

CONTENTS

平成27年度社会保険協会事業・決算を承認…2 会員事業所所在地・名称等変更のご連絡を…2
社会保険新任担当者事務説明会を開催します…3 社内の健康づくり宣言してみませんか?…4
健康経営宣言エントリーシート…5 算定基礎届は7月11日までにご提出ください…6
賞与を支払ったときは届出が必要です…7 日本年金機構のホームページをご利用ください…7
「わたしと年金」エッセイ募集…8



花ことば：情熱（紅）

バラ／ブルグント' 81

秋田県社会保険協会ホームページ→<http://www.syahokyo-akita.jp>

社会保険関係の制度や届出については、

日本年金機構ホームページ→<http://www.nenkin.go.jp/> 電子政府の総合窓口 (e-Gov) →<http://www.e-gov.go.jp/>

健康保険の給付・任意継続・健診等については、

全国健康保険協会ホームページ→<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

平成27年度社会保険協会事業・決算を承認

平成27年度における社会保険協会の事業経過報告及び決算報告について、6月13日に開催された理事会及び評議員会において、次のとおり承認されました。



● 制度の普及に関する主な事業

- ・ 広報誌「社会保険あきた」を隔月発行し、事業主及び被保険者とその家族の社会保険制度に対する認識を深めることに努めた。併せて、ホームページの活用にも努めた。
- ・ 社会保険新任担当者事務説明会及び健康保険制度事務説明会を開催し、制度の周知に努めた。
- ・ 生活習慣病予防健診・特定健診の受診勧奨について広報を実施した。

● 社会保険関係団体の活動支援

- ・ 各地区社会保険委員会等への活動支援を実施。

● 平成27年度一般会計収入・支出決算

- ・ 平成27年4月1日から平成28年3月31日まで
- | | |
|-------|-------------|
| 収入決算額 | 49,815,298円 |
| 支出決算額 | 46,502,443円 |
| 差引残高 | 3,312,855円 |

● 健康増進に関する事業

- ・ 事業所の要望に基づき健康管理講座を実施（保健師・健康運動指導士・栄養士を派遣）
.....755名参加
- ・ 会員の健康保持増進と親睦を図るため、ボウリング大会、野球大会、パークゴルフ大会等を実施。
- ・ 社会保険協会事業功労事業所に対する表彰を実施。
.....7事業所



健康管理講座



新任担当者事務説明会

会員事業所様へ

所在地・名称等を変更されたときは社会保険協会にもご連絡ください

事業所の所在地・名称等を変更されたときは、管轄の年金事務所に手続きされるとともに、当社会保険協会にも下記様式により **郵送又はFAX (018-832-3681)** でご連絡くださるようお願いいたします。

会員変更届

	変更前	変更後
事業所名		
事業所所在地	〒	〒
電話番号		
事業所記号		

変更前の欄はすべてお書き下さい。

ご担当者名

お問い合わせ先：(一財)秋田県社会保険協会：Tel.018-831-6205
〒010-0001 秋田市中通6-7-9

社会保険事務説明会の開催

参加無料

【健康保険と年金保険…しくみと事務手続き】

新たに社会保険に加入された事業所において社会保険事務を担当されている方、また、新しく社会保険事務を担当された方を対象に、次のとおり「社会保険事務説明会」を開催します。

※定員になり次第締め切らせていただきます。

日程・会場・申込期限

◆ 各会場とも13時から受付を開始します

開催日時	会場	申込期限	定員
平成28年7月22日(金) 13:30~16:30	大仙市大曲交流センター 〈大仙市大曲日の出町2-7-53〉	7月15日	50名
平成28年7月26日(火) 13:30~16:30	由利本荘市市民交流学習センター 〈由利本荘市上大野16〉	7月15日	50名
平成28年8月2日(火) 13:30~16:30	北秋田市交流センター 〈北秋田市材木町2-2〉	7月25日	50名
平成28年8月5日(金) 13:30~16:30	秋田市文化会館 〈秋田市山王7-3-1〉	7月29日	150名

参加対象者

県内の年金事務所または全国健康保険協会秋田支部で厚生年金保険・健康保険の適用を受けている事業所に勤務されている方(健康保険組合に勤務されている方を含む)

