

福利 おかやま

2023
4
No 591



第46回教職員美術展より「果実」(洋画)
〈岡山瀬戸高等支援学校 西 加奈江〉

毎年この時期になると、友人から初めて育てたという葡萄が送られてきた日のことを思い出します。一年という長い歳月を経て大切に育てられた葡萄を目にした時の感動は今でも忘れられません。環境の変化に耐えながらそんな生命力すら感じさせる果実をいつか絵にしてみたいと思い、一粒一粒大切に描きました。よくよく観察すると、似ているようで同じ色はないことに気づきます。

葡萄の花言葉「信頼・思いやり・人間愛」。一人一人の生徒に、日々そんな関わりを続けていきたいと思えます。この果実のように。

令和5年度の健康管理事業について	2
シリーズ 健康管理班だより「紫外線対策について」	3
公立学校共済組合の一般組合員・短期組合員の年金について	4
給付班からのご案内	5
・組合員・被扶養者の住所に変更はありませんか？	
・被扶養者の認定・取消手続きはお済みですか？	
・交通事故・公務災害で治療を受けるときは…	

シリーズ 健康相談紹介	
「～悩める教職員のために～教職員よるす相談」	6
ホームページ及びマイページのご案内	6
シリーズ リレーエッセイ「私の趣味探しのポイント」	7
ピュアリティまきびからのご案内	7
貸付金の一部繰上償還	8
公立学校共済組合の掛金率	8

お知らせ

人間ドック事業について

令和5年度の人間ドックの締切日は、5月12日(金)です。申込みはHP「おかやま教職員福利厚生ネット」のマイページからです。決定内容もマイページに掲載します。



申込締切
5月12日(金)

器官別検診事業について

令和5年度の器官別検診の募集時期は5月中旬からを予定しています。実施時期は、令和5年6月から令和6年2月を予定しています。申込みはHP「おかやま教職員福利厚生ネット」のマイページからです。



☆ご家庭にお持ち帰りください。

※福利おかやまは「おかやま教職員福利厚生ネット」でもご覧になれます。

※電話でのお問い合わせ時間は8時30分～17時15分(12時～13時を除く)(土日祝日及び12月29日～1月3日は休日)

令和5年度の健康管理事業について

人間ドックをはじめ、各種検診を実施しますので、ご自身の健康管理のためにご活用ください。



■健診事業

	事業名	対象年齢等	自己負担	募集時期	受診期間
人間ドック	日帰りドック（一般）	30歳以上（年齢指定除く）	10,000円	締切（厳守） 5月12日	6月～ 12月28日
	日帰りドック（年齢指定）	35歳・40歳・43歳・45歳・48歳・50歳・52～60歳	7,000円		
	脳ドック	40歳以上	23,000円		
器官別の検診	婦人検診（乳がん）	人間ドックを受診しない20歳以上の女性組合員	1,000円	5月中旬頃 （予定）	6月～2月末
	婦人検診（子宮がん）	人間ドックを受診しない20歳以上の女性組合員	無 料		
	肺がん（ヘリカルCT）検診	40歳以上の組合員	3,000円		
	内臓脂肪検診	年齢制限なし	1,000円		
	VDT障害予防検診	年齢制限なし	無 料		
	大腸がん検診	人間ドックを受診しない40歳以上の組合員	無 料		
配偶者の検診	被扶養配偶者ドック	35歳以上の被扶養配偶者	20,000円	6月下旬頃 （予定）	6月～7月 9月～1月末

■特定健康診査・特定保健指導・その他の保健指導

事業名	対象年齢等	自己負担	案内時期	受診期間
特定健康診査	40歳から74歳の被扶養者・任意継続組合員	無料	6月下旬頃、対象者あてに「受診券」を交付します。	6月～1月末
特定保健指導	40歳から74歳の該当者	無料	人間ドック受診時の他、随時	6月～3月末
35歳の保健指導	特定保健指導該当レベルの35歳組合員	無料	随時	6月～3月末

