

# 共済広報 かごしま

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



令和4年度鹿児島県図画作品展 県知事賞

## 「我が家の裏庭」

奄美市立屋仁小学校6年 マツオ ユイ 松尾 結 さん



いつも窓から見ている、家の裏庭を描きました。葉っぱを1枚1枚色を変えて、ていねいにぬったところや、柱を古そうに見せるところを工夫しました。

### 目次

- ① 令和5年度厚生事業計画等
- ③ 令和5年度鹿児島宿泊所利用補助制度について
- ④ 知っておきたい年金情報
- ⑤ こんなとき!!どうする?
- ⑧ 知っておきたい貸付情報
- ⑨ 冬季健康管理講座(実施報告)
- ⑨ 組合員が負担する掛金(保険料)について
- ⑩ 各種相談窓口のご案内
- ⑪ 令和4年度 ウォーキンググランプリ結果報告
- ⑬ ヘルスアドバイス
- ⑮ ホテルウェルビューかごしま  
「おすすめ簡単レシピ」
- ⑮ クイズde景品GET!  
8名様に図書カードが当たる!
- ⑯ 九州の公立共済やすらぎの宿
- ⑰ ホテルウェルビューかごしま

### 内容についてのお問い合わせ

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

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 ～25,040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 ～32,100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	8,300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。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対しては、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、健診結果に応じて特定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> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <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が対象 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。</li> <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）に実施</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> <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。 ※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。 ※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5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

組合員及びその被扶養者の健康の保持増進，元気回復等のために，健康管理講座及び福利厚生事業などを実施しています。



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等を学ぶ講座〔講話及び分科会（アロマセラピー・体幹バランス）を夏季休業期間（7月下旬）に実施予定〕	鹿児島市	40人
		薩摩川内市	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）2回	各100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）を夏季休業期間に実施予定〕	鹿児島市2回	80人（各40人）
		西之表市	40人
介護講座	介護に関する知識や介護方法等を実技を交えて学ぶ講座〔テーマを設け5コースで夏季休業期間に実施予定〕	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夏季休業期間に実施予定〕	○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3回100人 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月に実施予定〕		900人（1チーム3人）

## 令和5年度鹿児島宿泊所利用補助制度について

宿泊施設利用補助に係る運用の適正化を図るため，令和5年4月から会食と宿泊の補助回数と利用補助額に上限が設定されます。これを受け，本部からの指示により令和5年度の鹿児島宿泊所利用補助制度を一部見直しました。

ウェルビューかごしまを，これまでよりも「更にお得！」にご利用いただけます。詳細はウェルビュー広報紙「季節の便り（2023年春号）」でお知らせします。

（結婚式場利用補助及び慶事・法事利用補助は現行のまま，利用回数の上限設定はありません。）

### 宿泊利用の場合

～ R4一律1,000円補助が  
R5最大3,000円補助に!! ～

- ・組合員と，その親族（被扶養者でなくてもOK）
- ・1人6,600円以上の宿泊で1人あたり3,000円補助！（6,600円未満も段階的に補助します。）

☆組合員証を利用日当日フロントに提示するだけ！

お得！

### 会食利用の場合

～補助額が大幅UP!!～

例：4400円ご利用の場合  
(R4)1,000円補助→(R5)2,000円補助に！

- ・組合員と，その親族（被扶養者でなくてもOK）
- ・1人4,400円以上の会食で1人あたり2,000円補助！（4,400円未満のご利用も段階的に補助します。）

☆会計時に組合員証を提示し，その場で申請書を記入するだけ！

## 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) ※2
	【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 ※1	組合員、被扶養者及び同伴する親族が、「ホテルウェルビューかごしま」を食事や宴会等で利用したときに料金の一部を補助 [年度内に組合員一人当たり12回まで(扶養親族等も含む)]	利用料金が 4,400円以上→2,000円補助 3,300円以上→1,500円補助 2,200円以上→1,000円補助 660円以上→300円補助 ※2
鹿児島宿泊所 宿泊利用補助 ※1	組合員、被扶養者及び同伴する親族が「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 [年度内に組合員一人当たり12泊まで(被扶養者も含む)]	1泊当たり 6,600円以上→3,000円 4,400円以上→2,000円 2,200円以上→1,000円 1,100円以上→500円 ※2
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) ※100円未満切捨て ※2

