

平成20年度

決算のあらまし

健康づくり通信

健康づくり支援プログラム第2弾

“見直そう!毎日の食事”参加者募集

特集

Let's take action!

社会のために、今できること。(第1回)

ごみと上手につきあっていますか?

循環型社会をつくるのは、わたしたち。



Kyosai

共済だより No.325 July 2009 <http://www.kyosai.metro.tokyo.jp/>

KYOSAI 7 CONTENTS

就任のごあいさつ 東京都職員共済組合理事長 菅原秀夫03

財務課から

平成20年度決算のあらまし04

貸付課から 貸付事業における新規貸付の廃止等について07

厚生課から 保養・会館施設の今後の運営方針について08

シティ・ホール診療所から 血圧がちょっと気になる方に09

年金課から あなたが将来受ける共済年金額の「お知らせ」が届きます10
平成21年度末に定年退職を迎える皆さまへ14

医療保険課から 高額介護合算療養費の請求受付が始まります15

Q and A 共済QandA15

医療保険課から 配偶者やお子様の収入超過にご注意ください!16
医療費分析からみた疾病の予防について18
火災、浸水、地震などにより家屋等に被害を受けたら20
公費の医療助成を受けている方へ21
海外旅行中の病気やケガには?21

健康増進課から 今年度の特定健康診査(メタボ健診)のご案内をご自宅に送付します22
人間ドックのご利用方法について23

健康づくり通信

健康づくり支援プログラム第2弾 **“見直そう!毎日の食事” 参加者募集**24

貸付課から 貸付金の繰上償還について25

総務課から 組合会互選議員の補欠選挙結果25

特集

Let's take action! 社会のために、今できること(第1回)26
ごみと上手につきあっていますか?

循環型社会をつくるのは、わたしたち。

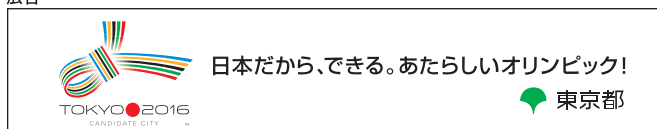
四季の宿 箱根路開雲 SUMMER VACATION IN 箱根28

ホテル プランヴェール那須 組合員向けプランのご案内30

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

厚生課から 平成21年度 リフレッシュ宿泊施設の一部変更について34

広告



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。

就任のごあいさつ



東京都職員共済組合理事長

菅原 秀夫

6月6日付で理事長に就任いたしました菅原秀夫でございます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

職員共済組合は、地方公務員等共済組合法に基づき設立され、医療費や年金などの給付、保養・体育施設の提供など各種福祉事業を実施し、組合員とその家族の皆様の安定した生活と福祉増進に努めております。

少子高齢化の一層の進行により、医療や年金など社会保障制度は大きな変革を余儀なくされ、取巻く環境は大きく変化しております。当共済組合においても、組合員数の減少が続く中、高齢者医療制度への支援や特定健診・特定保健指導といった新たな健康増進事業の取組が求められ、これまで以上に財政負担が増大するなど事業運営に大きな転換が求められております。

このため、昨年1月には、事業全体にわたる再構築を図るため、「共済事業プラン2008」を策定し、現在、このプランに基づいた取組を積極的に推進しているところです。ここでは、被用者年金の一元化や医療費の抑制など、国の社会保障制度改革に的確に対応するほか、これまでの「治療」を中心とした施策から「健康増進・疾病予防」を中心とした事業体系へとシフトし、健康づくり支援などの事業を充実することとしていきます。また、福祉事業については、環境変化と組合員ニーズを踏まえ抜本の見直しを実施し、サービスの充実を図っていくこととしております。

今後とも、こうした取組を一層進め、持続可能で安定した共済事業の運営を確保することにより、組合員とご家族の皆様の生活の安定と公務の能率的遂行を支えるとともに、福祉の充実を図ってまいります。引き続き、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

平成20年度決算のあらまし

去る、6月25日に開催されました組合会において、平成20年度決算案が承認されました。

1 共通事項

① 団体数及び組合員数

■ 団体数：30団体

■ 組合員数

- 組合員数は、前年度から約3千人減少し、13万人を下回りました。
- 被扶養者数は、後期高齢者医療制度の開始などにより、約1万人減少し、約11万5千人となりました。
- 1人当たり掛金額は、短期給付の掛金率の引き上げなどから、約26,000円の負担増となりました。（単位：人、円）

区 分		平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
組合員の数		129,996	132,907	△ 2,911
被扶養者の数		115,108	125,386	△10,278
組合員 1人当たりの 掛金額	短期経理	259,294	235,672	23,622
	長期経理	511,135	508,405	2,730
	保健経理	12,314	12,548	△234
	合計	782,743	756,625	26,118

② 決算総括

平成20年度決算を実質収支でみると、

- 収入は、前年度比3.4%減の3,233億円、支出は11.2%増の4,054億円となりました。
- その結果、約821億円の収支差引不足額となり、前年度に比べ差引不足額は約520億円増加しました。（主な理由は、長期経理の積立金の運用益が前年度に比べ減少したことなどによるものです。）

平成20年度の当共済組合の収支

（単位：百万円）

区 分	平成20年度			平成19年度 決 算	比較増(△)減
	予 算	決 算	比較増減		
収 入	324,813	323,260	△ 1,553	334,575	△11,315
支 出	390,851	405,415	△14,564	364,693	40,722
収 支 差 引	△66,038	△82,155	△16,117	△30,118	△52,037

2 短期給付事業（医療保険及び介護保険）

- 20年度は、新たな高齢者医療制度に備えて財源率の引き上げを行いました。支出面では、前期高齢者納付金等の拠出金が当初見込みを下回ったため、経理全体で約24億円の利益金を計上しました。
- 平成20年度の医療制度の改正（20年4月～）
長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の創設：75歳以上の被扶養者の方は、後期高齢者医療制度の被保険者になりました。
乳幼児自己負担軽減措置の拡大：自己負担の割合が3割から2割に軽減される対象が、義務教育就学前まで拡大されました。

短期経理の決算額

（単位：百万円）

区 分	平成20年度			平成19年度 決 算	比較増(△)減
	予 算	決 算	比較増(△)減		
収 入	77,053	77,822	769	73,557	4,265
支 出	77,677	75,416	2,261	68,766	6,650
収 支 差 引	△624	2,406	—	4,791	△2,385

■ 組合員1人当たりの医療費

組合員1人当たりの医療費は、医療給付のうち、主として薬剤支給が増加したことから、平成19年度に比べ4,800円（2.2%）増加しました。（単位：円、%）

区 分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
金 額	219,100	214,300	4,800 (+2.2)

3 長期給付事業（年金）

- 長期給付は、将来にわたって収支の均衡が図れるよう、5年に1度「財政再計算」を行っています。20年度は、平成16年の財政再計算に基づき、9月から財源率の引上げを行いました。組合員数の減少や年金受給者数の増加を背景とした収入の減少や支出増の傾向に加えて、前年度プラスであった長期給付積立金の運用利回りがマイナスに転じたことにより、収支状況は悪化しています。

長期経理の決算額

(単位:百万円)

区 分	平成20年度			平成19年度 決 算	比較増(△)減
	予 算	決 算	比較増減		
収 入	217,271	215,862	△ 1,409	244,630	△28,768
支 出	279,244	299,391	△20,147	279,132	20,259
収 支 差 引	△61,973	△83,529	—	△34,502	△49,027

■ 年金の支給

年金受給者数は前年度に比べ5,099人増加し、主たる年金である退職共済年金の1人あたりの年間支給額は、1,612千円で前年度に比べて約62千円減少しました。

(単位:人、円)

区 分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
年金受給者数	134,809	129,710	5,099
退職共済年金1人当たりの平均受給額	1,612,000	1,674,000	△62,000

■ ねんきん特別便

平成20年度は、組合員、年金受給者、元組合員を対象に、ご自身の年金加入記録を確認していただくため、ねんきん特別便を送付しました。(送付件数 305,205件)

■ 長期給付積立金の運用

長期給付積立金については、将来の年金給付に備えるため、平成17年10月より開始した「基本ポートフォリオ」に基づき運用を行っています。20年度は、当初191億円の運用益を見込みましたが、市場環境の悪化から当初予算を下回る運用となりました。

(単位:億円、%)

区 分	平成20年度		平成19年度	平成18年度
	予 算	決 算		
運用益(△運用損)	191	△58	261	303
運 用 利 回 り	1.76	△0.53	2.30	2.61

4 福祉事業（健康づくりへの支援、人間ドック助成、夏・冬季保健施設、貸付事業など）

福祉事業に係る各事業の決算額

(単位:百万円)

区 分	保健事業	医療事業	保養事業	会館事業	貸付事業	計
収 入	18,106	291	631	1,297	4,676	25,001
支 出	3,769	16,056	695	1,231	4,350	26,101
収 支 差 引	14,337	△15,765	△64	66	326	△1,100

① 保健事業

- 組合員とその家族の健康の増進を図るため、人間ドック等の疾病予防事業及び夏・冬季の保健施設借上げ等の事業を幅広く実施しました。
- 平成20年度から、生活習慣病予防のための特定健診・特定保健指導を開始しました。

人間ドックの健診実績

(単位:人)

区 分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
一般健診	13,601	16,024	△2,423
永年勤続健診	3,298	3,692	△394
40健診	—	2,069	△2,069
合 計	16,899	21,785	△4,886

特定健診・特定保健指導の実施状況

(単位:人、%)

区 分	予算人数(A)	実績(B)	B/A
特定健診	9,200	7,956	86.5
保健指導	8,200	1,481	18.1
動機付け	3,300	907	27.5
積極的	4,900	574	11.7

(注) 保健指導の実績は、初回面接終了者(H21.3.31現在)。

夏・冬の保健施設稼働実績 (単位:人、%)

区	分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
夏季	施設数	348	392	△44
	利用人員	84,496	98,195	△13,699
	稼働率	90.5	89.3	1.2
冬季	施設数	376	432	△56
	利用人員	24,365	27,805	△3,440
	稼働率	96.6	93.1	3.5

シティ・ホール診療所 (単位:人、千円)

区	分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
延患者数		48,958	52,686	△3,728
収入額		416,571	416,946	△375

② 医療事業

- 20年度は、旧青山病院の解体工事を行いました。(この事業は、平成20年度をもって終了となりました。)

③ 宿泊(保養・会館)事業

- 保養事業は、施設間で利用状況に差が見られるものの、全体では利用人員及び客室稼働率ともほぼ前年並みの実績を確保しました。(湯河原荘は、平成20年12月30日をもって営業を終了しました。)
- アジュール竹芝(ホテル部門)では、宿泊、婚礼ともに前年度実績を上回りました。健診部門では、これまでの人間ドック事業に加えて、11月から特定健診事業を開始しました。

保養施設利用実績 (単位:人、%)

区	分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
湯河原荘		58.8 (72.7)	57.8 (72.5)	1.0 (0.2)
箱根路開雲		92.1 (83.2)	91.7 (81.4)	0.4 (1.8)
ブランヴェール那須		56.6 (55.5)	58.7 (50.8)	△2.1 (4.7)
合計		207.5 (69.6)	208.2 (67.4)	△0.7 (2.2)

(注)1日当たり利用者数、()は客室稼働率

アジュール竹芝利用実績 (単位:人、%)

区	分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
宿泊		147.6 (90.7)	142.2 (90.6)	5.4 (0.1)
婚礼		20,952 (338組)	20,721 (311組)	231 (27組)
人間ドック(日帰り)		11,196	11,164	32
特定健診		20	—	20

