



ふれあい

<https://www.kouseikai.or.jp>

2026

1

No.450

- P2 学び舎の風景 相生市立那波小学校
- P4 理事長あいさつ
- P5 特集 よく眠るって気持ちいい!カラダが整う眠り方
- P6~15 今月のお知らせ
 - P6 広報誌等閲覧アプリ「カタログポケット」の配信終了
 - P6 「厚生会預金残高のお知らせ」の配付
 - P8 2025 年度 給付一斉送金に係る届出情報確認のお願い
 - P9 入賞・入選作品が決定しました
第 18 回大切な家族へ想いを届けるメッセージ大募集
 - P10 2026 年度春期 兵庫県健康財団「人間ドック」の募集案内
 - P14 公務員（教職員）訴訟対応保険 他

- P16 知った!厚生会 教育委員会や国立大附属学校などへの異動（転出）、子育て・介護により離職するときは…
- P17 ふるさと見聞録
小正月に追われる狐たち
- P18 あの人この人 高階 康之さん（養父市在住）
あいぎやっち 才神 匠さん（神戸市立青陽須磨支援学校）
- P19 長寿のお祝い
裏表紙 楽しく学ぶプログラミング 抽選で図書カードが当たる!
今月の厚生会クイズ

「ふれあい」の発行回数が年6回に

2026年度から、年度初め号(4月)、春号(5月)、夏号(7月)、秋号(9月)、冬号(11月)、新年号(1月)となります。ご理解くださいますようお願いいたします。 広報係 ☎078-331-9962



加古川市立義務教育学校両荘みらい学園

1st.4年・2nd.3年・3rd.2年の9学年が一緒に過ごすため、校内各所からアクセスしやすい場所に学校図書館や小中合同職員室を配置。異学年交流を推進するため中庭を交流スペースとして設け、2024年開校した。





相生湾で元気に環境体験学習 保全活動で地域の魅力を発見

JR 相生駅の南西に位置する相生市立那波小学校は、2023 年に創立 150 周年を迎えた。相生湾奥部にある那波地区は古くから栄えた港で、祭りも盛んだ。同小学校では PTA 活動も活発で、全校や学年ごとに「親子ふれあい活動」が開催されている。

相生湾で環境体験学習をする 3 年生

相生湾近隣の市民は、2004 年、県の助成を受け「相生湾自然再生学習会議」を発足し、美しい相生湾を取り戻すための保全活動を続けている。かつてはヘドロまみれだった那波港も、徐々に環境が改善。市民団体、行政や個人など、さまざまな関係者が連携して環境保全活動を展開していることが評価され、2023 年度から相生湾は、環境省の「自然共生サイト」（民間の取組等によって生物多様性の保全が図られている区域）に「海岸生物の王国“相生湾”」として認定されている。

那波小学校の全校生と保護者は、以前から海での環境保全活動に取り組んでいたが、コロナ禍を経て、他のカリキュラムとの兼ね合いもあり、現在は 3 年生が県の環境体験事業として取り組んでいる。

無人島を探検しながらゴミ拾い

2025 年 9 月末、那波小学校の 3 年生 33 人は、相生小学校の 3 年生 4 人とともに、蔓（かずら）島、通称おわん島で環境体験学習を行った。相生湾の入り口にあるおわん島は瀬戸内海国立公園内の無人島で、普段は立ち入ることができない場所だ。毎年、環境省や相生市環境課の職員と、相生湾自然再生学習会議のメンバーが同行して開催する恒例行事となっている。

3 年生は朝、相生ペーロン海館前からチャーター船に乗船。15 分の船旅で相生湾を南下していくうちに、だんだんと海の色が変化し、児童は「海の中がよく見える」と、その変化に驚いていた。



上陸したおわん島で環境学習

おわん島に到着すると、まずは島の頂上にある灯台を見学し、環境省の担当官から瀬戸内海国立公園や灯台について話を聞いた。

その後海岸に下り、漂着ゴミを拾いながら、何年たっても分解されないガラスやマイクロプラスチックについても知った。また、児童は波に洗われてツルツルになったシーグラスや貝殻を用いてドアプレートを工作し、「今日勉強したこと」をテーマに学んだことや感じたこと、印象に残ったことを形にし、各自が工作した作品について発表をした。



「船に乗ったときに後ろから噴き出してくる白い泡が、かき氷のようできれいだった」と、船が発する白波を表現した児童や、「今日はおわん島の灯台の灯りがついているところは見られなかったけど、こんな風に光るんだろうな」と灯台が放つ光を想像した児童もいた。他にも「きれいな海になってほしい」「生き物を大切にしたいと思った」などと、それぞれにイメージをふくらませており、想像力

豊かな作品が完成した。

両校の児童は、一緒にゴミ拾いやお弁当、工作を楽しむ、交流する 1 日ともなった。



両校の児童と一緒に浜辺のゴミ拾い

天然記念物の植物「シバナ」を増やそう

相生市の天然記念物で、兵庫県絶滅危惧種 A ランクの植物に指定されている塩場菜（シバナ）は塩沼地に生える塩生植物で、開発等のため全国的に減少しており、現在県内でも自生しているのは相生市だけだ。

相生湾自然再生学習会議は 2005 年から、那波小学校 3 年生の環境体験学習として相生湾内の鉄砲山海岸でシバナの種子蒔きや移植などの保護・保全活動を実施しており、現在は生育数が回復傾向にある。



学校で育てた苗を移植

3年生は12月にシバナの種を蒔き、教室の日当たりのいい場所で水やりをしながら育てる。水加減は難しいが、水やり係の児童が日々世話をする。新年度になると、芝生ぐらいに伸びた苗を新3年生が引き継いで育て、7月に大きくなった苗を海岸に移植する。

今年度も7月8日、引き潮に合わせた午後の時間帯に、3年生がシバナの苗の移植を行った。児童は講師から指導を受けながら移植ごてで砂浜を掘り、丁寧に苗を植え、上から砂をかけて固めていった。

その後、水辺の植物や生き物についても教わった。浜に来るのは初めての児童もあり、波打ち際に打ち上げられたクラゲや、カニが走るのを見て大興奮。カニを捕まえて「持って帰りたい」と言う児童も。地元の浜で新たな発見をしながら、終始元気に活動を楽しんでいた。

教員は、生き物に夢中になる児童を見守りながら、生き物を通じて那波港の環境に「気づく」声かけを心がけている。

1年間の学習成果をポスターに表現

10月には、3年生が相生湾自然再生学習会議の講師から有用微生物によって海水の悪臭除去や水質を浄化する方法を学んだ。そして翌週、微生物や炭などを入れた泥団子を作った。

さらに翌週には、海草「アマモ」の種を入れたアマモボール作りに取り組んだ。海中で稚魚が住みやすくなるよう、アマモの種入りの泥団子を投げて海底に落とし、根を張らせる作戦だ。数日後、先の泥団子とア

マモボールを、3年生全員で那波港に投げ込んだ。

学年末の3月には、1年間の環境学習の成果をポスターで表現する。「生き物のことを考えて」とメッセージ



これまでの3年生も「海を大切にしよう」「ポイ捨てをしない」「生き物を大切に」などと描いており、シバナ自生海岸近くの遊歩道に掲示されている数々のポスターは、市民に小学生からのメッセージを届けている。

今後も地域を知り、つながる活動を

3年生担任の宇野憲真さんは、「子どもたちはこの活動で、シバナは天然記念物で瀬戸内海では広島（宮島）とここにしかない貴重なものだ、などと地元のことを知っていく。おわん島探検後の社会科のゴミリサイクルの学習では『生き物』『自然』『環境』という言葉を使うようになっていた」と児童の変化を感じており、「相生湾の自然を守りたいという地域の方々の思いを、子どもたちを通じて受け継いでいきたい」と考えている。

同校は10年ほど前までは全校生100人前後だったが、宅地開発などにより近年は児童数が増加し、今年度は全校で146人となった。

校長の米澤公子さんは「環境体験学習は、講師の方々にしっかり体験させてもらえる貴重な活動。1クラス30人を超えたが、校外活動も形を変えずに継続できるよう工夫したい。そして子どもたちが中心になって地域とつながる活動を、さらに増やしていけたら」と、朗らかに展望を語る。

もっと見たい!



カタログポケットアプリで読むと
他の写真も見られます!

