

社会保険

あさひ

2023

3▶4

第707号



日本年金機構

- オンライン事業所年金情報サービスを開始しました
- 知っておきたい、資格喪失関係のQ&A

大分県社会保険協会

- 健康づくり事業保健師派遣のご案内
- 職場のみんなでラジオ体操をしてみませんか？

協会けんぽ大分支部

- 協会けんぽの生活習慣病予防健診等について
- 退職後の健康保険の加入手続きについて
- 被扶養者資格の再確認について

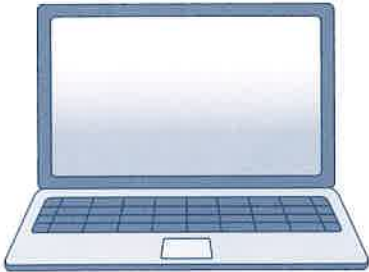
職場内で回覧しましょう

NEW 令和5年(2023年)1月から

毎月の社会保険料額等の情報※をオンラインで取得できる
オンライン事業所年金情報サービスを開始しました

利用いただくにはGビズIDを利用し、e-Govのマイページから利用手続きが必要です。

※社会保険料額情報、増減内訳書、算出内訳書、決定通知書、届出に必要な被保険者データ



メリット
1

紙の通知書よりも早く受け取り・確認が可能

納入告知書等の到着前に毎月の社会保険料額を確認できるなど、これまでよりも早く各種情報・通知書の受け取り・確認ができます。

メリット
2

定期的に受け取りが可能

一度申し込みをいただければ、定期的にお送りします。
 これまでのように随時、電話等でご連絡いただく必要はありません。

メリット
3

データの活用が可能

電子データで受け取れるため、社内システムで取り込み、自社で保有するデータとの突合を行う等、業務の効率化を図ることができます。

利用方法はカンタン

STEP1

GビズIDを取得

GビズIDとは?

デジタル庁が運営している認証システムです。
 1つのアカウント(ID・パスワード)で複数の行政手続きが可能となるサービスで、無料で利用することができます。GビズIDプライム*1の発行には2週間程度を要しますので、ご準備ください。

GビズIDの詳しい内容、手続きはGビズIDのホームページをご覧ください。



GビズID

検索

<https://gbiz-id.go.jp>



*1 GビズIDで取得できるアカウントの一つ。社会保険の手続きには「GビズIDプライム」を取得してください。



GビズIDでe-Govから電子申請を利用されている方は、
 すぐに利用申込みを行っていただけます!

STEP2

e-Govのマイページにログイン

GビズIDでe-Govのマイページにログインします

STEP3

利用申込み

e-Govのマイページから利用申込みを行います

e-Govのマイページに届きます



この機会に、是非GビズIDプライムを取得して、 社会保険の事務手続きを電子申請でお願いします。

電子申請なら紙や電子媒体での申請よりも早く処理がされます。健康保険証は、紙で申請するより3~4日早く届きます。

オンライン事業所年金情報サービスの利用方法等については、日本年金機構ホームページをご覧ください。



日本年金機構 オンライン事業所年金情報サービス **検索**

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/online_jigyousho.html

電子申請の利用方法等については、日本年金機構ホームページをご覧ください。



日本年金機構 電子申請 **検索**

<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>



お問い合わせ先

● GビズID関係
「GビズID」ヘルプデスク **0570-023-797** (受付時間) 月~金曜日: 午前9時~午後5時
※祝日、年末年始はご利用いただけません。

● 届書作成プログラム関係
「ねんきん加入者ダイヤル(日本年金機構電子申請・電子媒体申請照会窓口)」
(日本年金機構「オンライン事業所年金情報サービス」照会窓口)

(事業所・厚生年金加入者向け)

0570-007-123 (ナビダイヤル) **03-6837-2913** (050から始まる電話でおかけになる場合)

[2番]をお選びください

[2番]をお選びください

(受付時間) 月~金曜日: 午前8時30分~午後7時 第2土曜日: 午前9時30分~午後4時
※祝日(第2土曜日を除く)、年末年始はご利用いただけません。

知っておきたい “資格喪失関係のQ&A”

Q 資格喪失届に記入する資格喪失年月日はいつになりますか?

A 資格喪失届に記入する資格喪失年月日は次のとおりです。届出の際には日付に誤りがないか確認をお願いいたします。

資格喪失事由	資格喪失年月日
退職・死亡による場合	退職日または死亡日の翌日
70歳到達により厚生年金保険の資格を喪失する場合	70歳の誕生日の前日
75歳到達により後期高齢者医療制度の被保険者資格を取得して健康保険の資格を喪失する場合	75歳の誕生日の当日

Q 被保険者が資格を喪失した月は保険料を納める必要がありますか?

