



## 医療

## 知っておきたい 健康保険のこと 育児休業支援手当金について



2025年4月1日から共働き・共育てを推進するために育児休業支援手当金に上乗せする給付として「育児休業支援手当金」が支給されるようになりました。育児休業開始後180日までは標準報酬の67%を「育児休業手当金」として支給するのに加え、対象期間<sup>\*</sup>内に両親ともに通算14日以上の育児休業等を取得した場合に、28日を上限に育児休業支援手当金を支給します。

なお、配偶者が給付の対象となる育児休業等を取得することができない場合でも育児休業支援手当金を支給できる場合がありますので、その場合はお問い合わせください。

## 対象期間

育児休業支援手当金の支給対象となる組合員本人が取得する育児休業等の対象期間は次の期間となります。

- 組合員が当該育児休業等に係る子について産後休業等をしなかったとき  
(組合員が父親、又は、子が養子の場合)

子の出生日から起算して56日を経過する日の翌日までの期間

- 組合員が当該育児休業等に係る子について産後休業等をしたとき  
(組合員が母親、かつ、子が養子でない場合)

子の出生日	対象期間の開始日	対象期間の終了日
出産予定日より前	子の出生日	出産予定日から起算して112日を経過する日の翌日
出産予定日と同日	子の出生日	子の出生日から起算して112日を経過する日の翌日
出産予定日より後	子の出産予定日	子の出生日から起算して112日を経過する日の翌日

\*配偶者の対象期間も同様となります。

## 支給日数

対象期間内において育児休業等の期間が28日に達する日まで支給されます。(28日には週休日(土・日)を含むが支給日には週休日(土・日)を含まない。)

## 支給金額

勤務しなかった期間1日につき標準報酬の日額×13／100  
※標準報酬の日額=標準報酬の月額×1/22(10円未満四捨五入)

請求書類を含む詳細については、共済事務担当課又は共済組合保険課へお問い合わせください。

◆次号では、育児時短勤務手当金について掲載します。

## 「医療費通知書」を2月中旬に送付します

共済組合では、組合員の皆さんにご自身の治療等にかかった医療費について確認していただため、「医療費通知書」を年1回送付します。今回の通知内容は、2026年1月末時点で本組合が確認できる、2024年11月診療分から2025年10月診療分となります。

なお、「医療費通知書」は確定申告(医療費控除)の申告手続きに使用することが可能ですが、2025年11月及び12月診療分については、医療機関等からの領収書により対応する必要があります。

## 年金

## 遺族年金の見直しが行われます②



2025年6月20日に「社会経済の変化を踏まえた年金制度の機能強化のための国民年金法等の一部を改正する等の法律」が公布されました。これにより、遺族年金の見直しが行われることとなり、今回はその中から「[子に対する遺族基礎年金の支給停止規定の見直し](#)」について説明します。

### 子に対する遺族基礎年金の支給停止規定の見直し 2028年4月~

## 現行

## 次の場合、子に対する遺族基礎年金は支給停止

- ①子の生計を維持している配偶者が、被保険者が亡くなった後に再婚したとき
- ②子の生計を維持している配偶者の収入が850万円以上のとき
- ③子が直系血族(又は直系姻族)の養子となるとき
- ④被保険者が亡くなった後に、離婚していた元配偶者が子を引き取るとき

## 改正後

- ①～④の場合、  
子が受給できる

2028年4月1日施行

遺族基礎年金は、子<sup>\*</sup>がいる配偶者や自ら生計を維持することができない子に対し、生活の安定を図ることを目的としており、子は父又は母と生計を同じくするときは、支給停止されます。

離婚の増加等、子を取り巻く家庭環境の変化を踏まえ、子が自身の選択によらない事情に左右されることなく、遺族基礎年金を受給できるようになります。

\*子：18歳になった年度末まで、又は障がいの状態にある場合は20歳未満の方

### ●2028年4月からの子に対する遺族基礎年金

被保険者が亡くなった後の配偶者又は子の状況	配偶者に対する遺族基礎年金	子に対する遺族基礎年金
亡くなった被保険者の配偶者が、子と生計を同じくしているとき	受給権あり	配偶者が受け取るため支給停止(変更なし)
子の生計を維持している配偶者が、被保険者が亡くなった後に再婚したとき	再婚前は受給権があるが、再婚すると失権	同一生計の父又は母がいるため支給停止
子の生計を維持している配偶者の収入が850万円以上のとき	収入要件を超えていたため受給権なし	制度改正により受給権取得
子が直系血族(又は直系姻族)の養子となるとき	—	
被保険者が亡くなった後に、離婚していた元配偶者が子を引き取るとき	死亡前に離婚していたため受給権なし	

