



菅谷駅

職場内で回覧し皆さんでご覧ください

【(一財)福島県社会保険協会ホームページ】<http://www.f-shimakyoukai.or.jp/>

福島県社会保険協会

検索



電車のある風景

No.7 磐越東線

夏の葉たばこ畑と磐越東線(田村市・菅谷駅近辺)

阿武隈高地を越えて、浜通りの平と中通りの郡山を結ぶ鉄道、平郡東線が1914年から翌年にかけて開業。1917年に磐越東線と改称しました。車窓からのぞむ葉たばこ畑は、田村市の夏の風物詩。まっすぐ伸びた茎に、ひと際目を引く大きな葉っぱは、市民なら誰もが懐かしむ風景です。同線は昭和時代に最盛期を迎え、かつては急行も走っていましたが、現在は沿線地域の通勤、通学など生活需要を中心に担うローカル線として活躍しています。



CONTENTS

◆新旧会長あいさつ	2
◆厚生年金保険料等の納付猶予の特例のご案内	3
◆家族を扶養する手続きについて	4
◆高額医療費の申請について	5
◆「かかりつけ医」を持っていますか?	6
◆労働保険事務講習会のご案内	7
◆年金セミナー(郡山)について	8
◆支部だより(ボウリング・ゴルフ・ソフトボール等)	9
◆令和元年度の事業実施結果について	10~11
◆委員随想(中崎紘子)	12
◆「わたしと年金」エッセイ募集のお知らせ	12
◆年金事務所 Q&A(学生納付特例について)	13
◆協会けんぽ Q&A(高額医療費について)	13
◆季節の健康情報 第54回	14
◆ふくしまの魅力再発見! No.41	14
◆年金相談(8・9月の日程)	14

前会長退任あいさつ

前会長 星 春 男

盛夏の候 ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

このたび任期満了により6月24日をもちまして福島県社会保険協会の会長を退任いたしました。在任中は、公私にわたり格別のご厚情とお力添えを賜りまして、その職責を果たし得ましたことを心から感謝申し上げます。

新型コロナ感染拡大防止のため、すべての役員会等が中止となり、退任に際してのご挨拶を申し上げることができませんでしたので、略儀ながら書中をもって御礼申し上げます。

末筆ながら福島県社会保険協会会員事業所様の益々の繁栄と、事業主様をはじめ被保険者の皆様のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます。

会長就任あいさつ



一般財団法人 福島県社会保険協会

会 長 山 崎 誠 一 郎

令和2年6月24日付で福島県社会保険協会の会長に就任しました山崎誠一郎です。微力ではございますが、社会保険制度の健全な発展と皆様の健康増進のため誠心誠意努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

近年、社会保険を取り巻く状況は、超高齢化の進行と人口減少等により、急速に社会構造が大きく変化する中にあります。

また、福島県は、東日本大震災からの復興の途次にある中で、去年は大きな台風被害を受け、今年は「新型コロナ」感染拡大等による経済への打撃もあり、県民の取り巻く環境は、大変厳しい状況にあります。

こうした中で、社会保険制度は、私たちの日々の生活と老後の生活になくてはならない制度となっており、当協会は事業主の組織として、社会保険制度の普及をするための各事業を充実・推進していくことで、県内で働く方々とそのご家族、そして地域に貢献してまいりたいと考えております。

会員事業所の皆様のご理解とご協力を心からお願い申し上げまして、会長就任のあいさつといたします。



新型コロナウイルス感染症の影響を受けた事業主の皆さまへ

厚生年金保険料等の納付猶予特例のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響により、事業等に係る収入に相当の減少があったときは、申請により、厚生年金保険料等の納付を、**1年間猶予**することができます。

この納付猶予の特例が適用されると、**担保の提供は不要**となり、**延滞金もかかりません**。



1. 対象となる事業所

以下の①、②のいずれも満たす事業所が対象となります

- ① 新型コロナウイルスの影響により、令和2年2月以降の任意の期間（1か月以上）において、事業に係る収入が前年同期に比べて**概ね20%以上減少していること**
（収入の減少が20%に満たない場合は、管轄の年金事務所にご相談ください。）
- ② 厚生年金保険料等を一時に納付することが困難であること

2. 対象となる厚生年金保険料等

- **令和2年2月1日から令和3年1月31日**までに納期限が到来する厚生年金保険料等
- 上記の期間のうち、既に納期限が過ぎている厚生年金保険料等（他の猶予を受けているものを含む）についても、遡ってこの特例を利用できます。

