

社会保険

# こうち

Tosa Kochi

# 8

2023



土佐市出間「ひまわり畑」

ひまわりといえば、一般的に7月下旬から8月頃に見頃を迎えますが、土佐市出間では6月中旬から下旬と、10月下旬から11月上旬の年2回、一面にひまわりが咲き誇る時期があります！前半を「早咲きのひまわり」、後半を「遅咲きのひまわり」とそれぞれ呼びます。早咲きのひまわりは背が高く、遅咲きのひまわりは背が低い点の特徴！ひまわりを持ち帰る（有料）こともできます。また、毎年10月の最終週の土日には、花フェスタが開催され、ひまわり畑の横でさまざまな露店が並びます。広大な敷地の一面に広がるひまわりは圧巻です！

- 日本年金機構からのお知らせ ..... 2
- 協会けんぽからのお知らせ ..... 3
- 社会保険協会からのお知らせ
  - ◆ 健康づくり ゴルフ「幡多大会」・「中央大会」のご案内 【申込募集】 ..... 4
  - ◆ 健康づくり「魚釣り大会」のご案内 桂浜沖（船釣り） 【申込募集】 ..... 5
  - ◆ 社会保険制度「事務講習会」のご案内 【申込募集】 ..... 6

※ 協会ホームページの「協会からのお知らせ」欄に、それぞれのご案内(申込募集)を掲示しておりますのでご覧ください。

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 <https://kochi-shahokyo.or.jp/>



職場内で回覧しましょう！

# 日本年金機構からのお知らせ

## 11月30日(いいみらい)は「年金の日」です!!

厚生労働省では「国民一人一人 **「ねんきんネット」** 等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11月30日(いいみらい)を「年金の日」としています。

**「ねんきんネット」** では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、次のようなさまざまな機能をご利用いただけます。

- 将来の年金見込額の試算
- 電子版「ねんきん定期便」の閲覧
- 受給に関する各種通知書の確認
- 持ち主不明の年金記録の検索 など

また、**マイナポータル**と連携することで、学生納付特例等の電子申請や確定申告で利用可能な控除申請等の電子データの取得ができます。

ご利用登録は、**マイナポータル**からが便利です! マイナンバーカードとメールアドレスをご用意の上、**「年金記録・見込額を見る(ねんきんネット)」** から **「ねんきんネット」** への連携を行ってください。

※ **「ねんきんネット」** は、マイナンバーカードをお持ちでない方もご利用いただけます。

ご利用については、日本年金機構ホームページをご覧ください。

○日本年金機構ホームページ(**ねんきんネット**) [https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)



## 令和5年度「わたしと年金」エッセイを募集

日本年金機構は、厚生労働省と協力して11月を「ねんきん月間」と位置付け、この取り組みの一環として、広く皆さまから公的年金をテーマにしたエッセイを募集しています。

公的年金の大切さや意義を、皆さまと一緒に考えていきたいと思っておりますので、ふるってご応募ください。

### 募集作品

応募者ご自身やご家族との公的年金制度のかかわりなど、「わたしと年金」をテーマにしたエッセイ。公的年金の大切さ、社会保障としての公的年金の意義など、公的年金に関するエピソードを盛り込んだものであれば、どんな内容でも結構です。

### 応募要項

- 日本語で1,000文字から2,000文字程度(※)とします。  
※400字詰め原稿用紙の場合は3枚から5枚、word文書形式による場合はA4版原稿(40字×35行)横書き1頁から2頁程度。
- 作品用紙の裏に、氏名、氏名ふりがな、年齢、住所、電話番号、職業または所属(会社名、学校名等)を明記してください。
- 郵送で日本年金機構「わたしと年金」担当宛に提出してください。応募作品は返却しません。
- 内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。

