健康

1 保健事業の概要

● 福利厚生課厚生事業担当
TEL.03-5320-6821

組合員およびその被扶養者の心身両面にわたる健康の保持増進や元気回復等に資することを目的として、さまざまな保健事業を行っています。

	事業名	利用対象者（補助対象者）
健康管理事業	人間ドック	組合員、被扶養配偶者、35 歳以上の被扶養者
	器官別健診	組合員（任意継続組合員を除く。）
	特定健康診査	40歳～74歳の組合員および被扶養者
	特定保健指導	特定健康診査や事業主健診で生活習慣病発症の可能性があると判断された方
	こころの相談	組合員、被扶養者
	福利厚生サービス提供事業（かがやきメイト）健康づくりメニュー	原則として、組合員、被扶養者
一般事業	福利厚生サービス提供事業（かがやきメイト）育児・介護、遠隔地・島しょメニュー	原則として、組合員、被扶養者
	島しょ健康管理支援	島しょの所属所に勤務する組合員（任意継続組合員を除く。） 対象組合員と同居の被扶養者
	補装具等購入費補助	身体障害者手帳の交付を受けている組合員 身体障害者手帳の交付を受けている被扶養者
その他	災害対策事業資金	P29 参照
	宿泊施設特別利用者証	組合員期間1か月以上の退職者とその家族（※） 後期高齢者医療被保険者証をお持ちの75歳以上の組合員
	福祉保険制度、ファミリー応援金、アイリスプラン	組合員（任意継続組合員を除く。）

※　退職者の家族：配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹

注１：利用対象者は、原則として組合員とその被扶養者ですが、事業内容によって利用対象者が異なる場合があります。保健事業を利用する際には、利用対象を十分確認の上、利用してください。

注２：対象者以外の方が補助を受けた場合には、事業の補助金相当額を返還していただきますので注意してください。

注３：各事業の詳細は、広報誌「かがやき」、東京支部ホームページ等でご案内します。
東京支部ホームページ　https://www.kouritu.or.jp/tokyo/kousei/index.html

2 人間ドック・器官別健診

● 福利厚生課厚生事業担当
TEL.03-5320-6821

公立学校共済組合東京支部では、組合員やその被扶養者が自らの健康に目を向け、自らが健康づくりを実践できるよう、健康の保持・増進、疾病の早期発見・予防に対する支援を行っています。

利用金額、利用方法および利用にあたっての留意事項等については、東京支部ホームページ、各所属所保管の「人間ドック等利用案内指定医療機関一覧」等でご確認ください。

検査項目

項目	
基本ドック (日帰りドック)	
オプション	肺 (CT)
	女性健診 (乳房検査 / マンモグラフィまたは超音波)
	女性健診 (子宮検査)

項目	
器官別健診 (基本ドックを受けずに単独で受診できます。)	胃内視鏡検査
	大腸内視鏡検査
	女性健診 (乳房検査／マンモグラフィ)
	女性健診 (乳房検査／超音波)
	女性健診 (子宮検査)
	男性健診 (前立腺検査／ PSA)

※ 【節目年齢】満30・35・40・45・50・55歳（年度末年齢）の組合員（任意継続組合員を除く。）は補助が加算されます。
なお、この節目年齢の設定は、令和４年～令和８年度の５年間限定です。

※ 永年勤続退職予定者およびその被扶養配偶者は補助が加算されます。受診年度内に次のいずれかに該当する組合員です。
・定年または勧奨により退職される方
・組合員期間が20年以上で退職される方
・他の共済組合から引き続き公立学校共済組合東京支部の組合員となった方で、組合員期間が通算して20年以上で退職される方
(永年勤続退職予定者に対する助成を利用した組合員および被扶養配偶者が、当該年度内に退職をしなかった場合は、一般の助成のみ適用されますので、永年勤続退職予定者に対して助成した額と一般の助成額との差額を返還していただきます。)

