

# 令和5年度 退職互助部人間ドック申込書

令和5年（2023年） 月 日

一般財団法人 山口県教職員互助会理事長 様

特別会員番号	
住 所	〒
日中の連絡先	( ) -
申込者氏名	

下記のとおり申込みます。

記

※ 申込締切日 **令和5年6月20日（火） 必着** （FAX可 083-933-4589）

※ 受診を希望される方の氏名等をご記入の上、希望する項目を○で囲んでください。  
 なお、健診機関によっては、希望時期に受診できない場合もありますのでご了承ください。

## 1 特別会員 ・ 配偶者会員（新制度）

氏名（ふりがな）	性別	続柄	生年月日	年齢
( )		本人	昭和 年 月 日生	歳
人間ドックの種類	希望健診機関名	胃の検査	希望時期	婦人科
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 日帰りドック</li> <li>・ 泊ドック</li> <li>・ 脳検査付き泊ドック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 周東総合病院</li> <li>・ 徳山中央病院</li> <li>・ 県立総合医療センター</li> <li>・ 山口赤十字病院</li> <li>・ 山口総合健診センター</li> <li>・ 佐々木外科病院</li> <li>・ 阿知須共立病院</li> <li>・ 下関医療センター</li> <li>・ 長門総合病院</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 胃部X線</li> <li>・ 胃カメラ（口・鼻）</li> <li>・ 希望しない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 8月</li> <li>・ 9月</li> <li>・ 10月</li> <li>・ 11月</li> <li>・ 12月</li> <li>・ 1月</li> <li>・ 2月</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 希望する</li> <li>・ 希望しない</li> </ul>

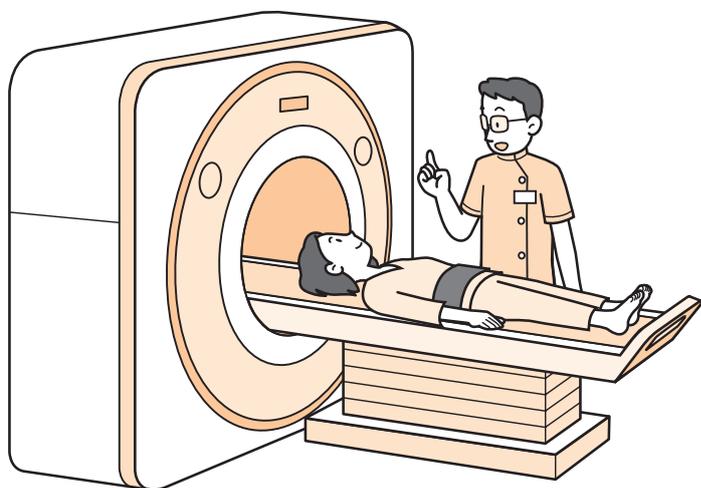
## 2 配偶者 ・ 遺族会員（旧制度）

氏名（ふりがな）	性別	続柄	生年月日	年齢
( )		配偶者	昭和 年 月 日生	歳
人間ドックの種類	希望健診機関名	胃の検査	希望時期	婦人科
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 日帰りドック</li> <li>・ 泊ドック</li> <li>・ 脳検査付き泊ドック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 周東総合病院</li> <li>・ 徳山中央病院</li> <li>・ 県立総合医療センター</li> <li>・ 山口赤十字病院</li> <li>・ 山口総合健診センター</li> <li>・ 佐々木外科病院</li> <li>・ 阿知須共立病院</li> <li>・ 下関医療センター</li> <li>・ 長門総合病院</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 胃部X線</li> <li>・ 胃カメラ（口・鼻）</li> <li>・ 希望しない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 8月</li> <li>・ 9月</li> <li>・ 10月</li> <li>・ 11月</li> <li>・ 12月</li> <li>・ 1月</li> <li>・ 2月</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 希望する</li> <li>・ 希望しない</li> </ul>

