

退職後の医療保険（健康保険）制度について

公立学校共済組合の組合員の方は、退職と同時に現在の資格を喪失します。また、被扶養者についても、同時に資格を喪失します。

そのため、退職後に新たな医療保険制度に加入する必要があります。

退職後の組合員証等について

【引き続き当支部の組合員となる場合】

＜常勤職員、共済組合の加入要件を満たす再任用職員・臨時的任用職員・会計年度任用職員・任期付職員等となる方＞

引き続き在職中の組合員証等（組合員証、被扶養者証、限度額適用認定証、特定疾病療養受療証、その他共済組合が交付している証）を使用できます。

【引き続き当支部の組合員とならない場合】

退職時に任命権者と組合員の間で、次の任用予定が明らかに認められている場合、任用終了日と次の任用開始日の間に空白期間があっても組合員資格が継続する場合があります。資格が継続するかどうかについては、各任命権者の判断となります。

●退職時に必ず返納をお願いします。

在職中に使用していた組合員証等（組合員証、被扶養者証、限度額適用認定証、特定疾病療養受領証、その他共済組合が交付している証）は、退職後使用することができません。

●組合員証等の返納先

退職時の所属所

※ 退職後、引き続き他支部に加入される方は、採用先の所属所へ組合員証等を返納してください。

◆組合員証等を紛失された方

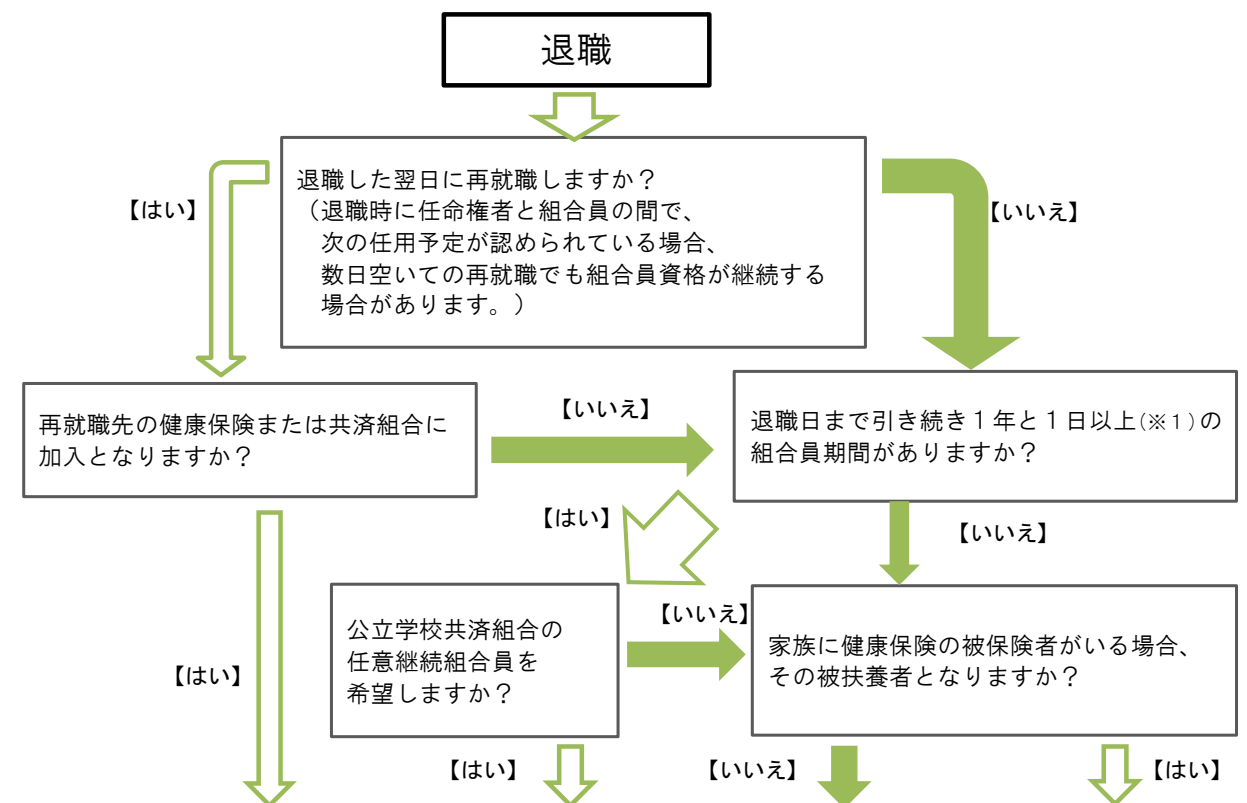
紛失等により返納できない場合は、「(給付様式第 3-3 号) 組合員証等紛失届」(公立学校共済組合神奈川支部ホームページに掲載)を提出してください。

