

Kyosai

[共済だより]

vol.180

2021 Summer

熊本県市町村
職員共済組合

ご家族のみなさんと一緒にご覧ください。

Bulletin of Cooperative Association of the Local Governments of Kumamoto Prefecture



妙見野自然の森展望公園から見た雲海の様子

- | | |
|------------------------------------|----------------------|
| 2 令和2年度 決算の概要 | 11 「交通事故」にあったとき |
| 5 年金払い退職給付に係る財政状況(令和元年度末)について | 12 共済組合職員募集のお知らせ |
| 6 被扶養者の扶養調査を実施します! | 12 各種請求書、届出書等の押印について |
| 8 インターネットサービス『みんなのMYポータル』が始まりました!! | 13 コラム「ディスプレイ」 |
| 9 特定健康診査受診対象者(41歳以上)のみなさまへ重要なお知らせ | 14 コラム「夏を元気に乗り切ろう!」 |
| 10 令和3年度特定健診及び総合健診のご案内 | 15 クロスワードパズル |
| 10 今後のセミナー開催予定 | 16 わがまちな産物名物(多良木町) |

令和2年度 決算の概要

令和3年6月23日に開催された第154回組合会において、令和2年度の決算が承認されましたので、その概要をお知らせします。

総括

括

共済組合の決算(令和3年3月31日)における所属所数、組合員数等は次のとおりです。

○ 所属所数

区 分	該当数
市	14
町	23
村	8
一部事務組合等	31
計	76

○ 組合員数、被扶養者数及び平均標準報酬の月額

(単位:人、円)

	令和2年度	令和元年度	比較増△減
組合員数	20,885	20,737	148
被扶養者数	21,739	21,967	△ 228
平均標準報酬の月額	長期	366,857	△ 6,550
	短期	376,574	△ 6,783

(注)任意継続組合員を除く。

短期経理

組合員とその家族(被扶養者)の病気やケガ、出産、死亡、休業、災害などに対する給付、高齢者医療制度への支援、介護保険制度への納付を行う経理です。

◆ 短期給付

収入の大半は、掛金・負担金による収入で、収入総額は156億888万円となりました。これに対して、支出は医療費、前期高齢者納付金、後期高齢者支援金で大半を占めており、支出総額は163億4,911万円となりました。

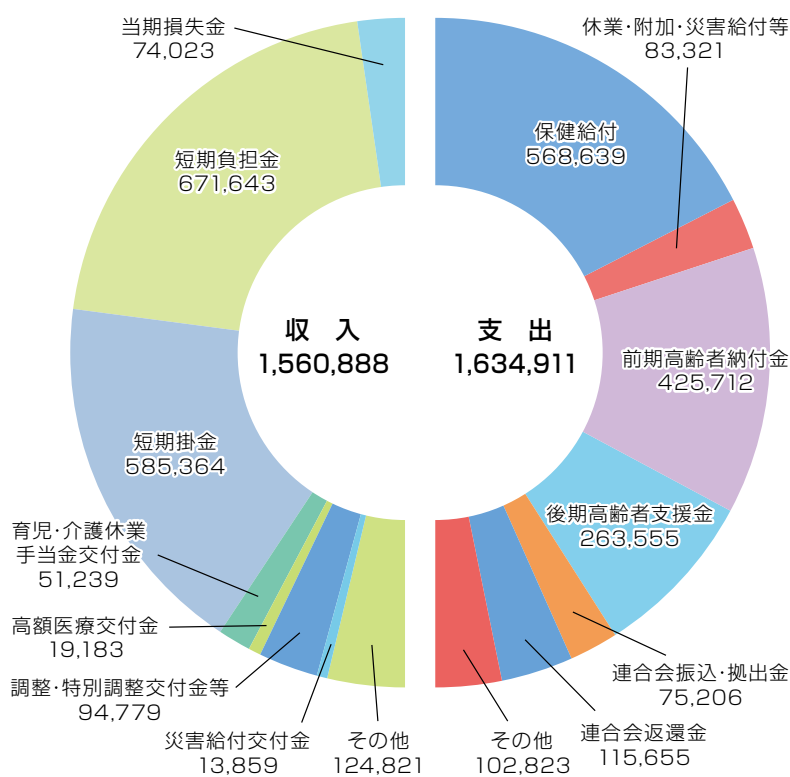
収支の結果、7億4,023万円の損失金を生じましたが、前年度より繰り越した積立金及び欠損金補てん積立金の一部を取り崩して補てんした結果、翌年度へ繰り越す欠損金補てん積立金は4億9,658万円となりました。

なお、全国市町村職員共済組合連合会(以下「市町村連合会」といいます。)から交付を受けました財政調整・特別財政調整事業の交付金につきましては、令和3年度に欠損金補てん積立金から返還することになります。

令和3年度も財政調整・特別財政調整事業の交付金を受けて事業運営を行うこととなりますので、皆さまには健康診断等の受検による病気の早期発見やジェネリック医薬品の活用など医療費の抑制にご協力くださいますようお願いいたします。

○ 短期給付に係る収支グラフ(介護保険を除く)

(単位:万円)



◆ 介護保険

主な収入は、掛金と負担金(40歳以上65歳未満の組合員が対象)で、収入総額は13億9,736万円となりました。これに対して、支出は介護納付金などで、支出総額は13億9,833万円となりました。

収支の結果、97万円の損失金が生じたので、前年度より繰り越した欠損金1,742万円と合わせて翌年度へ繰り越す欠損金は1,839万円となりました。

厚生年金保険 経 理

厚生年金保険の給付を行うための組合員保険料と負担金を市町村連合会へ払い込む経理です。

○収支状況

(単位:万円)

