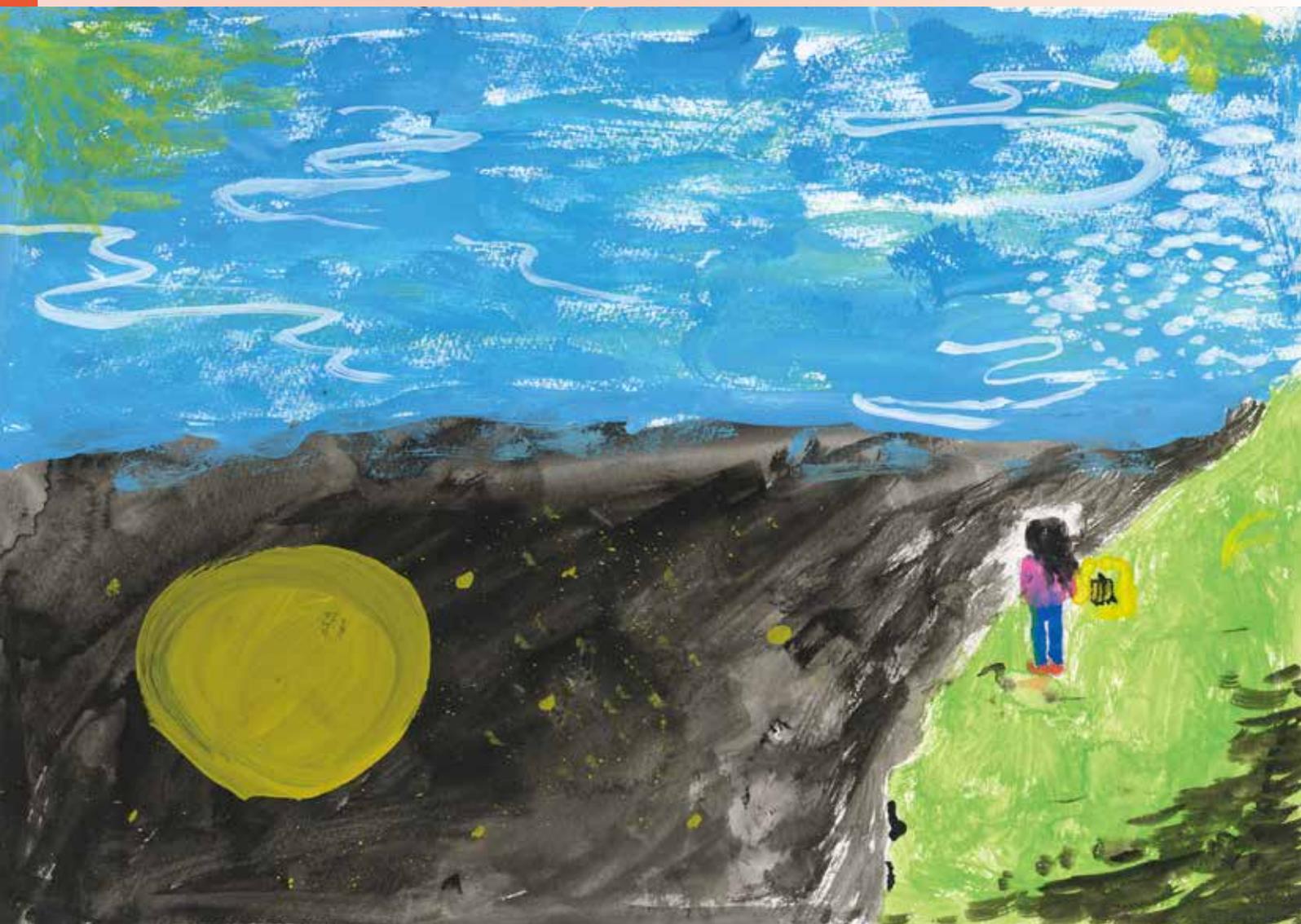


vol. 147  
2023 秋号



#### Information

被扶養者の再審査と加入者証等の検認を実施しています  
定時決定の「確認通知書」を送付しました  
令和5年度 積立共済年金・共済定期保険 後期募集  
在職定時改定にかかる通知書の送付

#### 芸術・文化・健康

- 名画のものがたり  
ジョルジョーネ  
「老女」
- おうちで作ろう 簡単レシピ  
小松菜入りツナそばろ

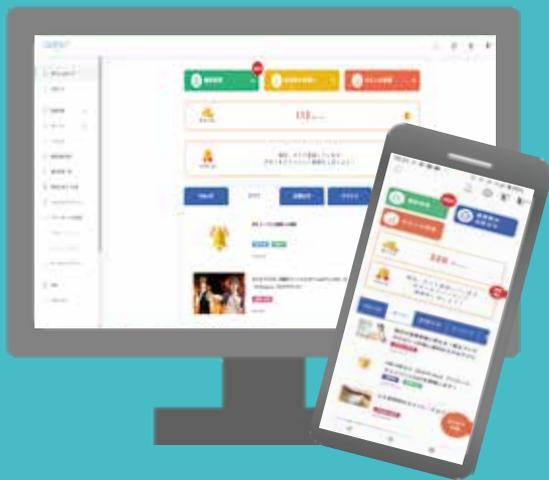
「QUPiO Plus 冊子」 ～特定健診結果をお知らせ～



「QUPiO Plus 冊子」は、一人ひとりの健康状態に合わせたアドバイスが載った **あなただけの情報冊子** です。ぜひ、健康づくりにお役立てください！

※学校法人等から提出された健診結果に基づき、お届けします。  
 ※加入者には学校法人等経由で、被扶養者や任意継続加入者にはご自宅に直接お届けしています。  
 ※WEB版の利用登録に必要な「認証コード」が記載されています。

「QUPiO Plus WEB」 ～毎日の健康づくりをサポート～



「QUPiO Plus WEB」には、あなたの健診結果の分析結果や、健康づくりに役立つ情報が満載

**初回ログインだけで豪華賞品が当たる抽選会にすぐ参加できます！**

初回登録はこちらから↓



※「QUPiO Plus WEB」の利用には、初回登録が必要です。  
 ※抽選会は年3回(9、12、3月頃)開催しています。

生活習慣病の発症予測

健診結果をもとに5年後の生活習慣病発症リスクを判定！



健康づくりイベント/キャンペーン

手軽に楽しく取り組めるバーチャルイベントに参加！



ポイントプログラム

健康づくりに取り組みお得な商品に交換できるポイントをゲット！





vol. 147  
2023 秋号



〈表紙の絵〉  
「私とふしぎな空と海」  
東京都 神野 結菜さん(8歳)

## 2 ●名画のものがたり

vol.75 ジョルジョーネ  
「老女」 利倉 隆



DL マークのある用紙は、私学共済ホームページ【様式用紙等ダウンロード】からダウンロードできます。

### Information

- 4 被扶養者の再審査と加入者証等の検認を実施しています
- 5 定時決定の「確認通知書」を送付しました
- 6 共済運営委員会の報告  
共済業務の第4期期間中における取組みに係る令和4年度の実績と評価結果及び第4期中期展望及び期間中における取組み実績評価結果
- 10 令和5年10月からの基準利率及び年金現価率（退職等年金給付）  
令和4年度 年金積立金の運用状況
- 13 令和4年度 宿泊・医療施設の利用状況
- 14 令和4年度 共済業務の決算（概況）  
DV・虐待等被害を受けている人の手続き  
年末調整用の書類を送付します
- 15 令和5年度 積立共済年金・共済定期保険 後期募集
- 16 在職定時改定にかかる通知書の送付  
退職等年金給付にかかる遺族一時金
- 17 併給調整のしくみ
- 18 ジェネリック（後発）医薬品の利用をおすすめします
- 19 限度額適用認定証の更新（継続）手続き
- 20 暮らしに役立つ 加入者貸付

## 22 ●めざそう健康体！カラダによいこと

2021年度 特定健診の結果分析  
東京臨海病院 健康医学センター長  
消化器内科部長 山田 俊夫

## 24 ●レ・トラ

札幌GP／対岳荘／広島GP／あじさい荘／  
兼六荘／大阪GP／年末年始の宿泊施設

## 30 ●読者の窓

- お近くの共済業務課をご利用ください
- 年末年始の共済業務

## 32 ●チャレンジ the パズル

隠れた二字熟語／積み木とおもり

## 33 ●おうちで作ろう 簡単レシピ

小松菜入りツナそばろ  
フードコーディネーター 庭乃 桃

●私学共済制度の構成 ●編集室

○加入者や被扶養者の皆様からの健康等に関する相談にお応えします。

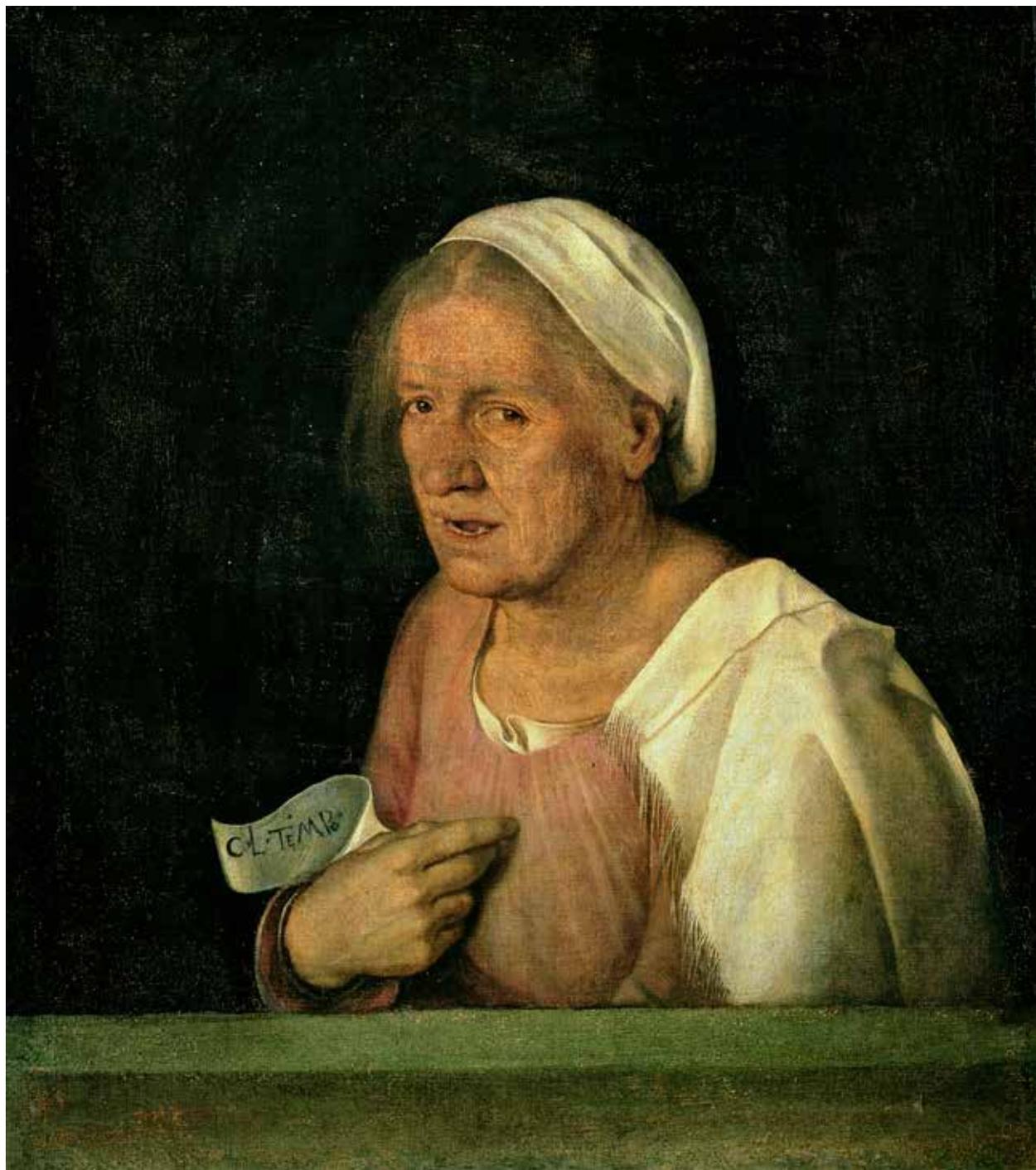
私学共済制度の福祉事業では、健康・医療・メンタルヘルス・育児・介護などの相談サービスを行っています。  
「私学事業団 健康相談ダイヤル」「セカンドオピニオン相談」のフリーダイヤル及び「Webカウンセリング」のURLは、「私学共済ブック 2022・2023」の235ページ等をご覧ください。

利倉 隆

Takashi Toshikura

# 老女

La Vecchia



1508-10年頃 カンヴァス 油彩 68×59cm アカデミア美術館 ヴェネツィア 画像：アフロ

## ジオルジョーネ Giorgione (1476 / 78-1510年)

故郷は北イタリアのカステルフランコ・ヴェネト。少年期にヴェネツィアでジョヴァンニ・ベリーニの工房に入った。作品はわずかだがその数も個々の制作年も諸説あって一定しない。作品の多くがヴェネツィアの貴族のために描かれた私的な制作で、代表作《嵐》のように登場人物、主題とも謎に包まれているものがある。人物像とも一体化した詩情に満ちた風景表現を開拓し、総じて夢想的、後年には肖像画を描いている。未完の遺作には後輩のティツィアーノが完成させたものが複数ある。



