

# 共済だより

栃木県市町村職員共済組合  
<http://www.tochigi-kyosai.jp/>

第325号 令和元年 11月

組合の現況 (令和元年10月1日現在)

組合員数…………… 16,776人

男…………… 10,895人

女…………… 5,881人

任意継続組合員数…195人

被扶養者数…………… 14,934人

所属所数…………… 41

市町…………… 25

一部事務組合等… 16

国民年金・厚生年金の  
財政検証が行われました…2  
台風により被災された皆さまへ…6  
栃木県市町村職員共済組合  
ホームページのご案内…16



芳賀町総合情報館(知恵の環館)(芳賀町)

## Contents

- ・被扶養者資格継続調査から…5
- ・貸付金の特別償還・償還期間等の変更を受付けます…7
- ・宿泊施設情報…7
- ・ライフサポートセミナーを開催しました!…7
- ・県内探訪「芳賀町」…8
- ・令和2年度人間ドック・PET検査利用申込みのお知らせ…10
- ・令和元年度冬季レジャー契約施設のご案内…10
- ・遺族付加年金“きずな”…11
- ・物資指定店の名称が変更となりました…11
- ・共済積立貯金の預入限度額に関するQ&A…12
- ・冬のボーナス 共済積立貯金を活用しませんか?…12
- ・健康食彩「かぼちゃのシェパード」…13
- ・流行前に受けましょう インフルエンザ予防接種…14
- ・千葉県市町村職員共済組合宿泊施設のご紹介…15

このたびの台風で被災された皆さまに心よりお見舞いを申し上げます

# 国民年金・厚生年金の財政検証が行われました

「財政検証」では、少なくとも5年ごとに年金の将来の給付水準がどのように推移するかを確認し、給付と負担が適切に機能しているかを検証しています。

I

## 財政検証の基礎知識

一年金財政を維持させるしくみ

### マクロ経済スライドの導入

国民年金と厚生年金は、保険料を納める現役世代が少なくなると財源となる保険料収入も減少し、支出（年金給付）とのバランスが取れなくなる可能性があります。

そのような事態を避けるために、平成16年に年金財政の抜本的な改正が行われ、現在の国民年金と厚生年金では、財源となる保険料（率）を固定した上で、将来にわたって制度を安定させるための「マクロ経済スライド」が導入されました。

### 人口や経済の動向

#### 財政検証

- 財政見通しの作成
- マクロ経済スライドの終了年度の見通しの作成を行い、年金財政の健全性を検証する



次の財政検証までに所得代替率が50%を下回ると見込まれる場合には、給付水準調整の終了その他の措置を講ずるとともに、給付及び負担の在り方について検討を行うこととされています。

参考

## 年金の給付水準のものさしとなる「所得代替率」

「所得代替率」とは、年金を受け取り始める時点（65歳）における年金額が、現役世代の手取り収入額（期末手当等を含む）と比較してどのくらいの割合かを示すものです。

例えば…

所得代替率  
50%  
とは



そのときの現役世代の手取り収入の  
50%  
を年金として受け取る

所得代替率は、マクロ経済スライドが発動すると、給付水準が調整され、低下することになります。給付水準調整は、おおむね100年間の年金財政が均衡すると見込まれた時点で終了するしくみですが、終了時期及び終了後の所得代替率は、今後の人口や経済の推移で変わります。

## II

# 2019（令和元）年財政検証の主な前提

## 1 人口の前提

国立社会保障・人口問題研究所が2017年4月に公表した「日本の将来推計人口」を用いて、**合計特殊出生率と死亡率について高位、中位、低位の3通り**をそれぞれ設定しています。

## 2 労働力の前提

2019年3月に（独）労働政策研究・研修機構がまとめた「労働力需給推計」を用いて、女性、高齢者、若年者等の労働市場への参加の見通しについて、**経済成長と労働参加が進むケース、経済成長と労働参加が一定程度進むケース、経済成長と労働参加が進まないケースの3通り**を設定しています。

## 3 経済の前提

賃金上昇率、物価上昇率、運用利回りについて一定の前提を置いています。この前提は、専門委員会での経済・金融の専門家による議論を踏まえています。

その結果、2028年度までは、内閣府の「中長期の経済財政に関する試算」に準拠して「成長実現ケース」、「ベースラインケース」の2通りを設定し、2029年度からは、内閣府試算を基礎にしつつ、専門委員会における検討結果で示された範囲の中央値をとって、**幅の広い6通り**を設定しています。

## 4 制度の状況等に関する前提

有遺族率、障害年金発生率、納付率など、制度の状況等に関する前提は、被保険者、年金受給者等の実績データ等を基礎として設定しています。

## III

# 2019（令和元）年財政検証結果【概要】

## 1 経済成長と労働参加が進むケース (ケースⅠ～Ⅲ)

- マクロ経済スライド終了時に、**所得代替率は50%以上を維持**
- マクロ経済スライド調整期間において、新規裁定時の年金額は、**モデル年金ベースでは物価上昇分を割り引いても増加**

