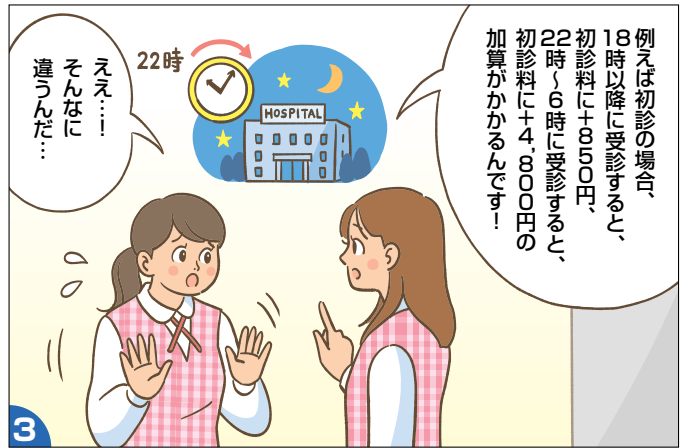
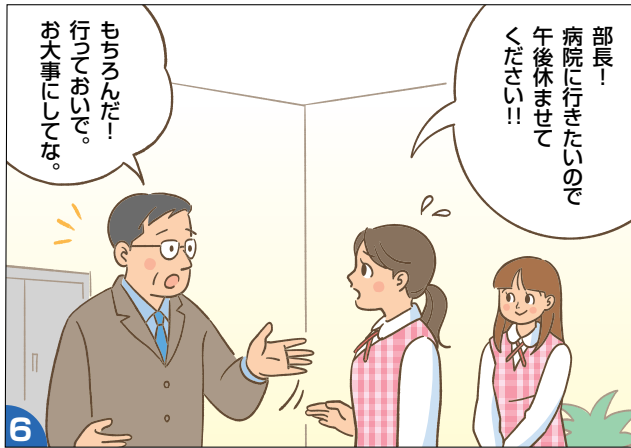
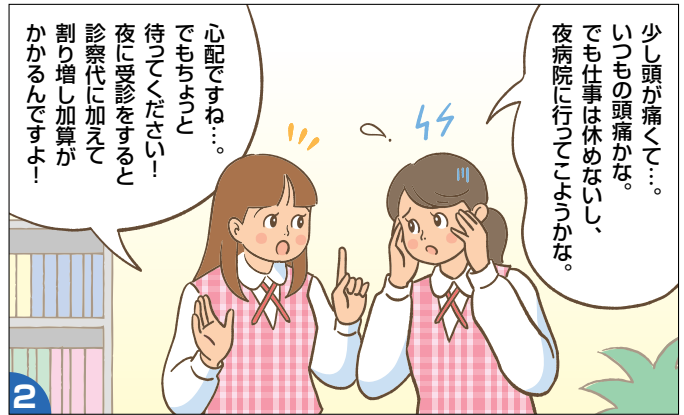
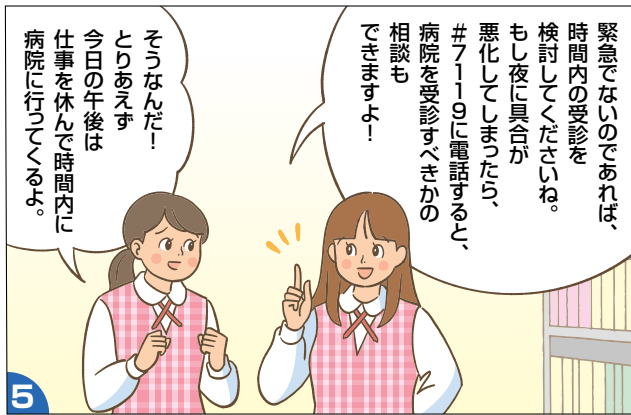
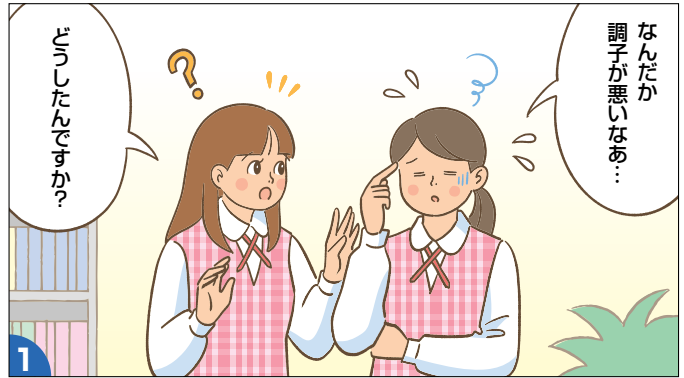
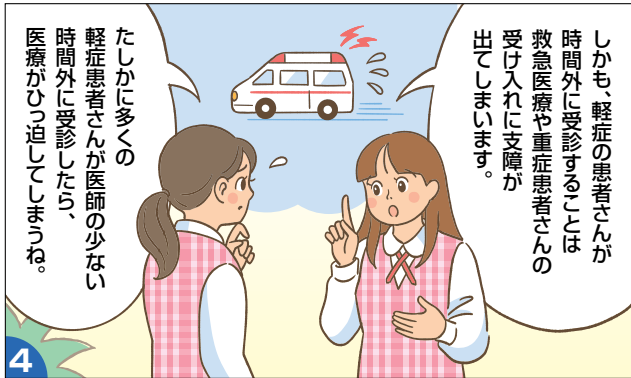


