

社会保険 みやぎ

SHAKAIHOKEN
MIYAGI No.759



Contents

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・6
M美さんの社会保険物語	7
平成29年度『年金シニアライフセミナー』の開催	8
第13回『社会保険ハゼ釣り大会』の開催	9
秋のハイキング	10
お手軽おつまみはいかが?	10
社会保険協会費納入の御礼	11
「会員事業所変更届」提出のお願い	11
インフォメーションパーク	12



私たちの街の
橋のある風景

3

福浦橋 ふくうらばし

別名・出会い橋とも呼ばれるのは、渡ると良縁に出会うからだとか。松島海岸の東に浮かぶ面積約6ヘクタールほどの小さな福浦島へつながる朱塗りの橋です。昭和の初めは木造でしたが、老朽化が進み架け替えられました。大小の島々を縫って行き交う遊覧船とともに、松島の風景の一部として愛されています。

DATA

建造年月日	— 1967(昭和42)年
所在地	— 松島町
湾口	— 松島湾
目的	— 観光
長さ	— 252m
幅	— 2.6m



日本年金機構 からのお知らせ

産前産後休業を取得したときの手続き

産前産後休業期間（出産日以前 42 日（多胎の場合は 98 日）、出産の翌日以降 56 日のうち、妊娠または出産を理由として労務に従事しなかった期間）について、被保険者からの申出があり、事業主が届書を提出することにより被保険者および事業主の健康保険・厚生年金保険の保険料が免除されます。

（※平成 26 年 4 月 30 日以降に産前産後休業期間が終了となる被保険者が対象となります。）

届書	「産前産後休業取得者申請書」
添付書類	不要
申請期間	産前産後休業期間中
保険料免除期間	産前産後休業開始月から終了予定日の翌日の月の前月まで （※産前産後休業終了日が月の末日の場合は産前産後休業終了月まで）
留意事項	○出産とは、妊娠 85 日（4 カ月）以後の生産（早産）、死産（流産）、人工妊娠中絶をいいます。 ○産前産後休業期間を変更したときや休業終了予定日の前日までに休業を終了したときは、「産前産後休業取得者変更（終了）届」を提出してください。 ○育児休業の保険料免除期間と産前産後休業の保険料免除期間が重複する場合は、産前産後休業期間中の保険料免除が優先されます。

産前産後休業を終了した際の標準報酬月額の変動

産前産後休業終了後、報酬に変動があった場合は、随時改定に該当しなくても、産前産後休業終了後の 3 カ月間の報酬額をもとに新しい標準報酬月額を決定し、4 カ月目から改定されます。

（平成 26 年 4 月 1 日以降に産前産後休業期間が終了となる方が対象となります。）

届書	「産前産後休業終了時報酬月額変更届」
添付書類	不要
要件	①これまでの標準報酬月額と改定後の標準報酬月額（※1）との間に 1 等級以上の差が生じること。 ②産前産後休業終了日の翌日が属する月以後 3 カ月のうち、少なくとも 1 カ月における支払基礎日数が 17 日以上あること。（※2）（※3） （※1）標準報酬額は、産前産後休業終了日の翌日が属する月以後 3 カ月分の報酬の平均額をもとに算出します。 （※2）短時間就労者（パート）に係る支払基礎日数の取扱いについては、3 カ月のいずれも 17 日未満の場合は、そのうち 15 日以上 17 日未満の月の報酬月額の平均にて算出します。 （※3）特定適用事業所及び国・地方公共団体に属する適用事業所に勤務する短時間労働者は少なくとも 1 カ月における支払基礎日数が 11 日以上であること。
留意事項	産前産後休業終了日の翌日に引き続いて育児休業を開始した場合は提出できません。

◆ 詳しくは、年金事務所・厚生年金適用担当課までお問い合わせください ◆

失業給付・
高齢雇用継続給付の
手続きをされた方へ

雇用保険の給付を受けると、年金が止まります！

退職される方	65 歳になるまでの老齢厚生年金は、ハローワークで求職の申込みをすると、 年金の全額が支給停止 されます。
厚生年金保険に加入中の方	65 歳になるまでの老齢厚生年金は、雇用保険の高年齢雇用継続給付を受けられるときは、在職による年金の支給停止だけでなく、さらに 年金の一部が支給停止 されます。

年金請求時に、雇用保険に関する届出をお願いします

- 年金請求書に「雇用保険被保険者番号」を記入してください。
- 雇用保険被保険者番号を確認できる書類（「雇用保険 被保険者証」や「雇用保険受給資格者証」等のコピー）を添付してください。



