

# 福利 おかやま

2025  
**12**  
No 607



第49回教職員美術展より「稜線を歩く」(写真)〈退職会員 森 啓介〉

## シリーズ 健康管理班だより

「飲みすぎ注意! 体を守るための“お酒との距離感”」…… 2

器官別検診追加募集のご案内 …………… 3

## シリーズ 健康相談紹介シリーズ

「教職員サポート相談・管理職サポート相談」………… 3

ウォーキングコンテスト2025～1か月コース結果報告～ …… 4

健康づくりに関するオンデマンド配信を実施しています! …… 4

令和8年4月から「子ども・子育て支援金」の掛金徴収が始まります …… 4

冬のおすすめ! リフレッシュ助成対象施設 …………… 5

給付班からのご案内 …………… 6

・被扶養者の認定基準額が変更されました!

・被扶養者の方の収入…増えていますか?

・マイナ保険証について

シリーズ リレーエッセイ「夢がつまった引き出し」………… 7

ピュアリティまきびからのご案内 …………… 7

今年度35歳になられる互助会員(正規採用職員)の皆様へ …… 8

風しん予防接種補助事業 …………… 8

お  
知  
ら  
せ

**器官別検診追加募集  
締め切りまであと少し!**

〈申込期限〉

**令和7年12月17日(水)【厳守】**

※詳しくはP3をご覧ください。



**今年35歳になられる方へ**

退職互助加入案内を令和8年1月に  
送付します。加入機会は今回限り!  
ぜひご加入ください。

※詳しくはP8をご覧ください。



# 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

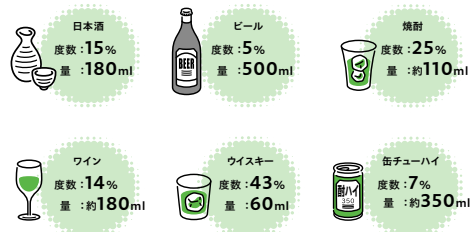
## 飲みすぎ注意！体を守るための“お酒との距離感”

年末年始はお酒を飲む機会が増える時期です。楽しい時間の中で、つい「もう一杯…」となることもあるかもしれません。しかし、「少しぐらいなら大丈夫」と思っている、知らないうちに体に負担をかけていることがあります。

飲酒による影響には個人差があり、年齢や性別、体質などによって受ける影響も異なります。まずは、日頃どのくらいの純アルコールを摂取しているかを把握してみましょう。右図で自身の純アルコール量を、下表で量と飲酒頻度を見てみましょう。

生活習慣病（がん、高血圧、脳出血等）のリスクを高める摂取量に当てはまっていませんか。無理に我慢するのではなく、「少し控えてみようかな」から始めてみませんか。

### 純アルコール20g（1合）とは？



厚生労働省「あなたが決める、お酒のたしなみ方」より抜粋

◎1日あたりの平均純アルコール摂取量（厚生労働省「あなたが決める、お酒のたしなみ方」より抜粋）

| 男性    | 20g<br>(1合)未満 | 20-40g<br>(1-2合)未満 | 40-60g<br>(2-3合)未満 | 60-100g<br>(3-5合)未満 | 100g<br>(5合)以上 | 女性    | 20g<br>(1合)未満 | 20-40g<br>(1-2合)未満 | 40-60g<br>(2-3合)未満 | 60-100g<br>(3-5合)未満 | 100g<br>(5合)以上 |
|-------|---------------|--------------------|--------------------|---------------------|----------------|-------|---------------|--------------------|--------------------|---------------------|----------------|
| 毎日    |               |                    |                    |                     |                | 毎日    |               |                    |                    |                     |                |
| 週5-6日 |               |                    |                    |                     |                | 週5-6日 |               |                    |                    |                     |                |
| 週3-4日 |               |                    |                    |                     |                | 週3-4日 |               |                    |                    |                     |                |
| 週1-2日 |               |                    |                    |                     |                | 週1-2日 |               |                    |                    |                     |                |
| 月1-3日 |               |                    |                    |                     |                | 月1-3日 |               |                    |                    |                     |                |

