

福利しずおか

第69号

平成21年度の 共済組合の決算概要を報告します

平成21年度の公立学校共済組合静岡支部の決算のほか、長期掛金率の改定、育児休業手当金制度の改正、年金加入期間の確認通知書、特定健康診査等のお知らせもあります。

詳しくはこちら⇒



平成22年8月31日発行

目次

- P1 共済組合平成21年度決算の概要
- P3 長期掛金率の改正について
子ども手当の手続きについて
静岡支部のホームページについて
- P4 育児休業手当金制度改正について
- P5 年金加入期間確認通知書について
- P6 特定健康診査を受診しましょう
- P7 健康アラカルト「野菜は元気の源！」

「福利しずおか」は、健康情報や教職員の福利厚生情報などをご紹介します。
ご家族の方とお読みいただいた後も保管してご活用ください。

〈発行者〉 静岡県教育委員会福利課 〒420-8601 静岡市葵区追手町9番6号
公立学校共済組合静岡支部 TEL 054-221-3130 FAX 054-221-0020

公立学校共済組合静岡支部ホームページ <http://www.kouritu-shizuoka.jp/>

平成21年度決算の概要

総務担当

054-221-3130

平成22年6月15日の支部運営審議会において承認された、静岡支部の決算概要をお知らせします。

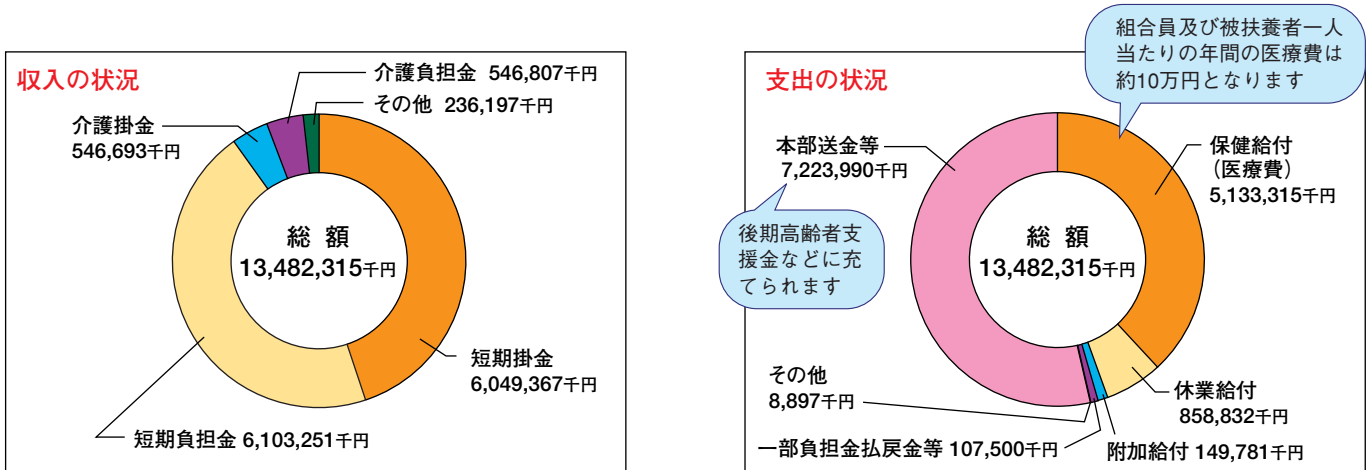
組合員数・被扶養者数 (平成22年3月31日現在)

区 分	組合員数 (前年度末比)	被扶養者数 (前年度末比)
一般・船員組合員	25,859人 (△37人)	24,479人 (△603人)
任意継続組合員	662人 (△14人)	405人 (△28人)
合 計	26,521人 (△51人)	24,884人 (△631人)

短期給付事業

組合員とその被扶養者の、病気・負傷・出産・災害などに対して給付を行いました。

収入額から給付を行った後の残高については共済組合本部へ送金し、後期高齢者支援金など、全国の高齢者の医療を支えるための支援金などの拠出に充てられています。

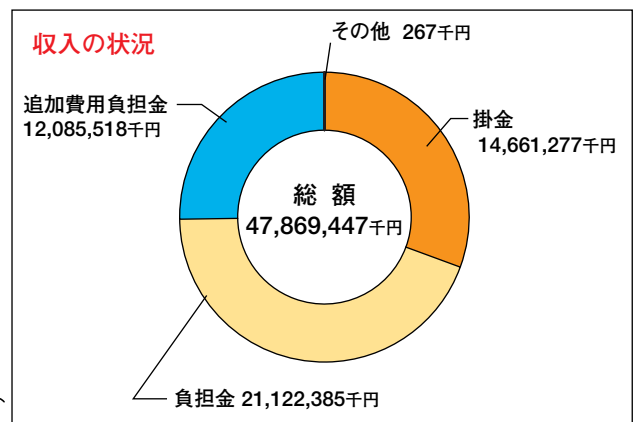
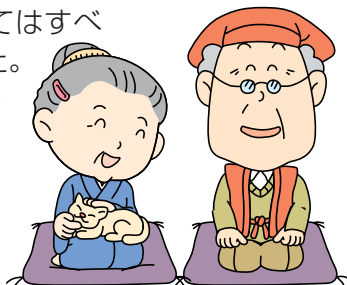


