

社会保険 にいがた

一般財団法人新潟県社会保険協会

2018.11 / NO.867

職場内で
回覧しましょう



Contents

- 賞与を支払ったときは届出が必要です!!
- 定期健康診断結果データの提出にご協力ください!
- 年末年始の給付金のお支払いについて
- ご家族の方を扶養家族として申請する場合の添付書類が変わります!
- 〈今月の健康情報〉考えよう! 血糖値のこと、糖尿病のこと
- 施設優待事業のご案内
- スキーリフト割引利用券を発行します ——— など

from 新潟 & made in 新潟 探訪 にいがたを見つめる旅

上杉謙信の愛刀とされる国宝「無銘一文字」を、上越市が取得を目指すも断念するというニュースが2017年の11月にありました。現在、上越市にある上杉家の遺品は少なく、長尾為景から四代にわたる居城・春日山城跡にも当時の建築物は何も残っていません。ただ、近くにある上杉家の菩提所である林泉寺の惣門（そうもん）

は、謙信の時代に春日山城の搦手門が移築されたものといわれており、現存する唯一の春日山城の建築物となっています。惣門の奥に立つ山門（さんもん）もまた謙信が建立したものですが、江戸時代の末期に焼失し、大正時代に再建されました。この山門には謙信が直筆した「春日山」と「第一義」の達筆な書の複製が扁額として掲

林泉寺(上越市)



げられています。本堂脇の墓所には謙信が葬られたとされる御墓があり、訪れる人が絶えることはありません。林泉寺と謙信のゆかりは深く、7歳から14歳までの7年間をこの寺で過ごし、高い教養と信仰心はこの時期の教育によって培われたといわれています。本堂に隣接する宝物館には、唯一原本が残っている謙信の存命中に描かれた肖像画が展示されていますが、その姿はふっくらと色白の穏やかな表情のもので、後世に描かれた髭をたくわえた武将然とした姿とは違います。また、合戦場から住職へ宛てた直筆の手紙の展示を見ると、その筆跡は美しく繊細で、これも豪快な戦国武将のイメージを覆すものかもしれません。

※取材に基づく一説です。



瀬波温泉『松風荘』
からのご案内

新潟県社会保険協会では、下記の施設を運営しています。

お部屋でのんびり、入浴と昼食(松花堂弁当)をセットにしたお得なプランです。

日帰り

昼食付 入浴プラン

2名様以上のご利用で
お一人様

¥3,240 (税込)

※午前11時～午後3時までのご利用となります。 ※ご利用日の2日前までにご用命ください。



お風呂は、源泉かけ流し。豊富な湯量と源泉の熱さが自慢です。 | 瀬波温泉 松風荘 村上市瀬波温泉2-4-29 TEL 0254-53-3086

賞与を支払ったときは届出が必要です!!

将来受け取る年金額の対象となりますので、忘れずにお届けください。賞与についても健康保険・厚生年金保険の毎月の保険料と同率の保険料を納付することになります。

ボーナスなどの賞与を支払ったときは、**支払日から5日以内に**

健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届
厚生年金保険70歳以上被用者賞与支払届

健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届
総括表

を提出してください。



賞与とは…?

賃金、給料、俸給、手当、賞与などの名称を問わず、労務の対償として受けるもののうち、7月1日前の1年間を通じ3回以下支給のものです。現物支給によるものも含まれます。

※7月1日前の1年間を通じ4回以上支給されるものは、標準報酬月額の対象となり、労務の対償とされない結婚祝金や大入袋等は賞与の対象になりません。

対象となるものの一例

- 賞与(役員賞与も含む) ● ボーナス ● 期末手当 ● 年末手当 ● 夏(冬)期手当 ● 越年手当 ● 勤勉手当
- 繁忙手当 ● もち代 ● 年末一時金などの賞与性のもの(年3回以下の支給の場合)
- その他、定期的でなくとも一時的に支給されるもの

お届け方法は…?

