



千葉県社会保険協会

月刊 社保ちば



目次

● 日本年金機構からのお知らせ ●

- 月額変更届出(随時改定)について2,3
- 算定基礎届事務説明会の開催のお知らせ3

● 協会けんぽ千葉支部からのお知らせ ●

- 5月6月 巡回健診のご案内4
- 薬の服用量を守っていますか?5
- 年金事務所出張窓口について5

● 千葉県社会保険協会からのお知らせ ●

- 社会保険相談のご案内6
- 社会保険相談申込書7
- 健康づくり DVD 無料貸出しのお知らせ8
- 冊子追加配付のご案内9
- 第13回事業所別ボウリング大会開催のご案内9
- 用紙配布所について9

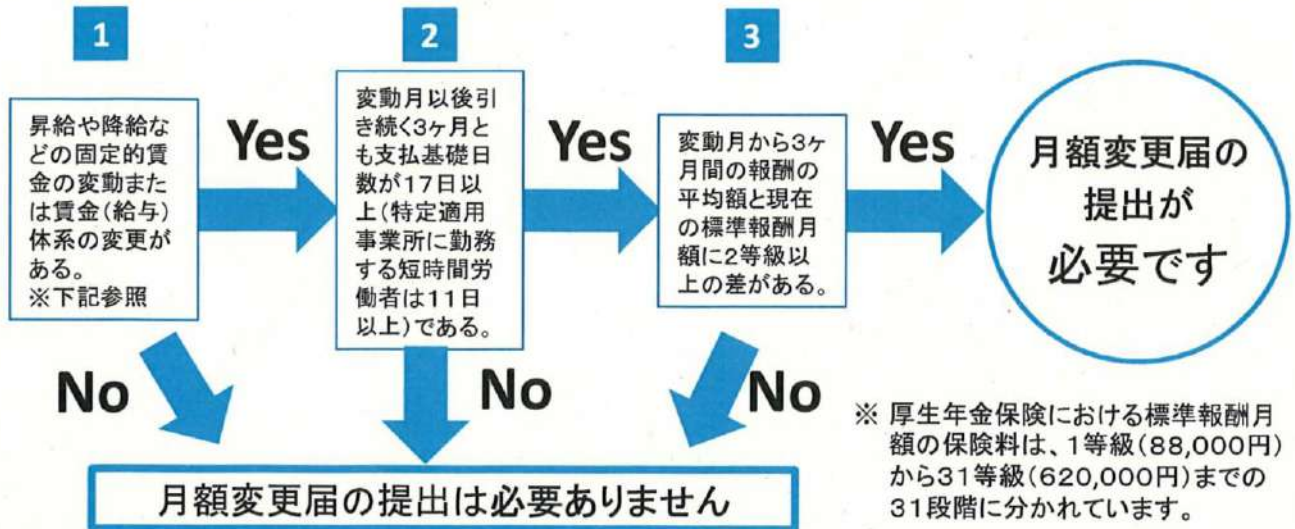
千葉県社会保険協会のホームページ ➔ <https://shaho-chiba.jp>

リニューアル準備中(4月配信予定でした)
※ 配信日は改めてお知らせします

月額変更届(随時改定)について

毎年1回の「算定基礎届」による定時決定で決定された各自の標準報酬月額は、原則として1年間(9月から翌年8月まで)使用されますが、昇給や降給などにより、報酬の額に大幅な変動があったときは、実際に受ける報酬と標準報酬月額との間に隔たりがないよう、次回の定時決定を待たずに標準報酬月額の変更を行います。これを随時改定といい、その届出を月額変更届といいます。

