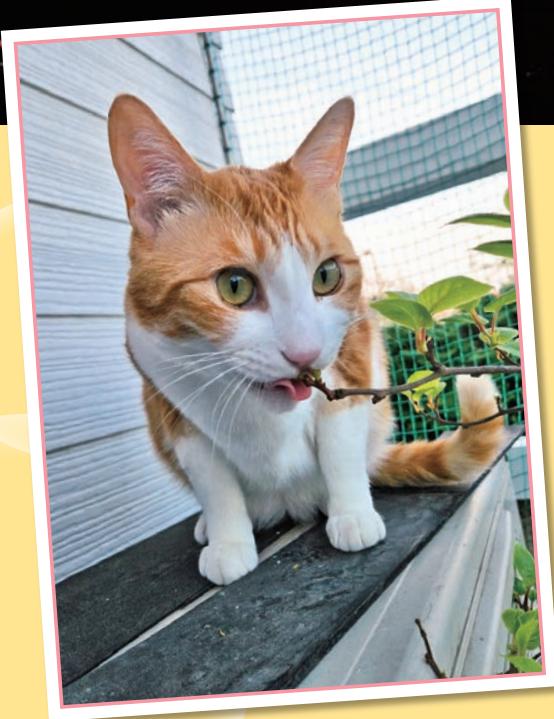


FUKURI AOMORI



INDEX

▪ 被扶養者の資格確認調査を行いました	2~3
▪ 教職員互助会からのお知らせ	4
▪ スポーツクラブルネサンスの動画セミナーを配信中	5
▪ 健康AIアプリ「カロママプラス」	5
▪ 公認心理師によるカウンセリング事業をご活用ください。	6
▪ 広報誌「福利あおもり」の表紙を飾ってみませんか？	6
▪ 教職員の福利厚生クイズほか	7
▪ 青森支部組合員だけの限定企画！ ログインして応募しよう！プレゼントキャンペーン	8

【上】「平川市からの岩木山・夏の夕暮れ」(サルーキママさん) 岩木山の右に太陽が沈むのは夏のころ。新しい職場にも慣れ、勤務帰りに見えた景色です。

【下】生まれる前から箱入り息子のイチローです。(なりちゃんさん) マタタビの新芽が大好物。

青森県教育庁職員福利課・公立学校共済組合青森支部・一般財団法人青森県教職員互助会

〒030-8540 青森市長島1丁目1-1

■共済企画・保健グループ 【企画担当】017-734-9912 【保健担当】017-734-9916

■健康相談専用 017-777-4848

■共済給付・年金グループ 017-734-9913 ■青森県教職員互助会 017-734-9914

■年金相談専用 017-735-3263

福利あおもりは
共済組合ホームページからも
ご覧いただけます。

●共済組合 HPアドレス
<https://www.kouritu.or.jp/aomori/>



●互助会 HPアドレス
<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki-kyoiku/e-shokuin/gojokai.html>



被扶養者の資格確認

特別認定(扶養手当受給者以外の方の認定)の被扶養者を対象に調査を行ったところ、日頃から、被扶養者の収入要件等をご確認の上、万一要件を満たさなくなった場合は

★被扶養者の収入要件について

被扶養者の収入要件について、地方公務員等共済組合法運用方針の改正により、一部変更となりました。

収入要件については下表のとおりです。改めてご確認ください。



対象者	年間収入基準
19歳以上23歳未満の者(組合員の配偶者を除く) (その年の12月31日現在の年齢)	150万円
公的年金のうち障害を支給事由とする給付の受給要件に該当する程度の障害を有する者 又は60歳以上の者	180万円
上記の者以外	130万円

令和7年10月1日から適用開始

令和5年4月1日から適用開始

※民法の期間に関する規定を準用しているため、年齢は誕生日の前日に加算されます。

※給与や賃金が収入限度額を超える理由が「事業主の人手不足」による労働時間の延長等に伴う「一時的な収入」の場合、所定の書類を提出することで、認定の継続が可能となります。(詳細は各所属所長あて通知済)



ここに気をつけよう! 年金による取消のチェックポイント

被扶養者の資格確認調査で取消になる事例として、特に多いのが「年金額による取消」です。年金を受給する際に気をつけるポイントを確認してみましょう。

65歳を迎えたことで年金が増加していませんか?

4月の年金増額改定によって年金額が収入基準額を超過していませんか?

公的年金の受給、又は年金額の改定による取消日は、年金受給者が事実を知り得た日、つまり年金証書や年金額改定通知書等を受け取った日となります。年金送金日ではありませんので、ご注意ください。



障害年金・遺族年金を受給していませんか?