組合員証等を返納せず、誤って医療機関等を受診した場合は、後日、公立学校共済組合神奈川支部が負担した医療費を返還していただくことになります。



退職後、どの健康保険に加入するかを次のページのフローチャートを使って確認してみよう！

＜退職後の医療保険（健康保険）制度フローチャート＞



区分	A (※2)	B	C	D
保険制度	再就職先の健康保険に加入	任意継続組合員の申出 (詳細はP4を参照)	国民健康保険に加入	家族の健康保険の被扶養者の申請
加入要件	○再就職先の定めによる	○退職日まで組合員期間が1年と1日以上ある ○退職日から20日以内に申出書類を共済組合へ提出する ○掛金を期日までに払い込む	○制限なし	○各健康保険組合が収入額の上限等の要件を定めている
給付内容	○健康保険組合や共済組合により異なる	○現職時とほぼ同じ給付	○附加給付がないなど、健康保険組合や共済組合と異なる。	○健康保険組合や共済組合により異なる
手続先	○再就職先等で加入手続を行う (神奈川県内の公立学校等の共済加入要件を満たす再任用職員・臨時的任用職員・会計年度任用職員等となる場合は手続不要)	○所属所を經由して共済組合へ申出書類を提出する	○各市区町村の役所(場)で加入手続を行う	○家族の勤務先で加入手続を行う
掛金(保険料)	○再就職先の健康保険料の定めによる	○退職時の標準報酬月額又は平均標準報酬月額のいずれか低い額を基礎に算定	○前年の所得により算定(市区町村により異なる)	0円

(※1) 地方公務員共済組合及び国家公務員共済組合の組合員期間を含みます。
(その他の共済組合・健康保険の組合員期間、被扶養者期間、任意継続組合員期間を除く)

(※2) Aは強制加入になり、B～Dはそれぞれの要件を満たしている場合に選択ができます。

退職後の医療保険（健康保険）制度について

1 退職後に加入可能な医療保険制度

〈再任用（再就職）先で加入する医療保険制度〉（P2フローチャートの区分A）

	再任用（再就職先）	加入できる保険	手続等
(1)	神奈川県内の公立学校等の ●暫定再任用職員（フルタイム）、任期付職員（フルタイム）等 ＜一般組合員＞ ●暫定再任用職員（短時間）、定年前再任用短時間勤務職員、会計年度任用職員、臨時的任用職員 等 ＜短期組合員＞ になる方 （任用が引き続く場合）	公立学校共済組合	【手続】本人は手続不要。 組合員証等の返納も不要。 短期給付（医療保険）や掛金の払込方法は現職時と同様。 【加入要件】次の①～③のいずれかを満たすこと。 ① 常勤職員の所定勤務時間以上勤務している者で、勤務期間が2か月を超えること （超えることが見込まれる場合含む） ② 週の所定勤務時間及び1か月間の所定勤務日数が、常勤職員の4分の3以上であって、勤務期間が2か月を超えること （超えることが見込まれる場合含む） ③ ①、②以外の者で次の要件すべてに該当する者。 ア 週の所定勤務時間が20時間以上であること。 イ 報酬月額が8万8千円以上であること。 ウ 勤務期間の見込みが2か月を超えること。 エ 学生でないこと（定時制等一部除く）
(2)	中小民間企業再雇用（再就職）	全国健康保険協会 管掌健康保険 【協会けんぽ】	【手続】【加入要件】 再就職先で確認してください。
(3)	大手民間企業等	組管管掌健康保険 【組合健保】 （大手企業が独自に設立している健康保険）	【手続】【加入要件】 再就職先で確認してください。
(4)	市町村教育委員会、市町村・知事部局、国、国立大学法人、私立学校等の職員	該当の共済組合	【手続】【加入要件】 再就職先で確認してください。