※1 鹿児島宿泊所会食等利用補助及び鹿児島宿泊所利用補助の利用例は3ページを御覧ください。

※2 鹿児島宿泊所利用補助は予算に到達次第終了となる可能性があります。

# 知っておきたい年金情報

年金給付係  
☎ 099-286-5206

## 離婚時の年金分割制度

離婚等をした場合に、婚姻期間中の厚生年金の保険料納付記録(標準報酬)を当事者間で分割することができる制度です。

対象となるのは、平成19年4月1日以降に成立した離婚等に限られますが、平成19年4月1日以前の婚姻期間における標準報酬も分割の対象となります。分割方法には「合意分割」と「3号分割」の2種類あります。

なお、原則として、離婚等をした日の翌日から起算して2年を経過した場合は、標準報酬の分割請求をすることができません。

### 合意分割制度

合意分割制度は当事者からの請求により厚生年金等の保険料納付記録(標準報酬)を分割できる制度です。この制度により分割される記録は、婚姻期間中の当事者間の保険料納付記録に限られます。

### 3号分割制度

3号分割制度は国民年金第3号被保険者※であった方からの請求により、相手方の保険料納付記録を2分の1ずつ分割できる制度です。

この制度により分割される記録は、平成20年4月1日以後の国民年金第3号被保険者期間中の記録に限られます。

※ 国民年金第3号被保険者とは、厚生年金保険の被扶養配偶者で20歳以上60歳未満の人をいいます。

# こんなとき!!どうする？

異動者・退職者の方については、共済組合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

一般組合員

	組合員証等 <sup>※注1</sup>	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)			<b>手続必要</b> <sup>※注2</sup> ☆原則として全額返済となります。該当の方へ払込通知書を送付します。
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)	<b>旧所属所へ</b> 「組合員証」等を返納  ☆転出先の共済組合での加入手続等で「 <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旧所属所へ返納してください。	<b>旧所属所</b> を通じて 「 <b>組合員転出届書〔整理番号5〕</b> 」の提出が必要。	☆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が可能です。(借換え)  ☆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は返済継続が可能です。(徴収嘱託)
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)		☆転出先での共済組合への加入手続等で <b>基礎年金番号が必要になります。</b> 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。	<b>手続必要</b> <sup>※注2</sup> ☆原則として全額返済となります。 団信加入中の方は本人振込により返済継続も可能です。  ☆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が可能です。(借換え)
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)	「組合員証」等を <b>転出先の所属所</b> へ提出してください。		<b>手続不要</b> ☆原則として転出先の支部で返済継続となります。

## 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)

一般組合員・短期組合員

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は原則不要ですが、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、所属所を通じて次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」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、転居の際は郵便局で転送手続きをお願いします。



### 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※注1, 注3	年金※注4	貸付 (貸付を受けている方のみ)
一般	退職 (退職後, 再就職 予定のないとき)	旧所属所へ 「組合員証」等を返納	【定年前に退職される方】 「退職届書」の提出が <b>必要</b> ★「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・63歳で定年退職の方】 【S34.4.2以降生まれの再任用フルタイムの方】 「退職届書」の提出が <b>必要</b>	手続不要  ★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 短期組合員になる とき	新所属所へ 「組合員証」等を提出 ★旧所属所で資格 <b>喪失</b> 手続が <b>必要</b> です。 ★新所属所で資格 <b>取得</b> 手続も <b>必要</b> になります。 ※「組合員証」等の番号が変わります。	【S34.4.1以前生まれの方】 「老齢厚生年金等改定請求書」等の提出が <b>必要</b> ★2月に送付している「改定請求書」等を提出してください。	手続不要  ★原則, 全額返済となります。該当の方へ払込通知書を送付します。 ★退職手当が支給される方は, 退職手当からの全額返済となります。
	退職後, 引き続き 再任用フルタイム 職員になるとき	「組合員証」等の返納は <b>不要</b>	原則, 手続不要  ★今年度末に60・63歳で定年退職の方については, 2月に送付している「退職届書」を提出してください。	
短期	退職 (退職後, 再就職 予定のないとき)	旧所属所へ 「組合員証」等を返納	年金(長期給付)は適用除外となっているため, 当共済組合への手続きは <b>不要</b> です。 ※適用事業所(任命権者等)から日本年金機構へ届出が行われます。	手続不要  ★原則, 全額返済となります。該当の方へ払込通知書を送付します。
	退職後, 引き続き 一般組合員になる とき	新所属所へ 「組合員証」等を提出 ★旧所属所で資格 <b>喪失</b> 手続は <b>不要</b> です。 ★新所属所で資格 <b>取得</b> 手続が <b>必要</b> です。 ※「組合員証」等の番号が変わります。		

