

社会保険

ひょうご

2010

11

November

発行／財団法人兵庫県社会保険協会 〒650-0012 神戸市中央区北長狭通4丁目9-26 TEL(078)393-0211

*当協会は、会費で運営されています。国等からの補助金等は一切受けておりません。

- 特集**
- 「健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届」の提出をお願いします
 - 年末調整で国民年金保険料を申告するときは、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」や「領収証書」の添付が必要です
 - 被扶養者届の届出時のお願い(3号被保険者届出について)
 - 生活習慣病予防健診を受けた方の特定保健指導(無料)のご案内
 - 生活習慣病予防健診実施機関の追加および予約締切について
 - 「社会保険ボウリング大会」参加者募集中!



(明石市：明石公園)

協会とあなたを結ぶ「社会保険ひょうご」みなさんに回覧しましょう

<http://www.hyougo-shahokyo.or.jp/>

「健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届」の提出をお願いします

■ 対象となる賞与

健康保険および厚生年金保険では、被保険者が労働の対償として受ける賃金・給与・俸給・手当等については、標準報酬の基礎としていますが、年末手当・ボーナス・賞与など事業所によって名称は異なっていますが、年間を通じて3回以下の回数で支給される賞与は標準報酬の基礎から除き、標準賞与額として保険料を賦課することになっています。
なお、年4回以上支給される賞与は、標準報酬を決定する基礎となる報酬の対象となります。

■ 賞与支払届の提出

被保険者に賞与を支払ったときは、5日以内に「健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届」を年金事務所に提出することになっています。現行の算定基礎届と同様に、あらかじめ被保険者の氏名などを印字した届書用紙と賞与支払届総括表が、登録されている賞与支払予定月の前月に送られてきますので、支払年月日や賞与額などを記入し提出します。

なお、育児休業に係る保険料の免除を受けている被保険者は、免除期間中に支払われた賞与についても保険料免除の対象となりますが、賞与支払届への記載は必要です。

賞与の支払いがない場合でも、賞与支払届総括表の届出は必要となります。

被保険者賞与支払届については、磁気媒体（FD・MO）での届出が可能となっており、事業主の皆様の希望に応じて、被保険者の氏名などを収録した磁気媒体（FD）が配布されます。

配布を希望される場合は、管轄の年金事務所まで申し出てください。

■ 標準賞与額とは

被保険者ごとの賞与支給額から1,000円未満の端数を切り捨てた額です。

標準賞与額には、健康保険は年度の累計額540万円（年度は毎年4月1日から翌年3月31日）、厚生年金保険は1カ月あたり150万円（同じ月に2回以上支給されたときは合算）の上限額があります。

■ 70歳以上の被用者について

昭和12年4月2日以降生まれで70歳以上の被用者に該当する方は、健康保険に係る賞与支払届のほか「厚生年金保険70歳以上被用者算定基礎・月額変更・賞与支払届」を併せて提出してください。

なお、健康保険が健康保険組合等の加入により、健康保険に係る賞与支払届の提出が不要であっても、「厚生年金保険70歳以上被用者 算定基礎・月額変更・賞与支払届」の提出は必要となります。

賞与にかかる保険料の計算方法

個人ごとに支払った賞与の金額の**1,000円未満**を切り捨てて、「標準賞与額」を算出します。
この標準賞与額に保険料率を掛けて、個人ごとの保険料を計算します。

① 標準賞与額の算出

賞与の支給額が400,815円の場合、**1,000円未満**を切り捨てます。
400,815円 → 400,000円が標準賞与額となります。

② 保険料率等

(※1)健康保険料率については、兵庫県における場合。

(※2)介護保険2号被保険者(40歳以上65歳未満の方)は、健康保険料に上乗せて介護保険料を納付します。

	保険料率	標準賞与額の上限	保険料の負担
健康保険	9.36% (※1) (介護保険2号被保険者(※2) 該当者10.86%)	年度累計 5,400,000円	事業主と被保険者が折半
厚生年金保険	16.058%	1,500,000円	事業主と被保険者が折半
児童手当拠出金	0.13%	1,500,000円	全額事業主負担

