

# 地方 共済

Winter 2014

278

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



## 2 年頭のご挨拶

近く退職を予定されているみなさまへ

## 4 退職共済年金について 任意継続組合員制度について 退職後の組合員貸付について

～組合員のみなさまへ～

## 8 平成 26 年 4 月から 産前産後休業中に申出をした方の 掛金が免除されます

平成 26 年 4 月から 短期給付の一部負担金払戻金等が  
変わります

## 7 知って納得情報掲示板 「図書館」 勘三郎伝説 「地震に備えて」 ふだんの備え 「表紙の写真」 茨城県

## 10 地方共済クリニック 風邪の予防と対策

## 12 「旅の指」 からご案内 オーシャンビュー大洗（茨城県大洗町） ホテル ルポール麴町（東京都千代田区） サンヒルズ三河湾（愛知県蒲郡市） ホテル ピアザびわ湖（滋賀県大津市） 御所西 京都平安ホテル（京都府京都市） 鯉城会館（広島県広島市）

## 18 Q&A 「いつから退職共済年金を 受給することができますか？」 「傷病手当金という給付金は、 どのようなものでしょうか？」

## 20 ひろば・本部だより・編集後記

# 年頭のご挨拶



地方職員共済組合理事長  
河野 栄

新年あけましておめでとうございます。

平成26年の新春を迎えるに当たり、組合員及び年金受給者並びにそのご家族の皆様のご清福とご繁栄を心からお祈り申し上げます。

当共済組合は、組合員等の皆様の生活の安定と福祉の向上を図るため、医療保険等としての短期給付事業、年金保険としての長期給付事業及び福利厚生のための福祉事業を実施してきています。

組合員等の皆様には日頃より当共済組合の業務の実施にあたって、ご理解とご協力を賜り深く感謝申し上げます。

我が国は、人口減少時代を迎えるとともに高齢化が進展する中で、社会保障制度をはじめとする各般の制度の見直しが進められています。

年金制度においては、来年10月から共済年金制度と厚生年金制度の一元化が実施されます。また、社会保障・税番号制度が平成28年1月から導入されることになりました。さらに、昨年6月に閣議決定した「日本再興戦略」におきまして、全ての健康保険組合に対し、予防・健康管理の推進に関する新たな仕組みとして「データヘルス計画」の作成等が求められることになりました。

今後の社会保障制度改革については、社会保障制度国民会議の議論を踏まえ、その全体像及び進め方を明示したいわゆる社会保障制度改革プログラム法に基づき進められることとなっています。

このような社会保障制度改革の動向は、当共済組合の事業運営や、組合員等の皆様に大きな影響を与えることとなりますので、引き続きその動向を注視し、的確に対応してまいります。

一方、当共済組合においては、我が国の社会保障制度が直面する構造的な課題に加え、組合員数の減少等もあり、財政状況について引き続き厳しい状況が見込まれているところです。

当共済組合としましては、このような状況にあるからこそ、組合員等の皆様からの信頼をさらに揺るぎないもの与您ますようより一層努力することが重要であると考えております。

引き続き、ご協力を得ながら、役職員一同、ニーズの的確な把握と事務処理の一層の効率化を進め、組合員等の皆様の生活の安定と福祉の向上に寄与するという本来の責務を全うすべく、サービスの向上を図る所存であります。本年もよろしくお祈り申し上げます。



総務省自治行政局公務員部長  
**三輪 和夫**

平成26年の年頭に当たり、謹んで新春のお慶びを申し上げます。  
地方公務員共済組合制度は、昭和37年の地方公務員等共済組合法の施行以来、本年で52年目を迎えることとなりました。この間、幾多の制度改正を経ながら年金制度である長期給付、医療保険制度である短期給付及び健康診断その他の健康増進事業等の福祉事業を通じて、地方公務員制度を支える重要な役割を担ってきたところであります。

現在、我が国においては、平均寿命の伸長や出生数の減少により少子・高齢化が進行しており、こうした高齢化等が一層進んだ社会においても、社会保障の機能の充実と給付の重点化、制度運営の効率化を同時に行い、社会保険料を納付する者の立場に立って、負担の増大を抑制しつつ、持続可能な制度を実現することが大きな課題となっております。

このような中、昨年は社会保障制度改革国民会議において、安定財源を確保しつつ受益と負担の均衡がとれた持続可能な社会保障制度の確立を図るための改革に向けた議論が精力的に行われ、8月に報告書がとりまとめられました。当該報告書を踏まえ、同21日には「社会保障制度改革推進法第4条に基づく「法制上の措置」の骨子について」が閣議決定され、国保の保険者・運営等の在り方の改革、後期高齢者支援金の全面総報酬割の導入や70歳から74歳までの患者負担・高額療養費の見直し等について検討を加え、その結果に基づいて必要な措置を講ずることとされました。

その後、当該骨子に基づき社会保障制度改革の全体像・進め方

を明示する「法制上の措置」として、先の第185回国会（臨時会）において、「持続可能な社会保障制度の確立を図るための改革の推進に関する法律案」が提出され、昨年12月5日に可決・成立したところです。今後は、このプログラム法に定められたスケジュールに従って、医療制度改革等を実行に移していくための法令改正や既に成立している年金関連法の着実な実施等に取り組んでいくこととなります。

平成24年8月10日に成立した被用者年金一元化法については、平成27年10月1日の施行まで2年を切りました。本年は、「年金払い退職給付」制度の創設と合わせ、その関係政省令の整備などの準備作業を、関係省庁とも連携しながら進めてまいります。各組合の皆様方におかれましては、既に準備作業に取り組んでいたただいているところと承知しています。制度の円滑な運用開始に向けて、引き続きご協力をお願い申し上げます。

このように共済年金制度を含めた公的年金制度の改革に向けた取組が進められる中であっても、地方公務員共済組合制度が組合員又はその遺族に対して、組合員の退職又は死亡後における安定した生活の維持を図るため、重要な制度であるということに何ら変わりはありません。

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



地方職員共済組合運営審議会会長  
**横内 正明**

新年明けましておめでとうございます。

地方職員共済組合の組合員の皆様には、すがすがしい新春をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

平成24年12月の第204回地方職員共済組合運営審議会において会長に選任されて以来、皆様のご協力をいただきながら微力を尽くして参りましたが、本年も新たな気持ちで事業の充実発展に寄与して参りたいと考えておりますので、一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

さて、我が国の景気はゆるやかに回復していると言われていたところですが、その一方で、依然として人口減少社会と超高齢化社会が進展しており、今後の社会経済情勢は先行きの見えない不透明な状況にあります。

我が国が直面するこうした問題は、共済組合においても共通の問題であり、長期経理、短期経理ともに収支状況は一層厳しくなるものと予想されます。

このような中で、医療保険制度については、いわゆる「社会保障改革プログラム法」において、後期高齢者支援金の負担に全面総報酬割を導入することとされたところであり、当組合の運営へ

の影響が懸念されています。

また、年金制度については、平成27年10月の被用者年金制度の一元化実施に向けて、制度改正についての組合員への周知など適切な対応が求められます。

各道府県では、財政事情が厳しさを増す中、定数削減等組織のスリム化、職員の意識改革、仕事のやり方の見直しなど、徹底した行財政改革が進められているものと推察いたします。

