

共済広報 とっとり

3

2026
No.767



特集 令和8年度事業計画と予算決まる

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 2 令和8年度事業計画と予算決まる | 15 共済組合からのお知らせ |
| 10 市町村ガイド | 16 健康レシピ〈決定版!!ヘルシークッキング〉 |
| 12 被扶養者の「取消・認定」手続きをお忘れなく | 17 きょうさいDATA |
| 14 どう防ぐ?こどものゲーム依存 | |

今月の
表紙

コミュニティパーク
完成イメージ(江府町)

保育園と公園の機能をあわせ持つ新しい施設として、コミュニティパークの整備を計画中。町の新しい“交流の核”となる拠点づくりが、動き始めています。
(10ページに関連記事)

第200回 組合会
互助会評議員会

事業計画と予算決まる

基本事項

2月25日に第200回組合会と互助会評議員会が湊泉閣（三朝町）で開催され、共済組合と互助会の「令和8年度事業計画及び予算」が議決、承認されました。

組合員数、標準報酬総額等とも増加傾向にあります。合わせて支出も増大しており、各経理とも厳しい財政運営が想定される中、効率化を図りながら組合員サービスの向上に努めてまいります。

「短期経理」では、医療給付や前期高齢者納付金の支出増加に対応するため、令和7年度の財源率を引き上げたところですが、保健給付等の支出が想定よりも抑えられたことから、一定程度の剰余金を保有できる見込みとなり、令和8年度は財源率を千分の18.2引き下げ、千分の96.8としました。また、令和8年4月から子ども・子育て支援金制度の創設に伴う費用の徴収が始まり、その財源率は千分の2.3、介護財源率は千分の0.4引き上げ、千分の15.96となります。

長期給付関係の財源率について、「厚生年金保険経理」は厚生年金保険法により千分の183、「退職等年金経理」は地方公務員共済組合連合会の定款で千分の15とそれぞれ定められています。

「保健経理」では、保健事業の実施計画を定めた第3期データヘルス計画に基づき、健康課題の解決に向けた事業を展開し、各種健診データ等の情報を活用した健康管理アプリケーションの導入により、組合員及び被扶養者の健康増進に資する取り組みの充実を図ってまいります。

「宿泊経理」の収支は厳しい状況が続いておりますが、組合員やご家族の皆様が満足感や充実感をさらに実感できる施設となるよう、様々な企画により利用率向上を図るとともに、経費節減を行うなど独立採算による健全な施設運営を目指し、より一層の経営努力を行うこととしております。

▶組合員数・被扶養者数・平均標準報酬月額(令和8年度末推計)

組合員種別	組合員数(人)	被扶養者数(人)	平均標準報酬月額(円)	
			短期適用	長期適用
一般組合員	7,151	5,301	375,347	368,102
うち特別職	46	32	635,260	619,129
短期組合員	4,170	784	184,864	-
市町村長組合員	18	21	850,000	650,000
特定消防組合員	720	1,005	393,652	393,425
長期組合員	3	0	536,666	506,666
後期高齢者等短期組合員	36	0	136,000	-
市町村長長期組合員	1	-	830,000	650,000
継続長期組合員	1	-	530,000	-
任意継続組合員	232	83	221,021	-
合計	12,332	7,194	309,141	371,163

▶組合員数

12,332人
(令和8年度末推計)

▶組織する地方公共団体数

30
〔市4・町村15
一部事務組合等11〕

令和8年度事業計画及び予算

短期経理

組合員とその被扶養者の方が病気やケガによる医療費や出産費などの給付と高齢者医療制度等への支援金の支払いを行っている経理です

短期財源率は引き下げ 介護財源率は引き上げ 子ども・子育て支援金(新設)

○短期給付関係

短期財源率を、現行の115%から18.2%引下げた96.8% (掛金・負担金 各48.4%)としました。

要因は、人事院勧告の給与改定による掛金・負担金が増加したこと、医療費と休業給付金が予測より減少したことに伴い、当初予定していた予算より収入が増え、費用が減ったことで、利益金が増加したことによります。

組合員と被扶養者の皆さんには、尚一層の健康管理にお心掛けいただきまして、短期財政の健全化にご協力くださいますようお願い申し上げます。

○介護給付関係

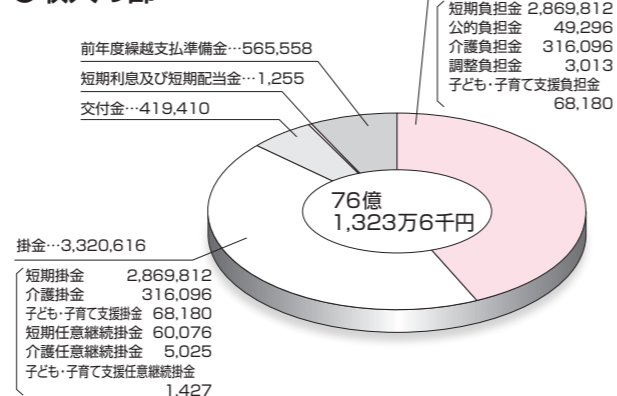
介護納付金は総報酬割で算出されており、その結果、介護財源率は0.4%引き上げた15.96%、掛金・負担金それぞれ7.98%としました。

○子ども・子育て支援金関係

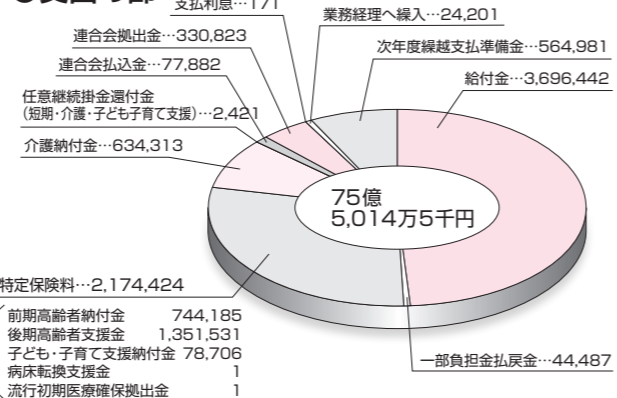
国が示す一律の支援金率を基に、令和8年4月から、共済組合が国に代わって徴収します。子ども・子育て支援金率は2.3%、掛金・負担金それぞれ1.15%です。

各所属所と共済組合は、皆さんの健康保持・増進、短期給付財政の安定化のため、データヘルス計画の一環としてコラボヘルスの推進をしています。皆さんの生活習慣改善、疾病の早期発見・早期治療に心がけるとともに、特定健診・特定保健指導をご利用くださいますようお願いいたします。

