

社会保険

みやぎ

2016.12 December - 2017.1 January

新年のごあいさつ	2・3
日本年金機構からのお知らせ	4・5
協会けんぽからのお知らせ	6・7
平成28年度年金委員・健康保険委員表彰式が開催されました	8
M美さんの社会保険物語	9
各種協会事業が開催されました	10
宮城の旬食べませんか?	10
福利厚生事業が増えました!!	11
「職場の健康づくり」を応援します!	11
インフォメーションパーク	12
第27回社会保険ファミリースキースクール	13・14
施設割引利用券	15・16



鳴子漆器

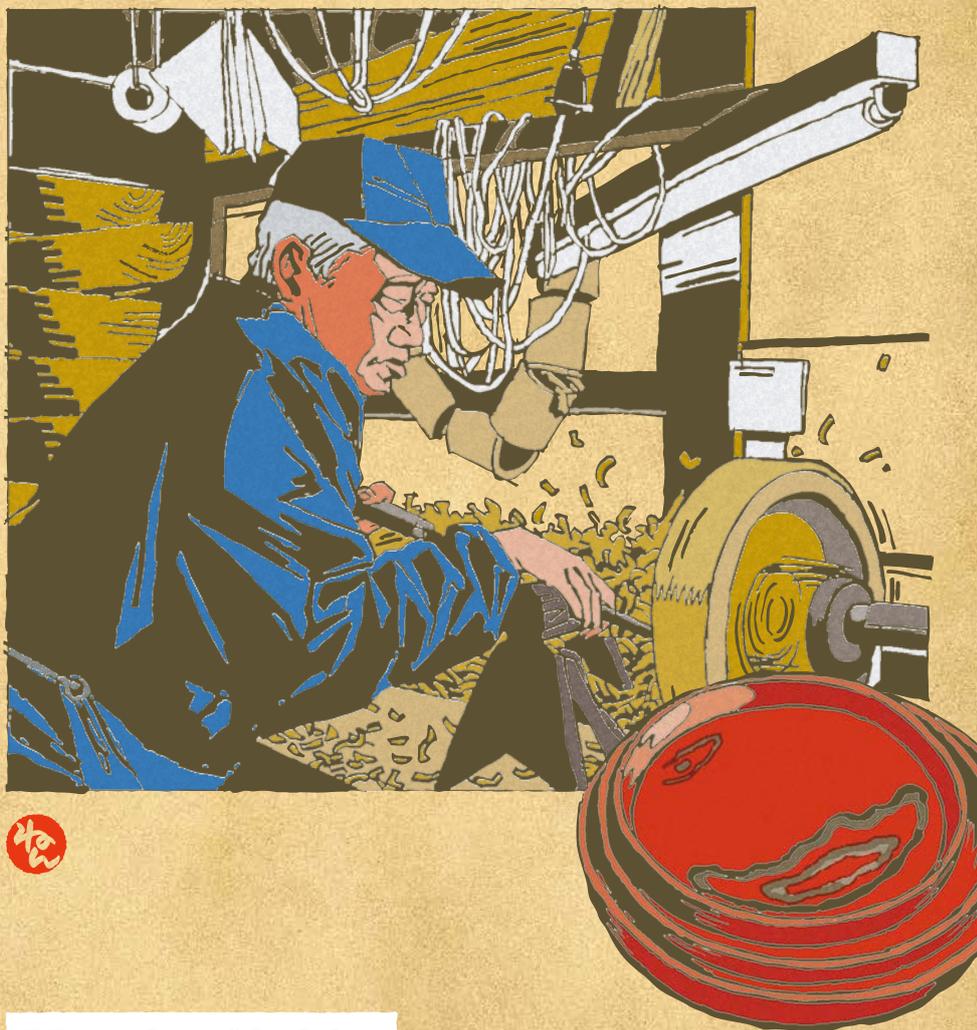
なるこしっき

大崎市

伝統工芸品でありながら実用的で丈夫、日用品としても長く愛用できる鳴子漆器。木地師と塗師(ぬし)3人の工芸士の方が支えています。木の特徴を見極め適材適所に用いることのできるその技術と眼力は「この道50年以上」という年月の長さを聞けばうなずけるといふもの。鳴子漆器に使われることの多いトチは木目が美しく、適度に柔らかいので挽きやすく漆の定着も良いとか。サクラは女性に人気、クワには血圧を下げる効果があると言われるのでお年寄りが使いう物を作るといいなど、興味深いお話も伺えます。

大小さまざまなものを挽く中でも、お客さんに喜んでいただけただけなのは直径約63cmのそば練り鉢とその台。市販のものの中にはなかったのでしょうか、「こんなに大きくて立派な鉢はどこを探してもなかった」といふことです。

鳴子でよくとれたケヤキの木目を生かすために作られたのが漆器で、その美しい木目をさらに生かすために「木地呂塗(きじろぬり)」が生まれたそうです。「鳴子漆器といたら木地呂塗」。塗師の方は誇りを込めてそう言われました。



Naruko Shikki



ヒノキの曲物

木地師のご先祖にあたる人が作ったという明治時代の貴重品。今でもお手本のように。



漆黒に映える彩色

鮮やかな緑取りと漆黒とのコントラストが絶妙な美しさ。塗師の方のオリジナル。



マトリョーシカの元?

