

# にいがた



にいがた 街の散歩 ▲旧三国街道塩沢宿〈南魚沼市〉

このたびの集中豪雨災害で被災された皆様方に謹んでお見舞い申し上げます。  
一日も早く復旧されますようお祈り申し上げます。

## Contents

- 被保険者資格取得届の提出が必要です
- 年金シニアライフセミナーのご案内
- 協会けんぽからのお知らせです
- 社会保険事務講習会開催のご案内
- 「佐渡を歩こう元気ハツラツ健康ウォーク」

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

日本年金機構ホームページ<http://www.nenkin.go.jp/> 協会けんぽホームページ<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>  
財団法人 新潟県社会保険協会 ホームページ <http://www.niigata-inet.or.jp/nshkyoukai/>

【職場内で回覧しましょう】

新たに従業員を採用したときは…

# 被保険者資格取得届 の提出が必要です

<5日以内に「健康保険・厚生年金保険被保険者資格取得届」を日本年金機構 新潟事務センターへ郵送または電子申請により届出をお願いします。>

## 被保険者となる人は

**適用事業所で常用的使用関係にある人が被保険者となります。**

報酬を受けて働いている場合は、試用期間中であっても被保険者となります。

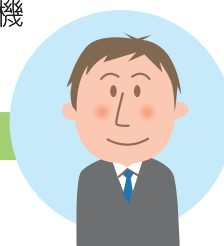
国籍などには関係なく被保険者となりますが、日々雇い入れられる人など常用的使用関係のない人は、一般被保険者とはなりません。

### 70歳以上の人

適用事業所に使用されていても厚生年金保険の被保険者にはならず、健康保険のみの被保険者となります

### 75歳から

適用事業所に使用されていても健康保険の被保険者にはならず、後期高齢者医療の被保険者となります。



## パートタイマーの加入は

パートタイマーであっても**常用的使用関係**にある人は被保険者となります。

**常用的使用関係**にあるかどうかは、労働日数、労働時間、就労形態、勤務内容などから総合的に判断します。

この場合、①労働日数、②労働時間が、それぞれ一般社員の4分の3以上であるときには原則として常用的使用関係があるとされ、被保険者となります。

※日によって勤務時間が変わる場合は、1週間をならし、所定労働時間のおおよそ4分の3以上であれば該当します。



## 短時間正社員の加入は

短時間正社員とは、一般社員と比較して所定労働時間（日数）が短い正規型の労働者で、①期間の定めのない労働契約を締結されていること、②時間当たりの基本給及び賞与・退職金等の算定方法などが同一事業所の同種の一般社員と同等である人をいいます。

短時間正社員については、労働契約や就業規則・給与規定などに規定があれば被保険者となります。

## 資格取得日は

資格取得日は、使用されるようになった日となります。

使用されるようになった日とは、事実上の使用関係が発生した日で、報酬が発生する日となります。

## 報酬月額

基本給、通勤手当、家族手当などの全ての固定的な報酬と、残業手当など（見込額）を加えた額が報酬月額になります。

また、食事や住宅などが、現物支給される場合は、標準価額によりその額を記入します。

※ご不明な点がありましたら、年金事務所へお問い合わせください。

## 資格取得届提出時の留意事項

- ①扶養家族がいる場合は、同時に「被扶養者（異動）届」を提出してください。  
（60歳未満の被扶養配偶者の場合は、「国民年金第3号被保険者届」（被扶養者（異動）届と複写式）の届出も必要となります。）  
※添付書類が必要となる場合もありますので、ご留意願います。
- ②平成18年から、資格取得届を提出する際、事業主が基礎年金番号や氏名などを正しく記入したことを、年金手帳と照合・確認することにより年金手帳の添付は不要となっています。
- ③資格取得日から60日以上経過して届出する場合は、出勤簿・賃金台帳の写しなど資格取得日が確認できる書類の添付が必要となります。

## 資格取得届提出後のお願い

資格取得届を提出すると、標準報酬月額が決定され、通知書が事業所に送られます。この通知書に記載されている「資格取得日」と「標準報酬月額」は、給付と保険料に直接関係するので、事業主はその内容を各被保険者にお知らせいただくこととなっています。