月額変更届は、次の3つすべてに該当したときに必要です



月額変更届の提出先

協会けんぽに加入している事業所 ⇒ 事務センターへ

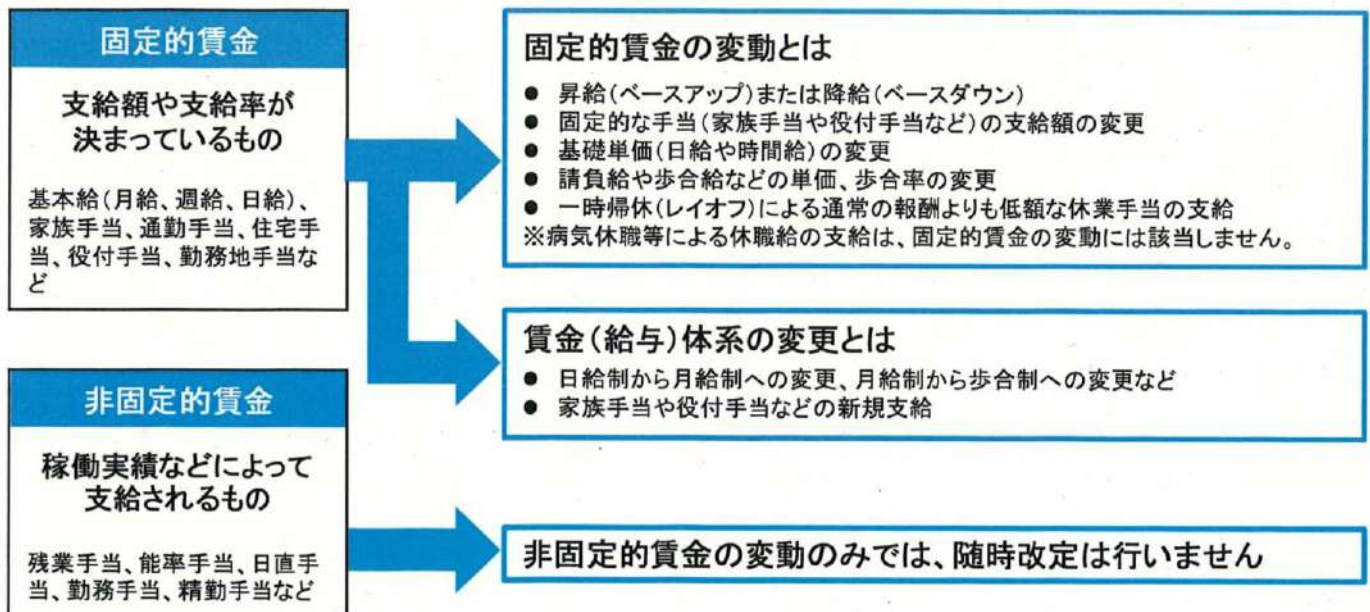
健康保険組合に加入している事業所 ⇒ 事務センターおよび健康保険組合

書類の送付先
〒135-8071 東京都江東区有明 3-6-11 TFTビル東館
日本年金機構 東京広域事務センター あて

※郵送の際は、郵便番号と事務センター名のご記入のみで届きます。

固定的賃金の変動・賃金(給与)体系の変更について

随時改定は、固定的賃金の変動した場合に行われます。固定的賃金とは、稼働実績などに関係なく支給額や支給率が決まっているもので、非固定的賃金とは、稼働実績などにより支給されるものです。



随時改定(月額変更)の対象とならない場合

固定的賃金は増加しても非固定的賃金が減少したため、3ヶ月間の平均額が2等級以上下がった場合、または、固定的賃金は減少しても非固定的賃金が増加したため、3ヶ月間の平均額が2等級以上上がった場合などは、2等級以上の差が生じても随時改定には該当しません。したがって、月額変更届の提出は必要ありません。

固定的賃金の変動と月額変更届の提出必要の要否【↑ ...増額 ↓ ...減額】

報酬	固定的賃金	↑	↑	↓	↓	↑	↓
	非固定的賃金	↑	↓	↓	↑	↓	↑
3ヶ月の平均額(2等級以上の差) ※非固定的賃金(残業手当等)を含めた総支給額		↑	↑	↓	↓	↓	↑
月額変更届の提出要否		○	○	○	○	×	×

変動の原因である「固定的賃金」の矢印と変動の結果である「3ヶ月の平均額」の矢印が同じ向きのときは、随時改定に該当します。逆の向きのときは、随時改定に該当しません。

