共済だより

kyosai dayori 2022 December No.565

千葉のタカラ

我孫子市

白樺派ゆかりのまち

➡目次は2ページへ

手賀沼（我孫子市） 写真提供：新井 次男 氏

『共済だより』の発行月 4月、6月、8月、10月、12月、1月、2月

千葉県市町村職員共済組合
https://www.c-scskyousai.or.jp/

本誌をご家庭へお持ち帰りください

白樺派ゆかりのまち

我孫子市

かつて文人たちに愛された憩いの郷として知られている我孫子市。豊かな自然が残り大正時代の別荘地として知られていた我孫子には、白樺派ゆかりの文人、志賀直哉、武者小路

近代日本の文芸思潮、白樺派と民藝運動

手賀沼のほとりはかつて別荘地として多くの文人・芸術家に親しまれた土地です。白樺派の文人、志賀直哉、武者小路実篤をはじめ、昭和まで活躍した国際的ジャーナリスト杉村楚人冠や、日本の西洋史学を確立させた村川堅固・堅太郎親子、柔道の創始者嘉納治五郎、民藝運動の創始者で美術家の柳宗悦や英国人の陶芸家のバーナード・リーチなど、そうそうたるメンバーが我孫子に集まり、執筆・創作活動をし、交流しました。彼らの濃厚な交流や文化人の来訪により、手賀沼北畔は白樺派や民藝運動の拠点となりました。

現在も手賀沼には、彼らの息吹を感じられる施設があり、往時を今に伝えています。

我孫子市杉村楚人冠記念館

明治末期から昭和前期に活躍したジャーナリスト・杉村楚人冠の旧邸を整備した「杉村楚人冠記念館」。館内には楚人冠のコレクションである明治から昭和のジャーナリズムに関する本を並べています。庭には楚人冠が愛した椿や紅葉する樹木が植えてあります。

所 我孫子市緑 2-5-5
時 9:00 ～ 16:30（入館は 16:00 まで）
休 毎週月曜日（月曜日が休日の場合は直後の平日）、12/29 ～ 1/3、臨時休館日
料 一般 300 円／高・大学生 200 円／中学生以下無料
TEL 04-7187-1131
URL https://www.city.abiko.chiba.jp/event/shiseki_bunkazai/sugimurasojinkan/index.html

※ 3 館共通券：鳥の博物館、杉村楚人冠記念館、白樺文学館の入館料がおトクになる、3 館共通券を発売しています。

我孫子市白樺文学館

白樺派の中心人物のひとりであった柳宗悦が妻の兼子と手賀沼に移住し、柳の強い勧めで志賀直哉夫妻、武者小路実篤夫妻など白樺派の仲間が相次いで手賀沼に移住しました。彼らはこの地で交流や創作活動を深化させました。白樺文学館は、そんな白樺派文人たちの活動を広く次代に伝えています。

所 我孫子市緑 2-11-8
時 9:30 ～ 16:30（入館は 16:00 まで）
休 毎週月曜日（月曜日が休日の場合は直後の平日）、12/29 ～ 1/3、臨時休館日
料 一般 300 円／高・大学生 200 円／中学生以下無料
TEL 04-7185-2192
URL https://www.city.abiko.chiba.jp/event/shiseki_bunkazai/shirakaba/index.html
※ 2 館共通年間パスポートあり

CONTENTS

2　千葉のタカラ　我孫子市
4　那須の森ヴィレッジからのお知らせ
6　黒潮荘つうしん
8　どんなときに遺族年金は支給される？
10　医療費分析
11　ジェネリック医薬品差額通知の送付について
12　OTC 医薬品でセルフメディケーション
13　整骨院・接骨院にかかるとき
14　こんな給付ご存じですか？　附加給付制度について
15　負傷原因調査にご協力をお願いします／令和 4 年分「任意継続掛金納付証明書」　他
16　組合員証等の再発行申請／「標準期末手当等の額」の決定と標準期末手当等決定通知書の送付について
17　標準報酬の月額の育児休業等終了時改定と産前産後休業終了時改定
18　扶養認定・取消に伴う収入確認書類の保管について
19　アルバイトやパート等でお勤めの被扶養者の皆さま、ご注意ください !!
20　知っていますか？　保健事業
22　毎年受けましょう　特定健診
24　「施設利用券（宿泊）」、「遊園施設入園券」等ご使用の際の注意事項について
25　入学・修学貸付をご活用ください
26　低金利で便利な共済組合の自動車ローン
27　退職後は年金者連盟に加入しませんか／医療費への備え、できていますか？
28　共済組合からのお知らせ
30　パプリカとねぎマリネのローストビーフサラダ／鶏だんごのトマト煮込み
31　全国共済施設案内「東京都」
32　「テニス教室」開催のお知らせ
34　オークラ千葉ホテルニュース

発見！ 我孫子市

タカラ その2

バードウォッチングの聖地、手賀沼

実篤や国際的ジャーナリストの杉村楚人冠、民藝運動の柳宗悦、バーナード・リーチらの足跡が手賀沼周辺に残っています。また、手賀沼は水鳥が多く生息し、鳥類専門の博物館があったり、遊歩道からバードウォッチングをしたり、鳥と水辺の風景を楽しめます。文化人たちも愛した我孫子のタカラを紹介します。

千葉県の北西部に位置する手賀沼は、バードウォッチングの聖地として知られ、季節により異なりますが1日で30～40種類の鳥を見ることができます。また、遊歩道やサイクリングロードが完備されていて、遊歩道からは広々とした水面、季節によって移り変わるヨシ原や水田の風景、春には桜などを見ることもできます。カヌーやヨットなど水上アクティビティも楽しめます。

様々な野鳥が見られます

夕暮れの風景も映えます

かわいくても餌をやらないで！

手賀沼周辺でコブハクチョウが見られるようになり、春には親子が観察でき人気となっていますが、コブハクチョウは侵略的外来種です。生態系や農業に影響を与えています。これ以上増えないように、餌を与えないことが重要です。

鳥の博物館★

日本でも数少ない鳥類専門の博物館。手賀沼の四季のジオラマや200点を超える鳥の標本など鳥の博物館ならではのユニークな展示が行われています。手賀沼の自然のなかで、鳥などの生き物たちを観察する自然観察会も定期的に開催しています。

所 我孫子市高野山 234-3
時 9:30 ～ 16:30
休 毎週月曜日
（月曜日が祝日の場合は直後の平日）、12/29 ～ 1/4、館内整理日
料 一般 300 円／高・大学生 200 円／70 歳以上・中学生以下無料
TEL 04-7185-2212
URL https://www.city.abiko.chiba.jp/bird-mus/

★共済組合の施設利用券が使える施設です。

※施設を利用する際は開館状況を事前にご確認ください。

那須の森ヴィレッジ
Nasu-no-mori Village

那須の森ヴィレッジからのお知らせ

本年度も那須の森ヴィレッジをご愛顧いただき、誠にありがとうございました。
本年度の営業は11月24日(木)をもって終了し、来年度の開所に向け、設備点検・お得なキャンペーンなどを企画しておりますので、来年度も引き続きのご愛顧をお願い申し上げます。

令和５年度においても、引き続き、直営施設助成金に特別加算（2,000円）が加わりお得にご利用いただけます！
その他、お得な割引プラン等もご用意し、皆さまのご利用をお待ちしております。
また、昨年度より遊園施設利用助成金の対象となった体験型プログラムの活動拠点等としてもぜひご利用ください。

特！2,000円

※写真はイメージです。

予告！

令和５年度も、かも・なすWキャンペーンを実施いたします。
スタンプラリーは、令和５年度キャンペーン期間中も引き続き押印いたします！
その他キャンペーン内容については、続報をお待ちください！

かも（鴨川黒潮荘）なす（那須の森ヴィレッジ）Wキャンペーンのお知らせ

実施期間
令和５年４月１日(土)～７月14日(金)
令和５年９月１日(金)～11月30日(木)
※那須の森ヴィレッジは　開設期間に準拠

1 かもなすスタンプラリーで、宿泊割引券をプレゼント！

宿泊1泊につきスタンプを1つ押させていただきます。
両施設のスタンプが揃うと、2,000円分の宿泊割引券をプレゼント！
両施設利用してスタンプを4個集めると、さらに5,000円分の宿泊割引券をプレゼント！
※スタンプカードは1組につき1枚とさせていただきます。

2 毎月抽選で当たる！ 豪華賞品プレゼント!

宿泊時に応募券を配付いたします。各施設毎月抽選で2名様に「かも・なす」の地元高級食材をプレゼント！

3 保存用、でもおいしい！ パンの缶詰プレゼント!!

期間中１組につき１個、オリジナルラベルのパンの缶詰をプレゼントいたします！

● 那須の森ヴィレッジ限定 ●

令和５年度那須の森ヴィレッジの予約受付を下記のとおり承ります。

令和５年度の那須の森ヴィレッジは、**4月7日（金）からオープン**いたします。
お電話またはインターネットでもご予約いただけますので、受付開始日をご確認のうえお早めにご予約くださいますようお願い申し上げます。
皆さまのご利用を、スタッフ一同心よりお待ち申し上げております。

ご利用日	受付開始日
令和5年4月7日～4月30日	令和4年11月1日（火）9時～
〃　5月1日～5月31日	〃　12月1日（木）9時～
〃　6月1日～6月30日	令和5年　1月1日（日）9時～
〃　7月1日～7月14日	〃　2月1日（水）9時～
〃　7月15日～8月31日	夏期期間ははがき抽選となります。（『共済だより』1月号折込） キャンセル待ちの電話受付は3月1日（水）9時～
〃　9月1日～9月30日	〃　4月1日（土）9時～
〃　10月1日～10月31日	〃　5月1日（月）9時～
〃　11月1日～11月23日	〃　6月1日（木）9時～

●開設期間中の施設点検日（休館日）　5月9日（火）・10日(水)　6月13日(火)・14日(水)　9月5日(火)・6日(水)・7日(木)

冬期閉所期間中の那須の森ヴィレッジの電話予約について

冬期閉所期間中のお電話での宿泊予約については、12月4日から3月26日までの土日祝日（1月1日を除く）については電話での利用申し込みをお受けできません。
ご迷惑をおかけし大変申し訳ございませんが、ご了承くださいますようお願いいたします。
なお、当該期間中もインターネットからのお申し込みは受け付けております。

直営施設利用券のご案内

直営施設利用券は、2親等の方までご利用いただけます。ご使用の際は、チェックイン時に必ず組合員証または被扶養者証、ご加入の健康保険証をご提示ください。

那須の森ヴィレッジ
お問い合わせ・お申し込み

電話によるお申し込み
那須の森ヴィレッジ（施設直通）
TEL 0287(78)1636
※平日・休日とも午前9時から午後5時までの案内となります。

那須の森ヴィレッジ　検索

〒325-0303　栃木県那須郡那須町大字高久乙字遅山3375-637

※表示価格は組合員料金です。

華プランのご案内

期間：令和５年１月20日（金）～２月28日（火）

お一人様　12,300円

お待たせしました！　10月号にてお知らせしました華プランの詳細がついに明かされます

大好評だった海彦山彦に続く黒潮荘の新プラン！

春の訪れに合わせて、黒潮荘が花に包まれます。

なお、この令和５年１月20日から～２月28日の間は、大人用の宿泊プランは本プランのみとなっており、通常プラン（黒潮山海、なぎさ、みぎわ）については、販売しておりませんのでご理解いただきますようお願いいたします。

お子様用（小学生以下）のキッズプレート、焼肉・刺身定食はご用意しております。

絶　品　料理長の厳選した房総の味覚をふんだんに使用した豪華和食
1時間のフリードリンク　お花の香りがするお飲み物をご用意しております。

癒　し　館内をお花で彩り、お待ちしています。

お土産　色鮮やかなバスフラワーをプレゼント

きれいなお花で彩られたフロントで皆さまをお出迎えします。

バスフラワーのお土産

お部屋にもお花を飾り、色鮮やかなバスフラワーをお土産としてご用意しております。

お風呂上りには、レモンを浮かべた爽やかな飲み物をご用意しております。

暖かな春の訪れを黒潮荘で感じてみませんか

※１泊２食、税・サ込、利用券使用後の料金です。　※休前日は+1,210円（税込）でご利用いただけます。※ご利用日前10日からは、キャンセル料が発生します。
※仕入れ状況により内容が変わる場合もございます。

黒潮荘の新型コロナウイルス対策について

黒潮荘では、お客さまの安心・安全を第一に考え、新型コロナウイルス感染症対策を実施しております。
そのため、ご利用の際の検温、手指の消毒、マスク着用などへのご協力をお願いさせていただくとともに、状況に応じて一部の施設利用を制限させていただく場合がございますので、ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

冬の宿泊プランのご案内

特！2,000円

令和４・５年度においては直営施設助成金に特別加算（2,000円）※が加わりさらにお得です！

期間：令和４年12月１日（木）～令和５年１月16日（月）

黒潮山海コース

伊勢海老や牡蠣など
冬の味覚を使用した豪華なプランです。

お一人様
１泊２食付
7,800円

みぎわコース

黒潮荘をリーズナブルにご利用いただけます。
お料理のボリュームも控えめのコースです。

お一人様
１泊２食付
5,800円

Premium Thanks Plan

プレミアムサンクスプランのご案内

長い間のお勤め、本当にお疲れ様でした。黒潮荘では、来春より新たなセカンドライフを迎える皆さまにおすすめのプランをご用意いたしました。南房総鴨川で、温泉＆美味満載でメモリアルなひとときをお過ごしください。

客室（和室）

露天風呂

対象者 令和５年３月末退職者である組合員及びその家族（２親等以内）

期間限定 令和５年 **３月１日（水）～３月31日（金）**

１日５組限定（２名様以上）➡ お一人様 **13,000円**

6大特典

1：お部屋に記念花
2：食前酒に地元酒蔵の日本酒
3：豪華 地魚、本鮪海鮮盛り

4：絶品 国産牛溶岩焼きか鯛の塩釜焼きをご選択
5：記念撮影 フォトフレームでプレゼント
6：もちふわ 千葉県産の牛乳と卵を使用したカモバウムをプレゼント

※1泊2食、税・サ込み、利用券使用後の料金です。　※仕入れ状況により内容が変わる場合もございます。
※休前日は+1,210円（税込）でご利用いただけます。　※ご利用日前10日からは、キャンセル料が発生します。

Facebookでも最新情報更新中！
黒潮荘最新情報や館内でのイベント情報や空室情報等を随時更新しておりますので、気になった方はフォローして「いいね！」してください！

