

# 社会保険にいがた

# 10

一般財団法人新潟県社会保険協会

## 10

- 11月はねんきん月間です ● 国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です
- 交通事故や第三者の行為によるケガで保険証を使うときは「第三者行為による傷病届」をご提出ください
- 被扶養者資格再確認のご協力をお願い
- 健康増進と夏季における栄養補給に留意した簡単時短レシピ4品
- <募集>ご希望の会員事業所様に「ダイアリー2025」を配付します .....など

Contents

2024  
NO.938



## けんさん焼き



県内全域



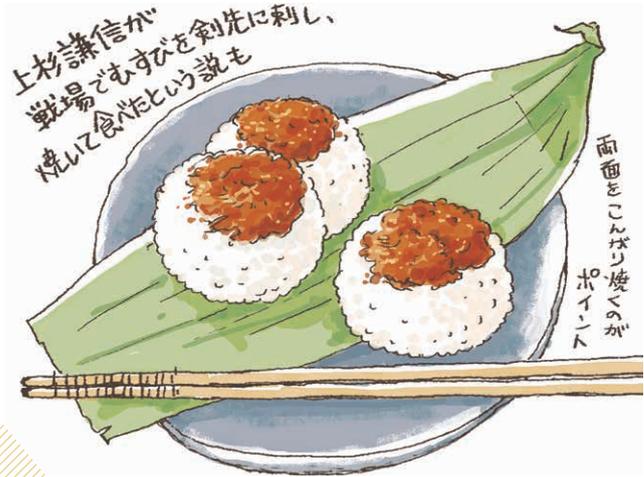
KENSANYAKI

### けんさん焼き

「けんさ焼き」「けんさき焼き」「けんしん焼き」などの呼び方があるが、作り方は同じ。ご飯を平たく丸く握って両面をこんがり焼き、すりおろした生姜を加えた甘みそを塗ってさらに焼き、みそを少し焦がす。囲炉裏があった時代は、おにぎりを網渡しの上ののせて表面を焦がしたものを焼き飯(やきめし)と呼び、保存食として山などへ持って行った。そこにみそを塗って焼くけんさん焼きは“ごつつお”で、秋の収穫後の祝い(秋ごと)や、田植え後、年始の集まりなどに食べたという。

語源とともに由来もさまざまだ。『日本料理由来辞典』(同朋舎出版)では「献残飯」という漢字で紹介されている。「献残」は神への献上品の残り物や下がり物のこと。「けんさし焼き」「けんしん焼き」という呼び名から、戦場で剣先に刺して焼いて食べた、上杉謙信が戦時の兵糧として食べたのが始まりなどの説もある。

県内各地に伝わるが、特に米どころの中越(魚沼や長岡、小千谷など)、下越西部、上越の山間地などでなじみ深い



ようだ。以前小千谷市観光協会を取材した際、小千谷の魚沼神社に発祥の根拠となる文献が残っているとの話を聞いた。この文献はもう少し詳しく調べてみたい。

生姜の他にゆずや山椒、くるみ、ネギ、ごまなどをみそに入れることもあるとか。酒宴後、薬味をのせてお茶漬けにすると、焼きみその香ばしさがさらに引き立つ。

発祥や由来はさておき、残ったご飯を大切に、おいしく味わう知恵が詰まった一品であることは、間違いはない。

文/高橋真理子(NPO法人にいがた食の図書館) イラスト/荒井晴美

社会保険協会からのお知らせ

## 10月1日からの郵便料金値上げに伴う各種変更のご案内

会員事業所様には、①施設利用助成券、②代金助成チケット、③日帰りバスツアー助成券の配付申込にあたり84円切手を貼付した返信用封筒を同封いただくようご案内しておりますが、本年10月1日からの郵便料金の値上げに伴い、110円分の切手を貼付いただくようお願いいたします。

施設利用助成券及び代金助成チケットの配付申込方法等につきましては社会保険にいがた5月号7ページ、日帰りバスツアー助成券の配付申込方法等につきましては社会保険にいがた6月号6ページをご覧ください。当協会のホームページでもご覧いただけます。



