

東京社会保険協会

# 社会保険新報



平成 28 年 / No.790

## 目次

- 協会けんぽ東京支部からのお知らせ
  - ・「健康企業宣言」スタート / 2・3
- 日本年金機構からのお知らせ
  - ・ 9月分保険料（10月納付分）から  
厚生年金保険料率が変わります / 4
  - ・ 東京事務センターと  
山梨事務センターを統合します / 4
  - ・ 資格取得時の本人確認事務変更のお願い / 5
  - ・ 国民年金ひとことメモ / 5
- フィオーレ健診クリニックからのお知らせ
  - ・ 脳検査 定期的なチェックが大切! / 6
- 東京社会保険協会からのお知らせ
  - ・ 「労災保険・雇用保険の基礎知識事務講習会」  
「健康保険の給付に関する講習会」  
開催のお知らせ / 7・8
  - ・ 東京社会保険協会 新規加入のご案内 / 8
- ずいそう
  - ・ 東西南北 / 8

東京社会保険協会のホームページ ▶▶ <http://www.tosyakyo.or.jp>

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

協会けんぽ東京支部ご加入の事業主の皆様へ

**「健康企業宣言」スタート**

「健康企業宣言」は、「健康優良企業」を目指して、企業全体で健康づくりに取り組むことを宣言することです。認定後は、企業イメージの向上や求人などで、「健康優良企業」としてアピールできます。協会けんぽ東京支部では、「健康企業宣言」の取組みをサポートしています。

**1 健康経営®・健康づくりは難しくありません**



- ◆社員が健康でないと、企業も実力を発揮できません。社員の健康管理は、企業リスクの管理です。
- ◆健康経営®は、**職場の健康づくりから始めましょう。**健康経営®は、NPO法人 健康経営研究会の登録商標です。

**2 チェックシートで確かめましょう**

- ◆健診の実施や職場環境の整備など、どの程度、取組んでいるかを確認してみましょう。
- ◆取組むべき課題が決まったら、事業主自ら**健康づくりに取り組む姿勢を宣言しましょう。**



**3 協会けんぽ東京支部がサポートします**

- ◆取組みは、協会けんぽ東京支部がサポートします。
- ◆東京商工会議所「**健康経営アドバイザー制度**」に参加（希望制）することで、健康経営®について学ぶことができます。



応募は、協会けんぽ東京支部ホームページから！

**「健康企業宣言」に  
チャレンジしませんか**

協会けんぽ東京支部ホームページに、「健康企業宣言」の応募用紙やチェックシート等を掲載しています。

また、宣言された企業も紹介（希望された企業のみ掲載）しています。

社員の健康は企業の誇り、活気ある職場は社員の健康づくりから！

**「健康優良企業」を目指しましょう！**

協会けんぽ東京支部ホームページ  
<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/tokyo/>

健康企業宣言 東京



協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

**4 「健康企業宣言」から「健康優良企業」認定までの流れ**



**健康企業宣言東京推進協議会** とは

東京都内の中小企業による健康経営・健康づくりの取組みを支援・普及・促進し、「健康企業宣言」に取り組む企業等に対して、「健康優良企業」として認定することを目的としています。協会けんぽ東京支部や健保連東京連合会などの医療保険者と、東京都商工会連合会、東京商工会議所などの経済団体、東京都などの自治体、東京都医師会などの関係団体が連携して推進する協議会です。

「健康企業宣言」は、日本健康会議の「健康なまち・職場づくり宣言2020」における「協会けんぽ等保険者のサポートを得て健康宣言等に取り組む企業を1万社以上とする」宣言の実現に向けた取組みです。

**「健康優良企業」に認定されるメリット**

**求人**で 社員の健康に配慮している“優良企業”であることをアピールできます！

**金利**で 西武信用金庫の事業所向けローン金利が、【銀】の認定で0.2%、【金】の認定で0.4%優遇されます！  
※別途、ご利用条件や審査があります。ご了承ください。

**「健康企業宣言」に関する協定を締結しました！**

6月23日（木）に東京都庁において、「健康企業宣言」を推進するため、関係13団体が「健康企業宣言」に関する協定を締結しました。

この協定により、協会けんぽ東京支部の加入事業所だけでなく、健保連東京連合会の会員の健康保険組合に加入する企業も、同様の仕組みで「健康企業宣言」に取り組むことができます。

