

# 共済 にいがた

新潟県市町村職員共済組合  
平成30年4月発行

## No.204

- 第202回 組合会を開催 ..... 1
- 平成30年度事業計画・予算のあらまし ..... 2
- 平成30年度の標準報酬及び  
標準期末手当等の額の決定等について ..... 6
- はじめまして!共済組合です ..... 8
- 被扶養者の就職・進学等に伴う手続き ..... 9
- 保険課からのお知らせ ..... 11
- 受けよう!特定健診・特定保健指導 ..... 13
- 平成30年度保健事業の予定表 ..... 14
- プール利用券** ※取り外してご利用ください ..... 15
- 歯科健診助成/ファミリー健康相談 ..... 21
- 住宅貸付のご案内/だんしん事業のご案内 ..... 22
- 「市町村共済グループ保険」「共済貯金」のご案内 ..... 24
- 平成30年度ライフプランセミナーのお知らせ ..... 25
- 年金改定情報 ..... 26
- 「ねんきん定期便」を誕生月に発送します ..... 28
- 「給付算定基礎額残高通知書」を送付します ..... 29
- ねんきん相談室/年金の開始年齢にご注意ください! ..... 30
- アクアレー長岡からのお知らせ ..... 32
- 瀬波はまなす荘からのおすすめ宿泊プラン ..... 36

## 第202回組合会を開催

去る3月5日に新潟県自治会館において、第202回組合会が開催されました。  
この組合会では、以下の事項について審議を行いいずれも承認されました。



### 議決事項

- 定款の一部変更
- 平成29年度変更事業計画及び予算(第2次)
- 平成30年度事業計画及び予算



### 総括事項

事業計画及び予算の基礎となる平成30年度末の組合員数は、前年度末と同程度の24,783人(任意継続組合員数を除く)を推計しています。

所属所数 54(市20 町6 村4 一部事務組合等24)

|             | 平成29年度末見込 | 平成30年度末推計 | 比較 増(△)減 |
|-------------|-----------|-----------|----------|
| 組合員数        | 24,858人   | 24,783人   | △75人     |
| 任意継続組合員数    | 332人      | 265人      | △67人     |
| 被扶養者数(任継含む) | 23,210人   | 22,667人   | △543人    |

### 新理事・新監事を紹介します

平成30年3月5日、市町村長側の理事に欠員が生じたことによる役員補欠選挙を行い、現監事の渡邊廣吉議員(聖籠町長)が理事に就任し、二階堂馨議員(新発田市長)が監事に就任しましたのでお知らせします。  
前任者の残任期間である平成30年11月30日までの間、共済組合の事業運営にご尽力いただくこととなります。

渡邊理事 二階堂監事



## 新潟県市町村職員共済組合

〒950-8551 新潟県中央区新光町4-1 新潟県自治会館内

総務課 025-285-5411 soumu@kyousai-niigata.jp 年金課 025-285-5413  
保険課 025-285-5412 hoken@kyousai-niigata.jp 福祉課 025-285-5414 hukushi@kyousai-niigata.jp

URL ... <http://www.kyousai-niigata.jp>

# 平成30年度 事業計画・予算のあらまし

## 短期経理(短期給付事業)

### 短期分の財源率は据置き、介護分の財源率は引上げ

この経理は、組合員と被扶養者に係る医療費や出産費、育児休業手当金などの短期給付を行う事業の経理(短期分)と、介護保険の被保険者である40歳以上65歳未満の組合員から介護掛金を徴収し介護納付金として介護保険の運営資金を支払う経理(介護分)を合わせたものです。

短期分の収入においては、掛金・負担金収入の減少など前年度よりも約2億141万円の減少が推計される一方、支出においても、高齢者の医療保険制度に対する支援金(以下「高齢者医療支援金」という。)が減少するなど前年度よりも約5億3,839万円の減少が推計され、収支差引で約7億1,070万円の当期短期利益金(黒字)、次年度に繰り越す短期積立金は約33億197万円が推計されることから、現行の財源率94%(千分率、以下同じ。)を据え置くこととしました。

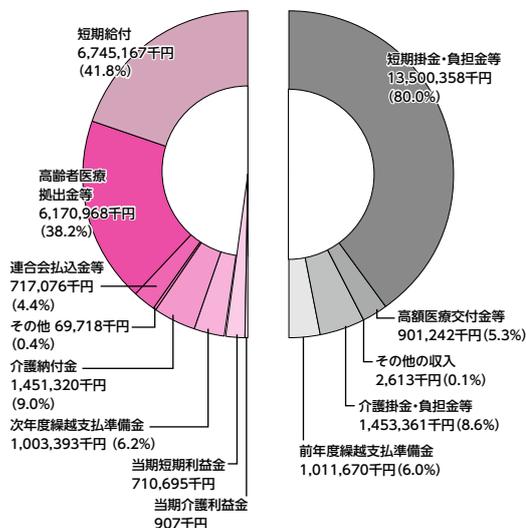
なお、支出のうち高齢者医療支援金は、総額で前年度より約4億円減少の約61億7,097万円が推計され、これを賄うために必要な財源率(特定保険料率)は42.98%となり、前年度の45.24%よりも2.26%下回る見込みです。

介護分については、介護納付金の算定方法が総報酬割へ段階的に切り替わるので、平成30年度の介護納付金の額が、前年度より約1億1,047万円増加の約14億5,132万円と推計されました。

そのため、介護財源率を平成29年度の13.22%で据え置いた場合、収支差引で約1億1,810万円の当期介護損失金(赤字)が推計され、平成29年度末介護積立金約7,397万円(見込)を全額取り崩しても、介護納付金が払えず、多額の繰越欠損金を生じることが推計されました。

したがって、収支の均衡を図るため、介護財源率を平成29年度の13.22%から1.18%引き上げ14.40%とすることが、3月5日開催の第202回組合会で承認されました。なお、財源率を引き上げることで、平成30年度の介護分の収支は当期介護利益金が約91万円生じる見込となり、次年度に繰り越す介護積立金は約7,488万円が推計されます。

組合員の皆様におかれましては、ご自身とご家族の健康にご留意いただき、医療費節減並びに短期給付財政の健全性の維持及び短期給付事業の安定的運営へのご協力をお願いします。



## 厚生年金保険経理・退職等年金経理・経過的長期経理(長期給付事業)

### 平成30年9月に厚生年金の保険料率が上限の91.50%に引き上げられます

これら3つの経理は、退職された組合員や遺族の暮らしを支える年金に関する給付を行うための経理です。年金の支払いに充てるため、組合員の皆さんから頂いた保険料や所属所からの負担金を共済組合がお預かりし、全国市町村職員共済組合連合会(以下「市町村連合会」という。)へ払い込んでいます。

組合員に係る厚生年金保険料率(掛金率)は平成30年4月から89.93%、平成30年9月からは91.50%となります。なお、厚生年金保険料率は毎年9月に1.77%ずつ引き上げられていましたが、平成30年9月の引き上げで、厚生年金の上限保険料率(91.50%)に到達することから、その後の保険料率の引き上げはありません。

「退職等年金給付(年金払い退職給付)」の財源となる組合員に係る平成30年度の掛金率は7.5%です。

経過的長期経理に係る財源は全額、所属所からの負担金において賄われており、平成30年度の負担金率は0.1035%です。

各経理における収支推計は次のとおりです。

### 長期給付事業関連の各経理の収支推計

#### ① 厚生年金保険経理 (単位: 千円)

| 収入 | 負担金       | 20,281,540 |
|----|-----------|------------|
|    | 組合員保険料    | 12,789,931 |
|    | 合計        | 33,071,471 |
| 支出 | 負担金払込金    | 20,281,540 |
|    | 組合員保険料払込金 | 12,789,931 |
|    | 合計        | 33,071,471 |

#### ② 退職等年金経理 (単位: 千円)

| 収入 | 負担金    | 1,057,154 |
|----|--------|-----------|
|    | 掛金     | 1,057,154 |
|    | 合計     | 2,114,308 |
| 支出 | 負担金払込金 | 1,057,154 |
|    | 掛金払込金  | 1,057,154 |
|    | 合計     | 2,114,308 |

#### ③ 経過的長期経理 (単位: 千円)

| 収入 | 負担金    | 226,207 |
|----|--------|---------|
|    | 掛金     | -       |
|    | 合計     | 226,207 |
| 支出 | 負担金払込金 | 226,207 |
|    | 掛金払込金  | -       |
|    | 合計     | 226,207 |

※年金の支給額及び年金積立運用等の状況については、市町村連合会のホームページをご覧ください。→ <https://ssl.shichousonren.or.jp/>

## 退職等年金預託金管理経理

### 平成 30 年 4 月から新設

この経理は、市町村連合会の退職等年金給付組合積立金の一部を当共済組合が預託を受けて①預金による短期運用、②組合員貸付事業等への貸付として、市町村連合会が定める基本方針などに基づき管理及び運用を行う経理です。

なお、平成 30 年度末における資産の構成割合は右記のとおりです。

### 退職等年金預託金管理経理資産構成割合

| 資産区分         | 年度末見込額              | 構成割合          |
|--------------|---------------------|---------------|
| 預金           | 3,300 千円            | 0.3%          |
| 貸付経理への貸付     | 1,080,000 千円        | 99.7%         |
| その他          | 0 千円                | 0.0%          |
| <b>運用合計額</b> | <b>1,083,300 千円</b> | <b>100.0%</b> |

平成 30 年度における資産運用の収入は、3,300 千円を推計し、貸付経理からの貸付金が償還されることになった際に、全額を市町村連合会へ払い込むこととなります。

## 経過的長期預託金管理経理

### 縁故地方債の引受けは、10 億 7,230 万円を予定

この経理は、市町村連合会の経過的長期給付組合積立金の一部を当共済組合が預託を受けて①預金による短期運用、②市町村の起債（縁故地方債）の引受け、③組合員貸付事業等への貸付（当分の間、退職等年金預託金管理経理と併用となりますが、平成 30 年度末までに貸付経理への貸付金は全額償還される予定）として、市町村連合会が定める基本方針などに基づき管理及び運用を行う経理です。

当共済組合が平成 30 年度に引き受ける市町村の起債予定額は 10 億 7,230 万円で、縁故地方債の平成 30 年度末残高は 60 億 7,583 万円を推計します。

なお、平成 30 年度末における資産の構成割合は右記のとおりです。

### 経過的長期預託金管理経理資産構成割合

| 資産区分         | 年度末見込額              | 構成割合          |
|--------------|---------------------|---------------|
| 預金           | 1,058,139 千円        | 14.8%         |
| 縁故地方債        | 6,075,828 千円        | 85.1%         |
| 貸付経理への貸付     | 0 千円                | 0.0%          |
| その他          | 824 千円              | 0.1%          |
| <b>運用合計額</b> | <b>7,134,791 千円</b> | <b>100.0%</b> |

平成 30 年度における資産運用の収入は、42,147 千円を推計し、全額を市町村連合会へ払い込むこととしています。

## 業務経理（事務費等）

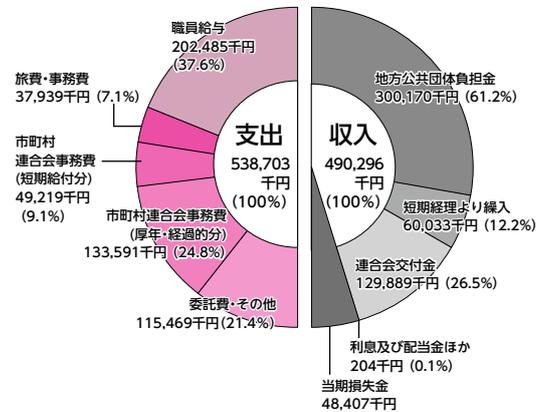
### 組合員 1 人当たりの事務費の額は前年度より増加

この経理は、短期給付事業及び長期給付事業の事務に要する諸経費（以下「事務費」という。）を賄う経理です。

収入は、地方公共団体（地方公共団体も地方財政措置されています。）の負担金及び短期経理からの繰入のほか、構成組合への長期給付事務費に係る連合会交付金として、地方財政措置が講じられている「厚生年金保険及び経過的長期給付事務費に係る連合会交付金」と、地方財政措置が講じられていない「退職等年金給付事務費に係る連合会交付金」により運営されています。

平成 30 年度に財政措置される組合員 1 人当たりの事務費の額は、前年度より 1,110 円増加の年 18,110 円とされましたが、地共済連合会及び市町村連合会への事務費分の支払が増加したことなどから、当共済組合の事務費は 297 円増加の 11,902 円となります。なお、この内訳は次のとおりです。

### 業務経理収支状況



業務経理から事務費を支出し、収支では 48,407 千円の当期損失金を推計しますが、積立金を取り崩して補てんすることとします。

### 組合員 1 人当たりの事務費の額

| 収入                   |                 |
|----------------------|-----------------|
| 地方公共団体               | 12,110 円        |
| 短期経理より繰入             | 2,415 円         |
| 厚生年金保険経理（市町村連合会）から繰入 | 3,260 円         |
| 経過的長期経理（市町村連合会）から繰入  | 325 円           |
| <b>合計</b>            | <b>18,110 円</b> |

| 市町村連合会等へ         |                |
|------------------|----------------|
| 地共済連合会へ          | 2,146 円        |
| 市町村連合会へ          |                |
| （厚生年金保険及び経過的長期分） | 2,082 円        |
| （短期給付分）          | 1,980 円        |
| <b>合計</b>        | <b>6,208 円</b> |

| 差引（当共済組合の事務費） |
|---------------|
| 11,902 円      |

## 保健経理(保健事業)

### 保健事業分の掛金・負担金率は据え置き

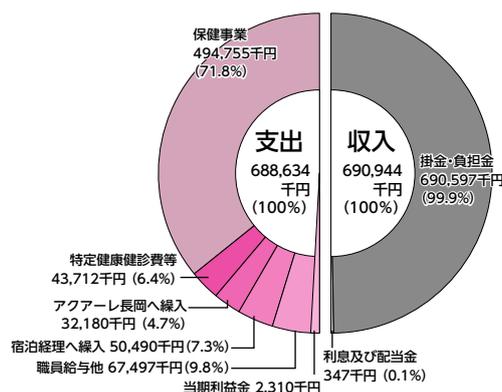
組合員とその家族の疾病予防や健康保持増進に関する各種事業を行う経理です。

標準報酬月額及び標準期末手当額について大きな変動がないことから、収入額は昨年度並みを推計しています。

一方、支出においては、各種検診助成や特定健診・特定保健指導の実施に要する費用について増加が見込まれているところです。

疾病予防・健康増進を行う費用を確保するため事業内容の精査を行った結果、当期利益金として231万円を推計しました。

保健経理収支推計



## 保健経理(アクアレー長岡)

### レストラン等改修工事を行います

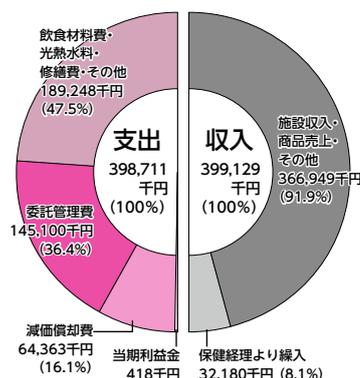
アクアレー長岡はレストラン等改修工事を予定しております。現在のレストラン辛夷を椅子テーブル席を中心に和モダンなイメージにリフレッシュし、新たに気軽な小宴会での利用プランも予定しております。また、大会議室についても現在のフローリングから品格のあるタイルカーペットにリニューアルし、落ち着いた雰囲気での会議やご宴会をご提供いたします。

なお、平成30年度の保健経理からの繰入については、減価償却費の一部としての3,218万円を予定しております。

今後もアクアレー長岡は組合員の皆様に喜んで利用していただける施設を目指し、職員一同努めてまいります。

工事期間中は何かとご迷惑をおかけいたしますが、リニューアルするアクアレー長岡にご期待いただき、皆様のさらなるご利用を心よりお待ちしております。

保健経理(アクアレー長岡)収支推計



## 宿泊経理

### 「和み・恵み・いやし・五感」をコンセプトに

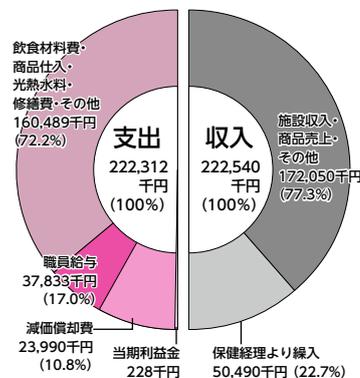
瀬波はまなす荘では、今年もグランピングや各種イベント付宿泊プランをご用意しております。

町屋めぐりなど城下町の風情を満喫しながら、新鮮な海の幸を堪能できる風光明媚な港町・村上の観光を、ご家族やお友達同士でごゆっくりお楽しみください。

なお、平成30年度においては減価償却費及び客室修繕や家族風呂設置等の費用として、保健経理から5,049万円の繰入を予定しております。

瀬波はまなす荘でやすらぎのひとときをお過ごしいただきたく、職員一同、皆様のお越しを心よりお待ちしております。

宿泊経理収支推計



## 貯金経理(貯金事業)

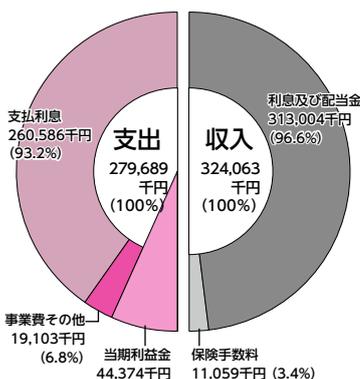
### 「積立貯金」の支払利率は年利0.9%を継続予定

「積立貯金」は組合員の皆様からお預かりした資金を安全かつ効率的に運用し、その運用収入を利息として還元する事業です。平成30年度の運用利回りは0.99%、積立額は301億円余りを推計しています。近年の債券市場の金利低下に伴い、運用利回りも低下傾向にありますが、今年度も支払利率は半年複利で年0.9%を継続する予定です。但し、今後の金融情勢によっては、支払利率を見直す場合がありますので、予めご了承願います。

