

にいがた福利だより



平成30年2月 No. 323

目次

- P1・・・貸付利率が下がり利用しやすくなりました!!
- P2・・・マイナンバーの提出をお願いします， 共済組合人間ドック事業はWebから申し込みください!
平成29年度の特典保健指導（メタボ指導）の利用期限が迫っています！
- P3・・・職場の健康づくり支援事業のご紹介
- P4・・・[年金MEMO] ～退職後の国民年金の加入について～
- P5・・・公費医療助成の対象になったら届出が必要です， あなたの医療費見直してみませんか？
- P6・・・退職・異動に伴う手続きについて， 公立学校共済組合ホームページアドレス変更のお知らせ
公立学校共済組合宿泊施設のご紹介（千葉支部）
- P7・・・高陽荘のご利用案内
- P8・・・じょいあす新潟会館、アトリウム長岡、高陽荘からのお知らせ！

貸付利率が下がり利用しやすくなりました!!



○共済組合と互助会の貸付利率が1月から下がり、利用しやすくなりました。

互助会の住宅資金貸付と教育資金貸付は、他金融機関等からの借換えも可能になりました。

○こんな貸付があります

- ・マイカー購入や引っ越し費用、家具家電の購入など臨時の支出に使いたい場合

	貸付種類	年利率	貸付限度額
共済組合	一般貸付	1.32%	200万円
互助会	生活資金貸付	1.31%	200万円
	自動車資金貸付	1.30%	300万円

春はライフイベントが多い時期です。
臨時の支出などに貸付制度をご利用ください。



- ・子どもの授業料、組合員や会員自身の修学などに使いたい場合

	貸付種類	年利率	貸付限度額
共済組合	教育貸付	1.32%	550万円
互助会	教育資金貸付	1.17%	300万円

- ・住宅購入資金に使いたい場合

	貸付種類	年利率	貸付限度額
共済組合	住宅貸付	1.32%	組合員期間に応じた額と仮定退職手当の額のいずれか高い方の額（最高1,800万円）
互助会	住宅資金貸付	0.96%	貸付日時点の給料月額×5年後の退職手当支給率（自己都合）+200万円 {契約額の範囲内で最高500万円（※4月以降は1,000万円）}

【担当】 共済組合（福祉給付係）

電話 025-280-5597

教職員互助会（互助厚生係）

電話 025-283-7511

マイナンバーの提出をお願いします



組合員及び被扶養者の資格取得の際は、個人番号申告書（共済様式2-8号）を提出してください。

出生により被扶養者となる場合などで、被扶養者認定申告書（共済様式2号）と同時に提出できないときは、個人番号の通知があったら速やかに個人番号申告書を提出してください。

【担当】福祉給付係 電話 025-283-5102

共済組合人間ドック事業はWebからお申し込みください！



平成30年度の申込時期は4月中旬頃です。詳細は3月下旬に所属あて通知しますので、申込みを予定している方は必ず御確認ください。

○人間ドック・器官別検診事業の申込み

受診希望者本人から共済組合の「Web申込受付システム」によりお申し込みいただきます。

なお、人間ドック申込条件に「特定保健指導（メタボ指導）の対象となった場合は必ず特定保健指導を受けること」が加わります。

○肺がん検診申込時期の変更（秋頃→4月）

肺がん検診については、これまで他の器官別検診とは分けて毎年秋頃に募集していましたが、平成30年度は人間ドック及び他の器官別検診と同時に4月に募集します。

【担当】健康管理係 電話 025-283-5170

平成29年度の特定保健指導（メタボ指導）の利用期限が迫っています！



職場の定期健康診断や人間ドックの結果、特定保健指導の対象となった組合員に共済組合の委託業者から利用案内書類の送付及び電話案内をしています。

平成29年度の特定保健指導の利用期限は平成30年3月31日までとなっていますので、是非ご利用ください。

特定保健指導の料金
約8,000円～37,000円（指導区分により異なる）



無料！自己負担なし！
（共済組合が負担）

【担当】健康管理係 電話 025-283-5170

職場の健康づくり支援事業のご紹介



○「おまかせ出前コース」なら、手続き簡単！

- ① 共済組合が設定した講座テーマを所属が選択し申し込む。
※テーマはメンタルヘルス、ストレスチェック、生活習慣病など
- ② 承認通知が開催所属に届く。
- ③ 当日実施場所（体育館等）を準備し、講座受講して終了。

平成 30 年度は 6 月中旬頃募集予定です。

どちらのコースも所属の費用負担はありません。

来年度ぜひご検討ください。

○「企画コース」なら、内容は自由！

今年度行った事例を紹介します。



腰痛・肩こり解消でリラックス ～自分でできる予防対策～

(妙高市立総合支援学校)

