

社会保険

あいち



二川宿本陣(豊橋市)

とじて保管しましょう

《今月の主な内容》

- 従業員が退職・死亡したときの手続き
- 被扶養者異動届の添付書類を省略する場合、「続柄確認済み」の✓を忘れずに
- 年に一度の定期健康診断は協会けんぽの健診をご利用ください
- 健康保険料率は 9.90%と変更はありません
- コラム ～日本の健康・世界の健康～
- 社会保険健歩大会(ウォーキング) 開催のお知らせ

〔 事業所の名称や所在地を変更されました際には、「事業所名称・所在地等変更届」を愛知県社会保険協会へご提出くださいますようお願いいたします。 〕

なお、届書の様式は愛知県社会保険協会のホームページに掲載しております。

No. **532**

2019年3月

(隔月発行)

職場内で回覧しましょう

従業員が退職・死亡したときの手続き

1 手続き内容

従業員が退職又は死亡した場合等、健康保険及び厚生年金保険の資格を喪失する者が生じた場合は事業主が「被保険者資格喪失届」、また70歳以上被用者に該当しなくなった場合は事業主が「被用者不該当届」を提出します。

※被保険者の資格を喪失する日は、原則、その事実があった日の翌日となります。

[例] 3月31日付けで退職した場合、資格喪失日は4月1日となります。

2 手続き時期・場所及び提出方法

事業主が「被保険者資格喪失届」を日本年金機構へ提出します。

区 分	内 容
提出時期	事実発生から5日以内
提出先	郵送で事務センター（事業所の所在地を管轄する年金事務所）
提出方法	電子申請、郵送、窓口持参 ※届出用紙によるほか、電子媒体（CD又はDVD）による提出が可能です。

3 申請及び届書様式・添付書類

届書等名称 健康保険・厚生年金保険被保険者資格喪失届 厚生年金保険70歳以上被用者不該当届

添付書類

- 組合管掌健康保険（以下「組合健保」という。）の被保険者
特になし
- 全国健康保険協会管掌健康保険（以下「協会けんぽ」という。）の被保険者
 - 健康保険被保険者証（本人分及び被扶養者分）
 - 高齢受給者証、健康保険特定疾病療養受給者証、健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証
※(2)については、交付されている場合のみ
※紛失等により回収ができない場合は、資格喪失届にその理由を付記するか、「健康保険被保険者証回収不能届」を添付してください。
- 「資格喪失年月日」に記載された資格喪失の日付が、届書の受付年月日から60日以上遡る場合（組合健保、協会けんぽの被保険者共通）
 - 被保険者が法人の役員以外の場合
退職月の賃金台帳の写し及び出勤簿の写し（事実発生日の確認ができるもの）
 - 被保険者が株式会社（特例有限会社を含む。）の役員の場合
株主総会の議事録または役員変更登記の記載がある登記簿謄本の写し（事実発生日の確認ができるもの）
※その他の法人の役員の場合はこれらに相当する書類
※電子申請により提出される場合、上記(1)、(2)の添付書類は、画像ファイル（JPEG形式・PDF形式）による添付データとして提出することができます。
- 60歳以上の方が、退職後1日の間もなく再雇用された場合（この場合は、同時に同日付の資格取得届の提出が必要になります）
以下の(1)と(2)両方又は(3)
 - 就業規則、退職辞令の写し（退職日の確認ができるものに限る）
 - 雇用契約書の写し（継続して再雇用されたことが分かるものに限る）
 - 「退職日」及び「再雇用された日」に関する事業主の証明書（事業主印が押印されているものに限る）
※電子申請により提出される場合、上記(1)、(2)の添付書類は、画像ファイル（JPEG形式・PDF形式）による添付データとして提出することができます。

Q 月の途中で入社したときや、退職したときは、厚生年金保険の保険料はどのようになりますか。



A お答えします

(1) 月の途中から入社した場合

入社日にて厚生年金の被保険者資格を取得することとなります。保険料は月単位で計算しますので、資格取得した月の保険料から支払う必要があります。

保険料は、会社が被保険者に支払う給与から保険料相当額の被保険者負担分を直接控除し、会社負担分と合わせて翌月末までに国に納めますので、個人で納める必要はありません。

(2) 月の途中で退職した場合

退職した日の翌日に厚生年金の被保険者資格を喪失することとなります。保険料は、資格喪失日が属する月の前月分まで納める必要があります。

なお、月の「末日」に退職した場合は、翌月1日が資格喪失日となりますので、退職した月分までの保険料を納める必要があります。この場合は、給与計算の締切日によって、退職時の給与から前月分と当月分の社会保険料が控除される場合があります。

