

一般財団法人 千葉県社会保険協会

# 月刊 社保ちば

11  
NOVEMBER  
2023

## 目次

### ●日本年金機構からのお知らせ●

- ・11月30日は「年金の日」 ..... 2
- ・11月はねんきん月間 ..... 3

### ●協会けんぽ千葉支部からのお知らせ●

- ・「かかりつけ医」を持ちましょう！ ..... 4
- ・従業員の皆さまの健康増進のため、  
健診結果の提出にご協力ください ..... 5

### ●千葉県社会保険協会からのお知らせ●

- ・山武市成東「いちご狩り」補助券配付のご案内 ..... 6
- ・契約保養所のご案内 ..... 7
- ・令和5年度「写真コンテスト」の作品を募集します！ ... 8
- ・令和6年度より協会費の口座振替がはじまります ... 8

#### 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

いい                      みらい

# 11月30日は 年金の日

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11月30日(いいみらい)を「年金の日」としました。

「ねんきんネット」で簡単に  
将来の年金見込額が見られるんだ。

保険料納付記録も  
確認できるのね。

ネットで簡単！「ねんきんネット」を使って、ご自身の保険料納付記録や将来の年金見込額の確認、持ち主不明の年金記録の検索などができます。

詳しくは

ねんきんネット

検索

[https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)



「ねんきんネット」に関するお問い合わせは専用番号へ



0570-058-555

050から始まるお電話でおかけになる場合は03-6700-1144

受付時間

- 月曜日 午前8時30分～午後7時
- 火～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
- 第2土曜日 午前9時30分～午後4時

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7時まで相談をお受けします。  
※第2土曜日を除く土日祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。



## 日本年金機構からのお知らせ

11月は

ねんきん月間<sup>です</sup>

日本年金機構は厚生労働省と協力して、  
公的年金制度の普及・啓発活動に  
取り組めます。

いみらん  
11月30日は  
年金の日

「ねんきん月間」では、公的年金制度の趣旨や仕組みを分かりやすく伝えるさまざまな取組を行っています。この機会に、公的年金について考えてみませんか？

- 年金セミナー動画や「わたしと年金」エッセイの優秀作品の掲載等、日本年金機構ホームページに「ねんきん月間」特集ページを設置します。
- 日本年金機構公式Twitterで、年金制度に関するミニ講座を実施します。
- 年金セミナーや制度説明会、出張年金相談会を実施します。
- 駅頭にて「年金の日」リーフレットの配布を行います。
- 高等学校、特別支援学校を対象に「年金セミナー」を開催します。
- 教育機関にて「学生納付特例制度出張相談会」を開催します。

この機会に、  
公的年金※に  
ついて考えて  
みませんか？

※公的年金には、老後の支えとしての役割だけでなく、障害年金、遺族年金という制度があります。

### 国民年金保険料を 納めるのが難しい場合は…

申請することで、保険料の納付が免除、または猶予される制度があります。保険料を納めないまま放置すると、年金を受け取ることができない場合があります。

### “ねんきんネット”は年金記録や年金 見込額を確認できるサービスです！

国民年金の加入月数や納付状況等の最新の年金記録をパソコンやスマートフォンから手軽に確認できます。ぜひご利用ください!!

詳しくはこちらから



[https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/>

## 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。

## 「かかりつけ医」を持ちましょう！

「かかりつけ医」とは、日常的な病気の診断や健康管理などができる身近な医師のことです。同じ医師に継続して診てもらうことにより、病歴、体質、生活習慣等を把握・理解した上での治療やアドバイスが受けられます。また、かかりつけ医の紹介状があれば、大病院を受診する際に必要となる特別料金がかからないので、医療費の節約となります。

## 「かかりつけ医」を見つけるポイント

- ① 職場や自宅から通いやすい
- ② 話しやすく、相談しやすい
- ③ 専門的な内容わかりやすく説明してくれる
- ④ 健診結果や体質等を踏まえたアドバイスをしてくれる
- ⑤ 必要な時に大病院や専門医を紹介してくれる

## 大病院を受診する際、かかりつけ医の紹介状

ある場合

診察料

ない場合

診察料

+

特別料金  
7,000円以上  
(全額自己負担)

