

# 社会保険

# ひょうご

2024

11.12

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

- 「医療費のお知らせ」送付のご案内
- 相手の行為によるケガで保険証を使うとき  
「第三者等の行為による傷病届」をご提出ください
- 健康診断で要精密検査・要治療と判定された  
従業員様には、速やかに医療機関を受診するように  
促してください
- 医療機関の受診はマイナ保険証をご利用ください
- 賞与支払届の提出は電子申請をご利用ください

- 「シニアライフセミナー」参加者募集中!
- 社会保険ボウリング大会について
- 新規契約施設のお知らせ  
24/7 ワークアウト(パーソナルジム)
- 健康啓発DVD貸出のご案内
- コベルコ神戸スティーラーズ ホストゲーム試合チケット  
の優待販売のご案内
- 新歌舞伎座 特別幹旋のご案内
- なんばグランド花月/よしもと祇園花月 指定席予約引換券幹旋のご案内

「兵庫県マスコット  
はぼタン」



HYOGO!ナビ vol.21

(丹波市：高源寺 錦秋)〈フォトライブラリーより〉



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

➔ <https://www.hyougo-shahokyo.or.jp/>



モバイル版はこちら

## 「医療費のお知らせ」送付のご案内

協会けんぽでは、加入者の皆様にご自身の治療等にかかった医療費を確認していただき、健康保険事業の健全な運営を図るために、年一回「医療費のお知らせ」を発行しています。

事業主様におかれましては、御多忙の折、誠に恐縮ではございますが、対象の被保険者(従業員)様にお渡しいただきますようお願い申し上げます。

- ・送付時期 令和7年1月中旬から下旬
- ・対象期間 主に令和5年9月診療分～令和6年8月診療分
- ・送付先 お勤めの方→お勤め先の事業所  
任意継続に加入されている方→ご自宅

※医療機関への受診がない方、作成時点(令和6年11月上旬)において健康保険の資格がない方(退職者・新規採用者・扶養未認定者等)などについては、お知らせの送付はございません。

ポイント：「医療費のお知らせ」は確定申告の医療費控除の手続きに使用できます！  
ただし、「医療費のお知らせ」に記載のない診療分については、医療機関等からの領収書でご確認いただく必要がございます。

マイナポータルでは保険診療を受けた記録を参照できるため、領収書を保管・提出する必要がなく、簡単に医療費控除の申請ができます。

医療費控除については、[国税庁のホームページ](#)をご覧ください。また、[管轄の税務署](#)へお問い合わせください。

相手の行為によるケガで保険証を使うとき

## 「第三者等の行為による傷病届」をご提出ください

私用中に相手の行為によって負傷し健康保険証を使って治療を受ける場合、「第三者等の行為による傷病届」のご提出が必要になります。

### 例えばこういうとき

※健康保険を使用する際は、過失の大小に関係なく届出が必要です。

相手がいる  
交通事故

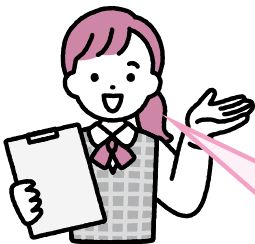


自損事故の  
車に同乗

他人からの暴力で  
けがをした



他人が飼っている  
ペットにかまれた



### なぜ届出が必要なの？

相手の行為によってケガをしたときの治療費は、本来相手方が負担します。保険証を使って治療を受けた場合、その治療費の一部を協会けんぽが立て替えることとなります。後日、協会けんぽから相手方(相手方が加入している損保会社等)に請求する際に、いくつか情報が必要となるため、事故発生状況等を記入していただく必要がございます。

### 示談は 慎重に

相手に過失があるにもかかわらず、示談をした場合は、損害賠償請求権を放棄したことになります。健康保険を使用した治療や保険給付を受けることができなくなる場合があります。

お問い合わせ先 全国健康保険協会兵庫支部 レセプトグループ 代表電話(078)252-8701(音声案内2番→3番)