こうした中において、住民福祉の向上という地方公務員の使命を果たしていくためには、組合員やそのご家族が心身ともに健康で、安心して職務に専念できる環境づくりが何より重要であり、この意味において地方職員共済組合の役割はますます大きくなっていくものと考えます。

私は、組合員の皆様のご意見、ご要望を伺いながら、運営審議会の場を通じ、地方職員共済組合の更なる発展に全力を傾注して参りますので、引き続き皆様のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

新しい年が、組合員の皆様にとりまして、飛躍の年でありますようお祈り申し上げ、新年の挨拶とします。

近く退職を予定されているみなさまへ

## 退職共済年金について

平成 25 年度中に 60 歳になられる方（昭和 28 年 4 月 2 日から昭和 29 年 4 月 1 日までの間に生まれた方）を対象に退職共済年金についてご説明いたします。

### 年金の請求、決定及び支給

退職共済年金の請求につきましては、おおむね 61 歳になられる 2 か月前に退職共済年金決定請求書を送付いたしますので、必要事項をご記入の上、各道府県庁にあります当共済組合の支部にご提出ください。退職共済年金決定後、「年金額決定通知書」及び「年金証書」を送付いたしますので、大切に保管してください。

なお、退職後、61 歳になられる前に住所を変更される場合は、必ず当共済組合の支部にご連絡ください。

退職共済年金の支給につきましては、その受給権が発生した月の翌月分から支給することになっております（ただし、在職中は、原則として支給が停止されます。）。2 月、4 月、6 月、8 月、10 月及び 12 月の各 15 日（15 日が土、日又は祝日の場合は、その直前の金融機関の営業日）に、支給月の前月までの 2 か月分の年金を振り込みます。

### 退職一時金等の返還

過去に、退職一時金等の支給を受け取られた方は、当該退職一時金等の計算の基礎となった組合員期間を退職共済年金の算定の基礎月数に含めることとなります。そのため、受け取られた退職一時金等の額に、その支給を受けられた日の翌月から退職共済年金を受給する権利が生じた月までの期間について、政令により定められた利率で複利計算した利息に相当する額を加算した額を、当共済組合に返還していただくことになります。

### 年金からの源泉徴収

退職共済年金は、所得税法の区分では「雑所得」となっており、年金額が一定額以上の方は、年金の支給の際に所得税が源泉徴収されます。

この源泉徴収に際して、「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」を当共済組合に提出していただきますと、所得控除が受けられます。

### 再就職した場合の手続

公務員を退職した後に、民間会社等に再就職し、被用者年金制度に加入された場合は、当共済組合に「年金受給権者再就職届書」を提出していただくことになります。その上で、再就職に伴う退職共済年金の一部支給停止を行います。

### 併給の調整

共済年金と厚生年金保険などの各公的年金制度を通じて、給付事由の異なる 2 つ以上の年金（例えば、退職共済年金と障害共済年金）の両方を受給することはできません。両方の受給権を有したまま、どちらかを選択して、年金を 1 つだけ受給することになります。

なお、65 歳以後においては給付事由の異なる 2 つ以上の年金を同時に受給できる場合があります。

### 雇用保険との調整

65 歳までの間、退職共済年金の受給者の方が、ハローワークで求職の申し込みをし、雇用保険法の基本手当を受給すると、その額にかかわらず、その間は、職域年金相当部分を除き、退職共済年金は支給停止されます。

なお、退職後に失業給付を受給することになった場合は、必ず当共済組合までご連絡ください。

### 各種の届出等

年金受取金融機関の変更及び再就職した場合又は受給者の死亡等があった場合は、速やかに当共済組合に届出をしていただくことになります。

なお、加給年金額の加算対象となっている受給者の配偶者の方及び住民基本台帳ネットワークに不参加の市区町村に住民票がある受給者の方については、毎年、これらの方々を対象とした現況調査を実施しております。

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

以上、退職共済年金について説明してまいりましたが、年金のしくみ等詳細につきましては、「年金証書」とあわせて送付する「共済年金のしおり」または当共済組合ホームページ (<http://www.chikyosai.or.jp/>) をご覧ください。

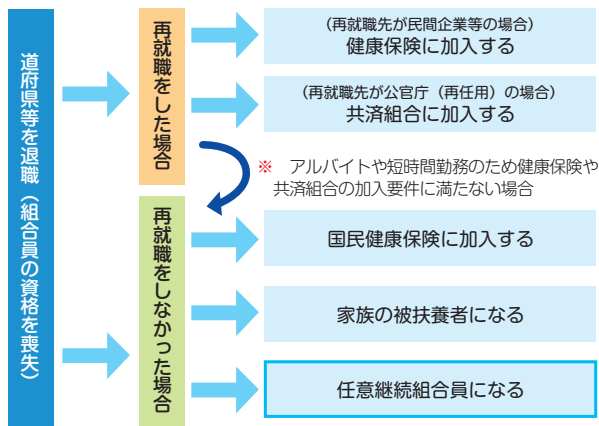
また、退職共済年金の請求手続きやその他ご不明な点がありましたら、各支部の年金担当者までお問い合わせください。

# 任意継続組合員制度について

## 1 退職後の医療給付の概要

組合員が退職した場合には、健康保険や共済組合などの何らかの被用者保険制度に加入することになります。

どの保険に加入することになるかは、下図のとおり、再就職されるかどうかで異なります。



## 2 任意継続組合員制度

### (1) 任意継続組合員制度について

退職の日の前日までに引き続き1年以上組合員であった方が、任意継続組合員になることを組合（支部）に申し出ることにより、退職後2年間、在職中の組合員とほぼ同様の短期給付を受けることができます（傷病手当金、出産手当金、休業手当金、育児休業手当金、介護休業手当金及び傷病手当金附加金を除きます。ただし、1年以上組合員であった方が、傷病手当金及び出産手当金を退職時に受けている場合は、退職後も継続して給付を受けることができます。）。

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

### (2) 任意継続掛金

#### ア 任意継続掛金の額

任意継続掛金は、掛金の標準となる給料×掛金率となります。

掛金の標準となる給料は、次のいずれかの額のうち少ない額になります。

- ① 退職の月の初日の給料月額
- ② 組合員期間が15年以上あり、かつ、退職時の年齢が55歳以上の場合は、①の給料月額の7割の額
- ③ 地方職員共済組合の全組合員の1月1日における平均給料月額

#### イ 任意継続掛金の納付方法

任意継続掛金は、組合（支部）から送付する納付書で納付していただきます。

納付回数は、毎月払い、半期払い、年払いがあります。

初回の任意継続掛金は退職の日から20日以内（3月31日付け退職の場合は、4月19日（平成26年度においては土曜日のため4月18日）まで）に、2回目以降は、継続しようとする月の前月末までに、組合（支部）に払い込まなければなりません。