科 目	収入額	科 目	支出額
組合員保険料	1,081,431	組合員保険料 払 込 金	1,081,431
負担金	1,703,844	負担金払込金	1,703,844
合 計	2,785,275	合 計	2,785,275

退職等年金 経 理

退職等年金給付の給付を行うための掛金と負担金を市町村連合会へ払い込む経理です。

○収支状況

(単位:万円)

科 目	収入額	科 目	支出額
掛 金	88,959	掛 金 払 込 金	88,959
負担金	88,961	負担金払込金	88,961
合 計	177,920	合 計	177,920

経過的長期 経 理

旧職域年金相当部分や平成27年9月以前に決定された公務障害・公務遺族年金などの給付を行うための負担金を市町村連合会へ払い込む経理です。

○収支状況

(単位:万円)

科 目	収入額	科 目	支出額
負担金	11,898	負担金払込金	11,898

退職等年金 預託金管理経理

市町村連合会の退職等年金給付積立金の一部について預託を受け、組合員への貸付や物資事業を行う資金として管理・運用する経理です。

運用収入は、貸付経理と物資経理への貸付金による利息で、2年度は1,015万円となりました。
この経理の資産は、貸付金が9億9,500万円、預金等が5,961万円で総額10億5,461万円となります。

経過的長期 預託金管理経理

市町村連合会の経過的長期給付積立金の一部について預託を受け、市町村等へ行う貸付(縁故地方債の取得)に必要な資金として管理・運用する経理です。

運用収入は、縁故地方債の引受けなどによる利息で、2年度は77万円となりました。
この経理の資産は、縁故地方債が19億533万円、預金が3,363万円などで総額19億3,903万円となります。

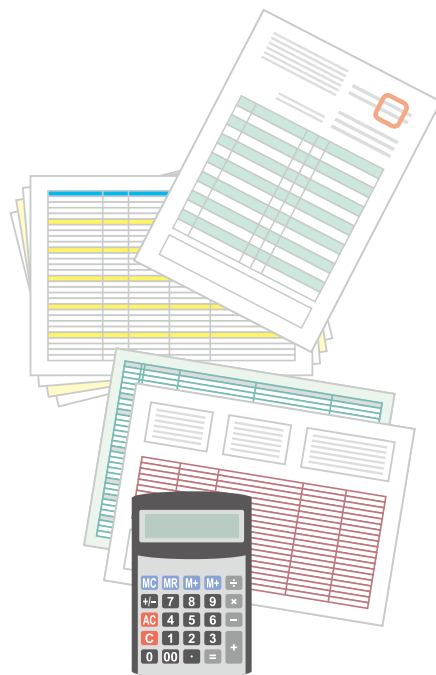
業 務 経 理

共済組合の業務運営を行う経理です。

短期給付と長期給付事業を行うために、所属所より組合員1人あたり年間11,250円の事務費を負担していただきました。

収入は、所属所からの負担金、短期経理からの繰入金及び市町村連合会からの交付金によるもので、収入総額は3億6,172万円となりました。これに対して、支出総額は3億4,639万円となりました。

収支の結果、1,533万円の利益金を生じましたので、全額積立金へ積み立てました。



保 健 経 理

組合員とその被扶養者の疾病予防、健康保持増進に関する事業を行う経理です。

第2期データヘルス計画に基づく特定健康診査、特定保健指導や人間ドック、総合健診、がん検診、インフルエンザ予防接種の助成を行い、多くの皆さまにご利用いただきました。

主な収入は、掛金と負担金で、収入総額は3億7,057万円となりました。これに対して、支出は保健事業の費用などで、支出総額は3億5,301万円となりました。

収支の結果、1,756万円の利益金を生じたので、全額積立金へ積み立てました。

その結果、前年度より繰り越した積立金2億8,310万円と合わせて翌年度へ繰り越す積立金は、3億66万円となりました。

皆さまが健康で過ごすために、保健事業を積極的に活用していただき、病気の早期発見や健康の保持増進に努めてください。

○保健事業の概要

(単位:万円)

項 目	決算額	概 要
人間ドック助成	24,864	組合員 7,624人
総合健康診査助成	1,769	18歳以上75歳未満の被扶養者 1人当たり15,000円(上限)×1,209人
がん検診助成	202	組合員及び18歳以上75歳未満の被扶養者 1人当たり5,000円(上限)×478人
インフルエンザ予防接種助成	848	組合員及び18歳以上65歳未満の被扶養者 1回につき1,000円(上限)×8,418人
健康相談・カウンセリング	220	電話・面接による健康相談 健康相談177件、メンタルヘルス相談165件、面接28件
保養宿泊助成	55	組合員及び被扶養者 367人
育児書配付等	91	出産した組合員及び被扶養者に配付(希望者のみ)
講座関係	17	メンタルヘルス講座
特定健康診査	798	特定健康診査 703人、詳細検査 777人
特定保健指導	3,114	動機付け支援 788人、積極的支援 959人
その他	167	レセプト審査等
合計	32,145	

貸 付 経 理

組合員の臨時の支出や住宅取得のために必要な資金の貸付けを行う経理です。

組合員貸付金は退職等年金預託金管理経理からの借入金(市町村連合会の年金原資)が財源となっております。組合員貸付金利息等の収入2,242万円に対し、支出は1,869万円となり、373万円の利益金を生じたので、前年度より繰り越した積立金へ全額積み立てました。

