

地方 共済

Summer 2015

284

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



2 | 平成26年度 決算の概要

4 | ~平成27年10月から標準報酬制が始まります!~

掛金や給付額の算定が変わります

6 | ~平成27年10月から新たな年金制度が始まります!~

年金払い退職給付が創設されます

8 | 直前特集

被用者年金制度の一元化(後編)

平成26年度長期経理の余裕金の運用について

10 | 平成26年度の特定健康診査・特定保健指導事業の実施状況のお知らせ

11 | 共済年金の掛金率が本年9月から引き上げられます
ジェネリック医薬品をご存知ですか!?

~組合員のみなさまへ~

12 | 平成27年度からデータヘルス計画が
スタートします

17 | 宿泊施設の年末年始営業案内

14 | 地方共済クリニック

全身運動 ポールウォーキング

16 | 知って納得情報掲示板

「図書館」卓球天国の扉

「懐かしいお菓子」サクサクふんわり ポ一口

「表紙の写真」栃木県 黄鮒

18 | 「旅の宿」からご案内

オーシャンビュー大洗 (茨城県大洗町)

アイリス愛知 (愛知県名古屋市)

サンヒルズ三河湾 (愛知県蒲郡市)

ホテルレガロ福岡 (福岡県福岡市)

22 | Q&A

「組合員として在職中の障害給付は、
一元化後はどうなりますか?」

「育児休業中にもらえる給付金がありますか?」

24 | ひろば・本部だより・編集後記



平成 26 年度 決算の概要

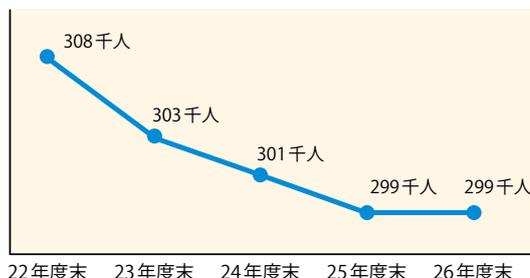
平成 26 年度の決算の概要などについて説明します。

組合員数

平成 26 年度末 組合員数 298,973 人

近年、組合員数の減少が続いています。
平成 26 年度末では、前年度末より 311 人 (0.1%)
減少しています。

組合員数の推移



短期給付事業

全支部で実施

■医療給付等の決定・支払い

法定給付：医療費・休業給付・災害給付等
附加給付：家族療養費附加金等

■高齢者医療制度への支援金等の納付

前期高齢者納付金・後期高齢者支援金・
退職者給付拠出金・介護給付費納付金等

掛金及び負担金の収入の増加により、平成 26 年度は 161 億円の黒字となりました。

その結果、平成 26 年度末の剰余金は 309 億円となりました。
しかしながら、今後、高齢者医療制度への支援金等の増加
が続き厳しい財政状況が見込まれます。

収支の状況



長期給付事業

全支部で実施

■年金給付の決定・支払い

退職(共済)年金・障害(共済)年金・
遺族(共済)年金等

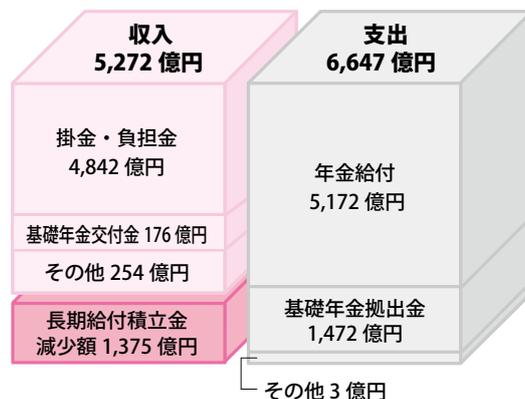
■基礎年金拠出金の納付

国民年金の基礎年金の給付に要する費用

当組合は、掛金・負担金収入に対する年金給付の支給割合
が高く、平成 26 年度は 1,375 億円の赤字となりました。

その結果、平成 26 年度末の長期給付積立金は、4,200 億円
となりました。

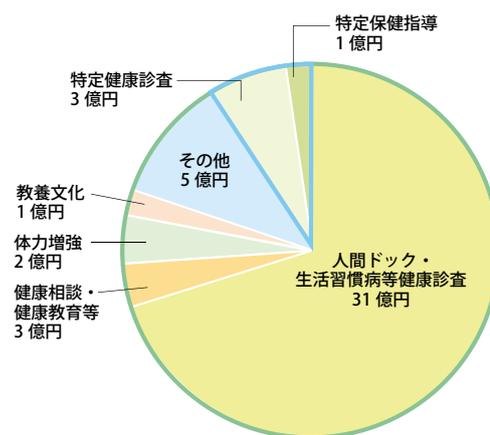
収支の状況



保健事業 全支部で実施

- 保健事業（人間ドック・生活習慣病等健康診査等）
42億3千8百万円（対前年▲9百万円）
- 特定健康診査等事業（特定健康診査・特定保健指導）
3億5千4百万円（対前年▲8百万円）
- 保育所事業
2千2百万円（対前年+2百万円）
- 入院医療費支援制度事業
3千2百万円（新規）

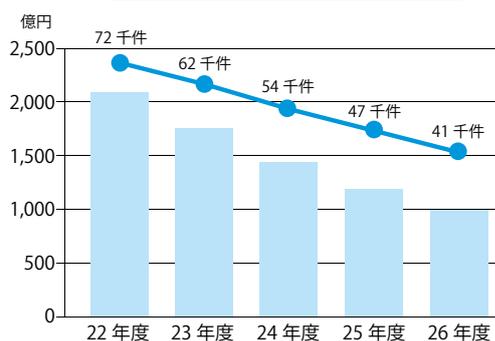
保健事業等の事業費の内訳



貸付事業 全支部で実施

- 貸付の種類 普通・住宅・災害・特別等
- 貸付件数 4万6百件（対前年▲5千9百件）
- 貸付残高 1,001億6千3百万円
（対前年▲196億3千1百万円）

貸付件数及び貸付金残高の推移



医療事業 21施設で実施

- 診療科目 内科・歯科等
- 利用件数 8万6千件（対前年▲2千9百件）
- 患者収入 15億4千3百万円（対前年▲7千2百万円）

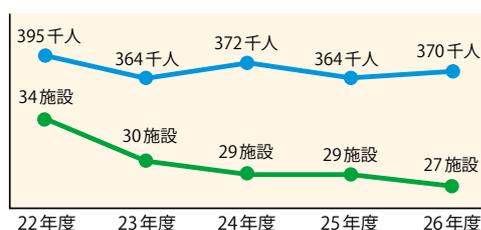
患者収入の推移



宿泊事業 27施設で実施

- 施設の利用状況
- 宿泊 37万人（対前年+6千人）
- 会議 49万9千人（対前年▲1万5千人）
- 会食 40万4千人（対前年▲1万1千人）

施設数及び宿泊利用者数の推移



物資事業 7支部で実施

- 事業内容 物品の販売・食堂の経営等
- 年間売上高 25億3千3百万円
（対前年▲1億5千7百万円）

貯金事業 5支部で実施

- 貯金の種類 普通・積立・定期
- 貯金件数 3万1百件（対前年▲5百件）
- 貯金額 1,251億7千3百万円
（対前年+8億1千5百万円）

決算の詳細については、地方職員共済組合のホームページ (<http://www.chikyosai.or.jp>) をご覧ください。

～平成27年10月から標準報酬制が始まります!～

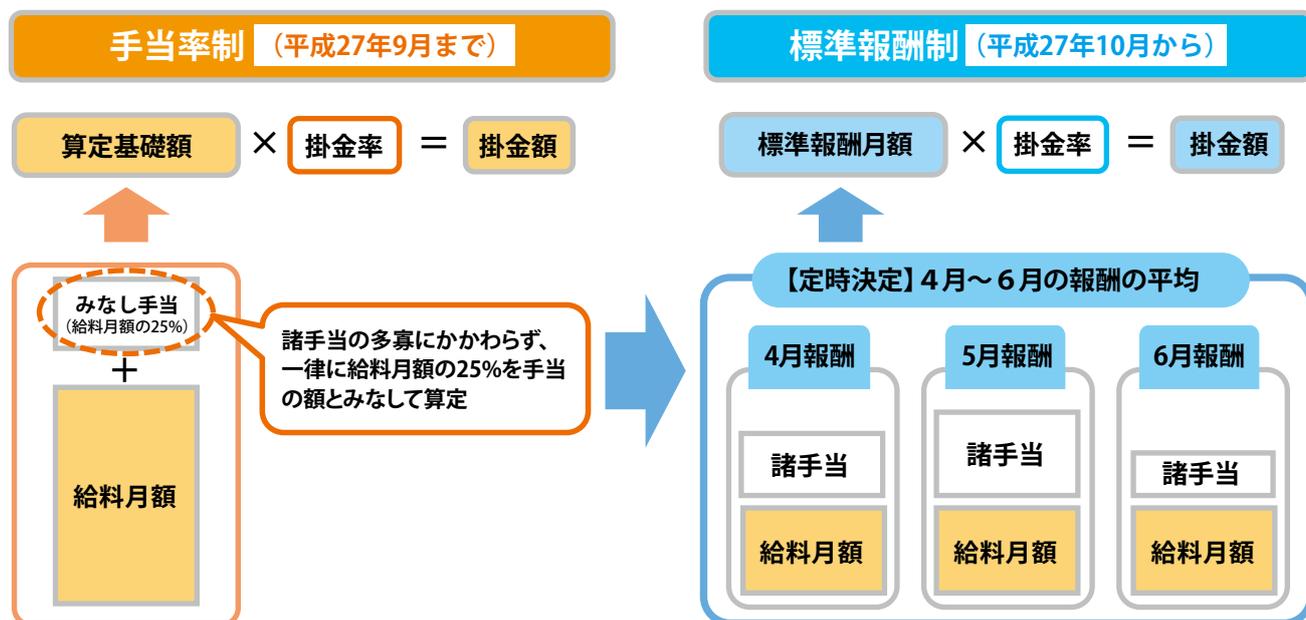
掛金や給付額の算定が変わります

Check

- 諸手当の額により、個人ごとに掛金等が変わります。
- 時間外勤務が多い方、医師などの諸手当が多い方は掛金等が大きく変わることが見込まれます。

被用者年金制度の一元化に伴い、短期掛金(医療)・長期掛金(年金)など毎月の共済掛金や、短期給付・老齢厚生年金(※)の算定の基礎額が、現行の「手当率制」から厚生年金・健康保険や国家公務員共済と同じ「標準報酬制」に移行します。