いかめしいのにユーモラスな顔つきのだるま。昔からあったものを復刻したのだそう。



通称「たけのこ重」

使ったあとはひとまとめにできる入れ子式お重。緻密な丸い形は技術の高さを物語る。

謹賀新年



一般財団法人 宮城県社会保険協会
会長 鈴木彦太
(ヤマカノ醸造株式会社 会長)

新年明けましておめでとうございます。

会員事業主、被保険者並びにご家族の皆様には、ご健勝にて新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は、本会の事業運営に係る皆様のご理解とご協力を賜り、衷心より厚く御礼申し上げます。

昨年は4月の熊本地震や11月には津波警報で3.11を思い出させた福島沖地震、また例のない動きの台風等による災害など、自然の猛威を見せつけられた年でもありました。被災された皆様にご心よりお見舞い申し上げます。

新しい年におきましては平穏な年となりますよう心より願います。

さて、昨年、厚生労働省が公表した平成26年度国民医療費報告では、国民医療費総額が40兆円の台を超え、40兆8071億円と過去最高を更新し、GDP比8.33%国民所得比では11.20%と膨大なものとなっており、一方で公的年金制度全体の平成26年度給付総額は50兆5746億円とこちらも膨大な金額となっております。

このように我が国の社会保険制度は国民生活に欠かせない制度となっておりますが、少子高齢社会・人口減少社会が進行するなかで、難しい問題が山積しておりますが、今後とも、国民が安心して生活できる社会保障制度が望まれるところです。

こうした中で、当協会といたしましては、健康保険・厚生年金保険に加入しておられる会員事業所の従業員とご家族の方々の健康と福利の増進のため、保健師・管理栄養士・運動指導士による職場の健康づくり支援や健康相談の実施、その他健康づくり事業を引き続き積極的に推進してまいります。

また、日本年金機構県内6年金事務所ならびに全国健康保険協会宮城支部の協力のもと、広報紙「社会保険みやぎ」を作成・発行し、事業所の皆様にタイムリーな情報提供を図っていくほか、講習会の開催等を通じて、制度の周知に取り組んでまいりますので、本年も、引き続き皆様のご協力とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

新年にあたり、皆様方の益々のご健勝とご多幸をお祈り申し上げまして、ご挨拶いたします。

- 副会長 阿部善久 (株阿部善商店代表取締役社長)
- 副会長 三浦政彦 (北日本電線株式会社代表取締役社長)
- 副会長 金田巖 (石巻赤十字病院院長)
- 副会長 木戸和夫 (木戸建設株式会社代表取締役)
- 副会長 齋藤昭 (齋藤建設株式会社代表取締役社長)
- 専務理事 馬場義晴



日本年金機構宮城県代表年金事務所
仙台北年金事務所長 三浦正実

新春を迎え、謹んでご挨拶申し上げます。

事業主並びに被保険者の皆様におかれましては、お健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、昨年中は公的年金事業の円滑な運営に対し格別なご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

日本年金機構といたしまして、一昨年に発生した「不正アクセスによる情報流出事案」を踏まえ、再発防止の徹底を図ることはもとより、情報セキュリティに係る組織面、技術面、業務運営面を全般的に見直し、情報セキュリティの脅威に対して強固な情報システムを構築するとともに、お客様の重要な年金個人情報の保護を確実に行うこととしております。皆様方におかれましてはご理解を賜りますようお願い申し上げます。

さて、当機構は基幹業務である適用、徴収、給付、記録管理、相談の業務を正確、確実かつ迅速に行うことが求められております。特に、「国民年金保険料の納付率向上」と「厚生年金保険等の加入促進」につきましては、昨年引き続き最重点課題として取組強化を図ることとしております。

加えまして、本年は老齢年金の受給資格期間の短縮に関する法律改正が予定されております。各種研修会等で改正内容の周知に努めるとともに、年金相談体制と事務処理体制を確立し、円滑な施行に万全を期してまいります。

宮城県内の年金事務所と仙台広域事務センターが連携して業務に取り組み、業務品質の向上、サービスの充実を目指すこととしておりますので、これまで以上のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

年頭にあたり、宮城県社会保険協会の益々のご発展と、会員の皆様のご多幸を心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

日本年金機構	仙台東年金事務所長	佐藤 康雅	石巻年金事務所長	兼松 孝之
	仙台南年金事務所長	大川 義男	古川年金事務所長	藤井 龍博
	大河原年金事務所長	青木 達夫	仙台広域事務センター長	星 善作



全国健康保険協会宮城支部
支部長 高橋祥允

新年明けましておめでとうございます。

皆様方におかれましては希望に満ちた年を迎えられたこととお慶び申し上げます。協会けんぽは平成20年10月に国から政府管掌保険業務を引き継ぎ、健康保険事業を運営する医療保険者として9年度目の年を迎えることができました。

これも一重に、加入者並びに事業主の皆様の日頃からのご理解とご協力の賜物と厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、保険者機能の強化・発揮をより一層進め、更なるステージへの飛躍とするため、

- ・保険者機能強化アクションプランの本格実施
- ・データヘルス計画に基づく保健事業の展開
- ・平成30年度に向けた次期医療計画等への意見発信
- ・協会けんぽの業務の標準化・効率化・簡素化

等に取り組んで来ました。

また、ここ数年、日本では社員の健康を大切にすることで企業の収益性を高める「健康経営」という考え方が注目を集めており、協会けんぽ宮城支部では「健康経営」に取り組む事業所様を応援するために「職場健康づくり宣言」制度を新設し、昨年9月より開始いたしました。本年は、この新たな取り組みをより多くの事業所様へ広めていきたいと考えておりますので、是非ご参加していただきたいと思っております。

平成29年度の協会けんぽ宮城支部の事業につきましては引き続き、保険者機能強化のために「医療等の質や効率性の向上」「加入者の健康度を高めること」「医療費等の適正化」の向上を目指し具体的な施策を実行してまいりますと考えておりますので、昨年同様、事業主、加入者の皆様のご支援ご協力のほどを重ねてお願い申し上げますとともに、皆様にとりまして本年が明るく輝かしい一年になることをご祈念申し上げ、新年のご挨拶いたします。

日本年金機構 からのお知らせ

賞与支払届は忘れずにご提出ください

「賞与」も保険料や年金給付の対象となります。

被保険者に賞与の支払いを行ったときは、「被保険者賞与支払届」と「被保険者賞与支払届総括表」の提出が必要です。

賞与支払届等の用紙は、年金事務所に賞与支払予定月をあらかじめ登録されている事業所へは、支払月の前月に送付されます。

賞与支払予定月が登録されていない事業所には、用紙は送付されませんので、管轄の年金事務所へお申し出いただければ用紙を送付させていただきます。

なお、賞与支払予定月を登録しているが、賞与の支払いがなかったときは、「被保険者賞与支払届総括表」の「不支給:1」に○印をつけたうえで総括表のみを提出されるようお願いいたします。



標準賞与額とは

被保険者の賞与の支払額から1,000円未満の端数を切り捨てた額のことです。賞与の保険料額は、標準賞与額にもとづき決められます。

標準賞与額の上限

健康保険 → 年間
(保険者単位で毎年4月1日から翌年3月31日までの累計額)で**540万円**です。

厚生年金保険 → 支給1回
(同じ月に2回以上支給されたときは合算)につき**150万円**です。

保険料額は、標準賞与額に、支給された月における健康保険料率・介護保険料率、厚生年金保険料率を乗じて算出し、事業主と被保険者が折半して負担します。

「賞与支払届」の提出はオンライン申請(電子申請)で!

