

# 共済だより

K Y O S A I   D A Y O R I



作者：田山 修三

## Hotel Lfort Sapporo

ホテルライフオー・札幌に**レディースルーム登場!**

オリジナルレトルトカレー 好評発売中!!

**必見!! 組合員限定ブライダルフェア開催!!**



# CONTENTS

- |                                            |    |                                                   |    |
|--------------------------------------------|----|---------------------------------------------------|----|
| ■ 入選おめでとうございます！<br>～第52回北海道教職員美術展～         | 2  | ■ 「退職届書」の提出をお忘れなく ～将来の年金受給のために～                   | 12 |
| ■ 被扶養者資格確認調査の調査結果について<br>人間ドック等の受診期間終了せまる！ | 3  | ■ 再就職による年金への影響 ～在職老齢年金制度～<br>再任用フルタイム勤務を終了される方へ   | 13 |
| ■ 確定申告に利用できる「医療費のお知らせ」                     | 4  | ■ 請求漏れにご注意ください                                    | 14 |
| ■ 交通事故や暴力事件で負傷したときは届出を！                    | 5  | ■ 心の健康相談事業                                        | 15 |
| ■ 医療費が高くなりそうなときに！ 限度額適用認定証                 | 6  | ■ 保健師のいきいき健康コラム 大腸がんにご用心！<br>組合員の皆さんの大腸がんが増えていきます | 16 |
| ■ 海外派遣・無給等のとき掛金は どうやって納めるの？                | 8  | ■ 特定保健指導で生活習慣を見直しましょう！<br>特定保健指導のご案内              | 17 |
| ■ 海外に居住する場合の「介護掛金」について<br>登録住所は住民票上の住所です！  | 9  | ■ 指定宿泊施設利用補助について<br>ホテルライフオート札幌 プライダルフェアのご案内      | 18 |
| ■ 公立共済の貸付制度をご存じですか？                        | 10 | ■ ホテルライフオート札幌 利用補助事業のご案内                          | 19 |
| ■ 教育貸付のご案内                                 | 11 |                                                   |    |

ご家族のみなさんでご覧ください。

[ホームページ](#)

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



## 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



## 入選おめでとございます!～第52回北海道教職員美術展～

昨年度は「新型コロナウイルス感染拡大」の影響を受け、中止せざるを得ませんでしたが、今年度はコロナ禍ではありますが、何とか組合員の皆様から出品をいただき、年明け1月8日から12日まで、中央展を「札幌市民ギャラリー」において、開催することができます。

今回は一般作家50人の方から67点の作品を出品いただき、入選者は次のとおりです。

### 第52回北海道教職員美術展入選者

#### 絵画

|     |       |             |                  |
|-----|-------|-------------|------------------|
| 特選  | 神田 陽子 | 北海道石狩南高等学校  | 「陽炎」             |
| 奨励賞 | 丸山 浩太 | 札幌市立真駒内曙中学校 | 「鮭の一生」           |
|     | 吉田 佳民 | 網走市立第五中学校   | 「成長記録（2021）」     |
| 入選  | 佐藤 満  | 北海道池田高等学校   | 「真冬の攻防～十勝のクマタカ～」 |
|     | 楠本 健  | 天塩町立天塩中学校   | 「城郭Ⅲ」            |
|     | 桑原 一哲 | 北海道高等養護学校   | 「湖畔」             |
|     | 内田 阿岐 | 北海道遠軽高等学校   | 「まどろむ」           |
|     | 中村 靖  | 名寄市立名寄中学校   | 「王子マテリアⅡ」        |
|     | 廣瀬水帆子 | 石狩市立花川北中学校  | 「エンドレスサマー」       |
|     | 畠山菜都子 | 札幌市立西小学校    | 「ふるさと～雲海の見えるまち～」 |
|     | 安藤 幸司 | 北海道斜里高等学校   | 「ウトロの夕日」         |

#### 書道

|     |       |                     |                                |
|-----|-------|---------------------|--------------------------------|
| 特選  | 赤崎 和代 | 苫小牧市立清水小学校          | 「臨鄭義下碑」                        |
| 奨励賞 | 石黒 教範 | 旭川市立東陽中学校           | 「掌」                            |
|     | 草野奈央子 | 当別町立西当別中学校          | 「大きな眼玉」                        |
|     | 東方加奈子 | 旭川市立北鎮小学校           | 「心の聲」                          |
| 入選  | 橋本 唯  | 小樽市立北陵中学校           | 「断雲のひかり」                       |
|     | 野田朝日那 | 千歳市立勇舞中学校           | 「思ひつつ寝ればや人の見えつらむ夢と知りせば覚めざらましを」 |
|     | 越野奈緒美 | 根室市立落石中学校           | 「石垣りんの詩より」                     |
|     | 坂上 彩子 | 北海道拓北養護学校           | 「紅梅の花」                         |
|     | 坂田 麻美 | 深川市立北新小学校           | 「掌の宇宙」                         |
|     | 水野美和子 | 北海道平取養護学校静内ペテカリの園分校 | 「夏の海」                          |
|     | 土永 敬子 | 北海道札幌白陵高等学校         | 「かなしきは」                        |
|     | 高野 純平 | 北海道北広島高等学校          | 「祝福」                           |
|     | 丸山 清靖 | 旭川市立西御料地小学校         | 「寛」                            |
|     | 工藤 訓子 | 北海道札幌視覚支援学校         | 「花になれ」                         |
|     | 松山 郁恵 | 江別市立江別第一小学校         | 「風信帖」                          |
|     | 川口 陽子 | 北海道札幌伏見支援学校         | 「晩夏の里山」                        |
|     | 赤塚 貴  | 北海道教育庁教職員局福利課       | 「黄」                            |
|     | 岸 美千代 | 北海道旭川工業高等学校         | 「草野心平の詩」                       |
|     | 瀧澤 素代 | 北海道余市紅志高等学校         | 「杜審言の詩より」                      |
|     | 小森 政英 | 江別市立北光小学校           | 「廻」                            |
|     | 江崎 恵子 | 北海道旭川工業高等学校         | 「慈」                            |
|     | 清水 貴彦 | 松前町立松城小学校           | 「銀河を包む」                        |
|     | 内藤 綾乃 | 松前町立松城小学校           | 「裴將軍詩」                         |
|     | 黒田 久照 | 北見市立小泉中学校           | 「虹」                            |
|     | 坪井 美和 | 北広島市立広葉中学校          | 「万葉集より額田王の和歌」                  |
|     | 長田 真美 | 当別町立当別小学校           | 「パプリカ」                         |
|     | 井村 航  | 松前町立松前中学校           | 「松風閣詩巻（黄庭堅）」                   |

