

一般財団法人 千葉県社会保険協会

月刊 社保ちば

9
SEPTEMBER
2023

目次

●日本年金機構からのお知らせ●

- ・「ねんきんネット」で厚生年金記録の確認や
年金見込額の試算ができます！ ……2-3

●協会けんぽ千葉支部からのお知らせ●

- ・協会けんぽ 2022(令和4)年度決算(見込み)のお知らせ ……4
- ・健診結果はしっかり確認しましたか？ ……5
- ・重症化する前に、特定保健指導を受けましょう！ ……5

●千葉県社会保険協会からのお知らせ●

- ・梨・ぶどう狩り補助券好評配付中です！ ……6
- ・ボウリング利用補助券を配付しています ……7
- ・「空の湯」入館割引券配付のご案内 ……8
- ・健康づくり DVD 無料貸出のご案内 ……9

割引券(補助券)ご利用に際してのお願い

天候等、様々な理由により各施設の営業情報が変わる場合がございます。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ませ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

「ねんきんネット」で 厚生年金記録の確認や 年金見込額の試算ができます！

◆厚生年金加入記録の確認

会社を退職した後、国民年金の加入手続きにもれがないか、納め忘れがないか確認できます！

■画面イメージ

1 月別の年金記録の情報													厚生年金保険加入記録の情報			
年金記録に「もれ」や「誤り」があると思われる方は、お近くの「年金事務所」にお問い合わせください。													お勤め先の名称：〇〇株式会社 一見じる			
年度	年齢	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	標準報酬月額変更・標準賞与年月	厚生年金基金	標準報酬月額・標準賞与額
平成25年度	20歳	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	平成27年 4月	基金加入	190,000円						
平成26年度	21歳	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	平成27年 7月	---	賞与 109,000円						
平成27年度	22歳	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	平成27年 9月	基金加入	200,000円						
平成28年度	23歳	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生									
平成29年度	24歳	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生	厚生									
平成30年度	25歳	厚生	厚生													

確認できるもの

- ◆ 厚生年金加入記録
- 厚生年金の加入月数 ○ 資格取得・喪失年月日 ○ お勤め先の名称 ○ 標準報酬月額・標準賞与額 等
- ◆ 国民年金加入記録

◆様々な条件に応じた年金見込額の試算

試算方法

- ◆ 現在の加入条件が60歳まで継続したと仮定した見込額を自動表示する「**かんたん試算**」
- ◆ 今後の職業や年金受給開始年齢など詳細な条件を自分で設定して試算する「**詳細な条件で試算**」

■画面イメージ

老後の生活設計を考えるのに便利です！

⇒ 受給開始年齢を遅らせた場合や
未納期間を納付した場合などの試算が可能！

⇒ 年金受給開始年齢、各年齢ごとの年金の
見込額などが表やグラフで表示されます！

① **かんたん試算** はじめての方はこちらから
現在の加入条件が60歳まで継続すると仮定して
見込額を自動的に試算できます。

② **詳細な条件で試算**
以下の条件を入力し、試算できます。
● 今後の職業、収入および期間
● 受給開始年齢
● 国民年金保険料を納付・後払い（追納）した場合

③ **試算結果一覧を表示**
「かんたん試算」、「詳細な条件
で試算」で実施した試算結果の確
認や、試算結果をグラフで比較で
きます。

◆他にも厚生年金加入者の方々に便利な機能があります！

- ◆ 電子版の「ねんきん定期便」や「被保険者記録照会回答票」の**確認・ダウンロード**
- ◆ **持ち主のわからない年金記録の検索**もできます。（亡くなられた方の記録も含まれます。）

日本年金機構からのお知らせ

ご利用登録は、とってもカンタン

日本年金機構のホームページで!

「ねんきんネット」のご利用登録は、このページから!