### (3) 任意継続組合員の資格の喪失

任意継続組合員の方が、次のいずれかの事由に該当するときは、その翌日（④に該当するときは、その日）から、その資格を喪失します。

- ① 任意継続組合員となった日から起算して2年を経過したとき
- ② 死亡したとき
- ③ 任意継続掛金をその払込期日までに払い込まなかったとき
- ④ 他の医療保険（国民健康保険は除きます）に加入したとき
- ⑤ 任意継続組合員でなくなることを希望する旨を組合（支部）に申し出て、その申出が受理された月の末日が到来したとき

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

近く退職を予定されているみなさまへ

# 退職後の組合員貸付について

## 1 退職時の貸付金の弁済

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

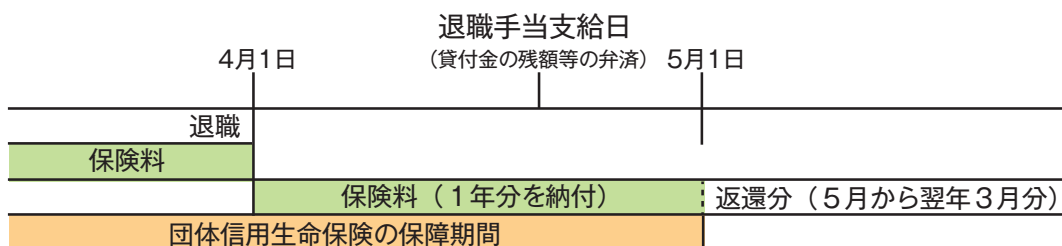
そのため、現在、共済組合から貸付けを受けている組合員の方が退職した場合は、退職後に支払われる退職手当から貸付金の残額及び利息を一括して控除する方法により、弁済していただくことになります。

## 2 団体信用生命保険に係る保険料

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

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

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



## 3 再任用職員・任意継続組合員に係る貸付け

退職後、再任用制度により採用された職員（短時間勤務職員を除く。）の方は、次の表のとおり貸付けを受けることができます。

【再任用職員に係る貸付け（概要）】

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

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

詳細につきましては、各支部の貸付担当者までお問い合わせください。

地震に備えて

ふだんの備え

地震発生するとき、あわてずに行動できるように、ふだんから次のような対策をしておきましょう。

① 家庭で防災会議

家の中でどこが一番安全か、救急医薬品や火気などの点検、幼児や老人の避難はだれが責任をもつか、避難場所、避難路はどこにあるか、避難するとき、だれが何を持ち出すか、非常持出袋はどこに置くか、家族間の連絡方法と最終的におち会う場所はどこにするか、昼の場合、夜の場合など家族の分担をふだんから話し合っておきましょう。

② 家や塀の補強、家具の転倒防止

柱、土台や屋根瓦などを点検し、老朽化しているものは、補強をしておきます。また、ブロック塀、石塀などは、鉄筋が入っていない、転倒防止の控壁を設けていないなど、施工上の欠陥により倒壊するものが多いのでこれらもチェックしておきましょう。家の中の家具は、トメ金などで固定しておきます。

③ 消火器などの備え、非常持出品の準備

火災が発生したときのために、消火器や三角バケツなど消火に役立つものもふだんから用意し、備えておきます。風呂に水をはっておくのもいざというときに役に立ちます。

避難場所での生活に最低限必要な準備をし、また、負傷したときに応急手当ができるように救急箱なども準備しておきましょう。非常持出袋は、いつでも持ち出せる場所に備えておきます。

(参考：総務省消防庁ホームページ)

図書館

勘三郎伝説

関容子



文藝春秋  
ISBN978-4163767802  
本体 1,600 円 + 税

「銀の薔薇を百本贈るよ」——約束は太地喜和子の通夜で果たされた。  
「役者の仕事って水の上の指で字を書くようなもの。書いたそばから空しく消えてしまう」。芝居の世界に身を捧げ五十七歳で早世した稀代の名優・十八代中村勘三郎。初舞台から見守り、親交を結んできた著者だけが知る初恋の真実、芝居への情熱、豊かな人間関係……。人を愛し、芝居を愛したその生涯を豊富なエピソードを散らばめながら描く。

表紙の写真

茨城県

笠間焼



「まるちゃん」山口由美作

国が指定する伝統工芸品の一つ笠間焼。その歴史は、江戸時代にまでさかのぼります。勢いをなくした時期もありましたが、釉薬や粘土の研究を重ね、陶工家の育成を行う茨城県窯業指導所が設立されたことにより、現代へ受け継がれました。伝統を受け継ぎながらも作家の個性をより重じる方向へ作風を転換した笠間焼は、自由な空気のなかで多くの陶芸家たちがその感性を磨きつづけ、今も新しい作品を生み出しています。表紙の写真は、笠間焼の動物作家・山口由美さんの作品、犬の「まるちゃん」シリーズです。その愛らしい姿には、ファンがとても多いようです。茨城県笠間市にある「きら館」などで買うことができます。

「笠間焼の陶芸家作品を扱う「きら館」  
<http://www.kirilakan.jp/kasama.html>

# 平成 26 年 4 月から 産前産後休業中に申出をした方の掛金が免除されます

## 1 概要

次世代育成支援の観点から、平成 26 年 4 月より、産前産後休業を取得し、当該休業中に掛金免除の申出をされた組合員の方の掛金が免除されます。概要は以下のとおりです。

### 産前産後休業とは

「産前産後休業」とは、産前産後期間（※）において、妊娠又は出産に関する事由を理由として勤務に服さないこと（地方公共団体等における特別休暇の産前産後休暇を取得した期間に限られます。）をいいます。

※ 「産前産後期間」とは、出産日（出産日が出産の予定日後であるときは、出産の予定日）以前 42 日（多胎妊娠の場合は 98 日）から、出産日後 56 日までの期間をいいます。

### 産前産後休業期間中の掛金免除期間とは

産前産後休業期間中における掛金の免除期間とは、産前産後休業の開始日の属する月からその産前産後休業の終了日の翌日の属する月の前月までの期間をいいます。

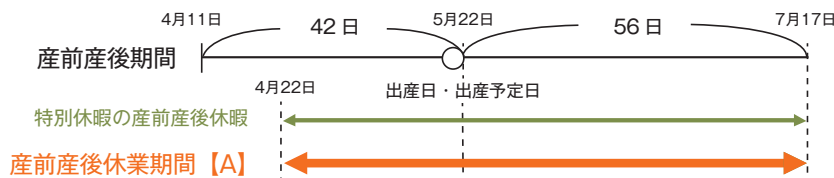
（例） 産前産後休業期間が 4/2～6/30 の場合 ⇒ 4 月～6 月の 3 か月分の掛金が免除  
産前産後休業期間が 4/2～6/29 の場合 ⇒ 4 月～5 月の 2 か月分の掛金が免除

## 2 産前産後休業中の掛金免除の事例

### (1) 出産予定日に産出した場合

出産予定日と出産日が同一日である場合は、出産日以前 42 日及び出産日後 56 日の間に、地方公共団体等における特別休暇の産前産後休暇を取得し、当該期間中に掛金免除の申出をした場合は、産前産後休業の開始日の属する月から終了日の翌日の属する月の前月まで掛金が免除となります。

