社会保険
あきた
4·5月号
令和５年 No. 798

CONTENTS

社会保険の手続きに電子申請をご利用ください…2・3　オンライン事業所年金情報サービスを開始しました…4
協会けんぽの健診には費用補助があります…5　退職や扶養解除の際は保険証をご返却ください…6
新規「健康経営宣言」事業所をご紹介します…7
令和５年度事業計画・予算案を承認/「施設利用会員証」をご利用ください…8

森吉山（北秋田市）

秋田県社会保険協会ホームページ→http://www.syahokyo-akita.jp
社会保険関係の制度や届出については、
日本年金機構ホームページ→https://www.nenkin.go.jp　電子政府の総合窓口 e-Gov →https://www.e-gov.go.jp
健康保険の給付・任意継続・健診等については、
全国健康保険協会ホームページ→https://www.kyoukaikenpo.or.jp

事業主の皆さまへ

社会保険の手続きに

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。

24時間申請可能！

どこからでも申請できます

時間・コスト削減が期待できます

しかも

＼電子申請がいちばん早い！／

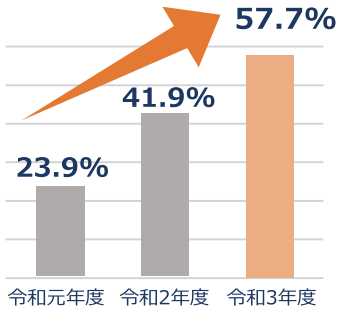
◎電子申請なら紙や電子媒体で申請された場合より早く処理がされます。

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！

電子申請での届出が増えています

主要な届出※の電子申請割合



※資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届・被扶養者（異動）届・国民年金第３号被保険者関係届

電子申請の利用方法等については日本年金機構ホームページをご覧ください

https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html

日本年金機構ホームページでは、電子申請に関するよくあるお問い合わせに自動でお答えする電子申請・相談チャットを開設しています。24時間いつでも対応していますので、こちらもぜひご利用ください。

お電話での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**
- ０３－６８３７－２９１３（０５０から始まる電話でおかけになる場合）→**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。