※3ヶ月間に支払基礎日数が17日未満(特定適用事業所に勤務する短時間労働者は11日未満)の月が1ヶ月でもあれば、月額変更届は不要です。

◎平成30年10月改定以降の随時改定について、一定の要件に該当する場合、従業員の同意を得た上で、年間平均による随時改定の届出をすることができます。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。管轄の年金事務所にお問い合わせください。

2019年度 算定基礎届事務説明会の開催について

算定基礎届は、毎年7月1日現在の被保険者の皆様を対象に、厚生年金保険や健康保険の保険給付金の決定や保険料計算の基礎となる標準報酬月額を決定する大切な届です。

この度千葉県内の各年金事務所において、算定基礎届事務説明会を以下の日程で開催いたします。

つきましては、ご出席いただくとともに、適正なお届けにご協力をよろしくお願いいたします。

※どの会場でも受講することができます。

年金事務所	講習会場	会場住所	開催日
千葉年金事務所	千葉市民会館(大ホール)	千葉市中央区要町1-1	6月12日(水) 12:30 開場
	長生村文化会館ホール	長生郡長生村岩沼2119	6月18日(火) 12:30開場
幕張年金事務所	習志野文化ホール	習志野市谷津1-16-1	6月19日(水) 13:30 開場
船橋年金事務所	船橋市民文化ホール	船橋市本町2-2-5	6月21日(金) 13:00 開場
市川年金事務所	市川市文化会館小ホール	市川市大和田1-1-5	6月20日(木) 12:30 開場
松戸年金事務所	柏市民文化会館ホール	柏市柏下107	6月21日(金) 12:30 開場
木更津年金事務所	市原市勤労会館多目的ホール	市原市更級5-1-18	6月11日(火) 12:30 開場
	千葉県南総文化ホール	館山市北条740-1	6月12日(水) 12:30 開場
	君津市民文化ホール	君津市三直622	6月13日(木) 12:30 開場
佐原年金事務所	香取市佐原文化会館	香取市佐原イ211	6月21日(金) 12:30 開場

協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

▽ 事業主様へ ▽
ぜひ職場内で回覧をお願いいたします。



5月・6月 巡回健診のご案内



35歳から74歳までの被保険者ご本人が対象となる生活習慣病予防健診について、健診実施機関が遠い方などのために検診車が巡回して健診を実施しております。ぜひご利用ください。
※7月以降の巡回健診日程については、協会けんぽ千葉支部ホームページでご確認いただけます。

