

2017 January

1

No.803

Saga Social Insurance Association

社会保険さが

一般財団法人 佐賀県社会保険協会

TEL: 0952-26-3171 FAX: 0952-26-3377

URL: <http://www.syahokyo-saga.or.jp/>



■鹿島市 祐徳稲荷神社

今月の記事

● 日本年金機構

- ・ 20歳になったら国民年金に加入 2
- ・ 「賞与支払届」の届出はお済みですか 3

● 全国健康保険協会 佐賀支部

- ・ 健康保険委員を募集しています 4
- ・ ジェネリック医薬品セミナーを開催します 5
- ・ 知って得する健康情報 5

● 佐賀県社会保険協会

- ・ 平成29年1・2月 社会保険事務講習会のご案内 6
- ・ 健康経営セミナーの開催 7
- ・ 年金相談窓口開設等 8
- ・ 街角の年金相談センター鳥栖をぜひご利用ください 8

職場内で回覧しましょう

あけましておめでとうございます

日本年金機構は、発足以来、年金記録問題の早期解決及びお客様一人ひとりの期待に応えられるサービス機関としての充実を目指して、日々、業務の運営に努めてまいりました。

私たちは、お客様の目線で考え、お客様の立場に立った親切・迅速・正確で効率的なサービスを提供することをお約束するとともに、身近で信頼される年金事務所であるよう、全職員一丸となって取り組んでまいります。



日本年金機構 佐賀年金事務所長
日本年金機構 唐津年金事務所長
日本年金機構 武雄年金事務所長

新成人のみなさま おめでとうございます

20歳になられた皆様は、国民年金への加入が義務付けられています。

国民年金(基礎年金)の3つのメリットと保険料免除・納付猶予制度

- ①老後を支えます 老齢基礎年金
- ②けがや病気で障害が残ったときに支えます 障害基礎年金
- ③加入者が亡くなったとき、その方に生計を維持されていた方を支えます 遺族基礎年金

- 保険料の納付が困難な場合は、「学生納付特例制度」や「保険料納付猶予制度」など保険料の支払を猶予する制度があります。



お問い合わせ先

●佐賀年金事務所国民年金課 TEL 0952-31-4191
●唐津年金事務所国民年金課 TEL 0955-72-5163
●武雄年金事務所国民年金課 TEL 0954-23-0121

年金受給者の皆様へ

源泉徴収票が送付されます

老齢年金は、所得税法上の雑所得として課税の対象となっています。そのため、老齢年金を受けている方には、1年間の年金の支払総額などを記載した「源泉徴収票」が1月下旬に順次送付されますので、確定申告の際に提出してください。

紛失したときなどは再発行できますので、年金事務所又は『ねんきんダイヤル』(☎0570-05-1165)までお問い合わせください。

なお、障害年金・遺族年金は、課税の対象となっていないため、源泉徴収票は送付されません。

お問い合わせ先

●佐賀年金事務所お客様相談室 TEL 0952-31-4191
●唐津年金事務所お客様相談室 TEL 0955-72-5161
●武雄年金事務所お客様相談室 TEL 0954-23-0121

事業主の皆様へ

「賞与支払届」の届出はお済みですか？

賞与を支給されたときは、**支給日から5日以内**に「賞与支払届」及び「賞与支払届総括表」の提出をお願いします。

また、賞与支払予定月に賞与の支払が行なわれなかった場合にも、「賞与支払届総括表」の④欄「不支給1」に○印をつけて提出をお願いします。

保険料や将来受け取る年金額にも反映しますので、適正な届出をお願いします。



● 資格取得月・資格喪失月の取扱い

- ・ 資格取得した月（資格取得日以降）に支給された賞与は届出が必要となり保険料の対象となります。
- ・ 資格喪失した月に支給された賞与は保険料の対象にはなりませんが、資格喪失日の前日までに支給された賞与については届出が必要となります。
- ・ 資格取得した月に資格喪失となった場合で、資格取得日から資格喪失日の前日までに支払われた賞与については保険料の対象となり届出が必要です。

※ 将来の年金額には保険料の対象となったものが反映します。

お問い合わせ先

- 佐賀年金事務所適用調査課 TEL 0952-31-4191
- 唐津年金事務所適用調査課 TEL 0955-72-5162
- 武雄年金事務所適用調査課 TEL 0954-23-0121

