

ひろしま

Contents.～目次～

<お知らせ>

- こんなときどうする？退職するとき（短期給付編）・・・2
- 交通事故などによってケガをしたときは？・・・3
- 公務員共済の老齢厚生年金の受給権をお持ちの方へ・・・4～5
- 1月～3月の入学に係る教育貸付けの申込み締切の特例・・・6
- 退職時の貸付金の取扱いについて・・・6
- 共済組合で実施している貸付けについて・・・6
- 互助組合で実施している貸付けの利率が引下げとなります！
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7
- 退職予定者に対する福利厚生制度等の説明会について・・・7

<募集・利用>

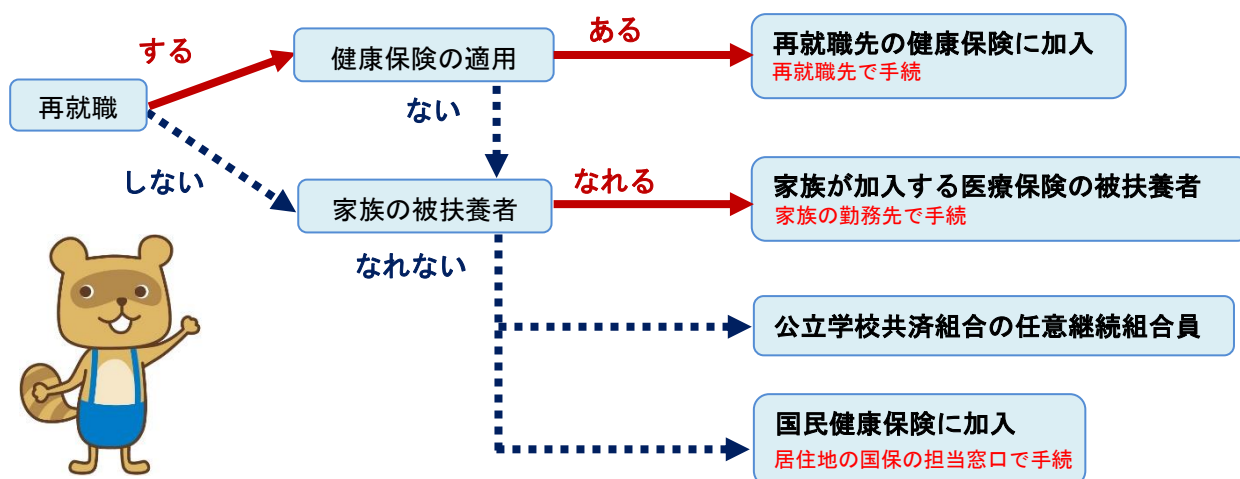
- 臨床心理士によるメンタルヘルス一日相談所・・・8
- 「健康づくり宣言」の取組について・・・9
- 臨床心理士ひとことコラム～シリーズ「セルフケア」～・・・9
- RIZAP コラム～今がそのとき「禁煙」してみませんか～・・・10

こんなときどうする？ 退職するとき（短期給付編）

Q 退職した後、医療保険はどうなりますか？

A 退職すると、自動的に組合員資格を喪失するため、現在お使いの組合員証及び被扶養者証は使用できません（定年退職後、再任用フルタイムとして1日も空けずに再び公立学校共済組合の組合員の資格を取得する場合でも、再度の手続の上、新しい組合員証及び被扶養者証が交付されます。）。

退職後は、次の4つの保険制度のいずれかに必ず加入することになります。下図を参考に手続を行ってください。



Q 任意継続組合員とはどんな制度ですか？

A 任意継続組合員は、退職後最長2年間、在職中とほぼ同様の短期給付を受け、一部の福祉事業を利用することができる制度です。

●加入資格

退職日の前日までに引き続き1年以上組合員であった方

令和4年10月1日に「協会けんぽ」から当支部の「短期組合員」となった方は、施行日の前日まで引き続き協会けんぽの被保険者であった間、共済組合の組合員であったものとみなし、施行日前の協会けんぽの被保険者であった期間と通算して1年を満たすときは、任意継続組合員の加入要件を満たすこととなります。

●加入手続

退職の日から20日以内（広島支部必着）に「任意継続組合員申出書」を不備がない状態で提出してください。「任意継続組合員申出書」は広島支部ホームページからダウンロードしてください。