インターネットを使って健康保険・厚生年金保険適用関係の手続きができるのをご存知ですか。

年金事務所の窓口に行かなくても、e-Gov:電子政府の総合窓口(<http://www.e-gov.go.jp/>)から、24時間いつでも申請・届出できます。この機会に、オンライン申請の利用をご検討ください。

特に次のような場合は、すでにオンライン申請できる環境が整っている可能性があります。

- CDやDVDを利用して届出している場合 → 作成したデータが利用できます。
- 税金関係の手続きをオンライン申請している場合 → お持ちの電子証明書*が利用できます。

*利用可能な電子証明書は日本年金機構ホームページでご確認ください。 [年金](#) [電子申請](#) [検索](#)

オンライン申請利用マニュアル・照会窓口のご紹介

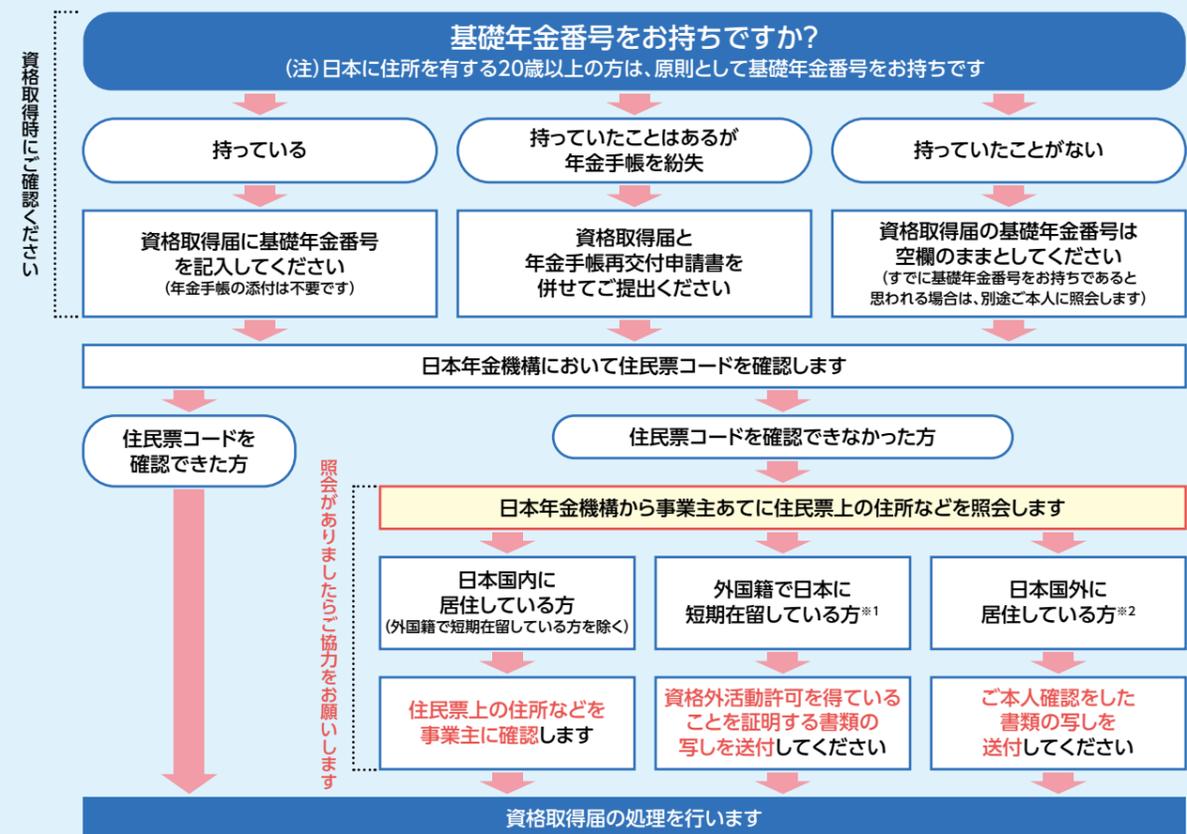
- ◆ オンライン申請利用マニュアル一覧(<http://www.mhlw.go.jp/sinsei/tetuzuki/e-gov/>)
- ◆ e-Gov電子申請講習会資料(<http://www.e-gov.go.jp/help/shinsei/seminar.html>)
- ◆ 「ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル」0570-058-555
 - ・ナビダイヤル「2」を押してください。
 - ・050から始まる電話でおかけになる場合は「03-6700-1144」にお電話ください。

資格取得時の本人確認事務変更のお願い

日本年金機構では、公的年金にかかるサービスの向上と本人確認の徹底のため、基礎年金番号と住民票コードとの「結び付け」を進めております。

基礎年金番号と住民票コードの「結び付け」を一層促進するため、平成28年9月から厚生年金保険の加入時にも住民票コードの特定を行うこととしました。なお、住民票コードの確認ができなかった場合は、資格取得の処理を保留し、事業主さまあてに住民票上の住所等の照会をさせていただきます。

お手数をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。



※1 短期在留している外国人の本人確認は、旅券の身分事項のページの写しとの旅券の資格外活動許可証印のページ、④資格外活動許可書、⑤就労資格証明書のいずれかの写しにより行います

※2 日本国外に居住している方の本人確認は、日本国内に居住している方に準じて、運転免許証、旅券(有効期限内のパスポート)、国または地方公共団体の機関が発行した資格証明書(写真付き)等の写しにより行います