手前の手すりの向こう側に、暗い背景から艶のない肌と乱れた髪、ごく質素な身なりの年老いた女性の上半身が浮かび上がり、彼女はもの問いたげにこちらをじっと見つめています。あるいは観る者に何かを語ろうとしているのか、その半ば開いた口には歯が欠けているのが分かります。そしてその目と表情には深い疲労と悲哀の色も宿しています。

現代イタリアの思想家で作家でもあるウンベルト・エーコの奇書『醜の歴史』に収められた数多くの図版のひとつに彼女の姿を見つけた時には、いささかの違和感を覚えたものです。それはそこに「醜」という言葉に含まれる強く否定的なイメージとは異質のものを感じたからです。

老女の右手には小さな紙片が握られ、それには COL TEMPO（時とともに）と記されており、彼女の指先はおずおずと己の胸に向けられています。するとこの絵は時の及ぼす不可避の力を表すもので、彼女は時間の概念を人の姿で表した、「時」の寓意像なのか。あるいはその老いの姿を通じて美のはかなさ、さらには生の虚しさを私たちに伝えようとしているのか。とはいえその個性的な表情には深みがあり、老女の確かな存在感は、たんに寓意像とはいえない、ある特定の人物が画家の前にいたことを想像させます。すなわちこれは寓意的な意味も帯びた肖像画ではないかと。

本図はジョルジョーネの作品中でもその主題や人物をめぐる今なお謎の多い名品《嵐》とともに、あるヴェネツィアの富裕なコレクターの所蔵であったことが知られています。そしてこれはジョルジョーネが彼の母親を描いたものだという古い記録も伝わっています。実の母親を、老いが冷酷に印された姿として、随分容赦のない仕方で描いたものだと驚く人もいるかもしれません。イタリア・ルネサンス絵画において1500年前後の数十年間は、肖像画が独立したジャンルとして確立され発展した時代でした。また、その世紀転換期にドイツの画家デューラーは二度にわたりヴェネツィアに滞在しています。彼の厳しいリアリズムはジョルジョーネを含むヴェネツィア派の画家たちに影響を及ぼしていますが、後年、そのデューラーにも母親像が、それも死の二か月前の姿を表した素描があるのです。そのドイツ人画家は、さまざまな老いの痕跡を直視しており、しかしそれは老醜というより、むしろ有限な生という人間存在の本質に迫っているようです。そしてそれと同じことがここで、ジョルジョーネの老女にも見られるのです。

一般に肖像画の特徴として、観る者を見返している画中の人物の視線があります。この老女は私たちに何を伝えようとしているのでしょうか。でも、その視線の奥には老女を描いた画家の存在があります。語りかけてくるのはジョルジョーネなのだ、そのようにすら感じさせます。年老いて、枯れてさびた人間の顔には、その人の生きた過去のおびただしい時の痕跡が印されているものです。そこには宗教画や神話画のようなスケールの物語性はないかもしれませんが、人生という個人にとってかけがえのない物語があるのです。1点の優れた肖像画はひとつの伝記だと言った詩人もいます。しかしながら、この絵の作者自身の伝記的事柄はほとんど分かっていません。10年ほどの充実した創作活動ののち、ジョルジョーネはヴェネツィアでペストが流行した時に唐突にその短い生涯を終えました。まだ30代はじめだったはずです。

資格

## 被扶養者の再審査と加入者証等の検認を実施しています

業務部  
資格課

私学事業団では、被扶養者の要件を満たしているかを確認するため、2年に1回全国を2ブロックに分けて被扶養者再審査を実施するとともに、加入者証や加入者被扶養者証の検認を毎年実施しています。

### 【西日本ブロック（県コード 16 から 47）】

被扶養者再審査と加入者証等の検認を実施しています。

#### ●実施日

令和5年9月13日	～9月15日	学校等宛て通知文等発送
5年11月8日		提出物締め切り
6年2月7日		再審査結果発送

#### ●被扶養者再審査の実施方法

本事業団から送付した「被扶養者再審査回答書」（以下「回答書」といいます）に、被扶養者の要件にかかる内容を加入者が確認して記入し、学校等が取りまとめて本事業団へ提出します。

また、回答書を提出する際には、確認書類を添付する必要はありませんが、本事業団が後日必要と認めた場合は、確認書類を追加で提出していただくことがあります。

**回答書の提出がない場合は、被扶養者として認定を継続できないため、本事業団において被扶養者の認定を取り消します。必ず回答書を学校等に提出してください。**

#### ●再審査の対象者

4年12月31日以前に被扶養者の認定をされている次の①、②のいずれか（又は両方）に該当する人

- ①平成17年4月1日以前に生まれた被扶養者
- ②同居が認定の要件になっている被扶養者

**注** 令和5年12月1日までに75歳を迎える被扶養者又は75歳を迎える加入者の被扶養者は除きます。

#### ●被扶養者再審査で確認する内容

被扶養者の恒常的収入（年収見込額、年金額を含みます）や、加入者との同居状況などの要件を確認し、回答書に記入してください。

回答書の記入例は加入者一人につき1枚（再審査の対象となる被扶養者のいる加入者数分）を学校等に送付しています。

被扶養者としての要件を欠いていることが分かったときは、**回答書に要件を欠いた日（認定取消年月日）**を記入し提出してください。

併せて「被扶養者取消申請書<sup>DL</sup>」により学校等を通して被扶養者取り消しの手続きをしてください。

#### ●加入者証等の検認の実施方法

被扶養者がいない加入者や、再審査の対象とならない被扶養者とその加入者は「加入者証等検認表」を送付していますので、加入者証等の内容を確認して学校等に報告してください。

検認結果は、学校等が取りまとめて本事業団に報告します。

なお、内容に訂正等がある場合は、所定の用紙で手続きをしてください。

## 【東日本ブロック（県コード01から15）】

加入者証等の検認を実施しています。実施方法は、前記の加入者証等の検認と同様です。

### ●実施日

5年9月19日～5年9月21日 学校等宛て通知文等発送

被扶養者の再審査及び加入者証等の検認については、私学共済ホームページ〔私学共済事業のご案内▶お知らせ一覧〕にも掲載しています。

資格

## 定時決定の「確認通知書」を送付しました

業務部  
資格課

### ●定時決定とは

加入者の標準報酬月額、資格取得時（通常は採用時）に学校等から報告された報酬に基づき決まりますが、その後に昇給や手当の増減により報酬に変更があるのが一般的です。

そこで、標準報酬月額を実際の報酬と見合ったものにするため、毎年7月に4月、5月及び6月の報酬を学校等から報告していただき、その年の9月から翌年の8月までの標準報酬月額及び等級を決定します。

### ●確認通知書を送付しました

定時決定の「確認通知書（2）」を令和5年9月中旬に学校等に送付しました。通知書を受け取ったら、報酬月額や等級など記載内容を確認してください。

記載されている等級で5年9月分以降の掛金等を算定しています。

記載内容については、学校等にお問い合わせください。

### ●後期高齢者医療制度に

#### 該当する人

年金等給付・短期給付とも適用から外れます。「確認通知書（2）」には、標準報酬月額及び等級が表示されますが、掛金等の徴収はありません。

### 「確認通知書(2)」の記載内容

#### 定時決定

確認通知書(2)		日本私立学校振興 共済事業 <b>見本</b>	
加入者番号	加入者氏名	生年月日	性別
<b>定時決定</b> 13A9999-00999	湯島 太郎	昭和50年11月2日	男
令和5年9月	340,983円	24 340千円 21 340千円	令和4年10月 334,131円 24 340千円 21 340千円

- 学校等から提出された基礎届書の報告に基づき4月、5月及び6月の報酬の平均額で決定します。
- 3か月とも無給又は休職給が支払われている、もしくは通常の加入者は支払基礎日数が17日未満、短時間労働加入者は11日未満であった等の場合は、現在確認されている標準報酬月額と同額で決定します。

#### 定時決定（年平均額）

確認通知書(2)		日本私立学校振興 共済事業 <b>見本</b>	
加入者番号	加入者氏名	生年月日	性別
<b>定時決定 年平均額</b> 13A9999-01000	湯島 一郎	昭和43年3月9日	男
令和5年9月	389,527円	26 380千円 23 380千円	令和4年10月 427,852円 28 440千円 25 440千円

- 学校等から提出された基礎届書及び年平均額にかかる申立書・同意書に基づき前年7月から当年6月までの報酬の平均額で決定します。

#### 定時決定不要者

確認通知書(2)		日本私立学校振興 共済事業 <b>見本</b>	
加入者番号	加入者氏名	生年月日	性別
<b>定時決定不要者</b> 13A9999-01001	私学 次郎	昭和33年7月19日	男
令和5年9月	525,000円	31 530千円 28 530千円	令和5年7月 525,000円 31 530千円 28 530千円

- 令和5年6月1日から8月31日までに資格取得した人（所属学校変更の場合は除きます）は資格取得時の報酬月額で決定します。
- 令和5年7月及び8月に標準報酬月額改定を確認した人は、その報酬月額で決定します。

#### 定時決定（保険者決定）

確認通知書(2)		日本私立学校振興 共済事業 <b>見本</b>	
加入者番号	加入者氏名	生年月日	性別
<b>定時決定 保険者決定</b> 13A9999-01002	御茶水 花子	昭和54年5月22日	女
令和5年9月	261,980円	20 260千円 17 260千円	令和4年10月 261,980円 20 260千円 17 260千円

- 学校等から基礎届書の提出がなかった場合又は記入漏れの場合は、やむを得ず私学事業団が現在確認している直近の報酬月額で決定します。

お知らせ

## 共済運営委員会の報告

総務部  
総務課

令和5年6月21日に第88回共済運営委員会が開催されました。次の事項について審議・報告され、了承されました。審議事項の内容は、それぞれ本誌に掲載しています。

### 1 審議事項

- ①令和4事業年度決算（共済業務関係）（案）について
- ②共済業務の第4期期間中における取組みに係る令和4年度の実績と評価（案）について
- ③共済業務における第4期中期展望及び期間中における取組み実績評価（平成30～令和4年度）（案）について
- ④令和4年度年金積立金の業務概況書（案）について
- ⑤退職等年金給付に係る基準利率及び年金価率の設定（案）について

### 2 報告事項

- ①令和5年度加入者保険料に対する都道府県補助金予算計上状況について
- ②私学共済制度に係る関係法令等の改正等について

評価

## 共済業務の第4期期間中における取組みに係る令和4年度の実績と評価結果 及び第4期中期展望及び期間中における取組み実績評価結果

企画室

共済業務においては、加入者等へのサービスの向上及び運営・経営改善のために、短期給付、年金等給付及び福祉の3事業について、自主的に5年間の「中期展望」及び「期間中における取組み」を策定し、その取組みの実績と評価について共済運営委員会の意見を聴くこととしています。

令和5年6月21日に第88回共済運営委員会が開催され、「共済業務の第4期期間中における取組みに係る令和4年度の実績と評価」、「共済業務における第4期中期展望及び期間中における取組み実績評価」について審議がなされ、次のとおりの評価結果となりましたので、お知らせします。

## 4年度における実績と評価結果

### 総括的意見

令和4年度の共済業務においては、前年度に引き続き新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防対策を行ったことにより、影響を受けた事業も一部あったものの、制度関係や短期給付事業、年金等給付事業及び福祉事業等の業務関係ともに着実に業務を遂行しており、事業全体にわたって業務改善が図られている。また、財務関係や組織及び業務運営関係についても透明性を確保し、適正かつ効率的に遂行している。

### 個別意見

#### 【制度関係】

#### ●調査・検討

#### マイナンバー（社会保障・税番号制度）への対応

マイナンバーの利活用の拡大等について、国の動向等に注視しつつ対応している。引き続

き、マイナンバーカードと健康保険証の一体化等の対応にあたっては、適切な情報管理に努めていただきたい。

## 【業務関係】

### ●適用・徴収業務

#### 掛金の確実な徴収

掛金等の口座振替利用促進に関して、令和4年度末の口座振替率は94.2%となり、掛金徴収率は99.94%となったことについては評価できる。引き続き、掛金等の確実な徴収に努めていただきたい。

### ●短期（医療）給付事業

#### 適正かつ迅速な給付の決定・支給

ジェネリック医薬品の利用促進については、ジェネリック医薬品差額通知を対象者15万人に送付し、加えて新規加入者等に「ジェネリック医薬品お願いカード」を配付するなどの普及に努めている。その結果、令和4年12月受診率は82.5%となり、厚生労働省が定めた目標である80%以上を維持したこと、また、財政的にも医薬品にかかる医療費を抑制したことは評価できる。引き続き、利用促進に努めていただきたい。

### ●福祉事業

#### 保健事業

特定健診・特定保健指導については、「第3期特定健康診査等実施計画」に基づいて実施し、実施率向上に向けた努力は認められるが、実績と目標との差が大きいことから、学校法人等や加入者及び被扶養者の意識啓発をさらに図るなど実施率の向上に努めていただきたい。

#### 医療事業

令和3年度に引き続き、東京都からの要請を受け、専門外来を設置し新型コロナウイルス感染症患者へ積極的に対応したことは、人的及び物的資源面から病院としての相当な負担感があるにもかかわらず、地域の基幹病院として医療崩壊を招かないための地域への貢献も果たしていることは高く評価できる。また、引き続き経営改善に努めていただきたい。

