

福利 かがわ

FUKURI KAGAWA

No.
171

2017.3.17

CONTENTS

公立学校共済組合香川支部 からのお知らせ

平成29年度 共済組合香川支部
保健事業 2

平成29年度 特定健康診査及び
特定保健指導 3

元気のため😊
大腸がんについて 4・5

(一財)香川県教職員互助会 からのお知らせ

平成29年度 (一財)香川県教職員
互助会事業計画 6

平成29年度 選択型福利厚生事業
補助金請求書について 7

会員特別割引契約施設等が増えました

会員専用ホームページを開設しました

メンタルヘルス事業について のお知らせ

平成29年度 メンタルヘルス
相談事業 8

こころの健康相談事業

ご家庭にお持ち帰りになり、
ご家族みなんでご覧ください。

桜(金刀比羅宮)

「讃岐のこんびらさん」の愛称で親しまれる金刀比羅宮。春の境内には約3500本の桜が咲き誇り、訪れる人々の目を楽しませてくれます。毎年4月には「桜花祭」が開催されています。

平成29年度 共済組合香川支部 保健事業



平成29年度の保健事業が、去る2月28日に開催された支部運営審議会で次のとおり決まりました。

事業名		事業の内容
特定健康診査等事業	特定健康診査 (特) 人間ドック等	40歳以上の組合員を対象に特定健診包含人間ドックを実施する。 一部の健診機関を除き、希望者に血液によるヘリコバクター・ピロリ菌抗体検査を実施する。 <ul style="list-style-type: none"> ■1日ドック 40歳以上の組合員等で希望する者 ■1泊ドック 40歳以上の組合員等で希望する者 ■脳ドック 45歳以上の組合員等で希望する者
	被扶養者及び任意継続組合員を対象とした特定健康診査	被扶養者及び任意継続組合員を対象とした特定健康診査の実施と代行機関(支払基金)利用に係る経費
	特定保健指導	組合員、被扶養者及び任意継続組合員を対象とした特定保健指導の実施に係る経費
	その他	特定健康診査及び特定保健指導の実施に係る受診券・利用券発行・情報提供等諸費用
健康管理事業	健診事業 人間ドック等	40歳未満の組合員を対象に人間ドックを実施する。 一部の健診機関を除き、希望者に血液によるヘリコバクター・ピロリ菌抗体検査を実施する。 <ul style="list-style-type: none"> ■1日ドック 30歳以上の組合員等で希望する者 ■1泊ドック 35歳以上の組合員等で希望する者
	歯科健診	指定年齢(30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳)の組合員を対象に歯科健康診断を実施する。
	メンタルヘルスセミナー講師派遣事業	研修会等に講師を派遣し「心の健康づくり」講座の実施を支援する。
	こころの健康相談事業	組合員の利用券による医療機関での相談料(年間5回以内)を負担し、受診を支援する。
	ヘルスアップセミナー講師派遣事業	研修会等に講師を派遣し、実践的な講座の実施を支援する。
	ヘルスアップセミナー	組合員を対象に健康管理及び増進に関する総合的・実践的な講座を開催する。 <ul style="list-style-type: none"> ■一般コース(120人×2回) ■女性コース(120人) ■男性コース(30人) ■新ダイエツクラブ(30人) 組合員を対象にメンタルヘルスに関する総合的・実践的な講座を開催する。(120人)
その他	健診事業・健康づくり事業に係る事務費等	
一般事業	海の家(借上)事業	「海の家」を借り上げ、組合員及び家族の利用に供する。(2カ所)
	介護講座	組合員及び家族を対象に、実技を取り入れた家庭介護等の心得の講座を開催する。(30人)
	年金と退職準備セミナー	組合員を対象に複雑化する年金制度を周知し、生活設計に必要な情報を提供する。(120人×2回)
	へぎ地組合員医薬品等配布	へぎ地学校等に勤務する組合員に医薬品等を配布する。
	法律相談事業	弁護士に委嘱し、法律に関する諸問題の解決を支援する。

平成29年度



特定健康診査及び特定保健指導



「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、年度内に40歳から75歳に達する組合員及びその被扶養者を対象に、内臓脂肪の状態に着目した健康診査である「特定健康診査」と、その健診結果により判定したメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者及びその予備群の該当者に、生活習慣の改善をサポートする「特定保健指導」を実施します。

特定健康診査

■ **組合員** 当支部が実施する人間ドック、学校保健安全法、労働安全衛生法に基づく定期健康診断を受診することで特定健康診査を実施したと見なすため、改めて特定健康診査を受診する必要はありません。

