

● あなたの生活に健康と安心を

共済組合 だより

2026

3

第126号

ご家族の方も
一緒にお読みください

忘れず申込みを!

がん検診と 配偶者人間ドックの 申込みが始まります!

今年こそ
申込みぞ!

申込
期間 令和8年 4/1~5/31

40歳以上の組合員の半数以上※の方が
がん検診を受けています!!

ご自身はもちろん、職場や家族の健康力アップを目指して、
周りのみなさまに受診のお声がけをお願いします。

※令和6年度 大阪市職員共済組合の組合員のがん検診受診率(40歳以上): 50.3%

今月号のTOPICS

- | | | | |
|----|---------------------|----|------------------------------------|
| 2 | がん検診の申込みが始まります! | 12 | 令和8年度 保険料率・予算が決まりました |
| 6 | 配偶者人間ドックの申込みが始まります! | 13 | 令和7年度 扶養状況確認調査(検認)へのご協力ありがとうございました |
| 10 | 退職後に必要な年金の手続きについて | 13 | おおさか健活マイレージアスマイル |
| 11 | 当共済組合への手続きをお忘れなく! | | |

最大 3 万円相当の検診がほぼ無料で受けられます!

がん検診の 申し込みが始まります!



今年には受けず、
がん検診

申込期間

令和8年
4/1(水) ~ 5/31(日)

※各実施機関の休診日を除く

受診期間

令和8年 令和9年
7/1(水) ~ 3/31(水)

※各実施機関の休診日を除く

がん検診一覧表

検診セット		オプション検査 <small>※セットに追加のみ。単独での申込不可。</small>			
検診名 (検査名)	男性がん検診セット	女性がん検診セット	がん検診		腹部超音波検査
		胃がん (50歳以上は胃内視鏡検査選択可)、 大腸がん、肺がん、 骨量検査	胃がん (50歳以上は胃内視鏡検査選択可)、 大腸がん、肺がん、 子宮頸がん、乳がん、 骨量検査	前立腺がん検査	
対象者	男性組合員	女性組合員	50歳以上の 男性組合員	組合員 <small>※原則、未受診者に限る</small>	40歳以上の 組合員
自己負担金	無料 胃内視鏡検査選択の場合は 3,300 円 (税込)		無料	無料	550 円 (税込)

※年齢は令和8年4月1日現在です。

※後期高齢者医療制度の対象者(75歳以上の方及び65歳以上の方で一定の障がいがあると認定を受けた方)は、当共済組合のがん検診の対象外となります。
がん検診等の助成については、ご加入の後期高齢者医療広域連合にお問合せください。

※妊娠中の方、胃疾患治療中の方、急性心筋梗塞や重篤な不整脈等の心疾患がある方等は、胃内視鏡検査の選択ができない場合があります。実施機関によって胃内視鏡検査を受けられる条件が異なりますので、ご希望の場合は予約時にご確認ください。

詳しくは、当共済組合ホームページをご確認ください。

(トップページ>各種事業(検診・あっせん等)>検診事業>がん検診)

スマートフォンは
こちらから



参考

国が推奨するがん検診の一覧

国が推奨しているがん検診は、検診によるメリット(がん死亡率の減少等の利益)が、検診によるデメリット(死に至らないがんの発見や検診による偶発症の発生等の不利益)を上回ることが確認されています。(科学的根拠が認められています。)

がん情報サービス
「がん検診について」
(国立がん研究センター
ホームページ)

スマートフォンは
こちらから



カンタン、ステップ♪ 申込みから受診まで

検診内容

1 申込期間内に実施機関へ直接申込みください (P4~5参照)。
がん検診一覧表 (P2) より受診を希望するものを実施機関へ伝えてください。

選んで申込み



2 受診日の約2週間前までにご案内・問診票・検査キットが届きます。
万一届かない場合は実施機関へお問合せください。

届いたら中身を確認



3 申し込んだ実施機関で受診してください。
マイナ保険証または資格確認書を持参してください。

当日受診



4 検診結果は後日郵送で届きます。
要精密検査の判定が出た方は、必ず精密検査を受けてください。

結果をチェック



検診種別	検査項目
胃がん検診	問診・胃部X線検査 (胃バリウム) または胃内視鏡検査 (胃カメラ)
大腸がん検診	問診・免疫便潜血検査 (2日法)
肺がん検診	質問 (問診)・胸部X線検査 喀痰細胞診 (50歳以上で喫煙指数【1日本数×年数】= 600以上の方)
子宮頸がん検診	問診・視診・子宮頸部細胞診及び内診
乳がん検診	問診・マンモグラフィまたは超音波検査 ※ 40歳以上は原則マンモグラフィです。ただし、40歳以上であっても、マンモグラフィ不適の方 (妊娠中、妊娠の可能性がある、心臓のペースメーカー装着中、豊胸術後等) は、マンモグラフィに代えて超音波検査を受診可能です。 ※ 40歳未満は超音波検査のみに限ります。
骨量検査	DXA (デキサ) 法または超音波法
前立腺がん検診	血液検査 (PSA)
肝炎ウイルス検査	HBs抗原検査、HCV抗体検査、HCV核酸増幅検査 (HCV抗体検査の結果、中力価または低力価と分類された場合)
腹部超音波検査	5臓器 (肝・胆・膵・腎・脾)

がん検診Q&A

Q 複数の実施機関に申込みことはできますか。

A 申込みいただける実施機関は1か所のみとなっています。予約後に違う実施機関に申込みを希望される場合は、一度予約をキャンセルしていただき、改めて申込期間内に希望する実施機関への申込みをお願いします。実施機関の予約できる枠には限りがあります。多くの組合員が検診を受けられるようご協力をお願いします。2枠以上申し込んだ場合は、当共済組合から連絡します。

