



1・2

月号

社会保険

ながさき

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/>

登山道からの普賢岳と平成新山

Contents

年頭のご挨拶 2

日本年金機構 年金事務所

- 従業員が家族を扶養にするときの手続き 4
- 令和2年2月・3月 出張年金相談所のご案内 5

全国健康保険協会 長崎支部

- 柔道整復師の正しいかかり方 6
- はり・きゅう、あんまマッサージの正しいかかり方 6
- 療養費について 7

一般財団法人長崎県社会保険協会

- 令和元年度 功労者表彰 3
- 社会保険事務講習会のお知らせ 3
- 社会保険ボウリング各地区大会結果 8
- 壱岐健康フェスティバル結果 ソフトバレーボール大会 8
- 職場の健康づくりを応援します 8
- 日帰り温泉補助事業のお知らせ 8
- はたちの献血キャンペーン 8
- 2020年版 長崎県民手帳 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。



年頭のご挨拶

謹んで新年のご祝詞を申し上げます。

皆様方には、お健やかによいお年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、本協会の事業運営につきまして、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございました。おかげ様で事業運営が円滑に推進されていることに厚くお礼申し上げます。

本年も旧年同様、皆様方のご指導とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

一般財団法人長崎県社会保険協会

会長(諫早地区幹事長) 塚元 哲也

副会長(長崎南地区幹事長) 夏井 盛人

副会長(長崎北地区幹事長) 川添 暢也

副会長(佐世保地区幹事長) 岩崎 土弥

新年明けましておめでとうございます。

新年を迎え、長崎県社会保険協会並びに会員の皆様におかれましては、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。また、日頃より社会保険業務の運営につきまして多大なるご理解とご協力を賜っていますこと厚く御礼申し上げます。

さて、日本年金機構は平成22年1月に発足し、本年1月で満10年を迎えることとなりました。この間、従来の構造的な諸問題を解決するため、「日本年金機構再生プロジェクト」を策定し、平成28年度からの3年間を集中取り組み期間としたうえで、組織改革、人事改革、業務改革及び情報開示・共有を柱とする改革に職員一丸となって取り組みました。

本年度4月からは5年を一期とした第3期中期目標期間がスタートしています。令和元年度を「未来づくり元年」と位置づけ未来づくり計画の重点取り組み課題を「再生プロジェクトの発展的継承」「制度改革への責任ある対応」「国民年金及び厚生年金保険の適用・徴収対策事業の再構築」の3点としたうえで、各施策に取り組んでいます。

皆様方には、本年におきましても引き続き格段のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

末筆になりましたが、長崎県社会保険協会並びに会員の皆様方のご多幸、ご活躍を祈念申し上げ、年頭のご挨拶といたします。

日本年金機構 長崎南年金事務所
所長 樫山 俊弘

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

長崎県社会保険協会並びに会員の皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと存じます。

平素は健康保険事業の運営に多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

協会けんぽでは、平成30年度より加入者および事業主の皆様の「5つの評価指標」に基づいた取り組みが健康保険料率に反映する「インセンティブ制度」を導入し、平成30年度の実績を47支部で順位付けした結果、長崎支部は全国で7位という業績を収めました。この成果は、令和2年度の健康保険料率に反映されることとなっております。重ねて皆様への感謝を申し上げるとともに、制度周知の広報と関連事業の実績向上に継続して取り組んでまいり所存です。

また、長崎県との共同事業である「『健康経営』宣言事業」については、県内390社の事業所様のご参加となり、引き続き、事業所の皆様と協力して、「健康経営」の取り組みを推進してまいります。

本年も、事業主および加入者の皆様の健康と安心を守り、保険者機能の発揮に尽力してまいりますので、変わらずのご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

末筆になりましたが、長崎県社会保険協会並びに会員の皆様の益々のご健勝とご活躍を祈念いたしまして新年の挨拶といたします。

全国健康保険協会 長崎支部
支部長 野口 已喜夫

明けましておめでとうございます

長崎北年金事務所長、佐世保年金事務所長、諫早年金事務所長



令和元年度 功労者表彰

～受賞された皆様 誠におめでとうございます～

令和元年度年金委員・健康保険委員功労者表彰伝達式が11月28日に長崎県農協会館において開催され、社会保険事業の推進に功績のあった方に厚生労働大臣、日本年金機構理事長、日本年金機構理事、全国健康保険協会長崎支部長表彰が行われ、長崎県社会保険委員会会長より記念品が贈呈されました。心から敬意を表します。

