はぴらいふ

NOV.
2018
秋田
NO.170

秋田犬ときりたんぽ鍋（写真提供：秋田県観光文化スポーツ部　観光振興課）

★CONTENTS

事業のお知らせ …… 2
冬季講座のお知らせ …… 3
施設利用補助について …… 3
講座の実施状況 …… 4~5
整骨院・接骨院の受診について …… 6
交通事故等（第三者加害行為）にあったときは …… 7
被扶養者（特別認定者）の資格確認について …… 7
障害厚生年金について …… 8
互助会からのお知らせ …… 9
電話や面談による相談窓口 …… 10
保健師からのお知らせ …… 11
特定保健指導の利用でLet's生活習慣病予防 …… 12
生活相談をご利用ください！ …… 12

表紙掲載の写真・作品等を募集しています

掲載希望者は12ページ(裏表紙)E-mailアドレスあてご連絡ください!

～ご家庭でもご覧ください～

共済互助会 事業のお知らせ

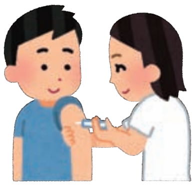
歯科健診の受診期限は1月31日です！

今年度中に、次の年齢になる方
20,25,30,35,40,45,50,55,60歳のあなたが対象です！

　今年度から始まった無料の歯科健診を受けられるチャンスです！（受診は任意です）
　歯が少ない人や噛む力が弱い人は認知症になりやすい、自分の健康な歯が多いほど長生きだと言われます。歯を失う原因として最も多いのが歯周病であり、その歯周病は糖尿病をはじめとしたさまざまな全身の病気に関わっていることがわかってきています。
　初期の虫歯や歯周病は、自覚症状がほとんどありません。悪化する前に、定期的に歯科健診を受けて、自分の体を守りましょう！冬休み期間中にでも、是非ご活用ください！

※諸事情により、この健診を受けない場合は、受診券を福利課内公立学校共済組合秋田支部へ返納してください。

インフルエンザ予防接種事業
～昨年度に引き続き、インフルエンザ予防接種助成を行います。～



対 象 者：共済組合員・互助会員（本人のみ）
助 成 額：1回分に対し1,500円
（共済組合単独組合員・互助会単独会員は1,000円となります。）
対象期間：平成30年10月1日～平成31年2月28日に接種したもの
申請最終受付日：平成31年3月15日（金）
以降提出された場合は、助成対象外となりますのでご注意ください。
申請方法：申請書に記入・捺印のうえ、領収書原本（コピー不可）を添付し申請してください。

≪注意≫
＊領収書は、次の点が明記されていることをご確認ください。「氏名」・「接種年月日」・「受診医療機関」・「自己負担額」
＊領収書に「インフルエンザ予防接種」と記載されていないものは受付できません。（「予防接種」とだけ記載されている場合も受付できません。）
記載が無い場合は、病院から補記してもらってください。

※詳しくはＨＰか、平成30年9月18日付通知をご参照ください。

乳がんセルフチェック事業

あなたの職場に

DVDと、乳がん触診モデル好評貸し出し中！

　公立学校共済組合秋田支部では、乳がんの早期発見について考えるきっかけにしていただこうと、希望する所属所、共済組合員で構成する集まり（研修会等）に乳がんセルフチェックの仕方がわかるDVD（上演時間約９分）と乳がん触診モデルを貸し出ししています。
　冬休み中などのご利用はいかがでしょうか？

参加者の声
＊DVDの時間がちょうどよく、内容もわかりやすかった。
＊乳がんのしこりがどんなものか、どういうところにできるのかがわかり、非常にためになりました。
＊自己検診の大切さを再認識しました。

あなたと大切な人の未来のために、じぶんの体のことをもっと知ってほしいの。

※詳しくはＨＰか、平成30年6月21日付通知をご参照ください。

担当：調整・企画班　０１８－８６０－５２２１

共 済　冬季講座のお知らせ

第2回元気力パワーアップ講座を開催します！
ご自身のリフレッシュタイムにいかがですか？

【期日・会場】
県北：平成３１年　１月　９日（水）　キャッスルホテル能代
中央：平成３０年１２月２６日（水）　アキタパークホテル
県南：平成３１年　１月　８日（火）　大曲エンパイヤホテル
【対象者】
公立学校共済組合員（任意継続組合員を除く）及びその被扶養者
【日程・内容】