## 健康診断結果 クイズ

健康診断の数値について確認しましょう。

Q1 ~ Q3 の空欄に入る数値を3つの中から選択してください。

### Q1 高血圧

▶ 血圧値が収縮期血圧値：Q1 mmHg以上  
拡張期血圧値：100mmHg以上の人、  
正常血圧と比べて脳卒中(脳出血、脳梗塞等)の発症  
リスクが

**5.2倍**

出典：日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン2019」

答えは？ ①140 ②150 ③160



### Q2 高血糖

▶ 高血糖の状態を放置すると、場合によっては、人工透  
析が必要になってしまいます。

人工透析の**約4割は糖尿病性腎症**が原因です。

出典：日本透析医学会統計調査委員会  
「わが国の慢性透析療法の現況(2020年12月31日現在)」

高血糖として受診が推奨される数値は  
空腹時血糖 Q2 mg/dL, HbA1c 6.5%以上です。

答えは？ ①100 ②126 ③140

### Q3 脂質異常

▶ LDLコレステロール値が Q3 mg/dL以上の人、  
100mg/dL未満の人と比べて

**約3~4倍**、心筋梗塞等に  
なりやすいことが分かっています。

出典：厚生労働省 健康局  
「標準的な健診・保健指導プログラム[令和6年度版]」

答えは？ ①180 ②200 ③220

## 健康診断で**要精密検査・要治療**と判定された従業員様には、 **速やかに**医療機関を受診するよう促してください

協会けんぽでは、上記の方に対し医療機関の受診をお勧めする通知事業を行っております(業務委託している場合があります)。  
治療が必要で未受診の従業員様を放置すると、突然の病状の悪化等により欠勤による生産性の低下などが生じるため、事業主様  
からも声掛けや、受診する際の仕事面の配慮等をよろしく願いいたします。

健康診断結果 クイズの答え：Q1.③ Q2.② Q3.①

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 直通電話(078)252-8705

## 医療機関の受診はマイナ保険証をご利用ください

◆マイナンバーカードと健康保険証の一体化により、令和6年12月2日に健康保険証の新規発行は終了し、「マイナ保  
険証」を基本とする仕組みに移行します。

※現在お持ちの健康保険証は、退職等で資格喪失にならない限り、令和7年12月1日まで使用できます。

マイナ保険証の利用手続きは簡単です。

マイナンバーカードを保険証として利用するためには、  
ご自身で「保険証の利用登録」を行う必要があります。

マイナ保険証について詳細はこちら⇒



マイナ保険証の利用登録には3つの方法があります

医療機関の  
受診時に



医療機関窓口の  
カードリーダー

コンビニ等で



セブン銀行ATM

スマホで



マイナポータル

お問い合わせ先 協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル (0570)015-369(ナビダイヤル)

# 日本年金機構

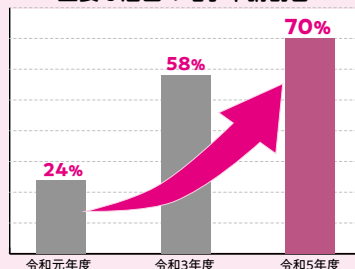
賞与支払届の提出は **電子申請** をご利用ください

24時間  
申請可能!

