

# 共済だより

令和8年4月号

No.305



俱利伽羅県定公園 八重桜 (小矢部市)

## おもな内容

- 令和8年度 事業計画・予算のポイント …… 1～2
- 新しく組合員になられた皆様へ …… 3
- 特定健康診査・特定保健指導を受けましょう …… 4
- 短期給付・保健事業からのお知らせ …… 5
- 人間ドックを受検されませんか? …… 6
- 令和8年度 人間ドック委託実施機関一覧表 …… 7～8
- コラム ポリファーマシーをご存じですか? …… 9
- コラム 昔からむし歯がないから  
歯周病も心配ない? …… 10
- 令和8年4月からの年金制度改正について …… 11
- 共済貯金の払戻日予定表 …… 12
- 共済貯金の利率を上げました …… 12
- 家庭常備薬等斡旋事業の医薬品の購入方法が  
一部変更されます …… 12
- 4月1日人事異動 …… 12
- 保養所グリーンビュー立山宿泊プラン料金の  
改定について (7月1日以降分) …… 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」

「平日割引加算クーポン券」は、裏表紙に掲載されております。

「春・夏限定 特別クーポン券ランチ&温泉用」は、折込みチラシに掲載されております。

題字は理事長 出町 譲

富山県市町村職員共済組合

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

# 令和8年度 事業計画・予算のポイント

令和8年2月26日に開催された第175回組合会において、令和8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8年度末推計）

	令和7年度末見込	令和8年度末推計	比較増減
所属所数	32	32	0
組合員数	18,777人	18,850人	73
被扶養者数	9,183人	9,282人	99
平均標準報酬月額			
短期	334,246円	340,122円	5,876円
長期	380,928円	386,580円	5,652円

※短期の平均標準報酬は、短期組合員加入で低下。

## 令和8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）	48.34%（49.49%）
介護保険掛金（40歳以上65歳未満）	7.8%（8.9%）
子ども子育て支援掛金	1.15%（新設）
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7年度の掛金率等です。

### 主な内容

- 子どもや子育て世帯を社会全体で支える仕組みとして、子ども・子育て支援金制度が創設され、この4月から短期給付掛金・介護掛金に上乘せる形で、子ども・子育て支援金の負担が始まります。（子ども・子育て支援掛金率 1.15%）※国が一律で示した率
- 短期給付掛金は、上記1の新たな負担の緩和や財政状況を勘案して、4月から1.15%引き下げます。
- 介護保険掛金は、今年度において収支均衡となるよう4月から1.1%引き下げます。
- 共済貯金の利率は、本年4月1日から0.1%引き上げ年利1.1%とします。

### 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12,147,549千円、支出11,677,823千円、当期損益金469,726千円）

短期給付の状況は、医療費の増加、団塊の世代の75歳到達に伴う大幅な高齢者医療制度への移行等により支出の増加が懸念されておりました。令和5～7年度までの高齢者医療制度への支援金等は増加の一途でしたが、令和8年度は前期高齢者納付金が減少し、後期高齢者支援金と合算すると約1億2,500万円減少する見込みです。こうした状況を勘案して、令和8年度から令和10年度までの収支を推計したところ、収支均衡を図る事業運営が可能であることが見込まれるため、短期財源率は1,000分の93.28（掛金率1,000分の46.64、負担金率1,000分の46.64）に引き下げることとしました。

### ◆ 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4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度見込	令和8年度予算
保健給付（保健給付の推移）	3,343 (100)	4,393 (131)	4,416 (132)	4,578 (137)	4,715 (141)
高齢者医療制度支援	2,468	3,377	3,407	3,473	3,348
うち前期高齢者納付金	759	1,445	1,364	1,374	1,069
うち後期高齢者支援金	1,709	1,932	2,043	2,099	2,279

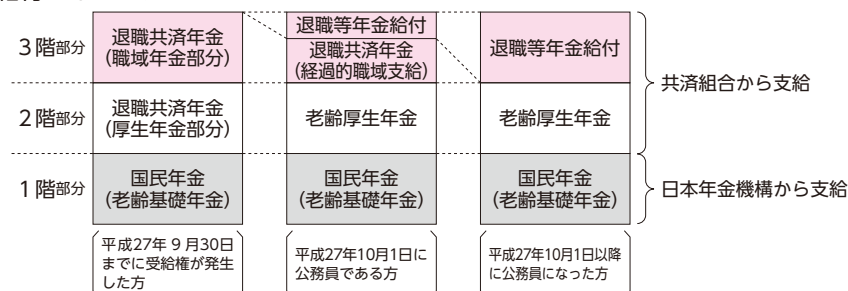
40歳以上65歳未満の介護保険第2号被保険者である組合員の方は、介護保険制度を支えるため、介護掛金を負担していただいています。共済組合では、皆様からの介護掛金と事業主（地方公共団体）からの負担金と併せて社会保険診療報酬支払基金に納付しており、令和8年度における当組合の納付金額に基づき介護掛金率を算定した結果、令和8年度の介護掛金率を1,000分の15.6（掛金率1,000分の7.8、負担金率1,000分の7.8）に引き下げることにしました。