	10:00	10:20	10:30					
県北・中央	受付	開講式	アンガーマネジメント×怒らない体操講座	12:00 昼食	13:15 たばこの話	14:15 休憩	14:30 クレイクラフト講座	16:00 閉講式 16:10
県南	受付	開講式	アンガーマネジメント×怒らない体操講座	12:00 昼食	13:05 クレイクラフト講座	14:35 休憩	14:45 たばこの話	15:45 閉講式 15:55

冬休み中にぜひご利用ください！

福利厚生事業の一環として、以下の施設で「施設利用補助事業」を行っています。
各施設の利用料金を、一回1,000円を上限として補助します。

スポーツ施設		文化施設
・田沢湖スポーツセンター ・西仙北ぬく森温泉ユメリア ・サン・スポーツランド千畑	・県スポーツ科学センター ・県立総合プール ・県立スケート場	・秋田ふるさと村 ・県立近代美術館 ・県立美術館 ・県立博物館

※美術館における補助対象となる特別展等については、利用補助申請書に記載があるもののみです。
※県立博物館については、平成30年度に利用補助に該当する特別展がないため対象外となります。

【利用方法】
　ＨＰからダウンロードした「施設利用補助申請書」に、所定の記載事項を記入し、共済組合員証（健康保険被保険者証）のコピーを添えて施設に提出してください。
（互助会単独会員は「はぴぃらいふカード」（両面の写し）を施設に提出してください。）

12月から共済と互助会のHPが別々になります！

共　済　公立学校共済組合秋田支部のHPアドレスが変わります。
１２月　９日まで　http://www.personnelwelfare.com/
１２月１０日から　https://www.kouritu.or.jp/akita

互助会　１２月下旬（予定）からHPがリニューアルされます。（アドレスは変更なし）
http://www.personnelwelfare.com/

詳細は所属へ送付する通知をご覧下さい。

担当：調整・企画班　０１８－８６０－５２２１

共　済
互助会

7～10月にかけて開催した各種講座

ニューライフプラン講座（共済＋互助会共催事業）

●平成３０年７月２４日　グランドパレス川端　　参加者：３８名
●平成３０年７月３０日　ユースパル　　　　　　参加者：５５名
●平成３０年７月３１日　ホテルニュー松尾　　　参加者：３１名

知っ得！年金の基礎知識

カッピングで本格味くらべ

コグニサイズ（認知症予防運動）

【参加者の感想】

・人生を通じていかにお金がかかり、その見通しを考えておかねばならないか知ることができました。
・コーヒーのカッピングによる味くらべが大変おもしろかった。
・コグニサイズは、思っていたより簡単で、笑えてコミュニケーションにもよいと思いました。

健康づくりチャレンジ講座（共済事業）

●平成３０年７月３１日　浅舞公民館　　　参加者：親子５組（午前の部）
　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　１７名（午後の部）
●平成３０年８月６日　　タクミアリーナ　参加者：親子８組（午前の部）
　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　１８名（午後の部）
●平成３０年８月７日　　遊学舎　　　　　参加者：親子６組（午前の部）
　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　２０名（午後の部）

スポーツチャンバラ

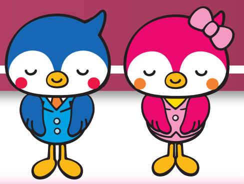
ストレッチ・ヨガ

バランスボールエクササイズ

【参加者の感想】

・子どもと久々に一緒に体を動かせて楽しかったです。
・運動不足だったのでとても良い機会でした。また参加したいです。
・ほどよい難易度で、家でもやってみたいと思える内容でした。
・普段できない運動を教えてもらって、気持ちよかったですし、リフレッシュできました。