## ◆ 健診機関連絡先、オプション料金等

オプション検査(検査料は別途自己負担)の一例ですので参考にしてください。  
 なお、脳検査は日帰りドックでも受診できます。

健診機関	オプション検査(一例)			注意事項
	前立腺	骨密度	脳検査	
周東総合病院 0820-22-3456	2,200円	8,047円	23,320円	・脳検査の対象は、69歳までとなります。
徳山中央病院 0834-28-4411	1,430円	880円	30,800円	・胃カメラは、原則、経鼻のみとなります。 ・脳検査には認知機能検査等が含まれます。
県立総合医療センター 0835-22-4411	1,364円	7,260円	24,750円	・泊ドックは「2日間通院ドック」と読み替えてください。 ・病院指定のホテルに宿泊する「1泊2日ドック」を希望される場合は、別途7,700円が必要となります。 ・各検査は実施できる曜日が異なります。
山口赤十字病院 083-923-0111	基本料金に含む。	4,950円	29,000円	
山口総合健診センター 083-972-4325	基本料金に含む。		22,000円	・胃カメラは経口検査のみとなります。 ・肺機能検査は休止しています。
佐々木外科病院 083-923-8813	2,750円	4,950円	22,000円	・胃カメラは当日キャンセルの場合、キャンセル料1,000円がかかります。 ・肺機能検査は休止しています。
阿知須共立病院 0836-65-2711	2,585円	3,960円	28,600円	
下関医療センター 083-231-7887	2,200円 ※	1,320円 ※	25,300円	※泊ドックの場合、基本料金に含まれます。
長門総合病院 0837-22-2221	2,310円	3,850円	22,000円	・乳がん検診には触診が含まれます。 ・肺機能検査は休止しています。





# 令和5年度 退職互助部人間ドックのご案内

今年度においても、下記により人間ドックの補助事業を行います。  
ご希望の方は、**6月20日（火）必着**までに、P12の申込書により互助会事務局へお申し込みください。（FAX送信可）

## 1 事業内容

### (1) 実施健診機関及び検査料金

次表のとおりです。

なお、婦人科検診は、乳がん検査(マンモグラフィ)と子宮がん検査を基準に設定していますが、健診機関によっては若干異なる場合がありますので、P13の表でご確認ください。

健診機関名	検査料金					
	日帰りドック		泊ドック		脳検査付き泊ドック	
	基本料金	婦人科含	基本料金	婦人科含	基本料金	婦人科含
周東総合病院	43,780円	50,820円	69,630円	76,670円	92,950円	99,990円
徳山中央病院	37,400円	46,970円	68,640円	74,910円	99,440円	105,710円
	※胃カメラは2,200円が別途必要					
県立総合医療センター	44,400円	54,498円	54,021円	64,119円	78,771円	88,869円
	※2日間通院ドック(自宅から通院)の料金					
山口赤十字病院	41,800円	47,980円	(実施なし)			
山口総合健診センター	36,300円	40,700円	68,860円	(同左)	90,860円	(同左)
	※胃カメラは、経口検査のみですが、別途6,600円が必要となります。					
佐々木外科病院	39,600円	50,930円	(実施なし)			
	※胃カメラは3,300円が別途必要					
阿知須共立病院	40,810円	50,490円				
	※胃カメラは1,375円が別途必要					
下関医療センター	39,435円	43,725円	68,200円	(同左)	93,500円	(同左)
	※胃カメラは2,037円が別途必要					
長門総合病院	41,905円	51,255円	75,119円	84,469円	97,119円	106,469円

### (2) 検査項目

日本病院会の定める検査項目(血圧計測、心電図、眼底検査、眼圧検査、視力検査、聴力検査、肺機能検査、胸部X線、胃部X線又は胃カメラ、腹部超音波、血液検査、尿検査、便検査、身体測定、問診、婦人科検査(乳・子宮がん))を標準にしています。

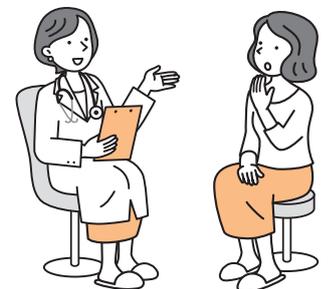
なお、コロナウイルス感染予防対策のため、検査項目等が変更になる場合があります。

## 2 補助金額 ※特別会員、配偶者会員(新制度)のみ

○ 日帰りドック ⇒ 5,000円

○ 泊ドック・脳検査付き泊ドック ⇒ 10,000円

特別会員及び新制度の配偶者会員は、検査料金から補助金額を差し引いた金額を健診機関窓口でお支払いいただくこととなります。



## 3 受診までの手順

- (1) 受診を希望する方は、申込書(P12)を互助会事務局へ提出してください。
- (2) 募集締切後(6月下旬頃)、互助会事務局から受診決定の有無を通知します。
- (3) 受診決定者には、後日、各健診機関から、申込書に記載された連絡先の方へ電話がありますので、日程調整等を行ってください。その際、不要な検査項目や追加したい検査項目(オプション)等がありましたら、その旨をお伝えください。(オプション検査の一例はP13参照)

