



那倉川



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



福島の絶景

那倉川の紅葉(塙町)

福島県の県道27号線沿いを流れる那倉川渓谷。滝や溪流を見ることができる自然豊かな場所です。地元のボランティア団体が数多くのもみじを植林し、整備しました。今では紅葉の名所として広く知られています。秋になると県外・県内を問わず多くの人が訪れ、その美しさに魅了されます。素晴らしい景観を眺めてリラックスしてみたいでしょうか。



CONTENTS

- ◆令和5年度表彰伝達式を開催しました…………… 2～3
- ◆賞与支払届を忘れずにご提出ください…………… 4～5
- ◆マイナポータルと「ねんきんネット」の連携…………… 5
- ◆はり・きゅう、あんま・マッサージのかかり方…………… 6
- ◆事業主さま、健診担当者さまへ…………… 7
- ◆宿泊施設・娯楽施設優待事業のご案内…………… 8
- ◆白河支部 ボウリング大会を開催しました…………… 8
- ◆相馬支部 ソフトボール大会を開催しました…………… 9
- ◆支部だより(ボウリング)…………… 9
- ◆委員随想(佐藤 正和)…………… 10
- ◆「ねんきん月間」及び「年金の日」のお知らせ…………… 10
- ◆年金事務所Q&A(社会保険料の育休免除について)…………… 11
- ◆協会けんぽQ&A(協会けんぽの申請書について)…………… 11
- ◆季節の健康情報 第74回…………… 12
- ◆ふくしまの魅力再発見! No.61…………… 12
- ◆年金相談(12・1月の日程)…………… 12

令和5年度 社会保険事業功労者 年金委員・健康保険委員・事業主表彰伝達式 を開催しました

受賞された皆様 おめでとうございます

福島県社会保険協会は、日本年金機構福島県内年金事務所、全国健康保険協会福島支部、福島県社会保険委員会連合会と共催で、長年にわたり社会保険事業の推進に功績のあった年金委員・健康保険委員・事業主様に対する令和5年度の表彰伝達式を11月16日(木)に福島市の「コラッセふくしま」において開催いたしました。表彰伝達式では、厚生労働大臣表彰をはじめ各賞を受賞された92名の皆様に表彰状・感謝状が授与されました。

当協会からは、山崎会長が出席し祝辞を述べるとともに、優良事業主表彰を受賞した11名の事業主様に感謝状を授与いたしました。

また、当協会から受賞者92名の皆様に記念品を贈呈いたしました。

なお、受賞されました皆様は、次のとおりです。(順不同・敬称略)

※ 公表辞退者は掲載されていません。

厚生労働大臣表彰

年金委員表彰

藤井 真由美
沖マイクロ技研 株式会社
(二本松市)



健康保険委員表彰

仁井田 きよ子
株式会社 ニイダテック
(須賀川市)



佐藤 弘美
株式会社 東北装美
(郡山市)



小沢 富美夫
会津機械 株式会社
(会津坂下町)



日本年金機構 理事長表彰

年金委員表彰

橘内 力治	株式会社 福島県中央計算センター	(福島市)
青山 優子	株式会社 社会開発センター	(石川町)
岩尾 貢	福島浜通米穀 株式会社	(いわき市)
鈴木 敬二	福島日石 株式会社	(会津若松市)
森 幸子	株式会社 コハタ	(相馬市)
鈴木 正雄	こちや自動車工業 株式会社	(白河市)

日本年金機構 事業推進部門担当 理事表彰

年金委員表彰

菅野 美佳	株式会社 三本杉ジオテック	(福島市)
光野 嘉洋	文化設備工業 株式会社	(福島市)
吉川 渉	吉川紙業 株式会社	(桑折町)
阿部 義宏	済生会 川俣地域ケアセンター	(川俣町)
七海 秀夫	ネットヨタ郡山 株式会社	(郡山市)
平田 豊子	福島スバル自動車 株式会社	(郡山市)
関根 美代子	林精器製造 株式会社	(須賀川市)
石山 伯夫	株式会社 マルトグループホールディングス	(いわき市)
田山 博士	株式会社 本間機械工作所	(いわき市)
中崎 紘子	株式会社 日星製作所	(いわき市)
佐藤 直樹	若松ガス 株式会社	(会津若松市)
赤石澤 朋司	株式会社 高良	(南相馬市)
大木 由紀子	合名会社 大木代吉本店	(矢吹町)
菅野 恵理子	明星電気 株式会社 白河工場	(泉崎村)