（例）

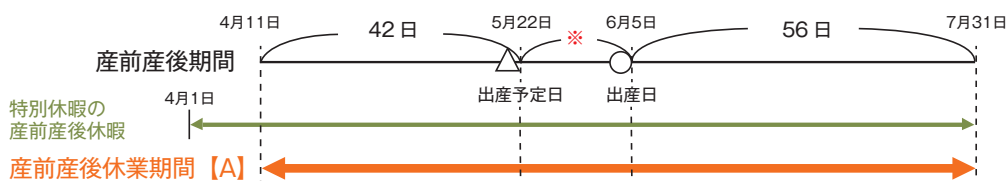


上記の例の方は、産前産後休業期間は 4 月 22 日から 7 月 17 日までとなるため、申出を行うことにより 4 月～6 月の 3 か月分の掛金が免除となります。

### (2) 出産予定日より遅れて産出した場合

出産予定日より遅れて産出した場合は、出産予定日以前 42 日、出産予定日から出産日までの期間及び出産日後 56 日の間に、地方公共団体等における特別休暇の産前産後休暇を取得し、当該期間中に掛金免除の申出をした場合は、産前産後休業の開始日の属する月から終了日の翌日の属する月の前月まで掛金が免除となります。

（例）



上記の例の方は、産前産後休業期間は 4 月 11 日から 7 月 31 日までとなるため、申出を行うことにより 4 月～7 月の 4 か月分の掛金が免除となります。（上記例の※の期間は産前産後休業期間に含まれます。）

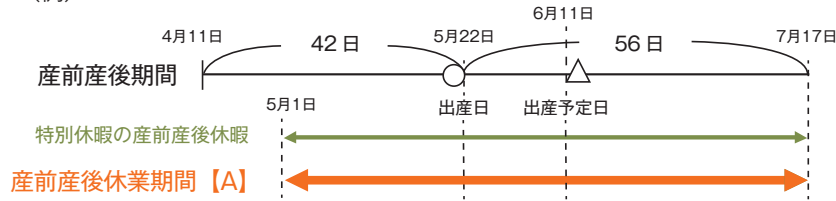
なお、産前産後期間でない間に特別休暇の産前産後休暇を取得していてもその期間は掛金免除の対象にはなりません。



### (3) 出産予定日より早く出産した場合

出産予定日より早く出産日は前である場合は、出産日以前 42 日及び出産日後 56 日の間に、地方公共団体等における特別休暇の産前産後休暇を取得し、当該期間中に掛金免除の申出をした場合は、産前産後休業の開始日の属する月から終了日の翌日の属する月の前月まで掛金が免除となります。

(例)



上記の例の方は、産前産後休業期間は 5 月 1 日から 7 月 17 日までとなるため、申出を行うことにより 5 月～6 月の 2 か月分の掛金が免除となります。

### 3 産前産後休業中の掛金免除の申出について

産前産後休業期間中の掛金免除の適用を受けるためには、**該当する組合員の方が産前産後休業期間中に当組合（各支部）に申出をする必要があります。**

### 4 平成 26 年 4 月より前から産前産後休業をしている組合員について

産前産後休業期間中の掛金免除が適用されるのは平成 26 年 4 月 1 日以降の産前産後休業となります。そのため、平成 26 年 4 月 1 日より前から産前産後休業を開始している組合員の方については、平成 26 年 4 月 1 日から産前産後休業を開始したものみなされます。

(例) 平成 26 年 4 月分の掛金が免除される方は、平成 26 年 4 月 30 日（水）が産前産後休業期間に含まれる方となります。

## 平成 26 年 4 月から 短期給付の一部負担金払戻金等が変わります

#### 一部の組合員に関する見直し

医療費に係る一部負担金払戻金等（家族療養費附加金及び家族訪問看護療養費附加金を含む）について、**給料月額 424,000 円（特別職にあつては 530,000 円）以上の組合員及びその被扶養者（※）は、平成 26 年 4 月診療分から基礎控除額（自己負担額）が引き上げになります。**

区分	現行	平成 26 年 4 月～	平成 27 年 4 月～
一部負担金払戻金等	30,000 円	40,000 円	50,000 円
合算高額療養費附加金	60,000 円	80,000 円	100,000 円

※ 給料月額 424,000 円（特別職にあつては 530,000 円）未滿の組合員及びその被扶養者は、平成 26 年 4 月診療分以降も**変更ありません**（一部負担金払戻金等：25,000 円、合算高額療養費附加金：50,000 円）。

- **一部負担金払戻金**とは、組合員本人が、ひと月に同一の医療機関等に対して支払った医療費の自己負担額（原則として 3 割）が、基礎控除額を上回った場合、上回った部分を組合員に払い戻す制度のことです（被扶養者の場合は家族療養費附加金又は家族訪問看護療養費附加金が支給されます。）。
- **合算高額療養費附加金**とは、組合員又はその被扶養者が同一の月に複数の医療機関等に対して支払った医療費を合算して高額療養費が支給される場合に、基礎控除額を上回る部分について給付される一部負担金払戻金等のことです。

ご不明な点等ございましたら、当組合（各支部）の担当者までお問い合わせください。

# 地方共済クリニック



## 風邪の予防と対策

本格的な冬が訪れると  
空気も乾燥し、風邪が流行します  
風邪の予防のために  
生活習慣を見直しましょう

### 風邪予防のための 手の洗い方



①水で手を濡らす



⑥指の間をこする



②石けんをつけしっかり泡だてる



⑦親指をねじり洗う



③手のひらをよくこする



⑧手首をねじり洗う



④手の甲をよくこする



⑨流水で洗い流す



⑤爪を立て、手のひらに円を描くように爪の中も洗う



⑩清潔なタオルでよく拭き取る

### 風邪予防のための うがいの仕方



①適量のうがい薬を用意する



②うがい薬を口に含み 15 秒間ブクブクする



③天井を向いてガラガラする



④③を2回繰り返し、口のまわりもよく洗う

### 風邪の予防

# 1

風邪の予防は、人混みを避け、うがい、手洗いをしっかり行うことが大切です。

粘膜を通して風邪は感染するため、風邪が流行っている時期はなるべく鼻や口、目などは手で触らないようにします。

人混みでのマスクの着用も風邪の予防には効果的です。

また、生活リズムの乱れ、睡眠不足、ストレスのある人は風邪にかかりやすいといわれています。生活習慣を見直して、風邪の予防を心がけましょう。

### 風邪予防のために マスクの着用を

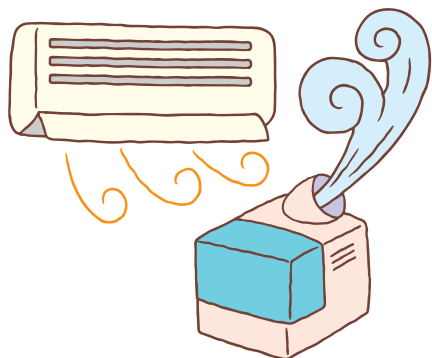


## 風邪をひいてしまったら

風邪をひいたかなと思ったら、こじらせてしまう前に早めの対処を心がけましょう。特に気を付けることは、「安静」「保温」「栄養」です。できれば症状が軽いうちに市販の薬を飲んだり、病院を受診するなど早めの対策が肝心です。