#### 写真

|     |       |               |                           |
|-----|-------|---------------|---------------------------|
| 特選  | 倉 豊彦  | 千歳市立千歳中学校     | 「従姉妹」                     |
| 奨励賞 | 武藤 幹太 | 千歳市立緑小学校      | 「ヒバリ、唄う」                  |
|     | 細川 光  | 北海道夕張高等養護学校   | 「ダンディ」                    |
| 入選  | 小菅 真一 | 江別市立野幌小学校     | 「恋愛～子別れの日が近づくなかで～」        |
|     | 柳本 環樹 | 北広島市立大曲中学校    | 「響き」                      |
|     | 越中 亮太 | 北海道教育庁後志教育局   | 「Mt. Yotei お目覚め」          |
|     | 水内 幸恵 | 北海道七飯養護学校     | 「Blue Grotto in Hokkaido」 |
|     | 大和 孝恵 | 中富良野町立中富良野小学校 | 「神秘」                      |
|     | 満保 浩司 | 北海道旭川北高等学校    | 「到着の瞬間」                   |
|     | 成田 智志 | 北海道岩見沢高等養護学校  | 「大河燃ゆ」                    |
|     | 朝田 累  | 北海道岩見沢緑陵高等学校  | 「うかがう」                    |

#### 立体

|    |    |
|----|----|
| 入選 | なし |
|----|----|

## 被扶養者資格確認調査の調査結果について

共済だより271号でお知らせしました資格確認調査について、ご協力いただきありがとうございました。調査の結果、就職や収入超過によってさかのぼって被扶養者認定取消となる事例が見受けられました。健康保険に加入した場合や、恒常的な収入が年額130万円以上（下表参照）に相当すると見込まれる場合は、認定取消となります。（収入を得る期間が1年未満の場合は月額や日額に換算します。）

取消日以降に組合員被扶養者証を使用して医療機関等を受診した場合には、共済組合が負担した医療費等を全額返納していただくことになりますので、被扶養者に認定取消事由が生じた場合、速やかに取消申告を行ってください。

| 恒常的な収入とみなされるもの                                                                                                                                                            | 恒常的な収入とみなされないもの                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>給与収入</li> <li>年金収入</li> <li>退職後の休業給付金（傷病手当金）</li> <li>雇用保険法の給付</li> <li>失業者の退職手当※</li> <li>事業収入</li> <li>生活保護法に基づく生活扶助料</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>退職金</li> <li>不動産売却益</li> <li>新型コロナ関係助成金</li> <li>雇用期間が3か月以下の給与</li> </ul> |

| 恒常的な収入の限度額                  | 年額 | 1,300,000円(1,800,000円) |
|-----------------------------|----|------------------------|
| 括弧内は障害年金受給者又は60歳以上の公的年金等受給者 | 月額 | 108,334円(150,000円)     |
|                             | 日額 | 3,612円(5,000円)         |

※失業者の退職手当：公務員を退職した者に支給される退職手当（退職金）の額が雇用保険法の失業等給付相当額に満たず、かつ、退職後一定期間失業しているときにその差額分を特別の退職手当として失業認定を受け、受給するもの。

お問い合わせは 資格認定係 ☎011-231-4111 内線35-367～369

## 人間ドック等の受診期間終了せまる!

### もう人間ドック等受診しましたか？

令和3年度の人間ドック、配偶者人間ドック、婦人がん検診、脳ドックの受診期間は、令和4年2月末日までです。

まだ予約されていない方は、速やかに決定医療機関に予約して受診しましょう。

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。

### 受診の際は、「受診票」及び「組合員証等」を忘れずに！

※ 詳細については、「共済だよりNo.272」 令和3年9月発行に記載

お問い合わせは 健康支援係（人間ドック） ☎011-231-4111 内線 35-370

## 確定申告に利用できる「医療費のお知らせ」



確定申告で医療費控除をしたいけど、  
1年間の領収書をまとめるのが大変…

平成29年分の確定申告から、共済組合（医療保険者）が交付する「**医療費のお知らせ（医療費通知書）**」を明細書として使用することが可能になりました。

※医療費通知書の発行自体は平成28年分から可能ですが、確定申告に利用できるのは平成29年分からとなります。

### ◎申込方法

交付を希望する組合員は、「**医療費のお知らせ（医療費通知書）送付依頼書**」を当支部へ郵送してください。

様式は公立学校共済組合北海道支部ホームページのトップページ内「お知らせ（組合員向け）」コーナー、「医療費のお知らせ（医療費通知書）について」のページからダウンロードすることができます。

（右のQRコードからアクセスできます）



### ◎留意事項

●医療費のお知らせは「1月から10月までの診療分」で依頼し、11月及び12月の診療分については、**従前どおり領収書に基づき申告することをお勧めします。**

医療費のお知らせ（医療費通知書）に記載される医療機関等の情報は、審査機関等を通して共済組合に提供されるため、受診してから記載できるまでに3か月程度の時間がかかります。

したがって、医療費のお知らせに記載が間に合わなかった分の医療機関等の情報については、従前どおりお手持ちの領収書に基づき明細書を作成する必要があります。

●領収書の金額と異なる場合があります。

医療費のお知らせ（医療費通知書）には、保険適用外の費用（入院時の個室料や歯科の差額材料費など）は含まれないため、領収書の金額と異なる場合があります。

●特段の申し出がない限り、世帯単位でまとめた送付となります。

組合員分と被扶養者分で個別の送付を希望する場合は、その旨を連絡願います。

また、既に認定取消になっている元被扶養者分の医療費のお知らせ（医療費通知書）が必要な場合は、対象の方の同意書を添付してください。（同意書の様式はホームページに掲載しています）

医療費控除に係る申告手続きや、医療費控除の明細書の記入方法については、国税庁のホームページでご確認いただくか、最寄りの税務署へお問い合わせください。

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

## 交通事故や暴力事件で負傷したときは届出を！

組合員や被扶養者の方が、**交通事故**や**他人からの暴力行為**などで負傷し、その治療に**組合員証（被扶養者証）**を使用したときは、共済組合へ速やかに届け出てください！

