

にいがた

新潟 昔語り

佐渡むじなの大親分

佐渡市
(旧相川町)

二つ岩団三郎は佐渡むじなの大親分。相川の関の寒戸、真野のおもやの源助、赤泊の徳和の禅達、新穂の才喜坊という、むじな四天王を従えていました。

キツネと縄張り争いになったときのこと。団三郎は「かご行列に化けてみせる」と言い放ちます。キツネの大將が待っていると、奉行のかご行列がやって来ました。「よう化けたが、土下座なんかせんぞ」と大將が叫ぶやいなや、武士に切られてしまいました。行列は本物だったのです。キツネの子分は越後に逃げ、佐渡にはキツネがおらんようになっただと。



団三郎は映画「平成狸合戦ぽんぽこ」にも登場



※伝説については、諸説ある話のうち、取材したものの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

- 学生納付特例制度はどんな制度?
- 健康保険委員(健康保険サポーター)を募集しています!!
- 社会保険協会会員施設割引「施設」のご案内
- 社会保険ボウリング～地区大会の結果～

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/>
一般財団法人 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】

学生納付特例制度はどんな制度？



▶ 学生のために、国民年金保険料の納付が猶予される制度です

保険料を納められないときはそのままにせず、学生納付特例を申請しましょう。

学生納付特例制度のメリット

- 病気やけがで障害が残ったときに障害基礎年金、死亡時には遺族（「子のある配偶者」、「子」）の方は遺族基礎年金を受け取ることができます。
- 障害や死亡といった事故が発生するまでの国民年金の加入期間の2/3以上の期間について、保険料の納付、免除又は猶予されていること、若しくは事故の直前の1年前に保険料の未納がないことが必要です。
- 年金を受け取るために必要な期間（受給資格期間）に算入されます。

対象になる方

大学（大学院）、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校※に在学する学生等で、ご本人の前年所得が基準以下の方です。※学校教育法で規定されている修業年限が1年以上の課程

所得のめやす

118万円 + 扶養親族等の数×38万円 で計算した額以下である場合

学生納付特例期間の年金はどうなるの？



▶ 将来受け取る年金の受給資格期間には算入されますが、年金額には反映されません

「納付」と
「学生納付特例」と
「未納」は
このように違います。

	老齢基礎年金		障害基礎年金・遺族基礎年金 ^(注1)
	受給資格期間への算入	年金額への反映	受給資格期間への算入
納 付	○	○	○
学生納付特例	○	× ^(注2)	○
未 納	×	×	×

注1／障害基礎年金および遺族基礎年金を受け取るためには一定の要件があります。

注2／保険料を10年以内に納付（追納）すると年金額に反映されます。

※ただし、承認を受けた年度の翌年から起算して、3年度目以降は、当時の保険料に一定の金額が加算されます。

手続きはどうするの？



①申請書を手に入ります

申請書は、市（区）役所または町村役場の国民年金窓口や、年金事務所、日本年金機構ホームページで入手できます。

②申請書を提出します

提出先は、住民票を登録している市（区）役所または町村役場の国民年金窓口です。申請するときは、学生証（有効期間が表記されているもの）または在学証明書が必要です。

（学生証はコピーでも可能ですが、在学証明書は原本を提出してください。）

③平成26年4月分から平成27年3月分までの期間にかかる申請は、平成26年4月から平成28年5月末までになります

（申請時点の2年1ヵ月前の月分まで遡ることができますが、申請が遅れると、万一の際に障害年金が受け取れない場合がありますので、すみやかに申請してください。）

④申請後、日本年金機構から「承認通知書」または「却下通知書」が届きます

● 承認通知書が届いた場合 ▶ 承認期間は4月～翌年3月の1年間※となります。

● 却下通知書が届いた場合 ▶ 保険料を納付する必要があります。

※既に保険料を納められた月分は、学生納付特例の期間にはなりません。

その他、詳細は年金事務所もしくは日本年金機構のホームページでご確認ください。

手続きをしないとどうなるの？



▶ 万一のことが起こったときに、年金が受け取れなくなります

年金は、老後に受け取るだけではありません。万一、病気やけがで障害が残ったときに、保険料を納めていなかったり、学生納付特例の手続きを行っていないと、障害年金が受け取れなくなる場合があります。

国民年金保険料の納付は 口座振替が便利でお得です!