【銀】の認定は各医療保険者、【金】の認定は健康企業宣言東京推進協議会が行います。「健康企業宣言」の応募や取組みの照会については、企業が加入する医療保険者にお問い合わせください。



締結式



推進協議会全体会





## 9月分保険料（10月納付分）から 厚生年金保険料率が変わります

厚生年金保険の保険料率は、平成16年の法律改正により、将来の保険料水準を固定したうえで、給付水準を調整する仕組み「**保険料水準固定方式**」が導入され、平成29年9月に18.3%で固定されるまで、**毎年9月に段階的に引き上げ**られます。平成28年9月分（10月納付分）からの保険料率は、下記のように改定されます。

### 平成28年9月分から平成29年8月分までの保険料率

一般被保険者

18.182%

船員・坑内員

18.184%

厚生年金基金に加入している被保険者の保険料率は、基金ごとに定められている免除保険料率（2.4～5.0%）を控除した率となります。免除保険料率および厚生年金基金の掛金については、加入している厚生年金基金にお問い合わせください。

**厚生年金保険料を控除される際は、お間違いのないようご注意願います。**

### 厚生年金保険料額の決定方法

厚生年金保険の保険料額は、毎月の給与（標準報酬月額）と賞与（標準賞与額）に共通の保険料率を掛けて計算されます。保険料は、**事業主と被保険者が半分ずつ負担**します。

毎月の保険料額

標準報酬月額 × 保険料率

賞与の保険料額

標準賞与額 × 保険料率

### 厚生年金保険料の納付

厚生年金保険料の納付義務者は、事業主です。毎月の給与や賞与から被保険者負担分を差し引いて、事業主負担分と合わせ、**翌月末日までに納める**ことになっています。

保険料額については、毎月下旬に「**保険料納入告知額通知書**」または「**保険料納入告知書**」をお送りしてお知らせしています。事業主の皆様には、当該通知書等に記載された保険料を、月末までに、口座振替や金融機関等で納めていただきます。

## 東京事務センターと山梨事務センターを統合します

各種届書等の審査・入力・決定事務等は、現在、各都道府県の事務センターで行っていますが、事務の効率化（簡索性）および標準化をより一層進めるため、**平成28年10月1日から、広域事務センターに統合**することとなりました。

広域事務センター	東京広域事務センター 〒135-8071 江東区有明3-6-11 TFTビル東館7・8・9階
統合される事務センター	東京事務センター、山梨事務センター
統合日	平成28年10月1日

また、都内で段階的に行われていた**事務センターへの直接郵送**についても、**平成28年10月1日から、都内すべてにおいて開始**します。直接郵送による届出に、ご協力をお願いします。

### 次の届書は、これまでどおり、管轄の年金事務所へ提出してください

- 健康保険被保険者資格証明書交付申請書
- 二以上事業所勤務者にかかる各種届書
- 算定基礎届・算定基礎届総括表
- 資格取得・資格喪失等確認請求書
- 適用事業所所在地・名称変更（訂正）届（管轄外）
- 一括適用承認申請書
- 高齢任意加入被保険者および日雇特例被保険者にかかる各種届書
- 船員保険にかかる各種届書

■東京広域事務センターは、現在の各事務センターと同様に、**郵送受付および提出済み書類の不備・返戻にかかる対応のみ**となります。来訪や電話による受付・相談窓口の設置はありません。ご相談およびお問い合わせは、管轄の年金事務所までお願いします。

■**電子申請（e-Gov）を利用した届出については、提出先に変更はありません。**現行と同様に、各事務センターを選択してください。

▶このページの記事の内容に関するお問い合わせは、管轄の年金事務所 (<http://www.nenkin.go.jp/n/www/section/>) まで



## 資格取得時の本人確認事務変更のお願い

日本年金機構では、公的年金にかかるサービスの向上と本人確認の徹底のため、基礎年金番号と住民票コードとの**結び付け**を進めています。

基礎年金番号と住民票コードとの結び付けを促進するため、**平成28年9月から、厚生年金保険の加入時にも住民票コードの特定を行うことになりました。**住民票コードの確認ができなかった場合は、資格取得の処理を保留し、事業主宛に住民票上の住所等の照会をさせていただきます。ご理解・ご協力をお願いします。



