

互助会報

第385号（4月）

社団法人 宮崎県教職員互助会

〒880-0801 宮崎市老松1丁目2番2号

TEL : (0985) 29-1242

FAX : (0985) 27-4146

E-mail : gojyokai@miyazaki-catv.ne.jp

URL : <http://www.miyazaki-catv.ne.jp/~gojyokai/>

再生紙を使用しています

紙上ギャラリー



「森の音楽会」

新名 浩樹（佐土原高等学校）

今月の主な内容

現職中から退職後まで、お互い助け合いましょう… 2～3
「北京・故宮博物院展」を開催します …… 4
「吉村作治の古代七つの文明展」を開催します… 5
会員証割引事業について… 5
宿泊・鑑賞・メガネ購入補助等の案内… 6～7
アイドック（眼科健診）受診希望者募集… 8

無料法律相談について …… 9
文化活動を行っているサークルに助成します… 10
奨学資金貸付の申し込みを行っています… 10
健康ワンポイントアドバイス… 11
会員告知板… 12
会報の表紙を飾ってみませんか… 12

現職中から退職後まで、お互い助け合いましょう

教職員互助会は、宮崎県の条例団体として会員とその家族の福利厚生事業並びに宮崎県の教育及び文化の振興・発展に寄与することを目的にさまざまな事業を行っています。

会員は、現職会員、退職互助部会員あわせて2万名を超え、大きな助け合いの「輪」が広がっています。

■ 事業内容

ケガや病気をしたとき

本人療養補助金

1件（1レセプト）につき500円を控除し1,500円を上限に給付

家族療養補助金

1件（1レセプト）につき1,500円を控除し500円を上限に給付

入院療養手当金

連続5日以上入院したとき、1日につき800円を給付

自宅療養手当金

30日以上自宅で療養したとき、30日をひと月として15,000円を給付（31日の場合はふた月分30,000円）

障害給付金

会員が身体障害者手帳の交付を受けたとき、等級により60,000円～10,000円を給付

傷病休職手当金

傷病休職に入ったとき、6か月（180日）ごとに120,000円を給付

（6か月未満の端数月ひと月20,000円）

特定疾患手当金

特定疾患により連続5日以上入院したとき、入院1日につき1,000円

休職期間6か月ごとに150,000円を給付

介護休暇見舞金

介護休暇制度に基づき2週間以上介護休暇を取得したときに給付

お金が必要なとき

生活資金貸付

使いみちは自由 100万円まで

教育資金貸付

子どもの大学・専修学校の入学準備や学資に200万円まで

車貸付

車の購入資金に 200万円まで

結婚資金貸付

結婚資金に 200万円まで

パソコン購入貸付

パソコンの購入資金に 30万円まで

奨学資金貸付

別居して大学・専修学校で学ぶ子どもの仕送りに 200万円まで

住宅貸付

住宅の購入、増改築の資金に

在会年数により 500万円～200万円

万一のとき

弔慰金

会員10万円、配偶者5万円、被扶養者1万円

*特別弔慰金

在会年数により450万円～150万円を給付

*は特別弔慰金制度に加入されている方が対象です。

*配偶者弔慰金

在会年数により40万円又は30万円を給付

*指定受取人弔慰金

在会年数により40万円又は30万円を給付

災害にあったとき

災害見舞金

60万円～5万円を給付

退職したとき

セカンドライフ助成金、現職退互部退会給付金、
休職退職見舞金、特弔退会給付金など

文化事業・レジャーなど

舞台芸術公演

会員及び一般県民を対象に実施

スクールコンサート

現職会員の所属する小・中学校及び県立学校を3つのグループに分け、毎年、60公演を上限に実施

年度	対象地区
平成24年度	都北・県北・西白杵
平成25年度	中央・県南
平成26年度	児湯・西諸・日向

