup>で医療機関等を受診しましょう！

※ マイナ保険証とは、健康保険証利用の登録を行ったマイナンバーカードのことをいいます。



～12月1日まで  
組合員証等



12月2日から～  
マイナ保険証



組合員証及び被扶養者証（以下「組合員証等」といいます。）は、令和6年12月2日から新たに交付を行わず<sup>(※)</sup>、マイナ保険証に一本化されました。

※ なお、現在の組合員証等は、廃止後も、最大1年間（組合員証等に記載の有効期限または令和7年12月1日まで）は、使用が可能です。



マイナ保険証の利用には、受診前に、ご自身でマイナンバーカードへの「保険証利用登録」が必要となります。

まだ登録がお済みでない方は、以下を参考に、ご準備をお願いします。



マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、次の2つのご準備をお願いします。

### STEP1.

#### マイナンバーカードを申請

■申請方法は選択可能です

- ① オンライン申請  
(パソコン・スマートフォンから)
- ② 郵便による申請
- ③ まちなかの  
証明写真機からの申請



### STEP2.

#### マイナンバーカードを 健康保険証として利用登録

■利用登録の方法

- ① 「マイナポータル」から行う
- ② セブン銀行ATMから行う
- ③ 医療機関・薬局の受付で行う



マイナ保険証の利用登録を行っていない方には、「資格確認書」を交付します。

# 宿泊施設における 組合員等の資格確認について

令和6年12月2日から組合員証等がマイナ保険証に一本化されたことに伴い、当組合の宿泊施設における組合員等の資格確認につきましては、下記のとおり取り扱うこととしましたので、お知らせします。



## 確認書類

### マイナポータルに登録した 健康保険証の画面

ただし、上記での確認が困難な場合は、以下の①～③のいずれかで確認をします。

- ① 上記の情報を保存 (PDF) した画面又は印刷した紙媒体
- ② 資格情報のお知らせ
- ③ 資格確認書

- (1) 令和6年12月1日以前に交付された組合員証等は、組合員証等に記載の有効期限又は令和7年12月1日までは、引き続きご利用いただけます。
- (2) 当組合の組合員及び被扶養者が、対象組合(※)の宿泊施設を利用する場合、対象組合の組合員及び被扶養者が当組合の宿泊施設を利用する場合、についても、左記の書類のいずれかで確認をします。

(※) 公立学校共済組合、警察共済組合、東京都職員共済組合、全国市町村職員共済組合連合会及び各指定都市・市町村・都市職員共済組合、国家公務員共済組合連合会、防衛省共済組合並びに日本私立学校振興・共済事業団

## 情報掲示板

### 表紙の写真

知って納得

三重県

松阪の商人が江戸店で商いをひろめ  
粋好みの江戸っ子に大流行

松阪もめん



伊勢内宮前おほらい町 おかげ横町入口  
もめんや藍

術を伝えたのが始まりとされています。その高い技術を評価され、7世紀末に、伊勢神宮への織物の献納を義務付けられました。

江戸時代には、儉約令によって華美な着物を禁止されていた江戸っ子が、「遠くから見ると無地だが近くで見ると細かい縞模様が粋だ」ということで、江戸で大人気になりました。それは歌川広重の錦絵「東都大伝馬街繁榮之図」でも伊勢の国の木綿問屋が集まっている様子が描かれるほどでした。

松阪もめんは、織り手次第で様々なデザインの縞柄が可能です。今では、現代風にアレンジしたぬいぐるみ、小物、財布、バッグ、キッチン用品、着物、洋服に至るまで、幅広い種類の作品が揃っています。

2025年の干支「巳」の置き物も松阪もめんで作られました。へビは、「強い生命力・豊穡」の象徴と考えられ、巳年は、「新しい時代が始まる起点となる年」や「いままで取り組んでいたことが実を結ぶ年」とも言われています。

# 地方共済クリニック



## 若者からご年配まで 「聴こえ8030運動」

ささやき声が聴こえる 30 デシベルの聴力を 80 歳で維持する「聴こえ 8030 運動」。日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会が始めた国民運動です。ヘッドホンやイヤホンで音楽を楽しむ人が増えて、若者の聴力も悪化傾向であることから、運動の対象は若年層も含まれます。

