

4・5

月号

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 <https://www.shaho-nagasaki.or.jp/>

社会保険

まがさき



大村公園の桜

写真提供：(一社)長崎県観光連盟

Contents

日本年金機構 年金事務所

- テレビ電話を利用した年金相談をはじめます 2
- 被保険者資格取得届などの届出は
便利な電子申請をご利用ください! 3
- 出張年金相談所のご案内 8

一般財団法人長崎県社会保険協会

- 算定基礎届に関する社会保険事務講習会のお知らせ 6
- 健康啓発DVDの貸し出しのお知らせ 6
- 令和3年度 事業計画及び予算案が承認されました 7
- 職場の健康づくりを応援します 8

全国健康保険協会 長崎支部

- 令和3年度 協会けんぽ長崎支部の保険料率と
インセンティブ制度・5つの取り組みについて 4
- 申請書はホームページから入手可能です!
申請書提出前に送付先をチェック! 5

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。

壱岐市・五島市のみなさまへ

テレビ電話を 利用した年金相談をはじめます

日本年金機構では、壱岐市と五島市に居住されているお客様に、より年金相談を受けやすい環境を提供するため、テレビ電話を利用した年金相談窓口を開設します。

開設時期

令和3年3月29日(月)から

ご利用時間

午前9時から午後4時まで

(土・日・祝日、年末年始を除く)

ご利用方法

ご利用にあたっては、**事前予約**が必要です。(*1)



ご希望の日時が決まりましたら、以下の予約受付電話へお電話いただき、

必要書類(*2)を**ご持参**のうえ、開設場所へお越しください。

*1 予約相談希望日の1ヶ月前から前日まで受付しています。

ご連絡の際は、基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご準備ください。

*2 必要書類は予約受付電話にてご案内します。

開設場所・予約電話番号

開設場所	壱岐市に居住の方	五島市に居住の方
予約受付電話番号	壱岐市役所 芦辺庁舎 1階 相談室内 長崎北年金事務所 お客様相談室 095-861-1354 (自動音声1番選択後、2番を選択)	五島市役所 1階 第2相談室内 長崎南年金事務所 お客様相談室 095-808-7639
予約受付時間	午前8時30分～午後4時30分 (土・日・祝日、年末年始を除く)	

事業主のみなさまへ 被保険者資格取得届などの届出は 便利な電子申請をご利用ください！

「電子申請」とは、インターネットを利用して申請・届出をする方法です。インターネットを経由するため、いつでも・どこでも 手続きができます。

また、申請するために移動したり郵送する必要が無いため、書面や CD・DVD で行う申請に比べて、コストが掛からない などのメリットがあります。皆さん、ぜひこの機会に、電子申請の利用についてご検討ください。



電子申請のメリット



- 24時間365日、いつでも申請が可能です。
- 年金事務所に行かなくても、職場や出先などから申請が可能です。
- 移動時間や交通費、郵送費などのコスト削減が期待できます。
- 決定通知書をパソコンから確認できます。
- 保険証は紙で申請されるより3～4日早く届きます。

電子申請に関するお問い合わせ先

ねんきん加入者ダイヤル（日本年金機構電子申請・電子媒体申請窓口）

0570-007-123 ➔ 「2番」をお選びください
(ナビダイヤル)

050 から始まる電話でおかけになる場合は、

03-6837-2913 ➔ 「2番」をお選びください

〈受付時間〉 月～金曜日：午前 8 時 30 分～午後 7 時
第 2 土曜日：午前 9 時 30 分～午後 4 時
※祝日(第 2 土曜日を除く)、12 月 29 日～1 月 3 日は
ご利用いただけません。

ご提出にあたりご不明な点は「**電子申請相談チャット**」へ！

日本年金機構ホームページでは、電子申請に関するよくあるお問い合わせに自動でお答えする相談チャットを開設しています。
24時間いつでも対応していますので、ぜひご利用ください。

※日本年金機構ホームページでは、電子申請の具体的な利用方法、電子申請に関する Q&A や、お近くの年金事務所の所在地などもご覧いただけます。

日本年金機構ホームページに利用手順を掲載しています。
併せて利用手順の説明動画も掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/e-gov.html>

日本年金機構 電子申請

検索



令和3年度協会けんぽ長崎支部の保険料率と インセンティブ制度・5つの取り組みについて

令和3年3月分(4月納付分)からの協会けんぽ長崎支部の健康保険料率は以下のとおりとなりました。

令和3年3月分 (4月納付分) 保険料から	健康保険料率	介護保険料率
	10.26%	1.80%

※介護保険料は40歳から64歳までの方（介護保険第2号被保険者）にご負担いただくもので、全国一律の保険料率です。
※賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。