健康保険証および年金手帳（公的年金にはじめて加入された方）も送付されますので、この取扱いを含めてお知らせくださるようお願いいたします。

## 調査のご協力について(お願い)

日本年金機構では、適用事業所における被保険者の届出などが適正に行われているか、毎年一定の事業所に対して、調査を実施することとしております。

年金事務所では、事業所への訪問による調査、または調査会場へご来場いただくことによる調査を行っておりますので、ご協力をお願いいたします。

## 9月の年金相談のご案内

相談は予約制となります。予約なしの相談も可能ですが、予約の方を優先させていただきます。

会 場	相談日	時 間	会 場	相談日	時 間
五 泉 市 福 社 会 館	15(木)	10:00~15:00	糸 魚 川 市 役 所	14(水)	10:00~15:00
阿 賀 町 役 場 本 庁	28(水)	10:00~15:00		28(水)	10:00~15:00
佐 渡 中 央 会 館	21(水)	13:30~16:30	柿 崎 商 工 会	21(水)	10:00~15:00
両 津 地 区 公 民 館	22(木)	9:00~11:30	阿 賀 野 市 水 原 公 民 館	21(水)	9:30~12:30
小 木 町 商 工 会	22(木)	8:50~11:00	村 上 市 役 所	14(水)	10:00~15:00
小 出 商 工 会	21(水)	10:00~15:00		28(水)	10:00~15:00
予約可能な時間は各会場とも開始時間から、終了時間の30分前までとなります。 （佐渡中央会館のみ終了時間の20分前までです。）			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
				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。
- 予約による相談を希望する方は、出張相談所を主催する年金事務所へ事前に電話予約をしてください。

※上記の年金相談でご不明な点がございましたら、年金事務所へお問い合わせください。

# 2011年佐渡を歩こう!

元気ハツラツ

## 健康ウォーク!



朱鷺と共生する佐渡の里山は日本で初めて「世界重要農業資産システム」に認定されました。爽やかな秋風を感じ実り豊かな山野と青々とした日本海を佐渡から眺めてみませんか。曼珠沙華が待っています。

場所(コース)

小木地区

宿根木～矢島経島～小木港 7.5Km

開催日

9月25日(日)

定員

500名

交通費(船賃)負担

大人 5,000円 小人 3,000円

(小学生未満で席を必要とする場合は小人料金を頂きます)

佐渡島内参加の方は**無料**

●上越・柏崎の方

直江津港から 直江津港発7:00 柏崎駅前6:00⇔直江津(無料バス) 帰り 直江津港着19:40

このコースの方は、船運行時間の関係により、小木港到着後、バス観光(北雪見学一蓮華峰寺一昼食付)を行います。

●そのほかの方

新潟港から 新潟港発9:25

帰りはジェットfoil 新潟港着18:35(中越地区優先)又は19:35頃

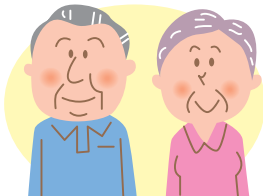
十日町駅西口(6:00)・JR六日町駅前(6:30)・長岡駅東口観光バスツアー乗り場(7:15)⇔新潟(無料バス)

≡≡情報!

蓮華峰寺は、西暦806年空海が開山、京都御所と比叡山をとる同一線上にあることから小比叡の名前がついている 真言の三大聖地(金剛寺、室生寺)

## 年金シニアライフセミナーのご案内

参加料  
無料



充実した退職後のセカンドライフを過ごしていただくため『保険・年金』・『健康』・『生きがい』・『家庭経済』のポイントについて考えてみませんか。本年度も4会場で開催します。ご夫婦での「参加」大歓迎です。多数の参加お待ちしております。

開催日	開始時間	会場	所在地
10月1日(土)	午後1時～ 5時まで	長岡市立劇場	長岡市幸町2-1-2
10月9日(日)		ホテルセンチュリーイカヤ	上越市中央2-1-7
10月16日(日)		シーユース雷音	柏崎市西港町12-11
11月20日(日)		万代シルバーホテル	新潟市中央区万代1-3-30

対象者

50歳以上の方及び事務担当者、年金委員、健康保険委員等

申込みは、下記申込書により佐渡汽船観光（株）FAX.025-245-3712まで  
先着順で受付ます（定員で締切とします）。  
照会・申込みは、佐渡汽船観光（株）TEL.025-245-3701まで  
申し込まれた方に、詳細をご連絡します。

