

財務課から

平成21年度の事業計画 及び予算の概要

健康づくり通信

**禁煙マラソン参加者及び
禁煙講習会希望の事業所大募集!!**

生活習慣改善チャレンジ

「食事と運動」参加者大募集!!



Kyosai

共済だより No.324 May 2009 <http://www.kyosai.metro.tokyo.jp/>

KYOSAI 5 CONTENTS

財務課から

平成21年度の事業計画及び予算の概要03

貸付課から	「貸付事業のあり方検討会」の報告07
厚生課から	「保養・会館施設等のあり方検討委員会」の報告08
健康増進課から	平成21年度の間人ドック事業について09 人ドック助成の利用方法の変更について10 「永年勤続退職予定者健診」のお知らせ11 特定健診・特定保健指導のご案内12
シティ・ホール診療所から	今年の夏は水虫から解放されましょう13
年金課から	新たに職員となった皆様へ14
医療保険課から	被扶養者の認定期限延長手続きをお忘れなく16 柔道整復師(整骨院・接骨院)にかかる時17 医療費の状況を調査しました18

健康づくり通信

禁煙マラソン参加者及び禁煙講習会希望の事業所大募集!!20

生活習慣改善チャレンジ「食事と運動」参加者大募集!!21

地方公務員共済組合連合会から 地共済年金財政の現状について22

共済QandA24

総務課から 東京都職員共済組合の役員変更24

厚生課から 委託体育施設「ゴールドジム」の会員カード発行手数料が無料になりました25

四季の宿 箱根路開雲 春を満喫・青葉薫る浪漫の湯／初夏のバス旅行26

ホテル ブランヴェール那須 初夏の那須を満喫「新那須会席」プラン／ブランヴェール那須のバスツアー28

厚生課から 清瀬運動場からお知らせ30

アジュール竹芝総合健診センターのご案内30

Bayside Hotel アジュール竹芝 AZUR Weddingなど31

総務課から 平成21年度共済だより 連載企画記事告知34

お問合せはコチラへ

〒163-8001 新宿区西新宿 2-8-1
東京都職員共済組合事務局
管理部総務課 共済だより担当

TEL.03-5320-7307
又は都庁内線 57-121

共済組合HP(組合員専用メニュー)の
ユーザー名は「kyosai」(半角小文字)
です。※パスワードは不要です。

広告



日本だから、できる。あたらしいオリンピック!
東京都

平成21年度の 事業計画及び予算の概要

3月26日に開催された組合会において、
平成21年度事業計画及び予算案が承認されました。

1 予算編成方針

平成21年度予算は、今後の事業運営の指針として策定した「共済事業プラン2008」に基づき、共済事業全体を健康を軸に再構築を図ることを基本に編成。

具体的には、以下の点を基本に編成しました。

- 組合員の福祉の向上に寄与するため、組合員のニーズを的確に捉えて、効果的・効率的な事業の構築を行う。
- 「共済事業プラン2008」で掲げた事業の再構築(保養・会館施設や貸付事業の見直しなど)に向けた具体的な取組みを予算に反映させる。

2 団体数及び組合員数

■ 団体数:31団体

新たに、平成21年4月から「地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター」が加わります。

■ 組合員数

(単位:人、%)

区 分	平成21年度	平成20年度	増△減	増減率
組 合 員 数	127,233	130,533	△3,300	△2.5
被 扶 養 者 数	109,772	116,071	△6,299	△5.4
年金受給者数	140,626	136,058	4,568	3.3

(注)表中の数値は、各年度予算において設定した組合員数等の人数です。

3 財政規模

(単位:百万円、%)

区 分	平成21年度	平成20年度	増△減	増減率
短期給付事業	74,369	77,677	△ 3,308	△ 4.3
長期給付事業	1,256,983	1,342,595	△ 85,612	△ 6.4
福 祉 事 業	12,295	42,656	△ 30,361	△71.2
基礎年金支払事業	3,773	3,678	95	2.6
短期・長期・基礎年金 支払のための事務費	1,212	1,189	23	1.9
合 計	1,348,632	1,467,795	△119,163	△ 8.1

(注1)短期給付事業は医療保険及び介護保険、長期給付事業は年金に係る事業を行っています。

(注2)福祉事業は、保健事業、医療事業、宿泊(保養・会館)事業、貸付事業の合計。(医療経理は、平成20年度末で廃止)

4 組合員の掛金率の改定

- 短期、長期、福祉の各事業を実施するために必要な財源については、組合員が負担する掛金と、事業主が負担する負担金で成り立っており、それぞれの負担割合は同じです。

(財源率 = 組合員の掛金率 + 事業主の負担金率)

- 平成21年度は、組合員の短期給付に係る掛金率は据え置き、介護給付に係る掛金率は引下げになります。長期給付は、平成21年が財政再計算のため、9月以降の率は、暫定財源率となっています。(福祉事業の掛金率は変更ありません。)
- この結果、組合員1人当たりの年間負担額は、約5,200円の増加となります。

■ 組合員1人当たり年間平均負担額

(単位:円)

区 分	平成21年度	平成20年度	負担増△減
短期(医療保険・介護保険)	281,000	284,900	△3,900
長期(年金)	521,000	511,700	9,300
福 祉	12,200	12,400	△ 200
計	814,200	809,000	5,200

■ 組合員種別掛金率

(単位:%)

組 合 員 種 別 (区 分)		短期給付	介護保険	長期給付		福祉事業	合 計	
				8月まで	9月以降		8月まで	9月以降
一 般 組 合 員	給 料	4.63125	0.46438	9.25000	9.47125	0.220	14.56563	14.78688
	期末手当等	3.70500	0.37150	7.40000	7.57700	0.176	11.65250	11.82950
一 般 組 合 員 (特 別 職)	給 料	3.70500	0.37150	7.40000	7.57700	0.176	11.65250	11.82950
	期末手当等	3.70500	0.37150	7.40000	7.57700	0.176	11.65250	11.82950
知 事 組 合 員	給 料	3.70500	0.37150	7.40000	7.57000	0.176	11.65250	11.82950
	期末手当等	3.70500	0.37150	7.40000	7.57000	0.176	11.65250	11.82950
特 定 消 防 組 合 員	給 料	4.63125	0.46438	9.25000	9.47125	0.220	14.56563	14.78688
	期末手当等	3.70500	0.37150	7.40000	7.57700	0.176	11.65250	11.82950
長 期 組 合 員 (特 別 職) 知 事 長 期 組 合 員	給 料	—	—	7.40000	7.57700	0.176	7.57600	7.75300
	期末手当等	—	—	7.40000	7.57700	0.176	7.57600	7.75300
船 員 一 般 組 合 員	給 料	3.88125	0.46438	9.25000	9.47125	0.220	13.81563	14.03688
	期末手当等	3.10500	0.37150	7.40000	7.57700	0.176	11.05250	11.22950
継 続 長 期 組 合 員	給 料	—	—	9.25000	9.47125	—	9.25000	9.47125
	期末手当等	—	—	7.40000	7.57700	—	7.40000	7.57700
任 意 継 続 組 合 員	給 料	9.26250	0.92876	—	—	—	10.19126	10.19126

★網かけ部分は、平成21年度に改定される掛金率です(介護保険 H21.4改定、長期給付 H21.9改定予定)。

5 事業計画及び予算のポイント

- 組合員は長期にわたり減少傾向にあり、ここ数年は約3千人程度減少しています。平成19年度末からは団塊世代の大量退職が始まっています。

■ 組合員数の推移

(単位:人)

年 度	H1	H10	H18	H19	H20	H21
組 合 員 数	174,356	164,142	135,894	132,907	130,533	127,233

短期給付事業

■ 短期給付の収支状況

短期給付は、平成20年度から新たな高齢者医療制度が開始されたことにより、後期高齢者支援金等の拠出金が増加し、財政状況が厳しくなっています。

(単位:億円)

年 度	H18	H19	H20	H21
掛け金・負担金等収入	603	624	666	640
給付金等	332	333	329	342
拠 出 金	203	246	343	286
累積欠損金解消分	68	6	—	—
収支差引額	0	39	△6	12

■ 短期給付の改正

- 出産費及び家族出産費の増額 法定給付:35万円→38万円
- 「75歳到達月における自己負担限度額の特例」の創設

長期給付事業

■ 長期経理の収支状況

長期経理は、単年度の収支不足額が年々拡大し、長期給付積立金の取崩額は増大しています。

(単位:億円)

年 度	H18	H19	H20	H21
掛け金・負担金等収入	2,428	2,446	2,173	2,131
年金給付等支出	2,722	2,791	2,793	2,831
収支差引額	△294	△345	△620	△700

■ 余裕金の安全で効率的な運用

長期積立金のより安全で効率的な資金運用を行うため、「基本ポートフォリオ(投資資産の組み合わせの基準)」により、運用を行っています。平成21年度は、現在の運用状況を踏まえ、平成20年度より0.5%低い1.26%(運用収入約126億円)を見込んでいます。

■ 基本ポートフォリオ

投資資産種別	短期資金	国内債券	国内株式	外国債券	外国株式	合計
割 合	10.0%	67.0%	6.0%	11.0%	6.0%	100%

保健事業

福祉事業は、特定健診・特定保健指導の開始を契機に、これまでの人間ドックや夏冬季施設・リフレッシュ施設をはじめ、健康ポイントプログラムや健康づくり支援事業など、組合員やその家族の健康維持・増進を目的とした各種事業に取り組んでいます。

■ 特定健診、特定保健指導の着実な実施(平成20年度から開始)

- 40歳から74歳までの組合員及び被扶養者を対象に、生活習慣病予防のための健康診査・保健指導を効率的・効果的に実施し、いわゆるメタボリックシンドロームの該当者・予備軍を減少させ、組合員等の生活の質の向上を図ります。

■ 人間ドック助成の利用方法等の変更(21年4月～)

- 人間ドックの予約申込先を、人間ドック実施機関(医療機関)から代行機関(民間事業者)に変更します。
- 被扶養者及び任意継続組合員については、同一年度内において、人間ドックと特定健康診査いずれか一回の選択制となります。

健康ポイントプログラム

- 組合員、被扶養者ひとりひとりが自ら楽しみながら健康づくりができるよう、健康診断データの入力による健康レベルのシュミレーションなど各種健康情報をWeb(QUIO)で提供します。(利用を重ねることでポイントが加算され、賞品と交換することも可能です。)

健康づくり支援事業

- 若い世代における生活習慣の改善を目的に、30歳代の組合員を対象に、食生活や運動の支援サービスを実施します。

委託保健施設事業の規模見直し

委託保健施設(夏冬季施設、リフレッシュ施設)については、平成20年度末で廃止となった直営施設(湯河原荘)の利用状況を考慮し、事業規模を増加します。

()は、対前年度対比

夏 季 施 設	154,300人(+800人)
リフレッシュ施設	19,790人(+1,360人)

シティ・ホール診療所の機能充実

- 診療体制の充実(禁煙外来の設置)や診療・検査機能の充実を図り、一層のサービス向上を図ります。

宿泊(保養・会館)事業

委託保養施設及び会館施設については、平成21年2月、施設の現状や今後のあり方についての「保養・会館施設等のあり方検討委員会報告」がとりまとめられました。今後は、この報告を受け、事務局方針を決定し、より多くの方に利用いただけるよう、施設の経営改善とサービス向上に取り組めます。

箱根路開雲

- 利用者からの要望の強い客室の洋室化については、平成20年度(2室)に引き続き、3室の改修工事を実施します。

ブランヴェール那須

- 利用料金の引き下げや、家族向けサービスの実施など、利用者増加策を講じます。
- クアハウスは、組合員等の利用意向を踏まえ、夏季期間(4/29~9/23)営業します。
- 建物・施設の機能維持に必要な改修を行い、利用者サービスの向上を図ります。

アジュール竹芝

- ホテル部門では、婚礼部門などを中心とした館内リニューアル工事や、宴会場音響基盤工事などを実施し、利用者サービスの向上を図ります。
- 健診部門では、直営施設として、人間ドック、特定健康診査・特定保健指導を実施し、組合員等の健康増進に寄与します。

貸付事業

住宅及び一般貸付事業

住宅貸付や一般貸付について、組合員数の減少や住宅市場の動向などから、前年度より減となる貸付件数を見込みました。

()は、対前年度対比

住 宅 貸 付	700件(△300件)
一 般 貸 付	2,300件(△1,300件)

お問い合わせ先

管理部財務課計理係 電話(03)5320-7311 又は都庁内線 57-152

「貸付事業のあり方検討会」の報告

今後の貸付事業のあり方について、「共済事業プラン2008」に基づき局内に「貸付事業のあり方検討会」を設置し、平成20年5月から5回にわたり検討を重ねてきましたが、この度報告がまとまりましたのでお知らせします。

なお、当組合では、この報告を受け、今後、貸付事業についての事務局方針を決定していく予定です。

貸付事業の現状

当組合では、現在、住宅貸付と一般貸付の貸付事業を行っていますが、新規貸付件数は、平成12年度から毎年減少しており、住宅貸付でみると平成19年度は平成12年度に比べて、△80.8%と激減しています。(下表参照)この間の組合員数の減少が△16.5%、首都圏の住宅着工件数が平成18年度までは増加傾向にあったことを考えると、貸付事業に対する組合員のニーズが著しく低下してきていることが窺えます。これに対し、低利なキャンペーン金利の設定、金融商品の多様化などにより、民間金融機関の住宅ローンのウェイトは年々高まってきています。一般貸付についても同様に毎年減少しています。

