

ご家族のしおり



隊員ご家族の皆さまへ

海上自衛隊は、「いつのときも」「いかなるときも」隊員と海上自衛隊の活動を支えていただいているご家族の皆さんに心から感謝しています。

隊員は、愛する人がそばにいる地であっても、遠く海を隔てた地であっても、常に誇りをもって、いつも家族に思いを寄せて、与えられた任務の完遂に全力を注いでいます。

組織に求められる任務が多様化している今日において、海外への派遣や計画にはない緊急な出港・派出は、海上自衛隊及び隊員に与えられた重要な任務の一つであり、それは特別なことではなく、いつでも起こりえるものになりつつあります。

しかし、ご家族にとっては、大切な家族が海を隔てた遠い地に派遣されることや急な出港・派出で長い期間不在になるということは、決して日常的事とは思えないと思います。

「家族支援」とは、こうした状況を踏まえ、平素から隊員のご家族が抱える不安や負担を可能な限り軽くし、隊員が家族の心配をすることなく安心して任務に取り組む環境を整えることを目的として実施している施策であり、組織を挙げて取り組むことが大切な責務であると考えています。

「海外派遣って何?」、「普段からどんな準備をすればいいの?」、「隊員と連絡を取りたいときはどうするの?」といった隊員ご家族の皆さまの不安や疑問を少しでも解消していただくために「家族のしおり」を作成いたしました。

この「しおり」を参考としていただき、隊員とご家族で平素から海上自衛隊の活動や隊員自身の使命・任務などについて話をし、ともに備え、隊員が不在の時の不安や負担を少しでも解消し、そして穏やかに隊員の帰宅を迎えていただければと思っています。

隊員は、いつもご家族とともにいます。

海上自衛隊は、いつもご家族とともにあります。



目次

1 自衛隊の活動任務・任務	P 1
2 ご家族にご理解頂きたいこと	P 2
3 緊急時への備え	P 3
自衛隊の窓口	
4 佐世保地方総監部家族支援センター	P 4
5 給与、源泉徴収票、手当等に関するお問い合わせは	P 5
6 自衛隊官舎に関するお問い合わせは	P 6
共済組合の窓口	
7 共済組合の諸手続き利用ガイド	P 7
8 共済組合（健康保険、貯金等）に関するお問い合わせは	P 8
9 共済組合が委託する相談事業	P 9～P 10
自衛隊の窓口	
10 佐世保市 困ったときの相談窓口	P 11
11 長崎県 困ったときの相談窓口	P 12
13 佐世保地方総監部行事予定	P 13
14 よくあるご質問	P 14

1 自衛隊の活動・任務

自衛隊は、日本国及び国民を守ることが主たる任務です。また、国際平和協力活動や災害派遣活動などを行っています。

日本の防衛

自衛隊のもっとも大切な役目は、日本の国民や領土・領海・領空を侵略から守ることです。
侵略を受けないよう守りを固め、万一に備えて厳しい訓練を重ねています。

国際平和協力活動等

海賊対処や国際平和協力業務（PKO）等世界各地の国際平和を実現するための活動を行っています。
また、国外の大規模災害においては、緊急援助活動をおこないます。

災害派遣

災害派遣、急患輸送及び行方不明者捜索・救援活動等、自衛隊でなければ出来ない危険な救助活動を行っています。

このような任務に従事する自衛隊員は入隊時に「**服務の宣誓**」を行います。

『私は、我が国の平和と独立を守る自衛隊の使命を自覚し、日本国憲法及び法令を遵守し、一致団結、厳正な規律を保持し、常に徳操を養い、人格を尊重し、心身を鍛え、技能を磨き、政治的活動に関与せず、強い責任感をもって専心職務の遂行に当たり、事に臨んでは危険を顧みず、身をもって責務の完遂に努め、もって国民の負託に応えることを誓います。』

2 ご家族にご理解頂きたいこと

隊員は事態が起されば、ご家族のことを気かけながらも、任務に従事しなければならない使命があります。隊員が安心して任務に従事するため、**隊員の任務、使命をご理解いただき、ご協力お願いします。**

