

にいがた

越後なつかしの 風土記

笹だんご作り

上越市ほか

今では一年中手に入る笹だんごですが、昔は6月に作る家が多かったようです。あんこを丸めたり、結び紐のい草を水につけて柔らかくしたりして、前日から準備します。丸めたあんを、子どもらがつまみ食いするのもお馴染みの光景でした。

蒸かした団子は10個ずつ束にして、物干し竿に吊るします。昔は農家に限らずどの家でも作っていたので、よその家と交換し、味比べをするのも楽しみだったようです。

一説によると、上杉謙信が出陣する際の携行食としたことが起源といわれる笹だんご。とすれば現在の上越市から各地に伝わり、新潟を代表する郷土食の一つになったと考えられます。魚沼地域や下越地方の農家などでは、今も時季になると笹だんごを手作りし、各家庭自慢の味を受け継いでいます。

上杉謙信の居城・春日山城跡▶



※各地域に伝えられる話のうち、取材に基づく一説をご紹介します。



Contents

- 算定基礎届の提出について
- 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
- 法改正対策セミナー 短時間労働者の社会保険適用拡大と事業所調査のポイント
- 海の家開設 「割引券」を発行します!

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】



算定基礎届の提出について

事業主の皆様には、毎年1回、7月1日現在在職しているすべての被保険者（社会保険に加入している従業員）の標準報酬月額を決定するために、「算定基礎届」を提出いただいております。この「算定基礎届」により決定された標準報酬月額は、原則として1年間（9月から翌年8月まで）固定され、納めていただく保険料の計算や、将来受け取る年金額等の計算の基礎となるものです。

つきましては、算定基礎届およびその他必要となる届書を、提出期間内にご提出いただきますようお願いいたします。

提出期間

平成28年
7月1日(金)～7月11日(月)まで

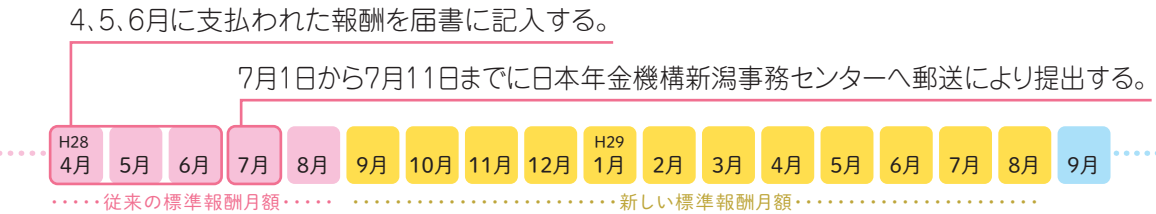
提出先

新潟事務センターへ郵送にて提出してください

照会先

管内の管轄年金事務所

算定基礎届の基礎となる月と決定対象月



対 象 者

- 7月1日現在の全被保険者です。ただし、以下に該当する方は除きます。
- 1. 6月1日以降に被保険者になった方
 - 2. 6月30日以前に被保険者資格を喪失した方
 - 3. 7月改定の月額変更届を提出する方（別途「月額変更届」の提出が必要です。）

支払基礎日数

報酬の計算基礎となる日数のことをいいます。

月給者

出勤日数に関わらず暦の日数となります

日給者及び時給者

出勤日数となります

ただし、月給者であっても欠勤日数分の報酬が差し引かれる場合は、就業規則等により会社で定められた日数から欠勤日数を差し引いた日数が支払基礎日数となります。

届出の報酬

4、5、6月に実際に支払われた税金等を控除する前の総支給額で、金銭・現物を問わず、事業主が労務の対償として支給するすべてのものです。

現物で支給されるものについては、標準価額による金銭に換算して計算します。ただし、食事の標準価額の3分の2以上を本人が負担している場合は報酬に含みません。

報酬になるもの(例)

金 銭

- 基本給
- 諸手当（残業手当、通勤手当、住宅手当、家族手当、役付手当、皆勤手当等）
- 賞与等（年4回以上のもの）

現 物

- 食事、食券
- 社宅、寮
- 衣服（勤務服でないもの）
- 通勤定期券、回数券

新潟県の現物給与の標準価額(平成28年4月1日)

