

福利 かがわ

FUKURI KAGAWA

No.
201

2024.10.21

CONTENTS

公立学校共済組合香川支部 からのお知らせ

令和6年度 セミナー開催報告	2
ベジ選手権について からだチェックウィークについて	3
被扶養者の特定健康診査について ウォーキンググランプリ申込	4
障害厚生年金について	5
資格情報のお知らせのご案内	6
住宅借入金等特別控除を受ける方へ 個人情報の取り扱いについて	7

(一財) 香川県教職員互助会 からのお知らせ

令和6年度メンタルヘルス相談事業 会員専用ホームページのご案内	8
--	---

ご家庭にお持ち帰りになり、
ご家族みなでご覧ください。

高屋神社 天空の鳥居(観音寺市)

観音寺市に位置する絶景スポットです。標高404メートルの稲積山の頂上にあり、四国八十八景の69番にも選ばれています。

秋になると、周囲の木々が美しい紅葉に染まり、鳥居越しに見える瀬戸内海と観音寺市内の景色が一層魅力的になります。紅葉の時期には、多くの観光客が訪れ、その絶景を楽しんでいます。

令和6年度セミナー開催報告

ヘルスアップセミナー

【オンラインコース】 ●8月1日(木)～8月31日(土) 決定者:244名

8つのコースから好きなコースを選択して、自分のペースでプログラムに沿って動画を視聴するRIZAPのオンラインセミナーを受講してもらいました。



【ヘルスラーニングコース】 ●8月19日(月) 総合文化会館アイレックス 参加者:92名

午前は「忙しいあなたへ時間を利用した食べ方のコツ」と題して、東海中央病院の管理栄養士・久留宮貴子氏の講演を行いました。午後からは、機能改善ストレッチやマットピラティスで体をほぐしました。



【心のセルフケアコース】 ●8月22日(木) ふらっと仏生山 参加者:45名



講師の町田仁美先生による「リフレーミング～自分が自分の最大の味方になる～」の講演を行いました。グループワークを交えながら自分の心と向き合い、ポジティブなとらえ方をする方法を考えました。

介護講座（実技）

●8月6日(火) 午前 かがわ総合リハビリテーションセンター 参加者:21名

移乗、入浴・更衣、食事の3つのカテゴリについて実際の介護用品を手に取りながら使用方法などを確認しました。

介護講座（講義）

●8月6日(火) 午後 ふらっと仏生山 参加者:30名

「知っておきたい認知症と介護保険」と題して家族が認知症になったときの対応などを きらめき介護塾 渡辺哲弘氏より講演いただきました。



セカンドライフセミナー

●8月20日(火) サンメッセ香川 参加者:71名



野村證券株式会社の飯高健司氏を講師に迎え、「退職後の生活設計と資産管理」について、年金を中心に退職後の医療保険、ライフプランについてのセミナーを実施しました。タブレットを使って、実際にライフプランシュミレーションを行ってもらいました。

令和6年度「健康チャレンジ ベジ選手権」を開催！

8月1日から8月28日までの4週間、チーム(2~5人)または個人で、野菜の摂取量や野菜クイズに正解することなどで獲得できるポイントの合計を競うベジ選手権を開催し、チーム戦に31チーム(91人)、個人戦に80人が参加しました。

参加者の声

- ・毎日、野菜の量を意識するようになった。
- ・イベントに参加することで、普段の野菜不足を実感しました。
- ・毎日出題されるベジクイズが楽しみでした。野菜の知識が少し増えたような気がします。
- ・朝食や昼食で野菜をあまり食べていないときは、夕食で普段よりも多く野菜をとるように意識するようになった。



令和6年度「健康チャレンジ からだチェックウィーク」を実施しました

8月19日から8月24日に、血管年齢・骨年齢・ベジチェック・姿勢計測の測定会を実施し、組合員とその家族、341人の測定を行いました。今年初めて実施した姿勢計測では、「猫背」や「反り腰」といった姿勢タイプや、視覚的に筋肉が張りやすい部分が確認でき、普段の自分の姿勢を振り返り、正しい姿勢への意識付けとなった方が数多くいました。

会場では、各自で測定できるように握力計を設置したり、乳がん触診モデルや1kgの脂肪と血管の模型を展示し、自己検診への啓発や生活習慣病への意識付けを行いました。



40歳から74歳までの被扶養者がいる組合員のみなさんへ

被扶養者の特定健康診査について

9月下旬に、未受診の被扶養者の方に、受診勧奨の案内をご自宅へ送付しています。

案内が届いている場合は、

- 生活習慣病の早期発見・早期治療
- 継続的な健康状態の把握 のため、受診を勧めてください。

費用は**無料**です。

- ※ 受診券・質問票は、7月の受診案内時に同封しています。
紛失された場合は再交付しますので、共済組合までご連絡ください。



受診できるのは
令和7年1月末日まで

●○ パート先等勤務先の健康診断や個人で人間ドックを受診された方 ○●

受診した結果を共済組合へ送付することで、特定健康診査を受診したことになります。

未使用の受診券・健診結果の写し・質問票（記入したもの）のすべてを提出いただいた場合、QUOカード（1,000円相当）を進呈します。送付用の封筒等を郵送しますので、下記までご連絡ください。