■健康づくり事業 ※詳細については、HP「福利厚生ネット」や「福利のしおり」、所属所宛通知文書などを参照ください。

事業名	内 容	備 考
ウォーキングコンテスト	健康の保持増進と人間関係づくりを目的に、職場内でチームを編成し、チャレンジ期間内のチーム及び個人の歩数を計測します。	募集…6月頃 実施…10月～12月
健康づくりセミナー	「運動と食事」「ストレス」「女性の健康」に着目した生活改善を支援するため、知識の習得や対処方法の習得の教室を開催します。	【夏期】募集…6月頃/実施…7月～8月 【冬期】募集…1月頃/実施…2月
簡易健康チェック（ストレス・生活習慣）	パソコンやスマートフォン、携帯電話でできる簡易健康チェック ・ストレスチェック…こころの体温計 ・生活習慣チェック…メタボチェック、活動量チェック、引き算ダイエット	無料 （※通信費は自己負担）
職場の健康づくり研修会支援事業	所属所等において計画された健康づくりに関する研修会等へ講師を派遣し、派遣に係る費用を負担します。 【研修例】メンタルヘルス研修会（メンタルヘルスの基礎知識、コミュニケーションスキルアップの演習、リラクゼーション法、働きやすい職場環境づくりなど）、腰痛予防研修会（腰痛予防体操やストレッチなど）	原則5月～2月末 （期間中1回のみ）
心の居場所で元気を取り戻すグループ体験講座	教員OB（沢田の杖塾・森口先生）のもと、少人数グループで、よりよい人間関係づくりのためのコミュニケーションを中心とした技法を学びます。	参加費500円/1回

■各種相談事業 ※詳細については、HP「福利厚生ネット」や「福利のしおり」、所属所宛通知文書などを参照ください。

事業名	内 容	利用案内	
メンタルヘルス相談	教職員サポート相談	岡山大学大学院の教授等（臨床心理士）による心理教育相談室での面接相談 【相談内容】生徒指導・保護者対応・職場の人間関係・家庭の悩み等	無料（年度内3回まで）
	～悩める教職員のために～ 教職員よろず相談	教員OB（沢田の杖塾 森口先生・籠井先生）による面接相談 【相談内容】生徒指導・保護者対応・職場の人間関係・家庭の悩み等	無料（年度内3回まで）
	～悩める教職員のために～ 教職員を支える会	教員OB（同上）のもとで行う少人数グループカウンセリング	参加費500円/1回
	教職員ストレス相談	専門医（精神科医）による1時間程度のカウンセリング 【実施医療機関】県内16医療機関（岡山6、倉敷3、津山2、玉野1、笠岡1、高梁1、真庭1、奈義1）	無料（年度内1回）
	スクールカウンセラー等を活用した 教職員メンタルヘルス相談	スクールカウンセラー等による校内での教職員自身のメンタルヘルスに関する面接相談。	無料
健康相談	こころからだの健康相談 福利課保健師による相談。面接・電話・メールによる相談可。匿名でもOKです。 【相談内容】日常生活や職場等における悩み等（※家族・管理職からの相談可）	無料（岡山県所管教職員関係者が対象）	
管理職向け相談	管理職メンタルヘルス相談料補助	管理職が主治医と連携してメンタルヘルス不調者（病気休職者は除く）を支援するため、主治医と単独で面接した際の相談料を負担します。	無料
	管理職サポート相談	岡山大学大学院の教授等（臨床心理士等）による心理教育相談室での管理職を対象とした面接相談 【相談内容】職場内のメンタルヘルス問題、不調者対応等に関すること	無料（年度内3回まで）

健康管理班だより

公立学校共済組合保健事業
イメージキャラクター

コーヘーくん



スズちゃん

春から紫外線が強くなる季節です

1年のうちで4月～9月は紫外線が強い季節です。紫外線は、夏に強く、冬は弱くなります。紫外線は1日のうちでは、早朝や夕方は弱く、10時から14時頃で太陽が最も高くなる時（南中時）に強くなります。紫外線に過剰にさらされることにより、健康面に様々な悪影響が起こるため、注意が必要です。

紫外線の種類

- ◆UV-C (C領域紫外線) : 生物に対し破壊力があり、大気層(オゾンなど)で吸収され、地表には到達しない。
- ◆UV-B (B領域紫外線) : 皮膚や眼に有害。ほとんどは大気層(オゾンなど)で吸収されるが、一部は地表へ到達する。UV-Bは薄い雲では80%以上が透過する。
- ◆UV-A (A領域紫外線) : UV-Bほど有害ではないが、長時間浴びた場合の健康影響が懸念される。

