

日本年金機構からのお知らせ

お願い 賞与支払届を忘れずにご提出ください

被保険者に賞与を支払ったときは、支給日から5日以内に「賞与支払届」の提出が必要です。厚生年金保険料等の計算や将来受け取る年金額の計算の基礎となりますので、賞与の支給がある場合には、届け出もれがないようにご注意ください。

※賞与支払予定月を日本年金機構に登録している事業所には、被保険者の氏名や生年月日等を出力した届出用紙または電子媒体を、予定月の前月に送付します（送付を希望しない事業所を除く）。

なお、登録いただいた賞与支払予定月に賞与を支払わなかった場合は、「賞与不支給報告書」をご提出いただくようお願いします。記載は右図のとおり、①賞与支払年月の欄に不支給となった年月を記入してください。

賞与不支給報告書

賞与支払予定年月	令和	年	月
① 賞与支払年月	令和	04	06
② 支給の状況	1. 不支給		

不支給となった年月を記入してください。

ご案内 令和4年度算定基礎届事務講習会

令和4年度の算定基礎届事務講習会は、新型コロナウイルス感染症の影響等を踏まえ、会場へお集まりいただくことに代えて、算定基礎届にかかる資料および動画を日本年金機構ホームページ上で皆さまにご覧いただくことにより実施します。

資料および動画は、裏面下部のURLまたは二次元コードより「日本年金機構からのお知らせ 特集ページ」をご確認ください。「算定基礎届」の記載方法のほか、手続きの概要や取り扱いの事例集等にもアクセスできます。

また、よくあるお問い合わせについては、「算定基礎届（定時決定）相談チャット」にて24時間いつでも対応していますので、ぜひご利用ください。

お願い 電子申請の決定通知書の閲覧方法について

現在、日本年金機構から送付する電子申請の決定通知書は、「Internet Explorer」での閲覧を推奨しています。

令和4年6月に「Internet Explorer11」のサポートが終了することにもない、新たに「Microsoft Edge」での閲覧が可能となります。閲覧の際は、「Microsoft Edge」の「Internet Explorer モード」を利用し、閲覧いただきますようお願いします。

「Internet Explorer モード」の利用に際しては、「Microsoft Edge」のブラウザ画面右上「メニュー」ボタンをクリックし、「Internet Explorer モード」の利用設定を行ってください。

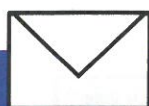
なお、日本年金機構ホームページにも決定通知書の閲覧方法を掲載しておりますので、裏面下部のURLまたは二次元コードより「日本年金機構からのお知らせ 特集ページ」をご確認ください。

注意事項 国民年金第3号被保険者が海外に転出したときは・・・

国民年金第3号被保険者（国民年金第2号被保険者の被扶養配偶者）が海外に転出したときは、次のいずれかの手続きが必要です。

これらの届出は、当該国民年金第2号被保険者を使用する事業所を経由して行います。

海外特例要件に該当する場合 (留学生、海外赴任に同行する者等)	その他の場合
引き続き第3号被保険者になりますので、国民年金第3号被保険者関係届に必要な書類（査証（ビザ）等）を添付して提出します。 ※他にも海外特例要件に該当するケースがありますので、詳しくは日本年金機構ホームページをご確認ください。	第3号被保険者資格を喪失するため、国民年金第3号被保険者関係届により、第3号被保険者でなくなったことの届出が必要です。 ※日本国籍の方は海外転出中の期間、任意加入の届出を行うことにより、国民年金に加入することができます。（保険料の納付が必要です）。



年金だより

オンラインによる年金制度説明会

日本年金機構では年金制度説明会を実施しています

公的年金制度はその仕組みが複雑で、一般的に理解することが難しい制度です。日本年金機構では、年金制度説明会を実施し、企業等に勤務されている従業員の方々やそのご家族を対象に、公的年金に関する手続き・制度改正等の最新情報を分かりやすくお伝えしています。職場と年金事務所のパイプ役として活躍されている年金委員（※1）の皆さまをはじめ、各事業所の社会保険事務担当者の皆さまは、ぜひ、年金制度説明会をご利用ください。

年金制度説明会は、オンラインでも参加できます

- 年金制度説明会は、従来の対面形式に加え、オンライン形式（※2）でも実施しています。
- オンラインなので、コロナ禍においても職場や自宅などから安心して参加いただけます。
- 参加料は無料です。（オンラインの場合、通信費は参加者様のご負担となります。）
- オンライン説明会の概要やお申し込み方法は、お近くの年金事務所へお問い合わせください。

※1 年金委員とは、日本年金機構法第30条に基づき、厚生労働大臣の委嘱を受けて、公的年金制度について、会社や地域で啓発、相談、助言などの活動を行う方々です。

※2 Microsoft Teamsを使用します。

出張による年金相談のご案内

一部の年金事務所では、出張による年金相談（年金のお受け取りに関するご相談）を、市区町村役場・市民会館等で開催しています。

※事前予約制となっており、定員になりしだい締め切りとなりますのでご了承ください。

「出張相談」の開催場所・日程等の詳細については、下部のURLまたは二次元コードより「日本年金機構からのお知らせ 特集ページ」をご確認ください。

日本年金機構からのお知らせ 特集ページ

「日本年金機構からのお知らせ」の補足情報等を掲載しています。

<https://www.nenkin.go.jp/toku/setsu/kikou-oshirase.html>



ツイッター 公式アカウント @Nenkin_Kikou

公的年金に関する各種手続きやお知らせなどを随時発信しています。ぜひフォローいただきご利用ください。

日本年金機構HP <https://www.nenkin.go.jp/>

2022年
5月号

職場内で提示・回覧を
お願いします。

健康だより

かかりつけ医を持ちましょう

上手な
医療の
かかり方



かかりつけ医とは？

日常的な病気の診療や、健康相談などができる身近な医師のことです。同じ医師に継続的に診てもらうことで病歴や体質、生活習慣等を踏まえた治療やアドバイスを受けることができます。また、詳しい検査や高度な医療が必要と診断された場合には、適切な医療機関を紹介してもらえます。