※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, 共済組合へ返納していただくこととなります。

「組合員証」等とは……

・組合員証 ・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。

※注2 手続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。

※注3 「資格喪失証明書」が必要な場合は, 一般組合員は「資格喪失証明書交付申出書」を提出してください。

短期組合員は, 適用事業所へ「健康保険・厚生年金保険の資格等喪失連絡票」等の作成を依頼するか, 一般組合員と同様, 「資格喪失証明書交付申出書」を提出してください。

※注4 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続が必要です。

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)で手続を行ってください。

退職日から次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は退職に含まれません。



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。

## 退職後の医療保険制度

退職後は、再就職して勤務先の医療保険制度（健康保険・共済組合）が適用される場合を除いて、次の表のいずれかの医療保険制度に加入する手続きが必要となります。

医療保険制度	国民健康保険	任意継続組合員制度 (最長で2年間加入できる)	家族の医療保険制度 (健康保険・共済組合)の被扶養者
掛金 (保険料)	前年の収入、世帯人員数を基に算出(市区町村により異なる)	労使折半ではなくするため最大で退職時の2倍	被扶養者となるため負担なし
窓口	住所地の市区町村の国民健康保険担当窓口	公立学校共済組合鹿児島支部	家族が加入している医療保険制度の運営団体
その他	被扶養者制度がないため、これまで被扶養者であった家族の保険料を世帯主が負担する	被扶養者制度については退職前と同じ。	年金も収入に含まれる。被扶養者になるための要件については、事前確認が必要

### ●公立学校共済組合の任意継続組合員制度の手続

任意継続組合員制度とは、**組合員期間<sup>(注1)</sup>が退職日まで引き続き1年と1日以上あった方が**、退職後も引き続き共済組合の短期給付と福祉事業の一部の適用を受けることができる医療保険制度<sup>(注2)</sup>です。再就職して勤務先の医療保険制度が適用される場合は加入できません。

(注1) 令和4年10月1日から短期組合員となった非常勤職員のうち、9月末まで健康保険に加入していた方は、健康保険の加入期間を含みます。

(注2) 在職中とは異なり、任意継続組合員制度は、医療保険制度のみが継続です。年金については、20歳以上60歳未満の方(被扶養者を含む。)は、国民年金へ加入する必要がありますので、住所地の市区町村の国民年金担当窓口で手続きをしてください。

### ●加入期間

最長2年間(申出により途中で脱退することもできます。)

### ●加入手続

**退職日を含めて20日以内(例：年度末退職の場合は4月19日まで)**に、「任意継続組合員申出書」<sup>\*</sup>の提出と掛金の納入をする必要があります。年度末退職予定の方に対して、退職前から加入申出の事前受付を行っていますので、詳細は当支部ホームページをご覧ください。

<sup>\*</sup>引き続きご家族を被扶養者として認定することもできます。

### ●掛金額

在職中とは異なり、雇用主(県や市町村)負担がなくなることから全額自己負担となるため、掛金額は最大で退職時の2倍になります。国内に住所を有する40歳以上65歳未満の方は、介護掛金も必要です。任意継続組合員申出書の提出後に納入額をお知らせしますので、指定の期日までに払い込んでください。

### ●掛金の払込方法

①年一括払い ②半期払 ③月払のいずれかを選択できます。①・②については、前納による掛金額の割引制度があり、途中で脱退した場合は、未経過月分の掛金は還付します。③は前月払いです。

### ●組合員証の交付

掛金を納入いただくと、新たに「任意継続組合員証」を被扶養者分と併せて、ご自宅へ郵送します。

## 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。)**

保障期間	退職後の手続
<b>令和5年10月31日まで継続<sup>(注)</sup></b> 脱退の申出がない場合は、11月1日以降も自動更新 <sup>*</sup> となります。	脱退・減額は、毎年7月頃にご自宅へ届く更新手続書で手続ができます。新規加入・増額の取扱いはできません。保険料の口座振替は年2回(4月と10月)です。住所・電話番号・口座等の変更は、福祉保険制度加入者票(毎年10月・4月送付)に添付されている「異動変更連絡票」(返信用はがき)をご提出ください。