利用方法は
裏表紙



相生市立那波小学校



所在地 相生市那波本町17-30

児童数 146人・8クラス（2025年10月現在）

教育目標 「夢や希望を持ち自ら学び ころ豊かで自立した児童の育成」

学び舎ポイント

本校は明治6年に開校し、令和5年に150周年を迎えました。宮山の麓に位置し、南には那波港があり、自然豊かな地域です。隣接する八幡神社の鳥居をくぐり、子ども達は毎朝登校しています。恵まれた環境の中で、地域と共に子ども達を育てています。

学び舎プロフィール

～「夢と安らぎを紡ぐ」～ 厚生会の新たな一歩



理事長
森戸 卓也

謹んで新年のお慶びを申し上げます。
年頭にあたり、皆さまのご健康と
ご多幸を心からお祈り申し上げます。

会員の皆さま、ご家族の皆さまにおかれましては、健やかに新春を迎えられましたこと、心よりお慶び申し上げます。

近年、教育現場を取り巻く環境や社会情勢は大きく変化し、教職員のなり手不足や少子高齢化の加速、情報社会の急速な高度化、物価高騰など、さまざまな課題が顕在化しています。厚生会は、こうした時代の変化に真摯に向き合い、「夢と安らぎを紡ぐ」という中期経営計画のビジョンのもと、会員の皆さまの生活と心の支えとなるべく、事業の充実と改善に努めてまいりました。

2025年度は「基盤強化」をキーワードに、会員間、ご家族や所属所とのつながりを大切に、対面とデジタルの融合による新たな事業活動基盤の構築、そして人材育成や働きやすい職場環境づくりにも力を注いでまいりました。また、延期となっています新システムにつきましては、会員の皆さまに安心かつ安全にご利用いただけるよう、準備を進めています。

2026年度は、中期経営計画の最終年度である2027年度を見据え、これまでの取組みを一層加速させる重要な一年です。「つながり」「支え合い」「提案力」のさらなる強化を図り、会員

の皆さまの「Well-being」の実現に向けて、多様な事業を一層充実させてまいります。また、デジタル技術の活用や地域・関係機関との連携を通じて、より身近で頼れる厚生会をめざし、役職員一同、誠心誠意取り組んでまいります。

「厚生会があって良かった」と感じていただけるよう、皆さまの声に耳を傾け、共に歩む姿勢を大切にしながら、持続可能な事業運営と新たな価値の創造に挑戦してまいります。

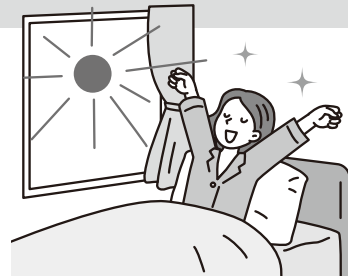
本年が、会員の皆さま、ご家族の皆さまにとって希望に満ちた、実り多き一年となりますよう、心よりご祈念申し上げ、新年の挨拶といたします。

迎春

理事長	森戸	卓也
専務理事	高橋	直之
専務理事	内匠	靖彦
常務理事	下田	望
常務理事	西山	修
常務理事	松尾	朋広
常務理事	宮脇	昌彦

兵庫県学校厚生会役職員一同

よく眠るって気持ちいい! カラダが整う眠り方



なかなか寝付けない、目覚めても疲れが取れない—そんな悩みはありませんか。生活習慣を見直すことで、眠りの質が改善することがあります。忙しさでつい睡眠時間を削りがちな方も、あらためて眠りの大切さを知り、毎日の睡眠で明日の元気と健康を育んでいきましょう。

睡眠の質に影響する生活習慣



朝は毎日同じ時刻に起きて、しっかり朝日を浴びましょう。

体内時計は通常24時間より少し長いので、朝の光を浴びることでリセットされ、生活リズムが整います。休日でもできるだけ同じ時間に起きることで、体内時計の乱れを防げます。朝の「光」は夜の快適な眠気を導くスイッチです。



夜は脳を休める時間として過ごしましょう。

寝る前はスマホやパソコンから離れ、軽いストレッチや読書、アロマなどリラックスできる行動を取り入れることで、脳の「スイッチオフ習慣」をつくり、自然に入眠モードへ切り替わります。寝室は静かで、適切な温度と暗さに保ちましょう。安心できる環境で深呼吸をしながら眠りにつくことが、質の良い睡眠を促進するとされています。

眠りに関する思い込み・悩みの解決ポイント

「寝だめ」はできません。

できるだけ普段と同じ時刻に起床することが重要です。生活リズムを崩さないことで、より早く睡眠不足を解消でき、体への負担も軽くなります。

十分に寝ているのにスッキリしない、昼間に強い眠気がある—

その原因はいびきかもしれません。症状が続く場合は、早めに専門医へ相談することをおすすめします。



睡眠時間を削っても仕事の効率は下がる

日々忙しい生活の中で「睡眠よりも仕事や作業を優先したい」と考える方も多くみられます。しかし、自分ではできているつもりでも、睡眠が十分に取れていないと、集中力や判断力は確実に低下します。体や脳はしっかりと休息を必要としています。夜更かしや睡眠不足が続くと、パフォーマンスが落ちるだけでなく、ミスも増えやすくなります。日中の活動の質を維持するためには、夜間にまとまった質の良い睡眠を確保することが、とても重要なポイントです。

「不調のサインを見逃さない」

寝つきが悪い、眠ってもすぐ目が覚める、まだ眠いの朝早く目が覚めて再び眠れないなどの症状が続く、日中に耐えがたい眠気がある場合は、早めに専門医へ相談することをおすすめします。

快眠のための寝具選びに必要な条件

ポイント! 掛けふとん

掛けふとん選びのポイントとしては、「保温性」に加え、「吸湿性」「柔らかさ」「軽さ」も重要です。どの素材や厚みが自分に合っているかを考えて選ぶことが重要です。

ポイント! 敷きふとん(マットレス)

理想的な敷きふとん(マットレス)は、適度な硬さで体圧をバランスよく分散するものです。そうした寝具は体への負担を軽減します。

ポイント! まくら

睡眠中のまくらのちょうど良い高さは、使用する人の体型、寝ぐせ、敷きふとんの弾力などで異なります。また、寝返りに対応できるようにまくらの幅も考慮しなければなりません。



よく眠ることは、心と体を整えるいちばん身近な習慣です。

自分に合った寝具と眠り方を見直して、毎日の睡眠で明日の元気と健康を育んでいきましょう。

出典:ピヨ丸ぐっすり.comぐっすりライブラリー <https://xn-z8js3azm.com/labo>

※本記事は「美容と睡眠コラム」美容コンサルタント美羽の内容をもとに再構成しています。

記事作成に協力いただきました!

提携店

東洋羽毛関西販売(株) 神戸営業所
一般社団法人 日本快眠生活研究所
濱田 隆晴さん
一般社団法人 日本睡眠教育機構認定
上級睡眠健康指導士 ほか



日本快眠生活研究所とは…

東洋羽毛工業(株)が、「睡眠研究」と「快適な睡眠をサポートするアイテムの企画・開発」を備えた研究所として設立。「睡眠セミナー」を通して、睡眠知識の普及活動をしています。



広報誌等閲覧アプリ「カタログポケット」の配信終了

広報誌等閲覧アプリ「カタログポケット」での厚生会だより「ふれあい」「今月のお知らせ(通知)Web」等の配信を3月31日(火)をもって終了します。なお、広報誌等は【HP】で公開しています。

広報係 ☎078-331-9962

会計監査における「預金および貸付金残高確認」のお願い【現】

当会は毎年、会計監査人である「なごさ有限責任監査法人」より、会員からお預かりした預金の残高や返済に伴う貸付金残高の管理状況について監査を受けています。

対象となった方には残高確認書を所属所宛に送付します。趣旨をご理解のうえ、ご協力をお願いします。

※詳細は【通】1月。

法人統括課 ☎078-331-9969

「厚生会預金残高のお知らせ」の配付

「厚生会預金残高のお知らせ」(1月31日現在)を2月下旬にお届けします。「厚生会預金残高のお知らせ」専用ファイル(白色)につづり、保管してください。

届け先=【現】所属所

※休職中(無給休職等)の方は登録住所へ送付します。

【退】登録住所

※専用ファイルが手元にない場合は、【支】へ連絡してください。

【支】・預金係 ☎078-331-9974

2025年度退職予定者対象退職会員への加入案内【現】(再)

2025年度に退職する会員を対象に退職会員制度の加入および各事業の手続きを案内していますので、必要な手続きをしてください。

※詳細は【通】(12月)。

会員係 ☎078-335-5563

退職に伴う預金・貸付の手続き【現】

2025年度に退職予定で、預金または貸付を利用している方は、手続きが必要です。手続き書類を預金は**2月20日(金)**、貸付は**2月10日(火)**までに提出してください。※詳細は【通】1月。

【支】・預金係・貸付係 ☎078-331-9974

退職に伴うハイブリッド積立の手続き【現】

2025年度に退職予定で、ハイブリッド積立に加入している方は、手続きが必要です。**2月6日(金)**までに必ず【支】または団体保険係に連絡してください。

厚生会団体保険の継続

厚生会団体保険は、3月1日(日)に満期を迎えます。同内容で継続する場合は手続き不要です。

保険種類=厚生会グループ保険・重病克服支援制度・団体総合生活補償保険「傷害型」、「医療型」・すまいる給与補償保険・団体介護保険

継続日=3月1日(日)