※ 平成27年10月から公務員は厚生年金保険の適用となります。



■標準報酬月額の設定と改定

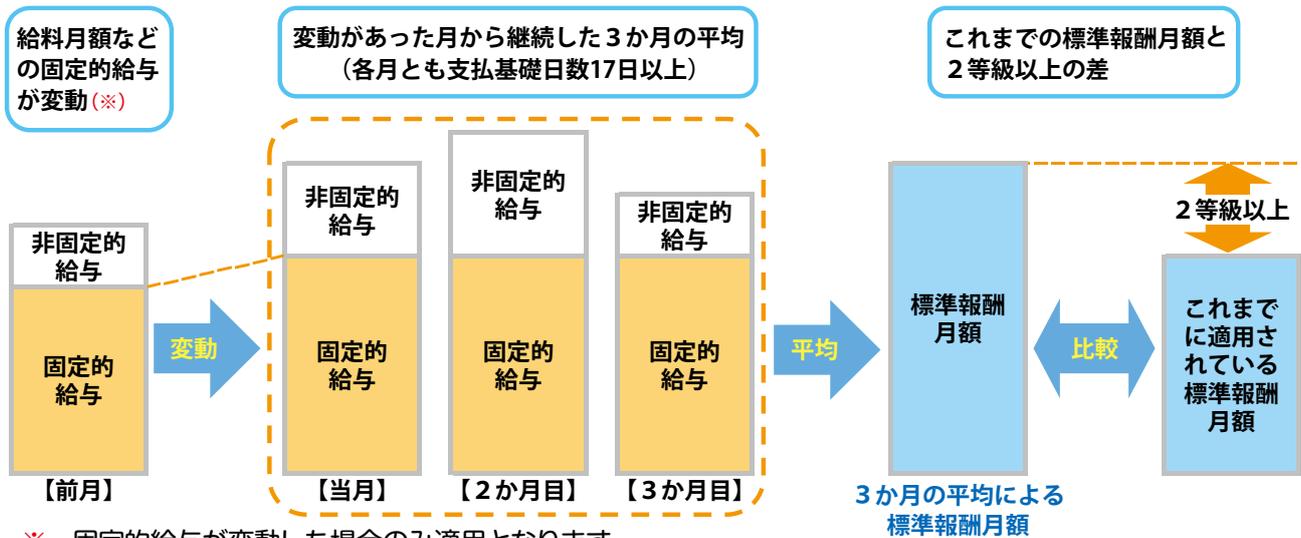
標準報酬月額の決定と改定は次のとおりです。

なお、平成27年10月から適用する標準報酬月額は平成27年6月の報酬により決定します。

種類	対象者	決定等の基礎となる報酬	決定・改定の時期
定時決定	毎年	4月、5月、6月の報酬の平均	毎年9月
随時改定	報酬が著しく変動したとき	給料月額などの固定的給与に変動があった月以後の3か月間の報酬の平均	変動があった月から4か月目
資格取得時決定	新たに組合員の資格を取得したとき	資格取得時の報酬	資格取得時
育児休業等終了時改定	育児休業等が終了したとき	育児休業等終了日以後の3か月間の報酬の平均	育児休業等終了日から4か月目
産前産後休業終了時改定	産前産後休業が終了したとき	産前産後休業終了日以後の3か月間の報酬の平均	産前産後休業終了日から4か月目

■ 随時改定の概要

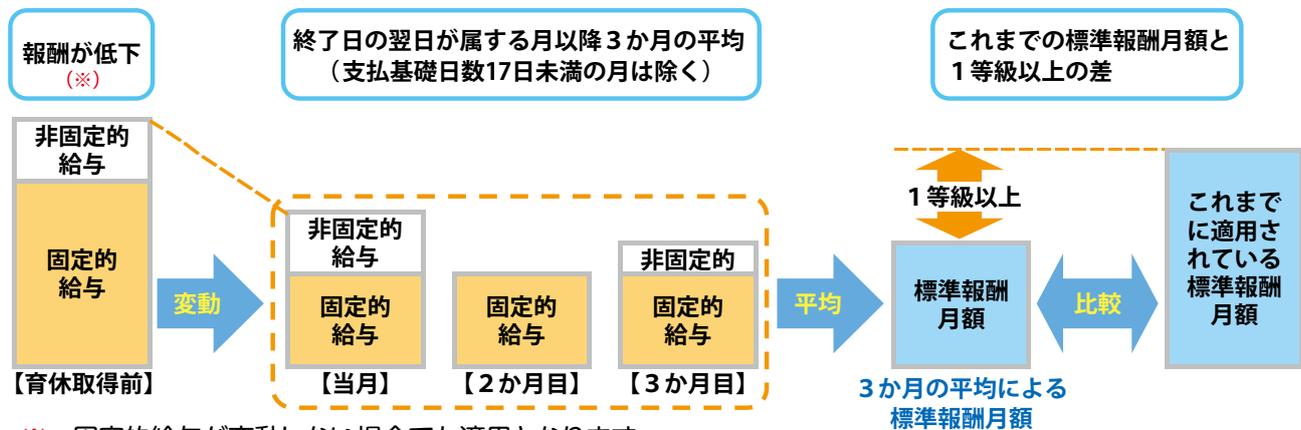
定時決定による標準報酬月額が適用されている間に、昇給や昇格などに伴い、報酬が一定以上変動した場合は、標準報酬月額が改定されます。



※ 固定的給与が変動した場合のみ適用となります。

■ 育児休業等終了時改定の概要(産前産後休業終了時改定も同様)

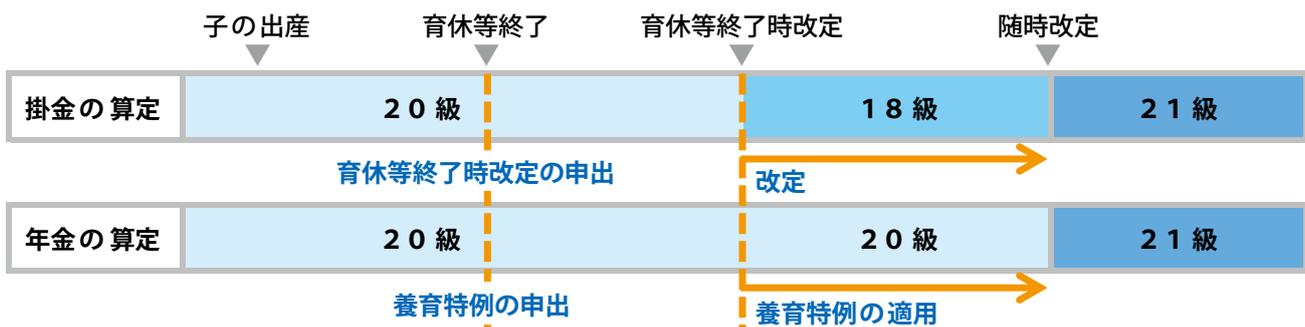
育児休業等終了日において3歳に満たない子を養育しており、引き続き、育児短時間勤務や部分休業などにより報酬が一定以上低下した場合は、申し出により、標準報酬月額が改定されます。



※ 固定的給与が変動しない場合でも適用となります。

■ 3歳未満の子を養育している場合の特例

3歳未満の子を養育している方の標準報酬月額が養育前の標準報酬月額を下回る場合は、申し出により、その下回る間の年金の算定基礎は、養育前の標準報酬月額を適用することができます。