電子申請のご利用は
カ・ン・タ・ン 3 ステップ！

STEP 1 利用準備

GビズIDか電子証明書どちらかの取得が必要です。

GビズIDとは？

１つのアカウントにより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。利用は無料です。

電子申請での社会保険の手続きにはgBizIDプライムの取得が必要です。

詳しくはこちら

GビズID　検索

https://gbiz-id.go.jp

電子証明書とは？

署名されたファイルの本人性を証明するもので、書面申請の場合の印鑑証明書に相当するものです。「認証局」と呼ばれる発行機関から取得でき、発行には手数料が必要です。

STEP 2 届書の作成

届書作成プログラムか**労務管理ソフト**のどちらかで作成してください。

届書作成プログラムとは？

届書データを簡単に作成・申請することができるプログラムで、日本年金機構のホームページから無料でダウンロードすることができます。

日本年金機構　電子申請　検索

詳しくはこちら

https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html

STEP 3 申請

届書作成プログラムか**e-Gov**のどちらかで申請してください。

e-Govとは？

総合的な行政ポータルサイトで、各種手続きをオンラインで行うことができるサービスです。

詳しくはこちら

http://shinsei.e-gov.go.jp

さらに便利に

New 令和5年（2023年）1月から

毎月の社会保険料額等の情報※をオンラインで取得できる

オンライン事業所年金情報サービスを開始しました

利用いただくにはGビズIDを利用し、e-Govのマイページから利用手続きが必要です

※ 社会保険料額情報、増減内訳書、算出内訳書、決定通知書、届出に必要な被保険者データ

メリット1 紙の通知書よりも早く受け取り・確認が可能

納入告知書等の到着前に毎月の社会保険料額を確認できるなど、これまでよりも早く各種情報・通知書の受け取り・確認ができます。

メリット2 定期的に受け取りが可能

一度申し込みをいただければ、定期的にお送りします。これまでのように随時、電話等でご連絡いただく必要はありません。

メリット3 データの活用が可能

電子データで受け取れるため、社内システムで取り込み、自社で保有するデータとの突合を行う等、業務の効率化を図ることができます。

利用方法はカンタン

GビズID でe-Govから電子申請を利用されている方は、すぐに利用申込みを行っていただけます！

STEP 1 GビズIDを取得
GビズIDの詳細は表面をご確認ください

STEP 2 e-Govのマイページにログイン
GビズIDでe-Govのマイページにログインします

STEP 3 利用申込み
e-Govのマイページから利用申込みを行います

e-Govのマイページに届きます

オンライン事業所年金情報サービスの利用方法等については、日本年金機構ホームページをご覧ください

日本年金機構　オンライン事業所年金情報サービス　検索

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/online_jigyousho.html

令和５年度　算定基礎届事務講習会の開催について

「被保険者報酬月額算定基礎届」は、厚生年金保険及び健康保険の保険給付金の決定や保険料の計算となる「標準報酬月額」を決定する大切な届出です。

適正な届書を作成し提出していただくため、算定基礎届事務講習会を各年金事務所主催で開催いたします。

算定基礎届事務講習会の会場、日時は、日本年金機構HPで確認してください。

ご来場の際は、公共交通機関を利用しお越しください。

なお、算定基礎届事務講習会の会場での届出用紙等の配布は行いません。

協会けんぽの健診には費用補助があります

協会けんぽでは、保健事業の一環としてご自身の健康増進と健康管理意識を高めていただくため、健診・保健指導を実施しています。いずれも協会けんぽから費用補助があり『おトク』となっております。

なお、下記の健診や特定保健指導の金額は、契約などの変更に伴って変わる場合があります。

労働安全衛生法に基づく定期健康診断
21項目8,000円前後

健診結果データ提供の同意書を提出いただくと特定保健指導が受けられます

35～74歳の被保険者（ご本人）

緑色の封筒が目印！毎年3月下旬頃から各事業所宛にご案内を送付しています。

生活習慣病予防健診

補助があり『おトク』です

28項目~~18,865円~~
補助額13,583円
本人または会社負担額 最高5,282円

検査項目が多く『安心』です

胃がん・肺がん・大腸がん検査が含まれるほか、女性の方は年齢によって子宮頸がん・乳がん検査等も受けられます。また、検査項目が多いため事業者健診として利用することもできます。

特定保健指導

費用は無料

本来は最高で8,000円～30,000円程度かかります！

健診受診後、生活習慣の改善が必要な方へ、保健師・管理栄養士が事業所を訪問し、健康相談および特定保健指導を行っています。
一部業務を外部委託しています。ぜひ、ご活用ください。

詳しくはこちら

40～74歳の被扶養者（ご家族）

黄色の封筒が目印！ 毎年4月上旬からご自宅宛にご案内を送付しています。

特定健診

補助があり、『おトク』です

7,150～約7,900円
最高補助額7,150円
本人負担額 無料～約750円
※費用は医療機関によって異なります。

近所で受診でき『お手軽』です

県内では**約400の医療機関**や、市町村で実施する集団健診で受診できます。
また、市町村で実施する集団健診では、同時にがん検診も受けられる場合があります。

特定保健指導

費用は無料～5,680円
（令和５年度）

本来は最高で8,000円～30,000円程度かかります！

健診受診後、生活習慣の改善が必要な方のご自宅に「特定保健指導利用券」を送付させていただきます。
特定保健指導の費用は、特定保健指導実施機関により異なります。

詳しくはこちら

お問い合わせ先　協会けんぽ秋田支部　保健グループ　☎０１８－８８３－１８９３

退職や扶養解除の際は保険証をご返却ください

退職日の翌日もしくは**扶養を解除した日**から

保険証は使用できません！

退職や扶養を解除する手続きの際は、保険証を確実に**日本年金機構**へ**ご返却**ください。
資格喪失後や扶養解除後に誤って保険証を使用した場合は、後日「医療費（総医療費の7割～8割）」を返還していただくことになります。

