

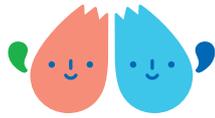
社会保険 とやま

SHAKAI HOKEN TOYAMA

2020.6

隔月発行

No.628



CONTENTS

「日本年金機構」からのお知らせ

- 算定基礎届を7月10日まで提出してください
- 令和2年4月から現物給与の価格が改定されました

「協会けんぽ」からのお知らせ

- 「とやま健康企業宣言」をはじめましょう!
- 健診結果をチェックしていますか?

「社会保険協会」からのお知らせ

- ボウリング1日教室参加者募集
- 健康づくり DVDの貸出について
- 富山県厚生部健康課からのお知らせ
- 出張講座〈健康になるための歩き方〉

迫力満点!! 大自然の中をトロッコが走る!

黒部峡谷鉄道株式会社 〒938-0293 富山県黒部市黒部峡谷口11番地 TEL 0765-62-1011

黒部峡谷トロッコ電車は、県東部に位置する日本有数のV字峡を流れる黒部川に沿って縫うように走ります。夏は、清涼感いっぱいの気持ちの良い風や河原での水遊びが楽しめます。営業期間は、11月30日までとなっております。



算定基礎届を 7月10日まで提出してください

手続内容

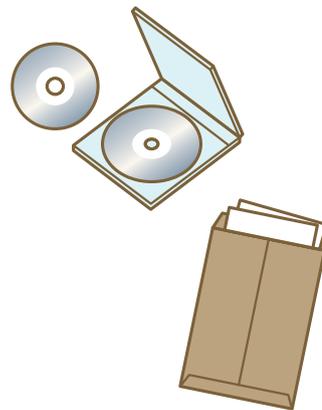
「健康保険・厚生年金保険被保険者報酬月額算定基礎届 厚生年金保険70歳以上被用者算定基礎届」(以下、算定基礎届)は、毎年7月1日現在で使用している全ての被保険者(被用者も含む)の標準報酬月額を決定するための届出書類です。

「算定基礎届」により決定された標準報酬月額は、その年の9月から翌年8月までの各月に適用され、納めていただく保険料額の計算や将来受け取る年金額の計算の基礎となります。



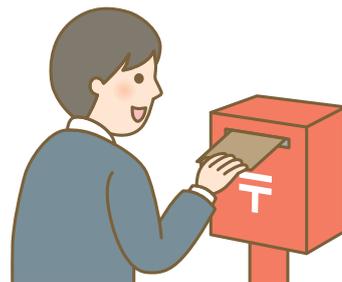
ご提出いただくもの

- ①健康保険・厚生年金保険 被保険者報酬月額算定基礎届
厚生年金保険70歳以上被用者算定基礎届
 - ②健康保険・厚生年金保険 被保険者報酬月額算定基礎届 一総括表
- 【該当者がいる場合のみ】
- ③健康保険・厚生年金保険 被保険者報酬月額変更届
厚生年金保険70歳以上被用者月額変更届(令和2年7月随時改定者)



提出方法

- ・「電子申請」「電子媒体申請」「届出用紙」のいずれかで提出できます。
- ※令和2年度より特定の法人は電子申請での算定基礎届の提出が義務付けられていますので必ず電子申請で行ってください。詳細は本誌令和2年2月号、日本年金機構ホームページ、電子政府の窓口(e-Gov)等でご確認ください。
- ※届出用紙(算定基礎届等)については、毎年**6月10日以降**順次、事業所様あてにお送りします。この届出用紙には、5月19日(火)までに日本年金機構で処理が完了した被保険者(被用者)の氏名、生年月日、従前の標準報酬月額等を印字しております。5月20日(水)以降に処理された届書の内容は反映していませんので、必要に応じて、届け出の際は追加・修正をお願いします。



提出日	令和2年7月1日(水)から7月10日(金)までにお申し込みます
提出先	金沢広域事務センター (〒920-8626 金沢市広岡3-1-1 金沢パークビル8F) または、管轄の年金事務所 ※できるだけ金沢広域事務センターへ直送してください

※詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。お近くの年金事務所にお問い合わせください。

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

「算定基礎届」の記載にあたって ご注意ください

- 昨年度のご提出時において、「⑩日数」欄の“支払基礎日数”に記載誤りが多く見受けられました。支払基礎日数には報酬を支払った日付を記入するのではなく、その報酬の支払い対象となった日数を記入してください。
- 時給制・日給制の場合は実際の出勤日数(有給休暇を含む)
- 月給制・週給制の場合は暦日数になります。ただし、欠勤日数分だけ給料が差し引かれる場合は就業規則、給与規程等に基づき事業所が定めた日数から、欠勤日数を控除した日数となります。

1	①	22	② 年金 太郎		③	5-510427	④	2 年 9 月	⑤			
	⑥	健 118	千円	厚 118	千円	元 9	月					
	⑦	昇給		⑧	降給			⑨	週及支払額			
	⑩	支給月	⑪	日数	⑫	通貨	⑬	現物	⑭	合計(⑪+⑫)	⑮	平均額
	4	月	14	日	108,600	円	0	円	—	円	246,100	円
5	月	15	日	115,800	円	0	円	115,800	円	123,050	円	
6	月	16	日	130,300	円	0	円	130,300	円		円	

⑮修正平均額

⑯

- 70歳以上被用者算定 (算定基礎月: 月 月)
- 二以上勤務
- 月額変更予定
- 途中入社
- 病休・育休・休職等
- 短時間労働者 (特定適用事業所等)
- パート
- 年間平均
- その他 ()

- 支払基礎日数が17日以上(※)の支払月のみで平均額を算出します。なお、パートである被保険者は、17日以上の支払月が無い場合に支払基礎日数が15日以上の月で平均額を算出します。(上図の例では、5月・6月で平均額を算出します。)
- (※) 国・地方公共団体及び特定(任意特定)適用事業所において使用される週の所定労働時間が20時間以上等の要件を満たす短時間労働者は11日以上の月で平均額を算出します。

令和2年4月から現物給与の価格が 改定されました

報酬や賞与の全部または一部が、通貨以外のもので支払われる場合(現物給与)の価格は、厚生労働大臣が定めることとされています。このたび、厚生労働省告示により現物給与の価格が改定され、令和2年4月1日より適用されました。

この現物給与の価格の改定につきましては、被保険者の皆様にもお知らせいただきますようお願いいたします。

(単位:円)

富山県	食事で支払われる報酬等					住宅で支払われる報酬等
	1人1ヵ月当たりの食事の額	1人1日当たりの食事の額	1人1日当たりの朝食のみの額	1人1日当たりの昼食のみの額	1人1日当たりの夕食のみの額	1人1ヵ月当たりの住宅の利益の額(置1置につき)
	21,000	700	180	250	270	1,200

※改定箇所は赤字で表示しています。富山県以外の価格につきましては日本年金機構の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/>

日本年金機構

検索





「とやま健康企業宣言」をはじめましょう!

協会けんぽ富山支部では、加入者の皆さまのより一層の健康づくりを推進するため、「とやま健康企業宣言」に取り組む企業の健康づくりをサポートしています。

「とやま健康企業宣言」とは?

経営者が企業全体で社員の健康づくりを戦略的に実行する健康経営に取り組むことを宣言することです。※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