## 2 経済成長と労働参加が一定程度進むケース (ケースⅣ～Ⅴ)

- 2040年代半ばに**所得代替率50%に到達**（その後も機械的に調整した場合、マクロ経済スライド終了時に、所得代替率は40%台半ば）
- マクロ経済スライド調整期間において、新規裁定時の年金額は、モデル年金ベースでは物価上昇分を割り引いても概ね横ばいないし微減

## 3 経済成長と労働参加が進まないケース (ケースⅥ)

- 機械的に調整した場合、**2052年度に国民年金の積立金が無くなり、完全賦課方式に移行**。ただし、長期にわたり実質経済成長率▲0.5%が続く設定であり、年金制度のみならず、日本の経済・社会システムに幅広く悪影響が生じ、回避努力が必要。

# IV

## 2019（令和元）年財政検証結果【詳細】

経済成長と労働参加が進むケースでは、前回の財政検証と同様にマクロ経済スライド調整後も所得代替率50%が確保されることとなりました。

※経済の前提は、前回よりも控えめに設定

（実質賃金上昇率 前回：2.3%～0.7% → 今回：1.6%～0.4%）

※労働供給の前提は、前回よりも労働参加が進む設定

（就業率 前回：2030年推計：58.4% → 今回：2040年推計：60.9%）[労働参加が進むケース]

●**所得代替率**…公的年金の給付水準を示す指標。現役男子の平均手取り収入額に対する年金額の比率により表されます。

$$\text{モデル世帯の所得代替率} = (\text{夫婦2人の基礎年金} + \text{夫の厚生年金}) / \text{現役男子の平均手取り収入額}$$

2019年度	61.7%	13.0万円	9.0万円	35.7万円
--------	-------	--------	-------	--------

### モデル世帯とは

所得代替率の算出にあたりモデルとしている世帯。標準的なモデル世帯として平均的な男子賃金で40年間厚生年金に加入した夫と、40年間専業主婦である妻を想定しています。

所得代替率	経済前提	経済成長率(実質) 2029年度以降 20～30年	給付水準調整終了後の 標準的な厚生年金の 所得代替率	給付水準調整の 終了年度	
高	経済成長と労働参加が進むケース [内閣府試算の成長実現ケースに接続]	ケースⅠ	0.9%	51.9%	2046(令和28)年度
	ケースⅡ	0.6%	51.6%	2046(令和28)年度	
	ケースⅢ	0.4%	50.8%	2047(令和29)年度	
経済成長と労働参加が一定程度進むケース [内閣府試算のベースラインケースに接続]	ケースⅣ	0.2%	(50.0%) (注) 46.5%	2044(令和26)年度 (2053(令和35)年度)	
	ケースⅤ	0.0%	(50.0%) (注) 44.5%	2043(令和25)年度 (2058(令和40)年度)	
低	経済成長と労働参加が進まないケース [内閣府試算のベースラインケースに接続]	ケースⅥ	▲0.5%	(50.0%)	2043(令和25)年度

(注) 機械的に給付水準調整を進めた場合

機械的に給付水準調整を進めると2052年度に国民年金の積立金がなくなり完全賦課方式に移行。その後、保険料と国庫負担で賄うことができる給付水準は、所得代替率38%～36%程度

※2004(平成16)年改正法附則第2条において、「次期財政検証までの間に所得代替率が50%を下回ると見込まれる場合には、給付水準調整を終了し、給付と費用負担の在り方について検討を行う」とされていますが、5年後の2024年の所得代替率の見通しは60.9%～60.0%となっています。

# 被扶養者資格継続調査から

8月に実施した被扶養者資格継続調査の結果、給与収入の増加等により被扶養者の資格が遡って取消しとなる場合が多く見受けられました。

被扶養者の認定要件等は、共済のしおりまたは[こちら](#)に掲載していますが、特に注意していただきたい事例は次のとおりです。

## 給与収入（パート・アルバイト等）が年額130万円未満<sup>※</sup>で 収入増加により被扶養者の資格が取消しとなる事例

### ①収入が3か月連続して108,334円以上の場合

月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月
収入	7万	8万	7万	11万	11万	11万	8万	7万	8万	8万

→ 10月から認定取消になります。

### ②3か月連続して108,334円以上の収入はないが、4か月のうち、3か月が108,334円以上で、その4か月を平均した額が108,334円以上となる場合

月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月
収入	8万	7万	7万	12万	12万	10万	11万	7万	8万	8万