Instagram もやっています！
Instagramは支援や関与をしていません。

ご予約・お問い合わせ

Tel. 04（7092）2205

〒296-0004　千葉県鴨川市貝渚2565
Fax 04（7093）1213

千葉県市町村職員共済組合保養所
南房総鴨川 黒潮荘

黒潮荘　検索

ホームページ　https://www.kuroshioso.jp/

パスワード（コード）は『9640（くろしお）』です。

どんなときに遺族年金は支給される？

一家の働き手や年金を受け取っている方が亡くなったときに、遺族年金が支給されます。公的な遺族年金には、遺族基礎年金と遺族厚生年金があります。

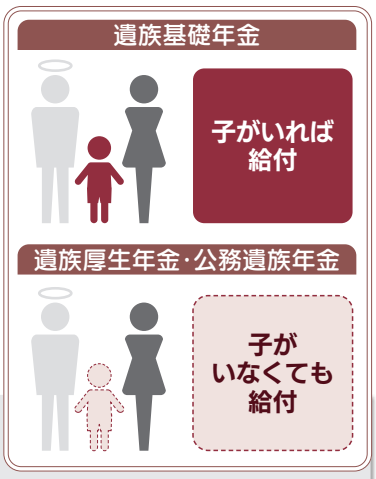
Q1 遺族年金は誰に支給される？

A1 遺族年金は、死亡した方によって生計を維持されていた方（遺族）に支給されます。

死亡当時、死亡した方と生計を同一にしていた方に対して、遺族基礎年金は国民年金から、遺族厚生年金は厚生年金から、支給されます。遺族基礎年金の支給は子のある配偶者、または子に限られ、遺族厚生年金は受給者の続柄、年齢などの条件が設けられています。

なお、原則として遺族の年収が850万円未満の方でないと年金上の遺族に該当しません。

また、組合員の方が公務傷病により死亡したときなどは、公務遺族年金があります（短期組合員の方は対象ではありません）。



▼遺族年金の受給権者

遺族基礎年金	**死亡した方によって生計を維持されていた** **①子のある配偶者　②子** 子とは次の者に限られます。 ア　18歳到達年度の末日（3月31日）を経過していない未婚の子 イ　20歳未満で障害年金の障害等級1級または2級の未婚の子
遺族厚生年金	**死亡した方によって生計を維持されていた ①配偶者及び子 ②父母 ③孫 ④祖父母** これらのうち、もっとも先順位者に該当する者に支給されます。 なお、夫、父母及び祖父母については、死亡当時に55歳以上であることが条件です。30歳未満の子のない妻は、5年間の有期給付です。 子、孫については、次のいずれかに該当する方に限られます。 ア　18歳に達する日以後の最初の3月31日に達するまでにある未婚の子 イ　組合員または組合員であった方が死亡した当時から引き続き障害等級が1級または2級に該当する障害の状態にある20歳未満の未婚の子 ※孫については、その親と生計を共にしている場合は、遺族には該当しません。 ※配偶者については、届出をしていなくても事実上婚姻関係と同様の事情にある方を含みます。

▼遺族年金の支給要件

遺族基礎年金・遺族厚生年金	●被保険者が在職中に死亡したとき ●1級・2級の障害厚生（共済）年金を受けられる方が死亡したとき ●被保険者であった方が退職後に被保険者であった間の傷病が原因で初診日から5年以内に死亡したとき ●被保険者期間300月（25年）を満たした方が死亡したとき ただし、死亡した方の保険料納付済期間（保険料免除期間を含む）が加入期間の3分の2以上あること（※1）が必要です。

※1　令和8年4月1日前の場合は死亡日に65歳未満であれば、死亡日の属する月の前々月までの1年間の保険料を納付しなければならない期間のうちに、保険料の滞納がなければ受けることができます。

▼組合員の方（短期組合員の方は対象ではありません）

公務遺族年金	組合員の方が、公務傷病により死亡したとき、組合員であった間に初診日のある公務傷病により初診日から5年以内に死亡したときなど、共済組合から公務遺族年金が支給されます。これは従来の共済年金の公務等による遺族共済年金の支給水準を維持していて、最低保証額があります。 **●公務遺族年金** 公務遺族年金額＝｛公務遺族年金算定基礎額÷死亡日の年齢区分に応じた終身年金現価率｝×調整率 【最低保障額 ※2】　1,038,100円×各年度における国民年金法の改定率－厚生年金相当額

※2　最低保障額は、公務遺族年金額が、最低保障額から厚生年金相当額（遺族厚生年金等及び政令で定めるその他の年金の額のうち最も高い額）を控除した額より少ないときは、その控除して得た額が公務遺族年金額となります。

Q2 遺族の範囲と支給される遺族年金額は？

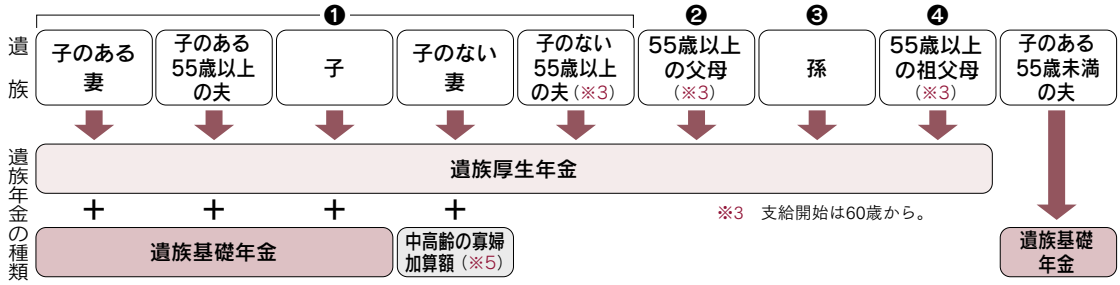
A2

遺族の範囲と遺族年金の種類は以下のとおりです。

❶～❹の順の優先順位で支給されます。

遺族基礎年金は受給権者に定額で支給され、遺族厚生年金は標準報酬に比例して支給されます。

▼遺族の範囲と支給される遺族年金種類の例



※3　支給開始は60歳から。

●遺族基礎年金

（令和4年度）

配偶者		777,800円
子の加算	第１子	223,800円
	第２子	223,800円
	第３子以後／人	74,600円

●遺族厚生年金

$$\left\{\text{平均標準報酬月額} \times \frac{7.125}{1000} \times \text{平成15年3月までの加入期間の月数（※4）} + \text{平均標準報酬額} \times \frac{5.481}{1000} \times \text{平成15年4月以後の加入期間の月数（※4）}\right\} \times \frac{3}{4}$$

★中高齢の寡婦加算額（※5）　583,400円（年額）

｛厚生年金の被保険者期間全てを通算して20年以上の場合に限る｝

※4　被保険者期間が、300月（25年）未満の場合は、300月とみなして計算します。

※5　遺族厚生年金の受給権者が40歳から65歳未満の妻である場合、①生計を同じくしている子がいないときか、②子が18歳到達年度の末日に達した（障害の状態にある場合は20歳に達した）等のため、遺族基礎年金を支給されなくなったときに、中高齢の寡婦加算額が支給されます。

Q3 遺族年金の請求はどこへ？

A3

遺族年金の請求先は、組合員（短期組合員を除く）は共済組合、短期組合員は年金事務所です。

組合員（短期組合員を除く）の方が在職中に死亡した際の遺族年金の請求先は、原則として当組合になります。請求の際は、当組合から送付する年金請求書に必要書類を添えて請求しますが、マイナンバーを提示することで省略できる書類もあります。

短期組合員の方の遺族年金の請求先は、住所地所管の年金事務所になります。

Q4 遺族年金が支給されなくなるのはどんなとき？

A4

遺族基礎年金・遺族厚生年金の受給権者が次のいずれかに該当したときは、支給されなくなります。

ア 死亡したとき
イ 婚姻したとき（事実婚を含む）
ウ 直系血族及び直系姻族以外の養子となったとき（事実上の養子縁組関係となったときを含む）
エ 死亡した組合員（被保険者）であった方との親族関係が離縁によって終了したとき
オ 子または孫である場合は、18歳に達した日以後の最初の３月31日が終了したとき（障害等級が１級または２級に該当する障害の状態にある場合を除く）
カ 障害等級が１級または２級に該当する障害の状態にある子または孫である場合は、その事情がなくなったときまたは20歳に到達したとき
キ 遺族厚生年金の受給権を取得した当時30歳未満である子のない妻が受給権を取得した日から５年を経過したとき
ク 遺族厚生年金と同一給付事由である遺族基礎年金の受給権を有する妻が30歳に到達する前に遺族基礎年金の受給権が消滅したときは、当該遺族基礎年金の受給権が消滅した日から５年を経過したとき

お問い合わせ先　年金課 年金係 審査係（直通）　TEL 043(248)1117

医療費分析

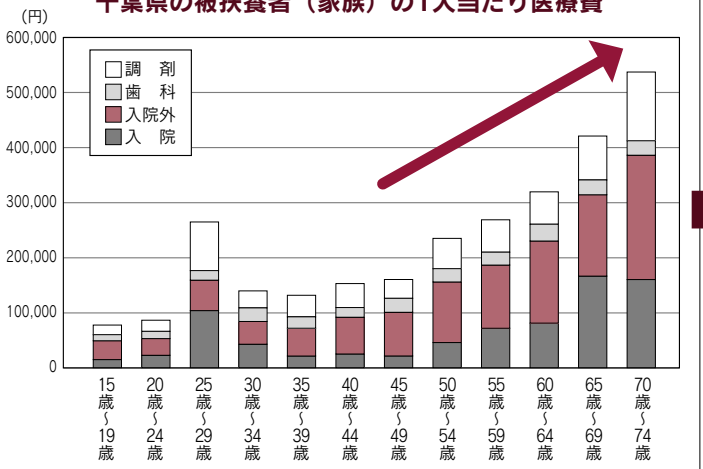
令和２年度受診分における当組合の医療費

共済組合では、短期給付財政安定化計画の一環として医療費の分析を行っています。その中で、年齢階層別医療費統計表の一部を令和４年６月号と12月号の２回にかけて掲載いたします。

今回の12月号では、令和２年度における被扶養者（家族）の１人当たり医療費と、総医療費の高い45歳から59歳の疾病分類別の上位５傷病を掲載いたします。

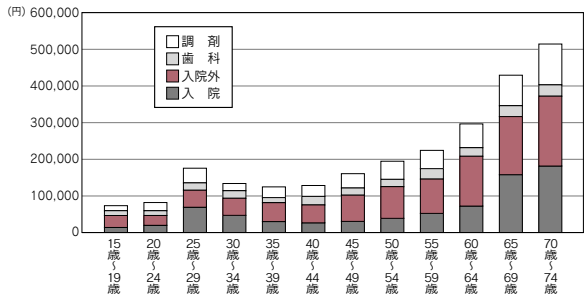
令和２年度受診分　年齢階層別医療費統計（家族）

千葉県の被扶養者（家族）の1人当たり医療費

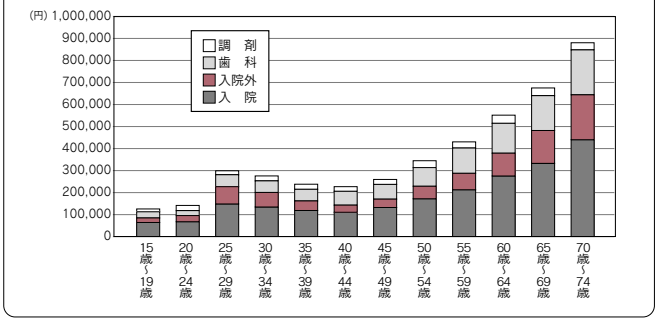


	1人当たり医療費（円）			
	入院	入院外	歯科	調剤
15歳～19歳	15,258	31,423	11,361	15,249
20歳～24歳	19,958	32,014	16,166	19,954
25歳～29歳	102,184	57,259	16,439	88,316
30歳～34歳	41,439	50,380	19,753	29,655
35歳～39歳	24,200	49,820	21,021	34,277
40歳～44歳	28,646	61,435	23,763	38,670
45歳～49歳	**22,104**	**79,482**	**24,069**	**36,473**
50歳～54歳	**47,246**	**106,768**	**25,050**	**56,325**
55歳～59歳	**71,358**	**112,123**	**26,780**	**57,204**
60歳～64歳	83,545	147,679	29,247	58,979
65歳～69歳	166,984	144,922	30,261	79,602
70歳～74歳	160,885	223,657	29,299	121,098

【参考】関東地区（家族）の1人当たり医療費



【参考】全国（家族）の1人当たり医療費



●45歳から59歳の入院外における疾病分類別上位５傷病（令和２年度）

傷病分類名	件数	日数	金額（円）	1件当たりの金額（円）	1日当たりの金額（円）
腎不全	205	2,108	6,281,856	30,643	2,980
乳房の悪性新生物〈腫瘍〉	633	955	3,850,233	6,083	4,032
高血圧性疾患	3,398	3,838	2,776,896	817	724
その他の消化器系の疾患	942	1,179	2,186,839	2,321	1,855
良性新生物（腫瘍）及びその他の新生物（腫瘍）	1,311	1,682	1,592,554	1,215	947

疾病分類別上位５傷病のうち、生活習慣病と呼ばれる疾病に係る医療費や件数は多くなっています。生活習慣病は、食事や運動、ストレス、喫煙などの不健全な生活の積み重ねによって引き起こされ、日本国民の死亡原因の半数以上を占めるといわれています。そのため、日々の食生活の改善や定期的な運動はもちろん、人間ドックや特定健診等を積極的に受診することにより、疾病の早期発見・早期治療が行え、生活習慣病の予防につなげることができます。

お問い合わせ先　保健課保健係(直通)　TEL 043(248)1115

ジェネリック医薬品差額通知の送付について

共済組合では、医療費増高対策の一環として、組合員と被扶養者を対象にジェネリック差額通知を送付します。

ジェネリック医薬品へ切り替えることにより、組合員・被扶養者の皆さまの自己負担の軽減及び共済組合の医療費の軽減にもなりますので、かかりつけの医師、薬剤師にご相談のうえ、ジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。

ジェネリック医薬品差額通知とは？

現在服用されている先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額がどのくらい軽減できるかをお知らせする通知です。

通知対象者

調剤薬局や医療機関で薬を処方されている方の中で、比較的ジェネリック医薬品に切り替えやすく、かつ、ジェネリック医薬品へ切り替えをすることにより、切り替え前に比べて自己負担軽減額が一定額以上見込まれる方が対象です。

