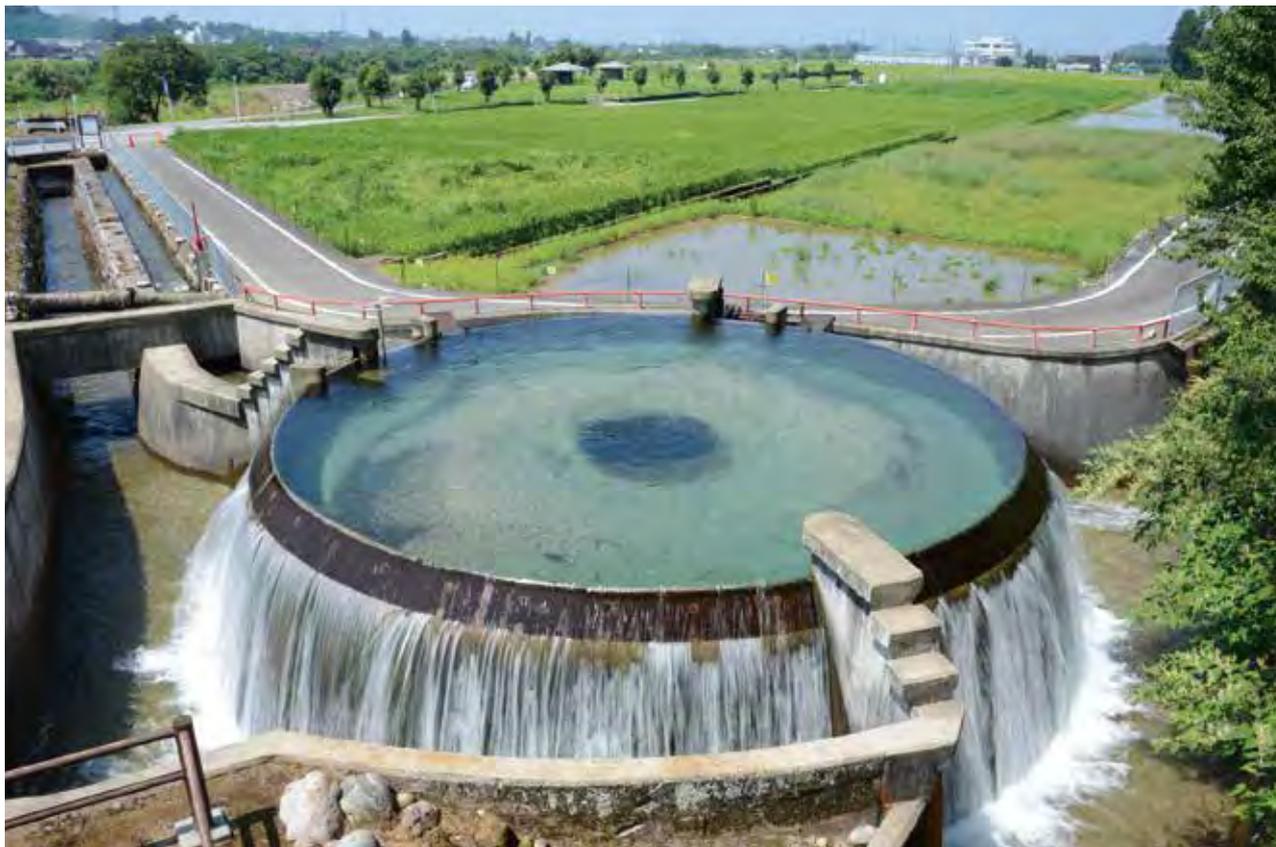


# 共済だより

令和6年4月号

No.297



東山円筒分水槽（魚津市）

## おもな内容

- |                                   |     |                                       |       |
|-----------------------------------|-----|---------------------------------------|-------|
| ○ 令和6年度 事業計画・予算のポイント              | 1～2 | ○ かかりつけ医を持ちましょう                       | 8     |
| ○ 新しく組合員になられた皆様へ                  | 3   | ○ ジェネリック医薬品の使用にご協力ください                | 9     |
| ○ 退職等年金給付に係る財政状況及び<br>財政再計算結果について | 4   | ○ 共済貯金の払戻日予定表                         | 9     |
| ○ 能登半島地震に係る<br>災害見舞金、災害貸付等について    | 4   | ○ 人間ドックを受検されませんか？                     | 10    |
| ○ 短期給付・保健事業からのお知らせ                | 5   | ○ メンタルヘルスカウンセリング                      | 10    |
| ○ 特定健康診査・特定保健指導を受けましょう            | 6   | ○ 令和6年度 人間ドック委託実施機関一覧表                | 11～12 |
| ○ 4月1日人事異動                        | 6   | ○ マイナ保険証を利用すれば、限度額適用認定証の<br>事前申請が不要に！ | 13    |
| ○ 夕食ガッツリ、朝食抜きはやせない                | 7   | ○ 保養所グリーンビュー立山からのお知らせ                 | 13    |
|                                   |     | ○ 「生活年金プラン」のご案内                       | 14    |

※ 保養所 グリーンビュー立山「春・夏限定特別クーポン券」は、裏表紙及び折込に掲載されております。

題字は理事長 角田 悠紀

富山県市町村職員共済組合

ホームページ <http://www.toyama-ctvkyo.or.jp>

## 令和6年度 事業計画・予算のポイント

令和6年2月27日に開催された第170回組合会において、令和6年度の事業計画及び予算が成立しましたので、その概要をお知らせします。



### 共済組合の現況（令和6年度末推計）

	令和5年度末見込	令和6年度末推計	比較増減
所属所数	32	32	0
組合員数	18,028人	17,992人	△36
被扶養者数	9,265人	9,233人	△32
平均標準報酬月額			
短期	324,052円	332,771円	8,719円
長期	365,198円	366,253円	1,055円

※短期の平均標準報酬額は、短期組合員加入で低下。

### 令和6年度 一般組合員 掛金率等

	標準報酬月額・標準期末手当等に乗じる割合
短期給付掛金 (福祉掛金を含む)	45.81% (42.58%)
介護保険掛金 (40歳以上65歳未満)	8.9% (8.9%)
厚生年金保険料	91.5% (91.5%)
退職等年金掛金	7.5% (7.5%)

※( )書きは、令和5年度の掛金率等です。

### 短期経理

組合員、被扶養者の医療給付（病気、ケガ等）や出産・休業等に対する給付、高齢者医療制度の支援金等の拠出、介護保険制度の掛金徴収と介護納付金の納付を行います。  
(収入10,342,088千円、支出10,967,214千円、当期損益金▲625,126千円)

#### 短期給付事業の財源不足への対応（令和5年11月27日短期保健部会答申）

<財源率（掛金、負担金）の引き上げ> 積立金で急激な引き上げを回避しつつ着実に財源不足を解消する。  
<任意継続組合員の掛金算定基礎見直し> 法改正に伴い同掛金の上限を廃止する。円滑な移行を図るため、定年引上げ完成までは現行水準の暫定上限を設定する。