(注)宿泊は1日当たり利用者数、()内は客室稼働率、婚礼は延利用者数、人間ドック・特定健診は年間利用者数

④ 貸付事業

- 一般貸付及び住宅貸付は、件数、金額ともに減少しました。また、自己破産等の貸付事故は、これまでと同程度の水準で推移しました。(平成20年1月から、貸付防止事故対策を強化しています。)

貸付実績 (単位:件、百万円)

区	分	平成20年度	平成19年度	比較増(△)減
一般貸付	件数	1,491	2,795	△1,304
	金額	1,707	4,103	△2,396
住宅貸付	件数	358	649	△291
	金額	3,818	7,309	△3,491

貸付事故件数 (単位:件、百万円)

区	分	平成20年度		平成19年度		平成18年度	
		件数	金額	件数	金額	件数	金額
一般貸付		52	83	61	108	46	95
住宅貸付		40	301	40	306	30	238
合計		92	384	101	414	76	333

5 共済事業システムの整備

- 平成20年度は、レセプト情報管理システムの運用を開始したほか、医療・年金制度改正への対応として必要なシステム改修を行いました。

平成21年は、地方公務員共済年金の「財政再計算」の年です。

平成21年は、地方公務員共済年金(長期給付)の財政を将来にわたって安定させるため5年に1回の「財政再計算」が行われる予定です。これに基づき、平成21年9月から長期給付に係る掛金率が改定される予定です。

詳細は、地方公務員共済組合連合会作成のリーフレットをはじめ、次号以降の共済だより等でお知らせする予定です。

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

貸付事業における 新規貸付の廃止等について

これからの貸付事業のあり方については、「貸付事業のあり方検討会」において、平成21年2月、報告が取りまとめられ、その内容については共済だより5月号でお知らせしたところです。共済組合では、この報告を踏まえ、貸付事業における新規貸付の廃止等について以下のとおり決定しましたので、お知らせします。(共済組合ホームページに全文を掲載しています。)

1 新規貸付の廃止

民間金融機関においてローンの多様化・個人向け低金利商品の充実などが図られており、共済組合が行う貸付事業は、その優位性が低下し、新規貸付件数・貸付金額の減少は今後も続くと思われまます。また、貸付原資となる長期給付積立金の財源不足や貸付経理の悪化等財政面でも厳しい状況が見込まれます。

このような状況から、都共済組合の貸付事業は役割をほぼ終了したものと見え、財政的にも事業の継続が困難なことから、新規貸付については、組合員の資金計画への影響などを考慮し、厚生年金における貸付事業廃止時の周知期間の取扱いに準じて経過措置期間を設け、平成25年度末をもって廃止いたします。

2 既借受者の未償還債務の取扱い

既借受者の未償還債務の償還については、組合員の不利益となる措置が取れないこと、借入金の償還が給与からの控除であることなどを考慮して現行どおり共済組合が償還事務を継続しますので、変更はありません。

また、組合員が他共済に異動された場合の公立学校共済組合東京支部及び東京都市町村職員共済組合との間の償還金徴収嘱託の取扱いについても継続いたします。

3 事業廃止に当たっての代替措置

共済組合において代替措置を設ける予定はありませんので、財団法人東京都福利厚生事業団等における貸付事業及び各種ローンあっせんをご利用ください。

4 組合員等に対する周知

新規貸付の廃止時まで、廃止時期等について「共済だより」、「共済ハンドブック」及び「共済組合ホームページ」への掲載、各所属への通知などにより継続的に組合員へ周知していきます。

5 償還限度回数の段階的短縮

今後のシステム維持経費等の事務費を軽減するため、平成25年度までの新規貸付の償還回数を平成21年度の既借受者に係る最終償還時期と一致させる措置をとります。

具体的には、平成22年度から平成25年度までの住宅貸付金の貸付に当たっては、償還限度回数を各年度、例月償還について12回、期末手当償還について2回ずつ減らしていきます。

貸付年度	償還限度回数	
	例月償還	期末手当償還
21年度	360回	60回
22年度	348回	58回
23年度	336回	56回
24年度	324回	54回
25年度	312回	52回

(注) 平成22年3月の申込分につきましては、平成22年4月貸付となり、平成22年度の償還限度回数が適用されます。

お問い合わせ先

事業部貸付課貸付収納係 電話(03)5320-7346 又は都庁内線 57-361・362

保養・会館施設の 今後の運営方針について

これからの保養・会館施設のあり方について「保養・会館施設のあり方検討委員会」で検討を重ね、平成21年2月、報告が取りまとめられました。共済組合では、この報告を踏まえ、保養・会館施設の今後の運営方針について以下のとおり決定しましたので、お知らせします。(共済組合ホームページに全文を掲載しています。)

1 保養・会館施設の今後のあり方

共済組合が実施している宿泊事業は、これまで以上に収支の改善や効率的な事業執行を行い、今後とも福祉事業の一つとして継続する。一方、共済組合が保有する保養・会館施設は、組合員数が減少し、財政状況が厳しくなるなか施設を保有すること自体が負担になっており、その機能・役割を十分に果たすためには安定的な経営基盤が必要であり、そこで、下記の4項目の評価により施設存続の可否を判断します。

施設存続の基本となる具体的な視点

- ① 運営面の健全性【運営受託者の償却前営業利益が黒字か否かで判断】
- ② 事業採算面【減価償却費を除く営業キャッシュフロー(≒「納付金-施設機能維持のための経費」)を基準として判断】
- ③ 組合員等の施設利用状況【退職者を含む組合員等利用率は6割以上が必要】
- ④ 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は適切に判断】

2 施設別の今後の方向性

■ ブランヴェール那須

(1)今後の運営方針

那須地域は、集客が困難な状況にあり、組合員等利用率は6割を超えていますが、宿泊者数は減少し続けています。運営受託者の償却前営業利益も赤字で、あり方検討委員会においても「施設の廃止をすみやかに検討すべき」とされたところです。そこで、経営改善への取組みや設備の劣化調査を行い、これらを踏まえ平成23年度第一四半期に、最終的に4項目の評価により施設の存廃を判断します。

(2)具体的な取組み

- 21・22年度に、利用料金の値下げ等利用者増加策や人件費や光熱水費の低減等の経営改善に取り組めます。
- 21年度末までに設備劣化調査を行い、今後の設備改修に必要な内容を明らかにします。
- 22年度に経営改善の取組みや施設設備状況等、組合員に十分情報提供し、組合員の意向を把握します。

■ 箱根路開雲

今後の運営方針

東京からの交通の利便性が高く、年間を通じて安定的な集客が見込め、組合員等利用率も7割を確保しており、運営受託者の償却前営業利益も黒字となっています。そこで、一層の組合員利用の拡大と収益向上に取り組む、施設運営を続けます。なお、次の大規模改修が必要となる10年後(平成32年ごろ)を考慮し、その3年前(平成29年度)からその後の施設のあり方を検討します。

■ アジュール竹芝

今後の運営方針

宿泊部門の組合員利用率は3割に留まりますが、婚礼部門では6割を超えており、運営受託者の償却前営業利益も黒字です。そこで、組合員の利用増加と一層の事業採算面の改善に取り組む、施設運営を続けます。なお、建物が竣工後18年を経過することから、新たな大規模改修計画を策定し、適切に対応します。

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・343

血圧がちょっと気になる方に

シティ・ホール診療所
内科医長 中條 やえ子

こわい高血圧

日本では高血圧の方が、平成18年で約4000万人いると報告されています。高血圧の方の大部分は、本態性高血圧の方です。つまり、血圧が上がりやすい体質を元々もっているところに、年齢、生活環境などが影響して、高血圧になった方です。

高血圧があると、脳卒中(脳出血や脳梗塞)、心筋梗塞、慢性腎臓病など、健康や生命を脅かす病気になりやすくなります。血圧が高ければ高くなるだけ、それらの危険も高くなります。日本が長寿国になったのは脳卒中の死亡が減ったことが大きく貢献しています。そして、脳卒中が減ったのは、血圧が大きく影響していると言われていました。

高血圧のほかに脂質異常症、糖尿病、メタボリック症候群などを合併して持っている、これらの病気にかかる可能性が、また、一層と高くなり、死亡率も上昇します。

このように、放置しておく、大変怖い高血圧ですが、実は、未治療の方もかなりおり、若い方に限っていませんと、80から90%の方が、なんと未治療なのです。

血圧が2mmHg下がると、脳卒中や狭心症、心筋梗塞の方は5%前後減り、脳卒中死亡は9000人減るといわれています。

新しい高血圧ガイドライン

今年、日本高血圧学会から治療ガイドライン2009が刊行されました。

このガイドラインによりますと、血圧の治療目標

値は、表のように、その方の条件によって目標値が変わります。医療機関で測定した血圧より、ご家庭で測定した家庭血圧のほうが、5 mmHg低めに設定されています。家庭血圧はたいへん参考になりますので、血圧が気になりだしたら、ぜひ、家庭でも血圧を測定してみましょう。

家庭血圧の測定法

家庭血圧の測定法について説明します。まず、血圧計を買う時には、腕で測定するタイプを買ってください。手首や指の測定では不正確になります。測る時間は、起床時と寝る前の2回が原則です。起床時はトイレを済ませてから朝ごはんや血圧の薬を飲む前の間です。測るときには静かな部屋で、血圧計を準備してから、椅子にきちんと座って1~2分以上安静にしてから測定してください。歩いてきて座ってすぐの測定は避けましょう。目標値未満であれば、一安心ですが、どうも、目標値を超していることが多いのではと思われる場合は、シティ・ホール診療所内科へご相談ください。お待ちしております。



表 ■ 目標の血圧値

(単位:mmHg)

	診察室血圧	家庭血圧
65歳未満	130/85未満	125/80未満
65歳以上	140/90未満	135/85未満
糖尿病・慢性腎臓病・心筋梗塞後	130/80未満	125/75未満

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

あなたが将来受ける共済年金額の「お知らせ」が届きます

今月、所属を經由して、「公務員共済年金のお知らせ」をお送りします。

これは公務員共済の加入状況や将来の退職共済年金見込額を確認してもらい、ライフプラン設計などに役立てていただくためのものです。

「お知らせ」を見ると、何がわかるのですか？

お送りする「公務員共済年金のお知らせ」には、平成21年3月31日現在における以下の情報が載っています。

- ① 公務員共済の加入期間（採用から平成21年3月31日までの加入月数）
- ② 平成20年度の掛金納付額
- ③ 平均給料月額及び平均給与月額
- ④ 将来の退職共済年金の見込額
- ⑤ 公務員共済の加入期間にかかる将来の老齢基礎年金の見込額
- ⑥ 昭和56年4月1日以降の全ての期間の給料及び平成15年4月1日以降の全ての期間の期末手当等

見方については、リーフレットをご参照ください。

50歳以上と50歳未満では、送られる様式が違いますが、なぜですか。

50歳未満の方は現在までの平均給与月額を用いているので、若い方の年金の見込額は低い傾向になりがちです。そこで、50歳未満の方にはご自分で平均給与月額を想定し、計算する欄を設けました。

「お知らせ」が届いたら、どうしたらよいのですか？

ご自身の年金の加入記録を確認していただき、もし、誤り等があれば「公務員共済年金のお知らせ相談ダイヤル」へご連絡ください。

「お知らせ」が送られてきません。どうしてですか。

次の方には送っておりません。

- ① 平成21年度末において59歳以上の方
- ② 平成21年4月1日以降に新たに共済組合員となった方
他の共済組合から平成21年4月1日以降に転入された組合員の方には、平成21年3月31日現在に所属していた共済組合から送られます。
- ③ 公務員の前歴や給与のデータ等に不備がある方
データを整備後、9月以降にお送りします。

