

社会保険 にいがた

一般財団法人新潟県社会保険協会

2019.5 / NO.873

職場内で
回覧しましょう



Contents

- 算定基礎届事務説明会を開催します
- 月額変更届の提出を忘れずに
- 受けましょう! 健康サポート(特定保健指導)
- 始めよう! 「健康宣言」取り組み引「けんこう職場おすすめプラン」
- (今月の健康情報) タバコはお口や全身に様々な影響を与えます!
- (募集) 日帰りバスハイキングのご案内
- 瀬波保養所「松風荘」の売却について —— など

from 新潟 & made in 新潟 探訪 にいがたを見つめる旅

ワラでしっかりと編み込まれた、素朴ながらも工芸品としての美しさを感じさせる猫ちぐら。その出入り口から、ひょっこりと愛らしい表情をのぞかせる猫たち。いろいろなメディアで紹介され、見たことがあるという方も多いでしょう。狭いところや暗いところに入り込むのが大好きな猫にとって、保温性や通気性にも優れた快適な寝床とい

えるかもしれません。「ちぐら」とは、その昔農家で子守りに使われた「ゆりかご」のことを指し、地域によっては「つぐら」とも呼ばれます。関川村の猫ちぐらは、雪深いこの地域において、もともと農閑期の手仕事としてわら細工が作られていたという背景がありました。豪農の館として知られる渡邊邸の使用人が、ゆりかごをヒントに主人

猫ちぐら(関川村)



関川村

の飼い猫たちのために作ったものが始まりといわれています。その後、村おこしの特産品を目指した有志の方たちによる製作が本格化し、メディアなどで注目が集まるにつれ、全国から注文が殺到するようになりました。現在では、製作から販売、作り手の育成まで全ての業務を「関川村猫ちぐらの会」が行っています。手に入れるまで何年待ちということがよく話題になりますが、天然の稲ワラを使い、ぎっしり詰まった網目ひとつひとつを丁寧に編み込んで精緻に手づくりされるため、一人の作り手が製作できる数は月に3~5個くらい。時間が掛かるのも頷けます。道の駅関川にある文化交流施設では、製作実演の様子を見ることができます。

※取材に基づく一説です。



会員事業所 インタビュー Vol.1



小野澤 一成 様 (塩沢信用組合 理事長)

健康のために行なっていることは?

毎日の食生活が健全であることが健康には欠かせないと思いますので、多品目を摂れるようなバランスの良い献立を心がけてもらっています。また、普段の生活では徒歩での出勤を心がけています。

【塩沢信用組合】〒949-6408 南魚沼市塩沢1221-4

御社のお仕事は?

地元で愛され65年を超える地域密着型金融機関です。魚沼地域に6店舗を構え、地元の事業者や勤労者の皆さんを対象に当組合独自の取り組みを通して地域社会の発展に貢献しています。



算定基礎届事務説明会を開催します



9月以降の標準報酬月額を見直すため、毎年、算定基礎届をご提出いただくことになっております。届出の方法などを年金事務所の職員がご説明いたしますので、下記日程表をご確認のうえご出席をお願いいたします。なお、算定基礎届は6月中旬より順次郵送いたします。

2019年度「算定基礎届事務説明会」日程表

期 日	説明時間	会 場	会場別参集地域
6月11日(火)	10:00~11:45 ※2019年度は午前開催	三条商工会議所会館 チェンバースホール (三条市須頃1-20)	三条市・燕市
	13:30~15:20	阿賀野市水原保健センター (阿賀野市岡山町10-15)	阿賀野市
	10:00~11:45	十日町地域地場産業振興センター(クロス10) (十日町市本町六の一丁目71-26)	十日町市・津南町
6月12日(水)	10:00~11:45 ※2019年度は午前開催	燕市吉田産業会館 (燕市吉田東栄町14-12)	燕市・弥彦村
6月13日(木)	13:30~15:30	五泉市福祉会館 3階 大会議室 (五泉市太田1092-1)	五泉市・阿賀町
	13:30~15:15	魚沼市小出郷文化会館 (魚沼市千溝1848-1)	魚沼市
	10:00~11:45 ※2019年度は午前開催	加茂文化会館 ※2019年度変更 (加茂市幸町2-3-5)	加茂市・田上町
	10:00~11:45	南魚沼市民会館 (南魚沼市六日町865)	南魚沼市・湯沢町
6月14日(金)	13:30~15:00	アミューズメント佐渡(佐渡中央文化会館) (佐渡市中原234-1)	佐渡市
	13:30~15:30	リージョンプラザ上越 (上越市下門前446-2)	上越市・妙高市
	10:00~11:45 ※2019年度は午前開催	見附市文化ホール アルカディア (見附市昭和町2-1-1)	見附市
	13:30~15:20	聖籠町文化会館 (北蒲原郡聖籠町大字諏訪山1280)	新発田市・胎内市 聖籠町
6月17日(月)	13:30~15:30	新井総合コミュニティセンター (妙高市上町9-2)	妙高市・上越市
	13:30~15:20	村上市民ふれあいセンター (村上市岩船3270)	村上市・岩船郡
6月18日(火)	10:00~11:30	新潟テルサ 大ホール (新潟市中央区鐘木185-18)	新潟市
	13:30~15:15	小千谷市総合産業会館 サンプラザ (小千谷市城内1-8-25)	小千谷市
6月19日(水)	13:30~15:30	ふれあいセンター ビーチホールまがたま (糸魚川市寺町4-3-1)	糸魚川市
6月20日(木)	13:30~15:15	長岡リリックホール (長岡市千秋3-1356-6)	長岡市・出雲崎町
6月24日(月)	13:30~15:15	柏崎市文化会館 アルフォーレ (柏崎市日石町4-32)	柏崎市・刈羽村

