



なまはげ郷神楽(国民文化祭プレイベント)

★CONTENTS

- 平成25年度共済組合・互助会決算の概要 2～3
- 平成26年度共済組合・互助会役員の紹介 4
- 健康づくり支援事業 4
- マジックキングダムクラブ・メンバーシップカード 4
- 互助会・公益事業 5
- 互助会メンバーズカード 5
- 互助会鉄道利用補助事業 5
- 平成26年度施設利用補助について 6
- 「組合員証」や「被扶養者証」の使用上の注意点 6
- 地共済年金情報Webサイトのご案内 7
- 教職員と家族のためのココロとカラダの相談案内 7
- 保健師からのお知らせ 8
- 生活相談事業について 8

～ご家庭でもご覧ください～

平成25年度 共済組合

平成25年度の決算について、公立学校共済組合秋田支部運営審議会(5月16日開催)、秋田県教育関係職員互助会理事会(5月20日開催)及び評議員会(6月16日開催)において、それぞれ承認されました。

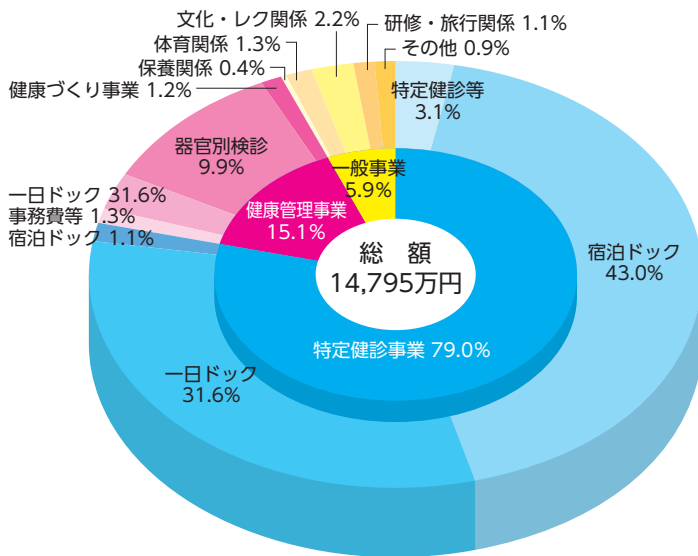
共済組合

平成26年3月31日の組合員数

一般組合員 9,667人
 任意継続組合員 224人
 被扶養者 9,907人
 (組合員一人あたり被扶養者数1.00人)

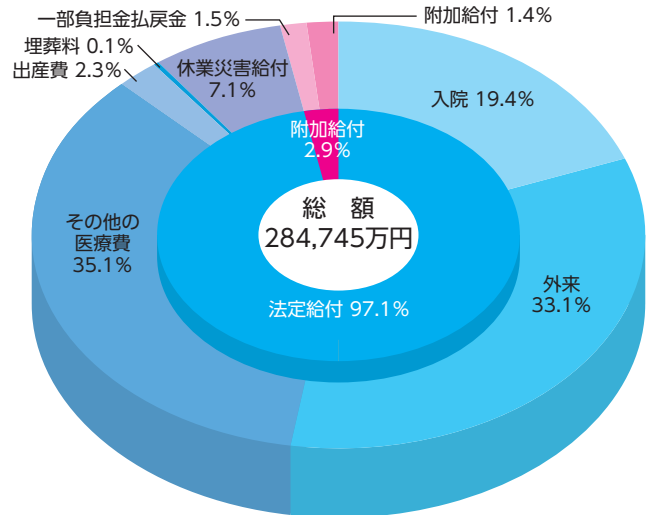
保健経理 (厚生事業費分)

(組合員や家族の健康保持、元気回復等の目的に厚生事業を行う経理)



短期経理 (給付分)

(病気、災害等に対し給付を行う経理)



人間ドック受診者数

項目	人数 (人)
宿泊ドック	1,545
一日ドック	1,682
婦人科検診	1,914
脳ドック	222
合計	5,363

貸付経理 (組合員への貸付を行う経理)

貸付事業	件数	金額 (万円)
貸付事業	159件	37,193

給料等に対する掛金率について

本年度4月から給料等に対する介護掛金率について、1,000分の0.02引き下げられています。また、長期掛金率については予定どおり、平成26年9月から1,000分の2.2125(期末手当等に対して1,000分の1.77)引き上げられます。