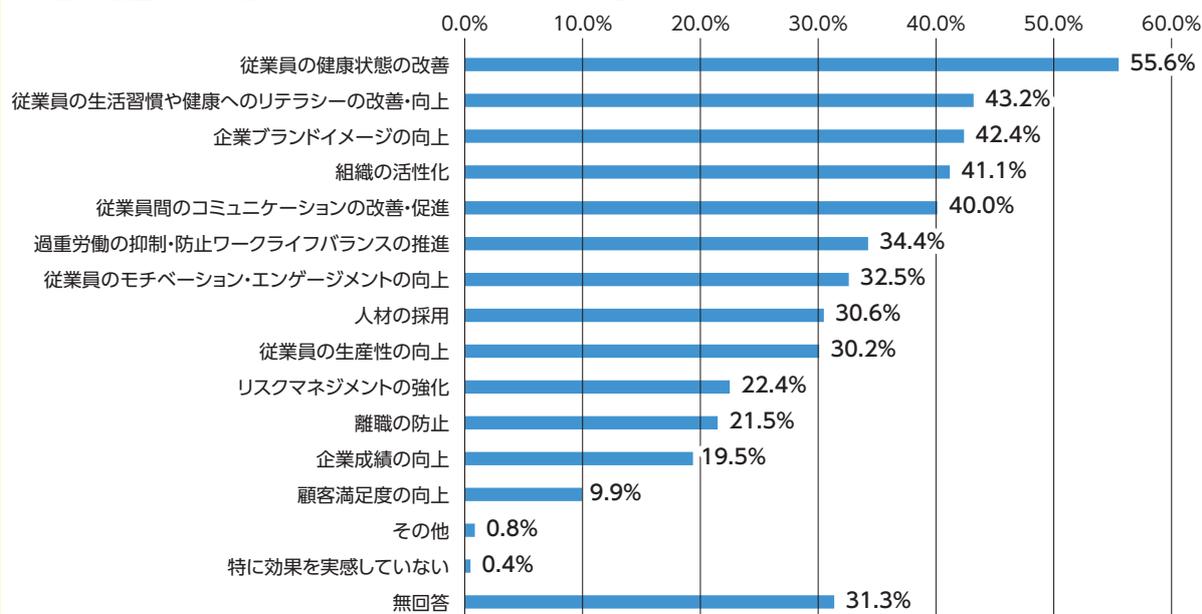
健康企業宣言

どんなメリットがあるの?

「健康経営優良法人2020」のアンケート結果では、健康経営の効果として、従業員の健康状態の改善が最も多いことがわかります。その次に、生活習慣や健康への意識改善や、企業のブランドイメージの向上、組織の活性化などが続きます。また、人材に関する効果(採用・離職防止)を実感している企業もあります。

健康経営優良法人2020(中小規模法人部門)アンケート結果

▶健康経営に取り組むことでどのような効果を実感していますか?



※経済産業省 商務・サービスグループ ヘルスケア産業課「第23回健康投資WG事務局説明会資料①」より抜粋

健康を保持・増進させる行動を増やすことを従業員の意思や努力だけに任せず、協会けんぽのサポートを活用して企業全体で支援できる環境を整えましょう。

参加企業が増えています!

健康的にイキイキと働ける職場は、優秀な人材を惹きつけるだけでなく、その職場で働き続けてもらう上でも重要です。ぜひ「とやま健康企業宣言」をはじめましょう!

お申込み
方法

ホームページから応募用紙
を入手&FAXで応募!



「とやま健康企業宣言」事業所数



お問い合わせ先

企画総務グループ TEL 076-431-6156

健診結果をチェックしていますか？

がん、心疾患、脳血管疾患などの「生活習慣病」は、死因の約6割を占めており、これらの病気の危険因子となる「糖尿病、高血圧症、脂質異常症」などの「生活習慣病」は重要な健康課題と言えます。

「生活習慣病」は生活習慣の改善により予防できる病気です。年に一度は必ず健診を受け、その結果を生活習慣の改善に役立てましょう。

生活習慣病の発症リスクが高い方は…

健診結果から生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による予防効果が期待できる方に対して、保健師や管理栄養士等の健康のプロが**特定保健指導(生活習慣を見直すサポート)**を実施しています。対象者がいる事業所へは協会けんぽより特定保健指導に係る案内を送付しています。

事業所ではスケジュール調整と場所をご用意いただくだけ！



生活習慣の改善を実施



個別カウンセリング 取り組む課題を設定

継続支援 脱落しそうな時もスタッフがサポート

健康状態の改善

※一部健診機関でも受けることができます。詳しくは健診機関へお問い合わせください。

「要治療」または「再検査」と判定された方は…

健診の結果、「要治療」または「再検査」と判定を受けた方で、諸事情により医療機関で治療、再検査を受けられていない場合、**将来的な病気の重症化が懸念されます。**

事業所では、**就業時間内に受診できるようにするなど、早期受診しやすい環境の整備をお願いします。**

自覚症状がない方も、健診結果は必ずご確認ください！

CHECK!