### ●広報・相談業務

#### 広報活動の充実

私学共済事業ホームページのリニューアルを実施し、学校法人及び加入者等の利便性向上を図ったこと、また速やかな情報発信や情報提供の充実を図ったことは評価できる。

## 【財務関係】

#### 年金資産の安全かつ効率的な運用・管理

年金資産の運用については、年金積立金ごとに「管理運用の方針」に基づいて、リスク管理が適切に行われている。今後も安全かつ効率的な管理及び運用に努めていただきたい。

## 【組織及び業務運営関係】

#### 業務・システムの最適化

共済業務に係るITの活用方針に基づき、ホームページリニューアルについて国の基準に準拠した情報セキュリティ対策を実装して運用を開始するとともに、国が進めるデジタル化の施策を踏まえて共済業務にかかるIT活用を推進したことは高く評価できる。

## 第4期(平成30～令和4年度)における取組み実績評価結果

### 総括的意見

第4期の共済業務においては、新型コロナウイルス感染症拡大により影響を受けた事業が一部あったものの、制度関係や短期給付事業、年金等給付事業及び福祉事業等の業務関係ともに適切に実施したことは評価できる。

また、期間中に複数回発生した特定非常災害等に指定された災害により被災した加入者等への対応を速やかに実施したことは高く評価できる。

事業全体としては、改善・充実に向けた努力が行われており、個別の事業については以下のとおりとなるが、各事業を通じておおむね良好であったものと評価できる。

全体的には、期間中の取組みの所期の目標を達成していると認められる。

### 個別意見

#### 【制度関係】

##### ●調査・検討

#### 年金等給付事業に係る財源の検証を踏まえた掛金率の設定

令和元年再計算結果に基づき、令和2年4月以降5年間の加入者保険料率（軽減保険料率）を設定したこと、及び退職等年金給付掛金について令和2年9月分から令和7年3月分の掛金率を0.3%軽減し、学校法人及び加入者等の負担軽減を図ったことは高く評価できる。

#### 押印見直しへの対応

私学共済法施行規則（省令）の改正を契機として、省令に規定されていない共済事業における事務手続きについても自主的に押印の見直しを行い、学校法人及び加入者等の事務負担の軽減と利便性の向上を図ったことは高く評価できる。

#### 【業務関係】

##### ●適用・徴収業務

#### 掛金の確実な徴収

掛金等の口座振替利用促進に関して、口座振替校を平成29年度末88.2%から令和4年度末94.2%と向上させ、掛金徴収率が4年度末で99.94%となったことについては評価できる。引き続き、掛金等の確実な徴収に努めていただきたい。

##### ●短期（医療）給付事業

#### 適正かつ迅速な給付の決定・支給

ジェネリック医薬品の利用促進については、ジェネリック医薬品差額通知を対象者に送付し、加えて新規加入者等に「ジェネリック医薬品お願いカード」を配付するなどの普及に努めている。その結果、令和4年12月受診分は82.5%となり、厚生労働省が定めた目標である80%以上を維持したこと、また財政的にも医薬品にかかる医療費を抑制したことは評価できる。

##### ●福祉事業

#### 保健事業

特定健診・特定保健指導については、「第3期特定健康診査等実施計画」及び「第2期データヘルス計画」に基づき加入者及び被扶養者の生活習慣病の予防や健康の保持増進に向けて見直しを行いながら保健事業を行ったことは評価できる。

しかしながら、特定健康診査、特定保健指導いずれも実施率は目標と乖離している。私学

共済制度の特殊性は理解できるが、今後、後期高齢者支援金の加算・減算制度の基準が厳しくなることから、学校法人等や加入者及び被扶養者の意識啓発に向けたさらなる取組みを強化し、実施率の向上に努めていただきたい。

### 医療事業

コロナ禍以降、東京都からの要請を受け、専門外来を設置し新型コロナウイルス感染症患者へ積極的に対応したことは、人的及び物的資源面から病院としての相当な負担感があるにもかかわらず、地域の基幹病院として医療崩壊を招かないための地域への貢献も果たしていることは高く評価できる。引き続き、近隣医療機関等と連携を強化し地域完結型医療を推進するなど、効果的・効率的な運営により、一層の経営改善に努めていただきたい。

### 宿泊事業

コロナ禍により人の動きが制限される中、感染症防止対策を徹底し利用促進に努めるとともに、収入増加策及び経費削減策を実施し経営の健全化を図る取組みを行った努力は認められる。今後も収入の増加及び経費削減策を着実に実施し、引き続き、収支改善に向けて一層の努力をお願いしたい。

### 貯金事業

積立貯金事業においては、資産運用の環境が厳しい中、市中の預金利率を上回る貯金利率を維持したこと、及び積立共済年金事業において、加入者への還元として予定利率（1.25%）を維持したことは評価できる。

## ●広報・相談業務

### 広報活動の充実

令和2年度より共済だよりレターの発行回数を年6回から4回へ変更したことや、私学共済事業ホームページにレターデジタル版を掲載したこと、また令和4年度にホームページのリニューアルを実施し、学校法人及び加入者等の利便性向上を図るなど、広報業務の効率化及びホームページの充実を図ったことは評価できる。

## 【財務関係】

### 年金資産の安全かつ効率的な運用・管理

年金資産の運用については、年金積立金ごとの「管理運用の方針」に基づいて、リスク管理が適切に行われている。また、年金積立金の管理運用状況については、資産運用検討委員会の意見や評価を受け、客観性・透明性の確保に努めている。今後も安全かつ効率的な管理及び運用に努めていただきたい。

## 【組織及び業務運営関係】

### 業務・システムの最適化

汎用コンピュータのオープン化については、5か年計画に基づき本番移行後も安定稼働していること、また本番移行に伴って経常費用の削減に取り組んだ結果、初期費用の回収見込年数の削減が図られたことは高く評価できる。さらに、共済業務にかかるITの活用について、国が進めるデジタル化の施策を踏まえた方針に基づき具体的実行計画を策定し、計画的に取組みを進めていることは高く評価できる。

### 予測不可能な事態への対応

特定非常災害等に指定された災害に被災した学校法人及び加入者等に対して、迅速に特例措置等の支援策を周知するとともに、現地に赴き加入者等の相談に応じ、迅速に給付を決定した他、コロナ禍における共済事務の取り扱いを適切に周知したことは高く評価できる。

## 令和5年10月からの基準利率及び年金現価率 (退職等年金給付)

### ●退職等年金給付とは

退職等年金給付は、加入者と学校等が折半で掛金を負担する積立方式の年金制度です。

具体的には、退職等年金給付掛金を負担することにより積み立てられた財源とこれに対する毎月の利子（**基準利率**に基づく複利）を原資（※1）とし、その原資と**年金現価率**（※2）に基づき年金額が決められます（図参照）。

### ●基準利率等の設定方法

毎年10月から適用する基準利率は、その年の9月30日までに見直しを行い、国債の利回り（10年国債応募者平均利回りの直近1年間又は5年間の平均のいずれか低い率）を基礎として、積立金の運用の状況及びその見通し並びに国家公務員共済組合の基準利率を勘案して設定されます。また、年金現価率は、基準利率や死亡率等を勘案し、設定されます。

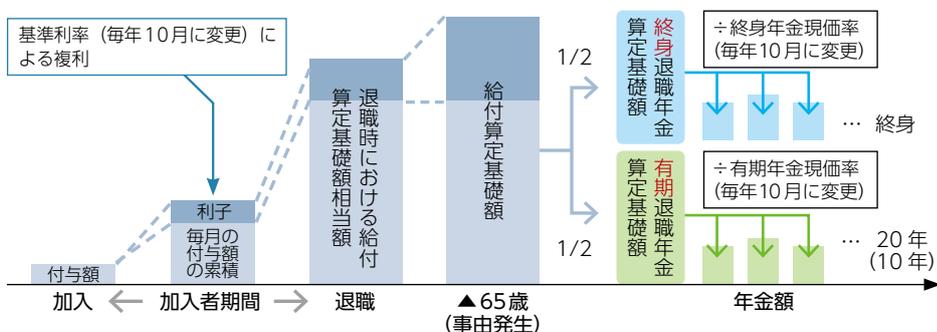
### ●5年10月からの基準利率は0.07%

5年10月から適用する基準利率は、基礎となる国債の利回りが0.0756%であったことを踏まえ、これまでの0.02%から0.07%に見直されました。

また、基準利率の見直しに伴い、年金現価率も変更されました（年金現価率は、私学共済ホームページ [私学共済事業のご案内▶年金等給付▶年金等給付の概要▶退職等年金給付] を参照してください）。

変更後の年金現価率による5年10月からの退職年金の額は、対象者宛てに改定通知書を送付します。

図 退職等年金給付の運営イメージ



※1 原資(給付算定基礎額)の半分を終身退職年金算定基礎額、半分を有期退職年金算定基礎額といたします。

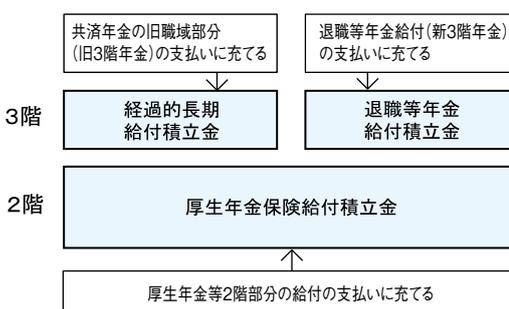
※2 給付算定基礎額を1年分の年金額に換算するための率で、終身年金現価率と有期年金現価率があります。

## 令和4年度 年金積立金の運用状況

### 【年金積立金の区分】

年金積立金は、図のとおり、厚生年金等2階部分の給付の支払いに充てるための厚生年金保険給付積立金、共済年金の旧職域部分相当給付（旧3階年金）の支払いに充てるための経過的長期給付積立金、退職等年金給付（新3階年金）の支払いに充てるための退職等年金給付積立金に区分し、運用しています。

図 年金積立金のイメージ



## 【管理運用の方法】

年金積立金は、それぞれの積立金ごとに適切に管理運用を行うため、基本ポートフォリオを含む「管理運用の方針」を定めています。

### ●管理運用の目的

加入者（被保険者）の利益のため、長期的な観点から、安全かつ効率的に管理運用を行うことを目的としています。

### ●運用の目標

#### 厚生年金保険給付積立金

厚生年金の給付に必要な資金を確保しつつ、長期的に実質的な運用利回り（運用利回りから名目賃金上昇率を差し引いたもの）を最低限のリスクで確保することを目標としています。

#### 経過的長期給付積立金

旧職域年金の給付に必要な資金を確保しつつ、長期的に実質的な運用利回りを最低限のリスクで確保することに加え、厚生年金保険料や退職等年金給付掛金の軽減に寄与することを目標としています。

#### 退職等年金給付積立金

制度上設定される基準利率以上の運用利回りの確保を目標としています。

### ●基本ポートフォリオによる投資

積立金ごとに運用の目標は異なることから、それぞれ長期的観点で最適な資産配分と考える「基本ポートフォリオ」を策定しています。特に厚生年金保険給付積立金と経過的長期給付積立金については、リスク・リターン等の特性が異なる複数の資産への分散投資を基本としています。なお、基本ポートフォリオは適宜検証を行っており、必要に応じて見直すこととしています。

### ●資産運用検討委員会

資産運用検討委員会は、私学関係者と資産運用関係の有識者で構成され、年金積立金の運用に関する管理運用の方針の策定及び変更、基本ポートフォリオの検証、管理運用状況の評価及び公表に関して意見を聞くために、定期的を開催しています。

## 【市場環境】

国内株式市場は、おおむね米国株式に連動し、一定の変動幅の範囲内で推移しました。経済再開期待等から上昇する場面もありましたが、米国株式の下落や日銀による長期金利の許容変動幅の拡大が事実上の利上げとして嫌気され、通期では若干の上昇にとどまりました。

外国株式は、インフレの継続する中、金融引き締めに対する見方から上半期は下落しました。下半期はインフレ指数の伸びが鈍化し、金融引き締め懸念が後退し株価は上昇しましたが、通期では下落となりました。

国内金利は、12月に日銀が長期金利の許容変動幅を拡大したことから、一時0.50%を超える水準まで急上昇しました。その後は日銀が金融緩和政策を維持したことから長期金利は低下しました。

米国金利は、FRBの金融引き締めへの見方等から上下しましたが、通期では上昇しました。

主要指標（令和4年度の動向）

指標		令和3年度末	令和4年9月末	令和4年度末	前年度末対比	傾向
株	日経平均(円)	27,821.43	25,937.21	28,041.48	220.05	上昇
式	NYダウ(ドル)	34,678.35	28,725.51	33,274.15	△1,404.20	低下
金	日本国債10年(%)	0.22	0.24	0.35	0.13	上昇
利	米国債10年(%)	2.34	3.83	3.47	1.13	上昇
為替	ドル/円(円)	121.70	144.74	132.86	11.16	円安
	ユーロ/円(円)	134.67	141.88	144.09	9.42	円安

為替（ドル、円）は、日米の金融政策の方向性の違いから円安が進展し、通期では大幅な円安となりました。

## 【運用状況】

### ●厚生年金保険給付積立金

厚生年金保険給付積立金の年度末残高（時価）は、3兆1,769億円となり、4年度の運用利回りは、プラス1.99%でした（表1）。

国内債券の運用利回りはマイナスでしたが、外国債券、国内株式、外国株式はプラスとなりました。特に年度後半の国内株式市場の上昇が全体にプラス寄与し、外国株式と外国債券については、主に円安によりプラス利回りとなりました。