→ 10月～1月の平均が108,334円以上のため  
10月から認定取消になります。

### ③連続して、108,334円以上の収入はないが、連続した12か月の収入が130万円以上の場合

月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	...	3月	4月
収入	8万	8万	7万	10万	12万	10万	13万	...	13万	10万

→ 5月～4月（連続した12か月）の収入が130万円以上の場合、5月から認定取消になります。

### ④6月、12月に賞与等の収入がある場合（12月賞与の例）

月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
収入	7万+1万	8万+1万	10万+1万	10万+1万	10万+1万	7万+1万	8万	9万



賞与6万（6万円/6月＝1万円加算）

→ 賞与を支給対象月の月数で割った額を加算すると、  
9月から認定取消になります。

※ 60歳以上の公的年金受給者または障害年金受給者の場合は、年間収入180万円未満、月額15万円未満になります。



遡って資格喪失後に医療機関等で受診していた場合、共済組合が負担した医療費等は返還していただくことになります。日頃より被扶養者の収入等を確認し、被扶養者が取消しの要件に該当した場合は、すみやかに所属所の共済事務担当課へ申し出てくださいますようお願いいたします。

共済組合では、被扶養者資格継続調査において過去の期間における書類<sup>※</sup>の提出が必要となりますので、大切に保管をお願いします。

※給与明細書、雇用証明書、退職日の確認できる書類（源泉徴収票等）、年金裁定・改定・支給通知書、確定申告書・収支内訳書、ATM利用明細票など

# 台風により被災された皆さまへ

次に該当される方は、所属所の共済事務担当課にご連絡をお願いします。

## ●災害見舞金

水害により浸水が組合員の住居の床上まで達し、住居や家財に損害が生じた場合に、その損害の程度に応じて災害見舞金が支給されます。

り災状況の確認に必要となりますので、お住まいの自治体でり災証明書の交付を受け、浸水の程度が確認できる写真（スケール等で示したもの）を撮影してください。

損害の程度		支給額
●住居及び家財の全部が焼失し、または滅失したとき ●住居及び家財にこれと同程度の損害を受けたとき		標準報酬月額×3か月分
●住居及び家財の2分の1以上が焼失し、または滅失したとき ●住居及び家財にこれと同程度の損害を受けたとき ●住居または家財の全部が焼失し、または滅失したとき ●住居または家財にこれと同程度の損害を受けたとき		標準報酬月額×2か月分
●住居及び家財の3分の1以上が焼失し、または滅失したとき ●住居及び家財にこれと同程度の損害を受けたとき ●住居または家財の2分の1以上が焼失し、または滅失したとき ●住居または家財にこれと同程度の損害を受けたとき		標準報酬月額×1か月分
●住居または家財の3分の1以上が焼失し、または滅失したとき ●住居または家財にこれと同程度の損害を受けたとき		標準報酬月額×0.5か月分
●浸水によって平屋建ての家屋（家財を含む）が損害を受け、その認定が困難なとき	床上 120cm 以上	標準報酬月額×1か月分
	床上 30cm 以上	標準報酬月額×0.5か月分

## ●災害貸付（年利 0.93%）

組合員の住宅または家財等が非常災害により損害を受け、り災証明書が発行される場合は、災害貸付に該当します。

貸付の種類	貸付の理由	貸付の限度額	貸付単位	償還方法
災害貸付	組合員の家財が水震火災その他の非常災害、または盗難により損害を受けたとき	給料の6か月分 (最高 200 万円)	10 万円	普通貸付と同様
	組合員の住宅または住宅の敷地が水震火災その他の非常災害により損害を受けたとき	住宅貸付算定額 または最低保障額のいずれか高い額 (最高 1800 万円)		住宅貸付と同様
	住宅貸付または災害新規（住宅）貸付を受けている組合員が、さらに水震火災その他の非常災害による損害を受けたとき（法の規定による災害給付の支給を受けた場合に限る）	住宅貸付算定額×2 または最低保障額のいずれか高い額 (最高 1900 万円)		

## ●物資事業（年利 1.0%）

物資事業は組合員の資格を取得した日から利用することができます。（自動車物資 最高 200 万円）

なお、り災証明が発行される場合は、物資事業より利率が低い災害貸付を優先、または併用して利用することができます。

## ●遺族付加年金“きずな”

普通傷害保険に加入されている方は、ケガによる通院や入院、手術が保険金の対象となりますので、請求する場合は、事故連絡票を提出してください。

	入院（1日目から）	手術（状況により）	通院（1日目から）
組合員	1日につき 3,100 円	1.55 万円・3.1 万円	1日につき 1,500 円
配偶者	1日につき 3,100 円	1.55 万円・3.1 万円	1日につき 1,500 円
子ども	1日につき 1,500 円	7,500 円・1.5 万円	1日につき 900 円

