



# 公立共済 かながわ

No.268 2021 **3**

## CONTENTS

大切なお知らせ	1
異動・退職をされるみなさんへ	2
新年度に向けて手続きの準備をお願いします	4
育児休業手当金受給中の方へ	4
短期給付金振込口座の確認をお願いします	4
任意継続組合員制度のご案内	5
退職後に加入する年金制度について	6
令和3年度 教職員人間ドック等事業について	7
(コラム) 心とからだをしなやかに保つには	8
福利厚生サービス委託変更先のお知らせ	10
レクリエーション・ガイドのお知らせ	10
会員制リゾート施設からのお知らせ	11
各所属所長あて通知・事務連絡の一覧	12
広報誌「公立共済かながわ」のホームページによる配信開始について	12
公立学校共済組合神奈川支部移転について	12

### 大切なお知らせ

宿泊施設、レジャー施設、育児・介護等に係る  
福利厚生サービスの委託先が変更になります  
新委託先【(株)JTBベネフィット(えらべる倶楽部)】



詳細については本誌P.10及び挟み込みのご案内も併せてご覧ください♪♪



# 異動・退職をされるみなさんへ

異動・退職をされる方は、共済関係のいろいろな事務手続きが必要です。  
該当する番号の内容を確認し、速やかにそれぞれの手続きを行ってください。  
事務担当者向けの手続きについては、別途通知します。

異動内容		手続	組合員証	年金	貸付 貸付けを受けている方 のみ
退職	・定年・勲奨・自己都合退職 ・再任用フルタイムから再任用短時間勤務になる方 ・退職後に、再任用短時間勤務、会計年度任用職員 (注3)になる方		① 注1、注2	③	手続なし 注4
	退職直後に、再任用フルタイム、臨時的任用職員になる方	手続なし (返納不要)		手続なし	
異動	公立学校共済組合 神奈川支部から 転出される方	地方職員共済組合神奈川県支部 (県知事部局等)	① 注1	④	手続なし
		市町村職員共済組合 (横浜市、川崎市を除く市町村 教育委員会事務局)	① 注1	④	⑤
		横浜市職員共済組合、 川崎市職員共済組合あるいは 国家公務員共済組合等	① 注1	④	⑥
		公立学校共済組合の他支部 (県外)	② 注1	手続なし	⑦
	公立学校共済組合 神奈川支部内で 異動される方	給与支払者が変わる方	手続なし (返納不要)	手続なし	⑧
		給与支払者が変わらない方	手続なし (返納不要)	手続なし	手続なし

**注1** 資格喪失日(退職日の翌日)以後、組合員証(被扶養者証)は使用できません。  
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、組合員であった方に請求しますので、共済組合へ返還してください。

**注2** 国民健康保険に加入される方(被扶養者を含む)や被扶養者の認定のために「資格喪失証明書」が必要な場合は、「資格喪失(取消)証明書発行願」(給付様式第4-1号)を給付グループへ提出してください。「資格喪失(取消)証明書発行願」は、公立学校共済組合神奈川支部のHP(様式ダウンロード資格編)に掲載、または、所属所へ通知する「組合員資格の取得・喪失等に係る事務手続きについて」に添付します。

**注3** 退職後に、間をおいて臨時的任用職員になる方は、共済組合の資格が引き続きか任命権者に確認してください

**注4** 未償還元利金は、退職手当から控除しますので、手続は必要ありません。

不足額がある場合は、共済組合から本人に請求します。

なお、再任用フルタイム、臨時的任用職員、組合員資格を取得した任期付職員及び会計年度任用職員の方の貸付は、未償還元利金が発生しない貸付要件となっているため、退職手当からの控除はありません。

