

福井の建物
ユー・アイふくい(福井市下六条)
福井県生活学習館。女性総合センターの機能と、生活学習センターの機能を兼ね備えた複合施設です。愛称は英語の「You」と「「」に「友」「愛」の意味合いも含んでいます。

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。

社会保険協会からのお知らせ

施設利用補助券のご案内

社会保険協会では、事業主様をはじめ被保険者とそのご家族の福利厚生事業として、

申込受付 開始間近

施設の利用補助を行っています。 皆様お気軽にご利用ください。 なお、期間中、コロナ禍による 県内施設の対応にあわせたご利 用となることをご了承願います。



海遊館、越前松島水族館も受付中!!

けんこうの湯(夏季)

- ★期間/令和2年7月18日(土)~8月31日(月)
- ★場所/① 三国温泉「ゆあぽーと」(坂井市)
 - ② 「健康の森温泉」(福井市)
 - ③ [国民宿舎鷹巣荘](福井市)
 - ④ 越前温泉露天風呂「漁火」(越前町)
 - ⑤ 越前温泉露天風呂「日本海」(越前町)
 - ⑥ 河野シーサイド温泉 [ゆうばえ] (南越前町)
 - ⑦ニューサンピア敦賀「つぬがの湯」(敦賀市)
 - ⑧ 御食国若狭おばま「濱の湯」(小浜市)
- **★利用補助券発行予定枚数**/5,000枚
- ★補助額/入浴料の一部(500円)を補助

郵便でお申し込みください。

7月6日(月)の消印から有効!!

7月5日(日)以前の消印は無効 となりますのでご注意ください。

海の家

- ★期間/令和2年7月18日(土)~8月25日(火)の 海の家開設日
 - ※期間中であっても、場所によっては閉鎖されることもあります。
- ★場所/① 三国サンセットビーチ(浜茶屋組合加盟の浜茶屋)
- ② 鷹巣海水浴場の全浜茶屋 ★利用補助券発行予定枚数/5,000枚
- ★補助額/利用料の一部(500円)を補助

1申込書は、

福井県社会保険協会のホームページから ダウンロードしてください。

なお、右記申込書も使用できます。

●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 次第終了となります。
- ●令和2年度の協会費が未納の事業所は 利用できません。

「けんこうの湯(夏季)」 「海の家」 利用補助券申込書

事業	所名	7		SE		H F	Π	
事業所	所在地	から有効						
事業所記号・番号					(記)	入例…01	アイウ	12345)
担当者名				TEL				
希望枚数		けんこうの湯	<u>1</u>		枚	合計		
(和)主	化数	海の家			枚			枚
			L			8011 -	-50//-1	

②返信用封筒 宛先を記入し、合計枚数分の返信用切手を貼ってください。

●返信用切手料金

枚数	切手料金	枚数	切手料金
20枚まで	84円	110枚まで	140円
40枚まで	94円	160枚まで	210円

※返信用封筒は定形(長形3号120×235mm)をご利用ください。

└ 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(夏季)」「海の家」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
20人未満	10枚	70人未満	35枚	300人以上	80枚

令和2年度の社会保険協会費をご納入いただき 誠にありがとうございました

令和2年度社会保険協会費の納入につきまして、ご理解とご協力を賜り誠にありがとうございました。

納入いただきました協会費は、社会保険制度の普及、広報事業や会員の皆様の健康増進と福利厚生事業のため、 大切に運用させていただきます。

協会費の納入は、便利で安全・安心な口座振替をご利用ください。お申込みは当協会までお電話ください。口座 振替依頼書をお送りいたします。

事業所の住所・名称等を変更の場合には、年金事務所に手続きをいただくとともに、当協会にもご連絡ください ますよう、お願いいたします。

お申し込み・お問い合わせ先

〒910-0831 福井市若栄町508番地 福井県鉄工会館2階 ☎0776(53)8016 福井県社会保険協会 http://www.fukui-shahokyo.jp/