♠上記の記事に関して、「災害見舞金」については保健課（☎ 028-615-7816）へ、「災害貸付」「物資事業」「遺族付加年金“きずな”」については総務課福祉係（☎ 028-615-7805）へお問い合わせください。

# 貸付金の特別償還・償還期間等の変更を受付けます

～希望される方は申請書を共済事務担当課にご提出ください。～

## ●特別償還（一部繰上償還）

貸付金の償還方法で毎月・期末勤勉手当併用償還を選択している方は、6・12月のみ一部繰上償還の申込みをすることができます。

償還方法	一部繰上償還	全部繰上償還
毎月償還	随時	随時
毎月・期末勤勉手当併用償還	6・12月のみ	

## ●住宅・災害貸付の償還期間等の変更

住宅・在宅介護対応住宅・災害（災害家財貸付を除く）・特例災害貸付は、6月・12月のみ償還期間の短縮や毎月・期末勤勉手当償還の割合を変更できます。

なお、特別償還または償還期間の変更により、償還期間が10年（120回）未満となった場合は「住宅借入金等特別控除」の対象外となりますのでご注意ください。

## ●各申請書のダウンロード方法

共済組合  
ホームページ

「各申請書ダウンロード」  
→「貸付関係申込書等」

16「全部・一部繰上償還承認申請書」 [こちら](#)からアクセス  
記入例は [こちら](#)

19「住宅・災害貸付金償還期間等変更申出書」 [こちら](#)からアクセス  
記入例は [こちら](#)

（令和元年12月5日（木）共済組合必着）

上記記事に関する  
お問い合わせは

総務課福祉係

☎028-615-7805

# 宿泊施設情報

次の宿泊施設は、令和元年9月1日をもって閉館となりました。

施設名	住所	電話番号
リゾートイン ヴィヴァルディ	長野県北安曇郡白馬村落倉高原	0261-72-7255

次の宿泊施設は、令和元年12月9日から12月21日まで施設の修繕工事に伴い休館となります。

施設名	住所	電話番号
高知県市町村職員共済組合 高知共済会館 COMMUNITY SQUARE	高知県高知市本町5-3-20	088-823-3211

# ライフサポートセミナーを開催しました！

野村證券株式会社ファイナンシャルプランナー大久保暁子氏を講師に迎え、退職後に充実した生活を送るためのポイント、ライフプランの作成方法や資産運用について、講演を行いました。

また、共済組合年金課職員より年金制度の説明をしました。

## 参加者の感想



**8月31日開催**  
(対象：30歳～49歳)

- 基本的な事から具体的な事まで丁寧に説明していただき大変参考になった。
- 近況の金利や公的制度の動向を分かりやすく説明してもらえた。

**9月14日開催**  
(対象：50歳以上)

- 自分のライフスタイルを見つめ直す良い機会となった。
- NISAや投資信託について参考になった。

☆今後も皆さまに役立つセミナーを企画しますので、ぜひご参加ください。☆

上記記事に関する  
お問い合わせは

保健課

☎028-615-7816

# 新米の季節。芳賀町は県内屈指の米どころ

～一年中、土の幸に恵まれた町

芳賀町は、県内屈指の米どころ。今年も新米の季節を迎えました。水利に恵まれた町内には約 3,000 ヘクタールの水田が広がり、毎年 11,700 トンもの米が生産されています。近年は、農業や化学肥料をできる限り減らした特別栽培の米づくりが盛んに行われるようになりました。

12月に入ると、いちごが旬を迎えます。甘く果実の大きさとちおとめをはじめ県を代表する各種の品種が栽培されており、生産者・生産面積は年々拡大傾向にあります。最近では果実の生食やいちご狩りだけでなく、加工品なども販売されるようになりました。

また梨も芳賀町を代表する生産品で、県内でも有数の産地となっています。8月中旬から10月下旬にかけては、幸水・豊水・新高・にっこりなどの品種が順に収穫期を迎えます。また町では県のオリジナル品種・にっこの栽培奨励に力を入れており、将来的には「にっこり生産量日本一」を目指しています（現在は宇都宮市に次ぐ2位）。



▲町内の梨園



## ●芳賀いちご園

道の駅はがに隣接し、いちご狩りが楽しめる施設（12月上旬～5月中旬：要予約）。新品種のスカイベリーや県内特産で酸味が少なく大粒のちおひめの2品種を栽培しています。



## ゆるキャラ はがまるくん



はがまるくん

芳賀町のマスコットキャラクター・はがまるくんは、芳賀町の特産品である大きな梨の頭巾に稲穂の刀、いちごの飾りを身につけた元気な男の子です。将来の夢は、野山を駆け回り平和を守るニンジャヒーローになることです。町の鳥であるヒバリの相棒「ひばりん」と一緒に、町の美味しい物や見どころを皆さんに知ってもらうために頑張っています。