●収入の部



●支出の部



厚生年金保険経理

厚生年金給付のための保険料等の徴収、および連合会へ納付する経理です

組合員保険料率は変更なし

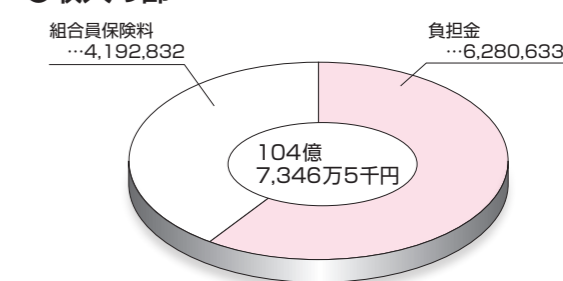
平成24年8月に成立した、被用者年金制度の一元化等を図るための厚生年金保険法等の一部を改正する法律により、厚生年金(民間)の保険料率(上限18.3%)に統一するため、厚生年金(共済)の保険料率(組合員保険料、負担金の合計率)は年次的に引き上げられておりましたが、平成30年9月の引き上げにより、厚生年金(民間)と同率となり、保険料率は統一されました。

それ以降、皆さんに負担いただく組合員保険料率は、91.50%となりましたが、令和8年度においても変更なく、下表のとおりとなります。

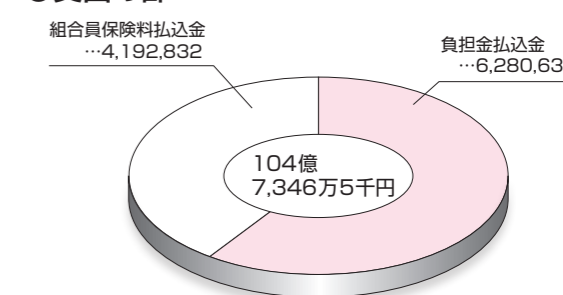
保険料率 (単位:千分比)

区分	令和8年度
保険料率 (総報酬ベース)①	183.00
組合員保険料率 標準報酬月額に対する割合 (①×50/100)	91.50
標準期末手当等に対する割合 (①×50/100)	

●収入の部



●支出の部

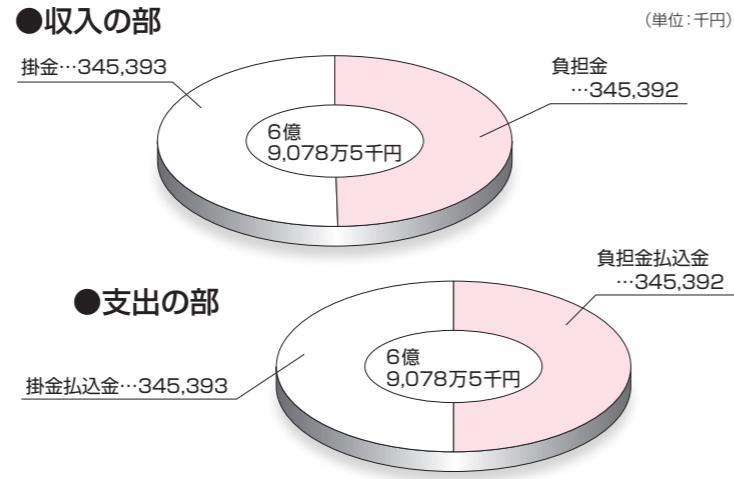


退職等年金経理

退職等年金給付のための掛金・負担金の徴収、および連合会へ納付する経理です

平成27年10月の被用者年金一元化により共済年金の職域年金相当(3階)部分は廃止となり、新たに設けられた退職等年金給付の掛金・負担金の徴収、納付を行う経理です。

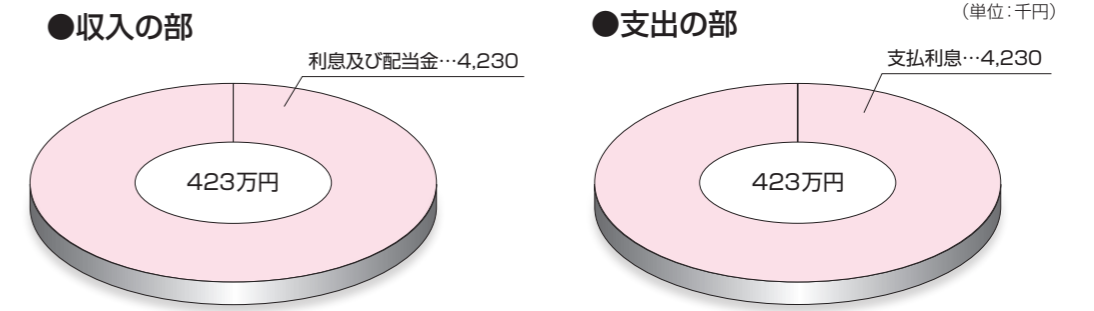
財源率は、地方公務員共済組合連合会の定款で定められることとなっており、令和8年度においても変更なく15%、掛金・負担金それぞれ7.5%です。



退職等年金預託金管理経理

全国市町村職員共済組合連合会の資産の一部を管理・運用し、住宅貸付などの資金として貸付経理への貸付を行う経理です

全国市町村職員共済組合連合会の年金原資から一部を預託金として預かり、組合員貸付金資金を確保することとしています。

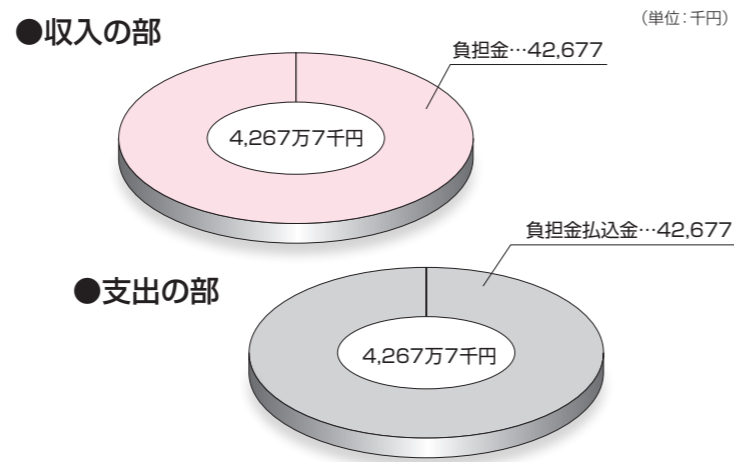


経過的長期経理

既裁定の公務障害・遺族年金の給付のための負担金の徴収、および連合会へ納付する経理です

当分の間、旧職域年金相当(旧3階)部分に係る給付、平成27年9月以前決定の公務障害給付、公務遺族給付、恩給組合条例給付、旧市町村共済法給付を全国市町村職員共済組合連合会で支払うこととなりますが、この公務関係年金等に要する費用の徴収、納付を行う経理です。