③ 保険料の計算

【例】(介護保険に該当しない場合)

	標準賞与額	×	保険料率	=	保険料
健康保険料	400,000円	×	$\frac{9.36}{100}$	=	37,440円
厚生年金保険料	400,000円	×	$\frac{16.058}{100}$	=	64,232円
児童手当拠出金	400,000円	×	$\frac{0.13}{100}$	=	520円

被保険者負担分(事業主との折半額)に円未満の端数がある場合

①事業主が、給与から被保険者負担分を控除する場合、被保険者負担分の端数が50銭以下の場合は切り捨て、50銭を超える場合は切り上げて1円となります。

②被保険者が、被保険者負担分を事業主へ現金で支払う場合、被保険者負担分の端数が50銭未満の場合は切り捨て、50銭以上の場合は切り上げて1円となります。

(注) ①、②にかかわらず、事業主と被保険者の間で特約がある場合には、特約に基づき端数処理をすることができます。

年末調整で国民年金保険料を申告するときは、

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」や「領収証書」の添付が必要です

国民年金保険料は全額が社会保険料控除(非課税)の対象となります。年末調整や確定申告の際に1年間(その年の1月1日から12月31日まで)の納付額を申告することにより税の控除が受けられます。

国民年金保険料を申告する際は、生命保険料控除等を受ける場合と同様に証明書類の添付が必要となります。

このため、平成22年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された被保険者ご本人あてに、11月上旬に「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」をお送りしています。年末調整の手続きの際は当

証明書(または領収証書)の添付をご確認ください。

また、10月1日から12月31日までの間に今年はじめて国民年金保険料を納付された方については、翌年の2月上旬に送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている番号にお問い合わせください。

控除証明書専用ダイヤル TEL 0570-070-117

※通話料金は一般の固定電話の場合、市内通話料金でご利用いただけます。

ただし、携帯電話の場合は全額お客様負担となります。

※IP電話等の方は、「03-6700-1130」へお電話ください。こちらの番号の通話料金は全額お客様負担となります。

受付期間

平成22年11月1日(月)～平成23年3月15日(火)

受付時間

○月曜日～金曜日：午前8:30～午後5:15

ただし、月曜日(月曜日が休日の場合は火曜日)は午後7:00まで受付

※祝日、12月29日～1月3日は、ご利用いただけません。

○第2土曜日：午前9:30～午後4:00

被扶養者届の届出時のお願い(3号被保険者届出について)

健康保険被扶養者届を提出する際に、被扶養配偶者がいる場合は、複写式により国民年金第3号被保険者届も同時に提出することとなっています。この国民年金第3号届の提出において、下記の事由による多数の返戻が発生していますのでご注意ください。

- ① 事業主の届出印及び本人(国民年金第3号届では被扶養配偶者のこととなります)の届出署名がもれています。特に本人署名がもれているため、お返しするケースが多くなっています。
- ② 資格取得年月日の未記入。届出用紙の中央付近をご確認ください。

生活習慣病予防健診を受けた方の 特定保健指導(無料)のご案内

❖ 特定保健指導

健診結果からメタボリックシンドロームのリスクが高く、生活習慣の改善が必要と判断された人などについては、生活習慣を改善するための支援(保健指導)を行います。

特定保健指導にはリスクの度合いにより**積極的支援**と**動機づけ支援**があります。詳しくは下記をご覧ください。

特定保健指導で健康づくり

保健師といっしょに「無理のない・あきらめない・脱メタボ」を目指しましょう。

積極的支援のプログラムの流れ

- ①初回時の面接による支援
 - 「あなたの生活にあう取り組み方法」をいっしょに考えます。
 - 健診結果と現在の生活習慣を確認しながら、無理なく取り組める効果的な生活習慣改善目標を設定します。
 - (目標例)
 - 夕食後の間食をやめる。
 - 週2回の休肝日を設ける。
 - 休日にはウォーキング30分を実行する。など
- ②継続支援
 - 「しっかり」とあなたの生活習慣改善をサポートします。
 - その後の生活の様子を記録しながら保健師からの電話・手紙・FAXなどで4~5回支援・指導します。
- ③6ヶ月後の支援
 - 取り組んだ内容を振り返ります。
 - 電話・手紙・FAXなどで生活改善状況などを伺います。



