

社会保険

こうち

Tosa Kochi

3

2019



高知市針木「浄水場 運動・自然公園」

- 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

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番21号 四国総合ビル6階
TEL 088-855-6612 FAX 088-855-6613
ホームページ <http://www.kochi-f.co.jp/k-hoken/>

職場内で回覧を
お願いします。

日本年金機構からのお知らせ

年金相談・お手続きの際は 予約相談をご利用ください

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。



来訪相談の予約は「予約受付専用電話」へ!!
ナビダイヤル **0570-05-4890**
※ 050 から始まる電話でおかけになる場合は (東京) 03-6631-7521

予約相談の受付時間

月～金曜日 (平日) 8:30～17:15

※ 土日祝日、12月29日から1月3日はご利用いただけません。

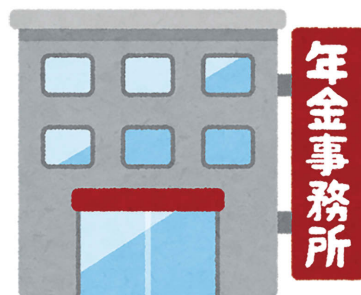
予約相談の実施時間帯

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 まで予約相談を実施しています。



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け付けています。
 - 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。
- ※ 予約状況によっては、ご希望に添えない場合がございますので、お早めにご予約ください。

予約相談Q & A (よくあるご質問)

Q. 本人が年金の相談・手続きに行けないときは、家族が代わりに相談・手続きに行ってもいいですか。

A. ご家族の方がご本人にかわって年金の相談・手続きをしていただくことができます。
代理人の方がご本人にかわって年金の相談・手続きをする場合には、ご本人からの「委任状」が必要です。

◎ 相談窓口にお持ちいただくもの

- ・本人からの委任状 (本人の署名・押印があるもの)
- ・窓口においてになる方ご自身の本人確認ができる書類 (運転免許証など)
- ・本人の印鑑

※ 「委任状」の様式は、日本年金機構のホームページに記載していますのでご活用ください。

※ 詳しくは「予約受付専用電話」へお問い合わせください。

平成30年10月1日から「健康保険被扶養者(異動)届」の添付書類の取扱いが変更になっています。

日本国内にお住まいのご家族の方を被扶養者に認定する際は、証明書類に基づき身分関係及び生計維持関係を確認の上、認定することとなりました。

ただし、一定の要件を満たしている場合には、証明書類の添付を省略することが可能となります。

○ 届出に必要な添付書類の取扱い

扶養認定を受ける方が被保険者と同居しているときは「**項番①・②**」を、別居しているときは「**項番①・②・③**」の取扱いをご確認ください。

<添付書類等一覧>

項番	目的	添付書類	添付の省略ができる場合
①	続柄の確認	次のいずれか ・戸籍謄本または戸籍抄本 ・住民票※1 (提出日から90日以内に発行されたものを提出してください)	次のア・イの両方に該当する場合 ア. 被保険者と扶養認定を受ける方それぞれのマイナンバーが届書に記載されている イ. 左記書類により、扶養認定を受ける方の続柄が届書の記載と相違ないことを事業主が確認し、備考欄の「続柄確認済み」の□に✓を付している(または「続柄確認済み」と記載している)
②	収入の確認	年間収入が「130万円未満※2」であることを確認できる課税証明書等の書類	次のアまたはイのいずれかに該当する場合 ア. 扶養認定を受ける方が、所得税法上の控除対象の配偶者または扶養親族であることを事業主が確認し、事業主確認欄の「確認」を○で囲んでいる※3 イ. 扶養認定を受ける方の年齢が16歳未満
③	別居の確認	仕送りの事実と仕送額が確認できる書類 ・振込の場合… 預金通帳等の写し ・送金の場合… 現金書留の控え(写し)	次のアまたはイのいずれかに該当する場合 ア. 扶養認定を受ける方の年齢が16歳未満 イ. 扶養認定を受ける方が16歳以上の学生

※1 被保険者と扶養認定を受ける方が同居していて、被保険者が世帯主である場合に限りです。

※2 扶養認定を受ける方が次のいずれかに該当する場合は「180万円未満」です。(収入には公的年金も含まれます)

- ・60歳以上の方
- ・障害厚生年金の受給要件に該当する程度の障害者

※3 障害・遺族年金、傷病手当金、失業給付等、非課税対象の収入がある場合は、受取金額の確認ができる通知書等のコピーの添付が必要です。

*被保険者と扶養認定を受ける方との同居の確認については、日本年金機構で確認を行うため、原則、書類の添付は不要ですが、確認できない場合には、別途、住民票の提出を求めることがあります。

※添付省略の要件を満たしておらず、証明書類が添付されていない場合は、事業主様へ届書を返戻の上、証明書類の提出等をご案内させていただきます。

○ お問い合わせは『ねんきん加入者ダイヤル』をご利用ください

届書の記入方法等、取扱いについてご不明な点がございましたら、「ねんきん加入者ダイヤル」またはお近くの年金事務所へお問い合わせください。

お問い合わせは『ねんきん加入者ダイヤル』へ！
ねんきん加入者ダイヤル(事業所、厚生年金加入者向け)

ナビダイヤル **0570-007-123**

※050から始まる電話でおかけになる場合は(東京) **03-6837-2913**

<受付時間> 月～金曜日 8:30～19:00
第2土曜日 9:00～17:00

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

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**

協会けんぽからのお知らせ

協会けんぽの平成31年度の保険料率は 平成31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 **引上げ** となります。

現行 10.14%	健康保険料率	平成31年3月分～ 10.21%
現行 1.57%	介護保険料率	平成31年3月分～ 1.73%

※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率が加わります。
※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31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? 健康づくりは“あなたが主役”です。年に一度必ず健診を受け、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、記入も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。
- 健診内容や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（扶養家族分も含む）の回収をお願いします。

また、回収した保険証は「被保険者資格喪失届」に添付し、速やかに日本年金機構事務センター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つの健康保険の中から保険料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つの健康保険の比較

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 	<ul style="list-style-type: none"> 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が、上限があります（平成31年度より標準報酬月額上限300千円に変更） ※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 	<ul style="list-style-type: none"> 被扶養者の保険料負担は原則ありません ※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扶養家族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

● 「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にてご提出ください。（**20日以内に必着**にてお送りください。）

● 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、16歳以上の場合、学生であっても**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。

※在職中に扶養家族であって、**退職後も引き続き扶養家族として手続きを行う場合でも、添付書類が必要となります。**

※被保険者と姓が異なる場合など、収入確認以外の添付書類が別途必要となる場合があります。

(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『魚釣り大会』のご案内

第32回

宿毛湾船釣り大会

申込締切
4月26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・船釣り同好会
- **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** **2019年5月19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、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13日(月)までにご連絡をお願いします。

集合(受付)場所



第32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	・ ・	〒 -	() -
	・ ・	〒 -	() -
	・ ・	〒 -	() -
	・ ・	〒 -	() -
事業所住所	(〒 -)		
事業所名称			
会員番号		事業所電話番号	() -
申込責任者氏名		事業所 FAX 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。