



【ノビネチドリ (延根千鳥)】 ラン科ノビネチドリ属の多年草。
撮影場所：米沢市万世町牛森 撮影者：来次陽子 (米沢市万世コミュニティセンター管理運営委員会)

C O N T E N T S

日本年金機構

2-3ページ

- 「賞与」の支払いがあったら、届出をお忘れなく!
- 社会保険手続きは電子申請でカンタンに!
- 令和5年度の年金額改定についてお知らせします
- お役に立ちます!ワンポイント相談室@

全国健康保険協会 山形支部

協会けんぽ

4-5ページ

- 健康診断のご案内
- おしえて!やまがたさん!
～新「やまがた健康 企業宣言」について～

社会保険協会

6-7ページ

- 会長就任のごあいさつ
- 新任担当者向け
社会保険事務講習会のご案内
- 令和5年度
山形県社会保険協会事業のご案内



「賞与」の支払いがあったら、届出をお忘れなく!

被用者である従業員及び70歳以上被用者に賞与を支給したとき、事業主が行なうものです。

この届書内容により保険料や年金の計算の基礎となる重要な届書です。

届書は登録された「賞与支払予定月の前月」に日本年金機構から送付します。

(賞与支払予定月を登録しておらず、今後届書の送付を希望される場合は、「健康保険・厚生年金保険事業所関係変更(訂正)届(処理票)」を提出ください。)

「健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届 厚生年金保険70歳以上被用者賞与支払届」を支給日から5日以内に仙台広域事務センターに提出してください。

また、賞与支払予定月に賞与の支払いがなかった場合も提出が必要です。賞与支払予定月に賞与の支払いがなかった場合には「賞与不支給報告書」をご提出くださいますようお願いいたします。

その場合、「賞与不支給報告書」の①賞与支払年月欄を必ず記入の上、提出してください。

〈届書・届書の記入例などの詳細は、日本年金機構ホームページから、ご覧ください。〉

届出様式は、(エクセル)で提供しているものもあります。届書作成に便利です。ぜひご利用ください。



(例)「健康保険・厚生年金保険 被保険者賞与支払届/厚生年金保険 70歳以上被用者賞与支払届(記入例)」

日本年金機構ホームページ でクリックしてください



事業主の皆さまへ 社会保険手続きは 電子申請でカンタンに! /

◎電子申請なら紙や電子媒体で申請されたものよりも早く処理がされます。例えば、保険証は紙で申請されるより**電子申請の方が3~4日早く届きます。ぜひ電子申請をご利用ください!**

日本年金機構ホームページに電子申請の利用手順を掲載しています。ぜひご覧ください。

説明動画も
掲載しています!



日本年金機構 電子申請

検索

<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。

令和5年度の年金額改定についてお知らせします

令和5年度の年金額は、新規裁定者（67歳以下の方）は前年度から2.2%の引き上げとなり、既裁定者（68歳以上の方）は前年度から1.9%の引き上げとなります。

令和5年度の新規裁定者（67歳以下の方）の年金額の例

	令和4年度 (月額)	令和5年度 (月額)
国民年金 ^{*1} (老齢基礎年金(満額):1人分)	64,816円	66,250円 (+1,434円)
厚生年金 ^{*2} (夫婦2人分の老齢基礎年金を含む標準的な年金額)	219,593円	224,482円 (+4,889円)

※1 令和5年度の既裁定者（68歳以上の方）の老齢基礎年金（満額1人分）は、月額66,050円（対前年度比+1,234円）です。
 ※2 平均的な収入（平均標準報酬（賞与含む月額換算）43.9万円）で40年間就業した場合に受け取り始める年金（老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金（満額））の給付水準です。

