

社 会 保 険 し ま ね



しまね 百花繚乱 (vol.4)

水仙 — 益田市 唐音水仙公園

寒さに強く、白く可憐な姿で親しまれる水仙は、ラッパのような見た目から「春を告げる花」といわれています。原産は地中海沿岸地域で、学名の「Narcissus」はギリシャ神話に登場する美少年ナルキッソスに由来。ナルキッソスは「ナルシスト」の語源でもあり、池の水に映る自分の美しい容姿に恋して池に落ちたという物語があります。水仙の花言葉が「うぬぼれ」「自己愛」なのも、このストーリーが元になっているという面白いエピソードも。

この水仙の群生地として知られているのが、益田市の鎌手地区にある「唐音水仙公園」。毎年1月ごろになると、地域の人たちの手によって植えられた200万球の日本水仙が、約3ヘクタールの斜面に咲き誇ります。日本海を背景に海風に揺れる水仙は圧巻で、波音



の中に甘い香りが漂います。

群生地の近くには、国の天然記念物「唐音の蛇岩^{じゃがん}」と呼ばれる珍しい岩脈もあり、花と自然が織りなす造形美を楽しみながら、のんびりと公園内を散策できます。

迎春



年頭にあたり

新年のご挨拶を申し上げます

会員の皆様方には、お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、厚く御礼申し上げます。

本年も、社会保険制度やその手続きについて解説する各種講座、プール・ジム等の利用助成を始めとする健康づくり事業の充実等に引き続き取り組んでまいりますので、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。

新年にあたり、皆様方にとって本年が健やかな年でありますことをご祈念いたしまして、ご挨拶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 渡辺 涉

(島根県社会保険委員会会長)
(松江社会保険委員会会長)

出雲支部長 梶谷 怜史
(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



平素から、社会保険事業の運営に對しまして、格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

本年も、健康保険・厚生年金保険事業を使命感と責任感を持ち、適正な業務執行に努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

本年が皆様にとりまして、健康で幸多き一年となることを祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

日本年金機構

松江年金事務所

所長 坂田 信喜

出雲年金事務所

所長 久村 憲司

浜田年金事務所

所長 三澤 和久

全国健康保険協会 島根支部

支部長 石原 貢

(一般財団法人) 島根県社会保険協会からのお知らせ

募集 年金給付実務講座の開催

本講座は12月の隠岐会場に引き続き、次の6会場でも開催します。社会保険事務担当者や60歳以後も在職をお考えの皆さまに向けて、在職中の年金額の調整のしくみや繰り上げ・繰り下げ受給、必要な手続きなどを解説します。

会場		開催日	定員	申込締め切り
松江	テクノアークしまね(大会議室)	2月27日(火)	65名	2月9日(金)
雲南	三刀屋交流センター(2F農事研修室)	3月 6日(水)	30名	
出雲	出雲市民会館(301会議室)	2月22日(木)	65名	
大田	あすてらす(研修室5)	3月 5日(火)	25名	
浜田	サンマリン浜田(研修室A・B)	2月28日(水)	30名	
益田	ジュンテンドー研修センター(第2研修室)	2月19日(月)	30名	

※定員に到達次第締め切りますので、お早めに申込願います。

- 時間** 各会場とも13時30分～16時30分まで
- 講師** 社会保険労務士(研修テキストは当日配付します。)
- 受講料** 当協会の会員事業所様を対象とした講座ですので受講料は無料です。(交通費等の経費は受講者負担でお願いします。)
- 申込方法** 次の①または②により申し込んでください。

- ① ホームページ【事業案内→実務講習会・セミナー】の受講申し込みフォームから登録してください。
- ② 今月号に同封の受講申込書にご記入いただいたものをFAXにてお送りください。



募集 会員限定Web セミナー受講者募集 のご案内

現在動画配信中のWebセミナー「健保・厚年の被保険者資格と適用拡大」の第6回募集を行います。

- 募集期間** 1月15日から1月31日まで
- 動画配信** 2月 1日から3月 1日まで

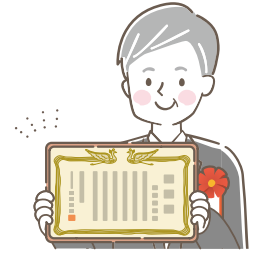
申し込み方法は以下のとおりです。申込みいただいた方へ動画閲覧用パスワード等をメールでお送りします。

- 申込方法** 当協会ホームページ【事業案内→実務講習会・セミナー】の受講申込フォームからご登録してください。



令和5年度年金委員・健康保険委員功労者表彰式

令和5年11月27日に「令和5年度年金委員・健康保険委員功労者表彰式」が松江市内のホテルにおいて開催され、社会保険事業の推進に功績のあった年金委員・健康保険委員に表彰が行われました。なお、受賞された方々は次のとおりです。



令和5年度年金委員表彰者

- ◆厚生労働大臣表彰
中村 春彦 株式会社守谷刃物研究所
- ◆日本年金機構理事長表彰
川合 京子 社会福祉法人やまゆり
- ◆日本年金機構理事表彰
柘植 明敏 株式会社内村電機工務店
大塚 彩 特別養護老人ホームひまわり園
野津久美子 山陰建設工業株式会社
井藤 章雄 地域型年金委員

令和5年度健康保険委員表彰者

- ◆全国健康保険協会理事長表彰
岩本 誠三 株式会社ハゼヤマ
- ◆全国健康保険協会島根支部長表彰
木谷 智 大昌株式会社
宮本 康子 樋野電機工業有限公司
糸賀 浩輔 有限会社奥出雲葡萄園
青戸 君子 株式会社板倉重機
多々納敦江 株式会社キムラ
倉塚 厚 医療法人かんど会
津野 章 社会福祉法人浜田福祉会

日本年金機構からのお知らせ

「ねんきんネット」始めてみませんか!

