

にいがた

越後なつかしの 風土記



古志の火まつり

長岡市

旧山古志村種芋原(たねすはら)には、高さ約25メートルという日本一の規模を誇る「さいの神」があります。昔は集落ごとに行われた小正月の伝統行事でしたが、昭和63年以降、材料となる「かや」を住民らが持ちより、合同で大きなさいの神を作る現在の形になりました。人口減少などにより継続が難しくなっていた地域の行事を、山古志の人々は、知恵と情熱で「古志の火まつり」として受け継いだのです。

五穀豊穡や無病息災への祈りはもちろん、中越地震からの復興を象徴する希望の灯りとして、天高く力強く燃え上がります。



雪の中で牛の角突きも行われる▶

※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

- 老齢年金を受け取るために必要な資格期間が25年から10年に短縮されます
- 平成29年3月分(4月納付分)から保険料率が改定されます
- 平成29年度に開催する「社会保険事務講習会」のご案内
- 平成29年度社会保険軟式野球新潟県大会地区大会開催のご案内

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**

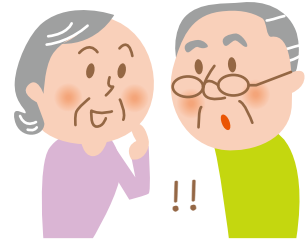
日本年金機構ホームページ<http://www.nenkin.go.jp/> 協会けんぽホームページ<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>
一般財団法人 新潟県社会保険協会 ホームページ <http://www.niigata-inet.or.jp/nshkyoukai/>

【職場内で回覧しましょう】

老齢年金を受け取るために必要な資格期間が 25年から10年に短縮されます

これまでは、老齢年金を受け取るためには、保険料納付済期間（国民年金の保険料納付済期間や厚生年金保険、共済組合等の加入期間を含む）と国民年金の保険料免除期間などを合算した資格期間が原則として25年以上必要でした。

平成29年8月1日からは、資格期間が10年以上あれば老齢年金を受け取ることができるようになります。



1) 年金請求書の送付

資格期間が10年以上25年未満であって、右記の表に該当する方へ、基礎年金番号、氏名、生年月日、性別、住所及び年金加入記録をあらかじめ印字した「年金請求書（短縮用）」及び年金の請求手続きのご案内を日本年金機構から送付します。

請求手続きは平成29年8月1日以前でも可能です。「年金請求書（短縮用）」が届きましたら、年金事務所または街角の年金相談センター新潟でお手続きをしてください。

1	〈生年月日〉 大正15年4月2日～昭和17年4月1日 〈送付の期間〉 平成29年2月下旬～3月下旬
2	〈生年月日〉 昭和17年4月2日～昭和23年4月1日 〈送付の期間〉 平成29年3月下旬～4月下旬
3	〈生年月日〉 昭和23年4月2日～昭和26年7月1日 〈送付の期間〉 平成29年4月下旬～5月下旬
4	〈生年月日〉 昭和26年7月2日～昭和30年10月1日【女性】 昭和26年7月2日～昭和30年8月1日【男性】 〈送付の期間〉 平成29年5月下旬～6月下旬
5	〈生年月日〉 昭和30年10月2日～昭和32年8月1日【女性】 大正15年4月1日以前生まれの方 共済組合等の期間を有する方 〈送付の期間〉 平成29年6月下旬～7月上旬

※資格期間が国民年金のみの方、厚生年金保険・共済組合等の期間が12月に満たない方で生年月日が昭和27年8月2日以降の方は、「年金請求書（短縮用）」は送付されず、「年金請求書（事前送付用）」が送付されます。

2) 年金の受け取り

年金の決定後は、平成29年8月以降に「年金証書・年金決定通知書」をお送りします。お支払いは平成29年10月以降になります。

3) ご相談・お手続きの際のお願い

日本年金機構では、平成28年10月から全国の年金事務所で年金相談の予約を実施しています。年金事務所の窓口で年金請求の手続きや、年金についての相談を希望する方は、ぜひ、予約相談をご利用ください。予約相談の受付は、「ねんきんダイヤル」で行っています。