保険料=

【現】2025年9月に所属所配付済の「厚生会団体保険HAPPY LIFE 総合案内」を確認してください。

【退】・厚生会グループ保険については、2025年9月に自宅送付の「厚生会グループ保険更新のご案内」を確認してください。

・団体総合生活補償保険「傷害型」、「医療型」・団体介護保険については1月中旬に自宅送付の「団体保険契約 継続のご案内」を確認してください。

※厚生会グループ保険・重病克服支援制度の保険料については、3月1日現在の加入者総数を基に再計算し、3月初旬にお届けする被保険者証で新保険料を通知します。

「重病克服支援制度」(生命保険)の案内【現】

制度推進員(提携生命保険会社社員)が各所属所を訪問し、「重病克服支援制度」を案内します。

提携保険会社=

明治安田生命保険相互会社

所属所訪問時期=

1月中旬から4月上旬

保険加入日=7月1日(水)

【支】・団体保険係 ☎078-331-9317

団体総合生活補償保険「医療型」の「退職者等移行制度」【退】

団体総合生活補償保険「医療型」に継続して2年以上加入している退職会員は、健康告知なしで三井住友海上あいおい生命の医療保険「医療保険Aセレクト」(加齢による保険料の上昇がない終身保障)に移行が可能です(条件あり)。※詳細はP13。

ライフプラン推進グループ ☎078-331-9967

第二連絡先(緊急連絡先)の登録と変更連絡のお願い【退】

災害等に備えるため、第二連絡先(緊急連絡先)の登録をお願いしています。未登録または変更が生じた場合は、速やかに届け出てください。

届出方法=「第二連絡先等会員情報記入用紙」(【ふ】10月)に必要な事項を記入、または右の二次元コードから届け出てください。



届出先=【支】または福祉係

福祉係 ☎078-331-9051

入学祝品の贈呈【現】(再)

2025年度の入学祝品の申込みを次のとおり受け付けています。

対象=2025年度に在会し、2026年4月に小学校へ入学する子がいる現職会員。

※詳細は【通】1月。

長期研修休業制度に伴う助成【現】(再)

2025年度に長期研修休業を取得している会員で申請がまだの方は、期限までに申請してください。

※詳細は【通】1月。

給付係 ☎078-331-9311



預金利率



貸付金利



貸付の締切日・送金日



ガソリン価格

厚生会公式サイト「スマイルポート」
共通パスワード kouseikai

1月

提携店の契約解除

【店ガ】2ページに掲載の以下の提携店との契約を解除しました。

2025年11月30日付

同・代行店 (株)アンズ・コーポレーション

生活用品課 ☎078-331-9305

指定施設の契約解除

【施設ガ】12ページに掲載の以下の施設との契約を解除します。

2月28日付

浜坂温泉保養荘

福祉係 ☎078-331-9968

お知らせ

広報誌の発行

厚生会だより「ふれあい」と「今月のお知らせ(通知)Web」の2月の発行はありません。

〈問合せ〉広報係 ☎078-331-9962

会員のひとこと



投稿はこちら

「ふれあい」を熟読するとたくさんの方の支援、学びの機会があることがよくわかります。最近では夕食後、同職の家族との話題として使うことが多いです。(50代)

募集

「定期預金5年」特別利率(再)

期間限定で定期預金5年に特別利率を適用します。

定期預金5年

通常利率

0.60%

特別利率

0.70%

(税引後利率0.557%)

期間:2025年12月1日(月)～3月31日(火)

期間中の

- 新規振込み
- 厚生会預金の他の種別からの預け替えが対象です



預入方法詳細

※税引後の利率は、税率20.315%(国税15.315%、地方税5%)で計算しています。

※定期預金を満期日前に解約(中途解約)する場合は、「中途解約利率」または「下限利率(0.50%)」が適用されます。

※満期後に自動継続となった場合は、満期時の通常利率が適用されます。

〈問合せ〉預金係 ☎078-331-9974

増額・振込キャンペーン(再)

抽選

冬のお得情報～プレゼント企画～

期間中に積立預金の増額または厚生会預金へ新規振込みで「ほっとひと息スイーツギフトセット」をプレゼント。

期間:2025年12月1日(月)～1月30日(金)

増額キャンペーン

期間中に 積立預金・すまいる積立預金(貯蓄年金型除く)を

- 3,000円以上増額

- 新規申込み

いずれかの申込みで、
抽選で50名に!

振込キャンペーン

期間中に 積立預金・定期預金(1年・2年・3年・5年)
いずれかに

- 10万円以上の振込み

抽選で
150名に!

申込方法等

会員価格でチケット購入!チケットインフォメーション

サド侯爵夫人



三島由紀夫生誕から100年。2026年2月、あらたなミシマの「世紀」が始まる。幕上げとともに「サド侯爵夫人」、オール男性キャストで上演。

【日時】

- ①2月5日(木)15時30分、
2月6日(金)13時、
2月7日(土)18時
- ②2月7日(土)・8日(日)13時

【会場】

森ノ宮ピロティホール(JR「森ノ宮駅」より約400m)

【作】三島由紀夫 【演出】宮本亜門

【出演】成宮寛貴、東出昌大、三浦涼介、大鶴佐助、首藤康之、加藤雅也

【あっせん価格】①9,300円②10,500円(定価11,000円)

※全席指定。 ※未就学児入場不可。

【購入方法】1月1日(木)から1月18日(日)23時59分の間、タイトル右の二次元コードから購入。



小野リサ My Songs ～私の好きな歌



【日時】

3月8日(日)15時

【会場】

NHK大阪ホール

(Osakametro谷町線「谷町四丁目駅」より約300m)

【あっせん価格】

S席7,200円(定価7,500円)

※全席指定。 ※未就学児入場不可。

【購入方法】1月1日(木)から1月25日(日)23時59分の間、タイトル右の二次元コードから購入。



〈問合せ〉福祉係 ☎078-331-9968



第2回 各事業運営委員会報告



2025年11月21日(金)、ラッセホールにて第2回各事業運営委員会(福祉厚生事業・信用共済事業・生活事業)を開催し、商品および事業説明を行いご意見やご質問をいただきました。

今後、ご意見を参考に次年度の事業の計画を策定してまいります。いただいたご意見等の詳細は、【HP】をご覧ください。

〈問合せ〉総務課 ☎078-331-9370

2025年度 給付一斉送金に係る届出情報確認のお願い

当会から登録口座に送金する給付一斉送金日は2月25日(水)です。厚生会の届出情報(会員名・住所・登録口座)の登録・変更がまだの方は、2月6日(金)までに届け出てください。

【現職会員】 「会員異動等報告書」(様式第4号の6)を提出してください。

【退職会員】 会員名・住所・電話番号=電話または右の二次元コードから届け出てください。
登録口座=「預金口座振替依頼書 自動払込利用申込書」を会員係または
右の二次元コードから取り寄せて、当会に提出してください。



〈問合せ〉会員係 ☎078-335-5563

「わかば奨学金」基金への寄付のお願い



「わかば奨学金」は、1995年1月に発生し、甚大な被害をもたらした兵庫県南部地震(阪神・淡路大震災)で保護者を亡くした子どもたちの生活を安定させ、学業を続けられる環境を保障し、苦難に負けない立派な人間に成長することを願い、学校現場に勤める教職員がいち早く立ち上がり、震災後間もない同年4月から、返済の必要がない奨学金制度としてスタートしました。

発足以来、多くの皆さんに寄付をいただき、保護者を亡くした児童・生徒に給付を行ってまいりました。現在は、給付対象を「兵庫県内の自然災害に起因し保護者を亡くした児童・生徒」に変更し、給付を行っています。

この「わかば奨学金」の趣旨をご理解いただき、不測の事態に迅速に給付できるよう、ご支援、ご協力をお願いします。



〈問合せ〉「わかば奨学金」基金事務局 ☎078-331-9051 FAX 078-322-3582



お困りごと

移動法律相談

実施日の1週間前までに該当の支部(実施場所)へ申し込んでください。

●1月22日(木)14時から17時 淡路支部事務所 ☎0120-079-986

●2月26日(木)14時から17時 丹波支部事務所 ☎0120-079-586

※相談は無料です。ただし、法律と税務相談は「面談1回30分が2回」、「電話1回15分が5回」が年度内の上限です。※移動法律相談は面談相談に含む。

〈問合せ〉相談係 ☎0120-50-9955 / ☎0120-59-5533



小さなお葬式からのお得なお知らせ

資料請求いただいた方に無料でプレゼント!

喪主が必ず読む本

葬儀の事前準備から危篤時のことなど、もしもの時に役立つ情報が満載のハンドブックです。

- 危篤連絡時にすべきこと
- 葬儀の段取り
- 健康保険、年金の手続き など...



