



Letter

vol. 148
2024 冬号



Information

年頭所感

私学の価値の維持・向上と役割の再構築を支えるために
理事長 福原 紀彦

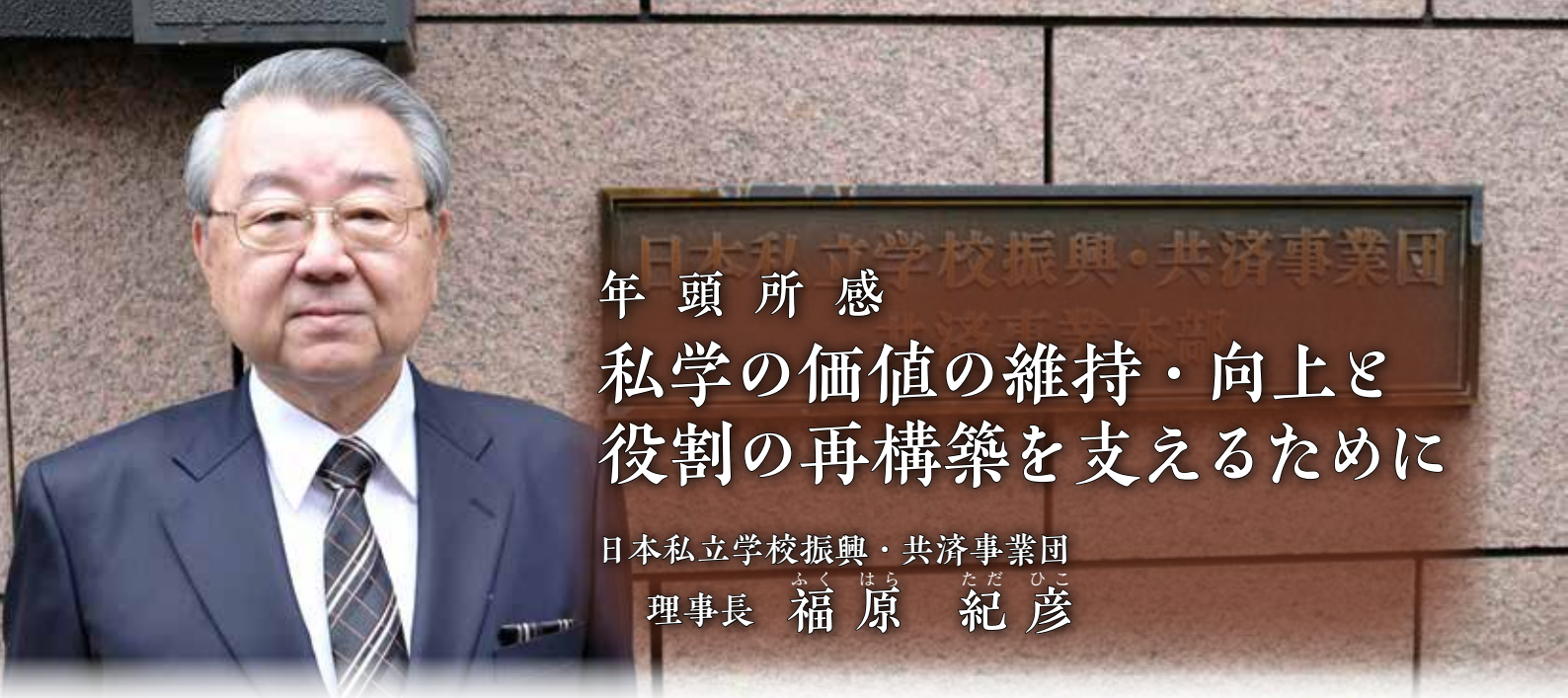
年度末特集 退職する皆さんへ

「私学共済ブック 2024・2025」を1月に発行します

芸術・文化・健康

●名画のものがたり
ハッピー・アッラー
「鳥の集会」

●おうちで作ろう 簡単レシピ
厚揚げとほうれん草のクリーム煮



年頭所感

私学の価値の維持・向上と 役割の再構築を支えるために

日本私立学校振興・共済事業団

理事長 福原 紀彦

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

私学関係の皆様の日頃のご尽力とご協力に敬意と感謝を表し、本年も皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。新型コロナウイルス感染症蔓延に伴う活動制限が緩和されても、まだ油断できない状況は続いており、気候変動による災害、各地での紛争と国際的緊張、為替変動やエネルギー価格の急騰による経済生活環境の悪化等、生活の安全と安心を脅かす要因があとを絶ちません。さまざまな困難な事情に遭遇されておられる方々に、心からお見舞いを申し上げます。

今、わが国では、少子化が急激に進行するなかで、未来を築く人材を育成し続け、将来を拓く諸科学の成果を維持・発展させるために、私学の価値をあらためて認識し、人口増加の時代に果たしてきた役割を、時代と社会の期待と要請に応えて再構築すべき時を迎えています。歴史と伝統に支えられた建学の精神のもとに、今後も私学の個性と多様性を発揮するためには、先人も経験したことのない状況のなかでも、知恵と勇気を出し合っていかなければなりません。

私学事業団では、変化が激しく将来が不確実な時代であっても、助成業務と共済業務の着実な執行を通じて、私学の振興を図り、私学関係者の皆様に安心をもたらす使命を果たして参りたいと考えております。

さて、昨年の共済業務を振り返りますと、①短期給付事業では、政府の医療制度改革により、出産に伴う経済的負担を軽減するため、令和5年4月以降の出産費及び家族出産費の支給額が引き上げられました。②年金等給付事業では、5年4月以降の年金額が前年度から原則2.2%（67歳以下の人）又は1.9%（68歳以上の人）引き上げられました。また、5年10月からの退職等年金給付の基準利率については、これまでの0.02%から0.07%に見直され、それに伴い年金現価率も変更されました。その他、マイナンバーを活用した地方自治体及び住民基本台帳ネットワークシステムとの情報連携により、被扶養者認定申請及び年金の請求手続きにおける住民票等の省略が可能となりました。また、給付金等の受け取りのための口座として、預貯金口座の情報をマイナンバーとともに登録しておくことにより、給付金等の申請時に通帳の写し等の添付が不要となりました。

本事業団の共済事業は、被用者年金制度一元化以降、共通財源である厚生年金と、私学の独自財源である旧職域年金と退職等年金給付という、性格を異にする三つの年金積立金を管理運用するという重責を担っており、さらに、高齢化社会への対応を進めていかなければなりません。

私立学校を取り巻く経営環境が変化するなかで、それらの運用環境も厳しさを増しています。しかし、年金積立金の管理運用は、長期的な観点で策定した基本ポートフォリオに基づいて行われ、運用状況については、専門的な知見から客観的な評価と助言を頂戴して、事業団としての加入者または被保険者に対する説明責任を果たして参ります。

本年も、変わらぬご指導・ご協力をお願い申し上げまして、挨拶とさせていただきます。



vol. 148
2024 冬号



〈表紙の絵〉
「鳥のお散歩」
宮城県 室岡 みことさん(5歳)

年頭所感 私学の価値の維持・向上と役割の再構築を支えるために
理事長 福原 紀彦

2 ●名画のものがたり

vol.76 ハビーブ・アッラー
「鳥の集会」 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 年度末特集 退職する皆さんへ
- 10 任意継続加入者制度
- 13 保健事業のご案内
- 14 令和6年10月からの短時間労働加入者の適用拡大
マイナンバー情報連携における戸籍謄(抄)本の添付省略(試行運用)の開始
在職中の年金の支給停止
- 16 年金請求時のマイナンバー及び基礎年金番号の記載
資格喪失後の無資格受診に注意してください
「給付金等送金記録のお知らせ」を1月下旬に送付します
- 17 令和5年分の確定申告に使用できる「医療費のお知らせ」を送付します
- 18 確定申告用の書類を送付します
共済定期保険の配当金の受取口座に変更があるときは
積立貯金前期募集
- 19 令和5年 共済業務の年間報告
被扶養者の取り消しを忘れないでください
- 20 しーちゃんと学君のちょっと学校訪問
- 22 ●めぞう健康体! カラダによいこと
運動以外の生活習慣を見直そう
東京臨海病院 リハビリテーション室
室長 笠原 剛敏
- 23 ●メディカル・インフォメーション
意外と多い眼瞼下垂症
東京臨海病院 形成外科
山田 浩之
- 24 ●レ・トラ
京都GP/白河院/敷島館/東京GP/
福岡GP/すずかる荘/仙台GP/相洋閣
- 30 ●「私学共済ブック 2024・2025」を1月に発行します
●読者の窓
●お近くの共済業務課をご利用ください
- 31 ●ミニ美術館
- 32 ●チャレンジ the パズル
サイコロの裏計算/分割パズル
- 33 ●おうちで作ろう 簡単レシピ
厚揚げとほうれん草のクリーム煮
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

図書カード等をお贈りします

○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、又は「私学共済ブック 2024・2025」の232ページをご覧ください。

名画のものがたり

Story of the Masterpiece

vol.76

利倉 隆

Takashi Toshikura

The Concourse of the Birds

鳥の集会

ハビーブ・アッラー 《鳥の集会》
1600年頃 紙 水彩・金・銀
メトロポリタン美術館 ニューヨーク
25・4×11・4
画像 アフ cm



ハビーブ・アッラー Habib-Allah (活動期 1590 - 1610 年頃)

本図のほかに人物画や馬の図などを優雅な線を駆使して描いたいくつかの細密画が知られており、16世紀末にイスファハーンに遷都したサファヴィー朝ペルシアの君主アッバース1世の宮廷書画院で活躍した。なお細密画に興味を持たれた人には、トルコの作家オルハン・パムクの歴史ミステリー『わたしの名は赤』をお勧めする。舞台は古のイスタンブールで、ペルシア細密画の絵師の逸話も縦横に語られている。

これは12世紀ペルシアの神秘主義詩人アッタールの寓意物語詩『鳥の言葉』の写本を飾る挿絵＝細密画の1枚です。重畳する岩山の間には2頭の羚羊^{れいよう}※¹が遊び、左手にはスズカケの大樹が身をくねらせ、その枝の一部は絵の枠を越えて深い蒼穹^{そうきゅう}を思わせる装飾部分に伸びています。大樹の優雅なリズムは、その根元を静かに流れる小川にも繰り返されています。ここには西欧絵画に見られる遠近法による奥行のある空間や、立体感の表現、そして陰影もほとんど見られません。そのため平板な印象は否めませんが、細部にわたって画面をくまなく埋め尽くそうとする造形的な意欲、それがこの華麗な装飾的空間の密度を高めています。そしてそこにはさまざまな種類の鳥たちの姿。これは鳥の樂園なののでしょうか。しかしその様子を窺^{うかが}うように長い銃身のマスカット銃を手にした狩人が1人……。

アッタールの四千数百句にも及ぶ長詩は、あるとき無数の鳥たちが集会を開き、遙か彼方のカーフ山に棲むという霊鳥スィーモルグを自分たちの王に迎えるために、一同旅に出るというもので、本図はその冒頭に近い場面を表しています。集会を発議したのはヤツガシラ、でもその鳥はこの絵のどこにいるのか。それは鳥たちが首を伸ばし、耳をすませ、一齊に見つめるその視線の集まる先にいます。格別大型の鳥でもなく、強力な猛禽^{もうきん}でもないヤツガシラの特徴は、頭部を飾るその見事な冠毛で、これが王冠＝王者のしるしと見なされています。この鳥はイスラームの聖典『コーラン』の中ではソロモン王のメッセンジャーにして腹心の知恵者で、シバの女王との間も取り持ちます。また、古代ギリシアのアリストパネスの喜劇『鳥』では、鳥類の王はヤツガシラ、しかしその前身はトラキア王テレウスとされています。

ヤツガシラの前には2羽のキジバト、その後ろにはオオタカ、さらにその上には赤く長い嘴^{くちばし}のコウノトリ。赤いトサカの雄鶏や黒いカラス、それにただ1羽正面向きに描かれた派手なクジャクはすぐに分かりますね。水辺には首の長いオオヅルにカササギ、アオサギ、そして4羽のガチョウがいて、その4羽に囲まれた水中の小さな岩には画家がこっそりと署名を記しています。ここで、群れからはやや離れてスズカケの下で翼を広げる1羽は、死して自らの灰から蘇るといふ伝説の不死鳥^{フェニックス}だという説があります。それはスィーモルグとは違いますが、鳥たちの運命を見守る特別な存在のようにも思えます。

