◆〔65歳未満〕支給停止計算後の支給額の目安（早見表）◆

賃金の月額	年金の月額				
＊右欄の（　）は年額	8万円（96万円）	10万円（120万円）	12万円（144万円）	14万円（168万円）	16万円（192万円）
10万円	8万円	10万円	12万円	14万円	16万円
15万円	8万円	10万円	12万円	13.5万円	14.5万円
20万円	8万円	9万円	10万円	11万円	12万円
25万円	5.5万円	6.5万円	7.5万円	8.5万円	9.5万円
30万円	3万円	4万円	5万円	6万円	7万円
34万円	1万円	2万円	3万円	4万円	5万円
36万円	—	1万円	2万円	3万円	4万円
38万円	—	—	1万円	2万円	3万円
41万円	—	—	—	0.5万円	1.5万円
44万円	—	—	—	—	—

老齢厚生年金等（見込）額は、毎年誕生月にご自宅あてに送付される「ねんきん定期便」で確認することができます。
また、直接当支部にお越しいただければ、年金額を試算することもできます。（身分証明書と基礎年金番号がわかる書類をご持参ください。）
なお、個人情報保護の観点からお電話で年金（見込）額をお知らせすることはできません。

◆〔65歳以降〕支給停止計算後の支給額の目安（早見表）◆

賃金の月額	年金の月額			
＊右欄の（　）は年額	8万円（96万円）	10万円（120万円）	12.5万円（150万円）	15万円（180万円）
30万円	8万円	10万円	12.5万円	15万円
36万円	8万円	10万円	11.75万円	13万円
41万円	7万円	8万円	9.25万円	10.5万円
50万円	2.5万円	3.5万円	4.75万円	6万円
53万円	1万円	2万円	3.25万円	4.5万円
56万円	—	0.5万円	1.75万円	3万円
59万円	—	—	0.25万円	1.5万円
62万円	—	—	—	—

【問合せ先】　公立学校共済組合富山支部　年金・医療係

組合員及びその被扶養者のマイナンバーカードの取得推進に取り組んでいます

令和元年５月22日に「医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法等の一部を改正する法律」が公布され、令和3年3月からマイナンバーカードを健康保険証として利用できる仕組みが本格運用される予定です。

これに向けて、6月4日に開催されたデジタル・ガバメント閣僚会議において、「マイナンバーカードの普及とマイナンバーの利活用の促進に関する方針」が決定し、医療保険者ごとにマイナンバーカードの取得推進に取り組むこととされました。

当共済組合においても文部科学省からの依頼を受けて、組合員及びその被扶養者の理解と協力の下、マイナンバーカードの取得に向けた周知やフォローアップ等の取組を進めてまいります。

マイナンバーカードの申請・交付手続き等詳細はこちら

マイナンバーカード総合サイト　検索　https://www.kojinbango-card.go.jp

【問合せ先】　公立学校共済組合富山支部　年金・医療係

特定保健指導でメタボ改善、重症化STOP！！

■ 特定保健指導とは・・・

心筋梗塞、脳梗塞、動脈硬化などの
重症化予防、将来の医療費・通院時間
節約の為に・・・

定期健康診断や人間ドック等に含まれる特定健康診査の結果により、「動機付け支援」または「積極的支援」に該当した方が、生活習慣の改善を実践できるよう医師や保健師等が支援します。

人間ドック受診の方は、人間ドック受診医療機関にて保健指導を実施しておりますので、該当された方は、ご自身の健康寿命の延伸のために、ぜひ取り組んでみましょう!!

【特定保健指導の対象者】

腹囲	追加リスク	④喫煙歴	対象	
	①血糖②脂質③血圧		40～64歳	65～74歳
≧85㎝（男性） ≧90㎝（女性）	2つ以上該当	あり	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当	なし		
上記以外で BMI≧25kg/㎡	3つ該当		積極的支援	動機付け支援
	2つ該当	あり		
		なし		
	1つ該当			

学校訪問型保健指導が始まります！！

共済組合では、特定健康診査（定期健康診断や人間ドック当日に医療機関で保健指導を受けられなかった方）の結果を踏まえ、『学校訪問型特定保健指導』を実施しております。『学校訪問型保健指導』では、共済組合が委託したSOMPOヘルスサポート㈱の保健師等が所属所を訪問し、対象者一人ひとりの状況に合わせて生活習慣改善のサポートを約６ヵ月間継続的に行います。

今年度はこれまでの電話支援に加えアプリ支援も導入する予定です。対象者の生活スタイルに合わせ電話による支援またはアプリによる支援を選択し、ご利用いただけますので是非ご活用ください。

指導の流れ

所属所　①案内文書一式受取 ⇒ ②対象者へ配布

↓

対象者　③案内文書受取 ⇒ ⑤支援面談 ⇒ ⑥指導内容実施

↑　↑

SOMPOヘルスサポート㈱　④電話連絡 ⇒ ⑦支援電話等

【問合せ先】公立学校共済組合富山支部　健康管理係

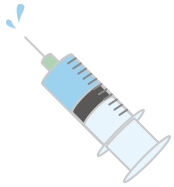
インフルエンザ予防接種補助のご案内

インフルエンザの罹患及び重症化予防を図るため、医療機関等で下記対象接種期間内に、インフルエンザ予防接種を受けた組合員本人に対し、1人あたりその費用の一部として1,500円を補助します。

補助対象接種期間：令和元年10月１日～12月31日

申請書提出期限：令和２年1月31日(金)　富山支部必着です!

