

社会保険

こうち

Tosa Kochi

3

2018



四万十市「勝間沈下橋」(全長 171.4m・幅員 4.4m)

- 日本年金機構からのお知らせ 2～3
- 協会けんぽからのお知らせ 4～5
- (一財) 高知県社会保険協会からのお知らせ
 - 健康づくり事業「宿毛湾船釣り大会」のご案内【申込書】 6

【事務所移転のご案内】

この度、当協会事務所を移転し平成29年12月22日より、下記の新事務所にて業務を開始しております。今後とも、当協会の事業運営につきまして、ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

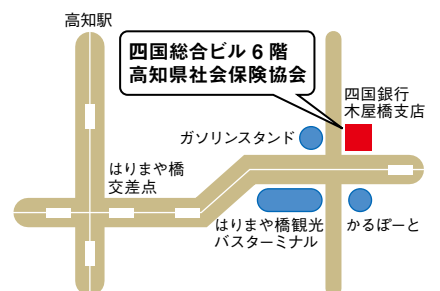
一般財団法人 高知県社会保険協会

〒780-0823 高知市菜園場町1-21 四国総合ビル6階

TEL 088-855-6612 (変更)

FAX 088-855-6613 (変更)

ホームページ <http://www.kochi-f.co.jp/k-hoken/>



職場内で回覧しましょう!

日本年金機構からのお知らせ

あなたの年金 簡単便利な ねんきんネットで！



「ねんきんネット」とは？

「ねんきんネット」は、インターネットを通じてご自身の年金の情報を手軽に確認できるサービスです。24時間いつでもどこでもパソコンやスマートフォンから、ご自身の年金情報を確認することができます。

「ねんきんネット」サービス5つのメリット

①いつでも最新の年金記録を確認できます！

年金の加入履歴（制度やその期間）、保険料の納付状況、厚生年金加入時の会社名や標準報酬月額等を確認することができます。

②ライフプランに合わせた年金見込額の試算ができます！

「年金見込額試算」では、年金を受け取りながら働き続けた場合の年金額など、自分の人生設計に合わせた働き方などの条件を設定して、年金額を試算することができます。

また、様々な条件での試算結果をグラフなどで比較することも可能です。

③「ねんきん定期便」や「年金振込通知書」の内容が確認できます！

年金加入者へ年に一度送付されている「ねんきん定期便」や、「年金振込通知書」などの年金の支払いに関する通知書をパソコンで確認・ダウンロードできます。年金受給後も、いろいろ便利です。

④届書を作成できます！

利用者が「ねんきんネット」の画面上で、届書を作成・印刷できる「届書の作成機能」があります。基礎年金番号や氏名など「ねんきんネット」で保有する情報を入力画面に予め自動表示することにより、利用者の入力を省くとともに、入力項目のエラーチェックを行うことで入力誤りを防止します。

⑤スマートフォンにも対応！

パソコンをお持ちでない方も、スマートフォンでユーザーIDを取得できます。

また、「年金記録の一覧表」や「年金記録照会」の画面も見やすく表示しています。

「ねんきんネット」を利用するには、まずご登録を

1 日本年金機構のホームページからアクセスしてください。

※「ねんきんネット」でも検索できます。



2 ご登録には、「年金手帳」に記載されている「基礎年金番号」をご用意ください。



こちらをクリック！

スタート

新規登録画面から必須事項を入力します。
・基礎年金番号等

ご本人確認

日本年金機構でご本人確認を行いユーザーIDをお届けします。

完了

ユーザーID、パスワードを使用して「ねんきんネット」へログインします。

ねんきんネットに関するお問い合わせは…
ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル
TEL 0570-058-555 (ナビダイヤル)まで
050で始まる電話でおかけになる場合は、
(東京)03-6700-1144(一般電話)におかけください。

受付時間 … 月～金 9:00～19:00 【第2土曜】 9:00～17:00

日曜・祝日・土曜（第2を除く）・12月29日から1月3日はご利用いただけません。

※お問い合わせの際は、基礎年金番号、個人番号、もしくは「ねんきん定期便」に記載されている照会番号をお知らせください。

年金相談・お手続きの際は 予約のうえ来訪願います

年金事務所等の窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望される方は、ぜひ、予約相談をご利用ください。



予約相談の受付は、「ねんきんダイヤル」へ!!
0570-05-1165

予約相談の実施時間

8:30~18:00 (月曜日)

8:30~16:00 (火~金曜日)

9:30~15:00 (第2土曜日)

※ 月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に18:00まで予約相談をお受けします。

受付期間等

- ① 予約相談希望日の1ヵ月前から前日まで受付しています。
- ② ご予約の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をお手元にご準備ください。
- ③ お近くの年金事務所でも受付しています。

高知東年金事務所	TEL 088-831-4430
高知西年金事務所	TEL 088-875-1717
南 国年金事務所	TEL 088-864-1111
幡 多年金事務所	TEL 0880-34-1616

予約相談のメリット

- ① お客様のご都合にあわせて、スムーズに相談できます。
 - ② 相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ丁寧に対応します。
- ※ 混雑状況によっては、時間どおりに案内できない場合があります。

事業主の皆さまへ

電子申請を利用してみませんか!