要治療の基準

血圧値

- 最高(収縮期)血圧 160mmHg以上
- または
- 最低(拡張期)血圧 100mmHg以上

血糖値

- 空腹時血糖 126mg/dl以上
- または
- HbA1c(NGSP値) 6.5%以上

未治療者の方へ受診勧奨を実施しています

協会けんぽでは生活習慣病予防健診の結果で、血圧・血糖値から「要治療」または「再検査」と判定された方のうち、**健診受診後3か月以内に医療機関を受診されていない方へ、以下の通り受診勧奨を実施しています。**

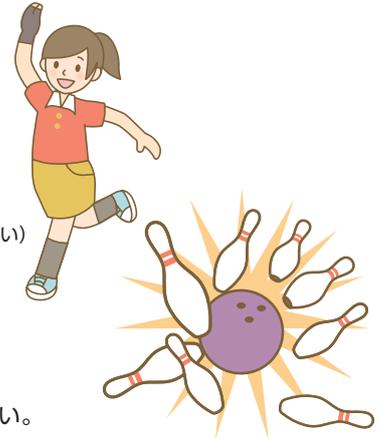
- ①健診受診の約半年後に、対象者のご自宅宛てに受診状況等を確認する再受診のご案内を送付します。
- ②上記の一次案内送付後、受診状況の確認ができない方へ、富山県医師会と連名の啓発資料や受診状況等を確認する二次案内を送付します。
- ③二次案内送付後、なお受診状況等が確認できない対象者へは、お電話でご自宅もしくは勤務先に再受診の案内をします。

ご本人さまだけに任せていると、治療せずそのままになっている可能性もあります。職場で突然倒れた!とならないよう、事業所で**健診結果を把握し、「要治療」または「再検査」と判定された方へは早期受診を呼びかけてください。**

お問い合わせ先 **保健グループ TEL 076-431-5273**

目指せSTRIKE! / ボウリング1日教室 参加者募集

プロボウラー・インストラクターが
上達のコツをご指導いたします。



開催日時 7月25日(土) 10:00~12:00(9:30~受付開始) **〈駐車場無料〉**

場 所 富山地铁ゴールデンボウル 富山市千歳町1-1 TEL 076-431-2131

参加費 1人500円(ゲーム代・テキスト代・貸靴代を含みます。当日会場でお支払いください)

定 員 希望コースそれぞれ先着20名

対 象 者 当協会会員事業所の事業主、被保険者及びご家族(小学生以上)

申込締切 7月17日(金)

申込方法 下記様式にご記入のうえFAX(076-433-3664)でお申し込みください。

※定員に限りがあります。定員に達した場合は、FAXでご連絡いたします。

※当協会から連絡がない場合は、当日直接ご参加ください。なお、開催の有無等変更がある場合については、当協会からご連絡いたします。

申 込 書

事業所名	〒 -		
協会番号 (例 1-3373)	電話番号	() -	FAX番号 () -
氏 名			年 齢
希望コース	初心者コース ・ 中級者コース ※ご希望のコースを○で囲んでください。		

健康づくり DVDの貸出について

生活習慣病、運動、メンタルヘルス等に関するDVDを無料で貸出します。職場の研修、会議、昼休みなどにご利用ください。

No.	タイトル	No.	タイトル	No.	タイトル
1	夏の熱中症・冬のヒートショックに 気をつけよう(42分)	5	元気な職場をつくるメンタルヘルス6 ストレス・コーピングによるセルフケア(26分)	9	若々しい体をキープ! エクササイズ&ダイエット(32分)
2	ちょよいのちょよトレ2.0毎日筋活部 筋肉を育ててメタボを予防しよう(60分)	6	元気な職場をつくるメンタルヘルス7-① ストレスチェックを活用したセルフケア(25分)	10	Good-bye ストレス(28分)
3	トータルヘルスプロモーションのための 健康サポート体操(60分)	7	元気な職場をつくるメンタルヘルス7-② 部下が休職する前にできること(25分)	11	正しく知れば怖くない がんのお話(25分)
4	元気な職場をつくるメンタルヘルス5 自分でできるストレス・コントロール(25分)	8	はじめてのウォーキング& ジョギング(30分)		

申込資格 当協会 会員事業所

申込方法 下記申込書に必要事項をご記入のうえ、当協会までFAX(076-433-3664)でお申込みください。なお、1回の貸出は2タイトルまでで、貸出期間は2週間以内とさせていただきます。