かかりつけ医から大病院の紹介をしてもらうと医療費もお得に

かかりつけ医の「紹介状」には、既往歴や病状、検査結果などが記載されているので、大病院や専門医での重複した検査や投薬を防ぐことができます。もし、かかりつけ医の「紹介状」なしで、いきなり大学病院などの大病院を受診すると、初診料に加えて特別料金がかかってしまうため、金銭的にも負担が大きくなってしまいます。



大病院を軽症の患者が多数受診することで、「待ち時間が長く、診療時間が短い」「重症患者への対応が手薄になる」等のデメリットが生じています。

かかりつけ医を見つけるポイント

健診（検診）や予防接種等の機会を利用して、自宅や職場近くの医療機関を受診し、医師と話してみましょ。また、かかりつけ医で健診を受けると、健診結果に応じた健康相談のほか、より適切な診断や治療にもつながります。

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| ① 職場や自宅から通いやすい | ④ 必要な時に大病院や専門医を紹介してくれる |
| ② 話しやすく、相談しやすい | ⑤ 健診結果や体質等を踏まえたアドバイスをしてくれる |
| ③ 専門的な内容をわかりやすく説明してくれる | ⑥ 夜間や急病時にも何らかの対応をしてくれる など |

ZOOM を利用した 特定保健指導 のご案内

協会けんぽ奈良支部が実施する特定保健指導では、事業所様訪問等のほか、ZOOMを利用した遠隔面談を行っております。

特定保健指導とは？

健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40歳～74歳までの方を対象に行われる無料の健康サポートです。

保健師や管理栄養士が面談を行い、健診結果や生活習慣に応じた改善策と一緒に考える等、生活習慣改善のアドバイスを行います。



メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、脳梗塞・心筋梗塞などの命を脅かす病気にかかるリスクが高いだけでなく、新型コロナウイルスに感染した場合、重症化しやすいことが報告されています。

スマートフォンまたはパソコンのいずれか
お好きな方で受けていただけます！

(通信料は自己負担)



職場またはご自宅の
どちらで受けてもOK!



奈良支部が実施する特定保健指導について詳しくはこちらから
右記QRをスマートフォン等で読み込み、アクセスしてください
(通信料がかかります)



ZOOMを利用した遠隔面談をご希望の事業所様は、
協会けんぽ奈良支部からの特定保健指導対象者一覧のご案内後にお申し出ください。

健康経営 優良法人 2022

協会けんぽ奈良支部加入事業所は

122 社が認定!

令和4年3月9日
に発表

(うちホワイト500:4社、ブライト500:3社)

「健康経営優良法人認定制度」とは?

*「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

経済産業省では、健康長寿社会の実現に向けた取り組みの1つとして、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、健康の保持・増進につながる取り組みを戦略的に実践する「健康経営®」を推進しています。

「健康経営優良法人認定制度」とは、特に優良な健康経営を実践している企業・団体を顕彰する制度であり、認定を取得することで社会的評価・ブランドイメージの向上・採用面の効果等が得られます。

奈良支部加入事業所の健康経営優良法人認定数の推移



協会けんぽ奈良支部加入事業所様の健康経営®の第一歩は、「職場まるごと健康宣言」にエントリーしていただくことから始まります!

「職場まるごと健康宣言」について、詳しくは前月号(2022.4月号)をご覧くださいか、協会けんぽ奈良支部のホームページをご覧ください。

右記QRをスマートフォン等で読み込み、アクセスしてください
(通信料がかかります)

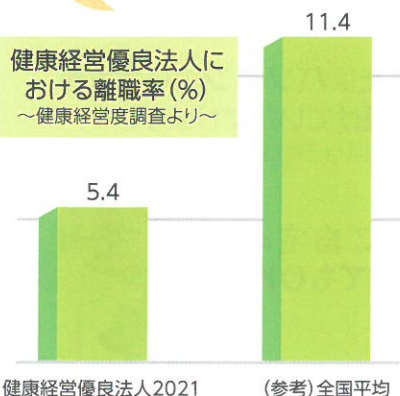


パソコン等はここから

協会けんぽ 奈良 まるごと 検索



「健康経営に取り組んでいる企業では離職率が低い」というデータも!



※離職率の全国平均は「厚生労働省 2019年(令和元年)雇用動向調査」に基づく。

健康経営により、以下のような効果が期待できます!

- 生産性の向上** 従業員の健康意識が向上することで、欠勤率や疾病リスク等が減り、事故・労災リスク等の生産性損失の減少や医療費抑制につながる。
- 組織の活性化** 健康経営に取り組むことにより、組織が活性化し従業員の仕事満足度やエンゲージメントが高まり、離職率の低下につながる。
- 企業価値の向上** 健康経営優良法人に顕彰されることで企業イメージがアップし、ブランド価値の向上やリクルート効果につながる。

「健康経営優良法人認定制度」について、詳しくはここから(経済産業省ホームページ)

健康経営優良法人認定制度 検索

右記QRをスマートフォン等で読み込み、アクセスしてください
(通信料がかかります)



◀「健康経営の推進について」(令和3年10月経済産業省ヘルスケア産業課)(p.42)
(URL: https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/downloadfiles/211006_kenkokeiei_gaiyo.pdf)をもとに協会けんぽ奈良支部作成