平成28年中に国民年金を納付された皆様へ

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が発行されます

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。

その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象となります。

社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成28年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方については、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が昨年11月上旬に日本年金機構本部から送付されていますので、確定申告の際には必ずこの証明書(又は領収証書)を添付してください。

また、昨年10月以降初めて国民年金保険料を納付された方については、今年2月上旬に送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。



お問い合わせ先

- 佐賀年金事務所国民年金課 TEL 0952-31-4191
- 唐津年金事務所国民年金課 TEL 0955-72-5163
- 武雄年金事務所国民年金課 TEL 0954-23-0121

社会保険料は納付期限内に納付しましょう。

平成29年1月分保険料の納付期限は平成29年2月28日(火)です。

健康保険委員を募集しています！

健康保険委員とは…事業所と協会けんぽをつなぐ橋渡し役です！

健康保険委員の活動内容

①事業主・従業員への広報

従業員の皆様へ協会けんぽからのお知らせなどをお伝えいただき、広報紙やパンフレットなどをご覧いただけるよう、回覧・掲示をお願いします。



②事業主・従業員からの相談

従業員の皆様からの各種申請に関する相談。



③各種事業の推進

職場の皆様の健康づくり、健康診断受診の案内など各種事業への参加の呼びかけをお願いします。



④健康保険に関するモニター

協会けんぽの事業運営や各種サービスに関し、加入者の立場から気づいたことをお知らせください。
健康づくりに関するご意見や職場での健康づくりの紹介事例などをお寄せください。

健康保険委員のメリット

●健康保険委員限定小冊子を配付！

事業主様や健康保険のご担当者様のお役に立つよう、各種給付金の事務手続き方法や健康保険制度のしくみ・医療費の状況等を記載した冊子「協会けんぽのしおり 平成28年度版」を配付しています。

●研修会等へ無料で参加可能！ ●会費は一切かかりません！

●表彰制度があります！

平成28年度には、厚生労働大臣表彰も実施しました。健康保険委員表彰者については、広報紙等でもご紹介いたします。

※ お申込みについては、下記までお電話いただくか、ホームページをご参照ください。



こちらの冊子をお届けします！

お問合せ先 全国健康保険協会佐賀支部 企画総務グループ TEL:0952-27-0612(直通)

ジェネリック医薬品セミナーを開催します

参加無料！
先着200名

協会けんぽでは、ジェネリック医薬品の安全性や経済的負担等を分かりやすくお伝えすることを目的としたセミナーを次のとおり開催予定です。

当日は、サガテレビ出演中の稲葉ゆう子さんが座長のにわか劇団「賑い商 はっぴい♥かむかむ」による健康とジェネリック医薬品に関する人情喜劇も予定しております。参加費は無料ですので、皆さまお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください！

日 時 平成29年 **3月5日** 日 佐賀市勤労者総合福祉センター（メートプラザ佐賀）
14:00～16:00 1階多目的ホール （佐賀市兵庫北三丁目8番40号）

申込方法 参加を希望される方は、下記までお電話いただくか、ホームページからも詳細をご確認できます。
全国健康保険協会佐賀支部 企画総務グループ TEL:0952-27-0612



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
TEL 0952-27-0611(代表)

知って
得する!

健康情報

保健師だより

今回のテーマ:

天然のサプリメント『お茶』



私たちの生活の中で「お茶」は欠かせないもののひとつと言えます。そして佐賀は美味しいお茶どこでもあります。健康志向の高まりの中、お茶の健康効果は多くの研究によって広く知られるようになりました。身近な飲み物として私たちの暮らしに浸透している「お茶」ですが、知っているようで知らないこともまだまだあるのではないのでしょうか？



お茶にはどんな種類があるのでしょうか？

お茶は製造する際の加熱処理方法によって、大きく3つに分けられます。

- ① **不発酵茶**: 生の葉を出来るだけ早く加熱して、酵素の動きを止める……… **日本緑茶、中国緑茶**
- ② **半発酵茶**: 酸化酵素を少し働かせてから加熱して、酵素の動きを止める… **烏龍茶**
- ③ **発酵茶**: 酸化酵素を十分働かせてから加熱して、酵素の動きを止める… **紅茶**

同じ不発酵茶でも加熱方法では、日本緑茶のほとんどは「蒸し(日本式)」ですが、中国緑茶は「釜炒り(中国式)」の方法をとります。また、佐賀の嬉野が代表的な産地の「玉緑茶」や福岡の八女・京都・静岡が代表的な産地の「玉露」など色々なお茶の種類を知ると、お茶選びも楽しくなりそうですね。