「市町村共済グループ保険」は組合員及び家族の死亡・高度障害の保障に加え、入院及び手術等にも保険金を給付し、共済制度を補完する事業です。今年度は組合員加入率を45%、保険手数料の収入は1,105万円を推計しています。

この2事業の収支では当期利益金として4,437万円を推計し、これを法定積立金に積み立てることとしています。

貯金経理収支推計



## 貸付経理(貸付事業)

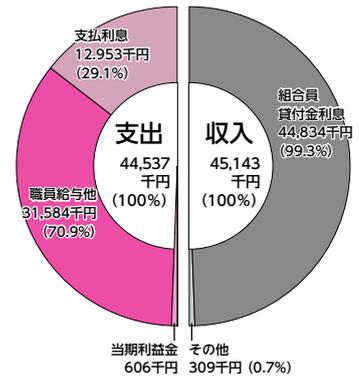
### 共済組合の貸付をご利用ください

組合員の皆様のマイホームの資金やお子様の教育資金など日常生活の中で臨時に資金が必要となった時に貸付をする事業です。平成30年1月より利率が引き下げられました。(22ページ参照)

近年、貸付の申込みが減少しており、平成30年度末の組合員貸付金残高は30億1,490万円を推計しています。前年度に比べ5億8,653万円余りの減少が見込まれます。

収支では、当期利益金として61万円を推計し、これを全額積立金に積み立てることであります。

貸付経理収支推計



## 平成30年度の掛金等の率について

平成30年度の掛金等の率は下表の「平成30年度の掛金等の率の一覧表(概略)」のとおりとなります。

下表「平成30年度の掛金等の率の一覧表(概略)」の掛金等の率は、所属所からの届出に基づき当共済組合が決定した標準報酬の月額及び標準期末手当等の額に乗じる率となります。

なお、平成30年度の掛金等の率においては、短期経理に係る短期分の率は据置き、介護分の率は、介護納付金の算定において平成29年8月から平成32年度まで段階的に総報酬割が導入され、介護納付金の増加が見込まれることから、引上げとなります。

また、厚生年金保険料の率は、被用者年金制度の一元化等を図るための厚生年金保険法等の一部を改正する法律附則第84条により、平成30年8月まで段階的に引き上げられ、平成30年9月からは厚生年金保険法で定める保険料率183.00%に統一されることになり、退職等年金経理及び経過的長期経理の率は地方公務員共済組合連合会の定款に規定する率となります。

### 平成30年度の掛金等の率の一覧表(概略)

#### 1 70歳未満の組合員

(単位:千分率)

| 組合員区分            | 短期経理  |       |      |      | 保健経理 |      | 厚生年金保険経理        |                         |                 |                         |       |       | 退職等年金経理      |     | 経過的長期経理 |   |
|------------------|-------|-------|------|------|------|------|-----------------|-------------------------|-----------------|-------------------------|-------|-------|--------------|-----|---------|---|
|                  | 短期分   |       | 介護分  |      | 掛金率  | 負担金率 | 平成30年4月～平成30年8月 |                         | 平成30年9月～平成31年3月 |                         | 掛金率   | 負担金率  | 公務等既裁定年金負担金率 |     |         |   |
|                  | 掛金率   | 負担金率  | 掛金率  | 負担金率 |      |      | 保険料率            | 保険料率の内訳(参考)<br>掛金率 負担金率 | 保険料率            | 保険料率の内訳(参考)<br>掛金率 負担金率 |       |       |              |     |         |   |
| 一般組合員            | 47.00 | 47.00 | 7.20 | 7.20 | 2.4  | 2.4  | 179.86          | 89.93                   | 89.93           | 183.00                  | 91.50 | 91.50 | 7.5          | 7.5 | 0.1035  |   |
| 一般職              |       |       |      |      |      |      |                 |                         |                 |                         |       |       |              |     |         |   |
| 特別職              |       |       |      |      |      |      |                 |                         |                 |                         |       |       |              |     |         |   |
| 職員団体専従<br>在職派遣職員 |       |       |      |      |      |      |                 |                         |                 |                         |       |       |              |     |         |   |
| 市町村長組合員          |       |       |      |      |      |      |                 |                         |                 |                         |       |       |              |     |         |   |
| 特定消防組合員          | -     | -     | -    | -    | -    | -    | -               | -                       | -               | -                       | -     | -     | -            | -   | -       |   |
| 継続長期組合員(退職派遣)    | -     | -     | -    | -    | -    | -    | -               | -                       | -               | -                       | -     | -     | -            | -   | -       | - |

#### 2 70歳以上75歳未満の組合員

(単位:千分率)

| 組合員区分            | 短期経理  |       |     |      | 保健経理 |      | 厚生年金保険経理        |                         |                 |                         |     |      | 退職等年金経理      |     | 経過的長期経理 |
|------------------|-------|-------|-----|------|------|------|-----------------|-------------------------|-----------------|-------------------------|-----|------|--------------|-----|---------|
|                  | 短期分   |       | 介護分 |      | 掛金率  | 負担金率 | 平成30年4月～平成30年8月 |                         | 平成30年9月～平成31年3月 |                         | 掛金率 | 負担金率 | 公務等既裁定年金負担金率 |     |         |
|                  | 掛金率   | 負担金率  | 掛金率 | 負担金率 |      |      | 保険料率            | 保険料率の内訳(参考)<br>掛金率 負担金率 | 保険料率            | 保険料率の内訳(参考)<br>掛金率 負担金率 |     |      |              |     |         |
| 一般組合員            | 47.00 | 47.00 | -   | -    | 2.4  | 2.4  | -               | -                       | -               | -                       | -   | -    | 7.5          | 7.5 | 0.1035  |
| 一般職              |       |       |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 特別職              |       |       |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 職員団体専従<br>在職派遣職員 |       |       |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 市町村長組合員          |       |       |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 特定消防組合員          | -     | -     | -   | -    | -    | -    | -               | -                       | -               | -                       | -   | -    | -            | -   |         |
| 継続長期組合員(退職派遣)    | -     | -     | -   | -    | -    | -    | -               | -                       | -               | -                       | -   | -    | -            | -   | -       |

#### 3 75歳以上の組合員(後期高齢者医療制度適用者)

(単位:千分率)

| 組合員区分            | 短期経理 |      |     |      | 保健経理 |      | 厚生年金保険経理        |                         |                 |                         |     |      | 退職等年金経理      |     | 経過的長期経理 |
|------------------|------|------|-----|------|------|------|-----------------|-------------------------|-----------------|-------------------------|-----|------|--------------|-----|---------|
|                  | 短期分  |      | 介護分 |      | 掛金率  | 負担金率 | 平成30年4月～平成30年8月 |                         | 平成30年9月～平成31年3月 |                         | 掛金率 | 負担金率 | 公務等既裁定年金負担金率 |     |         |
|                  | 掛金率  | 負担金率 | 掛金率 | 負担金率 |      |      | 保険料率            | 保険料率の内訳(参考)<br>掛金率 負担金率 | 保険料率            | 保険料率の内訳(参考)<br>掛金率 負担金率 |     |      |              |     |         |
| 一般組合員            | 1.72 | 1.72 | -   | -    | 2.4  | 2.4  | -               | -                       | -               | -                       | -   | -    | 7.5          | 7.5 | 0.1035  |
| 一般職              |      |      |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 特別職              |      |      |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 職員団体専従<br>在職派遣職員 |      |      |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 市町村長長期組合員        |      |      |     |      |      |      |                 |                         |                 |                         |     |      |              |     |         |
| 継続長期組合員(退職派遣)    | -    | -    | -   | -    | -    | -    | -               | -                       | -               | -                       | -   | -    | -            | -   |         |

#### 【留意事項】

- (1) 介護分の掛金及び負担金は、組合員が満40歳に到達した月から満65歳に到達した月の前月までに該当する場合に納付いただくことになります。
- (2) 70歳以上の組合員は、原則、70歳に到達した月から厚生年金保険適用が除外となります。

# 平成30年度の標準報酬及び標準期末手当等の額の決定等について

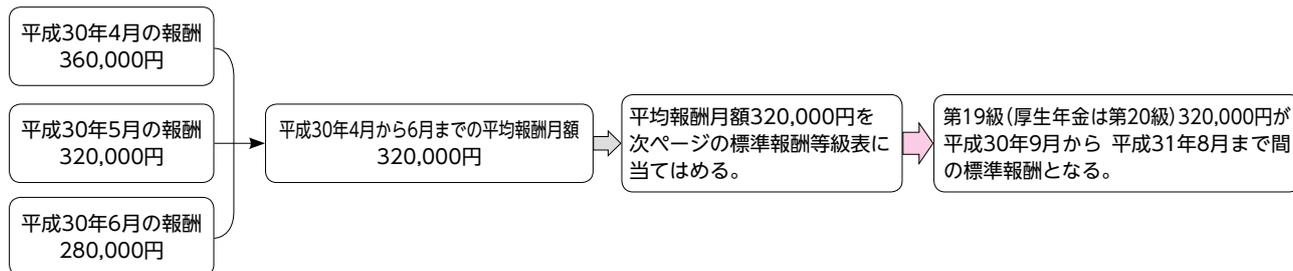
掛金等の算定基礎となる標準報酬及び標準期末手当等の額は、所属所からの届出に基づき共済組合が決定します。

共済組合が決定した標準報酬及び標準期末手当等の額は、共済組合の決定通知書又は所属所の給与明細書等により通知されます。

## 1 標準報酬の決定等

平成30年9月から平成31年8月までの間に適用となる標準報酬は、平成30年4月から6月までの3か月間に受けた平均報酬月額により、定時決定することになります。

(例)



### [報酬とは]

標準報酬の算定基礎となる報酬は、地方自治法第204条第3項及び地方公務員法第24条第6項の規定に基づき条例で定められた給与となります。

報酬はその性質により、次の(1)固定的給与と(2)非固定的給与に区分されます。

(1) 固定的給与：給料・扶養手当・地域手当・住居手当・初任給調整手当  
・通勤手当・単身赴任手当・管理職手当など

(2) 非固定的給与：時間外勤務手当・宿日直手当・管理職特別勤務手当  
・夜間勤務手当・休日勤務手当・寒冷地手当など



※ 標準報酬制には、定時決定の外に資格取得時決定、随時改定、産前産後終了時改定、育児休業等終了時改定の各種改定があります。6月1日から7月1日までの間に資格取得時決定した場合又は7月から9月までの間に随時改定、産前産後休業終了時改定、育児休業等終了時改定した場合は、当該年度の定時決定は適用除外となります。

## 2 標準期末手当等の額の決定等

標準期末手当等の算定基礎となる手当は当該月に支給された次の(1)から(5)までの手当となります。

(1) 期末手当 (2) 勤勉手当 (3) 特定任期付職員業績手当 (4) 任期付研究員業績手当

(5) (1)から(4)までの他、3月を超える期間ごとに支給される手当

※ 寒冷地手当は毎年11月から翌年3月までの各月に支給されることから、標準報酬の算定基礎となる報酬(非固定的給与)として取り扱うこととなります。

※ 標準期末手当等の額の上限額は、厚生年金保険及び退職等年金給付に係る保険料等を算定する場合は1月あたり150万円、その他の掛金等を算定する場合は年間累計573万円(毎年4月から翌年3月まで)となります。

○平成30年度の掛金等算定例

次の(1)から(3)までの場合の掛金等の算定例は、次の①及び②のとおりとなります。

(1)組合員種別：一般組合員（一般職）

(2)標準報酬月額：380,000円（第22級（厚生年金保険は第23級））

(3)平成30年6月の標準期末手当等の額：500,000円、平成30年12月の標準期末手当等の額：500,000円

①標準報酬に対する掛金等の額

[短期分]

$$380,000円 \times 47.00 / 1000 = 17,860円$$

[介護分]

$$380,000円 \times 7.2 / 1000 = 2,736円$$

[厚生年金保険料（組合員分）]

$$4月 \sim 8月 : 380,000円 \times 179.86 / 1000 \div 2 = 34,173円$$

$$9月 \sim 翌年3月 : 380,000円 \times 183.00 / 1000 \div 2 = 34,770円$$

[退職等年金（年金払い退職給付）]

$$380,000円 \times 7.5 / 1000 = 2,850円$$

[保健事業]

$$380,000円 \times 2.4 / 1000 = 912円$$

②標準期末手当等の額に対する掛金等の額

[短期分]

$$500,000円 \times 47.00 / 1000 = 23,500円$$

[介護分]

$$500,000円 \times 7.2 / 1000 = 3,600円$$

[厚生年金保険料（組合員分）]

$$6月 : 500,000円 \times 179.86 / 1000 \div 2 = 44,965円$$

$$12月 : 500,000円 \times 183.00 / 1000 \div 2 = 45,750円$$

[退職等年金（年金払い退職給付）]

$$500,000円 \times 7.5 / 1000 = 3,750円$$

[保健事業]

$$500,000円 \times 2.4 / 1000 = 1,200円$$

■標準報酬等級表[平成28年10月から]

| 報酬月額<br>の範囲(円)          | 標準報酬      |          |           |           |          |           |
|-------------------------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|
|                         | 等級        |          |           | 月額(円)     |          |           |
|                         | 地共<br>済法  | 厚年<br>法  | 地共<br>済法  | 地共<br>済法  | 厚年<br>法  | 地共<br>済法  |
|                         | 短期・<br>福祉 | 厚生<br>年金 | 退職等<br>年金 | 短期・<br>福祉 | 厚生<br>年金 | 退職等<br>年金 |
| *1 ~ 93,000 未満          | 1         | 1        | 1         | 98,000    | 88,000   | 98,000    |
| 93,000 以上 ~ 101,000 未満  | 1         | 2        | 1         | 98,000    |          |           |
| 101,000 以上 ~ 107,000 未満 | 2         | 3        | 2         | 104,000   |          |           |
| 107,000 以上 ~ 114,000 未満 | 3         | 4        | 3         | 110,000   |          |           |
| 114,000 以上 ~ 122,000 未満 | 4         | 5        | 4         | 118,000   |          |           |
| 122,000 以上 ~ 130,000 未満 | 5         | 6        | 5         | 126,000   |          |           |
| 130,000 以上 ~ 138,000 未満 | 6         | 7        | 6         | 134,000   |          |           |
| 138,000 以上 ~ 146,000 未満 | 7         | 8        | 7         | 142,000   |          |           |
| 146,000 以上 ~ 155,000 未満 | 8         | 9        | 8         | 150,000   |          |           |
| 155,000 以上 ~ 165,000 未満 | 9         | 10       | 9         | 160,000   |          |           |
| 165,000 以上 ~ 175,000 未満 | 10        | 11       | 10        | 170,000   |          |           |
| 175,000 以上 ~ 185,000 未満 | 11        | 12       | 11        | 180,000   |          |           |
| 185,000 以上 ~ 195,000 未満 | 12        | 13       | 12        | 190,000   |          |           |
| 195,000 以上 ~ 210,000 未満 | 13        | 14       | 13        | 200,000   |          |           |
| 210,000 以上 ~ 230,000 未満 | 14        | 15       | 14        | 220,000   |          |           |
| 230,000 以上 ~ 250,000 未満 | 15        | 16       | 15        | 240,000   |          |           |
| 250,000 以上 ~ 270,000 未満 | 16        | 17       | 16        | 260,000   |          |           |
| 270,000 以上 ~ 290,000 未満 | 17        | 18       | 17        | 280,000   |          |           |
| 290,000 以上 ~ 310,000 未満 | 18        | 19       | 18        | 300,000   |          |           |
| 310,000 以上 ~ 330,000 未満 | 19        | 20       | 19        | 320,000   |          |           |
| 330,000 以上 ~ 350,000 未満 | 20        | 21       | 20        | 340,000   |          |           |
| 350,000 以上 ~ 370,000 未満 | 21        | 22       | 21        | 360,000   |          |           |
| 370,000 以上 ~ 395,000 未満 | 22        | 23       | 22        | 380,000   |          |           |
| 395,000 以上 ~ 425,000 未満 | 23        | 24       | 23        | 410,000   |          |           |

| 報酬月額<br>の範囲(円)              | 標準報酬      |          |           |           |          |           |
|-----------------------------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|
|                             | 等級        |          |           | 月額(円)     |          |           |
|                             | 地共<br>済法  | 厚年<br>法  | 地共<br>済法  | 地共<br>済法  | 厚年<br>法  | 地共<br>済法  |
|                             | 短期・<br>福祉 | 厚生<br>年金 | 退職等<br>年金 | 短期・<br>福祉 | 厚生<br>年金 | 退職等<br>年金 |
| 425,000 以上 ~ 455,000 未満     | 24        | 25       | 24        | 440,000   |          |           |
| 455,000 以上 ~ 485,000 未満     | 25        | 26       | 25        | 470,000   |          |           |
| 485,000 以上 ~ 515,000 未満     | 26        | 27       | 26        | 500,000   |          |           |
| 515,000 以上 ~ 545,000 未満     | 27        | 28       | 27        | 530,000   |          |           |
| 545,000 以上 ~ 575,000 未満     | 28        | 29       | 28        | 560,000   |          |           |
| 575,000 以上 ~ 605,000 未満     | 29        | 30       | 29        | 590,000   |          |           |
| 605,000 以上 ~ 635,000 未満     | 30        | *2 31    | 30        | 620,000   |          |           |
| 635,000 以上 ~ 665,000 未満     | 31        | -        | -         | 650,000   |          |           |
| 665,000 以上 ~ 695,000 未満     | 32        | -        | -         | 680,000   |          |           |
| 695,000 以上 ~ 730,000 未満     | 33        | -        | -         | 710,000   |          |           |
| 730,000 以上 ~ 770,000 未満     | 34        | -        | -         | 750,000   |          |           |
| 770,000 以上 ~ 810,000 未満     | 35        | -        | -         | 790,000   |          |           |
| 810,000 以上 ~ 855,000 未満     | 36        | -        | -         | 830,000   |          |           |
| 855,000 以上 ~ 905,000 未満     | 37        | -        | -         | 880,000   |          |           |
| 905,000 以上 ~ 955,000 未満     | 38        | -        | -         | 930,000   |          |           |
| 955,000 以上 ~ 1,005,000 未満   | 39        | -        | -         | 980,000   |          |           |
| 1,005,000 以上 ~ 1,055,000 未満 | 40        | -        | -         | 1,030,000 |          |           |
| 1,055,000 以上 ~ 1,115,000 未満 | 41        | -        | -         | 1,090,000 |          |           |
| 1,115,000 以上 ~ 1,175,000 未満 | 42        | -        | -         | 1,150,000 |          |           |
| 1,175,000 以上 ~ 1,235,000 未満 | 43        | -        | -         | 1,210,000 |          |           |
| 1,235,000 以上 ~ 1,295,000 未満 | 44        | -        | -         | 1,270,000 |          |           |
| 1,295,000 以上 ~ 1,355,000 未満 | 45        | -        | -         | 1,330,000 |          |           |
| 1,355,000 以上 ~              | 46        | -        | -         | 1,390,000 |          |           |