3. 申請方法

- 「納付の猶予（特例）申請書」を管轄の年金事務所に提出してください。
 - 申請書は、日本年金機構ホームページからダウンロードできます。
 - 預金通帳や売上帳等をもとに申請書を作成してください。根拠となる書類を確認させていただく場合等がありますが、書類の準備が難しい場合は、職員が聞き取りによりお伺いしますので、まずは、申請書のみを提出していただいで差し支えありません。
 - 国税、地方税、労働保険料等の納付猶予の特例が許可された場合は、その際の申請書と許可通知書の写しも合わせて提出していただくことにより、申請書の一部記載が省略できます。
- 指定期限までの申請が必要です。
「指定期限」は毎月の納期限からおおよそ25日後です。月々の「指定期限」については、納期限までに保険料の納付がない場合に送付される「督促状」に記載されますので、ご注意ください。

4. 相談窓口のご案内

申請にあたっては、管轄の年金事務所へご相談ください。また、納付猶予特例に関する**一般的なご質問**については、下記の窓口でもお受付しております。

〈厚生年金保険料納付猶予相談窓口〉

☎0570-666-228（ナビダイヤル） ●受付時間 月～金（土日祝日は除く）8:30～17:15
050で始まる電話ではご利用いただけません。

家族を扶養にする手続きについて

扶養している家族がいる場合や結婚や出産など扶養する家族の追加があったときは、被保険者が事業主を経由して「被扶養者(異動)届」を提出してください。

Q1 扶養できる家族(被扶養者)の範囲を教えてください

①被保険者と同居している必要がない者

- 配偶者 ●子、孫および兄弟姉妹 ●父母、祖父母などの直系尊属

②被保険者と同居していることが必要な者

- 伯叔父母、甥姪とその配偶者、曾孫、兄弟姉妹の配偶者、配偶者の父母など①以外の3親等内の親族
- 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)

Q2 収入があっても扶養に入れますか

被扶養者の年間収入が130万円未満(60歳以上又は障害厚生年金を受けられる程度の障がい者の場合は、年間収入180万円未満)で、かつ
同居の場合 収入が扶養者(保険者)の**収入の半分未満**
別居の場合 収入が扶養者(保険者)からの**仕送り額未満**
 に該当した場合は、扶養に入れることができます。



例① 被保険者と同居の場合 (扶養家族60歳未満)

130万円

被扶養者の年収(80万円) 
 被保険者の年収(200万円) 

- 被扶養者年収 130万円未満
- 被保険者年収の**1/2未満** → **認定○**

被扶養者の年収(100万円) 
 被保険者の年収(160万円) 

- 被扶養者年収 130万円未満
- 被保険者年収の**1/2以上** → **認定×**

●被扶養者の年間収入が被保険者の半分以上であっても130万円未満である場合は、被保険者の収入によって生計維持していると認められれば、被扶養者になることができます。

例② 被保険者と別居の場合 (扶養家族60歳未満)

130万円

被扶養者の年収(80万円) 
 被保険者からの仕送り(90万円) 

- 被扶養者年収 130万円未満
- 仕送り被扶養者の年収**以上** → **認定○**

被扶養者の年収(100万円) 
 被保険者からの仕送り(90万円) 

- 被扶養者年収 130万円未満
- 仕送り被扶養者の年収**未満** → **認定×**

Q3 外国に住んでいる配偶者や子供を扶養に入れますか

健康保険法の一部改正(令和2年4月1日施行)に伴い、健康保険の被保険者に扶養されている方の要件として、**新たに「国内居住」の要件が追加されました。**

なお、日本国内に住所を有しない海外在住の方でも外国に一時的に留学する学生や外国に赴任する被保険者に同行する家族等は、特例的に被扶養者として認定されます。

※ご不明な点については、管轄の年金事務所までお問い合わせください。

高額療養費の申請について

5年ぶりに営業から総務に異動した福島さん。今日もお仕事頑張っています。

福島さん
相談が
あるんだ
けども

俺、5月に
入院した
べした

はい

入院の前に外来で
検査して3万円も
かかってよー

①

これってなにか
申請すれば
戻るのかい？

「高額療養費」という
制度があります。
同じ月に入院と外来
がある場合は、..

②

同じ月に入院と外来の支払いがある場合

高額療養費は医療機関ごとに計算します。同じ医療機関であっても、

①「医科入院」②「医科外来」③「歯科入院」④「歯科外来」にわけて計算します。

【合算対象のポイント】

70歳未満の方の場合は、受診者別に上記の基準により、それぞれ算出された1か月の自己負担額が
21,000円以上のものを合算することができます。(※70歳以上の方は自己負担額を全て合算できます。)



一つの医療機関で入院と外来で受診し、それぞれが21,000円を超える場合は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。

さすが
福島さん！
忙しいのに
悪いねえ

いやあ、
いつでも
言って
ください。

③

ところで、外来で
処方箋が出て、
薬局で薬を受け取った
ときはどうなるんだい？

それは
ですね、..