発 送 DVDは、当協会から送付いたしますが、返却の際の送料をご負担くださいますようお願いいたします。当協会への直接返却も可能です。

DVD申込書

事業所所在地	〒 -		
事業所名			
協会番号	(例 1-3373)	担当者名	
電話番号	()	-	
希望DVD 番号	①	②	利用期間 (2週間以内) 令和 年 月 日から 令和 年 月 日まで

※状況によっては、ご希望の日にお貸しできないこともありますのでご了承ください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、「海の家」及び「室堂バス」の補助券発行を中止させて頂きました。ご理解賜りますようお願い申し上げます。

お問い合わせ先

一般財団法人 富山県社会保険協会
〒930-0805 富山市湊入船町3-30 KNB入船別館2F

TEL 076-433-3663 FAX 076-433-3664
<https://www.shaho-toyama.or.jp/>



富山県からのお知らせ

生涯に一度は 肝炎ウイルス検査を受けましょう!

ウイルス性肝炎ってどんな病気?

肝炎ウイルスに感染することで、肝臓の細胞が壊れていく病気です。肝がんの原因の約80%がB型肝炎ウイルスあるいはC型肝炎ウイルス感染によるものです。ウイルス検査(生涯に一度)を受けて、早期発見・治療により肝硬変・肝がんへの進行を予防することができます。

早期発見!
早期治療!



肝炎ウイルス検査を受けるには?

肝炎ウイルス検査は採血1回で済みます。

実施機関	対象	
厚生センター・富山市保健所	年齢制限なし	過去に検査を受けたことがなく、肝炎ウイルスの感染について不安を持つ方 原則 無料 で受けることができます ※市町村で実施する肝炎ウイルス検査を受診できる方を除きます。
指定の医療機関	原則20歳以上	
お住まいの市町村	40歳以上	過去に検査を受けたことがない方 ※詳しくはお住まいの市町村にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

◇厚生センター・保健所

詳しくは、お住まいを管轄する厚生センター、富山市保健所にお問い合わせください。

お住まいの地域	受付窓口	電話番号
魚津市・黒部市・入善町・朝日町	新川厚生センター	0765-52-2647
滑川市・舟橋村・上市町・立山町	中部厚生センター	076-472-0637
射水市・高岡市・氷見市	高岡厚生センター	0766-26-8414
砺波市・南砺市・小矢部市	砺波厚生センター	0763-22-3512
富山市	富山市保健所	076-428-1152

◇指定の医療機関 (県内41か所の医療機関で検査を受けることができます)

富山県 医療機関における無料肝炎ウイルス検査

検索

※富山市にお住まいの方は富山市保健所にお問い合わせください。検査を受けられる医療機関が別に定められています。

検査で感染が分かったら…

初回精密検査費用助成制度

県または市町村、若しくは職域が実施した肝炎ウイルス検査で陽性となった後、**初めて医療機関で受けた精密検査費用**を助成しています。

定期検査費用助成制度

B型・C型肝炎ウイルスによる慢性肝炎・肝硬変・肝がん患者さんの**定期検査費用**を助成しています。

治療が必要と言われたら…

肝炎治療医療費助成制度

保険適用となる下記の治療について自己負担の上限が1万円または2万円となります。

- ✓ インターフェロン治療(注射)
- ✓ インターフェロンフリー治療(飲み薬)
- ✓ 核酸アナログ製剤(飲み薬)

制度の対象となる方や詳しい助成内容については、富山県ホームページをご覧ください。

富山県 肝炎検査費用助成制度

検索

富山県 肝炎治療医療費助成制度

検索

(富山県厚生部健康課がん対策推進班 TEL 076-444-3224)