組合員や被扶養者が、交通事故や他人からの暴力行為等の「第三者加害行為」により負傷したときの治療費は、原則として加害者が全額賠償する責任を負います。

ただし、治療費をただちに加害者へ負担させることが困難な場合は、共済組合に「事故報告書」及び「事故の状況」を提出することにより、組合員証（被扶養者証）を使用できます。



※第三者加害行為の治療で組合員証（被扶養者証）を使用したことにより共済組合が立て替えた医療費（総医療費の7割～8割）は、後日、共済組合から加害者に直接請求します。そのために必要な関係書類は、組合員から改めて提出していただきます。

※通勤中の交通事故や、業務中に発生した暴力行為等によって負傷した治療は、組合員証（被扶養者証）を使用することができません！

### こんなことも交通事故や第三者加害行為に該当します

- ・自動車、自転車の自損事故
- ・自転車同士の衝突事故
- ・飲食店や給食での食中毒
- ・落下物による負傷
- ・鉄道事故、航空事故
- ・爆発事故
- ・他人のペットに襲われたことによる負傷

### 【共済組合からのお願い】



交通事故の負傷で医療機関を受診し、実際には組合員証を使用しているにもかかわらず、当人にその認識がないことから共済組合に届出を行っておらず、後になって共済組合から組合員へ受診理由を照会する事例が多発しています。

交通事故や第三者加害行為による負傷で医療機関を受診する際は、必ず医療機関や損害保険会社等に組合員証（いわゆる「保険証」）の使用の有無を確認してください。

手続きで分からないことがありましたら  
共済組合へご相談ください。



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



# 医療費が高くなりそうなときに！限度額適用認定証

組合員さん、何やらお困りのようです。どうしたのでしょうか？



家族が**入院**して、病院から、**限度額適用認定証**を大至急持ってきてほしいと言われました。何のことでしょうか？

高額療養費の**限度額適用認定証**のことですね！  
限度額適用認定証があると、窓口負担額を軽減することができます。  
緊急入院なら、すぐ申請したほうがいいですね。



**限度額適用認定証**は、医療機関の窓口で払う自己負担額を、適用区分に応じた**自己負担限度額**に抑えることができる制度です。入院でも外来でも使用できます。

日本の健康保険制度においては、医療費が高額になったとき、適用区分に応じた自己負担限度額を超えた額を、後日、**高額療養費**として払い戻す制度があります。限度額適用認定証は、この高額療養費を予め受診者が負担しなくてもいいようにするものです。

例：一部負担割合3割、適用区分「ウ」の方（平均的な標準報酬月額の方）が総医療費200万円の入院手術を受けた場合の窓口負担額

- 限度額適用認定証なし…600,000円  
（後日502,570円を高額療養費、72,400円を附加給付として支給）
- 限度額適用認定証あり…97,430円  
（後日72,400円を附加給付として支給）

限度額適用認定証を使わない

→窓口で多く支払った分、給付金が多く戻ってくる

限度額適用認定証を使う

→窓口で支払う額が少なくなる分、給付金は少なくなる

このような制度です。**両者に最終的な損得はありません。**



医療費に係る給付金には、各健康保険制度共通の**高額療養費**と、公立学校共済組合が独自に支給する**附加給付（一部負担金払戻金・家族療養費附加金）**があります。

限度額適用認定証を使うと、高額療養費に相当する額の支払いがなくなる（現物給付を行う）ので、後から高額療養費が支給されることはありません。

公立学校共済組合独自の附加給付は、限度額適用認定証を使った場合、その自己負担限度額をもとに給付額を算出し、受診月の約3か月後に支給します。



なるほど、仕組みが分かりました。  
限度額適用認定証の申請手続きは、どうしたらよいですか？

## 限度額適用認定証の申請手続きの流れ

- ① 組合員が所属所を通じて、共済組合へ「**限度額適用認定申請書**」を提出します。
- ↓
- ② 共済組合から組合員に「限度額適用認定証」を交付します。（原則として所属所に送付）
- ↓
- ③ 交付された「限度額適用認定証」を、お使いになる方が、組合員証（被扶養者証）と一緒に医療機関の窓口に表示することで、会計時に適用を受けることができます。
- ↓
- ④ 高額療養費以外の給付金が発生したときは、診療月の約3か月後に、共済組合から組合員に支給します。請求手続は不要です。



## 申請の前にご確認ください！

組合員本人が市町村民税非課税者の場合は、最も低い適用区分が適用され、医療機関窓口での自己負担限度額や入院時食事療養費の自己負担額が通常より引き下げられます。

市町村民税が非課税になる組合員は、前年度収入がなかった新規採用者や休職していた方に限られますが、念のためご確認ください。

※組合員本人が市町村民税非課税者の場合は、様式「限度額適用認定申請書」に代わり、**様式「限度額適用・標準負担額減額認定申請書」**に**市町村民税非課税証明書**を添えて提出してください。

※療養者が被扶養者であっても、適用区分は組合員本人の前年度収入によって定められますのでご注意ください。

限度額適用認定申請書の様式は、**公立学校共済組合北海道支部ホームページの「こんなときガイド」**からダウンロードできます。  
入院や高額な外来治療の予定があるときは、早めに申請すると安心です！



公立学校共済組合北海道支部ホームページ

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

（右のQRコードからアクセスできます）



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

## 海外派遣・無給等のとき 掛金はどうやって納めるの？

毎月の給料から控除されている共済組合の掛金（短期掛金・介護掛金・厚生年金保険料・退職等年金掛金）は、**産前産後休業および育児休業を除き免除制度はありません。**

お問い合わせの多い海外派遣や自己啓発等休業などで無給となったときの掛金の徴収についてお知らせします。

### 海外派遣となったとき

**給料が支給される海外派遣の場合は、通常どおり毎月の給料から控除**

※青年海外協力隊（JICA）等は自己啓発等休業（無給）となる場合があります。  
給料が支給されるかどうかは給与支給機関へご確認ください。



40歳以上65歳未満の方、海外居住中に40歳を迎える方は次のページの『海外に居住する場合の「介護掛金」について』をお読みください。

### 無給となったとき

自己啓発等休業  
大学院修学休業  
配偶者同行休業

**共済組合から毎月所属所経由で送られる振込書で  
その月の分を月末までに支払う**

病気休業（無給）

**・共済組合から毎月所属所経由で送られる振込書で  
その月の分を月末までに支払う  
・傷病手当金が支給される月は手当金から控除**

#### 【注意事項】

- ①振込書は短期掛金で1枚、介護掛金で1枚、厚生年金保険料と退職等年金掛金で1枚の**最大3枚**を送付します。（厚生年金保険料と退職等年金掛金はどちらも年金の原資となるものなので、まとめて1枚の振込書となります。）  
振込の際の手数料はご自身の負担となります。  
なお、送付した振込書を使用して北洋銀行・北海道銀行の窓口でお支払いいただく場合のみ手数料はかかりません。
- ②傷病手当金からの控除は必要書類を提出された方のみとなります。該当される方には共済組合からご連絡いたします。