お酒を飲む  
ときは！

### お酒との距離を考える — ほどよく楽しむコツ

#### 1. まずは節度ある適度な飲酒を意識する

- ✓1日あたりの目安は純アルコールで男性20g、女性10-13g程度です。
- ✓休肝日をつくり、純アルコール総量を減らしましょう。

#### 2. あらかじめ量を決めて飲酒する

- ✓「今日は2杯だけ」などと事前に自分に宣言。

#### 3. 飲酒前又は飲酒中に食事をする

- ✓食事と一緒にお酒を飲むことで、アルコールの吸収がゆるやかになります。
- ✓直前に乳製品を取ると、胃粘膜の保護に役立ちます。

#### 4. 飲酒量を記録する

- ✓自分の飲む量を「見える化」することで、つい飲みすぎることを防げます。
- ✓アプリや手帳に簡単にメモするのもおすすめです。

※ここでの「節度ある飲酒」や「適度な飲酒」という表現は、飲酒をすすめたり、具体的な許容量を示したりするものではありません。

## Q&A

**Q.** 少しのお酒なら体に良いて聞いたことがあります、本当ですか？

**A.** 昔はそうに言われることもありましたが、最近の研究では「少量でも健康リスクがある」と報告(\*)されています。

※（アルコール使用と全世界の疾患, The Lancet 2018）



### 小寺先生からアドバイス ～ほろ酔い加減の幸せ～

一日あたりの純アルコール摂取の目安量男性20g、女性10-13gは、少ないと思いますか。この量が飲めるのなら、お酒を楽しみ、ほろ酔い気分も味わうことができます。ほろ酔い加減でちょっといい気持ちになったら、お酒を止めてひとときをそのまま。これ以上のお酒はいい気持ちを壊してしまいます。お酒の味が分からないまま惰性で飲んでしまうことになりかねません。ほろ酔いをじっくり楽しみましょう。

美味しい季節の料理とともにお酒を味わえば、お酒をほどよく楽しむことができます。日本酒の合間に飲む水のことを「和らぎ水」とよんでいます。「和らぎ水」がお酒も料理も引き立ててくれます。日本酒を飲むときに限らず、お酒を飲むときに水分の補給は大切です。特に焼酎やウイスキーなどアルコール度の高いお酒を飲むときに水は欠かせません。水を上手に使えば、料理もお酒もよりいっそう美味しくなります。

お酒をほどよく楽しむために、飲むスピードと時間も重要です。ゆっくりとピッチを上げることなく飲みましょう。そしてダラダラと飲むのはやめて、長くても1時間くらいで切り上げることが肝腎です。

一人で飲む時、パートナーと飲む時そして仲間と飲む時、どのような場合にもほろ酔いを意識する。ほろ酔い状態を守ることができれば幸せなひとときを持つことができます。お酒をほどよく楽しむことができれば「健康に配慮した飲酒」を実践することになるでしょう。

# 器官別検診追加募集のご案内

〈申込期限〉  
令和7年12月17日(水)(厳守)

| 種 別         | 受診間隔<br>(厚生労働省推奨) | 対 象                                            | 自己負担   | 受診期間                 |
|-------------|-------------------|------------------------------------------------|--------|----------------------|
| 子 宮 が ん 検 診 | 2年に1回             | 20歳以上の女性組合員<br>※人間ドック受診(予定)者・当初器<br>官別検診受診者は除く | 無 料    | 令和8年2月末日まで           |
| 乳 が ん 検 診   | 2年に1回             |                                                | 1,000円 |                      |
| 肺 が ん 検 診   | 1年に1回             | 40歳以上の組合員<br>※当初器官別検診受診者は除く                    | 3,000円 |                      |
| 内 臓 脂 肪 検 診 | —                 | 組合員(年齢制限なし)<br>※当初器官別検診受診者は除く                  | 1,000円 |                      |
| VDT障害予防検診   | —                 |                                                | 無 料    |                      |
| 大 腸 が ん 検 診 | 1年に1回             | 40歳以上の組合員<br>※人間ドック受診(予定)者・当初器<br>官別検診受診者は除く   | 無 料    | 容器の返送は<br>令和8年1月末日まで |