### ●経過的長期給付積立金

経過的長期給付積立金の年度末残高（時価）は、2兆1,390億円となり、4年度の運用利回りは、プラス0.36%でした（表2）。

経過的長期給付積立金についても、厚生年金保険給付積立金と傾向はほぼ同じで、主として国内・国外株式が好調であったことがプラスの利回りに大きく寄与しました。

### ●積立金の負債対応部分と剰余部分

経過的長期給付積立金には、共済年金の旧職域年金の支払いに必要な額（負債対応部分）を超える額（剰余部分）が存在します。この剰余部分は、基本ポートフォリオの対象とせず、その全額を国内債券等の安全資産で運用することとしています。なお、この剰余部分を財源として厚生年金保険料や退職等年金給付掛金の軽減を実施しています。

### ●退職等年金給付積立金

退職等年金給付積立金の年度末残高（簿価）は3,535億円となり、4年度の運用利回りは、0.68%でした（表3）。

退職等年金給付制度の基準利率は、4年10月から5年9月まで0.02%に設定しており、基準利率を上回る運用利回りが確保できています。

詳細は、私学共済ホームページ〔私学共済事業のご案内▶情報公開▶年金資産の運用〕をご覧ください。

表1 厚生年金保険給付積立金の運用状況

区分	基本ポートフォリオ		簿価 (億円)	時価 (億円)	評価損益 (億円)	時価構成 割合	乖離幅	運用 利回り
	資産 配分	許容 乖離幅						
国内債券	25%	±10%	7,852	7,902	50	24.9%	△0.1%	△0.54%
国内株式	25%	±8%	6,213	8,020	1,807	25.2%	0.2%	4.73%
外国債券	25%	±6%	7,346	7,523	177	23.7%	△1.3%	1.70%
外国株式	25%	±7%	4,695	8,324	3,629	26.2%	1.2%	1.87%
合計	100%	-	26,106	31,769	5,663	100.0%	-	1.99%

注1 国内債券には、貸付金と短期資産を含みます。また、四捨五入の関係で、合計と一致しない場合があります。  
注2 運用利回りは、時価を反映した修正総合収益率です。

表2 経過的長期給付積立金の運用状況

区分	基本ポートフォリオ		簿価 (億円)	時価 (億円)	評価損益 (億円)	時価構成 割合	乖離幅	運用 利回り
	資産 配分	許容 乖離幅						
国内債券	35%	±9%	14,279 (3,484)	14,285 (3,528)	7 (44)	66.8% (33.2%)	- (△1.8%)	△1.01% (△1.19%)
国内株式	25%	±8%	2,140 (2,140)	2,807 (2,807)	667 (667)	13.1% (26.4%)	- (1.4%)	4.11% (4.11%)
外国債券	15%	±4%	1,512 (1,512)	1,619 (1,619)	107 (107)	7.6% (15.2%)	- (0.2%)	3.59% (3.59%)
外国株式	25%	±8%	1,449 (1,449)	2,678 (2,678)	1,229 (1,229)	12.5% (25.2%)	- (0.2%)	1.85% (1.85%)
合計	100%	-	19,381 (8,586)	21,390 (10,633)	2,010 (2,047)	100.0% (100.0%)	- (-)	0.36% (1.69%)

注1 国内債券には、短期資産を含みます。また、四捨五入の関係で、合計と一致しない場合があります。  
注2 運用利回りは、時価を反映した修正総合収益率です。  
注3 上段は剰余部分を含む積立金全体を表し、( )内については、基本ポートフォリオの対象である負債対応部分を表しています。

表3 退職等年金給付積立金の運用状況

区分	基本 ポートフォリオ		簿価 (億円)	簿価構成 割合	運用 利回り
	資産 配分	許容 乖離幅			
国内債券	100%	-10%	3,499	99.0%	0.68%
国内株式	0%	+10%	0	0.0%	0.00%
短期資産	-	-	36	1.0%	0.00%
合計	100%	-	3,535	100.0%	0.68%

注1 国内債券には、貸付金等を含みます。また、四捨五入の関係で、合計と一致しない場合があります。  
注2 運用利回りは、実現収益率です。  
注3 国内債券の許容乖離幅は、短期資産との合算で管理しています。

## 施設

## 令和4年度 宿泊・医療施設の利用状況

## 【宿泊施設（施設部管理課）】

令和4年度の宿泊利用者数は、表1のとおり、ガーデンパレスが37万301人、宿泊所と保養所を合わせて4万1,655人となり、全体で41万1,956人（対前年度16万734人増）となりました。そのうち加入者等の利用状況は、利用人数が22万6,176人（対前年度6万7,562人増）、利用率が54.9%（対前年度8.2ポイント減）でした。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、低調な利用状況が続いていましたが、全国旅行支援の開始を含む行動制限の緩和の効果により、回復基調となっています。

表1 宿泊施設の利用状況

(単位：人)

施設名	部門	宿泊	うち加入者等	婚礼	宴会・集会	食堂	休憩
札幌	ガーデンパレス	62,241	(32,961)	3,845	56,171	89,954	—
仙台	ガーデンパレス	25,197	(13,687)	—	42,977	57,424	—
東京	ガーデンパレス	60,956	(26,665)	—	70,878	93,699	—
名古屋	ガーデンパレス	49,593	(25,215)	786	79,683	14,866	—
京都	ガーデンパレス	33,470	(16,292)	1,234	35,231	64,861	—
大阪	ガーデンパレス	72,107	(34,375)	2,926	65,973	56,089	—
広島	ガーデンパレス	48,656	(32,571)	—	70,181	25,700	—
福岡	ガーデンパレス	18,081	(7,566)	—	24,283	12,829	—
ガーデンパレス計		370,301	(189,332)	8,791	445,377	415,422	—
湯河原	敷島館	8,855	(8,282)	—	149	—	490
箱根	対岳荘	9,837	(9,248)	—	—	—	850
金沢	兼六荘	5,570	(3,274)	—	1,377	—	—
京都	白河院	5,372	(4,914)	—	4,496	—	5
鎌倉	あじさい荘	2,537	(2,408)	—	90	—	25
葉山	相洋閣	3,744	(3,335)	—	26	—	534
志賀高原	やまゆり荘	2,190	(2,107)	—	—	—	—
軽井沢	すずかる荘	3,550	(3,276)	—	—	—	1
宿泊所・保養所計		41,655	(36,844)	—	6,138	—	1,905
合計		411,956	(226,176)	8,791	451,515	415,422	1,905
対前年度増減		160,734	(67,562)	1,178	234,621	90,344	△17

## 【医療施設（福祉部保健課）】

4年度における医療施設の患者数は、表2のとおり、外来患者数は18万1,490人（対前年度1,402人増）、入院患者数は新型コロナウイルス感染症拡大の影響により9万2,496人（対前年度795人減）となりました。

表2 医療施設の利用状況

(単位：人)

施設名	部門	外来	入院	合計
東京	臨海病院	181,490	92,496	273,986
対前年度増減		1,402	△795	607

決算

## 令和4年度 共済業務の決算(概況)

財務部  
主計課

私学共済制度では、短期（医療）給付事業、年金等給付事業及び福祉事業（保健・医療・宿泊・貯金・貸付けの各事業）の三つの事業を行っています。

令和4年度における決算の概況について、事業別の説明を私学共済ホームページ〔私学共済事業のご案内▶お知らせ一覧〕に掲載しましたのでご覧ください。

資格

## DV・虐待等被害を受けている人の手続き

業務部  
資格課

DV・虐待等の被害を受けて避難している人は、私学事業団に申し出ることにより、マイナンバー制度における秘密保持の措置を受けることができます。

DV・虐待等の被害者が、加害者を代理人に設定している場合や、マイナンバーカードを避難元に置いてきた場合は、秘密保持の措置を受けるための手続きが必要となりますので、資格課まで連絡してください。

また、資格取得報告や被扶養者認定申請等の手続きと同時にDV・虐待等の被害者であることを申し出る場合は、**必ず事前に**資格課まで連絡してください。

詳しくは以下を参照してください。

- ・代理人設定の解除 マイナポータル「代理人を解除する」

<https://img.myna.go.jp/manual/03-07/0119.html>

- ・マイナンバーカードの利用停止等 マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178  
個人番号カードコールセンター 0570-783-578

お知らせ

## 年末調整用の書類を送付します

## 【積立共済年金加入者（福祉部貯金・貸付課）】

令和5年10月下旬に、生命保険料控除等のための証明書を、加入者本人宛てに直接送付します。

## 【共済定期保険加入者（福祉部貯金・貸付課）】

5年10月中旬以降に、生命保険料控除等のための証明書を、加入者本人宛てに直接送付します。

## 【住宅貸付借受人（福祉部貯金・貸付課）】

5年10月中旬に、4年12月以前に住宅貸付の借り入れをした人の年末調整用「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」を、学校等宛てに送付します。

**注** 5年1月以降に住宅貸付の借り入れをした人は、確定申告用の「証明書」を6年1月中旬に、学校等宛てに送付します。

## 【任意継続加入者（業務部掛金課）】

5年10月下旬に、「令和5年分任意継続掛金納付証明書」を、任意継続加入者本人宛てに送付します。

任意継続掛金は、年末調整や確定申告の際、社会保険料控除として申告できます。

募集

令和5年度 積立共済年金・共済定期保険 後期募集

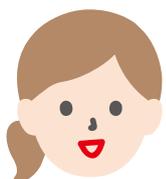
福祉部  
貯金・貸付課

募集期間 令和5年11月1日(水)～30日(木) 私学事業団必着

## 積立共済年金 (つみきょう)

～ゆとりあるセカンドライフのために～

## 老後の生活をイメージしてみましょう



- 年金にプラスアルファがあったら！  
旅行、外食、趣味など……
  - 日常の生活費は大丈夫かしら  
食費、医療費、介護費など……
- そんなときに

老後に備える  
積立共済年金がおすすめ

(2コースあります)

- ▶積立金を年金や一時金として受け取れます
- ▶予定利率は約**1.25%**(※)  
(令和5年10月1日現在)  
※将来変動することがあります。
- ▶月々**2,000円**(2口)の掛金から始められます
- ▶税制面において**所得控除**が受けられます

▶募集パンフレットは、10月下旬に学校等宛てに送付します。

## 税制適格コース

- 満65歳までに10年以上掛金を積み立て
- 退職(脱退)後、原則として年金を選択
- 個人年金保険料控除の対象

## 自由選択コース

- 満65歳までに2年以上掛金を積み立て
- 退職(脱退)後、年金・医療保険・終身保険及び一時金から選択(終身保険は新規募集停止中)
- 一般の生命保険料控除の対象

注 両コースとも積立金増額のための一時払(①加入時、②中途、③退職(脱退)時)の取り扱いができます。

▶お問い合わせ先

福祉部 貯金・貸付課 貯金係 ☎03(3813)5321(代表)

## 共済定期保険 (きょうさいていき)

～自助努力による保障づくりをサポート～



- 万が一の病気や入院、死亡に備えてどの保険に入ればいいのか分からない
  - 加入中だが月の保険料が高いなど
- そんなあなたに

万が一に備える  
共済定期保険がおすすめ

- ▶入院、手術、3大疾病、長期休業及び死亡を保障
- ▶スケールメリットを生かした手頃な保険料
- ▶1年ごとに収支計算し、剰余金が生じた場合は**配当金として還付**  
(令和4年度実績 家族年金コース **41.8%**)  
医療保障コース **40.7%**)
- ▶加入手続きが簡単

▶募集パンフレットは、10月下旬に学校等宛てに送付します。

## 家族年金コース(基本コース)

死亡又は高度障害に対応

## 医療保障コース

連続5日以上入院及び死亡に対応  
(免責期間4日)

## 医療費支援コース

M型 ●日帰り入院及び手術に対応  
M1型 ●M型に加え女性特有の疾病にも対応

## 3大疾病保障コース

がん・急性心筋梗塞・脳卒中に対応  
「がん・上皮内新生物保障特約」、  
「7大疾病保障特約」を追加できます

## 長期休業補償コース

病気やケガによる長期休業期間に対応  
(免責期間60日)

家族年金コース加入が条件です

## 学校加入コース

加入者への福利厚生として死亡又は高度障害に対応

▶お問い合わせ先

福祉部 貯金・貸付課 貯金係 ☎0120(716)267

年金

## 在職定時改定にかかる通知書の送付

年金部

毎年基準日（9月1日）時点で被保険者である65歳以上の年金受給権者の老齢厚生年金の額は、当年8月までの被保険者期間を算定基礎として、毎年10月に改定を行っています。なお、12月定期支給（10・11月分）から、改定後の年金額を送金します。

### ●対象者

次の①～③すべてを満たしている人が対象です。

- ① 65歳以上であること
- ② 老齢厚生年金の受給権者であること
- ③ 9月1日において厚生年金被保険者（加入者）であること

### ●手続き等

私学事業団で管理している被保険者記録に基づき、自動的に年金額の改定処理を行いますので、年金受給権者が手続き等を行う必要はありません。

対象者には、10月下旬に「改定・支給年金額変更通知書（期間改定用）」により、改定後の年金額等をお知らせします。

**注** 在職中は、標準報酬月額や標準賞与額により年金額の一部又は全額が支給停止となります。

年金

## 退職等年金給付にかかる遺族一時金

年金部

遺族一時金とは、平成27年10月以降に私学共済に加入している（していた）人が死亡し、次の受給要件に該当したときに支給される給付です。

### ●受給要件

加入者又は加入者であった人が、平成27年10月1日以降に1年以上引き続き加入者期間を有していた場合に、その遺族に支給されます（平成27年10月1日をまたいで1年以上ある場合も含みます）。

