教職員と、そのご家族のために——。

福利かがわ

FUKURI KAGAWA

2026.10.21 No.209

ご家庭にお持ち帰りになり、
ご家族皆さまでご覧ください。

保存してご活用ください。

大窪寺のイチョウ
（さぬき市多和兼割）



公立学校共済組合香川支部からのお知らせ
2 令和8年度セミナー等開催報告
3 からだチェックDAYについて
4 ベジMOGUチャレンジについて
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
5 障害厚生年金について
6 高額療養費の改正について
7 住宅借入金等特別控除を受ける方へ
個人情報の取扱いについて
健康福利課からのお知らせ
8 令和8年度メンタルヘルス相談事業
（一財）香川県教職員互助会からのお知らせ
8 会員専用ホームページのご案内

令和８年度　セミナー等開催報告

ヘルスアップセミナー

【オンラインコース】　●８月１日（土）～８月31日（月）　株式会社ルネサンス

参加者157名



全23種類のレッスン動画や短時間動画をいつでも受講し放題、自宅で本格的なスポーツクラブのレッスンを体験できるオンラインセミナーを開催しました。

【ヘルスラーニングコース】　●８月６日（木）　会場：総合文化会館アイレックス

午前は「いつまでも元気！若さを保つ食事術」と題して、関東中央病院の栄養管理室長 宮口 登氏の講演を行いました。普段の食事の中ですぐに実践できる食事術を学びました。午後からは、株式会社ルネサンスの講師によるヨガやピラティスで楽しく無理なく体を動かしました。



参加者95名







【心のセルフケアコース】

参加者48名

●８月４日（火）　会場：総合文化会館アイレックス



北陸中央病院 心理療法士 富田 さなえ氏をお迎えして「よい睡眠とれていますか？睡眠改善への第一歩」と題した講演を行いました。

よりよい睡眠のポイントについて学び、グループワークを交えながら自分の睡眠について振り返ることができました。日常生活でも取り入れやすい簡単なマインドフルネス法や筋弛緩法などの体験もしました。

その他セミナー・講座

【介護講座】　●８月17日（月）

参加者27名

会場：かがわ総合リハビリテーションセンター

かがわ総合リハビリテーションセンターなどの介護のプロを講師に迎え介護に関する知識についての講義後、少人数グループに分かれて「移乗」、「移動」、「排泄」についての介護技術の実技・試乗等を行いました。



▲車いすの試乗中





【セカンドライフセミナー】

参加者74名

●８月18日（火）　会場：サンメッセ香川

一般財団法人教職員生涯福祉財団のセミナー推進員 小泉氏・設樂氏・伊藤氏を講師に迎え、「経済生活」「公的年金・医療保険」「生きがい」等をテーマに退職後の生活についてのセミナーを実施しました。

「健康チャレンジ！からだチェックDAY」を開催しました‼

令和8年度は、**8月1日（土）**にふらっと仏生山、**8月8日（土）**にアイレックスで開催しました。昨年度実施した**「血管年齢」・「骨年齢」・「ベジチェック」・「姿勢計測」**に加え、**「AGEs（糖化度測定）」・「ZaRitz（筋力分析）」**の計6つの健康に関する測定をスタンプラリー形式で実施しました。

今年度は、**オリジナルスタンプラリー紙ファイル**を作成し、配布しました。スタンプラリーを完成させ、アンケートにご回答いただいた方には、野菜ジュースをプレゼントしました♪



【オリジナルスタンプラリー紙ファイル】

参加者（組合員&家族）:243名

参加者はご家族の方にもたくさんご参加いただきました。





今年度初めて実施した「AGEs」（糖化度測定）とZaRitz（筋力分析）



今年度から新しい機器を導入した「血管年齢」測定





野菜ジュースのプレゼント





「骨年齢」・「ベジチェック」測定中



家族の方にもたくさん
ご参加いただきました。

令和8年度「ベジMOGUチャレンジ」を実施しました！

8月1日から1か月間、『1日にうどん鉢1杯分（約350g）の野菜を食べる』ことを目標に、その達成状況をkencom内に記録するベジMOGUチャレンジを実施しました。
期間内いつでも参加でき、283名の方に参加いただきました。



参加者の声

- 8月は長期休業期間に入っていることもあり、どうしても食生活が単調になりがちな中、今回のイベントのおかげで食生活を意識しながら過ごすことができた。
- 野菜をいつもより一口でも多く、ベジファーストを意識できた。
- いつも楽しく参加しています。さぬポをもらえることで、継続してがんばろうと思えます。これからもいろいろなイベントに参加できるのを楽しみにしています。

