

第103号  
令和5年5月

福利

# おたより



伊江島のゆり

## Contents

【保健事業】 令和5年度研修事業<7月～9月開催> セミナーの募集概要が決まりました! …… 2	【保健事業】 人間ドック等のご案内 …… 10
【保健事業】 令和5年度 保健事業 実施計画 …… 4	【掛 金】 令和5年度の公立学校共済組合 掛金率(保険料率)のご案内 …… 10
【健康保険】 被扶養者の届出を忘れていませんか? …… 6 令和5年度 検認(被扶養者要件確認) のお知らせ …… 7	【保健事業】 婦人科検診のご案内 …… 11 歯科検診のご案内 …… 11
【給 付】 出産費の給付額変更のご案内 …… 8	【広 報】 健康相談事業 公立学校共済組合沖縄支部 ホームページ紹介 …… 12
【年 金】 年金払い退職給付について …… 9	



# 令和5年度研修事業 <7月~9月開催

## ＊保護者対応セミナー

テーマ「学校と保護者のいい関係づくり」

開催日	開催会場	募集定員
7月27日(木)	いちゅい具志川じんぶん館(うるま市)	100名
7月28日(金)	沖縄県教職員共済会館(那覇市)	100名



## ＊女性のための健康セミナー

女性の健康力アップ! ~女性としていつまでも輝けるために~

実施形式	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	令和5年7月24日(月) ~令和5年8月23日(水)	200名



## ＊ライフスタイル改善セミナー

飲酒や喫煙、生活習慣の見直すきっかけとして参加してみませんか

実施形式	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	令和5年7月24日(月) ~令和5年8月23日(水)	200名



## ＊介護講座・介護実技研修

いま知っておきたい、介護保険制度と介護実技実践

開催日	開催会場	募集定員
8/4(金)	沖縄県教職員共済会館(那覇市)	60名



## ＊生涯生活設計セミナー

「生きがい」「経済」「健康」年齢別のライフプラン設計

実施形式	視聴可能期間	対象年齢	募集定員
オンデマンド	令和5年7月24日(月) ~令和5年8月23日(水)	~30代	200名
		40代~50代半ば	200名
		50代半ば~	600名

年齢別のライフプラン・家計設計についてのセミナーです!

# セミナーの募集概要が決まりました！

## ＊ヨガでリラックスセミナー

～こころとからだをほぐすリラクゼーション～

実施形式	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	令和5年7月24日(月) ～令和5年9月23日(土)	希望組合員



ヨガのポーズで身体を動かすことの良さを体験してみませんか？

## ＊スリープタフネスセミナー

～健康経営を睡眠から始める～

実施形式	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	令和5年7月24日(月) ～令和5年9月23日(土)	希望組合員



おはよう

## ＊メンタルヘルスセミナー

～折れない心と体をつくる～

実施形式	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	令和5年7月24日(月) ～令和5年9月23日(土)	希望組合員



ストレスを糧に成長する力を養いませんか？

## ＊カラダかわるセミナー

脱メタボ！もうメタボとは呼ばせない！

実施形式	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	令和5年7月24日(月) ～令和5年9月23日(土)	60名



