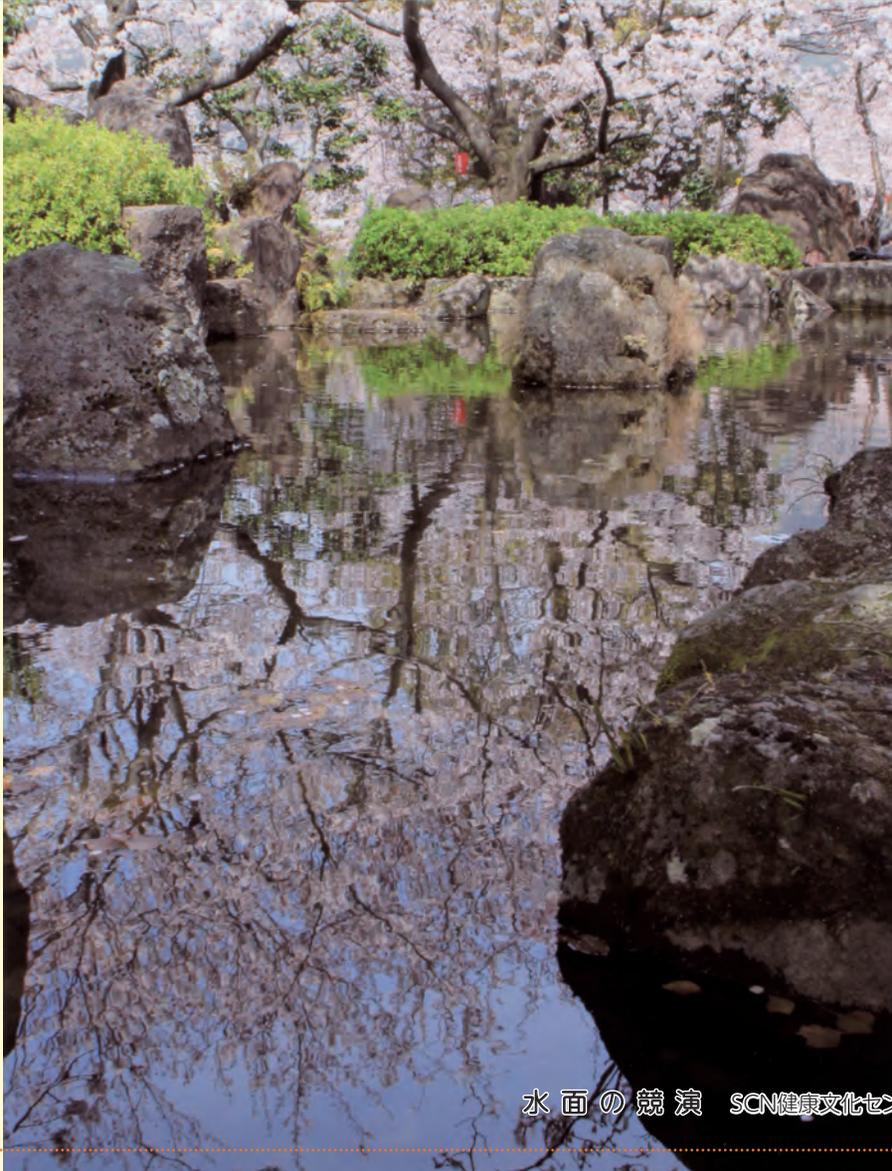




社会保険 ながさき SOCIAL CUSTOMS NAGASAKI

一般財団法人長崎県社会保険協会 長崎県長崎市松山町4番52号 TEL (095)844-7120 <http://www.shaho-nagasaki.or.jp/>



水面の競演 SCN健康文化センター「写真教室」松尾 涼子

Contents

日本年金機構 年金事務所

- 健康保険・厚生年金保険適用関係届について 2
- 社会保険料の納付には口座振替をご利用ください 2
- 健康保険・厚生年金保険適用関係届の送付先について 3
- 出張年金相談所のご案内(28/4・5月号) 8

全国健康保険協会 長崎支部

- 平成28年3月分(4月納付分)から協会けんぽの健康保険料率が改正されます 4
- 退職された方の健康保険証の回収について 5

一般財団法人長崎県社会保険協会

- 蒙草ハイキングのお知らせ 6
- 職場の健康づくりを応援します。 7
- 社会保険ボウリング長崎県大会結果 7
- SCN 健康文化センター受講生募集 7
- 社保川柳 8
- 健康相談所 8

