



百合が原公園 紅葉とダリアの花

## CONTENTS

- 健康保険証(組合員証)の使用が終了します  
～マイナ保険証へ切替を～…………… 2
- 被扶養者の認定・取消について …………… 3
- 人間ドック・配偶者人間ドック  
受診決定通知書(受診票)をお持ちの皆さまへ…………… 4
- 保健師のいきいき健康コラム 糖尿病にご用心! …… 5
- 被扶養者の皆さま「特定健診」もう受けましたか? …… 6
- 「特定保健指導」で健康な体を取り戻しましょう! …… 7
- 健康情報冊子「QUPiO Plus」をお送りします …………… 7
- 育児休業を取得したときは育児休業手当金を請求できます … 8
- 育児休業手当金の支給期間の延長手続きについて …… 9
- 育児休業支援手当金及び育児時短勤務手当金について … 10
- 育児休業期間中の掛金免除の手続きについて…………… 11
- 療養費の請求手続きQ & A (装具の製作編)…………… 12
- 老齢厚生年金の繰上げ・繰下げ制度のご案内 …………… 13
- 障害厚生年金のご案内…………… 14
- 「年金払い退職給付の給付算定基礎額残高通知書」を  
確認しましたか…………… 15
- 心の健康総合相談室…………… 16
- 組合員とその被扶養者の皆さまにご利用いただける  
健康相談事業…………… 17
- 指定宿泊施設利用補助について…………… 17
- 公立学校共済組合の貸付けを利用してみませんか? … 18
- 対象の方へ「住宅取得資金に係る借入金の  
年末残高等証明書」を送付します …………… 18
- 【第56回北海道教職員美術展】開催します! …………… 19
- 札幌宿泊所利用補助の手続き変更について…………… 20
- 札幌宿泊所からのお知らせ…………… 21



編集

公立学校共済組合北海道支部

札幌市中央区北3条西7丁目 道教育庁福利課内



ご家族のみなさんでご覧ください。

<https://www.kouritu.or.jp/hokkaido/>

## 健康保険証（組合員証）の使用が終了します～マイナ保険証へ切替を～

### ●健康保険証の使用は12月1日で終了します

医療機関等の受診は、マイナ保険証が基本となります。健康保険証（組合員証・被扶養者証）は令和7年12月2日以降使用できませんのでご注意ください。

### ●マイナ保険証の利用登録をしていない方には「資格確認書」をお送りします（申請不要）

健康保険証（組合員証・被扶養者証）を交付済みでマイナ保険証の利用登録をしていない方には、令和7年11月に「資格確認書」をお送りしますので医療機関等の受診に使用してください。交付対象者は、国の関係機関から共済組合に提供されるマイナ保険証の登録情報を基に特定しますので、申請は不要です。（マイナ保険証をお持ちの方には、「資格確認書」は交付されません）

### 医療機関等での受診イメージ

| マイナ保険証の有無                                                                                        | 受診方法                     | 令和7年                                                                 |     |     |     | 令和8年 |    |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|------|----|-----|
|                                                                                                  |                          | 9月                                                                   | 10月 | 11月 | 12月 | 1月   | 2月 | 3月… |
| マイナ保険証がある<br>  | マイナ保険証                   | マイナ保険証が利用できない医療機関では、マイナ保険証 + 「マイナポータル画面」または「資格情報のお知らせ」を提示            |     |     |     |      |    |     |
| マイナ保険証がない<br> | 健康保険証<br>（組合員証<br>被扶養者証） | 12月1日使用終了                                                            |     |     |     |      |    |     |
|                                                                                                  | 資格確認書                    | 9月に実施する資格確認調査時に配布する組合員・被扶養者台帳で交付予定者をお知らせしています ※ 資格確認書は所属所へ一括してお送りします |     |     |     |      |    |     |

※9月にお知らせする「交付対象者」は、令和7年7月末時点のデータを基に作成しています。その後の共済組合の資格得喪及びマイナ保険証の利用登録状況により対象者が事前のお知らせと異なることがあります。

### ●申請による資格確認書の交付

11月の資格確認書交付の対象ではない方で、以下のようにマイナ保険証の利用が困難な場合は、申請により資格確認書を交付します。なお、有効なマイナ保険証をお持ちで、マイナ保険証の利用に困難な事情がない方には交付できませんのでご注意ください。

- ・マイナンバーカードを取得していない、返納した
- ・家族や介助者が同行して資格確認を補助する必要がある

※マイナ保険証の利用登録者は、原則資格確認書を申請できません。資格確認書の申請を希望する場合は、マイナ保険証の利用登録の解除申請をおこなってください。（その場合は資格確認書を申請しなくても、登録解除申請の受理後に資格確認書を交付します）

### ●いま持っている健康保険証はどうすれば？

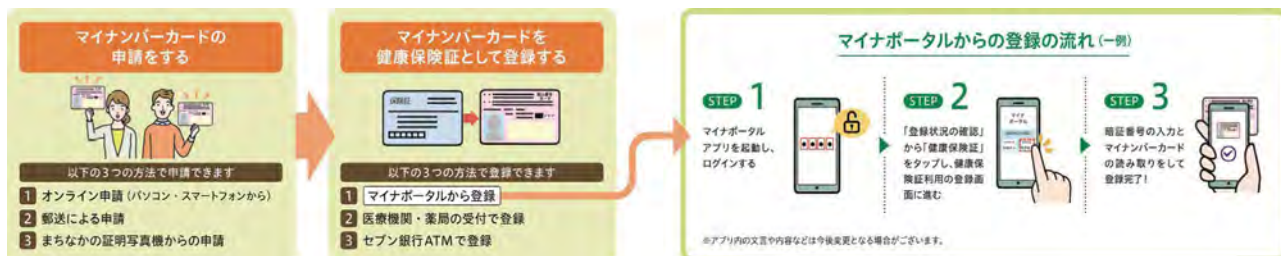
交付済みの保険証は、令和7年12月1日までの経過措置期間中は使用できますので、破棄せずお手元に保管してください。令和7年12月2日以降、使用できなくなった健康保険証（組合員証・被扶養者証）は各自、廃棄していただく見込みとなっています。

## ●マイナ保険証の準備はお早めに

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、次のステップが必要です。マイナンバーカードの取得だけでは健康保険証として使用できませんので、健康保険証の利用登録をしてください。

### STEP1. マイナンバーカードを申請・作成する

### STEP2. マイナンバーカードの健康保険証利用を申請・登録する



## ●マイナンバー制度・マイナンバーカードについてのお問い合わせ先

マイナンバーカード・保険証登録等についての詳細は、下記までご相談ください。

マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0178



## 被扶養者の認定・取消について

被扶養者の認定・取消について、ご注意いただきたい点や制度改正に伴う変更点をお知らせします。手続きが遅れると医療費の返納等が生じることがありますので、必ずご確認ください。



## ●子供の共同扶養における 夫婦の収入逆転に注意

子供の夫婦共同扶養において、「定年引上げ・再任用制度」の改正等に伴い、60歳の年度末に達した方などで夫婦の収入が逆転するケースが生じています。夫婦共同扶養においては、原則収入が高い方が子供の人数に関わらず全員を扶養することとなっていますので、ご注意ください。

## ●配偶者に係る扶養手当の段階的廃止について

令和7年4月より、地方公務員の配偶者に係る扶養手当が段階的に支給されなくなることです。共済組合の被扶養者認定には、扶養手当が支給されていることを前提とした「普通認定」と、扶養手当の対象とならない方を認定する「特別認定(検認対象者)」があります。配偶者が被扶養者としての要件を満たしていれば引き続き扶養認定可能ですが、認定替えの手続きは必要になりますのでご確認ください。

## ●19歳以上23歳未満の被扶養者の収入要件について

令和7年度税制改正で19歳以上23歳未満の者への特定扶養控除の要件の見直し等が行われたことを踏まえ、共済組合の被扶養者認定においても、配偶者を除く19歳以上23歳未満である者の認定要件が従来の130万円未満から150万円未満に変更となります※。

※令和7年10月1日施行予定。対象者の年齢は当年12月31日時点の年齢で判断します

お問い合わせは

資格認定係

☎ 011-231-4111

内線 35-367 ~ 369

# 人間ドック・配偶者人間ドック

## 受診決定通知書（受診票）をお持ちの皆さまへ

### 医療機関への予約はしましたか？

- まだ予約していない方は、決定された医療機関に予約をしてください。
- 予約はいずれの医療機関でも先着順です。来年2月までの受診期間内に受診できないことがありますので、ご注意ください。  
(毎年、予約が遅れて受診できなかった方が数多く出ています)
- 受診当日は、「人間ドック（配偶者人間ドック）受診決定通知書（受診票）」及び「公立学校共済組合員証」を医療機関に提出してください。



#### 【注意】

保険資格が確認できるものには、マイナ保険証（健康保険利用登録がされているマイナンバーカード）、共済組合員証（令和7年12月1日まで使用可能）、資格確認書（原則として、マイナ保険証の利用登録をしていない方を対象に発行されるもの。ただし、従前の共済組合員証が発行されている方は令和7年秋に発行予定）があります。

