

項目	メニュー	○ 補助対象の例	× 補助対象外の例
3 生きがいづくり支援	スポーツ用品購入等 (レンタル代金含む)	・スポーツシューズ ・ウォーキングシューズ ・スパイク ・野球、サッカー、バスケット用品等 ・ゴルフ用品 ・スキー、スノーボード、スケート用品等 ・水泳用品 ・武道用品 ・登山用品 ・競技用自転車 ・乗馬用品	・ジョギングシューズ ・スポーツウエア ・ユニフォーム ・陸上用具 ・マリンスポーツ用品 ・釣り用品 ・キャンプ用品 ・スポーツバッグ ・ベンチプレス
	文化・教養講座	・語学、料理、絵画教室等 ・囲碁、将棋教室 ・パソコン教室 ・大学院聴講料 ・展覧会等出品料	・書道、茶道教室 ・楽器演奏教室 ・スクーリング受講料 ・本の購入
	ボランティア活動	・災害等ボランティア活動に要した交通費 ※公共交通機関を利用した場合に限る	・災害等ボランティア活動に要した費用のうち食費・雑費
4 余暇活動支援	芸術鑑賞・スポーツ観戦等	・コンサート ・演芸 ・スポーツ観戦 ・美術館 ・遊園地	・演劇 ・映画 ・動植物園 ・水族館
	私事旅行	・宿泊費 ※1泊2日食事付きなど、パック料金ものは全額対象 ・交通費 ※公共交通機関を利用した場合に限る	・出張、修学旅行の宿泊代 ・ガソリン代
5 結婚・育児・介護支援	育児費用	・ベビーベッド ・チャイルドシート（自動車用・自転車用） ・ランドセル ・学校指定制服 ・学校指定内ばき ・保育所利用料 ・学童利用料	・ベビーカー ・学校指定ジャージ ・学校指定かばん ・託児所利用料 ・文房具
	介護費用	・介護ベッド、車いす(購入費用またはレンタル代金) ・介護サービス利用料 ・老人ホーム利用料	
6 防災・節電支援	防災・節電	・火災報知器 ・手動充電器 ・LED照明 ・節電タップ ・太陽電池式充電器	・非常用懐中電灯 ・消費電力計測器 ・エコタイマー

令和7年度「カフェテリアプラン」について

一般財団法人青森県教職員互助会

青森県教職員互助会では、これまで実施していた「施設利用補助」などの5つの「厚生事業」を令和7年度から、より豊富なメニューから選択できる「カフェテリアプラン」に一本化して実施することとしました。

事業内容の詳細は、下記のとおりですので、ご自分のニーズにあったメニューを選択のうえ実施していただき、充実したワーク・ライフ・バランス実現の一助としていただければ幸いです。

対象者

令和7年4月から9月までの6か月間、継続した加入期間がある会員が対象です。
(休職者及び育児休業者も申請できます。)

※臨時講師等の任用期間に定めがある会員、採用1年目の会員も対象となります。

補助対象経費

令和7年4月1日から令和8年3月31日までに別表「カフェテリアプラン」メニュー一覧表のメニューを実施し、支払った経費。【複数のメニューを選択（組み合わせ）可能です。】