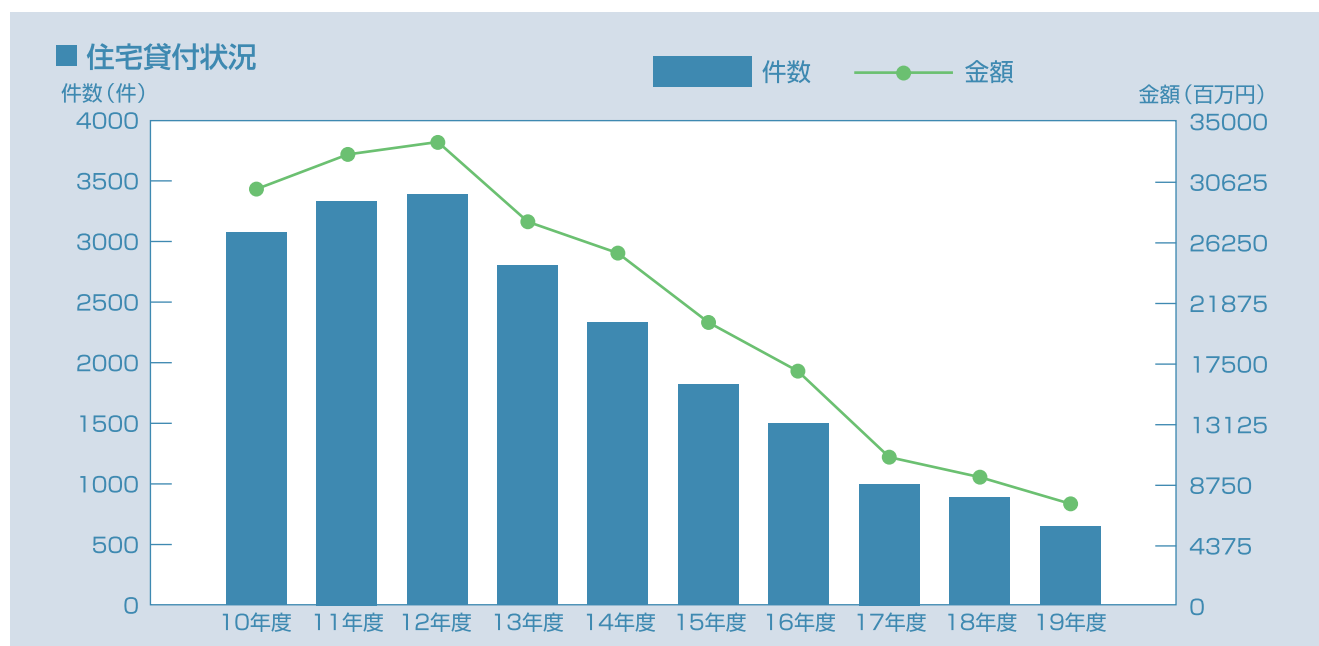
財政面でみると、この貸付事業の原資となっている長期給付積立金(年金原資)は、平成13年度以降年金支給のため取り崩しを行っており、平成30年度には、資金不足に陥ることが見込まれています。

また、厚生年金では、すでに年金資金を原資とした貸付事業を廃止しています。

今後の貸付事業のあり方

このような貸付事業を取り巻く状況の中で、当組合の貸付事業の魅力・優位性が回復することは今後も期待できず、その役割はほぼ終了したものといたしています。今後の長期給付積立金の動向、平成21年度に貸付事業の収支が赤字になること等を考えると、新規貸付を早期に廃止することが望ましいが、組合員の資金計画への影響等を考慮し、5年程度の経過措置期間を設け、平成25年度末をもって新規貸付を廃止するのが妥当であるとしています。

また、既借受者に対しては、当組合への償還を継続することとしています。



お問い合わせ先

事業部貸付課貸付収納係 電話(03)5320-7346・7 又は都庁内線 57-362・372

「保養・会館施設等のあり方検討委員会」の報告

今後の保養・会館施設等のあり方について、「共済事業プラン2008」に基づき局内に「保養・会館施設等のあり方検討委員会」を設置し、平成20年6月から5回にわたり検討を重ねてまいりましたが、この度報告がまとまりましたのでお知らせします。

なお、当組合ではこの報告を受け、今後、保養・会館施設等について事業方針を決定していく予定です。

基本的な考え方

当組合における宿泊事業は、組合員のニーズが高く、公務の能率性を確保する観点からも重要であり、「心身のリフレッシュのための事業」と位置付けを明確にして継続すべきとしています。一方、保養・会館施設の維持に多額の繰入金を補填していますが、組合員の減少等により経費補填は困難になることや、保養施設の機能役割は限定的であることから、夏・冬季等の委託保健施設に重点を移すべきとしています。

施設存続の基本となる具体的な視点

保養・会館施設がその機能・役割を果たすためには安定的な経営基盤が必要であるため、次の4項目をもとに施設存続の可否を評価します。

- ① 運営面の健全性（運営受託者の償却前営業利益）、② 事業採算面（減価償却費を除く営業キャッシュフロー）
- ③ 施設・設備整備等（サービス水準確保に相当な整備費等要する施設を維持する必要性）、
- ④ 組合員等施設利用率（退職者を含む組合員等利用率は6割以上が必要）

各施設別の今後の方向性

■ ブランヴェール那須

組合員等利用率は6割を確保しているが、観光資源に乏しく交通の利便性も悪く集客が困難なことに加え、運営受託者の償却前営業利益が7千万円を超える赤字であることや事業採算面も赤字となる状況です。今後一定期間更なる経営改善に取組み、収支を含めその状況を組合員に十分周知し、その上で経営改善がみられないときは、組合員の意向も配慮した上で施設の廃止をすみやかに検討すべきとしています。

■ 箱根路開雲

交通の利便性が高く集客が見込める環境のなか、組合員等利用率も7割を超え、償却前営業利益も黒字となるなど保養施設としての価値があります。今後とも一層の組合員利用の拡大と収益向上に取組み、施設運営を続けていくべきと考えますが、建物等の改修整備計画を策定し、今後の投資判断の基礎とすべきとしています。

■ アジュール竹芝

組合員等利用率は、宿泊部門では約3割と低いものの婚礼で6割を確保しており、償却前営業利益も黒字であるなど組合員の会館施設として存在価値があり、施設運営を続けていくべきと考えます。一方、今後大規模改修に相当な経費が必要となるので、既存の大規模改修計画を精査し今後の投資判断の基礎とすべきです。また、地上権設定が終了する平成30年の前にその後のあり方を検討すべきとしています。

19年度各施設の収支、償却前営業利益、客室稼働率、組合員等利用率

区分	収支(※1)	償却前営業利益(※2)	客室稼働率	組合員等利用率
ブランヴェール那須 (18年度)	△238百万円 (△246百万円)	△73百万円 (△80百万円)	50.8% (49.7%)	64.7% (75.4%)
箱根路開雲 (18年度)	△65百万円 (△48百万円)	24百万円 (25百万円)	81.4% (81.4%)	72.1% (79.5%)
アジュール竹芝 (18年度)	△134百万円 (△166百万円)	93百万円 (74百万円)	90.6% (89.9%)	26.8% (28.5%)

※1 減価償却費、施設整備費等を含んだ各施設の収支 ※2 運営受託者の償却前営業利益

お問い合わせ先

事業部厚生課保養係 電話(03)5320-7343 又は都庁内線 57-341

平成21年度
事業案内

平成21年度の 人間ドック事業について

人間ドック助成の利用方法が変更となりました

「病気になる」だけでなく、「豊かに生きる」ためにも、定期的な健診は欠かせません。

共済組合では、あなたのセルフケアを補完し、この先の豊かな人生を応援するために人間ドック費用の一部を助成しています。

1 対象者

年度末現在、40歳以上の組合員及び被扶養者

	40歳以上(年度末現在)	永年勤続退職予定者
一般組合員	人間ドック	人間ドック
任意継続組合員	特定健診	
被扶養者	人間ドック	

} どちらか選択

(ご注意)

受診日現在、共済組合員資格(組合員証(本人・被扶養者)で確認)を有する必要があります。ただし、「永年勤続退職予定者健診」に該当し受診する場合に限り、共済組合員資格喪失後6か月まで助成します。

2 助成額

組合員(40歳以上)	一般	25,000円
	永年	35,000円
被扶養者(40歳以上)		15,000円

3 種別・利用回数

「日帰り」「大腸」「脳」の3種類のうち、いずれか1つを年度内1回に限り利用できます。ただし、当組合が実施する特定健診を受診された方は人間ドック助成を受けられません。

4 予約の申込

平成21年度より、申込方法が変更となりました。詳しくは、次ページをご覧ください。

5 予約の変更・取消

- 予約日の変更は、直接医療機関へご連絡ください(健診予約センターへの連絡は不要)。
- 医療機関の変更及び予約の取消は、健診予約センターへご連絡ください。

6 健診結果の集約

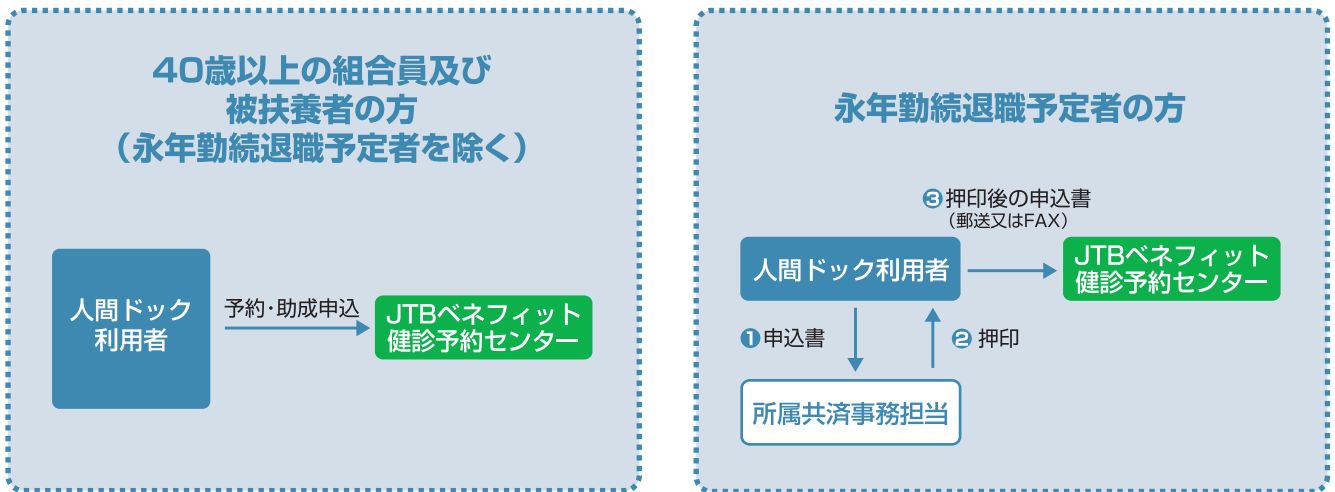
皆様の健診結果(特定健診の項目のみ)は、各医療機関から当組合が適正に収集し、特定保健指導等に活用させていただきますので、あらかじめご了承ください。

お問い合わせ先

事業部健康増進課人間ドック担当 電話(03)5320-7352 又は都庁内線57-415

— 人間ドック助成の利用方法の変更について —

平成21年度より人間ドック助成の利用方法を変更しました。予約のお申込み先などの変更点がありますので、お間違えのないようお願いいたします。



新しい利用方法 (21年度)

① 申込: (株)JTBベネフィット えらべる健診予約センター

- 受診希望日の3週間前までに、申込をしてください。
- 永年勤続退職予定者の方は、郵送又はFAXのみの申込です。(永年の方は、所属担当者の確認印が必要となりますのでご注意ください)

電話

03-5617-6052

当組合の加入者であること、組合員番号、希望する受診日・医療機関等をお伝えください。

FAX

03-5617-6030

専用の申込書(※1)にご記入ください。

郵送

〒135-0042

東京都江東区木場1-4-12
名古屋路木場ビル2階

専用の申込書(※1)にご記入ください。

WEB

平成21年6月開設予定

※1 専用申込書は、「共済ハンドブック」及び「共済組合ホームページ」に掲載しています。

② 受診券

- 申込後、健診予約センターより、「受診券」と「受付確認のお知らせ(お申込内容の確認書面)」を送付します。

③ 予約結果

- ご希望の医療機関に健診予約センターから連絡をして予約をとります。
- 結果については、「予約結果通知」により回答します。

④ 受診

- **保険証、受診券を必ず持参してください。**

お問い合わせ先

事業部健康増進課人間ドック担当 電話(03)5320-7352 又は都庁内線57-415

平成21年度
事業案内

「永年勤続退職予定者健診」の お知らせ

今まで仕事が忙しく、自分の健康を顧みる暇がなかった方も…
第二の人生を歩み出す前に、からだの総点検をしましょう。

項目	内容			
資格	次のいずれかに該当する40歳以上(年度末現在)の組合員 ①定年又は勸奨により退職される方 ②組合員期間が20年以上で退職される方 ③他共済組合から引続き当組合員期間が通算して20年以上で退職される方			
利用条件	①退職予定日の属する年度に人間ドック利用助成を受けていないこと ②退職日までに「えらべる健診予約センター」に申込をしていること			
利用期間	退職予定日の1年前から、退職日翌日の6か月後まで			
利用方法	利用方法が今年から大きく変わっていますので、ご注意ください! ●申込は必ず退職日までに行ってください(退職後の申込不可)。 ●「人間ドック利用申込書(永年勤続退職予定者用)」に共済事務担当者印を押印のうえ、郵送又はFAXにより、「えらべる健診予約センター」にお申込みください(10ページを参照)。			
医療機関 (右のなかから 選んでください)	名称	所在地	種別	自己負担額
	アジュール竹芝 総合健診 センター	港区海岸1-11-2 ●JR浜松町駅徒歩7分 ●都営浅草線・大江戸線 大門駅徒歩10分	日帰りドック	無料
			東京教職員 互助会 三楽病院	千代田区神田駿河台2-5 ●JR御茶ノ水駅徒歩3分 ●東京メトロ丸ノ内線 御茶ノ水駅徒歩5分
			大腸ドック	5,500円

ご注意

平成20年度からこの「永年勤続退職予定者健診」の対象は永年勤続退職予定者本人のみとなります。
被扶養配偶者の方は対象にはなりませんので、本人の退職日までに受診してください。

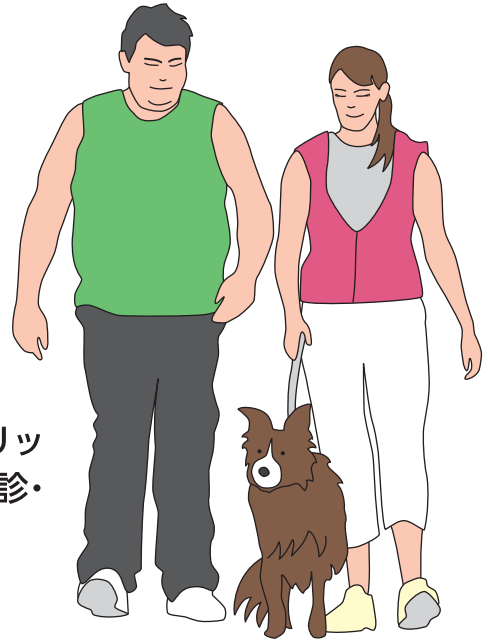
お問い合わせ先

事業部健康増進課人間ドック担当 電話(03)5320-7352 又は都庁内線 57-415

平成21年度
事業案内

特定健診・特定保健指導の ごあんない

対象は
40～74歳の
方です。



平成20年度から、40～74歳の方を対象にメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健診・特定保健指導がスタートしました。