(3) 入社した月に退職をした場合

厚生年金保険の資格を取得した月にその資格を喪失した場合は、厚生年金保険料の納付が必要となります。被保険者負担分の厚生年金保険料は退職時に給与から控除され、会社が会社負担分と被保険者負担分を翌月末までに納付することとなります。

ただし、厚生年金保険の資格を取得した月にその資格を喪失し、さらにその月に厚生年金保険の資格又は国民年金（第2号被保険者を除く。）の資格を取得した場合は、先に喪失した厚生年金保険料の納付は不要となります。この場合、年金事務所から対象の会社あてに厚生年金保険料の還付についてのお知らせを送付します。厚生年金保険料の還付後、被保険者負担分は会社から被保険者であった方へ還付することとなります。

被扶養者異動届の添付書類を省略する場合、 「続柄確認済み」の✓を忘れずに

- 平成30年10月から「健康保険被扶養者（異動）届」に添付する証明書類の取扱いが変更になりました。
- 変更後は、原則、「身分関係」「生計維持関係」各々の内容が確認できる書類の添付が必要です。ただし、次の二つの要件をいずれも満たすと、身分関係の確認ができる書類の添付を省略できます。

- 事業主が、戸籍謄本等により、扶養認定を受ける方の続柄が届書の記載と相違ないことを確認し、届書の備考欄「続柄確認済み□」にチェックマーク(✓)が付されている。
(備考欄に「続柄確認済み□」の記載がない届書の使用時は、同欄に「続柄確認済み」と記載)
- 届書にマイナンバーが記載されている。

年に一度の定期健康診断は

協会けんぽの健診をご利用ください

申込書一式は
3月下旬に事業所へお届け

健診機関に予約を取った後、申込書を協会けんぽへ

協会けんぽの健診は
定期健診として利用できる！

35歳以上の従業員の方が充実内容の
健診をオトクに受けられるチャンス！

検査項目

労働安全衛生法の
定期健診項目すべて

さらに詳しい検査項目
(胃部レントゲン(胃がん検診)
便潜血反応検査(大腸がん検診)など)

費用

1万8,522円
相当が

協会けんぽの
補助で
62%オフ

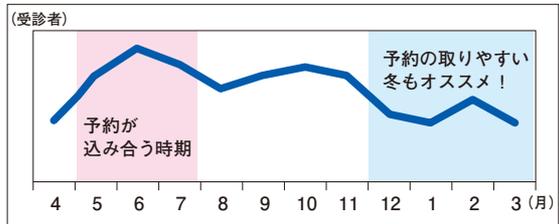
上限7,038円

消費税が改正された場合は
上限7,169円



来年3月まで受診できる！

毎年5月～6月の予約が混み合う傾向にあります。しかし協会けんぽの健診は、1年中受診できます。受診時期等は健診機関にご相談ください。



協会けんぽ愛知支部加入者の受診状況(平成29年度)

オプションの追加で
もっと詳しい検査も受診できる！

- ◆40歳、50歳の方には眼底検査や腹部エコー、肺機能検査などが含まれる「付加健診」。
 - ◆偶数年齢の女性には婦人科健診があります。
 - ・20歳以上は「子宮頸がん検診」
 - ・40歳以上は「乳がん検診」
- また、1度は受けておきたい「肝炎ウイルス検査」も！



ピックアップ

「肝炎ウイルス検査」が大切な理由

肝炎ウイルスを放置すると、
肝硬変・肝がんになる危険があるからです。

肝がんで年間3万人が
亡くなっています



ところが

肝臓は沈黙の臓器

症状があまり現れないので、
感染に気づかないことが多いんです。

このため 早く見つけるため、
検査をすることが大切！



協会けんぽでは肝炎ウイルス検査の補助を一生に一回だけ行っています。
生活習慣病予防健診の一般健診にプラス(費用は約600円)

いつもの血液検査で
受診できます。



申込は直接、健診機関へ

肝炎ウイルス検査を
受診したいのですが

詳しくは 協会けんぽ 肝炎ウイルス検査



平成31年度
協会けんぽ愛知支部

健康保険料率は9.90%と変更はありません

平成31年3月(4月納付)分より介護保険料率(全国一律)は1.57%から1.73%となります

「平成31年度保険料額表」は
協会けんぽHPで確認できます

介護保険料
について

協会けんぽ 料額表



40歳～64歳の方は介護保険第2号として、健康保険料と合わせて介護保険料が徴収されます。65歳以上の方は介護保険第1号として、原則、本人の年金から徴収されます。

傷病手当金・出産手当金
申請はお早めに

4月中(GW前)にお支払できる目安は
4月12日(金)受付分まで

受付から10営業日での
お支払いとなります

協会けんぽ
愛知支部共催

名鉄ハイキングのご案内

4月7日(日) 尾張旭・城山公園

さくらまつりと新緑輝く森林公園コース

参加無料

距離7.5*。

社内レクとしても!



