

# 福利 かがわ

FUKURI KAGAWA

No.  
**186**

2021.1.22

## CONTENTS

### 公立学校共済組合香川支部 からのお知らせ

- 元気のため  
公立学校共済組合四国中央病院  
今、知っておきたいCOPD…………… 2・3
- 退職後に加入する医療保険制度に  
ついて  
退職後の傷病手当金…………… 4
- 共済組合貸付けのご案内…………… 5
- 人事異動における貸付金の手続き  
について  
香川支部HP組員専用ページの  
ご案内…………… 6
- 令和2年度ウォーキンググランプリ  
を開催しました…………… 7
- 退職関係諸手続きについて  
令和2年度メンタルヘルス相談事業… 8

ご家庭にお持ち帰りになり、  
ご家族みなでご覧ください。

### 寛永通宝 銭形砂絵(琴弾公園内山頂展望台)

観音寺市内で一番人気がある観光スポット。東西122m、南北90m、周囲345mもあります。この砂絵を見れば健康で長生きし、お金に不自由しないと伝えられています。めったにない雪化粧した銭形砂絵なら御利益も倍増するかも!?



元気のたね

# 今、知っておきたいCOPD

公立学校共済組合四国中央病院 呼吸器内科部長・臨床研究センター長 埴淵 昌毅

COPD は咳や痰、運動時の息切れなどの症状を呈する呼吸器疾患で、発症の最大の危険因子はタバコであり、その罹患者数は年々増加しています。対策としては禁煙が重要で、治療は吸入型の気管支拡張薬が中心となります。COPD は早期発見が重要ですので、該当するような症状があれば近くの医療機関を受診することをお勧めします。

## COPD とは

COPD とは、英語名の”Chronic Obstructive Pulmonary Disease”の略称であり、日本語名は”慢性閉塞性肺疾患”といいます。COPD は、タバコ煙を主とする有害物質を長期に吸入曝露することなどにより生ずる肺疾患であり、呼吸機能検査で気流閉塞を示します。気流閉塞は末梢気道病変と気腫性病変が複合的に作用することにより起こり、徐々に進行する労作時の呼吸困難や慢性の咳、痰などの症状を呈します。

COPD の罹患者数・死亡者数は世界的に増加し、本邦での経済的損失は約 2,000 億円にのぼると試算されています。本邦の COPD 症例数は約 530 万人 (40 歳以上人口の 8.6%) と推定されるにもかかわらず、実際に COPD と診断されているのは約 26 万人 (4.9%) であり、未診断・未治療例が圧倒的に多いことが問題であり、疾患の啓発が極めて重要な課題といえます。

COPD 発症の最大の危険因子はタバコであり、COPD 症例の約 90%は喫煙者です。喫煙によって肺や気管支の炎症が惹起されますが、肺に炎症が起こると肺泡が破壊され、気管支に炎症が起こると気管支壁の肥厚や慢性的な気管支炎が生じることで COPD が発症するという病態形成機序が想定されています (図 1)。正常の気道は肺泡壁の弾性収縮力 (自然に縮もうとする力) により開存していますが、COPD 症例では肺泡壁の破壊による弾性収縮力の低下や、粘液分泌および粘膜と気管支周囲の炎症、線維化に伴う気道狭窄により気流閉塞が生じます (図 2)。

