

2017
5

SHAKAIHOKEN MIE
Vol.533

社会保険

みえ

三重の伝統工芸シリーズ

#5：萬古焼

18世紀の中頃、桑名の陶工によって始められました。初期には赤絵の陶器を焼いていましたが、一時中断され、その後薄手で茶褐色の陶器が作られるようになりました。現在では特に急須が有名です。花器や食器なども作られています。

contents

●日本年金機構年金事務所

- ・従業員の方が家族を扶養しているときの届出について
- ・予約制による年金相談のご案内

●全国健康保険協会（協会けんぽ）三重支部

- ・6月～7月に「被扶養者資格再確認」を実施いたします
- ・医療費が高額になりそうなときは「限度額適用認定証」をご利用ください

✦一般財団法人 三重県社会保険協会

- ・平成29年度社会保険協会の事業計画と予算について
- ・協会からのワンポイントQ&A

行政資料提供／◆日本年金機構 ◆全国健康保険協会三重支部（協会けんぽ）

職場内で回覧をして下さい

■ 従業員の方が家族を扶養しているときの届出について

被保険者により主として生計を維持されている3親等以内の親族（75歳未満の方に限る）の方は、一定の要件を満たす場合、健康保険の被扶養者として認定されます。被扶養者として認定を受けるためには、被保険者が事業主を経由して「健康保険被扶養者（異動）届」を日本年金機構（健康保険組合加入の方は健康保険組合）へ提出いただく必要があります。

被扶養者に該当する条件は、被保険者により主として生計を維持されていることおよび以下のいずれにも該当した場合です。

【被扶養者の範囲】

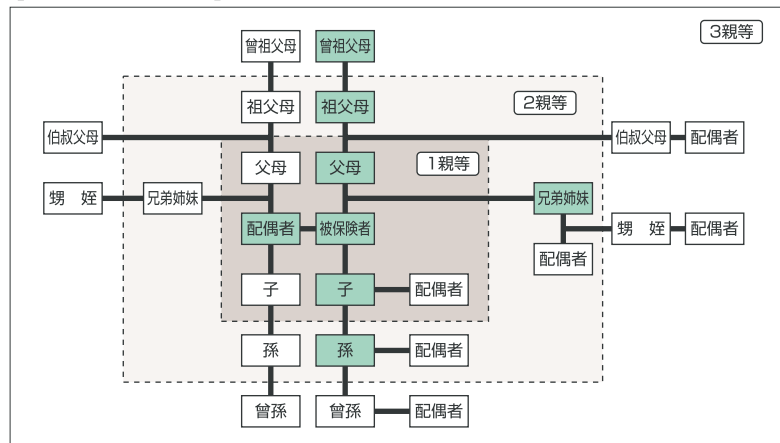
1. 被保険者と同居している必要がない方

- ・ 配偶者（内縁関係を含む）
- ・ 子、孫および兄弟姉妹
- ・ 父母、祖父母などの直系尊属

2. 被保険者と同居していることが必要な方

- ・ 上記1.以外の3親等以内の親族（兄弟姉妹の配偶者、伯叔父母、甥姪とその配偶者等）
- ・ 内縁関係の配偶者の父母および子

【3親等内の親族図】



■ の人は、生計維持の関係が必要です

□ の人は、生計維持と同一世帯であることが必要です

【被扶養者の収入基準】

年間収入130万円未満（60歳以上または障害者〔障害厚生年金を受けられる程度の障害を有する方〕の場合は、年間収入180万円未満）かつ

- ・ **同居の場合**…収入が扶養者（被保険者）の収入の半分未満（※）
- ・ **別居の場合**…収入が扶養者（被保険者）からの仕送り額未満

【同居している場合】	130万円	認定対象者の状態	認定
対象者の年収 被保険者の年収	▲半分	130万円未満 半分未満	○
対象者の年収 被保険者の年収	▲半分	130万円未満 半分以上	×
対象者の年収 被保険者の年収	▲半分	130万円以上 —	×
【別居している場合】	130万円	認定対象者の状態	認定
対象者の年収 被保険者からの仕送額	▲半分	130万円未満 仕送額未満	○
対象者の年収 被保険者からの仕送額	▲半分	130万円未満 仕送額以上	×
対象者の年収 被保険者からの仕送額	▲半分	130万円以上 —	×