■主催／財団法人新潟県社会保険協会

■後援／全国健康保険協会新潟支部・健康保険組合連合会新潟連合会・  
新潟県社会保険委員会連合会・新潟日報社・新潟県ウォーキング協会

■協力／佐渡市 ■旅行企画・実施／佐渡汽船観光株式会社 新潟県知事登録旅行業第2種19号 取扱管理者／高橋 裕



## 申 込 書

該当支部に○を付してください。

新潟東・新潟西・三条・新発田・長岡・六日町・上越・柏崎

申込代表者氏名

連絡先電話番号

※個人情報乗船名簿として使用するほか、当事業以外の目的には使用しません。  
※年齢欄について、小学生と小学生以下で席をご希望の方は記入年齢に○を付してください。  
※バスの利用希望の方は乗車地域に○を付してください。

氏 名	性別	年齢	住 所	バス乗車希望
				十日町・六日町・長岡・柏崎
				十日町・六日町・長岡・柏崎
				十日町・六日町・長岡・柏崎
				十日町・六日町・長岡・柏崎
				十日町・六日町・長岡・柏崎

申込日 平成 23 年 月 日

事業所住所

名称

電話番号

FAX

**セミナー内容**

- ・退職後の保険、年金の仕組みと手続き
- ・健康な生活を過ごすための生きがいについて
- ・退職後の家庭経済について

**定員**

各会場とも70名  
(定員になり次第締切)

**申込問合せ先** 申込みはFAXをお願いします。

財団法人 新潟県社会保険協会 ■ TEL.(025)240-5337 FAX.(025)290-3201

## 申 込 書

氏 名	性別	年齢	事業所名(電話番号)	参加する会場を○で囲んでください。
				長岡・上越・柏崎・新潟
				長岡・上越・柏崎・新潟
				長岡・上越・柏崎・新潟

# 協会けんぽからのお知らせです

## 交通事故等で保険証を使用するときは届出が必要です

健康保険では、業務に起因しないケガや病気について給付を行いますので、私用中であれば交通事故等でケガをされた場合でも保険証を使って治療を受けることができます。ただし、その場合は保険者（協会けんぽ）に届出をしていただくことになります。

業務上（通勤中も含む）のケガ・病気は、健康保険の給付の対象になりませんので、お勤め先や労働基準監督署にご相談ください。

### ● どのような場合に届出が必要ですか？

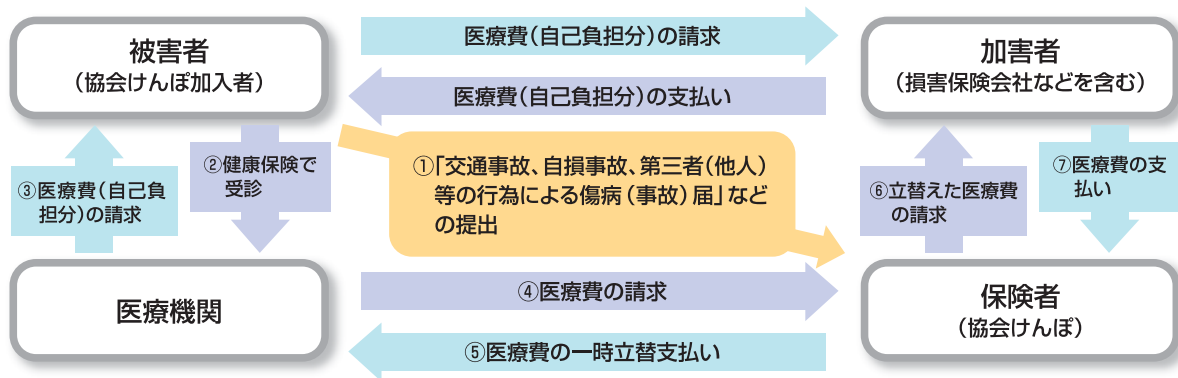
- ・自動車・バイク等交通事故で発生したケガ（相手がいない自損事故の場合も含む）
- ・スキー、スノーボード等の衝突事故で発生したケガ
- ・他人のペットが原因で発生したケガ
- ・暴力行為で発生したケガ
- ・飲食店での食事などが原因で発生した食中毒
- ・上記のような原因で、傷病手当金等を申請する場合 など



※ケガなどの原因となった相手方が、治療費の全て（自己負担分・保険者負担分に相当する額）を支払い保険証を使用しない場合や、傷病手当金などを申請しない場合は、届出の必要はありません。