1 健康診断を受ける

- 職員の方は、職場の健診を受けてください。
- 被扶養者の方は、当組合の指定施設で特定健診(※1)を受けてください(7月頃、案内文書をお届けします)。



2 結果通知・情報提供

当組合が皆様の健診結果を取りまとめ、保健指導を実施すべき対象者を選定します。
また、健診を受けられた方全員に生活習慣病予防のための情報提供を行います。



3 保健指導を受ける

保健指導が必要な方には、個別に案内文書を送付します。健康になるためのさまざまなサポート(※2)が受けられる絶好のチャンス。必ず受けるようにしましょう。

※1 特定健診の検査項目

- 必須項目
 - ・問診、診察
 - ・身体計測(身長、体重、腹囲、BMI)
 - ・血圧測定
 - ・血液検査(脂質、肝機能、血糖)
 - ・尿検査(尿糖、尿蛋白)
- 医師の判断で追加される項目
 - ・貧血検査
 - ・心電図検査
 - ・眼底検査

※2 サポート(特定保健指導)の内容

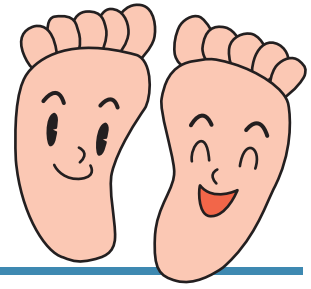
健康診断の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病予防の効果が期待できる人に対して、生活習慣を見直すサポート(6ヶ月)を行います。なお、リスクの程度に応じて、「動機づけ支援」と「積極的支援」の2種類があり、それぞれ、保健師や栄養士が面談・電話などで支援します。



お問い合わせ先

事業部健康増進課特定健診担当 電話(03)5320-7466 又は都庁内線57-437

今年の夏は水虫から 解放されましょう



暖かい季節になると悩ましい水虫。水虫は治らない病気とあきらめず、敵を知り、しっかり治療しましょう。

シティ・ホール診療所皮膚科 医師／星野 佳子

水虫の診断

水虫は白癬菌というカビの一種が原因でおこります。体中の皮膚のどこでも感染しますが、やはり一番多いのは足です。また、長年足に水虫があると、爪にも感染が及んでしまうことがあります。

一口に水虫といっても様相はいろいろで、水虫によく似た全く違う皮膚病もあります。診断は皮膚の表面を少し削り取り、白癬菌の有無を顕微鏡で観察して診断します。結果は5分ほどでわかります。

水虫の治療

皮膚の水虫の場合

皮膚に直接塗る外用薬が主な治療法です。お風呂では患部を石鹸で洗い、よく乾かしてから薬を広めに塗ってください。ゴシゴシ洗ったり、軽石でこすったりすることは、皮膚の表面を傷つけて菌が侵入しやすくなるため厳禁です。見た目治ったようでも、さらに1ヶ月は外用を続けましょう。

爪の水虫の場合

外用薬の吸収が悪いため、内服での治療が主となります。3～6ヶ月治療することで爪の中に薬剤が蓄積し、きれいな爪に生え替わってきます。内服の薬は肝臓などに負担をかけることがあるので、定期的に血液検査を行います。もともと肝機能が悪かったり、多数の薬を服用しているような人の中には、内服治療ができないこともあります。健康診断の結果や現在服用中の薬を持参していただき、医師にご相談ください。

水虫の予防

昔は水虫の特効薬ができればノーベル賞ものだと言われたものですが、今日では薬でほぼ完全に治療できるようになりました。ただ残念なことは、一度治っても免疫ができないため、注意をしないとまた感染してしまうことが少なくないことです。

不特定多数の人が裸足で歩く場所(温泉、スポーツクラブ、共用のスリッパなど)では、菌を“お持ち帰り”ということがあります。ただ、菌が皮膚の表面に付着しても角層内に侵入するには24時間ぐらいかかると言われていますので、帰宅後に足を洗う習慣をつけていれば感染を防ぐことができます。日常生活でも、通気性の良い靴に履き替えたり、足の指が広がらない方は5本指靴下をはいたりするなどの工夫をしてみてください。

たかが水虫されど水虫

皮膚科を受診される方の中には、市販薬や民間療法でかえって水虫を悪化させて来られる方が少なくありません。はじめにも述べたように、水虫の症状は多彩で皮膚科の専門医でも一目見ただけでは判断が付きづらい場合もあります。また、治療に一工夫が必要な難しい例や、細菌にも感染してしまった例などもあります。“たかが水虫”ですが正しい判断と適切な治療で、快適な夏を迎えましょう。

お知らせ

平成21年5月1日から
禁煙外来を開始しました。

毎週金曜日／担当医師：内科 林

禁煙にお悩みの方は、

ご予約の上で受診ください。

※内科では、医師の診断に基づき、毎週水曜日午後、
栄養食事指導を行っています。

お問い合わせ先

シティ・ホール診療所 電話(03)5320-7358 又は都庁内線 63-821 FAX(03)3346-1915

新たに職員となった皆様へ

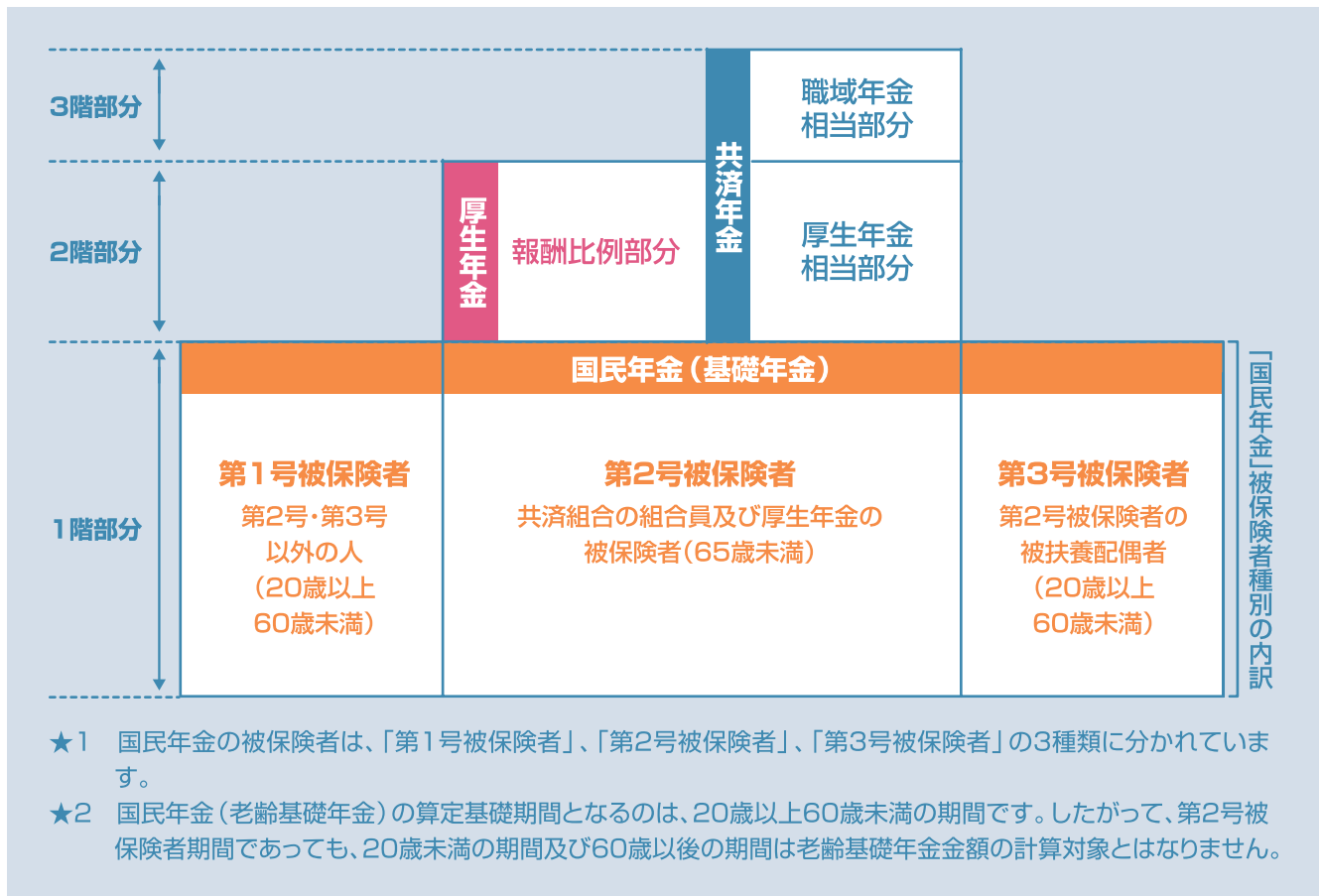
公務員として就職された皆様は、採用日から共済組合員となり「共済年金制度」に加入されました。そして同時に、「国民年金制度」にも加入されました。そこで、公的年金制度について説明します。

1 公的年金制度のあらまし

公的年金には、「国民年金」、「共済年金」、「厚生年金」の3つの制度があります。

下図のように、公的年金は3階建て構造となっています。「共済年金」や「厚生年金」に加入している人は、同時に「国民年金」の第2号被保険者となり、2つの制度に加入することになります。

「国民年金」は、すべての人に共通の基礎的な年金として「基礎年金」と呼ばれています。そのため、原則として、20歳以上60歳未満で日本国内に住所のある人は、すべて「国民年金」への加入が義務づけられています(強制加入)。



■ 国民年金第3号被保険者について

昭和61年4月1日から「基礎年金制度」が導入されました。同日以降、共済組合員や厚生年金保険被保険者(国民年金第2号被保険者)の被扶養配偶者で、20歳以上60歳未満の方は、国民年金の第3号被保険者となりました。(共済組合等から被扶養者の認定を受ける必要があります。)

なお、第3号被保険者に係る国民年金保険料は、共済組合等が基礎年金拠出金として国民年金制度に支払います。

新たに組合員となった方で被扶養配偶者がいる場合は、被扶養者認定申告書と一緒に、「第3号被保険者資格取得届」を所属の共済事務担当者を通じて共済組合に提出してください。

■ 基礎年金番号の取扱いについて

基礎年金番号は、国民年金・厚生年金保険・共済組合などすべての公的年金制度で共通して使用する「ひとりに1つの番号」です。

新たに職員となった皆様の基礎年金番号の取扱いは次のようになります。

採用時に
20歳未満
の方

採用日から国民年金の被保険者となり、社会保険庁から「基礎年金番号」が付番され、「基礎年金番号通知書」が送付されます。この「基礎年金番号通知書」は、年金を受給するときに必要となる大事なものですので、大切に保管しておいてください。

なお、今回の採用以前に、共済年金や厚生年金に加入した前歴のある方は、その前歴として加入したときにおいて、国民年金の被保険者となっていますので、下記の方（採用時に20歳以上60歳未満の方）の取扱いと同様となります。

採用時に
20歳以上
60歳未満
の方

20歳になったときに国民年金の被保険者となり、社会保険庁から「基礎年金番号」が付番されています。今回、共済年金に加入したことにより、国民年金の被保険者種別が変更となりました。

この種別変更は、当共済組合と社会保険業務センターとの間で、基礎年金番号による情報交換で行います。

2 給付を受けることのできる年金

「老齢又は退職」、「障害」、「死亡」を支給理由とした次の3つの年金の給付が受けられます。皆様は、共済組合員であると同時に国民年金の被保険者でもあるため、共済組合からは「共済年金」の給付を、社会保険庁からは国民年金の「基礎年金」の給付を受けることになります。

老齢給付	共済年金から → 退職共済年金
	国民年金から → 老齢基礎年金

65歳に達したときから老後の生活を支えるために支給されます。

障害給付	共済年金から → 障害共済年金
	国民年金から → 障害基礎年金

組合員期間中に病気や事故などにより、一定の障害の状態になったとき支給されます。

なお、「障害共済年金」は、在職中は原則として全額停止となりますが、「障害基礎年金」は在職中でも給付を受けられます。

遺族給付	共済年金から → 遺族共済年金
	国民年金から → 遺族基礎年金

組合員（元組合員又は年金受給者を含む）が亡くなったとき、配偶者や子供など一定の「遺族」に該当する方に対して支給されます。

なお、「遺族基礎年金」は、「子のある妻」又は「子」が遺族である場合にのみ支給されます。

年金についての詳細は、「共済ハンドブック」をご覧ください。

お問い合わせ先

年金保険部年金課広報相談担当 電話(03)5320-7330 又は都庁内線 57-258

被扶養者の認定期限延長手続をお忘れなく

1 手続が必要な方は？

被扶養者に認定されている方のうち、以下の要件に該当する場合は、定期的な「認定期限延長手続」が必要です。

対象者

- ① 就労年齢(22歳)に達している方
- ② 配偶者でパート等による収入のある方
- ③ 組合員と別居している被扶養者の方

などのうち、認定期限が本年6月30日以前に設定されている場合

2 認定期限がついている理由は？

これらの方々には、収入の認定基準額の超過などにより被扶養者の要件を欠く可能性が高いため、認定期限を設定し、定期的に期限延長の手続をとっていただくこととしています。

被扶養者の要件については、共済ハンドブックをご参照ください。

3 手続の方法は？

該当する組合員の方には所属から連絡があります。認定期限延長申告書又は抹消申告書に必要書類を添え、所属を通じて当組合に提出してください。

- 添付書類(収入状況を証明するもの等)は、所属の共済事務担当者にご確認ください。
- 学生の場合は、学生証の写しなどを添付することで収入証明を省略できます。修学年限が確認できる場合には、その間は認定期限が延長されます。

被扶養者の要件確認にご協力を

認定期限の有無にかかわらず、被扶養者としての要件を欠いた場合には速やかに当組合にお届けくださるようお願いいたします。

認定要件を欠くと、その事由が発生した時に遡及して資格が抹消され、この期間中に当組合から給付された医療費は返還していただくこととなります。



お問い合わせ先

年金保険部医療保険課資格係 電話(03)5320-7323 又は都庁内線 57-221

柔道整復師（整骨院・接骨院）にかかる時

～ 保険証が使える範囲は？ ～

「各種保険取り扱い」と書いてある整骨院や接骨院でも、保険証が使えるのは限られたケースのみです。ご利用にあたっては、皆様のご理解とご協力をお願いします。

なお、組合員の皆様に対し、当組合から施術の状況等をお伺いすることがあります。

保険証が
使えるのは
こんなときのみです!!



