

福利 おかやま

2023
3
No 590

第46回教職員美術展より「備前獅子」(工芸)

〈第四福田小学校 前田 舞〉

私と備前焼との出会いは二年前。第一子出産と共に人生初の専業主婦生活に突入。赤ちゃんと二人きりで毎日過ごす私を心配した義父が、通う陶芸教室に誘ってくれたのだ。しつとりと冷たくなめらかな粘土の感触、少しの力加減で作品が決まる緊張感に夢中になった。備前獅子は、育休の集大成として取り組んだ作品。結婚して初の家族旅行で訪れた沖縄のシーサーをモチーフにした。焼き上がりと同時に完成した我が家の顔として玄関で守り神の役を担っている。成本師匠、ご指導ありがとうございました。



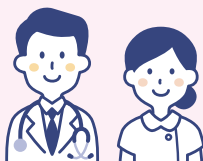
人事異動に伴い、共済組合・互助組合を異動する方の手続等について	2
令和5年度人間ドック事業について	3
人間ドック事業の制度変更について	3
退職後に加入する医療保険と年金制度	4
給付班からのご案内	6
・被扶養者の手続きをお忘れなく！ ・組合員証・被扶養者証は必ず返納を！	

シリーズ リレーエッセイ「冬の楽しみ」	7
ピュアリティまきびからのご案内	7
ウォーキングコンテスト2022 ～3か月コース結果報告～	8
シリーズ 健康相談紹介「教職員ストレス相談」	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)

各種助成事業の施設解除等について

(令和5年3月末をもって契約解除)

＜宿泊助成事業＞

・蒲郡荘 ・ルビノ京都堀川

＜リフレッシュ助成事業＞

・レスパール藤ヶ鳴(温泉)

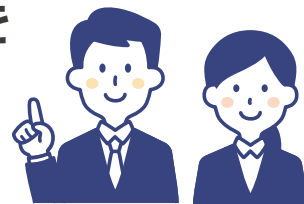
・農マル園芸【吉備路農園・あかいわ農園】(いちご狩り)

＜優待事業＞

・後楽ゴルフ倶楽部 ・ニッポンレンタカー



人事異動に伴い、**共済組合・互助組合**を 異動する方の手続等について

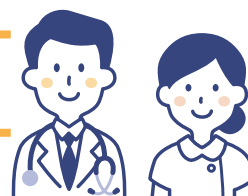


他都道府県の公立学校等へ異動した場合、共済組合・互助組合の各取扱は次のとおりですので、ご注意ください。

手続の詳細及びその他の異動事例については、令和4年11月に所属所長あてに通知している文書をご覧ください。
なお、HP「福利厚生ネット」→「通知文書一覧」にも掲載しております。

