

共済だより

KYOSAI DAYORI

令和5年3月

No. 278

March 2023



P15 「札幌宿泊所利用補助事業の変更点について」

※利用回数の上限が設けられます

豊頃町大津海岸

CONTENTS

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------------|
| ◆退職後は速やかに組合員証(保険証)を返納ください …… 2 | ◆整骨院や鍼灸院は健康保険で受けられる? …… 10 |
| ◆任意継続組合員加入手続きの事前受付をおこなっております …… 2 | ◆海外で医療機関を受診したときは …… 12 |
| ◆被扶養者の手続きについて …… 3 | ◆医療費助成を受けている方は届出をお願いします …… 13 |
| ◆被扶養者資格確認調査の調査結果について …… 3 | ◆退職時の手続きをお忘れなく …… 13 |
| ◆令和5年度 掛金・保険料の見込み率のご案内 …… 4 | ◆令和5年度厚生事業一覧 …… 14 |
| ◆退職・転出する場合の貸付金の返済等について …… 5 | ◆〈重要〉札幌宿泊所利用補助事業の変更点について …… 15 |
| ◆保健師のいきいき健康コラム 健康診断は受けたあとが大事です! …… 6 | ◆指定宿泊施設利用補助について …… 15 |
| ◆お急ぎください! 特定健診の受診は3月末までです! …… 7 | ◆組合員とその被扶養者の皆様にご利用いただける健康相談事業… 16 |
| ◆第53回北海道教職員美術展中央展開催について …… 7 | ◆ホテルライフオート札幌からのお知らせ …… 17 |
| ◆人間ドック等のお知らせ …… 8 | |
| ◆心の健康総合相談室 …… 9 | |



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/>

退職後は速やかに組合員証(保険証)を返納ください

組合員が退職する場合や、人事異動等により他の共済組合へ転出する場合、公立学校共済組合北海道支部の組合員資格を喪失します。現在お持ちの組合員証(組合員被扶養者証を含む)は使用できなくなりますので、必ず元の所属所に返納してください。

また、再任用短時間勤務(再任用ハーフ等の週 20 時間未満の勤務をする方)や退職後任意継続組合員になる場合も、現在の組合員資格を喪失しますので、組合員証等の返納手続きをおこなってください。

なお、退職後引き続き再任用勤務(週 20 時間以上勤務する方 ※再任用ハーフの方は含まれません)となる方は、現在の組合員資格が引き続きしますので、組合員証等の返納は不要です。現在お持ちの組合員証等をそのまま使用してください。

※ 退職後引き続き他の都府県で採用され、公立学校共済組合他支部の組合員となる場合は、新しく赴任される所属所へ北海道支部の組合員証等を返納し、新たな支部の組合員証の交付を受けてください。(北海道支部の組合員証等は使用できません。)

※ 任意継続組合員の加入手続きをおこなった方には、掛金納入後に任意継続組合員証を交付します。

退職される方は、ご自身のみならず扶養しているご家族の被扶養者証を今一度ご確認ください、速やかに返納できるようご協力願います。

また、退職・転出等の詳細な手続きについては、3月に各所属所にメール配信(支部のトップページ「お知らせ」)した通知をご覧ください。



任意継続組合員加入手続きの事前受付をおこなっております

令和 4 年度末退職者(定年退職者以外の年度末退職者を含む。)で、任意継続組合員になることを希望する方について、現在「任意継続組合員申出書(①-21)」の事前受付をおこなっております。

所属所を経由して申出書をご提出いただいた方には、共済組合から申出書に記載の組合員住所あてに掛金の納付書を送付します。掛金の納入を確認した後、組合員住所あてに「任意継続組合員証」を送付します。

なお、退職後、任意継続組合員証等を受け取るまでの間に医療機関を受診する際は、組合員証等の切替え手続き中であることを医療機関の受付窓口申し出てください。

詳細な手続きについては、1 月に各所属所へメール配信しました通知をご覧ください。

(支部のトップページ「お知らせ」にも掲載しております。)



退職後に任意継続組合員の加入手続きをおこなう場合は、退職日から起算して 20 日以内に共済組合に申出書を提出してください。(3 月 31 日退職の場合は 4 月 19 日北海道支部必着です。)

なお、共済組合の任意継続組合員になるには、退職日の前日までに引き続き 1 年間、すなわち「1 年と 1 日以上」の組合員期間が必要ですので、自身の組合員期間をご確認のうえ、手続きをお願いします。

被扶養者の手続きについて

新年度を迎えるにあたり、ご家族の扶養状況に変化が生じた場合や、組合員の任用形態が変更になった場合は、被扶養者の認定、取消等の手続きが必要になりますので、速やかに手続きをおこなってください。手続きの詳細については、共済事務の手びき第1章第5節及び第6節をご確認ください。

認定手続き 家族が退職し無収入となる等、被扶養者の要件を満たした場合

事由発生日から 30 日以内に所属所経由で書類を提出してください。**30 日を過ぎた場合、認定日は所属所で書類を受理した日**となり、事由発生日まで遡ることはできませんので、ご注意ください。

取消手続き 就職、収入超過等により被扶養者の要件を欠いた場合

被扶養者がその要件を欠いた場合は、速やかに手続きをおこない、被扶養者証を返納願います。資格喪失後に被扶養者証を使用して医療機関を受診した場合、後日医療費を返納いただきます。