回 覧

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

事業所内で回覧をお願いいたします。

健康保険・厚生年金保険適用関係届について

健康保険・厚生年金保険の各種届出は、従業員の皆様の被保険者資格及び報酬月額などを決定・変更するための大切な届出です。届出がなかったり、遅れた場合、保険証の交付や保険料の計算に支障をきたすこととなり、ひいては保険給付や将来の年金額にも影響することになります。

3月～4月は、入社、退職、転勤など、異動が多い時期になります。提出もれなどないよう適正な届出をお願いいたします。

なお、詳細は日本年金機構ホームページ（「申請・届出様式」→「健康保険・厚生年金保険の適用に関する手続き」）に掲載しておりますのでご活用ください。

どのようなときに	なにを（届出種類）	いつまでに
従業員を採用したとき	被保険者資格取得届	5日以内
従業員が退職、死亡したとき	被保険者資格喪失届	5日以内
家族を被扶養者にするとき、被扶養者となっている家族に異動があったとき	被扶養者（異動）届	5日以内
被保険者の氏名に変更があったとき	被保険者氏名変更（訂正）届	すみやかに
被保険者の住所に変更があったとき	被保険者住所変更届	すみやかに
定時決定のため、4～6月の報酬月額の届出を行うとき	被保険者報酬月額算定基礎届	毎年7月1日から7月10日まで
随時改定に該当するとき（報酬額に大幅な変動があったとき）	被保険者報酬月額変更届	すみやかに
賞与を支給したとき	被保険者賞与支払届	5日以内

社会保険料の納付には口座振替をご利用ください

- 口座振替手数料のご負担もなく、毎月、金融機関に出向く必要がないので便利です。
- 全国の金融機関がご利用になれます。
 - ⇒銀行、信用金庫、労働金庫、農協等の口座から振替が可能です。
 - ※インターネット専業銀行等一部お取り扱いのできない金融機関がございます。
- 毎月末日に、前月分の保険料をご指定の口座から引き落とします。
 - ※『末日』が土日祝祭日に当たる場合は翌営業日の引き落としになります。
 - ※振替当日の残高が不足していた等の事情で口座振替ができなかった場合は、後日、送付される納付書にて、金融機関等の窓口で納付していただくこととなります。

～保険料納入告知書の保険料額をご確認ください～

保険料額を確認していただく際には、保険料率を確認していただくほか、以下の点にご留意ください。

- ① 40歳以上65歳未満の被保険者の方には介護保険料が加算されること
- ② 70歳以上の被保険者の方は健康保険料のみの負担となること
- ③ 賞与を支給した場合にも保険料の負担が必要となること など

健康保険・厚生年金保険適用関係届書の送付先について(お願い)

健康保険・厚生年金保険適用関係の各種届書を郵送にて提出される場合は、福岡広域事務センターへ直接送付いただきますようご協力をお願いいたします。

【送付先】

〒 812 - 8579

日本年金機構 福岡広域事務センター

※ 郵便番号とあて先のみで届きます。(メール便等を除く。)

※福岡広域事務センターは郵送のみの受付となります。届書作成や制度などのご相談は、管轄の年金事務所へお問い合わせください。

※長崎事務センターは、平成 27 年 10 月 1 日をもって、福岡広域事務センターに統合されました。

～事業主、船舶所有者の皆様へのお願い～

二以上事業所勤務者に係る各種届書、船員保険に係る各種届書は、各年金事務所での取扱いとなります。お手数ですが、管轄の年金事務所に提出してください。

各年金事務所における年金相談予約制のお知らせ

長崎南、長崎北、佐世保、諫早の各年金事務所では、予約制による年金相談を実施しておりますので、ぜひご利用ください。

■ 予約相談受付内容

年金請求の手続き、離婚分割、その他

■ 予約申し込み方法

年金相談の予約は、相談希望日 1 カ月前から前日まで、電話又は年金相談窓口でお受けいたしております。また、予約を受け付ける際には、『基礎年金番号』『相談者氏名』『電話番号』『相談内容』等について確認させていただきます。

■ 予約申し込み電話番号 ※電話の受付時間は平日 8:30～17:00 です。(土・日・祝日、12月29日～1月3日を除く)

◆長崎南年金事務所

☎ 095-825-8707

(お客様相談室)

◆長崎北年金事務所

☎ 095-861-1387

(お客様相談室)

◆佐世保年金事務所

☎ 0956-34-1189

(お客様相談室)

◆諫早年金事務所

☎ 0957-25-1663

(お客様相談室)

