

第105号  
令和6年1月

福利

# おたな物

寒緋桜

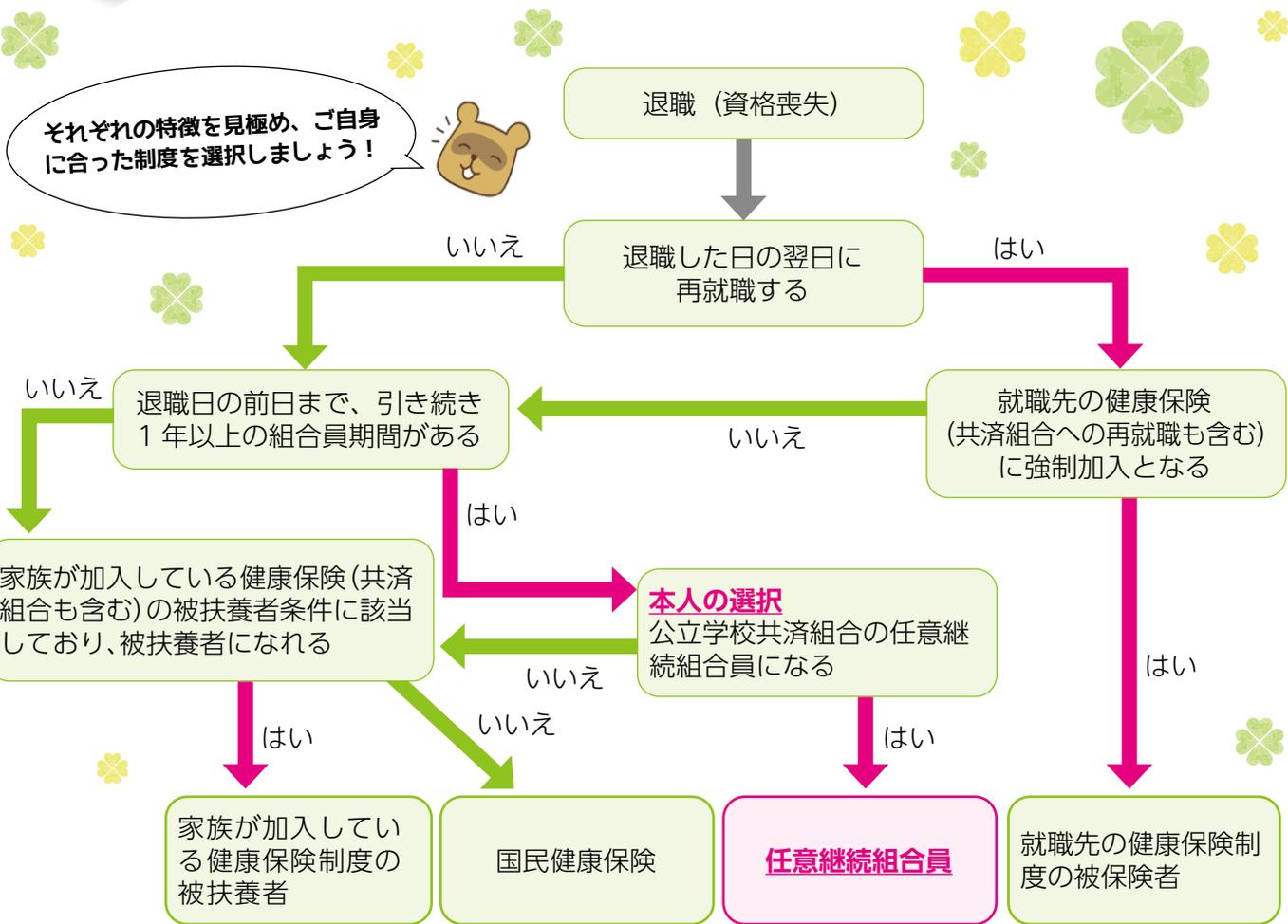
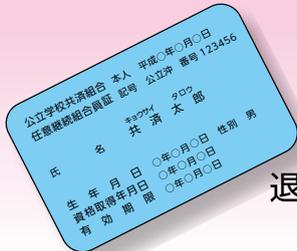
## Contents

