

# 退職者代より



## 目 次

● 理事長あいさつ	1	● 現況届の提出が不要となっております	10
● 共済年金の改定について	2	● 地方公務員共済組合の宿泊施設	11
● 退隠料・互助年金の改定について	2	● 年金カレンダー（共済年金）	15
● 個人住民税が公的年金から 特別徴収されることになりました	3	● 年金カレンダー（退隠料・互助年金）	16
● 雇用保険との併給調整について	3	● 個人情報保護に関する基本方針	17
● 65歳以上の遺族共済年金等の 支給方法について	4	● 〈健康豆知識①〉いつまでもいきいきと 元気に	18
● 離婚時の年金分割について	4	● 〈健康豆知識②〉シニア世代のはつらつ食生活	19
● 障害基礎年金と退職共済年金等との 併給について	5	● 地方公務員災害補償基金 大阪市支部からのお知らせ	20
● 加給年金額について	6	● 交通局で技術系業務に従事していた職員 及びご遺族の皆様へ	21
● 再就職による年金の支給停止について	8		

# 必要な届出は忘れずに

ここでは、共済年金の各種手続きについてご説明します。次のような変更が生じたときは、共済組合までご連絡ください。

## 雇用保険法による失業給付を受給するとき（3ページ参照）

「退職共済年金支給停止事由該当届」に必要事項を記入し、雇用保険受給資格者証の写しを添えて提出していただくこととなります。

※退職共済年金を受給している65歳未満の方に限ります。

## 加給年金額対象者に異動があったとき（7ページ参照）

「加給年金支給停止届」又は「加給年金消滅届」に停止・消滅事由を記入し、停止の場合は停止事由に該当する年金証書の写しを、消滅の場合は消滅事由に該当した年月日を証する書面（戸籍抄本等）を添えて提出していただくこととなります。

## 再就職先を退職したとき（所得による制限により年金の一部が支給停止となっている方のみ）

「年金の所得による制限に関する退職届」に退職年月日等を記入し、退職された時の辞令、離職票、その他退職したことが分かる書類のいずれかの写しを一部添えて提出していただくこととなります。

## 転居したときや住居表示が変更になったとき（10ページ参照）

新住所地の市区町村で転入届の手続き後に「住所変更届」を提出してください。記載内容に基づき、住民基本台帳ネットワークシステムを用いて本人情報の確認を行いますが、確認できない場合は別途住民票の提出を求める場合があります。

住居表示が変更となった場合も「住所変更届」の提出が必要です。

(注) 住所を変更するには処理に2カ月程かかりますので、転居前の住所地の郵便局に郵便物転送の届出をしておいてください。

## 姓名を変更するとき

「年金証書再交付申請書」に改姓後の戸籍抄本、改姓の手続きが完了した年金振込口座の預金通帳の写し、年金証書を添えて提出していただくこととなります。

## 年金の振込口座を変更するとき

「支払金融機関変更届」に新口座を記入し、金融機関の証明を受けて提出していただくこととなります。（金融機関証明のかわりに預金通帳の写しを添付していただいても結構です。）

(注) 口座を変更するには処理に2カ月程かかりますので、従前の口座は新口座に年金の振込があるまで解約しないでください。

◎ この他にも、2つ以上の年金を受けようになったときや、再就職されたときなどにも、手続きが必要となる場合がありますので、何らかの異動が生じたときは必ず共済組合までご連絡いただきますようお願いいたします。

また、これらの各種手続きに関する届出用紙は共済組合にあります。

お問い合わせの際には、必ず年金証書記号番号をお知らせください。



# 理事長あいさつ

理事長 柏木 孝

初夏の候、皆様にはご家族ともどもますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

また、平素から共済組合の事務事業に格別のご理解を賜わり、心から厚くお礼申し上げます。

地方公務員共済組合制度は、昭和37年12月の発足以来、今日まで幾多の制度改革を経て、地方公務員とその家族の生活の安定や福祉の向上に大きな役割を果たしてまいりました。

わが国では、社会の少子・高齢化がますます進んでおり、高齢期における生活設計の柱である公的年金制度の長期的な安定を図ることが大きな課題となっております。

こうした状況の中、厚生年金保険制度に合わせることを基本とする被用者年金制度の一元化等に関する基本方針が、平成18年4月28日に閣議決定され、共済年金の職域加算や追加費用等の抜本的な見直しの方向性が示されたところです。この基本方針は、今後の少子・高齢化の一層の進行などに備え、年金財政の範囲を拡大して制度の安定性を高めるとともに、民間被用者、公務員を通じて、将来、同一の報酬であれば同一の保険料を負担し、同一の公的年金給付を受けるという公平性を確保し、公的年金全体に対する国民の信頼を高めることを目的としています。この閣議決定を受けて平成19年4月13日に「被用者年金制度の一元化」法案がまとめられ、現在、継続して審議が行われているところであります。

今後とも地方公務員の共済制度は大きく変化していくことが予想されますが、国会の動向を始め、情報の収集に努めるとともに、共済組合年金制度が退職後の暮らしを支える大きな役割を果たせるよう、今後とも事業運営に全力を尽くしてまいりますので、皆様方のご理解とご協力をお願い申し上げます。

# 共済年金の改定について

## 今年度は年金額が据え置かれます

平成16年10月の法改正前における共済年金の改定は、毎年の物価の変動に応じて行われてきました。ただし、平成12～14年度は合わせて1.7%分を減額すべきところを特例的に据え置いていました。

しかし、平成16年10月の法改正により、この据え置いたマイナス1.7%分を年金額に反映させ、今後は賃金や物価の変動等に応じて改定を行うこととなりました。これを「本来水準」といいます。また、マイナス1.7%を据え置いた法改正前の年金水準を「特例水準」とし、この特例水準につきましては、今後物価が下落した場合には年金を減額し、物価が上昇した場合には増額しないこととされています。

なお、本来水準の額が特例水準の額を上回るまでの間は、特例水準の額を支給することとされており、現在は特例水準の額が本来水準の額を上回っているため、特例水準の額が支給されています。

今年度につきましては、本来水準の額は増額改定され、特例水準につきましては物価が前年と比べて下落しなかったため改定がありません。しかしながら、依然として特例水準の額が本来水準の額を上回っているため、引き続き特例水準により支給されることとなり、年金額が据え置かれることとなりました。

今年度年金額改定通知書につきましては、年金額が据え置かれることとなりましたので送付いたしませんが、今後年金額が改定された場合は送付いたします。

# 退隠料・互助年金の改定について

退隠料及び互助年金の年金額は、恩給法に規定する恩給年額の改定の例により改定することとなっております。平成21年度につきましては、恩給法が据え置かれたことにより退隠料及び互助年金の年金額が据え置かれることとなりました。