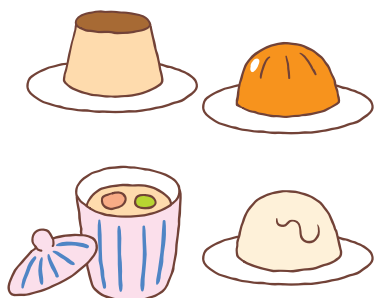
### 安静にして、ゆっくり休みましょう

風邪を引いてしまったら、とにかく体を休め、治癒力と免疫力を高めることが肝心です。一般的な風邪であれば、数日で症状が治まることが多いので、安静にし、栄養補給と水分補給を心がけ体力を温存します。



体を冷やすと免疫力も低下します。室温を20～25℃くらいに保ち、保温を心がけましょう。ウイルスを活性化させないためにも、加湿器などで室内の保湿もします。

症状に合わせた栄養価の高い食事で体力を補いましょう。消化のよい良質のタンパク質、ビタミンやミネラルなどを摂ります。



口の中が荒れたり、熱のため食欲がないときは、口あたりのよいプリンやゼリー、アイスクリーム、茶わんむし等を、体調の様子をみて気分のよい時に食べるようにしましょう。

## 2 安静、保温、栄養

家事や仕事はなるべく控え、楽な体勢でゆったりとくつろぎながら体を休め安静にします。

室温は、20℃～25℃に設定します。また、体感温度を上げるためにも、ウイルスの活性化を抑えるためにも、部屋の湿度は50%～60%に保つのが理想です。加湿器がない場合はぬれたタオルや洗濯物を室内に干しておくとういでしょう。特に「首」「手首」「足首」を温めるようにすると効果的です。

風邪をひいているときは、普段以上に栄養バランス考えた食事にします。風邪のときは胃腸が弱っていることも多いので、食欲に応じておかゆやうどんなどの消化のよい物を無理のない程度にとりましょう。水分補給も忘れずに。

## 熱が出たら

## 3

安静にして、熱を逃がすこと、水分を補給することが大切です。熱の出はじめには寒気がしますが、その段階では、手足や体を温かくします。熱が高くなったら、手足をふとんから出したり、部屋を涼しくするなどして熱を発散させます。頭を冷やすのは、気持ちがいいようなら、氷枕、水枕などを使って冷やします。できれば、わき、くび、足のつけ根を冷やすとよいでしょう。病院へは体温の変化と計った時間を伝えます。



## 美しい海岸線を望む 展望大浴場

オーシャンビュー大洗からは、雄大な太平洋から昇る朝日、筑波山を彩る夕日、大洗港の夜景など眺望が抜群です。当館自慢の大浴場は、一八〇キロメートルに及び海岸線のほぼ半分が見渡せ、晴れていけば冬期には夕方に富士山のシルエットも遠望することもできます。疲労回復に効果が大いいと評判の天然温泉にゆったり浸かりながら、朝日、夕日、夜景と県内随一の景色を楽しめ、日頃のストレスも癒されること請け合いです。



# オーシャンビュー大洗

冬の大洗名物、あんこう鍋も楽しめます

〒311-1303  
茨城県東茨城郡大洗町東光台 8234-1  
TEL 029-267-0488 FAX 029-267-0481  
<http://www.ocean-view-oarai.com>



### アクセス

- 電車をご利用の場合  
JR 水戸駅より鹿島臨海鉄道で約 20 分、  
「大洗駅」下車、タクシーで約 5 分
- お車をご利用の場合  
北関東自動車道水戸大洗 IC より約 15 分  
東関東自動車道潮来 IC より約 80 分



オーシャンビュー大洗の周辺には、「アクアワールド大洗水族館」「大洗ゴルフ倶楽部」「大洗磯前神社」「大洗リゾートアウトレットモール」「幕末と明治の博物館」「国営ひたち海浜公園」「偕楽園」など、多彩な観光スポットがあります。



### 国営ひたち海浜公園

ひたち海浜公園では、1月中旬まで16種類2万本のアイスチューリップやクリスマスローズ、ロウバイなど色鮮やかに咲き誇り、観光客を魅了してくれます。1月には、羽子板絵付け体験、羽根つき大会、かるた大会など様々なイベントが催されています。  
<http://hitachikaihin.go.jp/>



### 偕楽園

日本三大庭園の一つで園内には約100種類・3,000本の梅の木が植えられているほか、ツツジや萩など多彩な樹木が植えられており、一年を通じて四季折々観光客を楽しませてくれます。

### お食事



- ※料理内容は季節・日により変わります。
- 贅沢な【夕食Aコース】の場合、鰯鯉鍋・常陸牛陶板焼がセットとなっております。  
お一人様 **12,500円 + 入湯税 150円**
  - 組合年金受給者及びその扶養の方対象のお得な【シルバープラン】もございます。  
お一人様 **8,500円 + 入湯税 150円**
  - ★ +500円であんこう鍋に変更できます。
  - ★ さらに+1,000円でちょっと贅沢プランで常陸牛陶板焼に変更できます。
  - ★ 又は+1,500円の贅沢プランで常陸牛のシャブシャブを付けることが出来ます。
- ※あんこう鍋は2月までとなります。

※平成26年4月1日以降の料金については施設にお問い合わせください。



学問の神様「湯島天神」、神紋は加賀梅鉢  
湯島天神 HP <http://www.yushimatenjin.or.jp/>

## 新東京百景に選定される 梅の名所、 そして『湯島の白梅』

東京都文京区湯島の「湯島天満宮」は創建千五百年以上の歴史を持つ古社です。また別名「湯島天神」の名が示すとおり、学問の神様である菅原道真公が祀られており、学問の御利益を祈願する受験生や修学旅行生などで普段より大変な賑わいを見せています。

さて、ここ湯島天満宮で毎年二月中旬～三月中旬に開催される「湯島天神梅まつり」、昭和三十三年より開催されて以降、毎年回を重ねるたびに盛大さを増し、今では延べ四〇万人以上の参拝者や観梅者が訪れます。境内には多くの白加賀梅をはじめ約二〇品種・



# ホテル ルポール 麹町

都心の風景を眺めながらの  
最上階展望風呂でゆったりと

〒 102-0093

東京都千代田区平河町 2-4-3

TEL 03-3265-5361

<http://www.leport.jp/>

**アクセス**

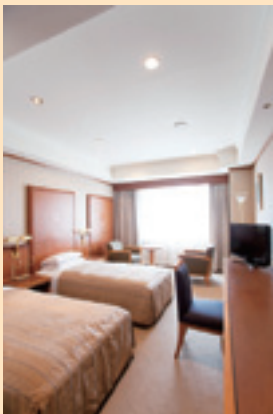
- 電車をご利用の場合  
地下鉄有楽町線「麹町駅」(1番出口)より徒歩約3分  
地下鉄南北線「永田町駅」(9b番出口)より徒歩約5分
- お車をご利用の場合  
首都高速道路霞ヶ関ランプより約5分