3月1日以降に退職が決まった方は、共済経理グループへ連絡してください。



「それぞれの  
手続き内容」

①	<p>□ 「組合員証」等は使用できませんので、退職日以降に必ず所属所に返納してください。</p> <p>「組合員証」等とは、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 組合員証</li> <li>● 組合員被扶養者証</li> <li>● 限度額適用認定証</li> <li>● 高齢受給者証</li> <li>● 特定疾病療養受領証</li> </ul>
②	<p>□ 「組合員証」等は、転出先の所属所に必ず返納してください。</p>
③	<p>&lt;昭和33年4月2日以降に生まれた方&gt;</p> <p>○提出書類「退職届書」 所属所あてに送付します。必要事項を記入・確認していただき、退職日以降に所属所経由で提出してください。</p> <p>&lt;昭和33年4月1日以前に生まれた方&gt;</p> <p>○提出書類「年金改定請求書」等 ご自宅あてに送付します。</p> <p>「退職届書」及び「年金改定請求書」等の送付時期は、3月中旬から下旬を予定しています。</p> <p>なお、再任用フルタイム、臨時的任用職員の方については、来年度の勤務継続の有無に関する調査で「継続しない」と回答した方に対して、提出書類を送付します。</p> <p><b>3月1日以降に退職が決まった方は、すみやかに年金グループへ連絡してください。</b></p>
④	<p>○提出書類「組合員転出届書」</p>
⑤	<p>□ 次のどちらかを選択して、共済経理グループへ連絡してください。</p> <p>A : 給与からの返済を続ける B : 全額を一括返済する</p>
⑥	<p>□ 全額一括返済となります。共済経理グループへ連絡してください。</p>
⑦	<p>□ 未償還元利金を転出先支部に移管することができます。</p> <p>移管すると給与からの返済が継続されます。ただし、「住宅貸付」は貸付対象物件に居住しなくなった場合、移管できないことがあります。共済経理グループへ連絡してください。</p>
⑧	<p>□ 手続きが完了するまでの数か月間は、給与からの控除ができませんので、当共済組合から送付する振込依頼書にてお振り込みください。</p>

# 新年度に向けて手続きの準備をお願いします

〔給付グループ/TEL: 045-210-8179(直通) または 8179~8182(県庁内線)〕

## 【被扶養者が就職等した場合】

被扶養者が就職等により他の健康保険制度に加入した場合や収入超過した場合は、「被扶養者申告書【取消用】」(給付様式第2-1-2号)と就職したことがわかる書類等を速やかに所属所を經由して給付グループに提出し、認定取消の手続きを行ってください。

その際、共済組合の被扶養者証を返却していただきますが、万が一、他の健康保険制度に加入後、被扶養者証を使用して医療機関等を受診した場合は、後日、組合員に医療費を返還していただきます。

手続きを  
忘れずに!



## 【扶養手当が終了した場合】

3月末で扶養手当の支給が終了した被扶養者を4月以降も引き続き認定する場合は、来年度の検認事務で被扶養者の収入や組合員との生計維持関係を確認しますので、被扶養者のアルバイト等の給与明細や、最新の年金通知、確定申告の写し、送金の証明等を保管しておいてください。※ 就職等で被扶養者の取消手続きをしないことで、検認事務の際に遡って取消とならないよう、留意してください。

## 【転居した場合】

組合員や被扶養者が転居した場合は、「組合員証等記載事項等変更(訂正)申告書」(給付様式第3-1号)を速やかに所属所を經由して給付グループに提出し、住所変更の手続きを行ってください。組合員と被扶養者が別居となった場合は、組合員からの送金額が、『被扶養者の収入額と、組合員および他の扶養義務者の送金額の合計』に占める組合員の送金額の割合が3分の1以上であることが認定要件です。

## 育児休業手当金受給中の方へ



育児休業手当金請求書の様式が変更になりました。変更後の様式は、公立学校共済組合神奈川支部ホームページの様式ダウンロード(短期給付編)からダウンロードできます。

## 短期給付金振込口座の確認をお願いします

短期給付金を振り込む口座は、組合員が指定した金融機関の口座を登録しています。最新の口座情報を申請していない場合、給付金の支給ができませんので、ご注意ください。

短期給付金振込口座は給与支払口座とは連携していませんので、変更する場合は、必ず「短期給付金口座振込申出書」(給付様式第5-1号)で、口座変更の手続きを行ってください。

なお、組合員証(健康保険証)の氏名を変更する場合は、「組合員証等記載事項等変更(訂正)申告書」(給付様式第3-1号)で手続きを行うと、口座名義も変更されます。組合員証の氏名と口座名義が同一でなければ振り込みができないため、組合員証の氏名変更の手続きを行った場合は、速やかに金融機関の口座名義変更の手続きも行ってください。

- 共済組合に登録している口座を解約していませんか?
- 統廃合により金融機関や支店が変更になっていませんか?