特別認定への変更手続き 扶養手当の支給終了後も引き続き共済組合で認定を受ける場合

共済組合で被扶養者の収入状況等を確認します。なお、組合員被扶養者証の添付は不要です。

被扶養者資格確認調査の調査結果について

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。他の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	
・ 給与収入 ・ 年金収入 ・ 退職後の休業給付金（傷病手当金） ・ 雇用保険法の給付 ・ 失業者の退職手当※ ・ 事業収入 ・ 生活保護法に基づく生活扶助料 ・ 生活費として使用される奨学金 等	・ 退職金 ・ 不動産売却益 ・ 新型コロナウイルス感染症関係助成金 ・ 雇用期間が3か月以下の給与 等	
恒常的な収入の限度額 括弧内は障害年金受給者又は 60 歳以上の被扶養者（令和 5 年 3 月 31 日までは公的年金受給者に限る）	年額	1,300,000 円（1,800,000 円）
	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

令和5年度 掛金・保険料の見込み率のご案内

令和5年4月からの各掛金・保険料の見込み率をお知らせします。

(確定次第、支部ホームページでお知らせします。)

毎月の給与や期末勤勉手当支給時に控除される掛金・保険料は、皆さんの標準報酬月額等にこの率を乗じて計算しています。

また、掛金・保険料は年度途中で変更となる場合がありますので、その場合も支部ホームページでお知らせします。

(千分率)

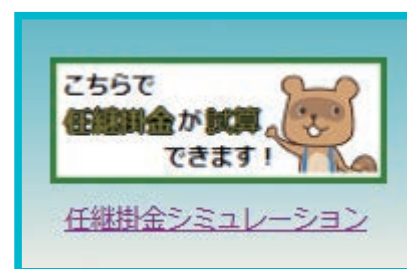
		令和5年3月まで	令和5年4月から
短期掛金	対標準報酬月額	48.01 (船員組合員は 44.43)	48.01 (船員組合員は 44.64)
	対標準期末手当等		
介護掛金	対標準報酬月額	8.82	8.00
	対標準期末手当等		
厚生年金保険料	対標準報酬月額	91.5	91.5
	対標準期末手当等		
退職等年金掛金	対標準報酬月額	7.5	7.5
	対標準期末手当等		

ホームページから 任意継続掛金の試算 ができます

共済組合では退職後、最長2年間加入できる「任意継続組合員制度」という健康保険制度があります。

当支部ではホームページ上に【任意継続掛金の試算】ができる「計算シート」を掲載していますので、ぜひ活用いただき、加入の際には参考としてください。

北海道支部ホームページのトップページ最下部のこのバナーをクリックすると掲載ページがすぐに見られます。



※試算額は4月～翌3月の1年分が表示されます。
任意継続組合員を2年間継続する場合は、2年目も掛金が必要となりますのでご注意ください。

お問い合わせは

経理出納係 ☎ 011-231-4111 内線 35-376 ~ 377

退職・転出する場合の貸付金の返済等について

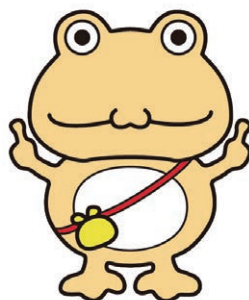
退職する場合

●退職手当から全額控除できるとき

未償還元金に経過利息を加えた額を退職手当から控除します。(手続き不要)

●退職手当から全額控除できないとき

別途、不足金を記載した振込依頼書を組合員あてに送付しますので、指定された期日までに払込みをしてください。振込依頼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、手数料はかかりません。それ以外の金融機関等から振込みの場合、手数料を負担していただきます。



貸付金を返済中の方が3月末で退職・転出する場合の取扱いについてご説明します！

※再任用職員を予定されている方も、退職手当が支給される場合は **退職する場合** と同様の取扱いとなります。

転出する場合

●道外の公立学校へ採用されたとき（公立学校共済組合他支部への異動）

異動先の支部で引き続き返済となります。(手続き不要)

※退職手当が支給される場合は、退職する方と同様に一括返済となります。

●国家・地方・市町村・都市等の公務員になったとき（他の公務員共済組合への転出）

一括返済となります。

振込依頼書を組合員あてに送付しますので、指定された期日までに払込みをしてください。振込依頼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、手数料はかかりません。それ以外の金融機関等から振込みの場合、手数料を負担していただきます。

他の公務員共済組合転出に関するQ&A



Q：他の公務員共済組合へ転出することになりました。公立学校共済組合に返済するため、転出先の共済組合で貸付けを受けたいのですが、どのような手続きが必要ですか？

A：転出先の共済組合で貸付けを受ける場合、公立学校共済組合発行の残高証明書が必要となりますので、当支部へ「貸付金残高証明交付申請書」（当支部ホームページに掲載）を送付してください。
なお、転出先での貸付けが送金まで時間を要することがあります。当支部への返済期日まで間に合わない場合がありますので、**転出先の共済組合に加入後、至急貸付けの申込みをしてください。**
申込み手続きについては転出先の共済組合にご確認ください。



