

第85号  
平成29年1月

福利

# おたな物

## Contents

退職・異動される組合員のみなさまへ 組合員証等の手続きについて……………2	特定健康診査・特定保健指導実績……………8
マイナンバーの記載について……………3	特定保健指導を受けましょう！……………9
退職予定者の年金等共済事務説明会のご案内……………3	スポーツ施設利用補助実施状況のご報告……………10
退職後の健康保険制度について……………4	平成29年度人間ドック等の申込みについて……………11
退職・転出による貸付金の償還について……………5	読者からの投稿募集……………12
産前産後休業・出産・育児休業に係る提出書類……………6	メンタルヘルス相談……………12
産前産後休業・育児休業中の掛金免除申請……………7	

# 退職・異動される組合員のみなさまへ

退職や転出に伴う組合員資格喪失など、下記に該当する場合は、  
組合員証等の事務手続きを忘れずに行ってください。

## 資格取得

事由	提出(返却)するもの						備考	
	短期給付(資格)関係							
	①組合員申告書	②辞令の写し	③被扶養者申告書	④扶養認定に必要な書類	⑤組合員証高齢受給者証等	⑥組合員被扶養者証、 高齢受給者証等 限度額適用認定証、		
<input type="checkbox"/> 再任用 (フルタイム、県職員のみ)  ※更新者は不要です。 ※市町村職員は電話で確認してください。	本人	◎	◎			◎	▲	※「組合員申告書」の届けの理由を「再任用」と朱書きし、旧組合員番号と新組合員番号を併記
	家族			△㊟ (継続認定)	△㊟ (継続認定)		●	●

◎: 提出必須    △: 該当する場合は提出    ●: 返却必須    ▲: 交付を受けている場合は返却

㊟ 被扶養者については、取消又は普通認定から特別認定へ切替(継続認定)が必要です!

## 被扶養者の継続認定

### 【普通認定→特別認定】

事由					
<input type="checkbox"/> 被扶養者が普通認定の要件(扶養手当受給)に該当しなくなったが、特別認定の要件には該当するとき。 例) ①22歳年度末を迎えて、扶養手当の受給がなくなった。 ②年金改定により、年間収入が130万円以上180万円未満になった。 ③育休中に扶養手当認定が取り消された。					
提出するもの					
<input type="checkbox"/> 被扶養者が普通認定の要件(扶養手当受給)に該当しなくなったが、特別認定の要件には該当するとき。 ◎被扶養者申告書 ◎特別認定に必要な書類 例) ・上記③に該当する場合のみ <table border="0" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td style="font-size: 2em;">{</td> <td>△育休辞令の写し</td> </tr> <tr> <td></td> <td>△育休前の年間収入が確認できる所得証明書</td> </tr> </table> ・送金証明書等(別居の被扶養者について、送金の確認を行っています。) ◎扶養手当認定簿の写し ※組合員被扶養者証は添付不要(継続使用)です。		{	△育休辞令の写し		△育休前の年間収入が確認できる所得証明書
{	△育休辞令の写し				
	△育休前の年間収入が確認できる所得証明書				

## 資格喪失

事由	提出(返却)するもの						備考
	短期給付(資格)関係			長期給付(年金)関係			
	①組合員異動報告書(喪失用)	②組合員証	③組合員被扶養者証、 限度額適用認定証、	④履歴書	⑤退職届書	⑥組合員転出届書	
<input type="checkbox"/> 退職 対象者 ・退職者(普通・勤奨等問わず) ・任意継続予定者 ・再任用予定者 ・フルタイムの再任用終了者 ・フルタイムから短時間勤務へ変更になる再任用職員	◎	●	▲	◎	◎		※再任用予定者は、「組合員異動報告書(喪失用)」の異動内容欄に「再任用」と朱書きすること。 ※履歴書は所属所長の原本証明があるものを提出。 ※再任用職員が退職する場合は「改定」請求書を送付しますので、ご連絡ください。
<input type="checkbox"/> 他の共済組合へ異動(転出)	◎	●	▲	◎		◎	※組合員証・被扶養者証等について、教職員として他の都道府県に異動(採用)される場合は、新所属所へ提出してください。 ※履歴書は任命権者が証明したものを提出。

