

# 共済広報 かごしま

第106号

令和4年3月発行

編集・発行

公立学校共済組合鹿児島支部

〒890-8577

鹿児島市鴨池新町10番1号

鹿児島県教育庁総務福利課内



## 目次

令和4年度厚生事業計画等	1
ちょっといんぷお	4
知っておきたい年金情報	5
こんなとき!! どうする?	7
各種制度改正	9
冬季健康管理講座(実施報告)	10
第4回ウォーキンググランプリ結果報告	11
ヘルスアドバイス	13
知っておきたい貸付情報	15
各種相談窓口のご案内	16
ホテルウェルビューかごしま おすすめ簡単レシピ	17
クイズ de 景品 GET!	17
<b>8名様に図書カードが当たる!</b>	
九州の公立共済やすらぎの宿	18
ホテルウェルビューかごしま	19

## 内容についてのお問い合わせは

(直通)

- ・099-286-5205.....福利係
- ・099-286-5206.....年金給付係
- ・099-286-5214.....厚生係
- ・099-286-5207(福利厚生等相談)

(代表)

- ・099-286-2111

(内線)

- ・福利係.....5217・5218・5219
- ・年金給付係.....5220・5221・5222
- ・厚生係.....5214・5215・5216

令和3年度 鹿児島県画作品展 奄美市立朝日中学校2年  
かわこえ ひなた  
「夕日に照らされる漁船」 川越 陽詩さん

### 【作品の感想等】

夕日の優しい光が漁船を照らしているところを描きました。海面にさまざまな色を重ねて、漁港全体に温かみを出すことができました。漁船にも光と影をつけることで色の豊かさを表現し、輝かしい作品に仕上げました。

ご家族の皆さんでご覧ください。

ホームページアドレス

<https://www.kouritu.or.jp/kagoshima>

鹿児島支部のホームページには共済広報かごしま等の刊行物、各種手続きのご案内など皆様に役立つ情報を掲載しておりますので、是非ご覧ください。

## 人間ドック

受診期間 6月～12月

組合員の皆様の健康管理に役立ててもらうため、次の各種健診を実施し、健診料の一部を補助しています。

健診は、当支部が契約する健診機関で実施します。

- ※ 受診期間は6月1日～12月28日となっています。
- 受診日の変更も当該期間内をお願いします。



健診種別	対象者	自己負担額 (予定額)	内容等
一日ドック	30歳以上の組合員	7,800円 ～ 29,000円	血液検査や胸部検査・腹部超音波検査等の詳細な健診
一日+女性ドック	30歳以上の女性組合員	16,700円 ～ 35,400円	一日ドックに女性科検査を追加した健診
女性ドック	30歳以上の女性組合員	5,000円 ～ 18,310円	女性科検査（器官別健診となりますので、所属所での定期健康診断等の受診が必要です）
脳ドック	45歳以上の組合員	6,700円 ～ 24,850円	MRI検査等（器官別健診となりますので、所属所での定期健康診断等の受診が必要です）
配偶者ドック	35歳以上の被扶養配偶者	7,240円 ～ 20,400円	基本的な検査項目に婦人科検査等を含む健診

- ※ 自己負担額は現時点での見込みになります。
- 受診機関毎の負担額は、別途お知らせします。

### 申込み等について

人間ドックは、各所属所へ3月下旬に送付する「人間ドックの御案内」により、申込期限までに申し込んでください。

なお、**異動者は新所属所で申し込んでください。**

また、**共済組合の組合員証及び被扶養者証を交付されていない方は申し込めません。**

- ※ 申込期限以降、資格取得した組合員のうち人間ドックの申込を希望する方については、キャンセル枠に対して追加募集を行う予定です。詳細は9月頃、別途お知らせします。

## 特定健診等

### 実施時期 通年

高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、40歳以上75歳未満の組合員(任意継続組合員を含む。)と、その被扶養者の方を対象に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診を行い、健診結果に応じて保健指導を実施します。



名称	自己負担額	実施方法等
特定健康診査	なし (ただし、人間ドックで実施する場合は人間ドック自己負担額が必要です。詳細は前項参照)	<ul style="list-style-type: none"><li>●組合員 学校等で行われる健康診断又は当支部が行う一日ドック・一日+女性ドック・女性ドック(脳ドックは除く。)で実施します。</li><li>●被扶養者等(任意継続組合員とその被扶養者を含む。) 7月ごろに送付する受診券により、共済組合が契約する受診機関で実施します。(配偶者ドックは、特定健康診査の内容を踏まえて実施するため、配偶者ドックの受診予定者には受診券を送付しません。)</li></ul>
特定保健指導	なし	<ul style="list-style-type: none"><li>●特定健康診査の結果に基づき生活習慣病の発症リスクがある方等 特定健康診査の実施後に、対象者へ随時ご案内します。 実施方法は、次のいずれかになります。<ul style="list-style-type: none"><li>①利用券を持参して指定医療機関で実施</li><li>②人間ドック当日(一部の業務委託契約をしている医療機関のみ)の実施</li><li>③所属所において指導を受ける訪問型特定保健指導で実施</li><li>④Zoomを利用して指導を受ける遠隔面談型特定保健指導で実施(SOMPOヘルスサポート株式会社またはRIZAP)</li></ul></li></ul> <p>※動機付け支援と積極的支援の2種類あり、支援期間は3か月以上です。</p> <p>※上記③④は組合員(被扶養者等は上記①②にて実施。)のみ実施可能です。</p> <p>※上記④でRIZAPが行う遠隔面談型特定保健指導は積極的支援対象者のみ実施可能です。</p>

### 特定保健指導について

特定保健指導では、メタボリックシンドロームの該当者や予備群の方を対象に、保健師や管理栄養士などの専門家が、生活習慣の改善をお手伝いします。

特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症のリスクが高い方や指導の効果が期待される方などを対象に、ご案内します。

今年度の特定保健指導利用券の有効期限は、**令和4年3月31日**です！  
指定医療機関で特定保健指導を受けられる方は、必ず有効期限までに初回面談を受けてください。(無料でご利用いただけます。)

## 講座等

名称	内容等	開催予定	募集定員数
健康管理講座(夏季)	健康管理・病気予防に関するセルフケア方法を学ぶ講座 [講話及び分科会(アロマセラピー・体幹バランス)を実施 予定]夏季休業期間(7月下旬)	鹿児島市2回	80人(各40人)
		大島	40人
健康管理講座(冬季)	専属トレーナーが指導する「RIZAP式運動法」により、 健康に対する意識づけや生活習慣病予防等を学ぶ講座 (冬季期間(12月以降)実施予定)	LIVE配信方式 (Zoom) 3回	各50回線
こころと体の リフレッシュ講座	メンタルヘルスに関する理解等を深める講座 [講話及び分科会(リラクゼーション運動・コーヒー講座) を実施予定]夏季休業期間に実施	指宿市	40人
		鹿児島市	40人
		霧島市	40人
介護講座	介護に関する知識や介護方法を実技を交えて学ぶ講座 [テーマを設け5コースで実施予定]夏季休業期間に実施	鹿児島市5回	100人(1回20人)
ライフプランセミナー	将来に関する自己管理能力を身につけ、生涯生活設計に必 要な知識を培う講座 [テーマを設け講義を実施予定] 夏季休業期間に実施	○オンライン セミナー3回(年齢別に開催) ○個別相談会1回 (募集定員30人)	330人 (セミナー100人×3回) 個別相談30人
メンタルヘルス 講座講師派遣	メンタルヘルス各種研修会で実施するメンタルヘルス講座に講師を派遣 [新任教頭研修会]や[地区公立小・中・義務教育学校長研修会]等に派遣予定		
カップリングパーティ Waku-Doki	未婚者を対象とした親交・交流を深めるためのパーティ [年2回実施予定]	鹿児島市2回	80人 (1回40人)
ウォーキング グランプリ	データヘルス計画の一環として、メタボ予防及び生活習慣改善と組合員の健康 づくりのために、チーム合計の歩数を競うもの 10~11月に実施		900人 (1チーム3人)