その結果、翌年度へ繰り越す積立金は11億4,827万円となりました。

近年は組合員貸付金の利用が減少しており、組合員貸付金の残高は17億7,535万円で前年度から9,873万円減少しています。

住宅の取得や増改築、お子さまの入学や修学、結婚、医療、災害など臨時の支出が必要となる際はぜひ組合員貸付金をご利用ください。

物 資 経 理

組合員が自動車などを購入したとき、購入代金の立替えを行う事業や共済制度補完事業を行う経理です。

受託商品手数料等の収入7,044万円に対し、支出は6,671万円となり、373万円の利益金を生じたので、全額積立金へ積み立てました。

その結果、翌年度へ繰り越す積立金は1億5,052万円となりました。

組合員貸付金と同様に自動車や電化製品などの購入の際にはぜひ物資事業をご利用ください。

年金払い退職給付に係る 財政状況(令和元年度末)について

【地方公務員共済組合連合会からのお知らせ】

当連合会では、年金払い退職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、令和元年度末の財政検証を実施した結果、国共済と地共済を合計した剰余の額は約384億円となりました。

なお、詳細については以下のとおりとなっています。

1. 令和元年度末の年金財政状況

年金払い退職給付制度の年金財政方式は、将来の給付に要する費用を事前に積み立てておき、積み立てた資金から年金を支給する方式となっています。年金払い退職給付制度の積立状況を把握するため、当連合会では、毎年、「財政検証」を実施しています。

その結果は以下のとおりです。

(単位:億円)

区 分	国共済+地共済	国 共 済	地 共 済
積立基準額 A	16,992	4,622	12,370
積立金(簿価ベース) B	17,376	4,944	12,432
剰余または不足(B-A)	+384	+322	+62

(注)「+」は剰余を表しています。

「積立基準額」は令和元年度末に積み立てておくべき金額であり、国共済が4,622億円、地共済が1兆2,370億円、合計で1兆6,992億円となっております。一方、実際の「積立金」は簿価ベースで国共済が4,944億円、地共済は1兆2,432億円、合計で1兆7,376億円でした。

積立金から積立基準額を差し引いた結果、国共済が322億円の剰余、地共済が62億円の剰余、合計で384億円の剰余となりました。

2. 国共済と地共済との間の財政調整の実施

年金払い退職給付制度では、国共済と地共済の間で財政調整を行うこととなっています。具体的には、財政状態が剰余の共済から不足の共済に対し、その不足額の5分の1(ただし、剰余の共済の剰余額を限度とする。)を拠出することとされています。

令和元年度末においては、国共済、地共済とも「剰余」の状態であったため、財政調整拠出金(確定額)は発生しません。

*「年金払い退職給付」とは、地方公務員等共済組合法上の退職等年金給付のことです。

*「国共済」とは、国家公務員共済組合連合会をいい、「地共済」とは、地方公務員共済組合連合会をいいます。

被扶養者の扶養調査を実施します!

共済組合では、被扶養者がその資格要件を引き続き満たしているかを確認するため、被扶養者の資格確認調査(扶養調査)を毎年実施しています。

調査対象者となる被扶養者がいらっしゃる組合員の皆さまに、7月初旬に所属所を経由して「被扶養者申告書[扶養調査用]」をお送りしていますので、必要事項を記入のうえ必要な書類を添えて所属所の共済組合事務担当課へ提出していただきますようお願いいたします

調査の要領

		摘 要
調査対象者		令和3年4月1日時点の年齢が18歳以上である被扶養者全員 (令和3年4月1日以降に認定した被扶養者を除きます。)
調査対象期間		令和2年7月から令和3年6月までの1年間
提出書類		①被扶養者申告書[扶養調査用](調査対象者を印字して配付します。) ②確認書類(※)
確認事項	同居要件	組合員と同一世帯に属していることが必要条件である者について、その事実確認
	収入要件	事業、不動産、株式、配当、給与、報酬、年金などの収入の有無及びその金額の確認
	援助金額	別居している被扶養者(組合員の配偶者を除く。)への金銭援助の確認
	その他	学生である者についての事実確認 (修学貸付において令和3年度の在学証明書を提出している場合は省略できます。)

※被扶養者認定基準の概要や確認書類については、「被扶養者申告書[扶養調査用]」に記載しています

収入基準

- ◆被扶養者の認定基準である収入額は、年額130万円未満(障害年金受給者又は60歳以上の公的年金受給者は180万円未満)です。

認定基準額換算表

換算単位	130万円未満 の換算額	180万円未満 の換算額	換算の対象となる収入
月 額	108,334円未満	150,000円未満	毎月定期的に得られる給与収入等 雇用保険の再就職手当・就業促進定着手当
日 額	3,612円未満	5,000円未満	雇用保険の基本手当 傷病手当金・育児休業手当金

提出書類について

- ◆雇用保険(日額3,612円以上)を受給されている方は、遡って認定取消になります。
(※雇用保険受給資格者証の表面「基本手当日額」と裏面「認定(支給)期間」を基に、認定取消を判断します。)
- ◆事業所得がある方の収入とは、所得税法の所得をさすものではなく、収入から共済組合が認めた経費を控除した収入額で判断します。
なお、事業所得がある場合は、必ず「確定申告書」(写)及び「収支内訳書」(写)を提出してください。
- ◆パート・臨時職員の収入がある方は、共済組合所定の様式「雇用証明書(扶養調査用)」を使用して勤務先に証明の依頼をお願いします。(※「雇用証明書(扶養調査用)」は、共済組合ホームページよりダウンロードしてください。)

※新型コロナウイルス感染症への対応に伴い各四半期(3ヶ月)毎の平均収入月額が一時的に認定基準を超えた場合であっても被扶養者認定を取消すことはありません。

この場合、勤務先へは「雇用証明書(扶養調査)」の「他に特別な勤務条件等がある場合の記入欄」に新型コロナウイルス感染症による収入増加である旨の証明依頼をお願いします。