◎: 提出必須    △: 該当する場合は提出    ●: 返却必須    ▲: 交付を受けている場合は返却

黄色・・・黄色に該当する書類は、旧所属所事務担当者が提出。

事 由	提出（返却）するもの			
	短期給付（資格）関係		長期給付（年金）関係	
	① 記載事項等変更 申告書	② 組合員異動報告書 (所属所間異動等)	③ 組合員証	④ 国民年金被保険者 (被扶養配偶者のみ) 住所変更届
<input type="checkbox"/> 所属所間の異動(人事異動)		○		※新所属所から提出願います。
<input type="checkbox"/> 住所変更等	本人	○	△	※氏名変更の場合は、戸籍謄本もしくは戸籍抄本の写し及び組合員証を添付してください。
	家族	○		

○：提出必須    △：該当する場合は提出    ●：返却必須    ▲：交付を受けている場合は返却  
 ●・・・黄色に該当する書類は、**該当者がいる所属所からその都度、事務担当者が提出。**



## 資格喪失後の無資格受診に注意!!

**注** 組合員証等は資格喪失日以降使用できません！  
 資格喪失後は速やかに組合員証等をご返却ください!!

### 扶養を遡って取り消された場合の医療費の返還請求が高額になるケースが増えています！

扶養手当が遡って取り消されたり、特別認定で遡って取り消された場合、原則、被扶養者の資格も遡って喪失となります。  
 その場合、喪失日以降の受診については、無資格受診となり、公立学校共済組合が負担した医療費(約7割分)について、後日、組合員に全額返還していただくこととなります。

#### 返還請求書でお支払いいただいたあとは・・・

新しく加入された健保組合・国民健康保険等に「療養費」として請求できます。支払った際の領収書は療養費の申請に必要となりますので、大切に保管してください。

詳細については、新しく加入した健保組合・国民健康保険等へお問い合わせください。

**注** 被扶養者の収入超過により、遡って認定が取り消される事例が多くあります！

## マイナンバー制度

公立学校共済組合でも、平成 29 年 1 月 1 日から組合員の資格取得時・被扶養者の認定申告時にマイナンバーの記載が必要になります。

①組合員資格取得届    +    個人番号(マイナンバー)記入様式  
 ②被扶養者申告書



マイナンバーは、組合員の皆さまの手続きを確実かつ早期に進めるために必要です。  
 ご自分、または被扶養者のマイナンバーを必ずご記入をお願いします。

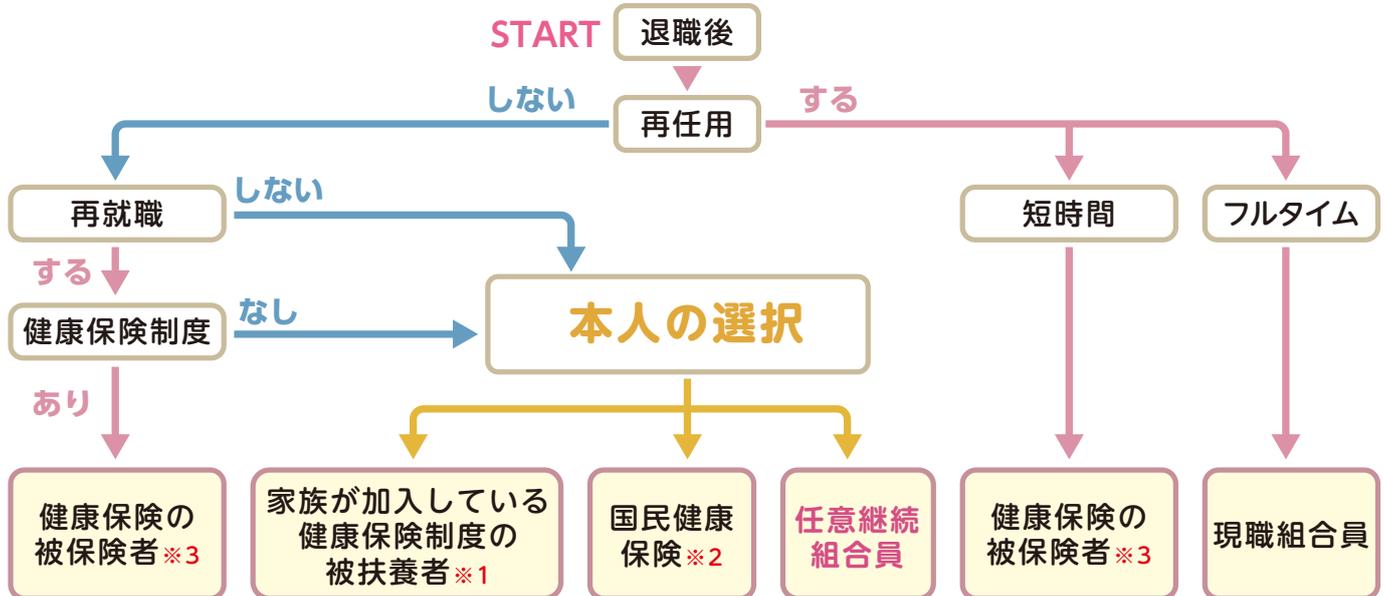
### 平成 28 年度 退職予定者の年金等共済事務説明会の日程

開催時間 / 9:30 ~ 12:00 (受付 9:00 ~)