共済組合香川支部 保健担当（☎087-832-3794）



- ※ 健診の結果、後日特定保健指導（専門家による生活習慣改善プログラム）のご案内を送付する場合がありますので、ぜひご利用ください。（無料）
一部の健診機関、集団検診では、健診当日に特定保健指導を受けることができます。

ウォーキンググランプリ申込受付中

現在、11月に実施するウォーキンググランプリの申込受付中です。
興味のある方は、10月31日までにkencomからエントリーをお願いします。
チーム（2～10人）または個人どちらかで参加できます。
ウォーキンググランプリについての詳細は、右の二次元コードから
香川支部のホームページ掲載のチラシをご確認ください。



kencomに未登録の方は、
まず登録方法を確認してから、
アプリのダウンロードをお願いします。

QUPIOに登録を
したことがある



新規登録者
（QUPIO未登録）



障害厚生年金について

受給要件

「障害厚生年金」は、組合員が病気（こころの疾患を含む。）、けがにより生活や仕事に支障をきたすような障害状態になった場合に、在職中においても受給できる年金です。次の要件をすべて満たせば、組合員からの請求にもとづき支給されます。

- ①その疾病や負傷の初診日に組合員であること
- ②障害認定日（初診日から1年6月を経過した日）に障害等級1～3級に該当する障害の状態（※）にあること（※）障害者手帳の等級とは異なります。
- ③国民年金の保険料納付要件を満たしていること



次の場合は、特例としてそれぞれの日が障害認定日となります。（ただし、初診日から1年6月を経過している場合には1年6月となります。）

特例症例

喉頭全摘出手術	喉頭全摘出日
人工骨頭・人工関節を挿入・置換	挿入・置換日
切断又は離断による肢体の障害	切断又は離断日（障害手当金は創面治癒日）
脳血管疾患による機能障害	初診日から6か月経過した以後（固定と認められた場合）
在宅酸素療法	在宅酸素療法を開始した日（常時使用の場合）
人工弁・心臓ペースメーカー、植え込み型除細動器（ICD）の装着	装着日
心臓移植・人工心臓・補助人工心臓	移植又は装着日
CRT（心臓再同期医療機器）、CRT-D（除細動器機能付き心臓再同期医療機器）	装着日
胸部大動脈離断や胸部大動脈瘤により人工血管（ステントグラフトも含む。）を挿入置換	挿入置換日
人工透析療法	透析開始日から起算して3か月を経過した日
人工肛門造設、尿路変更術	造設日または手術日から起算して6か月経過した日
新膀胱造設	造設日
遷延性植物状態	状態に至った日から起算して3か月を経過した日以後

まずは電話相談

障害の状態が障害等級1～3級に該当するかどうかを判定するために、まず『障害程度の認定』を行う必要がありますので、下記担当までご連絡ください。認定請求書や診断書等を送付します。関係書類提出後、障害等級1～3級に該当すると認定されれば、改めて障害厚生年金の請求関係書類を送付します。

なお、障害等級1～2級に該当する場合は、併せて日本年金機構へ障害基礎年金を請求することになります。

障害厚生年金は在職中でも支給されます

- 障害厚生年金は、障害認定日の属する月までの組合員期間及び標準報酬月額（標準期末手当等を含む。）をもとに算定されます。
- 在職中でも支給されますが、年金額の一部が支給停止になる場合があります。
- 現在、共済組合から傷病手当金の給付を受けている方の中には、障害厚生年金を請求できる場合がありますので、お心当たりの方はご確認ください。
ただし、傷病手当金の給付を受けている方が障害厚生年金を受給するようになると、既に受給した傷病手当金を返還していただく場合があります。
- 他の年金（老齢又は遺族）が決定されている方が、障害厚生年金を受給できる場合は全ての年金を受け取れるのではなく、いずれか一つの年金を選択し受け取るようになります。

お気軽に香川支部までご相談ください
年金担当 ☎087-832-3795

マイナンバーカードの健康保険証利用に伴い、現行の健康保険証（組合員証、被扶養者証をいう。以下同じ。）が、令和6年12月2日以降発行されなくなります。皆様に安心してマイナンバーカードを健康保険証としてご利用いただけるよう、共済組合の資格情報とマイナンバーの下4桁を記載した「資格情報のお知らせ」を交付しました。

交付の目的

「資格情報のお知らせ」は、現行の健康保険証からマイナ保険証（※）への移行により資格情報の確認が困難になることから、ご自身で共済組合の資格情報を簡易に確認できるよう、組合員・被扶養者の皆様に交付したものです。

今回送付した「資格情報のお知らせ」は、共済組合に登録されているマイナンバーの下4桁を含めた資格情報をお知らせする一回限りの通知で、情報の正確性を担保し全ての方に安心してマイナ保険証をご利用いただけるようにすることを目的としています。

