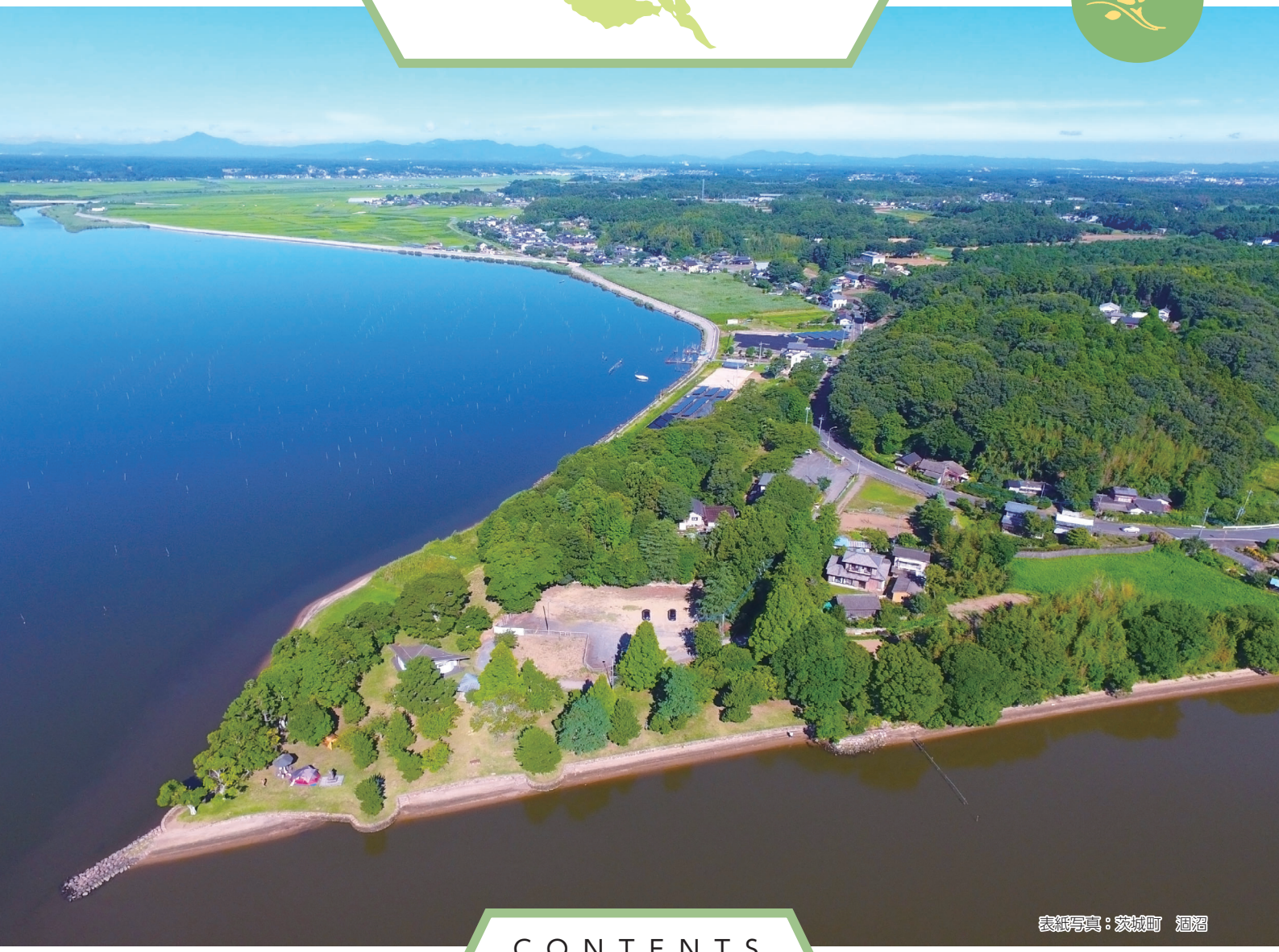
市　町　村　共　済　広　報

いばらき共済

ibaraki

2021
NO.329
5



表紙写真：茨城町　涸沼

CONTENTS

新規採用者の皆さんへ! はじめまして共済組合です!　P02
大洗鷗松亭に泊まろう!　P04
メンタルヘルスセミナーのご案内　P06
介護講座のご案内／こころとからだの健康相談　P07
医療機関の適正受診にご協力ください!　P08
医療健康課から大切なお知らせ　P09
歯周病検診のご案内　P09
短期給付のご案内　P10
生活習慣病健診・がん検診のご案内　P12
特定健康診査受診率・特定保健指導実施率　P13
被扶養者・任意継続組合員の方の健康診断　P14
禁煙にチャレンジしてみませんか!?　P16
令和3年度　退職予定者講習会【定年退職者】のご案内　P17
標準報酬制と掛金（保険料）について　P18
自動車の購入には物資事業をご利用ください!　P20
テーマパークえらべる倶楽部補助のご案内　P21
知って安心! 厚生年金 公的年金制度のしくみについて　P22
退職等年金給付の「給付算定基礎額残高通知書」を送付します　P26
退職等年金給付に係る財政状況（令和元年度末）について　P26
共済組合登録口座をご確認ください!　P26
財産形成住宅貸付のご案内／退任・新任のごあいさつ　P27
大洗鷗松亭　夏季期間のご案内　P28

茨城県市町村職員共済組合
http://www.iba-kyo.com/

新規採用者の皆さんへ!

はじめまして共済組合です!

茨城県内の市町村や一部事務組合等の職員となられた皆さんは、茨城県市町村職員共済組合の組合員になります。

共済組合では、組合員とご家族の皆さんの生活の安定と福祉の向上を図るため、短期給付事業（医療保険）、長期給付事業（年金）、福祉事業を行っています。

共済組合の事業は、組合員証と一緒に配付しました冊子「新入職員のための共済制度のしくみ」やホームページに掲載の「共済のしおり」で案内しています。

このほか、年６回発行する広報紙「いばらき共済」で、その時期に実施する各種事業や宿泊補助などのお得な情報を案内しますので、お手元に届きましたら、ぜひご家族と一緒にご覧ください。

なお、これらの共済組合の事業に必要な費用は、主に組合員の皆さんが負担する「掛金（保険料）」と勤務先（所属所）が負担する「負担金」によって賄われ、掛金（保険料）は毎月の給料および期末手当等から控除し、負担金と併せて共済組合に払い込まれています。

短期給付事業（医療保険）

組合員資格取得の届出により「組合員証」を交付します

公務によらないで病気になったり、ケガをしたときは、病院等や保険薬局へ組合員証を提示することで必要な診療を受けることができます。その際の医療費の自己負担は3割（70歳未満）となります。残りの7割は共済組合が負担しています。

給付の種類や内容　➡　「短期給付のご案内」 10ページ

組合員の収入で生計を維持する配偶者やお子さんなど3親等以内の親族がいる場合には、「組合員被扶養者証」を交付します。

被扶養者となるには、収入基準額や同居要件など様々な条件があります。

詳細については、当組合ホームページに掲載していますが、ご不明な点がある場合は、当組合医療健康課またはお勤め先の共済事務担当課までお問い合わせください。

「組合員証」および「組合員被扶養者証」は、病院等で診療を受ける際の資格を証明するものとなりますので、大切に保管してください。

長期給付事業（年金）

老齢・退職・障害・死亡に対して年金の給付を行います

厚生年金保険給付

老齢厚生年金・障害厚生年金・障害手当金・遺族厚生年金

➡ 「公的年金制度のしくみについて」22ページ

退職等年金給付

次の全てを満たした場合に退職年金を支給します。

①1年以上の引き続く組合員期間を有すること

②65歳以上であること

③退職していること

福祉事業

組合員とご家族の皆さんが、健康で快適な毎日を過ごせるように健康増進事業やさまざまな福祉事業を行っています

保健事業

多種多様な福利厚生サービスを利用できるアウトソーシング事業のほか、宿泊利用助成事業・講習会・生活習慣病健診・各種がん検診等の事業を行っています。

➡ 講習会 6～7ページ　アウトソーシング事業 21ページ

宿泊事業

組合員とご家族の皆さんの保養施設として「大洗鷗松亭」を運営しています。

➡ 4～5ページ・裏表紙

貯金事業

組合員の皆さんからお預かりした資金を安全かつ効率的に運用し、年利1.44%の利息を還元しています。給与控除により毎月定額を積み立てる「定例積立」のほか、ボーナスの支給にあわせて7月と12月に「臨時積立」ができます。払戻しは毎月2回で、本紙の裏表紙に払戻請求書の締切日と送金日を掲載しています。

貸付事業

自動車や家電等の生活必需品の購入に貸付する「普通貸付」や結婚資金などを貸付する「特別貸付」のほか、住宅の新築、修繕等に必要な資金を貸付する「住宅貸付」などがあります。貸付利率は1.26%（災害貸付等の一部の貸付を除く）です。