自助 自分で自分を守ること

隊員が不在時も、ご家族で家庭を守れるよう、家族間の連絡手段や避難場所・経路の確認、隊員不在間に必要な手続きなど、日頃から話し合い、準備をお願いします。

共助 地域の身近にいる人で助け合うこと

隊員不在間にはご家族同士の助け合いも重要です。日頃からご家族同士の関係を持っていると、いざという時に協力し合うことができます。部隊イベント等の家族間交流機会には、積極的に参加をお願いします。

公助 行政組織が取り組む事項のこと

国や地方公共団体において、子育てや医療など、暮らしを支える各種事業を運営しています。災害等発生時には、地震速報や避難勧告等を発令します。ご家庭においても日頃から行政サービスを最大限活用され、必要な情報を自ら得るよう心掛けてください。

3 緊急時への備え

- ・ 隊員の所属、配置、階級をメモしておきましょう。
(所属：)
(配置：)
(階級：)
- ・ 震災発生時の市町村指定の避難先を確認しておきましょう。
(指定避難先：)
- ・ 震災発生時に備え、避難袋を用意しましょう。その時、避難袋に緊急時の連絡先を記入したメモを入れておくとう利です。

【準備しておいた方がよいもの】

カセットコンロ、食器（使い捨て）、携帯充電器、電池、懐中電灯、救急用品、衛生用品、衣料品、ビニールシート、バケツ、水タンク、ポリ袋、ろうそく、ライター、水、非常食、地図、保険証・免許書のコピーなど

- ・ 携帯電話には、佐世保地方総監部家族支援センターの電話番号を登録しておくとう利です。

- 1 【佐世保地方総監部 家族支援センター】
平日（8：15～16：45）
直通電話：0956-23-7202
電話：0956-23-7111
（交換手がでましたら家族支援センターへとお伝えください。）
- 2 【佐世保地方総監部 当直室】
夜間・休日等 ※当直員にて対応いたします。
電話：0956-23-7111

普段から、緊急時の連絡方法等について決めておきましょう。

【災害用伝言ダイヤル】

171をダイヤル後、音声ガイドに従い安否情報を録音、再生することができます。

4 佐世保地方総監部家族支援センター

佐世保地方総監部では、家族支援センターを設置し、ご相談・ご要望にお応えしています。

1 【佐世保地方総監部 家族支援センター】

平日（8：15～16：45）

郵便番号：857-0056

住所：長崎県佐世保市平瀬町18番地

直通電話：0956-23-7202

電話：0956-23-7111

（交換手がでましたら家族支援センターへとお伝え下さい。）

2 【佐世保地方総監部 当直室】

夜間・休日等 ※当直員にて対応いたします。

電話：0956-23-7111

支援内容

- 1 ご家族から隊員への伝言等
- 2 隊員からご家族への伝言等
- 3 ご家族の慶弔の連絡
- 4 災害時等のご家族の安否確認及び結果の通報
- 5 ご家族からの相談受付・関係窓口の紹介
 - （1）隊員の勤務状況（補職替、退職等）に関する事
 - （2）隊員の身上問題（健康、借財等）に関する事
 - （3）ご家族の身上問題に関する事
 - （4）カウンセラーの紹介
- 6 ご家族からの要望受付、処置
- 7 その他

隊員や勤務等に関し心配事等があれば、お電話下さい。

5 給与、源泉徴収票、手当等に関するお問い合わせ

部隊名、機関名	電話番号
佐世保基地業務隊会計科	0956-23-7111
佐世保教育隊経理係	0956-32-1121
奄美基地分遣隊経理係	0997-72-0250
対馬防備隊本部給与	0920-54-2209
下関基地隊経理科	083-286-2323
沖縄基地隊経理科	098-978-2342
小月航空基地隊経理隊	083-282-1180
那覇航空基地隊経理隊	098-857-1191
大村航空基地隊経理隊	0957-52-3131

