

ゆうせい共済



共済組合の組合員は、右のとおり「長期組合員」と「短期組合員」に分かれています

長期組合員

フルタイム勤務の正社員や高齢再雇用社員

短期組合員

短時間勤務職コースの正社員や高齢再雇用社員、非正規社員(アソシエイト含む)等

● 各種申請・請求書等のあて先

〒330-9792 ※「被扶養者担当」あては、「〒330-9793」をお願いします。
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

※ 傷病手当金の請求は以下をお願いします。
〒330-9792 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 給付担当 あて
※ 送付先が変更となっていますのでご注意ください。

※ 組合員証(保険証)等のみの返納は以下をお願いします。
〒330-9793 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 組合員証等返納係 あて
※ 必ず担当名を記載してください。
※ 郵送料は差出人負担です。

● ホームページ

郵政共済

検索

各種サービス内容や手続の詳細確認のほか、申請様式の取得にご利用ください。



スマートフォン対応

● 電話によるお問い合わせ

コールセンター

TEL **0120-97-8484**

受付時間 午前9時～午後6時(土、日、祝日および年末年始(12/29～1/3)除く)

電話番号はお間違えないようお願いいたします。

本誌中の郵政会社等とは次の組織を示しています。

- ①日本郵政株式会社 ②日本郵便株式会社 ③株式会社ゆうちょ銀行
- ④株式会社かんぽ生命保険 ⑤独立行政法人郵便貯金簡易生命保険管理・郵便局ネットワーク支援機構 ⑥日本郵政共済組合

Contents

長…長期組合員向け 短…短期組合員向け
退…退職者向け 任…任意継続組合員向け

【退職予定者向け】…

長	短	退	任	● 組合員証等及び有効期限内の資格確認書は必ず返納してください!.....	2
長	短	退	任	● 退職後に加入する健康保険はお決まりですか?.....	3
長	短	退	任	● 退職後に「任意継続組合員」になるためには共済組合への届出が必要です.....	4~5
長	短	退	任	● 退職等の際には年金に関する手続を忘れずに!.....	6
長	短	退	任	● 退職後に「氏名又は住所」の変更があった場合は届出を.....	7
長	短	退	任	● 退職時・雇用コース転換時の共済貸付残高の控除・弁済方法.....	7
長	短	退	任	● 退職等の際には「みらい」の給付金請求手続が必要です!...8	8
長	短	退	任	● 退職に関連する手続について最後のチェック!.....9	9
長	短	退	任	● 4月から雇用コースを変更される方の標準報酬について.....	10
長	短	退	任	● 被扶養者の就職等に伴う認定取消の案内.....	11
長	短	退	任	● 2024年度の特定健康診査を忘れていませんか?...12	12
長	短	退	任	● 「特定保健指導」で生活習慣の改善を目指しましょう!...13	13
長	短	退	任	● 「健康ポータル」廃止のお知らせ.....14	14
長	短	退	任	● 歯科健診に行きましょう!.....14	14
長	短	退	任	● 医療費控除を受けられる方へ.....15	15
長	短	退	任	● 「医療費のお知らせ」を2月中旬(予定)に発行します...15	15
長	短	退	任	● 育児休業中に傷病による療養期間がある方はご連絡ください!.....15	15
長	短	退	任	● 貸付金利率のお知らせ.....16	16
長	短	退	任	● (予告)団体積立年金保険(拋出型企業年金保険)「みらい」の新規加入等の募集が始まります.....16	16

長短退任 組合員証等及び有効期限内の資格確認書は必ず返納してください!

「資格確認書」の返納について

退職や雇用コースの転換、被扶養者の認定を取り消した場合など共済組合の資格を喪失した場合は、**有効期限内の資格確認書について、遅滞なく共済組合へ返納していただく必要があります。**

なお、**有効期限が切れた資格確認書については、返納の必要はありませんので、ご自身の責任で廃棄をお願いします。**

「資格情報のお知らせ」の返納について

資格確認書の取扱いとは異なり、**資格情報のお知らせは、返納の必要はありません。**有効期限内及び有効期限が切れた資格情報のお知らせについては、ご自身の責任で廃棄をお願いします。

「組合員証等」の返納について

退職や雇用コースの転換、被扶養者の認定を取り消した場合など共済組合の資格を喪失した場合は、**共済組合から交付された組合員証等(※)を速やかに返納していただくこととなります。**

(※) 組合員証等とは次のものをいいます。

有効期限内の資格確認書、組合員証(保険証)、被扶養者証(保険証)、限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証、特定疾病療養受療証、一部負担金等免除証明書

退職、雇用コース変更等による組合員証等の取扱い一覧

全コース共通			備考		
区分					組合員証等
退職	再就職先の健康保険組合や国民健康保険に加入・家族の被扶養者になった等				要返納
現在コース:正社員			現在コース:非正規社員(時給制契約社員)		
区分	雇用コース	組合員証等	区分	雇用コース	組合員証等
正社員	● 短時間勤務職コース	返納不要	正社員	● フルタイム勤務の正社員	要返納 (組合員番号変更に伴う場合)
コース転換	● シニア(地域・エリア・業務)基幹職 ● シニアスタッフ職 ● シニア管理職 ● シニア専任職 ● シニアスタッフ短時間勤務職		コース転換	● シニア(地域・エリア・業務)基幹職 ● シニアスタッフ職 ● シニア管理職 ● シニア専任職	
再雇用	● 再雇用シニア専任職 ● 再雇用シニアスタッフ職 ● 継続雇用局長コース ● 再雇用シニアスタッフ短時間勤務職		非正規社員	月給制の ● エキスパート契約 ● スペシャリスト契約 その他、月給制契約社員	
非正規社員	月給制の ● エキスパート契約 ● スペシャリスト契約 その他、月給制契約社員	要返納 (組合員番号変更に伴う場合)	非正規社員	時給制の ● エキスパート契約 ● スペシャリスト契約 その他、時給制契約社員	不要

※ シニア基幹職、シニアスタッフ職などの呼称は会社により異なる場合があります。

- ① 組合員証等及び資格確認書は、右下を切り取ってください。
- ② 様式「組合員証等返納票」に必要事項を記入してください。
- ③ ①と②を併せて、組合員が直接、以下の返納先へ郵送により返納してください。

こちらを返納してください



- 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。

トップページ

よくある手続から探す

組合員証等の再交付/返納

返納先

〒330-9793
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
組合員証等返納係 あて



(注) 返納せずに病院等で使用すると...

