

こころにサブリを 25

精神保健福祉センター 山崎 正雄



「ルージュの伝言」

デパートに入っていくと、いつも四方から流れてくる香水のかおりと非現実的な美を装った化粧品販売員の笑顔が出迎えてくれる。子どもの頃から、デパートは不思議な世界に迷い込んだ気持ちにさせてくれた。子どもが触れてはいけない禁断の世界がそこには展開されていた。いつの頃からだろう。だんだんと、その場に平気で足を踏み入れ、自分や恋人のために香水や口紅を手にするようになった。

ていく。それでも、お祭りなどで子どもたちがいつもはしない化粧をすると、見違えるような輝きを見つけたりする。子どもたちは夢とあこがれを抱えながら、口紅をひき、シャドウを重ねる。うつ状態の女性が回復してきたサインとして、化粧ができるようになったかどうかが目安になると言う。日常生活の中では多くの人が化粧する時間もなく、懸命に働いている。でも忘れないで欲しいと思う。初めて化粧したときの夢とあこがれを。そして、化粧の裏側にあるあなたの本当の笑顔がいちばん美しいということを通して。

福祉保険制度

「福祉保険制度」は、長期給付（公的年金）および短期給付（健康保険）を補完するための公立学校共済組合独自の制度です。ご自身で必要と思われる保障を選択していただくことにより、皆さんの生活に安心を提供します。

福祉保険制度は退職（組合員資格喪失）後も継続可能となりました。*

※傷病休職給付金を除く

長期給付事業
（公的年金）の補完



ファミリー年金

死亡した場合、ご遺族に対して死亡保険金をお支払いします。
老齢厚生年金と遺族厚生年金の差額（約1/4相当）に当たる部分を補完します。

短期給付事業
（健康保険）の補完



傷病休職給付金

病気やけがで働けなくなった場合、保険金が支払われ、**収入が減少する部分を補完**することができます。



入院費用給付金

病気やけがで入院した場合、保険金が支払われ、**医療費の自己負担部分を補完**することができます。



特定疾病給付金

三大疾病（悪性新生物（がん）・急性心筋梗塞・脳卒中）時に、**闘病資金を確保**することができます。特定疾病給付金（主契約）に7大疾病保障特約、がん・上皮内新生物保障特約を付加することで、三大疾病に加え、保障範囲を7大疾病に拡大、また、上皮内新生物の保障を加えて厚くすることができます。

福祉事業
の補完



**元気づくり
サービスコース**

心身の健康増進と生活習慣病予防のための、**各種サービス**を受けることができます。

制度内容の詳細は、公立学校共済組合ホームページ（福祉保険制度専用ホームページ）に掲載されているデジタルパンフレットをご覧ください。

【福祉保険制度についてのお問い合わせ】共済組合福利班 ☎088-821-4755

投稿作品コーナー

『お日様に向かって』



大川小・中学校 PN:リンリン

作品応募のご案内

テーマは自由です。組合員のみならずご家族(被扶養者に限りません)、児童生徒さんの作品をお気軽にご応募ください。

【写真】「絵」「イラスト」「ワンショット」「4コママンガ」

- ①作品名(あれば) ②氏名(掲載時にペンネームも可)
③所属(学校)名 ④連絡先(電話)

【我家のペット】

- 飼い主さんの …… ①氏名(掲載時にペンネームも可)
②所属(学校)名 ③連絡先(電話)
ペットの …………… ④写真 ⑤名前 ⑥年齢 ⑦種類
⑧性別 ⑨コメント(80字以内)

【ここで一句】

- ①氏名(掲載時ペンネームも可) ②所属(学校)名
③連絡先(電話)

メールまたは郵便でお送りください。

郵便 〒780-0850 高知市丸ノ内1-7-52 教職員・福利課
「福利高知」係
メール kyosai39@kouritu.or.jp

※原則として作品等はお返しませんが、返却をご希望の場合はその旨をお書き添えください。



世界味めぐりの旅

高知会館料理長
八木シェフによる料理講座
～ブルガリア編～

カヴァルマ -Kavarma-



豚肉や野菜、キノコなどをキャセロール(土鍋)で煮込んだ、ブルガリア代表料理のひとつです。
家庭では土鍋を使用してもよいでしょう。
豚肉の代わりに鶏肉を使うこともあります。