本人確認の証明書等については、[日本年金機構ホームページ](#)でご確認ください。 年金 本人確認 検索

### 国民年金ひとことメモ ▶ 国民年金保険料の納付には口座振替を!

平成28年4月分から平成29年3月分までの国民年金保険料は、**月額16,260円**です。  
国民年金保険料は、日本年金機構から送付される納付書により、**金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。**また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用した納付のほか、**便利でお得な口座振替**もあります。  
口座振替をご利用いただくと、国民年金保険料が**自動的に引き落とされる**ので、金融機関等に出向く手間が省けるうえ、納め忘れもなくなり、とても便利です。  
また、口座振替には、当月分の国民年金保険料を当月末に振り替えて納付することにより、月々50円割引される**早割制度**や、現金での納付よりも割引額が多い**6か月前納・1年前納・2年前納**もあり、大変お得です。  
口座振替を希望される方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関等への届出印を持参のうえ、希望する金融機関等または年金事務所へ申し出てください。

- 口座振替による平成28年度分の6か月前納(28年4月～9月分)・1年前納・2年前納は、**締め切りました。**
- 口座振替による平成28年度分の6か月前納(28年10月～29年3月分)の締め日は、**平成28年8月31日(水)**です。
- 口座振替による平成29年度分の6か月前納(29年4月～9月分)・1年前納・2年前納の締め日は、**平成29年2月28日(火)**です。

東京社会保険協会 **フィオーレ健診クリニック** 保育室  
完備 からののお知らせ

# 脳検査 定期的なチェックが大切!

フィオーレ健診クリニックでは、MRI専門機関「メディカルスキャニング」との業務提携により、脳検査を実施しています。

脳MRI・脳血管MRA・頸部血管MRAを併用して行うことで、症状を伴わない小さな動脈瘤や梗塞、血管の異常などを発見できます。「磁力」を使った検査で、被ばくの心配もなく、安心して受診できます。

事前予約制となっています。フィオーレ健診クリニックにお問い合わせください。



## 突然死、後遺症…、脳卒中はこわい病気です

三大生活習慣病のひとつといわれる脳卒中（脳梗塞・脳出血・くも膜下出血など）は、症状が現れないまま進行し、突然死を招く恐ろしい病気です。一命をとりとめても、言語障害や麻痺などの重い後遺症が残ったり、介護が必要になる場合もあります。

## 大切なのは、定期的な検査による早期発見

脳卒中は、生活習慣や生活習慣病とかわりの深い病気です。脳卒中を発症する人はひと握りでも、その後ろには、いつ脳卒中にかかってもおかしくない人がたくさんいます。脳動脈の閉塞になる前の狭窄などの危険因子を早期に発見することで、外科手術ではなく、肉体的にも精神的にも、また経済的にも、負担の少ない内科的な治療を行うことができます。脳卒中を未然に防ぐためにも、規則正しい生活習慣を身につけるとともに、定期的に検査を受け、早期発見を心がけましょう。

### 特にリスクの高い方は…

- |                                     |  |   |
|-------------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> 高血圧である     | <input type="checkbox"/> たばこを吸う              | <input type="checkbox"/> 味付けの濃いものが好き        |
| <input type="checkbox"/> 高脂血症である    | <input type="checkbox"/> 運動不足である             | <input type="checkbox"/> 脂っこいものが好き          |
| <input type="checkbox"/> 糖尿病である     | <input type="checkbox"/> ストレスがたまっている         | <input type="checkbox"/> 味見をせずに調味料をかけることが多い |
| <input type="checkbox"/> 脈が乱れることがある | <input type="checkbox"/> 家族や親戚に、脳卒中にかかった人がいる | <input type="checkbox"/> 果物を食べるのが少ない        |
| <input type="checkbox"/> 太っている      | <input type="checkbox"/> ゆっくり休めない            | <input type="checkbox"/> 野菜をあまり食べない         |
| <input type="checkbox"/> お酒をたくさん飲む  | <input type="checkbox"/> 完璧主義である             |   |