セミナー受講生申込期限：令和5年**5月31日(水)**必着

申込方法等、詳しくは公立学校共済組合沖縄支部HPをご確認ください！ check



## I 特定健診等事業・健康管理事業

公立学校共済組合 沖縄支部

科目	事業名	内 容	
特定健診等事業	特定健康診査	<p>対象者：令和5年4月1日現在資格を有する40歳以上75歳未満の組合員、被扶養者及び任意継続組合員(本人負担なし)</p> <p>○一般組合員及び短期組合員(4分の3未満の短時間労働者のぞく)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健診事業の1日人間ドック、脳ドックを受診することで特定健康診査に資する。</li> <li>・それ以外の一般組合員及び短期組合員は事業主が実施する定期健康診断により診査結果の提供を受ける。</li> </ul> <p>○短期組合員(4分の3未満の短時間労働者)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健診事業の1日人間ドック、脳ドックを受診することで特定健康診査に資する。</li> <li>・それ以外の者には、支部発券の「特定健診受診券」により市町村の実施する集団検診又は指定医療機関にて診査を行う。</li> </ul> <p>○被扶養者及び任意継続組合員</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・支部発券の「特定健診受診券」により市町村の実施する集団検診又は指定医療機関にて診査を行う。</li> </ul>	
	健診結果の情報提供	<p>特定健康診査受診者に対し、生活習慣改善及び健康増進への意識啓発を目的に、個別に冊子による情報提供を行う。</p> <p>対 象 者 組合員：人間ドック、脳ドック及び定期健康診断、または特定健診受診券により受診した者 被扶養者：特定健康診査を受診した者</p>	
	特定保健指導	<p>対 象 者 特定健康診査の結果に基づき、「動機付け支援」「積極的支援」の対象となる者。</p> <p>対 象 者 には「特定保健指導利用券」を発券し、①指定医療機関にて保健指導を受ける。 又は②個別訪問による保健指導を受ける。</p>	
健診事業(特定健康診査も含む)	1日人間ドック	<p>対 象 者 令和5年4月1日現在資格を有し、且つ33歳以上で1年以上の雇用期間が見込まれる組合員</p> <p>受 診 病 院 県内 34 医療機関等</p> <p>期 間 5月～12月</p> <p>補 助 額 ドック 14,000円 婦人科検診 5,500円 前立腺がん 2,500円 ※年度間1回に限り補助 (前立腺がんについては、令和5年4月1日現在、50歳以上の組合員を対象とする。)</p> <p>定期健診補助 3,200円</p> <p>事業主健診(定期健診)分について支部が受託する教育庁本庁及び出先機関、県立学校、県立芸大・看護大学、市町村事業主(国頭村、東村、今帰仁村、伊是名村、北中城村、久米島町、多良間村、宮古島市、粟国村)管内に所属する組合員が人間ドックを受診する場合、3,200円を支部が補助する。 ※支部より定期健診に必要な健診結果を事業主(委託)へ報告する。</p>	
	器官別検診	脳ドック	<p>対 象 者 令和5年4月1日現在資格を有し、且つ33歳以上で1年以上の雇用期間が見込まれる組合員 (1日人間ドックと脳ドックの何れか一つを個人選択。)</p> <p>受 診 病 院 県内 21 医療機関等</p> <p>期 間 5月～12月</p> <p>補 助 額 ドック 14,000円 婦人科検診 5,500円 前立腺がん 2,500円 ※年度間1回に限り補助 (前立腺がんについては、令和5年4月1日現在、50歳以上の組合員を対象とする。)</p>
		婦人科検診	<p>対 象 者 女子組合員全員及び配偶者(被扶養者)全員 (組合員本人については、婦人科検診を実施するドック指定医療機関でのドック受診者は除く。)</p> <p>受 診 病 院 那覇市医師会契約医療機関 約50医療機関</p> <p>期 間 6月～12月</p> <p>補 助 額 子宮がん・乳がん 8,186円 乳がん 3,350円 子宮がん 5,833円 ※年度間1回に限り補助</p>
		歯科健診	<p>対 象 者 令和5年4月1日現在、25・30・40・50歳の組合員</p> <p>受 診 病 院 沖縄県歯科医師会契約医療機関 約300医療機関</p> <p>期 間 6月～10月</p> <p>補 助 額 歯科健診 4,710円(本人負担なし) ※年度間1回に限り補助</p>
健康づくり事業	健康教育	<p>・ヨガでリラックスセミナー (沖教済、互助会 共催事業) 気軽にできるヨガのポーズで身体を動かすことの良さを体験するセミナーを実施する。</p> <p>・スリープタフネスセミナー (沖教済、互助会 共催事業) 睡眠の質を上げるためのセルフケアメソッドを習得するセミナーを実施する。</p> <p>・メンタルタフネスセミナー (沖教済、互助会 共催事業) 心と体の両面から働きかけることで一人ひとりがストレスと対峙し、ストレスを糧に成長する力を養うセミナーを実施する。</p> <p>・カラダかわるセミナー (沖教済、互助会 共催事業) メタボの原因である血糖や血圧、中性脂肪に着目し、健康リテラシーを高め、生活習慣の改善をするセミナーを実施する。</p> <p>対 象 者 組合員及び被扶養者</p> <p>時 期 夏季2カ月間(オンデマンド形式)</p>	
		<p>からだマネジメントセミナー (沖教済、互助会 共催事業) 「すぐに実践できる」体験型の生活習慣改善プログラムで健康に対するマネジメント力を習得するセミナーを実施する。</p> <p>対 象 者 組合員及び被扶養者</p> <p>時 期 冬季1カ月間(オンデマンド形式)</p>	
		<p>保護者対応セミナー (沖教済、互助会 共催事業) 「学校と保護者のいい関係づくり」をテーマに講演とワークショップにより対応策等の知識を習得するセミナーを実施する。</p> <p>対 象 者 組合員</p> <p>時 期 夏季休暇期間中(集合形式2回)</p>	
		<p>女性のための健康セミナー (沖教済、互助会 共催事業) 女性に特化した健康増進のための最新情報や、心を癒す実践方法を習得する健康セミナーを実施する。</p> <p>対 象 者 組合員</p> <p>時 期 夏季1カ月間(オンデマンド形式)</p>	