社会保険庁の「ねんきん定期便」とどこが違うのですか。

社会保険庁が今年度から誕生月に送付している「ねんきん定期便」は、国民年金、厚生年金の記録が掲載されています。公務員共済年金の記録は含まれていません。

公務員共済年金のお知らせ相談ダイヤル

電話 ■03-5320-7340 月～金曜日(祝日は除く。) ■午前9時から12時まで、午後1時から5時まで

組合員の50歳以上の方にお送りする様式です

【平均給料月額、平均給与月額】		(組合員・50歳以上)	
平成15年3月までの平均給料月額①	円	平成15年3月までの加入月数③	月
平成15年4月からの平均給与月額②	円	平成15年4月からの加入月数④	月

【将来受給することとなる退職共済年金の見込額】

1 これまでの加入実績に応じた退職共済年金の見込額の計算

厚生年金相当部分	平成15年3月までの平均給料月額①	×	給付率⑤	×	平成15年3月までの加入月数③	=	平成15年3月までの期間に係る年金額	A	万円
職域年金相当部分	平成15年4月から平成21年3月までの平均給与月額②	×	給付率⑥	×	平成15年4月から平成21年3月までの加入月数④	=	平成15年4月から平成21年3月までの期間に係る年金額	B	万円
厚生年金相当部分	平成15年4月から平成21年3月までの平均給与月額②	×	給付率⑤	×	平成15年4月から平成21年3月までの加入月数④	=	平成15年4月から平成21年3月までの期間に係る年金額	C	万円
職域年金相当部分	平成15年4月から平成21年3月までの平均給与月額②	×	給付率⑥	×	平成15年4月から平成21年3月までの加入月数④	=	平成15年4月から平成21年3月までの期間に係る年金額	D	万円

これまでの加入実績に応じた退職共済年金の見込額 (A~D) ⇒ 万円

2 今後の加入期間に応じた退職共済年金の見込額の計算 (60歳まで組合員であると仮定)

厚生年金相当部分	平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨	×	給付率⑤	×	平成21年4月から60歳までの加入月数	=	平成21年4月から60歳までの期間に係る年金額	F	万円
職域年金相当部分	平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨	×	給付率⑥	×	平成21年4月から60歳までの加入月数	=	平成21年4月から60歳までの期間に係る年金額	G	万円

3 将来受給することとなる退職共済年金の見込額 (E+F+G) ⇒ 万円

支給開始年齢⑩ 歳

備考欄

【将来受給することとなる公務員共済期間に係る老齢基礎年金の見込額】

4 これまでの公務員共済の加入実績に応じた老齢基礎年金の見込額の計算

792,100円	×	平成21年3月までの加入月数	月	÷	480月	=	万円	H
----------	---	----------------	---	---	------	---	----	---

5 今後の公務員共済の加入期間に応じた老齢基礎年金の見込額の計算 (60歳まで組合員であると仮定)

792,100円	×	平成21年4月から60歳までの加入月数	月	÷	480月	=	万円	I
----------	---	---------------------	---	---	------	---	----	---

6 将来受給することとなる公務員共済期間に係る老齢基礎年金の見込額 (H+I) ⇒ 万円

支給開始年齢 65歳

組合員の50歳未満の方にお送りする様式です

【平均給料月額、平均給与月額】		(組合員・50歳未満)	
平成15年3月までの平均給料月額①	円	平成15年3月までの加入月数③	月
平成15年4月からの平均給与月額②	円	平成15年4月からの加入月数④	月

【将来受給することとなる退職共済年金の見込額】

1 これまでの加入実績に応じた退職共済年金の見込額の計算

厚生年金相当部分	平成15年3月までの平均給料月額①	×	給付率⑤	×	平成15年3月までの加入月数③	=	平成15年3月までの期間に係る年金額	A	万円
職域年金相当部分	平成15年4月から平成21年3月までの平均給与月額②	×	給付率⑥	×	平成15年4月から平成21年3月までの加入月数④	=	平成15年4月から平成21年3月までの期間に係る年金額	B	万円
厚生年金相当部分	平成15年4月から平成21年3月までの平均給与月額②	×	給付率⑤	×	平成15年4月から平成21年3月までの加入月数④	=	平成15年4月から平成21年3月までの期間に係る年金額	C	万円
職域年金相当部分	平成15年4月から平成21年3月までの平均給与月額②	×	給付率⑥	×	平成15年4月から平成21年3月までの加入月数④	=	平成15年4月から平成21年3月までの期間に係る年金額	D	万円

これまでの加入実績に応じた退職共済年金の見込額 (A~D) ⇒ 万円

2 今後の加入期間に応じた退職共済年金の見込額の計算 (60歳まで組合員であると仮定)

(1)平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨と同額であると仮定した場合の機械的な計算

厚生年金相当部分	平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨	×	給付率⑤	×	平成21年4月から60歳までの加入月数	=	平成21年4月から60歳までの期間に係る年金額	F	万円
職域年金相当部分	平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨	×	給付率⑥	×	平成21年4月から60歳までの加入月数	=	平成21年4月から60歳までの期間に係る年金額	G	万円

(2)平成21年4月から60歳までの平均給与月額をあなたが想定し、あなた自身による計算

厚生年金相当部分	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨	×	給付率⑤	×	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの加入月数	=	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの期間に係る年金額	H	万円
職域年金相当部分	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨	×	給付率⑥	×	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの加入月数	=	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの期間に係る年金額	I	万円

3 将来受給することとなる退職共済年金の見込額 (1)機械的な計算による見込額 (E+F+G) ⇒ 万円

(2)あなたが計算による見込額 (E+H+I) ⇒ 万円

支給開始年齢⑩ 歳

備考欄

【将来受給することとなる公務員共済期間に係る老齢基礎年金の見込額】

4 これまでの公務員共済の加入実績に応じた老齢基礎年金の見込額の計算

792,100円	×	平成21年3月までの加入月数	月	÷	480月	=	万円	J
----------	---	----------------	---	---	------	---	----	---

5 今後の公務員共済の加入期間に応じた老齢基礎年金の見込額の計算 (60歳まで組合員であると仮定)

792,100円	×	平成21年4月から60歳までの加入月数	月	÷	480月	=	万円	K
----------	---	---------------------	---	---	------	---	----	---

6 将来受給することとなる公務員共済期間に係る老齢基礎年金の見込額 (J+K) ⇒ 万円

支給開始年齢 65歳

退職共済年金等の見込額の計算例 これを参考に「あなたの計算による見込額」を計算してみてください。

(赤字欄はご自分で計算し、記入する欄です。)

昭和39年11月〇日生まれ
61年4月1日採用の職員

組合員期間：38年7月(60歳に達する月の前月まで)
職 級：係長級 職 種：事務

1 これまでの加入実績に応じた退職共済年金の見込額の計算

厚生年金相当部分	平成15年3月までの平均給料月額①	給付乗率⑤	平成15年3月までの加入月数⑦	平成15年3月までの期間に係る年金額	A
	290,089 円	7.125/1000	204 月	42 万円	
職域年金相当部分	290,089 円	1.425/1000	204 月	8 万円	B
厚生年金相当部分	平成15年4月から平成21年3月までの平均給与月額②	給付乗率⑥	平成15年4月から平成21年3月までの加入月数⑧	平成15年4月から平成21年3月までの期間に係る年金額	C
	586,371 円	5.481/1000	72 月	23 万円	
職域年金相当部分	586,371 円	1.096/1000	72 月	4 万円	D
これまでの加入実績に応じた退職共済年金の見込額 (A~D) ⇒					77 万円 E

2 今後の加入期間に応じた退職共済年金の見込額の計算 (60歳まで組合員であると仮定)

(1)平成21年4月から60歳までの平均給与月額が②と同額であると仮定した場合の機械的な計算

厚生年金相当部分	平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑨	給付乗率⑥	平成21年4月から60歳までの加入月数⑪	平成21年4月から60歳までの期間に係る年金額	F
	586,371 円	5.481/1000	187 月	60 万円	
職域年金相当部分	586,371 円	1.096/1000	187 月	12 万円	G

(2)平成21年4月から60歳までの平均給与月額をあなたが想定し、あなた自身による計算

厚生年金相当部分	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの平均給与月額⑩	給付乗率⑥	平成21年4月から60歳までの加入月数⑫	あなたが想定した平成21年4月から60歳までの年金額	H
	734,261	5.481/1000	187 月	75 万円	
職域年金相当部分	734,261	1.096/1000	187 月	15 万円	I

3 将来受給することとなる退職共済年金の見込額

(1)機械的な計算による見込額 (E+F+G)	⇒	149 万円
(2)あなたの計算による見込額 (E+H+I)	⇒	167 万円
支給開始年齢⑬		65 歳

備考欄

【将来受給することとなる公務員共済期間に係る老齢基礎年金の見込額】

4 これまでの公務員共済の加入実績に応じた老齢基礎年金の見込額の計算

792,100円 ×	平成21年3月までの加入月数	480月	=	45万円	J
	276月				

5 今後の公務員共済の加入期間に応じた老齢基礎年金の見込額の計算 (60歳まで組合員であると仮定)

792,100円 ×	平成21年4月から60歳までの加入月数	480月	=	30万円	K
	187月				

6 将来受給することとなる公務員共済期間に係る老齢基礎年金の見込額 (J+K)

支給開始年齢	65 歳	⇒	75 万円
--------	------	---	-------

最近の給与に基づいた機械的な計算による見込額を出しています。昇給・昇格等今後の給与の変動要素を見込んでいないため、若い方を中心に見込額が低額になります。

ご自分で平均給与月額を想定していただき、計算する欄で50歳未満の方の様式に付いています。⑩の平均給与月額は、平成20年度末退職者で組合員期間、職級が同じ方の平均給与月額を用いました。

退職共済年金(機械的な計算による)+老齢基礎年金=224万円の見込額
退職共済年金(あなたの計算による)+老齢基礎年金=242万円の見込額

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

平成21年度末に 定年退職を迎える皆さまへ

平成22年3月31日付けで定年退職を予定している方の退職共済年金の請求手続きと受給についてのお知らせです。

退職共済年金の請求手続きは、定年退職予定者の生年月日によって「前期対象者」と「後期対象者」の2回に分けて行います。詳細は次のとおりです。

区分	前期対象者	後期対象者
	次の生年月日の方 昭和24年4月2日から 昭和24年10月1日まで	次の生年月日の方 昭和24年10月2日から 昭和25年4月1日まで
請求書の提出 請求書用紙は各所属の年金事務担当者から配布されます。担当者の指示に従って提出してください。	平成21年8月～9月頃	平成21年12月～平成22年1月頃
年金の決定時期 60歳の誕生日時点における決定を行い「年金証書」をご自宅宛にお送りいたします。年金の計算基礎となる組合員月数は、採用から60歳になった日の前月分までとなります。	平成21年12月	平成22年6月
年金の改定時期 60歳の誕生日後、平成22年3月までの組合員期間を追加して再計算を行い「年金改定証書」をご自宅宛にお送りいたします。この計算による年金額が実際に受給する年金額です。	平成22年6月	平成22年6月
年金の受給 退職共済年金は、60歳になったときから受給する権利がありますが、平成22年3月まで(★)は共済組合員であるため支給停止となります。定年退職後の4月分からの受給となります。	<div style="background-color: #4CAF50; color: white; padding: 10px; border-radius: 5px; display: inline-block;"> 平成22年6月15日 4月分と5月分の振込日です。 </div> <p>その後は偶数月の15日に、その前月までの2ヶ月分ずつを振込みます。 15日が金融機関の休業日にあたる場合は、その前営業日が振込日となります。</p>	

★再任用フルタイム勤務をされる方は、引き続き共済組合員となるため、フルタイム勤務が終了するまで原則支給停止となります。フルタイム終了後、組合員期間を追加し、再計算されます。

