

退互部報

2025.5

令和7年(2025年) 5月14日発行

一期一会

凌

一期一会

村中 凌

清武せいりゅう支援学校 中学部2年

※制作時中学部1年

今は違う学校にいる優しい親友を思い出して、一期一会と書きました。「会」のバランスを取るのが一番難しかったけど、試行錯誤を繰り返して、やっと仕上げることができました。



一般社団法人 宮崎県教職員互助会

〒880-0801 宮崎市老松1丁目2番2号

E-mail gojyokai@miyazaki-kyogo.or.jp

URL <https://www.miyazaki-kyogo.or.jp>

TEL:0985-29-1242 [代表] 0985-29-1243 [退互部]

FAX:0985-27-4146

宮崎県教職員互助会

検索

次号は
8月発行の
予定です。



TOPICS

- 2 ティラノサウルス博2025について
- 3 会員専用ページから
チケットの申し込みをしてみよう！
ひろしま美術館コレクション展について
- 4 療養補助金Q&A
- 6 「人間ドック補助事業」案内



復元画：服部雅人

ティラノサウルス博2025

～命名120周年！ 超肉食恐竜の進化の謎にせまる～

誰もがその名を知る恐竜「ティラノサウルス」。命名120周年を迎えるのを記念して、ティラノサウルス類を中心に様々な種の全身骨格や模型を展示し、恐竜類の進化・絶滅や中生代における地球環境の変遷について紹介します！

会期

7月12日(土)～9月7日(日)

火曜日休館 ※8月12日(火)は開館

会場

宮崎県総合博物館 (宮崎市神宮2丁目4-4)

観覧時間

午前9時～午後5時 入場は午後4時30分まで

主催：ティラノサウルス博2025実行委員会

互助会会員向けチケット

互助会のチケットが安い！

※3歳以下入場無料	おとな (高校生以上)	こども (4歳～中学生)
互助会会員向け チケット	1,080円	540円

当日・前売りチケット

※互助会での取り扱いはありません

※3歳以下入場無料	おとな (高校生以上)	こども (4歳～中学生)
当日	1,300円	700円
前売り	1,200円	600円

互助会会員向けチケット購入方法

- 1) 会員専用ページにログインし、ご自身でお申し込みください(3ページ参照)。
- 2) 郵便、FAX、メールでお申し込みの場合は、「①会員氏名②会員番号③希望する券種と枚数④連絡先(電話番号)」を記入の上、お申し込みください。

チケットのお届け

7月9日(水)までにご自宅へお届けします。

料金支払方法

チケットをお届けする際に、振込用紙を同封しますので、宮崎銀行よりお振り込みください。

互助会
会員向け
チケット申込▶



宮崎県
総合博物館
ホームページ▶



締切

6/27(金)

退互部報 3

はじめての療養補助金！

～療養補助金の請求に係るご質問にお答えします～



療養補助金を請求するためには、何を準備すればいいの？

請求するためには下記の2つの書類が必要です。

- ・病院でお金を支払ったときの領収書(白黒コピー可)
- ・療養補助金請求書

そのほか、高額な医療費を支払っているときは、高額医療費支給決定通知書や限度額認定証のコピーを一緒にご提出いただくと、給付がスムーズに進みます。



領収書を紛失した場合はどうすればいいの？
健康保険者から届く「医療費のお知らせ」は代用できますか？

領収書を紛失した場合は、医療機関で領収書の再発行を依頼するか、退職互助部の療養補助金請求書に直接の証明を依頼してください。ただし、いずれにしても**有料となる場合があります**、その再発行、証明代は療養補助金の給付対象にはなりません。また、医療機関によっては、領収書の再発行ができないところもありますのでご注意ください。

医療機関の領収書は必ず保管し、できるだけ半年から1年以内にご請求ください。また、「医療費のお知らせ」は、被保険者の健康や医療費に対する意識を深めるために発行されるもので、退職互助部では**支払いを証明するもの(領収書の代用)としては取り扱えません**。



