

保存版 ご家庭へお持ち帰りください。

ゆうせい共済

Y U S E I K Y O S A I

No.437

平成23年11月18日発行



イメージキャラクター
ゆうせう

掲載記事の詳細については、ホームページをご覧ください。コールセンターに照会願います。
(電話番号等は最終ページに記載しています)

- お子様が生まれたときや被扶養者の方が就職したときなどは、勤務先への届出とは別に、共済センターへ30日以内に被扶養者申告書を提出してください。
- ご本人が退職したときや被扶養者の方の資格がなくなったときは、速やかに保険証カード(組合員証又は被扶養者証)を共済センターに返却してください。

INDEX

共済組合からのお知らせ・各種届出

- ① 特定健康診査の受診券等を配付しています……………P 2
- ② ご存じですか?共済組合のサービス……………P 3
 - ・ 共済組合員証の提示で、お得に利用できる施設
 - ・ 通話料無料で電話相談ができます
 - ・ 人間ドック、がん検診、脳ドックを助成します
 - ・ 社内レクリエーションを助成します
 - ・ 結婚情報サービスがあります
- ③ 家族の被扶養者証(カード)の発行基準をお知らせします……………P 6
- ④ 医療費の返還請求が多発しています……………P 7
- ⑤ 団体積立年金保険「みらい」のお知らせ……………P 7
- ⑥ 「氏名、住所、振込口座の変更」は、忘れずに届け出ましょう……………P 8
- ⑦ 退職の際は共済年金の届出を忘れずに……………P 9
- ⑧ セミナー等のご案内(KKR主催)……………P 10
- ⑨ 「ジェネリック医薬品」って何?
～お薬代が節約できます～……………P 11

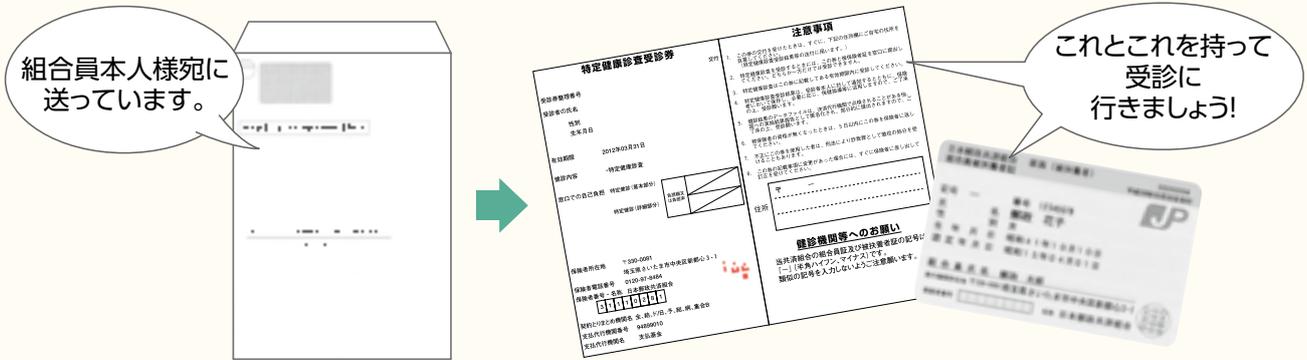
日本郵政共済組合(共済センター)への連絡先など……………P 12

特定健康診査の受診券等を配付しています

特定健康診査(被扶養者、任意継続組合員が対象)

6月初旬に、「特定健康診査受診券」を対象者全員に発送しましたが、もう受診されましたか？

特定健康診査(いわゆる健診)は**無料**で受診できます。まだ受診されていない方は、この機会にぜひ受診しましょう。



特定保健指導

特定健康診査を受診された被扶養者、任意継続組合員の方で、健診結果により生活習慣病の発症リスクが高いと判定された方には、案内状と特定保健指導利用券を送付しています。特定保健指導を利用して日々の生活習慣を見直しましょう。