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは？

ジェネリック医薬品は、後発医薬品とも呼ばれ、先発医薬品（新薬）の独占販売期間が終了した後に、先発医薬品と同じ有効成分・効用でつくられる医薬品です。

開発費がかからない分、先発医薬品よりも安く提供することができるお薬です。

効き目と安全性は？

ジェネリック医薬品は、厚生労働省が先発医薬品と同等と認めた医薬品です。

使われている有効成分の安全性や効き目は、先発医薬品で立証済みであり、同等性も厳しい品質再評価試験で確認されているので、安心して使えます。

送付時期

令和４年12月

記載例

○○年○○月　の処方実績				ジェネリック医薬品に切り替えた場合			
薬局／病院名／先発医薬品名	薬　価	数量・単位	現状支払額	ジェネリック医薬品名	製薬会社名	軽減可能額	切替後支払額
○○薬局							
先発医薬品Ｑ錠	64.90	60.0錠	¥1,168	後発医薬品Ａ錠	Ａ社	¥630	¥538
				後発医薬品Ｂ錠	Ｂ社	¥628	¥540
				後発医薬品Ｃ錠	Ｃ社	¥588	¥580
計			¥1,168	右は全ての薬剤を差額の幅の最も大きいものに切り替えた場合の金額です⇒		¥630	¥538

先発医薬品Ｑ錠に対して、現存する後発医薬品Ａ、Ｂ、Ｃ錠を切り替えの候補として載せています

この例では、先発医薬品Ｑ錠を後発医薬品Ａ錠に切り替えた場合の支払額を載せています

※このお知らせは、組合員や被扶養者の皆さまに選択肢のひとつとしてのご案内であり、必ずしもジェネリック医薬品に切り替えなければならないというものではありません。お知らせがお手元に届いたら、注意書きをよく読み、正しくご理解いただいたうえでジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。

ジェネリック医薬品に関するお問い合わせ先

「くすり相談窓口」（独立行政法人医薬品医療機器総合機構）TEL 03(3506)9457

「消費者薬相談窓口」（日本薬剤師会）TEL 03(3353)2251

お問い合わせ先　保健課保健係(直通)　TEL 043(248)1115

市販薬を上手に
使って医療費節約

OTC医薬品で セルフメディケーション

「セルフメディケーション」とは、日頃から自分の健康状態をチェックし、自分で判断できる程度の体調不良はＯＴＣ医薬品（市販薬）などを使って手当てすることです。一人ひとりがセルフメディケーションを実践すると、医療機関を受診する時間や費用を省くことができ、国全体の医療費削減効果が期待されています。

ちょっとした不調のときは OTC医薬品を上手に使おう

OTC 医薬品とは、薬局やドラッグストアなどで自分で選んで購入できる「一般用医薬品」と「要指導医薬品」のこと。OTC とは、「Over The Counter」の略です。

OTC 医薬品は、体質や症状に合った薬を適切に使うことが大切です。わからないことがある場合は、薬局やドラッグストアなどの薬剤師に相談しましょう。症状が悪化する場合は、医療機関を受診してください。

花粉症の薬もあり！

医療用から転用されたスイッチ OTC 医薬品

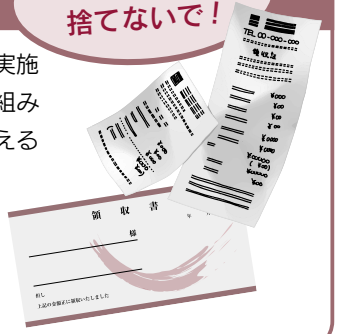
スイッチ OTC 医薬品は、医師の処方せんがないと手に入らなかった医療用医薬品から OTC 医薬品に転用（スイッチ）されたもので、同じ有効成分を含んでいます。たとえば、花粉症にも効くアレルギー性鼻炎薬に含まれるロラタジンは、医療用医薬品の成分です。

効きめがよい分、正しく使用しないと副作用などが起こることもあります。購入するときは、薬剤師に相談してください。

セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）を活用しよう

薬のレシートは捨てないで！

セルフメディケーションの推進を後押しする制度として、「セルフメディケーション税制」が実施されています（令和８年 12 月 31 日まで延長）。健康診断や予防接種を受けるなど一定の取り組みをしていれば、対象となる医薬品の購入合計額（家族の分を含む世帯分）が１万 2,000 円を超える場合、所得控除が受けられます(注)。詳しくは下記ホームページをご覧ください。



(注) 令和３年分の確定申告から、「一定の取り組み」に関する書類の添付は不要となりました。

※日本一般用医薬品連合会「知ってトクする！セルフメディケーション税制」https://www.jfsmi.jp/lp/tax/

※国税庁「特定一般用医薬品等購入費を支払ったとき（医療費控除の特例）【セルフメディケーション税制】」
https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/shotoku/1129.htm

組合員証（保険証）が使える？

整骨院・接骨院にかかるとき

整骨院・接骨院は看板に「各種保険取扱」と書かれていても組合員証（保険証）が使えるのは限定的です。
まちがったかかり方をすると、あとから全額自己負担ということにもなりかねません。
かかり方のルールを守って正しく利用しましょう。

外傷性の負傷のみに限定！ 保険適用となる施術

原因がはっきりしている外傷性の負傷で、慢性に至っていないものに限られます。

- 骨折
- 脱臼
- ひび（不全骨折）
- 捻挫
- 打撲
- 肉離れ（挫傷）

※骨折・ひび・脱臼はあらかじめ医師の同意が必要（応急手当の場合を除く）。
※内科的原因による疾患は含まれません。

要注意! 自費となる施術

- 日常生活からくる肩こり、筋肉疲労
- リウマチ・関節炎などの痛み
- 保険医療機関で治療中の負傷
- 脳疾患などの後遺症
- 症状の改善が見られない長期の施術
- 通勤中や勤務中の負傷（公務災害適用）

など

整骨院・接骨院 にかかるときの 注意点

1 負傷原因を正確に伝える

外傷性か否かが保険適用の判断に用いられます。

2 「療養費支給申請書」の内容をよく確認し、署名する

保険適用となる施術を受けた場合は、療養費支給申請手続きが必要です。負傷原因、負傷名、日数、金額をよく確認し、自筆で署名してください。

チェックポイント

- ☐ 保険適用と説明を受けた負傷名のみが記載されているか
- ☐ その月に整骨院・接骨院に通院した日数が正しいか

3 領収書は必ず受け取り、保管しておく

保険適用となる施術を受けた場合は、後日、共済組合から発行される「医療費通知」を確認し、金額や内容に誤りがないか確認しましょう。内容に心当たりがないなど、不明点がある場合は、共済組合まで連絡してください。

共済組合から施術内容等を確認させていただく場合があります

共済組合では、組合員証（保険証）を使って整骨院・接骨院の施術を受けた方に、後日、施術日や施術内容、負傷原因等を確認させていただく場合があります。
皆さまに納めていただいた掛金や負担金を適切に使用するため、ご理解とご協力をお願いします。

附加給付制度について

こんな給付ご存じですか？

共済組合では、短期給付事業として、いろいろな給付を行っていますが、大きく分けると次の２つに区分されます。

- **法定給付**……地方公務員等共済組合法で定められている給付（療養の給付、出産費、埋葬料等）
- **附加給付**……地方公務員等共済組合法で定められた組合ごとに行う独自の給付で、法定給付にプラスされた給付

附加給付制度には、次のような種類があります。

附加給付	内　容	給付の要件	請求方法
一部負担金払戻金 家族療養費附加金 家族訪問看護療養費附加金	１つの病院の診療内容ごと（入院・外来・歯科・調剤別）における１カ月、１個人の保険適用部分について ①一般区分（標準報酬月額530,000円未満の組合員及びその被扶養者） （自己負担額－25,000円）＝ 附加金 ②上位区分（標準報酬月額530,000円以上の組合員及びその被扶養者） （自己負担額－50,000円）＝ 附加金 ※支給額1,000円未満不支給、100円未満切捨て	療養の給付、家族療養の給付 療養費、家族療養費等が支給されたとき （医療機関等で自己負担額が発生した場合） ※国または地方公共団体から医療給付が**公費で負担される場合には**、それらの給付との重複をさけるため、その限度において**原則支給しない**。	医療機関からの診療報酬明細書に基づき自動的に支給
出産費附加金 家族出産費附加金	20,000円	出産費（家族出産費）が支給されたとき	出産費（家族出産費）等請求書に基づき自動的に支給
埋葬料附加金	50,000円	（元）被扶養者が埋葬を行ったとき	埋葬料等請求書に基づき自動的に支給
家族埋葬料附加金	50,000円	家族埋葬料が支給されたとき	家族埋葬料等請求書に基づき自動的に支給
傷病手当金附加金	**〈支給金額〉** ①支給開始日の属する月以前の直近の継続した期間の標準報酬の月額が、12月以上ある場合、支給開始日の属する月以前の直近の継続した1年間の標準報酬の月額の平均額×1/22×2/3 ②支給開始日の属する月以前の直近の継続した期間の標準報酬の月額が、12月未満の場合、（ア）と（イ）のいずれか低い方 （ア）支給開始日の属する月以前の直近の継続した各月の標準報酬の月額の平均額×1/22×2/3 （イ）前年度の９月30日での全組合員の平均標準報酬の月額（令和２年度は、410,000円）×1/22×2/3 **〈支給期間〉** 最長６月間	傷病手当金の支給期間満了後、引き続き療養のため勤務に服することができないことにより給料の一部または全額が支給されなかったとき ※**休職期間が通算して３年を経過したとき**、または障害厚生年金、障害手当金または障害年金を受けることとなったときは支給しない	傷病手当金附加金請求書を提出すること

（注）附加給付は、給付事由が発生したときに現に組合員である者に限り支給するものである。

具体的な支給要件等につきましては、お勤め先の共済事務担当課または、共済組合保健課保健係までお問い合わせください。

※給付の対象になるのは、組合員及び被扶養者（傷病手当金附加金は組合員のみ）の方です。

※送金の際にお送りしている送金通知書につきましては再発行できませんので大切に保管されますようお願いいたします。

お問い合わせ先　保健課保健係（直通）　TEL 043(248)1115

負傷原因調査にご協力をお願いします

共済組合では、医療費増高対策の一環として、診療報酬明細書（レセプト）を基に負傷原因の調査を行っております。

第三者行為や公務災害に該当された場合、本来加害者等が、その治療費を負担することとなります。そのため、共済組合が負担すべきでない医療費について、回収することに努めております。

この調査は、負傷により組合員証等（保険証）を使用し、医療機関で治療された場合、その負傷の原因が、第三者行為や公務災害に該当するものかを確認するために必要な調査です。

短期財政の適正な運営のため、誠にお手数ではございますが、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

●調査方法

共済組合からお勤め先の共済事務担当課を通して配付する「負傷原因報告書」により、組合員の皆さまに報告をお願いしております。

●調査対象範囲

毎月病院などの医療機関から請求される診療報酬明細書（レセプト）の中から、外傷系の傷病名で2,000点以上を抽出し、調査しております。

●ご注意

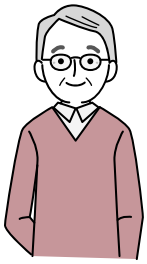
診療報酬明細書（レセプト）ごとの調査のため、同一の傷病により、複数の診療内容（入院・通院など）で受診された場合や複数の医療機関等で受診された場合は、診療報酬明細書（レセプト）が異なり、複数枚の報告書が配付されることがありますのでご了承ください。

また、調査時期が、受診されてから３カ月後以降の実施となりますので、外傷系の治療をされたときには、誠に恐縮ですが受診された日やその原因等を記録されておかれますと役立つことと思います。

お問い合わせ先　保健課保健係　（直通）TEL 043(248)1115

任意継続組合員の皆さまへ

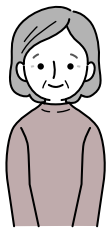
令和4年分「任意継続掛金納付証明書」を令和5年1月に発行します



現在、納めていただいている任意継続掛金（保険料）(※)については、社会保険料控除の対象となります。令和４年中に納付された任意継続掛金（保険料）についての納付証明書を令和５年1月下旬にご自宅へお送りします。この証明書は、確定申告の際に社会保険料控除を受けるために必要となりますので、大切に保管してください。

なお、社会保険料控除、確定申告の詳細につきましては、最寄りの税務署にお問い合わせください。

（※）40歳以上65歳未満の方は、介護保険制度の対象（介護保険第2号被保険者）となりますので、介護保険料も併せて徴収されています。



お問い合わせ先　保健課資格係（直通）　TEL 043(248)1116

給付金等振込用個人口座の再確認を！

●金融機関を変更した場合

●金融機関・支店等の統廃合により支店等や口座番号が変更となった場合

必ず、勤務先の共済事務担当課を通して（任意継続組合員は直接共済組合へ）変更の届出を行ってください。

●婚姻等により氏名が変更になった場合

勤務先の共済事務担当課を通して（任意継続組合員は直接共済組合へ）氏名変更の届出をしていただくほかに、金融機関への預金口座の氏名変更の手続きも忘れずに行ってください。

※共済組合へ変更の届出がない場合は、共済貯金の払戻しや給付金の送金ができなくなりますので、ご注意ください。

お問い合わせ先　保健課資格係（直通）　TEL 043(248)1116

組合員証等の紛失や盗難に遭ったとき、組合員証等の記載内容が破損や経年劣化等により不鮮明になったときは、再交付申請をしてください。

- 組合員証等の紛失や盗難に遭ったときには、必ず最寄りの警察署等に届け出のうえ、勤務先の共済事務担当課を通して（任意継続組合員は共済組合へ直接）再交付申請を行ってください。

  ※共済組合では、組合員証等の紛失・盗難等による責任は一切負いかねますので、あらかじめご了承ください。

- 経年劣化等により組合員証等の文字が読みにくくなっているとき（一部に割れがある場合や印字面に剥離がある場合など）も、保険医療機関等での受診の際に支障が生じるおそれがありますので、組合員証等を添付のうえ、再交付申請を行ってください。

「標準期末手当等の額」の決定と標準期末手当等決定通知書の送付について

期末手当・勤勉手当等が支給されたときは、**「標準期末手当等の額」**が決定されます。

「標準期末手当等の額」とは、原則として、同月内に支給された**期末手当･勤勉手当等の合算額の千円未満を切り捨てた額**であり、期末手当･勤勉手当等の分の掛金・保険料の算定や、将来の年金額の算定に用いられます。