〈ご自身で加入する医療保険制度〉（P2フローチャート区分B・C・D）

対象となる場合等	加入できる保険等	手続等
○再任用（再就職）先で医療保険に加入できない場合（勤務時間が週20時間未満等） ○自営業者等職場の健康保険に加入できない場合	① 公立学校共済組合の任意継続組合員制度	（詳細はP4を参照） 【要件】公立学校共済組合の加入期間が退職日まで継続して1年と1日以上であること。（P2（※1）参照） 【手続】公立学校共済組合へ「 任意継続組合員申出書（給付様式第6-1号）を退職日から起算して20日以内に提出。 」（提出期限を超過した場合は加入できません。） ※別途通知する期限までに提出した場合は、退職日までに任意継続組合員証を発行します。 【掛金（保険料）】退職時の標準報酬月額又は平均標準報酬月額のいずれか低い額を算定の基礎とする。※被扶養者分の掛金の加算はなし。
	② 国民健康保険	【手続】市区町村の役所で行う。 ※資格喪失証明書が必要となる場合があります。 ⇒「 資格喪失（取消）証明書発行願（給付様式第4-1号）を共済組合へ提出してください。 」 【掛金（保険料若しくは保険税）】市町村民税額が算定基礎額となります。また、被扶養者という考え方がないため、公立学校共済組合で被扶養者であった方にも被保険者として掛金（保険料若しくは保険税）が発生します。
	③ 家族の健康保険の被扶養者の認定を受ける	【手続】家族の勤務先で行う。 ※必要書類、給付内容等をご自身で確認してください。

次のページからは任意継続組合員制度や実際の手続き方法について説明するよ！



2 任意継続組合員制度

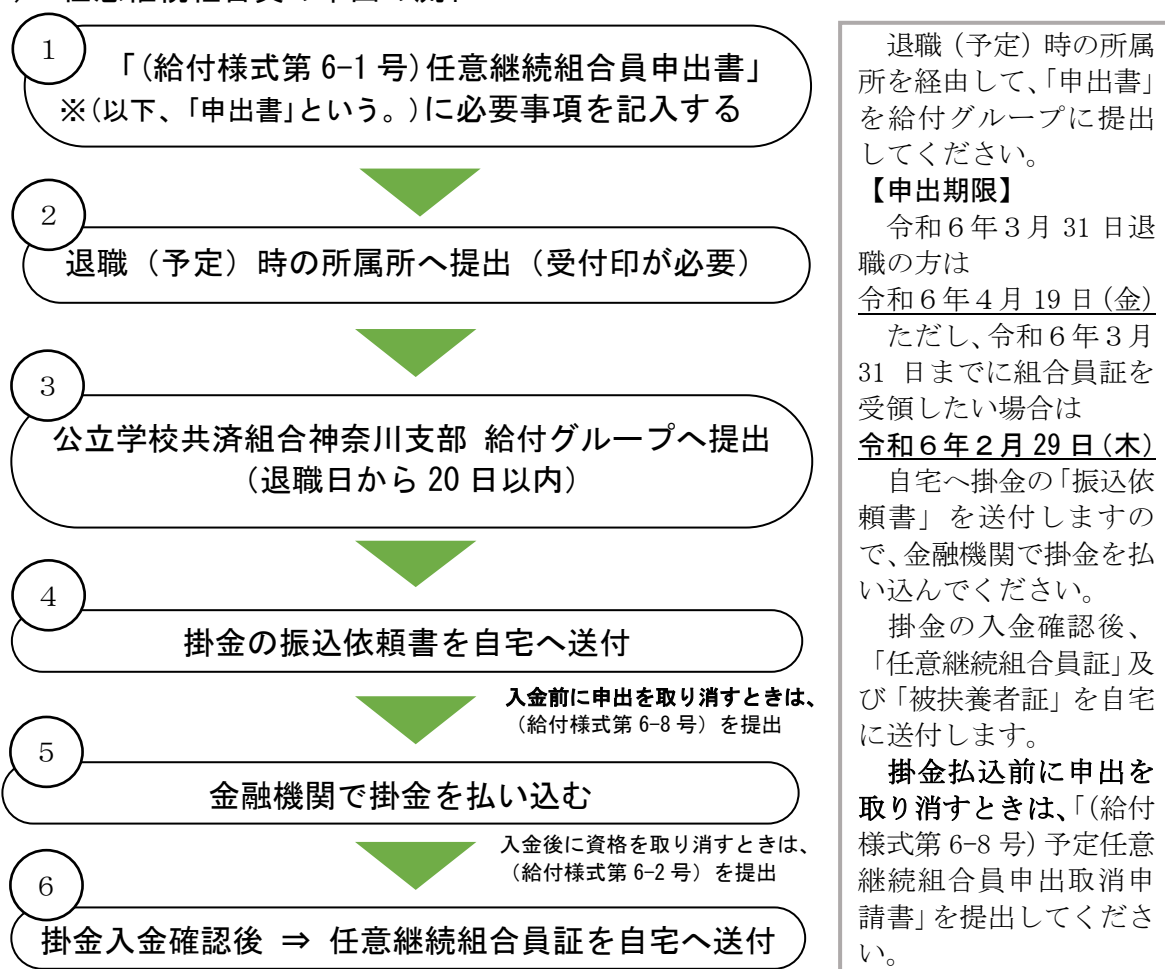
この制度は、在職中とほぼ同様の短期給付を受け、一部を除いた（（3）参照）福祉事業を最長2年間、引き続き利用することができる制度です。

