

KYOSAI DAYORI 共済だより

共済だより No.361

平成27年7月2日印刷
平成27年7月16日発行

発行 東京都新宿区戸山三丁目十七番一号
東京都職員共済組合事務局 管理部総務課

印刷 東京都千代田区飯田橋四丁目一番一号 I S ビル
岩岡印刷工業株式会社

企画・編集デザイン協力 東京都千代田区猿樂町一丁目五番 八号千代田ビル
株式会社 社会保険出版社

イラスト・写真記事等の
転載、複製を禁じます。

特集1
皆さんの
医療費の状況

特集2
むし歯・歯周病の予防
口腔ケアで健康力アップ



江戸時代。握り寿司はファストフードでもありました。



食材は鮮度を保つために早々にさばかれ、酢、漬け、煮など、さまざまな調理が施されます。

種類豊富な「江戸前」の海の幸。

江戸前の意味には握り寿司や鰻の開き方のように「江戸風」という意味もありますが、本来は漁場を示す言葉で、江戸の前で獲れた魚介類をさすこともあります。古くは深川沖から品川沖のあいだに横たわる遠浅の海で採れた種類を指し、当時の江戸前の代表は、魚類は浅い海を好むハゼ、キス、コノシロ、アナゴ、スズキ、イシガレイ。貝類はアサリ、アオヤギ、トリガイ、甲殻類はシヤコが定番だったようです。

この遠浅の海も江戸時代から続いた埋め立てや干拓事業によってすでに姿を消し、2005年に水産庁は江戸前の定義について、東京湾全体で採れた魚介類としています。これで外湾の浦賀水道も含まれるようになりました。

現在は水質の影響でイシガレイが去ってマコガレイが加わり、浦賀水道の潮通しの良い岩礁を好むイサキ、マダイ、アジ、タチウオ、イカ類も含む豊富な種類の魚介類が、江戸前というブランドを冠するようになりました。

魚介類が低脂肪・高たんぱく質であるということは言うまでもなく、またDHAやEPAといった体に必要な脂肪酸もとることができます。江戸前のさまざまな海の幸を味わいながら、健康で豊かな食生活を送っていただきたいものです。

東京の食材で、おいしく、ヘルシーな食生活を。

TOKYO

スローフード

Enjoy Tokyo Slow food.

江戸前の魚介類

オススメのレシピ



夏バテにはアジの南蛮漬けがおすすめ。低カロリーながら栄養価が高く、野菜もたくさん食べられます。

あじの南蛮漬け 1人あたり 162kcal

材料 2人分

三枚におろしたあじ 2枚(150g程度)
お好みの野菜 120g (掲載写真はパプリカとアスパラジャー)

出汁	100cc
酢	大さじ4
しょう油	大さじ3
みりん	大さじ3
砂糖	大さじ1
赤とうがらし	適量

片栗粉 適量
サラダ油 適量

作り方

- ① 三枚におろしたあじの皮に切れ目を入れ、食べやすい大きさにカット。野菜もカットしておく。
- ② あじに片栗粉をまぶして180℃のサラダ油でしっかり揚げる。
- ③ ②と同時進行で野菜を入れた※漬け汁を沸騰させる。
- ④ ③の火を消してこんがり揚がったあじを漬け込み、2時間ほど自然に冷ます。冷蔵庫で一晩置くと味のなじみがよくなります。

【表紙】江戸前寿司

東京都職員共済組合

<https://www.kyosai.metro.tokyo.jp/>

共済だよりはホームページでバックナンバーを掲載しています。ホームページをご活用ください。

ご家庭にお持ち帰りになり、皆様でご覧ください。再雇用職員、再任用(短時間勤務)職員の方は配布対象外です。

皆さんの医療費の状況

平成26年度版

02 特集1 皆さんの医療費の状況

06 特集2 口腔ケアで健康力アップ むし歯・歯周病の予防

- 08 シティ・ホール診療所からのお知らせ
歯科・口腔外科があります
VDT外来を行っています
- 09 お口の健康と全身の健康 -あなたに必要なセルフケアとは?-
- 10 職員の皆さまへ
被用者年金制度の一元化後の年金請求手続等について
- 11 平成27年度末に60歳で定年退職を迎える皆さまへ
老齢厚生年金の受給開始年齢は62歳です
- 12 平成26年度決算の概要
- 16 子どもが生まれるとき -出産費と支払方法-
- 17 一被扶養者の収入基準額の超過にご注意ください-
被扶養者の抹消申告は速やかに!
- 18 40歳以上の組合員の方に「医療費のお知らせ」を配付します
- 19 ジェネリック医薬品を使ってみませんか?
- 20 ご家族及び任意継続組合員の方へ
生活習慣病健診・特定健診 受診のご案内
～年に1度は、健康診断を受診しましょう～
- 21 平成27年度人間ドックの利用について
～共済組合から助成が受けられます～
- 22 人間ドックの受診は「アジュール竹芝総合健診センター」へ
- 23 健康情報提供サービス QUPiO
～ご利用に必要なID・パスワードを所属にお届けします～
- 24 ひとりで悩まず、早めの相談を! ころの相談のご案内
- 25 訪問健康教室のご案内 訪問健康教室のメニューが増えました!

施設のご案内

- 26 ホテル アジュール竹芝のご案内
- 28 保養施設 箱根路開雲のご案内

広告

緑の東京募金
あなたの募金で東京にもっと緑を!

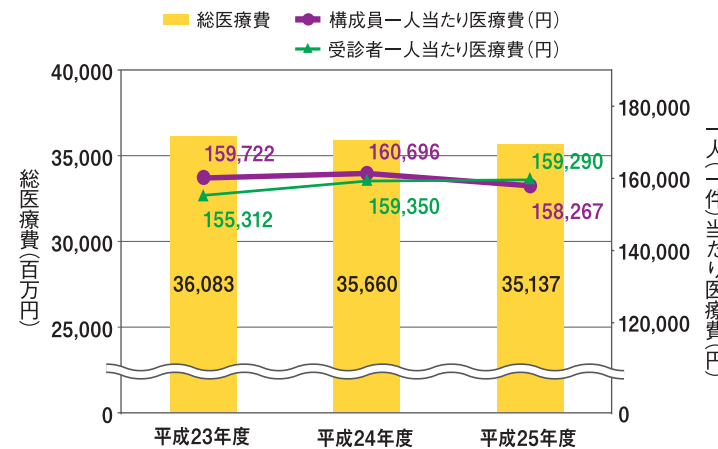
緑の東京募金にご協力をお願いします。
詳しくは、緑の東京募金ホームページをご覧ください。
<http://www.midorinotokyo-bokin.jp/>

皆様からのご意見などを参考に誌面の充実を図ってまいります。
「共済だより」についてのご意見・ご要望は下記までお寄せください。
〒162-0052 新宿区戸山3-17-1
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.03-3232-4706 <https://www.kyosai.metro.tokyo.jp/>

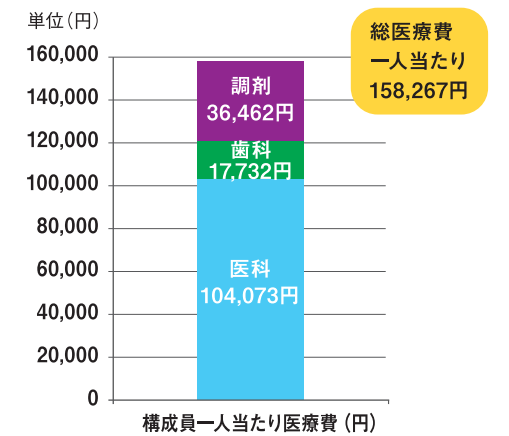
患者一人あたりでは年間約16万円 ～医療費の概況～

平成25年度の都共済の構成員数は22万2,013人でした。医療機関への受診者数は22万587人で、3年間で、構成員数は1.7%、受診者数は5.1%減っています。しかし、受診者一人あたり医療費は、平成25年度159,290円で、平成23年度より2.6%増加となっています。そのため組合員と被扶養者合わせた構成員一人あたり医療費にすると0.9%の減少にとどまっています。総医療費としては、構成員やその一人あたり医療費の減少により2.6%の減少となっています。

総医療費及び受診者一人あたり医療費の年次推移



構成員一人あたり医療費の内訳 (25年度)



平成25年度の構成員一人当たりの総医療費は、年間158,267円となっており、そのうち、「内科医療費」は65.8%を占めていて104,073円、「歯科医療費」は11.2%で17,732円、「調剤医療費」は23.0%で36,462円となっています。

※構成員…組合員とその家族(被扶養者)
※構成員一人あたり医療費(円) = 医療費(円) ÷ 構成員数(人)
構成員一人あたり医療費とは、病院に行っていない(医療費がかかっていない)人も含めた全体の人数を母数にした一人あたり換算の医療費

受診者一人当たりの医療費は平均すると年間16万円なのね。

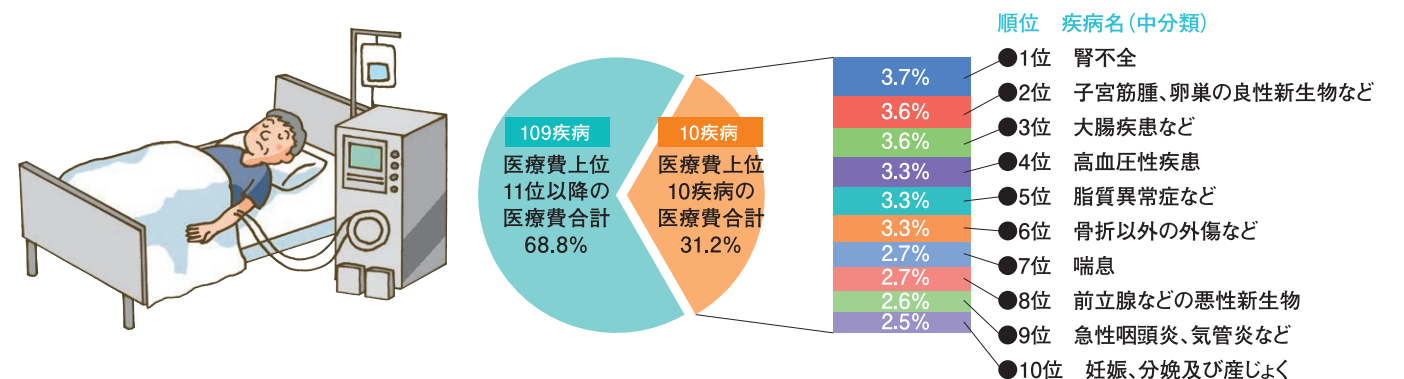


医療費増の背景に生活習慣病

腎不全は人工透析治療が行われることもあり、医療費が高額になります。
高血圧や糖尿病も慢性腎臓病の原因となりますので、生活習慣病を重症化させないことが大切です。

疾病別にみると、上位10疾病が医療費全体の31.2%を占めており、「腎不全」が最も高く、次に、「子宮筋腫、卵巣の良性新生物など」「大腸疾患など」の順になっています。また、高血圧性疾患や糖尿病など、生活習慣病及びその進行したものがあげられ、生活習慣病が医療費を引き上げる要因の1つになっていることがわかります。

医療費全体に占める上位10疾病の割合 (25年度)

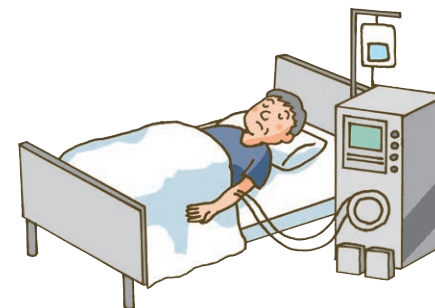


共済組合では、皆さんの健康づくりを支援し、また今後の医療費の適正化を図っていくため、診療報酬明細書(レセプト)のデータから医療費の分析を行っています。

平成26年度は、平成25年度を中心に、平成23～25年度の3年間の比較を行いました。

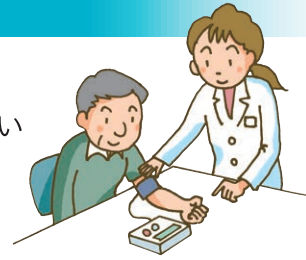
また、歯科医療費についても分析を行いましたので概要を紹介いたします。

日頃の健康管理にお役立て下さい。

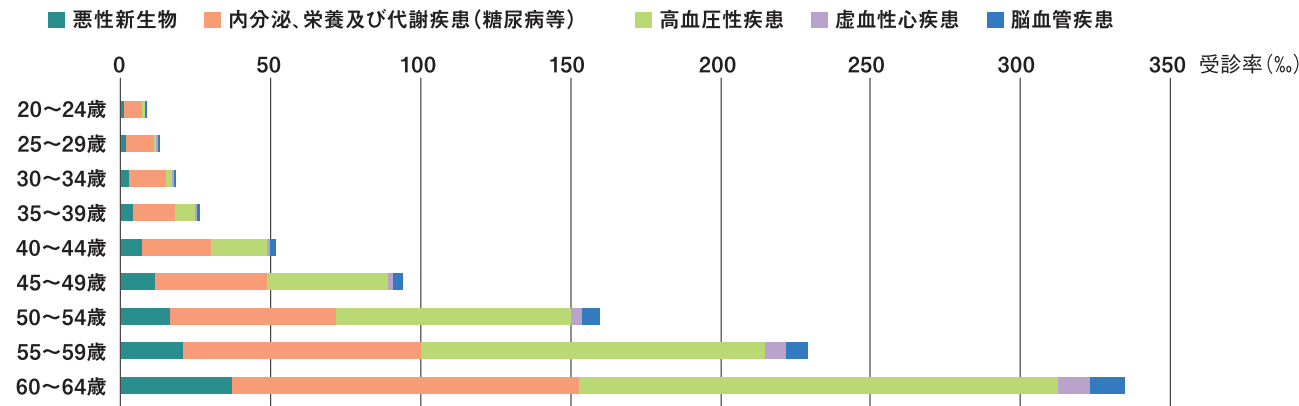


2割が生活習慣病

医科医療費全体における生活習慣病5分野の割合は21.1%です。
受診率で見ると、40歳以上で「悪性新生物」「糖尿病等」「高血圧性疾患」が増加しています。糖尿病等の生活習慣病のさらなる対策の強化が必要といえます。