給料等に対する掛金率

(単位:千分率)

		25年度		26年度	
		~8月	9月~	~8月	9月~
短期	給料	50.750			
	期末手当等	40.60			
介護	給料	6.10		6.08	
	期末手当等	4.88		4.86	
長期	給料	101.3500	103.5625		105.7750
	期末手当等	81.08	82.85		84.62
福祉	給料	1.65			
	期末手当等	1.32			

※表示は一般組合員の率です。

担当: 調整・企画班 018-860-5221

・ 互助会決算の概要

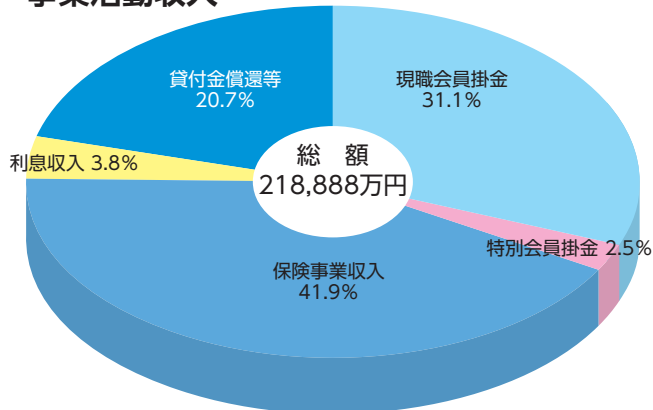
互助会 平成26年3月31日の会員数

現職会員 9,713人
特別会員 8,961人

収入合計 282,070万円

事業活動収入 218,888万円
預託金収入 63,182万円

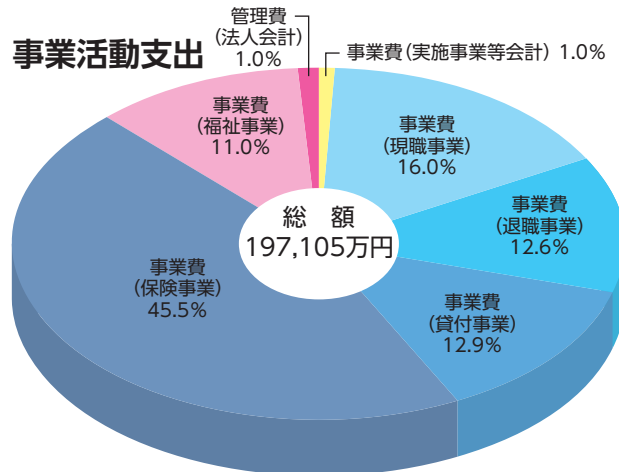
事業活動収入



支出合計 289,076万円

事業活動支出 197,105万円
預託金支出 91,971万円

事業活動支出



○事業費支出の内訳

実施事業等会計

(公益目的支出計画に基づく図書寄贈等の公益事業を行う会計)
(万円)

公益事業費	1,786
その他事業	252
合計	2,038

その他会計 現職事業

(現職会員の医療補助金、人間ドック補助金等の事業を行う会計)
(件) (万円)

医療補助金	28,064	9,668
家族医療補助金	12,307	4,064
死亡弔慰金	6	309
家族死亡弔慰金	34	272
出産見舞金	93	279
配偶者出産見舞金	131	318
療養補助金	145	77
入院補助金	685	587
家族入院補助金	942	520
人間ドック補助金	3,632	4,504
介護休暇補助金	34	300
遺児激励金	5	125
障がい児見舞金	43	215
結婚祝金	96	480
入学・卒業祝金	1,469	1,469
リフレッシュ助成金	884	4,284
宿泊利用補助金	8,824	1,782
文化・体育施設利用補助金	5,686	136
施設利用補助金	28	2
教育文化活動事業費	955	130
ニューライフプラン費		51
その他事業費		1,980
合計		31,552

その他会計 退職事業

(特別会員の医療補助金や人間ドック補助金等を行う会計)
(件) (万円)

医療補助金	16,373	13,113
人間ドック補助金	1,209	1,504
埋葬料・香華料	252	738
長寿祝金	287	287
施設利用補助金	966	98
退職時給付金	302	5,616
その他事業費支出		3,453
合計		24,809

その他会計 貸付事業

(現職会員への貸付を行う会計)
(件) (万円)

貸付事業	208	24,360
その他事業費支出		1,018
合計		25,378

その他会計 保険事業

(団体生命保険を取り扱う会計)
(件) (万円)