お問い合わせ先

年金保険部年金課年金決定係 電話(03)5320-7328 又は都庁内線 57-241

高額介護合算療養費の請求受付が始まります

- 組合員又はその被扶養者が介護保険制度による給付を受けた際に、その世帯の自己負担額の合計と、医療保険制度による世帯の自己負担額の合計とを合算した額が、基準額を超えた場合に、その超えた額が共済組合と区市町村から給付されます。
- 請求にあたっては、以下の点にご留意の上、共済組合に申請してください。

1 計算期間

毎年8月1日から翌年の7月31日までの1年間(ただし、初年度の申請対象となるのは、平成20年4月1日から平成21年7月31日までの16か月間)の受診に係る自己負担額が計算の対象となります。したがって、最初の申請手続は、今年8月以降となります。

2 基準額等

合算の対象となる医療費は、70歳未満の方については自己負担額が1レセプト(※)21,000円以上のもので、窓口で支払った額から高額療養費、一部負担金払戻金及び家族療養費附加金として支給された額を控除した後の自己負担額です。

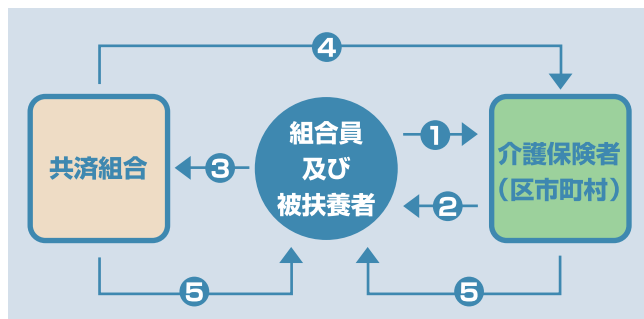
※レセプト:医療機関が受診者ごと、月ごとの診療について、共済組合等に請求する医療費明細書のこと。

算定基準額は次のとおり

- ・保険世帯に属する70歳未満の方(一般所得者)
67万円(初年度89万円)
- ・保険世帯に属する70歳~74歳の方(一般所得者)
62万円(初年度75万円)

3 手続き

- 1 区市町村介護保険担当窓口で「自己負担額証明書交付申請書」を提出します。
- 2 区市町村介護保険担当窓口から「自己負担額証明書」の交付を受けます。
- 3 ②の証明書を添付して、共済組合へ「支給申請書」を提出します。
- 4 共済組合では、②と医療保険の負担額を基に支給額を算出し、区市町村に通知します。
- 5 共済組合と区市町村からそれぞれ給付を行います。



★様式類など詳細については、所属を通じて別途通知します。

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



被扶養者に認定されている母親がもうすぐ70歳になります。医療機関での窓口負担額が軽減される高齢受給者証はいつ受け取れますか？



高齢受給者証は、70歳になった月の翌月から使用できるようになります。このため、共済組合では70歳の誕生日の半ば頃に、所属担当者を通じてお送りしています。

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

配偶者やお子様の 収入超過にご注意ください!

—— 認定要件を欠く場合は速やかに「抹消申告」を ——

最近、共済組合員の被扶養者に認定されている配偶者等の収入超過による、被扶養者資格の遡及抹消の事例が多数発生しています。

被扶養者となっている配偶者等が、就職やアルバイト・パート等で認定基準額を超過することとなった場合には、所属の事務担当者を通じて速やかに「被扶養者抹消申告」の手続きを行ってください。

収入超過による抹消日

- ① 就職等により認定基準額(年額130万円＝月額108,334円)を超えることが見込まれる場合
→ 就職日が抹消日
- ② パート等で月々の収入は変動するものの、3か月の平均が認定基準額(月額108,334円)以上あり、その後も同等の収入が見込まれる場合
→ 4か月目の初日が抹消日

例	4月の収入	100,000円
	5月の収入	80,000円
	6月の収入	150,000円
	3か月の平均	110,000円

4月から6月の収入を平均すると11万円となり、認定基準月額を超えます。その後も同等の収入が見込まれる場合には、4か月目の初日(例では7月1日)が抹消日となります。

抹消は事由発生日に遡及

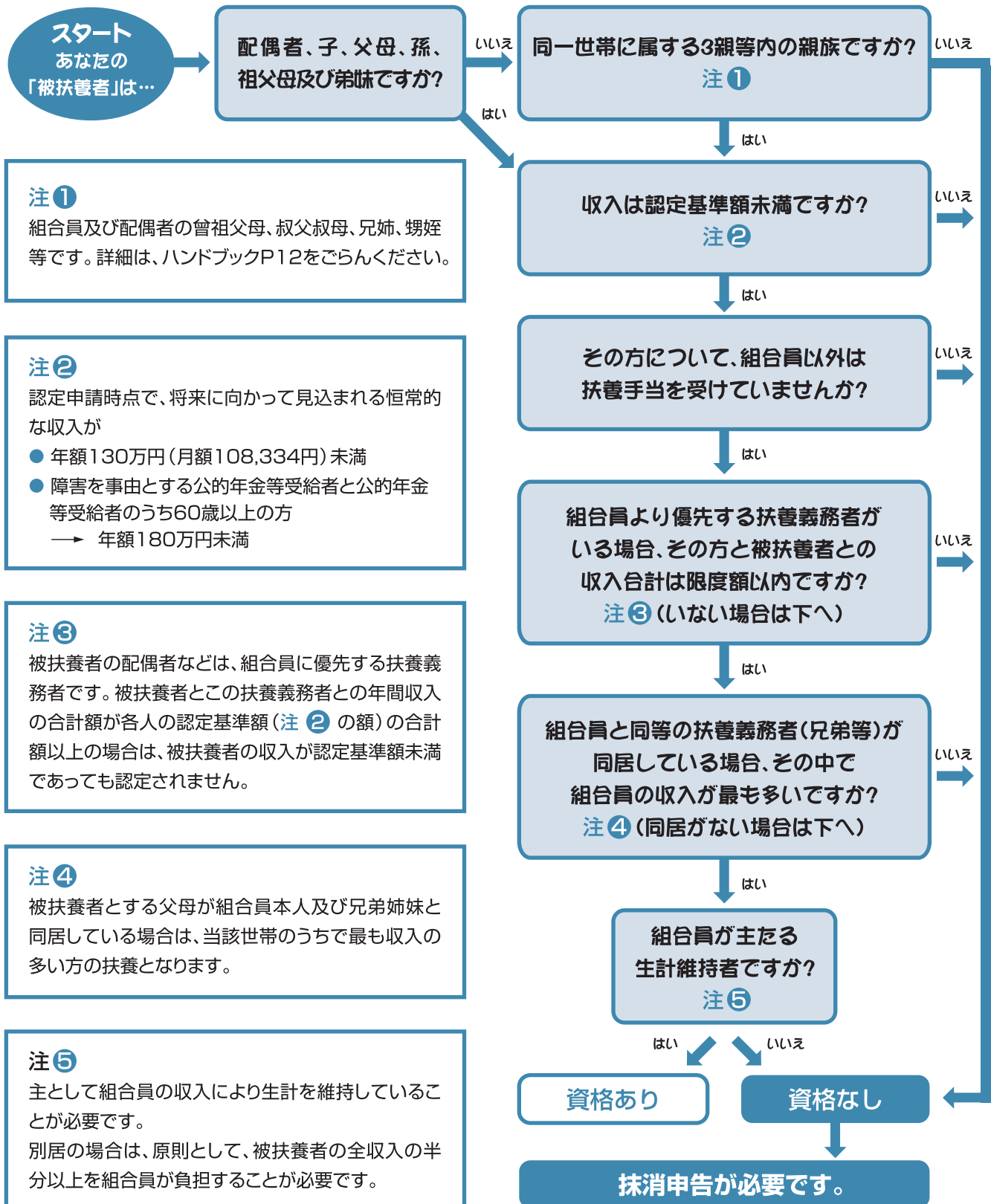
- ① 抹消事由が発生した場合は、組合員の申出日、所属受理日に関係なく「抹消事由が発生した日」に遡及して被扶養者の認定が取り消されます。
- ② 遡及抹消された期間に共済組合が医療費を負担した場合は、共済組合の負担分全額を返還していただくこととなります。十分ご注意ください。



次頁の被扶養者認定要件
自己チェック表で、
被扶養者の資格を
確認してみてください。

被扶養者認定要件自己チェック表

次のチャートにしたがって、チェックしてみてください。認定要件を欠いている場合には、速やかに所属を通じて抹消申告をしてください。



お問い合わせ先

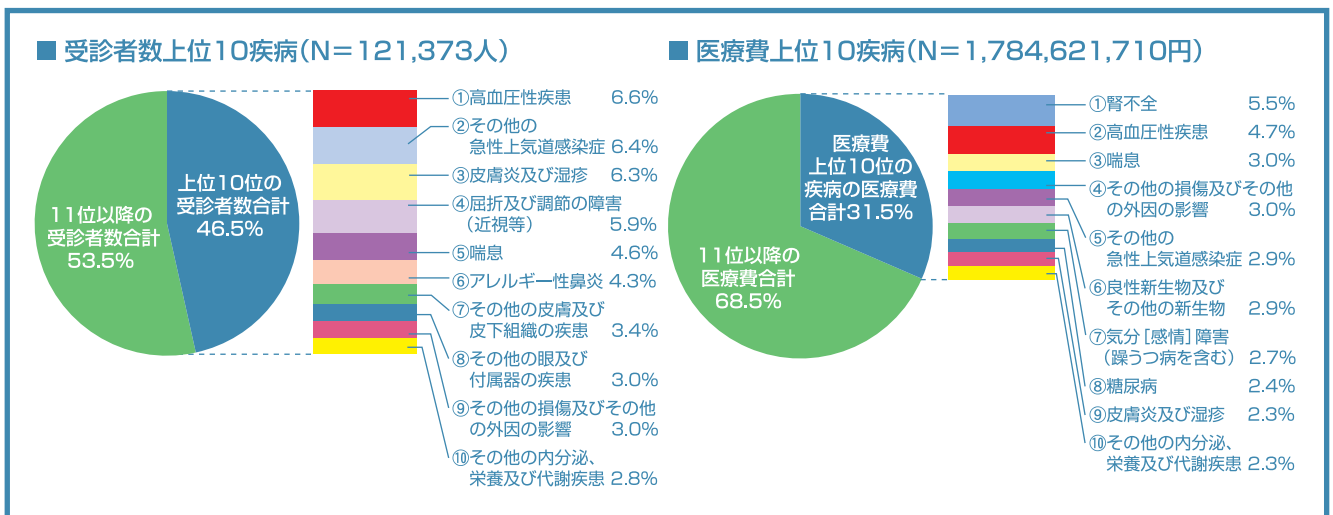
年金保険部医療保険課資格係 電話(03)5320-7323 又は都庁内線 57-221