協会けんぽの保険料率は、地域の医療費に基づき算出するため都道府県支部ごとに保険料率が異なります。
保険料率決定の仕組みとして、加入者及び事業主の皆様の取り組み状況が、健康保険料率に反映される
「インセンティブ制度」が始まっています！

「インセンティブ制度」とは？

以下の5つの評価指標に基づき支部ごとの実績を評価し、その結果、上位23支部に対して得点数に応じた
インセンティブを付与することによって保険料率の引き下げを行います。令和元年度の取組みの結果、
長崎支部は全国11位となり、インセンティブ制度による保険料率引き下げ効果は0.02%となりました。

指標① 特定健診等の受診率

加入者様	協会けんぽの健診を毎年受診 しましょう！ <被保険者>生活習慣病予防健診 <被扶養者>特定健診	事業主様	協会けんぽの健診以外(事業者健診)を 実施されている場合は、 健診結果データを 協会けんぽへ提供 してください！ (40歳以上の協会けんぽ加入者様分)
------	--	------	--

指標② 特定保健指導の実施率

加入者様	健診機関や協会けんぽから案内 があれば、 保健指導を受けま しょう！	事業主様	生活習慣病予防健診受診後、又は事業者 健診結果データ提出後に、特定保健指導 対象者の名簿を送付します。 日程調整や 環境作りなど ご協力をお願いします。
------	--	------	---

指標③ 特定保健指導対象者の減少率

加入者様	特定保健指導の対象とならないように、日頃から健康的な生活習慣に取り組みましょう。 また、特定保健指導を受けた方は、保健師等に相談しながら 中断することなく継続 しましょう！
------	--

指標④ 医療機関への受診勧奨を受けた要治療者の医療機関受診率

加入者様	健診の結果、「血圧、血糖値が 要治療（再検査含む）」の判定を 受けた方は必ず 医療機関を受診 しましょう。	事業主様	従業員の健診結果を把握し、 「要治療者」 に対して受診を促して ください。
------	---	------	--

指標⑤ 後発医薬品（ジェネリック医薬品）の使用割合

加入者様	ジェネリック医薬品への切り替えをご希望の方は、「 ジェネリック医薬品 を使用したい 」とかかりつけの医師や薬剤師に相談しましょう！
------	--





申請書はホームページから入手可能です！

申請書提出前に送付先をチェック！

協会けんぽの各種申請書の入手方法

①協会けんぽのホームページからダウンロード

各種申請書や記入例は、協会けんぽのホームページからダウンロードしていただくことができます。



申請書
ダウンロードは
ここから

②協会けんぽから郵送

インターネットからのダウンロード・プリントアウトができない方など、申請書の郵送をご希望の場合は協会けんぽ長崎支部までお問合せください。

③コンビニエンスストアのネットプリント（※有料）

お急ぎの場合は、全国のコンビニエンスストアに設置してあるマルチコピー機で即時に印刷できます。（※有料）詳しくは協会けんぽホームページ（全国健康保険協会>申請書>申請書ネットプリント）をご覧いただきか、協会けんぽ長崎支部までお問い合わせください。

各種申請書の提出先をご確認ください！

協会けんぽと日本年金機構で取り扱う書類の提出先を誤った場合は、

協会けんぽと日本年金機構での書類の回送作業が生じるため、

正しくご提出いただいた場合よりも処理にお時間がかかります。

下の表を確認して、正しい提出先にご提出をお願いします。



健康保険の給付や任意継続等に関する手続き

健康保険給付関係

- 傷病手当金支給申請書
- 高額療養費支給申請書
- 療養費支給申請書
- 出産手当金支給申請書
- 出産育児一時金支給申請書
- 埋葬料（費）支給申請書
- 限度額適用認定申請書
- 特定疾病療養受療証交付申請書

保健事業関係

- 特定健康診査受診券申請書

任意継続関係

- 任意継続被保険者資格取得申出書
- 任意継続被保険者資格喪失申出書
- 被保険者証関係
- 被保険者証再交付申請書
- 高齢受給者証再交付申請書

など

日本年金機構

健康保険への加入や保険料の納付等に関する手続き

被保険者資格・報酬関係

- 被保険者資格取得届
- 被保険者資格喪失届
- 被扶養者（異動）届
- 被保険者住所変更届
- 被保険者氏名変更（訂正）届
- 被保険者報酬月額変更届
- 被保険者報酬月額算定基礎届
- 被保険者賞与支払届
- 産前産後休業取得者申出書
- 育児休業等取得者申出書

