

# KYOSAI

Bulletin of the Cooperative Association  
of the Local Governments of Kumamoto Prefecture

SPRING 2011 No.139

熊本県市町村職員共済組合

共済だより

● INDEX ● ご家族のみなさんと一緒にご覧ください。

- |  |  |
|--|--|
| 02 平成23年度事業計画及び予算  | 07 被扶養者の認定取消の手続きを忘れてはいませんか？            |
| 03 新しく組合員になられた方へ<br>～はじめまして共済組合です～   | 08 限度額適用認定証について<br>～入院時の窓口負担額が軽減されます～  |
| 04 福祉課からのお知らせ<br>◆住宅貸付、災害貸付及び在宅介護対応住宅貸付の貸付けを受けている組合員の皆様へ<br>◆遺族附加年金事業の新規加入と更新手続きについて | 09 Doctor's Essay<br>「特保の功罪～腹囲攻防戦の意義～」 |
| 05 ◆平成23年度保健事業のお知らせ  | 10 「胃がん予防とヘリコバクター・ピロリ」                 |
| 06 公的年金制度とは？<br>～年金制度についてのおはなし～  | 11 クロスワードクイズ                           |
|  | 12 ここが自慢！ わがまちの名産・名物                   |

組合員の概況 平成23年3月末現在  
組合員数/21,081人 被扶養者数/25,097人 所属所数/73  
任意継続組合員数/518人 任意継続被扶養者数/385人  
平均給料月額/327,086円



イルミネーションに輝く天草四郎公園

# 平成23年度 事業計画及び予算

平成23年3月4日に開催されました第127回組合会において、平成23年度事業計画及び予算が議決されましたので、各事業の概要についてお知らせします。

## ●平成23年度推計

所属 所数	市	14	・組合員数	20,870人	1人当たりの平均給料月額 (任意継続組合員を除く)	
	町村	31		(被扶養者数)		
	一部事務組合	28	・任意継続組合員数	573人	(短期)	324,788円
	計	73		(被扶養者数)	423人	(長期)

### 短期経理

組合員とその被扶養者が病気・ケガをされた時の医療費や出産・死亡・休業・災害などに対する給付を行っています。

平成23年度は全国市町村職員共済組合連合会が行う財政調整事業の調整交付金等を受けることはありませんが、依然として厳しい状況にあります。

また、財源率92.32/1000の内、特定保険料率（高齢者医療制度への拠出金・納付金等）は、40.30/1000となります。

#### ◆平成23年度の掛金率 [単位:‰]

	一般・特定消防		特別職・市町村長	
	給料	期末手当等	給料	期末手当等
医療費等 (短期)	57.7 (+3.675)	46.16 (+2.94)	46.16 (+2.94)	46.16 (+2.94)
介護保険	6.35 (+2.1)	5.08 (+1.68)	5.08 (+1.68)	5.08 (+1.68)

※( )内は昨年度比

### 長期経理

組合員の退職・障害または死亡に対して年金等の給付を行うために掛金や負担金を徴収し、全国市町村職員共済組合連合会へ送金することを取り扱う経理です。

全国市町村職員共済組合連合会が年金の決定と支給を行い、当共済組合では、年金請求書等の受理、審査、年金相談などを行っています。

なお、平成23年9月から掛金率が引き上げられることになっております。

#### ◆平成23年度の掛金率 [単位:‰]

	一般・特定消防		特別職・市町村長	
	給料	期末手当等	給料	期末手当等
現行	96.925	77.54	77.54	77.54
9月から	99.1375	79.31	79.31	79.31

### 保健経理

組合員及びその被扶養者の福祉の向上と健康増進のための事業を行っています。

人間ドック助成、契約宿泊施設助成・契約健康増進施設助成などの福利厚生事業、また、40歳以上74歳までの組合員及び被扶養者を対象とした特定健康診査・特定保健指導の事業を行っています。その他、メンタルヘルズ講座やリフレッシュセミナーなど体験型健康セミナーを開催しています。

なお、平成22年度まで行っておりました健康優良組合員表彰は、廃止することになりました。

#### ◆平成23年度の掛金率 [単位:‰]

一般・特定消防		特別職・市町村長	
給料	期末手当等	給料	期末手当等
1.8875	1.51	1.51	1.51

### 貸付経理

住宅の建築・購入や入学・修学・医療・災害等で必要な資金を預託金管理経理等からの借入金をもって低利で融資する事業を行っています。

平成23年度末の貸付金は、住宅貸付を中心として5,534件、80億8,872万円を見込んでいます。臨時に資金が必要な際には、無理のない返済計画を立てて、是非ご利用ください。

#### ◆貸付条件

貸付種類	年利率 (※)	最高限度額	償還期間		
普通貸付	2.66%	200万円	72月		
住宅貸付		1,800万円	244月		
在宅介護対応住宅貸付	2.40%	300万円	250月		
災害貸付	2.22%	新規	1,800万円	234月	
		再貸付	1,900万円	236月	
	特別貸付	2.66%	医療	100万円	90月
			入学	200万円	120月
			修学	120万円	150月
			結婚	200万円	120月
葬祭	200万円	120月			
高額医療貸付	無利息	高額療養費相当額	高額療養費支給日		
出産貸付		出産費・家族出産費相当額	出産費支給日		