文芸誌「しゃりんばい」

年1回発行し、学校等や希望者等に配付

教美展

年1回3会場（宮崎市・都城市・延岡市）で開催

文化活動助成…10ページ参照

会員が中心になって文化活動を行っているサークルに助成

宿泊補助…6ページ参照

県内外の指定宿泊施設に宿泊したとき

1施設に年度内3泊まで補助

県内の施設2,500円 県外の施設2,000円

公立学校共済組合の施設3,000円又は2,000円

針・灸・マッサージ等施術料補助金…6ページ参照

1回につき1,000円、年度6回まで

会員著書購入…5ページ参照

会員著作の「本」を購入及び貸し出し

鑑賞補助…7ページ参照

芸術鑑賞・スポーツ観戦をしたとき

2,000円以上の入場料金の半額

2,000円を上限に年度3回まで補助

メガネ購入補助…7ページ参照

4年に1回実費の範囲内で5,000円を上限に補助

アイドック（眼科健診）…8ページ参照

緑内障、白内障などの目の病気等の早期発見と予防のために実施し、3,200円を補助

地区事業

地区運営委員会を中心に、園芸教室、そばうち教室、テニス大会等を実施し、その経費の一部を補助

互助会報

年度7回発行、全会員に配付

会員証による割引

提携施設に会員証を提示することによって、所定の割引の特典が受けられます。

相談ごとなど

- ・30分無料で相談できる弁護士を設けています。…9ページ参照
- ・退職後の生活を考える会、退職者のつどい、確定申告手続き説明会等を開いています。
- ・退職互助部地区事務局長が職場を訪問し、退職後の生活のことなどについて相談に応じています。

退職後の準備の支援（教職員積立年金）

現職中から掛金を積み立て、退職後に年金として受け取る制度。毎月3,000円から積み立てができます。7月に全会員にパンフレット、加入（変更）申込書をお届けします。

退職されてからのお世話（退職互助部）

退職互助部会員の皆さまが充実したセカンドライフを営めるよう、また会員同士の輪（＝和）が深まるよう、療養補助金等の給付事業や宿泊補助事業、国内外旅行や地区事業等を実施しています（問い合わせ：退職互助部直通0985-29-1243）。

※すべて北京・故宮博物院蔵

946130100103613
金鑲珠寶帽頂(部分) 清

公益文化事業

北京・故宮博物院は、かつて紫禁城と呼ばれ、明・清王朝の24人の皇帝が居住した世界最大級の宮殿です。

本展では、北京・故宮博物院の約180万点にのぼる収蔵作品から、故宮に生きた女性たちの知られざる生涯とそのまなざしをテーマに、絵画、工芸、服飾、宝飾などの国家一級文物（日本の国宝に相当）を含む名品約200点を展示し、中国宮廷文化の精髓をご紹介します。

紫禁城を彩る后妃たち



いんしんひ こうらくす
《胤禛妃行樂圖》軸
[冬]博古幽思(部分) 清

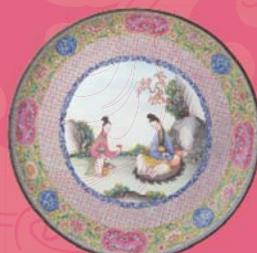
じょうほうせきへきじ かさん
鑲寶石碧璽花簪
清・乾隆年間



ふんさい かき とつさんえい ぎへい
粉彩花卉凸三嬰戲瓶
清・乾隆年間【一級文物】



いんしんひ こうらくす
《胤禛妃行樂圖》軸
[仲夏]消暑賞蝶(部分) 清



がほうちゆうせん ぼんざいし たいじん
画珐瑯仙女採芝大盤
清・乾隆年間【一級文物】



～日中国交正常化40周年記念～

地上の天宮 北京・故宮博物院展

2012 5月19日[土]→6月24日[日] [会期中無休]

観覧料

大人：1,200 円 / 小中高生：600 円

※当日、窓口で「全教互九州ブロック協議会会員証」をご提示の方は、前売券価格(大人1,000 円)で観覧できます。

開館時間 10:00～18:00(入室は17:30まで)

会場 宮崎県立美術館

主催 故宮博物院展実行委員会

(宮崎県立美術館、宮崎日日新聞社、UMKテレビ宮崎、宮崎県教職員互助会)

