

2025

5

No.597

広島県市町村職員共済組合

2025年5月1日発行 第597号 編集／石川浩慈 発行／広島県市町村職員共済組合
〒730-0036 広島市中区袋町3-17
電話番号 総務課 082-545-8222 福祉課 082-545-8886
保険課 082-545-8777 年金課 082-545-8555
出納室 082-545-8887 互助会事業課 082-545-8118
制作・印刷／株式会社社会保険出版社

迷える上司 悩める部下のすっきり一言術

「信頼が深まる一言」

今月号の topics

社会保障Topic

2025年4月1日より、改正育児・介護休業法が段階的に施行されます

あの街“おいしい”ウォーキング
自然と歴史が暮らしに根づく町
海田町

ライフシーンと 共済組合

結婚のとき

組合員や被扶養者等が結婚するときは、結婚貸付が利用できます。
また、結婚して名前や住所が変わったときの届出や被扶養者の届出、退職積立貯金の届出印の変更など、必要な手続きを忘れずにしましょう。

詳しくはHPをご覧ください

年金・医療保険制度等の説明や
共済組合の福祉事業について分かる
動画コンテンツもご活用ください！

※2024年4月時点の法令を基に作成しています。
動画コンテンツの内容は随時更新しています。
内容が変わる場合がございますので、
あらかじめご了承ください。

<https://www.hiroshimakyosai.jp/movie/index.html>
ユーザー名・パスワードは配付しております「共済だより」をご覧ください。

ご家族と一緒に「共済だより」をご覧ください

ホームページへ最新号及びバックナンバーを掲載しています

迷える上司 悩める部下の
すっきり一言術

テーマ：信頼が深まる一言

なぜかいつも人が集まる、周りを巻き込みながら成果を出している。そんな人、職場にいませんか？
その秘密は「好感度」。好感度のベースには「率直な意見交換ができる」「尊重しあえる」といった双方向の関係性があります。好感度アップのすっきり一言術、早速今日から実践です！

失敗談からだって信頼関係を築いて

上司などから過去のミスなどの自虐ネタを言われ、反応に困ったことはありませんか？ こちらを勇気づけようとしているのかもしれないし、場を和ませようとしているのかもしれない。少なくとも相手をムスッとさせたり、白けさせたりするのは避けたい場面です。そこで、このような失敗談を聞いたときには「ギャップがある」という表現を使ってみましょう。ギャップという言葉には、完璧すぎない人柄に親近感を持てるというニュアンスや、普段からとても頼りにしている気持ちも伝わり、好感度だけではなく信頼関係の構築にもつながります。

以前、こんな失敗しちゃって…
今の〇〇さんからは想像できませんね

何げない一言をすっきり一言にチェンジ！

失敗談を聞いたときの何げない一言
そうだったんですね

話した側のもやもや
反応薄い……
どうでもいい感じ

聞いた側のすっきり一言
〇〇さんのそのギャップがいいですね

Profile 井上 智介 (産業医・精神科医) ●島根大学医学部卒業後、産業医・精神科医・健診医の3つの役割を中心に活動。
健康障害や労災を未然に防ぐべくうつ病、発達障害などを中心に、精神科疾患全般に対応している。