集会でヤツガシラに説得され、鼓舞された鳥の大群は彼に導かれて未知の冒険の旅に出発します。その道程で彼らの大半は傷つき脱落し、七つの険しい谷を越えてついにカーフ山に達したのはわずか30羽でした。その七つの谷とはそれぞれ「探求」「愛」「清貧」などの名を持ち、ペルシア神秘主義の困難な修行の七つの階梯^{かいてい}を象徴するものだと言われます。はたしてそこにはスィーモルグの姿はありませんでした。しかしここで絶望の鳥たちは知ったのです。自分たち30羽こそがスィーモルグなのだと。ペルシア語では「30羽（スィー）の鳥（モルグ）」、つまり霊鳥スィーモルグと同音。その鳥とは視えざる神であり、物語の結末は神秘主義の奥義、自我が消滅したときに訪れる神人合一の境地を意味するものです。大いなる旅は終わっていたのです。

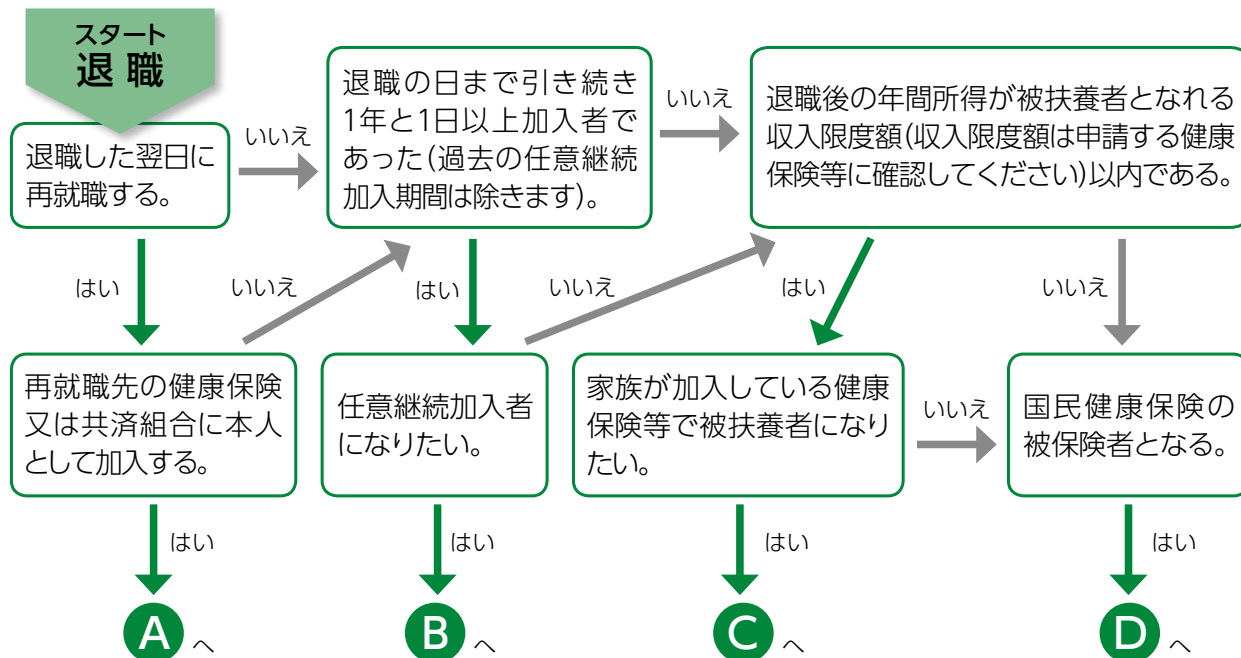
※1 ^{ぐうてい} 偶蹄目ウシ科の哺乳類のうちシカに似た優美な形態をもつものの総称。

[引用]「羚羊」, 松村 明, 『大辞林』第二版, 三省堂, 1995年, P.2730.

年度末特集

退職する皆さんへ

健康保険の手続き（業務部 資格課・短期給付課）



- **A** 再就職先で所定の手続きをしてください。
- **B** 退職後 **20 日以内**に学校等を通して「任意継続加入者申出書 **DL**」を提出してください。
原則 2 年を限度として短期給付を受け、福祉事業（貸付け、積立貯金等を除きます）を利用できます。
- **C** 被扶養者となるための要件及び手続き等は、申請する健康保険等に確認してください。
- **D** 退職後 14 日以内に、市区町村の窓口で国民健康保険の加入手続きを行ってください。
加入手続きの際に資格喪失の証明（資格証明書）が必要な場合は学校等が「資格喪失報告書 **DL**」を提出する際に「資格証明書交付依頼書 **DL**」を同封してください。

●医療機関等を受診しているときは

退職時に医療機関等を受診しているときは、医療機関等の窓口で資格喪失すること及び

- **A～D**のいずれかに健康保険が変更となる旨を申し出てください。

在職中の加入者証は使用できなくなります。

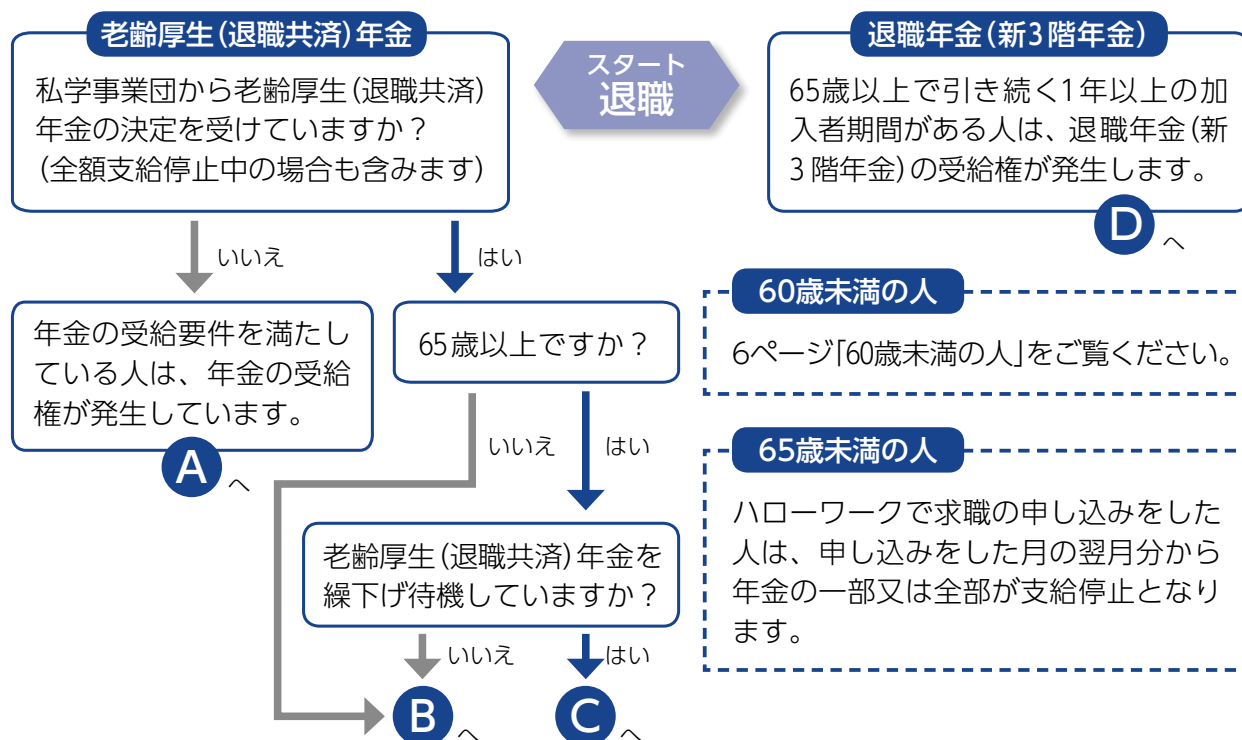
●加入者証等を返納してください

「加入者証」「加入者被扶養者証」及び私学事業団から交付された「高齢受給者証」「限度額適用認定証」等は**必ず退職時に学校等に返納してください**。

●年金等給付加入者記録票を受け取ってください

70 歳未満の人には、資格喪失の確認通知書とともに「年金等給付加入者記録票」（以下「記録票」といいます）を学校等宛てに送付します。記録票には、私学共済制度加入期間や加入者番号が記載されていますので、必ず学校等から受け取り大切に保管してください。退職後、本事業団の直営宿泊施設を利用する際に記録票を提示すると、加入者料金で宿泊できます。

年金等給付の手続き（年金部 年金第一課）



A 次の受給要件①～③を確認し、すべて満たす場合は本事業団に請求手続きをしてください。

- ①生年月日に応じて表の支給開始年齢に達している
- ②公的年金制度の保険料納付済期間、国民年金の保険料免除期間及び合算対象期間の合計が10年以上
- ③65歳未満の場合、厚生年金被保険者期間の合計が1年以上（65歳以上はこの要件は不要です）

注 年金請求の時効は5年です。受給権発生から

5年を過ぎると給付を受けられなくなる場合がありますので、注意してください。

●支給開始年齢（表参照）に到達している人

本事業団に連絡してください。年金の受給要件を満たしている人には請求書等を送付します。

●支給開始年齢（表参照）に到達していない人

請求時期になりましたら、請求案内を担当する厚生年金保険実施機関から連絡しますので、支給開始年齢到達後に手続きをしてください。

・昭和36年4月1日以前生まれの人

原則、請求案内が支給開始年齢到達の3か月前に送付されます。

複数の厚生年金保険実施機関からの請求案内が重複しないよう、「同年齢で老齢厚生年金の受給権が発生する実施機関の中で、最後に加入した実施機関」から送付されます。

注1 昭和41年4月1日以前生まれの女性は、第1号厚生年金被保険者（一般厚年被保険者）期間がある場合、第1号老齢厚生年金と他の号の老齢厚生年金では支給開始年齢が異なるため、それぞれの年金支給開始年齢到達時点で請求手続きが必要です。

注2 外国に居住している人には請求案内ができませんので、受給要件①～③のすべてに該当したら、本事業団へ連絡してください。

表 老齢厚生年金の支給開始年齢

生年月日	年齢
昭和28年4月1日以前	60歳
昭和28年4月2日～30年4月1日	61歳
昭和30年4月2日～32年4月1日	62歳
昭和32年4月2日～34年4月1日	63歳
昭和34年4月2日～36年4月1日	64歳
昭和36年4月2日以後	65歳

[参考]

特別支給の老齢厚生年金（65歳前の年金）は、1か所の厚生年金保険実施機関に請求書を提出することにより、同時に他の実施機関の老齢厚生年金を請求したことになります（図参照）。

・60歳未満の人

退職後、自営業、パート又は無職となる場合、60歳未満の加入者や被扶養者配偶者は、お住まいの市区町村の国民年金の窓口で国民年金の種別変更の届け出が必要です（表参照）。

図 ワンストップサービスのイメージ

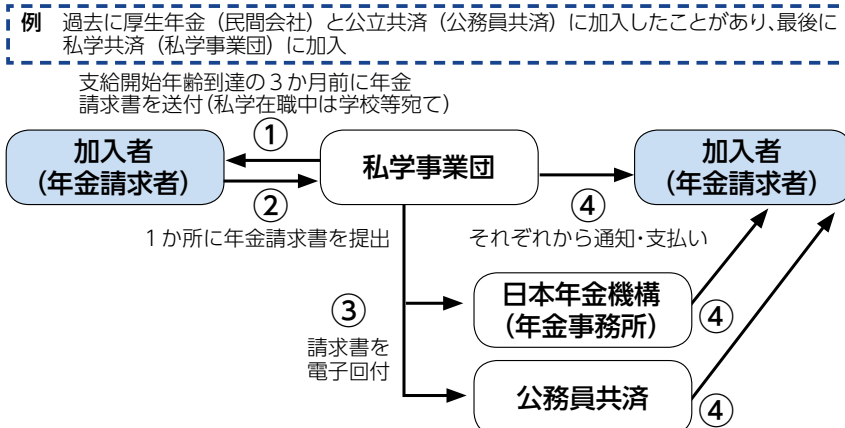


表 60歳未満の人の国民年金種別異動

加入者の異動事由	種別	種別の異動	届け出の種類等
私学退職後に自営業、パート又は無職	加入者（第2号）	第2号→第1号	種別変更 (国民年金の窓口)
	被扶養配偶者（第3号）	第3号→第1号	
私学退職後に間を空けずに転職	加入者（第2号）	第2号→第2号	不要
	被扶養配偶者（第3号）	第3号→第3号	第3号関係届 (加入者の就職先)