令和8年度の負担金率は、0.0869%となります。



経過的長期預託金管理経理

全国市町村職員共済組合連合会の資産の一部を管理・運用し、縁故地方債の引受けなどを行う経理です

全国市町村職員共済組合連合会の年金原資から一部を預託金として預かり、縁故地方債の引受けなどを行うこととしています。

令和8年度は縁故地方債の残高がなく、新規の引受けも見込んでいないため、収入・支出ともありません。

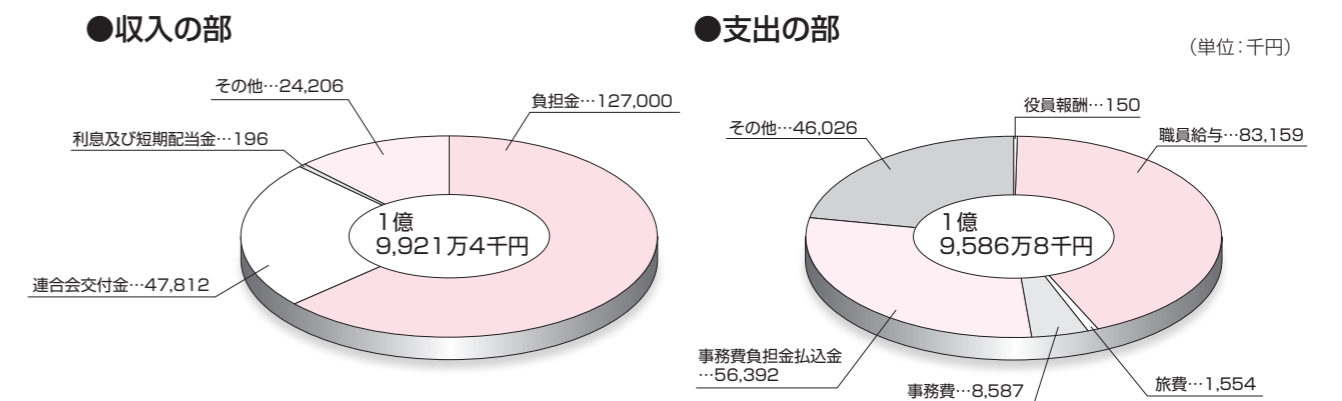
業務経理

共済組合を組織する市町村等から事務費負担金として納付された負担金等で、年金、医療等に関する事務費、給与、旅費、諸会議などの費用を支払う経理です

医療等に係る事務費として短期経理からの繰入が行われ、また、年金に係る事務費として、全国市町村職員共済組合連合会から当組合に交付金が交付されます。

地方公共団体事務費負担金の一人当たり年額

組合員(短期組合員を除く)	13,040円
短期組合員	5,850円



保健経理

組合員とその被扶養者の疾病予防・健康づくりなどの事業を行っている経理です

第3期データヘルス計画による福利厚生事業の充実などにより、収支損益は8,908千円の当期損失金となりますが、積立金を取り崩して補てんします。
また、宿泊経理への繰入金を46,043千円と計画しています。

福祉事業の主な見直し

令和8年度は人間ドックなど従来からの各種事業に併せ、以下の事業を計画しています。

▶保健事業

●保養所利用助成

湊泉閣の平日宿泊利用時に利用券と併用使用できる、追加助成券を配付する予定としています。

●スポーツ大会

種目の変更 ソフトバレーボール → バドミントン(令和8年9月5日(土):倉吉体育文化会館 開催予定)

▶データヘルス計画に基づく健康づくり(第3期データヘルス計画)

●健康アプリ(Pep Up)

健康アプリを通じ、各種健康関連通知物のオンライン通知を開始するほか、健康アプリ内で実施するウォーキングラリーの参加者や健診結果優良者へポイントを付与します。

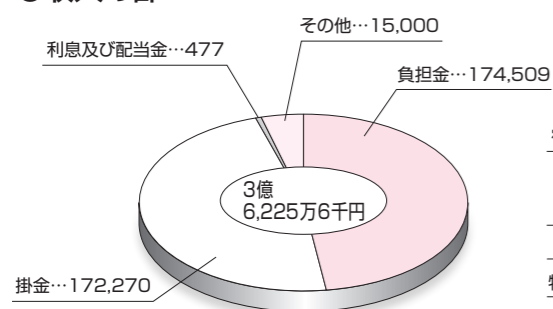
●健康経営優良法人取得支援

所属所の健康経営優良法人取得に係る研修会並びに申請に係る支援や、申請費用について助成を行います。

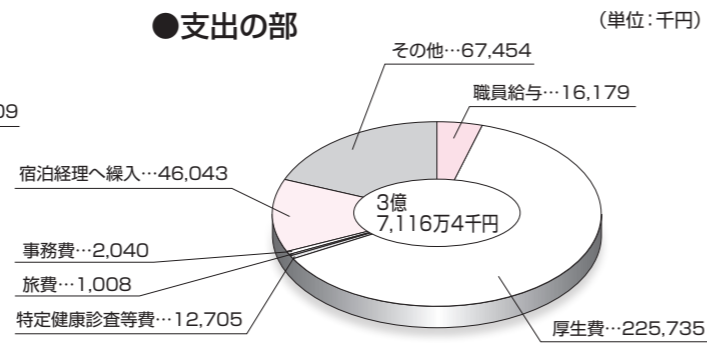
●コラボヘルス

共済組合と所属所が連携し、組合員の健康に効果的・効率的に取り組む(コラボヘルス)ため、レセプトデータ及び特定健康診査データの分析を所属所ごとに実施し、健康課題の共有、解決に向けて協働してまいります。