- ◆ 公的年金受給者の方は、公的年金の年金額が確認できる書類(個人年金、企業年金等は除く。)の提出は省略できます。

省略可能な書類

日本年金機構、国家公務員共済組合連合会、地方職員共済組合、公立学校共済組合、警察共済組合、全国市町村職員共済組合連合会、日本私立学校振興・共済事業団から支給されている公的年金の年金額が確認できる書類。(年金証書、年金決定通知書・支給額変更通知書、年金額改定通知書、年金振込通知書等。)それ以外の年金(個人年金等)については、従来どおり年金額が確認できる書類の提出をお願いします。

ただし、年金額の基準額超過等による被扶養者認定取消の場合は、「年金決定(改定)通知書」(写)の提出をお願いします。

- ◆ 別居者への金銭援助について

別居者(配偶者を除く。)の金銭援助は、預貯金通帳(写)、振込領収書(写)、カード利用明細(写)等、調査対象者への送金事実が確認できる書類を提出してください。(手渡しによる金銭援助は、確認が取れないため認められません。)

なお、調査対象期間の当初は学生であった者が卒業等により学生でなくなった時は、学生でなくなった日以後の期間について金銭援助が確認できる書類の提出が必要となります。

また、別居者が複数人の場合は、各別居者に対する金銭援助額の確認をします。

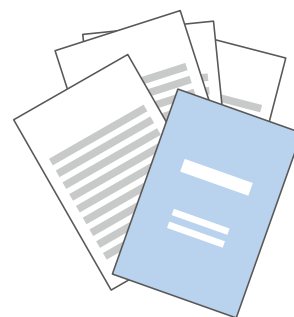
最低援助額

別居の認定対象者の前年収入年額×50%÷12ヶ月【千円未満切捨】

この算定で計算した金額が25,000円に満たない場合(前年収入年額がない場合も含む。)は25,000円

認定対象者が父母(夫婦)である場合の認定基準額変更に伴い、 認定取消となった場合の認定取消日について

区 分	認定基準額 (父母の年収合計)	
	変更前	変更後
父母ともに公的年金受給者ではない場合	288万円	260万円
父母いずれかが公的年金受給者及び その配偶者が公的年金受給者でない場合	288万円	310万円
父母ともに公的年金受給者の場合	288万円	360万円



(夫婦とは、三親等内親族の夫婦をいいます。)

☆ 今回の扶養調査で上表の認定基準額を超過した対象者(=父母)は、共に「令和3年10月1日」をもって認定取消とします。その他詳細なケースについては、共済組合ホームページ「被扶養者認定事務取扱基準」で確認をお願いします。

マイナンバーを利用した情報連携について

当組合が調査対象者である被扶養者の所得証明書を取得する場合は、「同意書(扶養調査用)」の提出が必要になります。
(※「同意書(扶養調査用)」は、共済組合ホームページよりダウンロードしてください。)

インターネットサービス 『みんなのMYポータル』 が始まりました!!

令和3年
2月より

ー 共済制度補完事業からのお知らせー

当組合では「共済制度補完事業」の加入者宛に、各種通知物を紙面発行していましたが、利便性の向上とペーパーレス化を目的としてインターネットサービス『みんなのMYポータル』の利用をお願いしています。

また、令和4年1月更新の「共済制度補完事業」のご案内資料とあわせて登録用のはがきシーラーを配付しておりますので、『みんなのMYポータル』の確認・新規登録をお願いします。

※登録期限経過後も登録可能です。



主なサービス

「共済制度補完事業」の加入内容や、現在紙面で配付しているパンフレット等の印刷物がパソコン・スマートフォン等で無料で閲覧できます。

「健診情報の提出に同意※」された方には「健活レポート」を配信し、健診結果の分析から導き出される「疾病リスク予測」など、健康に関する情報を提供します。

必要保障額や家計収支のシミュレーションができます。

※令和4年1月更新の重病克服支援制度(対象者:保険年齢41歳以上組合員)には健康サポート・キャッシュバック特約が付加されます。令和4年1月更新のご案内で配付される申込書で「健診情報の提出に同意」された方は、「健活レポート」の閲覧に加え、健康診断結果に応じて、重病克服支援制度の掛金の最大1ヵ月分がキャッシュバックされる場合があります。

※健康サポート・キャッシュバックについては、次頁または「共済制度補完事業(更新および新規加入のご案内)」をご覧ください

■年に1回配付していますが、「ご加入内容のお知らせ」や「配当金のお知らせ」については、引き続き紙面での配付を予定しておりますが、『みんなのMYポータル』への新規登録にご協力をお願いします。

■『みんなのMYポータル』は、「共済制度補完事業」の引受保険会社である明治安田生命保険相互会社が提供する専用ポータルサイト(無料)です。

特定健康診査受診対象者(41歳以上※)のみなさまへの重要なお知らせ

共済制度補完事業(重病克服支援制度)を活用した組合員の健康づくりを後押しする仕組みが令和4年1月からスタートします

※令和4年1月1日現在、満40歳6ヵ月を超えている方が対象となります

重病克服支援制度に加入することで、3つのステップで健康づくりを応援します

Step
1

健康を「知る」

あなたの健康診断結果をわかりやすい健活レポートとして届けます。

健康状態・
健診結果
履歴



健康リスク
チェック



Step
2

健康を「つくる」

あなたの健康診断結果に応じたアドバイスを見ることができます。

健康診断
結果に応じた
アドバイス



Step
3

健康を「続ける」

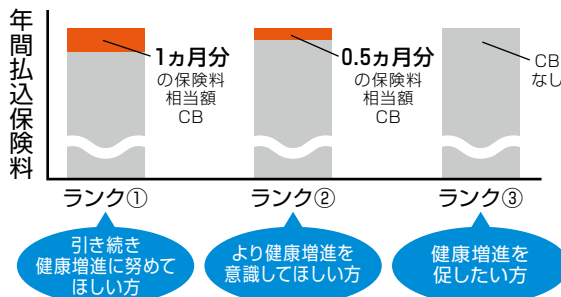
ランク判定

健康診断結果数値に基づき各項目をA～Dに区分

A～Dの区分と年齢・性別ごとに定めたポイントを付与

合計ポイントに応じてランク①～③を判定(ランク①が上位)