\*1 報酬月額が93,000円未満の場合は、厚生年金の標準報酬は、第1級88,000円（短期・福祉及び退職等年金の標準報酬は第1級98,000円）となります。

\*2 報酬月額が635,000円以上であっても、厚生年金及び退職等年金に係る標準報酬の月額が620,000円（厚生年金は第31級、退職等年金は第30級）が限度額となります。

※ 被用者年金制度の厚生年金への一元化により、平成27年10月から70歳未満の組合員は厚生年金保険法の厚生年金第3号被保険者として、厚生年金保険法の被保険者となっています。

お問い合わせ先：保険課／ TEL：025-285-5412 E-mail：hoken@kyousai-niigata.jp

●新しく職員になられた方へ

はじめまして共済組合です！

共済組合は、組合員の皆様とそのご家族の生活の安定と福祉の向上を目的として、法律により設けられている特殊法人です。公務を行う皆様を福利厚生的一面から支える役割を担っています。

組合員になると…

●組合員証が交付されます

医療機関等に提示し、診療等を受けるときに必要です。



●掛金・保険料を納めます

掛金・保険料は毎月の給料と6月・12月の手当から天引きされ共済組合へ納められます。



●各種給付が受けられます

共済組合では、大きく分けて次の3つの事業を行っています。これらの事業は皆様の掛金と地方公共団体の負担金によって運営されています。

- 短期給付事業** 組合員とその被扶養者の病気、ケガ、出産、死亡、休業又は災害に対して、必要な給付を行い、組合員の生活を守る事業です。
- 長期給付事業** 組合員の退職、障害又は死亡に対して年金や一時金の給付を行い、老後の生活や残された遺族の生活を支える事業です。
- 福祉事業** 特定健康診査・特定保健指導、人間ドック助成など健康の保持増進のための事業、保健施設「アクアレー長岡」・保養所「瀬波はなます荘」の運営、積立貯金及び各種資金の貸付を行っています。

※共済組合の事業への各種届出や手続きは、勤務先（市町村や一部事務組合）の総務・人事担当部署の共済組合事務担当者を通じて行います。事業内容については、共済組合ホームページにも掲載しています。http://www.kyousai-niigata.jp

平成30年4月1日付け 新潟県市町村職員共済組合職員人事異動

| 【事務局】 |                       |                        | 【事務局】            |              |           |
|-------|-----------------------|------------------------|------------------|--------------|-----------|
| (氏名)  | (異動後)                 | (異動前)                  | (氏名)             | (異動後)        | (異動前)     |
| 増井 睦司 | 事務局長                  | 事務局次長<br>総務課長事務取扱・出納役  | 梅澤 啓介            | 年金課<br>主査    | 年金課<br>主事 |
| 山崎 一夫 | 事務局次長<br>総務課長事務取扱・出納役 | 年金課長                   | 松本 由佳            | 年金課<br>主査    | 年金課<br>主事 |
| 松尾 徹  | 事務局次長<br>福祉課長事務取扱     | 福祉課長                   | 関 瑞基             | 年金課<br>主事    | 保険課<br>主事 |
| 野本 宗孝 | 年金課長                  | 保険課長                   | 大島 順平            | 年金課<br>主事    | (新規採用)    |
| 築井 一絵 | 保険課長                  | 総務課<br>副参事 施設係長・分任出納主任 | 沼澤枝里子            | 保険課<br>主事    | (新規採用)    |
| 三国 忍  | 保険課<br>副参事 資格認定係長     | 年金課<br>副参事 調査係長        | 栗林 拓也            | 保険課<br>主事    | (新規採用)    |
| 岩崎 弥美 | 総務課<br>施設係長・分任出納主任    | 保険課<br>資格認定係長          | 寺尾 喜廣            | 平成30年3月31日退職 | 事務局長      |
| 目黒 雅徳 | 年金課<br>情報システム係長       | 年金課<br>主査              | <b>【瀬波はなます荘】</b> |              |           |
| 河内 正行 | 年金課<br>調査係長           | 年金課<br>主査              | (氏名)             | (異動後)        | (異動前)     |
|       |                       |                        | 鈴木 三秋            | 副支配人<br>調理主任 | 調理主任      |

# 被扶養者の就職・進学等に伴う手続きはお済みですか？

ご家族の就職・進学の時期を迎え、被扶養者に異動があるときは、すみやかに次の手続きをお願いします。

## (1) 就職したとき

- 就職により健康保険等に加入されたとき
- パート、アルバイト等を開始され、年収130万円（給料月額が108,334円（日額3,612円））以上の収入が見込まれるとき（被扶養者である方が障害を給付事由とする公的年金受給者である場合又は60歳以上であり収入の全部若しくは一部が公的年金等に係る収入である場合は年収180万円以上の収入が見込まれるとき）

4月は被扶養者が卒業等に伴い、就職する機会が多い時期です。次表のとおり、就職により健康保険等に加入され、被扶養者の資格を喪失することになった場合は、被扶養者申告書に組合員被扶養者証と添付書類を添えて、すみやかに申告してください。

| 取消しとなる事由  | 添付書類   |
|---|--|
| 就職により健康保険等に加入されたとき  | 就職した日が確認できる書類の写し<br>(新しい保険証・事業主からの雇用通知・内定通知など) |
| パート、アルバイト等を開始され、年収130万円（給料月額が108,334円（日額3,612円））以上の収入が見込まれるとき | 給与明細や雇用契約書等の写し（就職した日を確認します）                    |

- (注) 1 就職等により、被扶養者の資格が喪失となる方に高齢受給者証、特定疾病療養受療証、限度額適用認定証が交付されている場合は、組合員被扶養者証に併せて、当共済組合に返納してください。
- 2 被扶養者の資格を喪失していたにもかかわらず、取消しの申告が遅れたことにより、組合員被扶養者証等を使用して医療機関に受診された場合は、後ほど医療費を返還していただく場合がありますのでご注意ください。また、医療機関に受診される場合は、必ず新しい保険証を提示の上、加入する健康保険が変更になったことを申し出てください。
- 3 上記の表の外、被扶養者の要件を備えなくなった場合においても、すみやかに該当の被扶養者の取消しの申告をお願いします。

## (2) 22歳に到達した被扶養者がいるとき

満22歳に到達した日以後の最初の3月31日に到達したことにより、平成30年4月から扶養手当の支給が取消となった被扶養者について、引き続き扶養の要件を満たしている場合は、継続認定の申請を行うことにより、4月以降も被扶養者として認定することができます。

該当者がおられる組合員の方は、平成30年4月20日(金)までに所属所の共済組合事務担当者を経由して「被扶養者継続認定に関する調書及び申立書」及び継続して扶養の状況にある事実を証する書類を当共済組合に提出し、継続認定の審査を受けてください。

なお、継続認定の要件に該当しない場合は、平成30年4月1日付けで被扶養者の資格を喪失することになりますので、被扶養者の取消の手続きをしてください。

また、継続認定の詳細について、不明な点がございましたら、当共済組合保険課又は所属所の共済組合事務担当者にご照会ください。

### (3) 進学等により住所が変わったとき

進学等に伴う転居により被扶養者の住所が変更となる場合は、所属所の共済事務担当者を経由して「氏名・住所・短期給付金等口座変更申出書」により新住所の届出を行ってください。

また、該当する方に係る「組合員被扶養者証」については、証の裏面「住所」欄に記載の旧住所を二重線で抹消し、余白部分に新住所を記入のうえ引き続き使用くださるようお願いいたします。

### (4) その他認定取消しの事由が発生したとき

被扶養者の方が下表の事由に該当したら、認定取消となるため、被扶養者申告書に組合員被扶養者証等（高齢受給者証、特定疾病療養受療証及び限度額適用認定証を含む。）を添え、併せて次の書類を提出してください。

| 取消しとなる事由・区分 | 添付書類  |
|-------------|---|
| 死亡したとき      | 死亡したことの事実が確認できる書類の写し  |
| 離婚したとき      | 戸籍謄本（原本）  |
| 所得が増加したとき   | 給与と収入の増加<br>給与明細等の写し（就職した日又は収入の増加したことが判る日の確認のため、状況に応じて数か月分必要となることがあります。）（注） |
|             | 勤務状態の変更<br>勤務日数や勤務時間等の記載がある雇用契約にかかる書類の写し                                    |
|             | 事業収入の増加<br>確定申告の控えの写し（必要経費の内訳が判るものを含む）                                      |
|             | 年金収入の増加<br>支給額変更通知書や年金改定通知書など年金額が確認できるものの写し                                 |
| 雇用保険を受給したとき | 雇用保険受給資格者証の写し（表と裏の両面）   |
| 別居したとき      | 組合員と別居したことが判る住民票（原本）  |

（注） 収入が増えたので取消しをする場合、いつから取消しとなるか確認するため、過去数か月分の給与明細書の写しが必要となるときがありますので、給与明細等は大切に保管しておいてください。

### (5) 20歳以上 60歳未満の被扶養配偶者に係る国民年金第3号被保険者資格喪失の届出

取消しとなる被扶養者が20歳以上60歳未満の配偶者である場合は、その配偶者が被用者年金各法の組合員、被保険者、加入者（\*）となった場合を除き、上記の書類に加えて、「国民年金第3号被保険者資格喪失・死亡届」の提出が必要となります。

\* 被用者年金各法の組合員、被保険者、加入者とは、厚生年金保険法、国家公務員等共済組合、地方職員共済組合、公立学校共済組合、警察共済組合、市町村職員共済組合、私立学校振興共済事業団に加入した方となります。

## 被扶養者認定 Q&A ~パートの時給が下がったとき~



共済組合に被扶養者認定・取消について相談を受ける事例をQ&A方式でご案内します。

**Q.** 私の妻（57歳）は4月1日付で正社員から引き続きパート雇用へと身分が切替わり、収入が月15万円から7万円となります。これにより、4月1日から厚生年金保険と健康保険の資格を喪失し、主に組合員である私の収入で生計を維持しています。妻は私の被扶養者になれるでしょうか。

**A.** この事例の場合、妻（57歳）は、主に組合員の収入で生計を維持しており、年収84万円（年収130万円未満）となることから、あなたの被扶養者の要件を備えることとなります。

ただし、短時間勤務労働者に対する厚生年金保険・健康保険の適用拡大（平成28年10月～）により、パート雇用であっても厚生年金保険・健康保険の被保険者となる場合があり、その場合は、当共済組合の被扶養者にはなれません。

また、健康保険には、資格喪失後に申出により加入できる任意継続被保険者制度あり、その任意継続被保険者制度に加入している間は、被扶養者にはなれませんのでご注意ください。

お問い合わせ先：保険課／TEL：025-285-5412 E-mail：hoken@kyousai-niigata.jp

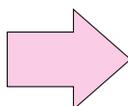
## 保険課からのお知らせ

### 1 65歳以上の方の入院時生活療養費(居住費部分)が見直されます(平成30年4月診療分から)

医療と介護及び入院と在宅療養の負担の公平化を図る観点から、長期療養入院している65歳以上の方に対する入院時生活療養費の生活療養標準負担額のうち、居住費に係る部分について見直されます。

○見直し前 平成30年3月診療分まで

| 65歳以上長期療養者             | 負担額    |
|------------------------|--------|
| 医療区分Ⅰ<br>(ⅡⅢ以外の者)      | 370円/日 |
| 医療区分ⅡⅢ<br>(医療の必要性の高い者) | 200円/日 |
| 難病患者                   | 0円/日   |



○見直し後 平成30年4月診療分から

| 65歳以上長期療養者             | 負担額    |
|------------------------|--------|
| 医療区分Ⅰ<br>(ⅡⅢ以外の者)      | 370円/日 |
| 医療区分ⅡⅢ<br>(医療の必要性の高い者) | 370円/日 |
| 難病患者                   | 0円/日   |

### 2 「医療費通知書」の送付時期及び様式が変更になります

当共済組合では、組合員又は被扶養者が受診した医療費の額等をご確認いただき適正な受診を心掛けていただくため「医療費通知書」を、毎年5月に前年9月～当年2月受診分までと、11月に当年3月～8月受診分までの年2回発行しています。

この医療費通知書は、従来確定申告における医療費控除には使用できませんでしたが、所定の要件を満たせば、医療費控除に使用できるようになりました。

これに対応するため、当共済組合では医療費通知書について、次の2点が変更となります。

#### (1) 送付時期の変更について

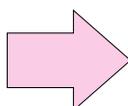
今までの発行時期では、確定申告期(2月16日～3月15日まで)の医療費控除に使おうとしても、前年の11月に発行した8月受診分までしか医療費通知書に記載していないため、そのままでは使いづらくなります。

このため、医療費通知書の発行時期を次のとおり変更します。

#### 【医療費通知書の発行月及び記載される受診月の変更】

変更前

| 発行月 | 記載される受診月  |
|-----|-----------|
| 5月  | 前年9月～当年2月 |
| 11月 | 当年3月～当年8月 |



変更後

| 発行月 | 記載される受診月   |
|-----|------------|
| 2月  | 前年6月～前年11月 |
| 8月  | 前年12月～当年5月 |

これにより、確定申告期には11月受診分まで記載された医療費通知書がお手元にあり、より医療費控除に使用しやすくなります。

ただし、12月受診分を確定申告期に間に合うよう医療費通知書に記載することについては、次のことから対応できません。

通常、組合員又は被扶養者の方が医療機関に受診すると、医療機関から当共済組合への医療費＝診療報酬の請求書(診療報酬明細書、いわゆる「レセプト」と呼ばれるものです。)が受診月の2か月後に届きます。

共済組合では、届いたレセプトで受診した方の組合員又は被扶養者の資格の有無の確認作業を行い、さらにその後でレセプトの内容が適正かどうかの点検作業を行ってから、組合員に支給すべき高額療養費等があるかどうかの給付計算作業を行っています。

これら一連の作業が終了してから12月受診分まで記載した医療費通知書を作成していると、確定申告の終了までには組合員の皆様のお手元に届けることができないことから、ご理解願います。

なお、今回の医療費通知書は今年の8月の発行となりますが、今回に限り記載される受診月は平成29年9月～平成30年5月受診分までとなります。

## (2) 様式の変更について

医療費通知書の様式が、次のとおり変わります。

### ①医療費通知書の用紙が大きくなります。

これまでの用紙の倍の大きさになり、1枚の医療費通知書に記載可能な件数が増えます。

### ②表示される医療機関名の対象範囲が増えます。

医療費通知書に表示される医療機関の名称について、新潟県外の医療機関についてはこれまでシステム上対応しておらず、「県外医療機関等」と表示していましたが、システム改修により表示されるようになります。ただし、鍼灸師などに施術を受けた場合や治療用器具作成費用を支払った場合の療養費・家族療養費の表示については、医療機関ではないため、これまでどおり表示されません。

## (3) 医療費通知書に表示された自己負担額と実際に支払った額との相違について

国や自治体を実施する医療費助成（障害者への助成や子ども医療費助成など）を受けている場合、自己負担額が軽減されるため、医療費通知書に表示される自己負担額と実際に組合員が支払った自己負担額とでは、必ずしも一致するとは限りません。