## 年金制度の改正についてHPで確認できます



年金制度等の改正のポイント  
【2025年の改正の概要】

閲覧するには、パスワードの入力が必要です。

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。

## 知って得する/ 健康管理の豆知識

### 冬の食中毒に注意! ノロウイルス

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)

#### 症状があってもなくてもご用心!

ノロウイルスに感染すると、嘔吐や腹痛、下痢などの症状が起こります。中でも突然襲ってくる激しい吐き気が特徴的。多くの場合自然治癒し、無症状の人や軽い風邪程度で済む人もいますが、持病のある人や子ども、高齢者では重症化して命に関わることもある。

ノロウイルスを防ぐ!

主な感染経路は汚染された食品を食べて感染する「食品からの感染」と、感染者の嘔吐物などから人の手を介して感染する「人からの感染」。自分は無症状でも周りにうつしてしまうことがあるので、周囲の人を守るためにも予防の徹底が重要です。

#### ● 塩素消毒液の作り方

※家庭用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム濃度5%)を原液とした場合

##### 食器やカーテンなどの消毒、拭き取りなどに使用

● 2Lのペットボトルに、ペットボトルのキャップ2杯分(10mL)の

漂白剤を入れ、いっぱいになるまで水を加える。

##### 嘔吐物などの処理に使用

● 500mLのペットボトルに、ペットボトルのキャップ2杯

分(10mL)の漂白剤を入れ、いっぱいになるまで水を加える。

● \*塩素系漂白剤の「使用上の注意」を確認し、それに従ってください。消毒液は使用することに作り、作り置きはしないようにしてください。誤飲防止のため、ボトルには「消毒液」と必ず表記してください。

濃度  
0.02%

濃度  
0.1%

#### 感染予防のポイント

##### 1 持ち込まない

- ▶ 調理する場にウイルスを持ち込まないよう、普段から自分自身や家族の健康状態に気を付ける。
- ▶ 嘔吐や下痢などの症状があるときは調理をしない、させない。



ノロウイルスは感染力の強いウイルス。  
4つのポイントを押さえて、適切な予防を。

##### 2 つけない

- ▶ 感染予防の基本は石けんを使った手洗い。

##### 手洗いのタイミング

- ▶ トイレに行った後
- ▶ 調理を行う前後
- ▶ 食事の前後
- ▶ 感染者の汚物処理等を行った後 など

##### 3 やっつける

- ▶ 食品は十分に加熱する(中心部温度85°C～90°Cで90秒以上)。
- ▶ 調理器具等は洗剤で洗ってから、熱湯(85°C以上)や塩素消毒液(濃度0.02%)で消毒する。



##### 4 広げない

- ▶ 汚物処理をするときは使い捨てのマスクやガウン、手袋などを着用する。
- ▶ 汚物は乾燥する前にペークタオルなどで除去し、浸すように塩素消毒液で拭き取った後、水拭きする。
- ▶ 拭き取った汚物や使用済みの手袋等はビニール袋に密閉して廃棄する。できればビニール袋の中で濃度0.1%の塩素消毒液に浸す。





スポーツから遊具まで思い切り体を動かそう

## みよし運動公園

みよしゅうんどうこうえん

広島県三次市

広大な園内には、野球など各種スポーツの競技場や芝生広場、遊具施設などが広がる。本格的にスポーツを楽しめるのはもちろん、カラフルな遊具がたくさん並ぶエリア「みよしあそびの王国」では、対象年齢別で3つのスペースに分かれているため、子どもたちも安心して遊べるようになっています。

☎0824-62-1994 〒三次市東酒屋町10493 ☎8:30~22:00  
12/28~1/3(「みよしあそびの王国」は無休) 入園無料、施設利用料は各施設により異なる 中国自動車道三次ICから車で約5分



