

# 社会保険 ふくい

2015年  
10・11月号



## 福武線沿線を行く

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。

〈ハーモニーホール駅〉

県立音楽堂「ハーモニーホールふくい」の最寄り駅として、音楽堂の開館に先立つ平成9年9月20日に開業しました。特色のある駅として「中部の駅百選」に認定されています。

「社会保険ふくい」は今号から隔月発行となりました。

職場内で回覧しましょう

## 協会けんぽからのお知らせ

# 協会けんぽ等の職員を装った不審な電話や訪問にご注意ください！

最近、協会けんぽや旧社会保険事務所等の職員を装った不審な訪問や電話があった旨の情報が寄せられています。実際に詐欺にあい、数百万円単位のお金を振り込んでしまったケースも数件報告されています。

### 具体例 不審な電話

協会けんぽやその他の公的機関の職員と名乗る人物から、以下のように、医療費をATMにて還付する等の話を持ちかけ、ATMへ行くよう指示された例がありました。



**協会けんぽが電話で、コンビニなどのATMの操作をお願いすることは絶対にありません！**

### 具体例 不審な訪問

「全国健康保険協会職員」と名乗る人物が訪問し、委任状らしき用紙へ署名・捺印を求められた例がありました。

不審な訪問や電話があった場合は、用途不明の文書への署名・捺印やATMの操作を行ったり、個人情報をお教えしたりすることはせず、協会けんぽ福井支部0776-27-8301(企画総務グループ)へお問い合わせください。



# 協会けんぽを装った、にせの電子メールやコンピュータウィルス等にご注意ください

最近、協会けんぽからの発信を装った不審なメールが届いた旨の情報が寄せられています。不審なメールが届いた場合、開封せず削除いただきますようお願いいたします。

### 具体例

- 協会けんぽからの発信を装ったメール(メールアドレスの@の前にkyoukaikenpoが含まれるもの)が送信された。
- 協会けんぽのドメイン(@kyoukaikenpo.or.jp)ではない送信元から、健康保険に関連するニュースの文面と、不審なリンクが記載されているメールが送信された。(絶対にリンクを開かないでください)

**協会けんぽからメールをお送りすることはありません！(メールアドレスを登録いただいた場合を除く)**

# ジェネリック医薬品をご利用ください

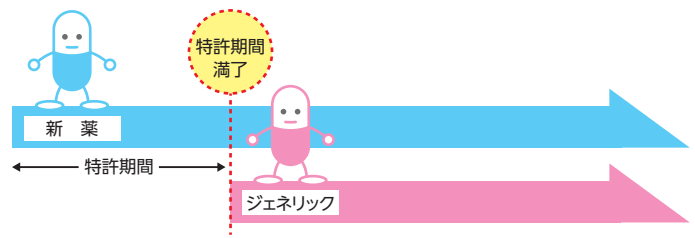
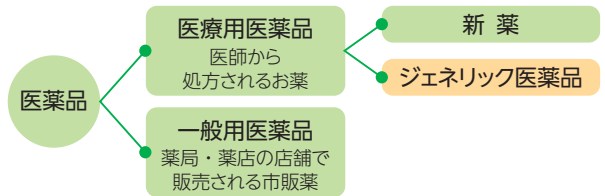
## ●ジェネリック医薬品ってどんな薬?

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、新薬(先発医薬品)と同等の有効成分・効能があると厚生労働省から認められている安価なお薬です。

そもそも、薬は医療用医薬品と一般用医薬品の2種類に分けられます。医療用医薬品とは医師の診断により病院や調剤薬局等で処方されるお薬で、一般用医薬品とはドラッグストア等で購入できる、いわゆる市販薬のことです。

さらに、医療用医薬品は新薬(先発医薬品)とジェネリック医薬品(後発医薬品)に分けられます。新薬は開発に多額の費用、時間がかかるため、特許期間が設けられていて、その新薬を独占的に製造・販売することができます。したがって、その特許期間が過ぎると、他の医薬品メーカーでも同じ有効成分のお薬を製造することが可能となり、そうやって製造されたお薬がジェネリック医薬品です。