紫外線が健康面に与える影響

<良い面>

ヒトは食事から摂取するビタミンD(きのこ類や脂身の多い魚類等に豊富に含まれる)と日光紫外線を浴びることで生成されるビタミンDの両方を使って、必要なビタミンDを得ています。ビタミンDは、腸からのカルシウムの吸収を2～5倍程度増加させ、カルシウムの吸収により、骨を強くする等の働きがあります。

ビタミンDが不足すると、骨粗しょう症や骨折の原因となります。また、妊婦の方は赤ちゃんの骨の発育にも影響があります。食事から摂取するビタミンDだけでは不足気味になりやすいため、季節等の紫外線の状況を踏まえつつ、日光にあたる必要があります。

<悪い面>

次のような皮膚や眼の障害が起こります。

- ◆皮膚…日焼けによる炎症、シミ、シワ、良性・悪性の腫瘍など。
- ◆眼…雪山での紫外線角膜炎(雪目)、白内障、翼状片など。

(補足) ・日本は韓国やモンゴルと並んで世界で最も皮膚がんの少ない国の一つです。

・雪や砂は紫外線を強く反射するので、スキーや海水浴の時には強い日焼け等をしやすくなります。



紫外線から体を守るために下記を参考に対策しましょう

- ①紫外線の強い時間帯の外出等を避ける
- ②日陰の利用
- ③日傘を使い、帽子をかぶる
- ④袖や襟のついた衣服で覆う
- ⑤日焼け止めを上手に使う
- ⑥サングラスをかける

(補足) ・日焼け止めのSPFはUV-Bを防ぐ指標で、PAはUV-A防止効果の指標です。いつ、何をすることで日焼け止めの種類を選びましょう。

・色の濃いサングラスは目に入る光の量が少なくなり、瞳孔が普段より大きく開きます。そのため、紫外線カットが不十分なレンズはかえってたくさんの紫外線が目の中に侵入するため注意が必要です。

小寺先生からアドバイス ～日焼け防止グッズを活用しよう～

太陽からの紫外線の曝露(ばくろ)が多い職業として農業、漁業、土木建設業などがあげられます。学校の先生方の中にも長時間の紫外線の曝露を受ける方が多くいます。屋外での体育の授業、運動会に備えた練習と本番、部活の指導や対外試合など紫外線対策が必要な場面は多いです。

インターネット上ではゴルフやテニスをする人向けの紫外線対策グッズがいろいろと紹介されています。日焼け止めや日焼け対策が期待できるフェイスパウダー(ファンデーション)、UVカットのインナーやレギンス、手の甲だけをカバーするハンドカバー、帽子、バイザー、サングラスそしてフェイスマスクなどです。紫外線対策のレベルアップを考えている方、これから対策に取り組む方はネットで検索してみてください。

日焼け止めに含まれる紫外線防止剤は紫外線吸収剤(有機系素材)と紫外線散乱剤(無機系素材)と2つに分けられます。これらの物質の健康影響についてはまだ分かっていないことが多いとされています。「資生堂の製品開発ポリシー」には使用成分の情報や使用方針が簡明に示されていて参考になります。

フェイスマスクはお勧めですが、学校ではあまり使われていないのではないのでしょうか。学校の雰囲気には合わないと考えられているのかも知れません。健康を第一に考えて、フェイスマスクの使用が広がるといいですね。

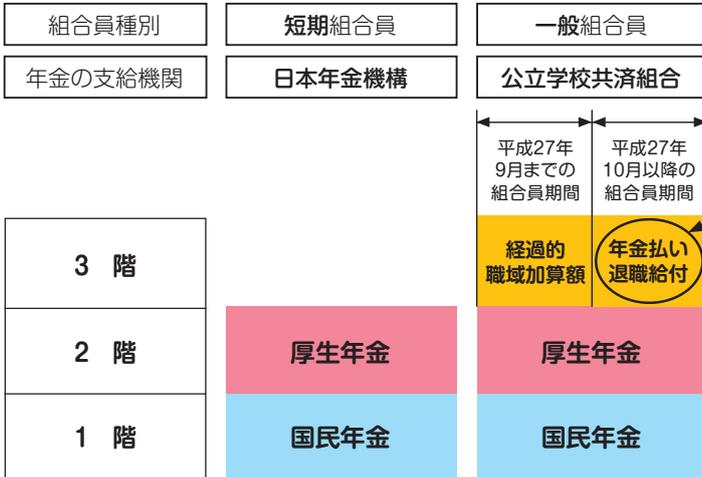
参考:紫外線環境保健マニュアル2020(環境省)