●説明会場はご案内の「会場別参集地域」に限らず、ご都合に合わせて会場をお選びいただくことができます。

※このページ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。

月額変更届の提出を忘れずに

固定的賃金の変更により随時改定に該当する場合は月額変更届の提出が必要です。

次の要件にすべて該当する場合は、変動した支払月から4か月目に改定になりますので、3か月目の報酬を支払いましたら、すみやかに届出をお願いいたします。

月額変更届の該当要件

① 昇給・降給などで固定的賃金に変動があったとき

※固定的賃金の変動は、昇給・降給以外にも、(1)給与体系の変更があったとき(日給から月給へ変更) (2)日給や時給の単価の変更があったとき (3)通勤手当、住宅手当などの新たな手当が支給された、またその支給額に変更があったとき等があります。

② ①により変動した月以降の3か月間に支払われた報酬の平均月額による標準報酬月額と従来の標準報酬月額との間に2等級以上の差が生じたとき

③ 3か月とも報酬の支払基礎日数が17日以上あるとき (特定適用事業所に勤務する短時間労働者は11日以上であるとき)

なお、年間平均による月額変更届を提出する際には次の書類の添付が必要です。

年間報酬の平均で算定することの申立書(随時改定用)

被保険者報酬月額変更届・保険者算定申立に係る例年の状況、標準報酬月額の比較及び被保険者の同意等(随時改定用)

※必要に応じて賃金台帳等の資料を提出していただく場合があります。(例年発生することが見込まれることを確認する必要がある場合等)

6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)
	五泉市福社会館	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」も実施しております 個室でプライバシーに配慮しています! 好きな日・時間に予約ができます! むずかしい操作は一切ありません! 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)	
	あいかわ開発総合センター	13日(木) 12:30~14:30 (12:30~14:00)
長岡 (0258-88-0006)	小千谷市民会館	12日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
		28日(金) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
	小出ボランティアセンター	27日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
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ーブルみつけ	
	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) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
六日町 (025-716-0802)	十日町地域地場産業振興センター(クロス10)	
	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。)

年金相談に関するお問い合わせは「ねんきんダイヤル」をご利用ください

0570-05-1165

協会けんぽ加入の事業主様・ご担当者様



健診を受けた後は

受けましょう! **健康サポート(特定保健指導)**

健診を毎年受けることはもちろん大切ですが、**健診を受けてそれっきりにしていませんか?**
それでは意味がありません!健診結果をきちんと見直し、その後の行動に移すことが重要です。
みなさん、できていますか?

特定保健指導とは?



健診結果から生活習慣病の発症リスクが高いと予測される対象者の方へ指導を行うことが、国から保険者(協会けんぽ)へ法律で義務付けられています。協会けんぽでは、保健師・管理栄養士が対象の方へ生活習慣のサポートをするため、アドバイスを**無料**で行っています。