芳賀町は県の南東部、宇都宮市に隣接する緑豊かな町です。

もともと芳賀町は、豊かな自然を背景とした米作やいちご・梨などの果樹栽培を中心とした都市近郊型農業が盛んでした。その一方では、芳賀工業団地や芳賀・高根沢工業団地が整備されて技術集約型の企業や研究所が進出するなど、産業振興の面ではバランスのとれた発展をとげてきました。

町では現在、宇都宮市と共同で次世代型路面電車LRTの整備を進めています。JR宇都宮駅東口から芳賀の工業団地までを結ぶ総延長14.6kmの路線で、2022年の開業を目指しています。また、工業団地の隣接地区には「芳賀第2工業団地」の造成を進めており、造成後の工業団地の総面積は389ヘクタールとなります。LRTにより町に新しい人の流れをつくり、産業、経済活動の活性化や定住人口・交流人口の増加など、町の魅力向上につながります。さらに、町民の安全・安心な暮らしにつながる防災・減災や交通安全の取り組みを強化していきます。

「躍動する芳賀の町 未来につなげよう」をキーワードにさまざまな取り組みを進めます。

個性豊かな県内の各市町をご紹介します。今回は、芳賀町をご紹介します。

# 芳賀町

～都市基盤の整備や町民の安全・安心な暮らしの実現に取り組みます

県内探訪

Tchigi

芳賀町



芳賀・宇都宮LRT 2022



●道の駅はが・ロマンの湯

県内 10 番目に認定された道の駅で、ふるさと交流体験センター・友遊はがと、天然温泉・芳賀温泉ロマンの湯の2施設から構成されています。地元産のとちおとめを使用したおとめジェラート（季節限定）などが人気です。



▲ロマンの湯

●ロマンの碑

町に縁の明治の天才画家・青木繁を記念して、五行川のほとりに作られた碑と庭園。絵筆・パレットをもつ青木繁と福田たね、二人の息子の幸彦を描いています。



▲願掛け撫で牛

●天満宮

鎌倉時代（1233年）の創建で、学問の神様・菅原道真公を祀る古社。寺子屋風景を描いた大絵馬や、平成 21 年に奉納された願掛け撫で牛が有名です。毎年 11 月 23 日には秋季大祭が開催されます。

●唐桶の溜

農地灌漑のため、1709年に豪農・岡田宗山が築いた用水溜。現在、周囲は唐桶宗山公園として整備され、園内にはその偉業を称えた導水遺跡碑が建てられています。平成 22 年には「ため池百選」に選ばれました。



▲導水遺跡碑



●芳賀町総合情報館（知恵の環館）

図書館・博物館・文書館の機能を併せ持つ複合施設で、「知恵の環館」の名は発信される知恵や情報が町に循環するようにとの願いを込めてつけられました。ステンドグラス作家の故・菊池健一氏が、青木繁の作品をもとに制作したステンドグラスも見どころです。



▲ステンドグラス

NEWS 芳賀町総合情報館で魯山人展を開催

若くして書家、篆刻家として名をなし、その後、絵画、陶芸など美にまつわる幅広い分野で独自の才能を発揮した北大路魯山人。現在、芳賀町総合情報館では、魯山人の作品の展示や魯山人設計の茶室「夢境庵」を部分再現した企画展「魯山人の宇宙」を開催中です（観覧無料／12月8日まで）。没後 60 年を経た今、奥深い魯山人の芸術世界を振り返ってはいかがでしょうか。



▲次世代型路面電車システム「LRT」



profile 芳賀町

祖母井町・南高根沢村・水橋村の1町・2村の合併で芳賀町が誕生したのは、昭和 29 年（1954 年）のこと。以後、周辺の市・町との境界線の調整はありましたが、ほぼ当時のままの形で今に至っています。町は県の南東部、五行川・野元川の周囲に広がる平野部に位置し、町内には豊かな水田や果樹園が広がります。また工業団地の整備も進むなど、バランスの取れた開発が進んでいます。

▶面積：70.16 平方 km ▶人口：15,703 人（5,565 世帯）

（令和元年 9 月末現在）

# 人間ドック・PET検査利用申込みのお知らせ

## 対象者

組合員：30歳以上
任意継続組合員・被扶養配偶者：35歳以上

## 助成金額 (予定)

人間ドック	
日帰りドック・脳ドック（日帰り）⇒	26,000円を助成
宿泊ドック・脳ドック（宿泊）⇒	36,000円を助成
令和2年度60歳の組合員⇒	検査コースを問わず 上限40,000円を助成



