

# 5

May 2026

令和8年(2026年)  
5月18日発行

# 退互部報

## News Letter



### 「努力」

関 せき

翔人 しょうと

清武せいりゅう 支援学校 中学部2年

この言葉を選んだ理由は、もっと努力したいことがあったからです。難しかった部分は「努」の二画目の角度と、文字全体のバランスが難しかったです。上手く書けた部分は、「力」の上からなめ下へはらうところです。次は文字のバランスに気を付けて書きたいです。

### Topics

次号は8月発行の予定です。

- 療養補助金～請求書を記入・提出する前に～ 2
- 「人間ドック補助事業」案内 4-6
- ざんねんないきもの事典inみやはく  
会員向けチケットの案内 7



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



## 療養補助金

～請求書を記入・提出する前に～

### ⚠️ ご注意ください

#### ✓ 保険証の記号番号又は被保険者番号の欄

マイナンバーは記入できません。分からないときは空白のままご提出ください。

#### ✓ 1枚の請求書に記入できるのは6件までです

行の分割や付け足しはしないでください。(6件以上請求するときは、新しい別の用紙に記入)

#### ✓ 領収書をコピーで提出する場合は、 全体がはっきり写っているものをご提出ください

途中が切れていたり、薄くて見えないものは再度提出をお願いすることがあります

#### ✓ 領収書は、受診者名、受診月が分かるように貼付してください。

領収書を重ねて貼る場合、領収書の上に別の領収書を貼ると受診者名や受診月が分からなくなってしまいます。

#### 領収書の 貼り方

『ガイドブック  
2026』  
8ページを  
ご参照ください

- A面に記入した6件分をB面、または別のA4サイズの用紙に貼ってください。  
(A面に記入した件数と、B面に貼る領収書の件数が合うように)
- 同じ月、同じ病院の領収書が複数ある場合は、上をホチキス止めして貼ってください。
- のり付けの位置は領収書の上部です。(左右はのり付けしない)
- 文字がヨコ書きになるように貼ってください。

### 👉 協力ください 👈

#### ✓ 請求書は、新しい様式を使っていますか？

#### 現在の様式の 入手方法

- ガイドブック2026に掲載している様式をコピーする。
- 退職互助部に電話し、用紙を請求する。
- ホームページに掲載している様式をダウンロードする。



#### ✓ 請求は前月受診分までになっていますか？

受診した月と同じ月の受付はできません。(お預かりして、翌月受付、翌々月送金になります) 受診した翌月以降にご請求ください。

#### ✓ 請求の時効は2年ですが、半年から1年ごとの請求をお勧めしています

次の請求までの期間が長くなると、量が多くて記入が負担になったり、以前請求したかどうか分からなくなり、せっかく郵送料を払ってお送りいただいた請求分が既に給付済みだった、などにも繋がります。ぜひ受診から1年以内にご請求ください。

## 健康保険の「高額療養費」制度が段階的に改定されます

健康保険には、医療費の自己負担額が高額になった場合でも、一定の金額（自己負担限度額）を超えた分があとで払い戻される「高額療養費」の制度があります。

自己負担限度額は年齢や収入（所得区分）により設定されており、月ごとに算定されます。

まず、第1段階として今年8月からは、

①月額の自己負担限度額の引き上げ（所得区分により7%から38%増）

②「年間上限額」の導入

③70歳以上の外来限度額の引き上げ が行われることになっています。

今後の動向をご注視ください。

ご自身の所得区分の調べ方は、マイナポータルにログインして確認するか、受診時に医療機関や調剤薬局の窓口でも確認することができます。詳細は、令和8年3月号の退互部報をご覧ください。

## 退職互助部の「1日健診」を申し込む前に

市町村の実施する

## 「特定健診」や「がん検診」を利用しましょう



病気の予防と早期発見のためには、定期的な健診（検診）の受診が大切です。健診（検診）には、健康保険者が実施している「特定健診」や、お住まいの市町村で実施している「がん検診」など、さまざまな健診（検診）があります。市町村の発行する受診券などを利用すると、**無料**または**低額**で受けることができ、かつ、**自宅近くの病院で受診できます**。自分の健康状態を知るためにも、積極的に利用しましょう。

