

## メンタルヘルス相談事業のご案内（県内指定医療機関）

公立学校共済組合滋賀支部組合員の心の健康に関して、専門家による相談を受けていただけます。

**対象となる方** ▶ 公立学校共済組合滋賀支部組合員およびその家族の方  
（家族の方については、当該組合員に関する相談に限る。）

**相談料金** ▶ 無料（年度2回まで）

**利用方法** ▶ 以下の指定機関に受診予約し、「組合員証」と「メンタルヘルス相談利用券」（福利のしおり掲載）を持参してください。

※受診の際は公立学校共済組合の「メンタルヘルス相談」である旨を伝えてください。



大津市		バイオメンタルクリニック	
におの浜クリニック	TEL:077-523-3757	TEL:077-531-0187	
〒520-0801 大津市におの浜2-2-6-101		〒520-0832 大津市粟津町2-49 オプト石山ビル3階	
ときめき坂メンタルクリニック	TEL:077-528-1556	湖南クリニック	TEL:077-545-8530
〒520-0802 大津市馬場1-3-6		〒520-2144 大津市大萱1-19-25 ロイヤルダイコマ2階	
なかじまクリニック	TEL:077-521-0701		
〒520-0818 大津市西の庄5-25 アメニティ膳所203			
彦根市		菅原メンタルクリニック	
南彦根クリニック	TEL:0749-24-7808	TEL:0749-21-0840	
〒522-0054 彦根市西今町138		〒522-0074 彦根市大東町9-16 上野ビル本館2階	
草津市		南草津けやきクリニック	
メープル・クリニック	TEL:077-561-3877	TEL:077-565-7708	
〒525-0059 草津市野路1-14-38-204		〒525-0050 草津市南草津1-1-8 KDXレジデンス南草津2階	
南草津坂本診療所	TEL:077-566-1002	ひつじクリニック	TEL:077-565-2625
〒525-0059 草津市野路1-12-41 クレアトゥール21 2階		〒525-0037 草津市西大路4-32 エストピアプラザ2階	
守山市			
守山こころのクリニック	TEL:077-514-2262		
〒524-0041 守山市勝部1-1-21 小島ビル2階			

お問い合わせ先 保健貸付係 TEL 077-528-4555

### ★★★ 組合員とその被扶養者の皆様にご利用いただけます ★★★

#### 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。

URL

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

- 臨床心理士が3営業日を目処に個別に回答

#### 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。

通話料無料

0120-783-269



電話相談

月～土 10:00～22:00  
（祝日・年末年始を除く）

1回20分程度

面談予約

月～土 10:00～22:00  
（祝日・年末年始を除く）

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。】

#### 近畿中央病院 メンタルヘルス相談

臨床心理士が、公立学校共済組合員および被扶養者の方の心の悩みについて面談での相談を実施しています。（完全予約制）

**相談予約** 072-781-3712(代) 平日9:00～17:00  
内線244 メンタルヘルス相談受付

**相談** 料金：無料（公立学校共済組合から交通費の90%の支給があります）

1回50分程度

【プライバシーは厳守されます。安心してご利用ください。】

#### オンラインメンタルヘルス相談

臨床心理士等が、心の悩みについて、オンラインによる相談を実施しています。（完全予約制）

対象となる方

近畿2府4県の公立学校共済組合員の方および被扶養者の方  
スマートフォン・タブレットを使用しての通信が可能な方

相談

利用時間：1回45分程度  
料金：無料（通信費はご負担ください）

相談予約

まずは、お電話で予約日時をご相談ください。

予約受付

平日9時～17時

072-781-3712(代)

HP上での  
オンライン手続き



HPへの  
QRコード

メールの登録を  
行ってください

詳しいご案内を  
メールでお送りします

郵送手続き

当院から必要書類を  
発送します

※オンライン手続きよりもお時間がかかるため、予約可能日時は2週間後以降となります。



お問い合わせ先 保健貸付係 TEL 077-528-4555

# 滋教互「グループ保険」のお知らせ



更新手続きの際(令和5年8月～9月)には、制度推進員が所属訪問をさせていただき誠にありがとうございました。次回更新・新規加入日は令和6年1月1日です。ご加入者の皆様は、令和5年12月下旬ごろ「みんなのMYポータル」にて「ご加入内容のお知らせ」を必ずご確認ください。