### やむを得ない事情に限り、医療機関の変更が可能です

- 「異動及び転居」、「決定された医療機関が混雑していて予約が取れない」、「受診日が荒天等で交通手段が不通で受診できず、代替日が設定できない」、「慶弔事・不慮の事故等により受診できず、代替日が設定できない」等の場合、医療機関の変更ができますので、まずは当支部へご連絡ください。
- 時期によっては、受入れが困難な医療機関がありますので、ご了承願います。

### 受診の際には、**必ず**、受診票をお持ちください！

- 例年、受診票を持参されずに受診される方（紛失を含む。）が多数おり、受診者確認に手間がかかることから、医療機関から、「受診者から手数料を徴収できないか？」との意見が寄せられています。  
受診の際には、再度、受診票を確認してください。

### 受診をキャンセルする場合は、医療機関と当支部へ連絡してください

- 当初決定された医療機関には、必ずキャンセルの連絡をしてください。  
なお、受診日予約をしていない場合でも、必ず連絡をお願いします。
- 当支部へは、「受診決定通知書（受診票）」の余白に **取消** と朱書きの上、返送してください。（受診票に記載の「注意事項」5参照）

### 【要注意】受診決定通知書（受診票）をお持ちでも受診できない場合があります！

- 「受診決定通知書（受診票）」を持っていても、**受診日現在で公立学校共済組合員でない場合は受診できません。**（受診票裏面参照）  
なお、受診した場合は、全額自己負担となりますので、必ず、キャンセルの手続きをお願いします。
- 特に配偶者人間ドックは、**就職等により公立学校共済組合員の被扶養者としての認定が取消された場合も受診できません**ので、十分ご注意ください。

お問い合わせは 企画福祉係（人間ドック） ☎ 011-231-4111 内線 35-370

# 糖尿病にご用心！

糖尿病は、インスリンが十分に働かないために、血液中を流れるブドウ糖が増えてしまう病気です。インスリンは膵臓から出るホルモンであり、血糖を一定の範囲におさめる働きを担っています。初期には症状がほとんどありません。進行すると動脈硬化が進み、脳卒中や虚血性心疾患になりやすくなります。また3大合併症として、網膜症、腎症、神経障害があり、失明や透析につながる病気でもあります。



## ●健康診断の血糖値はどこにあてはまりますか？

| 空腹時血糖値 | 100 | 110          | 126           | (mg/dl)  |
|--------|-----|--------------|---------------|----------|
|        | 基準値 | 将来糖尿病になる恐れあり | 糖尿病の疑いが否定できない | 糖尿病の疑いあり |
| HbA1c  | 5.6 | 6.0          | 6.5           | (%)      |

※HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）：赤血球に含まれるヘモグロビンにブドウ糖が結合した状態。過去1～2ヶ月間の平均的な血糖の状態を反映する値となっています。

## ●1型糖尿病と2型糖尿病

| 1型糖尿病                                                                       |          | 2型糖尿病                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------|
| 自己免疫やウイルス感染により、膵臓でインスリンを作る細胞が壊れてしまうためインスリンがほとんど出なくなり、血糖値が高くなる<br>糖尿病全体の5%未満 | 原因<br>特徴 | 生活習慣や遺伝素因（体質、家族歴）、加齢等の影響により、インスリンが出にくくなったり、効きにくくなって血糖値が高くなる<br>糖尿病全体の90% |
| 口渇・多飲・多尿など急激に症状が現れて発症する                                                     | 症状       | 症状が現れないことが多く、気づかないうちに進行する                                                |
| 若い人に多い（ただし何歳でも発症する）                                                         | 年齢       | 中高年に多い                                                                   |
| インスリン注射                                                                     | 治療       | 食事療法、運動療法、内服薬<br>場合によりインスリン注射                                            |

※1型糖尿病は生活習慣に関係なく急激に発症しますが、2型糖尿病は年単位で徐々に進行します。少し高めの「将来糖尿病になる恐れあり」にあてはまったら、生活習慣の改善が必要です。

## ●食事・運動・体重管理・禁煙など生活習慣の改善がカギ

2型糖尿病の予防には、生活習慣の改善が非常に重要です！

### 1. バランスの取れた食事

野菜、果物、全粒穀物、魚、豆類などを中心とした食事を心がけ、糖分や脂肪分の多い食品を控えめにします。1日3食規則正しく食べることや、間食はヘルシーなものを選ぶことが大切です。



### 2. 適度な運動

週に150分以上の有酸素運動（ウォーキング、ジョギング、サイクリングなど）を目標に、少なくとも運動しない日が2日間以上続かないようにして週3日以上行いましょう。筋トレも取り入れると効果的です。階段を使う、歩く距離を増やすなど、日常生活のなかで身体を動かす機会を増やすこともお勧めです。



### 3. 体重管理

健康的な体重を維持すること、特に内臓脂肪型肥満を避けることが糖尿病予防につながります。

### 4. 禁煙

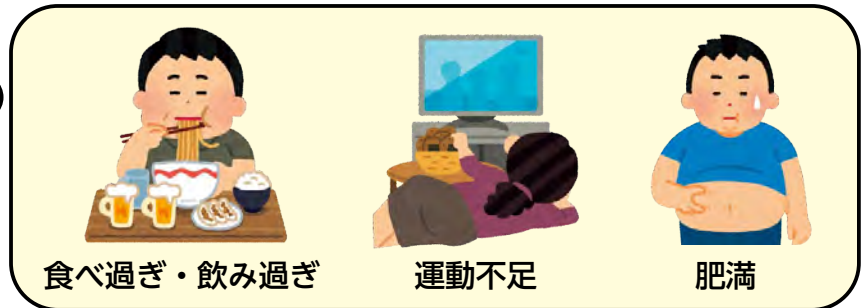
喫煙はインスリン抵抗性を高め、糖尿病リスクを増加させるため、禁煙をお勧めします。



糖尿病診療ガイドライン2024、厚生労働省HP、国立健康危機管理研究機構糖尿病情報センターHP 参照

# 被扶養者の皆さま「特定健診」もう受けましたか？

「お気に入りの服がきつくなった…」「動くとすぐ息が上がる…」「飲んだ次の日がつらい…」  
でも、病気ではないし、健康診断であれこれ指摘を受けるのはイヤ。そう思ったことはありませんか？



## 「自分は大丈夫」そう思っているうちに体を蝕むのが生活習慣病です！

生活習慣病（肥満症、高血圧、脂質異常症、糖尿病等）はサイレントキラーと呼ばれ、知らず知らずのうちに進行し、心疾患、脳出血、がんや腎不全など致命的な病気を引き起こします。

また、生活習慣病が悪化すると、健康が損なわれるだけでなく、医療費や通院時間が長期にわたり暮らしを圧迫します。

予防するには、定期的な健康状態のチェックと、結果に基づく生活習慣の改善が大切です。

自覚症状がないからこそ、先手を打つ必要があるのです！



## 毎年「特定健診」を受けて、ご自身の健康状態を確認しましょう！

共済組合では、40歳以上74歳以下である被扶養者の皆さまへ、6月17日付けで今年度の「特定健康診査（特定健診）受診券」をお送りしました。（配偶者人間ドック決定者を除きます。）

この「特定健康診査」は、生活習慣病の要因である「メタボリックシンドローム」に着目した健診です。

**お近くの医療機関で受診が可能で、自費であれば7,000円～8,000円程度かかる検査を無料で受けられます！**

なお、特定健康診査でメタボリックシンドロームの傾向があると判定された方は、生活習慣改善プログラム「特定保健指導」も無料で受けることができます。

毎年、特定健診を受けてご自身の健康状態を把握し、生活習慣病を未然に防ぎましょう！

＼受診は無料です！／



公立学校共済組合  
保健事業キャラクター  
「スズちゃん」

受診券は、4月1日現在認定されている被扶養者の方を対象に、6月上旬に抽出した情報に基づきお送りしています。  
4月2日以後被扶養者に認定された方や、受診券が届いていない方は、お手数ですが北海道支部へご連絡ください。  
個別に受診券をお送りします。

お問い合わせは 企画福祉係 ☎ 011-231-4111 内線 35-363

## 「特定保健指導」で健康な体を取り戻しましょう！



健康診断の結果はいかがでしたか？  
生活習慣病リスクが高かった方は  
**「特定保健指導」を「無料で」**  
受けることができます！

「特定保健指導」は、健康診断や人間ドックでメタボリックシンドローム該当又は予備軍と判定された方を対象に、生活習慣の改善を働きかけ、健康な体作りを通じて生活習慣病予防を支援するプログラムです。