## 4 その他

- (1) 検診結果は、健診機関から直接受診者に送付されます。
- (2) やむを得ず中止又は受診日等の変更を希望する場合は、直接健診機関と調整を行い、その旨を速やかに互助会事務局へ報告してください。

## 「入院見舞金」について

昨年度からの  
新規事業です！

- 実施日 令和4年10月1日入院分から
- 対象者 【旧制度：R5年3月31日までの退職者】  
特別会員（75歳から85歳に達する日の前日まで）

概要は次のとおりです。**該当の方は請求漏れのないよう手続きをお願いします。**

実施時期	令和4年10月1日入院分から
対象者、対象年齢	【旧制度：R5年3月31日以前の退職者】 特別会員（75歳から85歳に達する日の前日まで） ※加入配偶者、遺族会員は対象外
給付内容	5日以上入院したとき、入院の初日から1日につき1,000円を給付 （年度内14日を限度）
締切日 送金日	締切日：毎月月末（必着）（休日の場合は、その前日） 送金日：翌月末日（休日の場合は、前営業日）
請求期限	入院日から3年
請求方法	○「入院見舞金請求書」(P16：コピー可) に必要事項を記入の上、次の①又は② により請求 ①医療機関の領収書や入院期間が明記された診断書(コピー可)を添付 ②請求書に医療機関の証明を受ける(入院期間が確認できる書類がない場合) ○複数の医療機関・入院期間の請求をする場合は、それぞれで請求書を提出



## ○ご長寿おめでとうございます○



今年度中に白寿・米寿を迎えられる方に長寿記念品料をお贈りいたします。  
白寿3万円、米寿2万円を6月30日付けでご登録口座に送金しますので手続不要です。  
※該当の方には、6月上旬にお祝い状をお送りします。  
ご登録口座を記載していますので変更等ございましたら必ず互助会事務局へご連絡  
をお願いします。

### 令和5年度該当者

- ・白寿／99歳（52名）  
大正13年4月1日～大正14年3月31日生まれ
- ・米寿／88歳（260名）  
昭和10年4月1日～昭和11年3月31日生まれ



# 入院見舞金請求書

令和 年 月 日

一般財団法人 山口県教職員互助会理事長 様

住 所 〒 -

特別会員  
(請求者) 氏 名

電話番号 ( ) -

下記のとおり入院しましたので、一般財団法人 山口県教職員互助会退職互助部規程により、入院見舞金を請求します。

記

決定金額	※	円	医療機関名			
特別会員	会員番号		入院期間	令和 年 月 日 から		
	氏 名			令和 年 月 日 まで		
	生年月日	( 歳)	請求金額	日間 × 1,000円 = 円		
本人口座 (いずれかに <input checked="" type="checkbox"/> )		金融機関名	店 名	口座番号	名義 (カタカナ)	
1. 登録口座 <input type="checkbox"/>		( )	( )			
2. 右の口座 (注4) <input type="checkbox"/>						
証明欄	○ 療養者氏名 _____			○ 生年月日 _____ 年 月 日生		
	○ 入院期間 令和 年 月 日 ~ 令和 年 月 日 ( 日間)					
次のとおり、入院したことを証明する。 令和 年 月 日						
入院期間の確認できる書類 (領収書、入院証明書等) がある場合は、記入不要です。			医療機関及び代表者名 (電話番号) ( ) ④			

【 注意事項 】

- (1) ※印の欄は記入しないこと。
- (2) 健康保険適用の医療機関に引き続き5日以上入院したとき、初日から1日につき1,000円給付。(年度内14日が限度)
- (3) 医療機関の領収書や入院期間が明記された診断書等の写しを添付すること。入院期間が確認できる書類がない場合に限り、証明欄に記入を受けること。また、複数の医療機関・入院期間の請求をする場合は、それぞれで請求書を提出すること。
- (4) 請求者は特別会員本人とするが、会員死亡等により遺族・後見人が請求する場合は、送金先口座情報を記入すること。
- (5) 請求対象者は、令和5年3月31日以前に退職し、旧規程により特別会員になった者。

< 互助会使用欄 >

年度	金額	日数
計		

## 『妻との会話』

下松市 平川 和俊

妻は病気の後遺症があり、四年前から体が重くて思うように手足が動かず、立つことが不自由で、手すりに頼る生活が続いています。

また、一日のほとんどをベッドで過ごしていますので、私が生活（衣食住）のすべてに関わりますが、分からないことばかりなので、常に妻との会話を通して教えてもらいながら対応しています。