江戸時代より親しまれてきた「梅の名所」

約三〇〇本の梅園が観梅できる他、期間中の様々なイベントで楽しませてくれます。

桜の花見より一足早い「梅見」は、いかがでしょうか。



## ホテルルポール麹町の おすすめ宿泊プラン

### 組合員・年金受給者特別優待プラン

組合員とご家族の皆様のお出張・観光の拠点として御利用くださいませ。

一泊二食付 **7,500円**～  
お一人様 (税・サービス料込)

レディースコース一例



鮎処「平河」レディースコース 3,675円を  
2,980円でご提供(平日夜のみ)

※料理内容は季節・日により変わります。

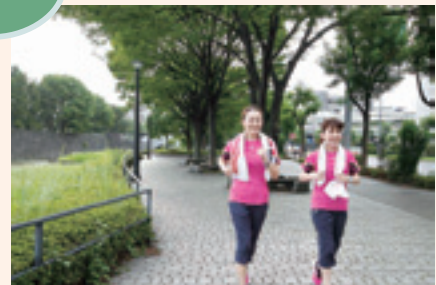
### 【レディースプラン】

女性ならではのお得な特典がついた限定プラン。日ごろのストレスや旅の疲れをアロマエステでリフレッシュしてみたいいかがですか。

一泊朝食付 **7,500円**～  
お一人様 (税・サービス料込)

【特典】 レイトチェックアウト(13時まで)、鮎処平河「レディースコース」割引、アロマエステ「アロマトリートメント」割引

みすめ



皇居外周約5kmのコースは、「景観が良い」「距離がわかりやすい」、「安全」、「トイレがある」など、ランニングにぴったりの条件が揃っており大変人気です。また、皇居周辺にある多くの名所が散策できるウォーキングにも最適。

ルポール麹町では**皇居ランナーズ&ホテルプラン**(お一人様6,000円～)を用意。みなさまの健康増進をサポートいたします。

※平成26年4月1日以降の料金については施設にお問い合わせください。



## 海のまち、湯のまち蒲郡 (三谷温泉)

サンヒルズ三河湾

は、渥美半島と知多半島に囲まれた三河湾国定公園内に位置しており、緑の山々と美しい海、豊かな自然に恵まれています。また、ロビーや客室からは、三河湾を赤く染める夕日や蒲郡市街の夜景を一望することができ、抜群のロケーションとなっております。

当館よりお車で五分程の距離にある複合型マリノリゾート施設・ラグーナ蒲郡は、エンターテイメントやグルメ&ショッピングなど先進のリゾートをお楽しみいただけます。蒲郡でしか見られない「シブリがいっぱい立体造型物展」が三月二日まで開催中です。ラグーナ蒲郡の入園チケットを特別割引価格にて販売しておりますので、ご利用ください。



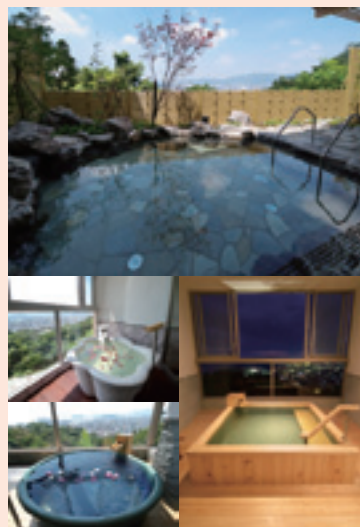
# サンヒルズ三河湾

湯の香、潮の香に包まれた  
絶景のスパリゾート

〒443-0021  
愛知県蒲郡市三谷町南山 1-76  
TEL 0533-68-4696 FAX 0533-68-4697  
http://www.sunhills-m.com

### アクセス

- 電車をご利用の場合  
JR豊橋駅よりJRで約14分又はJR名古屋駅よりJRで約39分、「三河三谷駅」下車、タクシーで約7分
- お車をご利用の場合  
東名高速道路音羽蒲郡ICより約20分  
※三河三谷駅よりマイクロバスによる無料送迎を行っています。(予約制)



露天風呂では暖かい温泉と輝く海、木々を抜ける風を感じながら、癒しのひとときをご満悦いただけます。また、温泉展望風呂付特別室は、客室内の展望風呂にゆったりながら温泉を楽しむことができ、皆様から大変ご好評をいただいております。

## 旅情豊かに心からのおもてなし三河路の宿



※料理内容は季節・日により変わります。

### 女子会プラン (日～木曜日限定)

気の合う友人と美味しいお食事、楽しいおしゃべりをゆっくり、のんびりと過ごしてみたいかでしょうか。

一泊二食付 **9,800円**  
お一人様 (税・サービス料・入湯税込)

【普通室1室当たり3名様以上ご利用の場合の料金です。】

### 〈お得な特典〉

- 1 アメニティ5点セット (クレンジングオイル、フェイスウォッシュ、スキンミルク、スキンローション、シャワーキャップ)
- 2 お料理にプラス (金目鯛煮付又は鯛兜煮のいずれかサービス)
- 3 フリードリンク (お一人様1,000円 (通常1,740円))
- 4 宴会場カラオケサービス (要予約) 5名様以上のご利用



※写真はイメージです。

### 歓送迎会プラン (日～木曜日限定)

三河湾の新鮮な海の幸と郷土の旬幸を使った会席料理をご賞味ください。

一泊二食付・お一人様 **10,000円**  
【飲み放題付2時間】 (税・サービス料・入湯税込)

【普通室1室当たり3名様以上ご利用の場合の料金です。】

- ・平成26年2月23日(日)から平成26年4月24日(木)までの期間限定
- ・平日6名様以上の宿泊プラン (普通室3名様利用の場合)
- ・お食事のグレードアップコース 11,000円コース、12,000円コースあり

※平成26年4月1日以降の料金については施設にお問い合わせください。

長浜港に到着後は、今年で63回目となる長浜盆梅展がおすすめです。新春の風物詩「日本一の盆梅展」として親しまれています。

**【開催期間】**

平成26年1月18日(土)～  
平成26年3月10日(月)

北近江・長浜は、放映中のNHK大河ドラマ「軍師官兵衛」こと黒田官兵衛のゆかりの地でもあり、地元では「黒田官兵衛博覧会」が開催されています。歴史ファンは要チェック！

**【開催期間】**

平成26年1月19日(日)～平成26年12月28日(日)

**【長浜・米原・奥びわ湖を楽しむ観光情報サイト】**

<http://kitabiwako.jp/>

※長浜エリア、長浜盆梅展、黒田官兵衛博覧会などの情報はこのHPをご覧ください。



当ホテルの近くにある大津港から、今年も冬のびわ湖を縦走する「雪見船」が運行されます。大津港と長浜港を結ぶ高速船で、比叡山・比良山系の雪景色をお楽しみいただけます。

**【運行期間】**

平成26年1月18日(土)～平成26年3月7日(金)