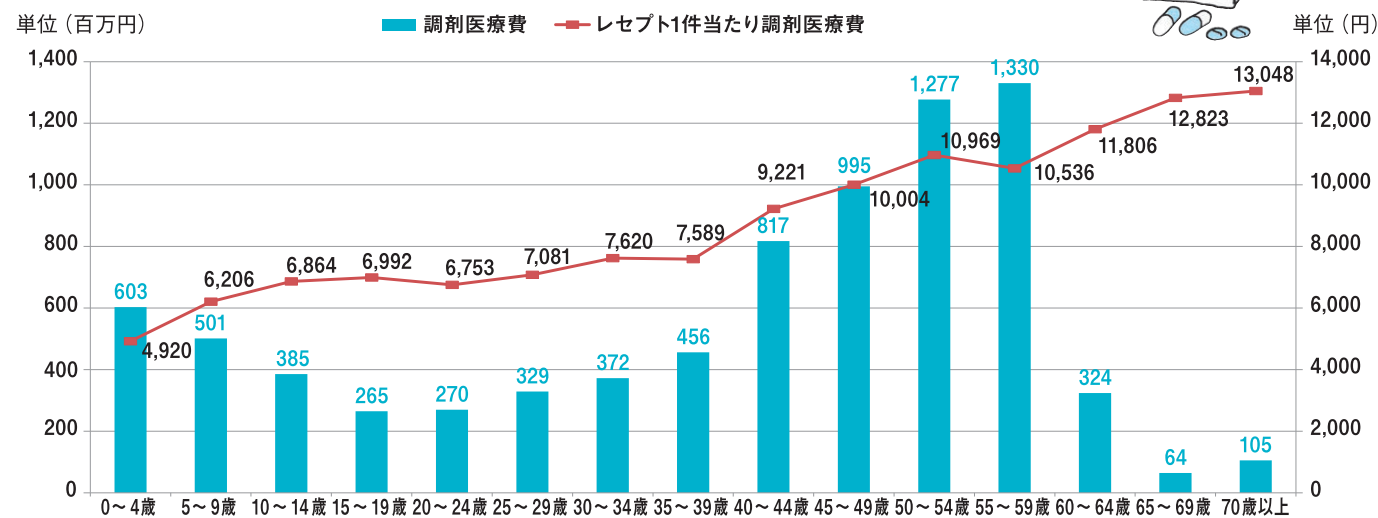
生活習慣病の年齢階級別受診率(25年度)



40歳以上で増加する薬剤費

レセプト1件当たりの薬剤医療費は、年齢が上がるとともに増加しています。
組合員の自己負担の軽減と医療費の節減に効果が期待されるジェネリック医薬品の使用割合は、平成25年度で薬剤全体の41.5%となり、年々増加しています。
花粉症治療等で用いられる「その他のアレルギー用薬」や、「血液凝固阻止剤」を切り替えていくと特に変更後の費用効果が高いとの分析が出ました。
また切替効果は、40歳から急増し、55～59歳で最も高い効果が見込まれます。

年齢階級別薬剤医療費及び、レセプト1件当たりの薬剤医療費(25年度)



医療費や薬剤費などの負担は依然として重いものです。40歳以降に増加する生活習慣病は、高額な医療費の問題だけでなく、個人のQOL(生活の質)の低下を招くことにもつながります。その予防のためには、健康的な生活習慣をつくり、定期的な健診で体の状態を知って発病を防いだり、また、早期発見・早期治療により重症化を防ぐことが重要です。
共済組合では、過去1年間の医療費や、ジェネリック医薬品に切り替えた場合の負担軽減額について、毎年お知らせしています。詳しくは18～19ページをご覧ください。

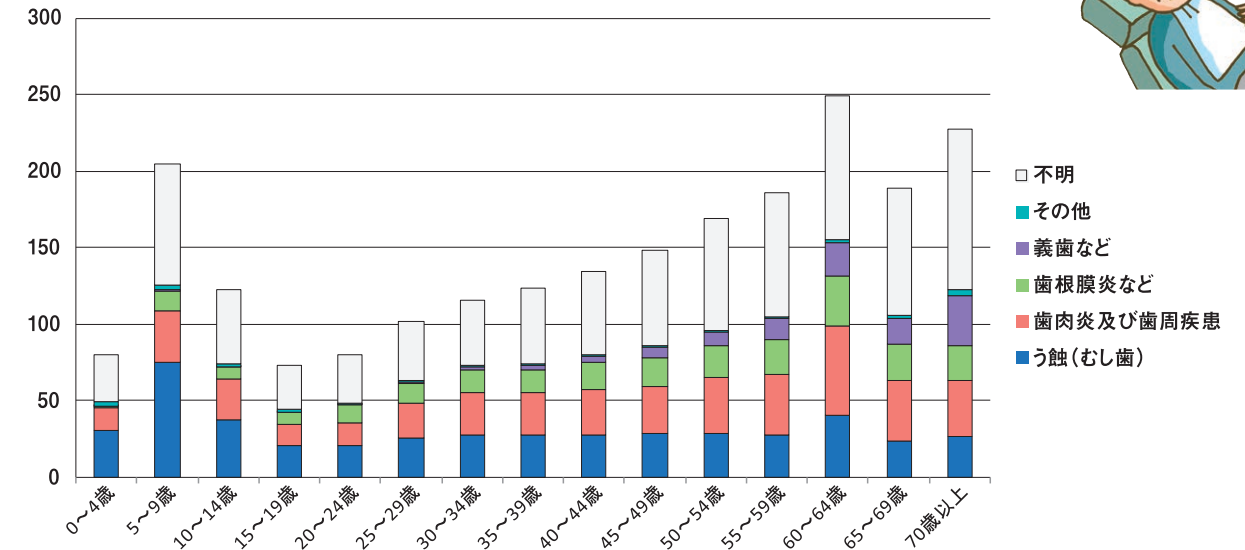
歯科医療費は医療費全体の1割を占めています このことから初めて歯科医療費に着目して分析を行いました

歯科医療費の状況

平成25年度の歯科医療費総額は約39.4億円、レセプト件数は約35万5千件です。
レセプト1件当たりの歯科医療費は、平成25年度で11,063円、診療日数の平均は1.8日です。
どの年齢層でも「う蝕(むし歯)」が高いことがわかります。また、40代以降は年齢が上がるにつれて、「歯肉炎・歯周病」の割合が増えています。



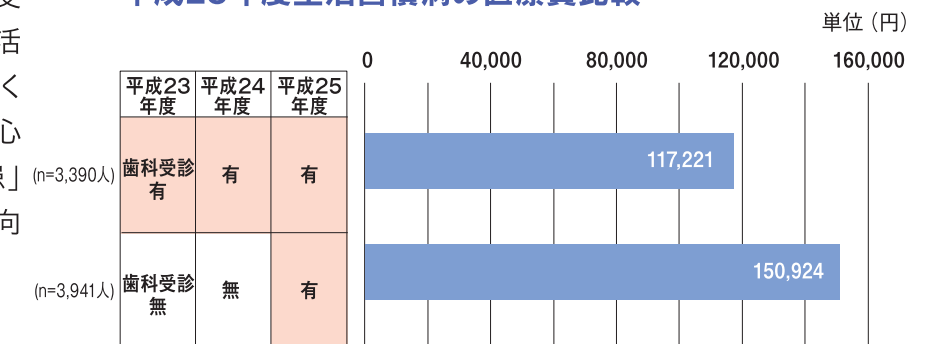
単位(%) 歯科の年齢階級別受診率(25年度)



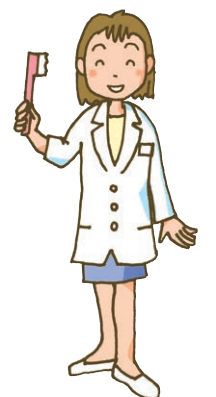
歯科診療と生活習慣病

歯科を3年間継続的に受診していた人は、23・24年を受診せず、25年に受診した人と比べて、一人当たりの生活習慣病の治療にかかる医療費は低くなっています。特に「虚血性心疾患(心筋梗塞や狭心症など)」「脳血管疾患」「悪性新生物」の治療費について傾向が顕著でした。

平成23・24年度の歯科レセプト有無による平成25年度生活習慣病の医療費比較



今回の分析から、継続的に口腔ケアをすることが生活習慣病の重症化の予防にも繋がる可能性があります。
自分の歯や口腔内の健康状態を日頃から気にかけることが、生活習慣病の予防・改善の第一歩となります。
次のページから、歯の健康に関する特集がありますので、ぜひ参考にしてください。





むし歯・歯周病の予防

口腔ケアで健康力アップ



むし歯・歯周病は、口内の細菌が出す酸によって歯や歯を支える骨が溶かされたり、歯茎が炎症を起こす感染症です。
生涯、歯と口腔の健康を保つことは、ただ食べものを噛むためだけでなく、食事や会話を楽しむなど、豊かな人生を送るための基礎となるのです。
むし歯・歯周病が引き起こす健康リスクや効果的な予防策について学んでいきましょう。

監修/松尾 通 松尾歯科医院院長・歯学博士 日本アンチエイジング歯科学会会長

むし歯と歯周病の違いをご存じですか？

歯と歯のすきまをなぞると白くて粘り気のあるものが取れます。この歯につく白いものが、細菌の塊である歯垢(プラーク)です。食事をすると歯垢の中でミュータンス菌が酸をつくり、歯の表面を溶かしてしまいます。これがむし歯です。

歯と歯茎のすきまに歯垢が溜まると歯垢の中にある歯周病菌が歯茎に炎症を起こし、血や膿が出たりします。炎症が進むとすきまに歯周病菌が侵入し、歯と歯茎を支える歯槽骨(顎の骨)を溶かし、口臭が強くなったり、歯がぐらついたりします。これが歯周病です。

神経に達するむし歯と違って歯周病は痛みが少なく、自覚症状がほとんどないため、気付いたときには、抜歯が必要になることもあります。



むし歯

酸が歯を溶かしていきます。神経に達すると痛みを伴います。



歯周病

歯と歯茎のすきまから原因菌が侵入し、歯を土台から溶かしてしまいます。

むし歯・歯周病が与える健康への影響

むし歯・歯周病は放置しておくと様々な疾患の原因となります。

肺炎

むし歯や歯周病の細菌が肺に感染して肺炎になることがあります。細菌を含んだ唾液が気道に入ると、気管支や肺で増殖して炎症を起こします。

動脈硬化

むし歯や歯周病で炎症が進むと歯周病菌が血管に入り、血液中で血小板が血栓をつくりやすくなって、動脈硬化を招き、心筋梗塞や狭心症などを引き起こすことがあります。

糖尿病

歯周病と糖尿病は双方向の関係性があります。糖尿病による免疫低下が歯周病菌の増殖を招き、また歯周病菌が出す毒素が血管に入るとインスリンの働きを妨げて血糖値が上がりやすくなります。

早産

妊娠中に歯周病になると、その炎症が胎児の成長に影響し、早産を引き起こす危険につながります。

歯垢・歯石はなかなか落とせない

歯垢はバイオフィルムという粘着性のあるバリアで覆われているため、うがいや洗口液では除去できません。歯ブラシで歯磨きをすることが必要です。

歯垢の中には1mg当たり2億の細菌がいます。そのうちのいくつかは唾液の中のカルシウム成分と結びついて硬い歯石をつくります。歯石には歯垢が付きやすく、歯周病を悪化させます。日常の歯みがきでは取り除くことが難しいので、歯科医へ行って専門的な器具を使って取り除くことになります。

歯垢のつきやすいところを知ろう

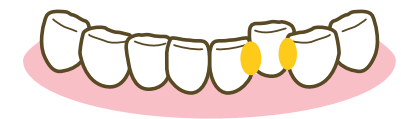
奥歯や、歯の間、歯と歯茎の境目などは、特に付着しやすいため、しっかりと歯みがきをして歯垢を除去しましょう。



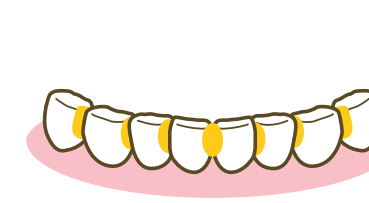
歯と歯茎の境目



抜けた歯のまわり



歯と歯が重なったところ



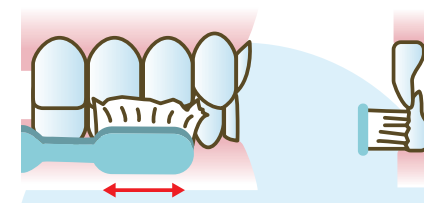
歯と歯の間



奥歯の噛み合わせ

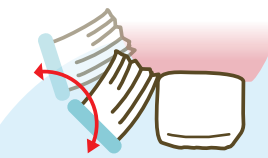
正しい歯のみがき方(歯ブラシの当て方・動かし方)

毎日の丁寧な歯みがきが大切です。毛先が広がらない程度の軽い力で、5~10分かけて、歯垢のつきやすいところを意識しながら、きちんとみがきましょう。



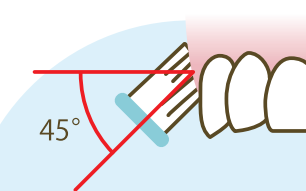
歯と歯茎の汚れ落とし

歯と歯茎に歯ブラシを90度に当てて左右に動かす。



歯と歯のすきまの掃除

歯ブラシの腹で歯茎を押しえつけ、縦に回転させて掻き出す。



歯周ポケットの掃除

歯ブラシを歯と歯茎に斜め45度に当てて左右に動かす。

👉 むし歯・歯周病予防の3つのポイント

① 寝る前の歯みがきはしっかりと!