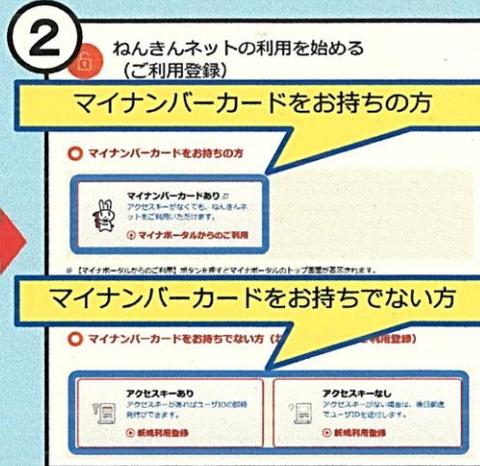
ねんきんネット

検索

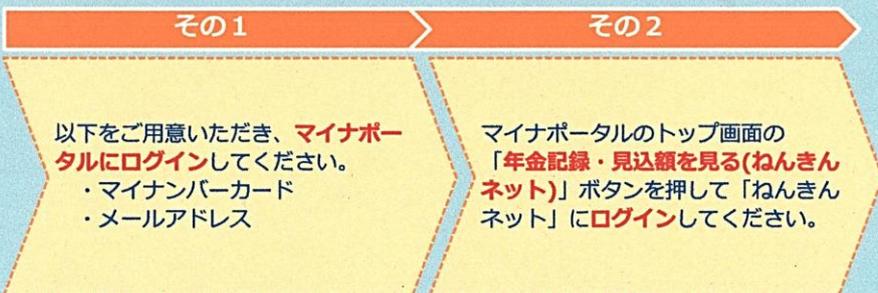


https://www.nenkin.go.jp/n_net/

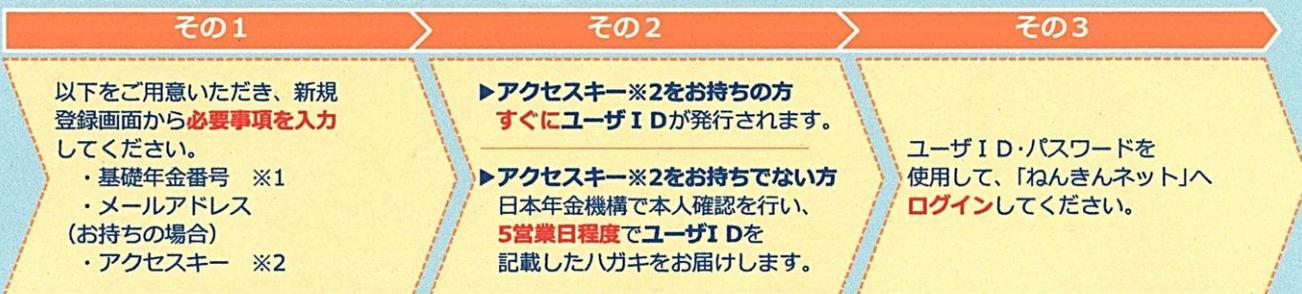
画面イメージ



【マイナンバーカードをお持ちの方】の登録の流れ

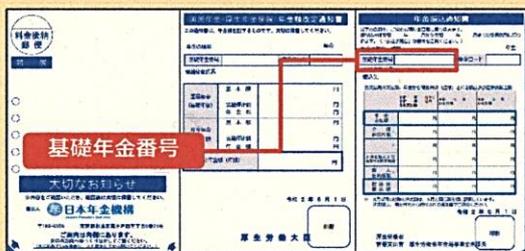


【マイナンバーカードをお持ちでない方】の登録の流れ



※1 基礎年金番号は日本年金機構からお送りしている通知書等に記載されている10ケタの番号です。

※2 アクセスキーは「ねんきん定期便」などに記載されている17ケタの番号です。



■基礎年金番号の記載例 (年金額改定通知書)



■ねんきん定期便 (50歳未満)

お問い合わせは

専用番号



0570-058-555

050から始まる電話で
おかけになる場合は
03-6700-1144

受付時間

月曜日～金曜日：午前8時30分～午後5時15分 (月曜のみ午後7時00分まで)
第2土曜日：午前9時30分～午後4時00分
※祝日(第2土曜日は除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません

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。

協会けんぽ 2022（令和4）年度決算（見込み）のお知らせ

2022年度の決算（見込み）のポイント

2022年度の決算は収入が**11兆3,093億円**、支出が**10兆8,774億円**で、**収支差は4,319億円**となりました。

ポイントとして、収支差は前年度比で増加（+1,328億円）しましたが、この要因は、保険料収入の増加（+1,868億円）より保険給付費の増加（+2,502億円）が上回ったものの、新型コロナウイルス感染症拡大の影響に伴う2020年度の高齢者の医療費の一時的な減少により、後期高齢者支援金に多額の精算（戻り分1,901億円）が生じたこと等によって支出の伸びが抑えられたことによるもので、一時的な特殊事情によるものです。

