



豊頃町のハルニレの木

## C O N T E N T S

- |                                |   |                              |    |
|--------------------------------|---|------------------------------|----|
| ●被扶養者の認定・取消について                | 2 | ●確定申告に利用できる「医療費のお知らせ」        | 10 |
| ●健康保険証(組合員証)の使用は終了しました         | 2 | ●療養費の請求手続き                   | 11 |
| ●マイナ保険証の有効期限にご注意ください!          | 4 | ●交通事故や暴力事件で負傷したときは届出を!       | 11 |
| ●一般組合員と短期組合員ってなに?              | 5 | ●教育貸付けのご案内                   | 12 |
| ●令和7年度資格確認調査へのご協力ありがとうございました   | 5 | ●海外派遣のとき掛金はどうやって納めるの?        | 14 |
| ●保健師のいきいき健康コラム ~血圧の管理は大丈夫ですか~  | 6 | ●海外に居住する場合の「介護掛金」について        | 14 |
| ●心の健康総合相談室                     | 7 | ●請求漏れにご注意ください ~離島へき地勤務者支援事業~ | 15 |
| ●「特定保健指導」で健康な体を取り戻しましょう!       | 8 | ●指定宿泊施設利用補助について              | 16 |
| ●人間ドック等の検診は2月末日までです!           | 9 | ●札幌宿泊所からのお知らせ                | 17 |
| ●マイナ保険証の利用で限度額適用認定証の申請が不要になります | 9 |                              |    |

# 被扶養者の認定・取消について

## ●受理日認定について

新たに被扶養者の要件を備えるものが生じたときは、届出がその扶養の事実が生じた日から30日以内であれば事実が生じた日から、30日を過ぎた場合は届出を受けた日から認定され、被扶養者に係る給付もその日からおこなわれます。所属所から共済組合への届出までに30日以上を経過している場合は、受理日までの期間については無保険となり、ご自身で国民健康保険に加入する必要があり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とのことです。

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」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を。

## ●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した<sup>\*</sup>。なお、扶養手当の対象外となった場合は、特別認定の手続きが必要となります。

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

# 健康保険証(組合員証)の使用は終了しました

## ●医療機関等は、マイナ保険証による受診が基本となります

健康保険証(組合員証・被扶養者証)の使用は令和7年12月1日で終了しました。医療機関等の受診はマイナ保険証が基本となります。マイナ保険証への切り替えがまだの方はお早めに。

### 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



## ●マイナ保険証がない方に「資格確認書」をお送りしました

健康保険証の完全廃止に伴い、令和7年11月にマイナ保険証の利用登録をしていない方を対象に「資格確認書」をお送りしましたので、医療機関等の受診に使用してください。(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)。

## ●申請による資格確認書の交付

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ので、所属所を通じて申請してください。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
- ・マイナ保険証の利用登録をしていない、利用登録を解除した
- ・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解除について

マイナ保険証の利用登録解除を希望する方は、「マイナンバーカードの健康保険証利用登録の解除申請書」を北海道支部まで提出してください。解除申請書の提出者には、資格確認書を交付します。

※一度利用登録したにもかかわらず、個人的な理由でマイナ保険証を使用しない方などは解除が必要です。

## ●資格確認書の取扱いについて

- 1 有効期限内に共済組合の資格を喪失するとき(退職・被扶養者の認定取消等)  
手続の際に共済組合まで返納してください。
- 2 有効期限内に組合員種別または組合員番号の変更があったとき  
手続の際に共済組合まで返納してください。
- 3 有効期限を過ぎたとき  
各自で破棄してください(共済組合への返納は不要です)。マイナ保険証の利用登録をしていない方には、申請によらず新たな資格確認書を交付します。
- 4 マイナ保険証の利用登録をしたとき  
資格確認書の交付後にマイナ保険証の利用登録を行い、資格確認書が不要になったときは、共済組合まで返納してください。有効期限内の資格確認書は自己判断で破棄しないでください。

## ●使わなくなった健康保険証(組合員証・被扶養者証)はどうすれば?

令和7年12月2日以降、共済組合への返納は不要です。今後はマイナ保険証又は資格確認書を持参して受診することとなります。(ただし、令和8年3月末までは暫定的に、誤って健康保険証だけを持参した場合も受診できるよう、厚生労働省より医療機関に通知されたようです。)

令和7年12月2日以降は、各自の判断で破棄してください。破棄の際は、ハサミ等で裁断することをおすすめします。

## ●70歳から74歳の方へ

マイナ保険証への移行に伴い、高齢受給者証の新規発行は終了しました。医療機関等での負担割合の確認については、マイナ保険証もしくは資格確認書をお使いください。

## ●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**



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

# マイナ保険証の有効期限にご注意ください！

マイナンバーカードと電子証明書には、それぞれ有効期限が設定されています。電子証明書の有効期限が切れるとマイナ保険証の利用ができなくなりますので、更新手続きが必要です。