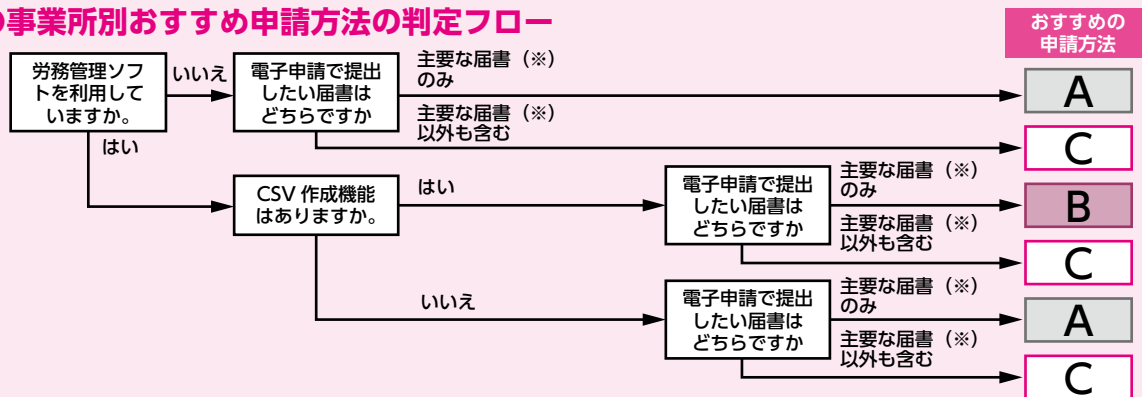
どこからでも  
申請できます

郵送費等のコスト削減が  
期待できます

主要な届出の電子申請割合



## ●事業所別おすすめ申請方法の判定フロー



※主要な届書:資格取得届、資格喪失届、算定基礎届、賞与支払届、月額変更届、被扶養者異動届、第3号関係届

### (A) 主要な届書のみを申請する方

次のような方には、**届書作成プログラム**を使用して電子申請する方法をおすすめします。  
 主要な届書のみを申請する方で、労務管理ソフトを利用していない方  
 主要な届書のみを申請する方で、労務管理ソフト(CSV作成機能なし)を利用している方

### (B) 主要な届書のCSV作成機能を持つ労務管理ソフトを使用している方

労務管理ソフト・届書作成プログラムを使用して電子申請する方法をおすすめします。

### (C) 主要な届書以外も電子申請する方

e-Govを使用して電子申請する方法をおすすめします。

### ＼電子申請に興味があるけど、始めるまでの手順がよくわからない方へ／

各年金事務所の担当職員による訪問サポートを実施しています。

電子申請の利用手順を説明している動画をご用意しています。

また、電子申請に関するよくあるお問い合わせに、相談チャットでいつでもお答えいたします。



**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の方は「**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>

詳しくは管轄の年金事務所までお問い合わせください。

# 協会だより

# 「シニアライフセミナー」 参加者募集中!

兵庫県社会保険協会では、会員事業所に勤務されている皆様の定年退職後を豊かで健康的な生きがいのあるシニアライフとしていただくため、兵庫県社会保険委員会連合会と共催でセミナーを以下のとおり、2回開催いたします。皆様のお申し込みをお待ちしております。

**日時** 令和7年1月21日(火)  
午後1時30分～4時30分  
**場所** 姫路商工会議所 602号室  
姫路市下寺町43  
**定員** 40名(申込先着順)

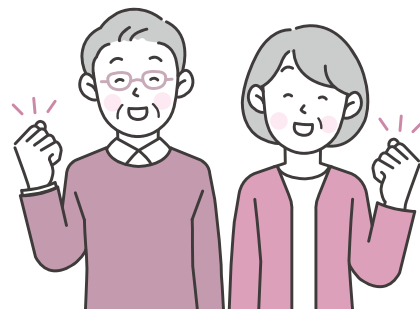
**日時** 令和7年1月22日(水)  
午後1時30分～4時30分  
**場所** 兵庫県学校厚生会館 2階大会議室  
神戸市中央区北長狭通4-7-34  
**定員** 80名(申込先着順)

**参加資格** 兵庫県内の年金事務所(日本年金機構)または全国健康保険協会兵庫支部で厚生年金保険・健康保険の適用を受けている事業所に勤務されている50歳以上の被保険者の方およびその配偶者(健康保険組合の被保険者を含む)。  
※総務・人事担当者の方やセミナーの内容に興味をお持ちの方は年齢に関係なくご参加いただけます。

**受講料** ●令和6年度 社会保険協会費 納付済(会員)事業所の方、および配偶者/無料  
●年金委員の委嘱をされている事業所の方、および配偶者/無料  
●上記以外の方/1名につき3,000円(お申し込み後、振込用紙をお送りいたします。)