**注1** 有期退職年金を選択一時金等で受給済みの場合は発生しません。

**注2** 有期退職年金を受給中の人が死亡した場合は、その残額が遺族一時金となります。

### ●対象となる遺族

加入者又は加入者であった人に生計を維持されていた配偶者、子、父母、孫又は祖父母が対象となります。

夫と父母、祖父母は「55歳以上の人」に、子と孫は「18歳到達年度の末日までの間にあるか、20歳未満で1級又は2級の障害のある人で、配偶者がいない人」に限られます。

### ●請求手続き

老齢厚生年金の受給者が死亡した場合は、遺族厚生年金の手続きと併せて請求してください。なお、受給資格期間の不足により遺族厚生年金の受給権が発生しない場合でも、遺族一時金のみ該当する場合があります。

受給権の有無等は私学事業団にお問い合わせください。

## ●遺族一時金にかかる税金

遺族一時金は、相続税法第3条第1項第2号によりみなし相続財産となり、相続税の課税対象となる場合があります（源泉徴収はされません）。相続税の申告には「遺族一時金決定通知書」が必要になる場合があります。詳細は、お近くの税務署にお問い合わせください。

年金

## 併給調整のしくみ

年金部

年金等給付には、一定の年齢に達したときや退職したときの老齢・退職給付、加入者が障害の状態になったときの障害給付、加入者や年金者が死亡したときの遺族給付があります。

同一の給付事由に基づく年金は、それらを一体のものとして考える「一人一年金の原則」により併給されます。しかし、同一の人が給付事由の異なる年金の受給権を複数取得した場合は、過剰給付を防止する観点から、原則として一つの給付事由の年金を受給選択し、他の給付事由の年金は支給停止されます。これを「併給調整」といいます。

## ●併給（同一の給付事由に基づく年金で両方を受給）

- 例
- ・ 老齢基礎年金と老齢厚生（退職共済）年金
  - ・ 障害基礎年金と障害厚生（共済）年金（同一疾病に基づく障害給付）
  - ・ 遺族基礎年金と遺族厚生（共済）年金（同一死亡に基づく遺族給付）（※）
- ※異なる人の死亡に基づく遺族給付が二つ以上ある場合は、いずれか一つを選択します。

## ●併給調整（一方を選択して受給し、他方は支給停止）

給付事由の異なる年金の受給権を複数取得した場合、併給調整となり受給する年金を選択します。

- 例
- ・ 老齢厚生（退職共済）年金と障害厚生（共済）年金
  - ・ 老齢厚生（退職共済）年金と遺族厚生（共済）年金（65歳未満の場合に限ります）
  - ・ 障害厚生（共済）年金と遺族厚生（共済）年金

## ●年金受給の選択の手続き

手続きに当たっては私学事業団に連絡してください。状況を確認のうえ「年金受給選択申出書」を送付します。

## ●注意事項

- ・ 給付事由の異なる年金の受給権が発生した際に年金受給選択の手続きを行わないと、本来は併給調整により支給停止となる年金も支給されることがあります。この場合、後日、遡及して支給停止を行うこととなるため、年金の過払いが発生し、過払い分の年金を返還していただくこととなります。併給調整となる場合は、必ず手続きを行ってください。
- ・ 障害や遺族の年金は非課税です。選択方法の決定に当たっては、年金額だけでなく、所得税などの課税関係や各種保険料なども考慮してください。
- ・ 退職や雇用保険の受給等により支給年金額が変更になった場合、選択換えを行った方が有利になることがありますので、速やかに選択換えの手続きを行ってください。
- ・ 選択換えは、将来に向かって行うものであり、手続きが遅れた場合でも遡及できません。

医療

## ジェネリック(後発)医薬品の利用をおすすめします ～ジェネリック医薬品差額通知書の送付～

業務部  
短期給付課

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同等の有効成分、効能があると厚生労働省から認められている安価な薬です。先発医薬品からジェネリック医薬品に切り替えることにより、加入者の自己負担額及び私学事業団の給付費が軽減されます。また、経済的なメリットのみならず、味や形が改良され先発医薬品よりも飲みやすく工夫された薬もあります。

厚生労働省からも医療費のさらなる適正化を図るため、「後発医薬品のさらなる使用促進のためのロードマップ」が示され、保険者の取り組みとして「差額通知事業の推進」が求められています。

### 【ジェネリック医薬品差額通知書を12月中旬に送付します】

本事業団ではジェネリック医薬品の使用促進のため、見本のとおり、年に1回ジェネリック医薬品差額通知書（以下「差額通知」といいます）を送付し、先発医薬品からジェネリック医薬品に切り替えていただくようご協力をお願いしています。

#### ●実施内容

令和5年4月から8月までに先発医薬品を処方され服用している加入者及び被扶養者(※)のうち、ジェネリック医薬品に変更すると自己負担の軽減が大きくなると見込まれる人に対し、どのくらい薬代が軽減できるかをお知らせします。

※ 任意継続加入者及びその被扶養者は除きます。

#### ●次の人は通知の対象となりません

- ・がんや精神疾患等の疾病、風邪などの短期処方に使用する薬を服用している
- ・ジェネリック医薬品が存在しない薬を服用している
- ・すでにジェネリック医薬品を処方されている

#### ●送付方法・送付先

加入者及び被扶養者ごとに個別封筒で、親展扱いとして所属する学校等へ送付します。個別封筒には差額通知とリーフレットが封入されています。

#### ●送付時期

5年12月中旬

#### ●お願い

封筒は親展扱いですので、通知対象者が被扶養者である場合は、開封せずに直接対象者本人(小さなお子様は除きます)に渡してください。

差額通知が届いた人は記載内容を確認して、医師・薬剤師と十分相談のうえ、ジェネリック医薬品の利用を検討してください。なお、差額通知を受け取ったことによる、本事業団への手続きはありません。

見本 ジェネリック医薬品差額通知書

13A0000-00000

この通知書は、日本私立学校振興・共済事業団より送付しております。

私学 花子 様

※おくすりに関するお問い合わせ <委託先>  
株式会社オクス おくすり相談室 0120-555-118  
電話の受付時間：9時～18時（土日祝を除く）

令和05年12月作成

**ジェネリック(後発)医薬品ご利用のおすすめ**  
(ジェネリック医薬品とは、先発医薬品と有効成分が同じで、患者さんの薬剤費負担を軽減するお薬のことです)

私学 花子 様

令和05年04月～令和05年08月処方分  
ジェネリック医薬品に変わると...

4,680 円

お安く済みます

先発医薬品 名称	単価	数量	ご負担金額 (お支払い) ※円	ジェネリック医薬品 名称	製薬会社名	単価	数量	ご負担金額 (お支払い) ※円	差額 A-B
〇〇〇調剤薬局									
点凸凸錠	200.0	72	4,320	▲▲▲錠	リゾマ製薬社	190.0	72	2,160	2,160
凸凸凸錠			4,680	▲▲▲錠	〇〇〇製薬	190.0	72	1,296	3,384
<b>合計</b>									<b>4,680</b>

1. このお知らせは、貴方が薬局で支払った金額（自己負担分）が、ジェネリック医薬品に変更することによって、どのくらい少なくなるかをご案内しています。（ただし、お薬の金額のみ記載していますので、実際の支払いは金額と異なる場合があります。実際の支払いは、後払い、後払い、後払い、後払いが適用されています。）

2. 処方されたジェネリック医薬品は、処方されたジェネリック医薬品と同等の有効成分と同等の品質を有しています。

3. 処方されているジェネリック医薬品は、処方されたジェネリック医薬品と同等の有効成分と同等の品質を有しています。

4. 先発医薬品とジェネリック医薬品は基本的に同一の有効成分ですが、薬質、薬剤師の判断により変更が必要な場合があります。

ジェネリック医薬品への変更は主治医と十分にご相談ください

## 【差額通知の効果】

### ●使用率と効果（医療費削減額）

差額通知開始後の本事業団におけるジェネリック医薬品の使用率は、平成27年度実施時の58.1%から令和4年度末には、82.0%と順調に増加しています。

また、その効果として本事業団が負担する医療費は、4年1月から5年3月までの診療分の累計で約6億4,020万円の削減となりました。

### ●ジェネリック医薬品を利用するには

ジェネリック医薬品を希望する場合は、診察時に医師から薬を処方する話があったときや薬局に処方箋を提出するときに「ジェネリック医薬品を希望する」旨を申し出てください。

処方箋の「変更不可」欄に「✓(チェック)」や「×(バツ)」印がなく、また「後発医薬品への変更不可」欄に医師の署名又は記名・押印がない場合は、ジェネリック医薬品に変更できます。

### ●ジェネリック医薬品お願いカード

医療機関や調剤薬局の窓口で「ジェネリック医薬品お願いカードDL」を提示することで、ジェネリック医薬品を希望する意思表示をすることもできます。「ジェネリック医薬品お願いカード」は、私学共済ホームページ【私学共済事業のご案内▶短期給付（健康保険）▶病気やケガをした▶ジェネリック医薬品とは】からダウンロードできますので、ぜひ利用してください。

見本 処方箋

ジェネリック医薬品お願いカード



医療

## 限度額適用認定証の更新（継続）手続き

業務部  
短期給付課

限度額適用認定証の交付を受けている人が、有効期限後も引き続き限度額適用認定証を必要とする場合は、次の更新（継続）手続きをしてください。

### ●更新（継続）手続き

「限度額適用認定申請書DL」にある「新規・継続」欄の「継続」を○で囲み、所定事項を記入してください。申請書は有効期限の2週間前を目途に、学校等を通して（任意継続加入者は直接）私学事業団に提出してください。

### ●令和5年12月31日に有効期限を迎える人の事前更新（継続）手続き

令和5年12月31日に有効期限を迎える人は、限度額適用認定証を年内に交付できるよう、例外的に5年11月6日から事前受付を行います。

申請書の右上余白に朱書きで「事前継続」と明記してください。

ただし、年内に発送できるのは5年12月8日受付分までとなります。

加入者の皆さんが臨時に資金を必要とするときに、その資金を貸し付ける制度です。貸付けの詳細は、私学共済ホームページ【私学共済事業のご案内▶福祉事業▶加入者貸付】に掲載しています。手続きは、所属する学校等の私学共済事務担当者を通して行ってください。

### 【貸付けの利率と種類】

令和5年10月1日現在、貸付利率は変動金利で年1.26%（災害貸付は固定金利で年0.25～1.00%）です。

貸付金額や償還回数は、私学共済ホームページ【私学共済事業のご案内▶福祉事業▶加入者貸付▶償還額早見表（1回当たりの償還額）】を確認してください。

種類	こんなときに借りられる	借りられる限度額	申込受付期限
一般貸付	臨時の資金を必要とするとき （※1）	標準報酬月額 の6か月分の範囲内 で上限200万円まで	随時
結婚貸付	婚姻のため、資金を必要とするとき		婚姻日又は挙式日の前後6か月以内
災害貸付	水害・震災・火災・その他の非常災害を受けたため、資金を必要とするとき		被災日から1年以内
医療・介護貸付	引き続き5日以上 の入院又は介護施設に入所（利用） のための資金を必要とするとき		入院後又は介護施設に入所（利用）後6か月以内
教育貸付	入学金や授業料など入学や修学のための資金を必要とするとき （※2）	標準報酬月額の12か月分の範囲内 で上限500万円まで（※3）	合格通知書、入学許可証又は 在学証明書の発行日から6か月以内
住宅貸付 （※4） （※5）	住宅の新築・増築・改築・修理・購入・借入れ、敷地の購入・借入れのための資金を必要とするとき	申込日の属する月の月末に自己都合で退職したと仮定した場合の退職手当の額に、加入者期間に応じた上乗せ額を合算した額の範囲内 で上限2,000万円まで（※6）（※7）	契約年月日又は工事請負見積年月日から6か月以内

※1 生活資金、借入金の返済、事業性資金、資産運用資金などは対象外です。

※2 入学や修学のための資金には、通学のための交通費や自宅外通学の家賃も含まれます。

※3 おおむね1年以内に必要とする教育資金が対象となります。

※4 住宅貸付では毎月払いと半年払い（1月・7月）の併用ができます。また、申し込み時に**団体信用生命保険制度**に加入することができます。**団体信用生命保険制度**は、償還途中に死亡又は所定の高度障害状態になった場合に、生命保険会社が本人に代わって貸付金残高を支払う制度です。万一の場合にも、家族の生活の安定が図れますので、加入をご検討ください。

※5 被災し、住宅修理等で資金を必要とする場合、「特例住宅貸付」を利用できます。特例住宅貸付の貸付利率は固定金利で年0.25～1.26%です。申し込み受け付け期限は被災日から3年以内で、貸付限度額は上記の退職手当の額に上乗せ額600万円を合算した額（上限2,000万円まで）となります。

※6 上乗せ額は、加入者期間が引き続き5年以上10年未満の人は200万円、10年以上の人は300万円です。

※7 借家の増築・改築・修理、住宅及び敷地の借入れの場合は、上限200万円までです。

注 災害貸付と特例住宅貸付は令和5年7月1日以降に被災した場合の内容です。令和5年6月30日以前に被災した場合の内容は福祉部貯金・貸付課貸付係にお問い合わせください。

## 【貸付けを受けるとき】

### ●貸付けの申し込みができる人

種類	申込要件
一般、教育、結婚、災害、医療・介護貸付	加入者期間が引き続き1年以上ある加入者
住宅貸付（特例住宅貸付を含む）	加入者期間が引き続き5年以上ある加入者

