

一般財団法人 佐賀県社会保険協会

Saga Social Insurance Association

# 社会保険さが

〒840-0816佐賀市駅南本町6-4 佐賀中央第一生命ビル9階  
TEL.0952-26-3171 FAX.0952-26-3377 <http://www.syahokyo-saga.or.jp/>



NO.759



■ 壘山町 大興善寺のツツジ

## 今月の記事

## C O N T E N T S

### ● 日本年金機構

・事業主の皆様へ

平成25年度 社会保険・労働保険事務説明会の開催について…………… 2

・「ねんきんネット」のアクセスキーが年金事務所で発行できます!!…………… 3

### ● 全国健康保険協会 佐賀支部

・自己負担が高額になったとき「高額療養費」…………… 4~5

### ● 佐賀県社会保険協会

・平成25年度 社会保険事務講習会のごあんない…………… 6

・健康づくり企画「新カラダ・プラス1」…………… 7

○年金相談窓口開設等のご案内…………… 8

○国民年金保険料額が改訂されました。…………… 8

● 社会保険料は納付期限内に納付しましょう。

職場内で回覧しましょう。

事業主の皆様へ

## 平成25年度 社会保険・労働保険事務説明会の開催について

被保険者が実際に受ける報酬と標準報酬月額に大きな差が生じないように、毎年1回、すべての被保険者について、その年の4月・5月・6月に支給した報酬を届け出ていただくことにより、標準報酬月額の見直しを行なっています。

その際に提出をしていただく「被保険者報酬月額算定基礎届」等についての事務、労働保険の年度更新等の事務及び健康保険給付等についての事務の説明会を下記の日程で開催しますので、事務担当者様のご出席をお願いいたします。

地区	開催	時間	会場	所在地
鳥 栖	6月17日(月)	13:45~16:00	鳥栖市中央公民館小ホール (0942-85-3645)	鳥栖市宿町807-17
佐 賀	6月21日(金)	9:45~12:00 (午前の部)	佐賀市文化会館中ホール (0952-32-3000)	佐賀市日の出1丁目21-10
佐 賀	6月21日(金)	13:45~16:00 (午後の部)	佐賀市文化会館中ホール (0952-32-3000)	佐賀市日の出1丁目21-10
伊万里	6月18日(火)	13:45~16:00	伊万里市民センター文化ホール (0955-22-3911)	伊万里市松島町391-1
唐 津	6月19日(水)	13:45~16:00	唐津市文化体育館文化ホール (0955-73-2888)	唐津市和多田大土井1番1号
武 雄	6月24日(月)	13:45~16:00	武雄市文化会館小ホール (0954-23-5165)	武雄市武雄町武雄5538番地1
鹿 島	6月25日(火)	13:45~16:00	鹿島市生涯学習センター エイブルホール (0954-63-2138)	鹿島市納富分2700-1

平成25年度の算定基礎届の提出先につきましては、**7月10日(水)**までに下記あて **郵送により**ご提出ください。

〒840-8530 佐賀市駅南本町6-4 佐賀中央第一生命ビル 5F  
**日本年金機構 佐賀事務センター**

※佐賀事務センターは駐車場(駐車券)がございませんので、算定基礎届をご持参いただく場合は、年金事務所へご提出をお願いいたします。

**【注意】**ご案内の書類に年金事務所あて提出をお願いしている事業主様におかれましては、年金事務所へご提出をお願いいたします。

# 「ねんきんネット」のアクセスキーが 年金事務所で発行できます!!



## 「ねんきんネット」とは？



インターネットサービス「ねんきんネット」では、いつでも最新の年金記録の確認や、年金額の試算などができます。また、「ねんきん定期便」や「振込通知書」なども確認できるようになり、持ち主が分かっていない年金記録についても確認することができるようになりました。今後も新たなサービスを追加していく予定です。ぜひご登録ください。なお、「ねんきんネット」をご利用になるには「アクセスキー」があると便利です。