(※) 高額医療貸付及び出産貸付を除く貸付で、抵当権を設定しない場合には、一部負担金（年利率0.06%）が加算されます。

### 物資経理

自動車等の生活必需物資を物資指定店から購入される際、共済組合がその代金を立替し、組合員から月賦償還していただく事業を行っています。

平成23年度の売上は、一般物資と自動車物資を合わせ、3億800万円を見込んでいます。組合員手数料率は、下記のとおり低利です。是非ご利用ください。

#### ◆組合員手数料率

物資の種類	取扱品目	年利率	限度額
一般物資	眼鏡、書籍、健康器具等	無利息	100万円
自動車物資	自動車	2.6%	200万円

※ 立替金の限度額は、利用者一人につき200万円までとなります。

### 業務経理

短期給付事業と長期給付事業を行うために必要な事務費等を賄う経理です。

本年度の組合員1人当たりの事務費は、年額11,543円を見込んでいます。

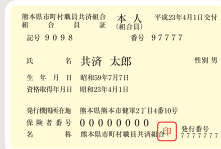
# 新しく組合員になられた方へ ～はじめまして共済組合です～

新しく市町村等の職員となられた皆さんへ、共済組合の事業についてご紹介します。  
市町村等に常勤される皆さんは、共済組合の組合員となります。  
共済組合制度は、相互救済によって組合員及びその家族の生活の安定と福祉の向上に寄与するとともに、  
組合員が安心して公務に精励できるようにすることを目的とした制度です。

## ★組合員になると!★

### 組合員証(健康保険証)が交付されます

病気やケガ等、  
医療機関で診療を受ける  
ときに必要です。  
大切に保管してください。



### 掛金を納めます

各事業に係る掛金をいた  
だきます。掛金は毎月の給  
料と6月・12月の期末手  
当等から天引され、共済組  
合に納められます。



### 各種給付が受けられます

共済組合では、大きく分けて3つの事業を行っています。  
①短期給付事業、②長期給付事業、③福祉事業です。  
これらの事業に必要な費用は、組合員が負担する「掛金」と地方公共団体が負担する「負担金」によって、運営されています。組合員になると、この事業の給付を受けることができます。  
事業内容は、下記のとおりです。



## ★各種給付内容★

1

### 短期(医療)給付事業

組合員とその被扶養者の公務によらない病気・ケガ・出産・死亡・休業または災害に対して、必要な給付を行い、医療費やその他の不時の支出を助け、組合員の生活を守る事業です。

病気やケガ(公務を除く)で医療機関で診療を受けるとき、組合員証を窓口で提示すると、医療費の3割で診療を受けることができます。残りの7割は共済組合が医療機関に支払います。

2

### 長期(年金)給付事業

組合員が永年勤続して退職したときや在職中の病気やケガで障害の状態になったとき、あるいは不幸にして死亡したときに、老後の生活や残された家族の支えとして、年金や一時金を支給する事業です。

共済組合では、組合員や年金受給者の利便性と身近なサービスを考慮して、年金の請求や各種届出などの手続き及び年金の相談を行い、全国市町村職員共済組合連合会が共済年金の決定や支払いを行っています。

3

### 福祉事業

組合員とその被扶養者の福祉の向上と健康増進のための事業です。

保健事業…人間ドック助成、契約宿泊施設・契約健康増進施設利用助成などの福利厚生事業、40歳から74歳までの組合員及び被扶養者を対象とした特定健康診査・特定保健指導を行っています。

貸付事業…住宅の取得、生活必需品の購入、教育資金等、組合員が臨時に資金を必要とするときに、低利での貸付けを行っています。

物資事業…自動車など、日常生活に必要な物資を組合員が購入するときに、共済組合が立替払いをして、組合員の給料から償還していただく事業です。



# 福祉課からのお知らせ

## 住宅貸付、災害貸付及び在宅介護対応住宅貸付の貸付けを受けている組合員の皆様へ

住宅貸付等は、貸付けの決定・送金が終了した時点で全ての手続きが終わりと思っていられないかもしれませんか？貸付けの手続きは、貸付金の償還が終了したときが全て完了となります。ここで、貸付け後の手続きについて説明します。

まず、貸付けの対象となった不動産の購入又は工事が完了した時は、完了報告書等の提出が必要です。提出書類は次のとおりです。

### ■新築及び増改築の場合

当該不動産の登記簿謄本又は登記の全部事項証明書及び住民票  
増改築で申し込まれた方については、工事完了後に共済組合職員と所属所の共済組合担当者でご自宅の現地調査を行います。

### ■住宅購入の場合

当該不動産の所有権移転登記簿謄本又は登記の全部事項証明書及び住民票

### ■敷地購入の場合

当該不動産の所有権移転登記簿謄本又は登記の全部事項証明書

但し、敷地購入から5年以内に住宅の建築が必要です。

住宅建築後に当該不動産の登記簿謄本又は登記の全部事項証明書及び住民票が必要です。

### ■抵当権の設定

410万以上の貸付を受ける人は、抵当権の設定も必要となります。

抵当権の設定は、工事完了後等に当共済組合から抵当権設定に必要な書類を送付しますので、3ヶ月以内に土地・建物両方に抵当権を設定していただきます。

### ■次の行為は制限されています。

借受人は貸付金の償還が完了する前に貸付けに係る不動産について次の行為が禁止されています。

- (1) 不動産の全部若しくは一部を理事長の承認を受けずに第三者に貸付けること
- (2) 不動産の全部若しくは一部を第三者に譲渡すること
- (3) 不動産の価値を著しく減少させること