# 事業 実施計画

健康づくり事業	健康教育	<p>ライフスタイル改善セミナー（冲教済、互助会 共催事業） 飲酒や喫煙、生活習慣の見直しに重点を置いた健康セミナーを実施する。 対象者 組合員 時期 夏季1カ月間(オンデマンド形式)</p> <p>メンタルヘルスツーリズム（冲教済、互助会、日教弘 共催事業） 若年者へのメンタルヘルス維持向上を図ることを目的に研修旅行を実施する。 対象者 1団：40歳未満の組合員 2団：40歳以上の組合員 ※沖縄県内 時期 冬季休暇期間中</p>
	健康指導	<p>若年者への保健指導 対象者 組合員(人間ドック受診者で受診結果が積極的支援相当に該当している年齢が38・39歳の者。) 実施機関 株式会社ベネフィット・ワン</p>
	健康相談	<p>教職員等のメンタルヘルス相談(互助会へ委託 共催事業) 対象者 組合員(個人負担なし 年度間5回まで補助する。) 受診病院 県内6医療機関等</p>
	スポーツ施設利用補助	<p>対象者 組合員 実施機関 スポーツパレス ジスタス(那覇店、浦添店、美里店、ABLO うるま店) スポーツ・フィットネスセンター(名護市) NB沖縄(南風原町) 組合員自己負担額 1回、550円で月8回まで利用できる。 ※9回目からは自己負担1,100円となります。</p>
	スポーツ施設利用特典	<p>対象者 組合員・被扶養者 実施機関 スポーツクラブ ルネサンス・ライカム 24 利用特典 月額会員価格の割引等(被扶養者も含む) ※当支部からの補助はなし</p>
	予防接種補助	<p>インフルエンザ予防接種補助（互助会、共催事業） 対象者 組合員 補助額 年度間1回限り1,000円を補助する。</p>

## II 一般事業

科目	事業名	内容
教養・文化関係	介護講座	<p>介護講座・実技研修（冲教済、互助会 共催事業） 介護に関する知識及び実技を習得するセミナーを実施する。 対象者 組合員 時期 夏季休暇期間中(集合形式1回)</p>
	ライフサイクルプラン	<p>生涯生活設計セミナー（県、冲教済、互助会、学校生協 共催事業） ライフサイクルプランとして組合員の生活設計に関する知識、手法を習得するセミナーを実施する。 対象者 組合員 時期 夏季1カ月間(オンデマンド形式)</p>
	子育て支援	<p>育児支援セミナー（冲教済、互助会 共催事業） 子育てに関する悩みや不安を解消し、役に立つ子育て方法を習得するセミナーを実施する。 対象者 育児休業中組合員 時期 10月中(集合形式1回)</p>
へき地組合員関係	診療交通費等補助	<p>指定するへき地に勤務する組合員が所属所から最も近い本島在の県立病院のある地域で診療を受けた場合及び支部事業で開催する講座等に参加する場合に、何れも片道分の交通費を年度間3回を限度として補助する。</p>
	健康管理支援補助	<p>指定するへき地に勤務する組合員が所属所から最も近い本島在の県立病院のある地域で健診事業を受けた際、1日人間ドック・脳ドック・婦人科検診・歯科健診の何れか一つに往復の交通費を補助する。</p>
	研修等交通費補助	<p>当支部主催の研修事業(セミナー関係)等に受講する際的那覇までの片道の交通費を年度間3回を限度として補助する。 対象者 宮古・八重山地区所属の組合員 補助額 8,000円以内</p>