いままで請求したことがありません。過去に受診したものは請求できますか？

請求期間は、受診月の翌月から2年間となっています。
令和7年5月に受付できるのは、令和5年5月以降に受診された分です。



どんなものが請求できますか？

病気、けがの治療にかかった医療費で、「健康保険適用分」が対象となります。

《対象外のもの》

保険適用外の費用。例えば、自費診療、入院時の食事代やベッド代、介護保険利用料、予防接種、人間ドック など

また、1レセプトごとに給付額を計算しますので、1レセプトの金額が2,150円以上のものが対象となります。

※1レセプトとは同じ月の同じ医療機関の領収金額を合算したものです。



指定宿泊施設に関するお知らせ

協定内容確定

HOTEL NAHA CITY - KOKUSAI STREET - (沖縄県)

○宿泊料金 S: 4,500円～ T: 7,000円～/2人(1泊0食)

○インターネットで予約したときの補助券利用 ③補助券利用不可

協定内容の変更

延岡アーバンホテル(延岡市)

○インターネットで予約したときの補助券利用

旧: ③補助券利用不可 → 新: ①補助券利用可

宿泊料金の変更

メインホテル(都城市) ○S: 6,300円 T: 12,600円/2人(1泊朝食)

指定解除

立山高原ホテル(富山県) ○閉館のため

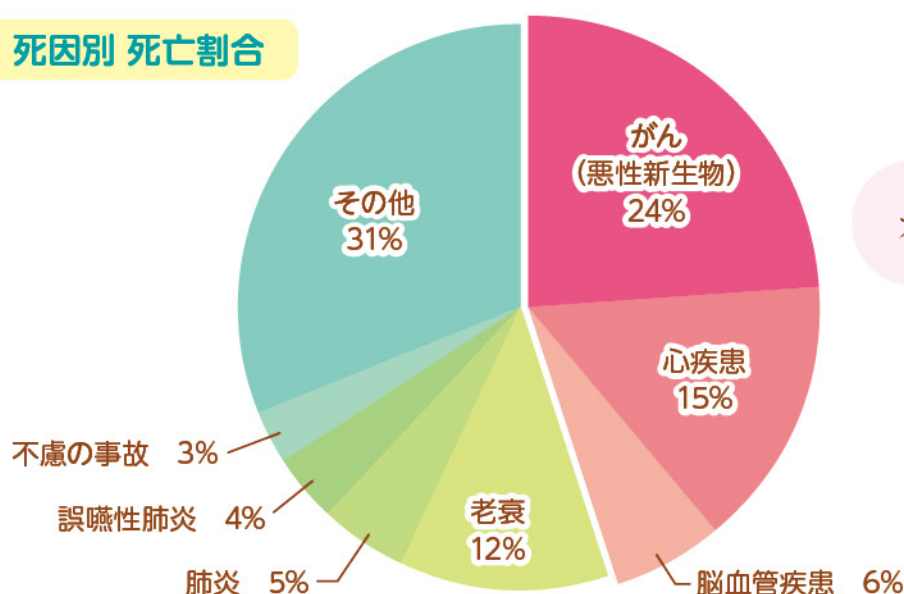
ご自身の健康状態のチェック、 できていますか？

食事、運動、喫煙、飲酒などの生活習慣が関わる「生活習慣病」は、高血圧や脂質異常症、狭心症、高尿酸血症、糖尿病、アルコール性肝疾患などがあり、多くは自覚症状のないまま進行していきます。放置すると、がん（悪性新生物）、脳血管疾患（脳梗塞やくも膜下出血などの脳の病）などの命に係わる病気につながります。

また、生活習慣病の発症には、生活習慣だけでなく遺伝的要素や社会環境などの複数の要因が影響することもあるようです。「忙しい」「面倒くさい」と先延ばしにせずに、年に1回は自分の健康状態をチェックしましょう！