社会保障 Topic

2025年4月1日より、改正育児・介護休業法が段階的に施行されます

2024年5月に改正された育児・介護休業法が、2025年4月1日より段階的に施行されます。
今回の改正では「子の年齢に応じた柔軟な働き方を実現するための措置の拡充」や「介護離職防止のための仕事と介護の両立支援制度の強化等」、仕事と育児・介護を今まで以上に両立できるようにするための見直しが行われました。
例えば「子の年齢に応じた柔軟な働き方を実現するための措置の拡充」においては、所定外労働の制限（残業免除）の対象がこれまでの3歳未満の子を養育する労働者から、小学校就学前の子を養育する労働者までに拡大されました。また、子の看護休暇が「子の看護等休暇」に変更となり、対象となる子の範囲が小学校就学の始期に達するまでから、小学校3年生が修了するまでに拡大され、入園・卒園式や感染症における学級閉鎖などでも休暇を取得できるようになりました。更に3歳未満の子を養育する労働者に対してはテレワークの導入が努力義務とされた他、短時間勤務制度の代替措置にテレワークを追加する等のさまざまな見直しが行われました。
一方の「介護離職防止のための仕事と介護の両立支援制度の強化」においても、これまで「継続雇用期間6か月未満」の労働者は介護休暇取得対象外とすることができましたが、この要件が撤廃され、より多くの労働者が介護休暇を取得できるようになりました。その他、研修の実施や相談窓口の設置等、介護離職防止のための雇用環境整備を事業主に義務付ける等の改正も行われました。
なお、公務員については育児・介護それぞれについて定める法律等があります。

記事提供：社会保険出版社

医療

知っておきたい 健康保険のこと
病気やケガで
病院等にかかったときの給付

療養の給付・家族療養の給付・高額療養費・一部負担金払戻金・家族療養費附加金

＜療養の給付・家族療養の給付＞

組合員又はその被扶養者が、病気やケガでマイナ保険証等を使って病院や薬局等で治療を受けたとき、窓口で一定の自己負担額を支払いますが、その残りの額は共済組合が病院等に支払っています。これを療養の給付・家族療養の給付といいます。

ただし、以下のものは給付の対象外となります。

- 療養の給付等が
受けられないもの
- 単なる予防措置・疲労回復措置
 - 美容・整形のための処置、手術等
 - 人工妊娠中絶・正常分娩
 - 傷病の原因が公務上（公務・通勤災害）であることが明らかである場合

＜高額療養費・一部負担金払戻金・家族療養費附加金＞

組合員又はその被扶養者が、同一の月に同一の病院等の窓口で支払った自己負担額（以下「同一月の診療の自己負担額」という。）が、組合員の標準報酬の月額に応じて決まる自己負担限度額を超えた場合に、その超えた額を「**高額療養費**」として組合員に支給します。

また、共済組合独自の給付として、同一月の診療の自己負担額が25,000円（標準報酬の月額が530,000円以上の組合員の場合は、50,000円）を超える場合は、その超える部分を「**一部負担金払戻金**（組合員の場合）」、「**家族療養費附加金**（被扶養者の場合）」として組合員に支給します。