参加費用

無料(テキストは主催者で準備し当日配布します)

講師

年金事務所職員・全国健康保険協会秋田支部職員・及び保健師

申込方法

下記の参加申込書にご記入のうえ、郵送またはFAXによりお申し込みください。

申込み・ 問い合わせ先	秋田県社会保険協会 〈〒010-0001 秋田市中通6-7-9〉 TEL:018-831-6205 FAX:018-832-3681
----------------	---

主催 一般財団法人 秋田県社会保険協会

【共催】 日本年金機構(県内各年金事務所)・全国健康保険協会秋田支部

-----キリトリ線-----

「講習会」参加申込書

希望会場	○印で表示願います。 ・ 大仙市大曲交流センター ・ 北秋田市交流センター ・ 由利本荘市市民交流学習センター ・ 秋田市文化会館		
事業所名			
事業所所在地	〒		
事業所電話番号		FAX番号	
参加者名			事業所整理記号

* 申込書受付後に「受講証」を送付いたします。

職場で健康経営宣言してみませんか？

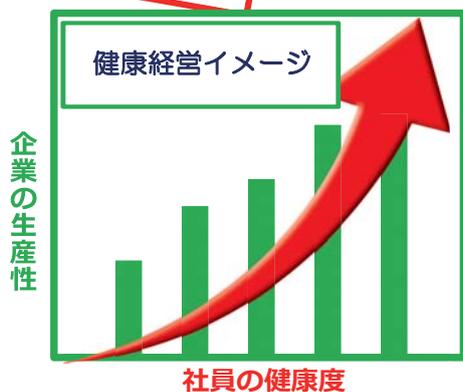


**健康
経営®**

応援します

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

お勤めの方の健康を重要な経営資源と考え、積極的に健康増進を図ることが、従業員の活力や生産性が上昇し、結果的に企業の業績向上やイメージアップにつながるという概念を「健康経営」といいます。協会けんぽではこの健康経営に取り組む事業所様をサポートしていきます！



- ① 健康経営宣言の「認定書」を贈呈いたします。
- ② 協会けんぽホームページ等で御社の取り組みを紹介いたします。

さらにエントリー後の実績に応じて！

- ③ 積極的な健康づくりに対して、県の「健康づくり推進事業者等表彰」に推薦させていただきます。（※表彰は県の「健康づくり推進事業者等表彰」事業実施要領によります。）

後援：秋田県

◎ 健康経営宣言する効果

なかなか手をつけられていなかった・・・

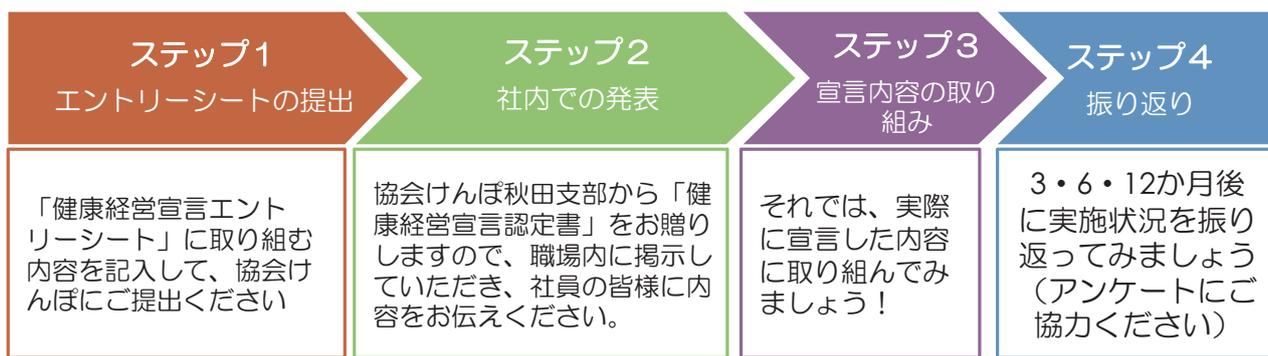
✓ 健康経営の具体的な第一歩を踏み出せます！

まずはできることからはじめ、今後の健康づくりのきっかけに・・・

✓ 自分のペースで無理なく、楽しく、健康的に！



協会けんぽでは御社の職場の状況にあわせた取り組みの提案もします。実施にあたっては下記のステップ1から4までサポートします。



テレビで減塩レシピをご紹介します♪

ABS秋田放送の「エビス堂★ゴールド」内のコレカラクッキングのコーナーで協会けんぽプレゼンツとして減塩レシピを下記のスケジュールで放映します。ご自分やご家族の健康のために是非ご覧ください。