急性または亜急性（急性に準ずる）の外傷性のケガ

具体的には？

骨折・脱臼・打撲・ねんざ・挫傷（肉離れ）

★応急手当の場合を除き、骨折と脱臼には医師の同意が必要です。

保険証を使うときの注意点

- ① 負傷原因を正確に伝える。
- ② 「柔道整復施術療養費支給申請書」は、内容を確認してから署名する。
- ③ 領収書を必ず受け取り、保管しておく（医療費控除の対象になります）。

こんなケースは
使えません!!



内科的要因による症状

具体的には？

- 肩こり、腰痛やスポーツなどによる筋肉痛
- 打撲、ねんざが治ったあとの施術やマッサージ代替りの利用
- 症状の改善がみられない長期の施術など

このような場合は保険証は使えず、全額自己負担となります。保険証を使って施術を受けると、後日、共済組合負担分が請求されることがありますので、十分ご注意ください。

お問い合わせ先

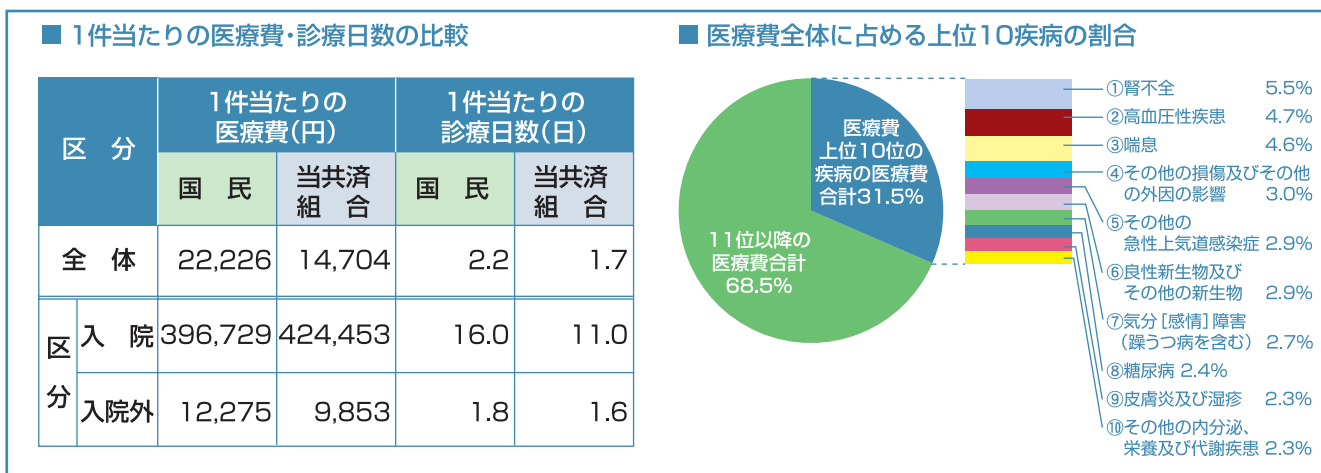
年金保険部医療保険課給付係 電話(03)5320-7336 又は都庁内線 57-285～6

医療費の状況を調査しました

共済組合では、組合員とご家族の皆様の健康増進やサービス向上に向けた基礎資料とするため、平成20年5月診療分の診療報酬明細書(医科分約12万5,000件)をもとに、医療費の状況等を調査しました。

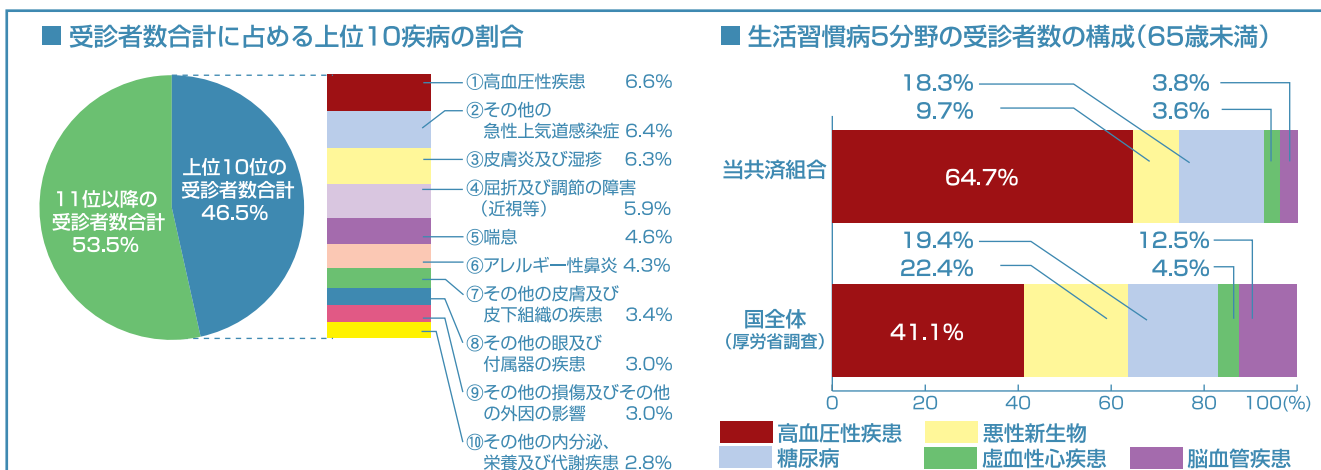
1 医療費の概況

- 調査した平成20年5月分の医療費合計は約17億8,462万円で、1件当たりの医療費は14,704円、診療日数は1.7日で、1件当たりの医療費(医療費÷受診者数)、診療日数(診療日数÷受診者数)ともに国民全体の約3分の2程度でした。
- 医療費の中で最も金額の多い疾病は「腎不全」(5.5%)でした。以下「高血圧性疾患」(4.7%)、「喘息」(4.6%)と続き、上位10疾病で全体の3割以上を占めています。
年齢階級別では、40～60歳未満の年齢層の医療費が全体の半分以上を超えています。
- 医療費全体に占める生活習慣病5分野の割合は15.8%で、「悪性新生物」「高血圧性疾患」「糖尿病」「脳血管疾患」「虚血性心疾患」の順となっています。



2 受診者の概況

- 疾病別の受診者数の1位は「高血圧性疾患」でした。「高血圧性疾患」は40歳以降の中高齢層に多く、「その他の急性上気道感染症」「皮膚炎及び湿疹」「喘息」は10歳未満の低年齢層に多くなっています。
- 生活習慣病5分野のうち、受診者が最も多い「高血圧性疾患」は、2位の「糖尿病」の3.5倍以上となっています。生活習慣病に占める「高血圧性疾患」の割合は6割以上に及んでおり、国民全体の約4割を大きく上回っています。



3 任命権者別の概況

- 受診者数が多い疾病は、各任命権者とも類似の傾向にあり、「高血圧性疾患」「その他の急性上気道感染症」「皮膚炎及び湿疹」はすべての任命権者で上位5位までに入っています。特に「高血圧性疾患」は11の任命権者(約4割)で1位を占めました。

○ 受診者数上位疾病の状況

(任命権者数=全30★)

疾病名	任命権者	1位の任命権者数	2位の任命権者数	3位の任命権者数	4位の任命権者数	5位の任命権者数
1 高血圧性疾患(生活習慣病)		11	4	8	3	4
2 その他の急性上気道感染症(かぜ等)		9	10	4	6	1
3 皮膚炎及び湿疹		5	10	11	2	2
4 屈折及び調節の障害(近視等)		5	6	5	10	3
5 喘息		0	0	1	6	10

★全30任命権者の内訳

都知事部局等、特別区(23)、清掃一部事務組合、特別区その他、交通局、水道局、下水道局、東京消防庁

4 まとめ

- 生活習慣病に占める「高血圧性疾患」の割合は、医療費、受診者数ともに国民全体の平均より高く、当組合の特徴となっています。血圧の上昇は、疾病別医療費の第1位を占める「腎不全」や生活習慣病である「虚血性心疾患」や「脳血管疾患」などの発症リスクの1つとされており、予防対策の推進が課題です。
- 「統合失調症」や「気分[感情]障害」などのいわゆる精神疾患についても、6割以上の任命権者において医療費、受診者数ともに10位以内に入っており、一層の取組み強化が求められます。
- 今後とも調査を継続的に実施し、各任命権者における心身にわたる健康管理の取組みを支援していきます。



次号では今回の調査結果等を踏まえ、生活習慣病に対する予防法などを掲載する予定です。

お問い合わせ先

年金保険部医療保険課医療保険係 電話(03)5320-7322 又は都庁内線 57-211

都民の声総合窓口(シティ・ホール診療所)についての感謝の声をいただきました!

先日、近所の通院しやすいということだけで選んだ歯科に行ったところ、いとも簡単に保険外診療の話になり、まるで車の修理のような見積りを出されました。いまはどこの歯科も営利優先のところが多く、すぐに保険外診療を勧められると周囲の者からも聞きました。そんなに簡単に一般の庶民が数十万の金額を出せると思うのでしょうか。開業医は金銭感覚が麻痺しているのでしょうかと思えません。

シティ・ホール診療所の歯科は保険診療はもちろん、患者が希望すれば保険外診療を行うとのことでした。そんな訳でいきなり保険外診療の話にならずに治療内容も安心してかかることが出来ました。

それが本来の姿ではないでしょうか。とても存在価値のある歯科だと感心しました。見本的な歯科のあるべき姿だと胸を張ってこれからもずっと続けて頂きたいです。

予告編

禁煙マラソン参加者 及び禁煙講習会希望の 事業所大募集!!

今年度も、民間の禁煙サポートプログラム等を活用し、禁煙したい方や受動喫煙の防止を考えている職場を、引き続き支援します。応募方法は、共済ホームページに5月下旬掲載予定です。

禁煙マラソン

- **募集及び回数:**年3回(募集予定)
第1回:平成21年6月1日～8月31日
第2回:平成21年9月1日～12月31日
第3回:平成22年1月1日～2月28日
- **募集人員:**合計300人(各回100名、先着順)
- **プログラム期間:**エントリーから3ヶ月間
- **応募資格**
組合員(個人単位)
- **準備するもの:**携帯電話又はパソコン
- **参加費用:**無料
ただしPC、携帯電話の利用料・通信料は参加者の負担。

禁煙マラソンとはインターネット上の双方向のコミュニティにおいて、禁煙マラソン継続する人がこれから禁煙を始める人を支え合いながら長期の禁煙をサポートするプログラムです。

禁煙マラソンの流れ

① エントリー

PCにて共済組合のホームページの組合員専用
にアクセスし申し込み画面にて申し込みください。

②

1日1問(12週間計84問)、問題を解き、タバコ
の有害性、禁煙の方法などを学びながら禁
煙を継続させます。

メールサポート

サポートメールが毎日あなたに届きます。

24時間の相談体制

禁煙に関する様々な相談等に専門スタッフが
お答えします。

★パソコン・携帯どちらでも利用可。

③

最終日にアンケートに答えて終了

禁煙講習会

- **エントリー期間**
平成21年6月1日(月)～平成22年2月26日(金)
- **講習会開催期間**
平成21年6月1日(月)～平成22年3月31日(水)
- **実施対象**
共済組合所属の事業所
(事業所単位(本庁に関しては、部・課どちらも可))
- **予定回数:**50回程度の予定
- **実施費用:**無料
- **実施方法**
講師を派遣しますので、会場は、各事業所でご用意
願います。

禁煙講習会の流れ

① 禁煙講習会

開催希望の事業所は東京都職員共済組合事業
部健康増進課にご連絡を。

②

講習会は1回1～2時間
程度「職場の禁煙化を
推進」等の内容で実施
します。

★講習内容は相談に応
じます。



お問い合わせ先

事業部健康増進課健康増進係 電話(03)5320-7464 又は都庁内線 57-411

予告編

生活習慣改善チャレンジ 「食事と運動」参加者大募集!!

— 40歳未満(年度末)対象 —

健康は毎日の食事と運動の積み重ねから!共済組合では、将来を担う若い方の生活習慣改善(食事と運動)のサポートをします。応募方法は、共済ホームページに5月下旬掲載予定です。

■ サポート内容

ステップ1(食事)

実際に食べた1日分の食事写真を管理栄養士が診断し、食事のアドバイスをします。

ステップ2(運動)

正しいウォーキングの方法をサポートします。

■ こんな方にお勧めします。

● 「若いからメタボと無縁だ!」

30歳代の男性の3人に1人は過体重といったデータがあります。ある日突然メタボになる訳ではありません。毎日の食事量と運動量のアンバランスが主な原因です。

● 「痩せているから安心!」

30歳代女性では3人に1人はやせ傾向です。体重を気にするばかりに食事量を少なくすると、栄養のバランスが悪くなり貧血や骨粗しょう症などを引き起こしてしまいます。

■ 募集及び回数:年3回

第1回:平成21年6月1日~8月31日(200人先着順)

第2回:平成21年9月1日~12月31日(200人先着順)

第3回:平成22年1月1日~2月28日(100人先着順)

■ 募集人員:合計500人

■ 応募資格

- 組合員(都から各種団体等に派遣されている方を含む)
- 40歳未満(昭和45年3月31日生まれの方まで)

■ 注意事項

- 医療機関で治療や食事指導を受けている方、妊娠中の方はご遠慮ください。
- 腰にトラブルを持っている方、手足や腰にしびれや骨粗しょう症など異常がある方は、ご遠慮ください。(病状を悪化させる恐れがあります。)

■ 参加費用

● 食事

無料、ただしPC・携帯電話の利用料、通信費は参加者の負担。

● 運動

用具代として(5,000円)

※エクサウォーカー3枚セット・DVD1枚(正しい歩き方のDVD)付

※エクサウォーカーとは一般販売されていないサポートタイプパンツであり、はいて歩くだけでエクササイズ歩行ができる下着です。

ステップ1(食事)の流れ

① エントリー

PC等にて共済組合のホームページの組合員専用アクセスし、申し込み画面にてお申込みください。



② 教材送付

教材一式(写真の撮り方・スケール)等が委託機関より自宅に届きます。



③ 食事写真の送付

委託機関からメールが届きましたら、1日の食事(3食分)の写真を添付し、PC等で送信してください。



④ 管理栄養士からのアドバイス

委託機関から摂取エネルギー量や栄養バランスについて分析したアドバイスとアンケートが届きます。(食事のみの参加者は、アンケートに答えて終了します。)

ステップ2(運動)の流れ

① 教材用具の送付

食事の③で写真送付した段階で、委託機関により用具(DVD・エクサウォーカー)が届きます。正しい歩き方のDVDを参考にエクサウォーカーをはき、ウォーキングを開始します。