上記の書類を提出されないとき及び行為の制限に該当されたと確認できたときは即時償還となりますのでご注意ください。

## 遺族附加年金事業の新規加入と更新手続きについて

本年度も平成24年の新規加入及び更新（変更）等の手続きを5月下旬から6月にかけて行います。皆様の職場に訪問させていただき手続きをとらせていただきますので、お忙しい中大変申し訳ありませんがご理解のほどよろしくお願いいたします。

また、平成24年1月1日から遺族附加年金事業プラス5の月額給付に加え、ボーナス給付を付加することになりました。多くの皆様にご加入いただきますと掛金も割安となりますので、遺族附加年金事業・重病克服支援制度・退職後継続保障制度と併せてご検討いただきますようよろしくお願いいたします。

## 平成23年度 保健事業のお知らせ

下記のとおり実施しますのでご利用ください。

事業項目	概要
人間ドック	(対象者) 30歳以上の組合員と40歳以上被扶養配偶者(平成23年4月1日現在) (助成額) 定額制 1日ドック27,000円、2日ドック37,000円 ※当共済組合が助成する人間ドックを受検した方については、特定健康診査を受けたものとしますので、特定健診の結果は各医療機関より当共済組合へ報告があります。
乳がん・子宮がん検診	(対象者) 組合員と被扶養配偶者 乳がん・子宮がん検診を受診した医療機関の領収書を添えて申し込んでください。人間ドックのオプション以外でも可。ただし、人間ドックの女性コースは対象外です。 (助成額) 1人1回まで2,000円(2,000円以下のときはその実額)
宿泊利用助成・健康増進施設利用助成	(対象者) 組合員及び被扶養者 (助成額) 共済組合が契約した宿泊施設並びに健康増進施設を利用した場合、それぞれ1泊につき2,000円、1回につき500円。 ※助成券使用時に身分証明書(組合員証等)を提示してください。提示がないと助成券は使用できません。
リフレッシュセミナー	(対象者) 組合員及び被扶養者 ※別途共済組合事務担当者の方を通じて通知します。
健康電話相談	病気のこと、育児の不安、メンタルヘルスなど相談できます。 フリーダイヤル 0120-475-478(無料) ホームページからメールでの相談もできます。
育児書配布	(対象者) 組合員か被扶養配偶者が第1子を出産し、希望した場合、6ヶ月間「赤ちゃん和妈妈」が自宅に送付されます。

※平成22年度まで行っておりました健康優良組合員表彰は、廃止することになりました。  
※ご不明な点など、詳しくは共済組合福祉課までお問い合わせください。



HIMAWARISOU HIMAWARISOU

ちょっぴり優雅なひとときを...

宿泊・会議・宴会 承っております。

■駐車場130台(当荘ご利用の場合駐車料サービス)

HIMAWARISOU ひまわり荘

〒880-0867 宮崎市瀬戸2丁目4番5号

ご予約はお早めに... (予約専用) TEL. 0985-24-7878

HIMAWARISOU HIMAWARISOU

マリンパレスかごしま

ホテル内(和洋室) ホテル内(ハイランド洋室)

1名様

シングル 1室1名様 ¥7,625(税別)

ツイン 1室2名様 ¥8,619(税別)

和室 1室4名様 ¥6,271(税別)

※上記料金は1泊1室1「朝食付」の料金となります(サービスは別料金)

ご予約・お問い合わせ

マリンパレスかごしま

〒880-0807 鹿児島市年次町二丁目5番20号 TEL.099-279-1111 http://www.maripales.com

TEL.099-263-8822 E-mail yoyaku@maripales.com

# 公的年金制度とは？

～年金制度についてのおはなし～

Q

共済組合の長期給付の一つに退職共済年金がありますが、その退職共済年金を受給するときは、組合員期間等が25年以上あることが必要だと聞きました。公務員期間のほかにどのような年金制度に加入していることが必要ですか。

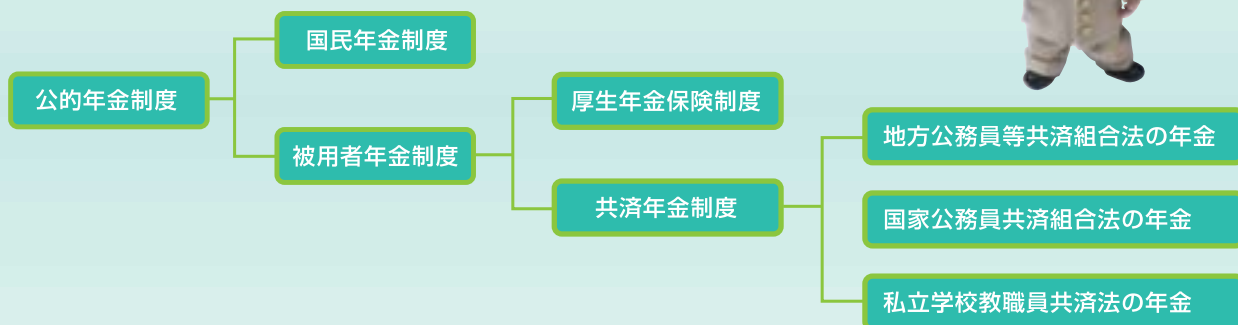
A

「組合員期間等」とは、公務員期間のほかに厚生年金保険や国民年金などの公的年金制度加入期間のことをいいます。公務員期間が25年未満の人が退職共済年金を受給するときは、厚生年金保険や国民年金などの他の公的年金制度を加えて、原則25年以上あることが必要です。