口座振替のお申込み方法

口座振替のお手続きは、各金融機関の窓口又は年金事務所ですぐにできます。
口座振替のお申込みには、基礎年金番号と金融機関へのお届印が必要となります。
(年金手帳や納付書であらかじめ基礎年金番号をご確認ください。)

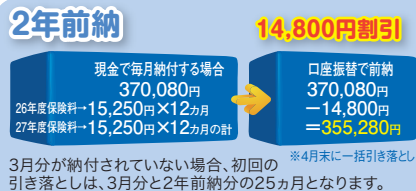
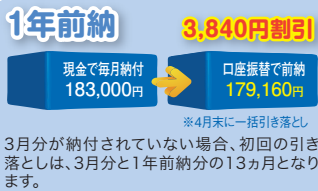
平成27年度保険料の口座振替前納のお申込みは2月27日(金)までとなります。

詳しくは、お近くの年金事務所までお問い合わせください。

選べる口座振替。ライフスタイルに合わせてご利用ください。



※早割申込後の最初の引き落としは、前月分(割引なし)と当月分(50円割引)の2ヵ月分となり、その後は当月分(50円割引)の1ヵ月分となります。



便利で簡単! 国民年金保険料はクレジットカード納付もご利用いただけます。 申出書に必要事項を記入し、年金事務所へお届ください。

日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構

検索

※H26年度の金額です。

2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)	さくらんどう会館	5(木)	10:00~15:00	上越年金事務所 (025-524-4115)	糸魚川市役所	12(木)	10:00~15:00
	五泉市福祉会館	19(木)	10:00~15:00			25(水)	10:00~15:00
	阿賀町役場本庁	25(水)	10:00~15:00		柿崎商工会	18(水)	10:00~15:00
新潟西年金事務所 (025-225-3008)	佐渡中央会館	18(水)	13:30~17:00	三条年金事務所 (0256-32-2820)	市民交流センターネーブルみつけ	25(水)	10:00~15:00
	新穂地区公民館	19(木)	9:00~11:40	新発田年金事務所 (0254-23-2128)	村上市役所	10(火)	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			25(水)	10:00~15:00
		25(水)	10:00~15:00		阿賀野市水原総合体育館	18(水)	9:30~12:30
	小出ボランティアセンター	26(木)	10:00~15:00	六日町年金事務所 (025-716-0802)	十日町地域産業振興センター (クロス10)	12(木)	10:00~15:00
						26(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。

【佐渡中央会館】13:30から16:10まで 【新穂地区公民館】9:00から11:00まで

- 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。



健康保険委員(健康保険サポーター) を募集しています!!

健康保険委員(健康保険サポーター)とは?

協会けんぽの健康保険事業について、事業主・加入者の皆様のご協力による事業の推進を図るため、広報・相談・健康保険事業の推進・モニター等にご協力いただく被保険者様を健康保険委員(健康保険サポーター)として、各都道府県支部長が委嘱しています。
(新潟支部でご活躍いただいている健康保険委員の人数 約1,800名【平成26年12月末現在】)

健康保険委員(健康保険サポーター)の役割は?

加入者の皆様が健康に対してより関心を持ち、元気に生活していただくために**加入者の皆様と協会けんぽとの橋渡しの役割**を担っていただいています。

広 報

協会けんぽからの健康保険事業に関する各種情報について、事業主および加入者の皆様への周知・広報のご協力。

相 談

健康保険に関する申請の手続き等について、加入者の皆様からの相談への対応。

健康保険事業の推進

事業主や加入者の皆様へ健診の受診を勧めていただくこと、健康づくりや生活習慣病予防に関する啓発など、協会けんぽの各種事業の推進およびご協力。

モニター等

協会けんぽが実施する健康保険事業の運営やサービス等に関する提言など。

健康保険委員(健康保険サポーター)のメリットは?

