

社会保険

にしがた



水のある風景

▲みなとびあ（新潟市）

Contents

- こんなときは健康保険の給付が受けられます
- 政府管掌健康保険 健診Q&A
- 参加しませんか？新潟県社会保険協会の健康づくり事業

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 ^{イイロウゴ} 0570-05-1165

賞与を支払ったら賞与支払届の提出をしましょう

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】

こんなときは

健康保険の給付が受けられます

健康保険には、被保険者とその家族（被扶養者）が、仕事および通勤災害以外のことで病気にかかったり、けがをしたとき、あるいは出産をした場合や死亡した場合に、さまざまな給付制度が用意されています。手続きが必要な制度もありますので、ご確認ください。

病気やけがをしたとき

（業務上・通勤災害は除く）

療養の給付・家族療養費

病院などの保険医療機関で被保険者証を使って受診したときには、外来でも入院でもかかった医療費の一定の割合の負担（【表1】参照）で必要な医療が受けられます。

※入院時の食事に関する標準負担額を除く

【表1】

義務教育 就学前	義務教育 就学後 70歳未満	70歳以上	
		一定以上所得者	その他
2割	3割	3割	1割

入院した時の食事の費用は、1食260円の標準負担額を除いた部分が入院時食事療養費として現物給付されます。また、療養病床に入院する65歳以上の人には、1日320円＋1食460円の生活療養標準負担額を除いた部分が入院時生活療養費として現物給付されます。

※住民税非課税者等は負担額が減額されます。

保険外併用療養費

保険医療機関で評価療養（先進医療、医薬品・医療機器の治験など）や選定医療（特別室への入院、予約診療・時間外診察、200床以上病院での紹介なしの初診・再診など）を受けたとき、その基礎的部分が保険外併用療養費として給付されます。

訪問看護療養費・家族訪問看護療養費

自宅で療養している難病患者等が医師の指示で訪問看護を受ける場合、定められた費用の一定割合（【表1】参照）の負担で訪問看護サービスを受けることができます。

移送費・家族移送費

要手続き

医療を受けるため医師の指示で、緊急に移送されたときには、実費または保険者が認められた額が払い戻されます。

高額療養費／高額介護合算療養費

要手続き

月ごと、医療機関（外来と入院、医科と歯科別）ごとに支払った自己負担額が、自己負担限度額を超えたときは、超えた分が払い戻されます。

※世帯合算、多数該当などの特例があります。

※事前の申請により、認定証を窓口で提出すれば、入院時の窓口での一部負担金等の支払いが高額療養費の自己負担限度額までとなります。

同一世帯で医療費の一部負担金と介護保険の利用者負担金を合算し、年間の合計額が一定限度額を超えたときは超えた部分が払い戻されます。（平成20年4月から）

傷病手当金

要手続き

被保険者（任意継続の被保険者には支給されません）本人が、療養のため仕事を4日以上休んで給料を受けられないときは、4日目から欠勤1日につき標準報酬日額の3分の2が支給されます。（支給開始日から1年6カ月の範囲）



療養費・家族療養費

要手続き

急病で被保険者証を持たずに受診し医療費の全額を自費で支払ったとき、海外で医療を受けたとき、医師の指示によりコルセット等を装着したときなどには費用の一部が払い戻されます。

出産したとき

出産育児一時金・家族出産育児一時金 **要手続き**

妊娠4ヵ月（85日）以上の出産については、1児ごとに350,000円が支給されます。また、医療機関等の窓口での出産費用の支払いの負担を軽減するため、出産育児一時金の医療機関等による受取代理を実施しています。

出産手当金 **要手続き**

被保険者（任意継続の被保険者には支給されません）本人が、出産のために仕事を休んで給料を受けられないときは、出産（予定）日以前42日（双子以上の場合は98日）から出産日後56日までの期間、休業1日につき標準報酬日額の3分の2が支給されます。
※予定日より出産が遅れた場合は出産予定日で産前の期間を算出。