長期給付事業

退職された組合員等への年金給付を行う事業です。

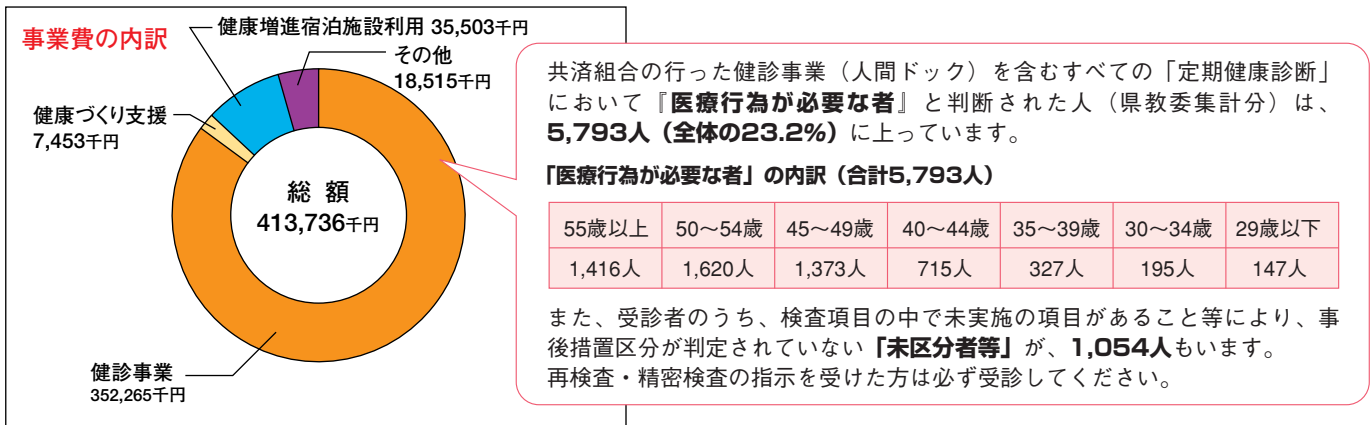
支部においては掛金等の収納及び年金の進達を行い、収入についてはすべて共済組合本部へ送金しました。

本部では年金の決定・支払のほか、資金の運用などを行っています。



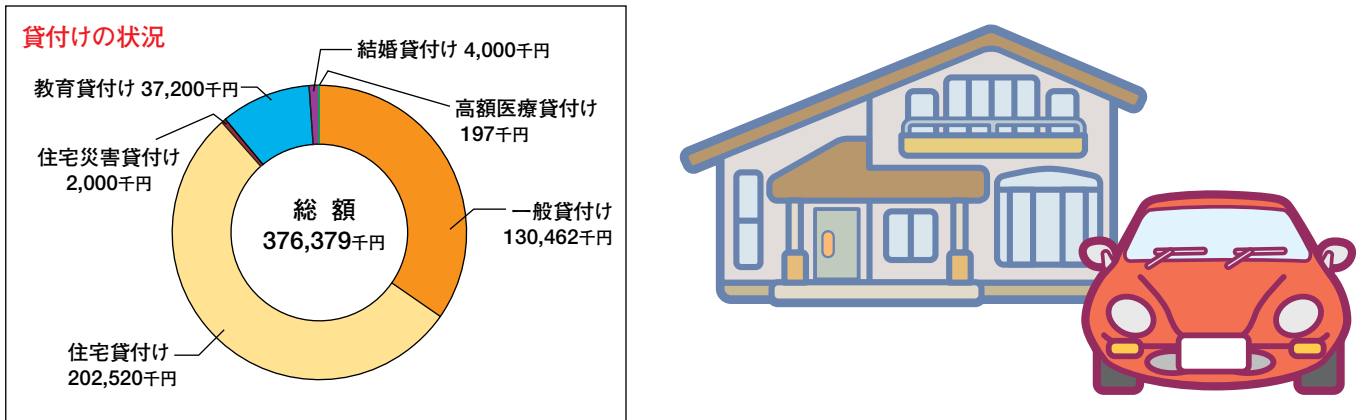
保健事業

組合員とその家族の健康管理、元気回復のための事業を行いました。



貸付事業

組合員が臨時の資金を必要とする際に、住宅貸付け等の各種貸付けを行いました。



静岡支部ではこのほか、地方公共団体に教職員住宅の建設資金を融資する「住宅事業」を行っています。

支部運営審議会委員からのご意見ご要望

支部運営審議会の資料については、静岡支部のホームページにも掲載しています。

6月15日の静岡支部運営審議会は、平成21年度決算に係る審議を中心に行われましたが、委員の皆様から次のような本部に対するご意見ご要望をいただきましたので、ご紹介します。