# 個人住民税が公的年金から特別徴収されることになりました

平成21年10月から、個人住民税の公的年金からの特別徴収(天引き)制度が始まります。

## 対象者

65歳以上で退職又は老齢を支給事由とする公的年金のうち、年額18万円以上の公的年金を受給されている方

※障害又は遺族を支給事由とする公的年金は、特別徴収の対象にはなりません。

## 対象となる公的年金

個人住民税は原則として、国民年金の老齢基礎年金から特別徴収されますが、老齢基礎年金から特別徴収を行わない場合、年金保険者や年金種別の順により共済年金等の他の公的年金から特別徴収されます。

個人住民税額やその徴収方法につきましては、お住まいの市区町村において決定しています。

詳しくはお住まいの市区町村にお問い合わせください。

# 雇用保険との併給調整について

雇用保険法による失業給付の「基本手当」を受給すると、その間、特例による退職共済年金の一部が支給停止となります。(退職共済年金を受給している65歳未満の方が対象となります。)

## 支給停止される期間

公共職業安定所(ハローワーク)で求職の申込をした月の翌月から、基本手当の受給が終了するまでの期間です。(基本手当を1日も受給していない月はその月分の年金が支給されます。)

失業給付の「基本手当」を1日でも受給されますと、職域年金相当部分を除く年金が停止となります。その結果、基本手当よりも年金の停止額が大きくなる場合がありますので、請求される時はくれぐれもご注意ください。

☆ 公共職業安定所(ハローワーク)に求職の申込をされる際は、必ず共済組合までご連絡ください。届出が遅れますと、年金の払い過ぎが生じる場合があります、返還していただくこととなりますのでご注意ください。(届出用紙は共済組合にあります。)

# 65歳以上の遺族共済年金等の支給方法について

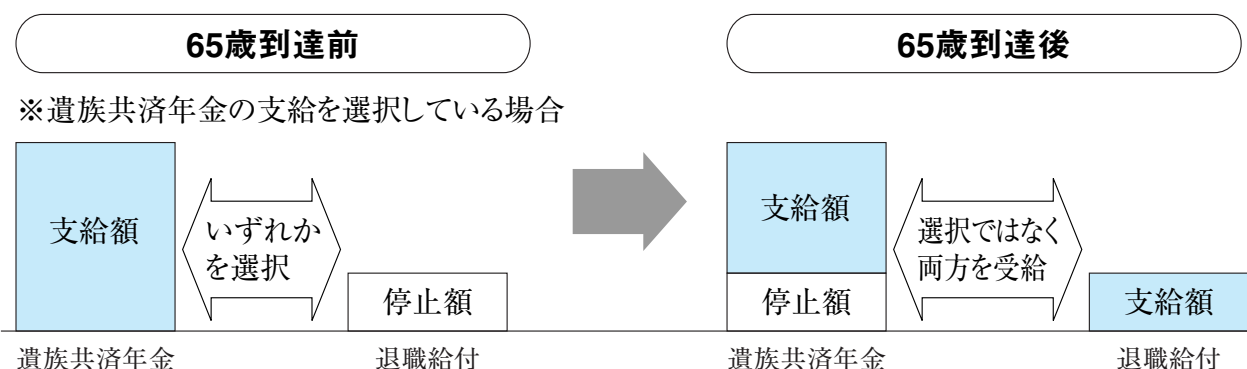
遺族共済年金等（遺族厚生年金等を含みます）と退職給付（退職共済年金、老齢厚生年金等）の受給権がある方につきましては、65歳以降自らの退職給付を全額受給したうえで、遺族共済年金等は、その退職給付に相当する額が支給停止されます。（老齢基礎年金は全額支給されます。）

ただし、退職給付の金額が遺族共済年金等の額を上回る場合には、退職給付のみを全額受給することとなります。

また、「退職給付の1/2 + 遺族共済年金等の2/3」が遺族共済年金等の金額を上回る場合には、「退職給付の1/2 + 遺族共済年金等の2/3」をもって遺族共済年金等の額とし、退職給付を全額受給したうえで差額を遺族共済年金等として受給することとなります。（この方法は、配偶者の死亡による遺族共済年金等の受給権をお持ちの方に限ります。）

対象となるのは次のいずれかの方です。

- ・ 既に遺族共済年金等の受給権をお持ちの方で平成19年4月2日以後に65歳となる方
- ・ 平成19年4月2日以後に遺族共済年金等の受給権が新たに発生することとなる65歳以上の方



# 離婚時の年金分割について

平成19年4月以後に離婚した場合は、その婚姻期間中の「掛金の標準となった給料及び期末手当等の額」を、当事者間の合意又は裁判手続きにより按分割合を定めたとき、分割することができます。また、平成20年4月以後に離婚した場合において、平成20年4月以降の国民年金の第3号被保険者期間がある場合は、その期間にかかる按分割合は必ず2分の1となります。

※ 年金分割は、原則として離婚した日の翌日から2年以内に請求する必要があります。

※ 退職共済年金を受給するためには、分割を受けた方の年金加入期間（分割を受けた期間を除く。）が、原則25年以上必要です。

※ 分割を受けても、分割を受けた方の共済組合の組合員期間が1年以上ない場合、退職共済年金の実際の支給開始は65歳からです。

# 障害基礎年金と退職共済年金等との併給について

平成18年3月以前は、障害基礎年金と退職共済年金の受給権がある場合や障害基礎年金と遺族共済年金の受給権がある場合につきましては、同時に、複数の年金を受給することができないため、いずれか一つの年金を選択することになっていました。しかし平成18年4月からは障害を有しながら働いたことが年金制度上評価される仕組みとして、**65歳以上の方**で、障害基礎年金と昭和61年4月以降に決定した退職又は死亡を支給事由とする年金の受給権がある場合、同時に両方の年金を受給することができるように改正されました。

具体的には、次に掲げる年金の受給権がある場合になります。併給を申請される方は、共済組合金給付係までご相談ください。

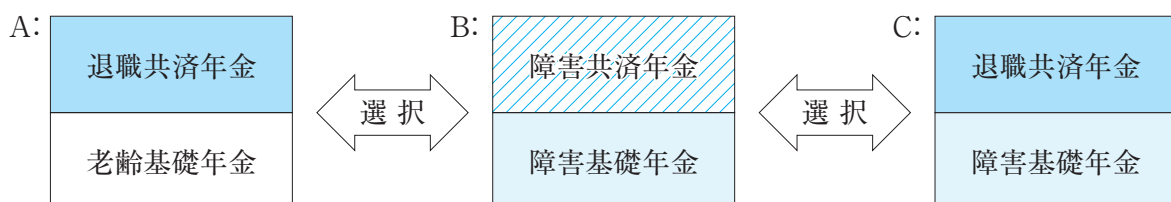
1. 障害基礎年金と退職共済年金（又は老齢厚生年金）
2. 障害基礎年金と遺族共済年金（又は遺族厚生年金）
3. 旧国民年金法の障害年金と退職共済年金（又は老齢厚生年金）
4. 旧国民年金法の障害年金と遺族共済年金（遺族厚生年金又は特例遺族年金）