Q 現在医療機関で経過観察中です。がん検診を受けた方がいいですか。

A 検査部位の病気で治療中または経過観察中の方は、その部位は検診対象外となります。検診は治療や経過観察の代わりとはなりませんので、引き続きかかりつけの医療機関でフォローを受けてください。それ以外の部位の検診は受けていただけますので、申込みの際、検診を希望しない部位をお申出ください。

Q 実施機関に何度も電話していますがつながらないので困ります。

A 例年、申込開始直後と申込期限直前は予約の電話が繋がりにくくなっています。お手数ですが曜日や時間帯を変えてかけ直していただくようお願いします。WEB申込が可能な実施機関でしたら、土日や夜間も予約していただけます。

Q 検診申込時点で組合員資格がありましたが、検診当日時点で資格を喪失しています。がん検診を受診できますか。

A 検診当日時点で資格を喪失されている場合は受診できません。資格喪失後の受診は全額自己負担となり、後日検診費用を返還していただきますのでご注意ください。

がん検診 実施機関一覧

※令和8年度と9年度の実施機関となります。

- 申込みは原則ご本人からに限ります。
- 障がい等により電話やWEBでの申込みができない方や受診に当たって困りごと等がある場合は、当共済組合の保健医療係（☎ 06-6208-7597、✉ ba0010@ii.city.osaka.jp）までお問合せください。
- 検診日の変更やキャンセルは、予約後も実施機関にご相談いただけますので、予約した実施機関へ直接連絡してください。
- 定員のある実施機関があります。定員に達した実施機関は当共済組合のホームページで随時お知らせします。

実施機関名	医療法人医誠会 医誠会国際総合病院  🔍 検査方法：経鼻
アクセス	🏠住所 大阪市北区南扇町 4-14 🚉最寄り駅 大阪メトロ扇町駅徒歩3分（⑤番出口）、JR大阪環状線天満駅徒歩7分
申込方法	☎電話申込 0570-099166 (代表 ナビダイヤル「4」→「2」) 月～金 / 8:30～16:30 (祝日除く) 受付 📱WEB申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。5/29(金)16:30以降は受付不可。 
検診実施曜日・時間	月～土 / 8:30～16:30 (祝日除く) (受付は10:30まで。検診項目により午後受診も可能)
その他	令和8年4月より、日程や検査項目の変更には、キャンセル料が発生します。 お申込みの際には、日程、検査項目を確認ください。

実施機関名	大阪がん循環器病予防センター  🔍 検査方法：経口または経鼻
アクセス	🏠住所 大阪市城東区森之宮 1-6-107 🚉最寄り駅 JR大阪環状線森ノ宮駅徒歩3分（北出口）、大阪メトロ森ノ宮駅徒歩2分（④番出口）
申込方法	☎電話申込 06-6969-6711 ※申込期間終了後の予約内容の確認及び変更は、06-6969-6712へ連絡してください。 月～金 / 8:45～17:00 (祝日除く) 受付 📱WEB申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。 
検診実施曜日・時間	月～金 / 8:30～12:15 (検診項目により火・水・木の午後受診も可能) (祝日除く)

実施機関名	医療法人上野会 上野会クリニック  🔍 検査方法：経口または経鼻	医療法人上野会 上野会クリニック あべのBranch  🔍 検査方法：経口または経鼻
アクセス	🏠住所 大阪市住吉区長居東 4-21-26 🚉最寄り駅 大阪メトロ長居駅徒歩3分（⑥番出口）、JR阪和線長居駅徒歩5分（東出口）	🏠住所 大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-2-11 あべのウェルビーイングテラス4階 🚉最寄り駅 大阪メトロ天王寺駅徒歩2分、JR天王寺駅徒歩3分、近鉄南大阪線大阪阿部野橋駅徒歩1分
申込方法	☎電話申込 06-6615-9899 月～土 / 8:00～17:00 (祝日除く) 受付 📱WEB申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。	☎電話申込 06-6115-7386 月～土 / 8:00～17:00 (祝日除く) 受付  ▲上野会クリニック  ▲上野会クリニック あべのBranch
検診実施曜日・時間	月・火・水・金 / 8:00～12:00、13:00～16:00 (祝日除く) 木・土 / 8:00～12:00 (祝日除く)	月～土 / 8:00～12:00 (祝日除く) (子宮頸がん検診は月・水・金実施)

実施機関名	医療法人健人会 那須クリニック  検査方法：経口
アクセス	 住所 大阪市淀川区西中島 4-4-21 サンノビル 2 階  最寄り駅 大阪メトロ西中島南方駅徒歩 4 分 (①番出口)、阪急京都線南方駅徒歩 6 分 (西出口)
申込方法	 電話申込 06-6308-3909 月～金 /9:00～17:00 (祝日除く) 受付  WEB申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。 
検診実施曜日・時間	月～金 /8:30～12:00 (祝日除く) (婦人科検診は月・火・金実施)

実施機関名	一般財団法人 大阪市環境保健協会 
アクセス	 住所 大阪市中央区大手前 2-1-7 大阪赤十字会館 6・7 階  最寄り駅 大阪メトロ天満橋駅徒歩 5 分、京阪電車天満橋駅徒歩 7 分、大阪メトロ谷町四丁目駅徒歩 10 分
申込方法	 電話申込 06-6366-6043 月～金/8:00～19:30、土/9:00～15:00 (祝日除く)受付 ※申込期間終了後の予約内容の確認及び変更は、 06-4792-7080 (または 7082)へ連絡してください。  WEB申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。 
検診実施曜日・時間	男性日：月・水・金・土(第2・4)/8:40～10:30 (祝日除く) 女性日：火・木・土(第1・3)/8:40～10:30 (祝日除く) 男女混合日：月・水・金/13:30～15:00 (婦人科検診なし) (祝日除く)

