

記事提供：日本年金機構 年金事務所
全国健康保険協会 茨城支部
発行：一般財団法人 茨城県社会保険協会
水戸市南町3-4-12 常陽海上ビル8F
TEL.029-226-8005

社会保険

いばらき

11

11月は年金月間です

2019 November
NO.496

- 年金委員・健康保険委員の推薦をお願いします
- 鍼灸、あん摩・マッサージのかかり方
- 傷病手当金について
- 12月の出張年金相談



「もみじの薬王寺」(桜川市)：日本写真家協会会員 藤井 正夫

職場内で回覧しましょう

11月は

ねんきん月間 です

年金保険料、納めていますか？ この機会に年金加入状況の確認を！

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・啓発活動を行います。



公的年金は、老後の支えとしての役割だけでなく、若い時に障害を負ってしまった場合や、家計の支え手を亡くした場合にも、もらうこと(障害年金、遺族年金)ができます。

「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？

「ねんきん月間」の趣旨は、ホームページをご覧ください。

●日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

「ねんきん月間」の取組内容

- 市町村役場、大学、商業施設など、全国各地のさまざまな場所で、年金事務所職員などによる出張年金相談を行います。
- 大学や高校などで、学生向け年金セミナーを実施します。
- 「わたしと年金」エッセイの優秀作品を発表します。(日本年金機構ホームページ上)
- 国民年金保険料の納付案内を積極的に実施します。



⚠️ 年金保険料、納めていますか？

国民年金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!! 保険料は必ず納めましょう。

国民年金保険料を納めるのが難しい場合は・・・

所得が少ないなど、保険料を納めることが難しい場合は、申請することにより、保険料の納付が免除、または猶予される制度があります。

この機会に、年金について考え、公的年金制度の趣旨や仕組みについてご理解いただきますようお願いいたします。

年金委員(職域型)・健康保険委員を推薦してください

○年金委員とは

厚生年金保険および国民年金に関する適用・給付・保険料などについて、会社や地域において指導、相談、助言などを行っていただく民間協力員です。活動範囲により「職域型」と「地域型」の2つに区分され、職域型の年金委員については、職場内において従業員と年金事務所を結ぶパイプ役となり、年金知識に長けた存在として活躍いただいております。また、国はもとより日本年金機構のサポーターとして、広く年金制度への理解と信頼を深めていただくため、普及啓発活動も行っており、現在、茨城県内では約2,000名の方に活動いただいております。

○年金委員になるとこんなメリットがあります。

- ・無料で各種研修会を実施しておりますので、年金制度や新たな制度改正といった情報を得ることができます。
- ・長年にわたる活動や功績に対しては厚生労働大臣等からの表彰の対象になります。

○「職域型」の年金委員になるには

厚生年金保険の適用事業所の事業主様から、年金業務に関して一定期間の経験や知識がある方を推薦していただき、「年金委員推薦書(職域型)」を管轄の年金事務所へ提出していただいたのち、厚生労働大臣が委嘱します。

詳しくは管轄の年金事務所へお問い合わせください。

○健康保険委員とは

協会けんぽにご加入の事業所において、事業所さまと協会けんぽを結ぶパイプ役として、従業員の方への周知広報や相談対応などのご協力をいただいております。現在、茨城県内では約6,400名の方に活動いただいております。健康保険委員の役割としましては、従業員の皆様へ、協会けんぽから発信する情報の周知や健康保険制度の説明・申請方法の案内、健康診断の受診の奨励等を普段のお仕事に差し支えない範囲で行っていただいております。

○健康保険委員になるとこんなメリットがあります。

- ・協会けんぽのしおり(健康保険の各種申請手続きを開設したマニュアル本)を毎年度差し上げます。
- ・各種研修会へ無料でご参加いただけます。
- ・定期的に最新の情報をお送りします。
- ・長年の活動や功績に対しては表彰制度があります。

○健康保険委員になるには

健康保険被保険者であることが条件です。健康保険委員登録書をホームページでダウンロードしていただくか、お電話をいただければ郵送でお送りいたしますので、協会けんぽ茨城支部へ提出してください。なお、お申し込みはFAXでも受け付けております。

詳しくは協会けんぽ茨城支部へお問い合わせください。

○事業主の皆様へ

公的年金制度や健康保険制度に関する仕組みや各種手続き方法について、専門的な知識や情報を有する従業員が職場内にいることは、とても心強いものです。日本年金機構や全国健康保険協会では、年金委員や健康保険委員の方々に活躍していただくために、定期的に研修会を実施し、必要な情報を随時提供することで活躍のサポートをしています。