上／テニスコートのほか、野球場や陸上競技場などを完備  
下／三次市の特産・ワインをイメージした遊具などバラエティ豊か

## 共済組合の貯金は、 マル優(非課税貯蓄)の対象です

身体障害者手帳の交付を受けている人等、一定の要件に該当する場合、貯金の元本350万円までの利息が非課税となります。所定の手続きが必要となりますので、共済組合出納室にお申し出ください。

詳しくは  
コチラ▲

## 宿泊利用助成券の適正利用について(お願い)

宿泊利用助成券は、保養のために宿泊する場合に利用することができる金券です。金額や利用者名等、訂正した宿泊利用助成券は使用することができません。助成券の適正利用にご協力をお願いします。

★契約施設では、組合員であることが確認できるものを必ず提示してください。(マイナポータルの資格情報画面、資格情報のお知らせ等)



### ●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	1月17日(土)	2月14日(土)	13:30~16:30
	1月24日(土)	2月28日(土)	面談・電話相談
福山市	1月20日(火)	2月10日(火)	13:30~14:30
	1月27日(火)	2月17日(火)	面談
庄原市	1月13日(火)	2月10日(火)	12:30~14:30
	1月27日(火)	2月24日(火)	面談・電話相談

### 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
府中市	1月21日(水)	13:00~
三次市	2月18日(水)	面談

#### (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	1月15日(木) 2月19日(木)	13:00~ 面談

### 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。

## 2025年度ライフプラン講座を開催

開催日 広島2025年10月15日(水)、福山2025年10月16日(木)

この講座では、退職を予定されている組合員と配偶者の方を対象に、退職後の資産形成や医療、年金制度について説明させていただきました。

オンライン形式で行った退職後の資産形成のセミナーでは、野村證券株式会社からご講演いただき、退職後の生活について深く考えるいい機会になったのではないかと思います。

基調講演では、「人生を楽しく生きるコツ～ワクワクする生涯を～」と題しまして、元中国放送アナウンサー本名正憲さんにご講演いただきました。

たくさんの方にご参加いただき、ありがとうございました。



本名正憲さん



野村證券株式会社のセミナー

## 共済互助会

### 体験型環境学習教室を開催しました!

2025年10月18日(土)にろうきん森の学校で「体験型環境学習教室」を開催しました。

今回は、カヌー体験、藍染め教室、石窯ピザ作り、アースウォーク、竹ワンレース、森の生き物探しや森で絵本のプログラムをたくさんのみなさまに体験いただけました。

当日は、会場のあちこちから子どもたちの笑い声が響き渡り、明るい笑顔があふれる、にぎやかで楽しい1日となりました。

#### ↓竹ワンレース



#### ↓森の生き物探し



#### ↑カヌー体験 藍染め教室



#### ↑森で絵本 見つけた生き物



## 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	1月17日(土)	2月14日(土)	13:30~16:30
	1月24日(土)	2月28日(土)	面談・電話相談
福山市	1月20日(火)	2月10日(火)	13:30~14:30
	1月27日(火)	2月17日(火)	面談
庄原市	1月13日(火)	2月10日(火)	12:30~14:30
	1月27日(火)	2月24日(火)	面談・電話相談

### 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
府中市	1月21日(水)	13:00~
三次市	2月18日(水)	面談

#### (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	1月15日(木) 2月19日(木)	13:00~ 面談

### 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りますれば、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	1月6日(火) → 1月15日(木)
一部払戻・解約	1月22日(木) → 1月30日(金)
一部払戻	2月4日(水) → 2月13日(金)
一部払戻・解約	2月18日(水) → 2月27日(金)

年利率0.8%  
(2026年1月1日現在)