対象の方は**無料**で受けることができます。（ただし、治療を開始した場合は自己負担額が発生します。）

共済組合では、定期健康診断等の結果に基づき対象と判定された方へ、特定保健指導のご案内を秋以降に順次お送りします。

### ●特定保健指導の流れ（組合員の方の場合）



特定保健指導は指定の医療機関で受けることができるほか、組合員本人は「訪問型特定保健指導」又は「遠隔型特定保健指導」を利用することができます。

訪問型特定保健指導は、共済組合が委託する「SOMPOヘルスサポート（株）」の専門員が皆さまの職場にお伺いします。時間や感染症対策の制約で対面での面談が受けづらい方は、Webミーティングアプリを利用する遠隔面談を受けることもできますので、ぜひご利用ください！

## 健康情報冊子「QUPiO Plus」をお送りします

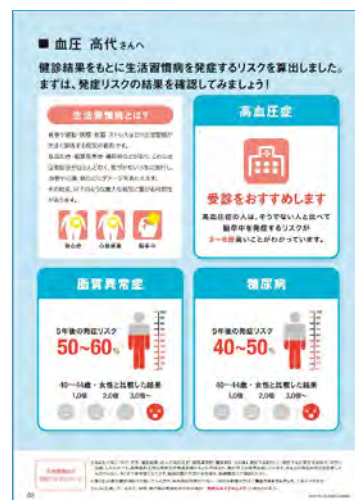
定期健康診断や人間ドックを受診された方で今年度45歳及び50歳に達する組合員等を対象に、個々の健診結果を反映した健康情報冊子「QUPiO Plus（クピオ プラス）」をお送りします。

今後の疾病発症リスクに応じた生活習慣改善アドバイスや、健康に関する情報を分かりやすく紹介していますので、皆さまの健康維持にお役立てください。



QUPiO Plusには過去3年分の健診結果が記載されるので、ご自身の健診結果を見直すこともできます！

（※画像はイメージです）



お問い合わせは

企画福祉係

☎ 011-231-4111 内線 35-363

# 育児休業を取得したときは育児休業手当金を請求できます

組合員が育児休業を取得したときは、休業期間中の収入を補償するための給付「育児休業手当金」を受けることができます。

## 1 給付期間

原則として、育児休業を開始した日から「子の1歳の誕生日の前日」まで受給できます。

ただし、父母が同一の子についてともに育児休業を取得したとき（いわゆる「パパ・ママ育休プラス」制度を利用して育児休業を取得したとき）は、子が1歳2カ月に達するまでの間で最大1年間<sup>(注)</sup> 受給できます。

また、総務省令で定める延長要件に該当したときは、1歳を超えた期間についても育児休業手当金を請求できます。詳しくは次ページをご覧ください。

(注) 母親の場合は、その子の出生の日及び産後の休業期間も含めて1年間となります。



育児休業手当金は、請求に基づき給付します。  
育児休業の承認を受けた場合は、忘れずに所属所を通じて手続きしてください。

## 2 給付額

### 標準報酬日額

標準報酬月額<sup>1</sup>の1/22  
(10円未満四捨五入)

×

### 給付率

180日目まで、67%  
181日目以降、50%  
(育児休業開始日から通算し、土日祝日を含みます。)

×

### 給付日数

給付期間内で土曜日及び  
日曜日を除いた日数  
(年末年始や祝日であっても、土日  
以外は給付日数に含まれます。)

## 3 請求方法

所属所を通じて次の書類を提出してください。

- (1) 育児休業手当金請求（変更請求）書（別紙様式第8号）
- (2) 育児休業承認通知書の写し

※育児休業承認通知書が交付されない場合は、辞令や母子健康手帳の写しなど育児休業の期間及び育児休業の対象となる子の生年月日が確認できる書類の写し

育児休業手当金の様式及び記入例は、公立学校共済組合北海道支部ホームページに掲載しています。

組合員専用ページにログイン後、「様式集 共済事務の手びき 第2章 短期給付様式一覧」からダウンロードすることができます。

【ホームページアドレス】 <https://www.kouritu.or.jp/hokkaido/index.html>



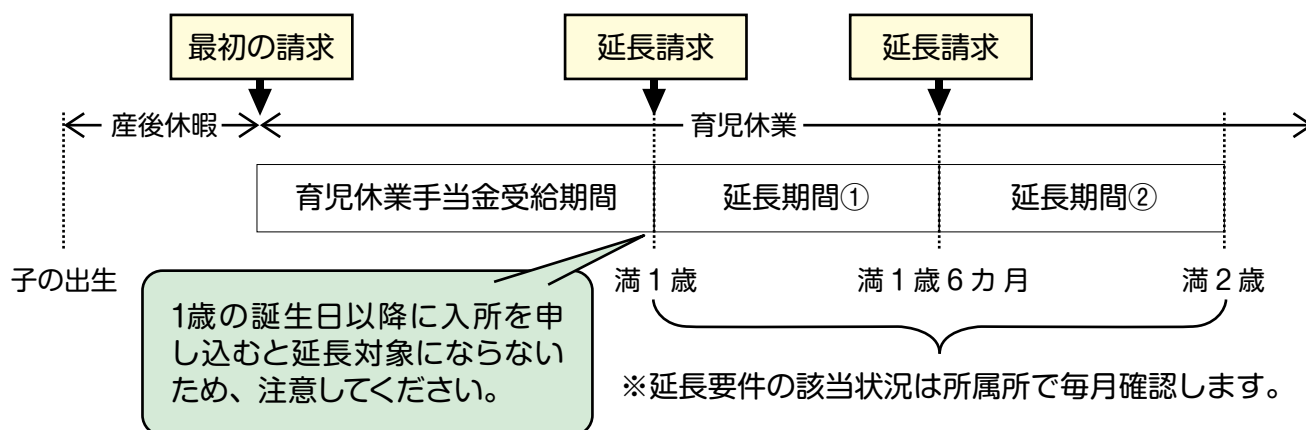
お問い合わせは 短期給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-371・372

# 育児休業手当金の支給期間の延長手続きについて

育児休業に係る子の1歳の誕生日の前日までに、総務省令で定める延長要件（以下、「延長要件」といいます。）に該当する場合は、最大で「子の2歳の誕生日の前日」まで育児休業手当金を請求することができます。延長要件で最も一般的な「保育の申込みを行っているが、当面その実施が行われない場合」の手続きは次のとおりです。

## 1 延長要件（保育所入所不承諾の場合）

育児休業に係る子の1歳の誕生日の前日までに、保育所等に保育の利用を希望し、申込みを行っているが、当該子が1歳に達する日後の期間について、当面その実施が行われない場合（速やかな職場復帰を図るために保育所における保育等の利用を希望しているものであると組合が認める場合に限り。）が延長対象となります。



## 2 請求方法

子が1歳に達したとき、子が1歳6カ月目に達したときに所属所を通じて次の書類を提出してください。

- (1) 育児休業手当金請求（変更請求）書（別紙様式第8号）
- (2) 育児休業承認通知書の写し
- (3) 育児休業手当金支給対象期間延長事由認定申告書（別記様式第8号の5）
- (4) 市区町村に提出した保育所等の利用申込書の写し
- (5) 市町村が発行する「保育所不承諾通知書」など<sup>(注)</sup>

(注)「保育所不承諾通知書」などについて、対象の子の生年月日、入所申込日及び入所希望日が確認できるものが必要です。市町村によっては、通知書などを取得できない場合があります。その場合は、必ず育児休業の対象となる子が1歳に達する前に当共済組合までご相談ください。

## 3 延長要件に該当しない主な事例

入所希望日を、  
1歳の誕生日を  
過ぎた日付にし  
ているとき

保育所の入所が  
決定したとき

保育所の入所を  
辞退、または入  
所希望の取下げ  
をしたとき

入所保留の有効  
期限後（年度替  
わり等）の入所  
申込を行ってい  
ない場合

保育所への入所  
申込で落選希望  
であることが明  
らかなとき

お問い合わせは 短期給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-371・372

# 育児休業支援手当金及び育児時短勤務手当金について

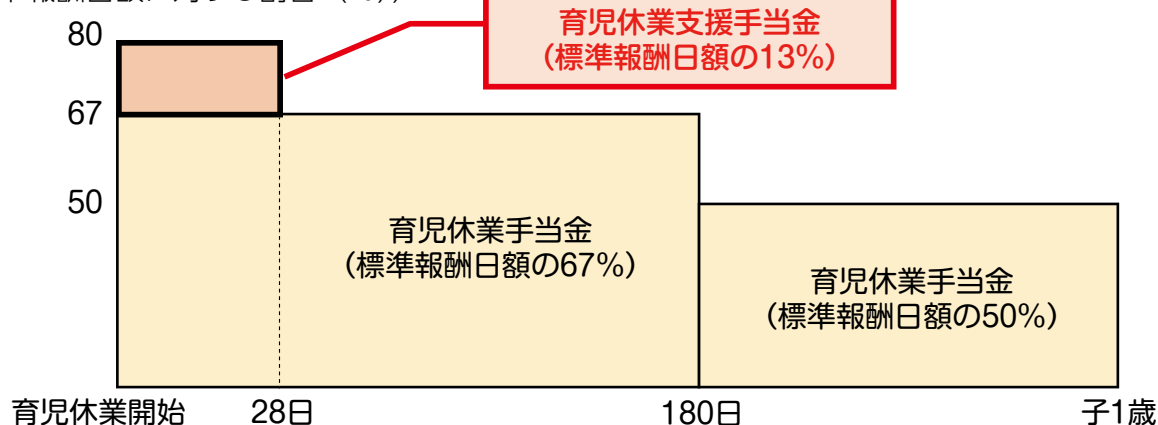
地方公務員等共済組合法の一部改正に伴い、令和7年4月1日から新たに創設された「育児休業支援手当金」及び「育児時短勤務手当金」についてご紹介します。

