

社会保険しまね

CONTENTS

- 厚生年金保険料の保険料率が改定されます
- ～事業主の皆様へ～ 知っておきたい“適用関係届等のQ & A”
- 年金事務所での年金相談の時間延長と週末開設
- 社会保険委員等研修会のご案内
- 限度額適用認定証で入院時の窓口負担を軽減できます!!
- 健康レシピのご紹介
- 第20回社会保険ソフトボール大会結果
- 年金相談所開設のお知らせ

日本年金機構ホームページ＝<http://www.nenkin.go.jp/>

全国健康保険協会島根支部ホームページ
＝<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/13,0,103.html>

島根県社会保険協会ホームページ
＝<http://www.shimane-shahokyo.or.jp>

※次回の発行については**11月**を予定しています

「清水寺の紅葉」
illustrated by saori notsu

No.775

2011.9.20発行

助け合い
生きる安心
社会保険

日本年金機構からのお知らせ

厚生年金保険料の保険料率が改定されます



- 平成23年9月分(10月納付分)から、保険料率が**16.412%**に改定されます。
※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。

改定後の保険料額表は、日本年金機構ホームページに掲載されていますので、ご利用ください。

～事業主の皆様へ～ 知っておきたい“適用関係届等のQ&A”

Q 3歳未満の子を養育している従業員の標準報酬が下がった場合、厚生年金の特例措置を受けられるそうですが、どのような手続きが必要ですか？

A 3歳未満の子を養育する被保険者または被保険者であった方で、養育期間中の各月の標準報酬月額が養育開始月の前月の標準報酬月額を下回る場合、被保険者からの申し出により事業主が年金事務所へ「**養育期間標準報酬月額特例申出書**」を提出することにより、従前の標準報酬月額により年金額を計算する特例措置が受けられます。
なお、老齢厚生年金等を計算する際は養育期間前の(高い)標準報酬月額を使用しますが、厚生年金保険料は実際の(低い)標準報酬月額で計算されます。

◆特例措置の適用期間はいつまでですか

特例措置の適用期間は、子を養育することとなった日の属する月から次の①～⑤のいずれかに該当する日の翌日の属する月の前月までの各月のうち、養育開始月の前月の標準報酬月額を下回る期間です。

- ① 子が3歳に達したとき
- ② 資格喪失したとき
- ③ 申し出に係る子以外の子について特例措置の適用を受ける場合、この申し出に係る子以外の子を養育することとなったとき
- ④ 子が死亡したとき、または養育しなくなったとき
- ⑤ 育児休業等を開始したとき



【ご注意】

この「養育期間標準報酬月額特例申出書」を提出されていないケースが多く見受けられます。将来の年金受給が不利にならないようにするための特例措置となりますので、被保険者の皆様へ周知をお願いします。

詳しくは、年金事務所(厚生年金適用調査課)にお問い合わせください。

年金事務所での年金相談の時間延長と週末開設



◆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週末開設を行っています。

平日(休日明けを除く)：受付時間＝午前8時30分から午後5時15分

月曜日(休日明けの初日)：受付時間＝午前8時30分から午後7時

週末相談日(第2土曜日)：受付時間＝午前9時30分から午後4時

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。

地区	開催日	時間	会場
松江	11月8日(火)	13:00～16:00	くにびきメッセ(多目的ホール)
出雲	11月10日(木)	13:00～16:00	ニューウェルシティ出雲(牡丹)
浜田	11月25日(金)	13:00～16:00	いわみーる(401研修室)

※研修内容、および申し込み方法については、別添のお知らせをご覧ください

..... 協会けんぽ島根支部からのお知らせ

限度額適用認定証で入院時の窓口負担を軽減できます!!

◆限度額適用認定証とは？

●健康保険には、医療機関で支払った1か月分の医療費の窓口負担額が、一定の金額(自己負担限度額)を超えた場合、その超えた額が申請により払い戻される制度があります(高額療養費制度)が、入院時の医療費の窓口支払いは、一時的に大きな負担となります。

そこで、70歳未満の加入者の方が入院される場合については、事前に「限度額適用認定証」の交付を受け、健康保険被保険者証と一緒に医療機関の窓口へ提示することで、窓口負担額(食事代や個室料等保険診療の対象とならないものを除く)を自己負担限度額までに抑えることができます。

●70歳以上75歳未満の加入者の方(低所得者の方を除く)は、お手持ちの「健康保険被保険者証」と「高齢受給者証」を提示することで、窓口負担額が自己負担限度額までとなります。

◆自己負担限度額は？

被保険者の方の所得に応じて次の3つに区分されます。

【70歳未満の場合】

被保険者所得区分	自己負担限度額(同一月1か月当たり)	多数該当 ^(※2)
①上位所得者(標準報酬月額53万円以上)	150,000円+(医療費 ^(※1) -500,000円)×1%	83,400円
②一般(①及び③以外)	80,100円+(医療費 ^(※1) -267,000円)×1%	44,400円
③低所得者(市区町村民税非課税等)	35,400円	24,600円