#### ○ 令和6年度の短期財源率引き上げについて 81.76（掛金40.88）% ➔ 88.22（掛金44.11）%

- ・短期組合員の加入に加え、組合員1人当たり保健給付の急増（新型コロナ、インフルエンザ等や高度な医療・医療品の増の影響）により、5年度に多額の財源不足が発生。
- ・部会答申に沿って、6、7年度の2か年で5年度の財源不足を解消する（6年度の財源率引き上げにより、財源不足の1/2相当を解消）。

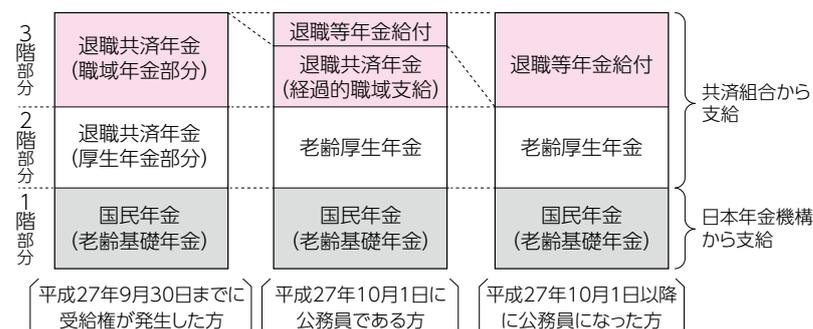
#### ◆ 保健給付（本人・家族の医療費、高額医療費、院外薬剤費、出産費等）等の状況（単位：百万円）

	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度見込	令和6年度予算
保健給付 (保健給付の推移)	2,497 (100)	2,895 (116)	3,343 (134)	4,364 (175)	<u>4,386</u> (176)
高齢者医療制度支援	2,278	2,410	2,468	3,377	<u>3,361</u>
うち前期高齢者納付金	662	690	758	1,445	<u>1,307</u>
うち後期高齢者支援金	1,616	1,720	1,710	1,932	<u>2,054</u>

### 厚生年金保険経理 退職等年金経理 経過的長期経理

長期給付（年金）の掛金（保険料）・負担金を組合員、市町村等から収納して、全国市町村職員共済組合連合会（年金の決定・支給、資産運用等）に払い込みます。  
(収入18,764,516千円、支出18,764,516千円、当期損益金0千円)

#### ◆ 年金給付のイメージ



<b>退職等年金預託金管理経理</b>	<p>全国市町村職員共済組合連合会の積立金（年金財源）の一部を預託金として受け入れ、組合員への貸付事業の財源とするため、貸付経理への貸付を行います。</p> <p>（収入 0 千円、支出 0 千円、当期損益金 0 千円）</p> <p>※令和 5 年度に全国市町村職員共済組合連合会からの預託金を全額償還したため、6 年度は収入、支出とも 0 円となります。</p>
---------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>業務経理</b>	<p>共済組合の管理・運営に要する費用をまかなっています。</p> <p>（収入 267,161 千円、支出 272,301 千円、当期損益金▲5,140 千円）</p>
-------------	---------------------------------------------------------------------------------------

- 令和 6 年度の当期損失金について
  - ・ 6 年度は一時的な支出増（システムの更新・導入、年金財政検証・健康保険証廃止の啓発）に伴い当期損失金を計上。

<b>保健経理</b>	<p>組合員、被扶養者の疾病予防と健康の保持・増進、福利厚生のための事業を行います。</p> <p>（収入 302,820 千円、支出 370,902 千円、当期損益金▲68,082 千円）</p>
-------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

**第 3 期データヘルス計画（令和 6～11 年度）の策定について**

<本組合の健康課題の分析> 被扶養者健診や保健指導の実施率が低い。40 歳以上の女性組合員が増加。傷病手当金の精神疾患割合が高いなど。

<重点事業を拡充> 従来の特定健診・保健指導等に加え女性検診やメンタルヘルスを重点事業に設定する。

- 令和 6 年度の事業拡充について
  - ・ 短期組合員加入後、特に利用が増加した人間ドック、女性健診予算枠を拡充する。
  - ・ 特定保健指導のマンネリ防止や結果の見える化等に実績のあるライザップを活用する。
  - ・ 傷病手当金に占めるメンタル疾患の割合増を受け、セミナー内容を拡充する。
- 令和 6 年度の当期損失金について
  - ・ 短期組合員加入に伴う事業経費増の対応は、6 年度以降の実績をみて事業内容の見直しも検討する。
  - ・ 6 年度の当期損失金の約半額は、保養所の老朽化対応を計画的に実施する積立金取崩しによるもの。

<b>宿泊経理</b>	<p>保養所「グリーンビュー立山」の運営を行います。</p> <p>（収入 355,866 千円、支出 350,744 千円、当期損益金 5,122 千円）</p>
-------------	------------------------------------------------------------------------------------

- 令和 6 年度までの運営委託（第 1 期）の状況
  - ・ 5 年度は、新型コロナが 5 類に移行したが旅行支援終了や団体利用回復の遅れで元年度（新型コロナ前）の利用者数を上回ることが難しい状況。能登半島地震の影響による下振れも懸念される。
  - ・ 6 年度は、利用促進、収支改善を進めるため更なる取組みを実施する（チラシを活用した所属所訪問 P R の徹底、ハイシーズン（年末年始等）企画プランの拡充、2 名利用（料金加算）プラン導入など）。
- 令和 7 年度以降の運営委託（第 2 期）の準備
  - ・ 現委託業者に第 2 期運営委託の受託、利用者増による収支改善策の新提案について意向を確認する等第 2 期委託契約に向けた宿泊部会諮問の準備を進める。

<b>貯金経理</b>	<p>組合員の資産形成を支援するため、貯金事業の運営を行います。</p> <p>（収入 634,666 千円、支出 653,105 千円、当期損益金▲18,439 千円）</p>
-------------	-------------------------------------------------------------------------------------------

- 令和 6 年度の当期損失金について
  - ・ 6 年度は、①新規債券が満期債券の利回りを下回る状況の継続（利息収入減）、②短期組合員加入による預金拡大（支払利息増）や短期流動資金増（運用資金減）を見込んで当期損失金を計上している。
- 令和 7 年度以降の貯金利率引下げを検討
  - ・ 6 年度の上記①、②の影響が大きい場合 7 年度以降の貯金利率引き下げが避けられないため、5 年度決算、6 年度変更予算を踏まえて、7 年度当初予算において当該引き下げを行うか否かを検討する。

◆ 貯金利率と資産運用状況

	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度見込	令和 6 年度予算
貯金利率（％）	1.2	1.2	1.0	1.0	<u>1.0</u>
資産運用利回り（％）	1.18	1.12	1.09	1.03	<u>0.98</u>

