

社会保険 みやぎ

SHAKAIHOKEN
MIYAGI No.766

2018
10/11

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
第9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.....	7
家庭用常備薬等斡旋について	7
「職場の健康づくり」を応援します!!	7
インフォメーションパーク.....	8



私たちの街の
橋のある風景

10

鳴子峡大深沢橋

なるこきょうおおふかざわばし

東北屈指の紅葉スポットとしても知られている鳴子峡。全長約3km、深さ100mのV字溪谷が続きます。日本の橋100選に選ばれている大深沢橋は歩いて渡ることもできますが、圧巻なのはやはり見晴台から観る景色。鳴子のシンボルと言われる絶景に、雨上がりには虹が彩りをそえてくれることもありますよ。

DATA

構造形式	鋼上路式アーチ橋
建造年月日	1961(昭和36)年
所在地	大崎市鳴子峡
河川	大谷川
目的	交通
長さ	99.7m
幅	6m

日本年金機構 からのお知らせ

事業主の
皆さまへ

電子申請を利用してみませんか

電子申請とは、書面やCD・DVDで行っていた賞与支払届、算定基礎届などの申請・届出を「e-Gov※（イーガブ）」を利用して行うことです。電子申請により、年金事務所の窓口に出向くことなくオフィスからインターネットでの申請・届出が可能になります。

※e-Govとは、電子政府の総合窓口（<http://www.e-gov.go.jp/>）のことをいいます。

メリット

電子申請なら

- ①時間にとらわれず 24 時間申請が可能です。夜間や休日でもお手続きできます。
- ②自宅や職場遠隔地どこでも、インターネットを使って簡単に申請ができます。
- ③手続きのため移動時間や待ち時間がありません。また、郵送コスト等の削減が期待できます。

電子申請ご利用の流れ

STEP1	電子証明書を取得します ・電子申請では、申請者の確認をするために電子証明書が必要になります。 ・電子証明書は、書面による手続きの際の印鑑に相当します。 ・電子証明書は、認証局と呼ばれる機関が発行しています。なお、発行には手数料がかかります。 ・詳細は、ホームページをご参照ください。	e-Gov 電子証明書 取得	検索
STEP2	パソコンの環境設定（利用準備）を行います ・ご利用のパソコンが電子申請するための条件を満たしているか確認を行います。 ・手順については、ホームページをご参照ください。	e-Gov 環境設定	検索
STEP3	申請データを作成します		

電子申請についてお問い合わせ先

STEP1、2についてのお問い合わせ先はこちらです

電子政府利用支援センター
050-3786-2225

受付時間

月～金曜日：4～7月 午前9時～午後7時
8～3月 午前9時～午後5時
土日、祝祭日：午前9時～午後5時

電子政府利用支援センター

検索

STEP3についてのお問い合わせ先はこちらです

ねんきん加入者ダイヤル

（日本年金機構電子申請・電子媒体申請照会窓口）

0570-007-123 ※音声案内の2番をご選択ください

050から始まる電話でおかけになる場合は

03-6837-2913 ※音声案内の2番をご選択ください

受付時間

月～金曜日：午前8時30分～午後7時 第2土曜日：午前9時～午後5時

※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

※平成30年9月3日より電話番号・受付時間が変更となっておりますのでご注意ください。

11月は「ねんきん月間」、11月30日（いいみらい）は「年金の日」です！

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置付け、国民の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普及・啓発活動を行います。

主な活動は、次のとおりです。

- ◆年金相談の窓口として全国各地で「出張年金相談」の開設
- ◆大学・高校などの教育機関や事業所等へ出向いての年金セミナーや年金制度説明会の開催
- ◆年金委員を対象とした研修会の開催

また、11月30日は、ご自身の年金記録や年金受給見込み額を確認し老後の生活設計に思いを巡らしていただく「年金の日」となっています。ぜひ、この機会に「ねんきんネット」をご利用ください。

