

社会保険 ふくひ

2015年
4月号



えちぜん鉄道の駅舎を訪ねて

画／松宮 実

(株)松宮設計事務所所長。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。

〈越前新保〉

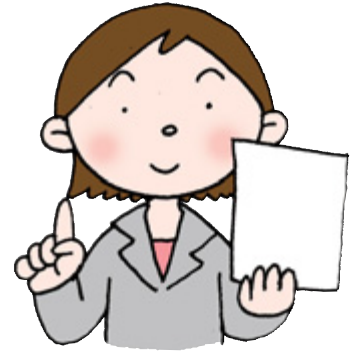
駅の横を流れる芝原用水は公園として整備されています。福井城址から出土した石を使用したベンチや、えちぜん鉄道の枕木を使った花壇などが作られ、春には桜並木が市民の目を楽しませてくれます。

職場内で回覧しましょう

申請書・届出書は新様式で ご提出ください

協会けんぽでは、加入者・事業主のみなさまにご記入いただく申請書・届出書を「見やすく」「わかりやすく」「記入しやすく」するため、様式を新しくしておりますので、新様式の書類でご提出ください。

なお、旧様式でご提出されると、事務処理の都合上、給付金の支払いが遅れます。お手数ですが、旧様式は破棄していただきますようお願いいたします。



各種申請書の印刷について



協会けんぽでは、皆様からいただいた申請書(届書・申出書)の事務処理を迅速に行うためにスキャナで読み取りを行い、審査業務等の効率化を図っています。

そのため、申請書の様式サイズが異なっている場合や印刷濃度が薄い場合は、スキャナで正しく読み取ることができず、審査業務が遅れることが予想されますので、申請書を印刷される場合は、次の点にご注意くださいますよう、よろしくお祈いします。

- A4片面で印刷してください。
- プリンターの設定は、拡大・縮小、中央配置の設定を「**実際のサイズ**」にしてください。
- かすれなどにより申請書の印刷が不鮮明となることを防ぐため、トナー・インクの使用は「**通常設定**」で印刷してください。

新様式はホームページから
ダウンロードできます

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

協会けんぽ

検索



申請書は郵送でご提出できます

お問い合わせ先



全国健康保険協会 福井支部
協会けんぽ

〒910-8541 福井市大手3-4-1 福井放送会館5階

協会けんぽ 福井支部

検索

TEL 0776(27)8300

35歳～74歳の加入者(ご本人)の方へ

健康の
第一歩

3月下旬に 事業主様あて 健診のご案内をお送りします

生活習慣病予防健診を受けましょう

- ◆協会けんぽでは、保健事業の一環として、皆様の健康増進と健康意識を高めていただくために、生活習慣病予防健診を実施しています。
- ◆協会けんぽからの補助が受けられますので、通常より安い負担額で健診を受けられます。



事業主の皆様は 従業員の健康のため、健診を受けやすい体制を整えましょう!

従業員の皆様は 年に一度は必ず健診を受け、ご自身の健康状態を確認しましょう!

★インターネットでも健診対象者データのダウンロード、健診申込データのアップロードができます

※平成27年3月2日(月)より開始となります。

※ダウンロード・アップロードサービスの利用には、ユーザID・パスワードの申請が必要です。

※利用できる方は「事業主」および「任意継続被保険者」のみとなります。

お申込の手続き(申込書による手続き)