**【琵琶湖汽船 HP】** <http://www.biwakokisen.co.jp/>

※雪見船の運行時間・予約等の情報はこのHPでご確認ください。



# ホテル ピアザびわ湖

当ホテルを拠点に、冬の湖国観光をお楽しみください

〒520-0801

滋賀県大津市におの浜 1-1-20 (ピアザ淡海内)

TEL 077-527-6333 FAX 077-521-0521

<http://www.hotelpiazza.com>



**アクセス**

- 電車をご利用の場合  
JR 琵琶湖線「膳所駅」から徒歩約12分  
京阪電鉄「石場駅」から徒歩約5分
- バスをご利用の場合  
JR 大津駅から京阪・近江バスなぎさ公園線で約8分、  
「ピアザ淡海」下車徒歩約1分
- お車をご利用の場合  
名神高速道路大津ICより約7分



歴史と文化、そして豊かな自然に彩られた古都大津  
雄大な琵琶湖が目の前に広がります。  
刻々と表情を変える琵琶湖の眺望が楽しめる展望浴場と  
心のこもったおもてなしで、安らぎのひとときをお過ごしください。  
お得なプランをご用意し、皆様のお越しをお待ちしております。



※料理内容は季節・日により変わります。



**一泊二食付パック**

一泊朝食付 **8,500円**～  
お一人様 (税・サービス料込)

夕食は、和食・洋食・ステーキコースからお選びいただけます。



**宴会宿泊パック**

一泊二食付 **11,000円**～  
お一人様 (税・サービス料込)

8名様以上からのご利用になります。  
一泊朝食 + 夕食 (6,000円のご宴会料理)  
ご宴会料理は、会席・和食buffet・洋食buffetからお選びいただけます。

※平成26年4月1日以降の料金については施設にお問い合わせください。



雪の庭園（御所西 京都平安ホテル）

京都市観光協会 HP  
<http://www.kyokanko.or.jp>

※拝観できない日が生じる場合がございます。事前に京都市観光協会へご確認ください。

建仁寺 開山堂、建仁寺 正伝永源寺、建仁寺両足院、高台寺、知恩院 三門、大徳寺 聚光院、大徳寺 興臨院、寺町 阿弥陀寺、報恩寺、妙顕寺、妙心寺 聖澤院、妙心寺 大法院、妙心寺 龍泉菴、東寺 五重塔、東寺 観智院

【公開箇所】 十五箇所

一月二〇日(金)～三月十八日(火)

【公開期間】

一月より、大河ドラマ「軍師官兵衛」の放映にあわせて非公開文化財が特別公開されます。その時代に生きた武将の縁の地や、名だたる茶人や絵師によって手がけられた美と文化を中心に襖絵、仏像、建築、庭園などが特別に公開されます。

非公開文化財特別公開

「秘められた京の美をたずねて」

旅の宿  
地方職員共済組合



# 御所西 京都平安ホテル

京の真ん中に佇むホテル

〒602-0912  
京都市上京区烏丸通上長者町上ル  
TEL 075-432-6181 FAX 075-431-7949  
<http://www.kyoto-heian-hotel.com>

アクセス

- 電車をご利用の場合  
地下鉄烏丸線「今出川駅」(6番出口)より徒歩7分
- お車をご利用の場合  
(大阪方面から) 名神高速道路京都南ICより約30分  
(名古屋方面から) 名神高速道路京都東ICより約30分  
JR京都駅より約20分



## 御所西 京都平安ホテルのおすすめ宿泊プラン

冬期優待1泊2食付プラン（組合様限定）

通常 10,800円 → 9,800円（土・祝前日を除く）



※料理内容は季節・日により変わります。

平成26年3月14日まで、夕食には人気の「小鼓膳」、朝食バイキング付を優待料金にてご用意させていただきます。

※平成26年4月1日以降の料金については施設にお問い合わせください。





鯉城会館から  
世界遺産へも徒歩  
圏内です

鯉城会館から原爆ドーム、平和公園、広島城、お好み村、ひろしま美術館などが徒歩圏内にございます。

路面電車の電停も近く、路面電車を利用し、広島県立美術館や宮島などへのアクセスも良いので、広島観光が十分にお楽しみいただけます。

～ レストラン「ilvento」～

ilventoとはイタリア語で「風」を意味します。

イタリアのヴェネツィア地方の居酒屋「バーカロ」をイメージしており、お友達同士や仕事仲間、ご夫婦、カップルでもお気軽にワインやお食事をお楽しみいただけます。

季節に合わせた前菜・パスタ・ピザ・お肉料理・お魚料理をご用意しております。

また、新年会や歓送迎会、結婚式の二次会などでもご利用いただけるよう、様々なプランをご用意しており、お客様のご要望に合わせ、最適なパーティープランをご提案いたします。

是非、ilventoの風を感じながら、楽しいひと時をお過ごしください。



# 鯉城会館

原爆ドーム・紙屋町へ徒歩2分  
ビジネスや観光に最適です

〒730-0051

広島県広島市中区大手町 1-5-3

TEL 082-245-2322 FAX 082-245-2315

http://www.rijiyo-kaikan.jp

アクセス

○電車をご利用の場合  
JR 広島駅より広島電鉄車で約15分、  
「紙屋町西」下車、徒歩約1分

○バスをご利用の場合  
JR 広島駅よりバスセンター経由行バスで約13分、  
「広島バスセンター」下車徒歩約3分

○お車をご利用の場合  
山陰自動車道広島ICより約30分



地方職員共済組合  
旅の宿

## ひろしまオイスターロードの展開

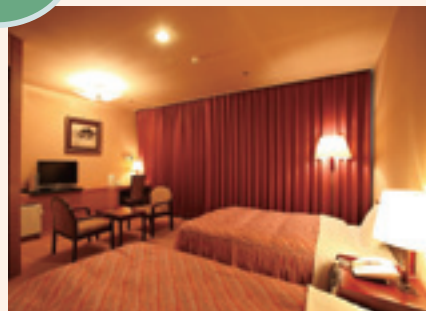


本格的な牡蠣のシーズンとなり、県内ではオイスターロード店舗（通称：かき小屋）が賑わいを見せております。

「オイスターロード」は、瀬戸内らしい雰囲気の中で、かきを手軽に食べることができる店舗をつなげた総称で、県は瀬戸内を訪れる観光客増加につながるよう、広報PR等の支援を行っています。現在、県内では10店舗が営業しています。



おすすめ



鯉城会館宿泊のご案内

広島市の中心部に位置し、観光からビジネスまで幅広い目的でご利用いただけます。

宿泊料（組合員料金）

シングル	4,389円（素泊り）～
ツイン	8,085円（素泊り）～
トリプル	15,130円（素泊り）～

※平成26年4月1日以降の料金については施設にお問い合わせください。

## いつから退職共済年金を受給することができますか？



**Q** 私は昭和 29 年 1 月生まれで、大学卒業後、県に入庁し、平成 26 年 1 月で 60 歳になります。今年の 3 月末に県を定年退職する予定ですが、いつから退職共済年金を受給することができますでしょうか。

**A** 退職共済年金の支給開始年齢は、生年月日に応じて段階的に 60 歳から 65 歳に引き上げられています。昭和 28 年 4 月 2 日から昭和 30 年 4 月 1 日までの間に生まれた方の支給開始年齢は 61 歳です。年金の支給は、61 歳に達した日の属する月の翌月分から始まります。ただし、退職共済年金の繰上げ支給を請求することで、支給開始年齢に達する前に退職共済年金を受給することもできます。