## 1 育児休業支援手当金

組合員とその配偶者の両方が、同一の子について一定期間内（※）に通算14日以上の子の育児休業等取得したとき、28日間を上限に育児休業支援手当金を支給します。（給付上限相当額あり）

※一定期間：男性は子の出生後8週間以内、女性は産後休業後8週間以内

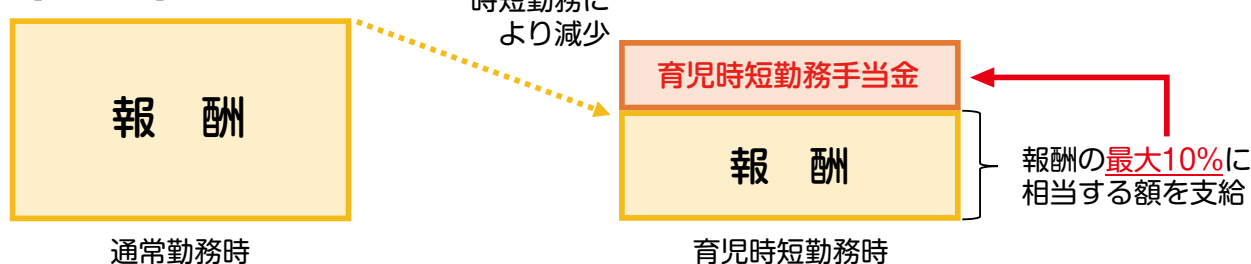
（標準報酬日額に対する割合（％））



## 2 育児時短勤務手当金

組合員が、2歳未満の子を養育するため育児時短勤務をした場合、支給対象月について育児時短勤務手当金を支給します。

【イメージ】



## 3 請求方法

所属所を通じて、次の様式に必要書類を添付して提出してください。

- 1 育児休業支援手当金 ⇒ 育児休業支援手当金請求書（別紙様式第25号）
- 2 育児時短勤務手当金 ⇒ 育児時短勤務手当金請求書（別紙様式第26号）

それぞれに必要な添付書類の詳細は、「共済事務の手びき」に掲載しています。公立学校共済組合北海道支部のホームページから、組合員専用ページにログイン後、「共済事務の手びき第2章短期給付」の「育児休業支援手当金」及び「育児時短勤務手当金」のページをご確認ください。

育児休業支援手当金及び育児時短勤務手当金の様式も「共済事務の手びき第2章 短期給付様式一覧」からダウンロードすることができます。

【ホームページアドレス】 <https://www.kouritu.or.jp/hokkaido/index.html>



お問い合わせは 短期給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-371・372

# 育児休業期間中の掛金免除の手続きについて

育児休業期間中の掛金は、組合員の申し出により免除されます。忘れずにお手続きください。

## 提出書類

育児休業等掛金等免除申出書※1 及び 育児休業承認通知書の写し※2

※1 申出書の様式は公立学校共済組合北海道支部のホームページからダウンロードできます。

組合員専用ページにログイン

→様式集 共済事務の手びき

→第1章 組合員と被扶養者 様式一覧

→育児休業等掛金等免除申出書 (1-29)



※2 育児休業について記載された辞令の写しと子の生年月日がわかる書類の写し計2枚でも代用可能です。

## 免除の対象期間

・毎月の給与にかかる掛金等は、次の①②いずれかを満たす場合に免除となります。

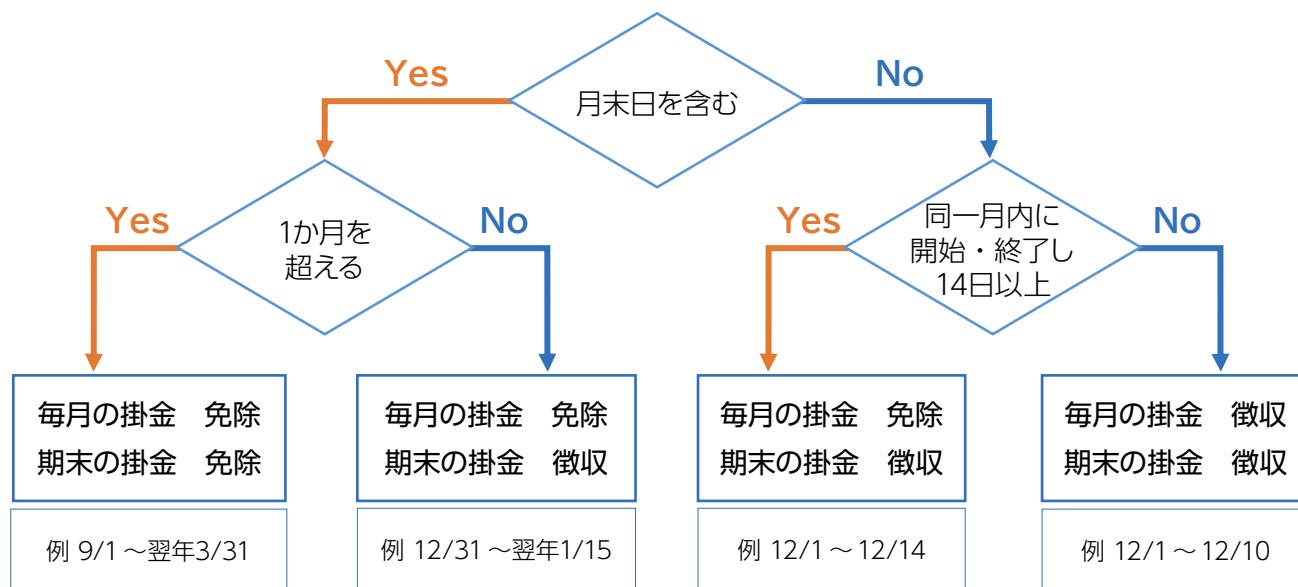
① その月の末日時点で育児休業を取得している

② 同一月内に育児休業を開始して終了するとき、(土日祝を含み) 14日以上取得している

・期末手当等にかかる掛金等は、次の③④どちらも満たす場合に免除となります。

③ 期末手当等の支給月の末日時点で育児休業を取得している

④ 育児休業の取得の期間が1か月よりも長い (③の月末時点で1か月が経過していなくても対象)



## 令和6年度決算はホームページをご覧ください

「令和6年度決算」をホームページへ掲載しました。

≪掲載場所≫

北海道支部トップページ⇒北海道支部について (事業状況)⇒決算概要⇒令和6年度決算概要

お問い合わせは 経理出納係 ☎ 011-231-4111 内線 35-376・377

# 療養費の請求手続きQ&A（装具の製作編）

医師が治療上必要であると認めた固定装具を購入し装着したときは、療養者がその費用を一旦全額負担しますが、後日共済組合に請求することにより、「療養費（被扶養者の場合は家族療養費）」の払い戻しを受けることができます。

払い戻しの額は、装具の領収書の額の7割（小学校就学前の者は8割、70歳～74歳の高齢受給者は7割～8割）です。

今回は、装具の製作でよくあるお問い合わせ・手続きの例をご紹介します。



Q1：私用の外出中に転倒して足首を捻挫し、医師の指示で治療用装具を購入しました。療養費を請求するには、どこに、何を提出したらよいですか？

A1：治療用装具の購入による療養費を請求するときには、所属所を通じて次の書類を共済組合に提出してください。

- ・療養費等請求書（別紙様式第3号）
- ・治療用装具製作指示装着証明書又は医師の証明書の原本（別紙様式第3号の2又は病院独自で発行した証明書）
- ・装具製作者に支払った領収書の原本



Q2：歯並びが気になり、矯正歯科でマウスピースを製作してもらい装着しています。この費用は共済組合に請求できますか？

A2：通常、歯列矯正は保険診療の対象外ですので、共済組合にその費用を請求することはできません。

※ただし、外科措置が必要である国が定めた先天性疾患等の場合は、歯列矯正が保険診療の対象となることがありますので、受診している医療機関にご確認ください。



療養費等請求書の様式及び記入例は、公立学校共済組合北海道支部ホームページに掲載しています。

組合員専用ページにログイン後、「様式集 共済事務の手びき 第2章 短期給付様式一覧」からダウンロードすることができます。

【ホームページアドレス】 <https://www.kouritu.or.jp/hokkaido/index.html>



お問い合わせは 短期給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-371・372

# 老齢厚生年金の繰上げ・繰下げ制度のご案内

## 1 老齢厚生年金の受給の繰上げ

60歳以上で支給開始年齢に達していない方については、請求により老齢厚生年金の受給を繰り上げる（受給を早める）ことができます。

ただし、老齢厚生年金の受給を繰り上げると、年金額は1か月あたり0.4%（昭和37年4月1日以前に生まれた方は0.5%）減額します。

例 昭和37年4月2日以後に生まれた方が60歳到達時点で繰上げ請求を行った場合  
 $0.4\% \times 60\text{月} = 24\text{\%の減額}$   
(12か月×5年分)

