

〈今月の主な記事〉

日本年金機構 からののお知らせ…………… 2	協会けんぽの特定保健指導…………… 5
算定基礎届の提出もれはございませんか？…………… 2	一般財団法人 宮崎県社会保険協会 からののお知らせ…………… 6
被保険者報酬月額変更届の提出が必要な場合について…………… 2	健康啓発ビデオ(DVD) の貸し出しが大好評です！…………… 6
社会保険手続きは電子申請をご利用ください！！…………… 3	令和5年度 ～年末調整等に関する事務講習会～…………… 7
協会けんぽ 宮崎支部 からののお知らせ…………… 4	インフォメーション…………… 8
協会けんぽのインセンティブ(報奨金) 制度とは…………… 4	年金相談の日程など…………… 8
教えてインセンティブ制度(Q&A)…………… 4	



ネコノヒゲ

初夏から晩秋にかけて透き通るほど真っ白な花を咲かせるネコノヒゲ。上向きにピンと伸びた細く長い雄しべと雌しべが猫の髭のように見えることからこの名が付けました。

東南アジア原産の植物で、暑さに強く、咲く花の少ない真夏でも休むことなく次々と花を咲かせてくれます。風に揺れる姿が涼しげで、初心者でも育てやすいことから夏の花壇や寄せ植えにおすすめの植物です。



算定基礎届の提出もれはございませんか？

令和5年7月10日が提出期限となっていた「算定基礎届」の提出がまだお済みでない被保険者がいる場合は、事務センター（または年金事務所）へすみやかにご提出ください。

なお、8月または9月の随時改定が予定されていたため、提出済の「算定基礎届」には記入していなかった被保険者につきましても、随時改定の要件に該当せず「月額変更届」の対象とならなくなった場合は、その方について「算定基礎届」をご提出いただく必要があります。

※未提出の事業所様に対しまして、随時提出の勧奨を行っております。提出したはずなのに案内が届いた場合などご心配な点がございましたら、いつでも管轄の年金事務所までお問合せください。ご提出の状況を確認させていただきます。



被保険者報酬月額変更届の提出が必要な場合について

被保険者の標準報酬月額は、昇給や降給によって報酬額が大幅に変動した場合、改定を行うことになっています。これを標準報酬月額の「随時改定」といい、次の3つのすべてにあてはまる場合に、標準報酬月額の改定が必要になりますので、「被保険者報酬月額変更届」を提出してください。

1. 昇給・降給などで固定的賃金に変動があったとき
(月額や日額の増額・減額、手当の追加・削除など)
2. 固定的賃金の変動月以後引き続く3ヶ月の間に支払われた報酬の平均額を標準報酬月額にあてはめ、現在の標準報酬月額との間に2等級以上の差が生じたとき
3. 固定的賃金の変動した日以後、引き続いた3ヶ月間の支払基礎日数が全て17日(特定適用事業所に勤務する短時間労働者は11日)以上あるとき

《注意するポイント》

- 1) 「〇月分」ではなく、「支払月」で計算・記入します
＝変動後の初回支払い・2回目・3回目の総支給額について計算・記入します
- 2) 月額変更届の対象となった場合、4ヶ月目から標準報酬月額が改定されます

例：変動後の初回支払いが8月払の場合、「8・9・10月分」を記入し、11月分保険料から改定となります

★その他の注意点に関しましては、日本年金機構ホームページに詳しく記載されておりますので、併せてご確認ください。⇒<https://www.nenkin.go.jp/>

算定基礎届・被保険者報酬月額変更届は電子申請ができます！

- 日本年金機構から送られてきた納入告知書は、毎月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、資格喪失届に添付してお返しください。

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。

いつでも! **どこでも!** **カンタンに!**

- 時間にとらわれず、365日、24時間いつでも申請可能
- 自宅や職場からインターネット経由でどこでも申請可能
- 申請時の移動時間や交通費、郵送費等コスト削減が期待できます
- ネットワークはセキュリティに配慮し、安全な仕組みを構築しています。

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、日本年金機構のHPから無料ダウンロードできます

Gbiz IDってなに?