死因別 死亡割合



生活習慣病の影響が
大きいとされる三大疾病が、
死因のおよそ半分の
占めています！

出典：厚生労働省のホームページ
※グラフは、
「令和5年人口動態統計」より

しかし、毎年人間ドックを受診するにしても、人間ドックは保険適用外のため費用が高く、毎年の受診は難しい場合もあります。

そこで、お住いの市町村や各健康保険者が実施する「特定健診」「後期高齢者健診」「がん検診」などを積極的に利用しましょう！



特定健診とは 生活習慣病の予防と早期発見を 目的とした健康診査です。

メリット

- 無料または低額で受診できます。
- 専門家による生活習慣病を見直すサポート（特定保健指導）が受けられます。
- 病気の早期発見ができれば、その分治療に係る負担も軽くなります。

早期発見、早期治療だけでなく、「予防」するためにも健康診断は重要です。
特定健診をきっかけに、ご自身の生活習慣を見直してみてください。

「人間ドック補助事業」案内

実施期間

令和7年7月1日(火) から令和8年2月28日(土)

申込締切

6/20
金曜日

必着

- 「1日健診」「頭部MRI検査」「眼科検診」の重複受診はできません。
申し込みできるのは、いずれか一つです。
- 保険適用外のため、「療養補助金」の給付対象ではありません。



申込方法

- ①「令和7年度人間ドック補助事業申込書」(8ページ)をコピー又はキリトリ線から切り離して、郵送かFAXで申し込んでください。
令和7年度新加入の方は「会員番号」の欄に「令和7年度加入」と記入してください。
- ②会員専用ページにログインして「健診申込」からも申し込みできます。
※定員を超える申し込みがあった場合は、実施要項に基づき抽選により決定します。

会員専用ページ



申し込みから受診するまでの流れ

6月20日

申込締切
(必着)

6月22日

抽選
定員を超える
申し込みがあった場合

6月26日頃

互助会事務局より
「決定通知書」を
発送

7月~2月

決定通知書が届いたら、
検査機関へ電話連絡し、
受診日を予約して受診。

1日健診

対象

令和5年度・令和6年度に、「1日健診」を受診していない方

定員

250名

自己負担額

6,000円

検査項目

■一般コース

一般計測／血液検査 ※男性はPSA(前立腺がん)検査含む
尿検査／便検査／胃部X線検査／胸部X線検査 など

■女性コース

【一般コース ※PSA検査除く】+「子宮がん検査」「乳がん検査(マンモ)」

検査機関



検査機関名	検査コース	備考
宮崎市郡医師会病院健診センター(宮崎市)	一般／女性	・予約申込は12:00から対応 ・8月以降受診可(子宮がん検査は火・金のみ)
古賀駅前クリニック健診センター(宮崎市)	一般／女性	
宮崎善仁会病院総合健診センター(宮崎市)	一般／女性	
迫田病院(宮崎市)	一般	
北村胃腸科眼科(日南市)	一般	胃部X線 → 胃カメラで実施
都城健康サービスセンター(都城市)	一般／女性	
園田病院健診センター(小林市)	一般／女性	胃部X線 → 胃カメラで実施
海老原総合病院(高鍋町)	一般	
延岡市医師会病院(延岡市)	一般／女性	9月のみ受診可

頭部MRI検査



対象

令和5年度・令和6年度に、**「MRI検査」**を受診していない方

定員

200名 ※都城健康サービスセンターは20名まで

自己負担額

8,000円

検査機関

- 宮崎市医師会病院健診センター（宮崎市）
- 古賀駅前クリニック健診センター（宮崎市）
- 宮崎善仁会病院総合健診センター（宮崎市）
- 都城健康サービスセンター（都城市）
- 園田病院健診センター（小林市）
- 海老原総合病院（高鍋町）