■ **被扶養者及び任意継続組合員** 当支部から該当者の御自宅へ6月中旬頃に受診券を送付します。



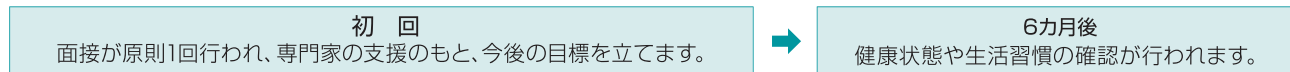
特定保健指導

特定健康診査の結果から、内臓脂肪蓄積の程度と危険因子の数から3つのグループに階層化し、個人の生活習慣やリスクに応じ、専門家（医師、保健師指導又は管理栄養士等）による支援を行います。

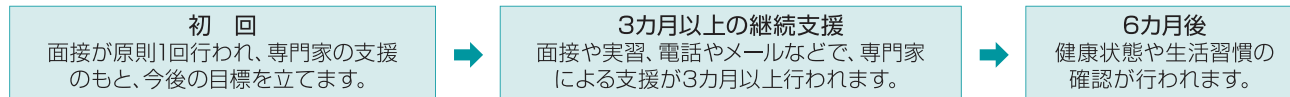
特定保健指導の実施基準

健診結果		特定保健指導のレベル	
腹囲	追加リスク：下記の1～4の該当数	40～64歳	65～75歳
男性：85cm以上 女性：90cm以上	2つ以上該当	積極的支援	動機づけ支援
	1つ該当	動機づけ支援	
上記以外で BMIが25以上	3つ以上該当	積極的支援	
	2つ該当		動機づけ支援
	1つ該当	動機づけ支援	
《追加リスク》			
1	血糖：空腹時血糖 100mg/dℓ以上、または	HbA1c5.6%以上	
2	脂質：中性脂肪 150mg/dℓ以上、または	HDLコレステロール40mg/dℓ未満	
3	血圧：収縮期血圧 130mmHg以上、または	拡張期血圧 85mmHg以上	
4	喫煙歴：あり		

■ 動機づけ支援



■ 積極的支援



特定保健指導の利用方法（組合員）

利用区分	利用場所	利用方法
①人間ドック受診者（香川県立中央病院・小豆島中央病院を除く。）のうち動機づけ支援の該当者	人間ドック実施機関	対象者は、人間ドック受診当日中に初回面接を受け、特定保健指導を受けます。
②四国中央病院・香川成人医学研究所・さぬき市民病院・セントラルパーククリニック・キナシ大林病院・オリブ高松メディカルクリニック・屋島総合病院・回生病院での人間ドック受診者のうち積極的支援の該当者		
③定期健康診断受診者 ④人間ドック受診者のうち上記①、②で特定保健指導を受けることができなかった該当者	所属所等	対象者は、当支部からの通知後、希望する日時・場所に、委託実施機関の保健師等の訪問を受け、特定保健指導を受けます。
上記①～④の特定保健指導を受けなかった該当者	所属所等	対象者は、委託業者からの通知後、希望する日時・場所に保健師等の訪問を受け、特定保健指導を受けます。

柔道整復師からの請求について点検を始めます

平成29年度から医療費適正化への取組みの一環として、柔道整復師の施術（整骨院や接骨院での施術）を受けた場合の柔道整復師から当共済組合への請求内容について点検を実施します。

