

社会保険

ひょうご

2012

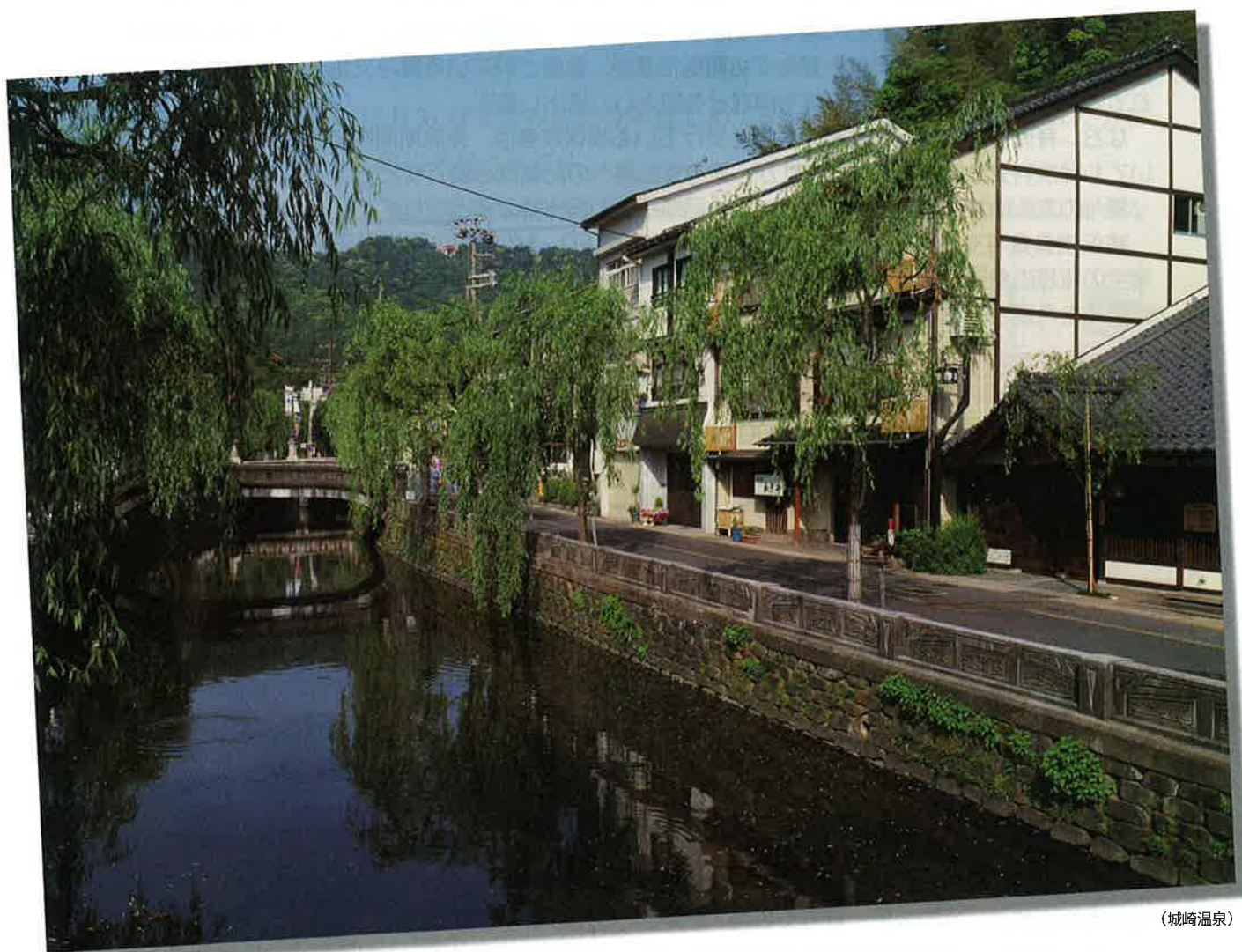
11

November

発行／一般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
 - 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます
 - 「ご家族」の皆さまは健康診断を受けていますか?
 - 正しく知ってインフルエンザから身を守ろう
 - 社会保険ボウリング大会参加者募集中!