 実施機関名	社会医療法人寿楽会 m・oクリニック  ホームページは こちら 
アクセス	 住所 大阪市中央区難波 2-2-3 御堂筋グランドビル 11 階  最寄り駅 大阪メトロなんば駅徒歩 1 分 (②番出口)
申込方法	 電話申込 06-6210-3121 月～金 /9:00～16:00 (祝日除く) 受付
検診実施曜日・時間	月～金 /8:15～13:30 (祝日除く) (子宮頸がん検診は午前中実施)

 実施機関名	医療法人朋愛会 淀屋橋健診プラザ 	医療法人朋愛会 淀屋橋総合クリニック 
アクセス	 住所 大阪市中央区伏見町 4-1-1 明治安田生命大阪御堂筋ビル 4 階  最寄り駅 大阪メトロ淀屋橋駅直結 (⑬番出口)、京阪電車淀屋橋駅徒歩 4 分 (③番出口)	 住所 大阪市中央区道修町 3-3-3 アサヒ軽金属ビル 2-4 階  最寄り駅 大阪メトロ淀屋橋駅徒歩 2 分 (⑪番出口)、京阪電車淀屋橋駅徒歩 7 分 (⑮番出口)
申込方法	 電話申込 06-6206-6660 月～金 /9:00～17:00 (祝日除く) 受付  WEB申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。  淀屋橋健診プラザ  淀屋橋総合クリニック	
検診実施曜日・時間	月～金 /8:00～13:00 (祝日除く)、土 /8:00～10:45 (祝日除く)	月～金 /8:00～12:00 (祝日除く)、土 /8:00～11:00 (祝日除く)

がん検診と特定健康診査が一度に受けられ便利!!

最大2万円相当の人間ドックが5,500円(税込)で受けられます!

配偶者人間ドックの 申し込みが始まります!



申込期間

令和8年
4/1水 ~ **5/31**日

※各実施機関の休診日を除く

受診期間

令和8年 令和9年
7/1水 ~ **3/31**水

※各実施機関の休診日を除く

カンタン、ステップ♪ 申し込みから受診まで

1

申込期間内に実施機関へ
直接申し込みください
(P8~9参照)。

※申込みの際にいただいた個人情報は、
配偶者人間ドック(特定保健指導を含
む)の目的以外には使用しません。

選んで申込み



2

受診日の約2週間前までに
ご案内・問診票・
検査キットが届きます。

万一届かない場合は
実施機関へ
お問合せください。

届いたら中身を確認



3

申し込んだ実施機関で
受診してください。

マイナ保険証または資格確
認書、自己負担金(5,500円
(税込))を持参してください。

当日受診



4

検査結果は後日
郵送で届きます。

再検査や要精密検査等の判
定が出た方は、必ず受診して
ください。

結果をチェック



検査内容

検査項目		対象者		
身体計測	身長・体重・BMI、腹囲	被扶養配偶者		
血液検査	血糖		血糖、HbA1c	
	脂質		総コレステロール、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール	
	血液		赤血球数、白血球数、血小板数、ヘモグロビン、ヘマトクリット、MCV、MCH、MCHC	
	腎機能		BUN、クレアチニン、尿酸	
肝・胆・膵機能	総ビリルビン、AST、ALT、γ-GT、ALP、LDH、TP、ALB、A/G		女性 被扶養配偶者	
				生理的
画像	心電図			50歳以上の 男性 被扶養配偶者
	眼底			
	視力・聴力			
尿	腹部超音波検査	女性 被扶養配偶者		
	糖、蛋白			
	潜血、沈渣(必要時)			
がん	胃	胃部X線検査(胃バリウム)		
	肺	胸部X線検査・喀痰細胞診 ※医師の判断により必要時		
	大腸	免疫便潜血検査(2日法)		
	乳腺	マンモグラフィまたは超音波検査 ※40歳以上は原則マンモグラフィ。ただし、40歳以上であっても、マンモグラフィ不適の方(妊娠中、妊娠の可能性、心臓ペースメーカー装着中、豊胸術後等)については、マンモグラフィに代えて超音波検査を受診可能 ※40歳未満は超音波検査のみに限る		
子宮頸部	視診・子宮頸部細胞診及び内診	50歳以上の 男性 被扶養配偶者		
前立腺	血液検査(PSA)			
骨量	DXA(デキサ)法または超音波法	被扶養配偶者		
問診				
診察				

※年齢は令和8年4月1日現在です。

※後期高齢者医療制度の対象者(75歳以上の方及び65歳以上の方で一定の障がいがあると認定を受けた方)は、当共済組合の配偶者人間ドックの対象外となります。

注意事項

※申込期間終了後の申込みや複数の実施機関への申込みはできません。

※乳がん・子宮頸がん検診は、医師含め必ずしも女性スタッフが対応できるとは限りません。

まずは
check!

配偶者人間ドックQ&A

Q 配偶者であれば
誰でも申し込むことはできますか。

A 当共済組合の組合員の配偶者で、かつ配偶者人間ドックの申込期間内に当共済組合において扶養認定を受けている方（被扶養配偶者）が対象です。

Q 扶養認定の手続き中に
申込みできますか。

A 扶養認定の手続き中であっても申込期間内に配偶者人間ドックを申込みください。認定された方には「資格情報通知書」が交付されますので、後日、申込みをされた実施機関に被扶養者の記号・番号をご連絡ください。

Q 配偶者人間ドックの
申込みをしたところ、特定健康診査の
受診券が届きません。

A 配偶者人間ドックには特定健康診査の内容と同等の内容が含まれているため、同一年度に特定健康診査の受診はできません。配偶者人間ドックの申込みをした場合には、特定健康診査の受診券の送付はございませんのでご了承ください。