子ども・子育て支援金の掛金は、令和8年4月分から短期・介護の掛金とあわせて負担いただくこととなります。年齢や被扶養者の有無に関係なく、75歳未満の組合員が負担の対象です。令和8年度の支援金の掛金率は、掛金・負担金とも国が一律で示した率である1.15/1000となりました。

### 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19,910,424千円、支出19,910,424千円、当期損益金0千円）

### ◆ 年金給付のイメージ



退職等年金預託金管理経理	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。 (収入22千円、支出22千円、当期損益金0千円)
--------------	---

業務経理	共済組合の管理・運営に要する費用をまかなっています。 (収入316,986千円、支出318,532千円、当期損益金▲1,546千円)
------	---

- 令和8年度の当期損失金について  
職員給与、送金手数料、各種システム等経常的経費の増加に伴い当期損失金を計上しており、引き続き経費節減に努めるとともに、業務のデジタル化ペーパーレス化を推進します。

保健経理	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。 (収入343,184千円、支出374,062千円、当期損益金▲30,878千円)
------	---

- データヘルス計画に基づく重点事業（特定健診・保健指導、女性健診、メンタルヘルス等）を中心に保健事業の推進に取り組みます。
- 令和8年度の当期損失金について  
短期組合員加入等に伴う各種健診等の増加により、令和4年度以降当期損失金を計上していますが、当面は現在保有する積立金で対応可能な見込みです。

宿泊経理	保養所「グリーンビュー立山」の運営を行います。 (収入339,566千円、支出338,447千円、当期損益金1,119千円)
------	---

- 宿泊プラン料金（1泊2食夕食時飲み放題付）の見直しと更なるおもてなしの充実  
宿泊プラン料金を令和8年7月から組合員料金で500円、組合員以外の一般料金で1,000円の引き上げをお願いし、組合員料金と一般料金の価格差の是正と食材、人件費、エネルギー価格等の運営コストの増加に対応いたします。おもてなしサービスとして、和菓子等の提供などを実施し、満足度の向上に努めます。

貯金経理	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。 (収入767,503千円、支出709,356千円、当期損益金58,147千円)
------	--

- 貯金利率は、令和8年度から年利1.1%に引上げ  
日銀の政策金利引上げ等に伴う市場金利の上昇により、本組合貯金経理の運用利回りが向上したことから、令和8年度から貯金利率を0.1%引上げ年利1.1%（半年複利）といたします。今後も、皆様からお預かりした資金を安全かつ効率的に運用してまいります。

◆ 貯金利率と資産運用状況

	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度見込	令和8年度予算
貯金利率 (%)	1.0	1.0	1.0	1.0	1.1
資産運用利回り (%)	1.09	1.03	1.05	1.13	1.16

貸付経理	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4,948千円、支出8,254千円、当期損益金▲3,306千円)
------	--

- 貸付事業は月末締め翌月末貸付（送金）の変動金利となります。  
(令和8年4月1日現在 普通・住宅・特別貸付1.26%、災害貸付0.93%、在宅介護住宅貸付1.00%)

# 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。

## ☆ 医療機関を受診する際には

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、以下の①②のどちらかを提示して診療を受けます。（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）

- ①マイナンバーカード（健康保険証利用登録がされたものに限る※）
- ②資格確認書（マイナンバーカードに健康保険証利用登録をしていない方に交付します）



また、組合員自身の自己負担額が一定額を超えると、後日、共済組合から一部負担金払戻金等が給付されます。

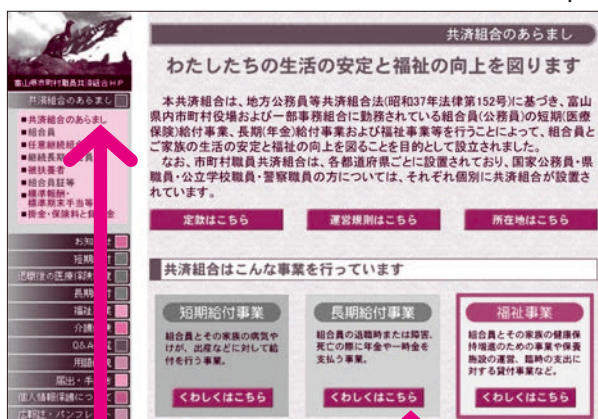
なお、氏名や住所に変更が生じたときや、資格確認書を破損・紛失したときは、勤務先の市町村等の担当課を通じて共済組合に届け出てください。