次のような方はMRI検査が受けられないことがあります。**担当医に相談の上、お申し込みください。**

①閉所恐怖症の方 ②心臓ペースメーカーを装着している方（ICDなども含む） ③体内埋め込み式の装置がある方（人工内耳、神経刺激装置等） ④金属加工の仕事やケガ等で体内に金属が入っている方 ⑤体内に金属を入れる手術をした方（義眼、脳動脈瘤クリップ、人工心臓弁、髄内釘、VP シャント、人工頭骨・関節、プレート、コイル、ステント、クリップ・ワイヤー、置き針、人工血管等） ⑥入れ墨のある方（アートメイク） ⑦インプラント、ブリッジ、歯科矯正などの治療を受けている方

※義歯、人工毛製品（かつら、ウィッグ等）をつけたまま、又は化粧をしたままの受診はできません。

※その他健診センターから案内される注意事項は必ず確認されるようお願いいたします。

※医療機関によって使用するMRI装置の磁場強度（テスラ）が異なります。

磁場強度が高いと、より鮮明な画像が撮れるというメリットもありますが、その反面検査時に発生する熱も強くなります。申し込み前に希望検査機関のMRI装置の磁場強度を知りたい場合は、互助会事務局までお問い合わせください。

眼科検診



定員

200名

自己負担額

2,000円

検査項目

問診／屈折検査／眼圧検査／矯正視力検査／視野検査／眼底検査 など

検査機関

- 宮崎中央眼科病院（宮崎市）
- 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）
- タカオ眼科（延岡市）

県外在住の方へ

「1日健診」「頭部MRI検査」のうちどちらかを受診できます。

検査項目

各検査(医療)機関が行っている内容で受診してください。
(項目の削除、オプションの追加等はご自身で選択してください)

検査機関

検査機関の指定はありません。ご自身で選んでください。

自己負担額及び 補助上限額	検査コース	自己負担額	補助上限額
	1日健診	6,000円	21,000円
	頭部MRI検査	8,000円	9,000円

補助方法

検査費用を検査機関で全額お支払いいただいた後、決定通知に同封する請求書で互助会へ請求することで、補助額を送金します。

令和7年度 人間ドック補助事業申込書

申込締切 6月20日(金) 必着

- この申込書に必要な事項をご記入のうえ、**郵送またはFAX**にてお申し込みください。(コピー可)
- 詳しくは、「退互部報の6～7ページ」を参照してください。
- 「**決定通知書**」は、**6月末頃**に送付予定です。

フリガナ		会 員 番 号				区 分	
氏 名							
住 所		〒					
TEL () —		携 帯 () —					
希望する検査		希望するいずれか一つの検査を○で囲んでください。 1日健診 ・ 頭部MRI検査 ・ 眼科検診					
希 望 す る 検 査 機 関 名		県外の医療機関で受診 (眼科検診を除く)					
一日健診を希望する方	男 性	P S A検査		胃 部 X 線 検 査		胸 部 X 線 検 査	
		1. 希望する 2. 希望しない		1. 希望する 2. 希望しない		1. 希望する 2. 希望しない	
	女 性	乳がん検査	子宮がん検査	胃 部 X 線 検 査		胸 部 X 線 検 査	
		1. 希望する 2. 希望しない	1. 希望する 2. 希望しない	1. 希望する 2. 希望しない		1. 希望する 2. 希望しない	

フリガナ		会 員 番 号				区 分	
氏 名							
住 所		〒					
TEL () —		携 帯 () —					
希望する検査		希望するいずれか一つの検査を○で囲んでください。 1日健診 ・ 頭部MRI検査 ・ 眼科検診					
希 望 す る 検 査 機 関 名		県外の医療機関で受診 (眼科検診を除く)					
一日健診を希望する方	男 性	P S A検査		胃 部 X 線 検 査		胸 部 X 線 検 査	
		1. 希望する 2. 希望しない		1. 希望する 2. 希望しない		1. 希望する 2. 希望しない	
	女 性	乳がん検査	子宮がん検査	胃 部 X 線 検 査		胸 部 X 線 検 査	
		1. 希望する 2. 希望しない	1. 希望する 2. 希望しない	1. 希望する 2. 希望しない		1. 希望する 2. 希望しない	