## 電子証明書の有効期限が切れた場合

e-Tax等の電子申請やコンビニ交付、健康保険証としての利用ができなくなります。

なお、電子証明書の有効期限切れから3か月間は、引き続き医療機関等を受診することができますが、提供されるのは保険資格情報のみで、診療情報・薬剤情報等については提供されません。



## 電子証明書の有効期限

電子証明書の有効期限は年齢問わず発行日から5回目の誕生日までです。（マイナンバーカードそのものの有効期限は、発行日から10回目の誕生日（未成年者は5回目）までです。）

## 有効期限の確認方法

電子証明書の有効期限については、カードの券面に記載されています。記載がない場合は、マイナポータルにログインのうえご確認ください。（マイナンバーカードそのものの有効期限はカードの券面に記載されています。）

## 更新手続き

有効期限の2～3か月前をめどに、地方公共団体情報システム機構（J-LIS）から「有効期限通知書」が送付されます。有効期限の3か月前から更新手続きが可能で、手数料は無料（紛失や破損等により再交付する場合は有料）です。

同封されている書類をご確認のうえ、更新申請を行ってください。なお、電子証明書は市区町村の窓口でのみ更新できます。（オンラインでの更新はできません。）

## 更新手続きについてのお問い合わせ先

マイナンバーカード・電子証明書の更新手続き等の詳細については、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**



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

# 一般組合員と短期組合員ってなに？ ～年金の加入先、正しく手続きされていますか～

令和4年10月から被用者保険の適用が拡大されたことに伴い、地方公務員等共済組合法においても、共済組合の健康保険（短期給付）・福祉事業の適用が拡大されました。

このことにより、臨時の任用職員や会計年度任用職員などの「短期組合員」は、一般の厚生年金に加入することとなりました。一方、育児休業代替の任期付職員の多くは「一般組合員」として共済組合の厚生年金（公務員年金）となり、同じ共済組合員でも厚生年金の加入制度や手続き先が異なります。

## 短期 組合員

健康保険  
福祉事業

公立学校共済組合

年金

日本年金機構  
(厚生年金)

## 一般 組合員

健康保険  
福祉事業

公立学校共済組合

年金

短期組合員の年金に係る手続きは、事業主（教育委員会等）が日本年金機構に行います

一般組合員の年金に係る手続きは、所属所が共済組合に行います

教職員が加入する年金制度は、事業主（任命権者である教育委員会など）が任用の際に根拠法令に基づき判断しなくてはなりません。

日本年金機構からお手紙が届いた場合や、任用根拠が変更されて不安なときは、お勧めの事業主（任命権者である教育委員会など）に加入すべき年金制度の確認をお願いします。公務員年金への加入手続きが必要な場合は、所属所を通じて書類を提出してください。

## 令和7年度

# 資格確認調査へのご協力ありがとうございました

9月に実施した被扶養者資格確認調査にご協力いただき、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り過去にさかのぼって被扶養者取消となる事例が見受けられましたが、昨年の調査と比較すると減少しています。引き続き、被扶養者に収入があるときは以下の要件を確認し、取消の際は速やかに手続きをお願いします。

（調査総数2,352件 取消対象件数106件 昨年の取消対象件数182件）

収入区分	右記以外	19歳以上 23歳未満	60歳以上または 障害年金受給者
年金・事業収入など	年額	130万円未満	150万円未満
給与（パート・アルバイトを含む）	月額	108,334円未満	125,000円未満
雇用保険の失業給付	日額	3,612円未満	4,167円未満