② ウォーキング情報の提供

委託機関から、メールにて一都三県のウォーキングイベント情報が提供されます。



③ 実践3ヶ月間

委託機関から、3ヶ月後にアンケートが届きます。アンケートに答えて終了します。

お問い合わせ先

事業部健康増進課健康増進係 電話(03)5320-7464 又は都庁内線 57-411

地共済年金財政の現状について

地方公務員共済組合連合会からのお知らせ

はじめに

平成21年は地方公務員共済年金の「財政再計算」を行う年となっています。

財政再計算では、掛金・負担金、運用利息などの収入及び年金給付額、基礎年金拠出金などの支出について、公務員共済の過去の実績値などにに基づき予想額を推計し、将来にわたって収支の均衡が図れるよう、保険料率(掛金率と負担金率の合計)の見直しを行います。この作業は、地方公務員共済組合連合会において行います。

保険料率の改定時期については、今年(平成21年)の9月が予定されており、それに向けて現在、地方公務員共済組合連合会では財政再計算のための準備の作業を進めています。

今回財政再計算を行い、将来の年金財政を健全に運営していくための保険料率を算定することとなりますので、組合員の皆様のご理解をいただきたいと思います。

そこで、まず、地共済年金財政の現状について説明します。

組合員1.8人で退年相当受給権者1人を支えています

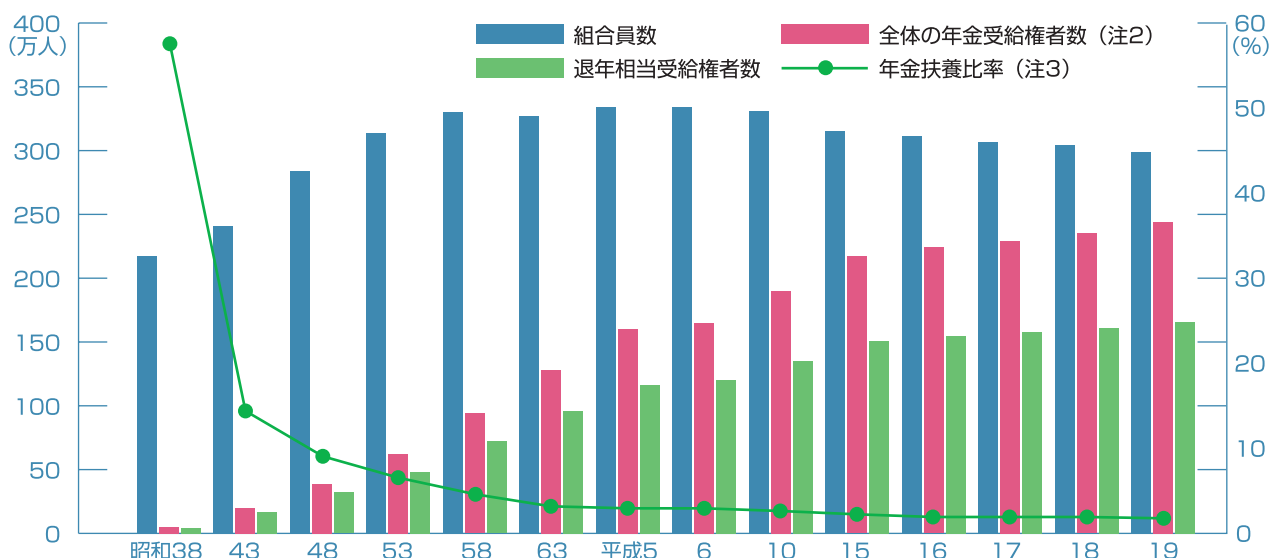
組合員数は、昭和40年代から昭和50年代の前半にかけて大幅に増加し、平成6年度で334万人のピークに達した後、減少に転じ、平成19年度末では299万人となっています。このところ、組合員数は年平均1.2%減少しています。

一方、退年相当受給権者数(注1)は、制度発足以来、年々増加し、平成19年度末では167万人に達しています。

この結果、昭和48年度末では組合員9.0人で退年相当受給権者1人を支えていましたが、平成19年度末では組合員1.8人で退年相当受給権者1人を支えている状態となっています。

(注1) 退年相当受給権者数とは、組合員期間が20年以上ある退職共済年金受給権者数と、退職年金・減額退職年金受給権者数の合計のことです。

図1 ■ 組合員数と年金受給権者数の推移



(注2) 全体の年金受給権者数には、退年相当受給権者数以外に、障害、死亡を事由とする年金(障害共済年金、遺族共済年金等)など全ての受給権者が含まれています。

(注3) 年金扶養比率とは、退年相当受給権者1人を組合員何人で支えているかという指標です。

収入の9割が支出に充てられています

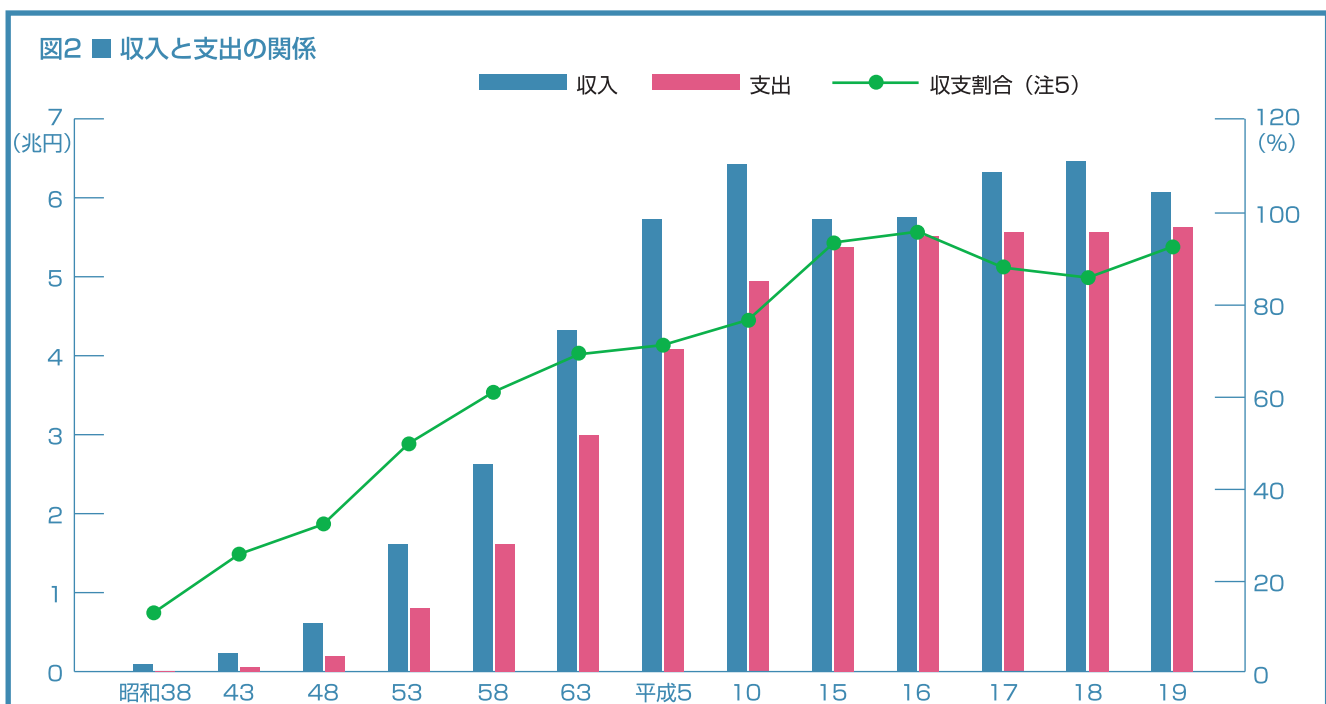
年金給付や基礎年金拠出金などは、掛金・負担金(注4)や積立金の運用利息などによって賄われています。平成19年度では、収入総額は6兆708億円、支出総額は5兆6,252億円であり、その差4,456億円は将来の保険料負担の軽減等に充てるための積立金に積み立てられました。

収入に対する支出の割合(以下、収支割合(注5)という。)は、平成5年度では71.4%でしたが、組合員数の減少により収入が伸び悩む一方、支出は年金受給権者数の増により増加したため、平成16年度に96.0%に上昇しました。その後、平成17年度、平成18年度は、積立金の運用環境が好転し、運用収益が増えたことから、88.2%、86.1%と低下しましたが、平成19年度には再度上昇し、92.7%となっています。

組合員数の減少、年金受給権者数の増加の傾向は今後も続くと見込まれ、収支割合はますます高くなっていくものと思われます。

(注4) 掛金は組合員が、負担金は地方公共団体がそれぞれ負担するもので、その負担割合は折半することとされています。

(注5) 収支割合 = 支出総額 / 収入総額 × 100 (%)



おわりに

近年、組合員数が減少する一方、年金受給権者数は増加しており、これらのことは、年金財政に大きな影響を与えますが、特に組合員数については、今後引き続き減少することが見込まれますので、注視していく必要があると思われます。

地方公務員共済組合連合会
<http://www.chikyoren.go.jp>
 東京都港区赤坂8-5-26赤坂DSビル

連合会とは、地方公務員の年金制度の健全な運営を維持していくため設立された、すべての地方公務員共済組合で組織された連合体です。

主に長期給付の保険料率の算定や、長期給付積立金の管理・運用など地方公務員の共済年金制度の安定を目的とした各種業務を行っています。

この記事の詳細については、当連合会ホームページから、「年金関連情報の財政再計算(掛金率の改定等)」→「平成21年財政再計算」→「平成21年財政再計算に向けて(解説記事)地共済年金財政の現状について」をご参照ください。また、財政再計算についての関連情報等については、上記ホームページに適時掲載していきますので、ぜひご覧ください。



Q 妻はこのたび60歳になったため、国民年金第3号被保険者の資格を喪失しました。専業主婦であった期間が長く、妻の年金加入歴は、国民年金(第3号被保険者)に23年、厚生年金に5年です。今後就職する予定はありませんが、現在のままでは、将来受けることのできる年金額が少ないので、少しでも年金額を増やしたいと思っています。過去に遡って国民年金保険料を納め、国民年金受給額を増やすことはできないでしょうか？

A 昭和61年3月以前は、第3号被保険者の制度がなく、共済年金や厚生年金加入者の被扶養配偶者については、国民年金は任意加入でした。この任意加入の期間については、遡って国民年金に加入することはできません。

奥様の年金受給額を増やす方法は、60歳以上65歳未満の間、国民年金に任意加入することです。保険料は、一般の国民年金加入者(第1号被保険者)と同じです。5年間(60月)任意加入した場合、国民年金(老齢基礎年金)は、約9万9千円(年額)増えます。

また、任意加入被保険者は、第1号被保険者と同様に、「付加保険料」を国民年金保険料に上乗せして納付することにより、「付加年金」を受給することができます。「付加年金」は、老齢基礎年金に加算して支給されます。「付加年金」の年金額(年額)は、 $[200円 \times \text{付加保険料納付月数}]$ です。5年間(60月)任意加入した場合、加算される「付加年金」は、1万2千円(年額)です。

(注1) 満額の老齢基礎年金を受給するには、40年(480月)の国民年金加入期間が必要です。
満額の老齢基礎年金額(年額)は、792,100円です。(平成21年度の額)
(注2) 平成21年度における国民年金及び「付加年金」の保険料(月額)は、次のとおりです。
・国民年金14,660円 ・付加年金400円

お問い合わせ先
年金保険部年金課広報相談担当 電話(03)5320-7330 又は都庁内線57-258

東京都職員共済組合の役員変更

東京都職員共済組合の役員に、次のとおり変更がありました。

■ 新役員

役職	氏名	就任年月日
監事	宮本 孝	平成21年4月1日

■ 旧役員

役職	氏名	退任年月日
監事	青木 貞雄	平成21年3月31日

お問い合わせ先
管理部総務課庶務係 電話(03)5320-7306 又は都庁内線 57-111

委託体育施設「ゴールドジム」の 会員カード発行手数料が 無料になりました

平成21年4月1日から、ゴールドジムの会員カードを直営店(フランチャイズ店を除く)で申し込むと発行手数料が無料となりました。

会員証の
発行
手続き

ゴールドジム直営店で、次のものを持参し手続きをします。

- ① 東京都職員共済組合組合員証 ② 認印

※会員カードはその場で発行され、その日から利用できます。

※再発行については、再発行手数料300円(税込)がかかります。

※フランチャイズ店でもお申し込みできますが、発行手数料300円(税込)がかかります。

■ ゴールドジム施設一覧

平成21年4月1日現在

施設名	所在地	利用料金	電話番号
ゴールドジムイースト東京	東京都江東区南砂3-3-6	980円	03-3645-9434
ゴールドジムサウス東京	東京都品川区東大井5-2-1 おおい元気館4F	980円	03-5460-3535
ゴールドジムサウス東京アネックス	東京都大田区山王2-4-1 大森駅前ビル6・7F	980円	03-5718-3939
ゴールドジム原宿東京	東京都渋谷区神宮前6-31-1 7ペロックスビル4F・3F・B2F	980円	03-5766-3131
ゴールドジム表参道東京	東京都渋谷区神宮前4-3-2 表参道スクエア2・3F	980円	03-5786-1818
ゴールドジムウェスト東京	東京都中野区中野4-3-1 東急ストア3F	980円	03-5318-7351
ゴールドジム東中野東京	東京都中野区東中野5-1-1 unisonモール内2F	980円	03-5348-6500
ゴールドジムノース東京	東京都豊島区北大塚2-24-20 永信ビル3F	980円	03-3917-9434
ゴールドジム北千住東京	東京都足立区千住1-4-1 東京芸術センター5F	980円	03-5284-3636
ゴールドジム府中東京	東京都府中市宮西町1-4-1 フラコ第8ビル4・5階	980円	042-352-2626
ゴールドジム幕張千葉	千葉県千葉市美浜区中瀬2-6WBG, マリブウエスト35F	980円	043-299-2711
ゴールドジム幕張千葉アネックス	千葉県千葉市美浜区ひび野2-4 幕張プレナ3F	980円	043-297-7111
ゴールドジム行徳千葉アスレチックセンター	千葉県市川市湊新田1-6-8 スーパーセレクション2F	980円	047-390-3436
ゴールドジム行徳千葉フィットネスセンター	千葉県市川市行徳駅前2-3	980円	047-390-3434
ゴールドジム成田千葉	千葉県成田市赤坂2-1-10 ボンベルタ成田	980円	0476-29-6622
ゴールドジム柏千葉	千葉県柏市豊四季156	980円	04-7141-7733
ゴールドジム横須賀神奈川	神奈川県横須賀市若松2-4 横須賀中央駅前ビル5F	980円	046-828-1818
ゴールドジム湘南神奈川	神奈川県藤沢市辻堂2-7-1 湘南パールビル3・4F	980円	0466-30-5353
ゴールドジム相模原神奈川	神奈川県相模原市上溝3991-4	980円	042-763-5522
ゴールドジム厚木神奈川	神奈川県厚木市中町2-4-13 本厚木ビル5・6F	980円	046-294-3331
ゴールドジム大宮さいたま	埼玉県さいたま市大宮区桜木町2-1-1 大宮アルシェ7F	980円	048-650-1818
ゴールドジムさいたまスーパーアリーナ	埼玉県さいたま市中央区新都心8番地さいたまスーパーアリーナ6F	980円	048-600-3939
ゴールドジム横浜馬車道 [FC]	神奈川県横浜市中区弁天通り4-67-1 馬車道スクエアビル	1,350円	045-212-0606
ゴールドジムスパレア宇都宮 [FC]	栃木県宇都宮市上戸祭町216-1	1,350円	028-622-6600
ゴールドジムスパレア足利 [FC]	栃木県足利市大月町3-2 あしかがハーヴェストプレース	1,350円	0284-40-1740
ゴールドジム高崎群馬 [FC]	群馬県高崎市飯塚町382-13	1,350円	027-370-3300