医療費分析からみた 疾病の予防について

前号では、昨年5月診療分の診療報酬明細書(医科分)約12万5,000件をもとにした医療費調査の概要をお知らせしました。

今回はこの調査結果をもとに、受診者や医療費の多かった疾病の予防などについて専門家からコメントを寄せていただきました。

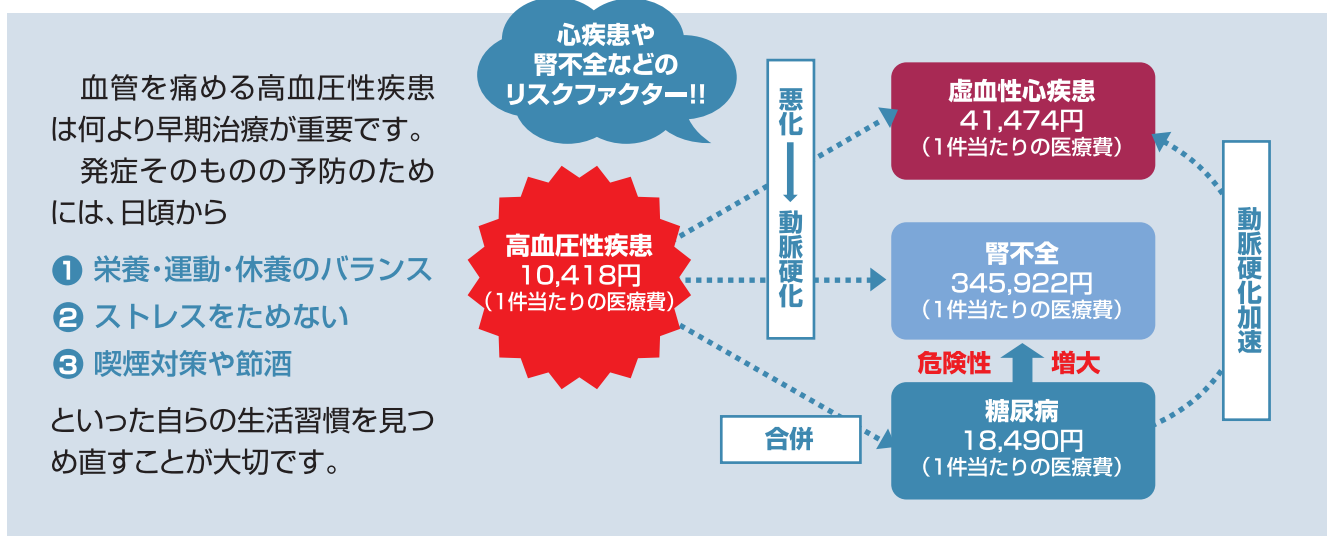
受診者数と医療費の多い疾病



1 高血圧性疾患対策

■ 高血圧性疾患は受診者数トップで、医療費でも2位を占めており、共済組合の特徴の一つとなっています。

■ 血圧の上昇は動脈硬化を進行させて虚血性心疾患や腎不全など様々な病気を引き起こす原因となります。糖尿病と合併すればさらに動脈硬化が進みます。高血圧性疾患が引き金となってこの種の病気になれば、通院や食事制限など日常生活そのものに大きな支障が生じかねません。高血圧は一般的に自覚症状があまりなく静かに進行します。「周りの人も高血圧だから平気だ!」といった思い込みはとても危険です。



2 腎不全対策

- 腎不全は共済組合における疾病別医療費の1位を占めており、一人当たりの医療費も高いという特徴が見られます。
- 腎不全は国全体では末期糖尿病からの透析患者が多いのですが、共済組合では35歳ぐらいから急激に受診者数が増加し、55歳～60歳未満でピークを迎えます。若中年齢層はネフローゼ症候群(大量のたんぱく尿が出て、顔や手足にむくみが現れるなど)といった非糖尿病疾患が原因と思われそうですが、高齢層では末期糖尿病が主たる原因と考えられ、「人工透析」を受ける割合も高くなります。

非糖尿病疾患については、様々な要因に基づくものであるため、早期発見・早期治療が非常に重要となります。糖尿病の患者については、治療により病状の悪化を防止し、人工透析に至らない状態を保つことが大切です。

腎不全の危険性に直結する糖尿病の予防のためには、日頃からの食事や運動などの生活習慣の改善が重要です。特に「メタボリックシンドローム」と判定されたら、積極的に保健指導を受けることが必要です。

3 かぜなどの呼吸器系疾患対策

- かぜなどの呼吸器系疾患(「その他の急性上気道感染症」)は、受診者数で2位、医療費で5位を占めています。共済組合は国全体に比べると相対的に子供の割合が高いため、この病気の割合が高くなっているものと思われます。
- かぜはそのほとんどが病原性微生物の呼吸器への感染で起こる病気ですが、季節的要素や流行に大きく左右されます。「かぜは万病のもと」と言われますが体力の弱い乳幼児や高齢者がかぜをひくと肺炎など他の病気を併発し、時には危険な状態におちいる場合もあり、十分な注意が必要です。

かぜ等は誰もがかかる病気です。かかってから特別な疾病対策を講じるよりも、日頃から栄養のバランスに注意しながら職場や家庭での「うがい」や「手洗い」の励行といった日常的な対策を心がけることにより、感染のおそれを低減させることが十分可能です。

4 精神保健対策

- 「気分[感情]障害」などのいわゆる精神疾患については30歳代から徐々に増加し、共済組合の多くの職場で受診者数・医療費とも上位を占めています。

精神疾患については、職場全体で早期解決に向けた適切な援助を講ずることで、本人の病状の悪化を最小限に止めることができます。引き続き職場におけるメンタルヘルス対策に向けた一層の取り組み強化が必要と思われます。



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

火災、浸水、地震などにより 家屋等に被害を受けたら

—— 災害見舞金の請求ができます ——

災害見舞金の支給基準は

非常災害による損害の程度が、次のいずれかの基準に該当すると認められるとき。

- ① 住居又は家財の5分の1以上が浸水や破損による損害を受けたとき
- ② 次の家屋(家財を含む。)については、浸水の程度が床上以上のとき
 - ・ 平屋建の家屋、マンションなどの共同住宅の1階の住居
 - ・ 2階建の家屋(1階部分の3分の2以上が居住スペースである場合に限る。)

損害の程度とは、総床面積に対する被災面積等の割合を基に認定されます。

請求の対象となるものは

組合員及び被扶養者が生活の本拠として居住している建物であれば、自家、借家、貸間、職員住宅を問わず対象となります。また、住居以外の社会生活上必要な財産も同様です。

ただし、日常使用する衣類、雑貨等の比較的低廉な家財や門、塀、倉庫、車庫、車両(通勤に使用しているものは除く)は対象外となります。

支給される金額は

災害見舞金支給基準表(共済ハンドブックP62)に定められた、損害の程度に応じて支給されます。支給額は給料月額をもとに算定され、限度額は法定給付が3か月、付加給付が1.8か月です。

請求の手続きは

共済ハンドブック(P61)を参照してください。被害を受けたら、被災直後の状況を写真等で記録しておくとともに、所属の共済担当者を通じて「災害速報(短期給付請求書等様式集P65)」(FAX可)を速やかに提出してください。

★被災現場の片付け前に共済組合の担当者が現地調査を行うことがありますので、ご協力をお願いします。

Q

火災により、木造2階建て、延べ床面積100m²の自宅のうち、15m²が焼失しました。災害見舞金の支給に該当しますか？

A

災害見舞金の支給基準は、建物全体面積の1/5(20%)以上の損害です。事例では15%(焼失面積15m²/延べ床面積100m²)ですので、支給対象外となります。



お問い合わせ先

年金保険部医療保険課給付係(求償担当) 電話(03)5320-7333 又は都庁内線 57-271~2

公費の医療助成を受けている方へ

公費の医療助成制度とは、社会福祉上の施策として国や地方自治体が法律や条例によって医療給付を行う制度です。

例 乳幼児医療、義務教育就学児医療、心身障害者(児)医療、難病、ひとり親家庭等医療 他

1 公費の医療助成を受けている方が、公費医療証によって受診した場合は、無料あるいは患者一部負担金のみの支払となります。共済組合では公費の医療助成が行われた場合、助成額との重複支給を避けて給付を行うため、原則として高額療養費や附加金の自動支給は行っていません。(高額療養費については、「平成21・22年度 共済ハンドブック」30ページを参照してください。)

2 次のような場合には、公費担当へお問い合わせの上、領収書(原本)を添えてご請求ください。(領収書は確認後にお返しします。)

- ① 義務教育就学児医療、心身障害者(児)医療、ひとり親家庭等医療等の公費負担医療を受けている方で、基礎控除額(25,000円)を超える一部負担金を窓口で支払った場合
- ② 公費医療証が使えない医療機関(居住地以外の医療機関など)での受診や医療証の未提示等のため、基礎控除額(25,000円)を超える額を窓口で支払った場合

3 公費の医療助成を受けている方については、医療助成の有無の確認等のため、高額療養費などは通常よりも1~2か月遅れての支給となります。

お問い合わせ先

年金保険部医療保険課給付係(公費担当) 電話(03)5320-7336 又は都庁内線 57-285・286

海外旅行中の病気やケガには？

- 海外の医療機関で治療を受けた場合、支払った医療費は療養費で請求することができます。
- 療養費の対象となるのは、日本において保険診療と認められる医療費に限られますので、現地で実際に支払った額を大きく下回ることがあります。海外旅行保険などの対応をおすすめします。

現地の医療機関で必ず受け取ってください

- ① 診療内容の明細と医療機関名がわかるもの
- ② 領収書等、支払った金額がわかるもの



旅行の際、短期給付請求書等様式集の英語版「診療内容明細書」と「領収明細書(医科・歯科)」のコピーを持参し、現地の医師に記入してもらうと便利です。

療養費の請求方法

療養費の請求書に下記の**ア**と**イ**の書類を添付して、所属の共済事務担当者を通じて請求してください。

- ア** 左記の①と②の原本
- イ** 左記の①と②を日本語に翻訳したもの
 - ・ 翻訳者の住所・氏名を記載してください。
 - ・ 翻訳費用は自己負担となります。

〈請求書等の入手方法〉

所属に配布してある短期給付請求書等様式集からコピーしていただくか、共済組合のホームページ(<http://www.kyosai.metro.tokyo.jp/>の組合員専用ページ)から印刷してください。

お問い合わせ先

年金保険部医療保険課給付係 電話(03)5320-7334 又は都庁内線 57-281

被扶養者
任意継続
組合員の
皆様へ

今年度の特定健康診査（メタボ健診） のご案内をご自宅に送付します

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）に着目した特定健康診査のご案内文書を7月中旬に送付します。年度後半は大変混み合いますので、ご希望の方は、早めのご予約をオススメします。

特定健康診査とは？

平成20年度からスタートした、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した新しい健診制度です。従来区市町村が地域住民を対象に行っていた「基本健康診査」は廃止され、共済組合など各医療保険者が実施主体となり「特定健康診査」を実施することとなりました。

なお、特定健康診査の結果に基づき、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善により予防効果が期待出来る方に対して、保健師や管理栄養士による生活改善のサポート（特定保健指導）を行っていきます。

対象は
40～74歳
の方です。

受診は
お早めに！



どうすればいいの？

① ご案内が届きます

- 対象となる被扶養者・任意継続組合員（40～74歳）のご自宅あてに、共済組合からご案内文書を送付します（7月中旬予定）。
- ★一般組合員の皆様の特定健康診査は、お勤め先で行っている健康診断や人間ドックでの検査をもって代えることとしています。

② 特定健康診査を受けます

- ご案内が届きましたら、記載された予約方法にしたがって特定健康診査の予約申込をしてください。（健診が受けられる施設の一覧は、ご案内文書に載っています。）
- 特定健康診査の検査項目は次のとおりです。
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）
- 健診費用は無料です
（※ただし、特定健康診査の検査項目以外を希望する場合は別途費用が発生します）。

今年度、すでに共済組合が助成する人間ドックを利用された方又は今後利用される予定の方は、特定健康診査を受診できません。年度内に、人間ドックと特定健康診査のどちらか1回のみ受診が可能です。

③ 特定健康診査の結果、メタボリックシンドロームに該当した方や該当するおそれのある方には特定保健指導のご案内が届きます

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

人間ドックのご利用方法について

— 今年度より変更となりました —

新しいご利用方法 受診希望日の3週間前までに必ず申込をしてください。

それ以降のお申込みでは受診券の発行ができませんのでご注意ください。

① 申込: (株) JTBベネフィット えらべる健診予約センター

- 次のいずれかの方法でお申込みください。
- 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)