- 不正使用として共済組合が負担した額(総医療費の7割~9割)を返還していただきます。
- 刑法上の犯罪に該当することがあります。

〈被扶養者担当〉

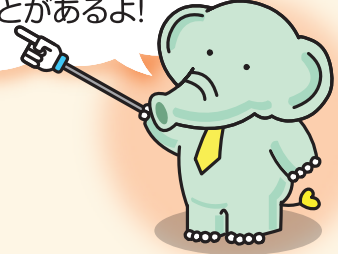
長短退任 退職後に加入する健康保険はお決まりですか？

- 退職により**共済組合員の資格を喪失される方**は、翌日付で再就職し、就職先の健康保険に加入する場合を除き、退職日以降に加入する健康保険制度をご自身で選択する必要があります。
- 「どの健康保険に加入できるのか」、「いつ、どんな手続きをするのか」を早目に確認しておきましょう！

【共済組合員の資格を喪失される方】とは

- 退職後、再就職しない方
- 短期、短時間アルバイト（社会保険適用外）
- 自営業等
- 任意継続組合員を脱退する方（2年経過し満了となる方等）

手続きせずに病院へ行くと、無保険のため全額自己負担になっちゃうことがあるよ！



◆ 退職後に健康保険制度を選択するとき

選択肢	手続先	保険料負担	手続の時期
①任意継続組合員	日本郵政共済組合	退職時の標準報酬月額に基づく ※ 会社側の掛金負担がなくなるため在職中の約2倍	退職日が確定次第、任意継続組合員になるための申出をし、初月分の掛金を納入期限までに払い込む（ 詳細はP4-5をご覧ください ） ※ 退職日が確定していれば、退職前でも申込み可能
②家族の健康保険の被扶養者(条件を満たす場合)	家族の健康保険等（家族が手続）	不要	健康保険により異なる ※ 家族が日本郵政共済組合の組合員で、その被扶養者になる場合は、事実発生日の翌日から5日以内
③国民健康保険に加入（①②以外）	お住いの市区町村	前年の所得に基づく	退職後14日以内

詳しくは各手続先へご確認ください。

◆ 退職された方には資格喪失証明書を発行します（手続不要）

上記①を選択された方で、「60歳未満の方または60歳未満の被扶養配偶者を有する方」が国民年金への加入手続をとる際に「資格喪失証明書」が必要となります。

また、②及び③を選択された方で新たな健康保険に加入する際にも「資格喪失証明書」が必要となります。2025年3月末退職者の方の資格喪失証明書は**4月7日(月)に普通郵便で発送**いたします。不着等による再発行申請は、電子申請フォームからお手続をお願いします。



退職手続を確認するようぞう

退職後に国民健康保険に入るには…資格喪失証明書が必要なんだなあ…共済組合に聞いてみるぞう

1

もしも、3月31日に退職するので、資格喪失証明書が欲しいのですが

2

退職後もご住所にお変わりなければ、お手続は不要ですよ。4月7日発送予定ですので、お待ちいただけますか

共済組合

※ 退職情報が会社から共済組合に遅滞なく連携された場合に限りです

3

会社に正しい住所を申請してあるので安心して待つぞう～

退職後の送付先が異なる方は、様式「証明書発行申請書」によりご依頼ください

4

〈 標準報酬担当、任継担当 〉

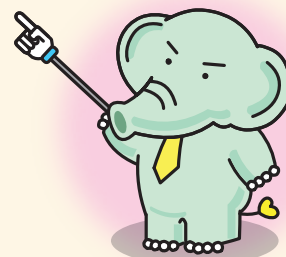
1 任意継続組合員制度について

◆ どんな制度？

任意継続組合員(以下「任継」といいます。)になると、退職日の翌日から最長で2年間、
共済組合の短期給付の一部(※1)及び助成の一部(※2)が受けられます。

(※1) 休業手当金・出産手当金・傷病手当金附加金は対象外です。

(※2) 被扶養者は、人間ドック、がん検診、脳ドックの費用が助成対象外です。



◆ 加入条件は？

次の①～③の全ての要件を満たす必要があります。

① 組合員期間が、退職日まで引き続き1年と1日以上であること。

※ 4月1日採用、翌年3月31日退職の場合、組合員期間は1年0日のため加入不可。

② 退職日を含めて20日以内に所定の様式により申出、かつ初回掛金を払い込むこと。

③ 再就職により他の健康保険に加入していないこと。

※ 正社員の方が引続き会社の時給制契約社員(社保適用)で当組合の短期組合員になるときも含む。

◆ 任継の掛金はいくら？

〈基本の算定式〉

$$\text{任継の掛金額} = \left(\begin{array}{l} \text{退職時の標準報酬月額} \\ \text{または} \\ \text{組合員平均標準報酬月額(上限)} \end{array} \right) \text{の低い方} \times \begin{array}{l} \text{在職中の掛金率の2倍} \\ \text{(例) 2024年度短期掛金率} \\ \text{4.63\%} \times 2 = 9.26\% \end{array}$$

ポイント① 2025年度適用の組合員平均標準報酬月額は340,000円です。

ポイント② 在職中に適用されている事業主の半額負担がなくなるため、掛金率は2倍となります。

シミュレーション

※ 短期掛金及び介護掛金の2025年度掛金率は、3月初旬に決定されます。
介護掛金及び負担金は、40歳以上65歳未満の組合員のみ対象となります。

平均標準報酬月額 (2025年度)	払込方法	短期掛金 (2024年度 9.26%)	介護掛金 (2024年度 1.758%)	1回あたり払込額	年間の払込額
340,000円 (上限)	月払い	31,484円	5,977円	37,461円	449,532円
	半年払い	186,758円	35,455円	222,213円	444,426円
	年払い	369,890円	70,221円	440,111円	440,111円

※ 半年払い及び年払いは、初月分から前納割引を適用した場合の金額

標準報酬月額340,000円未満の場合

ホームページ掲載「任継掛金簡易試算シート」で試算できます

よくある質問

Q 在職中の組合員証／資格確認書は引き続きつかえるの？

A 2024年11月以前に発行された組合員証等及び在職中に発行された資格確認書は、ご退職に伴い無効となるのでお使いいただけません。

オンライン資格確認は、任意継続組合員の資格取得日か、初回任継掛金入金日のどちらか遅い日付から5日以内にご利用いただけるようになりますので、退職後すぐに受診予定のある方は、ご退職日前に加入手続きをすませておく心安いです。