### 【変更した事業】

- ・メンタルヘルスツーリズムの行き先を国内から沖縄県内に変更し、対象を50歳未満から全組合員に変更



## 被扶養者の届出を忘れていませんか？

新しい季節を迎え、組合員様の生活状況にも変化があったことかと思えます。

被扶養者が就職した場合や、扶養手当の受給が終了した場合などはお手続きが必要なことがありますのでご注意ください。

◆下記の質問票でお手続きが必要かご確認ください。

Q1 現在被扶養者はいますか？	いいえ →手続き不要	はい →Q2へ
-----------------	---------------	------------

Q2 扶養手当の受給が終了しましたか？	いいえ →手続き不要 (社会保険適用の場合→"はい")	はい →Q3へ
---------------------	-----------------------------------	------------

<扶養手当の受給が終了する場合の例>

- ・満22歳到達年度末を越えた方。(平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれ)
- ・本務職員から再任用フルタイム職員となり、扶養手当支給対象外となった方。

Q3 引き続き被扶養者としての収入要件等を満たしていますか？	いいえ →認定取消手続き	はい →継続認定手続き (普通認定→特別認定)
--------------------------------	-----------------	-------------------------------

<認定区分の説明>

- ①普通認定：扶養手当の扶養親族として認定されている方
- ②特別認定：①に該当しないが、健康保険の被扶養者要件を満たしている方

### 【資格取消となる例】

#### 1 被扶養者が収入を得たとき

被扶養者が認定基準額を超える収入を得たときは被扶養者資格が取り消されます。

就職、年金受給開始又は額改定、確定申告により収入額が確定した場合等は、収入額が認定基準額を超えていないか十分にご確認ください。

◆被扶養者の認定基準額・・・年額、月額両方の基準を満たしている必要があります。

対象者	年 額	月 額
① 障害年金受給要件該当者または60歳以上	180万円未満	15万円未満
② 上記①以外の方	130万円未満	10万8,334円未満

※上記の対象者区分は基本的な考え方です。不明な点は担当へお問い合わせください。

※認定基準年額未満であっても、認定基準月額を超えると認定取消となる場合があります。

#### 2 別居の父母等への送金額が不足しているとき

送金が認定要件となっている被扶養者について、送金を停止した場合や送金額が不足した場合は被扶養者資格が取り消されます。

被扶養者の給与額や年金額などが増額した場合等は、送金額にご留意ください。

#### ◆送金必要額の計算

① 組合員の年間送金額	+	② 組合員以外の年間送金(負担)額	+	③ 被扶養者自身の年間収入(見込)額		④ 被扶養者の全収入	÷ 3 =	⑤ 送金基準額

下記の両方に当てはまる場合は認定可能

① 組合員の年間送金額	≥	⑤ 送金基準額
① 組合員の年間送金額	>	② 組合員以外の年間送金(負担)額

# 令和5年度 検認(被扶養者要件確認)のお知らせ

毎年7月1日時点で、特別認定の被扶養者が資格要件を満たしているか確認を行います。

詳細は6月下旬に各所属所あて依頼しますので、各所属所の事務担当者から案内がありましたら書類提出をお願いします。

※特別認定とは、扶養手当の被扶養者として認定されていないが、健康保険上の被扶養者として認定されている方のことです。

## Q1. 検認時には、どんな書類の提出が求められるの？

対象者によって求める書類が異なります。被扶養者は下記①～⑥の該当する書類を提出し、組合員や扶養義務者は該当する場合に①、⑤～⑦の書類を提出ください。

### <検認時に求める書類>

	対象者	提出書類
①	16歳以上の者 (※15歳以下でも所得があれば必要)	令和5年度 所得証明書 (令和4年1月～12月末までの1年間の内容)
②	同居が要件の者	住民票謄本 (続柄省略不可)(マイナンバー記載なし)
③	給与所得者 (パート・アルバイト等)	給与支払証明書 ※現在、給与収入がある又は昨年～現在に至るまでの間で給与収入がある場合に提出。事業主に作成依頼が必要です。 勤務先が複数ある場合や既に退職している場合も提出が必要です。
④	雇用保険受給者	雇用保険受給資格者証 (両面の写し)
⑤	事業所得者 (営業・農業・不動産等)	令和4年分 確定申告申告書(写)、収支内訳書(写) ※所得証明書上、金額が低くても提出が必要です。
⑥	年金受給者	直近の年金証書(写)又は改定通知書(写)等 (例)障害年金、遺族年金、老齢年金、企業年金、年金生活者支援、給付金等
⑦	別居者 (配偶者と子を除く)	送金証明書類 (定額送金の場合) ・令和5年4月～令和5年6月分のATMご利用明細等 (定額送金をしていない場合) ・過去1年間の送金額がわかるATMのご利用明細等 ※手渡しは一切認めません。