物資事業

自動車購入費用の立替えを行っています。

➡ 「物資事業のご案内」 20ページ

◉ホームページのご案内

URL http://www.iba-kyo.com/

共済のしおり
共済事業の詳細を確認できます。

福利厚生アウトソーシング事業はこちらからご利用ください。

いばらき共済の最新号とバックナンバーを掲載しています。

大洗鷗松亭の情報はこちらからご覧ください。最新の空室状況を確認できます。

ホームページをリニューアルします！

本年6月に公開できるよう準備を進めています。詳細については、いばらき共済7月号でお知らせします。

健康サポートコーナー、健康電話相談、健康・こころのオンラインのページはパスワード iba-kyo を入力してください。

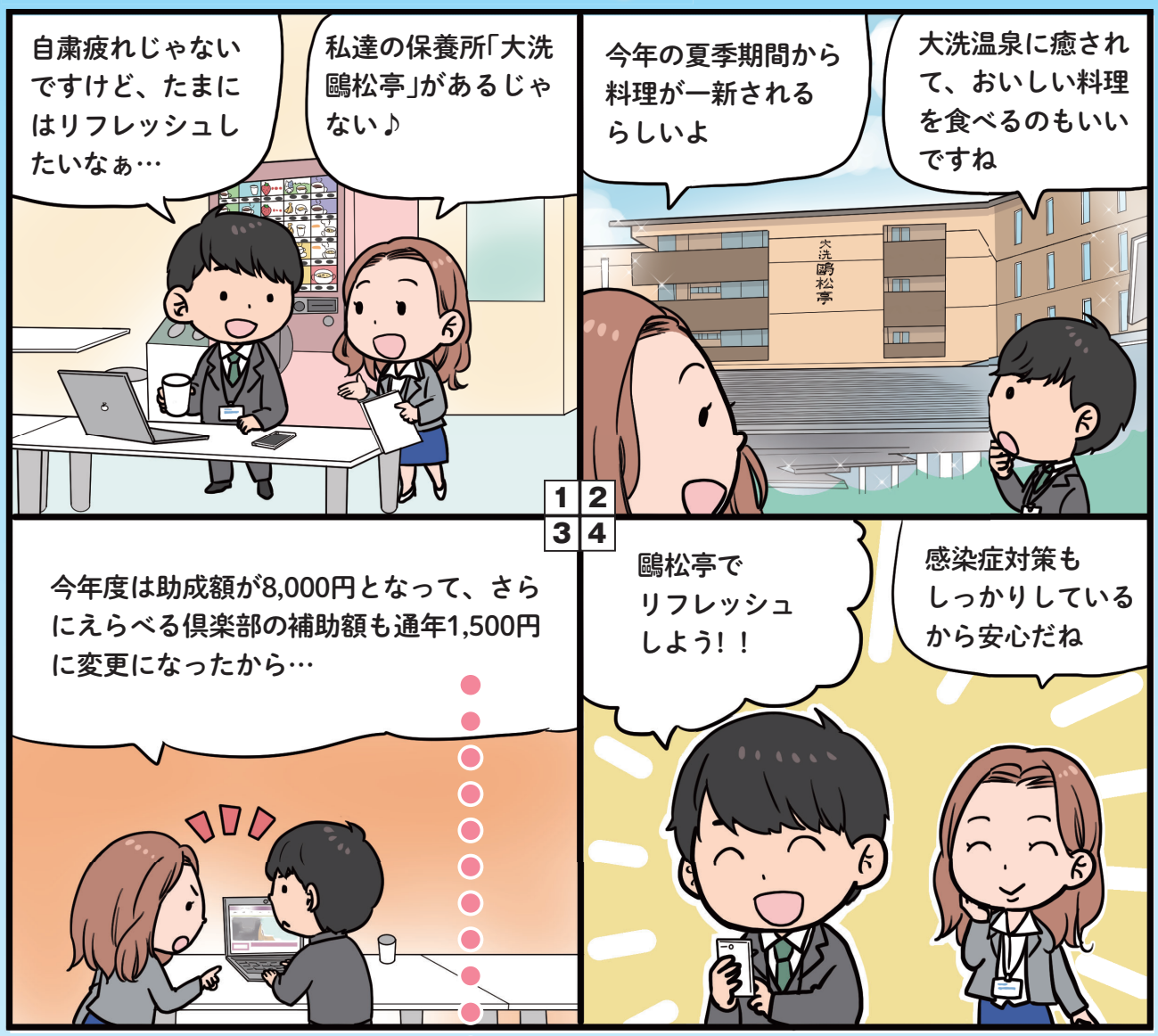
ホームページリニューアル後は、パスワードの他にユーザー名 kyosai1411 を入力してください。

ライフプランステーションでは、ライフプラン（生活設計）を立てる上で知っておきたい情報を随時配信しています。

ログインID：ibakyo　パスワード：iba-kyo

大洗温泉の宿

大洗鷗松亭に泊まろう!



今年の夏季期間(7/20～)夕食のコース名も一新！

大人1名1泊2食付(花梨コース)の組合員料金**15,880円**～が
8,000円＋**1,500円**助成されて大人1名**6,380円**～！
家族３人で宿泊しても **19,140円** で宿泊できるよ!!!

組合員なら利用時期に関わらず、いつでも**9,500円**
助成されるのは嬉しいね♪

※「宿泊利用助成券」と「えらべる倶楽部の宿泊補助券」について、詳しくは裏表紙をご覧ください。
※宿泊料金については、大洗鷗松亭ホームページにも掲載しています。
詳しくは、ご予約の際にご確認ください。

大洗鷗松亭
宿泊のご案内

令和3年度の夏季期間から食事内容を一新することに併せて、次のとおり利用料金を改定し、夕食のコース名も変更します。

手軽に利用いただける大洗鷗松亭を、さらに利用しやすくするため、次のとおり助成額等を変更します。この機会にぜひ大洗鷗松亭をご利用ください。

①宿泊利用助成額の増額

令和3年度特別助成として助成額を2,500円増額します。

【助成額】「大人1泊2食 5,500円」→「大人1泊2食 **8,000円**」
※内訳 5,500円+2,500円（令和3年度特別助成）

【適用日】 令和3年4月1日宿泊分から

②えらべる倶楽部の大洗鷗松亭の宿泊補助金額の変更等

補助金を利用時期に関わらず同額の補助が受けられるように変更します。

【補助額】「通常期間 500円、増額期間 3,000円」→「通年 **1,500円**」

【適用日】 令和3年4月1日宿泊分から

「大洗鷗松亭」新料金表　（税・サービス料込）

区　分	コース名	お一人様1泊2食付	宿泊利用助成	えらべる倶楽部宿泊補助券	助成後料金
夏季期間 7月20日～ 8月20日	彩(さい)	18,300円	△8,000円	△1,500円	8,800円
	咲(さく)	17,090円			7,590円
	花梨(かりん)	15,880円			6,380円
	小人（小学生）	10,164円	△3,500円		5,164円
休前日（金・土・祝日の前日）および 8月21日～ 8月31日	彩(さい)	17,695円	△8,000円		8,195円
	咲(さく)	16,485円			6,985円
	花梨(かりん)	15,275円			5,775円
	小人（小学生）	8,591円	△3,500円		3,591円
日曜～木曜（上記期間を除く）	彩(さい)	16,485円	△8,000円		6,985円
	咲(さく)	15,275円			5,775円
	花梨(かりん)	14,065円			4,565円
	小人（小学生）	7,865円	△3,500円		2,865円

※料金は、お一人様1泊2食付（税・サービス料込、定員利用の場合）のものです。
　定員未満の場合は、室料加算が発生します。
※幼児（未就学児）の室料は無料ですが、食事や布団を利用される場合は、別途料金が発生します。
※年末年始（12/31～1/3）に係る宿泊新料金は、抽選申込み前に別途お知らせします。

メンタルヘルスセミナーのご案内

ストレスと上手に付き合っていますか？本年度もメンタルヘルスセミナーを開催します。
心身ともに良好な職場環境をつくるために、ぜひご利用ください。

募集対象者　組合員

参加費用　無　料 ※会場までの交通費は自己負担となります。

申込方法　共済事務担当課へお申し込みください。

申込期限　令和3年5月28日(金)

日程等

期　日	対象者	募集人数	会　場	時　間
7月6日(火)	一般職	50名	亀城プラザ	13時から16時30分まで ※受付開始 12時30分から
7月7日(水)	一般職	50名	茨城県市町村会館	
7月8日(木)	管理職	60名	茨城県市町村会館	

※新型コロナウイルスの感染拡大および各開催日の申込状況により、受講日および受講会場の調整をさせていただくことがありますのでご了承ください。

講演および演習内容　内容は、「一般職」と「管理職」で異なります。

一般職の講演：「毎日ワクワク！元気力アップセミナー」

良好なコミュニケーションの取り方、受け方、自分を知るための
テスト等セルフケアについて確認していただきます。

管理職の講演：「元気な組織づくりを目指して」

アンガーマネジメントを取り入れたセルフコントロールを知るこ
とで、良好な人間関係を築く術等をお伝えします。

- 演習は各回とも、実践的なコミュニケーションの取り方などを習得していただきます。
- 体験として、ストレッチリラクゼーションの時間がございますので、動きやすい服装での参加をお勧めします。
- 自分の好きな香りで癒しの空間用フレッシュナーを作ります。好きな香りのアロマオイルでオリジナルスプレーを作りましょう。作ったものはお持ち帰りできます。

※内容は、予告なく変更される場合がありますのでご了承ください。

講師　(株)カイテック　皆川　芳弘　氏

担当講師からメッセージ

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、仕事や生活に不安やストレスを感じている方も少なくないと思います。

今年度の研修では、不安やストレスと上手に付き合う方法について、さまざまな角度から具体的な解決法をご紹介してまいります。

自粛生活の中でも心が元気になる方法を、皆様と一緒に考える有意義な時間にしたいと思います。

今年度も皆様とお会いできることを心から楽しみにしております。

お問い合わせ先　福利厚生課（厚生係）　TEL　029-301-1412

介護講座のご案内

我が国では高齢化が進み、介護の担い手不足が社会問題となっています。
本年度は新型コロナウイルスの感染予防のため、例年行っている実技演習を省き、介護の現状、心構え、利用できるサービス、また実際にかかる具体的な費用など知識を深めていただく内容としていますので、ぜひご参加ください。

募集対象者　組合員およびその被扶養者

参加費用　無料　※会場までの交通費は自己負担となります。

申込方法　共済事務担当課へお申し込みください。
申込み多数の場合は、当組合で参加者を調整します。

申込期限　令和3年6月18日(金)

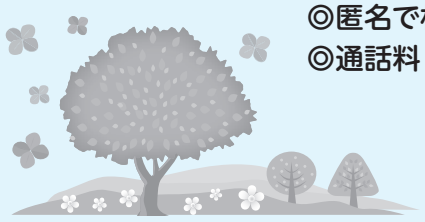
委託機関　公益財団法人 総合健康推進財団 保健福祉研修センター関東支部

日程等

期　日	募集人数	会　場	時　間
7月20日(火)	30名	茨城県市町村会館 水戸市笠原町978-26	13時から16時まで ※受付開始 12時30分から
7月21日(水)	30名		

お問い合わせ先　福利厚生課（厚生係）　TEL　029-301-1412

こころとからだの健康相談



◎ご家族皆さんでご利用いただけます。
◎匿名で相談ができるので、プライバシーが守られます。
◎通話料・相談料は無料です。

気になる症状・病気、育児や介護の不安、こころの不調など、なんでもご相談いただけます。
経験豊富な看護師・臨床心理士・薬剤師等の専門相談員が、懇切丁寧にお答えします。

フリーダイヤル **0120-474-479**　携帯からも利用できます。

心の相談ネットワーク

【受付時間】　月～金曜日　9：00～21：00
土曜日　10：00～18：00
(日曜日･祝日･1月1日～3日は休み)

「健康・こころのオンライン」

健康電話相談　おくすり相談

【受付時間】　年中無休(24時間対応)

PC･スマートフォン版サイト :https://www.healthy-hotline.com/
携帯版サイト :https://www.healthy-hotline.com/m　ログインパスワード：iba-kyo

医療機関の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。

受診上手の6つの心掛け

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と、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。

記事提供：(株)社会保険出版社

医療健康課から大切なお知らせ

1. 被扶養者資格継続調査を全所属所で毎年実施します！

これまで隔年で実施していましたが、認定取消となる場合の遡及期間が長期になることを防ぐために、令和3年度から全所属所で毎年実施に変更します。

当組合では地方公務員等共済組合法に基づき、組合員被扶養者証の検認として被扶養者資格継続調査を行っています。

この調査は、現在被扶養者として認定されている方が、引き続き認定要件を満たしていることを確認する重要な手続きですので、ご理解ご協力をお願いします。

2. オンライン資格確認について

医療機関等におけるオンライン資格確認については、本年3月から本格稼働することとされていましたが、システムの安定性確保やデータの正確性担保などの観点から、テスト運用を継続したうえで本年10月までに本格運用を開始する予定となりました。

お問い合わせ先　医療健康課　　TEL　029-301-1413

歯周病検診のご案内

お口の中から健康管理！

令和3年度中に満40歳以上で5歳刻みの年齢に達する組合員の皆さんに、歯周病検診を無料で受けられる受診券を交付します。

今年度対象となる方は、歯周病の早期発見・早期治療のためにも、ぜひこの機会に検診を受けて、歯の健康状態をチェックしましょう。

対　象　者	令和3年度中に満40歳以上で5歳刻みの年齢に達する組合員 （任意継続組合員を除きます。） ※原則、歯の治療中の方は受診できません。
検 診 内 容	歯周組織の検査、問診、指導
実施検診機関	（公社）茨城県歯科医師会に入会し歯周病検診事業に参加している歯科医院
検 診 期 間	令和3年6月1日から令和4年3月31日まで
自己負担額	**無　料**　＊全額当組合が負担します。
受　診　券	対象者へ5月下旬に共済事務担当課をとおして交付します。

