

みやざき

《今月の主な記事》

日本年金機構 からのお知らせ.....2	一般財団法人 宮崎県社会保険協会 からのお知らせ6
算定基礎届の提出はお済みですか?2	令和3年度 一般会計収支決算6
令和4年4月から年金手帳は廃止され、 基礎年金番号通知書に変わりました。3	保健師による事業所巡回健康相談6
あなたの年金 簡単便利な「ねんきんネット」で!3	健康啓発ビデオ(DVD)貸し出しのご案内7
協会けんぽ 宮崎支部 からのお知らせ4	インフォメーション8
退職者等の保険証の回収と返却に関するお願い4	年金相談の日程等8
ジェネリック医薬品5	



はまゆう

(阿波岐原森林公園 市民の森)

宮崎県の県花として制定されているハマユウ。県民に広く知られ、愛されている花の一つです。神に祈る時に使う木綿(ゆう)に似た白く細い花は日没から開花し、辺りには甘い香りが漂います。

宮崎の青く美しい海を引き立てる花として、かつては日南海岸をはじめ県内各地で栽培され、群落を目にすることができましたが近年は群落消滅が危惧されています。

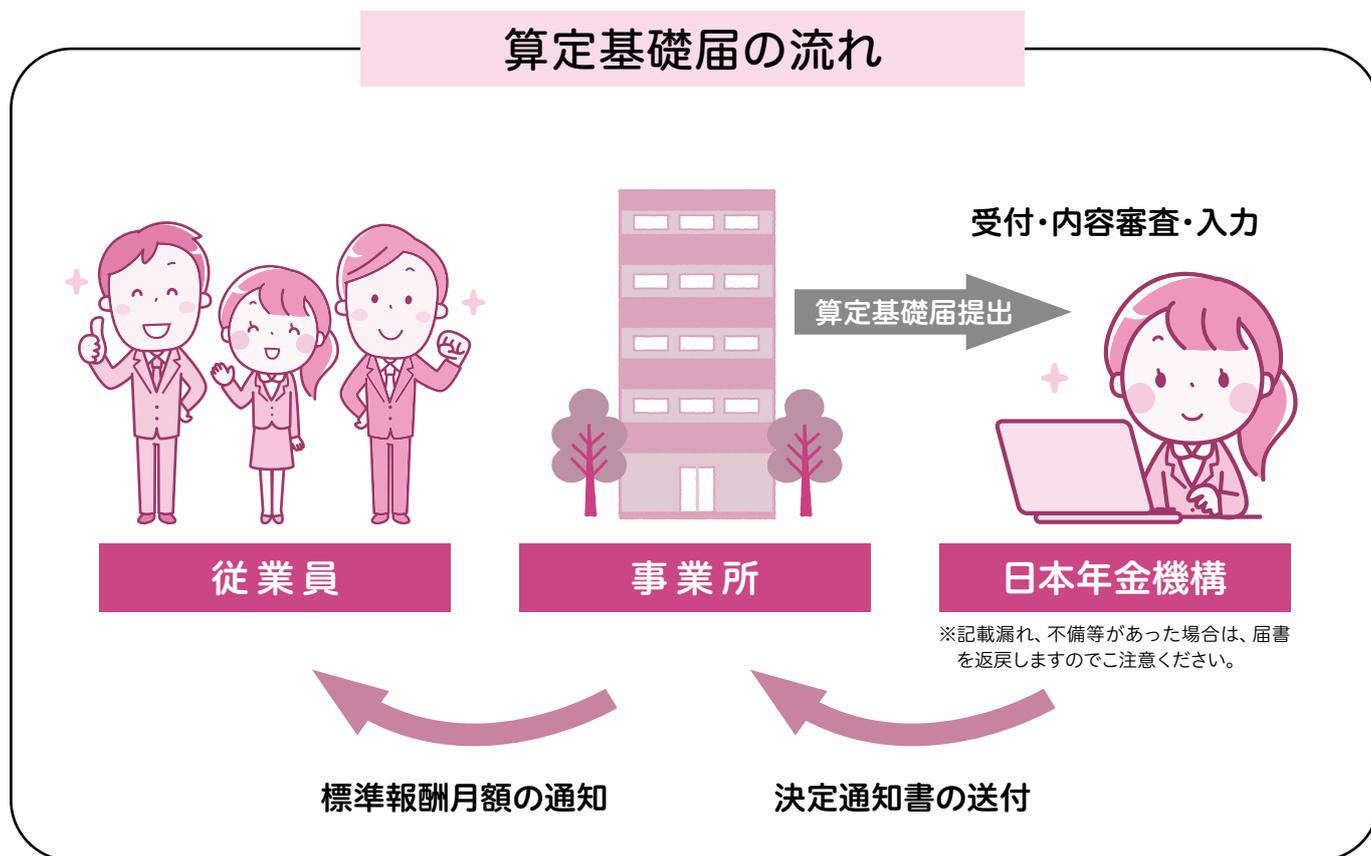


算定基礎届の提出はお済みですか？ 提出期限は令和4年7月11日(月)です。

「算定基礎届」はその年の9月1日から翌年の8月31日までの標準報酬月額を決定するために必要な届書です。