本人確認の証明書については、ホームページでご確認ください

[年金](#) [本人確認](#) [検索](#)

ホームページ <http://www.nenkin.go.jp>

日本年金機構 年末年始の休業日のご案内

右記期間は、休業させていただきます。
なお、右記期間以外は、土曜日・日曜日・祝祭日を除き、8時30分から17時15分まで業務を行っております。

年末年始の休業日
平成28年12月29日(木)～平成29年1月3日(火)

日本年金機構 仙台広域事務センター

仙台北年金事務所 仙台東年金事務所 仙台南年金事務所 大河原年金事務所 石巻年金事務所 古川年金事務所

協会けんぽ からのお知らせ

「職場健康づくり宣言」で従業員様の健康増進に取り組まませんか？

協会けんぽ宮城支部では「健康経営」に取り組む事業所様を応援するため「職場健康づくり宣言」制度を平成 28 年 9 月より開始いたしました。

前号では本制度の登録基準をご紹介しましたが、そもそも「どうして健康経営に取り組む必要があるの?」、「いったい何を取り組んだらいいの?」など疑問に感じている担当者様も多いのではないのでしょうか。

今回は、そんな疑問にお答えしたいと思います。

協会けんぽ宮城支部が健康経営の普及促進に取り組む理由

健康な従業員こそが企業の生産性を高め、競争力の源泉になるという考えのもと、以下の理由から健康経営の普及促進を目指しています。

- 社員の健康の保持、増進に事業所が積極的にかかわる「健康経営」という考え方を浸透させることにより、加入者の健康づくりに寄与するため
- 生活習慣病等の増加による、医療費の増大に対処するため
- メンタル不調者の予防、改善に取り組む長期休職者を減少させるため
- 定年制延長や人手不足などの高齢化の進展による、労働力の維持・確保がますます重要となってくる社会情勢に事業所が対応していくため
- 宮城県メタボ該当者および予備群全国ワースト 2 位からの脱却を図るため 等

これらを達成するためには、「健康経営」は新たな経営戦略だという事業主様のご理解と、取り組みやすい制度設計が必要になります。



そこで、協会けんぽ宮城支部が提案する「職場健康づくり宣言」制度は、事業所の健康づくりのレベルに応じて無理なく取り組みができ、さらに「オールみやぎ」で事業を行えるようなコンセプトで設計されています。

なるほど！
宮城支部の「職場健康づくり宣言」制度は取り組みやすい内容ですね。でも・・・
実際に何を取り組んだらいいの？



職場健康づくり宣言制度では、事業所独自のオリジナルプランをご紹介しています！

食 事	栄養・食生活に関するポスター掲示、 休肝日キャンペーン、 ヘルシーな仕出し弁当へ切替え 等
運 動	ラジオ体操やストレッチ、 階段利用の呼びかけ、 ウォーキング、 健康イベントへの参加 等
タバコ・受動喫煙防止対策	協会けんぽの受動喫煙防止宣言登録制度への申込み、 分煙、 禁煙の実施 等
がん対策	がん検診の受診促進、 がん予防のための生活習慣改善の情報提供 等
心の健康	職場環境や相談窓口の充実化、 協会けんぽの出前講座やカウンセリング事業の活用 等
歯の健康	歯と口腔健康に関するポスター掲示、 歯磨きの奨励、 歯科健診の実施 等
感染症予防	感染症予防に関するポスター掲示、 予防対策の徹底、 手洗いやうがいの励行 等
健康課題の把握と情報提供	健診時間の出勤認定、 社内での血圧測定、 保健指導の受入、 協会のメルマガ活用 等
その他	40 歳以上の従業員の健診データを協会けんぽへ提供する、 健康づくりポイント制度導入 等

【お問い合わせ先】 企画総務グループ ☎ 022-714-6851

平成 29 年 2 月に「医療費のお知らせ」をお送りします

協会けんぽでは、加入者様の医療費の明細及び総額をお知らせすることにより、年間で医療費がどのくらいかかっているのかをご確認いただくことで、加入者の皆様からお預かりした保険料の使い道をご理解いただくとともに、併せてご自身が受診した以外の請求がないか確認いただくために送付しております。

また、このお知らせを加入者様個人ごとにお送りすると郵送経費が数倍となり貴重な保険財政を圧迫することから事業所様宛に送付し、配付のご協力をお願いしております。大変お手数をおかけしますが、**開封せず対象の方にお渡しいただきますようお願いいたします。**

「医療費のお知らせ」とは

医療機関等で保険診療を受けた場合、窓口でお支払いいただいているのは医療費全額ではなく自己負担額（1～3割）となっております。「医療費のお知らせ」ではお支払頂いた金額だけでなく実際にかかった医療費の総額も記載しております。今回の「医療費のお知らせ」では平成 27 年 10 月～平成 28 年 9 月に受診した分が記載されています。

このお知らせを受け取ったことによる手続きは特にございせん。
⚠️ 確定申告（医療費控除）の際の明細書や領収書として使用できません。

協会けんぽ宮城支部 年末年始の休業日のご案内

右記期間は、休業させていただきます。
なお、右記期間以外は、土曜日・日曜日・祝祭日を除き、8:30 から 17:15 まで業務を行っております。

年末年始の休業日
平成28年12月29日(木)～平成29年1月3日(火)

健康長寿のために「漢方薬について」



漢方薬のイメージはどんなものでしょうか。「長く飲まなければ効かない?」「副作用はない?」「なんだか良さそうだけど、馴染みがない」などあると思います。

芍薬甘草湯はこむらがえりなど急激に起きる筋肉のけいれんに頓服での即効性を期待されています。また多くの漢方薬に含まれている甘草は多く摂ると、偽アルドステロン症（血圧上昇、低カリウム血症、ナトリウムや体液の貯留、体重増加など）があらわれやすくなります。テレビでよく耳にする、ナイトールやハルンケアも実は漢方薬の処方に基づいたものです。