健診結果には必ず目を通して、健康状態を確認しましょう。

異常がない場合でも、健診結果を保管して検査数値の推移を把握することで、病気の予防や健康の維持管理に活かすことができます。

健診結果は大切に保管しましょう。

将来、障害年金の支給を受ける場合には、その原因となる傷病の初診日を確認する必要があり、その確認資料として健康診断や人間ドックの健診結果を使用することがあります。

また、平成29年１月１日から始まった「セルフメディケーション税制（医療費控除の特例)」の適用を受ける際の必要書類として、人間ドックの領収書または結果通知表等を使用できる場合があります（セルフメディケーション税制についての詳細は厚生労働省のホームページ等でご確認ください。)。

3 特定健康診査・特定保健指導

● 福利厚生課厚生事業担当
TEL.03-5320-6821

生活習慣病の発症、あるいは重症化や合併症への進行を予防することに重点を置いた取組として、平成20年4月から、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査および特定保健指導の実施が医療保険者（当共済組合等）に義務付けられました。対象者は40～74歳の組合員本人とその被扶養者の方です。

特定健康診査や特定保健指導の実施方法および詳細は、所属所宛て通知文、東京支部ホームページ等でご確認ください。

1 特定健康診査

ア 対象者

当該年度中（4月1日から3月31日までの間）に満40歳～74歳になる共済組合員本人（任意継続組合員を含む。）およびその被扶養者（4月1日に組合員資格、被扶養者資格を有する者。）

イ 健診方法

・組合員（任意継続組合員を除く。）

法律に基づき所属所で定期健康診断を受診することで、特定健康診査を受診したものとみなされます。また、公立学校共済組合東京支部の人間ドックを受診される場合は、人間ドック事業受託事業者から特定健康診査項目の検査結果データが公立学校共済組合東京支部に提供されることにより、特定健康診査の実施に代えます。

・被扶養者および任意継続組合員

公立学校共済組合東京支部では、法定の「特定健康診査」に加え、さらに検査項目を追加した「かがやきメイト健康診断（生活習慣病健診）」を実施しています。かがやきメイト健康診断、人間ドック、特定健康診査を受けない方で、パート先等で健診を受診した方は、「勤務先（パート先）等の健診結果送付シート」に健診結果のコピーを添付して指定の送付先にお送りください。

詳しくは、6月中旬に自宅へ送付したご案内、または東京支部ホームページをご覧ください。

2 特定保健指導

特定健康診査の結果から、糖尿病、高血圧症、脂質異常症等の生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣を改善すれば生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣の見直しをサポートします。特定保健指導にはリスクの程度に応じて、動機付け支援と積極的支援があります。

ア 指導内容

動機付け支援 メタボリックシンドロームの予備群と判定され、リスクが出始めた人	・保健師や管理栄養士との面接で、生活習慣改善のためのアドバイスや目標の設定をします。 ・自身で目標に沿った生活習慣改善を行い、3～6か月後に身体状況や生活習慣に変化が見られたかを確認します。
積極的支援 メタボリックシンドロームの該当者と判定され、リスクが重なり出した人	・動機付け支援同様に初回面接を行います。 ・その後、面接をもとにした生活習慣の改善や行動計画の実践に対して、専門スタッフが3か月以上の継続的な支援を行います。 ・3～6か月後に身体状況や生活習慣に変化が見られたかを確認します。

（注）2年連続で積極的支援に該当した方のうち、1年目に比べ2年目の状態が改善している方（※）について、2年目の積極的支援は、動機付け支援相当として実施します。
※ BMI＜30 腹囲1.0cm以上かつ体重1.0kg以上減少している方、BMI≧30 腹囲2.0cm以上かつ体重2.0kg以上減少している方

イ 対象者

特定健康診査（事業主健診等を含む。）の受診データを公立学校共済組合東京支部で階層化し、特定保健指導に該当した方には、特定保健指導のご案内を送付します。

ウ 利用方法

ご案内書類に従って、初回面談の日程を調整の上、特定保健指導を受けてください。

4 福利厚生サービス提供事業（かがやきメイト）

● 福利厚生課厚生事業担当
TEL.03-5320-6821

公立学校共済組合東京支部では、組合員とその家族の健康の保持増進を図るため、福利厚生サービス提供事業「かがやきメイト」を実施しています。かがやきメイトでは、健康づくりを中心に、育児・介護支援などのサービスを福利厚生サービス代行業者（※）を通じて会員へ提供しています。