この標準報酬月額は、厚生年金保険料等の計算、将来受け取る年金額の計算および健康保険給付の計算の基礎となりますので、適正にお届けいただきますようお願いします。

ご提出いただいた算定基礎届は、日本年金機構において審査確認を行い、入力処理後順次決定通知書(健康保険・厚生年金保険被保険者標準報酬決定通知書)をお送りします。



決定通知書が届きましたら、決定された標準報酬月額がご提出いただいた届書の内容と相違していないかどうかの確認をお願いします。また、標準報酬月額については各被保険者の方々に給与明細書などでお知らせください。

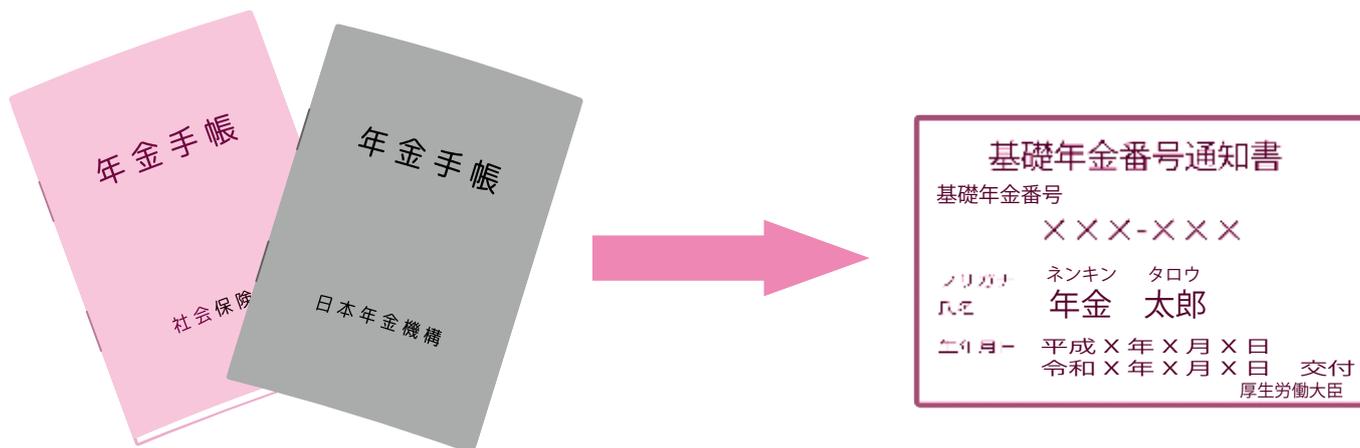
◎電子申請で算定基礎届の提出ができます。

電子申請による届出が増えていきます。算定基礎届だけでなく、資格取得届・資格喪失届・被扶養者(異動)届等の主要な届出が電子申請でできますので、是非ご利用ください。詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。

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

- 日本年金機構から送られてきた納入告知書は、毎月必ず開封し保険料額を確認してください。
- 退職された場合や被扶養者でなくなった場合の健康保険証は、すみやかに回収し、届書といっしょに管轄の年金事務所又は福岡広域事務センターへお返してください。