(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。

<sup>\*</sup> 保険期間は1年間(11月1日～翌年10月31日)で、以後毎年更新

**お問合せ先：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(祝日・年末年始を除く)10時～16時



## 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5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。住所・電話番号・口座等の変更は、毎年3月送付のハンドブック内の「変更訂正届」（返信用はがき）をご提出ください。
	満60歳未満の方		
他の共済組合（注）への転出		脱退手続に関する書類をご自宅あてに送付します。下記の間合せ先へご連絡ください。	

（注）文部科学省共済組合・私立学校教職員共済を除きます。

### お問合せ先：

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（祝日・年末年始を除く）10時～17時

## 知っておきたい貸付情報

厚生係  
☎ 099-286-5214

## 債務返済支援保険料の変更について

住宅関連の貸付け・教育貸付けをご利用の皆さまへ

債務返済支援保険の保険料が変わります

債務返済支援保険の保険料について、令和5年4月から次のとおりとなります。

貸付金の平均返済月額 10,000円につき

令和5年3月まで	月額 <b>102</b> 円	➔	令和5年4月から	月額 <b>101</b> 円
----------	-----------------	---	----------	-----------------

※ 制度内容等の詳細については、当共済組合ホームページに掲載している「団信制度適用申込の手引（パンフレット）」をご一読ください。

### 訂正とお詫び

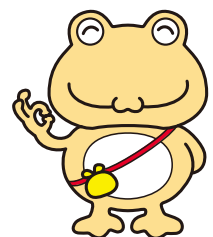
共済広報かごしま第107号の「住宅関連の貸付け・教育貸付けをご利用の皆さまへ」コーナーにて誤りがありました。債務返済支援保険の保険料を「103円/月」と記載しておりましたが、正しくは「102円/月」です。訂正しお詫び申し上げます。

お問合せ先：公立学校共済組合団信担当 フリーダイヤル 0120-080-456（無料）

照会受付時間：月～金（祝日を除く）10時～16時

## 貸付関係書類の提出期限について

- ◎ 貸付申込書受付締切日は毎月23日です。（翌月23日送金）  
23日が土・日・祝日の場合は、その前日となります。  
（不備のない書類の提出をもって、貸付申込みの受付とします。  
貸付けを申し込む際は、期間に余裕をもって早めに提出してください。）
- ◎ 繰上償還申出書受付締切日は毎月10日です。（翌月払込）  
10日が土・日・祝日の場合は、その前日となります。
- ※ 詳しくは、ホームページをご覧ください。



お問合せ先：公立学校共済組合鹿児島支部 厚生係

TEL 099-286-5214

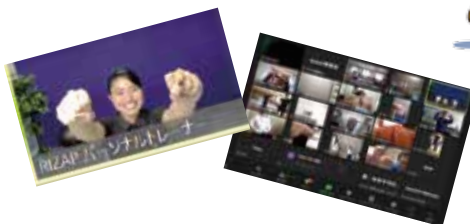


組合員の健康保持・増進を図るため、冬季健康管理講座を実施しました。  
 今年度もZoomによるLIVE配信方式で、3回開催しました。  
 離島の方も気軽に参加でき、また家族や同僚と一緒に受講できることから、  
 各回とも100回線を超える応募がありました。




～座りながらできるエクササイズ編～  
 12/17 (土) 13:30～15:00


～脂肪燃焼エクササイズ編～  
 1/21 (土) 13:30～15:00



～睡眠と、心と体の健康編～  
 2/25 (土) 13:30～15:00



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**



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)  
**櫻間 俊樹 氏**

### 受講者の声

- ついていけるか少し心配でしたが、体力に合わせた負荷でできたのでよかったです！
- 他の方の頑張っている姿も見ることができ、一緒に頑張れた♪
- チャットのやりとりでコミュニケーションをとりながらだったので、楽しく受講することができました！
- 自宅で気軽に参加できるのが良かった。

## 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。月額は、個人の標準報酬月額に次の下表の掛金率を乗じて算定します。

令和5年4月からの率(見込み)

長期給付事業 (公的年金)	厚生年金保険	1000分の91.50	短期給付事業 (健康保険)	1000分の48.01
	年金払い退職給付	1000分の7.5	介護保険	1000分の8.00

※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。  
 ※短期組合員については、短期給付事業及び介護保険に係る掛金が控除されます。