※令和 7 年度予算で貯金利率の引下げを検討

<b>貸付経理</b>	<p>組合員が臨時に必要なとする資金（住宅新築・増改築・購入・修繕、結婚、入学、医療の費用等）の貸付を行います。（収入 5,676 千円、支出 7,545 千円、当期損益金▲1,869 千円）</p> <p>※令和 6 年度の災害貸付の貸付枠を 1 億円上乘せ（能登半島地震への対応）</p>
-------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# 新しく組合員になられた皆様へ

4月から県内の市町村・一部事務組合等で公務員又は一定要件を満たす非常勤職員となられた方は、当共済組合の組合員となります。

当共済組合では、組合員とそのご家族の生活の安定と福祉の向上を図るため、**〔1〕短期給付(医療保険)事業**、**〔2〕長期給付(年金)事業**及び**〔3〕福祉事業**を行っています。※短期組合員の方は長期給付事業は適用されません。

これらの事業に必要な費用は、主に、組合員が納める「掛金(保険料)」と、勤務先の市町村等が納める「負担金」によって賄われており、掛金の金額は、「給料月額」に「実際に支給された各種手当」を加えた額に基づく『標準報酬月額』と、『6月・12月の期末・勤勉手当の額』に定款等で定められた掛金率を乗じて計算されます。

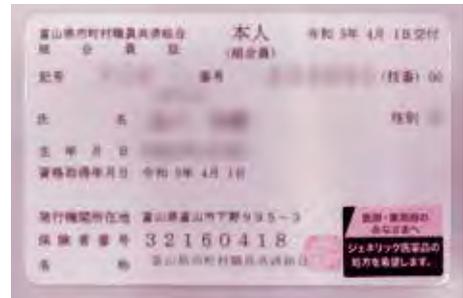
## ☆ 組合員証(健康保険証)が交付されます。

万が一、病気やケガをして保険医療機関を受診するときは、組合員証を提示して診療を受けます。

健康保険証利用登録を行ったマイナンバーカードでも受診できます。(医療費の3割を組合員自身が自己負担で窓口支払いし、残りの7割を共済組合が支払い)

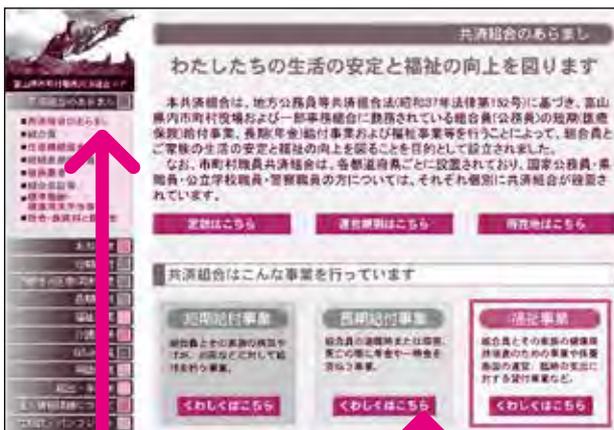
また、組合員自身の自己負担額が一定額を超えるときは、後日、共済組合から一部負担金払戻金等が給付されます。組合員証は、資格を証明する証書となりますので、大切に保管してください。

なお、組合員証の記載事項に変更が生じたときや、組合員証を破損・紛失したときは、勤務先の市町村等の担当課を通じて共済組合に届け出てください。



## ☆ 共済組合の事業内容はホームページをご覧ください。

富山県市町村職員共済組合ホームページURL <http://www.toyama-ctvkyo.or.jp>



「共済組合のあらし」をクリック

「短期給付事業」  
「長期給付事業」  
「福祉事業」の  
「くわしくはこちら」をクリック

「保健事業」「貯金事業」  
「貸付事業」「宿泊事業」  
「その他事業」をクリック

# 退職等年金給付制度に係る財政状況（令和4年度末）及び 財政再計算結果について

## 1 財政検証について

地方公務員共済組合連合会では、退職等年金給付制度に係る財政状況の確認作業として、毎年、国共済と地共済を合計した額について、年度末に積み立てておくべき金額（積立基準額）と実際の積立金額の比較を行っています。これを「財政検証」と呼びます。

この度、令和4年度末の財政検証を実施した結果、

(1) 国共済と地共済を合計した剰余の額（積立金＞積立基準額）は約958億円

(2) 国共済、地共済ともに剰余の状態（積立金＞積立基準額）であったため、財政調整拠出金（確定値）は発生しないこと

になりました。

## 2 財政再計算について

地方公務員共済組合連合会では、令和6年4月以降の退職等年金給付制度に係る掛金率等を決定するため、地方公務員等共済組合法（昭和37年法律第152号）に基づき、5年に一度の「財政再計算」を実施しました。

この結果、

(1) 令和6年4月以降の保険料率は、現在の率と同じく1.50%（組合員が負担する掛金率0.75%＋地方公共団体等が負担する負担金率0.75%）となること

(2) 令和6年10月以降の基準利率は、毎年の市場の状況を勘案して算定する率に、加算率0.08%を加算すること

(3) 次回の財政再計算までの間の各年度の概算財政調整拠出金は、国共済から地共済に約273億円を拠出すること

になりました。

- 更に詳しい内容は、地方公務員共済組合連合会のホームページに掲載されています。是非、ご覧ください。

<https://www.chikyoren.or.jp/>（地方公務員共済組合連合会のトップページ）

トップページの「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）⇒ 財政検証・財政再計算」からご覧いただけます。

地方公務員共済組合連合

検索

## 能登半島地震に係る災害見舞金、災害貸付等について

このたびの令和6年能登半島地震により被害を受けられた皆様に心からお見舞いを申し上げます。共済組合の各種事業における災害被害に係る取扱いについては当組合ホームページ（<http://www.toyama-ctvkyo.or.jp/>）をご参照願います。また、支給申請の手続きなど詳細については、勤務先の市町村等の共済組合担当課にお問い合わせください。

○災害見舞金

短期給付



災害給付



災害見舞金

○災害貸付

福祉事業



貸付事業



貸付の種類

災害貸付

## 短期給付事業からの お知らせ

# 医療費の節約に努めましょう

医療費は、組合員一人ひとりの掛金（保険料）で賄われています。皆さまの大切な掛金を有効に活用するため、日ごろからの健康づくりに心がけるのはもちろん、もし病気やけがをして病院などにかかっても、上手な受診で医療費の節約に努めましょう。

### 『かかりつけ医』をもちましょう

軽い病気であれば、大きな病院でも身近な開業医でも治療内容は変わりません。開業医は待ち時間も短く、身体への負担が軽減されます。気軽に相談できるかかりつけ医を持ち、病気が悪化する前に早めの受診を心がけましょう。