11月は

# ねんきん月間

です

日本年金機構は厚生労働省と協力して、公的年金制度の普及・啓発活動に取り組みます。

いみらん  
11月30日は  
年金の日

## 新潟県内年金事務所の活動内容

11月9日(土)は、週末相談日です。  
11月30日(土)は、年金の日のため休日開所いたします。

午前9時30分から  
午後4時まで

次の年金事務所では、定例分とは別に出張相談会等の開催を予定しています。

新潟西年金事務所 11月26日(火)	場所/イオンモール新潟亀田インター3F(スリーピー前) 時間/9:30~15:30	「年金相談会 IN イオンモール新潟亀田インター ねんきんネットで年金記録の見える化をしてみよう!」	予約不要
新潟西年金事務所 11月14日(木)	場所/あいぽーと佐渡 時間/12:30~15:00	出張年金相談	予約制
長岡年金事務所 11月20日(水)	場所/魚沼市役所北部庁舎 時間/10:00~15:00	出張年金相談	予約制
上越年金事務所 11月13日(水)	場所/糸魚川市役所 時間/10:00~15:00	出張年金相談	予約制
11月27日(水)	場所/糸魚川市役所 時間/10:00~15:00	出張年金相談	予約制
三条年金事務所 11月27日(水)	場所/見附市市民交流センターネーブルみつけ 時間/10:00~15:00	出張年金相談	予約制
新発田年金事務所 11月13日(水)	場所/村上市役所 時間/10:00~15:00	出張年金相談	予約制
11月27日(水)	場所/村上市役所 時間/10:00~15:00		
11月20日(水)	場所/阿賀野市水原総合体育館 時間/10:00~15:00		

また、11月12日(火)には新潟県内の年金委員・健康保険委員功労者表彰式が新潟東映ホテルで開催されます。  
(※年金委員・健康保険委員の活動に当たり、功績が特に顕著と認められる方に対し、表彰状を授与します。)

## この機会に、公的年金※について考えてみませんか?

※公的年金には、老後の支えとしての役割だけでなく、障害年金、遺族年金という制度があります。

国民年金保険料を納めるのが  
難しい場合は…

申請することで、保険料の納付が免除、または猶予される制度があります。保険料を納めないまま放置すると、年金を受け取ることができない場合があります。

“ねんきんネット”は年金記録や  
年金見込額を確認できるサービスです!

国民年金の加入月数や納付状況等の最新の年金記録をパソコンやスマートフォンから手軽に確認できます。ぜひご利用ください!

詳しくはこちら



[https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。 <https://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構



年金の加入  
電子申請・電子媒体申請

に関するお問い合わせは「ねんきん加入者ダイヤル」をご利用ください

事業所・厚生年金加入者向け  
0570-007-123

# 国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。控除の対象となるのは、令和6年中(令和6年1月1日から令和6年12月31日)に納付された保険料の全額です(令和6年中に納付されたものであれば、過去の年度分の保険料や追納された保険料も控除の対象となります)。

## 社会保険料控除を受けるためには

令和6年中に納付した国民年金保険料の社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に保険料を納付したことを証明する書類「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書(以下「控除証明書」)」の添付が必要となります。「控除証明書」は、令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方に、以下のスケジュールで送付されます。

**電子送付** 令和6年10月中旬から下旬にかけて順次 **郵送** 令和6年10月下旬から11月上旬にかけて順次

なお、令和6年10月1日から令和6年12月31日までの間に、国民年金保険料を納付された方(※)には、令和7年1月下旬(電子)から2月上旬(郵送)に送付されます。また、ご家族(配偶者やお子様等)の国民年金保険料を納付している場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。その際にご家族あてに郵送された「控除証明書」を添付のうえ申告してください。

※令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方は除く

### 電子送付について

「控除証明書」の電子版はe-Taxで利用でき、郵送よりも早く受け取ることができます。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます。



電子送付について詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。 [https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshisofu\\_kojin.html](https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshisofu_kojin.html)



## 令和6年 11月の出張年金相談のご案内

**予約制**

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 (025-283-1013)	五 泉 市 福 祉 会 館	11月21日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
	阿 賀 町 役 場 本 庁	11月28日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
新潟西 (025-225-3008)	あ い ぼ 一 と 佐 渡	11月14日(木) 12:30~15:00 (12:30~14:30)
	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!    むずか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	11月27日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
	小 出 ボ ラ ン テ ィ ア セ ン タ ー	11月28日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
上 越 (025-524-4115)	糸 魚 川 市 役 所	11月13日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
		11月27日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
三 条 (0256-32-2820)	見 附 市 市 民 交 流 セ ン タ ー ネ ー プ ル み つ け	11月27日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
	村 上 市 役 所	11月13日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
新 発 田 (0254-23-2128)		阿 賀 野 市 水 原 総 合 体 育 館
	六 日 町 (025-716-0008)	十 日 町 地 域 地 場 産 業 振 興 セ ン タ ー ( ク ロ ス 1 0 )
11月14日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)		
		11月28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。