地域	日程	健診会場	所在地	健診機関	お問合せ先
千葉市	5月20日(月)	千葉市長沼原勤労市民プラザ	千葉市稲毛区長沼原町 304-1	JCHO(ジェイコー) 千葉病院	043-261-2228
	6月17日(月)				
いすみ市	5月27日(月)	夷隅東部漁業協同組合	いすみ市漁港埋立地	JCHO(ジェイコー) 千葉病院	043-261-2228
	6月7日(金)				
	6月27日(木)				
	5月22日(水)	岬公民館	いすみ市岬町長者 22		
	6月5日(水)				
6月19日(水)					
市川市	6月10日(月)	行徳文化ホールI&I	市川市末広 1-1-48	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
	6月18日(火)	市川市文化会館	市川市大和田 1-1-5		
市原市	5月9日(木)	市原市青少年会館	市原市八幡 1126-1	JCHO(ジェイコー) 千葉病院	043-261-2228
	6月13日(木)				
	5月16日(木)	市原市姉崎公民館	市原市姉崎 2150-1		
	6月6日(木)				
大網白里市	5月30日(木)	大網白里アリーナ	大網白里市上貝塚 160	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
香取市	5月21日(火)	川の駅 水の郷 さわら	香取市佐原イ 4051-3	小見川ひまわりクリニック	0478-83-8070
	6月4日(火)				
	5月29日(水)	小見川社会福祉センター さくら館	香取市本郷 62		
香取郡/多古町	5月7日(火)	道の駅 多古 あじさい館	香取郡多古町多古 1069-1	小見川ひまわりクリニック	0478-83-8070
木更津市	5月13日(月)	清見台公民館	木更津市清見台南 5-1-19	JCHO(ジェイコー) 千葉病院	043-261-2228
	6月3日(月)				
君津市	5月14日(火)	君津市保健福祉センター	君津市久保 3-1-1	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
山武市	5月7日(火)	成東保健福祉センター	山武市殿台 296	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
	6月6日(木)				
山武郡/横芝光町	5月9日(木)	横芝光町文化会館	山武郡横芝光町横芝 922-1	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
	5月29日(水)				
白井市	6月9日(日)	白井市富士センター	白井市富士 239-2	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
	6月26日(水)				
匝瑳市	5月27日(月)	匝瑳市商工会	匝瑳市八日市場イ 2404-1	JCHO(ジェイコー) 船橋中央病院	047-433-5885
	6月19日(水)				
東金市	5月15日(水)	東金市丘山公民館	東金市小野 101-4	JCHO(ジェイコー) 千葉病院	043-261-2228
	6月26日(水)				
富里市	5月8日(水)	富里中央公民館	富里市七栄 652-1	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
	5月21日(火)				
	5月16日(木)	なのはな眼科・内科 (ナリタヤ敷地内)	富里市七栄字獅子穴 649-55 ナリタヤ富里店テナント棟		
習志野市	5月31日(金)	新習志野公民館	習志野市秋津 3-6-3	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
成田市	6月29日(土)	成田国際文化会館	成田市土屋 303	斎藤労災病院	043-224-7601
	5月18日(土)			新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
	6月7日(金)				
野田市	6月24日(月)	野田地域職業訓練センター さわやかワークのだ	野田市中根 323-3	小張総合病院	04-7122-6713
松戸市	6月2日(日)	新東京病院 和名ヶ谷講堂	松戸市和名ヶ谷 1271	新東京病院	047-308-3720
	5月16日(木)				
	6月8日(土)				
茂原市	5月7日(火)	茂原商工会議所	茂原市茂原 443	JCHO(ジェイコー) 千葉病院	043-261-2228
	5月21日(火)				
	6月3日(月)				
	6月24日(月)	茂原市保健センター	茂原市高師 3001		
	5月17日(金)				
6月11日(火)					
八街市	5月17日(金)	八街市中央公民館	八街市八街ほ 796-1	聖隷三倉市民病院	043-486-1243
八千代市	6月7日(金)	八千代市市民会館	八千代市萱田町 728	新東京病院	047-308-3720
	6月9日(日)			新浦安虎の門クリニック	047-381-2088
	5月19日(日)				
	6月3日(月)				
四街道市	5月22日(水)	四街道市文化センター	四街道市大日 396	新浦安虎の門クリニック	047-381-2088

巡回健診については、3月下旬に緑の角2封筒で事業所へお届けしている

Information

生活習慣病予防健診のご案内をご確認ください。

※上記日程については変更になる場合がありますので健診機関にご確認ください。

薬の服用量を守っていますか？

皆様は薬を服用するとき病気を早く治したいからといって多く服用したり、治りかけだからと自己判断で薬の服用量を減らしていませんか？実はその行為、とても危険です。

薬は患者様ひとりひとりに対し効果的な量が処方されています。そのため薬の服用量を自己判断で調整すると以下のような影響があります。

薬を多く服用すると・・・

◇ 副作用により症状が悪化する

薬の服用量を減らすと・・・

◇ 効果が発揮されず、症状が長期化する

その結果！

再度病院を受診し、薬を再処方してもらわなければならない、**不要な医療費が発生します。**

医療費は皆様の保険料で賄われているため、医療費が増えると、医療保険制度の財政が圧迫され、**保険料の引き上げを招く恐れがあります。**

薬の服用量を守らなければ上記のようにさまざまな影響があるため、医師により処方された量はしっかりと守りましょう。

また、不安なことがあればかかいつけ医やかかいつけ薬剤師に相談しましょう。

さらに！

ジェネリック医薬品を使うことで医療費をお安く！

ジェネリック医薬品を使うことで医療費の負担を抑えることができます！詳しくは協会けんぽのHPまで。

木更津年金事務所内の協会けんぽ出張窓口を閉鎖いたします

このたび、全国健康保険協会(協会けんぽ)千葉支部では、これまで木更津年金事務所で開催しておりました協会けんぽ出張窓口は**2019年6月28日(金)**をもちまして閉鎖させていただきます。ご利用のお客様にはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。