お問い合わせ先　医療健康課（健康増進係）　　TEL　029-301-1413

短期給付のご案内

当組合が行う短期給付についてご案内します。

短期給付には、どの健康保険でも共通の法定給付と当組合が独自で支給する附加給付があります。

なお、組合員の皆さんの申請に基づき支給する給付もありますので、該当する場合には請求手続きをしてください。請求書は当組合ホームページ「申請書類一覧」からダウンロードできます。

◆保健給付　対象者：組合員および被扶養者

<table>
<tr><th>給付の種類</th><th>内　容</th><th>附加給付</th><th>要申請</th></tr>
<tr><td>療養の給付</td><td>組合員証等を使用して保険医療機関等で診療を受けたとき
療養に要する費用の7割を支給
（義務教育就学前までは8割を支給、高齢受給者は8割または7割を支給）</td><td>○</td><td></td></tr>
<tr><td>入院時食事療養費</td><td>保険医療機関に入院し食事療養を受けたとき
基準額から次の標準負担額を控除した額を支給
（住民税非課税世帯は「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示が必要）
<table><tr><th>区　分</th><th>標準負担額（1食）</th></tr><tr><td>一般</td><td>460円※</td></tr><tr><td>住民税非課税世帯等で入院日数90日以下のとき</td><td>210円</td></tr><tr><td>住民税非課税世帯等で入院日数90日を超えるとき</td><td>160円</td></tr><tr><td>住民税非課税世帯等で所得が一定基準以下の場合</td><td>100円</td></tr></table>※指定難病、小児慢性特定疾病の場合は260円</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>入院時生活療養費</td><td>長期療養入院する65歳以上の方が生活療養を受けたとき
基準額から生活療養標準負担額を控除した額を支給</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>保険外併用療養費</td><td>保険医療機関等から先進医療等を受けたとき
保険診療に要する費用の7割を支給
（義務教育就学前までは8割を支給、高齢受給者は8割または7割を支給）</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>療養費
家族療養費</td><td>①組合員証等を使用しないで治療を受けたとき
②治療用装具（コルセット等）を購入したとき
③医師の同意を得て、あんま・はり・きゅう・マッサージ等の施術を受けたとき
④海外で診療を受けたとき
⑤小児弱視等（9歳未満）の治療用眼鏡（コンタクトレンズ）を作成したとき
⑥輪部支持型角膜形状異常眼用コンタクトレンズを作成したとき
療養の給付と同様に支給</td><td>○</td><td>○</td></tr>
<tr><td>訪問看護療養の給付</td><td>難病、末期がん等の在宅患者が指定訪問看護事業者から指定訪問看護を受けたとき
療養の給付と同様に支給</td><td>○</td><td></td></tr>
<tr><td>高額療養費</td><td>療養費に係る自己負担額が、組合員の標準報酬月額に応じて次により算出した額（各組合員の自己負担限度額）を超えるとき
自己負担額から次の自己負担限度額を控除した額を支給
<table><tr><th>区分</th><th>所得区分（標準報酬月額）</th><th>自己負担限度額</th></tr><tr><td>ア</td><td>830,000円以上</td><td>252,600円+（総医療費－842,000円）×1%</td></tr><tr><td>イ</td><td>530,000円～790,000円</td><td>167,400円+（総医療費－558,000円）×1%</td></tr><tr><td>ウ</td><td>280,000円～500,000円</td><td>80,100円+（総医療費－267,000円）×1%</td></tr><tr><td>エ</td><td>260,000円以下</td><td>57,600円</td></tr><tr><td>オ</td><td>低所得者（住民税非課税）</td><td>35,400円</td></tr></table></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>高額療養費
外来年間合算</td><td>70歳以上の方で基準に該当する方（※1）が、計算期間中（※2）の個人ごとの外来療養に係る自己負担額の合計が144,000円を超えたとき
144,000円を超えた額を支給
※1:基準日（計算期間の末日）時点の所得が「一般所得者」または「低所得者」に該当する方（医療費の負担割合が2割の方）
※2:毎年8月1日から翌年7月31日（死亡の場合には死亡日）まで</td><td></td><td>○
注</td></tr>
<tr><td>高額介護合算療養費</td><td>世帯内で医療保険と介護保険の両制度を利用し、年間の自己負担額の合計が高額になったとき
医療保険と介護保険の自己負担額（一部負担金払戻金等を控除した額）の合算額から所得区分に応じた介護合算算定基準額を控除した額</td><td></td><td>○</td></tr>
<tr><td>移送費
家族移送費</td><td>療養の給付を受けるため病院または診療所に移送された場合で組合が相当と認めたとき
組合が査定した額を支給</td><td></td><td>○</td></tr>
</table>

注　計算期間中の資格が当組合のみの場合は申請不要です。

給付の種類	内　　容	附加給付	要申請
出　産　費 家族出産費	組合員または被扶養者が出産したとき ※妊娠4ヵ月以上の流産、死産も出産とみなします。 420,000円 （産科医療補償制度に加入していない医療機関で分娩した場合は404,000円）	○	○
埋　葬　料 家族埋葬料	組合員または被扶養者が死亡したとき （組合員が公務により死亡したときや、交通事故など第三者加害行為により死亡し相手加害者から埋葬料相当分が支給される場合を除く。） 50,000円 （組合員が死亡したときで被扶養者がいない場合は埋葬を行った方に埋葬に要した額〔50,000円以内〕）	○	○

◆休業給付　対象者：組合員（任意継続組合員に対する休業給付はありません。）

給付の種類	内　　容	要申請
傷病手当金	公務によらない病気または負傷により療養のため引き続き勤務に服することができないとき 1日につき　標準報酬日額×2/3 （1年6ヵ月〔結核性の病気については3年〕を限度） ※退職後も支給される場合があります。	○
育児休業手当金	1歳に満たない子（その子が1歳に達した以後の期間について総務省令で定める場合に該当するときは最長2歳に達する前日まで）を養育するため育児休業を取得したとき 1日につき　標準報酬日額×67/100 （最初の180日は67/100、残りの期間は50/100）	○
介護休業手当金	要介護家族を介護するため、介護休業を取得したとき 1日につき　標準報酬日額×67/100 （介護休業の日数を通算して66日）	○
休業手当金	被扶養者の病気やけが、配偶者の出産、組合員の公務によらない不慮の災害等の事由により欠勤したとき 1日につき　標準報酬日額×50/100	○

※標準報酬日額：短期標準報酬月額÷22（10円未満四捨五入）

◆災害給付

給付の種類	対象者	内　　容	要申請
弔　慰　金	組合員	予測しがたい事故または水震火災その他の非常災害により死亡したとき 弔慰金：短期標準報酬月額 家族弔慰金：短期標準報酬月額×70/100	○
家族弔慰金	被扶養者		
災害見舞金	組合員	水震火災その他の非常災害により、住居または家財に損害を受けたとき 短期標準報酬月額×損害の程度に応じ定められた月数（0.5ヵ月～3ヵ月）	○

◆附加給付等

給付の種類	対象者	内　　容	要申請
一部負担金払戻金	組合員	自己負担額から25,000円（短期標準報酬月額が530,000円以上の方は50,000円）を控除した額 ※合算高額療養費の場合は50,000円（短期標準報酬月額が530,000円以上の方は100,000円）を控除した額を支給	
家族療養費附加金	被扶養者		
家族訪問看護療養費附加金	被扶養者		
出産費附加金・家族出産費附加金	組合員 被扶養者	30,000円（組合員が退職後に出産したときは不支給）	○
埋葬料附加金・家族埋葬料附加金	組合員 被扶養者	50,000円（被扶養者がいない組合員が死亡したときは不支給）	○

お問い合わせ先　医療健康課（医療給付係）　TEL　029-301-1413

組合員の皆さんへ

生活習慣病健診・がん検診のご案内

～油断大敵! 生活習慣病のリスクはあなたにも!!～

職場で行う健康診断では、労働安全衛生法により35歳および40歳以上の方への血液検査や心電図検査等が事業主（所属所）に義務付けられていますが、39歳以下（35歳は除く。）の方へのこれらの検査の一部は義務付けられていません。

当組合では、組合員の皆さんの生活習慣病の早期発見・予防のため、年齢を問わず誰もが同じ健診を受けられるよう「生活習慣病健診」を実施しています。

生活習慣病を予防するには、毎年健康診断を受けご自身の健康状態を知ることや、日頃の生活習慣を見直すことが大切です。

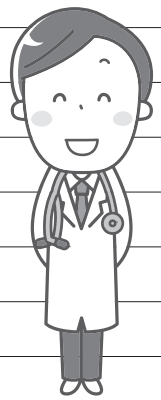
また、がん検診等も実施していますので、早期発見のためにも年に1回健康診断とあわせて受診しましょう。

生活習慣病健診・がん検診等の受診方法

- 生活習慣病健診は、健康診断とあわせて所属所で行います。各種がん検診・肝炎ウイルス検診・骨粗しょう症検診を希望される方は共済事務担当課まで申し出てください。
- 所属所が指定した委託健診機関が巡回して各種健診を行います。
- 生活習慣病健診・各種がん検診・骨粗しょう症検診の結果は所属所をとおしてお知らせしますが、肝炎ウイルス検診の結果は受診者のご自宅へ直接送付します。
- 同じ年度に人間ドックと生活習慣病健診等の重複受診はできません。（骨粗しょう症検診は除く。）
  重複した場合は、当組合が負担した健診費用を返還していただくことになりますのでご注意ください。

生活習慣病健診・がん検診等の種類および対象者

生活習慣病健診			39歳以下（35歳は除く。）の組合員
各種がん検診	胃がん検診		組合員
	肺がん検診		40歳以上の組合員
	大腸がん検診		40歳以上の組合員
	前立腺がん検診		50歳以上の男性組合員
	子宮がん検診		女性組合員
	乳がん検診	超音波検査	30歳以上の女性組合員
		X線検査（1方向）	40歳以上の女性組合員
		X線検査（2方向）	40歳代の女性組合員
肝炎ウイルス検診			35歳以上で過去に当該検診を受けていない組合員
骨粗しょう症検診			40歳以上5歳刻みの年齢に該当する女性組合員（人間ドック受診者も可）



