

# 社 会 保 険 し ま ね



しまね 百花繚乱 (vol.10)

## イズモコバイモ ー川本町



島根県にだけ自生する花「イズモコバイモ」をご存知ですか？イズモコバイモはユリ科の多年草で、草丈は15～20cm。3月上旬から4月上旬にかけて、茎の先端に可憐な白い花を下向きに咲かせます。川本町の指定文化財であり、町内の谷戸地区には日本一といわれる自生地が県道沿いに広がっています。環境省のレッドデータブックでは絶滅危惧種に指定されているほど希少な植物で、毎年開花時期になると珍しいイズモコバイモを一目見ようと、県内外から多くの人々が訪れます。

イズモコバイモを見に冬の川本町を訪れたら、三原地区の丸山城跡展望台からの眺めもおすすめ。丸山城は石見銀山の支配に深く関わったとされる小笠原長旌が、天正13年に築いた連郭城の中世山城です。



「総攻落とし」など珍しい仕掛けがあったとされ、わずかに残る石垣の跡から当時の面影を感じられます。標高は482mで、冬の晴れた日の早朝には、眼下に広がる雲海を望める絶景スポットとして知られています。

謹賀新年



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、社会保険実務講座の開設、福利厚生  
を支援する健康づくり事業等の充実に引き続き  
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 **渡邊 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 **永田 孝**  
(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



旧年中は、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、誠にありがとうございました。

本年も、より一層のサービス向上と  
適正な事業運営に努めてまいります  
ので、よろしくお願ひします。

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 **三澤 和久**

出雲年金事務所  
所 長 **久村 憲司**

浜田年金事務所  
所 長 **荒木 克弘**

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

社会保険事務担当者の方やこれから年金を受け始める人を対象に、  
厚生年金はいつから受けられるのか、60歳以後も引き続き働く場合な  
ど年金制度をわかりやすく解説します。

会 場	開催日	定員	申込締め切り
松江	くにびきメッセ (601大会議室)	2月21日(金) 70名	2月10日(月)
雲南	三刀屋交流センター (1F会議室)	3月 4日(火) 25名	
出雲	出雲市民会館 (301会議室)	2月27日(木) 70名	
浜田	サンマリン浜田 (研修室A・B)	2月26日(水) 25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(水) 25名	

※開催時間は各会場とも  
午後1時30分から午後4時30分までとなります。

申込方法等詳しくは、同封の開催チラシ  
または当協会のホームページをご覧ください。

島根県社会保険協会 **検索**

事業案内 ⇨ 実務講習会・セミナー  
⇨ 年金給付実務講座



**募集** 会員限定Webセミナー  
受講者募集のご案内

令和6年度から動画配信中のWebセミナー「新任事務  
担当者のための社会保険の加入と保険料」の第6回募集を  
行ないます。(配信動画は第1回～ 5回のWebセミナーと  
同じ動画です。)

**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2月28日まで

**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  
⇨ WEBセミナー】  
の受講申込フォームからご登録して  
ください。

(申込みいただいた方へは、  
動画閲覧用パスワード等を  
メールでお送りします。)



## 令和6年度年金委員・健康保険委員功労者表彰式

令和6年11月25日に「令和6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6年度年金委員表彰者

- ◆厚生労働大臣表彰  
石橋セツ子 大和紡績株式会社出雲工場
- ◆日本年金機構理事長表彰  
松崎 佳子 日発工業株式会社  
梶谷 怜史 イズテック株式会社  
浜田 誠 株式会社岩多屋
- ◆日本年金機構理事表彰  
森田あゆみ 有限会社松江測地社  
内田真知子 株式会社内田工務店  
小谷 賢一 株式会社エースカンパニー  
安田智恵子 島根ライトコン工業株式会社  
横田 桂次 イワタニ島根株式会社  
淀谷 友加 島根中央信用金庫  
中本千恵美 邑智郡森林組合



### 令和6年度健康保険委員表彰者

- ◆全国健康保険協会理事長表彰  
(非公表) 内藤鉄工株式会社
- ◆全国健康保険協会島根支部長表彰  
田中利智子 一般財団法人島根県物産協会  
錦織 和美 エイコー電子工業株式会社  
山田 竜功 株式会社大建コンサルタント  
高岩 真央 公益財団法人しまね国際センター  
宗正美智江 有限会社宗正建設  
柳多 美佳 日段株式会社安来工場