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

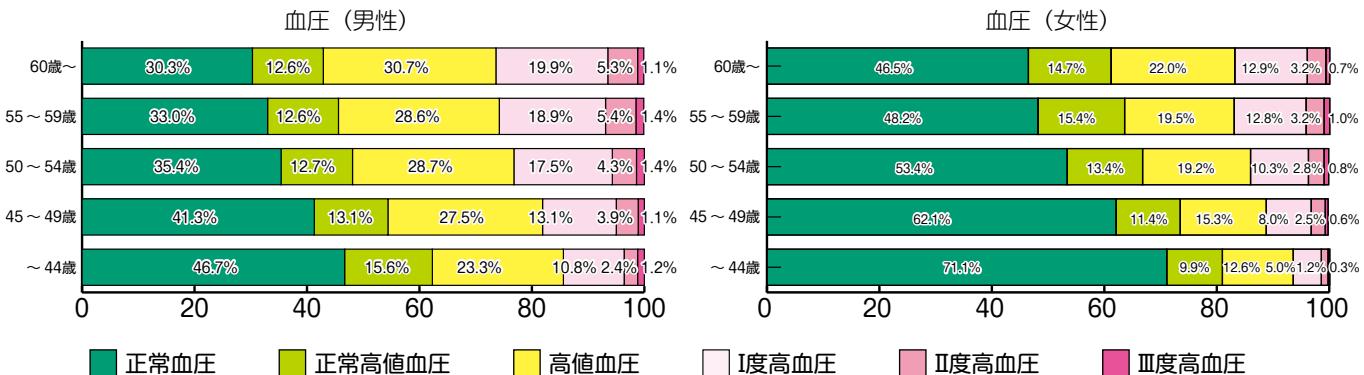
# ～血圧の管理は大丈夫ですか～

高血圧管理・治療ガイドライン2025が発行され、診察室血圧と家庭血圧の目標値が年齢や背景疾患に関わらず一律となりました。

**診察室血圧：130／80 mmHg未満**

**家庭血圧：125／75mmHg未満**

## ●当支部組合員の血圧（令和6年度特定健診データより）

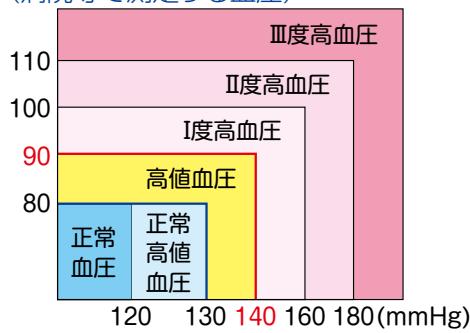


目標値を満たすのは、正常血圧、正常高値血圧の人です。40歳以上組合員の男性約5割、女性約3割は血圧の目標値を上回っています。

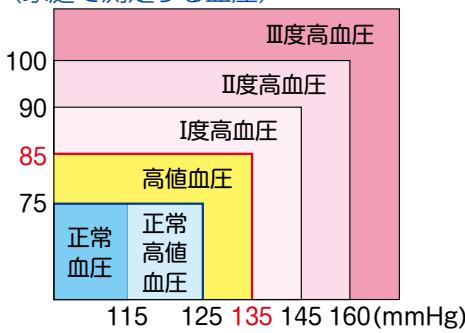
## ●成人における血圧値の分類

(高血圧管理・治療ガイドライン2025より作図)

【診察室血圧】  
(病院等で測定する血圧)



【家庭血圧】  
(家庭で測定する血圧)



※朝(朝食前)と夜(就寝直前)にそれぞれ2回ずつ測定しましょう

## ●生活習慣を改善しましょう

正常高値血圧以上(120／80mmHg)の人は生活習慣の改善が必要です。正常血圧の人も高血圧予防のために、生活習慣を見直してみましょう。

- ナトリウム（食塩）制限：減塩目標は6g/日未満。
- 野菜（350g）、果物（200g）、低脂肪牛乳・乳製品などを組み合わせて摂取しましょう。ただし、糖尿病や腎臓病の人は必ず主治医に相談しましょう。
- 太りすぎに注意しましょう。BMI25未満を維持することが大切です。
- 運動：軽～中等度程度（息がはずむが会話が可能な強さ）の有酸素運動を毎日30分以上行いましょう。レジスタンス運動（筋トレ）も有効です。
- 飲酒：日々飲酒が多いほど、血圧があがります。日本酒1合またはビール500ml以下、女性はその半分の量にしましょう。週に数日の休肝日も大切です。
- 禁煙：加熱式たばこを含めて禁煙しましょう。たばこは血圧を上げるだけでなく、脳卒中や心臓病、がんやCOPD（慢性閉塞性肺疾患）の危険性を高めます。
- その他：室内・屋外の寒冷暴露の回避、適切な睡眠時間（6～8時間程度）の確保、便秘の回避、ストレスの管理に努めましょう。



## ●高血圧を放置しない

高血圧は放っておくと、脳や心臓、腎臓、血管の病気、またそれらが原因となる重大な病気にもつながります。血圧が高くなる前からの生活習慣の改善や適切な治療を受けましょう。

高血圧管理・治療ガイドライン2025、日本高血圧協会HP参照

# 心の健康総合相談室



年末の忙しい時期ですね。みなさん、いかがお過ごしですか。

既にインフルエンザの流行シーズンに入っていますが、手洗い、適度な湿度の保持、十分な休養、マスクの着用、こまめな換気などで予防ていきましょう。

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。

## 心の健康相談室（ホテルライフォート札幌）

[相談時間・相談員について]

	月	火	水	木	金	土
保健師	○	○	○	13:00～20:00 (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。