の様子をご紹介します。



たくさんのご参加ありがとうございました！

元気力パワーアップ講座（共済事業）

●平成３０年７月２５日　プラザ杉の子　参加者：３３名
●平成３０年７月３０日　横手セントラルホテル　参加者：４４名
●平成３０年８月３日　アキタパークホテル　参加者：６２名

こころのメンテナンスを見直そう

気になるコレステロールに何食べる？

アロマスプレーづくり

【参加者の感想】

・睡眠の大切さ、ストレスをコントロールすることの大事さがわかりました。４人で休息の仕方について話し合ったり、瞑想をしたりしたのもよかったです。
・食事の際に気を付けなければならないことや野菜を取り入れるコツがわかりました。
・アロマの香りに包まれ、心が軽くなりました。これからの生活にぜひ取り入れていきたいです。

冬休み期間に開催の第２回元気力パワーアップ講座へも是非お申し込みください！

子育て支援元気力パワーアップ講座（共済事業）

●平成３０年９月２０日～１０月１２日　県内６カ所で開催　参加者総数：２１名

ヨガ with ベビー①

ヨガ with ベビー②

リラックスして
もらえて良かった♪
お弁当を食べながらの
情報交換も好評で
良かった★

【参加者の感想】

・心身ともにリラックスできました。
・子どもをみてもらえて、リフレッシュできて体がスッキリして良かったです。
・体を動かすことができてスッキリしました。ご飯も美味しくてリフレッシュできました。

共　済

整骨院・接骨院の受診について

組合員証の使用

整骨院・接骨院を受診する場合、施術の内容等により組合員証を使用できる場合、使用できない場合があります。ご理解の上、適正な受診をお願いします。

組合員証を使える場合

●医師や柔道整復師に、骨折、脱臼、打撲及び捻挫等（いわゆる肉ばなれを含む）と診断又は判断され、施術を受けた場合
●骨・筋肉・関節のケガや痛みで、その負傷原因がはっきりしている場合

組合員証を使えない場合

●日常生活による単純な疲れ・肩こり・体調不良
●スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛
●病気（神経痛・五十肩・関節炎等）からくる痛み・こり
●脳疾患後遺症等の慢性病
●症状の改善がみられない長期の施術
●保険医療機関（外科・整形外科等）で治療を受けながら、同時に整骨院・接骨院で施術を受ける場合
●数箇所の整骨院・接骨院で同時に施術を受けている場合
●柔道整復師の資格を持たない者から整体・カイロプラクティックの施術を受けた場合

施術を受ける際の注意事項

●柔道整復師に負傷原因（いつ・どこで・何をして・どんな症状があるのか）を正確にお伝えください。
●施術終了後に、施術内容、療養費の請求金額等を記載した「柔道整復施術療養費支給申請書」の受取代理人欄へ署名を求められることになります。この申請書へ署名する前に、必ず記載内容（負傷原因、負傷名、日数、金額）を十分にご確認ください。
●長期にわたり施術を受けているにもかかわらず改善が見られない場合は、内科的要因も考えられますので、医師の診断を受けてください。

施術内容の点検にご協力ください

当共済組合では、「柔道整復施術療養費支給申請書」の内容点検を行い、適切な療養費の支給に努めています。内容点検の結果、**詳しい調査が必要なものについては、施術を受けられた組合員または被扶養者の皆様へ施術内容について文書でお尋ねすることがあります。**

調査対象となった場合は、**点検業務を委託している会社からご自宅へ照会文書が送付されます。**その際は覚えている範囲で結構ですので、回答にご協力くださるようお願いします。

共　済

交通事故等（第三者加害行為）にあったときは

交通事故などの第三者の加害行為により組合員や被扶養者が負傷した場合の治療費については、加害者が費用負担するのが原則です。

しかし、その治療費をただちに加害者に負担させることが困難な事情にあるときは、「組合員証」や「被扶養者証」を使用して治療を受けることができます。

やむを得ず「組合員証」等を使用して治療を受ける場合には、事前に必ず共済組合に連絡してください。（給付班　電話０１８－８６０－５２３２）

また、組合員証を使用して治療するときは、損害賠償申告書、事故発生状況報告書、交通事故証明書等の書類を共済組合に提出していただきます。

※第三者加害行為には、交通事故だけでなく暴力行為や他人の飼っているペットによる負傷等も含まれます。
※公務中や通勤途上の事故による負傷の場合は「組合員証」は使用できません。治療費は地方公務員災害補償基金から支払われますので、医療機関にも「公務上」であることを申し出て受診してください。