## 〈申込方法〉

- ①インターネットで「おかやま教職員福利厚生ネット」へアクセス
- ②「マイページへログイン」→「事業申込」→「その他」→「器官別検診」から申込み

検索 おかやま教職員福利厚生ネット

## 〈受診方法〉

子宮がん検診・乳がん検診・肺がん検診・内臓脂肪検診・VDT障害予防検診決定者については、「マイページ」→「メッセージ」にお知らせしますので各自医療機関に予約してください。大腸がん検診決定者については、医療機関より検診容器一式が希望住所に送付されますので、同封の封筒で各自医療機関へ返送してください。当初募集時の医療機関とは異なりますので、お間違いないように予約してください(右の二次元コードからご確認ください)。



## < 健康相談紹介シリーズ > ④ 教職員サポート相談・管理職サポート相談

こころの悩みについて、臨床心理士がじっくり話をお聴きします。

### 内容

#### 教職員サポート相談

生徒指導、保護者対応、職場の人間関係、家庭の悩み など

#### 管理職サポート相談

職場内のメンタルヘルス問題に関すること など

### 特徴

- ・継続的な相談が可能です。
- ・**年度内3回まで無料**  
(4回目以降は実費1,500円が必要)
- ・管理職対象の専門的な相談も実施しています。

### 場所

岡山大学教育学部内「心理相談室」

### 相談方法

必ず予約をしてください。電話で予約し、相談当日は組合員資格を確認できるものを持参してください。

■予約電話番号／ ☎086-251-7608 岡山大学教育学部内「心理相談室」

■予約受付時間／ 月～金曜日…16時～19時

※大学の長期休業中など、心理相談室の閉室期間を除く

■予約時連絡事項／ ①教職員サポート相談または管理職サポート相談の利用であること

②所属所名、氏名、簡単な相談内容

③他の相談機関等からの紹介でこの相談を利用する場合は紹介ルート

# ウォーキングコンテスト2025～1か月コース結果報告～

<エントリー数> 1,310人 (84組)

・賞品型: 1,095人 (71組) ・寄贈型: 215人 (13組)

<参加者の1日平均歩数>

・賞品型: 9,344歩 ・寄贈型: 8,450歩

<参加者の1か月平均歩数>

・賞品型: 289,664歩 ・寄贈型: 261,941歩

<参考>

「健康日本21」の第3次の目標 (R17まで)

20～64歳の平均1日歩数

男: 8,000歩 女: 8,000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/月)

- ・1位: 古都小学校…………… 517,504歩
- ・2位: 烏城高等学校…………… 434,716歩
- ・3位: 山手小学校…………… 369,698歩

### ■ 個人 (1か月の合計歩数)

- ・1位: コバ (岡山東商業高等学校) …… 1,882,852歩
- ・2位: シノ (烏城高等学校) …… 1,500,210歩
- ・3位: ミヤ (岡山東商業高等学校) …… 1,368,377歩

## 寄贈型

### ■ チーム (1人あたりの平均歩数/月)

- ・1位: 茶屋町小学校…………… 315,108歩
- ・2位: 牛窓北小学校…………… 306,354歩
- ・3位: 備前緑陽高等学校…………… 296,016歩

### ■ 個人 (1か月の合計歩数)

- ・1位: カトリーヌ (加賀中学校) …… 601,940歩
- ・2位: もっさ (倉敷琴浦高等支援学校) …… 600,147歩
- ・3位: ぽんた (茶屋町小学校) …… 527,405歩

「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」でも紹介しています。

●問い合わせ先 / 福利課健康管理班 ☎086-226-7604

## 令和7年度 健康づくりセミナー 健康づくりに関する オンデマンド配信を実施しています!

公立学校共済組合直営病院の方を講師として、ストレス対処法などのメンタルヘルス、肩こりや腰痛予防のためのストレッチ、生活習慣病予防のための食事方法などの動画を視聴できます。

寒さや忙しさで身体への負担が増える12月、健康的な生活習慣で年末を元気に乗り切るためにもストレッチやセルフケアを取り入れて、心身のバランスを整えましょう。

### <視聴可能期間>

令和7年7月18日(金)～令和8年2月28日(土)

### <視聴方法>

- ①「おかやま教職員福利厚生ネット」  
→「マイページ」→「メッセージ」へ  
アクセス
- ②「健康づくりセミナー (オンデマンド配信)  
URLのお知らせ」をクリック
- ③視聴したい動画のリンクをクリック