公的年金制度は、国民年金制度と被用者年金制度に大きく分けられます。このうち被用者年金制度は、厚生年金保険制度と3つの共済年金制度から構成されています。



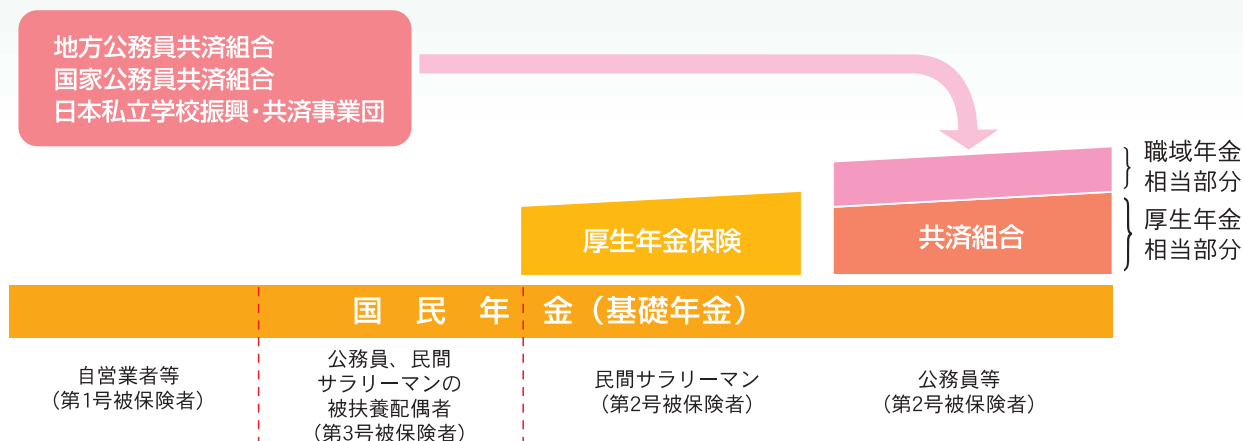
## 公的年金制度の分類



昭和61年4月1日から国民共通の基礎年金制度が導入され、地方公務員共済組合の組合員とその被扶養配偶者についても適用されました。共済年金制度は厚生年金保険制度と同様に基礎年金の上乗せの制度として位置づけられており、その内容は厚生年金相当部分の上に職域年金相当部分がさらに上乗せされて、3階建ての年金制度として再編されています。

言い換えますと、共済組合の組合員は、同時に国民年金にも加入していることになります。組合員と被扶養配偶者の国民年金の保険料は、共済組合が掛金等の中から支払っています。

## 国民年金（基礎年金）と共済年金の関係



ところで…

「個人年金」というものがありますが、これは民間の保険会社等が営利目的で運営するものです。公的年金等だけでは老後の資金が不安な人が自分の選択で加入するものですので、公的年金とは違います。退職共済年金の受給要件を満たすものではありません。



# 被扶養者の認定取消の手続きを忘れてはいませんか？

4月は就職など異動が多い時期です。被扶養者が下記の取り消しの事由などに該当したときは、「被扶養者申告書（取消）」と組合員被扶養者証を所属所の共済組合事務担当者を経由して共済組合へ提出してください。

**被扶養者が取り消しの事由に該当していたにもかかわらず組合員被扶養者証を使って医療機関で受診されますと、被扶養者の認定取消日以後に共済組合が医療機関へ支払った医療費等を共済組合へ返還していただくこととなります**ので、取り消しの事由に該当したときはすみやかに申告してください。

## 【取り消しの事由（主なもの）】

- 被扶養者が健康保険の被保険者、共済組合の組合員又は船員保険の被保険者になったとき
- 被扶養者の収入が認定基準額以上になったとき
  - ・ 雇用保険の基本手当及び傷病手当金については日額3,612円（収入の全部又は一部に障害年金があるとき又は60歳以上で収入の全部又は一部に公的年金等があるときは5,000円）以上を受給したとき
  - ・ 給与収入については毎月の給与に年間賞与を月額換算したものを合算した金額が月額108,334円（収入の全部又は一部に障害年金があるとき又は60歳以上で収入の全部又は一部に公的年金等があるときは150,000円）以上になったとき
  - ※ パートによる給与と所得者等で毎月の収入が一定でない場合は、一年を四半期（1月～3月、4月～6月、7月～9月及び10月～12月）に分割して、審査基準日が属する四半期の直前の四半期の平均収入月額（計算式：{(直前四半期の給料総額÷3) + (過去1年間の賞与総額÷12)}）が認定基準額を超えていたときは1四半期間、被扶養者の認定が取り消しになります。
  - ・ 事業収入については総収入年額から経費を控除した金額が年額130万円（収入の全部又は一部に障害年金があるとき又は60歳以上で収入の全部又は一部に公的年金等があるときは180万円）以上になったとき
  - ・ 年金収入については年額180万円（60歳未満で障害年金以外の年金収入は130万円）以上の年金を受給したとき
- ※ 給与収入と年金収入など異なる収入を同時に得ている場合、それぞれの収入は認定基準額を超えていなくても合計して認定基準額以上になったときは取り消しになります。
- 被扶養者（組合員の配偶者を除く）夫婦の合計収入金額が年額288万円を超えたとき
- 組合員と別居している被扶養者への定期的な金銭援助（月当たりの最低援助額は認定対象者の前年収入年額×50%÷12ヶ月（千円未満切捨て）又は25,000円のうちどちらか多い方の金額）を行っていないとき
- ※ 学生（定時制・通信制・夜間課程の学生を除く）であった被扶養者について、学校を卒業後も引き続き被扶養者であるときは、卒業後から定期的な金銭援助が必要になります。