「標準期末手当等の額」を決定したときは、**標準期末手当等決定通知書を勤務先の共済事務担当課を経由して送付させていただきます（原則として、期末手当・勤勉手当等の支給月の翌月の送付となります）。**

通知書は、「標準期末手当等の額」を通知するものですので、組合員の皆さまにしていただくお手続きはございません。

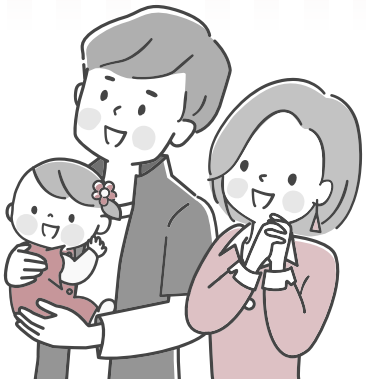
お問い合わせ先　保健課資格係（直通）　TEL 043(248)1116

標準報酬の月額の育児休業等終了時改定と産前産後休業終了時改定

育児休業や産前産後休業を終了した組合員が、その後、育児部分休業を取得したり、育児短時間勤務となり、休業前よりも報酬額が少なくなることがあります。

このような場合、実際に受けている報酬額と、休業前の高い報酬額に基づいて適用されている標準報酬の月額との間に差が生じることになります。

このような差を解消するために、標準報酬の月額の**育児休業等終了時改定**、**産前産後休業終了時改定**が行われます（**改定には組合員の方からの申出が必要です**）。



① 産前産後休業終了時改定及び育児休業等終了時改定

標準報酬の月額の改定の要件や手続きは次の表のとおりです。

表 産前産後休業終了時改定及び育児休業等終了時改定

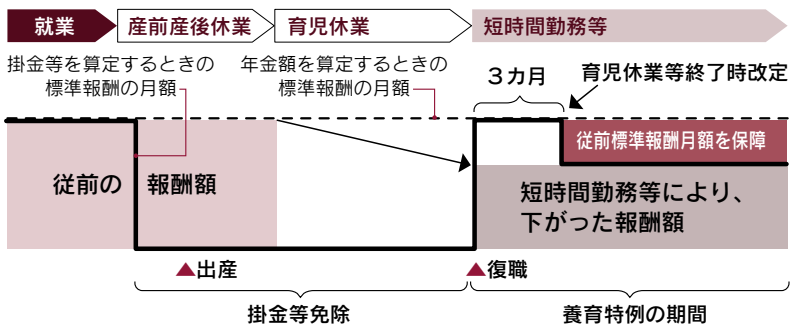
	産前産後休業終了時改定	育児休業等終了時改定
要件①	産前産後休業を終了した組合員が、産前産後休業終了日にその産前産後休業に係る子を養育していること。	育児休業等を終了した組合員が、育児休業等終了日にその育児休業等に係る3歳に満たない子を養育していること。 ※3歳の誕生日の前日まで育児休業等を取得した場合は対象となりません。
要件②	育児休業等終了日及び産前産後休業終了日の翌日が属する月以後3カ月間（報酬の支払の基礎となる日数が17日以上（※）（短期組合員のうち、4分の3基準を満たさない短時間勤務職員（「1週間の所定労働時間」と「1カ月の所定労働日数」が常勤職員の4分の3未満である者）は、報酬の支払の基礎となる日数が11日以上）の月が1月は必要）に受けた報酬の平均額を標準報酬等級表にあてはめて得られる標準報酬の月額と、現在適用されている標準報酬の月額に、1等級以上の差があること。 （※）短期組合員のうち、4分の3基準を満たす短時間勤務職員（「1週間の所定労働時間」と「1カ月の所定労働日数」が常勤職員の4分の3以上である者）については、3カ月のいずれも支払基礎日数が17日未満の場合は、15日以上17日未満の月が1月は必要。	
手続き	上記の要件を満たしたうえで、「**標準報酬産前産後休業終了時改定申出書**」を勤務先の共済事務担当課を経由して提出。	上記の要件を満たしたうえで、「**標準報酬育児休業等終了時改定申出書**」を勤務先の共済事務担当課を経由して提出。
標準報酬の月額の改定	産前産後休業終了日及び育児休業等終了日の翌日から2カ月を経過した日の属する月の翌月から、標準報酬の月額が、産前産後休業終了日及び育児休業等終了日の翌日が属する月以後3カ月間（報酬の支払の基礎となる日数が17日未満（※）（短期組合員のうち、4分の3基準を満たさない短時間勤務職員は11日未満）の月は除く）に受けた報酬の平均額を標準報酬等級表にあてはめて得られる標準報酬の月額に改定される。 改定された標準報酬の月額は、改定が1～6月からの場合はその年の8月まで（または次の随時改定等まで）、改定が7～12月からの場合は翌年の8月まで（または次の随時改定等まで）適用される。改定が7～9月からの場合は、その年の定時決定は行われない。 （※）短期組合員のうち、4分の3基準を満たす短時間勤務職員については、3カ月のいずれも支払基礎日数が17日未満の場合は、15日以上17日未満の月の報酬の平均額を計算。	
備考	産前産後休業終了時改定及び育児休業等終了時改定は、主に、産前産後休業終了後及び育児休業等終了後に育児部分休業や育児短時間勤務に伴う勤務時間の短縮等により報酬が低下した場合に行われる改定だが、報酬が低下した条件を育児に限定していないため、時間外勤務手当や通勤手当等が減少した場合も対象となる。 また、申出があれば、復職時調整等により報酬が上がった場合でも、産前産後休業終了時改定及び育児休業等終了時改定を行うことは可能。 なお、**産前産後休業から引き続いて育児休業等を開始する場合は、産前産後休業終了時改定は対象外**となる（育児休業等の終了時に要件を満たせば育児休業等終了時改定の対象となる）。	

② 養育特例

3歳未満の子を養育している期間中の標準報酬の月額が、養育期間前の標準報酬の月額を下回ったときは、組合員の方からの申出により、年金額の計算においては養育期間前の高い標準報酬の月額を適用させることができます。

養育特例につきましては、『共済だより』2022年6月号にも掲載しておりますので、併せてご覧ください。

育児休業等終了時改定【図】



お問い合わせ先

- 育児休業等終了時改定・産前産後休業終了時改定に関すること…保健課資格係　TEL 043(248)1116
- 養育特例に関すること……年金課記録調査係　TEL 043(248)1118

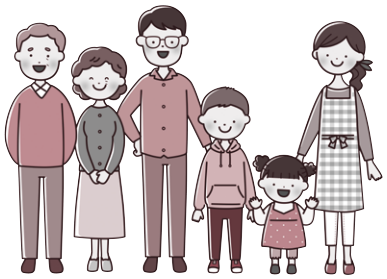
扶養認定・取消に伴う収入確認書類の保管について

扶養の認定や取消を判定する際の状況を確認するため、様々な書類を提出していただくことになりますが、ここでは収入に関する主な必要書類等についてご説明いたします。

収入について

扶養認定・取消の基準のひとつである「収入が年額130万円未満」（障害による公的年金等を受給している者、または60歳以上の公的年金等受給者の場合は「収入が年額180万円未満」）の〝収入〟とは、主なものとして次のものがあります。

また、**収入の性質によって、年額、月額または日額で判断**します。



- ① 給与収入（給料・交通費・賞与・手当等）→ 月額
- ② 社会保険給付金（雇用保険・傷病手当金等）→ 日額
- ③ 事業収入（営業収入・農業収入等）
- ④ 不動産収入
- ⑤ 利子・配当収入
- ⑥ 株式収入
- ⑦ 雑収入（年金・恩給・企業年金・農業者年金・個人年金等）

→ 年額

なお、**①～⑦以外であっても、恒常的と認められる場合には収入として算定します。**

①→　給与収入の注意については、次のP19でご確認ください。

③～⑥→　事業収入、不動産収入等の場合は、所得税法上の必要経費控除前の総収入が基本となりますが、扶養認定において認められる必要経費のみを控除し、収入額を算定します。扶養認定において認められる必要経費は、所得税法上とのものと同一ではありませんので共済組合ホームページでご確認ください。

⑦→　年金収入の場合、税や介護保険料等が控除される前の総額のことです。

※　扶養認定における所得とは、所得税法上の所得と同一ではありませんのでご注意ください。

※　認定対象者に配偶者がいる場合には、夫婦の扶助義務の観点から、夫婦の年間収入額を合算して扶養限度額を判断することとなります。（例：組合員の父母を認定するとき）

※　60歳以上でも、公的年金等（例：老齢厚生年金）を受給されていない場合、基準は「収入が年額130万円未満」となります。

収入確認書類について

収入が無くなったり減少した場合や、発生・増加したことによる**扶養認定・取消の際**、及び被扶養者の方の収入等を定期的に確認させていただくために共済組合が行う**扶養事実確認調査（検認）の際**に、**収入を確認するための書類を提出していただくことになります。**収入状況を確認するための主な書類については下記のとおりです。

ただし、状況により必要に応じて複数の書類や下記以外の書類を求める場合があります。

所得証明書、非課税証明書、給料明細書、賃金証明書、源泉徴収票、就業証明書、退職証明書、雇用保険受給資格者証、確定申告時の書類一式、特定口座年間取引報告書、開業届、廃業届、年金決定通知書、年金改定通知書、年金振込通知書など

※　**これらの書類は収入状況を確認するために必要ですので、紛失されないよう大切に保管しておいてください。**
なお、その他にも収入状況が確認できるものがありましたら併せて保管しておいてください。
また、必要書類が提出できず、収入を明確にすることができない場合には、被扶養者として認定または認定継続することができませんのでご注意ください。

※　新型コロナウイルス感染症に係る下記の書類の保存にご協力ください。
所得証明書や給与明細書等での記載により、収入増加にあたらないものを扶養限度額以上の収入と判定する事例が想定されます。書類の例・取扱い等については、『共済だより』2022年10月号P25をご参照ください。

① 新型コロナウイルス感染症に伴う支援としての各種給付金を受給された場合、当該給付内容（給付の種類、受給日、受給額等）を確認できる書類

② 新型コロナウイルス感染症への対応に伴う一時的な収入増加等があった場合、その増加内容（増加理由（新型コロナウイルス感染症への対応のためであること）、受給日、増加分の額等）を確認できる書類

※　扶養認定申告時の所得証明書と非課税証明書は、当組合が個人番号を利用した情報連携により「所得証明書または非課税証明書に関する情報」を取得することについての同意書を提出していただくことで、省略が可能となります。

お問い合わせ先　保健課資格係（直通）　TEL 043(248)1116

アルバイトやパート等でお勤めの被扶養者の皆さま、ご注意ください!!

収入が年額130万円未満でも取消該当になることがあります

被扶養者がアルバイトやパート等でお勤めされ給与収入がある場合、**年額ではなく月額で判断するほうが実情に即しているため、給与月額の扶養限度額（108,334円）を設定**しています。

- 給与の他に収入がある場合は、他の収入を月割りした額を加えた額。
- 障害による公的年金等を受給している者、または60歳以上の公的年金等受給者は、年金などその他の収入を月割りした額を加えて150,000円となります。
- **課税・非課税を問わず、収入に含めます。通勤手当等諸手当を含みます。**
- **賞与は支払対象期間に案分します（支払対象期間の定めがないときは案分せず支給月の給与に加算）。**
- 給与の処遇改善･給与改定等による給与の差額支給が行われたときは、支給月の給与に加算します（案分はしません）。

給与月額が**108,334円以上となる月から３カ月の平均が108,334円以上となった場合**には、最初の月（※）にさかのぼり、**取消該当**となりますのでご注意ください。

※当該月の初日からではなく、当該月の給与の支払対象期間の初日から取消該当となります。

参考事例 年間収入が130万円未満でも取消該当となるケース

取消該当

月	給料月額	賞与額	賞与案分後月額計	扶養限度額以上･未満
１月	80,000円		90,000円	扶養限度額未満
２月	85,000円		95,000円	扶養限度額未満
３月	**100,000円**		**110,000円**	**扶養限度額以上◎**
４月	95,000円		105,000円	扶養限度額未満
５月	**105,000円**		**115,000円**	**扶養限度額以上◎**
６月	90,000円	60,000円	100,000円	扶養限度額未満
７月	85,000円		95,000円	扶養限度額未満
８月	90,000円		100,000円	扶養限度額未満
９月	90,000円		100,000円	扶養限度額未満
10月	85,000円		95,000円	扶養限度額未満
11月	90,000円		100,000円	扶養限度額未満
12月	90,000円	60,000円	100,000円	扶養限度額未満
１月から12月までの合計額			**1,205,000円**	

◎３・４・５月の平均額110,000円

※　当該事例の場合は、扶養限度額（108,334円）以上となった３月からの１年間の収入が130万円以上とならない場合でも、３カ月平均で扶養限度額（108,334円）以上となるため、３月の給与の支払対象期間の初日から取消該当となります。

➡ 例えば、3月に支給される給料の支払対象期間が2月10日～3月9日である場合は、2月10日が取消該当日となります。

◎　**取消該当となった場合には、勤務先の共済事務担当課を通じ(任意継続組合員は直接共済組合へ)、すみやかに取消申告を行ってください。**

◎　**今後､扶養限度額以上で就業する見込みの場合も､早めの取消申告をお願いします。なお､就業初月が扶養限度額未満であっても、就業初月が支払対象期間の初日からの就業でなく、就業翌月の給与月額とそこからの３カ月の平均額が扶養限度額以上である場合、就業日から取消該当となりますのでご注意ください。**

◎　**パート先で健康保険等に加入し､被保険者証（保険証）が交付されたときは､収入が扶養限度額未満でも取消該当となります。**

※令和４年10月１日からの被用者保険の適用拡大により、給料額等に変わりがなくとも健康保険に加入する事例が増えています。被扶養者の健康保険加入による取消該当にご注意ください。

◎　**新たに認定申告を行うときは、被扶養者の要件を備えた日以降の収入について、３カ月平均が扶養限度額未満であることが必要です。**

◎　**認定申告を行う際は、被扶養者の要件を備えた日から30日以内に勤務先の共済事務担当課（任意継続組合員は直接共済組合）へ「被扶養者申告書」及び認定に必要な書類を提出してください。30日を過ぎてしまうと受付日からの認定となります。**
詳細については、保健課資格係までお問い合わせください。