※必要に応じて、書類の追加提出を依頼する場合があります。予めご了承下さい。

## Q2. 被扶養者としての要件を欠いていることが分かった場合どうなるの？

要件を欠いた日まで遡及して被扶養者資格の取消を行います。

遡及して取消した場合、取消日以降に共済組合が負担した医療費及び各種給付金は全額返還していただくこととなりますのでご注意ください。

## Q3. 書類を提出できず、検認を受けられない場合はどうなるの？

検認を受けていない組合員被扶養者証等は、前回検認時又は認定時等に遡及して無効となります。  
(地方公務員等共済組合法施行規程第97条第4項)

無効となった日以降に共済組合が負担した医療費及び各種給付金は全額返還していただくこととなりますのでご注意ください。

## 令和5年4月から出産費(家族出産費)の給付額が変更されます

出産費(家族出産費)の法定給付額が現行の40万8千円から48万8千円に変更されます。  
なお、附加給付額は、従前のおり5万円です。

### 産科医療補償制度に加入する医療機関等で出産した場合の出産費

令和5年3月31日 までの出産			令和5年4月1日 以降の出産		
法定 給付額	産科医療補償 制度掛金相当分	合計	法定 給付額	産科医療補償 制度掛金相当分	合計
40万 8千円	1万 2千円	42万円	48万 8千円	1万 2千円	50万円

### 産科医療補償制度に加入していない医療機関等で出産した場合の出産費

令和5年3月31日 までの出産	令和5年4月1日 以降の出産
40万8千円	48万8千円

## 療養費(家族療養費)の提出書類について

保険証を使用せず全額自己負担で医療機関等を受診した場合、療養費(家族療養費)請求手続きを行うことで払い戻しが可能です。請求書に添付していただく書類は下記のとおりです。

### 医療機関添付書類

- 診療報酬明細書(レセプト)
- 領収書

※請求書はレセプト毎に作成してください

※レセプトは医療機関に発行を依頼してください(診療明細書は不可)

※添付書類は写不可です

### 薬局添付書類

- 調剤報酬明細書(レセプト)
- 領収書

※請求書はレセプト毎に作成してください

※レセプトは薬局に発行を依頼してください(調剤明細書は不可)

※添付書類は写不可です



# 年金払い退職給付について

平成 27 年 10 月 1 日の被用者年金制度一元化に伴い、制度改正前の共済年金における 3 階部分（職域部分）は廃止され、新たに「年金払い退職給付」が設けられました。

平成 27 年 10 月以後、1 年以上引き続き組合員期間を持つ方が退職後 65 歳に達したとき、または 65 歳に達した日以降に退職したときに、半分が有期年金、半分が終身年金として支給されます。（有期年金の支給期間は 10 年、20 年または一時金から選択可能です。）

## 保険料の積立と給付のしくみ

年金払い退職給付は、将来の年金給付に必要な原資をあらかじめ保険料で積み立てる「積立方式」による給付です。

毎月の標準報酬に付与率を乗じた付与額と、付与額に対する利子を積み立てていきます。また、退職後は支給開始時まで退職時の給付算定残高に対する利子も積み立てます。これらを累積した「給付算定基礎額」が年金の原資となります。

## 給付算定基礎額残高通知書について

上記の給付算定基礎額の積立状況についてお知らせするのが「年金払い退職給付の給付算定基礎額残高通知書」です。

## 給付算定基礎額残高通知書の見方

料金後納郵便  
101-0062 東京都千代田区 神田駿河台 2-9-5  
公立 太郎 様  
2206291 221121 0000001# 00000001  
00001/00001 00000001 0000010000

大切なお知らせ  
年金払い退職給付の給付算定基礎額残高通知書  
【令和 3 年度末残高】

公立学校共済組合  
〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台 2-9-5  
https://www.kouritu.or.jp/  
電話 03-5259-1122  
受付時間 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）  
午前 9 時から午後 5 時 30 分まで  
※延長受付が多くありますので、おかけ間違いの無いよう  
ご注意ください。  
※電話によるご依頼の際は、正確にお聞きするための録音をして  
いただいております。ご理解くださいようお願いいたします。  
両面を、ゆっくりとはがして、ご覧ください。  
（水に濡れている場合は、よく乾かしてからはがしてください。）