年金事務所窓口にも、「パンフレット」を用意しています。詳しくは、年金事務所へお尋ねください

算定基礎届に基づき標準報酬月額が、9月分から改定されます

算定基礎届により決定された標準報酬月額は9月1日から適用されます。

在職老齢年金の計算においても、9月分からは改定後の標準報酬月額に基づき支給停止額を算出します（改正後の年金の支払いは、10月支払期分から）。そのほか標準報酬月額は、健康保険における自己負担限度額、高齢受給者証の負担割合、健康保険の給付及び年金給付に連動します。

日本年金機構仙台広域事務センターでは、標準報酬月額の決定後、順次「健康保険・厚生年金保険 被保険者標準報酬月額決定通知書」を発送いたします。

「決定通知書」が届きましたら、ご確認のうえ、新しい標準報酬月額を従業員の皆様にお知らせください。

また、10月に支払となる給与から9月分保険料として、新しい標準報酬月額に基づき保険料控除を行ってください。9月分保険料から厚生年金保険料率の改定となります。標準報酬月額に改定がない方も変更となりますので、ご注意ください。

あなたの年金 簡単便利な ねんきんネットで!

年金手帳があれば
ご利用登録はカンタン!

ぜひ、この機会に利用登録してみませんか?

24時間いつでもどこでも、
パソコンやスマートフォンで、
最新の年金加入記録を確認できます!

【年金記録照会】で確認できること

- ◆これまでの年金加入履歴
- ◆国民年金加入記録
 - 国民年金の加入月数 ●各月の納付状況
 - 納付可能な月 など
- ◆厚生年金加入記録
 - 厚生年金の加入月数 ●資格取得・喪失年月日
 - お勤め先の名称 ●標準報酬月額・標準賞与額 など

将来受け取る年金の見込額を
さまざまな条件に応じて試算できます!

【年金見込額試算】で確認できること

- ◆現在の年金制度で60歳まで年金を納付した場合の試算ができます。
- ◆今後の職業や収入を質問に答えて試算できます。
- ◆詳細な条件をご自身で設定して試算できます。
- ◆年齢ごとの年金の見込額
- ◆年金受給開始の年齢 など

年金の支払いに関する通知書を
パソコン等からダウンロードできます!

【年金の支払いに関する通知書の確認】
で確認できること

- ◆日本年金機構から書面で送付された年金の支払いに関する通知書（年金振込通知書や源泉徴収票等）を確認およびダウンロードすることができます。

国民年金保険料の免除や納付猶予の承認を受けた期間等について、
納付可能な月数や金額を確認できます!

【追納・後納可能月数と金額の確認】
で確認できること

- ◆後から納付（追納）する場合の金額（保険料額）や納付した場合に老齢基礎年金額が増えることなどの年金見込額も確認できます。

詳しくはWEBで! http://www.nenkin.go.jp/n_net/

ねんきんネット 検索



協会けんぽ からのお知らせ

平成29年度 第1回目 ジェネリック医薬品軽減額通知を送付します

今年度もジェネリック医薬品軽減額通知（第一回目）をお送りします。この通知は、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に、お薬代の負担軽減額が一定額以上見込まれる方に、1 か月分の自己負担軽減可能額等をお知らせするものです。

通知対象者

- 主に慢性疾患（喘息、リウマチ等）などの先発医薬品を長期服用されている方
- お薬代の自己負担軽減額が一定額以上見込まれる方

※すべての加入者様に通知されるものではありません。

年度 2 回お知らせを送付します



- 1回目 平成 29 年 8 月
- 2回目 平成 30 年 2 月頃

※加入者（被保険者）の方の住所へ直接送付します。

※この通知サービスは、ジェネリック医薬品への変更を強制するものではありません。ジェネリック医薬品を知ってもらうこと、先発医薬品以外にもジェネリック医薬品という選択肢があることをお知らせする目的で送付しています。

※使用できる病気（効能）が異なるときや在庫がないなどの理由で、ジェネリック医薬品に切り替えることができない場合もあります。

これまでにお知らせをお届けした方のうち、概ね 4 人に 1 人の方がジェネリック医薬品へ切り替えを行っており、このお知らせによる軽減効果額の累計（平成 21 年度から 28 年度 1 回目まで）は **約 740 億円（単純推計）** となりました。皆さまのご協力ありがとうございます。

宮城県主催の みやぎヘルスサテライトステーションが始まりました！

買い物ついでに健康づくり♪

宮城県では、健康みやぎの実現を目指し「スマートみやぎプロジェクト」を開始しました。その一環として、普段の生活の中で健康づくりの実践ができる「みやぎヘルスサテライトステーション」がイオンモール名取店内に開設されることになりました。

