

表紙写真：大子町 久慈川の冬の芸術 シガ

CONTENTS

- 2 新春を迎えて/組合会議員の退任・新議員のご紹介
- 3 19歳以上23歳未満の方を扶養認定する際の収入要件が変わりました
- 4 入学貸付・修学貸付のご案内
- 5 被扶養者資格調査にご協力ください
- 6 3月末に退職される皆さんへ/
茨城県市町村職員年金者連盟からのご案内
- 8 任意継続組合員制度のご案内/任意継続組合員の皆さんへお知らせ
- 10 退職後に受けられる年金
- 11 医療費通知書を配付します
- 12 大洗鷗松亭 ネット予約&平日限定宿泊プランのご案内
- 13 大洗鷗松亭 宿泊補助額増額キャンペーン!
- 14 特定健康診査・特定保健指導の実施状況/
インフルエンザ予防接種を受けた皆さんへ/
歯周病検診未受診の方へ
- 16 石和温泉郷「ホテルやまなみ」よりお知らせ
- 17 プレゼントクイズ/すぐできる!ラクちんレシピ
- 18 マイナ保険証なら限度額適用認定証は不要です!/
セルフメディケーションを心がけましょう/
給付金の請求をお忘れなく
- 19 団体傷害保険等のご案内/国税庁からのお知らせ
- 20 大洗鷗松亭ご利用案内/共済貯金払戻等のご案内

「いばらき共済」の発行月

4月

7月

10月

1月

茨城県市町村職員共済組合
<https://www.iba-kyo.com/>



新春を迎えて

茨城県市町村職員共済組合

理事長 **木村 敏文**



新年あ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さまにおかれましては、健やかな新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より共済組合の事業運営にご理解とご協力を賜りまして衷心より厚くお礼申し上げます。

さて、社会保障制度をめぐる状況におきましては、社会保障給付費の増嵩に伴う費用負担の増加及び少子化の対策として、健康増進による医療費の抑制と健康寿命の延伸、子育て世帯への支援の拡充、公的年金制度の機能強化を図るための制度改正が実施されています。

共済組合では、これら政策の対応として昨年はマイナ保険証移行への推進、第3期データヘルス計画に基づく保健事業の実施、育児休業支援手当金と育児時短勤務手当金の支給開始など行ってまいりました。

本年4月からは、育児休業支援手当金や育児時短勤務手当金の費用を賄うため、新たに子ども・子育て支援納付金に係る掛金・負担金を徴収し拠出することとなります。

共済組合としましては、これらの制度改正に適切に対応するため一層慎重を期して業務運営に努めてまいります。

また、当組合の保養所「大洗鷗松亭」につきましては、週末はほぼ満室と好評をいただいております、平日の利用におきましても昨年7月から導入した「シニア割プラン」により着実に利用者が増加しています。

今後も、平日利用の向上を図るとともに、皆さまの憩いの場として癒しと寛ぎを提供できる施設を目指して運営してまいります。

共済組合では、皆さまが心身ともに健康で安心して公務等に専念できますよう、役職員一同一層の努力を重ねてまいりますので、皆さまのご支援とご協力をお願い申し上げます。

年頭にあたり、組合員並びにご家族の皆さま方のますますのご健勝とご多幸を心よりご祈念申し上げます、新年のご挨拶とさせていただきます。



謹賀新年
令和八年元旦

〔市町村長側議員〕

理事長 木村 敏文 (坂東市長)

理事 先崎 光 (那珂市長)

理事 野澤 良治 (河内町長)

監事 鈴木 定幸 (常陸大宮市長)

議員 萩原 勇 (龍ヶ崎市長)

議員 藤田 謙二 (常陸太田市長)

議員 沼田 和利 (牛久市長)

議員 設楽 詠美子 (筑西市長)

議員 上遠野 修 (城里町長)

議員 野村 勇 (八千代町長)

〔職員側議員〕

理事 鈴木 智子 (日立市役所)

理事 古渡 秀和 (行方市役所)

理事 廣江 良之 (結城市役所)

監事 浅野 進太郎 (東海村役場)

議員 菅谷 賢一 (水戸市役所)

議員 坂本 武蔵 (大洗町役場)

議員 岩瀬 祐一 (土浦市役所)

議員 山崎 隆博 (龍ヶ崎市役所)

議員 作田 友貴 (取手市役所)

議員 石塚 政弘 (常総市役所)

学識経験者監事

小谷 隆亮 (元大洗町長)

事務局長 太田 博紀 (外職員一同)

組合会議員の退任・新議員のご紹介

次の方が組合会議員を退任されましたのでお知らせします。

これまで共済組合の運営にご尽力いただきましたことに対し、感謝申し上げます。

令和7年5月21日付

宮田 達夫 氏 (常陸太田市長)

市町村長側議員の退任に伴う補欠選挙の結果、常陸太田市長 藤田 謙二氏が組合会議員に就任されました。

なお、任期は令和8年11月30日までとなります。



議員
藤田 謙二

- ① 第1区
- ② 常陸太田市長
- ③ 有言実行

① 選挙区 ② 職名 ③ 座右の銘



19歳以上23歳未満の方を扶養認定する際の 収入要件が変わりました

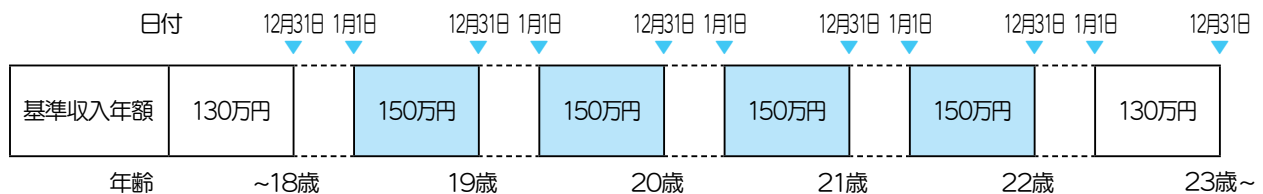
令和7年度税制改正において、現在の人手不足の状況等を考慮して、19歳以上23歳未満の方への特定扶養控除の要件の見直しおよび特定親族特別控除の創設が行われたことに伴い、被扶養者の認定基準が変更されました。

令和7年10月1日から、19歳以上23歳未満の被扶養者（配偶者を除きます。）に係る収入基準額は、年間150万円（月額125,000円）未満になりました。

※配偶者の基準額は、19歳以上23歳未満であっても従来どおりの130万円（月額108,334円）未満です。

※12月31日時点の年齢で判断します。

1月1日生まれの方は、12月31日に年齢が加算されます。

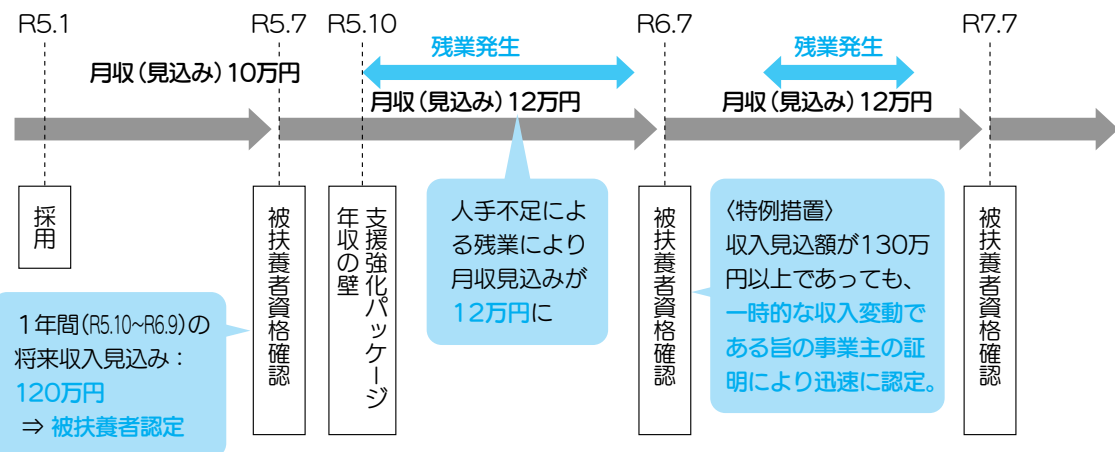


年収の壁・支援強化パッケージの恒久化について

令和5年10月1日から当面の間適用することとされていた年収の壁・支援強化パッケージについて、恒久的に適用することとなりました。

なお、取扱いに変更はないため、令和6年・令和7年の被扶養者資格継続調査において収入の壁を適用している場合、令和8年調査において年収の壁を適用することはできませんのでご注意ください。