※年齢は実施年度中に到達する年齢です。

お問い合わせ先　医療健康課（健康増進係）　TEL　029-301-1413

令和元年度
実績で見る
全国との比較

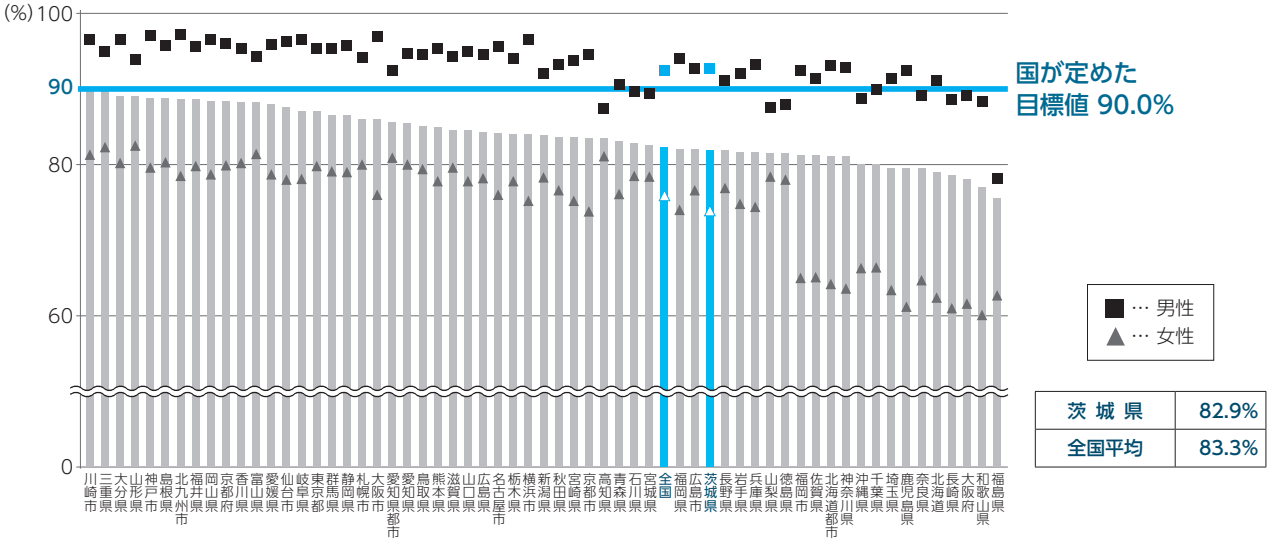
茨城県市町村職員共済組合の特定健康診査受診率・特定保健指導実施率

当組合の令和元年度の特定健康診査受診率は、82.9%(前年度:82.7%)で全国平均をやや下回り、特定保健指導実施率は、38.9%(前年度:30.7%)で全国平均を上回る結果となりました。特定保健指導は「個別訪問型」の導入と皆さんの健康意識の向上により、前年度と比較してプラス8.2%と大幅に向上しました。

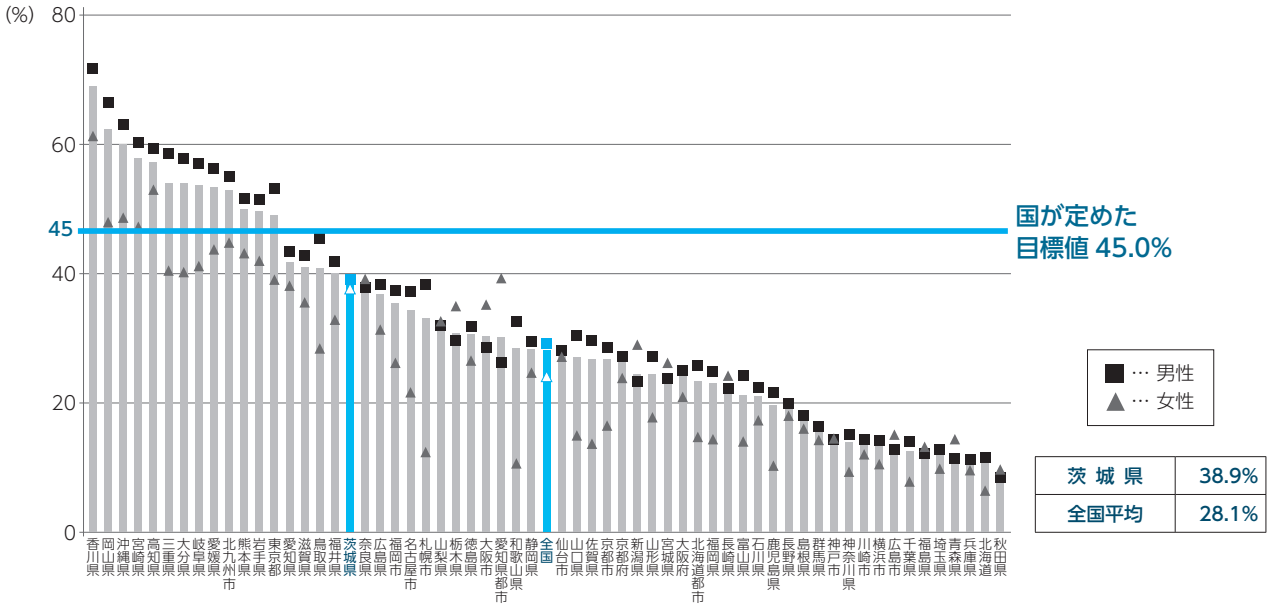
生活習慣を改善することは、病気のリスク減少に繋がりますので、積極的に特定健康診査を受診し、対象となった方は特定保健指導を必ず受けて、将来の生活習慣病を予防しましょう。

区　分		組合員	被扶養者	合　計
特定健康診査	対象者数（人）	14,560	4,607	19,167
	受診者数（人）	13,811	2,086	15,897
	受 診 率（%）	94.9	45.3	82.9
	全国平均（%）	94.6	47.9	83.3
	国が定めた目標値	−	−	90.0
特定保健指導	対象者数（人）	3,018	207	3,225
	実施者数（人）	1,195	58	1,253
	実 施 率（%）	39.6	28.0	38.9
	全国平均（%）	29.1	14.8	28.1
	国が定めた目標値	−	−	45.0

◆各共済組合の特定健康診査受診率(令和元年度)



◆各共済組合の特定保健指導実施率(令和元年度)



被扶養者・任意継続組合員の方の健康診断

～特定健康診査を受診しましょう～

令和3年度中に40歳以上75歳未満に達する被扶養者、および任意継続組合員とその被扶養者の方は下表のいずれかの方法で健康診断（特定健康診査）が受診できます。

特定健康診査は、メタボリックシンドロームを早期発見・早期改善して生活習慣病を未然に防ぐために必要な健診です。1年に1度、健康をチェックするためにも必ず受診しましょう。

	住民健診	医療機関	人間ドック （当組合の保健事業）	巡回型特定健診
対象者	組合員の被扶養者、および任意継続組合員とその被扶養者			現職組合員の被扶養者 **（女性のみ）** (注)任意継続組合員とその被扶養者は利用できません。
受診場所	居住地の市町村役場が指定する場所	集合契約医療機関 (当組合ホームページ参照)	人間ドック指定健診機関 「いばらき共済」令和3年3月号または当組合ホームページ参照	委託業者 「(株)あまの創健」が指定する場所
持参するもの	• 特定健康診査受診券 • 組合員証(被扶養者証)	• 特定健康診査受診券 • 組合員証(被扶養者証) • 昨年度の健診結果表	• 人間ドック利用承認書 • 組合員証(被扶養者証)	• 受診日の一週間前までに届く受診票など
自己負担	無料	無料	健診料金から共済組合の助成金を控除した額（健診機関ごとに異なります。）	無料
その他	健診日は、居住地の市町村役場へ確認してください。	予約時に特定健診が実施できるかを確認してください。	特定健康診査受診券は重複受診防止のため破棄してください。	委託業者から届く案内書および予約申込書にて特定健診の予約をしてください。

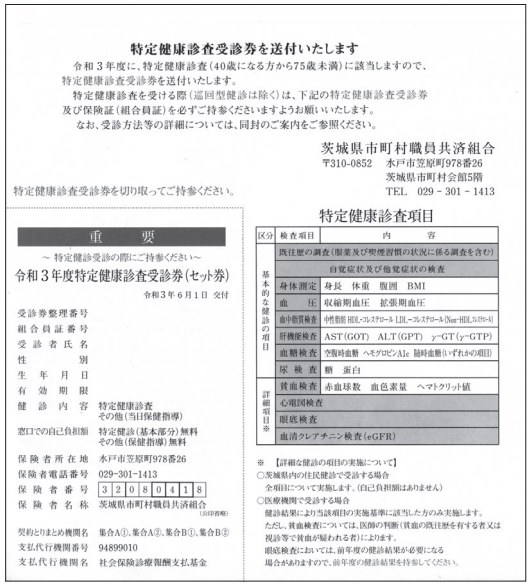
「特定健康診査受診券」の交付について

特定健康診査受診券は、5月下旬に対象者のご自宅へ送付します。

特定健康診査を受診するときは、「特定健康診査受診券」が必要となります（巡回型特定健康診査を除く。）ので、通知が届いた際は、必ず内容をご確認ください。

※4月1日時点の資格状況により交付します。

※「受診券」の交付前に住民健診を受けるときは、組合員証（被扶養者証）のみで受診できます。



特定健康診査受診券を送付いたします

令和３年度に、特定健康診査（40歳になる方から75歳未満）に該当しますので、特定健康診査受診券を送付いたします。
特定健康診査を受ける際（巡回型健診は除く）は、下記の特定健康診査受診券及び保険証（組合員証）を必ずご持参くださいますようお願いいたします。
なお、受診方法等の詳細については、同封のご案内をご参照ください。

茨城県市町村職員共済組合
〒310-0852　水戸市笠原町978番26
茨城県市町村会館5階
TEL　029－301－1413

特定健康診査受診券を切り取ってご持参ください。

重　要
～特定健診受診の際にご持参ください～
令和３年度特定健康診査受診券（セット券）
令和３年６月１日 交付

受診券整理番号	
組合員証番号	
受診者氏名	
性別	
生年月日	
有効期限	
健診内容	特定健康診査 その他（当日保健指導）
窓口での自己負担額	特定健診（基本部分）無料 その他（保健指導）無料
保険者所在地	水戸市笠原町978番26
保険者電話番号	029-301-1413
保険者番号	3 2 0 8 0 4 1 8
保険者名称	茨城県市町村職員共済組合
契約とりまとめ機関名	集合A①、集合A②、集合B①、集合B②
支払代行機関番号	94899010
支払代行機関名	社会保険診療報酬支払基金

特定健康診査項目

区分	検査項目	内容
基本的な健診の項目	既往歴の調査（服薬及び喫煙習慣の状況に係る調査を含む）	
	自覚症状及び他覚症状の検査	
	身体測定	身長　体重　腹囲　BMI
	血圧	収縮期血圧　拡張期血圧
	血中脂質検査	中性脂肪 HDL-コレステロール LDL-コレステロール [Non-HDLコレステロール]
	肝機能検査	AST（GOT）　ALT（GPT）　γ-GT（γ-GTP）
	血糖検査	空腹時血糖　ヘモグロビンA1c　随時血糖（いずれかの項目）
	尿検査	糖　蛋白
詳細な健診の項目※	貧血検査	赤血球数　血色素量　ヘマトクリット値
	心電図検査	
	眼底検査	
	血清クレアチニン検査（eGFR）	

※【詳細な健診の項目の実施について】
○茨城県内の住民健診で受診する場合
全項目について実施します。（自己負担額はありません）
○医療機関で受診する場合
健診結果により当該項目の実施基準に該当した方のみ実施します。
ただし、貧血検査については、医師の判断（貧血の既往歴を有する者又は視診等で貧血が疑われる者）によります。
眼底検査においては、前年度の健診結果が必要になる場合がありますので、前年度の健診結果を持参してください。

「巡回型特定健康診査」について

現職組合員の女性被扶養者の方は、巡回型特定健康診査を受診することができます。

巡回型特定健康診査とは、委託業者が皆さんがお住まいの地域の公共施設を健診会場として実施する特定健康診査です。

特定健康診査受診券送付の際に同封します案内をご覧いただき、ご都合の良い日時・会場をインターネット(パソコン・スマートフォン・携帯電話)またはハガキで予約してください。

【委託業者】　(株)あまの創健
【対 象 者】　現職組合員の女性被扶養者

※イメージです

パート先等で受診した健診結果票の提出のお願い

～提出していただいた方にQUOカード(1,000円)を進呈～

パート等でお勤めされている被扶養者の特定健康診査の受診を確認するために、パート先等で受けた健康診断の健診結果票(写)の提出をお願いしています。提出いただいた方には、QUOカード(1,000円)を進呈しますので、ご協力をお願いします。

なお、提出方法等の詳細については、「特定健康診査受診券」の送付の際のご案内に記載します。

●提出いただく書類

①パート先等で受診した健診結果票(写)　②特定健康診査質問票(当組合から送付)
③特定健康診査受診券(当組合から送付)

※現職組合員の女性被扶養者の方は、全国巡回健診申込書も併せて提出してください。

4月2日以降に被扶養者に認定された方の受診券の申請方法について

4月2日以降に被扶養者として認定された方が、特定健康診査の受診を希望する場合は、「特定健康診査受診券交付申請書」(当組合ホームページの申請書類一覧に掲載。)により当組合へ申請してください。

◆被扶養者の方
➡ 共済事務担当課をとおして申請してください。

◆任意継続組合員とその被扶養者の方
➡ 直接当組合へ申請してください。

お問い合わせ先　医療健康課(健康増進係)　TEL　029-301-1413

禁煙にチャレンジしてみませんか!?
ニコチンパッチ購入費用の一部を助成します!!