賞与支払予定月を届出している場合

賞与支払予定月を届出している事業所については、事前に被保険者のお名前等が印刷された『賞与支払届』と『賞与支払届総括表』を送付いたしますので、支払年月日や支払金額等の必要事項をご記入いただき、事業主印を押印のうえご提出願います。

※「賞与支払年月日」の記入もれにご留意願います。

賞与支払予定月を届出していない場合

賞与支払予定月を届出していない場合は、届出用紙等が送付されていないので、日本年金機構ホームページからダウンロードしていただくか、管轄の年金事務所からお取り寄せください。今後、賞与支払届等の送付を希望する場合は、『健康保険・厚生年金保険 事業所関係変更(訂正)届(処理票)』をご提出願います。

こんな場合には…？

賞与の支払いがない場合

登録された賞与支払予定月に賞与の支払いがなかった場合は、『健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届総括表』にて、『不支給』のお届けが必要となります。

資格取得月・資格喪失月に賞与が支払われた場合

- 資格取得月(資格取得日以降)に支払われた賞与は、保険料の対象となります。
- 資格喪失月に支払われた賞与は、保険料の対象となりません。
ただし、資格喪失日前日までに支払われた賞与は、保険料に関わらず賞与支払届の提出が必要です。
- 資格取得と同月に資格喪失した場合は、資格取得日から資格喪失日の前日までに支払われたものであれば保険料の対象となります。

産前産後休業期間・育児休業等期間に賞与が支払われた場合

産前産後休業・育児休業等を開始した日の属する月から、終了する日の翌日が属する月の前月までについては、被保険者の申し出により事業主からお届けがあった場合、毎月の保険料と同様に賞与の保険料も徴収されません。ただし、将来受け取る年金額の対象となるため、賞与支払届の提出は必要となります。

70歳以上の被保険者(被用者)に賞与が支払われた場合

平成30年3月5日より、『厚生年金保険70歳以上被用者 賞与支払届』が『健康保険・厚生年金保険 被保険者賞与支払届』に統合されました。70歳以上の被保険者(被用者)に賞与が支払われた場合は、賞与支払届の所定の記入箇所の他に、個人番号または基礎年金番号を記入していただき、備考欄の「1 70歳以上被用者」を○で囲みご提出が必要です。

12月の出張年金相談のご案内



年金のご相談は予約制となります。ご予約は、主催年金事務所でお受けしておりますので、事前に電話にてお申込み願います。

主催年金事務所(予約先TEL)	会 場	相談日時(予約可能な相談時間)
新潟東 (025-283-1014)※予約専用	五 泉 市 役 所 村 松 支 所	6日(木) 10:00～15:00 (10:00～14:30)
	五 泉 市 福 祉 会 館	20日(木) 10:00～15:00 (10:00～14:30)
	阿 賀 町 役 場 本 庁	26日(水) 10:00～15:00 (10:00～14:30)
新潟西 (025-225-3008)	佐渡市にお住いの方は 「 テレビ電話相談 」 を実施しております	
	個室でプライバシーに配慮しています! 必ず詳しい操作は一切ありません! お好きな日・時間に予約ができます! 対面相談と同じ相談が可能です!	
	会場：佐和田行政サービスセンター内(事前予約要)	
長 岡 (0258-88-0006)	小 千 谷 市 民 会 館	14日(金) 10:00～15:30 (10:00～15:00)
		28日(金) 10:00～15:30 (10:00～15:00)
	小 出 ボ ラ ン テ ィ ア セ ン タ ー	27日(木) 10:00～15:30 (10:00～15:00)
上 越 (025-524-4115)	糸 魚 川 市 役 所	12日(水) 10:00～15:00 (10:00～14:00)
		26日(水) 10:00～15:00 (10:00～14:00)
	柿 崎 商 工 会	19日(水) 10:00～15:00 (10:00～14:00)
三 条 (0256-32-2820)	市民交流センターネブルみつけ	26日(水) 10:00～15:00 (10:00～14:00)
新発田 (0254-23-2128)	村 上 市 役 所	12日(水) 10:00～15:00 (10:00～14:30)
		26日(水) 10:00～15:00 (10:00～14:30)
	阿 賀 野 市 水 原 総 合 体 育 館	19日(水) 9:30～15:00 (9:30～14:30)
六日町 (025-716-0802)	十 日 町 地 域 地 場 産 業 振 興 セ ン タ ー (ク ロ ス 1 0)	13日(木) 10:00～15:00 (10:00～14:30)
		27日(木) 10:00～15:00 (10:00～14:30)

●年金の相談にお越しの際には、年金手帳(基礎年金番号通知書)、年金証書、振込通知書や被保険者証といった、本人であることを確認できるものを必ずお持ちください。●本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状とお見えになる方の本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)が必要となります。(年金のお手続きをする場合は、本人の印鑑も必要となります。)



協会けんぽ新潟支部で加入で労働安全衛生法に基づく定期健診を行っている事業主様へ

定期健康診断結果データの提出にご協力ください!