### ① 退職共済年金の支給開始年齢

退職共済年金の支給開始年齢は、下表のとおりです。  
 なお、退職共済年金を受給するためには、支給要件(※)を満たす必要があります。

生年月日	支給開始年齢
昭和28年4月1日まで	60歳
昭和28年4月2日から昭和30年4月1日まで	61歳
昭和30年4月2日から昭和32年4月1日まで	62歳
昭和32年4月2日から昭和34年4月1日まで	63歳
昭和34年4月2日から昭和36年4月1日まで	64歳
昭和36年4月2日以降	65歳

### ② 退職共済年金の繰上げ支給制度

支給要件(※)を満たす方は、60 歳に達した以降、支給開始年齢に達する前に退職共済年金の繰上げ支給を請求することができます。

#### (1) 繰上げ支給の退職共済年金の年金額

繰上げ支給の退職共済年金の年金額は、繰上げ支給を請求した月からその者の支給開始年齢に達する月の前月までの月数について、1 か月あたり 0.5% (1 年あたり 6%) 減額されます。

#### (2) 繰上げ支給の退職共済年金の請求にあたっての主な留意事項

- 繰上げ支給の請求後は、生涯減額された年金額となります。
- 繰上げ支給の請求後は、障害の状態に該当するようになっても、障害基礎年金を請求することができません。
- 繰上げ支給の請求をする場合は、受給資格を有する他の年金（老齢基礎年金、老齢厚生年金等）の繰上げ支給の請求を同時に行わなければなりません。
- 繰上げ支給の退職共済年金を受給されている方が、厚生年金の被保険者、共済組合の組合員、国会議員又は地方議会議員となった場合には、年金の一部又は全部の支給が停止されます。

(※) 支給要件  
 ・ 60 歳以上であること。  
 ・ 1 年以上の組合員期間を有すること。  
 ・ 組合員期間等が 25 年以上であること。

以上、簡単に説明しましたが、詳細につきましては、各支部の年金担当者までお問い合わせください。



## 傷病手当金という給付金は、どのようなものなのでしょうか？

**Q** 私は、職務外で病気にかかり、その病気の療養のため病気休暇を取得しており、1月から病気休暇となるため給料が減少します。共済組合の短期給付で、傷病手当金という給付金があると聞きましたが、どのようなものなのでしょうか。

**A** 傷病手当金の概要については、次のとおりです。

### 1 支給要件

組合員<sup>(※1)</sup>が、公務によらない病気や負傷により、療養のため引き続き勤務に服することができない場合<sup>(※2)</sup>において、給料の全部又は一部が支給されないときは、「傷病手当金」が支給されます。

- ※1 任意継続組合員となられた後に生じた病気や負傷は対象とはなりません。
- ※2 療養のため引き続き勤務に服することができない状態の認定には、医師の証明が必要です。

### 2 支給期間

(1) 病気や負傷により、**勤務をすることができなかった日以後最初の3日の待期間を経過した日**（4日目）から最長で**1年6月間（結核性の病気については、3年間）**支給されます。

なお、傷病手当金の額を上回る額の給料の支給を受けている場合には、傷病手当金は支給されませんので、実際には、傷病手当金の支給が始まった日から最長で1年6月間（結核性の病気については、3年間）支給されます。

(2) 療養のために休んでいる途中で出勤し、再び同じ傷病で療養するために休んだ場合には、出勤した期間は支給期間に含めず、前後の期間を通算して**1年6月間（結核性の病気については、3年間）**になるまで傷病手当金が支給されます。

### 3 資格喪失後の給付

1年以上組合員であった方が退職した際（任意継続組合員となった場合も含む。）に傷病手当金の支給を受けていた場合（受けられる状態にあった場合も含む。）には、退職しなかったとしたならば受けることができる期間、継続して支給されます。

ただし、その期間内に他の組合の組合員（健康保険の被保険者を含む。）の資格を取得したときは、その日以降の継続支給は行われません。

### 4 支給額

勤務できない期間1日につき、以下の計算方法により傷病手当金が支給されます。

$$\text{給料日額（掛金の標準となる給料月額）} \times \frac{1}{22} \times 2 \div 3 \times 1.25 \text{（※3）}$$

- ※3 特別職の場合は1。

### 5 給料等が支給される場合の支給額の調整

傷病手当金の支給期間中に給料の全部又は一部の支給を受けるとき、または、同じ傷病について障害共済年金等<sup>(※4)</sup>（同じ傷病で支給される障害基礎年金を含む。）の支給を受けるときは、傷病手当金の支給額が調整されます。

- ※4 障害共済年金等とは共済組合の障害共済年金、退職共済年金、国民年金の障害基礎年金及び老齢基礎年金をいいます。

### 6 傷病手当金附加金の支給

傷病手当金の支給期間経過後、引き続きこの傷病手当金の傷病と同じ傷病により勤務することができない場合には、附加給付として、**傷病手当金の支給が終了した日の翌日から6月間**は傷病手当金附加金が支給されます。支給額については、傷病手当金と同じになります。

以上、簡単に説明しましたが、ご自身の状況と照らし合わせてご確認いただきたいと思います。

なお、傷病手当金及び傷病手当金附加金を受けるためには共済組合に対して請求手続が必要ですので、詳細につきましては各支部の短期給付担当者にご確認ください。

ひ ろ ば



ある街の空 (山形県/ひろむんさん)



金色のじゅうたん  
12月の東京です。  
イチヨウの葉が沿道を埋め尽くしていました。  
(東京都/エレンさん)

投稿のご案内

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

○お便りをお待ちしています!

お国自慢、旅の思い出、わが家のペット、趣味のお話し(作品)などなど、文章は500字以内にまとめてください。イラスト・写真をつけたい場合は、サービスサイズ(L判)程度のを添付してください。

○写真・絵画・イラストも大募集!

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

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

送先

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

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

本  
部  
だ  
よ  
り  
(本部主催会議の状況)

■ 宿泊施設管理部門職員研究会

開催日 平成 25 年 10 月 22 日 (火) ~ 10 月 23 日 (水)  
会 場 長野県 湖山荘

■ 短期給付事務等研究会

開催日 平成 25 年 11 月 12 日 (火) ~ 11 月 13 日 (水)  
会 場 東京都 ホテル ルポール麹町 (麹町会館)

編 集 後 記

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様におかれましては、清々しい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。  
本誌もおかげさまで新年号として 278 号を発行することができました。本年も皆様に親しまれる広報誌を目指して、より一層努力してまいりますので、よろしく願いたします。  
また、総務省の三輪公務員部長、運営審議会会長である横内山梨県知事より新年の玉稿を賜り、新年号の紙面を飾ることができました。厚く御礼申し上げます。  
新年にあたり、皆様健康な一年を過ごされますことを心よりお祈り申し上げます。(S.O)