対象地区 (各教育事務所管内)	対 象 所 属 所	日 時	説 明 会 会 場
国 頭 地 区	全 所 属 所	2 月 20 日(月)	名護青少年の家
中 頭 地 区	教育庁・教育機関・県立学校 中学校・小学校・幼稚園	2 月 16 日(木)	中頭教育会館
		2 月 17 日(金)	
那 覇 地 区	中学校・小学校・幼稚園 教育庁・教育機関・県立学校	2 月 21 日(火)	沖縄県教職員共済会館 八汐荘
		2 月 22 日(水)	
島 尻 地 区	教育庁・教育機関・県立学校 中学校・小学校・幼稚園	2 月 23 日(木)	島尻教育会館(みなーの)
		2 月 24 日(金)	
宮 古 地 区	全 所 属 所	2 月 27 日(月)	宮古教育会館
八 重 山 地 区	全 所 属 所	2 月 28 日(火)	官公労共済八重山会館

# 退職後の健康保険制度について

退職すると、組合員の資格を失い、いずれかの健康保険制度に加入することになります。質問に答えてあなたに合った制度を選択しましょう。



※1 扶養認定の基準は各保険者により異なります。詳しくは家族の加入している保険者へお問い合わせください。

※2 国民健康保険料についての詳細は居住地市町村へご確認ください。

※3 平成28年10月1日から厚生年金保険・健康保険の適用拡大に伴い、短時間労働者の方も健康保険の適用対象となりました。健康保険の適用の有無についてはお勤め先へご確認ください。

## 「任意継続組合員」とは？

退職後引き続き短期給付を受け、一部を除く福祉事業を利用できる制度です。最長2年間加入できます。(※再任用者も、再任用退職時に加入できます。)

## 在職中と比べて受けられない給付

・休業手当金・育児休業手当金・介護休業手当金・(※傷病手当金・出産手当金)  
※傷病手当金と出産手当金については、在職中に支給事由がある場合に限り対象となります。

## 任意継続組合員になる要件は？

- ①退職日の前日まで1年以上組合員である方。
- ②「申出」と「掛金の納付」を退職日から20日以内に行うこと。

〔例〕平成29年3月31日退職の場合  
平成29年4月19日(水)までに「申出」と「掛金の納付」が必要です

## 掛金額(保険料)はどのくらい？

掛金率及び平均標準報酬月額は、平成28年度分の適用になり、年度ごとに異なる場合があります。

短期	40歳以上65歳未満	(掛金率) ※任意継続組合員の標準報酬の月額×86.20÷1,000
	40歳未満・65歳以上	
介護	40歳以上65歳未満	(掛金率) ※任意継続組合員の標準報酬の月額×10.84÷1,000
	40歳未満・65歳以上	

※任意継続組合員の標準報酬の月額について

平成29年3月31日までに退職する組合員については①～③のうち一番少ない額、平成29年4月1日以後に退職する組合員については①または③のうち一番少ない額となります。

①退職時の標準報酬月額

②①-①×30%の金額(組合員期間が15年以上かつ55歳以上で初めて退職される方に限る)

③全組合員の平均標準報酬月額440,000円

## 納付方法

申出を受付しますと、当支部から納付書を送付しますので、掛金を期限内に納付してください。

(掛金の納付は1年前分納、半年分前納、毎月納付から選択できます。1年前分納、半年分前納の場合は、毎月納付よりも割引された掛金となります。)