お近くの医療機関を探す場合は  
「ちば医療ナビ」が便利です。  
かかりつけ医がない場合はご利用ください。

「ちば医療ナビ」は  
こちら▶



## 緊急時以外は平日昼間の受診をおすすめします

本来、休日や夜間は緊急性の高い重症患者や入院患者に対応する時間帯です。この時間帯の自己都合による安易な受診は、自己負担の増加だけでなく、医療スタッフの負担になるとともに、本当に治療が必要な方の治療機会を奪うことになりかねません。やむを得ない場合以外は、診療時間内の受診をおすすめします。

医療機関を診療時間外に受診すると、原則、加算がついて負担が増えます。



(3割負担の場合)		医療機関		薬局
		初診料	再診料	-
休日加算	日・祝	+750円	+570円	調剤技術料の1.4倍を加算
時間外加算	おおむね8時前と18時以降、土曜日は8時前と12時以降	+260円 (+690円)*	+200円 (+540円)*	調剤技術料の同額を加算
深夜加算	22時～翌6時	+1,440円	+1,260円	調剤技術料の2倍を加算

※( )内は救急病院などの場合の額です

## 子ども医療電話相談【#8000】も活用しましょう

夜間・休日の子供の症状にどのように対処したら良いのか病院を受診したほうが良いのか、など判断に迷ったときに【#8000】をプッシュすることにより、小児科医・看護師に電話相談できるものです。お子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

お問い合わせ先

企画総務グループ TEL 043-382-8315

## 協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

## 従業員の皆さまの健康増進のため、健診結果の提出にご協力ください

協会けんぽでは従業員の皆さまの健康の保持増進を図ることを目的として40歳以上の従業員の方々の健診結果をご提出いただき、無料の健康相談サポート（特定保健指導）を行っております。従業員の健康の増進への取組は労働生産性の向上や企業のイメージアップにもつながりますので、健診結果データの提供にご協力くださいますようお願いいたします。