この妻との会話の中には、時として素敵な言葉がありますので、今回の執筆の機会に数点まとめてみました。

### ● お父さん。ありがとうございます。

妻はいつも自分が食事をベッドへ運ぶと「お父さん。ありがとうございます」と言う。言われる自分は、嬉しいし、次も作ろうという気持ちになる。感謝の言葉は、明日に、次に繋がる生きる力を与えてくれます。

### ● 家に閉じこもらないで、外に出て多くの人と話をして下さいね。

妻の言葉で、退職互助部の地区委員と教育会支部の役員をやり、多くの人と話す機会に恵まれました。先輩に妻のことを話すと、先輩は「自分の家内はやっと最近台所に少しの時間だけど立つことができるようになったよ」とか、「妻には迷惑ばかりかけてきた。退職後は、夕食づくりは自分が作るようにして、続けているよ」と。どれも心を動かされる話でした。先輩の話の繰り返し思い出しています。

### ● 後遺症のことを仲間に話したら、家に来て話してくれるようになったよ。

妻は、一年前に初めて仲間に自分の実情を話しました。この三年間は誰にも知らせず日々を過ごしていましたが、自分の状況を伝えると、仲間で家に立ち寄って僅かの間でも話をしてくれるようになりました。妻はとても明るくなりました。

妻との会話は本当に貴重で、嬉しいものです。心が安らぎます。これからも一日一日の会話を大切に明日に繋げていきます。

## 『明日死ぬかのように生きよ。

永遠に生きるかのように〇〇』

山口市 溝部 幸絵

還暦を迎えた際、先輩に「100の夢」を書くノートをいただいた。その後定年退職し、「この1年しっかり計画を練り、来年から本格始動。」と、100は無理でもそれなりに夢を膨らませていた。しかし、その年の後半から新型コロナウイルス感染症拡大。逸る気持ちは失速した。そして、「明日死ぬかのように生きよ。永遠に生きるかのように学べ。」を胸に（少々大げさだが）、次に記すような「小さな楽しみ」を見つけて過ごす日々が始まった。

**大相撲** — コロナ禍直前に見に行った大相撲九州場所。テレビでは味わえない生の音と熱気や通路ですれ違う力士の大きさにビックリ。にわか相撲ファンとして毎場所楽しんでいる。

**コンサートや観劇** — コロナ禍で中止になることも多かったが、今年は13回の公演に行った。中でもコブクロライブツアーは、1万5千人の観客に交じり久しぶりに発散できた。今年の締め括りは高橋真梨子、令和5年のスタートはMISIAのライブ。今からわくわくしている。

**WRC** — 12年ぶりに日本で開催された世界ラリー選手権を会場で観戦した。テレビでしか知らなかった世界と体幹に響く轟音を満喫し、車への興味がますます湧いてきた。

**スポーツジム、マットピラティス教室、ウオーキングサークル** — 「頑張るしかない!!」

**大学や行政等の公開講座** — 令和4年度は短期、通年合わせて7種類の講座を受講。

**オカリナ教室** — 「脳と指と呼吸を使う活動」として始め、今、はまっている。

**県内200kmドライブ** — 「ただドライブすることだけ」が目的で月2～4回程度出かける。

**ミニ胡蝶蘭の植え込み材なし栽培** — 根の生長を見ることが好きな私にとって、根が直接見えるこの栽培方法が最適であり、インターネットを見ながら試行錯誤を重ねている。

コロナ後が見え始め、来年こそは、4年遅れではあるが「100の夢」を叶えるセカンドライフをスタートさせることができるはず。そんな私への応援メッセージはやはり「明日死ぬかのように生きよ。永遠に生きるかのように遊ぶ。」だ。

