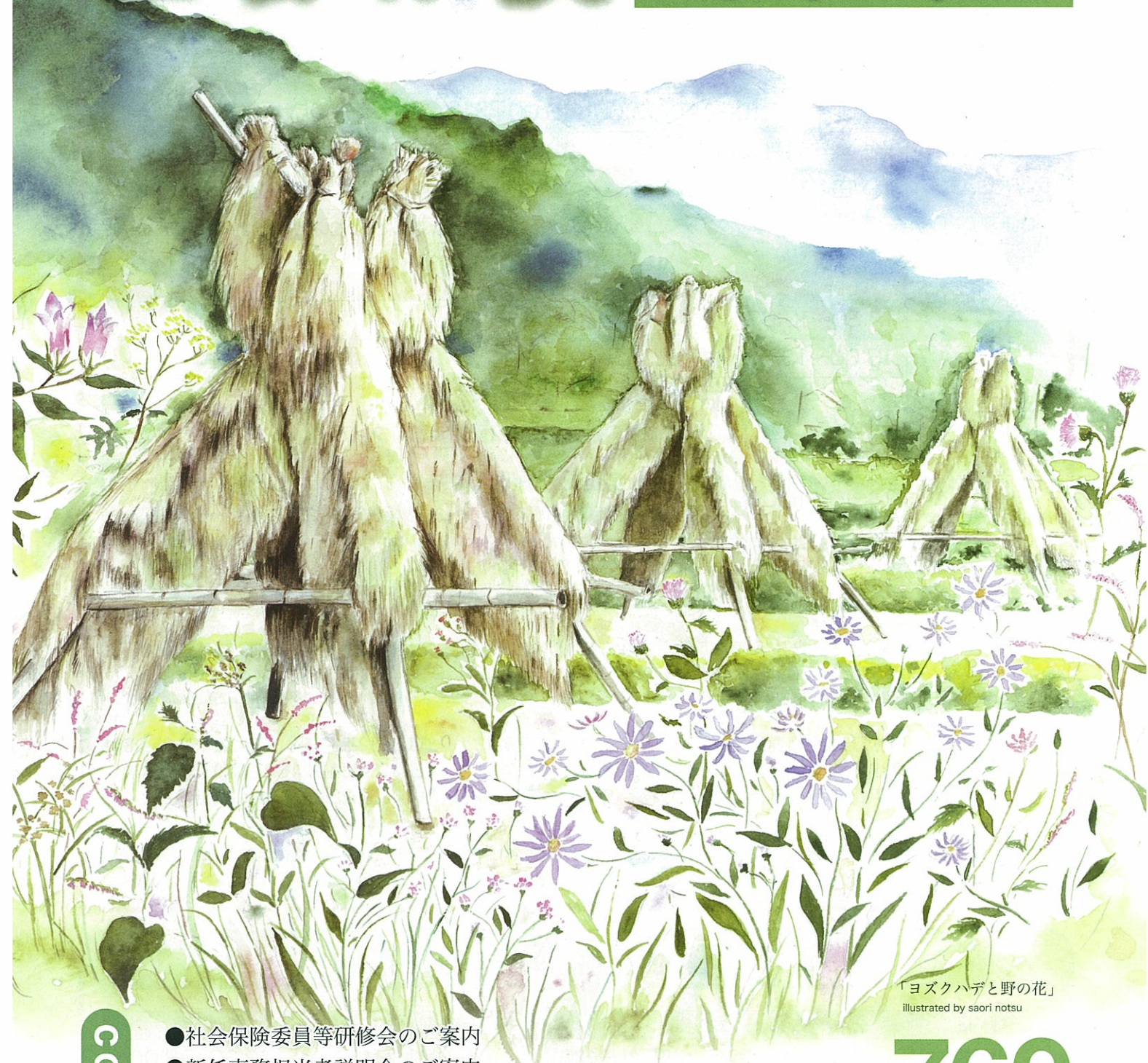


社会保険しまね



「ヨズクハデと野の花」
illustrated by saori notsu

CONTENTS

- 社会保険委員等研修会のご案内
- 新任事務担当者説明会のご案内
- 厚生年金保険料の保険料率が改定されました
- 年金相談についてのお知らせ
- 健康づくりDVDの無料貸出について
- 健康保険委員を募集しています