メリット
1

健康保険委員研修会に
無料でご参加いただけます!

メリット
2

最新の制度改正など、
様々な**有益な情報**を
いち早くご提供します!

メリット
3

ご意見・ご要望をいつでも
メールで送信いただける
専用窓口があります!

健康保険委員(健康保険サポーター)の応募条件・応募方法は?

応 募 条 件

- ①協会けんぽ新潟支部にご加入の被保険者様
- ②健康保険のご担当者様や管理者様
- ③事業主様の同意を得られる方
- ④無報酬でご協力(活動)いただける方

応 募 方 法

「健康保険委員応募申込書兼事業主同意書」を協会けんぽ新潟支部にご提出ください。届出用紙は、協会けんぽ新潟支部ホームページからダウンロードいただくか、郵送でもお送りします。



**健康保険のご担当者様は、
普段のお仕事そのものが、ズバリ「健康保険委員の役割」です!!**

ぜひ、健康保険委員(健康保険サポーター)にご応募ください!!



お問い合わせ先

【協会けんぽ新潟支部 企画総務グループ】 TEL.025-242-0261



全国健康保険協会 新潟支部
協会けんぽ

協会けんぽ 新潟

検索

〒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)

協会けんぽ新潟支部メールマガジン 「ときメール」配信登録受付中!

保険料率改定や制度改正、健康を維持するためのノウハウ、各種申請に関するワンポイントアドバイス等、役立つ情報をメールでタイムリーにお届けしております。どなたでも**無料**でご利用いただけますので、ぜひご登録ください。

ご利用までの流れ

STEP1

パソコンまたは
スマートフォンから
登録します

STEP2

会員情報の登録
(会員手続の完了後、
完了メールが届きます)

STEP3

登録したメール
アドレスにメールマガジン
が配信されます

※登録完了メールが届かない場合は、登録が完了していない可能性がありますので、再度配信登録を行ってください。
※パソコンのメール・セキュリティ設定による配信不能の可能性もありますので、そちらも併せてご確認ください。

概要

- 登録できる方** パソコン・スマートフォンのEメールアドレスをお持ちの方であれば、協会けんぽにご加入の方はもちろん、協会けんぽにご加入でない方もご利用できます。
※携帯・PHSからはご登録できません。
- メールの内容** ●健康保険法改正などの最新情報 ●各種申請お手続きの際の留意点やQ&A
●健康保険制度のわかりやすい解説
●健康づくりのお役立ち情報 ●イベント・セミナーのご案内 など
- 配信回数** 毎月1回(20日頃)配信(旬な情報は随時配信させていただくことがあります。)
- 利用料金** 無料(通信料は除きます)
- 解除方法** メールマガジンに記載されているURLから解除手続きを行うことができます。

ご登録方法

パソコンから!



新潟支部ホームページの
上のバナーをクリック!

スマートフォンから!



左のQRコードを
読み取って
ご登録ください!



※登録にあたっては、登録手続きの際に表示されるご利用上の注意事項(利用規約)をよくお読みください。

【お問い合わせ先】025-242-0261 <協会けんぽ新潟支部 企画総務グループ>

免疫力アップでインフルエンザ対策!!

今年もインフルエンザの流行が懸念される時期となりました。インフルエンザの感染力は非常に強く、日本では毎年約1千万人、約10人に1人が感染しています。インフルエンザは高熱・関節痛・咳や喉の痛みなど、風邪と似た症状が出ますが、風邪とは全く異なるウイルスです。体力をつけ、体の免疫力を高めることは、インフルエンザの予防に繋がります。日頃から体のメンテナンスをしっかりとっておくことが重要です。

インフルエンザ対策のポイント = 症状を悪化させない対策 + 感染を防ぐ対策

1. 免疫力チェック！最近の自分を振り返ってみましょう

- | | |
|--------------------------------------|---|
| ☐ 朝食を食べていない | ☐ あまり運動をしない |
| ☐ 野菜類を食べていない | ☐ 最近、大笑いをしていない |
| ☐ 偏食がある | ☐ 煙草を吸っている |
| ☐ 睡眠不足である | ☐ □内炎や口唇ヘルペスを繰り返して発症している |
| ☐ ストレスが溜まっている | |

左記のうち、1つでも当てはまる方は、免疫力が低下しやすく、ウイルスに感染する恐れがあります。生活習慣を見直しましょう。



トーストまたはご飯



野菜、オムレツ



果物



牛乳またはヨーグルト



他に、納豆や野菜ジュースもオススメです!