【給付例】70歳未満の組合員（標準報酬の月額34万円）、医療費総額100万円の場合で、限度額区分の照会に同意した場合

1,000,000円

7割（共済組合）
700,000円

3割（自己負担）
300,000円

療養の給付
700,000円

A 高額療養費
(共済組合負担)
212,570円

B 一部負担金払戻金
(共済組合負担)
62,400円

C 最終的な
自己負担額
25,030円

★87,430円（自己負担限度額＝医療機関での窓口負担額）

★自己負担限度額

80,100円+（1,000,000円（医療費総額）－267,000円）×1％＝87,430円

A 高額療養費（共済組合から直接医療機関等へ支払います。）

300,000円（自己負担）－87,430円＝212,570円

B 一部負担金払戻金（基本受診月の3か月後に共済組合より支給します。）

87,430円（自己負担限度額）－25,000円＝62,400円（100円未満切捨て）

C 最終的な自己負担額

87,430円（自己負担限度額）－62,400円（一部負担金払戻金）＝25,030円

◆次号では、医療費等を窓口で10割負担した場合について掲載します。

ジェネリック
医薬品の利用を
お願いします

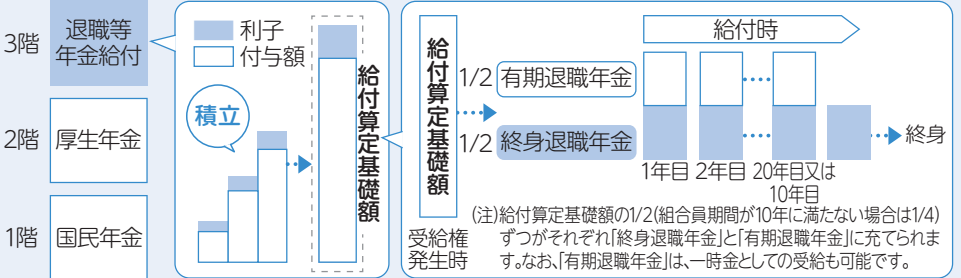
ジェネリック医薬品の利用は、組合員のみなさんの家計への負担軽減や共済組合の短期（医療保険）財政の安定につながります。医療機関や調剤薬局で薬を処方される際は、医師・薬剤師にご相談いただき、ジェネリック医薬品の利用をお願いします。

年金

「退職等年金給付」に係る
「給付算定基礎額残高通知書」
をお送りします

退職等年金給付とは

退職等年金給付は共済組合独自の年金制度で、将来の年金給付に必要な原資を、あらかじめ保険料（掛金）として積み立てておく「積み立て方式」により運営を行っています。この積み立てた額を「給付算定基礎額」といい、2分の1を「**有期退職年金**」として、残りの2分の1を「**終身退職年金**」として原則65歳から受け取ります。



給付算定基礎額残高通知書とは

「給付算定基礎額残高通知書」は、前年度中に積み立てた給付算定基礎額等の情報を組合員のみなさんにお知らせするためのものです。毎年5月頃に送付しており、今回は2024年4月から2025年3月末までに積み立てられた情報をお知らせしています。

＜送付対象者＞ ①組合員（短期組合員を除く） ②年金待機者（退職している方）※

※退職した年度の翌年度及び節目年齢（35歳、45歳、59歳、63歳）到達の翌年度に送付しています。

給付算定基礎額残高通知書

① 付与額（保険料）…標準報酬月額に付与率（④）を乗じた額です。

② 利息…前月までの給付算定基礎額残高と当月の付与額に基準利率（⑤）を1か月単位に換算した率）を乗じた額です。

③ 給付算定基礎額残高（年金原資）…付与額及び利息の合計額です。

④ 付与率（保険料率）…付与額を算定するために標準報酬月額に乘じる率（掛金・負担金率0.75%、合計1.5%）です。将来の安定した生活の維持を図るために必要な給付水準等を勘案して定められます。

⑤ 基準利率（運用利率）…国債の利回りを基礎として定められます。

2023年10月～2024年9月 0.07%

2024年10月～ 0.26%

※短期組合員の方は退職等年金給付の適用対象外のため、保険料（掛金）の積み立てとそれに伴う給付算定基礎額残高通知書の送付はありません。

年金払い退職給付（退職等年金給付）制度に係る
年金財政状況(2023年度末)を掲載しています

地方公務員共済組合連合会トップページの「年金関連情報⇒年金財政関係⇒年金払い退職給付⇒財政検証・財政再計算」からご覧いただけます。

健康管理の豆知識

監修＝久保 明（医療法人財団百葉の会銀座医院 院長補佐／東海大学医学部客員教授／医学博士）

チャレンジしよう!
禁煙

日本では、分煙やたばこ税の増税など、さまざまな禁煙対策がとられてきたこともあり、喫煙者の割合はここ10年減少傾向にあります。今話題のSDGsの中でも、実施すべき具体的指標として提示されているたばこ対策。これから先も継続して取り組む必要があるテーマです。

百害あって一利なし、健康を脅かす喫煙

喫煙は、肺がんをはじめとしたさまざまながんの他、脳卒中や心臓病などのリスクを高めることが知られています。喫煙者の死亡率は非喫煙者より高く、国内で喫煙に関連する疾患で亡くなる人は毎年10万人を超えています。

また、たばこの煙は吸っている本人だけでなく、周囲の人々の健康にも悪影響を与えます。「体に悪いと知っているけど、やめられない」と思っているあなた。自分はもちろん、周囲の人の健康のためにも禁煙にチャレンジしてみませんか。

加熱式たばこなら吸ってもOK?

