

社会保険

みやぎ

2015.8 August - 9 September

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
M美さんの社会保険物語	6
宮城の旬食べませんか?	7
秋のハイキング	7
社会保険協会費納入の御礼とお願い	7
インフォメーションパーク	8



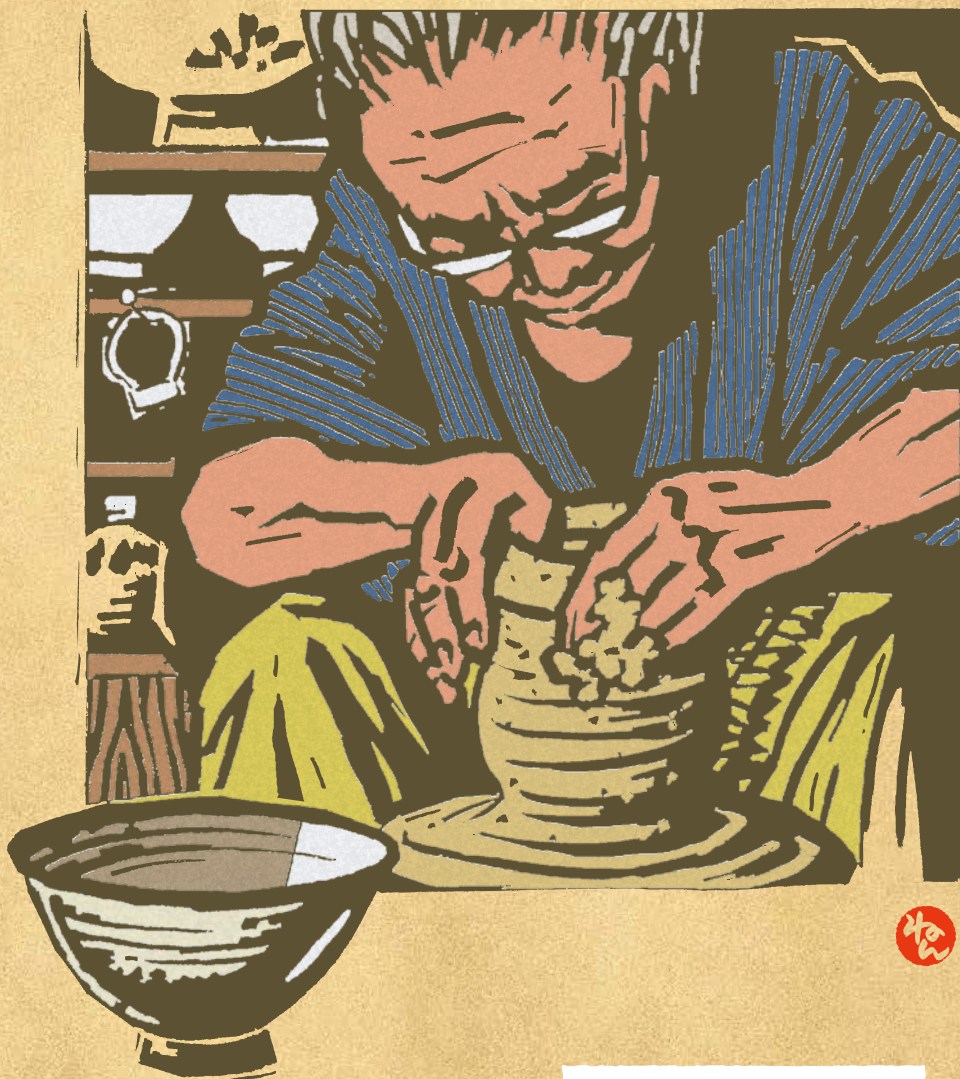
堤焼

つつみやき

仙台市泉区丸田沢

かつて堤町(仙台市青葉区)一帯に窯場があったことから、その名がついた堤焼。原材料の赤土や岩石は、台原や丸太沢などから粗く質の良いものが産出されます。その素朴さを活かし、黒と白の釉薬を豪快に流し掛けた"海鼠釉(なまこゆ)"が大きな特徴で、茶器に始まり、後に甕や鉢、皿など庶民の生活雑器を生産するようになって300数十年の歴史があります。