WEB <https://www.elavel-club.com/tokyo/>

FAX **03-5617-6030**
専用の申込書★にご記入下さい。

郵送 〒135-0042
東京都江東区木場1-4-12
名古屋木場ビル2階
専用の申込書★にご記入下さい。

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・健診施設等をお伝えください。

② 受診券の送付

- 申込後、最大10日程度で、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 予約結果のご連絡

- 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、受診券到着後最大10日程度で、「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。

アジュール竹芝総合健診センターの受診について

受診希望日の3週間前までに「えらべる健診予約センター」への申込が出来なかった場合は、直接アジュール竹芝総合健診センター(03-3437-2701)へご相談ください。

★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。

参考 ■ 人間ドックの概要

	組合員(永年勤続退職予定者を除く)及び被扶養者	永年勤続退職予定者
資格	40歳以上(年度末現在)の組合員及び被扶養者	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
助成額	組合員 25,000円 被扶養者 15,000円	35,000円
種別	「日帰り」「大腸」「脳」の3種類	「日帰り」「大腸」の2種類
利用条件	受診日の属する年度に人間ドック利用助成又は特定健診を受けていないこと。	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「健診予約センター」に申込をしていること
利用期間	4月1日から3月31日まで	退職予定日の1年前から、退職日翌日の6ヶ月後まで
健診施設	共済ハンドブック又共済組合ホームページをご覧ください。	アジュール竹芝総合健診センター 又は東京都教職員互助会三楽病院

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

健康づくり
支援
プログラム
第2弾

“見直そう! 参加者募集

食べ過ぎ、栄養の偏り、 メタボが気になる40歳以上の 組合員とその家族の方

カメラ・デジタルカメラで食事の写真を撮り、
郵送又はメールするだけです。

あなたの食事について栄養士が内容を分析し、
あなたに合ったアドバイスをいたします。

本事業は、組合員の生活習慣改善への取組を継続的に
支援するプログラムです。この事業では、年齢要件を40歳
以上とし、組合員とその家族を対象としています。

参加の流れ

① 申し込み

電話又はメールで直接、共済組合に参加の
申し込みをします。

② 申し込み用紙送付

後日、申し込み用紙、質問票が届きます。

③ 写真撮影、申し込み用紙、質問票に記入

2日分の食事の写真を撮り、申し込み用紙、
質問票と共に郵送又はメールで共済組合
に提出します(1食分からでも分析します)。

④ 食事内容を分析、結果送付

栄養士が写真等から食事内容を分析します。
2~3週間後に、あなたに合ったアドバイス
が届きます。

⑤ アンケートに答えて終了

毎日の食事”

食事の写真を
送るだけ。写真から
栄養士が内容分析
します。



■ 申込期間

平成21年7月1日(水)
~平成22年2月26日(金)

■ 応募資格

東京都職員共済組合員及び組合員の家
族の方で、40歳以上の方
(現在、病院で治療中の方、妊産婦等
の方の参加はご遠慮ください。)

■ 募集人数

100名

■ 参加費用

無料
(ただし、郵送又はインターネット等にか
かる諸費用は、参加者のご負担となります。)

■ 申込み先

〒163-8001
東京都新宿区西新宿2-8-1
第一庁舎南塔38階
東京都職員共済組合
事業部健康増進課保健指導係
電話 (03) 5320-7465
又は都庁内線 57-436

E-mail

S900062@section.metro.tokyo.jp

★なお、5月号で案内した「生活習慣改善チャレンジ『食事と運動』」については、30歳以上40歳未満を対象として、現在、民間の参加型支援サービスを導入して実施しています。申込方法等詳細は、共済組合(組合員専用ページ)ホームページをご覧ください。<http://www.kyosai.metro.tokyo.jp/>

お問い合わせ先

事業部健康増進課保健指導係 電話(03)5320-7465 又は都庁内線 57-436

貸付金の繰上償還について

貸付金の繰上償還は、あらかじめ「繰上償還申請書」により申込みをしていただき、後日、共済組合から送付いたします払込書により、金融機関で払い込んでいただきます。共済組合の窓口では、現金を取り扱っていませんので払い込み手続はできません。ご注意ください。

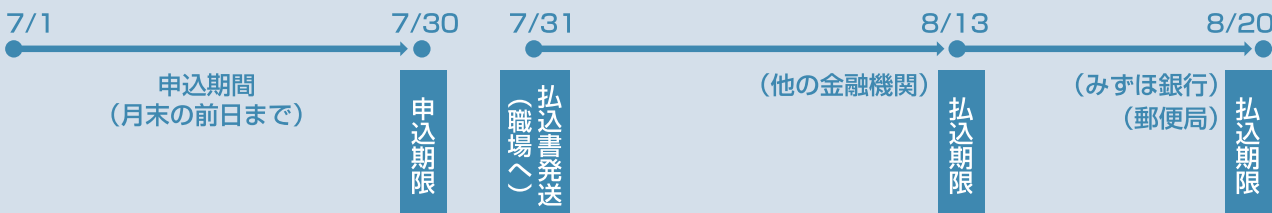
1 申込方法

申込みは、繰上償還(返済)を希望する月の前月末日の前日までに、「繰上償還申請書」を交換便あるいは郵便で貸付課あて送付してください。FAXでの申込はお受けしていません。「繰上償還申請書」は、貸付金申込要領又は共済組合ホームページの組合員専用メニューの各種様式に掲載してあります。

2 払込期限

払込期限は、毎月原則20日(みずほ銀行・郵便局利用の場合)ですが、他の金融機関を利用する場合は、これより5営業日前になります。

8月を例とした場合、次の日程になります。



※20日が土・日・祝日の場合は、直前の営業日が払込期限となります。

3 手数料

金融機関が定める払込手数料がかかります。

住宅講演会の開催

今年度も住宅についての講演会を10月24日(土)午後で開催いたします。今年度のテーマは(財)不動産適正取引推進機構 上席主任研究員による「不動産取引でトラブルに巻き込まれないために(仮)」を予定しています。関心のある方のご参加をお待ちしています。詳細は共済だより9月号でお知らせいたします。

お問い合わせ先

事業部貸付課貸付収納係 電話(03)5320-7346 又は都庁内線 57-361・362

組合会互選議員の補欠選挙結果

第三区(交通局、水道局、下水道局及び東京消防庁 定数三)選出の組合会互選議員1名の辞任に伴い、補欠選挙を実施したところ、立候補者が1名であったため、次の立候補者を当選人と決定しました。

氏名	所属	任期
浅見勝司	東京消防庁人事部厚生課	平成22年11月30日まで

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



循環型社会をつくるのは、わたしたち。

ごみと上手につきあっていますか？

私たちが生活していく上で、ごみ(廃棄物)は必ず発生するもの。ごみを減らすために自分たちで出来ることを考え、実行していくことが今、私たちに求められています。ごみの減量(リデュース)・再利用(リユース)・再生利用(リサイクル)を進め、循環型社会を構築するために、一人ひとりが環境にやさしいライフスタイルを実践していくこと、それが重要です。

買い物をする時から持つ、ごみへの責任。

これまでの大量生産、大量消費、大量廃棄の社会経済活動は、私たちに物質的な豊かさをもたらしました。その反面、地球温暖化や天然資源の枯渇、貴重な自然環境の喪失など、環境に多大な影響を与えてきました。

こうした危機を克服し、東京を持続可能な都市として次世代に引き継いでいくためには、省資源と資源の循環利用により天然資源消費量と廃棄物排出量が抑制され、環境への負荷が最小化された循環型社会を実現することが必要です。

私たちが目指すべき持続可能な循環型社会とは、出来るだけ資源を消費しないライフスタイルが定着し、廃棄物等の発生を抑制する取組が進み、経済性と環境への負荷とを勘案した上で望ましいリユース(再利用)やリサイクルの取組が一層推進された社会です。そしてその結果、温室効果ガスの削減が進み、天然資源の消費量と廃棄物等の排出量の抑

制が図られた社会です。

循環型社会形成基本法等によれば、私たちには、「排出者責任」として、廃棄物の発生の抑制、再生品の使用等による廃棄物の再生利用等を行っていく義務が課されており、ごみのリサイクルや処分に責任を持つ必要があります。

循環型社会形成推進基本法

(国民の責務)

第十二条 国民は、基本原則にのっとり、製品をなるべく長期間使用すること、再生品を使用すること、循環資源が分別して回収されることに協力すること等により、製品等が廃棄物等となることを抑制し、製品等が循環資源となったものについて適正に循環的な利用が行われることを促進するよう努めるとともに、その適正な処分に関し国及び地方公共団体の施策に協力する責務を有する。



Let's
take
action!

循環型社会づくりに向けて

循環型社会づくりに向けては、適正な3Rと処分により、天然資源の消費を抑制し、環境への負荷が出来る限り低減されるような行動が重要です!

Action ① 発生抑制 (Reduce) [優先順位-1]

無駄をなくし、ものを大切に
不用となる物をできるだけ減らす!

★例えば、ものを大切に長く使う、すぐにごみとなる包装は断る、買い物袋を持っていく。

Action ② 再使用 (Reuse) [優先順位-2]

できるだけ繰り返し使用する!

★例えば、再使用びん(リターナブルびん)を使う、詰め替え製品を買う、フリーマーケット・リサイクルショップを利用する。

Action ③ 再生利用 (Recycle) [優先順位-3]

繰り返し使えない物は、再び資源として使う!

★例えば、分別回収に協力する、再生品を利用する。

熱回収

資源として使えないものは、燃やしてその熱を利用すること。

適正処分

どうしても捨てるしかない物は、環境を汚さないようにきちんと処分すること。

Plus One!!

3Rにもうひとつプラス、わたしにできること。

環境配慮に関するキーワードとしてすっかり定着した3R。今、世界ではこの3Rに以下の言葉などを加え、4Rや5Rと呼ぶ場合が多くあります。もう3Rは当たり前。あなたに出来ることをプラスしてみませんか?

- **Refuse** (リフューズ:拒否) ごみになるものを拒否する。
- **Repair** (リペア:直す) 壊れても修理して使う。
- **Refine** (リファイン:分別) 捨てるときには分別する。
- **Rethink** (リシンク:再考する) 本当に必要なものかどうか考える。
- **Rental** (レンタル:借りる) 個人として所有せずに借りて済ませる。
- **Return** (リターン:戻す) 携帯電話など使用後は購入先に戻す。
- **Reform** (リフォーム:改良する) 着なくなった服などを作り直す。

知ってますか?企業の取組。

2005年から開始されている「八都県市容器包装ダイエツト宣言」において、大賞に選ばれた企業の取組を紹介します。

イオン(株) [小売部門]

- マイバッグとマイバスケツトの使用拡大を図っており、野菜や果物はリターナブルコンテナに詰め、そのまま売場で「バラ売り」や「はかり売り」するシステムを採用しています。
- お客様にマイバッグへの関心を持っていただくために、風呂敷を登場させたり、お客様からのご要望にあったななめがけマイバッグを期間限定で登場させました。平成19年度の持参率は20.3% (石油200ℓドラム缶に換算すると約21,495本の削減) になりました。

アサヒビール(株) [製造・その他部門]

- 缶ビールの缶体の排出抑制を進め、軽量化等を実現していきます。
- 缶ビール(350mlや500mlの)6缶パックの坪量(1㎡当たりの重量)を約4%軽量化しました。更に、缶蓋の表面積を約6%減少、板厚を0.01mm薄肉化し、アルミ使用量を従来比約9%削減しました。自社の缶蓋へ展開することにより電力量換算約26.3×106kwh/年、CO2換算約9,000トン/年に相当する環境負荷低減効果のほか、アルミ使用量約1,200トン/年の削減に貢献しています。

あふれる前に始めよう、できること。

廃棄物の最終処分場である埋立処分場は、限りある貴重な資源であり、新たに埋立処理場を確保することは非常に困難な状況にあります。そう、埋め立てできる量にも限りがあるのです。

出てしまったごみを、埋め立てずにリサイクルするために、分別を徹底する。さらに、その前にごみの減量に努める。私たちの毎日の取組がごみの将来、つまりは地球環境の将来に大きく関わってきます。

持続可能な循環型社会の実現のために、大切なのは一人ひとりの行動です。私たち、一人ひとり出来ることを考え、今すぐこの時から行動に移すこと、それが大事です!