## 交通事故や第三者の行為によるケガで保険証を使うときは 「第三者行為による傷病届」をご提出ください

交通事故やけんかなどにより加入者(被保険者・被扶養者)がケガをして、健康保険で治療を受けるときは「第三者行為による傷病届」を協会けんぽに提出してください。

本来、第三者の行為による治療費は、加害者が負担します。保険証を使うと、加害者が支払うべき治療費(医療費の7~8割分)を、協会けんぽが治療費を立て替えて支払うこととなります。協会けんぽでは「第三者行為の傷病届」に基づき、立て替えて支払った治療費を加害者に請求します。「第三者行為による傷病届」のご提出にご理解とご協力をお願いします。

### 届け出が必要な場合



交通事故  
(同乗者の負傷の場合を含む)



第三者が飼っている  
動物に咬まれた



暴力でケガを  
させられた

第三者行為  
による傷病届  
はこちら



### 示談は慎重に

示談をするときは、事前に協会けんぽ新潟支部までご連絡ください。相手に過失があるにもかかわらず、「健康保険で治療を受けるから治療費等はいらない」という内容の示談をした場合は、損害賠償請求権を放棄したことになり、健康保険を使用した治療や保険給付を受けることができなくなる場合があります。

## 令和6年度 — 被扶養者資格再確認のご協力のお願い

協会けんぽでは、保険給付の適正化を目的に、健康保険の被扶養者となっている方が、現在もその状況にあるかを確認させていただくため、毎年、被扶養者資格の再確認を実施しております。協会けんぽからお送りする「被扶養者状況リスト」に記載されている対象者の扶養状況をご確認いただき、提出いただきますようお願いいたします。

確認の対象  
となる方

令和6年4月1日において18歳以上の被扶養者  
※確認の対象となる方がいない場合は、被扶養者状況リストはお送りいたしません。

送付時期

令和6年10月上旬から  
10月下旬にかけて送付

### 変更状況にかかわらず、必ずご提出ください

以下のケースに該当する場合は被扶養者状況リストと添付書類の提出が必要となります。

- 被保険者と別居している被扶養者がいる場合  
「被扶養者状況リスト」「被扶養者現況申立書」「仕送りの事実と仕送り額が確認できる書類」
- 海外に在住している被扶養者がいる場合  
「被扶養者状況リスト」「被扶養者現況申立書」「海外特例要件に該当していることが確認できる書類」
- 扶養から外れる被扶養者の方がいる場合  
被扶養者状況リストに同封の被扶養者調書兼異動届と、該当する方の被保険者証を添えて、協会けんぽへご提出をお願いいたします。

提出期限: 令和6年11月29日(金)



## 協会けんぽ新潟支部の取り組み

### 協会けんぽ新潟支部は「にいがたケンジュプロジェクト」に参加しています！

「にいがたケンジュプロジェクト」はBSN新潟放送が2019年4月にスタートした新潟県民の健康寿命延伸を推し進めるプロジェクトです。新潟県が掲げる「健康立県」の実現に向けて、新潟県民の健康課題解決に向けた広報を実施し広く県民に周知しています。



BSN健康寿命延伸キャンペーン  
にいがたケンジュ  
プロジェクト

「にいがたケンジュ  
プロジェクト」は  
こちらから



<https://www.ohbsn.com/kenju-project/>



協会けんぽ新潟支部の  
「健康経営宣言」は  
こちらから



<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/niigata/cat070/190815-1/190815-2/>

### 協会けんぽ新潟支部は「目指せ！！健康寿命日本一」に参加しています！

「目指せ！！健康寿命日本一」プロジェクトとは、新潟日報社が行う新潟県民の健康寿命日本一を目指すプロジェクトです。協会けんぽでは、プロジェクトを通じて健康づくり事業をお知らせし、加入者のみなさまの健康づくりをサポートします。