健康診断は受けたあとが大事です！

まもなく令和4年度が終わります。健康診断や人間ドックで「要精密検査」、「要医療」、「要経過観察」となっている項目を放置していませんか。



● 健康診断の結果をチェック

①「要精密検査」の項目の検査は済んでいますか。まだの項目がある場合は、速やかに受診しましょう。

②「要医療」の項目は医療機関を受診しましたか。

③「要経過観察」の項目は指定された期間で観察していますか。

④データの変化をチェックしましょう。徐々に上がっているデータはありませんか？体重や腹囲が増えていませんか？毎年の身体の変化を読み解きましょう。



● 特定保健指導利用券は届いていませんか

健康診断の結果から生活習慣を見直すため、利用券が届いている人はぜひ利用しましょう。

特定保健指導を受けましょう！



【主な検査項目と検査の目的】

検査項目		検査でわかること
腹 囲		内臓脂肪型肥満の疑いがあるかを調べます
B M I		身長と体重の割合で、肥満や低体重を判定します
血 圧		高血圧や心臓病、動脈硬化の進行をチェックします
血 糖 検 査	空腹時血糖	血液中のブドウ糖の量を調べます
	HbA1c	検査前1～3ヶ月の血糖値の目安になります
血 中 脂 質 検 査	LDLコレステロール	悪玉のコレステロールで値が高いと動脈硬化が進みます
	HDLコレステロール	善玉のコレステロールで値が低いと動脈硬化が進みます
肝機能 検 査	中性脂肪	値が高いと動脈硬化が進みます
	AST ALT	肝臓に障害が起こると値が高くなります
貧 血 検 査	γ-GTP	肝臓や胆道に障害がある場合や肥満、脂肪肝、過剰飲酒などで高くなります
	ヘマトクリット ヘモグロビン 赤血球	貧血の有無を調べます
腎機能 検 査	血清クレアチニン	腎臓の働きをみる検査です。eGFRはクレアチニンと年齢、性別から計算してだします。
	eGFR	
尿検査	尿糖	糖尿病で血糖値が高くなると、尿に糖がでます
	尿たんぱく	腎臓の病気を発見する手がかりになります



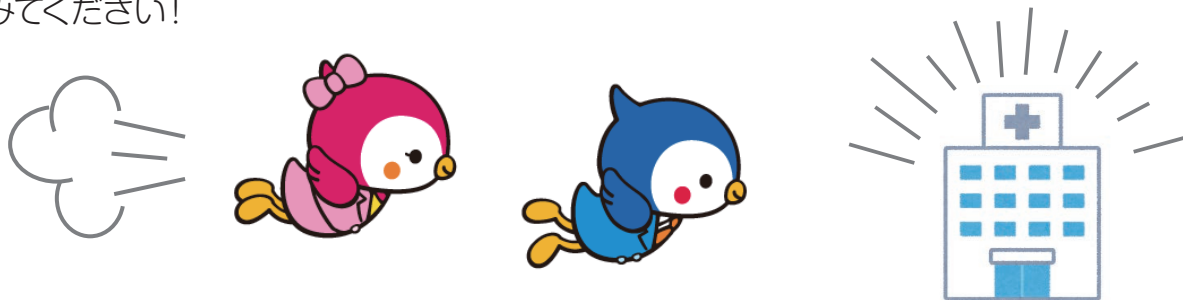
健康診断は身体の状態が数値で表現される貴重な機会です。有効に活用しましょう。

お急ぎください!特定健診の受診は3月末までです!

公立学校共済組合では、生活習慣病を未然に防ぐための「特定健康診査（特定健診）」を実施しています。

今年度40歳から74歳までの被扶養者のみなさま（人間ドック受診決定者除く）にお送りした「受診券」の有効期限は、**令和5年3月31日まで**です。

無料で受けられますので、まだ受診されていない方は、ぜひ受診してご自身の健康をチェックしてみてください!



お問い合わせは

企画福祉係 ☎ 011-231-4111 内線 35-363

第53回北海道教職員美術展中央展開催について

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 徒歩約3分

※会場に駐車場はありません

期間：令和5年4月19日～23日

時間：10時～17時（最終日は15時まで）

例年1月に札幌市民ギャラリーで開催しております「中央展」ですが、会場の改修工事が実施されていたことから今年度は上記の日程で開催いたします。

年度初めでお忙しい時期だと思いますが、是非とも足を運んでいただき、出品者の力作をご鑑賞いただければ幸いです。

12月発行の共済だより277号に掲載しております一般作家入選作品51点と招待作家作品58点の計109点を展示いたしまして、皆様のお越しをお待ちしております。

お問い合わせは

企画福祉係 ☎ 011-231-4111 内線 35-366

人間ドック等のお知らせ

令和5年度の人間ドック、配偶者人間ドック、婦人がん検診、脳ドックの申込みについては、令和5年3月に各所属所あてに通知します。

お申込み忘れのないよう、ご注意ください。

令和5年4月1日現在 35 歳（指定年齢）の組合員について

人間ドック事業は、令和5年4月1日現在35歳（S62.4.2～S63.4.1生まれ）の組合員について、受診料5,000円（通常11,000円）とし、申込者全員を受診決定しています。（※配偶者は対象となりませんので、ご了承ください。）

35歳の方は、この機会にぜひお申し込みください。

令和5年4月1日現在 59 歳（指定年齢）の組合員について

令和5年4月1日現在59歳（S38.4.2～S39.4.1生まれ）の組合員について、人間ドック申込者全員を受診決定していますので、この機会にぜひお申し込みください。

令和5年4月より任意継続組合員になる方

任意継続組合員の人間ドックは、任意継続組合員期間が2年目となる35歳以上の組合員及び配偶者（被扶養者として認定されている方。）を対象としています。

1年目は、人間ドックの対象とはなりませんので、ご了承ください。

なお、人間ドックの申込みについては、2年目の共済掛金の納入通知とともにご自宅あてに令和6年3月に文書でお知らせする予定です。



お問い合わせは

健康支援係（人間ドック・配偶者ドック） ☎ 011-231-4111 内線 35-370
企画福祉係（婦人がん・脳ドック） ☎ 011-231-4111 内線 35-363