※メディカルスキャニングのパンフレットより引用

## ● 検査項目 ●

脳と頸部血管の検査を併用して行うことで、より確かな診断ができます。

### 脳MRI（脳全体の詳細な断層画像）

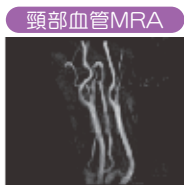
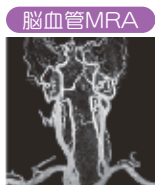
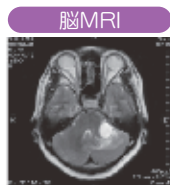
症状を伴わない小さな脳梗塞や脳腫瘍、脳出血などを発見できます。

### 脳血管MRA（脳の血管の立体画像）

脳動脈瘤、脳動脈の閉塞などを発見できます。

### 頸部血管MRA（頸部の血管の立体画像）

脳梗塞の大きな原因でもある頸動脈の動脈硬化の程度がわかります。



## ● 検査料金 ●

脳検査（脳MRI・脳血管MRA・頸部血管MRA） **34,560円**（税込）

結果は、報告書と検査画像の入ったCD-R（検査で撮影したすべての画像を収録）をお届けします。

## ● 検査実施場所 ●

- **新宿** 新宿区西新宿6-10-1 日土地西新宿ビル1階  
[http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS\\_map01.pdf](http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS_map01.pdf)
- **池袋** 豊島区西池袋1-6-1 ホテルメトロポリタンB1階  
[http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS\\_map02.pdf](http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS_map02.pdf)
- **渋谷** 渋谷区渋谷3-29-17 ホテルメッツ渋谷2階  
[http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS\\_map03.pdf](http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS_map03.pdf)
- **中野** 中野区中野5-68-2 中野中央ビル3階  
[http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS\\_map04.pdf](http://www.k-fiore.jp/checkup/option/pdf/MS_map04.pdf)

## メディカルスキャニング（新宿・中野）では、MRI レディース検査（子宮卵巣MRI）も実施しています

子宮卵巣MRI（骨盤内臓器の詳細な断層画像）は、子宮内膜症、子宮筋腫、卵巣腫瘍などの診断に有効です。婦人科検査（内診や細胞診）と併せての受診をおすすめします。

事前予約制となっています。フィオーレ健診クリニックにお問い合わせください。

**検査料金 32,400円**（税込）

**検査実施場所 新宿・中野**（脳検査の検査実施場所と同じです。）

上記のほかにも、各種オプション検査をご用意しています。詳細は、ホームページ <http://www.k-fiore.jp/checkup/option/> をご覧ください。

次号（9月号）は、女性向けオプション検査 についてご案内する予定です。

# フィオーレ健診クリニック

大江戸線副都心線「東新宿」駅 A2出口より徒歩1分

予約専用ダイヤル TEL 03-5287-6211

お問い合わせ TEL 03-5287-6217

健康診断およびオプション検査等の詳細は、ホームページ <http://www.k-fiore.jp/> をご覧ください。

電話受付時間 月曜日～金曜日 9:00～17:00  
土曜日健診実施日 9:00～12:00





東京社会保険協会 からのお知らせ

「労災保険・雇用保険の基礎知識事務講習会」開催のお知らせ  
「健康保険の給付に関する講習会」

事業所の社会保険事務担当の方を対象に、10月に開催予定の講習会の受講者を募集します。

労災保険・雇用保険の基礎知識事務講習会

開催日時等	定員・応募締切日・費用	対象者	概要
平成28年10月5日(水) 6日(木) 7日(金) 【時間】 いずれも 13時30分～16時 【講師】 社会保険労務士 嶋田 千栄子 氏 (パークレー社会保険労務士事務所) 【メール申し込みURL】 <a href="https://fofa.jp/tosyaky/a.p/188/">https://fofa.jp/tosyaky/a.p/188/</a>	【定員】 各回200名 【応募締切日】 9月5日(月) 必着 【費用】 ・会員事業所参加者 無料 ・非会員事業所参加者 受講当日3,000円(1名)	事業所の社会保険事務担当者	労災保険・雇用保険制度の基礎知識、手続きのポイント、給付の種類等について * 各回内容は同じです。