●被扶養者に係る手続

現職時に被扶養者として認定されていた方は、引き続き認定できますので、原則手続不要です。

ただし、子が被扶養者の場合で退職後に組合員より配偶者の収入が多くなる場合は、継続認定できませんので、被扶養者の認定取消の手続を行ってください。

注意！

任意継続組合員に加入後、別の健康保険に加入する場合や、家族が加入する医療保険の被扶養者になる場合は、資格喪失の申出が必要です。

交通事故などによってケガをしたときは？

交通事故などの第三者の行為によってケガをした場合、その医療費は原則として加害者が全額（10割）負担すべきです。しかし、すぐに加害者が負担できない場合は、組合員証を使用して医療機関を受診することが可能です（3割を窓口で負担）。この場合、残りの7割等は共済組合が一時的に立て替え、加害者に請求することになりますので、必ず共済組合に連絡の上、必要書類を提出してください。

※ 連絡がない場合も、医療機関から届く診療報酬明細書（請求書）により共済組合が第三者加害行為を知った時点で、所属所に確認を行い、必要書類を依頼します。

交通事故以外にも組合員証を使用できない場合があるんだね！



第三者加害行為の種類

第三者加害行為は、交通事故だけではなく、

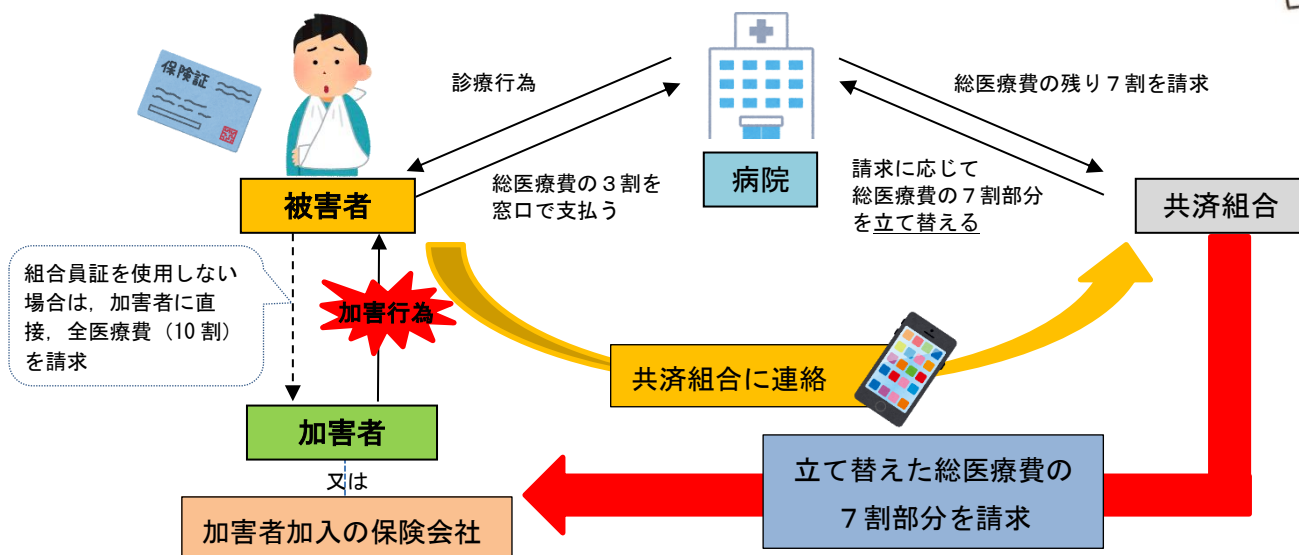


示談について

示談で請求権の全部又は一部を放棄した場合、共済組合が立て替えた医療費（7割）等を加害者に請求できなくなることがあります。その場合は、組合員に請求することもありますので、示談する前に必ず共済組合に連絡してください。

共済組合に連絡せずに示談を進めると7割部分等の請求についてトラブルになりやすいよ。必ず連絡してね！

組合員証を使用して受診した場合



公務員共済の老齢厚生年金の受給権をお持ちの方へ

公務員共済組合の年金受給権者が、当共済組合広島支部の一般組合員（公務員共済の年金制度加入者）として、再就職した場合は、所属所を通じて「年金受給権者再就職届書」を提出してください。

また、退職（任期満了）等により、一般組合員の資格を喪失する際は、老齢厚生年金「改定」請求書（以下「請求書」という。）を提出してください。

この請求書は、既に決定している「公務員共済組合の年金額」に「一般組合員期間」及び「標準報酬月額」、「賞与」等を加味して、新たに年金額を決定するとともに、年金の支給停止を解除するために必要な書類です（この手続を「退職改定」といいます。）。該当する方は、「退職改定」に必要な書類を送付しますので、当共済組合広島支部へ連絡してください。