全国健康保険協会 理事長表彰

健康保険委員表彰

柳 茂樹	大和自動車交通 株式会社	(福島市)
江花 淳	末廣酒造 株式会社	(会津若松市)
高瀬 ゆかり	協業組合 白河地方リサイクルセンター	(白河市)

一般財団法人福島県社会保険協会長感謝状

事業主表彰

福島製鋼 株式会社(福島市)	代表取締役社長 登坂 明弘	磐城通運 株式会社(いわき市)	代表取締役社長 鈴木 孝雄
株式会社 イワキ(本宮市)	代表取締役社長 鎌田 昌宏	社会福祉法人 友愛会(広野町)	理事長 早川 秀輝
川俣貨物 株式会社(川俣町)	代表取締役社長 澤村 兼人	秋山ユアビス建設 株式会社(会津若松市)	代表取締役社長 秋山 武義
株式会社 芳三工業(三春町)	代表取締役社長 迫田 洋子	横山建設工業 株式会社(南相馬市)	代表取締役 横山 真由美
TSK 株式会社(天栄村)	代表取締役社長 瀧戸 雅章	東北ポール株式会社 白河工場(白河市)	工場長 柳 浩志
株式会社 福産建設(石川町)	代表取締役 吉田 一治		

福島県社会保険委員会連合会長感謝状

年金委員・健康保険委員表彰

高橋 千加子	伊達貨物運送 株式会社	(伊達市)	松本 弘治	磐城通運 株式会社	(いわき市)
帆苅 聖子	保原町商工会	(伊達市)	久慈 哲平	会津土建 株式会社	(会津若松市)
遠藤 裕一	一般財団法人 太田綜合病院	(郡山市)	山口 純子	株式会社 会津美里振興公社	(会津美里町)
中村 宏司	福島トヨペット 株式会社	(郡山市)	齋藤 イネ	有限会社 齋藤商店	(南相馬市)
遠藤 茂明	株式会社 トプコンオプトネクス	(田村市)	梶ヶ野 久美	日工技研 株式会社	(白河市)
稲林 美穂	木村ミルクプラント 株式会社	(いわき市)			

全国健康保険協会 福島支部長表彰

健康保険委員表彰

梅津 美法	有限会社 まめ	(福島市)	岩谷 博文	大内新興化学工業 株式会社 須賀川工場	(須賀川市)
倉島 央樹	倉島設備 株式会社	(福島市)	阿部 紀子	常盤電設産業 株式会社	(いわき市)
長浦 亜希子	税理士法人 ケーエフエス	(福島市)	大峯 優子	株式会社 ピュアロンジャパン	(いわき市)
遠藤 裕理子	株式会社 利根川組	(伊達市)	鈴木 孝弘	いわき道路 株式会社	(いわき市)
八巻 真澄	株式会社 やまき電設工業	(伊達市)	鈴木 美和	株式会社 三崎組	(いわき市)
和泉 守昭	有限会社 糸び屋	(桑折町)	矢渡 友子	希久多工業 株式会社	(いわき市)
安藤 雪江	有限会社 仁井田本家	(郡山市)	荒池 哲也	秋山ユアビス建設 株式会社	(会津若松市)
佐藤 奈美	昭和技术設計 株式会社	(郡山市)	三橋 明伸	会津若松商工会議所	(会津若松市)
椎根 まき子	有限会社 カートップシイネ	(郡山市)	鈴木 勝弘	佐久間建設工業 株式会社	(三島町)
永島 敬	飯島米穀 株式会社	(郡山市)	早川 久恵	早川電気工業 株式会社	(相馬市)
馬場 洋行	日和田運送 株式会社	(郡山市)	鈴木 久美子	株式会社 鈴木建設	(白河市)
人見 達男	株式会社 大進精測	(郡山市)	皆川 千恵子	株式会社 建協測量設計	(白河市)