## 海外に居住する場合の「介護掛金」について

通常、40歳以上65歳未満の方は介護掛金が徴収されます。

海外派遣・青年海外協力隊・配偶者同行等で**海外居住となる「40歳以上65歳未満の方」**および「**海外居住中に40歳を迎える方**」は次の書類を提出することによって、海外に居住している間の介護掛金は徴収されません。

対象となる方には個別に共済組合から連絡する予定ですので、所属所経由で手続きをしてください。

### 【海外居住となるとき】

- ・40歳以上65歳未満の方
- ・海外居住中に40歳を迎える方

介護保険第2号  
被保険者資格  
喪失届書

+

世帯全員の  
住民票の除票  
(コピー可)

所属所を通して共済組合へ提出

#### 【注意事項】

日本に住所を有したまま（住民票上日本に居住したまま）海外に行く場合は**介護掛金非徴収**となります。

### 【海外居住を終えて日本に帰国したとき】

**海外居住となった時に「介護保険第2号被保険者資格喪失届書」を提出した方**

介護保険第2号  
被保険者資格  
取得届書

+

世帯全員の  
住民票  
(コピー可)

所属所を通して共済組合へ提出

#### 【注意事項】

令和2年4月1日より前の発令で海外居住となった方は「世帯全員の住民票」は不要です。

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

## 登録住所は住民票上の住所です！

被扶養者の認定における国内居住要件の追加（一部例外あり）及び健康保険等のオンライン資格確認の本格運用開始に伴い、組合員及び被扶養者の登録住所を住民票上の住所で管理することがこれまで以上に重要となっております。

転勤等で住民票を移した際には、共済組合への住所変更手続きをすみやかに行ってください。また、国外居住される方や特別認定の被扶養者の住所変更の際には添付書類が必要となります。

なお、住民票上は同居でも、被扶養者の**実際の居住地**が組合員と別居の場合（学生の一人暮らし等）は、認定要件の一つとして、組合員の送金額が対象となる被扶養者の全収入の3分の1以上である必要があります。この要件を満たさない場合は、要件を満たさなくなった日から認定取消となりますのでご注意ください。  
※手続きの詳細については、共済事務の手びき第1章第8節「組合員及び被扶養者の住所変更の手続き」をご覧ください。

対象者自身の  
収入額

他の者の送金額及び  
対象者と同居している者の収入額

組合員の  
送金額

×1/3≦

組合員の  
送金額

対象となる被扶養者の全収入

お問い合わせは 資格認定係 ☎011-231-4111 内線35-367～369



# 公立共済の貸付制度をご存じですか？

公立共済の貸付は・・・

- ・返済は給与やボーナスからの控除で自動返済
- ・担保、連帯保証人不要
- ・多種多様な貸付種類
- ・新規申込み、借換え、繰上げ返済時の手数料無料
- ・育休、病休時等の返済猶予制度の充実



貸付種類の一部をご紹介します。

詳しい内容はホームページでご確認ください。  
申込みお待ちしております！

**一般貸付** さまざまな臨時の支出に

年利  
1.32%

- ・車の購入
- ・趣味の道具の購入
- ・家電・家具の購入
- ・引越費用 など



借入限度額200万円 返済回数120回以内

**住宅貸付** 組合員が住む住宅の新築等をするとき

年利  
1.32%

- ・新築や中古物件の購入
- ・リフォーム
- ・賃貸住宅の敷金・礼金 など



借入限度額1,800万円※ 返済回数360回以内  
※組合員期間・給料月額に応じて変動あり

**医療貸付** 医療を受けるとき

年利  
1.32%

- ・闘病のために病院に支払う費用 など



借入限度額120万円 返済回数110回以内

**結婚貸付** 結婚するときの支出に

年利  
1.32%

- ・結婚式、新婚旅行の費用
- ・ウェディングフォトの撮影費用 など



借入限度額200万円 返済回数120回以内

**教育貸付** 大学等に入学・修学するとき

年利  
1.32%

※詳しくは11ページへ！

- ・入学金・授業料
- ・通学のために転居した場合の家賃
- ・通学のための定期券代 など



借入限度額550万円 返済回数250回以内

**介護住宅貸付** 介護仕様の住宅にするとき

年利  
1.06%

- ・手すりの取付けや段差の解消などの工事
- ・工事を伴う介護機器の設置

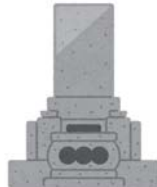


借入限度額300万円 返済回数360回以内

**葬祭貸付** 親族の葬祭を行うための資金を必要とするとき

年利  
1.32%

- ・葬儀や四十九日法要の費用
- ・亡くなった方のお墓を建てるための費用 など



借入限度額200万円 返済回数120回以内

**特別貸付** 再任用・臨時的任用組合員が資金を必要とするとき

年利  
1.32%

- ・家電・家具の購入
- ・引越費用
- ・子の進学費用 など



借入限度額200万円※ 返済回数残任月数以内  
※給料月額・残任月数に応じて変動あり

# 教育貸付のご案内



教育貸付は「組合員」「被扶養者」「被扶養者でない子、孫、兄弟姉妹」が、高校、大学、高等等に入学又は修学するための資金を必要とする場合の貸付けです。

1年間に必要とする費用で、入学金、授業料、その他諸経費など学校に納入する事が義務付けられている費用が対象となります。



借入限度額550万円

※必要経費以内の額

年利1.32%

※令和3年12月時点

返済回数250回以内

## ○教育貸付の対象となるもの○

- ・入学金、授業料、その他学校側から納入、購入が義務付けられているものの費用
- ・通学のために必要となる家賃、寮費(敷金、礼金、共益費等)
- ・通学のための交通費(定期券代)
- ・他の金融機関の教育ローンからの借換え(対象者が在学中のみ)