- B** すでに本事業団から老齢厚生年金の決定を受けているため、退職による手続きはありません。年金額は資格喪失日から1か月経過後に自動的に改定し、本人宛てに通知します。70歳以上の人も、学校等からの資格喪失報告により年金の停止解除をしますので、本人の手続きは不要です。
- C** 老齢厚生年金を繰下げ待機している人は、退職しても自動的に受給開始にはなりません。本人が受給開始を希望する月の前月に繰下げ請求の手続きをしてください。なお、私学以外の老齢厚生年金の受給権がある場合は、すべて同時に繰下げ請求になります。繰下げ待機していた年金は、繰下げ請求せずに65歳の時点で遡って請求することもできます。この場合、繰下げによる増額はありません。また、私学以外の老齢厚生年金の受給権がある場合は、すべて同時に65歳時点で遡ることになります。繰下げ請求と65歳に遡っての請求は、どちらもワンストップサービスによる手続きの対象です。繰下げに関する請求書は、私学共済ホームページからダウンロードできます。

D 退職年金（新3階年金）の請求

退職年金は、平成27年10月以降の私学共済制度の加入者期間を有している人が対象となり、次の受給要件①～③のすべてに該当したときに請求することができます。該当した人には「退職年金決定・改定請求書」を自宅宛てに送付します。

- ①引き続き1年以上の加入者期間がある（平成27年10月をまたいで1年以上引き続き期間も含みます）
- ②65歳以上である（本人の申し出により、60歳から繰り上げて受給することも、受給権発生から最長10年〈昭和27年4月1日以前生まれは70歳まで〉繰り下げて受給することもできます）
- ③退職している（70歳みなし退職を含みます）

●請求書の送付時期

- ・ 65 歳以上で退職した場合…退職した月の翌月の月末（本事業団が資格喪失を確認できた時点によっては、その翌月の月末）
- ・ すでに退職しており 65 歳になる場合…65 歳到達月の前月の月末
- ・ 70 歳みなし退職の場合…みなし退職日（誕生日の前々日）のある月の翌月の月末

注 1 年金請求の時効は 5 年です。受給権発生から 5 年を過ぎると給付を受けられなくなる場合がありますので、注意してください。

注 2 外国に居住している人には請求案内ができません。受給要件①～③のすべてに該当する場合は、本事業団へ連絡してください。

●受給方法

退職年金は、給付算定基礎額（積立額）の半分を終身退職年金、残りの半分を有期退職年金として受給します。

有期退職年金には、支給期間 20 年、支給期間 10 年、選択一時金の 3 通りの受給方法があり、請求書の中で選択できます。支給期間 10 年及び選択一時金は、給付事由が発生した時点から 6 か月以内に請求書を提出した場合に限り、選択できます。

選択一時金で受給する場合は、請求書に同封された「退職所得の受給に関する申告書^{DL}」も提出してください。その際、学校等から退職金等が支給されている場合は、退職金等の「源泉徴収票」の写しも添付してください。退職金等の支給があった時点では受給要件を満たしていない人でも、将来、有期退職年金を選択一時金として受給する場合に備えて、退職金等の「源泉徴収票」は必ず保管しておいてください。

なお、本人の申し出により、支給繰上げ又は支給繰下げをして受給できます。

●遺族一時金

加入者又は元加入者が死亡したとき、有期退職年金は、遺族一時金として請求できる場合があります。詳細は、私学共済ホームページ〔私学共済事業のご案内▶年金等給付▶年金等給付の概要▶退職等年金給付▶遺族一時金〕をご覧ください。

福祉事業の手続き（福祉部 貯金・貸付課）

次の福祉事業に加入、又は利用している人は、脱退・解約などの手続きが必要です。

【積立貯金（解約の手続き）】

提出書類：「積立貯金払戻・解約請求書」

提出期限：退職月の前月 25 日（土・日曜日又は祝日の場合は直前の平日）【**必着**】

送 金 日：学校等へ翌月 20 日（土・日曜日又は祝日の場合は直後の平日）に送金

例 令和 6 年 3 月中の送金を希望する場合

2 月 22 日までに「積立貯金払戻・解約請求書」を、学校等を通して提出
→ 3 月 20 日までの利息を含めて 3 月 21 日に学校等の口座へ送金

●注意点

- ・ 必ず提出前に届出印を押しているかどうか確認してください。
- ・ 解約の手続きを行わないと、積立貯金は預り金となり利息は付きません。
- ・ 任意継続加入者となる場合であっても、継続加入はできません。
- ・ 非課税適用を受けている場合は、「非課税貯蓄廃止申告書^{DL}」の提出も必要です。

【積立共済年金（脱退の手続き）】

①一時金又は年金で受け取りを希望するとき

提出書類：「積立共済年金脱退申出書（兼退職（脱退）時一時払掛金申込書）」（以下「脱退申出書」といいます）、「積立共済年金給付金請求書」（以下「給付金請求書」といいます）、「個人番号（マイナンバー）申告書類」（受取金額が一時金で100万円を超える又は年金で年額20万円を超える場合）

提出期限：退職する月の前月25日（土・日曜日又は祝日の場合は直前の平日）【**必着**】

②受給時期の繰り延べを希望するとき

提出書類：「脱退申出書」「年金受給権繰延申請書」

提出期限：退職する月の前月25日（土・日曜日又は祝日の場合は直前の平日）【**必着**】

例 令和6年3月末で退職する場合

①一時金又は年金で受け取りを希望するとき

2月22日までに「脱退申出書」と「給付金請求書」を提出

→3月分掛金の振り替え後 一時金…3月下旬送金
年金…初回5月20日送金（年4回）

②受給時期の繰り延べを希望するとき

2月22日までに「脱退申出書」と「年金受給権繰延申請書」を提出

注1 医療保険コース・終身保険コースは、繰り延べとの併用ができません。

注2 「個人番号（マイナンバー）申告書類」は、繰り延べ終了時に提出してください。

●注意点

- ・退職（脱退）時一時払掛金の払い込みを希望する場合、**退職月の前々月25日までに脱退手続きの書類を提出する必要があります。**
- ・退職後に任意継続加入者となる場合は、引き続き加入できます。
- ・年齢や加入期間などの条件を満たしていない場合、受取方法は一時金のみとなります。
- ・医療保険コースを希望する場合は、保険会社所定の申込書が必要です。貯金・貸付課までご連絡ください。なお、終身保険コースは、現在新規の取り扱いを停止しています。

【共済定期保険（脱退の手続き：3月末退職かつ4月以降の保障を希望しない場合）】

提出書類：「退職脱退申出書」

提出期限：3月末日【**必着**】

●注意点

3月22日に保険料を一旦口座振り替えしますが、6月中に登録の口座へ返金します。

脱退手続きを行わない場合は、保険料納付済期間（4月～9月）は保障が継続します。また、任意継続加入者及び次の①②をすべて満たす場合は、保障が自動継続します。

①責任開始期（6年4月1日）で保険年齢が50歳以上（昭和49年10月1日以前生まれ）

②1年以上共済定期保険に加入（保険料を2回以上振り替え）している。

●配当金

家族年金コース及び医療保険コースについて、配当金があるときは6月下旬に登録口座に送金します。

登録口座を変更する場合は、18ページを参照してください。

問い合わせ先 0120 (716) 267 平日9時～17時15分

【教職員生涯福祉財団のアイリスプラン（脱退の手続き）】

アイリスプラン専用フリーダイヤルまでお問い合わせください。

問い合わせ先 0120 (844) 022 平日9時～17時15分

【貸付け（償還の手続き）】

貸付けを利用している加入者が退職する場合は、貸付金残額の全額を一括返済していただきます。

●任意償還の手続き

毎月15日【**必着**】までに「貸付金任意償還・団信制度脱退申出書^{DL}」を提出すると、償還額と償還期限日を記載した「貸付金任意償還通知書」と「払込取扱票（払込通知書）」を学校等宛てに送付しますので、学校等を通して払い込んでください。

3月15日【**必着**】までに提出した場合、全部任意償還額は3月定期償還後の元金残となります。退職金等の支給時期にかかわらず、償還期限までに払い込まなければなりませんので注意してください。

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▶貸付金の償還方法」を確認してください。

●即時償還の手続き

任意償還の申し出をしなくても、資格喪失の処理後に自動的に即時償還となります。ただし、本事業団で資格喪失が確認されるまでの間は、定期償還が継続します。

償還額と償還期限日を記載した「貸付金即時償還通知書」と「払込取扱票（払込通知書）」を学校等宛てに送付しますので、学校等を通して払い込んでください。

退職手当等が支給されない場合や、退職手当等が償還額に不足する場合は、不足額を学校等に預けてください。

表 3月31日退職の手続き（2日貸付の場合）

手続き	提出書類	最終定期償還月（※1）	償還期限日（※2）	経過利息（※3）
3月15日必着（※4） 任意償還	貸付金任意償還・ 団信制度脱退申出書 ^{DL}	最終償還 3月	4月1日	なし
事前受付での資格喪失 処理による即時償還	資格喪失報告書 ^{DL}	最終償還 3月 (通知書交付4月1日)	5月1日	1か月分
			5月30日	2か月分
退職後の資格喪失処理 による即時償還	資格喪失報告書 ^{DL}	最終償還 4月 (通知書交付4月15日)	5月1日	なし
			6月1日	1か月分
			6月13日 (※5)	2か月分

※1 住宅貸付の団信制度は、最終定期償還月まで保障が適用されるため、保険料充当金の支払いも最終定期償還月まで必要です。

※2 償還期限日は貸付日(応当日)前日ですが、土・日曜日又は祝日の場合は直後の平日に繰り下がります。

※3 経過利息の計算式は「最終定期償還月の元金残×利息(現在の年利1.26%)÷12か月×利息〇か月分」(円未満切上げ)です。住宅貸付で半年払償還を併用している場合は、1月と7月の任意償還を除き、直近の1月又は7月の翌月から最終定期償還月までの経過利息が加算されます。

※4 貸付金任意償還申出書の提出期限は毎月15日【**必着**】ですが、土・日曜日又は祝日の場合は直前の平日に繰り上がります。

※5 即時償還の最終の払込期限日(償還期限日)を過ぎると、1日当たり0.03%の延滞金が課せられます(償還通知書の交付日から60日後が償還期限です)。

【任意継続加入者制度のしくみ】

●利用できる事業

・短期給付事業

加入者と同様に病気やケガ・出産・災害などに対して給付を受けることができます。ただし、傷病手当金や出産手当金といった休業給付は、在職中から継続して受給要件に該当している場合に限り、給付を受けることができます。

・福祉事業

契約施設の各種割引事業の利用や積立共済年金、共済定期保険に引き続き加入することができます。ただし、加入者貸付と積立貯金は利用できません。

注 年金等給付は継続加入できませんので、60歳未満の加入者や被扶養者は、市区町村の窓口で国民年金の加入手続きをしてください（6ページ参照）。

●加入要件

退職の日まで引き続き1年と1日以上学校等に勤務し、加入者であった75歳未満の人が加入できます。4月1日に採用され、翌年3月31日に退職する場合は加入できません。

●加入できる期間

最長2年間です。加入期間中に75歳になる場合は、75歳の誕生日から後期高齢者医療制度の適用となり、2年の満了前でも自動的に資格を喪失します。

●加入の申し出の手続き

退職日から20日以内に学校等を通して「任意継続加入者申出書^{DL}」を提出してください。3週間ほどで「任意継続加入者証」「納付通知書」「任意継続加入者のしおり」等を送ります。