○腰痛・肩こりを持っている先生方が多いので、職員の健康実態にあったタイムリーなテーマであった。

○理学療法士という専門的立場から、腰痛・肩こりのメカニズムや運動する時のポイントを講義と実技を交えて大変わかりやすく教えていただけた。



より良い職場環境を目指して

～感染症予防～

(県立柏崎特別支援学校)

○感染経路、予防、正しい手洗い、嘔吐物処理方法を確認することができた。



○普段から迅速な対応ができるよう処理グッズの中身や定位置を把握しておかなければならないと感じた。

タイム・マネジメントの視点による健康とワーク・ライフ・バランスの整え方

(小千谷市立千田小学校)

○自身の仕事の取り組み方や一日の時間の使い方を客観的に確認することで仕事を効率的に行い、自分自身の人生を充実させることにつながるということを共通理解することができた。

○時間管理の考え方を定着させると共に、実際の業務や健康管理に生かしていくことが今後必要であると感じた。

【担当】健康管理係 電話 025-283-5170

[年金 MEMO] ～退職後の国民年金の加入について～

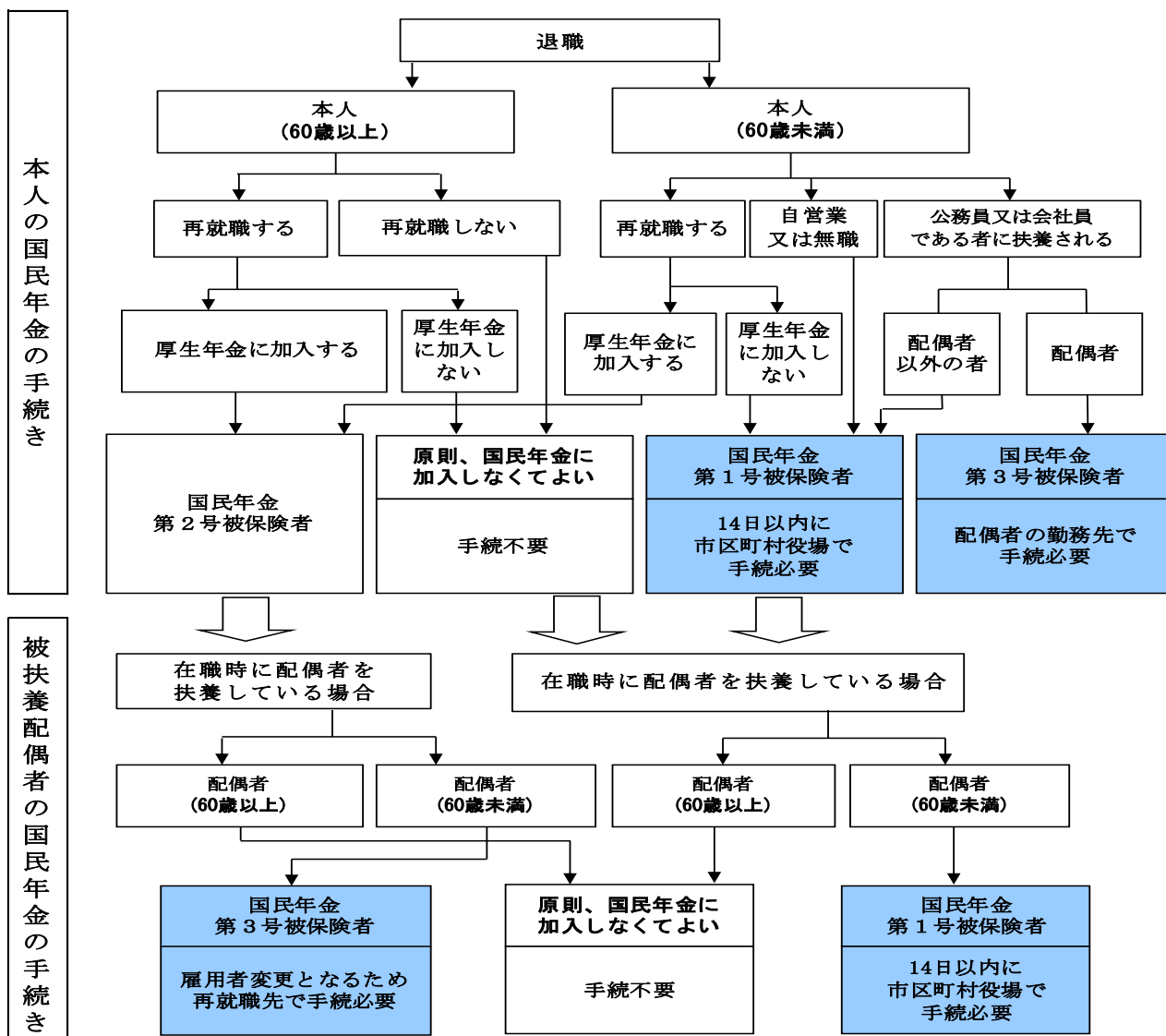


国民年金は、20 歳以上 60 歳未満の全ての国民が加入することになっており、加入者は第 1 号～第 3 号被保険者に分かれています。退職後は、本人や扶養している配偶者の状況に応じて手続きが必要になります。