当組合の喫煙割合は下記のグラフのとおり、全国で５番目と非常に高い状況であることから、禁煙対策としてニコチンパッチ（禁煙補助薬）の購入費用の一部助成を始めます。

ニコチンパッチは、最大8週間使用することで禁煙の成功を目指すものですが、当組合では禁煙へのきっかけとして、2週間分の購入費用の一部を助成しますので、ご自身の健康はもちろん、一緒に働いている方たちやご家族の健康のため、この機会に禁煙にチャレンジしてみましょう。

なお、購入申込方法等の詳細については、「いばらき共済」7月号でお知らせいたします。

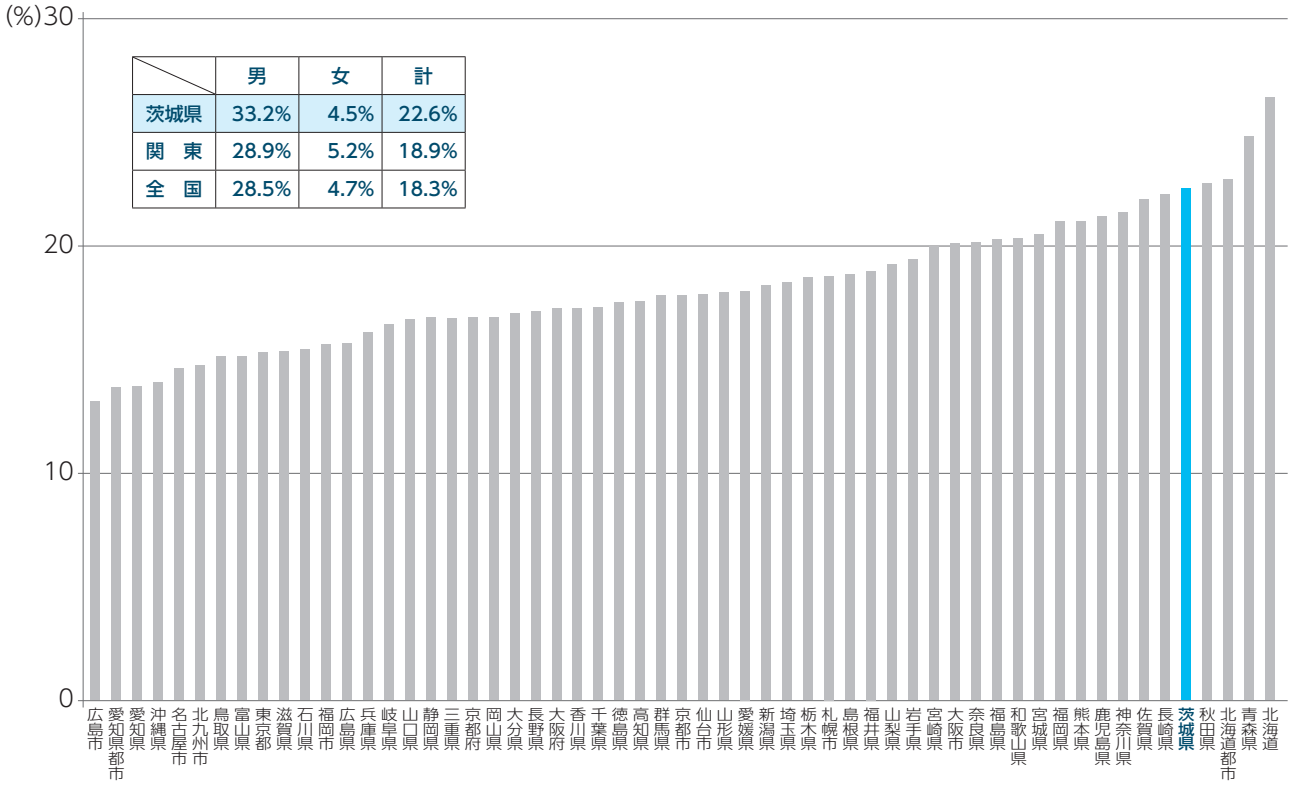
申込期間	令和3年7月1日から令和3年7月31日
購入期間	令和3年9月1日から令和3年12月31日
対象者	組　合　員（任意継続組合員を除く。）
自己負担額	1,000円（ニコチンパッチ2週間分） ※自己負担額を除いた金額を当組合が助成します。

ニコチンパッチとは?

ニコチンを含んだ貼り薬を上腕や腰などに1日1回貼り、皮膚からニコチンを吸収させることで禁煙時の禁断症状をやわらげ、禁煙成功に導くものです。

⊙当組合の喫煙者割合（令和元年度）

	男	女	計
茨城県	33.2%	4.5%	22.6%
関　東	28.9%	5.2%	18.9%
全　国	28.5%	4.7%	18.3%



お問い合わせ先　医療健康課（健康増進係）　TEL　029-301-1413

令和3年度 退職予定者講習会【定年退職者】のご案内

令和4年3月末に定年で退職予定の組合員の方を対象に、年金や医療保険などについて講習会を下記のとおり開催します。

なお、定年前に退職される方の講習会は本年11月に開催を予定しています。詳細については「いばらき共済」令和3年9月号でご案内します。

○募集対象者	令和4年3月末　定年退職予定組合員
○開　催　日 所属所受講日区分 会　　場	下表「受講日区分表」のとおり ※各開催日の申込状況により、参加受講日および受講会場の調整をする場合があります。
○参 加 費 用	**無料**　※会場までの交通費は自己負担となります。
○申 込 方 法	共済事務担当課へお申し込みください。
○申込締切日	令和3年7月15日(木)　※当組合必着
○講 習 内 容	◆年金制度について　◆退職後の医療保険制度について ◆退職後の福祉事業について　◆退職手当について ◆講演(退職後の生活設計に関する内容を予定) ◆個別相談(年金・医療保険)
○そ　の　他	指定受講日に参加できない方については、他の受講日に振り替えて参加できますので、その旨を共済事務担当課へ申し出てください。 車で来場される場合は、乗り合わせでの参加にご協力ください。

受講日区分表

班	1　班	2　班	3　班	4　班	5　班
開催日	8月23日(月)	8月24日(火)	8月26日(木)	8月30日(月)	8月31日(火)
会場	つくば国際会議場	つくば国際会議場	茨城県市町村会館	茨城県市町村会館	茨城県市町村会館
市	108 龍ケ崎市 119 牛久市 120 つくば市 124 守谷市 129 稲敷市 130 かすみがうら市 137 つくばみらい市	103 土浦市　105 石岡市 107 結城市　110 下妻市 117 取手市　127 筑西市 128 坂東市　131 桜川市 134 古河市　136 常総市	102 日立市 115 北茨城市 125 常陸大宮市 126 那珂市	101 水戸市 112 常陸太田市 114 高萩市 116 笠間市 138 小美玉市	121 ひたちなか市 122 鹿嶋市 123 潮来市 132 神栖市 133 行方市 135 鉾田市
町村	272 美浦村　273 阿見町 277 河内町　333 利根町	311 八千代町 322 五霞町　325 境町	221 東海村 234 大子町		202 茨城町　209 大洗町 210 城里町
一部事務組合等	507 湖北水　509 茨南水 510 龍処理　512 常総衛 521 龍地衛　532 崎土木 535 湖北環　559 常総域 576 稲広域　585 石斎場	520 清水丘　524 猿島環 525 筑北環　546 筑西域 550 茨西域　594 取手域 608 妻広域　612 南水防 615 茨西医	517 大宮環 574 霞施設 600 高広域	583 茨総合 586 笠広域 596 水農共 609 茨城北 610 茨債管	527 城環境 528 洗外環 560 鹿行域 591 鹿島事 598 ひ広域

お問い合わせ先　福利厚生課（厚生係）　TEL　029-301-1412

標準報酬制と掛金(保険料)について

共済組合の事業は、組合員の皆さんが負担する「掛金(保険料)」(以下、「掛金」といいます。)と、所属所が負担する「負担金」によって運営されています。

掛金と負担金は標準報酬に基づき算定しますが、そのうち掛金は次のように計算しています。

【毎月の掛金の計算方法】

標準報酬月額　×　掛金率　　※右ページの表参照

では、計算の基礎となる標準報酬月額は、どのように決定するのか概要を説明します。

◇資格取得時決定

組合員資格を取得したときに、資格を取得した日現在の報酬の額により標準報酬月額を決定します。
時間外勤務等があらかじめ見込まれる場合は、時間外勤務手当等も推計して報酬の額に含めます。

◇定時決定

既に決定されている標準報酬月額と、実際に受けている報酬の額との間に大きな差が生じないように、毎年、4月、5月、6月の3ヵ月間に受けた報酬の平均額を基に9月から適用する標準報酬月額を決定します。

◇随時改定

昇給・昇格や扶養手当の変更などの固定的給与の異動により報酬の額が著しく変動した場合、既に決定されている標準報酬月額との隔たりを解消するために標準報酬月額を改定します。
固定的給与に変動が生じた月から、継続した3ヵ月間の報酬の平均額を基に算定した標準報酬月額が、現在の標準報酬月額と2等級以上の差があり、固定的給与と3ヵ月間の報酬の平均額のいずれも増額もしくは減額した場合に、4ヵ月目から改定します。

固定的給与…月単位で一定額が継続して支給される報酬
例)給料、扶養手当、地域手当、住居手当、通勤手当

◇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、産前産後休業を終了した組合員が、その休業に係る3歳未満の子を養育し、共済組合に申し出をしたときは、各休業等終了日の翌日が属する月から3ヵ月間に受けた報酬の平均額を基に4ヵ月目から標準報酬を改定します。随時改定とは異なり、1等級の差でも改定します。
なお、産前産後休業終了日の翌日に育児休業等を開始している場合は、産前産後休業終了時改定の対象とはなりません。