**申込締切** 令和6年12月23日(月)必着  
ただし、定員になり次第締め切ります。

**セミナーの内容** 《はじめての年金》(講師:社会保険労務士)  
●「ねんきん定期便」「ねんきんネット」で自分の年金を確認する  
●厚生年金は生年月日等によって支給開始年齢が異なる  
●60歳以後も引き続き働く場合  
●年金を受けるためには年金請求が必要です  
●年金には税金がかかります 等  
《心とからだの健康管理プラン》(講師:年金ライフプラン講師)  
●自分の健康は自分で守りましょう  
《家庭経済プラン》(講師:年金ライフプラン講師)  
●定年後の生活と家庭経済を考えよう  
《生きがいとライフプラン》(講師:年金ライフプラン講師)  
●「生きがい」って何だろう ●生きがいづくりを準備しよう



**申込方法** 参加申込書(コピー可)に必要な事項をご記入のうえ、(一財)兵庫県社会保険協会へFAXでお申し込みください。受付終了後、「シニアライフセミナー参加票」を1月10日(金)頃にFAXにて送付いたしますので、当日ご持参ください。(FAX番号を必ずご記入ください。)

お申し込み  
お問い合わせ先

(一財)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  
電話 078-393-0211  
FAX 078-393-0411

## シニアライフセミナー参加申込書

区分(いずれかに○)

協会会員・年金委員・その他

事業所名称

電話番号 ( )

事業所所在地 〒 -

FAX番号 ( )

※FAX番号を必ずご記入ください。

氏名	性別	年齢	区分 (どちらかに○)	参加希望日 (どちらかに○)
			被保険者・配偶者	1月21日(火)開催分(姫路)・1月22日(水)開催分(神戸)
			被保険者・配偶者	1月21日(火)開催分(姫路)・1月22日(水)開催分(神戸)
			被保険者・配偶者	1月21日(火)開催分(姫路)・1月22日(水)開催分(神戸)
			被保険者・配偶者	1月21日(火)開催分(姫路)・1月22日(水)開催分(神戸)
			被保険者・配偶者	1月21日(火)開催分(姫路)・1月22日(水)開催分(神戸)

※お申し込みが6名以上の場合はコピーしてご使用ください。

※この申込書にご記入いただきました個人情報、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。

協会受付NO.

(姫路・神戸)

# 協会だより

# 社会保険ボウ

## 「社会保険ボウリング大会」参加者募集中!

今回の募集は4地区で、被保険者の皆様の体育活動を奨励し、健康の保持増進を目的として、恒例のボウリング大会を以下のとおり開催いたします。

なお、ボウリング大会の参加資格については**年金事務所管轄に関係なく、兵庫県内の加入事業所様であればどの地区へも参加**することができます。(ただし、同じ方(従業員様)が複数の地区への参加はできません。)

### 【お知らせ】ボウリング大会開催方法の変更について

これまで各支部単位で開催していましたが「社会保険ボウリング大会」は昨今の参加者数減少により、今年度より一部を支部合同大会として開催することとなりました。合同大会となる支部は次のとおりです。①尼崎・西宮②三宮・東灘③須磨・兵庫④明石・加古川(姫路支部、豊岡支部は単独開催。なお、合同大会の主管支部は持回りとなります。)

また、これまで各支部優勝チームのスコアをもとに行っていました県大会表彰は中止とさせていただきます。

### 尼崎・西宮

尼崎・西宮支部合同ボウリング大会(尼崎支部主管) 定員…18チーム(54名)

◇日時 令和7年1月17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JR尼崎駅前店【尼崎市潮江】 電話 06-6495-4177

◇参加金 1チーム4,140円(2ゲーム)

### 三宮・東灘

三宮・東灘支部合同ボウリング大会(三宮支部主管) 定員…20チーム(60名)

◇日時 令和7年2月14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4,500円(2ゲーム)

### ●競技方法

- 1チーム3名で編成し、1人2ゲーム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。
- ハンデは、女子1ゲームにつき20点とする。
- 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】