※ この手続は、公務員共済組合の「老齢」を事由とする年金受給権者のみ必要
（「遺族」及び「障害」を事由とする年金受給権者は、手続不要）

＜年金改定請求手続＞

（例）Aさん（昭和33年9月8日生まれ）→60歳定年退職後、再任用フルタイム勤務（一般組合員）

→令和4年度末（令和5年4月1日）に一般組合員資格喪失

- ・ 令和3年9月7日（63歳の誕生日前日に年金の受給権発生）
- ・ 令和3年10月20日（特別支給の老齢厚生年金請求手続済）
- ・ 令和5年3月31日退職（令和5年4月1日に一般組合員資格喪失）
- ・ 令和3年9月から令和5年3月までの一般組合員期間、標準報酬月額、賞与を加味して、再度、年金額を決定

※ 令和5年6月中旬に当共済組合本部（東京）から「年金額改定通知書（退職による決定）」に「在職停止中」と記載した書類が届く場合がありますが、退職改定の事務処理が済み次第、改定後の金額を明記した「年金額改定通知書（退職による改定）」が届きますので、御確認ください。

※ 改定処理完了後の年金は、退職後、概ね5～6か月後に送金されます。
（詳細は、次頁の「退職改定フロー図」参照）

特別支給の老齢厚生年金を未だ請求していない方へ

年金は、自身の支給開始年齢に到達した時点で請求することとされています。

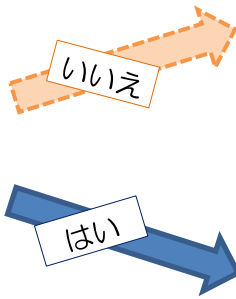
年金の支給開始年齢に到達している方で、請求していない方は、退職後（一般組合員資格喪失後）の年金を速やかに受け取るためにも早めの手続をお願いします。

老齢厚生年金の繰下げ（未請求含む）をされている方へ

65歳到達時に特別支給の老齢厚生年金の受給権が消滅し、老齢厚生年金の受給権が発生します。65歳から老齢厚生年金を受給せず、繰下げ（未請求含む）状態で一般組合員資格を喪失される場合は、退職改定は行われません。その際は、所属所を通じて「退職届書」を提出してください。

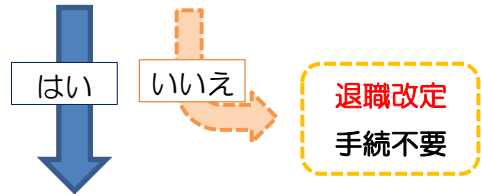
〔退職改定フロー図〕 (令和4年4月1日現在)

生年月日が S34.4.1 以前の方ですか？



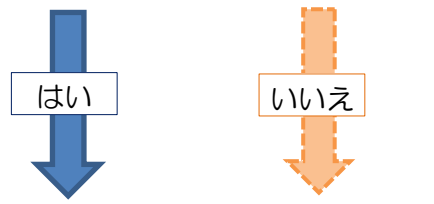
退職改定 手続不要
※ただし、繰上げ請求している方は手続が必要

老齢厚生年金（特別支給の老齢厚生年金）の受給権者（未請求者含む）ですか？



退職改定 手続不要

今年度中に任期満了等により **一般組合員**の資格を喪失する予定ですか？



必要書類を送付しますので、**広島支部へ連絡してください**

退職改定 手続不要

☆ **特別支給**の老齢厚生年金支給開始年齢「一覧表」

	生 年 月 日	支 給 開 始 年 齢
1	昭和 24 年 4 月 2 日～昭和 28 年 4 月 1 日	60 歳
2	昭和 28 年 4 月 2 日～昭和 30 年 4 月 1 日	61 歳
3	昭和 30 年 4 月 2 日～昭和 32 年 4 月 1 日	62 歳
4	昭和 32 年 4 月 2 日～昭和 34 年 4 月 1 日	63 歳
5	昭和 34 年 4 月 2 日～昭和 36 年 4 月 1 日	64 歳
6	昭和 36 年 4 月 2 日以降	65 歳

