

令和7年度石川支部健康づくり事業一覧

公立学校共済組合では、組合員の仕事、健康、家族等の悩みについて気軽に相談できる相談窓口の設置や、セミナー、予防接種等、心と身体の健康づくり事業を実施しております。

セミナー等に参加し体を動かして気分をリフレッシュする、専門家に相談する、職場のみんなでメンタルヘルスケアを共有する等、それぞれの方法で心と身体の健康づくりをしていきましょう。

また、所属所や研修会で集まる機会等に、講師派遣事業（国内8直営病院から希望する講師を派遣）やメンタルヘルス訪問相談（北陸中央病院の講師を派遣）を是非ご活用ください。

事業名	事業内容	対象者	実施時期
メンタルヘルス関係	教職員メンタルルーム相談【石川県教育委員会】 メンタル面で悩みや不安を抱えている組合員（希望者）を対象に、臨床心理士が面談により相談に応じます。 心の悩み、仕事の内容、人間関係、家庭の事等、不安等についてご相談ください。 【相談場所】 金沢地区、加賀地区、能登地区 【相談日】 金沢地区…原則第1・3・5水曜日 第2・4土曜日 加賀地区…原則第2水曜日 能登地区…原則第4水曜日 【申込方法】 電話による事前予約制（当日可） ※金沢地区（土）は5日前の月曜日まで ※匿名可 【受付時間】 平日8:30～17:00（※ただし、土日祝日・年末年始6日間を除く） 相談受付専用電話番号 076-266-1300（直通）	希望する組合員 及びその家族 （上司による相談も可）	4月～3月
	講師派遣事業 組合員の心の健康保持増進とメンタルヘルス支援体制の充実を図ることを目的として、職場（所属所）に直営病院の講師（臨床心理士、栄養士等）を派遣します。 国内にある公立学校共済組合の直営病院8病院からご希望の講座、講師をお選びいただけます。	希望する 所属所・研修会	4月～3月
	メンタルヘルス訪問相談 職場（所属所）に直営病院である北陸中央病院から臨床心理士を派遣します。 メンタルヘルス講演＋個別面談（全員面談希望、若手のみ面談など）様々なニーズに柔軟に対応いたします。 希望する講義内容があれば、要相談のうえ実施可能です。		
	メンタルヘルス相談【石川県内6機関】 メンタルヘルス相談事業（面談）として県内6機関で実施。専門医等がカウンセリングを行います。 3回まで全額無料です。 【相談場所】 金沢地区…かとうクリニック 〒920-0855 金沢市武蔵町13-27【076-224-6500】 十全病院 〒920-1185 金沢市田上本町力45番地1【076-231-5477】 金沢工業大学臨床心理センター 〒921-8811 野々市市場が丘7-1【076-245-5019】 ゆずメンタルクリニック 〒920-0344 金沢市畠田東3丁目507番地【076-213-6400】 加賀地区…小松市民病院 〒923-8560 小松市向本折町水60【0761-22-7111】 能登地区…公立能登総合病院 〒926-0816 七尾市藤橋町ア部6-4【0767-52-6611】 【申込方法】 電話による予約制とし、相談者が希望する医療機関へ直接申し込む。	希望する組合員 及びその家族	4月～3月
セミナー	メンタルヘルス情報配信セミナー メンタルヘルスに関する研修を動画配信にて行う	希望する組合員	8月～11月
	リフレッシュ講座 参加を希望する組合員を対象にメンタルヘルスの講演とアロマセラピーの体験によりリフレッシュを図る	希望する組合員	10月～11月
運動	健康フェスタ 測定（骨密度、体組成、姿勢）と体力テスト3種類、簡単なストレッチ等を実施します。家族も参加可能です。	希望する組合員 及びその家族	8月
	スポーツジム利用促進事業 スポーツジム利用が初めての方にも安心して運動に取り組んでいただけるよう、健康運動指導士が常駐している運動施設で、トレーニング又は集団運動の体験をします。	希望する組合員 （希望者多数の場合は抽選）	6月～2月
その他	インフルエンザ予防接種助成 巡回等によるインフルエンザ予防接種を実施しその費用の一部を助成します。（一般財団法人石川県教職員互助会と共催）	希望する組合員	10月～2月
	健康ポイント付与事業 健康づくりへの取り組み等に対してポイントを付与し、貯まったポイントはデジタルギフトと交換可能です。	全組合員	4月～3月
	特定健康診査及び特定保健指導 メタボリックシンドロームに着目した健診を実施するとともに、生活習慣病を予防する保健指導を実施します。	40歳以上74歳以下の組合員及び被扶養者	5月～3月
健診事業	人間ドック 健康保持・疾病早期発見を図るため人間ドック事業を実施する。	希望する組合員	6月～3月
	女性検診 健康保持・女性特有の疾病の早期発見を図るため健診事業を実施する。 健診機関：石川県予防医学協会（巡回等）又は個人で受けた検診費用の一部を補助 検査項目：乳がん・子宮がん	希望する 女性組合員	7月～2月
	肺がん検診 肺がんの早期発見を図るため健診事業を実施する 健診機関：石川県予防医学協会（巡回等）	希望する組合員	7月～2月