## 補助等

名称(実施時期等)	内容等	補助額等
山の家・海の家利用補助 (夏季休業期間)	夏季休業期間に、指定施設を利用した場合に1人2泊を限度 に補助(互助組合との共催事業)	大人1泊700円 小人1泊500円
人間ドック通院費補助 (6月~(受診後))	人間ドックの受診者で、受診する健診種別がない離島に居住 している場合、交通費(船賃)の一部を補助	受診可能な最も近い指定医療機 関までの交通費(船賃)の一部
鹿児島宿泊所 結婚式場利用補助	組合員又は組合員の子が、「ホテルウェルビューかごしま」で 結婚式・披露宴を挙げたときに、料金の一部を補助	利用料金(税除く。)の2分の1を 補助(上限20万円)
	[紹介者キャンペーン実施]組合員に紹介された者が、ウェルビュー で披露宴を挙げたときに、紹介した組合員(1人のみ)に贈呈	ウェルビュー商品券20,000円
鹿児島宿泊所 会食等利用補助	組合員、被扶養者及び同伴する組合員の二親等内の親族が、 「ホテルウェルビューかごしま」を一定額以上の食事や宴会等 で利用したときに、料金の一部を補助	5,500円以上→2,000円補助 3,500円以上→1,000円補助 1,500円以上→500円補助 600円以上→300円補助 おせち料理については一個につき2,000円補助 (個数制限なし)
鹿児島宿泊所 宿泊利用補助	組合員、被扶養者及び同伴する組合員の二親等内の親族が「ホ テルウェルビューかごしま」を宿泊で利用したときに、料金の一 部を補助	1泊当たり 大人 1,000円補助 小人(6~11歳) 500円補助
鹿児島宿泊所 慶事・法事利用補助	組合員若しくは被扶養者が、組合員、被扶養者又は組合員の親 族を対象とする慶事・法事で「ホテルウェルビューかごしま」 を利用したときに、料金の一部を補助	利用料金(税除く。)の2分の1 を補助(上限5万円)

## マイナンバーカードの健康保険証利用について

令和3年10月20日から、医療機関を受診するときや薬局を利用するとき、マイナンバーカードを健康保険証として利用できるようになりました。

利用方法やマイナンバーカードに関することについては、公立学校共済組合ホームページの「マイナンバーカードコーナー」をご覧ください。(下記アドレス等からもアクセスできます。)



## 治療用装具を購入したときの手続き

医師が治療のため必要と認めた治療用装具を購入したときは、その費用の7割(未就学児童及び70歳以上の方は8割)を療養費として支給しています。

ただし、業務上または通勤による傷病であることが明らかである場合は、療養費の請求をすることはできません。



療養費の対象となる治療用装具ってどんなものがあるの？

- 関節用装具
- 9歳未満の小児弱視等の治療用眼鏡等
- 四肢のリンパ浮腫治療のための弾性着衣 など



提出書類は？

- 療養費・家族療養費請求書〔整理番号34〕
- 医証、作成指示書等(治療用装具着用の必要を認めた医師の証明書)
- 治療用装具代金の領収書(処方明細が記載されたもの)

※原本を提出してください。※様式は当支部ホームページに掲載しています。



所属所を通じて公立学校共済組合鹿児島支部に提出してください。

## 令和4年4月からの年金制度改正について

公的年金制度等を見直すための「年金制度の機能強化のための国民年金法等の一部を改正する法律」が令和2年6月5日に公布されました。

この法律は、より多くの方がより長く多様な形で働く社会へと変化する中で、長期化する高齢期の経済基盤の充実を図るために制度の見直し等が行われたものです。

今回は、年金給付に関する令和4年4月施行の主な概要についてお知らせします。

### 60歳台前半の在職老齢年金制度の見直し

在職中(厚生年金の被保険者)である方の老齢厚生年金は、賃金と年金の合計が支給停止基準額を超えた場合、その超えた額の1/2が支給停止となります。

60歳～64歳の在職老齢年金について、支給停止基準額の「28万円」が「47万円」(令和4年度額)に引き上げられ、現行の65歳以後の支給停止基準額と同じになります。

#### ☆在職老齢年金の支給停止額の算出方法☆

「28万円」→「47万円」に変更

支給停止額(月額) = ( (賃金の月額 + 年金の月額) - **支給停止基準額** ) × 1/2

・賃金の月額: 「毎月の報酬(標準報酬月額) + 直近1年間の標準賞与額 × 1/12」の額

・年金の月額: 「※老齢厚生年金 × 1/12」の額(※加給年金額や経過的加算額は含まない)

**支給停止基準額**は賃金や物価の変動等により毎年度改定されます。

**支給停止基準額**が「28万円」から「47万円」に引き上げられることで、特別支給の老齢厚生年金を受給している65歳未満の再任用フルタイムや臨時的任用職員の方は、今までよりも多く年金が支給されるようになるんだね。

ちなみに、年金の3階部分にあたる「**経過的職域加算額**」は再任用フルタイムや臨時的任用職員で在職中の間は**全額支給停止**のままだから混同しないようにしてね。



#### ☆特別支給の老齢厚生年金の受給権を有しており、 現在、障害または遺族年金を受給選択中の方へ☆

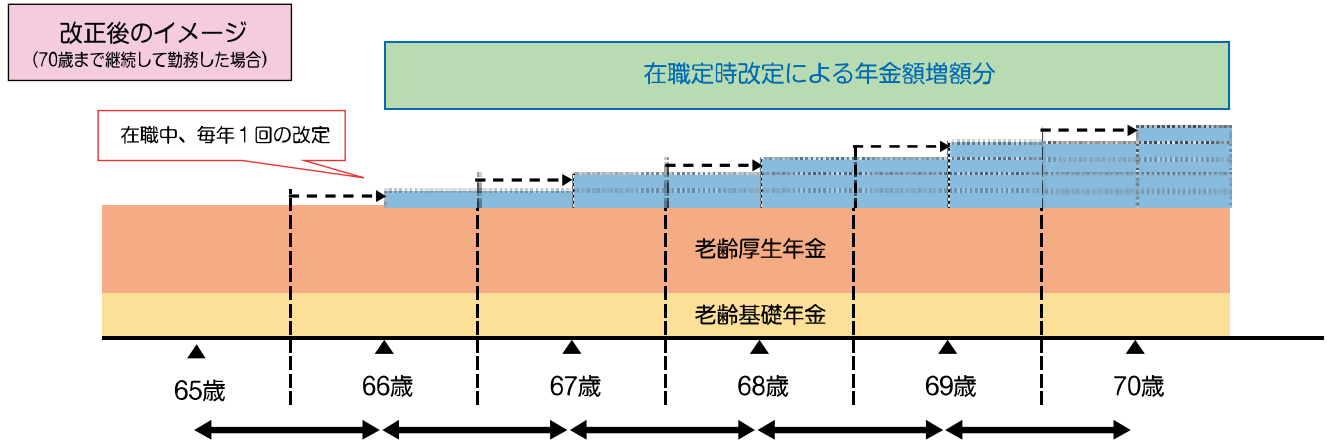
60歳～64歳の支給停止基準額が「28万円」から「47万円」(令和4年度額)に引き上げられることで、現在受給選択している障害または遺族年金よりも特別支給の老齢厚生年金の支給額の方が金額的に高くなるケースも想定されます。