なお、利用券により、3割の自己負担でご利用いただけます(利用券がない場合は10割の自己負担となります)。

※ 定期健康診断の結果、特定保健指導の対象となった組合員には、郵政健康管理センターから連絡があります。

受診券と利用券の有効期限

受診券と利用券の有効期限は平成24年3月末日です。利用券の送付は特定健康診査受診後3か月程度要しますので、利用券を利用するためには、年内のできる限り早い時期に特定健康診査を受診いただく必要があります。

※ 詳しくは受診券及び利用券と一緒に送付した案内冊子をご覧ください。

〈助成担当〉



ご存じですか？共済組合のサービス

共済組合員証



の提示で、お得に利用できる施設

1 宿泊施設をお得に利用

チェックイン時に共済組合員証(被扶養者証)を提示すると、お得な料金で利用できます。余暇を利用してリフレッシュを!

割引を受ける方全員の共済組合員証(被扶養者証)を、提示する必要があります。

施設	料金
かんぼの宿・かんぼの郷	1人1泊につき2,000円引き(注1)(注2)
ラフレさいたま	1人1泊につき1,500円引き(注3)
日本ペンション協会	1人1泊につき2,000円引き
沖縄指定宿泊施設	
東急ホテルズ	一般客室料金から40%引き
KKRホテルズ&リゾート(国家公務員共済組合連合会)	各施設の組合員料金

(注1) 繁忙期やご利用のプランにより、1,500円の割引になる期間があります。詳しくは各施設にお問い合わせください。

(注2) 「*かんぼの宿・KKR宿泊利用手帳」と併用する際には500円の割引になります。

(注3) 「*かんぼの宿・KKR宿泊利用手帳」と併用することができません。

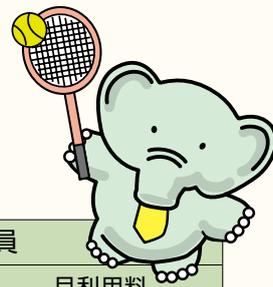
* 20年、30年勤続表彰時等に配付されたものです。

2 提携スポーツクラブをお得に利用

「(株)コナミスポーツ&ライフ」及び「セントラルスポーツ(株)」に共済組合員証(被扶養者証)を提示し法人会員になると、お得な料金で利用することができます。

【入会資格】

ご利用施設が指定する年齢に達している方
(被扶養者の方も法人会員として入会できます)



	都度利用会員		月会員	
	入会金等	1回の利用料	入会金等	月利用料
コナミ スポーツクラブ	0円	840円~2,730円 (一部4,620円)	初期登録料 6,300円 ※平成23年12月 最終営業日まで無料	4,515円~ 12,810円
セントラル スポーツ	カード発行料 525円 ※平成23年11月末まで無料	525円~2,100円	—	—

- ・ 都度利用会員…利用一回ごとに利用料を支払う会員
- ・ 月会員…一定の額を支払うことで、1か月間、何度でも利用できる会員

コナミスポーツクラブ 【お得なご入会キャンペーン情報】

12月最終営業日まで、通常かかる月会費制の初期登録料6,300円が無料となります!
 さらに、一般の利用料より月々2,100円お得にご利用できます!
 詳細は、コナミスポーツクラブ0120-919-573(平日9:00~21:00、土日祝10:00~19:00)又は「コナミスポーツクラブ法人会員」のホームページでご確認ください。

セントラルスポーツ 【スパ(温泉)のご利用案内】

法人会員に入会すると、温浴施設のTheスパ成城・Theスパ西新井・クリーンSPA市川・ラフレさいたまを**法人会員料金**でご利用できます!
 詳細は、セントラルスポーツ03-5543-1819(平日9:30~18:00)又は「セントラルスポーツ法人会員」のホームページでご確認ください。



◀助成担当▶



通話料無料で電話相談ができます

組合員と被扶養者を対象に、各種電話相談を実施しています。通話料は無料ですので、どうぞご利用ください。

●メンタルヘルス専門「心の健康電話相談」

相談できる内容	電話番号	受付時間	対応者
メンタルヘルスに関すること	0120-84-5225	月~金曜日 午前9時~午後9時 土曜日 午前10時~午後6時 (日曜日・祝日及び1月1日から1月3日は休み)	部外専門機関 カウンセラー