(例) 被扶養者の範囲内で働く予定（月収10万円）であったが、残業により収入増になった場合



入学貸付・修学貸付のご案内

令和8年4月に入学・進級されるお子さまの授業料や住居費など、教育に必要な資金を融資する入学貸付・修学貸付の申し込みを受け付けています。

貸付をご希望の方は共済事務担当課をとおして申し込みください。

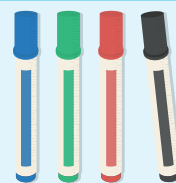
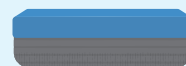
なお、入学時は入学貸付と修学貸付の併用で、対象者1人あたり最大380万円(入学200万円+修学180万円)の貸付を利用できます。



	入学貸付	修学貸付
貸付利率	年利率1.26% ※基準金利の利率区分に応じ、変動する場合があります。	
貸付事由	組合員またはその被扶養者(被扶養者でない子を含む。)が次の学校に入学するとき	組合員またはその被扶養者(被扶養者でない子を含む。)が次の学校で修学するとき
対象費用	○学校教育法に規定する高等学校・大学(短期大学を含む。) ・各種学校・中等教育学校(後期課程に限る。) ○外国の教育機関で上記に準ずる学校	
貸付金額	給料月額×6ヵ月分(200万円を上限とし対象費用の範囲内の金額で決定)	上限180万円(月15万円×12ヵ月分)必要費用の範囲内で1万円単位の金額となります。 ※12ヵ月分は4月までの申し込みに限ります。5月以降は15万円×申し込み月の翌月から当該年度末までの残存月数分が上限です。
申込書類	必要書類は当組合ホームページでご確認ください。	
申込期間	合格通知書(令和8年4月入学)が届いたときから入学する年度の4月末まで ※貸付希望月の前月末日(当組合必着)	○入学時は合格通知書(令和8年4月入学)が届いたときから。 ○進級時は1月から翌年度分(令和8年4月進級)を申し込みできます。 ※貸付希望月の前月末日(当組合必着)
貸付日	申込書受付月の翌月28日に貸付金額を当組合登録口座(給付金等の送金口座)へ送金します。 ※28日が土・日・祝日の場合は翌営業日となります。	
償還方法	貸付日の翌月から給与控除による元利均等償還となります。 (貸付金額が50万円以上は賞与併用償還が選択可) ただし、修学貸付は申し込み時に「修学貸付に係る償還申請書」により、次の2つから償還方法を選択していただきます。 ①償還開始…貸付日の翌月から償還開始 ②償還据置…修学中は元金を据置とし利息のみの償還	

申し込み方法等の詳細は当組合ホームページでご確認ください。

入学貸付・修学貸付の
詳細はこちら



お問い合わせ先

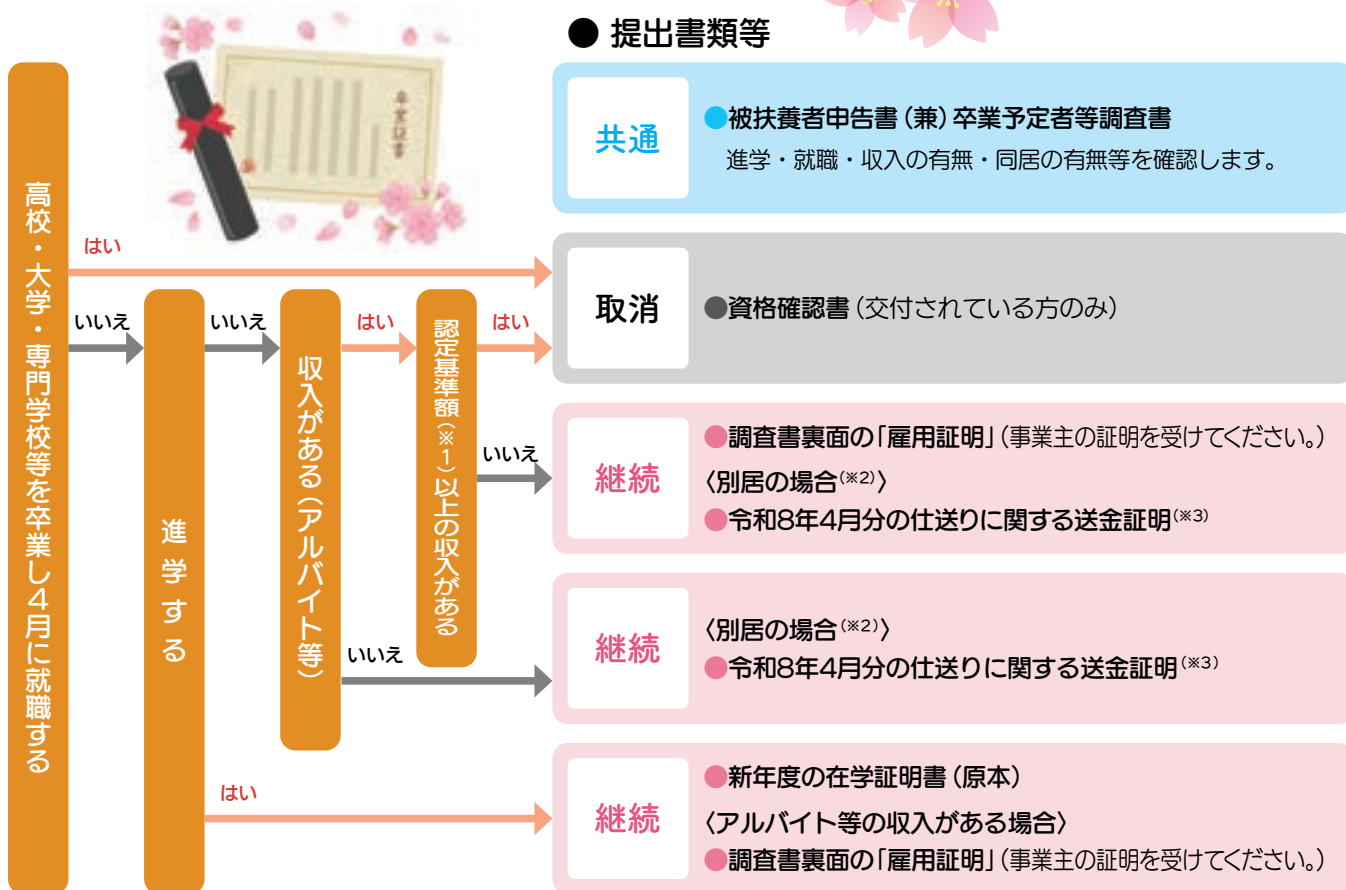
福利厚生課(厚生係) TEL 029-301-1412

この春、ご卒業するお子さまはいらっしゃいますか？ 被扶養者資格調査にご協力ください

令和8年3月に高校・大学・専門学校等を卒業される被扶養者の方を対象に、被扶養者資格調査を実施します。組合員の方へ共済事務担当課をととして調査書を配付しますので、必要書類を整備のうえ提出してください。

