

# 社会保険

# いばらき

# 11

11月は年金月間です

2020 November  
NO. 508

- 年金委員・健康保険委員の推薦をお願いします
- はり・きゅう、あん摩・マッサージのかかり方
- 定期健診結果をご提供ください
- 社会保険協会費納入のお願い
- 12月の出張年金相談



紅葉の花園溪谷（撮影：北茨城市）：日本写真家協会 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。



「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？

## 主な取組内容

- 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を実施※します。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を講じたうえ可能な範囲で実施します。



## ⚠️ ご存知ですか？

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!!  
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・・・**  
申請することにより、保険料の納付が免除、  
または猶予される場合があります。

「ねんきん月間」の趣旨は、日本年金機構ホームページをご覧ください。

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

日本年金機構

検索

## 事業主の皆様へ



# 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2,300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。

- ・各種研修会を定期的で開催しておりますので、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、事業所様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6,500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動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・マッサージの施術は健康保険の対象となる条件が決められています。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

※初回申請時に医師の同意書を添付してください。定期的に医師の同意が必要です。

※はり・きゅうは医療機関との**併用での施術**は認められません。

## 柔道整復師（整骨院・接骨院）のかかり方

整骨院・接骨院で受ける柔道整復師の施術は、健康保険の『対象となる場合』と『対象とならない場合』があります。柔道整復師へのかかり方を正しく理解していただき、適正な受診にご協力をお願いいたします。

### 健康保険が使えます けがが原因の痛み

- 急性の外傷性の打撲・捻挫・挫傷（肉離れ等）・骨折・脱臼  
※骨折、脱臼は、応急処置を除き、医師の同意を得ていることが必要。
- 外傷性が明らかなもののみが対象で内科的原因による疾患は含みません。

### 健康保険が使えません 病気等が原因の痛み

- 疲労や慢性的な要因からくる単なる肩こり、筋肉疲労
- 病院や診療所などで治療中のけが
- 病気（神経痛、リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニア等）からくる痛み
- 工作中や通勤途中でのけが  
※労災保険の対象となります。

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。  
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します。

### ● 通知をご確認ください

はり・きゅう、あん摩・マッサージ師へ協会けんぽよりお支払いをする際、ご本人様にも施術をご確認いただくため、「支給決定通知書」をお送りしています。

※整骨院・接骨院の場合は「医療費のお知らせ」でご確認ください。

### ● 施術内容をお尋ねすることがあります

はり・きゅう、あん摩・マッサージや整骨院・接骨院に関する療養費支給申請について、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文書または電話で、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。

「生活習慣病予防健診」を利用しない場合は…

## 定期健診結果をご提供ください

### ? 提供することは、個人情報の観点から問題ないの？

「高齢者の医療の確保に関する法律」に規定されており、提供を求められた場合は提供しなければならないとなっております。そのため、データ提供により事業主様が法的な責任に問われることはありません。

### ? どんなメリットがあるの？

**■ 特定保健指導を無料でご利用いただけます！**

保健師・管理栄養士が事業所を訪問して無料の健康相談を行っています。病気が重症化する前に予防し、健康づくりをお手伝いします。

**■ 保険料率の抑制につながります！**

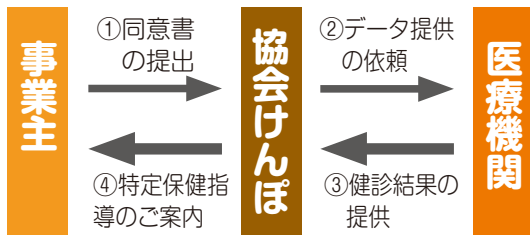
協会けんぽでは、H30年度から5項目の成績で支部ごとに評価されるインセンティブ制度が導入されました。その項目の1つに健診受診率(健診データ取得率)が含まれており、皆様の健康への取り組みが保険料率に反映されます。