食 事								住 宅	その他
1日当たり				1ヶ月当たり				畳1畳	時 価
朝	昼	夜	三食	朝	昼	夜	三食	1 ヶ月	
160円	220円	240円	620円	4,800円	6,600円	7,200円	18,600円	1,280円	

届書記入上の注意事項

- 7月改定の月額変更届の提出済者は備考欄に「7月月変提出済」と記入します。
- 報酬の支払対象期間の途中で入社し、1ヶ月分の給与が支給されない月(途中入社月)がある場合、その月を除いた月の報酬月額平均額により標準報酬を決定します。該当する被保険者の備考欄に「平成28年〇月〇日取得」と記入します。
- パート等の短時間労働者は備考欄に「パート」と記入してください。
- 4～6月の間に一時帰休による休業手当などが支給された月があるときは、備考欄に「〇月休業手当支給」と記入し、7月1日時点の一時帰休の状況見込みについても「7月1日解消予定」または「7月1日休業予定」と記入してください。上記については、CD等による電子媒体や電子申請で提出される場合にも、必ず入力が必要です。

届出の際の確認事項

- 算定基礎届の提出の際には、算定基礎届総括表及び総括表附表も同時に提出してください。
- 70歳以上の方がいる場合は、70歳以上被用者 算定基礎・月額変更・賞与支払届も同時に提出してください。

年金事務所の調査について

算定基礎届にあたり、管轄年金事務所から別途「総合調査」等の案内が届く場合があります。「総合調査」等の実施の案内が届きましたら、調査日時に「算定基礎届等」と「必要関係帳簿等」を持参することになります。

7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	五 泉 市 福 祉 会 館	21(木)	10:00～15:00	上越年金事務所 (025-524-4115)	糸 魚 川 市 役 所	13(水)	10:00～15:00
	阿 賀 町 役 場 本 庁	27(水)	10:00～15:00			27(水)	10:00～15:00
新潟西年金事務所 (025-225-3008)	佐 渡 中 央 会 館	27(水)	13:30～17:00		柿 崎 商 工 会	20(水)	10:00～15:00
	あいかわ開発総合センター	28(木)	8:50～11:00	新発田年金事務所 (0254-23-2128)	村 上 市 役 所	13(水)	10:00～15:00
長岡年金事務所 (0258-88-0006)	小 千 谷 市 民 会 館	13(水)	10:00～15:00			27(水)	10:00～15:00
		27(水)	10:00～15:00		阿賀野市水原総合体育館	20(水)	9:30～12:30
	小出ボランティアセンター	28(木)	10:00～15:00	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)	14(木)	10:00～15:00
						28(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。

【あいかわ開発総合センター】…8:50から10:40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

『限度額適用認定証』

医療機関でのお支払いが自己負担限度額までで済みます



入院することになったけど、医療費の支払いが心配…

そんな時は…

月々の外来の医療費が高額になりそう…



と併せて

限度額
適用
認定証

を医療機関窓口で提示すると

各医療機関ごとの窓口※1でのお支払いが「自己負担限度額」※2までとなります

窓口でのお支払い額が
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。

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で済みます。詳細はホームページをご覧ください。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。



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



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！

をご利用ください

Q&A

窓口での支払い額(自己負担限度額)はどれくらいになるの？

被保険者の所得区分によって下記表のア～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) $252,600円 + (総医療費 - 842,000円) \times 1\%$	140,100円
標準報酬月額 53万～79万円の方	イ	(※1) $167,400円 + (総医療費 - 558,000円) \times 1\%$	93,000円
標準報酬月額 28万～50万円の方	ウ	(※1) $80,100円 + (総医療費 - 267,000円) \times 1\%$	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。

「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



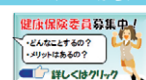
健康保険委員(健康保険サポーター)を募集しています!