(4)

ひんげつしよくばん しゅうぎやくらん ひちようもんしんよひ
品月色緞 繡玉蘭 飛蝶文麗衣
清・光緒年間



「吉村作治の古代七つの文明展」 ～人と地球と太陽の船～

前売券発売
5月14日から

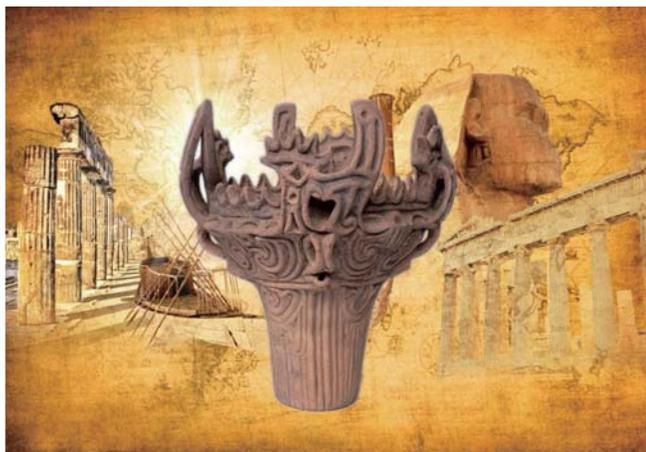
会 期：7月14日（土）～9月2日（日） 会期中は休館日なし

会 場：宮崎県総合博物館・特別展示室（2階）
（宮崎市神宮2丁目4番4号）

観覧料：大人 1,000円（800円） 小中高生 600円（400円）
※（ ）は前売り・団体料金。団体は20名以上

この地球上には数多くの文明が誕生し、興亡を繰り返しました。それぞれの文明は様々な環境の中で、独自の社会・文化・世界観を持ち、多様な発展を遂げました。

本展覧会では、吉村作治先生（早稲田大学名誉教授）が独自の視点で選んだ、世界の七つの古代文明（エジプト、オリエント、ギリシャ・ローマ、シルクロード・インド、中国、中南米、縄文）の各文明を代表する考古・美術資料約230点を一堂に展示します。古代文明の多様性や共通性を比較しながら学べる展覧会です。ぜひ御覧ください。



会員証による割引事業 （全教互九州ブロック協議会 会員証）

「会員証」を提示することによって、北京*故宮博物院展が前売券価格（大人1,000円）で観覧できます。

会員及びその家族が、九州各県の割引施設に会員証を提示することによって、所定の割引等の特典を受けることができる会員証による割引事業を行っています。割引等の特典がある施設は、「割引施設一覧」（平成23年度に配布）でご確認ください。

紛失等で会員証の再発行が必要な場合は、会員証作成費用相当分として50円切手1枚と80円切手を貼った返信用封筒を同封して、教職員互助会に送付してください。



会員の著書を購入しています

新刊だけでなく、まだ購入していない既刊の著書も購入します。
本を出版した方、会員が出版した本をご存知の方は、ご連絡ください。

購入冊数 2冊

購入価格 市販されているものはその定価。定価のない場合は、1冊3,000円を上限とします。

なお、購入又は寄贈を受けた会員著書の貸し出しを行っています。

宿泊・鑑賞・メガネ購入補助等の案内



宿泊補助

親睦やリフレッシュを目的に指定宿泊施設に宿泊したときに、補助があります。

補助対象者と補助額

補助対象者	県内の施設	県外の施設	公立学校共済組合宿泊施設	
			九州・沖縄・山口	全国（左記以外）
会員及び扶養認定配偶者	2,500 円 (1,000 円)	2,000 円	3,000 円 (1,000 円)	2,000 円 (2,000 円)

・補助額には、（ ）の公立学校共済組合宮崎支部の宿泊助成が含まれています。

利用方法等

- ① 指定宿泊施設に「**宮崎県教職員互助会の宿泊補助券を持参する**」ことを伝えて予約してください。
※予約の際には、宿泊料金を必ず確認してください。
- ② 所属の互助会担当の方に、宿泊補助券を発行してもらってください。
- ③ 指定宿泊施設に着いたらフロントに、宿泊補助券を渡してください。
- ④ 精算時に、協定料金から補助額を差し引いた金額を支払ってください。