●電話健康相談「ヘルシーダイヤル」

相談できる内容	電話番号	受付時間	対応者
健康、医療、介護、福祉に関すること全般	0120-36-2772	24時間年中無休	医師、保健師、 介護士、栄養士等の 相談員

●育児・介護の電話相談

相談できる内容	電話番号	受付時間	対応者	
育児、介護、税務、暮らしに関すること全般	0120-530-110	育児・介護相談	24時間年中無休	介護士等の相談員
		税務相談・ 暮らしのなんでも相談	月~金曜日 午前10時~午後6時 (土曜日・日曜日・祝日及び 12月29日から1月3日は休み)	税理士等の相談員

◀助成担当▶

人間ドック、がん検診、脳ドックを助成します

人間ドック、がん検診、脳ドックを受診した場合、以下の助成を受けることができます。

		長期組合員			任意継続組合員	
		本人	被扶養者		本人	被扶養者
			配偶者	その他		
人間ドック	対象	○ 請求不要。 所属会社へ事前 申込により受診	○	×	○	
	助成額		上限20,000円		上限25,000円	
がん 検診	対象	○				×
	助成額	検診1種類につき上限3,500円				
脳ドック	対象	○	×	×	○	
	助成額	上限20,000円			上限20,000円	

対象者

上表の対象欄が「○」の方で、受診日現在の年齢が満30歳以上であること
(ただし、長期組合員本人、任意継続組合員が人間ドックを受診する場合は、受診年度の4月1日現在満30歳以上であること) 《助成担当》

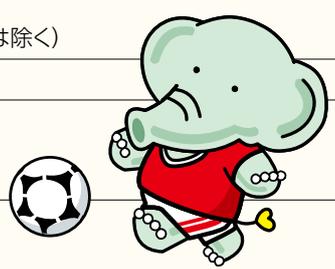
請求方法

- ①助成請求書(様式:検診-01~04のうち、該当のもの)
 - ②領収書(原本)
 - ③領収内訳が分かるパンフレット等
 - ④健診結果(写)
 - ⑤特定健康診査に係る質問票(様式:検診-06)
- ※ ④及び⑤は、年度内に満40歳以上になる方が人間ドックを受診した場合のみ必要

左記資料を以下へ送付してください。
<送付先>
〒330-0081
さいたま市中央区新都心3-1
日本郵政共済組合
共済センター 助成担当

社内レクリエーションを助成します

社内レクリエーションとして、ソフトボール大会、ボウリング大会、ハイキング等のレクリエーションを実施する際に、助成を行っています。

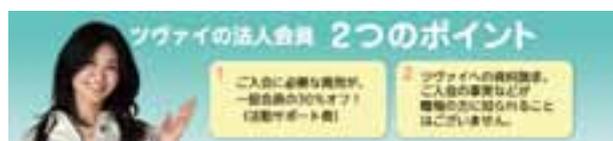
①助成対象	ア 実施単位 所属所及び地区グループ等 イ 条件 所属長等が承認した社内行事(飲食のみを目的とする行事は除く)	
②助成額	共済組合員1人につき上限1,000円	
③主な助成項目	ア 参加賞(参加者全員に同一の物品を交付する場合に限る) イ 弁当代等 ウ 行事に必要な会場借上費及び消耗品費	
④その他注意事項	ア 助成は年度内1回に限ります。 イ 金券類の購入代、飲酒代は助成対象外です。	

《助成担当》

結婚情報サービスがあります

共済組合は、結婚情報サービス会社(株)ツヴァイと法人契約を結んでおり、組合員と家族の方は、割安な料金で利用できます。問合せ・資料請求は、直接、下記(株)ツヴァイあてに連絡してください。 《助成担当》

フリーダイヤル 0120-277-281(毎日AM10:00~20:00携帯可)
法人専用サイト <http://www.zwei-network.com/r55/>
携帯サイト <http://281.jp>