④

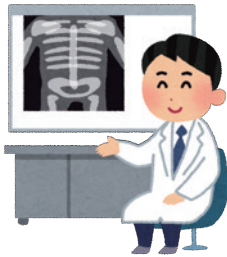
13ページのQ&Aに続く!! ➡

お問合せ先 協会けんぽ福島支部 業務グループ TEL.024-523-3915または024-523-3917

「かかりつけ医」を持っていますか？

「かかりつけ医」は何でも相談できる身近なお医者さん

「かかりつけ医」とは、日常的な病気の診療や、健康相談などができる身近なお医者さんのことです。風邪などのちょっとした体の不調があるとき、いつもかかっている医療機関はありますか？「まずはこのお医者さんに診てもらおう」と決めているなら、あなたにとっての「かかりつけ医」といえるでしょう。「かかりつけ医機能」を持つ医療機関にかかることは、下記のような様々なメリットがあります。



ここがおトク！ かかりつけ医

- ひとりひとりに応じた丁寧な診療だからおトク！
- 適切な専門医を紹介してもらえるからおトク！
- 特別料金がかからないからおトク！



かかりつけ医から大病院を紹介してもらうと医療費もお得！

大病院は、軽症の患者が多数受診することで「待ち時間が長く、診療時間が短い」「重症の患者への対応が手薄になる」などのデメリットが生じています。

「かかりつけ医機能」を持つ医療機関であれば、大病院に比べて待ち時間が比較的短く済みます。詳しい検査や高度な医療が必要と診断された場合には、**適切な大病院や専門医を紹介してもらうことができる**ので安心です。

また、紹介状なしで大学病院などの大病院を受診すると、初診料に加えて5,000円以上の特別料金がかかります。かかりつけ医の紹介状があれば**特別料金はかからない**ため、医療費の節約になりおトクです。

かかりつけ医の
「紹介状」がない場合



初診料
860円
(3割負担)



特別料金
5,000円
以上

かかりつけ医の
「紹介状」がある場合



初診料
860円
(3割負担)



かかりつけ医を見つけるポイント

- | | |
|---|--|
| ☒ 自宅や職場の近くなどの通いやすい医療機関である | ☒ 話やすく、何でも相談しやすい |
| ☒ 専門的な内容をわかりやすく説明してくれる | ☒ 健診結果や体質等を踏まえたアドバイスをしてくれる |
| ☒ 必要な時は大病院や専門医を紹介してくれる | ☒ 夜間や休日の急病時にも何らかの対応してくれる |

「かかりつけ医機能」を持つ医療機関は、かかりつけ医機能を持つことを院内に掲示しています。また、かかりつけ医機能を掲示していなくても、かかりつけ医の役割を担っている医師はたくさんいます。

以上のポイントを参考に信頼できる「かかりつけ医」を見つけましょう！

参加無料

会員事業所様
限定

皆さまのご要望にお応えして

今年も労働保険事務講習会を開催します。

「労働事務講習会」を昨年に引き続き下記内容で開催します。

講演(1)では、働き方関連法が、昨年4月から順次施行されていますので、今年と来年施行される内容を中心に説明予定です。

講演(2)では、1年間のうち主に発生するケースにおける事務手続きについて、請求書等の記載方法を含め具体的に説明します。

今年は、新型コロナウイルスの関係で定員が240名と限定されますので、早めにお申込みください。

また、新型コロナウイルス感染拡大により中止になる場合がありますが、そのときは、当協会からご連絡いたします。

- 開催日時 令和2年9月17日(木) 13:30~16:30
- 会 場 ビックパレットふくしま コンベンションホール
住所：郡山市南2丁目52
- 定 員 240名



■ 主な講演内容

(1) 働き方改革関連法について

- ① 講 師：働き方改革推進支援センター
- ② 講演内容：令和2年4月から令和3年4月に施行される次の内容を中心に説明していただきます。
 - ㊦ 時間労働の上限規制(中小企業) ㊦ 同一労働同一賃金による待遇改善(大企業、中小企業)
 - ㊦ 選択制となる派遣労働者の「同一労働同一賃金」

(2) 労働保険の主な事務手続きについて

- ① 講 師：ハローワーク郡山
- ② 講演内容：1年間のうち主に発生するケースの手続きについて説明していただきます。
主に発生するケース
ケース① 従業員を雇用したとき ケース② 育児休業を開始したとき ケース③ 介護休業を開始したとき
ケース④ 高齢雇用継続基本給付金の受給資格確認と支給申請 ケース⑤ 被保険者が離職・死亡したとき

■ 申込方法と定員に達したとき

(1) 申込方法 下記の出席申込書に必要事項を記入し、郵送またはFAXでお申し込みください。

(2) 定員に達したとき 前日まで申込書を受付しますが、定員になり次第締め切り致します。
なお、定員に達した後の申込者へは、社会保険協会より電話等でご連絡します。

