

社会保険みやぎ

SHAKAIHOKEN MIYAGI No. 788

2022

6/7

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 M美さんの社会保険物語

7 社会保険協会からのお知らせ

8 インフォメーションパーク

みやぎの
観光名所

08

三本木ひまわりの丘 さんぼんぎひまわりのおか / 大崎市

太陽の方に向かって咲くひまわりが一面に広がる大崎市三本木のひまわりの丘。6 ha のなだらかな斜面に 42 万本のひまわりが咲き誇ります。7 月下旬からひまわりの丘まつりが開催され見頃を迎えます。夏の暑さに負けずに咲き競うひまわりは訪れる人々を元気にしてくれます。

日本年金機構 からのお知らせ

算定基礎届の準備をお願いいたします！

「算定基礎届」は、被保険者（健康保険・厚生年金保険に加入している従業員）の実際の給料と標準報酬月額との間に大きな差が生じないよう、毎年1回、標準報酬月額を見直すための届出です。この「算定基礎届」により決定された標準報酬月額は、原則として1年間（9月から翌年8月まで）固定され、納めていただく健康保険・厚生年金保険料だけでなく、傷病手当金などの健康保険給付や、将来の老齢厚生年金などの年金給付の計算の基礎となります。

事業主の皆様には、毎年7月1日現在におけるすべての被保険者の標準報酬月額を決定するために、「算定基礎届」を提出いただいています。

今年度の「算定基礎届」については、令和4年6月中旬より、順次、事業主の皆様へ送付いたしますので、**同封される「算定基礎届の記載例」や日本年金機構ホームページをご参考の上、適正な届出と提出期間内のご提出をお願いいたします。**

【提出期間】

令和4年7月1日(金)～令和4年7月11日(月)

【提出方法】

郵送（同封される返信用封筒をご利用ください。）または **電子申請**

※管轄の年金事務所への持参も可能です。

※仙台東年金事務所の駐車場は大変混雑しますので、ご来所の際は公共交通機関の利用にご協力ください。

【郵 送 先】

〒980-8461 日本年金機構 仙台広域事務センター

※封筒に、郵便番号と名称のみの記載で郵送することができます。

【届 出 後】

- 算定基礎届により決定された標準報酬月額は、後日「標準報酬決定通知書」により事業所様へお知らせします。通知書が届きましたら、被保険者（従業員）の方々へ新しい標準報酬月額をお知らせください。
- 新しい標準報酬月額は、9月分の保険料（10月末納期限）から計算の基礎となります。10月に支払う給料から、新しい標準報酬月額に基づく保険料を控除してください。

【問 合 先】

記入の仕方、用紙の送付依頼など、算定基礎届についてお問い合わせは、「ねんきん加入者ダイヤル」へお願いいたします。

「ねんきん加入者ダイヤル」(事業所、厚生年金加入者向け)

TEL 0570-007-123

《受付時間》 月～金曜日 午前8:30～午後7:00
第2土曜日 午前9:30～午後4:00
※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。

事業主の皆さまへ

社会保険手続きは

電子申請 をご利用ください

いつでも！

どこでも！

カンタンに！

電子申請とは申請・届出を、紙やCD・DVDではなく、インターネットを利用して行うことです。

電子申請が
いちばん
早い！

電子申請なら紙や電子媒体での申請よりも早く処理がされます。例えば健康保険証は、紙で申請するより3～4日早く届きます。

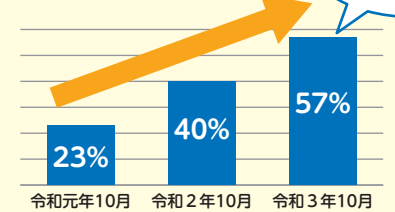
Q 電子申請のメリットは何ですか？

A 24時間365日いつでもどこでも申請可能です。郵送費などのコスト削減も期待できます。

Q ネットワークは安全ですか？

A セキュリティに配慮し、安全な仕組みを構築しています。

主要な届出※の
電子申請実施率



※資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届・被扶養者（異動）届・国民年金第3号被保険者関係届