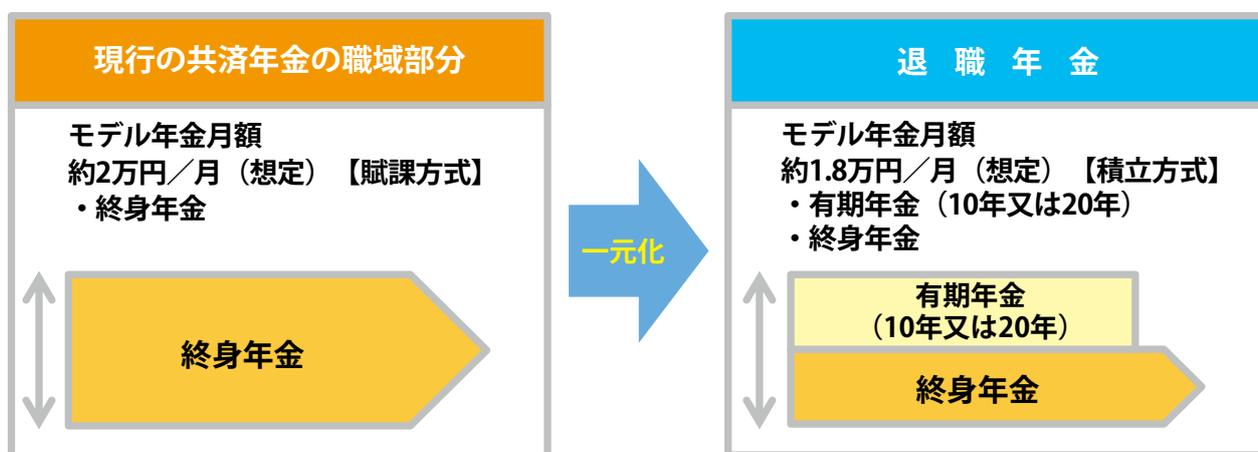
～平成27年10月から新たな年金制度が始まります!～

年金払い退職給付が創設されます

共済年金の職域部分の廃止後、平成27年10月から創設される「年金払い退職給付」には、「退職年金」、「公務障害年金」、「公務遺族年金」の3種類の給付があります。

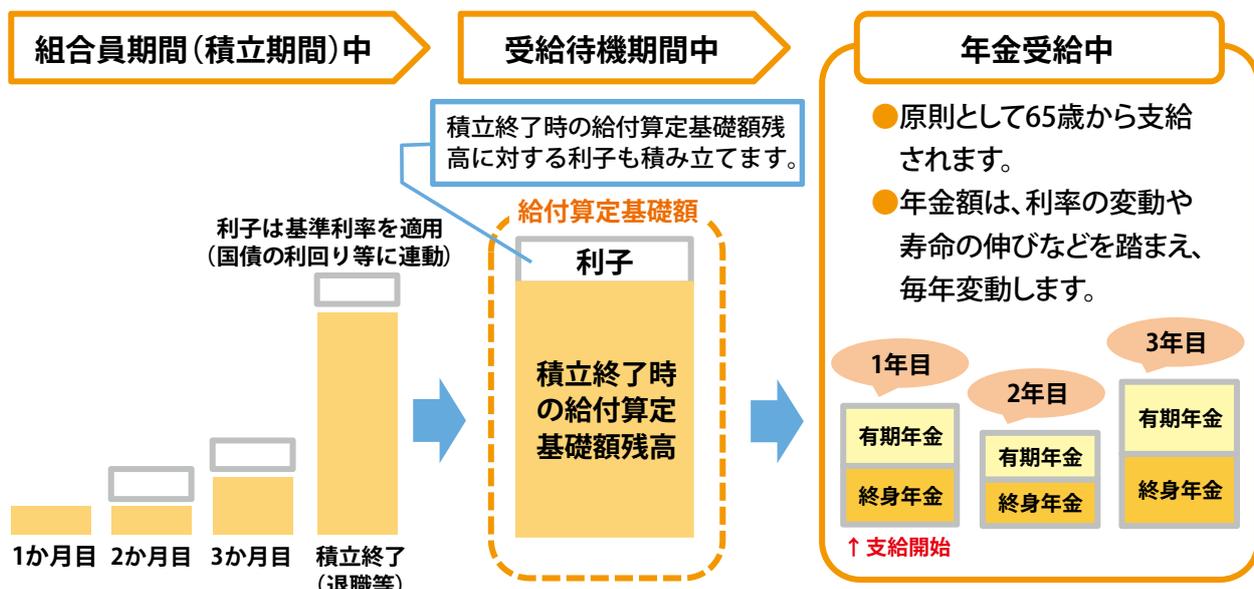
共済年金の職域部分は、現役世代の保険料で受給者の給付を賄う「賦課方式」による給付ですが、年金払い退職給付は、自分の将来の年金給付に必要な原資を、あらかじめ保険料で積み立てる「積立方式」による給付です。

■「退職年金」の給付イメージ（※総務省ホームページから）



※ モデル年金月額は、標準報酬月額36万円、40年加入等一定の前提において試算（保険料は事業主と組合員の折半負担）

■「年金払い退職給付」の積立と受給のイメージ



■今後の年金の保険料のイメージ

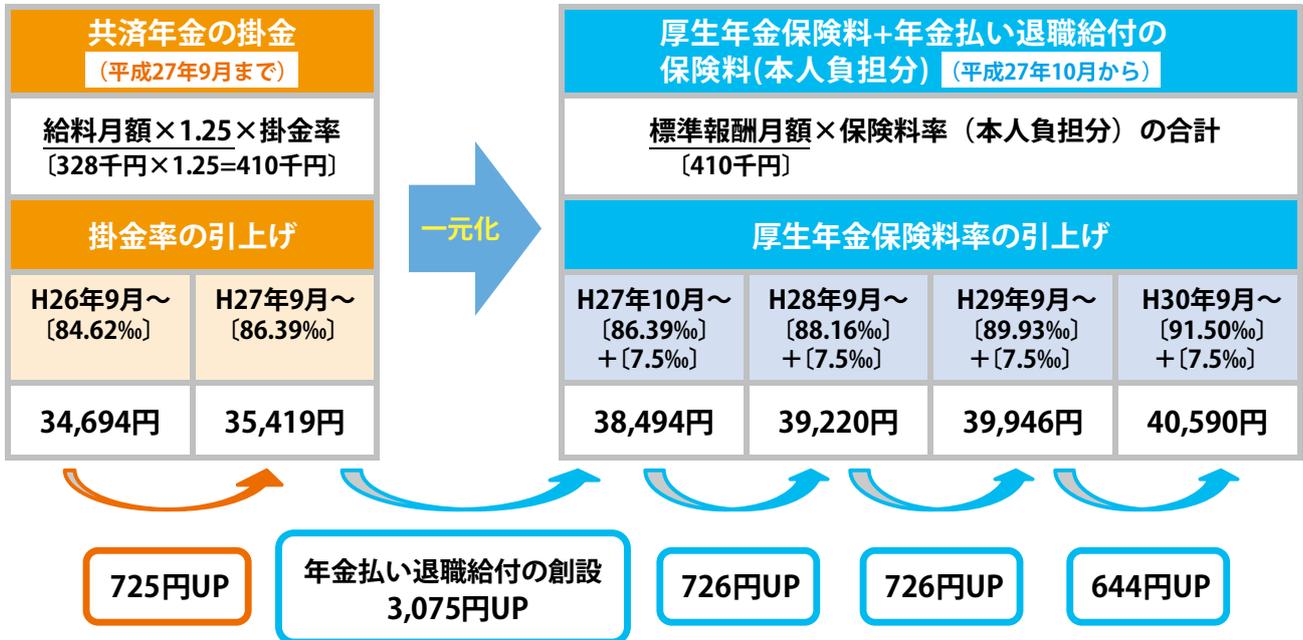
◆年金の保険料(本人負担分)の算定事例(月額)

給料月額： 328,000 円

諸手当： 82,000 円

標準報酬月額： 410,000 円

年金払い退職給付の保険料率(本人負担分)：7.5% (未定のため法定の上限として算定)



※ 標準報酬制では、給料月額が同じ額でも諸手当の多寡により、個人ごとに保険料(本人負担分)が変わります。時間外勤務が多い方、医師などの諸手当が多い方は保険料(本人負担分)が大きく変わることが見込まれます。

～ 組合員のみなさまへ～

●標準報酬月額や掛金額が試算できます。

当組合ホームページに、標準報酬月額・等級及び各種掛金額を試算できる計算シートを掲載しています。ぜひお試しください。

●組合員の皆様に事前に標準報酬月額や掛金額をお知らせします。

平成27年9月に、当組合から、組合員の皆様お一人ずつに、標準報酬月額・等級や各種掛金額(短期・福祉・介護・長期・年金払い退職給付)の試算結果をお知らせする予定です。

※ なお、この試算結果はあくまで目安であり、実際の徴収額とは異なる場合があります。決定された標準報酬月額等については、別途、給与明細や通知等によりお知らせします。



標準報酬制・年金払い退職給付等の詳細につきましては、
各支部の担当者までお問い合わせください。

前号に続いて、被用者年金制度の一元化（以下、単に「一元化」といいます。）についてご説明します。

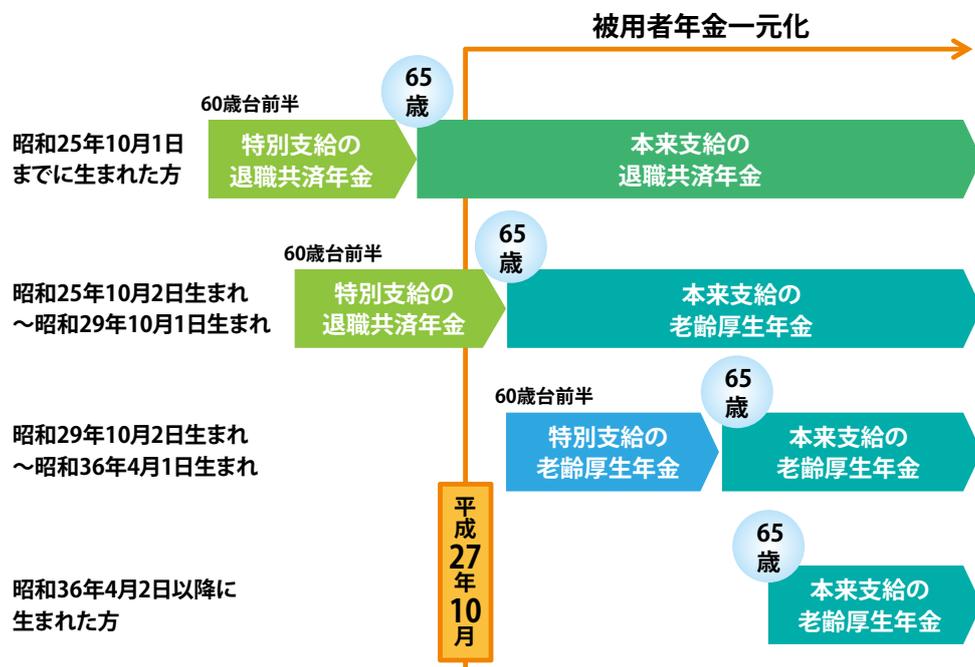
Q 1 一元化後、年金はどう変わりますか？

一元化前（平成 27 年 9 月 30 日以前）に受給権が発生した場合は「共済年金」、一元化後（平成 27 年 10 月 1 日以後）に受給権が発生した場合は「厚生年金」となります。

※ 共済年金として発生したものは、権利が消滅しない限り、一元化後も「共済年金」として権利が残ります。

一元化前に発生	一元化後に発生
退職共済年金	老齢厚生年金
障害共済年金	障害厚生年金
遺族共済年金	遺族厚生年金

【参考】老齢厚生年金等への切替スケジュール



- ※ 現在、60歳台前半から年金が支給されていますが、これは、「特別支給」の年金ですので、65歳に到達すると、受給権が消滅します。
- ※ 65歳からは「本来支給」の年金が新たに発生します。
- ※ 年齢を数える場合、生年月日の前日で期間が満了しますので、支給開始年齢の年の誕生日の前日が、老齢給付の受給権発生日になります。
- ※ 現在の年金制度の支給開始年齢は、昭和36年4月2日以後の誕生者から65歳となります。しかし、昭和36年4月1日以前の誕生者については、支給開始年齢が段階的に65歳に向かって引き上げられている最中で、生年月日別に60歳から64歳まで区分されています。