■ 主催者(申し込み・問い合わせ先)

- 一般財団法人 福島県社会保険協会
(住所)〒960-8041 福島市大町5-2-4F TEL.024-525-9311/FAX.024-525-9312

「労働保険事務講習会」出席申込書 FAX .024-525-9312

会 場	郡山市 ビックパレットふくしま				
事 業 所 名					
所 在 地	〒 - 福島県				
事業所電話	- -		事業所FAX	- -	
出席者氏名	①	②		事業所整理記号	

※もれなく丁寧に記入のうえ、切り離さずにA4サイズのままFAXしてください。

令和2年度

年金セミナーを開催します

参加
無料

「もうすぐ年金を受けられる方」を対象としたセミナーです。

概ね58歳以上の方を対象として、老齢年金の具体的な請求手続き等を説明する「年金セミナー」を開催いたします。そろそろ年金のことを心配をされている皆さん、この機会に年金のことや手続きの説明を聞いてご自分の将来のことを考えてみませんか。

事業主の皆さんには、将来の生活を支える大切な年金の話ですので、該当する従業員の方々がおりましたら、出席されますようお願いをいただくと特段のご配慮をお願い申し上げます。

開催日	会 場		定 員	時 間
9月 1日 (火)	田村市	船引公民館	40名	14時00分～ 16時30分頃 まで
9月11日 (金)	郡山市	郡山市労働福祉会館	50名	
9月15日 (火)	須賀川市	須賀川市産業会館	40名	
9月18日 (金)	石川町	石川町商工会	30名	

※新型コロナウイルス感染症防止の対策を講じて実施する予定ですが、感染拡大の状況により中止になる場合があります。

■ セミナー内容

- ① 健康講座……「健康寿命を延ばすための運動(室内での実技を含めた講演)」
- ② 年金講座……年金事務所職員による老齢年金の具体的な請求手続き等の説明

■ 受講対象者

- 概ね58歳以上の方、事業所の事務担当者、社会保険委員会会員

■ 申込方法と定員に達したときの対応

- 申込方法: 下記の「年金セミナー出席申込書」に必要事項を記入し郵送またはFAXでお申込みください。
- 申込期限: 各会場とも、開催日の5日前まで申込書を受付しますが、定員になり次第に締め切ります。
- そ の 他: 定員に達した後の申込者へは、社会保険協会より電話等でご連絡します。

■ 申込み・問合わせ先

- 一般財団法人 福島県社会保険協会
(住所)〒960-8041 福島市大町5-2-4F TEL.024-525-9311 / FAX.024-525-9312

■ 主 催

- 一般財団法人福島県社会保険協会郡山支部・郡山社会保険委員会



「年金セミナー」出席申込書 FAX.024-525-9312

会 場	田村市 (9/1) 郡山市 (9/11) 須賀川市 (9/15) 石川町 (9/18) ※希望会場を○で囲んでください			
事 業 所 名			事業所整理記号	
所 在 地	〒	-	福島県	
事業所電話	-	-	事業所FAX	-
出席者氏名				

※もれなく丁寧に記入のうえ、切り離さずにA4サイズのままでFAXしてください。

皆様の参加をお待ちしています

社会保険協会 支部だより

郡山支部

健康づくりボウリング大会



日程	令和2年8月25日(火) ボウルアピア郡山店
場所	令和2年8月27日(木) タイトーアミューズメントシティ郡山 ※午後6時45分開始(受付は午後6時30分まで)
参加資格	郡山年金事務所管内協会会員事業所の被保険者
参加費	1人1,000円(ゲーム代・シューズ代含む) ※当日、代表者の方は取りまとめて納入お願いいたします
申込締切	令和2年8月18日(火)
定員	両会場とも先着48名(1事業所8名まで)

白河支部

健康づくりボウリング大会



日程	令和2年9月10日(木) ※午後6時30分スタート
場所	棚倉アローボウル(棚倉町)
参加資格	白河年金事務所管内協会会員事業所の被保険者
参加費	1人1,000円(ゲーム代・シューズ代を含む) ※当日、代表の方はとりまとめの上、ご納入をお願いいたします。
申込締切	令和2年8月31日(月)
定員	先着48名(1事業所8名まで)



相馬支部

第39回 親善ソフトボール大会



日程	令和2年9月26日(土) 午前8時15分～開会式
場所	相馬光陽ソフトボール場
参加資格	相馬年金事務所管内協会会員事業所の被保険者で 事業所ごとに編成したチーム
参加費	1チーム5,000円
申込締切	令和2年9月1日(火)
定員	先着6チームまで
その他	下記申込書の参加者欄は記入不要です。 実施要項はホームページをご覧ください。