- |   |                       |   |    |
|---|-----------------------|---|----|
| 【健康保険】 退職後の健康保険制度について……………                                | 2-3                   | 【保健事業】 令和6年度より人間ドック等を見直す<br>予定です……………             | 9  |
| 【貸付】 退職・転出者の貸付金の償還について…                                   | 4                     | 沖縄支部「令和4年度 特定健康診査・<br>特定保健指導」実績……………              | 10 |
|   | 教育資金の準備はお済みですか（教育貸付）… | メンタルヘルス相談がLINEから<br>できるようになります……………               | 11 |
|   | 5                     | インフルエンザ予防接種補助 早めの手続きを…                            | 11 |
| 【健康保険】 令和5年度 検認<br>（被扶養者に係る資格確認事務）について……………               | 6                     | 【掛金】 75歳以上の皆さまへ 令和6年4月から<br>福祉事業掛金の徴収を行う予定です…………… | 11 |
| 【給付】 医療費のお知らせについて<br>治療用装具購入時における療養費等請求の<br>添付書類について…………… | 7                     | 組合員とその被扶養者の皆様にご利用いただける<br>健康相談事業、ホームページ案内など……………  | 12 |
| 【年金】 令和5年度末退職者のみなさまへ……………                                 | 8                     |   |    |



# 退職後の健康保

退職すると、組合員資格を喪失することから、新たに健康保険制度への加入が必



手続き先	ご家族の勤務先	お住まいの市町村の国民健康保険担当係	退職時の所属所	就職先
加入条件	ご家族が加入している健康保険の扶養の条件を満たす必要があります。扶養の条件は、ご家族の勤務先にご確認ください。	お住まいの市町村の国民健康保険担当係にお問い合わせください。	①退職日の前日まで、 <b>引き続き1年以上</b> 組合員である方。 ②退職日から起算して <b>20日以内</b> に「申出」と「掛金の納付」を行うこと。	就職先の健康保険制度の対象かを就職先にご確認ください。
保険料 (掛金)	被扶養者としての保険料 (掛金) 負担はありません。	保険料は、世帯の人数や前年の所得などによって決まります。お住まいの市町村にご確認ください。	退職時の標準報酬月額×掛金率で計算されます。	保険料 (掛金) は基本、給与から徴収されます。詳細は就職先にご確認ください。

# 険制度について



要となります。各制度の内容を確認し、あなたに合った制度を選択しましょう。



## 「任意継続組合員」とは？

退職後も引き続き短期給付および、一部を除く福祉事業を利用できる制度で、最長2年間加入することができます。

### 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
- (※在職中に支給事由がある場合に限り給付の対象となります。)



### 任意継続組合員になる要件は？

- ① 退職日の前日まで引き続き1年以上組合員である方。
- ② 退職日から起算して20日以内に「申出」と「掛金の納付」を行うこと。

**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！！**

**(例) 令和6年3月31日退職の場合 ⇒ 令和6年4月19日(金)までに申出と払込みが必要です！！**



### 任意継続組合員の 掛金について (月額)

雇用主と折半していた分も支払うことになるので、在職中と比べてほぼ倍の額になります。

【任意継続組合員の掛金の計算方法 (令和6年1月現在)】

退職時の標準報酬月額 × 掛金率 = 任意継続掛金  
(38万円を超える場合は38万円)

【掛金率】

短期掛金率 93.2/1000      介護掛金率 16/1000  
40歳未満、65歳以上の組合員は短期掛金のみ



退職時の標準報酬月額の上限額、掛率は年度毎に決定します。令和6年度の内容については、手続きの詳細も含め、令和6年2月中旬までに所属所へ通知いたします。

## Q よくある質問 任意継続と国民健康保険はどちらが安い？

**A :** 一概には言えません。国民健康保険の保険料は、お住まいの市町村や、個々の状況で異なります。国民健康保険の保険料については、お住まいの市町村国民健康保険担当係へお問い合わせください。

# 退職・転出者の貸付金の償還について

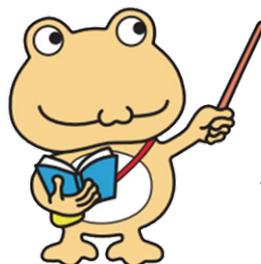


未返済分は  
どうなる??

