

退職後の年金・健康保険の加入について
保険料率の変更について

日本年金機構

2-3 ページ

- 入社、退職後の年金加入手続きについて
- 被扶養者における国内居住要件の追加について
- 産前産後期間の国民年金保険料が免除となります
- 年金委員の交替の際の届出について
- お役に立ちます!ワンポイント相談室②

協会けんぽ

4-5 ページ

- 保険料率の変更について
- 退職後の健康保険のこと
- 傷病手当金等の事業主証明の記入のお願い
- おしえて!やまがたさん!
～「生活習慣病予防健診」について～

社会保険協会

6-7 ページ

- 会員事業所の特典
- 事業所名称や所在地等に変更があった場合は当協会にもお知らせください
- 令和元年度社会保険協会費納入のお願い
- ゴルフ大会を開催します
- 「施設利用会員証」による優待サービス

寒河江から見た大朝日岳

山形・新潟両県に跨る朝日連峰の最高峰。広大なブナの原生林に囲まれる大朝日岳は、その端正かつ重厚な山容で見る者の心を魅了する。

(写真提供: 山形県みどり自然課)

山形県山岳情報ポータルサイト「やまがた山」
<http://yamagatayama.com>



異動の季節です！ 入社、退職後の年金加入手続きをお忘れなく！

4月は異動の季節です。入社される方、退職される方は、速やかに加入手続きをしましょう。提出が遅れると、「健康保険被保険者証」の発行や保険料計算、年金の被保険者期間に影響を与えることにより年金の決定に支障が出る場合があります。

従業員を採用したら

事業主は、5日以内に、「健康保険 厚生年金保険 被保険者資格取得届 厚生年金保険 70歳以上被用者該当届」、被扶養者の方がいる場合には「健康保険被扶養者（異動）届」の提出をお願いします。「個人番号（マイナンバー）」の記入をお願いします。（基礎年金番号を記入する場合は、年金手帳等に記載されている10桁の番号を記入。）

また、70歳以上の方で、適用事業所に使用されていても、健康保険のみの被保険者になりますので届出が必要です。



厚生年金保険の適用事業所を退職したら

退職後に厚生年金保険の適用事業所に再就職するときは、引き続き厚生年金に加入します。適用事業所への再就職でない20歳以上60歳未満の方は国民年金に加入するための手続きが必要となります。



こんなとき	加入する制度	加入の手続き・提出先	提出者	提出期限
再就職する	厚生年金保険 (厚生年金保険の適用事業所に再就職)	仙台広域事務センター	事業主	再就職日から 5日以内
自営業者、無職の方、 それらの配偶者などとなる (厚生年金保険や共済年金に 加入する方やその被扶養配偶 者の方以外の方)	国民年金 [第1号被保険者]	住所地の市(区)役所、 町村役場又は年金事務所	ご本人又は 世帯主	退職の翌日から 14日以内
厚生年金保険や共済年金 に加入する方の被扶養配偶 者となる	国民年金 [第3号被保険者]	仙台広域事務センター	事業主経由で ご本人	被扶養者に該当した日 から14日以内

被扶養者における国内居住要件の追加について

健康保険法等の一部改正(令和2年4月1日施行)に伴い、**健康保険の被保険者に扶養されている方の要件について、新たに「国内居住」の要件が追加されます**(住民票が日本国内にある方は、原則として「国内居住」要件を満たしますが、日本国籍を有しない方で医療を受けることを目的として滞在する方等は認定の対象外となります)。

なお、日本国内に住民票がない場合も、外国に一時的に留学をする学生や外国に赴任する被保険者に同行する家族等については、日本国内に生活の基盤があると認められるものとして特例的に被扶養者となることが出来ます。当該対象者については、**事業主さまから健康保険被扶養者（異動）届に例外に該当することを証する書類等を添付したうえで届出が必要となります。**