日本年金機構 年金事務所長感謝状

年金委員表彰

齋藤 佳久	福島県土地改良事業団体連合会	(福島市)	小松 健三	社団医療法人 養生会	(いわき市)
佐藤 吉広	有限会社 福島コスモ商会	(福島市)	星 千絵	嵐電気工事 株式会社	(いわき市)
佐久間 美架	株式会社 アダプテック	(二本松市)	佐藤 千華子	株式会社 会津電気工事	(会津若松市)
市川 守	認定NPO法人 郡山ベップ子育てネットワーク	(郡山市)	福王寺 陽子	日吉工業 株式会社	(喜多方市)
小山 千恵子	笠原工業 株式会社	(須賀川市)	五十嵐 好哉	暁精機 株式会社	(下郷町)
込山 勝博	須賀川商工会議所	(須賀川市)	八巻 光子	旭電設工業 株式会社	(相馬市)
平栗 俊一	岩通マニュアルチャリング 株式会社	(須賀川市)	門馬 華	日通相馬港運輸 株式会社	(新地町)
松本 亜紀	社会福祉法人 石川福祉会	(石川町)	亀井 光枝	株式会社 東北たまがわ	(白河市)
木村 友克	株式会社 地質基礎	(いわき市)	矢浦 弓一	東北ガス 株式会社	(西郷村)

賞与支払届を忘れずにご提出ください

賞与支払届の提出について

賞与を支払ったときは、健康保険・厚生年金保険の毎月の保険料と同率の保険料を納付することになっています。事業主が被保険者及び70歳以上被用者へ賞与を支給した場合は、支給日より5日以内に「被保険者賞与支払届」の提出が必要となります。

この届出により標準賞与額及び賞与にかかる保険料額が決定されるとともに、被保険者の方が受給する厚生年金額の計算の基礎になります。



対象となる賞与

賞与とは、賃金、給料、手当、賞与などその名称を問わず、労働者が労働の対償として受けるもののうち、年3回以下の支給のものをいいます。なお、年4回以上支給されるものは標準報酬月額の対象とされ、また、労働の対償とみなされない結婚祝い金等は対象外です。

届出用紙について

届出用紙(賞与支払届等)については、事前に賞与支払予定月を登録いただいている事業所様には、賞与支払予定月の前月に、被保険者の氏名、生年月日等を印字した用紙を送付しています。

届出方法について

用紙による提出のほか、電子申請やCD・DVDなどの電子媒体を利用した提出ができます。電子申請は、インターネットを利用し24時間365日いつでもどこでも申請が可能です。

電子申請のご利用方法については、日本年金機構ホームページをご覧ください。
初めて電子申請する方向けの「電子申請ご利用案内動画」も掲載しております。

日本年金機構 電子申請

検索



標準賞与額の決め方

賞与にかかる保険料は、実際に支払われた賞与額(税引き前の総支給額)から1,000円未満を切り捨てた額に、保険料率を乗じて計算します。なお、標準賞与額には下記の通り上限が設定されています。

健康保険	年度(4月から翌年3月)累計で573万円
厚生年金	1か月あたり150万円(同月内に2回以上支給されたときは合算額)

※注意事項

ケース	注意点
同月内に2回以上の支払い	合算した額で賞与支払届を提出します。
70歳以上の被用者への支払い	賞与支払届の「⑧1.70歳以上被用者を○で囲み、⑦に個人番号または、基礎年金番号を記入してください。
上限を超えた月以降の賞与支払届	同一年度に支払われた賞与については支払届が必要です。
資格喪失月の賞与の支払い	資格喪失日の前日までに支払われた賞与については賞与支払届が必要です。
予定していた月に賞与を支給しなかった時	賞与不支給報告書を提出してください。

マイナポータルとの連携で 「ねんきんネット」はもっと便利になります！

もうすぐ
利用者数
1000万人
到達!!

「ねんきんネット」で、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を手軽に確認できます。

- ご自身の年金記録の確認
- 将来の年金見込額の試算
- 「ねんきん定期便」や各種通知書（年金振込通知書、公的年金等の源泉徴収票、社会保険料（国民年金保険料）控除証明書など）の確認

《マイナポータルとの連携で次のことができます！》

- ◆扶養親族等申告書の電子申請
- ◆社会保険料（国民年金保険料）控除証明書や公的年金等の源泉徴収票などの電子データの受け取り など

まずは▶マイナポータルの利用者登録

マイナポータルはこちらから
<https://myna.go.jp>



- ①マイナポータルのトップ画面右上の「ログイン」を選択
 - ②「利用者登録」を選択
 - ③使用する端末から「スマートフォン」を選択し、マイナポータルアプリをダウンロード
 - ④「利用者登録／ログイン」を選択
 - ⑤ご自身で設定した数字4桁の暗証番号を入力
 - ⑥スマートフォンにマイナンバーカードをかざして読み取り開始
- ⇒マイナポータルの利用者登録が完了