Q 2 年金の請求手続は何か変わりますか？

公務員の期間に係る年金の事務処理について

- 公務員期間分の年金記録の管理や年金の支給は引き続き共済組合（公務員として勤務した最後の所属共済組合）が行います。

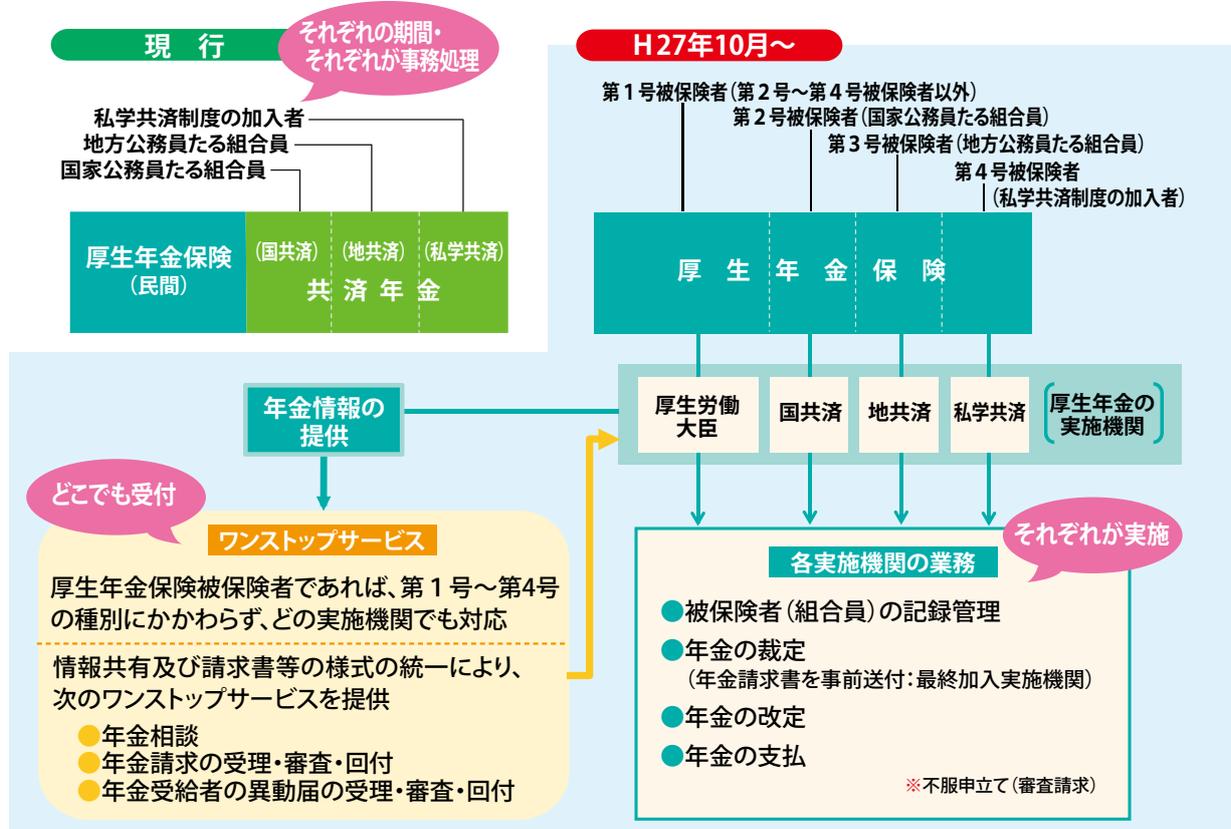
被用者年金が「厚生年金」に統一されても、これまでどおり、民間・共済組合の区分ごとに、それぞれの実施機関が事務処理を行うことになっています。



請求窓口について(「ワンストップサービス」の導入)

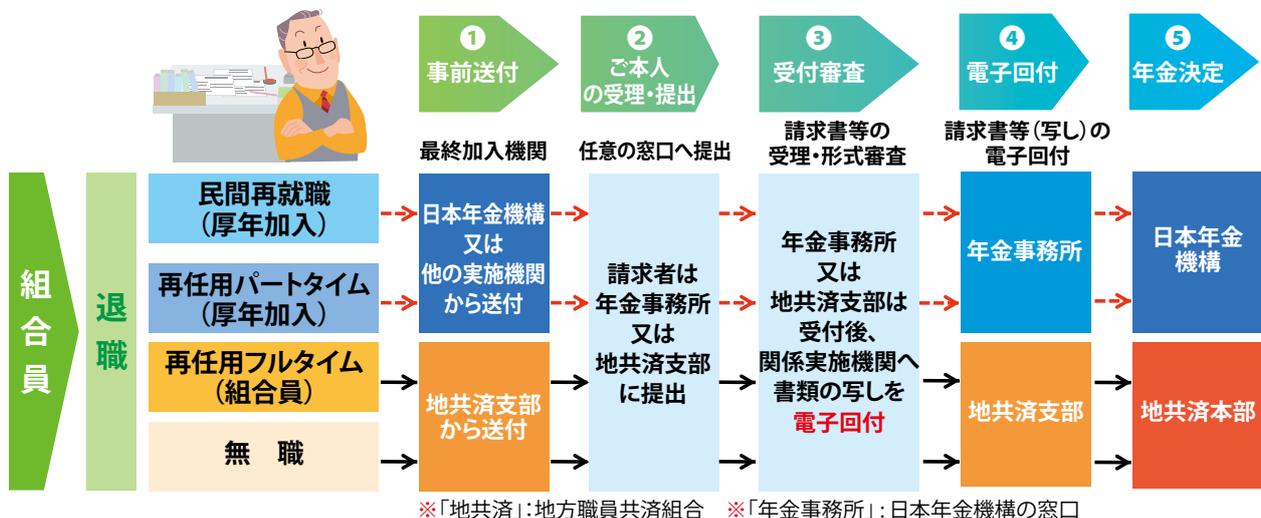
- これまで(一元化前)は、民間の「厚生年金」と「共済年金」の両方に加入期間がある場合は、日本年金機構(年金事務所)と共済組合のそれぞれに年金請求書を提出する必要がありましたが、一元化後は、複数の実施機関に加入期間がある場合、**年金事務所または共済組合のいずれか1か所への提出で足りる**。これで、加入期間がある全ての実施機関への請求手続を行ったこととなります。

一元化に伴う事務処理の変化



年金請求手続の流れについて

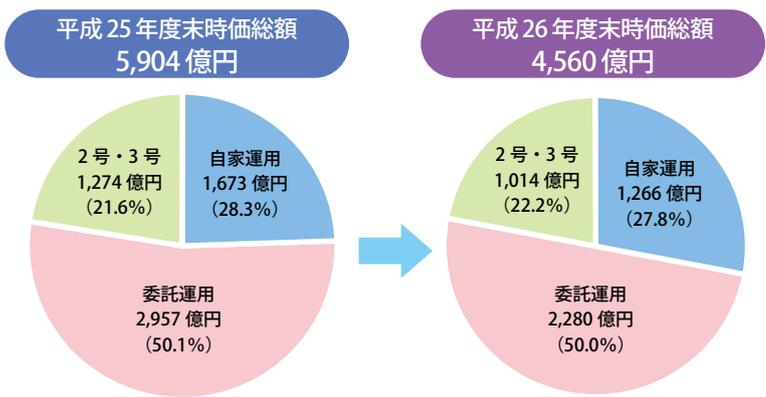
- 年金の受給開始年齢を迎える約2~3カ月前に、民間や共済組合等、**最終加入の厚生年金の実施機関**から、登録住所に請求書が事前送付されますので請求手続をお願いします。(例 公務員を退職した後に、再就職して厚生年金(民間等)に加入した場合は、日本年金機構等から請求書が事前送付されます。)



平成26年度長期経理の余裕金の運用について

資産の状況

平成26年度末の長期給付積立金の時価総額は4,560億円となり、前年度より1,344億円減少しました。



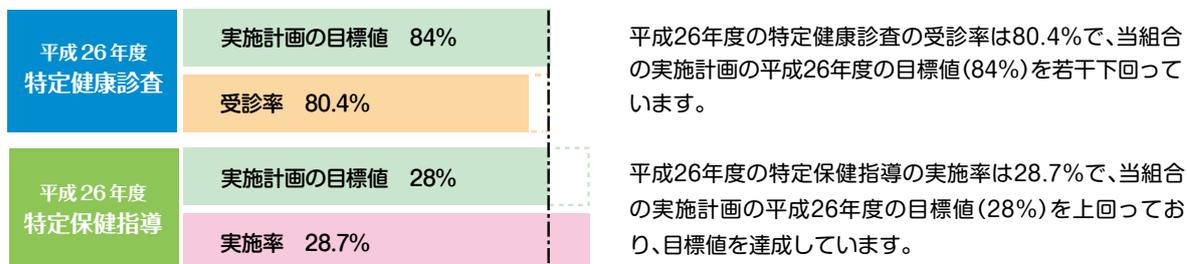
運用利回りの状況

平成26年度の実現利回り(簿価ベースの利回り)は5.28%、修正総合利回り(時価ベースの利回り)は5.85%となりました。

運用形態	平成25年度		平成26年度	
	実現利回り	修正総合利回り	実現利回り	修正総合利回り
自家運用	1.11%	0.16%	0.62%	0.15%
委託運用	7.62%	8.68%	9.81%	9.97%
2号・3号	2.48%	2.47%	2.47%	2.46%
計	4.67%	5.36%	5.28%	5.85%

平成26年度の特定健康診査・特定保健指導事業の実施状況のお知らせ

「地方共済 283号(P14)」で特定健康診査・特定保健指導事業の制度の説明を行いました。今回は、当組合の平成26年度における特定健康診査・特定保健指導事業の実施状況をお知らせいたします。



区分		組合員	被扶養者	計
特定健康診査	受診率 (%)	94.7	46.6	80.4
	実施率 (%)	33.7	9.7	31.0
特定保健指導	実施率 (%)	27.6	9.2	26.7
	実施率 (%)	30.3	9.5	28.7

※ この数値は、年度末までに医療機関からの報告等を踏まえ把握している見込み数であり、正式には、本年11月の国に報告する数値をもって確定します。

生活習慣病等の予防のため、特定健康診査・特定保健指導を受けましょう！

メタボリックシンドロームの根底にあるのは、食事や運動などの不適切な生活習慣です。内臓脂肪は、適度な運動とバランスの取れた食事により減らしていくことが可能であり、運動指導や食生活の改善を行うことは、生活習慣病の予防につながるようになります。

当組合では、特に被扶養者の方の受診率・実施率が低くなっていますので、積極的に特定健康診査・特定保健指導を受けていただきますようお願いいたします。

共済年金の掛金率が本年9月から引き上げられます

●平成 27 年9月の掛金率について

共済年金の掛金率は、地方公務員共済組合連合会がすべての地方公務員共通の率を定めています。

昨年の地方公務員共済年金における「財政再計算」に基づき、本年9月の長期給付に係る保険料率（掛金率）が引き上げられます。

●平成 27 年 10 月からの保険料率について

本年 10 月からの被用者年金一元化により、公務員も厚生年金に加入することになりました。

そのため、同月以降の公務員の保険料率は、厚生年金保険法に規定されることとなります。一元化前後の保険料率は同一ですが、以後、毎年9月に段階的な引き上げが行われ、平成 30 年に保険料率の上限に到達し、民間サラリーマン等、一般の保険料率と同じ保険料率に統一されます。

また、新たに創設される「年金払い退職給付」（6ページ参照）の掛金率については、地方公務員共済組合連合会の定款で別途定められることとなっております。

●詳細について

財政再計算並びに掛金率及び負担金率の改定の詳細については、地方公務員共済組合連合会のホームページでご覧いただけます。

地方公務員共済組合連合会ホームページ
<http://www.chikyoren.or.jp>

または

地方公務員共済組合連合会

検索

※トップページの
「財政再計算（掛金率の改定等）」
でご覧いただけます。



ジェネリック医薬品をご存知ですか!?

