

# 社会保険にいがた 12

一般財団法人新潟県社会保険協会

12

- 令和6年度 新潟県年金委員・健康保険委員功労者表彰式が開催されました
- 健康保険被扶養者異動届について
- 「医療費のお知らせ」をお送りします
- 被扶養者(ご家族)様もお得に健診を受けられます
- <報告>とちおの魅力を歩いて学ぶ「栃尾・街歩き」 ..... など

Contents

2024  
NO.940



## のっぺ



////////////////////////////////////  
NOPPE

### 当 法人では

2025年3月まで、文化庁の「食文化ストーリー創出・発信事業」として、「のっぺ」を調査し、令和の「のっぺ」地図の制作に取り組んでいる。今年の8月に1000人を超える県民、県外在住の新潟出身者にアンケートを実施し、結果を分析中だ。

新潟を代表する郷土料理「のっぺ」は地域や家庭による多様性が特徴。「のっぺ」の地域性を語る上で参考とされているのが、1988年に発表された県立新潟女子短大(現県立大)の調査だ。新潟を代表する食文化研究家で、93歳の現在も研究や執筆に精力的に取り組む本間伸夫さんたちが手がけた。

下越地方は貝柱と椎茸でだしを取り、うす口しょうゆを使った透き通った汁。上越地方ではかつおぶしなどでだしを取り、しょうゆを中心とした調味料で煮た後、仕上げに「くずをかき」。片栗粉でとろみをつけることをこう言う。茶色でとろみがある上越の「のっぺ」は、下越や中越とは一線を画す。根菜以外の材料は、下越や中越の一部は鮭、中越と上越は鶏、どちらも入れないなど。練り物は下越・中越ではかまぼ



こ、上越では焼きちくわ。下越では最後にイクラや、イクラをゆがいた「ととめ」を飾るケースもある。

自宅で結婚式や法事を行った時代は、行事食として「のっぺ」を作り、慶弔により切り方や材料の数を変えたという。今は年末に作り正月や、里芋が旬の冬季に味わう料理として親しまれている。令和の「のっぺ」地図の結果は果たして……。新潟の大切な郷土料理として「のっぺ」を作り、味わい、その食文化ストーリーをみんなであつないでいきたい。

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

## 26/ 会員事業所からのお知らせ



佐渡市

### 一般社団法人 佐渡観光交流機構

理事長 本間 雅博

祝「佐渡島の金山」世界文化遺産登録決定! 当社は観光地域づくり法人として、観光戦略の推進やマーケティング、地域づくり活動を行っております。「初めての佐渡で楽しい思い出を作りたい」「ガイドブックには載っていない旅行がしてみたい」というお客様のために、「自然」「文化」「アクティビティ」そして「交流」の要素が詰まったアドベンチャートラベル「サドベンチャー」の企画、販売をしております。四季折々の大自然、多様な文化、あたたかい島の人との交流など、佐渡島の魅力がたっぷり詰まった体験を多数ご用意しております。秋から冬にかけての佐渡は、新米や海の幸、フルーツなどがおいしい季節です。小学校の修学旅行以来、佐渡に行っていないなあ、という方はぜひもう一度、佐渡に遊びにいらしてください。サドベンチャーHP <https://www.enjoysado.net/>



## 令和6年度 新潟県年金委員・ 健康保険委員功労者表彰式が開催されました

11月12日(火)に年金委員・健康保険委員の方々に対する表彰式が開催されました。  
年金委員・健康保険委員として、永年にわたり制度の周知、従業員への指導などそれぞれの職域のなかで活動され、政府管掌年金事業、協会けんぽ管掌健康保険事業の推進、発展にご協力いただいている方の中から、功績が特に顕著と認められる方に対して、表彰が行われました。  
表彰を受けられた皆様、誠におめでとうございます。

受賞者の方々は次のとおりです (敬称略・順不同)

### 年金委員

#### 厚生労働大臣表彰

百武 伸晃 (株式会社 近藤組) 鈴木 永蔵 (浦佐管理物産 株式会社)  
長谷川 武司 (公益社団法人 新潟県トラック協会)

#### 日本年金機構理事長表彰

辰喜 紀代子 (株式会社 ホテルオークラ新潟) 石橋 孝之 (日本メッキ工業 株式会社)  
家塚 清 (株式会社 北越エンジニアリング) 石川 猛 (角利産業 株式会社)  
野島 憲子 (株式会社 加賀田組) 大滝 初美 (株式会社 岩船港鮮魚センター)  
小川 精一 (株式会社 山崎組) 高橋 智美 (株式会社 高橋組)  
船田 忍 (株式会社 シンコーテック)