### 重複受診はやめましょう

医療機関を紹介なく変更すると、初診料がその都度かかります。また、何度も検査や投薬を行うこととなり、身体への負担がかかります。まずはかかりつけ医に相談しましょう。

### 休日や夜間の診療は控えましょう

「夜は待ち時間が少ないから」という安易な理由で救急医療機関を受診される方がおられます。重症患者への対応が遅れたり、時間外受診や休日受診では本来の診療費のほかに割増料金が加算されることがあります。急病ややむを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。

### ジェネリック医薬品（後発医薬品）を活用 しましょう

ジェネリック医薬品は先発医薬品より低価格ですが、先発医薬品と同じ有効成分で、効き目・品質・安全性が同等なお薬です。処方されているお薬にジェネリック医薬品があるか、かかりつけ医に相談し、積極的に活用しましょう。

### 接骨院・鍼灸院で組合員証等を使用した場合に、施術内容等を確認させていただくことがあります

組合員証・被扶養者証を使用して柔道整復師・鍼灸師の施術を受けたとき、窓口で支払った自己負担分の残りの金額は、共済組合へ請求されます。その際に届く「療養費支給申請書」の内容や負傷原因等を確認するため、後日、照会票を委託業者（㈱オークス）から発送させていただくことがあります。皆さまが納める大切な保険料を正しく使用するために、ご理解とご協力をお願いいたします。※受診照会調査は、施術月の翌々月以降となりますので、施術の記録や領収書の保管をお願いします。

## 保健事業からのお知らせ

### 参加募集事業

開催日時点で当組合の組合員資格（被扶養者資格）のある方が対象です。詳細は、募集時にご案内します。所属所担当課を通じてのお申し込みとなります。

#### 60歳からのライフプランセミナー（宿泊型）

参加資格 組合員とその配偶者（組合員のみ参加可）  
開催予定日 2回 7月5日（金）～6日（土） / 7月19日（金）～20日（土）  
場 所 グリーンビュー立山  
退職後の健康づくりや資産管理のほか、年金や退職後の健康保険などについてご説明し、年金個別相談を行います。

#### 親子体験学習

参加資格 組合員とその家族（小学生）  
開催予定日 8月9日（金）～10日（土）  
場 所 室堂平周辺、グリーンビュー立山  
図画作成・夕食時のビンゴ大会や軽登山など、夏休みの思い出となる親子でふれあえる企画を計画しています。

#### ミドルライフプランセミナー

参加資格 組合員（35～54歳）  
開催予定日 8月27日（火）  
場 所 富山県市町村会館  
専門の講師によるライフプラン設計についての講演や心の健康に関する講演を予定しております。共済組合担当者による年金制度の説明も行います。

#### ライフプランセミナー

参加資格 組合員（55歳以上）  
開催予定日 2回 10月3日（木） / 10月25日（金）  
場 所 富山県市町村会館  
これからの健康づくりや生涯生活設計について、専門講師を招いたセミナーを開催します。また、共済組合担当者が年金制度説明を行い、希望者には個別相談を行います。

※各セミナーの年金制度の説明は、第3号厚生年金（共済組合の期間）に関するものになります。

### リフレッシュ施設利用助成

夏期におけるプールの利用助成については、本年度より事業廃止となりました。

とやま健康パーク（富山市友杉151）健康スタジアム3時間利用 大人560円／小・中学生280円

富山市ファミリーパーク（富山市古沢254） 大人400円／中学生以下 無料

所属所担当課で利用券を受け取り（ファミリーパークは折込の割引利用券を使用し）、各施設の窓口へご提出ください。

## 40歳以上75歳未満の皆さまへ 特定健康診査・特定保健指導を受けましょう

40歳から75歳未満の方は生活習慣病の予防健診である特定健康診査を受けていただく対象となります。40歳から75歳未満の組合員ご本人は、お勤め先の定期健康診断または人間ドックを受けていただくことで、特定健康診査を受けたこととなります。被扶養者等の特定健康診査は次の方法により受診いただけます。

生活習慣病の多くは自覚症状が現れにくく、気付かないうちに重症化していることもありますので、**年に1回は健診を受けましょう。**

また、健診は受けて終わりではなく、特定保健指導の対象者となられた場合には生活習慣を見直すチャンスとなりますので、ぜひご利用ください。

### 特定健康診査

被扶養者／任意継続組合員およびその被扶養者

◎対象者 令和6年度中に**40歳から75歳に到達する被扶養者等**（75歳未満の者に限る）

〔年度途中加入者、脱退者は希望者のみを対象とします。  
希望される方は所属所共済組合担当課を通じて申請してください。〕

◎受診方法

- 居住地の集団(住民)健診
- 共済組合が委託する個別医療機関での健診

▶ 対象者へ「特定健康診査受診券」を  
5月下旬にご自宅へ送付します。

- 共済組合が契約する委託実施機関での人間ドック

▶ 人間ドックの利用申請が必要です。  
〔被扶養者の方は組合員のお勤め先にて  
任意継続組合員の方は年金福祉課にて〕

◎受診期間 **令和7年3月31日まで**（医療機関によって実施期間が異なります。）

\* 期間が短い場合がありますので、受診券が届きましたらお早めに  
医療機関へご確認のうえ、ご予約ください。

◎負担額 **健診費用は無料です**（人間ドックの場合は自己負担があります。）



### 特定保健指導

組合員／被扶養者／任意継続組合員およびその被扶養者

◎対象者 生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善により予防効果が高く期待できる方  
（特定健康診査の結果を受けて、対象者を選定し、共済組合からご案内いたします。）

◎負担額 **費用は無料です**（詳細については、「特定保健指導利用券」送付時にご案内します。）



#### ◆オンライン型特定保健指導について◆

令和4年度から、専門指導員のサポートとAIのアドバイスによる『**オンライン型特定保健指導**』を選択していただけるようになりました。スマートフォンやパソコン等で面談を受けられ、困った時はチャットで相談員へ質問することができます。

対象者となられた場合には、ぜひご利用ください!