●収入の部



●支出の部

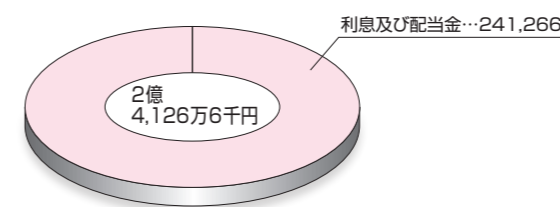


貯金経理

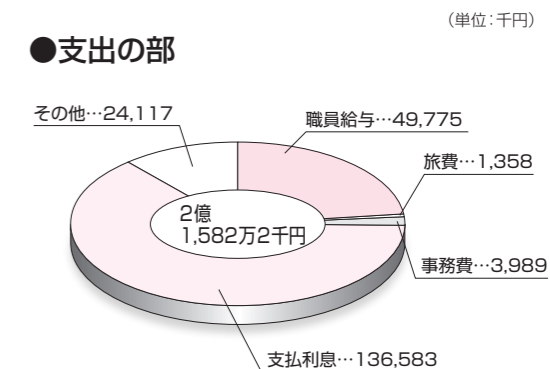
組合員の大切なお金を預かり安全に効率運用して、組合員の資産運用をお手伝いする経理です

貯金加入促進キャンペーンを実施し、新入組合員や共済貯金未加入者・任意継続組合員の加入者増に取り組み令和8年度末の貯金残高は147億4千万円余を見込みました。また、貯金利率について令和7年度から0.1%引き上げ、令和8年度より年利0.9% (半年複利) を適用するとともに、引き続き安全かつ効率運用に努めてまいります。

●収入の部



●支出の部



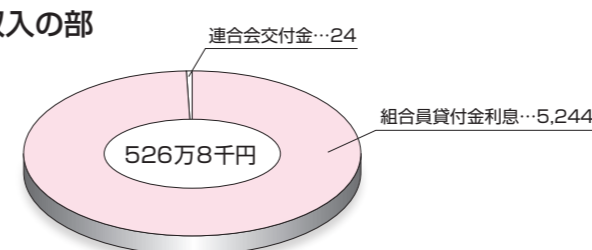
貸付経理

組合員の住宅等臨時的支出に対する資金の貸付けを行う経理です

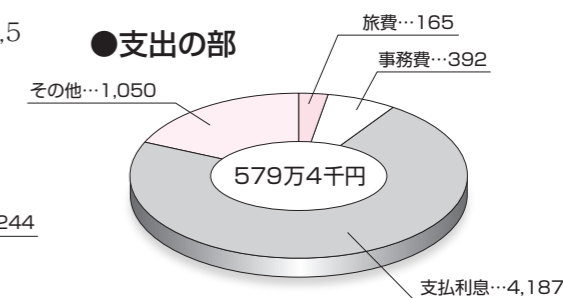
貸付利率 年1.26%で貸付けを行っており、市中銀行等の貸付利率より有利になる場合があるため、貸付需要は上昇傾向と見込んでいます。

令和8年度末の貸付残高は、令和7年度末の推計に比べ15,538千円増加の419,592千円を見込んでいます。

●収入の部



●支出の部

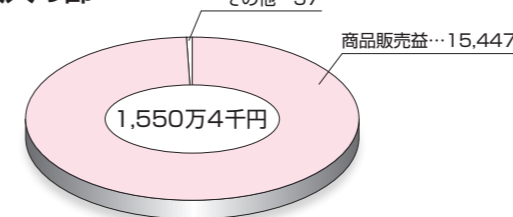


物資経理

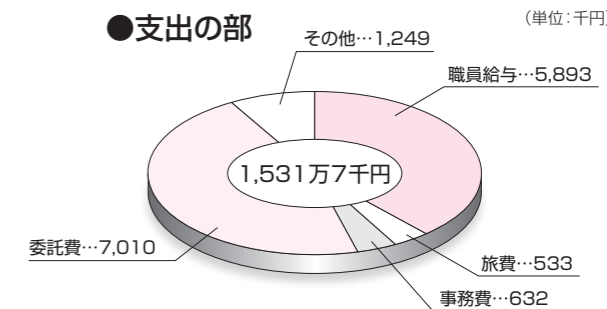
組合員等の方が一の事故や病気に備えて、各種の保険販売を行っている経理です

ライフサポートプランなど制度の充実を図り、加入者の増加に努めます。

●収入の部



●支出の部

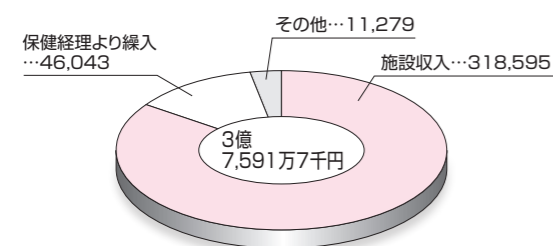


宿泊経理

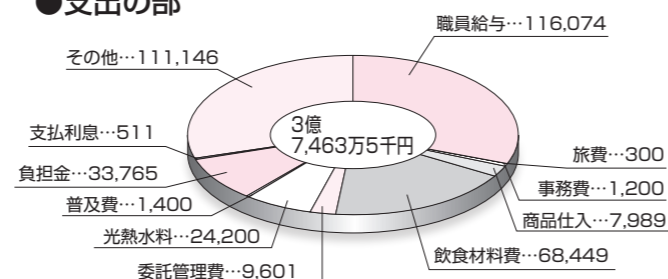
組合員とその家族の保健・保養および宿泊等に資するため、施設を経営している経理です

令和7年度は施設収入の低迷により、大変厳しい施設運営となりました。令和8年度は、皆様が予約をとりやすいよう、ホームページの改修や、魅力的な宿泊プランの販売を計画しており、収支損益は1,282千円の当期利益金を推計しています。

●収入の部



●支出の部



互助会

公益目的支出計画に基づく特定寄附。共済組合の補完的な給付事業や、福祉事業などを行っています。
※短期組合員は、互助会制度は適用外です。

実施事業等会計

市町村への特定寄附を実施

公益目的支出計画に基づき、基準日時点（毎年1月1日）の「住民基本台帳人口」に基づき、各地方公共団体の住民数を基礎に県下地方公共団体（19市町村）へ特定寄附を行います。

公益目的財産額	166,630千円
前年度末残高	101,630千円
令和8年度の特定寄附額	5,000千円
今年度末残高	96,630千円
公益目的財産額が零となる予定の事業年度末	令和29年3月31日
公益目的支出計画の実施期間	34年間