障害または遺族年金から特別支給の老齢厚生年金へ受給を変更する場合は、「年金受給選択申出書」の提出が必要ですので、受給変更を希望する場合は年金給付係へご連絡ください。

なお、ご連絡の際は、お手元に特別支給の老齢厚生年金の年金証書と現在受給選択中の障害または遺族年金の年金証書をご準備ください。

## 65歳以上の在職定時改定の導入

65歳以上の受給者については、退職等による年金額改定に加え、在職中であっても、年金額の改定を毎年1回(10月分から)行います。



現在、65歳以上で在職中(厚生年金の被保険者)の方の老齢厚生年金は資格喪失時(退職時または70歳到達時)に65歳以降の被保険者期間を加えて老齢厚生年金の額が改定される制度です。(退職改定)

在職定時改定は高齢期の就労が拡大する中、就労を継続したことの効果を退職を待たずに早期に年金額に反映させることで、在職中の年金受給者の経済基盤の充実を図ることがねらいです。

## 老齢年金の繰上げ減額率の引き下げ

老齢厚生(基礎)年金の支給開始時期を繰上げた場合の減額率について、一月当たり▲0.5%から▲0.4%に引き下げられます。

減額率が▲0.4%に引き下げられる対象者は、令和4年4月以降に60歳到達する昭和37年4月2日以後生まれの者です。

(例)昭和37年4月2日以後生まれの者が60歳で繰上げ請求した場合

繰上げ請求しなかった 場合の金額(金額は参考)	老齢厚生年金	120万円
	老齢基礎年金	78万円

減額率	現行	見直し後
	▲0.5%×60月=▲30%	▲0.4%×60月=▲24%
	老齢厚生年金	老齢基礎年金
老齢厚生年金	120万円×(1-0.3)=84万円	120万円×(1-0.24)=91.2万円
老齢基礎年金	78万円×(1-0.3)=54.6万円	78万円×(1-0.24)=59.28万円

## 老齢年金の繰下げ受給の上限年齢の引き上げ

通常は65歳から支給開始となる老齢厚生(基礎)年金の支給開始時期を66歳以降に繰下げの場合、繰下げ支給開始年齢の上限年齢が70歳までとなっていますが、この上限年齢が75歳に引き上げられます。

※老齢厚生(基礎)年金の繰下げ加算率(一月当たり+0.7%)は、現行と変更ありません。

※退職年金(年金払い退職給付)の繰下げ支給開始年齢の上限についても、75歳までとなります。

# こんなとき!! どうする?

異動者・退職者の方については、共済関係のさまざまな事務手続きが必要となります。該当する内容の説明を確認し、それぞれの事務手続きを行ってください。

## ① 公立学校共済組合鹿児島支部から転出される方

	組合員証等	年金	貸付 (貸付を受けている方のみ)
地方職員共済組合へ (県知事部局等への異動)			<p>※注2  <b>手続きが必要です。</b></p> <p>☆原則として全額返済となります。該当の方へは払込通知書を送付します。</p>
市町村職員共済組合へ (鹿児島市・指宿市・出水市・霧島市・鹿屋市を除く市町村の教育委員会への異動) (市町村費職員の市町村長部局への異動)	<p>旧所属所へ「<b>組合員証</b>」等を返納してください。 ※注1</p> <p>(組合員証等には、<b>組合員証のほかに組合員被扶養者証 限度額適用認定証 高齢受給者証 特定疾病療養受療証</b>を含みます。)</p> <p>☆転出先の共済組合での加入手続き等で「<b>組合員証</b>」等の写しが必要な場合がありますので、コピーを取った上で「<b>組合員証</b>」等を所属所へ返納してください。</p>	<p>旧所属所を通じて「<b>組合員転出届書〔整理番号5〕</b>」の提出が必要です。</p> <p>☆転出先での共済組合への加入手続き等で<b>基礎年金番号</b>が必要になります。基礎年金番号は、年金手帳・基礎年金番号通知書・ねんきん定期便等に記載されていますので確認・保管をお願いします。</p>	<p>☆転出先の共済組合から貸付を受けることにより、公立学校共済組合へ返済すること(借換え)ができます。</p> <p>☆近い将来において、公立学校共済組合に復帰する可能性があるときには、返済が継続(徴収嘱託)できます。</p>
国家公務員共済組合 (文部科学省共済組合等)へ (鹿児島大学附属小・中・特別支援学校、文部科学省等への異動)			<p>※注2  <b>手続きが必要です。</b></p> <p>☆原則として全額返済となります。なお、団信加入中の方は本人振込により返済を継続することもできます。</p> <p>☆転出先の共済組合から貸付けを受けることにより、公立学校共済組合へ返済すること(借換え)ができます。</p>
公立学校共済組合の他支部へ (福島県・岐阜県等との県外交流) (退職した上で引き続き他県において教職員として採用となるとき)	<p>「<b>組合員証</b>」等を転出先の所属所へ提出してください。 ※注1</p>		<p>☆原則として転出先の支部で返済継続となります。</p>

- ※注1 **資格喪失日(転出日)以後は、組合員証等は使用することはできません。**  
資格喪失後に、組合員証等を使用した場合は、共済組合が負担した医療費を、後日、共済組合へ返還していただくこととなります。
- ※注2 手続きが必要なものについては、貸付担当者へ連絡してください。  
貸付申込後に異動が決まったとき(支部内の異動を除く。)は、申込の取下げが必要になることがあります。

## ② 公立学校共済組合鹿児島支部内で異動をされる方(県内の所属所異動)

県内の所属所異動の場合は組合員証等・年金・貸付においての手続きは原則必要ありませんが、転居等により組合員または被扶養者の住所が変更となったときは、所属所を通じて下記の書類を提出してください。(異動に伴う転居の場合は、異動先の所属所から提出してください。)

- 「**組合員等住所変更届**」〔整理番号4〕
- ※ 20歳以上60歳未満の被扶養配偶者が転居した場合は「**国民年金第3号被保険者住所変更届**」についても提出してください。
- ※ データ抽出の関係で「ねんきん定期便」等が旧住所あてに送付される場合がありますので、転居した場合は郵便局へ転送の手続きをお願いします。