障害年金・遺族年金は収入に含まれますが、非課税のため、所得証明書に金額が表示されません。受給されている被扶養者がいる場合、支部への自己申告を忘れないようお願いします。



企業年金・個人年金・財形年金等を受給していませんか?

個人年金等も収入に含まれます。(一括で受け取る場合を除く)必要経費等も含めた金額を収入としてみることとなります。

調査を行いました



認定要件を満たしていないケースが見受けられました。

速やかに「取消」の手続きをお願いします。

★ 健康保険の二重加入について

被扶養者が就職等で、勤め先の健康保険に加入した際に、当共済組合の被扶養者取消の手続を行っていないことで、健康保険の二重加入となっている方が多数います。



最近子供が就職した…



妻がアルバイト先で
健康保険に加入した…



当共済組合へ、被扶養者取消申告書の提出はお済みですか？

提出された「被扶養者取消申告書」により、当共済組合に登録されている被扶養者の資格情報を、取消(資格の喪失)の情報をデータに入力し、更新します。

この喪失データの入力が完了しないまま、他の健康保険や、国民健康保険へ新規に加入した場合、前の資格喪失(取消)の情報が取り込まれていないため、医療機関等では最新の資格情報を確認できず、受診できないことがあります。

受診が可能な場合も、後日、前に加入していた保険者より、総医療費の7割又は8割分が本人に請求されることがありますので、お気を付けください。

★ 共済組合からのお願い ★

★ 資格確認の添付書類について

資格確認や取消申告書の添付書類については、金額や事実発生日確認のための大変な書類となります。今回の資格確認では、給与や賃金がある場合、1年分の給与支払状況を確認しています。特に「給与明細書」、「年金証書」、「年金決定通知書」、「最新の年金振込通知書」等は各手続きの添付書類となりますので、被扶養者の方へ廃棄しないようお伝えください。

★ 認定日の遡りについて

取消は、事実発生日まで遡りますが、認定については、その要件を備えた日から30日を超えて申告した場合、「所属所受理年月日」での認定となり、遡ることができません。早めの手続きをお願いします。

★ 医療費について

取消日以降に医療機関等で被扶養者証を使用した場合は、共済組合が負担した医療費を返還していただくことになります。長い期間を遡っての取消になると、医療費の返還額が高額になることもありますので、認定要件を欠く事実が生じた場合は、速やかに取消の手続きをお願いします。

共済給付・年金グループ 短期担当 017-734-9913

教職員互助会からのお知らせ

もう提出しましたか？～カフェテリアプラン請求書の受付期間です～

互助会では、令和7年度から新規事業として「カフェテリアプラン」を実施しています。

「カフェテリアプラン」とは、令和7年4月から9月までの6か月間、継続した加入期間がある会員が、「カフェテリアプラン」メニュー一覧表のメニューから自由に選んで実施し支払った経費について、一人当たり7,000円を限度に補助するものです。(メニューごとに7,000円ではありません。)

請求書の受付期間は、令和7年10月1日(水)から令和8年3月31日(火)までとなっており、令和7年12月25日(木)までに提出した場合、令和8年1月22日(木)の送金になりますが、それ以降に提出した場合は、令和8年4月下旬の送金になりますので、**できるだけ12月25日までに提出**くださるようお願いします。

請求書を提出する際は、必ず下記の事項を確認してください。



請求書提出時に確認していただきたい事項

- ① ご自分が、補助対象(4月から9月までの6か月間、継続した加入期間がある)会員であることを確認してください。

補助対象会員かどうかは、各所属所あてに送付した「補助対象者一覧」で確認できます。

【令和7年9月16日付け青教互第46号参照】

一覧にお名前がない場合は、「互助会に加入していない」又は「4月から9月までの6か月間継続した加入期間がない」ため請求できません。

- ② 領収書等(写し可)の添付を忘れないでください。

添付する領収書等には、①～⑤(必須)が明記されていることを確認してください。

①あて名(フルネーム) ②領収金額 ③領収年月日

④利用・購入した施設名又は品名等

⑤領収した事業者名

1つでも項目が不足している場合は、「カフェテリアプラン」Q&AのQ8～Q12を参照し、余白に記入するなど

して、是正してください。

領収書等のあて名は、**フルネーム**でお願いします。

納品書、請求書、商品発注票、商品受注票など、代金の支払いが確認できないものは、証拠書類として使用できません。

商品券、ギフト券、旅行券、図書カードなどの金券及びポイントでの購入費は「補助対象外経費」です。また、ふるさと納税返礼品のクーポン等での購入費も「補助対象外経費」ですので、ご注意ください。