### 人事異動

令和6年4月1日付け異動

氏名	新	旧
桑原 美和	年金福祉課主査 (事) 調査係長	年金福祉課 調査係長
司 辻 洋平	総務課主任	年金福祉課主任
佐々木 亮輔	年金福祉課主事	(新規採用)



## 食べる時間帯で栄養素の使い方が変わる

体内時計は、朝・昼・夜という1日の変化に合わせて体の働きを調節しています。食べ物から栄養素を取り入れて体を動かす力に変える「代謝」も、1日の中で変化します。日中は糖質や脂質がエネルギーとして利用されやすい反面、夜間は糖質や脂質が脂肪として蓄えられやすくなります。

そのため、朝食と昼食はしっかり食べ、夕食は軽めに食べる、これが体内時計に沿った健康的な食べ方です。また、朝食は体内時計をリセットして生活リズムを整えるうえでもとても重要です。

「夕食ガッツリ、朝食抜き」の人は、食事の時間や配分を見直してみましょう。



夕食をガッツリ食べて朝食を抜くという食べ方は、1日の食事量が多くなっても体内時計によって調節されている代謝のリズムに合っていないため、ヤセにくくなります。体内時計に沿った食べ方をしましょう。

# 「夕食ガッツリ、朝食抜き」は

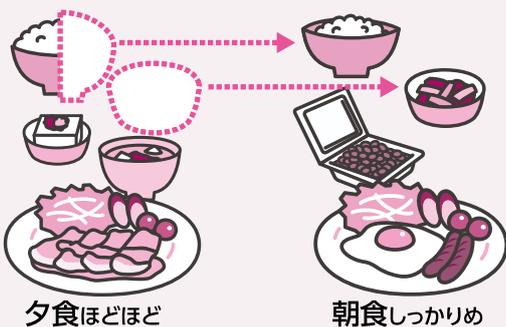
# ヤセない

監修：管理栄養士 徳田泰子

### Change! 「夕食ほどほど、朝食しっかりめ」

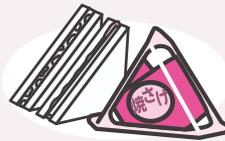
夕食のボリュームが多い場合、ごはんやおかずを朝食にスライドさせれば、ムリなく「夕食ほどほど、朝食しっかりめ」にシフトできます。また、夕食が21時を超える場合は、分食をおすすめします。なお、揚げ物などのカロリーが高いものはいちばん太りにくい昼に食べましょう。

#### 夕食のごはんやおかずを朝食にスライド



#### 分食するときには

夕方



炭水化物をとる

夜



低脂肪の主菜や副菜をとる

# かかりつけ医を持ちましょう



みなさんは「かかりつけ医」をお持ちでしょうか。「健康に関することを何でも相談でき、必要なときは専門の医療機関を紹介してくれる、身近にいて頼りになる医師」のことをかかりつけ医といいます。

体調が悪いときは、いきなり大病院に行かずに、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

## かかりつけ医のメリット

### ●健康に関することを何でも相談できる

体調や健康診断の結果に不安があるときに気軽に相談ができ、的確なアドバイスをもらえます。

### ●病気の早期発見・治療につながる

体調の変化にも気づいてもらいやすいので、病気の早期発見などにつながります。

### ●他機関との連携がスムーズ

精密な検査などが必要なときは、専門の医療機関を紹介してくれます。

## かかりつけ医を選ぶポイント

- どんなことでも相談でき、話しやすい
- わかりやすく説明してくれる
- 自宅や職場から近く、通いやすい



## かかりつけ医のを見つけ方・探し方

### ●医療機関に行ったときに医師と話す

健康診断や検査、予防接種などの機会に、医師と話してみましょう。家族の受診時につきそって、自分のことを相談するのきっかけになります。

### ●医療情報ネットで検索する

診療科目や診療日時などから、身近な医療機関・かかりつけ医を見つけることができます。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iryuu/teikyouseido/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/teikyouseido/index.html)



紹介状もなくいきなり大病院に行くと特別料金がかかり、医療費の負担が大きくなります。医療費の節減のためにも、ぜひかかりつけ医を持ちましょう。



## ジェネリック医薬品の使用にご協力ください

共済組合では、国の施策に基づき、組合員とご家族の皆様の医療費の自己負担の軽減や当組合の短期給付財政の適正化のため、ジェネリック医薬品の普及を図っており、平成30年度から新しく交付する組合員証・被扶養者証に「ジェネリック医薬品希望シール」を貼り付けて交付しています。ご理解とご協力をお願いします。

当組合の使用割合は、令和4年4月診療分85.6%、令和5年4月診療分85.9%です。

ジェネリック医薬品使用の際は、医師等にご相談のうえ、ご使用の継続と検討をお願いします。

医師・薬剤師の皆さまへ

ジェネリック医薬品の使用を  
希望します。

## 共済貯金の払戻日予定表 (年利 1.0%)

\*貯金払戻・解約請求書は、各市町村等共済組合事務担当課を通して、締切日の午前中までに共済組合 **必着**とします。(各市町村等共済事務担当課で締切日を設けてありますのでご確認ください。)

\*払戻金額1,000円単位です。

\*所定の「貯金振込依頼書」により「臨時積立」として随時任意額 **(10,000円単位)** を積立できます。

ATM、ネットバンキング、郵便局からの振込はできません。ご注意ください。

《●印は払戻日、□印は請求書の提出締切日》

4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	□3	4	5	6				□1	2	3	4							1
7	8	9	●10	11	□12	13	5	6	7	8	9	●10	11	2	□3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	●19	20	12	□13	14	15	16	17	18	9	●10	11	12	□13	14	15
21	□22	23	24	25	26	27	19	●20	21	22	23	□24	25	16	17	18	19	●20	□21	22
28	29	30					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	●28	29
														30						

★「R6年4月～R7年3月の払戻日予定表」は共済組合ホームページ (<http://www.toyama-ctvkyo.or.jp>)をご覧ください。

\* 新規申込は随時受付けています。各市町村等共済組合事務担当課へお問合せください。

## 詳細な健診を受けられたい方へ 人間ドックを受検されませんか？

共済組合の指定する委託実施機関で一般ドック、節目ドック、脳ドック及びPET検査を受診する場合、受診費用の一部を共済組合が助成します。

【対象者】 事前に **お勤め先の共済担当課で承認** を受けてください。

●組合員期間とは、原則、引き続き当組合の期間とします。(人事異動に伴うものを除きます。)

区分	対象者	区分	対象者
一般ドック	組合員（組合員期間1年以上の者） 及びその被扶養者	脳ドック	組合員（組合員期間1年以上の者） 及びその被扶養者
節目ドック (組合員のみ)	令和6年度に45.48.50.53.55.58.60 歳に達する組合員(令和6年4月1日にお いて、組合員期間1年以上の者)	PET検査	組合員（組合員期間1年以上の者） 及びその被扶養者