・健康保険制度適用の優先順位

加入する保険の種類によって優先的に適用すべき順序があり、次の①～④の順となります。

- ①健康保険等に本人として加入 ②健康保険等の任意継続保険制度に本人として加入
- ③健康保険等に加入している家族の被扶養者となる ④国民健康保険に加入

・加入の申し出をする際の注意点

次の場合は、適用の優先順位があることから注意が必要です。

任意継続加入を申し出たが、**退職日の翌日**から就職し、他の健康保険等に本人として加入
→任意継続加入の申し出を**取り下げることになります**ので、取り下げ手続きのための用紙を送付します。業務部資格課へ連絡してください。

任意継続加入を申し出たが、**退職日の翌日**から他の健康保険等の被扶養者になることや、国民健康保険に加入することを希望

→退職日から20日以内（任意継続加入申し出期間中）に取り下げを申し出た場合を除き、任意継続加入の申し出を**取り下げることとはできません**。

任意継続加入者となり、掛金を納付した後に、資格喪失の手続きをしてください。

●登録口座の情報は必ず記入してください

短期給付金等は、本人名義の口座へ直接送金します。給付金の請求予定がない場合でも、「任意継続加入者申出書^{DL}」の「登録口座」欄は必ず記入してください。掛金の口座振替を希望する人はこの登録口座からの引き落としになります。

加入者証等に記載の氏名と口座名義のカタカナ表記が一致していることを必ず確認してく

ださい。訂正が必要な場合は「任意継続加入者異動届書DL」を提出してください。

【任意継続期間中の掛金】

在職中は学校等と折半負担していた短期給付等掛金額を、任意継続掛金額として全額自己負担することになります。40歳以上65歳未満の人は、介護掛金を含みます。任意継続掛金額は、退職時の標準報酬月額（上限あり）×掛金率で算出します。令和6年度の掛金率は、私学共済ホームページに1月下旬に掲載します。

国民健康保険と比較する場合、国民健康保険は離職の理由（解雇や雇い止め等）によっては保険料が軽減されることがあります。詳しくは、市区町村の窓口にお問い合わせください。

●掛金額を算出する際の標準報酬月額の決め方

次の①②のうち、いずれか低い方の額がその人の標準報酬月額となります。

①退職時の標準報酬月額

②短期給付を受ける全加入者の標準報酬月額の平均額（前年度9月末時点）を標準報酬月額表の報酬月額に当てはめた場合の標準報酬月額

②の額が上限額となり、令和6年度の上限額は38万円です。したがって退職時の標準報酬月額が38万円より高い人は、38万円になります。

●掛金の払い込み

・掛金の納付方法

加入の申し出時に次の①～③のいずれかを選択してください。

①半期ごとの前納（納付通知書払い） ②年度末までの前納（納付通知書払い）

③毎月納付（納付通知書払い又は毎月28日振り替えの口座振替）

注 ①及び②には割引が適用されます。

納付通知書はゆうちょ銀行専用です。納付通知書に印字された納期限までにゆうちょ銀行（郵便局）のATM又は窓口から払い込んでください。なお、現金で払い込む際には納付通知書1枚につき110円の手数料がかかります。ゆうちょ銀行に総合口座を持っている人は、カード又は通帳を利用した口座からの払い込みは無料です。

・口座振替が便利です

口座振替は、すべての金融機関から無料で振り替えができます。納付忘れの心配もなく便利です。ぜひご利用ください。なお、任意継続加入後に口座振替に変更することも可能です。変更する場合は「納付方法変更依頼書DL」を提出してください。

・口座振替を選択した人

口座振替を開始するには、任意継続加入者証等に同封して送付する「預金口座振替依頼書・自動払込利用申込書（3枚組）」（※）を必ず本事業団に提出してください。

口座振替が開始される月は、手続き完了後に送付する「任意継続掛金口座振替開始について（連絡）」で確認してください。なお、口座振替を選択した場合でも、振替開始までの間は、納付通知書を使用して納付してください。

※「納付方法変更依頼書DL」により口座振替へ変更する人には、後日送付します。

・納期限に注意してください

任意継続掛金は加入した最初の月を除き、原則、前月末日が納期限の前払いです。各月の納期限は納付通知書に印字されていますので、必ず納期限までに払い込んでください。

納期限までに払い込みがないと、任意継続加入者資格を喪失します。また、資格取得時から一度も払い込みがないと、資格取得時に遡って資格を取り消しますので注意してください。

【任意継続加入者の資格を喪失するとき】

●資格喪失の手続き

・2年の期間が満了する前に脱退を希望するとき

①国民健康保険（医師国保などの国民健康保険組合も含みます）への加入を希望するときや、他の健康保険等の被扶養者となることを希望するとき

→切り替えたい月の前月末までに「任意継続加入者資格喪失申出書^{DL}」を提出してください。切り替えたい月の前月までの掛金が納付済みであることが必要です。

「任意継続加入者資格喪失申出書^{DL}」を前月末までに提出したにもかかわらず、切り替えたい月の掛金が口座振替により振り替えられた場合は、後述の「還付金の請求手続き」を参照してください。

②健康保険等の適用がある職場に就職したとき

→新しい健康保険証の写しを添付して「任意継続加入者資格喪失申出書^{DL}」を提出してください。ただし、再び私立学校に就職し私学共済に加入したときは手続き不要です。

・2年の期間が満了するときや75歳を迎えるとき

本事業団で自動的に処理を行いますので、手続きは不要です。

●資格証明書の送付

次の①～③の場合、国民健康保険等への加入に必要な「資格証明書」を送付します。

①2年の期間が満了する前に国民健康保険や健康保険の被扶養者となるために脱退の申し出をしたとき

→提出された「任意継続加入者資格喪失申出書^{DL}」の内容が確認でき次第、送付します。

②2年の期間が満了するとき

→満了日の少し前に送付する「任意継続加入期間満了のお知らせ」に同封します。

③75歳を迎えるとき

→75歳の誕生月の前月に送付する「資格喪失の事前連絡」に同封します。

●還付金の請求手続き

資格喪失後の期間にかかる掛金を前納していた場合は、後日、本事業団から送付する「任意継続掛金 介護掛金還付請求書」を提出することにより還付されます。

還付請求は2年以内に手続きが必要ですので、注意してください。

●加入者証等を返納してください

任意継続加入者や被扶養者が加入者証等を使用して医療機関等を受診できるのは、資格喪失日の前日までとなります。資格喪失したときは、必ず本事業団へ「任意継続加入者証」「任意継続加入者被扶養者証」を返納してください。また、「限度額適用認定証」や「高齢受給者証」（70歳以上）等の交付を受けている人は、一緒に返納してください。

【すでに任意継続加入者となっている人が令和6年度も継続加入するとき】

令和6年度分の「任意継続掛金納付通知書」は3月上旬に送付しますので、納期限までに掛金を払い込んでください。6年度中に75歳を迎える人には、75歳の誕生日の属する月の前月分までを送付します。6年度からの掛金の払込方法の変更を希望する場合は、1月末までに「納付方法変更依頼書^{DL}」を提出してください。

任意継続加入者にかかる各種届出用紙は、私学共済ホームページからダウンロード又は任意継続加入者になった際に送付した「任意継続加入者のしおり」にも綴られていますので、手続きの際はご利用ください。

【特定健康診査・特定保健指導】

●特定健康診査を受けましょう

私学事業団では、40 歳～ 74 歳の被扶養者及び任意継続加入者を対象に、令和 5 年度の「特定健康診査受診券（セット券）」（以下「受診券（セット券）」といいます）を 5 年 6 月下旬に学校等宛て（任意継続加入者及びその被扶養者は、届け出住所宛て）に送付しています。5 年度の受診券（セット券）の有効期限は 6 年 3 月 31 日です。忘れずに受診してください。受診した人には、健康な生活を送るために役立つ健康情報冊子「QUPiO Plus（クピオ プラス）」を送付しています。

注 加入者は、学校等が定期健康診断の結果を提出することにより特定健康診査を受診したとみなしますので受診券（セット券）は送付していません。

●特定保健指導を受けましょう

特定健康診査の結果から生活習慣病のリスクが高い人に対して、特定保健指導を受けるための「特定保健指導利用券」を「QUPiO Plus」に同封しています。「特定保健指導利用券」を使用することで、お近くの指定機関で専門家による生活習慣を改善するための支援を無料で受けることができます。詳細は、私学共済ホームページ【私学共済事業のご案内▶福祉事業▶特定健康診査・特定保健指導】をご覧ください。

注 「特定保健指導利用券」の利用期間中に資格喪失した場合、資格喪失日以後の利用分については自己負担となりますので注意してください。

また、特定健康診査・特定保健指導の受診は、ヘルスケアポイントの付与対象となっています。ヘルスケアポイントを利用し、健康づくりに役立ててください。

【ヘルスケアポイントをご利用ください】

●対象者

5 年 5 月末現在で、短期給付の適用を受ける 30 歳～ 74 歳の加入者（任意継続加入者を含みます）及びその被扶養者が対象となります（以下「加入者等」といいます）。

●利用登録方法

Web 版「QUPiO Plus」にアクセスし、本事業団専用画面に「認証コード」を入力してログインし、別途個別のログイン ID とパスワードを設定して利用登録を行ってください。

「認証コード」は、今年度 40 歳～ 74 歳の加入者等には、特定健康診査受診後に送付する健康情報冊子「QUPiO Plus」に記載しています。今年度 30 歳～ 39 歳になる加入者等（新規資格取得者のみ）には、5 年 6 月下旬と 8 月上旬にわけて学校等宛て（任意継続加入者は届け出住所宛て）に通知しています。

●利用内容

日々の体重等の記録、特定健康診査・特定保健指導の受診及び共済業務課主催のヘルスケアポイント付与対象イベントへの参加等によって、所定のヘルスケアポイントが付与されます。貯まったヘルスケアポイントは、健康グッズなどの商品と交換できます。登録手続きをしていない人は、この機会にぜひ行ってください。

Web 版「QUPiO Plus」 <https://www.qupiolplus.jp/user/>

問い合わせ先 0120 (818) 448 委託先：SOMPO ヘルスサポート株式会社



資格

令和6年10月からの短時間労働加入者の適用拡大

業務部
資格課

【被用者保険にかかる短時間労働加入者の適用拡大】

被用者にふさわしい社会保障の実現、働き方や雇用の選択を歪めない被用者保険制度とする等の観点から、短時間労働加入者の適用が、令和6年10月からさらに拡大されます。

●6年10月の改正事項

現行、学校法人等单位で「100人を超える」とされている企業規模要件について、6年10月から「50人を超える」に引き下げられます。

●短時間労働加入者となる要件

次の①から⑤のすべてに該当していること

- ① 週の所定労働時間が20時間以上であること
- ② 賃金の月額が88,000円以上であること
- ③ 2か月を超える雇用の見込みがあること（通常加入者と同様）
- ④ 学生でないこと
- ⑤ 通常の加入者数が50人を超える（51人以上）学校法人等（「特定学校法人等」といいます）であること

お知らせ

マイナンバー情報連携における 戸籍謄（抄）本の添付省略（試行運用）の開始

企画室

令和6年3月以降、戸籍に関する情報について、マイナンバーによる他機関との情報連携を利用した確認事務の試行運用を開始します。被扶養者の認定申請や年金の請求時などに情報連携により必要な情報が確認できる場合は、戸籍謄（抄）本（※）の添付が省略可能となります。

ただし、情報連携で得た情報が添付書類の内容と違いがないか等を確認する必要があるため、**試行運用期間中は従来どおりの添付書類が必要**となりますので、注意してください。