# 任意継続組合員制度のご案内

〔給付グループ/TEL: 045-210-8179(直通) または 8179~8182(県庁内線)〕

## 任意継続組合員制度とは？

退職後、最長2年間、在職中とほぼ同様の短期給付を受け、一部を除いた福祉事業を利用することができる医療保険制度です。

○任意継続組合員になるためには

- ① 退職日まで引き続き組合員期間が1年と1日以上あること
- ② 任意継続組合員申出書（給付様式第6-1号）の提出と掛金の納付を期限内に行うこと

○任意継続掛金（保険料）の算定方法

任意継続掛金の算定の基礎となる額は、次の①か②のいずれか少ない額を標準とし、掛金率を乗じて算定します。

- ① 退職時の標準報酬月額
- ② 平均標準報酬月額 410,000円（令和3年度適用）

【1カ月分の掛金の計算方法】(掛金率: 令和2年10月現在のもの)

任意継続掛金算定の基礎となる額	×	掛金率 ※	=	掛金月額（円未満切り捨て）
-----------------	---	-------	---	---------------

※ 掛金率

令和3年度 短期掛金率 1,000分の84.2  
介護掛金率 1,000分の17.8（40才以上65才未満の組合員）

**令和3年3月31日退職者の申出書提出期限は、令和3年4月19日（月）です。**



被扶養者は  
認定できるの？

- 在職中の被扶養者を継続して認定する場合  
申出書に該当者の氏名を記入してください。
- 新たに被扶養者の認定が必要な場合  
給付グループに連絡してください。任意継続組合員資格取得後に手続きします。



申込後に  
次の仕事が決まっ  
たらどうするの？

- 再任用職員等で働くことが決定した場合、
- 掛金納付前  
「予定任意継続組合員申出取消申請書」（給付様式第6-4号）を提出することで、申出を取り消すことができます。
  - 掛金納付後  
任意継続組合員加入日と同日に再就職した場合は、任意継続組合員資格喪失申出書及び還付請求書（給付様式第6-2号）を提出することで申出を取り消し、掛金を全額還付します。