長年の経験則の集積と言われている漢方薬も、最近ではエビデンス（根拠）に基づいた治療戦略の選択肢になりつつあります。判明している医学的根拠の一端を紹介すると、例えば六君子湯は、食欲増進ホルモン「グレリン」の分泌を高め食欲を増進する働きがありますし、大建中湯は、術後麻痺性イレウス（腸

管麻痺）などの予防で腸の動きを活発にするために、また半夏瀉心湯は化学療法後の口内炎や下痢などの副作用を少なくするのにも使われています。

漢方薬のエキス剤の多くはお湯で溶いて（煎じ薬に近い形にして）服用すると吸収が速まり、葛根湯などの風邪薬は特に熱めのお湯で溶いてショウガを加えることで身体も暖まり、効きめが高くなると言われています。

最近の話題に、「フレイル（加齢に伴い筋力や心身の活力が低下した状態）」に人参を含む人参養栄湯、補中益気湯などが期待されるということがあります。フレイルが続くと要介護状態に移行しやすいと考えられます。健康寿命を延ばす為には、漢方薬が必須項目の一つだと言われる日もそう遠くないかもしれません。

一般社団法人宮城県薬剤師会 東二町裕子



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

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

協会けんぽ宮城 検索

☎ 022-714-6850
FAX 022-714-6857

平成 28 年度年金委員・健康保険委員表彰式が開催されました

平成 28 年 11 月 25 日(金)、「平成 28 年度年金委員・健康保険委員研修会及び表彰式」が仙台市内のホテルにおいて開催され、年金委員活動及び健康保険委員活動に功績のあった 42 名の方々に、厚生労働大臣をはじめとして、日本年金機構理事長、日本年金機構理事、全国健康保険協会理事長、宮城支部長より表彰が行われ、あわせて宮城県内各年金事務所長より 24 名の方々に感謝状が授与されました。

また、表彰式に先立ち開催された研修会では、東日本放送アナウンサーの熊谷博之様から「アナウンサーから見たリーダーの役割」と題して講演がありました。

なお、受賞された方々は次のとおりです。(敬称略)

◆厚生労働大臣表彰

年金委員

柴田 宏子	株式会社シパタイムテック
柳橋 滋	有限会社菅野自動車商会

◆日本年金機構理事長表彰

年金委員

加藤 宏幸	石井ビル管理株式会社
布塚 新二	仙台中央食肉卸売市場株式会社
佐々木 雅彦	仙台味噌醤油株式会社
小山 順	株式会社クマケ建設
金崎 京子	株式会社金崎工業
平間 耕幸	一般財団法人蔵王酪農センター

◆日本年金機構理事表彰

年金委員

日下 頌子	ケイ・エイチ・ビー開発株式会社
渡辺 敬子	宮城十條林産株式会社
阿部 和花	社会福祉法人虹の会
郷古 毅	地域型年金委員
伊藤 久美子	赤帽宮城県軽自動車運送協同組合
佐藤 敦	株式会社ごんきや
高橋 秀治	北日本電線株式会社
高橋 晴美	東北通信装機株式会社
渡辺 憲郎	宮城ヤンマー株式会社
遠山 正隆	株式会社七星社
熊谷 良市	気仙沼商工会議所
菅原 泰子	宮城建設株式会社
佐藤 和子	株式会社グリーン東仙
佐々木 竹春	株式会社太田組
横山 由美子	窪田電気工事株式会社

◆全国健康保険協会理事長表彰

健康保険委員

村上 利雄	株式会社日啓工業
神道 智美	銅谷建設株式会社
猪又 恵美	株式会社猪又組
高橋 律子	株式会社高昭建設

◆全国健康保険協会宮城支部長表彰

健康保険委員

熊谷 恵美	テクノ・マインド株式会社
島津 美穂	宮川ローラー株式会社
遠藤 憲司	株式会社トオハ
平尾 訓	株式会社イメージパーク
相澤 みちい	東北技研株式会社
水戸 美幸	株式会社ケーヒンワタリ
北原 淳子	コセキ株式会社
尾形 勝	大興水産株式会社
菅原文 枝	株式会社阿部長商店
佐々木 利夫	株式会社佐々木工業所
庭野 美枝子	イワサキ通信工業株式会社
佐藤 美和	株式会社築館自動車学校
目黒 祥子	JFE コーメック株式会社
坂田 たい子	社会福祉法人白石陽光園
和泉 太計栄	蔵王酒造株式会社

◆日本年金機構年金事務所長感謝状

仙台北年金事務所

渡辺 勉	株式会社仙都会館
丹野 敦子	宮城相扶株式会社
近藤 広茂	社会福祉法人仙台市手をつなぐ育成会
加藤 純子	宮城県道路公社
佐藤 さやけ	一般財団法人宮城県建築住宅センター

仙台東年金事務所

櫻井 弘	塩電港運送株式会社
大久保 久子	株式会社ニッセイ宮城
石毛 信子	一般社団法人安田博愛会安田病院
大場 伸一	カメイ物流サービス株式会社
阿部 優	株式会社日産サティオ宮城

仙台南年金事務所

佐々木 緑	東北鉄道運輸株式会社
堀 籠 一昭	株式会社ヤマダ技研
菊地 喜恵子	ワタヒョウ株式会社
馬上 昌和	株式会社馬上かまぼこ店

石巻年金事務所

遠藤 仁	津田海運株式会社
伊藤 洋子	社会福祉法人つつじ会
門間 義典	株式会社石巻青果
中村 和宏	気仙沼漁業協同組合
後藤 さおり	有限会社ししおり・きはせんタクシー