お問い合わせ先　保健課資格係（直通）　TEL 043(248)1116

知っていますか？ 保健事業

共済組合では、組合員（任意継続組合員を含む。以下同じ）及びその被扶養者の皆さまの健康の保持、増進を図るため、さまざまな保健事業を行っております。

今回は、その中でも組合員の方からの申請により助成を行っている令和４年度の事業をご紹介いたします。皆さまの健康管理にご活用ください。

1 短期人間ドック

(1) 助成要件

受検時に満35歳以上の組合員及びその被扶養者を対象に、共済組合が契約をしている検査医療機関において１日ドック（日帰り）、通院２日または１泊２日のコースを受検したとき。

※人間ドックを利用する年度において特定健康診査補助事業、特定健康診査を受検していない方が対象です。

(2) 助成金額

契約費用額の70%を共済組合が負担（検査費用から控除）します。（限度額33,000円）

(3) 手続き等

検査医療機関で予約をしていただいた後、「人間ドック利用承認申請書」をお勤め先の共済事務担当課（任意継続組合員の方は共済組合）に**必ず利用日の15日前まで**に届くように提出してください。

その後、人間ドック利用承認書を発行しますので、受検当日に組合員証（被扶養者証）や前回の受検結果等と併せて検査医療機関へ提出してください。

「人間ドック利用承認書」の交付を受けずに受検した場合、検査費用は全額自己負担となり、全額立て替えた場合でも事後の還付等はできませんので、必ず事前に申請してください。

2 脳ドック

(1) 助成要件

受検時に満35歳以上の組合員及びその被扶養者を対象に、共済組合が契約をしている検査医療機関においてＭＲＩ及びＭＲＡ検査、ＭＲＩ検査またはＣＴ検査を受検したとき。ただし隔年度に１回のみの助成となります。

(2) 助成金額

ＭＲＩ及びＭＲＡ検査は21,000円、ＭＲＩ検査は12,700円、ＣＴ検査は7,200円を共済組合が負担（検査費用から控除）します。

(3) 手続き等

短期人間ドック1 (3) の手続きと同様です。

3 ＰＥＴドック

(1) 助成要件

受検時に満35歳以上の組合員及びその被扶養者を対象に、共済組合が契約をしている検査医療機関においてＰＥＴドックを受検したとき。ただし３年度に１回のみの助成となります。

(2) 助成金額

契約費用額の50%を共済組合が負担（検査費用から控除）します。（限度額60,000円）

(3) 手続き等

短期人間ドック1 (3) の手続きと同様です。

4 大腸内視鏡検査助成金

(1) 助成要件

満35歳以上の組合員及びその被扶養者を対象に、大腸内視鏡の検査を受け、自己負担が発生したとき（保険診療を除く、１事業年度に１回）。人間ドックと同時受検も対象となります。

(2) 助成金額

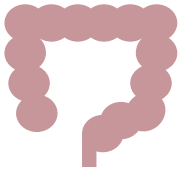
検査費用の50%（上限12,000円）を助成

※人間ドックと同時受検の場合は契約検査費用の50%を共済組合が負担（会計時に控除）します。（上限12,000円）

(3) 手続き等

「大腸内視鏡検査助成金交付申請書」に受検時の領収書（写し可）を添付した上で、お勤め先の共済事務担当課（任意継続組合員の方は共済組合）に提出してください。

人間ドックと同時に受検する場合は、人間ドック申請書の大腸内視鏡検査欄の「受検する」にレ点を記入してください。



5 婦人科検診助成金

(1) 助成要件

満35歳以上の組合員及びその被扶養者を対象に、子宮がん・乳がんの検診を受け、自己負担が発生したとき（保険診療を除く、１事業年度に１回）。人間ドックと同時受検も対象となります。

(2) 助成金額

各々6,600円までを助成

※人間ドックと同時受検の場合は検査費用から控除します。

(3) 手続き等

「婦人科検診助成金交付申請書」に受検時の領収書（写し可）を添付した上で、お勤め先の共済事務担当課（任意継続組合員の方は共済組合）に提出してください。

人間ドックと同時に受検する場合は、人間ドック申請書の婦人科検診助成金検診項目欄に検査名を記入してください。

6 妊婦保健助成金

(1) 助成要件

組合員及びその被扶養者が、出産（妊娠４カ月未満の異常分娩または母体保護法に基づく胎児の人工妊娠中絶手術をした場合を含む）をしたとき。

(2) 助成金額

１件につき5,000円

(3) 手続き等

短期給付の出産費・家族出産費を請求した場合、妊婦保健助成金の請求があったものとみなします（出産費・家族出産費の請求書の提出が手続きとなります）。

妊娠４カ月未満の異常分娩または母体保護法に基づく胎児の人工妊娠中絶手術をした場合は、「妊婦保健助成金交付申請書」をお勤め先の共済事務担当課（任意継続組合員の方は共済組合）に提出してください。

7 療養助成金（人工透析助成金）

(1) 助成要件

組合員またはその被扶養者が人工透析のために通院をしたとき。

(2) 助成金額

１カ月につき9,000円

(3) 手続き等

初回のみ、「療養（人工透析）助成金交付申請書」をお勤め先の共済事務担当課（任意継続組合員の方は共済組合）に提出してください。２カ月目以降の申請は不要です。受給権が消滅したときは、「療養（人工透析）助成金受給権消滅報告書」を提出してください。

8 補装具代

(1) 助成要件

組合員またはその被扶養者が、障害者総合支援法の規定により厚生労働大臣が定めた補装具（障害者自立支援法の施行時に日常生活用具に見直された種目についても対象とする）の購入または修理を所轄の福祉事務所へ事前申請し、所得等に応じて自己負担額が生じたとき（治療用の装具を作成された場合は、短期給付での給付となります）。

(2) 助成金額

所得等に応じて発生した自己負担額の全額。

※障害者総合支援法の規定により厚生労働大臣が定める補装具の種類、受託報酬の額等に関する基準の範囲内で支給するものです。

（3）手続き等

「補装具等購入費・修理費交付申請書」に福祉事務所（市町村長）の補装具費に係る支給決定通知書及び利用者負担額の領収書を添付の上、お勤め先の共済事務担当課（任意継続組合員の方は共済組合）に提出してください。

9 災害り災者見舞品

(1) 助成要件

組合員が水震火災等により住居、家財に損害を受け短期給付の災害見舞金が支給されるとき。

(2) 助成金額

見舞品代として３万円を支給します。

(3) 手続き等

短期給付の災害見舞金を請求した場合、災害り災者見舞品の請求があったものとみなします（災害見舞金の請求書の提出が手続きとなります）。

お問い合わせ先 福祉課厚生係(直通) TEL 043(248)1114

毎年受けましょう 特定健診

健診結果を活用しましょう！

特定健診ではさまざまな項目を調べますが、どのようなことがわかるのか、ご存じですか？

主な項目	内　容	わかることなど
BMI	[体重 (kg)] ÷ [身長 (m) の２乗] で出される数値。	25 以上でメタボ判定基準の１つとなります。
腹囲	おへそまわりを測ります。	男性 85㎝以上、女性 90㎝以上でメタボ判定基準の１つとなります。
血圧	血液が血管の壁を押す力。	上昇傾向だと、動脈硬化や脳卒中、虚血性心疾患などのリスクが高まります。
中性脂肪	エネルギーとして使われます。	増えすぎると動脈硬化や脂質異常症、糖尿病などのリスクが高まります。
HDL コレステロール	余分なコレステロールを回収します。いわゆる善玉コレステロール。	少ないと動脈硬化のリスクが高まります。
LDL コレステロール	肝臓で作られたコレステロールを全身へ運びます。いわゆる悪玉コレステロール。	増えすぎると動脈硬化、脂質異常症のリスクが高まります。
HbA1c (NGSP)	過去１～２カ月の平均の血糖値を反映した数値。	上昇傾向だと、糖尿病、腎不全などのリスクが高まります。
γ-GT (γ-GTP)	たんぱく質を分解する酵素の一種。	飲酒量が多いときなどに上昇し、肝機能障害などのリスクが高まります。最近では、アルコールとは無関係に栄養過剰や肥満がもとでγ-GT 等の値が上昇する病気※が増えており、注意が必要です。
eGFR	腎臓が老廃物を尿へ排泄する能力を示す数値。	低いほど腎臓の機能が低下しており、慢性腎臓病 (CKD) などのリスクが高まります。

※非アルコール性脂肪性肝疾患（NAFLD）、非アルコール性脂肪肝炎（NASH）など。

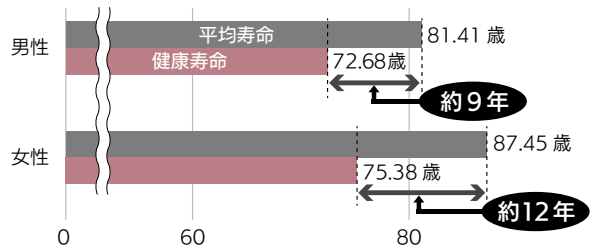
●上記のほか、医師の判断で実施される詳細な検査項目（心電図、眼底検査など）もあります。

健診で病気の芽を摘みとりましょう

日常生活を、健康上の問題なく過ごせる期間を示す「健康寿命」は、男性 72.68 歳、女性 75.38 歳です。平均寿命は男性 81.41 歳、女性 87.45 歳であることから、男性約９年、女性約 12 年は日常生活に何らかの支障がある期間を過ごしています。

メタボに限らず、健診で病気の芽を早期に見つけて、生活改善や早期治療でその芽を摘みとり、「健康寿命」を少しでも延ばせるように、今から意識して生活していきましょう！

健康寿命と平均寿命の差（令和元年）



厚生労働省資料より作成

健診項目の数値が気になったら、生活習慣を改善しましょう！

●いつもより10分多く歩く、階段を使う、ストレッチをするなど、日常に無理のない範囲で運動をとりいれましょう。

●体は食べたものでできています。栄養のあるバランスのとれた食事を意識し、食べすぎ、太りすぎに注意しましょう。また塩分のとりすぎは血圧の上昇を招き、循環器疾患のリスク増などにつながるので、減塩を心がけましょう。

健診の詳細はコチラ

保健師さんと一緒に Let's try!

特定保健指導ではどんな目標を立てるの？

無理なく取り組める個人にあったゴールを設定します！

特定保健指導では、保健師、管理栄養士などの専門家が生活習慣改善のために、
その人にあった目標を設定し、アドバイスをしてくれます。
「目標を達成できるか、心配…」と不安かもしれませんが、無理なく達成できるゴールを設定し、専門家がサポートします。

特定保健指導の例（イメージ）

※特定保健指導には積極的支援と動機付け支援の２種類があります。

〈積極的支援の場合〉

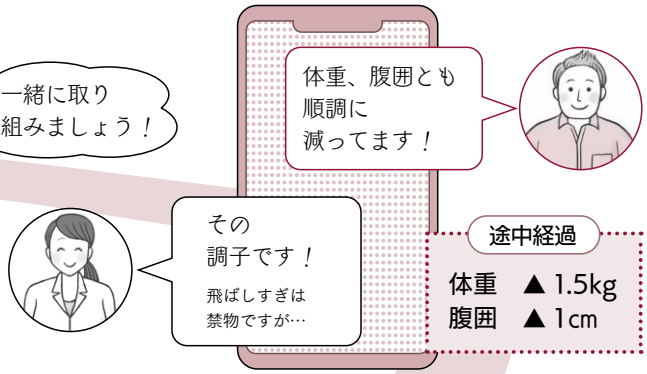
初回面談 START

健診結果などをもとに、どのような生活習慣改善を行っていくか、保健師と一緒に考えていきます。

目標
体重　▲3kg
腹囲　▲2cm
生活改善
・週４日は休肝日！
・週末はウオーキング！

継続支援 １カ月後

保健師とともに、メールのやりとりなどで計画の実施状況を確認していきます。



途中経過
体重　▲1.5kg
腹囲　▲1cm

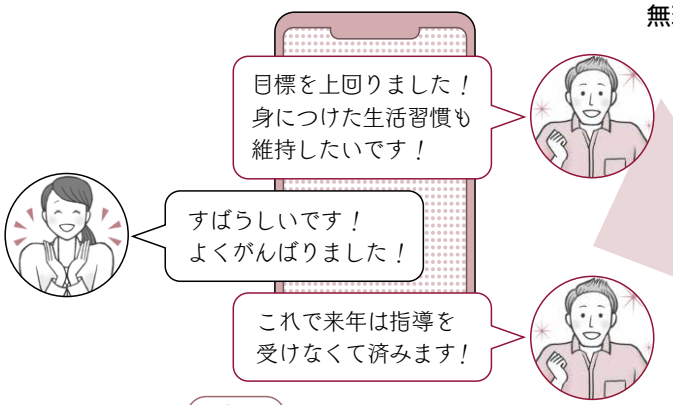
継続支援 ２カ月後

状況に応じて目標変更も。
無理なく生活習慣改善を！

途中経過
体重　▲1.5kg
腹囲　▲1cm
生活改善
・休肝日は週３日に
・時間があるときだけでも帰宅時に１駅分歩く

最終評価 ３カ月後 GOAL

これまでの取り組みを振り返ります。



結果
体重　▲4kg　目標達成!
腹囲　▲3cm　目標達成!

