

社会保険

みえ

CONTENTS

VOL.558

全国健康保険協会(協会けんぽ)三重支部

- 協会けんぽは令和3年度からの3年間、6つのポイントに重点的・集中的に取り組み、皆さまの健康を支えます。
- 2021年3月からマイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります!

日本年金機構 年金事務所

- 令和4年10月からの短時間労働者に対する健康保険・厚生年金保険の適用拡大

一般財団法人 三重県社会保険協会

- 令和2年度「決算報告」
- 健康DVDの貸出(健康DVD一覧)
- 第2回 社会保険みえクイズ正解発表
- 梅雨ダルを吹き飛ばせ! 湿邪に負けやんのじゃ! ~雨の日には「伊勢茶」を飲んで~ 地産地消で「三重県」を元気に~
- 協会事業のご案内「制度セミナー(年金)」(裏面)

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)



2021

7

▶ 三重の自然シリーズ #14: 津市一志町井関「とことめの里一志」ひまわり

福祉・健康・教育の活動拠点「とことめの里一志」2.6ヘクタールの休耕田に約50万本のひまわりが咲きほこり、空の青、木々の緑、ひまわりの黄のコントラストが美しい絶景スポット! まさに黄色い絨毯「ひまわりの群生」をご覧になって、元気で明るい気持ちになりませんか? 8月中下旬頃が見頃のようなので☆ 運が良ければ「どこでもドア」に出会えるかも♡

職場内で回覧をしてください

協会けんぽは令和3年度からの3年間、
6つのポイントに重点的・集中的に取り組み、
皆さまの健康を支えます。

1 健診・保健指導の推進

ご家族を含めた生活習慣病の早期発見のため、健診を実施します。また、健診結果をもとに、生活習慣病の予防につなげられるよう、生活習慣の改善が必要な方には、保健師等が皆さまの生活に寄り添った丁寧な保健指導を実施します。

【目標】

- ・健診受診率を65%以上とします
- ・保健指導実施率を35%以上とします



4 ヘルスリテラシーの向上

「日常生活の中でできる健康づくり(運動や食生活)」に役立つ情報をお伝えするため、セミナーや動画配信等による健康教育を通じた若年期からのヘルスリテラシーの向上に取り組みます。

【動画の配信内容について】

- ・運動編
- ・食生活編
- ・健康づくりに取り組む事業所の好事例の紹介等

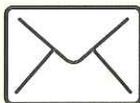


2 重症化予防

健診の結果、生活習慣病の治療が必要な方には、直接お手紙をお送りし、早期に受診いただくようご案内します。これにより、糖尿病や循環器疾患による重症化予防に努めます。

【目標】

- ・受診のご案内後、3ヵ月以内に医療機関を受診した方の割合を13.1%以上とします。



5 医療費の適正化

高齢化の進展等により増加する医療費の適正化を進め、皆さまの保険料負担を少しでも軽減できるよう、健康づくりの取組のほか、ジェネリック医薬品の使用促進や上手な医療のかかり方（不要不急の時間外受診を控える等）の啓発等に取り組みます。

【目標】

- ・協会けんぽのジェネリック医薬品の使用割合を全都道府県支部で80%以上とします



3 コラボヘルス

事業所ごとの健康状況が分かる事業所カルテをお渡しし、健康宣言事業を通じて、事業所における健康づくりをサポートします。また、積極的に健康づくりに取り組み、一定の成果を上げた健康宣言事業所を表彰する制度を創設します。

【目標】

- ・健康宣言事業所数を70,000事業所以上とします



6 効率化によるサービスの向上

より一層の業務の効率化を図ることで、加入者の皆さまに必要なサービス（傷病手当金、出産手当金等）を迅速かつ確実に提供します。また、窓口での負担額が軽減される限度額適用認定証の利用を促進します。