老齢厚生年金の繰上げ請求に係る手続きは、当組合又はお近くの年金事務所で行うことができます。当組合にて手続きを行う場合は、請求書類を送付しますので、連絡してください。

なお、短期組合員の方が当組合で手続きした場合、支給まで時間を要することがあります。

また、老齢厚生年金を繰上げ請求する場合は、次の注意点を確認してください。

### ▲ 繰上げ請求の注意点

- (1) 当組合以外の老齢厚生年金及び老齢基礎年金も、同時に繰り上げる必要があります。
- (2) 請求書を当支部が受け付けた月の属する翌月分から年金が支給されます。
- (3) 繰上げ請求は撤回することができず、また、年金額の減額は生涯続きます。
- (4) 加給年金額は繰上げの対象となりません（65歳からの支給となります）。
- (5) 在職（厚生年金加入）している間、老齢厚生年金は支給停止されることがあります。
- (6) 繰上げ請求後は、事後重症による障害厚生年金の請求はできません。

## 2 老齢厚生年金の受給の繰下げ

65歳以降の老齢厚生年金は、希望により繰り下げる（受給を遅らせる）ことができます。

繰り下げた老齢厚生年金は、66歳以降、75歳に達するまで（昭和27年4月1日以前に生まれた方は70歳に達するまで）の間に請求することができ、年金額は1か月あたり0.7%増額します。

例 昭和33年4月2日以後に生まれた方が70歳到達時点で繰下げ請求を行った場合  
 $0.7\% \times 60\text{月} = 42\text{\%の増額}$   
(12か月×5年分)

※ 65歳以降に在職し、厚生年金保険に加入している方が繰下げ請求した場合の加算額は、その方が65歳で請求した場合の年金額（支給停止後の額）に上記増額率を乗じて得た金額となります。

当組合の老齢厚生年金の受給権を有する方については、65歳到達時に老齢厚生年金の繰下げを希望するかどうか確認を行います。老齢厚生年金の繰下げを希望した方が年金の受給を申し出る際は、請求書類を送付しますので、当組合に連絡してください。

なお、当組合以外に他の実施機関（日本年金機構等）の老齢厚生年金の受給権を有する方については、各実施機関の案内に従って手続きを行ってください。

### ▲ 繰下げ請求の注意点

- (1) 当組合以外の老齢厚生年金も、同時に繰り下げる必要があります。
- (2) 年金払い退職給付及び日本年金機構の老齢基礎年金についても繰り下げることができますが、老齢厚生年金と異なる時期に請求できます。
- (3) 老齢厚生年金を繰り下げている間に、公務員以外の厚生年金保険に加入し、新たに老齢厚生年金の受給権が発生した場合は、その日から1年を経過しないと請求できません。
- (4) 障害厚生年金又は遺族厚生年金を受給している方は繰下げ請求をすることができません。

お問い合わせは 年金給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-373 ～ 375

# 障害厚生年金のご案内

公務員や一般の厚生年金保険に加入している方が病気やけがにより一定以上の障害（生活や仕事などが制限される程度）が残ったときは、請求により障害厚生年金が支給されます。

また、障害程度を審査した結果、等級が1級又は2級に該当する場合、日本年金機構から障害基礎年金が併せて支給されます。

なお、障害厚生年金の対象となる障害程度より軽くても、障害が残っている場合には障害手当金が支給されることがあります。

## 1 受給要件

次の全ての要件に該当している必要があります。

要件① 厚生年金保険加入中に初診日があること

要件② 「初診日※1」から1年6か月後の「障害認定日※2」又は「障害認定日後65歳に達する日の前日までの間に障害等級が1級から3級に該当すること

要件③ 次のいずれかの保険料の納付要件に該当していること

ア 初診日のある月の前々月までに公的年金の加入期間があり、その期間の3分の2以上について保険料が納付又は免除されていること

イ 初診日のある月の前々月までの1年間に保険料の未納がないこと（初診日が令和8年3月31日以前であり、初診日に65歳未満であるときに限られます。）

※1 障害の原因となった傷病について、初めて医師又は歯科医師の診療を受けた日

※2 原則、初診日から起算して1年6か月を経過した日

## 2 障害認定日の特例

次の症例に該当したときは、初診日から起算して1年6か月を経過した日以内であっても、特例としてそれぞれの日が障害認定日となります。

| 診断書     | 傷病が治った状態                                | 障害認定日                       |
|---------|-----------------------------------------|-----------------------------|
| 聴覚等     | 喉頭全摘出                                   | 喉頭全摘出日                      |
| 肢体      | 人工骨頭、人工関節を挿入置換                          | 挿入置換日                       |
|         | 切断または離断による肢体の障害                         | 切断または離断日（障害手当金は創面治癒日）       |
|         | 脳血管障害による機能障害                            | 初診日から6か月経過した日以後（固定と認められた場合） |
| 呼吸      | 在宅酸素療法                                  | 開始日（常時使用の場合）                |
| 循環器（心臓） | 人工弁、心臓ペースメーカー、植え込み型除細動器（ICD）            | 装着日                         |
|         | 心臓移植、人工心臓、補助人工心臓                        | 移植日または装着日                   |
|         | CRT（心臓再同期医療機器）、CRT-D（除細動器機能付き心臓再同期医療機器） | 装着日                         |
|         | 胸部大動脈解離や胸部大動脈瘤により人工血管（ステントグラフトを含む）を挿入置換 | 挿入置換日                       |
| 腎臓      | 人工透析療法                                  | 透析開始日から起算して3か月を経過した日        |
| 他       | 人工肛門造設、尿路変更術                            | 造設日または手術日から起算して6か月経過した日     |
|         | 新膀胱造設                                   | 造設日                         |
|         | 遷延性植物状態                                 | 状態に至った日から起算して3か月を経過した日以後    |

お問い合わせは 年金給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-373 ～ 375

### 3 事後重症制度

障害認定日において障害程度に該当しなくても、病状の進行により障害等級に該当する程度の障害状態となったとき、請求により障害厚生年金が支給されます。

なお、事後重症請求は65歳に達する日の前日（誕生日の前々日）までに行う必要があります。

ただし、繰上げ支給の老齢厚生年金を受けている方は請求することができません。

### 4 請求手続き

初診日が**一般組合員（公務員の厚生年金）**の期間にある方で、障害年金の請求を希望する方は、下記に連絡してください。その際、傷病名、初診日及び受診した医療機関等を確認した上、必要書類を送付します。

なお、初診日が**短期組合員（一般の厚生年金）**の期間にある方は、管轄の年金事務所にて手続きを行うこととなります。

## 「年金払い退職給付の給付算定基礎額残高通知書」を確認しましたか

年金払い退職給付（正式名称：退職等年金給付）とは、公務員の退職給付の一部として支給される年金です。

年金額は、一般組合員である間に積み立てた「給付算定基礎額」を基に決定し、半分を終身年金、もう半分为有期年金として老齢厚生年金に上乗せして支給されます。

### 1 受給要件

次の全ての要件に該当している必要があります。

要件① 65歳以上であること

要件② 一般組合員の資格を喪失していること

要件③ 一般組合員として1年以上引き続く組合員期間があること

### 2 給付算定基礎額の確認方法

給付算定基礎額は、次の対象者に対し、毎年7月末に送付している「**年金払い退職給付の給付算定基礎額残高通知書（圧着ハガキ）**」によりお知らせしています。

- ① 一般組合員
- ② 前年度に一般組合員の資格を喪失した方
- ③ 前年度以前に一般組合員の資格を喪失しており、節目年齢（35歳、45歳、59歳及び63歳）に達した方



### 3 請求手続き

65歳以上で一般組合員の資格を喪失した方には、当支部から必要書類を送付しますので、手続きを行ってください。

また、短期組合員の方については、65歳到達前に当共済組合本部から必要書類が送付されます。

お問い合わせは 年金給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-373 ～ 375

# 心の健康総合相談室

みなさん、いかがお過ごしですか。夏休みを終え、2学期が始まり、仕事にもエンジンがかかってきているところでしょうか。

相談室では睡眠が十分に取れない、意欲が出ない、人間関係で悩んでいる、休職等の制度のことなど、メンタルに関するいろいろな悩みに対応しております。気軽にご相談ください。

【相談のご案内】

## 心の健康相談室（ホテルライフポート札幌）

【相談時間・相談員について】

|         | 月 | 火 | 水 | 木                         | 金 | 土                   |
|---------|---|---|---|---------------------------|---|---------------------|
| 保健師     | ○ | ○ | ○ | 13:00～20:00<br>(面接は17時まで) | ○ | 第1週、第3週 10:00～15:00 |
| 教育行政経験者 | / | ○ | ○ | ○                         | ○ | /                   |