近年急速な普及が見られる加熱式たばこ。喫煙者や周囲への健康影響が紙たばこより少ないという期待から使用する人が多くいます。しかし、加熱式たばこにもニコチンなどの有害物質が含まれることが分かっており、健康への悪影響は否定できません。紙たばこから加熱式たばこに切り替えても、体に害があることに変わりなし。自分と周囲への健康被害を防ぐには、100%の禁煙が唯一の方法です。

禁煙アイデア

禁煙は必ずしも1回の挑戦で成功するとは限りません。失敗しても大丈夫。禁煙に一步踏み出しましょう!

自分で

禁煙宣言をする

食後はすぐに歯磨きをする

口寂しいときはお茶や水を飲んだり、シュガーレスのガムをかんたりする

ストレッチなどで体を動かすなど

家族と

灰皿やライターなどの喫煙具を処分する

禁煙に役立ちそうな小物（ガムや昆布など）を買ってくる

食事は歯応えのあるものを意識する

本人がイライラしていても大目に見るなど

専門家と

禁煙外来を受診する

2006年より禁煙治療に健康保険が適用*されるようになりました。1人では難しくても、受診をすることで専門家のアドバイスのもと、自分に合ったプログラムで禁煙に取り組むことができます。

*禁煙治療を保険で受けるにはいくつかの条件を満たす必要があります。

禁煙外来

記事提供：（株）社会保険出版社



里山の自然を感じながら豊かな恵みに触れる

道の駅 来夢とごうち

みちのえき らいむとごうち

新芸太田町の暮らし
を育んできた太田川

広島県安芸太田町

と里山に囲まれた道の駅。売店には特産品・祇園坊柿の加工品など地元グルメはもちろん、伝統工芸品「戸河内割物」など、町が誇る品々がずらりと並び。レストランではご当地B級グルメが堪能できるほか、新鮮な農産物が揃う「太田川産直市」や楽しく遊べる公園など、町の魅力を幅広く味わえるスポットが詰まっている。

☎0826-28-1800 (1F売店) 🏠山県郡安芸太田町上殿632-2 🕒売店10:00～18:00 (12～6月の土・日曜、祝日以外は～17:00)、ほか施設により異なる 📄売店は火曜 (GW・お盆期間、10～11月は無休)、1/1、ほか施設により異なる 🚗中国自動車道戸河内ICから車ですぐ



地元産のお酒や
スイーツなどが
勢揃い

産前産後休業期間中・育児休業期間中は、 申し出により掛金(保険料)が免除されます

産前産後
休業期間中



育児休業
期間中



※手続きについてはそれぞれご確認ください。

積立貯金 新規加入受付中!

年利率 0.8%



※折り込みのチラシをご覧ください。

2025年5月1日現在

▲詳しくは
コチラ



2025年度の新規事業、事業内容の変更について

歯科疾患対策に係る事業を新たに実施します。詳細は共済だより6月号に掲載します。



①歯科健診 **新規**

概要 広島県歯科医師会に加入している歯科医で歯科健診(むし歯、歯周病の検査、歯みがき指導等)を無料で受診できます。
※歯石除去や治療などは自費又は保険診療となります。

対象者 組合員

②歯周病予防検査 **変更**

概要 郵送による簡易型の歯周病予防検査を無料で受けられます。共済互助会との共同事業とし、隔年から毎年実施に変更します。

対象者 共済互助会の会員

③歯科保健指導 **新規**

概要 歯周病予防検査の結果及びweb問診の回答をもとに、web面談による歯科保健指導が無料で受けられます。

対象者 ②歯周病予防検査を受けた方

④医薬品等あっせん事業 **変更**

概要 セルフメディケーション対象の商品を含め3,000円以上購入した会員に対し、1,000円の助成をします。対象の商品については折り込みのチラシをご確認ください。