● 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。

トップページ ▶

よくある手続から探す ▶

任意継続組合員加入／脱退 ▶

任意継続掛金の試算 ▶





2 任意継続組合員になるための手続



任継になるためには、ご自身で共済組合へ手続する必要があります。

退職日が決定していれば、在職中でも申出は可能です。払込期限を過ぎると加入できなくなりますので、期日までの払込みが心配な方はお早めにお申込みください。

◆ 手続書類等

書類名	入手先	提出先
任意継続組合員となるための申出書	①共済HPより電子申請	共済センター 任継担当
	②共済HPより様式印刷	
自動払込利用申込書(※)	ゆうちょ銀行の窓口または郵便局の貯金窓口	

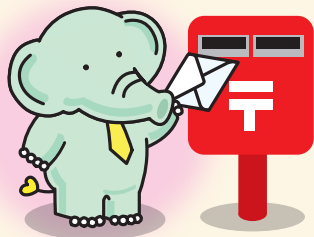
(※) 月払い及び半年払いを希望される方は必須です。なお、共済センターからの自動払込の手続完了通知が届くまでの間は、共済センターから送付する払込取扱票で納入してください。

● 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。



トップページ ▶ よくある手続から探す ▶ 任意継続組合員加入/脱退

郵送先 **日本郵政共済組合共済センター 任継担当** (あて先は表紙を参照)



提出先にご注意!

「任意継続組合員加入申出書」を職場経由で提出されますと、手続が遅れるケースがあります。共済センターあてに送付してください。

◆ 申出期限、初月分掛金の納入期限 (月末退職者の場合)

● 下表のとおり、掛金払込方法により異なりますのでご注意ください。

パターン	払込方法	前納方法	申出書の到着目安	初月分掛金の納入期限
①	半年払い 年払い	初月から 前納	退職日から起算して おおよそ 10営業日前までに 共済センターに到着	退職月の末日まで (例) 2025年3月31日(月) 退職の場合 ⇒2025年3月31日(月) ★時間帯によっては入金処理が月末に間に合わないことがありますので、3月28日(金)までに払込みいただくと安心です。
②	半年払い 年払い	次月以降から 前納	退職日を含めて おおよそ5営業日以内に 共済センターに到着	退職日を含めて20日以内 (例) 2025年3月31日(月) 退職の場合 ⇒2025年4月19日(土) ★納入期限が土曜日のため、前営業日である4月18日(金)までの払込みが必要です。時間帯によっては当日の入金処理とならないことがありますのでご注意ください。
③	月払い	_____	_____	_____

※ ①の前納を希望した方が申出書の到着目安に間に合わない場合、原則②での取扱いとなります。また、退職日が末日以外の場合も②の取扱いとなります。



納入期限を過ぎると原則、加入できません。

納入期限が土日・祝日の場合は、前営業日までに払込みいただく必要があります。また、前営業日でも、時間帯によっては入金処理が間に合わない場合があるので、お早めに手続きください。

◆ 年払いまたは半年払いの**前納**がおススメ!

任継掛金の割引があるのもおトクな理由のひとつですが、「払込みを忘れて資格喪失してしまう」ことを防げるのが最大のメリットです。

※ 前納済の期間の途中で脱退されたときは、未経過月の掛金は還付します(所定の計算率による)。

〈任継担当〉

長退 退職等の際には年金に関する手続きを忘れずに!

長期組合員の方が、退職や雇用形態・雇用コースの変更等により4月からの働き方が変わる場合は、共済組合へ下記の「必要な手続き」をお願いします。

- 短期組合員の方が退職等された場合は、共済組合への手続きは不要です。
※ 短期組合員の方の資格喪失の手続きは、勤務している会社で行っていますので、詳しくは勤務先にお尋ねください。

2025年4月以降の雇用形態・雇用コース

退職

(2025年3月末退職の方も対象となります。)

下記の理由等により、退職日の翌日から郵政会社等以外の会社に勤務、又は、お勤めしない方

- ◆ 退職日の翌日から国家公務員として勤務 ①へ
- ◆ 退職日の翌日から地方公務員として勤務 ②へ
- ◆ 自己都合退職、勲奨退職 等 ③へ
- ◆ 再雇用勤務の満了 ③へ

コース転換

コース転換により下記の雇用形態で勤務

- ◆ シニア (地域・エリア・業務) 基幹職 ①へ
- ◆ シニアスタッフ職 ①へ
- ◆ シニア管理職 ①へ
- ◆ シニア専任職 ①へ
- ◆ シニアスタッフ短時間勤務職 ③へ

再雇用

退職日の翌日から郵政会社等に下記の雇用形態で勤務

- ◆ 再雇用シニア専任職 ①へ
- ◆ 再雇用シニアスタッフ職 ①へ
- ◆ 継続雇用局長コース ①へ
- ◆ 再雇用シニアスタッフ短時間勤務職 ③へ
- ◆ エキスパート契約、スペシャリスト契約 ③へ
- ◆ 月給制契約社員、時給制契約社員 等 ③へ

その他

- ◆ 短時間勤務職コースへ転換 ③へ

必要な手続き

①の方

● **長期組合員の資格が継続するため手続きは不要です。**

※ 他の国家公務員として勤務する場合は、共済組合コールセンターへご連絡ください。(なお、加入先の共済組合へは、日本郵政共済組合に加入していたことを申出てください。)

②の方

● 地方の共済組合へ転出する手続きが必要です。

- 提出書類
- **組合員転出届書**
 - 退職事由等に関する申告書

③の方

● 年金の「支給開始年齢」に到達していますか?

