

人も歩けば脂肪燃焼?! みんなで励まし 歩こう!歩こう!!



西川町立西川中学校のみなさん

全教職員で健康ウォーキングがんばりました!!

学年担任団ごとにチームを作り、健康増進に向けて取り組みました。みんなで取り組めるのはチームワークがあってこそ。互いの記録を見られるようにし、それを励みにがんばりました。

ウォーキングはいつでも誰でも手軽にできる運動です。

この事業に参加して、今では、休日に意識して歩くようにしている自分があります。さあて、その効果はいかに… (S.H)



CONTENTS

— 目 次 —

- | | |
|--|--|
| 1 健康ウォーキングがんばりました!! | 5 3歳未満の子を養育する場合の特例制度について |
| 2 短期給付制度が変わりました!
ジェネリック医薬品 | 共済組合の厚生年金保険料率が変わりました |
| 3 整骨院・接骨院では、組合員証を使える時と使えない時があります
互助会 公益事業 スクールコンサート | 6 「退職予定者説明会」を開催します!
年金の受給に必要な資格期間が25年から10年に短縮されました! |
| 4 始めよう!脱メタボ「特定保健指導利用券」を配付中です | 7 退職互助部制度のご案内 |
| 5 精密検査はお済みですか? | 8 共済組合・互助会の貸付利率が引き下げられます! |

短期給付制度が変わりました!

主な変更点

- ▶ 70歳以上の組合員等の高額療養費の自己負担限度額が、所得区分「現役並み」の方は44,400円から57,600円に、所得区分「一般」の方は12,000円から14,000円に引き上げられました。(平成29年8月診療分から)
- ▶ 入院時の生活療養に係る自己負担限度額が、「医療の必要性の低い方」は1日当たり320円から370円に、「医療の必要性の高い方(指定難病患者を除く)」は1日当たり200円から370円にそれぞれ引き上げられました。(平成29年10月診療分から)
- ▶ 育児休業手当金の支給期間が、総務省が定める特別な事情(保育所へ入所できない等)に該当する場合は、2歳まで延長できるようになりました。(平成29年10月から)



タンキちゃん

変更内容の詳細は
ホームページの
トピックス欄を
チェックしてね!

公立学校共済組合 山形支部

検索



使ってみませんか?

ジェネリック
医薬品

? ご存知ですか?



ジェネリック医薬品とは…

- 新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に、他の医薬品メーカーが同じ成分で製造・販売する医薬品です。
- 開発費用が少ない分新薬よりも**安価で、医療費を節約**できます。
- 効能や安全性は先発医薬品と同等**です。

Report

当共済組合が、平成27年度診療分のうち、新薬からジェネリック医薬品に変更した場合の自己負担限度額の軽減効果が大きい方等を対象に「ジェネリック医薬品についてのお知らせ」をお送りしたところ、多くの方々からジェネリック医薬品に切り替えていただきました。ご協力ありがとうございました。

〈平成28年8月~11月診療分の切替状況〉

	対象者数	切替者数	切替率	削減効果額※	
				総額	1人あたり
山形	521人	323人	65.3%	1,161,303円	3,595円
全国	49,029人	29,867人	64.1%	109,167,589円	3,655円

※削減効果額…ジェネリック医薬品の普及割合が通知対象期間からまったく変化しなかったと仮定して算出した値から、測定対象期間の実績を引いた差額。

当支部では、**65.3%**の方がジェネリック医薬品に切り替え、その結果、削減効果額総額は約**116万円**となりました。新薬からジェネリック医薬品に変更することで、皆様の自己負担額の軽減にもなり、さらに医療費の削減にも多くの効果が期待できますので、ご協力よろしくお願ひします。

厚生労働省では、ジェネリック医薬品の数量シェアを平成30年度から平成32年度末までの間のなるべく早い時期に**80%以上**とすることを目標にしています。

お問合せ先 ▶ 給付担当 023-630-2886

整骨院・接骨院では、 組合員証を使える時と使えない時があります



組合員証が使えます

- ・骨折、脱臼、打撲、捻挫（肉離れを含む）と医師が判断したとき
- ・骨、筋肉、関節の怪我や痛みで、その負傷原因（いつ、どこで、どうして）がはっきりしているとき