ランク①②の加入者に保険料をキャッシュバック



ランク判定には特定健診の最新の受診結果を使用します

健康診断結果に応じて
最大1ヵ月分の保険料をキャッシュバック

重病克服支援制度

想定されるキャッシュバック金額

ランク①の場合 ▶ 4,732円

ランク②の場合 ▶ 2,366円

ランク③の場合 ▶ なし

※保健年齢46～50歳男性、主契約400万円、7大疾病保障特約200万円、がん・上皮内新生物保障特約40万円に加入の場合の金額です

✓ 健康キャッシュバックを受けとるためには、令和4年1月1日更新の『共済制度補完事業』の加入申込書で「健診情報の提出に同意」をいただく必要があります

✓ 詳細は『共済制度補完事業』のパンフレットや申込書等をご確認ください！

令和3年度特定健診及び総合健診のご案内

5月中旬、40歳以上74歳以下の被扶養者等の方を対象として特定健康診査のご案内と受診券を配付しています。特定健康診査等を活用して、自分自身の健康状態を確認し、生活習慣を改善すれば、生活習慣病発症のリスクを事前に防ぐことができます。大切な家族の健康を守るためにも年度内に必ず受診しましょう。



	特定健康診査	総合健診(随時募集)
対象者	市町村長及び特別職 40歳以上74歳以下の被扶養者	18歳以上74歳以下の被扶養者
検査費用	無 料	15,000円を超える費用は自己負担 【検査料金(※)は検査機関ごとに異なります。】
検査項目数	身長・体重・腹囲・BMI・血圧・肝機能検査・血中 脂質検査・血糖検査・尿検査など17項目	左記17項目に、腎機能検査・安静心電図・胸部 X線検査などを加えた37項目
受検コース	上記の17検査項目のみ	①基本(上記の37検査項目) ②基本+オプション(※) ③被扶養者ドック(※)
申込方法	検査機関(※)への直接申込	直接検査機関へ予約し、その後、各所属所の共 済組合担当課へ申込書を提出 ※総合健診については、健診機関によって実施期間が 11月末までの場合がございますのでご注意ください。

※ 詳細は共済組合ホームページに記載しておりますのでご覧ください。

今後のセミナー開催予定

下記のとおり各種セミナーを実施します。参加したいセミナーがありましたら、開催日の2か月前頃に共済組合事務担当課へ開催通知を送付しますので、お申し込みください。

なお、新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、WEBによる講演、またはセミナーを中止させていただく場合がございますので、予めご了承ください。



●健康管理・監督者セミナー

開催日	場 所・時 間	対 象 者	内 容
8月5日(木)	阿蘇熊本空港ホテル エミナース(益城町)	職員の安全衛生に 係る管理監督の職 にある組合員	職場(部課等内)のメンタルヘルスについて理解を深め、また、ストレス症状が見られる職員へ適切に対応し、職場環境を改善するためのスキルを養うセミナー
8月6日(金)	午後1時から4時		

●ライザップセミナー

開催日	場 所・時 間	対 象 者	内 容
8月31日(火)	阿蘇熊本空港ホテル エミナース(益城町)	組合員(定員50名) ※応募者多数の場合は、抽選となります。	専門業者によるメタボ解消へのきっかけ作りと健康意識の高揚を目的とした座学・運動指導セミナー
	午後1時から3時		

●ライフプランセミナー(50歳代からのライフプラン)

開催日	場 所・時 間	対 象 者	内 容
10月1日(金) 10月7日(木) 10月8日(金)	阿蘇熊本空港ホテル エミナース(益城町)	50歳代の組合員	組合員の退職後の生活への円滑な移行を支援するため、退職後の家庭経済設計についてのセミナー
	午後1時から4時		

「交通事故」にあったとき

組合員または被扶養者が交通事故や第三者の行為により負傷して治療を受けた場合、その加害者である第三者が被害者（組合員または被扶養者）の医療費などの損害を補償することになります。

交通事故等により、医療機関で組合員証等を使用して治療を受けたときは、共済組合がその医療費を立て替えることになり、共済組合が立て替えた医療費等の費用は、被害を受けた組合員または被扶養者に代わって、加害者（または保険会社）に損害賠償請求をすることになります。

交通事故など第三者行為により組合員証等を使用して医療機関を受診した場合には、次のことに注意するとともに、**必ず共済組合に連絡してください。**

- ※ 第三者行為とは … 交通事故（自転車を含む）、けんか、DV、他人の飼い犬に咬まれたなどが該当します。
- ※ 公務中または通勤中の事故による負傷は、公務災害補償基金が負担するため、組合員証は使用できません。

注意事項

- 運転者（加害者）の氏名、住所、免許証番号、車検証、自動車の持主の氏名、住所、会社名等を相手方から聞き取ること。
- どんな小さな事故でも警察に連絡し、事故の確認を受けること。
- どんな軽いケガでも、必ず医師の診断を受けること。
- 組合員証等を使用して治療を受けた場合の「示談」は、あらかじめ共済組合へ連絡すること（「示談」は慎重に！）。