試行運用から本格運用への移行時期や、本格運用の対象となる事務手続き等については、決まり次第、本誌又は私学共済ホームページでお知らせします。

※ 被扶養者の認定申請に関しては加入者と同居している実子（養子縁組をしている子を含みます）、配偶者、両親に限ります。

年金

在職中の年金の支給停止 ～「総報酬月額相当額」と支給停止額の変更月～

年金部

【在職支給停止の概要】

老齢厚生年金・退職共済年金の受給権者が在職中である場合、年金の一部又は全部が支給停止になることがあります。

●支給停止の基本的な考え方

「総報酬月額相当額」（※1）と「基本月額」（※2）が、基準額（※3）を超えた場合に、超えた額の2分の1に相当する額が支給停止となります。

※1 在職支給停止計算の対象となる月の**標準報酬月額**と、その月以前1年間の**標準賞与**

額の総額を12で除して得た額の合計です。

※2 年金の報酬比例部分又は給与比例部分を12で除した額です。

※3 令和5年度は48万円です。

よくある質問

Q 再雇用により報酬が大幅に下がりました。下がった月から年金の支給停止額が変わらないのはなぜですか。

A 支給停止額は「総報酬月額相当額」の算出に必要な標準報酬月額が改定された月に再計算をしますが、改定月と報酬が下がった月が同じではない場合があります。

【標準報酬月額の改定】

定年等による再雇用の際に、学校等が報酬月額の変動を私学事業団に報告するには、次の

①②の方法があります。

①「標準報酬月額改定」…報酬が変わった月から3か月間の報酬月額の平均が、従前の標準報酬月額の等級に比べて2等級以上増減したときに、4か月目から標準報酬月額が改定

②「即時改定」…60歳以上で定年等により退職し、1日の空白もなく再雇用され報酬が変わったときに本人が希望した場合、再雇用の月から標準報酬月額が改定

①②どちらの改定となるかにより、標準報酬月額が改定される時期が異なるため、支給停止計算を行う時期も異なります。また、過去1年間での賞与支給の有無や額の変動によっても、支給停止額が変更となることがあります。

例1

令和6年4月に報酬が変動し4月～6月の報酬月額を7月に報告する
「標準報酬月額改定」の場合
→標準報酬月額が変わるのは7月から

(単位：万円)

年 月	R5 4月	6月	7月	12月	R6 1月	A 4月	6月	B 7月
報 酬	50	50	50	50	50	20	20	20
標準報酬月額	50	50	50	50	50	50	50	20
標準賞与額		90		90			90	

報酬は20万円に下がったが、
標準報酬月額は50万円のまま

4月～6月の報酬を基に標準報酬月額を20万円に改定

A 令和6年4月の総報酬月額相当額

$$\Rightarrow 50 \text{ 万円} + (90 \text{ 万円} + 90 \text{ 万円}) \times 1 / 12 = 65 \text{ 万円}$$

令和6年4月の標準報酬月額 令和5年6月と令和5年12月の標準賞与額の合計 令和6年4月の年金支給計算に使用する総報酬月額相当額

B 令和6年7月の総報酬月額相当額

$$\Rightarrow 20 \text{ 万円} + (90 \text{ 万円} + 90 \text{ 万円}) \times 1 / 12 = 35 \text{ 万円}$$

令和6年7月の標準報酬月額 令和5年12月と令和6年6月の標準賞与額の合計 令和6年7月の年金支給計算に使用する総報酬月額相当額

注 令和6年4月は支給停止額の変更はありません。7月の時点で支給停止額が変更となる場合があります。

例2

令和6年4月に報酬が変動し、4月に報酬月額を報告する「即時改定」の場合
→標準報酬月額が変わるのは4月から

(単位：万円)

年 月	R5 4月	6月	7月	12月	R6 1月	A 4月	6月	7月
報 酬	50	50	50	50	50	20	20	20
標準報酬月額	50	50	50	50	50	20	20	20
標準賞与額		90		90			90	

報酬が20万円に下がり、標準報酬月額を20万円に改定

A 令和6年4月の総報酬月額相当額

$$\Rightarrow 20 \text{ 万円} + (90 \text{ 万円} + 90 \text{ 万円}) \times 1 / 12 = 35 \text{ 万円}$$

令和6年4月の標準報酬月額 令和5年6月と令和5年12月の標準賞与額の合計 令和6年4月の年金支給計算に使用する総報酬月額相当額

注 令和6年4月から支給停止額が変更となる場合があります。

年金

年金請求時のマイナンバー及び基礎年金番号の記載

年金部

年金請求時に、年金請求書へマイナンバー及び基礎年金番号の両方を記載していただくことになりました。詳細は、令和5年10月17日に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、参照してください。

医療

資格喪失後の無資格受診に注意してください
～退職日の翌日から加入者証等は使えません～業務部
短期給付課

●加入者証等はいつまで使える？

加入者が退職等による資格喪失、又は被扶養者が就職等により被扶養者取り消しとなったときは、資格喪失日（又は被扶養者取消日）から加入者証等は使用できません。

無効となった加入者証等は、学校等を通して（任意継続加入者は直接）速やかに私学事業団に返納してください。

●無資格受診者への返還請求

無効となった加入者証等を返納せずに使用して医療機関等を受診した場合、かかった医療費を本事業団に返還することになります。

本来この医療費は、資格喪失後又は被扶養者取り消し後に新たに加入した健康保険等（健保組合や国民健康保険等）へ請求されるべきものです。医療費の額によっては返還額が高額となる場合があります。対象となった人には「返還請求書」を送り、同封の払込取扱票を使用して本事業団に直接返還していただきます。

無効となった加入者証等を誤って使用した場合、すぐに新しい健康保険証を医療機関等へ提示すれば、医療費の請求先を新しく加入した健康保険等に変更してもらえます場合があります。その場合、本事業団への返還は発生しません。

●無資格受診分を返還した後は？

受診日に加入している健康保険等に「療養費」として請求できる場合があります。請求方法等の詳細は、新たに加入した健康保険等へお問い合わせください。

医療

「給付金等送金記録のお知らせ」を
1月下旬に送付します業務部
短期給付課

私学事業団では、年2回、短期給付金や人間ドック利用費用補助金（以下「給付金等」といいます）の支給内容を半年ごとにまとめた「給付金等送金記録のお知らせ」（以下「お知らせ」といいます）を送付しています。

●対象者 令和5年7月～12月の間に給付金等の支給を受けた人

●送付時期 1月下旬 ※次回は6年7月下旬送付予定

●送付先 私学事業団で登録している加入者住所宛て

なお、給付金等を決定した際は、学校等宛てに「給付金等決定・送金通知書」（学校等保管用及び加入者配付用）を送付し、給付金等は学校等を通して加入者に支給します。任意継続加入者には、本人宛てに「給付金等決定・送金通知書」を送付及び支給しているため、お知らせの送付対象ではありません。

医療

令和5年分の確定申告に使用できる 「医療費のお知らせ」を送付します

業務部
短期給付課

健康保険制度に対する理解と健康に対する関心を深めてもらうため、受診した医療機関等及び医療費の総額等を記載した「医療費のお知らせ」を送付します。確定申告（医療費控除）の際に添付書類として使用できますので、大切に保管してください。

詳細は、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▶「医療費のお知らせ」の送付〕をご覧ください。

●対象者

令和4年11月から5年10月までに医療機関等を受診している、5年12月21日現在（対象者の抽出日）で加入者又は被扶養者（任意継続加入者を含みます）である人

●送付先等

・加入者

親展扱いで所属する学校等へ送付しますので、学校等から受け取ってください。

・任意継続加入者

親展扱いで届け出住所宛てに送付します。

「医療費のお知らせ」には、加入者と被扶養者の分を併せて記載しています。

●送付時期

6年2月上旬

●確定申告に使用する際の留意点

①「医療費のお知らせ」は5年12月までに私学事業団で受け付けた診療報酬明細書（4年11月から5年10月までの診療分）を基に作成しています。

5年11月、12月診療分の医療費は記載されません。5年11月、12月診療分は領収書を保管し確定申告に使用してください。

②その他にも、次の場合は領収書が必要となります。

- ・療養費、柔道整復施術療養費
- ・はり、きゅう、マッサージ等の療養費
- ・治療用装具の療養費等、医療機関等による診療報酬明細書の遅れによる医療費

③「医療費のお知らせ」には、本事業団から給付した高額療養費や一部負担金払戻金等の情報は含まれていません。「給付金等決定・送金通知書」を参考に実際の自己負担額を申告してください。

また、市区町村等の公費助成を受けた場合も実際の自己負担額と一致しない場合があります。

④確定申告（医療費控除）の手続きの詳細は、国税庁のホームページ等で確認するか、お近くの税務署へお問い合わせください。

●「医療費のお知らせ」に関する問い合わせ先

問い合わせ先 0120 (702) 057（「医療費のお知らせ」コールセンター）

開設期間 6年2月1日～3月31日 平日9時15分～17時15分

●重複診療・頻回受診

加入者・被扶養者に対し、本事業団から医療機関等への重複診療・頻回受診に関する調査を行う場合があります。

確定
申告

確定申告用の書類を送付します

【(特定増改築等) 住宅取得資金にかかる借入金の年末残高証明書(貯金・貸付課)】

令和5年1月～12月に住宅貸付を借り受けた人や同年中に居住を開始した人は、確定申告により「(特定増改築等) 住宅借入金等特別控除」を受けることになるため、残高証明書を6年1月中旬に学校等宛てに送付します。

ただし、貸付決定時に送付した「工事等完了届(様式第8号)」の提出がない場合は、工事完了日又は居住開始日の確認ができないため証明書を交付できませんので、速やかに提出してください。

なお、令和4年以前に住宅貸付を借り受け、居住開始日等が確認されている人には、5年10月12日に年末調整用の証明書を学校等宛てに発送しています。

【任意継続掛金納付証明書(掛金課)】

任意継続掛金の納付が5年10月19日までに確認された人には、5年10月27日に「令和5年分任意継続掛金納付証明書」(見込み額含む)を発送しました。

その後初めて掛金の納付が確認された人には、6年1月下旬に「納付証明書」を送付します。

定期
保険共済定期保険の配当金の受取口座に
変更があるときは福祉部
貯金・貸付課

届け出ている指定金融機関(保険料振替口座)に口座の解約や名義変更又は金融機関の統廃合による支店名や口座番号の変更がある場合は、令和6年4月10日【必着】までに「共済定期保険事業 振替口座・住所・電話番号変更申出書」を提出してください。

なお、変更申出書を提出するに当たっては、3枚目の「預金口座振替依頼書」は金融機関に提出し、1枚目の金融機関受領印欄に受領印を受けてください。

取扱金融機関は、都市銀行、地方銀行、信託銀行、信用金庫及び労働金庫のいずれかです。

ゆうちょ銀行又は郵便局、外資系銀行等で取り扱いができない場合がありますので、不明な点は、貯金・貸付課貯金係までお問い合わせください。

期限までに変更の申し出がないと、配当金の送金が遅れる場合があります。

5年度配当金の送金は、6年6月下旬の予定です。

積立
貯金

積立貯金前期募集

福祉部
貯金・貸付課

令和6年4月26日から積立貯金の前期募集期間が始まります。

募集期間中は、以下の申請ができますので、必要に応じて学校等を通して申し込んでください。また、積立貯金に関するリーフレットを3月下旬に学校等へ送付しますので、併せて確認してください(任意継続加入者は加入できません)。

- ・新たに積立貯金に加入する場合や再び加入する場合……………「貯金加入申込書」
- ・積立金額を変更する場合……………「積立金変更申込書」
- ・中断していた積立を再開する場合……………「積立中断・復活届書」

報告

令和5年 共済業務の年間報告

広報相談センター
広報班

令和5年中に取り扱いが変更等となった、主な共済業務についてお知らせします。

資格関係

- ・被扶養者認定申請書にかかる添付書類の一部省略（1月）
- ・被扶養者にかかる所得基準の一部改正（2月）

短期給付関係

- ・出産費及び家族出産費の支給額の引き上げ（4月）
- ・高齢受給者証等の性別記載欄の廃止（4月）

掛金関係

- ・短期給付分掛金率を8.569%に据え置き（4月）
- ・介護分掛金率を1.677%に改定（4月）
- ・退職等年金給付掛金率を1.50%に据え置き（4月）
- ・子ども・子育て拠出金率を0.36%に据え置き（4月）
- ・加入者保険料率（軽減保険料率）を16.389%に改定（9月）

年金等給付関係

- ・年金請求手続きにかかる住民票等の省略（1月）
- ・特例的な繰下げみなし増額の導入（4月）
- ・厚生年金給付、共済年金給付の年金額を前年度から1.9%又は2.2%の引き上げ（4月）
- ・退職等年金給付の基準利率及び年金現価率の見直し（10月）