「聴こえ8030運動」は、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会のアクションプランで「80歳で30dBの聴力を保とう!」を国民に広く啓発し、難聴が進行している人には、補聴器や人工内耳により30dBの聴こえを確保し、「健康寿命」をサポートすることを目標としています。

難聴が進むと、社会的孤立や認知症、うつや不安、転倒などのリスクが高まります。早期の対策が重要で、適切な受診や補聴器の使用で生活の質を維持することが可能です。聴力低下を防ぎ、健康で豊かな生活を続けられるようにしましょう。

### 80歳で30dB聴こえる人は30%

耳の健康寿命を保つには、若いころからの聴覚ケアが必要です。聴こえの衰えは30歳過ぎから始まります。80歳で30dBの聴力を保つことができれば、高齢でも会話や音楽を楽しめ、豊かなシニアライフを過ごすことができます。加齢性難聴の早期発見、早期対応を心がけましょう。

まだ大丈夫と思っても、65歳になれば耳鼻咽喉科での聴力検査をお勧めします。



### 聴こえのセルフチェック

聞こえは徐々に低下することが多く、自覚がないまま難聴になっている方がたくさんいます。まずは簡単な聴こえのセルフチェックから始めてみましょう。

	よくある ▼	時々ある ▼	ない ▼
初対面の人と会うとき、聞こえなくて困る	4	2	0
家族と話をするとき、聞こえにくくてイライラする	4	2	0
職場の人やお客さんの話が聞こえにくくて困る	4	2	0
最近、聞こえづらいと感じる	4	2	0
友人、親戚、近所の人と話すとき、聞こえにくくて困る	4	2	0
映画館や劇場などで聞き取りづらい	4	2	0
聞こえにくくて、家族の人と口論になる	4	2	0
テレビやラジオを聴くとき、聞こえにくくて困る	4	2	0
聞こえにくいことで、私生活や社会活動が制限されていると思う	4	2	0
親戚や友人とレストランにいるときに、聞こえにくくて困る	4	2	0

- 10点以上……早めに耳鼻咽喉科を受診しましょう
- 4～8点……耳鼻咽喉科で聴力検査をしてみましょう
- 0～2点……定期的に聴こえをチェックしていきましょう

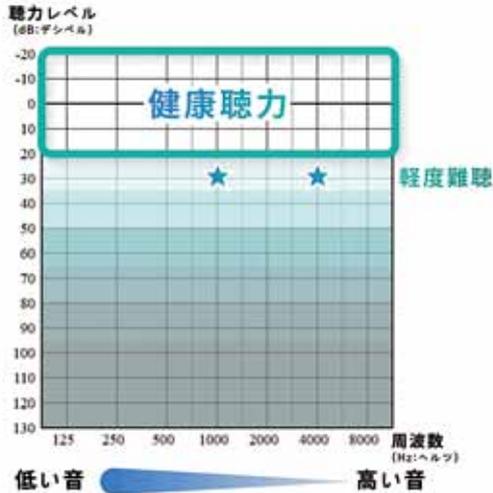
HHA-5 (Hearing Handicap Inventory for the Adults-Screening) より引用

