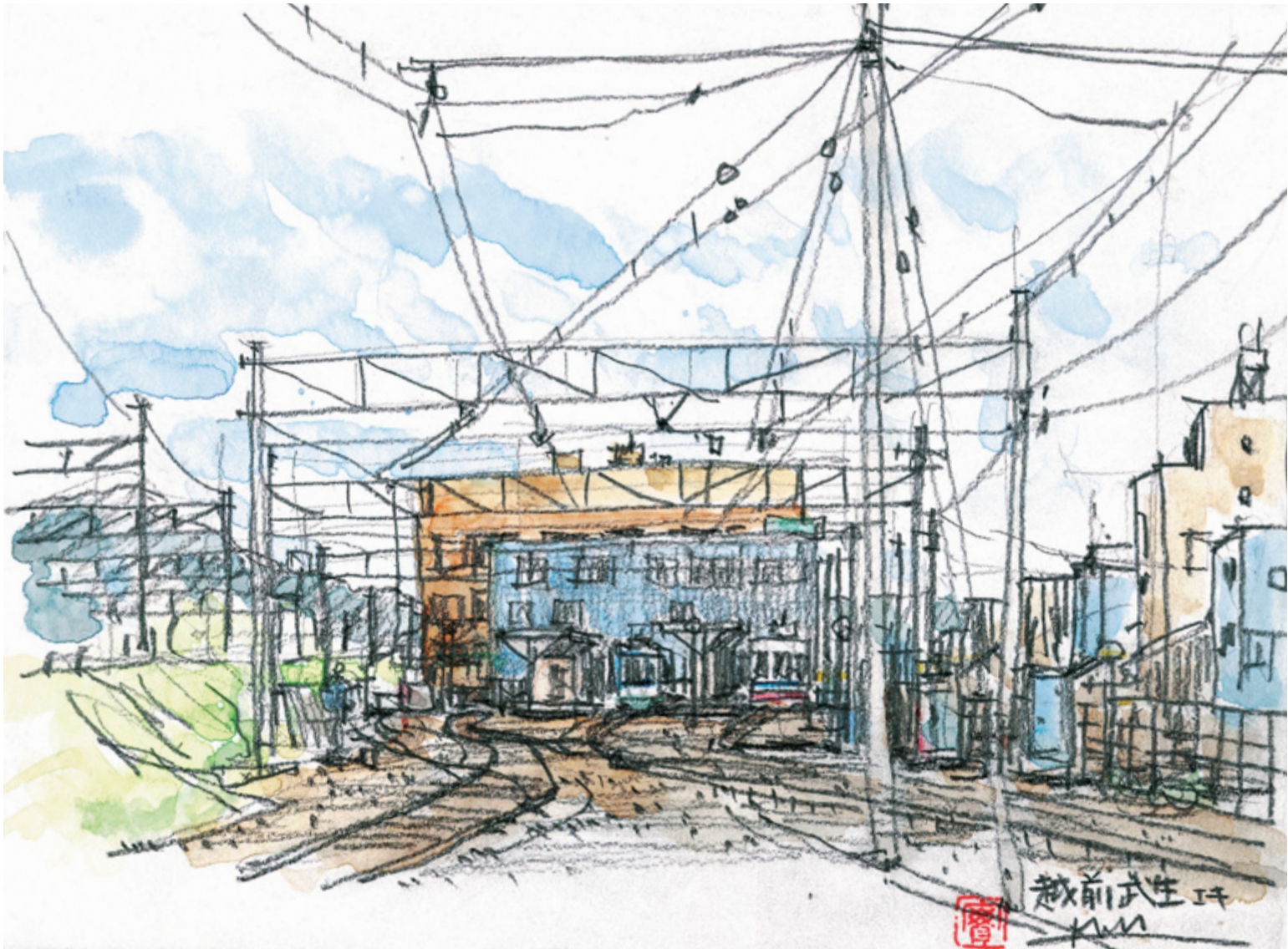


# 社会保険 ふくむ

2016年 2017年  
12月・1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。

〈越前武生駅〉

福武線の終着駅。JR武生駅とはショッピングセンターをはさんで隣接しています。平成22年3月に旧駅名「武生新」から改称されました。

職場内で回覧しましょう



# 新年のご挨拶

一般財団法人 福井県社会保険協会

会長 小泉 信太郎



新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様方におかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。旧年中は当協会の事業運営に対し、日頃より多大なるご理解とご協力を賜りまして、厚く御礼申し上げます。