### 医薬品の分類



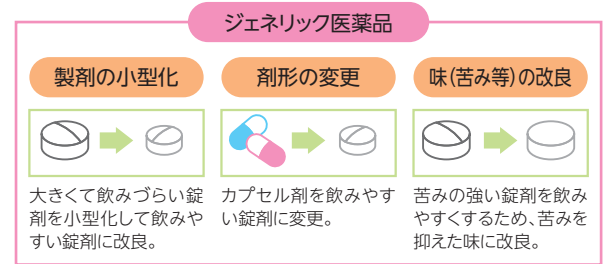
## ●新薬とジェネリック医薬品、効き目や安全性に違いはあるの?

ジェネリック医薬品は、新薬(先発医薬品)と同一の有効成分を含み、効き目や安全性が同等であると厚生労働省が承認したお薬です。

具体的には、新薬と同じように体内で有効成分が吸収されるか確認する試験等を実施して、その品質は新薬と同等であると厚生労働省から保証されています。

また、ジェネリック医薬品は、医薬品メーカーによってお薬を飲みやすい形や大きさに変えるなどの工夫が図られていて、年々その製造技術は進歩しています。

ジェネリック医薬品は、**新薬** 服用しやすいお薬へ 製造工夫が図られています。



## ●ジェネリック医薬品を処方してもらうには どうしたらいいの?

まずは、かかりつけの医師または薬剤師に相談してみましょう。

病院では医師の診察時、薬局では処方せんを薬剤師に渡すときに「ジェネリック医薬品に変更できますか?」ときいてみてください。

また、平成24年4月から、**多くの薬局で薬剤の説明文書の中にジェネリック医薬品の情報も記載されるようになりました。**このような文書等を利用して薬剤師に相談してみましょう。

### ●薬剤情報提供文書とは

薬局で交付される、お薬の服用方法等が記載された説明書のこと。ジェネリック医薬品の情報が記載されているかどうか確認してみましょう。

お薬の名称 (一般名)	写真など	効能・効果	用法・用量	薬剤に関する情報	薬価
ガスター錠10mg (ファモチジン錠)		胃潰瘍、十二指腸潰瘍、逆流性食道炎、など	1日2回朝食後、夕食後または就寝前に服用してください。	胃の症状の原因となる「胃酸」の出過ぎを抑えるお薬です。妊婦又は妊婦の可能性のある婦人は服用できません。...	31.10
このお薬には後発医薬品があります。ファモチジン錠10【○○】○○製薬					12.40

出典：厚生労働省保険局医薬課作成 平成24年度診療報酬改定説明会資料より抜粋

## ジェネリック医薬品軽減額通知について

お薬代の軽減につながる「ジェネリック医薬品」の普及の推進のため、処方されたお薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、どのくらいお薬代(薬剤料)の自己負担額が軽減されるか試算した「ジェネリック医薬品軽減額通知」を自己負担額が一定額以上お安くなる方へ年2回(9月頃と2月頃)お送りします。

●「ジェネリック医薬品軽減額通知の内容」や「今後の通知を希望しない場合」については、協会けんぽ福井支部にお問い合わせください。

### ジェネリック医薬品軽減額通知をお送りする目的

加入者の皆様のお薬代の軽減や健康保険財政の改善につながることから、加入者の皆様の選択肢を増やすためにお送りしています。 ※必ずしもジェネリック医薬品に切り替えていただかなければいけないものではありません。

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



TEL 0776(27)8301

## 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が送付されます

その年に納付された国民年金保険料について、税金の社会保険料控除を受けるためには、確定申告または年末調整の際に、国民年金保険料を支払ったことを証明する書類(控除証明書または領収証等)を添付することが義務づけられています。