（地方公務員等共済組合法第144条の2を参照）

任意継続組合員になるための3つの条件

- ① 退職日まで引き続き（※）1年と1日以上組合員期間があること
 - ② 退職の日から起算して20日以内に加入の申出を行うこと
 - ③ 退職の日から起算して20日以内に任意継続掛金を払い込むこと
- （※）地方公務員共済組合及び国家公務員共済組合の組合員期間を含みます。
（その他の共済組合・健康保険の組合員期間、被扶養者期間、任意継続組合員期間を除く）

（1）任意継続組合員の申出の流れ



※申出後（フローチャート④）に再任用、再就職、ご家族の被扶養者になるなどの決定があった場合は、申出を取り消すことができます。その場合、掛金を払い込む必要はありません。

（2）組合員期間

退職日の翌日から起算して、最長2年間

（申出により、資格喪失ができます。資格喪失日は原則、給付グループが「(給付様式第6-2号)任意継続組合員資格喪失申出書及び還付請求書」を受理した日の翌月の1日となります。ただし、再就職先で健康保険に加入した場合はこの限りではありません。）

(3) 給付等の範囲

ア 退職前とほぼ同様の短期給付(医療給付等)を受けることができます。ただし、以下の給付は受けられません。(詳しくは、P9「3 任意継続組合員 短期給付一覧表」をご覧ください。)

<受けられない給付>

・傷病手当金(※)	・傷病手当金附加金	・出産手当金(※)
・休業手当金	・育児休業手当金	・介護休業手当金

※ 任意継続組合員の加入の有無に関係せず、傷病手当金と出産手当金については、退職前に請求事由が発生し、勤務できない状況が継続している場合に限り、退職後から請求することで支給を受けることができます。また、現在支給を受けている方も継続して支給を受けることができます。

イ 教職員人間ドック等事業の対象とはなりません。

ウ レクリエーション・ガイドの利用はできません。

エ ベネフィット・ステーションの利用はできません。

オ 特定健康診査等を実施しています。
(40歳以上75歳未満の任意継続組合員と被扶養者の方)

(4) 給付金の支給方法

提出された「申出書」の指定口座に振り込みます。

(5) 被扶養者の認定^(扶養する) 及び取消し^(扶養を外す)

ア 認定する場合

<在職中の被扶養者を継続して認定する場合>

「申出書」の「被扶養者の登録欄」に該当者の氏名を記入してください。
(記入されていない場合は継続して認定できません。)

<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。

○収入要件

	年額	月額	日額 (雇用保険等)
下記以外の者	130万円未満	108,334円未満	3,612円未満
・60歳以上の者 ・障害を支給事由とする公的年金等の受給要件に該当する程度の障害を有する者	180万円未満	150,000円未満	5,000円未満

イ 取消しする場合

<就職や収入超過、死亡などで、取消事由が発生した場合>

「(給付様式第6-3号)任意継続組合員被扶養者取消申出書」に必要な書類を添えて給付グループに送付してください。

※ 任意継続組合員被扶養者証は、必ず返納してください。

(6) 資格の喪失（地方公務員等共済組合法第144条の2第5項参照）

次のいずれかに該当する場合は、任意継続組合員の資格を喪失します。
また、資格喪失直後の再加入はできません。

ア 任意継続組合員となった日から起算して2年を経過したとき。

イ 掛金を払込期日までに払い込まなかったとき。

ウ 他の健康保険の被保険者となったとき。

（退職後、間を空けて再就職し、再就職先で健康保険に加入できる場合も含む。）

エ 死亡したとき。

オ 任意継続組合員でなくなることを申し出たとき。

（国民健康保険に加入の場合、家族の被扶養者となる場合等）

※ ウ～オに該当する場合は、「（給付様式第6-2号）任意継続組合員資格喪失申出書及び還付請求書」により資格喪失の申出が必要です。

なお、エの場合は、家族の方が申出をしてください。

公立学校共済組合の組合員の被扶養者となる場合でも、任意継続組合員の資格喪失の申出が必要です。

(7) 掛金（保険料）

任意継続掛金には、**短期掛金**と**介護掛金**（介護保険第2号被保険者：40歳以上65歳未満の方）の2種類があります。掛金は、任意継続掛金の基礎となる額に、掛金率を乗じて得た額が月額額の掛金額となります。また、在職中の方の掛金は、事業主が約1/2を負担しています。任意継続組合員は、事業主の負担を自身で負担することとなるため、掛金額は、在職中と比較するとほぼ2倍になります。