協会けんぽの補助を使った  
「生活習慣病予防健診」を  
受診していますか？

Yes

健診結果の提出は**不要**です。

（健診機関から協会けんぽへ直接健診結果が提供され、生活習慣の改善が必要な方がいる場合は、特定保健指導のご案内を事業所へお送りしております。）

No

労働安全衛生法上の**定期健康  
診断**を実施されていますか？

No

事業所の規模等によっては労働安全衛生法で年に1回従業員に健診を受けさせなければいけないと定められております。

**従業員の健康確保のため、必ず実施しましょう。**

Yes

健診を受診した後は

## 健診結果を協会けんぽへ提出

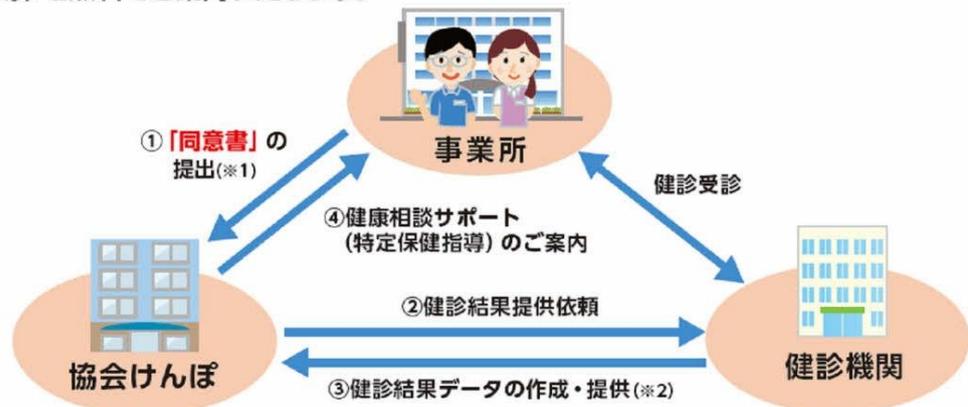
まずは同意書を提出するだけ！～健診結果の提出方法～

健診結果の提供方法は、**同意書に受診している健診機関名をご記入いただき、協会けんぽへ提出する**だけです。

同意書に記入いただいた健診機関から協会けんぽに直接健診結果データを提供いただきます。

その後、協会けんぽから事業所を通じて従業員の皆さまの生活習慣病の発症や重症化を予防する健康相談サポート（特定保健指導）を無料でご案内いたします。

「同意書」  
ダウンロード  
はこちら!▼



※1) 受診している健診機関を変更された場合は、再度同意書のご提出をお願いいたします。

（既に同意書を提出しているA病院で例年健診を受けているが、今年度は同意書を提出していないB病院で健診を受けることになった場合等）

※2) 健診機関が協会けんぽに健診結果データを提出できない場合は、事業主さまへ協会けんぽに直接健診結果の提出をお願いする場合がございます。

お問い合わせ先

保健グループ TEL 043-382-8313



全国健康保険協会 千葉支部  
協会けんぽ

〒260-8645

千葉市中央区新町3-13 日本生命千葉駅前ビル2階



043-382-8311 (代表)

千葉県社会保険協会からのお知らせ

11月15日から

## 山武市成東「いちご狩り」

## 補助券を配付します



## ●利用期間

令和5年12月下旬～令和6年5月5日(日)

※期間中でも気象条件・園の事情により入園できない場合や要予約の期間もありますので、お出かけの際には、各加入苺園に必ずお問合わせください。(土・日・祝祭日は、早めに閉園する場合があります。)

## ●ところ

山武市成東観光苺組合加入苺園

Tel 0475-82-2071(観光案内所)

ホームページ <http://sanmu15.com>

## ●補助金額

400円

※入園料から補助金額を差し引いた料金を、上記組合加入の各苺園に当日お支払ください。

入園料金は、各苺園によって異なりますので、ホームページにてご確認ください。

## ●利用対象者

当協会会員の健康保険被保険者と被扶養者

## ●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・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。

## ●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 いちご狩り補助券 宛

## ●配付受付

令和5年11月15日(水)から配付開始

※補助券がなくなり次第、配付を終了します。

※コピーしてお申込みください

## 山武市成東いちご狩り補助券申込書

申込枚数
枚

事業所記号

事業所番号

事業所名

所在地 〒

TEL

※1事業所15枚まで

## 千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 契約保養所のご案内

## 一人一泊につき 1,000 円の助成！

※会員事業所の被保険者様および被扶養者様(小学生以上)

- 住所  
〒982-6832  
宮城県大崎市鳴子温泉字星沼 18-2
- TEL 0229-87-2121
- ホームページ  
<https://www.sempos.or.jp/naruko/>



鳴子峡見晴台まで徒歩15分！中尊寺、松島、青葉城址へ車で1時間半程です。観光拠点にピッタリ

- 住所  
〒379-1104  
群馬県渋川市赤城町敷島 44
- TEL 0279-56-3030
- ホームページ  
<https://www.helpal-akagi.com/>



榛名山と利根川が織りなす素晴らしい景観、そしてトロリとした温泉が好評のお宿です。

静岡県焼津市本町  
「やいづマリンパレス」

- 住所  
〒425-0022  
静岡県焼津市本町 1-6-3
- TEL 054-629-1011
- ホームページ  
<https://www.sempos.or.jp/yaizu/>



焼津港にも焼津駅にもほど近く、三保の松原や御前崎へは車で1時間弱。温泉もあります！

神奈川県箱根町大平台  
「箱根嶺南荘」(れいなんそう)

- 住所  
〒250-0405  
神奈川県足柄下郡箱根町大平台 442-1
- TEL 0460-82-2898
- ホームページ  
<https://www.sempos.or.jp/hakone/>



箱根登山鉄道大平台駅から徒歩5分で、芸術や史跡めぐりなど箱根周辺の観光拠点にピッタリ。

千葉県鴨川市東町  
「鴨川シーワールドホテル」

- 住所  
〒296-0041  
千葉県鴨川市東町 1464-18
- TEL 04-7092-2121
- ホームページ  
<https://www.kamogawa-seaworld.jp/hotel/>



美しい太平洋が望める全室オーシャンビュー！滞在中は、鴨川シーワールド入園がフリーパスです！

千葉県館山市塩見  
「おさしみの宿 たらべ」

- 住所  
〒294-0302  
千葉県館山市塩見 225
- TEL 0470-29-1188
- ホームページ  
<https://www.tarobe.net/>