● 健診希望のとりまとめ

事業所単位で、健診を希望する方をとりまとめます。

● 健診機関の予約

5ページの健診機関一覧表または検診車巡回日程表から、希望する健診機関・健診会場を選び、受診日を実施機関に直接ご予約ください。

● 申込書の記入

【生活習慣病予防健診申込書】に必要事項を記入します。

● 申し込み先

受診日の決定後に協会けんぽ福井支部保健グループあてにご郵送ください。

※送付先は4ページをご覧ください。



詳しくは協会けんぽのホームページをご覧ください。 <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

協会けんぽ

検索

健診内容や健診機関等は4～5ページをご覧ください

協会けんぽからのお知らせ

●平成27年度生活習慣病予防健診

健診の種類	検査の内容	受診対象年齢	自己負担額 ()内は、自己負担額に協会けんぽの補助を合計した場合の最高額です。
一般健診	<ul style="list-style-type: none"> ●診察等／問診、視診、触診、聴打診などを行います ●身体計測／身長、体重、腹囲、視力、聴力を測ります ●血圧測定／血圧を測り、循環器系の状態を調べます ●尿検査／腎臓、尿路の状態や糖尿病などを調べます ●便潜血反応検査／大腸からの出血を調べます ●血液検査／動脈硬化、肝機能などの状態や糖尿病、痛風などを調べます ●心電図検査／不整脈や狭心症などの心臓に関わる病気を調べます ●胸部レントゲン検査／肺や気管支の状態を調べます ●胃部レントゲン検査／食道や胃、十二指腸の状態を調べます 	35歳～74歳の方	最高7,038円 (18,522円)
	眼底検査		
子宮頸がん検診 (単独受診)	問診・細胞診／子宮頸部の細胞を採取して調べます 自己採取による検査は実施していません	20歳～38歳の 偶数年齢の女性の方	最高875円 (2,916円)

●一般健診に追加して受診する健診(セット受診のみで単独受診はできません)

付加健診	<ul style="list-style-type: none"> ●尿沈渣顕微鏡検査 ●血液学的検査(血小板数、末梢血液像) ●生化学的検査 (総蛋白、アルブミン、総ビリルビン、アミラーゼ、LDH) ●眼底検査 ●肺機能検査 ●腹部超音波検査 	一般健診を受診する ①40歳の方 ②50歳の方	最高4,714円 (9,428円)
乳がん検診	●問診 ●視診 ●触診 ●乳房エックス線検査	一般健診を受診する 40歳～74歳の 偶数年齢の女性の方	50歳以上 最高1,066円(3,553円) 40歳～48歳 最高1,655円(5,518円)
子宮頸がん検診	●問診 ●細胞診 ※子宮頸部の細胞を採取して調べます 自己採取による検査は実施していません	一般健診を受診する 36歳～74歳の 偶数年齢の女性の方 ※36歳、38歳の方は、 子宮頸がん検診の単 独受診も可能です。	最高875円 (2,916円)
肝炎ウイルス検査	●HCV抗体検査 ●HBs抗原検査 ※肝炎ウイルス検査は、受診者ご本人が直接健診機関にお申し込みください。申込書は、健診機関の窓口で希望するか協会けんぽホームページからダウンロードできます	一般健診と同時受診 ※過去にC型肝炎ウイルス検査を受けたことがある方は受診できません	最高612円 (2,041円)

●乳がん検診・子宮頸がん検診について

一部の健診機関では、乳がん検診・子宮頸がん検診を実施していない曜日があります。また、院外で実施している健診機関もあります。直接健診機関にご確認ください。

プロがサポート

健診後、メタボリックシンドロームのリスク数の多い方を対象に、保健師や管理栄養士等による無料健康サポート(特定保健指導)を実施しています。健診は受診後の取り組みが大切です。事業所へ伺いますので、希望日時をご連絡ください。