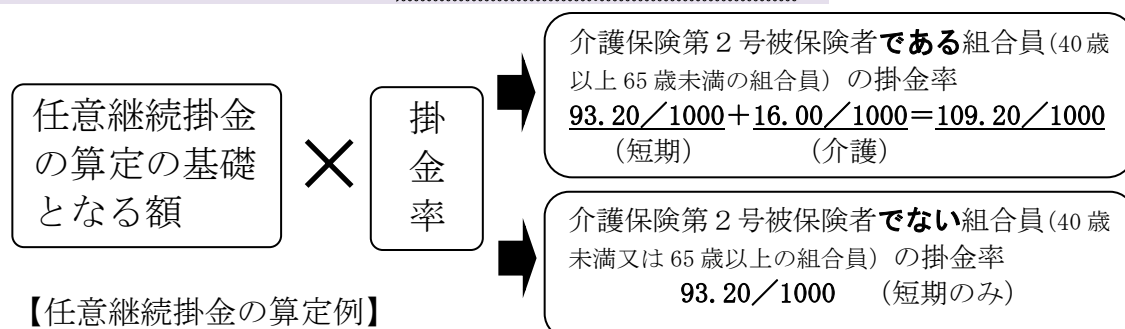
なお、任意継続組合員が資格を喪失した場合、喪失した日の属する月以後の任意継続掛金が払い込まれている場合は、当該任意継続掛金を還付します。ただし、加入した日の属する月に資格を喪失した場合は、加入月の掛金（1か月分）は徴収します。

ア 算定方法

任意継続掛金の算定の基礎となる額は、①、②のいずれか少ない額とし、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 380,000円（令和6年度適用）

1か月分の掛金の計算方法（掛金率：令和5年12月現在）



平均標準報酬月額が任意継続掛金の算定の基礎額となる方で、その方が介護保険第2号被保険者の場合の1か月の掛金額

(短期) 380,000円×93.20/1000 = 35,416円 (円未満切捨て)

(介護) 380,000円×16.00/1000 = 6,080円 (円未満切捨て)

合計 41,496円

イ 掛金の払込みと払込期日

【払込方法】

- a 前納払 (割引あり)
6か月分又は12か月分を振込依頼書により払込み
- b 毎月払 (割引なし)
口座登録による自動振替

【払込期日】

資格取得月以外の掛金は前払い

※ 自動振替による払込みの場合も、該当月の前月に自動振替をします。

<掛金が払込期日までに払い込まなかった場合>

任意継続組合員資格を取得することはできません。

また、一旦資格を取得した後でも、掛金を滞納した場合は資格を喪失します。自動振替による毎月払の方で、口座登録をしなかった場合や口座の資金不足などにより振替不能になった場合も、同様です。

なお、令和6年3月31日までに任意継続組合員証を受け取りたい方は、P10「4 令和6年3月31日までに任意継続組合員証を受領したい場合の手続等について」を参照してください。

ウ 掛金払込証明書の発行

「任意継続組合員掛金払込証明書」は、払い込んだ年の翌年1月中旬にご自宅へ送付します。ただし、年末調整等のため、「任意継続組合員掛金払込証明書」を一斉送付前に必要とする場合は、「(給付様式第6-7号) 任意継続掛金払込証明書発行願」を給付グループあてに郵送してください。

エ その他注意事項

- 平均標準報酬月額：毎年見直され、12月頃に公表
令和6年度は、380,000円です。
- 令和6年度の掛金率：掛金決定通知書に同封する文書でお知らせ予定です。
- 掛金の払込み：1年ごと
- 任意継続組合員証の有効期限：資格取得日から2年間
※ 2年目の掛金を払い込まなかった場合、2年目は任意継続組合員証を使用できなくなります。