つぎに▶「ねんきんネット」との連携

- ①マイナポータルのトップ画面「注目の情報」の「年金記録・見込額を見る（ねんきんネット）」を選択
 - ②「連携に同意する」にチェックを入れ、「ねんきんネットと連携」を選択
 - ③「メールアドレスの登録／変更」からメールアドレスを入力
- ⇒ねんきんネットとの連携が完了



《注意》 ・マイナポータルからねんきんネットへつなぐ場合の初回利用登録の時間帯は、平日8時から23時までです。
・基礎年金番号をお持ちでない方等、一部ご利用できない場合があります。

利用登録後は、24時間いつでも「ねんきんネット」をご利用いただけます

はり・きゅう、あんま・マッサージのかかり方

はり・きゅうの施術について、一定の要件を満たす場合は「療養費」として健康保険給付の対象となります。なお、健康保険の対象とならない場合は、全額自己負担となります。

はり・きゅうの場合

下記の①・②の両方の要件を満たす場合にのみ、健康保険の給付の対象となります。

① 対象となる傷病であること



② 医師が施術に同意していること

医師による適当な治療手段がないため、はり・きゅうの施術を受けることについて医師が同意していること。

※初回申請時には、医師の同意書を添付してください。(同意書は6か月に1度添付が必要となります。)

あんま・マッサージの場合

医師が施術に同意していること

筋麻痺・関節拘縮等の症状が認められ、その制限されている関節の可動域の拡大と筋力増強を促し、症状の改善を目的として、あんま・マッサージの施術が必要と医師が同意している場合に限りです。したがって、疲労回復や慰安目的などのマッサージは健康保険給付の対象となりません。

※初回申請時には、医師の同意書を添付してください。(同意書は6か月に1度添付が必要となります。)

★上記の施術を受けられる方へ★

- 施術を受けたときは、必ず領収書を受け取り大切に保管しましょう！
- 施術を受けた日付や施術内容・金額を確認しましょう。
- はり・きゅう及びあんま・マッサージの施術を受け療養費を申請する場合は、文書による医師の同意が必要です。
初めて施術を受ける方や、同意期間を超えて施術を受ける方は、必ず医療機関を受診し同意書の交付を受けてください。



【お問い合わせ】 業務グループ ☎024-523-3917

事業主さま、健診担当者さまへ

従業員の健康管理は本人だけの問題ではありません。
会社が積極的に取り組む時代です。

健診結果が

「**要精密検査・要治療**」の方に、
早期受診の呼びかけをお願いします。

健診結果の確認で
見えてくる、事業所の
リスクがあります。



症状がないからと**要精密検査・要治療**を
そのままにしておくと…

重症化・合併症の発症により

- ・仕事の効率が低下
- ・病気による突然の休職・退職に繋がることも



全国健康保険協会 福島支部
協会けんぽ

保健グループ

☎024-523-3919

宿泊施設・娯楽施設優待事業のご案内

全国社会保険協会連合会では、「社会保険協会の会員事業所」の従業員とその家族の健康保持増進に資するため、下記施設グループと優待利用契約を結んでいます。従業員の皆様の宿泊休養等に、是非ご利用ください。

また、タイムズカーレンタルの割引もございます。

なお、利用にあたっては、「施設利用会員証」が必要となります。詳しくは、当協会または一般社団法人全国社会保険協会連合会のホームページをご参照ください。



＊ 施設グループ ＊

- | | |
|---|---|
| ■ 船員保険会 …………… 3施設 | ■ 亀の井ホテルグループ …………… 30施設 |
| ■ ホテル法華クラブグループ …………… 18施設 | ■ HMIホテルグループ
(ホテルマネジメントインターナショナル(株))
…………… 41施設 |
| ■ 高輪・品川プリンスホテル(限定) …………… 4施設 | ■ クア・アンド・ホテルグループ …………… 4施設 |
| ■ プリンスホテルグループ
宿泊施設 …………… 47施設
娯楽施設(ゴルフ場・スキー場等) …………… 59施設 | ■ 個別契約施設(宿泊施設) …………… 11施設 |
| ■ 湯快リゾート(株) …………… 30施設 | ■ 個別契約施設(日帰り施設) …………… 6施設 |
| ■ ダイワロイヤルホテル
(大和リゾート(株)) …………… 77施設 | |