A 資格を喪失した月(資格喪失日が属する月)の保険料は納める必要がありません。退職日の属する月ではないので注意が必要です。(例: 3月31日付で退職した場合、資格喪失日は4月1日となり、3月分の保険料まで納めていただく必要があります。)





健康づくり事業

講師 派遣のご案内

会員事業所で働く従業員の方が、いつまでも健康で働き続けることができるように、また“健康づくり”を身近に感じて、継続して取り組むきっかけづくりとして、ぜひご活用ください。社内研修や講習会、各種大会等に保健師や体育専門家を派遣します。

保健師 過去に実施した講習会の一例

※下記以外のテーマでも可能です。



男性が多い・立っていることが多い

- ・熱中症 (体液・体温バランスが崩れ、命に関わることも!!)
- ・たばこ (身体への影響、最近多いCOPDとは?)
- ・睡眠 (いびきに注意!! 正しい知識が必要です)
- ・脂肪肝 (重篤な病気の前段階かも?)
- ・高血圧 (ちょっと高めでも放置すると危険!!)
- ・肥満 (糖尿病、脂質異常症が気になります) ほか

女性が多い・座っていることが多い

- ・骨粗しょう症 (骨折や介護の原因)
- ・冷え性 (更年期など、色々な原因があります)
- ・むくみ (長時間座っているリスクなど)
- ・メンタルヘルス (人間関係、ストレスの予防)
- ・感染症 (インフルエンザの予防、ノロウイルスの対策)
- ・健診後の検査結果の見方 ほか

その他

- ・個別の健康相談 (血圧測定・検尿・体脂肪測定します)
- ・呼気中一酸化炭素 (CO) 濃度測定



吉川 素子 先生

体育 専門家

過去に実施した内容の一例

※下記以外のテーマでも可能です。



- ・公認ラジオ体操指導士による実技指導
- ・椅子に座って出来る体操

- ・簡単なストレッチ体操
- ・ウォーキングでの注意点 ほか



・ラジオ体操一級指導士
・大分県知事認定ヘルスサポートトレーナー
・日本体育協会公認トレーニング指導士
清松 多恵子 先生



・大分県ラジオ体操連盟理事
・ラジオ体操一級指導士
・大分県ヘルスサポートトレーナー
廣島 忠士 先生



・健康運動指導士
・ラジオ体操一級指導士
・大分県ヘルスサポートトレーナー
小畑 麻理 先生

申込方法

⑥ ページの申込書に必要事項をご記入のうえ、当協会へ FAXまたは郵送でお申込みください。



日にち ご希望の日 (1か月前までにお申込みください)

場所 事業所にお伺いします (社外のイベント等でも可)

時間 30分～ (就業前、昼休み、就業後でも可)

費用 無料 (大分県社会保険協会会員事業所で会費納入事業所) ・非会員事業所・会費未納事業所は有料

お問い合わせ先 一般財団法人大分県社会保険協会

〒870-0945 大分市津守55-15 ☎ 097-569-5835 FAX 097-504-7034

健康づくり事業講師派遣申込書

※希望する番号に○を付けてください。

- **保健師**の 1.健康相談 2.講習会 3.呼気中一酸化炭素濃度測定 4.その他 () を希望します。
- **体育専門家**の 1.ラジオ体操 2.実技指導 3.体力測定 4.講習会 5.その他 () を希望します。
(1.以外)

事業所の事業内容（職種）					
第1希望 （※1）	令和 年 月 日（ ）	時 分	～	時 分	
第2希望 （※2）	令和 年 月 日（ ）	時 分	～	時 分	
受講者予定数	男性 名	女性 名	合計	名	
受講場所 ※事業所以外の場所をご希望の場合は、住所等詳しくご記入ください。 (大分市○○運動場など)	(例) 社内の休憩所、会議室、屋外の運動できる場所など ※雨天時の場合の受講場所				

※該当するものに○を付けてください。

- ・保健師による健康相談や講習会は、（ 1.はじめて 2.したことがある 3.定期的に行っている ）
- ・体育専門家による実技指導や講習会は、（ 1.はじめて 2.したことがある 3.定期的に行っている ）
- ・事業所でラジオ体操は、（ 1.はじめて 2.したことがある 3.定期的に行っている ）
- ・受講時の参加者は、（ 1.床に座る 2.椅子に座る(机あり) 3.椅子に座る(机なし) 4.立っている ）
- ・受講場所で音響装置等は、（ 1.用意できる マイク・プロジェクター・スクリーン・ラジカセ等 ）
（ 2.用意できない マイク・プロジェクター・スクリーン・ラジカセ等 ）

※ラジオ体操をご希望の場合、体操時に使用するCDは、講師が持参します。

講師に指導して欲しい内容やテーマ等を詳しくご記入ください。

上記のとおり講師の派遣を申し込みます。

令和 年 月 日

事業所の記号

事業所所在地

事業所名称

電話番号

担当者氏名

一般財団法人大分県社会保険協会長 殿

※1 講師の都合もありますので実施予定日の少なくとも1カ月前までにお申し込みください。

※2 講習時における事故、障害についての責任は負いかねますので悪しからずご了承ください。

更に充実! よりご利用いただきやすく!