公共施設に展示されている大きな壺や甕の見応えもさることながら、器の良さはやはり使ってこそわかるもの。堤焼の花入れが季節の花を生けられて展示場でお客様をお迎えすることもしばしば。今では唯一の窯元となった「堤焼乾馬窯」では現在「仙台的伝統工芸品を実際にお店で使っていただき、多くの方に知っていただこう!」という企画が進行中です。仙台市内の飲食店で堤焼のカップ&ソーサー、酒器、プレート、向付などに出会えるかもしれませんよ。歴史ある器とお料理とのコントラストはお互いを引き立て合い、目にした人の時間と空間をよりいっそう豊かなものにしてくれることでしょう。



Tsutsumiyaki



海鼠釉皿

代表的な黒白の大胆な絵柄。素朴な力強さとアートのようなモダンさが同居している。



辰砂(しんしゃ)大徳利

試行錯誤の末に作り出された独特な赤い色。釉薬に銅が入っていると出る色だとか。



小甕

高さ10~13cm程度。「甕は作っていないのですか?」という要望で作られた。現代にマッチ。



酒器

お店で実際に使われるもの。その表情の違いに、盛りつけのアイデアも自由に広がりそう。

日本年金機構 からののお知らせ

不正アクセス事案についてお詫び

日本年金機構への不正アクセス事案では、皆様の情報が流出し、ご迷惑、ご心配をおかけしたことを、深くお詫び申し上げます。

日本年金機構としましては、お客様にこれ以上のご迷惑がかからないように、「なりすまし」による不正届出の防止を徹底し、「振り込め詐欺」といった特殊詐欺等の犯罪被害を防止するため、関係機関のご協力を得て、注意喚起の取組みを行っています。

ご自分の情報が流出しているのでは? など、ご心配の方は、下記専用電話窓口またはお近くの年金事務所へご相談ください。

日本年金機構専用電話窓口(通話料はかかりません)

0120-818211

受付時間8:30～21:00(平日及び土日)

社会保険料の納付には口座振替をご利用ください!

○毎月、金融機関に出向く必要がないので便利です。

○口座振替手数料のご負担は不要です。

○全国の金融機関がご利用になれます。

⇒銀行、信用金庫、労働金庫、農協等の口座から振替が可能です。

※一部お取り扱いの出来ない金融機関がございます。(ゆうちょ銀行、インターネット専業銀行等)

○毎月末日に、前月分の保険料をご指定の口座からお引き落としします。

※振替当日の残高が不足していた等の事情で口座振替が出来なかった場合は、後日、送付される納付書にて、金融機関等の窓口で納付していただくことになります。

※口座振替を希望される場合や、不明な点等がございましたら、管轄の年金事務所へお問い合わせください。

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。

日本年金機構宮城事務センターでは、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」を送付いたします。

「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ので、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。

「わたしと年金」エッセイ募集中

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、様々な取組を行っています。

「ねんきん月間」の期間中は、皆さまに公的年金制度に対する理解を深めていただくための啓発活動を展開し、全国各地で年金出張相談などを開催します。

この取組の一環として、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。なお、本エッセイ募集は、厚生労働省と文部科学省の後援を得ております。

募 集 要 項

応募作品

- 公的年金の大切さ、応募者ご自身や身近な方と公的年金とのかわりなど、「わたしと年金」をテーマにしたエッセイ。
- 日本語で1,000～2,000文字以内。
- 氏名、氏名ふりがな、年齢、性別、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。
- 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。