保健経理への事業資金配分について

人間ドック、脳ドック、メンタルヘルス対策等、健康管理事業の充実を要望する声が組合員の中で高まっているなど、現行の保健事業の維持・拡充は極めて重要であることから、福祉財源が支部保健経理に適切に配分されるよう、要望する。

貸付金の利率引き下げについて

現行の貸付金利率が市中金利を上回っているなどの要因により、支部における貸付けが大幅に減少している。組合員のニーズに応えるため、また、将来の長期給付財源維持のためにも、貸付金の利率引き下げについて、要望する。

福祉保険制度（ファミリー年金・医療費支援制度）の案内資料について

平成22年6月に、個人あてに案内資料が送付されたが、内容がわかりにくいとの指摘もあるため、今後、一定範囲の代表者に制度の説明を行うなど、組合員に分かりやすい説明にご尽力いただきたい。

保健事業検討委員会について

平成22年度に本部に設置される「保健事業検討委員会」については、支部の実情や意見を踏まえて審議し、保健事業がこれまで以上に充実するよう、要望する。

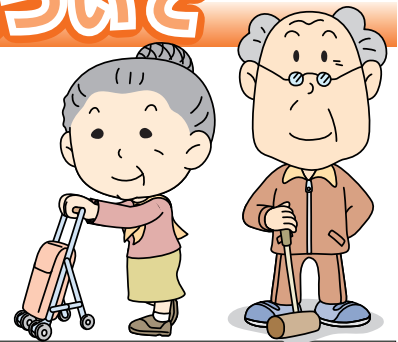
長期掛金率の変更について

総務担当

054-221-3130

平成21年に行われた地方公務員共済年金における財政再計算により、長期掛金率は平成22年9月1日から変更され、表のとおりとなります。

◇長期掛金…組合員の退職後の年金に係る費用の財源



【長期掛金率】

組合員区分	給料等区分	平成22年8月まで	平成22年9月から
一般組合員 船員組合員	給料	94.7125/1000	96.925/1000
	期末手当等	75.77 /1000	77.54 /1000
特別職	給料	75.77 /1000	77.54 /1000
	期末手当等	75.77 /1000	77.54 /1000

例えば、掛金の標準となる給料を38万円と仮定して計算した場合、毎月の給料で841円、12月期の期末手当等で1,676円程度の負担増をお願いすることになります。

子ども手当の手続きはお済みですか？

厚生・住宅担当

054-221-3137・3138

平成22年4月1日に「平成22年度における子ども手当の支給に関する法律」が施行されました。申請済みの方については、6月10日に支給をしているところですが、県費負担教職員の方で申請手続きがまだの方は、9月30日までに申請を行ってください。9月30日を過ぎると子ども手当の満額支給が受けられなくなります。手続き等詳しくは各所属の事務担当者にお尋ねください。

静岡支部のホームページについて

公立学校共済組合静岡支部のホームページをご覧になったことはありますか？

共済組合の各事業（短期給付、長期給付、福祉（厚生）事業及び貸付事業）の紹介や各種請求書様式を掲載しています。

また、トピックスには**制度改正、事務処理の変更等**をお知らせしています。

静岡支部発行の「福利しずおか」のバックナンバーも掲載しております。

平成20年4月からは、**病気（疾病）等の紹介や情報の提供をする健康ニュース**を掲載し、**2ヶ月ごとに内容を追加**しています。日常の健康管理の参考としてください。

なお、組合員とその家族を対象に一昨年からは実施しておりました「福利巡回相談」につきましては、実施しませんので、事業内容や手続き等でわからないことがありましたら、ホームページをぜひご活用ください。