図1. COPD の病態形成機序

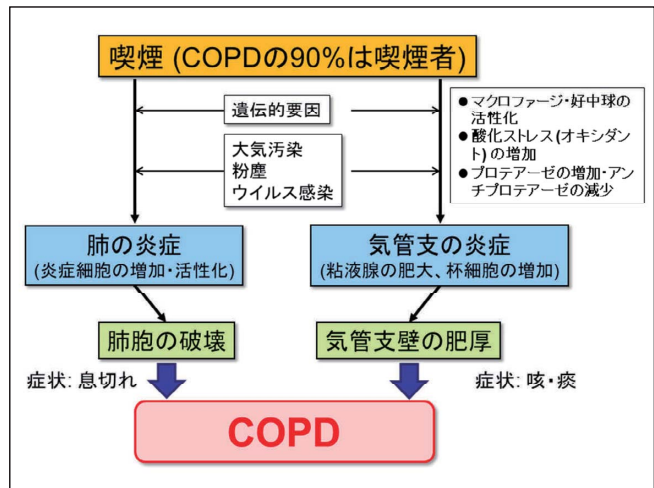
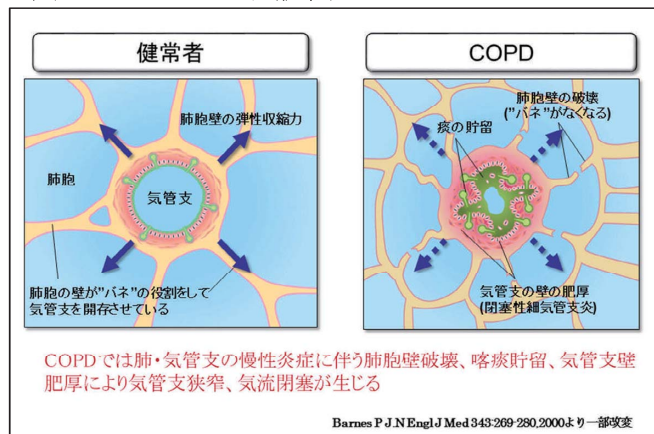