※マイナンバーカードの健康保険証利用方法について、詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。

URL [https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_40391.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_40391.html)

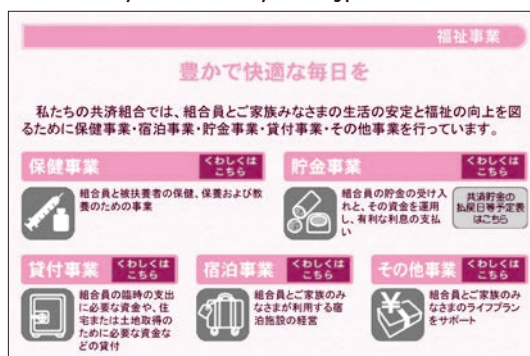
## ☆ 共済組合の事業内容はホームページをご覧ください。

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



「共済組合のあらまし」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

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。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、生活習慣を見直すチャンスとなります。特定保健指導の対象者となられた場合には特定保健指導を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8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



「特定健康診査受診券」を使用。  
**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事前に必要。  
〔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〕

◎有効期限 **令和9年3月31日まで**

**ご注意ください！ 医療機関によって実施期間が異なります。**

\*実施期間が有効期限より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。）



**生活習慣病とは**、食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、発症・進行に関与する疾患群であり、遺伝的要因なども影響しながら、初期段階では自覚症状がなく病気が進行してしまいます。**日本人の病気による死因のトップ3を占める**心疾患（狭心症や心筋梗塞などの心臓病）、脳血管疾患（脳梗塞や脳出血などの脳卒中）、がん（悪性新生物）の一部や糖尿病などの病気が含まれています。

お腹の周りの内臓に脂肪が蓄積した「**内臓脂肪型肥満**」（腹囲が男性で85cm以上、女性で90cm以上）に加えて「**高血糖**」、「**脂質異常**」、「**高血圧**」の危険因子を併せ持った状態を「**メタボリックシンドローム**」といいます。

**生活習慣病を発症するリスクが高いメタボリックシンドローム該当者・予備群である対象者に対する取り組みが『特定保健指導』です。**専門的知識及び技術を有するスタッフにアドバイスを受けながら、一緒に生活習慣病を見直すための取り組みを始めましょう！

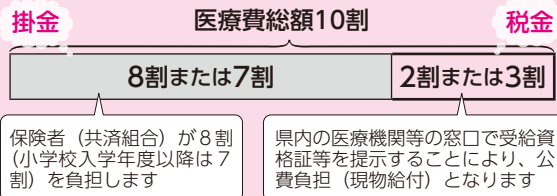
## 短期給付事業からの お知らせ

# 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。

### こどもの医療費は「無料ではありません！」 窓口負担がなくても、こどもの医療費を意識しましょう。

こどもの医療費のしくみ



一定の年齢までのお子さんは、保険診療の自己負担分について助成を受けることができます。詳しい内容は、お住まいの市町村のホームページ等でご確認ください。

緊急を要する場合を除いて、平日の診療時間内の受診を検討しましょう。休日や夜間にどう対処したらよいか迷ったときは、「小児救急電話相談#8000」や日本小児科学会が運営するホームページ「こどもの救急」（対象年齢6歳まで）などをご活用ください。

## お子さんだけでなく、皆さまも次のようなことを心がけましょう。

### 『かかりつけ医』をもちましょう

### 重複受診はやめましょう

### 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、新薬の特許期間が過ぎた後に同じ有効成分でつくられる医薬品です。開発コストが抑えられているので、低価格で購入できます。医療の質を下げることなく、薬代を節約できます。

### 接骨院・鍼灸院での施術は外傷性の負傷のみ保険適用となります

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（保険適用となる場合）。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掛金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

組合員と被扶養者の方々の「からだ」と「こころ」の健康の保持増進に役立てていただくため、実施している保健事業。その一部をご紹介します。



### 特定保健指導

健診は受けて終わりではなく、生活習慣を見直すチャンスです。対象となられた方には特定保健指導を受けていただく「特定保健指導利用券」を随時送付しますので、**内容を必ずご確認ください**、ぜひ「特定保健指導」をご利用ください。

今年度も、オンライン型特定保健指導は、「Wellmira（ウェルミラ）」、「RIZAP（ライザップ）」の2つの実施機関から**選択**できます。オンライン形式で夜間や休日（委託実施機関によって異なります。）にも面談を受けることができ、アプリを使って自己管理もできます。詳細は利用券送付時のチラシをご覧ください。