年金相談にお越しの際は、年金手帳(基礎年金番号通知書)、年金証書、振込通知書などの他、相談者ご本人であることを確認できるものをご持参の上、予約時間までにお越しいただき総合相談窓口にお申し出ください。なお、代理の方がご相談に来られる際には、委任状が必要となります。

※予約状況により、ご希望の日時を調整させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※都合により来所できない場合は、事前に連絡をお願いします。

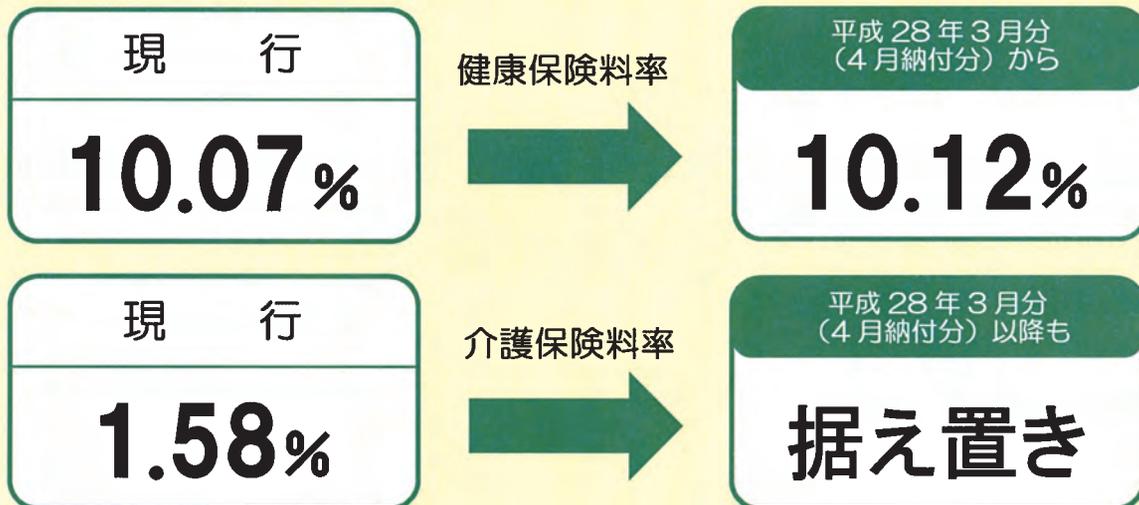


平成28年3月分（4月納付分）から 協会けんぽの健康保険料率が改定されます

平成28年度の協会けんぽの健康保険料率は、本年3月分（4月納付分）からの適用となります。介護保険料率は変わりません。

皆さまの医療と健康を支えるため、何とぞご理解をいただきますようお願い申し上げます。

長崎支部



- ▶40歳から64歳までの方（介護保険第2号被保険者）には、健康保険料率に全国一律の介護保険料率が加わります。
- ▶変更後の健康保険料率は、3月分（4月納付分）から適用されます。また、賞与については、支給日が3月1日分から適用されます。

なお、平成28年度の都道府県ごとの健康保険料率は、支部別に「引上げ」「据え置き」「引下げ」に分かれます。

今回の改定による
保険料の変動は…？

〈例：長崎支部加入者の平均的な月収24万円の場合〉
健康保険料 ⇒ 1ヶ月当たり60円増額（被保険者負担分）
介護保険料 ⇒ 増減なし
※保険料は労使折半ですので、事業主もこれと同額の負担増となります。

特定保険料率・
基本保険料率とは

健康保険料率（10.12%）のうち、6.45%分は加入者の皆さまの医療費等に充てられる基本保険料率となり、3.67%分は後期高齢者医療制度への支援金等に充てられる特定保険料率となります。

介護保険制度・
介護保険料とは

介護保険制度は、介護が必要な方を社会全体で支える仕組みであり、公費（税金）や高齢者の介護保険料のほか、40歳から64歳までの健康保険の加入者（介護保険第2号被保険者）の介護保険料（労使折半）等により支えられています。

★保険料は、納付期限までに納めていただくようお願いいたします。

★健康保険組合における保険料額等については、ご加入の健康保険組合へお問い合わせください。

皆さまの一人おひとりの健康の積み重ねが、保険料率の上昇を抑える大きな力になります。ご協力をお願いいたします。

退職された方の健康保険証の回収について(事務担当者様へ)

従業員様をご退職された場合、健康保険証を使用できるのは退職日までです。

資格喪失日(退職日の翌日)以降に協会けんぽの保険証を使用して病院等を受診した場合、無資格受診として、後日ご本人様から医療費(保険者負担分)をお返しいただいております。