注1 特定教職員等及び任意継続加入者は対象外です。また、住宅貸付の場合は乙1・2種加入者も対象外です。

注2 借り換えが頻繁な場合や貸付残高が多額な場合などは、審査時に事情をお伺いしたり、追加書類の提出を求めたりする場合があります。

### ●申し込み締め切り日と送金日

申し込み締め切り日（※1）	送金日（※1）
前月16日～当月15日（私学事業団必着）	翌月2日
前月16日～前月末（私学事業団必着）（※2）	当月22日

※1 申し込み締め切り日（15日又は月末）が、土・日・休日の場合はその前日又は前々日に順次繰り上がります。また、送金日が、土・日・休日の場合はその翌日又は翌々日に順次繰り下がります。

※2 前月16日から前月末までの申し込みで、「貸付申込書」の貸付送金日欄の「22日」を○印で囲んでいる場合に限り、当月22日に送金します。

### ●申し込み時の注意事項

「貸付申込書 DL」、「借用証書 DL」への記入は、学校法人等証明欄を除き、必ず加入者本人が自筆・楷書で記入してください。また、加入者が押印する印鑑（スタンプ印・ネーム印は不可）は、すべて同一の印鑑（訂正印も同一の印鑑）を使用してください。

### ●借り換え

償還途中の人が同一種類の貸付けを申し込む場合は、借り換えとなります。「貸付申込書 DL」の右上にある貸付区分欄の「借換」を○で囲んでください。

借り換えの場合、当該貸付けの未償還元利息を、新たな貸付申込金額から差し引いて送金します。

### ●貸付金の受け取り

貸付金は、送金日に所属する学校等宛てに送金しますので、受取日・受取方法などは学校等に確認してください。

## 【貸付金を返すとき】

### ●貸付けの償還（返済）

償還額は、学校等が給与等から控除し、本事業団へ払い込みます。

毎月の定期償還は、借り受けた月から始まります。資金に余裕ができたときは、「貸付金任意償還・団信制度脱退申出書 DL」で申し出ると、一部又は全部を償還し、完済までの期間を短縮することができます（任意償還）。

退職して加入者資格を喪失するときは、残額を一括返済（即時償還）することとなります。

学校等は償還額を退職手当等から控除して払い込みますが、退職手当等が償還額に不足する場合は、借受人が不足額を用意のうえ、学校等へ預けてください。

### ●住宅貸付と退職手当からの控除

住宅貸付の借受人に退職手当が支給される場合、再雇用等で加入者資格を喪失していなくても、一括返済（即時償還）となります。

2021年度  
特定健診の結果分析東京臨海病院 健康医学センター長 消化器内科部長 やまだ とし お 山田 俊夫

新型コロナウイルス感染症が落ち着いた今、日々の健康の大切さを改めて感じますが、実際に健康や生活習慣の改善は図られたのでしょうか。

## ●コロナ禍により体調は変化

一般社団法人日本生活習慣病予防協会による40代～60代の男女3,000人を対象にした、「感染拡大前と現在の体調や生活習慣に関する調査」(※1、2021年10月実施。以下「生活習慣病予防協会調査」といいます)によると、感染拡大後、体調が「よくない・あまりよくない」と答えた人は11.3%から14.9%となり、体調の変化を感じる人が増えています。【図1】

## ●コロナ禍で「できなくなった」生活習慣

「生活習慣病予防協会調査」では、生活習慣が変化したと答えた人を対象に、感染拡大後にできなくなった生活習慣を聞いています。【図2】上位の回答からは、運動不足やストレスの蓄積、睡眠不足に加え、日ごろの食事や飲み過ぎると感じていることが見てとれます。

## ●「運動」、「睡眠」や「食事」は各自工夫

これらの傾向は、厚生労働省「新型コロナウイルス感染症流行下における生活習慣の変化について」(※2、2021年3月実施。以下「厚生労働省調査」といいます)でも調査されています。【図3】

「運動」については、「1日の総エネルギー消費量」の項目が減少している(平均37.2METs⇒36.8METs)ことから、適度に運動できなくなった傾向が読み取れます。一方で「睡眠」では変化していない(平均値6.7時間⇒6.8時間)ことがわかりました。また、「食事」については、「現在の食生活がより健康的になった」と回答した人(20.3%)が、「現在の食生活がより不健康になった」と回答した人(8.2%)より多くなっています。【図4】

図1 新型コロナ前と現在の健康状態

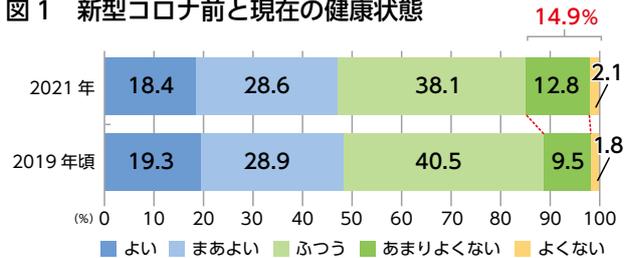
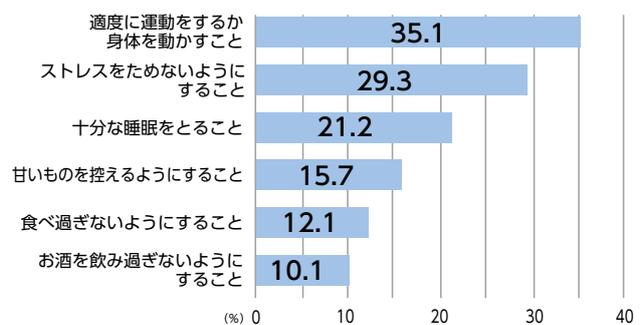
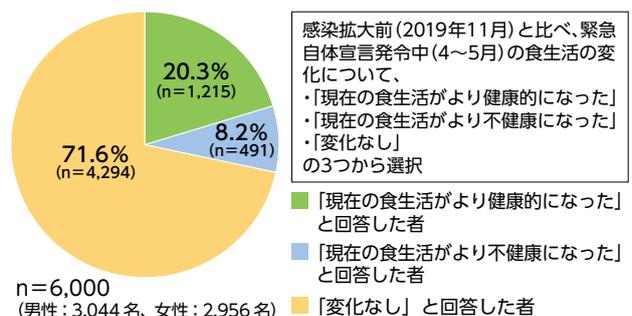


図2 コロナ禍で「できなくなった」生活習慣 (抜粋)

図3 コロナ禍で「新しい生活様式」における生活習慣の変化や予防・健康づくりへの影響に関する調査研究 (結果速報値) 概要  
※有効回答数 60,154人、すべて p < 0.01 有意な変化。

	2020年1月	2021年3月	備考
体重	59.82kg ⇒	60.16kg	
BMI	22.12 ⇒	22.24	
喫煙者	19.3% ⇒	18.0%	
METs	37.2 ⇒	36.8	※1日の総エネルギー消費量 (平均値)
平均歩数/1日	6,934歩 ⇒	6,770歩	※測っている人のみN=23,685
睡眠時間	6.7時間 ⇒	6.8時間	
飲酒(アルコール)量	14.86kg ⇒	14.09kg	
毎日飲む人の割合	16.1% ⇒	15.8%	

図4 緊急事態宣言発令中の食生活の意識変化



## ●コロナ禍で増えたもの

運動以外の生活習慣は、個人が工夫してコロナ禍を過ごしたため、二つの調査結果に差異が生じなかったと推測されます。一方で、「生活習慣病予防協会調査」では、およそ4人に1人(27.5%)は「体重増加」を実感しており、「厚生労働省調査」においても平均で「59.82kg → 60.16kg」と増加【図3】しているため、運動不足による体重の増加傾向は共通して見られます。

## ●加入者のコロナ禍での傾向

私学事業団加入者の同時期の健診結果を確認すると、生活習慣において以下の傾向が見られました。【図5】

「歩行又は身体活動なし」の割合は、2019年度⇒2020年度で1.1%悪化しましたが、2021年度には2019年度より改善しています。また「就寝前の夕食あり」は、2019年度からの減少傾向を、2021年度も維持できています。「飲酒量」も同様に減少傾向を継続しています。睡眠についても2020年度⇒2021年度で0.2%微増したものの、2019年度からの減少傾向は維持しており、加入者が生活習慣に留意して過ごしていたと推察されます。

## ●肥満者の割合はもとに戻ったものの…

こうした努力もあって、**肥満率の割合は2019年度の水準に回復**しています。【図6】これは肥満との関係性があるといわれる「就寝前の夕食」「飲酒量」等が改善された効果と考えられます。しかし、このような生活習慣を、コロナ禍後に制限が解除された解放感から、もとの状態に戻してしまうと、再び肥満率も悪化する恐れがあります。肥満から生活習慣病リスクが高まるという点でも、「生活習慣」をもう一度見直す必要があります。

## ●健やかな生活を継続するために

私学事業団では生活習慣病予防の取り組みとして、特定健診受診者に、一人ひとりの健康状態に基づき作成した健康情報冊子「QUPIO Plus (クピオプラス)」を配付しています。インターネットでもweb版の「QUPIO Plus」をご覧ください。

より長く健やかな生活を続けていくためにも、自分自身の健康状態を日頃から確認し、生活習慣改善に取り組むことを心掛けましょう。

図5 私学事業団加入者、生活習慣の推移

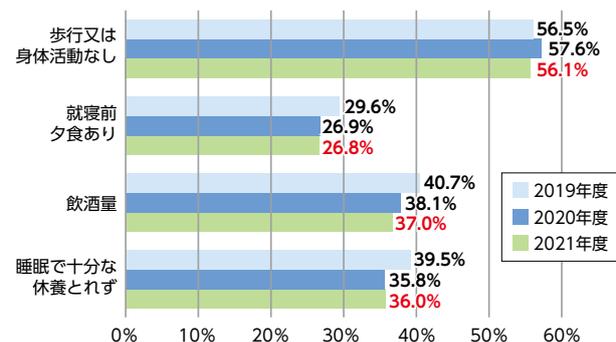
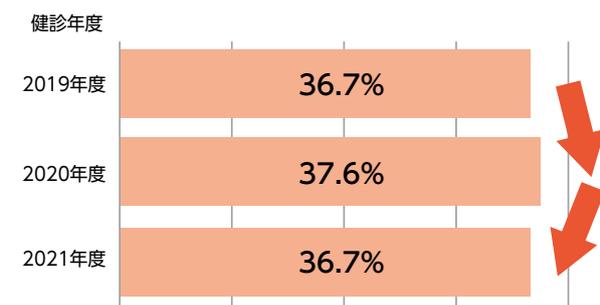


図6 私学事業団加入者、肥満率の推移



### [参考]

- ※1 出典：一般社団法人日本生活習慣病予防協会「新型コロナウイルス感染拡大の陰で起きている体調変化や生活習慣に関する最新調査」  
<https://seikatsusyukanbyo.com/calendar/2021/010550.php>
- ※2 出典：新型コロナウイルス感染症流行下における生活習慣の変化について  
厚生労働省  
<https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000827230.pdf>



大通公園の紅葉とさっぽろテレビ塔



# 旅先で見つけよう、 色とりどりの鮮やかな秋

札幌

## 大通公園は紅葉スポット

イチョウやヤマモミジなどで札幌の街並みが鮮やかに染まる秋。札幌ガーデンパレスに程近い大通公園で散歩のついでに記念撮影をしてみませんか。大通公園は約 4,700 本の木々に囲まれた札幌中心部のオアシス。ライトアップされた紅葉もおすすめです。

札幌ガーデンパレスに宿泊して、あなたのお気に入りの紅葉スポットを見つけてみてはいかがでしょうか。

### 料金案内

#### 札幌たびストーリー

#### 「高層階デラックスルームプラン」 *旅Story*

1泊朝食付

(2名1室/1名様)デラックスツインルーム

..... 6,500円～

(3名1室/1名様)トリプルルーム(ソファベッド1台使用)

..... 5,900円～

取扱期間：令和5年10月1日～11月30日

特典：アーリーチェックイン12:00・レイトチェックアウト12:00(最大24時間ステイ)

10階以上・北海道庁向きのお部屋

道内の温泉入浴剤付

未就学児の添い寝無料(ベッドを単独で使用する場合を除きます)。



HOTEL, BANQUET & RESTAURANT

札幌カーテンパレス

☎ 011(261)5311(代表)



〒060-0001

札幌市中央区北1条西6丁目

<https://www.hotelgp-sapporo.com>

【アクセス】札幌駅(南口)から徒歩7分。地下鉄「大通」駅から徒歩5分。

札幌駅前通地下歩行空間6番・8番出口から徒歩3分



箱根登山電車 早川橋梁

箱根

## 箱根ゴールデンコースで紅葉狩り

箱根湯本から、登山電車・ケーブルカー・ロープウェイ・遊覧船・路線バスを利用し、強羅・早雲山・大涌谷・芦ノ湖を巡り、箱根湯本に戻る観光ルートは箱根ゴールデンコースと呼ばれ、10月下旬から12月上旬にかけて紅葉を楽しむことができます。コース途中の活火山が生み出すダイナミックな地形、溪流、大涌谷の噴気、カルデラ湖、山の稜線、それらを彩る紅葉は、箱根ならではの景観です。

箱根「対岳荘」自慢の源泉掛け流しの温泉と紅葉狩りをお楽しみください。



夕食 (イメージ)