払込方法	A 自動振替 (みずほ銀行)	B 自動振替 (みずほ銀行以外 の金融機関)	C 前納 (6か月)	D 前納 (12か月)
		毎月		6か月ごと
	指定口座からの自動振替		「振込依頼書」等通知に示す手続きにて 金融機関の窓口で一括前納払 (割引あり) ※指定口座からの引き落としはできません。	
銀行での 手続	指定した銀行 (支店) の窓口に、 「預金口座振替依頼書」を 提出してください。 ●「預金口座振替依頼書」は、 「任意継続組合員申出書」の提出を してから自宅に郵送されます。 ●ゆうちょ銀行を御利用の方は、 自動振替用に変換した情報 (店名と 口座番号を振込用に変換した情報) を 「預金口座振替依頼書」に記入後、 共济組合に送付してください。 (詳しくは、ゆうちょ銀行の窓口で 確認してください。)		金融機関により異なります。 詳細は各金融機関にお問合せください。	
手数料	なし	毎月110円 (100円+税)	金融機関により異なります。 各金融機関のホームページ等で確認してください。	
納付日	A 毎月25日 (土、日、祝日の場合は、 翌営業日) ※前納払のため、 翌月分が引落し されます。	B 毎月20日 (土、日、祝日の場合は、 翌営業日) ※前納払のため、 翌月分が引落し されます。	令和6年3月29日 (金) あるいは 神奈川支部の定める払込期日 ●令和6年2月29日 (木) までに、「(給付様式第6-1号) 任意継続組合員申出書」を給付グループが受理した場合は、掛金の割引率は最大となります。 ●令和6年3月1日 (金) 以降に受理した場合は、割引率が若干下がります。 (次の「前納の割引について」を参照ください。)	
その他	※ 任意継続掛金の種類は【短期掛金】【介護掛金】 (介護掛金は40歳以上65歳未満の方のみ) の2種類です。			
	A・B ●金融機関に「預金口座振替依頼書」を提出し、事務手続が完了するまでは、共济組合から送付する「振込依頼書」を使って、金融機関の窓口で払込みをしてください。 B ●みずほ銀行以外の金融機関から口座振替を希望する場合は、指定した金融機関の窓口での手続終了後、「預金口座振替依頼書」の2枚目を共济組合へ送付してください。		●前納の割引について (令和5年12月現在の掛金率をもとに作成) 例) 令和6年度平均標準報酬月額 (380,000円) が任意継続掛金の算定の基礎となる場合 (介護掛金あり) (1) 3月31日までに納付した場合の年間の掛金額 (2月29日までに「(給付様式第6-1号) 任意継続組合員申出書」を共济組合へ提出した方) 【毎月払】 41,496円 (短期+介護掛金) × 12か月 = 497,952円 【6か月前納】 492,296円 (毎月払より 5,656円お得) 【12か月前納】 487,516円 (毎月払より 10,436円お得) (2) 4月1日以降に納付した場合の年間の掛金額 (3月1日以降に「(給付様式第6-1号) 任意継続組合員申出書」を共济組合へ提出した方) 【毎月払】 41,496円 (短期+介護掛金) × 12か月 = 497,952円 【6か月前納】 493,102円 (毎月払より 4,850円お得) 【12か月前納】 489,112円 (毎月払より 8,840円お得)	

3 任意継続組合員 短期給付一覧表 (令和5年12月1時点)