**1日でも払込み期限を過ぎますと加入できませんのでご注意ください！！**

## 組合員証

入金を確認でき次第、ご自宅に任意継続組合員証等を送付します。

在職中から家族を扶養に入れている方は、任意継続組合員被扶養者証も送付しますが、扶養の要件から外れている場合は、取消の手続きを行ってください。

※退職後は現在の組合員証・被扶養者証は使用できませんので、所属所を通して速やかに返却してください！

# 退職・転出による貸付金の償還について

退職・転出時に貸付未償還元利金がある場合、下記の手続きを行うこととなります。

区 分		償 還 方 法
退 職		退職時に未償還元利金がある方は、退職手当から控除しますので、特に手続きは必要ありません。退職手当から未償還元利金が全額控除できなかった場合は、不足額を別途納付していただきます。
転出される場合	沖縄県市町村職員 共済組合へ転出	次の償還方法がありますので、選択してください。 (1) 自己資金で全額即時償還する。 →希望される方は、振込依頼書を送付しますので公立学校共済組合沖縄支部までご連絡下さい。 (2) 転出先の共済組合から貸付を受け、全額即時償還する。 →「貸付金残高証明書」を転出先の共済組合へ提出し、貸付申込手続きをお取り下さい。 (3) 転出先の共済組合を通じて、これまでと同様に給与から控除し当共済組合へ毎月償還を継続する（徴収嘱託制度）。 →「徴収嘱託申出書」の提出が必要です。
	地方職員共済組合 沖縄県支部へ転出	
	他都道府県の公立学校 共済組合へ転出	転出先の支部で引き続き償還が可能です（組合員本人の手続きは不要）。
	国家公務員共済組合 へ転出	原則、未償還金を全額即時償還していただきます。 (1) 自己資金で全額即時償還する。 (2) 転出先の共済組合から貸付を受け、全額即時償還する。 例外として、 <u>団信加入中の者に限り</u> 本人振込により当共済組合への償還を継続することができます。 →「申出書」の提出が必要です。

## 教育貸付けの対象範囲を拡大します!

(平成 29 年 1 月から開始)

### 現 行

- 兄弟姉妹は弟妹のみ可
- 家賃は原則不可・交通費は不可
- 他の金融機関からの借換えは原則不可

### 平成 29 年 1 月から

- 兄弟も可
- 家賃(月払い家賃1年分)、交通費(通学定期)は可
- 借換え可(ただし教育ローンに限る)

- 借入可能金額は最大550万円です。
- 返済期間は最長20年10ヶ月。ボーナス返済や繰上返済も可能です。
- もしものときに備え、ローン残高が保険金で完済できる保険「だんしん」への加入が可能です。

利 率  
年 **2.72%**



## 産前産後休業・出産・育児休業に係る提出書類について

組合員が産前産後休業・出産（被扶養者が出産する場合を含む。）・育児休業に係る掛金等免除、出産費・同附加金（被扶養者が出産する場合の家族出産費・同附加金を含む。）や育児休業手当金の給付を受ける場合、また、出生児を共済組合の被扶養者とする場合は、次表の書類を**所属所経由で提出してください**。