M美  
さんの

# 社会保険物語

上手な医療のかかり方  
時間外受診  
第141話



## 協会けんぽからのお知らせ

**休日・夜間** に受診すべきか迷ったら...

電話で相談できる窓口があります！

こども #8000

医師や看護師に「症状にどう対応すべきか」「受診すべきか」等を相談することができます！

おとな #7119

**事業主** の方へのお願い

従業員の方が診療時間内に受診できるよう**業務の調整**や**環境づくり**にご協力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 企画総務グループ TEL 022-714-6850 ※音声ガイダンス「4」をご選択ください。

## 社会保険協会費納入の御礼

「令和7年度社会保険協会費」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。厚く御礼申し上げます。

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ので、引き続きよろしくようお願い申し上げます。

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）までご連絡いただければ再送付いたしますのでよろしくお願いたします。

※会員事業所様のご負担を少なくするために、収納代行業者（三井住友カード(株)）のコンビニ収納サービス等を活用しております。また、請求書の送付も発送代行業者（三井住友カード(株)）に委託しております。



### 事業所の所在地・名称や被保険者数に変更があった際は「社会保険協会にも連絡」をお願いします。

「社会保険みやぎ」を確実に事業所様へお届けするために、事業所名称・所在地・被保険者等を変更されたときは、管轄の年金事務所への所定の手続きをされますとともに、当協会へもご連絡をお願いいたします。

#### 【変更手続きの方法】

当協会ホームページ（<https://shahokyo-miyagi.jp/>）⇒「各種届出書」から  
（スマートフォンの場合は「各種届出書」から）

- 「WEBでのお申込み」：必要事項をフォームに入力し、送信してください。
- 「用紙でのお申込み」：用紙をダウンロードし、必要事項をご記入の上、FAXまたは郵送でお送りください。

広報誌「社会保険みやぎ」2025.2月3月号7ページに「会員事業所変更届」を掲載しております。

※日本年金機構へ変更の手続きをされても、当協会に変更情報が自動的に提供されることはありません。

なお、昨年度までは専用はがきにて「会員事業所変更届」をお送りしておりましたが、今年度より廃止いたしました。皆様には、環境への配慮及び手続きの効率化のため、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



宮城県社会保険協会HP

協会ホームページのTOPページの  
こちらのバナーをクリック!!