※年間収入とは、過去における収入のことではなく、被扶養者に該当する時点および認定された日以降の年間の見込み収入額のことをいいます。

（年間収入を130万円未満で判断する場合、給与所得等の収入については月額108,333円以下。雇用保険等の受給者については月額3,611円以下であること。）

また、被扶養者の収入には、雇用保険の失業等給付、公的年金、健康保険の傷病手当金や出産手当金も含まれますので、ご注意ください。

（※）収入が扶養者（被保険者）の収入の半分以上の場合であっても、扶養者（被保険者）の年間収入を上回らないときで、日本年金機構がその世帯の生計の状況を総合的に勘案して、扶養者（被保険者）がその世帯の生計維持の中心的役割を果たしていると認めるときは被扶養者となることがあります。

● 日本年金機構からのお知らせ

【扶養認定に必要な添付書類】

1. 収入に関する添付書類

	対象となる方	添付書類	
(1)	所得税法の規定による控除対象配偶者または扶養親族となっている方	事業主の証明があれば添付書類は不要	
(2)	(1) 以外の方	①退職したことにより収入要件を満たす方	退職証明書または雇用保険被保険者離職票の写し
		②雇用保険失業給付の受給中または終了により収入要件を満たす方	雇用保険受給資格者証の写し
		③年金受給中の方	現在の年金受取額のわかる年金額の改定通知書等の写し
		④自営（農業等含む）による収入、不動産収入等がある方	直近の確定申告書の写し
		⑤上記の②～④以外に他の収入がある方	上記②～④の添付書類および課税（非課税）証明書
		⑥上記の①～⑤以外の方	課税（非課税）証明書
(3)	(1)および(2)に共通する事項	障害年金、遺族年金、傷病手当金、出産手当金、失業給付等の非課税対象となる収入がある場合は、受取金額のわかる通知書等の写しが別途必要	

2. 同居確認のための添付書類（被扶養者として認定されるために同居が要件である方の場合）

- ・被保険者の世帯全員の住民票（コピー不可）

（住民票により同居の証明をすることができない場合には、民生委員等による同居の証明など）

※被保険者と別姓の方や内縁関係にある方を被扶養者として認定を受ける場合は、上記以外に別途添付書類を求められる場合がございますので、ご相談ください。

【提出先】 窓口にご持参いただく場合は、事業所の所在地を管轄する年金事務所、郵送でご提出いただく場合は、名古屋広域事務センターとなります。

【留意事項】 65歳未満の厚生年金保険被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の被扶養配偶者は、国民年金の第3号被保険者となります。

被扶養者異動届の3枚目「国民年金第3号被保険者資格取得・種別変更・種別確認届」の届出も併せてお願いします。

予約制による年金相談のご案内

全国の年金事務所で、年金の予約相談を実施しておりますので、ぜひご利用ください。

★予約申込方法

- ・相談のご予約については、相談希望日の1ヶ月前からお電話又は年金事務所の窓口でお受けいたしております。
- ・ご予約の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書等をご準備ください。

☆予約相談時間帯／月曜日から金曜日 8：30から16：00まで

※予約状況により、日時のご希望に添えない場合がございますので、ご了承ください。

※代理の方がご相談にご来所される場合は、委任状が必要となります。

※ご都合によりご来所できない場合は、事前にご連絡をお願いします。

県内
年金事務所の
予約ダイヤル

津年金事務所 059-228-9120 伊勢年金事務所 0596-27-3602
四日市年金事務所 059-353-5510 尾鷲年金事務所 0597-22-2340
松阪年金事務所 0598-51-5116

6月～7月に「被扶養者資格再確認」を実施いたします



今年度も、協会けんぽの被扶養者（加入者ご家族）様が、「現在も資格基準を満たしているか」を確認するために、『被扶養者状況リスト』を事業所様へ送付いたします。保険料負担の軽減にもつながりますので、事業主様は、被扶養者となっている方々の収入状況等をご確認いただき、『被扶養者状況リスト』をご返送くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