異動先	<例> 他都道府県の公立小・中学校・県立高等学校	<例> 岡山県知事部局 〇〇課	<例> 〇〇市教育委員会 〇〇課	<例> 派遣により 〇〇市教育委員会〇〇課	<例> 岡山大学教育学部附属 幼・小・中・特別支援学校	
共済・互助の取扱	共済組合・互助組合とも異動			共済組合は異動 互助組合は準会員として資格継続		
異動先の 共済組合 互助組合	公立学校共済組合の他支部 他都道府県の互助団体	地方職員共済組合岡山県支部 (-#)岡山県職員互助会	岡山県市町村職員共済組合 各市町村の互助団体	岡山県市町村職員共済組合 (-#)岡山県教育職員互助組合	文部科学省共済組合岡山大学支部 (-#)岡山県教育職員互助組合	
組合員証【共済】 福利課給付班 ☎086-226-7606	現在の組合員証は 異動先の支部へ返納	現在の組合員証は岡山支部(福利課)へ返納				
異動先で新しい組合員証が交付されます。						
年金【共済】 福利課年金班 ☎086-226-7605	一般組合員 → 一般組合員：「組合員転出届書」と「履歴書」を岡山支部(福利課)へ提出					
一般組合員 → 短期組合員：「年金改定請求書」と「履歴書」又は「退職届書」と「履歴書」を岡山支部(福利課)へ提出						
資格喪失【共済】 福利課給付班 ☎086-226-7606	短期組合員 → 一般・短期組合員：「短期組合員退職届書」を岡山支部(福利課)へ提出					
福祉保険制度 【共済】	継続 (異動先の支部で手続)	継続(※傷病休職給付金については退職日の属する月の末日で脱退) 手続き書類等については保険会社へ申請している住所へ送付されます。				
	【照会窓口】公立学校共済組合 福祉保険制度担当 ☎0120-778-599					
手続きの必要な方については、福利課からお知らせします。						
貸付 福利課共済経理・貸付班 ☎086-226-7608	共 済	異動先で引き続き給料控除により償還(手続不要)	徴収嘱託(現行のまま給料控除により償還)、借換又は一括償還	徴収嘱託(現行のまま給料控除により償還)	借換又は一括償還(団信加入者のみ口座振替可)	
		<組合員種別変更について> 短期組合員 → 一般組合員：退職手当から控除し、未償還元金が残る場合は借換又は一括償還(高額医療貸付、出産貸付は継続可) 一般組合員 → 短期組合員：一括償還(高額医療貸付、出産貸付は継続可)				
	互 助	一括償還	徴収嘱託(現行のまま給料控除により償還)又は一括償還	口座振替又は一括償還	現行の互助組合の準会員として資格継続 (現行同様に給料控除により償還)	
		<組合員種別変更について> 一般組合員 → 短期組合員：一括償還				
給料引きされている生命保険等【互助】 福利課互助経理班 ☎086-226-7609	異動先の互助団体へ給料引きの可否を確認する。 ↓ 確認後、会員本人から給料引きの可否について、 加入保険会社へ直接連絡する。(必須)			互助組合のみ準会員として資格継続		
積立預金【互助】 福利課互助経理班 ☎086-226-7609	手続不要(自動解約となり口座へ払戻し)					
退職互助【互助】 福利課退職互助班 ☎086-226-7610	次の①又は②のいずれかの書類を福利課へ提出 ○退職互助への復帰を希望する場合 → ①「会員期間通算申出書」を福利課へ提出 ○退職互助への復帰を希望しない場合 → ②「脱退一時金請求書」を福利課へ提出					
退会金【互助】 福利課給付班 ☎086-226-7606	H18.4.1制度廃止のため H18.3.31までの会員期間がある方のみ対象 期間年数に応じて給付「退会金請求書」→福利課へ提出					

令和5年度人間ドック事業について



■対象者と自己負担額

種 別	対象者（任意継続組合員は対象外です）	自己負担額	実施期間
日帰りドック	年齢指定 次の年齢の公立学校共済組合員 35歳（S63.4.2～H1.4.1に生まれた者） 40歳（S58.4.2～S59.4.1に生まれた者） 43歳（S55.4.2～S56.4.1に生まれた者） 45歳（S53.4.2～S54.4.1に生まれた者） 48歳（S50.4.2～S51.4.1に生まれた者） 50歳（S48.4.2～S49.4.1に生まれた者） 52歳～60歳（S38.4.2～S47.4.1に生まれた者）	7,000円 マンモグラフィ・乳腺エコー 受診の場合 8,000円	令和5年 6月 ～ 令和5年 12月28日
	一般 30歳以上（H6.4.1以前に生まれた者）の 岡山県教育職員互助組合の会員で 年齢指定対象者以外の者	10,000円 マンモグラフィ・乳腺エコー 受診の場合 11,000円	
脳ドック	40歳以上（S59.4.1以前に生まれた者）の 公立学校共済組合員	23,000円 マンモグラフィ・乳腺エコー 受診の場合 24,000円	

※申込みされた方全員を受診決定する予定です。なお、配偶者ドックについては、例年6月中旬に通知等を行いますので、そちらを参照ください。

■申込期間／令和5年4月1日(土)～5月12日(金) <期限厳守>

■申込方法／インターネット…検索「おかやま教職員福利厚生ネット」→「組合員専用マイページ」にログイン後、手順に従い申し込んでください。原則マイページによる申込みとします。