公立学校共済組合の一般組合員・短期組合員の年金について

一般組合員は、公立学校共済組合の厚生年金に加入するため、国民年金(1階)と厚生年金(2階)、そして経過的職域加算額・年金払い退職給付(3階)の3階建てです。

毎年7月頃に、年金払い退職給付の給付算定基礎額通知書(ハガキ)がご自宅へ送付されます。

短期組合員は、日本年金機構の厚生年金に加入するため、国民年金(1階)と厚生年金(2階)の2階建てです。



※給付算定基礎額通知書に表示されている金額等は、年金額ではありません。

<ねんきん定期便>

毎年誕生月の下旬に、一般組合員の方へ年金加入期間や見込額等に関する情報を記載した「ねんきん定期便」を公立学校共済組合の本部からご自宅宛てに送付しています。(短期組合員の方は、別途、日本年金機構から届きます)

送付方法	封 書		ハ ガ キ	
年 齢	35歳・45歳	59歳	50歳未満	50歳以上
年金見込額の算出方法	作成時までの加入実績に基づいて算出	現在の加入条件で60歳まで継続したものととして算出	作成時までの加入実績に基づいて算出	現在の加入条件で60歳まで継続したものととして算出

50歳以上のハガキ

基礎年金番号 1234567890	私学共済の加入者番号	※お問い合わせの際は、基礎年金番号をお知らせください。
----------------------	------------	-----------------------------

1. これまでの年金加入期間 (老齢年金の受け取りには、原則として120月以上の受給資格期間が必要です。)

国民年金 (a)			船員保険 (c)	年金加入期間合計 (未納月数を除く) (a + b + c)	合算対象期間等 (d)	受給資格期間 (a + b + c + d)
第1号被保険者 (未納月数を除く)	第3号被保険者	国民年金計 (未納月数を除く)				
93月	55月	148月	0月			
厚生年金保険 (b)						
一般厚生年金	公務員厚生年金 (国家公務員・地方公務員)	私学共済厚生年金 (私立学校の教職員)	厚生年金保険計			
181月	67月	0月	248月	396月	0月	396月

①「第1号被保険者(未納月数を除く)」欄には、この「ねんきん定期便」の作成年月日以降の国民年金保険料の未納月数も合わせて表示しています。
②(c)欄には、「国民年金の任意加入期間のうち保険料を納めていない期間(任意加入未納期間)」および「特定期間」の合計月数を表示しています。
この任意加入未納期間の月数は参考であり、年金を請求するときに書類による確認が必要です。

2. 老齢年金の種類と見込額 (1年間の受取見込額)

受給開始年齢	歳~	歳~	歳~	65歳~
(1) 国民年金				老齢基礎年金 686,758円
(2) 厚生年金保険	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分)	特別支給の老齢厚生年金 (定額部分)	特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分) 390,744円
		特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分)	特別支給の老齢厚生年金 (定額部分)	特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分) 264円
		特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分)	特別支給の老齢厚生年金 (定額部分)	特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分) 299,193円
		特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分)	特別支給の老齢厚生年金 (定額部分)	特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分) 137円
一般厚生年金期間	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金) 15,417円
	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)
	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)
公務員厚生年金期間 (国家公務員・地方公務員)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)
私学共済厚生年金期間 (私立学校の教職員)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)
	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)	経過的職域加算額 (共済年金)
(1)と(2)の合計				合計の支給見込額 (老齢基礎年金+老齢厚生年金) 1,392,513円