☆ 上記事由以外の取り消し事由など詳細につきましては、所属所の共済組合事務担当者又は共済組合までお問い合わせください。

九州新幹線全線開業記念事業

## 第17回九州国際スリーデーマーチ2017

日本三急流のひとつである球磨川や、火の国発祥となった清流水川に育まれる八代市・水川町を舞台に自然と親しむコースを設定し、ウォーカーと八代圏域の人々が触れ合う「歩く祭典」が開催されます。あなたも、心と体の健康づくりをしてみませんか。

**とき** 平成23年5月13日（金）～15日（日） **「新緑 爽快 やつしろウォーク！」**

**ところ** 球磨川河川緑地（八代市瀬町）

**参加資格** どなたでも参加できます。

**参加費** 一般参加者 1,800円（当日2,000円）  
八代市郡参加者 500円（当日700円）  
☆高校生以下は無料です。

**申込期間** 事前申込：4月20日締切  
（締切以降は当日申込み）

5/13(金)	5/14(土)	5/15(日)
40km 新緑球磨川コース 20km 水島・万葉の里コース 10km 八代歴紀館前コース 10km 輪崎王家荘コース	40km 火の国コース 20km いちの里コース 20km 赤川コース 10km 新八代駅周辺コース 5km 砂原コース	30km 都築千枝コース 20km アコウの橋コース 10km アグネスコース 5km 河川敷周遊コース

口お問合せ・参加申込み 九州国際スリーデーマーチ実行委員会事務局（八代広域行政事務組合事務局内）  
八代市大村町970番地 TEL0965（33）6319 <http://3day.yatsushiro.jp/>

# 限度額適用認定証について

～入院時の窓口負担額が軽減されます～

70歳未満の組合員又は被扶養者が入院する際、共済組合から交付を受けた限度額適用認定証を医療機関に提示すると窓口負担額が軽減されます。

交付方法については、「限度額適用認定申請書」を所属所の共済組合事務担当者を経由して共済組合へ申請してください。

## ■限度額適用認定証を提示したとき

窓口負担は医療費の3割のうち高額療養費を除いた額になり、後日、高額療養費を共済組合から医療機関へ送金します。

## ■限度額適用認定証を提示しなかったとき

窓口負担額は医療費の3割になり、後日、高額療養費を共済組合から組合員の口座へ送金します。

※ 上記のいずれの場合も自己負担限度額は同じになります。

※ 交通事故等の第三者の行為による入院には限度額適用認定証を使用することができません。

(参考) 自己負担限度額

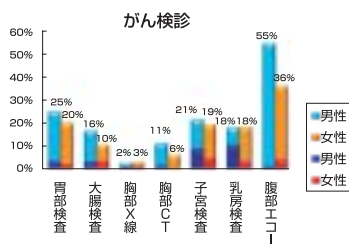
所得区分	給料月額	自己負担限度額
上位所得者	424,000円以上	150,000円+ (医療費-500,000円) × 1%
一般	424,000円未満	80,100円+ (医療費-267,000円) × 1%

## 訂正

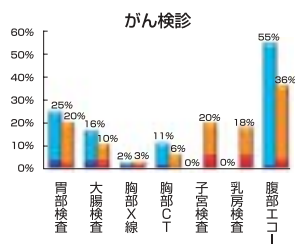
前号 (No.138) 掲載の「人間ドック、受けっぱなしになっていませんか?」の中でがん検診のグラフ中、子宮検査及び乳房検査のデータがすべて女性であるべきところが一部のデータの性別を男性として誤って集計してしまいました。下記のとおりお詫びして訂正します。