特定保健指導の対象となる方

- 健診結果からメタボリックシンドロームと疑われ、
- 「血圧」「血糖」「脂質」の「いずれか」もしくは「いずれも」高値の方
- 「たばこを吸う」方

／年間約**7,000名**の方が健康サポートを受けています!＼

特定保健指導の対象となった方に指導を受けていただくよう、事業所様のご理解とご協力をお願いいたします。

健診から健康サポートまでの流れ



1 健診の受診
従業員様に健診を受診していただきます。

2 案内の送付
特定保健指導の対象者が在籍する事業所様宛にご案内をお送りいたします(※)。

3 日程の調整
案内に記載された日程に不都合がある場合、事業所様と協会けんぽで日程等を調整いたします。

4 健康サポートを受ける
協会けんぽの保健師・管理栄養士が事業所様にお伺いし、対象者の方に特定保健指導を実施いたします。

5 生活改善を
実行
健康サポートの内容に基づいて3~6か月間、特定保健指導の対象者の方に生活改善を
実行していただきます。

(※)ご案内は協会けんぽのほか、健診機関などの保健指導委託機関からもお送りさせていただく場合がございます。

協会けんぽからのお願い

協会けんぽもしくは委託先より案内をお送りしていますが、健診の受診状況等により、すべての事業所様への案内ができない場合がございます。健診後、半年たっても案内が届かない場合は、協会けんぽ新潟支部へご連絡いただけますようお願いいたします。
ご希望の事業所様へ優先してご案内をさせていただきます。



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



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)

協会けんぽ 新潟

検索



スマートフォンから!

協会けんぽ加入の事業主様必見!



始めよう!「健康宣言」 取り組もう!「けんこう職場おすすめプラン」

※「けんこう職場おすすめプラン」は健康経営®宣言サポート企画です。



● ● このような思いをお持ちの事業主様いらっしゃいませんか? ● ●

従業員の高齢化が進んでいるな…
健康で長く働いてもらうためにも
会社としても何か取り組まないとい
けないな…どうしよう…

ライバル会社が
「健康経営優良法人」に
認定されたいぞ…
わが社も負けてられないな!



社員の健康は会社の業績にも影響を及ぼします!

社員の健康に配慮した対策を行うことが、安全・安心の職場環境を作る第一歩。
人材不足、社員の高齢化が進む今だからこそ社員の健康を会社が考え、取り組むときです!



そこでおすすめ!「健康宣言」

協会けんぽも取り組みをサポート。
社員・職場の健康づくりに取り組みましょう!

今年はさらに
パワーアップ!

「健康宣言」「けんこう職場おすすめプラン」の実施方法

ステップ1 協会けんぽへ「健康宣言」をしましょう!

「わが社は社員・職場の健康づくりに取り組みます!」と協会けんぽへ宣言(エントリー)します。用紙は新潟支部のホームページからダウンロード。宣言すると、協会けんぽ新潟支部から「健康宣言証」をご進呈。事業所に掲示し、ホームページ等に掲載するなど社内外に健康宣言したことを発信しましょう!

ステップ2 実際に従業員の健康づくり(健康経営®)に取り組みましょう!

「健康宣言」をしたら、実際に健康づくりにチャレンジ!事業所の現在の取り組み状況に応じて、実践方法が選択可能になりました!

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

まずはコレ!
新潟支部のイチオシ!

「けんこう職場おすすめプラン」 (協会けんぽ提案の取組を実施)

- ①導入コース ②顕彰制度チャレンジコース
- ③高血圧予防・改善コース (◎は新潟市内の事業所さま限定)

上記のコースから選択し、取り組みましょう。
開始月は7月以降、任意の3か月です。(◎は5か月実施)

企業独自の取り組みが
整っている事業所様は…

従業員の健康づくりに取り組む (会社独自の取組を実施)

- 喫煙・飲酒
- 栄養・食生活
- 歯・口腔の健康
- 健(検)診
- 身体活動・運動
- こころの健康 など

企業独自の取組を進めましょう!

健康経営優良法人や県・市の顕彰制度への申請で健康経営の「見える化」へ!

一緒に職場の健康づくりに取り組みましょう!健康経営優良法人や各種顕彰制度への申請もアシストします!
エントリーシートのダウンロードや詳細は新潟支部のホームページをご覧ください。

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
【企画総務グループ】 TEL.025-242-0261

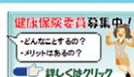


健康保険委員(健康保険サポーター)を募集しています!

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

「まだ吸って
いるんですか？」

タバコはお口や全身に 様々な影響を与えます!

本誌2019年4月号にて禁煙すると得られる「よいこと」についてご紹介しました。今回は、タバコを吸うことによってお口をはじめ全身に影響が出ることをご紹介します。

タバコがお口に与える影響

タバコは最初にお口を入り口として吸い込まれ、お口の中に様々な影響を与えます。

タバコを吸わない人の口の中	タバコを吸う人の口の中	与える影響
 <p>check</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 歯の色 ● 歯肉の色や形 <p>check</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 舌表面の汚れの付着状態 		<ul style="list-style-type: none"> ● 歯や歯肉の色が黒い ● 固くゴツゴツした歯肉 ● 歯周病の進行を早める ● 歯の喪失を早める ● 肌の色つやが悪くなり、シミやシワが増え早く老化する ● 唾液の分泌低下 ● 口臭 ● 味覚低下 ● 口腔ガン等のリスク (口腔・咽頭ガン …… 3倍) (喉頭ガン …… 32.5倍) (肺ガン …… 3倍) <p>平山 健 1990より</p>