①老齢年金の受取見込額は、現在の加入条件で60歳まで継続して加入したものと仮定し、60歳を越えて加入している場合は加入実績に応じて計算しています。なお、加入条件や経済動向により見込額は変化します。
②受給資格期間が120月に達していない場合や特定期間を有している場合、既に老齢年金を決定している場合などは、老齢年金の見込額が表示されません。一般厚生年金期間はお近くの年金事務所へ、公務員厚生年金期間はお近くの年金事務所へ、私学共済厚生年金期間はお近くの年金事務所へお問い合わせください。
③国家公務員と地方公務員の両方に該当する方は、それぞれの加入期間を合算して計算しています。
④平成27年9月までの加入実績に応じた改正前の国家公務員共済組合法及び地方公務員共済組合法による経過的職域加算額(共済年金) ※を含めて表示しています。
※被用者年金一元化前(平成27年9月以前)の退職給付(報酬比例部分)の金額は、老齢厚生年金の給付標準額と同等で計算した金額に、別に定められた給付標準額を用いて計算した金額を加算したものとされており、この加算額を「職域加算額」といいます。被用者年金一元化により年金の計算方法が被用者年金に統一されたため、被用者年金一元化後の期間(平成27年10月以降)については「職域加算額」が廃止されましたが、被用者年金一元化前の期間(平成27年9月以前)については別途「経過的職域加算額(共済年金)」として当共済組合等から支給されます。
⑤上記のほか、この「ねんきん定期便」の表示内容については、当共済組合のホームページをご覧ください。

組合員・被扶養者の住所に変更はありませんか？

組合員・被扶養者の住所に変更がある場合は「記載事項等変更申告書」を福利課へ提出してください（※別居から同居へ変更となった場合も申告が必要です）。

また、被扶養者のうち60歳未満の配偶者の住所に変更がある場合は「国民年金第3号被保険者住所変更届」も福利課へ提出してください。

※用紙はホームページ「おかやま教職員福利厚生ネット」からダウンロードできます。

（ご利用ガイド → 各種給付 → 結婚した・引越した → 住所の変更手続）

※組合員の登録住所はねんきん定期便や送金通知書等の送付先となりますので、住所を変更された場合は必ずご申告ください。

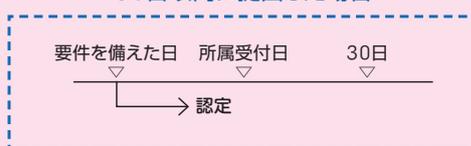


被扶養者の認定・取消手続はお済みですか？

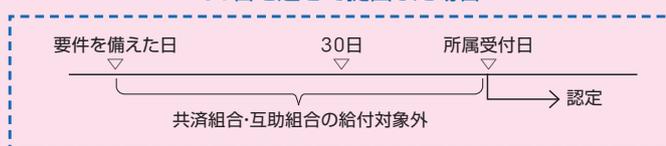
被扶養者の状況が変化した場合や新規採用者で被扶養者がいる場合、申告手続はすみやかに行ってください。

＜認定手続＞ 要件を備えた日から**30日以内**に提出 → **要件を備えた日**から認定
 要件を備えた日から**30日を経過**して提出 → **所属所の受付日**から認定

30日以内に提出した場合



30日を過ぎて提出した場合



＜取消手続＞ 手続をした日にかかわらず、**被扶養者の要件を欠いた日まで遡って取消**
 要件を欠いた日以降に病院等を受診していた場合、共済組合が支払った医療費や各種給付金については、全額返還していただくことになります。

●他の共済組合や公立学校共済組合の他県の支部から転入された方へ

前の共済組合等で被扶養者に認定されていた方も、**改めて岡山支部での被扶養者認定手続が必要**です。転入前と扶養状況に変更が無い場合に限り、前の共済組合等で交付されていた被扶養者証の写しを必要添付書類に代えることが可能です。

交通事故・公務災害で治療を受けるときは…

◆交通事故でけがをした

交通事故（自損を除く）によるけがなどの治療費は、本来加害者が負担すべきものです。しかし、治療費をすぐに相手方に負担してもらえないときなどは、**共済組合（福利課給付班）へ連絡の上**、組合員証等を使用することができます。