### ● なぜ届出が必要なのですか？

ケガや病気の発生原因が相手がある場合は、治療に必要な費用は本来加害者である相手方が支払うこととなりますが、保険証を使用すると、加害者側が支払うべき治療費等を健康保険が立て替えて支払うことになり、後に被害者に給付した額を加害者側に請求することになります（下のイラストをご覧ください）。また、保険証を使用する以外にも、同様の原因で傷病手当金等の給付がされた場合にも加害者側に請求をすることになります。



このように加害者側に請求をするに当たり、加害者や事故の状況等についての情報が必要となりますので届出をしていただくことになります。なお、交通事故等の自損事故で相手がいない場合や、相手に過失がないと思われる場合でも、給付を行うに当たっての状況の確認のために届出をしていただいております。

### ● 届出していただく書類について

「交通事故、自損事故、第三者（他人）等の行為による傷病（事故）届」及び関連する届書

※状況によって提出していただく届書が異なりますので、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

### ● 負傷した原因を照会させていただく場合があります

骨折などの外傷性のケガで治療を受けられた場合に、①業務上・通勤途上ではないか、②相手（第三者）があるか、などを確認するため、照会させていただく場合がございますのでご協力をお願いいたします。



全国健康保険協会 新潟支部

協会けんぽ

〒950-8613 新潟市中央区弁天3-2-3 ニッセイ新潟駅前ビル3階 TEL.025-242-0260 (代表)

協会けんぽ 新潟

検索



# 食と健康

## 災害時の備え(食べ物)

管理栄養士 菅原美智子

# 5

東日本大震災および今回の集中豪雨で被災された方々には心よりお見舞い申し上げます。  
突然の災害から自分や家族の命を守る為には、まず、救援活動が受けられるまでの間の食料は各家庭で備えておくことが重要になってきます。

### ●何をどれだけ備蓄すればよいのか？

①非常持ち出し袋に入れておく物 ※家族の人数に応じて3日分位を用意！！

(5~6kg位の重さにまとめると良い)

備蓄食は、レトルトパック、缶詰め、乾物など日持ちし自分が食べたいと思う物を準備しておくことで安心していられます。また賞味期限をカレンダーなどに記入しておき、切れる前に食べて入れ替える事も大切です。日頃から非常食を食べる日を作って慣れておくことも良いと思います。(以下3日間1人分のめやすです)

まず飲料水は1人1日3ℓ×3日分と言われています。他に主食としてレトルトや缶詰めのご飯やおかずなど5~7個。長期間保存パンや餅、クラッカーなど3~4個。おかずとして、肉や魚の缶詰め3缶。野菜の缶詰め3缶。野菜ジュースなど3缶。又、お菓子などの甘い物は被災時には心を癒してくれますので、チョコレートや飴なども用意しておくとういすね。

②長期に対応するため家に備蓄する物

乾麺類やカップ麺、魚や肉、野菜の缶詰の他に大豆、切干大根、干椎茸や海草類、果物の缶詰、チーズ、スキムミルク等。ナッツ類や乾燥したフルーツ類や生姜、ネギなども低体温症予防などに効果があるといわれています。じゃが芋、さつまいも、南瓜、玉ねぎ、人参など保存のきく野菜を日頃から用意しておくのも大切です。

この機会にもう1度見直してみてください。



## 財団法人 新潟県社会保険協会 平成22年度決算承認される

平成22年度における本協会の会計収入・支出決算は、6月21日の理事会・評議員会の審議を経て承認されましたので次のとおりご報告いたします。

### 〈主な事業報告〉

#### 1 社会保険制度の趣旨普及

制度の趣旨普及および広報活動については「社会保険にいがた」を発行し、制度周知並びにホームページの活用、事務担当者の知識向上のため「社会保険事務講習会」を開催しました。