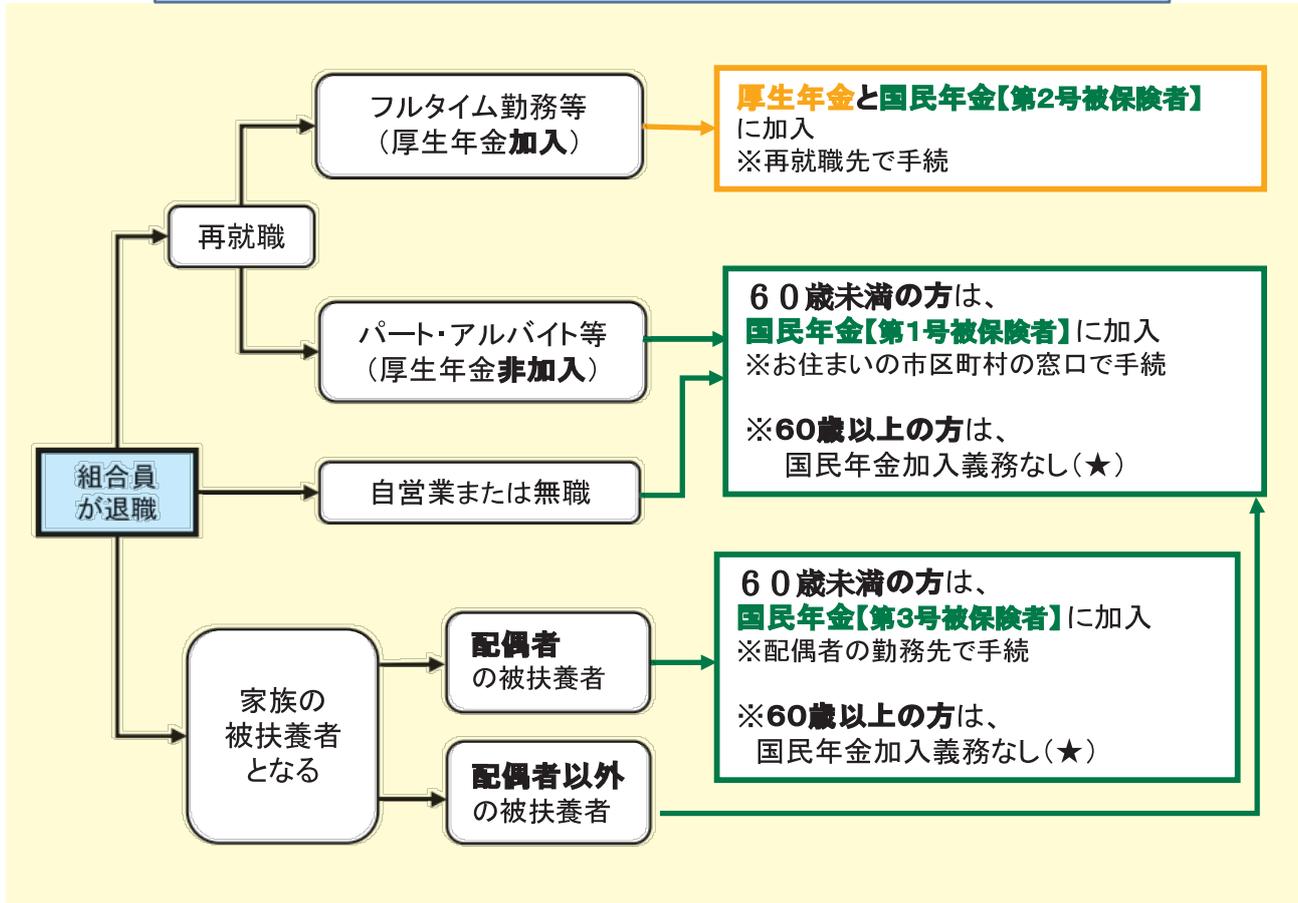
退職後の医療保険制度や任意継続組合員申出書等については、[公立学校共済組合神奈川支部ホームページ](#)に掲載しています。

# 退職後に加入する年金制度について

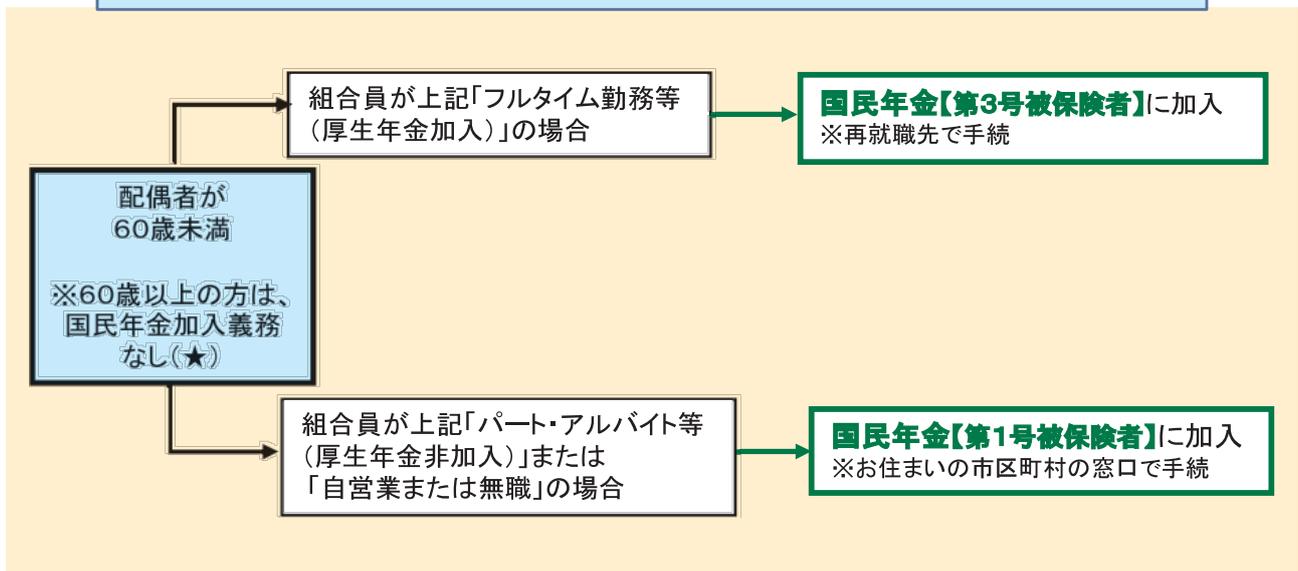
[年金グループ/TEL: 045-210-8183(直通) または 8183~8185(県庁内線)]