組合員証等を使用した場合、共済組合は組合員から報告された情報により、一時的に立て替えた治療費を過失割合に応じ加害者又は保険会社に請求します。

◆勤務中や通勤途中に負傷した

公務・通勤災害の場合、地方公務員災害補償基金が療養補償を行うので、**組合員証の使用はできません**。必ず「**地方公務員災害補償基金へ公務（通勤）災害の認定申請**」と「**受診する医療機関へ公務災害等の手続を行う申出**」をしてください。また、公務（通勤）災害に認定されるかどうか明らかでないとき（手続中など）は、**共済組合（福利課給付班）へ連絡の上**で一時的に使用することは可能です。

※公務・通勤災害認定後は、直ちに医療機関に連絡し、組合員証の使用を中止してください。

＜組合員証等を使用する場合＞

- ①必ず警察に人身事故として届け出る
- ②共済組合に連絡をして、組合員証等の使用の承認を受ける
- ③共済組合に必要な書類（事故報告書等）を提出する



<健康相談紹介シリーズ> ① ～悩める教職員のために～教職員よろず相談

■相談内容／生徒指導、保護者対応、職場の人間関係、家庭の悩み等

■相談方法／予約制の面接相談です。相談当日は組合員証を持参してください。

- 予約電話番号／(森口先生) ☎090-5702-8770
(籠井先生) ☎090-9731-4314
- 予約受付時間／原則18:00～20:00
(金・土・日曜日及び祝日を除く)
- 相談時間／予約時に決定します。
※相談の実施は休日にも行っています。
- 相談場所／カウンセリングルーム「沢田の杖塾」
(岡山市中区沢田804)
- 相談料／年度内3回目まで無料

カウンセリングルーム「沢田の杖塾」

元高校教員の森口章先生が主宰する、教職員のためのカウンセリングルームです。
令和3年度から元小学校教員の籠井淑江先生が相談員に加わり、相談体制がより充実しています！



森口章先生
沢田の杖塾主宰者



籠井淑江先生
相談員

プライバシーは厳守されます！

- 教員OBのもと、少人数グループで悩みについて話し合う会「～悩める教職員のために～教職員を支える会」
 - よりよい人間関係づくりやコミュニケーションスキルについての研修「心の居場所で元気を取り戻すグループ体験講座」も開催しています。
- (どちらも1人1回500円の相談料が必要。詳細は、HPをご覧ください。)



ホームページ及びマイページのご案内

共済組合や互助組合の事業等を紹介しています。パソコンの他にスマートフォンやタブレットからも、快適にご利用いただけますので、是非ご活用ください。



★共済組合・互助組合が実施する福利厚生等事業については、「福利のしおり」にもその詳細を掲載しております。「福利のしおり」は「おやかま教職員福利厚生ネット」でもご覧いただけますので、是非ご活用ください。



「私の趣味探しのポイント」 勝間田高等学校／松本 理史



「10000時間の法則」という言葉を知っていますか?「10000時間の法則」とは「人は何かを習得するのに10000時間の練習が必要である」という主張のことです。

私は大学生の頃、この法則に出会いました。当時時間に余裕があった私は「働き出したら時間ないっていうから、趣味を早めにつけて始めたほうが働き出した後、楽しく趣味を続けられる!」と短絡的に感じ、すぐに趣味探しを始めました(笑)。

当時、大学生だった私が趣味を探すにあたって気にしたポイントは「ずっと続けられるか」という点でした。これは興味がなくなってしまうという好奇心の心配ではなく、年を重ねることで起きる身体的な不調で趣味が続けられなくなるのではないかとこの趣味探しのポイントは友達に変わっていると笑われます(笑)。



私は高校生の時からずっと弓道とギターを続けていて、それが今も趣味の一つになっています。この弓道を例に挙げる

と、弓道は全身を使う武道なので、年齢を重ねると体の不調(肩・腰・足の痛み等)によりできなくなる可能性があります。実際、「腕が上がらなくなって弓道を続けられなくなった」という人は多くいますので、70歳、80歳になったら難しいのかなと感じていました。

全身を使う趣味は一生続けていくことが難しいなと思った私は、もう一つの趣味としてギターをやり始めました。ギターは弦を押さえる・弾くといった、手のみで完結する趣味だと思っていたので、もし脚・腰が痛くなって弓道ができなくなってもギターなら趣味を続けられる!と息巻いたのを覚えています。