## 日本年金機構からのお知らせ

### 「電子申請」をぜひご利用ください

- ▶ 資格取得届や算定基礎届等の社会保険(健康保険・厚生年金保険)の手続きを、e-Gov<sup>(注1)</sup>やマイナポータル<sup>(注2)</sup>を使って、オンラインで申請・届出できるサービスです。
- ▶ 主要な届出<sup>(注3)</sup>の電子申請割合は、令和5年度末に70%になりました。



(注1) デジタル庁が運営する総合的な行政ポータルサイトです。  
(注2) デジタル庁が運営する、行政手続きの検索・電子申請などをワンストップで行うことができるサービスです。  
(注3) 資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届・被扶養者(異動)届・国民年金第3号被保険者関係届

### メリットがたくさんあります

#### いつでもどこでも 申請可能

24時間365日オンラインで申請できます。在宅勤務をしていても、自宅から申請できます。

#### 処理が速くて正確

申請データをそのまま取り込んで処理をするため、紙の届出と比べ文字の曖昧さがなく、速く処理されます。

#### コスト削減

紙や電子媒体の届書の郵送料、年金事務所窓口に出向くときの時間や交通費が削減できます。

#### 申請時のチェック・ データ管理が簡単

申請時に不備がないかシステムチェックができます。処理状況・結果通知をPCで確認でき、データ管理も簡単です。

登録方法や操作にお困りの場合は、日本年金機構ホームページをご覧ください。

日本年金機構のホームページには、おおまかな手続きの手順がわかる動画や操作手順の詳細を記載したガイドブックを掲載していますので、ぜひご利用ください。

#### 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

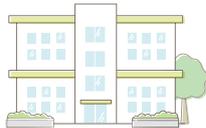


## 上手な医療のかかり方 医療費節約のポイント

### 体にもお財布にも負担が大きい「はしご受診」はやめましょう

#### ●はしご受診とは？

同じ病気やケガで複数の医療機関を受診することを「はしご受診」といいます。



#### ●はしご受診のデメリット

はしご受診は、受診のたびに「初診料」や同じような検査料等がかかり、医療費が高くなるだけでなく検査による体への負担が大きくなってしまいます。また、同じような作用の薬を毎回処方されることによる薬の重複や複数の薬の飲み合わせにより、副作用等を引き起こす場合もあります。

#### ●はしご受診をしないためには？

治療に不安があったり、別の医師の意見を聞きたい場合は「セカンドオピニオン」という方法があります。まずは現在の担当医に不安があることを相談したうえで、申し出てみましょう。



協会けんぽ島根支部  
キャラクター  
しまめちゃん

医療のかかり方で  
医療費が節約  
できるの？

	3割負担の場合	
	同じ医療機関を 3回受診した場合	3つの医療機関を はしご受診した場合
1回目	初診料 870円 +検査料等	初診料 870円 +検査料等
2回目	再診料 230円	初診料 870円 +検査料等
3回目	再診料 230円	初診料 870円 +検査料等
1～3回目の 合計	初診・再診料 1,330円 +検査料等	初診 2,610円 +検査料等×3

### 緊急時以外は診療時間内(平日昼間)に受診しましょう

#### ●診療時間外とは？

医療機関が表示する診療時間以外の休日や夜間に受診することです。

#### ●診療時間以外に受診するデメリットは？

診療時間外の自己都合による安易な受診は、原則として割増料金がかかり医療費が高額になるだけでなく、医療スタッフの負担になるとともに本当に治療が必要な方の治療の機会を奪うことになりかねません。

やむを得ない場合以外は、診療時間内に受診するようにしましょう。



	自己負担額(3割負担の場合)		
	時間外加算	休日加算	深夜加算
初診料 870円	+260円	+750円	+1,440円
再診料 230円	+200円	+570円	+1,260円

※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。

### 休日・夜間の子どもの急な病気やけがに困ったら、電話相談窓口をご利用ください

保護者の方が、休日・夜間の子どもの急な病気やけが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

●相談対象…15歳未満の子どもの症状

(12月29日～1月3日までを含む)

お問い合わせ先

■協会けんぽ島根支部  
TEL.0852-59-5139(代表)  
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>