次の給付金については、請求手続が必要になりますので、給付グループに請求書類を提出してください。

給付事由	給付名称	給付要件	給付額	必要書類等
本人の病気や負傷	療養費	(1)やむを得ない事情により任意継続組合員証を使用しないで医療機関を受診したとき	規定に基づき 共済組合で算定した額の7割 〔義務教育就学前までは8割、70歳以上の現役並所得者以外は8割、70歳以上現役並所得者は7割〕	●療養費請求書 ・診療報酬明細書(レセプト) ・領収書の原本
		(2)保険診療において、保険医が治療上必要であると認めたとき ●関節用装具等治療用装具、小児弱視等治療用眼鏡 ●はり師・きゅう師の施術を受けることを同意した場合 ●あんま・マッサージ・指圧師の施術		●療養費請求書 ★治療用装具 ・装具証明書等 ・領収書の原本(内訳書含む) ★はり師等 ・医師の同意書 ・療養費支給申請書 ・領収書の原本
被扶養者の病気や負傷	家族療養費	要件は療養費と同じ		●家族療養費請求書 ・添付書類は、療養費と同じ
移送	移送費 家族移送費	任意継続組合員又は被扶養者の病状が重篤で、収容された施設で治療困難なため、医師の指示により緊急に別の病院又は診療所に収容を要する場合等	健康保険法に規定する「算定の例」により算定した最も経済的な経路・方法により移送された場合の旅費により算定した額	●移送費・家族移送費請求書 ・移送に要した費用の証明書等
出産	出産費 (同附加金)	任意継続組合員が出産したとき ※出産のみでなく、妊娠85日以後の死産及び流産についても対象となります。	500,000円 (産科医療補償制度非加入の医療機関等で出産した場合 488,000円) 附加金 50,000円	●出産費請求書 ・直接支払制度に関して医療機関等と契約した際の書面の写し ・医療機関等から発行される出産費用の内訳を記した領収・明細書の写し
	家族出産費 (同附加金)	被扶養者である家族が出産したとき (要件は出産費と同じ)	500,000円 (産科医療補償制度非加入の医療機関等で出産した場合 488,000円) 附加金 50,000円	●家族出産費請求書 (添付書類は出産費と同じ)
死亡	埋葬料 (同附加金)	任意継続組合員が死亡したとき	附加金 50,000円 25,000円	●埋葬料請求書 ・遺族等に関する届出書 ・死体埋火葬許可書の写し ※被扶養者以外が請求する場合、埋葬に要した費用に関する証拠書類 (葬儀領収書の原本等)
	家族埋葬料 (同附加金)	被扶養者が死亡したとき	附加金 50,000円 25,000円	●家族埋葬料請求書 ・死体埋火葬許可書の写し
	弔慰金	任意継続組合員が水震火災その他の非常災害によって死亡したとき	任意継続掛金の算定の基礎となる額1か月分の額	●弔慰金請求書 ・災害状況報告書 ・市区町村又は警察の事故証明書等
	家族弔慰金	被扶養者が水震火災その他の非常災害によって死亡したとき	任意継続掛金の算定の基礎となる額1か月分額の7割	●家族弔慰金請求書 ・弔慰金に同じ
災害	災害見舞金	非常災害により任意継続組合員及び被扶養者の住宅や家財に損害を受けたとき ※災害の程度により給付されない場合や現地調査が必要となる場合があります。	損害の程度により任意継続掛金の算定の基礎となる額に0.5か月分から3か月分を乗じた額	●災害見舞金請求書 ・災害状況報告書(住居・家財) ・市区町村又は消防署長の「り災証明書」 ・被災状況のわかる写真

※ 任意継続組合員が受けられない給付は傷病手当金、傷病手当金附加金、出産手当金、休業手当金、育児休業手当金、介護休業手当金です。

ただし、傷病手当金、出産手当金は退職前に請求事由が発生している場合に限り、給付を受けることができます。

4 令和6年3月31日までに任意継続組合員証を受領したい場合の手続等について

「(給付様式第6-1号)任意継続組合員申出書」(以下、「申出書」という。)に必要事項を記入して退職(予定)時の所属所長に提出する。(所属所の受付印が必要です)

○再就職の勤務時間等が決定していない方、迷っている方は、申出を行ってください。

所属所を経由して、**2月29日(木)までに給付グループへ「申出書」を送付(必着)**してください。**(共済組合が受理する日が受付日です)**

※ **2月29日までに共済組合が申出書を受理した方で、年一括払い(前納)を選択した方は、掛金の割引率が最大になります。**

※ **3月1日以降に共済組合が申出書を受理した方は、初月の掛金が割引対象外となります。**

共済組合から自宅に送付するもの(3月11日頃) ○全ての方に送付 △対象者のみ送付

○ 掛金決定通知書

○ 振込依頼書(介護保険の被保険者ではない組合員は短期掛金分のみ)

○ 手続のご案内

△ 預金口座振替依頼書(掛金支払方法を自動振替で希望されている方のみ)

《本人が行う手続》 ※この手続は必ず行ってください。

○ 金融機関の窓口で、振込依頼書を使用して**3月18日(月)までに掛金を払い込む。**

(3月18日までに払込みをされた方については、3月31日までに受領できるよう「任意継続組合員証(保険証)」及び小冊子「任意継続組合員になられた方へ」を送付します。)

〈口座登録し毎月の**自動振替**を選択された方〉(申出書のA又はBを選択された方)

○ 口座振替登録に要する期間分(4~5月分)の掛金を、振込依頼書等通知に示す手続にて払込みをしてください。

〈6か月又は12か月の**前納**を選択された方〉(申出書のC又はDを選択された方)