心の健康総合相談室



みなさん、いかがお過ごしですか。

卒業シーズンになりました。教員の方々にとっては、児童生徒の皆さんが進級したり、卒業を迎え、今までの努力や苦労が実を結ぶことを実感する時期だと思います。一方で、異動や昇格など人生の節目にさしかかる時期でもあり、さまざまなストレスも感じやすくなるかもしれません。

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 (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

【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

教育行政経験者 から一言

平成26年度に教育行政経験者の相談員が配置され早9年経過しました。主に福利厚生制度や職場環境などの相談に応じていますが、人間関係に悩んでいる教職員の多さに驚かされます。子どもたちの関係を良好に保つためにマネジメント手腕を発揮されている教職員の皆様も自分のことは二の次にしてしまうということかもしれません。

マネジメントの発明者といわれているP.ドラッカーが「非営利組織の経営」の中で代表的な組織を3つに分類し、学校組織はオーケストラチームとしています。このチームの特徴としては、高度に専門化した個人営業者であるため、チーム力を発揮するためにはコミュニケーションが極めて重要であるということです。また、雑談を含めて会話は相互扶助の考えを醸成すると言われてしています。

教職員の皆さまにおかれましてはパフォーマンスを発揮するためにも悩みを内に留めておかず職場内の同僚、先輩、管理職に相談してほしいと思います。そして、もし職場内ではちょっと話しにくいと感じたときは気軽にお電話いただければ幸いです。

整骨院や鍼灸院は健康保険で受けられる？



整骨院の看板に「健康保険適用」とありました。
これって組合員証を使って施術を受けられるんですか？

柔道整復師の施術（整骨院・接骨院）

組合員や被扶養者が、**外傷性の負傷**の治療で共済組合と受領委任の契約を交わしている整骨院・接骨院を利用したときは、組合員証（被扶養者証）を提示することで健康保険を適用し、医療機関と同じ自己負担割合で柔道整復師の施術を受けることができます。

◆健康保険を適用できる外傷性の負傷

- ・医師や柔道整復師に診断（判断）された骨折、脱臼、打撲及び捻挫等（肉離れを含む）
- ・負傷原因がはっきりしている骨、筋肉、関節のけがや痛み

（例）日常生活やスポーツ中に転んで膝を打ったり、手首をひねったりして急に痛みが出たとき。

◆このような場合は健康保険を適用できません！

- ・単純な疲労回復や慰安が目的の施術
- ・外傷性のない筋肉疲労、筋肉痛、肩こり、腰痛
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・症状の改善がみられない長期の施術
- ・複数の整骨院や接骨院で同時に施術を受けている場合
- ・保険医療機関（病院）などで治療を受けながら同時に整骨院や接骨院で施術を受けている場合
- ・公務中（業務中）や通勤途上に発生した負傷



健康保険適用外の施術で組合員証（被扶養者証）を使用した場合、療養費（家族療養費）を返納いただくことになりますので、ご注意ください。

◆施術を受けるときの注意点

- ・公務中（業務中）又は通勤途上以外の第三者加害行為（交通事故等）によって負傷し施術を受ける場合は、事故報告書の提出が必要ですので、必ず共済組合まで連絡してください。
- ・適正な保険給付を行うため、共済組合の委託業者から施術を受けた方に対し、施術日や施術内容について照会させていただく場合があります。



細かいルールがあるんだね！
でも組合員証を使って受けられるのは便利だなあ！

はり師、きゅう師、あんま・マッサージ師の施術

組合員や被扶養者が、厚生労働省の定める疾患について、医師の同意の上で、はり師、きゅう師、あんま・マッサージ師の施術を受けた場合は、組合員からの請求に基づき療養費（家族療養費）を支給します。

給付額は、厚生労働省の定めた選定方式により算出した施術費用の100分の70（未就学児及び高齢受給者（現役並み所得者を除く）は100分の80）です。

◆給付対象となる疾患（1）はり師、きゅう師の施術

リウマチ、神経痛、頸腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症及びスモン（異常知覚を含む。）等であって慢性的な疼痛を主訴とし、医療機関において治療を行っても効果が得られなかったもので、医師がはり師・きゅう師の施術を受けることが適当であると認め同意したものの

◆給付対象となる疾患（2）あんま・マッサージ師の施術

脳出血等により片麻痺（半身麻痺、半身不随）及び筋麻痺、関節拘縮等であって医師があんま・マッサージ師の施術を受けることが適当であると認め同意したものの

◆施術を受けるときの注意点

- ・ 予め医師の発行した同意書が必要です。
- ・ 医師の同意を受けた日から6か月以内に施術を受けたものが対象です。
- ・ 同一の疾患についてははり・きゅうの施術と並行して医療機関で治療（投薬治療のみも含む）を受けている場合及びあんま・マッサージを併用して施術を受けている場合は給付対象外です。
- ・ 単純な疲労回復や慰安が目的の施術、疾病予防のための施術は給付対象外です。
- ・ 適正な保険給付を行うため、共済組合の委託業者から施術を受けた方に対し、施術日や施術内容について照会させていただく場合があります。

◆療養費（家族療養費）の請求方法

施術費用を全額自己負担した場合は、所属所を通じて共済組合へ次の書類を提出してください。

ア 療養費等請求書（別紙様式第3号）

イ 施術者の療養費支給申請書

ウ 施術費用を全額自己負担したときの領収書の原本

エ 医師の同意書

※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」→「病気やけがをしたとき」→「自費で払った治療費の請求手続き」のページからダウンロードすることができます。（右の二次元コードからアクセスできます。）