相馬支部

第24回 親善パークゴルフ大会



日程	令和2年9月26日(土) 午前8時15分～開会式
場所	相馬光陽パークゴルフ場
参加資格	相馬年金事務所管内協会会員事業所の被保険者及び家族
参加費	1人500円(プレー代を含む) ※当日受付時に納入してください
申込締切	令和2年9月1日(火)
定員	先着40名(1事業所4名まで それ以上は要相談)
その他	お申し込みはホームページより申込用紙をダウンロードの上、 ご記入ください。

※ 新型コロナウイルス感染症防止の対策を講じて実施する予定ですが、感染拡大の状況により中止になる場合があります。

支部事業の共通参加申込書

FAX:024-525-9312

※参加希望されるものを選んでください。

☐ 郡山支部ボウリング (25日)

☐ 白河支部ボウリング大会

☐ 相馬支部ソフトボール大会

☐ 郡山支部ボウリング (27日)

☐ 相馬支部パークゴルフ大会

事業所名称		事業所整理記号			
事業所所在地					
電話番号		FAX番号			
代表者氏名		代表者携帯番号			
参加者	保険証番号 (代表者)	氏名	性別	加入の区分	年齢
			男・女	被保険者・家族	歳
			男・女	被保険者・家族	歳
			男・女	被保険者・家族	歳
			男・女	被保険者・家族	歳
			男・女	被保険者・家族	歳

※申込書はもれなくご記入ください。特にFAX番号、代表者の携帯番号も必ずご記入ください。

※参加者欄は参加人数の制限にご注意ください。またボウリング大会は各支部とも8名までですので、7名以上参加される時はコピーをしてご記入ください。

参加申込み・お問い合わせ先／(一財)福島県社会保険協会 TEL.024-525-9311 FAX.024-525-9312

〒960-8041 福島市大町5-2 千代田生命福島ビル4F

令和元年度の事業実施結果について

第153回理事会及び第143回定時評議員会は、5月に開催予定でしたが新型コロナウイルス感染拡大防止と安全のため、当協会「定款」及び「一般社団法人及び一般財団法人に関する法律」の規定に基づいて、決議省略（みなし決裁）により行い、令和元年度の事業実施結果並びに収支決算をご承認いただきました。

また、任期満了に伴う役員改選があり、山崎会長（新任／佐藤工業㈱）をはじめとする新役員体制（別表参照）をご選任いただきました。

事業実施結果については、事務講習会等の開催、「社会保険実務の手引き」配付、「社会保険ふくしま」の発行、無料入浴券の配付、施設優待事業、健康づくり事業、ハイキングやボウリング大会等の支部事業等、一部の事業で台風19号や新型コロナウイルスの影響があったものの、ほぼ計画どおり実施し、大変多くの皆さんにご参加とご利用をいただきました。

また、決算につきましては概ね予算どおり執行することができました。

皆様に御礼申し上げますとともに、引き続き社会保険制度の広報と皆様の福利増進のため全力を尽くしてまいりますので、今後ともご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和元年度事業実施結果報告

■ 会 議

- 本部「理事会」
…第150回～第152回の3回開催（3月の第152回は書面表決）
- 本部「評議員会」
…第141回～第142回の2回開催（3月の第142回は書面表決）
- 支部「理事会・評議員会」……………各支部とも2回開催
- 「社会保険ふくしま」編集会議……………6月に開催
- 四者協議（年金事務所・協会けんぽ・委員会・当協会）
……………4回開催
- 支部事務局長会議……………6月に開催
- 本部・支部個別協議（ヒアリング）……………各支部と1月に開催

■ 講習会事業

- 算定基礎届等事務講習会の開催
・6月開催／6会場・7回開催／出席者1,422名
- 社会保険事務講習会の開催
・10～11月開催／11会場・12回開催／出席者1,128名
- 労働保険事務講習会の開催
・9月に試みとして初めて開催／県内1ヶ所（郡山市）開催／出席者296名
- 年金セミナーの開催
・9月開催／郡山支部主催／4会場・4回開催／出席者105名
- 年金受給説明会の開催
・11～12月開催／年金受給者協会主催／
6会場・6回開催／出席者199名



■ 広報事業

- 「社会保険ふくしま」を計画どおり隔月（奇数月）に6号発行
・10頁で2号、12頁で3号、14頁で1号発行（紙面充実）
・会員事業所へ郵送
・年金事務所及び協会けんぽの窓口に配置
・イメージキャラクター「ふくしゃん」を決定（表紙・紙面で活躍）
- ホームページ（<http://www.f-shimakyoukai.or.jp>）により広報
- 「社会保険協会事業のご案内」を作成し4月に郵送
- 事業状況等を「社会保険ふくしま」の5月号と7月号に掲載し報告