退職・転出時に貸付未償還金がある場合、下記の手続きを行うこととなります。

退職	<ul style="list-style-type: none"><li>退職時に未償還金がある方は、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。</li><li>退職手当から未償還金が全額控除できなかった場合は、別途納付していただきます。</li></ul>
----	--

転出	以下のお手続きが必要になります。
沖縄県市町村職員 共済組合へ転出	<ul style="list-style-type: none"><li>次の(1)～(3)いずれかの償還方法を選択しお手続きを行います。</li></ul> <p><b>(1) 自己資金で全額償還</b> 希望される方は、振り込み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ください。</p>
地方職員共済組合 沖縄支部へ転出	<p><b>(2) 転出先の共済組合から貸付けを受け全額償還</b> 「貸付金残高証明書」を送付しますので、転出先の共済組合へ提出し、 貸付申込手続きをお取りください。</p> <p><b>(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公立学 校共済組合へ毎月償還を継続（徴収嘱託制度）</b> 「徴収嘱託申出書」を送付しますので、当支部までご提出ください。</p>
他都道府県の公立学校 共済組合へ転出	<ul style="list-style-type: none"><li>転出先の支部で引き続き償還が可能です。 <b>(公立学校共済組合沖縄支部 貸付担当まで事前にご連絡ください。)</b></li></ul>
国家公務員共済組合 へ転出	<ul style="list-style-type: none"><li>原則、下記のいずれかの方法で未償還金を全額即時償還して いただきます。</li><li>(1) 自己資金で全額即時償還する・・・事前にご連絡ください。</li><li>(2) 転出先の共済組合から貸付けを受け、全額即時償還する。</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>例外として、団信加入中の者に限り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。その際は「申出書」の提出が必要です。</li></ul>



ご不明な点がございましたら公立学校共済組合沖縄支部  
までお問い合わせください。

# 教育資金の準備をおたすケロ



4月にお子様が大学等へ進学するという組合員の方も多いのではないのでしょうか？  
公立学校共済組合の教育貸付けでは、入学または修学の費用を対象としています。  
貸付シミュレーションもできますので、ぜひご検討ください。

シミュレーションは  
こちらから



教育貸付け	借入限度額	利率	返済期間
	550万円	1.32%	20年10か月以内

## 対象となる費用



教育機関への支払費用	入学金、授業料、その他諸経費など
転居に伴う費用	敷金・礼金及び家賃、引っ越し費用など
教育ローンの借り換え	民間金融機関等の教育ローンの借り換え ※カードローンを除く

※上記費用は、おおむね1年以内に必要となるもので、翌年度以降の授業料や家賃については、1年ごとに借り換えが可能です。

## 貸付の申込みについて

- ・貸付け申込み締切日は毎月25日（土・日・休日の場合は翌日）必着です。
- ・貸付送金日は申込月の翌月25日（土・日・休日の場合は前日）です。

各貸付けに関する注意事項や必要添付書類等の詳しい内容は当支部のホームページにてご確認ください。



### ご注意ください

- 締切日間に申込書を提出した場合、不備によりその月の貸付ができない場合がありますので、余裕をもって提出してください。
- 貸付決定後に送付します「償還表」は償還が終了するまで大切に保管してください。

