

福利 おかやま

2022
6
No 586



第46回教職員美術展より「梅雨明け、朝」(洋画)
〈岡山支援学校 村下友紀〉
蝉の声が聞こえはじめた
久しぶりの清々しい日

特定健康診査・特定保健指導	2	イベント・セミナーのご案内	8
【シリーズ】健康管理班だより「ストレスチェックのすすめ」	3	・カップリングパーティー	岡山県教職員美術展
健康づくりセミナーのご案内	4	・ライフプランセミナー	介護講座
ウォーキングコンテスト2022を実施します	4	・子育て応援セミナー	
【シリーズ】健康相談紹介「～悩める教職員のために～教職員より相談」	5	文化チケット事業のご案内	9
簡易健康チェック	5	iDeCo (イデコ) について	9
職場の健康づくり研修会支援事業	5	児童手当について	10
年金の受給開始年齢が選択できること…知っていますか?	6	【シリーズ】リレーエッセイ「父と野球と私」	11
給付班からのご案内	7	ピュアリティまきびからのご案内	11
・被扶養者の資格確認を実施します	・災害にあったときは…	積立預金をしよう!!	12
・「限度額適用認定証」をご存じですか?		「お知らせメール配信サービス」を使おう!	12
		元気回復助成事業はいかがですか?	12

お
知
ら
せ

健康づくりセミナーのご案内

「こころ」と「からだ」を
テーマとしたセミナーを
開催します。お気軽に
ご参加ください。

詳しくはP4をご覧ください。



40歳以上75歳未満のみなさま

特定健康診査・特定保健指導は
被扶養者の方も無料です。
この機会にぜひ受診
しましょう。

詳しくはP2をご覧ください。



☆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)

＼ 40歳以上75歳未満のみなさま /

特定健康診査 特定保健指導 を積極的に受けましょう

糖尿病・脳卒中・心筋梗塞の生活習慣病の有病者・予備群は増加しており、それを原因とする死亡は、全体の約3分の1にものぼると推測されています。



通常受診の場合、

- ・特定健康診査 約8,000円
 - ・特定保健指導 約8,000～25,000円
- のところ、どちらも**無料**で受けられます！

① まずは… 特定健康診査

メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病を中心とした疾病を予防するために行う健診です。

● 組合員の方へ（任意継続組合員を除く）

定期健康診断または人間ドックを受診することで特定健康診査を受けたものとみなします。

● 被扶養者及び任意継続組合員とその被扶養者の方へ

6月下旬頃組合員の住所あてに、契約医療機関で検査を受けられる受診券を送付します。（4月2日以降被扶養者認定された方で、受診券が必要な場合は健康管理班までご連絡ください）

検査項目…身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査、問診等



この中に受診券が入っています。

② 特定健康診査 受診後… 特定保健指導

特定健康診査や定期健康診断・人間ドックの結果から、生活習慣病を発症するリスクを持っている方に対して、保健師や管理栄養士等の専門家が生活習慣改善をサポートするものです。



<動機付け支援または積極的支援>

6か月または3か月以上

専門家の支援のもとに目標や行動計画を立てます。

各自で生活習慣の改善を行います。積極的支援の場合は3か月以上の継続的サポートがあります。

改善されているか確認します。

● 組合員の方へ（任意継続組合員を除く）

人間ドック受診当日（医療機関により実施不可あり）、所属所訪問型、契約医療機関（ご自宅に利用券を送付）のいずれかの方法で保健指導を受けられます。対象者には随時案内を送付します。

● 被扶養者及び任意継続組合員とその被扶養者の方へ

契約医療機関（組合員の住所あてに利用券を送付）で保健指導を受けられます。対象者には随時案内を送付します。

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

ストレスチェックのすすめ

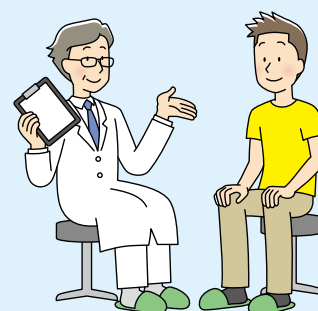
ストレスチェックとは？

ストレスに関する質問票（選択回答）に労働者が記入し、それを集計・分析することで、自分のストレスがどのような状態にあるのかを調べる簡単な検査です。労働安全衛生法により、労働者が50人以上いる事業所では毎年1回、この検査を全ての労働者に対して実施することが義務付けられています。