ステーションでは、セルフ健康チェックコーナーを常設するほか、定期的な健康相談や健康イベント等の開催が予定されています。

協会けんぽ宮城支部でもこの事業を後援しており、健康イベント等にも出展する予定ですので、買い物ついでに気軽に立ち寄り、健康づくりをしてみてくださいはいかがでしょうか。



常設コーナー

- 冊子・パネル・DVD による健康情報の提供
- 血圧・体組成（体脂肪・筋肉量）・肌年齢の測定コーナー



定期開催コーナー

- 保健師・看護師・管理栄養士等による健康相談
- 協会けんぽでもブースを出展予定（詳細は、決まりしだい随時お知らせいたします！）

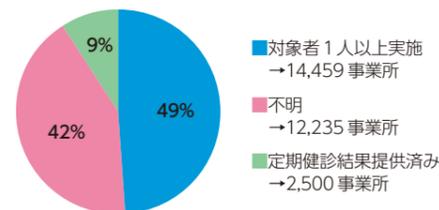


詳しい内容は、イオンモール名取の店内広告、県健康推進課のホームページに掲載しております。

とってもお得な 協会けんぽの生活習慣病予防健診をぜひご利用ください！

平成 29 年度の健診はもうお済みですか？まだの方は受診をお願いいたします！

協会けんぽ宮城支部加入事業所 健診実施状況 (H27 年度実績)



約半数の事業所様で生活習慣病予防健診をご利用いただいております。また、生活習慣病予防健診をご利用いただいていない事業所様のうち、約 2,500 事業所様からは定期健康診断の結果のご提供にご協力をいただいております。

特定健康診査・特定保健指導の実施状況は、平成 30 年度より実施の都道府県支部単位のインセンティブ項目となっており、**健診受診率の良し悪しが、後期高齢者支援金への拠出額に影響し、保険料率の増減につながります。**

健診実施率が将来の保険料率を左右するため、協会けんぽは医療保険者として、健診受診率を向上させなければなりません。

協会けんぽでは、特定健診の受診率

56.8% (平成 27 年度) → **65%** を目指しています！

生活習慣病予防健診の **お得** なポイント

- ①胃がん・肺がん・大腸がん検査を含む健診は通常 2 万円前後の費用がかかりますが、自己負担額最高 7,038 円で受診できるお得な健康診断です！
- ②労働安全衛生法の定期健診項目を含んでおり、胃がん、肺がん、大腸がん検診等の項目もセットで受診できます！
- ③健診結果からメタボリックシンドロームのリスクがあると思われる方に特定保健指導をご案内しております。協会けんぽの保健師・管理栄養士が直接皆様の職場へお伺いし、対象となられた方へ特定保健指導を実施させていただきます。（特定保健指導は無料です。）

毎年多くの方にご利用いただき、受診者は増加しています。

生活習慣病予防健診受診者数 (人)

※35 歳以上の一般健診を受診された方の人数



まだ受診されていないなら・・・

- Step1 受診希望の健診機関を決める
- Step2 受診希望の健診機関へ電話連絡し、予約をする
- Step3 協会けんぽへ「申込書」を記入し、郵送する
- Step4 当日、健診を受ける



パンフレット、申込書等は 3 月下旬に各事業所様あてに送付いたしました。

年度内お一人様 1 回に限り協会けんぽが健診費用の一部を補助します。健診をきっかけにあなたの健康を見直してみましょう！

生活習慣病予防健診を利用しない事業所様へのお願いです

協会けんぽの生活習慣病予防健診を利用せずに、労働安全衛生法に基づいて実施する定期健康診断（事業者健診）を実施している事業所様は、協会けんぽで健診結果を把握することができない為、定期健康診断の検査結果のご提供にご協力をお願いいたします。

データ提供いただく理由

- その 1 提供いただいた健診結果データから、宮城県内の健診結果の傾向値の分析を行い、生活習慣病や重症化予防対策に活用いたします。なお、**ご希望の事業所様には、事業所カルテを交付し、事業所様の健康度を把握していただけます。**
- その 2 健診結果データをご提供いただくことで、被保険者（ご本人）の特定健診の実施に代えることができます。平成 30 年度より始まるインセンティブ制度の中では、健診受診率が保険料に影響を与えるため、ご提供いただいた健診結果データは受診率に反映され、保険料率の上昇を抑えることができます。
- その 3 提供いただいたデータを基に当協会の保健師・管理栄養士による特定保健指導（生活習慣病改善サポート）を **無料** でご利用いただけます。その結果、医療費の増加を抑制することが期待され、今後の健康保険料の上昇を抑制することにもつながります。