補助の限度等

1 施設ごとに年度内3泊まで

旅行会社を通じての予約やクーポン券を利用して宿泊する場合は、宿泊補助券は使えません。
宿泊を伴う公務出張では利用できません。

針・灸・マッサージ等施術料補助

互助会が指定している施術所で、針・灸・マッサージ等の施術を受けたときに、補助があります。

補助対象者 会員

補助額・限度 1回当たり1,000円。ただし、年度内6回まで。

請求の方法

- ① 「施術料補助券」を「針・灸・マッサージ等施術料補助券申込書」で申し込んでください。
- ② 「針・灸・マッサージ等施術料補助券」(24年度6回利用できます)をお送りします。
- ③ 「針・灸・マッサージ等施術料補助券」と「健康保険証」を互助会指定の施術所に提示し、精算時に、施術料金から補助額(1回当たり1,000円)を差し引いた金額を支払ってください。

「鑑賞補助請求書」、「メガネ購入補助請求書」「針・灸・マッサージ等施術料補助券申込書」等は、教職員互助会のホームページからダウンロードできます。

鑑賞補助

芸術鑑賞・スポーツ観戦をしたときに、入場料金の一部に補助があります。

補助対象者 会員

補助額

入場料金	補助額
2,000円未満	—
2,000円以上	入場料金の半額
4,000円以上	一律2,000円

請求の方法

「鑑賞補助請求書」に必要事項を記入し、入場券の半券（コピー可）又は領収書を貼って請求してください。入場券に料金の記載がない場合は、料金がわかるチラシ等も一緒にお送りください。

補助の限度等

年度内に3回まで。

ただし、教職員互助会が請求書を受け付けた日からさかのぼって2年以内に鑑賞・観戦したものが対象です。

「教職員互助会が、主催又は共催する公演は補助の対象になりません。」

メガネ購入補助

視力矯正のためにメガネ等（レンズ、フレーム、コンタクトレンズ）を購入したときに、補助があります。

補助対象者 会員

補助額

購入金額	補助額
5,000円未満	購入金額と同額
5,000円以上	一律5,000円

請求の方法

「メガネ購入補助請求書」に必要事項を記入し、領収書を貼るか、購入した販売店に領収金額等を記入してもらい請求してください。

領収書（レシート、クレジット控不可）の場合は、次の記載もれがないか確認してください。

（
・購入者氏名（フルネーム） ・購入日 ・ただし書き欄に「**視力矯正のため**」
・購入金額 ・販売店名 ・領収印
）

補助の限度等

4年に1回。今年度は、平成21年度以降に補助を受けていない会員が該当します。

ただし、教職員互助会が請求書を受け付けた日からさかのぼって2年以内に購入されたものが対象です。

鑑賞補助、メガネ購入補助の補助回数などは、教職員互助会（0985-29-1242）へお問い合わせください。

緑内障、白内障などの目の病気等の早期発見と予防のために
アイドック（眼科健診）受診希望者募集

申込締切：5月16日（水）

**対象者
 定員** 会 員
 500名

（定員を超えたときは、次の順位で決定します。
 ①前年度受診していない方
 ②年齢の高い方

実施期間 平成24年6月1日（金）から
 平成25年2月28日（木）

検査機関

- 宮崎中央眼科病院視機能センター（宮崎市）
- 市民の森病院総合健診センター（宮崎市）
- 西都児玉眼科（西都市）
- 北村胃腸科眼科（日南市）
- 宮田眼科病院（都城市）
- 小林中央眼科（小林市）
- 尾崎眼科（日向市）
- 林田眼科医院（延岡市）

自己負担 1,000円（互助会補助額3,200円）

検査時間 約1時間

申込方法 会報に折り込んである「アイドック（眼科健診）申込書」に所属名、氏名等を入力して、FAXまたは郵送で5月16日（水）までに、教職員互助会に申し込んでください。