Q 配偶者人間ドック申込時点で
当共済組合の資格がありましたが、
受診当日時点で資格を喪失しています。
配偶者人間ドックを受診できますか。

A 受診当日時点で資格を喪失されている場合は、受診できません。資格喪失後の受診は全額自己負担となり、後日受診料を返還していただきますのでご注意ください。

Q 配偶者人間ドックの申込みをキャンセルして、
特定健康診査を受けることはできますか。

A 受けていただけます。まず、配偶者人間ドックを申込みされた実施機関にキャンセルのご連絡をお願いします。その後、当共済組合のホームページの申請書類一覧より「特定健康診査受診券等交付申請書」を印刷のうえご記入いただき、当共済組合宛てに送付してください（通送可）。

特定健康診査受診券等交付申請書については、当共済組合ホームページをご確認ください。

[\(トップページ>⑥申請書類一覧\)](#)

スマートフォンは
こちらから



特定健康診査

特定健康診査とは、生活習慣病予防のために、メタボリックシンドロームに着目した健康診断です。対象者は、その年度中40歳から75歳となる組合員（任意継続含む）の被扶養者です。ただし、当該年度中に当共済組合の組合員資格を喪失された場合や、健診受診日までに75歳に達した方は対象外となります。



配偶者人間ドック 実施機関一覧



※令和8年度と9年度の実施機関となります。

- 申込みは原則ご本人からに限ります。
- 障がい等により電話やWEBでの申込みができない方や受診に当たって困りごと等がある場合は、当共済組合の保健医療係（☎06-6208-7597、✉ba0010@ii.city.osaka.jp）までお問合せください。
- 例年、申込開始直後と申込期限直前は予約の電話がつながりにくくなっています。
WEB申込が可能な実施機関でしたら、土日や夜間も予約していただけます。
- 健診日の変更やキャンセルは、予約後も実施機関にご相談いただけますので、予約した実施機関へ直接連絡してください。
- 定員のある実施機関があります。定員に達した実施機関は当共済組合のホームページで随時お知らせします。

実施機関名	医療法人上野会 上野会クリニック	医療法人上野会 上野会クリニック あべのBranch
アクセス	♡住所 大阪市住吉区长居東 4-21-26 🚉最寄り駅 大阪メトロ長居駅徒歩3分 (⑥番出口)、JR 阪和線長居駅徒歩5分(東出口)	♡住所 大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-2-11 あべのウェルビーイングテラス4階 🚉最寄り駅 大阪メトロ天王寺駅徒歩2分、 JR天王寺駅徒歩3分、 近鉄南大阪線大阪阿部野橋駅徒歩1分
申込方法	☎電話申込 06-6615-9899 月～土/8:00～17:00(祝日除く)受付	☎電話申込 06-6115-7386 月～土/8:00～17:00(祝日除く)受付
	📄WEB申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。	 ▲上野会クリニック
健診実施曜日・時間	月・火・水・金/ 8:00～12:00、13:00～16:00(祝日除く) 木・土/8:00～12:00(祝日除く)	月～土/ 8:00～12:00(祝日除く) (子宮頸がん検診は月・水・金実施)
実施機関のPR	あべの Branch は令和8年予定のフロア拡張により男女ともに月～土曜に受診いただけます。お申込みはぜひWEBをご利用ください。24時間受付可で、そのまま日程確定できます。	

実施機関名	社会医療法人寿楽会 m・oクリニック	ホームページは こちら 
アクセス	♡住所 大阪市中央区難波 2-2-3 御堂筋グランドビル11階 🚉最寄り駅 大阪メトロなんば駅徒歩1分(②番出口)	
申込方法	☎電話申込 06-6210-3121 月～金/9:00～16:00(祝日除く)受付	
健診実施曜日・時間	月～金/8:30～10:00(祝日除く)	
実施機関のPR	『圧倒的な利便性』 大阪メトロ「なんば駅」から直結。改札からの所要時間は徒歩1分です。近鉄、南海、JRからも地下街を通ることで天候を気にせずご来院いただけます。スタッフ一同、心よりお待ちしております。	

実施機関名	医療法人聖授会 総合健診センター	ホームページは こちら 
アクセス	 住所 大阪市天王寺区東高津町 7-11 大阪府教育会館 5 階  最寄り駅 大阪メトロ谷町九丁目駅徒歩 5 分（東改札）、近鉄大阪上本町駅徒歩 3 分（中央改札）	
申込方法	 電話申込 06-6761-2200 月～土 / 8:30 ～ 16:30（土曜日は 4/18・5/16 のみ）（祝日除く）受付	
健診実施曜日・時間	月～土 / 8:30 ～ 13:30（土曜日実施日 / 7～12 月は第 1・3、1～3 月は第 3）（祝日除く）	
実施機関のPR	ガラスの壁面を多用した独創的で斬新なデザインを取り入れた健診フロアです。 機能的かつ効率的な検査室の配置によって、受診者本位のアメニティ空間が形づくられ、明るくて清潔感ある健診施設です。	

実施機関名	医療法人健人会 那須クリニック	
アクセス	 住所 大阪市淀川区西中島 4-4-21 サンノビル 2 階  最寄り駅 大阪メトロ西中島南方駅徒歩 4 分（①番出口）、阪急京都線南方駅徒歩 6 分（西出口）	
申込方法	 電話申込 06-6308-3909 月～金 / 9:00 ～ 17:00（祝日除く） 受付  WEB 申込 右記の二次元コードへアクセス後、大阪市職員共済組合のバナーからお申込みください。	
健診実施曜日・時間	月～金 8:30 ～ 12:00、土は不定期で実施（祝日除く）（婦人科検診は月・火・金・土実施）	
実施機関のPR	乳がん、子宮頸がん検診は月・火・金・土に女医及び女性スタッフが実施しております。 月に数回レディースデイを設けておりますので、ご希望の方はお電話でお問合せください。	

受診前に
チェック!