2. 自分の「心がけ」と周囲への「気配り」でウイルスをシャットアウト

- 手洗い・うがいをしましょう。手洗いは石鹸を使って15秒以上、流水で念入りに。
- 清潔な手で口・鼻・目を触るようにしましょう。ウイルスが付着した物に触れた手などから感染することがあります。
- 体調があまり良くないときなどは、人ごみをなるべく避けましょう。
- インフルエンザにかかったら、なるべく外出を控えましょう。熱が下がっても発症から7日間程度は、周囲に感染する可能性があります。
- 咳エチケットで、飛沫の拡散防止。マスクを忘れずに。
- 咳やくしゃみの際は、他の人から顔を背け、1～2m以上は離れましょう。

体力や免疫力が落ちたと感じた時は、ストレスを発散させたり早めに就寝するなど、こころと体のメンテナンスをおこないましょう。

各種サービス移行時期延期のお知らせについて

平成27年1月26日(月)に予定していた新しい業務システムへの移行に伴い、保険証等の発行や一部給付金の支給を停止する期間が発生する予定でしたが、移行延期により通常通り業務を行います。新たな業務システムの移行時期は、改めて後日ご案内いたします。

※詳しい内容や最新情報は、協会けんぽのホームページをご覧ください。(http://www.kyoukaikenpo.or.jp/)



全国健康保険協会 新潟支部
協会けんぽ

協会けんぽ 新潟

検索

訂正とお詫び

社会保険にいがた12月号の2ページ・7ページでお知らせした内容に誤りがありました。

●2ページ●社会保険委員大会開催 記事 誤:株式会社 広瀬 ⇒ 正:株式会社 廣瀬

●7ページ●平成27年1月から変わります!! の ①「高額療養費制度」が変わります! 記事 中

[平成26年12月診療分まで]の[多数該当欄]の[被保険者の所得区分C欄]の金額 誤:35,400円 ⇒ 正:24,600円

ご迷惑をおかけして申し訳ございません。訂正し、お詫び申し上げます。

会員
特典

社会保険協会会員施設割引 「施設」のご案内



施設利用会員証は、次の施設で利用できます。割引内容は施設ごとに異なりますので、各施設にお尋ねください。(詳細は社会保険協会ホームページをご覧ください)
施設利用会員証の交付については、社会保険協会本部まで照会願います。