協会けんぽの生活習慣病予防健診等について

協会けんぽでは、加入者の皆さまの健康づくりをより一層サポートするため、「生活習慣病予防健診等の自己負担の軽減（令和5年4月～）」や、「付加健診の対象年齢拡大（令和6年4月～）」といった取り組みを順次実施し、保健事業を更に充実させてまいります。

よりご利用いただきやすくなる協会けんぽの生活習慣病予防健診等をぜひご利用ください!

令和5年
4月
スタート!

生活習慣病予防健診等の自己負担の軽減



協会けんぽの生活習慣病予防健診は、

- 血圧測定
- 血液検査
- 尿検査
- 心電図検査
- 胸部レントゲン検査
- 胃部レントゲン検査
- 便潜血反応検査

メタボリックシンドロームとともに

5大がん 肺 胃 大腸 子宮 乳房 までカバー!

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担が必要です。

※メタボリックシンドロームとは、お腹まわりに内臓脂肪がたまることで悪玉のホルモンが分泌され、高血圧・高血糖・脂質異常等が起こり、生活習慣病になりやすくなっている状態のことです。



令和6年4月より、付加健診の対象年齢について、現行の40歳、50歳に加え、45歳、55歳、60歳、65歳、70歳も対象になります。

※付加健診とは、節目の年齢において、肝臓、胆のう、腎臓といった腹部の臓器の様子を調べるための腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診です。

子宮頸がん検診、乳がん検診、肝炎ウイルス検査の自己負担も同様に軽減します。

健診を受けた後の行動こそが大切です!

健診

異常なし

引き続きの健康づくり、毎年の健診を!



生活習慣の改善が必要

特定保健指導を利用しましょう!

! 特定保健指導って?! !

健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40歳～74歳までの方を対象に行う健康サポートです。健康に関するセルフケア(自己管理)ができるように、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士が寄り添ってサポートします。

医療機関への受診が必要

医療機関に早期受診を!

! 未治療者への受診勧奨! !

協会けんぽでは、健診の結果、血圧値、血糖値、LDL(悪玉)コレステロール値が「要治療」「要精密検査」と判定された方で、医療機関への受診が確認できない方へ受診をお勧めするご案内をお送りしています。※令和6年10月より、被扶養者(ご家族)にも医療機関への受診のご案内をお送りします。



【お問い合わせ先】097-573-5630(代表電話)

健康保険給付・任意継続…097-573-6646
 総務・広報・保険料率…097-573-6641
 レセプト・第三者行為…097-573-6643
 健診・保健指導…097-573-6642

全国健康保険協会
(協会けんぽ)

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/oita/>

協会けんぽ 大分 検索

退職される従業員様へお伝えください

退職後の健康保険の加入手続きについて

退職により健康保険の資格を喪失された時には、退職日から間を空けずに再就職される場合を除き、以下のいずれかの健康保険の加入手続きを行う必要があります。

	協会けんぽの任意継続	国民健康保険	ご家族の健康保険 (被扶養者)
手続き先	お住いの都道府県の 協会けんぽ支部	お住いの市区町村役場	ご家族のお勤め先
保険料	在職時の約2倍（上限あり） ※上限額は毎年見直され、 変更することがあります	前年度所得等により決定 ※離職理由等により保険料が 減免されることがあります	負担なし
加入要件	下記のとおり	お住いの市区町村役場に ご相談ください	ご家族が加入されている 健康保険の認定要件を 満たす必要があります

加入要件

- ①退職日までに被保険者期間が継続して**2か月以上**あること
- ②退職日の翌日から**20日以内**に「任意継続被保険者資格取得申出書」を提出すること（20日以内に必着）

「任意継続被保険者資格取得申出書」の「健康保険 資格喪失証明欄」を記入いただくか、退職証明書のコピー、離職票のコピー、資格喪失届のコピー等の事業主または公的機関が作成した資格喪失の事実が確認できる書類を添付いただくと、任意継続の保険証が通常よりも早く交付できる場合があります。