スタート地点の
受付で**保険証提示**

参加賞をプレゼント

8:30~11:00
の間に各自
スタート

旭前駅

尾張旭市文化会館

新居の大弘法

維摩池

森林公園

山辺の散歩道

お菓子屋「ハリー」

長池

城山公園

スカイワートあさひ

尾張旭駅

さくらまつり
会場



協会けんぽの紙面(4、5ページ)についてのお問い合わせはこちら



全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ

〒450-6363 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階

TEL052-856-1490(代表)

●受付時間 午前8:30~午後5:15(土日祝日・年末年始を除く)

記載の内容は、協会けんぽの加入者様向けのものです。

健康保険組合の加入者様は、内容が異なる場合があります。



手続きは郵送でお願いします。

ホームページはこちらから

協会けんぽ 愛知

検索





～日本の健康・世界の健康～

運動

名古屋大学大学院医学系研究科 国際保健医療学・公衆衛生学 講師 江 啓 発

最近、ちらほらと東京2020オリンピック・パラリンピックのマスコット商品を街中で見かけることが増えてきた。今年のテレビの大河ドラマのテーマも「オリンピック」だ。今年から2020年に向け、運動と健康について考える機会も増えていく予感がする。

生活習慣病に関する研究分野ではほとんどの場合、運動とは体を動かす全ての「身体活動(physical activity)」を指す。一般的な認識としては、運動はスポーツを含め、体力を維持・増進させるために計画的で継続性のある身体活動である。それに対し、日常生活を営む上で必要な家事、労働、通勤・通学に伴う身体活動は「生活活動」に括られる。

2018年、世界保健機関(WHO)が行った研究では、世界の成人(18歳以上)の4人に1人にあたる14億人以上が運動不足だとみられる結果が示された。運動不足とは、週に150分程度(週5日間、1日30分)の軽い運動もしくは75分程度の激しい運動がないことを指し、心疾患、脳血管疾患、二型糖尿病、がん、認知症などのリスクを悪化させることが指摘されている。身体活動が行われれば、これらのリスクを減少させ、健康に寄与することができると考えられる。

運動不足(全世界死者数の6%、以下同様)、高血圧(13%)、喫煙(9%)、高血糖(6%)に次いで4番目の死亡危険因子である。WHOは、2025年までに世界で運動不足を10%減らすという目標とともに「運動推進グローバル行動計画 2018-2030」を掲げているが、次のような現在の傾向が続けば、達成は困難である。2001～2016年の運動不足の成人の割合を見ると、世界の男性の4人に1人(23%)、女性の3人に1人(32%)が、健康を維持するのに必要な運動・身体活動量を満たしていない。身体活動量は、「身体活動の強さ」×「行った時間」の週間合計といった方法・基準で評価されている。運動不足の割合は低所得国で16%とほとんど変化がなかったが、高所得国では身体活動レベルは改善するどころか、2016年時点で低所得国の2倍以上の37%と5%も増加した。国別では、米国40.0%、英国35.9%、ドイツ42.2%、フランス29.3%、デンマーク28.5%、韓国35.4%、ブラジル47.0%である。日本は35.5%(男性33.8%、女性37.0%)、3人に1人以上が運動不足である。身体活動量の低下には、家事や仕事の自動化、交通手段の発達も関わっていると考えられる。また、女性は男性より運動不足であるといった報告もなされている。特に男女差が大きいのは、南アジア、中央アジア、中東、欧米の高所得国であり、女性の方が育児負担が大きい、その土地の風習で女性が運動しにくいなど、様々な複合的な要因が関係していると考えられている。

日本では、1日あたりの歩数についても調査がなされている。健康日本21(第二次)が設定する目標値は、成人男性9000歩・女性8500歩以上が一日あたりの目安だが、区切りのいい「1日1万歩」のほうが世間一般には推奨されているようだ。この歩数は身体活動量と死亡率などとの関連をみた研究結果からも理想的であ