#### 日本年金機構理事長表彰

伊藤 宣子 (東光商事 株式会社) 林 理美 (株式会社 ミヤトウ野草研究所)  
田中 正枝 (渡辺建設工業 株式会社) 小杉 美和子 (みつわ住設 株式会社)  
岡村 佐智子 (巻商工会) 片岡 哲雄 (柏崎商工会議所)  
伊藤 さくら (株式会社 北地区清総) 吉澤 義孝 (中越印刷 株式会社)  
児玉 亜耶 (シーエムシー中越モータース 株式会社) 後藤 紀子 (新潟ダイカスト 株式会社)  
坂井 仁 (古河マグネットワイヤ 株式会社) 小田島 藤吉 (ふじ環境保全 株式会社)  
丸山 勝宣 (和島工業 株式会社 新潟工場) 小野 陽子 (株式会社 今町ブロック瓦工業)  
大槻 彰吉 (一般社団法人 五泉市スポーツ協会) 志田 八重子 (阿賀コンクリート工業 株式会社)  
岩淵 貴志 (社会福祉法人 慶友はるかぜ福祉会) 渡辺 豊和 (株式会社 越後ハム)  
山賀 和江 (有限会社 小木建設) 佐藤 寛 (クラレテクノ 株式会社 新潟営業所)  
瀧澤 恵子 (魚沼産業 株式会社) 阿部 照美 (社会福祉法人 清津福祉会)  
岡森 士朗 (岩塚製菓 株式会社) 鈴木 正義 (株式会社 司工務店)  
渡邊 伸子 (西頸城運送 株式会社)

### 健康保険委員

#### 全国健康保険協会理事長表彰

渡邊 和法 (株式会社 富士トレーラー製作所) 佐藤 学 (株式会社 フォト・スタンプ新潟)  
佐藤 水 (スカイ・エンジニアリング 株式会社)

#### 全国健康保険協会新潟支部長表彰

石川 直也 (株式会社 開新電気) 平井 和博 (日鉄工材 株式会社)  
大滝 綾 (東新運輸 株式会社) 船田 さをり (有限会社 船田工業)  
加藤 貴之 (カトウ・サイン工業 株式会社) 山崎 正雄 (株式会社 ジェー・シー・エス コンピュータ・サービス)  
白井 康子 (株式会社 博進堂) 片岡 哲雄 (柏崎商工会議所)  
白倉 典子 (ケイ・エス工業 株式会社) 深澤 長美 (株式会社 阿部建設)  
東城 政司 (新潟電子工業 株式会社) 金子 敏子 (株式会社 あさひ測量設計事務所)  
古川 一成 (株式会社 CSコーポレーション) 田中 広子 (中越印刷 株式会社)  
丸山 勝宣 (和島工業 株式会社 新潟工場) 田巻 幸代 (スペック 株式会社)  
阿部 久美 (株式会社 サンフーズ横倉) 皆木 和美 (セントラル観光 株式会社)  
内山 一弘 (株式会社 グルメール) 大滝 綾子 (株式会社 内山組)  
近藤 保子 (コンドウ印刷 株式会社) 小森 稔 (片山食品 株式会社)  
佐藤 知佳 (伊米ヶ崎建設 株式会社) 遠山 美雪 (株式会社 遠清商事)  
古川 知広 (株式会社 大石組) 堀 恵都子 (新潟巧測 株式会社)  
五十嵐 徳子 (有限会社 ノーブルエンジニアサービス) 本間 敦 (株式会社 横井組)  
大谷 宗久 (株式会社 山崎建設) 渡邊 亜紀子 (株式会社 ほっとしげたケアセンター)  
勝嶋 聡美 (株式会社 阿部建設 上越支店) 石橋 優美子 (株式会社 スノーランド)  
武田 真菜 (株式会社 越後菓草) 種村 真紀子 (社会福祉法人 南魚沼市社会福祉協議会)  
常田 恵子 (関川水系土地改良区) 中島 広美 (株式会社 ごはん)

# 健康保険被扶養者異動届について

被保険者や被扶養者の方に、「結婚」「出産」「就職」等のライフイベントが発生し、被扶養者の追加・削除などの必要があるときは、被保険者が事業主を経由して被扶養者異動届を提出することになります。

