

地方 共済

Autumn 2021

309

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



- 2 当共済組合における医療費分析等の状況について
- 4 当共済組合における短期経理の財政状況について
- 5 令和3年10月からの年金払い退職給付の基準利率等について
- 6 年金請求時に退職手当金の源泉徴収票が必要になる場合があります
- 6 利用申込受付中! マイナンバーカードが健康保険証として利用できます!
- 10 地共済年金情報Webサイトで将来のねんきんを考えてみませんか?
- 11 宿泊施設の年末年始営業案内
- 8 地方共済クリニック
リラックス呼吸法とヨガ
- 12 「旅の宿」からご案内
ホテル プラザ菜の花 (千葉県千葉市)
ホテル ルポール麹町 (東京都千代田区)
- 14 知って納得情報掲示板
「図書館」穴太の石積み
「郷土のお菓子」埼玉県銘菓 草加せんべい
「表紙の写真」鹿児島県 マトリョーシカ 薩摩のシンボル「篤姫と西郷隆盛」
- 15 Q&A
「支給開始年齢前に老齢厚生年金を受給できますか?」
- 16 編集後記

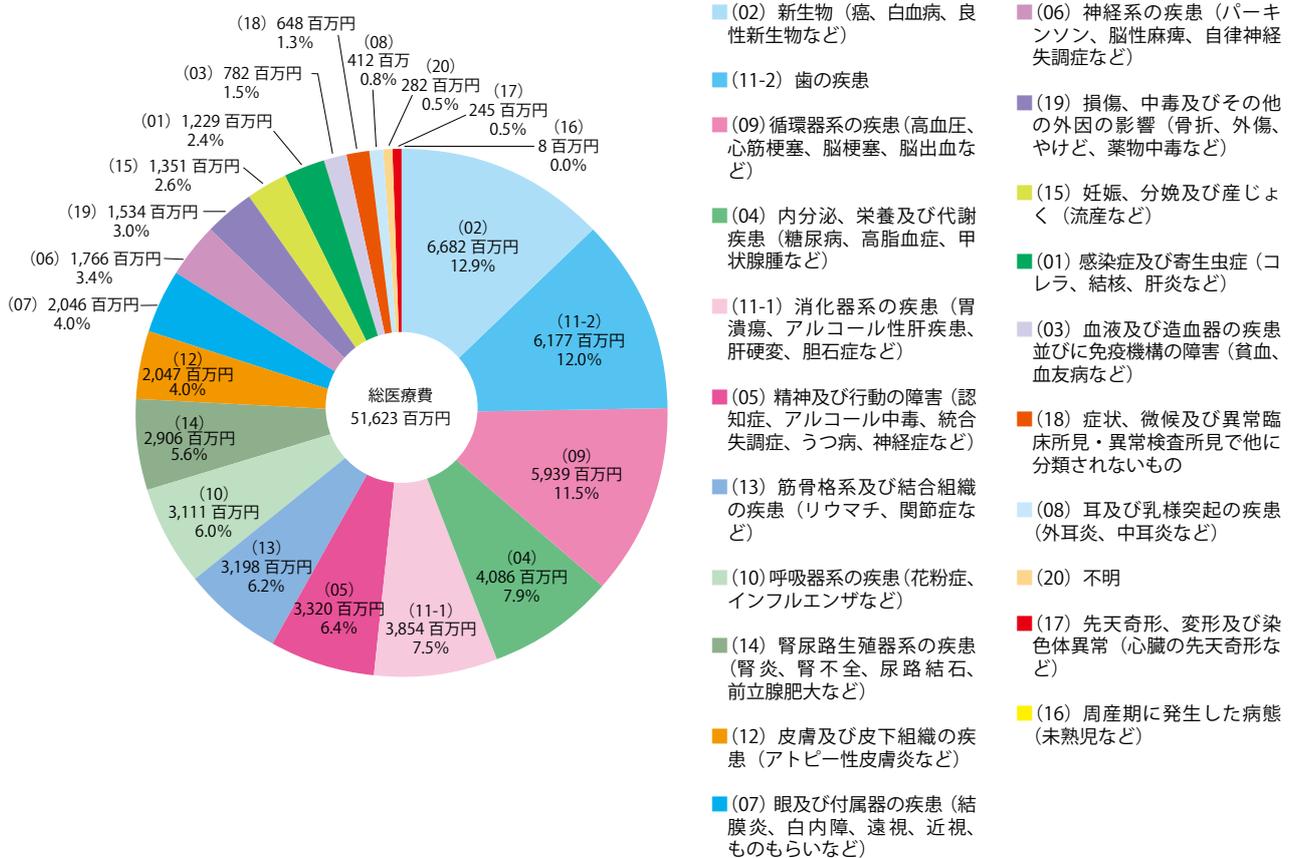
当共済組合における 医療費分析等の状況について

1 概要

当共済組合の組合員及び被扶養者に関する医療機関からの診療報酬明細書（レセプト）のデータにつきまして、令和2年4月～令和3年3月の間に当共済組合に請求があったものについて分析したところ、次のような傾向が見られました。