受診決定 申込締切後に、受診決定通知書を送ります。

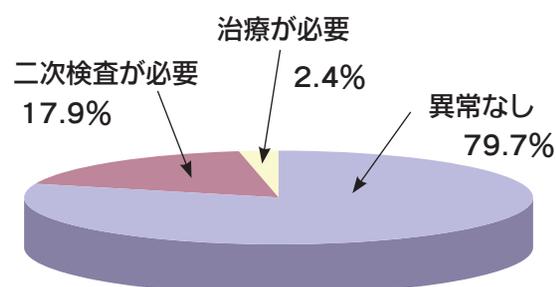
受診方法 受診決定通知書に記載する受診者番号及び氏名を検査機関へ直接連絡し、受診していただきます。

その他 職務専念義務免除該当として協議済みです。

検査内容

検査項目	内 容 等
視 力 検 査	メガネ・コンタクトレンズの矯正視力、遠くを見たときの裸眼視力の検査です。
屈 折 検 査	近視・乱視など、屈折異常がないかどうかの検査です。
視 野 検 査	目の見える範囲を測定。見えにくい部分がないか、網膜などに異常がないかどうかの検査です。
眼 圧 検 査	眼球の形を保つための眼内圧を計る検査です。異常があると視野検査とともに緑内障などの兆候がわかります。
眼 底 検 査	網膜・血管・視神経の状態を観察。それらの状態を見ることにより、糖尿病・高血圧症・動脈硬化等がわかります。
細 隙 燈 顕 鏡 検 査	目の表面にキズがないかどうかなどをみる検査です。

平成23年度受診された方の結果



※今年度より、市民の森病院健診センター（宮崎市）と西都児玉眼科（西都市）の2つの検査機関と新たに契約しました。

平成23年度検査機関からの所見より

- 検査結果で、要二次検査の内訳としては、大半が視野異常疑いと眼底の異常疑いでした。眼底の異常疑いについては視神経乳頭異常疑いが多く、緑内障と深く関わりがあり、数年後に緑内障を発症する可能性があるため、今後の経過観察が重要となります。眼底の異常疑いで次に多かったのが網膜異常で、網膜裂孔や変性により検診後早期に網膜レーザー治療を受けられた方もいらっしゃるなど、早期発見により状態の重篤化を防ぐことが出来ました。（宮崎中央眼科病院視機能センター）
- 年々、二次検査を必要としていらっしゃる方が増加しております。自覚症状があまりない場合でも網膜疾患が見つかったり、視神経病変、特に緑内障が疑われたりする例があるようです。（尾崎眼科）

プライバシーは厳守されています。一人で悩まずに、まず相談してみてください。

互助会無料法律相談

電話での予約が必要です。相談は30分以内で無料です。

利用できる人 ・会員及びその配偶者、子、親

相談方法等

- ・相談者のことや内容等のプライバシーは、厳守されます。
- ・事前に電話での予約が必要です。
- ・相談は30分以内です。
- ・相談日1日につき8名以内で、先着順です。
- ・面談が原則ですが、電話相談もできます。
- ・面談の場所は、弁護士の法律事務所です。

えとうし ひこ 江藤利彦 弁護士

〒880-0801 宮崎市老松1-5-1
電話 (0985) 20-9911
FAX (0985) 20-9909

相談日時

原則として、第2金曜日の午後1時30分から午後5時30分までです。

〈今年度の相談日〉

4/13、5/11、6/8、7/13、8/10、9/14、10/12、
11/9、12/14、1/11、2/8、3/8



おおつか こうじ 大塚幸治 弁護士

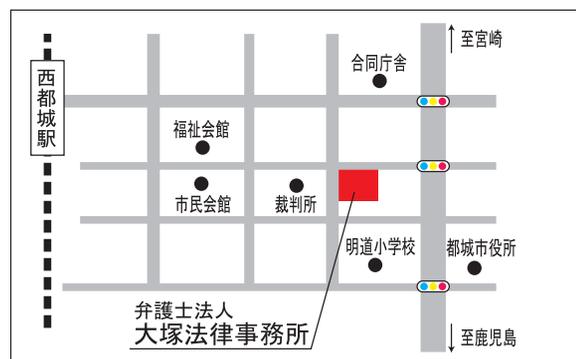
〒885-0075 都城市八幡町1-1-1
電話 (0986) 46-9666
FAX (0986) 46-9777