面接相談の場所は、「ホテルライフォート札幌」になります。相談料は無料です。

**☎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.dokyo1.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。

## メンタルと食生活について

相談を受けておりますと相談者の方々が大切なことを守ることができなくなってきたことがあるのですが、その中でも心身に負担のかかる食生活を続けてしまっていることが見受けられます。良好なメンタルヘルスの維持のためにはバランスのとれた食事がとても大切であり、和食もおすすめです。そして、和食は2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されています。ただ、健康食とされている地中海食からみると、野菜、果物を食べること、主食を精製度の低い穀物にする、更なる減塩に努める、とより健康食となるようです。まとめると次のようになります。

～バランスのとれた食事の一例～

### ●和食：日本人の伝統的な食生活

- ①地域に根差した多様で新鮮な食材（海、山、里からとれる食材）
- ②一汁三菜を基本とする食事スタイル、「うま味」を上手に使い動物性油脂が少ない食生活
- ③自然の美しさや季節の移ろいの表現（季節の食材や季節に合った調度品、器の利用）
- ④年中行事と密接に関わり、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深める

### ●野菜、果物を食べること

### ●主食を精製度の低い穀物にする

### ●減塩に努める



魚からEPAやDHAをとろう！



# 「特定保健指導」で健康な体を取り戻しましょう！

公立学校共済組合では、定期健康診断や人間ドックの受診結果に基づきメタボリックシンドローム該当者又は予備群と判定された方＝生活習慣病のリスクが高い方に対し、生活習慣改善をサポートするプログラム「特定保健指導」を実施しています。

特定保健指導の  
利用券が届いた皆様！  
放置していませんか？



生活習慣病（高血圧、脂質異常症、糖尿病など）はサイレントキラーと呼ばれ、自覚症状がないまま進行して、ガン、心臓病、脳出血、慢性腎臓病などの命を脅かす病気を引き起こします。

しかし、食事や運動などの生活習慣を改善することで発症や進行を防ぐことができます。

**案内が届いた方は、今が健康な体を取り戻すチャンスです！**

**特定保健指導は、一人一人に合わせた生活習慣改善プログラムです！**

特定保健指導は、はじめに保健師や栄養管理士などの支援員が面談を行い、食事の工夫や効率の良い運動など、取り組みやすい生活習慣改善計画と一緒に考えて実践を後押しします。実践期間は3か月または6か月です。

生活習慣病リスクの高い「積極的支援」該当の方は、計画を着実に継続するための電話・メール支援も受けられます。



**職場でも、病院でも、リモートでも。受けやすい方法を選べます♪**

特定保健指導は、共済組合と契約している実施機関で受けることができます。実施機関へ出向くことが難しい方には、Webミーティングアプリを利用した「遠隔面談型の特定保健指導」があります。



また、組合員本人は、支援員が勤務先を訪問して面談を行う「訪問型の特定保健指導」を受けることができます。

**特定保健指導は無料です！**

公立学校共済組合北海道支部の特定保健指導は、無料で受けることができます。  
(ただし、疾病の治療を開始したときは自己負担額が発生します)

この機会にぜひ、特定保健指導をご利用ください！



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

# 人間ドック等の検診は2月末日までです！

## 受診しましたか？

令和7年度の人間ドック、配偶者人間ドック、脳ドック、婦人がん検診の受診可能期間は、  
**令和8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、受診しましょう。

## 受診の際は、必ず「決定通知書(受診票)」を持参してください！

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。

**必ず決定通知書(受診票)を持参**の上、受診してください。

## 結果が「要精密検査」等となった方へ

受診結果が「要再検査」、「要精密検査」や「要受診」となった方は、早期受診、早期治療を心掛け、健康な毎日を過ごしましょう。

また、特定保健指導の対象となった方はしっかりと受け、生活習慣を見直してみましょう。

**令和8年度（2026年度）の検診事業に係る募集通知は、令和8年（2026年）3月中旬頃に送付予定です！**

お問い合わせは

企画福祉係 人間ドック・配偶者ドック（内線：35-370）  
☎ 011-231-4111 脳ドック・婦人がん検診（内線：35-363）

## マイナ保険証の利用で限度額適用認定証の申請が不要になります

医療機関等でマイナ保険証又はオンライン資格確認により限度額の適用を受ける場合、**限度額適用認定証の交付申請をすることなく、高額療養費制度における限度額を超える医療費の支払いが免除されます。**（組合員が市町村民税非課税者である場合を除く。）

なお、マイナ保険証等により限度額の適用を受けず、高額療養費を含めた医療費の自己負担分を支払った場合は、受診月の3か月後以降に共済組合から自動給付しますので、医療機関等からの要請がない限り、**限度額適用認定証の交付申請を行う必要はありません。**



新たに共済組合に加入した方や組合員等番号が変更になった方等については、組合員資格登録が完了しないとマイナンバーカードの保険証利用はできません。

また、**標準報酬月額が決定するまでは所得区分が確定しないため、マイナ保険証での限度額を超える支払いは免除されませんのでご承知おきください。**

お問い合わせは

短期給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-371・372

## 確定申告に利用できる「医療費のお知らせ」

### 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からダウンロードすることができます。（トップページ内の手続きナビ→治療を受ける際の手続き→「医療費のお知らせ（医療費通知書）」の発行手続き）