保険証が使用できる期間

従業員の皆さま（被保険者）

- 退職日まで

※ 新しい保険証がお手元になく、退職後あるいは扶養解除後に医療機関を受診するときは、医療機関の窓口で退職または扶養解除のため保険証が変更になることをお伝えください。

ご家族さま（被扶養者）

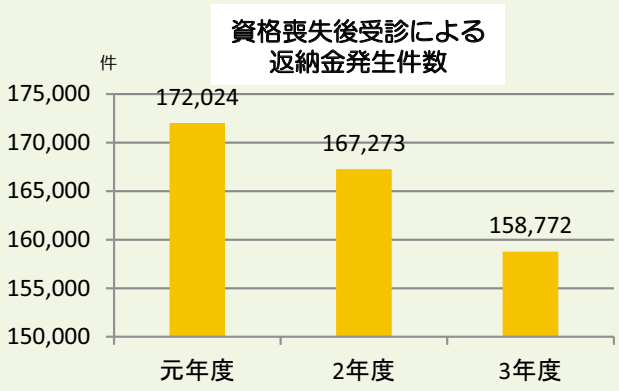
- 就職で自身が被保険者となる日の前日まで
- 別居や離婚で生計が別となる日の前日まで
- 収入が増え、扶養の範囲内でなくなった日の前日まで

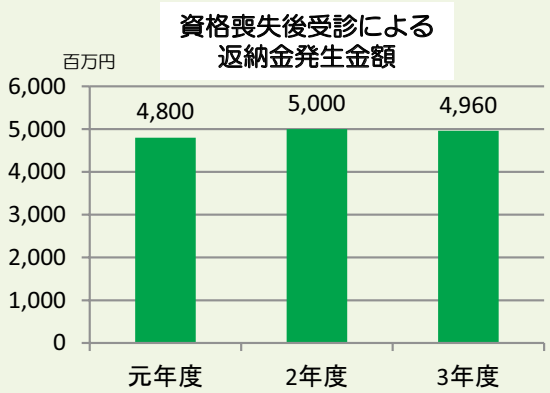
事業所ご担当者さまへお願い

使用できなくなった保険証の回収と返却にご協力をお願いします。
資格のない保険証が手元にあったので「つい」使用してしまった結果、医療費の高額な返還請求や手続きの煩わしさに困惑する方が増えています。
保険証が手元になければ、「つい」使用することはありません。もし、回収が遅くなる場合等は、退職日の翌日以降は使用できなくなることを従業員さまへお伝えください。
※電子申請による届出を行った場合であっても、必ず保険証を回収・返却ください。

ご存じですか？

令和3年度に全国で発生した資格喪失後（扶養解除後を含む）に医療機関等を受診したことによる返納金発生件数はおよそ**15.9万件**、金額にしておよそ**50億円**にも上ります。返納金が発生した場合、債務者へ催告を行い、それでもなお納付に至らない場合は、裁判所へ支払督促や強制執行の申立等の法的手続を行い、保険者として健康保険財政の健全な運営に取り組んでいます。





お問い合わせ先　協会けんぽ秋田支部　レセプトグループ　☎０１８－８８３－１８９２

健康経営® 新規「健康経営宣言」事業所をご紹介します

令和4年9月から令和5年1月までに、新たに「健康経営宣言事業所」に認定された事業所様をご紹介します。令和5年1月末現在、1,580事業所様が従業員の方の健康づくりに取り組まれています。最新の健康経営宣言事業所については協会けんぽ秋田支部のホームページをご覧ください。**引き続き「健康経営宣言」エントリー事業所を募集しております。**