事故にあったら、何はともあれ次のことをしましょう。

●どれだけ小さな事故でも警察に連絡し、事故の確認をすること。なお、軽傷であっても人身事故扱いとしてもらうようにする。
●運転免許証、車検証等で相手等を確かめること。
●どれだけ軽いけがでも、必ず医師の診療を受けること。
●相手の主張に安易に同意しないこと。
●所属所、共済組合に速やかに連絡すること。
●治療が終了しない間は、示談を急がないこと。

被扶養者（特別認定者）の資格確認について

共済組合では、組合員の被扶養者のうち、扶養手当の扶養親族以外の方（「特別認定者」と呼んでいます）について、毎年、被扶養者の「認定要件」に該当しているかを確認させていただいております。

今年度の資格確認において、「認定要件」に該当しないため遡って取消となるケースがありました。遡って取消となった場合、共済組合が負担した医療費全額を返還していただくことになり、他の医療保険制度に加入するために多額の保険料が生じるなど、経済的に大きな負担となる場合がありますのでご注意ください。

組合員の皆さまにおかれましては、日頃から被扶養者の収入状況の把握をしていただき、認定取消の事実が生じたときは、速やかに手続きくださるようお願いします。

こんなときにご注意ください

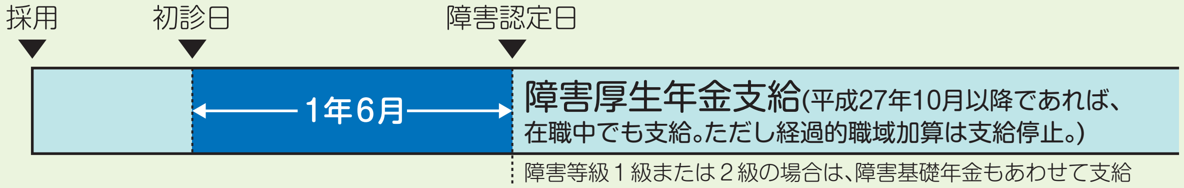
●被扶養者が就職したとき
●被扶養者が65歳に到達し、老齢基礎年金を受給することとなったとき
●事業所得、不動産所得、譲渡所得（株式等）のある被扶養者が確定申告をしたとき　など

共　済　障害厚生年金について

「障害厚生年金」は、在職中に初診日のある傷病により一定の障害状態になったときに、組合員からの請求により支給される年金です。

1.支給要件

(1)初診日（その障害の原因となった傷病について、初めて医師の診療を受けた日）に組合員であること
(2)障害認定日（注１）に、障害等級１級～３級（注２）に該当する障害の状態にあること
(3)国民年金の保険料納付要件を満たしていること。（注３）



（注１）「障害認定日」とは、初診日から原則１年６月を経過した日、または症状が固定した日をいいます。
（注２）障害が重度なものから１級、２級、３級と定められます。<u>身体障害者手帳等の等級とは異なります。</u>
１級…日常生活を１人では営めない状態　　２級…日常生活に大きな制限を受ける状態
３級…仕事に大きな制限を受ける状態
（注３）初診日の前々月までの保険料納付済期間及び保険料免除期間を合算した期間が、被保険者期間の３分の２以上であること。