※ 詳しくは、協会けんぽホームページをご覧ください。

2022年度決算
（見込み）について
詳しくはこちら▼



2022年度決算（見込み） | 医療分

収入	11兆3,093億円	(+1,813億円)
支出	10兆8,774億円	(+ 486億円)
収支差	4,319億円	(+1,328億円)
準備金	4兆7,414億円	(+4,319億円)

※()内は対前年度増減額。

高齢者医療への拠出金等 33.0%

高齢者の皆さまの医療費の一部を現役世代が負担しています。その額は、支出の約 $\frac{1}{3}$ を占め、重い負担になっています。

今後、団塊の世代が75歳以上となることによって、高齢者医療への拠出金の増加が見込まれています。

保険給付費 63.9%

協会けんぽが医療機関に支払う費用や、傷病手当金等の支払いに要する費用

保険料収入 88.8%

被保険者・事業主の皆さまに納めていただいている保険料

支出

約10.9兆円

収入

約11.3兆円

その他の支出 1.0%

健診・保健指導経費 1.2%

協会事務費 0.9%

国からの補助金 11.0%

その他の収入 0.2%

Q. 2022年度の決算は黒字額が増加しましたが、協会けんぽの財政は今後どのような見通しなのでしょうか？

A. 協会けんぽの財政は、以下の理由から楽観を許さない状況です。

- ・ 収入面では、賃上げによる賃金の上昇が当面は見込まれるものの、被保険者数の伸びが鈍化していることや、不安定な海外情勢や物価高の影響等で経済の先行きが不透明であること等によって、これまでのような保険料収入の増加が今後も続くとは期待し難いこと。
- ・ 支出面では、医療給付費がコロナ禍前の水準を上回って推移した2021年度(対前年度比+8.6%)をさらに上回り、2022年度は対前年度比+4.4%と高い伸びで推移していることや、今後も、後期高齢者支援金の増加が見込まれること。

こうした状況を踏まえ、協会は、将来を見据えて、加入者の健康増進の取り組みを中心とした医療費の適正化をさらに推進するとともに、安定した財政運営に努めてまいります。

協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

健診結果はしっかり確認しましたか？

健診結果が「要治療」「要精密検査」と判定されたにも関わらず、未治療のまま放置すると、命に関わる病気を引き起こす可能性があります。

例えば、「高血圧」、「高血糖」、「脂質異常」を放置すると、「脳卒中」、「心筋梗塞」、「足の壊疽」等を発症するリスクが高まります。



協会けんぽでは重症化予防の対策として、健診結果が「要治療」「要精密検査」と判定された方で、医療機関への受診が確認できない方に、医療機関への受診をおすすめするご案内をお送りしています。



詳しくはこちら



ご案内が届いた方は、かかりつけ医や地域の医療機関へ早めに受診しましょう！

重症化する前に、特定保健指導を受けましょう！

内臓脂肪の蓄積により、高血圧・高血糖・脂質異常症などが重複した状態のことを「メタボリックシンドローム」といいます。



自覚症状はほとんどないものの、放っておくと動脈硬化が急速に進行し、心臓病や脳卒中の発症リスクが高まります。生活習慣を改善することにより予防・状態を改善することができますが、1人ではなかなか難しいという方が多いです。



そこで！

協会けんぽでは、健診結果に基づき、メタボリックシンドロームのリスクのある方に特定保健指導を無料で実施しています。

健康管理の専門家である保健師・管理栄養士が面談（訪問）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。



特定保健指導の流れ

Step 1 案内が届く

健診受診後(2~3か月後)事業所様に「特定保健指導のご案内」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。

Step 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。
※業務調整、面談場所の確保にご協力をお願いいたします。

Step 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機関もあります。

※ICT(テレビやタブレット等を用いた通信技術)を活用した遠隔面談も実施しております。

※土日や業務時間外での実施も対応できる場合がありますので、ご相談ください。

詳しくはこちら

健康に毎日を過ごすために、ぜひ特定保健指導をご利用ください。



お問い合わせ先 保健グループ TEL:043-382-8313

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

梨・ぶどう狩り補助券

好評配布中です！



梨・ぶどう狩り(鎌ヶ谷地区 4 契約農園)

ぶどう狩り(香取地区 2 契約農園)

鎌ヶ谷市観光農業組合(鎌ヶ谷市役所内) ☎047-445-1141(代) 内線545
(<http://www.kamagayasikankounouguyoukumiai.info/>)