給付算定基礎額残高通知書				
(3年 4月 ~ 4年 3月)				
(A) 年月	①標準報酬月額	②付与率	③利息	④給付算定基礎額残高
前年度末				729348
4月	260000	3900	0	733248
5月	260000	3900	0	737148
6月	582000	8730	0	745878
7月	260000	3900	0	749778
8月	260000	3900	0	753678
9月	300000	4500	0	758178
10月	300000	4500	0	762678
11月	300000	4500	0	767178
12月	606000	9090	0	776268
1月	300000	4500	0	780768
2月	300000	4500	0	785268
3月	300000	4500	0	789768
⑤給付算定基礎額等合計				789768

※「標準報酬月額」欄には、同月に受けた期末手当等の額を  
区分 給付算定基礎額残高 標準報酬月額

①前年度末	729348
②付与額累計	60420
③利息累計	0
④今回通知	789768
⑤給付算定基礎額等合計	789768

※「年金払い退職給付加入期間」 6年 6月  
⑥付与率 令和 3年 4月 ~ 令和 4年 3月 1.500 %  
令和 3年 4月 ~ 令和 3年 9月 0.000 %  
令和 3年 10月 ~ 令和 4年 3月 0.000 %  
⑦標準利率(年率) 令和 3年 4月 ~ 令和 3年 9月 0.000 %  
令和 3年 10月 ~ 令和 4年 3月 0.000 %  
基礎年金番号 999999999 作成日 令和 4年 6月 22日

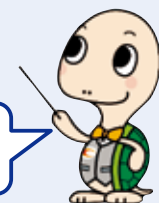
前年度中に積み立てられた付与額や利息などを確認できます。

給付算定基礎額等合計：年金払い退職給付の年金額算定の基礎となります。

裏面に年金額の計算方法や制度の説明がありますのでご覧ください。

※上記の参考画像は令和 4 年度送付時の給付算定基礎額残高通知書です。

毎年 7 月末にご自宅に送付しております。



# 健診事業(人間ドック等)のご案内

## 【特定健康診査】

対象者 40歳～74歳の組合員※任意継続組合員及びその被扶養者  
組合員の方は、健診事業の1日人間(脳)ドック又は職場の定期健康診断を受診することで受診したこととなります。

## 【特定保健指導】

対象者 特定健康診査の結果、生活習慣病の発症リスクが高い方を対象に、生活習慣を改善できるよう支援していきます。

受診方法 ①人間ドック・脳ドック受診当日に指導を受ける。  
②訪問型の指導を受ける。  
③健診機関へ利用券を提出して指導を受ける。

## 【人間ドック・脳ドック】

対象者 令和5年4月1日現在資格を有し、33歳以上の組合員  
※ 短期組合員(臨時的任用職員及び会計年度任用職員等)は  
**令和5年4月1日以降1年以上の雇用期間が見込まれる方が対象となります。**

受診期間 令和5年5月1日～令和5年12月末日

実施機関 39医療機関(詳しくは当支部HPをご覧ください)

受診券 ドックを希望した組合員には、所属を通して「受診券」を配付しています。

## 特定保健指導を受けましょう！

受診した結果、生活習慣病のリスクが高いことが分かった方には、特定保健指導をご案内しております。

当日保健指導を受けられる医療機関もありますので(ホームページに掲載されている人間ドック・脳ドック指定医療機関一覧表をご覧ください)是非ご利用ください。

健診結果を生活習慣の改善に生かしましょう！



## 令和5年度の公立学校共済組合掛金率(保険料率)のご案内

単位：千分率

掛金率一覧	短期*	介護	厚生年金	退職等掛金
一般組合員	48.01	8.00 (8.82)	91.50	7.50
船員組合員	46.05 (45.84)	8.00 (8.82)	91.50	7.50