令和4年4月から年金手帳は廃止され、 基礎年金番号通知書に変わりました。



令和4年4月以降、

- ・新たに年金制度に加入する方
 - ・年金手帳の紛失等により再発行を希望する方
- には基礎年金番号通知書を発行しています(年金手帳は発行いたしません)。

※年金に関する照会や申請は、マイナンバーもご利用いただけます。

※既に年金手帳をお持ちの方には改めて基礎年金番号通知書の発行は行いませんので、引き続き年金手帳をお持ちください。

※年金手帳・基礎年金番号通知書とも、紛失されますと他の方にご自身の基礎年金番号を知られる恐れがありますので、紛失等されないよう大切に保管していただきますようお願いいたします。

あなたの年金 簡単便利な「ねんきんネット」で!

「ねんきんネット」は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るサービスです。

<ご利用登録はカンタン!>

日本年金機構のホームページから「ねんきんネット」のご利用登録ができます。また、マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルから「ねんきんネット」にアクセスできます。

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



協会けんぽ 宮崎支部 からのお知らせ

全国健康保険協会

退職者等の保険証の回収と返却に関するお願い

事業主の皆様へ～保険証の早期返却をお願いします～

「資格喪失届」「被扶養者異動届(認定解除)」に保険証が未添付の場合、被保険者様宛に「①保険証無効のお知らせ(日本年金機構より)」、続いて「②保険証返却に係る督促文書(協会けんぽより)」が送付されます。(※「電子申請」による手続で、**保険証の返却が遅れた場合には、上記②を被保険者様へ送付します。**)

実際には事業所様にて保険証を回収いただいているにもかかわらず、日本年金機構への返却が遅くなった場合には、被保険者様に督促文書をお送りすることになり、「事業所に返したはずなのに…」とご心配をおかけするケースが発生しております。

行き違いによるトラブルを避けるためにも、事業所様におかれましては、下記2点について改めて徹底をお願いいたします。



- ①「資格喪失届」「被扶養者異動届(認定解除)」への保険証添付
- ②「電子申請」による手続の際も保険証同時返却(返却保留しない)

早期回収をお願いする背景として、健康保険の資格が無効となった保険証を使用して病院等の医療機関を受診する「無資格受診」が多発しているという状況がございます。

以下の記事内容につきまして従業員様に広くお知らせいただき、無資格受診の発生防止にご協力くださいますようお願いいたします。



在職中に発行された保険証は、「退職日の翌日」または「扶養から外れた日」から使用できなくなります。

誤って使用することがないように充分にご注意ください。

退職した時や、扶養から外れた時は、速やかに勤め先へ保険証を返却しましょう！

保険証の誤使用が多いケース

- × 勤務先から保険証を返却するよう言われなかったため、使用できると思っていた。
- × 次の保険証が手元に届くまで、使用できると思っていた。
- × 「月の途中」の退職の場合は、月末まで使用できると思っていた。
- × 保険証を医療機関等の窓口で提示したら、何も言われず使用できた。
- × 退職前から治療している傷病については、治療終了まで使用できると思っていた。



ご退職(扶養から外れた)後は、次の健康保険への加入手続きが必要です。新しい保険証がお手元に届く前に受診する場合は、保険証が変更になる旨を該当の医療機関等へ必ずお伝えください。

無資格の保険証で医療機関(病院)等を受診してしまった場合は…?

受診の際にかかった総医療費のうち、受診者負担分を除く7～8割の金額は、協会けんぽから医療機関等へ支払います。無資格の場合は、後日、協会けんぽが一時的に立替え負担した「総医療費の7～8割の金額」を、**被保険者様へ請求させていただきます。**

⚠ 宮崎支部では、令和3年度に、約3,000万円(1,200件)もの「返納金(医療費の返還請求)」が発生しました。



各種申請書はダウンロードして、郵送でご提出ください。

〒880-8546 宮崎市橘通東1-7-4 第一宮銀ビル5階
協会けんぽ宮崎支部 TEL:0985-35-5364

※お問い合わせの際は、お手元に保険証をご用意ください。

ホームページから
「申請書のダウンロード」「メルマガ登録」
ができます！

協会けんぽ 宮崎

検索



ジェネリック医薬品

同等の効果で、負担は軽く！今と未来を笑顔に！



1

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同じ有効成分を利用することで、研究開発費や研究開発期間が少ないためお薬の価格が抑えられます。