アドレスはこちら



<http://www.kouritu-shizuoka.jp/>

平成22年
6月30日から

「育児休業手当金」が改正されました

資格・給付担当 054-221-3135・3136

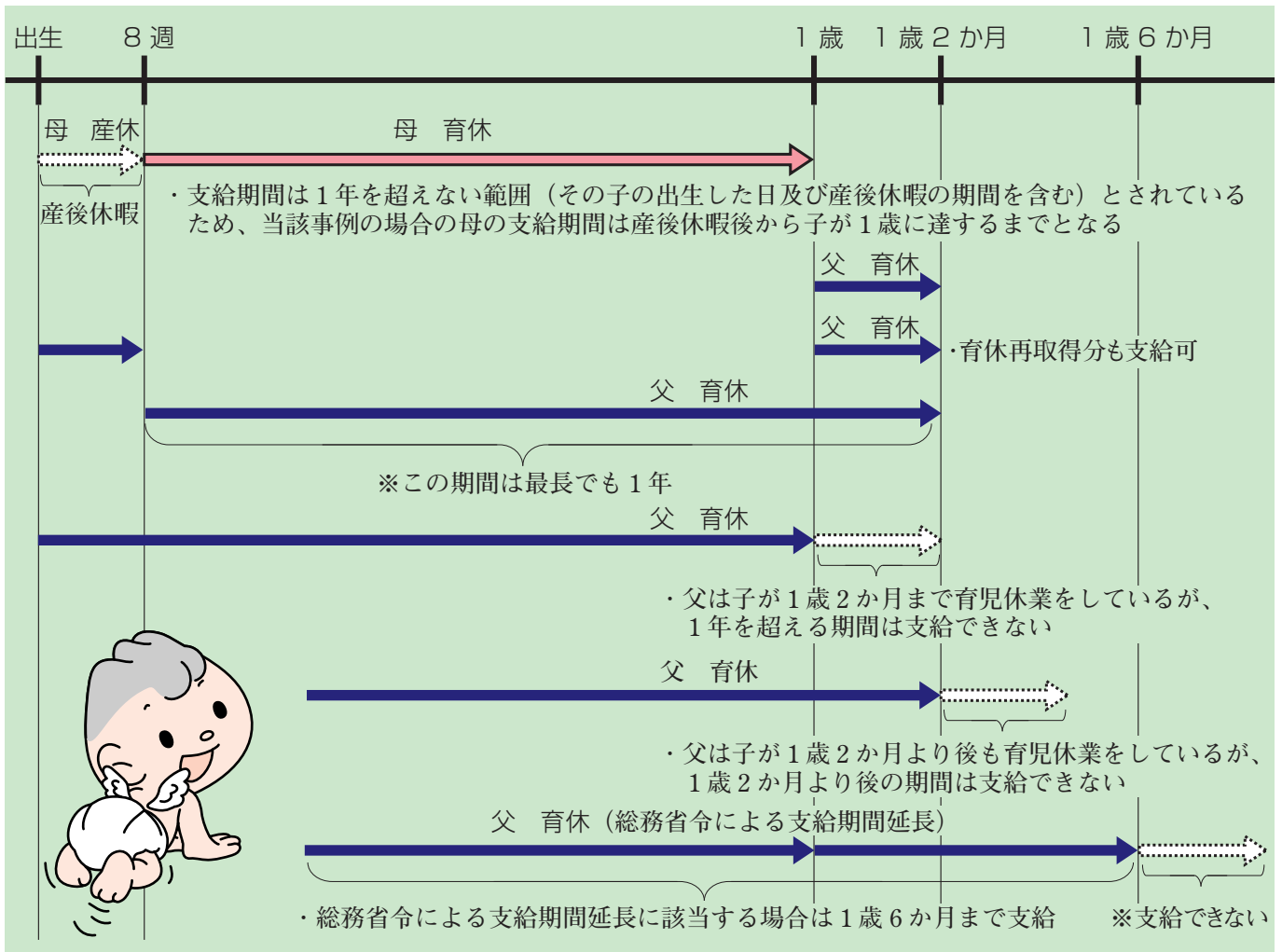
地方公務員の育児休業等に関する法律の一部改正等により、配偶者が育児休業をしている職員についても育児休業をすることができるようになり、それに伴い、育児休業手当金が改正されました。

改正内容

組合員の養育する子について、組合員の配偶者がその子の1歳に達する日以前に育児休業をした場合に組合員が育児休業をしたとき（父母ともに育児休業をしたとき）の育児休業手当金は、その子が1歳2か月に達する日まで育児休業手当金を支給する期間を延長することとし、当該期間中のその子の出生した日及び産後休暇を含めた1年間につき育児休業手当金を支給することとなりました。

（例）父母ともに育児休業をしたときの育児休業手当金支給パターン

- ※1 図中の→は母の支給期間を→は父の支給期間を示します。
- ※2 ※3以外の場合の支給期間は、最長でも子が1歳2か月に達する日までの期間中の1年間になります。
- ※3 総務省令による支給期間延長に該当する場合（保育所における保育の実施が行われない等）の支給期間は、子が1歳6か月に達する日までとなります。
- ※4 父母ともに育児休業を取得した期間は双方に育児休業手当金が支給されます。