提出時期	名称等	提出書類
出産前	産前産後休業掛金等免除	<input type="checkbox"/> 産前産後休業掛金等免除申出書 <input type="checkbox"/> 産前産後休暇の期間及び取得が確認できる書類（休暇願・休暇簿の写し等） <input type="checkbox"/> 出産予定日の確認できる書類（妊娠証明書の写し、母子手帳の写し等） <input type="checkbox"/> （多胎妊娠の方のみ）出産人数が確認できる書類（診断書の写し等）
出産後	被扶養者認定申告 [出生児を被扶養者とする方のみ]	<input type="checkbox"/> 被扶養者申告書 【扶養手当が支給される場合】 <input type="checkbox"/> 扶養手当の支給が確認できる書類（県費職員は扶養手当認定簿または扶養親族届（所属所受付済）の写し、市町村費職員は給与支給機関発行の扶養手当支給証明書等） 【扶養手当が支給されない場合】 <input type="checkbox"/> 扶養事実申立書、 <input type="checkbox"/> 住民票謄本、 <input type="checkbox"/> 戸籍謄本、 <input type="checkbox"/> 所得証明書（組合員及びその他の扶養義務者）、 <input type="checkbox"/> その他必要書類 ※所属所には <b>事実発生年月日（誕生日）から30日以内に提出してください</b> 。
	産前産後休業掛金等免除	<input type="checkbox"/> 産前産後休業掛金等免除変更申出書 ※出産予定日と出産日が同じ場合は、省略可能です。 <input type="checkbox"/> 産前産後休暇の期間及び取得が確認できる書類（休暇願・休暇簿の写し等） ※出産後、産前産後休暇の期間を変更したのになります。 ※出産予定日と出産日が同じ場合は省略可能です。 <input type="checkbox"/> 出産日の確認できる書類（出産証明書の写し等） ※ <b>産前産後休業の終了日まで</b> に提出してください。
	出産費・同附加金 [家族出産費・同附加金]	※受取代理制度を利用する場合は、提出書類が異なります。 <input type="checkbox"/> 出産費・同附加金請求書または家族出産費・同附加金請求書 <input type="checkbox"/> 分娩費用明細書など医療機関等の代理受取額が明記され、産科医療保障制度加入の場合、その証明印が確認できる書類（写し可） <input type="checkbox"/> （直接支払制度を活用する方のみ）直接支払制度合意文書等（写し可） <input type="checkbox"/> （被扶養者が認定日後6月以内に出産する場合で、認定日前まで1年以上健康保険組合等の被保険者または組合員だった方のみ）当該健康保険組合等が発行した出産育児一時金等の受給権放棄等が確認できる書類
育児休業開始時 [期間延長または短縮の変更がある場合は、その都度]	育児休業等掛金等免除	<input type="checkbox"/> 育児休業等掛金等免除申出書 <input type="checkbox"/> 辞令等の写し 【育児休業の期間延長または短縮の変更がある場合】 <input type="checkbox"/> 育児休業等掛金等免除変更申出書 <input type="checkbox"/> 辞令等の写し（延長または復職に係るもの） ※ <b>育児休業が開始する月の末日まで</b> に提出してください。
	育児休業手当金	<input type="checkbox"/> 育児休業手当金（変更）請求書 <input type="checkbox"/> 辞令等の写し（変更請求の場合は、当初の辞令等の写しも提出ください。） 【給付期間の延長を受ける場合】 <input type="checkbox"/> 市町村が発行した保育所の入所不承諾通知書など総務省令で定める要件に該当していることが確認できる書類（次頁参照） 【パパ・ママ育休プラスを受ける場合】 <input type="checkbox"/> 配偶者の辞令等の写し、 <input type="checkbox"/> 住民票謄本
育児休業手当金（変更）請求書提出後～請求期間終了月	育児休業手当金	<input type="checkbox"/> 育児休業手当金に係る休業実績等証明書 ※ <b>請求書を提出した月の翌月から請求期間の終了する月まで月単位で作成し、毎月翌月の5日まで</b> に提出してください。



※ 申出書、請求書等の様式は、公立学校共済組合沖縄支部のホームページからもダウンロードできます。

## 産前産後休業・育児休業中の掛金(保険料)免除申請

産前産後休業・育児休業中は、当共済組合へ申出をすることにより休業を開始した日の月から休業終了日の翌日の月の前月までの期間について免除を受けることができます。

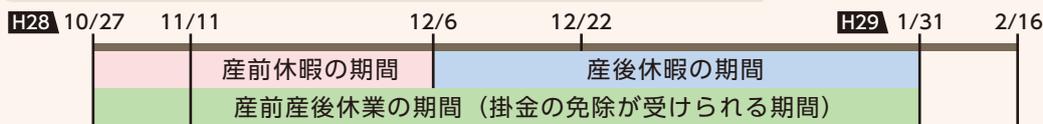
### ■産前産後休業中の掛金(保険料)の免除となる期間⇒産前産後休暇の期間のうち、産前産後休業の期間。

- 産前産後休業……出産日以前42日(出産日が出産予定日後の場合は、出産予定日)から出産日後56日までの間で、妊娠または出産を理由として休業している期間。多胎妊娠の場合は、出産日以前「48日」を「98日」に読み替えます。

(例) 出産予定日 H28 12/22、産前産後休暇の取得期間 H28 10/27～H29 2/16 の場合



#### ①上記出産予定日よりも早く出産した場合(出産日 H28 12/6)



※免除期間の変更

※出産日が出産予定日より早くなった場合は、産前産後休業の期間が早まりますが、産前休暇の開始日より前になることはありません。

#### ②上記出産予定日よりも遅れて出産した場合(出産日 H28 1/5)



※免除期間の延長

※産前産後休業の期間の開始日は変更せず、出産日から56日後までが産前産後休業の期間となります



## 出産費(家族出産費)・出産費附加金(家族出産費附加金)

- 給付額…出産費(家族出産費)420,000円(産科医療制度に加入していない場合は404,000円)、  
出産費附加金(家族出産費附加金)50,000円

※直接支払制度を活用する場合、医療機関等の代理受取額は最大420,000円です。

例)産科医療制度加入で代理受取額400,000円の場合、出産費20,000円と同附加金50,000円が給付可。

## 育児休業手当金

- 給付期間…育児休業期間のうち休業開始日から1歳に達する日(1歳の誕生日前日)まで給付されます。
- 1月あたりの給付額…給付日額×給付日数(土・日曜日を除く。)

