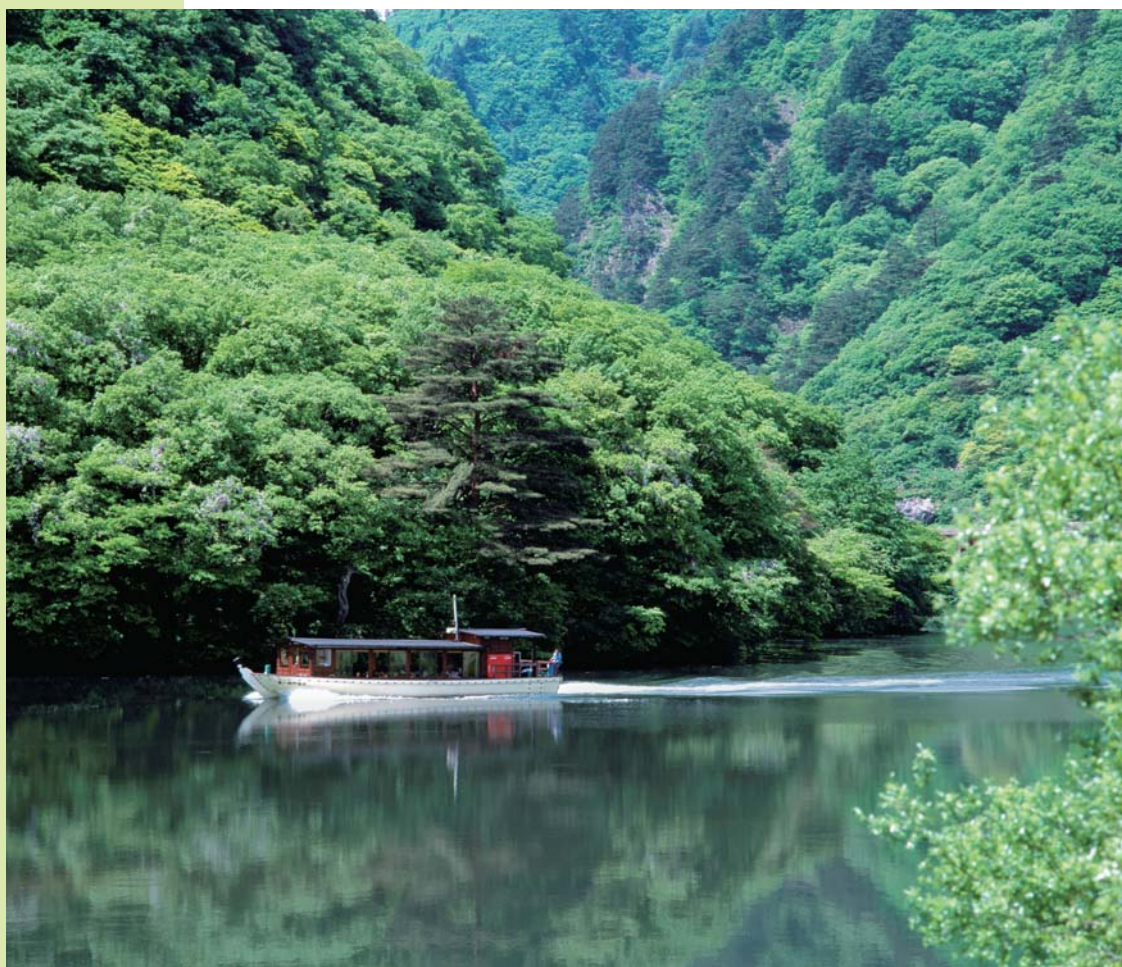


にしがた



水のある風景

▲新緑の奥阿賀〈阿賀町(旧鹿瀬町)〉

Contents

- 健康保険の出産に関する給付
- 被扶養者の特定健診のお知らせ
- 健康づくり標語コンクールのお知らせ

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 **0570-05-1165**

社会保険事務説明会に出席しましょう。

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】

健康保険の出産に関する給付

出産育児一時金

健康保険の被保険者・被扶養者であるご家族の方が出産された場合は、社会保険事務所へ申請していただくことにより、1児につき35万円が出産育児一時金（家族出産育児一時金）として支給されます。