特定保健指導で身につけた生活習慣や健康な体づくりのための知識は、
生活習慣病を防ぎ、健康寿命を延ばすことにもつながります。
案内を受け取ったら、ぜひご参加ください！

「施設利用券（宿泊）」、「遊園施設入園券」、「リフレッシュ契約施設共通割引利用券」及び「保健施設利用券」ご使用の際の注意事項について

冬は長期休暇があり、旅行やレジャーなどで契約施設をご利用いただく機会が増える季節です。
楽しく充実した休日をお過ごしいただくために、正しい使用方法をお守りのうえ、ご利用ください。
各券の使用方法は次のとおりです。

オークラ千葉ホテル・黒潮荘・那須の森ヴィレッジ 千葉県市町村職員共済組合直営施設利用券（黄色）

利用範囲

（1）**会館利用助成金及び保養所・保健センター利用助成金の対象者**
①組合員、任意継続組合員
②組合員、任意継続組合員の被扶養者
③被扶養者でない配偶者（内縁の配偶者を含む）並びに２親等以内の親族（下記続柄のとおり）
・父母、祖父母、子、孫、兄弟姉妹
・義理の父母、祖父母、子、孫、兄弟姉妹
} 及びその配偶者

（2）**県互助会助成金の対象者**
※千葉県市町村職員互助会の助成金です。
千葉県市町村職員互助会の①会員　②会員の被扶養者　③被扶養者でない配偶者（内縁の配偶者を含む）並びに２親等以内の親族（上記（1）の続柄のとおり）

●**上記（1）及び（2）の助成金については、交付対象者以外の方が誤ってご使用になられた場合、助成金を返還していただきますのでお取り扱いには十分ご注意ください。**

助成金額

・**オークラ千葉ホテル**
会館利用助成金6,000円（県互助会助成金500円）
・**黒潮荘・那須の森ヴィレッジ**
1．1泊2食付の場合　保養所・保健センター利用助成金6,500円（県互助会助成金1,000円）
2．素泊り及び1泊朝食付の場合　保養所・保健センター利用助成金2,500円（県互助会助成金500円）
3．那須の森ヴィレッジのキャンプサイト1サイト1泊の場合
保養所・保健センター利用助成金2,500円
（県互助会助成金500円）

●利用券は、**1人1泊につき1枚**ご使用いただけます。
※キャンプサイトについては、1サイト1泊につき代表者が、1枚ご使用いただけます。

その他

●券面必要事項は**すべてご記入**のうえ、施設フロントにご提出ください。未記入箇所のある利用券は受理できません。
●利用券をご使用の際は、組合員証等を持参のうえ、チェックイン時にフロントへ提示してください。
・**利用者が組合員の場合**…… **組合員証（保険証）**
・**利用者が被扶養者の場合**…… **被扶養者証（保険証）**
・**扶養でない2親等以内の親族の場合**…… **自身の保険証**
※組合員の「組合員証（保険証）記号・番号」の記載が必ず必要になりますので、組合員以外の方のみでの利用の場合等につきましては事前にご確認のうえ、ご利用ください。
●旅行会社発行のクーポン券等との併用はできませんのでご注意ください。

千葉県市町村職員共済組合契約施設利用券（ピンク色） 遊園施設入園券（薄紫色・縦長）

利用範囲

●**組合員及びその被扶養者（組合員証または被扶養者証をお持ちの方）のみ**ご利用いただけます。
※組合員証または被扶養者証を持っていない家族は対象外です。
●**助成金交付対象外の方が誤ってご使用になられた場合には、助成金を返還していただきますのでお取り扱いには十分ご注意ください。また、利用券の記載内容が事実と異なる場合も助成金を返還していただきます。**

契約料金

●別冊の一覧に記載の契約料金は、「契約施設利用券」及び「遊園施設入園券」をご使用になった場合に限り適用になります。
●宿泊料金は、利用日や利用人数等の条件によって異なる場合がありますので、ご予約の際に必ずご確認ください。また、ご予約時には「契約施設利用券」をご使用になる旨をお伝えください。

助成金額

●**「契約施設利用券」**の助成金額は**2,500円**で、**1人1泊につき1枚**ご使用いただけます（1人1泊の利用料金が2,500円に満たない場合は、使用できません）。
●**「遊園施設入園券」**の助成金額は**1,000円**までとなり、**1人1施設につき1日1枚**ご使用いただけます。

その他

●券面必要事項は**すべてご記入**のうえ、施設窓口にご提出ください。未記入箇所のある利用券は受理できません。
●利用券をご使用の際は、**必ず組合員証または被扶養者証**をお持ちください。
●**「リフレッシュ契約施設共通割引利用券」では宿泊施設及び遊園施設での助成金控除の対象となりません**ので、お間違いのないようご注意ください。
●各市町村及び一部事務組合が契約施設の借り上げを行った際には、当組合発行の「契約施設利用券」をお使いいただくことはできません。
●旅行会社発行のクーポン券等との併用はできませんのでご注意ください。

リフレッシュ契約施設共通割引利用券（青色） 保健施設利用券（スパ・スカイビュー）（オレンジ色）

利用範囲

●組合員及びその家族（同居、別居を問いません）

その他

●券面必要事項を**すべてご記入**のうえ、利用施設へ提出してください。
●利用範囲が組合員及びその家族となるのは、「リフレッシュ契約施設共通割引利用券」と「保健施設利用券」のみですので、ご注意ください。

お問い合わせ先　福祉課厚生係（直通）　TEL 043(248)1114

入学・修学貸付をご活用ください

共済組合には、組合員や被扶養者（被扶養者でない子を含む）の学業支援のための貸付として、入学・修学貸付がありますので、ぜひご活用ください。

なお、貸付送金日以前に支払済みまたは既に支払期限が到来している費用については貸付できませんので、ご注意ください（**事前に締切日や詳細等をお勤め先の共済事務担当課にご確認ください**）。

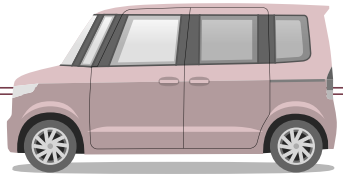
また、令和５年度分授業料等に係る入学貸付については随時、修学貸付については12月（１月27日送金分）から申し込みを受け付けておりますので、お勤め先の共済事務担当課を通して当組合へ行ってくださるようお願いします。

種　別	入学貸付	修学貸付
貸付の理由	組合員またはその被扶養者（被扶養者でない組合員の子を含む）が高等学校、中等教育学校（後期課程に限る）、大学もしくは高等専門学校または専修学校もしくは各種学校に入学する場合	組合員またはその被扶養者（被扶養者でない組合員の子を含む）が高等学校、中等教育学校（後期課程に限る）、大学もしくは高等専門学校または専修学校もしくは各種学校に修学する（している）場合
借受人の資格	現に組合員である者	現に組合員である者
貸付限度額	給料月額の６月分（最高200万円）	修業年限１年につき180万円 ただし、４月以降に当該年度分の貸付申込みをする場合は、貸付実行月から翌年３月までの月数に15万円を乗じた額が限度となります。 例 10月28日貸付金送金の場合は、６月(10月～3月までの月数)×15万円＝90万円
貸付金の単位	５万円	10万円
償還期間	120月以内	150月以内
貸付利率	年1.26%	年1.26%
必要添付書類	①入学許可書（写）または合格通知書（写） ②入学案内書（写）（入学金、当該年度の授業料及び納入期日等が確認できるもの）もしくは不動産の賃貸契約書（写） ③被扶養者でない子の場合は、借受人との続柄を証する書類（戸籍謄本等）	①在学証明書（入学前の場合は、入学貸付に定める書類） ②当該年度（当該年度分の通知が未着の場合は前年度分で可）の授業料及び納入期日等が確認できるものもしくは不動産の賃貸契約書（写） ③被扶養者でない子の場合は、借受人との続柄を証する書類（戸籍謄本等）

※１　貸付対象となる学校については、学校教育法に規定される学校のうち、上記学校であることが要件となりますのでご留意ください。
※２　修業年限を超えての貸付はできませんのでご了承ください。
※３　貸付利率は変動する場合があります。
※４　必要に応じてその他確認書類の提出を求めることがあります。
※５　会計年度任用職員等の任期の定めがある組合員の方については、利用に制限がありますので、ご留意ください。

お問い合わせ先　福祉課福祉係(直通)　TEL 043(248)1113

低金利で便利な共済組合の自動車ローン



1 手数料率は年利 1.39%で300万円までご利用可能
2 返済方法は、給与からの毎月控除返済
3 手続き書類は、当組合指定の用紙に自動車検査証を販売店経由で当組合に提出

物資事業（共済組合自動車ローン）とは、組合員の皆さまが共済組合と契約した自動車販売店（特約店）から自動車を購入する場合に、共済組合が特約店へ購入代金を立替払いし、その立替金を給与天引きにて割賦償還していただく制度です。

組合員資格を取得した当日から、簡単な手続きにより300万円までの利用が可能となりますので、自動車の購入の際にはぜひご利用ください。

特約店情報については、当組合のホームページに掲載しています。右記の二次元コードからご覧いただけます。

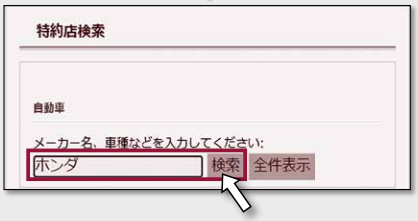
二次元コード

利用方法	お勤め先の共済事務担当課で、「物資購入票」の交付申請を行い、所属所長の証明を受けたあと、特約店へ提出してください。 なお、会計年度任用職員等の任期の定めがある職員の方については、利用に制限がありますので、ご留意ください。
利用対象	自動車（購入時に同時装着するアルミホイール･カーナビゲーション等のオプション品を含む）
利用金額	300万円（10万円以上１万円単位）
償還方法	毎月均等償還またはボーナス時増額償還
利率	年利1.39%（月利0.1158%）
特約店及び営業所件数	特約店37店（営業所664店）　※営業所については令和４年９月時点

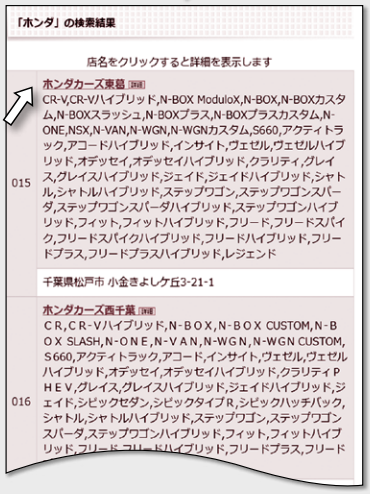
特約店検索の使い方

購入店が特約店営業所かどうかを調べる場合 ▶ 例）ホンダ系列の店

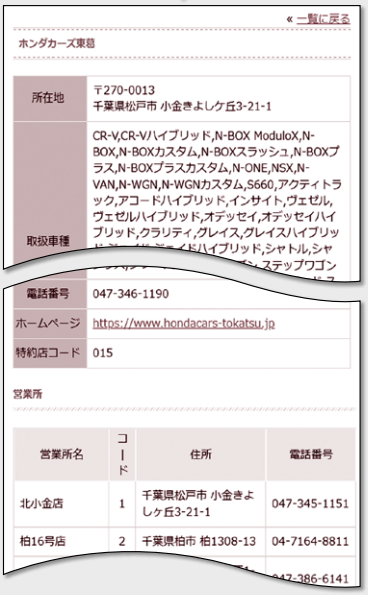
❶特約店検索「ホンダ」と検索



❷特約店に「ホンダ」とつく特約店が表示される



❸店名をクリックすると営業所一覧が表示されるので、営業所と住所を確認



お問い合わせ先　福祉課福祉係（直通）　TEL 043(248)1113

退職後は年金者連盟に加入しませんか

定年退職された方、退職後60歳になられた方は年金者連盟にご加入いただけます。

※フルタイム再任用の方も加入いただけます。
※組合員期間が短期組合員及び後期高齢者等短期組合員のみの方は対象外です。

年金者連盟は市・郡単位の支部があり、それぞれ相互互助の精神のもと退職後の親睦と交流を図っています。

年金者連盟に集い、社会的な孤独や孤立から生活を守りましょう！

～年金者連盟の新しい取り組み～

年金者連盟は会員の日常生活や趣味娯楽を応援していきたいと考えています。

常備薬のあっせん　明治座公演のあっせん　WEB文化展

また、様々な社会貢献活動を通して地域社会に協力していきたいと思います。

使用済切手寄付活動　特殊詐欺（電話de詐欺）防止啓発

年金者連盟に加入し、支え合う地域社会の実現に貢献していきましょう！
詳しくは千葉県市町村職員年金者連盟のホームページをご覧ください。

http://www.chiba-munic-nenkinren.jp

お問い合わせ先　千葉県市町村職員年金者連盟　TEL 043(248)1059

医療費への備え、できていますか？

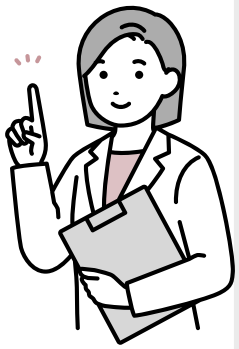
共済組合では、高額になりがちな**先進医療に関する費用も補償する「新・団体医療保険」**を取り扱っています。保険料は、団体割引が適用されますので、個人で加入するよりも割安です。ぜひご検討ください。パンフレットの請求、詳細については、下記取扱代理店までご照会ください。

医療費ってこんなにかかるんです!!

公務員の
入院１日当たりの平均自己負担額は
平均**15,951円！**（注）

病気で入院する人の平均入院日数は？

公務員の
１入院当たりの平均入院日数は
平均**17.6日！**



1入院の自己負担費用は…
15,951円×17.6日➡約28万円

（注）金額は、過去5年間に入院した人の自己負担費用の平均値（高額療養費制度※を利用した人、利用しなかった人（高額療養費制度の適用外など）も含みます）。

※高額療養費制度を利用した場合は利用後の金額。治療費・食事代・差額ベッド代などを含みます。

生命保険文化センター「令和元年度　生活保障に関する調査」

お問い合わせ先
取扱代理店　有限会社ちば共栄サービス　TEL 043(248)1536
（受付時間：平日の午前9時から午後4時まで。月末金曜日は午後3時まで。）

令和４年度　第２回施設運営検討委員会について

去る８月17日に、令和４年度第２回施設運営検討委員会が開催され、各施設の今後の運営等について検討がなされました。なお、会議録については当組合ホームページ中、「組合のご案内」ページ内の、「施設運営検討委員会会議録」に掲載しております。

人事異動のお知らせ

1 令和４年10月１日付け異動等

氏　名	新　職　名	旧　職　名
酒井　貴大	総務課総務係主任主事	総務課総務係主事

契約施設の営業・契約終了のお知らせ

皆さまにご利用いただきました次の施設は、令和５年１月16日（月）をもって閉館となりますので、お知らせします。

●宿泊施設

施設名	営業終了日	「共済だより４月号」別冊一覧掲載ページ
ぎょうけい館	令和５年１月16日（月）	P31

皆さまにご利用いただきました右記の施設は、契約終了となりますのでお知らせします。今後、遊園施設入園券はご使用できなくなりますのでご注意ください。

●遊園施設

施設名	「共済だより4月号」別冊一覧掲載ページ
富浦いちご狩りセンター	P40

給付金送金日のご案内

12月27日(火)、1月27日(金)、2月28日(火)

※給付金請求書の締切日については、各担当課へお問い合わせください。

共済貯金の払戻日のご案内

12月27日(火)、1月27日(金)、2月28日(火)

※払戻・解約請求書の締切日は、組合員の方については各所属所により異なりますので、お勤め先の共済事務担当課へお問い合わせください。
任意継続組合員の方については、払戻月の10日（12月は7日）（土・日・祝日の場合は直前の開庁日）までに共済組合に必着です。
12月1日現在の利率は1.9%(税引き後1.514015%)です。