詳しくは日本年金機構ホームページをご参照ください。

産前産後期間の国民年金保険料が免除となります

免除期間は…出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間(以下「産前産後期間」といいます。)の国民年金保険料が免除されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みます。)



対象者は……「国民年金第1号被保険者」

届出時期は…出産予定日の6か月前から届出可能ですので、速やかに届出ください。

届出先は……お住まいの市(区)役所又は町村役場の国民年金担当窓口

◆産前産後期間として認められた期間は、将来、被保険者の年金額を計算する際は、保険料を納めた期間として扱われます。

◆産前産後期間については保険料が免除されますが、付加保険料は納付することができません。

◆出産後でも届出することができます。この場合の産前産後期間は、出産日の属する月の前月から出産月の翌々月までの4か月間となります。

◆保険料を納付されている場合は、産前産後期間の保険料は還付されます。

◆出産前に届書を提出する場合には、母子健康手帳などをお持ちください。また、出産後に届書の提出をする場合には、出産日は市区町村で確認できるため原則不要です。ただし、被保険者と子が別世帯の場合は出生証明書など出産日及び親子関係を明らかにする書類をお持ちください。

年金委員の交替には、届出が必要です

職場の年金委員の方は、厚生労働大臣から年金委員(職域型)として委嘱されております。その方が人事異動や退職等により交替したときは、ぜひ後任の方をご推薦頂き、届出をお願いします。また、適用事業所の所在地や名称が変更になった場合も届出をお願いします。管轄の年金事務所へご連絡願います。

変更内容	届出書名
年金委員の推薦	年金委員推薦書(職域型)
年金委員の辞退	年金委員辞退届出書(職域型)
適用事業所の所在地変更	職域型の年金委員に係る適用事業所所在地・名称変更届出書
適用事業所の名称変更	

お役に立ちます! ワンポイント相談室²⁴ 予約相談

Q 老齢年金の請求書が届きましたが、いつから受付してもらえるのでしょうか。予約した方が良いですか。



A 老齢年金が受けられる人には、支給開始年齢の誕生日の3か月前に「年金請求書」が届きます。支給開始年齢の誕生日の前日から請求手続きができますので、予約相談をご利用ください。予約は来訪を希望する日の1か月前から前日まで受付しています。

予約のお申し込みは「予約受付専用電話」**0570-05-4890** です。

お問い合わせ

日本年金機構 山形県内各年金事務所

日本年金機構

検索

URL <http://www.nenkin.go.jp/>

保険料率の変更について

協会けんぽ山形支部の保険料率は、**令和2年3月分保険料(4月納付分)**から**変更**となります。
加入者の皆さまの医療と健康を支えるため、保険料のご負担につきまして、ご理解をお願いいたします。

健康保険料率

現 行
10.03%

0.02%引き上げ

令和2年3月分～(4月納付分)

10.05%

介護保険料率(※1)

現 行
1.73%

0.06%引き上げ

令和2年3月分～(4月納付分)

1.79%

(※1) 40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)は、健康保険料率に介護保険料率が加わります。



【お問い合わせ先】 協会けんぽ山形支部 企画総務グループ 023-629-7226

退職される従業員さまにお伝えください

退職後の健康保険のこと

退職後は、「国民健康保険」、「ご家族加入の健康保険(被扶養者)」、「協会けんぽの任意継続健康保険」、のいずれかの医療保険に加入する手続きが必要です。退職される方にご案内ください。

加入先	国民健康保険	ご家族加入の健康保険 (被扶養者)	協会けんぽの任意継続
手続き先	お住まいの市町村	ご家族の勤務先	お住まいの都道府県の協会けんぽ
加入条件	お住まいの市町村の国民健康保険 担当課にお問い合わせください	ご家族が加入中の健康保険の扶養 条件を満たす必要あり	- 退職日までに被保険者期間が継続して2か月以上あること - 退職日の翌日から20日以内に手続きすること
保険料	- 前年度所得や家族構成等で決定 - 保険料の減免制度あり ※お住まいの市町村により異なります。	保険料負担なし	- 退職時の約2倍(上限あり) - 保険料は原則2年間変更なし (保険料率の変更ににより変動する場合あり)