（事 例）

同一の支給事由である障害等級1級又は2級の障害基礎・障害共済年金の受給権がある**65歳以上の方**で、老齢基礎と退職共済年金の受給権がある場合

次のいずれかの組合せから選択することになります。

	老齢基礎年金	退職共済年金	障害基礎年金	障害共済年金
A	支給	支給	停止	停止
B	停止	停止	支給	支給
C	停止	支給	支給	停止



※AとB：65歳以前で選択できる組合せ

※C：65歳以降新たに選択できる組合せ

# 加給年金額について

昭和61年4月1日以降に受給権が発生した年金を受給されている方のうち、組合員期間が20年以上である方が、退職共済年金を受ける権利を取得した当時<sup>(注1)</sup>、その方によって生計を維持されていた<sup>(注2)</sup>次の①及び②に該当する方があるときは、加給年金額が加算されます。また、障害共済年金においては、障害等級が1級または2級の方で、①に該当する方があるときに加給年金額が加算されます。

① **65歳未満の配偶者**

- ② {
- ・ 18歳未満の子(18歳に達する日から最初の3月31日までの間についても該当します)
  - ・ 20歳未満で障害等級1級・2級に該当する障害の状態にある子

(注1) 昭和16年4月2日以降に生まれた方につきましては、満額支給開始年齢に達した当時となります。

生 年 月 日	満額支給開始年齢
昭和16. 4. 2～18. 4. 1	61歳
昭和18. 4. 2～20. 4. 1	62歳
昭和20. 4. 2～22. 4. 1	63歳
昭和22. 4. 2～24. 4. 1	64歳
昭和24. 4. 2～	65歳

※消防司令以下の消防職員の場合は6年遅れのスケジュールとなります。

なお、満額支給開始年齢に到達する日の属する月が偶数月の場合にはその前々月に、奇数月の場合には前月に共済組合より加給年金額対象者について調査票を送付いたします。

また、障害等級3級以上の障害の状態にある方または組合員期間が44年以上ある方につきましては、支給開始年齢の特例があるため、加給年金額の加算年齢が異なります。

(注2) 「生計を維持されていた方」とは、原則として同居し、恒常的な収入が(給与収入の場合)年額850万円未満である方をいいます。



## 加給年金額の停止と消滅 ～届出が必要です～

### 停止になる場合

- ① 配偶者が、次のいずれかの年金を受けるようになったとき

年金制度	年金の種類	備 考
国民年金	障害基礎年金	
厚生年金	老齢厚生年金	①加入月数が <b>240月（20年）以上</b> のもの。 ②加入月数が <b>180月（15年）以上240月（20年）未満</b> で、 特例により240月（20年）とみなされるもの。 ※ <b>下記参照</b>
	障害厚生年金	
共済年金	退職共済年金	加入月数が <b>240月（20年）以上</b> のもの。
	障害共済年金	

◎ ただし、配偶者の年金が全額支給停止となっているときは、加給年金は支給停止になりません。配偶者の年金が支給開始（一部支給を含みます）されたときは、年金の支給開始時期から加給年金が支給停止となりますので、届出が必要です。

※ 老齢厚生年金につきましては、昭和26年4月1日以前生まれで、**加入月数が180月（15年）以上240月（20年）未満**の方は、特例により240月（20年）とみなされる制度があります。特例により240月とみなされるときは、加給年金が支給停止になります。  
特例により240月とみなされているか不明な場合は、共済組合までご連絡ください。

- ② 受給者本人の老齢厚生年金に加給年金が加算されるとき

### 消滅になる場合

- ① 加給年金額対象者が死亡したとき
- ② 加給年金額対象者の恒常的な収入が年額850万円以上になったとき
- ③ 加給年金額対象者である配偶者と離婚したとき（生計を別にしたときを含む）
- ④ 加給年金額対象者である子が配偶者以外の者の養子となったとき
- ⑤ 加給年金額対象者である養子縁組による子を離縁したとき
- ⑥ 加給年金額対象者である子が婚姻したとき
- ⑦ 加給年金額対象者で障害等級1・2級に該当する子が、その障害の状態でなくなったとき（18歳未満の子を除く）

☆ 加給年金額対象者が上記のいずれかに該当したときは、すみやかに共済組合までご連絡ください。届出が遅れますと、年金の払い過ぎが生じる場合があり、返還していただくこととなりますのでご注意ください。（届出用紙は共済組合にあります。）

# 再就職による年金の支給停止について

## ●所得による制限●

退職や障害を給付事由とする年金を受給されている方が再就職により「厚生年金保険の被保険者」等になった場合には、次の計算方法により年金の支給が停止されます。

※ 「厚生年金保険の被保険者」等とは次の方をいいます。

- (1) 厚生年金保険の被保険者（第四種被保険者を除く。）
- (2) 日本私立学校振興・共済事業団の組合員
- (3) 国会議員または地方公共団体の議会の議員
- (4) 70歳以上の方で、民間企業（厚生年金適用事業所）等にお勤めの方（昭和12年4月1日以前生まれの方を除く。）

## 支給停止額の計算方法

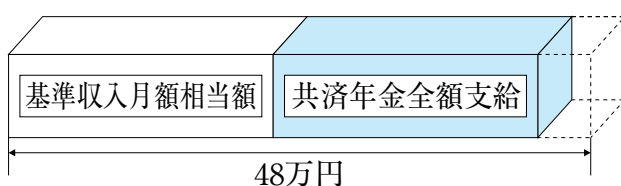
基準収入月額相当額<sup>(注)</sup>と共済年金（職域年金相当部分及び加給年金額を除く）の月額合計額が48万円に達するまでは、満額の年金が支給され、これを超えるときは、その超過分の1/2の年金額が停止されます。

$$\text{◎ 支給停止額} = (\text{基準収入月額相当額}^{\text{(注)}} + \text{共済年金の年額} \div 12 - 48\text{万円}) \times \frac{1}{2} \times 12$$

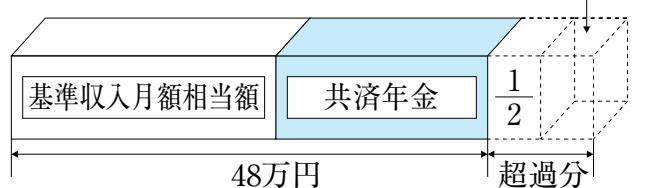
(注) 基準収入月額相当額…他の年金制度等に加入している月の前月における\*標準報酬月額（上限：62万円）+その月以前の1年間の掛金の標準となった期末手当等（各月の上限：150万円）の総額 $\div 12$