賞

- 優秀な作品の応募者には、表彰状の授与並びに記念品を贈呈します。また、受賞作品は日本年金機構ホームページに全文を掲載します(11月下旬予定)。その他、日本年金機構が発行する刊行物への掲載等を行う予定です。
- 受賞作品の著作権は日本年金機構に帰属いたしますが、内容は本人の責任とします。応募作品は返却いたしません。

応募資格

一般、学生・生徒(中学生以上)

応募締切

平成27年9月18日(金)(締切日消印有効)

発 表

優秀作品につきましては、11月に日本年金機構ホームページに発表します。

提出先・お問い合わせ先

〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24
日本年金機構サービス推進部サービス推進グループ
わたしと年金 担当まで
電話番号:03-5344-1100(代表)

「ねんきんネット」がますます便利になりました

年金記録を一覧形式で確認できます!

- 従来の「年金記録照会」の画面に加え、年金記録や年金見込額、老齢年金の受給額などを一覧形式で確認できるようになりました。

各種届書をパソコンで作成・印刷できます!

- 日本年金機構に提出する一部の届書の作成をサポートします。入力項目のエラーチェックや、基礎年金番号・生年月日などの基本情報を自動表示します。
- 作成した届書は、印刷してお近くの年金事務所等にご持参もしくはご郵送ください。

スマートフォンで年金記録を確認できます!

- スマートフォンでも、ご利用登録や年金記録の確認ができるようになりました。

※詳しくは、日本年金機構ホームページ(<http://www.nenkin.go.jp/>)をご覧ください。



協会けんぽからのお知らせ

各種サービスの当面の休止について

以下のサービスを休止させていただいております。皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

●各種情報提供サービスの休止（ホームページ上のサービス）

- 医療費情報の参照
- 生活習慣病予防健診対象者データのダウンロード
- 健診の申込届書・申請書作成支援サービス
- 被扶養者資格再確認にかかる被扶養者データのダウンロード

●「メルマガ de だてっこみやぎ」のメール配信サービス

●宮城支部ホームページの更新

※平成27年7月27日時点での状況です。

※各種サービスの復旧については、各種広報誌または、メルマガやホームページ等でお知らせいたします。

6月29日以降発行の健康保険証の表記等が変更となりました

1 健康保険証・高齢受給者証に2次元コードが印刷されます。

平成27年6月28日以前に発行された健康保険証、高齢受給者証は2次元コードの印刷はございませんが、引き続き使用可能です。（これまでに発行した健康保険証等の切り替えを実施する予定はありません。）

2 健康保険証の印字面はコーティングされ耐久性が向上しました。

緊急等の理由により、宮城支部で健康保険証を作成した場合には、コーティングの施されていない健康保険証が発行されます。

※これまでに発行した健康保険証などの一括切り換えを実施する予定はありません。そのため、2次元コード付きの健康保険証と2次元コードのない健康保険証が混在致しますが医療機関などでは問題なくご使用いただけます。

※2次元コード付きの健康保険証などがほしい、コーティングされた健康保険証がほしいなどの理由による再交付申請は、健康保険証等の発行の遅れに繋がる恐れがありますので遠慮くださいますようお願いいたします。

3 健康保険証の発送拠点が変更になりました。

平成27年6月29日以降、従来は宮城支部（仙台市）で行っていた健康保険証の作成・発送を、本部一括で行うようになりました。

健康保険証の発行等についてのお問い合わせは従来どおり、**宮城支部業務第1グループ(022-714-6852)**へお願い致します。

施設・事業所のサービス向上！イメージアップに！

禁煙に取り組む施設・事業所の登録制度をスタートします！

平成 27 年 9 月
登録開始
受動喫煙
防止宣言施設
登録制度

平成 27 年 9 月より「宮城県」「仙台市」「協会けんぽ宮城支部」3 者共同による、お客様や従業員の健康や環境に配慮し“禁煙”に取り組む施設・事業所の登録制度を新たにスタートします！宣言（登録）いただいた施設・事業所には、登録書を交付するほか、施設・事業所名をホームページなどで公表します。「受動喫煙防止宣言」してみませんか？