■ 社会保険制度の普及事業

- 「社会保険実務の手引き」（2019年度版/A4/105頁）を作成し5月に郵送
- 「月刊社会保険」誌を社会保険委員設置事業所に毎月郵送
- 年金委員・健康保険委員・事業主表彰伝達式の開催（四者共催）
・11月15日に開催し優良事業主11名に協会長感謝状及び記念品を贈呈
（表彰事業主等を「社会保険ふくしま」11月号に掲載）

■ 福利厚生事業

- 無料入浴券の配付
・「無料入浴券」を3,454事業所へ13,949枚配付
・契約入浴施設15ヶ所（入浴券1枚当たり492円支出）
- 施設優待事業
・全国の都道府県社会保険協会とともに共同事業として実施
・「施設利用会員証」を316事業所へ1,948枚交付

■ 健康づくり事業

- 実技指導講師の無料派遣……………22回／802名利用
・健康リフレッシュ体操・ストレッチ体操・ストレッチヨガ・ルーシーダットン・ヨガ等
- 保健師の無料派遣……………5回／115名利用
・保健師による健康講話・講演・個別健康相談等
- 体力測定器具の無料貸出し……………17回／472名利用
・握力計・背筋力計・肺活量計・ストップウォッチ・上腕式血圧計等
- DVD等の健康教材無料貸出し……………10回／274名利用
・28タイトルのDVD教材

■ 支部で実施した事業

- 健康づくりハイキング
……………6支部／8～10月／6回開催／302名参加
・観音沼森林公園（下郷町）・ブナの森（只見町）・小江戸川越・護摩堂山（新潟県）等
- 健康づくりボウリング大会
……………6支部／7～2月／10回開催／335名参加
- 健康づくりゴルフ大会
……………2支部／7～11月／3回開催／53名参加
- 健康づくりソフトボール大会
……………1支部／9月／1回開催／6チーム参加
- 健康づくりパークゴルフ大会
……………1支部／6～9月／2回開催／30名参加

■ 関係団体との協力・連携

- 外部委員活動（推薦）
・東北地方社会保険医療協議会臨時委員（事業主代表／厚生労働大臣委嘱）
・福島県「健康長寿ふくしま会議」に参加、推進部会委員（福島県知事委嘱）
・福島県地域年金事業運営調整会議委員（日本年金機構委嘱）
- 事業目的を達成するため各関係団体との協力・連携
・日本年金機構、全国健康保険協会、社会保険委員会、年金受給者協会、商工会議所及び商工会、経営者協会等、関係団体と協力・連携し事業の推進に努めた。



役 員

■本部役員

●任期満了に伴う理事・監事・評議員の役員改選があり
下記のとおり選任いたしました。(令和2年6月改選)

区分	役職名	氏 名 事業所名
新	会 長 (代表理事)	山 崎 誠 一 郎 佐藤工業(株)
新	副会長 (郡山支部長)	太 田 善 雄 (一財)太田綜合病院
再	副会長 (平支部長)	半 沢 幸 一 (公財)ときわ会
再	副会長 (会津若松支部長)	竹 田 秀 (一財)竹田健康財団
再	理 事 (相馬支部長)	立 谷 一 郎 (株)サンエイ海苔
再	理 事 (白河支部長)	藤 田 祐 太 郎 高田産商(株)
再	理 事	服 部 司 (株)福島製作所
新	専務理事 (業務執行理事)	星 善 作 (一財)福島県社会保険協会
再	監 事	坪 谷 常 吉 福島運送(株)
再	//	橋 本 明 良 福島県信用保証協会
新	評議員	星 春 男 (株)福島県中央計算センター
再	//	嶋 原 達 夫 東邦ゴム工業(株)
再	//	石 堂 修 福島製鋼(株)
新	//	吉 田 陽 子 (株)ヨシダコーポレーション
新	//	益 子 邦 雄 林精器製造(株)
新	//	清 水 威 幸 (株)清水商店
再	//	芳 賀 潔 トーホク装美(株)
再	//	佐 久 間 博 巳 常磐興産(株)
再	//	高 久 田 達 雄 (株)日星製作所
再	//	渡 邊 泰 夫 會津通運(株)
再	//	佐 原 元 (医)佐原病院
再	//	宮 森 優 治 榮川酒造(株)
新	//	稻 荷 田 和 敏 丸三製紙(株)
再	//	松 下 正 浩 松下建設(株)
再	//	牧 野 富 雄 白河信用金庫
再	//	藤 田 光 夫 藤田建設工業(株)

■支部役員

●県内の年金事務所ごとに6支部があり、各支部役員
名簿はホームページ(<http://www.f-shimakyoukai.or.jp/>)に掲載しております。

収 支 決 算

■令和元年度一般会計貸借対照表

(単位:円)