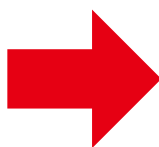
傷病手当金等の事業主証明の記入のお願い

傷病手当金や出産手当金の申請時は、賃金台帳や出勤簿の写しは添付せず、事業主記入用ページに**申請期間を含んだ出勤状況と賃金支給状況を全てご記入**のうえ、ご提出ください。

賃金台帳(写)



出勤簿(写)




単価や賃金計算方法についても漏れののないようにご記入をお願いします。

【お問い合わせ先】 協会けんぽ山形支部 業務グループ 023-629-7229

おしえて！やまがたさん!



～「生活習慣病予防健診」について～



【やまがたさん】

総務課に所属する
ベテランで健康保険に詳しいOL



【たなかくん】

採用2年目のやまがたさんの部下
生活習慣病予防健診は35歳からだが・・・

1

たなかくんも、もうすぐ3年目に突入ね

た

そろそろ生活習慣病予防健診の申し込みの時期ですね!

や

あら、もうそんな季節なのね。

2

た

まず健診機関に予約して、協会けんぽにも申し込みが必要なんですよ!?

や

あら!
4月からは協会けんぽへの健診申込書提出はいらなくなるのよ。

3

た

え!?
そうなんですか。
手続きが楽になりますね!

や

そうね。助かるわよね。
早めに健診機関に予約をいれなくちゃね。

4

た

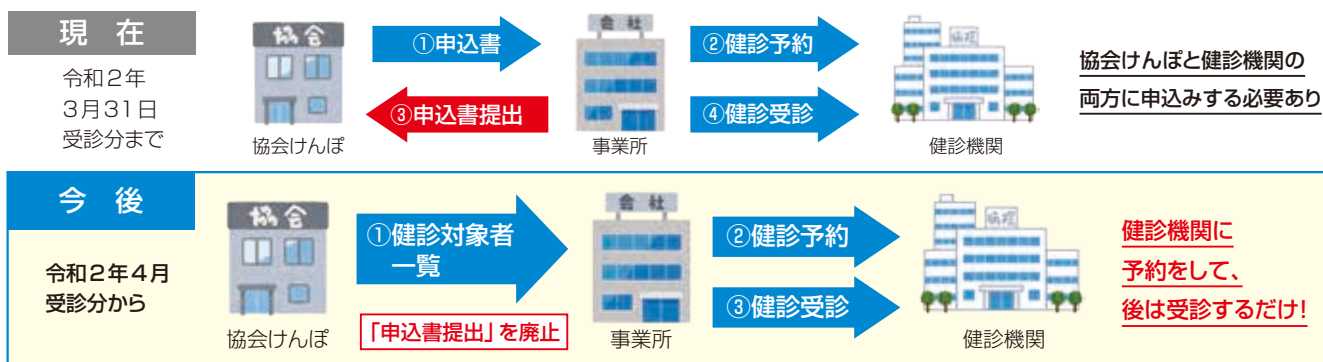
僕も生活習慣病予防健診を受けなきゃ!

や

え!年上!?
20代だと思ってた・・・

4月から健診申込書の提出が不要になります

現在、生活習慣病予防健診を受診するにあたっては、加入者(被保険者)・事業主さまから協会けんぽに対する申込書の提出が必要ですが、皆さまの手続きの軽減を図るため、**令和2年4月1日受診分から、協会けんぽへの申込みを廃止することといたしました。**(健診機関に予約申込みをするだけで手続きは完了となります。また、3月中に健診対象者一覧を事業所さまに送付いたします。)