※詳細については、所属所あて文書、または「おかやま教職員福利厚生ネット」の「組合員専用マイページ」でご確認ください。

※事業の確定は予算決議後となります。

〈お知らせ〉人間ドック事業の制度変更について（令和6年度～）

当支部では、組合員の健康の維持増進を目的に、毎年度人間ドック事業を実施しているところですが、近年の検査費用の上昇や共済制度適用拡大に伴う組合員の大幅な増加等により、今後現行制度での事業継続が財政的に困難であるため、今年度、関係者に御意見等をいただきながら持続可能な事業内容の検討を行った結果、次のとおり見直しを図ることとしましたので、御理解のほどよろしくお願い申し上げます。

なお、詳細な見直し内容については、令和5年度の実施状況を踏まえ、決定する予定であり、改めてお知らせします。

1. 見直しの概要

(1) 受診者自己負担の増額

種 別	検診平均単価	自己負担額（現行）	見直し後
日帰りドック	約45,000円	7,000円	13,000円～15,000円
		10,000円	16,000円～18,000円
脳ドック	約70,000円	23,000円	33,000円～40,000円
配偶者ドック	約45,000円	20,000円	30,000円～37,000円

(2) 若年層の健康意識の醸成に向け、年齢指定の拡充等を検討

2. 制度変更の時期

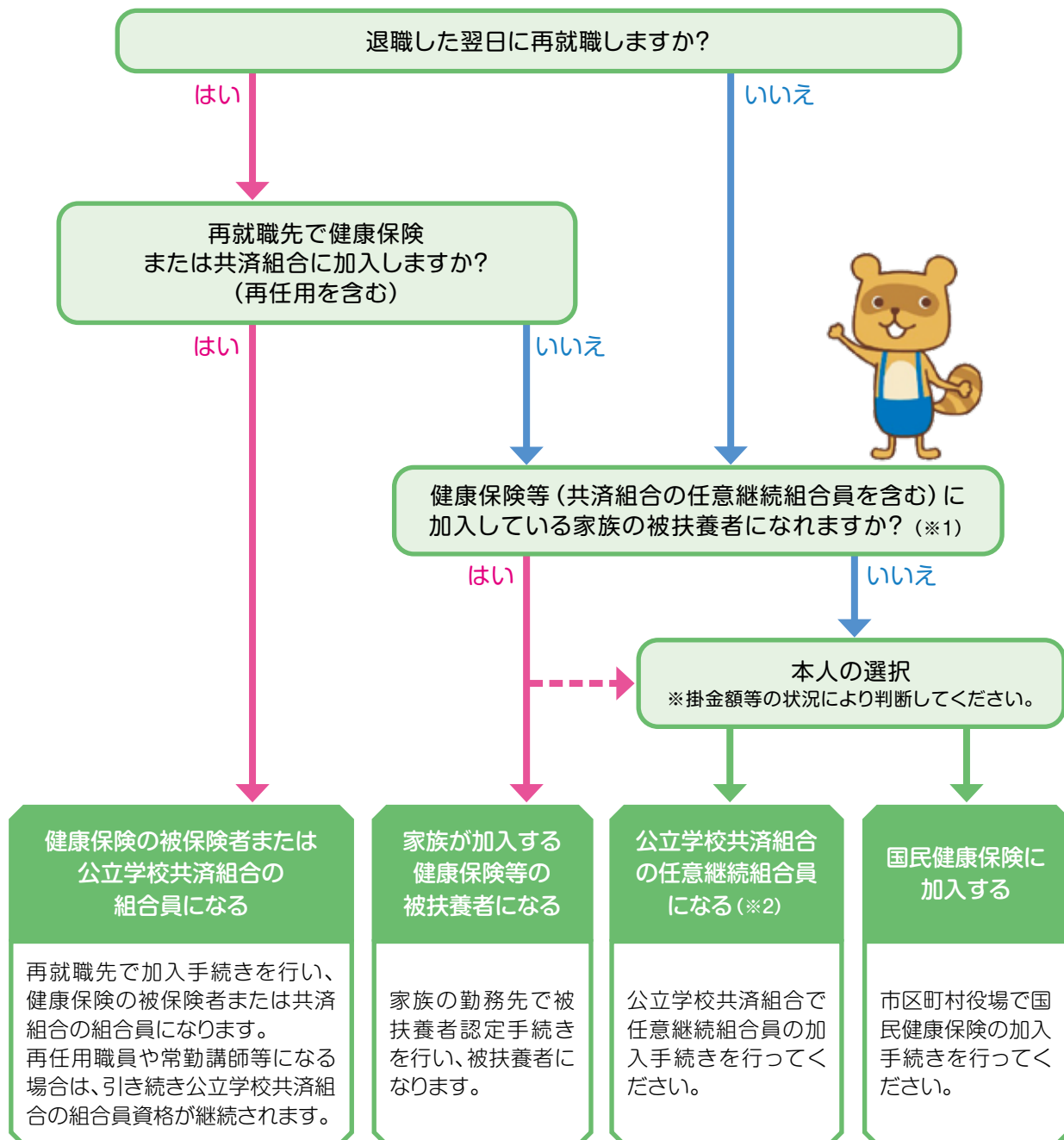
令和6年度事業から適用

退職後はどの医療保険制度に加入したらいいの？



公立学校共済組合の資格は退職によって喪失することとなりますが、退職後も必ずいずれかの医療保険制度へ加入する必要があります。

再就職の有無・家族の医療保険制度加入状況・掛金の額や給付内容等を考慮して、退職後にどの健康保険制度に加入するか検討し、各自で手続きを行ってください。



（※1）被扶養者の認定要件は、ご家族のお勤め先・加入している健康保険組合等へお問い合わせください。

（※2）共済組合の任意継続組合員制度は、退職日の前日まで引き続き1年以上の組合員期間（令和4年10月1日に短期組合員になられた方は、引き続き健康保険の被保険者であった期間も含めます。）がある方が、引き続き共済組合の短期給付（医療保険制度）を受けることを希望するとき、任意継続組合員として2年間、現職中とほぼ同様の給付を受けることができる制度です。

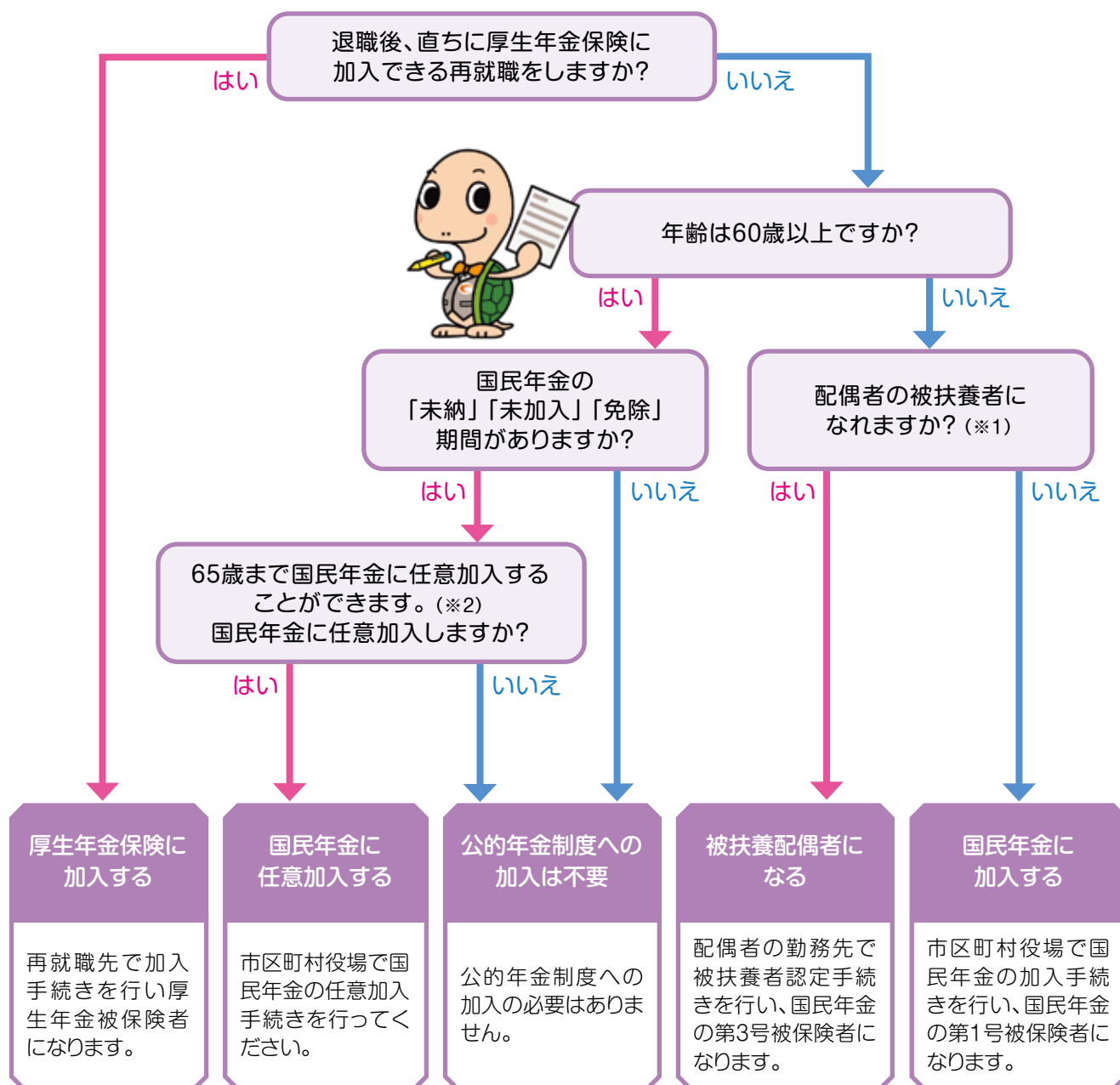
〈例〉R4.4.1就職、R5.3.31退職の場合⇒退職日の前日がR5.3.30の為、1年以上を満たさず加入できません。