お茶の健康効果にはどんなものがあるのでしょうか？

① カテキンの抗酸化作用

呼吸で取り込んだ酸素の一部が、ストレスや喫煙などで「悪玉酸素(活性酸素)」となって組織を傷つけ、老化や動脈硬化を進めてしまいます。カテキンはこの悪玉酸素が出来るのを防いだり、消してくれます。

② テアニンで脳内リラックス

テアニンはお茶特有の成分(アミノ酸)で、上級茶には特に多く含まれ、飲むことでリラックス状態を示す脳波「α波」の出現が増加します。そして緊張もほぐれ血管も拡げて血行を良くしてくれます。

③ カフェインは眠気覚ましだけではない

カフェインといえば「覚醒作用」ですが、利尿作用や消化吸収促進、代謝を高めて脂肪分解促進作用もあります。もちろん眠気覚ましにも利用されますが、お茶にはリラックス効果(鎮静作用)のあるテアニンも多く含んでいるので、その効果を穏やかに調節してくれます。

④ お茶からとるビタミンC

お茶はビタミンCを豊富に含んでいます。玉露より煎茶(上級)に多く含まれ、熱にも強いのが特徴です。煎茶の方に多く含まれる理由は、ビタミンC生成に必要な日光が栽培時に遮られないからです。ちなみに酸化には弱いので、発酵させて作る紅茶には全く含まれていません。



お茶の呼び方ミニ知識

お茶の呼び方は、世界では「cha(チャ)」と「te(テ)」と大きく二通りに分けられ、歴史や交易などが背景になっているようです。「cha(チャ)」は広東語に由来して、シルクロードの交易ルートで広がった西域の国々での呼び方です。一方「te(テ)」は古い文字の「茶(ト)」に由来して、福建省から海上の交易ルートで欧州に広がりました。欧州でもポルトガルだけは「cha」と呼んでいるようですが、昔、広東省から輸入していたという歴史があるようですね。



メルマガのご登録はこちらから！
役立つ情報が満載です！





従業員の皆様へ シニア層にお得情報満載 講習会のごあんない

60歳からの年金・雇用保険・健康保険

～老後の生活設計はじめての一步～

これから年金を受給される従業員の方を対象に、働きながらの年金受給や年金と雇用保険の調整及び失業保険や退職後の健康保険の選択などについて学びます。

- 60歳からの年金・雇用保険・健康保険のポイント
- 年金は何歳から、どれくらい受けられる？
- 働きながら受ける年金（在職老齢年金）
- 60歳以上で働く場合の給付金（高年齢雇用継続給付）
- 定年退職でも失業給付が受けられる
- 退職後の健康保険・健康保険の手続き
- 年金・雇用保険の手続き

地 区	日 時	会 場
鳥 栖 会場	平成29年1月22日(日)	サンメッセ鳥栖 (鳥栖市本鳥栖町1819)
武 雄 会場	平成29年2月 5日(日)	武雄市文化会館 (武雄市武雄町武雄5538-1)
佐 賀 会場	平成29年2月12日(日)	アバンセ (佐賀市天神3-2-11)
唐 津 会場	平成29年2月26日(日)	唐津市民会館 (唐津市西城内6-33)
講師 ● 社会保険労務士		

● 実施時間 各会場共通 9:10受付 ▶ 9:30開始 ▶ 11:50終了予定

募集定員 佐賀・武雄…50名 鳥栖・唐津…30名 (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。
(定員になり次第締め切りますので、締切後の申込者には3日以内にご連絡します。)

対 象 者 事業所にお勤めの従業員の方。特に50歳以上の方にお勧めします。

参 加 料 会員事業所は無料 (平成28年度会費未納事業所は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



＜キリトリ線＞

社会保険事務講習会 参加申込書



整 理 番 号			☎宛名シール左下の7ケタの番号です。
参加希望 会場日時	(鳥 栖 ・ 武 雄 ・ 佐 賀 ・ 唐 津) 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。

健康経営セミナー

～ 従業員の健康が企業活性化の秘訣 ～

健康経営とは、「企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できる」との基盤に立った、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することです。事業主が社員の健康づくりを積極的に推進することで、労働生産性の向上が期待でき、企業価値の向上につながります。