8・10・12月の偶数月 第3金曜日 番組放映時間15:50~16:53

(※生放送の為、時間のずれや天変地異等の影響でスケジュールどおりとならない場合がありますことをご了承ください。)

健康経営宣言エントリーシート

我が社は下記のとおり健康経営を宣言する

【チャレンジする内容】

- ①健康診断の実施
- ②検査・治療の推奨
健診の結果等で、再検査や治療の必要があった場合、医療機関を受診するよう推奨する。
- ③健康プラン（※下記の「我が社の健康プラン」のいずれかに☑してください）
- ④健康保険委員の設置
健康に関する情報を職場内に広めるために健康保険委員を設置し、協会けんぽから提供される各種の情報をもとに職場のみんなに健康に関する啓発を行う。

事業所住所	
事業所名	
事業主名	(印)
電話番号	()-()-()

上記の④健康保険委員の設置に☑をしていただいた場合は下記の欄に記入をお願いいたします。
(後日委嘱状を送付させていただきます)

ご推薦いただく方のお名前	
保険証の記号番	記号 □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ 番号 □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ 保険証のお名前の上の数字です。

※事業所様名称・所在地・連絡先・健康保険委員になっていただく方の氏名について情報共有のため、管轄の年金事務所と社会保険委員会に対し情報提供させていただきます。

※このエントリーシートをご提出された事業所様については、協会けんぽ秋田支部ホームページや広報誌等のメディアで事業所名と地域・取組内容をご紹介させていただきます。非公開を希望される場合は右下のチェックボックスに☑を記入してください。

(我が社の情報は非公開とする)

我が社の健康プラン

具体的なプランを選択しましょう！

	チャレンジする内容にチェック	参考プラン	チャレンジする内容にチェック	参考プラン	
①生活習慣病予防	<input type="checkbox"/>	事業所に体重計または血圧計を設置し定期的に測定できる環境をつくります	③運動の推進	<input type="checkbox"/>	休憩時間にストレッチを実施します
	<input type="checkbox"/>	事業所で休肝日を週1日つくり、社員みなで取り組みます		<input type="checkbox"/>	ウォーキング週間や月間を設定して取り組みます
	<input type="checkbox"/>	麺類の汁を半分残すことや味噌汁は1日1杯にして、減塩を心がけます		<input type="checkbox"/>	社内でラジオ体操に取り組みます
	<input type="checkbox"/>	社員の家族に特定健診を受けるよう呼びかけます	④メンタルヘルス対策	<input type="checkbox"/>	社内コミュニケーションのため、あいさつ運動をします
②受動喫煙対策	<input type="checkbox"/>	喫煙室の設置や社屋内禁煙など、分煙に取り組みます		<input type="checkbox"/>	ノー残業デーを設定します
	<input type="checkbox"/>	社内の禁煙を実施する禁煙デーを設定します		<input type="checkbox"/>	社内レクリエーションを企画して、運動の機会を設けます
	<input type="checkbox"/>	社内イベントや飲み会の場を禁煙にします	↓このほか独自に取組んでいること等があれば記入ください！		
⑤我が社独自の目標	<input type="checkbox"/>				
	<input type="checkbox"/>				
	<input type="checkbox"/>				

この用紙を切り離していただき「我が社の健康プラン」と「健康経営宣言エントリーシート」にご記入の上、ファクシミリまたは郵便にて協会けんぽ秋田支部まで送付願います。後日に、「健康経営宣言認定書」等一式を送付させていただきます。