その他会計

給付事業・福祉事業などを実施

人間ドック助成

会員及び被扶養者の人間ドック負担金の一部を助成します

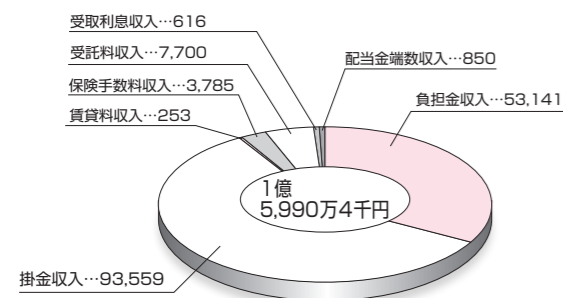
宿泊保養施設利用助成

会員等が宿泊保養施設を利用した際に助成を行っており、令和8年度は、渓泉閣宿泊利用時の助成として、使用期間を4月～10月に限定し助成額を増額した期間限定宿泊利用券および平日宿泊時の追加助成として、平日宿泊時限定追加助成券を配付する予定としています。

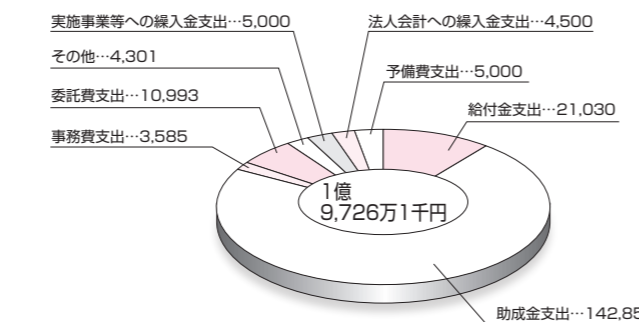
健康増進関連事業

会員及び家族の皆様がリフレッシュし、心身共に健康で過ごしていただくことを目的とした「健康増進関連事業」を年3回程度開催します。

収入の部



支出の部

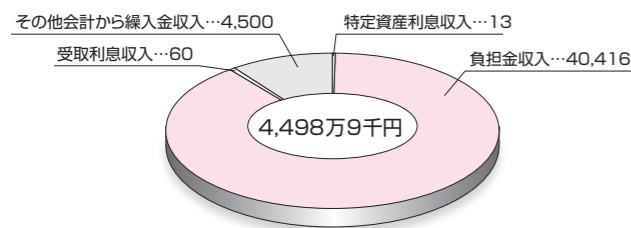


法人会計

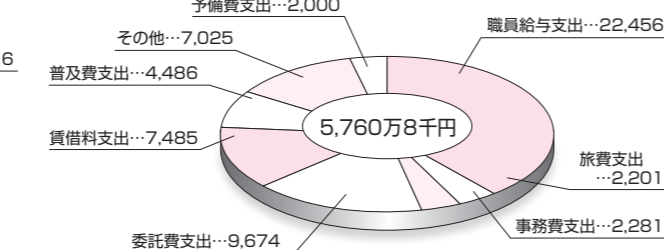
法人全般を運営するための会計

負担金の一部を財源に運営します。

収入の部



支出の部



参考 【令和8年度】掛金(保険料)率一覧表

(千分比)

区分	短期給付			長期給付		福祉事業 掛金	互助会事業 掛金	
	掛金	介護掛金 ※1	子ども・子育て支援掛金 ※2	厚生年金保険 保険料 ※3	退職等年金 掛金			
70歳未満	一般組合員	48.40	7.98	1.15	91.50	7.50	2.90	2.00
	特別職							
	市町村長組合員							
	特定消防組合員							
	労組専従者							
	在職派遣組合員							
	短期組合員							
70歳以上75歳未満	一般組合員	48.40	—	1.15	—	7.50	2.90	2.00
	特別職							
	市町村長組合員							
	特定消防組合員							
	労組専従者							
	在職派遣組合員							
短期組合員	48.40	—	1.15	—	—	2.90	—	
75歳以上	長期組合員	2.32	—	—	—	7.50	2.90	2.00
	市町村長長期組合員	2.32	—	—	—	7.50	2.90	2.00
	後期高齢者等短期組合員	2.32	—	—	—	—	2.90	—
継続長期組合員 (退職派遣組合員)	—	—	—	—	91.50	7.50	—	2.00
任意継続組合員	96.8	15.96	2.30	—	—	—	—	—

最高限度額

短期福祉互助会	標準報酬の月額	1,390,000円
	標準期末手当等の額	年度累計 573万円
厚生年金保険退職等年金経過的長期	標準報酬の月額	650,000円
	標準期末手当等の額	1支給期 150万円
任意継続組合員の平均標準報酬の額		360,000円

※1.介護掛金は、40歳以上65歳未満の方のみ徴収対象です。

※2.子ども・子育て支援納付金に要する費用に充てるため、令和8年4月から徴収します。(詳細は共済広報令和8年2月号11ページ参照)

※3.厚生年金の保険料は70歳以上の組合員からは徴収しません。

※4.短期組合員は長期給付及び互助会事業が適用されないため、長期給付及び互助会に係る掛金(保険料)の負担はありません。



最低でも日本一！

人と人をつなぐ「コミュニティパーク」の誕生へ

鳥取県で最も人口の少ない町「江府町」で、
小さな町だからこそできる挑戦が進んでいます。

「保育園らしくない保育園」を 目指して

築40年を超える保育園の建て替え検討、そして遊び場不足という課題。別々に整備するのではなく、“ひとつに融合する”という発想へ。若手職員と住民ワークショップから生まれた、全国でも前例のない取り組みです。

どんな場所になるの？

コミュニティパークは、未就学児から大人まで集える“ハイブリッド空間”です。平日は保育機能を持ち、休日は地域に開かれます。「安全」と「開放」を両立する、これまでにない公共空間です。

築山や起伏のある広場で冒険心を育む「アドベンチャーエリア」、音楽やアート、イベントが日常になる「イマジネーションエリア」、2階をぐるりと囲む回遊デッキや、走り、出会い、視線が交差する立体空間「オーバル型ウォークウェイ」などで構成されています。



子どもをまんやかに、 まちを創造する

町民から寄せられた

「子どもを安心して遊ばせる場所がほしい」

「世代を超えて交流できる公共の場がほしい」

という声から生まれたのが「コミュニティパーク」構想です。

コンセプトは“多様性が府を成し、育む社会性”。

文化、世代、価値観、立場の違いを越え、
人と人が自然につながる場所を目指しています。

新しい町の玄関口

将来的には、年間来園者数 約12万人を想定し、交流人口の創出と地域経済への波及効果も見込んでいます。

しかし、目指しているのは数字だけではありません。

★子どもが多様性を学べる町

★地域ぐるみで子育てできる町

★町外の人が「また来たい」と思う町

コミュニティパークは、その核となる拠点です。



こんな取り組みも！

コミュニティパークだけでなく、江府町では人の流れと関わりを生み出す新たな取り組みに挑戦しています。

廃校を使った 「サーモンの陸上養殖」

旧米沢小学校の一部を改修し、サーモンの陸上養殖場として整備します。地元企業が主体となり、熊本県八代市の企業が開発した養殖ノウハウを導入。大手スーパーとの契約によって全量買取を可能としており、3年かけて年間1万匹規模へ拡大、売上5,000万円以上を目指します