この機会にぜひ、年金委員および健康保険委員の推薦をお願いします。

協会けんぽ茨城支部からのお知らせ

はり・きゅう、あん摩・マッサージのかかり方

はり・きゅう、あん摩・マッサージの施術について、次のような傷病・症状や条件に該当した場合のみ、健康保険を使うことができます。

はり・きゅう

神経痛

リウマチ

五十肩

腰痛症

頸腕症候群

頸椎捻挫後遺症

神経痛やリウマチなど同一の範囲とされる慢性的な疼痛についても、認められる場合があります。

条件

医師による適当な治療手段がなく、医師がはり・きゅうの施術を受けることに同意した場合

あん摩・マッサージ

筋麻痺

関節拘縮

診断名によることなく、上記の症状がみられる場合を含みます。

条件

症状の改善を目的として、医師があん摩・マッサージの施術が必要と同意した場合

※初回申請時には、医師の同意書を添付してください。

施術を受けるときの

ポイント

① 医療機関との併用での施術は認められません

✓ はり・きゅうの施術について健康保険による給付を受けることができるのは、医師による適当な治療手段がない場合のみです。したがって、はり・きゅうの施術を受けながら、並行して医療機関で同じ傷病の診療を受けた場合、はり・きゅうの施術は健康保険扱いとはなりません。

② 定期的に医師の同意が必要です

✓ 健康保険を使って、はり・きゅう、あん摩・マッサージの施術を継続して受けるには、6か月ごとに医師の同意が必要です。医師の同意のない施術は、健康保険の対象となりません。

③ 療養費支給申請書の内容を確認し、必ずご自身で署名または押印を！

✓ 療養費支給申請書は、施術にかかった費用の一部を協会けんぽに請求し、支払を受けるのに必要な書類です。
✓ 傷病名、日数、金額など、記載されている内容を確認のうえ、ご自身で署名または押印しましょう。

④ 領収証は必ずもらいましょう！

✓ 領収証は、医療費控除を受ける際に必要となります。大切に保管してください。

加入者の皆さまへお願い

協会けんぽから**施術内容についてお尋ねする**ことがあります

整骨院・接骨院、はり・きゅう、あん摩・マッサージに関する療養費支給申請書について、適正な支払いを行うため、施術を受けたご加入者に、協会けんぽより電話または文書で、施術年月日・施術内容などを照会させていただくことがあります。照会がありましたら、必ずご自身でご回答ください。

健康保険の適正な給付のために、ご協力をよろしくお願いいたします。

はじめての傷病手当金 病気やケガで仕事を休んだとき

傷病手当金とは、被保険者が業務外の病気やケガによる療養のために仕事に就くことができず、その間、事業主から給与が受けられないときの生活保障として支給される給付金です。

傷病手当金が支給される条件 以下の条件すべてに該当したときに支給されます

仕事とは関係のない病気やケガ
業務災害・通勤途上の傷病は労災保険扱いです

療養のために仕事に就けない（労務不能）
療養担当者（医師など）の意見をもとに判断

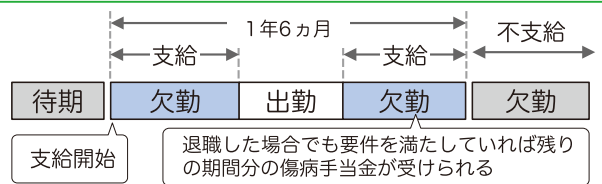
**連続する3日間（待期期間）を含み
4日以上仕事に就けない**
待期期間には有給休暇・公休日・祝日を含みます

**休んだ期間について給与の支払いがない
または、その給与の日額が傷病手当金より少ない**

■支給される期間は？

同一の病気やケガについて、支給開始日から1年6ヵ月間です。出勤して給与支払いがあった期間も1年6ヵ月間に含まれます。

※申請期限(時効)は労務不能であった日ごとにその翌日から2年以内



■傷病手当金の支給額の計算方法

被保険者期間が1年に満たない場合は、入社後の平均額か、協会けんぽの全被保険者の平均額（31年度は30万円）のいずれか低い額を使用して計算します。

支給総額 = 直近1年間の標準報酬月額の内平均額の30分の1 × 3分の2 × 支給日数

退職などで資格喪失した後の傷病手当金について

以下の条件すべてを満たしていれば、退職時受けていた同一の傷病でお仕事ができない間、満了年月日まで傷病手当金を申請できます。

退職日に出勤していない

退職日に傷病手当金を受けている
または、支給を受ける条件を満たしている
待期間が終了し、退職日が4日目以降であること

1年以上継続して被保険者期間がある

失業給付を受給していない
失業給付は働くことができる方に対する給付のため、併給できません

傷病手当金は支給停止（または減額調整）される場合があります

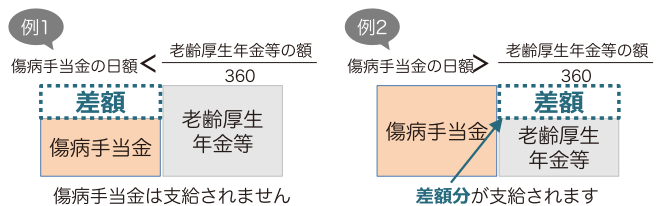
●傷病手当金と出産手当金が受けられるとき

傷病手当金と出産手当金を同時に受けられるときは、出産手当金を優先して支給し、その間傷病手当金は支給されません。ただし、出産手当金の額が傷病手当金の額より少ないときは、その差額が支給されます。なお、出産手当金を支給すべき場合において傷病手当金が支払われたときは、その支払われた額（差額として支払われたものを除く）は、出産手当金の内払いとみなされます。