事業所関係

- 新規適用届
- 適用事業所所在地・名称変更（訂正）届
- 事業所関係変更（訂正）届
- 事業所の保険料納付関係
- 保険料口座振替納付（変更）申出書 など



社会保険協会からのお知らせです

算定基礎届に関する社会保険事務講習会のお知らせ

定時決定・算定基礎届・改正等に関する講習会です。日本年金機構年金事務所が開催する「算定基礎説明会」に備えて開催します。

開催日	会場	定員
5月12日(水)	諫早商工会館	50名程度
5月18日(火)	アルカスSASEBO	50名程度
5月21日(金)	長崎タクシー会館	50名程度

- 受付 13:00
 - 開会 13:20
 - 終了 16:00
- ※各会場共通

- ◆対象者 会員事業所に勤務され参加を希望する方
◆講師 特定社会保険労務士 山内 小百合 氏
◆内容 算定基礎届に関する実務等
◆参加費 無料（非会員事業所の方は資料代等として3,000円負担ください）
◆お申込 下記申込書をご記入いただき、FAXでお申し込みください。ホームページからもお申込みいただけます。詳細は後日郵送します。（FAX、メール申し込みは返信します）定員になり次第締め切ります。

社会保険事務講習会（算定基礎届） 参加申込書

※希望会場に○を付してください。

参加希望会場	1.諫早会場	2.佐世保会場	3.長崎会場
参加者氏名			
事業所名 事業所の所在地	担当者 〒 所在地 電話 - - -		

※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。

令和3年度 社会保険協会費納入のお願い

社会保険協会の事業運営につきまして、平素よりご理解を賜り厚く御礼申し上げます。
令和3年度の協会費の納付書を同封しておりますので、ご納付につきまして引き続き格別のご理解を賜りますようお願い申し上げます。

健康啓発DVDの貸し出しのお知らせ

長崎県社会保険協会では、「健康啓発DVD」を無料で貸し出しています。

会員事業所の「職場の健康づくり」（研修会等）にご活用ください。



健康啓発DVD借用申込書

貸し出しDVD 番号に○印を付してください	番号	タイトル		
	1	はじめてのウォーキング＆ジョギング（31分）		
	2	若々しい体をキープ エクササイズ＆ダイエット（32分）		
	3	Good-Bye ストレス（約29分）		
	4	正しく知れば怖くない がんのお話（26分）		
	5	ストレスコーピングによるセルフケア（26分）		
	6	ストレスチェックを活用したセルフケア（25分）		
	7	部下が休職する前にできること（25分）		
貸し出し期間	自 令和 年 月 日から 至 令和 年 月 日まで希望する	視聴者人員 (予定)	名	
事業所名 所 在 地	〒 _____		電話番号	- - -
			担当者	_____

※お申し込み順に貸し出しますので貸出中の場合は、返却後となります。ご了承願います。

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 国本社ビル5階

電話 095-844-7120

FAX 095-843-0449

令和3年度 事業計画及び予算案が承認されました

当協会の理事会が開催され、令和3年度の事業計画と収支予算案について承認可決されました。

1.社会保険制度の普及発展を図るための啓発事業

- ①広報誌「社会保険ながさき」を作成し配布する。
- ②事業所の社会保険事務担当者を対象とした社会保険事務講習会を次のとおり開催する。
 - ・算定基礎届　・新任担当者　・労働保険
 - ・ライフステージ（出産、育児、介護等）　・事務講習会
- ③年金シニアライフセミナーを開催する。
- ④会員事業所並びに新規適用事業所に対し、社会保険制度の解説及び「社会保険実務の手引き」等の冊子を配布する。

2.被保険者等の福利増進及び健康の保持増進に関する事業

- ①事業所における「健康づくり」に、保健師、管理栄養士、健康運動指導士等を派遣して、健康指導講習会及び健康相談を実施する。健康相談所を開設する。
- ②事業主及び被保険者等の健康の保持増進に関する事業を実施する。
 - ・健康ウォーキング大会　・ソフトバレー・ボール大会　・日帰りバスツアー
 - ・ボウリング大会　・施設利用補助等　・施設利用優待
 - ・その他必要な事業

3.各種団体との協調に関する事業

全国社会保険協会連合会並びに日本年金機構県内年金事務所、全国健康保険協会長崎支部、全国社会保険委員会連合会等の事業運営に協力する。長崎県社会保険委員会を支援・助成し、委員会活動及び委員活動の推進に寄与する。

令和3年度 正味財産増減予算書 令和3年4月1日～令和4年3月31日

一般社団法人 長崎県社会保険協会 (単位:千円)