〔厚生労働大臣表彰〕

株式会社 早田組 横 尾 裕 美 様

〔日本年金機構理事長表彰〕

医療法人 清潮会 三和中央病院 深 堀 恭 子 様

社会福祉法人 山蔭会 山蔭保育園 本 田 龍 一 様

〔日本年金機構理事表彰〕

医療法人志仁会 西脇病院 森 芳 乃 様

医療法人 博和会 橋 本 芳 朗 様

勝本町漁業協同組合 松 本 和 也 様

株式会社 吉本ハイテック 山 本 瞳 様

井手薬品株式会社 浦 川 清 志 様

佐世保港湾運輸株式会社 川 口 桂 子 様

栗鷹物産株式会社 梅 田 輝 義 様

たちばな信用金庫 土 井 匡 子 様



〔全国健康保険協会長崎支部長表彰〕

社会福祉法人五島会 谷 川 順 一 様

星野管工設備株式会社 武 次 功 生 様

社会福祉法人諫早市手をつなぐ育成会 山 口 由 香 様

社会医療法人財団白十字会 原 田 尚 志 様

社会福祉法人聖家族会 小 柳 奈津美 様

みさかえの園第二めぐみの家 〈順不動〉

社会保険事務講習会のお知らせ

お詫び

「社会保険事務講習会」の開催について、チラシでご案内しましたが、長崎会場の開催日、開催会場に誤りがございました。下記の日程で開催しますのでご確認をお願いします。訂正しましてお詫び申し上げます。

開 催 日	会 場	定 員
令和2年2月 5日 (水)	アルカスSASEBO	100名
令和2年2月13日 (木)	諫早商工会館	100名
令和2年2月18日 (火)	長崎商工会議所	100名
令和2年2月28日 (金)	壱岐文化ホール	30名

- 受付 12:50
- 開会 13:10
- 終了 16:15
(各会場共通)



- ◆対象者 事業所の社会保険事務担当者の方並びに受講希望の方 ◆テーマ 社会保険と年金の適用・給付実務
- ◆参加費 無料。(非会員事業所の方は資料代等として3,000円ご負担ください)
- ◆お申込 申込書をご記入いただき下記までFAXでお申し込みいただくか社会保険協会のホームページよりメールでお申込みください。(FAX、メールは返信します) 詳細は後日ご案内します。

社会保険事務講習会 参加申込書

※希望会場に○を付してください。

参 加 希 望 会 場	佐世保会場	諫早会場	長崎会場	壱岐会場
参 加 者 氏 名	※複数参加も可			
事 業 所 名	担当者			
事業所の所在地	〒 -			
	電話 ()		返信FAX ()	

※このお申込書にご記入いただいた個人情報は本事業の運営およびそれに関するご連絡等以外に使用しません。

一般財団法人長崎県社会保険協会

〒852-8118 長崎市松山町4-52 囲本社ビル5階

電話 095-844-7120

FAX 095-843-0449

事業主の皆様へ

従業員が家族を扶養にする手続き

新たに全国健康保険協会管掌健康保険の被保険者となった者に被扶養者がいる場合や被扶養者の追加があった場合、被保険者が事業主を経由して「被扶養者(異動)届」を提出します。



被扶養者の認定

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、及び次のいずれにも該当した場合です。

- (1) 収入要件 年間収入130万円未満（60歳以上又は障害者の場合は、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

※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及び認定された日以降の年間の見込み収入額のことを言います。給与所得などの収入がある場合、月額108,333円以下。雇用保険等の受給者の場合、月額3,611円以下となります。（60歳以上又は障害者の場合は、月額149,999円以下、月額4,999円以下）
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。雇用保険の待機期間中でも、収入要件を満たしている場合は被扶養者として認定することが可能です。ただし、基本手当（3,612円以上）の支給が始まった場合は扶養削除の届出が必要となります。

（*）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。

(2) 同一世帯の条件

- 被保険者と同居している必要がない者
 - 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
- 被保険者と同居していることが必要な者
 - 上記1. 以外の3親等内の親族（伯叔父母、甥姪とその配偶者など）
 - 内縁関係の配偶者の父母および子（当該配偶者の死後、引き続き同居する場合を含む）