◎初回の月払保険料は令和6年1月、ボーナス払保険料は令和5年12月ボーナスより控除されます。詳細はパンフレットをご参照ください。

## 「みんなのMYポータル」ご登録のお願いについて

各種お知らせ(ご加入内容のお知らせ、配当金のお知らせ)の紙面での配付は廃止しており、「みんなのMYポータル」でのみ通知いたします。ご利用にあたって初回登録が必要のため、お手続きをお願いいたします。

### ●みんなのMYポータルでできること●

【ご加入者さま向け機能】

- 現在のご加入内容の確認 ● 各種お知らせの確認
- 氏名の変更 ● 受取人の変更※1
- 指定代理請求者の変更 ● 各種保険金の請求
- 入院・手術給付金の請求※2

※1 受取人の変更は、グループ保険「生保分」についてはご利用いただけません(その他の制度についてはご利用いただけます)。  
 ※2 「加入商品」・「請求事由」等によっては「給付金Web請求機能」をご利用いただけず、書類での請求となる場合があります。

### ●初回登録方法●

12月下旬に未登録の方へ配付予定の「みんなのMYポータルに関する大切なお知らせ」と記載のハガキシールをご確認いただき、お手続きをお願いいたします。

みんなのMYポータル  
ハガキシールの再発行や  
新規登録・操作方法で  
お困りの方は  
 (みんなのMYポータルサポートセンター)  
**0120-565-609**  
 平日 9:00～18:00(土日・日曜・祝日・年末年始は除く)  
 ※音声ガイダンスで案内される番号は「02」を選択してください。

【共通機能】のみ共通ID、パスワードでもご利用いただけます。  
**団体共通ID：a0000264 パスワード：bysd9379**

制度内容の  
お問い合わせ

(一般財団法人 滋賀県教職員互助会)  
**077-528-4557**  
 平日 9:00～17:00  
 (土日・日曜・祝日・年末年始は除く)

### ★みんなのMYポータル登録済の方へ★

アプリでもみんなのMYポータルをご利用いただけます!  
 アプリストアより「みんなのMYポータル」を検索し、配布元が「明治安田生命」であることを確認しインストールしてください。



iOS  
の場合



Android  
の場合

# 教職員住宅 入居者募集中!!

## 【神領教職員住宅(世帯用)】

PS	玄関	洋室	
納戸	ホール	洋室	
トイレ		クローゼット	押入
洗面所	廊下	和室	
浴室		洋室	
DK	洋室		
バルコニー			



## ～神領教職員住宅のご紹介～ 【大津市三大寺7-1】

鉄筋コンクリート4階建て  
 間取り(世帯用): 3DK+マルチルーム  
**バルコニーも広く陽当たり良好!**

## ～守山教職員住宅のご紹介～ 【守山市横江町地先】

鉄筋コンクリート2階建て  
 間取り: 3DK+マルチルーム  
**陽当たりの良い庭付き!**



申込前の下見もできますので、お気軽にお問い合わせください!

【お問い合わせ先】

教職員課健康福利室 福利厚生係  
 TEL:077-528-4551



公立学校共済組合滋賀支部 健康管理講座 (第2回)

令和5年度冬は **QUPiO+** でオンライン開催!  
クピオプラス



食生活見直し  
 イベントに参加して  
 視聴しましょう!



現役保健師が  
 わかりやすく解説!



セミナー動画  
 を視聴して  
**アンケート**  
 に答えると  
**Amazon  
 ギフトカード  
 500円分**  
 進呈!!



**食生活見直しセミナー**  
 (オンライン健康管理講座)

開催期間

令和5(2023)年12月20日  
 から  
 令和6(2024)年1月10日

参加賞 / 達成賞

参加賞 500P  
 達成賞 1,000P

- 本イベント/セミナーは滋賀支部による提供です。本イベント/セミナーについてのお問い合わせはAmazonではお受けしておりません。滋賀支部までお願いいたします。
- Amazon、Amazon.co.jp およびそれらのロゴは Amazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

食生活見直しと共に **QUPiO+** 歩数計アプリで歩数も記録しましょう!!