家族の被扶養者証(カード)の発行基準をお知らせします

家族の被扶養者証(カード)は、「年間収入」、「生計維持関係」及び「共同扶養者」に関する3つの基準を満たしている方に対して申請により発行しています。家族の被扶養者証(カード)をお持ちの方やこれから申請を考えている方は、基準を満たしていることを確認してください。

なお、被扶養者の認定や取消の申請は組合員が自分で行うことになっています。**事実発生日から30日以内に申請がない場合は、共済組合が医療費を負担することができません**ので、ご注意ください。

1 年間収入

被扶養者ご本人の年間収入が130万円未満であること。

60歳以上の公的年金受給者や59歳未満の障害年金受給者は180万円未満であること。

自営業は直近の確定申告書の収入金額を確認しよう♪ 共済組合で認められる必要経費は所得税法上とは違うから注意してね!

共済組合では売上原価・地代家賃(事業所と自宅が別の場合のみ)・人件費を必要経費として認めています。

給与収入は連続する3か月の平均が108,334円未満だゾウ! 交通費等も含む「総支給額」だから注意してね!

収入には個人年金も含まれるのじゃ。年金以外にも収入がある場合は、その収入も合算するから注意するのじゃ。

雇用保険を日額3,612円以上受給している場合は認定できないよ。

2 生計維持関係

主に組合員の給与で生活していること。

別居している場合は送金が必要だよ。送金額は被扶養者の年間収入と同額以上だよ!

3 共同扶養者

共同扶養者が主として扶養していない(できない)こと。

夫婦共同扶養(共働き)の場合は、前年の年間収入の多い方が扶養するよ! 夫婦の年間収入が逆転したら扶養替えだよ!

他に被扶養者を扶養できる親族がいる場合は認定できないよ。

《被扶養者・任継担当》

医療費の返還請求が多発しています

無効になった組合員証や被扶養者証の返却をお忘れではありませんか!

資格喪失した後は、組合員証(カード)等を使用することはできません。

資格喪失時には、必ず共済センター(被扶養者・任継担当あて)に返却してください。

組合員証(カード)等

- 組合員証(カード)
- 限度額適用認定証
- 特定疾病療養受療証
- 被扶養者証(カード)

申請により交付されている場合のみ

注意

万が一、資格喪失後に使用した場合は、後日、医療費(共済組合負担分)を返還していただくことになり、カードの返納が遅れるほど返納額が高額になります。

- ・退職
- ・任意継続終了
- ・被扶養者の就職等

- ・組合員の資格喪失
- ・任意継続組合員の資格喪失
- ・被扶養者の資格喪失

《注意願います》
組合員証(カード)や被扶養者証(カード)を病院等で使用した場合は、医療費を返還!

右図のように証明④部分にハサミを入れて、共済センターへ返却ください。
切り取った④部分は、返却せず、御自身で処分してください。

※ 返却先は勤務先ではありません。必ず共済センターへ返却してください。



処分

《被扶養者・任継担当》

団体積立年金保険「みらい」のお知らせ

本年度も新規加入や口数変更のお申込みを多数いただき誠にありがとうございました。

★ 新規加入及び口数変更された方へのご案内

新規加入された方には「ご加入のお知らせ」を11月頃、組合員本人のご住所に送付します。

なお、新規加入及び口数変更に伴う掛金は、**平成24年1月の給与から控除開始**となります。

★ 一時積増を申し込んだ方へのご案内

平成24年1月末頃、一時積増を申し込まれた方のご住所に払込取扱票を送付しますので、期限内に払い込んでください。

★ 積立年金保険料額の通知のご案内

平成24年1月1日現在の積立金額及び加入内容を記した「ご加入内容のお知らせ」を平成24年3月頃、ご住所に送付します(平成23年4月～6月募集で申し込まれた方の分は、今回の発行対象とはなりません)。