監修

東京都環境局廃棄物対策部資源循環推進課
(参考文献:東京都環境局「東京の資源循環 2008」)

SUMMER VACATION IN 箱根



夏の富士山と芦ノ湖

◎ 箱根の夏まつり

- | | | |
|---------|-----------|---------|
| 7/31 | 湖水まつり | 芦ノ湖 元箱根 |
| 8/2・3 | 大岡瓢箪まつり | 宮の下 |
| 8/4 | 湖尻龍神祭 | 芦ノ湖 湖尻 |
| 8/5 | 鳥居焼きまつり | 芦ノ湖 箱根町 |
| 8/10・11 | 大平台温泉夏まつり | 大平台 |
| 8/14・15 | 宮城野夏まつり | 宮城野 |
| 8/14・16 | 強羅夏まつり | 強羅 |
| 8/16 | 強羅大文字焼き | 強羅 |
| 8/25・26 | ススキ祭り | 仙石原 |

◎ 開雲夏まつり特設会場

8/12(水)～15(土)
みんな揃って大集合!!夕涼みの楽しさいっぱい!
緑日村「一銭屋」(綿菓子、ヨーヨー、おもちゃ他)、盆踊り、カラオケ大会、etc.



空飛ぶ散歩で箱根を満喫

さわやか夏の宿 夏の彩り&浪漫の湯

◆夏季限定期間:2009/7/1～8/30◆

'09 料理長お勧め夏の逸品コース

+¥1,500 平日・夏季・華金プランに、料理長お勧め夏の逸品コースA・Bを追加できます。各コースの追加ご予約は、3日前迄にお願いいたします。



A:焼き蟹



B:豊楽焼きステーキ

夏季特別[15室限定] 価格・得々宿泊プラン

一般室1室2名様以上でのご利用の場合・組合員料金1名様(諸税含む、入湯税別)

「夕餉の膳」平日プラン **¥8,150**

7/1・2・5～9・20～23・27～29、8/30・31

「夕餉の膳」夏季プラン **¥9,600**

7/16・30、8/2～6・9～11・16～20・23～27

「夕餉の膳」華金プラン **¥10,100**

毎金曜日、8/29(7/10、8/14を除く)

7月							8月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							30	31					

■ 設備点検休館



※写真は夕餉の膳のイメージです。

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2回～

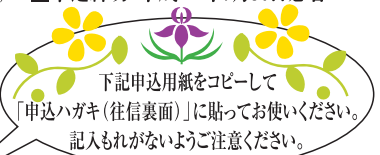
初秋のバス旅行のご案内

アサヒビール工場見学と古都鎌倉散策



【第1日目】 9/4(金)	9:00発 新宿駅西口→首都高速・東名高速・小田原厚木道路→10:30～12:00 アサヒビール神奈川工場(見学・試飲)→12:45～14:15 湯本富士屋ホテル(昼食)→14:30～15:45 本間寄木美術館(寄木作り体験)→16:00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】 9/5(土)	箱根路開雲<各自駐車場へ> → 9:00発 箱根湯本バス駐車場 → 10:30～11:15 高德院・鎌倉大仏(参拝) → 11:30～12:30 鉢の木(昼食) → 12:40～13:30 建長寺(参拝) → 13:40～14:40 鶴岡八幡宮(参拝) → 15:30～15:50 大黒埠頭(休憩) → <首都高速> → 18:00頃着 新宿駅西口

- ～ 開催日 ～ ■第1回：平成21年9月4日(金)～9月5日(土) ■募集人員：45名様(最少催行人員25名様) ■申込締切：平成21年7月30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】

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)

東京都から株式会社等に退職派遣されている方も申込みできます。

【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、ご参加いただけるようになった場合は、取扱会社よりご連絡します。

【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(返信)	50円 郵便ハガキ(往信)
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
7月30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)

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	組合員証番号	フリガナ 氏名	年齢	続柄	

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

組合員向けプランのご案内

那須高原へいらっしやい。 今年の夏も、家族旅行は ブランヴェールで決まり。

平成21年7月25日(土)～平成21年8月30日(日)



サマーバイキングプラン

大好評のサマーバイキングがこの夏も登場。
和・洋・中のメニューが40種類以上!!
昨年もお子様にも大人気のチョコレートフォンデュ
の他、かき氷や綿あめもご用意しております。

	大人	子供
平日(金・日を含む)	13,800円～	6,900円～
休前日	15,900円～	7,950円～

★お子様の年齢は3歳以上12歳未満

自然体験付サマーバイキング宿泊プラン

自然の中でしか学べないこと、感動がいっぱい。
ご家族の楽しい思い出づくりに是非!

	大人	子供	幼児
平日(金・日を含む)	17,000円～	9,000円～	8,000円～
休前日	19,000円～	10,000円～	9,000円～

★子供料金6歳以上12歳未満、幼児料金3歳以上6歳未満



そば打ち



川遊び



野菜もぎとり

新那須会席プラン

	大人	子供
平日(金・日を含む)	10,650円～	5,670円～
休前日	13,275円～	7,560円～

★お子様の年齢は3歳以上12歳未満

那須高原朝採り野菜 朝市開催

7月25日～8月31日

採れたてでしか味わえない瑞々しい高原野菜をぜひご賞味ください。



地元直産高原野菜(イメージ)

※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。

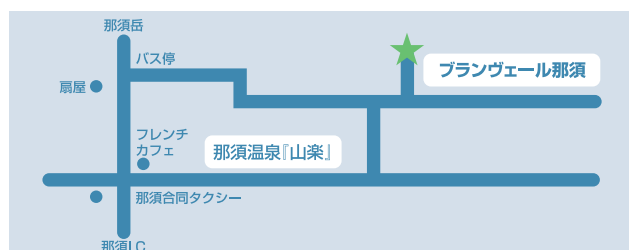
- 高速料金が割引になりました。(ETC・休日)【例】川口JCT→那須IC 3,900円→1,700円!
- JRバスも利用できます。 新宿—王子駅—新那須 片道3,300円(早売5だと2,310円)!

ご予約・お問合せはホテルまで

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



<http://www.oyadonet.com/bran/>



夏休み特別企画 琉球ガラスと珊瑚の手作りランプ講座

ロマンチックな星砂もつけて、灯りをつければ潮騒の音が聞こえそう...あなたはどんな形にしますか? お気に入りのランプを作れます。夏休みの自由課題にもぴったり!

開催期日 2009年8月3日(月) 昼の部(13:00受付)13:30~15:30 夜の部(18:00受付)18:30~20:30

受講料 大人通常¥3,500→**組合価格¥2,500(税込)**
 子供¥1,500(税込)

* 講座終了後にドリンクと沖縄産マンゴーをご用意しております。

用意するもの エプロン

材料費 ランプ1台 ¥2,000(税込)

定員 各回30名(定員となり次第受付を終了します)

講師 徳吉 亮丞(沖縄・森のガラス館代表)

特典 レストラン利用特別優待券

(①特別ディナー3,000円または②メニュー料金より20%OFF)

※利用される方はご予約時に①又は②、和食又は洋食のいずれかをお申し付けください。
 ※ご予約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。



R E S T A U R A N T

協賛:新島村商工会、神津島村役場、東海汽船株式会社 協力:(財)東京都島しょ振興公社

TOKYO-Islands
 夏の地産地消グルメフェア

新島・式根島・神津島から届く新鮮魚介や食材をレストランでどうぞ!

2009年7月1日(水)~8月31日(月)

毎朝獲れる新鮮な魚介はプリプリの美味しさ、新島や式根島、神津島の自然に育まれた深い味わいをお楽しみください。島特産の麦焼酎もお楽しみいただけます。

※ディナーのご予約で18Fスカイビュー浴場が無料になります。

※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グループ全員が割引対象となります。)

夏限定特別メニュー(フランス料理・会席)

通常¥8,250▶**組合価格¥6,600(税込)**

21F フレンチレストラン「ベイサイド」 TEL:03-3437-2320

3F しゃぶしゃぶ会席「銀坐」 TEL:03-3437-2317

夏限定特別メニュー(鉄板焼)

通常¥12,100▶**組合価格¥9,680(税込)**

21F 鉄板焼「都」 TEL:03-3437-2320



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

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)
<http://www.hotel-azur.com/kyosai/>

組合員様限定の宿泊特典!!

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

夏の地産地消グルメフェア・ディナー付宿泊プラン

新島・式根島・神津島直送の新鮮魚介や食材が食べられる夏限定のディナー付宿泊プランです。

2009年7月1日(水)~8月31日(月)

セミダブルルームを2名様でご利用の場合

1泊2食付
 お一人様 通常¥19,335▶**組合価格¥11,500~(税込)**

内容

- ①ディナー:21Fフレンチレストラン「ベイサイド」又は3Fしゃぶしゃぶ・会席「銀坐」
 (グルメフェア夏限定メニュー:フランス料理又は会席料理¥8,250コース)
 ※午後8時までにレストランにご入店ください。※8/8(土)8/9(日)は除外日。※3F「銀坐」は日祝休。
 ※詳細はお問い合わせください。
- ②朝食(3F「銀坐」にて和定食又は洋定食)
- ③VOD券(客室にて新着映画を含む100タイトル見放題)

お台場周遊&マッスルパーク満喫プラン

家族でスポーツしながら楽しく遊んで運動能力を鍛えよう!

2009年9月30日(水)迄実施中

ご家族3名様でご利用の場合(マッスルパーク15枚チケット付)

1泊
 お一人様 通常¥13,670▶**組合価格¥7,000~(税込)**

※お子様も同料金となります。
 ※¥1,000追加でマッスルパーク18枚チケットに変更できます。

内容 ①マッスルパーク15枚チケット ②ゆりかもめ1日乗車券
 ③スポーツドリンク ④朝食(3F「銀坐」にて和定食又は洋定食)

特典 ①高さ17cmの「モンスターバーガー」全商品10%OFF券
 ②「ストアパーク」お買い物券(¥100)プレゼント

※ホテル発行の引換券をご持参の上、現地にて上記割引券と引換となります。
 【マッスルパーク営業時間】 平日・休日 11:00~21:00 土曜日 11:00~22:00



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)

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¥13,085▶**組合価格¥7,500~(税込)**

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

特典 ゆかた着付割引 **要予約**

通常¥7,350▶**組合価格¥3,150(税込)**



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

P A R T Y

【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**

内容 ①旬の素材を使った特撰会席料理 ②会場使用料を含む
 ③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

特典満載!
 ゆっくり
 2時間30分

*表示料金は税金・サービス料込。

お得な宿泊優待特典
 ①日・月曜(※但し祝前日を除く) ②火~土曜
 1泊お一人様 通常¥15,305▶**組合価格¥7,000** 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。

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だくさんです!

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

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!

特典1 ご紹介者に¥30,000相当のご利用券をプレゼント!

※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。

ご紹介特典
グレードUP!!

特典2 組合員様のご紹介でご親戚・ご友人でも**組合員様特別料金**で
結婚式が挙げられます。

※詳細はお問い合わせください。

- 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ません。)
- 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。
- 共済組合員様同士のご紹介は対象外とさせていただきます。



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。

『ブライダル相談会&ウェディング試食会』

開催日

2009.
7/5(日)・19(日)
8/2(日)・30(日) 9/13(日)

1日10組様
限定

お料理は和洋折衷料理の
ハーフコースになります。

共済組合員様特典で

参加費は無料!

