

にいがた

新潟昔語り

出雲から姫への求婚

糸魚川市



遠い遠い昔のことです。このあたりを含む高志の国を、
奴奈川姫という賢く美しい姫が治めていました。ヒスイも
採れる姫の国は、とても栄えていました。姫の噂はかなた
にある出雲の国まで聞こえ、出雲から大国主命がはるばる
やって来て、奴奈川姫に求婚したのです。

しかし、姫はすぐには大国
主命の思いを受け入れず、求
婚は一夜待ってようやくかな
えられました。2人の間には
建御名方命が生まれ、後に信
州の諏訪大社の祭神に迎えら
れたという。



天津神社境内にある奴奈川神社

※伝説については、諸説ある話のうち、取材したもの1つをご紹介します。

新潟日報「好きですにいがた」語り継がれる不思議にいがたより

Contents

- 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます
- 社会保険ボウリング地区大会開催のお知らせ
- 柔道整復師(整骨院・接骨院)の施術を受けられる方へ
- 社会保険事務講習会12月開催のご案内

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**

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】

「社会保険料（国民年金保険料） 控除証明書」が発行されます ～年末調整・確定申告まで大切に保管を！～

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。

この社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成26年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方については、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が本年11月上旬に日本年金機構本部から送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書（又は領収証書）を添付してください。

また、平成26年10月1日から12月31日までの間に今年はいじめて国民年金保険料を納付された方については、翌年の2月上旬に送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている番号にお問い合わせください。

ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル

0570-058-555（ナビダイヤル）

050から始まる電話でおかけになる場合は 03-6700-1144

～自動音声でご案内します。自動音声案内に従って「3」を押してください～

受付期間 平成26年11月4日（火）～平成27年3月16日（月）

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

※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

- ナビダイヤルは、一般の固定電話からおかけになる場合は全国どこからでも、市内通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の固定電話以外（携帯電話等）からおかけになる場合は通常の通話料金がかかります。
- 「03-6700-1144」の電話番号におかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。
- 「0570」の最初の「0」を省略したり、市外局番をつけて間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いにはご注意ください。

待ち時間も少なく、無料で年金の相談や手続きができます。（平日8:30～17:15）

街角の年金相談センター新潟

新潟市中央区東大通2-3-26 プレイス新潟6階 電話:025-244-9246

※国民年金基金とは違うビルです ※「街角の年金相談センター新潟」の赤い看板を目印に！

提携駐車場もあります



11月は

ねんきん月間

11月30日は

「年金の日」

です

日本年金機構は厚生労働省と協力して11月を「ねんきん月間」と位置づけ、公的年金制度の普及・啓発活動を積極的に行います。

新潟県内年金事務所の活動内容

－新潟県内全年金事務所－

11月8日(土)

11月30日(日)

は、週末相談日です。

午前9時30分から午後4時まで

次の年金事務所では出張相談会の開催を予定しています。

－新潟東年金事務所－

11月3日(月)

新潟医療福祉大学大学祭において出張相談会を実施
午前10時から午後3時まで

11月8日(土)

阿賀町役場で出張年金相談及び国民年金納付相談会を実施
午前10時から午後3時まで

－新発田年金事務所－

11月8日(土)

クリエート村上(村上市)で国民年金納付相談会を実施
午前10時30分から午後3時まで

11月30日(日)

関川村村民会館(関川村)で国民年金納付相談会を実施
午前10時30分から午後3時まで



事業主の皆様へ 年金委員の設置をお願いします!

年金委員ってなに?

年金委員は、政府が管掌する厚生年金保険や国民年金に関する制度について、会社や地域において、啓発、相談、助言などの活動を行う民間協力員です。活動内容により、「**職域型**」と「**地域型**」の2つに区分され、「**職域型**」は主に厚生年金保険の適用事業所内、「**地域型**」は自治会などの地域において活動していただいています。事業所内で活動いただくのは、「**職域型**」となります。 ※平成26年3月末現在、全国で12万人の方が年金委員として委嘱されています。

年金委員ってどんなことをするの?