添付書類

1. 続柄確認のための書類

「被保険者の戸籍謄(抄)本（被保険者との続柄がわかるもの）」

「被保険者の住民票（被保険者が世帯主で、被扶養者と同一世帯である場合に限り）」

※ただし、次のいずれにも該当するときは、添付書類を不要とすることができます。

- 被保険者と扶養認定を受ける方双方のマイナンバーが届書に記載されていること。
- 上記の書類により、扶養認定を受ける方の続柄が届書の記載と相違ないことを確認し、備考欄にある「続柄確認済み□」の□に✓を記入していること。

2. 収入要件確認のための書類

- (ア) 退職したことにより収入要件を満たす場合 「退職証明書または雇用保険被保険者離職票の写し」
- (イ) 雇用保険失業給付受給中の場合または雇用保険失業給付の受給終了により収入要件を満たす場合
「雇用保険受給資格者証の写し」
- (ウ) 年金受給中の場合 現在の年金受取額がわかる「年金額の改定通知書などの写し」
- (エ) 自営（農業等含む）による収入、不動産収入等がある場合※ 直近の「確定申告書の写し」
※自営業者についての収入額は、当該事業遂行のための必要経費を控除した額となります。
- (オ) 上記イ～エ以外に他の収入がある場合 上記「イ～エに応じた書類」及び「課税(非課税)証明書」
- (カ) 上記ア～オ以外 「課税(非課税)証明書」

被扶養者が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場合は、届書の事業主確認欄に○印を記載することで、上記(ア)～(カ)の添付書類が省略できます。

被扶養者になった日が、事務センター（年金事務所）の受付日より60日以上遡及する場合は、扶養の事実を確認出来る書類の添付が必要となります。

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、別途「受取金額のわかる通知書等のコピー」が必要になります。

◎被扶養者の年間収入が増えて、収入要件を満たさなくなった場合には、被扶養者から外れることになります。その際は、「被扶養者（異動）届（削除）」の手続きが必要になります。

3. 仕送りの事実と仕送り額が確認できる書類

「振込の場合は、預金通帳等の写し」

※備考欄に住民票住所と1回当たりの仕送り金額をご記入ください。

(例) 福岡県博多区榎田1-2-55 8万円/月

「送金の場合は、現金書留の控え(写し)」

※16歳未満又は16歳以上の学生は、左記の添付書類は不要です。

4. 内縁関係を確認するための書類

「内縁関係にある両人の戸籍謄(抄)本」及び「被保険者の世帯全員の住民票(コピー不可・個人番号の記載がないもの)」

令和2年2月・3月

出張年金相談所のご案内

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。

出張年金相談は、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。

相談においての際は、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

令和元年 10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	22,968	272,010	259,672
船員保険	272	3,280	372,082
厚生年金保険	23,073	288,907	257,084

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	市町名	場 所
2月13日(木)	9:00～15:00	新上五島町	新上五島町石油備蓄記念会館
2月19日(水)	9:00～16:00	五島市	五島市役所 会議室
2月20日(木)	9:00～15:00	五島市	五島市役所 会議室
3月11日(水)	9:00～15:00	新上五島町	新上五島町石油備蓄記念会館
3月12日(木)	9:00～15:00	新上五島町	奈良尾支所 相談室
3月18日(水)	9:00～16:00	五島市	五島市役所 会議室
3月19日(木)	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 ☎095-861-1354

開設日	時 間	市町名	場 所
2月 6日(木)	11:00～15:00	西海市	西海保健センター
2月19日(水)	10:30～17:00	対馬市	峰行政サービスセンター
2月20日(木)	9:00～14:00	対馬市	上対馬総合センター
2月27日(木)	14:00～17:00	壱岐市	郷ノ浦庁舎 会議室
2月28日(金)	9:00～15:00	壱岐市	郷ノ浦庁舎 会議室
3月 5日(木)	11:00～15:00	西海市	西彼総合支所 会議室
3月11日(水)	13:30～17:00	対馬市	美津島行政サービスセンター 別館 2階
3月12日(木)	9:00～16:00	対馬市	対馬市役所 別館 会議室
3月26日(木)	10:30～17:00	壱岐市	勝本庁舎 会議室
3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	市町名	場 所
2月 4日(火)	10:00～15:00	平戸市	平戸市役所
2月 6日(木)	10:00～15:00	松浦市	松浦市役所
2月18日(火)	10:30～15:00	平戸市	館浦出張所
2月20日(木)	10:00～15:00	松浦市	松浦市役所
2月25日(火)	10:00～15:00	平戸市	平戸市役所
3月 3日(火)	10:00～15:00	平戸市	平戸市役所
3月 5日(木)	10:00～15:00	松浦市	松浦市役所
3月10日(火)	10:00～15:00	平戸市	平戸市役所
3月17日(火)	10:30～15:00	平戸市	館浦出張所
3月19日(木)	10:00～15:00	松浦市	松浦市役所
3月24日(火)	10:00～15:00	平戸市	平戸市役所
3月26日(木)	10:00～15:00	松浦市	松浦市役所