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

暑い季節に欠かせない食中毒対策！

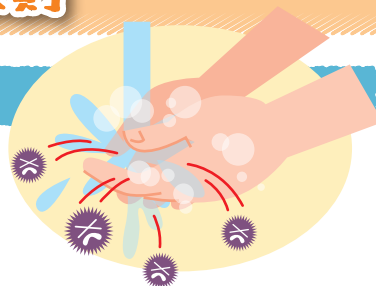
食中毒の主な原因である細菌は、気候が暖かく、湿気が多くなる梅雨から夏にかけて増殖が活発になります。

食肉に付着しやすい「腸管出血性大腸菌（O-157、O-111など）」、食肉のほか卵にも付着する「サルモネラ」による食中毒の発生件数が目立ちます。症状は主に腹痛や下痢、嘔吐や吐き気などですが、重症になったり、死亡する例もあります。

食中毒予防の3原則

1 「つけない」 洗う・分ける

原因菌やウイルスを食べ物につけないよう、こまめに手を洗いましょう。包丁やまな板など、肉や魚などを扱った調理器具は使用すごに洗剤で洗い、できるだけ殺菌するようにします。



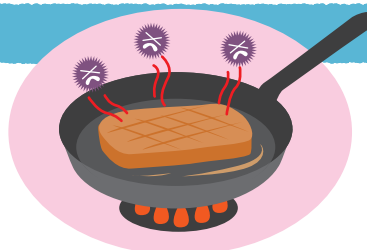
2 「増やさない」 低温で保存する

細菌の多くはマイナス15℃以下で増殖が停止します。生鮮食品は購入後、すみやかに冷蔵庫に入れてください。また、庫内の温度上昇を防ぐため、冷蔵庫のドアを頻繁に開けることや食品の詰め込み過ぎはやめましょう。

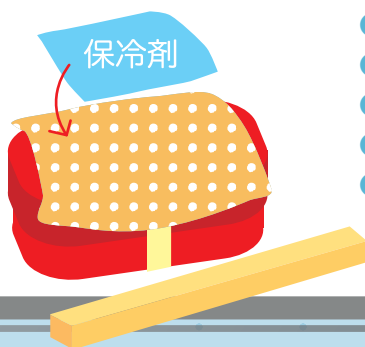


3 「やっつける」 加熱・殺菌処理

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅するので、しっかり加熱しましょう。また、肉や魚、卵などを扱った調理器具は洗って熱湯をかけるか台所用殺菌剤を使って殺菌しましょう。



お弁当の食中毒対策も忘れずに！



- おにぎりは素手で握らずラップを使う
- おかずの残りを利用するときは、しっかり再加熱してから
- 水分が多いと細菌が繁殖しやすいため、水気をよく切る
- 長時間持ち歩くときは保冷剤を活用する
- 車の中や日の当たる場所ではクーラーボックスに入れる

日々の食事に
気を配りましょう！



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！！

毎月1回
(20日頃) 配信！

パソコンから！



スマートフォンから！



法改正対策セミナー

短時間労働者の社会保険適用拡大と事業所調査のポイント



本年10月1日より厚生年金被保険者数が**501人以上**いる事業所に勤務する短時間労働者に対する適用対象が、現行の原則週所定労働時間30時間以上から週20時間以上になるなど適用要件が変更となり、対象者が拡大されます。主に該当する事業所の皆さんを対象としたセミナーです。参加をお待ちしております。

開催日 平成28年 7月20日(水) 14:00～16:00

会場 経協会館3階ホール(新潟市中央区川岸町1-47-3) ※駐車場がございませんので
自動車でのお越しはご遠慮ください

講師：日本年金機構新潟東年金事務所職員
内容：(1) 短時間労働者の社会保険適用拡大における具体的内容と事務手続き
(2) 事業所調査におけるポイント～社会保険料の遡及払いを防ぐために～ (3) その他

定員 100名(定員に達し次第締め切らせていただきます) **締切** 平成28年 7月13日(水)

受講料 ●新潟県経営者協会会員 **無料**(1社3名まで) ●左記以外 1名 3,000円(消費税込み・当日申し受けます)
●新潟県社会保険協会会員

申込方法 申込書にて、FAX(025-267-2310)または
新潟県経営者協会ホームページ(<http://www.niigata-keikyo.jp>)よりお申込みください。