割引施設一覧

カルチャー	新潟日報カルチャースクール メディアシップ教室	新潟市中央区 TEL.025-385-7340	入浴施設	駒子の湯	湯沢町 TEL.025-785-7660
	新潟日報カルチャースクール 三条教室	三条市 TEL.0256-33-0236		岩の湯	湯沢町 TEL.025-787-2787
	新潟日報カルチャースクール 上越教室	上越市 TEL.025-523-3222		街道の湯	湯沢町 TEL.025-788-9229
	新潟日報カルチャースクール 長岡教室	長岡市 TEL.0258-34-9606		宿場の湯	湯沢町 TEL.025-789-5855
	新潟日報カルチャースクール メイワサンピア教室	新潟市西区 TEL.025-239-1450		万代シルバーホテル	新潟市中央区 TEL.025-243-3711
スポーツクラブ	新津カントリークラブ	新潟市秋葉区 TEL.0250-22-1850	宿泊施設	ニューハートピア新潟瀬波	村上市 TEL.0254-53-2531
	ビッグ・クレストフィールドクラブ (ゴルフ練習場)	新潟市秋葉区 TEL.0250-22-2222		じょんのび村 萬歳楽	柏崎市 TEL.0257-41-2222
	リバティースポーツクラブ	新発田市 TEL.0254-23-5123		ニューグリンピア津南	津南町 TEL.025-765-4611
	加茂ゴルフセンター (ゴルフ練習場)	加茂市 TEL.0256-52-7923		六日町スキーリゾート (上越六日町高原ホテル)	南魚沼市 TEL.025-773-3311
入浴施設	じょんのび館	新潟市西蒲区 TEL.0256-72-4126		旬彩の庄 坂戸城	南魚沼市 TEL.025-773-3333
	多宝温泉 だいらの湯	新潟市西蒲区 TEL.0256-82-1126		仙緑苑	神奈川県箱根町 TEL.03-3279-5953 (デパート健康保険組合)
	秋葉温泉 花水	新潟市秋葉区 TEL.0250-24-1212		せせらぎ荘	栃木県日光市 TEL.03-3279-5953 (デパート健康保険組合)
	ホンマ健康ランド	新潟市中央区 TEL.025-283-4126		ニューウエルサンピア沼津	静岡県沼津市 TEL.055-922-5555
	メイワサンピア なごみの湯	新潟市西区 TEL.025-239-3232		スタジオ チャオ	長岡市 TEL.0258-34-5117
	弥彦・桜井郷温泉 さくらの湯	弥彦村 TEL.0256-94-1126		トリックアート SOWA美術館	長岡市寺泊野積 TEL.0258-75-5355
	山の湯	湯沢町 TEL.025-784-2246			
			その他		

社会保険事務講習会3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。

【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
社会保険の加入資格・保険料・扶養届について 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
3月11日(水)	午後1時30分 ～午後4時	上越市市民プラザ	上越市土橋1914-3	60名
3月12日(木)		ハイク長岡	長岡市千秋3-315-11	70名
3月16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
3月17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
3月18日(水)		南魚沼ふれ愛支援センター	南魚沼市坂戸399-1	60名
3月19日(木)		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
3月20日(金)		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

社会保険ボウリング～地区大会の結果～

県大会に向けて、各地区で開催されました。熱戦の結果は下記のとおりでした。県大会は、平成27年2月21日(土)にグランドボウル黒埼(新潟市西区)に於いて各支部代表3チーム計24チームで競われます。

新潟東

優勝 (株)パンオイルサービス
準優勝 大新合板工業(株)
第3位 (株)ヴァーテックス

上越

優勝 (株)エリート
準優勝 曹栄産業(有)
第3位 (株)ミラーージュ新潟営業所

新発田

優勝 片山食品(株)
準優勝 新発田ガス(株)
第3位 小柳産業(株)

新潟西

【新潟西会場】

優勝 都タクシー(株)
準優勝 医療法人社団 みよし会
第3位 内野農産(株)

柏崎

優勝 (株)リケン柏崎事業所
準優勝 (株)サイカワ
第3位 柏崎刈羽福祉事業協会

六日町

優勝 (株)村山土建
準優勝 長勝建設(株)
第3位 協立観光(株)十日町支店

【佐渡会場】

優勝 内藤電誠工業(株)佐渡事業所
準優勝 前佐渡運送(株)
第3位 遠藤建設(株)

三条

【三条会場】

優勝 (株)井関新潟製造所
準優勝 シマト工業(株)
第3位 トップ工業(株)

長岡

優勝 越後交通工業(株)
準優勝 平野産業(株)
第3位 中静産業(株)

【燕会場】

優勝 (株)東陽理化学研究所
準優勝 (株)曙産業
第3位 藤寅工業(株)

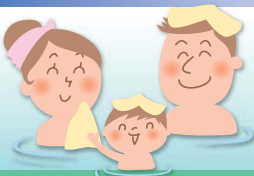


冬期限定プラン

友だち、家族で語らいを!

友だち、家族で語らいを!

平成26年 平成27年
期間 12/1～3/31
※但し26年12月30日～27年1月3日は通常料金です
土曜日を除く ●1室3名様以上のご利用
●1泊2食/料理6品付



5,900円(税込)

お申し込み・お問い合わせはお気軽に

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