不備の場合は、返送する場合がありますので、ご了承ください。

- ③ 料金は支払済だが、公演中止やキャンセル、運休等による返金が考えられるメニューを選択した場合は、年度をまたぐ場合を除き、できるだけ**実施後に請求書を提出**してください。

(例)コンサート、ホテル宿泊、JR乗車券など

請求書は、持参、郵送、メールでの提出のほか、**電子申請が可能**になりました。電子申請の場合は、下記のURL又は二次元バーコードから請求フォームを表示のうえ、必要事項を入力してください。

「補助対象者一覧」に記載の会員番号と一致していないと入力できませんので、ご注意ください。会員番号が「0」から始まる場合は、頭に「0」を入力する必要はありません。

URL : <https://e8b7235d.form.kintoneapp.com/public/aomori-gojokai>

※持参、郵送、メールによりすでに提出済みの場合、再度電子申請により申請する必要はありません。

メールにより提出する場合は、件名の頭に5桁の学校番号を入力してください。(学校番号は、互助会ホームページに掲載)

【互助会から受付メールの返信はしないため、各自で送信済みであることをご確認ください。】

ファックスによる提出は、ファックスを課内で共用していること、また、未送信の可能性があることから推奨しません。



「カフェテリアプラン」のパンフレット、請求書、メニュー一覧表及びQ&Aは、互助会ホームページにも掲載しています。



青森県教職員互助会 017-734-9914

無料
配信

公立学校共済組合青森支部の
健康ポイントサイト上で視聴

スポーツクラブブルネサンスの セミナーを配信中

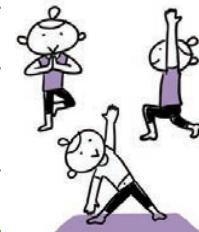
動画を視聴して
健康ポイント
100pGet!



健康ポイントサイトのトップページに掲載しています。

第2弾

配信期間 令和7年11月27日(木)～令和7年12月27日(土)



マットヨガ

気軽にできるヨガのポーズでカラダを整えましょう。

第3弾

配信期間 令和8年1月5日(月)～令和8年2月5日(木)

スリープタフネスセミナー

睡眠の質を上げるメソッドを習得し、パフォーマンスを向上させましょう。

- 1 健康ポイントサイト内で表示されるこちらへアクセスし、下記IDとパスワードを入力の上、動画を見る。

各動画視聴につき1回です。

- ID kourituaomori2510@s-re.co.jp
- パスワード kourituaomori2510

- 2 見終わったらポイントGetボタンを押下

押下し申請した分のポイント付与は翌日となります。

ポイント
Get!

視聴方法

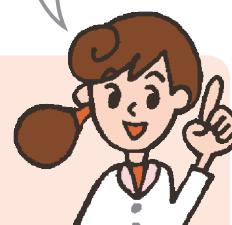
健康ポイント

健康ポイントサイトにログインしてご視聴ください。



現在提供中の
健康AIアプリ「カロママプラス」
是非、多くの皆さんに体験していただきたいため、
第2回目募集中【先着300名】

アプリで
入力すると、
健康ポイントが
もらえます。



なりたい健康が見つかる！充実の11コース

パーソナルAIコーチ「カロママ」が、
あなたの健康をサポート！

- ヘルシーダイエットコース
- 健康維持コース
- メタボ改善コース
- 口カボコース
- やせ体型改善コース
- 健康寿命伸ばそうコース
- 生活習慣改善コース
- ほどよく筋肉＆引き締めコース
- マッチョになりたいコース
- 産前・産後コース
- 食事療養コース

申込方法

詳細は実施要項をご覧ください。

申込締切

12月11日(木)