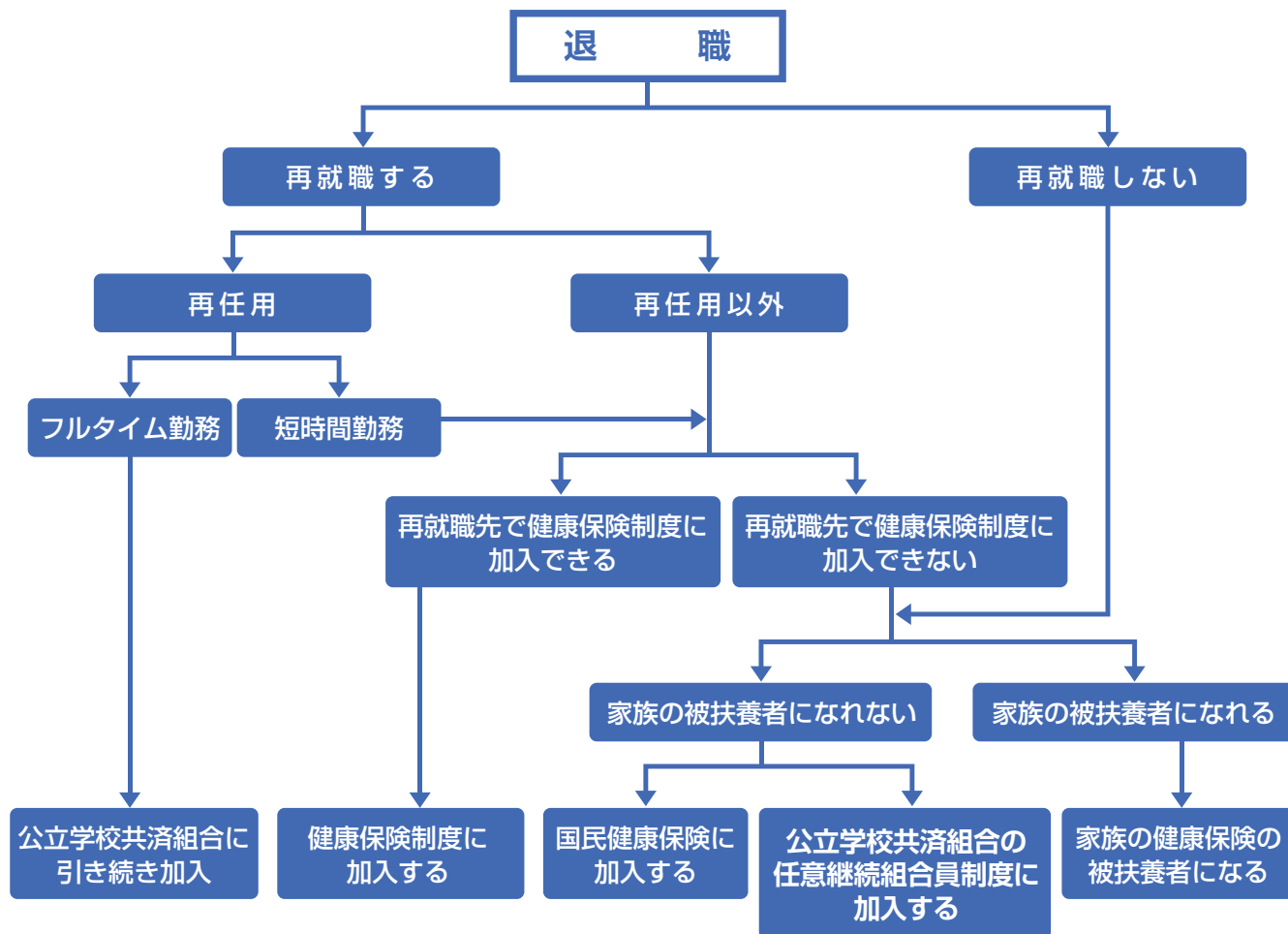
図2. COPD による気流閉塞





# 退職後に加入する医療保険制度について

組合員が退職すると、その翌日から組合員資格を喪失し、組合員証・被扶養者証を使用することができなくなります。その場合、下表のいずれかの医療保険制度に加入することになりますので、参考にしてください。



## 退職後の傷病手当金

### 在職中から受給されている方

下記の支給要件の2,3を満たせば、残余期間について引き続き給付を受けられます。  
(附加給付はありません。)

### 退職時点で受給されていない方

下記の支給要件を全て満たせば、給付を受けられます。  
(附加給付はありません。)

### 支給要件

- 1 退職日直前、病休・休職等で引き続き4日以上勤務していないこと。
- 2 「療養のため労務に服することができない」旨の医師の証明があること。
- 3 組合員期間が1年以上あること。

# 共済組合貸付けのご案内



共済組合では、以下の各種貸付事業を実施しています。

## 一般貸付け

- ・貸付限度額 200 万円
  - ・年利 1.32%(注1)
  - ・最長 10 年返済
- (生活資金や借金返済には)  
使えません。

物品(車・家電等)の  
購入・旅行費用など



## 教育貸付け

- ・貸付限度額 550 万円
  - ・年利 1.32%(注1)
  - ・最長 20 年 10 か月返済
- (1 年間に必要な額まで。  
以降は借換え対応とな  
ります。)

授業料・下宿家賃など  
民間教育ローンからの  
借換えも可能



## 住宅貸付け

- ・貸付限度額 1,800 万円  
(注2)
  - ・年利 1.32%(注1)
  - ・最長 30 年返済
- (抵当権の設定等の担保は)  
不要です。

新築・リフォーム・  
修繕・土地の購入など



他にも「結婚」「医療」「葬祭」「介護構造」等  
の貸付けを行っています。

詳細については、香川支部までお問い合わせくだ  
さい。共済組合HPにも掲載しています。

共済組合本部の HP で  
「返済シミュレーション」  
ができるケロ!  
詳しくは  
【[https://www.kouritu.  
or.jp/kumiai/shikin/](https://www.kouritu.or.jp/kumiai/shikin/)】まで



## 《共済組合貸付けの特徴》

### 費用

- ・担保、保証人等は不要
- ・お申込みや、繰上げ返済などの手数料はすべて無料

### 利便性

- ・返済は給与からの控除でらくらく
- ・一部・全部繰上げ返済も可能
- ・ボーナス併用返済(注3)も選べます
- ・原則、職場で手続きが完了

### 安心

- ・育児休業中でも貸付けOK
- ・休業中の返済猶予制度あり

(注1)現時点の利率です。今後の金利情勢に伴い変動する可能性があります。 (注2)限度額は、組合員期間や給料月額等により変動します。  
(注3)貸付金額 100 万円未満では利用できません。