ご利用の流れ



ダウンロードは  
 こちらから



事前に「Google Fit」  
 アプリのインストール  
 がおすすめです!





## 整骨院や接骨院で柔道整復師の施術を受けられる方へ

整骨院や接骨院で柔道整復師から施術を受けるときに、組合員証等を使用できない場合がありますので、ご注意ください。

### ○ 組合員証等を使用できる

- 骨折、脱臼、打撲、捻挫等（肉ばなれを含む）で医師や柔道整復師からの診断がある
- 骨、筋肉、間接のけがや痛みで負傷原因がはっきりしているもの

### ✕ 組合員証等を使用できない

- 慢性的な疲れ、肩こり、腰痛等
- スポーツによる筋肉疲労、筋肉痛
- 症状の改善がみられない長期の施術
- 病気（五十肩等）による痛み、こり
- 同一の傷病について、保険医療機関で治療を受けながら同時に整骨院・接骨院で施術を受けている
- 同一の傷病について、数ヵ所の整骨院、接骨院で同時に施術を受けている

### 施術内容の点検にご協力ください

公立学校共済組合では、「柔道整復施術医療費支給申請書」の内容点検を行い、適切な医療費の支給に努めています。

整骨院や接骨院で柔道整復師から施術を受けられた組合員または被扶養者に対して、施術内容等を尋ねることがあります。共済組合が業務委託している会社（株式会社メディブレーン）から、ご自宅あてに照会文書が届いた場合は、覚えている範囲で差し支えありませんので、回答にご協力をお願いします。

お問い合わせ先 資格給付係 TEL 077-528-4554

## いつものお薬、ジェネリック医薬品に切り替えませんか？



### ● ジェネリック医薬品を利用するメリットは？

ジェネリック医薬品とは、開発元の製薬会社が開発した先発医薬品の特許期間が終了したあとに、開発元以外の製薬会社が先発医薬品と同等の成分を用いて開発した後発医薬品です。薬の開発費用が抑えられる分、先発医薬品よりも安価で提供されているため、自己負担を軽減することができます。

### ● ジェネリック医薬品を使うには？

ジェネリック医薬品への切り替えを希望される方は、医師や薬剤師にその旨を伝えるか、下の「ジェネリック医薬品お願いカード」を共済組合本部のホームページからダウンロードして切り取り、医療機関にご提示ください。

**医師・薬剤師の皆様へ**

- 変更が可能であればジェネリック医薬品を希望します。
- ジェネリック医薬品が処方できない、ふさわしくない場合があることも承知しています。
- このカードは、組合員証（被扶養者証）、診察券などと一緒にお戻しください。

氏名

**ジェネリック医薬品  
お願いカード**

私はジェネリック医薬品を希望します。

※切り取り線

公立学校共済組合

ジェネリック医薬品の詳細とカードについては右のQRコードからアクセスしてください。



お問い合わせ先 資格給付係 TEL 077-528-4554

滋賀県教職員互助会会員へ

マイホームの新築・リフォーム応援企画

# お年玉キャンペーン

スマホからも資料請求が可能です!!



キャンペーン期間

令和6年  
1月31日(水)まで

会員の皆様だけに  
お得なプレゼントを  
ご用意して、住まいづくりを  
サポートします!

期間中、住まいづくりの資料請求をされた会員様には

**抽選でご当地グルメをプレゼント!!**

ご当選者様はA～C賞のうちお好きな賞品を1点プレゼントします。

合計  
6名様

15名様  
QUOカード  
(500円分)

A～C賞に  
外れた  
方から



互助会を通じて  
初めて資料請求  
された方には

QUOカード!!(500円分)  
**合計 1,000円分  
プレゼント!!**



※賞品は都合により代替品に変更する場合がございます。あらかじめ、ご了承ください。

キャンペーン期間中に、  
**FAXかスマホから**  
ご応募ください。

※ご応募は一家族様1回とさせていただきます。※プレゼントはアンケート項目すべてにご記入いただいた方に限りです。※以前にお年玉キャンペーンに当選された方は対象外となります。※プレゼントは食品となりますので、令和6年2月中旬頃にご自宅でご受取可能な方に限らせていただきます。※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。※画像はイメージです。

お年玉プレゼントが当たるチャンスです。ぜひ、この機会に資料請求してください。

ご存知ですか?