【目標】

- ・傷病手当金、出産手当金等を、申請受付から10営業日以内にお支払いします



健康保険、健康づくりなどに関するお役立ち情報を分かりやすくお伝えしていきます。

事業主の皆さまへ

事業所訪問時や健康保険委員事務説明会等の場を通じて、情報をお伝えします。

加入者の皆さまへ

特定保健指導や健診のご案内等を通じて、情報をお伝えします。

加入者の皆さまの健康増進を図るとともに、良質かつ効率的な医療を受けられるよう、皆さまに寄り添いつつ、取組を進めます。



全国健康保険協会
協会けんぽ

事業主の皆さまへ【重要なお知らせ】
従業員の皆さまへご案内いたしますよう、お願いいたします。

2021年3月 からマイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります！

※医療機関・薬局によって開始時期が異なります。

利用できる医療機関・薬局については、今後、厚生労働省・社会保険診療報酬支払基金のホームページで公表予定です。



どうやって使うの？



ピッと かざすだけ！

とっても簡単！

〇〇病院 総合受付

1 マイナンバーカードをカードリーダーにかざす
カードの顔写真を機器で確認します。
※顔写真は機器に保存されません。



2 オンラインであなたの医療保険資格を確認！
マイナンバーカードのICチップにある電子証明書により医療保険の資格をオンラインで確認します。



利用申込はカンタン！



マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、申込が必要です。利用の申込は、マイナポータル*でできます。
(*) 子育てや介護をはじめとする行政手続の検索やオンライン申請がワンストップでできたり、行政からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。

ここをクリック！



スマホからでも
申込できる！



どんないいことが？ 6つのメリット

POINT1 **健康保険証としてずっと使える！**
マイナンバーカードを使えば、就職や転職、引越しても健康保険の切替えを待たずにカードで受診できます。
※医療保険者への加入の届出は引き続き必要です。

POINT2 **医療保険の資格確認がスピーディに！**
カードリーダーにかざせば、スムーズに医療保険の資格確認ができ、医療機関や薬局の受付における事務処理の効率化が期待できます。

POINT3 **手続きなしで限度額以上の一時的な支払が不要に！**
限度額適用認定証がなくても、高額療養費制度における限度額以上の支払が免除されます。
※自治体独自の医療助成等については書類の持参が必要です。

POINT4 **健康管理や医療の質が向上！**
マイナポータルで、2021年3月(予定)から自分の特定健診情報を、2021年10月(予定)から自分の薬剤情報を確認できるようになります。
※特定健診情報の確認は、医療保険者によって開始時期が異なります。
本人が同意をすれば、初めての医療機関等でも、今までに使った薬剤情報や特定健診情報が医師等と共有できます。

POINT5 **医療保険の事務コストの削減！**
医療保険の請求誤りや未収金が減少するなど、医療保険者等の事務処理のコスト削減につながります。

POINT6 **マイナンバーカードで医療費控除も便利に！**
マイナポータルを活用して、ご自身の医療費情報を確認できるようになります(2021年10月予定)。また、2021年分所得税の確定申告から、医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて自動入力が可能になります。

健康保険証利用申込のお問い合わせ マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178

音声ガイダンスに従って「4→2」の順にお進みください。【受付】平日9:30～20:00、土日祝9:30～17:30

※本格運用は、当初予定の2021年3月から10月へ延期となりました。

令和4年10月からの 短時間労働者に対する健康保険・厚生年金保険の適用拡大

法律改定に伴い短時間労働者の健康保険・厚生年金保険の適用が更に拡大されます。
徒前の制度との変更点は以下のとおりです。

令和4年10月からの改正

「特定適用事業所」の要件

(変更前) 被保険者(短時間労働者を除く)の総数が常時500人を超える事業所
(変更後) 被保険者(短時間労働者を除く)の総数が**常時100人を超える**事業所

「短時間労働者」の適用要件

(変更前) 雇用期間が1年以上見込まれること
(変更後) 雇用期間が**2か月を超えて見込まれる**こと(通常の被保険者と同じ)

令和6年10月からの改正

「特定適用事業所」の要件

(変更前) 被保険者(短時間労働者を除く)の総数が常時100人を超える事業所
(変更後) 被保険者(短時間労働者を除く)の総数が**常時50人を超える**事業所
※短時間労働者の健康保険・厚生年金保険の適用要件についての変更はありません。

〈要件早見表〉

対象	要件	平成28年10月～ (現行)	令和4年10月～ (改正)	令和6年10月～ (改正)
事業所	事業所の規模	常時500人超	常時100人超	常時50人超
短時間労働者	労働時間	週の所定労働時間が20時間以上	変更なし	変更なし
	賃金	月額88,000円以上	変更なし	変更なし
	勤務時間	継続して1年以上使用される見込み	継続して 2か月を超えて 使用される、または使用される見込み	継続して 2か月を超えて 使用される、または使用される見込み
	適用除外	学生ではないこと	変更なし	変更なし