東京ディズニー

今年から始まる東京ディズニーリゾート利用券

令和5年(2023年)春の北陸新幹線福井県内開通を目指した新しい取り組みです。 今年からホップ・ステップ・ジャンプ! ぜひご利用くださいませ。

申込資格: 令和2年度の会費を納入いただいた事業所

利用対象: 上記事業所の事業主、被保険者、被扶養者に限らせていただきます。

: 1.000円のコーポレートプログラム利用券 利用補助

: お一人1年度1枚のみ、初年度のため1事業所4名様まで

: 所定の申込書(HP)に利用予定日、氏名、利用者区分を記入 : お申込み受付は郵便利用のみ。7月6日(月)の消印から有効

:上限枚数の範囲内で、利用予定月ごとに記入してください。

申込方法: 申込書に事業所印のないものは受付ができません。

: お申込みの際、84円切手を貼った返信用封筒を同封してください。

:申込用紙、チケットの購入・利用方法等詳しくは福井県社会保険協会のホームページをご確認

ください。

配布枚数:限定500枚(令和2年度)

利用期間: 令和2年8月1日(土)~令和3年2月28日(日)まで

: 有償、無償を問わず、本券を第三者へ譲渡(インターネットオークション等への出品行為を含む)する

ことはできません。この場合、本券は無効となります。

留意事項 : 入園制限中のパークではご利用できません。

: お申込みの際に本人確認書類の提示を求める場合があります。

: お申込みを受付してから、発送までに1週間程度を要します。

「コーポレートプログラム利用券」(以下、利用券)について

持ち運びに便利!

(サイズ:約縦50mm×横100mm)

事前にパークチケットをGET!

「東京ディズニーリゾート・オンライン予約・購入 サイト」で前売り券を購入できます

白動券売機でも購入可能に!

- 東京ディズニーランドに新たに導入
- 利用券もお使いいただけます
- ※東京ディズニーシーでは引き続き、販売窓口での対応 になります。

利用券イメージ



あなたのパーク体験、もっと快適に 東京ディズニーリゾート・アプリ





詳しくはコチラ▲

東京ディズニーリゾート・オフィシャルウェブサイト

www.tokyodisneyresort.jp *スマートフォンでもご利用いただけます。

総合案内

東京ディズニーリゾート・**0570-00-8632** 9:00~17:00

0570-00-3932 24時間 ※一部のPHS・IP電話・国際電話の方は045-330-5211

音声情報サービス

※一部のPHS・IP電話・国際電話からは ご利用になれませんのでご了承ください。



TOKYO DISNEP RESORT Corporate Program

7月6日

受付開始

※電話番号はおかけ間違いのないようにお願いいたします。※受付時間は予告なく変更になることがあります。

協会けんぽからのお知らせ

インセンティブ制度について

インセンティブ制度とは、インセンティブ制度の財源となる保険料率を設定したうえで、皆様の健康づくり の取り組みや重症化予防等につながる5つの行動を全都道府県支部で順位づけし、上位23支部以内に入ると インセンティブが付与され保険料率が下がる仕組みです。平成30年度は、皆様の積極的な取り組みにより全 国4位となり、令和2年度の健康保険料率が0.026%下がりました。被保険者、被扶養者お一人おひとりの 健康への関心、取り組みが健康保険料率低減のカギとなります。引き続き、ご協力をお願いいたします。

健診の受診

順位は11位ですが、4割の方が 健診を受けていません。

ご家族も含めて年に1回、健診 を受けましょう。

〈健診受診率 60.0%〉 平成30年度 全国11位

平成30年度 総合4位

みんなでやれば 保険料が下がる 5つの行動

健診で引っかかったら 病院を受診する

順位は1位ですが、受診案内を した方の内、6人に1人の方しか 医療機関を受診していません。 「要治療」「要精密検査」と判定 された方は、必ず病院を受診し ましょう。

〈受診勧奨を受けた要治療者 16.2%〉 の医療機関受診率

平成30年度 全国1位

健康相談を受ける

6人に1人の方しか受けていま せん。

メタボまたはその予備群と診断 された方は、「特定保健指導」を 受けましょう。

〈特定保健指導実施率 17.6%〉 平成30年度 全国41位

適正体重を目指す

メタボまたはその予備群と診断さ れた方の内、7割の方は、翌年の 健診結果が改善されていません。 食事・運動などの生活習慣を見 直しましょう。

〈特定保健指導対象者減少率 32.5%〉 平成30年度 全国33位

ジェネリック医薬品を 次野

25%のお薬について、まだジ ェネリック医薬品になっていま

お薬はジェネリック医薬品を希 望しましょう。

〈ジェネリック使用割合 74.8%〉 平成30年度 全国37位

健康相談(特定保健指導)をご利用ください!