保険事業	70,868	88,845
その他事業費支出		751
合計		89,596

その他会計 福祉事業

(福祉積立金事業等を行う会計)
(件) (万円)

加入者弔慰金	6	1,396
配偶者弔慰金	4	166
積立加算金	302	1,776
教員免許状更新講習受講補助金	592	592
退職者昼食会費	247	76
積立預り金	302	16,340
その他事業費支出		1,429
合計		21,775

担当：互助会管理・業務班 018-860-5224

平成26年度共済組合・互助会役員の紹介

公立学校共済組合秋田支部

◆運営審議会委員

島崎 正 実	県教育庁教育次長	金 田 恵	県教育庁総務課長
星 野 滋	秋田北高等学校長	嶋 崎 公 人	下浜中学校長
佐々木 康 二	飯島小学校長	山 縣 稔	県教職員組合執行委員長
進 藤 一 佳	県教職員組合書記長	伊 藤 明 宏	県教職員組合書記次長
村 上 政 基	県高等学校教職員組合執行委員長	吉 田 孝	県立図書館主任図書専門員

◆監査員

嵯 峨 要	県教育庁教職員給与課主幹(兼)班長	高 橋 弘 昭	秋田明德館高等学校主幹(兼)事務長
-------	-------------------	---------	-------------------

秋田県教育関係職員互助会

◆評議員

島崎 正 実	県教育庁教育次長	谷 口 敏 広	横手清陵学院高等学校長
進 藤 忠 雄	秋田きらり支援学校長	刈 田 茂	桜中学校長
斉 藤 英 樹	四ツ小屋小学校長	山 口 多加志	秋田明德館高等学校副校長
保 坂 豊	扇田小学校統括事務長	佐 藤 和 昭	県立大学シニアスタッフ
大 塚 久 司	由利工業高等学校教諭		

◆理事

米 田 進	県教育委員会教育長	有 坂 俊 吉	男鹿工業高等学校長
高 橋 武 彦	明德小学校長	村 上 政 基	県高等学校教職員組合執行委員長
相 原 和 義	県教育庁福利課長		

◆監事

大 塚 久 隆 司	河辺中学校長	天ヶ谷 純 一	六郷高等学校教諭
高 井 宏 司	公認会計士		

健康づくり支援事業による講座を開催してみませんか？

公立学校共済組合秋田支部では、各所属所等が主催する、組合員の健康づくり等を目的とした各種研修会・講習会等に対し、講師謝金等の補助を行っています。組合員皆様の健康保持や増進にぜひご活用ください。

座学では・・・

- ・管理栄養士による食生活習慣の講義
- ・医師による高血圧と合併症の講義
- ・うつ病や生活習慣病の実態とその予防に関する講義

実践では・・・

- ・エアロビクス
- ・ヨガ
- ・自分でできるリンパマッサージ

講師謝礼等の支払い事務は共済支部が行います。
様式はホームページ「福利厚生ガイド→講座・健康づくり」に掲載しています。

担当：調整・企画班 018-860-5225



夏休み！行く？

東京ディズニーリゾート



メンバーシップカード

☆教職員の福利厚生の一環として行っているマジックキングダムクラブのメンバーになると、テーマパークやホテル等を特別料金で利用できます。入会金や年会費は一切ありません。
加入を希望される方は、互助会管理・業務班Tel.018-860-5228までご連絡ください。



公益事業に助成しています

秋田県教育関係職員互助会では、児童または青少年の健全な育成及び教育・スポーツ等を通じて県民の心身の健全な発達に寄与し、豊かな人間性を涵養することを目的とする事業への支援を行っています。

平成26年度は次のとおりです。

- ① 県内教育関係機関等への図書等寄贈 県立図書館等県内5か所
② 県内小・中学校、高等学校および特別支援学校への図書等寄贈
今年度は84校が対象となり、該当校には平成26年5月16日付け通知でお知らせしています。
小学校地区（能代市、三種町、八峰町、藤里町、由利本荘市、美郷町、横手市、羽後町）
特別支援学校（全県）
- 2 県内特別支援学校人材活用支援事業 分校・分教室を含む15校
- 3 県内NPO法人等への教育活動に対する助成
助成決定3団体 ・のしろ日本語学習会（能代市）
・アートNPOゼロダテ（大館市）
・秋田LD・AD/HD親の会 アインシュタイン（秋田市）