※受講票は発行いたしませんのでご了承ください。

※「申込書」が必要の方は社会保険協会(025-240-5337)までお申し出ください。

主催：一般社団法人新潟県経営者協会

共催：一般財団法人新潟県社会保険協会

街角の年金相談センター新潟

新潟駅から徒歩5分程

年金事務所と同じように、年金請求手続きや見込額の試算などが無料でできます。
待ち時間も少なく、余裕を持って相談ができます。

- 所在地 〒950-0087 新潟市中央区東大通2丁目3-26プレイス新潟6階
- TEL お問い合わせは 025-244-9246
なお、電話による年金相談は、「ねんきんダイヤル」TEL.0570-05-1165・050で始まる電話でおかけになる場合は、03-6700-1165をご利用ください。
- 受付時間 平日(月～金)午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日および年末年始(12/29～1/3)は休みです。)



「街角の年金相談センター新潟」の赤い看板を目印におこしください!

「街角の年金相談センター」は、日本年金機構が『全国社会保険労務士会連合会』に運営を委託しています。

松風荘で、やすらぎとくつろぎのひとときを。



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**

研修や会議等に会議室をご利用ください(スクール形式で30名様までご利用いただけます)。

社会保険事務講習会7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】社会保険加入と諸手続きについて・・・講師／日本年金機構年金事務所職員

※健康保険給付等については全国健康保険協会新潟支部の資料配布となります

開催日	開催時間	会場	所在地	定員
7月 4日(月)	午後1時30分 ～午後3時	燕三条地場産業振興センターリサーチコア	三条市須頃1-17	60名
7月 6日(水)		ワークプラザ柏崎	柏崎市田塚3-11-50	36名
7月 7日(木)		南魚沼ふれ愛支援センター	南魚沼市坂戸399-1	60名
7月11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
7月14日(木)		上越市市民プラザ	上越市土橋1914-3	50名
7月22日(金)		まちなかキャンパス長岡	長岡市大手通2-6フェニックス大手イースト5階	36名
7月27日(水)		新発田市生涯学習センター	新発田市中央町5-8-47	48名

※「クロスパルにいがた」会場は駐車場が少ないため、また「まちなかキャンパス長岡」会場には駐車場がないため、近隣の駐車場または公共交通機関等をご利用ください。

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**

海の家開設

「割引券」を
発行します!

今年も、会員の従業員及び
家族の皆様の健康増進に
ご利用ください!

- ◆ 申込条件 …… (一財)新潟県社会保険協会「会員事業所」の従業員及び家族であること
- ◆ 利用施設 …… 下記の「海の家」
- ◆ 割引金額 …… 1人1枚300円(利用する「海の家」で差額をお支払いください)

開設期間：各「海の家」開設日から平成28年8月31日(水)まで

開設場所	関屋浜海水浴場(新潟市中央区)	シーポイントニイガタ ●こがねや ●幸楽
	角田浜海水浴場(新潟市西蒲区)	●泉屋
	野積海水浴場(長岡市)	●まつや
	藤塚浜海水浴場(新発田市)	●藤塚浜茶屋出店組合全店
	石地海水浴場(柏崎市)	●佐渡見茶屋 ●ココパームスー等茶屋 ●リゾートニューかもめ
	番神海水浴場(柏崎市)	●ブルーマーリン ●レッドアンカー
	谷浜海水浴場(上越市)	●谷浜観光協会 会員浜茶屋全店
	屋外プール	●メイワサンビア(新潟市西区赤塚)

● 申込先 …… 各所属支部へ

新潟東・新潟西・三条・新発田支部の方
〒950-0087
新潟市中央区東大通1-2-25 北越第一ビルディング6階
TEL 025-240-5337

長岡・六日町支部の方
〒940-0061
長岡市城内町3-甲 丸山ビル6階
TEL 0258-31-8090

上越・柏崎支部の方
〒943-0837
上越市南城町1-5-9
TEL 025-527-4880

● 申込方法 …… 下記申込書を、郵送により、切手を貼付した返信用封筒を同封のうえ、お申し込みください。

コピーしてご利用ください

平成28年度 「海の家」 割引利用券申込書

該当する支部名を○で囲んでください。	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
上記のとおり申し込みます。 平成28年 月 日	
事業所所在地	事業所名