ジェネリック医薬品について、厚生労働省のホームページでは、以下のとおり紹介されています。

●ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬（先発医薬品）の特許が切れた後に製造販売される、新薬と同一の有効成分を同一量含み、同一の効能・効果(*)を持つ医薬品のことです。

(*) 新薬が効能追加を行っている場合など、異なる場合があります。

●効き目や安全性は?

ジェネリック医薬品は、新薬と同一の有効成分が同一量含有され、同等の効き目があります。新薬と異なる添加剤が使用されることがありますが、有効性、安全性及び品質について、国が厳格な審査のうえ、製造販売の承認をしています。

●薬代が安価になります

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分を使用し、開発費用が抑えられるため低価格です。医療の質を落とさずに個人の負担を軽くでき、家計をサポートします。複数のお薬の服用や長期服用が必要な場合などは効果的です。

●ジェネリック医薬品を使うには?

ジェネリック医薬品は、医療用医薬品です。
希望される場合は、医師・薬剤師にご相談ください。



厚生労働省ホームページ

ジェネリック医薬品についての情報はこちら

<http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10800000-Iseikyoku/0000068454.pdf>

なお、当組合では、医療費の更なる適正化を図る観点から、平成25年度より、ジェネリック医薬品に切り替え可能な組合員とその被扶養者の皆様へ、ジェネリック医薬品の利用に伴う差額通知の送付を行っております。詳しくは、地方職員共済組合のホームページをご覧ください。ご協力をよろしくお願いいたします。
(<http://www.chikyosai.or.jp/info/short/index.html>)

平成27年度から データヘルス計画がスタートします

1 計画の背景と目的



超高齢化の進展に伴い、働き盛り世代からの健康づくりの重要性が高まる中、政府は、「日本再興戦略」（平成 25 年 6 月 14 日閣議決定）において、「国民の健康寿命の延伸」を重要施策として掲げました。

この戦略の中で、「健康寿命の延伸」に関する問題点のひとつとして、「保険者は、健康管理や予防の必要性を認識しつつも、個人に対する動機付けの方策を十分に講じていない」ことが指摘されました。この課題を解決するため、「予防・健康管理の推進に関する新たな仕組みづくり」として、「全ての健康保険組合に対し、レセプト等のデータ分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画として“データヘルス計画”の作成・公表、事業実施、評価等の取組を求めるとともに、市町村国保が同様の取組を行うことを推進する」ことが掲げられました。

このため、当共済組合では、今年度、「データヘルス計画書」を策定し、計画に基づき、事業主と連携しながら、健康・医療情報を活用して、PDCAに沿った効果的・効率的な保健事業を推進していくこととしています。

2 計画の期間



データヘルス計画の期間（第 1 期）は、平成 27 年度から平成 29 年度までの 3 年間です。平成 30 年度からの第 2 期のデータヘルス計画期間は、特定健康診査等実施計画（第 3 期）の期間に合わせて、改めて設定される予定となっています。

3 計画の公表・周知

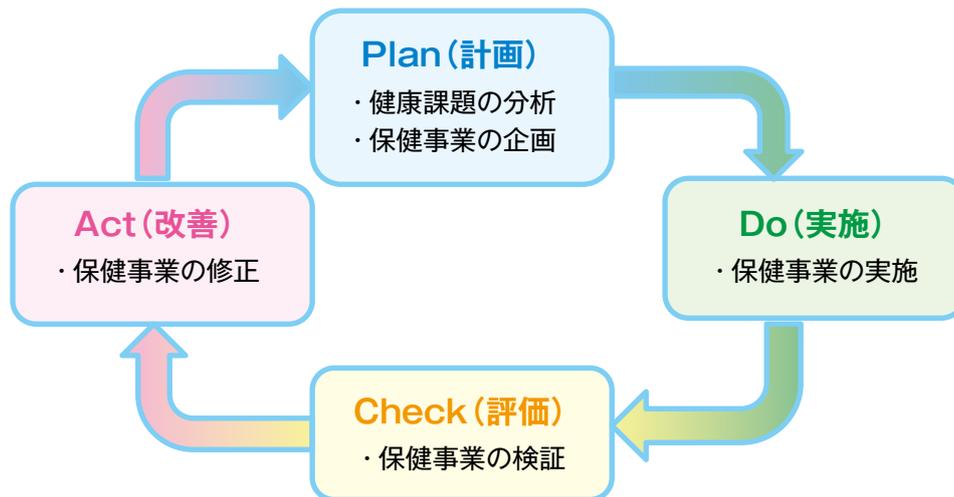


保健事業の目的や内容が、組合員や事業主である道府県などの関係者に理解され、事業の実効性が高まるように、データヘルス計画は、今後、ホームページや機関誌等で公表し、関係者への周知を図ることとしています。

データヘルス計画とは

レセプト・健診情報等のデータ分析に基づき、保健事業をP D C Aサイクルで効果的・効率的に実施するための事業計画です。

保健事業のPDCAサイクルのプロセス



データヘルス計画で取り込むこと

- P (計画)**： これまでの保健事業の振り返りとデータ分析による現状把握に基づき、加入者の健康課題を明確にした上で事業を企画
- D (実施)**： 費用対効果の観点も考慮しつつ、次のような取組を実施
- ・ 加入者に自らの生活習慣等の問題点を発見し、その改善を促すための取組
(例：健診結果・生活習慣等の自己管理ができるツールの提供)
 - ・ 生活習慣病の発症を予防するための特定保健指導等の取組
 - ・ 生活習慣病の進行及び合併症の発症を抑えるための重症化予防の取組
(例：糖尿病の重症化予防事業)
 - ・ その他、健康・医療情報を活用した取組
- C (評価)**： 客観的な指標を用いた保健事業の評価
(例：生活習慣の状況(食生活、歩数等)、特定健診の受診率・結果・医療費)
- A (改善)**： 評価結果に基づく事業内容等の見直し

(出典：厚生労働省「データヘルス計画作成の手引き」抜粋)

地方共済クリニック

TRAINING

全身運動

ポールウォーキング

専用ポールを持って歩くことで正しい姿勢でバランスよく歩けるといいう新しいウォーキングスタイルが注目されています。



- 上半身も使った全身運動なので、ダイエットにも効果的。メタリックシンドローム（内蔵脂肪症候群）とロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防に。
- 正しい姿勢で歩幅も広がり、左右の筋バランスの改善に。
- 首や肩周りの血行を促して肩こりの改善に。
- 筋力・筋持久力・柔軟性の向上に。

ポールウォーキングって？

1

ポールウォーキングは、二本の専用ポール（ストック）を使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するエクササイズです。ポールを持って歩くことで、正しい姿勢のまま歩幅を広げてバランスよく歩けるようになり、上半身も積極的に動かすことでも全身運動となって運動効率もアップするといわれています。

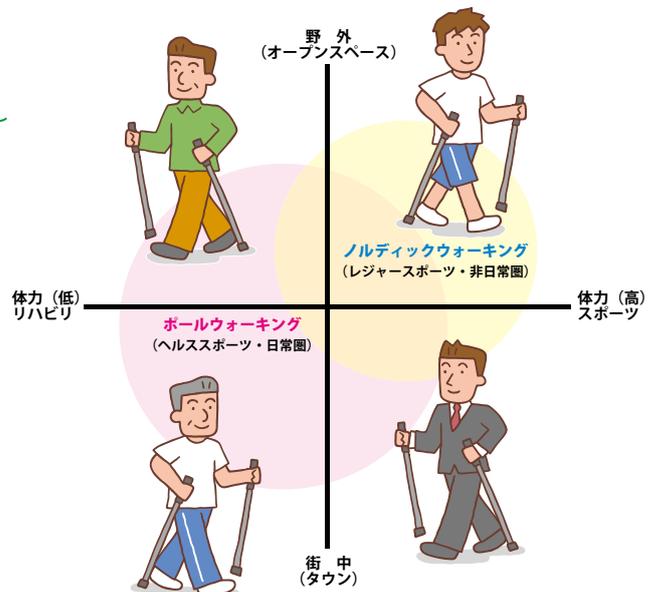
さらに、ポールを持って歩くことで上半身と下半身がねじれあう回旋運動による体脂肪燃焼の促進や、インナーマッスルの強化など、理想的なボディメイクも可能にするウォーキングスタイルです。