※治療院等が共済組合へ代行して請求を行う場合の手続きについては、各治療院にお問い合わせください。



海外で医療機関を受診したときは

組合員や被扶養者が旅行などでやむを得ず海外の医療機関を受診したときは、組合員証（被扶養者証）を使用できませんので、医療費の全額を自己負担します。

このようなときは、組合員からの請求に基づき、療養費（家族療養費）を支給します。

次の場合は、給付の対象になりませんのでご注意ください

- ・公務による傷病の場合
- ・治療を目的として渡航した場合
- ・日本国内において健康保険の適用にならない療養を受けた場合
- ・帰国の見込みがない場合（永住など）

◆給付額

海外で支払った医療費の実費と、海外で受けた医療内容を日本の健康保険制度に置き換えて算定した額を比較して、少ないほうの額の 100 分の 70 (未就学児及び高齢受給者（現役並み所得者を除く）は 100 分の 80) を支給します。

海外での医療費は、日本国内の医療費よりも高額となる場合が多く、給付金では十分に補てんできないことがありますので、ご注意ください。

◆療養費（家族療養費）の請求方法

請求の際は、所属所を通じて共済組合へ次の書類を提出してください。

ア 療養費等請求書（別紙様式第 3 号）

イ 診療内容明細書（医科又は歯科用）及び日本語訳

ウ 領収明細書及び日本語訳

エ 領収書の原本

オ 海外に渡航した事実を証する書類（航空券、パスポート等）の写し

カ 調査に関わる同意書

※イの「診療内容明細書」及びウの「領収明細書」は、診療を受けた海外の医療機関に作成を依頼する書類ですので、海外に行く際は忘れずにお持ちください。

※様式は公立学校共済組合北海道支部ホームページの「こんなときガイド」→「病気やけがをしたとき」→「海外で診療を受けた場合の請求手続き」のページからダウンロードすることができます。（右の二次元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

医療費助成を受けている方は届出をお願いします

次の公費負担医療費助成制度の適用を受けたとき、またはその適用を受けなくなったときは、速やかに共済組合まで「公費負担医療対象者（該当・非該当）報告書」（別紙様式第16号）を提出してください。

医療助成の種類	報告が必要なとき
重度心身障がい者医療	該当したとき、非該当となったとき
ひとり親家庭等医療	該当したとき、非該当となったとき
指定難病及び小児慢性特定疾病	該当したとき、非該当となったとき
乳幼児等（子ども）医療	<u>所得超過等による非該当となったとき</u> ※対象年齢満了による非該当の場合は報告不要です
後期高齢者医療障害認定 （65歳以上75歳未満の者）	該当したとき、非該当となったとき

なお、新たに組合員の資格を取得した組合員または被扶養者の方で、資格取得前から上記に該当する受給者証を取得している場合は、実施機関（各市町村役場や保健所等）に医療保険変更の届け出をする必要があります。まだ変更の手続きを行っていない場合は、速やかに管轄の実施機関で変更手続きを行ってください。

お問い合わせは

短期給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-371・372

退職時の手続きをお忘れなく

老齢厚生年金の受給年齢に達していない方が退職した場合、所属所を通じて「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（これを「待機者登録」といいます。）するための書類ですので、提出漏れのないようお願いします。

また、すでに老齢厚生年金を受給している方が退職した場合、年金受給権発生時点から退職までの期間を年金に反映（増額）し、併せて在職による支給停止を解除（これを「退職改定」といいます。）する必要がありますため、「老齢厚生年金「改定」請求書」の提出が必要となります。

1 退職届書

様式は当共済組合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 様式一覧

今年度定年を迎える方については、令和5年2月上旬頃に所属所あてに氏名等の印字された様式を送付しています。

2 老齢厚生年金「改定」請求書

老齢厚生年金の受給権者で、再任用フルタイム勤務を終了予定の方に対し、令和5年3月下旬までにご本人あてに請求書類を送付する予定です。請求書が届かない場合は、当支部年金給付係あてご連絡ください。