【お問い合わせ先】 協会けんぽ山形支部 保健グループ 023-629-7235

お問い合わせ

全国健康保険協会(協会けんぽ) 山形支部
〒990-8587 山形市幸町 18-20 JA 山形市本店ビル 5 階 TEL.023-629-7226

協会けんぽ

検索

URL <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

会員事業所の特典

当協会に加入され、会費を納入いただいている事業所の皆さまには、次のような会員特典があります。

- 



社会保険事務講習会



レクリエーション事業

当協会ではこれらの事業を通して、社会保険制度の周知と会員事業所の社員の皆さまの健康づくりのお手伝いをさせていただきます。 事業の詳細は当協会ホームページをご覧くださいか、7ページのお問い合わせ先にご連絡ください。

事業所名称や所在地等に変更があった場合は当協会にもお知らせください

広報誌「社会保険やまがた」や「協会事業のご案内」等の送付物を確実にお届けするために、事業所名称や所在地等に変更があった場合は、管轄の年金事務所へ所定の手続きを行っていただくとともに、**当協会には「会員事業所変更事項届」をFAX又は郵送で提出願います。「会員事業所変更事項届」は当協会ホームページからダウンロードできます。**

[illegible]

令和元年度
社会保険協会費納入のお願い



ゴルフ大会を開催します

日 時 令和2年5月16日(土) 9時まで集合

場 所 天童カントリークラブ(天童市川原子)

参加費 2,000円 **競技方法** ダブルペリア方式

募集人員 32名

申込方法 当協会ホームページから参加申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえFAXで送付してください。

申込締切 令和2年4月24日(金)



「施設利用会員証」による優待サービス

山形県内及び全国の契約施設で、宿泊料金の割引などの優待サービスが受けられます。家族旅行や出張、日々の健康づくり、ショッピングなどにご利用ください。なお、ご利用の際は「施設利用会員証」の提示が必要となります。発行を希望される場合は、当協会ホームページから「施設利用会員証申込書」をダウンロードしていただき、必要事項をご記入のうえ提出してください。詳しくは当協会ホームページをご覧ください。



【山形県内施設】

施設名	ご優待内容
●人間ドック	
山形健康管理センター	人間ドック受診時、当協会の費用助成とは別に、2,000円の割引 ※ご利用対象者：当協会会員事業所の被保険者とその被扶養者に限る
●カルチャースクール	
やまがたカルチャー&健康スポーツセンター	講座申込の際の初回事務手数料3,300円が無料 ※ご利用対象者：当協会会員事業所の被保険者とその被扶養者に限る
●宿泊施設	
山形グランドホテル	・宿泊料金の20%割引 ・レストラン(ラ・セーヌ、桃花苑)10%割引(ケーキ菓子類、ランチ、催事商品は除く)
山形国際ホテル	正規宿泊料金の10%割引
ホテルリッチ&ガーデン酒田	正規宿泊料金の20%割引
東京第一ホテル米沢	正規宿泊料金の10%割引(インターネット割引との併用不可)
ニューグランドホテル	正規宿泊料金の10%割引
●レジャー	
米沢ボウリングレーンズ	ゲーム料1ゲームにつき50円割引
新庄アーデンゴルフ倶楽部	ビジター料金500円割引(他の割引券との併用不可)
●スポーツクラブ	
スポーツクラブジョイフィット(あかねヶ丘、天童、東根)	入会金2,000円(税別)・登録事務手数料3,000円(税別)を無料
ウィーススポーツクラブ新庄	・入会金5,000円(税別)・初回月会費を無料 ・随時入会キャンペーン特典適応
●ショッピング	
晩菊本舗三奥屋 山形エスパル店	浅漬食品(冷蔵食品)通常販売価格の5%割引
宝石の柿崎(新庄本店、山形店、鶴岡店)	全商品(特定商品を除く)の通常販売価格の10%割引