## PET検査

62,000円を助成

## 検査機関

申請書に検査機関一覧を掲載しています。  
[こちら](#)から確認することもできます。

## 人間ドック・PET検査受診までの流れ

### ① 利用申請書の提出

所属所の締切日までに「人間ドック利用申請書」または「PET検査利用申請書」を提出してください。締切日は、共済事務担当課にお問い合わせください。

利用申請書は、[こちら](#)からダウンロードすることができます。

※同一年度中の人間ドック及びPET検査は、どちらか一方の助成となります。

### ② 利用承認書の配付

申請書受理後、所属所を經由して「人間ドック利用承認書」または「PET検査利用申請書」を送付します。

### ③ 検査機関で受診

検査機関に組合員証（被扶養者証）を提示し、人間ドック利用承認書またはPET検査利用承認書を提出してください。

検査料金から助成金額を控除した金額を検査機関にお支払ください。

# 冬季レジャー契約施設のご案内

次の冬季レジャー施設を利用した場合、割引料金でリフト券が購入できます。

## ●特別割引券の提出による割引

ハンターマウンテン塩原 那須塩原市湯本塩原字前黒 0287-32-4580	マウントジーンズ那須 那須郡那須町大字大島 0287-77-2300
---	--

特別割引券は、各所属所の共済事務担当課にお問い合わせください。

## ●組合員証（被扶養者証）の提示による割引

エーデルワイス スキーリゾート 日光市川治温泉高原 鶏頂山 0288-78-0786	会津高原 たかつえスキー場 福島県南会津郡南会津町 高杖原 535 0241-78-3099	会津高原 だいらスキー場 福島県南会津郡南会津町 針生字昼滝山 857-150 0241-64-2121	丸沼高原スキー場 群馬県利根郡片品村 東小川 4658-58 0278-58-2211
--	--	--	--



# 遺族付加年金“きずな”

## 退職後も継続加入できます

資料は  
令和元年12月  
下旬に配付予定

現職中の保障内容で継続することができ、剰余金が生じた場合、配当金の還付を受けることができます（配当金の対象は遺族付加年金“きずな”、きずなプラス、医療保障保険〔基本部分〕です。その他の制度には配当金はありません）。

退職後に継続する場合の取扱いは、次のとおりです。

加入していない

一時払退職者傷害保険に加入することができます

遺族付加年金“きずな”の未加入者も、退職時に無告知で加入できます。  
一時払保険料は10、20、30、40万円から選択し、保険料払込み月の翌月から10年間が保険期間となります。

急激かつ偶然な外来の事故によるケガ  
死亡・後遺障害 入院 通院 手術

+

法律上の損害賠償責任を負った  
場合の損害賠償金等  
保険金 1億円

現在加入している

常時勤務再任用職員

給与控除が可能な  
所属所\*

現職中と同様の  
取扱いとなります

短時間勤務または退職

その他の所属所\*

日本共同システム  
での取扱いとなり、  
口座振替となります

\*所属所ごとに取扱いが異なりますので、担当者にご確認をお願いします。

### 既に日本共同システムの加入者の方へ

制度運営費は、消費税が10%となることから令和元年12月の口座振替分（令和2年1月保険料）から増額となります。

なお、詳細は12月に配付予定の「ご加入内容のお知らせ」に同封します。

月額 308円（税込） → 月額 314円（税込）

## 「生命保険料控除明細書」は届きましたか？

生命保険料控除明細書は、年末調整の際にご利用ください。

令和元年10月中旬に送付

## 物資指定店の名称が変更となりました

株式会社ホンダカーズ栃木が、10月1日に株式会社ホンダカーズ茨城と合併し、株式会社ホンダ四輪販売北関東となりました。

なお、合併後も利用できる店舗に変更はありません。

自動車の購入代金のうち、最大200万円までの立替えを利用することができますので、ぜひご利用ください。

上記記事に関する  
お問い合わせは

総務課福祉係

☎028-615-7805



## かぼちゃのシェパーズ

## ●作り方

- 1 かぼちゃは電子レンジで7分ほど加熱する。
- 2 たまねぎとしいたけは1cm角に切る。
- 3 フライパンにオリーブオイルを熱し、たまねぎとしいたけを炒めてから、ひき肉を加えて炒め、Aを加えて水分がなくなるまで炒める。
- 4 ①のかぼちゃの種と皮を取り除きマッシャー（なければフォークでも可）でつぶす。Bを加えて混ぜる。
- 5 耐熱容器に③をしきつめて平らにのばし、その上に④のをせ、スプーンでのばす。
- 6 表面にバターを塗り、230℃のオーブンで10分焼く。

## ●材料 (2人分)

## ●ひき肉たね

合いびき肉……………150g  
 たまねぎ……………1/2個(70g)  
 しいたけ……………2枚  
 塩……………小さじ1/3  
 こしょう……………少々  
 A ケチャップ……………大さじ1  
 ウスターソース……………大さじ1/2  
 カレー粉……………小さじ1  
 ナツメグ……………少々  
 オリーブオイル……………小さじ2  
 溶かしバター……………適量