任意継続組合員の皆さまへ

12月は1月分の掛金、**1月**は2月分の掛金の払込月です。月内に必ず納入されますようお願いします。また、口座振替の方は1月分の振替日が12月26日、2月分の振替日が1月26日となりますので、残高不足とならないよう、残高の確認をお願いします。

組合の概況（令和４年10月末現在）

①団体数　市……37
町村……17
一部事務組合等……47
計……101

②組合員数　男……36,938人
女……37,803人
計……74,741人

③被扶養者数……46,310人

④任意継続組合員数……814人

税務・法律相談のご案内

～お気軽にご相談ください～

共済組合では、毎月1回、税務・法律に関する相談室（無料）を開設しています。開始時刻は原則として午前中で、申込受付順となります。

相談をご希望の方は、各所属所の共済事務担当課に備え付けの「相談申込書」または任意の書式に**必要事項（下記）**をご記入のうえ、開設日の**15日前まで（必着）**に下記宛てへ**親展**でご送付ください。

※以降のお申し込みは、次回の相談日になりますので、ご了承ください。
※相談内容はできるだけ詳しくご記入ください。

必要事項

❶所属所名及び所属部署名
❷組合員氏名
❸組合員証記号・番号
❹自宅住所
❺自宅電話番号
❻勤務先電話番号
❼日中、連絡のとれる電話番号
❽相談希望日
❾相談内容

税務・法律相談お申し込み・お問い合わせ先

〒260-8502　千葉市中央区中央港1-13-3
千葉県市町村職員共済組合　福祉課厚生係
TEL 043(248)1114（福祉課厚生係直通）

1月・2月の相談室開設日

税務相談室	税理士	大川　惣一（おおかわそういち）
	1月10日(火)、2月7日(火)	
法律相談室	弁護士	河邉　義範（かわべよしのり）
	1月11日(水)、2月8日(水)	

メンタルヘルス相談室

臨床心理士を中心とした専門職が、あなたのお悩みに親身にお応えします。ご相談は当組合専用の電話・面談またはWEBにより対応しております。また、守秘義務に則りプライバシーの保護を厳守しておりますので、安心してご相談ください。

こんなとき、すぐにご相談ください

- 将来に不安を感じ気分が落ち込んでいる。
- 職場の人間関係で悩んでいる。
- ストレスによる無気力や不眠に悩まされている。
- 子どもが学校に行きたがらない。
- 家族の病気のことで悩んでいる。
- 配偶者との関係がうまくいかない。

電話カウンセリング
面接カウンセリング予約受付

・月曜日～金曜日　9:00～21:00
・土曜日　10:00～18:00
（日・祝日、1月1日～3日は休み）

0120(765)232

※携帯電話からもご利用いただけます。

WEB相談

当組合ホームページのトップ画面にある「みんなの家庭の医学」のバナー、もしくは https://kateinoigaku.jp/ からアクセスしてください。

団体コード（保険者番号）：32120412

直営施設をご活用ください！

オークラ千葉ホテル

P34のお得なクーポンをご利用ください。詳しくはオークラ千葉ホテル（フロント）までお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ先

オークラ千葉ホテル（フロント）
TEL 043(248)1111
https://www.okura-chiba.com/

オークラ千葉ホテル　検索　クリック！

ログインID：okura
パスワード：chiba

黒　潮　荘

期間限定のお得なプランをご利用ください。詳しくは黒潮荘までお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ先

黒潮荘（直通）
TEL 04(7092)2205
https://www.kuroshioso.jp/

黒潮荘　検索　クリック！

パスワード：9640（くろしお）

那須の森ヴィレッジ

来年度は4月7日(金)からオープンします。皆さまのご利用を心よりお待ち申し上げております。

ご予約・お問い合わせ先

那須の森ヴィレッジ（直通）
TEL 0287(78)1636
https://www.nasunomori-village.jp/

那須の森ヴィレッジ　検索　クリック！

オークラ千葉ホテル 展望浴室 スパ・スカイビュー

バスタオル、フェイスタオル付きのため、手ぶらでご利用いただけます。
ゆったりと広い湯船につかりながら、日々の疲れを心ゆくまで癒してください。

スパ利用案内

場　所：本館10階
時　間：15：00～23：00（最終入場22：30）
料　金：日帰りの方（組合員及びそのご家族）
お一人様…300円(税込)／ご宿泊の方…無料

※日帰りでご利用の際は、保健施設利用券をお持ちください。

※新型コロナウイルス感染防止対策にご理解とご協力をお願い申し上げます。

「お宿ねっとメンバーズカード」のご案内

「お宿ねっとメンバーズカード」は黒潮荘、那須の森ヴィレッジの両施設で使えるポイントカードです。

（1）「お宿ねっとメンバーズカード」の発行手続き

黒潮荘及び那須の森ヴィレッジへご宿泊の際に、発行手続きをしています。

（2）ポイント付与及びポイント利用特典について

利用料金2,200円（税込）毎に1ポイントを付与させていただき、貯まったポイント数に応じて次回以降の宿泊料を下記のとおり割引させていただきます。

ポイント数	30ポイント	50ポイント	100ポイント	200ポイント	300ポイント(割引上限)
割引額	1,000円	2,000円	6,000円	16,000円	30,000円

（3）黒潮荘と那須の森ヴィレッジ以外の株式会社エムアンドエムサービスが受託する保養所・公共の宿などの「お宿ねっと他施設」における「お宿ねっとメンバーズカード」の取扱いについて

「お宿ねっと他施設」において、「お宿ねっとメンバーズカード」は使用できません。

お問い合わせ先
施設管理課（直通）　TEL 043(248)1119
福　祉　課（直通）　TEL 043(248)1114

レシピ開発
今村 結衣（管理栄養士）
撮影・スタイリング
Tokyo Trend Kitchen

冬はイベントの多い季節ですが、今回はおもてなしやホームパーティーなどにもおすすめのヘルシーレシピをご紹介します。食卓を彩る野菜をたっぷり使った“デリ風”ごはんで、おいしく食べながら健康の維持・生活習慣病の予防をしましょう。

野菜をおいしく食べる デリ風ごはん

パプリカとねぎマリネのローストビーフサラダ

1人分
323kcal／食塩相当量 1.8g

材料〈2人分〉

牛ももステーキ肉 -------- 1枚（200g）
塩 ---------- ふたつまみ（2g）
粗挽き黒こしょう ---------- 適量
黄パプリカ（乱切り）----------1/4個
赤パプリカ（乱切り）----------1/4個
長ねぎ（ぶつ切り）---------- 1本
酒 ----------大さじ1/2

A　バルサミコ酢 --------- 大さじ1/2
　　はちみつ---------- 大さじ1/4
　　レモン汁---------- 大さじ1/2
　　しょうゆ ---------- 大さじ1/2

リーフレタス（手でちぎる）---- 2～3枚（100g）
紫キャベツ（小さめの一口大）--- 30g
輪切りブラックオリーブ ---------- 8個

作り方の動画

作り方

1 牛ももステーキ肉は常温に約15分置いておく。塩と粗挽き黒こしょうをふり、中火に熱したフライパンで表面を1分ずつ焼く。
2 焼いた牛もも肉をすぐにアルミホイルで包み、上から布で包んで30分～1時間置き、余熱で中まで火を通す。
3 フライパンにパプリカと長ねぎを入れ中火で焼く。焼き目がついたら酒を加えてフタをし、弱火で5分加熱する。
4 ボウルにAの調味料を合わせてマリネ液を作り、3を入れて冷蔵庫で約15分味をなじませる。
5 2をアルミホイルから出し、そぎ切りにして4に加える。
6 リーフレタスと紫キャベツを皿に盛り、5と輪切りブラックオリーブをのせて、残ったマリネ液を回しかける。

※牛もも肉の焼き時間・余熱時間は、肉の大きさ等により適宜調整してください。

☑ 栄養メモ　長ねぎの白い部分にはビタミンCやアリシン、青い部分にはカロテンやカルシウムが含まれています。長ねぎは青い部分まで無駄なく料理に使いましょう。アリシンは体を温め、血行をよくする働きがあるといわれ、冬に積極的にとりたい栄養素です。

材料〈2人分〉

木綿豆腐 -------- 1/2丁（150g）
ブロッコリー（小房に分ける）--- 1/2個
オリーブオイル -------- 大さじ1
にんにく（輪切り）----- 1かけ分
玉ねぎ（薄切り）-----1/2個（100g）
トマト缶（ホール）----- 1缶（400g）
みそ ---------- 大さじ1
鶏ひき肉（むね肉皮なし）- 100g
玉ねぎ（みじん切り）---1/2個（100g）

A　上新粉（または片栗粉）---大さじ1
　　塩 ---------- 小さじ1/4
　　黒こしょう---------- 適量
　　酒 ---------- 大さじ1

黄パプリカ（乱切り）----- 1/2個
じゃがいも（乱切り）------- 1個

作り方

1 木綿豆腐はキッチンペーパーで包み、電子レンジ（600W）で3分加熱し水切りをする。
2 ブロッコリーは耐熱容器に入れてフタをし、電子レンジ（600W）で4分加熱し火を通しておく。
3 フライパンにオリーブオイル、にんにく、玉ねぎの薄切りを入れて炒める。
4 3にトマト缶とみそを加えてときどき混ぜながら、弱火で8分煮詰める。
5 ボウルに1の豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎのみじん切り、Aを合わせてよく混ぜ合わせ肉だねを作る。
6 団子状にした肉だね、黄パプリカ、じゃがいもを4に加えてフタをして5分、フタを外して5分煮詰める。
7 2のブロッコリーを加えて皿に盛りつける。

鶏だんごのトマト煮込み

1人分
372kcal／食塩相当量 1.9g

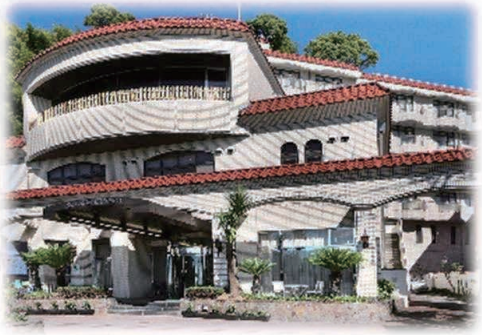
☑ 栄養メモ　鶏だんごの中にたっぷりと玉ねぎを加えることで、無理なく野菜の摂取量を増やすことができます。
トマト煮込みの味つけにみそを使うと、塩を使うよりもコクが生まれ、深みのある味わいになるのでおすすめです。

全国共済施設案内 「東京都」
東京都市町村職員共済組合

東京都市町村職員共済組合　保養所
シーサイドいずたが

四季折々の食材を活かした夕食をご用意してお待ちしております。お食事は、お部屋でくつろぎながらお愉しみください。

伊豆が育む四季の幸と海辺の眺めに心やすらぐひととき

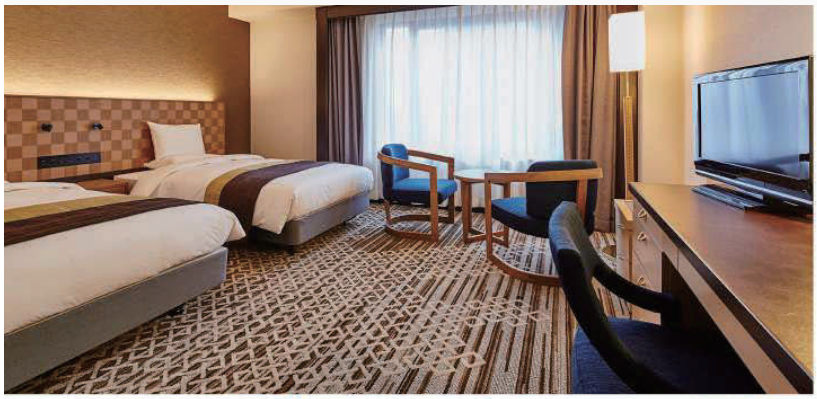


◆ご宿泊料金◆
平日利用　1泊2食付
10,435円～（税・サービス料込み）

〒413-0101
静岡県熱海市上多賀12番地　TEL 0120-73-1241（8:00～20:00）　https://t-kyosai.jp/izutaga

国道135号線沿い長浜海水浴場前／JR伊東線伊豆多賀駅より徒歩10分（無料送迎バスあり）/JR東海道線熱海駅より東海バス「網代旭町」行き「長浜」バス停すぐ

ホテル日航立川 東京　上質な空間で寛ぎのひとときをお過ごしください



ご宿泊料金
（組合員特別割引価格）
- ■モデレートシングル
  1室1名様ご利用時…11,716円
- ■モデレートダブル
  1室2名様ご利用時…15,488円
- ■モデレートツイン
  1室2名様ご利用時…25,368円

※料金は消費税、宿泊税、サービス料を含む1室の金額です。
※朝食は1名様2,178円（消費税、サービス料込）にてご利用いただけます。

ホテル日航立川 東京

〒190-0022　東京都立川市錦町1-12-1
TEL.042-521-1111（代表）
ＨＰ：www.hotelnikko-tachikawatokyo.jp

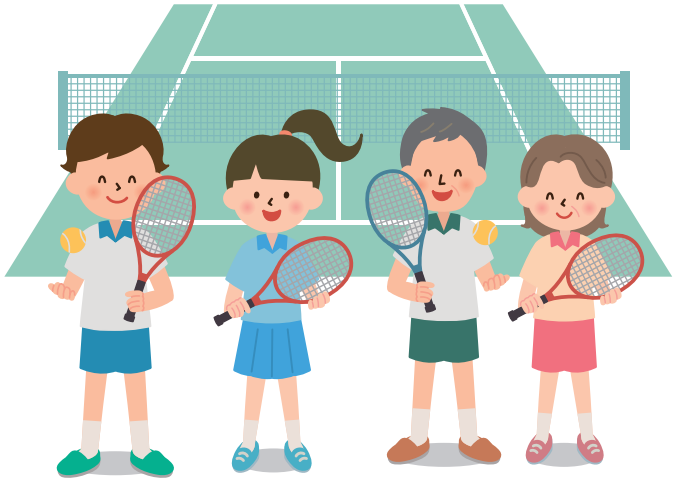
〈アクセス〉
【電車】 JR新宿駅より中央線特別快速にて約25分
JR立川駅南口から徒歩7分　多摩モノレール 立川南駅から徒歩8分
【お車】 中央自動車道 国立府中 IC より約 4.5 km