このため、本年も11月に、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を送付させていただきます。

年末調整または確定申告の際に必ず添付しましょう。



**対象者：平成27年1月1日から9月30日までに国民年金保険料を納付された方**

(注) 10月以降に国民年金に加入された方など、10月1日以降に初めて納付された場合は、平成28年2月に送付する予定です。

●控除証明書についてのお問い合わせは  
ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル  
平成27年11月2日～平成28年3月15日



**0570(058)555**

日本ダイヤル®

一般の固定電話からは、全国どこからでも市内通話料金で利用できます。携帯電話等からは、通常の通話料金がかかります。

★「050」から始まる電話からおかけになる場合は

**03(6700)1144** 通常の通話料金がかかります。

●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

## 「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」は期限までに提出しましょう

「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」(以下、扶養親族等申告書)は、年金に課税される所得税の計算を行うために必要なものです。期限までに必ず提出しましょう。

※「扶養親族等申告書」は毎年10月下旬に、日本年金機構から課税の対象となる受給者の方に送付されます。

### 課税の対象となる年金

国民年金・厚生年金保険から支給される老齢年金は、所得税法により「雑所得」として所得税が課せられます。なお、障害年金・遺族年金には課税されません。

### 「扶養親族等申告書」が送付される受給者の方

老齢年金を受給されている方のうち、65歳未満の方は、受け取る年金額が108万円以上、65歳以上の方は158万円以上の場合に「扶養親族等申告書」が送付されます。

### 提出期限

「扶養親族等申告書」の提出期限は12月初旬です。

提出しなかった場合は、各種控除を受けることができず、特別徴収された社会保険料を控除した後の年金支給額の10.21%が所得税および復興特別所得税として源泉徴収されますのでご注意ください。

●お問い合わせ先：各年金事務所「お客様相談室」 福井0776(23)4518 武生0778(23)1126 敦賀0770(23)9904

シリーズ年金

# 11月は「ねんきん月間」です

～11月30日は「年金の日」です～

日本年金機構では各団体と協働して取り組みます

日本年金機構では、毎年11月を「ねんきん月間」とし、厚生労働省と協力して、国民の皆さまに公的年金制度に対する理解を深めていただくための普及・啓発活動を積極的に行います。

また、11月30日(いいみらい)は、ご自身の年金記録や年金受給見込額を確認し、老後の生活設計に思いを巡らせていただく「年金の日」となっています。ぜひこの機会に「ねんきんネット」をご利用ください。

## 日本年金機構が行う主な活動

- ★ 年金相談の窓口として、全国各地で「出張年金相談」を開設します。
- ★ 職域型年金委員の皆さまを対象とした研修会を開催します。
- ★ 事業所や教育機関(大学・高校)などに出向き、年金制度説明会の開催やパンフレットの配布を行います。



## ねんきんネット

年金記録や年金見込額が簡単に確認できます!

この機会に、ご自身の未来の生活設計について考えてみませんか？  
まだ登録されていない方は、ぜひご登録ください。

ねんきんネット

検索

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



社会保険協会からのお知らせ

# 社会保険「けんこうの湯」「スキーリフト」「アイススケート」 利用補助券のご案内

郵便でお申し込みください!  
(12月1日の消印から受け付けます)  
それ以前の消印は無効!

社会保険協会では、  
被保険者とその家族の健康づくりに役立てていただくため、  
社会保険「けんこうの湯」「スキーリフト」  
「アイススケート」の利用費用を補助いたします。  
ご家族や会社の皆様とお気軽にご利用ください。

利用補助券の  
発行部数が  
昨年**2倍**に  
なりました!