※○は 9:30～17:00

【医師による面接相談】

月1回（予約が必要） 北海道大学名誉教授 医療法人優仁会滝川中央病院 臨床顧問 小山 司先生

【相談対象者・相談者について】

相談対象者：共済組合員本人 相談者：共済組合員本人、家族、職場の上司、同僚（同僚の方は電話相談のみ）

【相談方法について】

電話相談・面接相談を希望される方は、下記の専用電話におかけください。

**☎011-530-6206、011-563-4241**

## 札幌地区以外での医師による面接相談

岩見沢市、倶知安町、函館市、旭川市、網走市、帯広市、釧路市において、医師による面接相談を受けることが可能です。（詳細については下記 HP によりご確認ください。）

相談を希望される方は福利課健康管理係まで、ご連絡ください。

予約連絡先 ☎011-231-4111（内線 35-381）

HP <https://www.dokyoj.pref.hokkaido.lg.jp/hk/fkr/mental/sodan.htm>

※携帯電話からは右の二次元コードからご覧ください。



## ストレス反応とは？

こころや体にかかる外部からの刺激をストレッサーと言い、ストレッサーに適応しようとして、こころや体に生じたさまざまな反応をストレス反応と言います。

|                 |                                                           |
|-----------------|-----------------------------------------------------------|
| 心理面での<br>ストレス反応 | 活気の低下、イライラ、不安、抑うつ（気分の落ち込み、興味・関心の低下）など                     |
| 身体面での<br>ストレス反応 | 体のふしぶしの痛み、頭痛、肩こり、腰痛、目の疲れ、動悸や息切れ、胃痛、食欲低下、便秘や下痢、不眠などさまざまな症状 |
| 行動面での<br>ストレス反応 | 飲酒量や喫煙量の増加、仕事でのミスや事故、ヒヤリハットの増加など                          |

ストレス反応が長く続く場合には、過剰なストレス状態に陥っているサインかもしれません。これらの症状に気づいたら、普段の生活を振り返り、ストレスと上手に付き合うための方法（コーピング）を工夫してみることをおすすめします。また、これらの症状の程度が重かったり、長期間続くような場合には、専門家（精神科、心療内科）に相談することをおすすめします。

いつもと少し違うな、と感じたら、お気軽に相談室までお電話ください。

厚生労働省 HP (<https://kokoro.mhlw.go.jp/teacher/tc002/>) を加工して作成

## メンタルヘルス相談



### LINEを使ったメンタルヘルス相談 (心ほっとサポート@公立学校共済)

教育現場で働く皆さまのLINEによるメンタルヘルス相談窓口です。「心の専門家」の公認心理師・臨床心理士等が、親身になってあなたの悩みにお応えします。



水・土・日・月曜日 18:00～22:00

(祝日・年末年始を含む)

●利用時間 1日1回30分～60分程度

※利用対象者は組合員のみ

友だち追加は  
こちらから



### 電話・面談メンタルヘルス相談



「心の専門家」の臨床心理士が、プライバシー厳守にて  
カウンセリングを行います。

通話料無料 **0800-700-5680**

電話相談 月～土曜日 10:00～22:00 (祝日・年末年始を除く)

●利用時間 1日1回20分程度

面談予約 月～土曜日 10:00～20:00 (祝日・年末年始を除く)

- 利用時間 1回50分程度
- 面談によるカウンセリングは1人年間5回まで無料
- 無料で面談によるカウンセリングをご利用いただくには、初回申込みを上記フリーコールで予約する必要があります。
- 面談は全国主要都市の契約カウンセリングルームにて実施



### Web相談(こころの相談)

電話でメンタルヘルスに関する相談をしづらい方のためにWeb上で24時間、ご相談を受け付けます。

URL **https://www.mh-c.jp/**

ログイン番号 783269

●臨床心理士が3営業日以内を目処に個別に回答

プライバシー  
は厳守されます。  
安心して  
ご利用ください。

## 健康・介護の相談



### 教職員電話健康相談24

健康に関するご相談に、保健師等の専門家が24時間・年中無休でお応えします。

通話料無料 **0800-777-8349**

- 一般健康相談、専門医相談(予約制)、小児救急相談に対応
- 利用時間 1回20分程度



### 女性医師電話相談



女性医師による女性疾患についての相談を中心とした女性向けサービスです。(予約制)

通話料無料 **0120-215-579**

月～土曜日 10:00～21:00 (祝日・年末年始を除く)

●利用時間 1回20分程度 ※利用対象者は女性のみ



### 介護電話相談

介護全般に関するご相談に、ケアマネジャーや社会福祉士がお応えします。

通話料無料 **0120-515-579**

月～土曜日 10:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)

●利用時間 1回20分程度

携帯電話からもご利用できます。(通話料無料) 詳細は、公立学校共済組合ホームページ掲載の利用規約をご覧ください。(トップページ→組合員専用ページ→健康相談事業のご案内)上記の電話番号、二次元コードは公立学校共済組合の組合員専用であり、一般に公開していないため、お取り扱いにご注意ください。

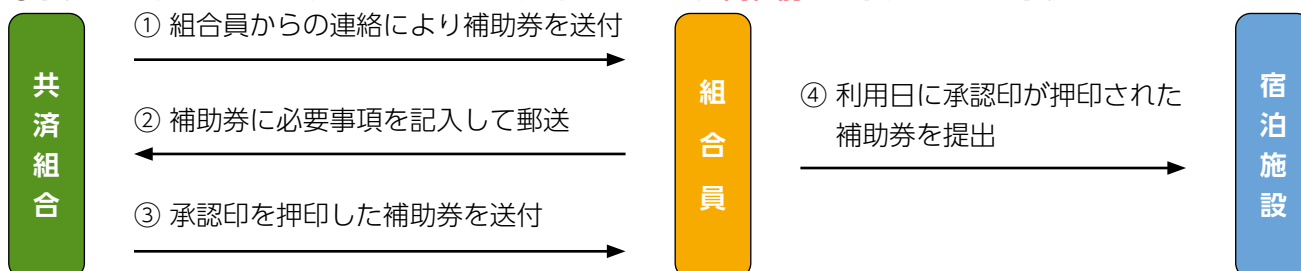
本サービスは資料作成時点のものを記載しており、本サービスの諸条件・運用規則や内容等は今後変更される可能性があります。

## 指定宿泊施設利用補助について



### ◆ 指定宿泊施設利用補助券の利用について

- ① 補助対象は、**公立学校共済組合員(任意継続組合員含む)**と**その被扶養者**であり、かつ**(一財)北海道公立学校教職員互助会**に加入していない方となります。また、**未就学のお子様は補助対象となりません**。
- ② 公立学校共済組合の利用補助券は、記入後に**公立学校共済組合北海道支部長の承認が事前**に必要です。具体的な手続方法は、利用補助券と一緒に送付しております『**事務連絡**』をご確認ください。  
※ **(一財)北海道公立学校教職員互助会においても互助会加入者を対象に指定宿泊施設利用補助を行っています**が、**手続方法が異なります**ので混同しないようお気をつけください。
- ③ **公立学校共済組合の支部長の印が押された利用補助券のみ有効です**。  
「承認印のない利用補助券」は無効です。  
宿泊施設が補助対象施設か必ず当共済 HP の「指定宿泊施設一覧」でご確認ください。
- ④ 手続きは郵送でのやり取りとなります。利用日の**2、3週間程前**から余裕をもって手続きしてください。



- ⑤ 利用補助券の取り寄せは、下記の企画福祉係までご連絡ください。

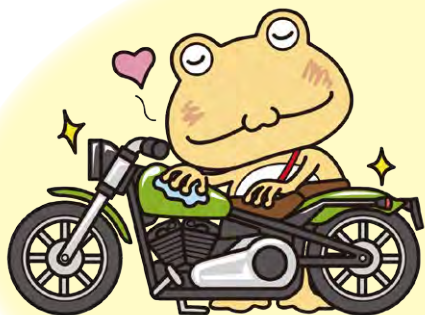
お問い合わせは 企画福祉係 ☎ 011-231-4111 内線 35-366

## 公立学校共済組合の貸付けを利用してみませんか？

さまざまな臨時の支出に

### 一般貸付け

返済は給与・ボーナスからの  
控除で自動返済！  
担保・手数料不要です！



- ・車やバイクの購入
- ・旅行費用
- ・家電や家具の購入
- ・趣味の道具の購入
- ・引越し費用
- ・ペットの手術費用等



**年利 1.32%※1 借入限度額 200万※2 返済回数 120回以内**

※1 令和7年9月時点の利率（変動利率）です。また、利率には保証料率（年0.06%）を含んでいます。

※2 貸付送金額が100万円以上となる場合は必要額が確認できる書類が必要です。

一般貸付けの他にも多種多様な  
貸付けをご用意しています。  
詳細はこちらです。



新規借入の返済シミュレーションが  
できます。  
（借換え時のシミュレーションは支  
部へお問い合わせください。）



**貸付けをお申込みの際は、支部ホームページ共済事務の手びきを参  
照し、最新の様式をダウンロードしてください。**

貸付申込の締切は毎月**25日**必着（休日等に当たる場合はその前営業日）で翌月末頃送金となります。  
申込書類に不備があった場合は翌月送金となりませんのでご注意ください。  
詳しい送金スケジュールはホームページでご確認ください