退職後はどの公的年金制度に加入したらいいの？



20歳以上60歳未満の退職者は、退職後も必ず公的年金制度に加入する必要があります。60歳以上の退職者で、再就職しない方や再就職しても厚生年金保険に加入しない方は、公的年金制度に加入する必要はありません。なお、国民年金保険料の未納期間がある方は、65歳になるまで国民年金に任意加入することができます。

退職後、どの公的年金制度に加入することになるか確認し、手続きを行ってください。



※1 配偶者が任意継続組合員で、その任意継続組合員の被扶養配偶者となる場合は、「いいえ」になります。任意継続組合員制度は医療保険制度についてのものであり、年金制度は含まれていません。

※2 国民年金保険料の未納期間等がある場合は、60歳以上65歳未満までの間、納付済月数が480月まで国民年金に任意加入することができます。任意加入し、保険料を納めることで、65歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができます。

被扶養者の手続きをお忘れなく！

3月・4月は何かと慌ただしい季節です。被扶養者の状況が変わり、認定・取消に該当したときや、住所が変わったときは速やかに手続きを行ってください。

チェックポイント

- ・退職した…認定要件の「所得」には、傷病手当金や雇用保険の基本手当、個人年金等も含まれます。
- ・就職した…健康保険に加入したときは、収入額や扶養手当の有無にかかわらず取消となります。
- ・転居した…転居等で住所が変わる（別居から同居への変更含む）場合は、住所変更の届出が必要です。

<被扶養者の所得限度額>

区 分	年 額	月 額	日 額
60歳以上の公的年金受給者 障害事由の公的年金受給者	180万円未満 ※	150,000円未満	5,000円未満
上記以外の者	130万円未満	108,334円未満	3,612円未満

※令和5年4月から被扶養者の所得限度額の区分が変わります

所得の年額が180万円未満である場合に認定できる者の範囲が拡大されます。

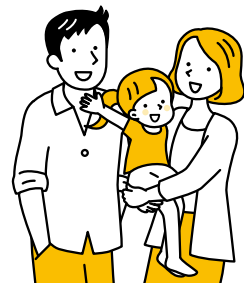
3月まで

- ①60歳以上の公的年金受給者 ②障害事由の公的年金受給者

4月から

- ①60歳以上の者 ②障害事由の公的年金受給要件に該当する程度の障害がある者

詳細については所属所あて通知しますので、ご確認ください。



組合員証・被扶養者証は必ず返納を！

組合員や被扶養者が資格を喪失した場合は、所属所へ組合員証・被扶養者証等を返納してください。

- ・組合員が退職した（退職の翌日から現在の組合員証等は使用できなくなります）
- ・被扶養者の取消手続きをする（取消の被扶養者申告書と一緒に提出してください）
- ・後期高齢者医療の被保険者になった（被扶養者の場合は証返却のみ、取消の被扶養者申告書は不要）