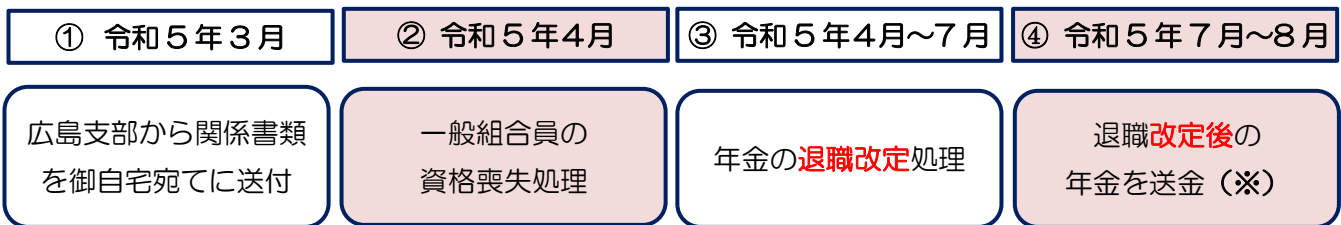
※ 公務員共済組合が支給する年金の**支給開始年齢**は、男女共通



【用語】

- 受給権者・・・年金の支給開始年齢に到達している者
- 特別支給の老齢厚生年金・・・65歳未満の者の老齢厚生年金の名称
- 老齢厚生年金・・・65歳到達時点で切替手続完了済の老齢年金の名称
- **一般組合員**・・・**公務員**の被用者年金制度に加入している者（本務者・再任用ワタシ・任期付等）

《例》 令和4年度末に「**一般組合員**」の資格を喪失する者 ※臨時的任用職員は令和4年10月1日以降「短期組合員」のため手続不要



（※） 特別支給の老齢厚生年金の受給権者で、未だ請求手続が完了していない場合は、年金請求手続完了後に「**退職改定**」の事務処理を行いますので、通常送金日に間に合わない可能性があります。予め御了承ください。

1月～3月の入学に係る教育貸付けの申込み締切の特例

共済組合の貸付けは、毎月20日（県の休日の場合は翌平日）必着の締切で、翌月の22日（休日の場合は翌平日）送金となっていますが、**1月～3月の入学に係る教育貸付けのみ、送金月の1日（県の休日の場合は翌平日）が締切**です。

- ・ 令和5年1月23日（月）送金の場合・・・締切は令和5年1月4日（水）必着
- ・ 令和5年2月22日（水）送金の場合・・・締切は令和5年2月1日（水）必着
- ・ 令和5年3月22日（水）送金の場合・・・締切は令和5年3月1日（水）必着

対象になるのは入学費用に係る教育貸付けのみ。
義務教育学校も教育貸付けの対象になったので、ぜひ御利用ください！



退職時の貸付金の取扱いについて

退職時に残っている貸付金は退職手当から控除されます。退職手当からの控除に係る手続は不要です。
なお、退職金から全額を控除できない場合は、一括振込での償還を依頼しますので御留意ください。

共済組合で実施している貸付けについて

共済組合では、次の貸付けを行っています。ぜひ御利用ください。

- ※ **任期の定めのある組合員は特別貸付け、高額医療貸付け、出産貸付けのみが対象**になります。
- ※ 組合員期間が6か月未満の組合員は対象外です。

貸付種別	貸付限度額	利率
一般	200万円	1.32%
特別	給料月額×3/10 ×残任期月数 (200万円以内)	1.32%
住宅	給料と組合員年数に応じて異なる。 (1,800万円以内)	1.32%
介護住宅	300万円	1.06%
教育	550万円	1.32%
結婚	200万円	1.32%
医療	120万円	1.32%

貸付種別	貸付限度額	利率
葬祭	200万円	1.32%
災害	200万円	0.99%
住宅災害	給料と組合員年数に応じて異なる。 (1,900万円以内)	0.99%
高額医療	高額療養費相当額の範囲内	無利息
出産	出産費又は家族出産費相当額の範囲内	無利息

申込締切：毎月20日（必着）

送金日：翌月22日

互助組合で実施している貸付けの利率が引下げとなります！

令和5年1月1日から当互助組合の貸付けの利率を年利 1.00%→0.9%に引き下げています。現在償還中の方も自動的に新たな利率が適用されるため、手続は不要です。

貸付利率は、0.9%



種類	貸付限度額	年利率	添付書類
一般	200万円	0.9%	不要
特別	100万円	0.9%	結婚, 入学・修学, 医療, 葬祭, 海外研修, 海外赴任に関する書類等
住宅災害	100万円	無利息	住宅災害に関する書類等
訴訟	100万円	無利息	訴訟に関する書類等

- ❖ 申込書類は3枚です（互助組合のホームページの様式ダウンロード集を御利用ください。）
- ❖ 送金は毎月19日と28日、申込締切日からおよそ20日後です。
- ❖ 償還は元利均等返済、毎月同じ金額が給与控除となります。

月額償還額

申込金額	20万円	30万円	50万円	100万円		150万円	200万円
償還回数	40回 (一般・特別)	50回 (一般・特別)	50回 (一般・特別)	100回 (特別のみ)	72回 (一般のみ)	72回 (一般のみ)	72回 (一般のみ)
令和5年1月以降の償還月額	5,077円	6,115円	10,192円	10,383円	14,272円	21,409円	28,545円