科 目	当 年 度	前 年 度	増 減
I 資産の部			
1 流動資産	15,320,265	17,393,350	△ 2,073,085
2 固定資産	58,015,502	57,250,502	765,000
3 繰延資産	0	0	0
資産合計	73,335,767	74,643,852	△ 1,308,085
II 負債の部			
1 流動負債	982,965	3,033,595	△ 2,050,630
2 固定負債	7,913,901	7,148,901	765,000
負債合計	8,896,866	10,182,496	△ 1,285,630
III 正味財産の部			
1 一般正味財産	64,438,901	64,461,356	△ 22,455
(うち基本財産への充当額)	(50,000,000)	(50,000,000)	(0)
(うち特定資産への充当額)	(0)	(0)	(0)
正味財産合計	64,438,901	64,461,356	△ 22,455
負債及び正味財産合計	73,335,767	74,643,852	△ 1,308,085

■令和元年度一般会計正味財産増減計算書

(単位:円)

科 目	当 年 度	前 年 度	増 減
I 正味財産増減の部			
1 経常増減の部			
(1) 経常収益	61,560,405	62,055,654	△ 495,249
(うち会費収入)	(60,050,400)	(60,237,200)	(△186,800)
(2) 経常費用			
① 事業費	40,046,793	40,622,601	△ 575,808
② 管理費	21,536,067	21,398,956	137,111
経常費用計	61,582,860	62,021,557	△ 438,697
当期経常増減額	△ 22,455	34,097	△ 56,552
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	△ 22,455	34,097	△ 56,552
一般正味財産期首残高	64,461,356	64,427,259	34,097
一般正味財産期末残高	64,438,901	64,461,356	△ 22,455
II 指定正味財産増減の部			
当期指定正味財産増減額	0	0	0
指定正味財産期首残高	0	0	0
指定正味財産期末残高	0	0	0
III 正味財産期末残高	64,438,901	64,461,356	△ 22,455

ENJOY AT HOME

株式会社 日星製作所
中崎 紘子



外出自粛を機に生まれた、私の自宅での楽しみ方を一部ご紹介いたします。

①オンライン講座

…わざわざ東京などに行かなくても自宅で質の高い講義を低価格で受講できるのが良いですね。コロナを機に、以前はオフラインでしか開催していなかった勉強会がオンラインで受講できるようになるなど、選択肢も広がっています。ヨガやフィットネスなど体を動かすエクササイズ系のイベントに参加できるのも楽しいです。

②お取り寄せ

…コロナの影響を受けている生産者や卸売業者から直接お取り寄せ。レストランやホテルに卸すはずだった高級食材をお値打ち価格で購入することもでき、また、食品ロス



対策にも貢献できます。料理が苦手でもお家グルメを楽しめて嬉しいです。

③Google Arts & Culture

…世界中の美術館のコレクションを、解説を読みながら時間を気にせずじっくり鑑賞できるので気に入っています。



コロナでデジタル化が一気に進み、これから生活スタイル、楽しみ方がますます多様化しそうで楽しみです。とはいえ、早く自由に動ける日が待ち遠しいです！

日本年金機構からのお知らせ

令和2年度「わたしと年金」エッセイ募集のお知らせ

日本年金機構は、厚生労働省と協力して11月を「ねんきん月間」と位置づけ、様々な取り組みを行っています。

この取り組みの一環として、広く皆さまから公的年金をテーマにしたエッセイを募集します。公的年金の大切さや意義を、皆さまと一緒に考えていきたいと思いますので、ふるってご応募ください。

応募締切

令和2年 9月11日(金) 消印有効

応募作品

- 公的年金制度をテーマにしたエッセイ。
- 公的年金の大切さ、応募者ご自身や身近な方と公的年金とのかかわり、公的年金についてのあなたの考えなど、なんでも結構です。
- 日本語で1,000～2,000文字以内。
- 氏名、ふりがな、年齢、性別、住所、電話番号、職業または所属(会社名、学校名等)を明記してください。
- 内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。
- 応募作品は返却しません。

応募資格

中学生以上の方

提出先
お問い合わせ先

日本年金機構 相談・サービス推進部 サービス推進グループ「わたしと年金」担当
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24
☎03-5344-1100(代表)

◎詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。 [令和2年度わたしと年金](#) [検索](#)

後援

厚生労働省、文部科学省、全国高等学校長協会、全国都道府県教育委員会連合会



学生納付特例について



Q 国民年金保険料の学生納付特例制度とはどのような制度ですか？

A 学生納付特例制度とは、在学中の国民年金保険料の納付が猶予される制度です。在学中で所得がない(または一定以下)の方が、保険料の未納期間を理由に、将来、老齢基礎年金や障害基礎年金を受け取れなくなることを防ぐため、本人が申請すれば国民年金保険料の納付が猶予されます。