受診回数や施術内容について、点検を委託する会社からお尋ねすることがありますので、御協力をお願いします。



元気のため😊

大腸がんについて

公立学校共済組合四国中央病院
外科 江藤 祥平

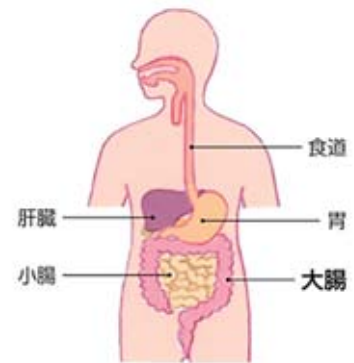


大腸がんとは

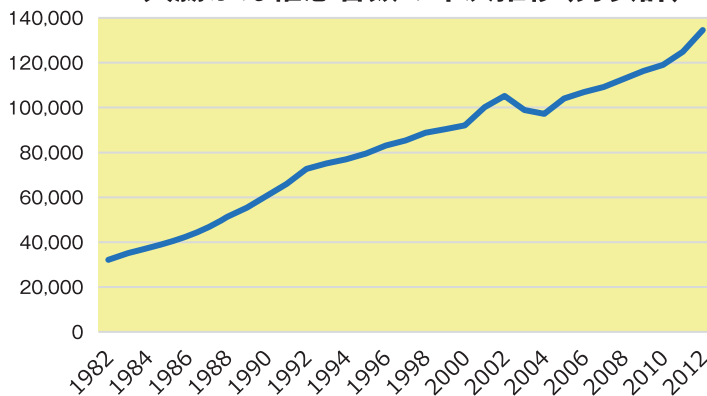
大腸がんは、長さ約2mの大腸（結腸・直腸・肛門）に発生するがん（悪性腫瘍）です。大腸がんは、大腸粘膜の細胞から発生し、ポリープ（腺腫）という良性の腫瘍の一部ががん化して発生したものと、正常粘膜から直接発生するものがあります。

大腸がんは、高齢化の影響もあり日本でも年々増加していて、罹患数（新たにがんと診断されるがんの数）は10万人を超えています。

大腸がんの症状は、大腸のどこにどの程度のがんができるかによって異なりますが、血便、下血、下痢と便秘の繰り返し、便が細い、おなかが張る、腹痛、貧血、原因不明の体重減少などが多い症状です。ただし、初期のがんではほとんどが無症状です。



大腸がん罹患患者数の年次推移（男女計）



国立がん研究センターがん対策情報センター
「がん登録・統計 グラフデータベース」から作成

大腸がんの症状

- ・ 腹痛、腹部不快感
- ・ 下血
- ・ 便の狭小化
- ・ 便秘
- ・ 体重減少

***ただし、早期のがんではほとんどが無症状です**

大腸がんの検査

大腸がんの発見には、便に血液が混じっているかを検査する便潜血検査の有効性が確立しており、症状が出る前に検診などで早期発見が可能です。早期に発見できれば手術により完全に治る可能性が高くなります。

その他の大腸がんの検査には直腸指診や直腸造影検査、内視鏡検査、CTやMRIなどがあります。内視鏡検査の際に行われる生検(組織をとってくる検査)でがん細胞が認められれば、大腸がんの確定診断になります。CTやMRI検査はリンパ節転移や遠隔転移を調べるための検査です。これらの検査により病期(ステージ)が決定します。具体的には大腸の壁の中にがんがどの程度深く入りこんでいるか(深達度)、周辺組織への広がり(浸潤)の程度、およびリンパ節への転移や肝臓・肺などの遠隔臓器への転移の有無によって決まり、0期、I期、II期、III期、IV期に分類されています。



大腸がんの治療

治療方針は前述の病期によって判断されます。大腸癌研究会が治療ガイドラインをまとめており、基本的にはこのガイドラインに則って治療を行います。したがって日本全国どここの病院でもこのガイドラインに沿えば標準的な治療ができるわけです。

手術はがん病巣を除去する療法で、原発巣だけでなく、他の部位に転移した転移巣も取り除きます。がんそのものを外科手術で除去する局所療法です。がんの治療法として最も基本的な治療法となります。腸を切除する器械(吻合器)の開発や腹腔鏡手術(カメラを用いた手術)により、より患者さんの負担が少ない手術が可能になってきています。



手術による切除が不能と判断された場合、化学物質(抗がん剤)の適応となります。化学療法はがん細胞の増殖を抑え、がん細胞を破壊する治療法です。全身のがん細胞を攻撃・破壊し、体のどこにがん細胞があっても攻撃することができる全身療法といえます。

手術の後はがんを完全に取りきれたと判断された場合でも、再発の検査のために約5年の定期検査が必要となります。進行したがんの場合には再発を抑える目的で抗がん剤を投与する場合があります。



大腸がん患者は増えていますが、検査・手術法の進歩や抗がん剤の開発などにより、その生存率は高まっています。早期発見のため、気になる症状があれば医療機関を受診してください。

平成29年度（一財）香川県教職員互助会事業計画

●会員向け事業

① 給付事業

事業名	予算額(千円)	事業の内容
1 療養費補助金	71,453	会員又はその被扶養者が傷病により療養を受けたとき、自己負担額から7,000円を控除した額を支給する。
2 結婚祝金	6,880	会員が結婚をしたとき、40,000円を支給する。
3 出産見舞金	5,600	会員又は会員の配偶者若しくは被扶養者が出産したとき、20,000円を支給する。
4 死亡弔慰金	5,700	会員、配偶者、子及び被扶養者が死亡したとき支給する。実父母は支給対象となりません。 ●会員700,000円 ●配偶者及び子150,000円 ●被扶養者（配偶者、子を除く）40,000円
5 退職餞別金	22,150	会員がその資格を喪失したとき、会員期間に応じ20,000円から50,000円を支給する。
6 入院見舞金	7,726	会員又はその被扶養者が病気又は傷病により引き続き5日以上入院したとき、入院の初日から支給する。 ●会員 1日につき1,200円 ●被扶養者 1日につき600円（100日限定）
7 休業補助金	10,704	会員が、育児休業の承認を受けたとき互助会の掛金に相当する額を、介護休暇の承認を受けたとき互助会及び共済組合の掛金に相当する額を支給する。