従業員様のご退職の際は、「被保険者資格喪失届」を早急に日本年金機構にご提出ください。被保険者資格喪失届をご提出いただく際は、保険証を回収し、必ず添付していただきますようお願いいたします。また、ご家族(被扶養者)の保険証もあわせて回収をお願いいたします。

《退職後の健康保険加入のご案内》

退職後の健康保険の加入には、「協会けんぽの任意継続」、「国民健康保険」、「ご家族の健康保険(被扶養者)」の3つの方法があります。それぞれの加入条件や毎月納める保険料などを確認のうえ、選択された健康保険にお手続きください。

※健康保険組合に加入されている方の任意継続については、ご加入の健康保険組合にお問い合わせください。

加入先	協会けんぽの任意継続	国民健康保険	ご家族の健康保険 (被扶養者)
手続き先	お住まいの都道府県の 協会けんぽ支部	お住まいの市区町村の 国民健康保険担当課	ご家族の勤務先
加入条件	<ul style="list-style-type: none"> 退職日までに被保険者期間が継続して2か月以上あること 退職日の翌日から20日以内に手続きすること(郵送の場合は必着) 	お住まいの市区町村の国民健康保険担当課にお問い合わせください	<ul style="list-style-type: none"> ご家族が加入している健康保険の扶養の条件を満たす必要があります ご家族の勤務先にお問い合わせください
保険料	<ul style="list-style-type: none"> 退職前に控除されていた保険料を2倍した額 ※ただし、保険料の上限があります。また、お住まいの都道府県と退職前に加入されていた協会けんぽの都道府県が異なる場合等、2倍した額とならない場合があります。	<ul style="list-style-type: none"> 加入する世帯の人数や前年の所得によって決まります 保険料の減免制度があります お住まいの市区町村により保険料額が異なります 	被扶養者の保険料負担はありません

ご注意ください

協会けんぽの任意継続の加入期間中(2年間)は、「国民健康保険に加入する」、「ご家族の被扶養者になる」といった理由で途中でやめることはできません。

薬草ハイキングのお知らせ

被保険者とそのご家族のみなさまの健康保持・増進を目的に薬草ハイキングを開催します。身近な自然と植物に目を向け心身ともにリフレッシュしませんか。皆様のご参加をお待ちしております。



県南地区

と き 平成 28 年 5 月 21 日 (土)
 と ころ 雲仙市 百花台公園付近
 集合場所 午前 9 時 30 分 (長崎市城栄公園) 大型バス送迎
 帰着時間 午後 4 時頃
 薬草講師 松本 護 氏
 募集定員 40 名 (定員になり次第締め切ります)

県北地区

と き 平成 28 年 5 月 14 日 (土)
 と ころ 平戸市大石脇町 根獅子の浜海水浴場付近
 集合場所 午前 9 時 30 分 (西肥バス佐世保駅前バスセンター)
 大型バス送迎
 帰着時間 午後 4 時頃
 薬草講師 川上輝雄 氏
 募集定員 40 名 (定員になり次第締め切ります)



準備するもの

弁当・飲み物・採取用具・筆記用具・雨具等各自必要なもの。
 服装は動きやすい軽装で。小雨決行。

下記参加申込書 (コピー可) にご記入いただき FAX でお申込みください

薬草ハイキング 参加申込書

希望地区	1. 県南 (長崎) 2. 県北 (佐世保)		※希望地区に○を付してください。
事業所名			☎
参加者氏名	〒	—	☎
	氏名		携帯
住 所	〒	—	☎
	氏名		携帯
電話番号	〒	—	☎
携帯番号	氏名		携帯

※締切り後ご案内文書を郵送します。

お申し込み先

一般財団法人長崎県社会保険協会
 ※ FAX または郵送でお申し込みください

〒 852-8118 長崎市松山町 4-52 囲本社ビル 5 階
 FAX 095-843-0449 電話 095-844-7120

職場の健康づくりを応援します。すべて無料です



職場で働く皆様の健康管理と健康の保持・増進のサポートをいたします。お気軽にお申し込みください。

健康づくり指導講習会
保健師、管理栄養士、健康運動指導士による講習会

保健師による健康相談
健康診断の結果に基づく個別の健康相談

※皆様のスケジュールに合わせて、講師を事業所等に派遣します。お昼休みや業務終了後の開催、土曜日・日曜日の開催も可能です。少人数や工業団地等は数社の合同実施もご検討ください。