※ 個人情報保護の観点から、ご相談にお応えできない場合もございます。

6 自衛隊官舎に関するお問い合わせ

部隊名、機関名	住 所	電話番号
佐世保基地業務隊厚生科	長崎県佐世保市干尽町9番地1	0956-23-7111
下関基地隊本部厚生科	山口県下関市永田町本町4-8-1	083-286-2323
小月航空基地隊厚生隊	山口県下関市松屋本町3-2-1	083-282-1180
大村航空基地隊厚生隊	長崎県大村市今津町10番地	0957-52-3131
鹿屋航空基地隊厚生隊	鹿児島県鹿屋市西原3-11-2	0994-43-3111
沖縄基地隊厚生科	沖縄県うるま市勝連字平敷屋1920	098-978-2342
那覇航空基地隊厚生隊	沖縄県那覇市字当間252	098-857-1191

※ 個人情報保護の観点から、ご相談にお応えできない場合もございます。



現に官舎に入居中の方は、お住まいの官舎の連絡員等の連絡先についても確認しておくで安心です。



7 共済組合の諸手続き利用ガイド

共済組合の各種手続きは、組合員であります隊員本人が行うこととなっておりますが、国内外に派遣等される場合は、隊員本人が、所属の共済組合支部へ委任状を提出することで委任を受けたご家族により、次のような共済組合の諸手続きを行うことができます。

区 分	お手続き内容
短 期	- 療養費の請求及び受領手続き - 組合員証（保険証）の手続き - 子供が生まれたので手続きをしたい - 仕事を辞めたので扶養に入りたい - 就職したので扶養を取り消したい
貯 金	- 貯金の預入、払戻し及び受領手続き - 基地内に設置されているATMの利用
貸 付	各種借入金（住宅、教育、医療等）の申し込み、受領及び返済手続き
保 健	インフルエンザ助成事業等に係る申請及び受領手続き

8 共済組合（健康保険、貯金等）に関するお問い合わせ

部隊名、機関名	住 所	電話番号
佐世保支部 佐世保基地業務隊厚生科	長崎県佐世保市干尽町9番地1	0956-23-7111
平瀬支部 佐世保地方総監部厚生課	長崎県佐世保市平瀬町18番地	0956-23-7111
佐世保教育隊支部 佐世保教育隊厚生科	長崎県佐世保市崎辺町無番地	0956-32-1121
下関基地隊支部 下関基地隊本部厚生科	山口県下関市永田町本町4-8-1	083-286-2323
小月航空基地支部 小月航空基地隊厚生隊	山口県下関市松屋本町3-2-1	083-282-1180
大村航空基地支部 大村航空基地隊厚生隊	長崎県大村市今津町10番地	0957-52-3131
鹿屋航空基地支部 鹿屋航空基地隊厚生隊	鹿児島県鹿屋市西原3-11-2	0994-43-3111
勝連支部 沖縄基地隊厚生科	沖縄県うるま市勝連字平敷屋1920	098-978-2342
海上那覇支部 那覇航空基地隊厚生隊	沖縄県那覇市字当間252	098-857-1191

※ 個人情報保護の観点から、ご相談にお応えできない場合もございます。

9 共済組合が委託する相談事業

防衛省共済組合では、民間企業に相談事業を委託していますので組合員、被扶養者の皆様が各種相談（無料）等、様々なサービスを受けることができます。

項 目	内 容	お問い合わせ
生活全般	心の悩み、育児、介護、 借財等生活全般に関する こと	『あなたのさぼーとダイヤル』 24時間年中無給 0120-504-166 E-mailによる相談 bouei@safetynet.co.jp

ベネフィット・ステーション

※ ご利用の際には、ベネフィット・ステーションの会員であることと15桁の会員番号をお伝えください。

項 目	内 容	お問い合わせ
お金 法律	日常生活のトラブル や悩みなど、法律に 関する相談	『暮らしのトラブル相談』 月～金曜日（土日祝休）10:00～21:00 0120-101-653
	所得税や相続税をは じめ、各種税金に関 する相談	『税務相談』 月～金曜日（土日祝休）10:00～21:00 0120-101-653
	住宅ローン返済、教 育資金の積立、年金 相談などの貯金運用	『ファイナンシャル相談』 月～金曜日（土日祝休）10:00～21:00 0120-101-653
健康 メンタル	健康管理や医療相談 など心と体の悩みを 受付、相談のほか、 医療機関をご案内	『24時間心と体の相談デスク』 24時間年中無休 0120-810-250
	仕事上のストレス解 消や対人関係の悩み などメンタルケアの 相談窓口	『悩みごと相談デスク』 月～金曜日（土日祝休）10:00～21:00 0120-101-556