駅前を活性化する 「まちの本屋」復活計画

NPO法人ブックストア・ソリューション・ジャパンの協力を得て、かつてJR江尾駅前にあった本屋を復活する計画を進めています。単なる本屋ではなく、図書館との連携やカフェ機能などを設け、町内外から多くの人々が訪れ、本を通して交流が生まれる場所を目指します。

農業公社から始まる 「農業の担い手マッチング」

農業分野の担い手不足が課題となっている一方で、農業に興味があっても、いきなり個人で農地を持ったり、特定の集落に入るのはハードルが高いです。農家の作業を請け負う農業公社がまず人を受け入れ、集落とのマッチングを行うことで人材を確保し、農地の維持から集落の活性化に繋がります。

江府町は、小さい町

だからこそ、決断が早い。

だからこそ、本気になれる。

わたしたちはいま、人口最少の町から、未来の地方モデルをつくる挑戦をしています。

最低でも、日本一。この挑戦に、ぜひご注目ください。

被扶養者の「取消・認定」手続きをお忘れなく

春は卒業・入学・退職・就職のシーズンです。これまで組合員の被扶養者として認定されていた方が、就職等により被扶養者の要件を満たさなくなった場合、被扶養者の取消手続きが必要になります。また、既に認定されている被扶養者の方で収入が認定基準額※1を超えたことにより、被扶養者の認定を取り消すこととなった場合も同様に取消手続きが必要となります。

この他、退職等に伴い、新たに被扶養者としてい家族がいる場合には、対象者の収入や生計維持関係等をご確認いただき、被扶養者の認定手続きを行ってください。

被扶養者の「取消・認定」について、ご不明な点等がありましたらお勤め先の共済事務担当課または共済組合保険課までお気軽にご相談ください。



■認定基準額(※1)

区分	収入年額	収入月額	収入日額
① 19歳以上23歳未満の者 (組合員の配偶者は除く)	1,500,000円	125,000円	4,167円
② 60歳以上の者	1,800,000円	150,000円	5,000円
③ 障害年金受給者等			
④ ①②③以外の者	1,300,000円	108,334円	3,612円

※障害年金受給者等とは、公的年金のうち、障害を支給事由とする給付の受給要件に該当する程度の障害を有する者をいいます。
※収入額は、給与、年金、事業収入等全ての収入をもとに算定します。

※被扶養者が父母(一方のみ認定申請する場合を含む)の場合は、父母のいずれかが認定基準額に満たない場合であっても、父母双方の収入を合算し、下表の認定基準額以上の場合は、父母夫婦の収入で生活できることから父母ともに被扶養者として認められません。

■父母合算による認定基準額

区分	母		
	① 60歳以上の者	② 障害年金受給者等	③ ①②以外の者
父	① 60歳以上の者	3,600,000円	3,100,000円
	② 障害年金受給者等		
	③ ①②以外の者	3,100,000円	2,600,000円

被扶養者の取消

被扶養者の方が次に該当した場合は、『被扶養者(取消)申告書』の提出と併せて速やかに資格確認書(発行者のみ)を返却してください。

■他の健康保険制度に加入されたとき(就職等)

添付書類
●新しく交付された資格情報通知書、
又は採用時の辞令の写

■アルバイト・パート等の収入が増えたとき

恒常的な収入が認定基準額以上ある場合。定時制・通信制・夜間課程等(全日制でない学生)の学生等も同様です。

添付書類
●雇用証明書

■確定申告の結果、事業収入(営業、農業、不動産等)が認定基準額以上の場合

添付書類
①確定申告書(写)
②確定申告時の『収支内訳書』(写)
③事業収入以外の収入がある場合は、その収入額を確認できる書類

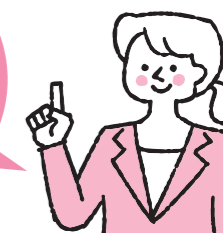
ご注意ください!

就職されたにもかかわらず、取消申告が遅れたため、遑って認定の取り消しを行う事例が多く発生しております。
また、就職先から資格情報通知書等がまだ手元に届かないとの理由から、資格確認書を使用したため、共済組合が医療機関に支払った医療費を、組合員で本人から全額返金していただいた事例も発生しております。

被扶養者の認定

被扶養者の要件を備えるに至った日(例:退職日の翌日)から30日以内に『被扶養者(認定)申告書』を提出した場合は、被扶養者の要件を備えるに至った日から認定となりますが、30日を超えた場合は、所属所の受理日からの認定となりますのでお気をつけください。

「被扶養者(認定・取消)申告書」は共済事務担当課でお受け取りになれるが、当共済組合ホームページの「各種申請書等ダウンロード」から印刷できます。





どう防ぐ？ こどものゲーム依存

監修: ネット・ゲーム依存症予防
回復支援MIRA-i所長
公認心理師 森山 沙耶

こどものゲーム依存が社会的に問題になっています。こどもがゲームとうまくつき合えるようになることは、すこやかに成長するうえで重要です。親子でいっしょに取り組みましょう。

ゲームの使用を一方向的に厳しく制限するのは逆効果

ゲーム依存とは、「やめたい」と思っても自分の意志ではやめられない状態で、快感を引き起こす脳の回路の変化が関係しています。ゲーム依存を防ぐためには、長時間の使用を避けることが重要です。しかし、ゲームの使用を一方向的に厳しく制限すると、親子関係が悪くなり、こどもが反発してますますゲームにのめり込む可能性があります。ゲームは、仲間とのコミュニケーション・ツールであり、達成感を得たり、承認欲求が満たされたり、現実生活の苦しさや不安をやわらげてくれるものでもあるからです。こどもにとってのゲームのメリットを理解したうえで、ゲームとのつき合い方を親子でいっしょに考えることが大切です。



親子でゲーム依存の予防に取り組もう



●使用時間などのルールを決める

睡眠や食事、学校、宿題、習い事などの日常生活に支障をきたさない「ほどほど」の使用時間をこどもと話し合いながら決めましょう。

●話し合うときは、まずこどもの気持ちや考えをよく聞いたうえで親の考えを伝え、納得できる落としどころを見つけましょう。

●ルールは「～しない」ではなく「～する」といった具体的な肯定文にし、紙に書いて貼るなど可視化しましょう。



こどもがルールを守らないときは

- 一方向的に責めたり、ゲームを取り上げたりするのはNG。初めからルールを100%守ることを目指さないことがポイントです。
- ゲームを終えるようおだやかに促し、しぶしぶでもゲームを止めたら十分にほめてルールを守る行動に注目しましょう。
- 3日間ゲームを預かるなど、ルールを守れなかったときの約束を決めておきましょう。