また、二本のポールを使うことで、転倒予防や足腰の負担軽減などへの安全性も高いことから、リハビリ患者や高齢者向けのウォーキング運動としても期待されています。

2 ノルディックウォーキングとポールウォーキングの違い

日本国内では、ポールを突いて後方に押し出して推進力にするものをノルディックウォーキング、前方に突いて歩行を補助するものをポールウォーキングと呼んでいます。

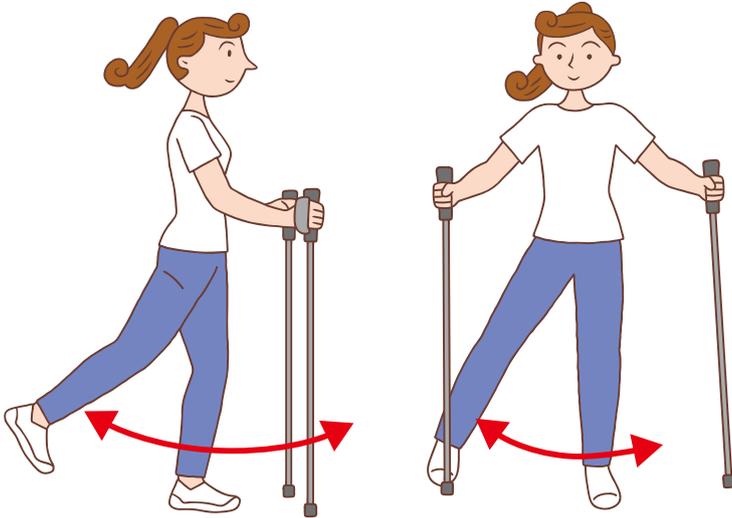
ノルディックウォーキングが比較的緩やかな山野のフィールドでフィットネス運動を目的として行なわれるのに対して、ポールウォーキングは日常誰でも簡単にできる健康づくりのひとつとして考案されたウォーキングです。使用するポールも衝撃吸収性や強度などの設計が異なるのでポールを選ぶときには注意が必要です。



ポールを使って歩いてみましょう

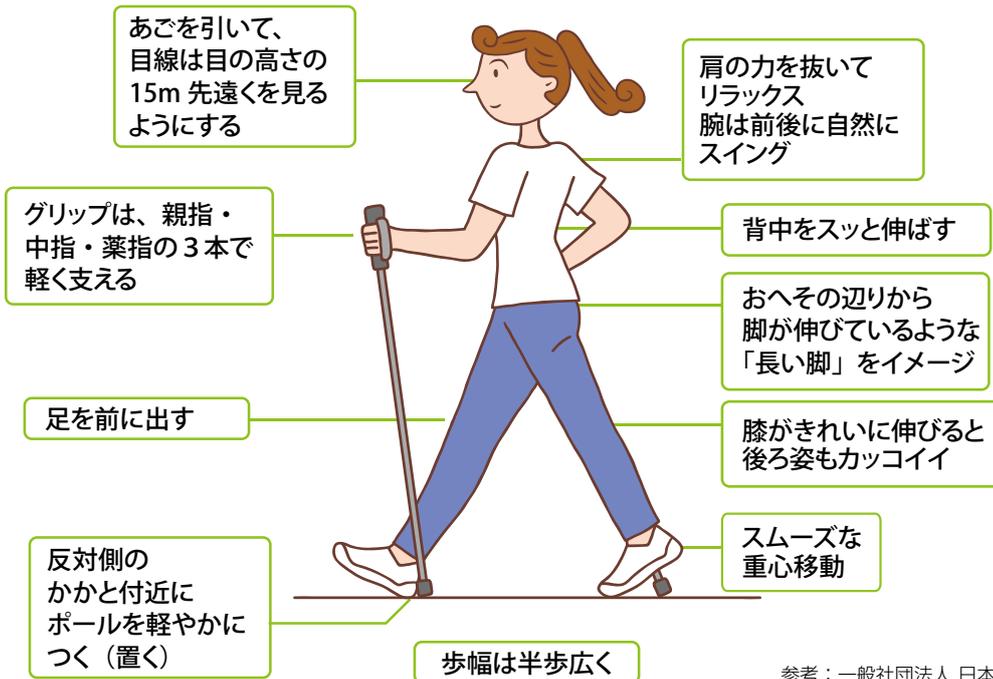
初心者でも専用ポールを使うだけで歩幅が大きくなり、エネルギー消費量が通常歩行より増加し、有酸素運動として効果的だといわれています。また、ポールを持って歩くことによって、左右のバランスがとれて身体の負担も軽くなり、楽なウォーキングが可能になります。

準備運動



ポールを使って「足ふりこ運動」を前後左右、小さい動きでゆっくり10往復、大きなダイナミックな動きで10往復を1セット行います。腸腰筋や大殿筋をストレッチし強化します。

フォームチェック



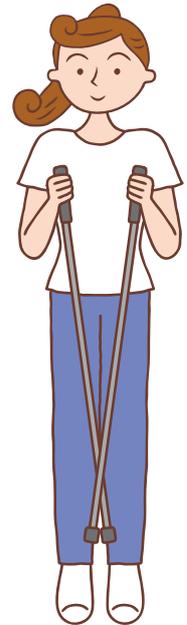
注意事項

- 準備運動を十分に行いましょう。
- 水分補給は、こまめに行いましょう。
- ウォーキングに適したウェアや専用シューズをそろえましょう。
- 交通ルールを守り、歩道がない道路や横断時は特に注意しましょう。
- 夜間の歩行では、反転帯などを装着して安全を確保しましょう。
- 人混みや狭い場所ではクロスポールテクニック※で対応しましょう。
- 体調チェックは必ず行い、無理は禁物です。
- ウォーキング中に身体に異常を感じた場合は、無理せず休みましょう。
- 現在治療中の方は、事前に担当医師へご相談ください。

※クロスポールテクニック

人通りの多い道路や、自転車やバイクが行き交う狭い道でのポールウォーキングは、「クロスポール」テクニックで徐行し不意な接触事故を避けるようにします。

「クロスポール」テクニックは、腕を引き上げながら身体の前面でポールの先を交差させる安全確保のポーズです。ポールをクロスさせることで身体幅内にポールを取めることができ、安心して行き交うことができます。



参考：一般社団法人 日本ポールウォーキング協会ホームページ <http://polewalking.jp/whats-pw/>

情報掲示板

懐かしいお菓子

サクサクふんわり

ポーロ



ポーロ (bolo) は、ポルトガル語で「ケーキ」を意味し、小麦粉（そば粉や片栗粉も使ったものもあります）に卵、砂糖などを加えてこね、成型してから焼き上げたものをいいます。カリッとした軽い歯ざわりと口の中でさらりと溶ける食感が特徴ですが、カステラのようにしっとり焼き上げたものもあります。日本にポーロは16世紀にポルトガルから伝えられたといわれています。現在、市販されているポーロといえば、形としては丸めてから平たくしたものや、小粒のものなど様々で、商品名も製菓会社によって、「乳ポーロ」、「丸ぼうろ」、「たまごポーロ」、「ミルクポーロ」、「ベビーポーロ」などいろいろあります。

駄菓子屋さんで売られているポーロといえば、「たまごポーロ」が有名です。素朴でやさしい甘みと、口溶けのよい小さな丸い粒が食べやすく、赤ちゃんのおやつとしても昔から人気がありました。

黄卵、砂糖、片栗粉、牛乳を使ってオーブントースターでも簡単に手作りができます。ポーロが小さい分、焦げるのが早いのでこまめに様子を見て、好みの焼き色で取り出します。

図書館

卓球マニア濃縮エキス
卓球天国の扉

卓球マニア濃縮エキス
卓球コラムニスト 伊藤条太・著



卓球王国
ISBN978-4-901638-48-7
定価：1,300+税

いらつしゃい、卓球天国へ希代の卓球コラムニストが放つ爆笑卓球コラム本『ようこそ卓球地獄へ』の続編。不可解でクレイジーで面白すぎる卓球の世界へ誘う。
(帯文より)

月刊誌卓球王国の「奇天烈逆もしョン」で紹介されたコラムに、卓球王国デビューを飾ることとなった「卓球本悦楽主義」や、おまけの「4コママンガ」まで、伊藤条太ワールドが炸裂!!
あなたはこの一冊で「天国の扉」を開けることになる。

表紙の写真

栃木県

黄鮒

宇都宮郷土玩具（縁起物）



宇都宮市「ふくべ洞」

昔、宇都宮地内に天然痘が流行して多くの病人がでました。ある日、信心深い村人が病人に与えるために魚釣りに出かけると、大きな黄色い鮒を釣上げました。これを病人に食べさせたところ、病気はあとかたもなく治りました。そこで村人たちは、病気除け、また、縁起物として黄鮒の張り子を正月に軒下に吊るしたり、土鈴を作って神棚に供えたりしたのが始まりといわれています。

かつては、多くの農家が副業として黄鮒を制作していました。現在では「ふくべ洞」の小川昌信氏が技術を継承していますが、販売される数も少なくなり貴重な物となっています。

頭は赤色、ひれは緑色、胴体が黄色と色鮮やかで愛らしい姿です。

宿泊施設の 年末年始 営業案内

年末年始の営業日…… ★=年末年始用プラン設定日、●=営業日、×=休業日

施設名・所在地・電話番号				年末年始の営業日						宿泊予約 申込開始日
				12月			1月			
				29	30	31	1	2	3	
東北	青森県	ラ・プラス青い森	青森市中央 1-11-18 電話：017-734-4371	●	●	×	×	●	●	受付中
	岩手県	エスポワールいわて	盛岡市中央通 1-1-38 電話：019-623-6251	●	●	×	×	×	●	受付中
		清温荘	盛岡市繁字湯の館 33 電話：019-689-2321	●	●	★	★	★	●	10月1日 から
	秋田県	ルポールみずほ	秋田市山王 4-2-12 電話：018-862-2433	×	×	×	×	×	×	-
	山形県	あこや会館	山形市松波 2-8-1 電話：023-642-1358	●	★	★	★	★	★	受付中
	福島県	杉妻会館	福島市杉妻町 3-45 電話：024-523-5161	×	×	×	×	×	×	-
みちのく荘		福島市飯坂町字小滝 5-2 電話：024-542-4271	×	×	×	×	×	×	-	
関東	茨城県	オーシャンビュー大洗	東茨城郡大洗町東光台 8234-1 電話：029-267-0488	●	●	★	★	★	★	9月1日 から
	栃木県	ニューみくら	宇都宮市昭和 1-3-6 電話：028-622-1093	×	×	×	×	×	×	-
	埼玉県	ヘリテージ 浦和別所沼会館	さいたま市南区別所 4-14-10 電話：048-861-5219	●	●	●	●	●	●	10月1日 から
	千葉県	ホテルプラザ菜の花	千葉市中央区長洲 1-8-1 電話：043-222-8271	★	★	★	★	★	●	受付中
	東京都	ホテルルポール麹町	千代田区平河町 2-4-3 電話：03-3265-5361	●	●	★	★	★	●	受付中
	山梨県	富士桜荘	南都留郡富士河口湖町船津 6662-10 電話：0555-73-1231	×	●	★	★	★	★	10月1日 から
東海・北陸	福井県	水仙荘	丹生郡越前町岬平 電話：0778-37-1585	●	★	★	★	★	★	受付中
	長野県	名月荘	千曲市大字磯部 1144-4 電話：026-275-1309	●	●	★	★	★	★	9月1日 から
		湖山荘	諏訪市湖岸通り 2-4-28 電話：0266-52-2163	●	●	★	★	★	★	9月1日 から
	愛知県	アイリス愛知	名古屋市中区丸の内 2-5-10 電話：052-223-3755	×	×	★	★	★	★	受付中
		サンヒルズ三河湾	蒲郡市三谷町南山 1-76 電話：0533-68-4696	●	●	★	★	★	★	受付中
近畿	三重県	神湯館	津市榊原町 5079 電話：059-252-0001・0002	●	★	平成27年12月31日をもって閉館予定			受付中	
	滋賀県	ホテルピアザびわ湖	大津市におの浜 1-1-20 ビアザ 淡海内 電話：077-527-6333	×	×	★	★	★	●	受付中
	京都府	御所西京都平安ホテル	京都市上京区烏丸通上長者町上ル 電話：075-432-6181	●	●	★	★	●	●	受付中
	兵庫県	瑞宝園	神戸市北区有馬町 1751 電話：078-903-3800	●	●	★	★	★	★	受付中
中国・四国	島根県	ホテル宍道湖	松江市西嫁島 2-10-16 電話：0852-25-1155	●	●	★	★	★	★	受付中
	広島県	鯉城会館	広島市中区大手町 1-5-3 電話：082-245-2322	×	×	×	×	×	×	-
	山口県	翠山荘	山口市湯田温泉 3-1-1 電話：083-922-3838	●	●	★	★	★	★	受付中
	香川県	ルポール讃岐	高松市中野町 23-23 電話：087-831-3330	●	●	★	★	★	★	受付中
九州	福岡県	ホテルレガロ福岡	福岡市博多区千代 1-20-31 電話：092-651-7611	●	●	★	★	★	★	受付中