組合員証が使えません

- ・日常生活による単なる肩こり、腰痛など
- ・スポーツによる筋肉疲労
- ・保険医療機関（病院）で治療中のもの
- ・公務中や通勤途中での負傷、第三者加害による負傷

柔道整復師の施術を 受けられる方へ

- ・施術を受ける際には、負傷原因を正確に伝えてください。
- ・「柔道整復施術療養費支給申請書」はよく確認してから署名してください。
- ・領収書は必ず受け取って目を通してください。



お願い

医療費適正化の取組みの一環として、平成29年4月から「柔道整復施術療養費支給申請書」の内容について点検・審査を実施しています。

点検・審査を委託した事業者から皆様宛に施術内容についての照会文書が送付される場合があります。

お分かりになる範囲でかまいませんので、回答にご協力をお願いします。

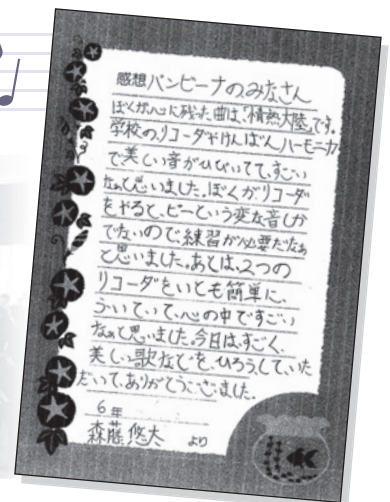
お問合せ先 ▶ 給付担当 023-630-2884

互助会 公益事業 スクールコンサート

互助会では、公益事業として、学校等を会場にプロの音楽家による演奏会を実施しています。

平成30年度の実施校の募集については、2月上旬に所属所長あてに通知する予定ですので、ぜひご応募ください。

お問合せ先 ▶ 互助会 023-631-5115



始めよう!
脱メタボ

「特定保健指導利用券」を配付中です

特定健康診査(定期健康診断や人間ドック等)の結果を踏まえ、「内臓脂肪はどのくらい?」、「メタボ関係の血液検査で悪いものは?」に着目し、「メタボの度合い」に応じた「特定保健指導」を実施しています。

特定保健指導を受けた方は、受けなかった方に比べ、その後5年間に渡り、腹囲・体重・血糖・脂質・血圧のいずれも改善効果が大きい、との調査結果が厚生労働省から発表されています!!!

対象となる方に「特定保健指導利用券」を所属を通じてお送りしていますので、保健師・管理栄養士等の専門家から生活習慣改善の実践的・効果的なアドバイスを受け、脳卒中や心臓病、糖尿病などの”とっても怖い”生活習慣病を予防しましょう。

＜特定保健指導を受ける方法は?＞

以下の3つの方法があります。詳細は利用券送付時の通知文書をご覧ください。

(1) 実施機関で個別に受ける	利用券が必要です
(2) 人間ドック時に受ける	組合員本人のみ、一部のドック実施機関のみ
(3) 所属訪問型で受ける	組合員本人のみ(下記参照)



＜費用は?＞ **無料**です。ただし、保健指導を重複して受けることはできませんのでお気をつけください。

＜対象者の基準は?＞ 腹囲・BMI、血糖、脂質及び血圧で判断されます。

①腹囲・BMI	男性:85cm以上、女性:90cm以上	若しくは BMI:25以上
②血糖	空腹時血糖:100mg/dl以上	若しくは HbA1c:5.6%以上
③脂質	中性脂肪:150mg/dl以上	若しくは HDLコレステロール:40mg/dl未満
④血圧	収縮期血圧:130mmHg以上	若しくは 拡張期血圧:85mmHg以上

＜指導区分の判定方法は?＞

①腹囲・BMI	追加リスク		喫煙歴	指導区分	
	②血糖	③脂質		④血圧	40～64歳
腹囲＝基準値未満 BMI＝25以上	1つ該当		—	動機づけ支援	動機づけ支援
	2つ該当		無		
	3つ該当		有	積極的支援	
腹囲＝基準値以上	1つ該当		無	動機づけ支援	
	2つ以上該当		有	積極的支援	
			—		