年金委員は、年金事務所と密接な連携をとりながら、事業主や従業員の皆様とその家族の方に厚生年金の適用、給付、保険料その他、年金に関する事務手続きなどの指導や相談、広報を行っていただいております。

年金事務所は活動をどのように助けてくれるの?

年金の届出や年金請求の方法のほか、年金制度全般にわたる研修会を開催しています。制度が改正された時の説明会など開催し、活動のお手伝いをいたします。

年金委員を設置したいのですが手続き方法は?

厚生年金保険の適用事業主様が「年金委員推薦書(職域型)」を管轄する年金事務所に提出をお願いいたします。届出用紙は、年金事務所に備え付けてあるほか、日本年金機構ホームページ(<http://www.nenkin.go.jp/>)「年金委員通信」よりダウンロードできます。

今年も健康づくりにボウリング♪ 社会保険ボウリング 地区大会開催のお知らせ



各支部の上位3チームが平成27年2月21日に開催する新潟県大会の代表チームとなります。(複数会場で行われる支部は各会場の優勝チームと得点上位のチーム)

- 参加資格** 社会保険協会に加入している事業所で1チーム3名(男女混合可)とします。
- 競技方法** 3人1チームの団体戦とし、6ゲーム(1人2ゲーム)のトータルピン(ハンディ女性1G15ピン)で順位を決定します。
- 経 費** 1チーム2,000円(大会当日受付へ) ※シューズ代は各自負担願います。
- 開始時間** 各会場とも午後6時より受付開始、午後6時30分試合開始となります。

開催支部	開 催 日	開 催 場 所	募集チーム数	申込締切日
新潟東	11月20日(木)	グランドボウル新潟(新潟市中央区南笹口)	15	11月 7日
新潟西	11月19日(水)	グランドボウル新潟(新潟市中央区南笹口)	15	11月 7日
	11月28日(金)	楽園ボウル(佐渡市東大通)	14	11月18日
三 条	11月28日(金)	サカイボウル(三条市南新保)	20	11月20日
	12月 5日(金)	ポップボウル県央(燕市井土巻)	10	11月20日
新発田	12月 2日(火)	ジョイタウンボウル新発田店(新発田市新栄町)	20	11月21日
長 岡	12月 5日(金)	長岡遊ボウル(長岡市喜多町)	20	別紙
六日町	11月28日(金)	サウンドボウル六日町(南魚沼市六日町)	15	別紙
上 越	12月 3日(水)	上越レジャーランボウル(上越市下門前)	20	11月20日
柏 崎	11月27日(木)	アピナボウル柏崎(柏崎市錦町)	20	11月20日

申込み先 右記申込書により、該当支部にFAXしてください。(長岡・六日町支部は別途)

- 新潟東・新潟西・三条・新発田支部
FAX.(025)290-3201
- 上越・柏崎支部
FAX.(025)527-4890
- 長岡・六日町支部
別途申込書により申込願います



※各会場とも募集数に達し次第締め切らせていただきます。

平成26年度 社会保険ボウリング地区大会参加申込書

支 部 名	新潟東 ・ 新潟西 ・ 三条 ・ 新発田 ・ 上越 ・ 柏崎			
事 業 所 名				
所 在 地				
申込責任者	連絡先電話番号			
開催日・会場				
メンバー表 (番号は投球順です)	氏 名	年 齢	性 別	備 考
	①			
	②			
	③			

日本年金機構からのお願い 26年10月より取扱いが変更されます

事業主
の皆様へ

平成26年10月より、外国籍の方の厚生年金保険被保険者資格取得届等を提出する際には、「ローマ字氏名届」の提出も合わせて必要になりました。外国籍の方の年金記録を適正に管理していくため、忘れずに提出をお願いします。

平成26年10月からの手続き

厚生年金保険被保険者資格取得届等+ローマ字氏名届(外国籍の方について原則全員提出)
※他に厚生年金保険被保険者氏名変更届、国民年金第3号被保険者関係届が対象となります。
平成26年10月より、マイナンバー(個人番号)の導入に向けた取り組みとして、日本年金機構では、新規に基礎年金番号を付番する際に、住民票コードを収録します。このため、基礎年金番号を事業主の方において確認できない場合については、資格取得届に住民票上の住所のご記入が必要となります。