目の前には館山湾、天気の良い日は富士山との眺望も。地元で獲れた旬の海の幸を堪能できます。

## 申込方法

各施設に直接、電話にてご予約ください。

予約完了後、当協会にご連絡ください。「契約保養所利用申込書」を送付しますので、必要事項をご記入のうえ、当協会にご送付ください。受付後、当協会から「宿泊補助券」を送付しますので、ご利用日に宿泊施設へお渡しください。

※インターネットでの予約については、「鴨川シーワールドホテル」・「おさしみの宿たらべ」の施設公式サイトからのご予約が助成対象となります。なお、事前決済した場合、および施設公式サイト以外でのご予約は助成対象外となりますので、ご注意ください。

【契約保養所利用申込書の用紙請求先および送付先】

(一財)千葉県社会保険協会 〒260-0001 千葉市中央区都町 3-18-13 問 TEL 043-233-3971

## 千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 令和5年度「写真コンテスト」の作品を募集します!

思わず撮れた瞬間や思い出あふれる瞬間など、皆さまの作品をお待ちしております!



- 題 材** 自由。「四季の風景」「心に残るスナップ(思い出に残る感性あふれる写真)」「文化・スポーツ・社会の変化を記録したもの」や千葉県内の「まつり」や「行事」なども大歓迎です。
- 応募資格** 当協会会員事業所の被保険者様と被扶養者様
- 写真サイズ** 六ツ切～四ツ切版または A4 サイズ(カラー)
- 送り先** 〒260-0001 千葉市中央区都町 3-18-13 (一財)千葉県社会保険協会 TEL 043-233-3971
- 応募期間** 令和5年12月1日(金)～令和6年1月12日(金)
- 審査員** 丹羽 敏憲 氏(全日本写真連盟関東本部委員)
- 発表** ホームページ(令和6年3月アップロード予定)および「月刊社保ちば2024(令和6年3月号)」に掲載し、作品応募者へ通知します。
- 賞** 推薦1点・特選2点・準特選2点・秀作8点

## 応募上の注意

- ① 作品は未発表のものに限ります。
- ② 応募点数は1人7点以内とさせていただきます。
- ③ 下記の応募票をコピーしていただき、必要事項をご記入のうえ、応募作品の裏面に貼付してください。
- ④ 入賞の応募作品は返却いたしません。選外作品につきましては返却いたします。
- ⑤ 応募作品は「社会保険ちば」・「月刊社保ちば」の表紙に使用させていただく場合があります。
- ⑥ 入賞作品の原版(ネガ・デジカメデータ等)は、入賞発表後、提出していただく場合があります。

写真コンテスト応募票		
氏 名		男・女 歳
事業所名	〒	
所在地		
電話番号		
画 題		
撮影場所	( 市 )	
カ メ ラ		撮影月 月
フィルム・デジタル区分	フ ィ ル ム ・ デ ジ タ ル	

※ご記入いただいた個人情報は、写真コンテスト(当協会ホームページおよび機関誌への掲載含む)

## 令和6年度より協会費の口座振替がはじまります

多くのご要望をいただいております「口座振替」を令和6年度よりご利用いただけるよう下記のスケジュールで準備をすすめています。口座振替をご希望の方は下記をご確認ください。

## 口座振替までのスケジュール

- |   |                  |
|---|------------------|
| ① 会員事業所様へ「口座振替依頼書」の発送…11月10日までに申込の事業所様→ | 令和5年 11月中旬までに    |
| ② 「預金口座振替依頼書」の提出期限 .....                | 令和5年 11月末        |
| ③ 千葉県社会保険協会と銀行の内部事務処理 .....             | 令和5年 12月～令和6年 3月 |
| ④ 令和6年度協会費のご案内送付 .....                  | 令和6年 4月          |
| ⑤ 令和6年度協会費の口座からの振替日(引き落とし日) .....       | 令和6年 6月 26日予定    |

口座振替をご希望で申込書をまだ提出されていない事業所様は、  
当協会(043-233-3971)までお問い合わせください。

※口座振替は、令和6年度からです。今年度(令和5年度)分の協会費は4月にお送りした払込票等でお支払いください。