

にいがた

新潟昔語り

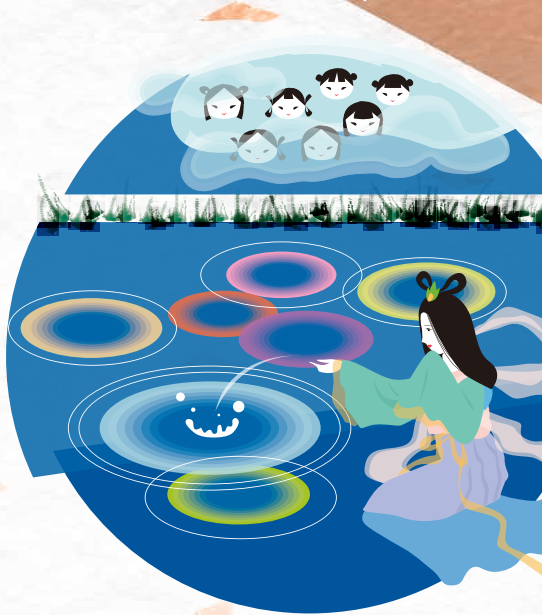
姫と七人の子どもたち

新潟市秋葉区

日本神話にも登場する、素戔鳴尊（すさのおのみこと）と娘の市杵島姫（いちきしまひめ）。父娘は旅の途中で離ればなれになってしまい、姫は秋葉山のふもとに流れ着きました。父恋しさに嘆き悲しむ姫。そこに七人の子どもが現れ、姫をなぐさめ、皆で仲良く暮らすようになりました。しかしあるとき大津波が起こり、子どもたちは全員流されてしまいます。独りぼっちになった姫は、池に小石を投げ入れました。すると不思議なことに、一つ投げると一色、二つ投げると二色、七つで七色の輪が浮かび上がり…。それからここを「七色の池」と呼ぶようになったそう。



秋葉神社の向かいに今も残る「七色の池」



※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。

Contents

- 賞与を支払ったときは届出が必要です
- 医療費が高額になりそうな時は限度額適用認定証をご利用ください!
- 健康セミナー開催 メタボとうつは食べて防ぐ!
- スキーリフト割引利用助成券発行します

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】



賞与を支払ったときは届出が必要です

ボーナスなどの賞与を支払った場合は、支払日から5日以内に「被保険者賞与支払届」の提出が必要です。お届けの際には「被保険者賞与支払届総括表」もあわせて提出してください。支払われた賞与等も、将来受け取る年金額の対象となりますので忘れずに届出をしましょう。

※70歳以上の方については「被保険者賞与支払届」のほかに、「70歳以上被用者賞与支払届」が必要になります。

賞与支払届の対象となるもの

賞与、手当、その他どんな名称であっても労働の対償として受け取る全てのもののうち、年間の支給が3回以下のものです。

※年4回以上支給されているものは、毎月の保険料の基となる標準報酬月額の対象となりますのでご注意ください。

結婚祝金、大入り袋等の労働の対償とみなされないものは賞与の対象とはなりません。詳しくは年金事務所へお問い合わせください。

賞与支払届の届出方法

届出用紙 を利用する

賞与支払予定月が登録されている事業所へは、支払予定月の前月に、あらかじめ被保険者の氏名などを印字した「被保険者賞与支払届」と「被保険者賞与支払届総括表」が送付されます。支払年月日や被保険者ごとの賞与額などを記入のうえ提出をお願いします。

CD・DVD を利用する

「磁気媒体作成プログラム」(日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/> から無償で提供されています)により作成されたCD・DVDでの届出も可能です。また希望する事業主の方には、被保険者の氏名や生年月日などの基本情報をあらかじめ収録したターンアラウンドCDを送付します。

電子申請 を利用する

インターネットを利用した電子申請も可能です。年金事務所の窓口に行かなくても、24時間いつでも申請・届出ができます。手続きについてはe-Gov:電子政府の総合窓口(<http://www.e-gov.go.jp/>)をご覧ください。



賞与の支払いがない場合でも届出が必要です

賞与支払予定日が登録されている事業所は、賞与支払予定月に賞与の支払いがなかった場合でも、「被保険者賞与支払届総括表」で「不支給」の届出が必要です。

！平成27年10月1日より 賞与にかかる報酬の取扱いが改正されました！



Q

健康保険および厚生年金保険において、支給回数が年3回までの手当は賞与、年4回以上の手当は報酬とされているが、いわゆるボーナスが分割して支給されている場合は、どのように取り扱うのでしょうか？

A

ボーナス等(1か月を超える期間にわたる事由により算定されるもの)が、事業主の金銭的都合などのやむを得ない事由により例外的に分割支給される場合は、分割分をまとめて1回の賞与支給とみなして取り扱うこととされています。

