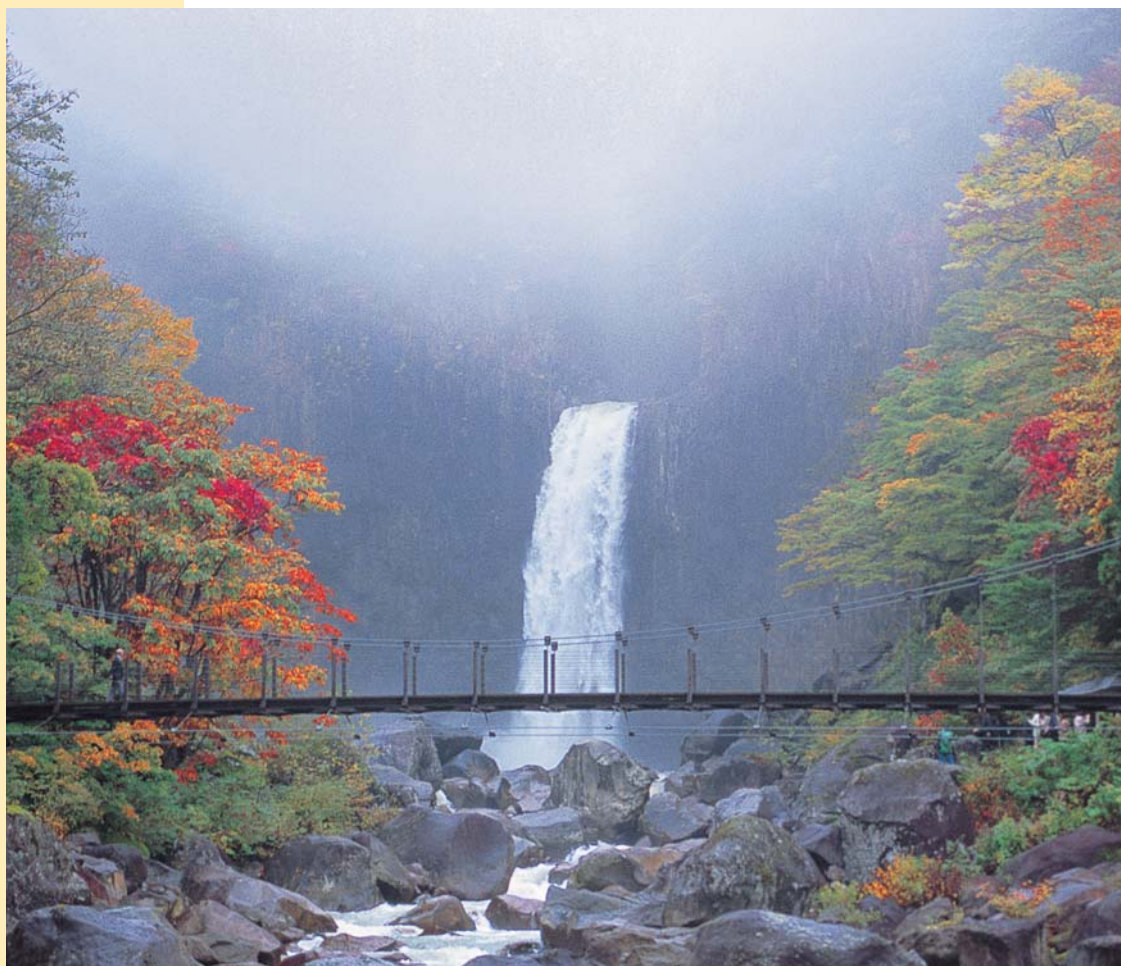


# にしがた



水のある風景

▲紅葉と苗名滝（妙高市（旧妙高村））

## Contents

- 明日のあなたを考えると…年金はあなたが主人公です
- 育児休業期間中の保険料・標準報酬月額
- 「佐渡を歩こう！元気ハツラツ健康ウォーク」を開催しました

電話による年金相談は「ねんきんダイヤル」をご利用ください

ねんきんダイヤル <sup>イイロウゴ</sup> 0570-05-1165

法人事業所の従業員は健康保険及び厚生年金保険に加入しましょう

社会保険庁ホームページ <http://www.sia.go.jp> 社会保険庁年金ホームページ <http://www.nenkin.go.jp>

【職場内で回覧しましょう】



# 育児休業期間中の 保険料・標準報酬月額

育児・介護休業法による育児休業等の期間については、申出により健康保険・厚生年金保険の保険料が免除されます。また、育児休業等を終了したときに、3歳未満の子を養育している被保険者の報酬が低下した場合には標準報酬月額の改定が行われます。