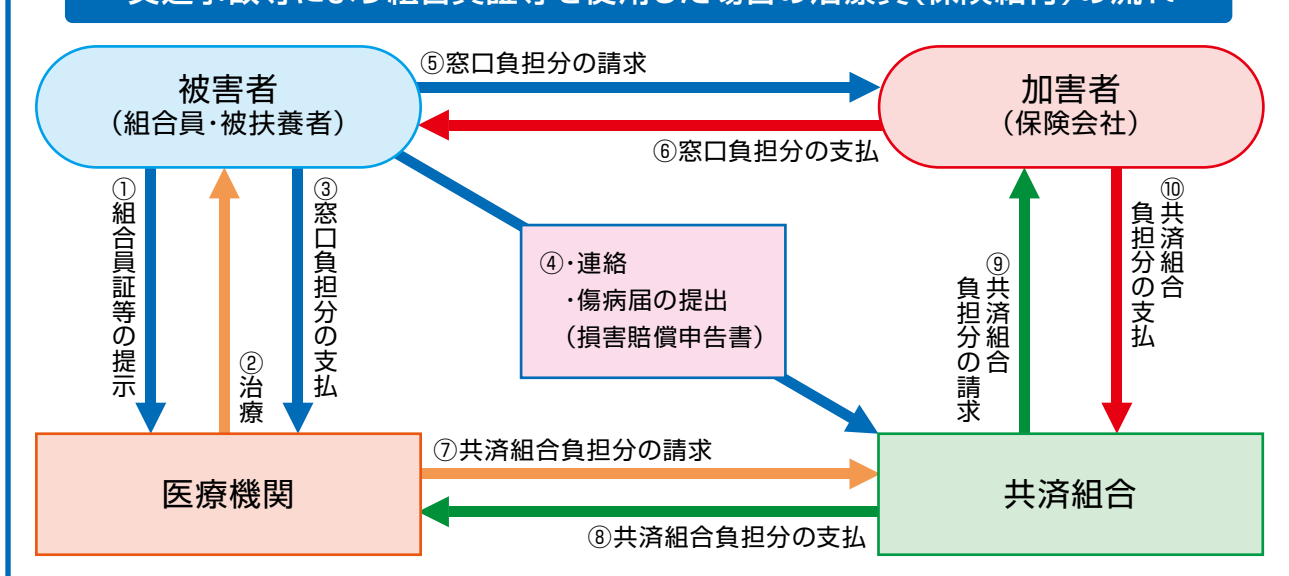
《共済組合への届出》

- ・ 交通事故の場合 … 「交通事故による傷病届（兼損害賠償申告書）」
- ・ 第三者による傷害の場合 … 「第三者行為による傷病届（兼損害賠償申告書）」
- ・ 自損事故（相手がいない）の場合 … 「負傷原因届」

* 各届出様式は、当共済組合ホームページからもダウンロードできます。➡



～交通事故等により組合員証等を使用した場合の治療費（保険給付）の流れ～



“交通事故や第三者行為により組合員証等を使用するときは、必ず共済組合に連絡してください。”

保険課 TEL 096-365-1900

共済組合職員募集のお知らせ

令和3年度熊本市町村職員共済組合職員採用試験を下記のとおり実施します。

◆ 職 種 — 一般事務

◆ 採用予定数 — 若干名

◆ 採用予定日 — 令和4年4月1日

◆ 受験資格

区 分	年齢等要件
大学卒業程度	平成9年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた者で、4年制大学卒業程度の学力を有する者

(2) 次のいずれかに該当する者は、受験できません。

- ア 日本国籍を有しない者
- イ 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者
- ウ 日本国憲法の施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに加入した者

◆ 試験会場 — 熊本市町村自治会館別館2階「会議室」
熊本市東区健軍一丁目5番3号

◆ 第1次試験 — 令和3年10月17日(日)
教養試験、事務適性検査、職場適応性検査、作文試験

◆ 第2次試験 — 11月中旬 人物試験(集団討論等)

◆ 第3次試験 — 12月中旬 人物試験(個別面接)



◆ 受験手続

当組合発行の「採用試験申込書」(自筆)を持参又は郵送(書留又は簡易書留郵便)してください。

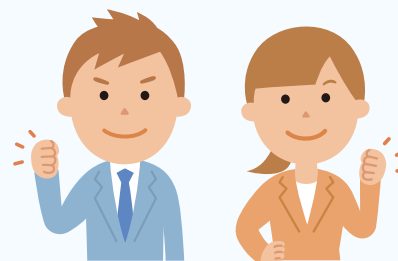
※「採用試験申込書」は、当組合で配布します。

なお、郵便で「採用試験申込書」を請求する場合、封筒の表に「採用試験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛先・郵便番号明記の返信用封筒(角形2号封筒〔24cm×33cm程度〕)を同封のうえ、共済組合総務課へ請求してください。

◆ 受付期間

令和3年8月30日(月)から9月17日(金)までの午前8時30分から午後5時まで(土、日曜日を除く。)

郵送の場合は、9月17日(金)午後5時までの必着分で、書類が完備しているものに限りま。



◆ 受験の申込み及び問い合わせ先

〒862-0911

熊本市東区健軍一丁目5番3号

熊本市町村自治会館別館3階

熊本市町村職員共済組合 総務課

電話 096-365-1900 (内線311、312)