※ ご利用の際には、ベネフィット・ステーションの会員であることと15桁の会員番号をお伝えください。

項 目	内 容	お問い合わせ
出産 育児	ベネフィット・ステーションで受けられる育児サービスなどの紹介	『すくすく育児サポートダイヤル』 平 日：10：00～21：00 土日祝：10：00～18：00 0800-1705-125
	子どもの教育や友人関係、学校生活など日常生活で困っていることをアドバイス	『こども相談デスク』 月～金曜日（土日祝休）10：00～21：00 0120-101-556
	子どもの病気や健康管理など困ったときの相談ダイヤル	『24時間心と体の相談デスク（育児）』 24時間年中無休 0120-810-250
介護	介護サービスや介護施設などに関する不安や悩みを相談	『介護相談デスク』 月～金曜日（土日祝休）10：00～21：00 0120-101-556
	ベネフィット・ステーションで受けられる介護メニューなどの紹介	「介護ナビゲーション」 平 日：10：00～21：00 土日祝：10：00～18：00 0800-9192-919
冠婚葬祭	冠婚葬祭に関する質問や疑問を解決	『冠婚葬祭マナー』 月～金曜日（土日祝休）10：00～21：00 0120-101-653
	葬儀に関する全国の優良葬儀社の紹介	『セレモデスク』 24時間年中無休 0120-953-277

10 佐世保市 困ったときの相談窓口		
佐世保市が開設している困ったときの相談窓口です。 お困りごとがございましたら各種相談窓口をご利用ください。 電話番号：0956-24-1111 (交換手がでましたらお問い合わせ先をお伝えください。)		
項 目	内 容	お問い合わせ
子育て	児童の福祉、教育 子育てに関する相談	『佐世保市役所子ども未来部子ども子育て応援センター（中央保健福祉センター（すこやかプラザ）4階）』 月～金（土日祝休）8：30～17：15 0956-25-9705（直通）
介護 高齢者	介護や高齢者の援助 相談等の総合窓口	『佐世保市役所長寿社会課相談窓口（中央保健福祉センター（すこやかプラザ）3階）』 月～金（土日祝休）8：30～17：15
こころ	こころの健康（うつ病などの精神疾患や心身の不調）に関する相談	『佐世保市障がい福祉課（中央保健福祉センター（すこやかプラザ）1階）』 月～金（土日祝休）8：30～17：15
生活	日常の暮らしの中で困ったこと	『佐世保市役所市民相談室（12階）』 月～金（土日祝休）8：30～17：15
行政	国、県、市政で困ったことや知りたいこと	『佐世保市市役所市民相談室（12階）』 火曜日13：00～16：00
法律	金銭、相続、夫婦、借家などの法律問題	『佐世保市市役所市民相談室（12階）』 月・木曜日13：00～16：00
宅地 建物	宅地、建物の取引などの相談	『佐世保市市役所市民相談室（12階）』 第1・第3金曜日13：00～16：00

1 1 長崎県 困ったときの相談窓口

長崎県が開設している困ったときの相談窓口です。
お困りごとがございましたら各種相談窓口をご利用ください。

項 目	内 容	お問い合わせ
子ども 女性 生涯	子ども、女性、障害のある方に一元的に対応できる総合的な相談窓口	『長崎こども・女性・障害者支援センター』 月～金（土日祝休）9：00～17：45 095-844-5132
		『佐世保こども・女性・障害者支援センター』 月～金（土日祝休）9：00～17：45 0956-24-5080
配偶者 暴力	配偶者からの暴力（DV）に関する相談	『配偶者暴力相談支援センター（長崎）』 月～金（土日祝休）9：00～17：45 095-846-0565
		『配偶者暴力相談支援センター（佐世保）』 月～金（土日祝休）9：00～17：45 0956-24-5125
介護 高齢者	介護、福祉サービスなど県の事業内容や利用方法についての疑問や相談	『高齢者相談窓口』 月～金（土日祝休）9：00～17：45 095-895-2439
こころ	「悩みを聞く」ことに重点を置いた相談窓口	『こころの電話相談』 月～金（土日祝休）9：00～15：15 095-847-7867 ※医療機関などの紹介は行っていません。
いじめ	子どものいじめ、不登校、就学などの教育相談	『いじめ相談ホットライン（長崎県教育委員会）』 24時間年中無休 0570-078-310