被扶養者に異動(「結婚」「出産」「就職」等)があった場合…………… **5日以内**に届出をお願いします  
被扶養者が「就職」等で、被扶養者から外れる場合…………… **必ず健康保険被保険者証の添付(返却)**をお願いします  
なお、令和6年12月2日から従来の健康保険証は発行されなくなり、マイナンバーカードの健康保険証を基本とする仕組みに移行されています。

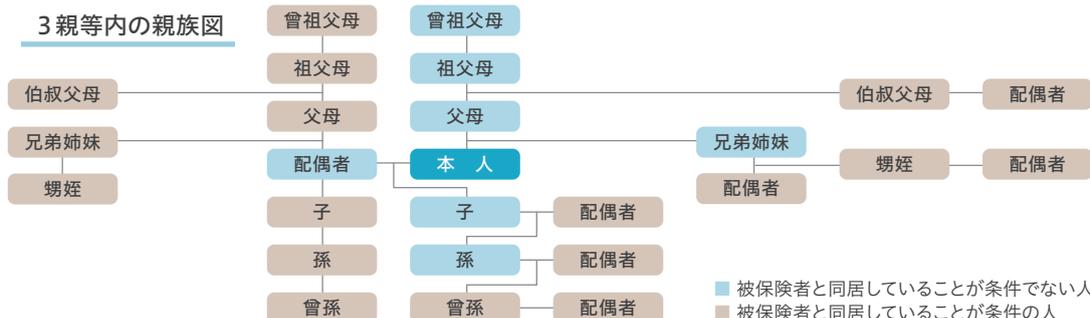
## 扶養の範囲と認定基準

被保険者の収入により生計を維持しており、原則、住民票が日本国内にある人で、以下の範囲となります。

### ● 被扶養者の範囲

- |         |                        |  |  |
|---------|------------------------|--|--|
| 被扶養者の範囲 | 1 被保険者と同居していることが条件でない人 | 配偶者(内縁を含む)、子、孫、兄弟姉妹、父母、祖父母、など直系尊属                        |  |
|         | 2 被保険者と同居していることが条件の人   | 上記1以外の3親等内の親族<br>内縁関係の配偶者の父母および子(当該配偶者の死後、引き続き同居する場合を含む) |  |

#### 3親等内の親族図



### ● 扶養の認定基準

- ①被保険者の収入により生計を維持されていること
- ②年間収入130万未満(60歳以上の人または障害者の場合は、年間収入180万未満)でかつ、

**同居の場合**

収入が被保険者の年間収入の半分以上であること  
※同居の場合は、被扶養者の年間収入が被保険者の年間収入の半分以上であっても、世帯の生計状況から総合的に判断し、被保険者が生計維持をしていると認められれば被扶養者になることができます。

**別居の場合**

仕送り額が対象となる人の収入より多いこと

## 夫婦ともに収入がある場合における被扶養者の認定

夫婦ともに収入がある場合における被扶養者の認定については、被扶養者の人数にかかわらず、年間収入の多い方の被扶養者として認定を行います。なお、申請を行う被保険者の年間収入は、過去の収入、現時点の収入又は将来の収入などから今後1年間の収入を見込んだ額を算出してください。

一方、届出に記載いただく「配偶者の収入(年収)」欄には、次のとおり配偶者が加入する制度によって年間収入の見込み額を算出してください。

- 配偶者が **被用者保険** の被保険者の場合 ———— 被保険者と同様、過去の収入、現時点の収入又は将来の収入などから今後1年間の収入を見込んだ額を記載してください
- 配偶者が **国民健康保険** の被保険者の場合 ———— 直近の年間所得で見込んだ額を年間収入として記載してください

※届書に関する記載方法等につきましては、日本年金機構のホームページをご覧ください。最寄りの年金事務所へお問い合わせください。

日本年金機構



<https://www.nenkin.go.jp>

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**

# 年金委員を募集しています

## 事業主の皆様、職域型年金委員推薦をお願いします

年金委員とは、厚生労働大臣から委嘱を受けて政府が管掌する厚生年金保険および国民年金の事業について、会社や地域で啓発、相談、助言などの活動を行う民間の協力員です。  
年金委員は、活動する区域によって『職域型』と『地域型』の2種類に区分されています。『職域型』は主に厚生年金保険の適用事業所内で、『地域型』は自治会など地域において活動していただきます。日本年金機構では、公的年金制度と国民のみなさまとの橋渡し役を担っていただく、年金委員を募集しています。事業主の皆様、ぜひ、職域型年金委員のご推薦をお願いいたします。  
詳しくは、お近くの年金事務所にお問い合わせください。