※教職員数50人未満の学校においては努力義務とされていますが、学校の規模に関わらず全ての学校において適切に実施されるよう求められています。

何のために実施するの？

ストレスチェック制度は「うつ」などのメンタルヘルス不調を未然に防止するための仕組みです。自分のストレスの状態を知ること、ストレスをためすぎないように対処することができます。ストレスが高い状態の場合は、医師による面接指導（高ストレス者面接）を受けることにより、仕事によるストレスの軽減につなげることができます。ストレスチェックの集団分析（職場単位での分析）を職場環境の改善に活用することも可能です。



ストレスチェックQ&A

Q. 職場でストレスチェックをしていない場合、代わりに実施できるものはありますか？

A. **こころの耳 5分でできる職場のストレスチェック**

→ 57問の質問から職場におけるストレスレベルを測定します。
結果はグラフ化され、保存・印刷もできます。

URL: <https://kokoro.mhlw.go.jp/check/>

※チェックはパソコンや携帯・スマホから、簡単にできます。



〈参考〉ストレスチェック制度導入マニュアル（厚生労働省）、学校における労働安全衛生管理体制の整備のために（文部科学省）

小寺先生からアドバイス

～「あなたのストレスプロフィール」（ストレスチェック結果表）に「高ストレス」の判定があったら～

ストレスチェック調査票は次の3つの領域に関する項目からできています。

- ①仕事のストレス要因（ストレスの原因と考えられる要因）
- ②心身のストレス反応（ストレスによっておこる心身の反応）
- ③ストレス反応に影響を与える他の因子（周囲からのサポート）

ポイントは「ストレスの原因と考えられる要因」と「ストレスによっておこる心身の反応」とが区別されていることです。

この調査票により高ストレスと判定されるのは「『心身のストレス反応』の点数が高い」場合か、あるいは「『心身のストレス反応』の点数が一定以上であってかつ『仕事のストレス要因』および『ストレス反応に影響を与える他の因子』の点数の合計が著しく高い」場合です。注意すべきことは『心身のストレス反応』の点数が高くても『仕事のストレスの要因』の点数が低ければ、『家庭生活上のストレス要因』など仕事以外の『ストレスの要因』を考える必要があるということです。

高ストレスと判定されたらどうするか。「『仕事のストレス要因』の点数が著しく高い」場合には、まず上司や同僚に相談することをお勧めします。その他、「医師による高ストレス者面接」の利用や職場の産業医に相談することも考えられます。心身の健康状態によっては医療機関受診が必要です。それぞれの職場での相談・面接の利用環境や自身の健康状態なども考えて判断して下さい。

健康づくりセミナーのご案内

生活習慣の改善による生活習慣病予防、ストレスに対するマネジメント、更年期障害に関心のある方におすすめです！

令和4年度は開催予定としておりますが、新型コロナウイルスの感染状況によっては中止になることもありますので、ご了承ください。

①「食事と運動」セミナー（生活習慣改善）

日常生活の食事・運動・休養について、すぐに取り入れられる内容を学ぼう！

②「ストレス」セミナー（セルフケア）

ココロを軽くするストレスマネジメントについて

各セミナー同日開催（岡山会場は2回開催、オンラインでも実施します！）

■日時・会場

- 岡山市（コンベックス岡山予定）
8月2日（火）・8月6日（土）（両日とも10:00～14:00）
- 津山市（グリーンヒルズリージョンセンター予定）
8月28日（日）10:00～14:00

■オンライン視聴期間／8月1日（月）～31日（水）

※視聴方法等の詳細は後日、所属への案内でお知らせしますので、ご確認ください。



③ 更年期セミナー

■日程／8月5日（金）・8月19日（金）
14:00～16:15（開場13:30）

■場所／倉敷成人病健診センター

■自己負担額／500円（血液検査料）

■定員／各30～50名

◎各セミナーの詳細については、6月頃ご案内いたします。



<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」→「マイページ」→「健康づくりセミナー」から申込み
- 郵送またはFAX…各所属所へ通知した申込書による