申請書等をご提出いただく際は
郵送でご提出ください。

【お問い合わせ先】TEL：043-308-0521（代表）

お知らせ

協会けんぽの木更津・船橋、市川年金事務所出張窓口(5月の開設日)

木更津・船橋年金事務所出張窓口
(開設日：月初日・月曜日・水曜日・金曜日)

市川年金事務所出張窓口
(開設日：月初日・火曜日・木曜日)
※火・木曜日が祝日の場合は、翌日開設

協会けんぽ年金事務所
出張窓口 開設時間
AM 8:30~12:00
PM 13:00~17:15
※12:00~13:00は不在となります。

2019年5月

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2019年5月

日	月	火	水	木	金	土
	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

■：開設日

お問い合わせの際に間違い電話となり、多大なご迷惑を被っている方がいらっしゃいます。電話番号をよくお確かめのうえ、くれぐれもお間違えのないようお願い申し上げます。

※松戸年金事務所出張窓口は、月曜日から金曜日(祝日を除く)まで開設しております。

全国健康保険協会 千葉支部
協会けんぽ
http://www.kyoukaikenpo.or.jp/

〒260-8645 千葉市中央区富士見2-20-1 日本生命千葉ビル9階

TEL：043-308-0521（代表）※電話のおかけ間違いにご注意ください。

ホームページ：

協会けんぽ千葉

検索



メルマガ登録はこちら→



無料

プロによる 社会保険相談を 受けてみませんか?



**事業所で
シニアライフの相談を
することができます**

千葉県社会保険協会では、退職後のシニアライフの生活設計等のご参考になるよう、当協会が契約する社会保険労務士を各事業所様に派遣し、個別の相談をお受けする事業を行っております。

60歳で定年退職したら…
老齢年金はいくらもらえる?
雇用保険の
失業給付の手続きは?

定年後も再雇用制度で
在職したら…
老齢年金はいくら減額になる?
雇用保険からの
給付金請求手続きは?

例えば…

年金加入
不明期間の
確認方法は?



遺族年金、
介護保険について
知りたい!

社会保険についての
研修講師を
事務所に派遣する
ことも可能!!

その他、健康保険関係・労務・人事管理問題などを相談したい事業主様からもOK
相談はお一人から受け付けています

申込
方法

ご希望される会員事業所様は、次頁の社会保険相談申込書に必要事項をご記入のうえ、当協会までFAXか郵送にて、お申し込みくださるようお願いいたします。費用等は一切**無料**です。

社会保険相談申込書

一般財団法人千葉県社会保険協会

FAXにてお申込みいただくか、コピーしてご郵送ください **(FAX 043-233-3973)**

お申し込みから相談日まで1か月ほどの期間が必要です

申込日 年 月 日

事業所名	
担当者名	
事業所所在地	〒
電話番号	
希望相談日	第1希望 年 月 日 () 時 分 第2希望 年 月 日 () 時 分 第3希望 年 月 日 () 時 分
希望相談人数	人 個別 ・ 集団 (どちらかに○)
事業所までの交通機関	

最寄駅から事業所までの簡単な地図をご記入ください。
 (貴事業所様に既存のものがあれば、そちらを添付ください。ご記入は不要です。)

※この相談を受ける方々の個人データ等の守秘義務は厳守される契約となっております。



健康づくり DVD 無料貸出のご案内

皆様の健康管理の啓発にご活用ください！

会員事業所様を対象に、職場の健康づくりに関する DVD を無料で貸出いたします。
貸出希望の場合、下記申込書にご記入のうえ、当協会に FAX にてお申し込みください。