※標準報酬月額…本給と諸手当の合計額に基づき、「標準報酬月額表」の区分によって定められています。

◎合計額が48万円に達するまでは、  
満額の年金が支給されます。



◎合計額が48万円を超える場合は、  
超過分の1/2の年金額が停止されます。



## 所得による制限における過払い防止について

8月支給期における7月分の支給停止額は、6月の標準報酬月額と前月以前1年間（前年の7月から当年の6月まで）の賞与額に基づき計算しておりますが、社会保険庁からのデータ提供の日程上、当年6月の賞与額が反映されない場合があります。この場合、7月分の支給停止額は正しく計算されず、過払いが発生し、10月支給期以降にてご精算いただくこととなります。

これを解消するため、7月分の支給停止額を計算する際、当年6月の賞与額が反映されていない場合は、前々月以前1年間（前年の6月から当年の5月まで）の賞与額を用いることとしています。（翌支給期以降は、社会保険庁からのデータ提供に基づいて、前月以前1年間までの賞与額を用いて再計算を行います。）

【例】平成21年8月支給期において、平成21年6月に支給された賞与額30万円が反映されていない場合

年 月	20年 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	21年 1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月
賞与額			30万						30万						30万 未反映		
8月 支給期	6月分		←														
	7月分		←														
				←													※

※…の計算方法による標準賞与額の取り方

- 平成21年6月分の支給停止額の計算に使用する標準賞与額  
平成20年6月～平成21年5月までの1年間に支給された賞与額⇒60万（従来の方で計算）
- 平成21年7月分の支給停止額の計算に使用する標準賞与額  
平成20年6月～平成21年5月までの1年間に支給された賞与額⇒60万

※平成20年7月～平成21年6月までの1年間に支給された賞与額を使用した場合、平成21年6月に支給された賞与30万円が反映されていないため、年金の過払いが発生することとなります。

ただし、実際に6月に賞与の支給が無かった場合であっても、前々月以前1年間（前年の6月から当年の5月まで）の賞与額を用いて計算しますので、支給不足となる場合もあります。この場合は、10月支給期以降にてご精算させていただくこととなりますので、あらかじめご了承ください。

なお、このような状況は、12月の賞与支給時においても、同様に発生することが予想されます。

# 現況届の提出が不要となっております（一部を除く）

地方公務員等共済組合法施行規程の一部が改正され、住民基本台帳ネットワークシステムを利用して、現況の確認を行えるようになったため、平成15年度以降につきましては、現況届の提出が不要となっております。（共済組合における住民基本台帳ネットワークシステムの利用につきましては、法律で定められた事務に限定されており、個人情報保護には、万全を期しております。）

ただし、次に該当する年金受給者の方につきましては、引き続き、現況届等を送付いたしますのでご提出ください。

- ① 加給年金額が加算されている方
- ② 住民基本台帳ネットワークシステムで現況が確認できない方
  - ☆ 送付時期については1月下旬の予定です。
  - ☆ 退隠科・扶助料・互助年金を受給されている方は、引き続き、受給権調査届の提出が必要です。

## 転居したときや住居表示が変更になったとき

転居したときや住居表示が変更になったときは、下記の「年金受給権者 住所変更届」を提出してください。詳しくは表紙裏にある「必要な届出は忘れずに」をご参照ください。

キ リ ト リ 線

### 年金受給権者 住所変更届

※組合処理欄		

次のとおり変更がありましたので届け出ます。

平成 年 月 日

届出者 (年金受給者)	年金証書 記号番号	フリガナ	
	連絡先 ☎ ( )	氏名	
新住所	〒 □□□□-□□□□	生年日	明・大・昭・平 年 月 日
	フリガナ	住所	

キ  
リ  
ト  
リ  
線

☆新住所地の市区町村で転入届の手続き後に提出してください。

☆記載内容に基づき、住民基本台帳ネットワークシステムを用いて本人情報の確認を行います。確認できない場合は、別途住民票等の提出を求める場合があります。

# 地方公務員共済組合の宿泊施設

## 宿泊施設の相互利用

地方公務員等の共済組合は、各組合が保有する宿泊施設について、組合員本人、家族（被扶養者）及び年金受給権者が相互に利用できる協定を結んでいます。

## 利用方法

施設を利用される場合、組合員は「組合員証（写しでも可）」、家族（被扶養者）は「組合員被扶養者証（写しでも可）」、年金受給権者は「年金証書（写しでも可）」を施設のフロントにご提示ください。

なお、施設の利用に際しては、当該施設へ直接、利用料金や休館日等の確認をしてください。

## 運営する共済組合の略号

市……市町村職員共済組合	都……都市職員共済組合
地……地方職員共済組合	公……公立学校共済組合
警……警察共済組合	東……東京都職員共済組合
名……名古屋市職員共済組合組合	

## 施設一覧

施設名	所在地	予約電話	区分
<b>北海道</b>			
ホテルエルム札幌	札幌市中央区北1条西7-6	011-231-1361	警 市 都 公 市 市 都 都
ホテルポールスター札幌	札幌市中央区北4条西6-2	011-241-9111	
ホテルノースシティ	札幌市中央区南9条西1	011-512-4433	
ホテルライフオート札幌	札幌市中央区南10条西1	011-521-5211	
ホテル新定山溪ゆらら	札幌市南区定山溪温泉東3-192-4	011-598-2671	
溪流荘	札幌市南区定山溪温泉西2	011-598-2721	
こまくさ荘	上川郡東川町旭岳温泉	0166-97-2331	
ホテルビュラメール	白老郡白老町虎杖浜温泉	0144-87-2811	
<b>青森</b>			
婦帆荘	青森市大字浅虫字蛸谷85	017-752-2017	公 地 市
ラ・プラス青い森	青森市中央1-11-18	017-734-4371	
アップルパレス青森	青森市本町5-1-5	017-723-5600	
<b>岩手</b>			
清温泉	盛岡市繁湯の館33	019-689-2321	地 公 地
サンセール盛岡	盛岡市志家町1-10	019-651-3322	
エスポワールいわて	盛岡市中央通1-1-38	019-623-6251	
<b>宮城</b>			
ホテル白萩	仙台市青葉区錦町2-2-19	022-265-3411	公 警 公 市
パレス宮城野	仙台市青葉区上杉3-3-1	022-265-2223	
玉造荘	大崎市鳴子温泉字川渡62	0229-84-7330	
パレス松洲	宮城郡松島町高城字浜38	022-354-2106	
<b>秋田</b>			
ルポールみずほ	秋田市山王4-2-12	018-862-2433	地 警 市 市
ふきみ会館	秋田市山王5-9-6	018-863-8880	
五輪荘	大館市軽井沢字五輪岱65	0186-52-2142	
レークサイド山の家	鹿角郡小坂町十和田湖字銀山1-7	0176-75-2552	
<b>山形</b>			
あこや会館	山形市松波2-8-1	023-642-1358	地 市 警 市
うしお荘	鶴岡市湯野浜1-11-23	0235-75-2715	
パラシオもがみ	天童市鎌田2-1-19	023-654-0906	
むつみ荘	南陽市赤湯字森先233-1	0238-43-3035	