○被保険者の種別について

- 第 1 号被保険者…第 2 号及び第 3 号以外の者（自営業者、アルバイト、学生、無職等）
- 第 2 号被保険者…厚生年金に加入している者（組合員は第 2 号被保険者です）
- 第 3 号被保険者…第 2 号被保険者が扶養している 20 歳以上 60 歳未満の配偶者

○退職後の国民年金加入について



(注) 国民年金第 1 号被保険者になったときは、月額 16,340 円（平成 30 年度額）をご自身で納める必要があります。

【担当】年金係 電話 025-283-5101 又は 025-283-5103

公費医療助成の対象になったら届出が必要です



医療費が公費で負担される場合、共済組合及び互助会からの給付金を調整して支給します。組合員及び被扶養者が下記の公費負担医療制度に該当した場合又は該当しなくなった場合は、共済組合へ速やかに「医療費助成（認定・変更・取消）届」（共済様式 17 号）を提出してください。

提出が遅れると給付金を返還していただく場合があります。

○県内の市町村が実施する医療費助成

- ・重度心身障害者医療費助成（県障・マル障）
- ・ひとり親家庭等医療費助成（県親）
- ・妊産婦医療費助成
- ・その他、市町村が独自で実施する医療費助成

○県外の市町村が実施する医療費助成

- ・子ども医療費助成
- ・その他、市町村が独自で実施する医療費助成



【担当】福祉給付係 電話 025-283-5102

あなたの医療費見直してみませんか？



少子高齢化・医療の高度化等により、医療費が増加傾向にあります。必要な人が安心して受診でき、良質で適切な医療が提供できる体制を構築するために、医療費の適正化が求められています。まずはあなたの医療費から見直してみましょう！



【 医療費を見直すポイント 】

① 領収書を確認する

病院等からもらう領収書を見ないまま捨てていませんか。受診した内容が正しく反映されているか確認してください。診療内容に不明な点があったら、病院で確認しましょう。

② ジェネリック医薬品に切り替える

長期間服用している薬をジェネリック医薬品に切り替えることで、薬代の節約ができます。ジェネリック医薬品でも、効果はかわりません。病院や保険薬局に相談しましょう。

③ できるだけ平日時間に受診する

休日・夜間診療は、診療代が追加加算されます。平日の時間内に受診できないか、もう一度考えてみましょう。

【担当】福祉給付係 電話 025-283-5102

退職・異動に伴う手続きについて



年度末に退職される方（定年・勸奨・普通退職者およびフルタイム再任用退職者）や、4月に異動される方の共済組合や互助会等にかかる手続きについては、所属あてに通知する文書でご案内します。通知時期は3月上旬を予定しています。

手続き漏れのないようにお願いします。

【担当】福祉給付係 電話 025-283-5102

公立学校共済組合ホームページアドレス変更のお知らせ



公立学校共済組合ホームページアドレスが、平成30年4月1日から下記のとおり変更となります。

[変更前] <https://www.kouritu.go.jp> → [変更後] <https://www.kouritu.or.jp>

※変更後の新潟支部アドレスは <https://www.kouritu.or.jp/niigata/> となります。

【担当】企画係 電話 025-283-5100

公立学校共済組合宿泊施設のご紹介（千葉支部）



ホテルポートプラザちば

「泊まって遊ぼう」TDRへの旅

新潟支部の皆様は組合員料金が適応されます！

絶好アクセス 30分

電車であらく乗り換え無し

車はホテルに無料駐車

ホテルの朝食ビュッフェ付き

1室2名様	1室2名様	1室3名様	1室4～8名様
シングル+ソファベッド	ツイン	ツイン+ソファベッド	和室
¥5,440 (一名様料金)	¥6,420 (一名様料金)	¥5,440 (一名様料金)	¥5,440 (一名様料金)

※ 土曜日、休日前は上記の料金の1,000円増しとなります。
※ 料金に、ご宿泊、ご朝食、税金、サービス料が含まれます（TDRチケットは含まれておりません）
※ 平成30年4月より料金に変更になります