《みらい担当》

「氏名、住所、振込口座の変更」は、忘れずに届け出ましょう

《社員(組合員)の方が氏名、住所等を変更したとき》

郵政グループ会社に勤務している社員(組合員)が氏名、住所又は給与振込口座を変更した際は、勤務先の総務担当の方への各種届出書類の提出が必要です。

届出内容が集約センター(集約支店)等で総合人事システムに登録されることにより、共済システムに登録の氏名、居住地住所又は振込口座も変更され、変更後の氏名の組合員証が発行されたり、共済組合からの各種送付物の送付先住所又は各種給付金等の送金先口座として使用される仕組みとなっています。

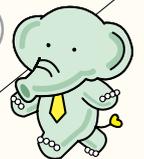
注意

かんぽの宿等の総合人事システム管理対象外の事業所等に勤務する社員(組合員)は、下表の次に記載されている手順を参照してください。

《被扶養者、任意継続組合員の方が氏名、住所等を変更したとき》

共済センターへ所定の届出書類を送付する必要があります。共済センターでは、それらの書類に基づき、被扶養者証や任意継続組合員証の発行、各種送付物の送付先住所等の登録の事務処理を行います。

変更内容	氏名変更	住所変更	振込口座変更
対象者	提出先		
社員(組合員)	「氏名変更届」	「居住地変更届」	「給与振込取扱依頼書」
	提出先:勤務先事業所の総務担当の方		
任意継続組合員	「氏名等変更届出書」	「振込口座・住所 新規・変更届出書」	
	提出先:共済センター 標準報酬担当		
被扶養者	「氏名等変更届出書」		
	提出先:共済センター 被扶養者・任継担当		
被扶養配偶者 (20歳以上60歳未満の方に限る)	「国民年金第3号被保険者氏名変更(訂正)届」	「国民年金第3号被保険者住所変更届」	
	提出先:共済センター 被扶養者・任継担当		
退職後、退職共済年金受給までの間に氏名又は住所を変更された方 (任意継続組合員の方は、上の「任意継続組合員」欄の届出も必要)	①「住所・氏名変更届」 ②氏名又は住所変更の手続		年金機構、KKRへの届出も忘れずに!
	提出先:①国家公務員共済組合連合会(KKR) 〒102-8082 東京都千代田区九段南1-1-10 九段合同庁舎 電話03-3265-8141(代表) (注)様式については、KKRにお問い合わせください。 ②最寄りの年金事務所 手順の詳細は最寄りの年金事務所にご確認ください。		



総合人事システム管理対象外の事業所等と社員(組合員)の手続

- 日本郵政株式会社の宿泊関係(宿泊事業部本部、かんぽの宿、かんぽの郷、ラフレさいたま)
- 独立行政法人郵便貯金・簡易生命保険管理機構
- JPビルマネジメント株式会社