リニューアル

ウォーキングコンテスト2022を実施します

◎あなたの1歩が教育環境の充実につながります！

内 容

原則、所属所単位（3人以上）で1チームを編成し、期間内の歩数を歩数計で計測し、終了後に報告する。

期間・コース

- ①1か月（賞品コースor寄贈コース）：2022年10月1日～31日
- ②3か月（賞品コースor寄贈コース）：2022年10月1日～12月31日

表 彰 等

- 今年度より、コース別に表彰等の方法が2種類になります。
- ・チーム上位3位まで表彰し、上位3位+飛賞のチームへ賞品を贈呈
- ・参加者全員の歩数に応じて共済組合が県立図書館へ図書を送贈 → **NEW!**
(10,000歩/10円・上限30万円)

結果発表

「福利おかやま」及び「おかやま教職員福利厚生ネット」上で発表します。

申込方法

メール：申込書（Excelファイル）を福利課健康管理班のアドレスへ送信
郵便・FAX：申込書は各所属への通知文書や、「おかやま教職員福利厚生ネット」→「通知文書一覧」→「ウォーキングコンテスト2022の実施について」から印刷できます。

そ の 他

参加者のうち希望者には歩数計を送付いたします。（希望者多数の場合は抽選とします）

締切
7月20日（水）
福利課必着

- ★血液の循環がよくなることで高血圧・高脂血症・動脈硬化の予防に！
- ★適度な運動でストレス解消に！ ★職場のコミュニケーションの促進に！



< 健康相談紹介シリーズ > ② ～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！



- 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、通知文をご覧ください)

簡易健康チェック

気軽に簡単に、ストレスチェック等ができます！ご自身や家族の健康状態を把握し、健康管理に役立てましょう。

◆ストレスチェック「こころの体温計」

金魚鉢の様子でこころの状態をわかりやすく教えてくれます。ストレスにより黒猫が迫ってきたり水が濁ったりします。



◆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」

- ①生活習慣からメタボ度が簡単にチェックできます。
- ②活動量(運動量)が5問の問診で簡単にチェックできます。
- ③引き算ダイエットで毎日の食事量のコントロールをお手伝い。

▶ **チェック方法**：パソコン及び携帯、スマホから、こちらへアクセス！

→ <http://fishbowlindex.jp/psokayama/>

(おかやま教職員福利厚生ネット・教育庁福利課健康管理班HPからもリンクしています)

- ・ 福利厚生ネット「こんなときはどうする」→ 簡易健康チェック
- ・ 健康管理班HP → ところ「ストレスチェック」→ 簡易健康チェック

※これは自己診断をするもので、医学的診断をするものではありません。



職場の健康づくり研修会支援事業

健康づくりのための研修会に講師を無料で派遣します。希望する研修内容に合わせて講師を派遣しますので、お気軽にお問い合わせください。

例えばこんな研修にご利用いただけます。

- ・ 腰痛予防体操やストレッチ方法、ヨガなど
- ・ メンタルヘルスの基礎知識やリラクゼーション法
- ・ コミュニケーションスキルアップの演習



- ▶ **対象**／各所属所や組合員で構成される団体・グループが実施する健康づくりのための研修会
- ▶ **費用**／無料(1回につき4万円を上限に講師派遣費用を共済組合が負担)
- ▶ **実施期間**／令和4年5月1日～令和5年2月28日
- ▶ **申請方法**／研修実施2か月前までに申請書を提出してください。

年金の受給開始年齢が選択できること…知っていますか？



年度末に定年退職するけど、
年金の受け取りは65歳からだよね？
他にも選べるのかな？

(例)
生年月日：昭和37年4月2日
年金の加入期間が公務員の
共済組合員期間のみ(37年(444月))