このため、必ず医療機関から発行された領収書の金額と照らし合わせて、医療費通知書に表示された自己負担額と領収書の金額が相違する場合は、領収書の金額に訂正して確定申告に使用されるよう、お願いします。

医療機関から発行された領収書は、紛失されないよう確定申告期限から5年間は保管してください。

医療費通知書を使用した確定申告に関しては、お近くの税務署にお問い合わせ願います。

## 3 「ジェネリック医薬品差額通知」の送付時期も変更になります

### (1) 送付時期の変更について

ジェネリック医薬品差額通知については、医療費通知書の発行時期にあわせて発行しているため、医療費通知書の発行時期が変更されることに伴い、ジェネリック医薬品差額通知の発行時期も毎年2月と8月に変更となります。

### (2) 差額通知の出力対象者の拡大について

ジェネリック医薬品差額通知は次の要件を満たす方に送付しています。

薬剤を処方された組合員の方でジェネリック医薬品に切り替えることで、切替前と比べて1か月の自己負担の差額が400円以上を見込める方

ジェネリック医薬品の使用率が上がるほど、当共済組合が負担する後期高齢者支援金が減算され、組合員の皆様にとっても掛金上昇の抑制につながることから、差額通知の出力対象者を「1か月の自己負担の差額が400円以上を見込める方」から「1か月の自己負担の差額が300円以上を見込める方」に拡大しました。

これにより、さらに多くの組合員の方に差額通知を発行することで、ジェネリック医薬品に対する認識を深めていただき、使用率の引上げを目指すこととしますので、ご理解とご協力をお願いします。

また、今回の共済にいがたに、ジェネリック医薬品希望カード・希望シール付きリーフレットを折り込んで全組合員に配布していますので、希望シールを組合員証に貼り付けていただくなど、ぜひご活用願います。



**お問い合わせ先：保険課／TEL：025-285-5412 E-mail：hoken@kyousai-niigata.jp**

### 共済組合へ届け出た口座「短期給付金等振込口座」は正しく管理されていますか？

短期給付金等振込口座とは、療養費等に係る現金給付のほか、各種検診等の助成金、積立貯金の払戻金やグループ保険の配当金など、共済組合から皆さんへ各種送金を行うための大切な口座です。

最近、この口座が正しく管理されていないことにより、共済組合からの送金がスムーズに行えないケースが増えてきています。以下の項目に思い当たる方は、今一度御自身の「短期給付金等振込口座」を確認しておきましょう。

- ・婚姻等により改姓をされた方は、口座の名義も変更されましたか？
- ・最近、口座を解約したり、利用を停止したりしたことはありませんか？
- ・間違って家族名義の口座を当共済組合に届け出ていませんか？



# 受けよう！特定健診・特定保健指導

当共済組合では、40歳から74歳までの組合員及び被扶養者に対し、生活習慣病予防を目的とした健康診断である「特定健康診査（以下「特定健診」という。）」と、その健診結果に基づいた「特定保健指導」を行っています。

## Q 1. そもそも特定健診って何？

**A 1. 糖尿病、高血圧症、高脂血症などの生活習慣病の予防を目的とした健康診断です。**

メタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満）は、糖尿病や高血圧症や高脂血症など、いわゆる生活習慣病の原因となりうるものです。

このメタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病の予防を目的とした健診が、特定健診です。

## Q 2. 特定健診を受けたあとは、どうなるの？

**A 2. 生活習慣改善のための特定保健指導を受けていただくことがあります。**

特定健診を受けた結果、生活習慣病のリスクが高く、かつ服薬治療を行っていない方については、生活習慣改善のための特定保健指導を受けていただくこととなります。

なお、特定保健指導は、無料で受けることができます。

## Q 3. 特定健診 組合員が受診するには？

**A 3. 職場の健康診断や、人間ドックを受けてください。**

職場での健康診断や、個人で受ける人間ドックを受診することで、特定健診を受けたものとみなされます。

健診の結果については当共済組合に提供され、特定保健指導の対象（動機付け支援・積極的支援）となるかどうかについて判定が行われます。

## Q 4. 特定健診 被扶養者が受診するには？

**A 4. お住まいの市町村の住民健診を利用してください。**

お住まいの市町村が行う住民健診を利用してください。この場合、5月中に御自宅あてに送付する「特定健康診査受診券」を健診会場へ持参することで、無料で特定健診を受けることができます。

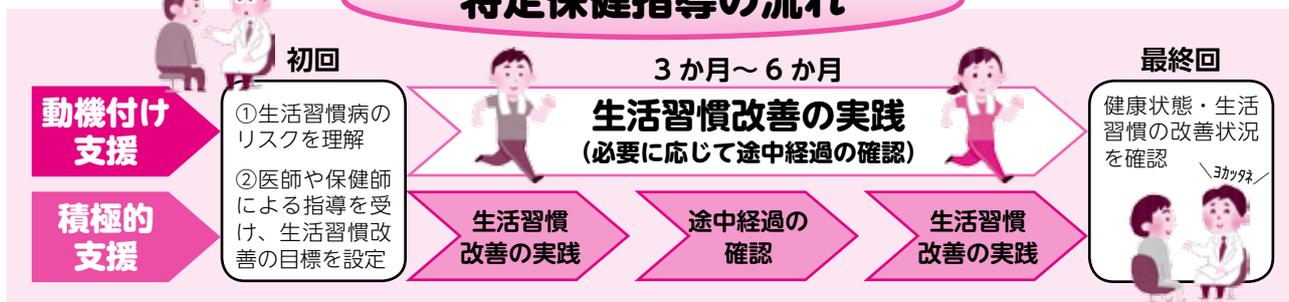
このほか、勤務先の健康診断や、人間ドックを受けた場合も特定健診を受けたものとみなされます。

いずれの場合も、健診の結果については当共済組合に提供され、特定保健指導の対象（動機付け支援・積極的支援）となるかどうかについて判定が行われます。



特定健診を受けた結果、「動機付け支援」又は「積極的支援」に該当した人は、以下の図のとおり特定保健指導を受けていただくこととなります。

## 特定保健指導の流れ



## 皆さん！今年も特定健診・特定保健指導を受けましょう！

### 健康診断や人間ドックの結果通知は、大切にっておきましょう！

平成 29 年 1 月から、セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）が始まりました。

これは、定期健康診断や人間ドックを受けるなどして健康の維持増進や疾病予防の取組を行った方が、平成 29 年 1 月 1 日以降にスイッチ OTC 医薬品（医療用から市販品に転用された医薬品）を購入した際の費用について申告することにより、所得控除を受けることができるものです。

この申告には、該当するスイッチ OTC 医薬品の領収書の他に、定期健康診断や人間ドックを受けた証拠となる書類が必要となります。

セルフメディケーション税制による所得控除を受けようという方は、定期健康診断や人間ドックの結果通知書を大切に保管しておきましょう！

なお、このセルフメディケーション税制は、通常の医療費控除との併用はできません。

※セルフメディケーション税制の詳細については、厚生労働省のホームページを御覧ください。

厚生労働省 セルフメディケーション税制

検索

お問い合わせ先：福祉課／ TEL：025-285-5414 E-mail：fukushi@kyousai-niigata.jp

# 平成30年度保健事業予定表

前年度からの  
変更点

- ①人間ドック健診助成について  
契約健診機関（県内 51 か所）で受診した場合にのみ助成を行うことに変更。  
平成 30 年度から新たに契約を結んだ健診機関は、次のとおり。  
・新潟リハビリテーション病院（新潟市北区） ・プラーカ中村クリニック（新潟市中央区）  
・信楽園病院（新潟市西区） ・厚生連上越総合病院（上越市） ・くろかわ診療所（上越市）
- ②脳ドック契約健診機関に「厚生連上越総合病院」（上越市）を追加
- ③インフルエンザ予防接種利用助成について  
対象者： 組合員及び平成 12 年 4 月 2 日から平成 30 年 4 月 1 日までに生まれた被扶養者
- ④特定健康診査の実施当日に、特定保健指導の初回面接を実施（対応可能な健診機関に限る。）

## 保健事業 年間スケジュール

|       |   |
|-------|---|
| 平成30年 | <b>5月</b> 特定健康診査受診券の送付(対象者の自宅へ送付)<br>歯科健診受診券の送付(対象者の自宅へ送付)  |
|       | <b>6月</b> 20日(水) 町村職員親善野球大会主将会議(アクアール長岡)<br>救急薬品の無償配布(職場設置用・新規組合員用)   |
|       | <b>7月</b> 7日(土) 【予備日7月14日(土)】 町村職員親善野球大会①(長岡市信濃川河川公園野球場)<br>20日(金) リフレッシュ教室[1回目](アクアール長岡)<br>21日(土) 【予備日7月28日(土)】 町村職員親善野球大会②(聖籠町町営野球場)<br>7月7日～8月26日 海の家開設<br>特定健康診査受診勧奨のハガキ発送(全対象者) |
|       | <b>8月</b> 1日(水) 安全衛生管理者等向けメンタルヘルス研修会(新潟県自治会館)<br>4日(土)～5日(日) 新潟県市職員スポーツ大会(上越市・妙高市・糸魚川市)<br>17日(金) リフレッシュ教室[2回目](アクアール長岡)  |
|       | <b>9月</b> 12日(水) 働く人のメンタルヘルスセミナー(新潟県自治会館)<br>14日(金) リフレッシュ教室[3回目](アクアール長岡)  |
|       | <b>10月</b> 3日(水) 睡眠と健康づくりセミナー(新潟県自治会館)<br>17日(水) 町村職員親善ボウリング大会代表者会議(新潟県自治会館)<br>27日(土) 町村職員親善ボウリング大会(グランドボウル黒埼)<br>家庭用常備薬のあっせん(10月～31年3月)<br>特定健康診査受診勧奨のハガキ発送(未受診者)                   |
|       | <b>11月</b> 7日(水) 管理監督者向けメンタルヘルス研修会(新潟県自治会館)   |
|       | <b>12月</b> 12月7日～31年3月10日 山の家開設<br>12月オープン時～スキーシーズン終了時まで スキー場施設等利用割引  |

アクアール長岡が行う保健事業 (TEL 0258-47-5656)  
 ・訪問型グループエクササイズ (インストラクター派遣)  
 ・パーソナルトレーニング (随時/毎月)  
 ・リフレッシュ教室 全3回 (7月、8月、9月)  
 ・体質改善プログラムの開催 (4月、8月を除く毎月1回)

## 通年の事業

|       |   |
|-------|---|
| 疾病予防  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 特定健康診査の実施</li> <li>● 特定保健指導の実施</li> <li>● 人間ドック助成</li> <li>● 脳ドック助成</li> <li>● 胃検診助成</li> <li>● 子宮頸がん検診助成</li> <li>● 乳がん検診助成</li> <li>● 前立腺がん検診助成</li> <li>● 肺がん検診助成</li> <li>● 大腸がん検診助成</li> <li>● 肝炎ウィルス検査助成</li> <li>● 二次健診助成</li> <li>● 歯科健診助成</li> <li>● インフルエンザ予防接種助成</li> <li>● 健康電話相談</li> <li>● メンタルヘルス相談室</li> </ul> |
| 保養    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 直営施設の宿泊利用助成</li> <li>● 契約施設の宿泊利用助成</li> </ul>  |
| 厚生    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 職場の健康づくり支援事業</li> <li>● 各種研修会</li> <li>● ビデオ・DVD貸出(職場単位)</li> </ul>  |
| 体力づくり | <ul style="list-style-type: none"> <li>● プール利用助成</li> <li>● アクアール長岡プール・ジム・温泉利用助成</li> </ul>   |
| 図書    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 育児支援雑誌等配布</li> </ul>   |
| その他   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 長期勤続者宿泊優待</li> <li>● 日帰り温泉等レク施設割引</li> <li>● バカンスクーポン発行</li> <li>● 旅行割引</li> <li>● ゴルフ場利用助成</li> </ul>   |

お問い合わせ先：福祉課 / TEL：025-285-5414 E-mail：fukushi@kyousai-niigata.jp

# 平成30年度 プール利用助成のお知らせ

組合員及びその家族の健康増進のため、本年度もプール利用券の配布による利用助成を行います。

プール利用券は、このページから6ページにわたって10枚分掲載してありますので、切り取ってお使いください。

## 【プール利用券を使用する皆様へ】

この事業は、組合員の皆様からお預かりした掛金及び各所属所からの負担金により実施しています。以下の点に留意の上、使用してください。

- ① プール利用券は、組合員1人につき10枚の配布となっています。配布を受けた枚数以上の使用は、できません。
- ② プール利用券を使用することができる者は、以下のとおりです。
  - ・組合員 ・組合員の配偶者 ・組合員と同居の子 ・組合員の実父母 ・組合員の養父母
  - ・組合員と同居の義父母 ・組合員の被扶養者
- ③ プール利用券は、利用当日1人につき1枚を提出することで、当該施設の入場料が無料となります。その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- ④ プール利用券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

- ⑤ プール利用券を使用することができる施設は、このページの裏面（P16）に記載のとおりです。

なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。



### 新潟県市町村職員共済組合

平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                                     |                       |   |   |   |
|-------------------------------------|-----------------------|---|---|---|
| 利用年月日                               | 平成                    | 年 | 月 | 日 |
| 所属所名                                |                       |   |   |   |
| 組合員氏名                               | 見 本                   |   |   |   |
| 利用者氏名                               | 見 本                   |   |   |   |
| 居住市町村                               | 市・町・村                 |   |   |   |
| 利用者区分<br><small>(いずれかを○で囲む)</small> | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |   |

#### 【この券を使用する方へ】

- ① 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- ② 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の義父母 組合員の被扶養者
- ③ 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- ④ 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

#### 【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



### 新潟県市町村職員共済組合

平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                                     |                       |   |   |   |
|-------------------------------------|-----------------------|---|---|---|
| 利用年月日                               | 平成                    | 年 | 月 | 日 |
| 所属所名                                |                       |   |   |   |
| 組合員氏名                               | 見 本                   |   |   |   |
| 利用者氏名                               | 見 本                   |   |   |   |
| 居住市町村                               | 市・町・村                 |   |   |   |
| 利用者区分<br><small>(いずれかを○で囲む)</small> | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |   |

#### 【この券を使用する方へ】

- ① 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- ② 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の義父母 組合員の被扶養者
- ③ 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- ④ 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

#### 【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



キリトリ

キリトリ

# 平成30年度 契約プール施設一覧

平成30年度に当共済組合が利用契約を結んだプール施設は、以下のとおりです。

なお、区分欄に◆印のあるものは、通年利用が可能な施設です。

その他の施設における営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。

(営業期間外等の理由により下記の電話番号につながらない場合は、御容赦ください。)

| 所在地  | プール名                 | 区分 | 電話           | 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|------|----------------------|----|--------------|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市  | 長岡市希望が丘プール           |    | 0258-28-1775 | 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 長岡市  | 長岡市悠久山プール            | ◆  | 0258-35-6368 | 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 長岡市  | 長岡市越路B & G 海洋センタープール |    | 0258-92-4594 | 新潟市東区  | 山の下浜公園プール             |    | 025-270-5930 |
| 長岡市  | 長岡市和島B & G 海洋センタープール |    | 0258-74-2257 | 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 上越市  | 上越市安塚B & G 海洋センタープール |    | 025-592-3210 | 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 上越市  | 上越市牧プール              |    | 025-599-2254 | 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 上越市  | 上越市柿崎屋内水泳プール         |    | 025-536-3758 | 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 上越市  | リージョンプラザ上越レジャープール    | ◆  | 025-544-2122 | 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 上越市  | 上越市立オールシーズンプール       | ◆  | 025-524-3130 | 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 三条市  | 三条市民プール              | ◆  | 0256-34-2217 | 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 柏崎市  | 柏崎アクアパーク             | ◆  | 0257-22-5555 | 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新発田市 | 新発田市民プール             |    | 0254-23-6596 | 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 小千谷市 | 小千谷市民プール             |    | 0258-83-0077 | 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 十日町市 | 十日町市民プール             |    | 025-752-0737 | 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 十日町市 | 十日町市松代プール            |    | 025-597-3607 | 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 十日町市 | 十日町市松之山プール           |    | 025-596-2194 | 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 十日町市 | ひだまりプール              | ◆  | 025-768-4880 | 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 見附市  | 見附市市民プール             |    | 0258-62-3661 | 妙高市    | 妙高高原体育館プール            | ◆  | 0255-86-4466 |
| 燕市   | ビジョンよしだ              | ◆  | 0256-93-6600 | 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 糸魚川市 | 糸魚川市青海屋内水泳プール        | ◆  | 025-562-4884 | 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 糸魚川市 | 能生B & G 海洋センタープール    |    | 025-566-5037 | 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市市民プール              |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下浜公園プール             |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高高原体育館プール            | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市市民プール              |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下浜公園プール             |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高高原体育館プール            | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |       |
|----------------------|-----------------------|---|---|-------|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日     |
| 所属所名                 |                       |   |   |       |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 居住市町村                |                       |   |   | 市・町・村 |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |       |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |       |
|----------------------|-----------------------|---|---|-------|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日     |
| 所属所名                 |                       |   |   |       |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 居住市町村                |                       |   |   | 市・町・村 |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |       |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |       |
|----------------------|-----------------------|---|---|-------|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日     |
| 所属所名                 |                       |   |   |       |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 居住市町村                |                       |   |   | 市・町・村 |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |       |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |       |
|----------------------|-----------------------|---|---|-------|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日     |
| 所属所名                 |                       |   |   |       |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |       |
| 居住市町村                |                       |   |   | 市・町・村 |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |       |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |   |
|----------------------|-----------------------|---|---|---|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日 |
| 所属所名                 |                       |   |   |   |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 居住市町村                | 市・町・村                 |   |   |   |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |   |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |   |
|----------------------|-----------------------|---|---|---|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日 |
| 所属所名                 |                       |   |   |   |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 居住市町村                | 市・町・村                 |   |   |   |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |   |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |   |
|----------------------|-----------------------|---|---|---|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日 |
| 所属所名                 |                       |   |   |   |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 居住市町村                | 市・町・村                 |   |   |   |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |   |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