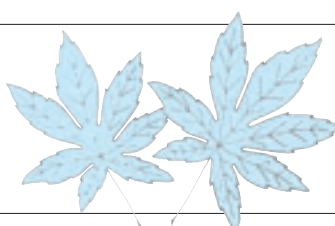
施設名	所在地	予約電話	区分
<b>福島</b>			
杉妻会館	福島市杉妻町3-45	024-523-5161	地 市 地 公
ホテル福島グリーンパレス	福島市太田町13-53	024-533-1171	
みちのく荘	福島市飯坂町字小滝5-2	024-542-4271	
あづま荘	福島市飯坂町字中ノ内1-1	024-542-3381	
<b>茨城</b>			
ホテルレイクビュー水戸	水戸市宮町1-6-1	029-224-2727	公 地 市 警
オーシャンビュー大洗	東茨城郡大洗町東光台8234-1	029-267-0488	
大洗鷗松亭	東茨城郡大洗町磯浜町8179-5	029-266-1122	
シーサイドはまざく	東茨城郡大洗町大貫64-80	029-267-2949	
<b>栃木</b>			
ニューみくら	宇都宮市昭和1-3-6	028-622-1093	地 公 市 市 東
ホテルたかはら	日光市鬼怒川温泉大原字松原1421-1	0288-77-1227	
ホテルニューもみぢ	那須塩原市塩原1074	0287-32-3215	
那須の森ヴィレッジ	那須郡那須町大字高久乙字遅山3375-637	0287-78-1636	
ブランヴェール那須	那須郡那須町湯本206	0287-76-6200	
<b>群馬</b>			
群馬共済会館	前橋市平和町2-16-8	027-231-5706	地 公 市 警 公
上毛会館	前橋市岩神町3-23-6	027-234-1411	
アルペンローゼ	吾妻郡草津町草津512-2	0279-88-1300	
凌雲閣	渋川市伊香保町10	0279-72-2254	
去来荘	利根郡みなかみ町湯原684	0278-72-6311	
<b>埼玉</b>			
別所沼会館	さいたま市南区别所4-14-10	048-861-5219	地 警 公
プリムローズ有朋	さいたま市浦和区高砂4-10-15	048-861-4122	
ホテルブリランテ武蔵野	さいたま市中央区新都心2-2	048-601-5555	
<b>千葉</b>			
プラザ菜の花	千葉市中央区長洲1-8-1	043-222-8271	地 公 市 警 市
ホテルポートプラザちば	千葉市中央区千葉港8-5	043-247-7211	
オークラ千葉ホテル	千葉市中央区中央港1-13-3	043-248-1111	
ヴェルシオーネ若潮	千葉市美浜区高洲3-8-5	043-279-1313	
黒潮荘	鴨川市貝渚2565	0470-92-2205	
<b>東京</b>			
ルポール麹町	千代田区平河町2-4-3	03-3265-5361	地 市 警 東 公 市
東京グリーンパレス	千代田区二番町2	03-5210-4630	
グランドアーク半蔵門	千代田区隼町1-1	03-3288-0111	
アジュール竹芝	港区海岸1-11-2	03-3437-2011	
ホテルフロラシオン青山	港区南青山4-17-58	03-3403-1541	
ザ・クレストホテル立川	立川市錦町1-12-1	042-521-1111	
<b>神奈川</b>			
ひめしゅら	足柄下郡箱根町仙石原1245	0460-84-7100	公 東
箱根路開雲	足柄下郡箱根町湯本521-4	0460-85-6678	
<b>山梨</b>			
富士桜荘	南都留郡富士河口湖町船津字三ノ段	0555-73-1231	地 市
ホテルやまなみ	笛吹市石和町松本222-4	055-262-5522	
<b>新潟</b>			
新潟会館	新潟市幸西3-3-1	025-247-9307	公 市 市 地
瀬波はまなす荘	村上市瀬波温泉1-2-17	0254-52-5291	
アクアレー長岡	長岡市新陽2-5-1	0258-47-5656	
新ゆざわ荘	南魚沼郡湯沢町大字湯沢主水山2208	025-784-2236	
<b>富山</b>			
パレプラン高志会館	富山市千歳町1-3-1	076-441-2255	公 市 公
グリーンビュー立山	中新川郡立山町千寿ヶ原	076-482-1716	
立山高原ホテル	中部山岳国立公園立山天狗平	076-465-3001	
<b>石川</b>			
ほくりく荘	加賀市山中温泉菅谷町口113-2	0761-78-2418	地 市 市 警
フローイント和倉	七尾市和倉町ル部2-2	0767-62-2164	
おびし荘	小松市井口町ホ55	0761-65-1831	
加賀白山荘	能美市緑が丘5-29	0761-51-4515	