～ 各種請求書・届出書等の押印について ～

地方公務員等共済組合法施行規則及び施行規程の一部改正に伴い、組合員等に対して、押印等を求めている手続書類の見直しが求められています。

これに伴い、当共済組合においても見直しを行い、組合員、被扶養者等に対して、押印等を求めている各種請求書類、届出書等について、本年4月1日から押印を廃止しました。



押印を廃止した請求書・届出書等につきましては、共済組合のホームページ内のこちらをクリックするとダウンロードすることが可能です。

各種様式ダウンロード



共済組合のホームページ

< URL >

<http://www.kumamoto-kyosai.jp/>



ディスプレイ

済生会熊本病院 予防医療センター医師 高尾 祐治



今や小学生の3割、中学生の半数以上が近視だそうで、パソコンやタブレットによる授業が誘因だと言われています。昔は、暗いところで本や漫画を読み過ぎると近視になると言われましたが、今はスマホやパソコンなどが自ら光を発しているからそれを暗闇で読んでも悪くならないそうです。むしろ明る過ぎて目が疲れるので画面の明るさ調整をしています。教育現場のIT化は新型コロナ時代のオンライン授業で拍車がかかり、学校からの指示でわざわざパソコンやルーターを買った家庭も少なくないと聞いています。

でも、子どもたちの近視は、ディスプレイ画面を見ることによる眼精疲労よりも、遠くを見る機会が極端に減った影響が大きいと思います。黒板を見てノートに書き写すだけでも遠近の眼筋調整ができますが、机上の小さな画面を見るだけなら眼筋が退化して当たり前。コロナ禍でなくても外で遊ぶことは奨励されない昨今、引き籠もりの子どもたちの眼の行く末を案じています。慶應大学の研究によると、近視を予防する“バイオレットライト”という光は日光に含まれていますが、窓ガラス越しだと遮断されるそうです。これもまた外で遊べない最近の子どもたちを近視に導く要因です。サバンナの原住民のように遠くからの猛獣の襲撃を早めに察知する必要はなく、車の運転も自動運転になれば遠くを見なくていいし、遠くのきれいな景色はバーチャル画像で堪能すればいい……今の若い子たちの眼が徐々に退化しても特に困らなくなるのでしょうか。

ところで、世の中はペーパーレス化、デジタル化を推奨する流れの中にありますが、紙に書かれた文字を読む時とパソコンやスマホのディスプレイの文字を読む時とでは脳の働きが全く違うことをご存じでしょうか。紙に書かれた文字を読む時、脳は自動的に「分析モード」「批判モード」になり、ディスプレイを通しての透過光で文字を読む時は「パターン認識モード」「くつろぎモード」に切り替わるそうです。つまり、多量の情報を理解するには透過光（ディスプレイ）は適していますが、細かい内容分析に向いてないので誤字脱字や内容の細かいミスを見逃してしまう危険性があります。最近、公文書に誤字が多いのはそのせいかもしれません。小説を読むなら電子書籍を薦めますが決算書を確認するなら紙媒体の方が無難だということです。また、講演内容や掲示物を書き写す時には必要なものを自分なりに把握して取捨選択しますが、話すままにキーボードを打ったり、あるいはすぐにスマホで撮影したりする昨今、情報は漏らすことなく得ているのに頭は何も覚えていない、という空洞化現象が起きています。脳の加速度的な退化もこれまた時代の趨勢だと看過しても良いものなのか……アナログ時代最後の世代としてはちょっと不安です。

夏を元気に乗り切ろう！

日本赤十字社熊本健康管理センター 管理栄養士 原田 優羽美



梅雨が明けるといよいよ夏本番！厳しい日差しや蒸し暑さで、気づけばなんだか疲れやすくなってしまった…なんてことにならないために、今から対策が必要です。暑い夏は、特に水溶性のビタミンが汗や尿から失われやすくなります。今回は、夏に欠かせないビタミンと、その食べ方のポイントについてご紹介します。これからの生活に取り入れて、Let's夏バテ予防☆

／縁の下の方持ち／ 夏バテ予防に役立つビタミンがこちら！↓

ビタミンB1

炭水化物がエネルギーになるときに必要なビタミン。不足すると代謝が滞り、疲れやすくなる。

【食品例】

玄米ご飯、全粒粉のパン、豚肉、うなぎ、たらこ、いくら、カシューナッツ、大豆など

【おすすめの食べ方】

(その1)

豚肉+たまねぎ

⇒ビタミンB1の吸収率UP！

*たまねぎ等に含まれる「アリシン」はビタミンB1と結合して、その吸収を高める。

(その2)

主食を「色つき」にする。

⇒白米や白パンに比べ、玄米や全粒粉のパンなどの方がビタミンB1を多く含む。



白米



玄米

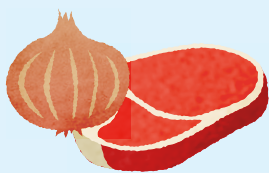


白パン



全粒粉パン

ビタミンB1
が豊富



ビタミンC

強い抗酸化作用をもつビタミン。

免疫力の向上が期待できる。また、紫外線から肌を守ってくれる。

【食品例】

レモンやみかんなどの柑橘類、キウイフルーツ、パプリカ、ブロッコリー、キャベツ、にがうり、じゃがいもなど

【おすすめの食べ方】

(その1)

新鮮なうちに食べる。

⇒ビタミンCは、保存中や調理中に失われやすい。

生食や、手早く調理して食べるのがおすすめ。

(その2)

毎食欠かさず摂取する。

⇒ビタミンCは、一度にたくさん摂取しても体内に蓄積されない。毎食少しずつ摂るとよい。



夏バテ予防のキホンは「1日3回、バランスの良い食事をとる」ことです。

主食・主菜・副菜が揃ったバランスの良い食事をとることに加えて、ビタミンの摂取も意識してみてくださいね♪

食欲がないときは、食欲増進効果のあるにんにくや生姜などの香味野菜、酢、唐辛子やカレー粉などのスパイスを活用してみてください。しっかり食べて、夏バテ知らずの元気な体を作りましょう！