施設概要
〈客　　室〉6階～11階 100室
〈宴　会　場〉3階・4階 大小宴会場 7室（和室含む）
〈結 婚 式 場〉6階 チャペル「フルリール」
〈レストラン〉1階 All Day Dining 紗灯（シャトー）
〈その他施設〉ウエディングサロン、写真室、美容室
衣装室、ビジネスセンター、
ランドリールーム、駐車場

※千葉県市町村職員共済組合の組合員及びその被扶養者の方が「シーサイドいずたが」「ホテル日航立川 東京」に宿泊される場合、契約施設利用券（助成券）を利用するとお1人につき2,500円の控除が受けられます。

「テニス教室」開催のお知らせ

～海が見える丘の上で、友達や家族とテニスをしませんか～



魚見塚一戦場公園テニスコート（砂入り人工芝コート）において、組合員とご家族の皆さまの余暇の活用と健康づくりに役立てていただくため、「テニス教室」を開催します。

太平洋の風を感じながら、あわただしい日々を忘れ、思いきり体を動かして心身ともにリフレッシュしませんか。

初級、中級からレベルアップされたい方、テニス未経験の方でも無理なくレッスンを受けていただけますので、親子やご夫婦、職場の仲間とともに、この機会にぜひお申し込みください！

- **開催期日**…… 令和５年３月３日(金)～３月４日(土)
- **開催地及び宿泊地**…… 魚見塚一戦場公園テニスコート ／ 黒潮荘

1 募集人数

24名（最低催行人数 18名）

2 参加資格及び参加者負担金

（1）参加資格

組合員及びその家族（小学生以上）

※教室はお申込みされた方全員参加していただきます。

※小学生未満・高齢者で教室に参加されない方がいる申込みはご遠慮ください。

（2）参加者負担金

１名様　7,000円（大人：中学生以上）

2,000円（小人：小学生）

＊宿泊代（１泊）、食事代（１日目夕食・２日目朝食）、レッスン料を含みます。

3 申込方法

【テニス教室受講申込書での申込】

必要記入事項をご記入のうえ、**令和４年12月26日(月)(必着)で**、共済組合福祉課厚生係へお送りください。

【オンライン申込】

12月以降に共済組合ホームページに掲載されるテニス教室の応募フォームから必要事項を入力し、申し込みをしてください。**申込期限は、令和４年12月31日23時59分**です。

なお、テニス教室受講申込書とオンライン両方での応募や同じ参加者のグループで、代表者を入れ替えての複数応募は、ご遠慮ください。

※申込多数の場合は抽選とし、結果については、後日申込者全員に通知します。

また、１人でも多くの方にご参加いただき、直前でキャンセルされる方を減らすため、当選されたら参加が確実な方のご応募をお待ちしています。

なお、抽選結果に関する照会はご遠慮ください。

〈宛先〉〒260-8502
千葉市中央区中央港１－13－３
千葉県市町村職員共済組合 福祉課 厚生係
TEL 043(248)1114

4 その他

（1）交通費は各自負担になります。

（2）当選後の参加人数の変更は対応できない場合がありますので、予めご了承ください。

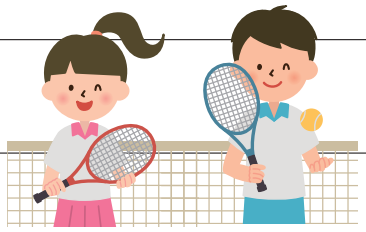
（3）参加の権利を他の方に譲渡することはできません。

（4）お申込人数によっては、催行を中止とさせていただくことがありますので、予めご了承ください。

（5）当日は、交通機関や天候等の状況により、日程等が変更となる場合があります。

テニス教室日程

	時　刻	日　　程
3日(金)	12：00	受付、チェックイン開始（12：50まで）※昼食を済ませてお越しください。 お部屋で準備をしてください。 貴重品は各自で管理していただきますようお願いいたします。
	13：10	魚見塚一戦場公園テニスコート集合
	13：15	テニス教室（1日目） テニスコート3面を使用し、実技講習を行います。
	16：15	テニス教室（1日目）終了 1日目の講習は終了となります。
4日(土)	7：30	朝食 朝食後、各自準備をし、チェックアウト 貴重品は各自で管理していただくか、フロントでお預かりさせていただきます。
	9：00	テニスコート集合
	9：10	テニス教室（2日目） テニスコート3面を使用し、実技講習を行います。
	12：10	テニス教室（2日目）終了 終了後は各自解散となります。 （大浴場がご利用いただけますので、お着替えは大浴場の更衣室となります。）



※現地集合・現地解散となります。

切り取り✂

テニス教室　受講申込書

組合員証記号番号	―	部署（任継の場合不要）	
組合員氏名		組合員に日中つながりやすい電話番号	（　　）
受講者氏名	フリガナ 1．男 （　歳）2．女	フリガナ 1．男 （　歳）2．女	
	フリガナ 1．男 （　歳）2．女	フリガナ 1．男 （　歳）2．女	
受講者住所	〒　－	受講者に日中つながりやすい電話番号	
希望する夕食	大人（中学生以上） ※料理に○印	・なぎさ　・黒潮山海（＋1,000円） （グループの大人全員が同じメニューとなります。）	小学生：焼肉定食〈+847円〉（　人） 刺身定食〈+847円〉（　人） キッズプレート〈カレー〉（　人） キッズプレート〈うどん〉（　人）
テニス経験	初めて（　人）　初心者（　人）　中級以上（　人）		

5名以上でご参加の場合は、当該申込書をコピーしてご使用ください。

※個人情報の利用目的　受講申込書に記載された個人情報は、教室運営における以下の目的に利用し、その他の目的には一切利用いたしません。

1.お申し込み確認と参加者名簿を作成するため　2.受講決定通知を発行するため　3.その他、講座を円滑に運営するため

お問い合わせ先　福祉課厚生係（直通）　TEL 043(248)1114

新型コロナウイルス感染拡大防止の対策について

新型コロナウイルス感染拡大予防とお客様ならびに従業員の健康と安全を最優先事項と考え、感染拡大の防止対策を実施しております。詳しくは、公式 HP でご確認ください。

和 洋 中

ランチタイム　ディナータイム

年忘れ＆新春ブッフェ

ランチタイム　12月31日(土)～2023年1月3日(火)

大　人 6,000円　シニア* 5,500円

小学生 2,500円　4歳以上の幼児 1,500円

ディナータイム　12月31日(土)～2023年1月2日(月・休)

大　人 7,000円　シニア* 6,000円

小学生 3,000円　4歳以上の幼児 1,800円

＊シニア（65歳以上）料金のご利用には年齢証明が必要です。

〈イメージ〉

和 オークラ千葉ホテル謹製

日本料理 おせち 新春の舞初二段膳

限定100食

〈イメージ〉

予約受付　～12月18日(日)

お引渡し　12月31日(土)

28,000円

和 洋

聖夜の膳

ディナータイム　クーポン

12月2日(金)～

12月18日(日)の金～日曜日

〈イメージ〉

お一人様 6,000円

お問い合わせ・ご予約　レストラン「セブンシーズ」TEL 043(248)1128　朝食タイム 7:00～9:30　ランチタイム 11:30～14:00　ディナータイム〈日～木・祝日〉17:00～20:00〈金・土・祝前日〉17:00～20:30

好評につき期間延長！

朝食付きグレートバリュープラン

～朝食付きでこの価格！～

～2023年3月31日(金)　※2022年12月31日(土)～2023年1月4日(水)は除く

特！2,000円

1名様1泊料金（助成金控除後料金）
お部屋タイプはホテルにお任せ
1,400円～

利用助成金に特別加算（2,000円）期間中のご利用がお得です！

朝食　スパ

左記プランには、●1名様1泊分のご宿泊代　●スパ・スカイビュー（温浴施設）　●レストラン「セブンシーズ」でのご朝食のご利用が含まれます。

※助成券控除額によって、ご料金が異なる場合がございます。

お問い合わせ・ご予約　フロント　TEL 043(248)1111

※すべてのメニューは天候等の入荷状況により、食材が変更となる場合がございます。※すべてお一人様料金です。　※クーポンのご利用はページ下部のクーポンをご持参ください。

「One Harmony」会員にご登録ください！

One Harmony にご入会のお客様は、**レストランのご利用料金から10%割引いたします（クーポンとの併用はいただけません）**。下図QRコード、もしくは当ホテルのフロントカウンターなどでご入会いただけます。

お問い合わせ　TEL 043(248)1111（フロント）

Okura　nikko hotels international　HOTEL JAL CITY

レストラン「セブンシーズ」組合員様限定クーポン

※上記クーポン表記のあるプランのみ割引対象とさせていただきます。
※組合員様がご一括でお会計いただきました場合、ご一緒の皆様全員を同様の割引対象とさせていただきます。
※ご予約の際に、本券ご利用の旨をお申し出ください。　※ご注文の際に、組合員証と本券を必ずご提示ください。
※他の割引券等の併用はお受けいたしかねます。

切り離し線

12月　ホテイチ Deli で Christmas party

お家でローストビーフ 3,000円（一般料金 4,000円）

ローストチキン 2,500円（一般料金 3,000円）

有効期限：12月24日(土)・25日(日)

12月　聖夜の膳

ディナータイム　クーポン

ワンドリンクサービス

有効期限：12月2日(金)～12月18日(日)の金～日曜日

※掲載しているフェア・イベント等は、新型コロナウイルス感染拡大の状況により、今後やむを得ず営業時間・一部内容の変更または中止とさせていただく場合がございます。詳しくは公式 HP をご覧いただくか、ホテルまでお問い合わせください。

組合員様だけがご利用いただける専用ページからのご予約等で、おトクがいっぱい！

オークラ千葉ホテル 検索 CLICK!　千葉県市町村職員共済組合 組合員の皆様へ CLICK!　ID okura　パスワード chiba

組合員の皆様・ご家族様限定 開業20周年プラン

2023年3月31日までで、20名様以上の挙式&披露宴

40名様 通常1,547,300円→1,224,175円

組合員スペシャル特典
- ＊新郎・新婦衣裳 50%割引　＊フリードリンク 1グレードUPサービス
- ＊送迎バス利用助成 1台90%（最大120,000円）
- ＊新郎・新婦 宿泊 プレゼント（1泊朝食付き）
- ＊宿泊 6,500円助成
  （会館利用6,000円＋県互助会500円組合員ご本人様より2親等以内）

その他ご優待多数！詳しくはご見学時にご確認ください。

2023年3月31日までで、19名様以内の挙式&披露宴

家族のウエディング
Petit Wedding

挙式プラン　150,000円
※神前式は、プラス50,000円。

挙式プラン組合員スペシャル特典
＊ドレス1グレードUP
（55,000円）分 サービス

会食プラン 1名様 13,500円 ※1

※1　土・日曜日・祝日は、プラス34,000円。
詳細については、HP「組合員様専用ページ」をご覧いただくか、ホテルまでお問い合わせください。

フェアの情報は下記のURLまたはQRコードからご覧ください。
https://www.okura-chiba-wedding.com/w/

ご婚礼紹介カード（初回来館時のみ有効）

年　月　日

キリトリ線

挙式者	お名前	ご新郎		組合員等との関係	
		ご新婦			
	ご住所	ご新郎			
		ご新婦			
	挙式日				
紹介者（組合員等）	所属所名				
	組合員証記号番号				
	お名前（フリガナ）		（　　）		
	ご住所　〒		電話番号（　　）		

※必要事項をご記入のうえ、挙式される方にお渡しください。

オークラ千葉ホテルのウエディング特典は、組合員の皆様はもちろんご兄弟、ご姉妹、ご子息、ご令嬢も特典を受けられます。

適用の範囲 30名様以上の挙式・披露宴をご予定で、結婚式場相談所を介さずご来館の方。

紹介の方法 「ご婚礼紹介カード」に必要事項をご記入のうえ、挙式予定の方にお渡しいただき初回来館時に受付にてご提示くださいますようご案内ください。

挙式予定者（組合員以外の方）への特典 準組合員特典を適用させていただきます。

ご紹介いただいた方への特典
- ★オークラ千葉ホテル　お食事券・・・10,000円（挙式予定者が初回来館された際）
- ★ギフトカード・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・20,000円（挙式予定者がご成約された際）

ブライダルサロン（10:00～18:00）火曜定休（祝休日除く）

お問い合わせ・ご予約 TEL043(248)1122

※表記の料金はすべて、お一人様あたりの消費税・サービス料を含む総額表記です。※掲載しているフェア・イベント等は、新型コロナウイルス感染拡大の状況により、今後やむを得ず一部内容の変更または中止とさせていただく場合がございます。詳しくは公式HPをご覧いただくか、ホテルまでお問い合わせください。

Okura
HOTELS & RESORTS

和洋中 クリスマスブッフェ

12月24日(土)＆25日(日)

ランチタイム 11:30～15:00（最終入場14:00）

大人	6,000円
シニア*	5,500円
小学生	2,500円
4歳以上の幼児	1,500円

ディナータイム 17:00～20:00（最終入場19:00）

大人	7,000円
シニア*	6,000円
小学生	3,000円
4歳以上の幼児	1,800円

※ソフトドリンクバー付き

*シニア(65歳以上)料金のご利用には年齢証明が必要です。

ホテイチDeliで Christmas PARTY

今年のクリスマスはお家でホテルの味を

温め直して盛り付けるだけの逸品で、パーティーに華をそえませんか

予約受付：～12月17日(土)　お引渡し：12月24日(土)・25日(日)

クーポン
P34のクーポンをご持参ください。

限定30セット　お家でローストビーフ〔2人前〕
組合員様特別料金 3,000円（一般 4,000円）

限定30セット　ローストチキン〔2人前〕
組合員様特別料金 2,500円（一般 3,000円）

オークラ千葉ホテル

お問い合わせ・ご予約

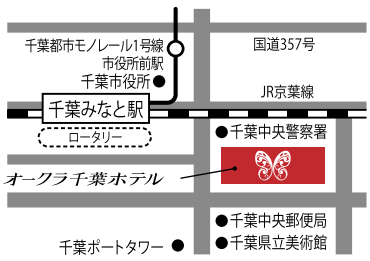
TEL 043(248)1111

〒260-0024 千葉市中央区中央港1-13-3
千葉みなと駅より徒歩5分

https://www.okura-chiba-wedding.com/w/

お得な情報満載の組合員様専用ページへのログインIDとパスワードはコチラ

ID okura　パスワード chiba



共済だより No.565　発行：千葉県市町村職員共済組合
〒260－8502 千葉市中央区中央港1－13－3　TEL 043 (248) 1110　URL https://www.c-scskyousai.or.jp