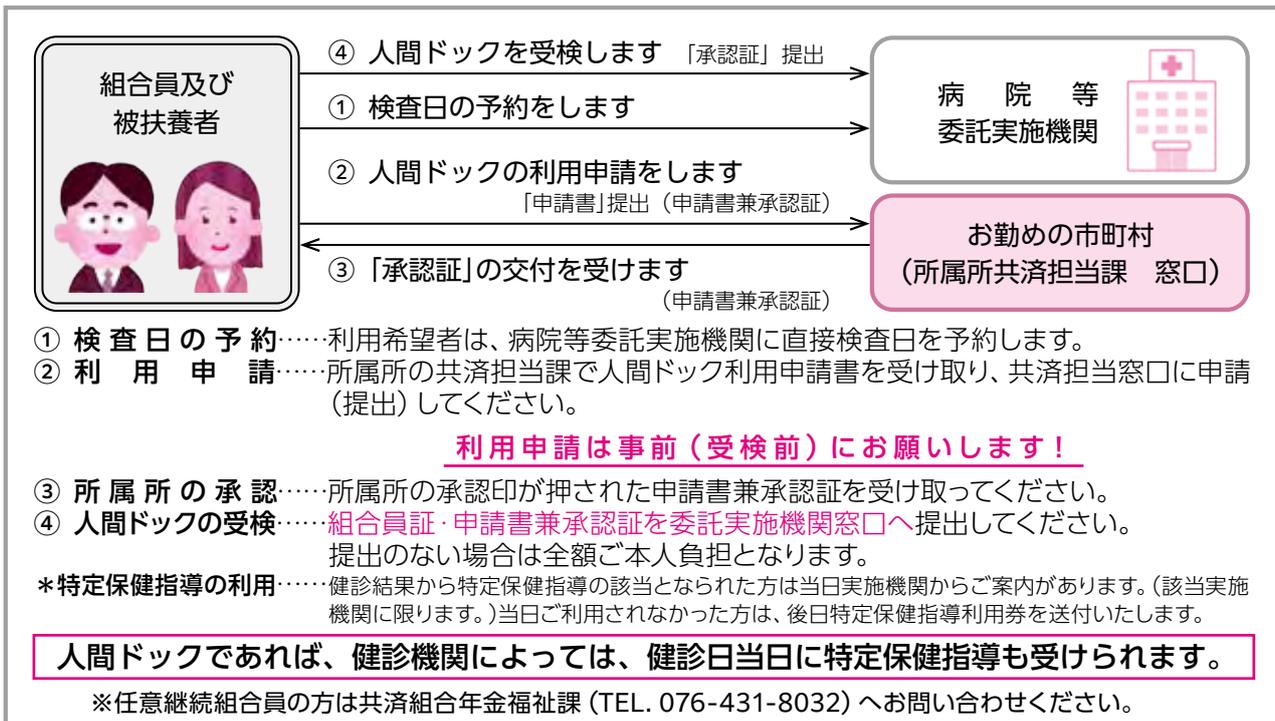
※ 同年度内の一般ドック、節目ドック、及び脳ドックの重複利用はできません。

※ 生活習慣病健診（事業主健診）を受診された方は、利用助成が重複しますので、その年度中、一般ドック、節目ドックの利用助成は受けられません。

※ 節目ドック以外は、任意継続組合員を対象者に含みます。

※ PET検査は、保険診療となる場合は、助成の対象から除きます。

### 【利用手続き】



## 健康相談支援事業 ~メンタルヘルスカウンセリング~

折込のチラシを  
ご覧ください

面談（オンライン面談も選べます）・電話・Webから選択し、専門カウンセラーによるカウンセリングが受けられます。

◎ 専用ダイヤル **\*\*\*\*-\*\*\*\*-\*\*\*\*** (通話料無料)

専用ダイヤルに電話し、自動音声ガイドに従い、利用したいサービスの番号を選んでください。

(日曜日・祝日・年末年始(12/29~1/4)はお休みです。)

サービス番号② 面談カウンセリングの予約 予約受付 月~土 10:00~20:00

サービス番号③ 電話カウンセリング 相談受付 月~土 10:00~22:00

サービス番号④ 電話カウンセリングの予約 予約受付 月~土 10:00~18:00

◎Webによるカウンセリングを利用する場合は、

Web相談URL <https://www.mh-c.jp/> (インターネットへの接続料は相談者負担) へアクセスし、

ログイン番号 **\*\*\*\*** を入力してください。受付は24時間、返信は数日を要します。



令和6年度

人間ドック委託実施機関及び利用者負担額一覧表

受診当日に保健指導が  
利用できます  
利用できる機能が  
増えました！

(単位:円 消費税込み)

委託実施機関	電話番号	性別	備考	利用者負担額				ドック当日の 保健指導	禁煙外来の 有無
				一日ドック		PET検査	脳ドック		
				一般ドック	節目ドック				
富山市	富山市民病院	男		13,250	5,500	-	8,500	-	○
		女		14,950	5,500				
	富山まちなか病院	男		13,250	5,500	-	-	-	-
		女		14,950	5,500				
	富山赤十字病院	男		12,900	5,500	-	14,000	○	○
		女		15,535	5,500				
	富山西総合病院	男		12,800	5,500	-	9,800	-	-
		女		12,500	5,500				
	一般財団法人 北陸予防医学協会 健康管理センター	男	胃X線	14,000	5,500	-	-	-	-
		女		12,900	5,500				
	一般財団法人 北陸予防医学協会 とやま健診プラザ*	男	胃内視鏡	15,400	5,500	-	-	-	-
		女		12,500	5,500				
	公益財団法人 友愛健康医学センター	男	胃X線	14,000	5,500	-	12,900	○	-
		女		12,900	5,500				
公益財団法人 友愛健康医学センター	男	胃内視鏡	15,400	5,500	-	-	-	-	
	女		12,500	5,500					
一般社団法人 日本健康倶楽部北陸支部	男	胃X線	11,830	5,500	-	-	○	-	
	女		14,630	5,500					
公益財団法人 富山県健康づくり財団 (富山県健康増進センター)	男	胃内視鏡	16,800	5,500	-	-	-	-	
	女		12,745	5,500					
富山市医師会健康管理センター	男	胃X線	16,150	5,500	-	-	○	○	
	女		14,145	5,500					
医療法人財団 とやま医療健康センター	男	胃内視鏡	17,550	5,500	-	-	○	-	
	女		12,690	5,500					
医療法人社団若葉会 高重記念クリニック	男	助成対象者 その他の方	15,050	5,500	-	13,118	○	-	
	女		-	-					
高岡市民病院	男		13,790	5,500	-	-	-	○	
	女		13,837	5,500					
一般財団法人 北陸予防医学協会 高岡総合健診センター	男	胃X線	12,500	5,500	-	12,800	-	-	
	女		12,900	5,500					
独立行政法人地域医療機能推進機構 高岡ひしぎ病院	男	胃内視鏡	12,500	5,500	-	-	-	-	
	女		14,000	5,500					
厚生連高岡健康管理センター	男		15,400	5,500	-	-	-	-	
	女		12,900	5,500					
サンシャインメドック	男		12,500	5,500	-	12,500	○	○	
	女		12,900	5,500					
富山県済生会高岡病院	男		14,200	5,500	-	-	○	-	
	女		14,000	5,500					
				15,700	5,500				
				12,500	5,500		12,700		○ (動機付けのみ)