平成30年度 プール利用券

有効期限 平成31年3月31日

|                      |                       |   |   |   |
|----------------------|-----------------------|---|---|---|
| 利用年月日                | 平成                    | 年 | 月 | 日 |
| 所属所名                 |                       |   |   |   |
| 組合員氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 利用者氏名                | 見 本                   |   |   |   |
| 居住市町村                | 市・町・村                 |   |   |   |
| 利用者区分<br>(いずれかを○で囲む) | 大人・高校生・中学生・小学生・幼児・シニア |   |   |   |

【この券を使用する方へ】

- 本券を使用することができるプール施設は、裏面のとおりです。  
なお、通年営業を行っていないプール施設もあります。平成30年度の営業期間については、各プール施設にお問い合わせください。
- 本券を使用することができる者は、以下のとおりです。  
組合員 組合員の配偶者 組合員と同居の子 組合員の実父母  
組合員の養父母 組合員と同居の養父母 組合員の被扶養者
- 本券は、利用当日1人につき1枚を提出することで入場料が無料となります。  
その他の用途（飲食料や用具レンタル料など）に使用することはできません。
- 本券を使用する際は、利用年月日、所属所名、組合員氏名、利用者氏名、居住市町村及び利用者区分を必ず記入してください。

【プール施設担当の方へ】

本券は、毎月末までの利用分をとりまとめ、請求書に添付して、利用月の翌月10日までに当共済組合へ送付してください。

発行者

〒950-8551 新潟市中央区新光町4番地1  
新潟県市町村職員共済組合



## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業

## 平成30年度 契約プール施設一覧

| 所在地    | プール名                  | 区分 | 電話           |
|--------|-----------------------|----|--------------|
| 長岡市    | 長岡市希望が丘プール            |    | 0258-28-1775 |
| 長岡市    | 長岡市悠久山プール             | ◆  | 0258-35-6368 |
| 長岡市    | 長岡市越路B & G 海洋センタープール  |    | 0258-92-4594 |
| 長岡市    | 長岡市和島B & G 海洋センタープール  |    | 0258-74-2257 |
| 上越市    | 上越市安塚B & G 海洋センタープール  |    | 025-592-3210 |
| 上越市    | 上越市牧プール               |    | 025-599-2254 |
| 上越市    | 上越市柿崎屋内水泳プール          |    | 025-536-3758 |
| 上越市    | リージョンプラザ上越レジャープール     | ◆  | 025-544-2122 |
| 上越市    | 上越市立オールシーズンプール        | ◆  | 025-524-3130 |
| 三条市    | 三条市民プール               | ◆  | 0256-34-2217 |
| 柏崎市    | 柏崎アクアパーク              | ◆  | 0257-22-5555 |
| 新発田市   | 新発田市民プール              |    | 0254-23-6596 |
| 小千谷市   | 小千谷市民プール              |    | 0258-83-0077 |
| 十日町市   | 十日町市民プール              |    | 025-752-0737 |
| 十日町市   | 十日町市松代プール             |    | 025-597-3607 |
| 十日町市   | 十日町市松之山プール            |    | 025-596-2194 |
| 十日町市   | ひだまりプール               | ◆  | 025-768-4880 |
| 見附市    | 見附市民プール               |    | 0258-62-3661 |
| 燕市     | ビジョンよしだ               | ◆  | 0256-93-6600 |
| 糸魚川市   | 糸魚川市青海屋内水泳プール         | ◆  | 025-562-4884 |
| 糸魚川市   | 能生B & G 海洋センタープール     |    | 025-566-5037 |
| 新潟市北区  | 遊水館                   | ◆  | 025-384-1211 |
| 新潟市東区  | 新潟市下山スポーツセンター屋内プール    | ◆  | 025-272-7677 |
| 新潟市東区  | 山の下海浜公園プール            |    | 025-270-5930 |
| 新潟市中央区 | 鳥屋野総合体育館屋内プール         | ◆  | 025-241-4600 |
| 新潟市中央区 | 西海岸公園市営プール            | ◆  | 025-267-6858 |
| 新潟市江南区 | 新潟市亀田総合体育館室内温水プール     | ◆  | 025-381-1222 |
| 新潟市秋葉区 | 新潟市新津B & G 海洋センタープール  |    | 0250-23-4800 |
| 新潟市西区  | 西総合スポーツセンター屋内プール      | ◆  | 025-268-6400 |
| 新潟市西区  | アクアパークにいがた            | ◆  | 025-264-6400 |
| 新潟市南区  | 白根総合公園屋内プール           | ◆  | 025-378-4435 |
| 新潟市南区  | 新潟市味方B & G 海洋センタープール  |    | 025-378-4528 |
| 新潟市西蒲区 | 新潟市中之口B & G 海洋センタープール |    | 025-375-5007 |
| 佐渡市    | 佐渡スポーツハウス温水プール        | ◆  | 0259-55-2566 |
| 阿賀野市   | 阿賀野市安田B & G 海洋センタープール |    | 0250-68-3006 |
| 魚沼市    | 寿和温泉温水プール             | ◆  | 025-796-3033 |
| 南魚沼市   | ディスポート南魚沼プール          | ◆  | 025-773-6620 |
| 妙高市    | 水夢ランドあらい              | ◆  | 0255-72-3600 |
| 妙高市    | 妙高原体育館プール             | ◆  | 0255-86-4466 |
| 出雲崎町   | 出雲崎町民プール              |    | 0258-78-4700 |
| 湯沢町    | 湯沢町レジャープール            |    | 025-787-6600 |
| 刈羽村    | 刈羽村生涯学習センターラピカ水の広場    | ◆  | 0257-20-3100 |

区分欄◆…通年営業



## 指定年齢の歯科健診助成を行います



当共済組合では、指定年齢に達する組合員に歯科健診（直接受診）の助成を行います。  
 歯周病は糖尿病や心疾患などとも関連していることから、口腔内の健康を保つことは全身の健康を保ち、生活習慣病の予防にもつながることになります。

今年度対象になる方は、ぜひこの機会に歯科健診を受けてみましょう！



|                      |   |
|----------------------|---|
| 対象者                  | 年度内に40歳、45歳、50歳、55歳又は60歳に到達する組合員  |
| 助成金額                 | <b>3,000円</b> （年度内1回）ただし、歯科健診に引き続いて治療を受けた場合の費用については、助成対象外。  |
| 受診の流れ<br>・<br>助成金の請求 | <ol style="list-style-type: none"> <li>① 当共済組合から対象者へ以下のものを自宅あてに送付（5月中旬予定）<br/>         ・歯科健診受診券 ・歯科健康診査票（※） ・協力歯科医院一覧<br/>         ・受診の御案内 ・歯科健診助成金請求書</li> <li>② 協力歯科医院に歯科健診受診券・歯科健康診査票を提出し、歯科健診を受ける。<br/>         （助成対象とする受診期間：6月1日～12月31日）</li> <li>③ 歯科健診費用（3,000円）を支払う。</li> <li>④ 歯科健康診査票及び領収書を受け取る。</li> <li>⑤ 歯科健診助成金請求書に歯科健康診査票及び領収書を添付し、所属所担当者を經由して共済組合へ請求する。<br/>         （インフルエンザ等各種検診助成金請求と同様の手続きとなります。）</li> <li>⑥ 共済組合から助成金（3,000円）が支給される。（短期給付金等振込口座へ送金）</li> </ol> |

（※）「歯科健康診査票」は、新潟県歯科医師会・新潟県歯科保健協会の様式に準じたもので、健診を受ける前に受診者が記入する問診票と、健診時に歯科医師が記入する所見欄とを合わせた内容となっています。

## 健康に関することなら **ファミリー健康相談** 何でもご相談を！



「原因不明のめまいで悩まされている。どこで受診すればいいの？」  
 「中性脂肪が高いと言われた。食事で気をつけることは？」  
 「夜、子供が急に熱を出した。すぐにでも医師にかかるべきでしょうか？」  
 ・・・・などなど、健康に関する疑問、質問、悩みに専門スタッフがお答えします。  
 子育てや介護の疑問、悩みなどのほか、メンタルヘルス相談にも対応します。  
 お気軽にご相談ください！

**24時間  
年中無休  
相談料・通話料  
無料**

**0120-911257**

Web相談

<https://familycare.sociohealth.co.jp/>  
 （ログインパスワード 911257）

## 面談による **メンタルヘルス相談室**

**日本産業カウンセラー協会新潟相談室** 新潟市

新潟市中央区笹口2-12-10 アパ新潟駅南ビル5階

**025-290-3883**

【面談予約】月～金曜日 10:00～17:30  
 年度あたり5回まで無料 6回目以降6,200円（1時間以内）

**長岡カウンセリングルーム** 長岡市

長岡市日赤町2丁目2-53 グリーンベル・松本202

**0258-39-9634**

【面談予約】月～土曜日 12:30～13:30  
 年度あたり5回まで無料 6回目以降1時間6,000円

専門の臨床心理士や相談員が、直接相談に応じます。  
 ひとりで悩まず、まずはお電話を・・・

**上越教育大学 心理教育相談室** 上越市

上越市山屋敷町1番地

**025-521-3667**

【面談予約】月～金曜日 10:00～15:00  
 年度あたり5回まで無料 6回目以降50分1,000円

**真野みずほ病院 心理室** 佐渡市

佐渡市真野73

**0259-55-1122**

【面談予約】月～金曜日 8:30～16:30  
 年度あたり5回まで無料 6回目以降1時間6,000円

**お知らせ** 平成29年度から、新潟市における相談会場が変更となっています。

**新潟県市町村職員共済組合**

平成 30 年 1 月より、主な貸付（普通、住宅、特別）利率が年 **1.26%** に引き下げられましたので、ぜひご利用ください。

## 住宅貸付のご案内



共済組合の住宅貸付は、保証人・抵当権設定不要、申込の**手数料 0 円**です。

**借受資格** 組合員期間 1 年以上

**貸付事由** 組合員が居住するための住宅を新築・増改築・修理・購入・住宅敷地の購入するための費用  
※ 敷地購入の場合は、5 年以内に住宅建築を着手することが条件  
※ **他金融機関等の借換には利用できません。**

**貸付対象** 居住するための住宅部分 ※ 店舗・倉庫等非居住部分は対象外

**貸付利率** **年 1.26%**（**変動金利** \* 毎年 10 月に見直しを行います。）

**貸付限度額** ア 給料月額（基本給）に別表 1 の組合員期間に応じた月数を乗じた額  
イ 最低保障額：別表 2 の組合員期間に応じた額  
ウ 最高限度額：例月償還のみ 1,600 万円 ボーナス併用 1,800 万円  
⇒ アとイの高いほうが該当。ただし、ウの額を超える場合は、ウが限度額。

【別表 1】

| 組合員期間         | 月数   |
|---------------|------|
| 1 年以上 6 年未満   | 7 月  |
| 6 年以上 11 年未満  | 15 月 |
| 11 年以上 16 年未満 | 22 月 |
| 16 年以上 20 年未満 | 28 月 |
| 20 年以上 25 年未満 | 43 月 |
| 25 年以上 30 年未満 | 60 月 |
| 30 年以上        | 69 月 |

【別表 2】

| 組合員期間         | 最低保証額    |
|---------------|----------|
| 3 年未満         | 100 万円   |
| 3 年以上 7 年未満   | 400 万円   |
| 7 年以上 12 年未満  | 700 万円   |
| 12 年以上 17 年未満 | 900 万円   |
| 17 年以上        | 1,100 万円 |

**申込手順・締切** 共済組合の事務担当者を経由し、「住宅貸付申込計画書」を提出してください。貸付内定通知が届いたら、同封の提出書類一覧表により、必要な書類を揃え、準備を進めてください。共済組合への貸付申込書類の提出締切は、借受希望月の前月末日までです。

**その他** ① 団体信用生命保険・債務返済支援保険の加入可能（P23 参照）  
（年 1 回、指定口座から特約保証料引き落とし）  
② 償還表等詳細については、当共済組合のホームページをご覧ください。共済組合事務担当者にお問い合わせください。

### 貸付を申し込む前にご確認ください！

- (1) 月々の総償還額（他の金融機関等からの借入も含む）が給料月額の 30% を超える場合、及び年間の総償還額（他の金融機関等からの借入も含む）が年収相当額の 30% を超える場合は、貸付を利用することができませんので、事前にご確認ください。
- (2) 総償還額を誤った貸付の利用は、自己破産・民事再生事件等の貸付事故につながる恐れがありますので、貸付申込書は正確に記入してください。
- (3) 貸付事業の原資は組合員皆様からお預かりしている年金資金です。計画的にご利用ください。

**お問い合わせ先：福祉課 / TEL : 025-285-5414 E-mail : fukushi@kyousai-niigata.jp**

# 共済組合から貸付けを受ける方へ だんしん事業のご案内

Point

「だんしん」に加入すると、貸付金の返済中に借受人に万一のことがあった場合に、**保険金**で貸付金残高が返済されます。  
あわせて「債務返済支援保険」に加入すると、病気やケガで長期休職となった場合に、貸付金の返済金相当額（平均返済月額）が**保険金**として支払われます。



## 制度の位置付け

万一、死亡・所定の高度障害状態となられても…



「だんしん」の保険金で貸付金残高が返済されます

病気やケガで長期休職となられても…



「債務返済支援保険」の保険金で返済金相当額（平均返済月額）が補償されます

「だんしん」と「債務返済支援保険」にあわせて加入すると、万一の場合だけでなく、長期間就業障害となった場合にも安心です。

## 「だんしん」(団体信用生命保険)

例

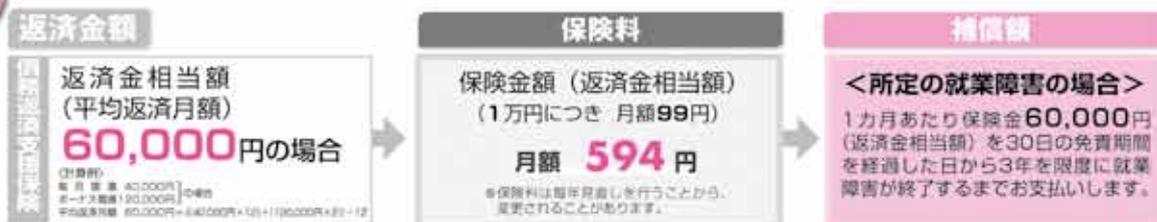


特長

- 「だんしん」に加入をしていると、万一、組合員が死亡、または所定の高度障害状態となってしまったとき、**「だんしん」の保険金で貸付金残高が返済されます。**
- 全国の市町村職員を対象として実施している制度のため、ご負担の少ない特約保証料（加入者が負担する保険料）でご加入できます。特約保証料は、年1回、貸付金残高に応じて見直しされますので、返済が進むにつれて加入者の負担が少なくなります。

## 債務返済支援保険

例



特長

- 所定の精神障害により就業障害となったときも貸付金の返済金相当額（平均返済月額）を保険金として加入者にお支払いします。
- 全国の市町村職員を対象として実施している制度のため、ご負担の少ない保険料で加入できます。

制度内容等詳細についてはパンフレットをご一読ください。

MY-A-17-LF-008447 MYG-A-17-LF-1028

# 「市町村共済グループ保険」からのお知らせ

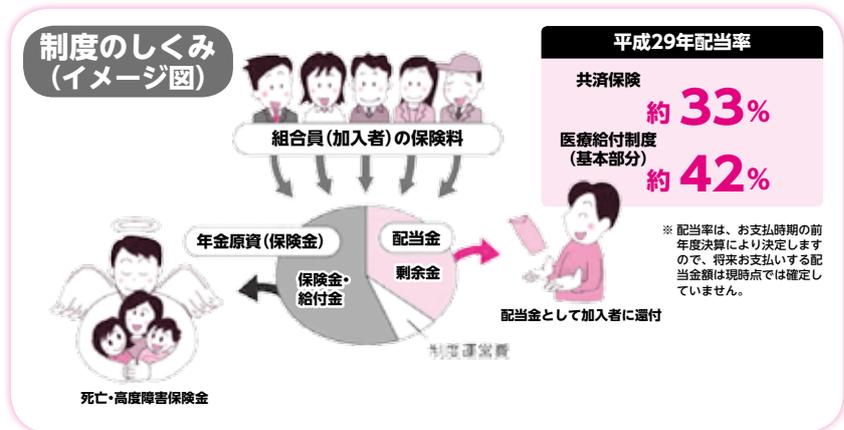
「市町村共済グループ保険」は、組合員の皆様とそご家族の生活を守るために、共済制度の補完事業として実施している相互扶助の制度です。

平成30年1月現在、約11,400人の組合員の方がご加入されています。(加入率約45%)