ご注意ください

日本年金機構から年金請求書の送付のために手数料などの金銭の支払いを求めることや、銀行の口座番号を聞くことなどはありません。不審な電話や訪問にご注意ください。怪しいと感じたら、お近くの年金事務所または警察に連絡してください。

一般的な年金相談に関するお問い合わせ

ねんきんダイヤル

0570-05-1165
(ナビダイヤル)

050で始まる電話でおかけになる場合は

03-6700-1165
(一般電話)

【受付時間】

- 月 曜 日(8:30～19:00)
- 火～金曜日(8:30～17:15)
- 第2土曜日(9:30～16:00)

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に19:00まで相談をお受けします。

※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。

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

こちらでも対面で年金受給の相談や手続きができます。JR新潟駅やバスセンターから徒歩5分程でお越しいただけ、待ち時間も少ないのでぜひご利用ください。

TEL **025-244-9246**

電話による年金相談は不可

【受付時間】月～金(8:30～17:15)

※土日祝日及び12月29日～1月3日はご利用いただけません。

平成29年4月から

短時間労働者に対する 厚生年金保険・健康保険の適用対象が広がります

平成28年10月から厚生年金保険・健康保険の適用対象者が拡大となり、週20時間以上働く短時間労働者※で、厚生年金保険の被保険者数が常時501人以上の法人・個人・地方公共団体に属する適用事業所および国に属する全ての適用事業所で働く方も厚生年金保険等の適用対象となっています。

平成29年4月1日からは常時500人以下の企業等にも適用拡大され、右記㉖、㉗の事業所に勤務する短時間労働者※も、新たに厚生年金保険等の適用対象となります。

- ㉖ 労使合意に基づき申出をする法人・個人の事業所
- ㉗ 地方公共団体に属する事業所

※「短時間労働者」とは、次の㉑～㉔の全ての要件を満たす労働者となります。

勤務時間・勤務日数が、常時雇用者の4分の3未満で、以下の㉑～㉔全ての要件に該当する方

- ㉑ 週の所定労働時間が20時間以上であること
- ㉒ 雇用期間が1年以上見込まれること
- ㉓ 賃金の月額が8.8万円以上であること
- ㉔ 学生でないこと

短時間労働者の4要件

短時間労働者が厚生年金保険等の適用対象となると、将来、基礎年金に加え、報酬比例の厚生年金を受け取ることができるようになるなどのメリットがあります。

ご不明な点がございましたら、管轄の年金事務所へお問い合わせください。

4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 村 松 支 所	6(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
	五 泉 市 福 社 会 館	20(木)	10:00~15:00			26(水)	10:00~15:00
	阿 賀 町 役 場 本 庁	26(水)	10:00~15:00		柿 崎 商 工 会	19(水)	10:00~15:00
新潟西年金事務所 (025-225-3008)	あ い ぼ と 佐 渡 (佐渡インフォメーションセンター)	12(水)	12:40~15:00	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	26(水)	10:00~15:00
	佐 渡 中 央 会 館	26(水)	13:30~17:00	新発田年金事務所 (0254-23-2128)	村 上 市 役 所	12(水)	10:00~15:00
	羽茂農村環境改善センター	27(木)	8:50~11:00			26(水)	10:00~15:00
長岡年金事務所 (0258-88-0006)	サンラックおぢや	14(金)	10:00~15:00		阿賀野市水原総合体育館	19(水)	9:30~12:30
		28(金)	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)	13(木)	10:00~15:00
	小出ボランティアセンター	26(水)	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。
【あいぼと佐渡】…12:40から14:20まで 【羽茂農村環境改善センター】…8:50から10:40まで 【糸魚川市役所】…10:00から14:00まで
【柿崎商工会】…10:00から14:00まで 【市民交流センターネーブルみつけ】…10:00から14:00まで となりますのでご注意ください。

●相談をご希望の方は、基礎年金番号のわかるものをご用意のうえ、主催年金事務所へ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。

平成29年3月分(4月納付分)から 保険料率が改定されます

新潟支部の保険料率は
全国で最も低い保険料率となります

健康保険料率

平成29年2月分
(3月納付分)まで

9.79%

→
-0.10%
引下げ

平成29年3月分
(4月納付分)から

9.69%

皆様の健康づくりの積み重ねが
保険料率軽減の大きな力
になります!