### 講座・啓発関係

各種セミナー等を開催予定です。開催日時に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、募集時に所属所担当課へご案内しますので、**担当課を通じてお申し込み**ください。

開催予定事業：7月24～25日 60歳からのライフプランセミナー / 8月7～8日 親子体験学習 / 9月11日 ミドルライフプランセミナー / 10月23日 ライフプランセミナー / 所属所が開催する月 健康づくりセミナー（所属所巡回型）

### リフレッシュ施設利用助成

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。

- 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600円／小・中学生300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

## 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？

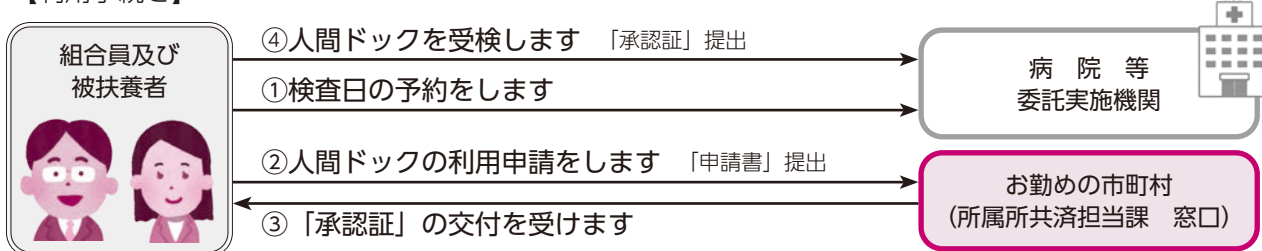
共済組合の指定する委託実施機関で一般ドック等を受検する場合、費用の一部を共済組合が助成します。  
**事前に お勤め先の共済担当課で 承認**を受けてください。

●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8年度に45. 48. 50. 53. 55. 58. 60歳に達する組合員 (令和8年4月1日において、組合員 期間1年以上の者)	P E T 検査	組合員（組合員期間1年以上の者） 及びその被扶養者 ※保険診療となる場合は除く。

- ※ 同年度内の一般ドック、節目ドック、脳ドック及びPET検査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。
- ※ 任意継続組合員及びその被扶養者は一般ドックのみ対象者に含まれます。  
任意継続組合員の方は共済組合年金福祉課（TEL 076-431-8032）へお問い合わせください。

### 【利用手続き】



- ①検査日の予約…利用希望者は、病院等委託実施機関に直接検査日を予約します。
- ②利 用 申 請…所属所の共済担当課で人間ドック利用申請書（兼承認証）を受け取り、人間ドック受検前に共済担当窓口へ申請（提出）してください。
- ③所属所の承認…所属所の承認印が押された申請書兼承認証を受け取ってください。
- ④人間ドックの受検…保険資格の確認を受け、申請書兼承認証を委託実施機関窓口へ提出してください。提出のない場合は全額ご本人負担となります。

**人間ドックであれば、健診機関によっては、健診日当日に特定保健指導も受けられます！**

一部の委託実施機関では、人間ドックを受検し生活習慣病の発症リスクが高いと判断された場合、その日のうちに特定保健指導を利用できます。実施人数に限りがある等、状況により人間ドック当日に実施できない場合もありますが、スムーズに、生活習慣病の予防・改善に向けた取り組みをスタートできます。当日ご利用されなかった方は、後日特定保健指導利用券を送付いたします。



## メンタルヘルスカウンセリング

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URL** \*\*\*\*\*

(インターネットへの接続料は相談者負担)