## 耳鼻科に行って聴力検査

人間ドックでは2種類の音の高さ（1000ヘルツと4000ヘルツ）を測定し、30デシベルが聞こえていれば「異常なし」の判定です。

耳鼻咽喉科で行う聴力検査は、低い音から高い音まで5種類から9種類程度の周波数で、左右別々に測定します。※3,000Hzや6,000Hzを測定する場合があります。

ヘッドホンで測定する「気導」の検査と、骨に当てて測定する「骨導」の検査も行います。



### ●聴力検査結果の見方

聴力検査の結果表、オーディオグラムとも呼ばれます。

#### ポイント1

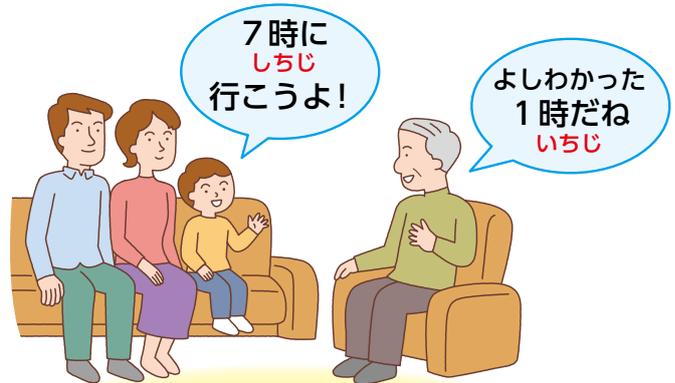
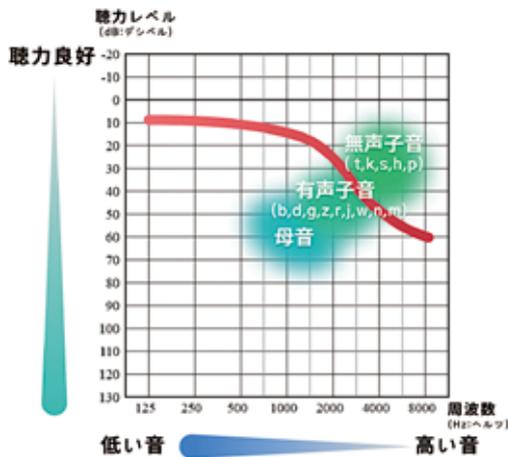
横軸が周波数で、低い音から高い音を示します。

#### ポイント2

縦軸が聴力レベル、dB（デシベル）という単位が使われ、値が小さい方が聴力良好であることを表わします。

ことばの聞きとり検査は、数字や一文字ことば（「ア」「イ」など）を聞こえた通りに用紙に書いて（または口頭で答えて）、正しく聞き取れたかどうかを測定する検査です。

ヘッドホンで左右別々に、大きな声や小さな声で測定し、正解率をグラフに表します。



おじいちゃんは無声子音のひとつである「し」の音が聞き取れず、待ち合わせに遅刻してしまうのでしょうか…？

## 聴こえないと怖い！危ない！生活音も聴こえていない…



●危険察知が遅れる



●呼ばれているのに気付かない



●聴いていなかった（聴こえてなかった）と言われる

※日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会ホームページ「聴こえ 8030 運動」をもとに作成

## 騒音と難聴の関係——今、スマホ難聴が要注意

東京みみ・はな・のどサージクリニック 市村恵一

鍛冶屋や石工はひどい騒音下での職業で、そのため難聴になることが多いことは18世紀頃から知られており、火薬の開発後、銃や大砲を扱う兵士も難聴が多くなりました。このようなひどい騒音に晒される人が難聴になることが社会的に認知されてきても、自分達が「あまり気にしない程度の騒音」も難聴の原因になることは、あまり知られていません。



アフリカのスーダンで高齢者に聴力検査をしたら、予想に反して聴力は正常域に保たれていたという報告や、非常に静かなイースター島を離れて騒がしい南米本土に就職した住民は、島内に留まった住民よりも難聴が多いという報告があります。こうした事実が明らかになり、いまでは生涯にわたる騒音曝露の積み重ねが加齢性難聴の主原因と考えられています。ほとんどの人は、「難聴を引き起こすのに十分なレベルの騒音」に日常的にさらされ、実は自分が「耳を酷使している」ことにほとんど気づいていないのです。

2019年WHO（世界保健機関）は、世界中であまねく利用されているスマートフォンや音楽プレイヤーを危険な音量で使用したり、ライブイベントなどで大音量にさらされたりして、若者を中心に世界で11億人に難聴のリスクがあると警鐘を鳴らしました。

騒音による難聴には、①非常に大きな騒音による突発的な難聴である急性音響外傷、②慢性に起こる騒音性難聴、の2種類があります。大きな騒音曝露後に聴覚感度は一時的に低下します。特に大きいときには回復せずに①になりますが、それ以外は時間の経過とともに大部分が解消されます。ところが、繰り返し曝露すると、最終的に②の騒音性難聴になります。