## ●かぼちゃマッシャー

かぼちゃ……………1/6個(300g)  
 豆乳……………大さじ2  
 B 塩・こしょう……………少々  
 粉チーズ……………大さじ1

## 「かぼちゃ」

かぼちゃは、「旬」を示すのが難しい野菜です。かぼちゃが収穫されるのは主に夏から初秋にかけてですが、採れたてでは甘みが少ない品種が多く、

3か月ほど寝かせて（貯蔵して）甘みが増す秋から冬にかけてが食べごろとなります。栄養面ではビタミンE、ビタミンC、食物繊維、カルシウム、鉄などが含まれる栄養価の高い野菜です。なかでも豊富に含まれるβ-カロテンには、粘膜や肌などの細胞を強化して、免疫力を高め、かぜを予防する効果があります。今回ご紹介した2品のように、油で調理するとβ-カロテンの吸収率がさらによくなります。



1人分

エネルギー  
427  
kcal

塩  
2.2  
g

## もうひと皿 ！ ベーコンとかぼちゃのプチコロッケ

お弁当に入れたり、お腹のすいたお子様のおやつにも。かぼちゃの甘味がぎゅっとつまった、やみつきになる美味しさです。

## ●材料 (2人分)

かぼちゃ……………1/9個(200g) 塩・こしょう……………少々  
 たまねぎ……………1/4個(50g) 衣(薄力粉・卵・パン粉)……………適量  
 ベーコン……………2枚 揚げ油……………適量  
 オリーブオイル……………適量

## ●作り方

- 1 ねぎとパプリカは、オリーブ油をひいたフライパンなどで表面を焼き付け、熱いうちにすし酢でマリネする。
- 2 たまねぎはみじん切り、ベーコンは5mm角に切る。オリーブオイルを熱したフライパン

で、たまねぎとベーコンを炒め、塩・こしょうをふる。

- 3 ①と②を混ぜ合わせ好みのサイズに成形し、薄力粉・卵・パン粉の順に衣をつけ、中温でカリッと揚げる。



1人分

エネルギー  
355  
kcal

塩  
0.8  
g

料理制作/伯母直美(管理栄養士・旬菜料理家)  
 スタイル/出川七恵 撮影/巢山サトル

流行前に  
受けましょう

# インフルエンザ予防接種

季節性インフルエンザの流行シーズンは例年12月～3月。ワクチンの効果は接種の2週間後から約5カ月間とされていますので、毎年12月中旬までに接種を済ませましょう。子ども（13歳未満）の場合は、4週間あけて2回接種するのがよいとされているので、1回目は10月～11月に受けましょう。

## 2019 / 2020 冬シーズンのインフルエンザワクチン

- ・ A/Brisbane (ブリスベン) /02/2018 (IVR-190) (H1N1) pdm09
- ・ A/Kansas (カンザス) /14/2017 (X-327) (H3N2)
- ・ B/Phuket (プーケット) /3073/2013 (山形系統)
- ・ B/Maryland (メリーランド) /15/2016 (NYMC BX-69A) (ヒクトリア系統)

## インフルエンザを防ぐ

インフルエンザ予防接種を受けておくと、体内にインフルエンザウイルスに対する抗体ができて、発症や重症化を抑えてくれます。しかし、予防接種をしてもインフルエンザにかかることはあるので、右のような対策も欠かさないようにしましょう。

インフルエンザの感染には「飛沫感染」と「接触感染」の2種類があります。感染を防ぐには感染経路を断つことが大事です。とくに、人が多く集まる場所ではマスクをし、帰宅したら必ず手洗いをしましょう。アルコールを含んだ消毒液で手を消毒することも効果的です。

また、健康管理に気を配ることも大切です。十分な栄養と睡眠で抵抗力を高めておけば、体内にウイルスが侵入しても発症を防ぐことができます。

万が一、インフルエンザにかかってしまったらマスクの着用やせきエチケットも忘れずに！



## どんな症状が出たらインフルエンザ？

インフルエンザに感染すると、38℃以上の高熱が出て、せきやのどの痛み、全身の倦怠感などの症状を伴います。とくに、高齢者や子ども、妊婦、持病のある方は注意が必要です。下記の重症化のサインが見られる場合は、すぐに病院を受診してください。

### かぜとインフルエンザの違い

かぜ	症状	インフルエンザ
鼻水やのどの痛みなど局所症状	流行の時期	38℃以上の発熱やせき、のどの痛み、倦怠感や関節の痛みなどの全身症状
一年を通しかかることがある		1月～2月が流行のピークただし、4月～5月まで散発的に流行することもある