### 応募資格

中学生以上の方

### 応募締切

2023年(令和5年) **9月8日(金曜日)**

※当日消印有効

### 提出先

〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24

日本年金機構 相談・サービス推進部

情報提供推進グループ「わたしと年金」担当宛

※なお、郵送のみの受付とします。

### 賞

- 厚生労働大臣賞
- 日本年金機構理事長賞
- 優秀賞
- 入選

詳しくは「令和5年度「わたしと年金」エッセイ募集」で検索

<https://www.nenkin.go.jp/info/torikumi/nenkin-essay/20230601.html>



## 国民年金保険料のスマートフォンアプリによる電子(キャッシュレス)決済

国民年金保険料は、令和5年2月20日から新たにスマートフォンアプリを利用した電子(キャッシュレス)決済ができるようになりました。スマホ決済は、対応する決済アプリをスマートフォン等の端末にインストールしたうえ、端末のカメラ機能を使用し、納付書に印字されたバーコードを読み取ることで、その場で納付することができるサービスです。

### 【令和5年2月20日のサービス開始時点における対象決済アプリ】

- auPAY ● d払い ● PayPay ● PayB (PayBと提携している各金融機関が提供する決済アプリを含む。)\*

※ PayB での決済連携対応金融機関およびクレジットカードの詳細は、PayB のアプリ上の情報をご覧ください。PayB ホームページ (<https://payb.jp/finance/>) をご覧ください。

※各決済アプリの操作方法等については、ご利用の決済事業者にお問い合わせください。

詳しくは「国民年金保険料のスマートフォンアプリによる電子決済」で検索

<https://www.nenkin.go.jp/oshirase/taisetu/2023/202302/0220.html>



◆ このページの記事の内容に関するお問い合わせは、管轄の年金事務所まで ◆

高知西年金事務所

TEL 088-875-1717

高知東年金事務所

TEL 088-831-4430

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

### 協会けんぽ高知支部 移転のお知らせ

当支部は、高知市本町4-2-40において業務を行っておりましたが、2023年7月18日に下記の場所へ移転いたしました。なお、電話番号およびFAX番号は、変更ありません。

**移転先**

〒780-8501

高知市本町4-1-24 高知電気ビル新館2階

#### よくあるご質問

**Q1**

今回の支部移転で、何か手続きは必要ですか？

**A1**

いいえ。加入者および事業主の皆さまにお願いする手続きはございません。

**Q2**

保険証に旧住所が印字されているが、使用できますか？

**A2**

保険証は引き続き使用できます。また、一括更新(差し替え)等も行いません。高齢受給者証・限度額適用認定証・特定疾病療養受療証につきましても、そのままご使用ください。

**Q3**

移転後に旧住所で郵便を送った場合どうなりますか？

**A3**

移転後1年間は新住所地へ転送されますので、ご安心ください。ただし、郵便物の到着が通常より時間を要するため、新住所宛に送付をお願いします。

**Q4**

旧住所が印刷された返信用封筒(料金受取人払い)を持っているが、移転後も使えますか？

**A4**

使用はできますが、料金受取人払いの返信用封筒は、普通郵便に比べて到着までに1日余計にかかることと、新住所への転送にさらに時間を要しますので、お急ぎの書類の場合は、別封筒をご用意いただき、切手貼付の上郵送くださいますようお願いいたします。

### 協会けんぽ高知支部ホームページをご活用ください

当支部は、ホームページを通じて各種関係団体が行う研修会のご案内などの広報情報や医師による健康コラムなど、様々な情報発信を行っています。また申請書のダウンロードもできますので、ぜひご活用ください。

また、メールマガジンを毎月20日に配信しています。健康保険に関する最新情報や健康づくりに関する内容をいち早くお知らせしています。ぜひ、ご登録ください。

**支部ホームページはこちら**

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



**メールマガジンの登録はこちら**

[https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16521\\_lly\\_3/index.do](https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16521_lly_3/index.do)



全国健康保険協会 高知支部  
協会けんぽ

〒780-8501 高知市本町4-1-24 高知電気ビル新館2階  
☎088-820-6010 (代表)