ねんきんネット

検索

http://www.nenkin.go.jp/n_net/

「年金委員」に推薦をお願いします

年金委員制度の概要

年金委員は、年金制度について広く国民の皆様方に知っていただくとともに、制度への理解と信頼を深めていただくため、会社や地域においての普及啓発活動を行っていただくために設置されました。

「職域型」

職域型年金委員は、勤務されている適用事業所内において、従業員への年金制度の周知や、年金に関する助言等を行っていただき、適用事業所と年金事務所を結ぶパイプ役になっていただいています。

厚生年金保険の適用事業所のうち、常時300人未満の被保険者がいる事業所には1名以上、300人以上の被保険者がいる事業所には2名以上の設置をお願いしており、平成30年3月末において、全国で約11万3千人の方が年金委員として委嘱されています。

「地域型」

地域型年金委員は、自分が居住する地域の住民等に対して、年金制度の周知等を行っていただき、地域と年金事務所を結ぶパイプ役になっていただいています。

市町村や団体から推薦いただいた方に年金委員として活動していただいております。平成30年3月末において、全国で約5千人の方が年金委員として委嘱されています。

推薦の方法

「職域型」

厚生年金保険の適用事業所の事業主様が、「年金委員推薦書（職域型）」を管轄の年金事務所へ提出していただくこととなります。

「地域型」

市町村等が「年金委員推薦書（地域型）」を管轄の年金事務所へ提出していただくこととなります。

「年金委員」とは、政府が管掌する厚生年金保険及び国民年金に関する適用・給付・保険料などについて、会社や地域において啓発、相談、助言などの活動を行う民間協力員です。少子高齢化の進展にともない、年金制度の果たす役割はますます大きくなっています。「年金委員」は、会社の事業主や市町村からの推薦により厚生労働大臣が委嘱します。活動により、「職域型」と「地域型」の2つに区分され、「職域型」は主に厚生年金保険の適用事業所内、「地域型」は自治会などの地域において活動していただきます。

日本年金機構では、年金制度に関する冊子やリーフレット等の提供、各種研修会の開催など年金委員の活動を支援しています。また、長年にわたり政府管掌年金事業の推進及び発展にご協力いただいている年金委員に対して感謝の意を表して、年金委員表彰（厚生労働大臣表彰等）を行っています。

まだ年金委員を設置されていない事業主の皆様におかれましては、社会保険のご担当の方等をぜひ年金委員に推薦いただくようお願いいたします。

届書は日本年金機構ホームページ（<http://www.nenkin.go.jp/>）

または、お近くの年金事務所に備え付けてありますので、ご利用ください。

日本年金機構

検索

<http://www.nenkin.go.jp/>

年金事務所	問い合わせ先	年金事務所	問い合わせ先
仙台東年金事務所	022-257-6111	仙台北年金事務所	022-224-0891
仙台南年金事務所	022-246-5111	石巻年金事務所	0225-22-5115
古川年金事務所	0229-23-1200	大河原年金事務所	0224-51-3111

協会けんぽ からのお知らせ

「健康経営優良法人 2019」に応募しませんか？ ～「健康」で企業イメージを高めるチャンスです！～

メリットは？

- ・取引企業、金融機関への PR
- ・求職者、自社社員への PR
- ・様々な優遇措置が受けられる
- ・認定ロゴマークを名刺やホームページへ掲載でき、広く世間に PR



「健康経営優良法人認定制度」とは？

従業員の健康づくりに積極的に取り組む優良な法人を、経済産業省、日本健康会議（※）が顕彰する制度です。

従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人」として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目的としています。

2018 年協会けんぽ宮城支部加入の事業所から 9 社（中小企業部門）が認定されています。

※日本健康会議は、行政（経済産業省、厚生労働省、自治体）と民間組織（経済団体、医療保険者、医療団体等）が連携し、健康寿命延伸や適正な医療の実現を目的とした活動体です。