一方、ボーナス等を分割して支給されることが給与規定等により客観的に定められている場合は、その支給回数が年4回以上であれば報酬、年3回以下であれば賞与として取り扱うこととされています。



A

ただし、給与規定等によりボーナス等を分割して年4回以上支給される場合については、平成27年10月1日より「通常の報酬」（毎月支給されるもの）には含めず、「賞与にかかる報酬」（年間を通じ4回以上支給されるもの）として取り扱うこととなります。この「賞与にかかる報酬」の保険料を決定するための報酬額は、1年間のボーナス等の支給合計額を12で除して得た額で算定することとなります。

なお、この年4回以上支給される賞与は、平成28年度の定時決定（平成28年7月以降の随時改定を含む。）により「賞与にかかる報酬」に該当することとなります。よって、平成28年度の定時決定月等の前月末日までに支払われる賞与は、その支給の都度、賞与支払届の届出を要することとなります。



例

	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
①報酬	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	250,000	3,000,000
②ボーナス等	597,500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	1,200,000
計	847,500	250,500	250,500	250,500	250,500	250,500	250,500	250,500	250,500	250,500	250,500	250,500	4,200,000

↓ 定時決定の場合の標準報酬月額 ↓

- ①報酬 = 「通常の報酬」として扱う
4月／250,000（円）、5月／250,000（円）、6月／250,000（円）
- ②ボーナス等 = 「賞与にかかる報酬」として扱う
支給合計額の12分の1を報酬に計上 1,200,000円÷12＝100,000（円）
- ③標準報酬月額 = 4～6月の報酬の総額を月数で除する
(350,000+350,000+350,000)÷3（月）＝350,000（円）
標準報酬月額 360,000（円）（350,000円以上370,000円未満の等級に入るため）

12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 (025-283-1014) 予約専用	さくらんど会館	3(木)	10:00～15:00	上越年金事務所 (025-524-4115)	糸魚川市役所	9(水)	10:00～15:00
	五泉市福社会館	17(木)	10:00～15:00			24(木)	10:00～15:00
	阿賀町役場本庁	22(火)	10:00～15:00		柿崎商工会	16(水)	10:00～15:00
新潟西年金事務所 (025-225-3008)	佐渡中央会館	16(水)	13:30～17:00	三条年金事務所 (0256-32-2820)	市民交流センターネブルみつ	16(水)	10:00～15:00
	小木町商工会	17(木)	8:50～10:50	新発田年金事務所 (0254-23-2128)	村上市役所	9(水)	10:00～15:00
	あいぼーと佐渡 (佐渡インフォメーションセンター)	17(木)	9:00～11:30			24(木)	10:00～15:00
長岡年金事務所 (0258-88-0006)	小千谷市民会館	9(水)	10:00～15:00		阿賀野市役所	16(水)	9:30～12:30
		22(火)	10:00～15:00	十日町地域産業振興センター (クロス10)		10(木)	10:00～15:00
	小出ボランティアセンター	24(木)	10:00～15:00			24(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16:40まで 【小木町商工会】8:50から10:30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。



医療費が高額になりそうな時は・・・

**70歳未満の方が「限度額適用認定証」をご利用になると、
窓口(※1)でのお支払いが
自己負担限度額まで(※2)に軽減されます!**

- ※1 保険医療機関(入院・外来別)、保険薬局等それぞれでの取り扱いとなります。
※2 同月に入院や外来など複数受診がある場合は、高額療養費の申請が必要となることがあります。
保険外負担分(差額ベッド代など)や、入院時の食事負担額等は対象外となります。

「限度額適用認定証」を保険証と併せて
医療機関窓口へ提示してください▶



70歳以上の方

保険証と「高齢受給者証」を併せて提示すると、窓口でのお支払いが自己負担限度額まで済みます。詳細はホームページをご覧くださいか協会けんぽへお問い合わせください。

「限度額適用認定証」の発行までの流れ

「限度額適用認定証」をご利用いただくには、申請が必要です。



①「健康保険限度額適用認定申請書」と「療養を受ける方の保険証のコピー」を協会けんぽへご郵送ください。

②「限度額適用認定証」が交付されます。

③ 保険証と併せて「限度額適用認定証」を提示します。
④ 窓口での支払いが自己負担限度額まで済みます。

- 被保険者が市区町村民税の非課税者等の場合は、「限度額適用・標準負担額減額認定申請書」及び被保険者の非課税証明書等をご提出ください。
- 限度額適用認定証は申請書受付月より有効です。日程に余裕をもって申請書をご提出ください。



**「限度額適用認定証」の申請は、
便利でスムーズな郵送をご利用ください。**



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



スマートフォンから!

限度額適用認定証 をご利用ください!

Q 自己負担限度額はいくら?