- 妊娠4カ月（85日）以後の出産で早産、死産（流産）、人工妊娠中絶も含まれます。
- 引き続き1年以上被保険者であった方が資格喪失し、資格喪失後6カ月以内に出産した場合も支給されます。



出産育児一時金等の事前申請について （医療機関等による代理受取制度）

出産育児一時金（家族出産育児一時金）は、出産後の申請になるため、いったん医療機関等へ出産費用を支払っていただくために、被保険者やご家族が一時的にまとまった額を準備する必要がありました。しかし、平成18年10月より、事前に申請をしていただくことで、出産育児一時金等を社会保険事務所から直接医療機関等へお支払いする（医療機関が出産育児一時金等を代理で受け取る）制度がスタートしました。このことにより、被保険者やご家族の方が窓口で支払う負担を軽減することができます。この制度を利用するには、以下の条件を満たしている必要があります。

- 被保険者の方または被扶養者の方が出産予定であり、出産育児一時金等の支給を受ける見込みであること
- 出産予定日まで1カ月以内であること

申請方法は

出産予定日まで1カ月以内になってから、出産育児一時金請求書（事前申請用）を提出してください。その際、母子健康手帳もしくは出産予定日を証明する書類を窓口で提示いただくか、そのコピーを添付してください。

※事前申請には医療機関等の受取代理に係る同意が必要です。

お支払いについて

出産後、社会保険事務所から医療機関等へ出産費用の額を確認してから、お支払いします。

● 出産費用額が35万円以上である場合

医療機関等へ出産育児一時金等の全額（35万円）を直接支払います。不足額については、被保険者やご家族の方の負担となります。

● 出産費用額が35万円未満である場合

医療機関等へ請求額を支払い、残額（35万円－請求額）を被保険者の方へお支払いします。

出産手当金

被保険者の方が出産のため仕事を休み、給料を受けられないときに出産手当金が支給されます。

支給期間

出産日（出産予定日より遅れた場合は予定日）以前42日（多胎妊娠の場合は98日）から、出産日後56日までの間です。

支給金額

休んだ期間の1日につき、標準報酬日額の3分の2が支給されます。

● 給料などを受けられるとき

給料が支払われている場合は、出産手当金は支給されません。ただし、給料が支払われても出産手当金の額より少ないときは、その差額が支給されます。

● 退職後の給付

引き続き1年以上被保険者であった方が、退職時に出産手当金を受けていたか、受ける条件を満たしているときは、退職後も被保険者期間中と同様に出産手当金の支給を受けることができます。

政府管掌健康保険 被扶養者の特定健診のお知らせ



平成20年4月から、制度の改正により、40～74歳の被扶養者の皆様には、保険者の実施する特定健康診査（特定健診）を受診していただくことになりました。

被扶養者の方の特定健診は、市町村国保の実施する健診会場や、健診機関（医療機関）で受けられます。政府管掌健康保険にご加入の方については、被保険者の方の勤務先を通じて6月下旬以降に特定健診のご案内と申込書を送付させていただき、申請をいただいた方に受診券を送付する予定としております。特定健診の受診の際は受診券と健康保険証をご持参ください。

なお、7月までに検診車等による集団健診が終了して受診券の交付が集団健診に間に合わない、下記地区にお住まいの**政府管掌健康保険の被扶養者の方**は、受診券がなくても**健康保険証を持参**されれば特定健診が受けられますので、お住まいの市町村の広報誌等をよくご確認の上、指定の日程で健診を受けてください。

この取り扱いは、7月までに集団健診を受けないと、他に特定健診を受ける機会のない下記地区の政府管掌健康保険の被扶養者の方のみの特別対応として、地区を限定して実施いたしますのでご了承ください。