【期末手当等の掛金の計算方法】

標準期末手当等額　×　掛金率

標準期末手当等額は、期末・勤勉手当の合計額から1,000円未満の端数を切り捨てた額です。

◎標準報酬月額は、掛金算定の基礎となるほか、傷病手当金や育児休業手当金などの短期給付や、年金の算定の基礎額(標準期末手当等額も含みます。)になるなど、組合員の皆さんが受ける給付額にも反映されます。

標準報酬月額および掛金額一覧表
（令和３年度）

等級			標準報酬月額	報酬月額		掛金率および掛金額（組合員負担分）						
短期介護保健	厚生年金	退職等年金				短期（注1）	介護（注2）	厚生年金（注3）	退職等年金	保健	合計	
											40歳未満65歳以上の方（介護非該当）	40歳以上65歳未満の方（介護該当）
						43.6‰	8.85‰	91.5‰	7.5‰	2.1‰		
	1		円 88,000	円以上	円未満 93,000	円	円	円 8,052	円	円	円 13,264	円 14,131
1	2	1	98,000	(93,000) ～	101,000	4,272	867	8,967	735	205	14,179	15,046
2	3	2	104,000	101,000 ～	107,000	4,534	920	9,516	780	218	15,048	15,968
3	4	3	110,000	107,000 ～	114,000	4,796	973	10,065	825	231	15,917	16,890
4	5	4	118,000	114,000 ～	122,000	5,144	1,044	10,797	885	247	17,073	18,117
5	6	5	126,000	122,000 ～	130,000	5,493	1,115	11,529	945	264	18,231	19,346
6	7	6	134,000	130,000 ～	138,000	5,842	1,185	12,261	1,005	281	19,389	20,574
7	8	7	142,000	138,000 ～	146,000	6,191	1,256	12,993	1,065	298	20,547	21,803
8	9	8	150,000	146,000 ～	155,000	6,540	1,327	13,725	1,125	315	21,705	23,032
9	10	9	160,000	155,000 ～	165,000	6,976	1,416	14,640	1,200	336	23,152	24,568
10	11	10	170,000	165,000 ～	175,000	7,412	1,504	15,555	1,275	357	24,599	26,103
11	12	11	180,000	175,000 ～	185,000	7,848	1,593	16,470	1,350	378	26,046	27,639
12	13	12	190,000	185,000 ～	195,000	8,284	1,681	17,385	1,425	399	27,493	29,174
13	14	13	200,000	195,000 ～	210,000	8,720	1,770	18,300	1,500	420	28,940	30,710
14	15	14	220,000	210,000 ～	230,000	9,592	1,947	20,130	1,650	462	31,834	33,781
15	16	15	240,000	230,000 ～	250,000	10,464	2,124	21,960	1,800	504	34,728	36,852
16	17	16	260,000	250,000 ～	270,000	11,336	2,301	23,790	1,950	546	37,622	39,923
17	18	17	280,000	270,000 ～	290,000	12,208	2,478	25,620	2,100	588	40,516	42,994
18	19	18	300,000	290,000 ～	310,000	13,080	2,655	27,450	2,250	630	43,410	46,065
19	20	19	320,000	310,000 ～	330,000	13,952	2,832	29,280	2,400	672	46,304	49,136
20	21	20	340,000	330,000 ～	350,000	14,824	3,009	31,110	2,550	714	49,198	52,207
21	22	21	360,000	350,000 ～	370,000	15,696	3,186	32,940	2,700	756	52,092	55,278
22	23	22	380,000	370,000 ～	395,000	16,568	3,363	34,770	2,850	798	54,986	58,349
23	24	23	410,000	395,000 ～	425,000	17,876	3,628	37,515	3,075	861	59,327	62,955
24	25	24	440,000	425,000 ～	455,000	19,184	3,894	40,260	3,300	924	63,668	67,562
25	26	25	470,000	455,000 ～	485,000	20,492	4,159	43,005	3,525	987	68,009	72,168
26	27	26	500,000	485,000 ～	515,000	21,800	4,425	45,750	3,750	1,050	72,350	76,775
27	28	27	530,000	515,000 ～	545,000	23,108	4,690	48,495	3,975	1,113	76,691	81,381
28	29	28	560,000	545,000 ～	575,000	24,416	4,956	51,240	4,200	1,176	81,032	85,988
29	30	29	590,000	575,000 ～	605,000	25,724	5,221	53,985	4,425	1,239	85,373	90,594
30	31	30	620,000	605,000 ～	635,000	27,032	5,487	56,730	4,650	1,302	89,714	95,201
31	32	31	650,000	635,000 ～	665,000	28,340	5,752	59,475	4,875	1,365	94,055	99,807
32			680,000	665,000 ～	695,000	29,648	6,018			1,428	95,426	101,444
33			710,000	695,000 ～	730,000	30,956	6,283			1,491	96,797	103,080
34			750,000	730,000 ～	770,000	32,700	6,637			1,575	98,625	105,262
35			790,000	770,000 ～	810,000	34,444	6,991			1,659	100,453	107,444
36			830,000	810,000 ～	855,000	36,188	7,345			1,743	102,281	109,626
37			880,000	855,000 ～	905,000	38,368	7,788			1,848	104,566	112,354
38			930,000	905,000 ～	955,000	40,548	8,230			1,953	106,851	115,081
39			980,000	955,000 ～	1,005,000	42,728	8,673			2,058	109,136	117,809
40			1,030,000	1,005,000 ～	1,055,000	44,908	9,115			2,163	111,421	120,536
41			1,090,000	1,055,000 ～	1,115,000	47,524	9,646			2,289	114,163	123,809
42			1,150,000	1,115,000 ～	1,175,000	50,140	10,177			2,415	116,905	127,082
43			1,210,000	1,175,000 ～	1,235,000	52,756	10,708			2,541	119,647	130,355
44			1,270,000	1,235,000 ～	1,295,000	55,372	11,239			2,667	122,389	133,628
45			1,330,000	1,295,000 ～	1,355,000	57,988	11,770			2,793	125,131	136,901
46			1,390,000	1,355,000 ～		60,604	12,301			2,919	127,873	140,174

注1　75歳以上の組合員の短期掛金率は、2.35‰となります。　注2　介護掛金は40歳以上65歳未満の組合員が対象者となります。　注3　厚生年金保険は70歳未満の組合員が対象者となります。

お問い合わせ先　医療健康課（資格調定係）　TEL　029-301-1413

自動車の購入には物資事業をご利用ください!

立替利率　年利1.56%　　**立替限度額 300万円**

物資事業は、組合員の皆さんが当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、当組合が特約店へ購入代金を立替払いし、その立替金を割賦償還していただく制度です。

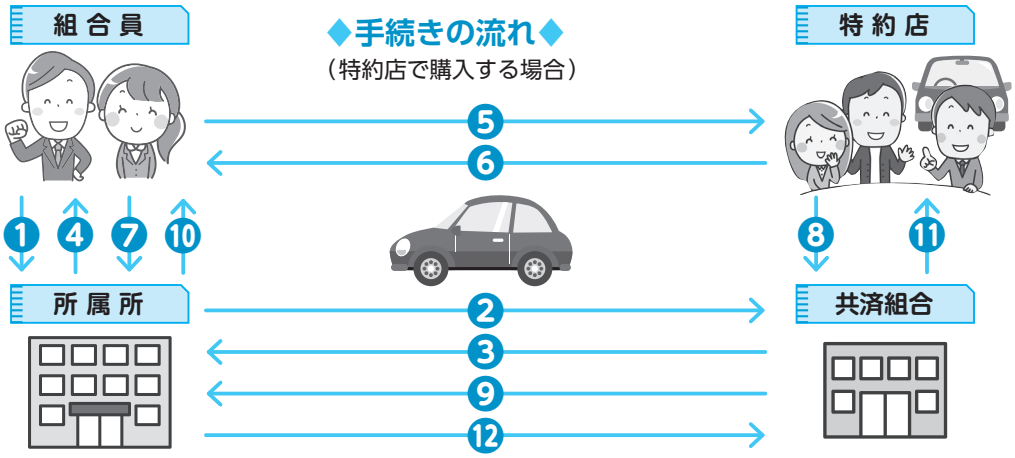
特約店の情報は、当組合ホームページの「共済のしおり」に掲載しています。

また、特約店以外で自動車を購入する場合は、組合員が立替手数料を負担することにより物資事業を利用することができます。

自動車購入の際は、ぜひ物資事業をご利用ください。

立替対象	自動車（組合員およびご家族が使用する自動車、中古車を含みます。）　※自動二輪車不可
立替金額	**300万円**（10万円以上5万円単位で立替）
立替手数料	新車　11,000円　　中古車　5,500円 ●特約店で購入 ⇨ 特約店負担 ●特約店以外で購入 ⇨ 組合員負担
償還方法	立替翌月から給与控除による元利均等償還(ボーナス併用償還は50万円以上の場合選択可能)
利率	**年利率　1.56%**
申込締切日	**毎月5日**　（当組合必着）
送金日	請求書締切日の当月28日送金　※ただし、金融機関の営業日でない場合は、その翌営業日となります。 ●特約店で購入……特約店の指定口座へ送金 ●特約店以外で購入……組合員登録口座（給付金等受取口座）へ送金

※申込時の注意：物資事業を申し込む際は、償還能力調査を行っております。
（全ての借入の毎月の償還額が給料月額の30%以内であれば利用可能としています。）



手続き 組合員の
- ❶ 物資立替金償還能力調査書の提出
- ❺ 自動車購入票を提示・売買契約
- ❼ 自動車購入票(控)の提出(所属所用)

手続き 特約店の
- ❻ 自動車購入票(控)の交付(所属所用、組合員用)および自動車の納品
- ❽ 物資立替金の請求

手続き 所属所の
- ❷ 物資立替金償還能力調査書の内容を確認し、共済組合に提出
- ❹ 自動車購入票を交付
- ❿ 立替金の決定通知・個別償還明細表の配付
- ⓬ 償還金の振込(給与から控除)

手続き 共済組合の
- ❸ 物資立替金償還能力調査書を審査し、これを認めた場合、所属所に自動車購入票の交付を依頼
- ❾ 立替金の決定通知・個別償還明細表の送付
- ⓫ 物資立替金の送金

お問い合わせ先　福利厚生課（厚生係）　TEL　029-301-1412

テーマパーク えらべる倶楽部補助

詳細については会員サイトでご確認ください

www.elavel-club.com 会員番号とパスワードの入力が必要です

テーマパークえらべる倶楽部補助

1,000円補助／1枚　一人年間4枚まで

※テーマパークの内容は会員専用サイトにてご確認ください。

詳細を記載したチラシをご覧いただけます

※画面デザイン・掲載方法については変更になる場合があります。

テーマパークえらべる倶楽部補助対象施設 ご利用方法

STEP 1 TOPページから「テーマパークえらべる倶楽部補助対象施設」と入力して検索

STEP 2 ご希望のテーマパークのページをご確認ください。

詳細は会員専用サイトにてご確認ください。

JTB
JTB店舗　店舗で購入

JTB店舗、JTB総合提携店でご購入
会員証呈示(モバイル会員証でも可)

東京ディズニーリゾート®のみ FAX 申込
専用 FAX 申込書をご利用ください。
必要項目をご記入のうえ、FAX 送信をお願いいたします。
申込書は、えらべる倶楽部会員サイトからプリントアウトできます。