古川年金事務所

福島 厚	古川ガス株式会社
工藤 和子	株式会社ネクスト
佐藤 和子	株式会社佐々木建設

大河原年金事務所

齋藤 一郎	白石商工会議所
日下 和恵	社会福祉法人不忘会



M美
さんの

社会保険物語

第三者行為による傷病届
第90話

1 あら、首が痛いのか？

はい、「この間の林の木のところで事故を起こしてしまいました。」

2 健康保険を使用して受診しました。健康保険は使えないとばかり思っていたので驚きました。

そうですね。交通事故の際にも健康保険が使えるのよ。その時は、協会けんぽに「第三者行為による傷病届」の提出が必要よ。

3 「第三者の行為による傷病届」はどのような場合に提出する書類ですか？

今回のような業務外の事由による交通事故等の「第三者の行為による」けがをした時に健康保険で治療を受ける場合に提出するのよ。

4 なるほど、他人がいる事故等の場合に提出が必要になるのですね。そういえば相手の方は？

5 そっとなね。それならば、相手の方は原則として健康保険は使えないよ。業務上や通勤災害による負傷の場合は、労災保険を使用することになるの。

6 ケースによっても手続きが異なるのですね！

労災が疑われる場合は健康保険証を使用する前に労働基準監督署に相談してね。

協会けんぽからのお知らせ

<第三者行為による傷病について>

業務外の交通事故や障害事件で負傷して診療を受ける場合も、健康保険を使うことができます。その際は、協会けんぽに対して「第三者の行為による傷病届」を提出してください。協会けんぽは「第三者の行為による傷病届」を受理することにより、医療機関での治療費等を一時的に立て替え、後日、加害者に対し治療に要した費用を請求することとなります。(損害賠償請求権の代位取得・健康保険法第 57 条による)

「第三者の行為による傷病届」は協会けんぽ宮城支部のホームページからダウンロードすることができます。また、協会けんぽ宮城支部までご連絡をいただければお送りいたします。

仕事や通勤途中の事故の場合は、健康保険ではなく労災保険(労働災害補償保険)を使用していただくことになります。詳しくは労働基準監督署にお問い合わせください。

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 022-714-6853
(レセプトグループ直通)
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

各種協会事業が開催されました

第 7 回 健康保険・年金保険新任担当者等事務講習会が開催されました

主に社会保険の新任の担当となられた方々を対象に、年金と健康保険の事務講習会を開催し、社会保険の知識を深めていただきました。

1. 平成 28 年 9 月 13 日 仙台市青葉区「ホテル白萩」
2. 平成 28 年 9 月 14 日 石巻市「河北総合センター・ビッグバン」
3. 平成 28 年 9 月 15 日 大崎市古川「グランド平成」
4. 平成 28 年 9 月 27 日 大河原町「コミュニティーセンター・オーガ」
5. 平成 28 年 9 月 29 日 仙台市青葉区「ホテル白萩」



第 12 回 社会保険ハゼ釣り大会が開催されました

平成 28 年 10 月 10 日(月・祝日)と平成 28 年 10 月 16 日(日)の両日松島湾内において開催されました。いずれも、快晴に恵まれ絶好の釣り日和となりました。釣果も大漁の方もいるなどまずまずでした。

昨年より参加定員を大幅に増やしての実施でしたが、借り上げた釣船もハゼ釣りにはもったいない位の大型船で、女性の方も皆さん安心して釣りを楽しまれました。来年も多くの方の参加をお待ちしております。



旬 宮城の 食べませんか?

12月 旨味が凝縮されるこの時期に 冬に一層おいしくなる魔王の大根、石巻産のぶりを

ぶり大根

材料(2人分)

- ぶり(切り身・アラと合わせて) : 200g
- 大根 : 200g
- 生姜 : 1/2 かけ
- だし(顆粒) : 小さじ 1/3
- 酒 : 大さじ 1 と 2/3
- 醤油 : 大さじ 1 と 1/2
- 砂糖 : 大さじ 1

作り方

- ① ぶりは熱湯にサッとくぐらせ、水にとって洗い、水気をきる。生姜は皮つきのまません切りに、大根は皮をむいて 2cm 厚さの半月切りにする。
- ② 鍋にだし、水 2 カップ、① の大根を入れて煮立て、弱火にして 20 分煮る。柔らかくなったから火を止め、そのまま冷ます(大根の下ゆで)。
- ③ ② に A を加えて煮立て、① のぶり、生姜を加え、落としぶたをして中火で 15 分煮る。器に盛りつけ、あれば柚子の皮のせん切りをちらす。

福利厚生事業が増えました!!

「仙台うみの杜水族館」の施設割引利用ができます

当協会と「仙台うみの杜水族館」との間で、平成 28 年 12 月 1 日より施設割引利用の契約をいたしました。当協会の会員事業所の被保険者及び被扶養者の方が割引利用の対象となります。

※今回の契約は、「仙台うみの杜水族館」だけでなく、あの「横浜・八景島シーパラダイス」の割引利用ができるほか、東京品川の「アクアパーク品川」も割引利用が出来ます。

ご利用方法

今月の「社会保険みやぎ」に同封されています 3 施設の【施設割引利用券】から必要な【施設割引利用券】を切り取り、お名前と利用人数を記入のうえ該当の施設のチケット売場窓口に提出し、入館券(入場券)をお買い求めください。

利用券 1 枚で 5 名まで利用出来ます。



※【施設割引利用券】をさらにご希望の場合は、宛先を記入した返信用封筒(切手貼付のこと)を同封のうえ、郵送にて当協会あてお申し込みください。

※返信用封筒が同封されていない場合や FAX でのお申し込みの受付はできませんので、よろしくお願ひします。

「職場の健康づくり」を応援します!

専門家による指導講習会

- 保健師による日常生活管理の講習会及び健康相談、健康管理の話
 - 管理栄養士による食事と健康の講習会 食事と健康の話
 - 体育専門家による健康づくりのための運動方針等の講習会、腰痛予防体操、健康体操ほか
- ※指導講習会等へ専門家講師を派遣いたします。

健康づくり DVD の貸出し

—職場での健康管理研修等にご利用いただいております—

(DVD 一覧)

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| 1 初めてのウォーキング & ジョギング | 2 若々しい体をキープ! エクササイズ & ダイエット |
| 3 Good-bye ストレス | 4 正しく知れば怖くない がんのお話し |
| 5 メタボリックシンドローム予防のための筋力トレーニング | 6 健康診断を受けてよかった |
| 7 健康は歯周病の予防から〜歯周病を予防しよう | 8 エンジョイスポートライフ |
| 9 サイレントキラー 高血圧の恐怖 | 10 1 に運動・2 に食事・しっかり禁煙・最後にクスリ |
| 11 マシンを使わない筋力向上トレーニング | 12 エクササイズでコミュニケーション |