1月下旬に送付した所属所長あて通知を併せてご確認ください。



### ③ 退職または退職後引き続き再任用フルタイム職員等になる方

	組合員証等	年金	貸付 (貸付を受けている方のみ)
<b>退職</b> (退職後、再任用短時間勤務、非常勤職員等となるとき、再任用フルタイムから再任用短時間勤務となるときを含む)	所属所へ「組合員証」等を返納してください。 <small>※注1、注2</small> (組合員証等には、 組合員証のほか 組合員被扶養者証 限度額適用認定証 高齢受給者証 特定疾病療養受療証 を含みます。)	【定年前に退職される方】 <small>※注3</small> 「退職届書」の提出が必要です。 ☆「退職届書」を所属所あてに送付しますので、所属所から「若年退職事前報告書」を提出してください。 【今年度末に60歳で定年退職の方】 【昭和34年4月2日以降生まれの再任用フルタイムの方】 <small>※注3</small> 「退職届書」の提出が必要です。 ☆2月上旬に個別に送付している「退職届書」を提出してください。 【昭和34年4月2日以降生まれの臨時的任用職員の方】 <small>※注3</small> 「退職届書(臨時的等用)」の提出が必要です。 ☆鹿児島支部のホームページから「退職届書(臨時的等用)」を取得の上、所属所保管の履歴書の写し(要、所属所長の原本証明)と併せて提出してください。 【昭和34年4月1日以前生まれの方】 <small>※注3</small> 「高齢厚生年金等改定請求書」等の提出が必要です。 ☆2月下旬以降に個別に送付している「請求書」等を提出してください。	手続は不要です。 ☆退職手当からの全額返済となります。 ☆不足するときは、払込通知書を送付します。
退職後、引き続き再任用フルタイムになるとき	「組合員証」等の返納は不要です。		
退職後、引き続き臨時的任用職員及び任期付職員になるとき、または臨時的任用職員及び任期付職員から正規職員になるとき (再任用フルタイムから引き続き臨時的任用職員及び任期付職員になるときを含む) <small>※注4</small>	組合員証番号が変更になりますので、番号変更の手續及び「組合員証」等の返納が必要です。番号変更後の「組合員証」等を新たに交付します。新所属所にて手續を行ってください。 (組合員証等には、 組合員証のほか 組合員被扶養者証 限度額適用認定証 高齢受給者証 特定疾病療養受療証 を含みます。)	原則、手続は不要です。 ☆今年度末に60歳で定年退職の方については、2月上旬に個別に送付している「退職届書」を提出してください。	

- ※注1 資格喪失日(退職日)以後は、組合員証等は使用することはできません。  
 資格喪失後に、組合員証等を使用した場合は、共済組合が負担した医療費を、後日、共済組合へ返還していただくことになります。
- ※注2 国民健康保険に加入される方や被扶養者認定、国民年金等への加入手續のために「資格喪失証明書」が必要な場合は、「資格喪失証明書交付申出書」を必ずご提出ください。
- ※注3 60歳未満の組合員または被扶養配偶者については国民年金への加入手續が必要で、お住いの市区町村役場(再就職先で厚生年金に加入して就労する場合は、再就職先)で手續を行ってください。
- ※注4 退職日から臨時的任用職員としての任用日までの期間が空く場合でも、任命権者と職員との間で事実上の任用関係が継続していると任命権者が判断する場合も含まれます。

#### 退職後の医療保険制度について

当共済組合には、退職後の医療保険制度として、退職後も引き続き2年間、組合員であったときとほぼ同様に短期給付等を受けることができる「任意継続組合員制度」があります。詳細については、当支部ホームページをご覧ください。

##### 【手續の流れ】

- ① 組合員から  
共済組合へ任意継続組合員申出書を提出
- ② 共済組合から  
組合員へ任意継続掛金決定通知書を送付
- ③ 組合員から  
共済組合へ任意継続掛金の払込み
- ④ 共済組合から  
組合員へ任意継続組合員証を交付

現在使用中の組合員証は退職日の翌日から使えません

再任用フルタイム職員・臨時的任用職員になるときを除く(上記表を参照)

- ※ 手續期限は、退職日から起算して20日以内です。  
 ※ 加入資格は、退職日まで引き続き1年と1日以上組合員期間のある方です。

## 福祉保険制度 退職(組合員資格喪失)後も継続加入となります(退職時の年齢は問いません。)

退職時の手続	保障期間	退職後の手続
必要ありません(注)	<b>令和4年10月31日まで</b> 脱退の申出がない場合は、11月1日以降も自動更新となります。	毎年7月頃に登録住所へ更新手続書を送付します。 脱退を希望される方は、脱退申出書を提出してください。 新規加入・増額の取扱いはできません。 期間途中での保障内容の変更はできませんが、受取人や住所等は期間途中でも変更可能です。 保険料の口座振替は年2回(4月と10月)です。

(注) 傷病休職給付金については退職月の末日で脱退となります。また、ファミリー年金の死亡給付金と傷病休職給付金のみご加入の場合、死亡給付金の単独加入はできないため、傷病休職給付金の保障終了と同時に死亡給付金も脱退となります。

**問合せ先:** 公立学校共済組合 福祉保険制度担当 電話 **0120-778-599(無料)**

受付時間: 月曜日～金曜日(年末年始・祝日を除く)10時～16時

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大等により、フリーダイヤルの受付時間の短縮又は受付停止とさせていただく場合があります。

## アイリスプラン 退職や他の共済組合(文部科学省共済組合・私立学校教職員共済を除く。)への転出により脱退となります。

区分	令和4年3月末時点の年齢	年金コース	医療・日常事故コース/介護保障コース
退職	満60歳以上の方	昨年12月頃に脱退手続及び積立年金請求手続に関する書類をご自宅あてに送付していますので、ご確認ください。	退職時の年齢によらず退職後も継続できます。継続の場合は手続不要です。また、契約変更は退職後も年1回(毎年1回(毎年10月～11月中旬締切))可能です。
	満60歳未満の方	脱退手続に関する書類をご自宅あてに送付します。下記の問合せ先へご連絡ください。	登録住所・電話・口座の変更は、毎年3月送付のハンドブック内にある「変更訂正届」(ハガキ)をご提出ください。
他の共済組合(注)への転出			

(注) 文部科学省共済組合・私立学校教職員共済を除きます。

**問合せ先:** 年金コース、医療・日常事故コース ▶ 教職員生涯福祉財団サービスセンター 電話 **0120-491-294(無料)**

介護保障コース ▶ 株式会社一ツ橋サービス

電話 **0120-878-626(無料)**

受付時間: 月曜日～金曜日(年末年始・祝日を除く)10時～17時

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大等により、サービスセンターの受付時間が変更となる場合は、(一財)教職員生涯福祉財団ホームページでご案内します。

# 各種制度改正

## 産科医療補償制度の掛金の引き下げに伴い、「出産費」及び「家族出産費」の額が変更されました

年金給付係  
099-286-5206

組合員及び被扶養者が産科医療補償制度に加入する分娩機関で出産した場合、同制度に係る掛金相当分を加算して「出産費」または「家族出産費」を支給しています。

令和4年1月1日以後の出産から、下表のとおり産科医療補償制度に係る掛金が「1万6千円」から「1万2千円」に引き下げられました。これに伴い、「出産費」及び「家族出産費」は、「40万4千円」から「40万8千円」に変更されました。