健康保険の給付に関する講習会

開催日時等	定員・応募締切日・費用	対象者	概要
平成28年10月26日(水) 27日(木) 【時間】 いずれも 14時～16時 【講師】 社会保険労務士 中島 典子 氏 (なかじま社会保険労務士事務所) 【メール申し込みURL】 <a href="https://fofa.jp/tosyaky/a.p/189/">https://fofa.jp/tosyaky/a.p/189/</a>	【定員】 各回200名 【応募締切日】 9月27日(火) 必着 【費用】 ・会員事業所参加者 無料 ・非会員事業所参加者 受講当日3,000円(1名)	事業所の社会保険事務担当者	出産・育児・療養費等をはじめとする健康保険の給付の種類とその手続きについて * 各回内容は同じです。

応募方法

受講を希望される方は、郵送 または メール の2通りの方法でお申し込みいただけます。応募者多数の場合は抽選とし、会員事業所の方を優先します。

① 郵送による申し込み

本ページの参加申込書を印刷して、必要事項を記入し、82円分の切手を貼った返信用封筒(宛先を明記)を同封してください。なお、会員事業所の方は会員番号を記入または平成28年度協会費払込受領証のコピーを貼付してください。応募結果等は、締切後3週間程度でお知らせします。

② メールによる申し込み

本会ホームページまたはメール申し込みURLにアクセスして、申し込みフォームに必要事項を入力し、お申し込みください。応募結果等は、締切後3週間程度で、お申し込みの際にご登録いただいたメールアドレスに返信します。お申し込みは、1つのメールアドレスにつき1名とします。

お申し込み・お問い合わせ先

〒160-8407 新宿区新宿7-26-9  
東京社会保険協会 講習会 労災・雇用 または 健康保険 係  
TEL 03-5292-3596

返信用封筒(申し込み人数分)をお忘れなく

「労災保険・雇用保険の基礎知識事務講習会」「健康保険の給付に関する講習会」参加申込書

参加を希望する講習会のいずれか一方に☑してください。

参加希望講習会	<input type="checkbox"/> 労災保険・雇用保険の基礎知識事務講習会 <input type="checkbox"/> 健康保険の給付に関する講習会	
ふりがな	年齢	性別
参加者氏名	歳代	男・女
事業所名		
会員・非会員	会員(会員番号 ) 非会員 不明 <small>平成28年度協会費払込受領証に記載の7ケタの番号を記入してください。</small>	
事業所所在地	〒	
連絡先電話番号	(事業所・個人) 参加希望日 10月 日( )	
健康保険の種類 (○で囲んでください。)	全国健康保険協会(協会けんぽ) 健康保険組合 其他	

協会費払込受領証 貼付欄

会員事業所の方は、左に会員番号を記入していただくか、金融機関等の受領印のある平成28年度協会費払込受領証のコピーを本欄に貼付してください。

\*参加希望講習会ごとに、1名ずつお申し込みください。両方にお申し込みの場合は、参加申込書が2枚必要となります。

\*上記情報は、申し込み受付事務および応募結果の発送ならびに本会事業案内以外に使用しません。

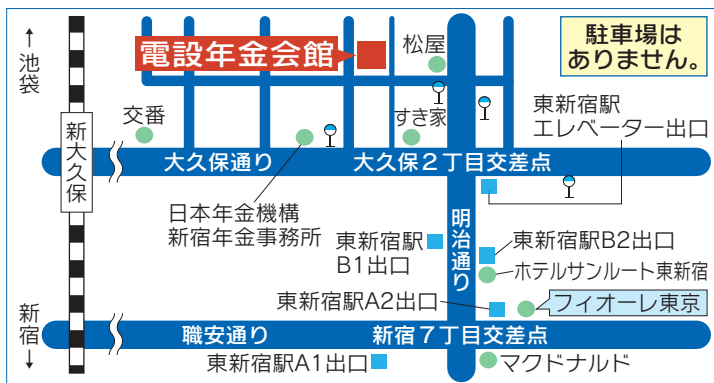
\*返信用封筒が同封されていない等、参加申込書に不備がある場合は、抽選の際に落選となることがあります。ご注意ください。