さて、平成27年の日本人の平均寿命は男性80.79歳、女性87.05歳となり、ともに過去最高を更新しました。男女ともに平均寿命が延びたことは喜ばしいことですが、介護等を必要としない自立した生活ができる「健康寿命」との差は、男性で約9年、女性で約12年あり、この期間に費やされる医療や介護などの社会保障にかかる費用も膨大な額となっています。現在の医療保険制度を維持するため、保険者側からは高齢者医療の負担構造改革の実現とともに、税を原資とした公費投入を国に求めています。現役世代の負担軽減につながる道筋は見えてこないのが実情です。

また、老後の経済基盤となる年金制度におきましては、制度の財政的安定を確保するため、給付と負担のバランス確保に努めており、マクロ経済スライドの発動などにより公的年金の目減りが現実のものとなってまいりました。国では、マクロ経済スライドに関してさらに適用を拡大することも検討しており、もはや公的年金だけで悠々自適のセカンドライフを実現するのは困難になりつつあります。

こうした中、当協会では年金事務所(福井・武生・敦賀)や全国健康保険協会福井支部など、関連機関と一層の連携を図りながら、社会保険制度と事業所ならびに被保険者をつなぐ重要な役割を担っていることを認識し、会員の皆様方の健康増進と福利の向上のため、福利厚生事業、広報事業など各種事業のさらなる推進に努力していく所存でございます。

皆様方におかれましては、各種事業を積極的にご活用いただき、毎日を健やかに過ごしていただきたいと存じます。

本年も、協会事業に一層のご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げますとともに、皆様方にとって幸多き年となりますよう、心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

一般財団法人 福井県社会保険協会 武生支部長 世喜 克彦

一般財団法人 福井県社会保険協会 敦賀支部長 田村 毅



60歳からの年金・雇用保険

# シニアライフセミナー を開催します

会員事業所に勤務する、退職を間近に控えた方や事務担当者を対象に、働きながら受ける年金や雇用保険の給付などを知っていただき、定年到達後の生活設計の一助となることを目的としたセミナーを開催します。お気軽にご参加ください。

日時・場所	会場	日時	場所
	福井会場	平成29年2月11日(土) 13:30～16:00	福井県中小企業産業大学校「大教室」 福井市下六条町16-15 TEL 0776(41)3775
	武生会場	平成29年2月16日(木) 13:30～16:00	サンドーム福井 管理棟「201・202号室」 越前市瓜生町5-1-1 TEL 0778(21)3106
	敦賀会場	平成29年2月15日(水) 13:30～16:00	プラザ萬象「会議室2」 敦賀市東洋町1-1 TEL 0770(22)9711

- セミナーの内容**
- ① 退職後の雇用保険・健康保険(約90分)  
講師：青垣 幹夫(青垣労務管理事務所所長・福井県社会保険労務士会会長)
  - ② 年金のしくみと年金請求手続き(約60分)  
講師：日本年金機構 福井・武生・敦賀年金事務所



**募集定員** 福井会場60名、武生会場40名、敦賀会場30名  
(先着順) ※締切後、ハガキにてご連絡いたします。

**対象者** 本会会員事業所に勤務する被保険者とその配偶者および社会保険の事務担当者

**参加費** 1人500円(非会員事業所の方は3,000円) ・テキスト代として、当日セミナー会場にてお支払い願います。

**申込方法** 下記申込書(コピー可)に必要事項を記入し、郵送またはFAXでお申し込みください。  
※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>

**申込・問合せ先** (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

**申込締切** 平成29年1月31日(火) ※ただし定員になり次第締め切ります。

キリトリ

## シニアライフセミナー 参加申込書

申込締切：平成29年1月31日(火)

(ただし定員になり次第締め切ります)

事業所名

(※)該当するものに○をつけてください。

事業所記号

(例)01 アイウ 12345

事業所所在地 〒

電話

( )