健康づくりに取り組む事業所イメージ



対象法人は？

業種	中小規模法人部門（①又は②）		大規模法人部門
	①資本金の額又は出資の総額	②常時使用する従業員の数	
①製造業、建設業、運輸業、その他（②～④を除く）	3 億円以下	1 人以上 300 人以下	301 人以上
②卸売業	1 億円以下	1 人以上 100 人以下	101 人以上
③サービス業	5 千万円以下	1 人以上 100 人以下	101 人以上
④小売業	5 千万円以下	1 人以上 50 人以下	51 人以上

（例）従業員数 400 名で資本金が 2 億円の製造事業者は「中小規模法人部門」、「大規模法人部門」のどちらの条件も満たすためエントリーの際にいずれかを選択できます。

「健康経営優良法人」の認定を受けるには・・・

認定を受けるには、健康宣言が必須！協会けんぽ宮城支部加入の事業所様におかれましては「職場健康づくり宣言」を是非ご活用ください！

※「健康経営優良法人」の詳細については、日本健康会議または経済産業省ホームページを、職場健康づくり宣言の詳細やご登録方法については、協会けんぽ宮城支部ホームページをご覧ください。

約 3 割の方が
ジェネリックに切り替え！

平成 29 年度ジェネリック医薬品軽減額通知による医療費削減効果

協会けんぽでは、平成 29 年 8 月と平成 30 年 2 月に約 700 万人の方に「平成 29 年度ジェネリック医薬品軽減額通知」を送付しました。この度、通知をもとにジェネリック医薬品へ切り替えたことによる医療費軽減額の集計ができましたのでお知らせします。



通知対象者

20 歳以上の加入者様（被保険者およびそのご家族）でお薬代の自己負担軽減額が一定以上見込まれる方

医療費削減効果

約 30.5% の方がジェネリック医薬品に切り替え、年間約 435 億円の医療費軽減となりました。

	通 知 対象者人数	切替人数（割合）	軽減効果額 （年）
宮城	約 15 万人	約 5 万人（33.3%）	約 10 億円
全国	約 700 万人	約 210 万人（30.5%）	約 435 億円



ジェネリック医薬品は効き目や安全性が先発医薬品と同等と厚生労働省から認められたお薬です。

健康長寿のために 「「お薬手帳」を活用しましょう」



みなさんお薬手帳を活用されていますか？お薬手帳は、使用中のお薬情報や過去の副作用情報などが記載された健康管理の強い味方です。お薬手帳は、従来の紙タイプのものから、現在ではスマートフォン用の電子おくすり手帳アプリもございます。荷物がかさばるなどの理由でお薬手帳を持つことをためらっていた方はアプリをご利用になってみてはいかがでしょうか？

お薬手帳は医療機関や薬局にご提示いただくことで、現在服用中の薬について飲み合わせの確認、重複がないか、薬の量が適切かどうかなどをチェックすることができます。

震災など大規模災害の際、医療機関の電子データが使えなくなる可能性があります。その際は、今まで使っていた薬について誰も分からない状況になります。しかし、お薬手帳があれば、今まで使っていたお薬の証明となり適切な医療を受けることが可能です。また、旅行先などで急に具合が悪くなった時、服用中のお薬情報を正確に伝えることができます。

病院を受診される際、薬局を利用される際、日常生活の中でも緊

急時に備えてお薬手帳は保険証や受給者証などとセットでお持ちいただくことをお勧めいたします。

次にお薬手帳に記載する内容についてご紹介いたします。

お薬手帳にはアレルギーの有無、過去の副作用の記録、既往歴などを書いておいてください。薬局で調剤された薬の情報だけでなく、服用中の市販薬やサプリメント、健康食品の情報も記載することで、飲み合わせによる副作用を回避することができます。また、体調変化や気になること、薬の効果の実感など医師や薬剤師に伝えたいことをメモすることで、受診した際の伝え忘れを防ぐこともできます。お薬の飲み忘れなどで残薬がある時もお薬手帳にメモを取り、医師に伝えることで日数調整が可能です。