相談日時

原則として、第2土曜日の午前9時から午後1時までです。

〈今年度の相談日〉

4/14、5/12、6/9、7/14、8/11、9/15、10/13、
11/10、12/15、1/12、2/9、3/9



昨年度から新たに契約しました。

ささき たつひこ 佐々木龍彦 弁護士

〒882-0816 延岡市桜小路365-1
電話 (0982) 34-3535
FAX (0982) 21-3492

相談日時

原則として、第2金曜日の午前10時から午前12時、午後1時から午後3時までです。(受付時間は午前11時30分まで及び午後14時30分まで)

〈今年度の相談日〉

4/13、5/11、6/8、7/13、8/10、9/14、10/12、
11/9、12/14、1/11、2/8、3/8



文化活動を行っているサークルに助成します

申請締切 6月29日(金)

現職、退互部会員が中心となって文化活動を行っているサークルに助成します。

助成を希望するサークルには助成申請書等をお送りしますので、ご連絡ください。

助成対象サークル

- 1) 絵画・デザイン・書・写真・彫刻・工芸・文芸及び音楽等の文化活動を行っていること
- 2) 本会の会員が中心となり活動を行っている県内のサークルであり、サークルの構成員が5名以上であること
- 3) サークルの構成員のうち2分の1以上または10名以上が本会の会員であること
- 4) 入場無料の公開行事を一般県民に対して年1回以上行っていること
- 5) 目録やプログラム等の印刷物に「宮崎県教職員互助会の文化活動助成対象サークル」であることを明記すること



奨学資金貸付

4月30日締切

申込対象及び条件

- 会員の子ども又は被扶養者が、学校教育法に基づく大学又は専修学校に在学中で、かつ会員と別居していること。
- 申込時に在会10年以上の会員であること

貸付利息及び返済方法

- 利息…交付期間中は無利息
返済開始時の貸付利率を適用
- 返済開始…交付期間が終了した年の5月
- 返済方法…毎月返済

貸付限度額及び送金方法

- 月額3万円(2件目は2万円)、4年間を限度
- 年4回3ヶ月分を、奨学生名義の口座に送金

必要書類

1. 奨学資金貸付借用申込書(諸用紙25ページ)
2. 在学証明書(平成24年度分)

改姓したときは届出が必要です

結婚等で改姓したときや特別弔慰金制度に加入している方が特別弔慰金の受取人を変更するときは、「改姓及び特別弔慰金受取人変更届」を提出してください。

職場の互助会担当の方にお渡ししている「諸用紙(様式集)」2ページの「改姓及び特別弔慰金受取人変更届」をコピーして使用して下さい。

かゆみの生理学

—保湿剤などセルフケアで皮膚の乾燥を防ぐ

かゆみは末梢神経のC繊維が刺激されて生じる。

かゆみは痛みとよく比較される。かつては、痛みとかゆみは同じ神経を伝わるというわれ、長い間「かゆみは痛みの弱い反応である」と信じられていた。

しかし、1990年代、ドイツの学者が、かゆみを伝える神経は「C繊維」と呼ばれる最も細い神経線維で、痛みの神経とは異なることを明らかにした。

神経線維は太い順にA、B、Cと分けられ、太いほど刺激の伝導速度は速い。C線維が最も多く分布しているのは、皮膚の表皮と真皮の境界部分で、かゆみは末梢神経のC線維が、真皮の肥満細胞から分泌されるヒスタミンなどの化学物質や、外からの刺激によって活性化されて生じるとされている。