氏名	年齢(※)	区分(※)	希望会場(※)
	60歳以上 50歳代 50歳未満	被保険者 配偶者 事務担当者	福井会場 武生会場 敦賀会場
	60歳以上 50歳代 50歳未満	被保険者 配偶者 事務担当者	福井会場 武生会場 敦賀会場
	60歳以上 50歳代 50歳未満	被保険者 配偶者 事務担当者	福井会場 武生会場 敦賀会場
	60歳以上 50歳代 50歳未満	被保険者 配偶者 事務担当者	福井会場 武生会場 敦賀会場

- ★お申し込みが5名以上の場合はコピーしてご使用ください。
- ★この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営および、それに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

# 平成28年度 年金委員・健康保険委員 表彰式が行われました

去る平成28年11月17日(木)13時30分から「ユー・アイふくい」にて、平成28年度の年金委員・健康保険委員の表彰式が多数の出席者のもと、盛大に開催されました。

永年にわたり年金委員・健康保険委員としてご尽力いただいた方々に対する厚生労働大臣表彰の伝達をはじめ、日本年金機構の表彰、全国健康保険協会の表彰を行い、その後、福井産業保健総合支援センター・高山英之様より「パワーハラスメントについて」、厚生労働省近畿厚生局地域包括ケア推進課・細谷光市様より「地域包括ケアシステムについて」のご講演がありました。

これからも年金委員・健康保険委員のみなさまには事業所内における社会保険に関するよきサポーターとして、ますますご活躍されますようご期待申し上げます。



## 受賞された方々

(敬称略)

### 年金委員功労者厚生労働大臣表彰

吉松 絹代 (大野電子工業 株式会社)

### 日本年金機構理事長表彰

藤田 邦夫 (大電産業 株式会社)

### 日本年金機構理事表彰

加藤 文洋 (一般社団法人 福井県農業協同組合役員連盟)

渡辺 敏江 (渡辺漬物 株式会社)

井尾 のり子 (井尾建設 株式会社)

桐林 祐子 (丸栄電工 株式会社)

有田 久雄 (原田商事 株式会社)

酒谷 豊 (敦賀自動車工業 株式会社)

廣田 由美子 (株式会社 嶺南ケーブルネットワーク)

関 朝夫 (医療法人 積心会)

佐々木はるみ (ヨシダ工業 株式会社)

### 全国健康保険協会理事長表彰

深川 豊昭 (福井キャノン事務機 株式会社)

上田 周子 (松原産業 株式会社)

荒井 誠一 (株式会社 アサヒフード)

堀口 美由紀 (株式会社 日本メタルホース)

### 全国健康保険協会福井支部長表彰

金子 智樹 (株式会社 北陸近畿クボタ)

廣嶋 嘉輝 (花咲ふくい農業協同組合)

高山 晴武 (株式会社 三国)

覚明 道夫 (キョーセー 株式会社)

黒田 美由紀 (株式会社 ウエキグミ)

藤井 隆 (福井中央魚市 株式会社)

栗田 元美 (福井市南部農業協同組合)

小島 道隆 (栄月 株式会社)

五島 和子 (株式会社 カツクラ)

中川 一朗 (株式会社 テクノツルガ)

# マイナンバー取扱いのお知らせ

平成28年1月から、雇用保険や税の分野などでマイナンバーの利用が始まっています

## マイナンバー制度とは？

マイナンバー制度は、国民一人ひとりに12桁の番号を割り当てて、氏名や住所、生年月日、所得、税金、年金などの個人情報を、その番号で一元管理する「共通番号制度」のことで、マイナンバーは社会保障・税・災害対策の3分野における手続きなどで使います。



## マイナンバー制度のメリット

利便性の向上 <b>手続きが簡単に！</b>	行政の効率化 <b>正確かつ迅速に！</b>	公平・公正な社会の実現 <b>不正受給を防止！</b>
添付書類の削減など、行政手続きが簡素化され、負担が軽減されます。	行政機関や地方公共団体での作業が簡略化され、効率的に行われるようになります。	所得や他の行政サービスの受給状況を把握しやすくなり、不正を防止できます。