WEB申込
会員専用サイト

会員証裏面

会員専用サイトでお申し込み
会員番号/パスワードでログイン

サービスセンター
電　話

会員証裏面

電話でお申し込み
会員であること/会員番号/補助利用を申告

※お申し込みからお手元に届くまでに1週間かかる場合がございます。

キッザニア予約センターへ
電話による事前予約

※入場希望日前日18:00までにご予約ください。
※補助券の適用除外日がありますので、会員専用サイトにてご確認ください。
※入場料金は当日のご精算となります。

知って安心！厚生年金

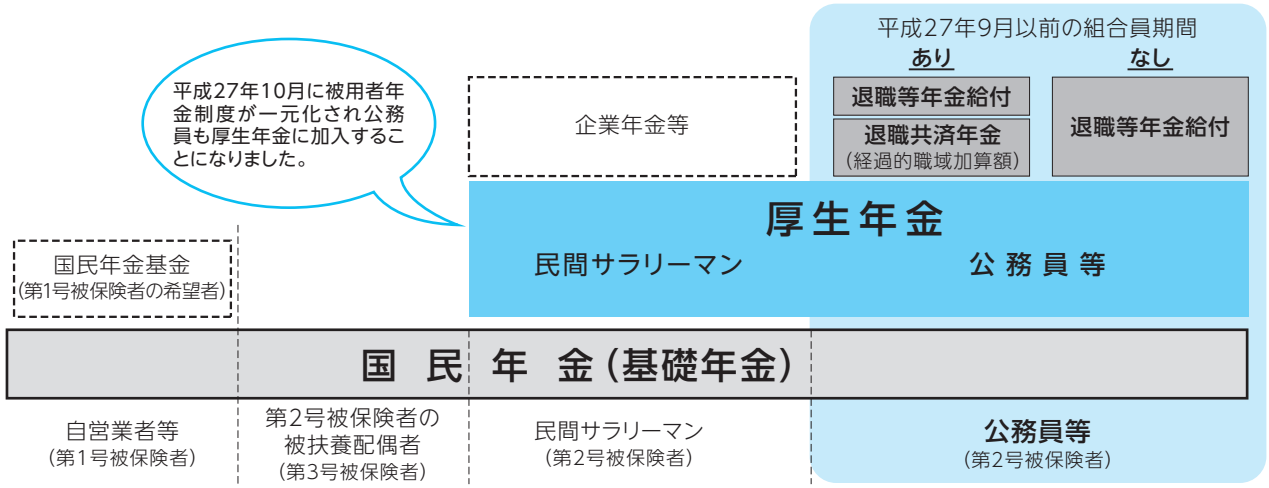
公的年金制度のしくみについて

公的年金制度は、老後の生活の安定と予測できない将来のリスク（障害・死亡）に対して、社会全体であらかじめ備え、生涯を通じた保障を実現するために必要なものです。

新年度を迎え、新社会人としての一歩を踏み出された方も多い時期ですので、公的年金制度の概要についてお知らせします。

公的年金制度の体系

現在の公的年金制度は、全国民を対象とした国民年金（基礎年金）制度が公的年金制度の基礎部分【1階部分】としてあり、その上乗せの年金【2階部分】として被用者（民間企業や官公庁等に雇用される方）が加入する厚生年金制度があります。さらに、民間企業や共済組合が独自に運用する年金【3階部分】として企業年金や退職等年金給付などが上乗せされる形になっており、いわゆる3階建ての年金制度になっています。



給付の種類

年金給付には、大きく分けて次の3種類の給付があります。

老齢給付 （老齢厚生年金） （老齢基礎年金）	個々の被保険者期間や給料等の額（老齢基礎年金は保険料納付済期間等）に応じて算定される年金です。 定められた年齢に到達したときに支給されます。 ※昭和36年4月2日以降生まれの方は65歳（消防職員等の特例該当者を除く。）
障害給付 （障害厚生年金） （障害基礎年金）	被保険者期間中に初診日のある病気やケガにより一定の障害状態になったときに支給される年金です。 ※障害厚生年金1級、2級、3級・障害基礎年金1級、2級
遺族給付 （遺族厚生年金） （遺族基礎年金）	被保険者または被保険者であった方が死亡したときに遺族に支給される年金です。 ※厚生年金と基礎年金では遺族となる方の範囲が異なります。

（注）厚生年金保険法または国民年金法に定められた保険料納付済期間等の支給要件を満たしていない場合は支給されません。

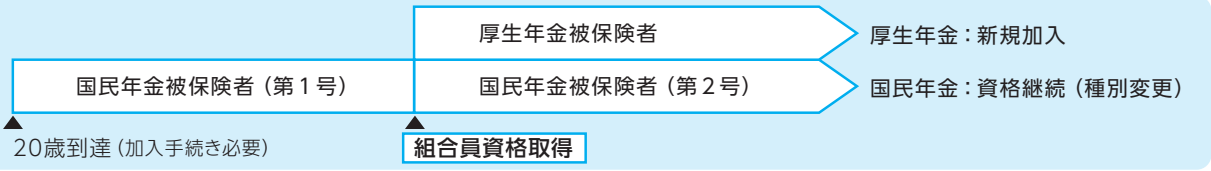
組合員になられた方の加入年金制度

組合員になられた方は、その日から厚生年金と国民年金の両制度の被保険者になります。ただし、国民年金は 20 歳以上 60 歳未満の方が対象となります。

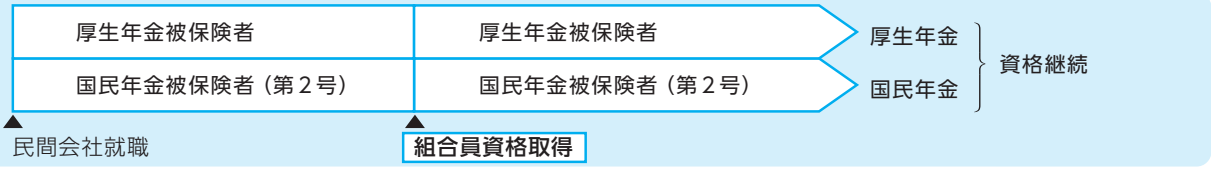
また、組合員である期間は、公務員の退職給付の一部である「退職等年金給付」の算定基礎期間になります。

加入制度の移り変わり例

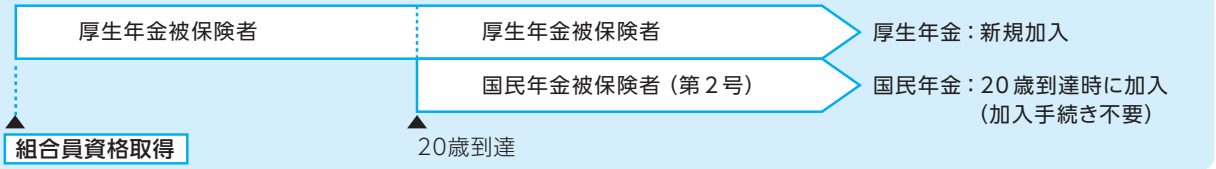
◉ 学生（20歳以上）から組合員になられた場合



◉ 民間サラリーマン（20歳以上）から組合員になられた場合



◉ 20歳未満で組合員になられた場合



令和3年度の年金額について

▶年金額は0.1%の引き下げとなりました

年金額は物価や賃金の上昇や下落に応じて、毎年度、改定されるしくみになっています。

総務省から「令和2年平均の全国消費者物価指数」が公表され、物価変動率は0.0%、賃金変動率はマイナス0.1%になりました。

賃金変動率がマイナスで、賃金変動率が物価変動率を下回る場合、賃金変動率を年金額の改定に用います。

このため、令和3年度の年金額は、0.1%のマイナス改定となりました。

なお、マクロ経済スライド※による調整率もマイナス0.1%になりましたが、賃金や物価による改定率がマイナスの場合には調整は行わないこととされているため、未調整分は翌年度以降に繰り越されます。

※「マクロ経済スライド」とは、公的年金被保険者の減少と平均余命の伸びに基づき年金額を調整するしくみをいいます。

▶支給停止基準額の変更はありません

令和3年度における在職中の年金停止額の算定に用いる支給停止基準額は、60歳から64歳の方、65歳以降の方ともに変更ありません。

区　分	令和3年度
60歳から64歳の方の支給停止基準額	28万円
65歳以降の方の支給停止基準額	47万円

※停止額の計算方法等詳細については、令和2年7月発行の「いばらき共済 No.324」16～17ページをご覧ください。

お問い合わせ先　年金課　　TEL　029-301-1414

頭の体操 クロスワードパズル

クイズに正解された方の中から抽選で
大洗鷗松亭の昼食利用券と日帰り入浴券のセット、
または図書カード(1,000円分)を各5名様にプレゼント!

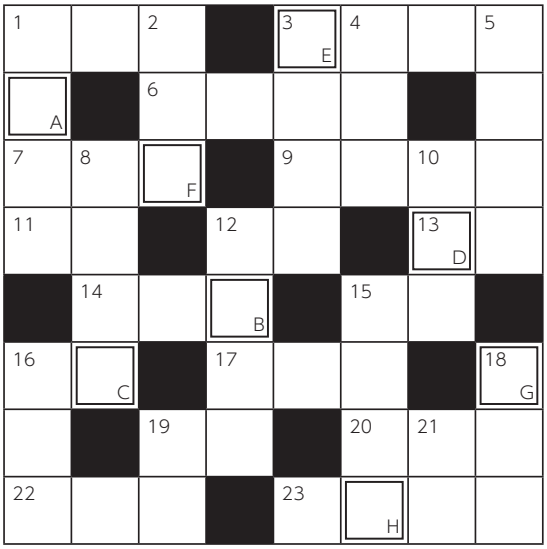
応募方法
郵便ハガキに右記のとおりご記入のうえ、ご応募ください。(組合員1人1通まで)

応募のあて先
〒310-0852
水戸市笠原町978番26　茨城県市町村会館5階
茨城県市町村職員共済組合　総務課宛

締め切り
令和3年5月28日(金)消印有効

①答え ○○○○○○○○
②所属所名
③組合員証(保険証)の記号・番号
④組合員氏名
⑤郵便番号・住所
⑥電話番号

クロスが解けたらA～Hを順に並べてください



令和3年3月号の解答「マンカイノサクラ」
※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

タテのカギ

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

ヨコのカギ

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

栄養学×減塩

家族の健康ごはん

＼旨みがあってさっぱりした味わい／

豚しゃぶ肉とたっぷりねぎの塩麹(しおこうじ)レモン鍋

健康な体をつくる食事づくりのカギは、栄養バランス&減塩。
食材に含まれる栄養素の知識や上手な減塩のコツを身に付けつつ、おいしく食べて健康になりましょう。

料理制作・監修：岩﨑啓子（管理栄養士）
撮影：原ヒデトシ　スタイリング：宮澤由香

材料〈2人分〉

豚肉(しゃぶしゃぶ用)…… 200g
長ねぎ…… 2本
だし汁 …… 3カップ
塩…… 小さじ1/6
塩麹…… 大さじ2
レモン(輪切り) …… 4枚

1人分
エネルギー 276kcal
塩分 1.5g

作り方

❶長ねぎは薄い斜め切りにして、軽く水にさらしてから水気を切る。
❷鍋にだし汁、塩、塩麹を入れ煮立て、レモン、1枚ずつ広げた豚肉、❶を加えてさっと煮る。

栄養学メモ

長ねぎ

ビタミンCが豊富。特有の香りはアリシンという成分で、ビタミンB_1が多く含まれる豚肉と組み合わせるとビタミンB_1の吸収を高め、疲労回復効果も期待できます。

×

減塩ワザ

塩麹

塩麹を使うことで食材の風味やコクが高まり、独特の旨みが出ます。そのため、余分な調味料を使わなくてもおいしく調理できます。ただし、食塩も含まれるので少量で。

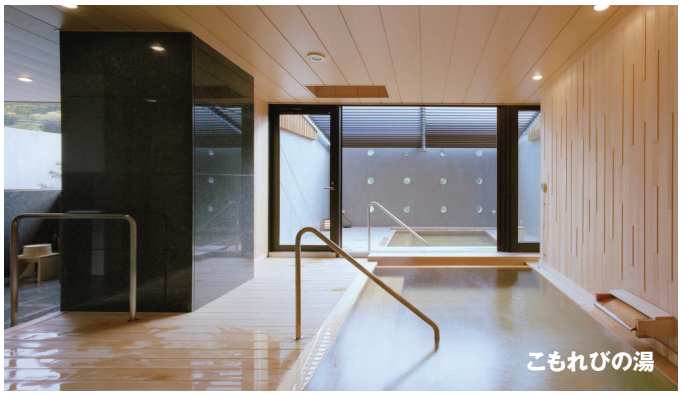
Profile
岩﨑 啓子（いわさきけいこ）
管理栄養士・料理研究家。栄養学に基づいたバランスのよい料理、手軽でおいしい、実践的な家庭料理に定評がある。雑誌、書籍、メニュー開発など幅広く活躍中。著書は『ゆる「糖質&塩分」オフ!おつまみおかず』『作りおきでカンタン!おいしいやせごはん』(ともに、日本文芸社)など多数。