お薬手帳は、お薬の処方歴を記載するだけのものではなく、患者様と医師、薬剤師をつなぐツールにもなります。自分自身の総合的な健康管理手帳としてぜひご活用ください。

一般社団法人 宮城県薬剤師会 広報委員会 菅野隆文



全国健康保険協会 宮城支部
協会けんぽ

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

協会けんぽ宮城

検索

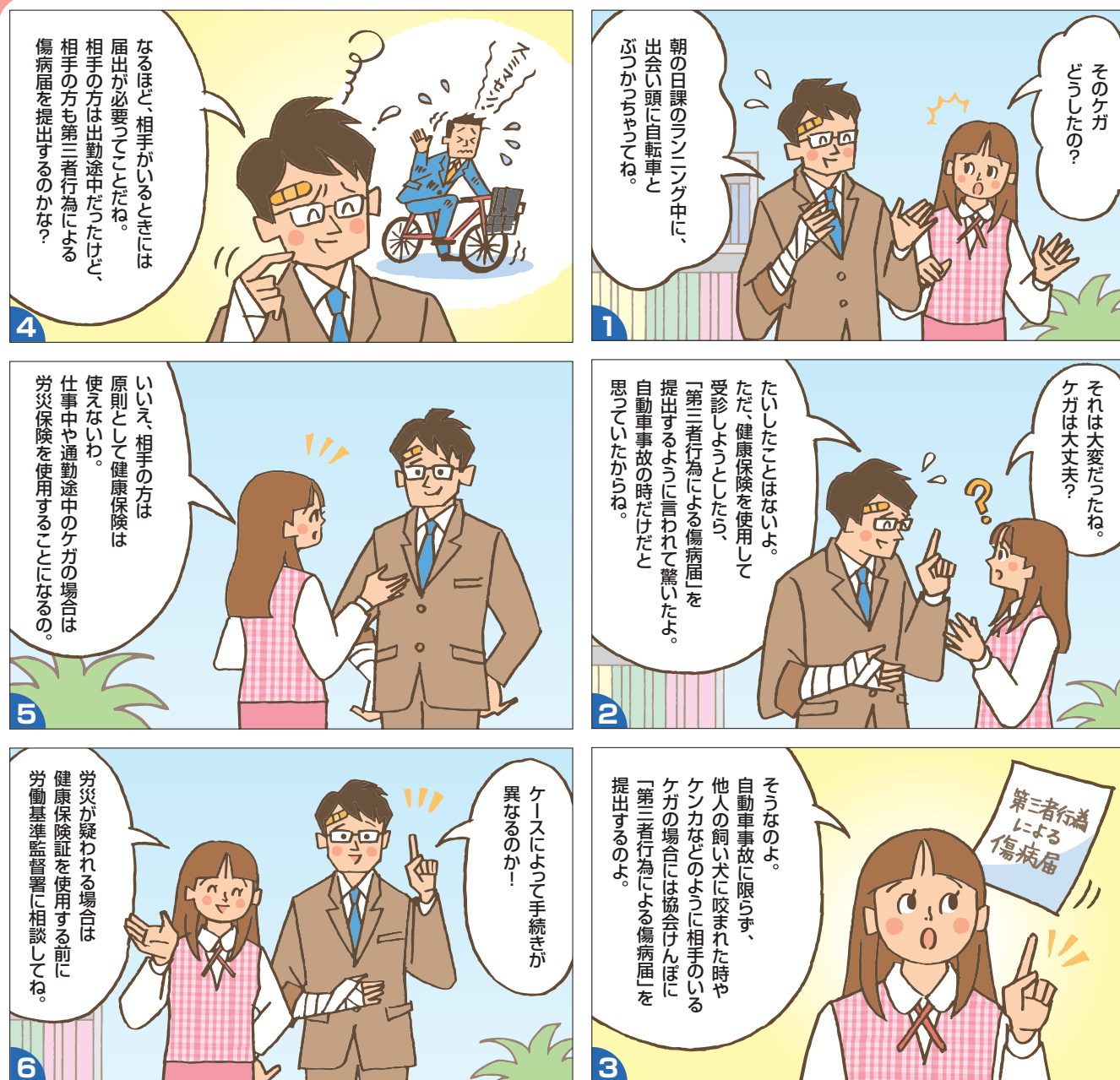


〒980-8561 仙台市青葉区国分町3-6-1
仙台パークビル8F

☎ 022-714-6850
FAX 022-714-6857

M美
さんの

社会保険物語

第三者行為による傷病
第101話

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傷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。