社会保険協会からのお知らせ

支部だより

社会保険協会 支部事業の報告

白河支部 健康づくりボウリング大会を開催しました

令和5年9月14日(木)、午後6時30分から棚倉アローボウルで、白河支部の健康づくりボウリング大会を開催しました。

当日は、定員である48名の参加をいただき、全レーンの12レーンを使用し実施しました。開会式では、白河年金事務所の渡部高行所長のご挨拶をいただき、高田産商(株)の鶴丸海渡さんの始球式で始まりました。



ストライクやスペアをとると、各レーンからは大きな歓声上がり、ハイタッチなどで参加者の皆さんは大いに盛り上がっていました。

2ゲーム目になると、参加者の一部の方は、疲れた様子を見せ、「普段の運動不足を感じる。健康づくりの重要性を感じた」とのコメントもありました。

大会の結果(一部)は右の通りです。

《大会の結果》

【優勝】

安沢 良太 さん
アズビル金門エナジープロダクツ(株)

【準優勝】

芳賀 正隆 さん
(有)芳賀モーター商会

【3位】

岡部 英司 さん
高田産商(株)

【ハイゲーム賞】

芳賀 正隆 さん
(有)芳賀モーター商会

その他、「レーン団体優勝」を始め、「ブービー賞・メーカー賞・当日賞・飛び賞・大波賞・小波賞」や特別賞として「始球式賞」、「じゃんけん賞」など受賞された皆様、おめでとうございます。

9月30日(土)相馬光陽ソフトボール場で第39回ソフトボール大会が開催されました。
全6チームの選手と審判員により開会式を行いました。立谷支部長の挨拶、相馬港湾運送の選手による選手宣誓が行われ、試合開始となりました。

試合はトーナメント方式、5イニング、60分の時間制限で行われました。親善試合ということで、皆さん声を掛け合い笑い声もあり、楽しんでプレーしていました。また、職場の皆さんや家族の方も応援に駆け付け、黄色い歓声で盛り上がりました。



実はこの日の天気予報は曇りのち雨!朝のうちパラパラと雨が降ってきて大変心配しましたが、試合が進むにつれ晴れ間も見え最高のスポーツ日和となりました。皆さんの熱い戦いが天候を変えたようです!

最後に表彰式を行い大変重い賞品を皆さんにお持ち帰りいただきました。

結果は右のとおりです。

《大会の結果》

【優勝】

相馬共同
火力発電(株)

【準優勝】

(株)東邦銀行
相馬支店

【3位】

南相馬市
社会福祉協議会

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

平支部 健康づくりボウリング大会

	日 時	場 所	定員
平会場	令和6年 1月29日(月) 18:30~	ボウリング王国スポーツ 平店 (いわき市平字正月町61-3)	60名
小名浜会場	令和6年 2月6日(火) 18:30~	いわきゴールドレーン (いわき市小名浜船引場43-13)	40名
参加資格	管内の社会保険協会、社会保険委員会加入事業所の被保険者		
競技方法	個人戦 2ゲームトータルピン 女性は1ゲーム15ピンのハンデ有り		
会 費	一人1,000円(表彰あり)		
申込締切	令和6年1月9日(火)		

相馬支部

第29回
社会保険親善ボウリング大会

日 程	令和5年12月8日(金)午後6時30分スタート ※受付は6時15分までをお願いします。
場 所	ルミックスボウル原町
参加資格	管内協会会員事業所の被保険者
参 加 費	一人1,000円(2ゲーム代、靴代、飲み物代含む)
申込締切	令和5年11月27日(月) ※定員になり次第締切ります。
定 員	30名(1事業所4名まで それ以上は要相談)

※お申込みいただいた代表者へ、後日詳しい通知をお送りいたします。

ボウリング大会参加申込書

※FAXで送付ください《FAX番号》024-525-9312

事業所名称		事業所整理記号			
事業所所在地		申込会場	平 ・ 小名浜 ・ 相馬		
電話番号		FAX番号			
参 加 者	保険証番号	氏 名	性 別	加入区分	年 齢
	(代表者)	緊急連絡先(携帯番号)	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。