FC:フランチャイズ店

無印:直営店

お問い合わせ先

事業部厚生課保健施設係 電話(03)5320-7344 又は都庁内線57-351~2

春を満喫・青葉薫る浪漫の湯



※写真は夕餉の膳のイメージです。

個人向プラン ['09/5/1~6/30]

ほのぼのスペシャルデー宿泊プラン [20室限定]

~個人向平日プラン/一般室1室2名様以上でご利用の場合~

夕餉の膳「雅」 ¥8,300

8名様までのご利用/5月6・7・11~14・18~21・25・26・28日
6月8・9・11・15・17・18・22~25・29・30日

休前・華金宿暦 ¥10,100

8名様までのご利用/5月1・8・15日・6月5・12・26日

'09年4月新和洋室2室禁煙ルームにて誕生!!



和室が一段高くご利用が楽な、
Aタイプ仕様のお部屋です。

上記の新設お試しプランより、
1,500円アップにてご利用いただけます。お食事は、レストランにて、2~4名様でのご利用となります。

定額給付金 わくわく¥12,000パックプラン

開雲・特別企画「はげ八鯰」昼食付プラン

~開雲ご宿泊+城下町小田原・相模湾の豊かな恵み昼食をセット~

朝まで泳いでいた
小田原の地魚を召し上げ!



名物はげ八鯰特別メニュー

- 1) 朝獲りの地魚でつくる“おまかせ海鮮丼”
 - 2) 名物ハス入り稲荷・烏賊海苔巻・旬の相模湾鰻にぎり寿司
- いずれかお好きなメニューをお選びください。※食後に特別サービス・コーヒー付き

- ★上記プラン料金¥12,000は、お一人様料金(2名様以上・税含む)です。尚、このプランは個人向平日プラン・夕餉の膳「雅」ご利用設定日に限ります。※このプランは、月曜日のご利用は出来ません。「はげ八鯰」火曜定休日の為。
- ★施設内利用券¥800相当をプレゼント!!(お一人様・換金はできません)
- ★開雲より「はげ八鯰」へはタクシーを11:30にご用意いたします。また、お車でお越しの方には、市営駐車場料金2時間分を上限としてお支払いいたします。

得

四季の宿
箱根路開雲
箱根・湯本温泉郷

ご予約はお電話で **☎0460-85-6678**

箱根湯本温泉郷巡回バス(滝通りAコース)がご利用いただけます。
<http://www.odakyu-hotel.co.jp/kaiun/>

※価格は全て組合員料金[1名様]です(諸税含む、入湯税別)。※準組合員・一般も承ります。料金は施設に直接お問合せください。
※東京都職員共済組合員の方は、共済組合員証・任意継続組合員証(保険証)のご提示をお願いいたします。



2009 BUS TOUR INFORMATION
四季の宿 箱根路開雲・主催 ～第1回～

箱根路開雲初夏のバス旅行

河口湖ハーブフェスティバルと箱根散策の2日間



【第1日目】 7/5(日)	9:00発 新宿駅西口→首都高速・東名高速・小田原厚木道路→10:00～10:20 海老名SA(休憩)→11:20～12:20 箱根湿生花園(見学)→12:30～13:45 箱根ハイランドホテル(昼食)→13:50～15:00 箱根ガラスの森(見学)→15:45頃着 箱根湯本バス駐車場 →<各自旅館へ>箱根路開雲(泊)
【第2日目】 7/6(月)	箱根路開雲<各自駐車場へ> →9:00発 箱根湯本駐車場 →10:45～12:00 河口湖ハーブフェスティバル(見学) →12:05～12:35 河口湖ハーブ館 →12:50～13:40 海の家レストラン(昼食) →14:30～14:50 とうもろこし祭り →15:15～16:00 シャトー勝沼(見学・試飲) →<中央高速>16:30～16:50 談合坂SA(休憩) →18:00頃着 新宿駅西口

～開催日～ ■第1回：平成21年7月5日(日)～7月6日(月) ■募集人員：45名様(最少催行人員25名様) ■申込締切：平成21年6月5日必着

～参加費用～ ●3名様以上で1室ご利用の場合 大人：**16,600円** 子供：**15,700円**
 ●2名様で1室ご利用の場合 大人：**17,600円** 子供：**15,700円**
 ★子供(3歳以上12歳未満)★宿泊代・昼食代・観光料・消費税を含みます。

～取扱会社～ (株)小田急トラベル 新宿販売センター 電話：03-5302-3095



【2009年度バス旅行予告情報】※施設の予約状況により変更がある場合もございます。

2009年9月4～5日

◎第2回「アサヒビール工場見学と古都鎌倉散策」

アサヒビール神奈川工場、湯本富士屋ホテル、本間寄木美術館、高德院・鎌倉大仏、建長寺、鶴岡八幡宮など

2009年11月29～30日

◎第3回「熱海ハーブガーデンと富士の絶景」

アカオハーブ&ローズガーデン、湯河原独立歩の湯、富士宮本宮浅間大社、ゆい桜えび館、三保の松原、沼津のひものなど

2010年1月17～18日

◎第4回「箱根神社初詣と河口湖黄金の七福神めぐり」

箱根神社初詣、成川美術館、河口湖黄金の七福神参り、ほうとう不動、河口湖ハーブ館、笹一酒造など

初夏のバス旅行のお申込みについて

【申込方法】右の申込用紙に必要事項を明記して、往復ハガキの往信裏面に貼って下記の申込先にお送りください。なお、返信用ハガキにも「自宅住所・氏名」を必ずご記入ください。(記入例参照)

【キャンセル待ちについて】応募者多数の場合は抽選となります。抽選にもれた方でも辞退者があった場合参加できることがありますので、キャンセル待ちを希望する方は申込用紙のキャンセル待ち希望欄の「する」に○印をしてください。キャンセル者があり、ご参加いただけたようになった場合は、取扱会社よりご連絡します。

【申込用紙】記入枠の種別…東京都職員共済組合員の方は「共」に○印をつけ、共済組合員番号を記入してください。東京都から株式会社等に退職派遣されている方は「派」に○印をつけ、職員番号を記入してください。

※公益法人等に派遣されている方は東京都職員共済組合員です。

【注意事項】●当選された方で参加費払込期限までに払込がない場合は、キャンセルと見なしますので、支払い期日は厳守してください。取消料は取扱会社主催旅行条件に準じます。●必要事項は全てご記入ください。記入に不備がありますと抽選できないことがあります。●バス旅行は雨天でも実施します。

申込ハガキの記入例

50円 郵便ハガキ(往信)	50円 郵便ハガキ(返信)
お客様のご住所 お名前を ご記入ください	取扱会社を ご記入ください

申込締切
6月5日必着

バス旅行申込用紙

★必ずキャンセル待ちの是非を記入してください★

第1回希望(キャンセル待ちを希望 する しない)

★共・派の別に必ず○印をつけてください★

申込代表者	勤務先	局・区 部 課			
	氏名				
	組合員証番号				
	所属電話				
	自宅住所	〒			
自宅電話					
参加者名	種別	組合員証番号 (派遣の方は職員番号)	フリガナ 氏名	年齢	続柄
	共・派				
	共・派				
	共・派				
	共・派				
	共・派				

参加希望人員 大人 名 子供 名 計 名

※参加者は全員(代表者を含む)を記入してください。

●お問合せ・お申込み先

〒151-0053 渋谷区代々木1-58-13 小田急代々木ビル1F
(株)小田急トラベル 新宿販売センター TEL. 03-5302-3095

さらにお安くなりました!! 初夏の那須を満喫 『新那須会席』プラン

平成21年6月1日(月)～平成21年7月24日(金)
※7/6(月)～7/9(木)は休館日となります。

■ 大人(和室・洋室)

	1名利用	2～4名利用
平日	10,125円	6,975円
休前日	15,900円	12,750円

■ 子供(3歳～11歳)

	2～4名利用
平日	5,250円
休前日	7,350円



那須のあじさい

本年度から2～4名様料金の区分が統一されてお安くなりました。

※特別室をご希望の場合、料金はお問い合わせください。
※0歳～2歳のお子様はお食事・寝具無しで無料となります。
※価格は全て組合員料金「1名様」です。(消費税・入湯税込)
※東京都職員共済組合員の方は、共済組合員証・任意継続組合員証(保険証)のご提示をお願いいたします。



お待たせいたしました クアハウスOPEN!!

営業期間:4月29日(水)～9月23日(水)
※7/6(月)～7/9(木)は休館日となります。

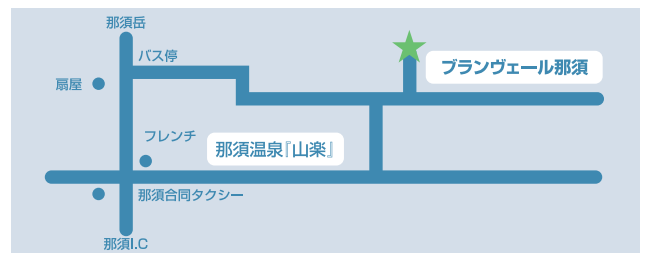
大好評につき今年も登場!! サマーバイクプラン

7/25(土)～8/30(日)
夏の家族旅行もブランヴェールで決まり♪

お問い合わせ・ご予約は

〒325-0301 栃木県那須郡那須町湯本206-194
電話(0287)76-6200 FAX(0287)76-6209

 ホテル&クアハウス
ブランヴェール那須
<http://www.oyadonet.com/bran/>



東京都職員共済組合 組合員の皆様へ 平成21年度 ブランヴェール那須のバスツアー

※第3回以降のバスツアーに関しては、内容を変更する場合もございます。
※各ツアーへの参加お申込は、東京都職員共済組合ホームページか、共済だよりをご覧ください、所定の申込方法に沿ってお申込ください。
バスツアーに関する詳細は、東武トラベル(株)東京支店までお問合せください。 電話:03-5807-7311 FAX:03-3833-2200

第1回	6月	中禅寺金谷ホテルでのフランス料理と新緑の奥日光&水戸あじさいまつり鑑賞の旅
第2回	7月	宇都宮豆腐懐石:月山での昼食と沼ッ原湿原散策&ニッコウキスゲ鑑賞の旅
第3回	10月	日光金谷ホテルでのフランス料理と紅葉の栃木路&りんご狩りの旅
第4回	11月	宇都宮豆腐懐石:月山での昼食と新観瀑台から見る大迫力の袋田の滝見学の旅
第5回	12月	日光金谷ホテルでのクリスマス限定特別メニューランチ&那須ガーデンアウトレットクリスマスフェアの旅
第6回	1月	世界遺産・日光東照宮での初詣と新観瀑台から見る大迫力の袋田の滝&いちご狩りの旅
第7回	2月	やさしさに出会える星野富弘美術館見学と那珂湊あんこう鍋の昼食&いちご狩りの旅
第8回	3月	日本最古の足利学校見学と那珂湊で新鮮な海の幸のお買い物ととれたてお寿司のご昼食の旅

第1回

**中禅寺金谷ホテルでのフランス料理と
新緑の奥日光&水戸紫陽花まつり観賞の旅
—プランヴェール那須**

第1日目 8:00発 東京駅→首都高速道路・東京外環自動車道→大泉JCT→関越自動車道→沼田IC→吹割の滝→金精峠(車窓)→竜頭の滝→中禅寺湖・戦場ヶ原(車窓)→13:00 中禅寺金谷ホテル(昼食:フランス料理) 14:30→いろは坂(車窓)→清滝IC(日光宇都宮道路)→宇都宮IC→東北自動車道→那須IC→那須お菓子の城(休憩)→17:00 プランヴェール那須

第2日目 8:30発 プランヴェール那須→ボルケーノハイウェイ→那須ロープウェイ(山頂駅付近自由散策)→那須IC→東北自動車道→宇都宮IC→12:30 益子つかもと(窯元見学/昼食:釜飯)→真岡IC→北関東自動車→水戸IC→保和苑(水戸あじさいまつり観賞)→水戸IC→常磐自動車道→三郷JCT→首都高速道路→18:00 上野駅

開催日 ■平成21年6月23日(火)
募集人員 ■45名 **申込締切** ■平成21年5月31日消印有効
参加費用 ■2名様以上で1室利用の場合
大人 18,800円 子供 17,800円
★ 宿泊代・昼食代・観光料・消費税含まず。

第2回

**宇都宮豆腐懐石 月山で昼食と
沼ッ原湿原散策&ニッコウキスゲ観賞の旅
—プランヴェール那須**

第1日目 8:30発 東京駅→首都高速道路・東京外環自動車道→川口JCT→東北自動車道→宇都宮IC→キリンビール栃木工場(見学・試飲)→12:30 宇都宮 豆腐懐石月山(昼食:茶壺弁当)→宇都宮IC(東北自動車道)→黒磯板室IC→那須ガーデンアウトレット(お買い物)→那須チーズガーデン五峰館(休憩)→17:00 プランヴェール那須