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

費用無料

特定健康診査未受診の被扶養者の方へ受診勧奨の案内をご自宅へ送付しています。
被扶養者の方に案内が届いた場合は、
●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。

※ 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。



受診は令和9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）



ウォーキンググランプリ申込受付中

10月30日から11月30日まで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29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、
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。



エントリーにはkencomへの登録が必要です。
未登録の方は早めに準備してください。
kencomの登録方法は右の二次元コードから、または
香川支部のホームページをご確認ください。



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（※1）にあること。（※1）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。



公立学校共済組合
年金キャラクター
「かめるん」

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ゆ日）
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
胸部大動脈解離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（※2）に該当するかどうかを判定するために、『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。障害厚生年金の請求関係書類と併せて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、障害厚生年金の支給が開始されます。

なお、障害等級１～２級に該当する場合は、日本年金機構から障害基礎年金が併せて支給されます。

（※2）障害等級の状態
１級　他人の介助を受けなければならない日常生活のことがほとんどできないほどの障害
２級　日常生活は極めて困難で、労働によって収入を得ることができないほどの障害
３級　労働に著しい制限を受ける、または労働に著しい制限加えることを必要とする状態

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、標準報酬月額及び標準期末手当等をもとに算定されます。
●在職中でも支給されますが、経過的職域加算額（※3）については、支給停止となります。
（※3）平成27年9月30日までの組合員期間内に初診日がある疾病や負傷があるときに加算される部分。
●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ことになります。

お気軽に香川支部までご相談ください　年金担当　☎087-832-3795

令和8年8月1日より 高額療養費制度が改正されました

70歳未満の方の療養に係る高額療養費算定基準額

所得区分	標準報酬月額等	令和８年７月３１日まで	令和８年８月１日から
ア	83万円以上（上位所得者Ⅰ）	252,600円＋（医療費－842,000円）×1%	270,300円＋（医療費－901,000円）×1%
		多数回該当：140,100円	改正なし
イ	53万円以上83万円未満（上位所得者Ⅱ）	167,400円＋（医療費－558,000円）×1%	179,100円＋（医療費－597,000円）×1%
		多数回該当：93,000円	改正なし
ウ	28万円以上53万円未満（一般Ⅰ）	80,100円＋（医療費－267,000円）×1%	85,800円＋（医療費－286,000円）×1%
		多数回該当：44,400円	改正なし
エ	28万円未満（一般Ⅱ）	57,600円	61,500円
		多数回該当：44,400円	改正なし
オ	住民税非課税（低所得者）	35,400円	36,900円
		多数回該当：24,600円	改正なし

多数回該当 ・・・ １２か月以内で高額療養費が４回目の支給となる月

70歳未満の方の療養に係る年間の高額療養費算定基準額（令和８年８月１日より創設）

所得区分	標準報酬月額等	年間高額療養費算定基準額
ア	83万円以上	1,680,000円
イ	53万円以上83万円未満	1,110,000円
ウ	28万円以上53万円未満	530,000円
エ	28万円未満	530,000円
オ	住民税非課税等	290,000円

改正のポイント

令和８年８月１日から

①月額上限が引き上げられました　②年間上限が創設されました

令和９年８月１日から

①住民税非課税以外の負担区分が細分化されます　②月額上限が変わります

７０歳以上の方の高額療養費基準額、年間の高額療養費算定基準額、令和９年８月1日からの改正内容等は、令和８年８月２７日付け通知文書及び令和８年９月下旬に所属所に配布しました、高額療養費制度改正リーフレットを併せてご覧ください。

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19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7年12月までに該当貸付を借り受けた方　・・・・ 令和8年11月上旬

② 令和8年1月から令和8年12月までに該当貸付を借り受けた方　・・・・ 令和9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年未満となるときは、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。

個人情報の取扱いについて

個人情報の保護に関する法律及び関係規定により、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、第三者への制限などの義務が課せられています。

個人情報の取扱いに関する苦情相談窓口

●公立学校共済組合香川支部　TEL　087-832-3791

●(一財)香川県教職員互助会　TEL　087-832-3796

令和8年度　メンタルヘルス相談事業
管理監督者のためのラインケア相談を含む

♥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、県立学校の新採カウンセリング･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、小中学校の新採カ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。

福利かがわ第209号　令和8年10月21日発行　発行人／森　総子　高松市天神前6番1号
香川県教育委員会事務局健康福利課　公立学校共済組合香川支部　（一財）香川県教職員互助会　※この広報誌は再生紙を使用しております。