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

協会けんぽ 高知

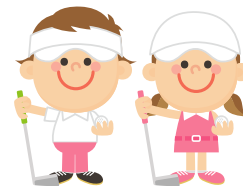
検索



# 一般財団法人 高知県社会保険協会からのお知らせ

## 健康づくりゴルフ『幡多大会』・『中央大会』のご案内

事業主・被保険者の皆様方の健康保持増進を目的として、本年度も健康づくり事業「ゴルフ大会」を次の要領で開催いたします。お早めにお申し込みください。



- **主催** 一般財団法人 高知県社会保険協会
- **参加資格** (一財)高知県社会保険協会加入事業所(会費納入済)の事業主・被保険者
- **参加料** **1人1,000円** ※プレー費及び飲食代は個人負担です。
- **競技方法** (1) 日本ゴルフ協会の競技規則及び開催ゴルフ場のローカルルールによる18ホールストロークプレイにて行う。  
(2) ダブルペリア方式にて行う。
- **表彰** 優勝～3位、飛賞及びBB賞、その他特別賞
- **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。  
※お申し込みは **FAX (088-855-6613)** でお申し込みします。
- **お申込先** 〒780-0823 高知市菜園場町1-21 四国総合ビル6階 TEL 088-855-6612  
(お問合せ先) 一般財団法人 高知県社会保険協会 FAX 088-855-6613

<b>A</b>	<b>【幡多大会】『土佐ユートピアカントリークラブ』</b> (幡多郡黒潮町浮鞭3878) <b>開催日</b> 令和5年9月16日(土) 午前9時スタート <b>申込締切日</b> 令和5年9月1日(金)まで <b>定員</b> 40名(先着順)
<b>B</b>	<b>【中央大会】『土佐カントリークラブ』</b> (香南市夜須町手結山668) <b>開催日</b> 令和5年10月19日(木) 午前8時38分スタート(桂浜・室戸コース) <b>申込締切日</b> 令和5年9月29日(金)まで <b>定員</b> 40名(先着順)

## 「健康づくりゴルフ大会」参加申込書

※参加される大会の区分に、印をしてください。

申込書は、コピーのうえご使用ください。

区 分	<input type="checkbox"/>	<b>A【幡多大会】</b>	<b>令和5年9月16日(土)</b>
	<input type="checkbox"/>	<b>B【中央大会】</b>	<b>令和5年10月19日(木)</b>
参加者氏名(フリガナ)	生年月日	オフィシャルハンディ	直近の平均グロススコア
.....	T S H     .     .		
.....	T S H     .     .		
.....	T S H     .     .		
.....	T S H     .     .		
会員番号	事業所住所 〒 -		事業所電話番号 ( )
	事業所名称		申込責任者氏名

上記のとおり申し込みします。

令和 年 月 日

※この申込書にご記入いただきました個人情報、本事業の運営及び案内以外には使用いたしません。

# 健康づくり『土佐湾(桂浜沖)魚釣り大会』のご案内

**締切**  
**9月22日**

事業主・被保険者の皆様方の健康保持増進を目的として、本年度も健康づくり事業「魚釣り大会」を次の要領で実施いたします。お早めにお申し込みください。

- **主催** 一般財団法人 高知県社会保険協会
- **参加資格** (一財)高知県社会保険協会加入事業所(会費納入済)の事業主・被保険者
- **開催日時** **令和5年10月15日(日) 午前6時から午後3時まで**
- **実施場所** 桂浜沖(船釣り)
- **集合場所** 高知県漁協横浜水産施設 前(高知市横浜1814-1)
- **募集人員** **16名様(先着順)(ただし、1事業所4名様まで)**
- **個人負担** **1人3,000円** (当日、受付と同時に支払ってください)
- **主催者側で準備するもの**
  - ・船 ・餌(1人あたり4kg) ・氷(1人あたり8kg)
- **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。  
**※お申し込みは FAX (088-855-6613) でお申し込みます。**
- **お申込先** 〒780-0823 高知市菜園場町1番21号 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  
 電話 088-855-6612 FAX 088-855-6613
- **申込締切日** **令和5年9月22日(金)まで**