お問い合わせ：貸付担当 ☎087-832-3793



## 人事異動における貸付金の手続きについて

### ◆年度末で退職するとき

原則として、退職後に支給される退職手当から未償還金及び経過利息を自動控除しますので組合員の方のお手続きは不要です。（根拠法令：地方公務員共済組合法第115条第2項）

### ◆他の共済組合の組合員となるとき

人事異動により、引き続き他の共済組合（国家公務員共済組合・市町村共済組合等）の組合員となられる方は、異動先の共済組合で借り替えの手続きを行い、公立学校共済組合へ未償還元利金を返済いただくことになります。該当する場合、公立学校共済組合貸付担当まで御連絡ください。

※知事部局へ異動し地方職員共済組合香川県支部の組合員となるときは、取り扱いが異なります。

### ◆公立学校共済組合他支部（香川支部以外）の組合員となるとき

原則として、公立学校共済組合の支部同士で貸付金の移管手続きを行います。異動先の支部において、貸付金の償還を続けていただくことになります。

お問い合わせ：貸付担当 ☎087-832-3793

## 香川支部HP組合員専用ページのご案内

健康相談事業のご案内や広報誌のバックナンバー、お遍路ウォークなど、組合員の皆さまに役立つ情報を掲載しています。ぜひアクセスしてみてください！（各種様式もダウンロードできます。）



組合員証番号と生年月日を入力


「事務担当者専用ページ」への  
ログインID：kagawa37  
パスワード：kagawajimu20

（パスワードの“20”の部分は  
西暦の下二桁で、毎年7/1  
に更新されます。）

## 公立学校共済組合香川支部ホームページのアプリケーションを紹介します。

### ●ライフプランステーション

ライフプランに関する情報やシミュレーションをすることができます。  
資金運用やこれからの人生設計に役立つ情報があります。

- ①公立学校共済組合香川支部ホームページのバナー  をクリック
- ②ログインIDに kouritu37（半角英数）  
パスワードに 34370015（半角英数）を入力し、ログインしてください。
- ③公立学校共済組合香川支部専用の画面になります。

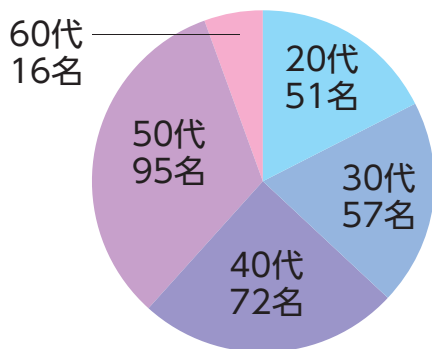
- ④「シミュレーション」画面を使用して、今後のライフスタイルに応じて、生涯の収入・支出をシミュレーション。具体的な資金の動きを知ることができます。マイページに登録すると、シミュレーションしたものを保存することができます。

令和  
2  
年度

# ウォーキンググランプリを開催しました

10月1日から10月31日までの1ヶ月間、組合員3人1組のチームを作り合計歩数を競う、ウォーキンググランプリを開催し、97チーム（291名）が参加しました。上位5チームにグランプリ賞、それ以外のチームで、チームの総歩数が45万歩を超えた91チームの中から抽選で50チームに努力賞を贈呈しました。