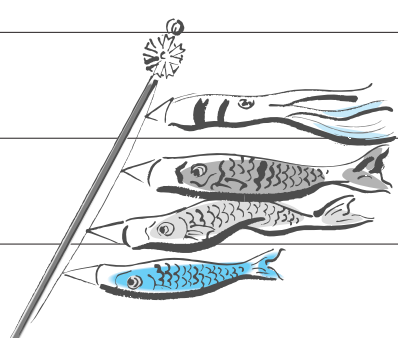
施設名	所在地	予約電話	区分
<b>福井</b>			
葵会館	福井市宝永3-8-1	0776-25-2228	警 公 地 市
芦泉荘	あわら市堀江十楽1-10	0776-77-3200	
水仙荘	丹生郡越前町岬平	0778-37-1585	
越路	坂井郡芦原町東温泉2-201	0776-77-3151	
<b>長野</b>			
ホテル信濃路	長野市岡田町131-4	026-226-5212	公 市 地 公 市 地 市
サンパルテ山王	長野市大字中御所字岡田30-20	026-228-3011	
名月荘	千曲市大字磯部1144-4	026-275-1309	
みやま荘	松本市浅間温泉3-28-6	0263-46-1547	
湖泉荘	諏訪市湖岸通り1-13-8	0266-53-6611	
湖山荘	諏訪市湖岸通り2-4-28	0266-52-2163	
湯香里荘	下高井郡山ノ内町佐野2592-9	0269-33-2222	
<b>岐阜</b>			
ホテルグランヴェール岐山	岐阜市柳ヶ瀬通6-14	058-263-7111	公 市
紫雲荘	下呂市湯乃島692-23	0576-25-2101	
<b>静岡</b>			
ホテル伊豆高原	伊東市池893-176	0557-53-1155	公 警 市
ホテル弥生	熱海市春日町8-24	0557-82-5321	
シーサイドいづたが	熱海市上多賀12	0557-67-2671	
<b>愛知</b>			
アイリス愛知	名古屋市中区丸の内2-5-10	052-223-3751	地 公 地 公 市 都
ホテルルブラ王山	名古屋市中区丸の内2-5-10	052-762-3151	
サンヒルズ三河湾	蒲郡市三谷町南山1-76	0533-68-4696	
蒲郡荘	蒲郡市港町21-4	0533-68-2188	
レイクサイド入鹿	犬山市字喜元屋敷118	0568-67-3811	
シーサイド伊良湖	渥美郡渥美町大字中山字岬1-43	0531-35-1151	
<b>三重</b>			
プラザ洞津	津市新町1-6-28	059-227-3291	公 地 市
神湯館	津市榊原町5079	059-252-0001	
サンペルラ志摩	志摩市磯部町の矢314	0599-57-2130	
<b>滋賀</b>			
ホテルピアザびわ湖	大津市におの浜1-1-20	077-527-6333	地 市
憩いの里湖西	高島市勝野1533	0740-36-2345	
<b>京都</b>			
花のいえ	京都市右京区嵯峨天龍寺角倉町9	075-861-1545	公 地 公 市 公
平安会館	京都市上京区烏丸通上長者町上ル	075-432-6181	
ホテルルビノ京都堀川	京都市上京区東堀川通り下長者町下ル3-7	075-432-6161	
ホテルセントノーム京都	京都市南区東九条東山王町19-1	075-682-8777	
うらしま荘	宮津市字島崎小字川跡2039-8	0772-22-4224	
<b>大阪</b>			
以和貴荘	大阪市中央区大手前3-1-43	06-6910-6611	地 警 市 公
プリムローズ大阪	大阪市中央区大手前3-1-43	06-6941-1231	
シティプラザ大阪	大阪市中央区本町橋2-31	06-6947-7702	
ホテルアウイーナ大阪	大阪市天王寺区石ヶ辻町19-12	06-6772-1441	
<b>兵庫</b>			
瑞宝園	神戸市北区有馬町1751	078-903-3800	地 警 市 公 市
パレス神戸	神戸市中央区下山手通5-1-16	078-371-7800	
ひょうご共済会館	神戸市中央区中山手通り4-17-13	078-222-2600	
六甲荘	神戸市中央区北野町1-1-14	078-241-2451	
ゆめ春来	美方郡温泉町湯1569-6	0796-99-2211	
<b>奈良</b>			
猿沢荘	奈良市池之町3	0742-22-5175	地 公
春日野荘	奈良市法蓮町757-2	0742-22-6021	
<b>和歌山</b>			
ホテルアバローム紀の国	和歌山市湊通丁北2-1-2	073-436-1200	公 公
サンかつうら	東牟婁郡那智勝浦町天満803-3	0735-52-4750	
<b>鳥取</b>			
ホープスターとっとり	鳥取市永楽温泉町556	0857-26-3311	市

施設名	所在地	予約電話	区分
白兔会館 弓ヶ浜荘 溪泉閣	鳥取市末広温泉町556 米子市皆生温泉4-6-12 東伯郡三朝町山田180	0857-23-1021 0859-22-7476 0858-43-0828	公 市 市
島根			
ホテル宍道湖 ホテル白鳥 サンラポーむらくも	松江市西嫁島2-10-16 松江市千鳥町20 松江市殿町369	0852-25-1155 0852-21-6195 0852-21-2670	地 市 公
岡山			
三光荘 サン・ピーチOKAYAMA ピュアリティまきび	岡山市古京町1-7-36 岡山市駅前町2-3-31 岡山市下石井2-6-41	086-272-2271 086-225-0631 086-232-0511	地 市 公
広島			
鯉城会館	広島市中区大手町1-5-3	082-245-2322	地
山口			
防長苑 翠山荘 セントコア山口 シーサイドパレス萩	山口市熊野町4-29 山口市湯田温泉3-1-1 山口市湯田温泉3-2-7 萩市椿東字北川6030-13	083-922-3555 083-922-3838 083-922-0811 0838-26-6141	市 地 公 市
徳島			
ホテル千秋閣	徳島市幸町3-55	088-622-9121	市
香川			
ルポール讃岐 ホテルマリンパレスさぬき	高松市中野町23-23 高松市福岡町2-3-4	087-831-3330 087-851-6677	地 市
愛媛			
えひめ共済会館 にぎたつ会館	松山市三番町5-13-1 松山市道後姫塚118-2	089-945-6311 089-941-3939	市 公
高知			
さんご荘 高知共済会館 高知会館	高知市鷹匠町2-5-4 高知市本町5-3-20 高知市本町5-6-42	088-823-6221 088-823-3211 088-823-7123	警 市 公
福岡			
福岡リーセントホテル ホテルレガロ福岡 博多サンヒルズホテル 小倉リーセントホテル	福岡市東区箱崎2-52-1 福岡市博多区千代1-20-31 福岡市博多区吉塚本町13-55 北九州市小倉北区大門1-1-17	092-641-7741 092-651-7611 092-631-3331 093-581-5673	公 地 警 公
佐賀			
若楠会館 グランデはがくれ	佐賀市城内1-3-13 佐賀市天神2-1-36	0952-29-2233 0952-25-2212	地 公
長崎			
ホテルセントヒル長崎 グランビューうおみ 白雲荘	長崎市筑後町4-10 雲仙市小浜町北本町943 雲仙市小浜町北本町940	095-822-2251 0957-74-2515 0957-74-2251	公 市 地
熊本			
水前寺共済会館	熊本市水前寺1-33-18	096-383-1281	公
宮崎			
ひまわり荘	宮崎市瀬頭2-4-5	0985-24-5285	市
大分			
つるみ荘 豊泉荘	別府市田ノ湯町13-13 別府市青山町5-73	0977-21-0101 0977-23-4281	地 公
鹿児島			
ホテルウェルビューかごしま マリンパレスかごしま	鹿児島市与次郎2-4-25 鹿児島市与次郎2-8-8	099-206-3838 099-253-8822	公 市
沖縄			
サザンプラザ海邦 八汐荘	那覇市旭町7 那覇市松尾1-6-1	098-862-4120 098-867-1191	警 公



# 年金カレンダー（共済年金）

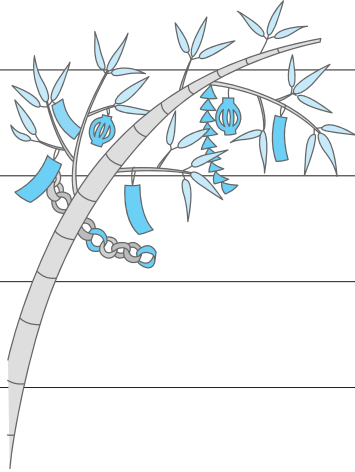
年月	年金支払日	その他
平成21年 6	15日(月) 年金支払日(4・5月分)	
7		
8	14日(金) 年金支払日(6・7月分)	
9		
10	15日(木) 年金支払日(8・9月分)	
11		中旬 「平成22年分 扶養親族等申告書」の送付 ※障害(共済)・遺族(共済)年金の受給者の方には、非課税のため送付いたしません。 下旬 「平成22年分 扶養親族等申告書」の提出締切
12	15日(火) 年金支払日(10・11月分)	