物価変動に応じた改定ルールが法律に規定されている次の手当などは、令和4年の物価変動率（2.5%）に基づき、**2.5%の引き上げ**となります。

	令和4年度(月額)	令和5年度(月額)
年金生活者 支援給付金 法に基づく 給付	老齢年金生活 者支援給付金	5,020円* 5,140円* (+120円)
	障害年金生活 者支援給付金	(1級) 6,275円 (1級) 6,425円 (+150円) (2級) 5,020円 (2級) 5,140円 (+120円)
	遺族年金生活 者支援給付金	5,020円 5,140円 (+120円)

※これは基準額であり、実際の金額は保険料納付済期間などに応じて算出されます。

令和5年4月分・5月分のお支払いは、6月15日（木）を予定しています。

お役に立ちます！ ワンポイント相談室^④

国民年金保険料の
追納について

Q 学生のと き免除・猶予されていた国民年金保険料は、後で納めることができますか。

A 免除・猶予されていた期間の国民年金保険料は、厚生労働大臣の承認を受け、その承認がされた月の前10年以内の期間のものに限り、あとから古い期間のものから順に納付することができます。これを、「追納」と言います。

また、厚生労働大臣から国民年金保険料の納付免除の承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に追納される場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

※追納制度についての更に詳しいご案内は、パンフレット・ホームページをご覧ください。

追納の方法は？

まず、お客様（被保険者又は被保険者であった者）のご住所を管轄する年金事務所の窓口にて、『国民年金保険料追納申込書』をご提出いただき、後日、専用の納付書をご郵送いたしますので、最寄りの金融機関などで納付してください。

なお、申込書のご提出は、お客様のご住所を所管する年金事務所へご郵送いただく方法でも受け付けております。

※申込書の様式は、「国民年金に関する手続き」からダウンロードいただけます。

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

ご予約は
お済みですか？

令和5年度(令和5年4月～令和6年3月)

健康診断のご案内

ご自身のため、ご家族のため、一年に一度は健診を受けて生活改善に向け取り組みましょう

生活習慣病予防健診

協会けんぽでは、**35～74歳の被保険者(ご本人)さま**を対象に「生活習慣病予防健診」を実施しています。
年度内お一人さまにつき1回、健診費用の一部を補助します。

受けないなんてもったいない! 生活習慣病予防健診のメリットをご紹介します

①お得!	\ 令和5年度から自己負担額が下がりました! / 最高 7,169円 ▶ 最高 5,282円 ※一般健診の場合													
②充実!	労働安全衛生法で事業主さまに義務付けられている定期健康診断の検査項目が含まれているため、定期健診としてご利用いただけます。													
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #0070c0; color: white;">検査項目</th> <th style="background-color: #0070c0; color: white;">生活習慣病予防健診</th> <th style="background-color: #0070c0; color: white;">定期健診</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>労働安全衛生法上の定期健診 (肺がん検診含む)</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>大腸がん検診</td> <td>○</td> <td>×</td> </tr> <tr> <td>胃がん検診</td> <td>○</td> <td>×</td> </tr> </tbody> </table>	検査項目	生活習慣病予防健診	定期健診	労働安全衛生法上の定期健診 (肺がん検診含む)	○	○	大腸がん検診	○	×	胃がん検診	○	×	
検査項目	生活習慣病予防健診	定期健診												
労働安全衛生法上の定期健診 (肺がん検診含む)	○	○												
大腸がん検診	○	×												
胃がん検診	○	×												
	生活習慣病予防健診をご利用いただくと、協会けんぽに健診結果を提供するための手続きが不要です。													
③簡単!	お手続きは簡単!受診を希望する健診機関に予約するだけ! 健診実施機関は3月下旬にお送りしている 「生活習慣病予防健診のご案内」または山形支部の ホームページをチェック!													



黄緑色の封筒
が目印です

特定健診

協会けんぽでは、**40～74歳の被扶養者(ご家族)さま**を対象に「特定健診」を実施しています。従業員の皆さまを通じて被扶養者(ご家族)さまへ、受診していただくようお声がけをお願いします。

受診券の提示で、以下の項目を
無料 または **1,156円** で受診できます

- 診察・問診
- 身体計測
- 血圧測定
- 尿検査
- 血糖検査*
- 血中脂質検査*
- 肝機能検査*

※採血による検査

ご希望の健診機関または
市町村へ予約するだけ!