介護保険料率

平成29年2月分
(3月納付分)まで

1.58%

→
+0.07%
引上げ

平成29年3月分
(4月納付分)から

1.65%

※40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)には、健康保険料率に介護保険料率を加わります。

※健康保険料率(9.69%)のうち、5.96%分は加入者の皆様の医療費等に充てられる基本保険料率となり、3.73%分は後期高齢者医療制度への支援金等に充てられる特定保険料率となります。



協会けんぽ出張窓口の終了について

協会けんぽ設立当初と比較し、来訪者数が減少する一方で、郵送による申請書類のご提出や電話での相談が増加していることから、下記の出張窓口を**平成29年6月30日(金)**をもちまして終了いたします。

平成29年6月30日で
終了となる出張窓口

- 新潟東年金事務所内 協会けんぽ出張窓口
- 新発田年金事務所内 協会けんぽ出張窓口

地域の皆様には大変ご不便をおかけいたしますが、今後ともより一層のサービス向上に努めてまいります。ご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

平成29年7月1日以降の書類のご提出・ご相談

- 全ての申請書類は郵送でご提出が可能です。

※申請書類は、協会けんぽのホームページからダウンロードしていただくか、お電話をいただければお送りいたします。

- ご相談はお電話をいただくか、協会けんぽ新潟支部窓口をご利用ください。



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!



協会けんぽ
加入事業所の
事業主さまへ

平成29年度

「生活習慣病予防健診」申込みスタート!

生活習慣病予防健診「知っ得★3か条」!



協会けんぽからの補助があるので、
充実した健診内容をお得に受診できます。

※健診費用の補助は皆様の保険料で賄われています。
ぜひ、有効にご活用ください。

総額 **18,522円**が

お得! **7,038円**に!



定期健康診断の内容に加えて、
がん検診が含まれています。

労働安全衛生法で義務付けられている定期健康診断
としてご利用いただけます。しかも、がん検診を含ん
だ検査内容が同時に受診可能です!

＼がんの早期発見・早期治療のためには、がん検診が不可欠です!／



約16,000事業所、
約21万人の方に受診いただきました!