「住宅取得支援事業」では  
**特典をご用意!!**

提携ハウスメーカーへ「住宅取得紹介申込書」を互助会経由で提出してください。  
ご利用特典を受けることができます。

**特典1 割引があります!**

新築の契約時  
建物本体価格の **3%割引**  
リフォームの契約時  
見積金額の **3%割引**

**特典2 互助会からお祝い金を給付!**

契約時本体請負金額(税込)が  
①1,000万円以上 3,000万円未満のとき **30,000円**  
②3,000万円以上のとき **50,000円**

※特典を受けるためのご注意、流れなど、詳しくは滋賀県教職員互助会までお問い合わせください。

このページをコピーし、下記事項にご記入の上、FAXにてお申込みください。

**必須** 下記のご希望のカタログ(複数可)の番号に○印をつけて、お送りください。後日、提携各社より直接カタログをお送りいたします。

<b>大和ハウス工業</b> 1 住宅総合カタログ 2 音の自由区 (大和ハウスの快適防音室&静音室) 3 家事シェアハウス 4 快適空間リフォーム	<b>パナソニックホームズ</b> 1 ブランドブック 2 資金と税金の本 3 パナソニックホームズ 実例集 4 リフォーム 総合カタログ	<b>ミサワホーム近畿</b> 1 THIS IS MISAWA 2 いい土地いいおうちの選び方 3 建築便利帳 4 100万円台の快適デザインリフォーム	<b>三井ホーム</b> 1 三井ホーム 総合カタログ 2 外観・インテリア 実例集 3 共働き・子育て家族 特集 4 リフォームのご案内	<b>住友林業</b> 1 いい木と住むこと。住友林業の家総合カタログ 2 平屋で暮らすセット 3 共働きの家セット 4 リフォーム読本セット	<b>セキスイハイム近畿</b> 1 住まいの総合カタログ (パルフェ) 2 共働きのための家作りガイドブック 3 30坪台から叶える開放感あふれる理想の暮らし 4 リフォーム実例集	<b>ヘーベルハウス 旭世帯ホース</b> 1 ヘーベルハウス (テグロジー) 2 ヘーベルハウス (プラン集) 3 実例集「アクト空間で、光と風を感じて暮らす」 4 パラレルキッチン	<b>積水ハウス</b> 1 ブランドブック 2 デザインブック 3 住まいづくりの教科書 4 積和建設のリフォーム リクエスト総合カタログ
----------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------

ご希望の賞品に○印をつけてください。(1カ所のみ)

お名前	職員番号	お住まいのご計画
ご住所	年齢	●検討内容 <input type="checkbox"/> 新築 <input type="checkbox"/> 土地あり:所在地( ) <input type="checkbox"/> 土地なし:希望地域( ) <input type="checkbox"/> リフォーム 箇所( )
お電話	勤務先	●予算 ( )万円
e-mail		●予定時期 <input type="checkbox"/> 今すぐ <input type="checkbox"/> 半年以内 <input type="checkbox"/> 1年以上先 <input type="checkbox"/> 2年以上先

【記入日: 年 月 日】

【個人情報取扱いについて】お送りいただきました個人情報につきましては、滋賀県教職員互助会提携ハウスメーカーが住まいづくりのご計画のサポートをさせていただく目的で、ご連絡・ご案内のためにのみ利用させていただきます。その旨をご同意いただいた上でご利用いただきますよう、お願いいたします。

●お気軽にお問い合わせください

**滋賀県教職員互助会 TEL.077-528-4557**

FAX送信 **077-528-4952↑**

滋賀県大津市京町四丁目1番1号

この印刷物は古紙・VULFを配合しています