また、今回調査対象ではない方についても、就職や収入が増えたことにより被扶養者資格を満たさなくなった場合には、必ず資格取消の手続きをしてください。

● 提出書類等



- ※1 認定基準年額130万円(月額108,334円)(19歳以上23歳未満の方は150万円(月額125,000円))
給与収入が認定基準年額未満であっても、原則として3ヵ月連続または3ヵ月平均で認定基準月額以上となった場合は被扶養者資格取消となります。なお、学生の場合は3ヵ月連続で認定基準月額以上となった場合のみ取消となります。
- ※2 学生以外の被扶養者が別居する場合は、毎月定期的な仕送りが必要になります。
仕送額：被扶養者の収入の2分の1を超え、かつ毎月最低5万円以上
- ※3 銀行等の預金通帳(写)、振込受領書(原本)およびATMの利用明細書(原本)等
振込依頼人(組合員)と受取人(被扶養者)の氏名、送金日、送金額が確認できる書類。
(預金通帳(写)の場合は、表紙と送金額および受取人の記載があるページを添付してください。)

お願い

遠方に住む被扶養者には早めにご連絡いただき、指定する期日までに必要書類(新年度の在学証明書等)を提出できるようご協力をお願いします。

また、引き続き被扶養者となる方については、今後行われる被扶養者資格継続調査の対象者となりますので、当組合ホームページにて認定要件等をご確認いただき、給与明細書(アルバイト等をしている場合)や送金証明(別居している場合)等は、いつでも提出できるよう大切に保管しておいてください。

認定要件等についてはこちら



お問い合わせ先

医療健康課 TEL 029-301-1413

3月末に退職される皆さんへ

共済組合の各種事業に係る退職時の手続き等について

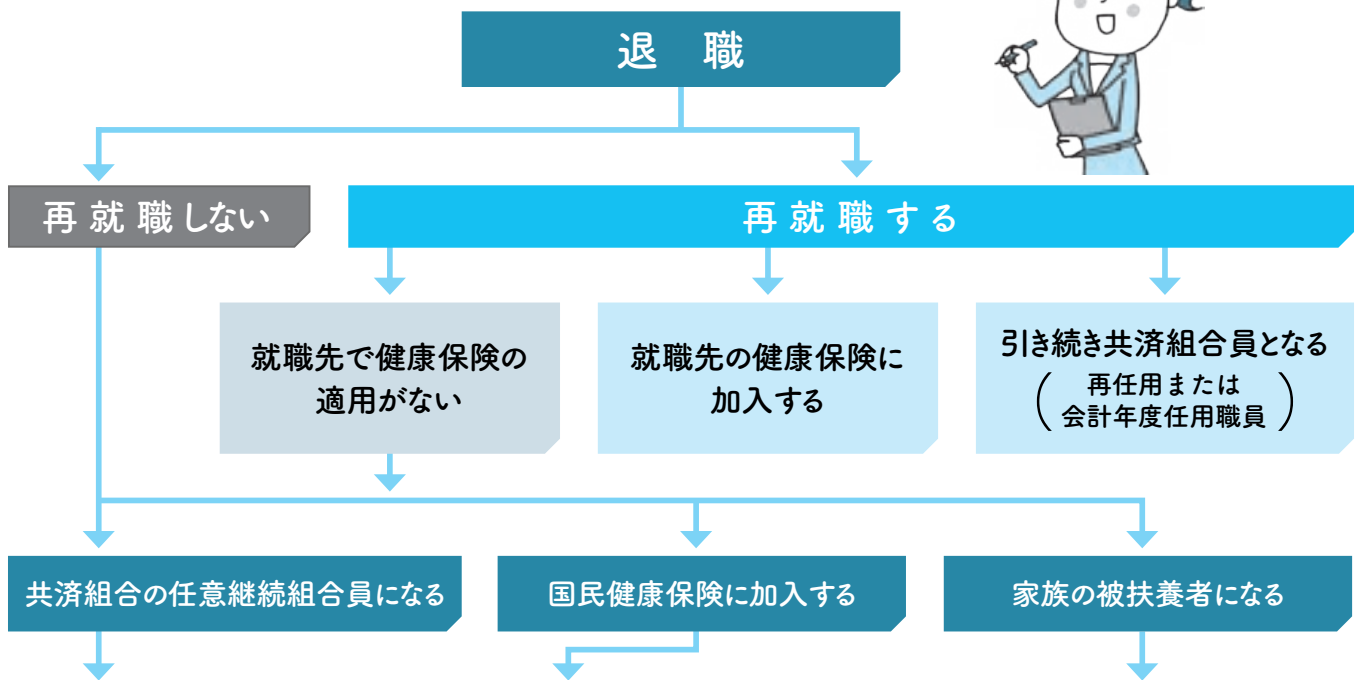
健康保険

組合員の皆さんが退職されると、退職日の翌日に組合員の資格を喪失するため、新たに次のいずれかの健康保険制度に加入する必要があります。

それぞれの加入要件や特徴等をご確認のうえ、ご自分に適した制度を選択してください。

なお、定年前再任用短時間勤務職員や会計年度任用職員となる場合でも、一定の要件を満たすと短期組合員として引き続き組合員資格が継続します。

また、組合員資格を喪失した方は、4月1日以降、現在お持ちの資格確認書等は使用できなくなりますので、退職後速やかに当組合まで返還してください。退職後に当組合の資格確認書等を使用して医療機関を受診した場合、当組合が医療機関へ支払った医療費を全額返還していただくことになりますので、必ずマイナ保険証または加入先の新たな資格確認書を使用し、加入している健康保険制度が変更になった旨を申し出てください。



詳細はホームページをご覧ください。	加入要件	他の健康保険に加入していない方。	年間収入が130万円（60歳以上または障害年金の受給要件に該当する場合は180万円）未満の方で主たる扶養者の収入により生計を維持している方。 ※この他にも条件がありますので、詳細はご家族の勤務先等にお問い合わせください。
	特徴	附加給付はありません。 「附加給付」とは、法律で定められた「法定給付」の他に健康保険組合が独自に上乗せして支給するものです。	健康保険組合により附加給付があります。
	保険料	被保険者の前年の所得割等で算定されます。市町村により異なるため、居住地の市町村にお問い合わせください。	保険料はかかりません。
	加入手続き	退職した日の翌日から5日以内に居住地の市町村において加入手続きをしてください。	健康保険組合により手続きが異なるため、ご家族の勤務先等にお問い合わせください。

年金

■ 老齢厚生年金について

受給開始年齢の2～3ヵ月前に実施機関（共済組合・日本年金機構など）から請求案内が届きます。
なお、受給開始年齢よりも前に年金の受け取りを希望される場合は、60歳以降いつでも繰り上げて請求ができますので、当組合までご連絡ください。

■ 退職後の年金制度について

60歳未満の組合員および被扶養配偶者は、退職後に厚生年金や国民年金への加入が必要になります。
また、短期組合員となる場合は、厚生年金の種別が3号厚生年金（公務員）から1号厚生年金（年金機構）に変更となります。

貸付

■ 未償還金の返済

貸付金の償還中に退職される場合は、退職手当から未償還金を控除し返済していただくことになります。

■ 借用証書の返還

完済されたことを確認したうえで、借用証書をご自宅に送付します。

■ 「だんしん」特約保証料の返還について

団体信用生命保険（だんしん）に加入している方が、保険期間の途中で退職された場合は自動的に保険脱退となり、未経過月数分の特約保証料を返還します。なお、返還まで2ヵ月ほどかかります。

物資

物資立替金の未償還金についても、貸付と同様に退職手当から控除し返済していただくことになります。

貯金

共済貯金は、原則として退職と同時に解約していただきますが、任意継続組合員になれる方は、共済貯金を継続することができます。ただし、在職中から共済貯金に加入していた方に限ります。