## 『弁当配達員 ワクワク日記』

下関市 森 誠二

3年前、ハローワークの紹介状を持って面接に仕出し屋を訪れた日のことを思い出します。当時の代表取締役の方が、私の履歴書を見ながらこうおっしゃいました。

「あなた、教頭先生を務められた人が…。ここはおばちゃんばかりですよ。」

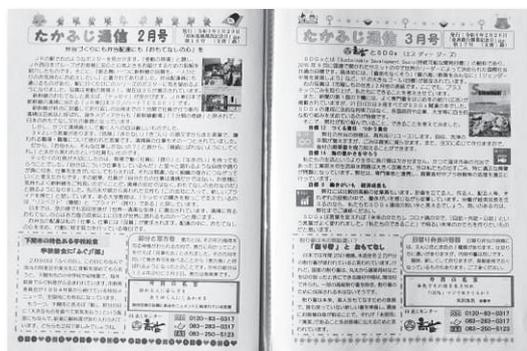
弁当配達員の募集に応じた者としては、やや異色の経歴だったのかもしれませんが、ただ、当時の私は、とにかく働くことで誰かのお役に立ちたい、社会貢献をしたいという思いが強かったように覚えています。2か月半ほど無職だったわけですから。

弁当配達は予想していたよりハードでした。けれど、“お役立ち感”満載のやりがいのある仕事でした。弁当を無事にお届けすることでお客様の労いや感謝の気持ちが伝わってくるのですから。

朝、調理場はまさに戦場です。配膳台に整然と並べられた弁当箱に、調理されたばかりの主菜や副菜が手際よく盛り付けられていきます。その間、私は受付から次々に届く注文を配送コース別に仕分けします。配達に出発すると、今度は時間との闘い。配達先や数は毎日変化します。コースを考え、時間内に配達を終えるとホッとします。

3か月が過ぎたころ、弁当だけでなくお客様と弊社をつなぐ何かがあると良いのではと考え、「(社名)通信」の発行を提案しました。取締役にも許可を得て、とりあえず第1号を発行しました。最初は、気張らずに2か月に1回発行できればと思いましたが、ありがたいことに思わぬ反響があり、振り返ると退職月まで毎月発行の33号まで伸びました。

私の仕事上のモットーは3S「安全 (Safely) 確実 (Surely) 迅速 (Speedy)」でした。公務員の経験しかなかった私には毎日が新鮮で、人生の上で貴重な体験をすることができたことを非常にうれしく思います。「今日は仕事に行きたくないなあ」と思った日が1日たりともなかったことが私の誇りです。通信はクリアファイルに収め、ときどき読み返しています。



令和4年度

地区集会の様子をご紹介します

～ 防府地区編 ～

委員 上田 保明

～開催しました地区集会 コロナに負けない！ チェロとピアノのコンサート～

その日は前日までの雨の予報を覆し薄日のさす朝となりました。晩秋の北風に、街路樹の落ち葉が軽やかな音を奏で、嬉しい予感さえ感じさせる11月20日（日）、次長徳本様、主任伊藤様をお招きし、3年ぶりに防府地区集会を10時に開催することとなりました。

行動規制が緩和され、スポーツ観戦、コンサート等が供される社会となりましたが、実施計画を立案するころはまだまだ厳しく、実施するか否か役員一同、苦渋の判断を迫られました。3年間の会員の鬱積を晴らす方策はないものか、地区集会を楽しみにしていられる「会員の期待に応えたい」、だが「コロナは怖い」。「コロナに負けない意気込みを示したい」と思い、「会員の不安も払拭する」会の持ち方について何回も会合を開き協議しました。

その結果、会話することの少ない音楽鑑賞会を開催することとしました。会員相互の交流を図りながら、会員が一番の楽しみとしている会食は断腸の思いで行わず、ちょっと豪華な昼食のお弁当をお持ち帰りいただくこととしました。



企画したのは、防府市出身、東京藝術大学卒業のチェリスト、2020年まで東京都交響楽団首席を務め帰郷され、防府市音楽のまち創造プロデューサーでもある田中雅弘さんと同防府市出身のピアニスト喜多村裕美さんとの“チェロとピアノのコンサート”。



「夢のヨーロッパ 音楽の旅」と題し、田中さんの語りとお二人の演奏。外はまさに錦織なす紅葉の真っ盛り、ヨーロッパの紅葉を想像しながらの演奏会でした。ヨーロッパは多国間で言語の違いが音楽の違いを生み出し厚みのある音を生み出したことをチェロとピアノでお示しいただきました。田中さんのチェロの物哀しくも低音での力強さ、喜多川さんの優しいピアノの音色に堪能し、コロナに負けないメッセージをいただいた1時間でした。

過去にない150名近い参加者を得ながらコロナの発症報告もなく、後日、多くの会員の皆様から好評の声を耳にし、開催してよかったと役員一同、喜びに満ちた3年ぶりの地区集会でした。来年は会員の皆様に喜んでいただけるようフルバージョンでの開催をと、今から夢膨らませています。