生年月日	支給開始年齢
～S 34.4.1	60～63歳
S 34.4.2～S 36.4.1	64歳
S 36.4.2～	65歳

はい

いいえ

● **長期組合員の職種から退職したことの届出が必要です。**

- 提出書類
- **退職届**
 - 退職事由等に関する申告書

● **長期組合員の職種から退職したことの届出と年金に関する手続きが必要です。**

- 提出書類
- **退職届(老齢厚生・退職共済年金受給権者用)**
 - 退職事由等に関する申告書



必要な手続きをしないと正しい組合員期間が登録されません。将来の年金のために忘れずに提出しないとね

- 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。

トップページ ▶ よくある手続から探す ▶ 退職届/年金請求 ▶ 退職届



〈年金担当〉

退任 退職後に「氏名又は住所」の変更があった場合は届出を

退職後もしばらくの間は、**共済組合から大切なお知らせを送付することがあります**ので、転居等される方は、郵便物が転送されるよう所要の手続きをお願いします。給付金の関係などでやり取りが引き続くと思われる場合には、任意継続組合員にならない方であっても、共済センターへ「氏名または住所」の変更を届出ください。

長期組合員だった方には、別途、国家公務員共済組合連合会（KKR）または日本年金機構から**年金に関するご案内等**が送付されますので、**年金を受給するまでの間に「氏名または住所」の変更があった場合は、**忘れず下表の届出をお願いします。

※ 送料は差出人負担

対象者	変更内容と必要書類	送付先
退職者及び任意継続組合員	住所変更 「住所・振込口座 変更届出書」 氏名変更 「氏名等変更届出書」 トップページ ▶ よくある手続きから探す ▶ 各種変更（氏名・住所等）	日本郵政共済組合共済センター 標準報酬担当 （あて先等は表紙を参照）
長期組合員だった退職者の方は以下の提出も必要となります！		
長期組合員だった退職者	住所変更 または 氏名変更 様式はKKRホームページから入手 https://www.kkr.or.jp/ KKRホーム ▶ 年金 ▶ 届書ダウンロード	国家公務員共済組合連合会（KKR） 年金部資格管理課 〒102-8082 東京都千代田区九段南1-1-10 九段合同庁舎 TEL:0570-080-556（ナビダイヤル）

〈 標準報酬担当、任継担当、年金担当 〉

長短退 退職時・雇用コース転換時の共済貸付残高の控除・弁済方法

退職や雇用コース転換等により共済貸付残高の弁済時期、弁済方法が異なります。

2025年4月以降の雇用形態・雇用コース		弁済時期、弁済方法
退職 (2025年3月末退職の方も対象となります。)		
再雇用	<ul style="list-style-type: none"> 再雇用シニア専任職 再雇用シニアスタッフ職 継続雇用局長コース 再雇用シニアスタッフ短時間勤務職 エキスパート契約、スペシャリスト契約 月給制契約社員、時給制契約社員 等 	① 退職手当から貸付残高を一括控除 ② ①で控除しきれなかった残高について、後日、共済組合から送付される「 <u>払込取扱票（※）</u> 」で払込み
コース転換	<ul style="list-style-type: none"> シニア（地域・エリア・業務）基幹職 シニアスタッフ職 シニア管理職 シニア専任職 シニアスタッフ短時間勤務職 	<ul style="list-style-type: none"> コース転換時に貸付残高がある場合でも、<u>弁済（給与控除、ボーナス控除）は最長65歳まで継続</u> 61歳以降の退職時に貸付残高がある場合、<u>上欄と同様①・②により控除・払込み</u>
その他	<ul style="list-style-type: none"> 短時間勤務職コース 	

（※）指定の期限までに最寄りの郵便局・ゆうちょ銀行で払い込みください。（払込手数料は組合員負担）

よくある質問



Q 現在の貸付残高を電話で確認したい。

A 申し訳ありませんが、電話やメールでの回答は行っておりません。貸付けが決定した際に共済組合から交付された「弁済予定表」をご確認ください。
 なお、弁済予定表を紛失等した場合は、申請様式「共済組合貸付金残高等照会票」に記入の上、共済センター貸付担当へ郵送でご照会ください。



● 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。

トップページ ▶ **人生のイベントから探す** ▶ **資金が足りないとき**（以降の各貸付ページ参照）



〈 貸付担当 〉

長短退 退職等の際は「みらい」の給付金請求手続きが必要です!

団体積立年金保険「みらい」に加入されている方が必要な手続きで、未加入の方は手続き不要です。

退職等により、「みらい」は脱退となります。

積立金のお受取りには、「給付金請求書」をご提出いただき、受取方法や送金先をお知らせいただく必要がありますので、下表をご確認の上、手続きが必要な方は期限までにご提出をお願いします。

2025年4月以降の雇用形態・雇用コース

退職

(2025年3月末退職の方も対象となります。)

コース転換

コース転換により下記の雇用形態で勤務

- ◆シニア(地域・エリア・業務) 基幹職
- ◆シニアスタッフ職
- ◆シニアスタッフ短時間勤務職
- ◆シニア管理職
- ◆シニア専任職

再雇用

退職日の翌日から**郵政会社等**に下記の雇用形態で勤務

- ◆再雇用シニア専任職
- ◆再雇用シニアスタッフ職
- ◆継続雇用局長コース
- ◆再雇用シニアスタッフ短時間勤務職
- ◆エキスパート契約、スペシャリスト契約
- ◆月給制契約社員、時給制契約社員 等

その他

- ◆短時間勤務職コースへ転換
- ◆アソシエイト社員から
正社員(シニア職等)へ転換

必要な手続き

①の方

脱退となりますので、必ず「給付金請求書」をご提出ください。

★ 手続き方法 ★ のAまたはB

※ 満50歳未満はBのみ

②の方

継続加入できますので、引き続き積立を希望する場合は手続き不要です。

※ 積立は最長65歳まで

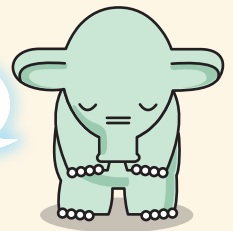
継続を希望せず、給付金を受取る場合

★ 手続き方法 ★ のAまたはB

※ 満50歳未満はBのみ

4月分から控除を停止をご希望される場合、**2025年3月10日(月)までに**手続きください。

お早めの提出に
ご協力をお願いします



★ 手続き方法 ★

区分	給付金の受取方法	書類	書類の入手方法	照会先	手続き期限
満50歳以上	A 年金	給付金請求書 (年金・コース選択用)	共済組合HPの みらい専用ページからダウンロード [トップページ] ▼ 人生のイベントから探す ▼ [老後に備えた貯金]	明治安田生命 保険相互会社 TEL0120-165-660 (平日9:00~17:00)	●6月年金開始 2025年4月30日(水)まで ●9月以降年金開始 2025年5月30日(金)まで
満50歳未満	B 一時金	給付金請求書 (一時金受取用)	もしくは照会先へお問合せください。	共済組合コールセンター 「みらい」担当 TEL0120-97-8484 (平日9:00~18:00)	2025年4月18日(金)まで

※ 年金受取には、年齢のほか、積立期間や残高でも制限があります。詳細はパンフレットをご確認ください。

※ 年金受取の要件に当てはまらない場合は、一時金受取となります。

書類の提出先 日本郵政共済組合共済センター みらい担当 (あて先は表紙を参照)



(みらい担当)



P2～P8では主に退職に関連する手続についてお知らせしてきました。もう一度、**共済組合への手続**漏れ等がないかどうかチェックをお願いします!