## ×教育貸付の対象とならないもの×

- ・経常的にかかる生活費
- ・寮の食費、光熱費
- ・入試のための受験料、交通費、宿泊費
- ・任意選択の授業に係る費用
- ・夏期講習や冬期講習の費用
- ・学校側から納入、購入が義務付けられていないものの費用
- ・奨学金の返済

## 【申込みの際の注意点】

- 申込みの時期は原則として大学等に合格し、合格通知書が届いた後となります。
- すでに費用を支払ってから申込み場合は、費用支払日から概ね1か月以内であれば申込み可能です。それ以上経過してしまうと申込みできません。
- 申込みできるのは、1年間で必要とする費用です。1年半分や2年分の授業料といった申込みはできません。
- 借換えの場合は、申込額から未償還金を引いた額が送金額となります。送金額が必要経費以上になる場合は、申込額を減らしてください。

【必要書類】※はホームページ共済事務の手びきから様式をダウンロードしてください。

| 必ず提出する書類                                                                         | 必要に応じて提出する書類                                |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 貸付申込書*                                                                           | 家賃又は寮費の貸付を希望する場合                            |
| 貸付事業における個人情報に関する同意書*                                                             | 賃貸借契約書の写し(契約期間、家賃、共益費、入寮費、寮費等が確認でき、押印のあるもの) |
| 借入状況等申告書*                                                                        | 通学のための交通費の貸付を希望する場合                         |
| 教育貸付けに係る必要経費内訳書*                                                                 | 購入可能な最長期間の定期券の写し(1か月定期券は対象外)                |
| 貸付借入証書*                                                                          |                                             |
| 直近の給料明細書の写し                                                                      |                                             |
| 申込時が入学後：在学証明書の原本(発行後3か月以内)                                                       | 対象者が被扶養者でない場合                               |
| 申込時が入学前：合格通知書の写し(発行後3か月以内)                                                       | 組合員との続柄が確認できる書類(戸籍謄本等の原本)                   |
| 学校に支払う入学金・授業料等の納付書の写し又は学校ホームページの入学金・授業料等が記載されているページを印刷したもの(必要経費部分にマーカーを引いてください。) | 他の金融機関の教育ローンからの借換えの場合                       |
|                                                                                  | ・残高証明書(他の金融機関発行で教育ローンと確認できるもの)              |
|                                                                                  | ・過去3か月間の返済が確認できる書類(通帳の写し等)                  |

不明な点があれば貸付担当までお問い合わせください。



返済シミュレーションができる！

新規借入の返済シミュレーションができます。QRコードをチェック！

※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。



お問い合わせは 企画福祉係 貸付担当 ☎011-231-4111 内線35-364・365

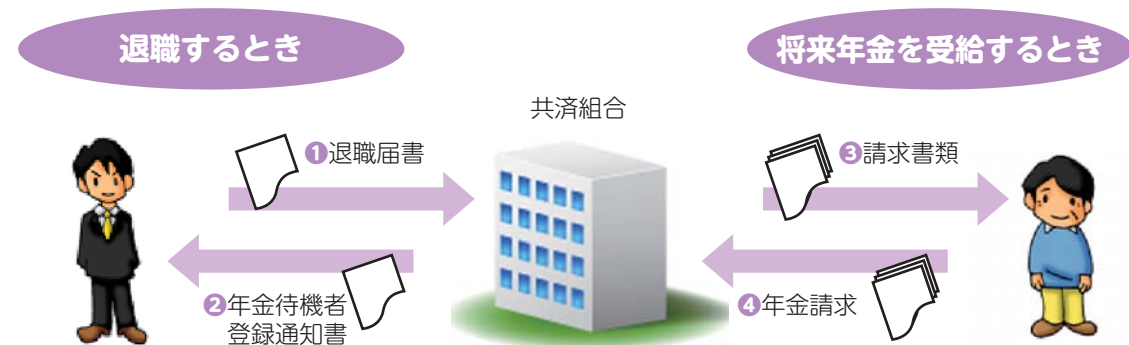
お問い合わせは 企画福祉係 貸付担当 ☎011-231-4111 内線35-364・365



## 「退職届書」の提出をお忘れなく ～将来の年金受給のために～

退職時に老齢厚生年金の受給開始年齢に到達していない方は、年金記録の登録のため、「退職届書」の提出が必要です。

「退職届書」は、将来の年金受給に備え、共済組合員期間・給与等、年金決定に必要な情報を登録するための書類です（これを「待機者登録」といいます）。待機者登録が完了すると、後日共済組合から「年金待機者登録通知書」が登録した住所に届きます。年金を受給できる年齢になると共済組合から年金請求に関する書類が送付されますので、年金を請求してください。



### 提出対象者

今年度定年の方  
(※)

普通・勸奨退職  
される方

臨時的任用で  
共済組合資格取得後  
期間満了(退職)する方

再任用フルタイム終了時  
年金受給開始年齢に  
到達していない方

※今年度定年の方で、来年度再任用フルタイムで勤務する方は、退職届書の提出は不要です。

### 提出書類

○退職届書（様式はホームページからダウンロードできます。）

北海道支部HP→組合員専用ページログイン→様式集  
共済事務の手びき→第3章長期給付「様式目次」

※今年度定年の方は、退職準備に係る配付資料に添付済みです。

### 提出時期

○退職の翌日以降、速やかに提出してください。

今年度末で定年退職される方は、事務処理の都合上、  
令和4年3月31日の届出日にて、令和4年2月1日～令  
和4年3月18日までの間に提出をお願いいたします。