就寝中はむし歯予防に役立つ唾液の量が減って、むし歯菌をはじめとした口内細菌がもっとも活発化します。寝る前にしっかりと歯をみがいてあらかじめ細菌の数を減らしましょう。



② 間食を控える

食事によって口内は酸化し、唾液等の力で中性に戻ります。頻繁な間食は酸性の時間を増やし、中性に戻って溶けた歯が再石灰化する時間を減らしてしまいます。



③ 定期的な歯科検診を受ける!

自覚症状が無くても、定期的に歯科検診に行くことをお勧めします。かかりつけの歯科医をもち、年2回程度(半年に1回が目安)受診し、歯垢や歯石の除去に加えて、自分の口腔内の健康状況を知ることも大切な予防になります。



「歯とお口の健康」は認知症予防にも役立つ

おいしく食べて、健康で長生きするために、一生自分の歯を保つことを目指して、「80歳になっても、自分の歯を20本以上持つ」という「8020(ハチマル・ニイマル)運動」をご存知ですか?

口腔と全身の健康に関する研究(健康日本21)では、80歳の高齢者のうち、歯の喪失が少なく、食べものをよく噛めている人は、生活の質や活動能力が高く、運動・視聴覚機能に優れているということが明らかになっています。このことは、認知症の予防にもつながります。

毎日の口腔ケアで、ワンランク上の健康ライフを実現しましょう。

シティ・ホール診療所からのお知らせ

👉 歯科口腔外科があります!

シティ・ホール診療所の歯科口腔外科では、むし歯や差し歯、入れ歯の治療や歯肉炎・歯周病(歯槽膿漏)などの一般歯科診療のほか、口腔粘膜疾患、顎関節疾患、外傷、良性腫瘍などの口腔外科診療を行っています。特にインプラント手術の経験は豊富です。

近年、歯科には生活習慣病をはじめ様々な病気を持った患者さんや骨粗しょう症などにより他科で薬物療法を受けている方が多く受診されるようになりました。このような患者さんに対しても「有病者歯科診療施設」として、全身疾患や体調に配慮した歯科治療を行うことができます。

また、総合診療所にある歯科口腔外科としてのメリットを生かし、他科と連携しながら、診療に当たっています。

👉 VDT外来を行っています!

コンピューター等を使用する作業を原因とした、目の疲労やドライアイ、こり、腰痛、イライラ、不眠等を診断するためのVDT検診も始まっています。

シティ・ホール診療所では、このような症状のために、予約制のVDT外来を開設しています。症状のある方はどうぞお問い合わせください。

気になることがあれば、どうぞご相談ください

お問合せ先 シティ・ホール診療所 ☎ 03-5320-7358 又は都庁内線 63-821

お口の健康と全身の健康 —あなたに必要なセルフケアとは?—

NEW あなたの職場で 「歯と口の健康セミナー」を開催しませんか?

歯周病やむし歯は、生活習慣病の一つであり、口腔細菌による感染症でもあります。口腔細菌は、糖尿病、心臓病、肺炎など、全身の健康と深い関連性があることが分かっています。お口の健康チェックを通じて、全身の健康について考えてみませんか? 共済組合では、あなたの職場に無料で講師派遣いたします。ぜひ職場での健康づくりの取組にご活用ください。

講義内容

- ◇歯と口の役割について
- ◇むし歯や歯周病の主な原因について
- ◇歯周病と全身疾患の関連性について
- ◇噛むカムチェックガムであなたの咀嚼力を判定!
～よく噛んで、全身を活性化させましょう～
- ◇口腔細菌測定
～あなたのお口の細菌数を1分間でカウントします!～
- ◇唾液腺のマッサージ指導
～唾液腺マッサージを覚えて口腔機能アップ!～
- ◇セルフケアの方法



からだの健康は歯と歯ぐきから。健康職場をサポートします!

講師

歯科衛生士

講義時間

約90分(応相談)

■申込方法

申込書を共済ホームページからダウンロードし、電子メール、FAX又は交換便でお申込みください。

Mail: S9000062@section.metro.tokyo.jp FAX: 03-5388-1800



喫煙率の高い職場にもおすすめです!

お問合せ先 事業部健康増進課健康増進係 ☎ 03-5320-7464 又は都庁内線 57-412

職員の皆さまへ

被用者年金制度の一元化後の年金請求手続等について



平成27年10月の一元化以降は、全ての窓口(日本年金機構の年金事務所及び各共済組合)において、政省令で定められる届書の提出等が可能となります。(この仕組みを「ワンストップサービス」といいます。)

ワンストップサービスの対象は、年金請求書(国民年金・厚生年金保険老齢給付)などですが、詳細は現在、国等において調整中です。

また、年金加入期間等の情報を組合員のみなさまに提供する「ねんきん定期便」も開始されます。

平成27年10月以降に特別支給の老齢厚生年金の受給権が発生する組合員については、下記のとおり変更が予定されています

1 年金請求書(国民年金・厚生年金保険老齢給付)の様式変更

様式の内容が統一され、共通項目、機構独自項目、公務員共済独自項目、私学共済独自項目の構成となります。

請求者の氏名、住所等については、あらかじめ請求書に印字されています。

2 年金請求書(国民年金・厚生年金保険老齢給付)の送付

共済組合又は日本年金機構から、直接、ご自宅に郵送されます。

3 年金請求書(国民年金・厚生年金保険老齢給付)の提出先

各共済組合及び日本年金機構の年金事務所に提出することとなります。各所属での受付ではなくなりますので注意してください。

※特定消防組合員については、ワンストップサービスの対象外になります。年金請求書の提出先及び送付先については、現在調整中です。

※生年月日が昭和30年1月以前の方については、共済組合期間と厚生年金期間の双方の請求者情報を一つの請求書に記載することができないため、請求書はそれぞれの年金機関から個別に郵送されます。様式についても年金機関ごとに様式が異なる予定です。

「ねんきん定期便」の実施

年金加入記録を確認していただくとともに年金制度に対する理解を深めていただくことを目的に「ねんきん定期便」をお送りします。

開始時期 平成27年12月(予定) *誕生月ごとに通知いたします。

通知対象者 ①節目通知 35歳、45歳、59歳(封書でお送りします)
②毎年通知 節目通知以外の方(ハガキでお送りします)

主な提供情報 年金加入期間(国民年金・厚生年金)、老齢年金の見込額、保険料納付額等

※節目通知及び毎年通知については、送付対象ごとに若干提供内容等が変わります。

お問合せ先 年金保険部年金課 ☎ 03-3232-4755

平成27年度末に60歳で定年退職を迎える皆さまへ

老齢厚生年金^(注1)の受給開始年齢は62歳です

(注1)被用者年金制度一元化(平成27年10月1日)後に年金受給権が発生する方は「老齢厚生年金」になります。

老齢厚生年金の請求手続

平成27年度末に定年退職を迎える(昭和30年4月2日から昭和31年4月1日生まれ)方の老齢厚生年金の受給開始年齢は62歳(特定消防組合員の方は従来どおり60歳)です。

62歳の誕生月の約3か月前に、ご自宅に年金請求書が郵送されますので、案内に沿って請求手続をしてください。

◆特定消防組合員(S30.4.2~S31.4.1生まれの方)の手続き

- ①10月1日までの誕生日の方は、所属を通じて60歳の「退職共済年金」の手続きを行います。
- ②10月2日以降の誕生日の方は、現在、請求手続について調整中です。



老齢厚生年金と老齢基礎年金の繰上げ受給について

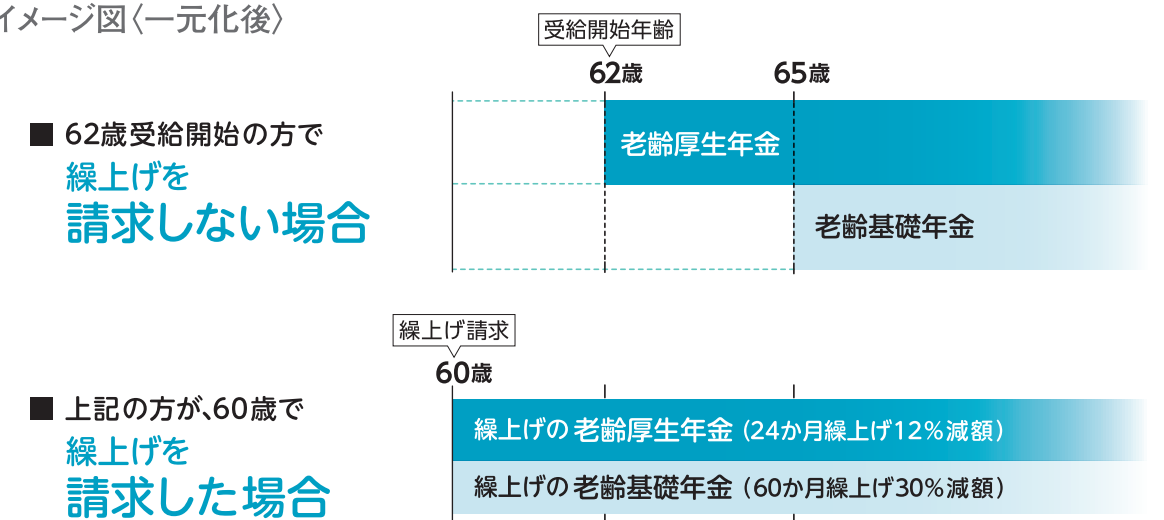
老齢厚生年金の受給開始年齢は段階的に引き上げられ、最終的には65歳からの支給となりますが、「老齢厚生年金の繰上げ」をすることにより、本来の受給開始年齢より早く(ただし60歳以降に)、老齢厚生年金の受給を開始することができます。

繰上げを行う際には、全ての年金を同時に繰上げ請求しなければなりません。

年金の繰上げを行うと、年金額は1か月繰り上げるごとに0.5%の減額になり、減額された年金を生涯受け取るようになります。

繰上げ受給を希望される方は、まず所属の事務担当者に請求手続等についてご相談ください。一元化後は所属を経由せず、共済組合や年金事務所に請求することとなります。

イメージ図<一元化後>



※繰上げ請求は60歳以降にできますが、組合員として在職中は「老齢厚生年金」は一部又は全額支給停止となります。※減額された年金を生涯受け取るようになります。

お問合せ先 年金保険部年金課 ☎ 03-3232-4755

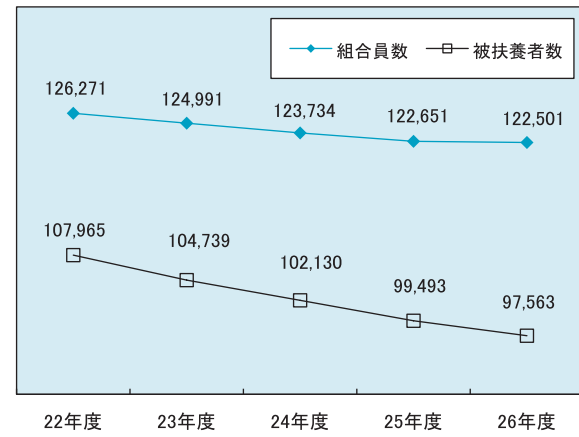
平成26年度決算の概要

平成26年度の決算が、6月29日の組合会で承認されました。

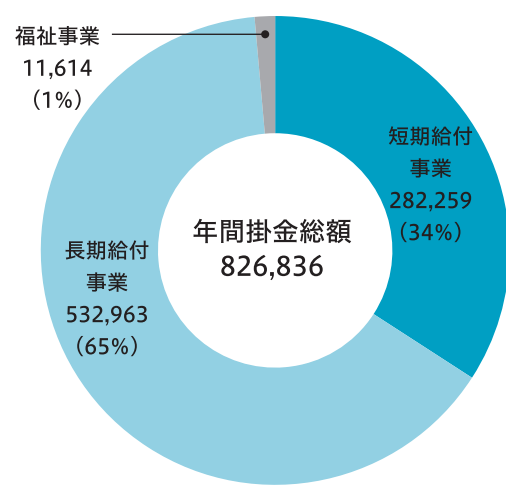
総括

- 共済組合では、医療保険に関する「短期給付事業」、組合員の退職後の生活を支える年金に関する「長期給付事業」、組合員・ご家族の皆さまの健康で豊かな生活を支える「福祉事業」を実施しています。
- 平成26年度末の組合員数は122,501人(対前年度△150人減)、被扶養者数は97,563人(対前年度△1,930人減)となり、組合員数はほぼ横ばいとなりましたが、被扶養者は減少が続いています。
- 組合員1人当たり平均の年間掛金額は826,836円となり、うち65%は長期給付事業(年金)の財源となっています。

組合員数、被扶養者数の推移 (単位:人)