Gbiz 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。是非、ご利用ください。

「Gbiz ID」の詳細い内容、手続きはGbiz IDホームページをご覧ください。



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

検索

ご利用に関する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。

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
《年金加入者ダイヤル(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分から午後7時 / 第2土曜日：午前9時30分から午後4時
※祝日(第2土曜日除く)、12月29日から1月3日はご利用いただけません。

協会けんぽ 宮崎支部 からのお知らせ

全国健康保険協会

協会けんぽのインセンティブ(報奨金)制度とは…

【協会インセンティブ制度とは】

各支部の評価指標5項目の実績に応じた得点によりランキングづけし、上位に該当した支部にインセンティブ(報奨金)を充てることによって**保険料率を引き下げる仕組み**です。

当該年度の取組みは翌々年度の保険料率に反映されます。つまり、令和5年度の取組結果(実績)は令和7年度の保険料率に反映されます。

5つの
評価指標

- 1 特定健診等の実施率
- 2 特定保健指導の実施率
- 3 特定保健指導対象者の減少率
- 4 要治療者の医療機関受診率
- 5 後発医薬品の使用割合

※ インセンティブ制度の見直しが行われ、令和4年度以降の取組結果から、インセンティブを得ることができる支部数が上位23支部→上位15支部になり、その分得られるインセンティブが大きくなります。

教えてインセンティブ制度(Q&A)

Q1 支部の順位が高いとどうなるの？

A1 保険料が下がります。

順位に応じた報奨金が分配されますので、その結果、負担する保険料が下がることとなります。

Q2 順位を上げるにはどうしたらいいの？

A2 以下の項目でできることから始めてみましょう。

- 1 協会けんぽが提供する健診を受けましょう
被保険者の方は「生活習慣病予防健診」
被扶養者の方は「特定健診」
- 2・3 特定保健指導※を受けて健康的な生活習慣を心がけましょう
※生活習慣病の発症リスクが高い方に、保健師・管理栄養士などが生活習慣の見直しをサポートすることです。
- 4 健診の結果、「要治療」「要精密検査」の判定を受けた方は、必ず医療機関の受診を！
- 5 ジェネリック医薬品を積極的に選びましょう！

健診は受けた後の行動が
とっても大切！
早期発見早期治療は
健康長寿の秘訣です。



Q3 インセンティブの財源は？

A3 健康保険料の中から財源を賄っています。

インセンティブ制度の財源として、すべての支部の健康保険料率の中に一律0.01%が盛り込まれています。上位15支部に入ると、インセンティブを得る可能性がありますが、16位以下だとインセンティブを得ることができないため、結果的に財源分だけ健康保険料が上がることとなります。



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

協会けんぽの特定保健指導

保健師・管理栄養士が訪問しますので 特定保健指導をご利用ください

【事業主の皆様へ】

協会けんぽでは、メタボリックシンドロームの改善を目的とした特定保健指導を積極的に推進しております。特定保健指導に該当された方が、生活習慣を改善しないまま放置していると、命に係わる重大な病気になる恐れがあります。**従業員の健康と事業所の将来を守るため**、特定保健指導のご案内を従業員の方に確実にお渡しいただき、日程調整等のご協力をお願いいたします。

保健師・管理栄養士による

プロのサポート

が受けられます

加入者(ご本人)は

無料

で受けられます

時間・場所など

ご都合に合わせて

受けられます

健診担当者様宛に案内
をお送りしています！



令和5年度
案内チラシ



特定保健指導を受けていただくまでの流れ

1

上記の案内チラシが届いたら
対象の方に渡し
指導を受けるよう勧める



2

対象の方と日程調整し、
面談日を決めて、
協会けんぽに連絡する

3

事業所で対象の方が
特定保健指導を
受ける

健康啓発ビデオ(DVD)の貸し出しが大好評です!