湯河原温泉 ちとせ

歴史ある湯河原でやすらぎの時間を
ゆったりお過ごしください

湯河原の良質な温泉を、十和田石を使った石の風呂と癒やし効果のある檜の風呂でゆったりとお楽しみください。

せせらぎの湯


こもれびの湯

和室

洋室

1泊2食料金（税・サ・入湯税込み）　夕食は3つのコースからお選び頂けます

梅コース 13,097円～　桜コース 14,912円～　椿コース 20,357円～

神奈川県市町村職員共済組合保養所

湯河原温泉 ちとせ

ご予約・お問い合わせ

☎0465-63-0121

https://www.yugawara-chitose.jp/

Access

〈電車の場合〉

JR湯河原駅よりバス、不動滝・奥湯河原行「宮上会館」下車。徒歩2分

〈お車の場合〉

国道135号線から千歳川沿いに3分。
駐車場27台（身障者用1台含む）

〒259-0314　神奈川県足柄下郡湯河原町宮上281番1

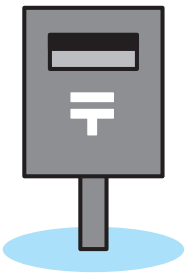
毎年5月頃

退職等年金給付の「給付算定基礎額残高通知書」を送付します

退職等年金給付は、将来の年金給付に必要な原資を労使折半の保険料で積み立て、その積立額に基準利率による利息等を加えた“給付算定基礎額”をもとに給付されます。

前年度までの積立額等に関する情報を「給付算定基礎額残高通知書」によりお知らせします。

送付対象者	平成27年10月以降の組合員期間を有する方	
送付方法	自宅あてに送付	
送付時期	現職者	毎年５月頃
	退職者	退職および年齢到達（35歳、45歳、59歳、63歳）の翌年度の５月頃
通知形式	圧着ハガキ	
通知内容	①標準報酬月額（期末手当等の額を含む。）　②付与額　③利息 ④給付算定基礎額残高　⑤有期退職年金算定基礎額 ⑥終身退職年金算定基礎額　⑦付与率　⑧基準利率	



退職等年金給付に係る財政状況（令和元年度末）について

地方公務員共済組合連合会では、ホームページに令和元年度末の「財政検証結果」を掲載しています。是非、ご覧ください。

https://www.chikyoren.or.jp/（地方公務員共済組合連合会トップページ）

「年金関連情報⇒年金財政関係⇒年金払い退職給付（退職等年金給付）⇒財政検証・財政再計算」からご覧いただけます。

地方公務員共済組合連合会　検索

共済組合登録口座をご確認ください！

6月28日に「共済愛情保険」の配当金の送金を予定していますが、送金時に共済組合登録口座の名義人名と組合員証の氏名が相違していたり、口座が解約されていたりすると送金ができなくなってしまいます。

口座名義人名の変更手続きをするなど、スムーズに配当金を受け取れるようご協力をお願いいたします。

●金融機関への氏名変更はお済みですか?

共済組合登録口座の名義人名が旧姓のままになっている方は変更手続きをお願いします。

●共済組合登録口座を解約していませんか?

使用していないなどの理由により口座を解約した場合は、新たな口座を当組合に届出てください。

財産形成住宅貸付のご案内

「勤労者財産形成貯蓄」をしている組合員に住宅取得等資金を貸付けします。
なお、年度予算が決まっているため、希望者多数の場合は先着順となります。
また、募集期間や貸付条件等については決定次第、共済事務担当課および当組合ホームページをとおしてお知らせしますので、確認のうえお申し込みください。

募集時期 年2回(6月および10月)

貸付利率 **年利0.72%**(令和3年4月時点)

対象物件 組合員が自ら居住するために新築・増改築・購入する住宅

借入資格 勤労者財産形成貯蓄を1年以上継続していて、貯蓄額が50万円以上ある方。(共済貯金は含みません。)

貸付金限度額 勤労者財産形成貯蓄額の10倍(上限4,000万円)の範囲内で、退職手当の額に200万円を加えた額となります。

償還期間 金額にかかわらず15年以内

その他
- 抵当権の設定はありませんが、損害保険に加入することになります。
- 借り換えには利用できません。

お問い合わせ先　福利厚生課（厚生係）　TEL　029-301-1412

退任のごあいさつ

茨城県市町村職員共済組合
前事務局長
富田　雅人

薫風の候、組合員の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

私事ではありますが、本年三月三十一日付けをもちまして茨城県市町村職員共済組合事務局長の職を退任いたしました。

在職三十六年間の永きにわたり、皆様方のあたたかいご指導とご厚情に支えられ、お陰様をもちまして大過なく勤めさせていただきましたことを、心より深く感謝申し上げます。

結びになりますが、組合員とご家族の皆様方のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げ退任のごあいさつといたします。

長い間たいへんお世話になり誠にありがとうございました。

新任のごあいさつ

茨城県市町村職員共済組合
事務局長
久保木　信尚

組合員の皆様におかれましては、ますますご健勝にてご活躍のこととお慶び申し上げます。

この度、退職された富田前事務局長の後任として事務局長を拝命いたしました。

もとより浅学非才ではございますが、共済制度の重要性を肝に銘じ、組合員とご家族の方々の福祉の向上に最善の努力をいたす所存でございます。

現在、地方公務員の共済制度を取巻く諸情勢はたいへん厳しい状況にありますが、事務局一丸となり共済制度の円滑な運営と充実・発展に向けて努力を尽くして参りますので、前任者同様、変わらぬご支援・ご協力をお願い申し上げまして新任のごあいさつとさせていただきます。

大洗温泉の宿

大洗鷗松亭

夏休みは「大洗鷗松亭」へ！

「大洗鷗松亭」の夏季期間(7/20～8/20)のご宿泊につきましては、まだ空室のある日もございます。夏休みは、ご家族やお友達との楽しい思い出作りの場として「大洗鷗松亭」をぜひご利用ください。
皆様のご利用を心よりお待ちしております。

【夏季期間の組合員料金】

コース名	料　金 7/20～8/20	宿泊利用助成券利用	えらべる倶楽部宿泊補助券	助成券・補助券適用後の料金 7/20～8/20
彩(さい)	18,300円	△ 8,000円	△ 1,500円	8,800円
咲(さく)	17,090円			7,590円
花梨(かりん)	15,880円			6,380円
小人(小学生)	10,164円	△ 3,500円		5,164円

※料金は、お一人様1泊2食付(税・サービス料込・定員利用の場合)のものです。定員未満の場合は、室料加算が発生します。
※未就学児の室料は無料ですが、食事および布団を利用される場合は、別途料金を頂戴します。
※8/21～8/31は休前日料金となります。
※任意継続組合員の方および未就学児はえらべる倶楽部の宿泊補助券は利用できません。

《宿泊利用助成券をお忘れなく》
宿泊料金に対して**大人 8,000円、小人(小学生) 3,500円**を助成します。
また、大洗鷗松亭に限り組合員・被扶養者だけでなく、**同居する家族と別居の父母も**ご使用になれます。
事前に共済事務担当課へ交付申請し、チェックイン時にフロントへご提出ください。
(任意継続組合員の方は、共済組合福利厚生課℡029-301-1412へ直接ご連絡ください。)

《えらべる倶楽部の宿泊補助券も併用できます》
えらべる倶楽部の宿泊補助券 **1,500円**をお持ちいただくと、上記の宿泊利用助成券とあわせてご使用いただけます。
事前にJTBベネフィットサービスセンターまたは「えらべる倶楽部」会員サイトから交付申請し、チェックイン時に宿泊利用助成券とあわせてフロントへご提出ください。
●JTBベネフィットサービスセンター　℡03-5646-5540　または　フリーコール0120-924-033
営業時間　平日10:00～21:00／土日10:00～17:00　※祝日・12/30～1/3は休業

お問い合わせ先・ご予約先

大洗鷗松亭(施設直接)
受付時間▶10:00～20:00　電話▶029-266-1122
〒311-1301　茨城県東茨城郡大洗町磯浜町8179-5
*組合員・任意継続組合員の方は、4ヵ月前から予約ができます。

ホームページはこちらから！

https://www.oarai-oushoutei.com/
【PC】 おうしょうてい 検索
【スマホ】 QRコード

5月17日(月)～20日(木)まで定期点検等のため休館させていただきます。

〈共済貯金払戻等のご案内〉

月	払戻締切日	送金日
5月	4月28日	12日
	20日	28日
6月	4日	14日
	18日	28日
7月	2日	12日
	16日	28日

7月は、臨時積立ができます。
任意継続組合員の方で臨時積立を希望する場合は退職された所属所の共済事務担当課まで早めに申し出てください。
お振込みは所属所から一括となります。

≪ご注意≫

払戻しをする場合
「貯金払戻請求書」を、共済事務担当課をとおして提出してください。
任意継続組合員の方は、当組合福利厚生課へ直接提出してください。
当月分の積立金は、翌月以降にならないと払戻しはできませんのでご注意ください。

振込先口座を変更する場合
払戻締切日の7日前(休日、祝日を除く。)までに「共済組合員申告書」により手続きしてください。

払戻締切日について
左表の払戻締切日は、貯金払戻請求書の当組合への必着日です。
詳しくは、共済事務担当課にお問い合わせください。

組合の現況
(令和3年3月31日現在)

組合員数	男	17,258人
	女	8,442人
	計	25,700人
被扶養者数		22,504人
標準報酬月額総額		9,655,920千円
1人平均標準報酬月額		380,000円
任意継続組合員数		373人

ホームページURL　http://www.iba-kyo.com/
健康情報パスワード　iba-kyo

令和3年5月10日発行　第329号　発行所　茨城県市町村職員共済組合　☎ 029-301-1411　編集発行人　久保木　信尚