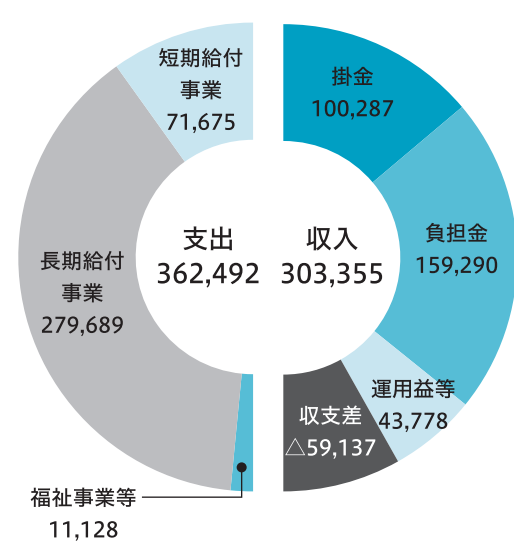


組合員1人当たりの年間掛金額内訳 (単位:円)

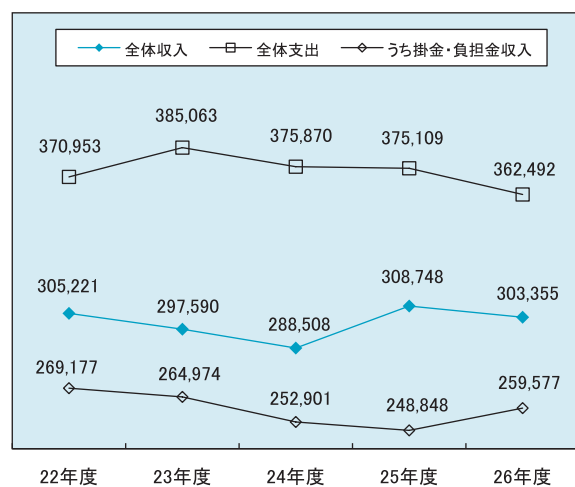


- 共済組合の収入は、主として組合員である皆さまからの掛金と、事業主である地方公共団体からの負担金で構成されています。
- 平成26年度決算の全体収支状況は、収入額303,355百万円に対し、支出額362,492百万円、収支差引は、△59,137百万円となり、積立金の取り崩し等により補てんしました。

全体収支の状況 (単位:百万円)



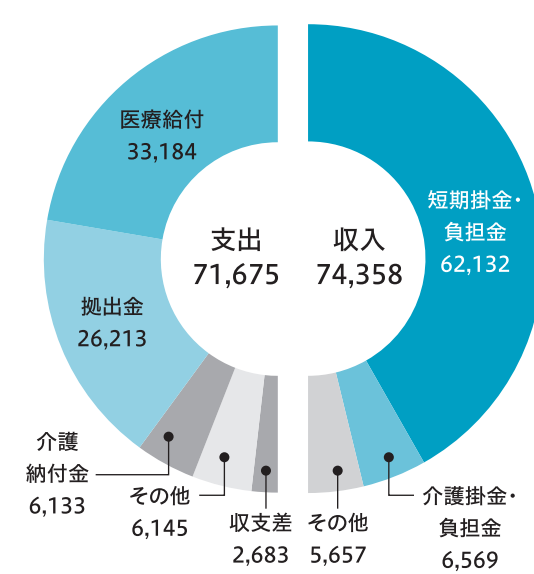
全体収入・全体支出の推移 (単位:百万円)



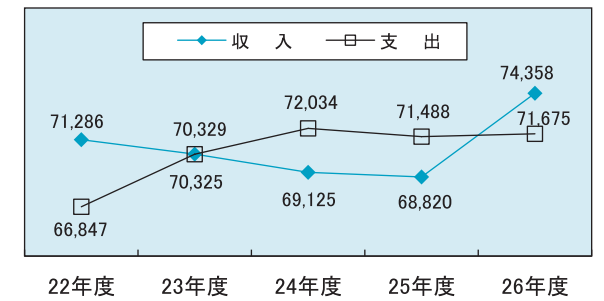
短期給付事業(医療保険及び介護保険)

- 平成26年度は医療保険の財源率見直しを行った結果、掛金・負担金収入は増収となりました。また、医療費の適正化を図ることで医療給付を抑制したことや過年度の後期高齢者医療制度への支援金等の精算による返還金が出たことで、最終的に2,683百万円の利益金を計上し、これを25年度決算で発生していた繰越欠損金の解消に充てました。
- 組合員1人当たり医療費は、平成25年度に対して△1,900円(△0.8%)の減少となりました。

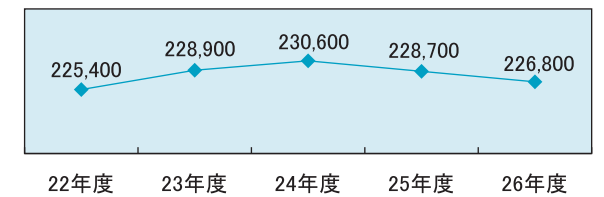
短期給付事業収支の状況 (単位:百万円)



収入額・支出額の推移 (単位:百万円)



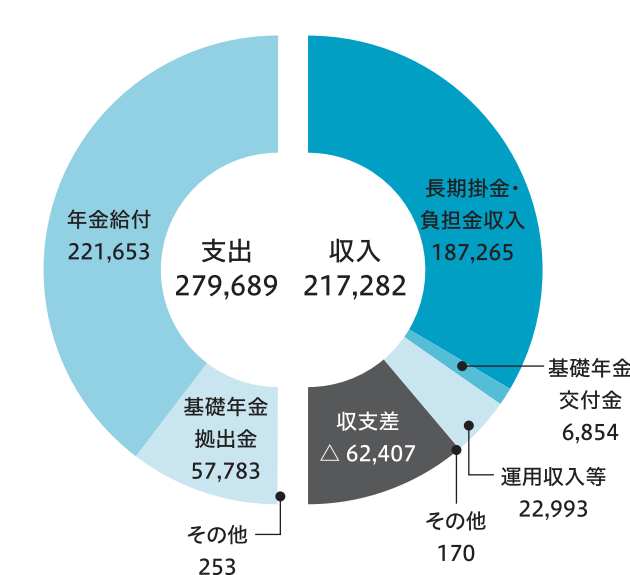
組合員1人当たり医療費の推移 (単位:円)



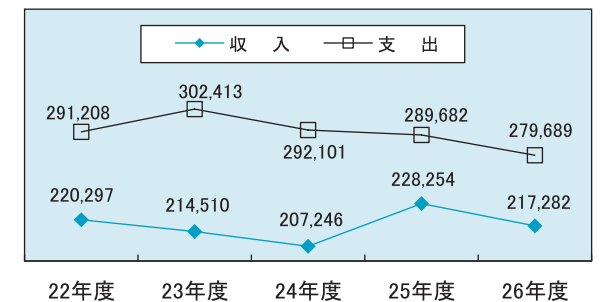
長期給付事業(年金)

- 平成26年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。年金受給者数は増加しており、最終的な収支は△62,407百万円となりました。
- 年金受給者数が増加する一方で、財政を支える組合員数は減少しており、平成20年度以降、年金受給者数を下回り続けています。

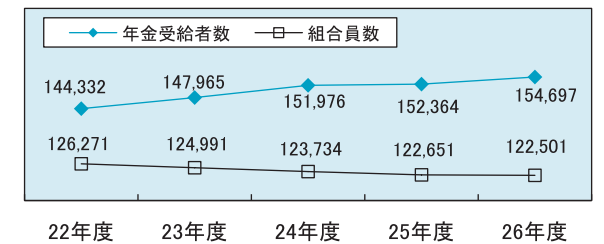
長期給付事業収支の状況 (単位:百万円)



収入額・支出額の推移 (単位:百万円)



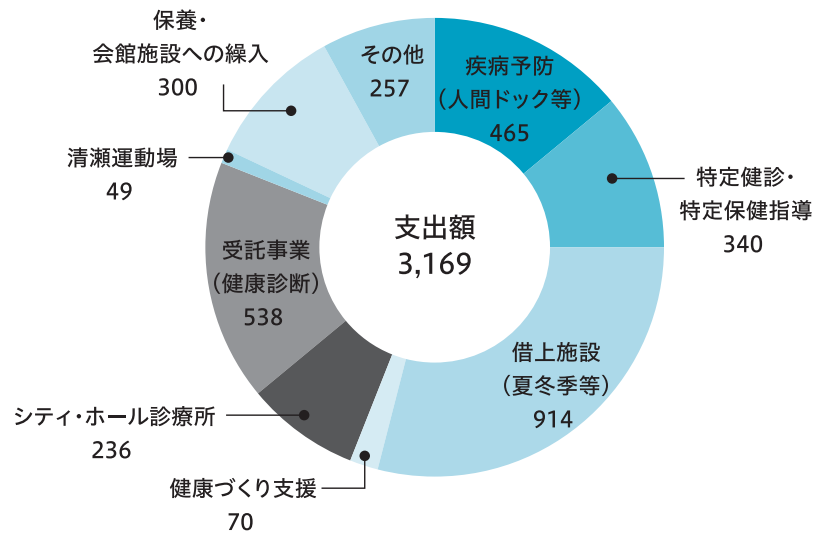
年金受給者数・組合員数の推移 (単位:人)



福祉事業

① 保健事業

保健経理の事業別支出額(単位:百万円)



■組合員等の健康管理や健康の保持増進を目的とした人間ドック、特定健診・特定保健指導のほか、夏・冬季の委託保健施設事業、診療所の運営等を行いました。

■平成26年度は、第二期特定健康診査等実施計画(25～29年度)に基づく、特定健診・特定保健指導を実施する等、疾病予防の充実に引き続き取り組みました。

人間ドックの健診実績

(単位:人)

区分	平成26年度	前年度比
一般健診	13,848	505
永年勤続健診	1,953	△407
合計	15,801	98

夏・冬の委託保健施設稼働実績

(単位:箇所、人、%)

区分	平成26年度	前年度比
夏季	施設数	323 △27
	利用人数	68,142 △1,381
	稼働率	81.7% 4.6%
冬季	施設数	338 △13
	利用人数	22,668 △1,564
	稼働率	90.8% △4.1%

特定健診・特定保健指導の実施状況

(単位:人)

区分	平成26年度	前年度比
特定健診	7,346	45
特定保健指導	7,373	87

シティ・ホール診療所利用実績

(単位:人)

区分	平成26年度	前年度比
延べ患者数	38,688	△342

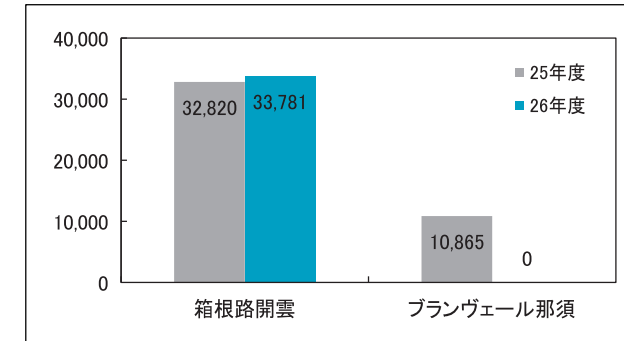
② 宿泊(保養・会館)事業

■保養施設については、箱根路開雲の利用者数が961人増加しました。また、プランヴェール那須は、平成25年8月末をもって営業終了となりました。

■アジュール竹芝は、婚礼と宿泊部門の利用者数が前年度を下回りましたが、宴会・会議部門、健診(人間ドック)部門の利用者数は、共に前年度を上回りました。

保養施設利用実績(年間利用人数)

(単位:人)



アジュール竹芝利用実績

(単位:人)

部門名	年間利用人数	前年度比
宿泊	61,865	△2,486
婚礼	14,997	△636
宴会・会議	72,331	1,892
健診(人間ドック)	10,462	534
特定健診・特定保健指導	677	2

③ 貸付事業

■貸付事業は、平成25年度末をもって、新規貸付を廃止しました。

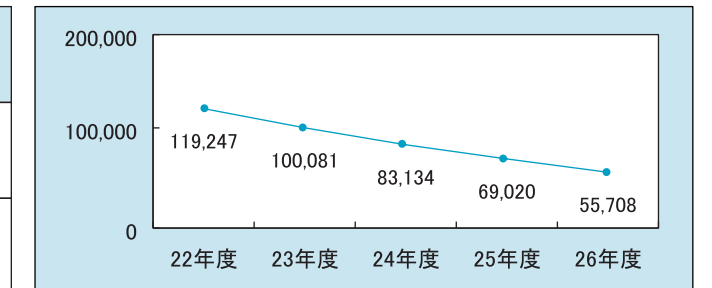
貸付実績(貸付件数)

(単位:件)

貸付金の種別	平成26年度	前年度比
一般貸付金	0	△1,043
住宅貸付金	0	△68

組合員に対する貸付残高の推移

(単位:百万円)



平成27年度の掛金率について

○標準報酬制の導入により、給料掛金に対する手当率が廃止されます。

平成27年10月からの被用者年金一元化により、共済組合の掛金の算定方法は、これまでの一律の手当率制から、実際の手当支給額に基づく標準報酬制に移行します。

これに伴い、平成27年10月より、一般組合員等及び船員組合員の給料の額に乘じる掛金率に対して、一律で乗算されていた手当率が廃止され、期末手当の額に乘ずる掛金率と同率になります。

(標準報酬制につきましては、6月配付の共済日より臨時号もご覧ください。)

○短期給付・介護給付・福祉事業ともに掛金率は据え置きます。

○長期給付の掛金率は平成26年に実施された財政再計算結果に基づき、平成27年9月より引上げとなります。

○年金払い退職給付制度の創設に伴い、長期給付に掛金率(0.75%)が追加されます。

子どもが生まれるとき 一出産費と支払方法

子どもを健やかに育てていくには、出産に伴う費用のほか、様々な経済的負担が伴います。共済組合では経済的負担を軽減するため短期給付事業を行っています。「出産費」は組合員が出産したときに、「家族出産費」は組合員の被扶養者が出産したときに、支給されます。



