

「医療費のお知らせ」について

健康に関する意識の向上と医療費の適正化（医療機関からの不正請求や過払い防止等）を図るために、下記のとおり「医療費のお知らせ」（圧着はがき）をお送りしています。

再発行はできませんので大切に保管してください。

送付時期：令和5年2月下旬

対象期間：令和3年12月から令和4年11月受診分

対象者：令和5年2月1日時点で共済組合の資格がある組合員及び被扶養者

送付先：組合員自宅（組合員及び被扶養者分をそれぞれ送付）

大切なお知らせが
きちんと届くように、
住所変更の報告は
早めをお願いします。



「医療費のお知らせ」は、確定申告時の医療費控除の明細書の添付書類としてご利用いただけます。詳しくは国税庁ホームページ等でご確認ください。また、令和4年12月受診分については、記載がありませんので、領収証でご対応ください。

よくある質問



Q. 対象期間内に受診したのですが、記載がないものがあるのはなぜですか？

A. 医療機関から共済組合への請求書が遅れている場合や請求書の内容を審査中である場合が考えられます。確定申告に利用される場合は、記載がないものについては申し訳ございませんが領収証でご対応ください。

病気やけがで仕事を休んだとき ～傷病手当金～

組合員が公務によらない病気やけがの療養のため勤務に服することができず報酬（給与）が減額されたとき、これを補填し生活を保障するために傷病手当金が支給されます。

●支給期間は？

同一の病気またはけがの療養のため、引き続き勤務に服することができなくなった日以後3日を経過した日から通算して、1年6か月の範囲で支給されます。その後、引き続き勤務に服することができない場合は、附加金が6か月の範囲で支給されます。（最大2年間）

また、1年以上組合員であった方が、退職したときに傷病手当金を受けていた（または受けられる状況であった）場合は、その方が退職しなかったとしたら受けることができる期間分を継続して受給することができます。ただし、退職後は附加金の受給はできません（※任意継続組合員になっても同様です）。

●支給金額は？

（通常の場合）

1日あたり

支給開始日の属する月以前の直近の継続した
12月間の各月の標準報酬の月額×1/22

× 2/3 相当額が支給されます。

※給料等の報酬や同一の傷病による障害厚生（共済）年金の支給等がある場合は、傷病手当金の金額が調整（減額）されます。

●手続きに必要なものは？

下記書類を所属所を經由して支部まで提出してください。

- 傷病手当金（同附加金）請求書
- 報酬支給額等証明書
- 傷病手当金試算シート
- 請求月の給与明細書の写し

申請書類は所属所にお配りしている福利厚生事務の様式集から印刷するか、またはHPからダウンロードしてください。



ホームページはこちら

兵庫支部トップページ → 様式ダウンロード → 短期給付に関する様式 → 【休業給付関係】



掛金率が変わりました

短期給付事業及び福祉事業の掛金率は、令和4年10月から下表のとおり改定されました。

		令和4年4月から9月まで	令和4年10月から
区分		掛金率	掛金率
短期掛金	標準報酬月額	43.51/1000	48.01/1000
	標準期末手当等		

(注) 介護掛金率、厚生年金保険料率及び退職等年金掛金率に変更はありません。
 ・船員組合員は、45.84/1000になりました。

育児休業中の掛金等が免除となる要件が変わりました

令和4年9月まで	【例月給与】 【期末手当等】	月末時点で育児休業中であること
※下表の赤字が変更点です。		
令和4年10月から	【例月給与】	①月末時点で育児休業中であること ②育児休業の開始日と終了日の翌日が同一月内の場合で、 育児休業の期間が14日以上（土日祝を含む）あること
	【期末手当等】	①支給月の末日時点で育児休業中であること ②育児休業の期間が1か月を超えている ^(注) こと