動機づけ支援のプログラムの流れ

- ①初回時の面接による支援
 - 「あなたの生活にあう取り組み方法」をいっしょに考えます。
- ②6ヶ月後の支援
 - 取り組んだ内容を振り返ります。

●協会けんぽの兵庫支部の実績(H20.6~H21.3)

兵庫支部では約**5,200人**が特定保健指導を受けました。

【特定保健指導終了者の効果例(兵庫支部6ヶ月間終了者387件のデータより)】

- 体重の変化・・・積極的支援：平均**-2.4kg減**／動機づけ支援：平均**-1.0kg減**
- 96%**の方が「生活改善に取り組んでよかった」と回答しています。



終了者の喜びの声(感想)

①40歳男性(体重-2.3kg減)
「いろいろ的確なアドバイスをありがとうございました。保健師のサポートのおかげで無理なくやれました。」

②48歳女性(体重-0.6kg減)
「夜の菓子を減らすために『夕食後すぐの歯磨き』のアドバイスを受けて続けています。保健師と一緒に活動しているようで、孤独ではなく良かった。」

③51歳男性(体重-7.6kg減)
「目標のマイナス5kgの減量は達成できました。朝のウォーキングを止めると元に戻ってしまうので、次回は保健師さんからの夕食量を減らす方法を教えてほしい。」

生活習慣病予防健診・特定健診実施中!



特定保健指導までの流れ

1. 保健指導をご希望される場合は、お電話またはFAXによりお申込みください。申込書は協会けんぽのホームページからダウンロードできます。
2. 日程は後日、相談させていただきます。
3. 予定日に保健師が事業所へお伺いします。



生活習慣病予防健診実施機関の追加について

平成22年11月1日付で新たに下記の健診機関と契約を締結しましたので、ご利用ください。

健診機関名	神戸協同病院
所在地	神戸市長田区久保田2-4-7
健診機関コード	2810603643
電話番号	078-641-6221

健診機関名	長尾クリニック
所在地	尼崎市昭和通7-242
健診機関コード	2813023138
電話番号	06-6412-9090

※詳しくは、各健診機関にお問い合わせください。

生活習慣病予防健診実施機関の予約締切について

生活習慣病予防健診のお申込みについて、すでに姫路市の姫路赤十字病院および豊岡市の公立豊岡病院が健診予定人数に達したため予約を締め切っておりますが、新たに、西脇市の市立西脇病院についても、健診予定人数に達したため予約を締め切ることとなりました。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

なお、その他の健診実施機関については、引き続き受付しております。



生活習慣病予防健診・特定健診については、全国健康保険協会ホームページでもご案内しています。

全国健康保険協会ホームページ

★お申し込み・お問い合わせは★

全国健康保険協会 兵庫支部

〒651-8512 神戸市中央区御幸通6丁目1-12 三宮ビル東館2階

TEL 078-252-8705(保健グループ)

協会だより 「社会保険ボウリング大会」 参加者募集中!