富山県の専用URLが利用できるようになりました。

利用方法が変わります！  
折込のチラシをご覧ください



# 令和8年度 人間ドック委託実施機関及び利用者負担額一覧表

(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		13,230	5,500	-	13,330	○	○
		女		15,865	5,500				
	富山西総合病院	男		12,900	5,500	-	9,800	-	-
		女		12,700	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	14,200	5,500	-	-	○	-
		女		14,200	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	15,700	5,500	-	13,980	○	-
		女		12,700	5,500				
	公益財団法人 友愛健康医学センター	男		12,700	5,500	-	-	○	-
		女		15,700	5,500				
	一般社団法人 日本健康倶楽部北陸支部	男		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X線	13,615	5,500	-	-	○	○	
	女		16,713	5,500					
富山市医師会健康管理センター	男	胃内視鏡	15,115	5,500	-	14,540	○	-	
	女		18,213	5,500					
医療法人財団 とやま医療健康センター	男	胃X線	13,967	5,500	-	-	○	-	
	女		16,207	5,500					
医療法人社団若葉会 高重記念クリニック	男	胃内視鏡	14,267	5,500	-	-	-	-	
	女		17,507	5,500					
高岡市民病院	男	助成対象者 その他の方	-	-	-	-	-	-	
	女		34,500	44,500					
高岡市民病院	男		13,500	5,500	-	-	○	○	
	女		14,460	5,500					
高岡市民病院	男		13,350	5,500	-	13,980	○	-	
	女		14,190	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	12,700	5,500	-	-	○	-	
	女		14,200	5,500					
独立行政法人地域医療機能推進機構 高岡ふしき病院	男	胃内視鏡	14,200	5,500	-	-	○	○	
	女		15,700	5,500					
厚生連高岡健康管理センター	男		12,430	5,500	-	12,430	○	○	
	女		14,050	5,500					
サンシャインメンドック	男		12,500	5,500	-	-	○	○	
	女		14,200	5,500					
富山県済生会高岡病院	男		14,000	5,500	-	-	-	-	
	女		16,900	5,500					
富山県済生会高岡病院	男		13,350	5,500	-	12,700	○	-	
	女		15,680	5,500					

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	富山労災病院	0765-22-1280	男		11,400	5,500		12,500	-	○	-	
			女		15,400	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					
水見市	金沢医科大学氷見市民病院	0766-74-1900	男		13,800	5,500		-	-	○	-	
			女	助成対象者 その他の方	16,130	5,500		-	37,000			
					-	-		-	47,000			
滑川市	厚生連滑川健康管理センター	076-475-2254	男		12,500	5,500		-	-	-	○	
			女		14,200	5,500						
黒部市	黒部市民病院	0765-54-2211	男		17,000	5,500		-	51,600	-	-	
			女		21,600	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						
			男	胃内視鏡	13,250	5,500		-	-	-	-	○
			女		14,650	5,500						
小矢部市	公立学校共済組合 北陸中央病院	0766-67-5950	男		11,950	5,500		16,800	-	○	○	
			女		13,350	5,500						
南砺市	公立南砺中央病院	0763-82-1475	男		13,780	5,500		14,070	-	○	○	
			女		14,920	5,500		13,750	-	-	-	○
上市町	かみいち総合病院	076-472-1212	男	胃X線	12,260	5,500		13,890	-	○	○	
			女	胃内視鏡	13,460	5,500						
朝日町	あさひ総合病院	0765-83-1160			14,000	5,500		-	-	-	○	

〈昨年度からの主な変更点〉

- ・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。  
(高岡市民病院については、令和8年6月からの利用者負担額です。5月までは昨年度と同額です。)
- ・ドック当日の保健指導 … 高岡市民病院 追加・公立南砺中央病院 中止

※ 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。

※ 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。

※ 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分は受診者のご負担となります。事前に委託実施機関へご確認のうえ受診してください。)

年に一度は  
健康チェック!  
事前に利用申請を!





# “ポリファーマシー”をご存じですか？



ポリファーマシーとは、「ポリ」は複数、「ファーマシー」は調剤という意味を組み合わせた造語で、単に服用する薬が多いことではなく、複数の薬を服用することによる副作用のほか、薬のみ忘れやのみ間違いなどの可能性につながる状態のことです。ご自身の健康と医療費節約のために、気になるときは医師や薬剤師に相談しましょう。

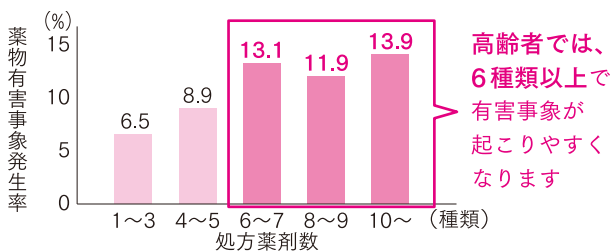
## ポリファーマシーの問題点は？

### 1 多くの薬を服用することで、副作用や薬物有害事象\*が発生

\*薬物有害事象…薬との因果関係ははっきりしないものを含め、患者に生じた好ましくない、あるいは意図しない兆候、症状、または病気。

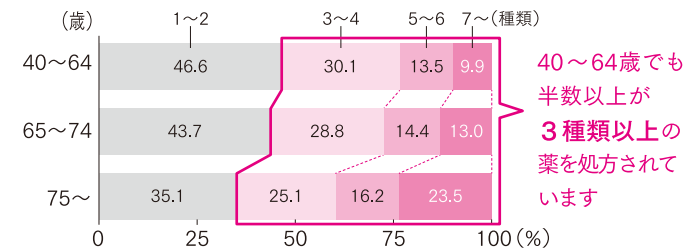
薬物有害事象には、ふらつきや転倒、記憶障害、せん妄、抑うつ、食欲低下、便秘、尿失禁など、さまざまあります。薬が追加されたり、変わったりした後は、とくに注意しましょう。