健康経営宣言事業所（敬称略）		
■秋田市	■能代市	■大仙市
有限会社　ファーストジャパンコーポレーション	株式会社　鈴木土建	株式会社　秋和
有限会社　カジワラ	株式会社　清水自動車	有限会社　武藤建材
有限会社　海星運送秋田	米代トラック　株式会社	■横手市
秋田県土地開発公社	株式会社　陽光運輸	有限会社　カスガ保険
株式会社　秋田ケーブルテレビ	株式会社　エム・エス	株式会社　フジペン
有限会社　清水産業	■大館市	武内興業　有限会社
株式会社　ホクト産業	有限会社　三浦運輸	一般財団法人　山下太郎顕彰育英会
アイビーデリバリー　株式会社	三光テクノ　株式会社	株式会社　藤勝
日通秋田運輸　株式会社	日通大館運輸　株式会社	里見運送　有限会社
株式会社　ホクセイ	有限会社　石田運輸商会	株式会社　エル・ピー・ジー
有限会社　高島興業	株式会社　大森土木	有限会社　浅舞運送
南洲運輸　有限会社	■鹿角市	株式会社　秋南逓送
秋田郵便自動車　株式会社	北上石灰　株式会社	有限会社　菊池興業
株式会社　北日本オフィスエンジニアリング	株式会社　八幡平貨物	■湯沢市
株式会社　ニコニコ運輸	■北秋田市	株式会社　カワムラ工業
北日本運輸　株式会社	秋田土建　株式会社	■仙北市
有限会社　アスカ物流	■由利本荘市	日高建設　株式会社
税理士法人　ＭＩＲＡＩ	株式会社　三浦組	■羽後町
株式会社　伸洋	株式会社　丸五急送	有限会社　五十嵐運輸
株式会社　シスコム	■にかほ市	■三種町
東北物産　株式会社	株式会社　共進	田中建設　株式会社
■男鹿市	有限会社　カーショップ	■八郎潟町
五里合運送　株式会社	株式会社　三共サービス	有限会社　八柳重機興業
髙橋産業　株式会社	■潟上市	
有限会社　下間産業	有限会社　ミヤビ通商	

健康経営に取り組むことによる企業のメリット

社員の活力向上
○コミュニケーションの活性化
○社内の雰囲気改善

生産性の向上
○モチベーションの向上
○欠勤率の低下
○業務効率の向上

社員の高齢化対応
○ベテラン社員が健康で元気に働く環境の構築

負担軽減
○休業による労働損失の抑制
○長期的には健康保険料の負担抑制

リスクマネジメント
○事故・不祥事の予防
○労災発生の予防
○新型コロナウィルス等感染予防

イメージアップ
○企業ブランド価値の向上
○企業イメージの向上
○社員採用時のアピール

健康経営宣言事業所にお勤めの方や事業主の方は、協会けんぽと協定締結している 秋田銀行、北都銀行、秋田信用金庫、羽後信用金庫から借入の際に金利優遇サービス等が受けられます。
詳しくは、各金融機関にお問い合わせください。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

お問い合わせ先　協会けんぽ秋田支部　企画総務グループ　☎０１８－８８３－１８４１

令和５年度事業計画・予算案を承認

３月１４日秋田キャッスルホテルにおいて理事会・評議員会が開催され、一般財団法人秋田県社会保険協会の「令和５年度事業計画・予算案」は原案どおり承認されました。主な事業計画は次のとおりです。

制度普及に関する事業

(1) 広報活動を実施する。
①広報誌「社会保険あきた」を隔月発行する。
②社会保険関係の参考図書を配布し、制度の周知を図る。
③社会保険の事務手続きに関するテキストを配布する。
(2) 社会保険等新任担当者事務説明会及び、年金・健康保険制度別事務説明会を開催する。
(3) 年金シニアライフセミナーを開催する。
(4) 年金相談等について協力連携に努める。
(5) 生活習慣病予防健診・特定健診の受診勧奨についての広報を実施する。

健康管理に関する事業

(1) 健康管理の向上に資するため、事業所等において講習会を実施し、従業員の健康づくりをサポートする。
(2) 体育活動として各種球技大会等を実施する。
(3) 健康づくり事業等社会保険協会事業に積極的に協力いただいている優良事業所の表彰を実施する。
(4) 健康管理セミナー・ライフセミナーを開催する。

社会保険関係団体等への活動支援

秋田県社会保険委員会連合会及び各地区社会保険委員会の活動を支援する。

「施設利用会員証」をご利用ください

全国の社会保険協会の共同事業として、会員事業所様の従業員とそのご家族様がホテル等の契約施設を優待料金で利用できる「施設利用会員証」を発行しています。利用できる施設は下記に記載していますが、今回から秋田県内で利用できる施設が増えました。どうぞご利用ください。