福祉事業関係

- ・貸付規則の一部改正（7月）

災害関係

- ・福島原発事故により被災した加入者等にかかる一部負担金等免除の延長（3月）

その他

- ・公金受取口座登録制度の本格運用開始（1月）

（ ）は、実施時期

資格

被扶養者の取り消しを忘れないでください

業務部
資格課

年度末は就職や転居など異動の多い時期です。特に手続き漏れが多いのが被扶養者の取り消しです。被扶養者の取り消しに該当する事由等は表のとおりです。

該当したときは、学校等を通して（任意継続加入者は直接）「被扶養者取消申請書^{DL}」と「加入者被扶養者証」を私学事業団へ速やかに提出してください。

なお、国民健康保険等の他の制度への加入手続きのために、取り消し日が記載された資格証明書が必要なときは、「資格証明書交付依頼書^{DL}」により申請してください。

表 被扶養者の取消事由及び取り消し日

事由	取り消し日	事由	取り消し日
就職	就職日	同居要件者の別居	別居した日
結婚	婚姻日	雇用保険受給（※2）	受給開始日
死亡	死亡日の翌日	収入増加（※3）	確認できた日
離婚	離婚日の翌日	海外居住（国内居住要件の例外とらない）	国外へ転居した日
子の扶養替え（※1）	事実が生じた日		

※1 収入逆転等による扶養替えの場合は、配偶者の被用者保険制度で認定を受けてから、取消申請してください。

※2 受給日額及び雇用保険受給開始日を確認しますので、「雇用保険受給資格者証」又は「雇用保険受給資格通知」の写し（表裏）を添付してください。

※3 パートや年金等の収入が月額108,333円（又は149,999円）を超えることが確認できた日（国の時限的な措置として、パート先等で人手不足による残業等で一時的な収入変動である場合は、この限りではありません。ご不明な場合は資格課までお問い合わせください）詳しくは、私学共済ホームページ[よくある質問(Q&A)] ▶年収の壁にかかるQ&Aを参照してください。

しーちゃんと学君の ちょっと学校訪問

「聖マーガレット館」
で受け継がれる
子どもたちと育んだ歴史

幼保連携型認定こども園
はっかり
初雁幼稚園

新型コロナウイルス感染症の拡大によりお休みしていましたが、4年振りに取材を行い、「しーちゃんと学君のちょっと学校訪問」が復活しました。取材先は埼玉県川越市にある初雁幼稚園の草津キャンプです。久しぶりの取材ということで、二人はいつも以上に張り切って参加しました。

学君 (以下「学」): 初雁幼稚園は、埼玉県内の私立幼稚園で最も長い伝統を持った幼稚園(1901年創立)なんだ。キャンプは40年以上も続いていて、宿泊先の聖マーガレット館も由緒ある建物(1924年建立)なんだって。

しーちゃん (以下「し」): 歴史あるキャンプなんだね! 草津でキャンプを行う目的は何だろう?

●身の周りの始末を自分で行い、自立心を培う

学: 聖マーガレット館に到着! 館をぐるっと探検しながら、館内の過ごし方や設備の使い方をみんな真剣に聞いていたね。これから3日間、できることは全部自分でやるのだから、案内は聞き逃さないようにしなきゃ。

し: 家族と離れて過ごすのは初めて。お弁当にこっそり添えられていた家族からの手紙を支えに、頑張ろう。

学: 早速、西の河原での川遊びに向けて、準備を開始! 自

分で着替えやサンダルや雨がっぱに水筒をカバン一杯に荷造り。パンパンでチャックが閉まらなかったり、サンダルが行方をくらましたり、時には遊び始めてしまったりしながらも、みんな館の前に集合できたよ。

し: 西の河原に向かう途中から雨が降り出したけれど、河原に着いて子どもたちはずっと楽しそうに遊んでいたなあ。

学: 食事子どもたちが主役。毎回、挨拶の当番の子が立派に役割を果たしたね。

し: 夕食のカレー作り! 自分たちで仕度をしたご飯は美味しかったね。ご飯を作る大変さが分かったと、いつも作ってくれる家族への感謝の気持ちも強くなるよね。

キャンプのしおり

於：聖マーガレット館(群馬県草津)

～1日目～

午前 幼稚園発、道の駅で昼食
午後 聖マーガレット館着
西の河原で川遊び
キャンプファイヤー

～2日目～

午前 草津熱帯園を見学
午後 夕食のカレー作り
頌徳公園で自由遊び

～3日目～

午前 お土産の買い物
午後 聖マーガレット館発
幼稚園着、解散



雨天も関係なし! 時間になるまで
ず〜っと遊んだよ!!

●豊かな自然環境のもとで、都会生活では得られないような経験をする

し：キャンプファイヤーでは、炎を囲んで歌ったり踊ったりして盛り上がったね！

学：牧師先生の話や、激しく燃える炎を目の当たりにして、火の怖さも学ぶことができたよ。

し：草津熱帯園や頌徳公園^{しょうとく}にも行ったね。草津の自然に触れることができた！

学：草津熱帯園は、温泉を熱源として活用し、熱帯の動物を飼育しているよ。珍しい動物がたくさんいて、飼育員に聞きながら動物に合った触れ合い方を心掛けていたね。

し：頌徳公園では、木々に囲まれた広い敷地を駆け回って、思いきり声を出していたね。

●ハンセン病患者のために尽くした「リーかあさま」について学ぶ

学：今は研修所として使われている聖マーガレット館は、元々は宣教師のコンウォール・リーさんがハンセン病に感染した患者の子どもたちを養育するための施設として建てたんだよ。子どもたちの生活を守ったんだ。

し：きっと、子どもたちは同じ境遇のなか助け合って暮らしていたんだね。

学：草津聖バルナバ教会での早朝礼拝で、牧師先生から「リーかあさま」のお話を聞いたね。頌徳公園はリーかあさまが町に寄贈した土地に開園しているし、記念館も近くにあるんだよ。草津でリーかあさまの思いを100年近くも語り継いできたんだね。

●共同生活を通して、人との交わりを一層深め、社会性及び協調性を養う

し：草津の色々な施設に同行してイベントにも参加してみて、このキャンプの目的が分かったよ。

学：先生たちは、この3日間で人や自然との関わりを深めて、そこから多くのことを学んで欲しかったんだね。

し：キャンプ中は、泣いたり困ったりすることもあったけれど、みんなで力を合わせ、時にはケンカもしながら目標をクリアして行って、充実したひとときを過ごすことができたね。

学：毎年、草津キャンプを終えた子どもたちは目に見えて大きくたくましくなって、幼稚園でも下の子を引っ張るリーダーになっていくんだって。

し：今後も聖マーガレット館での経験を生かして、みんなが立派に成長していくのが楽しみだ！



食事前は日々感謝の気持ちを伝えているよ。



目の前のキャンプファイヤーの炎は迫力満点！



シャムワニ（剥製）に乗ってみたよ！

～取材者の紹介～

しーちゃん（し）

.....
子どもたちが楽しんでいる様子を見るのが大好きな、素直で元気な子

学君（学）

.....
学校での取り組みに興味を持つ、真面目で勉強熱心な子

「しーちゃんと学君」に関する意見や感想をハガキ又は封書にてお待ちしております。

送付先：〒113-8441

東京都文京区湯島1-7-5

私学事業団 広報相談センター広報班

運動以外の生活習慣を見直そう

東京臨海病院 リハビリテーション室 室長 かさ はら たけ とし 笠原 剛敏

定期的な運動は体重の増加を防ぎ、健康を保つのに重要とされています。しかし、「体重は減らしたいが、運動は苦手」、「時間がなくて、運動は続けられない」と言う人が多いです。

今回は、何気ない日々の生活の活動量「非運動性熱産生 (NEAT)」を高めることで、健康増進につながるることについてお話しします。

●非運動性熱産生 (NEAT) とは

「NEAT」は、「Non-Exercise Activity Thermogenesis」の略称で、「非運動性熱産生」と呼びます。非運動性とは、運動以外の身体活動を指し、熱産生とは、消費エネルギーのことを意味します。つまり運動によらない生活活動で消費されるエネルギーのことです。具体的には以下の活動になります。

調理・洗濯・部屋掃除などの家事、買い物、階段昇降、通勤通学、子どもの送迎、読書、テレビ視聴、勉強、リモートワーク、事務作業など

●座る時間は 30 分未満に努めましょう

座っている時間と健康の関わりを調べると、肥満ぎみの人ほど座っている時間が長く、肥満でない人と比べ、1 日あたり 2 時間以上も長く座っていることが報告されています (※ 1)。また、30 分以上連続して座っている会社員はメタボリックシンドロームの発生率が高く、一方で、連続して座っている時間が 30 分未満の会社員は、メタボリックシンドロームの発生率には有意な差はなかったことがわかっています (※ 2)。デスクワークをする際は、30 分以内に 1 度は立ち上がり、背筋を伸ばして、気分転換をしましょう。



●NEAT を増やす日常生活での工夫例

NEAT を増やすポイントは、座っている時間を短くすることです。「座るより立つ、さらに歩くこと」を意識し行動することで、自然に NEAT を増やすことになります。例として次の①～③のことを試してみましょう。

- ①立った姿勢で新聞・テレビを見る、スマホ・パソコンを操作する、ズボン・靴下を履く。
- ②電車やバスを使うときは、座席に腰掛けず、乗降する改札口から遠い車両・車内に乗る。
- ③エレベーターは、上りは利用するが、下りは階段を使う。



【参考】

・公益財団法人長寿科学振興財団 健康長寿ネット「非運動性熱産生 (NEAT) とは」

<https://www.tyojyu.or.jp/net/kenkou-tyoju/kenkou-zoushin/NEAT.html> 【最終閲覧日 令和5年9月12日】

※1 Levine JA et al. Interindividual Variation in Posture Allocation: Possible Role in Human Obesity. Science, 307, 584-586, 2005

※2 Honda T et al. Sedentary bout durations and metabolic syndrome among working adults: a prospective cohort study. BMC Public Health, 16, 888, 2016

メディカル・インフォメーション



東京臨海病院
形成外科
やま だ ひろゆき
山田 浩之

意外と多い眼瞼下垂症^{がんけんかすいしょう}

●眼瞼下垂症とは

眼瞼下垂は上まぶたが下がって見にくくなる病態です。中には生まれつきの場合もありますが、多くは老化に伴い目を開ける筋肉（腱）が弱くなったり外れかけている、もしくはまぶたの皮膚が垂れ下がってくるのが原因です。黒目（瞳孔）が完全に出た状態が正常ですが、眼瞼下垂症の方は黒目が隠れてしまいます。若い人でもハードコンタクトを長期間使用している人やアトピー性皮膚炎の人などは、上まぶたへの刺激で筋肉が外れてしまうことがあります。

●こんな症状があると眼瞼下垂症かも

常に眠そうに見える・肩こりや頭痛がひどい・おでこのしわが増えた・目が疲れて長時間の読書が辛い

⇒上まぶたが垂れて黒目が隠れると、おでこに力を入れて眉毛を上げて物を見るため目が疲れやすくなります。おでこの筋肉は頭から首まで繋がっているため肩こりや頭痛につながります。

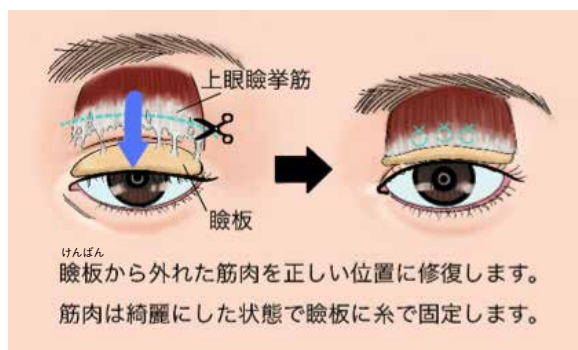
二重の幅が広がる・上まぶたが窪む

⇒まぶたを開ける筋肉はまぶたのふちと二重部分の皮膚に付着していますが、筋肉が外れてくると二重の幅が広がり、上まぶたが窪みます。



●眼瞼下垂症の治療

まぶたを上げる筋肉は上眼瞼挙筋（腱膜）、ミューラー筋の2種類あります。眼瞼下垂症の治療では外れたり弱くなったこれらの筋肉を正しい位置に戻し修復します。治療後は切開したラインで二重になるため、希望の幅になるよう術前に鏡を見ながらシミュレーションを行います。手術後はまぶたが開けやすくなるのはもちろん、翌日から「頭痛や肩こりがなくなった」「世界が明るくなった」といったうれしい言葉もよく耳にします。眼瞼下垂症は老化の他にも神経や腫瘍によっても引き起こされる可能性がありますので、気になる人は一度診察を受けてください。