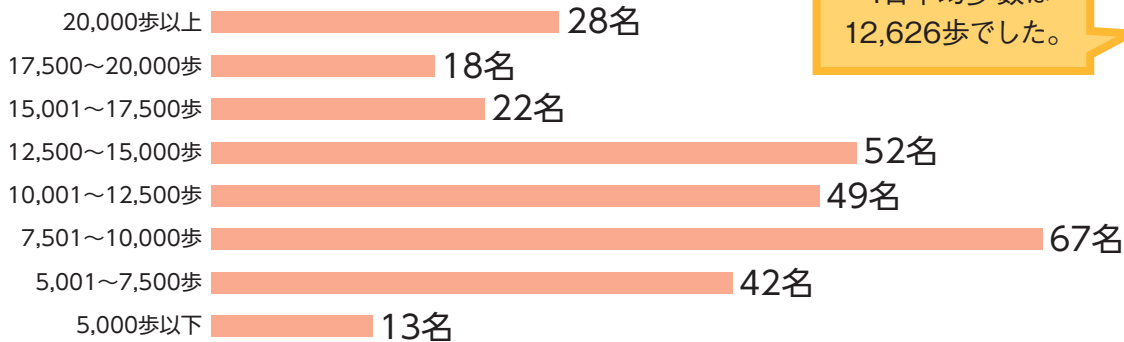
## ウォーキンググランプリ参加者（年代別）



## グランプリ賞獲得チーム

順位	チーム名	チーム総歩数
1	藤岡弘、探検隊	3,114,927
2	チーム ひよっ子	2,563,482
3	ぐんぐん探検隊	2,449,082
4	SKY	2,402,855
5	ATSUsea's	2,360,365

## 参加者全体の1日平均歩数



参加者全体の  
1日平均歩数は  
12,626歩でした。



## 受賞者の感想

- ◆ グループの人たちと声をかけ合ったり、他のグループの人たちとウォーキンググランプリの話をして盛り上がったりできて楽しかった。
- ◆ 同じ職場の先生方と参加したことで、常に声をかけあい、ときにはライバルとなり、お互いが刺激あって取り組みました。
- ◆ 一人だったら歩けなかったと思います。三人グループだったので頑張れました。
- ◆ 毎日目標をもって取り組むことができた。歩数を意識することも少なかったが、今日は何歩歩こうという目標を持つことで、毎日継続できてよかった。
- ◆ 初めはあちこちが痛くなったりもしましたが、慣れてくると季節の移り変わりが肌で感じられたり、新しい出会いや気づきがあったりするなど、歩くことがとても楽しくなりました。
- ◆ 毎日ランキングが更新されることで、やる気とモチベーションアップになりました。
- ◆ 自分の生活パターンがよくわかり、健康への意識が高まりました。
- ◆ 時候の良い10月ということもあり、1か月間休まずチャレンジすることができました。他、来年度も参加したい、減量ができたといった感想もみられました。

ご参加ありがとうございました。  
いただいたご意見を  
次年度の健康づくり  
事業の参考にさせて  
いただきます。



令和3年3月末 退職を予定されている方へ

# 退職関係諸手続について

今年度の退職関係諸手続については、新型コロナウイルス感染防止のため、退職予定者のいらっしゃる所属所あてに関係書類を送付し、郵送等の方法により健康福利課へ提出していただくこととしました。

説明会については、参加を希望する者のみを対象に実施します。

詳細については、令和2年12月17日に各所属長に送信しました通知文書及び令和3年1月中旬に送付しました退職関係諸手続書類をご覧ください。

説明会への参加を希望する方は、咳エチケット、マスクの着用、手洗い・手指消毒の励行のご協力をお願いします。

## 説明会

希望者のみ。事前申込不要。

▶日時 令和3年1月29日(金) 13:00~15:30 ▶会場 サンポートホール高松3階大ホール

お問い合わせ：年金担当 ☎087-832-3795

## 令和2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。



相談日時  
月～金曜日 9:00～17:00

面談予約  
受付 月～金曜日 8:30～17:00  
TEL 087-832-3860  
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



※完全予約制です

相談日時  
第2・3・4土曜日 9:00～12:00 13:00～17:00

面談予約  
受付 月～金曜日 8:30～17:00  
TEL 087-832-3860  
087-832-3798

場所  
教職員相談室 TEL 087-823-8349  
高松市西内町7番11号 香川県高等学校PTA会館2F



## 編集後記

今年の初詣は久しぶりに善通寺にお参りました。弘法大師は「わが心空のごとく、わが心海の如く」の心境から空海と改名したそうです。空海の「言葉」には、日本人ならではの美しさ、優しさだけではなく、少々のことではへこたれない強さ、失敗から学ぶしやなかさ、転んでもただでは起きないしたたかさなどがあふれています。「人は、体は歳を重ねても、心は老化せず生きられる」私もこの言葉を励みに、日々、仕事に努めてまいります。新しい年が穏やかな1年になりますよう心よりお祈り申し上げます。(T)