

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

10

社会保険手続きは電子申請をご利用ください

2022 October
NO.531

- 整骨院・接骨院のかかり方
- 2年に一度は乳がん検診を受けましょう
- 「第三者行為による傷病届」をご提出ください
- 「久慈サンピア日立」宿泊費補助事業の再開について
- 11月の出張年金相談



花のデザイン（撮影：水戸植物園（水戸市））：日本写真家協会 藤井 正夫

職場内で回覧しましょう

事業主の皆さまへ

いつでも！

どこでも！

カンタンに！

社会保険手続きは 電子申請をご利用ください

電子申請とは申請・届出を、紙やCD・DVDではなく、
インターネットを利用して行うことです。

電子申請がいちばん

早い！

電子申請なら紙や電子媒体での申請
よりも早く処理がされます。
例えば健康保険証は、紙で申請する
より3～4日早く届きます。

Q 電子申請のメリットは何ですか？

A 24時間365日いつでもどこでも申請
可能です。郵送費などのコスト削減も
期待できます。

Q ネットワークは安全ですか？

A セキュリティに配慮し、安全な
仕組みを構築しています。

主要な届出※の電子申請実施率



電子申請による届出が
増えています！

※資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・
賞与支払届・被扶養者（異動）届・国民年金第3号
被保険者関係届

電子申請のご利用方法

3ステップでカンタンにご利用できます！



※届書作成プログラムとは、届書を簡易に作成・申請できるプログラムで、日本年金機構ホームページから無料でダウンロードできます。

GビズID ってなに？

GビズIDとは、1つのアカウントで複数の行政サービスにアクセスできる認証システムです。

無料で利用することができます。ぜひご利用ください。

「GビズID」の詳細内容、手続きは
GビズIDホームページをご覧ください。

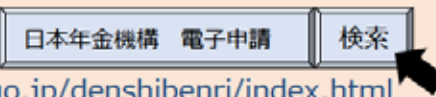


<https://gbiz-id.go.jp>

ご利用に関するお問い合わせは
日本年金機構ホームページをご覧ください

初めて電子申請をご利用する方は「電子申請ご利用案内動画」を
ご覧ください。

また、よくあるお問い合わせは「電子申請相談チャット」をご利用
ください。



<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>

お電話での電子申請のご利用に関するお問い合わせ先はこちらです

《ねんきん加入者ダイヤル（日本年金機構電子申請・電子媒体申請照会窓口）》

- 0570-007-123（ナビダイヤル）→「2番」をお選びください
- 050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913→「2番」をお選びください
（受付時間）月～金曜日：午前8時30分～午後7時／第2土曜日：午前9時30分～午後4時
※ 祝日（第2土曜日を除く）、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
Japan Pension Service

協会けんぽ茨城支部からのお知らせ

正しく受けましょう

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、適切に受診しましょう。

健康保険が使えます

- 外傷性の捻挫、打撲、挫傷（肉離れ）
- 医師の同意のある場合の骨折・脱臼の施術
- 応急処置で行う骨折・脱臼の施術



健康保険が使えません

- 日常生活での単なる肩こり、筋肉疲労、腰痛
- 神経痛、リウマチ、ヘルニアなど慢性の病気
- 脳疾患の後遺症などの慢性病
- スポーツなどの肉体疲労からの回復目的
- 工作中や通勤中のケガ
- 病院などで同じ負傷を治療している場合

施術を受けるときはここに注意

- ✓ **ケガの原因を正しくはっきりと伝えましょう**
交通事故等による第三者行為に該当する場合は、協会けんぽへ届け出が必要です。
- ✓ **療養費支給申請書の内容を確認し、ご自身で署名してください**
傷病名・日数・金額をよく確認して署名しましょう。
- ✓ **領収書は必ず受け取りましょう**
医療費控除を受ける際に必要となる場合がありますので、大切に保管しましょう。
- ✓ **長期の施術となっている場合、内科的要因も考えられるため、医師の診察を受けましょう**