職場の健康づくり申込書

希望日	平成 年 月 日 () 時 分から 時 分まで	参加人数	名
希望項目 番号に○印を付してください	1. 保健師による指導講習会 3. 健康運動指導士による指導講習会 2. 管理栄養士による指導講習会 4. 保健師による健康相談		
事業所名	担当者		
所在地	〒 電話		

社会保険ボウリング長崎県大会結果

1月17日(日)に各地区代表12チームによる県大会を長崎ラッキーボウルにおいて開催し、熱戦が繰り広げられました。結果は次のとおりです。

団体賞

優勝

1,738点
株式会社エムテック
(佐世保地区)

準優勝

1,550点
長崎西彼農業協同組合
(長崎南地区)

第3位

1,546点
有田工業株式会社
(諫早地区)



個人賞

ハイシリーズ (男性) 金子良司さん 608点 岡井税務経理事務所 (佐世保地区)
(女性) 伊藤章子さん 559点 株式会社エムテック (佐世保地区)

ハイゲーム (男性) 金子良司さん 254点 岡井税務経理事務所 (佐世保地区)
(女性) 伊藤章子さん 210点 株式会社エムテック (佐世保地区)

SCN 健康文化センター受講生募集!!

SCN 健康文化センターでは、受講生を募集しております。是非一度ご見学してください。



健康づくり講座

- ピラティス・ヨガ・体操系
- ダンス系・その他

生きがい講座

- 語学(英語、韓国語、中国語)
- 音楽、書道、絵画、芸術系

子供講座

- ジュニアダンス系
- 英会話

館外講座

- ゴルフ、囲碁
- 健康マージャン



フレッシュヨガ

お申し込み先

一般財団法人長崎県社会保険協会

※ FAX または郵送でお申し込みください

〒 852-8118 長崎市松山町 4-52 囲本社ビル5階

FAX 095-843-0449 電話 095-844-7120



社会保険



2016

3・4

月号

No. 554

記事提供/日本年金機構長崎南年金事務所/全国健康保険協会長崎支部
発行/一般財団法人長崎県社会保険協会 長崎市松山町4番52号 TEL(095)8447120

社保川柳

選評 川口寿男 今月のお題

安い

第一位

安売りにいざママチャリの御出陣

松浦 井元 定子

「評」安売りを採寸のお手本となるような方法でママチャリの元を取るのも割と早い時期に来るのかも知れません。

第二位

安売りにスーパームーヴるママの足

波佐見 城島イチ子

「評」安売りにいってはお店によって少しづつ違いがあり一番安い品を見付けるには、足に肉刺ができるほどに体力と時間が必要でしょう。足の足をひりひりと見て歌んでいる面白さもありです。

第三位

ダイエツト安くつくのは早歩き

諫早 小田庄支助

「評」ダイエツトにスポーツジム通いのサプリメントと並列されていますが、お金を使わなくても、ダイエツトに早歩きをすれば安くつくのではと試まれています。私も大賛成です。

佳作

安売りにつられて今はこみの山

長崎 井上澄江

献立に安い素材で腕ふるう

長崎 長谷川カオル

安月給野菜作りはプロの技

波佐見 神近マサエ

捨てきれぬ安物ばかり溜ってる

長崎 中村 欽光

安物に弱い財布の口ゆるむ

佐世保 喜多 和子

安請合い期日迫って頭が重い

佐々 江田 博子

もてなしも高い安いがあるみたい

南島原 富嶋 昌治

一円の安さが支え我が家計

佐世保 多久島 忠

超破格の住居やっぱり曰く付き

佐世保 鶴田 竹一

安物も時に思わぬ拾い物

佐世保 国松 仁志

バス事故で安い料金見直され

長崎 山口 光義

割り引いた話に本音見え隠れ

長崎 岡 智英子

安請合い町内の役抜けられず

佐世保 神戸 一明

格安は危険もつくと思ひ知る

長崎 麻生 郁子

食卓へ裏ワザ使い安い肉

佐世保 朝永 幸子

安くても百均でよし新世帯

長崎 中島智津子

回転寿司安さにつられ皿の山

長崎 吉田 次郎

安売りをうまく着こなし品格も

選者吟

川柳の応募規定

次の題 「F5」

応募用紙 八カキ川柳は3句以内

締め切り 平成28年4月5日必着

発表 平成28年5月6月号紙上

宛 先 〒八五二一八二一八

長崎市松山町四番五十二号(団本社ビル五階)

