

社会保険

ふくひ

2019年
2・3月号



福井の建物

福井愛育病院(福井市新保)

昭和47年設立。産婦人科と小児科のみからなる、全国でも非常にユニークな専門病院です。福井県における周産期医療の中核施設として長く地域に貢献しています。

画/松宮 実

(株)松宮設計事務所社長。建築設計の仕事の傍ら、福井新聞文化センター等でスケッチ教室の講師を務める。

職場内で回覧しましょう

協会けんぽからのお知らせ

平成31年度 生活習慣病予防健診の予約が始まります!

3月1日(金)から

35～74歳の加入者ご本人(被保険者)の方を対象とした【平成31年度生活習慣病予防健診】の予約が始まります。年度内1回に限り、協会けんぽが健診費用の一部を補助いたしますので、約7,000円で健診を受けられます。ぜひご活用ください。

協会けんぽ福井支部のホームページで健診機関を確認し、3月1日から電話で予約できます!

※定員に達し次第受付終了となる健診機関もありますので、ご了承ください。

予約・申込の流れ

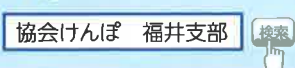
3月1日から

- 1 希望する健診機関に予約
健診機関は協会けんぽ福井支部のホームページで確認できます。
- 2 申込書を作成
申込書は3月下旬に協会けんぽから届きます。
「インターネットサービス」から申し込むこともできます。
- 3 申込書を協会けんぽに提出

健診日が近づいたら、健診機関から受診のご案内が届きます



健診機関の確認や、インターネットサービスのご利用は協会けんぽ福井支部のホームページからどうぞ!



予防が大切! 健診のあとは 特定保健指導(無料)をご利用ください!

協会けんぽでは、生活習慣病予防健診等を受診された結果、生活習慣病発症のリスクがある方に健康相談(特定保健指導)を実施しています。

保健師等の専門家が、一人ひとりに合った目標を一緒に考え、健康づくりのお手伝いをします。対象になった方はぜひ特定保健指導を受け、生活習慣の改善に取り組みましよう。



お問い合わせ先

全国健康保険協会 福井支部
協会けんぽ

協会けんぽ 福井支部

TEL0776(27)8304
保健グループ

「医療費のお知らせ」をお送りしました

協会けんぽ福井支部では、加入者(被保険者および被扶養者)の皆様に、健康に対する意識を高めていただき、健康保険事業の健全な運営を図るため、平成31年1月下旬に「医療費のお知らせ」をお送りしました。

★「医療費のお知らせ」を受け取ったことによる手続きは必要ありません。

どこに送っていますか？

事業主様宛に、世帯ごとの封筒に入った状態でお送りしました。

事業主様は、開封せずに、被保険者の方にお渡しください。

※任意継続被保険者の方にはご自宅宛にお送りしました。



何が記載されていますか？

「医療費のお知らせ」には加入者の皆様が病気やケガをし、健康保険を使って医療機関等にかかった際に窓口で支払った「加入者の支払い額」や、協会けんぽから医療機関等へ支払った「協会けんぽからの支払い額」等を記載しています(平成29年11月診療分から平成30年9月診療分まで)。

※平成30年1月から平成30年11月までの間に協会けんぽ福井支部で受け付けた診療報酬明細書等(レセプト・柔道整復施術療養費等)に基づいて作成しています。

お問い合わせ先



全国健康保険協会 福井支部
協会けんぽ

協会けんぽ 福井支部



TEL0776(27)8303
レセプトグループ

知って
安心!

医療を受けるときのポイント

病院を受診するとき

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医を持つメリット

- ★ 日常的な診療や健康管理を行ってくれる
- ★ 病歴、体質、生活習慣等を把握した治療やアドバイスを受けることができる
- ★ 詳しい検査や高度な医療が必要なときは、専門医を的確に紹介してくれる



〈かかりつけ医の選び方〉

- ① 自宅や勤務先から近く、通院に便利である
- ② 患者の話をしっかり聞いてくれて気軽に相談できる

薬をもらうとき

かかりつけ薬局・薬剤師を持ちましょう

かかりつけ薬局を持つメリット

- ★ 服用歴や体質を考慮した調剤をしてもらえる
- ★ 薬の重複や飲み合わせのチェックをしてくれる
- ★ 飲み残した薬、飲みづらい薬の相談ができる



〈かかりつけ薬局・薬剤師の選び方〉

- ① かかりつけ医や自宅から近く、通いやすい
- ② 服薬する薬についてきちんと説明してくれる
- ③ 信頼でき、わからないことは気軽に相談できる

お薬手帳をご活用ください

薬の副作用やアレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化が記入でき、災害等の緊急事態でも薬の情報を正確に伝えることができます。

余った薬は薬剤師へ

使わなかった薬にも医療費がかかっています!