- 団体の部 優勝、準優勝、第3位、BB賞
- 個人の部 優勝、準優勝、第3位、飛び賞、BB賞
- 参加者全員に参加賞

### ●留意事項

- 申し込みは、右記の様式(拡大コピー可)を使用いただき〒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 宛にFAX(078-393-0411)してください。  
**申込期限 (尼崎・西宮)令和6年12月6日(金)**  
**(三宮・東灘)令和6年12月20日(金)**  
なお、**参加金(ゲーム代相当)については、後日納付書を送付しますので、到着後すみやかに納付をお願いします。**
- 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。
- 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ございます。
- 貸し靴代は別途自己負担をお願いします。

社会保険ボウリング大会申込書				
チーム	(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・H・R .	男女	
	-----	S・H・R .	男女	
	-----	S・H・R .	男女	
B	-----	S・H・R .	男女	
	-----	S・H・R .	男女	
	-----	S・H・R .	男女	
C	-----	S・H・R .	男女	
	-----	S・H・R .	男女	
	-----	S・H・R .	男女	

参加地区に○をつけてください。 ( 尼崎・西宮支部 )  
( 三宮・東灘支部 )  
上記のとおり申し込みます。  
令和 年 月 日  
令和6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。



# リング大会について



## 明石・加古川支部合同 ボウリング大会結果

明石・加古川支部合同ボウリング大会が去る10月18日(金)にスーパーボウル二見で開催され、6チーム18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。主な成績は次のとおりです。(敬称略)

**【団体の部】**

優勝  
《丸尾カルシウム(株) A》 得点821点  
《池田和博・山本雅也・中村智哉》

準優勝  
《丸尾カルシウム(株) B》 得点801点  
《川本吉利・竹内亮太・湯川綱太》

第3位  
《阪神内燃機工業㈱ 明石工場》 得点778点  
《山森雄介・斯波由高・恒石幸樹》



団体優勝 丸尾カルシウム(株) A

**【個人の部】**

男子

優勝 中村智哉《丸尾カルシウム(株) A》 得点314点  
準優勝 山森雄介《阪神内燃機工業㈱ 明石工場》 得点299点  
第3位 恒石幸樹《阪神内燃機工業㈱ 明石工場》 得点289点

女子

優勝 川添恵美《住友精化(株)》 得点307点  
準優勝 中川由梨《日工(株) B》 得点216点  
第3位 下田満美《日工(株) B》 得点196点

## 新規契約施設のお知らせ

・NEW・

24/7ワークアウト(パーソナルジム)と新規契約しました。

過度な食事制限をしない「3食食べる」パーソナルジム

24/7ワークアウトは完全個室マンツーマン指導のパーソナルジムです。  
お客様自身がボディメイクのプロになって「卒業」する、  
一生モノのダイエット体験をご提供致します。



今ならプロテイン一袋プレゼントキャンペーンも実施中!(2024年12月31日まで)

※詳しくは同封のチラシをご覧ください。

▲▲▲ お申込み方法等、詳しくは当協会ホームページでご確認ください。▲▲▲

## 健康啓発DVD 貸出のご案内

職場での研修会、従業員の皆さまの健康づくりや健康管理にご活用ください。

お申し込み・お問い合わせ先

(一財)兵庫県社会保険協会

☎078-393-0211

(平日9:00~17:30)

●貸出期間：10日間以内

●貸出本数：1回4本まで

※協会会員であり、その年度の協会費を納入されている事業所様が対象です。

### DVDタイトル

1 はじめてのウォーキング&ジョギング

2 若々しい体をキープ!  
エクササイズ&ダイエット

3 Good-byeストレス

4 正しく知れば怖くない がんのお話

5 夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう

6 トータル・ヘルスプロモーションのための  
健康サポート体操

7 元気な職場をつくるメンタルヘルス6  
「ストレス・コーピングによるセルフケア」

8 元気な職場をつくるメンタルヘルス7 第1巻  
「ストレスチェックを活用したセルフケア」

9 元気な職場をつくるメンタルヘルス7 第2巻  
「部下が休職する前にできること」





# NTTジャパンラグビー リーグワン2024-25

## コベルコ神戸スティーラーズ ホストゲーム試合チケットの優待販売のご案内



日本最高峰リーグ「NTTジャパンラグビー リーグワン」の2024-25シーズンが今年12月に開幕。Division1に所属するコベルコ神戸スティーラーズの関西開催のホストゲーム9試合について、会員事業所に勤務されている被保険者とそのご家族を対象とした優待販売を行います。