組合員の退職後の再就職等に際し、公立学校共済組合岡山支部内での異動となる次の場合には組合員証等を返納せずにそのままお持ちください。



- ◆定年退職後、引き続き再任用職員等となる
- ◆勤務時間数に変更になり、一般組合員から短期組合員（またはその逆）となる
- ◆給与支給機関が変更になる（県→市町村、市町村→別の市町村など）

※組合員番号が変更になる場合は、福利課から新しい組合員証等を送付しますので、新しい組合員証等が届きましたら、古い組合員証等を返納してください。

RELAY ESSAY
リレー
エッセイ
第119回
RELAY ESSAY

「冬の楽しみ」

岡山市立横井小学校／湊 有加



冬になるとスノーボードに行っています。

初めて行ったのは、2016年。立つのがやっとで転げまくり(正確には転がりまくりが正しいかも)、次の日は全身が痛かったです。その翌年もあまり変わらず、ターンができるか!?!できないか!?!という感じでした。その後は、しばらく行っていなかったのですが、ここ3年ほどは毎年行っています。

今シーズンも12月に初滑りに行ってきました。1年ぶりということもあり、最初は体が思うように動かず、おろ



おろしながらスタートしました。

私はリフトを降りるのがとても苦手…。毎回必ず誰かに支えてもらいながら降りていましたが、繰り返すうちに、一人で

降りられるようになり、自分の成長を感じました。

しかし、リフトで登った後が本番。次は滑って降りなければなりません。昨年も同じ友人と行ったのですが、上手なので、スピードに追いつけず、いつも途中で待っていてくれます。ようやく追いついたと思ったら「はい!!行きましょう!!」と言われ、いつも「スパルタなんだよなあ…」と心の中で思っています。今年はそれに加え、転げた私を見て「向上心!!!」と叫んでいました。

何回か滑っているうちに、「置いていかれるくらいなら、先に滑っておこう」と思い、滑り始めるのですが、結局途中で抜け、颯爽と滑って行ってしまいます。「私があんな風に滑られるようになるのはいつなんだろう…」ということも思っていたのですが、今年は連続でターンすることができたり、速いスピードで滑ったりすることができました。

いつかは友人のようにかっこよく滑られるように、これからも怪我なくスノーボードを楽しみたいと思います。

▶▶▶ 次は、岡山県立勝間田高等学校・松本理史さんです。

組合員様
イベント補助で
半額に!!

春の彩爛漫

オードブル
5,000円のところ
組合員価格で
2,500円

約3人前 容器サイズ:直径33cm



3月

※4月も継続して販売予定です。

※令和5年度の補助事業によっては、
金額が変わる可能性があります。

週末金・土・日・祝日限定

テイクアウト

家族でワイワイ

ちらし寿司
3,000円のところ
組合員価格で
1,500円

約3人前 容器サイズ:直径25cm



歓送
迎会

お祝い

お花見

「新たな出会いと旅立ちの春」
大切な方との思い出作りに
まきびの味をお楽しみ下さい。



今シーズン最後の販売!!

ズワイガニ1杯
5,000円のところ
組合員価格で
2,500円

カナダ産 約420g
●単品でのご注文は受付けておりません。
●他の商品とセットでご注文下さい

数量
限定
なくなり次第
終了となります

●写真はイメージです。●商品は全て税込価格となっております。

ご予約
方法等

- ご予約は2日前の午前中までにウェブサイトよりご注文ください(完全予約制)
- お渡しは当館フロントでさせていただきます(お渡し時間11:00~19:00)
- お支払いは現金でお願いいたします
- 各種利用券(弘済会・メモリアル利用券)ご利用いただけます
- 配達はありませんので予めご了承ください

WEBで
ご予約・
お問合せ

ピュアリティまきび

検索

まきびウェブサイトからお申込みの場合
「テイクアウトお申込みフォーム」からお申込み下さい

安心と信頼
ピュアリティまきび

TEL.086-232-0511

FAX.086-224-2995 <https://makibi.jp>
〒700-0907 岡山県岡山市北区下石井2-6-41

ウォーキングコンテスト2022～3か月コース結果報告～

<エントリー数> 644人 (55組)
 ・賞品型: 434人 (39組) ・寄贈型: 210人 (16組)