【改正前】令和3年12月分娩分まで

産科医療補償制度	出産費①	加算額②	給付額①+②
適用分娩の場合	40万4千円	1万6千円	42万円
非適用分娩の場合	40万4千円	0円	40万4千円

【改正後】令和4年1月分娩分から

産科医療補償制度	出産費①	加算額②	給付額①+②
適用分娩の場合	40万8千円	1万2千円	42万円
非適用分娩の場合	40万8千円	0円	40万8千円

※加算額②は、産科医療補償制度適用分娩の場合(当該制度に加入している医療機関等で在胎週数22週以降に出産(死産を含む)した場合)に、出産費①に加算して支給する。

☆産科医療補償制度の加算対象となる出産については、42万円という総額は変わりません。

※産科医療補償制度とは 分娩に関連して発症した重度脳性麻痺児に対する補償を行う制度です。



# 冬季健康管理講座



福利係  
☎099-286-5205

組合員の健康保持・増進を図るため、冬季健康管理講座を実施しました。  
今年度は、新型コロナウイルス感染防止対策のため、ZoomによるLIVE配信方式で開催しました。  
離島の方や、家族と一緒に参加することができる、新しいカタチの講座となったこともあり、募集数（各50回線）を大幅に超える応募がありました。

## スタートアップ編

12/18(土)10:00-11:30



### 講師

RIZAPパーソナルトレーナー  
日本トップトレーナー協会認定(JTTA)  
近藤 ちひろ 氏



## 肩こり腰痛予防編

1/15(土)10:00-11:30



### 講師

RIZAPパーソナルトレーナー  
高梨 望 氏



### 受講者の声

- ・チャットのやりとりで、集まったの講座よりも質問がしやすく、楽しかった♪
- ・2回設定してあるのもよかった！毎月あるともっとよいのかもしれない！
- ・対話型の講座で、とても楽しく受講できました。

## 組合員が負担する掛金（保険料）について

福利係  
099-286-5205

### 組合員の方

掛金（保険料）は毎月の給与及び期末勤勉手当から控除されます。月額、個人の標準報酬月額に次の表の掛金率を乗じて算定します。

#### 令和4年度の率（見込み）

	令和4年4月から	令和4年10月から
短期給付等事業（健康保険等）	1000分の43.51	1000分の48.01
介護保険	1000分の8.82	1000分の8.82

※長期給付事業の厚生年金保険の保険料及び、退職等年金給付に係る保険料率の変更はありません。  
 ※短期給付等事業に係る掛金率には、福祉事業（人間ドック事業等）に係る率1.41を含みます。  
 ※期末勤勉手当については、総支給額の1,000円未満を切り捨てた額に率を乗じて算定します。

### 任意継続組合員の方

任意継続掛金の月額、次のいずれか低い額に下表の掛金率を乗じて算定します。

- ①退職時の標準報酬月額
- ②当共済組合の全組合員の平均標準報酬月額（令和4年度適用額：41万円）

#### 令和4年度の率（見込み）

	令和4年4月から	令和4年10月から
短期給付等事業（健康保険等）	1000分の84.20	1000分の93.20
介護保険	1000分の17.64	1000分の17.64

率は在職中と比較すると約2倍になります。これは、在職中に雇用主が負担していた分を、退職後はご自身で負担することになるためです。掛金はまとめて前納（年一括払い、半期払い）することで、割引を受けることができます

※福祉事業分の負担はありません。

**任意継続組合員制度**とは、退職日（再任用満了日）までに、引き続き1年と1日以上組合員であった方が、退職後も引き続き当共済組合の短期給付を受け、人間ドックなどを除いた一部の福祉事業を利用できる制度です。加入できる期間は、最長2年間です。加入を希望される方は、退職日を含めて20日以内に掛金を納めていただく必要があります。

加入手続については、1月に各所属へ送付した加入案内を御覧ください（支部ホームページでも御覧いただけます）。

# 第4回 ウォーキンググランプリ結果報告

実施期間10月1日～11月30日(2ヶ月間)

福利係 099-286-5205

データヘルス計画の一環として、組合員の生活習慣改善と健康づくりを支援するために第4回ウォーキンググランプリを実施いたしました。

所属所内で3人1チームを作り、2ヶ月間の歩数の合計を競うウォーキンググランプリに、187組の申込があり、総勢561人と多くの参加をいただきました。

昨年度から続く新型コロナウイルスの影響で窮屈な生活が続く中、多くの方(年々参加者が増えています♪)が、お忙しい中、時間を見つけて取り組まれたことと思います。本当に疲れ様でした♪

2ヶ月間で終えることなく、「歩く」生活が今後も習慣化され、組合員皆様の健康維持に繋がっていくことを願います。



## 上位3チーム



第1位	<p>薩摩川内市立 東郷学園義務教育学校</p> <h3>TOGO いきものがかり</h3> <p>総勢30名、10チームで参加しました。チャンピオンコース、アスリートコース、てくてくコースに分かれ、各自のペースで歩を刻みました。歩数を入力する度に互いを労い、闘志を燃やし、前向きな言葉を交わすいい時間となりました。 チャンピオンコースを希望した3名でTOGOいきものがかりを結成し、昼夜を問わず歩き続けました。週末毎に登山&amp;遠行の予定を組み込み、スタートダッシュをかけた先生、部活動の指導や授業中の机間指導で精力的に歩き回った先生、校区内の閉校となった小学校を歩いて廻った先生……。とりわけ、ワクチン接種後の副反応に悩まされた日は他のメンバーのカバーをもらい、チーム参加であることに感謝しました。 心身ともに健康であるからこそウォーキングを楽しむことができます。毎年この期間を設定して下さることを有難く思い、今年もチームTOGOは邁進いたします。</p>	<p>チーム 合計</p> <p>5,049,728歩</p>	
	<p>鹿児島県立 川辺高等学校</p> <h3>微魔女と野獣</h3> <p>今回初参加でした。「やってみる?」と軽〜い気持ちで集まった3人でしたが最初の1週間でお互いの歩数を確認した後、それぞれに火が付きました。 ☆24時まで歩数はカウントされる! ☆天候は関係ない!! 毎日歩数の話題で盛り上がり、励ましたり喝を入れたりしながら楽しく取り組むことができました。途中、ケガや病気やワクチン接種で歩けない者も出たりした中、歩ける者でフォローし合いました。疲れてくじけそうになってもこの2ヶ月間、「こんな時間でも、きつとも仲間がどこかで歩いている!」と思えば、外へ飛び出して頑張りました。 やってみたら、全員負けず嫌いで、ど根性のある3人組でした(笑) 何より毎日歩くことで体が軽くなり、健康的にもなりました! そして私たちの参加を温かく見守り、声をかけてくれた職場の先生方にも感謝です。 2ヶ月間、たくさんの応援をありがとうございました。</p>	<p>チーム 合計</p> <p>4,490,162歩</p>	
	<p>鹿児島県 総合体育センター</p> <h3>アクリョクーズ</h3> <p>第1回から参加させていただき、今回で4回目。今回は、過去最多の7チームで参加しました。前年に引き続き、個人の目標を申告してもらい、その目標に応じてチームを編成しました。さらに、健康づくりが第1の目標であることから、30分以上の継続したウォーキングを心がけることを全員で共通理解して2ヵ月のグランプリ期間に臨みました。 チーム「アクリョクーズ」は、一日〇万歩を目標として、朝・昼・夕の3回のウォーキングタイムを計画・実施しました。休日には、平日の目標に足りない部分を補うために、ロングウォークを行ったり、30km以上走り?込んだり、家族を巻き添えにしたりしながら楽しく歩数を伸ばしました。昨年度よりも大幅に歩数を伸ばすことができ、「やりきった」と目標達成の充実感を味わうことができました。 また、「体重が減ってきた。」「体調が良くなった。」「こんな運動もいいらしい。」などウォーキングを通して健康づくりについての話題も多くでき、コミュニケーションを図ることができました。このような機会をいただき、本当にありがとうございます。</p>	<p>チーム 合計</p> <p>4,461,281歩</p>	