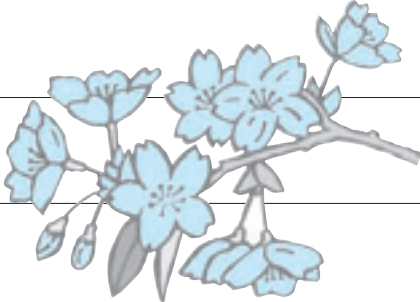
平成22年 1		下旬 「平成21年分 現況届」の送付 ※一部の方のみ(詳しくは10ページをご覧ください) 「平成21年分 源泉徴収票」の送付 ※障害(共済)・遺族(共済)年金の受給者の方には、非課税のため源泉徴収票は送付いたしません。
2	15日(月) 年金支払日(12・1月分)	月上旬 「平成21年分 現況届」の提出締切 ※一部の方のみ ☆確定申告(2月16日～3月15日) ※手続き等に関しては税務署におたずねください。 なお、税務署は土・日・祝日は閉庁となっています。
3		
4	15日(木) 年金支払日(2・3月分)	
5		
6	15日(火) 年金支払日(4・5月分)	

連絡先

大阪市北区中之島1-3-20  
 大阪市職員共済組合  
 TEL 06-6208-7547~9

# 年金カレンダー（退隠料・互助年金）

年月	年金支払日	その他
平成21年 6	15日(月) 年金支払日(5・6月分)	
7		
8	14日(金) 年金支払日(7・8月分)	
9		
10	15日(木) 年金支払日(9・10月分)	
11		
12	15日(火) 年金支払日(11・12月分)	<p>中旬 「平成22年分 扶養親族等申告書」の送付 ※扶助料・恩給扶助料・遺族年金・障害年金の受給者の方には、非課税のため送付いたしません。</p> <p>下旬 「平成22年分 扶養親族等申告書」の提出締切</p>

平成22年 1		<p>下旬 「平成21年分 受給権調査届」の送付</p> <p>「平成21年分 源泉徴収票」の送付 ※扶助料・恩給扶助料・遺族年金・障害年金の受給者の方には、非課税のため送付いたしません。</p>
2	15日(月) 年金支払日(1・2月分)	<p>月上旬 「平成21年分 受給権調査届」の提出締切</p> <p>☆確定申告(2月16日～3月15日)</p> <p>※手続き等に関しては税務署におたずねください。 なお、税務署は土・日・祝日は閉庁となっています。</p>
3		
4	15日(木) 年金支払日(3・4月分)	
5		
6	15日(火) 年金支払日(5・6月分)	

連絡先

大阪市北区中之島1-3-20  
大阪市総務局（退隠料担当）  
TEL 06-6208-7547~9

大阪府中央区安土町3-1-3 ヴィアーレ大阪内  
大阪市職員互助会（互助年金担当）  
TEL 06-4705-2425~7

# 個人情報保護に関する基本方針

大阪市職員共済組合（以下、「当組合」と言います。）は、組合員（年金待機者を含みます。）及び年金受給権者の皆様やそのご家族の方々に関する個人情報保護について、「個人情報保護に関する法律」の施行を受けて、同法に基づく措置を的確に講じつつ、当組合が保有する個人情報の保護に万全を期します。

## 個人情報保護に関する規程等の策定と継続的改善

当組合は、個人情報を適切に保護するための規程等を策定し、見直しを継続して行います。

## 法令の遵守

当組合は、当組合が保有する個人情報に関して適用される法令その他の規範を遵守します。

## 個人情報の取得と利用

当組合は、個人情報の取得にあたり、その利用目的、利用方法などをあらかじめ組合員または年金受給権者等の皆様に明らかにし、取得した個人情報はその範囲内で業務遂行上必要な場合に限り利用します。

## 個人データの第三者提供

当組合は、法令に定められている場合を除き、あらかじめ本人の同意を得ることなく、個人データを第三者に提供することはありません。

## 個人データの管理

当組合は、個人データの正確性を保持し、また個人データの紛失、破壊、改ざん、漏洩などを防止するため不正アクセス、コンピュータウイルス等に対する適正な情報セキュリティ対策を講ずることにより、これを安全に管理します。

## 個人データの開示、訂正、利用停止等

当組合は、当組合が保有する個人データについて本人から開示または訂正または利用停止等の申し出があったときには、適切に対応します。

## 組織及び体制

当組合は、個人情報管理者を設置し、個人情報の適正な管理を行うとともに職員に対して個人情報保護に関する教育啓蒙活動を実施し、個人情報の適正な取扱いを徹底します。

# いつまでもいきいきと元気に

みなさんは、生きがいをもって暮らしていますか？

年齢を重ねると、足が弱くなったり、病気などによって生活に支障がでることがあります。年代によって介護が必要となる原因には違いがあります。

## 【65～74歳】

脳血管疾患（脳梗塞、脳出血など）が4割近くを占めます。

## 【75歳以上】

高齢による衰弱や認知症、転倒・骨折など老化が原因となる割合が増えます。



「弱ってきたから…」とできることをしなくなると、老化は急に進みます。

これからもいきいきと生活できるように、毎日の過ごし方を見直し、工夫してみませんか？

## “生活機能評価”で心身の状態確認を

日常生活の動作などに衰えがないかを問診や検査でチェック（費用は無料）するのが“生活機能評価”です。

生活機能評価の結果、必要な方にはお住まいの市町村が転倒予防のための運動や栄養改善のための支援をしてくれます。



### 対象者

既に要支援・要介護認定を受けている方を除く65歳以上の方

### お問い合わせ

お住まいの市町村、または保健福祉センターへ

一つでもチェックがついた方は、ぜひ受けてみましょう。

- バスや電車で一人で外出していない。
- 転倒に対する不安が大きい。
- 昨年と比べて外出の回数が減っている。
- お茶や汁物でむせることがある。

(※) 生活機能評価「基本チェックリスト」より抜粋

# シニア世代のはつらつ食生活

## 加齢によるからだの変化



だ液の分泌が少なくなり、飲み込む力が低下する

歯が弱くなったり義歯のために、かみ砕く力が低下する

腸の働きが低下して、下痢や便秘をおこしやすくなる

味覚が低下して濃い味付けを好むようになる

骨がもろくなり、骨折しやすくなる

血管の弾力が低下し、動脈硬化を起こしやすくなる

\*老化の進行は個人差があります  
それぞれの状態に合わせた食生活にしましょう。


## 食生活のポイント

- ★食事はバランスよく  
主食・主菜・副菜を組み合わせる
- ★主菜は肉に偏らず  
魚中心の料理を心がける
- ★脂質は肉の脂肪よりサラダ油を  
1日大さじ1～2杯