10月はピンクリボン月間 2年に一度は乳がん検診を受けましょう

女性の9人に1人が乳がん

生涯でがん罹患する確率は、男性65.0%、女性50.2%であることをご存じですか？

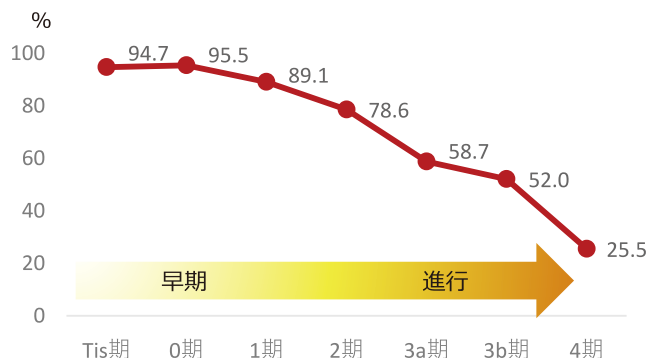
特に、**乳がんは日本人女性のがんの中で最も多く**、9人に1人が罹患しています（国立がん研究センター2018年データより）。乳がんは、**早期発見・早期受診**をすれば**10年生存率が高**なっています。定期的な検診とセルフチェックを行い、重症化を防ぎましょう。

▽がん罹患数の上位5部位（女性）

1位	2位	3位	4位	5位
乳房	大腸	肺	胃	子宮

（出所）国立がん研究センター がん情報サービス「がん登録・統計」（2018年全国がん登録）

▽乳がんの10年生存率



日本乳癌学会「全国乳がん患者登録調査報告第29号」より引用

乳がん検診受診費用の一部を補助しています

- **対象者** 40歳以上の偶数年齢になる女性
- **補助間隔** 2年に一度（生活習慣病予防健診の一般健診とセット受診。単独受診不可）
- **検査内容** 問診、乳房エックス線検査（マンモグラフィ）、視診・触診（医師の判断により実施）
- **自己負担額** 50歳以上 最高1,086円、40～48歳 最高1,686円
- **申し込み方法** 生活習慣病予防健診の予約の際に、乳がん検診も同時に予約を！**※協会けんぽへの申し込みは不要**
①健診機関に受診日を予約※健診機関はHPとパンフレットでご確認いただけます
②保険証等を持って、健診機関から送付された案内に沿って受診

交通事故などで保険証を使うときは 「第三者行為による傷病届」をご提出ください

業務外の事由による交通事故など、他人（第三者）の行為によって負傷したときに健康保険を使って治療を受ける場合は、「**第三者行為による傷病届**」一式の提出が必要です。

他人（第三者）行為による負傷の例



「第三者行為による傷病届」一式を提出

提出書類

- ▶ 第三者行為による傷病届
- ▶ 負傷原因報告書
- ▶ 同意書
- ▶ 損害賠償金納付確約書・念書(加害者記入)
- ▶ 示談書の写し ※ 示談が成立している場合のみ