## ■ 制度のしくみと配当金の実績について

共済保険、医療給付制度(基本部分)は、1年ごとに収支決算を行い、剰余金が生じた場合は配当金としてご加入者に還付しています。平成29年分の配当金は、平成30年3月20日、ご加入者の短期給付金等振込口座に送金済です。

※医療給付制度(給付拡大部分)、三大疾病保障制度、入院費用給付制度、長期療養収入補償制度、退職後継続制度、がん保険については配当金はありません。



## 積立貯金 安全 確実 半年複利 年0.9% をご存知ですか? ~組合員の皆様へ~

銀行などの預貯金利息よりも利率が高く、毎月の給料やボーナスから天引きして殖やすことができる積立貯金。共済組合では皆様からお預かりした資金を国債や地方債を中心に、安全性・確実性を基本に運用しています。

### 積立貯金の特長

※貯金利率は金融情勢により変動しますので、予めご了承ください。

- ①給料天引きで確実に積立できます。
- ②安全で年0.9%と高利回り、有利な半年複利です。
- ③積立額の変更・一部払出も可能です。

### ●積立貯金の積立方法

- 定例積立** → 毎月の給料から一定額を積み立てます。  
**臨時積立** → 年2回の賞与(6月・12月)から一定額を積み立てます。  
 ※積立額は、1,000円単位。 ※積立限度額 ①定例積立：30万円 ②臨時積立：60万円

### ~ご加入方法~

各所属所の共済組合事務担当者へお申し出ください。

※貯金利息に係る所得税率は、復興特別所得税の適用により20.315%(国税+地方税)となります。

## 積立貯金加入の皆様へ 積立貯金の下半期利息を元本に組み入れました

積立貯金では、毎年3月及び9月に決算を行い、半年分の利息を元本に組み入れています(半年複利)。

また、4月と10月に「貯金現在残高通知書」を配付しています。

貯金現在残高通知書 (例)

積立貯金の残高通知書をご送付申し上げますので、ご査収ください。

所属所名 ○○市  
氏名 共済 太郎 様

|     |                 |   |                 |   |            |   |            |   |           |
|-----|-----------------|---|-----------------|---|------------|---|------------|---|-----------|
| 税区分 | 30.3.31の積立<br>円 | = | 29.10.1の積立<br>円 | + | 差引積立額<br>円 | + | 税込利息額<br>円 | - | 所得税額<br>円 |
| 課税  | 1,153,835       |   | 1,000,000       |   | 150,000    |   | 4,811      |   | 976       |

| 決算日     | 利率 (%)  | 税率 (%) | 非課税積立額 (円) |
|---------|---------|--------|------------|
| 30.3.31 | 貯金規則による | 20.315 |            |

あなたから私戻請求があった場合の送金口座は下記のとおりです。

|        |           |
|--------|-----------|
| 銀行名    | ○○銀行      |
| 支店名    | △△支店      |
| 現金種目   | 普通預金      |
| 口座番号   | 1234****  |
| 名義人    | キョウゲイ タロウ |
| (所属所)  | ○○○       |
| (電話番号) |           |

| 日付       | 種別   | 金額(円)  | 日付 | 種別 | 金額(円) |
|----------|------|--------|----|----|-------|
| 29.10.20 | 定例積立 | 10,000 |    |    |       |
| 29.11.21 | 定例積立 | 10,000 |    |    |       |
| 29.12.21 | 定例積立 | 10,000 |    |    |       |
| 29.12.8  | 臨時積立 | 30,000 |    |    |       |
| 30.1.19  | 定例積立 | 10,000 |    |    |       |
| 30.2.21  | 定例積立 | 10,000 |    |    |       |
| 30.3.20  | 定例積立 | 10,000 |    |    |       |

※「ご質問」欄の記載事項が適用されない場合は、本行積立金が適用されます。

共済組合に届出された「短期給付金等振込口座」です。

お問い合わせ先：福祉課 / TEL：025-285-5414 E-mail：fukushi@kyousai-niigata.jp

## 平成30年度ライフプランセミナーのお知らせ

組合員及び配偶者の皆様を対象に、生涯にわたる生活設計を支援することを目的に、「生きがい」「家庭経済設計」を柱として、それぞれの世代に合わせたライフプランセミナーを開催します。

### 35歳～49歳の皆様へ 生活充実型ライフプランセミナー 参加費無料

ライフプランがなぜ必要かという基礎から始め、生きがいづくりのヒントを紹介し、また、タブレット端末を使って自身の状況に合わせた家計診断書を作る充実のプログラムです。

#### 参加対象者

30歳代後半から40歳代の組合員及び配偶者  
(配偶者だけの参加も可能です。)

#### 開催日及び募集人数

新潟会場：平成30年6月21日(木) 80名

長岡会場：平成30年6月22日(金) 40名

#### 開催場所

<新潟会場>

新潟市中央区新光町4番地1

新潟県自治会館本館2階「201会議室」

<長岡会場>

長岡市新陽2丁目5番地1

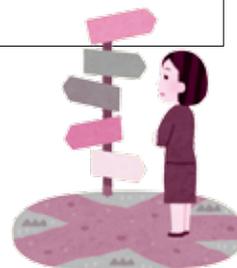
アクアレー長岡「大会議室」

#### 【参加申込】

- ・勤務先の共済組合事務担当者へお申込みください。
- ・募集締切 5月31日(木)

#### 日程及び講演内容(両会場とも同じ)

| 時間    | 内容(予定)  |
|-------|---|
| 9:30～ | 受付  |
| 10:00 | 開会  |
| 10:05 | ライフプラン総論<br>講師：一般財団法人地域社会ライフプラン協会講師               |
| 11:50 | 休憩(昼食)  |
| 13:00 | 家計経済設計<br>講師：野村證券(株)ライフプラン・サービス部<br>ファイナンシャルプランナー |
| 16:00 | 閉会  |



### 50歳～の皆様へ 退職準備型ライフプランセミナー 参加費無料

参加対象者 50歳代の組合員及び配偶者

開催日・場所 ①8月22日(水) アクアレー長岡

②8月23日(木) 新潟県自治会館

③8月24日(金) 瀬波はまなす荘

④9月13日(木) アクアレー長岡

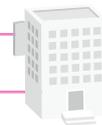
⑤9月14日(金) 瀬波はまなす荘

退職後も生きがいを感じて心豊かに生活ができるよう事前準備や心構えについて、ベテラン講師が実体験をもとにアドバイスします。

退職準備型ライフプランセミナーについては、7月発行の「共済にいがた」で募集の詳細をお知らせします。

お問い合わせ先：総務課／TEL：025-285-5411 E-mail：soumu@kyousai-niigata.jp

## 宿泊施設に関するお知らせ



#### 営業再開

| 施設名       | 共済組合名        | 所在地    | 営業再開日     |
|-----------|--------------|--------|-----------|
| シーサイドいづたが | 東京都市町村職員共済組合 | 静岡県熱海市 | 平成30年3月7日 |
| 黒潮荘       | 千葉県市町村職員共済組合 | 千葉県鴨川市 | 平成30年5月1日 |

#### 休館

| 施設名     | 共済組合名        | 所在地        | 休館期間            |
|---------|--------------|------------|-----------------|
| 大洗鷗松亭   | 茨城県市町村職員共済組合 | 茨城県東茨城郡大洗町 | 平成30年4月9日～4月26日 |
| えひめ共済会館 | 愛媛県市町村職員共済組合 | 愛媛県松山市     | 平成30年4月1日～8月31日 |

#### 閉館

| 施設名      | 共済組合名        | 所在地    | 閉館日        |
|----------|--------------|--------|------------|
| レイクサイド入鹿 | 愛知県市町村職員共済組合 | 愛知県犬山市 | 平成30年3月31日 |
| 憩いの里湖西   | 滋賀県市町村職員共済組合 | 滋賀県高島市 | 平成30年9月30日 |

# 年金改定情報

## 平成30年度の年金額改定について

※厚生労働省の報道発表資料抜粋

総務省から、本日（1月26日）、「平成29年平均の全国消費者物価指数」（生鮮食品を含む総合指数）が公表されました。

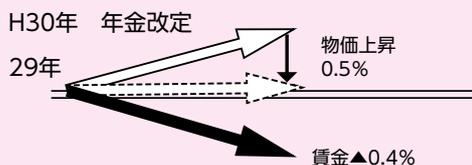
これを踏まえ、平成30年度の年金額は、法律の規定により、平成29年度の年金額がそのまま据え置きとなります。

○平成30年度の新規裁定者（67歳以下の方）の年金額の例

| 区分                                | 平成30年度(月額) |
|-----------------------------------|------------|
| 国民年金<br>(老齢基礎年金(満期):1人分)          | 64,941円    |
| 厚生年金*<br>(夫婦2人分の老齢基礎年金を含む標準的な年金額) | 221,277円   |

※ 厚生年金は、夫が平均的収入（平均標準報酬（賞与含む月額換算）42.8万円）で40年間就業し、妻がその期間すべて専業主婦であった世帯が年金を受け取り始める場合の給付水準です。

なお、平成30年度の年金額改定に用いる各座標は下図の通りです。



### 平成30年度の参考指標

- ・物価変動率 0.5%
- ・名目手取り賃金変動率 ※1 ▲0.4%
- ・マクロ経済スライドによるスライド調整率 ※2 ▲0.3%

## 年金改定のルール

年金額の改定については、法律上、賃金水準の変動がマイナスで物価水準の変動がプラスとなる場合には、年金を受給し始める際の年金額（新規裁定年金）、受給中の年金額（既裁定年金）ともにスライドなしとすることが想定されています。

平成30年度の年金額は、年金額改定に用いる名目手取り賃金変動率がマイナス（▲0.4%）で物価変動率がプラス（0.5%）となることから、新規裁定年金・既裁定年金ともにスライドなしとされます。（マクロ経済スライドによる調整は行われず、未調整分は繰り越されることとなります。）

- ※1 「名目手取り賃金変動率」とは、前年の物価変動率に2年度前から4年度前までの3年度平均の実質賃金変動率と可処分所得割合変化率を乗じたものです。
- ※2 「マクロ経済スライド」とは、公的年金被保険者の減少と年金受給者の平均余命の伸びに基づいて、「スライド調整率」が設定され、その分を賃金・物価がプラスとなる場合に、改定率から控除するものです。

## マクロ経済スライド調整の見直しについて

平成30年4月から実施

現在、高齢者がもらう年金は、その時の現役世代が支払っている年金保険料とその積立金による「仕送り方式」をとっています。

なお、現在における人口構造は、年金保険料を支払う現役世代が減少する中で、年金をもらう受給者の増加、また、その平均余命も伸びています。

よって、マクロ経済スライド調整は、このような現役世代の減少と平均余命の伸びに対応し、時間を掛けて徐々に年金水準を調整（低下）させる仕組みとなっています。

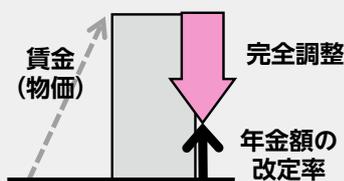
これまでの年金の調整ルールでは、前年度にももらった年金額を下げる調整までは行わない措置（名目加減措置）をとっているため、デフレ経済下でも、マクロ経済スライド調整が十分に機能しないことが問題となっていました。

平成28年12月に成立した年金改革法では、現在の高齢世代に配慮して名目加減措置を維持しつつ、景気回復期に過去から繰り返した未調整分を調整する仕組み（キャリアオーバー）が導入されました。（27ページの図を参照してください。）

これにより、平成30年度に未調整となった0.3%分は繰り越しの対象となり、次年度以降に調整されることとなります。

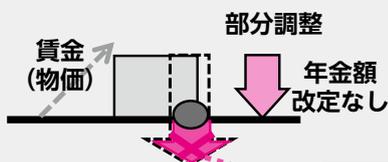
## 景気回復局面においてキャリーオーバー分を早期に調整（高齢者の年金の名目下限は維持）

### I 景気拡大期



### II 景気後退期

年金額の名目下限を維持  
(現在の高齢世代に配慮)



### III 景気回復期

キャリーオーバー分の調整



未調整分をキャリーオーバー

## 年金加入記録や年金見込額をWebサイトで確認できます。

### ●確認できる内容

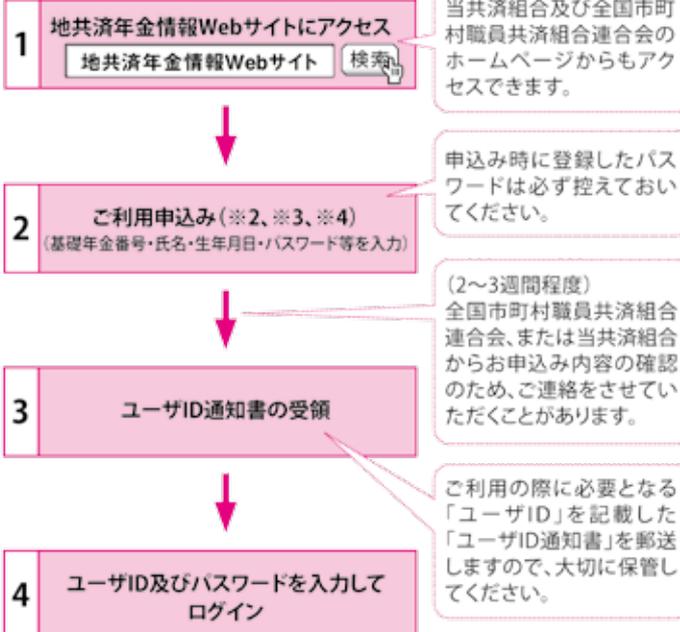
- ①年金加入履歴・加入期間
- ②保険料納付済額
- ③標準報酬月額等
- ④年金見込額(※1)
- ⑤給付算定基礎額残高履歴

### ●利用できる方

- ①組合員
- ②組合員であった方
- ご利用時間  
毎日24時間365日  
(サーバーのメンテナンス時を除く。)

- ※1 年金見込額は、確認時点の就業状態、給与額、賞与額等をベースに、法律で定められた年齢での年金受給額等を試算しているため、実際の金額と異なります。
- ※2 住所や名前を変更された方で、共済組合に異動の届出をされていない方はご利用できませんので、変更の手続きをお願いします。
- ※3 すでに老齢又は退職の年金を受給されている方、並びに老齢厚生(退職共済)年金の支給開始年齢に到達されている方はご利用いただけません。
- ※4 従前の地共済年金情報Webサイト(平成27年3月31日で終了)にてご利用いただいておりましたユーザID・パスワードについては、失効しておりますので、再度利用申請する必要があります。

### ご利用手順



### ●相談窓口(Webサイト用)

全国市町村職員共済組合連合会 年金部年金企画課 ☎03-5210-4607 (9時~17時(土・日・祝日を除く))

# ～「ねんきん定期便」を誕生月に発送します～

「ねんきん定期便」は公的年金制度に加入している方へご自身の年金加入記録をご確認いただくとともに、年金制度に対する理解を深めていただくことを目的として、年金加入期間や加入実績に応じた年金額などに関する情報をお知らせするものです。「ねんきん定期便」は現に加入している（または最後に加入していた）公的年金制度の各実施機関から毎年誕生月にお送りします。

## 1 通知内容

|                                   | 50歳未満の方 | 50歳以上の方 | 35歳、45歳の方 | 59歳の方 |
|-----------------------------------|---------|---------|-----------|-------|
| ①これまでの年金加入期間                      | ○       | ○       | ○         | ○     |
| ②これまでの加入実績に応じた年金額                 | ○       |         | ○         |       |
| ③老齢年金の種類と見込額(1年間の受取見込額)           |         | ○       |           | ○     |
| ④(参考)これまでの保険料納付額(累計額)             | ○       | ○       | ○         | ○     |
| ⑤最近の国民年金(第1号・第3号)納付状況・厚生年金保険の月別状況 | ○       | ○       |           |       |
| ⑥これまでの年金加入履歴                      |         |         | ○         | ○     |
| ⑧これまでの厚生年金保険における標準報酬月額などの月別状況     |         |         | ○         | ○     |
| ⑧これまでの国民年金保険料の納付状況                |         |         | ○         | ○     |

## 2 送付物・送付方法・スケジュール

### (1) 送付物

○50歳未満の方、50歳以上の方 圧着ハガキを送付します。



○35歳、45歳、59歳の方 封筒(角2)に通知とパンフレットを同封して送付します。



### (2) 送付方法とスケジュール

毎年、誕生月の16日頃（16日が休日の場合は翌営業日）に、全国市町村職員共済組合連合会からご自宅へ送付します。

## 3 相談について

通知された内容について、ご相談がありましたら、共済組合年金課までお問い合わせください。

年金課 025-285-5413（土・日・祝日を除く9：00～17：00）

# ～「給付算定基礎額残高通知書」を送付します～

被用者年金制度の一元化により、公務員独自の年金である「職域年金相当部分」が廃止され、平成 27 年 10 月以後の加入期間については、「退職等年金給付（年金払い退職給付）制度」が創設されました。