科 目	予算額	前年度予算額	増減額
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
① 基本財産運用益	1	1	0
② 特定資産運用益	1	1	0
③ 受取会費	44,100	44,600	△ 500
④ 事業収益	0	0	0
⑤ 雑収益	24	24	0
経常収益計	44,126	44,626	△ 500
(2) 経常費用			0
① 事業費	32,935	32,130	805
② 管理費	10,565	11,575	△ 1,010
経常費用計	43,500	43,705	△ 205
当期経常増減額	626	921	△ 295
2. 経常外増減の部			
(1) 経常外収益	0	0	0
(2) 経常外費用	0	0	0
当期経常外増減額	0	0	0
当期一般正味財産増減額	626	921	△ 295
一般正味財産期首残高	79,325	73,655	5,670
一般正味財産期末残高	79,951	74,576	5,375
II 正味財産期末残高	79,951	74,576	5,375

令和3年度 長崎県社会保険協会の主な事業予定

※実施月は変更する場合がございますので、広報誌・ホームページ等でご確認ください。ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。

通年	・ホームページにおいて情報発信、施設利用補助事業（温泉、海の家（夏季）） ・健康づくり事業（健康指導講習会、健康相談、健康DVDの貸し出し） ・健康相談所の開設（川棚町しおさいの湯）				
	4月	広報誌「社会保険ながさき」4・5月号発行	広報誌「社会保険ながさき」10・11月号発行		
	5月	社会保険事務講習会（算定基礎届）	10月 社会保険健康ウォーキング大会 ソフトバレー・ボール大会（壱岐市）		
6月	広報誌「社会保険ながさき」6・7月号発行				
	11月 ライフステージ社会保険事務講習会（出産、育児、介護） 日帰りバスツアー				
	7月	社会保険事務講習会（初任者、新任者） 社会保険健康ボウリング五島地区大会	12月 広報誌「社会保険ながさき」12・1月号発行 社会保険健康ボウリング地区大会		
8月	8月 労働保険事務講習会 広報誌「社会保険ながさき」8・9月号発行				
	1月	社会保険健康ボウリング長崎県大会 広報誌「社会保険ながさき」2・3月号発行			
9月	年金シニアライフセミナー				
	2月 社会保険事務講習会				



職場の健康づくりを応援します。無料

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。



職場の健康づくり申込書

希望年月日	令和 年 月 日() 時 分から 時 分まで	参加人数	名
希望項目 ○を付してください	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
事業所所在地	〒 -	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。

令和3年4月・5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、五島市、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 令和3年1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	23,413	270,891	259,259
船 員 保 険	277	3,258	360,650
厚 生 年 金 保 険	23,533	286,226	257,586

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
4月 8日(木)	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	新上五島町	新上五島町役場会議室
4月14日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 17:00	五島市	五島市役所会議室
4月15日(木)	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	五島市	五島市役所会議室
5月12日(水)	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	新上五島町	新上五島町役場会議室
5月13日(木)	9:00 ~ 12:00	新上五島町	若松支所会議室
5月19日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 17:00	五島市	五島市役所会議室
5月20日(木)	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 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
4月 8日(木)	11:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	西海市	大瀬戸コミュニティーセンター
4月21日(水)	14:00 ~ 17:00	対馬市	中対馬振興部
4月22日(木)	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	対馬市	上対馬総合センター
5月13日(木)	11:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	西海市	大島総合支所会議室
5月19日(水)	13:30 ~ 17:00	対馬市	美津島行政サービスセンター別館2F
5月20日(木)	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00	対馬市	対馬市役所別館
5月27日(木)	9:30 ~ 12:00 13:00 ~ 17:00	壱岐市	石田庁舎会議室
5月28日(金)	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	壱岐市	石田庁舎会議室

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
4月 6日(火)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	平戸市	平戸市役所会議室
4月 8日(木)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	松浦市	松浦市役所会議室
4月20日(火)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	平戸市	平戸市役所会議室
4月22日(木)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	松浦市	松浦市役所会議室
5月11日(火)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	平戸市	平戸市役所会議室
5月13日(木)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	松浦市	松浦市役所会議室
5月18日(火)	10:30 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	平戸市	生月支所会議室
5月27日(木)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	松浦市	松浦市役所会議室

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
4月 7日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	波佐見町	波佐見町役場相談室
4月14日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	南島原市	深江支所会議室
4月21日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	島原市	島原市役所会議室
4月28日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	南島原市	有家支所会議室
5月 6日(木)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	川棚町	中央公民館集会室
5月12日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	南島原市	西有家支所会議室
5月19日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	島原市	島原市役所会議室
5月26日(水)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00	南島原市	北有家支所応接室