※1 保険診療の対象となる医療費の総額です。食事代や個室料等の保険診療の対象とならないものは含みません。

※2 直近12か月間に、同一世帯で3か月以上高額療養費の対象となる月がある場合の4か月目からの自己負担限度額です。

どれくらい負担が違うの？

窓口負担の計算例 1か月の医療費が100万円で、被保険者所得区分が一般の方の場合

限度額適用認定証を提示しない場合
 1,000,000円×30%(窓口負担割合)
= 300,000円
 ★後日、申請により高額療養費として212,570円が払い戻されます。

限度額適用認定証を提示した場合
 80,100円+(1,000,000円-267,000円)×1%
= 87,430円
 ★高額療養費の212,570円が協会けんぽから直接医療機関に支払われるため、後日申請による払い戻しを受ける必要がありません。

◆限度額適用認定証の交付を受けるには？

「限度額適用認定申請書」に必要事項をご記入のうえ、協会けんぽへご提出ください。

なお、低所得者に該当する方は、「健康保険限度額適用・標準負担額減額認定申請書」に市区町村民税の非課税証明書等(申請書の所定欄に市区町村長の証明を受けている場合は不要)を添付のうえご提出ください。

【手続きに関するお問い合わせ先】 協会けんぽ島根支部業務グループ TEL 0852-59-5144

今月のおすすめ

健康レシピのご紹介

きのこオムレツ

★材料(2人分)

- ・卵(L)2個 ・牛乳20cc ・生しいたけ40g
- ・エリンギ30g ・しめじ40g ・チンゲン菜40g
- ・にんじん20g ・塩1.0g ・こしょう適量
- ・バター6g(小さじ1強) ・油大さじ1
- ・ケチャップ15g

★作り方

- (1)卵と牛乳は合わせて溶きほぐしておく。
- (2)野菜ときのこ類をよく熱したフライパンに油とバターで炒め、塩、こしょうをふり、(1)を流し込む。
- (3)オムレツ型に手早く包む。
- (4)最後にケチャップをかける。
(半熟の卵が好みなら、下茹でした具材を使うことをおすすめします)

《レシピ提供：社団法人島根県栄養士会》



カロリー 216kcal
塩分 1.4g
たんぱく質 11g



ワンポイントアドバイス

オムレツの中にきのこ類や野菜をたっぷり詰めると、野菜不足の解消になります。中の具材を変えることで、バリエーションも広がります。

島根支部ホームページサイト「へるし〜まね」では健康づくりに役立つレシピをご紹介します。ぜひご覧ください！

協会けんぽ島根

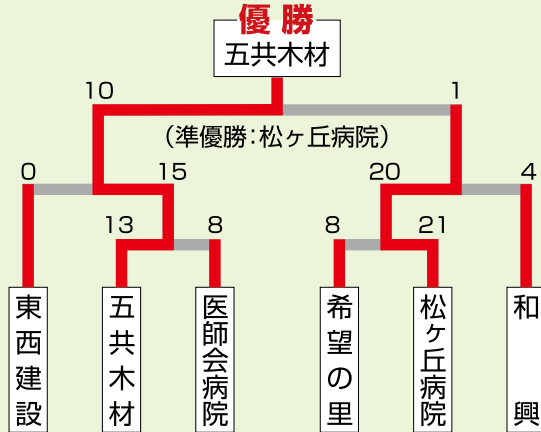
検索

第20回社会保険ソフトボール大会結果(益田・鹿足地区)

●日時:平成23年7月10日(日) ●場所:久々茂コミュニティー広場

(財)島根県社会保険協会浜田支部主催のソフトボール大会結果をお知らせします。
益田・鹿足地区は20回の歴史を積み上げ、今年から浜田・江津地区大会も開催することとしました。

(注:今年の浜田・江津地区大会は雨天等のため中止となりました。)

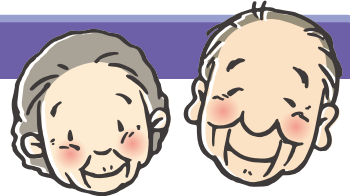


松ヶ丘病院・南投手の力投

日本年金機構から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5日(水)	11月10日(木)	12月7日(水)	13:00~16:00
	10月6日(木)	11月11日(金)	12月8日(木)	9:30~12:00
海士町役場	—	11月17日(木)	—	9:30~12:00
西ノ島町中央公民館	—	11月16日(水)	—	13:00~16:00
大田市役所	10月26日(水)	11月16日(水)	12月21日(水)	10:00~15:00
益田市民学習センター	10月25日(火)	11月22日(火)	12月27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、**委任状と、代理の方の本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)**が必要です。

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

(財)島根県社会保険協会 島根県社会保険労務士会 が、共同で開催する無料年金相談所(平成23年版)

※相談時間はいずれの会場も、10:00~16:00です。

相談会場	相談日	相談会場	相談日
伯太庁舎1階ホール	10月11日(火)	美郷町山村開発センター大ホール	10月11日(火)
温泉津まちづくりセンター第3会議室	10月11日(火)	出羽公民館(いきいきセンター)	10月18日(火)
仁万まちづくりセンター2階会議室	10月18日(火)	阿須那公民館	10月25日(火)
多伎支所1階町民相談室	10月25日(火)		

■相談にあたっての注意事項は、年金機構の年金相談に同じです。

◆社会保険しまね 通巻775号◆

発行者/(財)島根県社会保険協会 文書提供/松江・出雲・浜田年金事務所、全国健康保険協会島根支部