- 目的**
- ①保険給付の適正化のため（資格のない方への給付支出を減らすため）
 - ②高齢者医療制度への支援金支出を抑え、保険料負担の軽減につなげるため

※協会けんぽの支出の約4割を占める「高齢者医療制度への支援金（平成29年度見込みでは約3.5兆円）」の一部は、「加入者（被保険者と被扶養者）の人数」に応じて算出されます。
※平成28年度の再確認事務の結果では、全国で約22.7億円の支出削減効果が見込まれます。

送付時期 平成29年5月下旬～6月中旬の間で、『被扶養者状況リスト』を順次事業所様へ送付

対象者 全国健康保険協会の被扶養者（加入者ご家族）様

ただし、下記の①・②に該当される方は除きます。

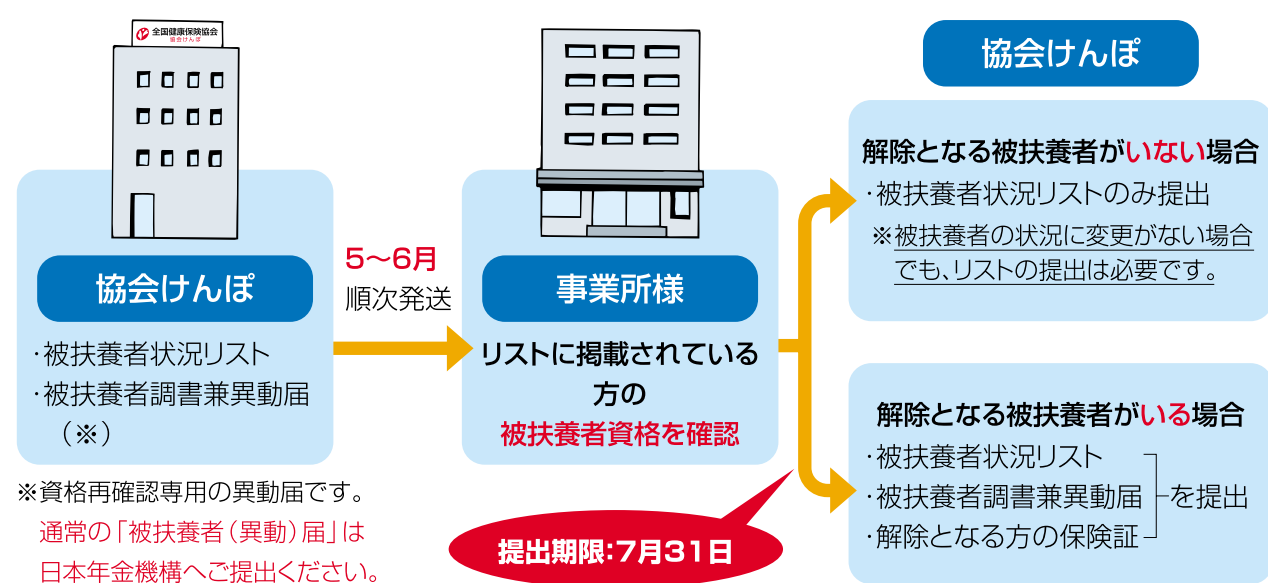
- ①平成29年4月1日において18歳未満の方
- ②平成29年4月1日以降に被扶養者としての認定を受けた方

※すべての被扶養者が①または②に該当する場合は再確認不要のため、被扶養者状況リストは送付されません。

確認内容 被扶養者の資格基準を満たしているかどうかを確認

- 就職等ですでに他の健康保険に加入している方がいないか
- 基準内の収入であるか
59歳までの方 → 年間収入130万円未満
60歳～74歳 または 障害者の方 → 年間収入180万円未満

被扶養者資格再確認の流れ



医療費が高額になりそうなときは「限度額適用認定証」をご利用ください

高額な医療費を支払った場合は、後から申請することによって自己負担限度額を超えた分について払い戻される「高額療養費制度」がございますが、払い戻しがあるとはいえ、窓口での高額なお支払いは大きな負担となります。