● 特別対応の照会は、新潟社会保険事務局保険課（025-240-0705）または下記の健診機関にお問い合わせください。

健診機関名	T E L	対 象 市 町 村
村上総合病院	0254-53-2141	村上市（山北地区・神林地区）、粟島浦村
下越総合健康開発センター	0254-24-1145	村上市（荒川地区・神林地区・朝日地区）、新発田市（加治川地区・紫雲寺地区・その他6月健診実施地区および赤谷地区）、阿賀野市（笹神地区）、関川村、聖籠町
新潟県保健衛生センター	025-267-3100	長岡市（山古志地区）、田上町、弥彦村
新潟県労働衛生医学協会	025-370-1960	加茂市、五泉市
	0256-82-1200	燕市、出雲崎町
	025-752-6196	十日町市（中里地区）、湯沢町
	0259-55-3175	佐渡市
嵐南メジカルセンター	0258-62-1364	長岡市（中之島地区）、三条市（栄地区）
長岡中央総合病院	0258-35-3700	長岡市（小国地区・中之島地区）
柏崎メジカルセンター	0257-23-2111	柏崎市、刈羽村
上越地域総合健康管理センター	025-524-7111	上越市（大島地区・牧地区・中郷地区・清里地区・名立地区・安塚地区・三和地区）、十日町市（松之山地区・松代地区）、妙高市（妙高地区・妙高原地区・新井地区内の7/11までの健診実施地区）

社会保険
事務所から

定期的な被扶養者認定状況の確認実施のお知らせ

毎年実施することになっております被扶養者の認定状況の確認につきましては、本年は例年より時期を早めて実施させていただきます。

保険財政の健全な運営のため、ご協力をお願いいたします。

対象者

本年4月1日以降に被扶養者の認定を受けた方及び4月1日において15歳未満の子を除く被扶養者全員が対象となります。

実施期間

事業主の皆様には、本年7月上旬を目途に「健康保険被扶養者調書（異動届）」を送付します。

提出方法

被扶養者調書は、被保険者の方々に配布していただき、記載内容を確認の上、必要事項を記入し、必要な書類を添付して社会保険事務所へ提出願います。

※詳細につきましては、被扶養者調書に同封されるリーフレットをご覧ください。

社会保険



離婚時の年金分割

Q 私は専業主婦で国民年金の第3号被保険者です。第3号被保険者が平成20年4月以降に離婚した場合、希望すれば夫の厚生年金の半分をもらえるようになると思いますが、本当でしょうか。

A 厚生年金の離婚分割制度は、離婚等をしたときに、厚生年金の保険料納付記録を当事者間で分割できる制度です。分割制度は次の二通りあります。

離婚時の厚生年金分割

①合意分割制度（平成19年4月1日から）

婚姻期間に加入していた厚生年金期間の納付記録を、当事者間での合意等のもと合意された割合で分割されます。

②3号分割制度（平成20年4月1日から）

第3号被保険者だった方からの請求により、第3号被保険者期間（平成20年4月以降の期間に限る）の厚生年金納付記録の半分が分割されます。

ご質問は、②3号分割制度のお話だと思われます。確かに、第3号被保険者からの申請により、厚生年金納付記録の半分が分割されますが、分割される期間は、平成20年4月以降の第3号被保険者期間のみになりますので、平成20年3月以前の期間については、当事者間での合意等が必要になります。（合意分割と3号分割の違いについては下記表を参照）

合意分割と3号分割制度の主な相違点

	合意分割制度	3号分割制度
制度の開始時期	平成19年4月1日	平成20年4月1日
分割の対象となる離婚等	平成19年4月1日以後に離婚した場合	平成20年5月1日以後*に離婚した場合
分割される対象	婚姻期間中の厚生年金の保険料納付記録	平成20年4月1日以後の、第3号被保険者期間中の相手方の厚生年金保険料納付記録
分割の方法	婚姻期間中の厚生年金の保険料納付記録が多い方から、少ない方に対して記録を分割	第3号被保険者期間中に厚生年金の被保険者であった方から、第3号被保険者であった方に対して記録を分割
分割の割合	当事者の合意又は裁判手続により定められた年金分割の割合	2分の1の割合（固定）
手続の方法	当事者の一方による請求	被扶養配偶者として第3号被保険者であった方による請求