### 提出先

○所属所を通じて、公立学校共済組合北海道支部年金給付係あてに提出してください。

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

## 再就職による年金への影響 ～在職老齢年金制度～

特別支給の老齢厚生年金または老齢厚生年金の受給者が共済組合や厚生年金に加入しているときは、年金の全部または一部の支給が停止されることがあります。

※ 現行の支給停止の基準額65歳未満の28万円は、令和4年4月1日から65歳未満も65歳以上と同じ47万円に引き上げられます。

### 支給停止の判定と計算方法

賃金と年金の合計額が基準額を超える場合に、年金の一部または全部の支給が停止されます。

65歳未満の方 ⇒ (賃金の月額<sup>※1</sup> + 年金の月額<sup>※2</sup>) > 基準額28万円<sup>※3※4</sup>

65歳以上の方 ⇒ (賃金の月額<sup>※1</sup> + 年金の月額<sup>※2</sup>) > 基準額47万円<sup>※3</sup>

支給停止額(月額) = ((賃金の月額<sup>※1</sup> + 年金の月額<sup>※2</sup>) - 基準額) × 1/2

※1 賃金の月額…標準報酬月額 + 直近1年間の標準賞与額 × 1/12

※2 年金の月額…年金の年額 × 1/12（経過的職域加算額、加給年金額を除く）

※3 令和3年度の支給停止基準額です。賃金や物価の変動により改定されることがあります。

※4 令和4年度から、支給停止の基準が65歳未満の方も47万円に引上げられます。

## 再任用フルタイム勤務を終了される方へ

再任用フルタイム勤務の方は、つぎのようなとき年金の手続きが必要になります。  
（現在、再任用短時間勤務の方は、手続き不要です）。

### 対象者

- ・再任用フルタイム勤務を終了する方。（退職後、民間企業や私学共済に再就職する方を含みます）。
- ・再任用フルタイムから、短時間勤務となる方。

### 手続きの流れ

- ・特別支給の老齢厚生年金または老齢厚生年金を受給していない方は、「退職届書」の提出が必要となります。  
※「退職届書」の様式は、ホームページからもダウンロードできます。
- ・特別支給の老齢厚生年金または老齢厚生年金を受給している方は、「退職改定請求書」の提出が必要となります。  
※「退職改定請求書」は、当共済組合から該当者へ送付しておりますが、届かない方は年金給付係までご連絡ください。



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

## 請求漏れにご注意ください

### 離島へき地勤務者支援事業

離島へき地勤務者支援事業とは、離島や3級地以上のへき地で勤務する支部組合員及びその被扶養者の健康管理の一環として、支部主催の健診事業・健康相談事業の受診、セミナーの参加機会の向上及び市町村が実施する妊婦健診並びに人間ドック等自主受診に要した経費の一部を補助する事業です。

### 対象者

離島を含め、へき地3級以上のへき地学校等に勤務し、同一地域に居住する組合員及び同居する被扶養者

### 補助内容

#### 1. 北海道支部が主催する検診事業等を受診した際の補助

##### (ア)フェリー運賃補助

「フェリー普通運賃」の2等料金相当額（島民割引券を利用した場合は、その金額）。1回当たり5,000円を上限とし、その都度補助

##### (イ)宿泊補助

健診事業を受診するため前泊又は後泊が必要な場合、5,000円を上限とし、その都度補助

##### (ウ)交通費補助

健診事業等を受診するための移動に要した距離が100km以上200km未満は1,000円、200km以上は2,000円をその都度補助（離島へき地学校等に勤務する組合員等はフェリーの発着地から要する交通費等とする）

#### 2. 人間ドック等自主健診費用等補助

支部が実施する健診事業を希望しても受診できなかった組合員等が、個人で人間ドック等を受診した際の補助検査料について、自己負担額の1/2の額（最高額15,000円）とし、フェリー運賃、宿泊費、交通費については、上記1（ア）～（ウ）と同額とする（各年度1回を限度とする）。

※実際に支払った費用に対する補助となりますのでご注意ください。



お問い合わせは 企画福祉係 ☎011-231-4111 内線35-361



## 心の健康総合相談室



みなさん、いかがお過ごしですか。

新型コロナウイルス感染症の流行により、私たちの日常は大きく変化しました。これまで普通に行っていた通勤や買い物、旅行などの外出を控えるようになり、家で過ごす時間が増えました。

しかし、マスクの着用、帰宅時の手洗い・うがい、三密回避の行動変容などの地道な努力やワクチン接種などによって、徐々に感染は落ち着いてきています。そのためか、相談室でも面接相談の件数が例年より少なかったのですが、最近になり利用者の方々が来られるようになりました。

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。ぜひ気軽にご相談ください。

### ●相談のご案内

#### 【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17:00まで) | ○ | 第1週、第3週<br>10:00～15:00 |
| 教育行政<br>経験者 | / | ○ | ○ | ○                           | ○ | /                      |

※○は9:30～17:00

#### 【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。

面接相談の場所は、「ホテルライフオート札幌」になります。相談料は無料です。

☎011-530-6206、011-563-4241



## ..... ストレスを乗り越えよう! .....



新型コロナウイルス感染症の影響で、多くの人がさまざまな不安を抱えやすくなっています。このようなときには、「食事」「睡眠」がストレス解消の基本となります。

ただし、家にいる時間が増えたことで食べ過ぎて肥満を招きやすくなったり、お酒を飲み過ぎてしまうことがあるので、食べ過ぎや過度な飲酒は控えましょう。

睡眠の問題としては、不眠だけでなく、眠りすぎてしまう「過眠」や夜更かしをして昼夜が逆転することがあります。生活リズムを意識して過ごすようにしましょう。



## 大腸がんにご用心! 組合員の皆さんの大腸がんが増えています

### 1. 大腸がん（結腸がん・直腸がん）とは

大腸がんは、大腸（結腸・直腸・肛門）に発生するがんで、腺腫という良性のポリープががん化して発生するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。日本人ではS状結腸と直腸にがんがでやすいといわれています。



### 2. 症状

早期の段階では自覚症状はほとんどありませんが、進行すると血便、下血などの症状がでてきます。これらの症状は、痔などの良性の病気でもみられるため、「どうせ痔だから」と放置しているとがんが進行してからみつかることがあります。自覚症状がある時は、早めの受診が必要です。

### 3. 大腸がんの早期発見・予防

大腸がんの発見に便潜血検査は有効です!