健診実施機関は協会けんぽの
ホームページをご確認ください。

【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

おしえて！やまがたさん!



～新「やまがた健康
企業宣言」について～



【やまがたさん】
総務課に所属する
健康保険に詳しいベテラン



【たなかくん】
総務課の新人

1

やまがたさん!
「やまがた健康企業宣言」が
令和4年4月にリニューアル
したそうです!

あら、私たちはすでに
新「やまがた健康企業宣言」に
移行済みよ!

2

リニューアルって
何が変わったんですか?

登録要件が新たに追加されたのよ。
健診受診率70%以上の事業所で
ないと「やまがた健康企業宣言」の
登録ができなくなってしまったの。

3

また、宣言時に数値目標を
設定するなど、より**具体的な目標を
設定**することになったの。

目標の達成って難そうですね…。
何から取り組んだらいいんだろう?

4

できることから大丈夫!
まずは、特典の健康づくりセミナーを
利用してみない?

はい!
僕たちにはどんなプランが
合っているのか考えてみます!

令和4年4月に「やまがた健康企業宣言」をリニューアルしました!

協会けんぽ山形支部では、事業所さまの健康づくりを推進するため、「やまがた健康企業宣言」登録事業所を募集しており、令和4年4月に「やまがた健康企業宣言」をリニューアルしました。令和4年3月までに「やまがた健康企業宣言」に登録された事業所さまは、以下の2点を満たしたうえで、新「やまがた健康企業宣言」への移行が必要です。順次移行のご案内をお送りしますので、目標の設定等あらかじめご準備ください。

変更点① 登録要件が追加されます

やまがた健康企業宣言への登録にあたっては、**健診の受診率が70%以上**であることが前提となります。健康診断の受診率は、右記の基準により算出します。これらの健診の受診率が**70%以上**であれば登録が可能です。

協会けんぽで実施している
生活習慣病予防健診の受診率

事業所のデータ提供により、
協会けんぽで把握した
事業者健診の受診率

◀協会けんぽの健康診断(生活習慣病予防健診)は4ページをチェック!

変更点② より具体的な目標を設定したうえで、宣言していただくことになります

事業所さまごとの現状を把握したあと、課題解決に向けたより具体的な目標を設定し、宣言をしていただきます。

宣言事業所限定特典

運動



食事



メンタル
ヘルス



タバコ



ビデオオンデマンド型も
始めました!



【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

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/>

会長就任のごあいさつ

このたび、一般財団法人山形県社会保険協会会長に就任いたしましたので、一言ごあいさつを申し上げます。

会員の皆様におかれましては、社会保険協会の事業運営に対し、多大なるご支援とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

当社会保険協会は、昭和24年の設立以来70年以上にわたって、社会保険制度の広報活動や健康づくりなどの事業に取り組んでまいりました。

加速する少子高齢化や人口減少により社会経済情勢が大きく変化する中、公的年金制度や医療保険制度の重要性はますます高まっております。社会保険協会の使命は、社会保険事業の円滑な運営に寄与することです。微力ながら最善を尽くし重責を果たしてまいりたいと存じますので、皆様方よりご厚情賜りますようお願い申し上げます。



一般財団法人
山形県社会保険協会
会長 相田 晃輔

新任担当者向け 社会保険事務講習会のご案内

人事異動により新たに社会保険の担当になられた方、新たに社会保険に加入された事業所の担当者を対象に、厚生年金保険と健康保険の仕組みや基礎的な事務手続きに関する「新任担当者事務講習会」を開催します。

(山形県社会保険委員会連合会後援の講習会です。)

