



一般財団法人 千葉県社会保険協会

# 月刊 社保ちば

6  
JUNE

2022

## 目次

### ● 日本年金機構からのお知らせ ●

- 令和4年度「算定基礎届」の提出について ……2
- 算定基礎届等の記入・提出時の注意事項 ……2-3

### ● 協会けんぽ千葉支部からのお知らせ ●

- 「健康保険委員」のご登録について ……4
- 特定保健指導を受けましょう！ ……4
- 限度額適用認定証について ……5
- 傷病手当金・出産手当金申請時の記入漏れにご注意！ ……5

### ● 千葉県社会保険協会からのお知らせ ●

- 蓮沼ウォーターガーデン割引券を配付します ……6
- 健康づくりDVD 無料貸出しのご案内 ……7
- 社会保険相談のご案内 ……8-9

#### 割引券(補助券)ご利用に際してのお願い

新型コロナウイルス感染拡大防止を目的に、各施設では様々な対策がとられています。当協会が配付しております割引券(補助券)をご利用の際には、各施設のホームページ等にて最新情報を必ずご確認くださいようお願い申し上げます。

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



スマホ対応してます

## 日本年金機構からのお知らせ

## ● 日本年金機構からのお知らせ ●

## 令和4年度「算定基礎届」の提出のお願い

厚生年金保険および健康保険では、毎年1回、7月1日現在におけるすべての被保険者（社会保険に加入している従業員）の標準報酬月額を決定するために、「算定基礎届」を提出いただいています。この「算定基礎届」により決定された標準報酬月額は、原則として1年間（9月から翌年8月まで）固定され、納めていただく保険料の計算や、将来受け取る年金額等の計算の基礎となるものです。

つきましては、算定基礎届およびその他必要となる届書を、提出期間内に提出いただきますようお願いいたします。

なお、**令和3年度から「被保険者報酬月額算定基礎届総括表」は廃止されましたので提出不要です。**

提出期間	令和4年7月1日（金）～7月11日（月）まで
提出方法	電子申請または東京広域事務センターへ郵送
照会先	ねんきん加入者ダイヤル（0570-007-123） 050から始まる電話でおかけになる場合は（東京）03-6837-2913 〈受付時間〉月～金曜日 午前8：30～午後7：00 第2土曜日 午前9：30～午後4：00 ※休日、祝日（第2土曜日を除く）、12月29日から1月3日はご利用いただけません。

## 算定基礎届等の記入・提出時の注意事項

## 1. 算定基礎届の提出が不要な場合

以下の(1)～(3)のいずれかに該当する被保険者については、算定基礎届の提出が不要です。

(1) 令和4年6月1日以降の資格取得者

(2) 令和4年6月30日以前の退職者

(3) 令和4年7月、8月、9月随時改定の月額変更対象者

- ・「電子申請」または「電子媒体」による提出の場合は、月額変更対象者を除いて作成してください。
- ・「届出用紙」で提出する場合は、備考欄の「月額変更予定」を○で囲んでください。
- ・4月昇給（降給）に伴う7月随時改定者は、月額変更届をご提出ください。
- ・5月昇給（降給）に伴い8月に月額変更を予定している方は、5月、6月、7月の給与により月額変更が行われるか確定しますので、確定後速やかに月額変更届をご提出ください。また、6月昇給（降給）に伴い9月に月額変更を予定している方は、6月、7月、8月の給与により月額変更が行われるか確定しますので、確定後速やかに月額変更届をご提出ください。
- ・8月または9月の月額変更に不該当であることが判明した被保険者は、速やかに算定基礎届をご提出ください。

## 日本年金機構からのお知らせ

## 2. 70歳以上の届出

以下の(1)~(3)のすべてに該当する者がいる場合は、「70歳以上被用者算定基礎届」の提出が必要です。

- (1)70歳以上
- (2)過去に厚生年金保険の被保険者期間がある
- (3)事業所で常時使用されている

「電子申請」「電子媒体」で申請する場合は、備考欄の「70歳以上被用者算定」をチェックし、個人番号を入力してください。「届出用紙」で提出する場合は、備考欄の「パート」を○で囲み、個人番号を記入してください。