<便潜血検査>

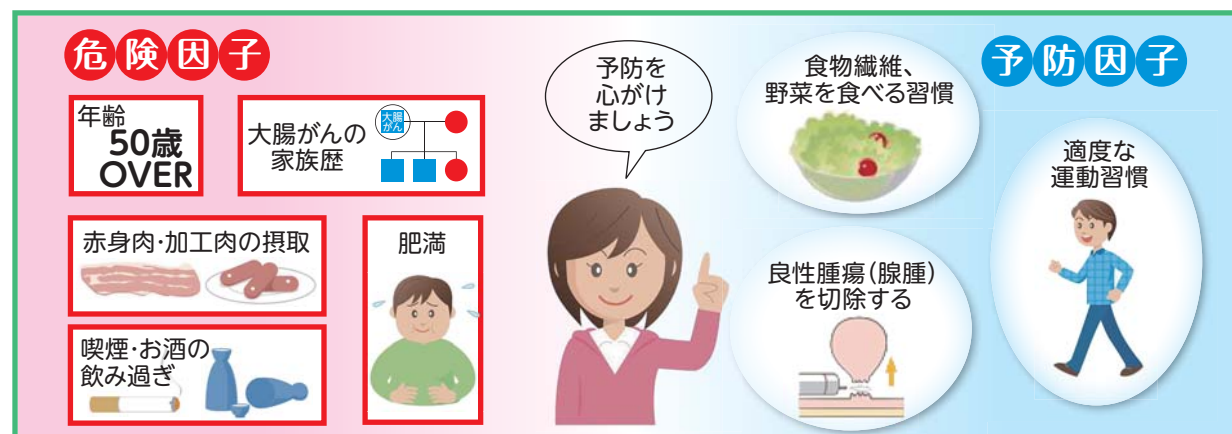
便潜血検査により、進行がんの90%以上、早期がんの約50%、腺腫などのポリープの約30%を見つけることができ、その結果、大腸がんの死亡率を約60%、大腸がんになるリスクを46～80%下げることが報告されています。健康診断の便潜血検査で陽性と判定されれば、内視鏡による精密検査を行います。また便潜血検査は毎回陽性となる訳ではないので、もう一度便潜血検査をするのはよくありません。一度陽性になったら、必ず内視鏡検査を受けましょう。

<大腸内視鏡検査>

内視鏡を肛門から挿入して、直腸から盲腸までの大腸全体を詳しく調べます。ポリープなどの病変が発見された場合は、病変全体あるいは一部の組織を採取して（生検）、病理診断を行うことが可能です。

### 4. 大腸がん・大腸ポリープの危険因子・予防因子

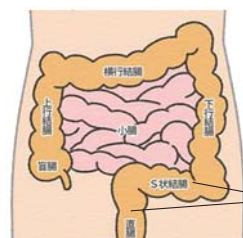
大腸がんの発生は、生活習慣と関わりがあるとされています。



### 5. 2018年の罹患数が多いがんの部位

大腸がんは、30代前半から増加して、高齢になるほど多くなります。

|    | 1位  | 2位 | 3位 | 4位 | 5位  |
|----|-----|----|----|----|-----|
| 男性 | 前立腺 | 胃  | 大腸 | 肺  | 肝臓  |
| 女性 | 乳房  | 大腸 | 肺  | 胃  | 子宮  |
| 総数 | 大腸  | 胃  | 肺  | 乳房 | 前立腺 |



男性10人に1人、女性12人に1人が一生のうちに大腸がんと診断されます。

大腸がんの約70%が直腸とS状結腸で発生

### 6. まとめ

40歳を過ぎたら、毎年便潜血検査。扶養家族の人は市町村の大腸がん検診を受けましょう。精密検査になったら必ず検査を受けましょう。

年齢に関わらず、血便、腹痛、便の性状・回数の変化などの自覚症状があるときは、お近くの消化器内科や肛門科を受診しましょう。

国立がん研究センターHP、日本消化器病学会HPより一部引用

## 特定保健指導で生活習慣を見直しましょう! 特定保健指導のご案内

高血圧・脂質異常症・糖尿病・肥満などの生活習慣病は、偏った食生活、運動不足、喫煙などの普段の生活習慣により自覚症状がほとんどないまま進行していき、ある日突然発症します。さらに生活習慣病が進行していくと、心筋梗塞や脳梗塞などの重大な疾患を引き起こしかねません。

公立学校共済組合では、定期健康診断・人間ドックの受診結果に基づき生活習慣病の発症リスクがある方を対象に生活習慣の改善をサポートする「特定保健指導」を実施しています。

この「特定保健指導」は**無料**で受けることができます。対象の方には「特定保健指導利用券」が届きますので、この機会にご自身の生活習慣を見直しましょう。

### Q 特定保健指導の対象者は?

A 皆さんの定期健康診断・人間ドックなどの受診結果をもとに生活習慣病の発症リスクの高さに応じて選定した区分のうち「動機付け支援」・「積極的支援」に該当する方が対象です。

### Q どんなことをするのですか?

A 「動機付け支援」・「積極的支援」とともに保健師や管理栄養士などの専門家が皆さんの生活習慣を効率的に改善できるようサポートします。



### Q どこで受けられますか?

A 特定保健指導を実施している医療機関等で受けることができます。ただし、組合員ご本人のみ医療機関へ行かずに受けることができる「学校訪問型特定保健指導」をご利用いただくことができます。

学校訪問型特定保健指導は、公立学校共済組合が委託した「SOMPOヘルスサポート(株)」の保健師等の専門スタッフが事前に日程調整をさせていただき、皆様の職場へおうかがいします。

### ～遠隔面談型特定保健指導も利用できます～

令和2年度より、「学校訪問型特定保健指導」のほかにスマートフォン・タブレット・PC等のICT機器を使用して、オンラインによる特定保健指導の初回面談ができるようになりました。

遠隔面談を希望される場合は、SOMPOヘルスサポート(株)の専門スタッフからの日程調整の予約電話の際に、「遠隔面談希望」とお伝えください。

※遠隔面談ではZoomアプリを利用します。遠隔面談に係る通信費は自己負担となります。

お問い合わせは 企画福祉係 ☎011-231-4111 内線35-363



## 指定宿泊施設利用補助について

### <ご利用方法>

ご利用の際は、公立学校共済組合北海道支部企画福祉係までご連絡ください。担当からお送りする指定宿泊利用補助券に「宿泊日」や「宿泊施設名」などの必要事項をご記入の上、共済組合にご提出ください。数日中に承認済みの利用補助券を返送いたします。承認済みの利用補助券を、直接宿泊施設にお持ちいただくことで1泊につき2,000円の補助が受けられます。



### <留意事項・よくある間違い>

- ・北海道公立学校教職員互助会に加入している方は当共済組合の宿泊利用補助は使えません。初めて利用される方は特にご注意ください。
- ・利用限度は年度内で3泊までです。(教職員互助会に加入している方は互助会から3泊、互助会に加入していない方は共済組合から3泊)
- ・公立学校共済組合北海道支部から利用補助を受ける場合、「指定宿泊施設利用補助券」の承認手続きが必要なため、**手続きの完了まで数日を要します**。日程に余裕をもってお手続きいただきますようお願いいたします。
- ・補助券に承認印を得ないまま宿泊先に持参される方がいらっしゃいます。必ず公立学校共済組合北海道支部長等の承認印を受けてください。  
※学校長が承認することはできませんのでご注意ください。
- ・未就学のお子様は、補助対象となりません。

お問い合わせは 企画福祉係 ☎011-231-4111 内線35-366

## Hotel Lifort Sapporo NEWS

公立学校共済組合北海道支部組合員の皆様へ

挙式  
披露宴  
を行う場合  
20万円補助

新郎新婦の  
双方が対象の場合  
40万円補助

①組合員 (任意継続組合員 及び  
組合員資格喪失後 12ヶ月以内に  
婚嫁を行う方を含む)  
対象者  
②組合員の子 (被扶養者でなくても可)

フェア情報 要予約・参加無料

初めてご来館の  
カップル限定フェア

組合員限定フェア

アイテム抽選会開催

2022年1/10(月・祝)

時間10:00~17:00

専任のプランナーがお二人にピッタリの結婚式プランをご提案!  
組数限定のフェアなので早めのご予約を!!