### 任意継続組合員の方

任意継続掛金の月額は、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5年度適用額:41万円)

令和5年度の率(見込み)

短期給付事業 (健康保険)	1000分の93.20
介護保険	1000分の16.00

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。)

# 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

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。  
**TEL 099-286-5207 FAX 099-286-5663**

【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。

**TEL 092-541-4936** (要予約。「メンタルヘルス相談予約」とお伝えください。)

【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)

**TEL 092-541-4936** (要予約。「セカンドオピニオン相談予約」とお伝えください。)

【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：<https://www.kyuchu.jp>)

【相談内容】脊椎、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

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)

**TEL 099-224-6248** Email: [soudan01@pref.kagoshima.lg.jp](mailto:soudan01@pref.kagoshima.lg.jp)

【受付時間】教職員相談員  
・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) **TEL 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 **TEL 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)



# 令和4年度 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、令和4年度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は、今年度で5回目となり、230チーム、総勢690人と多くの参加をいただきました。

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♪）に時間を見つけて取り組んでいただきました。本当にお疲れ様でした♪

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

#### 鹿児島県 総合体育センター Tai陽とともに衆

チーム  
合計

5,582,214 歩

第1回から参加させていただき、今回で5回目。今回も、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。チーム「Tai陽とともに衆」は、「今年こそ1位」を目指して、昨年まで朝・昼・夕の3回のウォーキングタイムの計画だったのを、今回は、「晩」を追加し4回のウォーキングタイムを実施してきました。また、マラソン大会への参加なども重なり、意欲的に走り込みも兼ねることができました。2カ月の長丁場を乗り切るために、チームでの目的意識の共有、家族の支えがとてありがたかったです。特に、家族とともにウォーキングを行うことで、家族でのコミュニケーションが増え、絆も深まりました。昨年度よりも大幅に歩数を伸ばすことができ「歩いたなあ〜。」と目標達成の充実感を味わうことができました。職場内でも、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なり、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。



### 第2位

#### 鹿児島県立 川辺高等学校 かわなべ シンキ劇

チーム  
合計

4,052,495 歩

今回で2回目の参加です。なんと管理職チームが加わり、2チームで参加しました。昨年2位!そして今回もなんと2位!!ありがとうございます。昨年入賞したメンバーの☆24時まで歩数はカウントされる! ☆天候は関係ない!!を mottoに、1日の限られた時間の中でそれぞれが時間を見つけて(いや、作り出して)途中くじけそうになっても(くじけた者も!)励ましたり喝を入れたりしながらなんとと言ってもそこはチーム戦!!互いにフォローしあい、毎日楽しく取り組むことができました。誘惑に負けて動けない日もありましたが、外に出てみると、歩いたからこそ出会えた景色や発見もあり、振り返ってみると、とても充実した2ヶ月間が過ごせたと思います。そして、体を動かすということが習慣化され、車を使わずに歩いてみようかなと思う日も増えました。毎年、このチャレンジが「歩く」を楽しむいい機会となっています。今後も継続していきたいと思っています。



### 第3位

#### 奄美市立 小宿小学校 リベンジャーズ

チーム  
合計

3,984,267 歩

令和3年度、初めて挑んだウォーキンググランプリ。思いがけない合計歩数に私達は、入賞を信じて疑わなかった。しかし、結果は4位。「共済広報かごしま」の記事を眺めながら私達は、唇をかみしめていた。リベンジ、リベンジしかない。

令和4年、私達は、悔しさをバネに再チャレンジ。精鋭3人組。その名もリベンジャーズ。私達は、歩いた。朝日を浴びながら、夕日に照らされながら、潮風香る自然の中を、朝な夕な、ただひたすらに歩き続けた。

そして、気付いた。軽くなる体、さえたる頭、寛容になる心。授業のアイデアも浮かびまくり。そう、私達は、順位を上げるためではなく身心のバランスのために歩いているのだと。

リベンジ……再挑戦。それは、競い勝つことではなく、身心をよりよき方向へもっていくためのリベンジだったのである。



## 入賞チーム

飛び賞	50位	鹿児島県総合教育センター	としちゃんとゆかいな仲間たち	1,904,099歩
	100位	鹿児島県立中種子養護学校	Twelve Minions	1,593,955歩
	150位	鹿児島県立市来農芸高等学校	うのきち	1,358,569歩
	200位	三島村立三島竹島学園	チーム かたつむり	1,102,670歩