お問い合わせは

年金給付係 ☎ 011-231-4111 内線 35-373 ~ 375

令和5年度厚生事業一覧

令和5年度の厚生事業は次のとおりです。くわしくは道庁代表電話【011-231-4111】をダイヤルし、担当係の内線番号でお問い合わせください。

また、事業の詳細については、当支部ホームページ（<https://www.kouritu.or.jp/hokkaido/>）をご覧ください。

事業名	目的・内容等	
人間ドック	組合員の健康管理対策の一環として、人間ドックを実施し、疾病の早期発見に努め、もって健康の保持増進を図る。	健康支援係 道庁内線35-370
人間ドック (任意継続組合員)	任意継続組合員の健康管理対策の一環として、人間ドックを実施し、疾病の早期発見に努め、もって健康の保持増進を図る。	健康支援係 道庁内線35-370
配偶者人間ドック	組合員及び任意継続組合員の健康管理対策の一環として、配偶者人間ドックを実施し、疾病の早期発見に努め、もって健康の保持増進を図る。	健康支援係 道庁内線35-370
脳ドック	組合員の健康管理対策の一環として、脳ドックを実施し、疾病の早期発見に努め、もって健康の保持増進を図る。	企画福祉係 道庁内線35-363
婦人がん検診	女子組合員及び組合員の配偶者の健康管理対策の一環として、婦人がん検診を実施し、疾病の早期発見に努め、もって健康の保持増進を図る。	企画福祉係 道庁内線35-363
メンタルヘルス セミナー (直営事業)	職場における心の健康の予防や不調の職員への早期発見のために、管理監督者を対象としたセミナーを実施し、組合員の心の健康の保持増進を図る。	健康支援係 道庁内線35-381
ヘルスアップ セミナー委託事業	組合員が健康で明るく豊かな生活を過ごすために、健康管理意識を育て、また、心身の健康保持増進を図ることを目的としたヘルスアップセミナーの実施を推進する。	健康支援係 道庁内線35-381
心の健康相談	組合員の心の健康の保持増進を図る一環として、心の健康相談を実施し、心の病気の早期発見、早期治療及びアフターケアに努める。	健康支援係 道庁内線35-381
心の健康相談 啓発事業	組合員の健康管理対策の一環として、心の健康相談室の相談事業を周知するポスターやメンタルヘルス啓発冊子等を配布し、自身の健康状態の把握や疾病の早期発見及び早期治療の推進に努め、健康の保持増進を図る。	健康支援係 道庁内線35-381
健康相談事業	組合員と家族が、健康・医療・育児・介護・メンタルヘルス等に関して、安心かつ気軽に相談員（医師や保健師等）に電話や面接で相談することにより健康の保持増進を図る。	健康支援係 道庁内線35-381
特定健康診査・ 特定保健指導	40歳から74歳までの組合員及び被扶養者を対象に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診及び保健指導を実施し、生活習慣病の予防を図る。	企画福祉係 道庁内線35-363
札幌宿泊所 利用補助	組合員（任意継続組合員を含む。）及びその被扶養者が、札幌宿泊所（ホテルライフオート札幌）を利用する場合、利用料の一部を補助する。	企画福祉係 道庁内線35-364
指定宿泊施設 利用補助	組合員（教職員互助会の現職会員は除く。）と被扶養者（小学生以上）が宿泊のため、当支部が指定する宿泊施設を利用する場合、宿泊料の一部を補助する。	企画福祉係 道庁内線35-364
第54回北海道 教職員美術展	組合員（任意継続組合員を含む。）の作品を展示し、広く道民の美術に対する関心を高めるとともに、優れた作品を顕彰する。	企画福祉係 道庁内線35-366
第78回北海道 教職員体育大会	教職員の健康増進・元気回復を図るとともに教職員相互の親睦を深める。	企画福祉係 道庁内線35-362
離島へき地 勤務者支援事業	組合員及び被扶養者の健康管理対策の一環として、離島へき地勤務者が支部主催の健診事業の受診、セミナーの参加、健康相談、市町村が実施する妊婦健診の受診及び職員が自主的に人間ドック等を受診した際に要した経費の一部を補助する。	企画福祉係 道庁内線35-361
介護支援	介護予防につながる知識・技術の習得と、組合員及びその家族が要介護者となったときに寝たきりにならないための対処方法や心構えなどについて理解を深めるため、組合員（任意継続組合員含む）及び被扶養者を対象に介護事業を実施する。	企画福祉係 道庁内線35-363
退職準備事業	在職中から退職後を見通した生活設計の情報を提供し、退職後の諸問題の解消と在職中の志気の高揚を図る。	企画福祉係 道庁内線35-361

重要 札幌宿泊所利用補助事業の変更点について

- ① 変更点について
令和 5 年度から札幌宿泊所利用補助に利用回数の上限が設けられることになりました。
- ② 補助ごとの利用回数について

	現在	令和 5 年度から
ご宿泊	回数制限なし	年度内 12 回まで※ 1
食事※ 2	回数制限なし	年度内 12 回まで



※ 1 宿泊、食事ともに組合員本人と被扶養者の利用回数を通算して 12 回までとなります。

※ 2 下記 (1) (2) が対象となります。

(1) 宿泊施設での飲食

(2) ホテルメイドの飲食物 (例: カレー、おせち 等)

おせちのみ、本体価格の半額までの金額内で複数回分の食事券の利用が可能です。

それ以外の場合については原則 1 回の利用につき利用補助 1 回分の割引となります。

他の補助についても変更箇所がございますので、札幌宿泊所をご利用の方は事前に公立学校共済組合北海道支部 HP にてご確認ください。

お問い合わせについては札幌宿泊所ではなく、下記企画福祉係までお願いいたします。

指定宿泊施設利用補助について

指定宿泊施設に関しては利用方法や利用回数について、令和 5 年度も現行のまま変更ありません。
今までと同様にご利用ください。

<ご利用方法>

- ① 指定宿泊施設利用補助券に必要事項をご記入の上、共済組合に提出。
- ② 数日中に承認済みの利用補助券が返送されてくるので受け取る。
- ③ 宿泊当日に承認済みの利用補助券を宿泊施設に持参。1 泊あたり 1 人 2,000 円の割引が受けられます。

<留意事項・よくある間違い>

- ・「HOKKAIDO LOVE! 割」「はこだて割」と併用はできません。
- ・承認印のない補助券は無効です。また、ご所属の学校長の承認印でもお使いいただけません。公立学校共済組合の支部長の印が押された補助券のみ有効です。
- ・未就学のお子様は補助対象となりません。

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

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いたします。

通話料 無料 介護 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

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 悩み 0120-783-269

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頂くには、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

プライバシーは厳守されます。安心してご利用ください。

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 女性医師 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

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・年中無休で応じます。

通話料 無料 24時間 やさしく 0120-24-8349

●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

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者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
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。

Hotel Lifort Sapporo NEWS 公立学校共済組合北海道支部組合員の皆様へ

ホテルライフポート札幌

宴会場全室
インターネット回線
完備!