■ 積立・払戻

- 積立は年2回（7月・12月）の臨時積立のみとなります。手続きは退職される市町村および一部事務組合等の共済事務担当課をとおして行ってください。
- 積立限度額は3,000万円です。
- 毎月2回払戻ができます。払戻を希望する場合は、「貯金払戻請求書」（当組合ホームページからダウンロードできます。）を当組合へ提出してください。
払戻締切日および送金日は、当組合ホームページまたは広報紙「いばらき共済」でご確認ください。



その他

■ リロクラブ[福利厚生倶楽部]およびMY HEALTH WEBの脱退手続きは当組合で行います。

お問い合わせ先

健康保険について

医療健康課 TEL 029-301-1413

老齢厚生年金について

年金課 TEL 029-301-1414

貸付・物資・貯金・その他について

福利厚生課 TEL 029-301-1412

茨城県市町村職員年金者連盟からのご案内

「茨城県市町村職員年金者連盟」は、茨城県内の市町村および一部事務組合を退職された方や年金者連盟の趣旨に賛同いただいた概ね55歳以上の組合員の方が会員となり、年金制度の堅持と医療・介護保険制度の改善に係る運動のほか、会員相互の親睦を深めることを目的として様々な活動を行っています。

○ 加入すると次のような特典があります ○

1. 大洗鷗松亭に宿泊される場合、本人と同伴の配偶者に共済組合から**宿泊利用助成券（1人につき6,500円）**が発行されます。さらに平日料金日に利用される場合は年金者連盟から**1人につき1,500円**の助成券を発行します。
2. 会員の方が参加できる「ゴルフ大会」、「グラウンド・ゴルフ大会」、「囲碁・将棋大会」を開催しています。

● 年会費について

1. 退職の年金受給者 年金年額×3/1000（上限額6,000円）
2. 遺族の年金受給者 年金年額×1/1000（上限額2,000円）
3. 賛助会員（年金受給開始前の方） 2,000円（定額）

● 加入方法について

加入申込書をご自宅宛てに郵送しますので、下記問い合わせ先までご連絡ください。

お問い合わせ先

茨城県市町村職員年金者連盟 TEL 029-301-1230

退職後の選択肢のひとつ

任意継続組合員制度のご案内

退職後に引き続き当組合の健康保険を利用できる任意継続組合員制度をご案内します。

任意継続組合員になることを希望する方は、3月中旬頃までに共済事務担当課をとおして希望調査を行いますので、その際に申し出てください。

なお、令和8年度の短期および介護の掛金率は、3月に当組合ホームページにてお知らせします。



加入資格	退職の日の前日までに1年以上組合員期間がある方
期 間	退職後に最長2年間加入できます。
任意継続掛金	<p>任意継続掛金は、医療に係る短期掛金と介護に係る介護掛金（40歳以上65歳未満の方のみ）および子ども・子育て支援掛金（令和8年度新設）の合算額となります。</p> <p>※任意継続組合員は地方公共団体負担がなくなるため、今まで給与から控除されていた掛金の約2倍となります。</p> <p>掛金額（1ヵ月分）</p> <p>短期掛金 = 以下の①か②のいずれか低い額 × 短期掛金率</p> <p>子ども・子育て支援掛金 = 以下の①か②のいずれか低い額 × 子ども・子育て支援掛金率</p> <p>介護掛金 = 以下の①か②のいずれか低い額 × 介護掛金率</p> <p>①退職月の短期標準報酬月額</p> <p>②当組合が定款で定めた額（380,000円）</p> <p>（参考：令和7年度の掛金率 短期 98.8/1000 介護 15.2/1000）</p> <p>※子ども・子育て支援掛金率は、令和7年11月現在、2.4/1000となる見込みであることがこども家庭庁より示されています。</p>
掛金の納入方法	<p>12ヵ月払いと6ヵ月払いのいずれかを申出時に選択していただきます。（前納による割引あり。）</p> <p>納付案内を3月下旬に共済事務担当課をとおして送付しますので、退職した日の翌日から20日以内に払い込みをお願いします。</p> <p>令和8年3月31日退職の場合</p> <p>12ヵ月払い……令和8年4月から令和9年3月までの掛金を4月20日までに納付。</p> <p>6ヵ月払い……令和8年4月から令和8年9月までの掛金を4月20日までに納付。</p> <p>※6ヵ月払いの場合、10月から3月までの掛金は9月30日までに納付していただきます。</p>
資格情報のお知らせ等の交付	3月末頃までに資格情報のお知らせ（組合員・被扶養者分）および資格確認書（マイナ保険証の利用がない方のみ）を共済事務担当課をとおして交付する予定です。
被扶養者	<p>原則、被扶養者資格は継続します。</p> <p>なお、退職前と同様に当組合の被扶養者の資格を備えていることが条件となりますので、就職等により被扶養者の資格が取消となる方は、共済事務担当課へご連絡をお願いします。</p>

<p>給付内容</p>	<p>退職前と同様の短期給付が受けられ、同じ月に同じ医療機関に支払った自己負担額が25,000円（基礎控除額）を超えた場合に、その超えた額を附加給付として支給します。ただし、休業給付（傷病手当金※、出産手当金、休業手当金および育児・介護休業手当金）は除きます。また、共済貯金や人間ドックの助成等、福祉事業の一部を利用できます。</p> <p>※在職中に支給要件を満たしていれば、退職（資格喪失）後も受給できる場合があります。</p>
<p>資格喪失</p>	<p>次の①～⑤のいずれかに該当したときは、任意継続組合員の資格を喪失します。なお③～⑤に該当した場合は、当組合へご連絡ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①任意継続加入後2年を経過したとき ②任意継続掛金を納付期限までに払い込まなかったとき ③再就職等により、他の医療保険制度に加入したとき ④任意継続組合員でなくなることを希望したとき ⑤死亡したとき <p>※③～⑤により資格喪失したときは、未経過期間の掛金を返還します。</p>

任意継続組合員の皆さんへお知らせ

確定申告について

任意継続組合員の掛金は、所得税の確定申告時に社会保険料控除の対象となります。
 令和7年中に納付いただいた任意継続掛金の「納付証明書」は、1月末に送付いたしますので、確定申告等にご使用ください。
 なお、証明額は、令和7年1月から12月の間に納付いただいた金額となります。

任意継続組合員の更新手続きについて

- **加入後2年が経過する方**
 資格喪失日の約1週間前に「任意継続組合員資格喪失証明書」を送付しますので、国民健康保険等への加入手続きをお願いします。現在使用されている資格確認書は、有効期限が過ぎましたら速やかに当組合まで返還してください。
- **加入後2年に満たない方**
 4月以降の更新手続きについて、3月上旬にご案内の文書を送付しますので、令和8年度の掛金額をご確認のうえ、継続または脱退についてご検討ください。
- **継続または脱退を判断するポイント**
 6ページ「共済組合の各種事業に係る退職時の手続き等について」の「健康保険」を参考にしてください。
 ※令和7年中の収入が少ない方は、任意継続掛金より国民健康保険料のほうが安い傾向にあります。

任意継続組合員で
 いられる期間は
 最長で2年間です



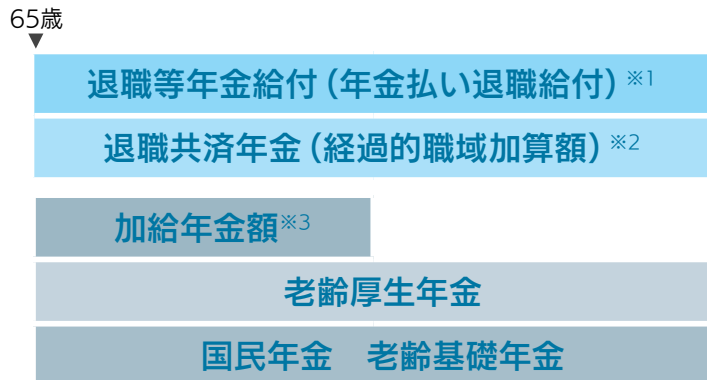
退職後に受けられる年金

退職後に受けられる老齢・退職給付には、厚生年金の「老齢厚生年金」と国民年金の「老齢基礎年金」があります。

年金の支給は、法令の本則上の規定では、65歳からとされています。以前は経過措置として60歳から65歳まで特別支給の年金が支給されていましたが、その後、支給開始年齢が段階的に引き上げられることとなり、昭和36年4月2日以降生まれの方は、年金の支給開始は65歳からとなります。