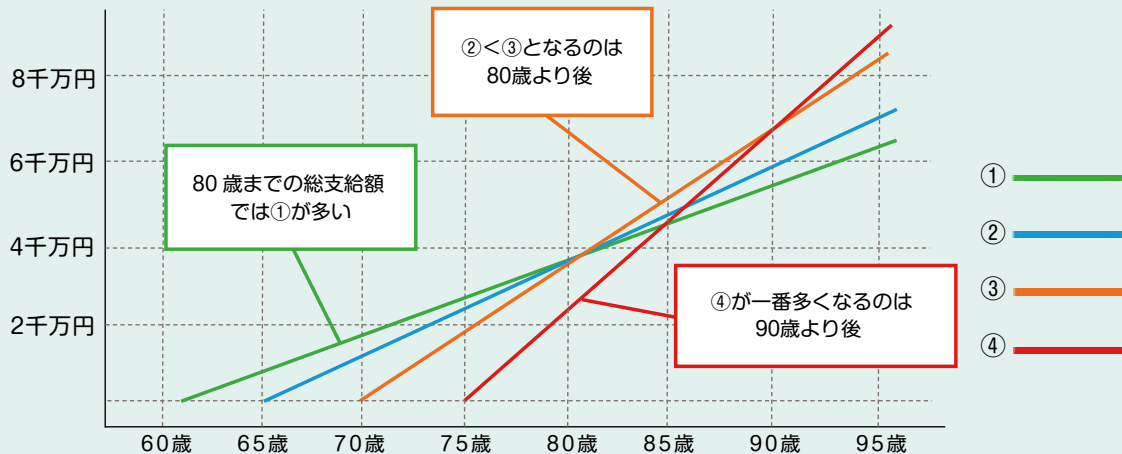
60歳以上であれば、
支給開始年齢に到達する前でも
本人の申出により
年金を受給することができます！



【1年間及び1ヵ月の受給額】

	① 61歳から 繰上げしたら	② 65歳から (通常)	③ 70歳まで 繰下げしたら	④ 75歳まで 繰下げしたら
1年間の受給額	約186.9万円	約231.3万円	約328.5万円	約425.6万円
1ヵ月の受給額	約15.5万円	約19.2万円	約27.3万円	約35.4万円

【総支給額の推移】



※上記の額は一例です。受給額は人によって異なります。
必ずグラフと同じように推移するわけではありませんので、ご注意ください。

【繰上げ・繰下げ受給の年金額算定の基準(主な注意点)】

- 繰り上げた場合、月数1月当たり0.4%が生涯減額されます。
(昭和37年4月1日以前に生まれた方は、0.5%の減額率です。)
- 繰り下げた場合、月数1月当たり0.7%が生涯増額されます。

など、詳しくは福利課年金班までお問い合わせください。

●問い合わせ先／福利課年金班 ☎086-226-7605

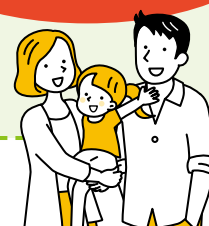
●被扶養者の資格確認を実施します

被扶養者の認定取消は、組合員からの申告に基づいて行うものですが、遡及取消による多額の医療費返納などを防止するため、共済組合では毎年「被扶養者の資格確認」を行っています。

ケースごとの確認事項及び添付書類など詳細は所属所長あてにお知らせしますので、提出の遅れがないよう早めの準備をお願いします。

対象者

7月1日現在、認定されている
公立学校共済組合の
被扶養者



<遡及取消の多い事例>

◎健康保険に加入 → 健康保険証等の交付の有無により確認します。

・扶養手当受給該当者でも、就職し健康保険等の被保険者となっている場合は取消となる。

◎収入超過 → 所得証明書（令和3年度分）を始めとする収入確認書類により確認します。

・採用時の雇用条件で、当初から所得限度額を超える収入が見込まれていた。

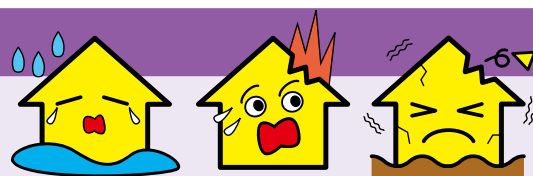
・パートやアルバイトの収入月額が所得限度額を超えていた。

・年金の額が所得限度額を超えていた。（最新の改定通知書などでご確認を！）

※収入確認書類（年金・雇用証明等）の取得には時間を要す場合がありますのでご注意ください。

●災害にあったときは…（災害見舞金）

損害の程度により災害見舞金が給付されます。
まず、早急に給付班へ連絡を！



<対象となる目安>

地震・台風・水害・火災などの非常災害により住宅または家財の1/5以上が損害を受けたとき
（水害の場合、床上浸水であれば該当します）

◇給付の詳細については、ホームページ「おかやま教職員福利厚生ネット」も併せてご覧ください。
（ご利用ガイド）→（各種給付）→（非常災害により組合員や家族の住居、家財に損害を生じたとき）