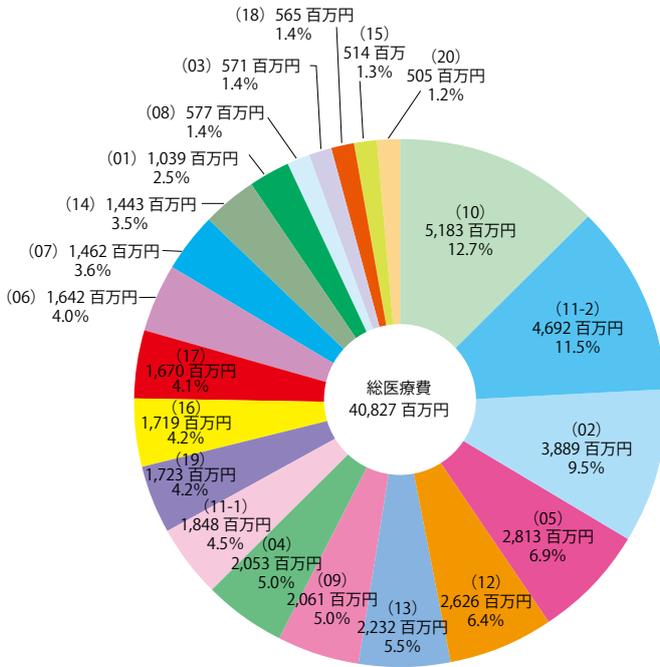
2 組合員の疾病別の医療費の状況

組合員のレセプトにつきまして、下のとおり「(01) 感染症及び寄生虫症（コレラ、結核、肝炎など）」～「(20) 不明」の21分類の疾病別で見ますと、「(02) 新生物（癌、白血病、良性新生物など）」が最も多く、総医療費516億2千3百万円のうち、66億8千2百万円（12.9%）となっており、次に、「(11-2) 歯の疾患」が61億7千7百万円（12.0%）となっております。



3 被扶養者の疾病別の医療費の状況

被扶養者のレセプトにつきまして、下のとおり「(01) 感染症及び寄生虫症（コレラ、結核、肝炎など）」～「(20) 不明」の21分類の疾病別で見ますと、「(10) 呼吸器系の疾患（花粉症、インフルエンザなど）」が最も多く、総医療費408億2千7百万円のうち、51億8千3百万円（12.7%）となっており、次に、「(11-2) 歯の疾患」が46億9千2百万円（11.5%）となっております。



- (10) 呼吸器系の疾患（花粉症、インフルエンザなど）
- (11-2) 歯の疾患
- (02) 新生物（癌、白血病、良性新生物など）
- (05) 精神及び行動の障害（認知症、アルコール中毒、統合失調症、うつ病、神経症など）
- (12) 皮膚及び皮下組織の疾患（アトピー性皮膚炎など）
- (13) 筋骨格系及び結合組織の疾患（リウマチ、関節症など）
- (09) 循環器系の疾患（高血圧、心筋梗塞、脳梗塞、脳出血など）
- (04) 内分泌、栄養及び代謝疾患（糖尿病、高脂血症、甲状腺腫など）
- (11-1) 消化器系の疾患（胃潰瘍、アルコール性肝疾患、肝硬変、胆石症など）
- (19) 損傷、中毒及びその他の外因の影響（骨折、外傷、やけど、薬物中毒など）
- (16) 周産期に発生した病態（未熟児など）
- (17) 先天奇形、変形及び染色体異常（心臓の先天奇形など）
- (06) 神経系の疾患（パーキンソン、脳性麻痺、自律神経失調症など）
- (07) 眼及び付属器の疾患（結膜炎、白内障、遠視、近視、ものもらいなど）
- (14) 腎尿路生殖器系の疾患（腎炎、腎不全、尿路結石、前立腺肥大など）
- (01) 感染症及び寄生虫症（コレラ、結核、肝炎など）
- (08) 耳及び乳様突起の疾患（外耳炎、中耳炎など）
- (03) 血液及び造血器の疾患並びに免疫機構の障害（貧血、血友病など）
- (18) 症状、徴候及び異常臨床所見・異常検査所見で他に分類されないもの
- (15) 妊娠、分娩及び産じょく（流産など）
- (20) 不明

4 重症者のうち医療機関に未受診の組合員への受診勧奨事業について

令和2年度の特健康診査を受診した組合員の方で、次のいずれかの条件に該当する方を重症者として抽出し、医療機関への受診を促す冊子を配付する事業を行っております。

- ① 血糖：HbA1c（血糖コントロール値）が、6.5%以上の方（HbA1cを測定していない場合は、空腹時血糖が126mg以上の方）
- ② 血圧：収縮期血圧（最高血圧）160mmHg以上、又は拡張期血圧（最低血圧）100mmHg以上の方
- ③ 脂質：LDLコレステロール値180mg/dl以上、又は中性脂肪500mg/dl以上の方

当共済組合における 短期経理の財政状況について

短期経理とは

組合員とその家族（被扶養者）の病気やケガ、出産、死亡、休業、災害などに対して行う給付や、高齢者医療制度への支援金などを支出する経理です。

財源は、主に組合員の標準報酬の月額・標準期末手当等の額から天引きされる掛金と、事業主である地方公共団体等からの負担金で賄われています。

高齢者医療制度とは

一般的に、高齢になるほど収入が少なくなり、医療費がかかるため、高齢者の割合が高い国民健康保険や、75歳以上の後期高齢者医療制度の財政的な負担は大きくなります。

このため、高齢者医療を社会全体で支える観点から、当共済組合においても、後期高齢者医療制度を支援するための後期高齢者支援金や、65歳から74歳までの前期高齢者の方の医療費を全国の医療保険者間で調整するための前期高齢者納付金などを負担しています。