※退職時または60歳時点まで引き続き20年以上消防職員として在職し、階級が消防司令以下の方は、支給開始年齢が異なります。

◆老齢厚生年金等の支給イメージ

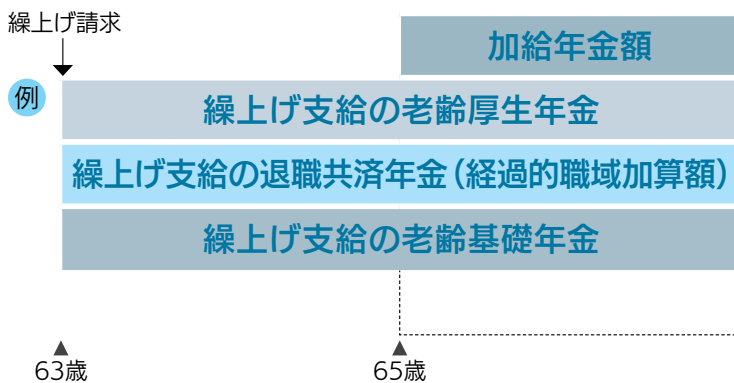


- ※1 退職等年金給付(年金払い退職給付)は、平成27年10月以降の公務員として勤務した期間を有する方が一定の要件を満たす場合に支給されます。
- ※2 退職共済年金(経過的職域加算額)は、平成27年9月30日以前の組合員期間に応じて支給されます。
- ※3 加給年金額は、一定の支給要件を満たした配偶者または子がいる場合に加算されます。

●支給開始年齢よりも前に年金を受けることができます!

本来の支給開始年齢よりも前に年金受給を希望する場合は、60歳到達以降に繰上げ請求を行うことにより、減額された「繰上げ支給の老齢厚生年金」を受給することができます。

なお、この繰上げ請求については、国民年金から支給される「老齢基礎年金」の全部繰上げ請求と同時に行う必要があります。



繰上げ請求を行った場合

1カ月当たりの年金額は0.4%減額です。
昭和37年4月1日以前にお生まれの方は0.5%の減額となります。



繰上げ請求の 注意点

- 一度決められた減額率は生涯変わりません。また、一度請求すると取消しはできません。
- 加給年金額は繰上げ支給の対象となりません。(65歳到達時に加算の対象となります。)
- 事後重症などによる障害厚生(基礎)年金や寡婦年金等は受けられません。
- 遺族厚生(共済)年金の受給権がある場合、併給調整により繰上げ支給の老齢厚生(退職)年金・基礎年金は65歳まで支給停止となる場合があります。
- 厚生年金加入中は報酬額により年金の一部または全部が停止となる場合があります。
- 雇用保険の基本手当や高年齢雇用継続基本給付金が支給される間は老齢基礎年金を除き、年金の一部または全部が停止となる場合があります。

お問い合わせ先

年金課 TEL 029-301-1414

医療費通知書を配付します

(令和6年11月～令和7年10月受診分)

2月に組合員の皆さんへ「医療費通知書」を配付します。

医療費がどの位かかっているのかご確認いただき、当組合の医療費負担の現状を理解していただくことやご自身の健康管理に役立てていただくことを目的としています。

通知書の見方

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪
受診者氏名 医療機関名	診療 年月	日数	診療区分・ 給付種別	医療費 総額	法定 給付額	公費 負担額	窓口 負担額	家族療養費 附加金等	高額 療養費	支給額	確定申告用 自己負担額
共済 花子 △△接骨院	611	3	柔道整復	10000	7000		3000				3000
共済 太郎 〇〇医院	7 1	10	医科入院	500000	417570		82430	57400		57400	25030
共済 組子 〇〇医院	7 4	4	医科入院外	50000	35000		15000	1111		1111	13889
共済 組子 □□薬局	7 4	4	調剤	40000	28000		12000	889		889	11111
共済 あい ××歯科医院	710	6	歯科入院外	90500	63350		27150	2100		2100	25050
合計				690500	550920		139580	61500		61500	78080

①診療を受けた年月

②1ヵ月に入院または通院した日数

③医科・歯科・調剤など／入院・入院外(外来)の区別

④診療区分ごとの医療費の総額

⑤共済組合が負担した金額

※限度額適用認定証を使用したときの高額療養費は、この欄の金額に含まれます。

【共済太郎さんの令和7年1月診療分】

⑥医療費助成制度該当者に対する国や県または市町村の負担額

⑦医療機関の窓口で負担した額(原則、医療費総額の3割)

※限度額適用認定証使用者等については、所得区分に応じた計算方法により計算された金額です。

※医療費助成制度該当者については、自己負担金額が把握できない場合、⑥公費負担額に自己負担額を含めて表示しています。

⑧組合員が支給対象となる一部負担金払戻金・被扶養者が支給対象となる家族療養費附加金

窓口負担額から高額療養費と基礎控除額を控除した金額(百円未満は切捨て)で、控除後の金額が千円未満の場合は支給されません。
※基礎控除額は、一般所得者は25,000円、上位所得者は50,000円です。なお、上位所得者とは標準報酬月額53万円以上の方です。
※医科(歯科)とその対象となる調剤については合算して算定し、医療費総額により按分して記載しています。

【共済組子さんの令和7年4月診療分】

⑨窓口負担額から自己負担限度額を控除した額

※自己負担限度額は、標準報酬月額や過去1年間の入院回数等により異なります。

⑩共済組合が送金した額の合計(⑧+⑨)

⑪窓口負担額から共済組合が送金した額を控除した額(⑦-⑩)

※令和6年11月・12月診療分を合計額から差し引いた金額が自己負担額となります。

～ 医療費控除の申告手続きについて ～

「医療費通知書」は、確定申告時の医療費控除の手続きで医療費の明細書として使用できますが、以下の点にご留意ください。

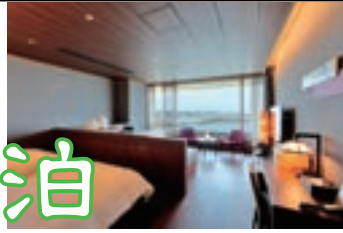
- ◎実際に医療機関等の窓口で支払った金額と医療費通知書の金額が異なる場合(マル福・公費に該当している場合や医療費が訂正された場合等)は、領収書等で確認し、ご自身で金額を訂正して申告してください。(10円未満の端数は訂正不要です。)
- ◎令和6年11月・12月診療分が含まれている場合は、合計から控除してください。
- ◎今回記載がない診療分(令和7年11月・12月診療分)については、別途領収書に基づいて「医療費控除の明細書」を作成し、その明細書を申告書に添付してください。この場合、領収書は確定申告期限から5年間保存する必要があります。
- ◎医療費通知書を使用する際には、原本の添付が必要です。紛失しないよう大切に保管してください。
- ◎医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください。