対象者の半数以上が受診!
毎年、受診者がグングン増加しており、
人気のある健診です。

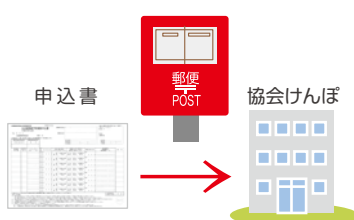
3月下旬に事業所様あてに申込書等を緑色の封筒でお届けします。

受診までの流れ

1.健診実施機関へ予約



2.協会けんぽへ申し込み



3.受診



持ち物

- 保険証 ●問診票
- 自己負担費用
- 検査キット等

県内の健診機関の予約状況が
ホームページで確認できます

詳細はホームページをご覧ください

協会けんぽ 新潟 検索

グッと便利に!
生活習慣病予防健診
予約状況照会サービス

インターネットによる予約の「お申し込み」は
できません!あくまでも、予約状況の確認です。



全国健康保険協会

協会けんぽ

生活習慣病予防健診 予約状況照会サービス

新潟支部トップページ

新潟市

新潟市

一般健診についてのみ、日別の詳細な予約状況を確認可能です。

ご希望の日、健診機関の一般健診の予約状況の表示(色)をクリックしてください。

健診機関名をクリックすると健診機関のホームページを表示します(一般健診機関は日別照会に対応しております)。

●7割以上空き

○5割程度空き

△2割程度空き

×空きなし

休止

一実施なし

【健診機関コード】 健診機関名	区分	2016年												2017年		
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
0000000001 〇〇総合病院 住所 新潟県中央区〇〇 電話 〇〇-〇〇-〇〇〇〇 備考 あいうえお	一般健診	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎			
	乳がん検診	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△			
	子宮頸がん検診	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×			
	検診未健診 (最低5人以上)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—			

予約状況照会サービス画面例▲

お問い合わせ先

【協会けんぽ新潟支部 保健グループ】 TEL.025-242-0264

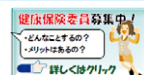


健康保険委員(健康保険サポーター)を募集しています!

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

春はメンタルの乱れに注意！

春は、気候はもちろん、新しい職場や新しい仲間、引越など「変化」の多い季節です。気温高低差に伴う体温調節や、新しい環境での心の疲労など、いきなりの変化に順応することができず、体と心にストレスを与えてしまい、メンタル面を支える自律神経も乱れがちになってしまいます。

気づかぬうちに、ストレスが強くなっていることもありますので注意が必要です。

こんなときは、ちょっと立ち止まってみてください！



心のバランスを整えるには

① 生活のリズムを整える

ポイントとなる時間は3つ！「**起きる時間**」「**寝る時間**」「**朝昼夜の食事の時間**」です。この時間が、毎日なるべく同じ時間になるよう心がけましょう。

無理はせず、自分に合ったリズムを刻みましょう！



② 栄養バランスのよい食事をとる

ビタミンやミネラルが豊富な野菜や果実が不足しないよう心がけましょう。旬のものは栄養も豊かで、食べる楽しみも大きく膨らみます。



③ 休養をとる

休日には何もしない、のんびりした時間も必要です。音楽を聴いたり、散歩をしたり、自分なりのリラックス法で休日を過ごしましょう。



④ 体温調節をしっかりと

気候が不安定な春には、「薄物の重ね着」を心がけ、暑さ・寒さを感じたら、すぐに脱ぎ着できるように備えておきましょう。暑さや寒さもストレスになります。



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！！

毎月1回
(10日頃)配信！

パソコンから！



スマートフォンから！



平成28年度 社会保険ボウリング新潟県大会開催

2月18日(土)、グランドボウル黒埼(新潟市西区)を会場に、各支部の代表23チームの参加により開催しました。参加チームの中には監督同行のチームもあり、和やかな雰囲気の中にも緊張感漂う大会となりました。熱戦を繰り広げてくださった選手の皆さん、応援にご来場いただいたご家族並びに職場の皆さん、ありがとうございました。

優勝は、〈株式会社ヴァーテックス・ホールディングス(新潟東支部)〉チームでした。上位の成績は、次のとおりです。(敬称略)

優 勝	株式会社ヴァーテックス・ホールディングス(新潟東支部)	1,734ピン
準優勝	株式会社リケン柏崎事業所(柏崎支部)	1,709ピン
第3位	アド・メディカルショートステイつつじガーデン(新潟西支部)	1,616ピン
ハイゲーム	村山 芳美(株式会社リケン柏崎事業所)	223ピン



おめでとうございます!

