

助け合い 生きる安心 社会保険

# 社|会|保|険 しまね

平成31年 1月号

No.819

Index

P2. 新年のご挨拶

島根県社会保険協会からのお知らせ

P3. 日本年金機構からのお知らせ

P4. 協会けんぽ島根支部からのお知らせ

太鼓谷稲成神社(島根県鹿足郡津和野町)

トンネルの様に連なる千本鳥居で知られる、日本五大稲荷の一つ。  
県内外から多くの参拝者が初詣に訪れます。



# 迎春

あけましておめでとようございませう。

会員の皆様方におかれましては、

健やかに新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

旧年中は、当協会事業の運営並びに

社会保険委員会事業に格別のご理解とご協力を賜り、

誠にありがとうございました。

今年度の当協会新規事業として県内四会場で開催した健康保険給付の

実務講座、隠岐地区二会場で開催した年金シニアライフセミナーともに、

皆様方のご協力により多数の会員事業所様にご参加いただきました。

本年も、広報紙の発行、各種研修会の開催、健康づくり事業等を展開し、

会員事業所の皆様のお役に立てるよう、役員一同、精励してまいりますので、

より一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、この年の皆様方ますますのご活躍とご多幸を心から

ご祈念申し上げます、新年のあいさつとさせていただきます。

一般財団法人

島根県社会保険協会

会長 山坂 良平

(島根県社会保険委員会連合会会長)  
(松江社会保険委員会会長)

出雲支部長 瀬島 徹

(出雲社会保険委員会会長)

浜田支部長 沖田 幸雄

(浜田社会保険委員会会長)

謹んで新年のお慶びを申し上げます

日頃から、健康保険・厚生年金保険事業へのご理解並びにご協力を賜り誠にありがとうございます。

本年も、健康保険・厚生年金保険事業を運営する組織として、使命感と責任感を持ち、適正な業務執行により、皆様のご期待に添える健康保険・厚生年金保険事業の運営に取り組んで参りますので、よろしくお願いいたします。

全国健康保険協会 島根支部

支部長 大塚 正明

日本年金機構

松江年金事務所

所長 柳楽 克具

出雲年金事務所

所長 荒木 克弘

浜田年金事務所

所長 西村 浩孝

(一般財団法人) 島根県社会保険協会からのお知らせ



ホームページもご覧ください

募集

## 年金給付実務講座「60歳以後の年金額調整の仕組み」のお知らせ

働きながら老齢厚生年金をもらえるの？退職したらすぐにももらえるの？などの疑問について解説

会場	開催日	定員	申込締め切り
浜田	サンマリン浜田(研修室A・B)	2月 5日(火)	40名
益田	ジュンテンドー研修センター第2研修室	2月13日(水)	40名
松江	くにびきメッセ(601大会議室)	2月19日(火)	100名
出雲	出雲市民会館(301会議室)	2月21日(木)	100名

申込

同封の受講申込書(ホームページにも掲載)により、FAXで申し込んでください。  
※定員に到達次第締め切ります。

時間 各会場とも、午後1時30分から午後4時30分まで

講師 社会保険労務士

受講料 会員事業所様は無料です。(その他の経費は受講者負担)

テキスト 当日配付

お知らせ

一般財団法人 島根県社会保険協会は、平成31年3月1日から下記へ移転します。

【新住所】〒690-0843 松江市末次本町46 松江京店RGBビル401 ※電話番号・FAX番号に変更はありません。

●移転日の前後は電話の不通等ご迷惑をおかけする場合がありますが、宜しくお願いします。

# 新任事務担当者説明会のご案内

次の方を対象に、健康保険・厚生年金保険に関する事務手続きの説明会を開催します。

- 対象者
- ① 新任担当の方
  - ② 新規加入事業所の方
  - ③ その他、受講を希望される方

出席を希望される方は、事前に年金事務所へ電話にてご連絡ください。

地区	開催日	時間	会場
松江	2月15日(金)	13:30~16:00	くにびきメッセ(601大会議室)※
出雲	2月7日(木)		出雲市民会館(302研修室)
浜田	2月8日(金)		サンマリン浜田(研修室AB)

※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。

## 年間平均による随時改定の手続きについて



### 1 提出する書類

#### ① 健康保険・厚生年金保険被保険者報酬月額変更届／厚生年金保険70歳以上被用者月額変更届

「⑱備考」欄の「6.その他」を○で囲み、「年間平均」と記入してください。また、下記②の様式2に記入した「年間平均」の額を「㉔修正平均額」欄に記入してください。

「年間平均」の額は、昇給(降給)月以後の継続した3か月の間に受けた固定的賃金の月平均額に、昇給(降給)月前の継続した9か月及び昇給(降給)月以後の継続した3か月の間に受けた非固定的賃金の月平均額を加えた額から算出した標準報酬月額になります。

#### ② 添付書類

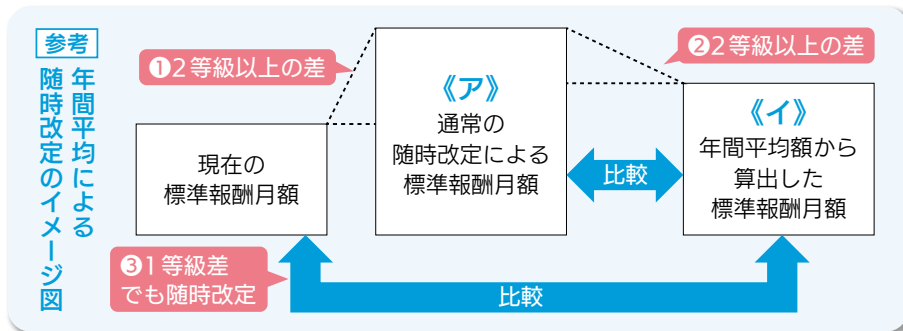
上記①の届書に下記書類を作成して、必ず添付し提出してください。また、必要に応じて、賃金台帳等の資料を提出していただく場合があります。(例:例年発生することが見込まれることを確認する必要がある場合等)