日本私立学校振興・共済事業団 直営医療施設 東京臨海病院

〒134-0086
東京都江戸川区臨海町1-4-2
☎03 (5605) 8811 (代表)
<https://www.tokyorinkai.jp>



- ◆東京メトロ東西線「西葛西」駅から都バス「臨海町二丁目団地前行」約10分「東京臨海病院前」下車
- ◆東京メトロ東西線「葛西」駅から京成バス臨海病院線「東京臨海病院行」約12分
- ◆JR京葉線「葛西臨海公園」駅から徒歩約20分



貴船神社



寒空のもと、初春の鼓動を 聞いてみよう



冬の京都は伝統文化の 奥深さを味わえます

春は華やかな桜、秋は鮮やかな紅葉が人気の京都ですが、実は冬の観光も魅力的です。冬の観光の目玉は、京都市観光協会主催「京の冬の旅」キャンペーンの非公開文化財の特別公開です。年ごとのテーマに沿った特別公開では、京都が「千年の都」であることをあらためて認識させられます。

また、凛とした静寂の中、ライトアップされた夜の寺社は、幽玄でありながらも艶めいた雰囲気を感じ出します。静かな冬は、これらの寺社を自分のペースでゆっくりと巡れます。

京都の冬は底冷えする寒さですが、京都ガーデンパレス自慢の料理で身も心も温かになります。「特別な冬の京都」をぜひご堪能ください。



京会席（夕食イメージ）



フレンチ（夕食イメージ）

四季彩プラン



京都ガーデンパレス人気の2食付宿泊プランです。夕食は「京会席」・「フレンチ」・「京おばんざい」からお選びください。

1泊2食

スタンダードツイン（2名1室／1名様）

..... 11,800円～

スタンダードシングル（1名1室／1名様）

..... 12,500円～

取扱期間：通年（年末年始を除きます）

- ・夕食料理は追加料金1,000円で和洋折衷に変更できます。
- ・朝食はセットメニュー（和定食又は洋定食）となります。
- ・京都市宿泊税200円が別途必要です。



HOTEL & BANQUET & RESTAURANT
京都ガーデンパレス
☎ 075(411)0111(代表)



〒602-0912 京都市上京区烏丸通下長者町上ル龍前町605番地
<https://www.hotelgp-kyoto.com>

【アクセス】JR「京都」駅から地下鉄烏丸線で「丸太町」駅下車、2番出口から徒歩8分



渡月橋

京都 雪景色を愛でに冬の京都へ

京野菜の聖護院かぶらを漬け込んだ千枚漬けが甘みを増し、京都の庭園の借景となる山々が雪をいどころ、京都は本格的な寒さを迎えます。底冷えの京都市中に雪が降るのは年数回ですが、もし市中に雪が降れば、寺社仏閣は一面がまるで水墨画をイメージさせるモノクロームな世界になります。^{ふすま} 袈雪が積もった庭園や木造建築物なども、わずか数か月後には桜で満開の京都とは思えない、独特の趣で見る人の心に印象を深く残します。

雪景色を満喫したあとは、白河院の京会席で冬ならではの味覚を存分に楽しみ、^{ぜいたく} 贅沢な冬のひとときをお過ごしください。



本格京会席コース（夕食イメージ）

料金案内

本格京会席コース

京都市指定名勝の庭園と和の情緒あふれる数寄屋建築で雅なひとときをお楽しみください。

1泊2食（1名様）

..... 13,400円・14,500円・15,700円

取扱期間：令和6年3月31日まで（繁忙期を除きます）

- ・夕食の内容により料金が異なります。
- ・京都市宿泊税200円を含みます。

しらかわ いん
京都 白河院
☎075(761)0201



〒606-8333 京都市左京区岡崎法勝寺町16

【アクセス】JR「京都」駅前市バスターミナルA-1番乗り場、阪急「京都河原町」駅・京阪「三条」駅から市バス5号系統「銀閣寺・岩倉」行きバスで「岡崎法勝寺町」下車、すぐ前



早春の香りを求めて 湯河原へ

湯河原梅林では、2月初旬から3月初旬にかけて「梅の宴」が開催されます。幕山の山裾に広がる約4,000本もの紅梅・白梅からなる梅林は、早春を謳歌する人でにぎわいます。

梅の香りが漂う梅林はとても広く、いくつもの散策路を自由に楽しめます。幕山の山頂付近から梅林と太平洋を見下ろすと、梅と海の色のコントラストを楽しむことができます。また、梅にちなんだ特産品の販売やライトアップなどのイベントも行われます。

梅林の散策後は、敷島館自慢の「源泉掛け流し」の温泉でゆっくりとお過ごしください。



湯河原梅林 (写真提供：湯河原町)



湯河原 敷島館

☎ 0465(63)3755

〒259-0314 神奈川県足柄下郡湯河原町宮上745
【アクセス】JR「湯河原」駅から「奥湯河原」行きバスで15分「美術館前」下車、すぐ前



料金案内

お刺身コース

旬の食材を吟味し、お造りをメインとした和食コースです。

1泊2食(2名1室/1名様) 平日 12,700円～
土曜・祝前日・繁忙期... 13,200円～

取扱期間:令和6年3月31日まで
・2名様以上からご予約を承ります。
・3日前までにご予約ください。



文京梅まつり ライトアップ

東京

梅まつりで早春を満喫

「文京花の五大まつり」のひとつ、「文京梅まつり」は、菅原道真公を祀る湯島天満宮で2月上旬から3月上旬にかけて行われます。湯島天満宮の約300本の開花した白梅が境内に早春の香を漂わせます。まつりの期間中は、野点や奉納演芸(土曜・日曜・祝日)のほか、ライトアップ(夜神梅)や神輿渡御が行われます。

湯島天満宮までは東京ガーデンパレスから徒歩で行くことができます。

早春の梅の香に誘われて湯島界隈を散策してみたいかがですか。



プレミアム会席 (夕食イメージ)

料金案内

東京たびストーリー 「プレミアム会席」

夕食は、創業昭和3年の和食堂「つきじ植むら 梅里」で旬の食材を使用した、ホテルならではの彩り豊かな料理をご堪能ください。

スーパーアツインルーム

1泊2食(2名1室/1名様)
..... 15,300～17,150円

取扱期間:通年(年末年始を除きます)
・朝食はビュッフェスタイルです。
特典:14時チェックイン・12時チェックアウト

HOTEL & BANQUET & RESTAURANT
東京ガーデンパレス
☎ 03(3813)6211(代表)



〒113-0034 東京都文京区湯島1-7-5
<https://www.hotelgp-tokyo.com>

【アクセス】JR・東京メトロ丸ノ内線「御茶ノ水」駅から徒歩5分。東京メトロ千代田線「新御茶ノ水」駅(B1出口)から徒歩5分



菜の花（写真提供：海の中道海浜公園）

福岡

早咲きの菜の花で一足早い春を満喫

2月下旬から3月下旬にかけて福岡空港を利用したことがある人は、離着陸時に航空機の窓越しに黄色い花畑を見たことがあるかもしれません。滑走路の北側に大規模な菜の花畑があるためです。春の花のイメージが強い菜の花ですが、国営海の中道海浜公園では、1月下旬から黄色い菜の花畑を見ることができ、早春の青空に約15万本の菜の花が4月上旬まで独特の甘い香りを漂わせます。

1月下旬は、もつ鍋や水炊きなどの冬の博多グルメが冷えた体に染み入る時期ですが、春の足音は確実に聞こえてきます。福岡の菜の花畑で春の足音に耳をすませてみてはいかがでしょうか。

料金案内

朝食付きプラン

1泊朝食付(1名様) シングルルーム	6,400円～
1泊朝食付(2名1室/1名様) ダブルルーム	6,350円～
1泊朝食付(2名1室/1名様) ツインルーム	6,850円～

取扱期間：令和6年3月31日まで
 ・朝食はビュッフェスタイルです。
 ・福岡市宿泊税200円が別途必要です。

HOTEL & BANQUET
福岡カーテンパレス
 ☎ 092(713)1112(代表)



〒810-0001 福岡市中央区天神 4-8-15

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

【アクセス】福岡空港・JR「博多」駅から地下鉄空港線「天神」駅下車、東1b番出口から徒歩8分。「西鉄福岡（天神）」駅から徒歩10分



個人向けカーリング体験（写真提供：軽井沢アイスパーク）

軽井沢

軽井沢でウィンタースポーツを楽しむ

軽井沢は長野五輪（1998年）の会場になったこともあり、ウィンタースポーツの施設が充実しています。軽井沢駅のホームから見えるスキー場は、ほぼ人工雪のため天候に左右されることがなく、朝から滑ることができます。また、風越公園内のカーリング専用施設「軽井沢アイスパーク」では、「個人向けカーリング体験」（1週間以上前の事前予約が必要）が開催され、インストラクターの丁寧な指導のもと、選手になった気分でカーリングを体験することができます。

いずれのスポーツ施設もすずかる荘から車で約15分。ウィンタースポーツを楽しんだ後は、すずかる荘でお寛ぎください。

料金案内

ウィンタープラン

1泊2食（2名1室／1名様）.....9,100円～

取扱期間：令和6年3月31日まで

・1名1室利用の場合は500円の割り増しとなります。

軽井沢 ^{そう}すずかる荘
☎ 0267(45)7311



〒389-0111

長野県北佐久郡軽井沢町大字長倉3607

【アクセス】北陸新幹線「軽井沢」駅から、しなの鉄道で「中軽井沢」駅下車、南口から徒歩10分



勝負の神「秋保神社」を訪ねる

伊達藩からも崇敬された秋保神社は、現在は「勝負の神」として信仰を集めています。境内には、奉納された多数の「勝負の神」の幟旗が印象的です。著名なスポーツ選手が大会前に参拝し、大会後にお礼に訪れたという報道もありました。拝殿前にある「勝石」は、「魔去る石」＝「魔が去る石」とされ、近くにある「厄割玉」に自身の悪い気を吹き込み、「勝石」にぶつけて割れば、厄災を断ち切れ「頂点はゆずれない」という思いが叶うこともあるそうです。

平安時代(808年)に創建されたと伝えられ、静けさの中にも力強さが感じられる「秋保神社」へ、仙台ガーデンパレスを拠点に参拝してみてはいかがでしょうか。



秋保神社



握り寿司 (夕食イメージ)

料金案内

「廻鮮寿司塩釜港」の握り寿司の夕食付き1泊2食プラン

1泊2食(1名様)..... 13,000円～

取扱期間：通年(火曜～土曜日限定、祝日・年末年始を除きます)

・夕食は、当館から徒歩1分の「廻鮮寿司 塩釜港」の「握り寿司」又は「海鮮丼」からお選びください(テイクアウトも可能です)。最終のご入店は19時30分ですが、来店時間の予約をおすすめします(テイクアウト・イートイン共通)。

・朝食はビュッフェスタイルです。

HOTEL & BANQUET & RESTAURANT
仙台ガーデンパレス
☎ 022(299)6211(代表)



〒983-0852 仙台市宮城野区榴岡4-1-5

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

【アクセス】JR「仙台」駅(東口)から徒歩3分。地下鉄東西線「宮城野通」駅(北1出口)から徒歩1分



相洋閣付近から望む富士山



葉山の冬は美しい

葉山は太平洋を北上する黒潮の影響を受けて、冬でも比較的暖かいとされ、空気が澄み渡る冬季は、相洋閣の客室から江の島、富士山、伊豆などの遠景を望めます。

また、葉山には複数の美術施設があります。県立近代美術館葉山館には岸田劉生(きしだ りゅうせい)の「童女図/麗子立像」などが所蔵され、山口蓬春(やまぐち ほうしゅん)記念館(旧山口蓬春邸)には、日本画家・山口蓬春の作品のほか、国登録有形文化財に指定された画室や母屋が公開され、一色海岸を望む庭園では1月から2月末にかけて梅や椿、ロウバイなどが見頃となります。