「借替え」について

- ・ 現在、貸付償還中の貸付種類と同一の貸付種類の貸付け（以下「借替え」という。）を行う場合、申込金額から償還残金を差し引いた金額が送金となります。
- ・ 償還回数が24回未満の場合は借替えできませんので、御注意ください。

退職予定者に対する福利厚生制度等の説明について

令和4年度末退職予定者向けの資料（音声説明付き）を次のとおり掲載しますので、御活用ください。

[掲載日]

令和5年1月20日（金）～1年間

[掲載場所]

公立学校共済組合広島支部ホームページ

トップページ>こんなときガイド>退職するとき

※印刷・ダウンロード可能です。

一日相談所



相談
無料


仕事以外の
相談もOK

何度でも
相談可能

秘密
厳守

仕事のこと、人間関係のこと、家庭のことや自分のことなどで、気になることや気分が滅入っていることがありますか。自分では「大丈夫」と思っている、心や身体は疲れていることがあります。

こんな時、スクールカウンセラーの経験もあり教職員の相談経験も豊富な臨床心理士による相談を利用してください。

利用対象者	公立学校共済組合広島支部組合員本人
利用方法	<p>可能な限り、電話で御予約ください。 また、当面の間は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止策として、匿名での相談は受け付けません。 なお、相談者の連絡先は感染者が確認された時の連絡のためにのみ利用しますので、御了承ください。 ※ 一日相談所の開催内容が変更（中止を含む）になった場合等は支部ホームページに掲載しますので御確認ください。</p> <p>(支部ホームページ) https://www.kouritu.or.jp/hiroshima/kousei/mentalhealthsoudan/itinitisoudansho/index.html</p> 

【相談日程】 ※相談時間は10時～16時（当日の相談受付は、15時まで）



相談会場	日にち	受付会場
広島会場	令和5年1月21日（土）	広島県庁 本館 1階102会議室 （広島市中区基町10-52）
	令和5年3月18日（土）	
福山会場	令和5年2月18日（土）	県福山庁舎 第3庁舎 8階384会議室 （福山市三吉町1丁目1-1）

※ 東広島会場、尾道会場、三次会場の相談は終了しました。

※ 夜間相談及びオンライン・電話による相談は終了しました。



相談の御予約及びお問合せ先

公立学校共済組合広島支部 健康管理係
(082) 513-4956

「健康づくり宣言」の取組について

参加されている方は、残りの取組期間も頑張りましょう！

また、今年度は参加されていない方も、健康づくりを意識していただき、免疫力の向上や寒い冬を乗り越える体づくりを行いましょう！そして、ぜひ来年度の健康づくり宣言に参加してみてください！

参加されている方へ

取組期間については、各自で9月1日から12月31日までのうち、継続した90日以上の間を設定していただいています。取組期間が終了されたら、「報告書」を次の方法により御提出ください。

1 「報告書」のダウンロード

広島支部ホームページよりダウンロードしてください。

広島支部トップページ > 厚生サービスを利用する > 健康づくり > 健康づくり宣言

2 提出先及び提出期限

以下のいずれかの方法により**令和5年1月31日（火）**までに提出してください。

郵 送：〒730-8514 広島市中区基町9-42 公立学校共済組合広島支部 健康管理係 宛

FAX：082-211-3353

電子申請システム：https://s-kantan.jp/pref-hiroshima-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=10541



臨床心理士ひとことコラム ～シリーズ「セルフケア」～

「クリアリング・ア・スペース」

身体と同様に、心も荷物を持ち続ければ疲れてきます。そのような時、フォーカシングという心理学の考え方では「気になる事（荷物）を降ろし、脇に置いてみるとよい」と提案します。

- ① 気になる事柄があるか優しく心に問いかけます。いくつか思い浮かんだ中から一つ選び、どんな感じが、ゆっくりイメージしてみます（色、形、大きさ等）。
- ② 気になる事柄を入れる物（感じがいいと思う物）と、その置き場所（身体の外）を探します。
- ③ 入れ物と置き場所のイメージが思い浮かんできたら、入れ物に入れた気になる事柄とその感じを一緒に身体の外に出し、置き場所に置いた感じを味わいます（あまり感じが変わらない時は違う場所を探します）。
- ④ 十分に味わったら、自分のペースでゆっくりと今いる場所に気持ちを戻します。

気持ちが落ち着いたり、少しスッキリしたり、事柄から距離が取れたりすることが多いようです。

（心の健康心理相談員 瓜生 樹実子）