<参加者の1日平均歩数>
 ・賞品型: 8,904歩 ・寄贈型: 8,830歩

<参加者の3か月平均歩数>
 ・賞品型: 819,142歩 ・寄贈型: 812,364歩

<参考>

「健康日本21」の第2次の目標 (R4まで)
 20～64歳の平均1日歩数
 男: 9,000歩 女: 8,500歩

※結果未提出の所属、結果歩数0歩で提出の方は集計結果に含めていません。



賞品型

■ チーム (1人あたりの平均歩数/3月)

- ・1位: 倉敷商業高等学校2 1,849,411歩
- ・2位: 八浜小学校1 1,258,585歩
- ・3位: 勝間田高等学校 1,174,435歩

■ 個人 (3か月の合計歩数) ※表彰はなし

- ・1位: つくぷるこ 3,609,188歩
- ・2位: とし 3,562,644歩
- ・3位: hana 2,057,324歩

寄贈型

※1か月・3か月の参加チーム総歩数: 265,650,724歩、図書寄贈額: 265,650円 (10,000歩/10円)

■ チーム (1人あたりの平均歩数/3月) ※表彰はなし

- ・1位: 第一福田小学校2 1,356,182歩
- ・2位: 中島小学校 1,084,921歩
- ・3位: 高校教育課 1,048,354歩

■ 個人 (3か月の合計歩数) ※表彰はなし

- ・1位: マイケル 2,300,000歩
- ・2位: クマコ 2,009,826歩
- ・3位: グッチ 1,881,735歩

寄贈図書のブックリストは、「おかやま教職員福利厚生ネット」→「健康管理」→「ウォーキングコンテスト」で紹介しています。

●問い合わせ先/福利課健康管理班 ☎086-226-7604

<健康相談紹介シリーズ> ④ ～教職員ストレス相談～

私たちは、日常生活や職場の中で日々ストレスにさらされています。適度なストレスはやる気を生みますが、過度なストレスを我慢しながら頑張り続けると、燃え尽き状態になるなど、治療が必要になる場合があります。

「眠れない」、「食欲がわかない」、「イライラする」、「仕事でミスが増えた」、「怒りっぽくなった」などは、不調のサインかもしれません。

「教職員ストレス相談」では、日常生活や職場のストレスについて、精神科医による悩み相談が受けられます。(年度内1回無料で利用可)
 不調のサインに気づいたら、「教職員ストレス相談」をご利用ください。



<利用方法>

- 相談先は県内16箇所の医療機関から選ぶことができます。ご希望の医療機関に直接電話し、「公立学校共済組合の教職員ストレス相談の利用です」と伝えて予約をしてください。
 (医療機関一覧は「おかやま教職員福利厚生ネット」等でご覧になれます)
- 当日は、組合員資格の確認のため組合員証を持参してください。
相談料は無料ですが、医師の判断により治療や処方が必要な場合などは、保険診療扱い(要実費)となります。

プライバシーは
厳守されます!

編集後記

つい先日新年の挨拶をしたつもりでしたが、あっという間に年度末となりました。年々あっという間が短くなっている気がします。そう感じるのは私だけ? ちなみに、退職や転勤に伴い個人的に挨拶に来られることも多いこの季節、花粉症で常に目が潤んで鼻声になっている私(福利課の誰でしょう?)ですが、近年、本当にウルウルする事が多くなってしまいました。まさか!これも加齢に伴うものなのでは...と思う今日この頃です。さてさて、今号ではウォーキングコンテストの結果を掲載しています。1か

月コースを含め参加者の皆様お疲れ様でした。今年度新たに設けた寄贈型コースでは計555名のご参加をいただき、皆様の気力と体力と協力の結果、岡山県立図書館に26万5千円分の図書を寄贈することができました。健康の保持増進や職場のコミュニケーションの促進等のため来年度も是非ご参加をよろしくお願いいたします。それでは、最後になりましたが更に良い誌面となるよう工夫や改善を行って参りますので、来年度もご愛読の程よろしくお願いいたします。