社会保険ボウリング大会参加者募集

今回の募集は4支部で、被保険者の皆様の体育活動を奨励し、健康の保持増進を図ることを目的として、恒例のボウリング大会を下記のとおり開催いたしますので、奮ってご参加ください。

兵庫支部

- 兵庫年金事務所管内の事業所……定員14チーム(42名) 1事業所2チームを限度
(財)兵庫県社会保険協会兵庫支部主催 第19回社会保険ボウリング大会
◇日 時:平成23年1月14日(金) 集合 午後6時00分 開始 午後6時30分
◇場 所:ラウンドワン新開地店 神戸市兵庫区新開地 電話078-579-8282
◇参加金1チーム5,310円(3ゲーム)

三宮支部

- 三宮年金事務所管内の事業所……定員14チーム(42名) 1事業所2チームを限度
(財)兵庫県社会保険協会三宮支部主催 第29回社会保険ボウリング大会
◇日 時:平成23年1月21日(金) 集合 午後6時00分 開始 午後6時30分
◇場 所:ラウンドワン三宮駅前店 神戸市中央区小野柄通 電話078-252-7200
◇参加金1チーム3,840円(2ゲーム)

尼崎支部

- 尼崎年金事務所管内の事業所……定員30チーム(90名) 1事業所3チームを限度
(財)兵庫県社会保険協会尼崎支部主催 第11回社会保険ボウリング大会
◇日 時:平成23年1月28日(金) 集合 午後6時00分 開始 午後6時30分
◇場 所:ボウル阪神 尼崎市大庄川田町 電話06-6417-0310
◇参加金1チーム4,320円(3ゲーム)

東灘支部

- 東灘年金事務所管内の事業所……定員15チーム(45名) 1事業所2チームを限度
(財)兵庫県社会保険協会東灘支部主催 第28回社会保険ボウリング大会
◇日 時:平成23年2月25日(金) 集合 午後6時15分 開始 午後6時45分
◇場 所:神戸六甲ボウル 神戸市灘区友田町 電話078-841-3151
◇参加金1チーム5,670円(3ゲーム)

(※競技方法・留意事項等については、右頁をご覧ください。)

●競技方法

- ① 1チーム3名で編成し、1人2～3ゲーム(支部により異なる)の投球を行いトータルスコアの合計点で団体戦の順位を決定する。また、この時に個人戦の得点も兼ねる。
- ② ハンデは、女子1ゲームにつき20点とする。
- ③ 大会当日3名そろわなかったチームは、個人戦のみの参加とする。

●表彰[参加チーム・参加人数により変更することがあります]

- ① 団体の部 優勝、準優勝
- ② 個人の部 優勝、準優勝、飛び賞等
- ③ 参加者全員に参加賞

●留意事項

- ① 申し込みは、右記の様式(コピー可)で平成22年12月20日(月)までに〒650-0012 神戸市中央区北長狭通4-9-26 (財)兵庫県社会保険協会事業係宛 参加金(ゲーム代相当)と一緒に現金書留で送付してください。
- ② 受付は原則先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。
- ③ 直前で参加を取り消された場合は、参加金をお返しできない場合があります。
- ④ 貸し靴は自己負担でお願いします。

第 回社会保険ボウリング大会申込書					
チーム	事業所整理記号 及び 被保険者番号	(ふりがな) 被保険者氏名	被保険者 資格取得 年 月 日	性別	備考
A			S . . .	男女	
			H . . .	男女	
			S . . .	男女	
			H . . .	男女	
B			S . . .	男女	
			H . . .	男女	
			S . . .	男女	
			H . . .	男女	
C			S . . .	男女	
			H . . .	男女	
			S . . .	男女	
			H . . .	男女	

上記のとおり申し込みます。
 平成 年 月 日
 (財)兵庫県社会保険協会 支部長 様
 平成22年度協会費 納入年月日 年 月 日
 事業所所在地 〒 -
 事業所名称
 申込責任者氏名
 電話番号

★原則、上記申込書記載順の投球順となります。

支部だより：明石支部 ボウリング大会結果

明石支部 第18回社会保険ボウリング大会が去る10月8日(金)に明石フタバボウルで開催され、5チーム15名の参加により団体戦・個人戦に熱い戦いが繰り広げられました。

成績は次のとおりです。(敬称略)