提供の対象となる方 協会けんぽにご加入で、以下の①と②のどちらにもあてはまる方です。

- ①40歳以上75歳未満の加入者
- ②協会けんぽが健診費用を補助する「生活習慣病予防健診」は利用せず、
労働安全衛生法の定期健康診断を受診されている方

健診結果を提供することのメリット

1 協会けんぽが、従業員の健康管理をお手伝い!

健診結果の内容に応じて、協会けんぽの保健師・管理栄養士による健康サポート(特定保健指導)を無料で受けることができます。

2 健康保険料率上昇を抑制できます!

平成30年度から、協会けんぽ各支部の健診実施率や特定保健指導実施率等が2年後の保険料率に反映(加算減算)される仕組み(インセンティブ制度)が導入されました。健診受診率は「ご提供いただいた健診結果」+「生活習慣病予防健診結果」の合計数で決まります。健診結果データをご提供いただき健診実施率を上げ、特定保健指導を受けていただくことで、健康保険料率上昇を抑制することができます。

データの 提供方法と お願い

11月から12月にかけて、協会けんぽ新潟支部より同意書をお送りしますので、郵送でご提出ください。また、右記の委託先よりお電話にてデータ提供のお願いをさせていただく場合がございます。ご理解とご協力をお願いいたします。

委託先

東京ソフト株式会社
TEL.03-4405-2619

事業主様が協会けんぽへ健康診断の結果を提供することは、法律で規定されていますので、問題ありません!平成29年度は約21,500名分のデータをご提供いただきました。

皆様の将来にわたる健康と健康保険料率
上昇抑制のため、定期健康診断結果データ
のご提供をお願いいたします!



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

年末年始の給付金のお支払いについて

傷病手当金・出産手当金・出産育児一時金・埋葬料(費)について、12月14日(金)までに協会けんぽ新潟支部で受付した分は、年内にお支払いができる予定です。(ご申請の内容に不備がある場合や確認が必要な場合は除きます)



「傷病手当金・出産手当金・出産育児一時金・埋葬料(費)」は、受付からお支払いまでに10営業日(土日祝日・年末年始を除く10日間)いただいております。年末年始をまたぐ場合、通常時よりお支払いまでの期間が長くなります。

＼年末年始の窓口は大変混み合います。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

〒950-8513 新潟市中央区東大通2-4-4 日生不動産東大通ビル3階 TEL.025-242-0260(代表)

平成30年2月13日に移転しました!
郵送先にご注意ください。

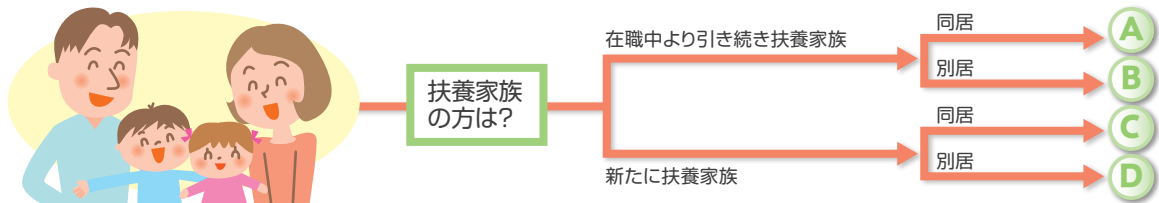


スマートフォンから!

任意継続加入予定の方 **ご注意!**

ご家族の方を扶養家族として申請する場合の 添付書類が変わります!

健康保険の扶養家族になるには、法律等で定められている一定の条件を満たす必要があります。平成30年10月より、扶養家族の条件を満たしていることを、以下の証明書類で確認いたします。**退職される従業員様が任意継続への加入を検討されている場合には、申請書と併せて添付書類が必要になることをお伝えいたしますよう、ご協力をお願いいたします。**



	在職時より引き続き扶養家族となる場合	新たに扶養家族となる場合
被保険者(本人)と同居している	A ①収入を証明する書類 所得証明書、非課税証明書 など (16歳未満は省略可能。学生でも16歳以上は必要)	C ①身分関係(続柄)を証明する書類 戸籍謄(抄)本 または 続柄の記載された世帯全員の住民票(注) ②収入を証明する書類 所得証明書、非課税証明書 など (16歳未満は省略可能。学生でも16歳以上は必要) ③同居していることを証明する書類 世帯全員が記載されている住民票
被保険者(本人)と別居している	B ①収入を証明する書類 所得証明書、非課税証明書 など (16歳未満は省略可能。学生でも16歳以上は必要) ②仕送り額の確認できる書類 ▶振込の場合:預金通帳等の写し ▶送金の場合:現金書留の控え(写し) (16歳未満または16歳以上の学生の場合は省略可能)	D ①身分関係(続柄)を証明する書類 戸籍謄(抄)本 ②収入を証明する書類 所得証明書、非課税証明書 など (16歳未満は省略可能。学生でも16歳以上は必要) ③仕送り額の確認できる書類 ▶振込の場合:預金通帳等の写し ▶送金の場合:現金書留の控え(写し) (16歳未満または16歳以上の学生の場合は省略可能)