特定保健指導の 初回面接

について

無料

配偶者人間ドックの結果から、生活習慣病の発症リスクが高い方には、受診日当日に実施機関より特定保健指導のご案内をさせていただくことがあります。
専門スタッフの力を借りて、生活習慣を見直すチャンスです。案内がありましたら、ぜひ積極的にご利用ください。

※受診日に特定保健指導を利用されなかった方には、当共済組合よりご自宅でもできる特定保健指導の案内を送付いたします。

退職後に必要な年金の手続きについて

大阪市を退職した後、年金に関してさまざまな手続きがあります。

将来受け取る大切な年金のことですので、忘れずに手続きをしてください。

お問合せ 年金係 ☎06-6208-7547、7548、7549

退職後に国民年金に加入する場合

手続き窓口▶

お住まいの市(区)役所または町村役場

国民年金は60歳まで加入しなければなりません。そのため、60歳未満で退職され再就職されない方は、退職後に国民年金第1号被保険者の手続きをしていただく必要があります。また、扶養されていた配偶者(60歳未満)の方も退職と同時に国民年金第3号被保険者の資格は喪失しますので、国民年金第1号被保険者の手続きをしていただく必要があります。

住所または氏名を変更した場合

手続き窓口▶ 当共済組合

年金をまだ受けていない方が住所や氏名を変更した場合は、「年金待機者異動報告書」の提出が必要です。今後年金に関する書類等を正しく送付するために、変更が生じましたら当共済組合までご連絡ください。

「年金待機者異動報告書」は当共済組合ホームページからダウンロードできます。

公務員として再就職(共済組合に再び加入)する場合

手続き窓口▶ 再就職先(国家公務員共済組合へ加入する場合は当共済組合に届出が必要です)

再就職先に、当共済組合に加入していたことを報告してください。

また、共済組合が支給する老齢または障害年金を受給している場合は、再就職先に「年金受給者再就職届書(組合員用)」を提出してください。在職中は、年金の一部または全部が停止となります。

「年金受給者再就職届書(組合員用)」は当共済組合ホームページからダウンロードできます。

※再び加入する共済組合が当共済組合でない場合、当共済組合で管理していた記録は再就職先の共済組合に移管し再就職後の記録と合わせて管理され、最終の所属共済組合から年金が支給されます。

老齢年金受給者が議員になられた場合

手続き窓口▶ 当共済組合

共済組合が支給する老齢年金を受給している方が国会議員または地方公共団体の議会の議員となられた場合は、届出が必要です。

老齢厚生年金の支給開始年齢到達前に死亡した場合

手続き窓口▶ 当共済組合

ご遺族の方に必要なお手続きをご案内しますので、当共済組合にご連絡ください。

老齢厚生年金の支給開始年齢に到達した場合

手続き窓口▶

当共済組合または年金事務所

老齢厚生年金の支給開始年齢に到達される前に、ご自宅へ請求書等が送付されますので、忘れずにご提出ください。

※退職等年金給付の有期退職年金のうち一時金を選択される場合に、税金の計算のため「退職所得申告書」をご提出いただく必要があり、退職手当の源泉徴収票が必要な場合があります。大切に保管しておいてください。

退職後に必要な年金の手続きについては、
当共済組合ホームページでもご確認いただけます。

(トップページ>長期給付(年金)>退職後に必要な手続き)

スマートフォンは
こちらから



異動の多い季節です 当共済組合への手続きをお忘れなく！

1 組合員が退職したとき

組合員が退職すると、その翌日から被扶養者を含めて当共済組合の資格を喪失します。

組合員及び被扶養者全員の「資格確認書」、「高齢受給者証(70歳以上の方のみ)」、「限度額適用認定証」、「標準負担額減額認定証」及び「特定疾病療養受療証」(以下「資格確認書等」という。)が交付されている場合は、必ず返却してください。

返却できない場合は、所属所(市長部局にあっては総務事務センター。以下同じ。)を通じて「資格確認書等返納不能届」を提出してください。

マイナ保険証をご利用の場合は、マイナポータルで資格情報の保険者が新しい保険者、記号、番号に切り替わっていることを確認のうえ、ご使用ください。

2 被扶養者が就職、被扶養者と別居する場合等は、届出(減員・別居認定)が必要です！

被扶養者が就職して勤め先の健康保険組合等に加入した場合は**減員の届出**、人事異動のため組合員のみ引越することになったときや進学等で被扶養者と別居する場合(住民票を異動しない場合も含む)で、引き続き扶養するときは、**別居認定の届出**が必要です。

なお、別居認定の場合(人事異動に伴う別居認定を除く)は、別居する被扶養者への毎月の送金記録を残すことが必要で、現金の手渡しは認めていません。

減員または別居認定の届出は、事実発生の日から5日以内に所属所を通じて「被扶養者申告書」及び必要書類を提出してください。

医療費の返還が発生します！

資格喪失後、誤って当共済組合の資格確認書等を使用された場合や新しい保険者に切り替わる前にマイナ保険証を利用された場合、減員の手続きが遅れた場合は、当共済組合が負担した医療費(総医療費の7割から8割相当額等)を請求することがありますので、ご注意ください。

減員の届出及び別居認定の認定基準や必要書類等詳しくは、当共済組合ホームページをご確認ください。

([トップページ](#)>①加入者の資格と認定>
被扶養者の申告)

スマートフォンは
こちらから



令和8年4月1日以降、被扶養者とする家族(既に被扶養者である方を含む)の収入が 給与収入のみである場合の収入確認方法が一部変わります！

令和8年4月1日以降に新たに被扶養者として認定する場合や被扶養者の検認を行う場合の年間収入の確認について、当該被扶養者の収入が給与収入のみである場合に限り、労働基準法第15条の規定に基づき交付される「労働条件通知書」等の労働契約の内容が分かる書類に記載されている年間収入が収入基準額未満である場合には、原則として被扶養者として認定します。