被保険者の所得区分によって下表のア～オの5つに分類されます。

被保険者の所得区分		自己負担限度額	多数該当(※3)
標準報酬月額 83万円以上の方	ア	(※1) 252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1%	140,100円
標準報酬月額 53万～79万円の方	イ	(※1) 167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1%	93,000円
標準報酬月額 28万～50万円の方	ウ	(※1) 80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
標準報酬月額 26万円以下の方	エ	57,600円	44,400円
低所得者(※2) (被保険者が市区町村民税の非課税者等)	オ	35,400円	24,600円

- ※1 総医療費とは保険適用される診療費用の総額(10割)です。
 ※2 「区分ア」「区分イ」に該当する場合は、市区町村民税が非課税であっても「区分ア」「区分イ」の該当となります。
 ※3 療養を受けた月以前の1年間に、3ヵ月以上の高額療養費の支給を受けた(限度額適用認定証を使用し、自己負担限度額を負担した場合も含む)場合には、4ヵ月目から「多数該当」となり、自己負担限度額がさらに軽減されます。

Q 「限度額適用認定証」を使うと、どれくらいの窓口負担になるの?

計算例

●1ヵ月の総医療費(10割):100万円 ●所得区分:ウ(標準報酬月額28万～50万円) ●窓口負担:3割

限度額
適用
認定証

を提示しない場合



窓口での負担額 → **300,000円**

(総医療費 1,000,000円 × 3割)

高額療養費の申請により、後日(診療月から3～4ヵ月後) **212,570円**が払い戻されます。

限度額
適用
認定証

を提示した場合



窓口での負担額 → **87,430円**

80,100円
+
(総医療費 1,000,000円 - 267,000円) × 1%

高額療養費の払い戻し分 **212,570円**が精算され、高額療養費の申請が不要となります。

お問い合わせ先

【協会けんぽ新潟支部 業務グループ】 TEL.025-242-0262



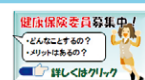
健康保険委員(健康保険サポーター)を募集しています!

有益な情報をいち早くご提供します!

応募方法は新潟支部ホームページから→

パソコンから!

スマートフォンから!





今月の
健康情報

始めよう! インフルエンザ対策!

だいたい寒くなってきて、今年もインフルエンザの流行が気になる時期になりました。インフルエンザは、例年12月から3月頃に流行します。インフルエンザに感染すると、風邪よりも症状が重く、身体もツラくなります。感染を防ぐためにも、早めにインフルエンザ対策を始めましょう!

インフルエンザ対策のポイント

1. 手洗い・うがいの励行

ウイルスの体内侵入を防ぐため、外出後は手洗い、うがいをしましょう。

手洗いは
15秒以上
流水で
念入りに!



2. 十分な休養とバランスのとれた食事

免疫力が低下すると、ウイルスに感染しやすくなります。普段から十分な睡眠とバランスのとれた食事を心がけましょう。



3. 人混みを避けマスクの着用

インフルエンザウイルスが拡散するので、できるだけ人混みを避けましょう。外出時にはマスクを着用しましょう。



4. 適度な湿度

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。室内では加湿器などで湿度を50~60%に保ちましょう。



5. 予防接種を受ける

予防接種は、インフルエンザに感染する可能性を減らし、感染したとしても重症化を防ぐ効果があります。



インフルエンザワクチンが変わりました!

~昨年まで~
3価ワクチン
(A型2種類+B型1種類)



~今年から~
4価ワクチン
(A型2種類+B型2種類)

より高い
予防効果が
期待できます!

昨年までは、A型2種類、B型1種類でしたが、A型、B型ともに2種類となり計4種類が含まれるワクチンに変わりました。※詳細はかかりつけ医へご確認願います。



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!

登録料
無料!

パソコンから!



スマートフォンから!



健康セミナー開催

参加料不要



メタボとうつは 食べて防ぐ！



カロリーを気にしなくても
痩せられる食べ合せ

タンパク質の補給による
不眠症の改善

食べ方で変わる心の不調

- 開催日／平成27年12月8日(火) 午後2時から午後4時30分
- 会場／アオーレ長岡(長岡市大手通) ※会場は駐車場が少ないため、近隣の駐車場または公共交通機関をご利用ください。
- 定員／100名(先着順) ※満席の場合のみご連絡します
- 申込方法／申込書(社会保険にいがた10月号掲載)にご記入のうえFAXにてお申込みください。
お電話でのお申し込みも可能です。(TEL 025-240-5337)

講師
笠井 奈津子 先生

【講師プロフィール】東京都生まれ 栄養士・食事カウンセラー・フードアナリスト
聖心女子大学文学部哲学科卒業 栄養士資格取得
都内心療内科クリニック併設の研究所で、8000通り以上の食事記録を基に、食事指導を行う
【著作】「甘いものは脳に悪い(幻冬舎)」 「成功する人は生姜焼き定食が好きだ(晋遊舎)」等

共催：一般財団法人 新潟県社会保険協会・全国健康保険協会新潟支部

年金の日協賛

年金無料相談会

いい みらい
11月30日は
年金の日

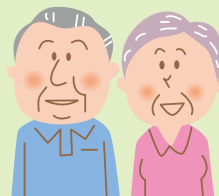
11月のご案内

年金のごとをくわしく気軽に聞ける機会です!