会員のご家族も第三親等まで利用可能。費用をかけなくても、心のこもったお葬式ができます。

低価格でも安心の 明瞭プラン

葬儀場数※1 4,000以上 日本全国対応※2

葬儀実績累計59万件突破!※3

式をせす少数で
小さな火葬式

通常価格 231,000円(税込)

特別価格
(火葬料金別) 176,000円(税込)

告別式のみを一日で
小さな一日葬

通常価格 440,000円(税込)

特別価格
(火葬料金別) 374,000円(税込)

通夜・告別式を少数で
小さな家族葬

通常価格 550,000円(税込)

特別価格
(火葬料金別) 473,000円(税込)

※1 2025年4月 自社調べ ※2 一部の離島を除きます ※3 対象期間:2009年10月~2025年3月 2025年4月 自社調べ
※葬儀プランの価格は2025年7月時点の価格であり、それ以降にプラン価格が改定される可能性があります。

小さなお葬式

小さなお葬式で 検索

株式会社ユニクエスト
https://www.ososhiki.jp/

お電話時に兵庫県学校厚生会の会員・その家族という旨をお伝えください。

無料資料請求・お問合せ・ご依頼はこちらまで

☎0120-968-297

通話料
無料

24時間
365日



第18回
大切な家族へ
想いを届ける

応募点数
2,401点

入賞・入選作品が決定しました メッセージ大募集

「感謝の気持ち」・「敬う心」・「伝えたい想いや願い」などをあらためて考え、伝えることの大切さや家族の絆を再確認できる、たくさんのメッセージが届けられました。たくさんのご応募ありがとうございました。

兵庫県知事賞ご紹介

【未就学児～小学3年生の部】真田 望結さん

「あっくんまってたよ」
たなばたの日に、わたしが
ねがいをこめてかきました。
「おとうとが、できますように」
おともだちは、きょうだいがいて、
ずっとさみしかったけど、
いえなかったから、こっそりねがったよ。
そしてしばらくして、おとうとが、
うまれました。ちょっぴりさみしいときも
あるけど、とても、しあわせだよ。

お父さんへ
祇園祭の日お母さんは逝ってしまった。突然始
まった2人だけの生活。中学生の私は、お父さん
と歩いているところを同級生に見られたくないの
に空気も読まず絡んできたよね。「甲子園に野球
観に行こう」「京都の三十三間堂連れていったろ」
「今、ゴッホの展覧会やってるで。見に行こう。」
ほっといて欲しいのに、でも仕方ないから一緒
に行っておこう、と不機嫌な私。あれから30年の
歳月が過ぎ、甲子園も仏像も絵画も私の大切な趣
味になっている。今、不自由になったあなたの体を
拭きながら、自分にできることを精一杯してあげ
たいと思う。きっとずっとこんな想いで私に接して
くれてたんやね。本当にありがとう。

娘より

【一般の部】前田 菜摘さん

入賞・入選者(敬称略)

①未就学児～小学3年生の部 ②小学4年生～6年生の部 ③中学生の部 ④高校生・学生の部 ⑤一般の部 の順に記載

- 兵庫県知事賞＝①真田 望結 ②田口 貴琉 ③藤本 はるか ④小畑 新奈 ⑤前田 菜摘
- 兵庫県教育長賞＝①大野 琴音 ②満田 凜夏 ③真柴 莉央 ④エイイー モン チョー ⑤酒井 寿和
- 兵庫県学校厚生会理事長賞＝①村松 宗亮 ②上村 龍生 ③吉村 早絢 ④シーザー チャン ミエツ ⑤藤井 幸代
- 三井住友信託銀行賞＝①多田 藍 ②大川 礼毅 ③大重 凜玲 ④岡田 日和 ⑤野中 淳子
- 審査委員長 玉岡かおる賞＝①大塚 詠太 ②谷部 いろは ③柴山 愛梨 ④カ ソウゲン ⑤園田 あみ
- 特別賞 あいおいニッセイ同和損害保険賞＝①大岡 由菜 ③寺井 清風 ④新濱 琉性
- 特別賞 日本生命保険相互会社賞＝①山本 絵真 ②松本 英美瑠 ③坂本 音色 ④西村 朋香 ⑤荻野 春子
- 特別賞 日本教育公務員弘済会兵庫支部賞
＝①長浦 新 ②別府 咲奈 ③吉谷 友莉 ④テツ テツ シュエ イ ⑤宮城 理奈
- 入選＝①横田 真晃 ①田中 陽太郎 ①梅原 樹 ①渡辺 慧吾 ②竹内 結香 ②小中 香凛
③南出 詩織 ③岡田 みらい ③原 万喜 ③濱田 柚葉 ④インジン パイン ④星野 羽琉
④サウン ナディー ゾー ⑤秋野 夏美

Web作品展
1/8より開催



アートホール神戸で入賞・入選作品展を行います。詳細はP11。

総
評



審査委員長 玉岡 かおるさん(作家)

eメールにLINE、便利なデジタルツールがいろいろあるというのに、わざわざペンを持って紙に向き合い、自分の文字で綴った家族へのメッセージ。感謝やお詫び、そしてこれからの抱負、などなど、ふだんは照れて言えない本当の思いがあふれていました。どうぞこのメッセージが、家族の新しい思い出になりますように。

〈問合せ〉公益係 ☎078-331-9051



募集

2026年度春期

兵庫県健康財団「人間ドック」の募集案内〔退〕

4・5月に特別料金で受診できる「兵庫県健康財団」の人間ドックを募集します。なお、申込方法が変更となりましたので注意してください。

- 1 兵庫県健康財団に電話で予約(以下の旨を必ず伝えてください)。
●厚生会の退職会員であること ●会員本人の会員番号、名前、受診者名
●厚生会の「人間ドック利用補助」を利用すること ●「脳ドック」「胃の検査方法」の希望について
- 2 「人間ドック申込書」(右の二次元コードからダウンロードして印刷または、「給付・福祉のてびき(様式)」)に必要項目を記入(自署でない場合は押印要)のうえ、返信用封筒(110円分の切手貼付済みのもの)を厚生会各支部事務所に同封し提出。
- 3 各支部事務所から受付済の「人間ドック申込書」と「人間ドック利用補助券」を送付します。
- 4 受診当日、両方を兵庫県健康財団に提出し、補助額を差し引いた受診費用を支払ってください。当日、提出のない場合は補助を受けられませんので注意してください。



申込書

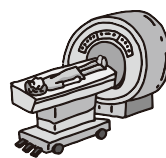
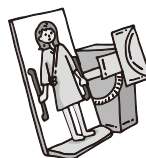
募 集 対 象 退職会員とその配偶者(配偶者登録している方)、退職準会員、遺族会員

※退職会員の配偶者(配偶者登録している方)と退職準会員は、補助の対象とはなりません。下の表内の内容で申込みできます。

補 助 の 対 象 退職会員(本人のみ)・遺族会員

補 助 額 5,000円 ※補助は年度内に1回に限る。

電話予約締切日 2月27日(金)



春期専用の費用、検査項目となります。今回募集する期間以外で受診の場合は、兵庫県健康財団が実施する通常の人間ドックコース(費用・検査項目)となります(人間ドック利用補助券は利用可)。

■受診費用は下の表を参照してください。

受診機関	公益財団法人 兵庫県健康財団 神戸市兵庫区荒田町2-1-12 ☎078-579-3400	
受診区分・募集人数	宿泊ドック※1(1泊2日) 60人	1日ドック 120人
受診日	4月、5月 月曜から木曜(4月28日を除く) ※火曜は女性専用。	4月、5月 月曜から金曜(祝日を除く) ※火曜午後は女性専用。
受診費用(補助前) (税込)	45,045円(胃エックス線検査) 50,545円(胃内視鏡検査)	30,360円(胃エックス線検査) 35,860円(胃内視鏡検査)
	脳ドック 別途26,400円要	

※1 1泊2日ドックを受診希望の方の宿泊先は、ホテル北野プラザ六甲荘となります。受診費用には宿泊料金(1泊夕食付き)および受診機関と宿泊先間の往復タクシー代が含まれています。

………… 近畿中央病院の統合再編に係る人間ドックの利用補助 ……………

近畿中央病院は、市立伊丹病院との統合再編に向けて2026年3月をもって診療休止となります。このことに伴い、当会における人間ドックの利用補助についても休止となります。新病院が完成次第、人間ドックの利用補助も再開する予定です。

〈問合せ〉福祉係 ☎078-331-9051





京都絹の会特別企画 新春の京都きもの展示会

振袖、訪問着、帯、小紋などを一堂にラインアップした展示会を京町家「明星軒」で行います。
雅な礼装からお買得商品まで幅広い価格帯の商品を揃えています。

日 時 2月7日(土)・2月8日(日)10時から16時
場 所 京町家 明星軒
最寄り駅/阪急京都線「烏丸駅」・京都市営地下鉄烏丸線「四条駅」
対 象 会員とその家族
※原則として商品購入予定の方。※1組大人2名まで。
申 込 み タイトル右の二次元コードから申し込んでください。

お買得コーナー
10万円・20万円均一!!
訪問着、小紋、紬、袋帯など

事前予約来場限定
お食事代2,000円進呈
(大人1人につき)

〈問合せ〉生活用品課 ☎078-331-9305



会員の
ひとこと
投稿は
こちら

一般企業のような遊び心に富んだメールマガジンに感心しています。(30代)



住まいの“困った”を即解決!