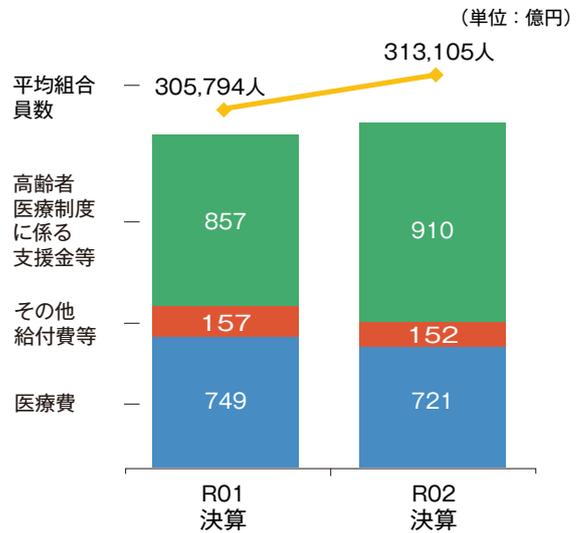
現状と今後の課題

令和2年度は、組合員数の増加に伴う掛金負担金収入の増加により短期積立金は増加しました。（[図1](#)・[図2](#)参照）

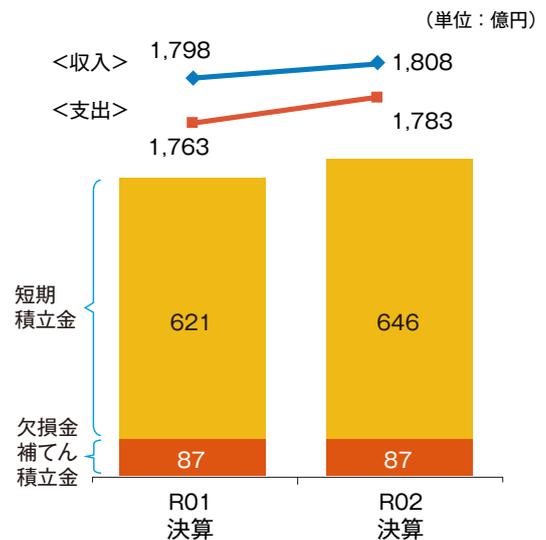
令和2年度決算における短期経理の支出割合は、医療費が40%であるのに対して、高齢者医療制度に係る支援金等が51%を占めています。（[図3](#)参照）

今後については、団塊の世代が75歳以上となる令和4年度以降の高齢者医療制度に係る支援金等の影響、新型コロナウイルス感染症や令和4年10月から道府県に勤務する短時間勤務職員が組合員に加わることによる影響を注視しながら運営していくことが重要となっています。

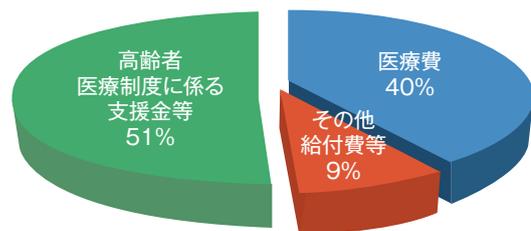
<図1> 組合員数と短期経理の支出内訳の推移



<図2> 短期経理財政の収支状況の推移



<図3> 令和2年度 短期経理支出割合



令和3年10月からの年金払い退職給付の基準利率等について

●令和3年10月からの年金払い退職給付の基準利率等について

年金払い退職給付の算定の基礎となる基準利率、終身年金現価率及び有期年金現価率（以下「基準利率等」といいます。）は、地方公務員共済組合連合会の定款で定められています。

この率は、毎年10月に、国債の利回りを基礎とし、政令で定める事情を勘案し、変更されることとなります。

●詳細について

令和3年10月からの基準利率等の詳細については、地方公務員共済組合連合会のホームページをご覧ください。

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

または

地方公務員共済組合連合会

検索

※ トップページ内の、「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)⇒地共連の定款で定める事項(基準利率等)」からご覧ください。

年金請求時に退職手当金の源泉徴収票が必要になる場合があります

65歳になると退職年金（年金払い退職給付）の受給権が発生します。

これを受け取る際に**一時金としての受け取りを選択すると**、道府県の退職手当等に係る「**退職所得の源泉徴収票**」（写しでも可）が必要になる場合がありますので、必ず保管しておいてください。

（毎年6月末にお送りしている「給付算定基礎額残高通知書」にもその旨の記載がありますのでご確認ください。）

退職年金の仕組み



退職年金（年金払い退職給付）は、次の条件に該当した場合に支給されます。

- ① 原則、平成27年10月以降に1年以上引き続き組合員期間を有すること。
- ② 退職した後に65歳に達したとき、または65歳に達した日以後に退職したとき、のどちらか遅い方退職時まで積み立てた給付算定基礎額（地方共済夏号（No.308）参照）の半分は「有期退職年金」、半分は「終身退職年金」として支給されます。

このうち、有期退職年金の受け取り期間は、原則20年間ですが、10年間または一時金での受け取りも選択可能です（終身退職年金は、有期退職年金の選択方法の影響は受けません。また、有期退職年金の選択方法は後から変更することはできません。）。

利用申込受付中!

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます!