ご協力いただける事業所様につきましては、提供方法についてご説明させていただきますので、大変お手数ですが、協会けんぽ宮城支部までご連絡をお願いいたします。

【お問い合わせ先】 協会けんぽ宮城支部 保健グループ TEL 022-714-6854

申請書様式ダウンロードの際にご注意いただきたいこと

各種申請書につきましては、皆さまのご協力により9割以上が郵送で申請されております。ご協力ありがとうございます。
 皆さまから送付される各種申請書の全体の **45%** の申請書が **誤った様式** を使用されており、そのほとんどがホームページより取得されたものとなっております。パソコン等で印刷の際に **“正しい印刷” をしていない** ため、誤った様式で提出されたものが正常にスキャンされず、給付金の迅速なお振り込みに支障が出ております。
 つきましては、ホームページから各種申請書をダウンロード、印刷される際は、ホームページ内の「申請書の印刷についてのお願い」を確認のうえ、以下の点にご留意頂きますようお願いいたします。

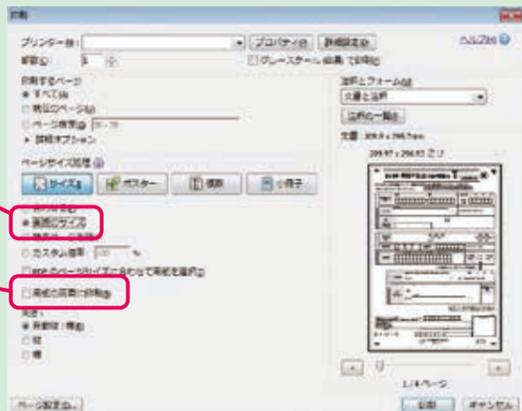
正しい印刷方法のお願い

1 “実際のサイズ” で印刷を!

印刷の際のプリンタ設定は、拡大・縮小・中央配置の設定を **“実際のサイズ”** にしてください!

2 印刷は“A4 片面” で!

ホームページに掲載している様式は全て A4 片面です。**両面印刷のチェックを外してください!**



※プリンタ設定画面は一例になります。
 ※PC、プリンタ、ソフトウェア等の状況によっては上記と異なる場合があります。

各種申請用紙はコピーせず、お手数でも申請の都度ダウンロード等でご使用ください。印刷する際は、白い用紙をご使用ください。

健康長寿のために

知っていますか? かかりつけ薬剤師 ～かかりつけ薬剤師の活用法～



皆さんは「かかりつけ薬剤師」をご存じですか? この制度は昨年の4月から開始された新しい制度です。実は「かかりつけ薬剤師」は、認定を受けるためにいくつかの要件を満たさなければなりません。患者さんに求められても、薬剤師なら誰でもなれるわけではないのです。まず保険薬剤師として3年以上の実務経験、所属する薬局に6か月以上継続して在籍し、週に32時間以上の勤務実績が求められます。更に薬剤師認定制度認証機構が定める研修認定の取得や、所属する薬局業務以外で様々な地域活動への参画を果たすことが義務付けられています。

では、具体的に「かかりつけ薬剤師」はどんなことをしてくれるのでしょうか。

「かかりつけ薬剤師」は、担当した患者さんにおいて、利用する全ての医療機関の情報を収集します。自分で調剤した処方薬はもちろん、健康食品、サプリメントなどの情報、もしも他の薬局でもらったお薬があれば、その情報も合わせて

把握し、そのつど記録していきます。また、患者さんがお薬について24時間相談出来る体制(他の薬剤師が対応する場合もあり)を作り、お薬を服用している間、担当患者さんの状況を把握し必要があれば主治医へ連絡、提案などをさせて頂きます。また、ついつい飲み残して手元に貯まってしまった大切なお薬が無駄にならないように調整したり、なぜ飲み残しが起こるのか原因を患者さんと一緒に考え、処方元の先生に解決策を提案したりします。

かかりつけ薬剤師を上手に活用できれば、患者さんのお薬に関わる心配ごとが解消されるとともに、国全体の医療費の効率的な活用につながるはずです。

「かかりつけ薬剤師」を希望する方は、是非ご自分が通われている薬局の薬剤師にご相談ください。

ぜひ、「かかりつけ薬剤師」を上手に活用しましょう。

一般社団法人 宮城県薬剤師会 広報委員会委員 鈴木理加

全国健康保険協会 宮城支部
 協会けんぽ

〒980-8561 仙台市青葉区国分町3-6-1
 仙台パークビル8F

☎ 022-714-6850
 FAX 022-714-6857

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/miyagi>

協会けんぽ宮城

検索

M美
 さんの

社会保険物語

入院時食事療養費について
 第94話

1 M美さん、私の友人が入院することになってね。そうなんです、限度額認定証を使えば自己負担限度額で済みますね。

2 うん、それは教えたんだけど食事代って自己負担限度額に含まれないよね?