担当：互助会管理・業務班 018-860-5228

互助会メンバーズカード「はぴらいふカード」

このシステムは、提携施設（店舗）の多大な協力の上に実施した制度です。施設を利用する際には、次の利用方法を確認してください。

なお、取扱店一覧は、ホームページをご覧ください。

秋田県教育関係職員互助会

検索



利用方法

- ① 窓口でカードを提示してください。
- ② 割引・特典対象かどうかを確認してください。
(注) 売り場で直接割引しない商品券購入や、割引適用除外品がありますので、トラブルにならないようご注意ください。
- ③ 原則として、クレジットカードやその他カード等の併用はできません。
※利用に際しての疑問点、提携施設とのトラブルについては、互助会までご連絡ください。
会員の皆様と提携施設（店舗）の「心地よい幸せな関係」が、より魅力のあるサービスにつながるとう心に留めていただければ幸いです。

担当：互助会管理・業務班 018-860-5224

鉄道利用補助事業

会員とその被扶養者が、秋田内陸線・鳥海山ろく線乗車券を利用したとき、1人1回あたり正規料金の半額を補助します。

補助対象者	会員とその被扶養者
対象となる鉄道乗車券	秋田内陸線ホリデーフリーきっぷ全線タイプ 秋田内陸線ホリデーフリーきっぷAタイプ 秋田内陸線ホリデーフリーきっぷBタイプ 鳥海山ろく線 楽楽遊遊乗車券
その他	利用回数の制限はありません。 利用時、鉄道利用補助券を持参してください。

担当：互助会管理・業務班 018-860-5224

平成26年度施設利用補助について

教職員の福利厚生事業の一環として、平成26年度においては次の施設で利用補助事業を実施しています。

【補助額】 1人1回について1,000円を限度に補助

【対象施設】

○文化施設

①秋田ふるさと村 ②県立博物館 ③県立美術館 ④県立近代美術館

○スポーツ施設

①県立総合プール ②県立スケート場 ③スポーツ科学センター

④県立田沢湖スポーツセンター ⑤サン・スポーツランド千畑 ⑥西仙北めぐ森温泉ユメリア

※「スポーツ科学センター」内の補助対象施設は、1・3階体育場、トレーニング場、ウェイトリフティング場、クライミングウォールです。

※「サン・スポーツランド千畑」と「西仙北めぐ森温泉ユメリア」は、プール施設が補助対象です。

利用方法等は、ホームページをご確認ください。

公立学校共済組合秋田支部・秋田県教育関係職員互助会

検索

担当：調整・企画班 018-860-5225 / 互助会管理・業務班 018-860-5224

「組合員証」や「被扶養者証」の使用上の注意点

組合員や被扶養者が病気やケガをしたときには、「組合員証」や「被扶養者証」を医療機関の窓口で提示することで、医療費の3割(被扶養者は3割～1割)の自己負担で治療が受けられます。

ただし、資格の無い証を使用した場合や遡って被扶養者認定が取消となった場合は、医療費の返還が生じます。手続きが遅れると返還額が高額になることもありますので、組合員の皆様には日頃から被扶養者の状況を把握していただき、認定取消の事実が生じたときには速やかに手続きをされるようお願いいたします。

なお、出生や結婚、離職等により新たな被扶養者を申告するときは、事実発生日から30日以内であれば事実発生日に遡って認定できますが、30日を過ぎると所属所の受理日が認定日となりますのでご注意ください。

○ 乳幼児医療や障害者医療など、福祉医療制度の助成を受けるとき

新たに福祉医療制度の適用になったとき、更新したとき、有効期間の途中で適用外になったときは、「福祉医療制度の助成について(届出)」を提出してください。届出が無い場合、適正な給付を受けられないことがあります。

○ 入院等により医療機関への支払いが高額になりそうとき

医療機関の窓口で「限度額適用認定証」を提示すると、支払額を「高額療養費の自己負担限度額」に抑えることができます。この証が必要な場合は、事前に所属所を經由して申請してください(証を提示しない場合でも、後日共済組合から高額療養費等が自動給付されますので、最終的な自己負担額は同じになります)。なお、有効期間が終了した証は共済組合に返却してください。

○ 公務中や通勤途中にケガをしたとき

公務災害や通勤災害の医療費は地方公務員災害補償基金から支払われますので、「組合員証」は使用できません。医療機関では、公務中や通勤途中のケガであることを申し出て受診してください。