例月給与：①、②のいずれかに該当する場合

期末手当等：①、②のいずれにも該当する場合

(注) 期間は、民法第(143条)の規定により計算します。

例 12/30-1/29：期間は、「ちょうど1月」…1月以下となり徴収します。

12/30-1/30：期間は、「1月と1日」…1月超となり免除になります。

インフルエンザ予防接種助成をご存じですか？

これからの時期、インフルエンザ予防接種を受けられる方が多くいらっしゃいますが、助成金を受け取れることをご存じですか。

公立学校共済組合では、所属所を通じて申請していただくことにより、インフルエンザ予防接種の自己負担金の一部を助成します。助成限度額は、一人当たり年度内1,000円以内とします。(請求は1回限りとします。)

申請方法については、以下のとおりです。

- 『インフルエンザ予防接種助成金請求書』に必要事項を記入し、領収書（写しでも可）を添付して、所属所の担当者に提出してください。
- 所属所の担当者により、オンライン申請を行っていただけます。
- 後日、公立学校共済組合に登録されている組合員本人の口座に助成金を振り込みます。

※所属所により対応が異なる場合がございます。詳細は所属所にてご確認ください。



注意事項

申請しても、共済組合に登録している銀行口座が正しくないと振込ができません。

口座解約や口座番号の変更があれば資格担当に報告しているか、金融機関に名義変更ができているかなど、請求前に確認をお願いします。

詳細については、公立学校共済組合兵庫支部のホームページに掲載しています。

<https://www.kouritu.or.jp/hyogo/kousei/kanri/influenzayobou/index.html>
 QRコードからもアクセスできます。



特定保健指導のご案内

特定保健指導とは、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき実施される、生活習慣改善のプログラムの一環です。

定期健診や人間ドックの結果、生活習慣病のリスクが高いと判断された40歳～74歳までの方が対象者となります。(健診結果は保険者である共済組合に集約されます。)

対象者には、『SOMPOヘルスサポート』が健康をサポート！



封筒が届き



電話が来るので



日時を決定し



健康相談

共済組合より委託しているSOMPOヘルスサポートの専門職が、健康に関するお悩み相談から、生活習慣に関するアドバイスまで、幅広くサポートいたしますので、ぜひ気軽にご利用ください。

※所属所に相談員が訪問して実施する「訪問型」での実施のほか、「遠隔面談型」での実施も選択できます。

※封筒に封入されている案内に従ってお手続きいただくことで、電話連絡先をご自宅に変更することが可能です。

参加者の声



50代 男性 Aさん

【目標】

- ①朝食のパンを卵に変更
- ②血圧を測る
- ③歩く速さをUP



【成果】

- ①体重：73.0kg ⇒ 69.5kg (▲3.5kg)
- ②腹囲：92.7cm ⇒ 87.0cm (▲5.7cm)

【感想】

健康相談員のアドバイスを参考にして、まずは血圧と体重を測ることにしました。「お酒をやめる」はちょっとハードルが高く、そちらは目標にはしませんでした。朝食のパンをおにぎりやゆで卵に変更することにし、おかずは変えずにご飯(お米)を減らすことにしました。筋肉量は代謝に関わると聞き、タンパク質はしっかり摂るようにしました。

ほんのスキマ時間に簡単なストレッチや運動も入れけっこう取り組めたと感じます。

【目標】

- ①朝食・昼食・夕食の量をそろえる
- ②間食は和菓子に変える
- ③週2～3日、15分ジョギングする



【成果】

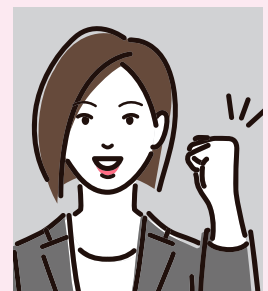
- ①体重：62.8kg ⇒ 58.0kg (▲4.8kg)
- ②腹囲：91.6cm ⇒ 79.0cm (▲12.6cm)

【感想】

1日で食べる量などは変えなくても良いと言われたときは少し驚きました。朝食に食べる量を増やして、その分夕食を減らす。おやつは洋菓子ではなく和菓子に変える。これならできるかなと思い、やってみたところすぐに体重が減ったので続けられました。

初めは腹囲があまり変わらなかったのですが、3か月過ぎたころから一気に効果が出て3～5ヵ月目の間で10cm近く減りました。

服の選び方も変わり、職場の人にも最近楽しそうだねって言われるようになりました。



40代 女性 Bさん