	手続	対象者	本誌参照ページ
<input type="checkbox"/>	組合員証等の返納	全員	2ページ
<input type="checkbox"/>	退職後に加入する健康保険の選択	全員	3ページ
<input type="checkbox"/>	年金に関する手続	長期組合員 ※ 短期組合員の方は所属会社へお問合せ下さい	6ページ
<input type="checkbox"/>	氏名または住所変更	退職者と任意継続組合員の転居等される方	7ページ
<input type="checkbox"/>	共済貸付金の弁済	共済組合より貸付けを受け、貸付残高が残っている組合員	7ページ
<input type="checkbox"/>	「みらい」に関する手続	「みらい」加入者	8ページ

※ 退職時の「資格喪失証明書」は、申請書なしで自動的に発行しています!

- 詳細は共済組合HPをご覧ください。

[トップページ](#) ▶ [用語から探す](#) ▶ [資格喪失/掛金払込証明書](#)



例年コールセンターへ問い合わせが多い質問です!

退職時のよくある質問

Q1 退職金はいくらもらえるのでしょうか?

⇒退職金は所属会社から支給されるものですので、共済組合ではお答えすることが出来ません。勤務先の総務ご担当者にお尋ねください。



Q2 任意継続組合員に申し込みますが、被扶養者になっている家族はどうなりますか?

⇒扶養していることに変わりがなければ、手続不要で、引き続き被扶養者として認定されます。

※ 退職により組合員の収入が減少したことで、被扶養者の収入要件を欠くことになった場合は速やかに認定取消の手続をお願いいたします。

- 取消の詳細は共済組合HPをご覧ください。

[トップページ](#) ▶ [よくある手続から探す](#) ▶ [任意継続組合員\(加入/脱退\)](#)



▶ **◆引き続き被扶養者を扶養する場合の注意点◆**

Q3 任意継続組合員に申し込むと、年金制度も引き続き加入できますか? (長期組合員のみ)

⇒任意継続組合員は短期給付及び福祉事業のみ適用される制度ですので、別途、国民年金への加入が必要です。60歳未満の組合員及び20歳以上60歳未満の被扶養配偶者の方は、お住いの市区町村の窓口で、退職後速やかに手続きいただきますようお願いいたします。

※ 60歳以上の方は手続不要ですが、将来の老齢基礎年金を満額支給とするため、60歳から65歳になるまでの間は国民年金への任意加入もできます。ご自身が対象となるかどうかも含めて、市区町村の窓口でご相談ください。

Q4 共済組合の「退職届」は何に使用されるのですか? (長期組合員のみ)

⇒年金加入期間(終期)を登録するため、国家公務員共済組合連合会(KKR)に提出します。皆さまが将来正しい年金を受け取ることができるよう、KKRが記録管理をしています。共済組合における年金加入期間は、日本年金機構にも随時、情報連携されています。

Q5 「みらい」に加入しているかどうか知りたいのですが。

⇒給与明細の右側にある控除欄において、保険貯金掛金の項目に控除額が記載されていれば「みらい」に加入されています。

※ 時給制のアソシエイト社員の方は、給与計算局所控除(1)の項目

〈 広報担当 〉

2024年度に60歳に到達された長期組合員の方が、引き続き2025年4月以降も共済組合員として勤務される場合は、選択する雇用コースによって4月以降の標準報酬月額の設定方法が異なります。控除される共済掛金額にも大きく影響しますので、ご注意ください。

2025年4月以降の雇用形態・雇用コース

コース転換

コース転換により下記の雇用形態で勤務

- ◆シニア（地域・エリア・業務）基幹職
- ◆シニアスタッフ職
- ◆シニア管理職
- ◆シニア専任職
- ◆シニアスタッフ短時間勤務職（※）

①へ

再雇用

退職日の翌日から郵政会社等に下記の雇用形態で勤務

- ◆再雇用シニアスタッフ職
- ◆再雇用シニア専任職
- ◆継続雇用局長コース
- ◆再雇用シニアスタッフ短時間勤務職（※）

②へ

その他

雇用コースの転換により下記の雇用形態で勤務

- 月給制の
- ◆エキスパート契約、スペシャリスト契約（※）
 - ◆その他、月給制契約社員（※）
- ◆時給制契約社員（※）

①へ

②へ

標準報酬月額の改定時期

①の方

7月（随時改定）

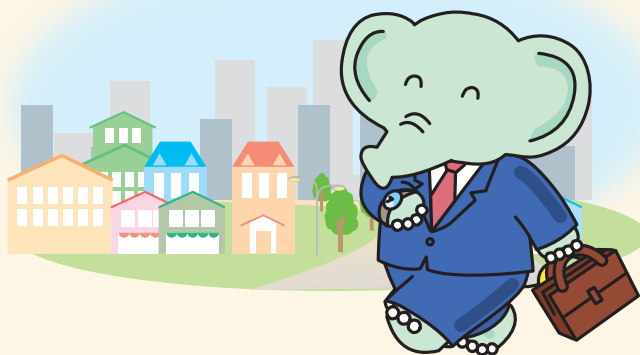
7月から新しい等級に基づいた共済掛金となります。4～6月の給与支給時は、3月までと同額の共済掛金が控除されます！

②の方

4月（資格取得時決定）

4月から新しい等級になりますが、6月に手当等を含めた等級に見直します。そのため、6月の給与支給時は、6月分の共済掛金の控除と併せて4月分及び5月分の共済掛金精算が行われます！

（注）時給制契約社員となる方は、6月の新規資格取得時決定見直しは行われません。



（※）短時間勤務職コース又は非正規社員となる方は、長期組合員から短期組合員となるため、年金制度は4月から日本年金機構の厚生年金に別途加入することから、厚生年金保険のほうの標準報酬は、4月時点で資格取得時決定が行われます。（なお、資格取得時決定の見直しは行われません。）