じゃあ、脚だけでなく、全身が自分の思うように動かなくなったらどうするんだとも考えました。体の部位をあまり使わない趣味がいいと考え、大学4年生の時に将棋も始めました。

このような考え方で増やした趣味は今も続いています。幸いまだ体に不調はでていないので、このままできるところまで趣味を続けていきたいと思っています。

そして今、趣味のギターでバンドを組んでいるのですが、ボーカルがいません!もし、ボーカルやっていいよという方がいましたら是非お声がけください!(笑)

▶▶▶ 次は、岡山市立幡多小学校・東英和さんです。

共済組合員・互助会員の特典

今年度より会食補助と宿泊補助に回数制限がございますので計画的にご利用ください。

- 回数制限について:1名の会食補助の利用につき、1回とカウントされますのでご留意願います。
- 例:レストランディナーで3名が会食補助を利用の場合、3回利用となるので残り回数は9回。

宴会 レストラン ディナータイム (テイクアウト 商品含む)	<ul style="list-style-type: none"> ●会食補助／組合員(会員)《回数制限:年12回》 組合員(会員)が利用する場合に補助する 組合員家族と会食を行う場合に補助する(2人以上) 家族範囲:3親等内 ◆補助額:1,000円以内で300円 3,000円以上4,000円未満で1,000円 4,000円以上で2,000円 ●団体利用補助／組合員(会員)《回数制限なし》 組合員(会員)が参加する所属所単位の行事等又は団体の会議等で 会食(テイクアウト商品を含む)を利用する場合に補助する ◆補助額:2,000円以上4,000円未満で1,000円、4,000円以上で2,000円 ●イベント企画補助／組合員(会員)《回数制限なし》 組合員(会員)がイベント企画商品(テイクアウト商品を含む) を利用する場合に補助する ◆補助額:商品の半額以内(上限2,000円) 	<p><補助額の一列></p> <p>◇宴会利用の場合(4月現在)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・春爛漫宴会プラン 5,000円 → 3,000円(税込) ・お子様ランチ 3,000円 → 2,000円(税込) <p>◇レストランディナー利用の場合(4月現在)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生以上 4,000円 → 2,000円(税込) ・小学生 1,000円 → 700円(税込) <p><補助額の一列></p> <ul style="list-style-type: none"> ・オードブル(4月現在) 約3人前 5,000円 → 3,000円(税込) <p><補助額の一列(団体)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・仕出し弁当(4月現在) 2,000円 → 1,000円(税込)
レストラン ラウンジ	<ul style="list-style-type: none"> ●ランチ、コーヒー等／組合員(会員)…1割引 組合員証のご提示で割引が可能 ※その他の補助との併用は不可 	
宿泊	<ul style="list-style-type: none"> ●宿泊助成／組合員《回数制限:12回》 組合員及びその被扶養者が公務外で 宿泊するときに助成する(連続5泊まで) ◆補助額:1泊2,500円 	<p><補助額の一列></p> <ul style="list-style-type: none"> ・シングルBタイプ(バス、トイレ無、洗面台付) 素泊1泊 4,888円 → 2,388円(税込)
メモリアルデー プレゼント	<ul style="list-style-type: none"> ●メモリアルデープレゼント／組合員(会員)…3,000円利用券 組合員・会員の記念日に、ピュアリティまきびの利用券を抽選で送る(毎月100名) ※前月15日までにマイページ内で申し込み 	

- ◇各種補助の申請は「おかやま教職員 福利厚生ネット」のマイページで行ってください。
- ◇「団体利用補助」及び「イベント企画補助」については、申請用紙(ピュアリティまきびのホームページからダウンロード、または、フロントで入手)へ記入をお願いします。

※補助申請後のキャンセルの際は、必ずマイページで補助のキャンセル処理をしてください。キャンセル処理をしていない場合は、利用回数にカウントされますのでご留意願います。