*離婚時の前月までの期間が分割の対象となるため、例えば平成20年5月に離婚した場合、平成20年4月の保険料納付記録が分割されることになります。

社会保険事務所からのお知らせ

社会保険事務説明会を開催します

被保険者が実際に受ける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、全ての被保険者の報酬月額について毎年一回見直しを行い、実態にあった標準報酬月額の決定をすることになっています。これを定時決定といい、この手続きが算定基礎届です。

算定基礎届については、各社会保険事務所より6月の初旬から中旬にかけて郵送される予定です。算定基礎届の記載の際は、同封の「記載例」を参考にしてください。また、算定基礎届の**提出期限**、**提出方法**については、**同封のチラシを必ずご確認のうえ提出してください。**

なお、各社会保険事務所では「社会保険事務説明会」を6月の中旬から下旬にかけて開催します。説明会の日程及び会場については、算定基礎届を郵送する封筒の裏面に記載されていますので、日程をご確認のうえ、ぜひご出席ください。

お口の健康シリーズ 最終回

「すこやかな人生」

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

「心と身体の健康は口腔から」をモットーにお伝えしてきました「歯の健康」シリーズも最終回となりました。皆さん「たかが歯なんて…」と軽く考えてはいませんか？歯を失った人は、ボケやすい、またさまざまな病気に罹りやすいということが最近の研究でわかってきました。愛知県が行った8020達成者調査（80歳で20本の歯がある人を対象とした調査）によると、5年後の85歳の生存率は84%で、元気に生活している人は81%でした。さらに、1人平均23.7本の歯があり、96%の人がかかりつけの歯科医院がありました。この調査結果からも健康な歯を維持し、8020を達成することが「長寿に通ず」ということをご理解いただけたと思います。残念ながら、平均寿命は延びても健康寿命は延伸してはいません。健康寿命と実寿命の差を少しでも少なくする為に、お口の健康管理を心がけましょう。

誰もボケずに人生を全うしたいと願っています。しかし、「歯を失うほどボケる可能性が高まっている」ことがわかってきました。アルツハイマー病は60歳代から見つかることが多いのですが、比較的若い50歳代の時期に発症する場合もあります。新潟大学大学院の宮崎秀夫教授のグループが70歳～80歳の高齢者の歯を調査した処、歯の本数が少ない高齢者ほど血液中のビタミンCやEが少ないということがわかってきました。歯が少なくなると、しっかりと噛めずに噛むというよりはすりつぶすという感じになり、さらに、すりつぶしやすい食べ物と

いえば煮込んだ料理になりますが、野菜に含まれているビタミンCは、煮込み時間が長くなればなるほど破壊されていき、また、すりつぶすことによってもビタミンCは、確実に失われていきます。つまり、歯の本数の少ない人は、食べやすいすりつぶしたものを中心に食べていた結果、ビタミンC不足となり、さらに、ビタミンC不足は脳の老化と関係するといわれていますので、歯を失うほどボケる可能性が高まっていくのです。

また、ビタミンEは、大豆・小麦胚芽・植物油・ナッツなどに多く含まれています。高齢者は、こうした食べ物の摂取量が少ないのですが、歯が悪いとピーナッツなどのナッツ類を噛むことができず、さらに全体的な摂取量は減少してしまいます。また、ビタミンEには血行促進作用のほか血栓をできにくくする働きがあり、ビタミンCとEはともに抗酸化作用のあるビタミンであり、ビタミンの摂取量が少ないこととアルツハイマー型痴呆（認知症）の発症との関連が多数報告されています。つまり、ビタミンCとEを十分に摂取しているとボケにくいということであり、その為には自分の歯で食べ物をしっかりと噛んで、ビタミンCとEを摂取することが大切だということです。自分の歯がなくなるということは、思うように噛めないどころかボケにつながるということをご認識し、歯の健康管理を行っていただければと思います。