3 そうですね、入院した時は医療費の自己負担とは別に入院時食事療養費を自己負担するんですよ。

4 友人は非課税、みたいたんだけど、金額は変わるのかな? 一般所得者であれば1食につき360円ですね。

5 住民税非課税であれば1食につき210円ですね。過去2年間に91日以上入院期間があれば1食につき160円になりますよ。

6 早く良くなると良いですね。そこまで長く入院はしないと思うけど教えておくれ。

協会けんぽからのお知らせ

〈入院時食事療養費について〉

入院時の食事代について、入院と在宅療養の負担の公平等を図る観点から、在宅療養でも負担する費用として、食材費相当額に加え、調理費相当額の負担が加わります。一般および現役並み所得者(夫婦2人世帯で年収520万円以上)は負担額(1食)360円、低所得Ⅱ(住民税非課税)は210円、(過去12か月の入院日数が91日以上160円)、低所得Ⅰ(住民税非課税で一定所得以下)は100円になります。

なお平成30年4月から一般所得者は1食につき460円になります。

問い合わせ先

全国健康保険協会宮城支部
 〒980-8561
 仙台市青葉区国分町3-6-1
 仙台パークビル8F
 TEL 022-714-6850
 ホームページは「協会けんぽ」で検索してください。

協会けんぽ

検索

平成 29 年度『年金シニアライフセミナー』の開催

開催日

- 平成 29 年 10 月 10 日(火) ……仙台市
 - 平成 29 年 10 月 25 日(水) ……仙台市
 - 平成 29 年 10 月 17 日(火) ……大河原町
 - 平成 29 年 10 月 19 日(木) ……大崎市
- いずれも午後 1 時半から 午後 4 時 45 分まで (予定)

開催場所

- 10月10日(火)・10月25日(水)
ホテル白萩 3階「萩」
仙台市青葉区錦町2-2-19 TEL022-265-3411
- 10月17日(火)
大河原町駅前コミュニティセンター (オーガ)
「イベントホール」
大河原町大谷字町向126-4 TEL0224-52-1110
- 10月19日(木)
グランド平成 3階「富士」
大崎市古川駅前大通5-3-2 TEL0229-23-6363

開催内容

1. 退職後の高齢年金及び在職高齢年金について (70分)
講 師「日本年金機構 年金事務所職員」
2. 退職後の健康保険について (20分)
講 師「協会けんぽ 宮城支部職員」
3. 退職後の雇用保険について (10分)
講 師「社会保険労務士」

4. 「ライフプランと生きがい」(75分)
講 師「活性化セミナー研究所」

参加資格

- ・各事業所の退職予定者及び50歳以上の被保険者とその配偶者
- ・年金委員、健康保険委員、人事厚生担当者、年金受給者等
- ・その他

参加料

無 料 (いずれもテキストは無償配付いたします。)

定 員

仙台会場は 各 70 名
大崎、大河原会場は 各 50 名
※申込先着順 定員になり次第締め切りとします。

申込締切期限

定員に達する以外にそれぞれの開催日10日前に受付を締め切ります。
[開催日10日前程度に参加者あてご案内を送付します。]

申込方法

下の「参加申込書」にご記入のうえ、FAX でお申し込みください。
(「参加申込書」は宮城県社会保険協会のホームページから印刷もできます。)

お申し込み・お問い合わせ

一般財団法人 宮城県社会保険協会
〒980-0802 仙台市青葉区二日町10-20 アルコイリス二日町
TEL 022-266-0411 FAX 022-266-0471

申込書はホームページでも
ご覧になれます

宮城県社会保険協会 検索

トイレ付きの
中～大型船ですので
女性も安心して
楽しめます。

第 13 回『社会保険ハゼ釣り大会』の開催

開催日時

平成 29 年 10 月 9 日(月・祝) 及び 10 月 15 日(日) の 2 日間
●受付 AM 6:50~
●出船 AM 7:30 着船 AM 12:00

開催場所

松島湾内

集合場所

塩竈市杉ノ入裏 53-8「釣り具 晃進丸」
みずがみ漁港(釜の淵港)