【貸出の利用について】

- 貸出期間は **2週間**です。●在庫の都合上、ご希望の貸出日にそえない場合があります。
- 1回の貸出は **4枚**までとなります。●貸出期間終了後は、速やかにご返却をお願いいたします。



健康づくり DVD 貸出 申込書

事業所記号・番号		申込年月日	年 月 日
事業所名		担当者名	
事業所所在地	〒	電話番号	
貸出希望期間	年 月 日 () ~ 年 月 日 ()		

※ご記入いただいた情報は、事務処理のみに使用し、他用はいたしません。

↓ご希望する DVD 貸出希望欄に必ず をご記入ください。

貸出希望		タイトル名	時間
<input type="checkbox"/>	1	はじめてのウォーキング&ジョギング ①正しい歩き方とは？ ②正しい姿勢を知ろう ③正しい歩き方のためのエクササイズ ④スピードウォーキングにチャレンジ ⑤ジョギングにチャレンジ ⑥ウォーキング&ジョギングの注意点	30分 53秒
<input type="checkbox"/>	2	若々しい体をキープ！エクササイズ&ダイエット ①若々しい体とは？ ②良い姿勢になるためには？ ③体幹エクササイズ（基礎編） ④体幹エクササイズ（応用編） ⑤ダイエットの基本 ⑥ダイエットと食習慣	32分 15秒
<input type="checkbox"/>	3	Good-bye ストレス ①ストレスとは何か？ ②職場でストレスの生まれる原因は？ ③ストレスの初期症状 ④慢性ストレスの症状 ⑤ストレスが体に及ぼす影響 ⑥ストレス対処法・体をリラックスさせる・思考パターンを見直す ⑦心の SOS 早期発見・早期対処	28分 37秒
<input type="checkbox"/>	4	正しく知れば怖くないがんのお話し ①がんはどこにできるのか？ ②がんはなぜできるのか？ ③がんの発生のメカニズム ④がんと生活習慣 ⑤がんを早期発見するために がん検診 ⑥がんの治療法	25分 59秒

※この DVD は著作権法上、無断で複製（デジタル化含む）編集することはできません。

また、営利目的とレンタル、上映なども固くお断りいたします。

◆申込先◆

一般財団法人千葉県社会保険協会

FAX 043-233-3973

お問い合わせは ☎043-233-3971 まで

「がんを知り、がんを予防しよう」を追加配付します

「社会保険ちば春号」に同封いたしました冊子『がんを知り、がんを予防しよう』を、ご希望の会員事業所様に追加配付いたします。

ご希望の場合、**申込書にご記入**のうえ、下表に記載した**切手と返信用封筒（角2封筒・送付先明記）**を同封し、当協会（〒260-0001 千葉市中央区都町3-18-13 千葉県社会保険協会）へご郵送ください。※なお切手は**返信用封筒には貼らず**に同封してください。

在庫がなくなり次第、配付終了となります。



「がんを知り、がんを予防しよう」申込書

同封する切手と返信用封筒枚数

申込部数	切手	封筒	事業所 記号・番号			※協会使用欄（ご記入の必要はありません）		
1～20部	140円切手×1	1	事業所名			担当者名		
21～40部	140円切手×2	2	所在地			〒		
41～60部	140円切手×3	3	電話番号			申込部数		
						部		

※上記以上の部数をご希望の場合は、ご連絡ください。

第13回ボウリング大会を開催します！

運動不足解消に！リフレッシュに！

●日時：2019年6月15日（土）午前10:00～

●場所：ベガアサヒボウリングセンター（千葉市中央区）

申し込み等の詳細については、「社会保険ちば春号」・ホームページ「月刊社保ちば4月号」にて、ご案内しています。



参加者の皆さま全員に賞品をご用意しております



◆用紙配布所についてのお知らせ◆

平成31年3月31日をもって、旭市商工会 海上支所での用紙配布は終了いたしました。

御支所には、長い間ご理解とご協力を賜りましたこと、心から御礼申し上げます。

旭市商工会での用紙配布は、今までどおり行わせていただいております。