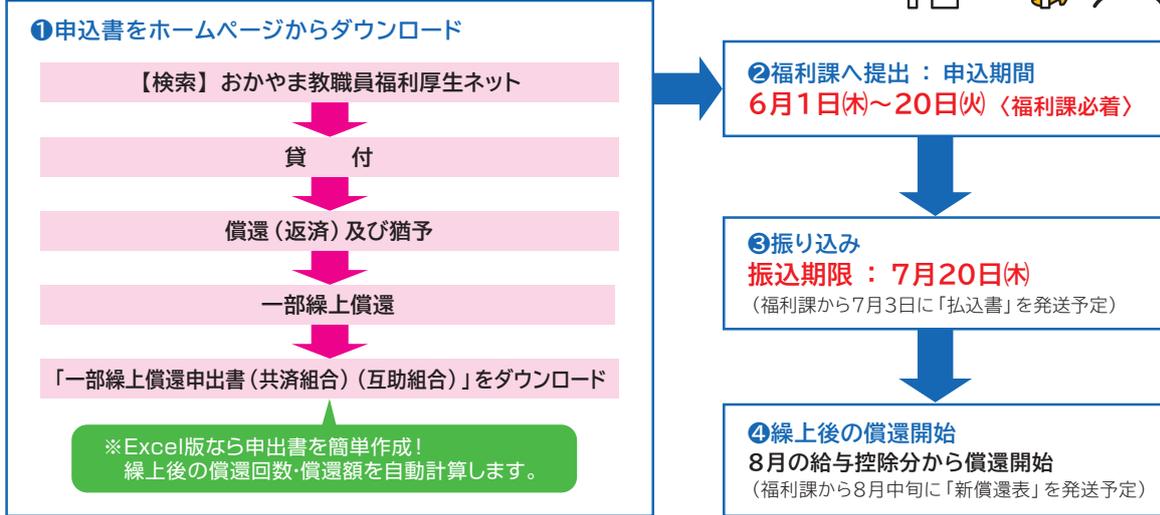
貸付金の一部繰上償還 〈年2回のみ(6月・12月)〉

貸付金の一部を繰り上げて償還し、今後の償還額や回数を変更することができます。
 ※償還回数を増やすことはできません。

繰上償還額 ▶ 毎月償還のみの場合：10万円以上1円単位
 ボーナス償還を併用されている場合：20万円以上1円単位



■手続き



<注意> 「住宅借入金額等特別控除制度」の適用を受けている場合
 一部繰上後の償還期間と既に償還している期間の合計が10年(120回)未満になると制度の適用を受けることができなくなります。

公立学校
 共済組合の
 掛金率

令和5年度の掛金率は次のとおりです。(単位：千分率)

区分	一般組合員		短期組合員	
	令和4年度末	令和5年4月～令和6年3月	令和4年度末	令和5年4月～令和6年3月
短期	48.01	48.01	48.01	48.01
介護	8.82	8.00	8.82	8.00
厚生年金	91.5	91.5	-※	-※
退職等年金	7.5	7.5	-	-

※短期組合員の厚生年金は、年金事務所の管轄となります。

●問い合わせ先／福利課共済経理・貸付班 ☎086-226-7608

編集後記

新年度がスタートしました。初めて広報誌「福利おかやま」を手にされている方も多いと思います。福利課では教職員の皆様の健康対策や福利厚生事業等を実施しており、福利おかやまでタイムリーな情報を年6回お手元にお届けしています。あわせて配付しております「福利のしおり」は福利厚生事業を項目ごとにまとめたものとな

っていますので、年間を通してご活用いただくようお願いいたします。HP「おかやま教職員福利厚生ネット」でも閲覧可能です。またHP内「マイページ」から各種様式のダウンロードや、事業の申し込み等ができます。スマホからも閲覧、利用が可能ですので、ぜひご活用ください。



岡山県教育庁福利課HP
 公立学校共済組合岡山支部HP
 (事務局)岡山県教育職員互助組合HP
 〒700-8570 岡山市北区内山下2丁目5番7号 丸の内会館2階
 編集発行 岡山県教育庁福利課・福利厚生班 ☎086-226-7603 / 健康管理班 ☎086-226-7604 / 年金班 ☎086-226-7605
 福利班 ☎086-226-7606 / 共済経理・貸付班 ☎086-226-7608 / 互助経理班 ☎086-226-7609 / 退職互助班 ☎086-226-7610
<https://www.pref.okayama.jp/soshiki/152/>
<https://www.okayamankurui.jp/>
<https://makabi.jp/>