ファクシミリ番号 018-883-1451 お問い合わせ先

〒010-8507

協会けんぽ秋田支部 企画総務グループ ☎018-883-1841

算定基礎届は7月11日までにご提出ください

被保険者の実際の報酬と標準報酬月額との間に大きな差が生じないようにするため、毎年1回算定基礎届をご提出いただき、標準報酬月額を決めなおしています。

● 定時決定（算定基礎届）の基礎となる月と決定対象月



7月1日から7月11日までに
日本年金機構秋田事務センターへ郵送により提出



● 定時決定（算定基礎届）の対象者

7月1日現在の全被保険者が対象です。

以下に該当する被保険者の方は届出の提出が不要です。

- ・6月1日以降に被保険者になった方（資格取得時に決定した報酬が平成29年8月まで適用されます）
- ・6月30日以前に退職した方
- ・7月改定の月額変更届を提出する方（別途「月額変更届」の提出が必要です。）

※なお、送付している届出用紙等の内容は、平成28年5月19日（木）までに処理が完了した記録に基づいています。それ以降のお届けにかかる方については、適宜追加をお願いします。

● 届出の内容について

▶ 報酬

報酬とは、4、5、6月に実際に支払われた、税金等を控除する前の支給総額です。金銭・現物を問わず、事業主が労務の対象として支給するすべてのものです。現物で支給されるものについては、標準価額によって金銭に換算して計算します。ただし、食事の標準価額の3分の2以上を本人が負担している場合は、報酬に含みません。

現物給与：現物給与とは、金銭（通貨）に限らず、通勤定期券、食事、住宅など現物で支給されるものをいいます。食事・住宅は、都道府県ごとに厚生労働大臣が定める価額に換算して記載します。それ以外は原則実際にかかった費用を時価として記載します。なお、備考欄には「食事（昼）」などと内容を記載してください。

▶ 支払基礎日数

支払基礎日数とは、報酬の支払いの対象となった日数のことをいいます。

月給者 ▶ 出勤日数に関わらず暦の日数となります **日給者及び時給者** ▶ 出勤日数となります

※ただし、月給者であっても欠勤日数分の報酬が差し引かれる場合は、就業規則等により会社で定められた日数から欠勤日数を差し引いた日数が支払基礎日数となります。

支払基礎日数が17日未満の月は標準報酬月額計算の対象から除かれます。4月・5月・6月のいずれも支払基礎日数が17日未満の場合には、従前の標準報酬月額で決定します。（※短時間労働者を除く）

※以下の①～③の全てに該当する方は「70歳以上被用者算定基礎届」を併せてご提出ください。

- ① 70歳以上の方
- ② 過去に厚生年金保険の被保険者期間がある方
- ③ 事業所に常時使用されている方

事業所調査に対するご協力のお願い

年金事務所では、算定基礎届の提出に合わせ、対面または郵送による届出の確認調査を行っております。対象となる事業所様へは別途ご案内いたしますので、賃金台帳や出勤簿などをご持参下さるようお願いいたします。



賞与を支払ったときは届出が必要です

賞与を支払ったときは、「賞与支払届」と「賞与支払届総括表」を支払日から5日以内に提出してください。

●賞与とは

ボーナス、期末手当、年末手当、夏(冬)期手当、勤勉手当、繁忙手当、年末一時金など賞与性のもの
で年3回以下の支払のもの。

※年4回以上支給されている賞与（標準報酬月額の対象となります）や結婚祝い金などは賞与の対象とはなりません。



「賞与支払届」 + 「賞与支払届総括表」を提出

※届出用紙は、事前登録している賞与支払予定月の前月に送付しております。（賞与支払予定月の登録がない場合は送付されません）紛失等により届出用紙が必要な場合には、管轄の年金事務所からお取り寄せください。



「賞与支払届総括表」を提出

※賞与支払予定月の登録がある場合は、賞与の支払いがなかった場合でも、「賞与支払届総括表」のみ提出が必要です。（「不支給」を選択）

※産休・育休等の期間の取扱い

産休・育休等の期間を開始した日の属する月から終了する日の翌日が属する月の前月までについては、事業主様より各種申出書の届出により、毎月の保険料と同様に賞与の保険料も徴収されません。ただし、賞与支払届の届出は必要となります。