(注)住民票は、被保険者(本人)と扶養認定を受ける方が同居している場合に限りです。



なぜ、必要な添付書類が変わるの?

厚生労働省より、日本国内にお住まいのご家族の方を被扶養者に認定する際の身分関係及び生計維持関係の確認について、申立てのみによる認定は行わず、証明書類に基づく認定を行うよう、事務の取り扱いが示されたことから、届け出に際して、確認の添付書類をお願いすることとなりました。



収入を証明できる書類がありません。申立書でもよい?

証明書類から収入が基準額未満であるか確認するため、申立のみでは扶養認定を行うことはできません。学生であっても16歳以上の方で扶養認定を受けるすべての方は、証明書類の添付が必要となります。収入がない場合は非課税証明書を添付してください。



在職時より引き続き扶養家族となる場合でも証明書類は必要?

収入の確認できる証明書類及び仕送り額の確認できる証明書類(別居の場合)の添付が必要です。※続柄および同居の確認できる証明書類の添付は省略できます。



※障害年金、遺族年金、傷病手当金、失業給付等の非課税対象の収入がある場合は、受取金額の確認できる通知書等のコピーの添付が必要です。 ※扶養の認定基準はこれまでと変更ありません。

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



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!





今月の
健康情報

考えよう! 血糖値のこと、糖尿病のこと

WHO(世界保健機関)とIDF(国連糖尿病連合)は11月14日を「世界糖尿病デー」と定め、糖尿病の予防、啓発活動を行っています。日本でもこの日を含む1週間が「全国糖尿病週間」とされています。この機会に、ご自身やご家族の血糖値のこと、糖尿病のことを少し考えてみましょう。

血糖値とは?

血液中のブドウ糖(血糖)の量を表す数値です。人の体は、血糖をエネルギー源として活動しています。エネルギーとして利用しきれないと「高血糖」の状態になります。

糖尿病とは?

血糖値は食事や運動などにより変動しますが、高血糖の状態が続くのが「糖尿病」です。その数は予備軍を含めると全国で推計2,000万人以上、世界的にも4億人以上の人が糖尿病を抱えており、増加の一途を辿っています。

こんな症状はありませんか?



尿の量やトイレの回数が多くなる



のどが渇きやすく、すぐ水分を摂りたがる



疲れやすくなる



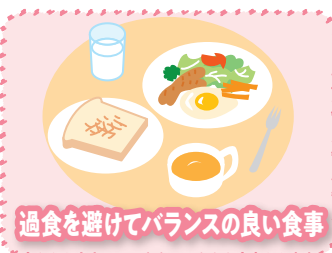
しっかり食べているはずなのに、体重が減少する

血糖値が高めと指摘されたり、上記のような症状に複数心当たりがあれば、早めに医療機関に相談しましょう! (※症状がはっきりと現れない人もいます。)

糖尿病は予防できる!

糖尿病はいくつかのタイプがありますが、日本人に圧倒的に多く、全体の90%以上を占めるのは、生活習慣が深く関係して起こる「2型糖尿病」と呼ばれる糖尿病です。

生活習慣が深く関係している=食事の内容や運動不足の解消など、生活習慣を見直すことで予防・改善が期待できることを示しているといえるでしょう。



過食を避けてバランスの良い食事



運動を習慣化



適正な体重を維持しながら
血糖値も適正な状態に

今までの食習慣や生活スタイルを変えるのは簡単なことではありませんが、早め早めに対処することが、糖尿病を予防したり悪化させないために一番大切なことです。医師と相談し、自分に合った無理のない方法で予防・改善を目指しましょう。

早期発見・早期治療が大切! まずは健康診断を受けましょう!

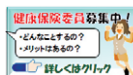


健康保険委員(健康保険サポーター)を募集しています!

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!