お問い合わせ先

医療健康課(医療給付係) TEL 029-301-1413



味



泊



湯

旅のスタイルに合わせて選べる4つのご優待宿泊プランをご用意いたしました。
各プランとも **ネット予約限定・平日(日曜～木曜)限定** でご予約を承ります。

女子旅割プラン

10% OFF

ワイド 4

プレミアム 会席

カラオケ 無料

女性グループ限定

ご宿泊料金を**10%OFF!** お部屋はワイド4
女性に人気の“プレミアム会席”を個室でご提供します。
2～4名様でのご利用に最適です。

- ◎アーリーチェックイン無料
通常より1時間早い14時より
チェックイン可能です



家族割プラン

10% OFF

ワイド 4

プレミアム 会席

小学生以下のお子様とご宿泊のご家族限定

ご宿泊料金を**10%OFF!** お部屋はワイド4
大人は“プレミアム会席”を個室でご提供します。

- ◎お子様には、うれしいお土産として
「子供用デイバッグ」&夕食時にソフト
ドリンク1杯をプレゼント。
- ◎ご家族4名様まで対応いたします。



連泊割プラン

20% OFF

プレミアム 会席

2泊以上限定

ご宿泊料金を**20%OFF!**
1泊目は“プレミアム会席”を個室でご提供します。
2泊目のご夕食はフロントにてご案内いたします。

平日限定のプランのため、2泊目が
鷗松亭の指定する休日料金の日で
ある場合、このプランのお申し込み
はできません。



若者割プラン

1万 8千円

プレミアム 会席

カラオケ 無料

売店 割引

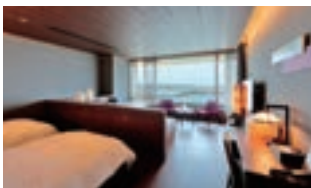
29歳以下の方限定の2～3名様プラン

お一人様1泊2食付き**18,000円!**(税・サービス料込)
“プレミアム会席”を個室でご提供します。

- ◎売店10%割引券付き
- ※ご予約代表者が29歳以下の成人の場合に
ご利用いただけます。
(ご同伴の方の年齢は問いません。)
- ※本プランは大人の方が対象のため、ご同伴の方が
お子様でも、お料理や料金は変更できません。



ワイド 4 デラックスタイプの
50～52㎡のお部屋!
ワイド4



プレミアム 会席 メインが選べる
人気メニュー!
ブランド牛 または
鮑の蒸し焼き を選択



※写真は秋メニュー

カラオケ 無料 15時より18時の間、
最大**1時間無料開放!**
※当日先着順。満席の場合
はご利用いただけません



売店 割引 該当プランで
売店商品**10%OFF!**
※酒類等は対象外



ご注意ください!!

- ・各プランは**ネット予約限定**のため、お電話では承れません。また、各プランの併用(重複)はできません。
- ・各プランの割引は、お食事中的お飲み物および別注料理は割引対象外となります。
- ・若者割以外のプランは、インターネット予約システムの仕様により、お申し込み時には、**プランの総額表示**となりますが、**チェックアウト時に割引を適用**いたします。
- ・ポイントカード達成での「鷗松亭宿泊ご招待券」は併用いただけません。

宿泊利用助成券等をご利用ください

どのプランも宿泊利用助成券及びリロクラブ「福利厚生倶楽部」の宿泊補助をご利用いただけます。
ご利用方法の詳細は当組合ホームページをご参照ください。

詳細はこちら!



大洗鷗松亭のご予約・お問い合わせ先

▼ネット予約▼

24時間対応可 **3カ月前**から予約可
<https://www.orai-oushoutei.com/>



【PC】 おうしょうてい

【PC】

【スマホ】



▼お電話の方は▼

4カ月前から予約可
TEL 029-266-1122
受付時間 10:00～19:00

福利厚生倶楽部 宿泊補助額増額キャンペーン！



茨城県市町村職員共済組合保養所
大洗温泉の宿
おろしよろてい
大洗鷗松亭

RELO CLUB

福利厚生倶楽部
FUKURI KOSEI CLUB

宿泊利用助成券と合わせて
最大**9,500円**補助！！

大洗鷗松亭限定 通常お一人様 1泊1,500円補助を
対象期間中に限り **1,500円⇒3,000円**補助に！

電子補助券の補助額は1,500円と表示されますが、対象期間中は3,000円を補助します。

対象期間：令和8年1月4日(日)から3月31日(火)までのご宿泊

利用方法：①大洗鷗松亭ホームページまたはお電話で大洗鷗松亭を予約する。

②「福利厚生倶楽部」ホームページで電子補助券を申し込む。

(注)「福利厚生倶楽部」への会員登録が必要です。

下記の福利厚生倶楽部会員専用サイトで初回登録をしてください。

③宿泊利用助成券を勤務先の共済事務担当課に申請する。

※宿泊利用助成券(大人1泊2食：6,500円)が併用できます。



プレミアム会席 写真は秋メニュー



大浴場 檜風呂「松の湯」



デラックスタイプのお部屋 ワイド4

お申し込み・お問い合わせ

福利厚生倶楽部会員専用サイト

www.fukuri.jp/iba-kyo

福利厚生倶楽部カスタマーセンター

0120-982291

営業時間(平 日) 10:00~18:00
(土 日 祝) 10:00~17:00



【ログインID・パスワードをお忘れの方】ログインページにある「※ログインID・パスワードをお忘れの方はこちら」をクリック

※任意継続組合員の方は「福利厚生倶楽部」をご利用になれません。

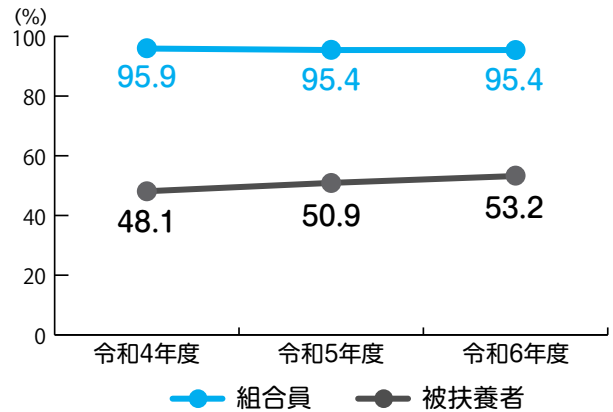
実施状況で短期掛金に影響が！

令和6年度は、40歳以上75歳未満を対象に行っている特定健康診査受診率が88.0%（令和5年度：87.6%）、それに伴う特定保健指導実施率が58.3%（令和5年度：33.6%）となりました。

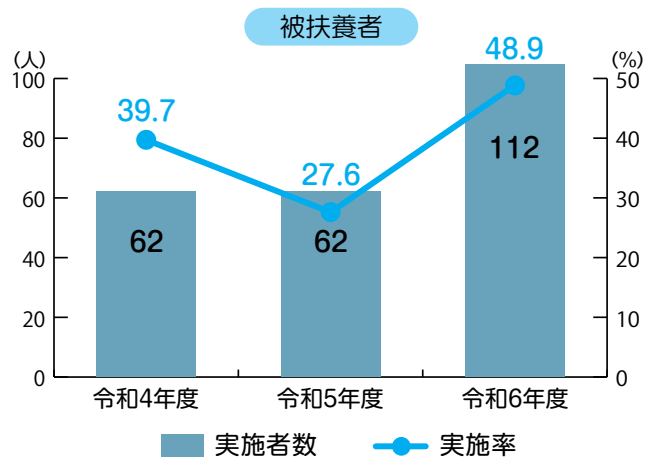
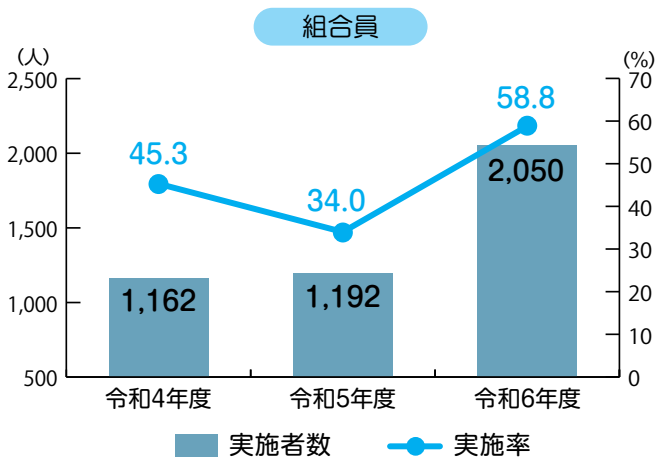
この2つの率や保健事業の実施状況が、各健康保険組合が負担する「後期高齢者支援金」を決定する要因となり、さらに短期掛金に影響を与えます。