タバコが全身疾患に与える影響

喫煙によるリスク

- ガン
- 呼吸器疾患
- 循環器疾患
- 消化器疾患
- 妊娠時の早産や周産期死亡 など

受動喫煙によるリスク

- ガン
- 心疾患
- 妊娠時の胎児発育不良 など

受動喫煙とは

タバコを吸わない人が他人のタバコの煙(副流煙)を吸わされること。

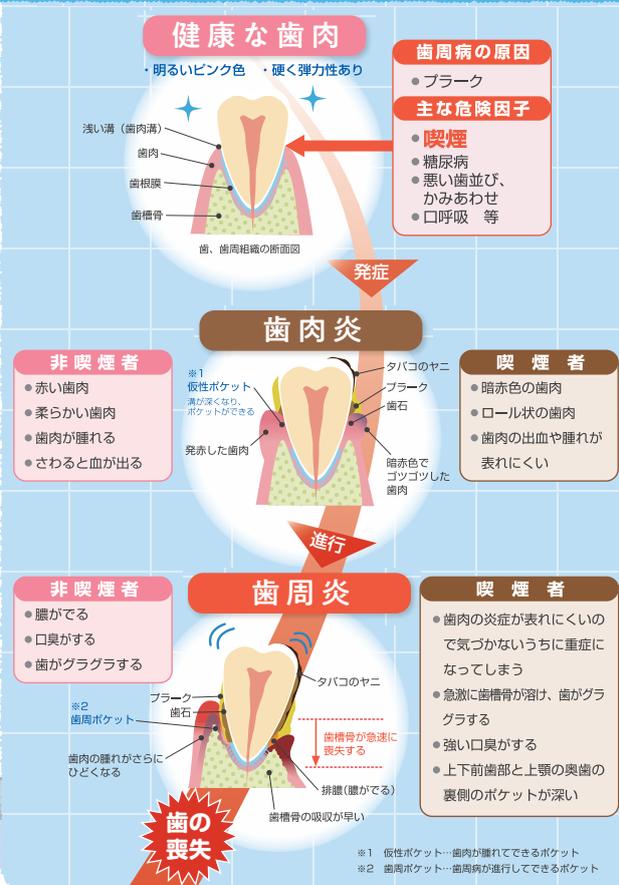


けんこう
「健口」のために
禁煙しましょう!



資料提供：一般社団法人 新潟県歯科医師会

タバコによって歯周病が悪化します



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!



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てください!



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。

どなたでもご参加いただけます!

社会保険事務講習会 6月開催のご案内 参加料不要

社会保険の各種事務手続き等について、分かりやすくご説明します。
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】 算定基礎届 について …………… 講師/日本年金機構年金事務所職員

※内容は年金事務所の「算定基礎届事務説明会」と同様です。参加される方は年金事務所から送付された資料を必ずご持参ください

雇用保険事務手続き について(雇用継続給付についてなど) …………… 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
6月18日(火)	午後 1時30分 ～ 午後 4時00分	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
6月19日(水)		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
6月20日(木)		新発田市カルチャーセンター(2F視聴覚室)	新発田市本町4-16-83	42名
6月24日(月)		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
6月25日(火)		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
6月26日(水)		クロスバリエにいがた(403・404講座室)	新潟市中央区礎町3ノ町2086	70名
6月27日(木)		上越市市民プラザ(第4会議室)	上越市土橋1914-3	50名

※「クロスバリエにいがた」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」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。)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



お知らせ

日帰りバスの旅

六日町支部

バスハイキング

新緑の高尾山トレッキング

募集中

開催日／令和元年6月23日(日)

詳しくは折り込みチラシをご覧ください。

上越支部

バスハイキング

標高2,000m「美ヶ原高原」

開催日／令和元年7月13日(土)

新潟東支部

新潟西支部

バスハイキング

奥只見遊覧船と牧之通り散策

開催日／令和元年7月20日(土)

三条支部

バスハイキング

天元台散策

開催日／令和元年7月20日(土)

新発田支部

バスハイキング

清津峡と美人林・かやぶき集落散策

開催日／令和元年7月20日(土)

詳しくは「社会保険にいがた6月号」折り込みチラシでご案内いたします。



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



瀬波保養所『松風荘』の売却について

このたび「一般競争入札(郵便型入札)」による売却について、5月8日付けで公告いたしましたのでご案内申し上げます。

公告文は、当協会事務室入口に掲示してありますが、ホームページでもご覧いただけます。

<http://www.niigata-inet.or.jp/nshkyoukai>