そこで、「限度額適用認定証」を利用すると、**ひと月（1日～末日まで）に窓口で支払う金額（保険適用分）が自己負担限度額までとなり**、負担を軽減することができます。

（注）70歳以上の方は、高齢受給者証が限度額適用認定証の代わりとなるため、申請の必要はございません。ただし、低所得者（被保険者が住民税非課税者等）の場合は別途「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請が必要です。

窓口での支払額（自己負担限度額）はどれくらいになるの？

被保険者の所得区分	ひと月あたりの自己負担限度額	多数該当※3
区分ア（標準報酬月額83万円以上の方）	252,600円+（総医療費 ^{※2} -842,000円）×1%	140,100円
区分イ（標準報酬月額53～79万円の方）	167,400円+（総医療費-558,000円）×1%	93,000円
区分ウ（標準報酬月額28～50万円の方）	80,100円+（総医療費-267,000円）×1%	44,400円
区分エ（標準報酬月額26万円以下の方）	57,600円	44,400円
区分オ（被保険者が市区町村民税の非課税者等）※1	35,400円	24,600円

※1 被保険者が非課税であっても、「区分ア」「区分イ」に該当する場合は、「区分ア」「区分イ」が適用されます。

※2 「総医療費」とは、保険適用される診療費用の総額（10割）を指します。

※3 診療月を含む直近1年間に、3回以上高額療養費の支給を受けている場合（限度額適用認定証を使用し、自己負担限度額を負担した月も含む）には、4回目からは自己負担限度額が軽減されます。これを「多数該当」といいます。

申請方法は？

①「限度額適用認定申請書」を協会けんぽへ提出
（申請書は協会けんぽホームページからダウンロードが可能です）

②1週間ほどで、申請書に記入いただいた送付先へ「限度額適用認定証」が到着

③医療機関等に保険証と一緒に「限度額適用認定証」を提示し、お支払い

※①について、被保険者が住民税非課税者等の場合は、別様式「限度額適用・標準負担額減額認定申請書」と「被保険者の住民税非課税証明書」の提出が必要です。

限度額適用認定証に関するお問い合わせ先：業務グループ ☎059-225-3314

平成29年度 三重支部保険料率のお知らせ

平成29年2月分 （3月納付分）まで	健康保険料率 9.93%	引き下げ	平成29年3月分 （4月納付分）から	9.92%
平成29年2月分 （3月納付分）まで	介護保険料率 1.58%	引き上げ	平成29年3月分 （4月納付分）から	1.65%

平成29年度保険料率に関するお問い合わせ先：代表☎059-225-3311

平成29年度社会保険協会の事業計画と予算について

3月23日当協会の理事会において、平成29年度事業計画(案)及び収入支出予算(案)について審議され、決議されました。

I 事業計画

〈社会保険制度普及事業〉

1. 広報活動事業

- ①社会保険制度の広報推進を図る。
(社会保険みえの隔月発行)

2. 制度普及事業

- ①地域ごとに事務セミナーを開催し、社会保険事業の普及啓発を図る。
- ②事業主及び被保険者等に対する社会保険の指導・相談を推進する。

〈健康づくり啓発事業〉

1. 健康啓発事業

- ①職場に健康講師(保健師等)を派遣し、健康づくり講習会を行う。
- ②健康づくりDVD・ビデオテープの貸出を行う。

2. 健康づくり事業

- ①体育大会等を開催して、被保険者の健康増進を図る。
- ②事業主、被保険者等の健康づくりのためのウォーキング等を行う。

〈その他の支援事業〉

1. 福利厚生事業

- ①海の家、プール、スキー、スケート、日帰り入浴施設の利用補助券、ボウリング割引券、温泉宿泊助成券の発行を行い健康保持、福利推進を図る。
- ②社会保険のつどい「たて干網大会」を開催し福利の推進を図る。

2. 関係団体協力事業

- ①社会保険委員会等関係団体と連携協力を行う。

II 年間事業予定

事業計画に基づき、年間事業予定表にまとめました。各事業への申込方法など詳細については、事業実施前の「社会保険みえ」にてご案内いたします。(別添年内事業予定表参照)