◇掛金については、父母ともに育児休業の申出をした時には、それぞれ免除になります。

◇掲載したものは、一例です。いろいろな状況がありますので、上記担当までお問い合わせください。

平成22年度定年退職予定の方へ

も戻りま



年金・貸付担当 054-221-3132・3500・3180

～公務員以外の公的年金制度に加入していた方～

過去に公務員以外の民間企業や私立学校で勤務をされており、厚生年金や私学共済等の公的年金制度に加入されていた方は、特別支給の退職共済年金を請求する際に「**年金加入期間確認通知書**」が必要になります。

日本年金機構から送付されている「**ねんきん特別便**」及び「**共済組合等加入記録の確認のお知らせ**」等は、「**年金加入期間確認通知書**」に代わるものではありません。

あらかじめ年金事務所又は日本私立学校振興・共済事業団へ請求しておいてください。

請求先

加入していた年金制度	請求先
厚生年金 (民間の会社 (農協等に勤務していた期間))	最寄の 年金事務所 退職者ガイドブック P34参照
国民年金 (国民年金の保険料を納めていた期間)	※社会保険事務所は平成22年1月に 「年金事務所」となりました。
私立学校教職員共済組合 (私立学校に勤務していた期間)	日本私立学校振興・共済事業団 〒113-8441 東京都文京区湯島1-7-5 電話 03-3813-5321

- ※ 「年金加入期間確認通知書」は、60歳の誕生日以降でないとい発行されない場合もあります。
- ※ 臨時職員等の期間は、厚生年金に加入していないこともあります。その場合は、年金加入期間証明は発行されないこともあります。

～厚生年金、国民年金及び私立学校の年金を請求する場合には～

公立学校共済組合発行の「**年金加入期間確認通知書**」が必要になります。

交付を希望される場合は、次の書類を60歳の誕生日以降、福利相談員あてに郵送してください。

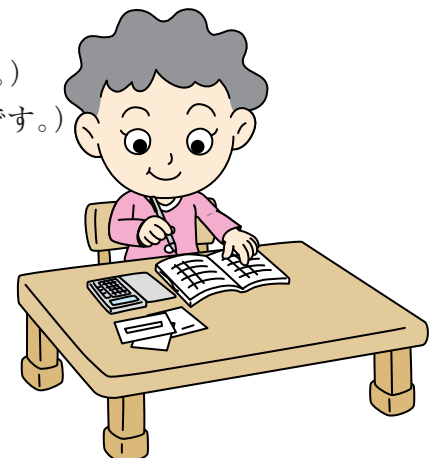
提出書類 ① 「年金加入期間確認請求書」

(年金決定請求書類作成の手引き書 P14 をご利用ください。)

- ② 履歴書の写し (A4版、所属所長の原本証明及び別表は不要です。)
- ③ 返信用封筒 (80円切手を貼ってください。)

提出先 〒420-8601 静岡市葵区追手町9番6号

静岡県教育委員会福利課 福利相談員
電話 054-221-3623



平成22年度における [特定健康診査]・[特定保健指導] が始まりました

特定健康診査を受診しましょう

健康管理担当

054-221-3181

特定健康診査とは、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健康診査で、健康の保持に努める必要がある方【特定保健指導対象者】を的確に抽出することを目的としています。

被扶養者の皆様

被扶養者の皆様には、7月の初旬に「特定健康診査・特定保健指導のご案内」及び「特定健康診査受診券」を配付いたしました*。予めご希望の実施機関に予約をし、**受診券と組合員被扶養者証**を持参のうえ、受診をお願いします。