※右の二次元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、世帯単位でまとめての送付となります。

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が必要な場合は、対象の方の同意が必要となりますので、ご留意願います。

マイナンバーカードと組合員証（被扶養者証）を紐づけしている方は、マイナポータルから令和4年分以降の医療費通知情報（※）を取得することができます！

医療費通知書を交付するまでに時間を要しますので、積極的にご活用ください。

医療費控除の適用を受ける場合、支払った医療費から保険金等で補てんされる金額（共済組合からの給付金含む）を差し引いて控除額を計算する必要がありますので、ご注意ください。

なお、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。

※マイナポータルから取得できる医療費通知情報には、次の1～4について記載されていません。

控除額を計算する際は、医療機関からの領収書や当支部が交付した給付金決定通知書等を併用してください。

1. 当支部が支給した高額療養費・附加給付の額
2. 当支部に請求した療養費の額（10割負担等）
3. はり・きゅう、あんま、マッサージの施術費用
4. 整骨院・接骨院を受診した際の施術費用

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

## 療養費の請求手続き

療養費の請求手続きに関する例をご紹介します。



Q1：短期組合員の認定手続き中、手続きが完了する前にやむを得ず病院を受診したところ、総医療費の10割を請求されたので支払いました。本来の自己負担3割との差額は戻りますか？

A1：共済組合に療養費の請求を行うことで、マイナ保険証等を使用した場合の自己負担分を除いた額が戻ってきます。  
療養費等請求書、領収書の原本、医療機関が発行した「診療報酬明細書（レセプト）」（※）を共済組合へ提出してください。



※「診療報酬明細書（レセプト）」と、医療機関等の会計時に領収書と一緒に渡される「診療明細書」は別物ですのでご注意ください。



Q2：短期組合員の資格を取得した者です。資格取得後に病院を受診したら、このたび、以前加入していた健康保険から療養費の返納請求書が届きました。どうしたらよいでしょうか。



A2：以前加入していた健康保険から療養費の返納請求があった場合は、まず、返納手続きを行ってください。返納後、共済組合へ療養費の請求を行うことができます。  
療養費等請求書、納付書の控（領収印のあるもの）、前の健康保険から取り寄せた診療報酬明細書（レセプト）を共済組合へ提出してください。

## 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は、次の手続きを行ってください。

- 1 加害者を確認し、事故（事件）を警察に届出てください
- 2 軽傷でも必ず医師の診察を受けてください
- 3 共済組合へ「事故報告書」を速やかに提出してください

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」を提出することで、マイナ保険証等（健康保険制度）を使用することができます。

共済組合では、事故報告なく第三者加害行為の治療でマイナ保険証等を使用している疑いがある場合は、組合員に対し受診理由の照会を行います。

なお、公務災害（労働災害）や通勤災害による負傷の治療にマイナ保険証等を使用することはできません！  
地方公務員災害補償基金（又は労働基準監督署）に事故を届出ください。

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

# 教育貸付けのご案内



教育貸付けは「組合員」「被扶養者」「被扶養者でない子、孫、兄弟姉妹」が、小・中学校、高校、大学、高専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等が対象となります。

**借入限度額550万円** (※1)

**年利 1.32%** (※2)

**返済回数250回以内**

(※1) 必要経費以内の額

(※2) 令和7年12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。

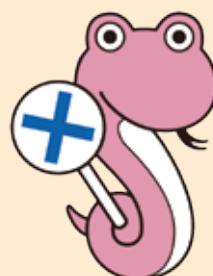
## ○教育貸付けの対象となるもの○

- ・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（クレジットカードで支払う費用は対象外）
- ・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)



## ✖ 教育貸付けの対象とならないもの✖

- ・経常的にかかる生活費、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
- ・クレジットカードで支払う費用



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

## 【必要書類】\*はホームページの組合員専用ページ「共済事務の手びき」から最新の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*	入学金・授業料等の貸付けを希望する場合 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。）
貸付事業における個人情報に関する同意書*	
借入状況等申告書*	家賃又は寮費の貸付けを希望する場合 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）
教育貸付けに係る必要経費内訳書*	通学のための交通費の貸付けを希望する場合 購入可能な最長期間の定期券の写し
貸付借用証書*	対象者が被扶養者でない場合 組合員との続柄が確認できる書類（戸籍謄本等の原本）
直近の給料明細書の写し	他の金融機関の教育ローンからの借換えの場合 ・残高証明書の原本（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）
申込時が入学後 →在学証明書の原本（発行後3か月以内） 申込時が入学前 →合格通知書の写し（発行後3か月以内）	