健康相談(特定保健指導)とは、健診結果で「メタボリックシンドローム|またはその「予備群|と判定 された方を対象とした原則無料の生活習慣改善プログラムです。

特定保健指導では、健康管理のプロ(保健師や管理栄養士)が、その人のライフスタイルに合わせ無 理なく取り組める運動法や食事法などを提案します。

プログラム期間中、メールや電話で取り組みをサポートします。

協会けんぽから特定保健指導のご案内が届いたら、従業員の健康の保持・増進のため健康相談を 利用しましょう。





TEL0776(27)8301 (企画総務グループ)

「健康保険委員」を募集しています!

協会けんぽ福井支部では、事業所において健康保険事業の推進にご協力いただける「健康保険委員」を募集 しています。

加入者の皆様と協会けんぽをつなぐ橋渡し役として、ぜひご登録をお願いいたします(1事業所から複数 名のご登録も可能です)。

健康保険委員のメリット!

協会けんぽが主催する各種の研修会(無料)にご参加いただ けます。

メリット 健康保険に関する最新情報をお届けいたします。

事業所での研修会の開催やポスターの提供など健康づくり メリット 🕏 の取り組みをサポートします。



健康づくりのヒント! 手続き忘れ防止!

以小勺步会

このような方におススメです

- ・健康保険に関する手続きにお困りの方
- 制度改正等の情報をいち早く手に入れたい方
- 社員の健康づくりにいかせる情報をお探しの方 など

無料 月2回

どんな内容のメルマガなの?

事務手続き編(毎月10日)

- 健康保険制度の内容
- 各種手続き方法
- 申請時の間違いやすいポイント 等

健康づくり編(毎月25日)

- 季節の健康情報/健康レシピ
- ・ 仕事の合間にできる簡単な運動
- イベント情報 等

保険料率の改定や制度改正等の大切な情報は「速報」で、どの広報誌よりも早くお届けします!

ご利用いただける方)パソコンやスマートフォンのEメールアドレスをお持ちの方であればどなたでもOKです。

利 用 料

無料(通信料は除く)

ご利用方法

協会けんぽ福井支部のホームページ

協会けんぽ福井支部 メルマガ 煉索 から登録できます。









TEL0776(27)8301 (企画総務グループ)

日本年金機構からのお知らせ

定基礎届をお忘れなく

算定基礎届は、標準報酬月額*と実際に被保険者が受けた報酬(給与)に大きな差が生じないよう、毎年見直しを行 うための届書です。このため、事業主の方は全被保険者の報酬を提出していただくことになります。

※「標準報酬月額」は保険料額の計算の基礎となるほか、将来の年金の給付や健康保険の給付額(傷病手当金など)の計算に使用します。

届出用紙は6月中旬に郵送します

算定基礎届の対象者

対象となる方は、7月1日現在の全被保険者です。 ただし、今年6月1日以降に被保険者となった 方は対象外となります。

対象となる月

4・5・6月に支払った報酬(給与)の額とその平 均月額を提出することになります。



提出期間

7月1日(水)から7月10日(金)までの間です。

新しい標準報酬月額となる期間

今年の9月から翌年8月までとなり、9月分の保 険料控除から変更となります。

● 電子申請、電子媒体(CD・DVD)による提出も可能です。

〈お問い合わせ先〉日本年金機構 電子申請・電子媒体申請照会窓□ ☎0570(007)123

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ご記入のみで届きます)