### 料金案内

#### 味彩プラン

吟味した旬の食材を使用した会席料理をお楽しみいただけます。

1泊2食(2名1室/1名様) ..... **13,500円** ~

取扱期間：通年(年末年始を除きます)

- ・お食事の量を控えめにした「漫湯プラン(12,000円~、年末年始・祝前日・特定日を除きます)」もあります。
- ・追加料理・お祝い用ケーキなども用意します。

箱根 たいがくそう 対岳荘 ☎ 0460(82)2094

〒250-0405 神奈川県足柄下郡箱根町大平台312

【アクセス】JR「小田原」駅・箱根登山電車「箱根湯本」駅からバスで「大平台」下車、徒歩2分。箱根登山電車「大平台」から徒歩5分



広島

## 広島で工場夜景を楽しもう

錦帯橋のある岩国と宮島の間位置する岩国大竹コンビナートは、日本で最初（昭和36年）に誕生した石油コンビナートです。闇夜の中、それらを照らす照明は、機器類の計測器を夜間でも目視できるように設置されたものです。照明で夜空に浮かび上がる工場の景観は、宇宙基地のような独特の美しさがあり、「工場夜景」として人気です。広島ガーデンパレスを拠点に、ユニークな広島観光をしませんか。



朝食弁当（イメージ）



石油コンビナートの工場夜景

### 料金案内

#### 朝食（お弁当）付きプラン

1泊朝食付（1名1室／1名様）シングルルーム ..... 8,300円～

1泊朝食付（2名1室／1名様）ツインルーム ..... 8,000円～

取扱期間：通年  
・宿泊予約のキャンセル・変更は三日前までにご連絡ください。

HOTEL, BANQUET & RESTAURANT  
**Gp 広島カーテンパレス** ☎ 082(262)1122(代表)



〒732-0052 広島市東区光町1-15-21  
<https://www.hotelgp-hiroshima.com>  
【アクセス】JR「広島」駅新幹線口（北口）から徒歩5分



長谷寺のライトアップ（画像提供：長谷寺）

鎌倉

## 古刹の紅葉をライトアップで観賞

「長谷観音」の名で親しまれる長谷寺は、鎌倉でも有数の古刹ですが、年間を通して咲く花の絶えない「花の名所」です。

紅葉の見ごろを迎える11月下旬から12月上旬まで、長谷寺では「夜間特別拝観」が行われ、ライトアップも予定されています。昼間は、紅葉はもちろん秋の花々も楽しむことができ、敷地内の見晴台からは、秋晴れの高い青空のもと、湘南の海の水平線を望めます。

あじさい荘から歩いて行ける長谷寺で、紅葉をお楽しみください。



夕食（イメージ）

鎌倉 <sup>そう</sup>あじさい荘 ☎ 0467(22)3506

〒248-0021 神奈川県鎌倉市坂ノ下25-4  
【アクセス】JR「鎌倉」駅から江ノ島電鉄「長谷」駅下車、徒歩8分



### 料金案内

#### あじさいプラン

1泊2食（2名1室／1名様）..... 9,500円～

取扱期間：通年（年末年始を除きます）  
・1名1室でご利用の場合、1,500円の割り増しとなります。



兼六園 雪吊り



## 日本海の味覚と加賀の景観を極める

11月1日と聞いて心躍る人は日本三大名園の兼六園に詳しく、11月6日と聞いて心躍る人は日本海の味覚に詳しい人かもしれません。1日は兼六園の雪吊り作業開始日で、最も枝ぶりが良い「唐崎松」<sup>からさきのまつ</sup>から雪吊りが施され、約700か所もの雪吊りが兼六園を冬の装いに変えます。6日は蟹漁が解禁され、香箱蟹などの日本海の冬の味覚を楽しめます。

紅葉の見ごろは11月上旬で、秋の深まりとともに、観光のベストシーズンを迎えます。冬が終わるまで、兼六園の雪吊りと日本海の味覚を楽しめる金沢にお越しください。



夕食 花の膳 (イメージ)

金沢 <sup>けんろくそう</sup> 兼六荘 ☎ 076(232)1239  
〒920-0918 金沢市尾山町6-40  
【アクセス】 JR「金沢」駅兼六園口(東口)から  
北鉄バス「南町・尾山神社」下車、  
徒歩3分



### 料金案内

ひがし茶屋街そばの料亭「加賀料理 秋月」で夕食を楽しむ  
**送迎付き 加賀会席プラン「花の膳」**  
1泊2食(2名1室/1名様) ..... 17,800円～

- 取扱期間：令和6年3月31日まで(火曜日を除きます)  
・1名1室でご利用の場合、1,000円の割り増しとなります。  
・「加賀料理 秋月」(料亭)への送迎車は相乗りとなります。  
・朝食は兼六荘でご用意します。  
・金沢市宿泊税200円を含みます。



御堂筋イルミネーション2022 (上)  
 大阪市中央公会堂壁面プロジェクションマッピング2022 (下)  
 (昨年の様子 画像提供: ©大阪・光の饗宴実行委員会)

## 大阪 大阪の夜空にきらめく 光のアート

大阪の秋から冬にかけての風物詩は、「大阪・光の饗宴 2023」です。大阪各所が、イルミネーションなどで装飾される光の一大イベントです。

御堂筋では「輝く未来へつなぐ光のシンボルストリート」をテーマに、11月3日から12月31日までイルミネーションが輝きます。

中之島公園では、大阪市中央公会堂の壁面にプロジェクションマッピングが投影されるなど、12月14日から25日まで光のアートを楽しめます。

大阪で幻想的な夜をお過ごしください。



### 料金案内

#### 年末年始プラン

1泊2食(2名1室/1名様)..... 17,000円~

取扱期間: 令和5年12月31日~6年1月3日

特典: ホテル正面にある「天然温泉 ひなたの湯」の入浴券をプレゼント

・夕食は、年末年始限定の和食又は洋食をお選びください。

・朝食は、正月料理も用意した期間限定の特別なバイキングです。

HOTEL, BANQUET & RESTAURANT  
**大阪カーテンパレス**  
 ☎ 06(6396)6211(代表)



〒532-0004 大阪市淀川区西宮原1-3-35

<https://www.hotelgp-osaka.com>

【アクセス】JR「新大阪」駅(北口)から徒歩10分。大阪メトロ御堂筋線「新大阪」駅②号出入口階段を經由して高架下から無料シャトルバス(始発7:05~最終23:05、15分間隔)で3分



# 年末年始の宿泊施設



私学事業団の直営宿泊施設は年末年始も休まず営業します。

## ガーデンパレスの年末年始期間の宿泊料金

宿泊予約は、各ガーデンパレスへお電話いただくか、ホームページからお申し込みください。  
ガーデンパレスグループ【公式】ホームページ (<https://www.hotelgp.jp/>)

注1 予約状況は常に変動しています。ホームページ上で満室と表示されている場合でもキャンセル等により予約可能な場合もありますので、空室については電話にて直接各ガーデンパレスへお問い合わせください。

注2 料金等は令和5年10月1日時点のものです。予告なく変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

ガーデンパレス名	宿泊料金	備 考	おせち販売
札幌ガーデンパレス ☎011(261)5311	通常料金	● 四川飯店：12月29日～31日は休業 (1月1日17時から通常営業)	
仙台ガーデンパレス ☎022(299)6211	通常料金	● 宿泊：1泊朝食プラン・素泊まりのみ	
東京ガーデンパレス ☎03(3813)6211	通常料金 年末年始プラン(1泊朝食付) 1名様 12,000円～	● 年末年始プラン期間：12月31日～1月1日 ● 洋食レストラン：12月31日～1月3日は年末年始特別メニュー ● 和食堂：1月1日～8日は正月特別メニュー	—
名古屋ガーデンパレス ☎052(957)1022	通常料金 年末年始プラン(1泊2食) 1名様 16,000円～	● 年末年始プラン期間：12月28日～1月3日 ● 洋食レストラン：12月29日～1月3日は21時(ラストオーダーは20時)までの営業 (カラオケバーは休業) ● コーヒーラウンジ：12月29日～1月3日は休業	—
京都ガーデンパレス ☎075(411)0111	通常料金 年末年始プラン(1泊2食) シングル1名様 22,700円～ ツイン2名様 43,600円～	● 年末年始プラン期間：12月31日～1月3日 ● 洋食レストラン：12月31日昼～1月4日朝は年末年始特別メニュー ※京都市宿泊税200円が別途必要です。	
大阪ガーデンパレス ☎06(6396)6211	通常料金 年末年始プラン(1泊2食) ツイン2名様 34,000円～	● 年末年始プラン期間：12月31日～1月3日 ● 洋食レストラン：1月1日～3日朝は正月特別メニュー ● 和食堂：12月31日～1月3日は年末年始特別メニュー	—
広島ガーデンパレス ☎082(262)1122	通常料金	● 通常営業	
福岡ガーデンパレス ☎092(713)1112	通常料金	● 通常営業 ※福岡市宿泊税200円が別途必要です。	—



### おせちの販売について

札幌・仙台・京都・広島の各ガーデンパレスでは、数量限定でおせち料理の販売を行っています。  
詳しくはホームページをご覧ください。電話で各ガーデンパレスにお問い合わせください。

## 宿泊所・保養所の年末年始期間の宿泊料金

宿泊予約は、各宿泊所・保養所に電話でお申し込みください。

宿泊所・保養所名	電話番号	12月31日～1月3日の宿泊料金(1泊2食)	
		大人	子ども
湯河原 敷 島 館	0465(63)3755	17,900円	10,400円
箱 根 対 岳 荘	0460(82)2094	17,500円	10,200円
鎌 倉 あじさい荘	0467(22)3506	14,500円	8,700円
葉 山 相 洋 閣	046(875)7300	16,000円	9,500円
金 沢 兼 六 荘	076(232)1239	17,800円 (ツイン A)	
志賀高原 やまゆり荘	0269(34)2102	9,700円	5,800円
軽井沢 すずかる荘	0267(45)7311	13,300円	7,800円
京 都 白 河 院	075(761)0201	17,700円	10,500円

◎12月31日と1月の宿泊予約は、10月1日から受け付けます(兼六荘のみ、すでに受け付けを開始しています)。

◎宿泊施設によっては予約の電話が集中し、かかりにくい場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※子ども料金の対象は、3歳以上小学生以下となります。

※兼六荘の宿泊料金には、金沢市宿泊税が含まれています。

※白河院の宿泊料金には、京都市宿泊税が含まれています。



## テーマ投稿

### 「好きな食べ物」

#### ●春号で募集

インド・ネパールカレー。自分では特別好きと自覚はなかったけど、週一で行くランチにはほぼカレーを食べます。友人にカレー好きだよね…といわれ、やっとカレー好きと気づきました。周りの方々のほうがわかっていることって多いですね。

愛知県 30代 女性

お隣、島根県の名物「赤てん」が大好きです。赤てんは魚のすり身に唐辛子がねりこまれたピリ辛味の天ぷら。トースターで軽くあたためマヨネーズをつけていただきます。

お酒好きな人にはもちろん、おかずの一品にも最高です！

鳥取県 30代 女性

## 読者の声

### ●春号への感想

任意継続となりじっくり見させていただきました。いろいろ参考になりありがたいです。

北海道 60代 女性

記事の「アスパラの塩レモン肉巻き」を実際に作ってみました。大変おいしくいただきました。これからも多くのレシピを紹介してください。

千葉県 60代 男性

新しく加入した方への共済事業についての紹介がありましたが、あらためて色々なことが確認できました。

福岡県 50代 女性

## お近くの共済業務課をご利用ください

各種相談等は、共済事業本部の他、各ガーデンパレス（東京及び京都を除く）の共済業務課でも行っています。

主な相談内容

#### ●照会・一般相談

加入者期間、被扶養者の要件、年金に関する一般相談（年金受給資格の有無、年金請求に関する照会、年金決定通知・送付物等に関する照会、年金の支給状況）、「ねんきん定期便」・「退職等年金給付掛金の払込実績に係る情報通知」に関する照会、短期給付に関する一般相談（療養の給付、休業給付等）、積立共済年金に関する照会、共済定期保険に関する照会、各種様式用紙等の請求

#### ●年金見込額（本人又は本人に委任された代理人に限ります）

私学加入期間にかかる老齢年金の見込額の計算（50歳以上の人に限ります）

注 在職中の年金支給額及び支給繰下げ請求の年金は試算できません。

#### ●各種証明書の交付

資格証明書（加入者・被扶養者）、年金加入期間確認通知書

受付時間

月～金曜日（祝日及び年末年始を除きます）

9:00～17:15

共済事業本部（代表） ☎03(3813)5321

札幌ガーデンパレス ☎011(222)6234

仙台ガーデンパレス ☎022(299)6231

名古屋ガーデンパレス ☎052(957)1388

大阪ガーデンパレス ☎06(6393)9701

広島ガーデンパレス ☎082(262)1134

福岡ガーデンパレス ☎092(752)0651

電話番号（直通）

注 電話番号をお間違えのないようにお願いします。

### 年末年始の共済業務

#### 年末年始の休業

令和5年12月29日(金)～6年1月3日(水)