〈申込先〉 宮崎県教職員互助会 退職互助部 TEL(0985)29-1243
〒880-0801 宮崎市老松1-2-2 FAX(0985)27-4146

無料法律相談をしています

暮らしの中で起こるトラブルや事故、事件のほか、
遺言書作成、遺産分割協議など様々な相談に対応します。

江藤 利彦 弁護士

江藤法律事務所
〒880-0801 宮崎市老松1-5-1 2階
TEL:0985-20-9911
FAX:0985-20-9909

※1階にも相談室を設けられますので、足腰に不安のある方や車いすの方などは、事前にお申しつけください。

予約が必要です。
直接、左記のTELへ
連絡してください!



利用できる人

相談回数

相談日

相談時間

相談件数上限

互助会の会員

同じ相談内容につき年度内1回まで

6/13(金)、7/11(金)、8/8(金)

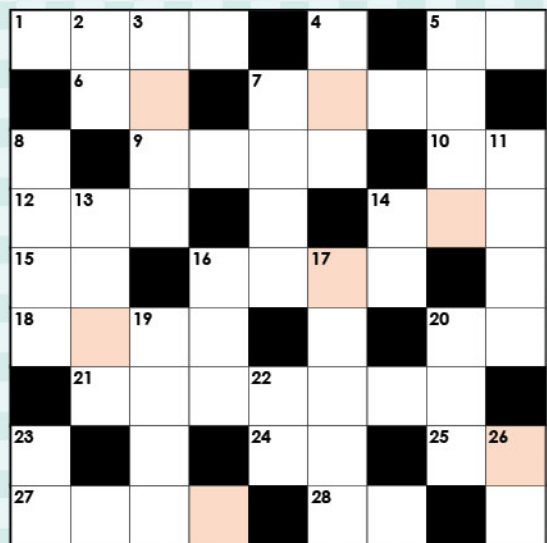
13時30分から17時30分まで

月8人

クロスワードパズル

タテのカギ

- 2 1919年にパリで講和会議がひらかれ、〇〇サイユ条約が結ばれた。
- 3 平安時代に強盗などへ逮捕や制圧を目的で置かれた。小野好古が有名。
- 4 中大兄皇子は即位して「〇〇〇〇天皇」となった。
- 5 中世西ヨーロッパで最高の学問とされたもの。
- 7 サントメ・プリンシペの首都。
- 8 北海道のある島をめぐり、ロシア連邦と現在も問題を残している。その島は択捉島、国後島、色丹島、もう1つ〇〇〇〇諸島。
- 11 福井県と富山県の間にある県はどこか。
- 13 DNAが二重らせん構造であることを発見した「ワトソンと〇〇〇〇」。
- 14 GHQの最高司令官。「マ〇〇ーサー」
- 16 北緯40度を通る、日本の都道府県。
- 17 清の6代皇帝乾隆帝が設置した藩部を統括する漢人で作った組織。
- 19 2005年にユネスコ世界自然遺産に登録された、北海道東部の〇〇〇〇半島。
- 20 首都がベルンの国。
- 22 江戸時代に江戸幕府が武家を統制するために定めた法令。「〇〇諸法度」
- 23 古生代の造山運動によりできた山脈。約2億年の侵食を受けて低くならかになっている。「〇〇造山帯」
- 26 植物細胞の分裂時に現れ、細胞質を二分する板状の構造。「細胞〇〇」