〈標準報酬担当〉

年度末は、就職、進学等による別居、被扶養者の生活環境に変化が生じます。これらの変化が生じることにより、被扶養者の認定要件を欠いた場合は、速やかに被扶養者の認定取消が必要になりますので、忘れずに必要な手続きを行ってください。

なお、手続きの必要書類は、**所属会社を介さず**共済センター（被扶養者担当）へ直接送付してください。

① 就職等に伴う認定取消の例

● **就職・他の社会保険に加入** 学校を卒業して就職、海外留学先で就職、あるいは他の社会保険に加入した。

● **別居** 被扶養者の収入以上の口座間送金をしていない。
または、同居が要件の被扶養者（※）と別居した。

- （※） ①三親等内の親族で、組合員の配偶者、子、父母、孫、祖父母及び兄弟姉妹以外の者
②届出をしていないが事実上婚姻関係と同様の事情にある者（事実上の配偶者）
③組合員の事実上の配偶者の父母及び子並びに当該配偶者の死亡後におけるその父母及び子で、引き続き組合員と同一の世帯に属する者

② その他の事由による認定取消の例

● **扶養替** 組合員と組合員以外の扶養義務者（以後、「他の扶養義務者」という。）の直近の源泉徴収票を比較したところ、他の扶養義務者の収入が組合員の収入を上回っており、今後も他の扶養義務者の収入が多くなる見込みであることが分かった。

他の扶養義務者が前年分の確定申告を行ったところ、他の扶養義務者の年間収入が組合員の年間収入を上回っていた。

● **収入増加** パートの雇用条件変更や**個人年金**の収入が入り、年収見込が基準額（※）以上となった。

- （※）●60歳未満は130万円/60歳以上の者である場合又は概ね厚生年金保険法による障害厚生年金の受給要件に該当する程度の障がい者である者は180万円
●一時的な収入増加と認められる場合は、被扶養者として認められる場合もあります。

● 一時的な収入増加の詳細は共済組合HPをご覧ください。

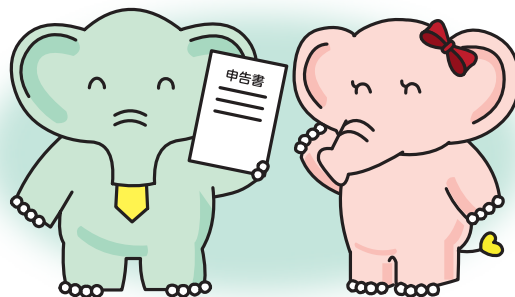
[トップページ](#) ▶ [用語から探す](#) ▶ [年収の壁・支援強化パッケージ](#)



● **年金増額改定** 公的年金が増額改定され、年収見込が基準額（180万円）以上となった。

● **雇用保険等** 日額3,612円（傷病手当金は月額108,334円以上であることも要件）の雇用保険等を受給し始めた。

手続を行う場合は、**【取消用】被扶養者等申告書（1/2）及び（2/2）、必要書類、被扶養者証（保険証）、資格確認書（有効期限内）、組合員証等返納票**を提出してください。必要書類は、取消理由により異なりますので、詳しくは、共済組合HPをご確認ください。



! **【取消用】被扶養者等申告書（1/2）には、必ず「被扶養者の要件を欠いた理由」と「被扶養者の要件を欠いた年月日」を記入してください。**

● 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。

[トップページ](#) ▶ [よくある手続から探す](#) ▶ [被扶養者が減った（取消）](#)



〈 被扶養者担当 〉



特定健康診査は、生活習慣病やその前兆である「メタボリックシンドローム」を
早期に発見・改善するために実施しています。

対象となる方

今年度40歳～74歳（75歳に達する方は、誕生日の前日）となる方で、かつ、特定健康診査（以下「特定健診」といいます。）受診時に、組合員の被扶養者・任意継続組合員とその被扶養者の資格を有する方
※ 組合員本人は、郵政会社等が行う定期健康診断または人間ドックを受診するため、特定健診を実施する必要はありません。

受診期間

2025年3月31日（月）まで

受診費用

無料
（約8,000円相当の受診費用が無料で受けられます。）

健診項目

身長、体重、腹囲、BMI、血圧測定、血液検査（血糖、脂質、肝機能）、尿検査（尿糖、尿たんぱく）、問診
※ 医師の判断で詳細な検査（心電図・眼底・貧血・血清クレアチニン）が行われることがあります。

特定健診を受けるには？

特定健康診査受診券が必要です。
2024年4月1日時点で資格を有する方へ2024年7月上旬に組合員の自宅住所に「特定健康診査受診券」を郵送しています。
お手元に受診券がない場合は、以下から再発行の申し込みが可能です。



受診期間も残りわずか
医療機関への予約は
お早めに!

【特定健康診査受診券（見本）】

2024年度 特定健康診査受診券	
特定健康診査受診券(セット券)	注意事項
受診券管理番号 受診者の氏名 性別 生年月日 有効期間 2025年3月31日 健診内容 ・特定健診 ・その他（任意継続組合員にのみ） 健診日 健診時間 健診場所 健診料 健診券番号 〒330-9792 埼玉県さいたま市中央区新栄センター1 健診券電話番号 0120-97-8484（コールセンター） 健診券番号・名称 日本郵政共済組合 0120978484 契約とりよせの機関名 共済組合連盟 支社内行機関番号 94899012 支社内行機関名称 社会保険労働福祉共済会	1. この券は交付日から有効であり、すでに、下記の医療機関にご受診の場合に限り有効です。 「特定健康診査受診券」の発行に際しては、この券と組合員証または被扶養者証を共に提示していただきます。なお、この券は有効期限内に限り有効です。 2. 特定健康診査を受診するときは、この券と組合員証または被扶養者証を共に提示していただきます。なお、この券は有効期限内に限り有効です。 3. 特定健康診査はこの券に記載してある有効期限内に限り有効です。 4. 特定健康診査受診券は、受診者本人に限り有効です。また、この券は有効期限内に限り有効です。この券は有効期限内に限り有効です。 5. 特定健康診査受診券は、受診者本人に限り有効です。また、この券は有効期限内に限り有効です。 6. 特定健康診査受診券は、受診者本人に限り有効です。また、この券は有効期限内に限り有効です。 7. 特定健康診査受診券は、受診者本人に限り有効です。また、この券は有効期限内に限り有効です。 8. 特定健康診査受診券は、受診者本人に限り有効です。また、この券は有効期限内に限り有効です。 9. 特定健康診査受診券は、受診者本人に限り有効です。また、この券は有効期限内に限り有効です。 10. 特定健康診査受診券は、受診者本人に限り有効です。また、この券は有効期限内に限り有効です。
<健診実施機関の請求事務ご担当者さまへ> ◎当共済組合の組合員証・被扶養者証（「健康保険証」）の記載は「1」（赤色のアイコン）です。変更ではありません。被扶養者証等記載欄が空欄ですと、請求ができませんので、必ず「1」を入力してください。 ◎健診当日から1週間以内に特定健康診査を実施した場合は、健診結果実施に「1」を設定してください。	