電子申請とは、書面やCD・DVDで行っていた賞与支払届、算定基礎届などの申請・届出を「e-Gov(イーガブ)※」を利用して行うことです。電子申請により、年金事務所の窓口に出向くことなくオフィスからインターネットでの申請・届出が可能になります。



※e-Gov(イーガブ)とは、電子政府の総合窓口(<http://www.e-gov.go.jp/>)のことをいいます。

メリット

- いつでも
- どこでも
- 時間・コスト削減

窓口が開いている時間に間に合わない・・・という事業主の皆さま
電子申請なら時間にとらわれず24時間申請が可能です。夜間や休日でもお手続きできます。

窓口まで行くのが面倒・・・という事業主の皆さま
電子申請なら自宅や職場遠隔地どこでも、インターネットを使って簡単に申請ができます。

時間がないのに窓口が混んでいる・・・という事業主の皆さま
手続きのための移動時間や待ち時間がありません。また、郵送コスト等の削減が期待できます。

協会けんぽからのお知らせ

協会けんぽの平成30年度の保険料率は 平成30年3月分(4月納付分)から変わります。

高知支部の健康保険料率、介護保険料率はともに **引下げ**となります。

現行 10.18%	健康保険料率	平成30年3月分～ 10.14%
現行 1.65%	介護保険料率	平成30年3月分～ 1.57%

※40歳から64歳までの方(介護保険料2号被保険者)には、健康保険料率に全国一律の介護保険料が加わります。
※変更後の健康保険料率と介護保険料率は、3月分(4月納付分)から適用されます。

加入者の皆さま、お一人おひとりの健康の積み重ねが
保険料の上昇を抑える大きな力になります。

年に一度は、からだのメンテナンス

平成30年度 生活習慣病予防健診のご案内

全国健康保険協会(協会けんぽ)高知支部では、加入者の皆様の健康保持・増進のため、年度内お一人様1回に限り健診費用の一部を補助しています。(約18,500円の健診を、協会けんぽからの補助を差し引いて、約7,000円の自己負担で受けることができます。詳しくは3月下旬頃に事業主様にお送りするリーフレットをご覧ください。)

日々、仕事や子育て、介護などに追われ、ご自分の健康が後回しになっていませんか？ 健診は“あなたが主役”です。年に一度は必ず健診を受け、今の体の状態をチェックし、ケアしましょう！

<生活習慣病予防健診>

診察や尿、血液検査など約30項目の全般的な検査をする健診です。
この健診には、肺がん、胃がん、大腸がん検診の項目も含まれています。

- ▶ 対象：35歳～74歳の被保険者(ご本人)
- ▶ 申し込み方法：生活習慣病予防健診を実施している**健診機関へ予約した後**、協会けんぽへ生活習慣病予防健診申込書を郵送してください(FAXによる受付はできません)。



- 「生活習慣病予防健診申込書」は、健康保険から健診費用の補助を受けるために提出していただく書類です。健診種別、受診日や健診機関名などに記入もれがあると、当支部での登録ができません。提出の際は、書き忘れがないようご注意ください。
- 従来より送付している対象者名を印字した申込書は、3月下旬頃に事業主様へお送りします。
- 健診の予約に関することは、直接、健診機関にご確認ください。
- 健診機関の一覧などの詳細は、協会けんぽ高知支部のホームページ または 申込書と一緒に送付するパンフレットをご覧ください。

退職日の翌日に、健康保険証は無効（資格喪失）となります

在職中の保険証は、退職日の翌日に無効（資格喪失）となります。従業員の方が退職をされる時には、必ず保険証（被扶養者分も含む）の回収をお願いします。

また、回収後の保険証は「被保険者資格喪失届」に添付し、早急に日本年金機構事務センターまたは管轄の年金事務所へご提出をお願いします。

退職後の健康保険加入のご案内

協会けんぽにご加入の方が退職される場合には、以下の3つの健康保険のなかから保険料や給付内容等を比較検討のうえ、ご本人で選択された健康保険へ手続きする必要があります。協会けんぽの任意継続健康保険へのご加入お手続きの際は、下記の点に特にご注意ください。