一般財団法人長崎県社会保険協会

商品贈呈 入選3席に記念品を贈呈します

長崎県社会保険協会

出張年金相談所のご案内

平成28年4月・5月

各年金事務所では、出張年金相談所を開設しています。どうぞご利用ください。

*は、予約制です。予約に関しましては、市町窓口にお問い合わせください。ただし、西海市、平戸市、松浦市、壱岐市、対馬市の予約受付は管轄年金事務所にお申し込みください。相談においでの際には、年金証書、振込通知書、年金手帳、被保険者証など、ご本人であることを確認できるものを必ずお持ちください。代理の方が相談を受けられる場合は、委任状、印鑑及び本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)が必要です。

長崎県の社会保険事業概要

平成27年12月現在

事業所数 (船舶所有者数)	被保険者数	平均標準 報酬月額
健康保険	20,683	248,407
船員保険	258	360,255
厚生年金保険	20,817	248,407

長崎南年金事務所

〒850-8533 長崎市金屋町3-1 ☎095-825-8707

開設日	時間	予約	市町名	場所
4月15日(金)	9:00~15:00	*	新上五島町	新魚目支所 会議室
4月21日(木)	9:00~16:00	*	五島市	五島市役所 会議室
4月22日(金)	9:00~15:00	*	五島市	五島市役所 会議室
5月19日(木)	9:00~15:00	*	新上五島町	新上五島町石油備蓄記念会館
5月20日(金)	9:00~12:00	*	新上五島町	若松支所 会議室
5月20日(金)	9:00~15:00	*	新上五島町	奈良尾支所 相談室
5月26日(木)	9:00~16:00	*	五島市	五島市役所 会議室
5月27日(金)	9:00~15:00	*	五島市	五島市役所 会議室

長崎北年金事務所

〒852-8502 長崎市稲佐町4-22 ☎095-861-1387

開設日	時間	予約	市町名	場所
4月7日(木)	11:00~15:00	*	西海市	大瀬戸コミュニティセンター
4月21日(木)	9:00~17:00	*	壱岐市	郷ノ浦庁舎 会議室
4月22日(金)	9:00~14:00	*	壱岐市	郷ノ浦庁舎 会議室
5月12日(木)	11:00~15:00	*	西海市	大島総合支所 会議室
5月18日(水)	13:30~17:00	*	対馬市	美津島地域活性化センター 別館 2階
5月19日(木)	9:00~17:00	*	対馬市	対馬市役所 別館 会議室
5月26日(木)	9:00~17:00	*	壱岐市	勝本庁舎 会議室
5月27日(金)	9:00~14:00	*	壱岐市	勝本庁舎 会議室

佐世保年金事務所

〒857-8571 佐世保市稲荷町2-37 ☎0956-34-1189

開設日	時間	予約	市町名	場所
4月13日(水)	13:00~16:30	*	佐世保市	宇久行政センター
4月14日(木)	8:30~12:00	*	小値賀町	小値賀町役場
4月21日(木)	10:00~15:00	*	松浦市	松浦市役所
4月26日(火)	10:00~15:00	*	平戸市	平戸市役所
5月10日(火)	10:30~15:00	*	平戸市	生月市役所
5月19日(木)	10:00~15:00	*	松浦市	松浦市役所
5月24日(火)	10:00~15:00	*	平戸市	平戸市役所

諫早年金事務所

〒854-8540 諫早市栄田町47-39 ☎0957-25-1663

開設日	時間	予約	市町名	場所
4月6日(水)	10:00~15:00	*	東彼杵町	東彼杵町総合会館
4月13日(水)	10:00~15:00	*	南島原市	深江支所 会議室
4月20日(水)	10:00~15:00	*	島原市	島原市役所 市民窓口サービス課ロビー
4月27日(水)	10:00~15:00	*	南島原市	有家支所 会議室
5月6日(金)	10:00~15:00	*	波佐見町	波佐見町役場 相談室
5月11日(水)	10:00~15:00	*	南島原市	西有家庁舎 相談室
5月18日(水)	10:00~15:00	*	島原市	島原市役所 市民窓口サービス課ロビー
5月25日(水)	10:00~15:00	*	島原市	島原市役所 市民窓口サービス課ロビー



無料

保健師による

健康相談所

場所

川棚大崎温泉「しおさいの湯」

時間等

実施日(第2、第4日曜日 11:30~14:00)

*※やむを得ず、開設日が替わることがあります。「しおさいの湯」へご確認ください。