予約推奨
当日も可

アーキホームライフと厚生会ハウジングの合同感謝祭!



期間 2月28日(土)まで
個別相談会同時開催
1/24(土)・2/14(土) 要予約

開催地 豊岡ハウジングプラザ (豊岡市正法寺643-1)
新築・建売購入からリフォーム (全面・二世帯・LDK)、
外壁塗装や窓、コンロ・IH・エコキュート交換も。

モデルハウス見学で
クオ・カードペイ 最大1万円分プレゼント

リフォーム成約特典
成約金額に応じて家電をプレゼント

〈問合せ〉生活用品課 ☎078-331-9305



ギャラリー スケジュール

※本誌掲載内容や時間などが変更になる場合があります。事前に【HP】で確認してください。
※各種個展やグループ展などの展覧会場として利用できます。作品発表の場として利用してください。



アートホール情報

- 第18回「大切な家族へ想いを届けるメッセージ大募集」入賞・入選作品展
..... 1/8(木)から1/13(火)10時から17時30分(最終日は16時まで)
 - 第68回 兵庫二紀展 アートホール神戸賞受賞記念 岡嶋潔展
..... 1/15(木)から1/20(火)11時から17時30分(最終日は16時まで)
 - 「第21回 あさご全国こども絵画展2025」優秀作品展 1/22(木)から1/27(火)10時から17時30分(最終日は15時まで)
 - 第31回 一隅會展 篆刻・書・画 1/30(金)から2/1(日)10時から17時(初日は12時から)(最終日は16時まで)
 - ぼちぼちのんびり米田桂子作品展 2/6(金)から2/8(日)10時から18時(最終日は16時まで)
 - グループ彩 かな書作展一心をつなぐ 2/12(木)から2/15(日)10時から17時(最終日は16時まで)
 - フォトグループ木曜会 第45回写真展 2/19(木)から2/24(火)10時から17時(最終日は16時まで)
 - 2026年 第30回書学会展 2/28(土)から3/1(日)10時から17時(最終日は15時30分まで)
- 開催場所 アートホール神戸(兵庫県学校厚生会館1階) 〈問合せ〉施設運営課 ☎078-335-7257

私たち三井住友信託銀行の財務コンサルタントへ お気軽にご相談ください。

相続・贈与、資産運用、不動産など、高い専門性と豊かな経験をベースに、
お客さまの立場にたって、親身にご相談を承ります。



三井住友信託銀行 お問い合わせは TEL.0120-181-536 受付時間:平日 9:00~17:00(土・日・祝日を除く)

広
告



募集

住まいのマルっと相談会 in神戸

厚生会ハウジング提携会社21社が一堂に集まり、住まいに関する相談会を開催します。各提携会社のカタログ(間取りプラン・実例集)や最新の物件情報、税金のハウツー本など、役立つ情報が一度に揃います。この機会に住まいのことをしっかり考えてみませんか。

2月7日(土) 10時~16時 最終受付 15時30分
兵庫県学校厚生会館

タイトル右の
二次元コード 2月1日(日)
から まで

事前予約で
和菓子プレゼント



個別相談コーナー 1日で複数の会社に相談可能。

アイ工務店/旭化成ホームズ/一条工務店/サンヨーホームズ/住友不動産ハウジング/住友林業/セキスイハイム
積水ハウス/ゼロ・コーポレーション/創建/大和ハウス工業/タカラレーベン/トヨタホーム近畿/南海不動産
パナソニックホームズ/ミサワホーム近畿/三井ホーム/八幡コーポレーション/ヤマダホームズ/ヤマト住建/和田興産

21社が
集結!

ティータイムセミナー 14時~15時

美味しいケーキとコーヒーを楽しみながら、
住宅購入について学びませんか。

※ケーキとコーヒーは参加大人のみ。

iDeCo・NISAも活用!

今からできる賢い

住宅資金づくりのポイント

事前予約者
限定
先着30名

※イラストはイメージです。

講師/中野 良唯さん

AFP(日本FP協会認定)

宅地建物取引士

住宅メーカー・生命保険会社での
経験を活かしFPとして活躍。



スタンプラリー大抽選会 \ 空くじなし/

3つのブースで相談&アンケート提出で豪華賞品
が当たる抽選会に参加できます!

A賞 ネスタリゾート1Dayパス(ペア)

B賞 「叙々苑」お食事券10,000円分

C賞 コーヒーショップギフトカード2,026円分

さらに 4つ以上のブースで相談すると各社ノベルティプレゼント

他にも

バルーンアートプレゼント、お菓子の詰め放題…、
お子さんも楽しめるイベントも準備しています。

ご家族一緒にお越しください!

キッズコーナー(3歳以上会場内預かり)もあります。

〈問合せ〉生活用品課 ☎078-331-9305

「冬のお取寄せ~ギフト~」「おせち・かに(年末宅配便)」
「お正月用品」のご利用ありがとうございました

多くの皆さんにご利用いただき、ありがとうございました。今後も皆さんに喜んでいただける商品の案内に努めてまいりますので、引き続きのご利用をよろしくお願いいたします。



〈問合せ〉生活用品課 ☎078-331-9305

広告

長い実験の歴史に培われた、一条だけの強さ。



「2倍耐震」

一条の住まいは、建築基準法の2倍の強さを実現。

提携
特典

注文住宅本体価格より2%割引致します。

※一部商品タイプおよび分譲地は割引対象外です。

※一部商品タイプ及び分譲地は割引対象外となります。詳しくはお近くの展示場へ。
※提携特典をお受けになるには、弊社展示場ご来場前に「紹介希望書」を一般財団法人兵庫県学校厚生会様にご提出ください。

webからのご来場予約で

※初回限定(一家族様1枚)

QUOカード1,000円分プレゼント!

家は、性能。

一条工務店

展示場の検索
ご来場予約は
こちらから



一条工務店の
分譲地検索は
こちらから



一緒に
建築地を
お探し
たいです。

本社:〒135-0042 東京都江東区木場5-10-10 ●お問合せ:業務推進グループ(法人) ☎0120-447-812

♥ 備え・安心

団体総合生活補償保険「医療型」の 「退職者等移行制度」^{（退）}



説明希望

「退職者等移行制度」とは、団体総合生活補償保険「医療型」（以下、団総「医療型」）に継続して2年以上加入している場合、退職後は三井住友海上あいおい生命の「医療保険Aセレクト」（加齢による保険料の上昇がない終身保障）に健康告知なしで移行できる制度です。

- 対象者＝団総「医療型」に継続して2年以上加入している退職会員
- 移行や説明を希望する場合は、電話もしくはタイトル右の二次元コードから、2月6日（金）までに連絡してください。
- 保障開始日＝3月1日（日）

団体総合生活補償保険「医療型」すべての補償を移行できるものではありません。
また、移行には条件があります。詳細は問い合わせてください。



〈申込み・問合せ〉ライフプラン推進グループ ☎078-331-9967

4月から変更します

東京ディズニーリゾート®コーポレートプログラム利用券



指定施設利用補助券と引き換えで、東京ディズニーリゾート®で利用できるコーポレートプログラム券の取扱いが変更となります。

変更点

- ①「2,000円券」（ディズニーホテルの宿泊費に利用できる利用券）の廃止
引き続き「500円券」（東京ディズニーランド/東京ディズニーシーのパークチケット購入に利用できる利用券）は利用できます。
- ②指定施設利用補助券（共通）と引き換えることができるコーポレートプログラム利用券の利用期間。

引き換え可能なコーポレートプログラム利用券の利用期間

2025年度指定施設利用補助券（共通）

（利用期間：2025/6/1～2026/5/31）



2025/4/1～2026/3/31

2026/4/1～2026/5/31（3月中旬以降引換可）

2026年度指定施設利用補助券（共通）

（利用期間：2026/6/1～2027/5/31）



2026/6/1～2027/3/31

2027/4/1～2027/5/31（2027年3月中旬以降引換可）

詳細はタイトル右の二次元コードで確認してください。

〈問合せ〉福祉係 ☎078-331-9968

教育活動支援・
スキルアップ講座

スキルアップ講座 オンデマンド配信（再）

～自分のスケジュールで学びたいときに、学びたいことを～



アプリのダウンロード等不要でどなたでも視聴できます（会員限定）。

- はじめてのCanva ～楽しく作れて、伝わるデザインのコツを学ぶ～
- 先生のためのパワーポイント活用セミナー ～児童生徒の心をつかむ！パワーポイント活用術～
- 愛着障害の基礎と実践 ～子どもへの支援方法と教育現場での役割～
- ひきこもり・不登校の理解と対応 ～家族支援と教職員による介入支援～
- 起立性調節障害を知る ～子どもの心を支えるための具体的な方法～
- 学校で活かす認知行動療法 ～子どものストレスから有効的な対処法を学ぶ～
- 未来を見据えたお金の賢い管理術 ～生活費から投資まで～

（生涯生活設計講座（20～30歳代向け））



〈問合せ〉福祉係 ☎078-331-9968

厚生会の指定施設利用補助券は、子どもが生まれてからは毎年全て使い切って利用しています。使える場所も多いので大変ありがたいです。（40代）



備え・安心

公務員(教職員)訴訟対応保険[現]

公務に起因して職員個人が訴訟に巻き込まれる事態を守る制度です。損害賠償金・訴訟費用に備えましょう。

- クラブ活動中の監督責任
- プールの水出しっぱなし
- パワハラ セクハラ
- 保護者からの民事訴訟
- 個人情報漏洩
- 監督責任
- 課外実習中の事故

※お支払いには条件があります。
詳しくはパンフレットをご覧ください。



パンフレット

説明希望・
資料希望

団体割引
15%
適用!