補助金額

会員一人当たり 7,000円を限度に補助します。
※請求金額が7,000円未満の場合は、その金額を補助し、**残額は次年度に繰越できません。**

請求方法

「カフェテリアプラン請求書」に領収書等（写し可）を添付の上、互助会へ提出してください。
電子メールでも受け付けます。

請求書受付期間

令和7年10月1日から令和8年3月31日まで。【**互助会必着**】
不備を是正した後に再度提出する場合も、上記期間内とします。

請求回数

年度内1回に限ります。
※補助金額未満で請求した場合、2回目の追加請求はできません。

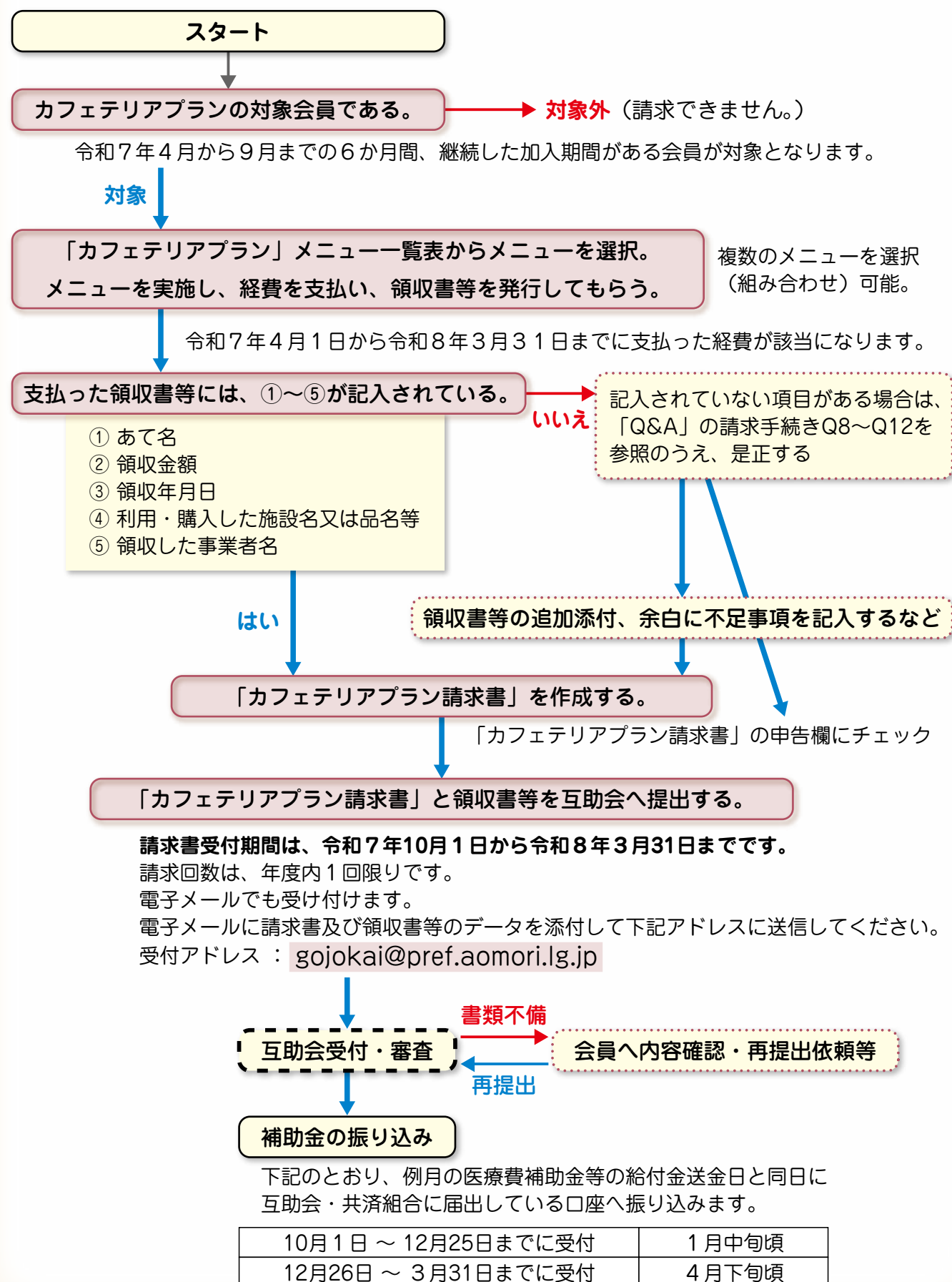


〒030-8540 青森市長島一丁目1-1
一般財団法人青森県教職員互助会
TEL 017-734-9914 FAX 017-734-8276
メールアドレス：gojokai@pref.aomori.lg.jp



互助会ホームページ

「カフェテリアプラン」チェックシート ～請求から給付までの流れ～



補助対象・対象外の例

下記はあくまでも一例です。
ご不明な点等がありましたら、お問合せください。

項目	メニュー	○ 補助対象の例	× 補助対象外の例
1 健康管理	健康増進器具等購入	【計測器】 ・体脂肪計 ・骨量測定器 ・心拍計 ・低周波治療器 ・血圧計 ・カロリー計算機 【運動器具】 ・エアロバイク ・フットマッサージ ・ルームランナー ・エアストレッチ ・足踏ステッパー ・ローイングマシン ・指圧健康器 【衛生用品】 ・不織布マスク 【その他】 ・通勤自転車用ヘルメット	【日用品等】 ・眼鏡 ・アルカリイオン整水器 ・補聴器 ・磁気活水器 ・口腔洗浄器 ・鼻腔洗浄器 【生活環境品等】 ・遠赤外線ヒーター ・酸素発生器 ・ハロゲンヒーター ・脚温器 ・除湿器 ・マイナスイオン発生器 【美容関連品等】 ・肌質測定器 ・脱毛器 【その他】 ・医薬品 ・健康食品
	人間ドック・予防接種（保険適用分は対象外）	・共済組合が実施する人間ドック・脳ドックの自己負担額及びその追加検査費用 ・各医療機関が実施する人間ドック等 ・各保険者が実施する特定健康診査 ・医療機関が実施する各種予防接種（インフルエンザ以外も補助対象）	・治療行為（保険適用分） ※ドックの結果により行った精密検査及び治療等 ・保険適用分や自己負担なしで接種できるもの
2 生活習慣病予防	運動施設等利用	【運動施設に係る利用料】 ・野球場、サッカー場、テニスコート等 ・ゴルフ場 ・ボウリング場 ・体育館、武道館、陸上競技場 ・フィットネス施設 【スポーツ教室受講料】 ・野球、サッカー、バスケット等 ・水泳 ・バレエ	
	健康教室受講	・ヨガ、太極拳等 ・ダンス、エアロビ ・特定保健指導	・エクササイズ ・合気道、気功
	禁煙支援	・禁煙補助剤購入費 ・禁煙治療費（保険適用外のもの） ・特定保健指導	
	酒適正支援	・アルコール測定器購入費 ・特定保健指導	