② 厚生事業

事業名	予算額(千円)	事業の内容
1 入学祝金	5,180	会員の子供が小学校及び中学校に入学したとき、10,000円を支給する。
2 思い出記念旅行補助	11,760	25年以上の会員期間を有する会員が旅行するとき、60,000円を限度に経費の一部を補助する。
3 リフレッシュ旅行補助	17,500	会員期間が5年、10年、15年、20年、25年、30年に達した会員が旅行するとき、次の金額を限度に経費の一部を補助する。 ●5年、10年、15年、20年、25年 10,000円 ●30年 50,000円 会員期間が21年以上30年未満（25年を除く）を有し定年退職する会員が旅行するとき、次の金額を限度に経費の一部を補助する。 ●21～24年、26～28年 10,000円 ●29年 15,000円
4 選択型福利厚生（兼宿泊保養施設利用補助）事業	65,620	趣味・教養、健康管理（人間ドックにおけるオプション項目検査料を含む）、文化・スポーツ鑑賞等に要する経費の一部、会員が家族旅行等で国内の宿泊保養施設を宿泊利用したとき又は海外旅行した場合に旅行に要する経費の一部を、10,000円を限度に助成する。
5 健診事業等	16,700	人間ドックを受けたとき、経費の一部を助成する。（共済組合へ補助）

③ 貸付事業

事業名	予算額(千円)	事業の内容
1 一般貸付	67,400	会員に対し、200万円を限度に生活資金の貸付をする。（平成29年4月から 利率年1.7%）
2 教育貸付	14,633	会員に対し、200万円を限度に教育資金の貸付をする。（利率年1.22%）
3 通勤用定期券購入資金貸付	227	会員に対し、通勤手当相当額を限度に通勤定期券購入資金の貸付をする。（無利子）

●公益事業

事業名	予算額(千円)	事業の内容
メンタルヘルス対策事業	12,883	県からの委託を受けて各種メンタルヘルス対策事業を行う。さらに、互助会独自でも学校に関わる者のために各種メンタルヘルス対策事業を行う。
児童又は青少年の健全育成事業		
1 特別支援学校助成事業	(800)	特別支援学校の児童・生徒の活動を支援するため、閲覧図書、視聴覚資料等の購入経費又は対外試合等に参加するために要する経費を、1校当たり100,000円を限度に助成する。
2 研究活動助成事業	(500)	教育の発展振興に寄与するため、会員で構成するグループが行う各種の教育研究活動に要する経費の一部を、1団体当たり50,000円（若年者〈原則として40歳以下〉によるグループの場合は60,000円）を限度に助成する。
3 文化・スポーツ振興支援事業	(9,000)	児童生徒の活動を支援するため、学校教育の一環として児童生徒が参加する文化・スポーツ活動に要する経費を、主催団体へ1団体当たり1,000,000円～2,500,000円を限度に助成する。
4 社会教育振興支援事業	(500)	県内の児童又は青少年の健全な育成に資する社会教育事業の実施に要する経費の一部を助成する。

平成29年度選択型福利厚生事業補助金請求書について

平成29年度に会員が健康管理等で経費を支払った場合に請求できます。
(事業内容の詳細は平成29年3月に配付した請求書の左半分を参照してください)

- ※物品の購入経費で補助できるのは「医薬品」、「健康用具」、「スポーツ用具」、「図書」及び「自己啓発や芸術文化鑑賞に該当するCDやDVDなどの情報ソフト類」です。
- ※領収書原本を添付してください。領収書には会員のフルネーム、領収金額、発行日、支払い明細内訳(但し書)及び発行者(事業所名)が記載されていることを確認してください。
- ※スポーツ用具の場合はスポーツ名、その他の場合は商品名を記載してください。ただし、図書は「図書」や「本代」、医薬品は「医薬品」の記載で足りることとします。「医薬品等」のように「等」、「など」の記載はしないでください。
- ※レシートなど「領収書」の記載のないものは証拠書類として認められません。