## 定期健診結果の提供方法は2つ

データ提供の対象者：40歳以上75歳未満で定期健診を受診された協会けんぽの加入者(被保険者本人)

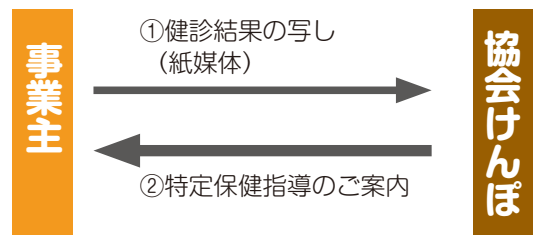
※40歳未満の方、協会けんぽの生活習慣病予防健診を受けた方は、ご提出いただく必要はありません。

### ① 定期健診を実施された医療機関から協会けんぽにご提供いただく方法



協会けんぽに健診結果のデータを提供できる医療機関\*で健診を受けた場合は、「健診結果提供にかかる同意書」を協会けんぽにご提出ください。協会けんぽは医療機関から健診結果を入手します。

### ② 事業主様から直接協会けんぽにご提出いただく方法



協会けんぽに健診結果のデータを提供できない医療機関で健診を受けた場合は、健診結果の写し(紙媒体)の他に健診結果項目に腹囲・服薬・禁煙歴が

→ない場合は、「健康診断結果票の写しの提供について同意確認書」

→ある場合は、「健診結果提供にかかる同意書兼回答書」

も協会けんぽに提出ください。

※添付書類の依頼についてはお気軽に保健グループへお問い合わせください。

#### ※協会けんぽに健診結果のデータを提供できる茨城県内の医療機関

- ・公益財団法人 日立メディカルセンター
- ・一般財団法人 茨城県メディカルセンター
- ・公益財団法人 茨城県総合健診協会
- ・一財 全日本労働福祉協会 茨城健診センター
- ・セントラル総合クリニック
- ・笠間市立病院
- ・一社 日本健康倶楽部 茨城支部 東部地区健康管理クリニック
- ・医療法人社団青洲会 神立病院健診センター
- ・取手北相馬保健医療センター医師会病院
- ・白十字総合病院
- ・医療法人徳洲会 古河総合病院
- ・つだ中央クリニック
- ・牛尾病院
- ・龍ヶ崎大徳ヘルシークリニック

令和2年9月末現在

《 お問い合わせ 保健グループ ☎029-303-1584 》

### 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/>

発行/企画総務グループ ☎029-303-1580

茨城県社会保険協会からのお知らせ

## 令和2年度社会保険協会費納入のお願い

茨城県社会保険協会では会員である事業主様のご協力のもと、社会保険制度の普及発展や、会員事業所の被保険者やご家族の健康と福利増進のため、各種事業を行っております。これらの事業は会員事業主様よりお納めいただいた会費（年会費）により運営されております。

令和2年度分の会費の納付書につきましては、本年4月10日に会員事業所様宛てお送りしており、すでに多くの会員事業主様から納付をいただいております。

まだ納付されていない事業主様におかれましては、今回の広報誌に納付書を同封させていただきましたので、社会保険協会費の納付についてご協力をお願いいたします。

## 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。

なお、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、一部の相談会場では規模を縮小したり、急きょ中止となる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

### 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	3日(木) 10:00~15:00	常陸太田市役所
	8日(火) 10:00~14:00	大子町役場
	16日(水) 10:00~15:00	常陸大宮市役所
水戸南年金事務所 029 (227) 3278	10日(木) 10:00~14:30	鹿嶋市商工会本所
	24日(木) 10:00~14:30	神栖市商工会本所
土浦年金事務所 029 (825) 1170	3日(木) 10:00~15:00	取手市商工会館
	25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	10日(木) 10:00~14:00	常総市商工会水海道事務所
	16日(水) 10:00~14:30	古河商工会議所
日立年金事務所 0294 (24) 2193	15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。