組合員が退職後に加入する年金は下図のとおりとなります。

## 組合員本人が退職後に加入する年金制度



## 組合員の被扶養配偶者が組合員の退職後に加入する年金制度



(★)60歳以上で国民年金の任意加入(65歳まで可)を希望される方は、お住まいの市区町村の窓口へご相談ください。

# 令和3年度 教職員人間ドック等事業について

〔健康福利グループ／TEL: 045-210-8170(直通) または 8168・8170・8171(県庁内線)〕

**申込期間: 4月1日(木)～4月23日(金)17時まで**

6時から24時まで(平日休日問わず)最終日4月23日(金)のみ17時まで

※申込期間外の申請は一切受け付けられません。※先着順ではありません。

**申込方法は「Web」申込となります。**

《スマートフォンまたはパソコンから手続きします》



申込結果通知期間	5月中旬 組合員宛にWeb通知 5月下旬までに、所属所宛に承認者一覧を紙で通知
健診機関	契約健診機関であれば選択自由(補助対象)

## 【申込手順】

- ① 神奈川支部ホームページにアクセス
- ② 「教職員人間ドック等事業」をクリック
- ③ 「Web申込システム」をクリック
- ④ 「Web申込システム」内で登録後に申請手続き



公立共済神奈川支部



## Q&A(申込から受診日当日)

### 【申込編】

- Q. 誰が申込むの? A.組合員本人。
- Q. 令和2年度に登録しているが再度申込は必要?  
A.再度申込が必要。
- Q. スマートフォン・パソコンがない  
A.3月下旬発送の申込手引書に申込方法を記載します。
- Q. 申込した内容は変更できる? A.申込期間内なら何度でも可能。



### 【申込結果通知・受診予約・受診編】

- Q. 予約はいつすればいい?  
A.申込結果通知(5月中旬)後、すぐに希望する健診機関へ電話等で予約。健診機関が定員に達する可能性あり。
- Q. 健診機関は変更できる?  
A.可能。既に予約している場合はキャンセル後に変更。



詳しくは、3月下旬に発送する通知文及び申込手引書等をご確認ください。

# 心とからだを



しなやかに保つには…

～「春」を元気に過ごしましょう～



## 春

神奈川県教育委員会教育局行政部厚生課 保健師 金谷 千恵子

<sup>こ</sup>は木の芽時と昔から言われるように、気温が上がり日照時間が延び、気圧も変化します。それに加え、人間関係や勤務地などの社会環境が変わるイベントも多い季節です。



心やからだはその変化に合わせて、「自律神経」や「免疫機能」が働いて体調を崩さないよう守っています。自律神経には「交感神経」と「副交感神経」があり、交感神経は緊張している時に、副交感神経はリラックスしている時に働いて、車の両輪のようにバランスよく機能しています。