1 利用対象者

会員（提供メニューにより対象者が異なる場合があります。）

2 会員とは

公立学校共済組合東京支部組合員本人（任意継続組合員を含む。）およびその被扶養者

3 メニューや利用方法など

かがやきメイト利用ガイド（令和7年度）、かがやきメイト専用ホームページ、かがやきメイトLINE、かがやきメイトメールマガジンおよび広報誌「かがやき」で情報を提供します。

●かがやきメイト
利用ガイド（年1回配布）

●かがやきメイト
専用
ホームページ

https://bs.benefit-one.inc/contents/kagayakimate/

●かがやきメイト
LINE

4 主なメニュー

- **健康づくり**
  - 健康ポイント（日々の健康活動でポイントを貯めて、貯まったポイントで商品と交換）
  - ヘルスタ！（あなたに合ったプログラムで、たくさん発汗エクササイズ）
  - かがやきメイト健康診断（組合員の被扶養者、任意継続組合員の方対象）
  - スポーツクラブ利用補助（都度利用料金の一部を補助）
- **育児・介護**
  - 育児支援品購入補助（育児用品を会員価格でご購入いただけます。）
  - 妊活支援（LINEで妊活コンシェルジュや妊活ライブで動画視聴）
  - 病児保育ベビーシッター利用補助（訪問型病児保育料の補助）
  - 育児、介護家事代行支援（介護中などの日常の家事をサポート）
- **遠隔地・島しょ**
  - 遠隔地組合員宿泊利用補助（東京支部指定の宿泊施設の宿泊料割引）
  - 島しょ組合員支援補助（除湿機、布団乾燥機のほか、日用品、食品等購入補助）
- **その他、キャンペーンなど**

※　令和7年度の受託事業者は株式会社ベネフィット・ワンです。
申込方法等に関する問合せ先：株式会社ベネフィット・ワンカスタマーセンター　☎0800-100-0157

5 その他の保健事業
（こころの相談、島しょ健康管理支援、補装具等購入費の補助、宿泊施設特別利用者証、福祉保険制度・ファミリー応援金・アイリスプラン）

● 福利厚生課厚生事業担当
TEL.03-5320-6821

公立学校共済組合東京支部では、その他さまざまな保健事業を行っています。
利用方法、利用条件等については、東京支部ホームページ等でご確認ください。

1 こころの相談

教職員のメンタルヘルスの維持・向上のため、こころの悩みに関する面接相談（オンライン相談を含む。）を無料で実施します。

2 島しょ健康管理支援

島しょ地区組合員の健康の保持・増進を支援する事業として、公立学校共済組合東京支部が実施する健康管理事業に参加する場合または島外の医療機関での診療が必要である場合に、交通費の一部を補助します。

3 補装具等購入費の補助

障害者総合支援法に基づき補装具等の交付を受けた際の本人負担額を助成します。

※ 医師が疾病または負傷の治療上必要と認めた装具等の購入費支給は、給付貸付課短期給付担当の取扱いとなります。

4 宿泊施設特別利用者証

組合員期間が１か月以上で退職した方に「宿泊施設特別利用者証」を発行します。このカードは、全国の公立学校共済組合共通のもので、共済組合の宿泊施設へ提示することにより、退職後も組合員料金で利用することができます。

5 福祉保険制度・ファミリー応援金・アイリスプラン

公立学校共済組合「福祉保険制度」は、「ファミリー年金」と「傷病休職給付金」「医療費支援制度」「元気づくりサービスコース」で構成されている、任意加入の保険制度です。

ファミリー応援金は、平成29年11月に新設された制度で、組合員が在職中に死亡した場合または高度障害状態となった場合に、５万円が支給されます。

アイリスプランは、組合員の生涯生活設計支援を目的とした任意加入の保険制度です。「年金コース」、「医療・日常事故コース」と「介護保障コース（平成22年４月以降、新規募集停止）」があります。