カレーパウダー



クロスワードパズル

クロスワードを解き、アルファベット順に字を並べると答えが出てきます。

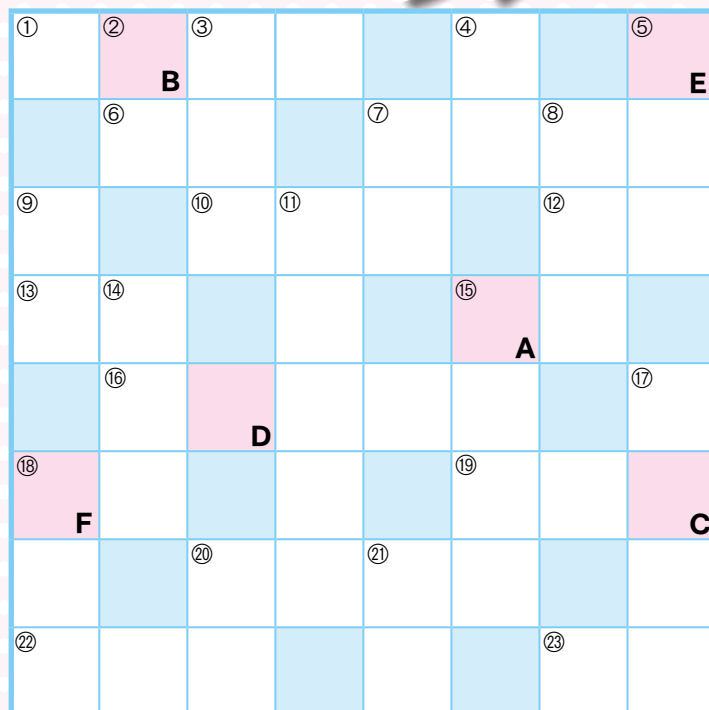
正解者の中から抽選で10名の方に、



を差し上げます。

答え

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---



タテのカギ

- ② 海の波打ち際。岩の多い海岸。
- ③ 予測。うまくいきそうだという望み。
- ④ 社会やある組織の中で占めている立場。身分。
- ⑤ 敵の刃や矢から身を守るための防具。
- ⑦ 糸をたて・横に組み合わせて織ったもの。
- ⑧ 枝や葉が垂れ下がっていること。しだり。
- ⑨ 墨のような色。
- ⑩ 申し立てること。
- ⑪ 解決するように課された問題。
- ⑫ 心の中で思っていること。思っている内容。
- ⑬ 値段が安く、品質の劣る物。
- ⑭ 病気やけがを治すために、飲んだりぬったりするもの。何かの効き目があるもの。
- ⑮ がけから流れ落ちる川の流れ。
- ⑯ 昔、武芸を修め、軍事にたずさわった者。さむらい。もののふ。

ヨコのカギ

- ① 眠くなること。また、ねむけをもよおさせること。「〇〇〇〇術」
- ⑥ 一番下の面。一番おくの方。
- ⑦ 布地をぬい合わせるとき、ぬい込み用として仕立て寸法以外にとっておく部分。
- ⑩ 見る価値のあるもの。見てすばらしいと感じるもの。
- ⑫ 物を乗せたり人が乗ったりする平たい物。「踏み〇〇」
- ⑬ フィルターでこすこと。
- ⑮ 話し手および相手以外の話題の男の人を指す。
- ⑯ 広大な自然。偉大な自然。
- ⑰ 地中に打ち込んで目印や支柱にする棒。
- ⑱ 石英・ソーダなどを高温で熱して作る、すき通っていてこわれやすい物質。
- ⑳ 管を縦に構えて吹く笛。
- ㉑ その場その時に応じること。「〇〇〇〇応変」
- ㉒ 木を割ったりするのに使う道具。

応募方法

① はがきでの応募

宛先：〒862-0911
熊本市東区健軍一丁目5番3号
(自治会館別館内)
熊本県市町村職員共済組合 総務課

② ホームページからのご応募

トップページ⇒クロスワードクイズ応募のご案内



ここをクリック

ホームページは
こちらから！

キーワード
〒住所
氏名
所属所名
組合員証記号番号
ご感想等



共済だより2021春号(179号)
クロスワード(答え)

ウブヤマムラ

応募総数252通 正解数252通

■締切日：令和3年8月13日(当日消印有効)

■ご応募は一人につき一通に限ります。

■正解発表は、次号「共済だより2021秋号(181号)」に掲載します。

※この懸賞にご応募いただいた方の個人情報、他の目的では、一切使用しません。

※個人情報保護のため、当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。



わがまちの 名産・名物

多良木町



多良木町役場 企画観光課
歴史観光係(学芸員)

上村 麻妃さん



〈多良木町〉

Taragi Town

面積 165.86km²

総人口 8,752人

町の木 ケヤキ

町の花 百太郎ツツジ

※2021年6月1日時点

Q 多良木町のことを教えてください。

多良木町は熊本県南部に位置する町です。宮崎県と接し、ひょうたんのような細長い地形をしています。町の中央には球磨川が流れ、多くの史跡が残っていながらも面積の約80%が山林という文化と自然の調和する、とても豊かな町です。

写真の「妙見野自然の森展望公園」という標高約500mにある展望公園からは、町を一望することができ、秋～冬には雲海を見ることができます。



Q 多良木町のオススメを教えてください。

多良木町のオススメは2つあります。

1つ目は、簡易宿泊施設「ブルートレインたらぎ」。令和3年6月に改修工事を終えたばかりです。共済組合の保養宿泊施設にもなっていますので、「寝台列車に宿泊！」というスペシャルな体験をぜひ！

2つ目は、多良木町のブランド米「こめたらぎ」です。九州のお米食味コンクール自治体部門で優勝3連覇中です。オンラインショップ「EBESSAN」(<http://store.taragi.net>)で購入することができます。