## 「アクセスキー」って何？



「アクセスキー」は、平成23年度以降の「ねんきん定期便」に記載されている17桁の番号です。ただし、このアクセスキーの有効期限は発行から3ヶ月です。アクセスキーをお持ちの場合は、通常ねんきんネットユーザIDの取得に5日かかるのところ、わずか5分で取得できます。

## どうしたら「アクセスキー」を発行してもらえるの？



年金事務所の窓口で発行できます。ご本人様が、基礎年金番号のわかるもの（年金手帳等）と、本人確認のできるもの（運転免許証やパスポート等）をお持ちのうえ、お申込みください。また、郵送でもお受けいたします。下記の「ねんきんネット」アクセスキー発行申込書をご利用下さい。

### お問い合わせは『ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル』へ!

お問い合わせの際は、基礎年金番号をお知らせください

# 0570-058-555

※050（一部）の電話、070の電話からおかけになる場合は、

# 03-6700-1144

月～金曜日午前9時00分～午後8時00分  
第2土曜日午前9時00分～午後5時00分  
(祝日、12月29日から1月3日はご利用いただけません。)

または、お近くの年金事務所へ

- 佐賀年金事務所 TEL0952-31-4191
- 唐津年金事務所 TEL0955-72-5161
- 武雄年金事務所 TEL0954-23-0121

〈キリトリ線〉

## 「ねんきんネット」アクセスキー発行申込書

太枠内を記入してください。

基金年金番号(10桁)		-		社-5		
フリガナ					生	明治
氏 名	印 (旧姓: )				年	大正
					月	昭和
住 所	〒 - 電話番号( ) -				日	平成
					年	月

※申込書にご記入いただきました情報は、この「ねんきんネット」アクセスキー発行以外の目的には使用いたしません。

## 自己負担額が高額になったとき

# 高額療養費

同一月に同じ医療機関窓口で支払った医療費が自己負担限度額(下の表を参照ください)を超えた場合に、超えた額が「高額療養費」として払いもどされます。(入院したときの差額ベッド代や食事代、保険外の負担分は対象となりません)



：高額療養費の自己負担限度額は、年齢および所得状況により設定されています。

70歳未満の方		
被保険者の所得区分	自己負担限度額	多数該当(※3)
①上位所得者(※1)	150,000円+(総医療費-500,000円)×1%	83,400円
②一般所得者 (①および③以外の方)	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	44,400円
③低所得者(※2)	35,400円	24,600円

※1 上位所得者とは、診療を受けた月の標準報酬月額が53万円以上の場合をいいます。上位所得者に該当する場合、市区町村民税が非課税であっても上位所得者となります。

※2 低所得者とは、被保険者が市区町村民税の非課税者または自己負担限度額の低い高額療養費の支給があれば生活保護の被保護者とならない場合をいいます。

※3 診療を受けた月以前(12か月)に、同一世帯(被保険者とその被扶養者)で3か月以上の高額療養費の支給を受けた場合は4か月目から「多数該当」となり、自己負担限度額が軽減されます。

70歳以上 75歳未満の方		
被保険者の所得区分	自己負担限度額	
	外来(個人ごと)	外来・入院(世帯)
①現役並み所得者 (標準報酬28万円以上で 高齢受給者証の負担割合が3割の方)	44,400円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% [多数該当:44,400円]
②一般所得者 (①および③以外の方)	12,000円	44,400円
③低所得者	Ⅱ(※1)	24,600円
	Ⅰ(※2)	15,000円

※1 被保険者が市区町村民税の非課税者または自己負担限度額の低い高額療養費の支給があれば生活保護の被保護者とならない場合をいいます。現役並み所得者に該当する場合、市区町村民税が非課税であっても現役並み所得者となります。