皆さんの給与やボーナスから控除される掛金を抑えるためにも、ご家族も特定健康診査を毎年必ず受けましょう。

● 特定健康診査実施状況 国の目標値90%



● 特定保健指導実施状況 国の目標値45%



特定保健指導の実施率は、令和5年度から短期組合員も算定に含めることとなった影響等により低下しましたが、令和6年度は多くの組合員や被扶養者の皆さんが受けたことにより大幅に上昇し、組合員・被扶養者ともに国の目標値を達成することができました。

これからも引き続きご協力ください！

特定保健指導は費用を負担せずに
保健師や管理栄養士などの
専門家によるアドバイスを受けることができる
貴重な機会です。
生活習慣の改善に向けて積極的にご活用ください。

特定保健指導を受けた場合は
MY HEALTH WEBの
ポイントがもらえます！



被扶養者の皆さんへ 健診結果を提出してください!

40歳以上75歳未満の被扶養者の方にパート先等で受けた健康診断の健診結果票(コピー)をご提出していただくことが、当組合の特定健康診査の受診率向上に繋がりますので、ご協力をお願いします。

QUOカード
(1,000円分)
プレゼント!

特定保健指導の対象とならないためには…

特定保健指導はBMI(25kg/m²以上)・腹囲(男性85cm以上・女性90cm以上)を対象に血糖・脂質・血圧のリスクが高い方を対象としています。

これらは喫煙・飲酒・運動が大きく影響しますので、日常生活から心がけて対象とならないようにしましょう。

× 喫煙
× 飲酒
◎ 運動

インフルエンザ予防接種を受けた皆さんへ

当組合受付締切日 令和8年2月28日

対象者 組合員およびその被扶養者(任意継続組合員とその被扶養者は除きます。)

接種対象期間 令和7年10月1日～令和8年1月31日

助成金額 1人1回1,000円(1人複数回の助成が可能です。)

請求方法 ● MY HEALTH WEBから「領収書」の画像を添付して申請
● 請求書に「領収書」の原本を添付のうえ所属所を通して申請
※所属所での提出期限については、共済事務担当課にご確認ください。

接種期限が
迫っています!

歯周病検診未受診の方へ

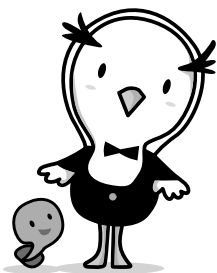
当組合受付締切日 令和8年2月28日

対象者 40歳以上70歳以下で5歳刻みの年齢に達する組合員

受診対象期間 令和7年6月1日～令和8年1月31日

請求方法 MY HEALTH WEBから「領収書」および「歯周病検診票」の画像を添付して申請

受診期限が
迫っています!



MY HEALTH WEBには、人間ドック利用助成をはじめとした健康づくりに役立つ機能や情報が盛りだくさん! ポイントを貯めると豪華賞品と交換することもできます! 未登録の方は、この機会にぜひご登録ください!

MY HEALTH WEBはこちら

初回利用方法など



ログイン画面



お問い合わせ先

医療健康課(健康増進係) TEL 029-301-1413

“新しい客室で優雅なひとときを”



【和モダントリプル】タイプ

和モダントリプルに3名様(定員)利用で



※メインは「鮑」または「国産牛」からお選びいただけます(要予約)

極 御膳

Kiwami

高級食材の「鮑」「国産牛」のどちらかをメイン食材としてお選び頂ける最も贅沢な御膳。料理長が手塩にかけた逸品絶品の数々を心ゆくまでご堪能ください。

大人お1人様一泊二食付き

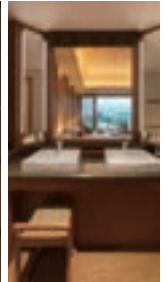
18,300円～



【和モダンツイン】タイプ



和モダンタイプ シャワーブース・洗面台



雅 御膳

Miyabi

イセエビや牛肉を使った山海の旬の幸。季節の恵をふんだんに御賞味いただける華やぎの御膳。お祝いなどにも最適な、ホテルやまなみおすすめの会席膳です。

大人お1人様一泊二食付き

16,485円～



彩 御膳

Irodori

大人お1人様一泊二食付き

14,670円～

スタンダード会席コース



旬 御膳

Syun

大人お1人様一泊二食付き

12,855円～

リーズナブル会席コース

茨城県市町村職員共済組合が発行する宿泊利用助成券、組合員様及び被扶養者様 2,000円をご利用いただけます。(1枚につき1泊)

※料理写真はイメージとなります。
 ※食物アレルギーをお持ちのお客様は、予約時に係へお申し付けください。
 ※お子様膳は5歳以上小学生まで対象(料金はお問合せ下さい)
 ※お子様ランチは5歳未満が対象
 ※中学生以上は大人様扱いとなります
 ※時季により料理内容、器等、変更になる場合がございます。

甲斐の国 石和温泉郷

ホテル やまなみ

山梨県市町村職員共済組合保養所

〒406-0028 山梨県笛吹市石和町駅前15-1

TEL.055-262-5522

■予約受付時間 AM9:00～PM6:00

<https://www.hotelyamanami.com>



プレゼントクイズ

クイズに正解された方の中から抽選で、
図書カード(1,000円分)を10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

- ①答え
□と□
- ②所属所名
- ③組合員等記号番号
- ④組合員氏名
- ⑤郵便番号・住所

●締め切り

令和8年2月20日(金) 消印有効

MY HEALTH WEBからも応募できます
(任意継続組合員の方は除きます)

ログイン後、期間中に表示される
応募バナーよりご応募ください。

☆アプリのダウンロード、ログイン方法は
こちらのリーフレットをご参照ください。

リーフレットは
こちら



【エリア表】



まちがいさがし

上下のイラストにはまちがいが6つ
あるよ。エリア表を参考にまちがいの
なかったワク2つを答えてね。

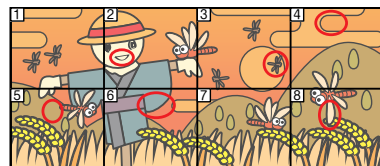


©スカイネットコーポレーション

令和7年10月号の解答

1と7

*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。



脂肪とカロリーを抑えて冬太りを解消 海鮮チゲ鍋

材料(2人分)

- | | |
|-----------------|-----------------------------|
| えび(殻付き).....6尾 | 水.....600mL |
| たら(切り身).....2切れ | コチュジャン.....大さじ2 |
| 白菜.....1/8株 | みそ.....大さじ1 |
| にら.....1/3束 | 鶏がらスープの素(顆粒)
.....大さじ1/2 |
| しめじ.....1/2株 | 砂糖.....小さじ1/2 |
| ほたて(生).....大4個 | すりおろしにんにく
.....小さじ1/2 |

作り方

- ① えびは尻尾を残して殻をむき、背わたを取る。たらは3等分に切る。白菜とにらはざく切りにし、しめじは小房に分ける。
- ② 鍋にAを入れて混ぜ、中火で煮立たせる。えび、たら、ほたてを入れて2~3分煮たら、白菜としめじを加えて1~2分煮る。
- ③ にらをのせてひと煮する。

作り方の動画はコチラ

CHECK!