※2021年10月までに本格運用が開始されます。それまでは健康保険証の持参をお願いします。
※医療機関・薬局によって開始時期が異なります。
利用できる医療機関・薬局については、ステッカーやポスターが目印です。裏面をご覧ください。

内閣府 総務省 厚生労働省

令和3年4月改訂



医療機関や薬局の受付で マイナンバーカードを 顔認証付きカードリーダーに 置いて本人確認!

カードの顔写真を機器で確認します。※顔写真は機器に保存されません。



利用には申込が必要です

申込はカンタン!

●スマートフォンからマイナポータルで申込

まずは必要なものをチェック!



- ① 申込者本人のマイナンバーカード
+ あらかじめ市区町村窓口で設定した暗証番号 (数字4桁)
- ② マイナンバーカード読取対応のスマホ (又はPC+ICカードリーダー)
- ③ アプリ「マイナポータルAP」のインストール



- STEP1** ● 「マイナポータルAP」を起動する。
- STEP2** ● 「健康保険証利用申込」をタップする(押す)。
- STEP3** ● 利用規約等を確認して、同意する。
※併せて、マイナポータルの利用者登録が行えます。
- STEP4** ● マイナンバーカードを読み取る。
数字4桁の暗証番号を入力し、マイナンバーカードをスマホにぴったりと当て、読み取り開始ボタンを押します。

申込完了!!

医療機関・薬局 (※) の
顔認証付きカードリーダー
でも申込できるよ



ここをタップ(押す)!

●セブン銀行ATMでも申込できる!

※待ち時間回避のため、マイナポータルやセブン銀行ATMでの事前の申込をおすすめします。

※2021年6月より本デザインに変わる予定です。

マイナンバーPRキャラクター
マイナちゃん



どんないいことがあるの？

本人が同意をすれば、
初めての医療機関等でも、
特定健診情報や今までに使った
薬剤情報が医師等と共有できる！



マイナポータルで
自身の特定健診情報や
薬剤情報・医療費通知情報が
閲覧できる！



マイナポータルを通じた
医療費通知情報の自動入力で、
確定申告の医療費控除が
よりカンタンに！



限度額適用認定証がなくても
高額療養費制度における
限度額を超える支払が免除される！



就職・転職・引越をしても
健康保険証としてずっと使える！
医療保険者が変わる場合は、
加入の届出が引き続き必要です。



※マイナンバーカードの健康保険証利用には、ICチップの中の「電子証明書」を使うため、医療機関や薬局の受付窓口でマイナンバー（12桁の数字）を取り扱うことはありません。また、ご自身の診療情報がマイナンバーと紐付くことはありません。
※従来の健康保険証が利用できなくなるわけではありません。



今後のスケジュールは？

● 現在

- 医療機関・薬局などで、順次マイナンバーカードの健康保険証利用が可能に
※利用できる医療機関・薬局は右のステッカーやポスターが目印です。また、厚生労働省ホームページでも案内しています。
- マイナポータルで、2021年10月までに、特定健診情報の閲覧が順次可能に

● 2021年10月（予定）から

- マイナポータルで、薬剤情報の閲覧が可能に

● 2021年11月（予定）から

- マイナポータルで、医療費通知情報の閲覧が可能に

● 2021年分所得税の確定申告（予定）から

- 確定申告における医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて医療費通知情報を自動入力することが可能に



申込方法は
特設ページでも
確認できます！



https://myna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html

健康保険証利用申込のお問い合わせ



マイナンバー総合
フリーダイヤル

マイナンバー
0120-95-0178

音声ガイダンスに従って「4→2」の順にお進みください。

受付時間（年末年始を除く）

平日：9時30分～20時00分
土日祝：9時30分～17時30分

地方共済クリニック

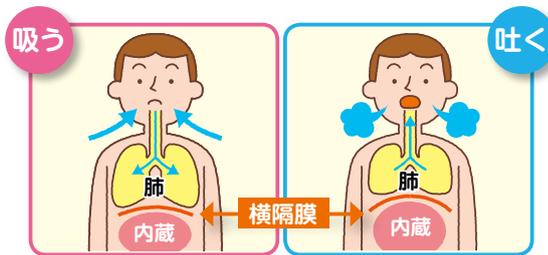
TRAINING

リラックス 呼吸法とヨガ

最近、ストレスや不安、疲れがたまっていますか？ 気持ちが張り詰めているときは、知らず知らずのうちに呼吸が浅くなっていることがあります。深い呼吸を取り戻してリラックスしてみましょ。

腹式呼吸のやり方

腹式呼吸は立つて行うこともできますが、座ったほうが安定します。1日のうち、時間を決めて定期的に行うのもよいでしょう。10～20秒間行うだけでもかまいませんが、できれば1分間は行うことをおすすめします。



リラックスとは、「心と体の緊張が解けて安らかな状態」をいいます。自動的にリラックスするのは難しいため、リラックスした状態を保つには、意識的にリラックスする方法をトレーニングすることが大切です。

腹式呼吸は、誰にでもすぐにできて効果があるリラックス法です。ストレスや緊張を感じたときのほか、起床後や就寝前に行うなど日常生活で習慣化するのもおすすめです。

座って腹式呼吸

STEP 1

椅子に深く腰掛ける

姿勢を楽にして椅子に深く座ります。背もたれに軽く触れるくらいを意識して、無理のない程度に背筋を伸ばします。



STEP 2

ゆっくり息を吐ききる

腹式呼吸は、最初に息を吐ききることが大切です。お腹がへこんでいくのを感じながら、口からゆっくり息を吐き出しましょう。



STEP 3

鼻から息を吸い込む

おへその少し上あたりに軽く手をのせ、鼻から息を吸います。お腹を膨らませることを意識しながらゆっくり息を吸い込みましょう。



STEP 4

ゆっくり息を吐き出す

口からゆっくり息を吐き出します。お腹がへこんでいくのと同時に胸が持ち上がるのをイメージします。



寝ながら腹式呼吸

吸う



- 1 両足を伸ばし、少し開く、手はお腹へ。
- 2 鼻からゆっくり息を吸い、お腹をふくらませる。(お腹を横に広げるような感覚で)