射水市	委託実施機関	電話番号	性別	備考	利用者負担額				ドック当日の 保健指導	禁煙外来の 有無
					一日ドック		PET検査	脳ドック		
					一般ドック	節目ドック				
射水市	射水市民病院	0766-82-8100	男		10,680	5,500	10,160	-	○	○
			女		12,590	5,500				
魚津市	雷山労災病院	0765-22-1280	男		12,500	5,500	12,500	-	○	-
			女		14,100	5,500				
	医療法人社団 ホスピター浦田クリニック	0765-23-5753	男	胃X線	14,100	5,500	-	-	○	-
			女		16,350	5,500				
			男	胃内視鏡	14,300	5,500				
			女		17,550	5,500				
氷見市	金沢医科大学氷見市民病院	0766-74-1900	男		12,900	5,500	12,700	-	○	-
			女		14,420	5,500				
滑川市	厚生連滑川健康管理センター	076-475-2254	男	助成対象者 その他の方	-	-	-	37,000	-	○
			女		12,500	5,500	-	-	47,000	-
黒部市	黒部市民病院	0765-54-2211	男		17,000	5,500	-	50,000	-	-
			女		19,800	5,500				
砺波市	市立砺波総合病院	0763-32-3320	男	胃X線	12,600	5,500	-	-	-	○
			女		14,000	5,500				
小矢部市	公立学校共済組合 北陸中央病院	0766-67-5950	男	胃内視鏡	13,250	5,500	-	-	-	○
			女		14,650	5,500				
南砺市	南砺市民病院	0763-82-1475	男		11,000	5,500	16,000	-	○	○
			女		12,000	5,500				
上市町	かみいち総合病院	076-472-1212	男		12,060	5,500	11,060	-	○	○
			女		13,460	5,500				
朝日町	あさひ総合病院	0765-83-1160	男		12,060	5,500	11,060	-	○	○
			女		14,210	5,500				
朝日町	あさひ総合病院	0765-83-1160	男		12,260	5,500	13,890	-	○	○
			女		14,230	5,500				
朝日町	あさひ総合病院	0765-83-1160	男		13,460	5,500	-	-	-	-
			女		15,430	5,500				

<昨年度からの変更点>  
 ・色付きの利用者負担額は昨年度の料金と変更がある委託実施機関です。  
 ・ドック当日の保健指導を利用できる機関に追加があります。(射水市民病院、雷山労災病院)

- ※ 検査項目は委託実施機関によって異なりますので、詳しい内容や利用助成の対象等については各機関へご確認ください。
- ※ とやま医療健康センター及び氷見市民病院のPET検査の助成対象者は、氷見市の利用助成を受けられた方です。(氷見市役所健康課へ申請してください。)
- ※ 「禁煙外来の有無」欄が○となっている機関では、一定の条件を満たす場合には健康保険を使って禁煙外来が受診でき、医師の指導のもと禁煙治療を受けられます。(禁煙外来の受診者負担は受診者のご負担となります。詳細は委託実施機関へご確認ください。)
- ※ 備考欄には、胃検診等による料金の違いがある場合に記載しております。備考欄に記載がない機関の胃検診については、各機関にご確認ください。



**マイナ保険証を利用すれば、限度額適用認定証の事前申請が不要に！**  
 ～事前の手続きなく、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます～

マイナンバーカードの保険証利用（マイナ保険証）は、オンラインでの資格確認にとどまらず、診療・医薬品の処方箋等情報の活用による質の高い医療の提供やマイナポータルでの自身の特定健診・薬剤情報の閲覧等により、組合員及び被扶養者（組合員等）の健康増進につながることを期待されています。

このため、本組合においても、組合員等の皆様が医療機関を受診される際にマイナ保険証を利用していただき、そのメリット※を実感していただけるよう、その周知広報に取り組んでおります。

なお、マイナ保険証の登録手続や利用方法について、厚生労働省HPIにその詳細な情報やQ&Aが掲載され、また相談窓口も設けられておりますので、是非ご活用ください。

- ※ **マイナ保険証のメリット**
- ① 手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除
  - ② データに基づく適切な医療が受けられる

★低所得（住民税非課税）者の方は限度額適用認定証の交付が必要となります。

該当する方で医療費が高額となる方は、「限度額適用・標準負担額減額認定申請書」を共済組合に提出してください。

詳しくは厚生労働省HP <https://www.mhlw.go.jp/index.html> サイト内検索 **マイナンバー**

「厚生労働省ホームページ トップページ」のサイト内検索でマイナンバーと検索  
 ⇒「マイナンバーカードの健康保険証利用について」からご覧いただけます。

● マイナンバーカードの健康保険証利用に関するお問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル TEL:0120-95-0178

**保養所 グリーンビュー立山からのお知らせ**

**1 ハイシーズンに「特別企画プラン」をご用意**

本年度から、従来の「年末年始ご宿泊プラン」に加え、各ハイシーズン（お盆・年末年始・ゴールデンウィーク）に通常プランに替えて季節ごとに趣向を凝らした「期間限定 特別企画プラン」をご賞味いただく特定期間を設定することといたしましたので、ご予約の際はご注意ください。

なお、ご提供するプランの詳細はあって共済だよりや当館HPにてご案内いたします。



令和6年度のハイシーズン特定期間

お盆期間

8月13日(火)～15日(木)

夏の特別企画プラン2種から選択

- 〔特選富山海鮮会席〕
- 〔特選富山肉づくし会席〕

年末年始期間

12月28日(土)～1月3日(金)

「年末年始特別企画プラン」を提供

大 人	1泊2食フリードリンク付 (税込み)	15,100円
小人(小学生)	1泊2食フリードリンク付 (税込み)	7,500円

※料金は「宿泊利用助成券」大人5,000円引きと小人3,000円引きを利用し1部屋4名～5名様定員でご宿泊いただいた金額です。2名～3名様定員はプラス1,000円になります。またお部屋のタイプにより料金が異なります。

※令和7年度からゴールデンウィークに春の特別企画プランをご提供します。

**2 利用料金の一部変更**

令和6年8月1日ご宿泊分より、スタンダード和室10畳についても1室2名様利用による利用を想定することに伴い、スタンダード和室8畳以外のお部屋の1室2名様利用は、2～3名様利用料金に1名様につき500円加算することといたします。