飲み忘れ等で余った薬は、お薬手帳と一緒に医療機関または薬局へ持っていきましょう。薬剤師が確認し、処方日数の調整等を行います。

「ジェネリック医薬品」を利用しましょう

〈ジェネリック医薬品とは〉

- ① 効き目、安全性、品質等の面で先発医薬品と同等である
- ② 開発期間が短いため、先発医薬品より価格が安い
- ③ 形状や大きさ等が工夫され、飲みやすくなっている

薬をもらうときは、かかりつけ医、かかりつけ薬剤師に相談してみましょう。

お問い合わせ先



全国健康保険協会 福井支部
協会けんぽ

協会けんぽ 福井支部



TEL0776(27)8301
企画総務グループ

日本年金機構からのお知らせ

平成31年
4月から

国民年金保険料の産前産後期間の 免除制度が始まります

次世代育成支援の観点から、国民年金第1号被保険者が出産をする際には、出産前後の一定期間、国民年金保険料が免除される制度が始まります。

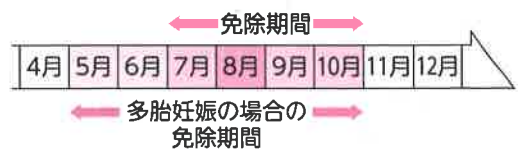
1 免除される期間

- ・ 出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間
- ・ 多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間

※ただし、平成31年4月以降の期間となります。

※出産とは、妊娠85日(4ヶ月)以上の分娩をいいます。(早産、死産、流産等を含みます。)

〈出産予定日が8月の場合〉



2 対象となる方 国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の方

3 施行日 平成31年4月1日

4 申請方法 出産予定日の6カ月前から市(区)町村に申請可能です。速やかに申請書を提出してください。

※ただし、申請ができるのは平成31年4月からです。

5 添付書類

- ・ 出産前に届出を行う場合：母子健康手帳など
- ・ 出産後に届出を行う場合：原則不要(ただし、被保険者と子が別世帯の場合は出生証明書など出生日および親子関係を明らかにする書類)



申請先

住民登録をしている市(区)役所・町村役場の国民年金担当窓口へ申請書を提出してください。

申請書類

申請書は、平成31年4月から年金事務所または市(区)役所・町村役場の国民年金の窓口へ備え付けます。また、平成31年4月以降、日本年金機構のホームページからもプリントアウトができるようになる予定です。

●お問い合わせ先(自動音声案内でご案内しています)

各年金事務所「国民年金課」 福井0776(23)4516 武生0778(23)1124 敦賀0770(23)9902

社会保険協会からのお知らせ

協会費の納入は口座振替が おススメです!

安全 便利

安心

口座振替の メリット

- 1 金融機関等に出向く必要がありません。
- 2 手数料はかかりません。
- 3 福井県内に本支店を置くほとんどの金融機関が利用できます。



手続きは簡単! 当協会にご連絡ください(すぐに申込書を発送いたします)。TEL : 0776(53)8016

国民年金の保険料は まとめて納付(前納)がお得です

国民年金前納割引制度のご案内

保険料の納付期限については、法令で「納付対象月の翌月末日」と定められています。この納付期限より前に、まとめて前払いすると保険料が割引される制度を「国民年金前納割引制度」といいます。まとめて納付(前納)することができる期間は次のとおりです。



- 2年前納(4月分～翌々年3月分)
- 1年前納(4月分～翌年3月分)
- 6ヵ月前納(4月分～9月分または10月分～翌年3月分)