## 3. 支払い基礎日数が17日未満の月の取扱い

標準報酬月額が4, 5, 6月に支払った報酬の平均額から算出しますが、支払基礎日数（報酬の支払対象となった日数）がそれぞれ17日（※）以上あることが要件です。支払基礎日数が17日未満の月の報酬月額は「算定基礎届」の報酬月額の総計および平均額の計算に入れなくてください。

（※）国・地方公共団体および特定（任意特定）適用事業所にお勤めの短時間労働者の場合は、11日となります。

## 4. 4分の3以上勤務者（パートタイマー等）の取扱い

- 「電子申請」「電子媒体」で申請する場合は、備考欄の「パート」をチェックしてください。「届出用紙」で提出する場合は、備考欄の「パート」を○で囲んでください。
- 支払基礎日数が17日以上のある月がある場合には、17日以上ある月の報酬月額の月の報酬月額の総計を、その月数で割って平均額を出してください。
- 支払基礎日数がすべて17日未満であるが15日以上のある月がある場合は、15日以上17日未満の月の報酬月額の総計を、その月数で割って平均を出してください。
- 支払基礎日数がすべて15日未満の場合は、従前の標準報酬月額で決定するため、「届出用紙」で提出する際には、「⑭総計」欄と「⑮平均額」は記入しないでください。

## 5. その他の注意事項

- 算定基礎届の提出にあたり、賃金台帳などの関係帳簿を提示していただく場合があります。
- 標準報酬月額が決定または改定された場合は、必ず被保険者本人に通知してください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、算定基礎届事務説明会は今年度も実施いたしません。現在、算定基礎届の作成に関する動画や資料を日本年金機構ホームページに掲載していますので、そちらをご覧くださいようお願いいたします。

## 協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

## 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。

協会けんぽ以外の健康保険組合等にご加入の事業所は各健康保険組合等にお問い合わせください。

健康保険事務ご担当の方を「健康保険委員」としてご登録ください！

事業主様や加入者の皆様へ、健康保険制度や健康づくり等に役立つ情報をお届けするため、事業所の健康保険事務ご担当者様に協会けんぽと加入者様をつなぐ橋渡し役として、「健康保険委員」のご登録をお願いしております。

令和4年3月末時点で、  
約5,100名の方に  
ご登録いただいております

## 「健康保険委員」のメリット

- 1 無料で登録できます
- 2 健康保険委員向けの研修会にご参加いただけます  
(参加は任意です。Web配信を予定しています。)
- 3 健康保険委員向けの広報紙  
「協会けんぽちば」を年に4回お届けします
- 4 必要な申請書をまとめて依頼できる「申請書取り寄せサービス」  
を無料でご利用いただけます

健康保険委員の  
制度については  
こちら▼



健康保険委員  
応募申込書は  
こちら▼



健康保険事務をご担当されている方が、健康保険制度の仕組みや各種申請・手続き方法など、従業員の方が知りたい情報や知識を持っていると心強いですよね！  
強制参加の活動等はございません。ぜひ、この機会にご登録をお願いいたします。

お問い合わせ先 企画総務グループ TEL 043-382-8315

従業員のみなさまの健康のため特定保健指導を受けましょう！

## 【特定保健指導とは】

- 健康管理の専門家である保健師・管理栄養士が面談し、生活習慣改善のためのサポートをさせていただきます。
- 健診結果に基づき、メタボリックシンドロームのリスクがある方に**無料**で実施しています。



## 【特定保健指導の流れ】

## ① 案内が届く

健診受診後(2~3か月後)  
協会けんぽから事業所様に  
「保健指導のご案内」が届きます。  
※保健指導実施機関によって案内方法が  
異なる場合があります。