ただし、学生納付特例の期間は年金を受け取るために必要な期間として計算されますが、老齢基礎年金額には反映されません。将来受け取る年金を増やすため、10年以内であれば、猶予を受けた期間の保険料をさかのぼって納める「追納」ができます。

国民年金保険料を納められないときは、未納のまま放置せず学生納付特例を申請してください。

【対象となる方】 大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、特別支援学校、専修学校及び各種学校※に在籍する学生等で、ご本人の前年所得が基準以下の方です。

※学校教育法で規定されている修業年限が1年以上の課程のある学校

〈前年所得のめやす〉

118万円 + 扶養親族等の数×38万円 + 社会保険料控除等 で計算した額以下

◎新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務が失われた等により収入が減少し、所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、申請が可能になりました。詳細は、管轄の年金事務所にお問い合わせください。

ご不明な点については、日本年金機構ホームページにてご確認ください。

日本年金機構

検索

高額療養費について



Q かかりつけの調剤薬局にて、A病院とB病院で処方箋が出たときのお薬を受け取りました。A病院、B病院、調剤薬局の支払いを合わせると6月分は80,000円でした。このような場合、高額療養費の申請ができますか？
限度額適用認定証の区分は「エ」(自己負担限度額57,600円)です。

A 高額療養費は医療機関ごとに計算します。(例:A病院の支払分+B病院の支払分)
なお、医療機関から交付された処方箋により調剤薬局で調剤を受けた場合は、薬局でお支払いした自己負担限度額を処方箋の交付元の医療機関に含めて計算します。

例

A病院(外来分):57,600円 + A病院処方調剤分10,000円 = 67,600円

B病院(外来分):10,000円 + B病院処方調剤分 2,400円 = 12,400円

⇒B病院分(調剤分含む)が21,000円を超えていないため、合算はできません。

A病院分のお支払額は、自己負担限度額を超えているため、高額療養費の支給対象となります。

※詳細については、保険証の発行元にご確認ください。

(保険証の発行元が全国健康保険協会 福島支部の場合)

お問い合わせ先 協会けんぽ福島支部 業務グループ TEL.024-523-3915 または 024-523-3917



「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である

①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。

このような「新しい生活様式」における熱中症予防のポイントは以下の通りです。

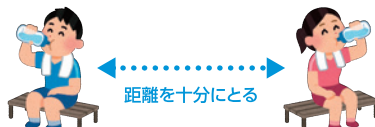
1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



2 適宜マスクをはずしましょう

- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保



保できる場合には、マスクをはずす

- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

3 こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



4 日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養



5 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

※出典：厚生労働省ホームページ

協会けんぽ福島支部

ふくしま大好き!

ふくしま魅力再発見!

No.41

- JR山手線高輪ゲートウェイ駅には、古殿町産の杉が使われている。



- 湯川村には、村のお米を村民みんなで食べよう!という「朝ごはん条例」がある。

方言クイズ

「かせる」の意味は?

- A ものを貸す B 食べさせる
C (服を)着せる



福島検定クイズ1

二本松市の東和小学校の体育館にあるものは?

- A パイプオルガン B あばれ山車
C 幡まつりの幡の緞帳(どんちょう)



福島検定クイズ2

新地町には●●●●が大好きな地蔵さんがいる。それは何?

- A 釣師カレイ B いちよう C あんこ



答え

(1) 杉 (2) 朝ごはん (3) パイプオルガン (4) あばれ山車 (5) 幡まつりの幡の緞帳 (6) 釣師カレイ (7) いちよう (8) あんこ

年金事務所で年金の予約相談を実施しています
お申込みは「予約受付専用電話」へ!



0570-05-4890

受付時間

月～金曜日(平日) 午前8:30～午後5:15
※土日祝日、12月29日～1月3日は、ご利用いただけません。

8・9月のねんきん出張相談

事務所名	出張相談会場	開設日		予約受付先
		8月	9月	
会津若松	喜多方市役所 ホール棟1階 市民ロビー	13日(木)	10日(木)	0242-27-5321
	南会津町本庁舎 1階多目的ホール	27日(木)	24日(木)	
相馬	南相馬市役所	12日(水)	9日(水)	0244-36-5172
		26日(水)	23日(水)	

※各会場は、電話による時間予約制で実施しています。
※ご予約は「予約受付先」(年金事務所)へご連絡ください。
※日程が変更することもありますので、事前の連絡を必ずお願いします。

【共通の注意事項】

1. どちらも予約相談日の1ヶ月前から前日まで受付しています。
2. どちらもお申込みの際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備のうえ電話をおかけください。
3. 相談においての際は、年金証書、振込通知書、年金手帳や被保険者証といった、本人であることを確認できるものを2つ以上、ご持参ください。
4. 本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状とお越しになる方の身分証明書(運転免許証等)および本人の印鑑が必要となります。