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

我が仕事人生



株式会社 福装 21
取締役副社長
佐藤 正和

昭和26年1月1日生まれの小生ですが、本年度で満72歳を迎えたところです。現在の(株)福装に入社して早いもので、53年になりました。思えば家業の関係で、会社とのお付き合いが縁で、現在に至った次第でした。当時、学校校長を歴任された厚生課長の荒光清氏の紹介を受けて、縫製業の世界に足を踏み入れた訳でありました。当時、相馬市長の故横山宗延氏が企業誘致第1号としての女性型の企業として、当地に仲間入りさせて頂きました。市内立谷天ヶ沢に宇多中学校の跡地として、校舎を改造しながらの創業となりました。製造ラインは講堂を活用して生まれ、小生が5年後に入社した時は、社員100名を超えて、しかも女性が殆どでしたから、小生には圧倒された感が今でも残っています。後に、総務担当のベテランの取締役笠原甚五郎氏(退社)の指導を頂き、

縫製のイロハから手厚い指導を頂き続けました。時の流れと共に、当社も発展し、お蔭様で業界では信頼ある地位を確立する事が出来ました。今後100年企業を目指して、邁進して行くところですので、宜しくご支援の程お願い申し上げます。小生は過去に5回程漬瘍で入院し、回りの皆様には大変迷惑をおかけしたものでしたが、これを境に精進努力し、以後22年間健康体に戻り、色々なエクササイズを現在もチャレンジして行っています。その中でも呼吸法と発声には心がけ、毎日欠かさず、覚えた般若心経を唱えています。読経後のすがすがしさは心地よいものです。やはり、自分の好きなことはどんどん進めていますが、いつも家内を連れてコンサート、美術館、レース場等に足を運ぶことが多い昨今です。この年まで働ける事の歓びを改めて感じ入るところです。その陰に、家内の支えがある事に改めて感謝するものです。



「ねんきん月間」及び「年金の日」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、公的年金制度の普及・啓発活動を展開します。また、平成26年からは11月30日が「年金の日」と制定されました。

「ねんきん月間」は、国民の皆様にご公的年金制度を身近に感じていただき、理解を深めていただくことを目的としています。

詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索



お電話でのお問い合わせもお気軽にどうぞ TEL. 0570-058-555

社会保険料の育休免除について

Q 私は令和5年11月3日に出産し、現在産前産後休業中のため、保険料を免除されています。出産の日の後56日(令和5年12月29日)までの産後休業に引き続き、子どもが1歳になる令和6年11月2日まで育児休業を取得する予定ですが、その間の保険料はどうなりますか？

また、会社員の夫が11月7日から11月27日まで育児休業を取得してくれます。夫の社会保険料はどうなりますか？

A **ご本人様(妻)** 令和5年11月分までの産前産後休業による保険料免除に引き続き、令和5年12月分から令和6年10月分までの社会保険料が免除になります。

配偶者様(夫) 令和5年11月分の社会保険料が免除になります。ただし、11月に賞与が支給されている場合、賞与分の保険料は徴収されます。

育児休業期間中は、産前産後休業と同様、休業開始日の属する月から休業終了日の翌日の属する月の前月までの期間の社会保険料(ご本人様負担分及び事業主様負担分)が免除になります。

また、開始日と終了日の翌日が属する月が同一の場合は、その月に14日以上育児休業を取得した場合は、免除となります。(令和4年10月1日以降に開始した育児休業に限る。)

ただし、賞与と保険料は、賞与支払月の月末を含む連続して1月を超える育児休業等を取得した際に免除されるため、配偶者様(夫)に賞与が支払われていた場合は、賞与分の保険料は徴収されます。

注意

役員の場合は注意が必要です!!