## 【申込みのQ&A】

① 申込みの時期はいつ頃ですか？

Ⓐ 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。

② 申込みから送金までどのくらいかかりますか？

Ⓐ 申込みの締切は毎月25日（※3）で、送金は翌月28日（※4）です。

　　今年度の申込み締切日は12月25日（1月28日送金）、1月23日（2月27日送金）、2月25日（3月30日送金）、3月25日（4月28日送金）となっております。

　　不備がある場合は翌月送金に間に合わないこともありますので、期日に余裕をもってお申込みください。

（※3）休日等の場合はその前営業日　（※4）休日等の場合は翌営業日、ただしその月に該当日がない場合は前営業日



③ すでに費用を支払ってしまったのですが、申込みできますか？

Ⓐ 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。また、クレジットカードで支払った費用は申込みできませんのでご注意ください。

④ 2年分の授業料をまとめて申込むことはできますか？

Ⓐ 申込みできるのは1年間で必要とする費用です。一度に1年半分や2年分といった申込みはできませんが、1年後に借換えの申込みが可能です。

⑤ 借換えで申込むと送金額はどうなりますか？

Ⓐ 申込額から未償還金（送金日時点の残高）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。



不明な点があれば  
貸付担当までお問合せください。

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。

二次元コードをチェック⇒

※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 35-365・366

# 海外派遣のとき掛金はどうやって納めるの？

## 海外派遣となったとき

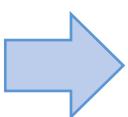
給料が支給される海外派遣の場合は、通常どおり毎月の給料から控除

※ 青年海外協力隊（JICA）等は自己啓発休業（無給）となる場合があります。  
給料の支給の有無は給与支給機関へご確認ください。



## 無給となったとき

配偶者同行休業  
自己啓発休業



共済組合から毎月所属所経由で送られる  
振込書で当該月の掛金を月末までに支払う

※ 給与支給機関が札幌市を除く市町村の場合、納付方法  
が異なります。

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を合算した1枚の最大3枚を送付します。

送付した振込書を使用して北海道銀行・北洋銀行の窓口でお支払いいただく場合は、手数料はかかりません。  
その他の方法でのお支払いに係る手数料はご自身の負担となりますので予めご了承ください。

## 海外に居住する場合の「介護掛金」について

海外派遣・配偶者同行・自己啓発休業等で「海外居住となる40歳以上65歳未満の方」及び「海外居住中に40歳を迎える方」は次の【海外居住となるとき】の書類を提出することにより、海外に居住している間の介護掛金は徴収されません。

海外居住を終えて帰国した際は次の【日本へ帰国したとき】の書類の提出が必要となり、介護掛金は再び徴収されます。

（根拠法令：介護保険法 第二章 第九条～第十一條）

対象となる方は、以下を参考にし、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】

住民票上日本国内に住所を有したまま海外に行く  
場合の介護掛金は、通常通り徴収となります。

### 【日本へ帰国したとき】

- 海外居住となったときに「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

届書の様式は、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

→介護保険第2号被保険者資格（取得・喪失）届書  
(1-31)

お問い合わせは

経理出納係



011-231-4111 内線 35-376・377

# 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。

# 指定宿泊施設利用補助について



## ◆ 対象施設の解除

下記の施設を指定宿泊施設利用補助の対象施設から解除しましたのでお知らせします。

解除日以降は、下記の施設で指定宿泊施設利用補助を利用できませんのでご注意ください。

管内	市町村	施設名	解除日
上川	中富良野町	スパ&ホテル リゾート ふらのラテール	令和7年7月31日
後志	積丹町	旅館美國觀光ハウス	令和7年9月30日
十勝	上士幌町	カミシホロ ホテル	令和7年10月31日

※公立学校共済組合が指定している施設を必ず当共済HPの  
「指定宿泊施設一覧」でご確認の上、ご利用ください。



## ◆ 指定宿泊施設利用補助券の利用にあたっての注意点

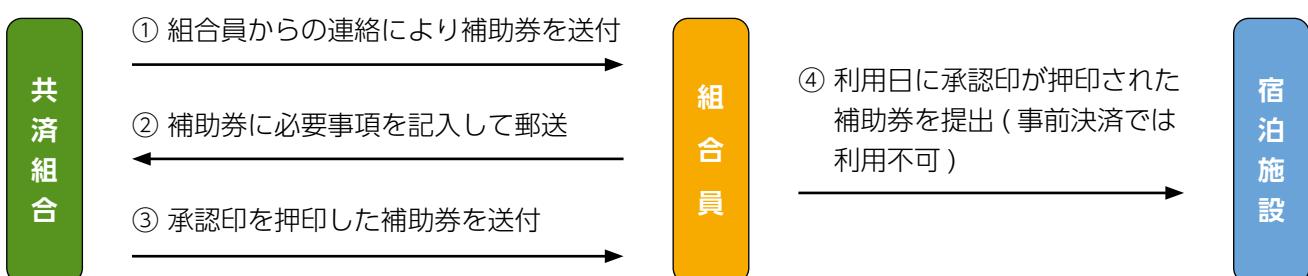
①補助対象は、**公立学校共済組合員（任意継続組合員含む）とその被扶養者**であり、かつ**（一財）北海道公立学校教職員互助会に加入していない方**となります。また、**未就学のお子様は補助対象となりません**。

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。

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、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

ご予約  
承り中!  
イベント詳細は  
公式HPへ!