(注) 当日、悪天候(海上の状況)により、中止することがございます。  
 なお、雨天であっても海上が穏やかな場合は、実施いたします。

## 健康づくり桂浜沖「魚釣り大会」申込書

申込書は、コピーのうえご使用ください。

参加者氏名(フリガナ)	生年月日	住 所	電話番号
.....	T S H .	〒 -	( ) -
.....	T S H .	〒 -	( ) -
.....	T S H .	〒 -	( ) -
.....	T S H .	〒 -	( ) -
<b>会員番号</b>	No.	申込責任者の氏名	申込責任者の連絡先(電話番号)
	〒 -		( ) -
<b>事業所住所</b>		事業所 電話番号	( ) -
<b>事業所名称</b>		事業所 FAX 番号	( ) -

上記のとおり申し込みします。

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営及び案内以外には使用いたしません。

令和 年 月 日

# 一般財団法人 高知県社会保険協会からのお知らせ

## 社会保険制度『事務講習会』開催のご案内

社会保険加入事業所の事務担当者の方を対象に、社会保険制度事務講習会を開催しますのでご案内いたします。

● **開催会場・日程** ※時間…各会場共通 13:30~16:00(受付13:00~)

開催日	会場	住所	定員	申込締切日
令和5年9月13日(水)	中村地区建設協同組合	四万十市右山元町3丁目3-26	20名	9月1日
令和5年9月27日(水)	安芸市民会館	安芸市矢ノ丸3-12	20名	9月15日
令和5年10月23日(月)	ちより街テラス 3F (ちよテラ ホール)	高知市知寄町2丁目1-37	80名	10月13日
令和5年10月27日(金)	ちより街テラス 3F (ちよテラ ホール)	高知市知寄町2丁目1-37	80名	10月17日

※ご来場の際は、駐車場に限りがございますのでお車の乗り合わせ或いは公共交通機関のご利用にご協力をお願いします。

● **定員** 上記一覧表の定員欄のとおり

- ① お申し込みは、先着順とし定員に達し次第締切りとさせていただきます。
- ② 締切り後にお申し込みされた事業所には、お断りの連絡をさせていただきます。
- ③ 連絡がない場合は、受付完了ですので下記の**受講申込書(コピー)**を持参のうえご出席ください。
- \* 申込締切日前に定員に達した場合は、**当協会ホームページの「協会からのお知らせ」欄に申込状況を掲載いたします**ので、お申込み前に是非ともご覧ください。

● **講習内容**

- ① 年金事務所への届出について
- ② 協会けんぽへの届出(健康保険の給付と手続き)について

※ **「社会保険の事務手続」令和5年度版をご持参ください。**

● **講師** うなぎ社会保険労務士事務所  
 特定社会保険労務士 **宇那木 泰之 氏**

● **受講費用** **会員(会費納付済)事業所… 無料**  
 ※会員以外の事業所…受講料として、**3,000円**をご負担いただきます。

● **お申込先** 〒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**  
 一般財団法人 高知県社会保険協会 FAX **088-855-6613**

● **申込方法** 下記の受講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。  
 ※お申し込みは **FAX (088-855-6613)** でお願います。



申込書は、コピーのうえご使用ください。

## 社会保険制度「事務講習会」受講申込書

※ ご希望の受講希望(会場)日のNo.(1~4)を○で囲んで下さい。

No.	開催日	会場
①	令和5年9月13日(水)	中村地区建設協同組合
②	令和5年9月27日(水)	安芸市民会館
③	令和5年10月23日(月)	ちより街テラス 3F (ちよテラ ホール)
④	令和5年10月27日(金)	ちより街テラス 3F (ちよテラ ホール)

**【受講当日に、ご持参いただくもの】**

- ① 「**受講申込書**」(コピー)
- ② 「**社会保険の事務手続**」**令和5年度版**

※①「受講申込書」(コピー)を、当日の受付に提出してください。

会員番号		(フリガナ)
No.	受講者氏名	
事業所住所	〒 -	電話番号 ( ) -
事業所名称		FAX 番号 ( ) -

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営及び案内以外には使用いたしません。