お早めにご予約ください。



組合員様限定ウェディングプランご案内

Precious Wedding Plan

プレシャス ウェディングプラン

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ツ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 ウェディングプラン (ローズシーズンC)	915,000	プレシャス ウェディングプラン	980,000
50名様セット料金	915,000		980,000
料理・飲物	含む	含む	
会場使用料・控入室料	含む	含む	
装花・ブーケ等	93,765	含む	
音響演出料	42,000	含む	
司会者	63,000	56,700	
チャペル式料	136,500	含む	
席札・招待状・芳名帳	含む	含む	
席次表	31,500	含む	
引出物・バッグ	138,000	126,975	
ケーキ入刀料	10,500	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	

※洋装着放題プランの場合

【共済組合員様特典】

- ご別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
- 記念写真高級台紙プレゼント
- 引出物10%割引

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!

※税金・サービス料込み

Family Wedding Plan

ファミリー ウェディングプラン

ご家族の祝福を受けて、最高に幸せなカップルの誕生です!
アットホームなウェディング・パーティなら、会話ははずんで楽しい時間が流れます。

- 人数 10名~28名
- 会場 憩・武蔵野
- 内容 料理(和洋折衷)・・・¥10,000
飲物(フリードリンク)
衣装(新郎新婦各1点)
挙式料(1Fチャペル又は神殿)
写真2ポーズ各1枚
美容料
席料
控室料
カラークロス、チェアカバー
介添え料
サービス料・税金
- 特典 装花料 10%OFF
追加衣装料 50%OFF
追加写真 10%OFF



武蔵野

組合員様料金 10名様 ¥375,000
1名様追加 ¥14,000
一般料金 10名様 ¥395,000 / 1名様追加 ¥15,000

それは海と空とあなたの笑顔でつくられます。

Wedding

光り輝く純白のブライツチャペル

2009.1/10 リニューアルオープン



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。

<http://www.hotel-azur.com/kyosai/>

アジュール竹芝カルチャー講座ご案内

フランス式! 見違える瘦顔美容講座(フェイスリフト)

フランスのエステ国家資格(CAP)を取得、
パリでセラブを虜にした究極のHanaeメソッド初公開!
夏のあとの肌はボロボロ・・・美しくなりましょうね。

ヴォーグ編集長、有名女優(ソフィア・コッポラ、ジュリエット・ピノシュ)などを魅了、パリ仕込みの最新エステをアレンジしたHanaeメソッド。肌の内側からリンパの流れを良くし、毒素を体外に出して、むくみを解消します。

開催期日 第一回 2009年9月17日(木) (18:00受付)18:30~20:30
第二回 2009年9月24日(木) (18:00受付)18:30~20:30

受講料 各回通常¥4,500→組合価格¥3,500(税込) * 講座終了後にお茶とケーキをご用意しております。

定員 各回30名(定員となり次第受付を終了します)

用意するもの ①お顔全体が映るスタンド式の鏡 ②化粧直しの道具
③第一回「基本のフェイスケア講座」にご参加の皆様はフェイスバンドなど、髪の毛をとめるもの

【第一回 フランス式基本のフェイスケア講座】

- フランス式のローションパックでブルツヤ肌へ!!
- 美しい姿勢が美肌を作る!! 姿勢が悪いとリンパが流れない。
- 毛穴の中から浮かせて落とすクレンジング術
- 毎日のツボ押しマッサージでフェイスリフトアップ!!
- 小顔・すっきり首・キリリ目元をつくる!

【第二回 上級フェイスリフト マッサージ講座】

- 首、肩のラインを整え、毒素除去しむくみの解消を!!
- あなたのお肌の状態は? 押せばわかる。つまめばわかる。
- 確実に差がつく! フランス式ハンズオンマッサージ
- 目の下のクマ・むくみ・法令線・元アップ
- お顔のストレッチで肌深部からリフトアップ!

日大理工学部建築学科を経てエステの世界に。渡仏してからフランスの国家資格(CAPエステティック)を取得、オーガニック化粧品への深い知識をもつとともに、ジョン・ミシェル(針師)から東洋医学を学んで独自のマッサージ技術を磨く。

セミナーへご参加の皆様へは、ツボの詳細解説、ホームケア方法をまとめたプリントをお配り致します。是非、ご自宅での毎日のケアにお役立て下さいませ。

【ご予約・お問い合わせ】TEL.03-3437-5566(宴会予約)



特別講師:Hanae

Bayside Hotel

アジュール竹芝
AZUR TAKESHIBA

〒105-0022 東京都港区海岸1-11-2
Tel.03-3437-2011(代表)
Fax.03-3437-2170

平成21年度リフレッシュ宿泊施設の一部変更について

リフレッシュ宿泊施設について、10月開設分(9月1日受付)から施設の入れ替えを行いますのでお知らせいたします。

湯ヶ島温泉 落合楼 村上

■ 7月19日で開設とりやめ:JTB取扱

1室定員	借上げ部屋数	大人料金 (消費税込み)	子供料金 (消費税込み)	共済組合負担金にかかる消費税 (1室あたり)
5名	2室	14,700円(1室2名利用15,750円) 上記料金の他、入湯税150円(現地払い)がかかります。	8,085円	1,400円(現地払い)

伊香保温泉 福一

■ 10月2日から新規開設:JTB取扱

1室定員	借上げ部屋数	大人料金 (消費税込み)	子供料金 (消費税込み)	共済組合負担金にかかる消費税 (1室あたり)
5名	3室	11,550円(1室2名利用12,600円) 上記料金の他、入湯税150円(現地払い)がかかります。	5,880円	1,400円(現地払い)

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

広告

東京都・特別区・関係団体職員の皆さまへ

(財)東京都福利厚生事業団 提携斡旋
特別区職員互助組合

都職信住宅ローン

～新規購入はもちろん、他行からのお借り換えも都職信がサポートします～

キャンペーン金利〈固定期間選択型〉

2年 **1.80%** 3年 **1.85%** 5年 **1.90%**

※上記金利は平成21年5月1日現在です

※ご返済は給与控除となります

※審査によってはご希望に添えない場合もございます

※金利等、詳しくはHPまたはお電話にてお問い合わせください

お得なサービス

1. 保証料不要
2. 一部繰上返済手数料無料
3. 団体信用生命保険料当組合負担



©TOSHOKUSHIN

お気軽にご利用ください!

- 当組合職員が職場等へお伺いしてご相談を承ります
- お借り換えは、郵送にて審査のお申込みができます

消防庁職員の方はご利用いただけません

お 問 い 合 せ 先

東京都職員信用組合

〒163-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1 東京都庁第一本庁舎・16階北側

融 資 課 ▶ TEL 03-3349-1402 都庁内線 63-743

<http://www.toshokushin.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)

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 |



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15%)

【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。】



(財)東京都福祉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 新宿モノリス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

ムジコエイド

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。 *大口団体扱割引率は団体の「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)

はとバスの旅・夏



(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 H118B

那須アルパカ牧場

かわいい
アルパカ達に
癒されよう♪



新コース NEW!
食べ放題

動物とふれあい体験! ファームめぐりと 那須アウトレット



乳製品バイキング(イメージ)

代金 昼食付 **7,480円~8,480円** 子ども代金は500円引き (3歳以上12歳未満)

コース 浜松町(7:30発) = 東北道 = 那須アルパカ牧場(話題の牧場で自由散策) = りんどう湖ファミリー牧場(昼食:ラムバーベキュー食べ放題と乳製品バイキング) = 那須ガーデンアウトレット(ショッピング。約1時間30分の滞在) = 東京駅(20:00着予定)

出発日 **スペシャルデー** ■色発7,480円 ■色発7,980円 ■色発8,480円

7月/ 25・26・28・29・31
8月/ 1・2・4・7・8・9・10・12・14・15・16・18・19・22・23・24・26・28・29・30

※○印日は7:00発となります。
※当コースの子ども代金は3歳以上12歳未満の方が適用となります。
※道路状況等により滞在時間が短くなる場合があります。

那須アルパカ牧場...もこもこの毛と愛嬌のある顔で大人気のアルパカが400頭以上暮らしています。不思議かわいく愛くるしい姿にはとても癒されます。



バーベキュー(イメージ)
※別料金

コース番号 H296C 標高1800メートルに湧き出でる乳白色の湯

雲上の露天風呂 万座温泉と軽井沢



万座プリンスホテルの
バイキングが付いて
この値段!

代金 昼食付 **6,980円~7,480円** 子ども代金は200円引き (4歳以上12歳未満)

コース 新宿駅西口(7:00発) = 関越道 = 浅間酒造観光センター(ショッピング) = 万座プリンスホテル(昼食:バイキング、乳白色の露天風呂入浴) = 浅間白根火山ルート = 軽井沢・プリンスショッピングプラザ(ショッピング、約2時間の滞在) = 新宿駅(20:30着予定)

出発日 ■色発6,980円 ■色発7,480円

※貸フェイスタオル付

8月/ 1・3・4・6・7・18・19・20・21・22・23・24・26・28・30
9月/ 2・3・5・6・8・9・10・11・13・14・18・24・26・27

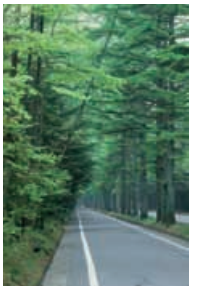
※一部は混浴となります。
※道路状況等により、アウトレットの滞在時間が短くなる場合があります。
※当コースの子ども代金は4歳以上12歳未満の方が適用となります。



露天風呂



バイキング(イメージ)



軽井沢(イメージ)

「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) 受付時間 8:00~20:00
電話番号をお間違えないよう、ご確認をお願いします。

03-3761-1100

株式会社はとバス

ホームページからの予約も可能です。
催行・空席状況もご確認いただけます。
http://www.hatobus.co.jp/

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



新しい舞台芸術の拠点がオープン! 杉並区

杉並区の芸術文化の拠点「座・高円寺(杉並区立杉並芸術会館)」が5月にオープンしました。
舞台芸術を中心に、ここ高円寺、杉並から、新たな文化を、日本へ、そして世界へ発信していきます。

「座・高円寺」は、世界的な建築家、伊東豊雄さんの設計で、地下3階、地上3階建て、3つのホールを備えています。杉並区としては18年6月にリニューアルオープンした杉並公会堂に続く文化施設です。

演劇など舞台芸術を中心に、過去の名作を再創造した演目や、内外の気鋭の劇作家による新作を上演していきます。さらに、絵本の読み聞かせや演劇ワークショップほか子どものための企画や、地元のアーティスト達によるライブやショーなど、杉並ならではの個性的で多彩なプログラムを行っていきます。

また、ホールを貸し出すことにより区民の皆さんなどの芸術・文化活動を幅広く支援するとともに、50年余の歴史を持ち、都内の夏を彩る一大イベント「東京高円寺阿波おどり」の活動もサポートしていきます。



座・高円寺1(基本形状238席)

演目によって舞台と客席の位置や形、規模を自由に変えることができます。年間を通じて、主催・提携公演を行っています。



座・高円寺2(256席～最大298席)

区民の皆さんなどが文化・芸術活動や集会・講演会に幅広く利用できる、固定席を備えたホール。



阿波おどりホール(約160m²)

阿波おどりの練習利用を優先。それ以外の時間帯には貸出しもしています。



カフェ“アンリ・ファブル”

2Fにあるカフェは、ミニ講演やライブなどのイベントスペースとしても利用可能。また、カフェと繋がる「演劇資料室」には演劇の戯曲などの貴重な資料を収集・保存していきます。