騒音性難聴は内耳の有毛細胞が傷害され、通常、ゆっくりと進行し、痛みもなく、それは永久的なもので、修復できません。大きな音が気にならない場合は、すでに何らかの聴覚障害がある可能性があります。

騒音性難聴にならないための予防方法を以下にあげます。

- スマホなどの音量を下げる、騒音の中でも音量を上げない。  
イヤホンやヘッドホンをしたまま会話聞き取れる程度の音量なら、ほぼリスクはありません。
- 使用時間を決め、耳を休ませる。
- 定期的に耳を休ませることも大事で、目安として、1時間のうち10分間は、音楽などを聞かない時間を持つとよいでしょう。
- ノイズキャンセリング機能を使用する。  
音を聞く際に周囲の雑音が減るため、音量を下げることに繋がります。
- ロックコンサートなどで長時間大きな音を聞くとときは、耳栓やイヤーマフなど、聴覚保護具を着用する。



### マザー牧場イルミネーション光の花園 2024-2025

期間：2024/11/2～2025/2/24の土日祝  
及び2024/12/24・25・28～2025/1/5の毎日



### 東京ドイツ村ウインターイルミネーション 2024-2025

期間：2024/11/1～2025/4/6



### 南房総市千倉のお花畑

(ポピー、ストック、キンギョソウなど)

期間：1月上旬～3月中旬



### いちご狩り (県内各地)

期間：1月～5月中旬

冬のこの時期、千葉県内各地ではイルミネーションや花摘み、いちご狩りなどを楽しめます。プラザ菜の花を拠点に、「房総」の観光を心行くまでお楽しみください。

ホテル前のバス停からは、南房総に直行するバスも出ており、アクセスに大変便利です。

千葉県の観光情報は、[千葉県公式観光サイト「ちば観光ナビ」](https://maruchiba.jp/index.html)でチェック!

▶ URL：https://maruchiba.jp/index.html

# ホテル プラザ菜の花

〒260-0854

千葉県千葉市中央区長洲 1-8-1

TEL 043-222-8271 FAX 043-227-4649

<http://www.hotelplaza-nanohana.com/>



### アクセス

- 電車をご利用の場合  
千葉駅 (JR 総武線) ⇒バスで千葉県庁前下車⇒徒歩で1分  
本千葉駅 (JR 外房線・内房線) ⇒徒歩で3分
- モノレールをご利用の場合  
県庁前駅 (千葉都市モノレール) ⇒徒歩で1分
- お車をご利用の場合  
東京方面から…京葉道路「松ヶ丘IC」から約15分  
木更津 (アクアライン方面) から…京葉道路「松ヶ丘IC」から約15分



## ホテルプラザ菜の花 おすすめ宿泊プラン

### ●宿泊プラン (税・サービス料込)

シングルルーム基本プラン (素泊まり) 1名 **6,500円～**

ツインルーム基本プラン (素泊まり) 2名 **5,500円～**

1名 **8,000円～**

◆宿泊は、シングルルーム (18㎡)、ツインルーム (23㎡) の広さがあり、ゆったりとお寛ぎいただけます。



客室シングル



特別小会議室



中会議室 (横)



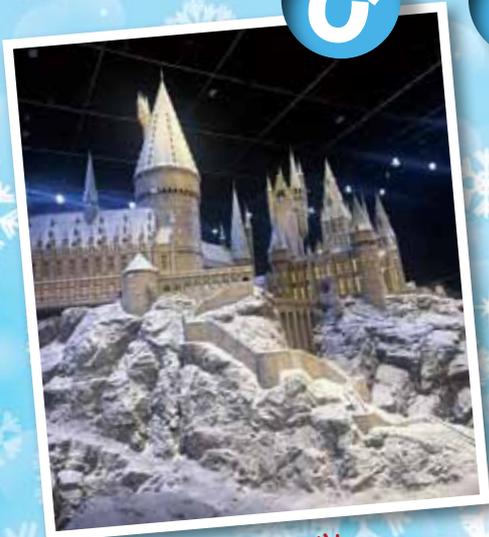
大会議室 (菜の花)