※ 福祉掛金(1.41)が加算されています。

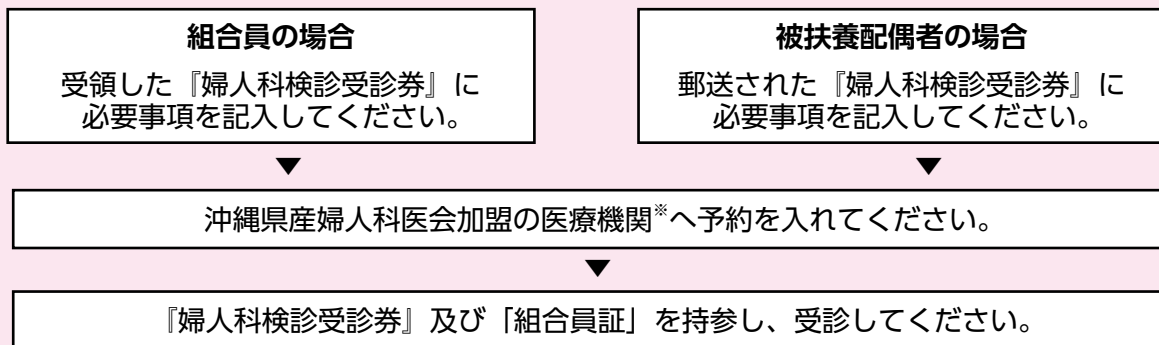
( )内は変更前の掛金率

## ●●● 婦人科検診のご案内 ●●●



### 【婦人科検診】 早期発見が命を守ります！

- 女性組合員<sup>※</sup>及び被扶養配偶者へ『婦人科検診受診券』を配布しています。  
※ 人間（脳）ドックを希望している組合員は除く
- 受診の流れ



※ 配布した『婦人科検診のご案内』裏面に医療機関一覧が記載されています。  
また、当支部ホームページでも確認することができます。

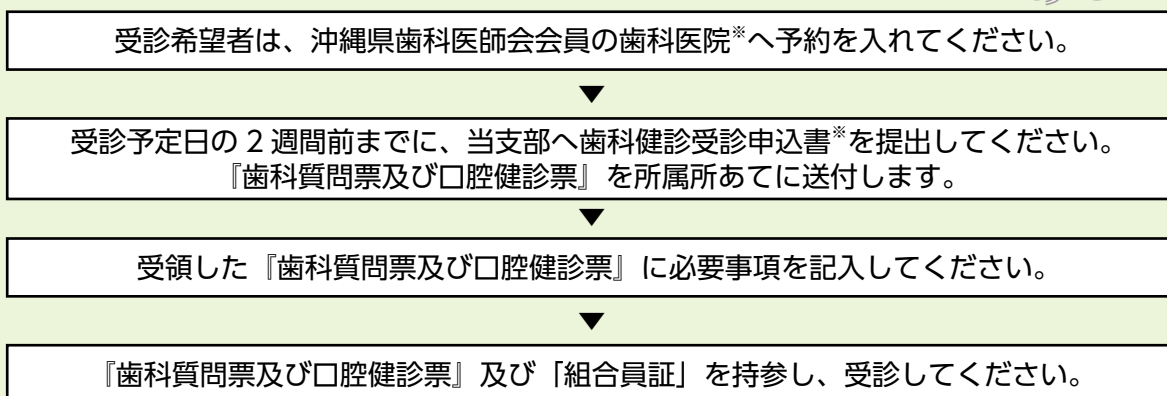
- 受診期間

**令和5年12月末日までです！**

## ●●● 歯科健診のご案内 ●●●

### 【歯科健診】 健康なからだは健口（けんこう）から！（歯周病は全身に影響します。）

- 25歳・30歳・40歳・50歳の組合員へ歯科健診を実施します。
- 受診の流れ



※当支部ホームページにて『歯科健診受診申込書』及び医療機関一覧を確認することができます。

- 受診期間

**令和5年10月末日までです！**



**注意**

- 1 受診券・『歯科質問票及び口腔健診票』は受診当日に医療機関へご提出ください。
  - 2 夏休み期間中や受診期間終了前は予約が混み合い受診できないこともあります。  
早めに医療機関へ予約し、受診してください。
- ※受診券の提出が無い場合や受診期間以外に受診した場合は、全額自己負担となります。

# 組合員とその被扶養者の皆様にご利用いただける 健康相談事業

公立学校共済組合

## Web相談(こころの相談)

電話でメンタルヘルスに関する相談をしづらい方のためにWeb上で24時間、ご相談を受け付けます。

### 特徴

- 臨床心理士が3営業日以内を目処に個別に回答

URL <https://www.mh-c.jp/>  
ログイン番号 783269

## 電話・面談メンタルヘルス相談

「心の専門家」の臨床心理士が、プライバシー厳守にてカウンセリングを行います。

### 特徴

- カウンセリングはすべて臨床心理士が対応

通話料 無料 0120-783-269

### 電話相談

月～土曜日 10:00～22:00 (祝日・年末年始を除く)