～ 所属訪問型特定保健指導について (組合員本人のみ) ～



特定保健指導の対象となった組合員の方には、委託先(SOMPOリスケアマネジメント株式会社)から受診(面談)案内の電話を所属等にさせていただきます。専門家(保健師や管理栄養士)が所属を訪問し、生活習慣改善への実践的・効果的なアドバイスをします。

なお、対象者の多い所属等には、所属一括型訪問指導(特定の日時に所属を訪問し、対象者を順に面談)をお願いする場合がありますので、ご協力をお願いします。

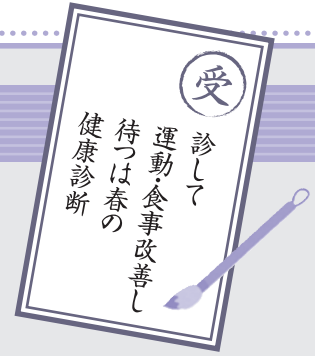
お問合せ先 ▶ 健康管理担当 023-630-2882

精密検査はお済みですか？

定期健康診断や人間ドック等で「要治療」や「要精密検査」と判定された項目のあった方、精密検査はお済みでしょうか。

まだの方は、早めに医療機関で検査をしましょう。

プライベートも仕事も充実するには、健康な体と心があってこそです!!

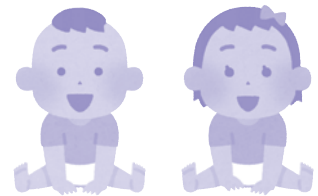


お問合せ先 ▶ 健康管理担当 023-630-2882

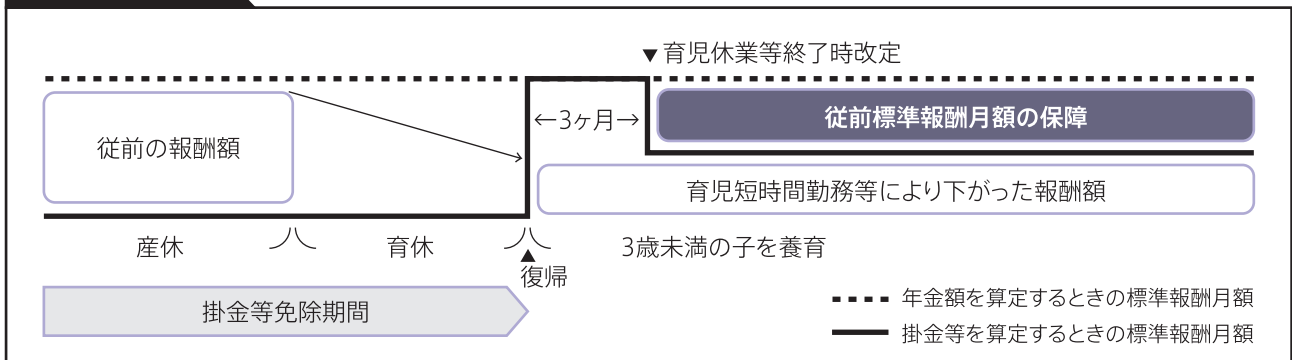
3歳未満の子を養育する場合の特例制度について

3歳に満たない子を養育している組合員の標準報酬の月額が、子を養育する前の標準報酬の月額(従前標準報酬月額)を下回る月については、共済組合に申出をすることで、従前標準報酬月額を標準報酬月額とみなして、年金額を算定します。

なお、この特例は、育児短時間勤務などの勤務形態の期間中に報酬が低くなったことにより将来の年金額が低くなることを避けるための措置ですので、短期給付に対する適用はありません。



イメージ図



★申出書の様式が変更になりました★

申出が遅れた場合でも、申出日の属する月の前月までの2年間は遡って対象期間とすることができることから、申出書に申出日を確認する欄を追加しました。

新様式は当支部のホームページからダウンロードできます。

(共済制度に関する手続き > 組合員に関する手続き > 3歳未満の子を養育している期間の特例に関する手続き)

共済組合の厚生年金保険料率が変わりました

厚生年金保険料率が平成29年9月から下記のとおり変わりました。

(単位: 千分率)

平成29年8月まで	平成29年9月から
176.32 (うち個人負担分 88.16)	179.86 (うち個人負担分 89.93)

お問合せ先 ▶ 庶務係 023-630-2883

ぜひご参加下さい!