役員である被保険者の場合、産前産後休業による保険料免除は対象になりますが、**育児休業中の保険料については免除対象となりません。**

詳しくは、社会保険
ふくしま9・10月号
4ページから5ページを
ご参照ください。

※年金のご相談、ご予約は「ねんきんダイヤル」へ TEL.0570-05-1165

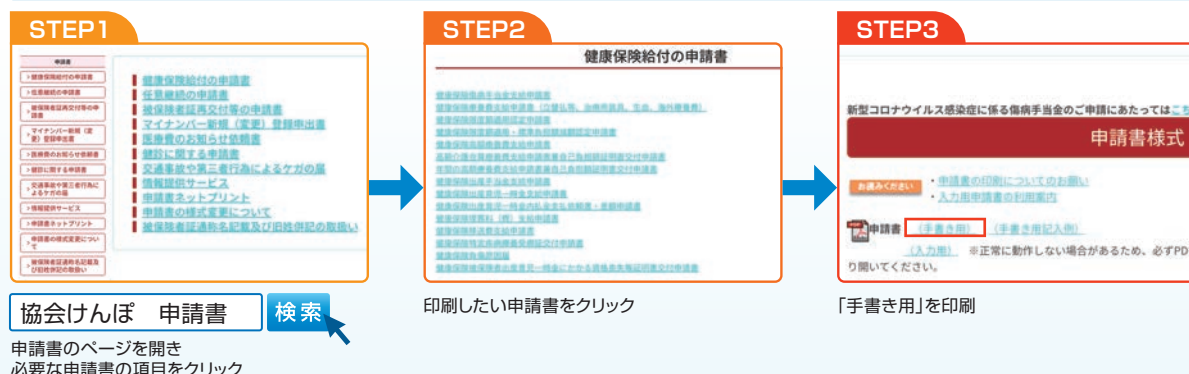
協会けんぽの申請書について

Q 協会けんぽの申請書はどこで手に入りますか？

A 協会けんぽの申請書は**インターネットから印刷可能**です!!



ホームページから申請書を印刷する方法



※令和5年10月以降に旧様式でご申請された場合、事務処理等に時間を要してしまいます!!
ご申請の際は新様式でご提出をお願いします。

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

年末年始、アルコールはほどほどに

体の中でアルコールによる影響を最も受けやすいのは肝臓です。アルコールのとりすぎによって、摂取エネルギーが消費エネルギーを上回ると、余ったエネルギーは肝臓に運ばれて中性脂肪になります。中性脂肪が肝臓にたまり、脂肪肝を招き、そのまま飲酒を続けるとアルコール性肝炎となり、さらに飲み続けてしまうと、治すことが困難な肝硬変に至ります。

肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、よほどのことがない限り音を上げないため、定期健診などで早期発見することが大切です。飲酒による脂肪肝であれば、短期間の禁酒で改善することも可能です。

年末年始になると、お酒を飲む機会が増える人も多いかもしれませんね。適度な量のたんぱく質や糖質、野菜をバランスよく食べながら、お酒を楽しむようにしましょう。



肝臓は沈黙の臓器と呼ばれ、飲酒習慣のある人は気づかないうちに弱っていることもあります。

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.61

- 渋沢栄一が住んでいた埼玉県旧渋沢邸に、須賀川市の畳店が製造した畳が敷かれている
- JR磐城駅併設の「はなわ漫画廊」には漫画家・富永一郎さんが寄贈した原画が展示されている

方言クイズ

「しんに」の意味は?

- A.本当に B.新しい C.知らない

福島検定クイズ1

清らかな水が自慢の川内村は全国でも珍しい「あるもの」がない村! さて、何がない?

- A.上水道 B.ゴミステーション
C.自販機

福島検定クイズ2

福島市飯野町は通称「●●●の里」と呼ばれている。

●●●には何が入る?

- A.グッド(いい) B.大自然 C.UFO

答え

「しんに」は「新しい」の方言。「あるもの」は「自販機」。「●●●の里」は「グッドの里」。

12・1月のねんきん相談



出張相談・休日相談・延長相談のご案内

相談	出張相談		休日相談	延長相談
場所	南相馬市役所	喜多方市役所 ホール棟1階 市民ロビー	県内 各年金事務所	県内 各年金事務所
実施日	12月13日ⓧ 12月27日ⓧ 1月10日ⓧ 1月24日ⓧ	12月14日ⓧ	毎月 第2土曜日	遇初めの 開所日
受付時間	10:00~12:00 (予約制)	10:00~16:00 (予約制)	9:30~16:00	8:30~19:00
予約受付先	相馬 年金事務所 0244-36-5172	会津若松 年金事務所 0242-27-5321	ご予約がおすすめです! お客様のご都合に合わせて、 スムーズに相談できます。 「予約受付専用電話」 0570-05-4890	

※南相馬市での出張相談は、午前中のみです。
喜多方市役所での出張相談は、2か月に1回開催します。

【予約の申込方法】

1. 予約相談日の1か月前から前日まで受付しています。
2. 申込の際は、「基礎年金番号」を伺いますので、年金手帳や年金証書をご準備ください。

【年金相談に必要なもの】

1. 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。
2. 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)が必要になります。