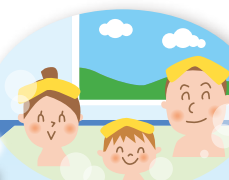
松風荘で、やすらぎとくつろぎのひとときを。



夕食はお部屋で
ご家族・お友達とごゆっくり。



『ナノミストサウナ』は
低温(38℃～42℃)で
ゆっくり体を温めます。



お客様の声

落ち着いた家庭的な
雰囲気が良いんです。
小学生の子ども
すっかりリピーターに♪

どなたでもご利用
いただけます

お申し込み・お問い合わせ

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

閑静なたたずまい・落ち着いた10室

瀬波温泉 **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)。

平成29年度に開催する「社会保険事務講習会」のご案内

新しく社会保険事務の担当になられた方や担当になられて概ね1年以内の方、社会保険事務の基本を確認したい方等を対象とした「社会保険事務講習会」を開催します。どなたでもご参加いただけます。

開催日時・会場等につきましては、「社会保険にいがた」及び社会保険協会「ホームページ」でお知らせいたします。皆さまのご参加をお待ちしております。

参加料不要

どなたでも
ご参加いただけます

開催月	講習内容	会 場
5月	厚生年金保険・健康保険の仕組みと事務手続きについて	県内7会場 (新潟市・新発田市・ 三条市・長岡市・南魚沼市・ 上越市・柏崎市)
6月	算定基礎届の記載方法等について	
7月	厚生年金保険・健康保険の仕組みと事務手続きについて	
9月	厚生年金の適用と保険料について	
10月	厚生年金保険・健康保険の仕組みと事務手続きについて	
12月	年金給付(老齢・障害・遺族)の仕組みについて	
2月	従業員の退職・採用に伴う事務手続きについて	

皆様のご参加を
お待ちしております



平成
29年度

社会保険軟式野球 新潟県大会地区大会開催のご案内

各支部において、平成29年度社会保険軟式野球新潟県大会の地区大会を開催します。

各地区大会の優勝チームには、8月5日(土)6日(日)に「ハードオフエコスタジアム新潟」で開催予定の新潟県大会に出場していただくこととなります。地区大会が盛況となりますよう、多くのチームのご参加をお待ちしております。



参加 資格

- 社会保険協会会員事業所であること。
- 事業所ごとに編成されたチームとし、1事業所1チームとする。
ただし、1事業所の従業員が40人未満である場合は、2以上の事業所が連合して1チームを編成することができる。
なお、連合する場合においては、次の条件を満たしていなければならない。

- ①連合した事業所における従業員の数の合計が、参加申し込み締切りの期日において80人未満であること
- ②連合した事業所は、同一郡市内にあること

- 参加チームは、大会開催日前日及び当日において、社会保険協会会員事業所の従業員で編成したものであること。
ただし、プロ選手及び元プロ選手であって、現に全日本軟式野球連盟の資格審査を経てアマチュアに復帰していない者を加えることはできない。

登録 人数

- 1チームの登録メンバーは、20人以内(監督1人、選手19人以内)とする。
ただし、監督は選手として出場することができる。

申込 方法

- 所定の申込書に記入し、各所属支部あてFAXでお申し込みください。
※申込書は社会保険協会のホームページから取得いただくか、社会保険協会(TEL 025-240-5337)までご連絡ください。

- ▶新潟東・新潟西・三条・新発田の各支部 FAX 025(290)3201
- ▶長岡・六日町の各支部 FAX 0258(31)8099
- ▶上越・柏崎の各支部 FAX 025(527)4890

地区大会の日程など

支部名	開催日	予備日	会 場	申込締切日
新 潟 東	6月17日(土)	6月18日(日)	津島屋公園運動広場野球場	5月12日(金)
新 潟 西	6月17日(土)	6月18日(日)	津島屋公園運動広場野球場	5月12日(金)
三 条	5月13日(土)	5月20日(土)	三条・燕総合グラウンド野球場	4月20日(木)
新 発 田	5月13日(土)	5月14日(日)	五十公野公園野球場	4月12日(水)
長 岡	5月20日(土)	5月21日(日)	長岡信濃川南部運動公園軟式野球場	4月27日(木)
六 日 町	6月10日(土)	6月17日(土)	二日町グラウンド	5月18日(木)
上 越	5月13日(土)	5月20日(土)	高田公園野球場	4月21日(金)
柏 崎	6月 4日(日)	6月11日(日)	柏崎市荒浜運動場	5月15日(月)