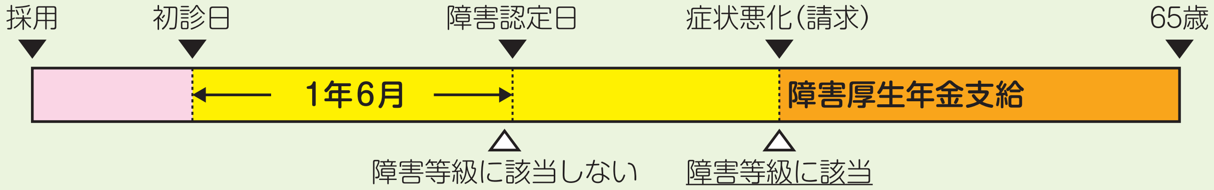
2.障害認定日の特例

次の場合は、<u>１年６月を経過する前でも</u>それぞれ定められた日が障害認定日となります。

症　例	障　害　認　定　日
上肢･下肢を離断又は切断	その日
人工骨頭､人工関節を挿入､置換	その日
心臓ペースメーカー､人工弁を装着	その日
人工膀胱を造設	その日
喉頭全摘出	その日
在宅酸素療法	在宅酸素療法を開始した日
人工透析療法施行	透析開始から３月を経過した日
人工肛門造設､尿路変更術施行	施術日から６月を経過した日

3.事後重症による請求

障害認定日に規定の障害状態になくても、その後、症状が悪化して該当する障害状態になったときは、65歳に達する日の前日までに請求をすれば、請求月の翌月分から支給されます。



※障害等級３級の支給対象にならない程度の障害となった場合、障害手当金が支給される場合があります。
※障害一時金は一元化に伴い廃止されました。一元化施行日の前日において退職した場合に障害一時金が支給されていたであろう者については、同日に退職したものとみなして障害一時金を支給する経過措置が設けられています。
※障害厚生年金と傷病手当金の支給期間が重複する場合は、傷病手当金の支給額が調整されます。

障害厚生年金は、初診日や症状により提出書類が異なります。
請求したい場合は、福利課 給付班までご連絡ください。

担当：給付班　０１８－８６０－５２３２

互助会からのお知らせ

教育資金に奨学金貸付をご活用ください!

互助会の奨学資金貸付は平成30年４月に利率が大幅に引き下げられ、**年利1.32%**になりました。送金日も月３回なので、**申し込みから最短10日**※で貸付可能です。(貸付限度額200万円) ※年末年始は除く
お子様の教育資金をお考えの方は、簡単でスピーディーな互助会の奨学資金貸付をぜひご活用ください！

生活資金貸付（限度額100万円）、自動車貸付（限度額200万円）も年利1.32%で最短10日での貸付が可能です。
急な出費やマイカーのご購入にご活用ください！

陳情署名簿の集計

今年度も署名活動にご協力いただき、ありがとうございました。署名者総数は8,248名でした。
この署名簿は、全国の教職員互助団体から集約された署名簿とともに、政府・政党・関係議員への陳情に活用されます。

ヘルスアップ助成金、もう申請されましたか？

平成30年度より、ヘルスアップ助成金事業を開始しました！この事業は、健康に対する意識を高め、毎日をはつらつと過ごせるよう、会員の皆さんの健康づくりをサポートすることを目的としています。

対象者　互助会員（本人のみ）

助成額　各種スポーツクラブ（教室）の参加や、鍼灸マッサージ等を利用して自己負担額が発生したとき、半額を補助（年間3,000円を限度）。

対象期間　平成30年４月１日から平成31年３月31日までに利用したものに限る。

(例)対象施設　スポーツ教室等　スイミングクラブ・ダンス教室・各種道場・スポーツクラブ・各種スクール等
鍼灸マッサージ等　鍼灸治療院・整体治療所・マッサージ治療院・指圧院・リラクゼーション等

※理・美容目的や入浴（サウナ等）療法、健康保険証を利用する施術は除く。
※助成対象の可否について、不明な場合はあらかじめ互助会へ照会してください。

申請方法・申請期間
ＨＰ掲載の申請様式に必要事項を記入・捺印の上、所属確認を得た後、領収書を添付して提出ください。毎月10日までの到着分が、当月20日振込となります。