10月には出産予定です。いろいろ物入りで、出産にかかる負担が大きいのですが、共済組合からの給付にはどんなものがありますか？

妊娠・出産は病気ではないため、医療保険の対象になりません。産院等に支払う費用は、全額自己負担となります。※1
共済組合からは、出産費として子ども1人当たり47万円が支給されます。

内訳
法定給付 42万円 ※2
附加給付 5万円
*附加給付とは、共済組合独自の給付です。



※1 帝王切開などの医療上の処置が必要な場合は、医療保険が適用されます。さらに、医療費が高額になる場合には、限度額適用認定証の利用が可能です。

※2 産科医療補償制度に加入している病院が、在胎週数22週以降の出産をした場合の掛金1万6千円が含まれています。



出産費はかなりの高額になるようです。窓口での支払額が少なくなる方法はありませんか？

直接支払制度、受取代理制度を利用すると組合員が窓口で支払う額を少なくすることができます。



直接支払制度

組合員と医療機関等との合意に基づき、医療機関等からの請求により、共済組合が法定給付分の出産費を医療機関等に支払う制度です。

- 出産費・家族出産費の請求書(様式第9号)
- 出産費用明細書・領収書の写し

出産費用が50万円なら、50万円-42万円=8万円を窓口で支払います。法定給付分が対象なので、附加給付分を受け取るためには、左の書類を、共済組合へ所属の共済事務担当者を経由して、提出してください。

受取代理制度

組合員が医療機関等を代理人にして、出産予定日の2か月前から出産までの間に事前に申請を行い、医療機関等が組合員に代わって、法定給付と附加給付分の出産費を共済組合から受け取り、組合員の窓口負担を軽減する制度です。導入している医療機関が少ないので事前に確認が必要です。

- 出産費・家族出産費の請求書(様式第9号)
- 出産育児一時金支給申請書(受取代理用)

この制度を利用するには、共済組合へ、出産予定日の2か月前から出産までの間の事前申請が必要です。左の書類を、所属の共済事務担当者を経由して、提出してください。

*窓口で全額支払う場合には、出産費の請求書に医師・助産師の証明が必要です。



休業をする場合は無給になりますが、組合員が出産のため休業したときには「出産手当金」が、育児休業中には「育児休業手当金」が、共済組合から給付されます。各制度の詳細は、「共済ハンドブック」、「医療保険読本」又は共済ホームページをご覧ください。

共済ハンドブック・医療保険読本は、共済ホームページに電子ブックとして掲載されていますのでご利用ください。

お問合せ先 年金保険部医療保険課給付係 ☎ 03-3232-4728

被扶養者の収入基準額の超過にご注意ください

被扶養者の抹消申告は速やかに！

被扶養者の就職などに伴い、「主として組合員の収入により、生計を維持」された状態ではなくなり、被扶養者の認定要件を満たさなくなった場合は、速やかに所属の共済事務担当者へ届け出て、抹消の申告を行い、被扶養者証を返却することが必要です。

収入が基準額を超過したことによる遡及抹消が増えています。就職やアルバイト・パートの収入の変動等があった場合は、**認定基準額(年額130万円(月額108,334円)※)の超過**に気をつけてください。

※公的年金等を受給する60歳以上の者等は年額180万円(月額150,000円)です。

※共済ハンドブックP18及び共済ホームページに「被扶養者認定要件自己チェック表」を掲載していますので、こちらもご確認ください。

よくある抹消のケース

- 1 就職して他の保険に加入した
- 2 パート等で、月収が変動するが、収入の3か月平均が認定基準月額以上となり、その後も同等の収入が見込まれるようになった
- 3 雇用保険(日額3,612円以上)を受給するようになった
- 4 不動産収入や事業収入が認定基準額を超過した
- 5 年金額の改定により認定基準額を超過することとなった

資格抹消日

- 就職日**が抹消日になります。
※他の保険に加入しない場合でも、収入が認定基準額を超過する見込みの場合は抹消となります。
- 4か月目の初日**が抹消日になります。【下の例を参照】
※過去1年間の収入が認定基準年額を超過した場合は、3か月平均が月額基準を超えた月の翌月の初日が抹消日となります。
※パート等であっても、当初から認定基準額を超える条件で雇用された場合には、①同様就職日が抹消日になります。
- 支給開始日**が抹消日になります。
※抹消日は、振込日ではありません。
- 確定申告書受付日**が抹消日になります。
※収入額は、所得税法上の所得とは異なります。
- 年金決定(改定)通知を受けた日**が抹消日になります。
※認定基準額の超過する年金の通知を受けた日が抹消日となります。

※上記② パート等の収入変動による抹消の考え方の例

アルバイトで月によっては月額基準額を超える場合はどうなるのかしら？

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(この例の場合では7月1日)が**被扶養者資格の抹消日**となります。

扶養義務者の収入の変動にもご注意ください

※夫婦共同で子どもを扶養している場合や他の扶養義務者がいる場合(父母、孫等を扶養している場合)は、被扶養者本人の収入だけでなく、組合員以外の扶養義務者の収入の変動により抹消となる場合がありますのでご注意ください。詳細は「共済ハンドブック」P15~18をご参照の上、所属の共済事務担当者へお問合わせください。

お問合せ先 年金保険部医療保険課資格係 ☎ 03-3232-4726・4727 ✉ S9000064@section.metro.tokyo.jp

40歳以上の組合員の方に 「医療費のお知らせ」を配付します



組合員の皆様の世帯ごとに過去1年間の医療費について、窓口負担額及び組合負担額を含め、総額がどのくらいかかったかを知っていただくため、年2回に分けて職場を通じてお届けします。

通知を見ながら、ご家族で1年間の健康について振り返ってみませんか？

医療費のお知らせ

共済 健 様
過去6か月間(平成26年10月～平成27年3月受診分)の医療費総額と受診状況をお知らせします。 平成27年7月0日 作成

受診者氏名	診療区分	診療日	医療費総額	窓口負担額	医療機関名	組合員番号	運付金額
医療費合計			293,400	88,000		99999999	17,000
共済 健	医師 外	27.3	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 健	調剤 外	27.3	10,000	3,000	シライ薬局		0
共済 康子	歯科 外	27.3	4,000	1,200	東新歯科		0
共済 健	医師 外	27.2	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 健	調剤 外	27.2	10,000	3,000	シライ薬局		0
共済 康子	歯科 外	27.2	4,800	1,440	東新歯科		0
共済 康子	歯科 外	27.2	4,800	1,440	東新歯科		0
共済 健	医師 外	27.1	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 健	調剤 外	27.1	10,000	3,000	シライ薬局		0
共済 康子	医師 外	27.1	30,000	9,000	西新病院		0
共済 康子	調剤 外	27.1	4,000	1,200	西新調剤薬局		0
共済 健	医師 外	26.12	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 健	接骨 外	26.12	10,000	3,000			0
共済 健	医師 外	26.12	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 健	接骨 外	26.12	10,000	3,000			0
共済 健	医師 外	26.11	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 健	接骨 外	26.11	10,000	3,000			0
共済 健	医師 外	26.11	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 健	接骨 外	26.11	10,000	3,000			0
共済 健	医師 外	26.10	4,500	1,350	医療法人社団 共済会 都病院		0
共済 康恵	医師 入院	26.10	140,000	42,000	西新病院		17,000

配付時期

1回目 平成27年7月下旬～8月中旬
(平成26年10月～平成27年3月受診分)

2回目 平成28年1月下旬～2月中旬
(平成27年4月～平成27年9月受診分)

**柔道整復師等の施術費について
今回からお知らせ対象となります**

●診療区分として「接骨」「はり灸」「マッサージ」と表示されますが、共済組合への請求は所属団体のとりまとめにより行うため、施術所名は原則記載されません。

●医療費のお知らせは、過去6か月間の組合員及び被扶養者の受診状況を反映して作成しています。**柔道整復師等の施術費について疑問がある場合は、下記のコールセンターまでご連絡ください。**

〈コールセンター〉
[受付期間]平成27年8月1日～8月31日
(土日・祝祭日除く)
[受付時間]9時～17時15分
[電話]0120-67-4143

※「医療費のお知らせ」は確定申告(医療費控除)には使用できません。医療機関等が発行した領収書を使用してください。
※過去6か月間に医療機関を受診していない組合員世帯、40歳未満の組合員世帯、任意継続組合員の方には「医療費のお知らせ」の配付はありません。

■40歳以上で急増する生活習慣病受診者

40歳を境に、生活習慣病による受診者数が急増します。
特に、高血圧性疾患・糖尿病による受診者が急増します。高血圧や糖尿病は直接、あなたの体に重大な障害を引き起こすことは少ない疾患ですが、動脈瘤や腎不全など、生命に危険を及ぼす合併症を発生させます。
健康状態を確認して、生活習慣病を発症しないように注意してください。定期健診を必ず受診して、万が一の場合の早期発見に努めましょう。また、発症してしまった場合でも、生活習慣の見直しと適切な受診により、病気の進行を悪化させないようにしましょう。

■柔道整復師、はり・きゅう師、マッサージ師への正しいかかり方

○健康保険の対象となるもの
柔道整復師 急性又は亜急性の外傷性のけがへの治療。骨折、脱臼、打撲、捻挫、挫傷など。
※骨折、脱臼については、応急手当の場合以外医師の同意が必要となります。

はり・きゅう師 神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症のうち、慢性病であって、医師が同意したもの

マッサージ師 脳出血等による片麻痺、筋麻痺、関節拘縮等の主に麻痺への施術に医師が同意したもの

○健康保険の対象とならないもの
単なる肩こりや筋肉疲労、スポーツなどによる筋肉痛・筋肉疲労等



ジェネリック医薬品を使ってみませんか？

共済組合では、平成26年度に、組合員及び被扶養者を対象に「ジェネリック医薬品への切替のお知らせ」を通知しました。その結果、約43.1%の方がジェネリック医薬品(後発医薬品)に切り替えられました。

今年度も、組合員及び被扶養者で、平成27年4月又は5月において14日以上投薬を受けた方のうち、一定の条件に該当する方に、職場を通じてお知らせをお届けします。

これは投薬された薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額を表示し、自己負担の軽減額をお知らせする通知です。

「ジェネリック医薬品への切替のお知らせ」をお届けします

00000(委任先コード)-00000(委任先番号)
職員共済組合 事務局 年金保険部 (所属名)

共済 太郎様(組合員氏名)
共済 花子様(通知対象者氏名)

任意で発生させた乱数(7桁)ー組合員番号(8桁)
000000018-1

東京都職員共済組合からの重要なお知らせ
〒162-0052 東京都新宿区戸山3-17-1 東京都戸山庁舎1階
東京都職員共済組合事務局年金保険部医療保険課
電話:03(3232)4725(直通) 内線:215

このお知らせに関するお問い合わせ
ヘルプデスク [受付期間]平成27年8月31日～平成27年11月30日迄
[受付時間]9:00～17:00(土・日・祝祭日を除く)
電話:0120-216643(通話料無料)

**平成27年04月～05月 処方分を全て
ジェネリック医薬品に切り替えた場合**

390 ～ 555 円
削減可能です。

あなたが支払ったお薬代(自己負担分) 971 円

平成27年04月～05月 の処方実績				ジェネリック医薬品に切り替えた場合			
薬局/病院名/先発医薬品名	薬価	数量・単位	現状支払額	ジェネリック医薬品名	製薬会社名	削減可能額	切替後支払額
〇〇〇薬局 〇〇〇店							
・フルチゾン点鼻液50µg50噴霧	1617.7	2 瓶	971	フルチゾン点鼻液50µg「イセイ」56噴霧	イセイ	¥555	¥416
				プロピオン酸フルチゾン点鼻液50µg「Ch」56噴霧	長生堂	¥555	¥416
				フルチゾン点鼻液50µg50噴霧	テバ	¥390	¥581

配付時期
平成27年8月下旬

ジェネリック医薬品への切り替え方法

①病院外の薬局で薬をもらう場合

医師や薬局の窓口担当者に「ジェネリックでお願いできますか」と一言、声をかけてください。
(参考)
病院からもらう処方せんの「変更不可」欄に医師のサインがなければ、薬局でジェネリック医薬品に変更可能です。

②病院内で薬をもらう場合

医師や薬剤師(病院の調剤窓口の担当者)に「ジェネリックでお願いできますか」と一言、声をかけてください。

ご注意

- 薬は主治医が病気の状況により処方します。切り替えを希望される場合は、主治医と相談のうえ、同意を得て、体質にあったものを選んで切り替えてください。
- 一般的にジェネリック医薬品は、開発費がかかっていない分、先発薬の7割程度の価格に抑えられていますが、薬剤によっては、窓口支払額に差額がほとんど生じない場合もあります。実際に切り替える際には、あらかじめ調剤薬局でご相談されることをお勧めします。



無料 (*オプションは自己負担)

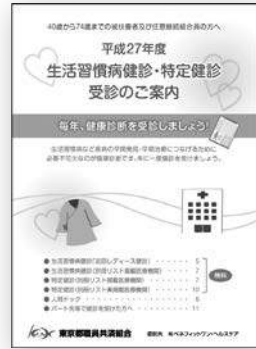
ご家族(40~74歳の被扶養者) 及び 任意継続組合員の方へ

生活習慣病健診・特定健診 受診のご案内

~年に一度は、健康診断を受診しましょう~

対象者の皆さんへ

ご自宅に「平成27年度 生活習慣病健診・特定健診受診のご案内」をお送りしました。



健康管理や疾病の早期発見のために大切な健診です。年に一度は、健康診断(無料)を受診しましょう。

「巡回レディース健診」 オススメ

ホテルや公的会館等の女性専用会場で行う巡回健診です。

- ◆全ての会場で婦人科オプション検査が受けられます。(有料、要事前予約)
- ◆一部の会場で託児サービス有(有料、要事前予約)