### 「特定健康診査（特定健診）」

生活習慣病の前段階である「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」に着目した健診で、健康の保持増進、様々な病気の早期発見・早期治療を目的としています。

#### 「特定健診」の検査項目

血圧測定、診察、尿検査（尿糖、尿蛋白）、身体計測（身長、体重、腹囲）、血液検査（血中脂質検査、肝機能検査、血糖検査）など

### 市町村の実施する「がん検診」

胃がん検診、乳がん・子宮がん検診、大腸がん検診 など

※市町村によって、年齢制限や重複して利用できない検診もありますので、詳しくはお住まいの市町村までお問い合わせください。

# 「人間ドック補助事業」案内

申込締切

6月19日<sup>金</sup>

必着

実施期間 令和8年7月1日(水) から 令和9年2月28日(日)

- 「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8年度人間ドック補助事業申込書」(6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8年度新加入の方は「会員番号」の欄に「令和8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19日

申込締切  
(必着)

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6年度・令和7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

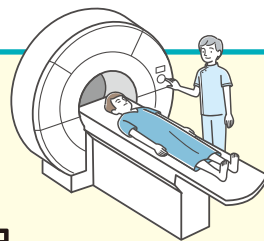
【一般コース※PSA検査除く】+「子宮がん検査」「乳がん検査(マンモ)」



### 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
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	女性コースは月~木のみ 子宮がん検査は別日対応(土)
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	

## 頭部MRI検査



**対象** 令和6年度・令和7年度に、「MRI検査」を受診していない方

**定員** 200名

**自己負担額** 8,000円

**検査機関**

- 宮崎市郡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 シヤント、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を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、所定の請求書により互助会へ費用を請求することで、補助額を送金します。

# 令和8年度 人間ドック補助事業申込書

申込締切 **6月19日(金)** 必着

- この申込書に必要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4~5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	PSA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	PSA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



イラスト：下間文恵

# ざんねんな

## いきもの事典

### in みやはく

**会期** 7月11日(土)～8月30日(日)

火曜日休館 ※8月11日(火)は開催

**会場** 宮崎県総合博物館 特別展示室

**開館時間** 9時～17時 入場は16時30分まで

主催：ざんねんないきもの事典 in みやはく実行委員会  
(宮崎県総合博物館・宮崎日日新聞社・UMKテレビ宮崎)

#### みどころ

- 1 書籍「ざんねんないきもの事典」の世界を博物館で体験できる!
- 2 キリンやクジラのほね、世界一大きな花ラフレシア(レプリカ)など大きいものいっぱい!
- 3 生きたいきものや実物大に近いぬいぐるみなどもたくさん!
- 4 クイズラリーやスタンプラリー、パズルや体験コーナーなど、遊んで学べる!

書籍



### 大ヒット書籍「ざんねんないきもの事典」の世界が“みやはく”に登場!

人間からみたら「ざんねん」と感じる生き物たちの生態について紹介し、生物の進化やその多様性について楽しく学べる展覧会です。いきものはいろいろいるからおもしろい!

### 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)	子ども (4歳～中学生)
互助会会員向け チケット	900円	450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)	子ども (4歳～中学生)
当日	1,200円	700円
前売り	1,000円	500円

※身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳・ミライロIDを提示された方は無料(同伴の介護者1名を含む)

### 互助会会員向けチケット購入方法

どちらかの方法でお申し込みください。

- 会員専用ページにログインし、ご自身でお申し込み(下記参照)
- ①会員氏名、②会員番号、③希望する券種と枚数④日中連絡のできる電話番号を記入し、郵便・FAX・メールでお申し込み