III 収支予算

平成29年度収入支出予算

自 平成29年4月 1日
至 平成30年3月31日

(注)金額は、表示単位未満を切り捨てて記載しております。

経常収益の部 (千円)

科 目	予算額
基本財産運用益	1
特定資産運用益	1
会 費 収 益	45,750
事 業 収 益	10
雑 収 益	3
経常収益計	45,765

経常費用の部 (千円)

科 目	予算額
広 報 活 動 事 業 費	9,702
制 度 普 及 事 業 費	9,194
健 康 啓 発 事 業 費	1,326
健 康 づ くり 事 業 費	7,167
福 利 厚 生 事 業 費	4,113
関 係 団 体 協 力 事 業 費	1,970
管 理 費	12,268
経常費用計	45,740
一般正味財産増減額	25
一般正味財産期首残高	24,512
一般正味財産期末残高	24,537

あなたの職場に、健康講師の派遣をいたします(無料)



職場の仲間、
ご家族、そしてあなた自身は
お元気ですか？

こころの健康

からだの健康



二つの健康が健全に保たれてこそ、働いたり家族との幸せな時間につながるものです。職場の研修会等で『健康講話』を企画された際は、保健師等の派遣をご活用ください。(詳しくは三重県社会保険協会までお電話を 059-224-3736)



協会からのワンポイントQ&A

Q1.健康保険給付にはどのような種類がありますか？ また申請に期限はありますか？

A1. 健康保険の主な給付は次のとおりで健康保険給付を受ける権利は、受けることができるようになった日の翌日から2年で時効になります。時効の起算日は以下のとおりです。

給付の種類	どんなときに	消滅時効の起算日
療養費	就職直後で保険証がない等、やむを得ず全額自己負担で受診したときや、治療上の必要からコルセット等の治療用装具を装着したときなど	療養を受けた日の翌日（立替払い）
		療養に要した費用を支払った日の翌日（治療用装具）
高額療養費	被保険者本人・被扶養者とも単独または、世帯合算で1カ月の窓口負担が自己負担限度額を超えたとき	診療月の翌月1日
傷病手当金	被保険者が療養のために会社を休み、事業主から給料を受けられないとき	労務不能であった日ごとにその翌日
出産手当金	被保険者が出産のため会社を休み、事業主から給料を受けられないとき	出産のため労務に服さなかった日ごとにその翌日
出産育児一時金	被保険者（被扶養者）が出産したとき	出産日の翌日
埋葬料（費）	被保険者（被扶養者）が亡くなったとき	死亡した日の翌日 （ただし、埋葬費については埋葬を行った日の翌日）

Q1.月の途中で会社に勤めたり、退職したときは、厚生年金保険の保険料はどのようになりますか？

A1. (1)月の途中から勤めた場合

入社日にて厚生年金の被保険者資格を取得することになります。保険料は月単位で計算しますので、資格取得した月の保険料から支払う必要があります。

保険料は、会社が被保険者に支払う給与から保険料相当額の被保険者負担分を直接控除し、会社負担分と合わせて翌月末までに国に納めますので、個人で納める必要はありません。

(2)月の途中で退職した場合

退職した日の翌日に厚生年金の被保険者資格を喪失することになります。保険料は、資格喪失日が属する月の前月分まで納める必要があります。

なお、月の「末日」に退職した場合は、翌月1日が資格喪失日となりますので、退職した月分までの保険料を納める必要があります。この場合は、給与計算の締切日によって、退職時の給与から前月分と当月分の社会保険料が控除される場合があります。

(3)同月中に入社と退職をした場合

同月中に入社と退職をして厚生年金保険の被保険者資格を取得・喪失した場合、その月分の厚生年金保険料の納付が必要であり、被保険者負担分の保険料は退職時の給与から控除され、会社負担分と被保険者負担分を併せて会社が翌月までに国に納めることとなります。ただし、平成27年10月1日以降、厚生年金保険の被保険者の資格を取得した月にその資格を喪失し、さらにその月に国民年金の被保険者（第2号被保険者は除きます。）の資格を取得した場合には厚生年金保険料の納付は不要となり、国民年金保険料を納めることとなりました。