提供：クロスワード.jp

3月号の答え 「さんかんしおん(三寒四温)」

ヨコのカギ

- 1 カナダではフランス系の人々が多く暮らしている州があり、独立の動きがある。それは何州か。
- 5 「柿くへば鐘が鳴るなり法隆寺」を詠んだ俳人。「正岡〇〇」
- 6 テュルギーやネッケルを蔵相に登用し、特権身分に課税を行おうとしたが失敗したフランス国王。「〇〇16世」
- 7 孫文がとなえた民族の独立・民族の伸張・民生の安定からなる理念。「〇〇〇〇主義」
- 9 首都がブジュンブラの国。
- 10 肺における二酸化炭素と酸素のガス交換を〇〇呼吸という。
- 12 儒家を批判し兼愛という無差別の愛を説いた思想家。
- 14 約1200km²の面積を持つ九州最大の平野。「〇〇〇〇平野」
- 15 首都がパマコの国。「〇〇共和国」
- 16 世界を地理学的に分けた5つの州はアジア州、ヨーロッパ州、オセアニア州、アフリカ州、〇〇〇〇州になる。
- 18 室町幕府の組織、四職に交代で任命された四氏。「赤松・〇〇〇〇・山名・京極」
- 20 長野県中部の〇〇盆地。
- 21 紀元前2000年から1400年頃クレタ島のクノッソス宮殿を中心に栄えた海洋文明。
- 24 1733年、飛び杼を発明した人物。「ジョン=〇〇」
- 25 フィジーの首都。
- 27 出荷日の朝に収穫して市場へ出せる、市街地近くで行う「〇〇〇〇農業」。
- 28 熊本洋学校に赴任した外国人教師。「ジェー〇〇」

おめでとうございます!



3月号当選者(敬称略)

- ・弓削貴代子(中央南)
- ・佐多 陽子(中央東)
- ・横山 保子(中央東)
- ・山中 史生(中央北)
- ・宮園 千恵(中央北)

応募
締切日

2025年

7月4日(金)

応募方法

答え・会員番号・氏名を明記の上、
メール・FAXまたはハガキでご応募ください。

送付先

メール ▶ gojyokai@miyazaki-kyogo.or.jp

FAX ▶ 0985-27-4146

ハガキ ▶ 〒880-0801 宮崎市老松1丁目2番2号

※当選者は氏名等を会報に掲載します。あらかじめご了承ください。



令和7年2月13日から令和7年4月16日までに届出のあった物故者は下記の方々です。
ご冥福をお祈り申し上げます。(敬称略)