チケットのお届け 7月8日(水)までにご自宅へお届けします。

チケット代金の支払方法 チケットをお届けする際に振込用紙を同封しますので、宮崎銀行窓口でお振り込みください。



**注意事項**  
「ざんねんないきもの」は株式会社高橋書店の登録商標です。  
<動物取扱業に関する表示> ●氏名/株式会社WORLD ANIMAL TRADE 代表取締役 井上裕輝 ●事業所名称/ざんねんないきもの事典inみやはく ●事業所所在地/宮崎市神宮2丁目4-4 宮崎県総合博物館 ●種別/展示 ●登録番号/宮保衛指令第122号482 ●登録年月日/令和8年3月23日 ●有効期限/令和13年3月22日 ●動物取扱責任者/関口達也

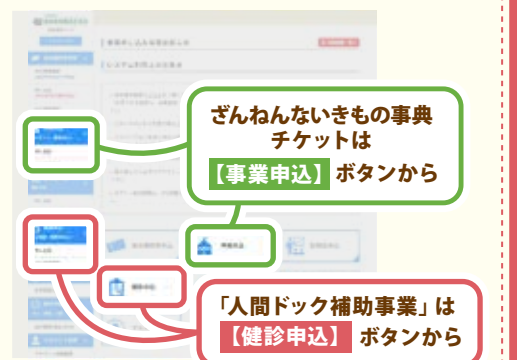
### 「人間ドック補助事業」「ざんねんないきもの事典」は 会員専用ページからもお申し込みいただけます

会員専用ページにログイン後、

「人間ドック補助事業」 ⇒ 健診申込 ボタン

「ざんねんないきもの事典」 ⇒ 事業申込 ボタン

からお申し込みください。





ガイドブックを  
ご活用ください

令和8年3月の会報と一緒に、  
2026(令和8)年度版のガイドブックをお送り  
しています。1年間保管して、ご活用ください。

ガイドブックには

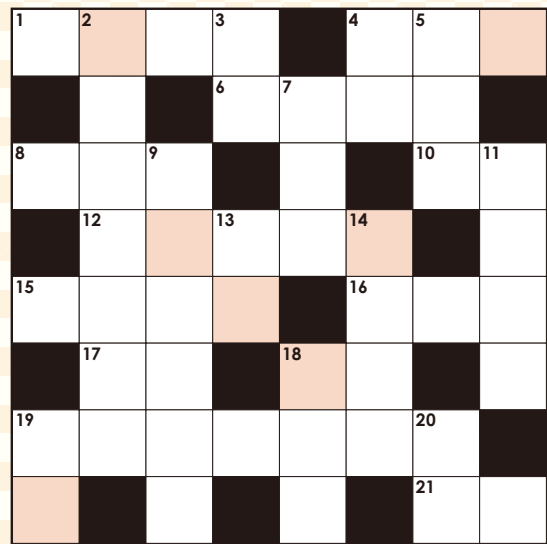
- 療養補助金…請求書の書き方、領収書の貼り方
- 宿泊補助事業…「宿泊補助券」の発券方法、2026年度指定宿泊施設一覧
- 会員専用ページの使い方
- 各種様式…療養補助金請求書、障害給付金請求書、変更届などを掲載しています。

# クロスワードパズル

タテ・ヨコのカギをヒントにパズルを解き、色つきのマスに入った7文字を並べかえて、四字熟語にしてください。正解者の中から抽選で5名様に図書カード(2,000円分)を進呈します。

## タテのカギ

- 目、耳、鼻のように外界からの刺激を受け取る器官を何というか。
- 首都がバマコの国。
- 聖武天皇に重用されて帰国した遣唐使「吉備真備・ゲ○○ウ」
- 軸索と、それをとりまく髄鞘および神経鞘の被膜を含めた構造。「神経○○○」
- パリとロンドンを結ぶ高速鉄道をユーロ○○○○という。
- 11世紀に宋の宰相に起用され新法とよばれる政治改革を行った。
- 2008年にはユネスコの創造都市に認定された、中枢都市となっている市はどこか。
- 臨済宗を開いた人物を「○○サイ」という。
- 北条氏総本家当主のこと。
- 常任理事国の反対が1票でもあれば、否決される。これを「○○○権」という。
- 筋肉が骨にくっついている部分を何というか。
- ポルトガルが1510年に占領し、総督府を設置したアジア貿易の拠点。