会員特別割引契約施設等が増えました

平成28年度中に、新たに次の7施設が加わりました。

- 体験学習館マーレリッコ ● 讃州井筒屋敷 ● 琴平海洋博物館(海の科学館)
 - 日本ドルフィンセンター ● 銚子溪おさるの国 ● エンジェルレンタカー ● レオパレスセンター高松
- 割引の内容は、会員特別割引契約施設等一覧をご覧ください。

施設等を利用するときは、互助会の会員証等を提示することにより会員及び家族が割引料金で利用できます。

今後も、施設等との交渉を進め、会員の皆様が利用しやすい施設の充実に努めます。

会員専用ホームページを開設しました

教職員の福利厚生に関する諸手続きや最新のトピックスなどをより分かりやすくお知らせするため、香川県教職員互助会と公立学校共済組合香川支部が連携した「香川県教職員福利厚生サポートページ」を開設しました。

なお、このウェブサイトは、会員専用としていますので、閲覧するときに「ログインID」と「パスワード」の入力をお願いします。

ホームページのアドレス等は以下のとおりです。スマートフォンからもご覧いただけますので、是非、ご利用ください。

- アドレス: <https://kgbenefit.jp/>
- ログインID: kgwkG
- パスワード: benefit



サポートページQRコード

平成29年度 メンタルヘルス相談事業(管理監督者のための相談を含む)

- ♥相談は無料です。
- ♥相談内容の秘密は厳守します。
- ♥匿名でも相談できます。
- ♥休暇・休職中の方もご利用できます。

面談※でも
電話相談でもOKです!
まずは、お気軽に
お電話ください!



※完全予約制です

相談日時

月～金曜日 9:00～17:00

面談予約 月～金曜日 8:30～17:00
受付 TEL 087-832-3798

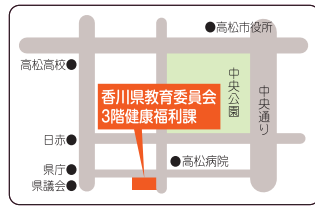
場所

健康福利課内
健康相談室

(面接相談は教職員相談室でも可)
高松市天神前6-1
天神前分庁舎3F

電話番号

087-832-3798



県庁地下駐車場(1時間無料)

相談日時

第2・4土曜日 9:00～12:00 13:00～17:00

面談予約 月～金曜日 8:30～17:00
受付 TEL 087-832-3798

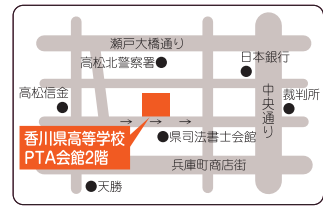
場所

教職員相談室

高松市西内町7番11号
香川県高等学校PTA会館2F

電話番号

087-823-8349



敷地内駐車場(無料)

こころの健康相談事業

こころの悩みについて、専門医が対応します。

相談機関から内容の報告を受けることはありません。安心して御利用ください。

<対象者> 公立学校共済組合香川支部の組合員本人
左の「利用券」を持参し、受付で提示いただくことで、年度内5回まで無料で利用いただけます。

区分	相談機関名	電話番号	所在地
医療機関	こころの相談室ウイズ	0877-46-1011	坂出市室町3-5-28 総合病院 回生病院内
	さくらメンタルクリニック	087-844-0231	高松市高松町2412-10 カーザ・シェイロ・ジ・アムール101号
	図子メンタルクリニック	087-870-2355	さぬき市志度2383-1
	たなかクリニック	087-812-5556	高松市亀井町3-8 Aポイントビル4F
	森岡メンタルクリニック	087-891-9877	木田郡三木町氷上403-5
	ゆりのき診療室	087-874-2217	高松市国分寺町国分2090-1
	カウンセリング機関	香川カウンセリングセンター	087-861-3108
日本産業カウンセラー協会 四国支部 香川事務所		087-816-8040	高松市伏石町2028-2 木内ビル2F

利用券提示の際は相談は無料ですが、投薬等の治療が必要となった場合は、保険診療扱いとなり自己負担が生じます。「公立学校共済組合員証」を必ず持参してください。

※利用券の使用は、組合員一人につき、年度内5回以内です。

編集後記

香川支部では、平成30年度からの次期データヘルス計画の策定に向け、年明けから組合員の健診結果及びレセプトの分析に着手しています。詳細な分析はこれからですが、近年特に、加齢に伴い血糖値や脂質異常の比率が高くなる傾向が強まっており、日頃から良い食事習慣と良い運動習慣を身につけることが必要になってきています。来年度の保健事業では、組合員の健康管理に向けて、新たな取り組みをいろいろ始める予定です。改めてご案内しますので、是非ご参加ください。(I)