納付方法は「①口座振替」「②クレジットカード納付」「③現金納付」から選択でき、納付方法や、まとめる月数に応じて割引額が変わります。

※国民年金の1ヵ月当たりの保険料は16,410円(平成31年度)・16,540円(平成32年度)です。

平成31年度国民年金保険料前納額と割引額

納付方法	前納制度	割引額*	割引後の保険料額	申込期限
①口座振替	2年前納	15,760円	379,640円	2月末日
	1年前納	4,130円	192,790円	2月末日
	6ヵ月前納	1,120円	97,340円	2月末日(前期)
②クレジットカード納付	2年前納	14,520円	380,880円	2月末日
	1年前納	3,500円	193,420円	2月末日
	6ヵ月前納	800円	97,660円	2月末日(前期)
③現金納付	2年前納	14,520円	380,880円	4月末日
	1年前納	3,500円	193,420円	4月末日
	6ヵ月前納	800円	97,660円	4月末日(前期)

※「割引額」は毎月納める場合と比較した割引額です。

- お問い合わせ先(自動音声案内でご案内しています)

各年金事務所「国民年金課」 福井0776(23)4516 武生0778(23)1124 敦賀0770(23)9902

新歌舞伎座特別幹旋のご案内

- 5月「水森かおり特別公演」 【電話予約受付期間】 3月20日(水)～3月27日(水)
- 6月「松平健・川中美幸特別公演」【電話予約受付期間】 4月 5日(金)～4月12日(金)

予約専用
ダイヤル

06-7730-2683

(受付時間：午前11時～午後6時)

※上記受付期間中に電話でお申込みください。

※ご予約の際に必ず「福井県社会保険協会あっせんA割引」と伝えてください。

公演内容の詳細や申込方法(お申込みから代金のお支払いまでの流れ等)の詳細については、
当協会ホームページ(www.fukui-shahokyo.jp)をご確認ください。

日本年金機構からのお知らせ

事業主の皆様へ

4月は
採用の多い
月です

厚生年金・健康保険の 手続きをお忘れなく!

新入社員を採用したときは「被保険者資格取得届」や「被扶養者(異動)届」をご提出ください

就職や退職など、3月・4月は異動の多い時期です。従業員を採用したときは、被保険者資格に関する手続きを忘れずに行ってください。また、従業員の家族が就職した場合など、被扶養者に異動があったときにも、手続きを忘れずをお願いします。



被保険者

● 従業員はすべて「被保険者」となります

適用事業所に常時使用される人は、その人の意思・国籍・報酬の多少などに関係なく、厚生年金保険・健康保険の被保険者となります。

パート・アルバイト勤務の方についても、1週間の所定労働時間および1カ月の所定労働日数が一般従業員の4分の3以上ある方は被保険者となります。また、一般従業員の4分の3未満であっても、次の条件を満たす方は被保険者となります。

条件

- ① 1週間あたりの決まった労働時間が20時間以上であること
- ② 1ヵ月あたりの決まった賃金が88,000円以上であること
- ③ 雇用期間の見込が1年以上であること
- ④ 学生でないこと



従業員501人以上の会社で働いている方

社会保険の加入対象になります。

従業員が500人以下の会社で働いている方

勤め先の会社において労使で合意がなされれば、社会保険の加入対象になります。

● 「資格取得届」を必ず提出してください

被保険者の資格は、届出をして保険者の確認を受ける必要がありますので、資格取得日(P.7参照)から5日以内に「被保険者資格取得届」を提出してください。

提出先：事務センターへ郵送(P.7参照)または事業所の所在地を管轄する年金事務所に提出

資格取得届 提出時に 必要な書類

- ① 被扶養者がいる場合…被扶養者(異動)届
- ② 60歳以上の退職後継続再雇用の場合(原則として資格喪失届と同時提出)
「就業規則、退職辞令の写し等の退職したことがわかる書類および再雇用されたことがわかる雇用契約書」または「事業主の証明」等
- ③ 国保組合加入者の場合…適用除外申請書

注意事項

- ① 従業員の基礎年金番号がわからないときは、「年金手帳再交付申請書」も一緒に提出してください。
- ② 資格取得日が受付日から60日以上遡及する場合は、出勤簿(役員の場合は株主総会の議事録等)および賃金台帳の写しの添付が必要になります。