* 平成22年4月1日において当共済組合の被扶養者で、今年度内に40歳以上75歳以下の年齢に達する年間を通じて加入している方が対象となります。

組合員の皆様の特定健康診査は、勤務先での定期健康診断の検査結果をもって代えることとしていますので、あらためて受診をしていただく必要はありません。

特定健康診査受診券		注意事項	
2010年7月1日 交付		1. この券の交付を受けたときは、すでに、下記の住所欄にご自宅の住所を自署してください。 (特定健康診査受診結果等の送付に用います。)	
受診券整理番号	10100000000	2. 特定健康診査を受診する際には、この券と被扶養者証を窓口へ提出してください。どちらか一方だけでは受診できません。	
受診者の氏名	性別	3. 特定健康診査はこの券に記載してある有効期限内に受診してください。	
生年月日	有効期限	4. 特定健康診査受診結果は、受診者本人に対して通知するとともに、保険者において保存し、必要に応じ、保健指導等に活用しますので、ご了承の上、受診願います。	
有効期限	2010年12月31日	5. 健診結果のデータファイルは、決選代行機関で点検されることある他、国への業務結果報告として匿名化され、部分的に提出されますので、ご了承の上、受診願います。	
健診内容	-特定健康診査-	6. 被扶養者の資格が無くなったときは、5日以内にこの券を保険者に返してください。	
窓口での自己負担	特定健診(基本部分)	7. 不正にこの券を使用した者は、罰則により罰金等として懲戒の処分を受けることもあります。	
	特定健診(詳細部分)	8. この券の記載事項に変更があった場合には、すぐに保険者に届出でて訂正を受けてください。	
	※ 自己負担がない場合は、無効となります。	住所	
保険者所在地	〒420-8601 静岡市葵区道平町9番6号	医療機関担当者さまへ この券は、貴機関において保管願います。	
保険者電話番号	054-221-3181	被扶養者証番号	
保険者番号・名称	34220012 公立学校共済組合静岡支部	所属コード	
契約とりまとの機関名	ド/日・金・李・結・病 集合口	所属所名	
支払代行機関番号	94899010	組合員氏名	
支払代行機関名	社会保険診療報酬支払基金		

検査結果により、健康の保持に努める必要のある方をレベル別に階層化します。【特定保健指導対象者】

特定健康診査の検査項目

- 既往歴の調査
- 自覚症状及び他覚症状の検査
- 身長・体重・腹囲及びBMIの計測
- 血圧・血中脂質・肝機能・血糖・尿の検査 など

【特定保健指導の対象者】 となられた方は

「福利しずおか」第68号でもお知らせしましたが、「特定保健指導対象者」となられた方は、「**動機付け支援**」・「**積極的支援**」のレベル別に階層化され、医師・保健師・管理栄養士等の指導による**特定保健指導**を利用していただきます。

「**動機付け支援**」・・・ 初回面接 + 実績評価

「**積極的支援**」・・・ 初回面接 + 3ヶ月以上の継続支援 + 実績評価

* 自らの健康状態を自覚し、**生活習慣を改善するための自主的な取組**を行うことを目的とした行動計画を策定し、**生活習慣の改善のための取組に対する働きかけを支援**するとともに、6ヶ月以上経過した後**に実績評価等**を行います。

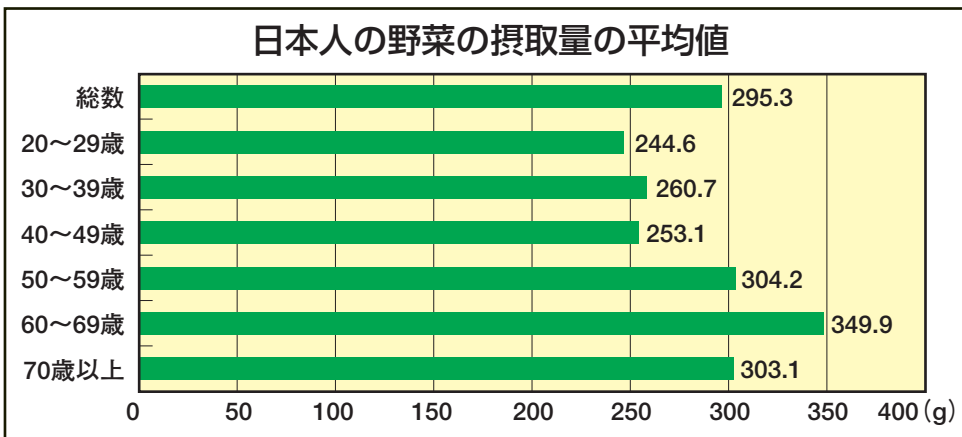
被扶養者の方で【特定保健指導対象者】になられた方には、後日、**特定保健指導利用券**を配付いたします。なお、**組合員の皆様**には、人間ドックを受診された一部の健診機関において実施しております。

◎各健診の検査結果や必要な情報は、共済組合の個人情報保護規程等関係法令を遵守し、健診機関等と共有し利用しています。

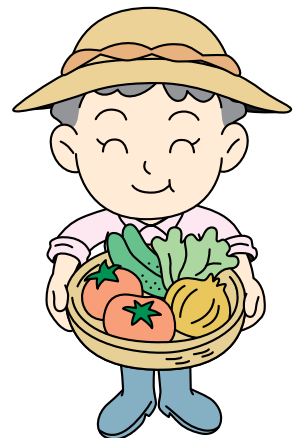
野菜は元気の源！

公立学校共済組合 関東中央病院
栄養士 清 亜弥子

メタボリック・シンドローム(内臓脂肪症候群)、糖尿病などの生活習慣病やがんなどの病気におびやかされている現代、その大きな原因は栄養バランスの偏りと運動不足等による消費カロリーの減少です。特に野菜不足は思っている以上に健康を害する原因になっているといわれます。**野菜の摂取目標は1日350g以上**ですが、すべての世代で下回っており、特に若い世代(10~40代)の野菜不足は深刻です。