宣言（登録）制度について

お客様や従業員の健康に配慮し、施設・事業所の敷地内または建物内の禁煙に取り組んでいる施設や事業所に「受動喫煙防止宣言施設」の宣言をしていただき、登録を行う制度です。

登録をするメリット

- 「宮城県」「仙台市」「協会けんぽ宮城支部」のホームページに禁煙に取り組む施設・事業所の情報を公表します！
- 禁煙を宣言した施設・事業所に「登録書」を交付します！
- 施設や事業所の入口等に設置できる「ステッカー」を配付します。

「登録書」や「ステッカー」を目立つ所へ掲示することで、施設や事業所が健康に配慮しているというイメージアップに繋がります！

制度の詳細や登録方法については、現在宮城県のホームページで紹介しています。
また、協会けんぽのホームページが復旧次第、詳細を掲載する予定です！

宮城県 受動喫煙防止宣言施設登録制度

検索

宮城県民の健康づくり推進に向け、
施設や事業所の皆さまのご参加を
お待ちしております！！



ステッカー

クリック

健康長寿のために 「歯ブラシに関する NG 習慣」



毎日使っている歯ブラシには、どのぐらいの細菌がいるのかご存知でしょうか？英国マンチェスター大学の調査によれば、歯ブラシに付着している細菌の数は一億個以上！その中にはむし歯菌はもちろん皮膚炎の原因ともなるブドウ球菌なども含まれるそうです。

とは言え、人間の口の中にはもともと細菌は常在します。歯ブラシに細菌がいるからといってことさら神経質になる必要はありません。

ただ、歯ブラシの使い方や保存状態によっては細菌が増えすぎて感染症のおそれも・・・。

以下、歯ブラシを不潔にする NG 習慣のご注意です。

1. 複数の歯ブラシを一つの容器やコップで保存する。
ご家族で洗面所に家族分とかをまとめてコップ等にたてたりしないこと。歯ブラシの毛束が触れ合って他人の細菌が混じります。

2. トイレの近くに歯ブラシを置いておく。
欧米とはバスルームのレイアウトが異なりますが、最近のマンションやアパート等では、風呂、トイレ、洗面所がワンルーム状のユニットタイプが存在します。この場合、歯ブラシの置き場所に注意しないとイケません。特にトイレからは使用するごとに目に見えない細菌が空気中に飛び散ります。

食器類をトイレ近くに保管しないのと同じく、歯ブラシもなるべくトイレから離れた場所に！

3. 歯ブラシスタンドやホルダーの手入れをしない。
これらは意外に掃除しないでほったらかしという人が少なくありません。でもスタンドやホルダーこそ細菌、雑菌の温床なのです。

4. 歯ブラシをきちんと乾かさない。
濡れたままのブラシは細菌が繁殖しやすくなります。よく乾かすことが大切です。職場や旅先など、歯ブラシケースを使用する場合もよく乾燥させてから収納してください。