#### 会員事業所変更届

(記入例)

	変更前 (全てにご記入ください)	変更後 (変更項目のみ記入ください)
事業所k号	仙北いろは	
事業所番号	1234	
事業所名称	一般財団法人宮城県社会保険協会	
事業所所在地	〒980-0802 仙台市青葉区二日町〇-〇	〒980-0802 仙台市青葉区二日町10-20
電話番号	022-266-0411	
被保険者数	3	

※この変更届に係る会員の情報は、適切に管理し当協会の事業目的にのみ利用させていただきます。

### 「契約宿泊施設の宿泊料金の補助」について

当協会の契約宿泊施設利用の宿泊料金助成（全日、ご利用者お一人につき1,000円の割引）は、「協会費 払込受領証（写）」・宿泊者の「健康保険証（含被扶養者）」のご提示が必要ですが、今般、健康保険証が「マイナ保険証」に切替わるなど、提示が難しくなっております。

今後、利用する場合は、「全社連」発行の「施設利用会員証（※施設利用会員証（WEB版）含む）」を当日フロントにご提示ください。

なお、「施設利用会員証」をお持ちでない方は、当協会に「施設利用会員証（紙カード）又（WEB版）」をお申込みください。

詳しいお申込み方法につきましては、当協会HP ⇒「会員特典ページ」または「会員限定ページ」をご覧ください。

#### 施設利用会員証



WEB版



紙カード

… 契約施設 …

「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 TEL 022-266-0411 FAX 022-266-0471

宮城県社会保険協会

検索



### ◆◆ 家庭常備薬等斡旋について ◆◆

- 昨年度も実施しましたが、大変好評でしたので、今年度も別添折り込みチラシのとおり、従業員の皆様、並びにご家族の皆様の健康管理にお役立ていただきたく、家庭常備薬等の斡旋を実施することと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。

※この件の、「お申し込み」及び「お問い合わせ」等は、別添折り込みチラシの業者をお願いいたします。

# 社会保険協会からのお知らせ

## 令和7年度 事業計画・収支予算が成立しました

### ◆ 社会保険制度の周知・広報

#### ● 広報の推進

- ・広報誌「社会保険みやぎ」を隔月発行
- ・ホームページの充実及び利用拡充

申込みフォームを利用し参加申込みや事業所変更届が提出できます。 新規

- ・社会保険事務手続き等に関する参考図書の配布

#### ● 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) 県内5地区で予定します。
- ・年金シニアライフセミナー (10月) 県内5地区で予定します。

### ◆ 健康・福利増進事業

#### ● 健康づくり指導講習会・健康相談等への講師派遣 (年間)

#### ● 健康づくりDVDの貸出し・動画コンテンツ配信 (年間) 新規

### ◆ 健康・福利増進事業

#### ● 「みやぎ歩け歩け大会」への参加助成 (通年)

#### ● スキーリフト券購入優待「スプリングバレー泉高原スキー場」(12月～3月)

#### ● ジップライン及び芋煮会の購入優待「上記スキー場」(9月～11月) 新規

#### ● 各種施設の優待事業の実施

- ・「仙台うみの杜水族館」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
- (優待施設事業の詳細はHPをご覧ください)

### ◆ 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。

### ◆ 社会保険協会への加入促進

当協会の設置目的や事業内容等を分かりやすく説明し、加入促進を図ります。

### 収入支出予算額

科目	予算額
事業活動収入	49,040
(内会員会費)収入	49,000
収入合計	49,040

### 支出の部 (単位:千円)

科目	予算額
事業活動支出	
(事業費)	31,482
(管理費)	17,558
支出合計	49,040

## 講習会やセミナーに参加してみませんか 詳細は、8月・9月号で ご案内します。

### ● 社会保険新任担当者等事務講習会

社会保険の手続きってなんとなく難しそう、誰に聞いたらよいかわからない…。入社退社に関する手続きの際に必要な情報は？何をいつまでに提出するの？ など基礎から学ぶ社会保険手続きを日本年金機構各年金事務所職員や全国健康保険協会宮城支部(協会けんぽ)職員を講師に社会保険実務の手引きをテキストに講習会を開催しています。