提供:クロスワード.jp

## ヨコのカギ

- 日本最大半島の西側に位置する都道府県はどこか。
- 1869年政府は土地と人民を天皇に返させた。これを「ハ○○○奉還」という。
- インド航路の開拓やアメリカ大陸への到達により栄えた、ポルトガルの首都。
- ブラジルに広がるカンポ(草原)では特にコーヒーともう1つの栽培が盛んである。
- 紀元前4世紀ころ中国や朝鮮半島から水田をもちいたあるものが広まった。「○○作」
- クウェートの首都。
- 沿岸漁業と遠洋漁業の中間規模の○○○○漁業。
- 10世紀半ばに諸国で念仏を唱え「市聖」とよばれた人物。
- 未分化な状態を保ったまま、増殖する能力をもち、複数種類の細胞に分化できる「○○細胞」。
- 日本アルプスとも呼ばれる、本州の中央部を長野県の本谷谷と伊那谷に跨って南北に連なる○○山脈。
- 立憲政治を守る運動を「○○○○○○○○運動」という。
- 酵素が複合タンパク質でできている場合、その構成要素であるタンパク質部分。「○○酵素」

3月号の答え

「いちよつらいふく(一陽来復)」

おめでとう  
ございます!

## 3月号 当選者 (敬称略)

- ・押川まゆみ(中央南)
- ・田崎 恭二(中央西)
- ・池田 智司(都 北)
- ・甲斐恵里子(児 湯)
- ・村岡美智子(日 向)

応募締切日

2026年  
6月26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。

広告

「宮崎」駅徒歩7分

提携特典 販売価格  
(税込)より  
**1.0%**  
割引

**BRANCHERA**  
ブランシエラ宮崎

来場予約  
受付中!

ブランシエラ宮崎 検索

外観完成予想CG

■物件概要●所在地/宮崎県老松一丁目17-1、18-1、19-1、20-1(地番)●総戸数/40戸●構造・規模/鉄筋コンクリート造、地上11階建●竣工予定/2026年5月下旬●入居予定/2026年7月下旬●事業主(売主)/株式会社長谷工不動産●施工/株式会社志多組

公式物件HP



提携特典をご利用頂くためには、宮崎県教職員互助会が発行する「全国教職員互助団体協議会会員証」をレジデンスサロン初回来場時にご提示ください。

〈会員証発行先〉宮崎県教職員互助会 TEL:0985-29-1242

※会員証の提示がないと提携特典は受けられませんのでご注意ください。

※掲載の外観完成予想CGは図面を基に描き起こしたものであり、実際とは異なる場合があります。植栽につきましては、特定の季節・ご入居時の状態を想定して描かれたものではありません。外観の設備機器につきましては、表現上省略しております。

—— 今年度もよろしくお祈いします ——  
**宮崎県教職員互助会事務局**

専務理事	四位久光
常務理事兼 事務局長	相良浩一
事務局次長 兼 総務課長	谷口博
事務局次長 兼 退職互助部課長	林真砂美
総務課	外山奈加
	江口友加里
	高木綾乃
	野口晃輔
	服部幸貴
	長友真里
退職互助部	瀬尾幸希
	早崎小百合
	内直美

お知らせ

**指定宿泊施設に関するお知らせ**



施設名  
変更

旧 日南マンゴーホテル  
新 マンゴーホテル日南

協定  
内容の  
確定

マンゴーホテル日南  
(1)宿泊料金  
S:5,500円～ T:10,000円～/2人(1泊0食)  
(2)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

指定取消

大江戸温泉物語  
Premiumホテル風月(大分県)

※R8年3月号で新規施設としてご案内していましたが、施設の受け入れ態勢が整っていないことが判明し、急遽、指定取消としました。ご利用をご検討の皆様には、大変ご迷惑をお掛けしました。