【計算方法】標準報酬月額×1/22(5円未満切り捨て、5円以上10円に切り上げ)=標準報酬日額

標準報酬日額×給付率(円未満切り捨て)=給付日額

※給付率…休業開始180日目まで67%、181日目以降50%

※給付日額…給付上限額有り。毎年8月改定。平成28年8月以降67%12,927円、50%9,647円

- 給付期間の延長…総務省令で定める要件に該当している場合、最長6月延長できます。

【保育所入所不承諾の場合】

- ・総務省令…保育所における保育の実施を希望し、申込みを行っているが、当該子が1歳に達する日後の期間について、当面その保育の実施が行われないとき

**注**

保育所の入所申込日及び入所希望日が1歳の誕生日以前であり、1歳に達する日後(1歳の誕生日以後)、当面保育の実施が行われないことが要件です。

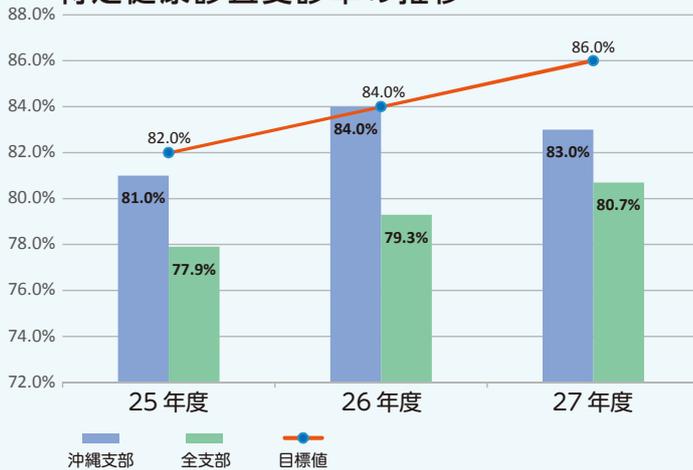


# 特定健康診査・特定保健指導※実績!

## ※特定健康診査・特定保健指導とは

高齢者医療確保法により、医療保険者に義務付けられた、40～74歳の加入者を対象とした生活習慣病の予防を目的とした健診・保健指導です。医療保険者は、その年度の「特定健康診査・特定保健指導」の実施状況を翌年の10月に国へ報告することとされています。

### 特定健康診査受診率の推移



47支部中

28位

平成27年度  
特定健康診査受診率

**83.0%**  
(全支部平均 80.3%)

### 特定保健指導実施率の推移



47支部中

13位

平成27年度  
特定保健指導実施率

**28.4%**  
(全支部平均 18.0%)

#### ■ 特定健康診査受診率について～

平成27年度の特定健康診査の受診率は、目標値に3%届いていない結果となっています。

例年、被扶養者の受診率が低い傾向にありますので、ご家族で受診がまだの方がいらっしゃいましたらお声かけをお願いします。

※被扶養者の方には、特定健康診査が無料で受診できる「特定健康診査受診券(有効期限：平成29年3月31日)」を5月中旬頃ご自宅あてに送付しています。(組合員本人は、職場の健康診断、もしくは健診事業の1日人間ドック・脳ドックを受診することで、受診したものとなっています。)

#### ■ 特定保健指導実施率について

平成27年度の特定保健指導の実施率は、目標値に近い数値となっていますが、対象者の3割に満たない結果となっています。「症状がでないから」、「仕事が忙しいから」等の理由で特定保健指導を受けていない方も多いかと思いますが、なぜ特定保健指導を受けてほしいのか、Q&A方式でお答えします。



## あなたの声に答えます。 ～なぜ特定保健指導を受けてほしいのか～

### Q 「特定保健指導」って何？

A 特定健診(組合員本人は、職場の健康診断・人間ドック・脳ドック)の結果、生活習慣病のリスクはあるが、指導によって生活習慣病の予防効果が高いと考えられる方には「特定保健指導」が行われます。

今後どうすれば、生活習慣病予防ができるのか、それぞれ個人の生活スタイルに合わせ、専門家によるアドバイスや支援が行われます。指導料金は全額、公立学校共済組合沖縄支部が負担します。

### Q 特定保健指導の対象になったけど、体調は快適。時間もないし…今回はいいかな。

A 症状が出ていないうちに対処しないと、通院、食事制限、運動の確保等、より、時間やお金などの負担がかかってしまいます。

何より問題なのは、生活習慣病は進行するまで自覚症状が無く、一度発症すると、完治が困難になることです。働くことが難しくなる危険すらあります。自覚症状のない今こそがラクに短時間で対処できるチャンスなのです。