末梢性のかゆみはトライスキン状態にある。

かゆみには、抗ヒスタミンの薬で抑えることができる末梢性と、脳からのβエンドルフィンなど中枢性の伝達物質がかかわっている「中枢性かゆみ」がある。

中枢性は、発疹や皮膚の赤みはなく、治りにくい。肝硬変や腎不全、透析治療を受けている人などに多い。

大部分を占める末梢性は、乾燥肌、トライスキンといわれる状態にある。皮膚は何層もの細胞がレンガのように積み重なって角層を作っている。

皮膚のバリアー機能を低下させない

トライスキンの人の多くは、レンガを接着するセラミドと呼ばれる脂肪や水分が不足してレンガ構造が崩れ、C線維が皮膚表面にまで伸びてきている。

そのため、衣服でこすれる、あるいは石けんなどの刺激により、C線維が活性化してかゆみが起こりやすくなる。

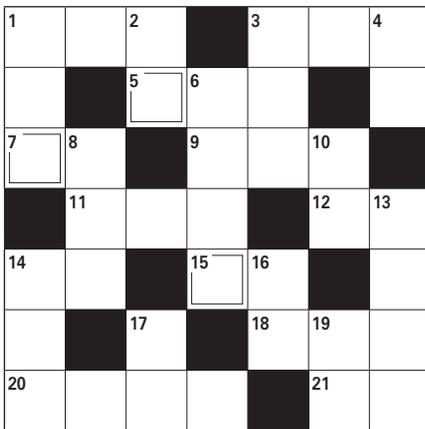
末梢性のかゆみ解消には、保湿剤を欠かさず、風呂で洗いすぎない、衣類は木綿や絹にする、冬は加湿、夏は汗を洗い流すなどのセルフケアで、皮膚のバリアー機能を低下させないことが大切だ。

後藤 有能

(医学ジャーナリスト)

季節のクロスワードパズル

今回のクロスワードパズルはすべて漢字が入ります。タテ・ヨコのカギをヒントにパズルを解き、3つの漢字を並びかえてできる熟語を答えてください。



第384号(3月)の答え

「ソメイヨシノ」

●タテのカギ

- ソメイヨシノより遅い時季に咲くサクラです
- もう間近、すぐ近くですよ
- 居丈高な態度。〇〇〇に振りかぶる
- 竜宮城のおみやげといえば、もちろん〇〇箱
- 口先でだますことを俗にいうと?
- おもに和紙でつくり、飾ったり劇をしたり
- 懸案事項や課題に、ついたり、立たなかったり
- 社会道徳とそれを守る人の心のこと
- 拝啓ではじめ敬具で結ぶ、書簡に用いられる章。または文体のこと
- 市街地の道を走る〇〇電車
- 花がすっかり開きました
- 理解して自分のものにしました

●ヨコのカギ

- いつもお腹をこうしておけば、医者いらす
- 先輩からひどくしかられました。「〇〇〇をもらっちゃった」
- 本題の前にひと言述べてもいいけど、長くならないように
- 秋田県角館付近で産出する和紙です
- 相撲の番付で幕下の下、序二段の上人としての優しさ、思いやりなどの温かい心
- 世渡りの方法は〇〇術、役に立つ教えなら〇〇
- 人気力士がサインに添える
- 電車はこの上を走ります
- 病院などでは時間を守って行かなくては
- 明治初めの近代化や西欧化をこういいました
- 十分に承知しました。納得!

当選者

- 松下亜希子 (西池小)
- 海江田秀一 (住吉中学校)
- 瀧脇 雅彦 (美郷南学園)
- 関 純子 (三川内中学校)
- 井上くるみ (宮崎南高等学校)

ハガキに答え、氏名、所属名、職場での楽しい話題や児童・生徒のこと、今月号の感想など何でも結構です。必ず書いて、5月18日(金)までに教職員互助会にお送りください。FAXでも受け付けます。正解者の中から抽選で図書カード(2,000円分)を5名の方に、「北京・故宫博物院展」ペア招待券を10名の方に抽選で進呈します。図書カード、ペア招待券の抽選は互助会へ一任ください。当選者は、氏名、所属名を会報に掲載します。また、お寄せいただいた感想等は、会報で紹介させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