# 入賞チーム

## 飛び賞

50位	鹿児島県総合体育センター	ハンプクヨコトビーズ	1,796,345歩
100位	薩摩川内市立黒木小学校	かじきマグロ	1,500,188歩
150位	鹿児島県立中種子養護学校	歩・歩・歩	1,214,213歩

## New

## 学校賞

### 小学校部門

174位 霧島市立天降川小学校 ブラアモリ 890,790歩

### 中学校部門

24位 伊仙町立面縄中学校 貴婦人会 2,126,648歩

### その他部門

90位 三島村立三島竹島学園 ダイエットは明日から 1,543,578歩

## New

## 来年頑張るぞ賞

182位 鹿児島市立生見小学校 生見インドアチーム 763,555歩

上位チーム及び各入賞チームにはカタログギフト・図書カードが贈呈されました♪  
ウォーキンググランプリは気軽に参加できる事業です！  
多くの方の参加をお待ちしております♪

募集案内は毎年7月！  
要チェック！

# 参加者の御意見・御感想

- 来週の間人ドックが楽しみです！【Uさんを挟む会】
- 「貯筋」という造語がありますが、歩くことで筋肉が貯められる気がします。【よしえと愉快的仲間たち】
- 何気なく参加したウォーキンググランプリでしたが、同僚同士の会話もかなり増えて、おまけにダイエットにもなりました。これからもずっと続けていきたいです。【BEER & Walk】
- 楽しく健康維持できるようなイベントがあれば積極的に参加していきたいと思っています！【日高組】
- 大変有意義な事業だと思います。次年度も是非継続してください。【野田リバー☆フィットネスクラブ】
- 理想のボディを作るためによく頑張ったと自分を褒めたい。【おいの甥のお芋】
- 中学時代の体重に戻りました。ウォーキング最高！【がんばれ川上】
- 目に見えて運動量がわかるとすごくうれしく感じた。【ひーファー】
- いろいろな企画があると仕事だけでなく充実するのでよいと思います。【ウォーキングガールズ】
- このような取組があることを知りませんでした。とてもよい取組だと感じました。2ヶ月続けると習慣化します。ありがとうございました。【指宿探検隊】

全てのチーム順位は公立学校共済組合鹿児島支部HP  
(<https://www.kouritu.or.jp/kagoshima/>)で確認できます!!



### 支部より

ほかにも多くの御意見・御感想をいただきました。  
皆様の御意見等は、今後の事業に活かして生きたいと思っております。ありがとうございました！



ストレスは、誰にでもあり避けることはできません。ストレスによる心の不調から身体を守るために、自分自身で早めに気づき解消する「気づきとセルフコントロール」が大切です。

ストレスを長引かせないようにコントロールをするとともに“休養・睡眠”などによって緊張をほぐしたり、心身を休めたりするセルフケアをすることもとても大切です。

## 1. ストレスチェックを活用しよう。(気づき)

平成27年度より、「ストレスチェック制度」が始まりました。質問票により自身のストレス状態と職場のストレス要因への「気づき」を促し、メンタル不調に陥るのを未然に防ぐことを目的としています。

調査票の結果から、現在のストレス状態とその原因をおおまかに知ることができますから、結果が示していることを理解してセルフケアに活かしましょう。



## 2. 自分に合った解消法を持ちましょう。(セルフコントロール)

「STRESS」でストレス解消

**S** ports<スポーツ>  
身体を動かす

**T** ravel<トラベル>  
旅はもちろん、自然に触れる散策

**R** est <レスト&レクリエーション>  
休む、遊ぶ。安心してくつろげる時間

**E** ating <イーティング>  
食べる。家族仲間と一緒に。

**S** peaking<スピーキング>話す  
inging<シンギング>歌う

**S** leeping<スリーピング>寝る  
mile <スマイル>笑う



**TV** お気に入りのドラマや映画を楽しんで  
心の旅をするのもおすすめ

気分転換を図ることが大切！  
その場でできる解消法など、いろいろな方法を身につけていると、ストレスにより強くなれます。

山本晴義「心の回復6つの習慣」(講談社)より引用

### 3. 積極的な休養で心身をリフレッシュ！！(セルフケア)

休養は、起きている状態で行うもので、睡眠ではありません！

心も体も休ませながら、明日への英気を養うためには「積極的な休養」を取ること大切です。

自分が楽しんで過ごせる趣味や日常生活とは異なる世界で遊ぶなど、自分に合った趣味、休養の時間を見つけて実践することが、心身をリフレッシュする秘訣です。

短時間であっても小さな楽しみが大きな息抜きとなりますので、休養を積極的に楽しんでストレスを解消しましょう。



### 4. 睡眠の質を高めて、身体も心もリセット!!

- 寝つきが良く、気持ちよく目覚めていれば睡眠の質は高いと言えます。
- 適切な睡眠時間は、人それぞれなので、日中に眠気を感じていなければ足りています。
- 疲れを取るにはノンレム睡眠(深い眠り)を十分にとる必要があります。夕刻から夜中2時にかけては、ノンレム睡眠に入りやすいので、遅くとも12時までには眠りにつきたいものです。

※睡眠のコツを知ろう

睡眠対策(厚生労働省)

← 検索してみよう！



### ★★★★★知っておきたい相談先★★★★★

悩み事や困ったことがあったときは、抱え込まず相談すると必要な支援を受けることができたり解決につながりやすくなりますが、身近に相談できる人がいなかったり相談しにくかったりするときなど、次に紹介する公的機関などを活用するののも一つの方法です。

#### ☆働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」(厚生労働省)

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

<さまざまな相談窓口から、心の健康づくり、対処の仕方や支援制度など働く人のメンタルに関する様々な情報がまとめられているサイトになります。>

#### ☆心の健康相談統一ダイヤル TEL 0570-064-556

<電話をかけた所在地(全都道府県・政令指定都市)の公的な「こころの健康相談」などの相談機関につながる。>

#### ☆「あかるとい職場応援団」(厚生労働省)

<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp>

<職場のいじめや嫌がらせ問題に関する情報を提供している。外部の相談窓口の案内もある。>



## 貸付事業の案内

貸付事業は、組合員等の生活を支援するため、住宅又は宅地の取得、入学又は修学、災害、医療、結婚、葬祭、出産、その他臨時に資金を必要とするときに行う事業です。



【貸付種別等一覧表】(令和4年1月現在)