※2 被保険者とその扶養家族すべての方が収入から必要経費・控除額を除いた後の所得がない場合です。

**注** 70歳以上75歳未満の方については、一部負担割合引き上げの凍結により平成26年3月まで自己負担限度額は据え置かれています。

## ：自己負担額は世帯で合算できます。(世帯合算)

同一世帯<sup>(※)</sup>で同一月に**21,000円以上の自己負担(70歳未満)**が複数あるときは、世帯で合算することができ、その合算した額が自己負担限度額を超えた場合は、超えた額が払い戻されます。70歳以上の方は自己負担額をすべて合算できます。

(※)ここで言う「世帯」とは、協会けんぽに加入している被保険者とその被扶養者です。

### 合算対象のポイント

70歳未満の方の場合は、受診者別に次の基準によりそれぞれ算出された自己負担額(1か月分)が**21,000円以上のも**を合算することができます。

- 医療機関ごとに計算します。同じ医療機関であっても、  
① 内科入院 ② 内科外来 ③ 歯科入院 ④ 歯科外来 にわけて計算します。
- 医療機関から交付された処方せんにより調剤薬局で調剤を受けた場合は、薬局で支払った自己負担額を処方せんを交付した医療機関に含めて計算します。

窓口でのお支払いが自己負担限度額までで済みます

**限度額適用認定証** をご利用ください。

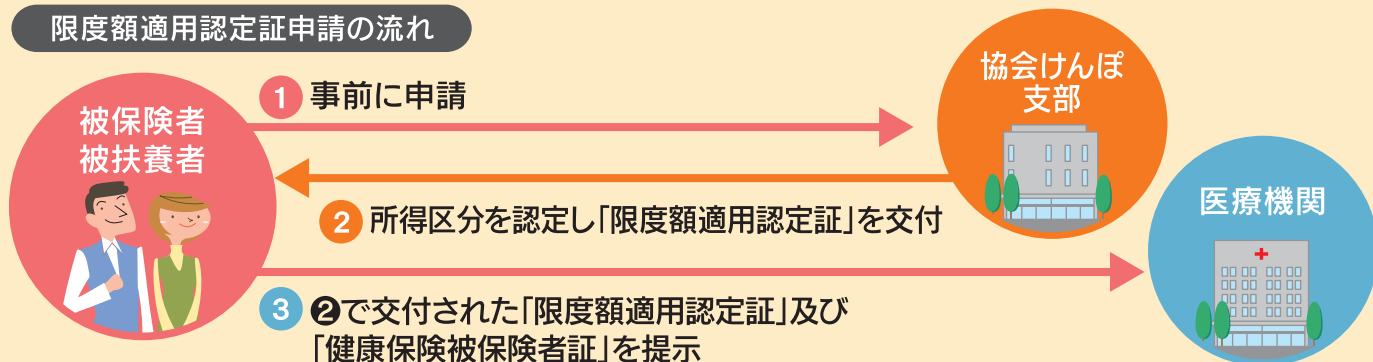
入院・外来の自己負担額が高額となる見込みの場合はぜひご利用ください。

限度額適用認定証を保険証と併せて医療機関窓口で提示すると、窓口でのお支払いが自己負担限度額までとなり、高額療養費の申請が不要になります。(世帯合算や多数該当となる場合は、高額療養費の申請が必要となる場合があります。)

なお、70歳以上の方は「高齢受給者証」を保険証と併せて提示することにより窓口でのお支払いが自己負担限度額までですみます。(差額ベッド代などの保険外負担分や食事代等は別途費用がかかります。)

詳しくは協会けんぽのホームページを参照ください。(申請書も印刷できます。)

### 限度額適用認定証申請の流れ



申請書の受付をした月の初日より使用できる限度額適用認定証を交付いたします。  
お早目のご申請をお願いいたします。

 **全国健康保険協会 佐賀支部**  
協会けんぽ

〒840-8560 佐賀市駅南本町6-4 佐賀中央第一生命ビル2階  
TEL 0952-27-0611 (代表)