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、対面で、
年金受給の相談や手続きなどが無料でできます。

●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 **025-244-9246**

電話による年金相談「ねんきんダイヤル」 **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。

●年金相談時間
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)はお休みです。

「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!



年金の予約相談を実施しています。申込は「025-244-9246」まで

「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。

報告

開催しました

年金シニアライフセミナー

開催日／平成30年10月24日(水) 参加者／35名 会場／新潟ユニゾンプラザ

会場では、各講師の説明に熱心にメモを取る姿が多く見受けられ、参加者の年金やライフプランへの関心の高さが伺えるセミナーでした。アンケートでは《「退職後の生活設計(ライフプラン)」の知識を知りたかった》といった回答が約52%と最も多く、セミナーの内容については、91%以上の方に「大変参考になった」「参考になった」とご回答をいただきました。ご参加くださった皆様、講師の皆様、ありがとうございました!次回は皆様もぜひご参加ください!!

どなたでもご参加いただけます!

社会保険事務講習会 12月開催のご案内

参加料不要

主に社会保険事務の基本を確認したい方を対象とした内容ですが、どなたでもご参加いただけます。

【講習内容】 年金給付(老齢・障害・遺族)の仕組み 講師／日本年金機構年金事務所職員
雇用保険制度 講師／公共職業安定所職員

開催日	開催時間	会場	所在地	定員
12月 4日(火)	午後 1時30分 ～ 午後 4時00分	ミュゼ雪小町(多目的室1・2)	上越市本町5-4-5あすとぴあ高田5階	60名
12月 6日(木)		南魚沼市ふれ愛支援センター(研修室)	南魚沼市坂戸399-1	60名
12月 7日(金)		新発田市生涯学習センター(研修室1)	新発田市中央町5-8-47	48名
12月11日(火)		燕三条地場産業振興センターメッセピア(3F中会議室)	三条市須頃1-17	42名
12月12日(水)		クロスバールにいがた(403・404講座室)	新潟市中央区礎町3ノ町2086	70名
12月14日(金)		柏崎エネルギーホール(2F会議室2)	柏崎市駅前2-2-30	30名
12月19日(水)		まちなかキャンパス長岡(301会議室)	長岡市大手通2-6フェニックス大手イースト3階	70名

※「クロスバールにいがた」及び「柏崎エネルギーホール」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」「ミュゼ雪小町」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、電話番号、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。) ●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



施設優待事業のご案内

お得な優待
盛り沢山!

新潟県社会保険協会では、会員事業所の従業員とそのご家族の皆様の健康保持増進・福利増進のため、協賛いただいた施設と優待利用契約を結んでいます。また、全国社会保険協会連合会が優待利用契約を結んだ各施設についても、新潟県社会保険協会の会員事業所の従業員とそのご家族の皆様にご利用いただけます。利用できる施設には、カルチャースクールやスポーツクラブ、入浴施設や宿泊施設など多々ありますので、ぜひご利用ください。

詳しくは(一財)新潟県社会保険協会ホームページをご覧ください。
<http://www.niigata-inet.or.jp/nshkyoukai/waribiki/>

なお、ご利用にあたっては「施設利用会員証」が必要となります。

申込み等
お問い合わせ

(一財)新潟県社会保険協会
TEL 025-240-5337



スキーリフト割引利用券

を発行します

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

割引内容

割引利用券1枚につき**500円割引**(1枚につき一人割引)

ご利用期間

平成31年2月28日まで ※開設期間内であっても3月以降はご利用できません



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
ニュー・グリーンピア津南スキー場	1日券	ニ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
※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。		キュービットバレイ	1日券

申込方法

下記の申込書と切手を貼付した返信用封筒を同封のうえ、郵送によりお申し込みください。

※申込されてからお手元に割引利用券が届くまで日数を要する場合があります。

また、予定数に達した場合には締め切りとさせていただきますのでご了承ください。

◆「協会費」の納入をご確認のうえお申し込みください。

新潟東・新潟西・三条・新発田・上越・柏崎支部の方

〒950-0087

新潟市中央区東大通1-2-25北越第一ビルディング6F

一般財団法人 新潟県社会保険協会 宛

TEL 025-290-3200

長岡・六日町支部の方

〒940-0061

長岡市城内町3-甲893-36-丸山ビル601

一般財団法人 新潟県社会保険協会中越地区事務センター 宛

TEL 0258-31-8090

コピーしてお使いください

平成30年度

スキーリフト割引利用券申込書

※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

◆「協会費」の納入をご確認のうえお申し込みください。