詳しくは、当共済組合ホームページをご確認ください。

([トップページ](#)>お知らせ)

スマートフォンは
こちらから



保険料率が決まりました

令和8年4月からの保険料率は下表のとおりです。短期保険料と介護保険料は、一定の財源を確保する見込みとなりますので保険料率は引き下げますが、新たに子ども・子育て支援金が追加となります。

短期保険料は、加入者のみなさまの医療費や薬剤費等に充てる財源となりますが、当共済組合の医療費等は年々増加傾向が続いており、令和8年度も診療報酬改定の影響もあり、さらに増加する見込みとなっています。みなさまが安心して医療を受けられるよう、医療費等の削減に向けて、引き続き適正な受診と服薬にご協力をお願いします。

(単位：千分比)

	掛金 組合員が負担する保険料		負担金 事業主が負担する保険料	
	令和8年3月まで	令和8年4月から	令和8年3月まで	令和8年4月から
短期保険料率(医療保険等に関する財源)	52.00 (船員組合員は50.31)	50.02 (船員組合員は 48.22)	52.00 (船員組合員は53.69)	50.02 (船員組合員は 51.82)
福祉保険料率(検診事業等に関する財源)	0.80	0.80	0.80	0.80
介護保険料率(介護保険に関する財源)	7.90	7.75	7.90	7.75
子ども・子育て支援金率[新規] (子ども・子育て支援金制度*に関する財源)	—	1.15	—	1.15
厚生年金保険料率(年金に関する財源)	91.50	91.50	91.50	91.50
年金払い退職給付掛金率(新3階年金に関する財源)	7.50	7.50	7.50	7.50

※子ども・子育て支援金制度について

令和8年度から子ども・子育て支援金制度が始まります。社会全体で子育てを支えていくため、国の「こども未来戦略」に基づき、児童手当の拡充をはじめ、妊婦や乳児等のための支援給付等抜本的な給付拡充の財源の一部に「子ども・子育て支援金」が充てられます。令和7年4月から支給が始まっている育児休業支援手当金と育児時短勤務手当金にも、この支援金が充てられます。

令和8年度の保険料率について詳しくは、当共済組合ホームページをご確認ください。

([トップページ](#)>お知らせ)



子ども・子育て支援金制度について詳しくは、こども家庭庁ホームページをご確認ください。



予算が決まりました

令和8年度の事業計画及び予算が決まりました。

●短期経理

組合員と被扶養者の病気やけが、出産、休業等に給付を行う経理

収入総額	253億8,467万9千円
支出総額	246億8,499万7千円
収支差引額	6億9,968万2千円

●保健経理

組合員と被扶養者の各種検診事業等を行う経理

収入総額	3億4,972万2千円
支出総額	6億6,268万8千円
収支差引額	△3億1,296万6千円

短期経理と業務経理の収支差引額の利益金は、次年度に繰り越します。

保健経理と貸付経理の収支差引額の損失金(△)は、令和7年度から繰り越す利益剰余金を充当します。

●業務経理

短期給付(健康保険)と長期給付(年金)の事務費に係る経理

収入総額	3億3,161万円
支出総額	3億3,154万9千円
収支差引額	6万1千円

●貸付経理

住宅取得(新規は休止中)・高額医療・出産に要する貸付を行う経理

収入総額	4,133万9千円
支出総額	4,582万9千円
収支差引額	△449万円

令和8年度事業計画及び予算について詳しくは、当共済組合ホームページをご確認ください。

([トップページ](#)>各種情報・事業計画と予算)





扶養状況確認調査(検認)へのご協力ありがとうございました

被扶養者が認定基準を満たしているかを調査する「扶養状況確認調査(検認)」を実施しました。調査対象となったみなさまには、ご協力いただきありがとうございました。

令和7年度の実施状況

調査対象者

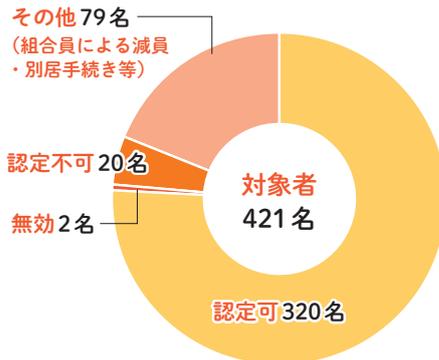
- 同居の父母・義父母及び同居の子(平成15年4月1日以前生まれ)のうち、当共済組合で指定する被扶養者

資格が取り消された事例

- 調査期間中の収入が超過していた
 - ×給与収入の年間合計が130万円以上
 - ×年金額の増額改定により年間180万円以上
 - ×公的年金と個人年金の合計額が年間180万円以上
- 必要な書類を提出しなかった

その他

- 組合員による減員・別居手続きを行ったものとして次の事例がありました
 - ×調査期間よりも前に収入が超過していた
 - ×就職していた
 - ×同居から別居になっていた



今年度の検認でも例年同様、収入が超過していた方が多く見受けられました。

被扶養者として認定されてもその資格は永久に継続するものではありません。認定不可とならないためには、組合員が自ら被扶養者の収入を「検認」の対象であるかどうかに関わらず、常に把握しておいていただく必要があります。

お問い合わせ 保健医療係 06-6208-7591 ~ 3

令和7年度の実施状況、検認に関するQ&Aや収入確認のポイント等詳しくは、当共済組合ホームページをご確認ください。(トップページ>お知らせ)



詳しくは、アスマイルの公式ホームページをご確認ください



「アスマイル」とは、大阪府民の健康をサポートするアプリです。健康活動を記録することで健康管理だけでなく、ポイントが貯まって電子マネーが当たる等、うれしい機能付き。大阪府以外にお住まいの組合員のみなさまも企業コードを入力すれば、アスマイルを利用することができます。登録画面で下記の企業コードを入力してください。