○ 交通事故や暴力行為など、第三者の加害行為によりケガをしたとき

第三者の加害行為による医療費は加害者が負担するのが原則です。ただし、医療費を加害者に直ちに負担させることが困難な場合などやむを得ず「組合員証(被扶養者証)」を使用して治療を受ける場合には、事前に必ず共済組合(給付班 電話018-860-5232)にご連絡ください。

○ 組合員や被扶養者が70歳になったとき

共済組合から「高齢受給者証」を交付します。医療機関の窓口で提示することで自己負担割合が2割となります(平成26年3月以前に70歳に達した方は1割)。

○ 組合員や被扶養者が75歳になったとき

後期高齢者医療制度の被保険者となりますので、「組合員証(被扶養者証)」と「高齢受給者証」は共済組合に返却してください。なお、取消の「被扶養者申告書」は不要です。

○ 「組合員証」や「被扶養者証」を紛失したとき

紛失時の状況を詳しく記載した「再交付申請書」(再交付が不要な場合は「紛失届」)を所属所を經由して提出してください。紛失した証の効力を無効にすることはできませんので、取扱いには十分ご注意ください。



担当：給付班・短期給付担当 018-860-5232

地共済年金情報Webサイトのご案内

～将来受け取る年金の見込額などを確認できます。ぜひご利用ください！～

ご利用方法

STEP1 ご利用申込み

公立学校共済組合秋田支部ホームページの右にある **地共済年金情報Webサイト** をクリックし、地共済年金情報Webサイトにアクセス、ご利用申込み画面で利用規約に同意した上で、必要事項を入力し、申込みをします。

STEP2 ユーザーID通知書発行

ご利用申込みから2～3週間後、「ユーザーID・パスワード」をご自宅へ郵送します。

STEP3 ログイン

地共済年金情報Webサイトへアクセス、ユーザーID・パスワードを入力すると、ご自分の**年金見込み額**(支給開始年齢)のほか、「年金加入記録」「給料等の記録」「掛金納付額」が確認できます。

注)年金支給開始年齢に達している方や、転居等の手続きがまだの方などは、ご利用できませんのでご注意ください。また、今年新たに共済組合員となられた方(他の共済組合から転入された方を含む)への情報提供は、データ整備の都合上、情報提供が遅れる場合があります。

入力の際は、
基礎年金番号を
手元にご用意
ください!

詳しくは、ホームページをご覧ください。 **公立学校共済組合秋田支部** **検索**

担当：給付班・長期給付担当 018-860-5226

職員ストレス相談

教職員と家族のためのココロとカラダの相談案内

仕事、家庭、身体の悩み、人間関係、不眠など...

まずは、相談窓口にお電話を！

窓口担当者が対応します。

臨床心理士や精神科医との面談を希望する場合はその旨をお伝え下さい。

フリーダイヤル **0120-1556-18**
いいところ いいわ
窓口開設時間 **月・火・金曜日 9:30～12:30**

☆プライバシーは強く保護されます。(相談者・窓口担当者・相談員の3者だけの関わりです。)

☆相談は無料です。(ただし治療行為が必要となった場合は、医療保険の適用となります。)

☆相談場所 **秋田大学教育文化学部内の相談室** **さとう心療内科(大館市)**
稲庭クリニック(秋田市) **長信田の森心療クリニック(三種町)**
湊クリニック(横手市)

その他の相談窓口は..

- 面談によるメンタルヘルス相談** フリーダイヤル 0120-783-269
(教職員のためのメンタルヘルス相談事業です。臨床心理士や心理学専門の先生が相談者に合ったカウンセリングを行います。)
【受付時間】 平日9:00～21:00(日・祝日・12/31～1/3を除く)土曜9:00～16:00
【相談時間】 1回50分程度(5回まで無料)
【面談場所】 秋田市・由利本荘市・横手市
- 心の健康相談** フリーダイヤル 0120-81-4898(完全予約制です)
(「心の悩み」を解決するため、公立学校共済組合東北中央病院(山形市)で、健康相談を実施します。)
【相談日時】 第1・3木曜日 第1・2・4土曜日(13:00～17:00)
【相談員】 精神科医師・臨床心理士
【相談料】 無料 *相談のため来院された場合は、交通費相当額が支給されます。
- 教職員健康相談** フリーダイヤル 0120-24-8349
(全国の教職員のために、心とからだのさまざまな相談に公立学校共済組合の専門医と保健師が相談に応じます。被扶養者の方も相談できます。)
【受付時間】 24時間 年中無休 *相談者のプライバシーには、十分考慮しております。
【相談員】 精神科医師・臨床心理士