種別	貸付限度額	利率(年利)	返済回数	貸付事由・用途	提出書類
一般	200万円	1.32%	120回以内	組合員が臨時に資金を必要とする場合	①貸付申込書〔整理番号57〕 ②貸付事業における個人情報に関する同意書〔整理番号90〕 ③借入状況等申告書〔整理番号91〕 ④貸付借用証書〔整理番号61〕 ⑤申込人名義の「預金通帳の写し」 ⑥給料明細等の写し ⑦貸付金額(借替えの場合は差引送金額)が100万円以上のときは、必要額が確認できる書類 ※「特別」の場合、辞令の写し
特別	給料月額10分の3に 残任期月数を乗じて得た額 (最高200万円)	1.32%	残任期月数以内	再任用組合員等(臨時的任用職員を含む。)が臨時に資金を必要とする場合	
教育	550万円	1.32%	250回以内	組合員、被扶養者又は被扶養者でない子、孫、もしくは兄弟姉妹が学校教育法に規定する高等学校、大学、高等専門学校、専修学校もしくは各種学校又は理事長が定める要件に該当する外国の教育機関に入学又は修学するため資金を必要とする場合	上記①、②、③、④、⑤、⑥と、 ⑧貸付対象者の在学証明書(原本) ⑨資金計画書〔整理番号78〕 ⑩上記⑨に記載した用途及び金額が確認できる書類 ⑪団信制度適用申込書兼告知書兼口座振替申込書※任意加入
住宅	次のA、Bのうち いずれか高い額 (最高限度額 1,800万円) A. 給料月額に組合員 期間に応じた 月数を乗じて得た額 B. 仮定退職手当相当額	1.32%	360回以内	組合員が自己の用に供するための住宅の新築、増築、改築、移築、修理、購入もしくは借入れ又は住宅の敷地の購入、借入れもしくは補修をするため資金を必要とする場合	上記①〔整理番号58〕、②、③、④、⑤、⑥、⑪と、 その他の書類は、申込事由別に異なるため、HPをご確認ください。
介護構造部分	300万円	1.06%	360回以内	組合員が要介護者に配慮した構造を有する住宅の新築等をするため資金を必要とする場合	上記①〔整理番号58〕、②、③、④、⑤、⑥、⑪と、 ⑫在宅介護対応住宅の新築等に係る申立書〔整理番号60〕 ⑬介護構造部分の工事内容が確認できる書類 ⑭介護構造部分の工事費用が確認できる書類 その他の書類はHPでご確認ください。
災害	200万円	0.99%	120回以内	組合員又はその被扶養者が水震火災その他の非常災害を受けたため資金を必要とする場合	上記①、②、③、④、⑤、⑥と、 ⑮被災事実の証明書 ⑯被災現場の写真
医療	120万円	1.32%	110回以内	組合員、被扶養者又は被扶養者でない配偶者、子、孫、兄弟姉妹もしくは父母(配偶者の父母を含む。)が医療を受けるため資金を必要とする場合	上記①、②、③、④、⑤、⑥と、 ⑰医療費を要する事実を証明できる書類
結婚	200万円	1.32%	120回以内	組合員又は子が結婚するため資金を必要とする場合	上記①、②、③、④、⑤、⑥と、 ⑱結婚する事実を証明できる書類 ⑲必要額が確認できる書類
葬祭	200万円	1.32%	120回以内	組合員が被扶養者又は被扶養者でない配偶者、子、兄弟姉妹もしくは父母の葬祭を行うため資金を必要とする場合	上記①、②、③、④、⑤、⑥と、 ⑳葬祭対象者の死亡の事実及び組合員との続柄が確認できる書類 ㉑必要額が確認できる書類 その他書類はHPでご確認ください。

- (注) 1 貸付金の利率は、財務大臣が定める財政融資資金利率に連動する変動制です。令和4年1月現在適用中の上記利率は、平成11年4月から特例利率として適用しています。  
2 上記利率には、貸付金保険料充当金率として年利0.06%を含みます。  
3 再任用組合員(臨時的任用職員を含む。)は、特別貸付けのみ利用できます。  
4 他の金融機関等への返済のための貸付けはできません。(教育貸付以外)



# 各種相談窓口のご案内

## 公立学校共済組合本部・支部

公立学校共済組合本部が開設している下記の相談窓口の電話番号等は、公立学校共済組合のホームページ上の「組合員専用ページ」(ホームページアドレス <https://www.kouritu.or.jp/kagoshima/member/index.html>)にログインして確認してください。

教職員電話健康相談24  
女性医師電話相談  
Web相談(こころの相談)  
介護電話相談  
電話・面談メンタルヘルス相談

### 福利厚生等相談

☎099-286-5207

FAX099-286-5663

面接、電話、FAX又は文書で共済組合の長期給付、短期給付、貸付事業に関する相談、問い合わせに応じています。

- ・相談先 公立学校共済組合鹿児島支部  
〒890-8577 鹿児島市鴨池新町10-1(鹿児島県庁行政庁舎16階 総務福利課内)
- ・受付時間 月～金曜日の8時30分～17時(祝日、12/29～1/3を除く)

## 公立学校共済組合九州中央病院

### メンタルヘルス相談

「メンタルヘルス相談予約」とお伝えください。

☎092-541-4936(要予約)

メンタルヘルス相談では、九州中央病院の臨床心理士が色々な悩みの相談に応じています。

- ・受付時間 月～金曜日の9時～17時
- ・その他 3回まで無料。交通費一部支給。ただし、内容によって医師の診察が必要になった場合は有料となります。

### セカンドオピニオン相談

「セカンドオピニオン予約」とお伝えください。

☎092-541-4936(要予約)

セカンドオピニオン相談とは、今かかっている医師以外の専門家の意見を聞くものです。家族の方々等、代理人からの相談も受け付けています。(要予約：HPからの申し込みも可)

- ・相談時間 医師と調整し設定します。HPに相談予定日を掲載しています。(アドレス：<http://kyushu-ctr-hsp.com>)
- ・相談内容 脊髄、骨髄・整形外科一般に関する事、心療内科に関する事

## 県教育委員会

### 教職員よろず相談

☎099-224-6248

さまざまな悩み、不安なこと等何でも相談を受け付けています。(電話、面接、電子メール)

Email: [soudan01@pref.kagoshima.lg.jp](mailto:soudan01@pref.kagoshima.lg.jp)

- ・受付時間 水～土曜日の9時30分～20時
- ・日曜日、火曜日、祝日の9時30分～17時(図書館休館日、年末年始を除く)

### メンタルヘルス相談

教職員とその家族等を対象に、心の健康についての相談に応じています。

- 県精神保健福祉センター(ハートピアかごしま内) ☎099-218-4755
  - ・面接相談 月曜日(再来のみ)、木曜日(新規・要予約)の9時～11時
  - ・電話相談 月～金曜日の8時30分～17時(祝日、年末年始を除く)
- 県立始良病院 ☎0995-65-3138
  - ・面接相談 月～金曜日の13時～17時(要予約)
  - ・電話相談 月～金曜日の9時～17時(祝日、年末年始を除く)

# 桜鯛茶漬け ゴマ風味 アラ出汁仕立て

## 材 料(4人分)

桜鯛 …………… 4分の1匹分  
塩 …………… 少々

### 【ゴマダレ】

ゴマペースト …… 大さじ3  
濃口醤油 …… 大さじ2  
みりん …… 小さじ1  
酒 …… 小さじ1  
(アルコールとばす)