学校賞	小学校部門	218位	南九州市立松山小学校	ぼっちゃりーず	884,314歩
	中学校部門	64位	奄美市立赤木名中学校	モリちゃんズ♡	1,813,452歩
	その他部門	37位	鹿児島県立川内商工高等学校	おにぎり8	2,011,705歩

来年頑張るぞ賞	229位	薩摩川内市立黒木小学校	黒ちゃんチーム	566,558歩
---------	------	-------------	---------	----------



募集案内は毎年7月！  
要チェック！

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♪

## 参加者の御意見・御感想

- ・ 事務室全員で参加したことにより、歩数を競ったり、歩いていて気づいたことなどを情報交換したり、楽しい会話で盛り上がりました。日頃の運動量を見直す良い機会になりました。【出来立てのポップコーン】
- ・ 意識して歩くことを心がけることができた。特に、エレベーターを使わずに階段を利用することができて、節電にもつながったような得した気分になった。【ささっきーず】
- ・ 意識して階段を使ったり、少しの距離であれば歩いてみようと思うようになり、健康を意識するいい機会になった。【この脂肪、買い取られ隊】
- ・ 学校全体で取り組むことで、一人よりも楽しく、また、目標をもって歩くことができました。今後も機会があれば参加していきたいです。【喜界小A～D】
- ・ 今年度初めて参加しましたが、非常にいい取組だと思いました。来年度も是非参加したいと思います。もっと職場で取組を広げたいと思います。【北薩ウォーキングgood！】
- ・ 今回参加して、毎日どのくらい歩いているのか知ることができました。これからも、健康のために意識して歩いていきたいです。【チーム訪問】
- ・ ここ数年毎年参加させていただいています。自分の健康のために、職場の仲間と一緒に頑張ることができて楽しいです。【健康第二】

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いきたいと思っております。ありがとうございました！

## セルフメディケーションを実践しよう！

☆ セルフメディケーションとは

**自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること。**

〈WHO セルフメディケーションの定義〉

**実践1**：セルフメディケーションは、いつまでも生き生きと健やかな生活を送ることを目指しています。まずは自分や家族の健康に関心を持ち、病気にならないように正しい知識や生活習慣を身につけていきましょう。



- (1) 規則正しい生活を送り、体に備わっている自然治癒力を高めましょう。
  - ・ 1日3食規則正しいバランスの取れた食事を取るようしましょう。
  - ・ 十分な睡眠や休息を取り、定期的に運動をする習慣を身につけましょう。
  - ・ 禁煙をする、休肝日を週2日設けて実践する。
- (2) 毎年健康診断を受けて自分の体をチェックしましょう。
  - ・ 健康診断（検診）は、病気の予防や改善の貴重な情報です。気になる数値があれば医師や専門家の指導を受け、生活習慣の改善に取り組みましょう。
- (3) 正しい健康知識を身につけましょう。
  - ・ 病気や薬などについて信頼できる情報を集めましょう。情報の発信源がどこなのかチェックしましょう。公的機関や大学病院などが発信するサイトは、信頼できる可能性が高いです。

### ※かかりつけ医を持ちましょう！

<メリット>

- ・ 大病院と比べて待ち時間が短く、診察もじっくり見てもらえます。
- ・ 日頃から受診することで病歴や体質なども継続して把握してもらえるので、健診結果から生活習慣の改善点などアドバイスを受けられます。
- ・ 精密検査や高度な医療が必要になったときは、適切な医療機関を紹介してもらえます。

**実践2**：軽度な症状の場合は、医師の処方箋無しで購入できるOTC医薬品（市販薬）を上手に利用しましょう。自分で手当てすることはセルフメディケーションの基本です。

※ OTC：Over The Counter（オーバー・ザ・カウンター）の頭文字。  
カウンター越しに薬を購入することからきています。

- (1) OTC薬品は、取り扱いの基準により「要指導医薬品」と「一般医薬品」に分けられます。購入するとき、どの薬を選べばいいのかわからない、不安があるときは、薬局の薬剤師や登録販売者に相談して、症状に合ったものを選ぶようしましょう。
  - ※ 近所にかかりつけ薬剤師を持っていると、薬のことだけでなく、病院へ行くほどでもないが不安に思っていることなども相談できて安心です。