3つの方法の比較

加入先	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）
手続先	お住まいの都道府県の協会けんぽ支部	お住まいの市区町村の国民健康保険担当課	ご家族の勤務先
加入条件	<ul style="list-style-type: none"> 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 退職日の翌日から20日以内に手続きをすること 	お住まいの市区町村の国民健康保険担当課にお問い合わせください	<ul style="list-style-type: none"> ご家族が加入している健康保険の扶養条件を満たす必要があります。ご家族の勤務先にお問い合わせください
保険料	<ul style="list-style-type: none"> 退職前に控除されていた保険料を2倍した額になります（保険料の上限あり） ※都道府県で保険料率が異なるため、在職中と退職後に加入する支部が異なる場合、2倍とならない場合があります 原則2年間変わりません（保険料率の変更等を除きます） ※被扶養者の保険料負担はありません 	<ul style="list-style-type: none"> 保険料は加入する世帯の人数・前年の所得などによって決まります お住まいの市区町村により保険料額が異なります 保険料の減免制度があります ※倒産、解雇、雇止などにより離職した場合は保険料が減免されることがあります 	<p>被扶養者の保険料負担は原則ありません</p> <p>※ご注意ください！ 任意継続加入期間中は、国民健康保険の加入や被扶養者になるといった任意の理由により途中でやめることはできません</p>

● 「健康保険任意継続被保険者資格取得申出書」は、**退職日の翌日から20日以内**（20日目が土日、祝日の場合は翌営業日）に、お住まいの都道府県の協会けんぽ支部まで郵送でご提出ください。

（当支部あて**20日以内に必着**でお送りください。）

● ご家族を被扶養者として手続きする場合は**マイナンバーの記入**が必要です。

また、学生および未就学児を除き、収入の有無にかかわらず、**収入要件を満たすことを確認できる書類**が必要となります。

※在職中に被扶養者として認定されていた方が、**退職後も引き続き扶養家族として手続きを行う場合は、添付書類は不要です。**

※被保険者と苗字が異なる場合など、収入確認以外の添付書類が必要となる場合があります。

一般財団法人 高知県社会保険協会からのお知らせ

健康づくり事業『魚釣り大会』のご案内

第31回 宿毛湾船釣り大会

申込締切
平成30年
4月20日(金)
まで

- 主 催 … (一財) 高知県社会保険協会
- 後 援 … 幡多社会保険委員会・船釣同好会
- 参加資格 … (一財) 高知県社会保険協会加入事業所(前年度会費納入済)の事業主・被保険者
- 開催日時 … **平成30年5月13日(日)** 午前6時30分に出港(午前6時より集合場所で受付)
 (注) 当日、悪天候(海上の状況)により、順延することがございます。
 なお、雨天(小雨)であっても海上が穏やかな場合は実施いたします。

- 集合場所 … 宿毛市片島丸島岸壁
- 募集人員 … 28名様程度(ただし、1事業所4名様まで)
- 個人負担 … 1人 2,000円(当日、受付と同時に支払いください)
 *「サシ餌」・「氷」は各個人でご準備下さい。
 *ただし、アミエビ(餌)は主催者側で準備いたします。(1人あたり2個)

- お 願 い … ①ライフジャケットの着用をお願いします。
 ②海に物を投げ捨てないように、マナーを守りましょう。

- 申込方法 … 下記の申込書をコピーし必要事項をご記入のうえ、お申し込みください。
 ※FAX (088-855-6613) にて申し込み可

- 申 込 先 … 〒780-0823 高知市菜園場町1-21 四国総合ビル6階
 (お問合せ先) 一般財団法人 高知県社会保険協会

TEL 088-855-6612 FAX 088-855-6613

- そ の 他 … 参加を中止される方は、5月7日(月)までにご連絡をお願いします。

集合(受付)場所



切り取り

第31回 宿毛湾船釣り大会 参加申込書

(フリガナ)		生年月日	住 所	電話番号
参加者氏名				
		〒 -	() -	
		〒 -	() -	
		〒 -	() -	
		〒 -	() -	
事業所所在地	(〒 -)			
事業所名称				
会員番号	※会員番号が不明の場合は お気軽にお問い合わせ下さい。		事業所電話番号	() -
申込責任者氏名			申込責任者電話番号	() -

※ご記入いただいた個人情報につきましては、宿毛湾船釣り大会の運営以外には使用いたしません。

家庭常備薬等の 斡旋について

～もしもの時に役立つ「家庭常備薬等」職場・ご家庭などにいかがですか！～
 当協会では、従業員並びにご家族の皆様への福利厚生事業の一環として、疾病予防や健康管理にお役立ていただくため家庭常備薬等の斡旋をご案内しております。是非、ご利用ください。(次回のご案内は8月号)