(城崎温泉)

協会とあなたを結ぶ「社会保険ひょうご」をみなさんに回覧しましょう

(一財)兵庫県社会保険協会
のホームページ

→ <http://www.hyougo-shahokyo.or.jp/>

日本年金機構からのお知らせ

「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も、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（CD・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（CD-RW）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ヵ月あたり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。

賞与の保険料額

賞与の保険料額は、対象となる賞与が支払われた被保険者の標準賞与額に、一般の保険料と同様の保険料率を乗じて得た額となります。（負担割合は、労使で折半となります。）

また、児童手当拠出金については、厚生年金保険の標準賞与額の総額に拠出金率を乗じて計算します。（全額事業主負担）

70歳以上の被用者について

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。

詳細は最寄りの年金事務所

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」 が発行されます



年末調整・確定申告まで大切に保管を！

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。

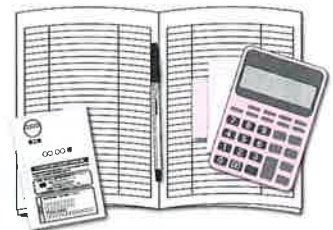
この社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成24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方については、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が本年11月上旬に日本年金機構本部から送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書(または領収証書)を添付してください。

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(平成24年11月1日~平成25年3月15日)



0570-070-117

050または070から始まる電話でおかけになる場合は

TEL 03-6700-1130

*ナビダイヤルは、一般の固定電話からおかけになる場合は全国どこからでも、市内通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の固定電話以外(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。

*TEL 03-6700-1130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。

までお問い合わせください。

「ご家族」の皆さまは 健康診断を受けていますか？



協会けんぽにご加入の被扶養者（ご家族）の皆さまのうち、40歳から74歳の方々は協会けんぽの健診「特定健康診査」を受診いただけます。**大切なご家族の皆さまにも、ぜひ、健康診断の受診をお勧めください！**

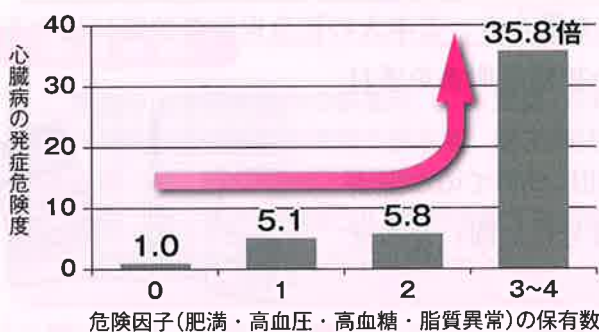
1 健診は毎年受診することが大切です

運動不足・不規則な食生活・過度の飲酒・喫煙などの生活習慣は、メタボリックシンドロームの原因となり、10年から15年かけて、じわじわと進行してきます。そして、メタボリックシンドロームのリスクである高血圧・高血糖・脂質異常など健診結果に数値となって表われます。
「健康だから大丈夫」「忙しくて時間がない」など、まだ今年度の健診を受けていない方は早めに受診しましょう。

2 特定健診の受診には受診券が必要です

対象となる方には、年度の初めに「特定健診受診券」をお勤めされているご本人（被保険者の方）の事業所あてにお送りしています。特定健診実施機関へ予約のうえ、受診券と保険証を持参して受診しましょう。受診券がお手元にない方や紛失された方は、下記までご連絡をお願いします。

危険因子が重なるほど動脈硬化が進みます！



労働省作業関連疾患総合対策研究班資料より
Nakamura et al. Jpn Circ J. 65:11, 2001

動脈硬化が急速に進む！ メタボリックシンドローム

内臓脂肪の蓄積が高血圧、高血糖、脂質異常を招き、それらが重複している状態をメタボリックシンドロームと言います。
ひとつひとつのリスクは軽度でも、重なることで動脈硬化が促進されてしまいます。これは言い換えれば、生活習慣病のリスクが非常に高い状態です。放置することのないよう、毎年健診結果をチェックするようにしましょう。