●薬物有害事象の頻度 (東大病院老年病科に入院した65歳以上の高齢者2,412人の解析)



※中央社会保険医療協議会総会(第311回)資料より作成

●年齢階級別の薬の種類数(院外処方)



※「令和5年社会医療診療行為別統計の概況」(厚生労働省)より作成

### 2 医療費の増大、残薬にもつながる

多くの薬が処方されることで薬剤費が増えて医療費の増大につながり、患者負担も増加することになります。また、薬が多いと、のみ忘れて薬が残る「残薬」の問題にもつながります。

## ポリファーマシーを防ぐには？

#### ●医師や薬剤師に相談する

気になる症状があるときや薬の種類が多い場合は、医師や薬剤師に相談しましょう。かかりつけ医やかかりつけ薬局をもち、服用中の薬を把握してもらえます。自分の判断で薬をやめたり、減らしたりすることはよくありません。



#### ●マイナ保険証やお薬手帳を使う

マイナ保険証やお薬手帳を使うと、薬剤師等が過去の処方薬等を確認できる\*ため、リスクを減らすことができます。

\*マイナ保険証の場合は本人の同意が必要。

#### ●「はしご受診」を控える

同じ病気やけがのために複数の医療機関にかかる「はしご受診」は、そのたびに医療費がかさむだけでなく、検査や投薬が繰り返され、体に負担がかかり、薬の種類も多くなることがあります。

## 昔からむし歯がないから歯周病も心配ない?

むし歯と歯周病は同じお口の病気ですが、むし歯がないからといって歯周病にならないとは限りません。



### 歯周病とむし歯は原因菌も進行の仕方もまったく違う

むし歯は歯の表面についたプラーク(歯垢)の中のむし歯菌が歯を溶かす病気で、ひどくなると痛みがあります。一方、歯周病は歯と歯ぐきのすき間にたまったプラークの中の歯周病菌が歯ぐきや歯槽骨を壊していく病気で、痛みなどの目立った自覚症状はほとんどありません。

歯周病の発症には喫煙などの生活習慣も影響し、加齢とともに増加します。また、むし歯がなくて歯医者さんにかかる機会が少ない人ほど、歯周病のリスクが高いとされています。油断せず、歯周病対策を行いましょう。

#### 歯周病の症状

- 歯磨きのとき出血する
- 硬いものが噛みにくい
- 口臭が気になる
- 歯ぐきがときどき腫れる
- 歯ぐきが下がる など

#### 歯周病対策

##### 歯と歯ぐきの境目を重点的に磨く

歯ブラシの毛先を歯と歯ぐきの境目に45度の角度で当て、小刻みに動かしながら軽い力で磨く。



##### 定期的に歯医者さんへ行く

プラークが石灰化した歯石も歯周病の原因になるが、歯石は歯磨きでは除けない。歯科医院で3~6か月に1回、歯石の除去や歯の健康状態のチェックをする。

# 令和8年4月からの年金制度改正について

## ① 在職中の老齢厚生年金の支給停止基準額が引き上げられます

働きながら年金を受給する方を対象とした在職老齢年金制度について、年金が支給停止となる基準額が51万円から65万円に引き上げられます。

令和8年3月31日まで	令和8年4月1日から
在職中の支給停止の基準額	在職中の支給停止の基準額
<b>51万円</b>	<b>65万円</b>
※令和7年度額	※令和8年度額

## ② 離婚時の年金分割の請求期限が延長されます

離婚時の年金分割（合意分割・3号分割）の請求期限は、民法により離婚等をした日の翌日から起算して2年以内と定められていましたが、民法の改正に伴い5年以内に変更されます。

改正前	請求期限 <b>2年</b>	改正後	請求期限 <b>5年</b>
-----	-------------------	-----	-------------------

合意分割	当事者双方の合意または裁判手続きにより按分割合を定めて婚姻期間中の厚生年金記録（標準報酬月額・標準賞与額）を分割できる制度。
3号分割	国民年金の第3号被保険者であった方からの請求により、婚姻期間中の第3号被保険者期間における相手方の厚生年金記録（標準報酬月額・標準賞与）を2分の1ずつ、当事者間で分割できる制度。

## ③ 厚生年金のマクロ経済スライドの調整期間が延長されます

社会や経済の変化を見極めるため、厚生年金の報酬比例部分の年金額の伸びを抑える措置（マクロ経済スライド）を次期財政検証の翌年度（2030年度予定）まで継続されることとなりました。この措置により厚生年金受給者に不利にならないよう、この間の厚生年金の調整率が1/3に緩やかになります。