### Q 特定保健指導は受けてみたいけど、病院に行く時間が無いし。

A 公立学校共済組合沖縄支部では(株)ベネフィットワン・ヘルスケアとの業務委託により、訪問型の保健指導も実施しております。訪問型保健指導では、あなたの好きな時間に好きな場所で、特定保健指導を受けることができます。もちろん指導料金は全額、公立学校共済組合沖縄支部が負担します。

※職場に(株)ベネフィットワン・ヘルスケアから保健指導の案内の電話や通知が届きますので、ご対応よろしくをお願いします。



コーハークン

保健師や管理栄養士などの健康を守る専門家が、あなたの生活に合わせ、あなたにとってベストと思われるオーダーメイドの生活習慣改善案と一緒に考えてくれます。せっかくのこの機会を逃してしまうのはもったいないですよ！

※公立学校共済組合沖縄支部では、健康保持・増進のため「スポーツ施設利用補助」を行っています。特定保健指導と併せて利用することで、生活習慣改善に役立ててみてはいかがでしょうか？



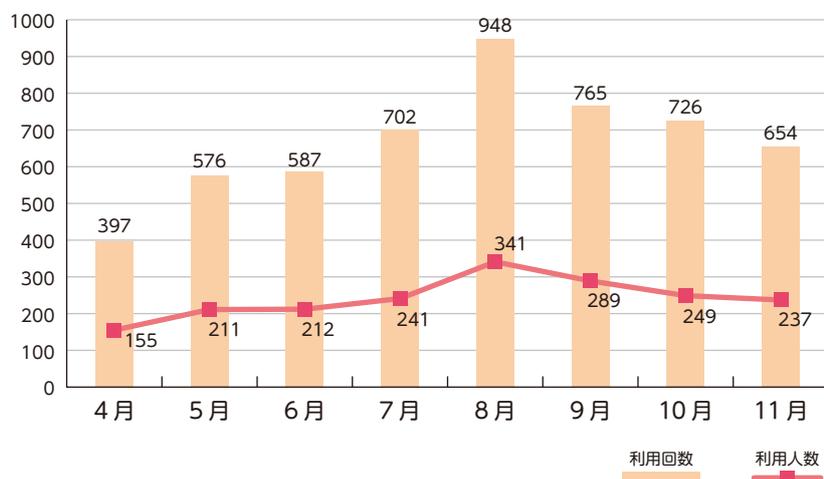
スズちゃん

# スポーツ施設利用補助実施状況のご報告

平成 28 年度より月の回数制限を増やし、多くの方が運動習慣を得られています。平成 28 年 11 月末日までの実施状況は延べ 5,355 回で、利用したことがある組合員は 683 名となっております。年間を通してご利用いただける事業となっておりますので、さらに多くの組合員のご利用よろしくお願いします。

※平成 27 年度実績(年間)：利用回数・・・延べ 4,791 回  
利用者数・・・597 名

## 平成 28 年度 スポーツ施設利用補助実施状況



トレーニングジム



プール

## スポーツ施設利用補助

沖縄支部と契約を結んでいる、スポーツパレスジスタス(那覇・浦添・美里)を組合員本人に限り、月 8 回まで 540 円で利用することができる制度です。

トレーニングジムはもちろん、プール、スタジオ、サウナ等の設備をご利用いただくことができます。



チムジルバン(温熱施設)

### ジスタス那覇

那覇市西 2-5-5  
TEL：098-868-0758

### ジスタス浦添

浦添市沢岬 2-23-1  
TEL：098-878-1122

### ジスタス美里

沖縄市美里 4-20-1  
TEL：098-982-1115

営業時間：[月～土] 9：00～23：30 [日・祝日] 9：00～21：00

厚生労働省は「1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上持続している人」を運動習慣者と定義しています。

対象者 ■ 平成29年4月1日時点で33歳以上の組合員

受診期間 ■ 平成29年5月1日～平成29年12月31日まで

受診方法 ■ 平成29年度の受診希望者を2月下旬頃募集します。

3月31日(予定)までに各所属所単位で、ご希望の「健診区分」・「受診予定医療機関」を当支部へご提出ください。※受診方法に変更はありません。

## ■ 申込みから受診までの流れ

3月31日(予定)までに各所属所単位で、「健診区分」・「受診予定医療機関」を当支部へ提出。

受診券受取

組合員本人各自で予約

ドック  
受診  
※受診券提出



## ■ 注意事項

### ① 健診区分について

受診希望申込みの際は、「1日人間ドック」か「脳ドック」のいずれか1つを選択してください。  
(補助は、いずれか1つとなります)