※ ★の年末年始用プランの利用料金やサービス内容等の詳細については、当組合ホームページ掲載の「年末年始プランのご案内」をご覧ください（当組合ホームページ <http://www.chikyosai.or.jp/>）。



大洗町 大洗海上花火大会

www.town.oarai.lg.jp/~kankouka/miru/info-503-104_6.html
大洗町花火大会は大洗サンビーチで開催され、約3,000発の花火が夜空に舞い上がります。
オーシャンビュー大洗の客室や大浴場からの眺めは最高です。
※雨天順延



オーシャンビュー大洗 おすすめの観光スポット



国営 ひたちなか海浜公園

<http://hitachikaihin.go.jp/>
花のテーマパーク「国営ひたち海浜公園」は開園面積が約200haと広大で、各所に大規模な花畑があります。春にはスイセンやチューリップ、ネモフィラ。夏にはバラ、ジニア、ヒマワリ。秋にはコキアやコスモスと四季折々の草花が、訪れる人々の目を楽しませてくれます。

ROCK IN JAPAN FESTIVAL 2015

(国営 ひたちなか海浜公園)

<http://rijfes.jp>

国内最大級のロックの祭典で、日本国内のさまざまなバンド、シンガー、ユニット等が出演し、日本の現在の音楽シーンを体感することができます。



大洗サンビーチ

白砂と青松が美しく続き、遠浅で澄んだ水や穏やかな波、広いビーチが開放的な大洗サンビーチです。
ライフセーバーの監視やトイレなどのバリアフリー設備が充実していることから家族連れに人気があるビーチです。夏の海水浴はもちろん、4月から10月にかけては地曳網も楽しめます。地上60m、大洗町のシンボル「大洗マリンタワー」もすぐそばです。



大洗マリンタワー



オーシャンビュー大洗

海水浴場まで5分の抜群なロケーション！

〒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



眺望が豊かな海が見える大浴場で疲れた体をリフレッシュして、
魚料理を中心とした四季折々の和食をご堪能いただけます。

◆◆おすすめ宿泊プラン◆◆

- 7月1日～19日
1泊2食 10,150円～(税サ込)
- 7月20日～8月20日
1泊2食 13,150円～(税サ込)
- 8月21日～8月31日
1泊2食 11,150円～(税サ込)



※料理内容は季節・日により変わります。



サザンクロス (1階)

5月7日リフレッシュオープン

明るくモダンなレストランとして生まれ変わりました。



グランシャリオ (12階)

5月13日

リフレッシュオープン

綺麗な夜景が眺められるカウンター席やスタイリッシュな空間を演出します。



銀河 (12階)

旬の素材にこだわり、吟味された四季折々の逸品料理をご提供します。

名古屋市の中心に位置するアイリス愛知は、観光やビジネスの拠点にとっても便利です。

宿泊室は高層階にあり眺めも抜群のうえ、本年7月1日より、宿泊室に「コネクティングルーム」と「和洋特別室」が新たに加わり、さらに利用しやすくなりました。

「コネクティングルーム」は、2つお部屋を内扉でつないで最大3名様までご利用いただける広々としたお部屋ですので、ご家族やグループでの宿泊や受験勉強などに最適です。

「和洋特別室」は、セミダブルサイズの大きなベッド2台とゆったりとくつろげる畳の間を備えた、高級感あふれる特別室です。

また、1階「サザンクロス」は明るくモダンなレストランとして本年5月

7日に、最上階の「グランシャリオ」は本年5月13日に創作フレンチダイニングとしてリフレッシュオープンしました。ほかに、和食を中心に旬の食材を使用した逸品料理が評判の「銀河」がありますので、お客様のニーズに合わせて、是非、ご利用ください。

◆◆宿泊プラン一例◆◆

●平日・土曜日プラン(サービスモーニング付)

【早割30プラン】30日前までのご予約お申込み

	平日	土曜・祝前日
シングル(1名様)	5,500円	6,000円
ツイン (2名様)	9,000円	9,500円
和洋特別室(2名様)	18,000円	20,000円
コネクティングルーム(3名様)	16,000円	20,000円

【日祝プラン】日曜・祝日のご宿泊限定(祝前日を除く)

シングル(1名様)	4,500円
ツイン (2名様)	8,000円
和洋特別室(2名様)	16,000円
コネクティングルーム(3名様)	16,000円

- ※価格は、すべて(税込)の料金となります。
- ※プランの適用除外日もございます。

アイリス愛知

リフレッシュオープンでさらに利用しやすくなりました

〒460-0002

愛知県名古屋市中区丸の内2丁目5-10

TEL 052-223-3755 FAX 052-223-3760

<http://www.iris-aichi.com/>

アクセス

- 地下鉄をご利用の場合
桜通線・鶴舞線「丸の内駅」下車 徒歩8分
名城線「市役所駅」下車 徒歩8分
名城線・桜通線「久屋大通駅」下車 徒歩10分
- バスをご利用の場合
名古屋バスターミナル(JR桜通口北)5番乗り場、
幹名駅1系統または、6番乗り場、
名駅14系統に乗り「外堀通」バス下車すぐ



地方職員共済組合

アイリス愛知のおすすめ観光スポット

にっぽんど真ん中まつり

<http://www.domatsuri.com/>

真夏の名古屋を舞台に繰り広げられる日本最大級の踊りの祭典。国内外から終結する約200チーム2,300人が地域色豊かな踊りを披露する、だれでも参加できる市民参加型の新しいスタイルのお祭りです。3日間の来場者数は約200万人を数え、名古屋の街は華やかな祭り一色になります。



名古屋城

<http://www.nagoyajo.city.nagoya.jp>

徳川家康が天下統一の最後の布石として築いた城です。「武将都市ナゴヤ」をPRするために結成された「名古屋おもてなし武将隊」の演武を見ることができ、人気のある観光スポットです。



写真提供：にっぽんど真ん中祭り



名古屋港水族館

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

名古屋港ガーデンふ頭にある世界最大級の都市型水族館。魚類・ウミガメ・ペンギン・イルカ・シャチなど、540種、36,000点に上る多彩な海洋生物を展示しています。



サンヒルズ三河湾客室からの風景



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)

サンヒルズ三河湾のおすすめ観光スポット

蒲郡市観光協会 <http://www.gamagori.jp/>



ラグーナテンボス

(サンヒルズ三河湾より、車で 5 分)
<http://www.lagunatenbosch.co.jp/>



6月27日(土)にラグナシアのプールがオープン。
日本最大級の波が出る巨大ウェーブプールを始め6つのプールが楽しめます。また、日にち限定で幻想的で壮大な花火ショー、花火スベクタキュラ「ミスティノージェ」も開催しております。



蒲郡駅南口の
アメリカスカップ艇



竹島

島全体が国の天然記念物に指定されています。竹島にある八百富神社は、「竹島弁天」が祀られるパワースポットです。



子安弘法大師像



竹島水族館

ほのほのアットホームな水族館です。



◆◆リニューアルのご案内◆◆

6/19から7/2まで休業し、絨毯、クロス張替え等の改修を行い、より快適な環境でお過ごしいただけます。

※7/3~7/31宿泊利用者(大人)に「お土産」プレゼント!