分類	対応する専門家	購入者への説明	購入者からの相談対応	インターネット・郵送等での販売
要指導医薬品	薬剤師	対面で書面での情報提供	義務	不可
医薬品 一般用		第1類医薬品		書面での情報提供
	第2類医薬品	努力義務		
	第3類医薬品	法律上の規定なし		

(2) 薬は正しく使いましょう。 → 必ず水かぬるま湯で飲みます。

説明書を読み、用法、容量を守りましょう。

※ 「お薬手帳」にOTC医薬品を購入するときも記載しておきましょう。すでに飲んでいる薬との重複や飲み合わせに影響がないかチェックしてもらうことができます。

## 知っていますか？ セルフメディケーション税制について！ (特定医薬品購入の所得控除制度)

健康増進の取り組みを行う人が、対象となるOTC医薬品を年間12,000円を超えて購入した場合に、12,000円を超えた部分の金額（上限：88,000円、生計を一にしている家族の分も含む）について、確定申告により所得控除が受けられる制度です。

- ① OTC医薬品を購入した際のレシートや領収書は、保管しておきましょう。
- ② 対象期間：平成29年1月1日～令和8年12月31日



### 対象となる人

- 所得税や住民税を納めている人
  - 各種健（検）診や予防接種を受けるなど、健康の保持増進及び疾病の予防に関する一定の取り組みを行っている人（特定健診・特定保健指導、勤務先での定期健康診断、市町村が実施のガン検診、インフルエンザ予防接種 など）
- ※ 確定申告の際、証明書の添付又は提示が必要です。

### 対象となるOTC医薬品

厚生労働省のサイトに一覧が掲載されています。



**対象となるOTC医薬品**

対象商品の多くはパッケージに以下の識別マークが付いています。

**セルフメディケーション  
税 控除 対象**

**厚生労働省  
セルフメディケーション税制について**

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunisuite/bunya/0000124853.html>

参考資料 監修/セルフメディケーション推進協議会 発行所：ライズファクトリー文書

# サーモンのカレー風味ムニエルと 春野菜のソテー新玉葱のフリット添え

## 材料（4人分）

生サーモン(鮭)切り身 …… 4枚  
(他の魚でも代用可)  
菜の花 …… 1束  
新ジャガイモ …… 2個  
ミニトマト …… 4個  
新玉葱 …… 1個  
ベビーリーフ …… 1袋  
小麦粉(あれば強力粉) …… 40g  
カレーパウダー …… 10g  
チョレギドレッシング …… 適量  
(他のお好みのドレッシングでも可)  
バター …… 適量  
サラダ油 …… 適量



## 作り方

- ① サーモンの骨を取り除き塩コショウをし、余分な水分を出す。
- ② 菜の花・新ジャガイモ・ミニトマトをきれいに洗い、好みの大きさにカットする。
- ③ 新玉葱を薄くスライスする。
- ④ ベビーリーフを洗い、水にさらす。
- ⑤ 新ジャガイモをフライにする。(茹でてOK)
- ⑥ 小麦粉とカレーパウダーを合わせる。
- ⑦ ①のサーモンの水分をペーパーでとり、⑥をつけ粉をきれいはたく。

- ⑧ ⑦の残りの粉に③をまぶし、きれいに粉をはたきフライにし、塩をふる。
- ⑨ フライパンにバターを軽く焦がし、菜の花・ミニトマト・⑤をソテーし、塩コショウで味を調える。
- ⑩ ⑦をバターとサラダ油を半分半分できつね色にカリッと焼き、火を通す。
- ⑪ 皿に⑨を敷き⑩のをせ、水を切ったベビーリーフ、⑧を飾る。
- ⑫ お好みでチョレギドレッシングをかける。

## 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 3号分割制度は( )であった方からの請求により、相手方の保険料納付記録を2分の1ずつ分割できる制度です。
- Q2 貸付申込書の受付締切日は、毎月( )日です。
- Q3 任意継続組合員へ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( )日以内に掛金を納めていただく必要があります。
- Q4 OTC医薬品とは、医師の処方箋無しで購入できる市販薬のことです。OTC医薬品は、取り扱いの基準により【( )】と「一般医薬品」に分けられます。

【ヒント】今号の「共済広報かごしま」を参照ください。

### 【前号の正解】

- Q1 (団体信用生命保険)  
Q2 (88,000)  
Q3 (コレステロール値) Q4 (3/4)

### 【当選者発表】

- ◆ 図書カード(2,000円分)  
ののちゃんさん  
ぶるるんさん  
いくちゃんさん  
舞妓さん  
焼き芋さん  
ばららんらんさん  
ありがみょんさん  
エリザベスさん

74名様のお応募がありました。  
当選おめでとうございます!