- 共済事業本部
- ガーデンパレス共済業務課



## 「久しぶりの習い事」

習い事なんて高校生以来のことだ。今春、息子が小学校へ入学し、一緒に習字教室へ通いはじめた。毎週木曜は仕事から帰宅し、そのまま玄関先に荷物を置いて、習字カバンふたつと交換する。大急ぎで自転車に乗って息子が待つ小学校へ。ランドセルを自転車のカゴに入れて息子と一緒に教室へ向かう。私は自転車、息子はダッシュで走る。木曜の帰り道、ふたりの額に汗が光るのは恒例になってきた。息子の作品は、習字というよりも、時折、筆先から零れた墨汁の黒点が半紙の所々に残っていて、アートというべきものだ。一方、私も初心者で全く思うようにいかない。でも、一緒に教室まで走り、汗を拭きながら習字に向き合う時間はとても楽しい。「ああ、失敗作!!」「お、さっきより上手じゃない?!」なんて励ましあいながら何とか頑張っている。ふと最近、この楽しさは、子どもの頃のお稽古で感じた楽しさとは全く違う楽しさだということに気がついた。息子が一緒に喜んで教室へ通ってくれるなんて、あと何年だろう。限られた時間のなかで、心と記憶に残る時間を過ごしていきたい。

東京都 大塚 敦子さん

## 原稿募集

『レター』は加入者の皆さんの広報誌です。  
心にとまったこと、伝えたいことを書いてみませんか。

### テーマ投稿

今回のテーマは「**私の特技**」です。  
憧れる理由やエピソードを添えて100~200字程度でお寄せください。

### 文章作品

趣味や日課・最近の出来事などテーマは自由です。200~600字程度でお寄せください。

### 短歌・俳句・川柳

初めての投稿も大歓迎。テーマは自由です。

### 写真投稿

お気に入りの写真、思いがけず撮れた傑作、素敵なお庭、思い出の品、ペットの写真などテーマは自由です。写真にまつわるエピソードと一緒に、とっておきの1枚を送ってください。

- \* 作品に①加入者証の記号番号 ②加入者氏名 ③住所・電話番号を書き添えてください。
- \* 投稿は郵送をお願いします。
- \* 投稿作品は返却しません。また、投稿作品の選考・掲載に関するお問い合わせはご遠慮ください。
- \* 「テーマ投稿」「読者の声」に投稿された人の氏名は掲載しません。
- \* 掲載させていただいた人に図書カードをお贈りします。作品は私学共済ホームページにも掲載します。

## 表紙絵募集

通年募集

表紙を飾る絵を募集します。  
お子様の力作を、ぜひご応募ください。

- \* **募集対象者** 加入者の家族で幼児から小学生までのお子様を描いたもの。学校（園）で取りまとめた児童、園児の絵は募集の対象になりません。
- \* **用紙** B4判程度の画用紙で横長のもの
- \* 色がはっきりと出る画材（絵の具、クレヨン、水性ペンなど）を使用してください。
- \* 作品の裏に、①加入者証の記号番号 ②加入者氏名 ③描いたお子様の氏名・年齢 ④絵のタイトル⑤住所・電話番号を記入してください。
- \* 作品は原則返却しませんが、返却を希望される場合は、その旨といつまでに返却希望かを書き添えてください。
- \* 投稿されたお子様の氏名を掲載します。
- \* 表紙絵として掲載させていただいた人に図書カードをお贈りします。作品は私学共済ホームページ等にも掲載します。

〒113-8441 東京都文京区湯島1-7-5  
送付先 私学事業団 広報相談センター  
原稿・表紙絵募集係

応募の際にいただいた個人情報については、賞品発送のみに使用します。

パズルで  
あなたの脳を  
活性化!

# チャレンジ the パズル

制作/スカイネットコーポレーション

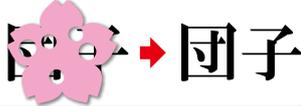
毎号違うパズルを掲載します。

## 隠れた二字熟語

難易度 ★★☆☆☆

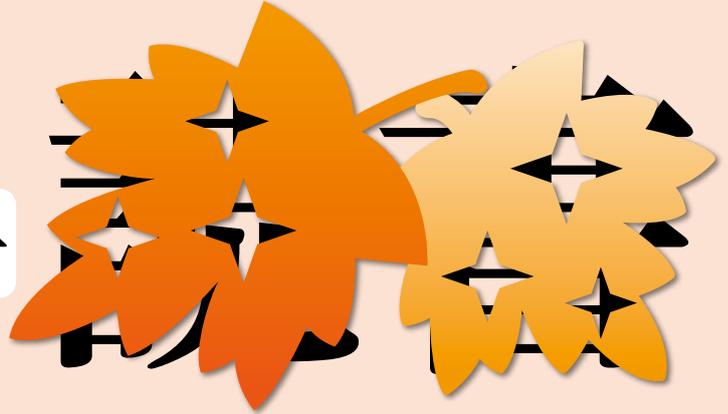
型抜きされた紙の向こうに見える二字熟語を教えてください。

<例>



答え

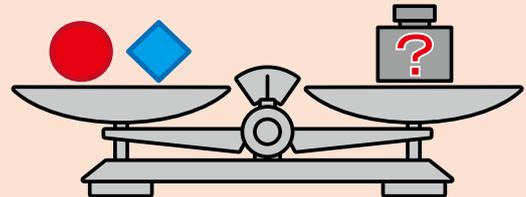
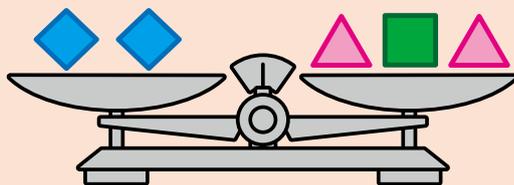
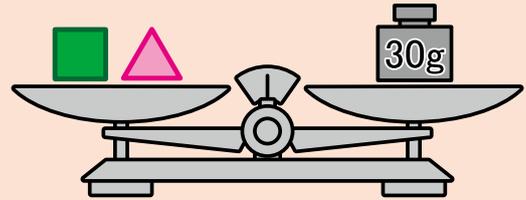
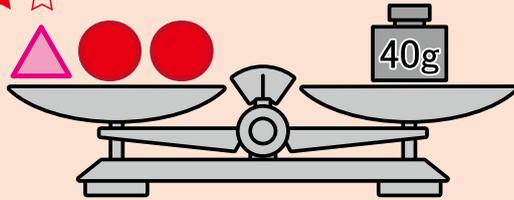
--	--



## 積み木とおもり

重さの異なる4種類の積み木とおもりを、釣り合うように天秤にのせました。  
?にのせたおもりは何gでしょう?

難易度 ★★★★★☆

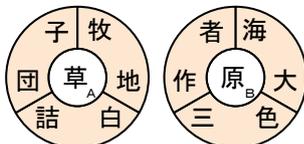


答え

	g
--	---

### 春号の解答

#### ドーナツ三字熟語



草団子  
牧草地  
白詰草

原作者  
三原色  
大海原

答え 

草	原
---	---

#### 足りない数字足し算

解答

$$8 + 13 = 21$$

### 『チャレンジ the パズル』の応募要項

【締め切り】1月31日(消印有効)

【発表】『レター』春号に掲載

【賞品】正解者の中から40名に図書カード、10名に『実力番付ナンプレ250問』(発売:マガジン・マガジン/出題:スカイネットコーポレーション)をお贈りします。

【応募要項】①隠れた二字熟語、積み木とおもりの答え(どちらか1問でも可)を書く。②本誌やクイズの感想、ご希望などを一言(読者の窓に掲載することがあります)。③前ページの「原稿募集」の募集内容もご記入いただければ、併せて応募可能です。④加入者証の記号番号 ⑤自宅住所・郵便番号 ⑥氏名・年齢を記入して、ハガキ又は封書でご応募ください。

【宛て先】〒113-8441/私学事業団 チャレンジ the パズル 係

応募の際にいただいた個人情報については、当選者発表及び賞品発送のみに使用します。応募は1人1口となります。



### パズル春号当選者 下記の方に賞品をお贈りしました。(敬称略)

#### ●図書カード

宇佐美 沙希(茨城県)  
池守 滋(栃木県)  
大島 浩(栃木県)  
網島 啓介(埼玉県)  
橋本 俊雄(埼玉県)  
渡邊 舞(埼玉県)  
小林 潔(千葉県)

酒匂 和代(千葉県)  
清水 千明(神奈川県)  
菅根 由美子(神奈川県)  
若林 友美子(神奈川県)  
左古 ひとみ(石川県)  
村田 慶史(石川県)  
西尾 達也(岐阜県)  
鈴木 博(愛知県)

小西 喜朗(滋賀県)  
大井 由美子(大阪府)  
梶村 弘子(大阪府)  
木下 郁子(大阪府)  
高村 和秀(大阪府)  
大村 桂治郎(兵庫県)  
南部 晶子(兵庫県)  
松本 由利香(兵庫県)

大貫 しほ(和歌山県)  
羽根 沙織(和歌山県)  
吉田 晴子(岡山県)  
北川 洋一(広島県)  
平林 秀世(広島県)  
三好 真紀(広島県)  
鎌田 二洋(徳島県)  
船崎 里江(徳島県)

小池 慎吾(愛媛県)  
菅原 洋子(福岡県)  
森上 愛(福岡県)  
山崎 輝美(福岡県)  
近藤 ひとみ(佐賀県)  
岡野 陽子(熊本県)  
沼田 公子(熊本県)  
西田 太陽(鹿児島県)

藏根 睦月(沖縄県)  
中村 和恵(北海道)  
北原 和子(神奈川県)  
多川 潤(神奈川県)  
大野 泰永(京都府)

岡田 孝子(京都府)  
松下 栄子(大阪府)  
望月 佳也(大阪府)  
仁木 佐知恵(兵庫県)  
山本 幾子(岡山県)  
清水 恵美子(福岡県)

#### ●パズル本

## 小松菜入りツナそぼろ

### 材料 (作りやすい分量)

ツナ缶 (油漬け) ..... 1缶 (70g)  
 小松菜 ..... 2株 (70g)  
 白ごま ..... 小さじ1  
 みりん ..... 小さじ2  
 ① 砂糖 ..... 小さじ2  
 醤油 ..... 小さじ1と1/2



調理時間：10分

1人前：124kcal

### 作り方

- 1 小松菜は1cm幅に刻み、塩少々 (分量外) でもんで5分置いて水気をしぼる。
- 2 軽く油を切ったツナ、1、①をフライパンに入れ、中弱火で時折混ぜながら汁気がなくなるまで炒める。
- 3 火を止めて、白ごまを混ぜ入れる。

### POINT

夏の疲れが出やすい秋。そんな時期には、買い求めやすく栄養価の高い小松菜を活用して体調を整えてみるのはいかがでしょうか。汗とともに失われがちなミネラルや、疲労回復効果のあるビタミンを豊富に含む小松菜は、軽く塩もみをしてから使うことで、青臭さがなくなりグンと食べやすくなります。さらに小松菜の栄養素の吸収を助けるビタミンDを含むツナを合わせることで、旨味と食べ応えのあるふりかけ風そぼろが完成。手軽に作れてご飯にぴったり、おすすめの常備菜です。

### 私学共済制度の構成

(令和5年7月末現在)

※( )内は前年同月差です。

学校等数

14,848校  
(増減なし)

加入者数

629,467人  
(8,394人増)

被扶養者数

334,431人  
(3,585人減)

年金者数

589,812人  
(3,406人増)

### 編集室

今年の夏は、久しぶりに花火大会などのイベントを楽しまれた方も多いと思います。暑さも収まり、秋は「〇〇の秋」と様々な表現をするように、さらに行楽などに良い季節となりました。

私は「スポーツの秋」を楽しもうと思っています。秋は1年のうちでも体を動かすのに最適な季節ですが、1964年10月に東京オリンピックが開催されたのを機に、開会式の10月10日が体育の日(現在は移動祝日でスポーツの日に改称)に制定され、スポーツ関連のイベントが活発になったことが、「スポーツの秋」のイメージの要因でもあるようです。

皆さんも思い思いの秋を満喫してください。そして素敵な秋を写真に収め、エピソードとともに「レター」に投稿してみませんか。

加入者向広報  
[共済だより]



vol. 147  
2023 秋号

令和5年10月1日発行 第147号

編集兼発行所

日本私立学校振興・共済事業団 共済事業本部  
〒113-8441 東京都文京区湯島1-7-5

☎03(3813)5321(代)

電話番号をお間違えないようお願いします。

私学共済ホームページアドレス  
<https://www.pmac.shigaku.go.jp/>

# 御朱印巡り・初詣は、 神社・寺院が日本一多い愛知県へ

1900年以上続く古社「熱田神宮」をはじめ、  
豊臣秀吉に所縁の「豊國神社」、  
辰年に参詣したい「白龍神社」や「若宮龍神社」など、  
愛知県の神社・寺院を巡るのもおすすめです。  
名古屋ガーデンパレスを拠点に御朱印巡りや初詣をしてみませんか。



拝殿 (画像提供：熱田神宮)



御朱印帳



## 年末年始特別宿泊プラン



朝食 (イメージ)



ツインルーム

1泊2食 (1名様)

16,000円～

取扱期間：令和5年12月28日～6年1月3日  
朝食は和洋バイキング、夕食はフレンチ (コース料理) を用意します。



注 文化庁「宗教統計調査」(令和4年度)によると、神社・寺院の宗教団体数が、愛知県は全国で一番多い報告がされています。

HOTEL, BANQUET & RESTAURANT  
**名古屋ガーデンパレス**  
☎ 052(957)1022(代表)



〒460-0003 名古屋市中区錦3-11-13 <https://www.hotelgp-nagoya.com>  
【アクセス】JR「名古屋」駅から地下鉄東山線で「栄」駅下車、1番出口から徒歩5分。地下鉄  
桜通線「久屋大通」駅(4番出口)、「丸の内」駅(5番出口)から徒歩5分