補償金額と保険料

タイプ		プランA	プランB	プランC
住民訴訟+民事訴訟				
「免責金額なし」 (請求保険期間中) 支払限度額	損害賠償金※1	5,000万円	3,000万円	500万円
	争訟費用※1	500万円	300万円	500万円
	訴訟対応費用※1	500万円	500万円	500万円
	初期対応費用※2	500万円	500万円	500万円
月払保険料		660円	560円	360円

●保険料一括払いによる加入も可能です。保険期間の途中で加入する場合は、当年度の残期間保険料を一括で払込みいただきます。詳しくは取扱代理店までお問い合わせください。

●記載の保険料は、被保険者(補償の対象となる方)が1,000名以上3,000名未満(団体割引15%)を適用しています。

●ご契約開始の際、被保険者数が1,000名未満または3,000名以上になった場合は、保険料を変更させていただきます。

※1 損害賠償金、争訟費用および訴訟対応費用は、それぞれ1被保険者ごとの支払限度額です。これらの支払限度額は、一連の損害賠償請求および保険期間中の限度額です。また、これらの支払限度額は、民事訴訟および住民訴訟を各々合算した金額となります。

※2 初期対応費用の「見舞金」は、被害者1人につき3万円が限度です。

この案内は概要を説明したものです。ご加入にあたっては必ず「公務員(教職員)訴訟対応保険のご案内パンフレット」および「重要事項のご説明契約概要のご説明・注意喚起情報のご説明」をあわせてご覧ください。また、詳しくは「普通保険約款・特約集」をご用意していますので、取扱代理店または引受保険会社までご請求ください。ご不明な点につきましては、取扱代理店または引受保険会社にお問合わせください。

【引受保険会社】 あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

(2025年11月承認) B25-102335

【取扱代理店】 一般財団法人兵庫県学校厚生会

〈申込み・問合せ〉 団体保険係 ☎078-331-9317

備え・安心

自動車保険契約の継続手続き

継続手続きがネットでできます! 手続きには「ご契約者さま専用ページ」の新規利用登録が必要です。

ネットで継続手続きのおすすめポイント ※一部、ネットで手続きできない契約があります。

- 満期日の2か月前から前日まで都合のよいときに手続きできる!
…パソコン、タブレット、スマートフォンから手続きができます。
- 更新書類の返送が不要!
…インターネットのみで手続きが完結できます。
- 契約内容の変更も可能!
…補償条件や運転免許証の色や使用目的の変更など。

下の二次元コードから「ご契約者さま専用ページ」の新規利用登録をしてください。

あいおいニッセイ
同和損害保険(株)
加入者



三井住友
海上火災保険(株)
加入者



【引受保険会社】 あいおいニッセイ同和損害保険株式会社 神戸支店 企業営業課 神戸市中央区明石町19
三井住友海上火災保険株式会社 兵庫支店 神戸第一支社 神戸市中央区栄町通1-1-18

【取扱代理店】 一般財団法人兵庫県学校厚生会

〈問合せ〉 損害保険係 ☎078-331-9316



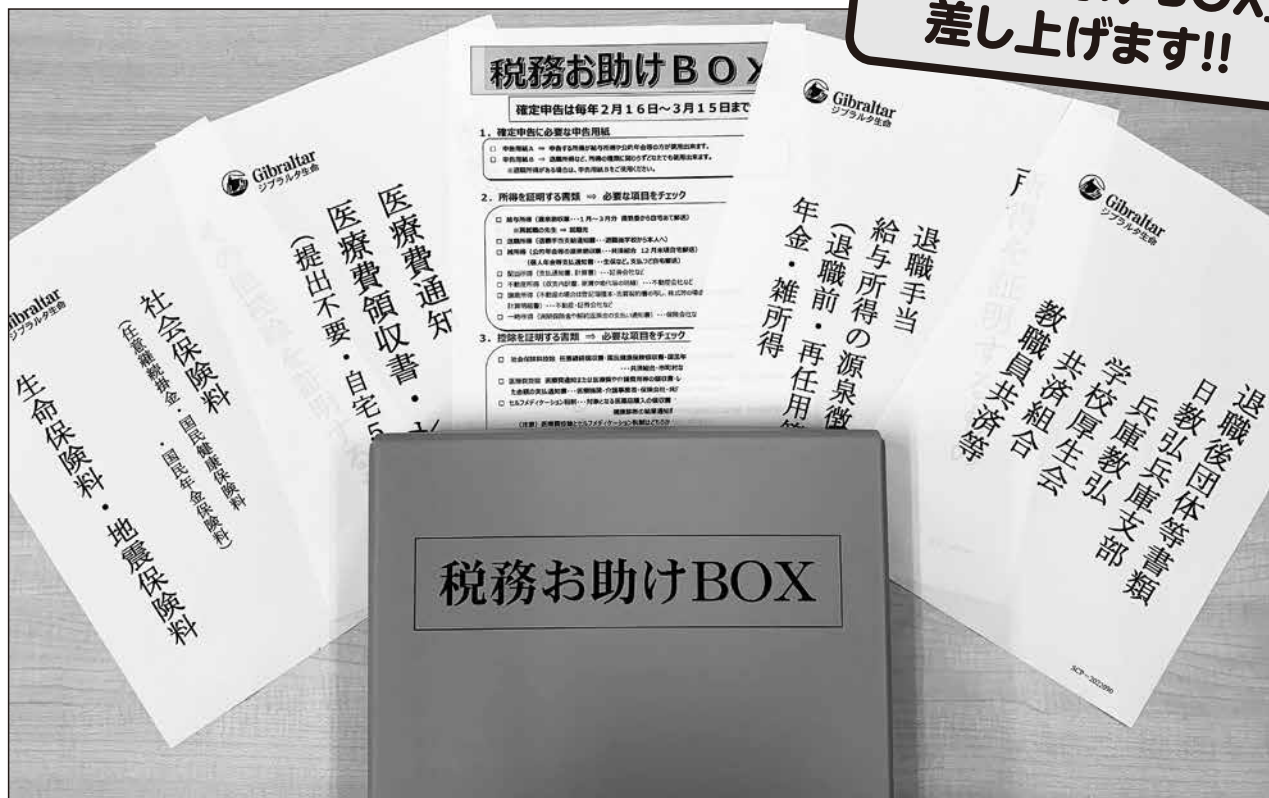


(公財)日本教育公務員弘済会 兵庫支部共済事業(提携保険事業)

今年度末に退職される方へ

「税務お助けBOX」 の案内

「税務お助けBOX」
差し上げます!!



※画像はイメージです。

退職後の教職員の皆さんにとって、頭を悩ませる作業のひとつが 税金の確定申告ではないでしょうか?

退職後は確定申告が必要なケースが増えることがあります。それから準備しては大変なことになりかねません。医療機関の領収書、生命保険料等の控除証明書、3月までの源泉徴収票等の書類はきちんと残しておく必要があります(再任用・再就職される方も申告すれば還付される場合があります)。

そこで、さまざまな書類を上手に管理・仕分けできる
「税務お助けBOX」を用意しました。

**今年度末に退職されるすべての
教職員の方へプレゼントします!**

※申込みが必要です。



兵庫支部キャラクター
ニッキーちゃん®

- 詳しくは、共済事業(提携保険事業)提携保険会社ジブラルタ生命保険の学校担当者
もしくは(株)兵庫教弘 ☎078-251-5567まで問い合わせてください。

〈問合せ〉(公財)日本教育公務員弘済会兵庫支部／(株)兵庫教弘《教弘保険代理店》 ☎078-251-5567



会員の
ひとこと
投稿は
こちら

9月号「学び舎の風景」の「eスポーツを教育に」の話は興味深かったです。柔軟な発想で新しいアイデアを取り入れることが大切だと感じました。(30代)

教育委員会や国立大附属学校などへの異動(転出)、子育て・介護により離職するときは…

異動の季節が近づいてきました。教育委員会や国立大附属学校などに異動(転出)するとき^{※1}は、厚生会の会員資格を喪失する場合があります。また、育児・介護で離職する^{※2}場合は会員資格を喪失します。一時的に会員資格を喪失する期間において、一部の「事業の継続」をできる場合があります。事業取扱いや必要な手続きについてまとめました。