死亡したとき

埋葬料（埋葬費）・家族埋葬料 **要手続き**

被保険者本人または被扶養者が死亡したときは、50,000円が支給されます。

※死亡した被保険者に家族の方がいないときは、埋葬を行った方に埋葬料の範囲で、埋葬にかかった費用が支給されます。



健康保険の給付については社会保険庁のHPでもご案内しておりますので、詳細につきましてはHPでご確認ください。

<http://www.sia.go.jp/seido/iryo/kyufu/index.html>

◆ 退職したあとも給付が受けられます ◆

【傷病手当金】

【出産手当金】

退職時に傷病手当金・出産手当金を受けている（条件を満たしている）場合は、期間満了まで受けられます。

【出産育児一時金】

資格喪失後6ヵ月以内に
出産したときは、出産育児一時金を受けられます。

【埋葬料（費）】

被保険者が資格喪失後3ヵ月以内に死亡したとき、左記の傷病手当金・出産手当金を受けている間、または受けなくなって3ヵ月以内に死亡したときに受けられます。

※傷病手当金、出産手当金、出産育児一時金は、被保険者期間が継続して1年以上ある人が資格を失った場合です。

手続きは、在職中と同様です。（事業主の証明は不要です）

健康保険の給付を受ける権利は、時効により2年で消滅しますのでご注意ください。

社会保険事務所からのお知らせ

被扶養者調書の提出はお済みですか？

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いております。提出期限は8月8日（金）となっておりますが、まだ提出されていない場合は早急に提出してください。

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。

平成20年
10月1日から

社会保険事務所の電話番号が変わります

担当課に直接つながるダイヤルイン方式となります。

詳しくは新潟社会保険事務局のHP（<http://www.sia.go.jp/~niigata/>）をご覧ください。また来月、改めて詳しくお知らせいたします。

政府管掌健康保険

健診 Q & A

これまで40歳以上の方々の一般的な健診はお住まいの市町村が実施していましたが、平成20年4月からは政府管掌健康保険が特定健診として実施することになりました。

特定健診の対象者は？

40歳から74歳の方です。
今年度はS 9.4.1から
S 44.3.31生まれの方です。



健診を受けるには受診券が必要と言われましたが、どうすれば良いのでしょうか？

被扶養者の方々が特定健診を受けるときは、受診券が必要です。被扶養者の方のお名前を印字した「受診券申請書」を事業所宛に7月上旬までに送付してありますので、**被扶養者**の方の署名をして社会保険健康事業財団新潟県支部に申請してください。

健診はどこで受けられますか？

受診券と健康保険証を提示すれば、市町村の集団健診会場や、個別の健診機関で受けられます。受診券申請書送付時に同封してあります特定健診が受けられる健診機関のリストや新潟社会保険事務局のHPでご確認ください。

健診を受けるのに費用はかかりますか？

特定健診（基本的な健診）は5,400円を上限として健診費用の補助があります。新潟県内の健診機関は、集団健診（巡回）では自己負担はありませんが、集団健診（施設）は1,068円、個別健診は2,653円の自己負担があります。

被保険者には受診券がないのでしょうか？

被保険者の方は生活習慣病予防健診や事業主健診を受けていただければ、特定健診も受診したことになりますので、特定健診の受診券は交付されません。

がん検診は変わりましたか？

がん健診はこれまでどおり市町村で受けられますので、詳しくはお住まいの市町村にご確認ください。



本年10月から政管健保は「協会けんぽ」 に変わります

本年10月に、「全国健康保険協会」が設立されます。保険証の発行、傷病手当金等の健康保険の給付、任意継続被保険者の手続き、健診等の保健事業等は協会の新潟支部が行います。

全国健康保険協会の新潟支部は

「新潟市中央区弁天3-2-3 ニッセイ新潟駅前ビル」に設置されます。

健康保険の給付等の申請は郵送でお願いいたします。社会保険事務所に相談窓口を設ける予定です。具体的な取り扱いにつきましては、順次お知らせをしていきます。

私の健康法

会社員 Y・T
53歳 男性

キーワード：続けられる健康作戦

私は昭和30年生まれの今年53歳。過去の健康診断結果は比較的良好に年齢を重ねてきたと思っていましたが、2年前の総合診断評価が「B」、更に昨年の総合診断評価が「C」。