吐く



- 3 鼻からゆっくり息を吐き、お腹をへこませる。(お腹を中央に集める感覚で)

● 無理せず、体調に合わせて実施しましょう。

腹式呼吸をマスターしたら、簡単なヨガのポーズも取り入れてみてはいかがでしょうか。1日ひとつのポーズだけでもよいでしょう。ヨガを始める前に、以下のことに注意して行ってください。

- 集中できる静かな環境をつくりましょう。
- 服装は動きやすいものがおすすめです。
- 滑ってケガをしないために、なるべくヨガマットなどを敷きましょう。
- バランスのとりにくいポーズは、ベットの上などで行うのはやめましょう。
- 飲食後すぐは行わないようにしましょう。
- 病気やケガをしている場合や妊娠中の人は、行うのはやめましょう。

呼吸



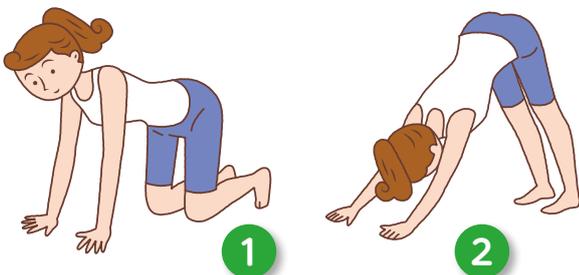
- 1 あぐらで座り、背筋を伸ばし、お腹に手をおく。
 - 2 腹式呼吸を3～4回繰り返したら、自然な呼吸に戻す。
- ※ あぐらが難しい場合は、お尻の下にクッションを敷いたり、正座でもOK。

ネコのポーズ



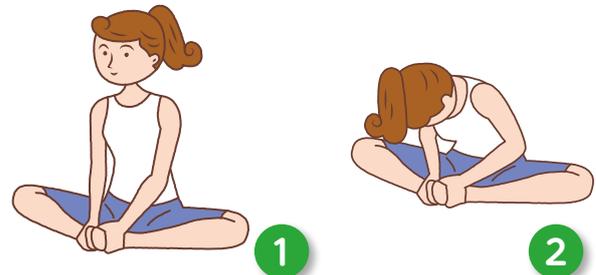
- 1 四つん這いになる。手は肩の真下、膝は腰の真下に置く。手は肩幅、膝は腰幅に広げる。
- 2 吸う息で背中をそる。
- 3 吐く息で丸めて視線はおへそに。これを3～4回繰り返す。

犬のポーズ



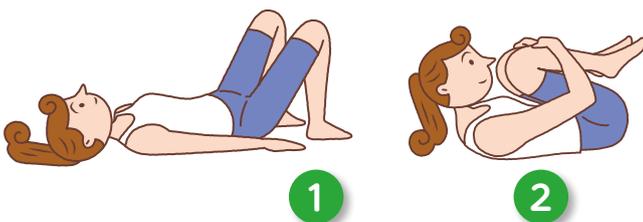
- 1 四つん這いで膝は腰の真下、手は肩よりやや前に置く。手のひらはしっかり広げ、つま先を立てる。
 - 2 両膝を床から離し、お尻を上へ引き上げ視線はおへそに。手、足、お尻で三角形をつくる。心地よく腰を伸ばしながら3～4回ゆっくり呼吸したら、四つん這いに戻る。
- ※ 三角形の姿勢が辛い場合、両膝を曲げるか、かかとを上げてOK。余裕があれば、かかとを床につけて膝を伸ばす。

合せきのポーズ



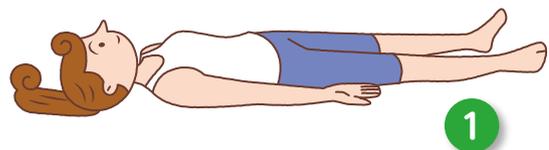
- 1 足の裏と裏を合わせて手でつかみ、吸って背筋を伸ばす。
 - 2 吐いて前屈。前屈のまま3～4回呼吸をしたら、吸いながら上半身を起こし、あぐらになる。
- ※ 足先は体から少し離す。前屈は無理のない範囲で行う。

赤ちゃんのポーズ



- 1 仰向けから両膝を抱え込む。
- 2 上半身を起こして、吐きながら、顔を膝に近づける。この姿勢で3～4回呼吸し、吐いて上半身を下ろし、膝を立て足を元に戻す。

しかばねのポーズ



- 1 仰向けで足を腰幅に広げる。手のひらは仰向けにし、体から少し離して力を抜く。ゆったりと自然な呼吸で全身の力を抜き、2～3分そのままでも（もっと長くてもOK）。
- 2 少しずつ呼吸に意識を戻し、手足を動かす。両膝を立てて右に寝返りし、両手を使って体を起こす。
- 3 あぐらになり両手は太ももの上。目を閉じ今の自分の状態に意識を向ける。