●問い合わせ先 / 福利課健康管理班 ☎086-226-7604

## 令和8年4月から 「子ども・子育て支援金」の 掛金徴収が始まります

令和8年度に「子ども・子育て支援金制度」が創設されることに伴い、**令和8年4月分掛金より、新たに「子ども・子育て支援金」を徴収**することとなります。

現在、掛金率は未確定のため、改めてお知らせします。



「子ども・子育て支援金制度」は、子どもや子育て世帯を全世代・全経済主体が支える仕組みで、徴収した支援金は、児童手当や子育てに関する給付金等のために使用されます。

●問い合わせ先 / 福利課共済経理・貸付班 ☎086-226-7608

下記の施設がお得な料金で利用できます

## 冬のおすすめ!リフレッシュ助成対象施設



### ●温泉

| 施設名                            | 一般料金からの助成額             |
|--------------------------------|------------------------|
| 岡山みやび温泉 大家族の湯<br>(岡山市北区久米)     | 大人: 200円<br>大人以外: 100円 |
| 八幡温泉郷 たけべ八幡温泉<br>(岡山市北区建部町建部上) | 大人: 200円<br>大人以外: 100円 |
| 瀬戸大橋スパリゾート<br>(倉敷市児島塩生)        | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| 満天の湯 (倉敷市玉島爪崎)                 | 大人: 200円               |
| 瀬戸内温泉 たまの湯 (玉野市築港)             | 大人: 400円               |
| 和気鵜飼谷温泉<br>(和気郡和気町益原)          | 大人: 200円<br>大人以外: 100円 |
| 大芦高原温泉 雲海<br>(美作市上山)           | 大人: 200円<br>大人以外: 100円 |
| 湯郷鷺温泉館 (美作市湯郷)                 | 大人: 200円               |
| のどろ温泉 天空の湯<br>(苫田郡鏡野町富西谷)      | 大人: 200円<br>大人以外: 100円 |
| 奥津温泉 花美人の里<br>(苫田郡鏡野町奥津川西)     | 大人: 200円<br>大人以外: 100円 |
| 湯原温泉 八景 (真庭市豊栄)                | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |

| 施設名                           | 一般料金からの助成額             |
|-------------------------------|------------------------|
| 湯原温泉 国際観光ホテル 菊之湯<br>(真庭市湯原温泉) | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| 湯原温泉 湯快感花やしき<br>(真庭市湯原温泉)     | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| 湯原温泉 元禄旅籠油屋<br>(真庭市湯原温泉)      | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| 湯原温泉 ゆばらの宿米屋<br>(真庭市湯原温泉)     | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| 湯原温泉 湯の蔵つるや<br>(真庭市湯原温泉)      | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| 湯原温泉 湯めぐりの宿松の家花泉<br>(真庭市湯原温泉) | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| 湯原温泉 大江戸温泉物語輝乃湯<br>(真庭市豊栄)    | 大人: 300円<br>大人以外: 100円 |
| ぽかぽか温泉〈温泉〉<br>(岡山市北区青江)       | 大人: 100円               |
| ぽかぽか温泉〈岩盤浴〉<br>(岡山市北区青江)      | 大人: 400円<br>大人以外: 400円 |

### ●アイススケート場

| 施設名                    | 一般料金からの助成額             |
|------------------------|------------------------|
| ヘルスピア倉敷<br>(倉敷市連島町西之浦) | 大人: 300円<br>大人以外: 200円 |

※料金の精算方法等の詳細については、予約時に施設へご確認ください。

※助成額・利用方法等の最新の情報は、「おかやま教職員福利厚生ネット」をご確認ください。



## リフレッシュ助成利用の流れ

施設で二次元コードを読み込むと申請照合手続きが完了します!

●施設を利用するまでに

●当日施設で

### STEP 01



おかやま教職員福利厚生ネットのマイページへログインし、ご希望の施設を選択してリフレッシュ助成を申請する

### STEP 02



マイページログイン後予約を表示して「チェックイン」ボタンを押し、施設にある二次元コードを読み取る

### STEP 03



申請の照合完了!!  
助成を受けてリフレッシュ!  
※電子決済ではありません

※施設によっては二次元コードでのチェックインに対応していない場合があります。

## ●被扶養者の認定基準額が変更されました！(19歳以上23歳未満対象)

令和7年10月1日より、19歳以上23歳未満の被扶養者(配偶者を除く)の認定・取消に係る基準額が変更されました。新たに被扶養者の認定・取消を希望する場合は所属所を通じて、申告してください。