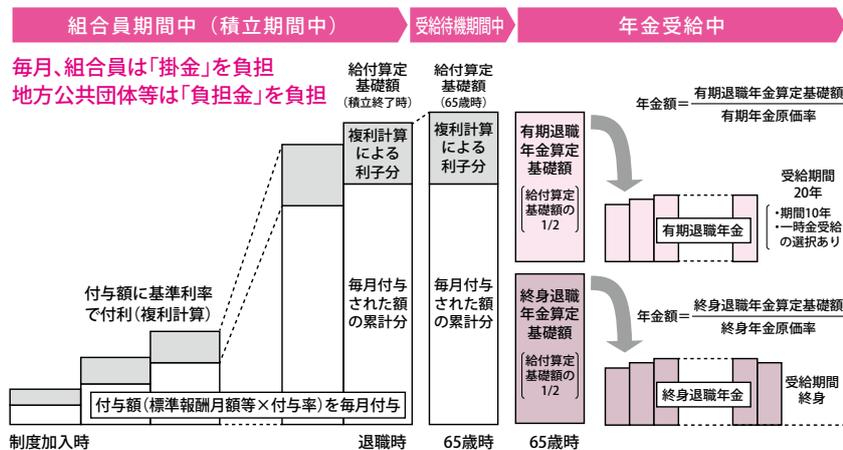
「退職等年金給付」は民間の企業年金に相当するもので、その種類は大きく分けて「退職年金」「公務障害年金」「公務遺族年金」の 3 種類あり、「退職年金」は 65 歳から受給できます。

「退職等年金給付」は、組合員と事業主（地方公共団体等）の労使折半により、毎月の標準報酬月額と期末手当等の額に「付与率（「給付算定基礎額残高通知書」内のサンプル（以下「サンプル」という。）⑩）」を乗じて得た「付与額（サンプル②）」に「利息（サンプルの③）」を加えて毎月積み立てていき、これを累積した「給付算定基礎額（サンプル④）」が年金の原資となります。

（下の「退職等年金給付の積立と年金受給時イメージ」図を参照してください。）

「給付算定基礎額残高通知書」は年 1 回、前年度中に積み立てた「給付算定基礎額」を組合員の皆様へお知らせするものです。

## 退職等年金給付の積立と年金受給時のイメージ



（通知書イメージ）

| 前年度末    | 4月          | 5月     | 6月      | 7月     | 8月     | 9月     | 10月    | 11月    | 12月     | 1月     | 2月     | 3月     |
|---------|-------------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|
| 169700  | 470000      | 470000 | 1410000 | 470000 | 470000 | 470000 | 470000 | 470000 | 1440000 | 470000 | 470000 | 470000 |
| 7050    | 7050        | 7050   | 21150   | 7050   | 7050   | 7050   | 7050   | 7050   | 21150   | 7050   | 7050   | 7050   |
| 47      | 47          | 49     | 54      | 56     | 58     | 60     | 0      | 0      | 264674  | 0      | 0      | 0      |
| 1176797 | 183896      | 205100 | 212206  | 219314 | 226424 | 233474 | 240524 | 247574 | 254624  | 261674 | 268724 | 275774 |
| 169700  | 169700      | 169700 | 169700  | 169700 | 169700 | 169700 | 169700 | 169700 | 169700  | 169700 | 169700 | 169700 |
| 112800  | 112800      | 112800 | 112800  | 112800 | 112800 | 112800 | 112800 | 112800 | 112800  | 112800 | 112800 | 112800 |
| 324     | 324         | 324    | 324     | 324    | 324    | 324    | 324    | 324    | 324     | 324    | 324    | 324    |
| 282824  | 282824      | 282824 | 282824  | 282824 | 282824 | 282824 | 282824 | 282824 | 282824  | 282824 | 282824 | 282824 |
| 169700  | 169700      | 169700 | 169700  | 169700 | 169700 | 169700 | 169700 | 169700 | 169700  | 169700 | 169700 | 169700 |
| 112800  | 112800      | 112800 | 112800  | 112800 | 112800 | 112800 | 112800 | 112800 | 112800  | 112800 | 112800 | 112800 |
| 324     | 324         | 324    | 324     | 324    | 324    | 324    | 324    | 324    | 324     | 324    | 324    | 324    |
| 282824  | 282824      | 282824 | 282824  | 282824 | 282824 | 282824 | 282824 | 282824 | 282824  | 282824 | 282824 | 282824 |
| 前年度末    | 29年4月～30年3月 |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 169700  | 169700      |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 112800  | 112800      |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 324     | 324         |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 282824  | 282824      |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 169700  | 169700      |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 112800  | 112800      |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 324     | 324         |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |
| 282824  | 282824      |        |         |        |        |        |        |        |         |        |        |        |

1. 通知対象者 組合員及び年金待機者

2. 送付方法とスケジュール 毎年 5 月頃に全国市町村職員共済組合連合会からご自宅へ送付します。

※ 年金待機者については、新たな掛金の納付がないため、退職時のほか 35 歳・45 歳・59 歳・63 歳に通知します。

## 3. 通知内容

- ①標準報酬月額…付与額の基礎となる額で、組合員の受ける報酬月額（基本給与＋諸手当）により定められます。期末手当等を受けた月は、期末手当等の額が合算されています。
- ②付与額…標準報酬月額に付与率を乗じた額です。
- ③利息…前月までの給付算定基礎額残高と当月の付与額に基準利率（1ヶ月単位に換算した率）を乗じた額です。
- ④給付算定基礎額残高…付与額及び利息の合計額です。
- ⑤前回通知…前回通知した「給付算定基礎額残高」です。
- ⑥付与額累計…各月の付与額を累計した額です。
- ⑦利息額…各月の利息を累計した額です。
- ⑧今回通知…前年度末における付与額と利息を累計した額です。
- ⑨年金払い退職給付加入期間…平成 27 年 10 月以降の組合員期間の年月数です。
- ⑩付与率…付与額を算定するために標準報酬月額に乘じる率です。
- ⑪基準利率…利息を求めるための率です。

## 4. 退職等年金給付制度の概要等について

退職等年金給付制度の概要や給付の計算方法等について詳しく知りたい方は、全国市町村職員共済組合連合会ホームページを御覧ください。

全国市町村職員共済組合連合会ホームページ <https://ssl.shichousonren.or.jp/>

## ～～ねんきん相談室～～

ちょっと待って!

### 在職中の繰上げ請求



《問》 ・今年、定年退職を迎える一般職の組合員（昭和33年6月生まれ男性）です。退職後はフルタイム再任用をする予定ですが、給料が下がるので、年金を繰り上げて受給したいと思っています。年金の繰上げ請求はいつからできますか？また、繰上げ請求の注意点はありますか？

《答》 ・公的年金制度への加入期間が10年以上ある場合は、60歳から年金の繰上げ請求をすることができます。  
・繰上げ請求した日が年金の受給権発生日となり、その翌月分から年金の支給が開始されます。  
・繰上げ期間1月当たり0.5%の年金額が減額され、この減額は生涯続きます。  
・在職中の方が繰上げ請求した場合は、「老齢基礎年金」は支給されますが、「老齢厚生年金」は在職中の給料や期末手当等の額に応じて、年金の一部あるいは全額が停止となるうえ、「退職共済年金（経過的職域加算額）」は給料等の額にかかわらず全額が停止となるため、繰上げ請求のメリットが半減してしまいます。（在職中は年金額が停止となるうえ、生涯減額された年金を受給することになります。）

以上のことから、在職中は繰上げ請求をしないでください。

（年金の繰上げ請求を退職日または退職後とすることで、減額率を低く抑え、長期にわたる年金の受取額で見た場合は、有利な選択となります。）

### 繰上げ請求の注意点

- ①繰上げ請求時点で定められた減額率は、「老齢厚生年金」・「退職共済年金（経過的職域加算額）」・「老齢基礎年金」ともに65歳以降も生涯変わりません。また、一度請求すると取り消しはできません。（在職中の繰上げ請求は、事前に共済組合へご相談ください。）
- ②繰上げ請求後は、障害厚生（基礎）年金や、寡婦年金を受けられません。
- ③繰上げ請求後は、障害等級に該当する程度の障害状態になった場合であっても、障害者の特例措置である定額部分の加算を受けられません。（障害等級に該当する程度の障害状態にあるときは、事前に共済組合へご相談ください。）
- ④遺族厚生年金が支給されると、併給調整により受給中の「老齢厚生年金」・「退職共済年金（経過的職域加算額）」・「老齢基礎年金」は65歳になるまで支給停止となります。

#### ○繰上げ請求について……

特別支給の「老齢厚生年金」及び特別支給の「退職共済年金（経過的職域加算額）」（63歳～64歳までの年金）の支給がある方は、「老齢基礎年金」と支給開始年齢が異なるため、2通りの選択肢があります。

選択① 60歳から特別支給の「老齢厚生年金」及び特別支給の「退職共済年金（経過的職域加算額）」の支給開始年齢（63歳～64歳）になるまでの間に繰上げ請求する場合

…「老齢厚生年金」と「退職共済年金（経過的職域加算額）」及び「老齢基礎年金」を同時に繰上げ請求しなければなりません。

選択② 特別支給の「老齢厚生年金」及び特別支給の「退職共済年金（経過的職域加算額）」の支給開始年齢（63歳～64歳）になってから65歳になるまでの間に繰上げ請求する場合

…「老齢基礎年金」のみ繰上げ請求をすることができます。

#### ○繰上げ受給のイメージ…31ページを参照

## 繰上げ受給のイメージ…

63歳から支給開始となる方が、61歳から「老齢厚生年金」と「退職共済年金（経過的職域加算額）」及び「老齢基礎年金」を繰り上げて受給する場合

**繰上げ前** 老齢厚生年金 1,100,000円、退職共済年金（経過的職域加算額） 200,000円、老齢基礎年金 779,300円（満額：平成30年4月現在の額）  
（40年加入）

|                      |    |    |            |            |            |            |            |            |
|----------------------|----|----|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| 60                   | 61 | 62 | 63         | 64         | 65         | 66         | 67         | 68         |
| 老齢厚生年金               |    |    | 1,100,000円 | 1,100,000円 | 1,100,000円 | 1,100,000円 | 1,100,000円 | 1,100,000円 |
| 退職共済年金<br>（経過的職域加算額） |    |    | 200,000円   | 200,000円   | 200,000円   | 200,000円   | 200,000円   | 200,000円   |
| 老齢基礎年金               |    |    |            | 779,300円   | 779,300円   | 779,300円   | 779,300円   | 779,300円   |

**繰上げ後** 61歳で「老齢厚生年金」、「退職共済年金（経過的職域加算額）」及び「老齢基礎年金」を繰上げ請求

|                      |          |          |          |          |          |          |          |          |
|----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 60                   | 61       | 62       | 63       | 64       | 65       | 66       | 67       | 68       |
| 老齢厚生年金               | 968,000円 |
| 退職共済年金<br>（経過的職域加算額） | 176,000円 |
| 老齢基礎年金               | 592,268円 |

「老齢厚生年金」が支給開始となる63歳までの期間は24月…支給率=1-0.5%×24月で88%となります。

「老齢基礎年金」が支給開始となる65歳までの期間は48月…支給率=1-0.5%×48月で76%となります。

## 年金の支給開始年齢にご注意ください！

・今年度60歳を迎える**一般組合員の方**は「特別支給の老齢厚生年金（65歳になるまでの年金）」及び「特別支給の退職共済年金（経過的職域加算額）（65歳になるまでの年金）」の**支給開始年齢は63歳**です。

なお、**特定消防組合員の方**（※1）の「特別支給の老齢厚生年金」及び「特別支給の退職共済年金（経過的職域加算額）」の**支給開始年齢は60歳**です。

| 区<br>分                     | 3号老齢厚生年金（地方公務員期間分）及び<br>退職共済年金（経過的職域加算額） |  |                      |  | 1号老齢厚生年金（民間期間分）     |                         |                     |                         |
|----------------------------|--|--|----------------------|--|---------------------|-------------------------|---------------------|-------------------------|
|                            | 特定消防組合員（※1）                              |  | 一般組合員<br>（特定消防組合員以外） |  | 男性                  |                         | 女性                  |                         |
|                            | 定額部分<br>の支給開<br>始年齢                      | 厚生年金相<br>当部分及び<br>経過的職域<br>年金相当部<br>分の支給開<br>始年齢（※2） | 定額部分<br>の支給開<br>始年齢  | 厚生年金相<br>当部分及び<br>経過的職域<br>年金相当部<br>分の支給開<br>始年齢（※2） | 定額部分<br>の支給開<br>始年齢 | 厚生年金相<br>当部分の支<br>給開始年齢 | 定額部分<br>の支給開<br>始年齢 | 厚生年金相<br>当部分の支<br>給開始年齢 |
| 生年月日                       |  |  |                      |  |                     |                         |                     |                         |
| 昭和31年4月2日～昭和32年4月1日        | ※3                                       | 60歳  | ※3                   | 62歳  | —                   | 62歳                     | —                   | 60歳                     |
| 昭和32年4月2日～昭和33年4月1日        | ※3                                       | 60歳  | ※3                   | 63歳  | —                   | 63歳                     | —                   | 60歳                     |
| <b>昭和33年4月2日～昭和34年4月1日</b> | <b>※3</b>                                | <b>60歳</b>   | <b>※3</b>            | <b>63歳</b>   | —                   | <b>63歳</b>              | —                   | <b>61歳</b>              |
| 昭和34年4月2日～昭和35年4月1日        | ※3                                       | 61歳  | ※3                   | 64歳  | —                   | 64歳                     | —                   | 61歳                     |
| 昭和35年4月2日～昭和36年4月1日        | ※3                                       | 61歳  | ※3                   | 64歳  | —                   | 64歳                     | —                   | 62歳                     |
| 昭和36年4月2日～昭和37年4月1日        | ※3                                       | 62歳  | —                    | 65歳  | —                   | 65歳                     | —                   | 62歳                     |
| 昭和37年4月2日～昭和38年4月1日        | ※3                                       | 62歳  | —                    | 65歳  | —                   | 65歳                     | —                   | 63歳                     |
| 昭和38年4月2日～昭和39年4月1日        | ※3                                       | 63歳  | —                    | 65歳  | —                   | 65歳                     | —                   | 63歳                     |
| 昭和39年4月2日～昭和40年4月1日        | ※3                                       | 63歳  | —                    | 65歳  | —                   | 65歳                     | —                   | 64歳                     |
| 昭和40年4月2日～昭和41年4月1日        | ※3                                       | 64歳  | —                    | 65歳  | —                   | 65歳                     | —                   | 64歳                     |
| 昭和41年4月2日～昭和42年4月1日        | ※3                                       | 64歳  | —                    | 65歳  | —                   | 65歳                     | —                   | 65歳                     |
| 昭和42年4月2日以降                | —  | 65歳  | —                    | 65歳  | —                   | 65歳                     | —                   | 65歳                     |

（注）支給開始年齢は被用者年金制度の加入期間が合計で1年以上あり、公的年金の加入期間等が10年以上ある場合の支給開始年齢です。

（※1）ここでいう特定消防組合員とは、消防司令以下の消防職員であった方で組合員期間が退職時または受給権発生時点まで引き続き20年以上当該消防職員として在職していた組合員をいいます。

なお、特定消防組合員の方は在職中に60歳に到達するため、年金の請求をしていただくこととなりますが、在職中はその方の標準報酬額により、年金の一部あるいは全額が支給停止となります。

（※2）「厚生年金相当部分」及び「経過的職域年金相当部分（平成27年9月30日までの加入期間に係るもの）」に係る支給開始年齢は、その方の生年月日に応じて、60歳～65歳（60歳～64歳までの年金は「特別支給の年金」として、65歳からは「本来支給の年金」として支給されます。）ですが、「退職等年金給付（平成27年10月1日からの加入期間に係るもの）」の支給開始年齢は生年月日に関係なく、65歳からとなります。

また、65歳からは国民年金から「老齢基礎年金」も支給されます。

（※3）昭和28年4月2日～昭和36年4月1日までの間に生まれた一般組合員及び昭和30年4月2日～昭和42年4月1日までの間に生まれた特定消防組合員で次のア・イに該当し、かつ退職している場合、定額部分に係る年金額が厚生年金相当部分の支給開始年齢から支給されます。

また、厚生年金相当部分の支給開始年齢後にア・イに該当し、かつ退職している場合は、その翌月から65歳に到達するまで加算されます。

ア 傷病により障害等級3級以上に該当する程度の障害の状態になったとき

イ 公務員として加入した組合員期間が4年以上であるとき

お問い合わせ先：年金課／TEL：025-285-5413



健康運動指導士  
門谷 誠

# もんちゃんの けんこう通信

2018.4月号

Vol.21



## かんたんエクササイズ!

今回からのかんたんエクササイズは「筋トレ」です。  
昨今の健康ブームから、みなさまが気軽に健康づくりをはじめてほしいという思いで、ヨガや体幹トレーニングをご紹介してきました。私自身、健康づくりにおいて一番重視していることは「筋トレ」です。  
「筋トレ」は単に筋肉を強くするだけでなく、心も強く

してくれます。自分自身と向き合うことで、日々前進し、自分をつくりあげていく「筋トレ」の魅力をみなさまにお伝えし、少しでも多くの方に健康づくりのヒントとなれるように取り組んでいきます。