お知らせ

**無料法律相談をしています**

※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。

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

〒880-0801 宮崎市老松1-5-1 2階  
TEL:0985-20-9911  
FAX:0985-20-9909



利用できる人	互助会の会員
相談回数	同じ相談内容につき年度内1回まで
相談日	6/12(金) 7/10(金) 8/7(金)
相談時間	13時30分から17時30分まで
相談件数上限	月8人

# 敬弔

令和8年2月21日から令和8年4月10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
中央南			
茜ヶ久保 嘉智子	87	R7/10/29	生日台東小学校
黒木 智一	92	R8/01/27	清武養護学校
松浦 一之	83	R8/02/03	妻ヶ丘中学校
榎木 九州美	87	R8/02/16	宮崎海洋高等学校
野口 涼	98	R8/02/17	
長濱 マス子	89	R8/03/13	
中央東			
日高 弘子	81	R2/03/04	
大崎 守	92	R8/02/08	西内堅小学校
藤崎 隆子	94	R8/02/14	
福田 嗣男	91	R8/03/29	木脇小学校
中央北			
津江 裕子	87	R7/11/12	
川越 登美子	87	R8/01/07	高鍋東小学校
川越 正實	90	R8/02/26	高岡中学校
大森 栄子	89	R8/02/27	
赤池 サツキ	93	R8/03/11	高鍋農業高等学校
中央西			
池田 武義	94	R7/09/28	富田中学校
寺岡 寅彦	96	R7/10/27	綾小学校
山本 善雄	91	R7/11/22	穆佐小学校
見山 富士夫	94	R8/01/01	宮崎大宮高等学校
宮永 保俊	97	R8/03/16	本庄小学校
県南			
日高 ミチ子	97	R7/10/12	
田中 繁美	92	R8/01/08	
森口 禎美	88	R8/01/10	佐土原中学校
原 邦子	88	R8/03/03	
都北			
南屋 春江	83	R7/10/10	沖水小学校
木幡 隆雄	85	R8/02/01	都城農業高等学校
今福 恵美子	97	R8/02/06	
大館 道子	93	R8/02/20	中郷中学校

氏名	年齢	逝去日	退職時所属
西諸			
松田 ミヤノ	101	R8/02/23	
児湯			
太田原 節子	92	R7/12/31	妻南小学校
正木 美善	97	R8/01/30	唐瀬原中学校
長谷川 永伯	93	R8/02/07	延岡商業高等学校
長友 智美	95	R8/02/16	宮崎養護学校
池田 トシ子	96	R8/03/01	穂北小学校
黒木 浩	91	R8/03/06	高鍋西小学校
日向			
香月 義雄	84	R8/03/06	富島高等学校
廣瀬 貴至	74	R8/03/31	西門川小学校
延岡			
野間 政親	86	R6/10/31	富島高等学校
高妻 次子	98	R7/02/18	
荒木 ツヤ子	95	R8/02/14	南方小学校
県外			
吉高 久子	95	R6/03/02	黒岩中学校
松浦 武利	88	R7/12/21	日知屋小学校
山内 幸子	95	R8/02/08	盲学校
日高 明	83	R8/02/09	宮崎東高等学校
河東 康雄	93	R8/02/21	大塚小学校
落合 昭子	92	R8/03/12	
その他			
井手 カウ	94	R6/05/19	
徳地 康彦	79	R6/07/06	大淀中学校
平尾 規子	91	R6/08/15	土々呂中学校
平野 泰子	92	R6/08/31	高鍋農業高等学校
黒島 和子	94	R7/08/17	明道小学校
平尾 修	95	R7/09/29	延岡・南中学校
崎田 安男	94	R8/02/15	東郷小学校

## 住所や登録口座に変更があったときはご連絡ください

### 連絡方法

- 退職互助部に電話
- ガイドブック2026 最後のページの「変更届」を郵送、またはFAXかメールで送信
- 教職員互助会ホームページの「お問い合わせフォーム」に入力して送信

電話 **0985-29-1243**

FAX **0985-27-4146**

メール [gojyokai@miyazaki-kyogo.or.jp](mailto:gojyokai@miyazaki-kyogo.or.jp)