## 育児休業等取得者申出書により保険料を免除

育児休業等（育児休業および育児休業に準じる休業）期間については、事業主の申出により健康保険・厚生年金保険の保険料（被保険者および事業主負担分）が免除されます。

免除となるのは、「育児休業を開始した日の属する月」から、「その育児休業等を終了した日の翌日が属する月の前月」までの期間です。なお、労働基準法の産後休業期間は育児休業等にはあたりませんので、保険料は免除されません。

※保険料免除期間中に賞与が支給された場合は、賞与にかかる保険料も免除されますが、賞与支払届の提出は必要です。

### 手続き

「健康保険・厚生年金保険育児休業等取得者申出書」を管轄の社会保険事務所へ提出してください。



## 育児休業等を終了した際の標準報酬月額の改定

育児休業等終了日に3歳未満の子を養育している被保険者が、育児休業等を終了したときに育児等を理由に報酬が低下した場合などは、随時改定に該当しなくても、事業主を経由して申出をすることにより、育児休業終了日の翌日の月以後3カ月間にうけた報酬の平均額をもとに、4カ月目から標準報酬月額の改定を行います。この改定により復帰後の報酬を反映させた保険料負担になります。

### 手続き

被保険者は、事業主を通じて「健康保険・厚生年金保険育児休業等終了時報酬月額変更届」を管轄の社会保険事務所へ提出してください。



## 養育期間の従前標準報酬月額みなし措置

3歳未満の子を養育する期間の標準報酬月額が、養育開始月の前月の標準報酬月額を下回る場合には、被保険者の申出により、養育期間中の報酬の低下が将来の年金額に影響しないように、従前の標準報酬月額をその養育期間の標準報酬月額とみなして年金額の計算をします。この場合の保険料は実際の低い標準報酬月額に応じた負担になります。

### 手続き

被保険者は、事業主を通して「厚生年金保険養育期間標準報酬月額特例申出書」を管轄の社会保険事務所へ提出してください。

なお、申出には子の生年月日および子と申出者の身分関係を明らかにすることができる書類（戸籍抄本等）と、申出者が子を養育することとなった日を証明する書類（住民票の写し等）を添付してください。

※申出日より前の期間については、申出月の前月までの2年間についてみなし措置が認められることとなりますので、ご注意ください。

## 新潟県中越沖地震による一部負担金等の減額または免除措置の対象地域と申請期間について

先月号でお知らせしました、中越沖地震による政府管掌健康保険および船員保険の一部負担金等の減額または免除について、対象地域に上越市が追加され、申請期間が延長になりました。

### 対象となる方

柏崎市、長岡市、刈羽郡刈羽村、三島郡出雲崎町および上越市にお住まいの政府管掌健康保険および船員保険の被保険者またはその被扶養者

### 減免申請書の申請期限

平成19年12月31日までにお近くの社会保険事務所に備え付けてある「一部負担金等減額・免除申請書」に必要事項をご記入のうえ、各市町村の発行する罹災証明書を添付して申請してください。

**なお、申請時に傷病名と発病または負傷年月日の記入が必要となります。**

### 還付申請の期限

一部負担金の減免対象である方が、やむを得ない事情により減免証明書を医療機関などに提出できず、平成19年12月31日までに一部負担金を支払っている場合は、平成20年3月31日までに申請書を提出することにより還付を受けることができます。