●医療費が高額になられる方、「限度額適用認定証」をご存じですか？

入院や外来診療を受けた際、医療機関の窓口での支払額が高額療養費に該当するような支払が生じるときは、組合員証または被扶養者証（保険証）と一緒に「限度額適用認定証」を医療機関の窓口へ提示することにより、窓口での一時的な負担額を軽減することができます。

限度額適用認定証は、所属所を通じて共済組合へ「限度額適用認定申請書」にて申請することにより交付しますので、ご希望の方は、事前に準備し、有効に利用してみたいでしょうか。

◇制度や申請書の様式については、ホームページ「おかやま教職員福利厚生ネット」をご覧ください。
（ご利用ガイド）→（各種給付）→（病気・ケガをした）→（医療費が高額なとき）

なお、マイナンバーカードを保険証として利用した場合、限度額適用認定証がなくても、オンライン資格確認により適用区分が確認できるため、限度額適用認定証を提示した場合と同様に、窓口での負担が軽減されます。

※マイナンバーカードの保険証利用には事前登録が必要です。詳細は「マイナポータル」でご確認ください。

※マイナンバーカードを保険証として利用できる医療機関等については、厚生労働省のホームページに一覧が掲載されています。



◇新型コロナウイルス感染拡大の防止策を十分に講じた上で開催します。

なお、開催時期の感染状況によっては、開催を延期又は中止等とする場合があります。

◇各事業の詳細については、決定次第、各所属へ通知します。



第47回 岡山県教職員美術展〈作品募集〉

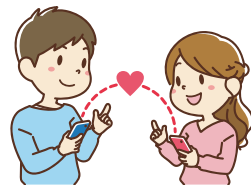
岡山県下の教職員等の創作技術の向上と健全な趣味の助長を図るとともに、県民文化の振興に資するため、美術展を開催します。



- 参加資格／(-財)岡山県教育職員互助組合の会員・準会員・退職互助特別会員、岡山市内の公立学校に勤務する教職員(非常勤講師を含む)、招待者
- 募集部門／洋画、日本画、版画、彫刻、写真、書道、工芸(出品数は各部門ごとに1人2点以内)
- 審査／出品作品の審査は行わない。
- 出品料／無料(出品者には図録1冊贈呈)

カップリングパーティー

現在の晩婚化等の社会状況を鑑み、独身男女の会員等に出会いの場を提供します。



- 対象者／知事部局職員、警察職員及び教職員の独身男女並びに一般参加者(会員の紹介に限る)
- 開催時期／7月下旬(予定)
- 開催場所／ピュアリティまきび

受講
無料

ライフプランセミナー

20～40歳代、50歳代以上の組合員(会員)に向けた、経済生活設計・資産運用、退職準備の講義を行います。



- 対象者／対象年代の組合員(会員)とその配偶者
- 開催形式／集合形式、動画視聴形式
- 開催時期／[集合形式] 7月下旬～8月上旬頃(予定)
[動画視聴形式] 8月～2月頃(予定)
- 開催場所／[集合形式] ピュアリティまきび 津山市総合福祉会館

受講
無料

介護講座

在宅介護によって生じる様々な困難や問題をより良く理解し、家庭での介護に役立つ知識や技術等を修得するための講座を行います。



- 対象者／会員及びその家族(中学生以上)
- 開催形式／集合形式、動画視聴形式
- 開催時期／[集合形式] 7月下旬～8月上旬頃(予定)
[動画視聴形式] 8月～2月頃(予定)
- 開催場所／[集合形式] おかやま西川原プラザ 玉島市民交流センター