30歳代

《誤》

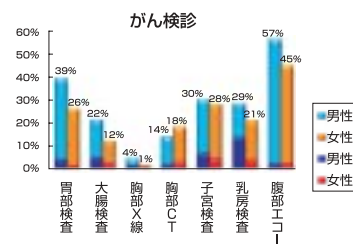


《正》

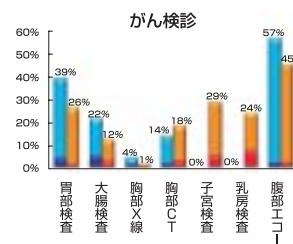


40歳代

《誤》

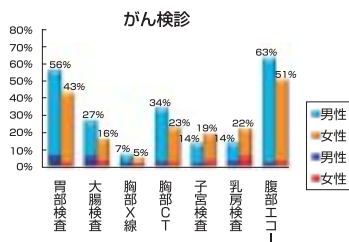


《正》

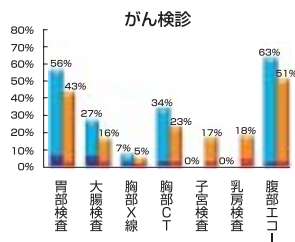


50歳代

《誤》

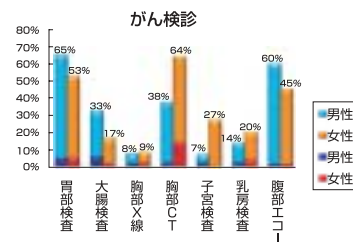


《正》

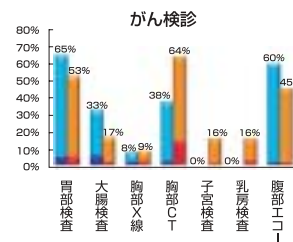


60歳代

《誤》



《正》





## 特保の功罪～腹囲攻防戦の意義

済生会熊本病院健診センター  
医師 高尾 祐治



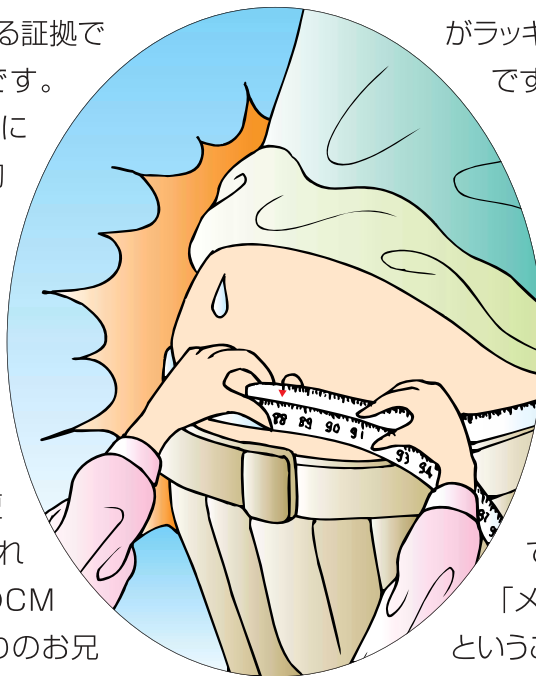
ときどき温泉センターに行きます。湯船に浸かってボーっとしていると、目の前をいろいろなお腹が通り過ぎていきます。超メタボなお腹、引き締まって縦割れのお腹、貧相なお腹、若いお腹、年寄りのお腹、毛むくじゃらのお腹、真っ白なお腹、うつむき加減のお腹、上向きのお腹……。同じ日本人でありながら、お腹は千差万別なのだなあ、と感心しながら他人のお腹を眺めるのが常です。

先日も阿蘇にある温泉センターに行きました。ちょっとぬるめの湯に浸かりながらいつものように他人のハダカを眺めていましたが、気のせいかな、数年前より大きなお腹の人が減った気がしました。この日がたまたまかも知れませんが、中肉中背のいわゆる『日本人的体格』（ただ痩せて貧相なそれではなく、それなりに「均整の取れたカラダ」）の人が増えている感じ。これはきっと、国を挙げてのメタボ対策が、何のかんの言われながらも、それなりに奏功している証拠ではないかと実感した次第です。

流行りというのはいかに重要なことです。女性の胸が流行りによって豊満になったりこじんまりしたり変幻自在に変化するのとは男性にとっては摩訶不思議な現象ですが、同様に男性もメタボ対策が流行りになってくれると健康的なお腹が自然と増えていくかもしれません。わたしも、どっかのCMのように、自分のお腹を隣りのお兄さんのお腹と比較して、そっと引っ込めて

見栄を張ってしまいました。

新年度になりました。日本のメタボ基準に必須の腹囲測定。カーテンの陰で冷たいメジャーをお腹に巻き付けられる光景がまた繰り広げられます。外国にバカにされ、測る人や日によって数字が違うのに当てになるのか？…そんな疑念を抱く人は少なくなく、健診現場のスタッフですら無意味だと思いながら測っている人がいます。でも、これが意外に当てになります。日本の学者さんたちが頑なまでに腹囲を必須条件から外さないのは、あくまでも内臓脂肪の溜まるタイプの人を見つけたいからです。内臓脂肪が溜まっている人は自分の努力だけで何とかなるかもしれない人、そうでない人はクスリなどの病院の手助けが要る可能性が高い人、その区別をつけるために腹囲を測定しています。つまりメタボ腹の人の方がラッキーかもしれない、ということです。



最近、世の中が「メタボ対策」と「やせること」を混同しているのが気になりますが、それ以上に「生活習慣病」と「メタボ」を同じものと勘違いしている医療者を多くみかけます。やせる必要のない生活習慣病の方の治療は、特定保健指導で保健師さんに追い回される「メタボ」の方とは根本的に違うということ、この機会にしっかりご理解ください。



# 「胃がん予防とヘリコバクター・ピロリ」

日本赤十字社熊本健康管理センター 副所長 三原 修一

**ピロリ菌とは？** 従来、胃の中は酸度が強く、細菌は住めないと考えられてきました。ところが、1980年代に、胃の中に住み、胃壁を傷つける細菌が発見されヘリコバクター・ピロリと命名され、この細菌を発見した人は、ノーベル賞を受賞しました。



**いつ、どこで感染するの？** 日本人の約半数が、ピロリ菌に感染しています。若い世代の感染率は低く、高齢者の感染率が高く、50歳以上では70%くらいの人が感染しています。免疫力が弱い5歳以下の幼少時に、経口的に感染するとされています。下水道未整備など、衛生環境の良くない発展途上国で感染率が高いことから、日本でも衛生環境の良くない時代に育った人に感染率が高いと考えられています。