氏名	年齢	逝去日	退職時所属	氏名	年齢	逝去日	退職時所属
中央南				都北			
藤井 皎子	86	R6/03/22		宮川 文夫	86	R7/02/21	祝吉中学校
甲斐 陽子	93	R6/08/26		有田 國男	85	R7/02/24	都城ろう学校
長尾 博章	91	R6/12/13	小林高等学校	永田 光充	83	R7/03/03	姫城中学校
横山 正治	81	R7/01/17	小林中学校	中島 正一	92	R7/03/14	富吉小学校
曾原 良正	100	R7/01/23	宮崎西高等学校	吉盛 サチ子	98	R7/03/14	都城・東小学校
黒田 馨子	90	R7/02/11		鳥集 スズ子	99	R7/03/28	大王小学校
矢野 敏男	91	R7/02/15	久峰中学校	西諸			
岩切 頌子	77	R7/02/23		竹田 和子	70	R7/02/12	飯野高等学校
鍋倉 きく美	90	R7/03/05		稲丸 満弘	90	R7/02/23	岡元小学校
石山 重廣	80	R7/03/09	木花小学校	高場 央子	65	R7/03/24	
中央東				谷口 緑	98	R7/04/03	
安藤 隆徳	85	R7/01/11	都城工業高等学校	兄湯			
高山 美智子	90	R7/01/22		坂本 正志	86	R6/08/01	富島高等学校
磯崎 恵明	92	R7/01/23	青島中学校	伊藤 武子	97	R7/01/16	尾八重小学校
長友 忠彦	87	R7/02/05	東大宮小学校	宮越 トキコ	97	R7/01/23	通山小学校
杉田 桂子	85	R7/02/07		藤原 貞子	94	R7/01/23	
益田 幸雄	98	R7/02/22	小林工業高等学校	間 妙子	101	R7/01/29	上新田小学校
坂元 福尊	95	R7/03/11	吾田小学校	江藤 源一	87	R7/02/05	三納小学校
岡島 伊都子	85	R7/03/22	大淀中学校	福崎 成敏	90	R7/02/06	高鍋高等学校
中央北				佐田 政明	67	R7/02/15	三納中学校
長友 和子	96	R4/05/17		是枝 寮子	85	R7/02/15	
山本 エミ子	98	R6/11/03	大宮小学校	後藤 秀一	76	R7/02/26	宮崎工業高等学校
今西 剛	79	R7/01/17	県立図書館	追立 久美子	72	R7/03/23	妻北小学校
佐土原 正弘	96	R7/02/16	日南・北郷小学校	日高 睦子	100	R7/03/30	都於郡小学校山田分校
吉原 ヤスエ	96	R7/02/17	宮崎養護学校	日向			
長友 享二	90	R7/02/23	北俣小学校	三樹 キヌ子	94	R6/09/04	
久徳 菊雄	90	R7/02/24	県教育庁総務課	太田 季子	85	R6/12/10	延岡養護学校
中央西				坂友 義雄	94	R7/01/21	日南農林高等学校
田中 美椰	89	R2/11/25		倉爪 末盛	92	R7/02/14	財光寺小学校
平田 伊津子	93	R6/05/15		黒木 和	99	R7/02/26	一ヶ岡小学校
伊藤 容子	76	R6/06/25	深年小学校	森 利幸	90	R7/02/26	富島中学校
堀之内 正	98	R6/08/01	宮崎・江平小学校	荒巻 孝行	86	R7/03/11	方財小学校
後藤 セツ	86	R6/12/04	南方小学校	延岡			
山田 チトエ	99	R6/12/05		飯干 ミヨ子	100	R6/09/12	
駒山 二生	94	R7/02/17	大淀小学校	菊池 トヨ子	87	R6/10/23	
県南				秋元 秀司	86	R6/12/26	延岡工業高等学校
蛭原 よし子	93	R3/09/16		矢野 次郎	87	R7/02/10	延岡西高等学校
水元 忠也	92	R7/03/16	福島小学校	早田 幸恵	93	R7/02/15	一ヶ岡小学校
都北				西臼杵			
持田 スミ子	97	R6/11/07		俵 清美	94	R7/03/02	
佐々木 悟	97	R6/12/17	志和池中学校	県外・その他			
堀之内 公代	96	R7/01/17	祝吉小学校	帖地 金次	94	R5/06/20	門川農業高等学校
西 昌子	96	R7/01/24		美座 時朗	92	R6/01/15	吉之元小学校
境田 正子	93	R7/01/30	都城泉ヶ丘高等学校	平川 恵美子	86	R6/09/09	寺迫小学校
近間 辰雄	88	R7/02/05	御池小学校	中津留 義久	89	R7/01/29	田原小学校
堀内 順子	83	R7/02/20		高橋 悦子	95	R7/02/04	市木小学校

退職互助部からのお願い 住所や口座の変更は必ずご連絡を！

近年、連絡の取れない方が増えています。所在が分からない会員は、**所在確認ができない状態となつてから5年経過すると、会員資格を喪失してしまいます。**もし、転居や逝去等の情報をご存じの方は、退職互助部までご連絡ください。

転居や入所等によって住所が変わったとき、固定電話を解約して携帯電話番号だけになったときなども、必ず退職互助部までご連絡ください。

退職互助部
TEL 0985-29-1243