る。だが、最新(平成29年)の「国民健康・栄養調査結果の概要」によると、成人1日あたりの平均歩数は男性で6846歩・女性で5867歩であり、直近3年間の歩数のデータは緩やかな減少傾向にある。

行政には、多くの人が無理なく日常生活の中で運動する方法の提供や環境づくりが求められる。身体活動・運動について長期にわたり時系列的に行われた調査は少ないため、国民全体の身体活動量と健康状態を定量的かつ縦断的にモニターし、国際比較を行う指標を構築する必要もある。

一方、個人にもできることがある。運動に費やせる時間や運動習慣がない人は、生活活動として意識的に体を動かすことだけでも健康増進が期待できる。まずは、気楽に体を動かすことから始めたい。たとえば、移動の際には、エレベーターやエスカレーターではなく階段を利用する、電車やバスは一駅手前で下りて歩く、などである。歩数計やウェアラブル端末を持つ、スマホに運動に関連しそうなアプリをダウンロードするだけでも意識づけにつながる。ゲーム感覚で楽しみながら身体活動量が増えていけば、しめたものである。ただし、長時間労働や重労働で疲れているのに、さらに体を動かすのは逆効果になりそうだ。遅刻しそうなのに一駅手前で下車して猛ダッシュ、などは本末転倒である。千里の道も一歩から。自分にとってリラックスしながら長期的に続けられる「運動」を見つけることが健康への鍵である。



図1 日本の成人男女別1日平均歩数年次推移、「国民健康・栄養調査報告」に基づき作成



図2 日本の成人男女別運動習慣者の割合年次推移、「国民健康・栄養調査報告」に基づき作成

注:運動習慣者とは、1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者。

Q

私はパートタイマーとして勤務しています。
社会保険に加入する義務はありますか。



A

お答えします

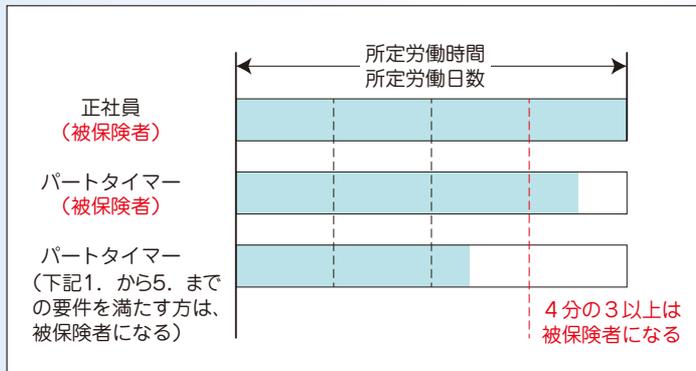
パートタイマー・アルバイト等が被保険者の対象になるか否かの判断は、同じ事業所で同様の業務に従事する一般社員の所定労働時間および所定労働日数を基準に判断することとなります。

判断基準

次の（ア）及び（イ）が一般社員の4分の3以上である場合は、被保険者になります。

（ア）労働時間 1週の所定労働時間が一般社員の4分の3以上

（イ）労働日数 1月の所定労働日数が一般社員の4分の3以上



また、一般社員の所定労働時間および所定労働日数が4分の3未満であっても、下記の5要件を全て満たす方は、被保険者になります。

1. 週の所定労働時間が20時間以上あること
2. 雇用期間が1年以上見込まれること
3. 賃金の月額が8.8万円以上であること
4. 学生でないこと
5. 下記の（a）または（b）の「特定適用事業所」に勤めていること
 - （a）厚生年金保険の被保険者数501人以上の企業に属する事業所
 - （b）厚生年金保険の被保険者数500人以下の企業に属する事業所で、労使合意を行った事業所

※被保険者資格所得基準（4分の3基準）の明確化

平成28年10月1日から、健康保険・厚生年金保険の被保険者資格の取得基準が以下のとおり明確になりました。

従来の取り扱い（旧）	平成28年10月1日以降の取り扱い（新）
1日または1週の所定労働時間および1月の所定労働日数が常時雇用者のおおむね4分の3以上（この基準に該当しない場合であっても就労形態や勤務内容等から常用的使用関係にあると認められる場合は被保険者となります。）	1週の所定労働時間および1月の所定労働日数が常時雇用者の4分の3以上

※被保険者資格取得の経過措置

施行日（平成28年10月1日）において、新たな4分の3基準を満たしていない場合であっても、施行日前から被保険者である方は、施行日以降も引き続き同じ事業所に雇用されている間は、被保険者となりますので、「資格喪失届」の提出は必要ありません。

申込募集!