**ピロリ菌に感染したら、どうなるの？** ピロリ菌に感染すると、胃の粘膜を傷つけ胃炎が起こります。そして時間をかけて、慢性的に炎症が持続し、胃の粘膜が薄くなる慢性萎縮性胃炎となります。慢性萎縮性胃炎では、胃粘膜の防御機能が低下し、ストレス、塩分の多い食事、発がん物質（タバコなど）の攻撃を受けやすくなり、胃・十二指腸潰瘍や胃がんが発生しやすい下地ができてしまいます。しかし、胃がんを発症する人はピロリ菌感染者のごく一部ですから、過剰な心配は要りません。



**胃がんが発生しやすい人は？（ABC検診について）**  
ピロリ菌（HP）感染によって慢性萎縮性胃炎が進んでいきますが、どの程度胃炎が進行しているかを調べるのがペプシノゲン（PG）検査です。胃酸（ペプシン）の前駆物質であるPGを計ることによって、胃がんのリスクがわかります。これをABC検診と呼び、B、C、D群の人は定期的に（B群：2～3年に1回、C群とD群：年1回）内視鏡検査を受けることが推奨されています。

群	ピロリ菌	ペプシノゲン	胃がんリスク
A	-	-	小 ↓ 大
B	+	-	
C	+	+	
D	-	+	

※ABC検診…ピロリ菌検査とペプシノゲン検査を組み合わせ胃がんの発生リスクを分類化したもの

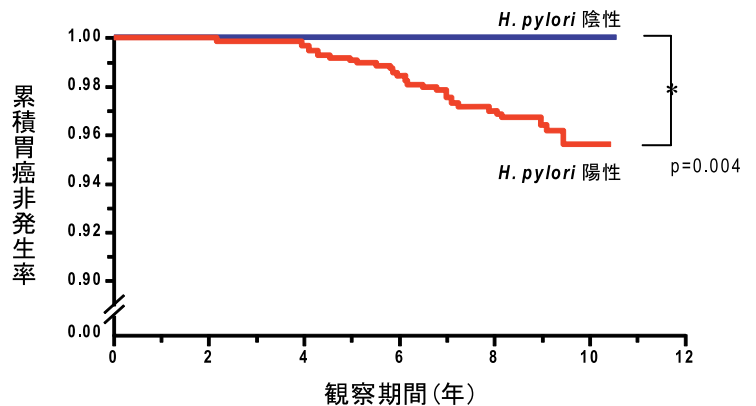
**ピロリ菌の除菌療法** ピロリ菌を除菌すれば、慢性萎縮性胃炎は改善し潰瘍や胃がんの発生はかなり抑制されることがわかっています。（図参照）

ピロリ菌の除菌方法は決まっており、【一次除菌】は、PPI（プロトンポンプインヒビター：胃酸抑制剤）、アモキシシリン（抗生剤）、クラリスロマイシン（抗生剤）の3剤を1週間内服します。【二次除菌】（一次除菌に失敗した場合は、クラリスロマイシンをメトロニダゾール（抗生剤）に変更して1週間内服します。除菌成功率は、一次除菌で60～70%、二次除菌では90%以上です。ただし、保険適用での除菌は次の疾患に限られており、他の疾患は自費負担の除菌治療となります。

【保険適用疾患】胃・十二指腸潰瘍・特発性血小板減少性紫斑病・マルトリンパ腫・早期胃がんの内視鏡的治療後の除菌

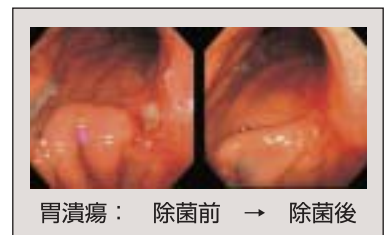
ピロリ菌を除菌することで胃がんのリスクは低くなることがわかっています。定期的に胃の検査を行い、健康な胃を維持して胃がん予防に努めましょう。

## 内視鏡的経過観察によるH.pylori 感染と胃癌の発生との関連



H. pylori (-)	280	272	251	245	213	57
H. pylori (+)	1246	1219	1086	907	782	258

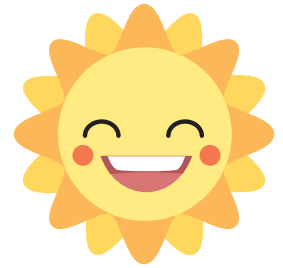
Uemura N. et al.: N. Engl. J. Med., 345(11), 784-789, 2001.