生活習慣病予防健診実施機関の追加について

平成24年10月1日付で新たに次の健診機関と健診の契約を締結しました。

まだ今年度の健診を受けていない方は、この機会にぜひご利用ください。

※詳しくは、各病院までお問い合わせください。

健診機関名	城南多胡病院
所在地	姫路市本町165
健診機関コード	2814005068
電話番号	079-225-2215

健診機関名	みなとクリニック
所在地	神戸市中央区新港町13-2
健診機関コード	2815104332
電話番号	078-331-6141

健診機関名	神戸博愛病院
所在地	神戸市中央区元町通7-1-17
健診機関コード	2815107616
電話番号	078-362-5010

健診についてのお問い合わせ先

全国健康保険協会 兵庫支部 保健グループ TEL (078)252-8705(直通)

正しく
知って

インフルエンザから身を守ろう

予防に優るインフルエンザ対策はありません。正しい知識と予防対策を一人ひとりが身につけて、12月から3月にかけての流行期を乗り越えましょう。

インフルエンザは「かぜ」じゃない。

普通のかぜは、鼻水、のどの痛み、くしゃみ、せき、痰、軽い発熱などの症状が中心で、感染力は強くなく、重症化することはほとんどありません。

これに対してインフルエンザは、38度以上の急激な発熱が特徴で、頭痛、せきやのどの痛み、倦怠感、筋肉痛、関節痛など全身に症状が強く出て、強い感染力をもちます。さらに、気管支炎や肺炎などを併発しやすく、重症化することがあることも特徴です。免疫力や体力の弱い高齢者や子ども、呼吸器や心臓などに慢性の病気をもつ人は、重症化することが多く、最悪の場合、死に至る危険もあるので、十分な注意が必要です。



「もしかしてインフルエンザかな…」と思ったら

急激な発熱、頭痛、「もしかしてインフルエンザかな？」と思う症状がでた場合は、早めに医療機関を受診しましょう。放置した場合、肺炎を併発するおそれがあります。現在では、初期症状の段階に効く抗ウイルス薬が開発され、インフルエンザにかかって2日以内であれば、重症化させずに治療することができます。

また、呼吸が苦しい、意識がはっきりしないなど症状が重い場合は、なるべく早く入院施設のある医療機関を受診しましょう。救急車を呼ぶ際には、必ずインフルエンザの症状があることを伝えてください。

●受診は、時間などを電話で相談してから

突然医療機関に行くと、待合室などで感染が拡大してしまうかもしれません。必ず事前に電話で連絡して、受診時間などを相談してから受診しましょう。

インフルエンザ予防の7つのポイント

- 1 バランスのとれた食事を規則正しくとる
- 2 適度な運動と休養をとる
- 3 こまめに、うがい・手洗いをする
- 4 インフルエンザ流行期には人込みへの外出は避ける
- 5 外出の際はマスクをつける
- 6 室内の湿度を50～60%に保つ
- 7 予防接種をうける



協会だより「社会保険ボウリング」

社会保険ボウリング大会の開催について

今回の募集は3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。

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
兵庫県社会保険協会三宮支部主催 第31回社会保険ボウリング大会

◇日時：平成25年1月11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
兵庫県社会保険協会尼崎支部主催 第13回社会保険ボウリング大会

◇日時：平成25年1月18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
兵庫県社会保険協会東灘支部主催 第30回社会保険ボウリング大会

◇日時：平成25年2月8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5,040円(3ゲーム)

(※競技方法・留意事項等については、7頁をご覧ください。)

明石支部 ボウリング大会結果

明石支部 第20回社会保険ボウリング大会が去る10月5日(金)に明石フタバボウルで開催され、3チーム9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)

【団体の部】

優勝	シバタ工業(株)	
	《野田弘美・三軒直子・中島千穂》	得点1,205点
準優勝	阪神内燃機工業(株)明石工場	
	《木下豊基・原口 浩・林 秀憲》	得点975点
第3位	扶桑電機工業(株)	
	《帯刀達也・横瀬 崇・山本俊樹》	得点913点



【個人の部】 男子

優勝	原口 浩《阪神内燃機工業(株)明石工場》	得点396点
準優勝	山本俊樹《扶桑電機工業(株)》	得点387点
第3位	木下豊基《阪神内燃機工業(株)明石工場》	得点303点

【個人の部】 女子

優勝	三軒直子《シバタ工業(株)》	得点474点
準優勝	野田弘美《シバタ工業(株)》	得点388点
第3位	中島千穂《シバタ工業(株)》	得点343点

大会」参加者募集中!