# ～「生活年金プラン」のご案内～

「生活年金プラン」は共済組合が実施している保険制度です。

	制 度 名	保 障 内 容
主契約	生活年金プラン	死亡・高度障害時の保障 死亡、所定の高度障害時に保険金をお支払いします。保険金を一時金、または年金として受け取ることができます。配当金があります。
	障害給付プラス5	死亡・高度障害・障害状態（障害年金1級）時の保障 死亡、所定の高度障害、障害状態（障害年金1級）時に保険金をお支払いします。保険金を一時金、または年金として受け取ることができます。配当金があります。
生活年金プラン特約制度	退職後継続保障制度	死亡・高度障害時の保障 死亡、所定の高度障害時に保険金をお支払いします。加入時の年齢による保険料率で満期まで一定です。
	医療保障保険（基本型）	病気・ケガによる入院時の保障 病気やケガによる継続して2日以上入院した場合、入院給付金を1日目からお支払いします。配当金があります。
	医療保障保険（充実型）	病気・ケガによる入院・手術時等の保障 病気やケガによる継続して2日以上入院した場合、入院給付金を1日目からお支払いします。病気やケガで所定の手術を受けられた場合、手術給付金をお支払いします。
	医療保障保険（先進医療・治療支援型）	入院、入院を伴わない手術・放射線治療、先進医療の保障 病気やケガで入院した場合、給付金をお支払いします。入院を伴わない手術や放射線治療、先進医療による療養を受けた場合、給付金をお支払いします。（対象となる先進医療については、パンフレットの「給付金に関するご注意」をご確認ください）
	三大疾病支援特約制度	特定疾病「悪性新生物（がん）・急性心筋梗塞・脳卒中」時の保障 所定の悪性新生物（がん）と診断確定されたとき、または急性心筋梗塞・脳卒中を発病して、所定の状態になられたとき、急性心筋梗塞・脳卒中で、所定の手術を受けられたときに保険金をお支払いします。それぞれの特約を付加することにより7大疾病および上皮内新生物の場合にも保険金をお支払いします。
	リビングケア	身近なリスクへの補償 ケガで入院・通院・手術等した場合、および賠償責任・携行品損害等が生じた場合に保険金をお支払いします。
	長期収入サポート	長期休職時の所得補償 病気やケガにより免責期間を90日を超えて長期休職となった場合や、業務に従事できない場合に最長60歳まで（55歳～64歳の方は3年）保険金をお支払いします。※年齢は満年齢です
	短期収入サポート	短期休職時の所得補償 病気やケガで免責期間7日を超えて短期休職となった場合や、業務に従事できない場合に最長3年間保険金をお支払いします。
	公的高齢年金補完制度 つなぎ積立年金	老後の生活に備える積立て 在職中に積立てられた年金原資を退職時に年金または一時金として受け取ることができます。

※ 制度内容詳細等はパンフレットをご確認ください。

PR期間

6月下旬～8月上旬

保険期間

1月1日～12月31日

## <よくあるご質問>



### Q1. 「生活年金プラン」は掛け捨ての保険ですか？

生活年金プランは掛け捨ての保険ですが、生活年金プラン・障害給付プラス5・医療保障（基本型）は、1年ごとにそれぞれ収支計算を行い、剰余金が生じた場合は配当金としてお支払いする仕組みとなっています。  
なお、令和5年1月1日～令和5年12月31日実績までの配当金は、令和6年3月6日(水)に共済組合短期給付金振込指定口座に振り込みましたのでご確認ください。

参考 配当率 生活年金プラン 約47.2%・障害給付プラス5 約39.0%・医療保障保険(基本型) 約36.0%

### Q2. 保険期間途中でコース変更や脱退はできますか？

PR期間（更新時）のみのお取り扱いとなっておりますので期間内にお手続きください。（ご退職による脱退は除きます）

### Q3. 保険金・給付金を請求する場合はどこに連絡すればよいでしょうか？

所属所担当課、もしくは下記までお問い合わせください。

<お問い合わせ先>

有限会社 富山共済サービス（富山県市町村職員共済組合 保険事務取扱）

〒930-0871 富山市下野995-3 市町村会館内 TEL：076-444-7930 FAX：076-444-7931

グリーンビュー立山からのお知らせ

恒例の「春・夏限定特別クーポン券」利用期間がはじまります。

利用期間：令和6年5月6日(月)～令和6年7月19日(金)まで

当館へご宿泊の際に、本ページに掲載の「春・夏限定特別クーポン券」を切り取ってお持ちくださいますと、利用期間中お得な割引が受けられます。

平日利用は  
さらにお得♪

「平日割引加算クーポン券」ご提供！

利用期間：令和6年5月6日(月)～令和6年7月19日(金)まで

ご好評につき、平日のご宿泊が通常料金よりもっとお得になる「平日割引加算クーポン券」を充実させてご提供します。組合員及びそのご家族の皆様は、平日に、「宿泊利用助成券」5,000円引きと「春・夏限定特別クーポン券」2,000円引きと「平日割引加算クーポン券」1,000円引きを併せてご利用くださると、通常料金より8,000円引き(大人)となります。この機会に是非ご宿泊ください！

季節限定特別プラン【春・夏の特選会席】

春の特別プランとして、富山の酒粕を食べて育ったA5ランク肉と今が旬のお魚桜鯛を使用した「とやま和牛と桜鯛の旬彩会席」をご用意いたしました。また夏の特別プランはとやま和牛をふんだんに使用した「とやま和牛(A5)の特選会席」をご用意いたします。

【とやま和牛と桜鯛の旬彩会席】

◇春季限定(4月～5月)◇

とやま和牛と桜鯛を使った贅沢な会席



料理写真はイメージです

【とやま和牛(A5)の特選会席】

◇夏季限定(6月～8月)◇

富山の酒粕を食べて育ったA5ランクのフルコース



料理写真はイメージです

大人(平日)  
1泊2食フリードリンク付(税込み) **10,600円**

※上記金額は1泊2食フリードリンク付(税込み)で「宿泊利用助成券」「春・夏限定特別クーポン券」、平日利用の場合は、「平日割引加算クーポン券」を利用し、1部屋4名様～5名様定員でご宿泊の金額です。2名様～3名様定員はプラス1,000円になります。またお部屋のタイプにより料金が異なります。

大人(土曜・祝前日)  
1泊2食フリードリンク付(税込み) **13,800円**

スタッフ一同、皆様のお越しを心からお待ちしております。

グリーンビュー立山  
春・夏限定特別クーポン券

有効期間 令和6年5月6日(月)～7月19日(金)まで

助成金額 (お1人様) 2,000円(大人) 1,000円(小学生)

利用年月日 令和 6 年 月 日

助成金額 2,000円× 人= 円  
1,000円× 人= 円

所属所名 組合員氏名

○宿泊利用のみ使用できます。  
○組合員およびその家族のみ使用できます。  
○本券をチェックイン時にフロントに提出してください。  
○本券1枚で8名様までご利用できます。  
○通常の「利用助成券」と併用できます。

富山県市町村職員共済組合



グリーンビュー立山  
平日割引加算クーポン券

有効期間 令和6年5月6日(月)～7月19日(金)までの平日

助成金額 (お1人様) 1,000円(大人のみ)

利用年月日 令和 6 年 月 日

助成金額 1,000円× 人= 円

所属所名 組合員氏名

○平日宿泊利用のみ使用できます。(土曜日、祝前日使用不可)  
○組合員およびその家族のみ使用できます。  
○本券をチェックイン時にフロントに提出してください。  
○本券1枚で8名様までご利用できます。  
○通常の「利用助成券」「春・夏限定特別クーポン券」と併用できます。

富山県市町村職員共済組合