地共済年金情報Webサイトで 将来のねんきんを考えてみませんか？

「地共済年金情報 Web サイト」は、組合員及び年金待機者（退職者で年金の支給開始年齢に達していない者）の方々に、年金制度へのご理解を深め、ご自身の将来の年金について意識していただくことを目的としてお知らせしているものです。

利用できるサービスメニュー

メインメニュー

- 年金加入履歴・加入期間照会
- 保険料納付済額照会
- 標準報酬月額等照会
- 年金見込額照会
- 給付算定基礎額残高履歴照会

年金加入履歴・加入期間照会
年金の加入履歴・加入期間を一覧形式で確認することができます。
照会する

保険料納付済額照会
ご納付済の保険料の金額を確認することができます。
照会する

給付算定基礎額残高履歴照会
給付算定基礎額の残高履歴を確認することができます。
照会する

標準報酬月額等照会
標準報酬月額・標準賞与額を確認することができます。
照会する

年金見込額照会
将来受ける年金見込額を確認することができます。
照会する

パスワード変更
ログイン時に使用するパスワードを変更することができます。
変更する

申込方法

step1

- 地共済年金情報 Webサイトにアクセス
<https://www.chikyosai-nenkin-web.jp>

step2

- ご利用申し込み
(氏名・生年月日・基礎年金番号等入力)

step3

- 閲覧に必要なユーザーID受領
(登録から2週間程度で住所に送付いたします)

地共済年金情報 Webサイトにログイン!

詳細につきましては、各支部の年金担当者にお問い合わせください。

※年金の受給権が発生した場合は、利用対象となりません。

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	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	盛岡市繫字湯の館 33 電話：019-689-2321	●	●	★	★	★	●	受付中
	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	×	×	×	×	×	×	-
関東	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	ヘリテイジ 浦和別所沼会館	さいたま市南区別所 4-14-10 電話：048-861-5219	●	●	●	●	●	●	受付中
	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
東海	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	×	×	×	×	×	×	-
		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
関西	滋賀県	ホテルピアザびわ湖	大津市におの浜 1-1-20 ピアザ 淡海内 電話：077-527-6333	×	×	×	×	×	×	-
	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	広島県	鯉城会館	広島市中区大手町 1-5-3 電話：082-245-2322	×	×	×	×	×	×	-
	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

※ ★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 <https://www.chikyosai.or.jp/>）。



亀山湖

<https://www.city.kimitsu.lg.jp/site/kanko/2180.html> (君津市 HP)

湖上に映りこむ紅葉は必見
例年の見頃は 11 月下旬～ 12 月上旬



東京ドイツ村

<https://www.t-doitsumura.co.jp>

花と緑が一年中あふれるテーマパーク。毎年 10 月には秋バラやコキアが見頃を迎えます。冬の時期に開催されるウィンターイルミネーションも必見です。

●千葉県公式観光情報サイト「まるごと e! ちば」ではグルメ情報や旬の見どころなどを発信しています。詳しくは「まるごとちば」で検索。

●「あなたの LOVE ちば教えてキャンペーン」サイトでは観光客や地元の方がオススメするフォトジェニックなスポットやグルメの情報を掲載しています。千葉の旅のヒントが満載！さらに観光施設や飲食店で割引などがうけられるラブちば優待サービスも実施中。詳しくは「ラブちば」で検索。

※ 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、イベントを変更、中止する場合がございます。



千葉市動物公園

<https://www.city.chiba.jp/zoo/>

チーターの赤ちゃんが 6 月に 6 頭誕生。公開日は公式サイトで確認ください。レッサーパンダの風太君も健在。



鴨川シーワールド

<http://www.kamogawa-seaworld.jp>

雄大な太平洋を背景に繰り広げられる日本唯一のシャチのパフォーマンスが大人気。日常生活では出会えない様々な海の生き物たちが新鮮な驚きと純粋な感動を与えてくれます。



ホテル プラザ菜の花

〒 260-0854

千葉県千葉市中央区長洲 1-8-1

TEL 043-222-8271 FAX 043-227-4649

<http://www.hotelpiazza-nanohana.com>



アクセス

○電車をご利用の場合

千葉駅 (JR 総武線) ⇒ バスで千葉県庁前下車 ⇒ 徒歩で 1 分

本千葉駅 (JR 外房線・内房線) ⇒ 徒歩で 3 分

○モノレールをご利用の場合

県庁前駅 (千葉都市モノレール) ⇒ 徒歩で 1 分

○お車をご利用の場合

東京方面から…京葉道路「松ヶ丘 IC」から約 15 分

木更津 (アクアライン方面) から…京葉道路「松ヶ丘 IC」から約 15 分

※ 宴会、レストランは休業しております。詳しくはホームページをご確認ください。

※ (一社) 日本ホテル協会のガイドラインに沿った対策を講じております。

ホテルプラザ菜の花 おすすめ宿泊プラン

● 宿泊プラン (税・サービス料込)

シングルルーム基本プラン (素泊まり) 1 名 5,700 円～

ツインルーム基本プラン (素泊まり) 2 名 4,600 円～

1 名 6,500 円～



客室シングル



客室ツイン



特別小会議室



中会議室 (横)



大会議室 (菜の花)

◆ 宿泊は、シングルルーム (18㎡)、ツインルーム (23㎡) の広さがあり、ゆったりとお寛ぎいただけます。

◆ 会議室はさまざまなスタイル、ニーズにお応えできます。また、Wi-Fi 環境が整っておりますので Web 会議等もスムーズに行えます。

◆ 安全・安心の取り組みとして、手指の消毒・検温のお願い、スタッフのマスク着用などを実施しており、ご要望に応じてアクリル板の設置や体温計の貸出等も行っております。