しかし、あまりに変化が大きいと、緊張することが増え、リラックスへの切り替えが困難になることがあります。

そうして…



「春」は意識的に副交感神経を活性化させる時間を作ることをお勧めします！



## 生活の中で、副交感神経を活性化させるには

### 食事



- ゆったりと時間をかけましょう  
《三食に1回は》
- 「ながら食事」を止めましょう  
《スマホやパソコンを閉じて》
- 味や香りを十分に楽しみましょう  
《五感をフルに使って》
- よく噛んで食べましょう  
《一口10回以上噛む習慣を》

### 運動



- 適度な運動を心がけましょう  
《楽しく会話をしながら、じんわり汗がにじむほどの有酸素運動を》
- 運動前にストレッチ体操をしましょう  
《怪我を防ぐだけでなく、血液循環が良くなり、肩こりや頭痛にも効果的》
- 体調の悪いときは休みましょう  
《寝不足、過労など》

### 入浴



- 適度な湯温にしましょう  
《38～40度のぬるめのお湯にゆったり》
- 脱衣所も暖かく保ちましょう  
《血圧の上昇を防ぎます》
- 足浴も効果的です  
《足は第二の心臓》

### 睡眠



- 寝る前はブルーライトを避けましょう  
《スマホ・パソコンなど》
- 夜遅くまでの飲酒は控えましょう  
《お酒は眠りを浅くします》
- 寝る前は刺激物を避けましょう  
《タバコやコーヒーなど》
- 同じ時間に起きて、太陽光を浴びましょう  
《体内時計の働きで14～16時間後に眠くなります》



### 自分なりのリラクゼーション法

- アロマテラピー、音楽、腹式呼吸、ヨガ、ストレッチなど、自分に合ったリラックス方法を見つけましょう  
《寝る前や休み時間などにぜひ》



参考文献：金子書房「働く人のメンタルヘルス不調の予防と早期支援」  
株式会社アスパクリエイト「働く人の睡眠と健康」



# ベネフィット・ステーション(契約先:(株)ベネフィット・ワン) :令和3年3月31日(水)契約終了します。

※『ベネポイント』は使えなくなりますので、3月31日(水)までにご利用ください。



こちらの会員証は4月1日  
以降ご利用できませんので、  
**ご自身で破棄**していただき  
ますようお願いいたします。



NEW

## 4月1日から、 (株)JTBベネフィット(えらべる倶楽部)



- 新規契約先：(株)JTBベネフィット(えらべる倶楽部)に変更となります。
- 使用開始日：令和3年4月1日(木)より
- 利用ガイド及び新会員証等は、3月下旬までに所属所を通じてお送りします。  
また、この冊子に挟み込んでいるご案内も併せてご覧ください♪



なお、3月末日までに退職を予定されている方にも**新会員証**が配付されます。資格を喪失された場合は、**ご自身で破棄**していただきますよう、よろしくお願いいたします。

## レクリエーション・ガイドのお知らせ



レクリエーション・ガイド2020  
有効期限：令和3年4月30日まで



※4月下旬に所属所を通じて配送予定

レクリエーション・ガイド2021  
利用開始日：令和3年5月1日から

注意

- ☆利用対象者：**組合員とその家族** ※家族の詳細はレク冊子1頁をご参照ください。
- ☆**利用券を譲渡・利用することは不正**となりますので、ご注意ください！

お問合せ

健康福利グループ  
(直)045-210-8173または(県内專線)8173-8168



# 会員制リゾート施設からのお知らせ

## 近場でゆったり癒やしの旅

### エクシブシーズンプラン＜プレステージ＞

期間：～2021年3月31日(水)

#### ●エクシブ箱根離宮



料金 大人1名様 **15,140円**～  
(CBグレード・1泊2食・税サ込)



ホテル詳細はこちら

#### ●エクシブ湯河原離宮



料金 大人1名様 **14,820円**～  
(CBグレード・1泊2食・税サ込)