先発医薬品は**長い歳月**と**数百億円以上**といわれる費用をかけて研究開発されます。

ジェネリック医薬品は先発医薬品の特許期間を過ぎたあと同じ有効成分を利用して研究開発されるため、その分研究開発期間やコストを大幅に抑えることができ、お薬の価格も抑えられます。

先発医薬品

有効成分の発見・試験に長い期間と費用がかかります。

費用

期間



ジェネリック医薬品

同じ有効成分を利用して開発

費用

期間

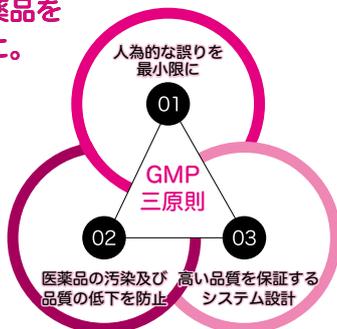
2

品質と安全性を高め、もっと安心な医薬品をお届けするために。

医薬品を作るときは製造管理、品質管理に関する**厳しい基準 GMP***があります。

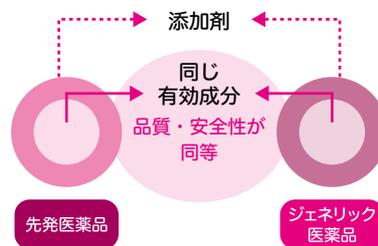
ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同様に、GMP基準を満たしたうえで製造されています。

*GMP (Good Manufacturing Practice)



3

ジェネリック医薬品は、効き目が先発医薬品と同等であると認められています。



協会けんぽではどのような取組を行っているの？

加入者の皆さまへ

服用されている先発医薬品を、ジェネリック医薬品に切り替えた場合の自己負担軽減額のお知らせを、毎年度実施しています。

お知らせにより、おおむね4人に1人の方がジェネリック医薬品に切り替えていただいています。

自治体や医療機関の方に対して

ジェネリック医薬品のさらなる使用促進のため、自治体と連携した啓発などを行ったり、医療機関や薬局へ自機関や地域でのジェネリック医薬品の使用状況等の情報提供を行っています。



ジェネリック医薬品をお使いいただくとあなたのお薬代を減らすことができます！

令和●年●月に処方されたお薬のうち、以下の医薬品をジェネリック医薬品に変更した場合

お薬代の軽減可能額 **1,430～**

診療分で処方されたお薬(先発医薬品)		
医療機関/薬局	お薬名	お薬代(割負担)
薬局	〇〇錠	1,690
	△△クリーム	600
	××点眼液	200
合計		2,490

ジェネリック医薬品に変更することで軽減できるお薬代

950～
380～
100～

1,430～

ジェネリック医薬品を希望される場合は医師や薬剤師に「ジェネリック医薬品に変更できますか？」と聞いてみましょう。患者さんの申出によってジェネリック医薬品を選択できる機会が増えています。医師・薬剤師・患者の3者でコミュニケーションをとって自分に合ったお薬を選択しましょう。

一般財団法人 宮崎県社会保険協会 からのお知らせ

一般財団法人 宮崎県社会保険協会の収入支出の決算が6月3日の役員会において、全員一致で次のとおり承認されました。

令和3年度 一般会計収支決算

- 収入決算額 49,526,634円
- 支出決算額 38,033,557円
- 収支差額 11,493,077円

収入の部 (単位:円)		支出の部 (単位:円)	
1. 積立金利子収入	656	1. 事業費	22,842,207
2. 受取会費	38,301,500	2. 管理費	13,191,350
3. 雑収益	317,016	3. 積立金	2,000,000
4. 前期繰越	10,907,462		
計	49,526,634	計	38,033,557