※1 国または他の地方公共団体等への異動(転出)は会員資格を喪失(異動により「公立学校共済組合兵庫支部の組合員でなくなった」場合)。

※2 離職・再採用制度(神戸市:離職者を対象とした特別選考)を利用。

ケース1 異動(転出)により会員資格を喪失する場合

事業の継続を希望する場合、
「会員資格の保留」と「事業の継続」手続きを行ってください。

転出先	提出書類
県	<ul style="list-style-type: none"> ●事業継続届 ●預金口座振替依頼書／自動払込利用申込書
国・市町	<ul style="list-style-type: none"> ●事業継続届 ●預金口座振替依頼書／自動払込利用申込書 ●会員期間通算希望申出書

「事業の継続」期間中、厚生会の掛金は徴収しません。
継続事業にかかる代金(貸付償還金・保険料等)の支払方法は口座振替となります(一部除く)。

事業の継続を希望しない場合でも、
「会員資格の保留」手続きが必要です。

「会員資格の保留」をすることで、異動(厚生会会員資格を再取得)後の在会期間と異動前の期間を通算して算出し、退職時に受けられる「退職せん別金」などの給付額を正しく計算することができます。

転出先	提出書類
県	提出書類はありません(自動的に会員資格保留となる)。
国・市町	●会員期間通算希望申出書

「事業の継続」をしない場合、償還中の貸付金は転出日をもって残高すべて一括償還(返済)となります。

異動(転出)に際して「事業の継続」をした場合の主な事業の手続きと取扱い

事業	手続き・取扱い	ポイント
A 定期預金	手続不要で満期日まで継続できる	満期時には払戻し手続きが必要
B 償還中の貸付金	手続不要で引き続き定時償還が可能	賞与での償還分は、請求書に基づき入金 新規貸付は利用できません
厚生会グループ保険・自動車保険・各社団体生命保険・各種教弘保険・ハイブリッド積立(年金部分)など	手続不要で継続できる	厚生会グループ保険・自動車保険・各社団体生命保険・各種教弘保険など、新規加入できるものもある 口座振替の手続きが完了するまでは請求書に基づき入金
かんぽ生命保険(団体扱)	個人扱いへの手続きをすることで継続できる	4月に届く書類にて手続きをしてください

ケース2 離職・再採用制度(神戸市:離職者を対象とした特別選考)を利用し会員資格を喪失する場合

離職にあたり、会員資格を喪失しますが、「会員資格の保留」手続きをすることで、再採用後の在会期間と離職前の期間を通算して算出し、再採用後の退職時に受けられる「退職せん別金」の給付額を正しく計算することができます。

提出書類:会員期間通算希望申出書

離職に際して「事業の継続」をした場合の主な事業の手続きと取扱い

事業	手続き・取扱い
上表のA	上表と同じ
上表のB	離職日をもって残高すべて一括償還(返済)が必要・手続きが必要
各種保険	個人扱いへの手続きをすることで一部継続できるものがあります。詳細は問い合わせてください。

ケース1 ケース2 のいずれに際しても必要な手続き

事業	取扱い・手続き	ポイント
積立預金・すまいる積立預金(ハイブリッド積立型含む)	解約となるため 手続きが必要 手続詳細 	転出日までに手続きしてください。以降は利息がつきません。 転出日までに定期預金へ預け替えた場合は満期日まで継続可能。

異動(転出)、離職・再採用時の手続き・事業の取扱い等の詳細は【通】3月で案内します。

異動(転出)先での退職^{※3}、離職後、再採用せずに退職する場合は「会員資格放棄申出書」と「退職せん別金請求書」を提出してください。

※3 転出先の規程に基づいた手続き(厚生会の「退職せん別金」の対象とならない)となる場合があります。

〈問合せ〉会員係 ☎078-335-5563

ふるさと見聞録

～ふるさと兵庫に刻まれた
先人たちの軌跡をたどる～



播磨学研究所運営委員兼研究員。
たつの市・加西市・西脇市・赤穂市・
多可町文化財審議委員。
兵庫県芸術文化協会「ふるさとの
歴史教室」、姫路市立生涯学習
大学校講師。

埴岡 真弓さん

最終回

小正月に追われる狐たち

正月には各地でさまざまな民俗行事が行われますが、目にすることが少なくなった行事の一つに、「狐追い」「狐狩り」などと呼ばれる行事があります。多くは小正月、1月15日前後に行われていました。

柳田國男の『故郷七十年』(のじぎく文庫)に、「私が子供のころ辻川(神崎郡福崎町)では狐狩りという行事が、1月14日の夜から翌朝にかけて行われていた」とあります。「子供らが群れを作って、寒い夜更けの街道を村の外れまで「オロロやオロロ」と叫びながら歩くので、「オロロ追い」と呼ばれたそうです。

辻川の行事は途絶えましたが、福崎町では鍛冶屋地区で1月14・15日の「かくしほちよじ」という行事の中に「狐追い」を見る事ができます。大人が作った「ほちよじ(トンド)」を子どもたちが隠し、それを大人が探し、再びくみ上げて燃やす行事で、2021年、兵庫県の無



福崎町鍛冶屋。「狐追い」後に村境に御幣を立てる

形民俗文化財に指定されました。「ほちよじ焼き」の前に、「狐がえらおろろ」などと唱えながら集落の決まった道を歩きます。

ここでは大人が歩きますが、多くは辻川と同様、子どもが主役です。御幣を持った子どもたちが、村に伝わる唱え言を唱えながら、御幣を村境に立てて歩くという形が一般的でした。森はなさんの絵本『こんこんさまにさしあげそうろう』(PHP研究所)は、大寒の日の野施行(狐に食べ物物を施す)を描いていますが、唱え言をしながらかくのは、やはり子どもたちです。

西は鳥取県から東は福井県まで分布していて、兵庫県では但馬・丹波・播磨北部に多く分布していました。『兵庫探検 民俗編』(昭和46年、神戸新聞総合出版センター)に多くの事例が見えますが、紹介された美方郡村岡町(現 美方郡香美町村岡区)の事例は「入江きつねぎやあろ」として町指定の民俗文化財になっています。



多可町中区間子。御幣を手に歩く子どもたち。
2012年撮影



多可町中区天田。御祈祷を受けた御幣を配る。
2007年撮影

多可郡多可町にも、「狐狩り」が今も伝承されている地域があります。中区間子と同区天田で、天田のそれは民俗学者・西谷勝也さん(高砂市)のカメラに昭和30年代の姿が収められています。神崎郡神河町東柏尾の狐狩りも、撮影されています(廃絶)。同町作畑の狐狩りは近年途絶えたそうですが、同町の川上地区では今も続いているとか。

「狐追い」の唱え言葉には、「ワカミヤサンニヤトワレテ」(中区間子)など、神様の使いという言葉がよく見られます。子どもたちも、そのように扱われました。狐を追いかける行事のようですが、柳田が「本来は年の初めにその年の豊凶を狐から聞いたための歓待行事」と考えたように、農耕神としての狐に対する信仰が背景にあるのでしょう。年神の送り火といわれるトンドと習合しているのも、そのためかもしれません。



天田で昭和36年に撮影(いずれも「ふるさとの原像」(神戸新聞総合出版センター)より転載)



子どもが家の当主を祓っている。昭和34年に東柏尾で撮影



芸術と農で豊かに生きる「芸農人」

高階 康之さん(養父市在住)



現職時代は中学校の美術教員として長年教壇に立ち、2018年に退職した後は、米や栗、自家用の野菜を栽培しながら、合間には陶芸や彫刻などの創作活動に励んでいる高階康之さん。二つの営みに通じる、日々変わる土や水、風に気を配りながら、自然とともに生きる中で心の豊かさを実感している。高階さんはそんな現在の暮らしを「芸農人(げいのうじん)」と呼ぶ。

学生時代から彫刻と絵画を専門としてきたが、50代のときに管理職研修で但馬焼の工房を訪れたことが転機となった。土をこ



無方窯で焼き上げた作品「喜い山河」(手前)
彫刻作品「MOTHER AND DAUGHTER」(奥)

ね、ろくろを回すうちに、無心になれる感覚に魅了され、本格的に陶芸を学ぼうと教室に通い始めた。

「退職後は教員時代と異なる『二度目の人生』を穏やかに歩みたい」と考えた高階さんは、自宅敷地内に三年かけて窯を築いた。形にとらわれないという思いを込め、名前は「無方(なしかた) 窯」とし、創作活動の体制を整えた。

土の手触りを活かした、渋みのある作風が持ち味。2024年度の第60回福知山市展では彫刻で市長賞、工芸で60回記念賞を受賞した。個展や教員仲間とのグループ展も開き、訪れる地域の方々とのふれあいも楽しみのひとつになっている。

現在は、茶碗やカップなど、日常に寄り添う器づくりに力を注ぐ。「贈ったカップでコーヒーを飲んだ方が、少しでも豊かな時間を感じてくれたらうれしい。陶芸作品は使われて完成する。それが陶芸の魅力です。」と高階さんは楽しそうに語る。



若手教職員のみなさんを紹介！

神戸市立青陽須磨支援学校

才神 匠さん

(知的部門中学部3年生担当)



教職員になった動機は？

姉が特別支援学校に通っていて、そのとき担当してもらった先生方が寄り添った指導をしてくださったのが、一番の動機です。子どもたちや保護者を支え、寄り添えるような先生になりたいと思い教職の道を進みました。

子どもと接するとき大切にしていることは？

子どもの立場に立って考えてみる、です。子どもたちの行動ひとつに「もしかしたら」という考えで接すると、意外な答えが出てくることがあるので、大切にしています。

自分らしいと思うところは？

「考える」ところです。相談を受けたり、何かしたりするときに「どうすればいいかな」と考えることがよくあります。

最近「ありがとう」と思ったことは？

一人暮らしをしているので、父、母のありがたみを感じて「ありがとう」と伝えました。自分一人では限界があるので、それをいつも支えてくれていた両親には感謝しっぱな

しです。

あなたの「インフルエンサー」は？

子どもたちです。子どもたちがしてくれる知らない話や情報から、自分の世界を広げています。「このユーチューバーが」「芸能人が」といろんな話を出してくれるので、すごいなあ!と感心しています!