## ② 日程調整

事業所のご担当者様は、  
面談の希望日を電話やFAX等で  
ご連絡ください。  
※面談場所の確保をお願いしております。  
ご協力お願いいたします。

## ③ 面談実施

保健師・管理栄養士が  
生活習慣改善のサポートを  
行います！

健診当日に保健指導を受けることができる健診実施機関もあります。  
ZoomなどのWeb会議システムを活用した遠隔面談も実施しています。

お問い合わせ先 保健グループ TEL 043-382-8313

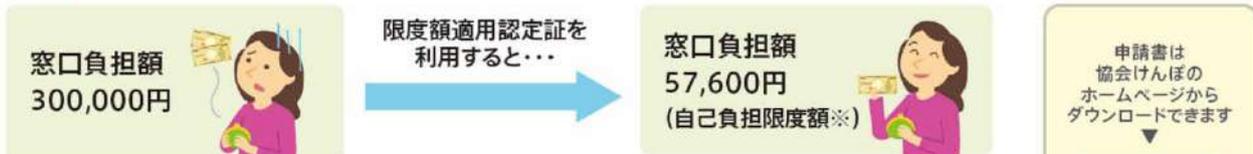
協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

医療費が高額になりそうなとき、限度額適用認定証が便利です！

医療費が高額になりそうなときは、事前に限度額適用認定証の交付を受けて、保険証とあわせて医療機関等の窓口にご提示ください。

窓口に表示した月から1か月間（1日から月末まで）の窓口負担が自己負担限度額までとなります。

**例** 70歳未満(自己負担割合3割)で標準報酬月額26万円の方が、総医療費100万円がかかったとき



※自己負担限度額は受診者の年齢および被保険者の標準報酬月額により異なります。

限度額適用認定証 発行までの流れ

申請書は郵送でご提出をお願いします。窓口交付は行っていません。



申請書は協会けんぽのホームページからダウンロードできます

限度額適用認定証の制度についてはこちら

傷病手当金・出産手当金申請時の記入漏れにご注意ください！

傷病手当金・出産手当金の申請時の「事業主が証明するところ」には、申請期間を含んだ賃金計算期間の勤務状況と賃金支給状況を**すべて記入のうえ**、ご提出ください。

特に「事業主が証明するところ」の

- ①証明日
- ②賃金の単価の記入漏れが多くなっております。

出勤簿(タイムカード)や賃金台帳のコピーは添付不要です。「事業主が証明するところ」の記入がない場合は被保険者(申請者)へご返送いたしますので、ご注意ください。**賃金の支給・出勤のない場合でも、必ずその旨をご記入ください。**

▼傷病手当金

▼出産手当金

申請について、詳しくは協会けんぽのホームページをご確認ください。

被保険者氏名

勤務状況 [出勤は○で、有給休暇は△で、(休職は□)で、(欠勤は/でそれぞれ表示してください。]

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	計	出勤	有給
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	計		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	計		
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	計		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	計		
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	計		

上記の欄に対して、賃金を支給しました(しますか)?

給与の種類

給日

賃金計算

支払日

② 単価

① 証明日

## 千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 被保険者等の健康保持増進事業

## 入園割引券を配付します♪

## 九十九里「蓮沼ウォーターガーデン」

もうすぐ夏ですね！今年度も九十九里「蓮沼ウォーターガーデン」の入園割引券を配付します。社員・従業員やご家族の皆様のリフレッシュにぜひご活用ください。

 営業期間

令和4年7月9日（土）～9月19日（月・祝）

※7/11(月)～15(金)、7/19(火)～22(金)、9月の平日は休園

 営業時間

午前9時～午後5時（最終入園は午後3時まで）

※悪天候時は休園となる場合もありますので、お出かけ前に施設に直接お問い合わせください。

蓮沼ウォーターガーデン ☎0475-86-3171 HP→ <http://watergarden.hasunuma.co.jp/>



新型コロナウイルス感染予防と拡大防止策として入場制限を実施しての営業となります。ご利用の際は、「アソビュー」の日付指定電子チケットを事前にご取得ください。詳細は↑のHPでご確認くださいませよう、よろしくお申し上げます。

## ～蓮沼ウォーターガーデン入園割引券～

種別	一般料金※	利用者負担※
大人（18歳以上）	1,900円	1,350円
高校生	1,100円	750円
中学生	450円	200円
小学生	400円	160円
幼児（4歳～未就学児）	200円	80円