保健師による事業所巡回健康相談

(一財)宮崎県社会保険協会では、職場で働くみなさんの健康管理と、健康の保持・増進のお手伝いとして、当協会の会員事業所様に保健師を派遣して巡回健康相談を実施しています。

※費用は当協会が全額負担しますので無料です。

(非会員事業所及び会費未納事業所は実費負担となります)

★健康上にお悩みのある方など、お気軽にご相談ください。

- 職場で働くみなさまのご都合のよい時間で
- 健診結果表をもとにアドバイスします 年齢は問いません、どなたでも
- 個別に相談を実施しています 少人数でも大丈夫です
- 土曜日にも健康相談を実施しています



お申込・お問い合わせは

一般財団法人 **宮崎県社会保険協会**

〒880-0866 宮崎市川原町5番10号ミネックス川原2-C

TEL (0985) 23-0200 FAX (0985) 23-9077

※ホームページからお申込みができます ◇ <https://shahokyou-miyazaki.jp/>

申込用紙

保健師による事業所巡回健康相談の申込書

事業所巡回健康相談 希望年月日・時間帯	第1 希望日	令和	年	月	日	(曜日)	時 頃まで
	第2 希望日	令和	年	月	日	(曜日)	時 頃まで
事業所名	申込日 令和 年 月 日						
所在地	〒 -						
電話番号	連絡責任者名						

◎健康啓発ビデオ(DVD)の貸し出しのご案内

当協会では、会員事業所の皆様方の健康保持増進に役立てていただきたく、健康啓発ビデオ(DVD)の貸し出しを実施しております。また、新作のDVD(3種類)もご準備できましたので、旧作とあわせて被保険者の健康づくりにご利用ください。☆貸出料金は無料です！(非会員事業所及び会費未納事業所は実費負担となります。)

旧作のDVD(4種類)

①はじめてのウォーキング&ジョギング



時間:30分
 ・正しい歩き方とは?
 ・スピードウォーキング
 ・その他4項目

②若々しい体をキープエクササイズ&ダイエット



時間:32分
 ・ダイエットの基本
 ・体幹エクササイズ
 ・その他4項目

③ Good-bye ストレス



時間:28分
 ・ストレスとは何か
 ・ストレス対処法
 ・その他5項目

④正しく知れば怖くない がんのお話



時間:25分
 ・がん発声メカニズム
 ・がんと生活習慣
 ・その他4項目

新作のDVD(3種類)

⑤健康サポート体操



時間:60分
 ・ストレッチ体操
 ・タオル体操
 ・その他7種目のトレーニング等

⑥熱中症・冬のヒートショック



時間:42分
 ・熱中症編
 ・ヒートショック編
 ・それぞれの予防と対策について

⑦毎日筋活部



時間:60分
 ・上・下半身の30秒ストレッチ
 ・4秒及び30秒の筋トレ
 ・その他20種目のチョイトレ

◆ 何種類でもお申込は可能です。 ◆ 貸出期間は、2週間までを予定しています。

申込方法 下記の借用申込書にご記入の上、FAXでお申込みください。

お申込先 一般財団法人 宮崎県社会保険協会 TEL(0985)23-0200

FAX 番号 (0985)23-9077



健康啓発DVDの借用申込書

申込日 令和 年 月 日

借用希望DVD (○印を付けてください)	① Vol. 1 (ウォーキング) ② Vol. 2 (ダイエット等) ③ Vol. 3 (ストレス) ④ Vol. 4 (がん)			
	⑤ 健康サポート体操 ⑥ 熱中症&ヒートショック ⑦ 毎日筋活部			
借用期間	令和	年	月	日
	~	令和	年	月
事業所名			担当者名	
住所	〒		電話番号	

7・8月の年金相談の受付時間等

宮崎・延岡・都城・高鍋の各年金事務所

- 身分証明書・年金手帳・印鑑をお忘れなく!
- 代理の方が相談される場合は委任状と身分証明書が必要です。
- 休日の年金相談について、予約制になりますので事前にお問い合わせください。