反響の声続々！

★肩こりがひどく、以前からマッサージに通っていたので助かりました。ありがとうございました。
★前から興味のあったスポーツジムに通い始めるきっかけとなりました！

担当：互助会　管理・業務班　０１８－８６０－５２２４

教職員と家族のための相談窓口

ココロやカラダが疲れたな・・・と感じたとき、まずは気軽に相談してみませんか？

【対象者】　県職員（臨時職員、非常勤職員を含む）

職員ストレス相談	★受付時間　月･火･金曜日　9:30～12:30 ★相談場所　秋田大学教育文化学部内の相談室　　湊クリニック（横手市） 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） 臨床心理士や精神科医師が相談に応じます。 まずは相談窓口にお電話を！

【対象者】　組合員とその被扶養者

電話・面談による メンタルヘルス相談	電話 ★受付時間　月～土曜日　10:00～22:00（祝日･年末年始を除く） ★相談時間　１回２０分程度 面談 ☆受付時間　月～土曜日　10:00～20:00（祝日･年末年始を除く） ☆相談時間　１回50分程度（年５回まで無料） ☆面談場所　秋田市･由利本荘市 臨床心理士がカウンセリングをいたします。
心の健康相談 ※完全予約制	★相談日時　月～金曜日　10:00～12:00 第１・３木曜日、第１・２・４土曜日　13:00～17:00 公立学校共済組合東北中央病院（山形市）で、精神科医師･臨床心理士による健康相談を行います。 ※相談のため来院された場合、交通費相当額が支給されますので、当日は組合員証と印鑑をお持ちください。
教職員電話健康相談24	★受付時間　24時間　年中無休 心と体のさまざまなご相談に、医師、保健師等が24時間体制でお応えします。
Web相談（こころの相談）	★Web上で24時間、メンタルヘルスに関するご相談を受け付けます。 臨床心理士が３営業日以内を目処に個別に回答します。
女性医師電話相談 ※利用対象者は女性のみ	★受付時間　月～土曜日　10:00～21:00（祝日･年末年始を除く） ★相談時間　１回20分程度 女性医師による女性疾患についての相談を中心としたサービスです。（予約制）
介護電話相談	★受付時間　月～金曜日　10:00～16:00（祝日･年末年始を除く） ★相談時間　１回20分程度 介護全般に関するご相談にケアマネージャーや社会福祉士がお応えします。

【対象者】　組合員

保健師による健康相談	★受付時間　電話相談　月～金曜日　9:00～15:45　　面談　要予約 ★公立学校共済組合秋田支部の保健師が対応します。プライバシーは守られますのでお気軽にご相談ください。ご希望により、面談も可能です。 ★電話は苦手･･･という方は、メールでご相談ください。

担当：調整・企画班　０１８－８６０－５２２１

共済 保健師からのお知らせ No.20

～「敷地内禁煙・勤務時間内禁煙」スタート～

10月１日から、秋田県教育委員会の関係公所（教育庁本庁・地方機関・県立学校を含む教育機関）で「敷地内禁煙と勤務時間内禁煙」が始まりました。これにより、敷地内は、来客、職員とも終日禁煙となりました。また、職員は、休憩時間、勤務時間外を除いては、敷地外でも禁煙に取り組むことになりました。

禁煙にトライしてみませんか？

全国的には、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会を契機とした受動喫煙対策の強化への社会的要請や、日本人の非喫煙者を対象とした受動喫煙と肺がんとの関連が科学的に示されるなど、受動喫煙に関する大きな状況の変化が生じています。

秋田支部「第２期データヘルス計画」でも生活習慣病対策の一つとして、喫煙習慣のある人の減少を目標として掲げています。

この機会に、禁煙に挑戦してみてはいかがでしょうか。

1 禁煙に成功しやすい方法

＊参考：厚生労働省「禁煙支援マニュアル（第二版）増補改訂版」

禁煙は自力でも可能ですが、医療機関での禁煙治療や禁煙補助薬を利用することでニコチン切れの症状を抑えることができるので、比較的楽に、しかも自力に比べて成功しやすくなることがわかっています。