必要な手続き

令和4年10月から新たに特定適用事業所となる事業所について、必要な準備は以下のとおりです。

(1) 新たに被保険者となる短時間労働者の把握

短時間労働者で、被保険者となっていない従業員等の労働条件を確認する必要があります。

(2) 従業員への説明(※)

これまで配偶者の扶養範囲内で労働条件を抑えて働いていた従業員等へ、令和4年10月以降は上記の労働条件によって社会保険の被保険者となることを説明いただく必要があります。

(3) 令和4年10月以降の資格取得届の準備

(1)、(2)の確認の結果、新たに被保険者となる従業員に対する資格取得の届け出を令和4年10月から行っていただくこととなりますので、可能な場合は、事前に作成等をお願いします。

(※) 法律改正に伴う制度内容の変更点等も含め、社会保険加入のメリットやそれに伴う働き方の変化の必要性について、事業主が従業員に説明することは、とても大切です。社会保険加入のメリットについては、厚生労働省ホームページをご確認ください。

令和3年4月から算定基礎届総括表・ 賞与支払届総括表の取扱いが変わりました

「算定基礎届」及び「賞与支払届」をご提出いただく際に添付いただいていた以下の総括表について、**令和3年4月から添付が不要となりました。**

- 健康保険・厚生年金保険 被保険者月額算定基礎届総括表
- 健康保険・厚生年金保険 被保険者賞与支払届総括表
- 船員保険・厚生年金保険 被保険者賞与支払届総括表

なお、日本年金機構に登録いただいている**賞与支払予定月に、いずれの被保険者及び70歳以上被用者に対しても、賞与を支給しなかった場合、賞与不支給報告書を提出いただく**取扱いとなります。

(※) 賞与支払予定月を過ぎても、賞与支払届または賞与不支給報告書の提出がない場合、賞与支払届を提出いただくよう勧奨を行います。詳しくは、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

<https://www.nenkin.go.jp/>

令和3年4月から 外国人脱退一時金の支給対象期間の上限が見直されました

厚生年金保険または国民年金に6か月以上加入している短期在留の外国人の方が、日本から出国するときは脱退一時金を請求することができます。

(※) 一定の要件を満たした場合で、日本の年金給付を受けることができない方に限られます。

今般、脱退一時金にかかる法律改正が行われ、令和3年4月より、支給金額の対象となる年金加入期間の上限が3年(36月)から5年(60月)に引き上げられました。

一般財団法人 三重県社会保険協会 令和2年度決算報告

一般財団法人 三重県社会保険協会は、新型コロナウイルス感染が増加傾向にあることを考慮し、書面審議を実施いたしました。令和2年度収入支出決算について原案どおり可決されましたのでご報告申し上げます。

令和2年度貸借対照表

(令和3年3月31日現在)	
I 資産の部	(単位：千円)
1 流動資産	
現金預金	29,721
2 固定資産	
(1) 基本財産	
基本積立金	6,296
(2) 特定資産	
退職手当積立金	1,944
特別積立金	91
別途積立金	7,118
資産合計	45,172
II 負債の部	
1 流動負債	
未払金	0
2 固定負債	
退職給付引当金	1,944
負債合計	1,944

III 正味財産の部

1 一般正味財産	43,227
正味財産合計	43,227
負債及び正味財産合計	45,172

令和2年度正味財産増減計算書

(令和2年4月1日～令和3年3月31日)	
I 経常増減の部	(単位：千円)
経常収益	
基本財産運用益	0
特定資産運用益	0
会費収益	44,975
事業収益	22
雑収益	25
経常収益計	45,022
経常費用	
事業費	
広報活動事業	9,984
制度普及事業	9,031

健康啓発事業	1,057
健康づくり事業	3,688
福利厚生事業	2,548
関係団体協力事業	1,712
管理費	
人件費	5,840
その他費用	5,246
経常費用計	39,105
当期経常増減額	5,917
II 経常外増減の部	(単位：千円)
経常外収益	0
経常外費用	0
当期経常外増減額	0
当期一般正味財産増減額	5,917
一般正味財産期首残高	37,310
一般正味財産期末残高	43,227
正味財産期末残高	43,227