● 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。

[トップページ](#) ▶ [用語から探す](#) ▶ [特定健診・特定保健指導](#) ▶ [特定健康診査\(特定健診\)](#) ▶ [受診券の発行](#)



- 助成対象の特定健診は年度内1回限りです。
- 同一年度内に2回以上受診した場合には、2回目以降にかかった受診費用は自己負担となります。
- 組合員（又は被扶養者）の資格を喪失した後に、受診券を使用して特定健診を受診した場合は、後日、受診費用を全額返還していただきます（遡って資格を喪失した場合も同様です。）。
- **特定健診の受診者特典である「カタログギフト」の申込受付は、2025年1月31日（金）（必着）で締め切らせていただきました。**

なお、申込期限を過ぎた後に、受診結果の写し、申込書（受診券に同封）を郵送いただいた場合は、特典発送の対象外となります。

（助成担当）



特定保健指導は、特定健診等の結果から一定の基準に当てはまる方のみ利用いただけます。

対象となる方

40歳～74歳のすべての組合員とその被扶養者（任意継続加入も含む）のうち、特定健診等の結果が特定保健指導の対象基準に該当した方

対象者の方には「特定保健指導利用券」が届きます。

受け取った方は、希望の実施機関へ予約の上、特定保健指導を受けることができます。

※ 組合員本人は、業務委託先である日本郵政コーポレートサービス株式会社から所属事業所を通じて通知します。

特定保健指導とは?

特定健診等の結果に基づき、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が高く期待される方を対象に、個々の健診結果や生活状況に合わせて、保健師・管理栄養士等の専門家が、生活習慣を見直すサポートを行うものです。

特定保健指導は受けないといけないの?

強制的なものではありませんが、ご自身の健康管理づくりに役立てましょう!

特定保健指導を利用するメリットは?

無料!

費用はかかりません

医療費節約!

生活習慣病の悪化を防ぎましょう

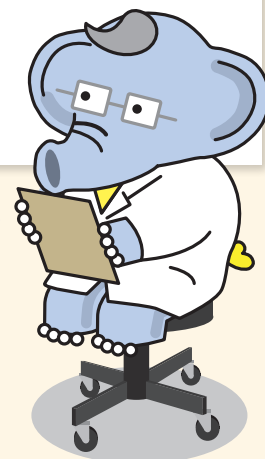
サポートあり!

保健師や管理栄養士と一緒に食事や運動の目標を立てられます

リスク管理ができる!

健診結果の見方が分かるようになります

自己負担なしで、保健師や、管理栄養士等健康づくりのプロの力を借りられるのなら効率よく健康を目指せそうですね!



● 詳しくは共済組合HPをご覧ください。

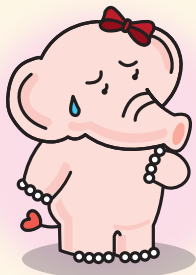
[トップページ](#) ▶ [用語から探す](#) ▶ [特定健診・特定保健指導](#) ▶ [特定保健指導](#)



〈 助成担当 〉

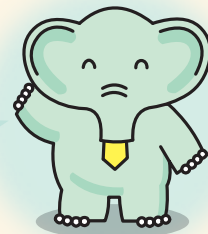


これまで特定健診等の結果の情報提供を行ってきた「健康ポータル」は、2025年3月31日(月)をもって廃止となります



廃止後は、過去の特定健診データを振り返れなくなってしまうのかな…

特定健診等の結果は、「マイナポータル」で確認できます
アプリからログインして活用しましょう!



マイナポータルの利用

マイナポータルには、次のようなメリットがあります。

- 特定健診等の結果を簡単に確認することができるので、異常値があれば早めに対処でき、健康管理に役立ちます。
- 医療機関への情報提供がスムーズに行えるため、診療の際に必要な情報を手軽に医師と共有できます。

※ 医師への情報提供は、特定健診の結果提供に同意が必要です。

マイナポータル利用ガイド

(デジタル庁ウェブサービス・アプリケーションサイト内)



https://myrna.go.jp/html/my_information.html



注意

マイナポータルでご自身の健診結果をチェックするには、あらかじめマイナンバーカードの健康保険証利用申込が必要です。

〈助成担当〉



組合員(任意継続組合員含む。)及びその被扶養者であれば、共済組合が業務を委託している歯科健診センターの提携歯科医院にて、**無料で歯科健診を受診**できるのをご存じですか?

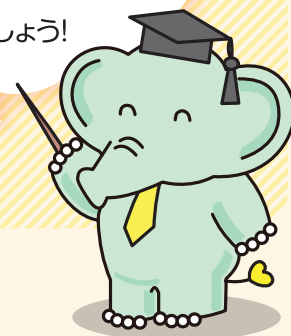
提携歯科医院

提携歯科医院は、歯科健診センターのホームページから検索できます。

無料の歯科健診とは

虫歯や歯周病チェックなどの「一般歯科健診」のみならず、「歯科矯正相談」「審美歯科治療相談」「インプラント治療相談」等、ご自身にあった内容を選ぶことが可能です。

歯と口の健康は、身体の健康にも大きく影響するみたい
無料の歯科健診を積極的に活用しましょう!



- 詳しくは共済組合HPをご覧ください。

トップページ ▶ 福祉事業 ▶ 保健事業 ▶ 健康増進 ▶ 無料の歯科健診



〈助成担当〉

1 マイナポータルの利用

～国税庁から確定申告に関するお知らせ～

確定申告はご自宅からスマホとマイナンバーカードでe-Tax! 医療費控除の確定申告は、マイナポータル連携が便利です!