## 共済貯金の払戻日予定表（年利1.1%）

- \* 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。）
- \* 払戻金額は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》

令和8年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						1	2		1	2	3	4	5	6
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
							31													

★「R8年4月～R9年3月の払戻日予定表」は共済組合ホームページ（<https://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。**

令和8年4月1日から貯金利率を **年利1.0%から1.1%** に引き上げました。

共済貯金は組合員の生活設計の一助となるように、貯金加入者からお預かりした資金を、法令の定めに基づき安全性の高い国債、地方債等の有価証券を中心に運用し、その運用益を還元する事業です。日銀の政策金利引上げ等に伴う市場金利の上昇により、本組合の貯金経理の運用利回りが向上したことから、貯金利率を引き上げることとなりました。

## 家庭常備薬等斡旋事業の医薬品の購入方法が一部変更されます

医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全の確保等に関する法律が改正される予定で、令和8年5月からは「指定乱用防止医薬品」を購入する際の手続きが変更となります。当組合の家庭常備薬等斡旋事業についても、本年5月以降に購入の際、他の「指定乱用防止医薬品」の購入の有無の確認等を行うこととなります。委託先の「あまの創健」から照会等ありましたら、ご協力お願いいたします。また、4月下旬に郵送等で申し込まれた場合には、委託先の事情によっては、確認の対象となりますので、ご了承ください。

### 人事異動

令和8年4月1日付け異動

氏名	新	旧
清水 咲良	年金福祉課主事	(新規採用)

# 保養所グリーンビュー立山 宿泊プラン料金の改定について

昨今の飲食料品、エネルギー等の幅広い価格高騰に対応し、**本年7月1日ご利用分**から宿泊プラン料金（1泊2食フリードリンク付）を組合員料金で500円、組合員以外の一般料金で1,000円を引き上げることとしております。

併せて、和菓子等の提供によるウエルカムサービスの充実を図るとともに、スタッフ一同、これまで以上にサービスの向上の努め、心安らげる保養所を目指してまいりますので、何卒ご理解を賜りますようお願いいたします。

## 組合員とご家族の料金（税込）

1泊2食フリードリンク付宿泊プラン	ご利用日	現在	7月1日以降
<b>料理長のおまかせ会席プラン</b> [ バランスの取れたトータル パッケージ料理 ]	平日	14,200円 (6,200円)	<b>14,700円</b> (6,700円)
	土曜・祝前日	16,400円 (9,400円)	<b>16,900円</b> (9,900円)
<b>魚菜彩り会席プラン</b> [ 魚介類と創作野菜料理を 中心とした料理 ]	平日	16,400円 (8,400円)	<b>16,900円</b> (8,900円)
	土曜・祝前日	18,600円 (11,600円)	<b>19,100円</b> (12,100円)
<b>富山和牛会席プラン</b> [ 富山酒粕育ち和牛を メインに組み込んだ料理 ]	平日	18,600円 (10,600円)	<b>19,100円</b> (11,100円)
	土曜・祝前日	20,800円 (13,800円)	<b>21,300円</b> (14,300円)
<b>富山の特選旬会席プラン</b> [ 春の「桜鯛」、秋の「松茸」 冬の「かに」など素材に こだわった季節限定の料理 ]	平日	20,100円 (12,100円)	<b>20,600円</b> (12,600円)
	土曜・祝前日	22,300円 (15,300円)	<b>22,800円</b> (15,800円)

※ 上記料金は、1部屋(和室8畳) 2名利用の1名分料金です。(1室3名利用の場合はマイナス500円。)

※ 金額下段( )は、「宿泊利用助成券」「季節限定特別クーポン券」「平日割引加算クーポン券」を適用後の金額です。

※ なお、小学生料金は据え置きです。料金改定の詳細は、保養所にご確認ください。

## 保健事業保養関係事業「グリーンビュー立山利用助成事業」について

グリーンビュー立山宿泊利用助成券については、令和8年度からこれまでの大人用、小学生用に加え、未就学児用（食事付き宿泊利用の場合1人1泊1,000円助成）を発行いたしますので、ご家族でのご宿泊の際にご使用ください。

# ～公的遺族年金補完制度「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。病気や災害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
	新・短期収入サポート	短期休職時の所得補償 病気やケガで就業不能状態が20日を超えて継続した場合、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一読ください。

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7年1月1日～令和7年12月31日実績までの配当金は、令和8年3月4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 令和7年度配当率 生活年金プラン約58.2%・障害給付プラス5約57.1%・医療保障保険(基本型)約37.5%**  
※配当率はお支払い時期の前年度決算により決定しますので、将来お支払いする配当金額は現時点では確定していません。