食べて歩いて、健康になろう！

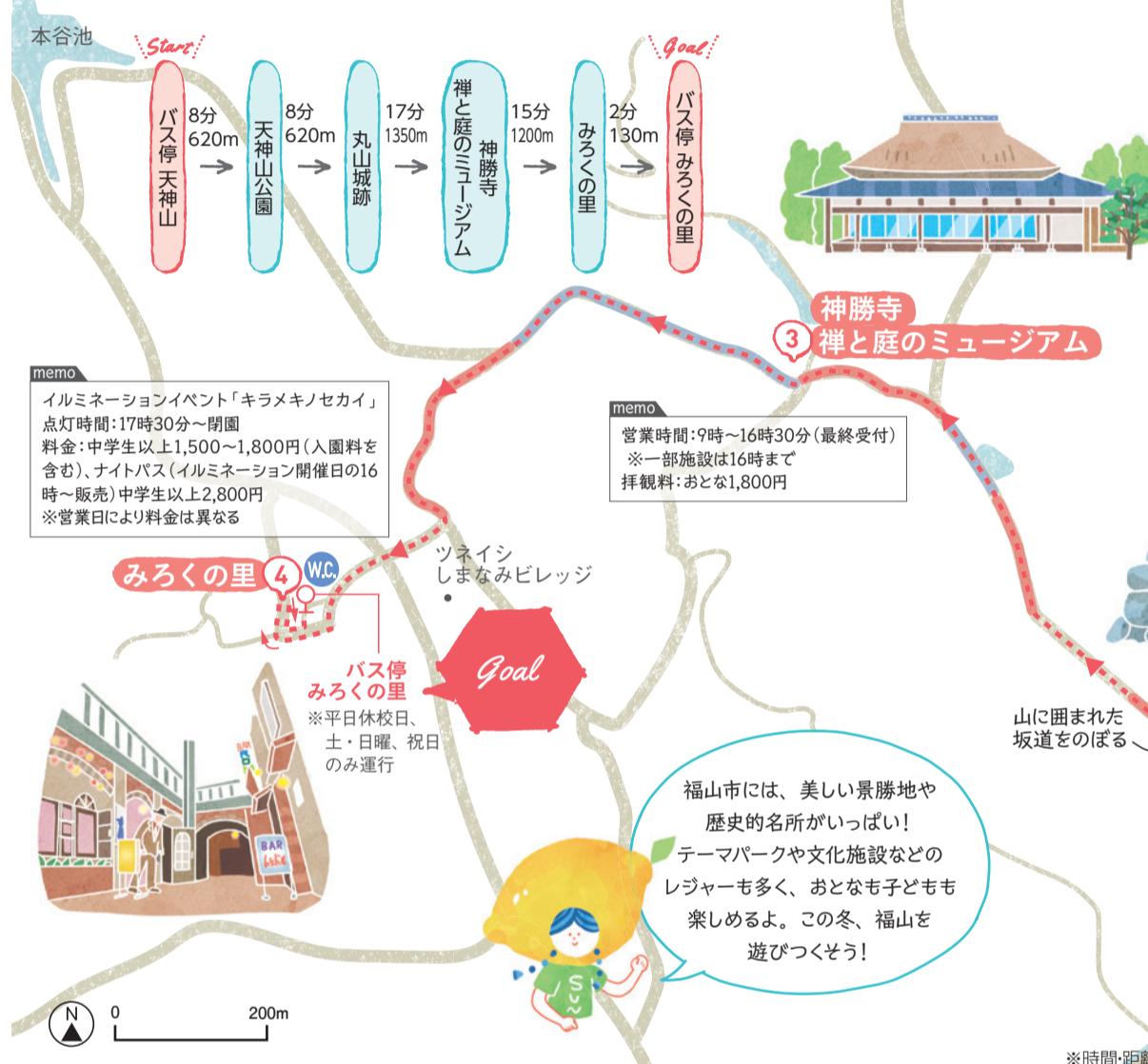
# あの街“おいしい”ウォーキング

## お出かけにぴったりな『福山市』 情緒あふれる町

### 冬のきらめきを見つける アミューズメントウォーキング

バス停天神山から北東に進み、まずは天神山公園でのんびり散策。次は丸山城跡へ向かおう。かつての城の姿に思いを馳せたら、北上して神勝寺 禅と庭のミュージアムへ。禅宗美術と名庭を堪能しよう。その後は西に向かって歩き、みろくの里へ。広島県内随一の規模を誇る遊園地では、1月12日までイルミネーションイベントも開催中だ。

歩く時間:50分 歩く距離:3,920m 消費カロリー:184kcal



### 2/3日分の野菜レシピ

#### 鶏つくねの柚子鍋



1人分 エネルギー 287kcal 食塩相当量 2.2g

健康POINT

野菜はピーラーで薄く切ると短時間で火が通り、かさが減るのでたっぷりいただけます。サラダなどで生野菜を切るよりも、ピーラーを使うことで食感や見た目が変わるので、いつもと違う食卓を演出できます。