参加希望者は、次の事項を記載の上メールで申込みしてください。

- (1) 組合員番号
- (2) 氏名
- (3) 所属所名

【申込先メールアドレス】 kikaku_kyosai@pref.aomori.lg.jp

二次元バーコードを
読み取るとメール作
成画面となります。



公認心理師による カウンセリング事業をご活用ください。

公立学校共済組合青森支部では、組合員と被扶養者が気軽にメンタルヘルスに関するカウンセリングを受けられるよう公認心理師によるカウンセリング事業を実施しています。

心身の不調を感じ始めたら、早めに専門家に相談しましょう。
グチでも、ぼやきでも大丈夫。

完全予約制です。ご利用の方は、電話又はメールで申し込んでください。

申込先

電話 017-734-9916 又は 017-777-4848

対応時間 平日 8:30 ~ 17:15

メール kikaku_kyosai@pref.aomori.lg.jp

相談料無料
年間1人5回まで

【12月から3月の相談日程】

月	日	曜日	予定会場	予約期限
12月	13日	土曜日	八戸市福祉公民館	令和7年12月 4日
	20日	土曜日	青森県総合社会教育センター	令和7年12月11日
1月	10日	土曜日	八戸市福祉公民館	令和7年12月26日
	24日	土曜日	青森県総合社会教育センター	令和8年 1月15日
2月	7日	土曜日	八戸市福祉公民館	令和8年 1月29日
	28日	土曜日	青森県総合社会教育センター	令和8年 2月19日
3月	7日	土曜日	八戸市福祉公民館	令和8年 2月26日
	28日	土曜日	青森県総合社会教育センター	令和8年 3月19日

◇ 青森市内では、上記の日程以外でも対応できますので、
お気軽にご相談ください。

広報誌「福利あおもり」の表紙を飾ってみませんか？

「福利あおもり」の表紙を飾る写真を募集しています。
採用された方には3千円分の図書カードを進呈します。



応募資格

公立学校共済組合青森支部の組合員であること

応募作品

- ・作品は、動植物や風景等とし、組合員に身近で季節を感じるもの（写り込んだ人物が特定個人と判別できる作品は不可）
- ・作品は未発表のものに限る
- ・「癒やしのアニマル・いきもの」のフォトも大募集！

締切

随时募集しています。191号向け（2月末発行予定）
のものは、令和7年12月31日（水）までに応募してください。

応募方法

応募はメールでお願いします。

アドレス somu02@kouritu.or.jp

メールの表題は「福利あおもり表紙写真応募」としてください。
メールの本文に以下1~7までを明記してください。

1. 写真のタイトルとコメント（50字以内）
2. 氏名 3. ペンネーム 4. 所属所名 5. 組合員番号
6. 青森支部へのご意見 7. 連絡先（日中連絡がとれる電話番号）

■注意事項等

- ・表紙の写真は支部の広報編集委員会にて選考します。
- ・掲載者以外は連絡しませんのでご了承願います。
- ・応募写真の著作権は、公立学校共済組合青森支部に帰属します。
- ・「福利あおもり」は当支部ホームページにも掲載します。
- ・個人情報は写真の確認のみに利用し、使用後は破棄します。



教職員の福利厚生クイズ



クイズは、本号の福利あおもりに掲載されている記事からの出題となっております。

記事を読んでいただけたら簡単に答えられる全5問の○×クイズに、是非挑戦してみてください。



第1問～第5問について、
○か×かお答えください。



第1問 被扶養者資格確認関係

毎年実施されている共済組合の「被扶養者の資格確認」(認定要件の確認)は、被扶養者全員を対象にしている。

第2問 被扶養者資格確認関係

認定・取消の収入の算出の際は、公的年金ではないが、企業年金・個人年金・財形年金等も収入に含む。

第3問 教職員互助会関係

「カフェテリアプラン」は、実施したメニューごとに7,000円の補助である。

第4問 教職員互助会関係

「カフェテリアプラン」の請求書は、持参、郵送、メールでの提出のほか、電子申請ができる。

第5問 保健事業関係

健康ポイントサイトで、スポーツクラブルネサンスの動画セミナーを視聴すると健康ポイント100pが取得できる。

全問正解者の中から抽選で**40名様**へ、
健康ポイントを**1,000ポイント**付与します。

当選者は次号(191号/2月末発行予定)に掲載します。

※今年度から、「図書カード」を「健康ポイント」に変更しました。

応募資格 公立学校共済組合青森支部の組合員であること。

応募方法 記載の二次元バーコードでGoogleフォームから応募願います。

PC用URL→<https://forms.gle/NaTJXVD5kZ4LEyLW9>



※別途ログイン等は不要です。

※回答は一人1回限りとさせていただきます。

下記の①～⑤を入力の上、ご応募ください。

① お名前 ② ペンネーム ③ 組合員番号

④ クイズの答え(○又は×を選択)