#### 2 社会保険事業の推進協力

日本年金機構・全国健康保険協会新潟支部・社会保険協会3者による連携を強化し安定した制度運営を図られるよう協力を行いました。

#### 3 健康づくり事業の実施

健康づくり事業に医師、保健師、栄養士、健康運動指導士等による「職場の健康づくり講習会」への講師派遣を行いました。

健康啓発事業の「健康ウォーク」の開催、「新潟市民健康福祉まつり」に参加し健康相談等を行いました。また、健康セミナーを開催し体力測定も行いました。

健康の保持増進に軟式野球大会及びボウリング大会の開催等、まちなか健康相談等を行いました。

#### 4 厚生福利事業の実施

社会保険相談事業は3会場において毎月社会保険相談所開設。団塊の世代へ対応として年金セミナーを開催しました。

レクリエーション事業については、福利協力施設の割引サービスの提供を行いました。

#### 5 協力団体への活動助成

社会保険制度の普及発展に寄与している社会保険委員会・年金受給者連合会の事業を後援・協賛するとともに事業推進のため助成を行いました。

#### 6 保養施設の運営

県外の団体を含め利用契約を結び、利用者の減少傾向を止めるべく努めると同時に、保養施設としての効果を高め、快適性を向上させるため「ナノミストサウナ」を導入しました。

### 平成22年度一般会計収支予算

科 目	金 額
I.事業活動収支の部	
1.〈事業活動収入〉	
基本財産運用収入	29,000
会 費 収 入	108,890,895
寄 付 金 収 入	1,146,099
雑 収 入	286,098
事業活動収入計	110,352,092
2.〈事業活動支出〉	
事業費支出	103,083,376
管理費支出	27,543,123
事業活動支出計	130,626,499
事業活動収支差額	△20,274,407
科 目	金 額
II.投資活動収支の部	
1.〈投資活動収入〉	
特定資産取崩収入	21,000,000
投資活動収入計	21,000,000
2.〈投資活動支出〉	
固定資産取得支出	117,600
投資活動支出計	117,600
投資活動収支差額	20,882,400
III.財務活動収支の部	
1.〈財務活動収入〉	
財務活動収入計	0
2.〈財務活動支出〉	
財務活動支出計	0
財務活動収支差額	0
IV.予備費支出	0
当期収支差額	607,993
前期繰越収支差額	3,322,896
次期繰越収支差額	3,930,889

## 社会保険事務講習会開催のご案内

参加料無料

10月開催の事務講習会は年金事務所からは年金給付（障害・遺族給付関係）を中心とし、健康保険は保険給付関係について、次の日程で社会保険事務講習会を開催します。

多数の参加をお待ちしています。

なお、9月開催分については「社会保険にいがた7月号」をご覧ください。

**特典** 講習会参加の皆様には、「平成23年度版社会保険の事務手続」を差し上げます。

開催日	開催時間	会場	所在地	定員
10月 6日(木)	午後1時30分 ～午後4時	新発田市生涯学習センター	新発田市中央町5-8-47	48名
10月 7日(金)		ハイブ長岡	長岡市千秋3-315-11	70名
10月13日(木)		上越市市民プラザ	上越市土橋1914-3	50名
10月14日(金)		ワークプラザ柏崎	柏崎市田塚3-11-50	30名
10月17日(月)		クロスパルにいがた	新潟市中央区礎町3ノ町2086	70名
10月18日(火)		三条・燕地域リサーチコア	三条市須頃1-17	48名
10月19日(水)		サンライズ南魚沼	南魚沼市坂戸399-1	18名

### お申込み方法

開催日・事業所名・参加者名・参加会場を記入し、FAXにてお申し込みください。（電話によるお申し込みも可能です。）

財団法人 新潟県社会保険協会 ■ TEL.(025)240-5337 FAX.(025)290-3201

## 体力測定のご案内

運動のきっかけづくりとして体力測定をしてみませんか。  
測定料は無料ですのでお気軽に皆さんの「参加」お待ちしております。  
予約は不要です。当日直接会場へお越しください。



開催日

平成23年8月31日(水)・9月1日(木)・9月2日(金)  
各日とも午前9時30分～午後4時30分

会場

新潟市中央区万代  
万代シテイホール2階「リターナ」(レインボータワー隣り)

## 本部からのお知らせ

本部支部

### — 社会保険軟式野球新潟県大会の延期のお知らせ —

7月30日・31日に予定していましたが、このたびの集中豪雨災害の発生により、大会日程を延期します。決定次第改めてお知らせします。

### 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2火曜日(10:00～15:00)
- 小千谷商工会議所[小千谷市本町2-1-5]……………毎月第2水曜日(10:00～15:00)
- 寺泊町商工会[長岡市寺泊坂井町9769-31]……………毎月第2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

標語コンクール金賞作品

毎日の 小さな努力で 大きな健康