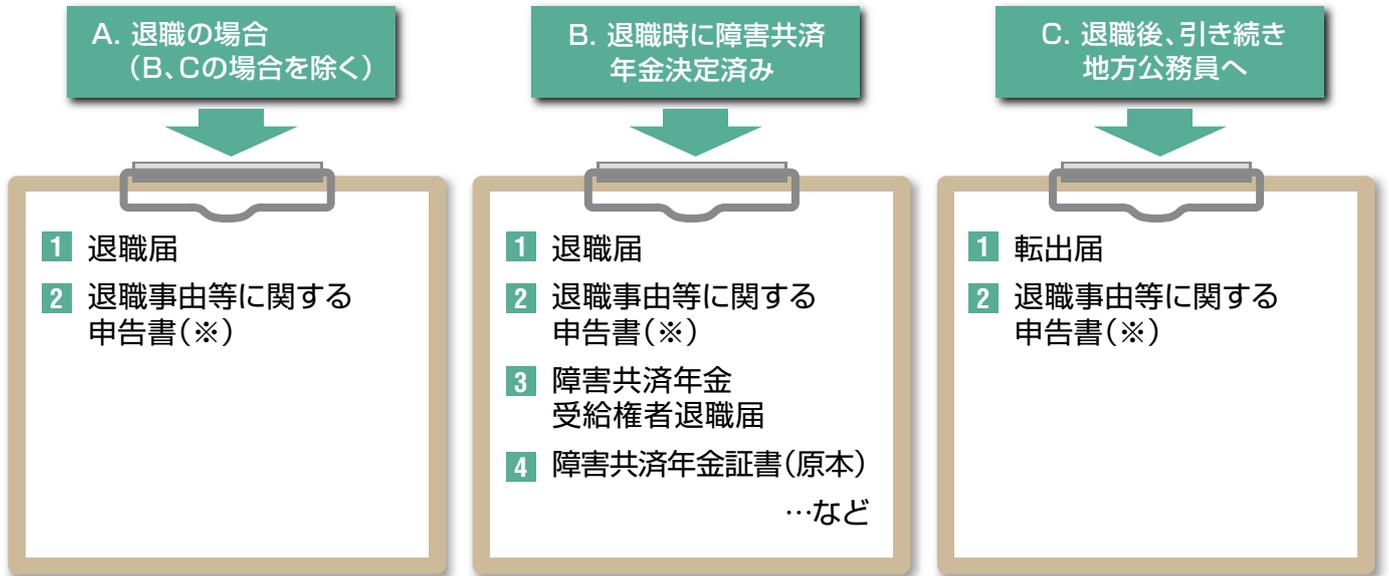
これらの事業所等に勤務している方が氏名、住所等を変更したときは、勤務先へ所定の届出書類を提出するとともに、共済センターへ「氏名等変更届出書」又は「振込口座・住所 新規・変更届出書」を送付してください。被扶養者等の方についての届出は、上の表を参照してください。

社員(組合員)が氏名を変更された際は、振込口座として登録しているゆうちょ銀行口座の口座名義人の氏名変更手続についても、ゆうちょ銀行または郵便局窓口で忘れずに行ってください。

《標準報酬担当》

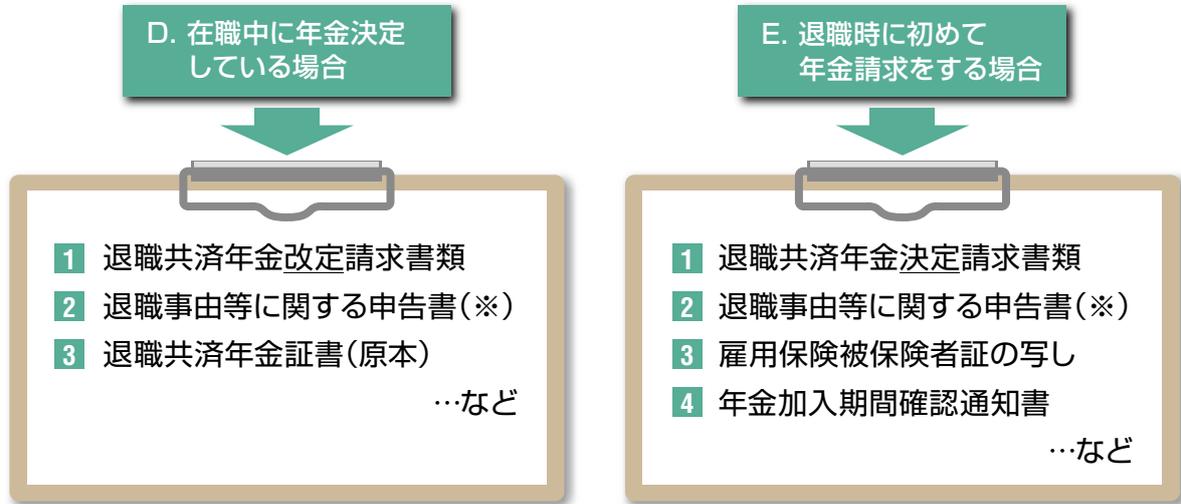
退職の際は共済年金の届出を忘れずに

〈60歳未満で退職したとき〉



☆ 60歳未満で退職する方は、任意継続組合員となる場合であっても、共済年金の適用期間を登録するため、退職後速やかに退職届等を共済センター年金担当あてに送付してください。