潮干狩り利用補助券発行のご案内

下記施設の潮干狩り利用補助券を発行し、入場料金の一部を補助します。

潮干狩り施設名	所在地	ご利用期間
①矢梨潮干狩場	知多郡美浜町	2019年4月19日(金)から6月22日(出)まで
②東はづ海岸潮干狩場	西尾市東幡豆町	2019年4月19日(金)から6月30日(日)まで
③蒲郡竹島海岸潮干狩場	蒲郡市竹島町	2019年4月19日(金)から6月8日(出)まで



◆発行枚数 6,000枚

※ただし、1事業所の交付枚数を事業所規模（被保険者数）に応じて、右記の表のとおり上限枚数を設定させていただきますので、ご理解をお願いいたします。
※発行枚数に達したときは、期間中でも受付を締め切らせていただきます。（その旨ホームページに掲載いたします。）

事業所規模 (被保険者数)	上限枚数
1~99人	10枚
100~499人	20枚
500~999人	30枚
1,000人以上	40枚

◆申込資格

平成30年度の社会保険協会費を納入していただいた会員事業所の被保険者と
その被扶養者

◆その他

- ・補助券は、潮干狩り場の入場料金のみを補助の対象とします。
- ・補助券は、お1人様1枚限り、かつ3施設のうちいずれか1施設のみご利用できます。

※申込方法(申込書様式)等詳しいことは、愛知県社会保険協会のホームページをご覧ください。

または、FAX (052-678-7334) にてご連絡いただければ、申込書の用紙等をFAXでお送りいたします。(必ず貴事業所のFAX番号を記入してください。)

第30回 社会保険 健歩大会 (ウォーキング) 開催のお知らせ

愛知県社会保険協会では、下記のとおり「社会保険健歩大会」を開催いたします。
職場の皆さんやご家族お誘い合わせのうえ、是非ご参加ください。



開催年月日 2019年4月13日(土) 雨天決行 但し、荒天中止
「2019年春名鉄のハイキング」と同時開催

コース 「歴史色の濃い城山の森・小牧城を訪ねる」コース

名鉄犬山線・岩倉駅(スタート)・・・神明生田神社・・・岩倉城跡・・・さかき運動場・・・松永製菓・・・間々観音
・・・小牧城・小牧市歴史館・・・名鉄小牧線・小牧駅(ゴール)

約10.0km
約2時間30分

受付

場所：名鉄犬山線「岩倉駅」前
時間：午前8時30分から午前11時まで（受付後は、随時出発）
受付：①下記の「社会保険健歩大会参加票」を複写し、家族やグループごとに記入し、当日、「社会保険協会」の受付に提出してください。
②参加票と引き換えに、先着500名の方に参加賞をお渡しいたします。

大会開催の可否

開催ご案内ダイヤル ☎052-582-1919 (当日午前6時から11時まで)
(自動音声案内)

その他の事項

- ①ハイキングに適した服装・靴でご参加ください。
- ②ハイキング中の負傷等については、責任は負いかねます。
- ③参加に当たってはハイキングのマナーや交通ルールをお守りください。
- ④ゴミは各自でお持ち帰りください。

交通のご案内

名鉄犬山線 岩倉駅下車 (名鉄名古屋駅から約15分)

お問い合わせ 一般財団法人愛知県社会保険協会 ☎052-678-7330 (4月12日(金)まで)

●コースについてのお問い合わせ先/名鉄営業部 ☎052-825-3111 (月~金 10:00~17:00 但し祝日を除く)

—コピーをして回覧してください。または、社内に掲示して社員の皆様にお知らせください。—

切り取り線

第30回 社会保険 健歩大会参加票 (参加賞引換券)

事業所名	
事業所所在地	
参加者の名前	始め 名

「社会保険健歩大会参加票」は、家族やグループごとに1枚ずつ記入し、当日「社会保険協会」の受付に提出してください。先着500名の方に参加賞をお渡しいたします。「参加票」は、参加人員等のデータを集約した後速やかに廃棄し、他には使用いたしません。

社会保険 あいち No.532

—平成31年3月発行—

記事提供：日本年金機構大曾根地域代表年金事務所
全国健康保険協会愛知支部

発行：一般財団法人愛知県社会保険協会

〒456-0022
名古屋市熱田区横田1丁目11番6号 フジ神宮ビル8階
☎052-678-7330 URL <https://www.shaho-aichi.jp/>