・平山ぶどう園 香取市高萩 359 ☎0478-75-3663
(<https://hiryamabudouen.jimdofree.com/>)

- ・小川園 鎌ヶ谷市くぬぎ山 4-4-3 ☎047-385-5071
- ・初清園 松戸市串崎新田 215 ☎047-386-7012
- ・初梅園 鎌ヶ谷市初富 88-2 ☎047-443-7273
- ・石井テル園 鎌ヶ谷市鎌ヶ谷 7-8-69 ☎047-443-1854

・菅谷ぶどう園 香取市岩部 1928-3 ☎0478-75-2683
(<https://www.sugayabudouking.com/>)

●利用期間 令和5年8月19日(土)～9月30日(土)

●利用期間 平山ぶどう園: 令和5年8月12日(土)～9月30日(土)
菅谷ぶどう園: 令和5年8月16日(水)～9月30日(土)

●補助金額 大人(6才以上) 450円
小人(3才～5才) 350円

●補助金額 大人(6才以上) 650円
小人(2才～5才) 530円

※上記農園の梨狩り・ぶどう狩りは、食べ放題入園料を支払う形式です。※持ち帰り別料金
協会契約入園料金から補助金額を差し引いた料金を農園にお支払いください。

※上記農園のぶどう狩りは、入園は無料、採取した分だけ量り売りという形式です。
精算時に、補助金額を差し引いた料金を農園にお支払いください。

■期間中でも気象条件や農園の事情等により利用期間が変更になる場合や入園できない場合があります。
ご来園の際は、必ず農園に最新情報をご確認くださいませようお願い申し上げます。

●利用対象者 当協会会員事業所の健康保険被保険者と被扶養者

●申込方法 下記の『補助券申込書』に必要事項をご記入のうえ、返信用封筒(送付先明記・切手貼付※94円切手)を
必ず同封し、下記申込先まで郵送にてお申込みください。※1事業所につき1地区10枚まで

●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 梨ぶどう狩り補助券係 宛
※補助券がなくなり次第、配付を終了いたします。



※コピーしてお申込みください

梨・ぶどう狩り 補助券申込書

鎌ヶ谷 (梨・ぶどう狩り)	大人券	枚
	小人券	枚
	計	枚
香取 (ぶどう狩り)	大人券	枚
	小人券	枚
	計	枚

事業所記号(※分からない場合は未記入可)

事業所番号(※分からない場合は未記入可)

事業所名

所在地〒

T E L

※1地区10枚まで

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

ボウリング利用補助券を配付しています

当協会会員事業所の健康保険被保険者様と被扶養者様を対象にボウリング利用補助券を配付いたします。健康維持、運動不足解消にお役立てください。

●有効期限

令和 6 年 3 月 31 日(日)まで

●補助券のご利用方法

- ・下記のボウリング場をご利用できます。
- ・利用者 1 人につき、ご利用日 1 枚限りとなります。
- ・利用者 1 人につき、**利用合計額が 300 円以上でご利用できます。**
- ・利用者 1 人につき、**利用合計額が 300 円に満たない場合は、ご利用できません。**
(利用料金は、各ボウリング場が提示されている料金となります。一律ではありません。)
- ・フロント受付時に補助券を提出し、清算時に補助金額を差し引いた金額をお支払ください。
- ・ボウリングのゲーム以外でのご利用はできません。



●補助券がご利用できるボウリング場

- アサヒボウリングセンター …千葉市中央区新宿 2-1-5 …Tel 043-242-2331
- VEGA 八千代店 …八千代市大和田新田 138-6 …Tel 0570-040-777
- VEGA あすみが丘ボウル …千葉市緑区あすみが丘 7-1 …Tel 043-312-3580
- VEGA 旭ボウル …旭市口 904-1 …Tel 0479-62-2618
- VEGA ユーカリボウル …佐倉市ユーカリが丘 3-2-1 …Tel 043-488-1110