●退職後に老齢年金が受けられるとき

退職後に受けられる傷病手当金の支給期間に厚生年金等の老齢年金（二つ以上受けるときは、その合計額）を受けられる場合には、傷病手当金が調整されます。

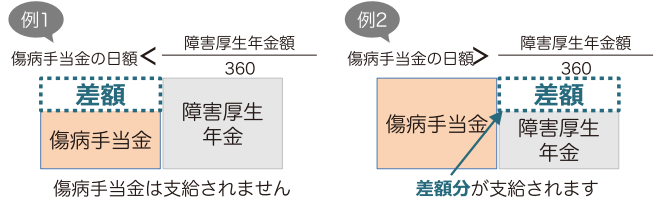
傷病手当金の日額 - $\frac{\text{老齢厚生年金等の額}}{360}$ = 差額（支給金額）



●障害厚生年金または障害手当金が受けられるとき

傷病手当金の支給期間に同一の疾病による障害厚生年金または障害手当金を受けられる場合には、傷病手当金が調整されます。

傷病手当金の日額 - $\frac{\text{障害厚生年金額}}{360}$ = 差額（支給金額）



障害手当金の場合には、傷病手当金の額の合計額が、障害手当金の額に達する日まで傷病手当金は支給されません。

●労災保険の休業補償給付が受けられるとき

労災保険から休業補償給付を受けているときに、業務災害以外の病気やケガで仕事に就けなくなった場合でも、傷病手当金は支給されません。ただし、休業補償給付の日額が傷病手当金の日額より低いときは、その差額が支給されます。

※申請書の記入方法等については協会けんぽのホームページをご覧ください。業務グループ (029-303-1582) へお問い合わせください。

お問い合わせ先

全国健康保険協会 茨城支部
協会けんぽ

〒310-8502 水戸市南町3-4-57 水戸セントラルビル

協会けんぽ 茨城

検索

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ibaraki/>

代表 ☎029-303-1500

茨城県社会保険協会からのお知らせ

あなたの職場に健康づくりの講師を派遣します

茨城県社会保険協会では、被保険者の健康づくりに関する講習会を実施しています。都合の良い日時にご希望の講師が職場またはご用意された会場へお伺いしますので、職場の研修等にご活用ください。

体力づくり講習会

健康運動指導士を派遣し、健康体操等の講話や実技指導を行います。

健康づくり講習会

管理栄養士等を派遣し、ご希望に応じたテーマで講習会を行います。

テーマ

- 病気の予防
- 生活習慣病等

費用は
無料

茨城県社会保険協会
が負担します。

申込方法

事業所で、日時、会場の設定と講演等の内容を定めて茨城県社会保険協会へお申し込みください。なお、講師の都合等がありますので、1ヵ月くらいの余裕をもってお申し込みください。

お問い合わせ
お申し込み

一般財団法人 茨城県社会保険協会
TEL 029-226-8005 FAX 029-231-2522
〒310-0021 水戸市南町3-4-12 常陽海上ビル8階

出張年金相談のお知らせ

年金事務所による12月の出張年金相談の日時・会場は下記のとおりです。

なお、相談にはどの会場も事前の予約が必要です。事前に該当の年金事務所へお電話のうえ、ご予約をお願いします。

12月の出張年金相談

年金事務所 予約先電話番号	日 時	会 場
水戸北年金事務所 029 (231) 2283	5日(木) 10:00~15:00	常陸太田市役所
	10日(火) 10:00~14:00	大子町役場
	18日(水) 10:00~15:00	常陸大宮市役所
水戸南年金事務所 029 (227) 3278	12日(木) 10:00~14:30	鹿嶋市商工会本所
	19日(木) 10:00~14:30	神栖市商工会本所
土浦年金事務所 029 (825) 1170	5日(木) 10:00~15:00	取手市商工会館
	20日(金) 10:00~15:00	龍ヶ崎市地域福祉会館
下館年金事務所 0296 (25) 0829	12日(木) 10:00~14:00	常総市商工会水海道事務所
	18日(水) 10:00~14:30	古河商工会議所
日立年金事務所 0294 (24) 2193	17日(火) 10:00~14:00	高萩市役所

※相談を受ける際には、運転免許証や住民基本台帳カードなどの顔写真付きの身分証明書をご持参ください。お持ちでない場合には、年金手帳または年金証書、健康保険証及び預金通帳など本人であることが確認できる書類を2つ以上提示していただきます。また、本人以外の方が相談される場合は委任状等が必要になりますので、事前に各年金事務所お客様相談室へお問い合わせください。