**Point1**  
知床地域の食材を  
メインに使用した  
**飲み放題付**  
**和洋中ブッフェ**

**Point2** その場で仕上げる  
**ライブキッチン**  
知床地域の  
**地酒・ご当地ドリンク**

**Point3 毎年大好評!**  
**羅臼昆布のつかみ取り**  
**おたのしみ抽選会**

**Point4**  
1Fロビー・イベント会場  
にて開催  
**知床物産展**

知床国立公園60周年  
世界自然遺産20周年記念

第5回

# しれとこ 食の宴

5th SHIRETOKO area Food Festa  
in Hotel Lifort sapporo

2026.1/30.FRI 18:00~20:00

ホテルライフポート札幌 2Fライフポートホール

通常価格 8,000円のところ利用補助券適用で  
お一人様 **6,000円** (税・サ込)

1月30日は「世界自然遺産・知床の日」  
知床の価値について改めて考える日です。遺産登録年の  
知床における流氷接岸初日の1月30日を知床の日としました。



海と、森と、  
人がつなぐ。

わたしたちの知床は、流氷から始まる海・川・森の生命のサイクルがもたらす、豊かな恵みの地です。  
原生の大自然、個性的で貴重な動植物。それらと寄り添いながら暮らしてきた人々の営み。  
知床が国立公園となったのは1964年6月1のこと。2005年7月17日には世界自然遺産にも登録されました。  
この知床を次の世代へ繋いでいくことが、私たちができるサステイナブルな営み。  
豊かな大自然と、そこに暮らすすべてのものに感謝したい。この先も、ずっと。

※公式HPより引用



6月発行「旅のガイドブック」掲載



## 組合員さま専用LINE アカウント開設1周年!

### アンケートキャンペーン



たくさんのご回答、ありがとうございます！

いただいたご意見をもとに、よりお得で便利な情報をお届けいたします！

お楽しみにお待ちください！

#### 皆さまのご意見（一部抜粋）

イベントなど最新情報がいち早く入手しやすい！

利用補助の使い方がいまいちわからない

一般と組合員専用 LINE の違いがわからない

キャンペーンなどのお得情報があって組合員専用 LINE はうれしい！

LINE だとホームページよりも手軽に情報が得られる！

LINE の内容をもっとわかりやすくしてほしい

### 公式LINEと組合員さま専用LINEを併用して、さらにお得に！



#### 組合員さま専用LINE（公立学校共済組合ホテルライフォート札幌）

ホテルイベント情報 年越しセット発売情報など 最新情報をいち早くお届け！

さらに！  
限定クーポン 限定キャンペーンなど 組合員さま限定情報を配信！



#### 公式LINE（ホテルライフォート札幌）

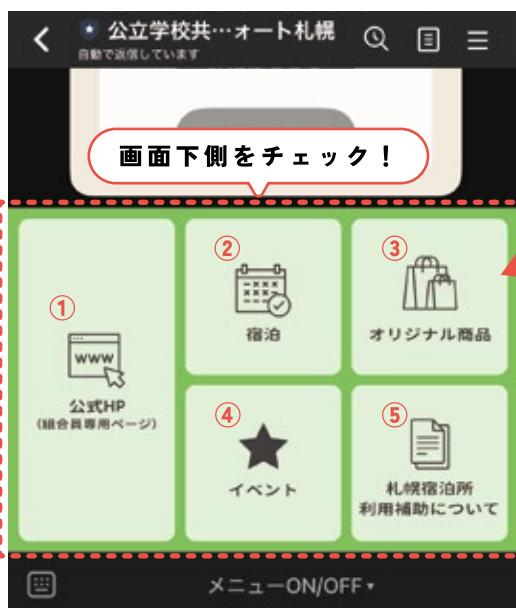
\ 毎日配信！ /

ランチ・ディナータイムで使える レストラン抽選クーポン 配信中！

友だち登録は  
お済ですか？  
まだの方はこちらから▼

一般 LINE

組合員 LINE



ご存じでしたか？

便利で  
カンタン！

LINE から HP・宿泊予約ページなどに  
アクセスできます！

- ① ホテル公式 HP 組合員さまページ
- ② 組合員さま用宿泊予約ページ
- ③ ホテルオリジナルレトルトカレー注文ページ
- ④ 開催中のキャンペーンや  
ホテルイベント情報が見られます
- ⑤ 補助の使い方に悩んだらこちらをチェック！