ホテルポートプラザちば（公立学校共済組合千葉宿泊所）は、東京駅から直通的なJR京葉線「千葉みなと駅」目の前に位置し、東京ディズニーリゾート®（舞浜駅）へ直達30分の絶好アクセス！マイカーでお越しのお客様は駐車料金無料サービス！もちろん東京ディズニーリゾート®に行かれている間も駐車OK！

PORT PLAZA CHIBA
ホテルポートプラザちば

公立学校共済組合千葉宿泊所 千葉市中央区千葉港 8-5 TEL 043-247-7211

高陽荘のご利用案内



高陽荘は、教職員の相互共済等を目的とした教職員互助会の直営施設です。

無料駐車場 50 台完備。高田駅からも徒歩約 8 分という好立地にあり、会議・研修会・懇親会など、お気軽にご利用ください。



○会議

【サクラ (150名)】



【ローズマリー (50名)】



【スマイレ (35名)】



【ゆりの間 (30名)】



【ラベンダー (10名)】



【カトレア (10名)】



※ワンコインプランお一人様 500 円 (室料・コーヒー付き) 大好評！！

○宴会

【お薦めコース 4,600 円～】



【銘々コース 4,600～】



【会席コース 5,100 円～】



※プランには、2 時間飲み放題がセットになっております。

※金額は利用助成を適用した後の金額になります。

※また、室料・税・サービス料すべて込みの金額となっております。

その他各種 (会議・宴会) プラン等ございますので、お気軽にご相談ください。

【担当】 高陽荘 電話 025-522-2930
互助厚生係 電話 025-283-7511

共済組合および教職員互助会の直営施設は、教職員の皆様の施設です!

じょいあす新潟会館、アトリウム長岡、高陽荘からのお知らせ!



歓送迎会プラン ~心ゆくまで、楽しいひとときをお楽しみください~

会席お楽しみコース

吟醸酒付き9品でお1人様 6,000円 → 組合員利用助成後お1人様 5,000円



※この他にもコースがございますのでお気軽にお問い合わせください。

「花束」のご用意も承ります。



***幹事様必見*【福利だよりを見て予約した方限定】**

21名様以上のご利用で1名分の「花束」プレゼント!! (どのコースでもOK!)



Joy-us Niigata Kaikan

じょいあす新潟会館

〒950-0908 新潟市中央区幸西3-3-1

TEL 025-247-9307 FAX 025-245-3094



歓送迎会プラン 感謝と歓迎 心温まるひとときを



会席プラン 5,000円~

パーティープラン 4,500円~

各コースとも2時間飲み放題付き

ご予算に応じ承ります。お気軽にお問い合わせください。

会員の方は、会食利用助成「1,000円」の割引があります。

〒940-0047 長岡市弓町1-5-1

アトリウム長岡 TEL 0258-30-1250

~~~ホームページやフェイスブックページもご覧下さい~~~



## 歓送迎会プラン 3月1日(木)~5/6(日)

☆さくらコース 5,600円~ 大皿料理

☆会席コース 6,100円~ 銘々料理



2時間飲み放題!



※全コース室料・税・サービス料全て込み!!

※会員は1,000円の利用助成が適用されます。

かなやの里ワークス  
手作りクッキー  
全員プレゼント!!



## 会員紹介プラン

部活動保護者会、趣味の会、etc

ご好評いただいております!!

一般の方をぜひご紹介ください!

ご紹介いただいた会員の方に  
粗品をプレゼント!!

☆4,000円コース

☆4,600円コース

☆5,100円コース



※室料・税・サービス料全て込み!!

※このプランは利用助成の対象外となります。

新潟県教職員互助会館

**高陽荘**

..... あなたの高陽荘、わたしの高陽荘 .....

〒943-0834 新潟県上越市西城町3丁目6番22号

TEL 025-522-2930 FAX 025-526-2725

E-mail kouyouso@vesta.ocn.ne.jp

ホームページアドレス

<http://kouyouso.sakura.ne.jp/>

検索/高陽荘 でアクセスできます。

## 編集発行

○新潟県教育庁福利課 TEL 025-280-5595

○公立学校共済組合新潟支部 TEL 025-283-5100

○(一財)新潟県教職員互助会 TEL 025-283-7511

## \*編集担当者から一言\*

前号で宣言した目標の「体重-10kg」について、成果等を紹介しします。取組は「毎日の体重計測」、「歩く距離を伸ばす」、「暴飲暴食しない」です。体重の変化は3ヶ月で-6kgです。バス通勤なので1停留所分歩くようにし、少し運動量が増えました。しかし、私が痩せた要因は運動量より暴飲暴食しなくなったことが大きいと思います。毎日体重を測ることで、変化する体重がモチベーションになり、食べ過ぎ防止になりました。毎日体重を測ることは簡単にできますので、毎日測ってない方は是非お試しあれ。次号は何kg落ちてるかご期待ください!! 担当 N