会場および地図

**電設年金会館** (東京都電設工業厚生年金基金会館)  
新宿区大久保2-8-3

【交通】

- JR山手線 新大久保駅より徒歩10分
- 都営大江戸線 東新宿駅A1・A2出口より徒歩10分
- 東京メトロ副都心線 東新宿駅B1・B2・エレベーター出口より徒歩5分



東新宿駅の出口は、すべて地下で通じています。

ぜひご加入ください! **東京社会保険協会 新規加入のご案内**

本会は、社会保険事務講習会・セミナー、契約宿泊施設の利用料補助、レジャー施設の利用料割引、各種健康診断などの健康増進事業を通じ、社会保険制度の周知と健康づくりのお手伝いをさせていただきます。これらの事業は、年1回お願いしている協会費を唯一の財源として実施しています。本会の事業にご理解を賜り、ぜひご加入くださいますよう、よろしくお願い致します。

特典案内は、<http://www.tosyakyo.or.jp/shibu/index.html> をご覧ください。  
入会のお申し込みも同時に可能です。



お問い合わせは、**会員事業グループ (TEL 03-5292-3596) まで**



“長いほう” “短いほう” どちら？

編集委員 亀井 一司



平成28年5月27日(金)午後5時58分、しーんと静まり返った広島平和記念公園に、その声は力強く語り始めました。

「71年前の快晴の朝、世界は変わりました」

現職のアメリカ大統領として初めて広島の地を踏んだ、

バラク・オバマ大統領の声明文の読み始めでした。

当初は、「数分間の所感」とされていたオバマ大統領の声明文は、約17分間に及びました。思ったより長く力の入った壮大なものであり、平和への思いが込められたスピーチに感銘を受けました。

スピーチといえば、“鉄の女”と呼ばれたイギリス初の女性首相マーガレット・サッチャー氏のスピーチは、素晴らしかったと聞いています。イギリスの政治家は、例外なくスピーチが上手く、下手では出世ができないとか…。かつて、有名な政治家の「30分の演説ならばその準備は5分、5分の演説ならば30分必要だ」という言葉を聞き、名演説家でも事前の準備は怠らないことに感心し、納得したものです。

昨今、私も年齢に応じて、会合に出席する機会が多くなっています。素晴らしい挨拶に感動することもある

ります。お世辞にも上手いと言えないが、機転を利かせて冗談を交えながら聞き手の心を捉えて話す人もいます。また、司会者が「時間の都合がありますので、ご挨拶は短めに」と促しても延々と話し続ける人や、「それでは乾杯いたします」の声にグラス片手に立ち上がるも話は尽きず、テーブルにグラスを置いて話す人も。いやはや、ビールの泡もどこへやら…。

スピーチは、上手いほうがいいのはもちろんですが、加えて言えば、“短いほうがよし”でしょう。

だいたい昔の話ですが、女性を対象にしたアンケート調査で、「長いほうがいい」ものの1位が「デパートの営業時間」、次いで「独身時間」、「花の命」。逆に「短いほうがいい」ものの1位は「プロ野球の試合時間」だったそうです。少数ですが、「鼻の下」という回答も(笑)。現代では男女を問わず、長い短いではなく、それぞれの年代にあった時間や空間を上手に使って、人生を謳歌している人が多いようです。

TPOという言葉がありますが、人生に決まりはなく、長かろうが短かろうが、“人生いろいろ”その場の雰囲気や考え方で行動していくべきであろうと私は思います。

最後に、亀の甲より年の功で、高速道路のサービスエリアのトイレが混んでいるときは、若い人の後ろに並ぶことをおすすめします。私を含む高齢者は、大半が“長いほう”ですから…。

記事提供/日本年金機構南関東地域第一部・全国健康保険協会(協会けんぽ)東京支部