◆ 会議中のお食事につきましては外注にて対応しております。

詳しくはホームページをご参照ください。



会議弁当例



東京スカイツリー
東京の新名所 世界一高い自立式電波塔



浅草
浅草の象徴 浅草寺の雷門。正式名称は風雷神門。重さは700kgもあります。



東京の中心に
位置するホテルで
快適なひとときを



客室からの夜景



中庭

ホテル ルポール 麹町

〒102-0093
東京都千代田区平河町 2-4-3
TEL 03-3265-5361
<https://www.leport.jp/>



アクセス
○お車をご利用の場合
首都高速道路霞ヶ関ランプより車で約5分
○電車をご利用の場合
「麹町駅」1番出口より徒歩3分
「永田町駅」9b番出口より徒歩5分

ホテル ルポール 麹町 おすすめ宿泊プラン

●**宿泊プラン……年末年始宿泊プラン「2食付」 21,400円～**

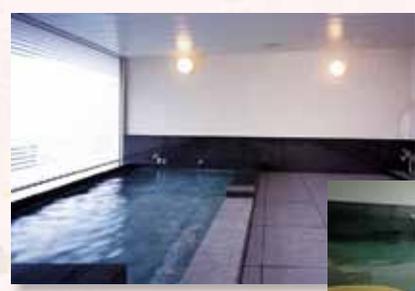
◆料理長厳選特別メニューのご夕食とおせち風朝食付◆



客室 (洋室)



客室 (和室)



15階展望風呂

ホテル ルポール 麹町には、東京のホテルでは珍しい展望浴場があります。ジェットバス機能とミストサウナを併設しており、ゆったりとお湯につかりながら都心の夜景を楽しむこともできます。また、朝風呂もご利用いただけます。展望浴場をご利用いただいたお客様からは、仕事や旅の疲れが癒されるとご好評をいただいております。

開催イベント

- 【初詣】 徒歩圏内なら山王日枝神社。明治神宮・浅草寺にも30分以内と大変便利です。
- 【獅子舞】 新年を寿ぎ、めでたい「寿獅子舞」を披露します。
(コロナ禍の影響で開催中止となる場合がございます。)
- 【鏡開き】 新年の行事・行事初めの儀式。ご家族の健康と幸福を祈りながら新年のお屠蘇をどうぞ。
(コロナ禍の影響で開催中止となる場合がございます。)
- 【皇居】 一般参賀(1月2日)、参入門の「皇居坂下門」まで徒歩でも可能です。



獅子舞



鏡開き

情報掲示板

郷土のお菓子

埼玉県銘菓

草加せんべい



堅焼きが特徴で、醤油の香りが広がる素朴で懐かしいおいしさが魅力の「草加せんべい」。その歴史は古く、数百年前にもさかのぼると言われています。

埼玉県草加市は昔から米どころと言われ、多くの米がとれたことから、農家の人たちは余った米を保存するために団子状にした米を乾かしたものを保存食として作っていました。

江戸時代、日光街道の宿場町草加宿ができると、街道沿いに茶屋や物売りが軒を並べるようになりました。保存食だった煎餅も店で売られるようになって広まっていったと考えられています。

当初は生地塩を練りこんだものですが、利根川沿岸で醤油が造られるようになると、焼いた煎餅に醤油が塗られるようになりました。

明治後半になると煎餅屋が増えていきますが、当時は煎餅屋としてではなく、雑貨などの商売の片手間に行われていました。大正時代以降、川越で行われた特別大演習で、「煎餅」が埼玉の名産品として天皇に献上されたことで「草加せんべい」の認知度は高くなり、このころから煎餅づくりは地場産業として発達していきました。

今や全国に知られる一大ブランド「草加せんべい」は、市と煎餅業者が一致団結し、その技術を伝承しています。

(出典：埼玉県草加市HP「草加せんべいの歴史と現在」)

図書館

穴太の石積み (第二版第一刷)

平野隆彰 著

監修：粟田純司

粟田家十四代 穴太衆積み石匠



あうん社
ISBN978-4-908115-31-8 C0021
定価 5060円(4600円+税10%)
B5判/230ページ

城郭ファン必見!!
石積みからの城郭石垣の変遷を
多くの写真と石垣図解でわかりやすく解説。

石の声を聴け

野面積み石垣のルーツと歴史をたどる

日本の城郭の美しさというものは建築物だけにあるわけではない。重厚かつ堅牢な石垣があるからこそ天守閣や櫓群も映えるのだ。おそらく石垣のない城はみずほらしい。(初版あとがきより)

石工の心意気と巧みな技が隠されている。安土城から広まったとされる穴太積みだが、そのルーツを遡れば古墳時代にたどり着く。

- 第1章 穴太衆登場
- 第2章 石の声を聴け
- 第3章 穴太積みの特徴
- 第4章 石の文化・石工の技術
- 第5章 城と石垣
- 第6章 穴太積みを広めた「天下普請」
- 第7章 徳川期・建築ラッシュと石垣の変化
- 第8章 倭城探訪
- 第9章 城郭石垣の変遷