被保険者の資格取得日

被保険者の資格は、「事実上の使用関係が始まった日^{*}」に取得します。
具体的には次のとおりです。

- ① 適用事業所に使用されるようになった日
- ② パートから常用になった日 等

(注) 入社後、一定の試用期間や研修期間が設けられている場合でも、事実上の使用関係が発生しますので、入社の日から被保険者となります。

※「事実上の使用関係が始まった日」とは

報酬が発生する日をさしますが、具体的には、給料の支払い方法によって次のとおり異なります。

(例) 4月1日に採用され、4月10日から勤務した場合

- ① 1ヵ月分の給料が支払われる場合→資格取得日は4月1日
- ② 給料が日割計算で支払われる場合→資格取得日は4月10日



●年金事務所からの通知については、被保険者の方へ確実にお知らせください。

届書等は 事務センターへ直接郵送 してください

〈事務センターへ郵送していただくメリット〉

年金事務所でお預かりした届書等は、管轄の事務センターで、届書の審査・入力処理・発送業務を一括して行っています。届書等を事務センターへ直接郵送していただくことにより、少しでも早くお客様のお手元に健康保険証や通知書等をお届けすることが可能となります。

届書等の送付先

〒541-8533 日本年金機構 大阪広域事務センター

※郵便番号と事務センター名のみで届きます。

※事務センターでは来訪による受付は行っていません。



◆届書用紙は日本年金機構のホームページからダウンロードすることができます。
届書の記入例も掲載していますので、ご活用ください。

日本年金機構のホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構

検索



スプラウトの和え物

料理制作/本田祥子(管理栄養士)
撮影/石田健一 スタイル/宮澤由香



●材料(2人分)

大根 200g
ブロッコリースプラウト 20g
桜えび(乾燥) 3g
塩 少々
酢 小さじ1

●作り方

- ①大根をおろし、適度に水気を切る。
- ②ブロッコリースプラウトは根元を切り落とす。
- ③桜えびを細かく刻む。
- ④大根おろし、ブロッコリースプラウト、桜えび、塩、酢を混ぜる。

Pick up

ブロッコリースプラウト

スルフォラファンという成分が、肝臓での解毒作用を助けるだけでなく、抗酸化作用もあると注目されています。ブロッコリーにも含まれていますが、スプラウトにはより豊富に含まれています。

INFORMATION

●年金事務所相談のご案内

	日	月	火	水	木	金	土
2月	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	1	2
3月	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
4月	31	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	1	2	3	4

8:30~17:15

8:30~19:00(相談時間を延長)

9:30~16:00(休日相談日)

●出張相談所の受付日時

必ず受付時間内にご来場ください

(注) 12:00~13:00は休憩時間とさせていただきます。

- 勝山市民会館
3月14日(木) 10:00~15:30
4月 4日(木) 10:00~15:30
- 坂井地域交流センター(いねす)
2月21日(木) 10:00~15:30
3月20日(水) 10:00~15:30
4月18日(木) 10:00~15:30
- 大野商工会議所
2月28日(木) 10:00~15:30
3月28日(木) 10:00~15:30
4月25日(木) 10:00~15:30
- 小浜市文化会館4階(小浜市役所横)
2月28日(木) 10:00~15:00
3月14日(木) 28日(木) 10:00~15:00
4月11日(木) 25日(木) 10:00~15:00

街角の年金相談センター福井(オフィス)

福井市手寄1-4-1AOSSA2階 月~金曜日9:00~17:15

年金相談の予約を実施しています。ぜひご利用ください!

予約の申し込みは、予約受付専用電話または県内の年金事務所へ!

〈受付時間〉月~金(平日)8:30~17:15

予約受付
専用電話 **0570-05-4890**

福井年金事務所 0776-23-4518 (自動音声案内)

武生年金事務所 0778-23-1126 (自動音声案内)

敦賀年金事務所 0770-23-9905

健康保険・厚生年金保険

保険料は納付期限までに納めましょう!

被保険者の皆様とご家族の医療費や公的年金は、皆様が毎月納めていただく健康保険料および厚生年金保険料を財源としています。

このため、保険料を納付期限までに納めていただくことが大切となります。

社会保険料の納付には便利で確実な「口座振替」をぜひご利用ください

毎月の保険料を、指定の金融機関の預金口座から振替で納めていただきますと、金融機関などの窓口に行く手間が省けるうえ、納付忘れもなく、大変便利です。

●お問い合わせ先(自動音声案内でご案内しています)

各年金事務所「厚生年金徴収担当課」 福井 0776(23)4513 武生 0778(23)1125 敦賀 0770(23)9901

〈記事提供〉 福井県内年金事務所 全国健康保険協会福井支部

平成31年2月15日 〈発行〉 一般財団法人 福井県社会保険協会 ☎0776(53)8016 FAX 0776(53)8112

http://www.fukui-shahokyo.jp