対象の方へ

**「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」を送付します**

住宅借入金等特別控除の対象となる組合員へ「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」を送付します。

- ・年末調整に使用する組合員については、**10月中旬**に所属所該当組合員あてに送付します。
- ・令和7年1月1日以降に住宅取得等に係る貸付けを受けた組合員については、税務署に確定申告をする必要があるため、**1月上旬**に所属所該当組合員あてに送付します。

【住宅借入金等特別控除制度】

一定の条件を満たす住宅の取得等借入金の残高を対象として所得税の控除を受けられる制度です。  
制度の内容については所轄の税務署にお問い合わせください。

お問い合わせは 企画福祉係 貸付担当 ☎ 011-231-4111 内線 35-365・366

第56回

# 道 教展

北海道教職員美術展  
入場無料

公立学校共済組合北海道支部所属組合員の美術作品が一堂に会する展覧会です。

今年度も12月に開催しますので、是非御高覧ください

会 期

令和7年 12月 10日（水）～令和7年 12月 14日（日）

開催時間 10：00～17：00 （最終日は15：00まで）

会 場

札幌市民ギャラリー（札幌市中央区南2条東6丁目）

地下鉄東西線「バスセンター前」駅10番出口から徒歩約3分

展示作品

絵画・立体・書道・写真

お問い合わせは 企画福祉係 ☎ 011-231-4111（内 35-363）／ FAX：011-261-2292

## 札幌宿泊所利用補助の手続き変更について

札幌宿泊所（ホテルライフオー・札幌）で、宿泊及び食事・宴会等のため利用補助券を利用する際に必要だった組合員資格確認書類（組合員証やマイナポータル等）が、**令和7年7月1日から、省略**することができます。

### ・注意事項

令和7年7月1日から利用補助券が変更され、組合員資格等の条件を満たしている旨を申告するチェック欄を追加しましたので、「✓」を記入することで組合員資格確認書類の代わりとします。

様式

ホ テ ル ラ イ フ オ ー ト 札 幌  
利 用 補 助 券

(太枠のみ記入)

※下記の内容に相違ありませんので、申請します。  
(1) 利用日時時点で組合員資格・被扶養者資格があります。  
(2) 補助利用回数の上限(12回)を超えていません。(利用回数は組合員と被扶養者の回数の合計)  
(3) 宿泊補助を使用する場合は、公務による出張等での宿泊利用ではありません。

| 利用年月日 | 令和 年 月 日                |       |       |                                        |                       |                                     |
|-------|-------------------------|-------|-------|----------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------|
| No.   | 所属所名<br>(任職・被扶養者の場合は不要) | 組合員番号 | 利用者氏名 | 利用者区分<br>(どちらかに○)<br>本人・<br>被扶養者<br>本人 | 組合員氏名<br>(被扶養者の場合に記入) | 上記※<br>を承諾                          |
| 1     |                         |       |       |                                        |                       | <input checked="" type="checkbox"/> |

申請内容を一読の上、  
必ず全員分「✓」の  
記入をお願いします。

なお、組合員資格等の条件を満たしていないことが後日判明した場合は、補助で差し引いた金額分を返金していただくこととなりますのでご了承ください。

### ・利用補助券の場所

新たな利用補助券様式は、従来と同様に利用補助券を提出する受付にあります。

事前に記入して持参する場合は、公立学校共済組合ホームページの、「北海道支部トップページ＞厚生サービスを利用する＞補助事業＞宿泊施設補助＞札幌宿泊所利用補助」からダウンロードすることができます。

お問い合わせは 企画福祉係 ☎ 011-231-4111 内線 35-366



公立学校共済組合北海道支部組合員の皆様へ

## 令和7年度札幌宿泊所利用補助事業のご案内

公立学校共済組合北海道支部の組合員様とその被扶養者様が、

 ホテル ライフォート札幌をご利用いただく際、以下の補助をご利用いただけます。

### 補助利用回数に上限がございます

- 宿泊・宴会・レストラン・テイクアウト商品を対象に補助利用回数が制限されています。
- ご利用回数は、組合員及びその被扶養者等を含めて通算されます。
- 上限を超過した場合及び補助利用に疑義がある場合は、利用者に確認の上返金を求める場合があります。

次の「札幌宿泊所利用補助事業一覧表」をご確認の上、ご利用ください。

### 札幌宿泊所利用補助事業一覧表

| 利用目的                        | 対象／年度内回数                                                                                                                                                                                              | 補助額                                                                                                                                                                                                                                  | 申請方法                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 宿 泊                         |  <br>通 算<br>12回まで<br>(被扶養者等を含む)     | お一人様一泊当たり <b>2,000円補助</b><br>※公務による出張等は補助の対象外となります。<br><br>他の補助を併せて使ってさらにお得にご宿泊！<br>①教職員互助会 指定宿泊施設利用補助(3泊まで) ※離島除く<br>②公益財団法人 日本教育公務員弘済会 北海道支部 宿泊施設利用<br>③共済組合の福祉保険制度加入者さま【元気クーポン】<br>※「元気づくりサービスコース」加入者が対象です<br>※詳しくは各機関へお問い合わせください | 詳しい申請方法は、下記QRコードより<br>公立学校共済組合北海道支部ホームページ<br>をご確認ください。                                                                                                               |
| レストラン                       |  <br>通 算<br>12回まで<br>(被扶養者等を含む) | お一人様当たりの利用金額<br>4,000円(税抜)以上の場合 <b>2,000円補助</b>                                                                                                                                                                                      | 詳しい申請方法は、下記QRコードより<br>公立学校共済組合北海道支部ホームページ<br>をご確認ください。                                                                                                               |
| 宴 会                         |                                                                                                                                                                                                       | お一人様当たりの購入金額<br>2,000円(税抜)以上の場合 <b>1,000円補助</b><br>4,000円(税抜)以上の場合 <b>2,000円補助</b>                                                                                                                                                   | 商品のご購入の際に、所定の申込書または、インターネット申込の入力フォームに、 <b>組合員様の氏名と組合員番号</b> を明記してください。<br>※商品によって使用方法が異なります<br>詳しくは、申込書をご確認ください                                                      |
| テイクアウト商品<br>(レトルトカレー等)      |                                                                                                                                                                                                       | お一人様当たりの購入金額<br>4,000円(税抜)以上の場合 <b>2,000円補助</b><br>※本体価格の半額までを補助額の上限とし、<br>複数回分(上限の範囲内)の補助が受けられます                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                      |
| テイクアウト商品<br>(年越しセット)        |                                                                                                                                                                                                       | お一人様当たりの購入金額<br>4,000円(税抜)以上の場合 <b>2,000円補助</b><br>※本体価格の半額までを補助額の上限とし、<br>複数回分(上限の範囲内)の補助が受けられます                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                      |
| 会 議                         |                                 | 会議室等利用料から<br><b>2分の1相当額を補助</b><br>※1室当たり補助額上限30万円まで<br>※道費等公費によるお支払いは補助の対象外となります                                                                                                                                                     | 1.ご予約の際に補助を受ける旨をお申し出ください。<br>2.利用補助申請書は、ホテルまたは北海道支部までご請求ください。<br>3.利用補助券は、ご利用予定の <b>5日前</b> までに北海道支部企画福祉係に提出していただき、証明を受けてください。<br>4.証明を受けた利用補助申請書をご利用日、ホテルに提出してください。 |
| 法 要<br>(偲 ぶ 会)<br>(お 別 れ 会) |                                 | 利用料から <b>5万円補助</b><br>※費用が5万円を超える場合、補助の対象となります                                                                                                                                                                                       | ※ウエディングの補助は、任意継続組合員及び資格喪失後12ヶ月以内の挙式も対象となります                                                                                                                          |
| ウエディング                      |  <br>※お子様が被扶養者でない場合も対象となります     | ウエディング費用から <b>2分の1相当額を補助</b><br>●新郎・新婦の双方が対象の場合 <b>40万円上限</b><br>●新郎・新婦の一方が対象の場合 <b>20万円上限</b><br>※ご飲食は、補助の対象外です                                                                                                                     |                                                                                                                                                                      |

対象者マーク：

 組合員

 組合員の被扶養者

 組合員のお子様

 組合員のご家族

お 問 合 せ

 ホテル ライフォート札幌  
Hotel Liffort Sapporo

TEL 011-521-5211 (代表)