算定基礎届についてよくある質問

- Q1 病気療養中のため、給料の支払いがない被保険者について、算定基礎届の提出が必要ですか。
- A1 病気療養中等により、算定基礎届の対象となる4月・5月・6月の各月とも報酬の支払いがない場合も、算定 基礎届の提出は必要です。この場合、算定基礎届の®備考欄の「5. 病休・育休・休職等」を○で囲み、「9. その他|欄に「○月○日から休職|等と記入し、ご提出いただきますと、保険者において、従前の標準報酬月額 で決定することとなります。
- Q2 月給者、日給者、時給者について、それぞれ算定基礎届の「⑩給与計算の基礎日数I欄をどのように記載した らよいですか。
- A2 算定基礎届の対象となる4月・5月・6月に支払われた報酬の支払い対象となった日数(以下「支払基礎日数」と いう。)を記入してください。
 - ①月給者…出勤日数に関係なく暦日数を記入してください。ただし、欠勤日数分の給与が差し引かれる場合は、就業規則、給与 規程等に基づき事業所が定めた日数(所定労働日数)から欠勤日数を控除した日数を記入してください。
 - ②日給者、時給者…出勤日数を記入してください。
- Q3 一時帰休による休業手当等が支払われた日は、支払基礎日数に含まれますか。
- A3 一時帰休による休業手当等が支払われた日も、支払基礎日数に含まれます。



算定基礎届を作成するにあたり、「日本年金機構ホームページ https://www.nenkin.go.jp/」の 「算定基礎届の記入・提出ガイドブック」、「令和2年度算定基礎届事務説明動画」をご活用ください。

算定基礎届ガイドブック



お問い合わせ先 日本年金機構 各年金事務所「厚生年金適用調査担当課」

(自動音声案内) 福井0776(23)4518 武生0778(23)1126 敦賀0770(23)9904

日本年金機構からのお知らせ



新型コロナウイルス感染症の影響を受けた事業主の皆さまへ



厚生年金保険料等の納付猶予の特例について

新型コロナウイルス感染症の影響により、事業等に係る収入に相当の減少があった事業主の 方にあっては、申請により厚生年金保険料等の納付を1年間猶予することができます。この納 付猶予の特例が適用されると、担保の提供は不要となり延滞金もかかりません。

対象となる事業所

以下のいずれも満たす事業所が対象となります。

- ①新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年2月以降の事業等に係る収入が、概 ね20%以上減少していること。
- ②納付すべき保険料の金額を一時に納付することが困難であること。

申請の対象期間

● 令和2年1月分から令和2年11月分までの厚生年金保険料等 ※令和2年1月分から令和2年3月分は令和2年6月30日までに申請してください。

申請方法

- 「納付の猶予(特例)申請書 | を管轄の年金事務所に提出してください。(郵送で申請いただ (けます。) ※申請書は、日本年金機構ホームページからダウンロードできます。
- 指定期限までの申請が必要です。

お問い合わせ先

猶予コールセンターまたは管轄の年金事務所へご相談ください。 猶予コールセンター専用ダイヤル TEL 0570-666-228(月~金曜日9:00~17:00)

INFORMATION 新型コロナウイルス感染症の影響により国民年金保険料の納付が困難な皆さまへ

国民年金保険料の免除申請が可能です!

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる売り上げなど所得が相当程度まで減 少した場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民 年金保険料免除申請が可能となりました。

対象となる方

以下のいずれにも該当する方が対象になります。

- ①令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少したこと。
- ②令和2年2月以降の所得の状況からみて、当年中の所得見込額が免除承認の基準に該当 することが見込まれること。

申請の対象期間

令和2年2月分から6月分まで ※令和2年7月分以降は改めて申請が必要です。

申請方法

以下の書類を、市町村または年金事務所に提出してください。(郵送で申請いただけます。)

- 1. 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- 2. 所得の申立書 (簡易な所得見込額の申立書(臨時特例用))
- ※上記の書類は、日本年金機構ホームページからダウンロードができます。

お問い合わせ先

ねんきん加入者ダイヤルまたは年金事務所へお問い合わせください。 ねんきん加入者ダイヤル TEL 0570-003-004(月~金曜日 8:30~19:00 第2土曜日 9:30~16:00)

INFORMATION)

令和2年度の年金額等が増額となりました!