●申込方法

下記申込書に必要事項を記入し、返信用封筒(84 円切手貼付)を必ず同封のうえ、下記申込先まで郵送にてお申し込みください。

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

※配付枚数は、**1 事業所 10 枚まで**となります。

※配付する補助券数に限りがありますので、なくなり次第、終了となります。

※補助券は当協会会員事業所の健康保険被保険者と被扶養者のご使用に限らせていただいております。

※コピーしてお申込みください

ボウリング利用補助券 申込書

※分からない場合は未記入可

申 込 枚 数
枚

※1 事業所 10 枚まで

事業所記号※

事業所番号※

事業所名

所在地 〒

T E L

担当者名

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

日帰り温泉施設 空の湯

成田空港温泉

入館料割引券を配付いたします

●利用期間 令和6年3月31日(日)まで

※期間中でも施設の休館日・施設点検等により入館できない場合がありますので、お出かけ前に必ず施設にお問い合わせください。

●ところ 成田空港温泉 空の湯 千葉県山武郡芝山町香山新田 27-1
☎ 0479-78-2615 <https://www.soranoyu.com/>

●入園料 下記の入館料から割引料金 200 円を差し引いた金額を当日清算時にお支払ください。

●利用対象者 当協会会員事業所の健康保険被保険者様と被扶養者様

●申込方法 下記申込書に必要事項を記入し、返信用封筒(94 円切手貼付・送付先を明記したもの)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。※1事業所 15 枚までとさせていただきます。※割引券がなくなり次第、配付を終了します。※割引券は転売禁止です。

●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 割引券担当 宛
※割引券がなくなり次第、配付を終了します。

空の湯 料金表

一般料金 (令和5年4月現在)	ゆったりフルセット		ゆったり常連セット		お急ぎ入浴	
	(時間無制限) 入浴+岩盤浴+館内着 +岩盤タオル+タオルセット		(時間無制限) 入浴+岩盤浴+館内着 +岩盤タオル		ゲート通過より180分以内	
	大人 (中学生以上)	小人 (小学生)	大人 (中学生以上)	小人 (小学生)	大人 (中学生以上)	小人 (小学生)
平日	1,500円	850円	1,300円	650円	1,000円	500円
休日	1,700円	950円	1,500円	750円	1,200円	600円

※未就学児は無料

※岩盤浴付きのコースの場合でも小学生以下の方は岩盤浴を利用できません

※時間無制限は営業時間内を限度といたします

※料金が改定になる場合があります

※コピーしてお申込みください

日帰り温泉施設『成田空港温泉 空の湯』入館料割引券申込書

※分からない場合は未記入可

申込枚数
枚

事業所記号※

事業所番号※

事業所名

所在地〒

TEL

千葉県社会保険協会からのお知らせ

「健康づくりDVD」を無料貸出しています！

職場の健康づくりに役立つDVDをご希望の会員事業所様に無料貸出いたします。職場研修にも最適です。ぜひご活用下さい！

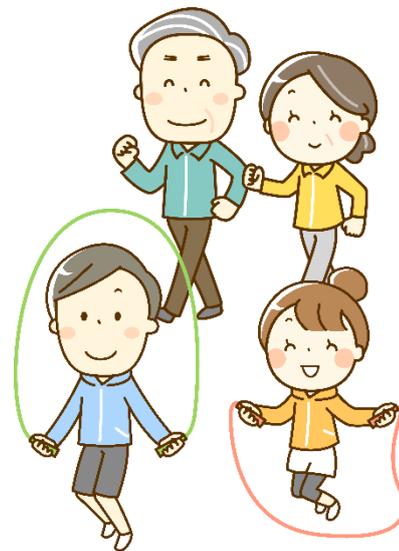
◆申込方法◆

申込書にご記入のうえ、FAXにてお申込みください。

貸出期間 2週間 ※在庫の都合上、ご希望に添えない場合があります。
1回の貸出枚数 4枚まで ※貸出期間終了後は、速やかにご返却ください。

◆申込先◆

一般財団法人千葉県社会保険協会 FAX.043-233-3973



健康づくり DVD 貸出 申込書

事業所記号・番号 <small>分からない場合は未記入可</small>		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	はじめてのウォーキング&ジョギング	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	32分15秒
<input type="checkbox"/>	3	Good-bye ストレス	28分37秒
<input type="checkbox"/>	4	正しく知れば怖くないがんのお話し	25分59秒
<input type="checkbox"/>	5	健康サポート体操	60分
<input type="checkbox"/>	6	毎日筋活部	60分
<input type="checkbox"/>	7	夏の熱中症 冬のヒートショックに気をつけよう！	42分
<input type="checkbox"/>	8	元気な職場をつくるメンタルヘルス5 自分でできるストレスコントロール	25分
<input type="checkbox"/>	9	元気な職場をつくるメンタルヘルス7 ストレスチェックを活用したセルフケア	25分

※この DVD は著作権法上、無断で複写(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。

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