参加資格

一般財団法人宮城県社会保険協会の会費納付会員事業所に勤務している方およびその家族(中学生以上に限る)
(1グループ5名まで)
※会員事業所の方々のための釣り大会です。会員事業所以外の方は申し込みません。

参加料

1 名 ¥1,000

各自準備物

釣り竿等釣り道具一式 (参考:針(10~12号)、重り(10~15号))
エサは一人1パック(500円分)を社会保険協会でご準備します。
救命胴衣をお持ちの方は持参ください。
食べ物、飲み物、雨具、ビニール袋等

定 員

両日とも 50 名 (合計 100 名)
9 月 1 日(金) 到着分でご申し込みを締め切ります。
応募者多数の場合は抽選とし、当選者には当選通知などを送付します。

申込方法

下の「参加申込書」にご記入のうえ、FAX でお申し込みください。
(「参加申込書」は宮城県社会保険協会のホームページから印刷もできます。)
※申込書下欄の注意事項をよくお読みください。

お申し込み・お問い合わせ

一般財団法人 宮城県社会保険協会
〒980-0802 仙台市青葉区二日町10-20 アルコイリス二日町
TEL 022-266-0411 FAX 022-266-0471

申込書はホームページでも
ご覧になれます

宮城県社会保険協会 検索

第 13 回 社会保険ハゼ釣り大会参加申込書

一般財団法人 宮城県社会保険協会会長 あて **[FAX 022-266-0471]**

参加申込
代表者名 _____ 携 帯 () _____
〒 _____ (※中止等緊急連絡をする場合に必要ですのでご記入願います。)

住 所 _____
(参加案内等を送付するための住所をご記入願います。)

TEL () _____
事業所名 _____ FAX () _____

参加希望日 (希望する日に○をつけてください)
① 10 月 9 日(月・祝) ② 10 月 15 日(日)

事業所記号 (記載例:「仙北いろは」または「43イロハ」等) ※事業所名	参加者氏名	年 齢	性 別
			男・女

※会員事業所以外の方は申し込みません。 ※後期高齢者の方は必ず事業所名を記入してください。
※複数の会社の人達がグループで申し込み場合は「申込者それぞれの事業所名」を記入してください。(記入スペースが不足する場合は別紙等に記入してください。)
※この申込書に記入いただきました個人情報は厳正に管理しますとともに、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

平成 29 年度 年金シニアライフセミナー参加申込書

一般財団法人 宮城県社会保険協会会長 あて **[FAX 022-266-0471]**

事業所記号

(記載例:「仙北いろは」 または 「43イロハ」 等)

TEL () _____

事業所名

FAX () _____

参加者氏名	性別	年齢	[参加希望日] 該当に○を	開催案内送付用住所 (受付後、開催のご案内を送付いたします。)	該当に○を
	男・女		・29.10.10(仙台) ・29.10.25(仙台) ・29.10.17(大河原) ・29.10.19(大崎)	〒 _____	1. 年金委員 2. 被保険者 3. 配偶者 4. 上記以外
	男・女		・29.10.10(仙台) ・29.10.25(仙台) ・29.10.17(大河原) ・29.10.19(大崎)	〒 _____	1. 年金委員 2. 被保険者 3. 配偶者 4. 上記以外
	男・女		・29.10.10(仙台) ・29.10.25(仙台) ・29.10.17(大河原) ・29.10.19(大崎)	〒 _____	1. 年金委員 2. 被保険者 3. 配偶者 4. 上記以外

※この申込書に記入いただきました個人情報は厳正に管理しますとともに、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

秋のハイキング

申込方法

「宮交観光サービス」(下記電話番号)へ直接お申込みください。
☎022-298-7762 お申込み時に地区名をお知らせください。
後日、振込用紙が送付されますので、参加料を金融機関にてお振込みください。
※振込手数料は参加者負担となります。

古川地区

秋田ふるさと村体験と田沢湖高原温泉入浴ツアー

と き 平成 29 年 10 月 15 日(日)
集合場所 古川駅、くりこま高原駅
集合時間 古川駅……午前 6 時 50 分
くりこま高原駅……午前 7 時 30 分
参加料 大人…3,500 円 小学生以下…2,500 円
募集人員 45 名(1 グループ 4 名まで)
携行品 雨具、入浴用タオル等
(田沢湖高原温泉・プラザホテル山麓荘)