受付区分	実施日	受付時間
7月・8月の平日受付	月曜日 火～金曜日	午前8:30～午後7:00 午前8:30～午後5:15
7月の休日受付	9日(土)	午前9:30～午後4:00
8月の休日受付	13日(土)	午前9:30～午後4:00

7・8月の出張年金相談の日程

(受付時間) 午前10時～午後3時

- 身分証明書・年金手帳・印鑑をお忘れなく!
- 代理人の方が相談される場合は委任状と身分証明書が必要です。
- ◆予約制になっております。(ご予約は管轄の年金事務所まで飛び込みのご相談は承っておりません。)

会場	7月	8月
串間市役所 会議室	7日(木)	4日(木)
えびの市役所 会議室	14日(木)	10日(水)
西都市役所 市民課年金係	21日(木)	18日(木)
高千穂町役場 町民相談室	21日(木)	18日(木)
小林市役所 1階相談室	21日(木)	18日(木)
日南市役所 会議室	28日(木)	25日(木)
日向市日知屋公民館(2階学習室)	28日(木)	—
日向市中央公民館2階研修室	—	25日(木)

年金のご相談は「ねんきんダイヤル」へ

0570-05-1165

○電話料金は一般の固定電話の場合、接続先にかかわらず、一律市内電話の接続料金でご利用できます。
○携帯電話でもご利用できます
○IP電話、PHSからは「03-6700-1165」にお電話ください。

受付時間

- 月曜日～金曜日(祝日を除く)
午前8:30～午後5:15まで
※毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日)は午後7時まで受付時間を延長しています。
- 第2土曜日
午前9:30～午後4:00まで



年金相談・お手続きの際は予約相談をご利用ください

予約の申込みは「予約受付専用電話」へ!

0570-05-4890

〈予約受付番号受付時間〉月～金(平日)8:30～17:15

○予約相談希望日の1カ月前から前日まで受付しています。
○ご連絡の際は、基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご準備ください。
○お近くの年金事務所でも受付しています。

予約相談の実施時間帯

- 8:30～18:00(月曜日)
- 8:30～16:00(火～金曜日)
- 9:30～15:00(第2土曜日)

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に18:00まで相談予約を実施しています。



協会けんぽからのお願い

保険証が使用できるのは退職日までです。

保険証は退職日の翌日からは使用できません。事業主・事務担当者の皆さまは、従業員の退職時に本人・家族分の保険証回収を徹底していただきますよう適切な事務処理にご協力をお願いします。

街角の年金相談センター宮崎(オフィス)

宮崎県社会保険労務士会に所属する社会保険労務士等が無料でご相談に応じます。

- 相談内容** 国民年金・厚生年金保険の給付に関する相談・手続き等
- 開設場所** 宮交シティ2階(宮崎市大淀4-6-28)
- 相談時間** 月曜日～金曜日※祝日・年末年始等を除く 午前8:30～午後5:15まで
- 予約専用電話番号** 0985-63-1066 (お電話による年金相談)は受け付けておりません。

街角年金相談センターは、日本年金機構が「全国社会保険労務士会連合会」に運営を委託しています。

一般財団法人 宮崎県社会保険協会に関するお問い合わせは下記のところまで

一般財団法人 宮崎県社会保険協会 **0985-23-0200**

一般財団法人 宮崎県社会保険協会ホームページ <https://shahokyo-miyazaki.jp/>

社会保険の手続き・年金制度に関するお問い合わせは下記のところまで

宮崎年金事務所	0985-52-2111	都城年金事務所	0986-23-2571
延岡年金事務所	0982-21-5424	高鍋年金事務所	0983-23-5111

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

健康保険給付の手続き・健康保険任意継続に関するお問い合わせは下記のところまで

協会けんぽ宮崎支部(全国健康保険協会)

0985-35-5364 (代表) 音声案内でご案内します

全国健康保険協会ホームページ <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

- 案内「1」 業務グループ(保険給付、保険証の発行、任意継続など)
- 案内「2」 保健グループ(生活習慣病予防健診、特定健診、特定保健指導など)
- 案内「3」 レセプトグループ(レセプト、交通事故による保険使用、医療費通知など)
- 案内「4」 企画総務グループ(ジェネリック医薬品、健康経営など)