出張講座のお知らせ

健康になるための歩き方 正しく歩けば不調が消える

ただ歩けば健康になるとは思っていませんか？

40歳以上の方は、3人に2人の割合で骨密度の低下や腰、膝に変形があるとされています。

床への衝撃度が高いことで関節を痛めたり、歪みを強くしていることもあります。

立つ姿勢、歩き方を見直して、関節や骨にやさしい歩き方を手に入れませんか！

講師

(株)ライフフィット代表取締役

和田千恵子

保有資格：健康運動指導士

「歩く人。」養成コーチ

フットマスター



今年度は、受講できる条件を下記のとおり変更いたしました

①参加人数8名以上 → **3名以上**に変更

②健康体操における傷害保険料等の負担金2,000円 → **当協会負担**

新型コロナウイルス感染予防に備えての「新しい生活様式」を取り入れたうえでお申し込みください。

お問い合わせ先

一般財団法人 富山県社会保険協会
〒930-0805 富山市湊入船町3-30 KNB入船別館2F

TEL 076-433-3663 FAX 076-433-3664
<https://www.shaho-toyama.or.jp/>



日本年金機構からのお知らせ

令和2年7月・8月の年金出張相談所

相談時間 午前10時～午後3時

- 基礎年金番号通知書・年金手帳、年金証書、各種通知書や印鑑等をご持参ください。
- 代理の方がお越しになる場合は、委任状をお持ちください。
- 個人情報保護のため、本人確認にご協力願います。

※印は定例曜日と異なる日

富山管内	大沢野行政サービスセンター	7月 10日(金)	8月 14日(金)
	大山地域市民センター	7月 8日(水)	——
	八尾健康福祉総合センター	7月 1日(水)	8月 5日(水)
	婦中行政サービスセンター	7月 17日(金)	8月 21日(金)
高岡管内	氷見市役所	7月 8日(水)	8月 12日(水)
	氷見商工会議所	7月 22日(水)	8月 26日(水)
	射水市役所	7月 21日(火)	8月 18日(火)

魚津管内

滑川市役所	7月 9日(木)	8月 13日(木)
上市町働く婦人の家	7月 28日(火)	8月 25日(火)
立山町民会館	※7月 3日(金)	8月 6日(木)
入善町役場	7月 16日(木)	8月 20日(木)
朝日町役場	7月 15日(水)	8月 19日(水)

砺波管内

小矢部市役所	7月 7日(火)	8月 4日(火)
城端行政センター	7月 14日(火)	8月 11日(火)
福光行政センター	※7月 30日(木)	8月 27日(木)

来訪相談のご予約は

【予約受付専用電話】へ **0570-05-4890**

●受付時間

月～金曜日(平日) 午前8:30～午後5:15

※土・日・祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

IP電話・PHSからは

03-6631-7521へ

年金相談についての一般的なお問い合わせは

【ねんきんダイヤル】へ **0570-05-1165**

●受付時間 月曜日 午前8:30～午後7:00(休日の場合を除く)

火～金曜日 午前8:30～午後5:15

第2土曜日 午前9:30～午後4:00

IP電話・PHSからは

03-6700-1165へ

年金の加入に関する一般的なお問い合わせ(事業所、厚生年金加入者向け)

【ねんきん加入者ダイヤル】へ **0570-007-123**

(事業所、厚生年金加入者向け)

●受付時間 月～金曜日 午前8:30～午後7:00

第2土曜日 午前9:00～午後5:00

※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。

IP電話・PHSからは

03-6837-2913へ

ねんきん定期便・ねんきんネットに関するお問い合わせ

【ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル】へ **0570-058-555**

●受付時間 月曜日 午前8:30～午後7:00(休日の場合を除く)

火～金曜日 午前8:30～午後5:15

第2土曜日 午前9:30～午後4:00

IP電話・PHSからは

03-6700-1144へ

富山年金事務所 **076-441-3926**

高岡年金事務所 **0766-21-4180**

魚津年金事務所 **0765-24-5153**

砺波年金事務所 **0763-33-1725**

受信後は、ご案内のアナウンスが流れます。ご希望の番号を選択いただくことで担当者へのお取次ぎをいたしますので、その後、ご用件を申し付けください。

【発行】一般財団法人 富山県社会保険協会 富山市湊入船町3-30 TEL 076-433-3663 FAX 076-433-3664
<https://www.shaho-toyama.or.jp/>

令和2年6月20日

【記事提供】日本年金機構中部地域第一部 / 全国健康保険協会富山支部 / 富山県厚生部健康課
(富山・高岡・魚津・砺波年金事務所)

〈制作・印刷〉
株式会社富士印刷