1 2 佐世保地方総監部行事予定

佐世保地方総監部では、各種イベント等を開催支援しております。
自衛隊に接して頂く良い機会ですので、ぜひご参加下さい

実施月	イベント名	内 容
8月	サマーフェスタ （させぼシーサイド フェスティバル）	艦艇見学
9月	ファミリーコンサート	佐世保音楽隊演奏
10月	YOSAKOIさせぼ祭り	海闘（KAITO）演舞
12月	クリスマスコンサート	佐世保音楽隊演奏
3月	定期演奏会	佐世保音楽隊演奏
随時	艦艇一般公開（倉島）	艦内見学
	佐世保史料館 （セイルタワー）見学	海軍、海上自衛隊の史料展示

予定等変更の場合がありますので、詳しい内容については、ホームページをご覧ください。

13 よくあるご質問

質問内容	お問い合わせ
出港中の主人と連絡をとりたい。	家族支援センターから隊員へ伝言いたします。行動中であるため、時間を要することがあります。ご了承ください。 連絡先は 4ページ をご参照ください。
主人が出港したが、いつ帰ってくるのか。	規則により艦艇の行動に関する内容は、お答えできない場合があります。ご了承ください。
子供の入園申込のため、市役所から就労証明書の提出を求められました。どこで証明してもらえますか。	隊員の所属部隊において証明しますので、隊員を通じて証明書の作成を依頼してください。 なお、長期出港中などの理由により所属部隊において証明することが困難な場合は、家族支援センターまでお問い合わせください。 連絡先は 4ページ をご参照ください。
源泉徴収票を発行してほしい。	連絡先は 5ページ をご参照ください。
官舎のお風呂が故障した。	連絡先は 6ページ をご参照ください。
子供が生まれました。手続きは何がありますか。	次の扶養（認定・取消）手続きが必要になります。お早めにお手続きください。 ①健康保険（扶養）の手続き 連絡先は 7～8ページ をご参照ください。
扶養されている息子が就職しました。手続きは何がありますか。	②扶養手当の手続き 連絡先は 5ページ をご参照ください。
出港中の主人に代わり共済組合の窓口を利用することはできますか。	隊員が派遣等により手続きできない場合は、隊員が所属支部に委任状を提出することで、受任者に限り窓口を利用することができます。その際、印鑑と本人確認できる書類（組合員証、免許証など）が必要になります。 連絡先は 7～8ページ をご参照ください。
自衛隊の基地に入門する際、必要なものはありますか。	組合員証又は免許証などの提示を求め、本人確認をさせていただきます。 なお、隊員の所属部隊において、家族証を発行しております。基地へ入門する機会が頻繁なご家族は、事前に隊員から所属部隊に申請し、家族証の交付を受けるようにしてください。家族証があるとスムーズに入門できます。

お問い合わせ

お問合せは下記の窓口まで

佐世保地区お問合せ先一覧

海外派遣・艦艇乗組隊員への連絡、伝言等は

佐世保地方総監部厚生課 家族支援センター

☎ : 0956-23-7202 (直通)

代表番号 (総監部)

☎ 0956-23-7111

(音声案内後、電話交換手が案内いたしますのでそこで繋げたい所をお伝えください。)

受付時間：平日08：15～16：45

(時間外は当直室で対応させていただきます。)

隊員の勤務状況に
関するお悩み等は

佐世保地方総監部人事課
検査係

組合員証、出産・就職時
の手続き、年金、貯金、各種保険等に関
すること

防衛省共済組合佐世保支部
(佐世保基地業務隊厚生科内)

給与、源泉徴収票、
手当等に関すること

佐世保基地業務隊会計
科

家庭内のお悩み等は

佐世保地方総監部
メンタルヘルス室

郵便物の発送に関
すること

佐世保基地業務隊
総務科文書交換所