メールマガジンで、最新のお知らせ・健康お役立ち情報などを無料でお届けしています。簡単に登録できますので、ぜひご登録をお願いします。

協会けんぽ 佐賀

検索

申請書は  
ホームページから  
印刷できます

- 医療機関等を受診する際は、保険証をその都度必ず提示しましょう。
- 保険証は退職日の翌日以降使用できません。退職時はすみやかに事業所へご返却ください。



# 平成25年度 社会保険事務講習会のごあんない

**『協会けんぽの健康保険』**  
健康保険のしくみや給付、任意継続等  
(傷病手当金・出産手当金)

地区	平成25年	会場
伊万里	5月22日(水)	伊万里市民センター (伊万里市松島町391-1)
鳥栖	5月24日(金)	サンメッセ鳥栖 (鳥栖市本鳥栖町1819)
武雄	5月27日(月)	武雄市文化会館 (武雄市武雄町武雄5538-1)
佐賀	5月28日(火)	アバンセ (佐賀市天神3-2-11)

講師 ● 全国健康保険協会佐賀支部職員

**『出産・育児・介護に関する講習』**  
出産・育児・介護休業の手続きや  
給付等に関する講習を行います。

地区	平成25年	会場
武雄	6月14日(金)	武雄市文化会館 (武雄市武雄町武雄5538-1)
唐津	6月27日(木)	唐津市民会館 (唐津市西城内6-33)
佐賀	6月28日(金)	アバンセ (佐賀市天神3-2-11)
鳥栖	7月2日(火)	サンメッセ鳥栖 (鳥栖市本鳥栖町1819)

講師 ● 社会保険労務士

● 実施期間  
各会場共通: 13:20受付 ▶ 13:40開始 ▶ 16:00終了予定

● 実施期間  
各会場共通: 13:20受付 ▶ 13:40開始 ▶ 16:00終了予定

募集定員 佐賀・武雄 **50名**  
鳥栖・伊万里 **30名**  
(定員になり次第締め切ります)

募集定員 佐賀・武雄 **50名**  
鳥栖・唐津 **30名**  
(定員になり次第締め切ります)

受講決定者の方には後日、案内のハガキをお送り致します。

受講決定者の方には後日、案内のハガキをお送り致します。

対象者 社会保険事務担当者の方

対象者 社会保険事務担当者の方

参加費 **会員事業所は無料** (但し、平成24年度社会保険協会費未納事業所は3,000円のご負担をお願いします)

申込方法 下記の参加申込書にご記入の上、**FAX**または**郵送**にてお申し込み下さい。

お申込みお問合せ  
一般財団法人 佐賀県社会保険協会  
〒840-0816 佐賀市駅南本町6-4 佐賀中央第一生命ビル9階  
TEL.0952-26-3171 FAX.0952-26-3377



## 社会保険事務講習会 参加申込書

整理番号		
参加希望会場日時	『協会けんぽの健康保険』 (伊万里・鳥栖・武雄・佐賀) 会場 平成 年 月 日 ( )	『出産・育児・介護に関する講習』 (武雄・唐津・佐賀・鳥栖) 会場 平成 年 月 日 ( )
参加者氏名		
事業所名		
事業所所在地	〒 _____ 事業所電話番号 ( ) _____	
分からない部分・知りたい内容などありましたら、お書きください。		

※申込書にご記入いただきました情報は、この事務講習会以外の目的には使用いたしません。

新 健康づくり企画 KARADA PLUS ONE

あなたも チャレンジ!

今度のカラダ・プラス1は、 スマホで簡単登録!