< 基準額 > 現 行…年間収入130万円未満(月額108,334円未満、日額3,612円未満)  
変更後…年間収入150万円未満(月額125,000円未満、日額4,167円未満)

< イメージ図 >

| 扶養認定 | 18歳     | 19歳     | 20歳 | 21歳 | 22歳 | 23歳     |
|------|---------|---------|-----|-----|-----|---------|
|      | 130万円未満 | 150万円未満 |     |     |     | 130万円未満 |

※19歳以上23歳未満における年齢要件について

該当年の12月31日現在の年齢が基準(所得税法上と同様)、年齢は誕生日の前日において加算(民法の規定を準用)

詳しくはホームページ 福利厚生ネットの「被扶養者」のページをご覧ください。



## ●被扶養者の方の収入…増えていませんか？

遑って扶養取消となった場合、取消日以降に医療機関にかかった際の医療費(総医療費の7割部分等)および共済組合・互助組合からの給付金について全額返還していただくことになります。過去に返還額が100万円超の高額になる例も出ています。

返還額が高額になると大変な負担になりますので、多額の医療費返還を防ぐためにも日頃から組合員本人が被扶養者の収入を把握し、要件を欠いたときは速やかに取消申告をお願いします。

< 特に以下のケースにご注意ください >

- ・アルバイト等で月によって収入に変動がある場合(過去6か月の月収の平均が108,334円未満かご確認ください)
- ・年金が決定・改定された場合

< 取消になる例 >

- ・65歳になったことにより年金が増え、年額180万円以上となった
- ・アルバイトを始め、雇用時点で月額収入の見込みが108,334円(通勤手当含む)以上となった
- ・日額3,612円以上の雇用保険の受給を開始した など…



| 認定基準額の概要                                  | 年 額     | 月 額        | 日 額      |
|-------------------------------------------|---------|------------|----------|
| 障害を事由とする公的年金の受給要件に該当する程度の障害を有する者又は60歳以上の者 | 180万円未満 | 150,000円未満 | 5,000円未満 |
| 19歳以上23歳未満の被扶養者(配偶者除く)<br>(令和7年10月より変更)   | 150万円未満 | 125,000円未満 | 4,167円未満 |
| 上記以外の者                                    | 130万円未満 | 108,334円未満 | 3,612円未満 |

## ●マイナ保険証について

◇マイナ保険証とは?…マイナナンバーカードを健康保険証として利用登録したものです。様々なメリットがありますので、登録をおすすめしております。

◇マイナ保険証ならではのメリット

- ・過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる
- ・突然の手術・入院でも高額の支払いが不要になる
- ・救急現場で、搬送中の適切な応急処置や病院の選定などに活用される など…

マイナ保険証の利用登録方法等は厚生労働省のホームページをご覧ください。

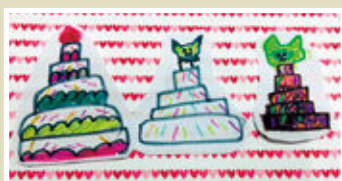




## 「夢がつまった引き出し」 倉敷市立西阿知小学校／能井 亨

久しぶりに実家に帰った時に、小学校6年生の時の卒業文集が出てきた。懐かしさを感じながら冊子を開くと、当時のクラスメイト全員のプロフィールが書かれたページがあった。自分のページにおそろおそろ目を落としてみると、「将来の夢」の欄があり、そこには「小学校の先生になる」と書いてあった。

幼少期のかすかな記憶が蘇る。とある休日－父は当時勤務していた小学校へ自分を連れて行ってくれた。誰もいない校舎はとても静かで、ひんやりとした空気が流れていた。ドキドキしながら父の後ろをつついていく。父は、慣れた手つきで引き出しにあった「ミロ」を出してきて、私に飲ませてくれた。普段家で見ることもない特別な飲み物に心が躍ったのを覚えている。その後、授業で使ったであろう「モーターカー」を出してきて、ニ



ンマリ顔で渡してくれた。その日の感動は、時間が経った今でも忘れることができない。

自分が小学生だった頃、先生たちは、みんな魅力的に見えた。いつも堂々としていてエネルギッシュだった。教師のタイプは多種多様であったが、どこまでも子どもの成長を信じ、それぞれの個性を生かしながら全力で「教師」をしていたのだと思う。