電子申請による届出が
増えています！

電子申請のご利用方法

3ステップでカンタンにご利用できます！

STEP1

「GビズID」のアカウント取得

STEP2

申請データの作成

STEP3

届書作成プログラム※から申請

※届書作成プログラムとは、届書を簡易に作成・申請できるプログラムで、日本年金機構ホームページから無料でダウンロードできます。

GビズIDってなに？

GビズIDとは、1つのアカウントで複数の行政サービスにアクセスできる認証システムです。

無料で利用することができます。ぜひご利用ください。

「GビズID」の詳しい内容、手続きはGビズID ホームページをご覧ください。



<https://gbiz-id.go.jp>

GビズID 検索

ご利用に関するお問い合わせは日本年金機構ホームページをご覧ください

初めて電子申請をご利用する方は「電子申請ご利用案内動画」をご覧ください。

また、よくあるお問い合わせは「電子申請相談チャット」をご利用ください。



日本年金機構 電子申請 検索

<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>

お電話での電子申請のご利用に関する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 (ナビダイヤル)→「2番」をお選びください
 - 050 から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913→「2番」をお選びください
- 〈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30分～午後4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。

協会けんぽ からのお知らせ

「要治療」を放置している方へ ～健診は受けた後が大切です～



協会けんぽでは、生活習慣病予防健診の健診結果とともに左のような医療機関への早期受診をお勧めするチラシを受診者様にお渡ししています。

治療開始が遅いほど、病気が深刻となる可能性があり、重症化するほど医療費も増大します。

重い病気になる前に、自覚症状の有無にかかわらず医療機関を受診し、将来の病気を予防しましょう。

●不健康な状態を放っておくと・・・



●重症化を防ぐためのポイント

血圧・血糖検査で「要治療」の判定となったら
速やかに必ず受診しましょう



【事業主様・健診ご担当者様へのお願い】

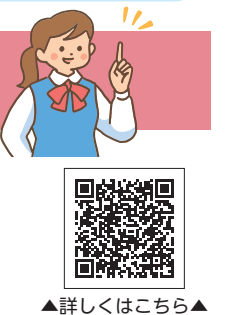
従業員様の健診結果について、労働安全衛生法で実施が義務づけられている法定検査項目は、本人の同意の有無に関わらず、事業者が把握することが前提となっています。

従業員様の健康を守るため、健診結果から血圧、血糖値が高いことが把握できた場合は、**医療機関への早期受診をお勧めください。**

お問い合わせ先：保健グループ TEL 022-714-6854

インセンティブ制度をご存じですか？

協会けんぽには、加入者・事業主の皆様を取組を保険料率に反映させる制度があります。以下の5つの指標に基づき、都道府県支部をランク付けし、上位の支部は保険料率が引き下げられます。特に①②④は下記「職場健康づくり宣言」の必須事項にも関連していますので、一緒に取り組んでいきましょう。



① 特定健診等の 受診率	② 特定保健指導 の実施率	③ 特定保健指導 対象者の減少率	④ 速やかに医療機 関への受診を要 する者の受診率	⑤ ジェネリック医 薬品の使用割合
--------------------	---------------------	------------------------	------------------------------------	-------------------------

「インセンティブ制度（令和2年度実績）」の結果発表

宮城支部は全国第13位となり、標準報酬月額30万円で計算した場合、令和4年度は年間876円に相当する保険料額の引き下げ（労使折半前）につながりました。



「職場健康づくり宣言」エントリー募集中です

協会けんぽ宮城支部では「職場健康づくり宣言」を通じて、皆様の健康づくりをサポートしています。「職場健康づくり宣言」に登録されていない協会けんぽ加入事業所様は、この機会にエントリーいただきますようお願いします。