仕事中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

第9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、日本年金機構年金事務所職員を講師として「年金保険」、全国健康保険協会宮城支部職員を講師として「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 30 年5月 22 日(火) 仙台市青葉区「ハーネル仙台」
- 2. 平成 30 年5月 24 日(木) 大崎市古川「グランド平成」
- 3. 平成 30 年5月 28 日(月) 大河原町「コミュニティーセンター・オーガ」
- 4. 平成 30 年5月 29 日(火) 石巻市「河北総合センター・ビッグバン」
- 5. 平成 30 年6月4日(月) 仙台市青葉区「ハーネル仙台」
-



◆◆ 家庭用常備薬等斡旋について ◆◆

- 別添折り込みチラシのとおり、当協会会員事業所の従業員の皆様、並びにご家族の皆様の健康管理にお役立っていただきたく家庭常備薬等の斡旋を実施することといたしましたのでご案内いたします。購入をご希望の方は別添折り込みチラシにより申し込みください。

※ お申し込み等のお問い合わせは、別添折り込みチラシの業者をお願いいたします。

「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

- 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
- 保健師による日常の生活管理の講習会及び健康管理等の話

※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

ー職場での健康管理研修等にご利用いただいておりますー

(DVD一覧)

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| 1. はじめてのウォーキング&ジョギング | 7. 健康は歯周病の予防から～歯周病を予防しよう |
| 2. 若々しい体をキープ！エクササイズ&ダイエット | 8. エンジョイススポーツライフ |
| 3. Good-bye ストレス | 9. サイレントキラー高血圧の恐怖 |
| 4. 正しく知れば怖くない がんのお話し | 10. 1に運動・2に食事・しっかり禁煙・最後にクスリ |
| 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 | 11. マシンを使わない筋力向上トレーニング |
| 6. 健康診断を受けてよかった | 12. エクササイズでコミュニケーション |
| | 13. 野菜パワーでからだ元気 |

いずれも無料で行っております。積極的にご活用願います。

- ◆ 申し込みは「健康づくり指導講習会等申込書」をFAXにより送付願います。
- ◆ 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お願いします。(※講師の都合によりお受けできない場合があります。)

申し込み
問い合わせ先

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

★★宮城県社会保険協会のホームページをリニューアルしました★★

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。

ねんきんダイヤル(ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号)



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 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。)

※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。

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

※全国社会保険労務士会連合会が受託運営しています



年金相談の受付時間と週末相談(予定)

11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	

12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

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。



11月・12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
予約制 南三陸町役場	平成30年11月14日(水)	10:00～12:00 13:00～15:30	石巻年金事務所 0225-22-5118
予約制 まほろばホール	平成30年11月15日(木)	10:00～15:00	仙台北年金事務所 022-224-0895
予約制 七ヶ浜町役場 水道庁舎	平成30年11月14日(水)	10:00～15:30	仙台東年金事務所 022-257-6116
予約制 利府町民交流館	平成30年11月28日(水)	10:00～15:30	
予約制 登米市南方総合支所	平成30年11月22日(木)	9:30～12:00	古川年金事務所 0229-23-1204
	平成30年12月27日(木)	13:00～15:30	
ザ・モール仙台長町店	平成30年11月30日(金)	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か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。

年金の予約相談を実施しています。

日本年金機構では、業務の迅速化に努めておりますが、受付状況によっては窓口が混雑する場合がございます。年金のご相談の際には、事前にご予約のうえ、年金事務所へおいでいただくとスムーズに相談できます。

予約相談は全国どここの年金事務所でも実施しています。

なお、予約相談希望日の1か月前から受付しています。

予約の申し込みは「予約受付専用電話」へ

0570-05-4890