表紙の写真

鹿児島県

マトリョーシカ 薩摩のシンボル

篤姫と西郷隆盛



木綿工房(ゆうこうぼう)
鹿児島県鹿児島市高麗町
<http://www.yuu-koubou.jp/>

マトリョーシカとは、人形が胴体の部分で上下に分割でき、中には少し小さい人形が入っているもの。これが何回か繰り返し入れられ、人形の中からまた人形が出てくるという入れ子の構造になっています。

「鹿児島の観光土産品」として作られているマトリョーシカは、薩摩のシンボルが次々と出てくる楽しいデザイン。日本で企画・デザインしたものを、本場ロシアで絵付け職人により一体ずつ手描きしているといえます。

大きな篤姫の中には西郷隆盛、芋焼酎、黒豚、桜島が入っています。

他にも、西郷隆盛・大久保利通・小松帯刀・篤姫・篤姫の飼猫の順で鹿児島の歴史上の人物が並ぶ「薩摩の偉人」バージョンのマトリョーシカなどもあり、鹿児島のお土産や贈り物として、手に取りたくなる民芸品です。



支給開始年齢前に老齢厚生年金を受給できますか？



私は今年 59 歳になりますが、昭和 36 年 4 月 2 日以降に生まれた者の老齢厚生年金の支給開始年齢は「65 歳」と聞きました。支給開始年齢になる前に老齢厚生年金を受給することはできるでしょうか。



要件を満たせば、支給開始年齢より前から老齢厚生年金を受給することができます。これを「繰上げ支給」といいます。

「繰上げ支給」の請求ができる人はこんな人です

次の要件をすべて満たす必要があります。

- 60歳以上であること。
- 厚生年金保険の被保険者期間(※1)が1月以上あること。
- 保険料納付済期間(※2)と国民年金の保険料免除期間とを合算した期間が10年以上であること。

※1 厚生年金保険の被保険者期間は、平成27年10月1日前の共済組合の組合員であった期間を含みます。

※2 保険料納付済期間は、国民年金の保険料納付済期間や厚生年金保険、共済組合等の加入期間を含みます。

年金額にご注意ください

繰上げ支給の老齢厚生年金は、老齢厚生年金の額に「減額率」を乗じて得た額が減額されます。

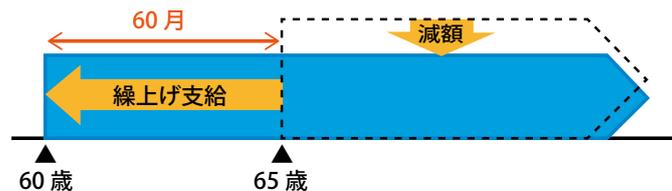
「減額率」

繰上げ支給の老齢厚生年金を請求した月から生年月日による老齢厚生年金の支給開始年齢に到達する月の前月までの月数に0.004(※1)を乗じて得た率

※1 令和3年度までに60歳に到達される方については、0.005となります。

【事例】昭和 37 年度生まれの方が 60 歳到達月に繰上げ支給の老齢厚生年金を請求した場合

繰上げ支給の老齢厚生年金の額 = 老齢厚生年金の額 - (老齢厚生年金の額 × 60月 × 0.004)



請求する前に充分ご検討ください。

「繰上げ支給」の老齢厚生年金は、一度裁定されると取消しができません。請求に当たっては、次のことにご注意ください。

- 繰上げ支給の老齢厚生年金は、生涯減額された年金額となります。
- 繰上げ支給の老齢厚生年金の裁定後は、障がい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はできません。
- 繰上げ支給の老齢厚生年金の請求をする場合は、他の実施機関（日本年金機構等）が支給する老齢厚生年金や老齢基礎年金も同時に繰上げ支給の請求を行わなければなりません。
- 繰上げ支給の老齢厚生年金を受給されている場合でも、再就職して厚生年金保険の被保険者となった場合には、給与等の額に応じて、年金の一部又は全部が支給停止になる場合があります。

以上、簡単にご説明しましたが、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。

ひろば



すべり台大好き！
(神奈川県/コッコさん)



ぼくとお兄ちゃん！
(埼玉県/むしゃくしゃさん)

投稿のご案内

「地方共済」では、より身近な広報誌するために、皆様からの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！

○写真・絵画・イラスト大募集！

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）程度のも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。



送り先

〒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ください。

本
部
だ
よ
り
(本部主催会議の状況)

長期給付事務初任者研修会

開催日 令和3年7月6日(火)
開催方法 オンライン会議

第2回 地方職員共済組合 共済事業連絡会議

開催日 令和3年7月14日(水)
開催方法 オンライン会議

会計経理・OA事務初任者講習会

開催日 令和3年7月28日(水)
開催方法 オンライン会議

長期給付事務担当者会議

開催日 令和3年9月8日(水)
開催方法 オンライン会議

令和3年度貸付事業担当者研究会

開催日 令和3年10月1日(金)
開催方法 オンライン会議

編集後記

読書の秋やスポーツの秋など、〇〇の秋と表現されるこの季節ですが、皆様はどのようにお過ごしでしょうか。
私は、もっぱら食欲の秋を堪能しております。由来は諸説ありますが、「秋茄子は嫁に食わずな」という諺があるとおり、この時期の茄子は本当に美味しいですね。その柔らかかさやみずみずしさは、包丁を持つ手すら伝わってくるほどです。
さて、今年も残すところあと3か月となりました。皆様におかれましても、食事・睡眠・休息をしっかりと摂り、ご自身の体調管理にお気をつけください。(Y.S)