私も夢だった小学校の先生になった。

ある時－2歳の長女を連れて休日出勤した。プカプカのスリッパを履いて、パタパタ音をさせながら後ろをついてくる。その日は、たまたま先輩教師がおられた。長女を紹介すると、先輩教師は「ちょっと待って」と言って、机の引き出しからお菓子を取り出して、長女にくださった。長女は目を輝かせ、少し恥ずかしがりながら「ありがとうございます。」と言っていた。

当時2歳だった長女は今年、小学一年生になった。「将来の夢は?」と聞くと、昔は自信満々に「学校の先生になる」と言っていたが、今は「パティシエになる」と言っている。これからの成長を見守っていきたい。



▶▶▶ 次は、総社市立総社小学校・大山裕太さんです。

一年のしめくくり、  
彩り豊かなごちそうを

# まきび特製 オードブル

ちらし寿司

4,000円が補助適用で **2,000円**  
約3人前、容器サイズ:直径25cm

限定 **200** 個

2段オードブル  
6,500円が補助適用で **4,500円**  
約3人前  
容器サイズ:26.3cm×17.7cm×5cm

2025年 **11/1** 土・**12/20** 土 17:00 まで  
申込期間

2025年 **12/30** 水・**31** 水 〈お渡し時間〉14:00～19:00 〈お渡し場所〉1Fフロント  
お渡し期間

※数量限定につき、お早めにご予約ください。※配達はありませんので、予めご了承ください。

※メニューは変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。※写真はイメージです。※表示価格は税込みです。

**完全予約制**  
定数となり次第受付終了

**ご予約方法** ピュアリティまきび公式ホームページよりご予約ください。  
右記の2次元コードを読み取っていただき、入力しお申込をお願いいたします。  
※お電話でのお申し込みは承っておりません。※お支払いは給料天引(給与天引できない場合振込)となります。予めご了承ください。



安心と信頼  
ピュアリティまきび

ご予約・  
お問合せ

**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

## 今年度35歳になられる 互助会員(正規採用職員)の皆様へ

退職互助は加入すると退職後も施設の優待や給付等が受けられる制度です。

教職員の **加入率8割** を超える退職互助にご加入ください！

加入の意思確認は  
今回1回限りです！

### ●加入するにはどうすればいいの？

1月に送付する「退職互助加入届」からお手続きください。  
令和8年4月から加入になります。

### ●退職互助掛金の金額は？

給料月額 × 1000分の5 × 25年(300回)

※掛金納入の回数に不足が生じる場合は退職時に不足分の一括納入が必要になります。

### ●加入するメリットは？

一番のメリットは**医療費の補助(療養補助金)**を生涯受けられることです。掛金は現職中に払込が完了するため、退職後は掛金負担なしで療養補助金の給付を受けることができます。



### ◇療養補助金とは？

満60歳に達した翌年度の4月診療分から給付の対象。

(保険診療の一部負担額-2,500円) × 60%を給付。

※給付計算の対象となる一部負担金はひと月に1医療機関あたり44,400円が上限。

※令和7年度現在の給付条件です。給付条件は3年に1回見直しを行います。

●問い合わせ先／福利課退職互助班 ☎086-226-7610

## 風しん予防接種補助事業

これまでに予防接種を受けていない方は接種をご検討ください。

生まれてくる赤ちゃんの先天性風しん症候群予防に繋がります。

妊婦は風しん予防接種を受けられません。(妊娠前に接種する必要があります)

風しん無料抗体検査については、岡山県のホームページをご覧ください。



■対象期間／**通年** ■対象者／組合員本人

■補助額／**上限3,000円**

※予防接種に要した費用のうち3,000円を上限に補助(他の機関で補助を受けた場合は対象外)

■申請方法／「おかやま教職員福利厚生ネット」マイページ→事業申込より申請(Web申請)

■必要書類／領収書(Web申請時に画像をアップロード)

■請求期限／**接種年度の年度末**

### ◎領収書の記載内容には注意しましょう！

領収書には、氏名(フルネーム)、日付、何の予防接種を受けたかの明記、接種費用、領収印、医療機関名が必要です。集団予防接種の場合、領収書に前記の必要事項が一覧で記載されたものでも可能です。

●問い合わせ先／福利課福利厚生班 ☎086-226-7603