お問い合わせ先：企画総務グループ TEL 022-714-6851

くすり Q&A



Q1 医師から解熱鎮痛薬が処方されましたが、症状がおさまりました。家族が発熱したので、これを服用させてもいいですか？

A1 絶対に服用させてはいけません。
医師は患者の症状、病気にあわせて処方します。同じ発熱でも原因となる病気が同じとは限りません。大人には安全なくすりでも子供や妊婦にとって危険なくすりもあり、また家族の中にはアレルギー体質の人もあるかもしれません。思わぬ結果を引き起こすことのないよう注意しましょう。

Q2 今まで飲んでいた錠剤が、同じ成分で水なしで飲める錠剤（口腔内崩壊錠）に変更になりました。くすりの効果に差はないのでしょうか。

A2 水なしで飲める錠剤は、一般に口腔内崩壊錠といわれています。この錠剤は、従来の錠剤と効果に差がないことが試験で確認されています。また、水で飲んだ時と水なしで飲んだ時の差がないことも確認されていますので、ほかのくすりと一緒に水で飲んでも差し支えありません。
口腔内崩壊錠は、唾液あるいは少量の水分により数十秒で崩壊するため、錠剤をうまく飲み込めない高齢者や水分摂取制限

を受けている方にとっても有用でしょう。
また口腔内崩壊錠の中には吸湿性が高いものもあるので、そのような錠剤は飲む直前に包装から取り出すようにしてください。

Q3 市販のくすり（一般用医薬品・要指導医薬品）でも、副作用はありますか？

A3 市販のくすりでも副作用がでることはあります。
くすりを飲んで、発疹がでる、体のだるさや食欲不振がひどくなる等の場合は副作用の可能性がります。また熱が下がらない、痛みが改善されない等の症状がよくならないばかりか、かえって悪化するような時はくすりを中止して医療機関を受診することをお勧めします。市販薬を購入する時は、副作用や飲み合わせについて薬剤師に相談してください。
いつも使っているくすりでも、体の調子により副作用がでることがあります。また、はじめて使うくすりは特に注意が必要です。