退職される従業員様から証明欄の記入等の依頼があった際にはご対応くださいますようお願いいたします。

事業主記入用 ※任意 この欄をご記入いただくことで、健康保険証の交付が早くなる場合があります。

健康保険 資格喪失証明欄

勤務していた方の氏名(カタカナ)

資格喪失年月日(退職日の翌日) 令和 年 月 日

上記の記入内容に誤りのないことを証明します。

事業主所在地 令和 年 月 日

事業主名称

事業主氏名

電話番号

被扶養者状況リストのご提出ありがとうございました

—被扶養者資格の再確認について—

協会けんぽでは、保険給付の適正化を目的に、健康保険の被扶養者となっている方が現在もその状況にあるかを確認させていただくため、毎年度、被扶養者資格の再確認を実施しております。

令和4年度につきましても、確認が必要な方がおられる事業所様に、10月より順次、「被扶養者状況リスト」等を送付しました。

被扶養者資格の再確認にご協力をいただき、ありがとうございました。

なお、リストのご提出がまだお済みでない事業所様におかれましては、お手数ですが、至急のご提出をお願いします。



大分支部

- <各種申請書は、ホームページからダウンロード出来ます>
- ・健康保険給付の申請書・任意継続の申請書・保険証の再交付の申請書

【書類の郵送先】

〒870-8570 大分市金池南 1-5-1 J:COM ホルトホール大分
(MNC タウン 2 階) 全国健康保険協会大分支部 あて

令和5年1月
からの新様式
申請書の記入
例はこちら→



会員事業主の皆様へ



事業所の名称・住所等の変更の際は
社会保険協会にもご連絡をよろしくお願いします

会費納付書(領収書)や各種ご案内の際の事業所名称等は、前年度の2月1日に日本年金機構に情報開示請求を行った結果得られる日、現在の情報をもとに作成しています。

つきましては、事業所名称等を変更されたときは、下記の「会員変更届」により当協会あてにご連絡(FAXまたは郵便にて)くださいますようお願い申し上げます。

会員変更届

変更年月日 年 月 日

	変更前	変更後
事業所記号	(例)13-おちせ	
フリガナ		
事業所名称		
事業所所在地	〒	〒
電話番号 (市外局番からお願いします)		

※変更前の欄は全てお書きください

◆年金事務所に届出する「適用事業所名称/所在地変更(訂正)届」と、当協会への届出は違いますので、ご注意ください!!

お問い合わせ先 (一財)大分県社会保険協会 FAX 097-504-7034 TEL 097-569-5835
〒870-0945 大分市津守55-15

「出張年金相談所」の各会場におきまして **予約制** を実施しております。

【予約のお問い合わせ先】下記の年金事務所「お客様相談室」・街角の年金相談センター中津(オフィス)へ
大分年金事務所 ☎097-552-1211 佐伯年金事務所 ☎0972-22-1970
別府年金事務所 ☎0977-22-5111 日田年金事務所 ☎0973-22-6174
街角の年金相談センター中津(オフィス) ☎0979-64-7990

※電話の受付時間は平日8:30~17:00までです。(土・日・祝日、12月29日~1月3日を除く)



出張年金相談所開設日

会場	3月	4月	5月
豊後大野市隣保館 (大野町)	14日(火)	11日(火)	9日(火)
豊後大野市商工会 (三重町)	9日(木)	13日(木)	11日(木)
竹田市総合社会福祉センター 「いきいき交流センター」	15日(水)	19日(水)	17日(水)
由布市役所 (本庁舎)	20日(月)	18日(火)	16日(火)
宇佐市勤労者総合福祉センター 「さんさん館」	9日(木)	13日(木)	11日(木)

会場	3月	4月	5月
豊後高田市役所	23日(木)	27日(木)	25日(木)
臼杵市社会福祉センター (大会議室)	9日(木)	13日(木)	11日(木)
市民ふれあい交流センター (津久見市)		25日(火)	
玖珠町役場	15日(水)	19日(水)	17日(水)
九重町役場		26日(水)	

※年金相談の際は、年金証書、振込通知書、年金手帳や被保険者証と、本人であることを確認できるもの(運転免許証等)を必ずお持ちください。

※本人以外の方が相談される場合は、本人からの委任状とお見えになる方の本人確認ができるもの(運転免許証等)が必要です。

※平成23年6月よりすべての会場が予約制となっておりますので、お申込は各年金事務所・街角の年金相談センター中津(オフィス)へお電話ください。

2023年
3・4月

No.
707

【記事提供
監修】

全国健康保険協会大分支部
日本年金機構年金事務所

【発行】

〒870-0945 大分市津守55-15
一般財団法人 大分県社会保険協会

TEL(097)569-1583
FAX(097)504-1703

【題字】

原田 周軒