【県外施設】

※施設名及びご優待内容の詳細は、当協会ホームページでご確認ください。各施設により優待内容は異なります。
対象外期間、他の優待券との併用不可などの条件もあります。

対象施設	県内又は近県等の主な施設名
船員保険会運営 4施設	鳴子やすらぎ荘(宮城県)
ホテル法華クラブグループ 19施設	ホテル法華クラブ仙台(仙台市)、アルモントホテル仙台(仙台市)
高輪・品川プリンスホテルグループ 4施設	品川プリンスホテル(東京都港区)
プリンスホテル優待プラン	仙台商みの杜水族館(仙台市)、雫石ゴルフ場(岩手県)
湯快リゾート(株) 28施設	山中グランドホテル(石川県)、宇奈月グランドホテル(富山県)
ダイワロイヤルホテル 27施設	Active Resorts 岩手八幡平(岩手県)、Active Resorts 裏磐梯(福島県)
かんぼの宿 37施設	かんぼの宿 一関(岩手県)、かんぼの宿 いわき(福島県)
HMIホテルグループ 53施設	ホテルパールシティ天童(天童市)、ホテルパールシティ仙台(仙台市)
その他の宿泊施設 9施設	ホテルニューキャッスル(青森県弘前市)、ニューグリーンピア津南(新潟県)
その他の日帰り施設 9施設	じょんのび館(新潟市)、ホンマ健康ランド(新潟市)



お問い合わせ・お申し込み

一般財団法人 山形県社会保険協会 〒990-0043 山形市本町 2-3-38 岩城ビル 4F 山形県社会保険協会 検索
TEL. 023-642-6261 FAX. 023-633-4114 URL <http://www.shahokyo-yamagata.jp/>



ブロッコリーのかにあんかけ

ブロッコリーにはビタミンCやビタミンB、食物繊維、鉄分などが多く含まれています。生活習慣病や老化の予防、貧血予防、免疫力の強化などが期待できます。



材料 [4人分] ◎1人当たりおよそ185kcal

ブロッコリー……2株	A
かに缶詰……220g	鶏ガラスープの素(顆粒)……小さじ2
卵白……2個分	水……400ml
クコの実……小さじ2	酒……大さじ2
水溶き片栗粉…適量	塩……少々

作り方

- ① ブロッコリーは小房に分ける
- ② たっぶりの湯を煮立てて塩適量(分量外)を入れ、ブロッコリーを加えて色よくかためにゆでる。手早く冷水にとって冷まし、水けをしっかりとる。
- ③ 鍋にAを入れて煮立て、かにを加える。沸騰したら水溶き片栗粉でとろみをつけ、溶きほぐした卵白を加え、よく混ぜ、火を止める。
- ④ 器に②のブロッコリーを盛り、③のあんをかけ、クコの実を散らす。



おめでとうございます

第11回 山形県年金ポスターコンクール入賞作品

日本年金機構県内年金事務所では、次世代を担う県内の中学生の皆さんに年金制度を身近に感じていただくことを目的に、毎年、年金ポスターコンクールを実施しています。今年度も、厚生労働省東北厚生局、山形県教育委員会、山形県中学校長会、山形新聞・山形放送、NHK山形放送局、山形県社会保険協会、全国国民年金基金山形支部の後援をいただきました。今年度は11回目となり、56作品と多数の力作を応募いただきました。厳正な審査のうえ、受賞者が決定されました。

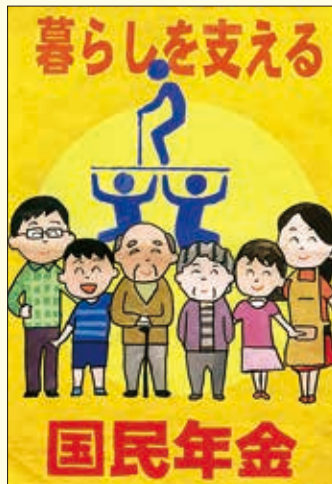
最優秀賞



山形市立第十中学校

田口 優花 さん

山形県社会保険協会会長賞



飯豊町立飯豊中学校

渡部 心響 さん

入選	優秀賞	厚生労働省東北厚生局長賞	山形県社会保険協会会長賞	最優秀賞
5点	5点	1点	1点	1点