- 利用時間 1回20分程度

### 面談予約

月～土曜日 10:00～20:00 (祝日・年末年始を除く)

- 利用時間 1回50分程度
- 面談によるカウンセリングは1人年間5回まで無料
- 無料で面談によるカウンセリングをご利用頂くには、初回申込みを上記フリーコールで予約する必要があります。
- 面談は全国主要都市の契約カウンセリングルームにて実施

プライバシーは厳守されます。安心してご利用ください。

携帯電話からもご利用できます。(通話料無料)  
一般には公開されていない組合員のための無料電話番号です。  
取り扱いにご注意ください。

詳細は、公立学校共済組合ホームページ掲載の利用者規約をご覧ください。  
トップページ→組合員専用ページ→健康相談事業のご案内

### 免責事項

本サービスは利用される方に適切な医療・健康関連情報を提供すること及び適切なメンタルヘルスカウンセリングを提供しメンタルヘルスの改善に役立ててもらうことが目的であり、当共済組合及び当共済組合が本サービスを委託した明治安田生命保険相互会社及び株式会社法研(再委託先を含む)(以上を総称して「サービス関係者」という)は、その目的を達成するために誠心誠意努力します。しかしながら、その目的が達成できなかった場合でも、サービス関係者はいかなる責任も負いません。ご利用者の状況又はご相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合があります。また、本サービスは医師法等関連法令が規定する診察・治療や医薬品の提供は一切行いません。ご利用者によりご満足いただくため、対応品質の向上を目的として、ご利用者の相談内容等を書面、音声又は電子的方法により記録させていただきます。以上をご理解いただいた上でご利用ください。

本サービスは資料作成時点のものを記載しており、本サービスの諸条件・運用規則や内容等は今後変更される可能性があります。

## 介護電話相談 NEW

令和3年7月から介護電話相談の時間を延長しました

介護全般に関するご相談に、ケアマネジャーや社会福祉士が応えたいします。

### 特徴

- 1 ご相談には介護の専門資格者が対応  
ケアマネジャー(介護支援専門員)や社会福祉士の資格を持つ相談員が介護に関するさまざまなご相談にお応えします。また、相談員は、居宅介護支援事業所や地域包括支援センターなどでの高齢者介護の実務相談を生かして、具体的にお応えします。
- 2 迅速な情報提供  
最寄りの地域相談窓口や在宅サービス事業者の情報、ご希望条件にあった有料老人ホームの情報を迅速にご提供します。

通話料 無料 0120-515-579

月～土曜日 10:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)

- 利用時間 1回20分程度

## 女性医師電話相談

女性医師による女性疾患についての相談を中心とした女性向けサービスです。(予約制)

### 特徴

- 女性医師相談(予約制)  
予約時は看護師、相談時は女性医師および看護師が対応します。

通話料 無料 0120-215-579

月～土曜日 10:00～21:00 (祝日・年末年始を除く)

- 利用時間 1回20分程度 ※利用対象者は女性のみ

## 教職員電話健康相談24

健康に関するご相談に、保健師等の専門家が24時間・年中無休で応じます。

### 特徴

- 1 一般的な健康相談は予約なしで24時間365日いつでも相談可能
- 2 専門医相談(予約制)  
専門的な健康相談や治療方法に対するセカンドオピニオンなど、医師による電話相談を実施します。  
ご相談内容に最適な診療科の専門医が直接対応します。
- 3 小児救急相談  
妊娠中から学齢期の子育ての疑問や不安に対する相談や、24時間いつでも小児科医が対応する救急相談を実施します。
- 4 医療機関案内  
専門病院、女性医師のいる病院、夜間救急受診など、相談者のご希望にあった病院情報を提供します。

通話料 無料 0120-24-8349

- 利用時間 1回20分程度

## ホームページもチェック



- 各種事業のご案内
- 最新情報
- 公立学校共済組合のご案内(リーフレット)  
※英語版も掲載しております。
- 貸付けシミュレーション
- 様式集
- 福利おきなわのバックナンバー  
などの内容を掲載しています!