気仙沼地区

感覚ミュージアム見学と鳴子温泉入浴ツアー

と き 平成 29 年 10 月 8 日(日)
集合場所 気仙沼エースポート前
集合時間 午前 7 時 50 分
参加料 大人…3,500 円 小学生以下…2,500 円
募集人員 45 名(1 グループ 4 名まで)
携行品 雨具、入浴用タオル等
(鳴子温泉・鳴子湯乃里 幸雲閣)

仙台東・仙台南・仙台北 3 地区合同

アクアマリンふくしま見学といわき湯本温泉入浴ツアー

と き 平成 29 年 10 月 1 日(日)
集合場所 仙台駅東口
集合時間 午前 6 時 50 分
参加料 大人…3,500 円 小学生以下…2,500 円
募集人員 90 名(1 グループ 4 名まで)
携行品 雨具、入浴用タオル等
(いわき湯本温泉・吹の湯旅館)

石巻地区

霞ヶ城公園菊人形まつり見学と岳温泉入浴ツアー

と き 平成 29 年 10 月 29 日(日)
集合場所 石巻駅
集合時間 午前 7 時 50 分
参加料 大人…3,500 円 小学生以下…2,500 円
募集人員 45 名(1 グループ 4 名まで)
携行品 雨具、入浴用タオル等
(岳温泉・陽日の郷 あづま館)

大河原地区

うみの杜水族館見学と松島大観荘入浴ツアー

と き 平成 29 年 10 月 8 日(日)
集合場所 大河原駅
集合時間 午前 8 時 50 分
参加料 大人…3,500 円 小学生以下…2,500 円
募集人員 45 名(1 グループ 4 名まで)
携行品 雨具、入浴用タオル等
(ホテル松島大観荘)

社会保険協会費納入の御礼

平成 29 年度の協会費を納入いただきまして、ありがとうございました。

「平成 29 年度社会保険協会費ご協力のおかげ」につきまして、ご理解とご協力を賜り、早速納入いただきまして、誠にありがとうございました。

当協会では、会員の皆様のご協力のもと、健康保険・年金制度の普及・広報事業や健康と福利増進のための事業に今後とも取り組んでまいります。



まだ、納入がお済みでない場合は、事業を円滑に運営していくためにも早期の納入に、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

なお、会費納入に当たっての「払込取扱票」が、紛失等によりお手元がない場合には、当協会(022-266-0411)までご連絡くださいますようお願いいたします。

「会員事業所変更届」提出のお願い

事業所名称や住所、または事業所記号などが変更となった場合は、年金事務所に手続きをしていただくとともに、**お手数ですが当協会にもご連絡くださいますようお願いいたします。**

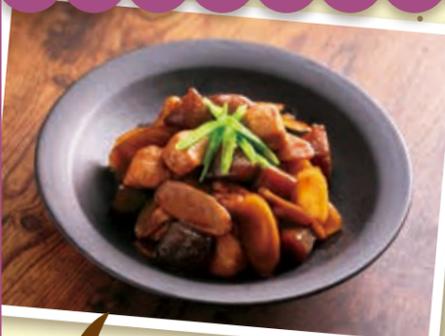
(※申し訳ございませんが、年金機構へ変更のお届けをされても、年金機構における情報保護のため当協会に自動的に情報提供されることになっておりませんのでお願いいたします。)

住所・名称等に変更があった場合に提出をお願いしております「会員事業所変更届」用紙につきましては、年度当初に送付させていただきました「社会保険協会費ご協力のおかげ」に同封しておりますが、お手元がない場合、下記の様式にご記入のうえ FAX による提出もお受けいたしますので、変更があった場合にはご連絡をお願いいたします。

会員事業所変更届

変更前 (下欄全項目記入願います。)			変更後 (変更事項のみ記入願います。)		
事業所記号	番号	被保険者数	事業所記号	番号	被保険者数
		人			人
フリガナ					
事業所名					
所在地	〒	-	〒	-	
電話番号	-	-	-	-	

お手軽おつまみはいかが？



じっくりしみ込んだ甘い味付けに、箸がすすみますよ！
おつまみはもちろん、お弁当にもピッタリ！

- 1 ごぼうは厚さ2mmの斜め切りにし、酢水にさらす。
- 2 鶏肉は一口大に切り、酒大さじ1/2(分量外)をふっておく。
- 3 こんにゃくはスプーンで小さめの一口大にちぎり、下ゆでをする。
- 4 鍋に油を熱し、鶏肉を炒める。鶏肉の色が変わったら、こんにゃくと水切りしたごぼうを加え、さらに炒める。
- 5 鍋に入れて、味をしみ込ませるようによく炒める。
- 6 だし汁を加えて煮立て、アクを取り除く。醤油を加え、落とし蓋をして弱火で15分ほど煮る。
- 7 ごぼうに味がしみ込んだら蓋をとり、火を強めて煮汁が少なくなるまで煮詰める。
- 8 器に盛り付けていんげんを散らして完成！