(注) 金額は、表示単位未満を切り捨てて記載しております。

健康啓発事業

健康DVDの貸出

三重県社会保険協会では、職場で働くみなさまの「健康」をサポートする事業を行っています。

「密」になる研修会や安全大会などの開催が難しい昨今、少人数の研修会の1コーナーとして、内容・テーマに応じた「健康 DVD」の上映はいかがでしょうか。社内休憩室や社内食堂などで、リピート再生することもご提案させていただきます。会員事業所様には「無料」貸し出しを行っていますので、ぜひご活用ください。

詳細や申込方法など、当協会へお問い合わせください。

健康DVD一覧

- 夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう(42分)
- 部下が休職する前にできること(25分)
- 筋肉を育ててメタボを予防しよう(60分)
- はじめてのウォーキング&ジョギング(31分)
- 健康サポート体操(60分)
- 若々しい体をキープ!エクササイズ&ダイエット(33分)
- 自分でできるストレス・コントロール(25分)
- Good-bye ストレス(29分)
- ストレス・コーピングによるセルフケア(26分)
- 正しく知れば怖くない がんのお話(26分)
- ストレスチェックを活用したセルフケア(25分)

「第2回 社会保険みえクイズ(前月号) 正解発表」

	問1	問2	問3	問4	問5
こたえ	C	A	C	A	C

たくさんのご応募、ありがとうございました★
応募総数261件。全問正解は194名様でした。

「コロナ禍での楽しい過ごし方」について、コメントをお寄せいただき、ありがとうございました。

趣味を楽しまれたり、何かにハマったり、夫婦仲が良くなったりと、みなさまが生活をエンジョイされている様子がうかがえました。小さな何気ないことに幸せや喜びを感じる「気の持ちよう」が大切なんやなあと感じた次第でございます。

● 梅雨ダルを吹き飛ばせ！ 湿邪に負けやんのじゃ！

～雨の日には「伊勢茶」を飲んで～

～地産地消で「三重県」を元気に～

① 梅雨の季節

草木や稲には欠かせない恵みの雨でもありますが、身体の中に「湿」がたまりやすく、体内の水分代謝が悪化して免疫システムなどに影響する「梅雨」

「水滞」や「水毒」といわれる好ましくない状態に陥りがちなのが梅雨の季節です。

東洋医学で「六気」のうち、「風」の気がもたらす病気が「風邪」、「湿」の気が悪さを働く状態が「湿邪」



③ 伊勢茶の特徴

平安時代から千年以上の歴史を持つ「伊勢茶」

その特徴は、

- 上品なまろやかさ(香り豊かで甘味ある芳醇な味わい)
- 旨味と渋味のバランスが絶妙(後味爽やか)
- 濃厚でコクのある味わい(コクがすぐくてクセになる)

⑤ 緑色

「伊勢茶」は、とてもきれいな緑色

緑色は、「安心」「安全」「調和」「健康」「癒し」を表す色だそうです。

ちなみに「三重県社会保険協会」のイメージカラーも緑色です。だから「封筒」がグリーンなんです。



⑦ 三重県にはお茶がある

伊勢志摩サミットでも提供されました！

梅雨の季節は、4月の転勤や異動に伴う環境の変化で、疲れがピークになる頃と重なり、不調になりやすく「心」のケアが必要な時期です。

美味し国「三重県」は、松阪牛・伊勢エビ・牡蠣・アワビ・ふぐなど食材の宝庫ですが、三重県には「美味しいお茶」があります。

毎日「伊勢エビ」というわけにはいきませんが、「伊勢茶」は日常的に飲むことができます。

メンタル疲れに効く魔法のお薬、緑茶の効能ハンパない。見直そう！緑茶パワー！伊勢茶の力！

「伊勢茶」とは、三重県で生産されるお茶の総称で、三重県産 100%の緑茶のことです。



② 梅雨ダルに効果的な飲み物

そんな梅雨時に「湿」を取り除き、免疫力をアップさせ、病原体の侵入を防ぐ最適な飲み物があります。

それが、三重県が誇る「伊勢茶」です。身体を温めて、新陳代謝を良くし、梅雨ダルに圧倒的・絶対的効果!!

④ 伊勢茶の効能

「伊勢茶」の効能は、

- リラックス効果
- 食中毒予防
- ストレス緩和
- 発がん作用抑制
- 癒しの効果
- 殺菌作用で口臭予防
- 抗ウイルス効果
- ダイエットにも!?