## 「けんこうの湯(冬季)」「スキーリフト」 「アイススケート」の利用補助券申込方法

### 1 申込書 下記様式で申込書を作成してください。

福井県社会保険協会のホームページからもダウンロードできます。

「けんこうの湯(冬季)」・「スキーリフト」・「アイススケート」 利用補助券申込書			
事業所名			
事業所所在地	〒		
事業所記号・番号	(記入例…01 アイウ 12345)		
担当者	TEL		
希望枚数	けんこうの湯	枚	合計 枚
	スキーリフト	枚	
	アイススケート	枚	

事業所規模(被保険者数)に応じて下表を上限として発行します。

### ●上限枚数(「けんこうの湯(冬季)」「スキーリフト」「アイススケート」それぞれの上限枚数)

被保険者数	上限枚数	被保険者数	上限枚数	被保険者数	上限枚数
5人未満	3枚	30人未満	15枚	100人未満	40枚
10人未満	8枚	50人未満	25枚	300人未満	50枚
25人未満	10枚	70人未満	35枚	300人以上	80枚

### 2 返信用封筒 宛先を記入し、返信用切手を貼ってください。

#### ●返信用切手料金

枚数	20枚まで	40枚まで	110枚まで	180枚まで	240枚まで
切手料金	82円	92円	140円	205円	250円

※返信用封筒は定形(長形3号120×235mm)をご利用ください。

注意

- 事業所ごとに希望枚数を取りまとめ、1回でお申し込みください。
- 先着順に発行し、予定枚数がなくなり次第終了とします。
- 各利用補助券とも期間中1人1回限りの利用とします。
- 平成27年度の協会費が未納の事業所は利用できません。
- ★12月1日より前の消印や返信用封筒(切手貼付・宛先記入)がない場合は無効とさせていただきますのでご了承ください。

## けんこうの湯(冬季)

- 期 間/12月19日～2月29日
- 場 所/① 法恩寺温泉「ささゆり」  
(スキージャム勝山)  
② 溪流温泉「冠荘」  
③ 今庄365温泉「やすらぎ」  
④ 光明石温泉(人工)「つめの湯」  
(ニューサンピア敦賀)
- 利用補助券発行予定枚数/6,000枚  
(先着順で予定枚数がなくなり次第終了)
- 補助額/入浴料の一部(500円)を補助します。

## スキーリフト

- 期 間/12月19日～2月29日
- 場 所/① スキージャム勝山  
② 雁が原スキー場  
③ 福井和泉スキー場  
④ 九頭竜スキー場  
⑤ 新保ファミリースキー場  
⑥ 今庄365スキー場
- 利用補助券発行予定枚数/5,000枚  
(先着順で予定枚数がなくなり次第終了)
- 補助額/リフト料金の一部(500円)を補助します。

## アイススケート

- 期 間/12月19日～2月29日
- 場 所/ニューサンピア敦賀
- 利用補助券発行予定枚数/4,000枚  
(先着順で予定枚数がなくなり次第終了)
- 補助額/入場料の一部(500円)を補助します。

# 第16回 社会保険 ボウリング大会

社会保険協会では、被保険者とその家族の健康の保持増進および体力の向上を図るため、「社会保険ボウリング大会」を下記により開催いたしますので、奮ってご参加ください。

参加を希望される事業所は、参加申込書(下記様式参照)に必要事項を記入のうえ、郵送またはFAXにて11月6日(金)までにお申し込みください。



## 社会保険ボウリング大会参加申込書

事業所名称 \_\_\_\_\_

事業所所在地 〒 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_

担当者氏名 \_\_\_\_\_

事業所記号 (例) 01 アイウ 12345

氏名	年齢 (大会当日)	性別
(フリガナ)	歳	男・女
(フリガナ)	歳	男・女
(フリガナ)	歳	男・女

申込書は福井県社会保険協会のホームページからダウンロードできます。

<http://www.fukui-shahokyo.jp/>

※お申し込みいただいた内容(個人情報等)は、ボウリング大会以外の目的で利用することはありません。

**お申し込み・お問い合わせ先**

**(一財)福井県社会保険協会**

〒910-0831 福井市若栄町508番地 福井県鉄工会館2階  
TEL 0776(53)8016 FAX 0776(53)8112

### 日時

11月29日(日) 12:00スタート

### 場所

アル・プラザボウル  
鯖江市下河端16-16-1 TEL 0778(54)0089

### 募集チーム数

24チーム

先着順に受け付けますので、お早めにお申し込みください。(順次、ハガキでお知らせします)