大阪市職員共済組合の企業コード



※この企業コードは、令和9年3月末まで利用可能です。大阪府内にお住まいの方は本登録すれば企業コードの入力無しで利用可能ですが、企業コードを入力したうえでのご利用をおすすめします。



まずはアプリをインストール

AppStore・Playストアで「アスマイル」と検索しダウンロード



●「Apple および Appleロゴ」は米国その他の国で登録されたApple Inc.の商標です。App StoreはApple Inc.のサービスマークです。●「Google Play および Google Playロゴ」はGoogle Inc.の商標です。

詳しい登録方法は、FAQの「お手続きについて/どうすれば参加できますか?(アプリ申込)」をご確認ください。



・ようこそリフォーム・

外壁塗装キャンペーン

～ 今なら足場代無料 ～



ローラー仕上げ 3度塗り

延床面積

25坪

目安価格

68万円 (税込)

延床面積

30坪

目安価格

82万円 (税込)

※ 目安価格は付帯部分の塗装も見込んでいますが壁面量や付帯部分量により変わる場合があります。屋根塗装は含みません。

お見積り
無料

無料見積りのご予約は
フリーダイヤルに
お電話ください。



住宅生協より分社した会社です。

セイキョウホーム近畿は、より低廉で高品質な住宅の提供をめざして平成17年2月1日に大阪労働者住宅生活協同組合(住宅生協)から分離・独立した新築・建替え・リフォーム工事や不動産の仲介も扱う会社です。住宅生協のモットーである「安心・安全・信頼」をしっかり引き継いでおりますので、「我が家のホームドクター」として、お気軽にご相談ください。

セイキョウホーム近畿

勤労者の立場に立った
住まいづくり

近畿労金

安心
信頼

全労済



● お問い合わせは



株式会社 セイキョウホーム近畿

〒540-0039 大阪市中央区東高麗橋2番5号

info@seikyo-home-kinki.co.jp

工事範囲

大阪府内、奈良県内、滋賀県内、京都府域(南丹以南)、兵庫県(中播磨、北播磨、淡路は除く)、和歌山県(有田、日高、西牟婁、東牟婁を除く)、三重県(名張市域まで) ※地域はご相談ください。

0120-6-11502

イイコージ

HPはこちらから▶

セイキョウホーム近畿

SEARCH



大阪市内最多
人気の
モデルハウスが
30棟!

楽しいイベントや素敵なプレゼントがもらえる
花博ハウジングフェアを開催しております。
住まいづくりに関する相談会も実施しており、
あなたのお悩みや不安を解消いたします。

楽しいイベント
盛りだくさん!!



イベント情報をWEB
サイトにて公開中!



花博記念公園 ハウジングガーデンに行こう!

Instagram



最新情報は
公式SNSを
CHECK!

LINE



HANAHAKU HOUSING GARDEN

花博住宅展示場 3つのポイント

1 モデルハウス見学予約

モデルハウス見学は
事前予約がおすすめ!



時短
効率的



プロが
ご案内



優先的に
見学

- 当日待ち時間なし
- 事前に要望が伝えられる
- 住まいづくりのプロと出会う

見学予約はこちらから▶



2 ご成約キャンペーン

期間中、花博展示場の出展モデルハウスでご成約の上、
「ご成約アンケート」にご回答いただいた方に

全員
もれなく

クオ・カードペイ
6,000円分
プレゼント!



お申込みは簡単!▶

ご成約時にモデルハウス担当者にお申し出ください。

※お申込みは1棟ご成約につき1回限りとさせていただきます。
※キャンペーン内容は予告なく変更・中止となる場合がございます。
※詳しくはセンターハウスまでお問合せください。

家づくりのプロがわかりやすくアドバイス

3 住まいのサービスデスク

「住まいづくりが初めて」という方のための
相談窓口です。経験豊富な相談員が中立・
公正な立場でアドバイスいたします。

参加
無料

お電話での問合せ・申込み

☎06-6915-3580

受付時間 10:00~18:00

詳細・WEB予約はこちら▶



HOUSING
GARDEN
HANAHAKU

〒538-0037 大阪市鶴見区焼野1丁目南2番

営業時間 10:00~18:00

駐車場 駐車場完備

アンケート回答のお客様は駐車場入庫後3時間無料

tel. 06-6915-3571

花博展示場



<https://housing-garden.jp/hanahaku/>

主催 / 一般財団法人 大阪住宅センター

後援 / 大阪府・大阪市・住宅金融支援機構近畿支店



公式サイトはこちら

ご来場プレゼント引換券

キャンパス
フリーハンドル保冷温バッグ

引換期間: 4/30(木)まで



期限までに引換券を花博
展示場へご持参の上、受
付でアンケート(Web)に
ご回答ください。ご覧の
賞品をプレゼントいたし
ます。

事前スマホ
アンケートは
こちら▼



※プレゼントの引き換えは期間中1世帯につき1名1回限りです。
※他のチラシの来場者プレゼント、DM限定プレゼントと重複して受け取ることはできません。
※数には限りがあります。品切れの際は代替品になります。※写真はイメージです。