詳しい内容については、新潟社会保険事務局 保険課または社会保険事務所へお問い合わせください。

## 社会保険事務事務所からのお知らせ

### 被保険者・被扶養配偶者の住所が変わったら

# 「住所変更届」の提出を忘れずに!

従業員の方が転居された場合は、「厚生年金保険被保険者住所変更届」を社会保険事務所へ忘れずに提出していただきますよう、お願いいたします。

また、従業員の配偶者の方が、国民年金第3号被保険者である場合の住所変更も、事業主を経由して提出していただくこととなっておりますので、「国民年金第3号被保険者住所変更届」の提出をお願いいたします。



**届出がされませんと、社会保険庁が行う各種ご案内等（ねんきん定期便やねんきん特別便など）がお届けできないこととなりますので、ご注意ください。**

## 住所変更には「住所一覧表」をご活用ください

事業主の皆様からのご依頼に基づき、従業員および被扶養配偶者の方の「住所一覧表」の提供を行っておりますので、住所の確認にご活用ください。平成20年3月末までの間は、この「住所一覧表」に朱書訂正していただくことで、簡単に住所変更の届出が可能です。住所一覧表の提供を希望する場合は「住所一覧表提供申出書」を管轄の社会保険事務所へ提出してください。

また、事業所の所在地、被保険者の住所は市町村合併や新潟市の政令都市移行の際、その都度、社会保険事務所で一括して住所変更の処理を行っているところですが、一つの住居表示が複数の住居表示に分かれる場合は正しく変更されていないことがあります。

市町村合併等の都度、住所の確認や、住所変更の届出をお願いしているところですが、是非この機会に住所一覧表などをご活用いただき、再度ご確認をお願いいたします。

# お口の健康シリーズ

—幼児期から児童期(学齢期)—

社団法人 新潟県歯科医師会 (地域保健部)  
http://www.ha-niigata.jp

この時期は乳歯から永久歯の交換が始まります。その間は乳歯と永久歯が口の中で混在している状態で、「混合歯列期」と言われます。そして親知らずを含まない上下14本ずつの28本が生えてきて、大人の歯列がほぼ完成する時期となります。

学齢期での歯の健康管理においては、まず「6歳臼歯」とも言われる第一大臼歯の予防が大切です。第一大臼歯は最も大きい永久歯で、かむ力も一番強くかかる歯です。そして、歯並びやかみ合わせにおいても学齢期を通じて大切な役割を果たす重要な歯です。このように、第一大臼歯は、最も重要な歯ですがとてもむし歯になりやすい歯でもあります。それは、乳歯から生え変わるのではなく、新たに乳歯列の奥から生えてくるので、生えていることに気づきにくいことや、生えきるまでに1年以上かかる事、また、狭い奥に生えているため歯ブラシが届きにくく、さらに歯の溝が深く複雑な形をしているため、汚れがたまりやすい事などが原因となっています。

学齢期は乳歯から永久歯への交換期で、新たに生えた永久歯のむし歯の初発と多発の時期にあたりますので、むし歯の予防を家庭や歯科医院でしっかりと行う事が大切です。そして、むし歯になってしまったら、なるべく初期の段階でしっかりと治療しておく事が重要です。

家庭でできる予防法としては、歯みがきや糸ようじなどを使用する他にフッ素配合歯みがき剤やフッ素洗口を活用したり、基本的な生活習慣や食生活を整える事などがあげられます。

また、むし歯になる前に歯科医院に受診し、フッ素塗布や奥歯の溝を埋めるシーラント、歯みがき指導等を受けられることをお勧めします。

最後に歯並びについてですが、学齢期は歯の交換期であり、乳歯が抜けて永久歯に生え変わるまで、歯のない期間が長かったり、乳歯が抜ける前に後ろから永久歯が生えてきたりといろいろな場合があります。歯並びがおかしいことに気付いたら定期的に健診を受けることが必要です。定期的にお子さんのお口の中を観察しながら、正しいかみ合わせとなるよう導き、その時々に必要な処置を行います。また、自然に望ましいかみ合わせになることもありますが、矯正治療が必要となる場合もありますので、これらの場合は専門医の診断と説明を受けることが大切です。