### 参加料

1チームにつき2,000円

### 参加資格

事業所ごとに編成されたチームとし、原則として1事業所1チームとします。ただし、1事業所の被保険者の数が10名未満の場合は、2つ以上の事業所が連合して1チームを編成することができます。なお、平成27年度の社会保険協会費が未納の事業所は参加できません。

### 競技方法

- ① チームは3名編成とする。  
(年齢の制限・男女の区別なし)
- ② 1チーム3名の選手が各々3ゲーム行う。  
(団体戦・個人戦を兼ねる)
- ③ 1チームごとに同一レーンを使用する。  
投球レーンの割り振りは、当日(受付時)抽選にて行います。
- ④ スコアおよび投球順は、コンピュータ処理により自動的にモニターに表示(記録)されるので、モニターの表示に従って競技を行う。
- ⑤ ハンデキャップ(年齢は大会当日の満年齢とする)

1ゲーム	59歳以下	60~69歳	70歳以上
男子	0点	10点	15点
女子	20点	25点	30点

### ⑥ 順位の決定方法

- ① 団体戦…各チームごとの3ゲームの総得点により決定
- ② 個人戦…選手個人の3ゲームの得点合計により決定
- ③ 団体戦・個人戦において同一点数の場合は、ハイスコアとロースコアの差が少ない方を優先し順位を決定

### ⑦ 表彰等

団体賞…優勝・準優勝・3位・当月賞・大会賞(16位)  
個人賞…優勝・準優勝・3位・とび賞・BB賞  
参加賞…参加者全員



# 切り干し大根のナムル

重症化するとさまざまな合併症を引き起こすだけでなく、高額な医療費がかかる「糖尿病」。そんな糖尿病の予防に効果的なレシピをご紹介します。

●料理制作/大島 菊枝(管理栄養士) スタイルング/久保田 朋子

## ●材料(2人分)

- 切り干し大根 …………… 20g
- しめじ …………… 1/2パック
- にんじん …………… 1/6本
- 水菜 …………… 2株
- いりごま …………… 小さじ2
- ごま油 …………… 小さじ2
- 酢 …………… 小さじ1/2
- 砂糖 …………… 1つまみ
- しょうゆ …… 小さじ1/2
- おろしにんにく …… 少々
- 塩 …………… 少々

## ●作り方

- ①切り干し大根を水にさっとおし、塩少々(分量外)をつけておんでおく。しめじはほぐしてラップをし、600Wのレンジで約1分加熱する。にんじんは干切り、水菜もほかの材料と同程度の長さに切る。
- ②Aをビニール袋に入れ、①を加えてもみこむ。食材がしんなりしてきたら、いりごまを入れて混ぜ、器に盛り付ける。



**ヘルシーポイント** きのは食物繊維が豊富で、血糖値の抑制に効果的。なかでも、しめじは必須アミノ酸リジンを含み、コレステロールを抑え動脈硬化を予防する働きがあります。

## INFORMATION

### ●10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	31

### ●11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)

### ●10・11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
  - 10月 8日(木) 10:00~15:30
  - 11月12日(木) 10:00~15:30
- 大野商工会議所
  - 10月22日(木) 10:00~15:30
  - 11月26日(木) 10:00~15:30
- 坂井地域交流センター(いねす)
  - 10月15日(木) 10:00~15:30
  - 11月19日(木) 10:00~15:30
- 小浜市文化会館4階(小浜市役所横)
  - 10月 8日(木) 22日(木) 10:00~15:00
  - 11月12日(木) 26日(木) 10:00~15:00

(注) 12:00~13:00は休憩時間とさせていただきます。

▼事業所の名称・所在地などに変更があった場合は社会保険協会までご提出ください。

会員事業所変更届	
事業所整理記号・番号(記入例: 01 アイウ 12345)	
変更前 (必ずご記入ください)	変更後 (該当する欄のみご記入ください)
フリガナ 事業所名称	
事業所所在地	
電話番号	

縦じて保管しましょう