日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>
全国健康保険協会ホームページ <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

※次回の発行については11月を予定しています

No.769

2010.9.20発行

助け合い
生きる安心
社会保険

社会保険委員等研修会のご案内

社会保険委員会の事業として、年金委員・健康保険委員および社会保険事務担当者の方々を対象に、次のとおり研修会を開催いたします。皆様のご参加をお待ちしています。

日時・会場

地区	開催日	時間	会場	定員
松江	11月10日(水)	13:00~16:00	くにびきメッセ(小ホール)	150名
出雲	11月12日(金)	13:00~16:00	ニューウェルシティ出雲(牡丹の間)	120名
浜田	11月9日(火)	13:00~16:00	いわみーる(401研修室)	100名

※駐車料金が必要な場合は、各自でご負担いただきますようお願いいたします。

研修内容

時間	内容
12:30~13:00	受付
13:00~13:10	開講式
13:10~14:30	研修Ⅰ～日本年金機構～ ①年金制度の概要 ②年金記録問題について
14:40~16:00	研修Ⅱ～全国健康保険協会～ ①特定健診と特定保健指導について ②健康保険の給付制度について～高額医療費～

参加費用

無料

申込方法

同封の「申込書」に必要事項を記入のうえ、10月20日(水)までに郵送またはFAXにて、出席を希望される地区の年金事務所へお申し込みください。

※各会場とも、定員になり次第、締め切らせていただきます。お申し込み多数により受講いただけない場合のみ、ご連絡いたします。

お申し込み・お問い合わせ先

- 松江年金事務所 (〒690-8511 松江市東朝日町107) TEL0852-23-9540 FAX0852-25-0842
- 出雲年金事務所 (〒693-0021 出雲市塩冶町1516-2) TEL0853-24-0045 FAX0853-23-2442
- 浜田年金事務所 (〒697-0017 浜田市原井町908-26) TEL0855-22-0670 FAX0855-23-0442

[主催] 松江・出雲・浜田社会保険委員会／日本年金機構松江年金事務所・出雲年金事務所・浜田年金事務所／全国健康保険協会島根支部
[後援] 島根県社会保険協会

新任事務担当者説明会のご案内

地区	会場	開催日	時間
出雲	ニューウェルシティ出雲(牡丹の間)	9月28日(火)	13:30~16:00

厚生年金保険料の保険料率が改定されました

- 平成22年9月分(10月納付分)から、保険料率が **16.058%** に改定されました。
※厚生年金基金加入員および坑内員・船員の保険料率は、別に定められています。
- 賞与についても、9月1日以降に支給する場合は、改定後の保険料率が適用されます。
※保険料控除の計算をされる際には、ご注意ください。



年金相談についてのお知らせ

年金相談所の開設(10月～12月)

◆年金記録確認・年金請求手続き等、お気軽にご利用ください。



会場	相談日			時間
隠岐の島町ふれあいセンター	10月18日(月)	11月11日(木)	12月2日(木)	13:00～16:00
	10月19日(火)	11月12日(金)	12月3日(金)	9:30～12:00
西ノ島町中央公民館	—	11月24日(水)	—	13:00～16:00
海士町役場	—	11月25日(木)	—	9:30～12:00
大田市役所	10月27日(水)	11月24日(水)	12月22日(水)	10:00～15:00
益田市民学習センター	10月26日(火)	11月24日(水)	12月28日(火)	10:00～16:00

※隠岐地方につきましては、天候不順等でフェリーが欠航の場合は中止となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