⑥ かぶせ茶

三重県 お茶生産量 全国第3位

かぶせ茶の生産量 全国第1位

「かぶせ茶」とは、お茶の木に遮光幕をかぶせて栽培することに由来していて、玉露と煎茶のいいとこ取りの濃いお茶。

⑧ みんな元気に！



仕事効率を上げるためには、ほどよい休憩が必要です。テアニンが多く含まれる緑茶を飲んで「ほっと一息」

みんなで「伊勢茶」を飲んで三重県もアナタも元気に！ 今こそ「お茶」を！

協会事業のご案内

「制度セミナー(年金)」

※詳しくは同封チラシをご参照ください。

- 阿藤さん 「経理の江藤さんがね、将来の生活設計の柱で、もらい始めるとありがたみがわかるものの名前を忘れたらしくてね」
- 伊藤さん 「ありがたいものの名前を忘れてまうって、どうなってんねん。ほな一緒に考えてあげるから、どんな特徴言うてたか教えてみてよ」
- 阿藤さん 「それがな、2ヵ月に1回振り込まれて、亡くなるまで振込が続く言うんやけどな」
- 伊藤さん 「「年金」やないかい。その特徴は完全に「年金」やがな。100歳になっても受け取り続けられるのが「公的年金」なんよ。打ち止めなしの終身受取れるのが「公的年金」のスゴイところやがな」
- 阿藤さん 「年金なあ…」
- 伊藤さん 「すぐわかったやん。こんなんもぉー」
- 阿藤さん 「でもこれがちょっとわからへんのやなあ」
- 伊藤さん 「何がわからへんのよぉ〜」
- 阿藤さん 「江藤さんが言うには、「社会や経済状況に対応していない」って言うんよ」
- 伊藤さん 「ほな「年金」と違うやないかい。「公的年金」は物価上昇や給与水準の変化に対応してるんやから。世代間で支え合っているからインフレリスクに対応できるんやで。ほなもうちょっと何か特徴言うてなかった？」
- 阿藤さん 「江藤さんが言うにはな、それがあるおかげで、親に仕送りをしなくて済むところか、それで孫に入学祝のランドセルを買ってくれるらしいねん」
- 伊藤さん 「やっぱり「年金」やないかい。年金制度がなかったら、現役世代は大変なことになるんやで。自分が生活しながら親世代、なんやったら親戚まで金銭的に支援せんとあかんくなるでえ。個人の貯蓄や努力だけでは限界があるから、社会全体で、みんなの生活を守ることが大切で、そのための「年金制度」なんよお。社会情勢に応じて見直しをしながら最適なくみを維持してんねんから、大切な制度「年金」を忘れたらあかんて、江藤さんに言うといいて！」

一致団結！
支え合い！



以上のように、「年金」は関心こそあれ、制度の内容や意義がよくわからない方が多いことと存じます。現役世代のうちに「年金制度」を習得しておくことは将来の生活設計にきっと役立つことと思います。今後、数年間のうちに「制度改正」も行われます。どのような改正点があるのか、知っておいて損はありません。ぜひ、この機会に年金に関する「制度セミナー」をご活用ください。

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			
		7月	8月			7月	8月		
NTNシティホール (桑名市民会館)	10:00~15:00	1	5	鈴鹿商工会議所	10:00~15:00	14	-		
		8	12			28	25		
		いなべ市役所	10:00~15:00	13	10	志摩市商工会館	10:00~15:00	8	12
				29	26			15	19
上野商工会議所	10:00~15:00	7	4	熊野市役所	10:00~14:00	7	4		
		16	20			熊野市役所紀和総合支所	10:00~13:00	-	20
名張商工会議所	10:00~15:00	13	10	御浜町役場	10:00~14:00	14	11		
		27	24			紀宝町役場	10:00~14:00	21	18

※桑名市・いなべ市・伊賀市・名張市・亀山市・志摩市については、予約による年金相談を行っていますので、ぜひご利用ください。

【お申し込み先】 各年金事務所、お客様相談室までお電話ください。

桑名市・いなべ市 ⇒ 四日市年金事務所 059-353-5515
 伊賀市・名張市・亀山市 ⇒ 津年金事務所 059-228-9112
 志摩市 ⇒ 伊勢年金事務所 0596-27-3601