今年度も、山形地区と庄内地区の2会場で開催します。

なお、会場での「参加者間の適切な距離」を確保するために、参加定員を限定し**1事業所さま1名**の参加とさせていただきます。

また、参加申込をされる場合には、当協会ホームページ掲載の「事務講習会等開催時における感染症予防の取り組みについて」を必ずご確認ください、ご理解のうえお申込みください。



【山形会場】

日時：令和5年6月27日(火)
13:30～16:00

場所：山形国際交流プラザ(ビッグウイング)
山形市平久保100

定員：75名(申込先着順)

【庄内会場】

日時：令和5年7月21日(金)
13:30～16:00

場所：庄内町文化創造館 響ホール
庄内町余目字仲谷地280

定員：30名(申込先着順)

山形会場・庄内会場ともに

講習内容は、健康保険及び厚生年金保険制度の仕組みと基礎的な事務手続き

講師は、協会けんぽ山形支部及び年金事務所の職員

【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、必要事項をご記入のうえ、**開催日の1週間前まで**FAX又は郵送でご提出願います。

なお、各会場とも定員になり次第締め切りとさせていただきますので、ご了承ください。

概ね1年以上社会保険事務を担当した方を対象とした『社会保険事務講習会』については、10月～11月に各地区で開催いたします。「社会保険やまがた」9-10月号にスケジュールや研修内容を掲載しますので、ご確認ください。

令和5年度 山形県社会保険協会事業のご案内

令和5年度も社会保険制度の広報や健康保持増進などの事業を実施し、皆さまの福利増進に努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

主な事業の予定は下表のとおり（社会保険事務講習会及び年金説明会の開催月は予定です。）で、詳細については、今後順次ご案内させていただきます。

会員事業所の皆さまの各事業のご利用やご参加をお待ちしております。

	制度の普及に関する事業				健康保持増進に関する事業	
	広報誌「社会保険やまがた」	社会保険事務講習会	新任担当者事務講習会	年金説明会	健康増進事業	各種スポーツ大会
4月						
5月	5-6月号					本部ゴルフ大会
6月			山形会場			
7月	7-8月号		庄内会場			
8月						
9月	9-10月号			山形市 長井市		庄内支部ゴルフ大会 置賜支部ゴルフ大会
10月		山形会場 庄内会場 新庄会場 寒河江会場		寒河江市 米沢市 新庄市 鶴岡市		新庄支部ゴルフ大会
11月	11-12月号	置賜会場		東根市 酒田市		
12月				山形市		
1月	1-2月号					寒河江支部 ボウリング大会
2月						
3月	3-4月号					

制度の普及に関する事業の主な内容

〈広報活動〉

- ◆ 広報誌「社会保険やまがた」を隔月（奇数月）発行し、社会保険制度の広報及び普及を図ります。
- ◆ ホームページやメールマガジンにより、最新情報をお知らせします。

〈社会保険事務講習会・新任担当者事務講習会・年金説明会の開催〉

- ◆ 厚生年金保険、健康保険制度等に関する事務講習会を各支部ごと1回開催
- ◆ 新任事務担当者を対象とした社会保険制度の事務講習会を山形及び庄内会場で開催（詳しくは6ページに）
- ◆ これから年金を受給される方等を対象とした年金説明会を各支部ごと8会場で9回開催



健康保持増進に関する事業の主な内容

〈人間ドック等受診費用の助成〉

- 人間ドック、PET検査、脳ドックのいずれかを受診される被保険者とその被扶養者にお一人2,000円を助成

〈健康づくり講習会への講師派遣等〉

- 職場で健康づくり講習会を開催する場合、健康運動指導士や栄養士などの講師を無料で派遣
- 健康啓発用のDVDを無料で貸出（13種類のDVDがあります）

〈施設利用会員証の発行〉

- 県内や県外の契約施設において、宿泊料金の割引等の優待サービスが受けられる「施設利用会員証」を発行

〈保養施設利用の助成〉

- 保養のため当協会契約の宿泊施設を利用の際、被保険者お一人2,000円、小学生以上の被扶養者お一人1,000円を助成
- 保養のため当協会契約の日帰り施設を利用の際、被保険者お一人500円を助成