第2日目 8:30発 プランヴェール那須→沼ッ原湿原(ニッコウキスゲ観賞&散策)→もみじ谷大吊橋(休憩)→13:00 鬼怒川 花むらさき(昼食:四季の花懐石料理)→日光おかし工房(試食・休憩)→今市IC→日光宇都宮道路→宇都宮IC→東北自動車道→川口JCT→首都高速道路→18:00 上野駅
※沼ッ原湿原散策は、雨天、悪天候の場合には、他の観光地へ変更いたします。

開催日 ■平成21年7月14日(火)
募集人員 ■45名 **申込締切** ■平成21年6月19日消印有効
参加費用 ■2名様以上で1室利用の場合
大人 18,500円 子供 17,500円
★ 宿泊代・昼食代・観光料・消費税含まず。

バス旅行のお申込み

申込方法 下の申込用紙に必要事項を明記して、往信はがきの往信裏面に貼って下記の申込先にお送りください。なお、返信用はがきにも『住所(自宅)・氏名』を必ずご記入ください。(記入例参照)

申込締切日 **第1回:5月31日(日)消印有効**
第2回:6月19日(金)消印有効

応募者多数の場合は抽選となります。抽選にもれた方でも辞退者があった場合参加できることがありますので、キャンセル待ちを希望する方は申込用紙のキャンセル待ち希望欄の『する』に○印をしてください。キャンセル者があり、ご参加いただけなくなった場合は、取扱会社よりご連絡します。

申込用紙 記入枠の種別…東京都職員共済組合員の方は『共』に『○』をつけ、共済組合員証番号を記入してください。東京都から株式会社等に退職派遣されている方は『派』に『○』をつけ、職員番号を記入してください。(公益法人等に派遣されている方は、東京都職員共済組合員です。)

- 当選された方で参加費払込期限までに払込がない場合は、キャンセルと見なしますので、支払い期日は厳守してください。取消料は取扱会社主催旅行条件に準じます。
- 必要事項は全てご記入ください。記入に不備がありますと抽選できないことがあります。
- バス旅行は雨天でも実施します。
- 最少催行人員は35人です。

第1回
5/31
第2回
6/19
消印有効

バス旅行申込用紙 (プランヴェール那須)

※ 必ず第何回かを記入してください。

第1回: 中禅寺金谷ホテルでのフランス料理と
新緑の奥日光&水戸紫陽花まつり観賞の旅
第2回: 宇都宮豆腐懐石 月山で昼食と
沼ッ原湿原散策&ニッコウキスゲ観賞の旅

第1希望 回 (キャンセル待ちを希望 する しない)
第2希望 回 (キャンセル待ちを希望 する しない)

申込 代表 者	勤務先	局・区 部 課			
	氏名				
	組合員証番号				
	所属電話				
	自宅住所	〒			
	自宅電話				
参加 者 名	種別	組合員証番号 (派遣の方は職員番号)	フリガナ 氏 名	年齢	続柄
	共派				
	共派				
	共派				
	共派				
	共派				
	共派				

● 共・派の別に必ず○をつけてください。

参加希望人員 大人 名 子供 名 計 名

※ 参加者は全員(代表者を含む)記入のこと。

お問い合わせ先・申込先

株式会社 東武トラベル東東京支店
〒110-005 東京都台東区上野5-16-12サンライズ第一ビル3階
電話 (03)5807-7311 FAX (03)3883-2200

↑ 上記申込用紙をコピーして
『申込はがき』(往信裏面)に
貼ってお使いください。
記入もれがないようご注意ください。

清瀬運動場から お知らせ

清瀬運動場、野球場B面に、近隣住宅へボールが飛び込むことを防止するためのネットを設置しました。ご利用に際し、ネットの取扱いに関し、ルールの変更が必要となる場合がありますのであらかじめご了承ください。

工事期間中は皆様のご理解ご協力ありがとうございました。



お問い合わせ先

事業部厚生課保健施設係 電話(03)5320-7344 又は都庁内線57-351~2
清瀬運動場 電話(042)492-5445

アジュール竹芝 総合健診センターのご案内

ベイサイドのホテル17階にある最高の環境で健康チェック&リフレッシュを!

平成21年度から、健診予約センターへお申し込みいただくよう変更になりました。

東京湾ベイサイドに立地し、眺望もお楽しみいただける当センターのご利用を心からお待ちしています。

特色は

- 検査内容が充実した日帰りドックです。検査を半日で行い午後からは医師による結果説明・指導を行っています。
- ホテルアジュール竹芝での昼食つきです。
- 豊富なオプション検査
婦人科健診、マンモグラフィや骨密度検査、各種腫瘍マーカー等ご用意しています。特に婦人科健診と腫瘍マーカーはセットで受診されると割引になります。

婦人科健診+マンモグラフィのセット
6,300円(通常8,400円)(要事前予約)

腫瘍マーカー(割引)
4種セット:10,500円/5種セット:12,600円
※腫瘍マーカー1種目に付き3,150円



アジュール竹芝総合健診センター

東京都港区海岸1丁目11番2号(アジュール竹芝17階)
ホームページ: <http://www.jph-ri.or.jp/azur2>

電話(03)3437-2701

※3ヶ月間の予約状況も掲載しております。

ナポレオン皇帝が愛したアンペリアル・シャンパン・ナイト

【ご予約・お問い合わせ】*詳細はお問い合わせください。
TEL.03-3437-5566(宴会予約)

モエ・エ・シャンドンから ブリュット・アンペリアル&新製品ネクター・アンペリアル

アンペリアル(皇帝のもの)とラベルに刻まれ、世界中で最も愛されるシャンパン。
新製品ネクターはフルティーでクリーミーな味わい。女性好みの濃厚でエレガントなシャンパン。
特別ゲストHanaeさんも大のお気に入り。今回はシェフ特撰フレンチフルコースと、Hanaeさんの楽しいお話。
モエ・エ・シャンドンから他では手に入らない特撰グッズ(グラス・メーカー&ダイス)もプレゼントします。

おしゃれな
モエグッズ
(非売品)
プレゼント!

- 開催期日** 2009年6月26日(金)【18:30受付】19:00~21:00
- 受講料** 通常¥8,000→**組合価格¥7,000(税込)**
- 定員** 50名限定(定員となり次第受付を終了します)
- 特別ゲスト** Hanae
「セブリティの美へのこだわり~美しくするための秘訣」

- シャンパン** モエ・エ・シャンドンから、ブリュット・アンペリアル及びネクター・アンペリアル。
(※グラスシャンパン)
- シェフ特撰フレンチコース** シャンパンと絶妙のコンビネーションを奏でる、シェフ特撰フレンチ・フルコース。



特別ゲスト:Hanae
日大理工学部を経て、渡仏。パリのエステティシャン国家資格(CAP)を取得し、ジュリエット・ビノシュ、ソフィア・コッポラなどのセレブを魅了した美の技術者。

C U L T U R E

【ご予約・お問い合わせ】TEL.03-3437-5566(宴会予約)

首・肩・腰の疲れや痛みをとる 家族でラクラク簡単整体術講座④

古武術の流れを汲む、伝統的な整体術を受け継ぐ講師は基本からわかりやすく、マスターできるように教えます。ご家族でお互いにケアしましょう。

- 開催期日** 2009年6月2日(火)【18:00受付】18:30~20:30
- 受講料** 通常¥4,500→**組合価格¥3,500(税込)**
●18Fスカイビュー-浴場利用券付
- 定員** 50名(定員となり次第受付を終了します)
- 講師** 加藤 妙子(港流整体セルフケアサロン主催)
- 特典** レストラン利用特別優待券
(特別ディナー3,000円またはメニュー料金より20%OFF)
※ご予約時にレストラン利用とお申し付けください。
※ご宿泊ご希望の方は組合員様特別料金となります。
ご予約時にお申し付けください。
※日本手ぬぐい1本をご持参ください。(タオル不可)
また動きやすい服装でご参加ください。(更衣室有)



初めての海外旅行・ホテルステイですぐ役立つ! トラベル英会話2009

空港・ホテル・買い物・レストランで!
開催期日 2009年7月8日(水) 最低これだけは覚えたい
2009年7月15日(水) 会話が楽しくなる表現
2009年7月22日(水) これであなかも英会話達人
2009年7月29日(水) オバマ大統領ならどう言う?
全講座ともに【18:00受付】18:30~20:30



- 受講料** 通常一回¥4,500→**組合価格¥3,500(税込)**
全受講割引¥14,000→**組合価格¥12,000(税込)**
※但し初回受講時一括払い。キャンセル不可。
●講座終了後、コーヒーとケーキをご用意しております。
- 定員** 各回35名(定員となり次第受付を終了します)
- 講師** 白木原 玲子(JIGENSHA主宰)
- 特典** レストラン利用特別優待券
(特別ディナー¥3,000またはメニュー料金より20%OFF) ※ご予約時にレストラン利用とお申し付けください。

P A R T Y

*表示料金は税金・サービス料込。詳細はお問い合わせください。
【ご予約・お問い合わせ】TEL.03-3437-5566(宴会予約)

クラス会・同窓会プラン 10名様より お一人様 通常¥8,500▶**組合価格¥7,000**

特典満載!
ゆっくり
2時間30分

- 内容** ①旬の素材を使った特撰会席料理 ②フリードリンク 2時間30分
ビール/ウイスキー/焼酎/日本酒
オレンジジュース/ウーロン茶
③会場使用料を含む。

- お得な宿泊優待特典**
- ①日・月曜(※但し祝前日を除く)
1泊お一人様
通常¥15,305
組合価格¥7,000
- ②火~土曜
1泊お一人様
通常¥15,305
組合価格¥8,000
- *朝食・大浴場利用券付
*ツイン・和室のいずれかでご用意いたします。
詳細はお問い合わせください。



※写真はイメージです。

各レストランでのお食事にご利用ください。 共済組合員証で**20%OFF**

お一人様が共済組合員証をご提示いただくとグループ全員が割引対象となります。

お食事のご予約は、下記ホームページからも受付けております。
ディナーのご予約で
18F スカイビュー浴場が **無料**

- 21F** フレンチレストラン「ベイサイド」 TEL:03-3437-2320
鉄板焼「都」 TEL:03-3437-2320
- 3F** しゃぶしゃぶ・会席「銀坐」 TEL:03-3437-2317



Bayside Hotel
AZUR アジュール竹芝 TAKESHIBA
〒105-0022 東京都港区海岸1-11-2
Tel.03-3437-2011(代表)
Fax.03-3437-2170

<http://www.hotel-azur.com/>
共済組合のログインをクリックし、ユーザー名のところに「kyosai」と入力してください。
組合員様のお得な情報が盛りたくさんです!

最新情報は「アジュールマガジン」で!
メールマガジン配信中
HPからお申し込み頂けます。

AZUR Wedding

それは海と空とあなたの笑顔でつくられます。

**グランド
ブライダルフェア**

8/1(土)・8/23(日)

ご婚礼のすべてを体験していただけます。



プレシャス ウエディング プラン

Precious Wedding Plan

プレシャスプランは組合員様だけのプレミアム特典つきです。
光り輝く純白の新ブライトチャペルで結婚しませんか？

組合員様だからお得度もNO.1。
他では実現できない充実した内容とリーズナブルな価格がプレシャスプランの人気の秘密です。

ベルマリエ ウエディング プラン (ローズ シーズンC)	915,000	プレシャス ウエディング プラン	980,000
50名様セット料金	915,000		980,000
料理・飲物	含む	含む	含む
会場使用料・控入室料	含む	含む	含む
装花・ブーケ等	93,765	含む	含む
音響演出料	42,000	含む	含む
司会者	63,000	56,700	
チャペル式料	136,500	含む	含む
席札・招待状・芳名帳	含む	含む	含む
席次表	31,500	含む	含む
引出物・バッグ	138,000	126,975	
ケーキ入刀料	10,500	含む	含む
新郎・新婦衣裳	310,000	※126,000	
美容着付	37,800	11,603	
合計	1,778,065	1,301,278	
お1人様あたりの金額	35,561	26,025	

充実した内容なのにリーズナブルな価格
12F「白鳳の間」限定

組合員様料金
¥980,000 (50名様)

*1名様増減 ¥13,500
*40名様より承ります

通常50名様お見積り例で
47万円以上も安くなる！

※洋装・着放題プランの場合

【共済組合員様特典】

- ご列席者のご宿泊最大で約30%割引
- 記録ビデオ/DVD20%割引
- 駐車場料金が延べ20時間迄無料
- 「ブライダルご相談会&ウエディングご試食会」無料ご招待
- 引出物10%割引
- 記念写真高級台紙プレゼント

2009年1月10日リニューアルオープン

光り輝く純白のブライトチャペル

輝く希望の光イエロー、海のように深い愛情の光ブルー、
純粋無垢な始まりのホワイト、光り輝くヴァージンロードの向こうに
おふたりの幸せな未来が待っています。



まばゆい光の演出が
オリジナルな空間を
つくりあげます。

ご婚礼紹介キャンペーン実施中！ 2009年12月31日(木)迄実施中！

ご結婚を予定されているカップルをご紹介ください！ ※詳細はお問い合わせください。

- ご紹介者に3万円相当のご利用券をプレゼント！ ※ご紹介数に応じて、特典がグレードアップ！ ※ご利用券はアジュール竹芝でお食事やご宿泊にお使いいただけます。
- 組合員様以外でも組合員様特別料金で結婚式が挙げられます。

- 婚礼1件につきご紹介者はお1名様とさせていただきます。(40名様以上のご婚礼に限りです)
- 婚礼相談センター等の斡旋、結婚情報誌、結婚情報サイトから紹介を受けた場合は対象外となります。
- 共済組合員同士のご紹介は対象外とさせていただきます。

**「ブライダルご相談会
&
ウエディングご試食会」**

開催日

2009.5/24(日) 6/7(日)
7/5(日)・19(日) 8/2(日)・30(日)

お料理は和洋折衷料理の
ハイコースになります。

1日10組様限定

参加費は無料！
お早めにご予約ください。

《ブライダルサロン》 03-3437-2217 平日10:30~19:00 土日祝10:00~20:00

ご相談・フェアのご予約はHPからどうぞ
HPから資料請求するとランチご招待券プレゼント!(2名様)

S T A Y P L A N

(共済組合専用) キョーサイ 宿泊予約ダイヤル TEL.03-3437-9431 <http://www.hotel-azur.com/kyosai/> (HPからも宿泊の予約ができます。(ログインID:1003,パスワード:kyosai))

組合員様限定の特典!!

- 2名様以上の宿泊予約で ① アーリーチェックイン(通常午後2時 → 正午) ② レイトチェックアウト(通常午前10時 → 正午) ③ 喫茶券プレゼント ④ スカイビュー浴場利用券

夏のクールビューティ人魚姫プラン!