対象者 共済互助会の会員

⑤健診事業

概要 次のとおり、助成額又は自己負担額が一部変更となります。

●短期人間ドック

変更箇所

種別		助成額				脳検診助成額		
		区分	内訳	増減		区分	内訳	増減
組合員(会員)	23,000円	共済	13,000円	0円	10,000円	共済	8,000円	△2,000円
		互助	10,000円	0円		互助	2,000円	+2,000円
被扶養者(会員の家族)	26,000円	共済	13,000円	0円	0円	共済	0円	0円
		互助	13,000円	+3,000円		互助	0円	0円
任意継続組合員	13,000円	共済	13,000円	0円	8,000円	共済	8,000円	△2,000円
		互助	0円	0円		互助	0円	0円
任意継続組合員の被扶養者	13,000円	共済	13,000円	0円	0円	共済	0円	0円
		互助	0円	0円		互助	0円	0円

●生活習慣病予防健診

健診費用 22,000円(+3,000円)

種別	自己負担額	増減		助成額		
				区分	内訳	増減
被扶養者(会員の家族)	5,000円	0円	17,000円	共済	13,000円	0円
				互助	4,000円	+3,000円
任意継続組合員及びその被扶養者	9,000円	+3,000円	13,000円	共済	13,000円	0円
				互助	0円	0円

2025年度 おつとく情報

共済組合

物資販売指定店のご案内

共済互助会

スポーツ施設・文化施設等 のご案内

割引価格
で購入
できます

詳しくは折り込みのチラシをご覧ください。

指定宿泊施設情報

保養所利用助成の対象となる宿泊施設の変更は、次のとおりです。

追加

- ▶ホテルルポール麹町 契約開始日：2025年3月1日
- ▶HOTEL1-2-3福山 契約開始日：2025年3月15日
- ▶ホテル法華クラブ札幌(法華クラブグループ施設) 外17施設
- ▶ユニゾインエクスプレス大阪南本町 契約終了日：2025年4月1日

終了

Pick up

●心の健康相談(予約制)

些細な悩み事でも、お電話ください。専門医が電話又は面談により相談に応じます。

会場	相談日		面接時間・相談方法
広島市	5月10日(土)	6月14日(土)	13:30～16:30 面談・電話相談
	5月24日(土)	6月28日(土)	
福山市	5月13日(火)	6月10日(火)	13:30～14:30 面談
	5月27日(火)	6月24日(火)	
庄原市	5月13日(火)	6月10日(火)	12:30～14:30 面談・電話相談
	5月27日(火)	6月24日(火)	

申込方法

相談日の前日(福山市は前週の金曜日)までに、
☎082-236-1234(専用電話)へ直接申し込んでください。
受付…月曜日から金曜日(祝日を除く) 9:00～17:00

●法律相談・税務相談

法律相談

法律の諸問題について弁護士がお答えします。

会場	相談日	面接時間・相談方法
広島市	5月21日(水)	13:00～ 面談
	6月11日(水)	

税務相談

税の諸問題について税理士がお答えします。

会場	相談日	面接時間・相談方法
共済組合事務局	5月15日(木)	13:00～ 面談
	6月19日(木)	

申込方法

相談日の5日前までに、☎082-545-8118(共済互助会事業課)へ直接申し込んでください。
受付…月曜日から金曜日(祝日を除く) 9:00～17:00
※相談会場の詳細は、申込者に直接お知らせします。
※相談日は予告なく変更となる場合があります。

●ファミリー健康相談

健康や育児・介護などについて相談できます。少しでも気にかかることがあれば、お気軽にご利用ください。

年中無休・24時間サービス

電話番号またはURLは配付しております
「共済だより」をご覧ください。

●貯金の払い戻しスケジュール

払戻依頼書の提出締切日(共済組合必着)	送金日
一部払戻 5月 7日(水)	→ 5月15日(木)
一部払戻・解約 5月22日(木)	→ 5月30日(金)
一部払戻 6月 5日(木)	→ 6月13日(金)
一部払戻・解約 6月20日(金)	→ 6月30日(月)

年利率0.8%
(2025年5月1日現在)

共済組合のホームページ

本紙内のQRを読み取ると共済組合HP上の関連ページへアクセスできます。

<https://www.hiroshimakyosai.jp>