※資格取得・喪失月の取扱い

毎月の保険料と同様に、資格取得した月（資格取得日以降）に支給された賞与は保険料の対象となりますが、資格喪失月の賞与は対象になりません。

資格取得と同じ月に資格喪失があった場合は、資格取得日から資格喪失日の前日までに支払われたものであれば対象となります。



※70歳以上の被用者に賞与を支払った場合は、「厚生年金保険70歳以上被用者賞与支払届」も提出します。

日本年金機構のホームページをご利用ください

日本年金機構のホームページから各種届書やパンフレットをダウンロードすることができますので、ぜひご利用ください！



各種届書

ダウンロードする場合はこちらをクリックしてください。

届書の記入方法でお困りの場合は記載例もダウンロードし、ご活用ください。



パンフレット

ダウンロードする場合はこちらをクリックしてください。ホームページトップの左側・中段位の場所です。

「年金制度や仕組み、保険料に関するもの」、「年金の給付に関するもの」、「各国との社会保障協定」など各種取り揃えております。気になるパンフレットがありましたら、ぜひご活用ください。

「わたしと年金」エッセイの募集



応募締切

平成28年9月5日(月) 消印有効

応募作品

公的年金制度をテーマにしたエッセイ。

公的年金の大切さ、応募者ご自身や身近な方と公的年金とのかかわり、公的年金についてのあなたの考えなど、なんでも結構です。

日本語で1,000~2,000文字以内。

氏名、ふりがな、年齢、性別、住所、電話番号、職業または所属(会社名、学校名等)を明記してください。

内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。

応募作品は返却しません。

発表

受賞作品は日本年金機構ホームページに全文を掲載する(11月下旬予定)他、日本年金機構が発行する刊行物への掲載等を行います。

受賞作品の著作権は日本年金機構に帰属します。

受賞者の氏名、年代、性別、住所地の都道府県を公表します。

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

平成28年度 わたしと年金

検索

賞

厚生労働大臣賞、日本年金機構理事長賞、優秀賞、入選

賞状の授与並びに記念品を贈呈します。

応募資格

中学生以上の方

提出先

日本年金機構 相談・サービス推進部
サービス推進グループ わたしと年金 担当
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24

お問い合わせ先

日本年金機構 相談・サービス推進部
サービス推進グループ わたしと年金 担当
(電話番号) 03-5344-1100 (代表)

主催



後援



文部科学省
全国高等学校長協会
全国都道府県教育委員会連合会



国民年金保険料の免除手続きについて



本荘年金事務所
国民年金課
秋場りか

Q 仕事を退職しました。収入が減少したため、現在の状況では国民年金保険料を収めることが困難です。どうすればよいでしょうか。

A 失業や収入減少等により、保険料納付が難しい場合は、本人からの申請により、保険料が「免除」または「猶予」される制度があります。

「免除」は本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が基準額^{*}以下の場合に保険料の全部または一部が免除になります。

「猶予」は30歳未満の方で、本人、配偶者それぞれの前年所得が基準額以下の場合には保険料が猶予されます。(平成28年7月から猶予を申請できる年齢が50歳未満の方に引き上げられます)

ご質問では、退職されたとのことでしたので、この場合前年の所得が基準額以上であっても、ハローワークから発行される雇用保険受給資格者証のコピー等退職日が確認できる書類を添付いただくことで、退職された方の前年所得を0円であったとみなして審査することができます。これは、退職されたのが世帯主、配偶者であっても同様です。

免除の手続きもせず保険料を納めないままにしておくと、将来の老齢年金はもとより、万が一のことがあった場合の障害年金や遺族年金を受け取ることができない場合があります。このような状況を防ぐためにも、保険料の納付が困難な方は手続きを忘れずをお願いします。

また、免除や猶予が認められた期間について、今後納付することができるようになった場合、10年以内であれば申込みいただくことで、遡って納めなおすことができます。なお、その場合は遡る年数に応じて加算金がかかります。

免除の手続きは2年1か月前まで遡って行うことが可能ですが、年度ごと(7月～翌年6月)に申請していただく必要があります。さらに、お勤めしていた当時、60歳未満の配偶者を扶養されていた場合は、配偶者の年金手続きも併せて必要になりますので、住民票のある市町村またはお近くの年金事務所で手続きをお願いします。