<https://doug.hfc.jp/imfine/ryouri/25winter01.html>



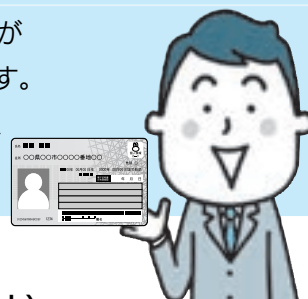
料理制作：ひろの さおり (管理栄養士)
撮影：松村 宇洋
スタイリング：小森 貴子

Point! 冬太り(脂質異常)を防ぐ食事のコツ

- 鍋料理は油を使わずに調理できるため、余分な脂質を控えつ
- つ、魚介や豆腐などからたんぱく質をしっかりとれるのが魅
- 力です。体脂肪や血中脂質のコントロールに役立ちます。

マイナ保険証なら 限度額適用認定証は不要です！

マイナ保険証を利用すれば、「限度額適用認定証」がなくても、医療費が高額になった場合の支払いを自己負担限度額までおさえることができます。ただし、以下の場合には限度額適用認定証の申請が必要になりますので、当組合へお早めに申請してください。



- 医療機関等でマイナ保険証による受付ができない場合
- マイナ保険証を利用していない方（資格確認書で受診している方）
- 低所得者（市町村民税非課税）の方（区分才：「限度額適用・標準負担額減額認定証」）

※申請せずにマイナ保険証を利用して受診した場合は、標準報酬の月額に応じた限度額が窓口負担額となります。

セルフメディケーションを心がけましょう

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」(WHOの定義)です。日頃から、適度な運動、バランスの取れた食事、十分な睡眠と休養を心がけ、自分の健康状態を把握しておくことが大切です。



このマークが目印
セルフメディケーション
税 控除 対象

軽度な体の不調を感じたときは、薬局やドラッグストアで購入できる市販薬（スイッチOTC医薬品等）を活用し、それでも症状の改善が思わしくない場合には無理せず医療機関等を受診しましょう。

○ セルフメディケーション税制 ○

健康診断・予防接種等を受けている人が、特定の市販薬（スイッチOTC医薬品等）を購入した際に、その購入費用について所得控除が受けられる制度です。

※一定の条件があります。詳しくは国税庁のHPをご確認ください。



給付金の請求をお忘れなく

保健給付、休業給付、災害給付を受ける権利の時効は受給事由の発生した翌日から**2年間**です。まだ請求されていない方は、早めに請求しましょう。

お問い合わせ先

医療健康課（医療給付係） TEL 029-301-1413

セイフティーライフ

現職組合員さまの団体傷害保険制度

【傷害総合保険・ゴルファー保険】

セイフティーライフ・シニア

退職組合員さまの団体傷害保険制度

【傷害総合保険・ゴルファー保険】

● 退職後の生活を幅広くサポート

募集期間 令和8年2月2日(月)から令和8年2月20日(金)まで

お申し込み方法 新規ご加入の方、および既にご加入の方で補償内容を変更される場合は、2月に職場へ配付されますパンフレット又は茨城シー・ティー・ヴィー・サービスのホームページをご覧ください、加入依頼書を共済事務担当課までご提出ください。

保険期間 【セイフティーライフ】【セイフティーライフ・シニア】→ 令和8年6月1日午後4時から1年間

お問い合わせ先 取扱代理店 (有)茨城シー・ティー・ヴィー・サービス
水戸市笠原町978-26 茨城県市町村会館5階 TEL:029-301-1616
制度引受会社 損害保険ジャパン(株)茨城支店 法人支社
水戸市南町2-6-13 損保ジャパン水戸ビル4階 TEL:029-231-8043

万が一に備えて
入ったほうが
良いのかしら…



お気軽に
お問合せ
ください!

有限会社茨城シー・ティー・ヴィー・サービスからのお知らせ

このたび、有限会社茨城シー・ティー・ヴィー・サービスホームページを開設しました。組合員(退職者)向けの各種保険のパンフレット等をご覧ください。是非ご活用ください。

ホームページURL <https://i-ctvs.jp/>

※損害保険の商品をご覧くださいにはパスワードが必要となります。
パスワード: ictvs-sonpo



国税庁からのお知らせ

確定申告はご自宅からスマホとマイナンバーカードでe-Tax!

国税庁HPの「確定申告書等作成コーナー」では、金額等を入力するだけで、自動計算で、医療費控除を適用した申告書の作成・e-Taxによる送信ができます。さらに、マイナポータル連携を利用すると、医療費情報が自動入力できます!



マイナンバーカード及び電子証明書の有効期限をご確認ください!

※有効期限を過ぎた場合、e-Tax 手続等のご利用ができませんので、お早めに更新手続きをお願いします。

確定申告書等作成コーナー (申告書の作成はこちら)



あけましておめでとうございます



茨城県市町村職員共済組合保養所
大洗温泉の宿
おろしよろてい
大洗 鷗松亭

旧年中は多くの組合員やご家族の皆さまに「大洗鷗松亭」をご利用いただき誠にありがとうございました

本年も変わらぬご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます



団体でのご利用も承ります!

課内旅行や互助会旅行、職場の親睦にご利用ください。

団体・グループプランの特典(10名様以上でお申し込みください)

- 宴会場使用料無料
- 二次会は、スナック・カラオケルームのご予約も同時に承ります。
- ご夕食会場、二次会会場ともに、お得な《一次会&二次会パック》もございます。



小宴会場【浪の間】最大18名様
落ち着いた和室の小宴会場



大宴会場【華の間】最大90名様
広々とした和室の大宴会場



会議室【松風】スクール100名様
少人数の研修会、大人数の会議など

宿泊利用助成券利用時の資格確認について

市町村職員共済組合等が運営する宿泊施設をご利用いただく際は、マイナポータルの資格情報画面を提示いただくことで組合員資格を確認いたします。

組合員証での資格確認は、経過措置終了により廃止となりましたので、マイナポータルでの資格確認にご協力をお願いします。

マイナポータルでの資格情報画面による確認が困難な場合は…

「資格確認書」、「資格情報のお知らせ」、「資格情報通知書」または「マイナポータルでの資格情報画面をあらかじめダウンロードしたもの」で代用することができます。

▶マイナポータルの医療保険の資格情報画面

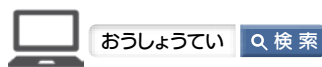


大洗鷗松亭のご予約・お問い合わせ先

▼ネット予約▼

24時間対応可 3カ月前から予約可
<https://www.oarai-oushoutei.com/>

【PC】



【スマホ】



▼お電話の方は▼

4カ月前から予約可
TEL 029-266-1122
受付時間 10時～19時

共済貯金払戻等のご案内

月	締切日	送金日
1月	7日	16日
	20日	28日
2月	3日	12日
	18日	27日
3月	4日	12日
	19日	30日
4月	3日	13日
	20日	28日

■年間スケジュール

3月・9月	積立額変更・復活
7月・12月	臨時積立

ご注意

【払戻をする場合】
「貯金払戻請求書」は共済事務担当課をとおして提出してください。当月分の積立金は、翌月以降にならないと払戻はできませんのでご注意ください。

【任意継続組合員の方へ】
払戻をする場合、「貯金払戻請求書」を当組合福利厚生課へ直接提出してください。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。臨時積立のお振込みは所属所からとなります。

【振込先口座を変更する場合】
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。

【利率について】
年利1.44%(月利0.12%)となります。(令和8年1月現在)

組合の現況(令和7年11月末現在)

組合員数	男	19,481人
	女	17,390人
	計	36,871人

任意継続組合員数 715人

被扶養者数 22,380人

ホームページから『いばらき共済』のバックナンバーをご覧いただけます

茨城県市町村職員共済組合 検索



共済組合ホームページ

<https://www.iba-kyo.com/>

■コンテンツを見るためのパスワード

ユーザー名 kyosai1411 パスワード iba-kyo