これはまずい、来年は「D」か…そこで、自分なりに持続可能な健康作戦を考えました。

1.食生活の改善

元々肉類よりも野菜好きのため（バイキング料理のサラダバーは大好きです。女房には、「もっと肉食べないと元取れないよ」とよく言われますが。）その点は心配していませんでした。要改善は、アルコール類です。ビールを発泡酒に換え更に第三のビールにした結果、酒は毎日となりました。但し、総合評価「C」を見ると、さすがにこれはマズイと考えました。但し、画期的な改善策など思いつきません。とにかく、強制的に酒を2日に1回としました。

2.運動のすすめ

適度の運動は健康の秘訣と知ってはいても、新たにスポーツを始めて長続きしないことは自分の年齢を考えれば、分かりきっている。それならば、今の生活の延長上で体を動かす方法を実行するしかないと考え、犬の散歩に時間と工夫をかけることにしました。元々、自宅に犬が3匹おり、毎日散歩はしていましたが「散歩健康法」なる本を読み、歩き方に工夫を加えたのです。努力なしの散歩は結構続いています。

3.その他

喫煙害といいますが、私は元来煙草を吸いません。父は愛煙家で50歳代で亡くなりました。

カラダの骨格バランスを保つため、足を組んだりしません。元々足を組む習慣はありません。それでも年齢とともに節々が痛く5年前から整骨院に通っています。その先生が「足を組むのは体のバランスが崩れ、時間の経過とともに悪影響がでる。」と言っていました。

9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)	17(水)	13:30~15:30	柿崎商工会※1	17(水)	10:00~15:00
	18(木)	9:00~11:00		阿賀野市水原公民館※2	17(水)
小出商工会	10(水)	10:00~15:00	村上市役所※2	10(水)	10:00~15:00
※1 糸魚川市役所	10(水)	10:00~15:00		24(水)	10:00~15:00
	24(水)	10:00~15:00	十日町地域地場産業振興センター	11(木)	10:00~15:00
			クロス10	25(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580]……………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。

参加しませんか？ 新潟県社会保険協会の健康づくり事業

●「まちなか健康相談」を行っています

日頃から身体を気にされている方、街にお出かけの途中に是非ご利用ください。

○毎週月曜日／午後1時から午後4時まで ○大和新潟店(新潟市中央区古町7番町)
※祭日は行いません。

●佐渡を歩こう 健康ウォーク 今年は宿根木～小木港です

豊かな佐渡の自然に触れながら歩きませんか？7kmのコースをみんなで頑張って歩きましょう！

○9月28日 日曜日 開催 詳しくは同封チラシを御覧ください。

●あなたの体力年齢は？ 健康相談も行っていきます

体力測定に挑戦 本当の年齢はいくつ？

○9月1日、2日、3日 午前10時から午後4時まで
○万代シティホール「リターナ」(新潟市中央区万代)

参加ありがとうございました

【各支部バスハイク】佐渡・裏磐梯・志賀高原
【社会保険新任事務担当者事務講習会】
新発田・新潟・長岡・上越・柏崎・三条
【健康セミナー】新潟

参加された皆様、誠にありがとうございました。次回も是非ご参加ください！

「運動を日常的に行なう大切さを感じた」
「初めての体力測定楽しかった、次回も参加したい」
「いい汗かかせていただいた」
「メタボの話は参考になった」

参加者の声

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

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

高額医療費貸付事業・出産費貸付事業のお知らせ

財団法人 新潟県社会保険協会

政府管掌健康保険の加入者の皆様にご利用いただきました高額療養費貸付と出産費貸付につきましては、
社会保険協会での申し込み受付は、9月で終了いたします。

10月からは、新たに設立されます全国健康保険協会新潟支部で受け付けることになります。

健康保険軟式野球新潟県大会 出場チーム名訂正とお詫び

先月7月号に掲載いたしました「健康保険軟式野球新潟県大会」内、各支部代表チーム名で誤った表記がありました。
「誤」上越支部 株式会社カルサワコンサルタント高田支店 → 「正」上越支部 株式会社ナルサワコンサルタント高田支店
関係者の皆様方にご迷惑おかけしましたことをここにお詫びし、訂正いたします。

健康づくり
標語コンクール入選作品

いきいきと 歩くあなたは 健康人

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/>