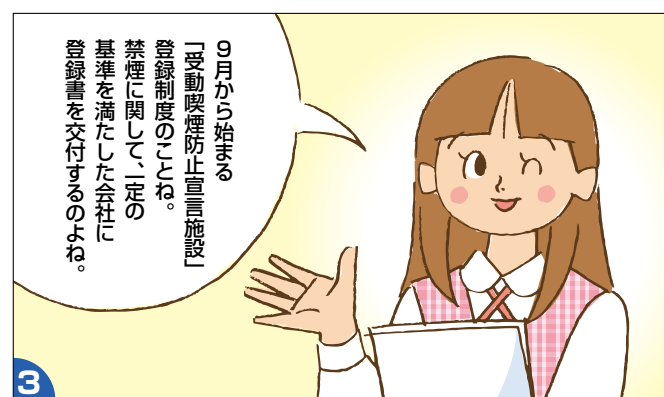
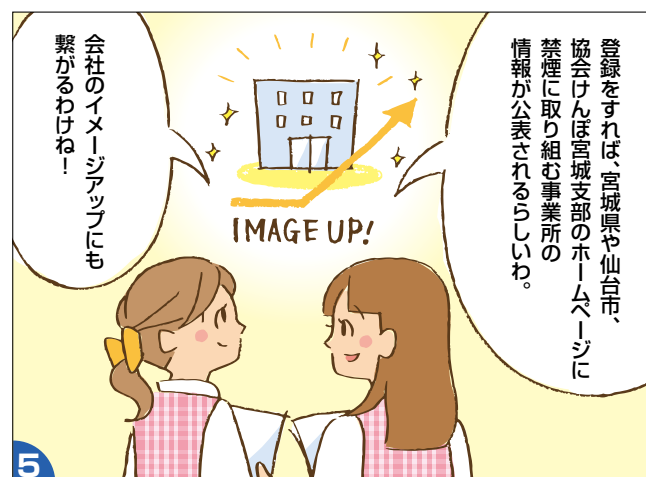
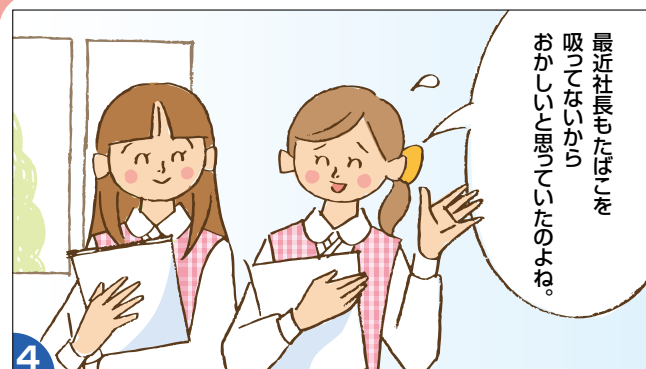
5. 歯ブラシを減多に取り替えない。
なるべく歯ブラシに細菌を繁殖させないのに一番効果的なのは小まめに取り替えることです。目安として月に一回は新しい歯ブラシに交換するようにしましょう。特に病後等で免疫低下時は新品を使用するのが安全です。

そこで、毎月8日を「歯ブラシ」交換の日にしませんか？効果的にオーラルケアをするためには定期的に歯ブラシの状態をチェック＆交換することが大切です。毎月8日でなくてもお誕生日、お給料日と同じ日、また月初め、月末など自分が覚えやすい日を決めて歯ブラシのチェックする習慣を！
一般社団法人宮城県歯科医師会 地域保健部会 部員 佐藤文彦

M美
さんの

社会保険物語

受動喫煙防止宣言
施設登録制度
第82話



協会けんぽからのお知らせ

平成 27 年 9 月から禁煙に取り組む施設・事業所の登録制度をスタート！

登録制度とはお客様や従業員の健康に配慮し、施設・事業所の敷地内または建物内の禁煙に取り組んでいる施設や事業所に「受動喫煙防止宣言施設」の宣言をしていただき、登録を行う制度です。

詳しくは、今回発行の社会保険みやぎ内の「受動喫煙防止宣言施設登録制度」の記事をご覧ください。

制度の詳細や登録方法については、現在宮城県のホームページで紹介しています。また、協会けんぽのホームページが復旧次第、詳細を掲載する予定です！！

宮城県 受動喫煙防止宣言施設登録制度

検索

クリック

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 022-714-6851
(企画総務グループ直通)

旬
宮城の 食べませんか？

8月 水耕栽培のトマトをつかって
酸味と甘みのバランス、口当たりと肉質の良さが自慢！

トマトとオクラのさっと煮

材料(4人分)