●お申し込み・お問い合わせ先



全国健康保険協会 福井支部
協会けんぽ

保健グループ TEL0776(27)8304
〒910-8541福井市大手3-4-1福井放送会館5階

協会けんぽからのお知らせ

● 生活習慣病予防健診 健診機関一覧表

地区	健診機関名	所在地	電話番号
福 井	福井県済生会病院	福井市和田中町舟橋7-1	0776(28)8513
	福井県立病院	福井市四ツ井2-8-1	0776(54)5151
	※福井赤十字病院	福井市月見2-4-1	0776(36)3667
	県民健康センター	福井市真栗町47-48	0776(98)8000
	福井県予防医学協会	福井市和田2-1006	0776(23)2777
	福井県労働衛生センター	福井市日光1-3-10	0776(25)2206
	福井総合クリニック	福井市新田塚1-42-1	0776(21)1300
	福井厚生病院	福井市下六条町201	0776(41)7130
	大滝クリニック	福井市大願寺3-9-3	0776(27)0021
	嶋田病院	福井市西方1-2-11	0776(21)8008
	福井県厚生農業協同組合連合会(検診車のみ)	福井市大手3-2-18	0776(27)8291
	岩井病院	福井市日之出2-15-10	0776(24)0306
	田中病院	福井市大手2-3-1	0776(22)8500
	奥 越	JCHO(ジェイコー)福井勝山総合病院健康管理センター	勝山市長山町2-6-21
坂 井	木村病院	あわら市北金津57-25	0776(73)3323
	春江病院	坂井市春江町江留下屋敷62-5	0776(51)1503
丹 南	公立丹南病院	鯖江市三六町1-2-31	0778(51)2260
	広瀬病院	鯖江市旭町1-2-8	0778(51)3030
	中村病院	越前市天王町4-28	0778(22)0618
	林病院	越前市府中1-5-7	0778(22)0336
	笠原病院	越前市塚町214	0778(23)1155
	越前町国民健康保険織田病院	丹生郡越前町織田106-44-1	0778(36)1000
嶺 南	市立敦賀病院	敦賀市三島町1-6-60	0770(22)3611
	国立病院機構敦賀医療センター	敦賀市桜ヶ丘町33-1	0770(25)1600
	つるが生協診療所	敦賀市和久野14-22-1	0770(21)0176
	杉田玄白記念 公立小浜病院	小浜市大手町2-2	0770(52)0990
	JCHO(ジェイコー)若狭高浜病院健康管理センター	大飯郡高浜町宮崎87-14-2	0770(72)1703

※福井赤十字病院につきましては、平成27年4月～6月の間は健診業務を停止しております。7月以降の日程のみご予約できます。

★遠方の事業所にも検診車による出張健診ができる場合があります。右記健診機関にお問い合わせください。

健診機関名	所在地	電話番号
福井県予防医学協会	福井市和田2-1006	0776(23)2777
福井県労働衛生センター	福井市日光1-3-10	0776(25)2206
福井厚生病院	福井市下六条町201	0776(41)7130
福井県厚生農業協同組合連合会	福井市大手3-2-18	0776(27)8291
JCHO(ジェイコー)福井勝山総合病院健康管理センター	勝山市長山町2-6-21	0779(88)8166
JCHO(ジェイコー)若狭高浜病院健康管理センター	大飯郡高浜町宮崎87-14-2	0770(72)1703

注意事項

- 実施会場・実施日等については、各健診実施機関にご確認ください。
- 申込者数の状況によって、希望の会場および日程で受診できない場合があります。中止となる場合は健診実施機関からご案内いたします。
- 検診車で乳がんおよび子宮頸がん検診は、福井県予防医学協会および福井県労働衛生センターが実施する会場でのみ受診可能です。ただし申込状況によっては受診できない場合があります。中止となる場合は健診実施機関からご案内いたします。

事業主の
皆様へ

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、4月は異動の多い時期ですが、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、従業員の家族が被扶養者となる場合など、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。

また、パート・アルバイト勤務の方についても、勤務時間・勤務日数ともに一般従業員のおおむね4分の3以上ある方は被保険者となります。

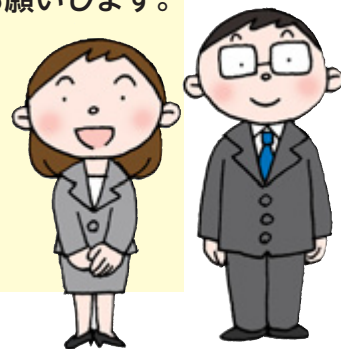
「資格取得届」を必ず提出してください

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、下記の資格取得日から5日以内に「被保険者資格取得届」を提出してください。

- 提出先は、事業所の住所地を管轄する年金事務所です
なお、郵送で提出される場合は、福井事務センターへ送付をお願いします。

◎必要な添付書類

- 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(原則として喪失届と同時提出)
 - ・退職したことがわかる書類(就業規則の写し等)
 - ・再雇用時の雇用契約書または事業主の証明書等
- ③ 国保組合加入者の場合…適用除外申請書
- ④ 70歳以上の場合…70歳以上被用者該当届