## 協会けんぽでは

平成29年1月から、各種申請書にマイナンバー記入欄の追加を行います。

<b>Q</b> 申請書には必ずマイナンバーの記入が必要ですか？	<b>A</b> 被保険者の方は、保険証の記号番号を記入いただければ、マイナンバーの記入は不要です。ただし、任意継続被保険者の方が被扶養者の届出をする際には、被扶養者のマイナンバーの記入が必要となります。
<b>Q</b> 従業員のマイナンバーの提出は必要ですか？	<b>A</b> <b>事業主の皆さまから、従業員の方のマイナンバーをご提出いただく必要はありません。</b> 加入者や事業主の皆さまの事務負担を軽減するため、原則として、日本年金機構や住民基本台帳ネットワークから収集を行います。

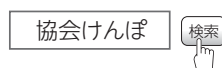
## 今後のスケジュール(予定)

平成29年  
7月～

- 協会けんぽを含む医療保険者等と地方公共団体等の情報連携が開始されます。
- 国の機関等での情報連携が開始されます。
- インターネットで個人情報のやりとりが確認できる「情報提供等記録開示システム(マイナポータル)」の運用が開始されます。

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/>



「通知カード」「個人番号カード」に関することや、その他マイナンバー制度に関するお問い合わせは…

マイナンバー  
総合フリーダイヤル **0120-95-0178** 無料

平日▶9:30~20:00 土日祝▶9:30~17:30 年末年始(12月29日~1月3日)を除く

※間違い電話が増えています。おかけ間違いのないよう十分に注意してください。

# 協会けんぽからのお知らせ

## 接骨院・整骨院の正しいかかり方

接骨院・整骨院は、「柔道整復師」と呼ばれる専門職による施術を行う施設のため、「各種保険取扱い」とあっても、健康保険の対象となる範囲は限られています。



### 健康保険の対象になるのはどんなとき?

**健康保険の対象となります**

**ケガの場合**

負傷原因がはっきりしている急性または亜急性の負傷に限られます。

- 外傷性の骨折
- 脱臼
- 打撲
- 捻挫
- 挫傷(肉ばなれ等)

※骨折・脱臼については応急処置の場合を除き、医師の同意が必要です。  
※内科的原因による疾患は含まれません。

**健康保険の対象となりません**

**病気の場合、他**

- × 病気(神経痛、リウマチ、五十肩、関節痛、ヘルニア等)が原因で起こる痛みやこり
- × スポーツなどによる肉体疲労からの回復目的
- × 脳疾患後遺症等の慢性病
- × マッサージがわりの利用
- × 日常生活における単なる疲労、肩こり
- × 通勤中や勤務中の負傷(労災保険の適用になる場合)

**例えば...**

疲れがたまって肩がこるので接骨院に行こうかな

健康保険は対象外

脳卒中後のマヒを早く治したいわ... マッサージに行こうかしら

健康保険は対象外

### 接骨院・整骨院に正しくかかるコツは?

- ① 施術を受ける前に負傷の原因を正しく伝えてください
- ② 療養費支給申請書は必ずご自身で署名してください
- ③ 領収証は大切に保管してください
- ④ 同一のケガで医療機関との重複受診は行わないでください



**医療費の適正化にご協力をお願いします**

施術内容等については、申請書をもとに、協会けんぽで審査を行っています。そのため、治療内容について、加入者様にお電話や文書などで確認をさせていただく場合があります。健康保険の適正な運営のため、ご理解とご協力をお願いします。



# 仲間と一緒に楽しみませんか!

会員の皆様の楽しみ・安心・お得を提供し、会員相互の親睦と福祉の向上を図っています。

## 特典がいっぱい

年会費 2,000円

### お得な特典

福井県年金受給者協会会員のための独自の特典もあります。

- **会員割引サービス**  
特定のホテル、旅行などでの宿泊料金・飲食料金、また贈答品、メガネ、補聴器などの料金が割引されます。
- **JR運賃の割引(原則20%割引)**  
運賃割引はJRバカンスクーポン申込書によります。
- **葬儀サービス制度**  
葬儀、祭壇などの基本セット(全国平均40万円相当)が24万円(税別)で利用できます。



### 楽しい特典

会員相互の親睦を深め、生きがいづくりのための事業を行っています。

(県内には22支部があり、支部毎に事業が異なります。)

- **親睦旅行(日帰り、宿泊)に割安で参加できます。**
- **マレットゴルフ、グラウンド・ゴルフ、ゲートボールなどの健康づくり事業に参加できます。**
- **ボランティア活動(福祉施設慰問・清掃活動)や芸能サークルクラブ(芸能発表・文芸作品展示)などの活動も行っております。**