〈60歳以上で退職したとき〉



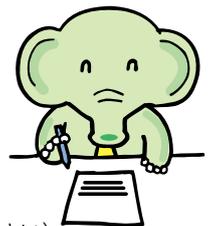
(※) **A～E** の手続に添付する退職事由等に関する申告書は、退職日以降の日付で所属長等が証明しているものを提出してください。

☆ 請求内容や退職後の状況によって、他にも必要な添付書類があります。

☆ 次に該当する方は、退職時の**A～E**の手続は必要ありません。

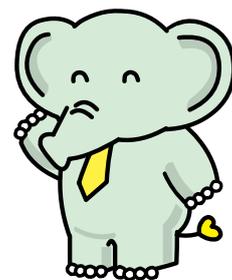
退職した翌日に、引き続き

- ・他の国家公務員共済組合に加入する方(加入先に日本郵政共済組合に加入していたことを申し出てください)
- ・再雇用フルタイム勤務社員となる方(共済組合員の資格が継続しますので、再雇用フルタイム勤務が終了したときに、上記**D**又は**E**の手続をしてください)



《年金担当》

セミナー等のご案内 (KKR主催)



国家公務員共済組合連合会 (KKR) では、組合員の皆様や年金受給者の方を対象に、無料 (一部有料の場合もあります) で、様々なイベントやセミナーを全国各地で開催しております。一例をご紹介しますので、ぜひご参加ください。

セカンドライフセミナー

「まだまだ退職まで余裕があるなあ」と思っている、退職後の人生を、ゆとりある、そして実りのあるものとするためには、その準備に“早すぎる”ということは決してありません。

このセミナーでは、「生きがい」「健康」「家庭経済」の3つのテーマから、第二の人生に向けたヒントを盛り込んだ講義を行います。

まだまだこれからという時から、将来を見据えた生活設計を考えてみませんか？

【講義の概要】 ※ 開催毎に内容が変更になる場合があります。

「生きがい」について

・退職後の時間の過ごし方 ・退職後のタイムスケジュールを作ってみよう など

「健康」について

・健康について考える ・食生活と健康について ・ご家庭で簡単に出来るエクササイズなど

「家庭経済」について

・年金のお話 ・「使えるお金」と「使うお金」を予測してみよう
・ライフプランシート (イベント収支プラン) をつくってみよう など



年金相談会

年金受給者の皆様や組合員の方を対象に、年金に関する様々なご相談に応じるため、KKRでは、東京に年金相談室を常設しているほか、全国各地で年金相談会を開催しております。

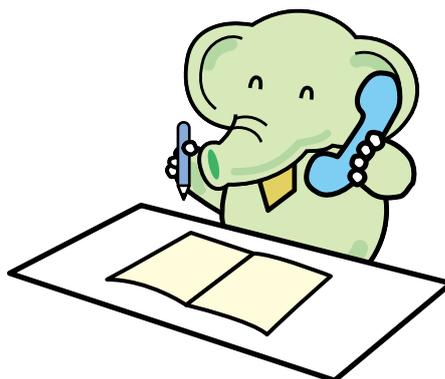
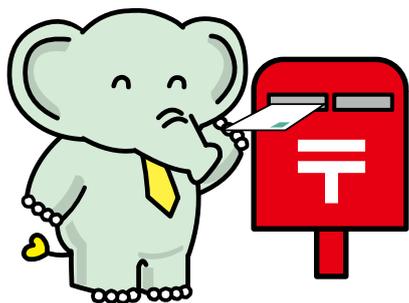
平成23年度は全国33地区で開催しております。

なお、各セミナーのお申し込みや開催日等の詳細については、KKRのホームページをご覧ください。

[<http://www.kkr.or.jp>]

※ セミナーにより、申し込み方法や連絡先が異なります。

《年金担当》



「ジェネリック医薬品」って何? ～お薬代が節約できます～

◇ジェネリック医薬品って何?

厚生労働省によって効き目や安全性が先発医薬品と同等と認められた後発医薬品のことです。

先発医薬品は20～25年間の特許権の存続期間中は開発メーカーが独占販売することができますが、ジェネリック医薬品は先発医薬品の特許が切れた後に販売される、『先発医薬品と同じ有効成分、効果及び安全性が確認された』低価格なお薬です。

◇どのくらい安いのか?