企業にとって、従業員は宝です。従業員が健康で明るく働ける職場を目指しましょう。

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

日 時
平成29年 **2月7日** 火 13:30～16:00
(受付13:00～)



場 所
グランデはがくれ 2階フラワーホール
(佐賀市天神2-1-36)

募集定員 **100名** (定員になり次第締め切ります)

講演内容 **第一部 ① 健康経営の推進について**

講師 徳安 達郎 氏 経済産業省 九州経済産業局 地域経済部 新産業戦略課 ヘルスケア産業係長

② 健康経営 一人財と組織を健康にすることによって生み出される収益



講師 平野 治 氏
NPO法人健康経営研究会 副理事長
株式会社エイチ・ツー・オー総合研究所 代表取締役

第二部 ③ 中小企業における健康経営のすすめ



講師 那須 繁 氏
特定医療法人財団 博愛会 理事長

④ 健康づくり事業について ⑤ 健康企業宣言について

講師 佐賀県中部保健福祉事務所

講師 全国健康保険協会佐賀支部

【共催】  **全国健康保険協会 佐賀支部・九州ヘルスケア産業推進協議会 (HAMIQ)**
協会けんぽ

【後援】 佐賀県・独立行政法人 労働者健康安全機構 佐賀産業保健総合支援センター・佐賀県医師会・佐賀県歯科医師会・佐賀県薬剤師会・佐賀県国民健康保険団体連合会・佐賀県経営者協会・佐賀県商工会議所連合会・佐賀県商工会連合会・佐賀県中小企業団体中央会

※本事業は、経済産業省九州経済産業局の協力のもと実施しています。

申込方法等詳細は、ホームページをご参照ください。

協会けんぽ佐賀

検索

お問合せ先 **全国健康保険協会 佐賀支部 企画総務グループ TEL:0952-27-0612 (直通)**

平成29年2月出張相談【予約制】

出張相談所	日 時		相談時間	予約申込先	
基 山 町 役 場	2月	14日、28日	10:00～16:00	佐賀年金事務所	0952-31-4191
多 久 市 役 所	2月	1日、15日	10:00～15:00		
伊 万 里 市 役 所	2月	3日、10日、17日、24日	9:30～15:30	唐津年金事務所	0955-72-5161
鹿 島 市 民 会 館	2月	7日、21日	10:00～16:00	鹿島市役所 市民課年金係	0954-63-2117
有田町役場東庁舎	2月	8日	10:00～15:00	有田町役場 住民環境課 国民年金係	0955-46-2114

※いずれの日も12:00～13:00の時間帯は除きます。

年金事務所での年金相談

受付時間 平日(月曜～金曜) 8:30～17:15
時間延長 週初の開所日 17:15～19:00
週末相談 第2土曜 9:30～16:00 (予約制)

街角の年金相談センター鳥栖(オフィス)

受付時間 平日(月曜～金曜) 8:30～17:15 (予約制)
予約申込先 ☎0942-50-8151

年金事務所では予約による年金相談を受け付けております

予約申込先 希望される日の前日までに申込みください。

- 佐賀年金事務所 ☎ 0952-31-4191
- 唐津年金事務所 ☎ 0955-72-5161
- 武雄年金事務所 ☎ 0954-23-0121



街角の年金相談センター鳥栖(オフィス)をぜひご利用ください

相談は予約制となっております

予約専用電話番号

☎0942-50-8151



日本年金機構は、年金相談のお客ニーズに応えるため、「街角の年金相談センター鳥栖(オフィス)」を鳥栖市役所東別館1階に開設しております。

同センターは全国社会保険労務士会連合会が運営しています。

同センターでは、「対面による年金相談」を行っています。「お電話による年金相談」は受け付けておりません。

担当者が「対面による年金相談」を行っている場合、電話に出られないことがありますので、ご了承ください。

同センターでは、年金証書、振込通知書等の再発行は行えません。再発行をご希望の方は、後日送付となりますので、予めご了承ください。



平成28年10月から始まったパート労働者への適用拡大の影響で、「勤務時間を減らしてほしい」と言う従業員がいて、総労働時間を確保するために「新たに採用しなくてはいけない」。との話をチラホラ耳にします。

たしかに保険料負担は痛手ですが、健康保険の給付、将来受け取る年金(事業主負担分、公費負担分が加わります)のことを考えれば、勤務時間を増やしても社会保険の適用を受けるほうが断然お得と思うのですが…。(山)