高知会館
Kochi Kaikan

お問い合わせ TEL 088(823)7123
780-0870 高知市本町5-6-42 Fax. 088-823-7127
<http://www.kochikaikan.jp>

高知会館 料理長
八木 和樹

《材料》(4人分)

豚肩ロース	500g
玉ねぎ	1個
ポロネギ	1本
キノコ (シメジ、マッシュルーム、シイタケ)	100g
にんにく	2片
トマトペースト	100ml
卵	4個
白ワイン	150ml
オリーブオイル	50ml
パプリカ粉	少々
ローリエ	1枚
塩・黒コショウ	少々

《作り方》

- ①豚肉は2～3cmの角切りにし、ポロネギ、キノコ、玉ねぎを角切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルを入れ、豚肉に焼き色を付けるように炒めます。
- ③油を残して豚肉を取り出し、にんにく、玉ねぎ、ポロネギ、キノコを加えて中火で炒める。
- ④③にトマトペースト、白ワインで15分ぐらい煮込み、キャセロールに入れて卵をのせて半熟に焼き出来上がりです。

お得な宿泊利用補助券



組合員の方が宿泊された場合
宿泊補助券が使用できます。

シングルルーム利用の場合
3,058円でご宿泊できます。

※ 公務出張での利用はできません。
時期により宿泊料金は異なります。



高知会館だより



このメニューは5,500円コースです

歓送迎会プラン

4月1日～5月31日

¥5,500 ¥6,500(税込)
(2時間飲み放題付)

※10名様から承ります。

昼膳 (食後に珈琲・紅茶付)

お1人様/¥2,800 (税込)

2ヶ月に1度料理が変わります。



酒楽膳

お料理代 ¥2,700

2時間飲み放題付 ¥4,000

(ラストオーダー午後8時)



各月の送金日・締切日等の一覧です。ご活用ください。

共済組合	4月	5月	6月	7月
自己負担した医療費(高額療養費・一部負担金払戻金・家族療養費附加金)送金日 ※通常にレセプトが到着した方の場合	30日 (1月診療分)	29日 (2月診療分)	30日 (3月診療分)	31日 (4月診療分)
短期給付(出産費・育児休業手当金等)送金日	30日	29日	30日	31日
短期給付(出産費・育児休業手当金等)請求書の締切日	17日 <small>注意!</small>	19日	18日	16日 <small>注意!</small>
貸付金送金日	20日	20日	22日 <small>注意!</small>	20日
貸付申込み締切日	24日 <small>注意!</small>	25日	25日	22日 <small>注意!</small>
全額繰上償還申出締切日	15日	15日	15日	15日

互助会	4月	5月	6月	7月
医療費補助金及び家族医療費補助金の支給予定日	10日	8日	10日	10日
規定給付(出産祝金・結婚祝金等)の支給予定日 ※毎月20日頃までに請求のあった分を月末に支給	30日	29日	30日	31日

主な事業と問い合わせ先

主な事業	問い合わせ先
人間ドック等の健康管理事業、福利厚生代行業(ベネフィット・ステーション)、芸術鑑賞等の利用補助事業、講師派遣事業、貸付金、広報誌「福利高知」の編集・発行	公立学校共済組合高知支部 福利班 TEL:088-821-4755
組合員証の発行、被扶養者の認定・取消、医療(高額療養費等)・休業・出産・死亡等の各種短期給付、国民年金第3号被保険者の資格関係届出代行、年金	公立学校共済組合高知支部 共済班 TEL:088-821-4813
医療費補助金及び家族医療費補助金、結婚祝金・出産祝金・死亡弔慰金等の各種規定給付	高知県教職員互助会 TEL:088-821-4917
退職手当、教職員住宅(県)、安全衛生管理(県)	高知県教育委員会事務局教職員・福利課 職員厚生 TEL:088-821-4905