※申請書には、組合員本人名記載の領収書原本の添付が必要です。



詳細は、令和元年９月３日付け公立富第４６８号で各所属所宛て通知しましたのでご確認ください。
申請書は、ホームページからもダウンロードできますのでぜひご利用ください。

【問合せ先】　公立学校共済組合富山支部　健康管理係

特定健診の受診は、もうお済みですか？

40歳～74歳の被扶養者の方を対象に、「特定健康診査受診券」を組合員宛の方に送付しています。
この受診券を利用すれば、**無料**で特定健康診査が受けられます。
今一度、対象のご家族の方(40～74歳の被扶養者)に特定健診の受診はお済みかご確認ください。
未だ受診されていない方は、ぜひ、受診券をご利用いただき、メタボリックシンドローム予防に役立てましょう！

受診券有効期限：令和2年3月31日

特定健康診査項目

【必須項目】
- 質問票(服薬歴、喫煙歴等)
- 身体測定(身長、体重、BMI、腹囲)
- 理学的検査(身体診察)
- 血圧測定
- 血液検査(脂質、血糖、肝機能検査)
- 尿検査

保健指導該当の方には
保健指導の利用券を
後日送付致します。

■ 特定健診～特定保健指導までの流れ

申込み

受診券の有効期限を確認して、健診機関に申込み

→

受　診

受診券と組合員証を持って健診機関で受診

→

結果の通知

医療機関から本人様あてに結果が送付されます。

→

該当者のみ

保健指導利用券の送付

利用券の有効期限を確認して、健診機関に申込み

→

該当者のみ

保健指導

レベルに合わせて、医師や保健師の指導を受ける

Q.受診券をなくしてしまいましたが、どうすればいい？
A.再交付できます。「特定健康診査受診券 再交付申請書」を提出してください。
　申請書は公立学校共済組合富山支部のホームページからダウンロードできます。

Q.パート先で健診を受けている場合も、改めて受けなければならないの？
A.使用しなかった「受診券」と併せて「健診結果の写し」を共済組合へ提出してください。

【問合せ先】　公立学校共済組合富山支部　健康管理係

公立学校共済組合北陸中央病院からのお知らせ

■メンタルヘルス訪問相談について　第3弾 ～教職員の方々の声～

北陸中央病院では、富山支部と連携して、臨床心理士が各所属を訪問し、レクチャーや個人面談を実施する「メンタルヘルス訪問相談」を実施しています。今回は、実際にメンタルヘルス訪問相談を実施頂いた所属所からの声をお届けします。

〈A小学校〉

実施内容：
メンタルヘルスチェック（職員全員）
レクチャー「アンガーマネジメント」（20分）
希望者を対象とした個人面談

◆レクチャーについて：Bさん（40代）
「アンガーマネジメントについて初めて知りました。ついイライラしてしまうこともあったけれど、自分でコントロールできることを知って少し安心しました。やってみます。」

〈C中学校〉

実施内容：
レクチャー「リラクセーション」（20分）
教職員全員対象の個人面談

◆個人面談について：Dさん（20代）
「新採です。教育実習の時とは全く違う雰囲気に1学期は戸惑いばかりでしたが、面談を受けて少し気持ちの整理ができました。一人で抱え込まないように、他の先生方に色々教えてもらいながら、教員としてやっていこうと改めて思えました。」

★県立学校では、ストレスチェック実施後に本事業をご利用いただくのもオススメです。
★年間を通じて所属所からの申請を受け付けております。秋以降は申し込み枠に比較的余裕がありますので、お気軽に富山支部までお申し込み下さい。なお、訪問相談に関するお問い合わせは当院 健康管理センターまでお電話ください。（☎0766-67-1150代表）

「住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書」の発行について

「住宅借入金等特別控除」の適用を受ける際に必要な年末残高証明書を以下の通り発行いたしますので、使用時期まで大切に保管してください。

発行対象	住宅貸付、住宅災害貸付、介護構造部分に係る貸付で償還期間が10年以上あるもの	
貸付け年	平成20～30年までの貸付	令和元年中の貸付
発行時期	令和元年10月下旬頃	令和2年1月中旬頃
使用時期	年末調整時	確定申告時

注意1 以下の場合は発行の対象となりません
- 新築等が完了したことを確認できる完了報告書が提出されない場合
- 申込事由が土地購入の場合で、５年以内の建築義務による完了報告書が提出されていないもの

注意2 以下の場合は住宅借入金等特別控除の適用が受けられません
- 償還猶予期間があり、その期間を除いて実際に貸付金の元金返済が行われる期間が10年未満となる場合
- 一部繰上償還により当初貸付期間から償還完了までの期間が10年未満となった場合
- 全額繰上償還により当年末日に貸付金残高がなくなった場合

土地の先行取得をされた場合について

申込事由が土地購入の場合で、入居の日前2年以内の土地の取得（土地の先行取得）についても特別控除の対象となる場合があります。その場合「土地の先行取得に関する確認証明書」が必要ですので、対象となる方は**「土地等の先行取得に関する確認証明申請書」**に、土地登記簿謄本及び建物登記簿謄本を添付して当共済組合へ申請してください。

申請書は公立学校共済組合富山支部ホームページからダウンロードできます。

「住宅借入金等特別控除」については、**各所轄の税務署**へお問合わせください。
（国税庁タックスアンサー：http://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/index2.htm）

【問合せ先】　公立学校共済組合富山支部　健康管理係