(様式1)「年間報酬の平均で算定することの申立書(随時改定用)」

(様式2)「健康保険厚生年金保険被保険者報酬月額変更届・保険者算定申立に係る例年の状況、標準報酬月額の比較及び被保険者の同意等(随時改定用)」

### 2 年間平均による随時改定の対象となる場合【①～③すべてを満たした場合】

- ① 現在の標準報酬月額と通常の随時改定による標準報酬月額(昇給(降給)月以後の継続した3か月間の報酬の平均から算出した標準報酬月額)との間に2等級以上の差があること。
- ② 下記《ア》と《イ》の差が2等級以上あり、業務の性質上例年発生することが見込まれ、かつ、報酬月額の変動\*も、業務の性質上例年発生することが見込まれることが前提となり、被保険者が同意していることが必要となります。  
\*固定的賃金の増加(減少)も、例年発生していること(定期昇給など)が条件となります。
- ③ 現在の標準報酬月額と年間平均額から算出した標準報酬月額との間に1等級以上の差があること。



**Point**

例えば、定期昇給とは別の単年度のみ特別な昇給による改定、例年発生しないが業務の一次的な繁忙と昇給時期との重複による改定や、転居に伴う通勤手当の支給による改定等は、年間平均による随時改定の対象外です。

### 3 その他

厚生年金基金又は健康保険組合に加入している事業所は、加入しているそれぞれの厚生年金基金又は健康保険組合へ書類を提出する必要があります。

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



医療保険財政の改善、保険料率上昇を抑えることにもつながります！



## 医療機関のかかり方で上手に節約！

皆さん、「健康にかかわることだから…」と医療費を気にせずに受診されてないでしょうか？

じつは、医療機関に支払う医療費も、ちょっとした心がけで節約することができます。節約といっても、具合が悪いのに受診せず我慢することではありません。医療費節約のポイント、すなわち上手に受診して医療費の無駄を減らすコツをご紹介します！

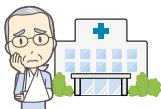
### 1 身近に頼れる「かかりつけ医」を持ちましょう



できるだけ家の近所に「かかりつけ医」をもち、かぜなど日常よくある病気の中には、まずは「かかりつけ医」を受診しましょう。「かかりつけ医」は、あなたの病歴、体質などを把握したうえで治療をしてくれます。顔なじみの先生だと相談もしやすくなります。

もしも、いきなり紹介状なしで大病院を受診してしまうと、全額自己負担の特別料金がかかることがあります。

### 2 ハシゴ受診は体とお金の負担が大きい



病気やけがの治療中に、自分の判断だけで受診先を変える「ハシゴ受診」は、身体的にも経済的にも大きな無駄になるのでやめましょう。治療や検査が重なってしまうことで、医療費がかさみ、体にも大きな負担となります。

転医を希望する場合は、主治医に相談して紹介状を書いてもらいましょう。

### 3 時間外受診は割増料金になります



休日や夜間に救急対応してくれる医療機関は医療費が「割増料金」になることをご存知ですか？やむをえない場合を除き、「日中は混んでいるから」「予定があるから」などの理由での時間外受診は控えましょう。

たとえば、初診時の休日加算は2,500円。さらに深夜加算は4,800円と高額です。

### 4 意外に高い子どもの医療費



子どもの医療費は、子育て支援として医療費の自己負担分を市町村が負担し無料となっていることも多いのですが、実際には大人と同額あるいはそれ以上の医療費がかかっており、その費用は皆様の保険料から支払われていることを覚えておいてください。

### 5 子どもを病院に連れて行くか迷ったら救急相談へ



軽い症状で受診が必要か迷ったときには、まずは「小児救急電話相談」を利用しましょう。夜間や休日の子どもの急な病気で困ったときに、小児科医や看護師に電話相談ができます。全国统一の短縮番号「#8000」をプッシュしてください。

ご参照ください 「厚生労働省」ホームページ：小児救急医療電話相談事業（#8000）について

### 6 お薬は「ジェネリック医薬品」を使いましょう



「ジェネリック医薬品」は、効能と安全性が先発医薬品と同等であると国が認めたお薬です。先発医薬品の特許が切れた後に開発されるお薬のため、先発医薬品にくらべ安価なことが多く、医療費の節約につながります。

まずは、医師・薬剤師にご相談ください。

#### 皆様へのお願い！

皆様にご負担いただいている健康保険料は、**島根支部加入者全体の医療費を反映**しており、近年の医療費増により、協会けんぽ島根支部の健康保険料率は上がり続けています。保険料率上昇を抑えるためにも医療費の節約にご理解とご協力をお願いします。

保険料率の推移



適正受診のため、受診時は必ず保険証を提示しましょう。ご退職時、保険証が使えるのは退職日までです。

協会けんぽ島根支部ホームページ

協会けんぽ島根

検索

制度に関するお問い合わせ先

■協会けんぽ島根支部 企画総務グループ TEL.0852-59-5140

社会保険に関する各種書類のダウンロードや、最新の情報はこちらから！

日本年金機構 <https://www.nenkin.go.jp/>

全国健康保険協会島根支部 <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/shimane>

島根県社会保険協会 <http://www.shimane-shahokyo.or.jp>

社|会|保|険|しまね

発行者／(一財)島根県社会保険協会

TEL.0852-27-5059

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

2019.1.11発行

通巻819号

※次回の発行については平成31年3月を予定しています。