〈各種スポーツ大会の開催〉

- 会員事業所の皆さまの健康づくり事業として、ゴルフ大会やボウリング大会などを開催



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/>



甘夏とカッテージチーズのサラダ

甘夏に豊富に含まれるクエン酸には疲労回復効果や骨粗鬆症予防効果があります。



材料 [4人分] ◎1人当たりおよそ298kcal

甘夏	2個	A
ルッコラ	100g	
カッテージチーズ	60g	
生ハム	60g	
カシューナッツ	60g	
		はちみつ・大さじ1
		EVオリーブオイル
		大さじ4
		塩
		少々

作り方

- ① ルッコラは食べやすい大きさに切り、カシューナッツは粗みじん切り、カッテージチーズは1cm程度にスプーンでほぐす。
- ② 甘夏は包丁でりんごをむくように皮をむき、薄皮と実の間に包丁を入れて実を取り出す。
- ③ 皿に①と生ハム、②の2/3量をバランスよく盛り付ける。
- ④ Aと②の残り1/3量の果汁を搾って回しかける。



新任所長のごあいさつ



鶴岡年金事務所長
古谷 由華

会員の皆さまにおかれましては、日頃より社会保険事業全般にわたり格別のご理解、ご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。

この度、4月1日付で鶴岡年金事務所長に着任いたしました古谷と申します。出身は秋田県です。庄内地域は、東に出羽三山、北に鳥海山、西は日本海と、雄大な大自然と絶景を眺めることができ、大変魅力的な地域だと感じております。これから大自然の懐に抱かれた豊かな食文化を堪能するのが楽しみです。さて、日本年金機構では、今年度の組織目標を「制度を実務に—全ては現場から—」とし、無年金者・低年金者の発生を防止し、制度の公平性を維持し正確に給付するということを通じて、コロナ後の日本経済、お客様である国民の皆さまの安心・安定を支えるため取り組んでまいります。また、事業所・個人それぞれのお客様のニーズに応じたオンラインサービスの充実を図り、より良いお客様サービスを提供できるよう努めてまいります。

今後とも引き続きご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



米沢年金事務所長
島津 洋

会員の皆さまにおかれましては、日頃より社会保険事業全般にわたり、格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

この度、4月1日付で米沢年金事務所長に着任いたしました島津と申します。出身は山形県高島町です。山形県内の勤務は5年ぶり、米沢年金事務所の勤務は16年ぶりとなります。皆さまよろしくお願いたします。

さて、日本年金機構では、令和5年の組織目標を「制度を実務に—全ては現場から—」として取り組んでおります。無年金者、低年金者の発生を防止し、制度の公平性を維持し、正確に給付することにより、国民生活の安心と安定を確保し、お客様から信頼される組織となるために、より一層、お客様サービスの向上に努めてまいりたいと思います。

社会保険事業の運営におきましては、関係機関及び会員の皆さまと連携を図って進めていくことが必要となります。今後とも、引き続きご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



寒河江年金事務所長
小野 勝

会員の皆さまにおかれましては、日頃より社会保険事業全般にわたり格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

この度、4月1日付で寒河江年金事務所長に着任いたしました小野と申します。出身地は山形県寒河江市です。土地勘に関しては全く問題なく、管内地域の実情を把握しており、地域に根ざした年金事務所の運営を目指してまいります。何卒宜しくお願いたします。

さて、日本年金機構では、令和5年度の実績の一つとして、ICT化の推進（サービスのオンライン化）を掲げており、各種届書の電子申請の利用促進、「オンライン事業所年金情報サービス」の利用促進を図ってまいります。この数年で、利便性は大幅に向上しておりますので、是非ご検討くださいますようお願いいたします。今後とも、より良いサービスの向上に努めて参りますので、引き続きご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。