一般社団法人宮城県薬剤師会
広報委員会 山口 勇



全国健康保険協会 宮城支部
協会けんぽ

協会けんぽ 宮城 検索

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

〒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 (代表)
FAX 022-714-6857

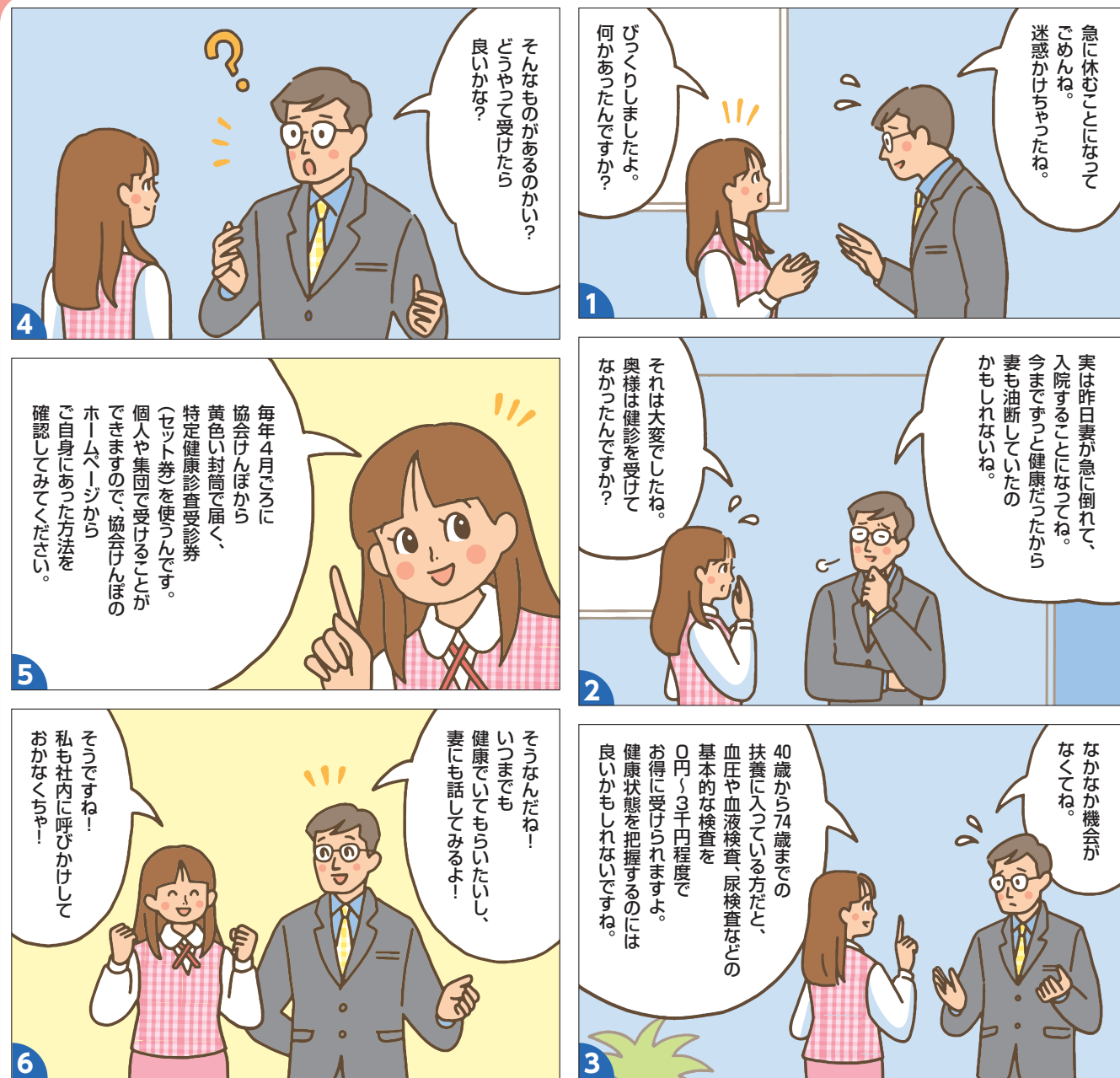
宮城支部メルマガ
会員募集中！



登録はこちら

M美
さんの

社会保険物語

年に一度健診を
受診しましょう
第123話

協会けんぽからのお知らせ

※職場内で閲覧してください

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

被扶養者様の特定健診（特定健康診査）の対象となるのは、協会けんぽ加入の40歳～74歳までの被扶養者（ご家族）様となります。特定健康診査とは、生活習慣病やその前兆であるメタボリックシンドロームを早期に発見・改善するための健診です。事業主、事務ご担当者、被保険者の皆様におかれましては、ご家族様の健康のため、健診を受診するようお声がけいただきますようお願いいたします。

健診の受け方には種類がございます。下記QRより、ご自身にあった方法で受診してください。

同じ年度内（4月～3月末まで）に健診は一度しか受けられません。

特定健診（特定健康診査）の受け方はこちら→



社会保険協会からのお知らせ

一般財団法人
宮城県社会保険協会

令和4年度の主な事業のご案内

令和4年度事業計画について、（一財）宮城県社会保険協会理事会において承認されました。
主な事業をご案内いたします。

◆健康保険・年金制度の普及宣伝事業

●広報の推進

●広報誌「社会保険みやぎ」を隔月発行

日本年金機構県内6年金事務所と全国健康保険協会宮城支部のご協力をいただき、制度改正等の周知や事務手続き関係等のほか年金事務所の年金相談に関する情報、社会保険協会事業等を掲載します。