◆◆おすすめ宿泊プラン◆◆

●夏得!ファミリー宿泊プラン 7/3~8/31

普通室1泊2食1室3名以上ご利用の場合(税込・入湯税150円別)

大人(中学生以上)	通常	10,450円	が特別価格	9,800円
小人(小学生)	通常	7,100円	が特別価格	6,000円
幼児(4才~未就学児)	通常	6,150円	が特別価格	5,000円

●海の幸山の幸 豪華な会席プラン 7/3~8/31

普通室1泊2食1室3名様以上ご利用の場合(税込・入湯税150円別)

大人(中学生以上)	通常	13,700円		
小人(小学生)	通常	7,100円	が特別価格	6,000円
幼児(4才~未就学児)	通常	6,150円	が特別価格	5,000円



レガロ福岡のおすすめ観光スポット

博多祇園山笠

<http://www.hakatayamakasa.com/>

博多祇園山笠は、700年以上の伝統のある祭で国指定重要無形民俗文化財に指定されています。7月1日の飾り山笠公開から15日早朝の追い山まで、福岡の博多部を中心に行われます。10mを越す飾り山笠が市内14ヶ所で常設展示され、博多の街は山笠一色で活気づき、最高潮を迎えるのは15日の早朝。真夜中に集まった観客に見守られ、太太鼓の合図と共に昇き山を担いで博多の街を全力疾走します。



マリンメッセ福岡

<http://www.marinemesse.or.jp/messe/>
福岡市立のコンサートホール・コンベンションセンター。



櫛田神社

<http://members3.jcom.home.ne.jp/romantic-hakata/kushidajinja.htm>

博多の氏神・総鎮守として信仰を集めている神社。博多祇園山笠や博多おくちなどの祭事を行います。

写真：Atosan/Shutterstock.com



大濠公園

<http://www.ohorikouen.jp>
福岡市中央区にある福岡県営の公園。国指定の登録記念物となっています。



ホテルレガロ福岡

細やかなおもてなしの心を伝えるホテル

〒812-0044

福岡県福岡市博多区千代1丁目20-31

TEL 092-651-7611 FAX 092-651-9567

<http://hotel-regalo.com>

アクセス

- お車をご利用の場合
福岡空港より車で15分
JR「博多駅」より車で10分
- 電車をご利用の場合
地下鉄「千代県庁口」4番出口 徒歩3分
JR「吉塚駅」徒歩10分
※福岡県庁より徒歩7分



◆◆おすすめ宿泊プラン◆◆

●平日限定カップルプラン

12時までゆったり、更に駐車場は15時まで無料！

料金 一人当たり 2,900円～(税込)

※こちらは平日に2名でご利用出来るお得なプランです。

博多駅、中洲、天神などへのアクセス良好！

【特典】

1. 通常 11時チェックアウトが12時まで！！
2. 駐車場はチェックアウト日 15時まで利用可
※15時以降は500円で延長可能
3. 朝食と洋バイキングがなんと無料
※7時から9時30分まで
4. 入浴剤プレゼント



ホテルレガロ福岡 レストラン Raconter (ラ コンテ)





組合員として在職中の障害給付は、一元化後はどうなりますか？



Q 私は障害共済年金の受給権者ですが、現在、県に在職中のため、障害共済年金の支給は停止されています。平成27年10月に共済年金は厚生年金に一元化されると聞きました。それ以降、障がいの年金は在職中であっても支給されると聞きましたが、本当でしょうか。

A 平成27年10月以降、障がいの年金は在職中であっても支給されることとなります。

現在、障害共済年金の受給権を有する方が組合員として在職している間は、原則、障害共済年金の支給は停止されますが、厚生年金には同様の支給停止制度はありません。

平成24年の法律改正により、平成27年10月からは、被用者年金制度が一元化されて、このような共済年金と厚生年金の制度的な差異については、厚生年金に揃えて解消されることになりました。

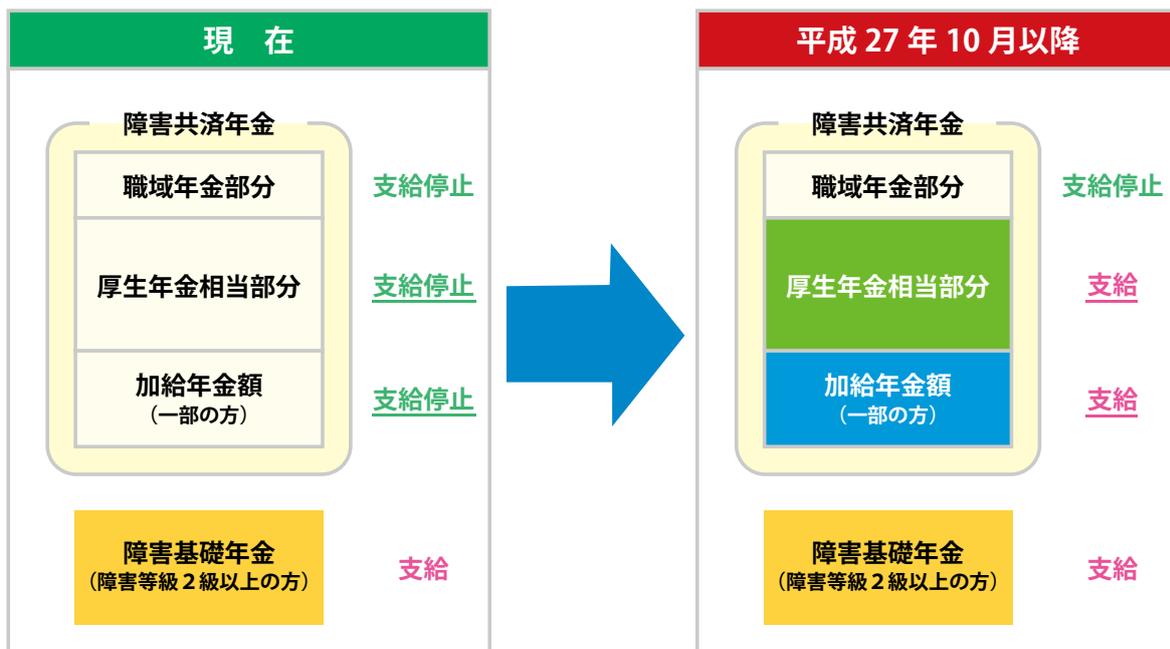
そのため、障害共済年金の厚生年金相当部分については、一元化後は組合員として在職中であっても支給

されることとなります。(職域年金部分については、引き続き支給が停止されます。)

なお、公務員の年金は、平成27年10月以降は「厚生年金」として受給権が発生しますが、同年9月までに受給権が確定した「共済年金」は、一元化後も「共済年金」のままとなります。

あなたの場合、障害共済年金として既に受給権が確定していますので、平成27年10月以降も、この年金については「共済年金」のまま権利を持ち、在職中であっても支給されることとなります。

● 組合員として在職している間の障害共済年金の支給イメージ



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。



育児休業中にもらえる給付金がありますか？



私は、現在、県に在職中ですが、平成 27 年 7 月から育児休業に入る予定です。共済組合の短期給付の中に、育児休業中にもらうことができる給付金があると聞きましたが、どのようなものでしょうか。



共済組合の短期給付には、組合員の育児休業期間中の経済的援助を行うことを目的として支給される「育児休業手当金」があります。

この給付は、民間の労働者が雇用保険法によりハローワーク（公共職業安定所）で支給される育児休業給付と同じ給付で、雇用保険が適用されない公務員に対して共済組合から支給するものです。

以下、育児休業手当金について説明します。

1 支給要件

育児休業手当金は、組合員（任意継続組合員を除きます。）が、育児休業^(※1)を取得し、給料が支給されない場合や減額される場合に支給されます。

(※1) 「地方公務員の育児休業等に関する法律」の規定による休業です。

2 支給額

組合員が育児休業を取得した日 1 日につき、以下の金額が支給されます。(※2)

(1) 育児休業開始から 180 日に達する日まで

給料日額(給料月額 \div 22) \times 67 \div 100 \times 1.25 (※3)

(2) 育児休業開始から 180 日に達した日の翌日以降

給料日額(給料月額 \div 22) \times 50 \div 100 \times 1.25 (※3)

(※2) 育児休業手当金の支給額については、雇用保険法の規定による育児休業給付に準じた上限額があり、平成 26 年 8 月から平成 27 年 7 月までは、育児休業を開始してから 180 日に達するまでの間は 12,973 円、残りの期間は 9,681 円となっています。

(※3) 特別職の場合は 1

3 支給期間

支給期間は、原則として、育児休業の対象となる子が 1 歳になった日までの期間において、育児休業を取得した期間です。

育児休業手当金については以上のとおりですが、請求の手続き等、詳細につきましては、各道府県支部の短期給付事務担当者にお問い合わせ下さい。

なお、次の場合に該当するときは、最長で子が 1 歳 6 か月になった日までの期間において、育児休業を取得した期間支給されます。

(1) 子が 1 歳に達する日までに保育所における保育の申込みを行っているが、子が 1 歳時点で保育所に入所できず、子が 1 歳に達した日以後も引き続き育児休業を取得する場合

(2) 子の養育を行う予定であった配偶者が次に該当することにより、子が 1 歳に達した日以後も引き続き育児休業を取得する場合

① 死亡したとき。

② 負傷、疾病または身体上もしくは精神上の障害により、養育することが困難な状態になったとき。

③ 婚姻の解消その他の事情により、配偶者が育児休業に係る子と同居しないこととなったとき。

④ 6 週間（多胎妊娠にあつては、14 週間）以内に出産する予定である場合、または出産後 8 週間を経過していないとき。

4 パパ・ママ育休プラス

配偶者が、当該子が 1 歳に達する日までのいずれかの日に育児休業を取得している場合は、その子が 1 歳 2 か月に達する日までの間で、育児休業を取得した期間について、最長で 1 年間、育児休業手当金が支給されます。

なお、組合員のうち、共済組合に雇用される方など、雇用保険法による支給を受けることができる方は、育児休業手当金の支給対象とはなりません。

ひ ろ ば



キャンプ(^_^)
那須高原にキャンプに行ってきました。
この日は、少し肌寒い夜でしたが、焚き火と
ランタンの灯りの中、美味しいお酒を飲みま
がら、語り合いました。
(栃木県/ヒロピーさん)



ある春の日、帰り道。
団地を見あげると一番星。
(奈良県/郵便局 巡礼者さん)



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スルについては、当方では責任を負いませんのでご了承願います。

本
部
だ
よ
り
(本部主催会議の状況)

短期給付事務基礎研修会

開催日 平成27年5月11日(月)～5月12日(火)
会場 東京都 ホテルルポール麹町(麹町会館)

標準報酬制事務処理説明会

開催日 平成27年5月18日(月)
会場 東京都 ホテルルポール麹町(麹町会館)

第212回運営審議会

開催日 平成27年6月23日(火)
会場 東京都 ホテルルポール麹町(麹町会館)

編集後記

梅雨特有の長雨で湿気の多い天気が続いております。九州では梅雨前線の影響で記録的な大雨となったところもあるなど、全国的に天気の悪い日が多くなっています。さて、国では、7月と8月に勤務時間を前倒しする朝型勤務「ゆう活」を実施するようです。「ゆう活」とは、勤務時間を1～2時間前倒しするなどして、夕方の時間を家族や友人と過ごす生活スタイルの愛称だそうです。まだ、こんな天気ですので、サマータイムという雰囲気ではありませんが、「ゆう活」が「クールビズ」のように普及するの気になるところです。1年の半分が終わり、夏休みも間近です。早くこのジメジメした季節を乗り越えて、楽しい夏を迎えたいものです。(S.O)