「退職予定者説明会」を開催します!

退職予定者及び所属事務担当者を対象とした退職後の共済・互助制度についての説明会を開催します。
詳細につきましては、所属事務担当者にご確認ください。

- 対象者：平成29年度末の定年退職予定者・若年退職予定者・再任用満了職員、事務担当者
- 開催時間(予定)：各会場とも午前9時50分～午後3時30分(受付開始時間：午前9時～)

期 日	会 場	
平成30年 1月18日 (木)	置賜会場	米沢市すこやかセンター
平成30年 1月30日 (火)	村山会場	山形国際交流プラザ ビッグウィング
平成30年 2月 1日 (木)	最上会場	新庄市民プラザ (昨年度の「ゆめりあ」から変更)
平成30年 2月 2日 (金)	庄内会場	いろり火の里 なの花ホール

※ 会場指定はありませんので、都合の良い会場で参加してください。

※ 最上会場の駐車場には限りがありますので、なるべく相乗りで参加してください。

年金の受給に必要な資格期間が 25年から **10年** に短縮されました!

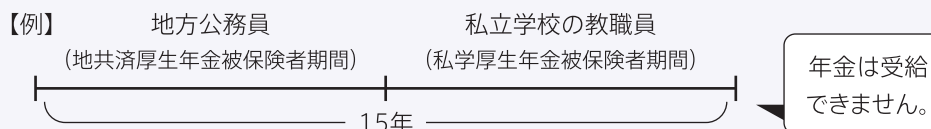
老齢厚生年金や老齢基礎年金を受給するために必要な資格期間については、これまで「25年以上」とされていましたが、法改正により、平成29年8月1日から「10年以上」に短縮されました。

この改正により、平成29年7月31日時点で、年金の資格期間が25年に満たないため年金を受給することができなかった方のうち、平成29年8月1日時点で、年金の資格期間が10年以上ある方は、新たに老齢厚生年金や老齢基礎年金を受給できるようになりました。

詳細につきましては、下記担当までお問い合わせください。

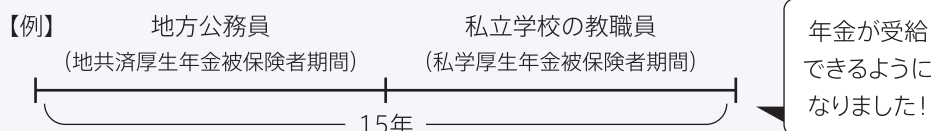
平成29年7月31日まで

年金の受給に必要な資格期間 25年



平成29年8月1日から

年金の受給に必要な資格期間 10年



お問合せ先 ▶ 年金担当 023-630-2887

退職互助部制度のご案内

退職後の医療費については、現職時に比べ自己負担が大きなものとなってきます。互助会では、「退職互助部制度」を設け、会員の皆さんが退職後も健康で安心した生活が送れるよう、医療費補助等の事業を実施しています。

「退職互助部制度」への加入手続きは、原則35歳のときに行います。詳しくは、毎年2月に該当する年齢の方へ加入促進文書でご案内しますので、ぜひご加入ください。

なお、退職時には医療費等の給付を受けるための手続き(特別加入者の資格取得手続き)が必要になります。今年度末に退職される方については、1月中旬から2月上旬に開催する「退職予定者説明会」(6ページ参照)でご案内しますので、ぜひご加入ください。

◆ 退職互助部事業掛金 … 「給料の月額」×6/1,000(現職中に毎月の給料から納入)