●ゲーム以外に楽しめる活動を増やす

- イベント参加、スポーツ、旅行、文化に触れる体験、人とのつながりを感じられる活動など、リアルで楽しめる活動のレパートリーを増やしましょう。
- 最初は「お試し」から始め、こどもが楽しいと感じられる活動を開拓しましょう。



共済組合

●お問い合わせは 福祉課 ☎(0857)26-2421

令和8年4月から

■共済貯金の利率を年0.9%に引上げ(半年複利)

共済貯金を始めませんか

〈共済貯金って何?〉

地方公務員等共済組合法に基づく事業です。組合員の皆さまからお預かりした資金を、共済組合がまとめて安全かつ効率的に運用し、運用益を皆さまに還元しています。

令和8年4月から、共済貯金の利率を年0.8%から0.9%(*)に引き上げます。
(*)利息額の20.315%を、所得税及び復興特別所得税として源泉徴収します。

◆貯金の種類(1,000円以上、1,000円単位での積立)

- 定例積立 … 毎月の給料から定額を天引き
- 賞与積立 … 賞与から定額を天引き
- 臨時積立 … 随時積立(組合員が共済貯金口座へ振込)

給料・賞与からの天引きで着実に。余裕があるときは臨時積立も!!

◆払戻

- 一部払戻 … 月2回(15日、末日)
- 解約 … 月1回(月末)

払戻はちょっと不便…、だからこそ貯まりやすいかも!?

貯金利息額の参考例(税引後)

毎月の給料から30,000円、毎年2回の賞与から:50,000円を積み立てた場合
1年後残高…約 461,500円 (積立額: 460,000円 利息: 1,500円)
3年後残高…約 1,394,500円 (積立額: 1,380,000円 利息: 14,500円)
5年後残高…約 2,341,100円 (積立額: 2,300,000円 利息: 41,100円)
*端数調整等で実際の利息額とは若干異なります。目安としてご覧ください。

共済貯金を始めてみようかな…と思われた方は、所属所の共済事務担当課へお申し出ください。

予告

令和8年度 春のキャンペーン 開催予定!!

キャンペーン期間: 令和8年4月1日~6月30日

キャンペーン期間中に初めて「定例積立」の申込みをされた方に、健康アプリ「PepUp」のPepポイント1,000ポイント(1,000円相当)を進呈します。
*ポイント進呈は、健康アプリ「PepUp」の利用登録をされている方が対象です。利用登録がまだの方は、共済組合が配布しているお手元の「初回登録案内通知」をご確認ください。

共済組合

●お問い合わせは 総務課 ☎(0857)26-2341

■「共済広報 新年お年玉企画」～当選者へ賞品をお届けします～

企画の実施にあたりましては、多くのご応募をいただき、誠にありがとうございました。

多数のご応募の中から厳正な抽選を行い、各賞の当選者へは3月下旬頃に賞品をお届けいたします(都合により前後する場合があります)。なお、当

選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきますのでご了承ください。

今後とも、魅力ある紙面づくりに努めますので、引き続き共済広報をご愛読いただきますよう、宜しくお願いいたします。

HEALTHY COOKING

決定版!! ヘルシークッキング

これで1食 **500kcal未満**
& **野菜180g以上**

3月の料理

たこのマリネ 1人分のエネルギー ▶117kcal



野菜とベーコンのスパゲッティ 1人分のエネルギー ▶382kcal



2品で合計 **499kcal**

野菜類メモ 2品で1人分
約 **180g** ※所要摂取量(1日350g)の半分以上がとれます。
※きのこ類を含む

体脂肪の燃焼を助け、食べ応え十分の代謝力アップメニュー

自然界では木々が芽吹き、体の中では代謝が活発になる季節です。体にも緑の野菜をしっかりと入れて代謝に必要なビタミン類を補給しましょう。また野菜やきのこからは不足しがちな食物繊維も摂取できます。食物繊維は脂質や糖質の吸収を抑えるので、肥満予防のためにきちんととりましょう。さらに、たこに含まれるタウリンが肝機能に作用し、全身に働き掛けます。

野菜とベーコンのスパゲッティ

- 材料(2人分)
- スパゲッティ 140g
 - ベーコン 2枚(30g)
 - きぬさやえんどう 20枚(30g)
 - グリーンアスパラガス 4本(60g)
 - エリンギ 中1本(60g)
 - にんにく(みじん切り) 1片
 - オリーブ油 小さじ2
 - とうがらし 少々
 - 塩 適量

作り方

- ①ベーコンは2cm幅に切る。きぬさやえんどうは筋を取る。グリーンアスパラガスとエリンギは食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に1リットルの湯を沸かし、塩を大さじ1/2と麵を入れる。麵のゆで時間は通常より2分ほど短く設定し、麵を上げる1分前にきぬさやえんどうとアスパラガスを加える(写真A)。
- ③フライパンにオリーブ油、にんにく、とうがらし、ベーコンを入れ、火に掛ける。火が通ってきたらエリンギを加え、麵のゆで汁を大さじ5杯入れる。
- ④②の麵と野菜を湯切りし、③に入れ(写真B)、中火で汁が絡まるまで炒める。塩で味を調える。

たこのマリネ

- 材料(2人分)
- ゆでだこ 100g
 - たまねぎ 1/2個(80g)
 - きゅうり 1/2本(50g)
 - プチトマト 3個(30g)
 - サラダ油 1/2杯(50g)
- A【マリネ液】
- レモン汁 小さじ1
 - オリーブ油 小さじ2
 - 塩・こしょう 各少々

作り方

- ①たこは薄切りにし、Aに漬ける(写真C)。たまねぎは薄切りにして水にさらし、水洗いして水気を切る。きゅうりは2cm角、プチトマトは半分に切る。
- ②器にサラダ油とたまねぎを敷き、①のたこきゅうり、プチトマトを盛る。残ったマリネ液を掛け、お好みで軽く塩・こしょうをふる。