キャラクターが変化する 体重・体脂肪の 記録ができる

# カラダ・プラス1

## 健康づくり企画『カラダ・プラス1』とは

現代人の生活は、仕事が忙しく暇がないなど運動不足になりがちです。『カラダ・プラス1』は、ウォーキングなどを日常生活に取り入れ、生活習慣病やメタボリックシンドロームを予防することを目的としています。日々の運動は、皆さんを快適な生活に導いてくれます。ぜひ、ご家族、職場の皆さんで参加ください。

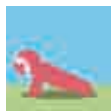
## イベント内容

今度のカラダ・プラス1は、スマートフォンサイトです。パソコン、携帯電話からも利用可能です。まずは目標コースから、自分にあったコースを選んでユーザー登録してください。あとは日々の運動の記録をスマートフォンサイトからマイページにログインして登録するだけ。続けて頑張るとキャラクターのプラスくんがどんどん変身し、レベルアップ!(なまけた人はダウンもあるから気をつけて!)また今度のカラダ・プラス1は、毎日の体重・体脂肪の記録や食事のチェックもでき、グラフやカレンダーで見れるからひと目で自分の変化がわかります。

### 目標コース紹介



**ウォーキング・徒歩通勤コース**  
●お勧めする方  
デスクワークが多い方や姿勢が悪い方など



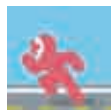
**筋肉トレーニング・ストレッチコース**  
●お勧めする方  
脂肪を減らしたい方や筋力をつけたい方、肩こり・腰痛のある方など



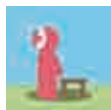
**禁煙コース**  
●お勧めする方  
喫煙されている方



**休肝日コース**  
●お勧めする方  
毎日飲酒されている方(健康診断にて中性脂肪が多い、肝機能の検査項目でGTP36以上、r-GTP56以上との結果が出た方)



**ジョギングコース**  
●お勧めする方  
日頃、運動不足の方



**姿勢を良くしようコース**  
●お勧めする方  
姿勢が悪い方やおなかの脂肪を減らしたい方



**自転車通勤コース**  
●お勧めする方  
自転車・徒歩以外で通勤している方



**階段を使おうコース**  
●お勧めする方  
職場や通勤で、エレベーターやエスカレーターを使用されている方



**ラジオ体操コース**  
●お勧めする方  
肩こり・腰痛のある方やデスクワークの多い方

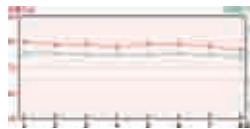


**朝食を食べようコース**  
●お勧めする方  
毎日朝食を食べない方や午前中、ボートしてしまう方

### マイページ

2013/4/1~2013/4/8

ニックネーム	プラス太郎
年齢	40歳
体重	78.5kg (4月11日登録)
体脂肪率	24.9% (4月11日登録)
現在の目標コース	ジョギング



## 参加条件

- 会員事業所に勤務する被保険者およびその家族。
- 参加費は無料。
- ユーザー登録(エントリー)が必要です。



## 参加の流れ

**1** スマートフォン(パソコン・携帯電話でも登録可能)より入力フォームにて参加登録。

**2** ログイン画面よりご自分で決められたIDとパスワードでマイページにログインします。

**3** 目標を実行した場合はチェックを入れ、体重や食事など必要な箇所を入力し、登録します。



スマホサイトへ

### スマートフォン(パソコン・携帯電話でも登録可能)より登録。

まず始めに「初めての方はユーザー登録画面へ」ボタンをクリックし、ユーザー新規登録画面の入力をします。そのまま目標実行のチェックなどを行う方は、「マイページへログイン」ボタンをクリックすると、「ログイン」画面へとページが移動します。そこで、入力フォームで登録したIDとパスワードを入力し、「ログイン」ボタンをクリックすると、「マイページ」画面が表示されます。次回からは、「マイページはこちらから」ボタンをクリックしていただくとログイン画面が表示されます。スマートフォンでは、ブックマークか、ホーム画面に追加をいただくとすぐにサイトにアクセス出来て便利です。

ぜひ、この機会に健康づくりにご参加ください。

※送信は1日1回となります。※頑張る目標コース、体重、体脂肪の登録は3日前までさかのぼり、送信できます。※ユーザー登録時、ニックネームを変えることで家族の方もお使いいただけます。

※機種によっては、ご利用できない場合がございます。