禁煙治療を利用することのメリット

①比較的楽にやめられる。

②より確実にやめられる。
禁煙の可能性が自力より３～４倍アップ！

③あまりお金をかけずにやめられる。
健康保険の適用基準を満たしていれば、１日20本のたばこ代に比べて1/3～1/2安い費用で禁煙治療を受けることができます。

2 自分にあった禁煙方法の選択

タイプ別お勧め禁煙方法の目安です。自分に合った方法を選びましょう。

禁煙方法	お勧めのタイプ
医療機関で禁煙治療を受ける	・ニコチン依存度が中程度～高い人 ・禁煙する自信がない人 ・過去に禁煙して禁断症状が強かった人 ・精神疾患など、禁煙が難しい特性がある人 ・薬剤の選択など、禁煙にあたって医師の判断を必要とする人
薬局・薬店でニコチンパッチやニコチンガムを使ってやめる	・ニコチン依存度が低い～中程度の人 ・禁煙する自信が比較的ある人 ・忙しくて医療機関を受診できない人 ・健康保険適用の条件を満たさない人

3 健康保険で禁煙治療が受けられます！

＊次の条件を満たしている必要があります。

条件① ただちに禁煙しようと考えている。
条件② ニコチン依存症と診断される。
条件③ 禁煙治療同意書に署名。
条件④ 35歳以上の人については、１日の平均喫煙本数×喫煙年数が200以上

健康保険で禁煙治療が受けられる医療機関は「日本禁煙学会ホームページ」で検索できます。
医療機関の検索サイト → http://www.nosmoke55.jp/nicotine/clinic.html
検索キーワード → 「日本禁煙学会禁煙外来」

めざせ実施率
35%!

未来の自分と大切な人のために
特定保健指導の利用でLet's生活習慣病予防

　特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要と判断された方に「特定保健指導利用券」を順次発送しています。（※ 定期健康診断、人間ドックを受けると特定健康診査を受けたことになります。）
　お近くの「特定保健指導実施機関（病院等）」のご利用または「訪問指導（委託先のSOMPOヘルスサポート㈱※２が勤務先を訪問）」により、ぜひ特定保健指導をお受けください。
　利用券到着後、SOMPOヘルスサポート㈱から、対象者の職場に電話で事前連絡が入ります。
　詳しくは、特定保健指導利用券に同封の案内をご覧ください。

※２　平成30年10月1日より「ＳＯＭＰＯリスケアマネジメント㈱」から「ＳＯＭＰＯヘルスサポート㈱」へ会社名が変更となりました。

Q　特定保健指導を受けないとどうなるの？

A　今は元気でも、高めの血圧、コレステロール、血糖値により、知らず知らずのうちに動脈硬化が進行し、心筋梗塞、脳梗塞、腎不全などの重大な病気になるおそれがあります。さらに、特定保健指導実施率の目標の達成状況は、後期高齢者支援金（後期高齢者医療を支えるために共済組合等保険者が負担しているお金）の増減に影響するため、達成率が低い場合、共済組合の負担が増えて、掛金が上がる可能性もあります。

Q　実施率は目標を達成できそうなの？

A　秋田支部の特定保健指導実施率は平成27年度18.9％（47支部中35位）、平成28年度21.9％（47支部中36位）と少しずつ増加していますが、平成30年度の35％達成は、みなさん一人一人の特定保健指導利用にかかっています。

自分で生活に気をつけるからいいって思っていませんか？専門家のサポートを受けると効果的よ。

生活相談をご利用ください！

相談者の情報は、本人と弁護士のみが扱うため、相談者の秘密は守られます！

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。

相談当日は、下記の生活相談利用券を切り取って持参し、
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）

生活相談利用券（見本）	生活相談利用券（見本）
自　平成３０年　４月　１日 至　平成３１年　３月３１日	自　平成３０年　４月　１日 至　平成３１年　３月３１日
公立学校共済組合秋田支部	公立学校共済組合秋田支部
【申込先】TEL:018-896-5599※予約専用	【申込先】TEL:018-896-5599※予約専用

次回の利用券発行は３月のはぴぃらいふ171号となります。

担当：調整・企画班
０１８－８６０－５２２１

■発行／平成30年11月15日　■発行所／秋田県教育庁福利課　■編集責任者／髙橋忠太郎
E-mail　info@personnelwelfare.com　URL　http://www.personnelwelfare.com