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、一定期間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。

従業員の方(被扶養配偶者含む)が 引っ越しをしたときは 「住所変更届」をご提出ください

日本年金機構では「ねんきん定期便」を皆様のご自宅にお送りしております。

このお知らせは、日本年金機構から年金加入中の皆様へ直接お送りすることになるため、従業員やその被扶養配偶者の方の住所に変更があったときは、すみやかな住所変更届の提出についてご協力をお願いいたします。

※届出済みの住所が不明の場合は、日本年金機構で管理している住所を一覧表または磁気媒体で提供いたしますので、管轄の年金事務所までお問合せください。

健康保険のみ加入の方(70歳以上75歳未満の方)も、住所に変更があったときは、住所変更届を年金事務所へ提出してください。

※住所変更届は複写式になっており、配偶者(第3号被保険者)の手続きも併せて行えます。該当する場合は忘れずにご提出ください。



●お問い合わせ先

各年金事務所「厚生年金適用調査課」 福井0776(23)4512 武生0778(23)1123 敦賀0770(23)9901 (厚生年金適用徴収課)

シリーズ年金

PLANTやクスリのアオキなどで 国民年金保険料を納められるって、ホント!?

国民年金保険料は、口座振替やクレジットカード、郵便局やコンビニ、電子納付のほか、一部のドラッグストア、スーパーマーケット、病院内にある売店など(全国約2,100店舗でMMK設置店*)で納めることもできます。

福井県内でもPLANTやオレボステーション、クスリのアオキなど、40店舗以上に設置されていますので、下記からご確認ください。



MMK設置店 福井 ※MMKとはレジに設置されたマルチメディア対応POS端末のことです。

●お問い合わせ先

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

小浜出張年金相談所
(小浜市文化会館)の
開設回数が変わります

現在

毎週木曜日
10:00~15:00

4月
から

原則、第2・第4木曜日
10:00~15:00

※具体的な日には裏表紙をご確認ください。



新キャベツと新わかめの だしドレッシングサラダ

カロリー(1人分) **79kcal**

●材料(2人分)

新キャベツの葉	2枚	だし汁	3/4カップ
きゅうり	1/3本	酢	大さじ3
にんじん	1/5本	砂糖	小さじ1
新わかめ	10g	しょうゆ	大さじ1
わけぎ	1本	練り辛子	小さじ1/3
お茶漬けあられ	適宜	ごま油	大さじ1
(なくてもよい)		塩・こしょう	各少々

●作り方

- 1 キャベツ、きゅうり、にんじんはせん切りにする。わかめは熱湯でさっとゆで、幅1cmくらいのざく切りにする。わけぎは斜め薄切りにする。
- 2 キャベツ、きゅうり、にんじん、わかめ、半量のわけぎをさっくりと混ぜ合わせ、器に盛る。
- 3 Aをよく混ぜて②にかけ、残りのわけぎとお茶漬けあられを散らす。



INFORMATION

●4月の年金事務所相談のご案内

日	月	火	水	木	金	土
			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		

- 8:30~17:15
- 8:30~19:00 (相談時間を延長)
- 9:30~16:00 (休日相談日)

●4月の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

- 勝山市民会館 9日(木) 10:00~15:30
 - 坂井地域交流センター(いねす) 16日(木) 10:00~15:30
 - 大野商工会議所 23日(木) 10:00~15:30
 - 小浜市文化会館4階(小浜市役所横) 9日(木)、23日(木) 10:00~15:00
(小浜市については4月から回数が変わります。)
- (注) 12:00~13:00は休憩時間とさせていただきます。

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の支払いは、皆様が毎月納めている健康保険料および厚生年金保険料を財源に、支えあって運営している制度です。

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。

社会保険料の納入には便利で確実な「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。

※詳しくは、年金事務所へお問い合わせください。

〈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27年3月20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>

縦じて保管しましょう