ホテル詳細はこちら

#### ＜共通事項＞

※上記は1室大人5名様ご利用時の料金です。ご夕食レストラン・コース、1室のご利用人数によりプラン料金変動します。

詳細は右記QRコードよりご覧ください。

※レストランのご提供内容や定休日、営業時間に変更となる場合がございます。 ※別途入湯税を申し受けます。

※ご利用は1室大人2名様から承ります。

※写真はイメージを含みます。



ご予約は、インターネットまたはお電話で！

■お問い合わせ

リゾートトラスト株式会社

MRP東京予約センター  
TEL:03-5323-8221

【営業時間】 平日/9:00～18:00



リゾートトラスト 法人インターネット 検索

ログインID・パスワードは  
レクリエーション・ガイドをご確認ください

## ホテルハーヴェスト旧軽井沢レストランのご案内

### ＜『信州牛出汁しゃぶしゃぶ』 8,800円＞

期間：～2021年3月31日(水)

二段仕込みの特製出汁で信州のブランド牛を鍋でいただく『しゃぶしゃぶ』です。肉の旨みや薬味の長葱との相性の良さに舌鼓、めめは『信州そば』を鍋出汁でお楽しみいただけます。



〈レストラン〉



〈メニュー(二人前イメージ)〉



※「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴い、一部施設の営業を休止させていただいております。詳しくはホテルまでお問合せください。

#### 【ご予約・お問い合わせ】

・TEL:0267(41)3005 ・〒389-0102 長野県北佐久郡軽井沢町軽井沢1178-493

・<https://www.resorthotels109.com/kyukaruizawa/index.php>

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、利用にあたっては各施設にお問い合わせください

健康福利グループ(直) 045-210-8168または(県庁内線) 8168・8170・8171

# 各所属所長あて通知・事務連絡の一覧

通知時期	文書名	締切日	HP掲載	担当グループ
3月上旬	組合員資格の取得・喪失に係る事務手続について	-	掲載予定	共済経理 給付 年金
	人事異動等に伴う組合員資格等に関する手続			
3月下旬	令和2年度末退職者に係る退職届書の提出について	4月中旬 予定	-	年金
	令和2年度末退職者の退職届書の提出依頼			
3月下旬	教職員人間ドック等の実施について	4/23 予定	掲載予定	健康福利
	教職員人間ドック等の申込手引書			
3月下旬	各種福利厚生関係書類の配送スケジュールについて	-	掲載予定	健康福利
	レクリエーション・ガイド2021年度版、(株)JTBベネフィット関係、割引人間ドック等の案内、特定健康診査受診券の配付時期、共済かながわ等について			
随時	特定保健指導の実施について	-	-	健康福利
	指導対象となった40歳以上の組合員及び被扶養者に特定保健指導の案内を送付			

## 広報誌「公立共済かながわ」のホームページによる配信開始について

〔共済経理グループ／TEL: 045-210-8165(直通) または 8166(県庁内線)〕

広報誌「公立共済かながわ」について、組合員の利便性向上のため、今後はパソコンやスマートフォン等でいつでも閲覧できるように公立学校共済組合のホームページによる配信を開始します。それに伴い、印刷物による配付は各所属での回覧用のみとさせていただきます。

新しいページのアクセスについては次のとおりです。

🏠 公立学校共済組合神奈川支部HPトップページ

> 神奈川支部について 一覧へ

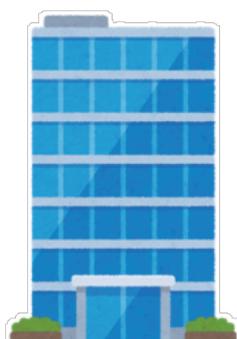
> 刊行物

> 公立共済かながわ

ぜひ、ご活用ください♪



## 公立学校共済組合神奈川支部移転について



令和3年2月22日に住宅供給公社ビルより移転しました。

新住所等はこちらになります。

書類等送付する場合はご注意ください。

新住所

〒231-8309 横浜市中区日本大通 5 - 1  
神奈川県庁東庁舎 9階