3割以上、中には5割以上安くなる薬もあります。

先発医薬品は開発に費用が多くかかりますが、開発期間が短くて済むジェネリック医薬品は当然価格も安いのです。ただし、ジェネリック医薬品の中には、希に先発医薬品の価格と比べ価格の差が小さいものもあります。

この場合、薬局等での調剤料に後発医薬品調剤加算等が付加され、差引で節約にならないときもありますので、薬局等にお尋ねください。

◇種類はあるのか?

さまざまな分野、症状に対応しています。

高血圧や高脂血症のお薬、糖尿病のお薬などさまざまな分野、症状に対応しています。また、カプセル、錠剤、点眼剤などその形態もさまざまです。

◇もっと詳しく知りたい場合は?

医師・薬剤師にお気軽にご相談ください。

ジェネリック医薬品は医療用医薬品ですから、病院や診療所の医師による処方せんが必要です。詳しくは、かかりつけの医師や薬局の薬剤師にご相談ください。

◇「ジェネリック医薬品お願いカード」をご活用ください

ジェネリック医薬品を希望する方、又は相談したい方は、病院の窓口や調剤薬局で相談してください。

なお、この際、「ジェネリック医薬品お願いカード」を提示すると、スムーズにいく場合がありますので、ぜひ、ご活用ください。

※ 紙面を切り取ってご利用ください。

《給付担当》

詳細につきましては
12ページを
ご覧ください。

ジェネリック医薬品
お願いカード



私はジェネリック医薬品の
処方を希望します



日本郵政共済組合

日本郵政共済組合(共済センター)への連絡先など

1 電話によるお問い合わせは

日本郵政共済組合コールセンター 電話番号:0120-97-8484

※通話料無料。携帯電話・PHSからもご利用いただけます。

受付時間/午前9時～午後6時(土、日、祝日及び年末年始(12/29から1/3)を除く)

※電話番号はお間違いのないようにお願いします。

2 最新情報や各種手続の確認・請求書等様式の入手は

日本郵政共済組合ホームページ <http://www.yuseikyosai.or.jp/>

皆さまからお寄せいただいた照会などを参考に随時更新しています。

各種手続のご案内や請求書等の様式類を掲載していますので、申請や届出を行う前にご覧ください。また、インターネットをご利用になれない方への様式類の送付など、各種お申し出は、コールセンターで受け付けます。

日本郵政共済組合モバイルサイト <http://www.yuseikyo-m.jp>

自宅にパソコンがないなど、共済組合ホームページをご覧になれない時でも、イベント発生時、どのような手続が必要となるかが確認いただけます。

※ QRコード対応のカメラ付き携帯電話を利用して、読み取りができます。



3 各種申請・請求書等様式のあて先は

〒330-0081 埼玉県さいたま市中央区新都心3-1

日本郵政共済組合共済センター ○○担当 あて

※ 各種申請、届出及び請求の処理を迅速に行うため、必ず担当名を記載してください。

(担当名及び担当事務の一覧は共済組合ホームページか「ゆうゆうライフMY共済'09」を参照してください)

※ 郵送料金は組合員負担となります。

医師・薬剤師の皆様へ

ジェネリック医薬品の処方をお願いします

- ・処方される薬にジェネリック医薬品がある場合には、ジェネリック医薬品の処方をお願いします。
- ・もちろん、ジェネリック医薬品を処方することができない場合、ふさわしくない場合があることも十分承知しています。
- ・このカードは、保険証・診察券などと一緒にお願いします。

氏名

キ
リ
ト
リ
線

『お願いカード』を活用してみよう

もっとジェネリック医薬品を利用したい……

そんなときに便利なのが

「ジェネリック医薬品お願いカード」です。

受診及び調剤の際に窓口で提示し、あなたの意思を伝えてみましょう。

キリトリ線で切り離し、パスケースなどに入れてお使いください。