担当：調整・企画班 018-860-5225

保健師からのお知らせ No.7

脂質異常症と言われたことはありませんか

脂質異常症とは、血液中の『LDLコレステロール』や『中性脂肪』が多すぎたり、『HDLコレステロール』が少なすぎる状態をいいます。コレステロールも中性脂肪もからだに必要なものです。

脂質の種類と役割（基準値）

LDLコレステロール (悪玉と呼ばれる) (119mg/dℓ以下)	体を作る細胞の(膜)を作り、細胞を保護する等	・増加すると血管壁に入り込み動脈硬化を進めます。 ・内臓脂肪の蓄積がなくても、LDLが高いと血管が痛み、動脈硬化につながります。
HDLコレステロール (善玉と呼ばれる) (40mg/dℓ以上)	血管壁にたまったLDLコレステロールを回収し、肝臓に運ぶ。 (血管の掃除)	・中性脂肪が増えると減少します。 ・HDLコレステロールが減ると、LDLコレステロールが増えます。
中性脂肪 (トリグリセライド) (149mg/dℓ以下)	体の重要なエネルギー源車のガソリンと同じで、体を動かせば減り、補給すれば増える。	・増加すると内臓脂肪や脂肪肝となります。 HDLコレステロールも減らします。 ・食べすぎ・飲みすぎ・運動不足などによって増えます。

2つのコレステロールのバランスが大切です。
LDLコレステロール値÷HDLコレステロール値=2.0以下

それぞれの値が正常値であるとともに、LH比が2.0以下が望ましい

LH比	血管内の状態
1.5以下	きれいで健康な状態
2.0以上	コレステロールの蓄積 動脈硬化の疑い
2.5以上	動脈硬化の進んだ状態

脂質異常症の予防・改善は動脈硬化の予防・改善につながります。

運動	体調にあわせて行いましょう。コレステロールや中性脂肪の値を改善します。 有酸素運動：エネルギー消費による内臓脂肪の減少効果に加え、血糖や血圧の低下にも有効です。ウォーキング・水泳(水中歩行)・階段の昇り降り・サイクリング等がお勧めです。
食事	コレステロールを減らしやすい食品：青魚類・海藻類・きのこ類・緑黄色野菜類・根菜類・豆類・大豆製品・植物油（特にオリーブ油）等 コレステロールを増やしやすい食品：牛・豚肉等の脂身・乳脂肪分（バター・チーズ・高脂肪アイス）・洋菓子類・卵黄等 塩分の取り過ぎや食べ過ぎに気をつけましょう。
飲酒	週2日の休肝日と適量飲酒を守りましょう。 適量：日本酒1合(180ml)、ビール中瓶(500ml)1本、焼酎(アルコール度数25%) コップ半分(100ml)等。(女性や65歳以上の方は半量が適量です。)
禁煙	喫煙はHDL(善玉)コレステロールを減少させます。



生活相談をご利用ください!

法律のことで、何か困ったことがあったら...



【利用方法】

- 相談申込 相談利用者は、秋田弁護士会法律相談センター（TEL:018-896-5599：法律相談の予約受付専用）に電話し、生活相談事業を利用する旨申込をして面談日等の日時を打ち合わせする。
- 相談当日 下記の生活相談利用券を切り取って持参し、弁護士に提出する。本人確認のため組合員証(または組合員被扶養者証)を弁護士に提示して相談する。

☆相談費用は共済組合が負担します（事件の依頼は自己負担となります）
☆相談者の秘密は守られます（相談者の情報は、本人と弁護士のみ扱います）



生活相談
利用券
自平成26年4月1日
至平成27年3月31日
公立学校共済組合秋田支部
【申込先】TEL:018-896-5599※予約専用

生活相談
利用券
自平成26年4月1日
至平成27年3月31日
公立学校共済組合秋田支部
【申込先】TEL:018-896-5599※予約専用

※生活相談利用時に組合員証を掲示
次回の利用券発行は11月中旬のはぴいらいふ158号となります。
担当：調整・企画班
018-860-5221