いずれも無料で行っております。積極的にご利用願ひます

- ◆ 申し込みは「健康づくり指導講習会等申込書」を FAX により送付願ひます。
- ◆ 申込書は「宮城県社会保険協会」HP からダウンロードできます。(ご連絡いただければ FAX でお送りすることもいたします。)
- ◆ 2 か月以上前に申し込みを願ひします。(※講師の都合によりお受けできない場合があります。)

申込み・問合せ先

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 4F

TEL 022-266-0411 FAX 022-266-0471

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受けたいします。

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、通常の通話料金がかります。
- ・「03-6700-1165」「03-6700-1144」の電話番号をおかけになる場合は、通常の通話料金がかります。

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

相談時間 ●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。)

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

街角の年金相談センター仙台
(仙台パークビル2F)



年金相談の受付時間と週末相談(予定)

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



ファミリースキースクール開催

詳しくは右ページのチラシをご覧ください。

本人以外の方が予約相談で来所する場合

年金相談の際に、ご本人以外の方が来所される場合には、委任状、窓口に来訪される方の、顔写真付きの身分証明書をご持参ください。

委任状には、作成年月日、ご本人様の署名・押印、生年月日、住所、基礎年金番号、委任する内容、来訪される方の、氏名、住所を記入してください。

※委任状に押印された、印鑑をご持参ください。

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

1月・2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1月11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1月26日(木) 平成29年2月23日(木)	9:30～12:00 13:00～15:30	古川年金事務所 0229-23-1204

・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。



第27回 社会保険

ファミリースキースクール

日時 平成29年2月26日(日) 9:30～15:00まで

場所 スプリングバレー 泉高原スキー場

参加者募集

バス利用者

集合場所

県庁正面花時計前(往復貸切バス利用)

●マイカーご利用の方は現地へ直行(駐車料金500円各自負担)

集合時間

午前7時40分

申込み

(一財)宮城県社会保険協会にお申し込みください。申込みされた方には後日書面にて連絡いたします。先着順により、定員になり次第締切とさせていただきます。ご希望によりキャンセル待ちを承ります。

参加費

リフト6時間券(9:30～15:30)の負担分として、子供(小学生以下)1,550円、大人(中学生以上)2,300円。受講料は無料。レンタルスキーは参加者負担。

主催:(一財)宮城県社会保険協会

平成28年度

第27回 社会保険 ファミリースキースクール

日時 平成29年2月26日(日) 9:30～15:00まで

場所 スプリングバレー 泉高原スキー場

集合場所 「県庁正面花時計前」または「現地」
●往復貸切バス利用の方は花時計前(車内で受付)
●マイカーご利用の方は現地へ直行(現地受付8時30分～9時/駐車料金500円:各自負担)

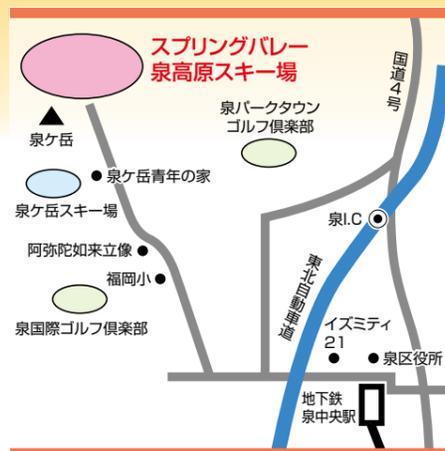
集合時間 午前7時40分
参加資格 全国健康保険協会管掌健康保険(協会けんぽ)、または厚生年金保険適用事業所に勤務している方及びその家族(小学生以下の場合は保護者同伴)
※講習の都合上、スキーを初めてする方のスクール受講は小学生以上となります。

参加料 ※リフト代の団体割引料に当協会の補助をした額としています。
子供:リフト6時間・サンキッド(スノーエスカレーター)券の負担分 1,550円(通常料金2,500円)ただし、初級Aでリフトに乗れる自信のない場合、サンキッド(スノーエスカレーター)利用に限る利用料 600円
大人:リフト6時間券の負担分 2,300円(通常料金3,500円)
※(大人:中学生以上)

定員 100名
コース 初級者と中級者として。 (参加申込書の下部の事項参照)
講師 全日本スキー連盟公認インストラクター
携行品 スキー用具

申込方法 【レンタルスキー3点セット希望者は各自負担。子供 1,800円:団体割引料金(通常2,400円)、大人 2,000円:団体割引料金(通常4,150円)です。レンタルウェア 子供2,300円(通常2,500円)、大人2,500円(通常3,800円)】
レストラン内へお持ち込みの飲食は不可です。

主催 下記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も印刷できます。)先着順で定員になり次第締め切ります。定員になり次第締め切りますが、その場合はすぐに電話にてお知らせし、ご希望によりキャンセル待ちを承ります。参加決定者には開催日の2週間程前に書面にてご連絡いたします。
一般財団法人 宮城県社会保険協会



お申し込み・お問合せ先

(一財)宮城県社会保険協会
〒980-0802 仙台市青葉区二日町10番20号
アルコイリス二日町4階
☎ 022-266-0411 FAX 022-266-0471

ホームページでもご覧いただけます

(申込書を切り取らずにFAXして構いません。)

社会保険ファミリースキースクール 参加申込書 FAX 022-266-0471

(FAX番号のお掛け間違えないように)