次号は、「ティーズ」思春期における歯のお話をお届けします。



## 11月の社会保険相談のご案内

会場	相談日	時間	会場	相談日	時間
阿賀町役場	21(水)	10:30~14:30	柿崎商工会館 ※1	21(水)	10:00~15:00
トキのむら元気館	21(水)	13:30~15:30	阿賀野市水原公民館 ※2	21(水)	9:30~14:30
	22(木)	9:00~11:00		村上市役所 ※2	14(水)
小出商工会	14(水)	10:00~15:00		28(水)	10:00~15:00
糸魚川市役所 ※1	14(水)	10:00~15:00	十日町地域地場産業振興センター クロス10	8(木)	10:00~15:00
	28(水)	10:00~15:00		22(木)	10:00~15:00

●年金の相談:照会等には、年金手帳(基礎年金番号通知書)・年金証書等を持参してください。

注) 佐渡市の時間(朱書)は受付時間です。

※1. 糸魚川市と柿崎商工会館の相談は予約制です。予約なしでも相談できますが、予約の方を優先させていただきますのでご了承ください。

予約連絡先 TEL.025-524-4111 (上越社会保険事務所 庶務・年金給付課)

※2. 村上市と阿賀野市の相談は予約制です。予約なしでも相談できますが、予約の方を優先させていただきますのでご了承ください。

予約連絡先 TEL.0254-23-2125 (新発田社会保険事務所 庶務・年金給付課)

健康づくり  
標語コンクール入選作品

おはようと 笑顔で交わす 一日のスタート

佐渡を歩こう

元気ハツラツ

健康ウォーク!



400人がさわやかな汗

去る9月23日(日)、「佐渡を歩こう!元気ハツラツ健康ウォーク」を佐渡市真野地区において開催いたしました。

当日は、さわやかな秋空の下、ウォークには丁度良い天候となり、約400人程の参加者は大膳神社をスタートし、阿仏房妙宣寺、真野御陵等を回り、真野御陵ステージ(佐渡歴史伝説館)までの約7kmのコースを楽しく元気に歩き、さわやかな汗を流しました。

また、古刹や史跡に触れ、道端に咲く秋の花々を楽しみ、そして、真野湾からの心地よい潮風を受けてのウォークに、参加者全員が初秋の佐渡路を満喫されたものと思います。

ウォークの後は佐渡副市長の歓迎

の挨拶を受け、地元さざなみ会の皆さんによるアトラクションを見学し、当選者に瀬波温泉「松風荘」などの無料宿泊券が当たる完歩証番号での抽選会を行い、和やかなうちに終了することができました。

参加者の皆さまをはじめ、ご協力いただいた各種団体の皆さま本当にありがとうございました。



準備体操



さざなみ会のアトラクション

社会保険委員の皆さまへ

## 社会保険委員大会の開催日程のお知らせ

本年度の社会保険委員大会を次のとおり開催いたしますのでご案内申し上げます。

開催日	時間	支部名	開催場所
平成19年11月6日(火)	受付 午後2時 開始 2時30分	六日町	ホテル坂戸城 南魚沼市坂戸292-4
平成19年11月7日(水)	受付 午後2時 開始 2時30分	新発田	アーデギャレ・ベルナール 新発田市緑町2-4-22
平成19年11月8日(木)	受付 午後2時 開始 2時30分	三条	(株)VIP(ハミングプラザビップ) 三条市旭町2-8-57
平成19年11月9日(金)	受付 午後2時 開始 2時30分	上越	国民年金健康センター上越 上越市大日字木舟34-5
平成19年11月13日(火)	受付 午後2時 開始 2時30分	柏崎	アークベル柏崎ベルナール 柏崎市宝町3-28
平成19年11月14日(水)	受付 午後2時 開始 2時30分	長岡	パストラル長岡 長岡市今朝白2-7-25
平成19年11月15日(木)	受付 午後2時 開始 2時30分	新潟東	ウェルシティ新潟(新潟厚生年金会館) 新潟市中央区南万代町1-8
平成19年11月16日(金)	受付 午後2時 開始 2時30分	新潟西	ウェルシティ新潟(新潟厚生年金会館) 新潟市中央区南万代町1-8