昨年より、保健師を講師に迎えて、「健康づくり」をテーマにした講話を行っています。

スケジュールは以下のとおり各地区を会場に行いますので多くの担当者の方々の参加をお待ちしております。

令和7年度 新任担当者事務講習会(案)

地区	日時	会場	所在地	備考
仙台地区	9月3日(水) 13:30～16:15	TKP ガーデンシティ PREMIUM 仙台西口	仙台市青葉区花京院1-2-15	募集人数: 各70人
	9月19日(金) 13:30～16:15	5階 カンファレンスルーム51	ソララプラザ5階 022-204-1036	
石巻地区	9月12日(金) 13:30～16:15	石巻商工会議所(会議室)	石巻市中央2-9-18 0225-22-0145	募集人数: 40人
大崎地区	9月9日(火) 13:30～16:15	グランド平成(3階 富士の間)	大崎市古川駅前大通5-3-2 0229-23-6363	募集人数: 40人
大河原地区	9月24日(水) 13:30～16:15	大河原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 0224-52-1110	募集人数: 25人

### ● 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。人生100年時代に向けて、新たなステージの準備を始めましょう 会員事業所の従業員の方々には、退職前などに一旦立ち止まり、早めの準備で安心したセカンドライフ手に入れるよう、人生設計を見直してみたいかがですか。専門の講師を迎えて、テキストの「年金ライフプランのすすめ」も無料でプレゼントします。

※今年は仙台地区で土曜日開催を試験的にを行います。ご夫婦での参加など、多くの参加者をお待ちしています。

開催スケジュールは以下のとおりの予定となります。

令和7年度 シニアライフセミナー(案)

地区	日時	会場	所在地	備考
仙台地区	10月9日(木) 12:55～16:45	ホテル白萩 2階錦の間	仙台市青葉区錦町2-2-19 022-265-3411	募集人数: 各70人
	10月25日(土) 12:55～16:45	ハーネル仙台 2階松島A	仙台市青葉区本町2-12-7 022-222-1121	
石巻地区	10月8日(水) 12:55～16:45	石巻商工会議所(会議室)	石巻市中央2-9-18 0225-22-0145	募集人数: 50人
大崎地区	10月28日(火) 12:55～16:45	グランド平成(3階 富士の間)	大崎市古川駅前大通5-3-2 0229-23-6363	募集人数: 50人
大河原地区	10月29日(水) 12:55～16:45	大河原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 0224-52-1110	募集人数: 30人

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



宮城県内の各事業主・団体等の皆様へ

一緒に健康づくりに取り組みませんか？

スマートみやぎ健民会議

会員団体募集中！



©宮城県・旭プロダクション

「スマートみやぎ健民会議」って何？

働き盛り世代の皆様が、働きがいや生きがいをもって仕事を続けるうえで、健康な心身は欠かすことができません。

宮城県では、企業、保険者、医療・保健・産業分野の機関・団体、報道機関、行政などと力を合わせ、県民の健康と幸せを実現するための県民運動を推進することを目的に、スマートみやぎ健民会議を組織しています。

現在、県内の企業・団体 1029 団体が会員となり、従業員の健康づくりなどに取り組んでいます。

※R7.4.1 現在

会員になると・・・

- ・ スマートみやぎ健民会議(宮城県)ホームページに、団体名・企業名が掲載され、健康づくりに取り組む企業、団体としてイメージアップにつながります。
- ・ 「スマートみやぎ健民会議ロゴマーク」が使えます(※別途申請が必要です)。
- ・ 企業向けに開催している「歩数アップチャレンジ」などのイベントや、お役立ていただける情報を県からお知らせします。



会員登録方法は？ ※登録は無料です。

右記ホームページ内の申込フォームから御登録いただくか、登録書をダウンロードいただき、宮城県保健福祉部健康推進課に電子メールなどでお送りください。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