受診された方にはもちろんQUPIO 100ポイントを差し上げます! (*※)
(*※健診結果に応じて最大900ポイントの加算あり) *QUPIOの詳細はP23参照

健診の概要

	特定健診	生活習慣病健診 (医療機関型)	巡回レディース健診 (生活習慣病健診の巡回型)
検査項目	身体計測・血液検査・ 血圧・尿検査	特定健診の検査項目(左記)に、胸部X線・心電図・腎機能検査・ 視力・聴力検査等を追加	
申込期限	平成28年2月12日まで (*受診希望日の3週間前まで)		平成27年12月20日まで(予定) (*受診希望日の前々月20日まで)
受診期限	平成28年3月5日まで		平成28年2月20日まで(予定)
詳細	お送りした冊子又は当共済組合のホームページをご覧ください。 https://www.kyosai.metro.tokyo.jp/prv/tokuteikenshin/main.php		

〈注意〉共済組合の助成利用は年度内に生活習慣病健診・特定健診・人間ドックのいずれか一回です。

健診のお申込み・お問合せ

(株)ベネフィットワン・ヘルスケア健診予約受付センター

電話 0800-9199-028 (又は 03-6870-2610)
平日 10:00~21:00 土日祝日 10:00~18:00
(年末年始は除く)

FAX 089-900-8281 (24時間受付)

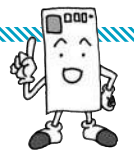
Web <https://kenshin.happylth.com/tokyo/>
当共済組合のホームページからもアクセスできます。



ここをクリック

※パート先等で健診を受けた方へのお願いです

- ◆健診結果のコピーを(株)ベネフィットワン・ヘルスケア(左記)宛にお送りください。(ご案内冊子に返信用封筒を同封しています)
- ◆お送りいただいた方にはもちろんQUPIOポイントを差し上げます。
*QUPIOの詳細はP23参照
- ◆健診結果に応じた「健康情報」(全員)と特定保健指導(無料)が必要な方にそのご案内を送付します。



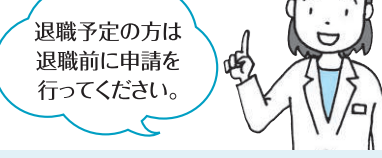
お問合せ先 事業部健康増進課特定健診係 ☎ 03-5320-7352 又は都庁内線 57-415

平成27年度人間ドックの利用について

~共済組合から助成が受けられます~

がんや生活習慣病を早期発見するためには、精度の高い人間ドックを定期的に受診することが大変有効です。

- 助成対象** 35歳以上(年度末現在の年齢)の組合員及び被扶養者
- 助成額** 一般:25,000円 / 節目ドック(45歳・50歳):30,000円 / 永年勤続退職予定者:35,000円
- 医療機関** 一般:共済組合の指定医療機関(共済組合ホームページに一覧を掲載)
節目ドック及び永年勤続退職予定者: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
- 申込方法** ①医療機関に直接予約する。*受診日の3週間前まで
②ベネフィットワン・ヘルスケアに受診券発行依頼をする。
*受診日の2週間前まで(依頼先はP20参照)



満45歳 満50歳の「節目ドック」

年度内に満45歳、満50歳の誕生日を迎える組合員及び被扶養者の方は人間ドック受診時の助成額が30,000円(*※)となります。
(大変混み合いますので、早めの受診をお勧めします)

*アジュール竹芝総合健診センター、東京都教職員互助会三楽病院で12月までに受診する場合の助成額になります。
*申込方法は通常の間ドックと同様です。詳細は共済組合のホームページ等でご確認ください。

受診期間

平成27年4月1日
から
平成27年12月31日
(年末除く)

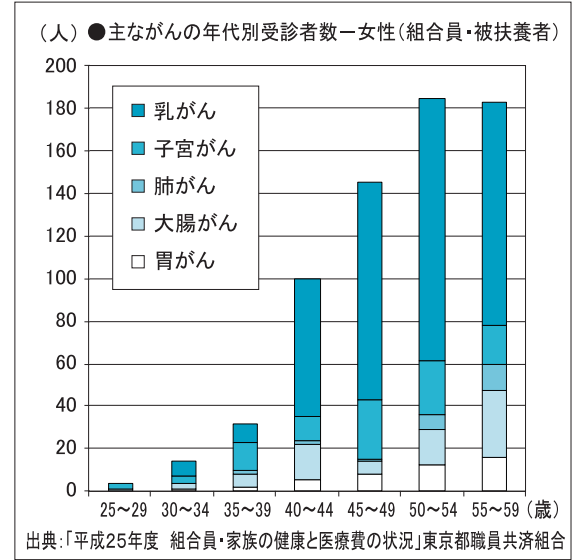
女性ドックキャンペーン実施中 (期間限定 4月~9月受診のみ)

乳がんは30代後半から急増しますが、早期発見・早期治療をすることで、90%以上の方が治ると言われています。是非、この機会に女性ドックをご利用ください。

- 対象者** 35歳以上の組合員及び被扶養者(年度末現在の年齢)
- 医療機関** アジュール竹芝総合健診センター
TEL 03-3437-2701(直通)
- 申込方法** 上記同様

通常の料金より5,000円減額

- 自己負担額(窓口支払額)
- ◆女性ドックA(胃X線あり)
一般22,356円⇒16,956円(税込)
 - ◆女性ドックB(胃X線なし)
一般10,800円⇒5,400円(税込)
(一般助成額25,000円利用後の料金です)



*共済組合からの助成は人間ドック・特定健診・生活習慣病健診のいずれかを年度内に1回です。

お問合せ先 事業部健康増進課特定健診係 ☎ 03-5320-7352 又は 都庁内線57-415

人間ドックの受診は「アジュール竹芝総合健診センター」へ

～オーシャンビューフロアで
こころとからだのチェック&リフレッシュ～

比較的空いている夏の時期は、期間限定のプランを設定していますので、ぜひご利用ください。

45歳・50歳の方

節目ドックがおススメです

12月まで! 予約はお早めに

年度内に満45歳、満50歳の誕生日を迎える組合員及び被扶養者の方に向けて、節目ドックを実施しています。節目ドックは12月までの期間限定実施となりますので、お早めにご予約、ご受診ください。

自己負担額(税込)は以下のとおりです。

区分	対象	通常料金	節目ドック料金
日帰りドック	35歳以上の 組合員及び 被扶養者	10,800円	5,400円
女性ドックA		22,356円	16,956円
女性ドックB		10,800円	5,400円

- 女性ドックA・・・日帰りドック検査項目のうち「腹部超音波検査」を除き、「乳がん・子宮がん検査」及び「骨密度測定」を含む。
- 女性ドックB・・・「女性ドックA」の検査項目から「上部消化管X線」を除く。

*節目ドックについての詳細は共済組合ホームページをご覧ください。

女性の方

女性ドックがおススメです(受診促進キャンペーンは9月まで)

予約はお早めに

35歳以上の組合員及び被扶養者の方向けに、9月末までの期間限定で、女性ドックキャンペーンを行っております。キャンペーン終了間近は込み合うことが予想されますので、お早目にご予約、ご受診ください。

自己負担額(税込)は以下のとおりです。

区分	対象	通常料金	9月まで料金
女性ドックA	35歳以上の 組合員及び 被扶養者	22,356円	16,956円
女性ドックB		10,800円	5,400円

*永年勤続退職予定者及び節目ドックの助成を受ける方は、本キャンペーンの対象外です。



明日の健康と笑顔を守るために…人間ドックを受診しましょう

- 検査後は、必要に応じて専門の医療機関のご紹介などの対応を行っています。
- 乳がん・子宮がん検診、胃がんリスクチェックなど、各種オプション検査もご用意しています。
- 胃部内視鏡検査は、今までの経口(口から)に加え、経鼻(鼻から)も実施できるようになりました。
- 12月までの第1・第3・第5木曜日は、レディースデーを実施しています。
 - ・当日は女性のみが受診できます。
 - また、当日の乳がん・子宮がん検査は、原則として女性医師・検査技師が対応します。
 - ・今後の実施予定日は8/6・20、9/3・17、10/1・15・29、11/5・19、12/3・17です。

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 JR浜松町駅「北口」より徒歩7分

TEL 03-3437-2701(直通)
(月～金 8:30～17:00、土 8:30～14:00)

URL <http://www.genkiplaza.or.jp/azur/>

[健康情報提供サービス]

QUPiO
クピオ

<https://www.qupio.jp/tokyo/>

QUPiO 東京都

検索

新たに組合員・被扶養者になった皆さんへ

7月中にハガキで

ご利用に必要なID・パスワードを所属にお届けします

QUPiOではこんなことができます!

QUPiOポイントが貯まります!

QUPiOは組合員・被扶養者の健康づくりを応援するインターネット・サービスです。

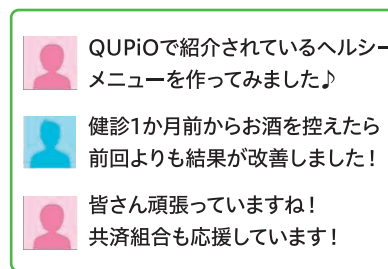
登録して最大1000ポイント!

参加して毎月20ポイント!

一定歩数ごとにポイントGET!



健診結果を登録(※)すると
結果に応じたアドバイスを表示



コミュニティ機能を利用して
健康に関する情報交換



トラベルウォークに参加して名所を
巡りながら毎日の歩数を記録

※ 40歳以上の組合員・被扶養者の方で職員健診及び人間ドック・特定健診等を共済組合の助成を得て受診した場合は自動的に登録されます。
※ 39歳以下の組合員・被扶養者の方は、ご自身で健診結果のご登録をお願いいたします。

QUPiOポイントで交換可能な健康グッズ(一例)

詳細はQUPiOにログイン後、
確認できます。

1000
ポイント

3000
ポイント

3500
ポイント

このほかQUPiOでのイベントへの
参加や日々の健康状態の記録でも
ポイントをGET! 獲得したポイントは
健康グッズと交換できます。



デジタル
(消費カロリー計測機能付)



スチーム
クッカー



スムージー用
ミキサー

さっそくQUPiOを使ってみましょう!

初回ログインで200ポイントGET!

共済組合からの
重要なお知らせ



所属に届く
ハガキをチェック
※被扶養者の方は
ご自宅に郵送

ID・パスワード通知ハガキの送付対象

共済ホームページ上
のパナー



PCやスマートフォンから
<https://www.qupio.jp/tokyo/>
にアクセス

スマートフォン用
QRコード



ここからログイン

ここからログイン



ログイン画面にハガキに記載された
IDとパスワードを入力してログイン

- 平成27年度の新規組合員・新規被扶養者(20歳以上)
- 平成26年度の新規組合員・新規被扶養者(20歳以上)で、ID未送付の方

ID・パスワードが分からない場合やうまくログインできない場合はこちら

QUPiO サポート窓口

TEL:0120-818-448

受付:月曜～土曜の9時～18時(祝祭日及び年末年始等を除く)



お問合せ先 事業部健康増進課特定健診係 ☎ 03-5320-7466 又は 都庁内線57-417

ひとりで悩まず、早めの相談を！ こころの相談のご案内

秘密は厳守いたします。
相談は無料です。

悩みごとや心の重荷は、口に出して誰かに話すだけでも、心が楽になります。
一人でずっと抱え込んで悩んでいると、眠れなくなり、身も心も消耗してしまいます。
職場の仲間、友人、家族にも相談できない…。そんな時は、「こころの相談」にお気軽にご相談ください。
専門の心理カウンセラーが秘密厳守でご相談をお受けいたします。

面接相談・電話相談のご案内

寝つきが悪くていつも
疲れている感じがする。
最近仕事をやる気が
しない。



ストレスを感じる事が
多く体調がすぐれない。
ストレス対処法をアドバ
イスしてほしい。

うつ病かどうか心配。
医者にかかる必要が
あるか知りたい。

仕事と家庭の両立で悩ん
でいる。
誰かに悩みを聞いてほし
い…

- 対象** 組合員及びそのご家族
 - 相談日** 月曜日から金曜日(休日を除く)
 - 相談時間** 9:00～12:00 13:00～17:00
 - ★面接相談★ 場所:東京都庁第一本庁舎 16階 相談室
 - ★電話相談★ 「都共済こころの相談」担当 **03-5320-7765**
- ※面接相談又は電話相談を利用される方は、上記電話番号で予約をお願いします。

あなたのストレスレベルを判定！ 共済ホームページでストレスチェックをしてみよう



ここを
クリック

自分ではストレスを感じていないと思っても、意外なところにストレスの症状が現れていたり、知らないうちにストレスを抱えている場合があります。

こころのバランスを崩さないためにも、自分にふりかかるストレスの質と量を把握することが必要です。

このチェックを用いて、ご自身の4つのストレス状態を確認してください。

*共済組合ホームページ <https://www.kyosai.metro.tokyo.jp/> の
「健康づくりと予防」→「こころの健康」→「オンラインストレスチェック」 からご利用できます。

- ① 仕事や人間関係などの心の負担(ストレス要因)
- ② 抑うつ感、身体への不調感、不安など、ストレスによるこころと体の不調感(ストレス反応)
- ③ 問題解決への意欲、合理的な考え、休養・気分転換などのストレスに対する意識と行動(ストレス対処)
- ④ 職場におけるストレスの原因(職場環境<厚生労働省職業性ストレス簡易調査票の一部掲載>)

共済組合ホームページの「こころの健康」では、こころの病気の知識、ストレスへの対処法などの情報も掲載しています。
心と体の健康にぜひお役立てください。

お問合せ先 事業部健康増進課精神保健係 「都共済こころの相談」担当 ☎ 03-5320-7765 又は都庁内線 25-270

訪問健康教室のご案内

訪問健康教室のメニューが増えました！

共済組合の講師に加え、**外部の講師による講義が始まります。**
いずれも無料で講師派遣いたします。ぜひ職場での健康づくりにご活用ください。

外部講師 健康運動指導士ほか

NEW

テーマ

疲れをためない体の調え方

講義内容

- ◇肩こり・腰痛など体の不調の予防や軽減
- ◇怒りや不安などの感情のコントロール
- ◇体力維持やダイエットに効果的な運動などを予定

申込方法

申込書を共済ホームページからダウンロードし、
各職場から外部講師へ直接申し込んでいただけます。

講師

専門のインストラクター
をお招きする予定です！

人数

70名以内

時間

2時間以内



共済組合の講師

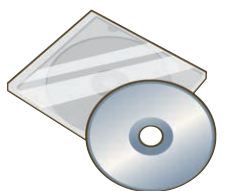
医師、心理、栄養士、健康運動指導士、マッサージ師による多彩なメニューを
ご用意しています。詳しくは、共済ホームページをご覧ください。



ご案内DVDを作成しました！

NEW

訪問健康教室ってどんなもの? どんな雰囲気?
どんな会場を用意すればいいの? どんなことをするの?