諫早年金事務所 〒854-8540 諫早市栄田町 47-39 ☎0957-25-1662

開設日	時 間	市町名	場 所
2月 5日(水)	10:00～15:00	波佐見町	波佐見町役場 相談室
2月12日(水)	10:00～15:00	南島原市	口之津支所 会議室
2月19日(水)	10:00～15:00	島原市	三会出張所
2月26日(水)	10:00～15:00	南島原市	布津支所 会議室
3月11日(水)	10:00～15:00	南島原市	南有馬支所 会議室
3月18日(水)	10:00～15:00	島原市	三会出張所



柔道整復師の正しいかかり方

～整骨院・接骨院は正しく受診しましょう～

柔道整復師の施術については、健康保険の対象となる場合と、ならない場合があります。

対象となる場合

■ 骨折・脱臼

(応急処置後の施術は、あらかじめ医師の同意が必要です)

- 急性などの外傷性の明らかな打撲、捻挫 および挫傷(肉離れなど)



整骨院・接骨院にかかる場合の

注 意 事 項

- (1) 領収証は必ずもらいましょう
- (2) 療養費支給申請書の委任欄に記入する場合は、傷病名・日数・金額をよく確認し、必ず自分で記入または捺印しましょう
- (3) 健康保険の対象にならない場合もあるため、負傷原因を正しく伝えましょう
- (4) 長期間治療を受けても快方に向かわない場合は、内科的要因も考えられますので、一度医師の診断を受けましょう



対象とならない場合

- 単なる肩こりや筋肉疲労
- 病氣(神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど) からくる痛み・こり
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 症状の改善の見られない長期の治療
- 仕事中や通勤途上におきた負傷

はり・きゅう、あんまマッサージの正しいかかり方

はり・きゅう、あんまマッサージの施術については、一定の要件を満たす場合に健康保険の対象となります。

はり・きゅう

対象となる場合

■ 次の対象となる傷病であること

- ①神経痛 ②リウマチ ③五十肩
 - ④頸腕症候群 ⑤腰痛症
 - ⑥頸椎捻挫後遺症
 - ⑦その他慢性的な疼痛を主症とする疾患
- で、医師による適当な治療手段がなく、**はり・きゅうの施術を受けることを認める医師の同意**がある場合です。医師の同意は6か月ごとに必要です。

対象とならない場合

■ 医師による治療との併用

病院、診療所などで同じ対象疾患の治療を受けている間は、はり・きゅうの施術を受けても健康保険の対象にはなりません。



あんまマッサージ

対象となる場合

■ 医師の同意があること

筋麻痺、関節拘縮等であって、医療上あんまマッサージ・指圧師の施術を必要とする症例について、**あんまマッサージの施術を受けることについて医師の同意があった場合**に健康保険の対象となります。医師の同意は6か月ごとに必要です。

対象とならない場合

- 疲労回復
- 慰安目的
- 疾病予防

上記のためのマッサージ等は健康保険の対象となりません。





療養費について ～医療費を全額自己負担したときは～

健康保険では、保険医療機関の窓口で被保険者証を提示して診療を受ける『現物給付』が原則ですが、やむを得ない事情で、保険医療機関で保険診療を受けることができず、自費で受診したときなど特別な場合には、その費用について療養費が支給されます。