パソコンやスマートフォンで

- ご自身の**国民年金の記録**やお勤めになられた**会社の履歴**、**標準報酬月額**、**賞与額**が確認できます。
- 働きながら年金を受給した場合や、受給を早めたり遅らせたりした場合など**様々な条件に合わせた試算**ができます。
- 電子版「**ねんきん定期便**」や年金支払いに関する**通知書**を確認できます。
- 国民年金保険料控除証明書や公的年金の源泉徴収票などの**再発行申請**ができます。



STEP 1

マイナポータルの利用者登録

- 1 マイナポータルのトップ画面右上の「ログイン」から利用者登録を選択。
- 2 使用する端末から「スマートフォン」を選択し、マイナポータルアプリをダウンロード。
- 3 「利用者登録／ログイン」を選択。
- 4 ご自身で設定した数字4桁のパスワードを入力の際は、スマートフォンの裏面にマイナンバーカードをかざして読み取る。
- 5 画面の案内に従い入力・選択→マイナポータルの利用者登録及びログインが完了。



STEP 2

ねんきんネットの利用者登録

- 1 マイナポータルにログインした状態で、トップ画面の「注目の情報」欄にある「年金記録・見込額を見る(ねんきんネット)」を選択。
- 2 「連携に同意する」をチェックし、「ねんきんネットと連携」を選択。
- 3 「メールアドレスの登録／変更」からメールアドレスを入力→ねんきんネットの利用者登録が完了。



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

各種手続きの詳細は、日本年金機構ホームページをご覧ください

日本年金機構 検索



上手な医療のかかり方を知りましょう



どうして「上手な医療のかかり方」を知る必要があるのですか？

「上手な医療のかかり方」を知り、適正な受診をすることによって、医療費の節約や医療機関の負担軽減等につながるからです！



協会けんぽ島根支部キャラクター
しまめちゃん

「診療時間内」に受診をしましょう



休日や夜間に急病になったとき、診療してくれる医療機関は心強い存在です。

しかし、**診療時間外に受診すると、割増料金がかかり医療費が高額になる**ことをご存じでしょうか？ また、患者や医療機関への影響として、命にかかわるような**重症患者への対応に遅れが生じる、医療スタッフの負担が増えてしまう**などの支障をきたす恐れもあります。



家計の負担を軽減することは勿論、本当に救急医療が必要な方が十分な医療を受けられるために、緊急時以外はできる限り診療時間内に受診することを心がけましょう。

(医科)	診療時間外の場合(6歳以上の場合)		
	時間外加算	休日加算	深夜加算
初診料 2,880円	+850円	+2,500円	+4,800円
再診料 730円	+650円	+1,900円	+4,200円

※上記の金額には健康保険が適用されます。※診療時間内であっても、受診する時間帯によっては上記以外に夜間・早朝等加算がつく場合があります。※6歳未満の場合や救急病院を受診した場合等は加算される金額が異なります。

「はしご(重複)受診」はやめましょう

「なんとなく医師と合わないから」「症状がよくなるから」などの理由で、同じ病気やけがについて複数の医療機関を転々と渡り歩くことを「はしご(重複)受診」といいます。

はしご受診をすると、**受診するたびに毎回「初診料」がかかってしまいます**。また、同じような検査や薬の処方が繰り返される可能性があるため、**医療費が高くなるだけでなく体への負担が大きくなってしまいます**。



他の医療機関で専門的な検査や治療を受けたい場合は、現在の担当医にセカンドオピニオンを利用したい旨を相談しましょう。

休日・夜間の子どもの急な病気に困ったら、「#8000」へお電話を

子ども医療電話
相談事業
#8000とは

保護者の方が、休日・夜間の子どもの急な病気にどのように対処したらよいのか、医療機関を受診した方がよいのかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師に電話で相談できるサービスになります。この事業は、全国統一の短縮番号#8000をプッシュすることにより、お住いの都道府県の相談窓口へ自動転送され、小児科医師・看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する医療機関等のアドバイスを受けることができます。



島根県の場合

- 利用できる時間…【平日】19:00～翌朝9:00まで 【土日祝日】9:00～翌朝9:00まで (12月29日～1月3日までを含む)
- 相談対象…15歳未満の子どもの症状



詳しくはこちら

本件に関する
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
営業時間 8:30～17:15(土日祝除く)

協会けんぽ島根支部ホームページ

協会けんぽ島根 検索



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
<https://www.shimane-shahokyo.or.jp>