給付事業

「加入者の声」

定期的に通院していて、
薬代もかかるので助
かっています！

療養補助金

■ 給付期間

60歳に達した翌月から75歳に達する月まで

■ 給付額

自己負担額－2,000円－1,000円未満の端数

1ヵ月1医療機関(入院・外来別)の
保険適用窓口支払額

※自己負担額が3,000円以上の場合に対象となります。

※給付限度額は1件あたり69,000円となります。

※附加給付額がある場合は自己負担額から控除します。

※70歳を迎えた月の翌月からは、1ヵ月間に受診したすべての医療機関の保険適用窓口支払額の合計額が自己負担額となります。

長寿祝金

■ 給付額

米寿(数え年88歳)を迎えたとき 30,000円

献花料

■ 給付額

60歳に達した月以前の死亡
退職互助部事業掛金納入総額の9割の額

60歳に達した翌月以後1年未満の死亡
100,000円

60歳に達した翌月以後1年以上3年未満の死亡
50,000円

60歳に達した翌月以後3年以上の死亡
5,000円

福祉事業

健康診断補助事業

■ 補助対象

保険適用外の健康診断補助費用
(人間ドック、脳ドック、婦人科検診等)

■ 補助上限額

50,000円(実費の範囲内で1回限りの給付)

施設利用補助券の交付

■ 補助対象施設

県内26ヶ所
※現職中の共済組合補助対象施設と同施設です。

■ 補助額

1泊2,000円(連泊は2泊まで)
※年に何度でも利用可能です。

会報誌「互助やまがた」の発行

各地区支部総会の開催

健康増進事業の実施

■ 生涯学習サポート事業(通信講座受講料の補助)

■ ゴルフ・トレッキング・スキーの集いの開催

■ スポーツ観戦補助事業(モンテディオ山形、東北楽天ゴールデンイーグルス等のチケット代金の補助)

■ 芸術鑑賞補助事業(美術館等の会員証年会費、山形交響楽団等のチケット代金の補助)

法律相談補助事業の実施

契約弁護士に日常生活を営む上で発生する諸問題・諸事件を相談するときの相談料(通常30分5,000円)を無料

「加入者の声」

生涯学習サポート事業を利用して趣味の幅が広がりました！

※上記事業については平成29年度の内容となります。

お問合せ先 ▶ 互助会 023-631-5115

平成30年
1月から

共済組合・互助会の

貸付利率が引き下げられます！

～ 借入れをご検討されている方は、是非ご利用ください～

共済組合及び互助会では、平成30年1月から貸付利率を引き下げます。
引下げ後の利率は、既に借り受けている方(互助会は平成26年1月以降借り受けた方のみ)も適用になります。
対象となる方には、平成30年1月からの新しい償還表を12月中旬以降に所属を通じてお送りする予定です
(手続きは不要です)。

共済組合

	平成29年12月まで	平成30年1月から
一般・特別・住宅・教育・ 医療・結婚・葬祭貸付	年利 2.72%	年利 1.32%
介護構造貸付	年利 2.46%	年利 1.06%
住宅災害・災害貸付	年利 1.72%	年利 0.99%

最大
-1.4%

- ◆上記貸付利率は、平成30年1月1日現在の利率です。今後、金利情勢の変動に伴い利率が変動する場合があります。
- ◆上記貸付利率には、貸付保険料率(年0.06%)を含みます。

○知事部局・市町村教育委員会に異動された場合でも継続して償還可能ですので、安心してご利用ください。
※市町村教育委員会への異動の場合は、異動後5年間になります。



おたすケロ

お問合せ先 ▶ 貸付担当 023-631-5950

互助会

	平成29年12月まで	平成30年1月から
生活・入学・教育・自動車・ 研修旅行・物品購入資金	年利 1.98%	年利 1.26%
住宅資金	年利 3.24%	

最大
-1.98%

- ◆償還開始月(借り受けた月の翌月)の貸付利率が償還終了まで適用されます(償還期間中に変動することはありません)。
- ◆今回の利率改定は、国の税制改正への対応として、特例的に平成26年1月以降に借り受けて現在償還中の貸付金についても適用されます。
- ◆貸付保険料は互助会が負担しますので、借受人のご負担はありません。

○貸付申込は、随時受け付けています。
○提出された申込書等を審査し、不備等がなければ、申込書受理後7～10日で送金します。

お問合せ先 ▶ 互助会 023-631-5115