公立学校共済組合北海道支部ホームページ

より詳しい利用補助要項や申請方法のご確認  
利用補助券のダウンロードはこちら！



PARTY・MEETING

# どんな会合もライフオフトで

会合・セミナー等にご利用いただけるバリエーション豊富な会場をご用意しております

公立学校共済組合員様は以下の利用補助がご使用いただけます！

## 会合でご利用の場合

会議室等利用料から **2分の1相当額** を補助

※1 室当たり補助額上限 30 万円まで ※道費など公費によるお支払いは補助の対象外となります  
※補助利用回数の制限はありません

## ご宴会料理

お一人様あたりの利用金額 **2,000円補助**  
**4,000円(税抜)以上の場合**

※補助利用回数には通算 12 回の上限がございます。(レストラン・テイクアウト・宴会の通算)

## ～ 会場のご紹介 ～

人数・ご要望に合わせた会場をご提案いたします



大宴会場 2F ライフォートホール



スカイホール 17F サラ



和室宴会場 3F あおぎ



小宴会場 3F はなの

## ～ おすすめ宴会プラン ～

クラス会や OB・OG 会など懐かしい仲間との再会を

## 同窓会・同期会プラン

利用期間 2026年3月31日まで (日～木曜限定(休前日除く))

お料理 6 品・飲み放題付

おひとり様 **7,000円** (税・サ込) ※10名様より承ります

プラン  
特典

- 1 語らいのひととき  
通常2時間 → **3時間**
- 2 会場内看板
- 3 スクリーン
- 4 プロジェクター

賀寿のお祝いの場合

※選暦など

乾杯用  
スパークリングワイン  
サービス

その他、集合写真 (1 枚 1,300 円 (税別) ～※20 枚より承ります) や  
ご宿泊・2 次会プランのご相談など承ります。お気軽にご相談ください！



Hotel Lifort Sapporo 2025

# 2025年越しセットお申込みFAX用紙

道内各地(離島は除く)クール便無料配送致します!!【お届け日12月31日(水)】※お届け時間の指定はできません。

予約受付時間 10:00～17:00

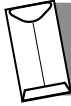
①お申込み専用  
FAX番号

**(011) 512-2100**

②組合員様専用ホームページからも  
お申込みいただけます。

※数量限定につき、予定数量に達し次第、予約受付を終了させていただきます。

※FAXの受信につきましては複数回線で承りますが、混雑が予想される為、繋がりにくい場合は恐れ入りますがお時間をあけてお申込みください。



ご注文を承った後、「受付確認書」をお申込み者様へ郵送致します。

※お支払い方法につきましては確認書面に記載させていただきます。

【ご注文受付終了の際は  
当ホテルHPにて  
お知らせ致します】

お申込み記入欄(太枠の中を必ずご記入ください。)

|       |                                        |     |        |                       |   |
|-------|----------------------------------------|-----|--------|-----------------------|---|
| お申込み者 | フリガナ                                   |     | お申込み日  | 月                     | 日 |
|       | 氏名                                     |     | 所属所名   |                       |   |
|       | 住所                                     | 〒 - | 組合員番号  | ※利用補助をご利用の方のみ記入してください |   |
|       | 郵便番号、<br>マンション名、<br>枝番等詳しく<br>ご記入ください。 |     | 連絡先TEL | ( ) -                 |   |
|       |                                        |     | 携帯電話   | ( ) -                 |   |

## 2025年越しセットご購入の組合員様に『利用補助』のご案内

●補助利用回数(年12回)が設定されております。

●年越しセットでは、本体価格の半額までを補助額の上限とし、1個につき最大14,000円(補助2,000円×7回分)の補助が受けられます。

【複数購入例】2個 60,480円 → 補助2,000円×12回分 → お支払い額 36,480円

【詳しくは、共済だより288号『札幌宿泊所利用補助事業のご案内』または、公式ホームページ(組合員様専用ページ)をご確認ください】

| 品名                                                                                                                                                                                                                                           | 金額                        | 個数 | 補助回数 | 合計金額 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----|------|------|
| 年越しセット                                                                                                                                                                                                                                       | 30,240円<br>(本体価格 28,000円) | 個  | 回    | 円    |
| <p>⚠必ず確認書に記載の期日までにお支払いください</p> <p>【お支払い方法】コンビニ等決済 ※ご注文受付後、1か月以内に「受付確認書」と一緒に振込用紙を郵送致します。</p> <p>バーコード決済(PayPay等)</p> <p>▼お渡し方法に○をつけてください</p> <p>【お渡し方法】</p> <p>①ホテルで受け取り【お渡し日時】12/31 10:00～15:00</p> <p>②宅配便(宅配の場合のみ下記欄にお届け先、個数をご記入ください。)</p> |                           |    |      | 備考欄  |

★「年越しセット」をホテルでお受け取りの場合は、お食事券1,000円分をプレゼント!!

### 宅配お届け先①

※お申込み者ご本人様にお届けの場合は「同上」とご記入ください。(住所・氏名の再記入不要)

|                                  |      |           |
|----------------------------------|------|-----------|
| 個数                               | フリガナ | 電話番号( ) - |
| 個                                | 氏名   | 携帯電話( ) - |
| ご住所(郵便番号、マンション名 枝番号等詳しくご記入ください。) |      |           |
| 〒 -                              |      |           |

### 宅配お届け先②

|                                  |      |           |
|----------------------------------|------|-----------|
| 個数                               | フリガナ | 電話番号( ) - |
| 個                                | 氏名   | 携帯電話( ) - |
| ご住所(郵便番号、マンション名 枝番号等詳しくご記入ください。) |      |           |
| 〒 -                              |      |           |

お問い合わせは、営業予約直通

**TEL(011) 512-1632**

(10:00～18:00 ※日・祝は10:00～17:00)

ホテル記入欄

| 受付NO | 月日 | 受付 | 支払確認 |
|------|----|----|------|
|      | /  |    |      |

# 年越しセット

中  
の  
重

洋  
の  
重

和  
の  
重

中  
の  
重

洋  
の  
重

和  
の  
重

アンコウ黒酢南蛮漬け/金ゴママグロ角煮/  
鰻若草真丈/釜焼きチャーシュー/  
鶏肉のガランティーマ/あかにし貝串/  
鶏もも肉と野菜の西湖ソース/  
海老のチリソース煮/クラゲ/あわびのコンフィ/  
空豆あま煮/京風生酢/中華風焼はたて/  
リンゴバター/ピーカンナッツ飴焼き  
全15品

シーフードフリカッセ/花もち桃/ごまだんご  
レモンケーキ/羅白産タコのマリネ/  
帆立の柚子明太風味/  
合鴨とパプリカの香草テリーヌ/  
白身魚のエスカベッシュカレー風味/  
生ハムのマリネ/北寄貝のハニーマスタード/  
ローズサーモン/豚肉のテリーヌ/  
若鶏のチーズ焼き/ビーフシチュー  
全14品

黒豆蜜煮/雲丹海老真丈/いかと野菜のマリネ/  
つぶ貝わさび/帆立梅肉南蛮漬け/  
ほろ甘田作り/銀聖鮭ラウシップ焼き/  
数の子土佐漬け/伊達巻/海老艶煮/  
わかさぎ昆布巻/道産鶏明太子クレープ/  
筑前煮/安納芋栗きんとん/海老手綱黄身寿し  
全15品

※入荷状況により内容が変更となる場合がございます  
※写真はイメージです  
《三段重 各一段のサイズ》 33.8×22.8×4.5 cm

和・洋・中の料理長が腕をふるう贅沢な三段重  
ホテルならではの味をご家庭でゆっくりご堪能ください。

11月15日までのご予約で

**新そば新得そば**

(乾麺200g)

**プレゼント!!**

限定

**1,000**

セット

販売  
価格

**30,240** 円 (税込)

本体価格 28,000円

組合員様施設利用補助は、本体価格28,000円の半額まで

**最大14,000円**(7回)ご利用いただけます

※詳しくは共済だより288号、またはホテル公式ホームページ組合員様専用ページをご確認ください

受 付 開 始 日

令和  
7年

**10月1日(水) 午前10時～**【予定数量に達し次第受付終了】

【予約受付時間】10:00～17:00

①【FAX】お申込み専用FAX用紙をご利用ください。チラシ裏面をご記入の上、お申込み専用のFAX番号へ送信してください。

②【公式HP】組合員様専用ページからお申込みいただけます。右のQRコードからもログインできます。



お  
渡  
し  
方  
法

1  
ホテルで  
受け取り

お食事券  
1,000円分  
プレゼント

2  
宅配便

クール便にて  
**道内無料配送**  
(お届け日12/31  
時間指定不可)  
北海道限定離島除く

お支払い方法

ご注文受付後、1か月以内に「受付確認書」と一緒に振込用紙を郵送します。



※受付終了の際はホテルホームページにてお知らせいたします。

ホテル ライフォート札幌  
Hotel Lifort Sapporo

〒064-0810 札幌市中央区南10条西1丁目

お問い合わせ  
(営業予約直通)

**011-512-1632** (10:00～18:00)  
※日・祝は17:00までの受付となります

→ 公式 HP