- ★野菜料理を1品増やす  
1日小鉢5皿を目標に

### 大根サラダ（一人分）

- 大根（千切り） 50g  
きゅうり（千切り） 1/4本  
かにかまぼこ（ほぐす） 1本  
[塩・こしょう 少々、いりごま・マヨネーズ 各大さじ1/2]  
・材料を [ ] の調味料で和える。
- 

- ★塩分ひかえめ  
酸味や香辛料、「だし」の味をきかせて薄味で

### ささみの磯辺あげ（一人分）

- |      |      |                                |
|------|------|--------------------------------|
| 鶏ささみ | 60g  | ・ ささみは筋をとり、横に切れ目を入れ、梅肉をぬりはさむ。  |
| 梅肉   | 小さじ1 |                                |
| 片栗粉  | 少々   | ・ ささみ全体に片栗粉をまぶし、焼き海苔を巻いて油で揚げる。 |
| 焼き海苔 | 1/2枚 |                                |

- ★毎日とろう牛乳・乳製品を

### ミルクわらびもち風（一人分）

- |      |       |  |
|------|-------|--|
| 牛乳   | 100cc | ・ あらかじめ温めた牛乳に水でふやかしたゼラチンを煮溶かし砂糖を加え、型に入れて冷やし固める。適当な大きさに切り、きな粉、黒蜜をかける。 |
| 砂糖   | 小さじ1  |  |
| ゼラチン | 2.5g  |  |
| きな粉  | 少々    |  |
| 黒蜜   | 適宜    |  |

- ★よく噛んで、腹八分目に  
ひとくち30回噛むつもりで

- ★おいしく楽しく  
食事をとろう



- ★水分補給を充分に  
のどが渇く前に、こまめに



## 地方公務員災害補償基金大阪市支部からのお知らせ

大阪市支部で石綿（アスベスト）による疾病が公務災害として認定されました

これまで、石綿による疾病の公務上外の判断にあたっては、労働者災害補償保険制度における「石綿による疾病の認定基準について」に準じて判断し、この石綿労災基準を満たしている場合には、地方公務員災害補償法施行規則に基づき、公務上として取り扱ってきたところですが、労災等における石綿による疾病の取扱状況を踏まえ、石綿労災基準に相当すると認められる場合についても、公務上として取り扱うこととされました。

これをうけ、平成21年2月に交通局で勤務されていた方が、同年3月には建設局で勤務されていた方が、石綿労災基準に相当すると認められる業務に従事していたとして公務災害の認定をうけたところです。

### ～公務災害として認定された事案の詳細～

交通局（車両工場）：技術員（中皮腫）

- ・地下鉄車両用の制御装置や集電装置の絶縁物（石綿含有）の亀裂時の取替え作業

建設局（旧都市環境局の下水処理場）：機械作業員（中皮腫）

- ・排気ガス漏れによる排気管補修時の断熱材（石綿含有）の除去及び復旧作業
- ・ガスケット・パッキン（石綿含有）劣化時の交換作業及び加工作業

- 石綿による疾病について不安のある方は、お住まいの自治体や医療機関などで健康診断を実施しておりますので、健康診断を受診するようにしてください（受診の際、医師に自分が過去に石綿に係る作業を行っていた旨お伝えください）。
- 石綿による疾病と診断された場合は、公務災害として認定される可能性がありますので、地方公務員災害補償基金大阪市支部にご連絡ください。

### お問い合わせ先

地方公務員災害補償基金大阪市支部  
（総務局人事部厚生担当内）

電 話：06-6208-7538

ファックス：06-6222-2669

※受付時間：9:00～17:30

## 交通局で技術系業務に従事していた職員及びご遺族の皆様へ

昭和40年代に車両工場においてアスベスト（石綿）取扱い業務（地下鉄車両用制御装置や集電装置の絶縁物の亀裂時の取り替え作業）に従事していた元職員が、平成21年2月に公務災害と認定されました。

石綿による疾病は、その吸引から長期間たって発病することが知られております。

現在、当局におきましては、当該業務に従事されたことのある元技術系職員の皆様の健康状況等について調査を行っておりますので、ご連絡くださるようお願いいたします。

### ○ 臨時石綿健康診断の実施

対象者：石綿取扱い業務のあった職場に勤務したことのある技術系職員

（自動車管理事務所・各バス営業所の作業場、各車両工場、電気管理事務所、工務管理事務所、本局・工事監督を行っている職場 等）

時 期：平成21年7月（予定）

※申込者には、後日、健康診断のご案内を郵送いたします。

### ○ 公務災害に関する調査

石綿を原因とする疾病（石綿肺・中皮腫・一部の肺がん等）を発症し、医療機関を受診している方及び当該疾病が原因で死亡された方は、公務災害となる可能性がありますので、当局で職務歴を調査いたします。

※詳しくは、電話にてお問い合わせいただくか、又は当局ホームページをご覧ください。  
(<http://www.kotsu.city.osaka.jp/>)

#### お問い合わせ先

大阪市交通局職員部厚生・給与担当

専用電話：06-6585-6315

ファックス：06-6585-6820

※受付時間：8：30～17：00

## 水都大阪2009 この夏開催！（表紙）

生命の源である水・生活の場としての川を見直し、美しい「水の都」の復興を広く伝える市民参加型イベント、それが「水都大阪2009」です。52日間の会期中、水辺を楽しむ100を越えるワークショップや、「灯りプログラム」、アート船の巡航など、中之島公園がさながら夢と灯りのアイランドへと変貌します。また、船着場での朝市やマーケット、「北浜テラス（大阪川床）」、市民ガイドが船クルーズやまち歩きの案内をする「OSAKA旅∞（おおさかたびめがね）」など、水の都大阪の魅力を満喫できるプログラムを数多く用意しています。ご家族そろって、ぜひ会場へ足をお運びください。

水都大阪2009

期 間：2009年8月22日（土）～10月12日（祝・月）〔52日間〕

会 場：中之島公園・八軒家浜周辺、水の回廊を中心とした大阪市内各所

U R L：<http://www.suito-osaka2009.jp>

お問合せ：水都大阪2009実行委員会事務局

TEL：7506—9024

退職者だより第38号  
平成21年6月発行

## 大阪市職員共済組合

大阪市北区中之島1-3-20

（大阪市役所内）

電話：庶務係 6208-7541～2  
6208-7581～2

医療給付係 6208-7591～4

年金給付係 6208-7547～9

事業係 6208-7544

6208-7596～7

URL：<http://www.city-osaka-kyosai.or.jp/>