- 日時／11月30日(月) 午後2時30分より
- 会場／新潟県社会保険労務士会 会議室(新潟市中央区東大通2-3-26 プレイス新潟1階)
- 募集人員／先着20名様
※具体的な年金見込額等をお知りになりたい方は、ご本人であることが確認できるもの(運転免許証等)及び基礎年金番号がわかるもの(年金手帳等)をお持ちください。
- 申込方法／相談日時・参加者氏名・所属事業所・電話番号・FAX番号を記入し、下記FAX又はTELまでお申し込みください。

お申し込み
お問合わせ 〒950-0087 新潟市中央区東大通1-2-25 一般財団法人 新潟県社会保険協会
FAX. (025) 290-3201 TEL. (025) 240-5337

共催：一般財団法人 新潟県社会保険協会・新潟県社会保険労務士会



冬期限定プラン

平成27年 平成28年
期間 12/1～3/31

※但し27年12月30日～28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

お人様

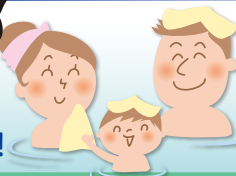


『ナノミストサウナ』
心も体もあたたかく
5,900円(税込)

お申し込み・お問い合わせ

ゆう
長遊湯
宿泊プラン

夕食は部屋食でご家族・ご友人とごゆっくり!!



おはやめのご予約を!

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

社会保険事務講習会12月開催のご案内 **参加料不要** **参考図書進呈**

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。どなたでもご参加いただけます。

【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
年金給付（障害・遺族）について・・・講師／日本年金機構年金事務所職員

※保険証交付までの流れ・健康保険の給付については、上越市市民プラザ・クロスパルにいがた・ハイク長岡の会場では、全国健康保険協会新潟支部職員による講習を行います。その他の会場に於いては資料配布のみとなりますので御了承願います。

開催日	開催時間	会場	所在地	定員
12月 4日(金)	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
12月10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11日(金)		ハイク長岡	長岡市千秋3-315-11	70名
12月15日(火)	午後1時30分 ～午後3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
12月17日(木)		南魚沼ふれ愛支援センター	南魚沼市坂戸399-1	60名
12月18日(金)		ワークプラザ柏崎	柏崎市田塚3-11-50	36名
12月22日(火)		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

※「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。

申込方法

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**

スキー・スノーボードで健康づくりを！
スキーリフト割引利用助成券 発行します

ご利用できる方 社会保険協会会員事業所の従業員及びその家族 助成金額は**700円**です。

申込受付期間 **平成28年1月15日まで**(リフト割引利用助成券の有効期限は**平成28年2月28日まで**)
ただし、予定数になり次第締め切りとさせていただきます。

利用できるスキー場名			
上越国際スキー場	1日券	赤倉観光リゾートスキー場	1日券
岩原スキー場	1日券	三川温泉スキー場	1日券・回数券
ニュー・グリーンピア津南スキー場	A・B	二ノックススノーパーク	1日券
舞子スノーリゾート	1日券	国設胎内スキー場	1日券
石打丸山スキー場	1日券	わかぶな高原スキー場	1日券
長岡市営スキー場	1日券	ぶどうスキー場	1日券
		キューピットバレイ	1日券

※リフト券の内容等については各スキー場にお問い合わせください。
※申込してから割引利用助成券がお手元に届くまで日数を要しますのでご注意ください。

申し込み方法 申込書と切手を貼付した返信用封筒を同封のうえ、所属支部まで郵送願います。

申し込み先	●新潟東支部・新潟西支部・三条支部・新発田支部 〒950-0087 新潟市中央区東大通1-2-25北越第一ビルディング6F TEL 025-290-3200	●長岡支部・六日町支部 〒940-0061 長岡市城内町3-甲893-36丸山ビル601 TEL 0258-31-8090	●上越支部・柏崎支部 〒943-0837 上越市南城町1-5-9 TEL 025-527-4880

平成27年 **リフト割引利用助成券申込書**

※利用者負担金は直接スキー場にお支払いください。※申込枚数は15枚までとさせていただきます。

所属支部名に○印を記入してください	申込希望枚数
新潟東・新潟西・三条・新発田・長岡・六日町・上越・柏崎	枚

申込日 平成 年 月 日 事業所名称 _____
事業所所在地 _____
電話番号 _____ 連絡責任者 _____