※今年度から料金改定され、中学生と小学生は区分が分されました。  
※現地窓口にて年齢確認が可能な身分証明書をご提示いただく場合がございます。ご了承ください。



## 申込方法

下記申込書に必要事項を記入し返信用封筒(送付先明記および94円切手貼付)を必ずご同封のうえ下記申込先まで郵送にてお申込みください。

※注1：原則1事業所各券15枚までとさせていただきます。

※注2：割引券がなくなり次第、配付終了とさせていただきます。ご了承ください。

※注3：割引券は、会員事業所従業員(健康保険被保険者)とご家族(被扶養者)様のご使用に限定させていただきます

## 申込資格

当協会会員事業所の健康保険被保険者と被扶養者

## 申込先

〒260-0001 千葉市中央区都町3-18-13 (一財)千葉県社会保険協会 割引券係

※コピーしてお申込みください

## 蓮沼ウォーターガーデン割引券申込書

種別 ※枚数に ご注意ください	大人	枚
	高校生	枚
	中学生	枚
	小学生	枚
	幼児	枚

事業所記号

事業所番号

事業所名

所在地 〒

T E L

千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 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(043-233-3973)にて  
お申し込みください。(お問い合わせは☎043-233-3971 まで)

## 【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	令和 年 月 日 ( ) ~ 令和 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 <b>はじめてのウォーキング&amp;ジョギング</b> 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 <b>若々しい体をキープ!エクササイズ&amp;ダイエット</b> 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 <b>Good-bye ストレス</b> 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 <b>正しく知れば怖くないがんのお話し</b> 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
<input type="checkbox"/>	5 <b>健康サポート体操</b> ①ストレッチ ②体操 A ③体操 B ④タオル体操 ⑤自重負荷トレーニング ⑥ボールトレーニング ⑦チューブトレーニング ⑧ステップ運動 A ⑨ステップ運動 B ⑩リラックス	60分
<input type="checkbox"/>	6 <b>毎日筋活部</b> 下半身ストレッチ・上半身 30秒ストレッチ・4秒ストレッチ・30秒筋トレ ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土日 ⑦嗜好食品(カロリー)とウォーキング	60分
<input type="checkbox"/>	7 <b>夏の熱中症 冬のヒートショックに気をつけよう!</b> 熱中症編 ①熱中症とは ②熱中症のおもな症状 ③熱中症が起こりやすい条件 ④予防のポイント ⑤水分補給のポイント ⑥応急処置 ⑦高齢者はとくに注意を! ヒートショック編 ①ヒートショックとは ②このような人は危険です ③ヒートショックでの2大死因事由 ④温度差による血圧の変動 ⑤対策 ⑥高齢者以外でも注意が必要な人 ⑦発見したら救急車!	42分
<input type="checkbox"/>	8 <b>元気な職場をつくるメンタルヘルス5</b> 自分でできるストレスコントロール セルフケアのための10の方法(仕事のストレスを減らす、仕事以外のストレスを減らす、個人の要因を改善する、緩衝要因を増やす)	25分
<input type="checkbox"/>	9 <b>元気な職場をつくるメンタルヘルス7</b> ストレスチェックを活用したセルフケア ストレスチェックの結果を活かした場合と活かさなかった場合をドラマで比較	25分

※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。

## 千葉県社会保険協会からのお知らせ



プロによる

## 社会保険相談を受けてみませんか？

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などのご参考になるよう、当協会が契約するベテランの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。

例えば…

## ●60歳で定年退職したら…

老齢年金はいくらもらえるかな？  
雇用保険の失業給付の手続きは？

ご相談はすべて**無料**です

## ●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の？  
雇用保険からの給付金請求手続きは？

## ●年金加入不明期間の確認方法は？

## ●遺族年金、介護保険についてもっと知りたい！

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です！

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！  
相談はお一人様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、次頁の申込書に必要事項をご記入のうえ、当協会まで FAX または郵送にてお申し込みくださいますようお願いいたします。

※申込書は当協会ホームページからもダウンロードすることができます。

また、ホームページでは申込みから相談実施までの流れについても紹介しております。

是非ご参照ください。

## 申込先

一般財団法人 千葉県社会保険協会

〒260-0001 千葉市中央区都町 3-18-13 TEL:043-233-3971 FAX:043-233-3973

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、少人数であっても、感染状況等により中止する場合があります。ご理解とご協力をお願いいたします。

ご不明な点等ございましたら、当協会までご連絡くださいますようお願いいたします。



千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 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。

記事提供/日本年金機構 ・ 全国健康保険協会(協会けんぽ)千葉支部