(厚生労働省「国民健康・栄養調査」平成20年)



野菜は食事の中で魚・肉・卵・大豆製品のような主役にはなりにくいものの、ビタミンやミネラルなどの基本的な栄養素が豊富に含まれています。また、便通をよくしたり血糖値やコレステロールに働きかける食物繊維も多く含まれています。

【350g以上野菜を摂るための工夫】

朝 …忙しい時は手軽にできる献立を数種類作っておきましょう。たとえば、おにぎりと具沢山の味噌汁に漬物、またはパンと目玉焼きにサラダと牛乳というような献立を作り、味噌汁の具やサラダの材料に変化を持たせたりして、まずは一週間続けてみましょう。手抜きはしても食事は抜かないようにしましょう。

昼 …外食、市販のおにぎりやハンバーガーなどを持ち帰って食事をする機会が多い場合は、定食やお弁当などの野菜たっぷりのメニューを選びましょう。または、サラダや野菜ジュースをプラスしてもいいですし、生の野菜よりも多く摂れるおひたしや煮物なども利用してみましょう。

夕 …夕食はつい油っこいものを食べてしまいがちですが、魚・肉・卵・大豆製品と一緒に副菜は野菜中心の献立にしましょう。これができるようになると栄養のバランスがとれ、理想的な献立になります。

簡単に利用できる常備野菜があれば、献立に一品プラスすることもできます。たとえば、大根・セロリ・きゅうりなどの常備野菜を千切りにし、混ぜて合わせておきます。味付けはお好みでドレッシングやポン酢でさっと和えたり、ごま油を加えて中華風にしてみたりすることにより、時間をおいてもおいしく食べることができます。温野菜、蒸野菜などにしてもよいでしょう。

野菜はがんの予防、生活習慣病の改善、老化防止、整腸作用などの効果が期待される元気と健康の源です。トマト・なす・ピーマン・オクラなどの夏野菜も摂り入れて、1日350g以上を目標に摂るようにしましょう。

参考文献「1日野菜350gをペロリと食べるおいしいレシピ」より

プライバシーは厳守されるシステムになっておりますので、安心してご利用ください。
携帯電話・PHSからもご利用できます。(通話料無料)

面談による メンタルヘルス相談事業

悩みに向く
☎ 0120-783-269

臨床心理士・心理カウンセラーが面談カウンセリングをいたします。

●日本全国に相談窓口があります。●カウンセリング(面談相談)1回の相談時間は約50分で、5回まで無料です。

面談予約受付時間

平日9:00~21:00 土曜日9:00~16:00
(日・祝祭日・12月31日~1月3日を除く)

教職員健康相談24

24時間 やさしく
☎ 0120-24-8349

心と体のさまざまなご相談に、24時間体制でお応えします。また、9:00~22:00には心理カウンセラーによる電話でのメンタルヘルスカウンセリングをご利用いただけます。

●健康・医療相談 ● 介護相談 ● 育児相談 ● メンタルヘルスに関する相談 ● 医療機関情報のご提供 ● PET(陽電子放出断層撮影装置)を用いたがん検診施設のご紹介 ● 夜間・休日の医療機関のご案内 ● 介護などシルバー情報のご提供など



専門医による セカンドオピニオン相談事業

2番目の医師によく(相談)
☎ 0120-214-249

さまざまな疾病(*)でお悩みの方に、電話・面談によるセカンドオピニオンサービスを提供いたします。また、ご相談内容に応じて、各専門分野を代表する専門医を紹介いたします。

(*)入院・転院を目的としたサービスではございません。また、疾病や内容により、サービスをご利用いただけない場合がございます。その他、ご利用に際しては事前に診療情報提供書をご準備いただくなど諸条件がございます。

まずはお気軽にお問合せください。

受付時間 10:00~16:00 (土日・祝祭日・12月31日~1月3日を除く)
セカンドオピニオンとは・・・

「第2の意見」と訳され、よりよい医療や治療方法を選択するために、主治医から示されている病名や診断内容・治療方法などについて主治医以外の医師に意見を求めることです。

 公立学校共済組合 (委託先: ティーベック)



公立学校共済組合 関東中央病院

<http://www.kannto-ctr-hsp.com>

所在地 〒158-8531 東京都世田谷区上用賀 6-25-1
Tel(03)3429-1171(代)

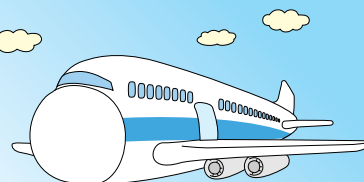
診療科目等 呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、代謝内分泌内科、神経内科、腎臓内科、精神科、小児科、一般外科、消化器外科、呼吸器外科、甲状腺外科、乳腺外科、心臓血管外科、整形外科・リハビリテーション科、形成外科、脳神経外科、皮膚科、泌尿器科、産婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、放射線科、健康管理科
その他:「専門外来」「医療相談」「メンタルヘルス相談」「教職リハビリ」※詳細は当院HPを御覧ください

「ふじのくに3776友好訪中事業」に健康増進・宿泊施設利用券を!