- 日本年金機構にて本人確認ができなかった場合、資格取得届等を一旦お返しすることとなります。
- 本人確認ができない場合には、健康保険被保険者証の交付ができません。

お問い合わせ先 ▶ 年金事務所

協会けんぽからのお願い 申請書・届出書の新様式への切り替えをお願いいたします

協会けんぽでは7月に申請書・届出書の様式を変更いたしました。旧様式でご提出いただくと給付金の支払いが遅延しますので、新しい様式をご利用くださいますようお願いいたします。

新様式はホームページからダウンロードできます

協会けんぽ 新潟

検索

お問い合わせ先

【協会けんぽ新潟支部】TEL.025-242-0260



協会けんぽからのお知らせです



柔道整復師（整骨院・接骨院）の施術を受けられる方へ

整骨院や接骨院で施術を受ける場合、健康保険証を使って受けられるものと受けられないものがあります。

健康保険の対象となる負傷

医師や柔道整復師の診断、または判断により、急性・亜急性の外傷性の「骨折」「脱臼」「打撲及び捻挫」で、内科的原因ではないもの



【骨折・捻挫・打撲等】

健康保険を使えるのは？

- 医師や柔道整復師に、「骨折」「脱臼」「打撲及び捻挫等」（肉ばなれを含む）と診断、または判断され、施術を受けたとき。（「骨折」及び「脱臼」については、応急手当をする場合を除き、あらかじめ医師の同意を得ることが必要です。）
- 骨・筋肉・関節のケガや痛みで、その負傷原因がはっきりしているとき。

<主な負傷例> 日常生活やスポーツ中に転んで膝を打ったり、足首を捻ったりして急に痛みが出たとき。



【単なる肩こり・筋肉疲労】

健康保険を使えないのは？

- 単なる（疲労性・慢性的な要因からくる）**肩こりや筋肉疲労**。
- 脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善の見られない長期の施術。
- 保険医療機関（病院、診療所など）で同じ負傷等のため治療中のもの。
- 労災保険が適用となる工作中や通勤途上での負傷。



施術を受けるときの注意

- 👉 施術が長期に渡る場合は、内科的要因も考えられますので、医師の診察を受けましょう。
- 👉 施術を受けるときは、「いつ」「どこで」「何をして」「どんな症状があるのか」負傷原因を正確に伝えましょう。
- 👉 窓口支払いの領収書は医療費控除を受ける際に必要となりますので、大切に保管しましょう。

施術内容について協会けんぽよりお尋ねすることがあります!!

施術日や施術内容等について照会させていただく場合があります。柔道整復師にかかったときは、負傷部位、施術内容、施術年月日の記録や領収書等の保管をしていただき、照会がありましたら、ご自身で回答していただきますよう、ご協力をお願いいたします。



お問い合わせ先 ▶ 【業務グループ】 TEL.025-242-0262



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

2014年 佐渡を歩こう!

元気ハツラツ

健康ウォーク!



9月28日(日)晴天の中、波穏やかな両津航路・直江津航路を渡り、幽玄の大膳神社能舞台前から第一歩を踏み出し、五重塔で有名な妙宣寺・聖武天皇の命により作られた国分寺と佐渡の飛鳥路を通り、海を見下ろせる順徳上皇の真野御陵を經由し真野公園まで7キロをゆっくりウォーキング。乳母車を押した家族連れから元気な年金受給者の皆さんが、咲き乱れるコスモス・稲刈りの終えた棚田の空気を吸いながら無事完歩されました。