受講
無料

子育て応援セミナー

子育てのストレスや、復帰への不安の緩和を目的に、ヨガや座談会を行います。



- 対象者／育児休業取得中及び育児休業から復帰した会員
- 開催時期／7月下旬～8月頃(予定)
- 開催場所／岡山市、倉敷市、津山市、高梁市(会場未定)

●●● 文化チケット事業のご案内 ●●●

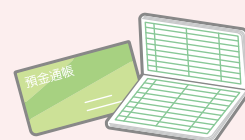
	事業名	開催場所	開催日時	自己負担／枚 ()は一般価格	締切日
公演	岡山フィルハーモニック管弦楽団 第73回定期演奏会	岡山シンフォニーホール	7/24(日)	3,080円 (5,500円)	6/12
	コロッセコンサート	岡山市民会館	7/30(土)	4,480円 (6,500円)	6/19
	劇団四季ミュージカル 「リトルマーメイド」広島公演	上野学園ホール	8/6(土)・13(土)	9,100円 (12,100円)	6/12
	Cutting Edge 狂言 真夏の狂言大作戦	倉敷市芸文館ホール	8/7(日)	一般:2,100円 (3,500円) 大学生以下:700円 (1,500円)	6/26
	デリシャスパーティ♡プリキュア ドリームステージ♪	倉敷市民会館	8/27(土)	2,520円 (3,800円)	7/10
芸術	かこさとしの世界展	岡山県立美術館	7/23(土)～ 8/28(日)	540円 (1,200円)	6/12
スポーツ	Jリーグ ファジアーノ岡山 vs ジェフユナイテッド市原・千葉	シティライトスタジアム	7/30(土)	S自由席:1,960円 (3,200円) A自由席:1,610円 (2,600円)	6/19
映画	松竹 (MOVIX) 全国共通シネマチケット	MOVIX	8月～1月末 (6ヶ月有効)	900円 (1,800円)	6/26
マナー	洋食マナー教室	ホテルグランヴィア岡山	7/23(土)	3,780円 (5,400円)	6/12
	和食マナー教室	鶴形 (倉敷)	7/30(土)	4,200円 (6,000円)	6/19

※募集定員等の詳細については、各所属所への通知をご覧ください。チケット等の代金は給料引き取りとなります。申込締切後のキャンセルはできません。
※「新型コロナウイルス感染症対策」のため事業が中止になる場合があります。

◆申込方法：ホームページ「おかやま教職員福利厚生ネット」→「マイページ(ログイン必要)」(チケットの当落もマイページで確認できます)

iDeCo (イデコ) について

iDeCoとは確定拠出年金法に基づいて実施されている私的年金の制度で、65歳までに毎月一定額の掛金を拠出し、その掛金を元に投資信託や定期預金、保険等の金融商品にて運用し、60歳以降に運用した資産を受け取る制度です。(原則60歳まで資産は引き出せません)



メリット

- ①掛金全額所得控除 (小規模企業共済等掛金控除) が適用され、所得税・住民税が軽減
- ②運用益が非課税
- ③受給時に税制優遇 (「年金」(分割受給)の場合は、雑所得として「公的年金等控除」が適用され、「一時金」(一括受給)の場合は「退職所得」となり、他の所得と分離して所得税額が計算される) といった税制優遇が受けられる)

加入方法

ホームページ「おかやま教職員福利厚生ネット」→福利事務の手引きP230をご覧ください。(基礎年金番号等の提供及び利用に関する同意書等については、福利事務の手引き(様式集)からダウンロードしてください)

※本制度は、加入者ごとの運用実績に基づいて年金額が決定するため、将来受け取る金額が事前に確定しておらず、また、運用方法を加入者自身が決め、運用リスクは加入者自身が負うことになるので留意すること。

※他の事業主(知事部局や組合専従等)への異動、新規採用、加入資格の状況の変更(共済組合員資格取得等)、転職、早期退職等や氏名や住所の変更等の場合には、加入者自身で運営管理機関へ変更届を提出する必要があるため、十分注意すること。