事業所名称	電話番号		-	-
事業所所在地	〒 -			
申し込み代表者名	申し込み代表者携帯番号		-	-
開催案内送付用住所	会社・自宅・その他	〒 -		

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。また、許可なく第三者へ提供することはありません。

健康保険証 記号番号	ふりがな		本人 ・ 家族	性別	大人 (中学生以上) 子供	年齢	スクール 受講の 有無 (該当に○印)	希望コースに○印		身長	レンタル スキーセット 希望者 (希望者は○印)	レンタル ウェア 希望者 (希望者は○印)	利用交通機関 (どちらかに○印)		受講しない保護者 の方でスキーをする ためのリフト券 (¥2,300) 希望の有無
	氏	名						初級Aでリフトに乗れる自信 のない場合は()に○印	初級A() 初級B()				中級A 中級B	貸切バス マイカー	
			本人 家族	男 女	大人 子供		受講 受講なし (付添の保護者等)	初級A() 初級B()	中級A 中級B	cm					希望 不要
			本人 家族	男 女	大人 子供		受講 受講なし (付添の保護者等)	初級A() 初級B()	中級A 中級B	cm					希望 不要
			本人 家族	男 女	大人 子供		受講 受講なし (付添の保護者等)	初級A() 初級B()	中級A 中級B	cm					希望 不要
			本人 家族	男 女	大人 子供		受講 受講なし (付添の保護者等)	初級A() 初級B()	中級A 中級B	cm					希望 不要

※講習の都合上、スキーを初めてする方のスクール受講(初級A)は小学生以上の申し込みとなります。

講習コース
初級A…初めてスキーをはいてすべる人 初級B…ボーゲン(スキーをハの字のように開いてすべる)はできるが、うまくできない人
中級A…ボーゲンはできるが、シュテムターン(曲がる時だけボーゲン)がうまくできない人
中級B…シュテムターンはできるが、パラレルターン(曲がる時もスキーを平行にしてすべる)がうまくできない人

仙台うみの杜水族館【施設割引利用券】

有効期限 2016/12/1～2017/3/31

	通常料金	ご優待料金	ご利用人数
入館券	大人(18歳以上)	2,100円 →	2,000円 名
	中学・高校生(12～18歳)	1,600円 →	1,500円 名
	小学生(6～12歳)	1,100円 →	1,000円 名
	幼児(4歳以上)	600円 →	550円 名
	シニア(65歳以上)	1,600円 →	1,500円 名
お名前			

ご利用方法

※ご利用の際は、本券にお名前と利用人数を記入のうえ、チケット窓口にご提出し、お買い求めください。
※本券1枚につき、5名様までご利用いただけます(他の割引券等との併用不可)
※施設割引利用券使用の場合、差額購入による年間パスポートへの変更はできません
※本券は(一財)宮城県社会保険協会の会員事業所の被保険者及びそのご家族にのみ有効です。

〈発行元〉

一般財団法人 宮城県社会保険協会
仙台市青葉区二日町10番20号
TEL:022-266-0411 FAX:022-266-0471



コード番号:1046

(切り取り線)

仙台うみの杜水族館【施設割引利用券】

有効期限 2016/12/1～2017/3/31

	通常料金	ご優待料金	ご利用人数
入館券	大人(18歳以上)	2,100円 →	2,000円 名
	中学・高校生(12～18歳)	1,600円 →	1,500円 名
	小学生(6～12歳)	1,100円 →	1,000円 名
	幼児(4歳以上)	600円 →	550円 名
	シニア(65歳以上)	1,600円 →	1,500円 名
お名前			

ご利用方法

※ご利用の際は、本券にお名前と利用人数を記入のうえ、チケット窓口にご提出し、お買い求めください。
※本券1枚につき、5名様までご利用いただけます(他の割引券等との併用不可)
※施設割引利用券使用の場合、差額購入による年間パスポートへの変更はできません
※本券は(一財)宮城県社会保険協会の会員事業所の被保険者及びそのご家族にのみ有効です。

〈発行元〉

一般財団法人 宮城県社会保険協会
仙台市青葉区二日町10番20号
TEL:022-266-0411 FAX:022-266-0471



コード番号:1046

アクアパーク品川【施設割引利用券】

有効期限 2016/12/1 ~ 2017/3/31

		通常料金	ご優待料金	ご利用人数
入場券	大人・高校生	2,200円 →	2,100円	名
	中学生・小学生	1,200円 →	1,100円	名
	幼児(4歳以上)	700円 →	600円	名
お名前				

ご利用方法

- ※ご利用の際は、お名前、利用人数を記入し、チケット窓口にて施設割引利用券を提出してお買い求めください。
- ※利用券1枚につき、5名様までご利用いただけます。(他の割引券等との併用不可)
- ※施設割引利用券使用の場合、差額購入による年間パスポートへの変更はできません。
- ※本券は(一財)宮城県社会保険協会の会員事業所の被保険者及びそのご家族にのみ有効です。

発行元

一般財団法人 宮城県社会保険協会
 仙台市青葉区二日町10番20号
 TEL: 022-266-0411 FAX: 022-266-0471



コード番号: 2001

(切り取り線)

横浜・八景島シーパラダイス【施設割引利用券】

有効期限 2016/12/1 ~ 2017/3/31

ワンデーパス

(アクアリゾートパス+プレジャーランドパス)

入館券	通常期優待料金	冬期優待料金	人数
大人 高校生	5,050円 → 4,400円	4,550円 → 4,000円	名
中学生 小学生	3,600円 → 3,200円	3,300円 → 3,000円	名
幼児 (4歳以上)	2,050円 → 1,800円	1,850円 → 1,650円	名
シニア (65歳以上)	3,600円 → 3,300円	3,300円 → 3,000円	名

アクアリゾートパス

(水族館4施設パス)

入館券	優待料金	人数
大人 高校生	3,000円 → 2,600円	名
中学生 小学生	1,750円 → 1,450円	名
幼児 (4歳以上)	850円 → 650円	名
シニア (65歳以上)	2,450円 → 2,100円	名

- ※冬期: 2016年12月1日~2017年2月28日
- ※通常期: 冬期以外の期間

お名前

ご利用方法

- ※ご利用の際は、お名前、利用人数を記入し、チケット窓口にて施設割引利用券を提出してお買い求めください。
- ※利用券1枚につき、5名様までご利用いただけます。(他の割引券等との併用不可)
- ※施設割引利用券使用の場合、差額購入による年間パスポートへの変更はできません。
- ※本券は(一財)宮城県社会保険協会の会員事業所の被保険者及びそのご家族にのみ有効です。

発行元

一般財団法人 宮城県社会保険協会
 仙台市青葉区二日町10番20号
 TEL: 022-266-0411 FAX: 022-266-0471



コード番号: 2336