⑤ 福利あおもり第190号へのご感想



締切等 **令和7年12月31日(水)まで応募できます。**

※同年度内において、同一人の当選は1回とします。

※健康ポイントは、ベネフィット・ステーションの健康ポイントサイトから使用できます。

健康ポイントサイトを利用するためには、ベネアカウントの登録が必要です。

ベネアカウントの登録方法は、下記をご参照ください。

※お預かりした個人情報は、健康ポイントを付与する際にのみ利用し、使用後は廃棄します。

※抽選は、厳正なる方法で行います。



健康ポイント
サイト

189号 教職員の福利厚生クイズ

解答と当選者

応募数
161通

全問正解者数
142通

全問正解率
88%

第1問 ■被扶養者資格確認関係

【答え】 海外に居住している者は、渡航目的に関わらず認定可能である。

【解説】 就労の場合は認定できない。

第2問 ■育児休業支援手当金関係

【答え】 育児休業支援手当金の支給率は、標準報酬日額の13%である。

【解説】 新たに令和7年4月1日に創設、支給率は標準報酬日額の13%となっている。

第3問 ■保健事業関係

【答え】 歩こう歩けばコンペ2025は、3人1組でチームを作って参加する。

【解説】 令和6年度から3人1組のチームを結成する方式から、個人参加とし、各自健康ポイントサイト内で歩数入力をしていただく方に変更しています。

第4問 ■健診事業関係

【答え】 令和7年度健診事業の予約期限は、9月30日である。

【解説】 健診事業の予約期限までに予約しなかった場合は、当該年度の健診は受診できません。

第5問 ■教職員互助会関係

【答え】 「カフェテリアプラン」の請求書受付期間は、令和7年10月1日から令和8年3月31日までである。

【解説】 請求書受付期間は、令和7年10月1日から令和8年3月31日までです。請求回数は、年度内1回限りです。

当選者 おめでとうございます!

- いくくさん ●ロトさん ●みなこさん ●ぶーさん ●さんさんさん
- SAKAさん ●スワ夫さん ●まるさん ●特茶さん ●おかんさん
- ちんアナゴさん ●ささメグ雪さん ●虫王さん ●るりれるさん
- コキアさん ●たかさん ●daiさん ●やだっちさん ●いかずきんさん
- のりのりさん ●もしれオさん ●ままちゃんさん ●ジャイアンさん
- よっしーさん ●青空さん ●ちゃとらさん ●SHIBAさん
- トムソソさん ●Eutopiaさん ●ヨコヤマサオリさん
- ぐーかんさん ●ひつじばくさん ●ボゴミンさん ●すずひろダディさん
- 黒柴ジンさん ●ぱじりこパパさん ●シブさん ●ミニボムさん
- りばんさん ●PHNさん

以上の40名の方には、健康ポイント(1,000ポイント)を付与します。(12月末付与予定)

ベネアカウントを作成して、 ベネフィット・ステーションと健康ポイントを利用しよう！

作成方法

1. 下記へアクセス



2. 団体ID・認証キー1・2を入力

団体ID : C00026B1W
認証キー1：組合員番号
認証キー2：生年月日(西暦8桁)

3. ベネアカウントとして
登録したい携帯電話番号
またはメールアドレス
を入力

登録方法詳細は
こちらから
確認できます





＼青森支部組合員だけの限定企画！／

ログインして応募しよう！ プレゼントキャンペーン

抽選で
計82名様



お申込み期間

2025年12月1日(月)～12月31日(水)まで

抽選で合計82名様に豪華商品をプレゼント！

ぜひこの機会にベネフィット・ステーションにログインしてご利用ください！

※初回登録方法等の詳細は7ページに記載の方法でベネアカウントを作成して、ベネフィット・ステーションを利用してください。



商品一覧

米沢牛黄木
サーロインステーキ2枚【計260g】



7
名様

静岡B級グルメ
「浜松餃子」【75粒】



35
名様

こじま 角煮まん【6個】



40
名様

～お申込み概要～

申込期間

2025年12月1日(月)10:00～12月31日(水)23:59

対象者

組合員本人

申込方法

ベネフィット・ステーションのホームページ又は、アプリからログイン後、
キャンペーンバナーより専用メニューへ遷移。

必要事項をご入力の上、お申込みください。

(3商品すべてにお申込みいただけますが、当選は1商品のみです)

当選発表

当選者の方には2026年1月8日(木)頃メールにて当選通知をお送りいたします。
※当選確認等の問い合わせ窓口は設けておりませんのでご了承ください。

お届け

2026年1月31日頃までに、お申込時に入力のご住所へ順次発送。



ベネフィット・ステーション
ホームページへログイン



キャンペーンバナーをクリック
※下記のバナーはイメージです。



「申し込み」のボタンを
クリックし、案内に沿って申込み
※画像はイメージです。



※上記はホームページ画面のイメージです。



※アプリではバナーが表示されます。



専用HP

ベネフィット

検索



<https://bs.benefit-one.inc/>