# 令和5年度の検認(被扶養者に係る資格確認事務)について

令和5年度の検認にご協力いただきありがとうございます。

検認の結果、被扶養者の要件を欠いており遡って資格喪失し、医療費の返還請求が行われたケースが多数見受けられます。

被扶養者はもちろん、ご自身や家族(扶養義務者)の生活状況等についてこまめにご確認いただき、取消事由に該当した場合は速やかに取消の手続きを行ってください。

## 遡って認定が取消となった主な事例を紹介します。

区分 (取消が多い順)	ご自身で確認する時期	取消事由
		(認定基準年額：130万円(月108,334円)、公的年金等のうち障害を支給事由とする給付の受給要件に該当する程度の障害を有する者又は60歳以上の者は180万円(月15万円)。以下両方をさす場合「認定基準額」という。
給与収入	給与を得た時	給与収入の増額により認定基準月額を3か月連続で超えた、もしくは採用当初から認定基準額を超える見込みがたった。 ○複数で働いている場合も、すべての給与を合算して考えます。 <b>月額と年額それぞれ注意が必要です。</b>
他の健康保険に加入した時	採用又は加入が決定した時	勤務先で健康保険に加入していた又は親が75歳よりも前に後期高齢者医療制度に加入していた。 ○ <b>他の健康保険に加入した場合は取消手続きが必要です。</b>
公的年金(老齢)	受給権発生時(支給開始年齢に達した) 年金額改定時(新たに老齢基礎年金の受給開始年齢に達した等)	公的年金(老齢)以外の他の収入と合わせた収入額が認定基準額を超えた又は超える見込みがたった。 ○ <b>受給権が発生する年、年金額が改定する年は注意が必要です!</b>
公的年金(遺族・障害)	受給権発生時(支給開始年齢に達した)	遺族年金や障害年金を受給していることの申告を怠っていた。 ○ <b>遺族年金や障害年金は非課税扱いのため、所得証明書には記載されませんが、収入として申告が必要です。</b> 遺族年金の支給開始により認定基準額を超えた又は超える見込みがたった。 ○被扶養者が60歳未満(他の公的年金無)の場合、認定基準年額は130万円です!(障害年金は60歳未満でも認定基準年額が180万円です)
個人年金 企業年金	受給権発生時(支給開始年齢に達した)	他の収入とあわせた額が認定基準額を超えた。 ○受給権が発生する年は、被扶養者に個人年金等の支給がないか注意が必要です! ○ <b>個人年金(生命保険等や貯蓄型の個人年金等)や企業年金は公的年金ではないので、他に公的年金を受給していない場合、認定基準年額は130万円です。</b>
営業所得 農業所得 不動産所得	確定申告時(2~3月)	確定申告書及び青色申告決算書又は収支内訳書を確認したところ、収入から必要経費を控除した額と他の収入の合計金額が認定基準年額を超えた。 ○ <b>確定申告における経費と被扶養者認定における経費とは一致しないため注意が必要です。</b> 詳しくは当支部HPに掲載されている「認定及び取消に関する提出書類」をご参照ください。
別居の 父母等 への送金	年金額改定時(新たに老齢基礎年金の受給開始年齢に達した等)	年金額の決定や増額により、被扶養者の収入と組合員からの送金額等の合計額に占める組合員の送金額の割合が1/3未満となった。 ○ <b>年金額が改定したり、決定したりする年は送金額不足になりやすいので注意が必要です!</b>
	給与を得た時	給与収入の増額により、被扶養者の収入と組合員からの送金額等の合計額に占める組合員の送金額の割合が1/3未満となった。 ○少額であっても、収入金額に変動があった場合は、 <b>送金額を再度確認しましょう。</b>
送金方法	送金時	別居の家族に送金ではなく直接会った際に現金を手渡した。 組合員名義の口座のキャッシュカードや組合員名義の口座から引き落とされるクレジットカードを渡した。 ○ <b>送金方法は、被扶養者へ送金したことが確認できるもの(別居家族からの領収書を除く、銀行の振込明細やATMのご利用明細書等の証明書等)を必ず記録として残してください。確認ができない場合は取消となります。</b>
共同 扶養	扶養義務者の収入の増額又は組合員の収入が減額になった時	子が被扶養者の場合、配偶者の収入が増え、組合員の収入を上回った。 組合員が休職し(育児休業を除く)配偶者の収入が組合員の収入を上回った。 ○原則、年間収入の多い方が扶養者となります。

※上記以外にも取消事由や例外がありますので、気になる方は当支部HPをご参照ください。

# 医療費のお知らせについて

組合員及び被扶養者に医療費の額を具体的に理解いただき、各人の健康管理に寄与するとともに、医療費の適正化に役立たせることを目的として、毎年度「医療費のお知らせ」(以下「医療費通知」という。)を発行しています。