婚礼料理フルコース試食  
&ドレス試着会

2022年1/16(日)

時間10:00~17:00

特別なブライダルフェア。  
お二人の幸せな結婚式を体感してみよう!

フェアのご予約・お問い合わせはお電話またはホームページをご覧ください。  
TEL:(011)512-1632 (営業予約直通)

公立学校共済組合員さま限定特典クーポン kyousai273

ホテルに直接電話で結婚式の相談予約をし、ご成約された新郎新婦さまに

Quoカード 最大3万円分プレゼント!

\*新規来館者限定 \*結婚式場相談所を通じてホテルへ来館した場合は対象外です。\*結婚式の人数(15,000円料理コース×人数)でQuoカードの金額が変わります。人数:30名~59名→1万円/60名~119名→2万円/120名~→3万円

お申込み期間 2021年12月15日~2022年3月6日

お電話でご結婚式の  
ご相談予約をした後、  
相談日に  
左のクーポンを  
ご持参または、写真を  
スタッフへご提示  
ください!

その他詳細は  
お問い合わせください

## 公立学校共済組合北海道支部組合員の皆様へ 札幌宿泊所利用補助事業のご案内



### お知らせ

令和4年4月から、年間利用補助数に上限を設ける予定です(宿泊・宴会・食事)  
詳細は、共済だより3月号でお知らせします。



公立学校共済組合北海道支部の組合員証をお持ちの方が、ホテルライフポ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。

組 一泊2,000円OFF!!

被 宿泊

一人一泊あたり 2,000円(泊数無制限)

※出張時は宿泊の利用補助券をご利用いただけません

他の補助を併せて使ってさらにお得にご宿泊!

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 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 ③共済組合の福祉保険制度加入者さま【元気クーポン】※「元気づくりサービスコース」加入者が対象です。①~③各「2,000円」

組 最大40万円補助

子 ウェディング

挙式・披露宴を行う場合 20万円  
新郎・新婦の双方が対象の場合 40万円

対象: お子様は組合員被扶養者でなくても利用可  
任意継続組合員 及び 資格喪失後12か月以内の挙式も補助を受けられます。

組 5万円補助

家 ご法要又はご会食

ご法要特選料理をご利用の場合 5万円

組 最大5,000円補助

被 テイクアウト商品等

お一人あたりのご利用金額が  
2,000円以上の場合 1,000円  
6,000円以上の場合 2,000円  
12,000円以上の場合 5,000円

組 最大2,000円補助

被 レストラン・ご宴会

お一人あたりのご利用金額が  
2,000円以上の場合 1,000円  
6,000円以上の場合 2,000円

組 組合員様価格からさらに  
室料50%OFF!!

被 会議

会議室利用料の 2分の1相当額  
各種セミナー教室・サークル等のご会合に  
ご利用いただけます。

WEB会議も  
承り中。

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

リーフレット持参でさらにお得に!!

令和3年度は『お得な特典クーポン付きリーフレット』をお供にご来館ください!

お得な利用期限あとわずか!

宿泊割引、レストラン、ウェディング利用特典付リーフレットはご存知ですか?

7月に配布しました『ホテルオリジナルリーフレット』はお持ちですか?

2022年3月31日まで使用できる特典の利用期限があとわずかとなりました。

冬休み、年末年始、受験、転勤準備等の「宿泊」、ご家族、友人との「お食事」など  
様々なシーンで活躍する、リーフレットをお持ちください。皆様のご来館をお待ちしております。

詳しくはホテル公式ホームページの 組合員専用ページ をご覧ください

ユーザー名 lifort  
パスワード kyousai



今年の年越しは、おせちもいいけどカレーもねっ♪

羅臼町出身の総料理長「里舘 晃」が監修!!

大好評  
販売中!!

# ライフポートオリジナル レトルトカレー

## 全道配送承り中



北海道ほたてカレー



知床鶏ときのこのカレー

詳しくは、当ホテルHP【**組合員専用ページ**】をご覧ください。

1個 500円でレストランでもお買い求めいただけます。

### 全道配送について

4個1パックセットより承ります。  
組合員様は 500円 × 4個 **2,000円**が  
**組合員補助利用で**

**1,000円** でお得!!

A・B・Cセットの中からお選びいただけます。

- 1～4セット送料 880円(税込)
- 5セット以上**送料無料**

※発送日は毎週火曜日です。

ユーザー名 lifort  
パスワード kyousai



## 女性のお客様必見! レディースルーム登場!

女性が嬉しい充実したアメニティーも  
ご用意しております!

### ハンディーミストシャワーIO霧

高い洗浄力を誇るウルトラファインバブルで、化粧の洗い残り予防にも♪  
ミストモードなど、5種類のシャワーモードを搭載!

### ヘアードライヤー ナノケア

軽量でコンパクトなナノイオン配合ドライヤー!  
速乾ノズル&大型にも負けない大風量で、毛束がほぐれて髪が速く乾きます♪

### 2WAYヘアアイロン

2WAY(ストレート&カール)タイプで、きれいに仕上がる両面ヒーター搭載!

### ヘアブラシ(椿オイル配合)

椿オイル配合のため髪に優しく、とかした後はサラサラに♪

### 雪肌精 スキンケアセット

肌に優しい薬用雪肌精のスキンケア3点セット【洗顔石鹸・化粧水・乳液】をご用意♪

〒064-0810 札幌市中央区南10条西1丁目  
**ホテル ライフォート札幌**  
公立学校共済組合札幌宿泊所

お問い合わせ

宿 泊 予 約

カレー配送についてのお問い合わせ

営業予約課直通 (10時～19時) TEL(011)512-1632

TEL(011)521-5211