2/3

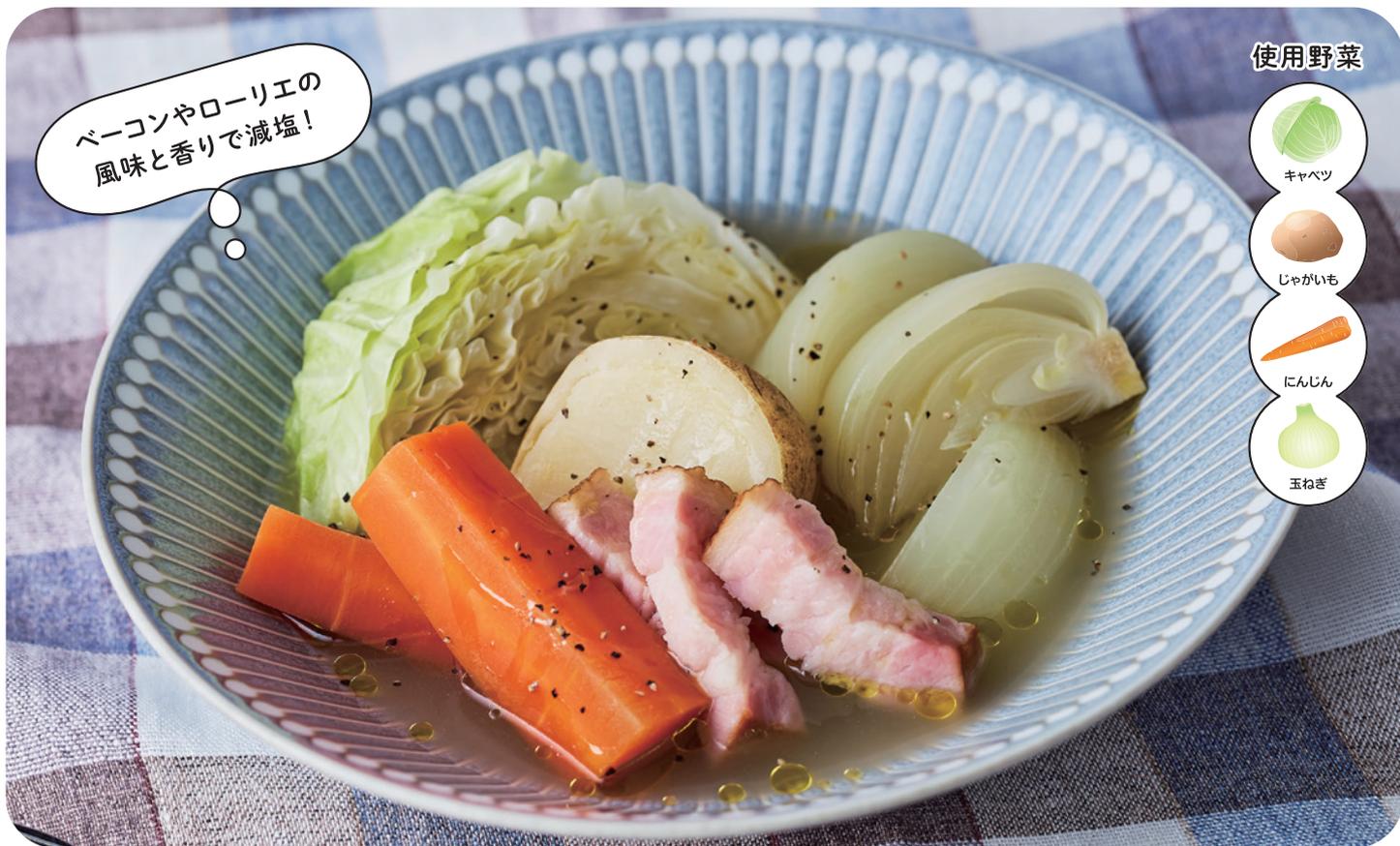
減塩も意識!

料理制作・スタイリング・監修=小川寿美 撮影=廣瀬久哉

日分の野菜レシピ



「野菜は1日に350g」といわれていますが、忙しいと不足しがちです。食塩を控えつつ、無理なく野菜をたっぷり食べて、健康づくりに活かしましょう!



使用野菜



ベーコンやローリエの風味と香りで減塩!

レンジで簡単! 春野菜ポトフ

1人分 エネルギー 208kcal 食塩相当量 1.5g

材料(2人分)

ベーコン(ブロック)..... 60g	水..... 2カップ
キャベツ..... 1/6個(180g)	A 洋風スープの素(顆粒)..... 小さじ1
じゃがいも..... 小1個(100g)	ローリエ..... 2枚
にんじん..... 1/2本(90g)	粗びき黒こしょう..... 適量
玉ねぎ..... 1個(200g)	オリーブオイル..... 小さじ2

作り方

- 1 ベーコンは1cm幅の棒状に切る。キャベツは半分にくし形切り、じゃがいもはよく洗って皮ごと半分に切り、にんじんは縦4つ割り、玉ねぎは6等分のくし形切りにする。
- 2 耐熱ボウルにAの半量を入れてさっと混ぜ、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、ベーコン、キャベツの順に半量の1人分ずつのせる。ふんわりとラップをかけて電子レンジ(600W)で10分ほど加熱する。(残り1人分も同様に作る)
- 3 器に2を1人分ずつ盛り、粗びき黒こしょうを振って、オリーブオイルを小さじ1ずつ回しかける。

減塩 POINT

ベーコンやローリエを使うことで、野菜の甘さに風味やうま味がプラスされ、食塩量が少なくてもおいしくいただけます。また、仕上げのオリーブオイルがアクセントになり、食欲をそそります。

Profile 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や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。

記事提供:(株)社会保険出版社

共済組合だより No.126(令和8年3月発行)

大阪市職員共済組合
〒530-8201
大阪市北区中之島1-3-20(大阪役所4階)

- 庶務係 組合員資格等 6208-7541 掛金等 6208-7581 住宅貸付等 6208-7596
- 保健医療係 健康保険・扶養認定等 6208-7591、7592、7593 健診等 6208-7597
- 年金係 年金関係 6208-7547、7548、7549 ● E-mail ba0010@ii.city.osaka.jp
- URL <https://www.city-osaka-kyosai.or.jp>