この場合、年金事務所が該当する被保険者の国民年金加入を確認した後に、在籍していた事業所あてに厚生年金保険料の還付についてのお知らせを送付します。還付手続き後、被保険者負担分と会社負担分が合わせて会社に還付されますので、被保険者負担分保険料は会社から被保険者であった方へ還付していただく事となります。



今月号の同封のご案内について

- ◆平成29年度協会費のお願い（会費振込書）
- ◆各支部開催の社会保険事務セミナーのご案内（基礎講座／7月期）
- ◆契約施設利用割引券…日帰り温泉入浴料割引券のご案内・ボウリング割引券のご案内
・下呂・長良川・昼神温泉宿泊助成券のご案内
- ◆健康ウォーキング（津・伊勢・尾鷲支部）
- ◆健康ゴルフ大会（四日市・松阪・尾鷲支部）

管理栄養士からの健康へのアドバイス

季節と薬膳 春のメニュー

管理栄養士・薬膳調整師 丸山 玲子

中医学では「薬と食べ物は一体」という薬食同源という解釈があります。

この思想を基に日本では、日常の正しい食生活こそが健康な体を作り、自然治癒力、自活力を高めるものという意味で「医食同源」という言葉が生まれたといわれています。

今年は食養生に役立てていただけるレシピを季節ごとに紹介していきたいと思います。

<春の食材>

春は日が長くなるとともに陽気が増えてきます。陽気が増える=のぼせやすいといわれ自律神経の失調やめまい、目の充血、イライラしやすい季節といわれています。また春の外邪は風邪（ふうじゃ）で風によりウィルスが体に入りやすい、アレルギーが起きやすい時期と考えられています。

暖かくなり自然界では新しい命が芽吹くこの季節には人の冬の間体にたまった毒素を外に出そうと活発になる季節です。このことから薬膳では春は体内で解毒の働きを担う「肝」を大切に。と考えられています。食事面ではアレルギーや自律神経の不調を誘う肝の興奮を抑え、興奮により不足しがちな肝の血を補ってあげることが大切です。

また薬膳の陰陽五行説では春は青（緑）く、酸味があるものの組み合わせがお勧めです。

今回は春の食材を使った春野菜と牛肉の炒め物レシピを紹介します。

◆タケノコと豆苗の炒め物 4人分

材 料 ・タケノコ(ゆでたもの)…400g ・醤油…………… 大さじ1.5~2
 ・牛肉……………250g ・みりん…………… 大さじ1/2
 ・豆苗…………… 80g ~100g ・酒…………… 大さじ1
 ・しょうが……………5g

- 作り方 ① 鍋に油を少々入れ、しょうがを焦がさないように炒め香りを出す。
 ② 牛肉、タケノコの順に加え、炒める
 ③ ②に火が通ったら調味料を加える
 ④ 豆苗を加え、牛肉やタケノコとよく絡める
 ⑤ 仕上げにお酢を大さじ1 ほど振りかけてできあがり。



季節の変わり目となります。肝を養って暑い夏に備える準備をしていきましょう。

年金事務所による出張年金相談日

相談場所	相談時間	相談日		相談場所	相談時間	相談日	
		5月	6月			5月	6月
NTNシティホール (桑名市民会館)	10:00~15:00	11	1	鈴鹿商工会議所	10:00~15:00	10	14
		18	8			24	28
		25	15	亀山市役所	10:00~12:00	18	15
		—	22		13:00~15:00		
—	29	志摩市商工会館	10:00~15:00	11	8		
いなべ市役所北勢庁舎	10:00~15:00	9	13	熊野市役所	10:00~14:00	2	7
上野商工会議所	10:00~15:00	—	7	熊野市役所紀和総合支所	10:00~13:00	—	16
		19	16				
名張商工会議所	10:00~15:00	9	13	御浜町役場	10:00~14:00	10	14
		23	27	紀宝町役場	10:00~14:00	17	21