#### 作り方

- ボウルに鶏ひき肉、Aを入れてよく混ぜる。8等分に分けて丸める。
- 白菜はざく切り、長ねぎは幅1cmの斜め切り、にんじんと大根はピーラーで薄くリボン状にする。またたけは小房に分け

- ゆずは輪切りにする。
- 鍋にBを入れて中火にかけ、煮立ったら①を加え、肉の色が変わったらゆず以外の②を加えて4~5分煮る。
- ゆずをのせて鍋を火からおろす。

おがわ ひさみ ●管理栄養士、フードコーディネーター。女子栄養大学栄養学部卒業。コンビニの開発部門にて商品開発、料理撮影を専門に行う写真スタジオにてレシピ提案やスタイリングなどの業務に携わる。その後独立し、現在は食品メーカー・webメディアのレシピ提案、料理制作・撮影の他、栄養計算や栄養コラム執筆など、多岐にわたり活躍中。

### ① 天神山公園

天神山のふもとに広がる自然豊かな公園。沼隈町民憩いの場所で、園内には歴史深い延廣神社が立つ。

☎ 084-928-1095 (福山市公園緑地課)  
福山市沼隈町上山南192

### ② 丸山城跡

桑田前守信房が築城した丸山城の跡地。現在は石碑が立っており、当時の姿を偲ぶことができる。

☎ 084-928-1117 (福山市文化振興課)

福山市沼隈町

### ③ 神勝寺 禅と庭のミュージアム

神勝寺の境内に、白隱禪師の作品が並ぶ展示館や、滋賀県永源寺から移築再建された「含空院」が立つ。

☎ 084-988-1111

福山市沼隈町大字上山南91

### ④ みろくの里

自然に囲まれた広大な遊園地。昭和の街並みを再現した「いつか来た道」の他20種類以上のアトラクションが揃う。

☎ 084-988-0001

福山市藤江町638-1

### 福山銘菓 ばら一輪

福山で30年以上愛されているお菓子。福山市の花「ばら」をかたどった生地で、しっとりとした栗入りの黄身餡を包み込んでいる。独自の製法でまろやかな味わいと上品な風味に仕上げており、全国菓子博覧会にて内閣総理大臣賞を受賞した逸品。ばらのまち・福山を代表する、贈り物や旅のお土産にふさわしい銘菓だ。



今回のウォーキングで  
184kcal消費 = 約1.4個分

### 福山市のおいしいもの



※時間・距離は目安です ※消費カロリーは体重60kgの人が分速80mで平地を歩いた場合の総計距離で算出しています

### お絵かきロジック

#### マスを塗りつぶして浮かび上がる動物は何?

**ルール** タテ・ヨコの数字は連続して塗りつぶすマスの数を示しています。

1列に複数の数字がある場合は、それぞれの数字の数だけ連続してマスを塗り、その間を1マス以上空けます。何マス空くかはその列ごとにそれぞれ異なります。

数字の並び順は、連続して塗るまとまりの並び順です。前後してはいけません。

ハガキに①クイズの答え②所属所名③部署名④勤務先の所在地・電話番号⑤名前⑥ご意見・ご感想(「共済だより」、参加してみたい事業などについて)を記入し、以下の宛先までお送りください。※封書でのご応募も可能です。

※任意組合員の方は、②~④の記入は不要ですが、電話番号は景品発送の際に必要となりますのでご記入ください。

宛 先 〒730-0036

広島市中区袋町3-17-7F

広島県市町村職員共済組合

総務課「共済だより」編集係 宛

応募締切 2026年1月26日 必着

●当選は景品の発送をもって発表いたします

●解答は次回の「共済だより」に掲載します

【個人情報の取り扱いについて】ご送付いただいた個人情報は厳重に保護・管理し、景品の抽選及び発送以外の目的に使用することはありません。又、個人情報をご本人の承諾なく業務委託先以外の第三者に開示・譲渡することは一切ありません。(法令により開示・譲渡を認められた場合を除きます。)

12月号の答え  
「19」

7	9	2	5	4	3	6	8	1
1	3	5	9	8	6	7	2	4
6	4	8	2	1	7	3	9	5
5	6	3	8	7	4	9	1	2
4	2	9	3	5	1	8	7	6
8	7	1	6	2	9	4	5	3
2	5	7	4	3	8	1	6	9
3	8	6	1	9	2	4	5	7
9	1	4	7	6	5	2	3	8

11月号応募総数  
31通(正解30通)