児童手当について



児童手当は、前年の所得（1月分～5月分の児童手当については前々年の所得）が一定額（所得制限限度額）に満たない場合に支給されます。所得制限限度額を超えた場合は、児童手当は支給されず、児童1名に対して月額5千円が支給されます。これを「特例給付」といいます。

令和4年6月1日以降、この特例給付受給者の所得が所得上限限度額以上ある場合は、特例給付が支給されなくなります。

詳細は福利事務の手引きや当課からの通知を参照してください。

所得制限限度額、所得上限限度額については以下の表のとおりです。

（令和4年6月1日以降適用）

扶養親族等の数 (カッコ内は例)	所得制限限度額 (単位:万円)	所得上限限度額 (単位:万円)
	児童手当	特例給付
0人 (前年末に児童が生まれていない場合 等)	622	858
1人 (児童1人の場合 等)	660	896
2人 (児童1人+年収103万以下の配偶者の場合 等)	698	934
3人 (児童2人+年収103万以下の配偶者の場合 等)	736	972
4人 (児童3人+年収103万以下の配偶者の場合 等)	774	1,010
5人 (児童4人+年収103万以下の配偶者の場合 等)	812	1,048

※扶養親族等の数は、所得税法上の同一生計配偶者及び扶養親族（里親などに委託されている児童や施設に入所している児童を除く。以下「扶養親族等」という）並びに扶養親族でない児童で前年の12月31日において生計を維持した者の数をいう。

扶養親族等の数に応じて、限度額（所得額ベース）は、1人につき38万円（扶養親族等が同一生計配偶者（70歳以上の者に限る）又は老人扶養親族であるときは44万円）を加算した額となる。

●問い合わせ先／福利課福利厚生班 ☎086-226-7603



「父と野球と私」

岡山市立興除中学校／松田 佑太



幼少期、父が帰ってくるとリビングのテレビにはいつも読売ジャイアンツの選手が映っていた。今とは違って、シーズン中のゴールデンタイムにはプロ野球中継が流れていた。私は特に野球が好きだったわけでもないし、好きな選手がいたわけでもない。むしろ違うチャンネルの番組がみたいと思っていたが、父が好きだったという理由だけで、いつの間にか選手の顔と名前、ポジション、おおよその打順まで覚えていた。休日に公園で父親と2人で野球をする時も選手の名前を言ったり、真似をしたりしながら遊んでいた。子供ながらに父は私に野球をさせたいのだろうなと思っていたが、私は小学校6年生の時に地域のバスケットボールチームに所属した。その頃から父との野球を通じてのコミュニケーションは減っていった。

25歳の時、講師として働いていた学校で野球部の顧問になり、ある試合で主顧問だった先生の代理で監督をするようになった。監督はユニフォームを着なければならなかつ

たので試合前日に家に持ち帰った。しかし、どう着たらよいか分からなかったのも、父に尋ねながらユニフォームに袖を通して。私に野球をさせたかったであろう父が、最初で最後かもしれない私のユニフォーム姿を見て興奮しているのが、私にも伝わってきた。次の日の試合のことや思い出話をしたあと、父と2人で記念写真を撮った。久しぶりの父との野球を通じてのコミュニケーションだった。

父とプロ野球中継をみていた頃から30年ほど経ち、私も息子と娘をもつ父親となった。現在、我が家のリビングのテレビには私の好きなNBA(アメリカプロバスケットボールリーグ)チームの選手が映っている。子供たちも、いつの間にか選手の名前を覚え、その選手の真似をしたりしている。血は争えないとは、まさにこのことだと感じる。これから30年ほど経ち、子供たちの家のリビングのテレビに何が映っているのか楽しみで仕方ない。

▶▶▶ 次は、岡山朝日高等学校・中谷祐輔さんです。



6/1(水)~9/30(金)

[価格]

各2,000円(税込)

○金・土・日・祝日

○土用の丑の日[7/23(土)、8/4(木)]

○お盆[8/11(木)~8/16(火)]

上記期間はイベント企画補助利用で

得 各1,000円(税込)

①うな牛肉丼



②うな玉丼



③うな豚肉丼



④うなトロ丼



週替ローテーション



※詳細は公式HPを確認ください

前日17時までに予約要

完全個室有

2名~4名(先着3組)

ご利用時間:2時間

安心と信頼
ピュアリティ まきび

岡山県飲食店感染防止
対策第三者認証店

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

※写真は全てイメージです。 ※表示価格は全て税込価格です。

積立預金をしよう!!