プロジェクト特設サイトには、  
「にいがた健康経営宣言」など、  
協会けんぽからのお知らせを随時掲載  
しています。ぜひご覧ください。

「目指せ！！健康寿命日本一」  
プロジェクト特設サイトは  
こちらから



<https://www.niigata-nippo-kenko.com/>



### 健康立県通信

## 「ち～とばっか動効果」を 試してみましよう！

#### いつでもどこでも腕パタ運動(上下)



①両腕を背中側に回し  
手のひら同士が向き合うようにする

②両腕を上下させる動作を繰り返す

10～20回繰り返すのがおすすめ！



背中引き締めにも効果的！  
丸まった姿勢もまっすぐに！

すきま時間に筋トレ！

ち～とばっか動効果 (うごこうか)

健康寿命の延伸には、仕事や育児で忙しい働く世代が日頃から身体を動かす意識を持ち、運動量増加と習慣化につなげることが大切です。県では、働く世代が1日の大半を過ごす職場(事業所等)で、仕事をしながらでも手軽にできる県独自のながら運動メニュー「ち～とばっか動効果(うごこうか)」をおすすめしています。どのメニューも簡単なので、ぜひ職場でも試してみてください。

ち～とばっか動効果  
(健康にいがた21HP)



お問い合わせ 健康づくり支援課 TEL.025-280-5198



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!

■ 管理栄養士さんとみんなで楽しく「料理教室」より



# 健康増進と夏季における栄養補給に留意した 簡単時短レシピ4品



今夏3会場で開催した、管理栄養士さんとみんなで楽しく「料理教室」にて作成したレシピをご紹介します！  
簡単なうえに栄養バランスも抜群！ぜひ日頃の献立のひとつにお役立てください！

材料(4人分)

270  
kcal



## 楽々おむすび ●ご飯 600g(米2合分) ●鮭フレーク 40g ●焼きのり 適宜

- ①炊けたご飯に鮭フレークを混ぜ合わせる。
- ②ラップを広げて、①のご飯を置き、ラップの四隅をもって振り回す。そのままでも、ラップを取り除きお皿にのせてもよい。
- ③好みでのりを巻く。

177  
kcal



## 夏野菜と鶏肉のさっぱり煮 ●鶏手羽元 8本 ●ナス 1個(120g) ●パプリカ 1個(80g) ●こんにやく 1/2枚(100g) ●玉ねぎ 1個(200g) ●乾燥キクラゲ 4g ●ポン酢しょうゆ 大さじ2と1/2 ●水ひたひた(500ml) ●酒 大さじ1

- ①手羽元は水洗いして、キッチンペーパーで水気を拭きとる。ナスは一口大に切り、水にさらしておく。こんにやくは、手で一口大にちぎる。パプリカは3cm角に切る。玉ねぎは縦半分にした後、横半分にして、くし形に切る。キクラゲは水戻しして、よく洗い、手で一口大にちぎっておく。
- ②鍋に手羽元・こんにやく・パプリカ・玉ねぎ・キクラゲを入れ、ポン酢しょうゆ・酒・水を入れて、アルミホイル等で蓋をしてから、強火で煮る。沸騰してきたら中火にして20分位煮る。(時間があれば、そのまま置き味を浸み込ませる。)

52  
kcal



## プチプチサラダ ●もち麦 40g ●きゅうり 1本(90g) ●水煮ひじき 60g ●かにかま 8本(60g) ●レタス 4枚 ●ドレッシング/酢 大さじ1、しょうゆ 大さじ1、だし汁 大さじ1 ※ドレッシングは作りやすい分量・市販品でもOK!

- ①鍋にお湯を500ml程度沸かし、もち麦を入れて約20分茹でる。ザルにあげ、さっと水をかけて荒熱を取り、水気を切っておく。
- ②きゅうりを1cm位の角切りにする。かにかまも同じくらいの大きさに切る。ひじきは水に戻してから、お湯でさっと茹でて水をかけ冷まし、水気を切る。
- ③ボウルに酢・しょうゆ・だし汁を入れ、よくかき混ぜてドレッシングを作り①②の材料を加えて合わせ、器にレタスを敷いて盛りつける。