詳しくは、同封チラシまたは当協会ホームページの「会員専用ページ」にアクセスしてご覧ください。

### 〈コベルコ神戸スティーラーズ(旧:神戸製鋼ラグビー部)〉

1928年創部。全国社会人大会 優勝9回、日本選手権 優勝10回、トップリーグ 優勝2回を誇る日本ラグビー界を代表するチーム。  
兵庫県・神戸市をホストエリアとし、チームビジョンには『SMILE TOGETHER 笑顔あふれる未来をともに』を掲げ、地元・神戸に根差した活動で、神戸から日本そして世界へ、笑顔の輪を広げていく。



李 承信選手 © KOBE STEEL, LTD.

《李承信選手からのコメント》  
12月21日からNTTジャパンラグビーリーグワン2024-25が始まります！  
僕は神戸市出身ということもあり、神戸を背負って闘えることを嬉しく思っています。さらに今シーズンからはホストエリアに兵庫県が追加され、より多くの方に笑顔や元気を届けられるよう、最後まで精一杯闘いますので、たくさんの方々に応援していただけたら嬉しいです。  
ラグビーは現地観戦の迫力が最高です！試合会場でお待ちしております。

## 新歌舞伎座 特別幹旋のご案内

会員事業所に勤務されている被保険者とそのご家族に新歌舞伎座特別幹旋を行います

### 新作ミュージカル『ミセン』

韓国で社会現象を起こした『ミセン』  
初ミュージカル化  
2025年1月、大阪・新歌舞伎座で世界初演!!

出演 前田公輝、橋本じゅん、  
清水くるみ、安蘭けい  
ほか

料金 B席(3階)  
(通常 9,000円) ⇒ **6,000円**

日程 2025年  
1月10日(金)~1月14日(火)



### 新歌舞伎座 純烈公演

2025年2月、純烈が帰ってくる!  
芝居とコンサートの2本立てでお贈りします

#### 第1部「俺たちはダディじゃねえ!」

出演 純烈(酒井一圭 白川裕二郎  
後上翔太 岩永洋昭)  
谷花音 曾我廼家寛太郎  
小林綾子 ほか

#### 第2部 純烈コンサート2025

料金 2階席(通常 6,000円)  
昼の部 **5,000円**  
夜の部 **4,500円**

日程 2025年  
2月6日(木)~2月17日(月)



▲▲▲ お申し込み方法等、詳しくは当協会ホームページでご確認ください。▲▲▲

## なんばグランド花月 よしもと祇園花月 指定席予約引換券 幹旋のご案内



なんばグランド花月  
通常 5,000円 ⇒ **3,700円**



よしもと祇園花月  
通常 4,000円 ⇒ **3,100円**

漫才やコント、落語、新喜劇をお好きな日時、時間にご家族様でお楽しみ頂けます!  
ぜひ劇場で思いっきり笑って、記憶に残る思い出作りを!

#### 【利用方法】

- ※詳細は予約引換券お渡し時にお伝えいたします。
- ※申込み切日~約10日後に協会より予約引換券を郵送いたします。
- ※指定席予約引換券の有効期限は令和7年3月31日までになります。
- ※特別興行期間(年末年始)、貸切公演ではご利用頂けません。

©YOSHIMOTO KOGYO

※公演の詳細は各劇場ホームページをご確認ください。

▲▲▲ お申し込み方法等、詳しくは当協会ホームページでご確認ください。▲▲▲