鶏ごぼうこんにゃく

材料	分量
ごぼう	1本(150g)
鶏もも肉	1枚(250g)
こんにゃく	約1/2枚(150g)
★砂糖	大さじ2
★酒	大さじ1
★みりん	大さじ2
だし汁	100cc
醤油	大さじ3.5
油	適量
いんげん(千切り)	あれば適量

電話による年金相談は以下の相談先へ

年金事務所の電話は大変混み合っております

ねんきんダイヤル

0570-05-1165 (ナビダイヤル)

※050(一部)の電話からおかけになる場合は03-6700-1165

受付時間 ●月～金曜日 8:30～17:15 ただし月曜日(休日明けの初日)は19:00まで受付時間を延長
●第2土曜日 9:30～16:00

(なお、祝日はご利用いただけません。)

※お電話いただく際には、基礎年金番号又は年金証書番号をお知らせください。

ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル

0570-058-555 (ナビダイヤル)

※050(一部)の電話からおかけになる場合は03-6700-1144

受付時間 ●月～金曜日 9:00～19:00 ●第2土曜日 9:00～17:00

(なお、祝日はご利用いただけません。)

※このダイヤルでは「ねんきん特別便」「厚生年金加入記録のお知らせ」に関するお問い合わせについてもお受けいたします。

ご利用にあたってご留意いただきたいこと

- ・ナビダイヤルは、一般固定電話以外(携帯電話等)からおかけになる場合は、通常の通話料金ががかかります。
- ・「03-6700-1165」「03-6700-1144」の電話番号からおかけになる場合は、通常の通話料金ががかかります。



年金相談の受付時間と週末相談(予定)

9月							10月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	1	2	3	4	5	6	7
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31				

◆受付時間

平日(月～金)
午前8時30分～午後5時15分

◆年金相談の「時間延長」と「週末相談」

- 時間延長(週の初日)
午後5時15分～午後7時
- 週末相談(第2土曜日)
午前9時30分～午後4時

変更されている場合もありますので、ホームページなどでご確認のうえご利用ください。



街角の年金相談センター仙台

厚生年金保険・国民年金の受給に関するご相談、手続きは年金事務所のほか、年金相談センターでも行うことができます。

◎電話によるご相談は「ねんきんダイヤル」にお問い合わせください

- 月～金曜日 8:30～17:15
ただし月曜日(休日明けの初日)は19:00まで受付時間を延長
- 第2土曜日 9:30～16:00
(なお、祝日はご利用いただけません。)

右記カレンダーもご覧ください

街角の年金相談センター仙台

〒980-0803
仙台市青葉区国分町3-6-1 仙台パークビル2階
☎022(262)5527
※全国社会保険労務士会連合会が受託運営しています



9月・10月の出張相談所開設のご案内

1. 常設

会場	開設日	開設時間	予約受付先
気仙沼出張相談所 (NTT気仙沼ビル1F)	土日および祝日以外の平日	8:30～17:15 (予約できます)	石巻年金事務所 0225-22-5118

2. 臨時開設

会場	開設日	開設時間	予約受付先
南三陸町役場 (予約制)	平成29年 9月13日(水)	10:00～12:00 13:00～15:30	石巻年金事務所 0225-22-5118
登米市南方総合支所 (予約制)	平成29年 9月28日(木)	9:30～12:00	古川年金事務所 0229-23-1204
	平成29年10月26日(木)	13:00～15:30	

- ・予約制を実施している会場については、お電話で事前に相談日をご予約ください。
- ・ご予約は、相談日の1カ月前から受付いたします。
- ※相談にお越しの際には、年金証書、振込通知書、年金手帳や被保険者証といった、本人であることを確認できるものを必ずお持ちください。
- ※本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状とお越しになる方の本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)及び印鑑が必要となります。

年金相談は予約制に移行していきます

年金事務所では年金相談の予約制を実施しております。10月からは予約枠を拡大しますので、どんどんお申し込みください。

代理の方がお越しになる場合は、委任状と代理の方のご本人確認ができるものが必要となります。※年金相談においては、法人を代理人にすることはできません。

年金事務所	予約申込み電話番号
仙台東年金事務所	022-257-6116
仙台南年金事務所	022-246-5115
仙台北年金事務所	022-224-0895
石巻年金事務所	0225-22-5118
古川年金事務所	0229-23-1204
大河原年金事務所	0224-51-3115