— 花田信弘著「オトナこそ歯が命」参照



6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
トキのむら元気館 (佐渡市)	18(水)	13:30～15:30	柿崎商工会※1	18(水)	10:00～15:00
	19(木)	9:00～11:00	市民交流センター ネーブルみつけ	25(水)	10:00～15:00
小出商工会	11(水)	10:00～15:00	阿賀野市水原公民館※2	18(水)	10:00～15:00
長岡市役所 栃尾支所	18(水)	10:00～15:00	村上市役所 ※2	11(水)	10:00～15:00
糸魚川市役所 ※1	11(水)	10:00～15:00		25(水)	10:00～15:00
	25(水)	10:00～15:00	十日町地域地場産業振興センター	12(木)	10:00～15:00
			クロス10	26(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）

社会保険協会では、社会保険労務士による社会保険相談所を開設しています。

■五泉商工会議所 [五泉市郷屋川1-2-9] ……毎月第3水曜日（10:00～15:00）

■小千谷商工会議所 [小千谷市本町2-1-5] ……毎月第4月曜日（10:00～15:00）

■阿賀町役場 [東蒲原郡阿賀町津川1580] ……毎月第3水曜日（10:00～15:00）

※五泉商工会議所は予約制です。 予約連絡先 TEL.0250-43-5551

※協会の年金相談は年金記録・年金見込額の即日回答はできませんのでご了承願います。

健康づくり

標語 コンクール

あなたのメタボリック対策は大丈夫ですか？

当協会では各種の健康づくり事業を実施しておりますが、その一環として被保険者や家族の一人ひとりが健康に関心を持ち、健康であることの素晴らしさを一層認識していただくため、今年も「健康づくり標語コンクール」を次の要領で実施いたします。日ごろ、職場や家庭で健康づくりについて感じていること、実際の経験から思いついたことなど、多数の応募をお待ちしております。

★応募要領

- 題材 職場や家庭での健康づくりを明るく表現したもの
- 応募資格 社会保険に加入している事業主及び被保険者とその家族
- 応募点数 一人一点まで
- 応募方法 官製ハガキまたはFAXで作品と事業所名、同所在地、氏名、電話番号を記入し送付してください
- 締め切り 平成20年6月6日(金)(当日消印有効)
- 応募先 財団法人 新潟県社会保険協会
〒950-0087 新潟市中央区東大通1丁目2番25号 北越第一ビルディング6F
TEL(025)240-5337 FAX(025)290-3201
- 入選発表 「社会保険にいがた」誌上に掲載
金賞、銀賞、銅賞、佳作とし、入賞者には記念品をお贈りします
※応募作品の著作権は(財)新潟県社会保険協会に帰属し作品の返却はいたしません



日頃の疲れを癒す、やすらぎのひとときを松風荘で!!

友だち、家族で語らいを!



お湯がいい ◆ 温泉の掛け流し
効 能 ◆ 神経痛、筋肉痛、慢性消化器病
疲労回復、健康増進、他

ご利用料金

● 1泊2食 **7,500円(税込)**

● 宿泊利用時間は、午後4時から翌朝10時までです。



閑静なたたずまい・落ち着いた10室

お申し込み・お問い合わせはお気軽に

健康保険

瀬波保養所

松風荘

〒958-0037 村上市瀬波温泉2-4-29 電話 0254-53-3086

健康づくり
標語コンクール入選作品

健康は 家庭の笑顔 職場の笑顔

財団法人 新潟県社会保険協会 ホームページアドレス <http://www.niigata-inet.or.jp/nshkyoukai/>