	地域型	職域型
活動区域	自治会や町内会	会社内
活動内容 (例)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 近隣のみなさまへの各種手続の助言・相談</li> <li>● 自治会等でのパンフレットの配付</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 従業員への各種手続の助言・相談</li> <li>● 社内掲示板等を利用した年金制度の周知</li> </ul>
年金委員になるには?	市区町村や年金受給者協会等が日本年金機構へ推薦、または、年金事務所長の推薦	事業主が日本年金機構へ推薦

## 令和7年 1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	1月16日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
	阿 賀 町 役 場 本 庁	1月23日(木) 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!   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	1月 8日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
	小 出 ボ ラ ン テ ィ ア セ ン タ ー	1月23日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
上 越 (025-524-4115)	糸 魚 川 市 役 所	1月 8日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
		1月22日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
新発田 (0254-23-2128)	村 上 市 役 所	1月 8日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
		1月22日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
	阿 賀 野 市 水 原 総 合 体 育 館	1月15日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
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 )	1月 9日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:30)
		1月23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。



## 「医療費のお知らせ」をお送りします

> 送付時期

令和7年1月中旬から順次、  
事業所様あてにお送りいたします

> 対象期間

主に令和5年9月から令和6年8月までに  
医療機関等に受診された医療費分

### 事業主の皆様へのお願い

- 「医療費のお知らせ」は被保険者様ごとに封筒に入っております。**開封しないで**被保険者様にそのままお渡しください。
- 既に退職された方の分につきましては、**開封しないで**同封の返信用封筒にて当支部へご返送ください。

「医療費のお知らせ」は**医療費控除の申告手続きに使用可能**です。

「医療費のお知らせ」に記載されていない令和6年9月から12月分の医療費等については、医療機関等からの領収書に基づき作成した医療費控除の明細書を申告書に追加して添付してください。

※医療機関等で受診した月から協会けんぽに医療費の請求が届くまでに少なくとも3か月の時間を要します。2月の確定申告時期までに確実に医療費のお知らせをお届けするために8月分までの記載としております。

医療費控除の申告に関しては、国税庁のホームページをご覧ください。お近くの税務署にお問い合わせください。

## 被扶養者(ご家族)様もお得に健診を受けられます

年度内に、必ず特定健診を受けましょう!

特定健診とは、日本人の死亡原因の約6割を占める生活習慣病の予防を目的に、被扶養者(ご家族)様に受けていただく健診です。年度内にお一人様につき1回、健診費用の一部を補助します。

**対象者** 40歳～74歳の被扶養者(ご家族)様

**自己負担額** 無料もしくは1,264円(新潟県内) ※受診される医療機関によりご負担金額が異なります。

**内容** 診察、問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査など基本的な検査

(医師の判断により追加で詳細な健診を実施することがあります)

予約方法

右記二次元コードから、ご希望の健診機関等へ、直接ご予約ください。



### 事業所担当者様へお願い

従業員の皆様が安心して働くうえで、被扶養者(ご家族)様の「健康」は欠かせません。事業主様と協会けんぽの連名で、ご家族に健診受診を呼びかけるためのツールをご用意しましたので、是非ご活用ください。ご活用の際は、右記二次元コードから新潟支部保健グループへ申込書をご提出ください。



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!



## 禁煙、したいあなたに!



禁煙の方法は、大きく分けて2種類あります。自分にあった方法を選んでみましょう。

### 医療機関で禁煙治療を受ける

おすすめのタイプ

- 喫煙本数が多い人
- 禁煙する自信がない人
- 過去に禁煙して禁断症状が強かった人
- 精神疾患など、禁煙が難しい特性を有する人
- 薬剤の選択など、禁煙にあたって医師の判断を必要とする人

### 薬局・薬店でニコチンパッチやニコチンガムを使ってやめる

おすすめのタイプ

- 喫煙本数が少ない人
- 禁煙する自信が比較的人
- 忙しくて医療機関を受診できない人
- 保険適用の条件を満たさない人

出典: 脱メタバコ支援マニュアル, 2008

詳しくはこちらをチェック ⇒ <https://www.kenko-niigata.com/tobacco/shien/439.html>

お問い合わせ 新潟県健康づくり支援課成人保健係 TEL.025-280-5199



## 年末年始の営業について

協会けんぽ新潟支部は年末年始は以下のとおりの営業となります。  
期間中はご不便をおかけいたしますが、何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。