●ホームページの開設

各種協会事業等のほか、広報誌「社会保険みやぎ」の過去発行分などもご覧いただけます。

●社会保険事務手続き等に関する参考図書の配布

算定基礎届等社会保険事務に役立つ参考図書を無償で配布します。

●事務講習会等の開催

●社会保険新任担当者等事務講習会を開催します。（9月）

◆健康管理事業

●健康づくり指導講習会・健康相談等への講師派遣（年間）

管理栄養士、体育専門家等を各事業所に派遣します。

●健康づくりDVDの貸出し（年間）

各種DVDを準備しており、職場での健康管理研修等にご利用いただいております。

◆健康・福利増進事業

●春・秋のハイキングの実施（6月・10月）

県内5地区で予定します。

●ハゼ釣り大会の開催（10月）

松島湾内でのハゼ釣り大会を開催します。

●スキーリフト券購入助成（12月～2月）

スプリングバレー泉高原スキー場のリフト券購入助成をします。

●契約宿泊施設を利用された場合の補助（年間）

下記「契約宿泊施設の宿泊料金の補助」をご覧ください。

●各種施設の優待事業の実施

「うみの杜水族館」の施設利用割引、「全社連」契約施設の優待利用、「（一財）宮城県社会保険協会」契約施設の優待利用等、各種優待事業の実施を進めております。（優待施設事業の詳細はHPをご覧ください）

◆年金シニアライフセミナー

退職予定者、事業所の担当者、被保険者等の方々を対象に年金シニアライフセミナーを開催します。（10月）

◆年金委員・健康保険委員の活動への協力

宮城県社会保険委員会連合会ならびに県内6社会保険委員会の活動を支援します。

※「新型コロナウイルス」の感染状況等により一部事業を中止、延期等の場合がありますので、ご承知おきくださいますようお願いいたします。

※令和4年度「春のハイキング」は新型コロナウイルス感染防止のため中止といたします。

「契約宿泊施設の宿泊料金の補助」について

これまで宮城県社会保険協会で行ってきた契約宿泊施設利用の宿泊料金の助成については、「全社連」優待事業の内容によらず、従来どおり「協会費払込受領証」の写し・宿泊者の「健康保険証（含被扶養者）」を提示により、ご利用者お一人につき1,000円の割引をします。

（令和4年7月1日から令和5年6月30日までは「令和4年度協会費払込受領証」の写し・宿泊者の「健康保険証（含被扶養者）」をご提示願います。（令和4年6月30日迄は「令和3年度払込受領証」の写しでも可。）
なお、同一人のご利用には上限があります。

・・・契約宿泊施設・・・

「鳴子やすらぎ荘」
☎ 0229-87-2121

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4階
TEL 022-266-0411 FAX 022-266-0471

ホームページでもご覧いただけます

宮城県社会保険協会 検索

電話によるお問い合わせは専用ダイヤルへ

年金事務所の電話は大変混み合っております

ねんきん加入者ダイヤル(年金の加入に関する一般的なお問い合わせ)

●事業所・厚生年金加入者向け



0570-007-123 (ナビダイヤル)

※050で始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913

●国民年金加入者向け



0570-003-004 (ナビダイヤル)

※050で始まる電話でおかけになる場合は、03-6630-2525

受付時間 ●月～金曜日 8:30～19:00
●第2土曜日 9:30～16:00

ねんきんダイヤル(年金の受け取りに関する一般的なお問い合わせ)



0570-05-1165 (ナビダイヤル)

※050で始まる電話でおかけになる場合は、03-6700-1165

受付時間 ●月～金曜日 8:30～17:15 ※月曜日(祝日の場合は翌営業日)は19:00まで
●第2土曜日 9:30～16:00

ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル



0570-058-555 (ナビダイヤル)

※050で始まる電話でおかけになる場合は、03-6700-1144

受付時間 ●月～金曜日 8:30～17:15 ※月曜日(祝日の場合は翌営業日)は19:00まで
●第2土曜日 9:30～16:00

ご利用にあたってご留意いただきたいこと

- ・土曜日(第2土曜日を除く)、日曜日、祝日、12/29～1/3はご利用いただけません。
- ・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。
- ・050で始まる電話でおかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。
- ・お問い合わせの際には、基礎年金番号または年金証書番号をお知らせください。

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

相談時間 ●月～金曜日 8:30～17:15
●第2土曜日 9:30～16:00

※月曜日(祝日の場合は翌営業日)は19:00まで受付時間を延長しています。
※祝日、12/29～1/3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

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)

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

日本年金機構 検索

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



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。