## ★医療費通知の内容及び発送時期

令和4年11月から令和5年10月受診分の医療費等を記載した医療費通知を、令和6年2月中旬頃に各所属所あて発送予定です。



医療費通知を活用した  
医療費控除(確定申告)の手続き方法については、  
国税庁のホームページでご確認いただくか、  
最寄りの税務署にお尋ねください。

## 治療用装具購入時における療養費等請求の添付書類について

治療用装具購入時における療養費等請求手続きの際、請求書の添付書類は下記のとおりです。

### コルセット等装具

- 療養費・家族療養費請求書
- 医師の証明書(原本)
- 領収書(原本)
- 当該装具の写真(靴型装具に係る請求の場合)

### 小児弱視等治療用眼鏡等

- 家族療養費請求書
- 治療用眼鏡等の作成指示書(原本)
- 領収書(原本)

※申請時に9歳未満である被扶養者が対象です

※治療用眼鏡等の更新については下記が支給対象です

5歳未満の場合：更新前の装着期間が1年以上

5歳以上の場合：更新前の装着期間が2年以上

※支給上限額は下記のとおりです

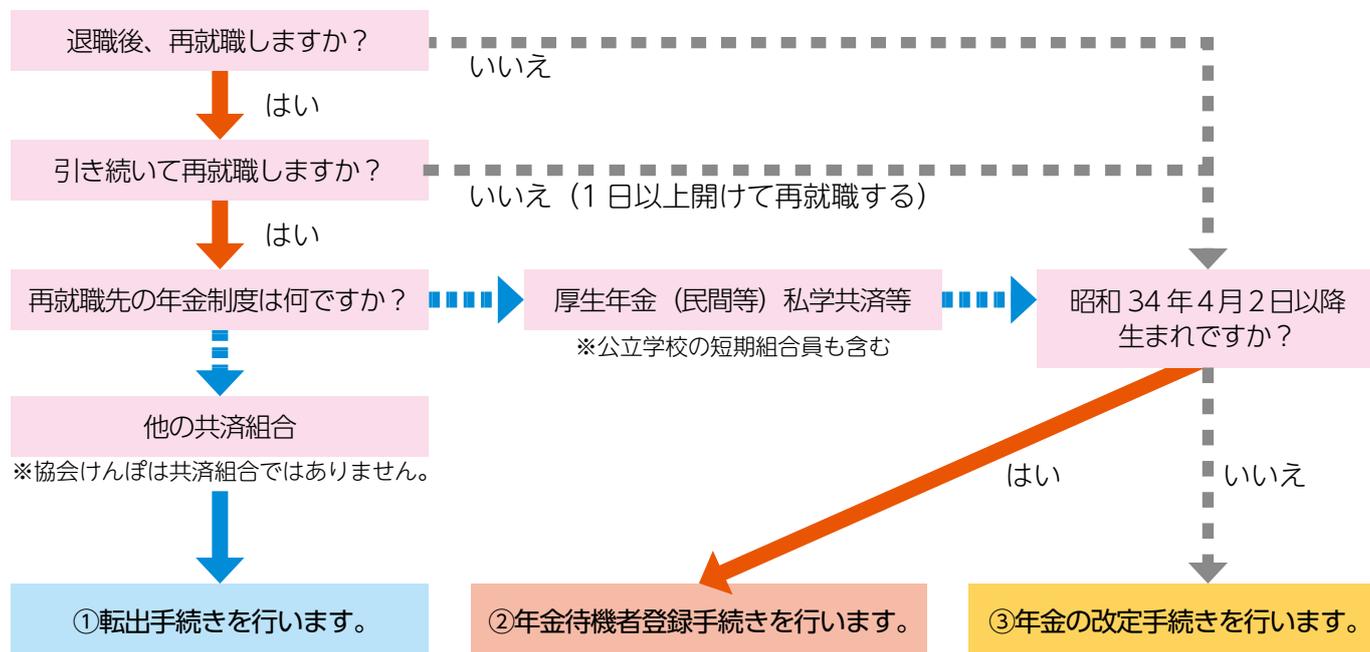
眼鏡：38,902円(36,700円×1.06)