■年金記録確認・年金相談業務に限り受け付けていますのでご了承ください。

■相談には、ご夫婦双方の年金手帳、年金証書、履歴書、印鑑などをご持参のうえ、できるだけご本人がお出かけください。

代理の方がお出かけになる場合は、委任状が必要です。

年金相談の時間延長と休日開設

松江・出雲・浜田の各年金事務所では、年金相談の時間延長と休日開設を行っています。

受付時間

平日(休日明けを除く)
午前8時30分～午後5時15分

月曜日(休日明けの初日)
【時間延長】午前8時30分～午後7時

土曜相談日(第2土曜日)
【休日開設】午前9時30分～午後4時

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

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

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

お問い合わせ先

■松江年金事務所 TEL.0852-23-9540 ■出雲年金事務所 TEL.0853-24-0045 ■浜田年金事務所 TEL.0855-22-0670

健康づくりDVDの無料貸出について

健康づくりに関するDVDを、無料で貸し出しいたします。(平成22年度当協会費ご納入の会員事業所に限る) 職場の健康づくりにお役立てください。

番号	DVD題目	再生時間	出演
①	メタボ解消！10分間エクササイズ	105分	
②	食から始める「改善メタボリックシンドローム」	約20分	
③	～みんなで楽しく健康づくり～ エクササイズでコミュニケーション	34分	第10代目体操のお兄さん 佐藤弘道お兄さん
④	健康診断を受けてよかった ～特定検診・特定保健指導・がん検診～	34分	石丸謙二郎

番号	DVD題目	再生時間	出演
⑤	禁煙成功への道 ～あなたと、あなたの大切な人のために～	27分	コロクケ
⑥	歯周病を予防しよう ～健康は歯周病の予防から～	16分	見栄晴 樋口泰子
⑦	メタボリックシンドロームを予防する エクササイズガイド	62分	

(注)ビデオテープではありませんのでご注意ください。

■申込方法は当協会へ利用申込書を請求してください。
(TEL0852-27-5059)

■貸出期間＝貸出日から2週間以内にご返却ください。

■送料＝往復分の送料をこちらで負担いたしますので、費用は一切かかりません。

■貸出本数＝一度の貸出は3本程度でお願いいたします。

健康保険委員を募集しています

健康保険委員(健康保険サポーター)とは、協会けんぽの健康保険事業について、加入者の皆様の参画・協力による事業の推進に重要な役割を担っていただく方々です。島根支部では、8月末現在、563名の方に健康保険委員としてご協力いただいています。

健康保険委員の役割

広報

協会けんぽからの情報提供に基づき、事業主及び加入者の方々に對して健康保険事業に関する周知・広報を行っていただきます。



各種事業の推進

保健事業等の各種事業を円滑に実施するために、事業主や加入者の方々に對して各種事業に関する理解の促進や、健康づくり・生活習慣病の予防に関する啓発、各種事業への参加の呼びかけ等を行っていただきます。



相談

各種申請書等の手続きについて、加入者の方からの相談に対応していただきます。



モニター

健康保険事業の運営やサービスに関して、定期的に参加者としてのご意見を述べていただきます。



健康保険委員の応募条件

- ① 島根県内の協会けんぽの適用事業所の被保険者であって、健康保険に関する事務を担当している方、または、その事務を管理する職にある方(以前お勤めされていた事業所で経験されていた方を含みます)
- ② 協会けんぽの事業の推進について、理解と意欲を有する方
- ③ 健康保険委員の参加について、事業主の同意が得られる方

健康保険委員への情報提供

定期的に情報提供を行います。平成22年度は、2か月に一度、情報紙「だんだん健康」をお送りします。(内容は、特集記事・健康保険制度に関するQ&A・保健師コラムなど各種情報)

年に1回、松江・出雲・浜田の3会場で研修会の開催を予定しています。研修会では、健康保険制度や保健事業に関する内容の研修を行います。

応募方法

健康保険委員としてご応募いただける方は、「健康保険委員応募申込書」をご記入の上、協会けんぽ島根支部までお送り下さい。

「健康保険委員応募申込書」につきましては、協会けんぽホームページ内の島根支部のページからダウンロードしていただくか、協会けんぽ島根支部業務グループ(TEL:0852-59-5144)までお問い合わせください。

〔 全国健康保険協会 HP アドレス <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/> 〕