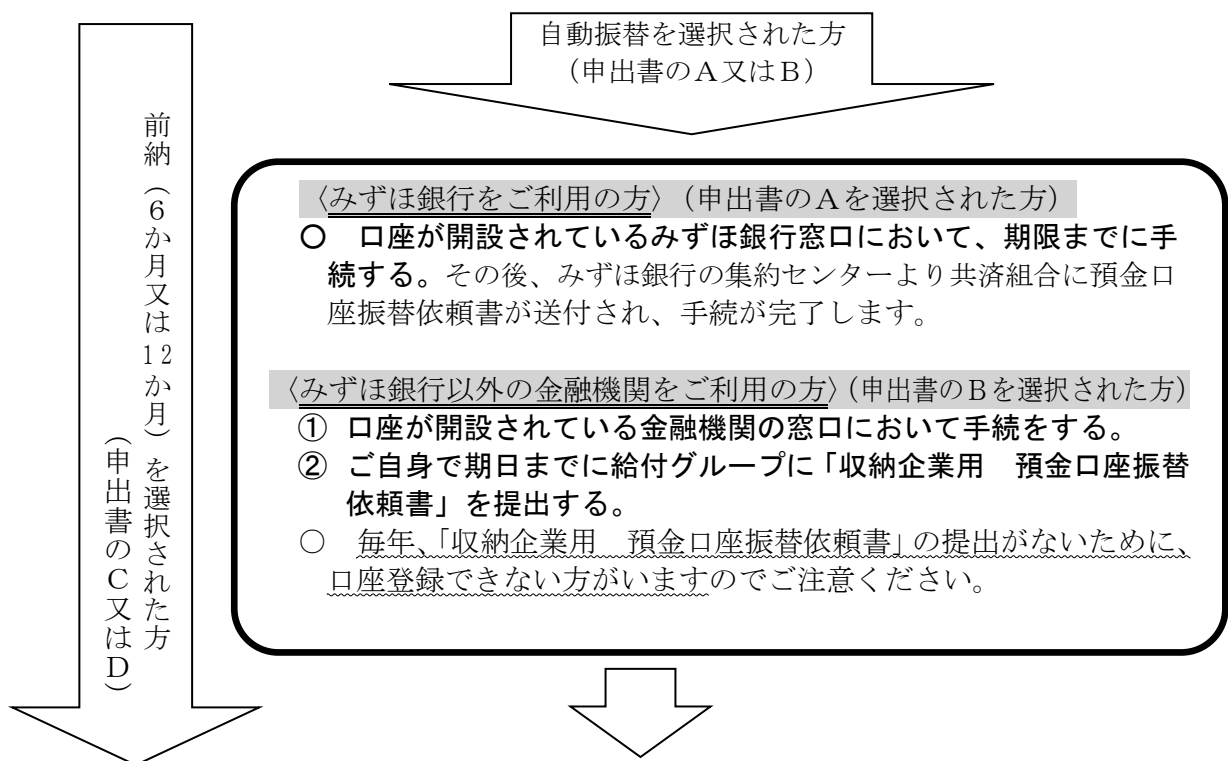
○ その全額を振込依頼書等通知に示す手続にて払込みをしてください。(金融機関で渡された領収書は年末調整等で利用できます。大切に保管してください。)

前納を選択された方
(申出書のC又はD)

自動振替を選択された方
(申出書のA又はB)

自動振替に必要な口座登録の手続を同封の「預金口座振替依頼書」により金融機関で必ず行ってください。

○組合員証(被扶養者証)は、入金確認後に、自宅へ送付します。



掛金の入金確認後、共済組合から自宅に送付するもの

- ・任意継続組合員証(被扶養者証)
- ・「任意継続組合員になられた方へ」(小冊子)

手続完了

- 任意継続組合員証(被扶養者証)は、4月1日以降に使用してください。
- 退職前の組合員証(被扶養者証)は、4月1日以降は使用できません。必ず、退職時の所属所に返納してください。

任意継続組合員の申出を取り消す事由が発生した場合、掛金納入前と納入後では手続が異なります。

- **掛金納入前**に、任意継続組合員の申出を取り消す事由が発生した場合
→「(給付様式第6-8号) 予定任意継続組合員申出取消申請書」を提出してください。
- **掛金納入後**に、任意継続組合員の資格を取り消す事由が発生した場合
→任意継続組合員証(被扶養者証)を早急に共済組合へ返納するとともに、「(給付様式第6-2号) 任意継続組合員資格喪失申出書及び還付請求書」※の提出が必要です。(資格喪失日の確認のため、**新しい健康保険証等の写し**の添付が必要です。)
※「(給付様式第6-2号) 任意継続組合員資格喪失申出書及び還付請求書」は、掛金納入後に送付する小冊子「任意継続組合員になられた方へ」をご参照ください。
- **3月1日から4月19日までに申出書を共済組合が受理した方**
上記と同様の流れですが、掛金決定通知書等を、4月1日以降、受付順に送付しますので、**組合員証等の受取も4月1日以降**になります。(ただし、組合員証等の資格取得日は令和6年4月1日になります。)
また、4月分の掛金が割引対象外となるため、掛金の割引率が最大になりません。

※ 各様式は、公立学校共済組合神奈川支部ホームページの「事務マニュアル・様式ダウンロード」にも掲載しています。