- トマト(デリシヤストマト)：3〜4個(約450g)
- オクラ：16本(約150g)
- 豚バラ肉薄切り：200g
- にんにく：2かけ
- だし汁：1/2カップ
- A 醤油：大さじ3
- みりん：大さじ3

作り方

- ① トマトはフォークに刺して火であぶり、皮が弾けたら水にもどして皮をむき、6〜8等分のくし形に切る。オクラはヘタをむきとり、斜め半分に切る。にんにくは薄切にする。豚肉は5〜6cmの長さに切る。
- ② 鍋にだし汁、醤油、みりんを合わせ、にんにくを入れて中火にかけ、煮立ったら豚肉を入れて箸でほぐしながら煮る。
- ③ アクが出たらすくい取り、肉の色が変わったらトマトとオクラを加え、ふたをして3〜4分煮る。器に盛る。

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。
※お振込み手数料は参加者負担となります。

宮仙沼地区

うみの杜水族館見学と 松島大観荘入浴ツアー

と き 平成 27 年 11 月 1 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
(松島 大観荘)

古川地区

二本松の菊人形まつり見学と 岳温泉入浴ツアー

と き 平成 27 年 10 月 11 日(日)
集合場所 くりこま高原駅、古川駅
集合時間 くりこま高原駅…午前 7 時 20 分
古川駅…午前 8 時 10 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

紅染め体験と 寒河江フルーツ狩りツアー

と き 平成 27 年 10 月 25 日(日)
集合場所 大河原駅前
集合時間 午前 8 時 20 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

仙台東・仙台南・仙台北 3 地区合同

加茂水族館見学と 湯野浜温泉入浴ツアー

と き 平成 27 年 10 月 18 日(日)
集合場所 仙台駅東口 P
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 90 名(1 グループ 4 名まで)
携行品 雨具、入浴用タオル等
(湯野浜温泉・愉海亭みやじま)

石巻地区

ラスク工場見学と 上山温泉入浴ツアー

と き 平成 27 年 10 月 4 日(日)
集合場所 石巻駅前バス P
集合時間 午前 8 時 20 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
(上山温泉・仙溪園月岡ホテル)

社会保険協会費納入の御礼とお願い

平成27年度の協会費を納入いただき、ありがとうございました

「平成 27 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取り組んでまいります。

まだ、納入がお済みでないようであれば、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」がお手元にない場合には、当協会(TEL 022-266-0411)までご連絡くださいますようお願いいたします。

事業所の住所・名称等を変更の場合には、年金事務所に手続きをいただくとともに、当協会にもご連絡くださいますよう、お願いいたします。

(8) 社会保険みやぎ

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付けます。

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

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。)

下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)

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

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

※11月については11月30日も相談日です。

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。



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27年 9月 9日(水)	10:00～12:00 13:00～15:30	石巻年金事務所 0225-22-5118
大衡村役場	平成27年 9月17日(木)	10:00～15:00	予約制ではありません
登米市南方総合支所 (予約制)	平成27年 9月24日(木)★ 平成27年10月22日(木)★	9:30～12:00 13:00～15:30	古川年金事務所 0229-23-1204
泉区役所	平成27年10月 7日(水)	10:00～15:00	予約制ではありません

- ・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。
- ※年金出張相談所において、★印のついている日は、(一財)宮城県社会保険協会の保健師による無料の健康相談もおこないます。お気軽にご相談ください。

記事提供/日本年金機構・全国健康保険協会宮城支部

編集発行/(一財)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4階 ☎022-266-0411

http://www.shahokyo-miyagi.jp/

印刷/ハリウ コミュニケーションズ(株)



この印刷物は、
輸送・マイレージ低減によるCO₂削減や
地産地消に着目し、国産米めが油を
使用した新しい環境配慮型インキ
「ライスインキ」で印刷しており、
印刷用紙へのリサイクルが可能です。