ホームページ

<https://www.pref.miyagi.jp/site/sumart01/kaiinitiran.html>



スマートみやぎ健民会議

検索

【お問い合わせ先】 宮城県保健福祉部健康推進課 Email : [kensui-k2@pref.miyagi.lg.jp](mailto:kensui-k2@pref.miyagi.lg.jp)

社会保険協会からのお知らせ 追加申込みのご案内



自然を感じるウォーキングやトレッキング

バスツアー旅行代金の一部(3,000円)を助成します  
 会員事業所にお勤めの従業員とご家族が下記の宮城交通株式会社・河北新報社主催の健康増進企画のバスツアー「みやぎ歩け歩け大会」に参加申込みされた場合、一部代金(3,000円)を助成します。  
 ※令和7年度の「協会費」が納入済みであることを確認のうえお申し込みください。  
 ※お一人様1回限りの助成となります。  
 ※募集人員は各コース40名(1グループ1コース4名まで)

**福島県 福島市** **浄土平から登る一切経山または鎌沼散策** **山岳ガイド付き 日帰り入浴付き**  
 「魔女の瞳」で有名な一切経山・多くの高山植物が生い茂る鎌沼を歩きます。  
**代金 10,800円** (1人1席の場合) ※1人2席の場合、追加代金+2,200円 ●最少催行人員 / 20名 **7/12土** **日帰り** 食事条件なし / 添乗員同行

**岩手県 遠野市** **民話と伝説の里・遠野ふるさとウォーク** **昼食付き 語り部さんの昔話付き**  
 民話の里を歩いた後は、語り部さんのおはなしに耳を傾けてみましょう。  
**代金 11,500円** ●最少催行人員 / 20名 ●約7km・約2時間 ●標高差約30m / 難易度★★ **9/6土** **日帰り** 食事条件: 昼1 / 添乗員同行

**青森県 五所川原市 弘前市** **津軽富士見湖遊歩道・鶴の舞橋ウォーキングと高山稲荷神社千本鳥居散策**  
 雄大な津軽富士に見守られながら歩く1泊2日の旅。  
**代金 34,800円** (1人1席の場合) ※1人2席の場合、追加代金+4,200円 ●最少催行人員 / 20名 ●約3km・約1時間(津軽富士見湖パーク) ●標高差約20m / 難易度★ **7/27日~28日** **宿泊 / 1泊2日** 食事条件: 朝1・昼2・夕1 / 添乗員同行

詳しい内容は下記へお問い合わせください。

「申込方法」とお問い合わせ 宮交観光サービス株式会社(右記電話番号) 電話 **022-298-7762**  
 へ直接お申し込みください。  
 申し込み お申込み締切日は、出発日の7日前まで。\*但し、締切日前に満席及び開催中止で予約できない場合もございます。

## 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。



お探しの情報がすぐに見つかる！  
リニューアルしたホームページをご活用ください！

協会HPをリニューアルいたしました。会員限定ページ開設により使いやすく、最新情報を随時更新中です。ぜひURLまたはQRコードからアクセスください。

<https://shahokyo-miyagi.jp/>  
会員限定ページにはTOPページから「会員限定」をクリック

宮城県社会保険協会

会員限定ページにはTOPページ → 「会員限定」を選択

会員限定ページにアクセスするにはパスワードが必要です。詳しくは広報誌「社会保険みやぎ2025.4月/5月号12ページ」または当協会HPの「会員特典」ページをごらんください。

## 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



## 年金の予約相談の実施

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。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  
ゴ ヨヤクワ  
**0570-05-4890**

## 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	3	4	5						1	2
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			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)・ねんきんの日  
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

## 7月・8月の出張相談所開設のご案内

【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) (予約制)	土日および祝日以外の 平日	8:30～12:00 13:00～17:00	予約受付専用電話 0570-05-4890 (ナビダイヤル)

・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、年金手帳や年金証書などの基礎年金番号が分かる書類と、マイナンバーカードや運転免許証などの本人確認ができる書類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書類(運転免許証等)が必要となります。