子どもたちに届けたいメッセージは？

いろんな人とかかわって、自分と違ってでもいいし、自分と同じ人もいるということを知ってほしいです。そのうえで先生たちは君たちの味方で、一緒に頑張っていこうということを伝えたいです。

理想の教師像は？

子どもたちや保護者に寄り添って一緒に進んでいくことです。実際にそうしている先生を理想にし、少しでも近づくために、やってみて自分なりの方法を考える「トライ&エラー」で頑張っています。

1月・2月

長寿のお祝い

白寿

1927(昭和2)年
1月生まれ

神戸地区

木村 潮音さん
中道 弘道さん

阪神地区

青木 昭子さん
大勝 昭子さん
大西 昭子さん

東播地区

岡本 昌子さん

但馬地区

井口 治さん

鈴木 政子さん

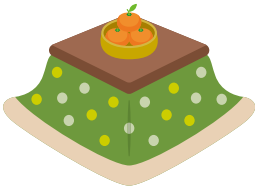
1927(昭和2)年
2月生まれ

神戸地区

松尾 公江さん

東播地区

相原 恵子さん



米寿

1938(昭和13)年
1月生まれ

神戸地区

宇杉 實さん
大松 美子さん
片山 政美さん

齋藤 賢之輔さん

巽 一夫さん

藤本 宜男さん

松本 輝夫さん

阪神地区

青木 良正さん

足立 勲さん

亀村 平男さん

岸添 登志子さん

笹辺 寿夫さん

鈴木 京子さん

田中 安夫さん

田中 恵子さん

山本 珠子さん

吉川 美和子さん

東播地区

井上 瑛世さん

角野 蓉子さん

陶山 弘さん

西田 立美さん

水口 嘉代子さん
山崎 道哉さん

中播地区

伊藤 善博さん
小林 孝子さん

中西 美智代さん

松本 成弘さん

西播地区

江林 敦子さん

志水 俊司さん

西岡 美沙子さん

橋本 幸子さん

但馬地区

尾崎 靖さん

尾崎 雍子さん

宿南 靖子さん

中西 双葉さん

橋本 玲子さん

畑中 武史さん

前田 常雄さん

丹波地区

森川 和子さん

淡路地区

山本 りつ子さん

1938(昭和13)年
2月生まれ

神戸地区

折野 須美さん
長尾 選さん

阪神地区

秋丸 勝登さん

荒巻 勲さん

亀村 慶子さん

古屋 敷通夫さん

高橋 一雄さん

野々上 朱實さん

牧尾 哲太郎さん

渡辺 玲子さん

東播地区

宇佐見 貴美枝さん

郷原 信子さん

養父 和義さん

井上 国弘さん

大野 彪成さん

萩原 哲子さん

堀江 廣實さん

西播地区

栗山 堅太郎さん

但馬地区

田中 基彦さん

能見 美也さん

宮本 公朗さん

丹波地区

大槻 忠司さん

梶田 源一郎さん

坂本 和代さん

丹後 道彦さん

山本 律さん

お名前の掲載に関わらず
退職会員および退職準会員(いずれも本人)の
皆さんに長寿のお祝品を贈呈しています

※申請の必要はありません。

- 茶寿: 満108歳を迎える年度の4月~5月頃
- 白寿・米寿: 満99歳および満88歳の誕生日前後
- 喜寿: 満77歳を迎える年度の9月~10月頃
(支部により異なります)

掲載について誕生日の3か月前にハガキをお届けし、ご了承をいただいています。



自動ドアの動きを考えよう

自動ドアは、人の動きに合わせて開いたり閉じたりします。この動きは、「状態」が変化することで実現しています。ドアが「閉じている状態」から「開いている状態」に、また「開いている状態」から「閉じている状態」に変化します。このような状態の変化をプログラムで表しています。

自動ドアは図の通りに動きます。図は「はじまり」を表す黒丸から「閉じている」の円に矢印が引かれているので、自動ドアは最初閉じた状態になることがわかります。もし人が近づいたら、「開いている」状態になります。人が離れると「閉じている」状態に戻ります。

プログラムは3つのかたまりに分かれています。そのうち真ん中は「開く」、右は「閉じる」という名前がつけられています。「開く」はドアが開いたあと、もし人が離れたら状態を「閉じる」にします。「閉じる」はドアを閉じたあと、もし人が近づいたら状態を「開く」にします。

まずはじめに一番左にあるプログラムを実行します。状態を「閉じる」にしたあとに、状態を実行することをずっと繰り返します。はじめの状態は「閉じる」なので「閉じる」のプログラムが実行されます。

自動ドアのプログラムを考えます。

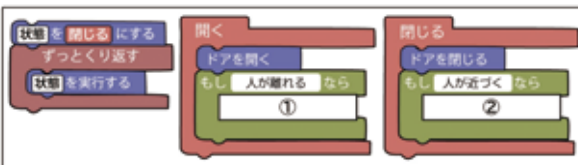
自動ドアの動きを図で表すと次のとおりです。

〈図(自動ドアの動き)〉



問題 左下の図(自動ドアの動き)の通りに動くプログラムを作ります。①と②に当てはまる組み合わせを(1)～(4)の中から選びましょう。

〈プログラム〉



- | | |
|-----------------|-------------|
| (1) ① 状態を開くにする | ② 状態を閉じるにする |
| (2) ① 状態を開くにする | ② 状態を開くにする |
| (3) ① 状態を閉じるにする | ② 状態を閉じるにする |
| (4) ① 状態を閉じるにする | ② 状態を開くにする |

答え

正解は(4)です。



自動ドアは閉じている状態から人が近づくとドアが開いた状態になるので、②には「状態を開くにする」命令が当てはまります。人が離れると閉じる状態になるので、①には「状態を閉じるにする」命令が当てはまります。

(沖縄国際大学 島袋舞子、大阪電気通信大学 兼宗進)

今月の厚生会クイズ

問題

今月の厚生会だより「ふれあい」を読んで、次の○に当てはまる文字を、お答えください。

- 問1** 朝の「光」は夜の快適な○○を導くスイッチです。
- 問2** 振袖、訪問着などを取り揃えた、新春の京都○○○展示会を京町家「明星軒」で開催します!
- 問3** 4月から東京ディズニーリゾート®○○○○○○プログラム利用券の取扱いが変更となります。

クイズに答えて厚生会を知ろう!
正解者の中から抽選で図書カード500円分を
10名様にプレゼント!

11月号は

377名が応募!!
あなたもチャンスあり!

応募方法

- ①クイズの答え②会員番号③会員名
④登録住所⑤所属所名・地区名
⑥感想を回答フォームまたは、はがき・FAXで応募してください

応募先

〒650-0012 神戸市中央区北長狭通4-7-34
兵庫県学校厚生会 会員広報課
「今月の厚生会クイズ」係宛 FAX 078-331-8022

※当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。
※回答フォームからの回答者には「図書カードネットギフト」をメールで送信、はがき・FAXでの回答者には「図書カード」を現職会員は所属所、退職会員は登録住所宛に送付します。
※厚生会役職員および関係者は応募対象外。
※感想は無記名で広報誌等に掲載させていただく場合があります。
※応募は1人1回に限ります。

回答
フォーム



次号の厚生会だより「ふれあい」

- 学び舎の風景 明石市立高丘中学校
- 特集 おいしくたのしくリフレッシュ
- あの人この人 上田 富大さん(たつの市)
- あいぎやつち 廣瀬 綱磯さん(洲本市立五色中学校)

※内容は、予告なく変更する場合があります。

＼ 役立つ情報配信中! / ＼ 広報誌がアプリで読めます!



多言語・読み上げ対応

2026年3月末で終了予定

12月号の厚生会クイズ回答

(問1)高齢者 (問2)アートホール (問3)誠意