WEB会議のご案内

Toics 1 会場全室 WEB 会議対応

Toics 2 次世代インターネット接続方式『IPv6』を導入

Toics 3 お役立ちアイテムも用意 (有料)

✓ マイクスピーカーシステム YAMAHA YVC-1000

✓ HD ビデオスイチャー Roland V-1HD

✓ USB ビデオキャプチャー Roland UVC-01

※数に限りがございますのでご予約順とさせていただきます

詳しくはホテル公式HPをご覧ください

〒064-0810 札幌市中央区南 10 条西 1 丁目

ホテル ライポート札幌
公立学校共済組合札幌宿泊所

お問い合わせ

営業 予約

TEL(011)512-1632

ホテル公式
ホームページ



ホテル公式
Facebook



ご法要相談承り中！

- ご家族・近親者だけのご法要もご利用いただけます -

初めてのお客様でも安心！専任のスタッフが、サポートいたします。

ご法要相談のご提案内容

- ご法要の日程とご参会者様のご要望に合わせた会場のご提案
- ご宗派に合わせた様々な形式の祭壇（供物・仏具等）のご提案
- 当日のご会食料理の内容や引き物のご案内
- ご参会者様あて案内状準備や発送作業のご準備
- ご宿泊利用のご提案

偲ぶ会・お別れ会のご相談も承っております。

ご予算に応じたご法要プランをご案内いたします。

まずは、ホテルライフオート札幌「営業予約課」にご連絡ください。

ご法要内覧相談会のご案内

4/29(土)・30(日)開催

【時間】10:00～15:00

【入場無料・要予約】

当日お申込みのお客様へ
ご成約特典あり！



プラン利用期間 2023年4月2日～2024年3月31日（日曜～木曜限定※休前日除く）

～クラス会やOB会、校友会などで懐かしい

仲間との再会とあの日の思い出と共に語らいのひとときを～

同窓会・同期会プラン

プラン
特典

その1 語らいのひと時

通常2時間 → **3時間**

その2 会場内看板

その3 スクリーン

その4 プロジェクター

賀寿のお祝い
の場合
(還暦など)

乾杯用
スパークリングワイン
サービス

お料理7品 + 飲み放題付

おひとり様 **6,500円** (税 + サ込)

※ご利用人数は10名様より承ります



集合写真 当日、皆様にお渡しいたします！

【10枚より承ります】※1枚 1,000円(税別)～

その他

- 同窓会会場をそのままご利用いただける二次会プラン
- ご宿泊利用のご相談も承ります

詳しくはホテル公式ホームページをご覧ください

【ご予約・お問合せ】TEL(011)512-1632

〔営業予約直通 9:00～18:00〕※日曜日・祝日は
9:00～17:00となります

ホテル公式
ホームページ



ホテル公式
Facebook



ホテルライフオート札幌 お祝いプラン

皆様の大切な日が思い出深い記念日となりますよう心を込めてお手伝いさせていただきます

賀寿・ご両家顔合わせ
結婚記念日・お食い初め 等
様々なシーンでご利用ください

結



和洋中特別会席料理 全 9 品

お一人様 12,100 円

和 食	・ 刺 身	・ 焼き物	・ 酢の物	・ 寿 司
洋 食	・ 肉料理	・ デザート		
中 華	・ 前 菜	・ 魚料理	・ 肉料理	

祝



和洋中特別会席料理 全 9 品

お一人様 9,680 円

和 食	・ 刺 身	・ 焼き物	・ 寿 司
洋 食	・ 魚料理	・ 肉料理	・ デザート
中 華	・ 前 菜	・ 点 心	・ 肉料理

賀

和洋中会席料理 全 8 品 お一人様 7,260 円

和食	・ 刺身	・ 寿司
洋食	・ 魚料理	・ 肉料理
中華	・ スープ	・ 魚料理

特 典

- 乾杯用スパークリングワイン
- ご長寿着無料貸し出し
- 会場費無料 (2 時間)

ランチ限定メニュー

慶

松花堂弁当お一人様 5,445 円



お食い初め膳 4,840 円

- ・ 赤 飯 ・ 煮 物 ・ 吸 物 ・ 香の物
- ・ 和え物 ・ 歯固め石 ・ 焼き魚(鯛)

※入荷状況によりお料理の内容が変更になる場合がございます※ご利用は 4 名様より承ります※表示価格はサービス料・税込みです

Bridal Fair

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**

—— 適用対象者 ——
任意継続組合員 及び組合員資格喪失後
12 ヶ月以内に婚礼を行うものを含む

フェア情報

参加 無料
要 予約

初めての
カップル限定

婚礼料理試食 & 相談会

2023年 4/23 (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!!
組数限定のためご予約はお早めに!

組合員限定フェア 〔見学 & 見積り相談会〕

アイテム抽選会開催

2023年 5/14 (日)

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!
組数限定のためご予約はお早めに!

振袖ドレス試着体験 & 相談会

2023年 6/4 (日)

時間 10:00 ~ 17:00

「振袖ドレス」は思い出の振袖を、リメイクすること
なく、着付けの方法を変えるだけでドレスとして着
ることができます。(裁断・縫製は一切行いません)

貴重な体験してみませんか?

組数限定のためご予約はお早めに!

ブライダル相談会情報

ご相談受付中!!