※基準額は、扶養親族等の世帯の状況により変わります。



随想 ふきのとう



「食べる事もお仕事」

仕事から農家の娘だというのに毎日パンを食べている。お陰さまで、入社から数十年が経ち体重も増加の一途、健康にも気を付けるお年頃となったが、食べる事もお仕事、朝から和

菓子・洋菓子が並ぶ事も多く、私としては大歓迎である。

最近、「いぶりがっこパン」が販売され、予想以上の反響であった。

試作を食べた時は、さまざまな意見が飛び交ったが、先日仙台市内で開催された「秋田県就職面接会」へ参加した時の事、企業説明の為、自社製品をいくつか持参し、学生の方々に「いぶりがっこパン」「秋田のコッペパン」「学生調理」「アベックトースト」等々、製品を見せながら、製造や企画部門の説明を行った所、学生達は久しぶりに見た「アベックトースト」「学生調理」がうれしかったのか秋田県民として仙台に販売されていたなかった事の驚きや、「いぶりがっこパン」という地元秋田らしい製品を見て嬉しいと話してくれた。

私もまた、今県外で頑張っている彼らの中・高時代に自社製品が思い出される事に嬉しさと、これからも良い製品を造っていかねければいけないという強い気持ちを懐きました。これからも、地元秋田のパンをおいしく販売出来るよう、私に出来る事はやっぱり：食べ続ける事のようにですが、その為にも今度こそダイエツトに成功したいと考える毎日です。

株式会社 たけや製パン(秋田市)

柴田 真紀子

健康トピックス

第165回 ご自分のお口の中、点検してありますか？

内科的な健康診断は年に一回は受けていらっしゃる方が多いと思いますが、歯科健診についてはいかがでしょうか。歯とは一生のお付き合いになります。歯の病気は体の他の病気とも関係があります。

生活歯援プログラム

日本歯科医師会が提唱する生活歯援プログラムはご存知ですか？問題点を見つけ、一緒に改善していく「一次予防」が大きなポイントです。他県では健康保険組合や市町村で取り組まれています。

質問紙票をチェックするだけでも参考になります。

質問紙票の内容は3つに分かれています。

歯と口腔の全身の健康との関係性

虫歯・歯周病

歯や歯肉の痛み・歯のぐらつき

歯の喪失

よく噛めない

全身の健康状態の悪化

①歯や口の健康状態

現在、ご自分の歯や口の状態で気になることはありますか

ご自分の歯は何本ありますか

自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりと噛みしめられますか

歯をみがくと血がでますか

歯ぐきがはれてブヨブヨしますか

冷たいものや熱いものが歯にしみますか

②環境・全身状態

かかりつけの歯科医院がありますか

仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院にいけないことがありますか

現在、糖尿病・脳卒中・心臓病のいずれかの病気で治療を受けていますか

家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか

自分の歯には自信があったり、人からほめられたことはありますか

普段、職場や外出先でも歯をみがきますか

③生活習慣

間食（甘い食べ物や飲み物）をしますか

たばこを吸っていますか

夜、寝る前に歯をみがきますか

フッ素入り歯はみがきを使っていますか

歯間ブラシまたはフロスを使っていますか

ゆっくりよくかんで食事をしますか

それぞれ大切なことです。普段、気に留めて生活していない方はぜひ振り返る機会にしましょう。

歯科医院等で歯みがき指導を受けたことがありますか

年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか

休日・夜間の年金相談窓口をご利用ください

夜間の年金相談/カレンダーの ■ の日受付時間/午後7時まで
休日の年金相談/カレンダーの ■ の日受付時間/午前9時30分から午後4時まで

平成28年7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

平成28年8月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

年金についての相談やお問い合わせ先

★ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル

市内通話料金 0570-058-555 03-6700-1144 (IP電話)

(受付時間) 月～金曜日：午前9：00～午後7：00
第2土曜日：午前9：00～午後5：00

★ねんきんダイヤル (年金全般に関する相談)

市内通話料金 0570-05-1165 03-6700-1165 (IP電話)

(受付時間) 月曜日：午前8：30～午後7：00
火～金曜日：午前8：30～午後5：15
第2土曜日：午前9：30～午後4：00

— 職場内で閲覧しましょう —

保険料の納期内納入にご協力ください

月末には社会保険料振替口座の残高確認をお願いします。