今回のテーマは「お尻」です。  
ヒップアップに効果的なエクササイズをご紹介します。



### スプリットスクワット

- ・動作のスピード：1.2.3.4で下ろして1秒キープ 1.2で上がる
- ・呼吸：下ろすときに吸って、上がるときに吐く
- ・回数：10×3セット



1.両手は腰に、足幅は肩幅くらいにいい姿勢で体を安定させます



はじめ



2.片脚を前方に、膝の角度が90度くらいまで曲げる



おわり

3.前に出した側(写真右側)のお尻を意識して曲げ伸ばしを繰り返す

### ヒップリフト

- ・動作のスピード：1.2で上げて1秒キープ 1.2.3.4で下ろす
- ・呼吸：上げるときに吐いて、下ろすときに吸う
- ・回数：10×3セット



はじめ

1.仰向けに寝て、足幅は肩幅くらいに



おわり

2.お尻を締めるようにしながら持ち上げていく  
3.つま先を起こして行っても良い

お尻と膝裏の境目を引き締めたい場合



スタンス狭め、つま先と膝をまっすぐに向けて

お尻の上側を引き締めたい場合



スタンス広め、つま先と膝を外に向けて

栄養あれこれ 健康家 貝沼さおり

## 太りにくい食べ方のコツ

食事をして食べたものが吸収されると、血糖値が上がります。上がった血糖値を下げるために、膵臓からインスリンというホルモンが分泌されます。このインスリンが分泌されると、血糖値を下げる過程で、血中の糖分を脂肪に変えて、からだに貯め込むように働きます。血糖値の上昇が緩やかであれば、通常、インスリンは過剰に分泌されることはありません。

しかし、空腹状態からいきなりお菓子やごはん、パンなど炭水化物主体の食べ物をたくさん食べてしまうと、血糖値は一気に上昇し、インスリンが必要以上に分泌されてしまいます。これにより、糖分を脂肪として蓄積することに拍車をかけてしまうのです。それだけでなく、急上昇した血糖値を今度は急降下させる「血糖値の



ジェットコースター的急変化」を招くことになり、食欲を増長させるとも言われています。

これを避けるためには、消化吸収に時間のかかる食物繊維が豊富な食品から食べることをおすすめします。または、炭水化物と一緒に食物繊維やほかの栄養成分をとるようにすると良いでしょう。

太るからといって、極端に食事量を減らすことはおすすめしません。炭水化物もタンパク質も脂質も、生きていくために必要な栄養素です。人により適量は異なりますが、必要量は摂るようにしましょう。カロリーとしては、少ない方でも1日1200kcal(1食では400kcal)は必要と言われています。これを炭水化物・タンパク質・脂質に配分します。これ以上低くなると、基礎代謝が下がる恐れがあります。

次回、引き続き食物繊維について詳しくお話ししたいと思います。



厚生労働省認可 認定健康指導士  
新潟県福祉のまちづくり委員会 健康指導士

AQUARE アクアール長岡

●詳しくは、アクアール長岡 担当 門谷(もんや)まで  
TEL.0258-47-5656

<http://www.aquarenagaoka.or.jp/> アクアール長岡 検索

自分のクセに気づく  
ことで変わる!

# アクアール長岡 体質改善プログラム

毎日のちょっとしたことでも、続ければ  
大きな変化に。まずは最初の一步を  
一緒に始めませんか?

食事の感覚を  
チェック&リセット!

## 栄養指導

自分の体格・活動量に合った1日分の摂取カロリー・  
栄養バランス等を学習し、健康の基本となるバラ  
ンス食を五感で掴み取るプログラムです。  
糖尿病を予防し、脂質異常をコントロールする食生  
活を体験しましょう! 普段の食事の問題点・改善点  
が見えてきます!



体の状態を  
チェック!  
改善の一步一步を  
支えます!!

## 運動指導

●エアロビクス+姿勢改善ストレッチ

●ヨガ



エアロビクスの基本動作を身に  
つけていく、入門クラスです。  
初心者の方でも安心して始めら  
れ、無理なく運動不足を解消で  
きます。



長い筒の上でストレッチやト  
レーニングを行います。骨盤の  
歪み・猫背の改善に最適です。



心と体の調和を目的としてから  
だを動かし、様々なポーズを行  
います。

## 選べる!2コース

**フリー:** 男女問わず、ご参加いただけます。ご夫婦、親子でいかが  
ですか?

**レディース:** 女性限定! お友達を誘ってダイエットに挑戦!

\*フリー、レディースともにお一人様でのご参加も、もちろんOK!!

**【定員】** 10人/各回

**【対象者】** 組合員及びその家族

**【参加費】** お一人様 **4,800円** (1泊3食/税込・利用助成後)

**【お問合わせ】** ☎0258-47-5656 (門谷又は卸部まで)

| 区分    | 各回とも<br>14:00~受付                                | 1日目       |                                   |                      |                                     | 2日目                                   |   |  |  |
|-------|---|-----------|-----------------------------------|----------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|---|--|--|
|       |   | 14:30~    | 14:40~15:55                       | 16:05~17:40          | 18:00~20:00                         | 7:15~8:15                             | 9:00~11:45                                  | 12:00~   |  |
| フリー   | 6/ 8(金)・9(土)<br>9/21(金)・22(土)<br>11/16(金)・17(土) | オリエンテーション | 栄養指導、食事のバランスと量<br>及び<br>疾病予防DVD研修 | (体力測定)<br>体力年齢を知ろう!! | フリー<br>エアロビクス<br>+<br>姿勢改善<br>ストレッチ | 〈夕食〉<br>季節の御膳<br>メインディッシュの<br>一品を調理実習 | 〈朝食〉<br>適量の取分けに挑戦!!<br>理想と比較して自分の<br>クセを知ろう | バイキング実習<br>今後のアドバイス<br>・ウォーキングにつながる<br>コンディショニング | 〈昼食〉<br>レストランメニューから<br>チョイス!<br>外食を利用する時の<br>ポイントをチェック!! |
| レディース | <b>新登場!</b><br>7/13(金)・14(土)<br>10/19(金)・20(土)  |           |                                   |                      | レディース<br>ヨガ                         |                                       |   |  |  |

\*2日目午後は、国営越後丘陵公園にてルディックウォーキング体験(13:00~15:00)を予定しています(自由参加)。

## 体質改善プログラム(宿泊型)参加申込書

**FAX.0258-47-2051**

・参加希望日(該当するものに○をつけてください。)\*各開催日の2週間前までにお申し込みください。\*定員になり次第メ切りです。

|                         |                             |                           |                              |                            |
|-------------------------|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|----------------------------|
| ・[フリー]<br>6月8日(金)・9日(土) | ・[レディース]<br>7月13日(金)・14日(土) | ・[フリー]<br>9月21日(金)・22日(土) | ・[レディース]<br>10月19日(金)・20日(土) | ・[フリー]<br>11月16日(金)・17日(土) |
|-------------------------|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|----------------------------|

| 氏名   | 性別  | 生年月日              | 年齢 | 所属所・部課署名 | ご住所(連絡先)            |
|------|-----|-------------------|----|----------|---------------------|
| フリガナ | 男・女 | S<br>H<br>(身長 cm) | 歳  | 本人・家族    | 〒 - (勤務先・自宅・携帯 - -) |
| フリガナ | 男・女 | S<br>H<br>(身長 cm) | 歳  | 本人・家族    | 〒 - (勤務先・自宅・携帯 - -) |

\*ご宿泊は禁煙ルームをご用意。ペアは同室、お一人様は一人部屋となります。

\*参加申込書に記載された個人情報、アクアール長岡が実施する事業でのみ使用し、他の目的で使用することはありません。

AQUARE Personal Training

# パーソナルトレーニング

ボディメイク、生活習慣病の予防・改善、肩こり・腰痛症の予防・改善、スポーツパフォーマンスの向上など、皆様の目的や身体の状態に合わせてトレーニングプログラムを作成・実施し、皆様の目的・目標達成をお手伝いさせていただくトレーニングプログラムです。



## 1,200円で! 60分

\*お一人様5回まで 6回目以降は5,200円となります

### こんな方におすすめ

- ・運動がはじめて
- ・運動をはじめたが効果が上がらない
- ・引き締まった体を手に入れたい
- ・肩こり、腰痛の予防と改善
- ・医師から運動を勧められた
- ・いつものトレーニングでは物足りないなど

### 申し込み方法

ご希望の時間・コースを決めて、前日までにお電話にてご予約ください。

また、アクアール長岡ご来館の際にご予約することもできます。その他ご不明な点等ございましたら、お気軽にご相談ください。

商品案内

### 正しいマシンジムの使い方説明

運動がはじめてな方、これから運動を始めようという方、医師から運動を勧められている方に参加してほしいコースです。

内容は、エアロバイク・ランニングマシンを使った有酸素運動、マシンを使った筋力トレーニング、ストレッチの順に指導を行います。どなたでも気軽に運動を行うことができる入門コースです。



### ダンベル・バーベルを使ったトレーニング

いつものトレーニングでは物足りない方、引き締まった体を手に入れたい方、マシン以外でのトレーニングを行ってみたい方におすすめなコースです。

ダンベルやバーベルといったフリーウエイトトレーニングではマシンと違い、動作を自分でコントロールする必要があるため、より多くの筋肉を使うことができ、効果的に体を引き締めることができます。



### ストレッチ

体が硬い方、日頃の疲れがたまっている方におすすめな体をケアするコースです。

色々な種類のストレッチを組み合わせながら、関節可動域を広げて、体を軽やかに動けるようにします。運動前に最適なウォーミングアップなども行えるので、ケガの予防にもつながります。



### ダイエット

無理な食事制限でリバウンドしてしまう方におすすめの運動に栄養指導をプラスしたコースです。

日頃の良生活を見直し、無理なく継続できるアドバイスを行います。運動では筋肉を増やすトレーニングにより脂肪を落としやすい体づくりを目指します。

運動・栄養指導は、それぞれ60分となります。



平素は格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

2018年アクアール長岡では、レストラン辛夷、大会議室の改修工事を予定しております。

日程等については決まり次第ホームページ等でお知らせいたします。

お客様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

# パーソナル トレーニング付 宿泊プラン

**60分のマンツーマンの  
運動指導がついてこの価格!!**

パーソナルトレーニングとは  
個人指導にて、目的に合わせた  
ストレッチやトレーニング指導  
を提案。1人で運動する事が  
不安な方もトレーナーと一緒に、  
正しい姿勢・正しい動作で  
目的達成のためにサポートいた  
します。

1名様よりご予約可能(同時4名様までの姿勢改善ストレッチも可)

|      |                        |      |                              |
|------|------------------------|------|------------------------------|
| 4・5月 | 1泊2食付(あおば<br>夕食券、軽朝食付) | 6月より | 1泊2食付(夕食コースに<br>より料金が異なります。) |
|------|------------------------|------|------------------------------|

## 4,700円 6,400円~

※土曜日・祝前日6,700円  
※土曜日・祝前日2,500円増し

※宿泊利用助成後及び、パーソナルトレーニング利用助成除後の料金となります。

## 平成30年 長岡まつり宿泊予約ご案内

本年も、長岡まつり8月2日(木)、8月3日(金)の宿泊予約を抽選にて承ります。

ご宿泊代金(お1人様) 1泊朝食付 **大人 11,500円** ※入浴税 150円別途 **小人 9,000円**  
(一般15,000円) (一般11,000円)

- お申し込み方法  
往復ハガキにお名前、ご住所、お電話番号、  
ご宿泊人数(大人、小人)ご希望日をお書き  
添えのうえお申込みください。※小人は5才~  
小学生です。※8月2日か3日どちらか1泊にな  
ります。
- お申し込み期間  
平成30年2月1日(木)~4月30日(月)必着
- 抽選発表  
平成30年5月中旬ハガキにて抽選結果を通  
知いたします。
- 当選者の宿泊予約金について  
ご利用代金の一部(大人5,000円 小人  
3,000円)を8月30日(土)までに指定口座に  
お振込みいただきます。
- キャンセル料  
7月1日(日)~(大人5,000円、小人3,000円)  
7日前から(宿泊代金の全額を返金いたします)  
※尚、有料指定席のお申込み及び長岡まつり  
花火大会全般に関するお問い合わせは、  
下記へお願いいたします。  
長岡まつり協議会事務局  
(長岡市観光課内) ☎0258-39-2221

## 夏休み(7/25~8/25)

### 宿泊早期予約特典

6月末までのご予約成立で  
いずれかプレゼント!

- 1 夕食時の人数分  
ワンドリンクサービス
- 2 体組成測定(大人のみ)
- 3 国営越後丘陵公園入園券

1泊2食付 大人 6,200円~ 小人 5,400円  
※夏休み期間中は夏休料金となります。(5歳~小学生まで)  
ご夕食内容につきましてはお問い合わせください。

## 宿泊プランは両日とも温泉・プール・ マシンジム・スタジオの利用は無料!

※マシンジム、スタジオ利用は大人のみとなります。※お子様のプール利用は、必ず保護者同伴をお願いいたします。  
※プールご利用時はスイミングキャップ(無料レンタル有り)が必要となります。

上記の料金は利用助成後となります。※入浴税150円は別途必要です。

ご利用の際は、組合員等保健施設アクアール長岡利用証をお持ちください。

新潟県北村議員共済組合保健施設 厚生労働大臣認定健康増進施設 新潟県福祉のたまご(多用途合施設)

お問い合わせ・ご予約はこちら **☎0258-47-5656**

〒940-2147 新潟県長岡市新開2丁目5番地1(国営越後丘陵公園となり)  
[チェックイン]15:00から [チェックアウト]10:00まで  
<http://www.aquarenagaoka.or.jp> **アクアール長岡**





エコでいよしの温泉施設  
新潟県市町村職員共済組合 保養所

## 瀬波温泉 瀬波はまなす荘



露天風呂付客室

追加料金(1室)  
2,495円～3,564円 サ・税込



特別室

追加料金(1室)  
3,208円(2名利用) サ・税込



モバイルハウス



テント

日本海を一望！抜群のロケーションでグランピング



営業期間  
モバイルハウス部門 4月～10月  
テント部門 5月～9月  
※天候により変更になる場合がございます。

グランピングの利用方法・料金については直接施設へお問い合わせください。

## ～宿泊プランのご案内～

開催期間：各プランとも平成31年3月25日まで開催中！



### 極上プラン

【1泊2食付】  
平日大人(中学生～) お一人様 **12,000円**(サ・税込)  
平日子供(5歳～) お一人様 **6,200円**(サ・税込)

- ◎(除外日：平成30年7月、8月、12月26日～平成31年1月3日)
- ◎夕食のメイン料理を「特選お刺身御膳」または、「村上牛ステーキ御膳」からお選びいただけます。
- ◎お子様も同様に選べいただけます。(内容はお子様向けになります。)
- ◎露天風呂付客室をご用意いたします。

※ご予約の際は「極上プランで」とお伝えください。



### 記念日プラン

【1泊2食付】  
平日 お一人様 **10,000円**(サ・税込)

- ◎(除外日：平成30年7月、8月、12月26日～平成31年1月3日)
- ◎早めのチェックイン 13:00/ ゆっくりチェックアウト 11:00
- ◎アメニティセットプレゼント (オリジナルバスタオル・アメニティセット)
- ◎記念日をお祝いし、胎内高原ワインプレゼント (お一人様につき1本)
- ◎早期予約特典！1か月前のご予約で500円キャッシュバック！

※ご予約の際は「記念日プランで」とお伝えください。



### 村上牛大満足プラン

【1泊2食付】  
平日大人(中学生～) お一人様 **10,700円**(サ・税込)  
平日子供(5歳～) お一人様 **6,000円**(サ・税込)

- ◎(除外日：平成30年7月、8月、12月26日～平成31年1月3日)
- ◎ご予約は3日前までにお願いたします。
- ◎メイン料理を「村上牛大満足しゃぶしゃぶ御膳」「村上牛大満足ステーキ御膳」からお選びください。
- ◎夕食時に赤ワイン(大人)、オレンジジュース(子供)をサービス！

※ご予約の際は「村上牛大満足プランで」とお伝えください。

連泊でお得！  
1泊からでもお気軽にご利用ください！

## ゴールドプラン

- ◎上記の宿泊料金は全て平日2名1室利用時、利用助成後の金額です。利用助成が適用されない場合は大人3,500円、子供2,000円増しになります。
- ◎土曜日、祝日の前日のご宿泊の際は1,188円増しになります。
- ◎村上駅からの送迎も承ります。ご予約の際にお申し付けください。なお他のグループの方と同乗となる場合や、時間調整等のためお待ちいただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

お問い合わせ・お申込みはこちらへ  
〒958-0037 新潟県村上市瀬波温泉1丁目2番17号  
TEL 0254-52-5291 FAX 0254-53-6751

|         | 大人(中学生～) | 子供(5歳～)       |
|---------|----------|---------------|
| [1泊2食付] | 5,700円   | 4,700円(サ・税込)  |
| [2泊5食付] | 10,400円  | 8,400円(サ・税込)  |
| [3泊8食付] | 15,600円  | 12,600円(サ・税込) |

(除外日：平成30年7月、8月、12月26日～平成31年1月3日)  
◎連泊すると1泊につき500円お得に！連泊時の昼食もサービスいたします。(メニューはお任せいたします。)  
※ご予約の際は「ゴールドプランで」とお伝えください。

### ～お客様感謝月間～

露天風呂付客室が、宿泊料金に1室1,188円(サ・税込)追加でご利用いただけます。(1室2名様以上利用)  
平成30年4月・5月・6月・7月・9月・10月の平日限定となります。

### ～瀬波はまなす荘ウェルカムサービス券～

ご宿泊の際、この券をフロントにお出しいただいたお客様(ご同行者様含む)に、雪室コーヒー・オレンジジュース・烏龍茶のいずれか1杯サービス。

有効期限：平成31年3月31日