- 国税庁ホームページの「確定申告者等作成コーナー」なら、金額等を入力するだけで、**自動計算**で、医療費控除を適用した**申告書の作成・e-Taxによる送信**ができます。
- さらに、マイナポータル連携を利用すると、医療費情報を申告書に**自動入力**できます。
- e-tax・マイナポータル連携に必要なもの
 - マイナンバーカードとパスワード2つ
 - ① 署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)
 - ② 利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)
 - マイナンバーカード読取対応のスマホ(又はICカードリーダー)

作成コーナー

マイナンバーカードを利用した確定申告案内



2 給付金等証明書

マイナポータルで確認・取得ができない方は、共済組合で「医療費控除の証明書」の記入に必要な「短期給付金支給明細書」(以下「証明書」といいます。)を発行いたします。

※ 発行対象は、日本郵政共済組合の資格を取得した日以降の診療分のみです。

なお、高額療養費等は最短で受診月より4か月後の送金となるため、2024年11月及び12月分については今年度の確定申告期限までに証明はいたしかねます。

また、この期間分については、見込額で申告いただき、見込額と異なることが分かった場合は、訂正(修正申告または更正の請求)をすることとなります。



- 「医療機関控除の証明書」には受診した病院等を記載する欄がありますが、証明書には受診した医療機関の記載はございません。【証明書に記載のある項目】・共済組合からの送金日・送金額・受診年月・給付金種別
- 医療機関受診歴をマイナポータルで確認できない場合は「医療機関受診歴」の発行申請を行ってください。
- 証明書や医療機関受診歴は医療費控除の明細書の添付資料としては使用できません。

郵送先

日本郵政共済組合共済センター
給付担当(住所は表紙を参照)

● 手続等の詳細は共済組合HPをご覧ください。

トップページ

▶ 給付・医療費から探す ▶

各種証明書の発行



長短「医療費のお知らせ」を2月中旬(予定)に発行します

組合員及び被扶養者が受診された際の医療費等について、世帯単位でまとめて記載した「医療費のお知らせ」を、**2月中旬(予定)**に組合員のご住所あてに圧着ハガキで郵送します。

目的	皆さまの受診に係る医療費の額(※1)を認識いただくとともに、医療機関からの不正請求を抑止するため。 身に覚えのない受診がないか、受診日数に誤りはないか等をご確認ください。
対象	2024年4月及び5月に保険医療機関等で受診したもの。 <input type="checkbox"/> 送付対象外の受診 <ul style="list-style-type: none"> ● 任意継続組合員世帯の受診 ● 組合員証等を使用しない受診 ● 一部の医療機関での受診 ● 一部の疾病に係る受診 ● 一部公費助成を受けての受診
その他	<ul style="list-style-type: none"> ● 医療費控除の添付書類としてのご利用はできません。(※2) ● 「医療費のお知らせ」の再発行のご依頼には対応いたしかねます。

(※1) 自己負担分(2割～3割)と、共済組合負担分(7割～8割)を合算した額です。

(※2) 国家公務員共済組合連合会の実施要領に基づく掲載内容で発行するものであり、確定申告の際に必要な「実際に支払った医療費等の金額」の掲載がないためです。

● 詳細は共済組合HPをご覧ください。



トップページ

▶ お知らせ ▶

「医療費のお知らせ」の送付

〈 給付担当 〉

長短退任 育児休業中に傷病による療養期間がある方はご連絡ください!

2007年10月1日(金)以降、育児休業を承認された期間中に傷病のため療養した期間がある方は、傷病手当金を請求できる場合がありますので、共済センターまでご連絡ください。

請求には**時効**がありますので
ご注意ください。

- 2023年4月2日(日)以前の期間に係る請求 … 2025年4月2日(水)をもって時効(当日の消印有効)
- 2023年4月3日(月)以降の期間に係る請求 … 請求対象日ごとに、その翌日から起算して2年以内に請求

育児休業期間中の傷病手当金請求については、2023年4月3日(月)付で共済組合ホームページへの掲載、「ゆうせい共済」No483(2023.4.3)～No489(2024.9.2)で注意喚起し、2年以上前の期間でも時効としないよう取り扱ってきました。

この取扱いは2025年4月2日(水)をもって終了となりますので、以降、「請求対象日ごとに、その翌日から起算して2年以内に請求を行わないときは、時効により給付を受ける権利が消滅する」こととなります。

該当の方はお早めに共済センターまでご連絡いただき、**2025年4月2日(水)(当日消印有効)までに請求**いただきますようお願いいたします。

● 詳しくは共済組合HPをご覧ください。

トップページ

▶ お知らせ ▶

育児休業中に傷病による療養期間がある方はご連絡ください!



〈 給付担当 〉

共済貸付利率一覧

種類	貸付金利率
普通貸付	4.26%
特別貸付	1.16%
一般住宅貸付	1.84%
特別住宅貸付	

2025年4月1日以降も
貸付金利率は
変更ありません



〈貸付担当〉

予告

長短 団体積立年金保険(拠出型企業年金保険)「みらい」の新規加入等の募集が始まります

募集期間

2025年4月1日(火)~7月31日(木)

※ 一時積増の募集のみ2025年12月31日(水)まで延長

年1回の機会ですので、
ぜひお申込みを
ご検討ください。

「みらい」のメリット

1 予定利率
年1.25%

加入年数が短いと、積立金が掛金払込の合計を下回ることがあります。

2 所得控除を
受けられます。

一般型コース 個人型コース
一般の生命保険料 個人年金保険料
それぞれ最高5万円

3 掛金は
給与控除
されます。

自動的に控除されますので、
自然と積立ができます。

加入対象者

- ① 正社員 (短時間勤務職コースを含む。)
- ② シニア職 (短時間勤務職コースを含む。)
- ③ 再雇用シニア職 (短時間勤務職コースを含む。)
- ④ アソシエイト社員 (無期雇用社員)

申込方法

新規加入の方

4月以降共済組合ホームページに掲載する「募集号」を印刷してお申込みください。
※ 一部の事業所には「募集号」を郵送します。

既加入の方

4月以降「みんなのMYポータル」から口数変更(増口・減口)、一時積増、コース追加のお手続きをお申込みください。
※ 8月以降の一時積増の申込方法については、別途改めてご案内します。

募集が始まる前に「みんなのMYポータル」を登録しよう!



※ みんなのMYポータルにログインできない方は、明治安田生命フリーダイヤル(0120-165-660)へお問合せください。

制度内容の詳細は、4月に発行するパンフレット・募集号をご確認ください。

● 共済組合HP

トップページ ▶ 人生のイベントから探す ▶ 老後に備えた貯金



〈みらい担当〉