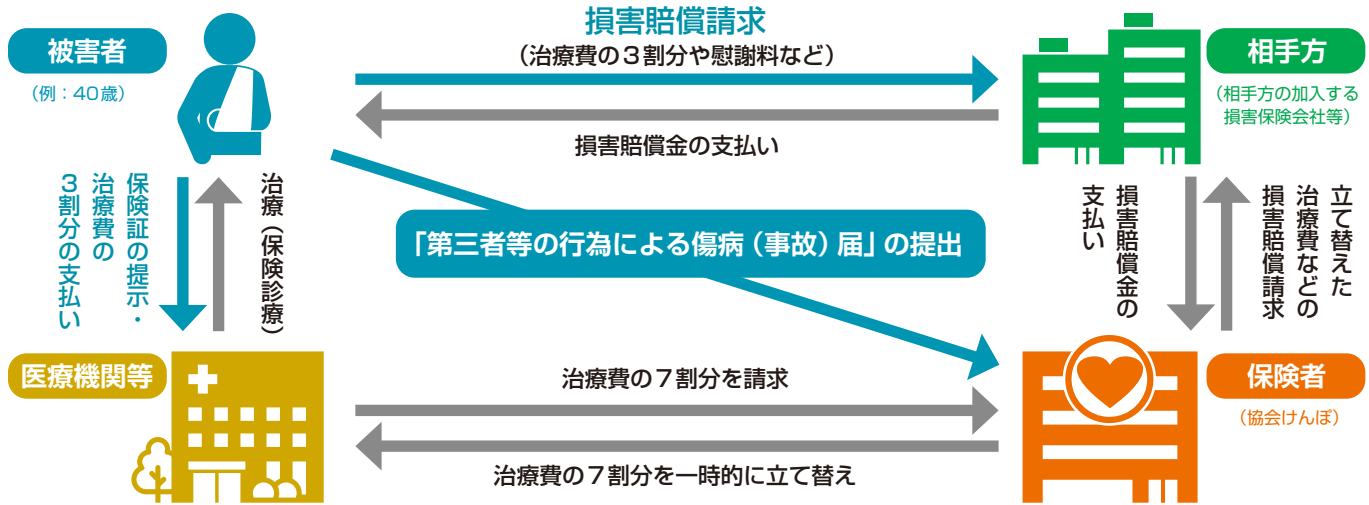


交通事故の場合、加えて提出する書類

- ▶ 事故発生状況報告書
- ▶ 交通事故証明書
- ▶ 人身事故証明書入手不能理由書
※ 警察への届出を物損(物件)事故として処理している場合など

他人（第三者）の行為によって負傷し、健康保険で治療を受ける場合、本来、加害者側が支払うべき治療費などを協会けんぽが立て替えて支払うことになるため、後日、協会けんぽが相手方に請求することになります。このため、「第三者行為による傷病届」一式のご提出をお願いします。

※「第三者行為による傷病届」は、協会けんぽ HP からダウンロードいただくか、協会けんぽへ連絡いただければご郵送いたします。



示談は慎重に！

- ・健康保険で治療中に示談が成立した場合、損害賠償請求権を放棄したことになり、**健康保険で治療を受けることができなくなる可能性があります。**
- ・示談をするときは、**事前に**協会けんぽ茨城支部までご相談ください。

業務上や通勤途上でのケガは保険証が使えません！

業務上や通勤途上でケガをした場合は、労災保険の対象となります。すみやかに勤務先に連絡の上、労働基準監督署へ届け出てください。万一、保険証を使ってしまった場合、後日、健康保険で支払われた医療費を受診者に返還していただく必要がありますので、協会けんぽまでご連絡ください。



【皆さまへのお願い】 協会けんぽへの各種申請手続きは郵送でお願いいたします！

茨城県社会保険協会からのお知らせ

「久慈サンピア日立」宿泊費補助事業の再開について

久慈サンピア日立の宿泊費補助につきましては、補修工事のため休止しておりましたが、施設は本年7月より営業を再開しました。従いまして、10月1日以降の宿泊分より宿泊費補助事業を再開いたします。補助額は一人一泊（2食付き）につき1,000円（当協会会員事業所の被保険者及び被扶養者が対象）です。施設に連絡のうえ予約が取れましたら、茨城県社会保険協会へ施設利用承認申請書を提出してください。後日、施設利用承認書を送付しますので、チェックインの際にフロントへ提出してください。

なお、当協会で行っております宿泊費補助の対象施設は久慈サンピア日立以外にも8カ所あります。詳しくは茨城県社会保険協会のホームページをご覧ください。当協会へご連絡をお願いします。

出張年金相談のお知らせ

年金事務所による11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。

11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	8日(火) 10:00～14:00	大子町役場
	10日(木) 10:00～15:00	常陸太田市役所
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
	22日(火) 10:30～14:30	神栖市商工会波崎支所
土浦年金事務所 029 (825) 1170	10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。