コンタクトレンズ：16,324円/1枚(15,400円×1.06)



# 令和5年度末 退職者のみなさまへ

退職される一般組合員の方は年金関係のお手続きが必要となります。下記フローを参考にしてください。



## ① 転出手続きについて

空白期間なく他の共済組合（国家公務員共済組合、地方職員共済組合、市町村職員共済組合、公立学校共済組合の他支部）へ再就職される一般組合員の方は、所属所を通して転出届書を提出してください。

## ② 年金待機者登録手続きについて

所属所を通して退職届書を提出してください。（短期組合員への種別変更により引き続き在職される場合は退職届書の代わりに待機者報告書の提出が必要です。）

退職する組合員の将来の年金決定に備えて、組合員期間や報酬額等を公立学校共済組合で登録し、登録完了後に「年金待機者登録通知書」をご自宅あてお送りします。

「年金待機者登録通知書」は、将来年金を請求するときまで大切に保管してください。

※退職届書は令和6年2月に予定している退職予定者共済事務説明会で配布予定です。

## ③ 年金の改定手続きについて

所属所を通して退職届書を提出してください。

既に決定している年金の算定基礎期間に退職日までの期間を加えるとともに、追加される組合員期間の報酬額等を登録し、年金額の改定を行ったうえで年金の在職停止の解除を行います。

※退職届書を対象者の所属所あてに送付いたします（3月中旬予定）。

届かない場合は、公立学校共済組合沖縄支部までご連絡ください。

短期組員の方が退職する際は「短期組合員退職届書」をご提出ください。



# 令和6年度より人間ドック等を見直す予定です

「保健事業を実施すること」から「健康課題を解決すること」へ意識の転換。また当共済組合が目指す組合員一人ひとりの健康寿命の延伸や健康維持の支援につながる人間ドック等の実施に向けて公立共済モデルが策定され、当モデルを参考に令和6年度より対象年齢や補助額等が下記の内容になります。