### 【アラ出汁】

鯛のアラ …… 1匹分  
出汁昆布 …… 10g  
塩 …… 小さじ1/2  
薄口醤油 …… 小さじ1/2  
水 …… 1L

### 【付け合わせ】

白米 …… 茶碗4杯分  
わさび …… お好み量  
焼き海苔 …… お好み量  
あられ …… お好み量  
糸唐辛子 …… 少々  
三つ葉 …… 少々

## 作り方

- ① 桜鯛の身に塩を振り15分放置し、その後流水で洗いキッチンペーパーでしっかり水分をふき取る。
- ② 出汁昆布を軽く洗い1Lの水を鍋に入れその中に30分位浸し中火でゆっくり加熱し、沸騰直前で昆布を取り出す。
- ③ 鯛のアラを洗い②の鍋に入れ、沸騰したら弱火にして10分位煮出し、その後アラを取り出し身を取り出す。
- ④ ③の出汁を漉して、薄口醤油・塩で味を調える。
- ⑤ 【ゴマダレ】を合わせる。
- ⑥ ①の桜鯛を薄くスライスし⑤に漬け込み少し時間を置く。
- ⑦ アツアツの白米に、⑥のをせ④を注ぐ。
- ⑧ わさび・焼き海苔・あられ・糸唐辛子・三つ葉をトッピングして完成。



### ワンポイント

- 桜鯛の身に塩を振り流水で洗うと臭みを抑え、余分な水分が抜けて身が締まる。
- ゴマダレに使用する濃口醤油は、甘めがおススメ。
- 出汁がなくても煎茶・ほうじ茶でも十分満足できます。

## クイズ de 景品 GET !

クイズに全問正解された方の中から抽選で、**図書カード(2,000円分)を8名様にプレゼント**いたします。皆様ふるってご応募ください!

**問題** 以下の文章の空欄に当てはまる数字や言葉をお答えください。

**Q1:** 一般貸付の貸付限度額は( )万円である。

**Q2:** ( )制度とは、退職日(再任用満了日)までに、引き続き1年と1日以上組合員であった方が、退職後も引き続き当共済組合の短期給付を受け、人間ドックなどを除いた一部の福祉事業を利用できる制度です。

**Q3:** 令和3年10月20日から、マイナンバーカードを( )として利用することができるようになりました。

**Q4:** 医師が治療のため必要と認めた治療用装具を購入したときは、その費用の( )割(未就学児童及び70歳以上の方は8割)を療養費として支給しています。

### 【前号の正解】

- Q1 ( WEB )  
Q2 ( 3 )  
Q3 ( 108,334 )  
Q4 ( 退職届書 )

### 【当選者発表】

・図書カード2,000円分  
ひまわりさん  
よっちゃんさん  
あてさん  
賢一さん  
南の風さん  
はるくんママさん  
ふっくらママさん  
クラリネットさん

71名の応募者の中から選ばれました☆ご当選おめでとうございます!

**ヒント:** 今号の「共済広報かごしま」をご参照ください。

次の要領で、はがき、FAX、メールのいずれかでご応募ください。

### ・クイズの答え

Q1  
Q2  
Q3  
Q4

### ・所属所名

・氏名

・組合員番号

・ペンネーム(希望する場合は)

・「共済広報かごしま」及び、事業等についてのご意見・ご感想(必須)

【応募資格】 公立学校共済組合鹿児島支部の組合員のみ(1人1回)

【あて先】 〒890-8577 鹿児島市鴨池新町10番1号

公立学校共済組合鹿児島支部 福利係

【件名】 「共済広報かごしま クイズ応募」

【FAX】 099-286-5663

【アドレス】 fukuri46@46kagoshima.kouritu.or.jp

【締切】 令和4年5月20日(金)(必着)

【当選者発表】 次号の「共済広報かごしま」で発表します。

※当選者発表において、ペンネームを希望する場合は、氏名と併せて記入してください。

※ご記入いただいた内容は、当選者発表・景品の発送の外、今後の事業運営等の参考にさせていただきます。

R4.1.1~  
アドレスが変更になりました!

九州の  
公立共済

公立学校共済組合宿泊施設  
やすらぎの宿

和食

1泊2食付  
宿泊プラン

四季折々・旬の食材でおもてなし

四季和遊膳プラン

実施期間：通年 ※イベント等で休止する場合があります。



ご夕食は旬な素材を使った会席料理。「季節の御造り」や「炊合せ」など、四季折々の品をご用意しています。御飯物は釜で炊き上げた炊き込み御飯をお楽しみいただけます。和食料理長がおもてなしの心で仕立てたお料理を心ゆくまでお楽しみください。

シングルルーム1名利用の場合

組合員様価格 お一人様 **10,500円**

和室4名利用の場合

組合員様価格 お一人様 **9,800円**

※料金はお部屋タイプごとに異なります。  
※上記価格には消費税・宿泊税・サービス料が含まれています。

お食事内容

- 【春の膳】旬菜二種・御造り
  - 【夏の膳】口取り七種盛り・季節の炊合せ・揚げ物
  - 【御飯物】炊き込み御飯
  - 【香の物】盛り合わせ
  - 【汁物】赤だし
  - 【デザート】季節のデザート
- ※季節に応じてメニュー内容が異なります。

公立学校共済組合 福岡宿泊所  
福岡リーセントホテル

tel. 092-641-7741  
福岡市東区箱崎2丁目5番1号

ホテル公式  
HPはこちら



春の松花堂会席 宿泊プラン

期間：令和4年3月1日(火)～令和4年5月31日(火)

※日曜・月曜休憩

駐車場無料  
JR水前寺駅近く  
水前寺公園・熊本城  
へのお出かけに  
アクセス良好!!



自慢の会席料理は旬の食材にこだわり  
一品一品丁寧に創り上げました



※写真はイメージです。

組合員様特別価格

一泊二食付 **10,000円** (税・サ込)

特典

鹿児島支部組合員様

夕食の際ワンドリンクサービス  
水前寺公園入園チケット付き

公立学校共済組合熊本宿泊所



水前寺共済会館 グレーシア

〒862-0950

熊本市中央区水前寺1丁目33番18号

TEL:096-383-1281

E-mail: info@suzenji-kk.com  
http://www.suzenji-kk.com

— オフィスランチで —

# 歓送迎会



利用補助  
2000円

**フレンチ松華堂**  
通常5,500円(税込)が **3,500円(税込)**

1万円以上のご注文で  
**配達承ります!**



※ホテルから10km圏内限定



利用補助  
2000円

**季節を楽しむ和の松華堂**  
通常5,500円(税込)が **3,500円(税込)**



利用補助  
500円

**彩り二段重**  
通常2,300円(税込)が **1,800円(税込)**

- ・3日前までの要予約です。
- ・仕入れの状況で、内容が変更になる場合があります。
- ・お渡しは、11:00~17:00の間でご指定ください。
- ・配達のご注文が込み合う場合は、お受けできない場合もございますので、お早めにご注文ください。



気持ち伝わる  
**オリジナルラベル**  
オリジナル名入り  
ラベル無料サービス



1,650円(税込)~  
**花束承ります!**



公立学校共済組合鹿児島宿泊所

**ホテル ウェルビューかごしま**

◎ご予約・お問合せ 受付時間 9時~17時

TEL099-206-3838 / TEL099-206-3204  
〒890-0062 鹿児島市千次郎2丁目4番25号 (レストラン直通)