# 受験生応援プラン

2025 12/1 ▶ 2026 3/18



組合員さまおよび被扶養者さまは 利用補助券の提出で

**1泊につき 2,000円補助！**

(年度内補助利用回数 12回までとなります)

## 滞在中の安心対応

1. フロントスタッフの24時間サポート  
会場までのアクセス・病院・薬局のご案内・ご相談
2. モーニングコール
3. 体調がすぐれない場合、体温計・アイスノンなどをご用意



- 【合格祈願】  
**太宰府天満宮 合格鉛筆&合格だるまセット**
- 14:00～アーリーチェックイン ※通常15:00
- ホットアイマスク・使い捨てカイロ・粉末スープ

ホテル公式 HP  
ベストレート  
保証

ご朝食付シングル **7,700円** (税込)～

ご朝食付ツイン  
(2名利用1名料金)  
**6,400円** (税込)～

## 【ご予約の際の注意事項】

- ・このプランは、受験するご本人さま、付添いの方とさせていただきます。  
※チェックインの際に受験票または学生証の提示をお願いいたします。
- ・利用補助券は、チェックイン時にご提出ください。



## 【その他サービス】

- 電気スタンド無料貸出 ※数に限りがございます
- 全室空気洗浄機能付加湿器
- 無料Wi-Fi完備
- ミネラルウォーター1本サービス

大切な日をライフオート札幌で過ごしませんか？

# Lifort Wedding

詳細は  
ホテル公式 HP  
または  
SNS から！

## Photo Plan



**naturelle** ナチュレ  
ロケーションフォトプラン  
両家負担 **29万**

**clarté** クラルテ  
館内フォトプラン  
両家負担 **25万**

ごお  
ふ  
提  
案  
さ  
せ  
て  
い  
た  
だ  
き  
ま  
す

## 挙式 Plan

(教会式 / 神前式)



**Bridal Veil** ブライダルベール  
両家負担 **20万**  
衣装 / 美容着付 / 写真 / その他

## 利用補助のご案内

組合員さま 利用補助額

ウェディング費用から  
**2分の1**相当額を補助

※ご飲食は、補助の対象外となります

対象者

新郎・新婦の一方が対象の場合 **20万円上限**  
新郎・新婦のお二人が対象の場合 **40万円上限**

①組合員(任意継続組合員及び  
組合員資格喪失後12ヶ月以内の挙式も含む)

②組合員の子(被扶養者に限定しない)



Follow me!



ホテルライフオート札幌  
ウェディング  
公式 Instagram

開設いたしました！  
フォロー・いいねお願いいたします！

@ hotel\_lifortsapporo\_wedding





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・ティ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	組◆被 通 算 12回まで (被扶養者等を含む)	<b>お一人様一泊当たり 2,000円補助</b> ※公務による出張等は補助の対象外となります。 <b>他の補助を併せて使ってさらにお得にご宿泊！</b> 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 ※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 公立学校共済組合北海道支部ホームページ をご確認ください。
レストラン 宴 会	組◆被	<b>お一人様当たりの利用金額</b> <b>4,000円(税抜)以上の場合 2,000円補助</b>	詳しい申請方法は、下記QRコードより 公立学校共済組合北海道支部ホームページ をご確認ください。
ティクアウト 商 品 (レトルトカレー等)	組◆被 通 算 12回まで (被扶養者等を含む)	<b>お一人様当たりの購入金額</b> <b>2,000円(税抜)以上の場合 1,000円補助</b> <b>4,000円(税抜)以上の場合 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、組合員様の氏名と組合員番号を明記してください。 ※商品によって使用方法が異なります 詳しくは、申込書をご確認ください
ティクアウト 商 品 (年越しセット)		<b>お一人様当たりの購入金額</b> <b>4,000円(税抜)以上の場合 2,000円補助</b> ※本体価格の半額までを補助額の上限とし、 複数回分（上限の範囲内）の補助が受けられます	
会 議	組◆被	<b>会議室等利用料から</b> <b>2分の1相当額を補助</b> ※1室当たり補助額上限30万円まで ※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。 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。 3.利用補助券は、ご利用予定の5日前 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。 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 (偲ぶ会) (お別れ会)	組 家	<b>利用料から 5万円補助</b> ※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	組 子	<b>ウェディング 費用から 2分の1相当額を補助</b> ●新郎・新婦の双方が対象の場合 <b>40万円上限</b> ●新郎・新婦の一方が対象の場合 <b>20万円上限</b> ※ご飲食は、補助の対象外です	※ウェディングの補助は、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

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 Lifort 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！