11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。

主催年金事務所 (予約先電話番号)	会 場	相談日	時 間	主催年金事務所 (予約先電話番号)	会 場	相談日	時 間
新潟東年金事務所 (025-283-1013)	五 泉 市 福 祉 会 館	20(木)	10:00~15:00	上越年金事務所 (025-524-4115)	糸 魚 川 市 役 所	12(水)	10:00~15:00
	阿 賀 町 役 場 本 庁	26(水)	10:00~15:00			26(水)	10:00~15:00
新潟西年金事務所 (025-225-3008)	両 津 地 区 公 民 館	19(水)	12:40~15:00		柿 崎 商 工 会	19(水)	10:00~15:00
長岡年金事務所 (0258-88-0006)	小 千 谷 市 民 会 館	12(水)	10:00~15:00	新発田年金事務所 (0254-23-2128)	村 上 市 役 所	12(水)	10:00~15:00
		26(水)	10:00~15:00			26(水)	10:00~15:00
	小 出 ボ ラ ン テ ィ ア セ ン タ ー	27(木)	10:00~15:00		阿 賀 野 市 水 原 総 合 体 育 館	19(水)	9:30~12:30
				六日町年金事務所 (025-716-0802)	十日町地域地場産業振興センター (クロス10)	13(木)	10:00~15:00
						27(木)	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が、次の会場は時間が異なります。両津地区公民館は12:40から14:20までとなりますのでご注意ください。

- 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。

社会保険事務講習会12月開催のご案内 参加料不要

社会保険事務を担当されることとなった方を対象とした講習会です。どなたでも参加いただけます。

特典 講習会参加者には、参考図書を差し上げます。

【講習内容】 保険証交付までの流れ・健康保険の給付について 講師／全国健康保険協会新潟支部職員
保険の加入・資格、保険料について 講師／日本年金機構年金事務所職員

開催日	開催時間	会場	所在地	定員
12月 4日(木)	午後1時30分 ～午後4時	南魚沼ふれ愛支援センター	南魚沼市坂戸399-1	60名
12月 8日(月)		燕三条地場産センターリサーチコア	三条市須頃1-17	60名
12月 9日(火)		新発田市生涯学習センター	新発田市中央町5-8-47	48名
12月11日(木)		クロスパルにいがた	新潟市中央区礎町3ノ町2086	70名
12月12日(金)		上越市市民プラザ	上越市土橋1914-3	60名
12月15日(月)		ハイク長岡	長岡市千秋3-315-11	70名
12月17日(水)		ワークプラザ柏崎	柏崎市田塚3-11-50	36名

※「クロスパルにいがた」会場は、駐車場が少ない為、公共交通機関をご利用ください。

お申込み方法

参加される会場名、開催日、事業所名、参加者名を記入し、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。)なお、各会場とも先着順とし、定員に達した場合のみご連絡します。

一般財団法人新潟県社会保険協会 ■ FAX. (025) 290-3201 TEL. (025) 240-5337

年金委員・健康保険委員の皆様へ

社会保険委員大会開催のお知らせ

社会保険委員会名	開催日	開催会場
六日町社会保険委員会	11月 5日(水)	十日町地域地場産業振興センター(十日町市宇都宮71-26)
柏崎社会保険委員会	11月 6日(木)	岬ひとひら(柏崎市番神2-10-39)
新発田社会保険委員会	11月12日(水)	アーデ・ギャレ(新発田市緑町2-4-22)
長岡社会保険委員会	11月19日(水)	ホテルニューオオタニ長岡(長岡市台町2-8-35)
三条社会保険委員会	11月21日(金)	ジオワールドVIP三条(三条市旭町2-8-57)
上越社会保険委員会	11月25日(火)	ホテルハイマート(上越市中央1-2-3)
新潟東社会保険委員会 新潟西社会保険委員会	11月26日(水)	新潟東映ホテル(新潟市中央区弁天2-1-6)

大勢の委員の皆様参加をお待ちしています!

松風荘で、やすらぎとくつろぎのひとときを。



『ナミストサウナ』は
低温(38℃～42℃)でゆっくり体を温めます。

お申し込み・お問い合わせはお気軽に

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

閑静なたたずまい・落ち着いた10室

瀬波保養所

松風荘

健康づくり
標語コンクール銅賞作品

笑うこと 心と身体の バロメーター