入手困難! 京都よーじやの夏限定の美肌セット付!

2009年5月1日(金)~9月30日(水)

海側客室限定 ツイン(19Fエグゼクティブツイン)、シングル(高層階)ご利用の場合

1泊お一人様 通常 ~~¥14,000~~ ▶ 組合価格 ~~¥11,000~~ ~ (税サ込)

内容

- ① 大人気の京都「よーじや」夏限定特別セット(あぶらとり紙、ヒアルロン酸高配合うおいドリンク、ミニタオル市松ピンク)
- ② レディースプラン限定のバスアメニティ4点セット
- ③ 朝食付(3F「銀坐」にて和定食又は洋定食)



東京湾納涼船クルージングプラン

新メンバー「ゆかたダンサーズ」のステージをお楽しみください。

2009年7月1日(水)~9月23日(水・祝) [日~木曜利用]

セミダブルルームを2名様でご利用の場合

1泊お一人様 通常 ~~¥10,353~~ ▶ 組合価格 ~~¥7,500~~ ~ (税サ込)

内容

- ① 東京湾納涼船乗船券&船内飲み放題付
- ② 朝食付(3F「銀坐」にて和定食又は洋定食)



ゆかたダンサーズ2009!

お台場散策・東京ジョイポリス1日乗り放題プラン

春休みはお台場に行って東京ジョイポリスで遊ぶ! お天気に恵まれなくても、1日中楽しめるアミューズメントが満載!

2009年5月11日(月)~7月12日(日)

セミダブル・セミツインルームを2名様でご利用の場合

1泊お一人様 通常 ~~¥14,302~~ ▶ 組合価格 ~~¥7,500~~ ~ (税サ込)

楽しいアトラクションがいっぱいのお台場・東京ジョイポリスはお天気を気にしないで遊べる室内の遊戯施設です。ご家族からカップルまで遊べる充実した施設でお台場を満喫してください。

内容

- ① 東京ジョイポリス1日バスポート券(館内利用特典付)
- ② ゆりかもめ1日乗車券
- ③ 朝食付(3F「銀坐」にて和定食または洋定食)

新アトラクション「STORM-G」(バスポート利用可)



組合員様限定! 湯ったりお風呂プラン

18Fスカイビュー浴場でおくつろぎください!

2009年6月30日(火)迄実施中

陸側セミダブルルームを2名様でご利用の場合

1泊お一人様 通常 ~~¥10,035~~ ▶ 組合価格 ~~¥3,300~~ ~ (税サ込)

※プラス¥1,000で海側アップグレード(ご予約時、またはチェックイン時に承ります。)

内容

- ① VOD利用券 通常¥1,000(客室で映画100タイトル見放題)
- ② スカイビュー浴場を何回でもご利用いただけます。



※宿泊プランはご利用日・人数により料金が異なります。詳細はお問い合わせください。

百華繚乱! 東京湾大華火祭2009

【ご予約・お問い合わせ】TEL.03-3437-5566(宴会予約) *詳細はお問い合わせください。

◆2009年8月8日(土)開催予定
共済組合員様の先行予約
レストランの先行予約も承ります。
2009年6月1日(月)午前10時から受付開始

◆主催:東京湾大華火祭実行委員会

組合員様特別料金

バイキングプラン お一人様 ¥11,000(税サ込)

和洋中バイキング料理食べ放題+飲み放題+華火観賞
※お食事後にホワイエで華火観賞

※上記料金は組合価格となりますので、他の割引との重複は出来ません。
※一般のお客様は通常料金となりますので、ご了承ください。



SUMMER PARTY PLAN

【ご予約・お問い合わせ】TEL.03-3437-5566(宴会予約) ~2009年8月31日(日)迄
OB会・同窓会などにご予算に合わせて選べるリーズナブルなプラン。組合員様だけの特典サービスもお見逃しなく!

◆洋室宴会buffet料理プラン 和洋中buffet料理・宴会場使用料

エクセレントコース: 和洋中 計16品 通常 ¥8,000 → 組合価格 ¥7,500

料理長おすすめ 季節の旬菜コース: 和洋中 計15品 通常 ¥6,000 → 組合価格 ¥5,500

スタンダードコース: 和洋中 計14品 通常 ¥5,000 → 組合価格 ¥4,500

※着席の場合、追加料金¥1,000頂戴いたします
※buffet料理プランは20名様以上に承ります。

◆和室宴会プラン 料理・宴会場使用料

◆和食盛り込み料理コース 通常 ¥5,000 → 組合価格 ¥4,500

◆会席料理コース 通常 ¥6,000 → 組合価格 ¥5,500

※和室宴会プランは10名様以上に承ります。

◆フリードリンクプラン

- ・ビール ・ウィスキー ・赤白ワイン
- ・麦焼酎 ・日本酒 ・ソフトドリンク
- ・乾杯用スパークリングワイン

Aコース: 上記アイテム全種+カクテルオプション 通常 ¥2,500 → 組合価格 ¥2,000

Bコース: 上記アイテムより5種類 通常 ¥2,200 → 組合価格 ¥1,700

Cコース: 上記アイテムより4種類 通常 ¥2,000 → 組合価格 ¥1,500



※宴会プランの料金は全て税金・サービス料が含まれております。



共済だより連載企画記事

「Let's take action! ～ 社会のために、今できること」

さあ、初めの一步をふみだそう!

環境や健康問題など、今、私たちの周りで行われている自治体等をまき込んだ様々な社会的取り組みを取り上げ、それぞれの意義について知り、学び、そして「ひとりひとりが出来ることは何か?」を考える企画記事を、次号より連載していきます。乞うご期待!

訂正とお詫び

共済だより3月号の掲載記事の一部に誤りがありました。組合員及び関係者の皆様にご迷惑をお掛けしたことをお詫びし訂正いたします。

■ 共済だより3月号 P23「カールスルーエのトランジットモール」の説明文

(誤)ドイツ南西部のゴシック建築都市として有名なかールスルーエ市。中心市街地はトランジット・モール(自転車を～ [以下省略])
(正)ドイツ南西部のゴシック建築都市として有名なカールスルーエ市。中心市街地はトランジット・モール(自動車を～ [以下省略])



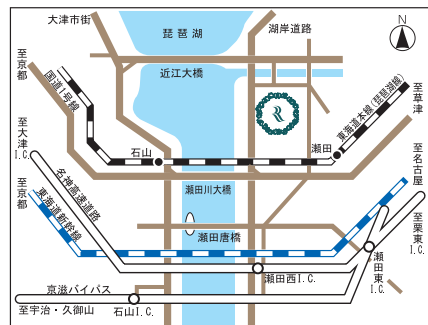
お問い合わせ先

事業部総務課文書広報係 電話(03)5320-7307 又は都庁内線57-121

広告



京都市内まで30分。まるでヨーロッパのようなラグジュアリーな世界。琵琶湖畔に位置する花と緑に囲まれた癒しのガーデンホテル「ロイヤルオークホテル SPA&ガーデンズ」



2009年は1000年に一度のOAK YEAR「09(オーク)」にちなんで9アイテムから選べる特典がついたお得なプラン。食事に観光に……ご滞在の目的に合わせた特典をお選びください。

「09 ジョイフルステイプラン」

プラン料金(1室2名様利用)

1泊 夕食・朝食・特典付き お1人様 ¥19,009～
1泊 朝食・特典付き お1人様 ¥13,009～



ROYAL OAK HOTEL
SPA & GARDENS

〒520-2143 滋賀県大津市萱野浦23番1号
TEL 077-543-0111
<http://www.royaloakhotel.co.jp>

はとバスの旅・春

（はとバス以外の協賛バスで運行する場合がございます）

コース番号 **H597A~D**

うれしいメロン1玉のお土産付

ラクラク地元 出発

着きたら 靴

山梨さくらんぼ狩りと初夏の清里紀行

代金 **7,980円~8,980円** こども代金は200円引き

コース 各地発=中央道=シャトー勝沼（見学・試飲）=恵林寺門前・信玄館（昼食、名物おざらと富士桜ポークしゃぶしゃぶ）=山梨さくらんぼ狩り（食べ放題）=美し森（散策）=萌木の村（ショッピング）=各地着

出発日 ■色発7,980円 ■色発8,980円

	発着時刻	出発日
H597A 浜松町	8:00発/20:30着予定	5月/ 21・22・23・24・25・26・27・28・29・30・31
	(帰着は東京駅となります)	6月/ 1・2・3・4・5・6・7・8・9・10・11
新宿駅西口	8:40発/20:00着予定	12・13・14・15・16・17・18・19・20・21
H597B 桜木町駅	7:30発/20:30着予定	6月/ 2・6・9・14・19
H597C さいたま新都心	7:30発/20:30着予定	6月/ 3・7・10・16・20
H597D 西船橋駅南口	7:30発/20:30着予定	6月/ 4・11・13・18・21

お食事(イメージ)

美し森

さくらんぼ狩り 食べ放題

3つのお楽しみ

- メロン1玉 お土産付
- なめらかプリンのおやつ
- さくらんぼ ワインミニボトルのお土産付

※お土産は旅行代金に含まれます。

コース番号 **H802F** あやめとバラ 初夏の花めぐり

NEW! 食べ放題

潮来のあやめとランチバイキング

初夏の花を訪ねて

あやめ(イメージ)

代金 **8,980円~9,980円** こども代金は2,000円引き

ランチバイキング(イメージ)

コース 池袋駅東口(7:40発)=浜松町(8:30発)=京成バラ園(約600種、7000株のバラのガーデン)=ANAクラウンプラザ成田(ランチバイキング)=潮来あやめ祭り=東薫酒造(見学、ショッピング)=東京駅(18:30着予定)

出発日 ■色発8,980円 ■色発9,980円

6月/ 1・5・6・7・9・11・13・14・17・19・20・21・23・25・26・27・28

京成バラ園(6月頃)

「はとバスの旅」のお申し込み・お問い合わせ

はとバス予約センター(年中無休) 募集型企画旅行をお申込みのお客さまで当日緊急のご連絡は、受付時間 8:00~20:00 午前7:00より03-3761-1100にて承ります

電話番号をお間違えないよう、ご確認ください。

03-3761-1100

株式会社 はとバス 東京都知事登録旅行業第2-2379号(社) 全国旅行業協会会員 〒143-8512 東京都大田区平和島5-4-1 ☎03(3761)1100

ホームページからの予約も可能です。催行・空席状況もご確認ください。 <http://www.hatobus.co.jp/>

自動車保険料がこんなに安くなります

28,370円

(団体扱でない場合、同条件で41,190円)

大口団体扱割引適用 一括払の場合

約**31% OFF**

(団体扱割引27.5% 団体扱一括払による割引5%)

ご加入例(ご契約条件例)

- 自家用小型乗用車(カローラスパシオ) 初度登録月 19年6月 新車割引 ● 20等級(60%割引)
- デュアルエアバッグ、ABS、安全ボディ ● 本人・配偶者限定 ● 35才以上担保
- 日常・レジャー使用 ● ゴールド免許 ● 長期優良割引
- 料率クラス 車両2/賠償4/対物3/傷害2
- 車両保険金額(一般条件) 140万円(免責額0~10万円)
- 対人賠償 無制限
- 対物賠償 無制限
- 人身傷害補償 3,000万円
- 搭乗者傷害(部位・症状別払) 1,000万円

【保険会社により内容・保険料が異なります。上記は損保ジャパンONE-Step(個人用自動車総合保険)の例です。】

We support you!

(財)東京都福利厚生事業団指定幹事損害保険代理店

(有)東京エイドセンター

〒163-0943 東京都新宿区西新宿2-3-1 新宿モリス16F
TEL 03-5381-8450(代表) FAX 03-5381-6315
<http://www.aid-center.co.jp>

まずお電話ください。

フリーダイヤル **0120-615-810** ムジコエイド

FreeDial TEL.0120-615-810 (月~金 9:00~17:00)

*上記割引は平成21年4月1日から22年3月31日保険開始日の契約に適用できます。 *大口団体割引率は団体の「ご契約台数」と「損害率」に応じて毎年算出され、見直される場合があります。 *団体扱契約としてご契約いただけるのは、保険契約者及び被保険者が引受保険会社の定める条件を満たす場合です。
*このご案内は概要です。詳細は東京エイドセンターまでお問合せください。

AID20090316-011 代申会社:株式会社損害保険ジャパン(SJ08-12723 2009.3.16)

百花繚乱、かつしかの花菖蒲 葛飾区

葛飾区には二つの花菖蒲の名所があります。一つが堀切菖蒲園、もう一つが都立水元公園です。

葛飾区は昔から花菖蒲の名所でした。「堀切の花菖蒲」と言えば、初代歌川広重の手による「名所江戸百景」を始め、数多くの浮世絵に描かれ、江戸時代より花菖蒲の名所として知られていました。



かつしか
菖蒲まつり
開催!

毎年恒例となっているかつしか菖蒲まつりが、堀切菖蒲園、水元公園の両会場で、開催されます。堀切会場は今年で30回を迎える記念の年です。

土日には様々なイベントが行われます。

開催期間 ■ 平成21年6月5日(金)～6月25日(木)

堀切菖蒲園

堀切にはかつて小高園、堀切園、吉野園等いくつかの菖蒲園があり、花の美しさを競っていました。しかし、時代の流れの中で姿を消してゆき、唯一残った堀切園が葛飾区に引き継がれ現在に至っています。園内には江戸系と呼ばれる花菖蒲を中心に、約200種6,000株の花菖蒲が咲きほこります。また、堀切菖蒲園近くの荒川河川敷にある堀切水辺公園には、堀切菖蒲園より株分けされ地元のボランティアが育てる500株の花菖蒲が咲き、新たな花菖蒲の見所となっています。

交通:京成 堀切菖蒲園駅下車、徒歩約10分



都立水元公園

東京23区内とは思えない広大な敷地と都内唯一の水郷景観を持つ公園です。江戸時代中頃の治水工事の名残である小合溜を中心に作られました。花菖蒲は小合溜にかかる水元大橋の近くに約80種14,000株の花が咲きほこります。広大な緑と水に囲まれたあでやかな花菖蒲が、堀切菖蒲園とはまた異なった初夏の美しい景観をお届けします。

交通:JR・京成金町駅下車、南口バスターミナルから水元公園循環バス(土日のみ運行)「はなしょうぶ園」バス停下車徒歩1分。南口バスターミナルから京成バス「戸ヶ崎操車場」行、北口バスターミナルから「大場川水門」行、共に「水元公園」バス停下車徒歩5分。