# Crossword Puzzle

# クロスワード パズル



## タテのカギ

1. 新しい友達や先生と出会えます。
2. 恵みの雨のことです。
3. ○○○関係
4. オーケストラの一員です。
5. 「○○食う虫も好きずき」
6. 本を買っても、読む時間がなくて…。
9. 鬼にも勝つほど、パワーが出る？
11. 「○○は投げられた」
13. 踏むことで、ムダな成長を防ぎます。
15. 武士は食わねど高楊枝、ですね。
17. クリスマスイブのことです。
19. 大事な公共交通機関です。
22. 細川ガラシャ夫人のお名前は○○姫様。
24. 「○○も実力のうち」

## ヨコのカギ

1. 茶室の入口はこうなっています。
5. 来年の干支です。
7. やさしく上品なふるまい。
8. 長い距離を、少しずつ分担して走ります。
10. 魚を集めるために、漁船がともす灯り。
12. おいしくて、顔のたるみ予防にもなるそうです。
14. 机とセットです。
15. 彼にとって、そんな仕事は○○不足だ。
16. そば道場が有名。今は合併して南阿蘇村に。
18. 美しい花の栽培で知られる、熊本県内の島です。
20. 乾燥させてもおいしい海の幸。
21. 「歩く○○○は百合の花」
23. 過去は「去る何月何日」、未来は「○○○何月何日」
25. 5月の第2日曜以外も感謝しましょう。
26. 22の息子のために考案された、辛子○○○○。

①	②	③		④		⑤	⑥
				⑧	⑨		B
⑦							
		⑩	⑪				
			A				
⑫	⑬		⑭			⑮	
		⑰		⑱	⑲		
⑯					D		
				⑳		㉑	㉒
㉓				㉔		㉕	
C							
			㉖				
			E				

クロスワードを解き、アルファベット順に字を並べると答えが出てきます。 答 ○○○○○  
正解者のなかから抽選で10名の方に、図書カードを差し上げます。

### ●応募方法●

- ★共済組合ホームページから応募する場合  
トップページの「クロスワードクイズ応募のご案内」からご応募ください。
- ★官製はがきで応募する場合  
官製はがきに、キーワード、住所、氏名、所属所、組合員証記号番号を明記の上、ご応募ください。
- ★締切日：平成23年5月16日(当日消印有効)
- ★正解発表は、次号「共済だより」に掲載します。

宛先：〒862-0911

熊本市健軍2丁目4番10号(自治会館内) (ハガキ)

熊本県市町村職員共済組合 総務課

※この懸賞にご応募いただいた方の個人情報は、他の目的では、一切使用しません。

### お知らせ

個人情報保護に伴い、当選者10名の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

組合員証記号番号	氏名	キーワード
	住所	
	所属所名	
	氏名	

①	ド	ラ	②	マ		③	ギ	④	ジュ	⑤	ツ
	ヨ		⑥	サイ	⑦	イ	シ	⑧	ョ		ケ
⑨	ウ	⑩	ソ	⑪	ツ	キ		⑫	ソ	⑬	シ
	⑭	ビ	ク		⑮	ヌ	⑯	キ	ウ	⑰	チ
		⑱	タ	⑲	イ	⑳	キン		㉑	㉒	リ
㉓	ベ	㉔	ッ	㉕	ド		㉖	㉗	㉘	㉙	ト
	㉚		㉛	㉜	㉝	㉞	㉟	㊱	㊲		㊳
㊴	㊵	㊶	㊷	㊸	㊹	㊺	㊻	㊼	㊽	㊾	㊿

**ご応募ありがとうございました!!**  
2011 冬 138号(答え)『ウサギドシ』でした。  
応募総数177通 正解数175通



ここが自慢！ 《上天草市編》  
 わがまちの名産・名物



インタビュー

県内各市町村、それぞれの気候風土に育まれた特産品や、魅力  
 いっぱいの施設などを紹介いたします。今回は、上天草市役所  
 にお勤めの入口参事に伺いました。

上天草市役所 経済振興部 商工観光課  
 参事 入口 紘光 さん

Kamiamakusa City

幻想的なスポットと「観海アルプスコース」！



★上天草市のおすすめ観光スポットは  
 どこですか？

まずは、国道266号線沿いにある「天草  
 四郎公園」ですね。ヤシ並木と四季折々  
 の花々が花壇を彩る公園で、園内に「天  
 草四郎メモリアルホール」や、「天草四  
 郎像」、「愛の鐘」などもあるんですよ。

★丘の上からは青い海が眺められるし、  
 すばらしいスポットですね。

今、この公園一帯のライトアップを進  
 むており、「天草四郎メモリアルホール」  
 とヤシの木など一部は完成しています。  
 今年の夏には、全体のライトアップが  
 完成する予定です。新しい夜の観光ス  
 ポットとして、地元の方や観光客の皆  
 さんに幻想的な空間を楽しんでいただ  
 けるとうれしいですね。

★上天草といえば海という印象ですが、  
 今、山が注目を集めているそうですね。

実は、天草上島の東端をほぼ南北にわ  
 たるルートが、登山愛好家に人気なん  
 ですよ。松島町～姫戸町～龍ヶ岳町を  
 通る全長約30キロの九州自然歩道で、「観  
 海アルプスコース」と呼ばれています。  
 その名のとおり、眼下に不知火海を眺  
 めながら山歩きが楽しめるコースなん  
 ですよ。コース内には、「夕陽百選」にも  
 選ばれた松島の夕景が臨める高舞登山や、  
 白獄もあります。白獄一帯は、世界中で  
 天草上島にしか生育していない貴重な  
 アマクサミツバツツジの分布の中心です。  
 4月下旬には見頃を迎えます。ぜひ、多  
 くの方に海と山の良さを味わっていただ  
 きたいですね。