団体優勝 明石淡路フェリー(株) B

【団体の部】

優勝 明石淡路フェリー(株) B
 《長浜修士・灘谷正司・小倉敏一》 得点1,516点

【個人の部】 男子

優勝 橋本道徳《ルミナスタクシー(株)》 得点521点
 準優勝 灘谷正司《明石淡路フェリー(株) B》 得点518点

【個人の部】 女子

優勝 伊藤映美子《明石淡路フェリー(株) A》 得点450点

支部だより：須磨支部 ボウリング大会結果

須磨支部 第48回社会保険ボウリング大会が去る10月22日(金)にフェニックスボウルで開催され、21チーム63名の参加により団体戦・個人戦に熱い戦いが繰り広げられました。

成績は次のとおりです。(敬称略)



団体優勝 永井鋼業(株)

【団体の部】

優勝 永井鋼業(株)
 《高森達也・村上清次・福嶋健一》 得点1,536点
 準優勝 (株)ミシマ A
 《横須栄太郎・杉浦純二・芝原直哉》 得点1,474点

【個人の部】 男子

優勝 村上清次《永井鋼業(株)》 得点562点
 準優勝 高森達也《永井鋼業(株)》 得点526点

【個人の部】 女子

優勝 乾千恵弥《財団法人復光会 垂水病院 A》 得点505点
 準優勝 勝原滋子《(株)フクセン B》 得点461点

続けよう!

健康ウォーキング



Vol.5

神戸・有馬

美しい六甲の山峡に湧く歴史と名湯のコース

ウォーキングは、手軽で安全な運動として、健康づくりに、運動不足解消に最適です。ウォーキングでメタボをやっつけましょう。



コースデータ

■コース距離／約**4.5**km

■標準消費カロリー／約**198**kcal

■アクセス／
神戸電鉄有馬線「有馬温泉」駅



初級

COURSE DATA

道後、白浜とともに日本3大古湯に数えられる有馬温泉。奈良時代初頭に名僧行基が開いた温泉寺(マップの**3**)には、天皇、皇后、高僧などが書いた経文、黒漆厨子などの国宝が納められています。有馬は豊臣秀吉がこよなく愛した温泉地。1400年の数々の歴史の跡を湯けむりを浴びながらのんびり湯ったりウォーキングします。

ローゴヨイ・ドン!

国民年金基金の3つのメリット

- 1 掛金は自由に設定。少ない掛金でも始められ、将来も一定です。
- 2 掛金は全額所得控除で、税金がお得。万が一の時には、ご家族に一時金も。
- 3 基本は終身年金。だから一生お受取り。確実に自分の年金につながります。

自営業、フリーランスの方など、国民年金の保険料を納めている60歳未満の方(国民年金の第1号被保険者)がご加入できる公的な年金制度です。



貴地谷しほり
2009年
加入しました!

自由なプランで掛金設定。ライフサイクルに応じて増減も可能です。

掛金は、年金の型と口数の組み合わせで自由に設定ができ、あなたにぴったりのプランが作れます。また、口数単位であれば、加入後に途中変更も可能。各型の掛金額は加入時の年齢により異なりますので、詳しくは国民年金基金までお問合せください。

1口目としてA型、2口目にI型を1口加入した場合

35歳(誕生日)に加入の男性の場合	
掛金額	受取額
60歳までお支払い 月額 16,025円	65歳~80歳 月額 3万円
	80歳~終身 月額 2万円

35歳(誕生日)に加入の女性の場合		
掛金額	受取額	
60歳までお支払い 月額 17,885円	65歳~80歳 月額 3万円	80歳~終身 月額 2万円

※加入中、受給中(保証期間)に死亡した場合、遺族一時金が受け取れます

※加入中、受給中(保証期間)に死亡した場合、遺族一時金が受け取れます

お問い合わせ・資料請求は
フリーダイヤルで



0120-65-4192

月~金 9:00~17:30

今と未来に確かなメリット

兵庫県国民年金基金

〒651-0083 神戸市中央区浜辺通5-1-14 神戸商工貿易センタービル10F

●詳しい情報はホームページでもご覧いただけます。 [兵庫県国民年金基金](#) 検索