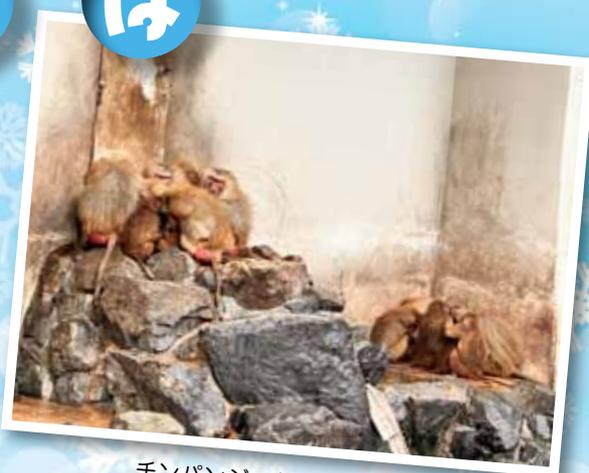
客室ツイン

◆会議室はさまざまなスタイル、ニーズにお応えできます。  
また、Wi-Fi環境が整っておりますので Web 会議等もスムーズに行えます。

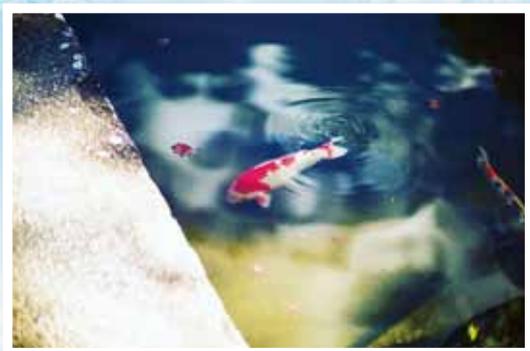
ひろば



**ホグワーツ**  
入学しました。(神奈川県/まーちさん)



チンパンジーも寒そうでした  
(鹿児島県/こあらさん)



**まどろみの中で**  
ある昼下がり、揺らく水面 (福岡県/こげちゃん)



**メロンソーダ**  
(東京都/ハングオーバーさん)



投稿のご案内

「地方共済」では、より身近な広報誌にするために、皆様からの作品を募集しています。お気軽に、ふるってご投稿ください!

○写真・絵画・イラスト大募集!

ご自慢の作品を「地方共済」でご紹介します。  
・文章作品(詩・俳句・川柳など)は、200字以内にまとめてください。  
・イラスト・写真などは、サービスサイズ(L判)程度のもを添付してください。作品に解説をつける場合は、100文字以内にまとめてください。

①住所、②氏名、③所属名、④電話番号を必ず記入の上、下記宛先にお送りください。ペンネームをご希望の場合は、その旨を記入してください。



送り先

〒102-8601  
東京都千代田区平河町2-4-9  
地共済センタービル  
地方職員共済組合「地方共済」作品募集係 宛

※原則として作品等はお返ししません。  
※文章による原稿は添削することがあります。  
※人物をモデルとした作品、個人情報明らかとなる作品は、必ず被写体等の承諾を得た上でご応募ください。  
※本誌への掲載によるトラブルについては、当方では責任を負いませんのでご了承願います。

本  
部  
だ  
よ  
り  
(本部主催会議の状況)

短期給付事務研究会

開催日 令和6年10月21日(月)  
会場 ホテルルポール麹町(オンライン・対面併用開催)

宿泊施設経営健全化推進会議

開催日 令和6年10月23日(水)  
開催方法 オンライン・対面併用開催(麹町会館別館4階会議室)

健康保持増進等対策研究会

開催日 令和6年10月24日(木)、25(金)、28(月)  
会場 ホテルルポール麹町(オンライン・対面併用開催)  
※28日(月)はオンラインのみ

編集後記

明けましておめでとうございます。  
組合員並びにご家族の皆様におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。  
本誌もおかげさまで新年号として322号を発行することができました。本年も皆様に親しまれる広報誌を目指して、より一層努めてまいりたいと思いますので、よろしく願いいたします。  
また、総務省の小池公務員部長、運営審議会会長である服部福岡県知事から新年の玉稿を賜り、新年号の紙面を飾ることができました。厚く御礼申し上げます。  
新年にあたり、皆様健康な一年を過ごされますことを心よりお祈り申し上げます。(Y.M)