156  
kcal



## ティラミス風デザート ●ココナッツサブレ 8枚 ●インスタントコーヒー 2g ●熱湯 大さじ2 ●クリームチーズ 100g ●無脂肪ヨーグルト 40g ●上白糖 20g ●ミルクココア 4g ●ミントの葉(飾り)

- ①ココナッツサブレを袋に入れたままつぶし、粉々にする。小さいボウルに、インスタントコーヒーと熱湯を入れよく溶かす。
- ②①のボウルにココナッツサブレを袋に入れて、よくなじませる。一人分ずつの器の底に敷く。
- ③別のボウルにクリームチーズ、無脂肪ヨーグルト、上白糖を入れ、よく混ぜ合わせる。②の器に分け入れる。
- ④③の上にミルクココアをふりかけ、冷蔵庫で冷やす。

献立作成者/管理栄養士・公認スポーツ栄養士 石墨 清美江

## ■ 主催イベントのご報告

# クアオルト健康ウォーキング

開催日/9月28日(土)

開催地/妙高市(ロッテアライリゾート)

参加者総数/50名

当日7時過ぎから降り出した雨は2時間ほどで上がりましたが、空模様が気になる一日となりました。ガイドさんの指導の下、ヤッホポイントや心拍数測定ポイント等初めて体験した「クアオルト健康ウォーキング」ですが、明るく元気な子供たちに雨も気遣い(?)、楽しく散歩することが出来ました。参加者の皆さん、ご協力いただいたロッテアライリゾートの皆さん、ありがとうございました！

## 参加者の声

- 天気が良かったらもっと楽しめたと思います。 ●トンボいなかったね。
- 暑くなく、歩くのにちょうどいい距離でよかったです。 ●来年も開催してください！
- ヤッホ!でストレス発散出来ました!! ●こんなに簡単に歩くことでも運動になるんですね! ●この後、苗名の滝を見て帰ります。



募集中

ご家族、職場の同僚やご友人と!

## みんなで楽しくボウリング大会

ファミリー戦と個人戦あり! 参加賞ほか多数賞品をご用意! 奮ってご参加ください!



- 令和6年11月 9日(土)  
会場:ポップボウル柏崎(柏崎市茨目2-8-21)
- 令和6年11月16日(土)  
会場:サウンドボウル見附店(見附市今町7-15-10)
- 令和6年11月30日(土)  
会場:グランドボウル黒埼(新潟市西区山田458)

受付/12:30~12:50  
スタート/13:00



※申込方法など詳しくは「社会保険にいがた9月号」または当協会ホームページをご覧ください。

令和6年度

## 社会保険委員大会を開催します

令和6年度社会保険委員大会を各社会保険委員会主催、一般財団法人新潟県社会保険協会各支部協賛により右記のとおり開催します。

- | 開催地                                   | 開催日               | 会場                        |
|---------------------------------------|-------------------|---------------------------|
| ●新潟西・新潟東 社会保険委員大会 <small>合同開催</small> | 開催日/令和6年11月12日(火) | 会場/新潟東映ホテル                |
| ●三 条 社会保険委員大会                         | 開催日/令和6年11月15日(金) | 会場/越前屋ホテル                 |
| ●新発田 社会保険委員大会                         | 開催日/令和6年11月20日(水) | 会場/中条グランドホテル              |
| ●六日町 社会保険委員大会                         | 開催日/令和6年11月20日(水) | 会場/十日町地域地場産業振興センター(クロス10) |
| ●上 越 社会保険委員大会                         | 開催日/令和6年11月21日(木) | 会場/ホテルハイマート               |
| ●柏 崎 社会保険委員大会                         | 開催日/令和6年11月26日(火) | 会場/柏崎市産業文化会館 文化ホール        |
| ●長 岡 社会保険委員大会                         | 開催日/令和6年12月 9日(月) | 会場/アオーレ長岡 市民交流ホールA        |

## 社会保険事務講習会 11月開催のご案内

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。

社会保険事務担当の初任者の方はもちろん、経験者の方や労務担当の方など、どなたでもご参加いただけます。

- 講習内容**
- 事業所調査における誤りの多い事例について
  - 資格取得届、資格喪失届、月額変更届、賞与等支払届等について ..... 講師/日本年金機構年金事務所職員
  - 雇用保険の給付について(失業給付、教育訓練給付) ..... 講師/公共職業安定所職員

※詳しくは「社会保険にいがた9月号」または当協会ホームページをご覧ください。

どなたでもご参加  
いただけます

参加費  
不要

## 社会保険事務講習会 12月開催のご案内

- 講習内容**
- 傷病手当金等給付申請の事務手続きについて ~スムーズに給付金を受けられるために~ ..... 講師/全国健康保険協会新潟支部職員
  - 年金給付について(遺族年金) ..... 講師/日本年金機構年金事務所職員