### ② 「受診券」について

- ☆受診希望者に対して受診券を配付します。(5月末頃に所属あてに送付します。)
- ☆受診当日には、医療機関に必ず受診券を提出してください。受診券を提出することで補助を受けることができます。

重要

### ③ 受診予約について

- ☆医療機関への予約は、医療機関に組合員本人各自で行ってください。  
(当支部へのドック受診希望申込みは、補助を受けるための申込みであり、予約ではありません。)
- ☆医療機関への予約は、受診希望日前まで可能ですが、医療機関ごとに予約可能期間が異なりますので、ご注意ください。
- ☆受診希望日に予約が取れない可能性もありますので、医療機関への予約は早めをお願いします。





# 読者からの投稿を募集します



組合員の皆様やその被扶養者の方なら、どなたでもご応募いただけます。  
次号の「福利おきなわ」第86号(平成29年5月発行予定)に掲載された方には「図書カード」を差し上げます。

締切日：平成29年2月28日(火) (はがきは当日消印有効)

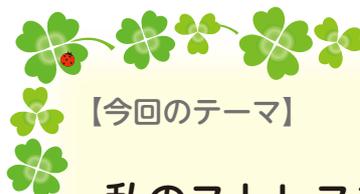
- ※作品は未発表のものでお願いします。
- ※文書は添削することがあります。
- ※写真の添付が可能です。写真データがある場合、後日提出を依頼することがあります。
- ※本誌掲載に関するトラブルに関しては、一切責任を負いません。
- ※いただいた個人情報、この記事の目的のみに使用します。

## メールでのご応募の場合

公立学校共済組合沖縄支部メールアドレス  
somukosei47@kouritu.go.jp

## はがきでのご応募の場合

送付先：那覇市泉崎1-2-2 12階  
公立学校共済組合沖縄支部  
「福利おきなわ」 担当者あて



【今回のテーマ】

### 私のストレス発散方法



## 面談によるメンタルヘルス相談

サービスの対象者：組合員とその被扶養者

臨床心理士・心理カウンセラーが面談カウンセリングをいたします。  
●日本全国に相談窓口があります。  
●カウンセリング(面談相談)1回の相談時間は約50分で、5回まで無料です。

悩みに向く

通話料 無料 **0120-783-269**

面談予約受付時間  
平日 9:00~21:00、土曜日 9:00~16:00  
(日曜・祝日・12月31日~1月3日を除く)

## 教職員健康相談24(電話)

サービスの対象者：組合員・配偶者および組合員の被扶養者

心と体のさまざまなご相談に、24時間体制でお応えします。また、9:00~22:00には心理カウンセラーによる電話でのメンタルヘルスカウンセリングをご利用いただけます。

24時間 やさしく

通話料 無料 **0120-24-8349**

●健康相談●医療相談●介護相談●育児相談●メンタルヘルスの相談●医療機関情報等のご提供●専門外来や人間ドック施設などのご案内●夜間・休日の医療機関のご案内●介護などシルバー情報のご提供など  
※救急に関するご要望など、ご相談の内容によってはご利用できない場合があります。

## セカンドオピニオン相談(電話・面談)

サービスの対象者：組合員・配偶者および組合員の被扶養者

さまざまな疾病(※)でお悩みの方に、電話・面談によるセカンドオピニオンサービスを提供いたします。また、ご相談内容に応じて、各専門分野を代表する専門医を紹介いたします。

(※)入院・転院を目的としたサービスではございません。また、疾病や内容により、サービスをご利用いただけない場合がございます。その他、ご利用に際しては事前に診療関連資料(診療情報提供書(紹介状)、各種検査データ、カルテの写しなど)をご準備いただくなど諸条件がございます

2番目の医師によく(相談)

通話料 無料 **0120-214-249**

受付時間  
月~土 9:00~18:00 (日曜・祝日・12月31日~1月3日を除く)  
セカンドオピニオンとは・・・「第2の意見」と訳され、よりよい医療や治療方法を選択するために、主治医から示されている病名や診断内容・治療方法などについて主治医以外の医師に意見を求めることです。  
まずはお気軽にお問合せください。

プライバシーは厳守されるシステムになっておりますので、安心してご利用ください。  
携帯電話・PHSからもご利用できます。(通話料無料)

※一般には公開していない専用の番号ですので、取扱いにはご注意ください。



公立学校共済組合

(委託先：ティーベック)  
M1603-0229A0002-5-2