## 人間ドック等の見直し内容

対象年齢 当該年度中に 35 歳以上の組合員

任用期間 任期中であれば 1 年未満でも受診可

指定年齢を  
設置 指定年齢の方は自己負担額が  
5,000 円程度になります！

受診勧奨を  
実施 指定年齢の方の健診結果が特定健診基準で  
要精密検査の場合に受診勧奨を実施します。

補助額	①指定年齢（35 歳・40 歳・50 歳）	26,000 円
	②指定年齢以外	11,000 円
	③脳ドック（指定年齢含む）	11,000 円

※事業主健診委託契約を行っている事業主に属し、事業主健診の対象となる組合員が人間ドックを受診する場合別途 3,200 円を支部が補助します。

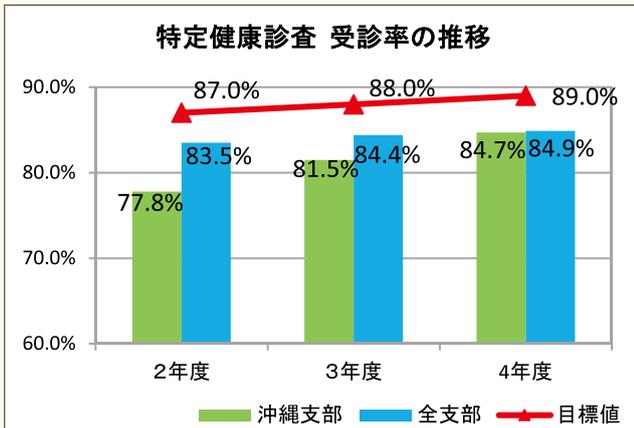
## 婦人科検診が受診しやすくなります！

令和6年度より婦人科検診の受診券を使い指定の医療機関で受診いただくか人間ドックと同時に受診いただくか、選択できるようになります。

# 沖縄支部「令和4年度 特定健康診査・特定保健指導」実績

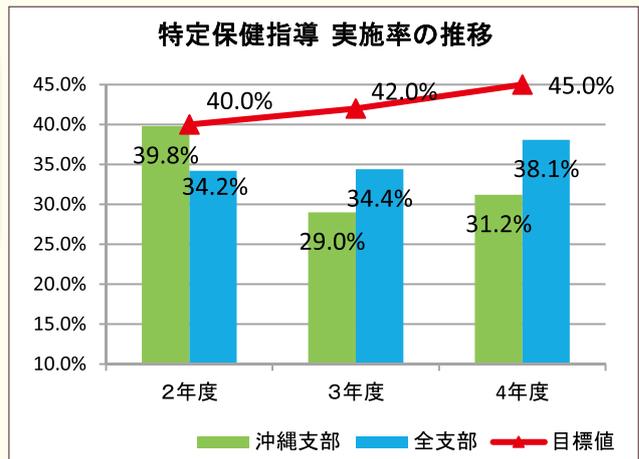
## 特定健康診査・特定保健指導とは

高齢者の医療の確保に関する法律により、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11月に国へ報告することとされております。



**特定健康診査 受診率**  
**84.7%**  
 (昨年度より3.2ポイントUPしました)

**特定保健指導 実施率**  
**31.2%**  
 (昨年度より2.2ポイントUPしました)



	30年度	元年度	2年度	3年度	4年度
特定健診受診者	10,022人	10,083人	10,107人	10,714人	11,349人
メタボリックシンドローム 該当者及び予備軍	2,470人	2,616人	2,592人	2,845人	2,951人
メタボ率	24.6%	25.9%	25.6%	26.5%	26.0%

## RIZAP(株)の特定保健指導が11月からスタートしました!

対象者：特定健康診査の受診結果により、**積極的支援に該当した方のみ**

実施方法：オンライン(ZOOM)面談

期間：3か月

内容：パーソナルトレーナー(保健師・看護師等)による面談にて生活習慣改善のプラン作成。期間中は、食事管理や運動動画の配信、chocoZAP 使い放題

※該当者には所属所へ案内文書を送付いたしますので詳しくはそちらをご確認ください。

# ひとりで悩まず、LINEで気軽に相談してみませんか



心ほっとサポート@公立学校共済



《心ほっとサポート@公立学校共済》は、

教育現場で働くみなさんのメンタルヘルス相談窓口です。「心の専門家」の公認心理師・臨床心理士等が、親身になってあなたの悩みにお応えします。

相談無料

予約不要

プライバシー厳守

## ★対象者

公立学校共済組合の組合員の方

## ★相談日

毎週 **土 日 月 曜** 日

(祝日・年末年始も受け付けます)

## ★受付時間

18:00～22:00

仕事後でもOK

相談してよかった!



まずは友だち追加から



@kouritukyosai\_mh

LINE相談受付時間外は、電話相談等をご利用ください。

●電話・面談メンタルヘルス相談

☎0120-783-269

受付時間:月～土曜日 10:00～22:00 (祝日・年末年始を除く)

※面談の予約もできます (予約受付は20時まで)

悩みごと・心配ごととは抱え込まずに、まず相談

公立学校共済組合

2023.12

## インフルエンザ予防接種補助 早めの手続きを

対象者	短期組合員含む当支部組合員(被扶養者及び任意継続組合員を除く)
接種期間	令和5年10月1日から令和6年2月29日
補助額	費用のうち上限額 1,000円(年度1回に限る)
提出書類	予防接種補助請求書、領収書の原本
提出期限	令和6年3月5日(火)
提出先	沖縄県教職員互助会 ※互助会未加入の方も左記へご提出ください。

### 【75歳以上の組合員の皆さまへ】

## 令和6年4月から福祉事業掛金の徴収を行う予定です

当共済組合では現在、75歳以上の組合員の皆さまについては、福祉事業掛金の徴収を行っていませんが、令和6年4月から他の組合員の皆さまと同様に福祉事業掛金を徴収することとし、福祉事業に係る掛金率を下表のとおり改定する予定です。

福祉事業に係る掛金率(一般組合員・短期組合員の年齢別)

現行(令和5年4月1日現在)

75歳未満	75歳以上
1000分の1.41	徴収なし



改定案(令和6年4月から)

75歳未満	75歳以上
1000分の1.41	1000分の1.41



# 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!