## 重症化のサイン

子どもの場合



- けいれんしていたり、呼びかけにこたえない
- 呼吸が速い、苦しそう
- 顔色が悪い
- 嘔吐や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた

大人の場合



- 呼吸困難、息切れがある
- 胸の痛みが続いている
- 嘔吐や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた

# 黒潮荘からのお知らせ

2019年12月1日(日)～2020年2月29日(土)

(2019年12月29日(日)～2020年1月3日(金)を除く)

冬の味覚満載  
お得な宿泊プランの  
ご案内

## 黒潮 海の恵コース

冬の味覚を代表するカニがメインとなります。トゲズワイガニを使ったカニ鍋で熱々で召し上がってください。また、メのカニ雑炊も絶品です。

お一人様 15,300円 (2名様以上より)



カニ鍋

## 黒潮 里の恵コース

国産牛のサシが入ったお肉をしゃぶしゃぶ鍋でご提供いたします。食事のマグロ鉄火丼も美味しい一品、ぜひこの機会にご賞味ください。

お一人様 15,300円 (2名様以上より)

(イメージ)

## なぎさコース

12月から脂が乗って一番美味しくなる金目鯛を豪快に煮付けで召し上がっていただけるコースです。その他、豚バラすき鍋やお刺身3点盛りなどそれぞれお楽しみいただけます。

お一人様 14,300円



金目鯛煮付け

(イメージ)

## みぎわコース

南房総の海の幸を中心としたヘルシーな和食会席のコースです。鮮魚6点盛り、煮肴などをお楽しみください。

お一人様 13,300円



地魚6点盛り

(イメージ)

※1泊2食、税・サ込みの料金です。※仕入れ状況により内容が変わる場合もございます。※休前日は+1,210円(税込)でご利用いただけます。

栃木県市町村職員共済組合の組合員及びその被扶養者の方が黒潮荘に宿泊される場合、宿泊施設利用助成券を利用すると3,000円の控除が受けられます。

## ＜お得なキャンペーン & プランのご案内＞

### ① シルバー割引の実施

平日(休前日を除く日～金)ご宿泊の60歳以上の方にシルバー割引(500円引き)をさせていただきます!同伴の大人の方も全員500円引きさせていただきます!

### ② ホームページ予約プレゼントキャンペーン

黒潮荘公式ホームページからご予約をいただいたお客様にワンドリンクサービス!この機会に、ぜひホームページからのご予約をご利用ください!(こちらのキャンペーンは全日対象となります。)

### ③ ホームページ予約限定早割りキャンペーン

平日(休前日を除く日～金)のご宿泊を黒潮荘公式ホームページから2カ月前(※右記例を参照。)にご予約いただいたお客様限定の割引を実施させていただきます!

(大人一名様あたり500円引き、お子様一名様あたり250円引き)

例:2月10日にご利用の場合  
→12月1日～12月31日

にご予約いただいた方が対象となります。

### ④ .1 泊朝食付き宿泊プラン

平日(休前日を除く日～金)に黒潮荘を8,000円(利用券使用后)でご利用いただけます!当日のご予約も承っております!

### ⑤ .1 人旅プラン

平日(休前日を除く日～金)のご利用について、通常お一人様のご宿泊の場合、追加料金(1,210円(税込))を頂戴しておりますが、こちらをサービスさせていただきます!



Facebookでも  
最新情報更新中!

黒潮荘最新情報を Facebook でもお知らせしております。  
館内でのイベント情報や空室情報等を随時更新しておりますので、気になった方はチェックして「いいね!」してください!

ご予約・  
お問い合わせ

Tel. 04(7092)2205

Fax 04(7093)1213

〒296-0004 千葉県鴨川市貝渚2565

ホームページ <https://www.kuroshioso.jp/>

千葉県市町村職員共済組合保養所  
南房総鴨川

黒潮荘

パスワード:『9640』



黒潮荘

検索

# ホームページのご案内

当組合では、最新の情報をはじめ、短期給付<医療>、長期給付<年金>、福祉<保健・貯金・貸付・物資>事業をホームページに掲載しています。

また、各種申請書のダウンロードやこれまでに発行した本誌『共済だより』のバックナンバーもご覧いただけますので、ぜひご利用ください。

## 『共済だより』最新号

本誌『共済だより』最新号のほか、バックナンバーもご覧いただけます。

## 1 共済組合からのお知らせ

共済組合からの最新情報を確認できます。

## こんなときは？

さまざまな場面に応じた、共済組合への手続方法を確認できます。

## 各申請書ダウンロード

共済組合に提出する申請書や請求書をいつでもダウンロードできます。  
なお、提出はお勤め先の共済事務担当課を通じて提出してください。

## 各種セミナー参加申込み

健康セミナーなど、共済組合が実施するイベントの参加申込みができます。

アクセスはこちら

栃木県市町村職員共済組合

検索