開催日	開催時間	会場		定員
12月 5日(木)	午後 1時30分 ~ 午後 4時00分	柏崎市	柏崎市産業文化会館(第1会議室)	24名
12月 6日(金)		南魚沼市	南魚沼市ふれ愛支援センター(研修室)	40名
12月10日(火)		新発田市	新発田市生涯学習センター(第1研修室)	30名
12月11日(水)		上越市	上越市市民プラザ(第二会議室)	52名
12月13日(金)		三条市	燕三条地場産業振興センターリサーチコア(研修室④)	48名
12月17日(火)		新潟市	新潟ユニゾンプラザ(中研修室)	80名
12月19日(木)		長岡市	まちなかキャンパス長岡(301会議室)	56名

※「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。  
※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。

申込方法

(一財)新潟県社会保険協会ホームページ[■事業案内1]募集中(催事のご案内)]をご確認のうえ同ページに掲載してある(申込書)に必要事項を記入しFAX(025-290-3201)でお申し込みください。



新潟駅から  
徒歩5分程

## 街角の

# 年金相談センター新潟

無料

年金の相談や請求手続きなどができます。  
ご予約のうえお越しください。

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

ご予約  
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

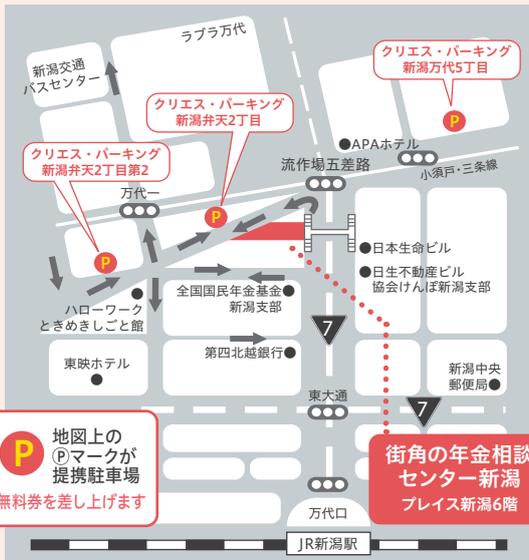
平日(月～金) 午前8時30分～午後5時15分

※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」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。

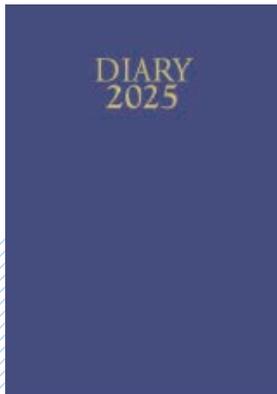
地図上の  
Pマークが  
提携駐車場  
無料券を差し上げます

街角の年金相談  
センター新潟  
プレイス新潟6階



募集中

## ご希望の会員事業所様に「ダイアリー2025」を配付します



サイズはコンパクトなA5判です。予定表は見開きで、左ページに月曜日から日曜日までのスケジュール欄を、右ページに横罫線入りのメモ欄を配置し、各月始まりのページには「季節のことば」や、その月に行われる伝統的な行事など、月ごとの季節に合わせた内容を掲載しています。

巻末には、社会保険のしくみ(健康増進・年金関連等)をわかりやすく解説した便覧や、年金機構・事務所・年金相談センター・都道府県庁等の電話番号一覧、健康診断に関する知識、郵便料金一覧など生活に役立つ情報を収載しています。

申込方法等

下記の申込書に必要事項を記入し330円分の切手を同封のうえ、(一財)新潟県社会保険協会あて郵送によりお申し込みください。(10月20日消印有効)

※令和6年度協会費の納入をご確認のうえ、お申し込みください。  
※330円分の切手が同封されていないお申し込みは、無効です。  
※配付は1事業所1冊です(予定冊数に達した場合は配付終了とし、ご連絡します。)

配付時期

令和6年  
11月末(予定)

送付先

〒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

お問い合わせ 一般財団法人 新潟県社会保険協会 TEL.025-240-5337

- 切り取らずコピーしてお使いください -

### 令和6年度

### 「ダイアリー2025」配付申込書

事業所所在地		連絡先電話番号等
		TEL - -
事業所名称		FAX - -
申込責任者		