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)  
・「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

【FAX】 099-286-5663

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

【締切】 令和5年5月19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・景品の発送の他、今後の事業運営等の参考にさせていただきます。

メール送信の場合、件名は  
「共済広報かごしまクイズ応募」  
としてください。





**宿泊プラン**  
**桜鯛・和牛物語**

春が旬の真鯛を「桜鯛」と呼びます。玄界灘・響灘・周防灘など近海の海が育んだ桜鯛と九州産和牛をコラボした特別料理です。隣にある小倉城探検で春風を感じる旅の一夜。春の味わいを、思い出に加えてください。

- |                        |                      |
|------------------------|----------------------|
| 先付け 冷製九州産和牛のローストビーフ    | 強肴 九州産和牛ステーキ 温野菜をそえて |
| 造り 桜鯛の松笠造り 平須と鮎 あしらひ一式 | サラダ 季節の野菜サラダ         |
| 煮物 桜鯛のしゃぶしゃぶ 旬の野菜とともに  | 食事物 桜鯛を板長特製胡麻だれ茶漬けて  |
| 焼物 桜鯛と竹の子の木の芽焼き        | 香の物                  |
| 湯物 揚出しと桜鯛のつくねは中華風あんにかけ | 甘味 旬のイチゴのロールケーキ      |

2023年 3/1 ~ 4/30  
1泊2食付 お一人様 **12,800円**(税込)  
別途宿泊税 (200円 / 1泊1名様) が必要です。

ご予約問合せ **小倉リーセントホテル tel. 093-581-5673**  
北九州市小倉北区大門1丁目1番地17号 fax. 093-582-1789



令和3年2月  
全館リニューアル完了!

**GRANDE HAGA KURE**  
HOTEL グランデはがくれ

おすすめ宿泊プラン  
**美味しい朝食付きプラン**

お一人様 1泊朝食付 **7,000円**~ (税別)  
※写真は朝食の一例です。

ホテル自慢の美味しい朝食を開放感があるレストランでお召し上がりください。

HOTEL **グランデはがくれ**  
Grande Hagakure

公立学校共済組合佐賀宿泊所  
**TEL0952-25-2212**  
7840-0815 佐賀市天神2丁目1番36号  
JR佐賀駅より徒歩6分

Hotelで宿泊室 心からくつろいでいただけるお部屋 全32室をご用意しております。



※写真は宿泊室の一例です。上記以外のタイプの宿泊室もございます。

**全室無料Wi-Fi接続サービス対応**

「シモンズ社製」ベッドを導入 ※一部客室(和室・ダブル)を除く。



# 春の歓送迎会 おすすめ テイクアウト

配達可



New!

低温調理で柔らかく仕上げたローストビーフや  
季節の炊き込みご飯など今だけの限定メニュー

春のグルメボックス 販売期間 2023.3/1~4/30

通常価格 3,500円 会食等利用補助利用で 2,500円



彩り二段重

通常価格 2,500円 会食等利用補助利用で 2,000円



季節を味わう和の松華堂

通常価格 5,500円 会食等利用補助利用で 3,500円



フレンチ松華堂

通常価格 5,500円 会食等利用補助利用で 3,500円

1万円以上のご注文で  
配達承ります!



1777限定:浜坊から車で  
10km圏内

3日前迄  
要予約

花束のご注文も  
お受け致します

花束 大5,500円  
中4,400円  
小2,200円



※サイズはイメージです。  
単ご予算に応じて2,200円~  
ご利用致します。  
※色味のご希望や希望の花材が  
ありませんでしたらご容赦ください。

- 表示は全て税込み価格です。
- ご予約はお電話にて承ります。  
(受付時間:9時~17時)
- お料理は前日まで、配達のご予約は3日前までとなっておりますが、予約状況によってお受けできない場合もありますので、お早めにご予約ください。
- 消費期限は、ご予約受取時間から3時間です。
- 米類・配達を問わず11時~17時の間でご指定ください。



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

レストランRIPPLE & 薩摩

TEL 099-206-3204

受付時間  
9時~17時

FAX 099-206-5069  
<https://www.welview.com>