申込はメッチャ
簡単!!

用紙1枚で
OK!!

利率は
年1.0%
(実質利回り0.5~0.6%)

★申込は「おかやま教職員福利厚生ネット」の「ご利用ガイド」→「福利厚生サービス」→「預金をしたい」から様式をダウンロードし福利課へ提出

<積立預金の取扱い>

- この預金は、中途解約・積立額変更の申出がない限り自動継続され、12ヶ月積立が満了することに利息と合わせて給付・貸付等送金口座に支払われます。
- 預け入れ限度額は預金者の給料引き去り可能額までです。
- 申込件数に制限はありませんので、毎月満期払出となるような運用も可能です。
- 申込期限の翌月から積立開始となります。



<申込期限>
毎月20日必着
(4・12月は15日)

●問い合わせ先／福利課互助経理班 ☎086-226-7609

「お知らせメール配信サービス」を使おう!

登録すれば、事業のお知らせやビュアリティまきびの割引等、お得情報が届きます。

右の二次元バーコードを読み取って空メール送信で登録完了。メールアドレスのドメインは「pref.okayama.lg.jp」です。メールのドメイン指定受信の設定をされている場合には、登録前に必ずこちらのドメインをご指定ください。

hukuri-news@pref.okayama.lg.jp



〇〇公演
締切 10/31



元気回復助成事業はいかがですか?

組合員5人以上又は所属の
半数以上で利用できます

●事業実施後の請求のみで利用できます

コロナ禍の中、感染対策と工夫をして、実施した所属所も多数あります。所属所のリフレッシュを図る活動に利用してみませんか。初めて助成を利用する場合や対象経費等に疑義がある場合は事業実施までに事前協議（電話）願います。

<過去にお寄せいただいた感想を一部紹介します>

同僚達と楽しく
開催し、意思疎通ができ
仲間意識も増加した。



老若男女問わず
全員楽しく参加し、活動を
通して一体感を味わった。



幼小中の連携を
より進めていきたいという
気持ちになった。



経験談を語り合ったり、
若手職員へ伝達をしたり、
有意義な時間を過ごした。



●利用方法は皆様のアイデア次第です

[昨年度の実例] バドミントン大会・クイズ大会・ゴルフコンペ・ビンゴ大会 等々

◇請求様式等は、ホームページ「おかやま教職員福利厚生ネット」→「こんなときどうする」→「元気回復助成」からダウンロード

●問い合わせ先／福利課福利厚生班 ☎086-226-7603

編集
後記

「いつもと同じ。いつもと変わらない。から大きくリニューアルしたHP「おかやま教職員福利厚生ネット」。皆さま、使い勝手はいかがでしょう。」

リフレッシュ助成事業では、二次元コードでの利用申請を取り入れ早2か月、ペーパーレスになり手間が省けたとの声を多く戴いております。

二次元コードが利用できる施設では、当日に「紙」いらず、スマホで簡単申込み、利用ができます。

夏本番に向けて、ココロもカラダもリフレッシュしていただき、仕事やプライベートも「いつもと...」から新しいことへの「チャレンジ」をしてみたいかがでしようか。そのキッカケが福利厚生事業であれば幸いです!

岡山県教育庁福利厚生HP
公立学校共済組合岡山支部HP
〔市〕岡山県教育職員互助組合HP
ビュアリティまきびHP
<https://www.pref.okayama.jp/soshiki/152/>
<https://www.okayamachukinri.jp>
<https://makib.jp/>

編集発行 岡山市北区内山下2丁目5番7号 丸の内会館2階
〒700-8570 岡山市北区内山下2丁目5番7号 丸の内会館2階
岡山県教育庁福利課・福利厚生班 ☎086-226-7603 / 健康管理 ☎086-226-7604 / 年金班 ☎086-226-7605
給付班 ☎086-226-7606 / 共済管理・貸付班 ☎086-226-7608 / 互助経理班 ☎086-226-7609 / 退職互助班 ☎086-226-7610