12月27日(金)	12月28日(土)～1月5日(日)	1月6日(月)
年内最終営業日	お休みさせていただきます	営業開始

## 社会保険事務講習会 2月開催のご案内

どなたでもご参加いただけます

参加費 不要

講習内容

- 従業員の退職・採用に伴う手続き等について
- 育児休業中の保険料免除について …………… 講師/日本年金機構年金事務所職員
- 雇用保険適用事業所の事務手続きについて(電子申請、資格喪失届(離職証明書の書き方)) …………… 講師/公共職業安定所職員

開催日	開催時間	会場		定員
2月5日(水)	午後 1時30分 ～ 午後 4時00分	新発田市	新発田市生涯学習センター(第1研修室)	30名
2月6日(木)		上越市	上越市市民プラザ(第二会議室)	52名
2月7日(金)		柏崎市	柏崎市産業文化会館(第1会議室)	24名
2月13日(木)		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
2月14日(金)		新潟市	新潟ユニゾンプラザ(中研修室)	80名
2月18日(火)		南魚沼市	南魚沼市ふれ愛支援センター(研修室)	40名
2月19日(水)		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。



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

■ 主催イベントのご報告



## 職場のハラスメント対策セミナー

開催日・会場 ○9月9日(月)新潟ユニゾンプラザ ○9月20日(金)アトリウム長岡 ○9月26日(木)上越市市民プラザ  
参加者総数/100名 【講師】新潟労働局雇用環境・均等室職員



参加者の声

- 制度や用語など基本的なことをしっかり教えていただけよかったです。
- 今の会社では聞く機会がなかったのでよかったです。
- もう少し具体的な取り組み等についても聞きたかった。



## 知って安心 「シニア世代の年金・雇用保険・健康保険」セミナー

開催日・会場 ○10月10日(木)燕三条地場産業振興センター ○10月16日(水)新発田市生涯学習センター  
○10月17日(木)上越市市民プラザ ○10月21日(月)新潟テルサ  
○10月22日(火)南魚沼市ふれ愛支援センター ○10月24日(木)柏崎市産業文化会館  
○10月28日(月)まちなかキャンパス長岡  
参加者総数/155名 【講師】特定社会保険労務士



参加者の声



- 説明もわかりやすく、大変参考になりました。
- 会社と社員のためになる知識を得たく参加しましたが、自分自身のためにもなりました。
- ネットでの情報では足りない部分を知ることが出来ました。
- 60歳で定年を迎えその後65歳まで継続雇用で働き、さらに75歳まで働きたい方が増えているので、とても参考になりました。

■ 主催イベントのご報告

## とちおの魅力歩いて学ぶ「栃尾・街歩き」

開催日/10月19日(土)

開催地/長岡市栃尾地域

参加者総数/27名

「栃尾紬」や「栃尾のあぶらげ(油揚げ)」で有名な栃尾ですが、かつては、上杉謙信公が青年期を過ごし初陣を飾った地としても知られています。今回は、ガイドさんと一緒に「とちおの街」を歩きました。

空模様が心配な朝10時「道の駅R290とちお」をスタート。市街地を一望できる高台に建つ長岡市栃尾美術館～謙信廟～秋葉神社奥の院(石川雲蝶の彫刻)～秋葉公園謙信公銅像～常安寺(謙信公直筆の五言対句・兜の前立て)～丹甚呉服店さん(豪雪地の生活を物語る2階の大きな窓枠と味わい深いレトロな文字(?)の店名が今も現役)～稲繁さん(素晴らしい内蔵と採光窓)～雁木通り～あぶらげ! 約6キロ・3時間の行程でした。楽しくガイドいただいた島さん、ご参加いただいた皆さん、お疲れ様でした!

(ご協力いただいた団体・企業(敬称略)) 栃尾観光ガイドクラブ・長岡市栃尾産業交流センター・道の駅 R290 とちお・(有)佐藤豆腐店



### 参加者の声



- 今までは栃尾=油揚げの印象しかなかったのですが、参加してよかったです。
- こんなにたくさん素晴らしい歴史が残っている栃尾はうらやましいです。
- 普段あまり歩かないので後半はバテました。
- 道の駅の揚げたての「あぶらげ」美味しかったです。
- 協会さんの企画、毎回楽しみにしています。今回も楽しかったです。



## ■ 受付終了のお知らせ

「東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム利用券」の配付申込みは、  
予定枚数に達したため受付を終了しました。