厚生・住宅担当 054-221-3137

現在、静岡県が行っています富士山静岡空港から中国浙江省を訪れる「ふじのくに3776友好訪中事業」に、組合員の皆様に参加する場合にも、健康増進・宿泊施設利用券を利用できます。

※出張など、仕事での利用はできません。



スポーツの秋に向けて 健康づくりに!

健康増進・宿泊施設利用券を!



厚生・住宅担当 054-221-3137

4月に組合員の皆様にお配りした健康増進・宿泊施設利用券は、下記のスポーツ施設・スポーツ教室にも使用できます。

スポーツ施設 ※施設の所在地・連絡先は利用券添付の一覧表をご覧ください。

敷根公園屋内温水プール	富士宮市芝川B&G海洋センター	御前崎市民プール
マリンスパあたま(プール)	清水テルサ(プール・トレーニングルーム)	さんりーな(プール・トレーニングルーム)
中伊豆室内温水プール	静岡県立水泳場	エコパアリーナ(トレーニングルーム)
三島市民体育館・三島市民温水プール	静岡県草薙総合運動場(プール等)	月見の里学遊館(プール)
静岡県総合健康センター(体育館使用)	ふれあい健康増進館 ゆらら(プール等)	磐田温水プール
沼津市室内温水プール	もくせい会館(体育館使用)	浜北温水プール
ふれあいプール玉穂	アクアスやいづ(プール・トレーニングルーム等)	浜松アリーナ(トレーニングルーム)
富士宮市民体育館(トレーニングルーム)	静岡県武道館(トレーニングルーム)	花川運動公園テニスコート
静岡県富士水泳場	島田市営プール	可美公園総合センター水泳場

スポーツ教室 ※教室の内容については各施設にお問い合わせください。

財団法人伊東市振興公社 伊東市民体育センター等でのスポーツ教室	財団法人静岡県体育協会 静岡県立水泳場でのスポーツ教室	財団法人静岡県体育協会 静岡県武道館でのスポーツ教室
シンコススポーツ株式会社 三島市民体育館等でのスポーツ教室	財団法人静岡県体育協会 静岡県草薙総合運動場でのスポーツ教室	財団法人浜松市体育協会 江之島水泳場での水泳教室
財団法人しずおか健康長寿財団 静岡県総合健康センターでのスポーツ教室	財団法人静岡県教職員互助組合(健康づくり) 互助組合が主催する健康づくりへの支援 夏季(斑尾高原)講座・冬季(スキー)講座	フィールドワーク

静岡県教職員互助組合宿泊施設のご紹介

お得なプラン・特典の情報は、ホームページにてご紹介しております。



財団法人 静岡県教職員互助組合直営施設

ご予約・お問合せ

光と水と安らぎと

サンレイク美浜

tel. 053-592-2200

<http://www.sunlake-mihama.com>

浜松市西区舞阪町弁天島

サンレイク美浜

検索

宿泊料金(1泊2食・税サ込)

美浜膳コース	9,800円(組合員料金) 14,000円(一般料金)
浜名湖膳コース	8,800円(組合員料金) 12,700円(一般料金)

※ご宿泊(1泊2食)利用者に限りです。
※ご予約時又はチェックインの際にお申出ください。

フルーツ狩り 特別入園料のご案内

りんご狩り

9月1日~10月31日



三方原りんご園

園内には、8種類の品種が栽培されています。期間内、味が異なる数種類のりんごを楽しむことができます。

	通常料金	特別入園料
中学生以上	1,100円	→ 600円 (お土産付)
小学生	600円	→ 300円
3歳以上	300円	→ 100円

みかん狩り

10月中旬~12月中旬



三ヶ日みかん

三ヶ日町特産の温州みかん。三ヶ日には浜名湖に向かった日当たりのよい南向き斜面が多く、みかん畑が一面に広がっています。

	通常料金	特別入園料
中学生以上	1,100円	→ 500円 (お土産付)
小学生	800円	→ 400円
3歳以上	600円	→ 300円

ご宿泊(1泊2食)ご利用の方で「福祉しずおか第69号」をご持参いただきますと、「お土産」進呈(1枚で1名様1回限り)