訪問健康教室の開催をお考えの担当者様からのあんな疑問、こんな疑問に答えるため、
講義の様子(共済組合講師によるもの)を短くまとめたご案内DVDを作成しました。
ご要望の際は、下記までお電話ください。

■申込方法(共済組合講師)

申込書を共済ホームページからダウンロードし、電子メール、FAX又は交換便でお申込みください。

Mail: S9000062@section.metro.tokyo.jp FAX: 03-5388-1800



お問合せ先 事業部健康増進課健康増進係 ☎ 03-5320-7464 又は都庁内線 57-434



AZUR Wedding

海と空に抱かれるオーシャンビューテラス

Renewal

半期に一度の
グランド
ブライダルフェア
2015. **8.23**
(日)

ベイスایدの邸宅のようにヴィンテージ感が漂う「ラグナ ヴィラ テラス」

オススメ ブライダルフェア情報

景色×試食×演出付! **無料**
AZURプレミアムフェア **要予約**

【開催日】7/5(日)・7/26(日)、8/9(日)
【時間】10:30/12:30
◆模擬挙式、模擬披露宴&ワンプレート
試食付の新しいイベント

【人気No.1】 **無料**
婚礼料理ワンプレート試食会 **要予約**

【開催日】毎週土日(※8/23は除く)
【時間】(土)10:00/14:00/17:00 (日)15:30
◆「総料理長監修」おもてなし重視のお二人に
オススメ!

【10組限定】 **無料**
婚礼料理ハーフ試食会 **要予約**

【開催日】毎週日曜(※7/5・26、8/23は除く)
【時間】10:00/12:30
◆クチコミで噂の「名物茄子の鳴炊き」も登場!
1万4000円のコースのハーフコース試食会(無料)



年内がお得! ラグナ スカイ オータムプラン
★2015年10月～12月限定
<40名様> 通常 ¥1,150,000(税込)
¥840,000 → **¥790,000** (税込)
*1名様増減 ¥14,000
*30名様～

リニューアル完成記念 ラグナ スカイ プラン
★2016年1月～
<40名様> 通常 ¥1,150,000(税込)
¥840,000 (税込)
*1名様増減 ¥14,000
*30名様～

★上記プランに更に組合員特典あり

共済組合限定特典 ☆披露宴の生ケーキ人数分サービス ☆ご列席者のご宿泊が最大で約30%OFF ☆引出物10%OFF ☆引菓子5%OFF ☆1日駐車券8枚まで無料 ☆マリッジリング特別割引 ☆記録DVD 20%OFF ☆新生活ショップ特別割引

結婚を予定しているカップルをご紹介ください! ご紹介があれば、ご親族・お知り合いでも「組合員様特典」が利用できます!

組合員様 4大特典 (2015年12月末迄の挙式対象)
特典1 **ご紹介者に ¥50,000** (5万円相当のアジュール竹芝 ご利用券) お食事・ご宿泊にご利用いただけます。
特典2 **挙式カップルに ¥50,000** (5万円相当のアジュール竹芝 ご利用券)
特典3 **披露宴の生ケーキ人数分サービス**
特典4 **新郎新婦の宿泊1部屋プレゼント**
※初回営業時に婚約プランナーに、紹介を希望をお申し出頂いた場合に限り、
※組合員様同士のご紹介は対象外です。
※30名様以上の挙式実施後にプレゼントいたします。
※婚約1件につき、ご紹介者はお一人様とさせていただきます。
※婚約相談センター、結婚情報誌、結婚情報サイトからの紹介や紹介を受けた場合は対象外とさせていただきます。

ご予約・お問い合わせ ブライダルサロン
夫婦いーな
TEL.03-3437-2217
平日 10:30～19:00
土・日・祝 10:00～20:00 (火曜定休)
お問い合わせ・見学のご予約はアジュールHPもしくはお電話にてお申し込み下さい。

詳しくはAZUR WeddingのHP
「東京都職員共済組合 組合員様専用ページ」をご覧ください
<http://www.hotel-azur.com/kyosai/>



Stay

ご予約・お問い合わせ TEL.03-3437-9431 (共済組合専用宿泊予約ダイヤル)

HPからも宿泊の予約ができます <http://www.hotel-azur.com/kyosai/> (アカウント: 1003 パスワード: kyosai)

組合員限定の特典 ※2名様以上のご宿泊で

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11時→正午) ③スカイビュー浴場利用券 ④喫茶券プレゼント

ステイプラン お台場夢大陸～ドリームメガナツマツリ～

朝食付



大人気の「居酒屋えぐざいるPARK」とフジテレビ本社屋25階球体展望室「はちたま」の入場がセットになったお得な宿泊プラン。今年は、屋外特設会場が21:30まで夜間営業。夜もナツマツリを楽しめます!

内容 ①お台場夢大陸～ドリームメガナツマツリ～入場券
②ゆりかもめ1日乗車券 ③朝食付(3F「銀座」で和定食または洋定食)

1名様1泊朝食付 ※セミダブル陸側を日～金曜に2名様でご利用の場合 通常 ¥13,400～ **組合価格 ¥7,100～**

★2015年7月18日(土)～8月31日(月) ※除外日 8月8日(土)(東京湾大華火祭のため)



※昨年の様子

東京湾納涼船

予約制

クルージングプラン

朝食付

内容 ①東京湾納涼船乗船券&船内飲み放題付(ビール、各種サワー、ソフトドリンク) ※フードは別料金
②朝食付(3F「銀座」で和定食または洋定食)

今年も「ゆかたダンサーズ2015」のステージをお楽しみください。

1名様1泊朝食付 ※セミダブル陸側を2名様でご利用の場合

通常 ¥13,280～ **組合価格 ¥6,700～**

★2015年7月1日(水)～9月30日(水)

※除外日 8月8日(土)(東京湾大華火祭のため)

予約方法:電話予約のみ。宿泊日の1ヶ月前から3日前まで受付可です。
※ご宿泊がお取りできても納涼船が予約制の為、お取りできない場合がございますのでご了承下さい。



総支配人
オススメ!

記念日おめでとう!ステイプラン

3食付

結婚記念日や誕生日、第二の青春のスタートなど、人生の記念日をお祝いする特別な宿泊プランです。

1泊3食付(2名様限定プラン) 通常 ¥30,250～ **組合価格 ¥20,000**

★2015年12月末迄実施中

内容 ①チェックイン12時
②4Fラウンジ「レスカール」でハーブティ
③19階エグゼクティブツイン客室(海側限定)
④客室にスパークリングワイン1本をご用意
⑤夕食(乾杯酒1杯サービス)
※21Fフレンチレストラン「ベイスاید」、21F鉄板焼「都」、3Fおまかせ会席「銀座」からお選びください。
※「ベイスاید」月曜定休(但し祝日営業)、おまかせ会席「銀座」日曜定休
⑥朝食付(3F「銀座」にて和定食または洋定食)
⑦ヴァンティアン号で東京湾1周のランチクルーズ ※最終受付11:40迄(船内にてランチコース)



Culture & Party

ご予約・お問い合わせ TEL.03-3437-5566 (宴会予約) ※粋な大人になるための「親子で学ぶテーブルマナー講座」を除く

粋な大人になるための「親子で学ぶテーブルマナー講座」

海外渡航や結婚式などに備えて、早いうちから正式なテーブルマナーを身につける必要があります。そこで今回は親子で学ぶテーブルマナーの基本です。フレンチコースのお食事と共に、楽しみながら学びましょう。講師はソムリエの資格を持ち、講師のキャリアを持つホテルマンです。 [講師]杉本 裕(ソムリエ、HRS技能検定1級)

開催日時 2015年8月25日(火) 14:30～16:30(受付14:00) 受講料 大人 ¥4,500 小中学生 ¥4,000 定員 40名様

内容 ①フランス料理フルコース(オードブル・スープ・魚料理・肉料理・デザート・コーヒーまたは紅茶)
②スパークリングワイン、ソフトドリンク

ご予約・お問い合わせ
TEL.03-3437-2320
(ベイスاید直通)



杉本 裕

サマー パーティープラン ★2015年6月～8月迄

立食パーティープラン [内容]和洋中ブッフェ料理・宴会会場使用料含む

料理長おすすめ
至福の旬彩コース
<和洋中計15品>
通常 ¥6,150
組合価格 ¥5,650
旬の滋味を味わう、料理長
渾身のメニューをお届けします。



総料理長
加藤 次雄

スタンダードコース
<和洋中計14品>
通常 ¥5,150 **組合価格 ¥4,650**
エクセレントコース
<和洋中計16品>
通常 ¥8,200 **組合価格 ¥7,700**

着席プラン

大皿盛り込みコース
スタンダードコース
通常 ¥6,150 **組合価格 ¥5,650**
デラックスコース
通常 ¥7,200 **組合価格 ¥6,700**
会席コース
通常 ¥6,150 **組合価格 ¥5,650**

※立食プランは20名様以上にて承ります。(着席の場合追加料金 ¥1,050頂戴いたします。)

フリードリンクプラン

全ての料理プランに
+フリードリンクがお選び頂けます。
◆ビール ◆ウイスキー ◆赤白ワイン
◆麦焼酎 ◆日本酒 ◆ソフトドリンク
Aコース 上記アイテム全種
通常 ¥2,550 **組合価格 ¥2,050**
Bコース 上記アイテムより5種類
通常 ¥2,250 **組合価格 ¥1,750**
Cコース 上記アイテムより4種類
通常 ¥2,050 **組合価格 ¥1,550**



※写真はイメージです

※表示料金はすべて税金・サービス料込となっております。

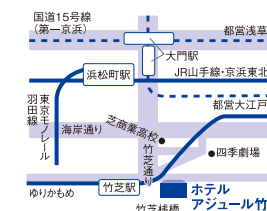


〒105-0022 東京都港区海岸1-11-2
TEL 03-3437-2011 FAX 03-3437-2170
<http://www.hotel-azur.com/kyosai/>

AZUR MAGAZINE
ホームページからご登録いただくお得な情報をお届けします。

交通のご案内

- ◆JR山手線・京浜東北線「浜松町駅」北口より徒歩7分。
- ◆モノレール「浜松町駅」より徒歩7分。
- ◆都営浅草線/都営大江戸線「大門駅」B1出口より徒歩8分。
- ◆東京臨海新交通ゆりかもめ「竹芝駅」より徒歩1分。



夏のご案内

箱根で過ごす夏休み。
箱根七湯を代表する箱根湯本の温泉と、
四季折々の旬の素材を使った
オリジナリティ溢れるお料理を楽しんだ後は
川辺を歩く“せせらぎ散歩”はいかがですか？

四季の宿 箱根路開雲

お試しプラン「はじめの開雲」(1日3組限定)

箱根路開雲を初めてご利用いただく方に、特別優待価格でご案内いたします。是非ご利用ください。

	2名1室	3名1室	4名1室	5名1室	子供
日～木曜日	¥9,400	¥8,300	¥7,250	¥7,250	¥5,000
金曜日	¥11,500	¥10,500	¥9,500	¥8,300	¥5,000
土曜・休前日	¥14,800	¥13,150	¥11,000	¥8,850	¥6,650
夏季	¥12,650	¥11,000	¥8,850	¥6,700	¥5,150



夏休み女子旅プラン 7月18日(土)～8月31日(月)

共済組合員様の特別優待として基本宿泊料金と同料金でご利用いただけます。気の置けない女友達とおしゃべりしたり、温泉に入ったり、心もカラダもキレイになる休日を過ごしてみませんか？

	2名1室	3名1室	4名1室	5名1室	子供
日～木曜日	¥10,400	¥9,300	¥8,250	¥8,250	¥6,000
金曜日	¥12,500	¥11,500	¥10,500	¥9,300	¥6,000
土曜・休前日	¥15,800	¥14,150	¥12,000	¥9,850	¥7,650
夏季	¥13,650	¥12,000	¥9,850	¥7,700	¥6,150

- 「夕涼み・川辺のお散歩マップ」をご用意
- 大人気!「箱根プリン」プレゼント
- leitチェックアウトサービス(通常 10:00→11:00)
- 夏野菜を使ったヘルシーメニュー

夏のグレードアッププラン 2015年6月1日(月)～8月31日(月)

夏の旅行をちょっと贅沢に・・・アワビの酒蒸しや鰻の湯引き、鰻まぶし飯など夏の贅沢食材を楽しんで頂ける宿泊プラン。

	2名1室	3名1室	4名1室	5名1室
日～木曜日	¥13,400	¥12,300	¥11,250	¥11,250
金曜日	¥15,500	¥14,500	¥13,500	¥12,300
土曜・休前日	¥18,800	¥17,150	¥15,000	¥12,850
夏季	¥16,650	¥15,000	¥12,850	¥10,700