●令和2年6月15日支払分からの年金額は、 令和元年度から0.2%の増額となりました。 令和2年度(月額) 令和元年度(月額) 国民年金(老齢基礎年金(満額)) 65,141円 (+133円) 65,008円 厚生年金※(夫婦2人分の標準的な年金額) 220.724円 (+458円) 220.266円

※平均的な収入で40年間就業した場合に受け取り始める年金(老齢基礎年金を含む)の給付水準です。

●年金生活者支援給付金額は、

令和元年度から0.5%の増額となりました。	令和2年度(月額)	令和元年度(月額)
老齡年金生活者支援給付金	※5,030円 (+30円)	※ 5,000円
障害年金生活者支援給付金	(1級)6,288円 (+38円) (2級)5,030円 (+30円)	(1級)6,250円 (2級)5,000円
遺族年金生活者支援給付金	5,030円 (+30円)	5,000円

※基準額であり、実際の金額は保険料納付済期間等に応じて算出されます。

年金の請求手続きなど、年金事務所へ来所されるお客様へ

予約相談をご利用ください!

〈受付時間〉

月~金(平日)8:30~17:15

事用電話 **0570-05-4890**

福井年金事務所 0776(23)4518 武生年金事務所 0778(23)1126 敦賀年金事務所 0770(23)9904

(自動音声案内1番選択後2番を選択)



タコとじゃがいものにんにくしょうゆ炒め

■ 材料〈2人分〉

- 1.3 1 1 (-> <>>)	
タコ(茹で)	150g
じゃがいも	大1個
ししとう	4本
パプリカ(赤・黄)	各1/2個
にんにく	2片
ごま油	大さじ1
酒	大さじ1
黒こしょう	
_ Γ しょうゆ	小さじ1
A ひま ブザ	小さじ1

作り方

- **1** タコは一□大に切る。ししとうは竹串で数カ所穴をあけ、 パプリカは乱切りにする。にんにくは半分に切り芽を取る。
- 2 じゃがいもはよく洗ってから皮ごと一口大に切り、耐熱容 器に入れラップをして、電子レンジ(600W)で3分~5分ほ
- 3 フライパンにごま油とにんにくを入れ弱火にかけ、香りが たったらじゃがいもとタコを入れ炒める。
- ❹ ししとうとパプリカを加え軽く炒め合わせ、混ぜ合わせた Aを回し入れ、黒こしょうをかける。

料理制作/磯村優貴恵(管理栄養士·料理家) 撮影/巣山サトル スタイリング/佐藤絵理



Pick

6月~8月が旬のタコにはミネラルや良質なたんぱく質が豊富に含まれ、低脂肪・低 エネルギーなのでメタボ予防にもおすすめです。

簡単

疲れ目に効く 膳明

パソコンなどで目が疲れたりかすんだりしたときには、 睛明のツボをやさしく刺激しましょう。目の周りの血行 が促され、疲れがやわらぎます。ドライアイにも効果的 です。



ツボの位置

目頭の内側のくぼみが、 ちょうど睛明のツボに なります。

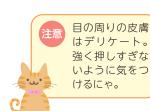


 両手を組み合わせ、 親指を立てる。





②目頭の内側のくぼみの部分に親指のはらをあて、 頭を3秒間軽く押しつける。(×3回)





前回は頭をスッキリさせる「角孫」をご紹介しました。ご活用いただけましたか? 今後も手、足、腰等に効くツボをご紹介していきます。ご期待ください!

令和2年度協会費を納付していただいた事業所様へ

「施設利用会員証」のお申込みは お済みですか?

当協会では全国各地の契約施設(ホテル、旅館、スキー場、ゴルフ場など) を優待価格で利用できる「施設利用会員証」を発行しています。この会員証は 令和5年3月末までご利用いただけます。

まだ、お申込みされていない事業所様は、是非お申込みいただき、従業員 の皆様の福利厚生にお役立てください。

申込用紙や施設の詳細等は、下記の当協会ホームページをご覧ください。

288の施設で利用可能です

一般社団法人 全国社会保険協会連合会

一般財団法人 福井県 社会保険協会

福井県福井市若栄町508番地

会員事業所名

新歌舞伎座特別斡旋をご利用ください

公演内容は新歌舞伎座のホームページをご確認ください。

令和2年6月9日

〈発

〈記事提供〉 日本年金機構 福井·武生·敦賀年金事務所 全国健康保険協会福井支部

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