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、7種類の健康啓発ビデオ(DVD)の貸し出しを実施しております。スポーツ・食欲の秋です。この機会に被保険者の健康づくりにご利用ください。

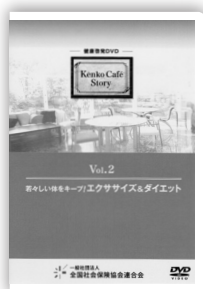
★貸し出しは無料です! (会費未納事業所及び非会員事業所は実費負担となります)

①はじめてのウォーキング&ジョギング



時間:30分
 ・正しいウォーキングとは?
 ・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



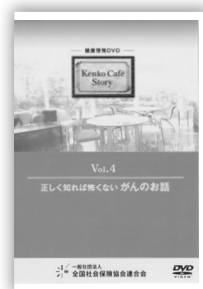
時間:32分
 ・ダイエットの基本
 ・体幹エクササイズ
 ・その他4項目

③Good-by 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

⑤健康サポート体操



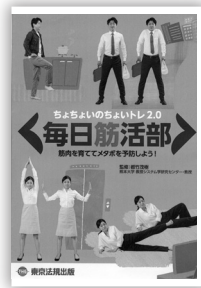
時間:60分
 ・ストレッチ体操
 ・タオル体操
 ・その他7種目のトレーニング等

⑥熱中症・冬のヒートショック



時間:42分
 ・熱中症編
 ・ヒートショック編等
 ・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。
 ◆貸し出し期間は、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 ☎(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 (○印をつけて下さい)	①ウォーキング ②ダイエット等 ③ストレス ④がんのお話 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 日	
事業所名			担当者名	
住所			電話番号	

※申込書に記載された情報は、貸出以外の目的には使用いたしません。

令和5年度 ～年末調整等に関する事務講習会～

社会保険事務及び総務担当者を対象とした年末調整・源泉徴収等の手続きに関する講習会を下記のとおり開催しますので、是非ご参加をお待ちしております。

地区名	開催日	時間帯	会場名	定員
宮崎	5年11月1日(水)	14:00～16:00	宮崎市民文化ホール(イベントホール)	80
延岡	5年11月7日(火)	14:00～16:00	延岡市社会教育センター(研修室1)	40
都城	5年11月13日(月)	14:00～16:00	都城市ウエルネス交流プラザ(茶霧茶霧ギャラリー)	40

講師

原 隆雄 税理士事務所
 所長 原 隆雄 氏

対象者

年末調整等に携わる事務担当者
 年末調整等に関する知識を確認されたい方

参加費

会員事業所は**無料**
 会費未納事業所及び非会員事業所は実費負担となります。(3,000円)



募集定員

各会場とも定員になり次第締め切ります **※先着順**
 受講決定者の方には、申込日より1週間以内に参加証をFAXでお送りいたします。
 なお、参加証が1週間過ぎても届かない場合は、当協会までご連絡をお願いします。

申込方法

下記の申込書にご記入の上、FAX又はホームページでお申込みください。
【FAX番号】(0985)23-9077
【ホームページアドレス】<https://www.shahokyo-miyazaki.jp/>

お問合せ先

〒880-0866 宮崎市川原町5番10号ミネックス川原2-C
 一般財団法人 宮崎県社会保険協会 TEL(0985)23-0200

年末調整等に関する事務講習会申込書

参加者希望地区 (ご希望会場に○をつけて下さい)	宮崎 ・ 延岡 ・ 都城		
事業所名	事業所整理記号 (記入例01-イロ/ハ)		
参加者氏名			
FAX番号 (必ずご記入ください)	() -	電話番号	() -

※申込書に記載された情報は、この講習会以外の目的には使用いたしません。

9・10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
9月・10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
9月の休日受付	9日(土)	午前9:30～午後4:00
10月の休日受付	14日(土)	午前9:30～午後4:00

9・10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	9月	10月
串間市役所 会議室	7日(木)	5日(木)
えびの市役所 会議室	14日(木)	12日(木)
西都市役所 市民課年金係	21日(木)	19日(木)
高千穂町役場 町民相談室	21日(木)	19日(木)
小林市役所 1階相談室	21日(木)	19日(木)
日南市役所 新庁舎2階会議室	28日(木)	26日(木)
日知屋公民館 2階学習室	28日(木)	26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！

ゴヨクヲ

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まで予約相談を実施しています。



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まで

協会けんぽ宮崎支部(全国健康保険協会)

0985-35-5364 (代表)自動音声でご案内します

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、交通事故による保健使用、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、健康宣言など)

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