●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【参加チーム数・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、第3位、BB賞
- ② 個人の部 優勝、準優勝、第3位、飛び賞、BB賞
- 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24年12月17日(月)までに〒650-0012 神戸市中央区北長狭通4-9-26 (一財)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	

上記のとおり申し込みます。
平成 年 月 日
兵庫県社会保険協会 支部長 様

平成24年度協会費
納入年月日 平成 年 月 日
事業所所在地 〒 -
事業所名称 _____ (印)
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。

須磨支部 ボウリング大会結果

須磨支部 第50回社会保険ボウリング大会が去る10月26日(金)にフェニックスボウルで開催され、13チーム39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)

【団体の部】

- 優勝 永井鋼業(株)
《高森達也・村上清次・福嶋健一》 得点1,581点
- 準優勝 財団法人復光会 垂水病院
《乾 千恵弥・上原京子・妹尾信能》 得点1,458点
- 第3位 ミツ星ベルト労働組合
《井川裕和・磯江俊介・茨木正至》 得点1,395点



【個人の部】男子

- 優勝 福嶋健一《永井鋼業(株)》 得点571点
準優勝 磯江俊介《ミツ星ベルト労働組合》 得点539点
第3位 村上清次《永井鋼業(株)》 得点537点

【個人の部】女子

- 優勝 乾 千恵弥《財団法人復光会 垂水病院》 得点486点
準優勝 上原京子《財団法人復光会 垂水病院》 得点455点
第3位 和泉沙弥子《(株)フクセンA》 得点387点

健康図書のご案内



一家に一冊必備。家庭医学書の決定版 家庭医学大百科

総合監修者 高久 史磨 猿田 享男 北村 惣一郎 福井 次夫
●体裁 B5変型判 3,048頁 ケース付き ●定価 7,350円(本体7,000円)
総勢600名を超える豊富な執筆陣。類書最大の、EBMに基づく病気解説2600項目。病気とけがの知識に特化した、最新の医学情報をお届けします。



2012年4月薬価収載。元祖「薬がわかる本」最新版 医者からもらった薬がわかる本 第28版

医薬制度研究会 著
●体裁 A5判1,760頁 ●定価 2,625円(本体2,500円)
「内服薬」「外用薬」「注射薬」「漢方薬」そして「ジェネリック医薬品」など、2012年4月改訂の薬価を収載。薬の名前はもちろん、病気の名前、識別コードでも検索可能。累計260万部の実績を誇る決定版。

「社会保険ひょうご見た!」で10%オフ! 送料無料!

上記特別価格でのご注文は、直接法研関西へ。お電話・FAXにて承ります。

TEL 06 (6364) 1884 FAX 06 (6365) 6338

暮らしを豊かにする 法研の健康図書

健康、医療、年金、介護、そして福祉の情報をお届けして60余年。これからも良質な情報・サービスの提供を通じ人々の「健康寿命」の延伸と「生活の質(クオリティ・オブ・ライフ)」の向上を応援します。



株式会社 法研関西

健康図書 申込書 <コピー可>

申込日	平成24年	月	日	事業所名称	
ご担当者名				電話番号	-
事業所所在地	〒 -				
申込部数	家庭医学大百科	部	医者からもらった薬がわかる本	部	

※この申込書にご記入いただきました個人情報は本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。



今と未来に確かなメリット

兵庫県 国民年金基金

国民年金にゆとりをプラス。自分で入る公的な個人年金

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

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つけれます。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(月単位)により異なりますので、詳しくは国民年金基金までお問い合わせください。

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		35歳(誕生日)に加入の女性の場合	
掛金額	受取額	掛金額	受取額
16,025円	3万円	17,885円	3万円

資料請求・ご相談・お問い合わせは

お気軽に今すぐこちらへ!



0120-65-4192

[月~金] 9:00~17:30

●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