※マイナ保険証・・・健康保険証として利用するための登録をしたマイナンバーカードのこと

「資格情報のお知らせ」の見かた

1

あなたの共済組合の資格情報です

内容を確認し、誤りがあれば共済組合支部へご連絡ください。

3

あなたのマイナンバーの下4桁です

ご自身のマイナンバーと異なる場合は、共済組合支部へご連絡ください。

見本

2

スマートフォンでも資格情報を確認できます

二次元コードからマイナポータルにログインすると、共済組合の資格情報をスマートフォンの画面でも確認・利用・ダウンロードできます。

4

点線で切り取り、カードサイズの「資格情報のお知らせ」として利用できます。

※「資格情報のお知らせ」に記載されている資格情報に変更が生じた場合、共済組合支部での手続き後にマイナポータルにログインすることで、変更後の資格情報をご確認いただけます。

なお、現行の健康保険証は令和6年12月2日に廃止されますが、経過措置として最長1年間は健康保険証として使用できます。

今のうちに、マイナンバーカードの交付を受け、健康保険証として利用するための登録をお願いします。

予告：資格確認書を交付します

マイナ保険証を持っていない方へ、資格確認書を交付します。詳細は、後日、所属所あてに通知します。

住宅借入金等特別控除を受ける方へ

新築・増改築・購入のために、共済組合から貸付金を借り受けた時は、一定の要件に該当すると住宅借入金等特別控除を受けることができます。

共済組合では、この控除を受けるために必要な「住宅取得資金に係る借入金年末残高等証明書」（以下「残高証明書という」）の発行を予定しています。



1 残高証明書発行の要件

- ① 平成17年1月1日以降に住宅貸付け及び住宅災害貸付けを借り受け、償還期間が10年以上の方（償還回数が120回未満の方は除きます。）
- ② 住宅貸付け及び住宅災害貸付けを借り受けた後、共済組合に完了報告書を提出していること（未提出の場合は、残高証明書を発行しませんので注意してください。）

2 発行時期

- ① 令和5年12月までに該当貸付を借り受けた方 …… 令和6年11月上旬
- ② 令和6年1月から令和6年12月までに該当貸付を借り受けた方 …… 令和7年1月下旬

3 その他

- 一部繰上償還を行い、貸付当初の償還月から最終償還月の償還期間が10年未満となる時は、残高証明書を発行できません。
- 住宅借入金等特別控除の詳細は、税務署でお尋ねください。

公立学校共済組合香川支部・ 香川県教職員互助会における個人情報の取り扱いについて

個人情報の保護に関する法律の規定により、共済組合及び互助会についても、個人情報の利用目的の特定・制限・公表、適切な管理、第三者への提供制限などの義務が課せられています。

個人情報の取り扱いに関する苦情相談窓口

- 公立学校共済組合香川支部 TEL087-832-3791
- (一財)香川県教職員互助会 TEL087-832-3796

令和6年度メンタルヘルス相談事業(管理監督者のための相談を含む)

- ♡相談(来所・電話)は無料です。♡相談内容の秘密は厳守します。
- ♡匿名でも相談できます。♡休暇・休職中の方もご利用できます。



相談日時

月～金曜日 9:00～17:00

予約
受付 月～金曜日 8:30～17:00
TEL 087-832-3860
087-832-3798

場所

健康福利課内健康相談室(面接相談は教職員相談室でも可)
高松市天神前6-1 天神前分庁舎3F



※完全予約制

相談日時

第2・3・4土曜日 9:00～12:00 13:00～17:00

予約
受付 月～金曜日 8:30～17:00
TEL 087-832-3860
087-832-3798

場所

教職員相談室 TEL 087-823-8349
高松市西内町7番11号 香川県高等学校PTA会館2F

臨床心理士のご紹介

※イラストはイメージです。



溝口 盛治

平日・第4土曜日の相談、ストレスチェック・フォロー相談や研修等を担当します。



小西 亜紀子

平日・第3土曜日の相談、県立学校の新採力ウンセリング・巡回相談、研修等を担当します。



山下 奈緒美

第2土曜日の相談、小中学校の新採力ウンセリングを担当します。



会員専用ホームページのご案内

福利厚生に関する諸手続きや最新のトピックスなどを分かりやすくお知らせするため、香川県教職員互助会と公立学校共済組合香川支部が連携した「香川県教職員福利厚生サポートページ」を開設しています。

ホームページのアドレス等は以下のとおりです。会員と会員家族専用ですので、閲覧時、「ユーザー名」と「パスワード」の入力をお願いします。

ホームページアドレス

<https://kgbenefit.jp>



ユーザー名

117117117 (半角)

パスワード

benefiT (Tのみ大文字)

※スマートフォン・タブレット用のサイトはQRコードを読み取ってご覧ください。
様式も掲載していますので、ダウンロードしてご利用ください。