### Q2. 保険期間途中での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。

【制度内容に関するお問い合わせ先】

富山県市町村職員共済組合 保険事務取扱（有） 富山共済サービス 住所：〒930-0871 富山県富山市下野995-3  
TEL：076-444-7930 FAX：076-444-7931（受付時間 9:00～17:00 除土日・祝日）

【その他のお問い合わせ先】

明治安田生命保険相互会社 中部公法人部北陸公法人営業推進部 住所：〒920-0919 石川県金沢市南町4-47明治安田金沢ビル4階  
TEL：076-231-3240 FAX：076-260-4640（受付時間 9:00～17:00 除土日・祝日）

当資料に記載の各制度の正式名称：生活年金プラン：年金特約付半年払保険料併用特約付こも特約付新・団体定期保険（生命保険）障害給付プラス5：年金特約付半年払保険料併用特約付障害特約付新・団体定期保険（生命保険）退職後継続保障制度：リビングケア特約付、代理請求特約【Y】付集団振替給付定期保険（Ⅱ型）【生命保険】医療保障保険（基本型）：短期入院特約付家賃特約付医療保障保険（Ⅱ型）【生命保険】医療保障保険（充実型）：代理請求特約【Y】付集団振替給付定期保険（生命保険）医療保障保険（先進医療・治療支援型）：家族特約付治療支援給付特約付先進医療給付特約付無配当団体医療保険（生命保険）三大疾病支援特約制度：7大疾病保障特約付、がん・上皮内新生物保障特約付、リビングケア特約付、代理請求特約【Y】付 集団振替給付特定疾病保障定期保険（Ⅱ型）【生命保険】リビングケア：天災補償特約付熱中症補償特約付途中退職補償特約付遺失補償特約付（青年アクティブ型）【損害保険】長期収入サポート：精神障害補償特約付天災補償特約付団体長期障害所得補償保険【損害保険】新・短期収入サポート：特定精神障害給付特約付団体総合就業不能保障保険【生命保険】つなぎ積立年金：拠出企業年金(02)

# 組合員とその家族の皆様へグリーンビュー立山からのお知らせ

5月から春・夏の「特別クーポン券」がご利用いただけます。

利用期間:令和8年5月6日(水)～令和8年7月17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とお得な割引が受けられます。5月・6月の「とやま和牛と桜鯛の旬彩会席」、7月・8月の「富山の旬夏会席」でのご利用もできます。

「平日割引加算クーポン券」で平日の宿泊がもっとお得に!

利用期間:令和8年5月6日(水)～令和8年7月17日(金)までの平日期間

平日のご宿泊には、「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円引きに加え「平日割引加算クーポン券」1,000円引きがご利用いただけ、通常料金から8,000円引き(大人)となります。

春・夏の特選会席

## 季節限定特別プラン

富山の酒粕を食べて育ったA5ランクのお肉と春を代表するお魚桜鯛を使った贅沢「とやま和牛と桜鯛の旬彩会席」と、県産の旬な特選食材にこだわった料理長自慢の「富山の旬夏会席」をご用意しております。この機会にぜひご賞味あれ!

春限定 (3～6月) とやま和牛と桜鯛の旬彩会席



料理写真はイメージです

大人 1名あたり:平日	1泊2食フリードリンク付(税込み)	12,100円～
大人 1名あたり:土曜・祝前日	1泊2食フリードリンク付(税込み)	15,300円～

夏限定 (7～8月) 富山の旬夏会席



料理写真はイメージです

大人 1名あたり:平日	1泊2食フリードリンク付(税込み)	12,600円～
大人 1名あたり:土曜・祝前日	1泊2食フリードリンク付(税込み)	15,800円～

※上記金額は「宿泊利用助成券」「春・夏限定特別クーポン券」「平日割引加算クーポン券」を利用し、1部屋(和室8畳)2名でご宿泊いただいた1名あたりの金額です。お部屋のタイプやご利用人数によって料金が異なります。

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8年5月6日(水)～7月17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8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。
- 本券をチェックイン時にフロントに提出してください。
- 通常の「利用助成券」と併用できます。
- 75歳以上の組合員は宿泊利用助成券・本券をご利用できません。
- 組合員およびその家族のみ使用できます。
- 本券1枚で8名様までご利用できます。

### 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8年5月6日(水)～7月17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8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)
- 本券をチェックイン時にフロントに提出してください。
- 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。
- 75歳以上の組合員は宿泊利用助成券・本券をご利用できません。
- 組合員およびその家族のみ使用できます。
- 本券1枚で8名様までご利用できます。