療養費が受けられるとき

■ 療養費(立替払等)としてご申請いただくケース

- 保険証の交付を受けるまでの間に傷病にかかり、被保険者資格があることを証明できないため、自費で診療を受けたとき
- 近くに保険医療機関がなく、緊急を要するためやむを得ず健康保険が利用できない医療機関で診療を受けたとき
- 協会けんぽの加入期間に、資格がなくなった他の保険者(国民健康保険など)の保険証を使用して診療等を受け、医療費の返還を行ったとき など



■ 療養費(治療用装具)としてご申請いただくケース

- **医師の指示により**、コルセット、関節固定器や義手、義足、義眼、弾性着衣などの治療のため必要な装具を購入、装着した場合(治療用装具代を全額負担したとき)
- **9歳未満の小児**が小児弱視等の治療で眼鏡やコンタクトレンズを購入した場合(眼鏡代金等を全額負担したとき)
※治療用眼鏡等の更新の場合は、年齢や装着期間によって支給対象とならない場合があります。



療養費として支給される額について

療養費は、支払った医療費が全額払い戻されるわけではありません。加入者本人様や扶養に入っているご家族様が保険医療機関で保険診療を受けた場合を基準に計算した額(実際に支払った額が保険診療基準の額より少ないときは、実際に支払った額)から一部負担金等相当額を差し引いた額が払い戻されます。

※健康保険で認められない費用などは計算から除外されます。



実際に支払った額	
一部負担金等相当額	払い戻される額 (療養費として支給)

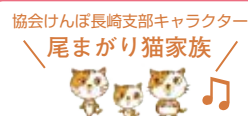
健康保険として認められない費用など...



〒850-8537
長崎市大黒町 9-22 大久保大黒町ビル本館 8 階
電話：095-829-6000
(受付時間 / 平日 8:30 ~ 17:15)

協会けんぽ長崎 検索

メルマガ無料配信中





社会保険ボウリング各地区大会結果

被保険者の健康の保持増進と相互の親睦交流を目的に各地区大会を開催し、52チーム、156名ご参加いただき、熱戦を繰り広げられました。なお、結果は次のとおりです。選手の皆様お疲れ様でした。

※敬称略

令和元年度 社会保険ボウリング地区大会優勝チーム



《長崎南地区》
長崎西彼農業協同組合チーム



《長崎北地区》
長崎魚市株式会社Bチーム



《佐世保地区》
西肥自動車株式会社チーム



《諫早地区》
有田工業株式会社チーム

地区名	優勝	準優勝	第3位
長崎南地区 (12/6) (11チーム33名)	長崎西彼農業 協同組合 1,064	MHIソリューション テクノロジーズ㈱ 997	(福) 朋永会 びわの園 899
長崎北地区 (12/10) (21チーム63名)	長崎魚市㈱B 1,061	長崎魚市㈱A 977	長崎原爆病院 951
佐世保地区 (12/1) (7チーム21名)	西肥自動車㈱ 1,140	㈱エムテック 1,003	本村泰人 税理士事務所 1,001
諫早地区 (12/3) (13チーム39名)	有田工業㈱ 968	長菱 ハイテック㈱ 956	(医) 宏善会 諫早記念病院 953

壱岐健康フェスティバル結果 ソフトバレーボール大会

11/17(日) 壱岐市石田スポーツセンターにおいて13チーム76名にご参加いただきました。

優勝
チーム



《レディースの部》
V・V箱崎



《トリム・シルバーの部》
壱岐SVC B



《トリム・フリーの部》
卑弥呼一番

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	令和 年 月 日 () 時 分から 時 分まで	参加人数	名
希 望 項 目 番号に○印を付けてください	1.保健師による指導講習会 2.管理栄養士による指導講習会	3.健康運動指導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		

※この申込書にご記入いただいた個人情報は、本事業の運営及びそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

日帰り温泉補助事業 のお知らせ

新規契約施設 令和2年1月から利用可
「壱岐市壱岐ステラコート太安閣」
契約解除施設 令和元年12月30日まで利用可
「野母崎炭酸温泉 alega軍艦島」
詳細は長崎県社会保険協会のホームページをご覧ください。

「はたちの献血」 キャンペーン

期 間
令和2年1月1日～2月29日
お問合せ
日本赤十字社長崎支部
長崎県赤十字血液センター

2020年版 長崎県民手帳

発 行
長崎県統計協会
販 売
県内書店、
セブンイレブン、
ローソン等

価格
600円
(税込み・送料別)