詳しくはお電話で
お問い合わせ下さい。



公立学校共済組合員さま限定特典クーポン kyouasai278

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 2023年3月15日 ~ 2023年12月14日

【お祝いプラン・ブライダルフェアのご予約・お問い合わせ】

Tel 011-512-1632 営業予約直通

● 営業時間: 9:00 ~ 18:00

※日曜・祝日は 9:00 ~ 17:00 となります

ご宿泊のご案内

宿泊は組合員証の二次元コード(QR)読み取りで補助適用 OK!!

施設利用補助券で、**おトク**にホテル利用!!

【令和5年4月より】年度内**12泊**までの利用上限となります。

お一人さま
一泊当たり **2,000円 補助**

※組合員証の提示がない場合は補助が受けられません。

※公務による出張等は、補助の対象外となります。

※組合員及びその被扶養者等のご利用回数は全て通算となります。

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」

公式HP
ベストレート
保証

ご宿泊のご予約は
公式ホームページがお得です!

加湿
空気
清浄機
全客室完備

Wi-Fi
客室全室対応

約150台
収容可
(自走式)
駐車場あり

コインランドリー
(有料)
7:00~23:00
6階 自動販売機コーナー

※大型車両はお問い合わせ下さい。

朝食のご案内 (1Fレストランカランドリエ)

Point

多くの道産食材を取り込んだ
全40品以上の料理をbuffet形式にて
ご用意しております。



朝食付き宿泊プランがおすすめ!

アメニティバー

SDGs

(持続可能な生産消費形態を確保する)

の一環として実施中!



教育旅行でのご利用お待ちしております。

修学旅行

和室の貸切が小学校に喜ばれています。
地下鉄も近く、自主研修の拠点としてアクセスも良好
です。ボリューム一杯の夕食もご好評頂いております。

宿泊旅行(宿泊研修)

中島公園と豊平川に囲まれた静かな環境です。
朝食は、バラエティ豊かな和洋バイキング。
人数に応じて個室で利用も可能です。

部活動

ホテルライフポート札幌では
「部活動遠征応援プラン」をご用意しております。
1泊2食付 8,500円(税込)~とお得な料金!!
詳しくはホテルへ直接ご相談ください。



女性のお客様におすすめ!

女性に嬉しい充実のアメニティー

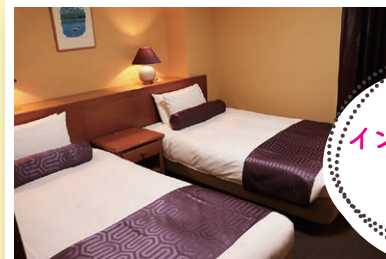
- ハンディーミストシャワーIO霧
- ヘアードライヤー・ナノケア
- 2WAYヘアアイロン
- ヘアブラシ(椿オイル配合)
- 雪肌精 スキンケアセット

お客様の声

- 素敵なアメニティーが完備されていて大満足です。
- アメニティー・シャワーヘッド・お部屋のカーテンなどとてもよかったです。

10室限定

レディースルーム ご予約承り中!



Point

インターネット予約限定
特典付きプランが
おすすめ!

※写真はイメージです

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

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

地下鉄南北線中島公園駅3番出口より 徒歩 **3分**

お問い合わせ
宿 泊 予 約

TEL(011)521-5211

ホームページからご予約できます。



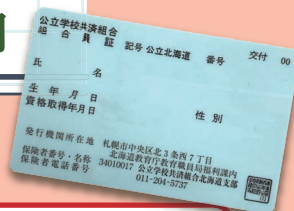
ホテルHP





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

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。



令和 5 年 4 月から

補助利用回数に上限が設けられます

- 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を制限いたします。
 - 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。
 - 各利用目的によって、補助の申請方法が異なります。
- 次の「札幌宿泊所補助事業一覧表」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	お一人一泊当たり 2,000円 補助 ※公務による出張等は補助の対象外となります。 他の補助を併せて使ってさらにお得に宿泊！ 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」	チェックイン時に組合員証・被扶養者証の提示。 二次元コード読み取りにより補助が受けられます。 注※組合員証の提示がない場合は補助が受けられません。
レストラン 宴会	組 被	お一人様当たりの利用金額 4,000 円以上の場合 2,000円 補助	ご利用時、組合員証の提示と所定の施設利用補助券を提出してください。 ※施設補助券はホテルでもご用意しております
テイクアウト商品	組 被 通算 12 回まで	お一人様当たりの購入金額 2,000 円以上の場合 1,000円 補助 4,000 円以上の場合 2,000円 補助	商品ご購入の際に、所定の申込書または、インターネット申し込みの入力フォームに、 組合員様の氏名と組合員番号を明記 してください。
テイクアウト商品 (年越しセット)	組 被	お一人様当たりの購入金額 4,000 円以上の場合 2,000円 補助 ※販売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	会議室等利用料から 2分の1相当額を補助 ※1室あたり補助額上限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グループ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	ご利用利用料から 5万円 補助	
婚 礼	組 子 ※お子様が被扶養者でなくても対象となります。	婚礼費用から 2分の1相当額を補助 ●新郎・新婦の双方が対象の場合 40万円 補助 ●新郎・新婦の一方が対象の場合 20万円 補助 ※ご飲食は、補助の対象外です。	※ご婚礼の補助は、任意継続組合員及び資格喪失後12ヶ月以内の挙式も補助が受けられます。

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

札幌宿泊所利用補助事業
お問い合わせ

北海道支部企画福祉係

TEL 011-231-4111

内線 35-363 ～ 366

その他お問合せ



ホテル ライフォート札幌
Hotel Liffort Sapporo

TEL 011-521-5211 (代表)