- プラン内容 「夏の特別会席」**
- 鰻の湯引き
 - アワビの酒蒸し
 - 鰻まぶしご飯
 - など特別料理をご用意
 - 大人気!「箱根プリン」プレゼント



※子供料金は3歳以上12歳未満が対象となります。
※写真はイメージです。
※夏季期間は7月25日～8月30日(土曜・休前日を除く)となります。
※上記料金は、一般和室または一般洋室を2名以上でご利用時の大人1名様1泊2食付料金(消費税・入湯税込み)です。
※チェックイン 14:00 / チェックアウト 10:00(女子旅プランは 11:00)

ご宿泊の皆様全員に! **8:00～17:00** お気軽にご利用ください

組合員様がお申込みの場合、同伴者も組合員料金でご提供いたします。詳細はお問合せください。
東京都職員共済組合員の方は、共済組合員証(保険証)のご呈示をお願いいたします。



ご予約はお電話で **0460-85-6678**

神奈川県足柄下郡箱根町箱根湯本 521-4 <http://www.odakyu-hotel.co.jp/kaiun/>
■小田急線箱根湯本駅から徒歩8分 ■湯本旅館組合巡回バス(滝通りAコース)※片道100円

隣地にて2015年10月まで工事が実施されています
ホテルの往来の際はご注意ください

三菱UFJ信託銀行

例えば、当初固定期間引き下げ型 固定金利5年型なら

金利引き下げ 住宅ローン

店頭表示金利 年2.93% ▶ 年 **0.53%** (当初5年間)

当初固定期間終了後 完済までずっと! 店頭表示金利より 年 **1.7%** 引き下げます

*平成27年6月1日現在の金利です

NISA口座お申込みで、さらに **年0.02%の金利引き下げ実施中!** (全期間固定型を除く)

ご注意ください! ●当初固定期間終了後の店頭表示金利からの金利引き下げ幅および全期間一律引き下げ型の店頭表示金利からの金利引き下げ幅は、平成27年9月30日(水)までに当社がお借り入れ申し込みの受付を行なった方が対象です。●上記金利は平成27年6月にお借り入れいただく場合の金利であり、金利は毎月見直しを行います。また、お申し込み時ではなく実際にお借り入れいただく日の金利が適用されます(右記「お取引の流れ(例)」をご参照ください)。●金利および金利引き下げ幅は金利動向等によっては月中に変わることがあります。●他の金利引き下げ制度との併用は原則としてできません。●当社住宅ローンのお借り換えにはご利用いただけません。●当社および保証会社の審査結果によっては、ご希望に添えない場合があります。●他にもプランがございます。くわしくはフリーダイヤル0120-334-757(ご利用時間/平日9:00～17:00(土・日・祝日等を除く))へお問い合わせいただくか、店頭または専用ホームページにてご確認ください。

三菱UFJ信託銀行の住宅ローン【5サインα】は ●融資金額:50万円以上1億円以内 ●融資期間:35年以内 ●資金使途:ご本人またはご家族の居住用不動産の取得等(セカンドハウス、投資用物件等は除く) ●借入時の年齢が満20歳以上満65歳以下(ただし、最終完済時年齢が満80歳以下) ●保証:当社所定の保証会社 ●担保:借入対象物件に当社所定の保証会社が原則第1順位の抵当権を設定 ●保証取扱手数料:32,400円(消費税込) ●保証料:①所定の保証料の一括支払い(例:ご融資金額1,000万円、ご融資期間20年 元利均等返済の場合 保証料148,340円)、または②お借り入れ金利に保証料(年0.2%)を上乗せ ●団体信用生命保険のご加入が必要です。(加入審査有) ●返済額は、店頭やホームページで試算できます。●返済条件の変更には、手数料がかかる場合があります。●住宅ローンのご利用は当社本支店所在地近隣にお住まいの方で当社所定の基準を満たす方に限らせていただきます。●くわしくはインターネットまたは店頭の説明書をご覧ください。

お取引の流れ(例)

```

    graph LR
    A[お申し込み  
(お借入申込書提出)] --> B[審査  
(ご融資決定)]
    B --> C[ご契約]
    C --> D[お借り入れ  
(ご融資資金入金)]
  
```

この時点での金利が適用されます。→

「住宅ローンに関するお問い合わせ」 **ローン相談室 ☎0120-334-757** 平日 9:00～17:00 (土・日・祝日等を除く)

メールマガジン登録で最新の情報をタイムリーにお届けします。くわしくは専用ホームページからチェック!

三菱UFJ信託銀行 または、 www.tr.mufg.jp

トップ画面上部の **「お取引先社員・職員さま」** ボタンをクリック

ユーザーID: **toshoku**
パスワード: **10162**

スマートフォンの方はこちらから

(平成27年6月1日現在)

東京エイドセンター創立30周年

30周年記念キャンペーン

詳細は <http://www.aid-center.co.jp/campaign/>

自動車保険・火災保険・生命保険

新規ご契約(保険期間1年以上)の個人の方

新規契約の保険始期日が
2015年4月1日～9月30日が対象となります。

4月～6月(第1期) 7月～9月(第2期)
抽選でステキな商品を
合計140名様にプレゼント!!

A賞

B賞

C賞

団体扱自動車保険はお得な保険! **一括して24%割安**

自動車保険 TEL. ☎0120-615-810

保険期間が長いほど、保険料はお得です!

火災保険 TEL. ☎0120-973-148

あなたのライフプランにあった保障をご提案します。

生命保険 TEL. ☎0120-206-810

東京エイドセンター創立30周年記念セミナー

日時:平成27年10月16日(金)18:00～19:30
場所:新宿NSビル30階会議室
講師:生島 ヒロシ(予定)
定員:300名
応募方法:弊社宛のハガキによる応募を予定しています。
応募者多数の場合には抽選とさせていただきます。

(一財)東京都人材支援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> AID20150508-025

東京都人材支援事業団
特別区職員互助組合
提携あっせん

住宅ローンのご相談は 東京都職員信用組合へ

ご希望により
職場等へ
お伺いいたします



変動 年1.175%	7年固定 年1.60%	10年固定 年1.75%
---------------	----------------	-----------------

返済期間
最長35年

平成27年5月1日現在 当初適用金利

東京都職員信用組合住宅ローン、便利でお得なポイント

保証料等が不要! 総支払額を比べて みてください。	夜7時まで ローン窓口オープン! お仕事帰りに相談可能です。	ご返済は ラクラク給与控除で 自動返済
---------------------------------	--------------------------------------	---------------------------

●審査の結果、ご希望に沿えない場合がございます。 ●詳しくは融資課へお問い合わせください。

無担保ローンWEB事前審査 当組合ホームページから迅速審査!

商品名	金利	限度額	ご説明
マイカーローン	キャンペーン期間 平成27年7月1日～8月31日まで		
	店頭金利 固定 年2.10% → 年1.80% 変動 年1.95% → 年1.70%	500万円	自動車、バイク等の購入、他行借換資金。 返済期間(固定金利)5年以内(変動金利)7年以内。
教育ローン	キャンペーン期間 平成27年8月3日～10月30日まで		
	店頭金利 変動 年2.20% → 年1.90%	500万円	授業料、入学金など学費に関する融資。返済期間10年以内。 (ただし、元金据置は12年以内)
ブライダルローン	変動 年2.50%	300万円	結婚資金貸付。返済期間7年以内。 (ベイサイドホテルアジュール竹芝での挙式の場合は、2.0%)
リフォームローン	固定 年2.66% 変動 年2.30%	500万円	増改築などのリフォーム資金。返済期間10年以内。
医療・福祉ローン	変動 年2.375%	300万円	医療、介護等に要する資金を融資。返済期間10年以内。
ゆとりローン	変動 年5.00%	500万円	資金使途自由。返済期間10年以内。 株ジャックスの保証を得られる方がご利用いただけます。

●審査によっては、ご希望に添えない場合があります。 ●詳しくはホームページ、融資課までお問い合わせください。 平成27年7月1日現在

非営利の金融機関
都職信だから出来るサービス

利用分量配当

都職信の最大のメリットは、利用分量配当という制度があることです。この制度により、お支払いいただいた利息の一部を年1回、返還しております。(平成25年度分の実績は利息の10%です。)
これにより借入金の実質金利は低くなります。配当率は、年度ごとの業績により変動し、配当されない場合もあります。

皆様とともに歩み創立94年
東京都職員信用組合
融資課

TEL 03-3349-1402 都庁内線 63-743
〒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
http://www.toshokushin.co.jp



東京都職員共済組合の組合員の皆さまへ

三井住友信託銀行の 退職金特別プラン(定期預金コース)



対象となる方 退職または退職金のお受け取りから1年以内*1にお申し込みされる方 *1.1年後応当日まで
ご提示いただく書類 退職時期を確認できる公的書類など(他にも確認書類が必要な場合がありますので事前にお問い合わせください)

退職金に限らず、お使いにならないご資金なども一緒にご利用ください。

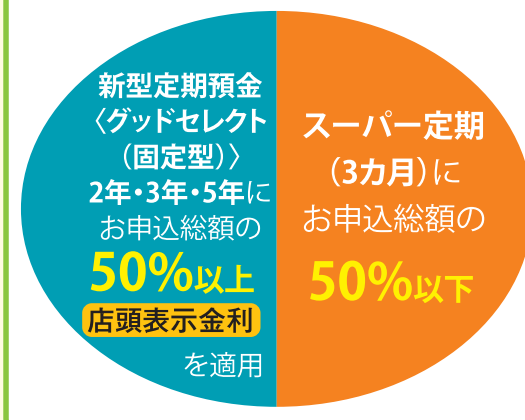
新たなご資金でお預入総額500万円以上(上限1億円)を新型定期預金(グッドセレクト(固定型))と、スーパー定期3カ月に同時に*2お預け入れされると、スーパー定期に金利を上乗せいたします。

*2.本タイプ内の全ての定期預金は、同日付でお手続きいただいた場合に限り、お預入金額を合算させていただきます。
「退職金特別プラン」のお預け入れには、当社所定のアンケートへのご記入が必要となります。

金利適用期間:平成26年10月1日(水)～平成27年9月30日(水)

組み合わせ定期タイプ お預入総額:500万円以上1億円以下

本タイプのご利用条件



スーパー定期3カ月
上乗せ後の金利
年2.80% [税引後 年2.231%]

同時
お申し込みで

●上記金利の適用は、当初お預入期間(3カ月)のみとなり、満期日に同期間で自動的に継続します(継続を希望されない場合は、お手続きが必要となります)。●自動継続後は継続時点の店頭表示金利が適用されます。平成27年5月11日現在の店頭表示金利:スーパー定期(3カ月)年0.025%(税引後年0.019%) ●自動継続されない場合の満期日以後の利息は、満期日から解約日または継続日の前日までの日数について、解約または継続された日における普通預金の利率により計算されます。

例えば、組み合わせ定期タイプへのお預入総額が1,000万円、うちスーパー定期のお預入金額が500万円の場合、3カ月で得られる利息(税引後)の概算は以下のとおりです。

(3カ月(90日の場合))
500万円×年2.80%×90日/365日=34,520円(税引前利息)、34,520円-7,012円(税金)=27,508円(税引後利息)

その他、新型定期預金(グッドセレクト(固定型))とスーパー定期6カ月の組み合わせ定期タイプなどもございます。

〈「定期預金コース」をお申し込みの方へ〉

●新たなご資金とは、本コースの定期預金預入日の1年前の応当日から定期預金預入日までに現金(小切手)・振込等によりお預け入れされたご資金です。ご本人さま名義で当社の他の店舗からのお預け替え、本プランの定期預金預入日の1年前の応当日前日までに普通預金にお預け入れされたご資金、すでにお預け入れいただいている定期預金や投資信託などの償還・満期資金・解約資金および利息・分配金は対象外です。●平成26年10月1日(水)～平成27年9月30日(水)までの定期預金のお預入総額は、定期預金コース:組み合わせ定期タイプ、3カ月定期タイプ合計でお一人さま1億円以下、とさせていただきます。●組み合わせ定期タイプの新型定期預金(グッドセレクト(固定型))を中途解約される場合、同時にお預け入れされたスーパー定期も中途解約いただけます。

〈定期預金について〉

●原則として、中途解約はお取り扱いいたしません。当社がやむを得ない事情があると認めた場合に限り、中途解約に応じることがあります。中途解約の場合、当社所定の中途解約利率が適用されます。●他の金利サービスや金利上乗せとの併用はできません。●元本保証の商品です。●預金保険制度の対象です。お一人さまあたり、決済用預金を除く預金保険の対象となる預金等元本1,000万円までとその利息が保護されます。●定期預金の詳しい商品内容については店頭またはホームページの説明書をご覧ください。

〈「退職金特別プラン」の金利上乗せについて〉

●予告なく本プランの内容を見直したり、中止したりする場合があります。●三井住友信託ダイレクト(電話・インターネット)・ATMでのお取引は対象外です。●本プランでご利用いただくスーパー定期、新型定期預金(グッドセレクト(固定型))の満期日のお取り扱いには、自動継続での設定となります(継続を希望されない場合はお手続きが必要となります)。●お手続き時には、ご本人確認書類(健康保険証・運転免許証など)とご印鑑をお持ちください。

詳しくは以下までお問い合わせください。

その人を信じて、その人に託す。 Meet The Trust Bank



ライフサポート部
特別財務相談チーム TEL:0120-923-897
[受付時間]平日9:00～17:00(12/31～1/3除く)