### 情報誌などの提供

年金をはじめ様々な情報を掲載した広報誌などをお届けします。

- **ねんきんだより**
- **全年連だより**
- **会員手帳**



### 割安で利用できる保険制度

団体割引になるので保険掛金が安くなります。

- **まごころ保険(傷害総合保険)**
- **あんど保険(医療保険)**
- **アフラック(医療・がん保険)**

### 企業担当者様へ

年金受給者となられる皆様へご案内をお願いします。  
(資料の請求は福井県年金受給者協会まで)

● 一般社団法人 全国年金受給者団体連合会 ホームページ <http://www.zennenren.or.jp/>  
福井県年金受給者協会 〒910-0857 福井市豊島2-4-9(コーポオオヤナギ1階) ☎0776(23)8005



# 根菜たっぷりのビストロ風ポトフ

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。

## ●材料(2人分)

- にんじん ..... 1本
- 大根 ..... 15cm
- 鶏手羽元 ..... 8本
- 塩(鶏肉の下味用) ..... 小さじ1/2
- 水 ..... 4カップ(800ml)
- 白ワイン ..... 1カップ(200ml)
- A
  - ローリエ ..... 1枚
  - クローブ ..... 1個
  - タイム ..... ドライなら小さじ1/2  
フレッシュなら1枝
- 塩(味を調えるため) ..... 小さじ1弱
- こしょう ..... 適量
- イタリアンパセリ ..... 適宜

## ●作り方

- 1 にんじんは半分の長さで切ってから縦4等分にする。大根は3~4cm厚さの輪切りにする。
- 2 鶏肉に塩を振って下味をつける。
- 3 熱したフライパンで②をきつね色になるまでこんがりと焼き、厚手の鍋に入れる。
- 4 分量の水から適量をフライパンに入れ、残っているエキスと一緒に鍋に入れる(エキスにうまみがあるため)。
- 5 残りの水、白ワイン、にんじん、大根、Aを鍋に入れ、火にかける。アクが出たら取り、ふたをして弱火で1~2時間コトコト煮込む。  
※圧力鍋の場合は8分くらい。
- 6 食材がやわらかくなったら塩とこしょうで味を調える。お好みでイタリアンパセリなどをのせる。  
※塩加減は水分の蒸発具合により調整を。

料理制作/wato (管理栄養士・フードコーディネーター)  
スタイリング/UKO



## ヘルシーポイント

大きめに切った野菜や骨付き肉は、噛む回数が増えて食べるのに時間がかかるので、血糖値の上昇が抑えられ、食べ過ぎ防止にもなります。

## INFORMATION

### ●年金事務所相談のご案内

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

- 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

- 勝山市民会館  
1月12日(木) 10:00~15:30  
2月 9日(木) 10:00~15:30
- 坂井地域交流センター(いねす)  
12月15日(木) 10:00~15:30  
1月19日(木) 10:00~15:30
- 大野商工会議所  
12月22日(木) 10:00~15:30  
1月26日(木) 10:00~15:30
- 小浜市文化会館4階(小浜市役所横)  
12月22日(木) 10:00~15:00  
1月12日(木) 26日(木) 10:00~15:00  
2月 9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。

### 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

## 社会保険協会からのお知らせ

### 第17回 社会保険ボウリング大会が開催されました

11月27日(日)、アル・プラザボウルにて、第17回社会保険ボウリング大会が開催されました。21チーム・63名が参加し、1人3ゲームで熱戦が繰り広げられました。結果は下記のとおりです。(敬称略)

**団体の部**  
 優勝 (有)ナカムラ工業 (鯖江市) 1,982点  
 準優勝 (株)小木会計事務所 (越前市) 1,882点  
 第3位 (株)箕輪漆行 (越前市) 1,781点

**個人の部**  
 優勝 武安 巖 ((株)箕輪漆行) 714点  
 準優勝 中村 繁伸 ((有)ナカムラ工業) 709点  
 第3位 橋本 悦子 ((株)富士土建) 688点  
 ハイゲーム賞 小木 裕史 ((株)小木会計事務所) 263点

縦じて保管しましょう