監修：順天堂大学大学院 加齢制御医学講座教授 医学博士 白澤卓二
料理制作：料理研究家 阿由葉利江
栄養士：松本貴美子

記事提供：(株)社会保険出版社

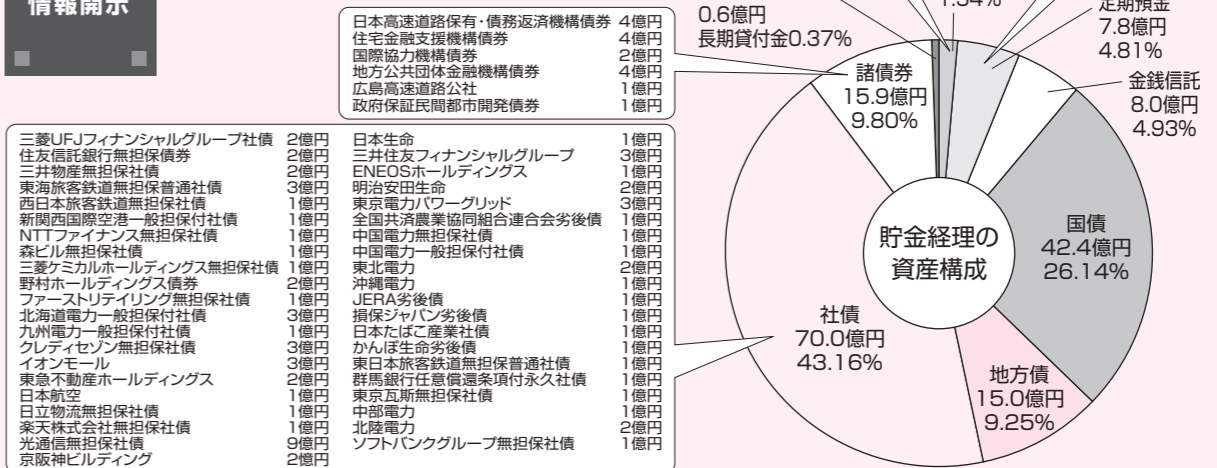
共済組合

●お問い合わせは 総務課 ☎(0857)26-2341

情報開示

貯金経理運用状況

(令和8年1月末現在)



共済組合

●お問い合わせは 渓泉閣 ☎(0858)43-0828

○渓泉閣空室状況

2026年3月10日現在

4月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
宿泊	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
宴会(昼)	×	○	○	○	○	×	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	×	△	○	○	○	○		
宴会(夜)	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	○		
5月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
宿泊	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
宴会(昼)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
宴会(夜)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

○お待ちしております △お早めにお問合せください ×満室です 今後の休館予定日 令和8年6月10日(水)・6月11日(木)

きょうさい DATA

給付金等の支払日は次のとおりです。皆さんの指定口座に振込いたしますので、通帳の確認を!

- 現金給付
 - 【療養費・出産費等】
 - 4月15日(水)… 3月31日までの受付分
 - 4月28日(火)… 4月15日までの受付分
 - 【休業給付】
 - 4月28日(火)
 - (育児・介護)休業手当金 … 3月31日までの受付分
 - 出産手当金… 4月1日までの受付分
 - 傷病手当金… 4月10日までの受付分
 - 休業手当金… 4月15日までの受付分
 - 附加給付 (一部負担金払戻金等)
 - 3月30日(月)… 2月請求分 (令和7年12月診療)
 - 4月28日(火)… 3月請求分 (令和8年1月診療)
 - 貯金一部払戻
 - 4月15日(水)… 3月31日までの受付分
 - 3月30日(木)… 4月15日までの受付分
 - 貯金解約
 - 4月30日(木)… 4月15日までの受付分
 - 貸付金
 - 4月15日(水)… 3月31日までに受付けた住宅貸付以外の貸付金
 - 4月30日(木)… 3月31日までに受付けた住宅貸付金
 - 4月15日までに受付けた住宅貸付以外の貸付金
 - 互助会給付
 - 4月15日(水)… 3月31日までの受付分(*)
 - 4月28日(火)… 4月15日までの受付分(*)
- (*)退会せん別金(請求不要)については、受付日が「資格喪失情報(共済組合)入力日」となります。また、処理の都合上、送金が遅れる場合があります。

組合員数等の状況



組織団体 30 [○市 4 ○町村 15 ○一部事務組合等 11]
組合員数 11,995人 任継組合員数 184人
(男 4,992人 女 7,003人) 被扶養者数 7,196人



編集後記

今年度末でご退職の皆さま、長年にわたるご公務、大変お疲れさまでした。紙面をお手元へ送る機会こそなくなってしまいますが、今後も毎月当組合ホームページにてこの広報を公開します。年金・施設情報や市町村の魅力など、お役立ち情報を掲載しますので、ぜひご覧ください。◎

お問い合わせ先

	各課直通電話番号	主な問い合わせ内容
総務課	(0857)26-2341	掛金及び負担金、共済広報
保険課	(0857)26-2343	組合員資格、被扶養者認定、医療給付、休業給付、任意継続組合員
福祉課	(0857)26-2421	保健事業、健診事業、貸付、貯金、互助会福祉事業
年金課	(0857)26-2342	年金請求、組合員期間



ホームページ <http://www.tori-ctvkyousai.or.jp/>



※写真は桜プランのお料理です。

会席プラン 日帰り (温泉入浴付き)

※宿泊料金はお問い合わせください。

桜プラン 一人様 (税・サ込) **¥7,700**

桃プラン 一人様 (税・サ込) **¥6,600**

飲み放題

プラン

2時間
以内

一人様 **¥2,200** (税・サ込)

生ビール・ビール・日本酒
耐ハイ・ワイン・麦焼酎・芋焼酎
ノンアルコールビール
各種ソフトドリンク



皿盛プラン

6名様
より

日帰り (温泉入浴付き)

一人様 (税・サ込) **¥5,500**

※宿泊料金はお問い合わせください。 ※お料理内容は料理長おまかせとなります。

※お料理は旬の素材を吟味しておりますので、写真と多少異なる場合がございます。

オプションメニュー



「活アワビの踊り焼き」
～香草バターソース～

80g



「A5黒毛和牛ステーキ」
～トリュフ塩～

60g

「会席のステーキ」をプラス¥2,500で、「活アワビの踊り焼き」または「A5黒毛和牛ステーキ」に変更できます。

※ご利用日の5日前までにご予約ください。

各 **¥2,500** (税・サ込)

期間

令和8年3月5日(木)～5月31日(日)

※ゴールデンウィークは除く

三朝 温泉 溪泉閣

〒682-0122 鳥取県東伯郡三朝町山田180番地
TEL.0858-43-0828

<https://www.keisenkaku.com>

溪泉閣 |

検索



2026.2.2.000