相洋閣で海辺の冬をゆったりとお楽しみください。

料金案内

冬割プラン

(各コース1名につき1,000円割引、各飲物10%割引)

葉山コース 1泊2食(2名1室/1名様)
..... 9,000円～(通常10,000円～)

相模コース 1泊2食(2名1室/1名様)
..... 10,500円～(通常11,500円～)

取扱期間：令和6年1月15日～2月29日

・1名1室利用の場合は1,000円の割り増しとなります。

そうようかく
葉山 相洋閣
☎ 046(875)7300



〒240-0116

神奈川県三浦郡葉山町下山口2040-1

【アクセス】JR「逗子」駅前バスターミナル②番乗り場からバスで「長者ヶ崎」下車、徒歩3分



●送付時期

加入者には1月中旬以降に学校等宛て、
任意継続加入者には本誌とともに1月下旬
に届け出住所宛てに送付します。

●補助券の有効期間

巻末の健康増進宿泊施設及び厚生施設利
用補助券は、有効期間が「令和6年4月～
令和7年3月」と「令和7年4月～令和8
年3月」の2年度分を、それぞれ8枚ずつ
添付しています。利用の際は、有効期間を
必ず確認してください。

紛失による再発行はできませんので、大
切に保管してください。

注 「私学共済ブック 2022・2023」は、補助券
の有効期間である令和6年3月まで保
管をお願いします。

テーマ投稿

「憧れの人」

●夏号で募集

同じ職場の先輩が憧れの人です。相手の
話をきちんと最後まで聞くことができると
は勿論、きちんとご自分の意見も言えま
す。愚痴を言っても愚痴っぽくなく、指導・
指摘の仕方も上手です。そんなコミュニケー
ション力を持てるように先輩を見習ってい
きます。

愛知県 40代 女性

外尾悦郎さんが若い頃からひとすじにバ
ルセロナのサグラダファミリアで彫刻に携
わられていることに感動します。学歴や出
身でもなく、自分の道を見出していること
にもおおいに心動かされています。

岡山県 70代 男性

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です）

私学加入期間にかかる老齢年金の見込額の計算（50歳以上の人に限りです）

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

電 話 番 号（直 通） 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

注 電話番号をお間違えないようにお願いします。

お問い合わせの際には

加入者証等をお手元に置き、加入者証の記号・
番号をお伝えくださるよう、ご協力をお願いし
ます。

▶加入者証の記号・番号の例

記号 1 1 A 9 9 9 9 番号 9 9 9 9 9
県コード 学種 学校番号 個人番号



「おうち」

栃木県 李 佑祺さん (6歳)



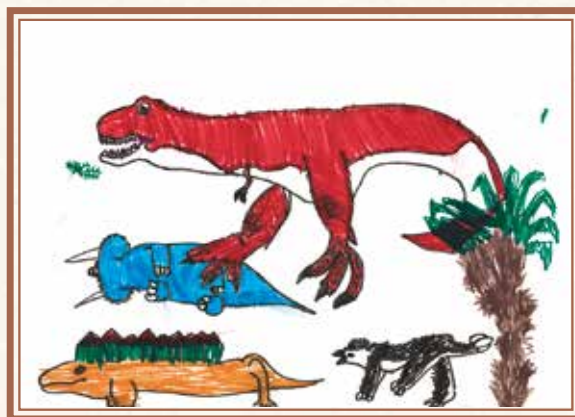
「わたしのかぞくとゆきだるま」

千葉県 廣川 優乃さん (3歳)



「コロナから世界を救うアマビエちゃん」

静岡県 遠藤 百花さん (9歳)



「きょうりゅうたちの時代」

鹿児島県 西田 太陽さん (8歳)

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「今年旅してみたい場所」です。
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。

送付先

〒113-8441 東京都文京区湯島1-7-5
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。

毎号違うパズルを掲載します。

サイコロの裏計算

難易度 ★★★★★

サイコロの見える目の裏面の数で計算してください。サイコロの目の数は、表と裏の数を合わせると必ず 7 になります。できるだけメモを取らず暗算で計算しましょう。

例

裏は6

裏は5

Diagram illustrating the addition of two dice: 1 (one red dot) + 2 (two black dots) = 3 (three black dots).

1  +  -  +  -  +  =

2 $\begin{array}{|c|} \hline \bullet \\ \bullet \\ \bullet \\ \hline \bullet \\ \bullet \\ \bullet \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \bullet \\ \hline \end{array} - \begin{array}{|c|} \hline \bullet \\ \bullet \\ \bullet \\ \hline \bullet \\ \bullet \\ \bullet \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \bullet \\ \bullet \\ \bullet \\ \hline \bullet \\ \bullet \\ \bullet \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \bullet \\ \bullet \\ \hline \bullet \\ \bullet \\ \hline \end{array} - \begin{array}{|c|} \hline \bullet \\ \hline \bullet \\ \hline \end{array} = \boxed{}$

3 

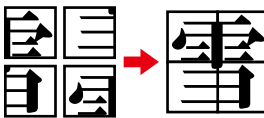
4 

分割パズル

難易度 ★★☆☆☆

例のように、四分割されたカードを、正しく組み合わせるとできる二字熟語を答えてください。

例



解答



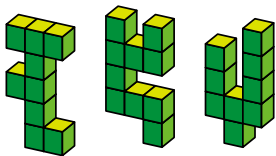
夏号の解答

漢字ブラインドパズル



解答 **風鈴**

積まれたブロックの数



1列目：9個 2列目：10個 3列目：9個

解答 **28個**

『チャレンジ the パズル』の応募要項

【締め切り】 4月30日（消印有効）

【発表】『レター』夏号に掲載

【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サイコロの裏計算、分割パズルの答え（どちらか1問でも可）を書こ。②本誌やクイズの感想、ご希望などひとひと言（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、ハガキ又は封書で当館まで応募ください。

【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。



パズル夏号当選者 下記の方に賞品をお贈りしました。(敬称略)

●図書カード

柴田	睦郎	(北海道)
八鍬	央子	(山形県)
長岡	孝之	(栃木県)
佐藤	香織	(埼玉県)
真崎	昌久	(埼玉県)
萩原	智子	(千葉県)
宮野	明子	(千葉県)

西脇	尚美	(東京都)
古川	芳子	(東京都)
水谷	田賀子	(東京都)
矢田	世葉根	(東京都)
吉岡	小百合	(東京都)
吉澤	裕子	(東京都)
永納	和子	(神奈川県)
西山	里利	(神奈川県)

寺田 真礼	(石川県)
加藤 顕正	(岐阜県)
伊藤 直史	(愛知県)
伊藤 祐子	(愛知県)
遠藤 藍	(愛知県)
山本 あん	(愛知県)
奥野 元洋	(三重県)
東 信行	(京都府)

松本 道明 (京都府)
大西 敏夫 (大阪府)
小川 英次 (大阪府)
新 真理子 (兵庫県)
西山 弘起 (兵庫県)
藤井 千景 (兵庫県)
藤本 佳和 (兵庫県)
大島 万利子 (奈良県)

今岡	弘子	(鳥取県)
山本	和代	(鳥取県)
吉川	保	(広島県)
迫田	健治	(広島県)
須藤	誠司	(香川県)
松澤	杏美	(福岡県)
志水	歩	(熊本県)
西尾	嘉郎	(熊本県)

菊次 智子 (長崎県)

●パズル本

金盛 直茂 (北海道)
柴田 睦子 (秋田県)
木村 純子 (群馬県)
浪越 隆 (千葉県)

小野	信幸	(岐阜県)
森下	伊三男	(岐阜県)
大川	隆	(愛知県)
本田	恵美	(愛知県)
鈴木	伸男	(京都府)
北川	洋一	(広島県)

●パズル本

金盛	直茂	(北海道)
柴田	睦子	(秋田県)
木村	純子	(群馬県)
浪越	隆	(千葉県)

厚揚げとほうれん草のクリーム煮

材料(2人分)

厚揚げ.....1枚(140g)
ベーコン.....40g
玉ねぎ.....1/4個(50g)
しめじ.....40g
冷凍ほうれん草.....30g
バター.....5g
薄力粉.....大さじ1
粉チーズ.....適量
A
牛乳.....300ml
味噌.....小さじ1
コンソメ(顆粒).....小さじ1/4
塩.....少々



調理時間:15分

1人前:354kcal

作り方

- 厚揚げはキッチンペーパーで表面の油を拭い、厚さ1cmに食べやすく切る。ベーコンは短冊切りにする。玉ねぎは薄切りにする。しめじは石突きを切り落として小房に分ける。
- フライパンに薄く油(分量外)を引き、厚揚げを並べ入れて両面焼き色がつくまで焼いて一度取り出す。
- 同じフライパンにバターを入れて玉ねぎとしめじを炒める。
しんなりしたらベーコンと冷凍ほうれん草も加えて炒め合わせる。
- 薄力粉を振り入れ、全体がしっとりするまで炒めたら、厚揚げを戻してAを加え、時折かき混ぜながらとろみがつくまで弱火で煮る。粉チーズを振っていただく。

POINT

冬に不足しがちな栄養素を効率よく摂取できる、フライパンひとつの簡単クリーム煮。寒さの厳しい冬場は体温を維持するためさまざまな負荷もかかりやすい時期です。そんなときには、良質なたんぱく質やビタミンB群を豊富に含む厚揚げや乳製品で、体を内側からしっかりと温めましょう。ほうれん草は、彩りや味だけでなく鉄分やその吸収を助けるビタミンCを含むため、冷えや鉄不足に悩まされやすい女性にも嬉しい食材です。満足感はあるのに重たすぎない味わいのひと皿、熱々をぜひどうぞ。

私学共済制度の構成

(令和5年9月末現在)

※()内は前年同月差です。

学校等数

14,862校
(15校増)

加入者数

628,355人
(8,636人増)

被扶養者数

335,678人
(3,673人減)

年金者数

593,262人
(6,758人増)

編集室

新たな年を迎え、往く年を振り返りますと、春先から兔に角
暑い日が続き、日本でも猛暑日が記録的なレベルに達しました。
共済事業本部の近くには大学病院がありますが、連日のよう
に救急車のサイレンが鳴り響き、熱中症の方も多く搬送されてきているの
ではないかと心配でした。

街がクリスマスの装いに移り変わっても、まだ20度超の陽気な日があり
ましたので、新たな年では日本らしい四季が移ろい、また地球沸騰化を気に
せず暮らせる一年となるよう祈るばかりです。全国には季節の移ろいとともに
四季折々の観光名所が沢山ありますので、私学事業団直営の宿泊施設を是非
ご利用いただき、各地の名所をゆったりと巡ってみてはいかがでしょうか。
次回の「レター」春号は5月上旬に私学共済ホームページに掲載します。

加入者向広報
[共済だより]



vol. 148
2024 冬号

令和6年1月1日発行 第148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のないようお願いいたします。

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



大阪城公園

大阪城公園の梅林



観梅は、早咲きの **探梅**・中咲きの **賞梅**・遅咲きの **送梅** と、開花状況に合わせて、それぞれの楽しみ方があります。

大阪城公園では、1月から3月頃まで見事な梅林を楽しめます。

大阪ガーデンパレスの最寄り駅「新大阪」駅から電車で約20分の大阪城公園で、その時々咲き具合に応じた観梅をお楽しみください。

探梅…早咲きの梅を一輪一輪探しながら楽しむこと
賞梅…咲きそろった梅を愛でること
送梅…散りゆく梅を惜しみながら愛でること

とくとくプラン

1泊2食(2名1室/1名様)

旅Story

12,000円~

取扱期間：通年(年末年始を除きます)

- ・1名1室の場合も追加料金は不要です。
- ・夕食は和食御膳又はフレンチのコースからお選びください。
- ・朝食はリニューアルした和洋食のビュッフェスタイルです。

特典：ホテル正面にある天然温泉の入浴券をプレゼント



和食御膳(夕食イメージ)



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号出入口階段を経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