新たに利用できる施設

ルートイン グランティア秋田 SPARESORT
スーパー健康ランド　華のゆ

天然温泉でゆったりと癒やされるスポットです

秋田市中通５丁目２－１　☎ 018 (825) 5411

割引対象者／会員及び一緒に入館されるご家族（小人は対象外）

割引内容／通常入館料より100円引き（20時以降は50円引）

※入館時に本会員証を提示してください。

全国の優待施設

○ホテル法華クラブグループ（18施設）　○高輪・品川プリンスホテルグループ（４施設）
○プリンスホテル優待プラン（全国のホテル、スキー場、ゴルフ場）　○湯快リゾート（30施設）
○ダイワロイヤルホテル（24施設）　○クア・アンドホテルグループ（４施設）
○亀の井ホテルグループ（30施設）　○船員保険会（４施設）
○HMIホテルグループ（41施設）　○個別契約施設（18施設）
※前回の本紙でお知らせしましたが、令和５年４月からは［新会員証（水色）］をご利用ください。

事業所調査資料の電子申請による提出について

秋田年金事務所
厚生年金適用調査課
水　口　治　美

Q　年金事務所から事業所調査の資料を郵送で提出するよう通知がありましたが、この通知の中に電子申請での提出も可能である旨の表記がありました。詳しく教えてください。

A

1．利用条件

電子申請により調査資料を提出する場合は、インターネット接続環境の用意に加え、e-Govへログインするアカウントと電子証明書が必要です。

利用システム	ログインするアカウント	必要な証明書
e-Gov	e-Govアカウント	電子証明書
	GビズIDアカウント	（不要）
	Microsoftアカウント	電子証明書

注）e-Govから電子申請を初めて利用する場合は、アカウントの準備、ブラウザの設定及びe-Gov電子申請アプリケーションのインストールが必要です。
詳細は、e-Govホームページの電子申請トップページの「利用準備」をご参照ください。

2．作業手順

電子申請により調査資料を提出する場合は、以下の手順（①～⑥）に沿って行います。

注）操作の詳細は、e-Govホームページの電子申請トップページの「ヘルプ」をご参照ください。

① e-Govへログイン
② 「事業所（船舶所有者）調査資料の提出」を選択
③ 申請者情報、送付書の入力
④ 調査資料の添付
⑤ 電子証明書の添付
⑥ 提出（電子申請）

3．ファイル作成

（1）データ容量の制約

電子申請により調査資料を提出する場合、データ容量に関し、以下の２種類の制約がありますので、制約の範囲内でファイルの作成や申請を行います。

制約の種類	データ容量の制約
1ファイルあたり	50MB以下であること ※添付資料（ファイル）単位のデータ容量。賃金台帳等をデータ化する際は、1ファイルあたりのデータ容量を50MB以下で作成する。
1申請あたり	99MB以下であること ※申請時の合計データ容量。複数のファイルを添付できるが、1申請あたりのデータ容量を99MB以下にする。

（2）ファイル作成時（PDFファイル化）の留意事項

賃金台帳等の資料をデータ化する場合は、「PDF」を選択してください。（CSV形式や表計算ソフト（エクセル）形式では提出できません。）

PDF化完了後、文字が読み取れるか、資料の一部が切れていないか、データ内容を確認してください。

なお、スキャナでPDF化する場合はカラーモードは「白黒」、解像度は「200dpiかそれ以上の近接値」でデータ化を行ってください。

随想　ふきのとう

「息子の卒業に際して」

寒い日が続いている中に、春の訪れを感じる日が増えてきました。その春が訪れたころに、私の長男が小学校を卒業します。

昨年の年末の頃は『まだもう少し時間があるな』という思いでいましたが、年が明け、学校から卒業に関する連絡や、スポ少（野球）から卒団に関する案内が次第に届くようになり、息子の卒業を実感するようになりました。それと同時に、卒業することによる寂しい思いや息子の成長の喜びを感じ、少し複雑な思いで日々過ごしています。

息子が六年前に入学した時は『学校についていけるだろうか』、『集団生活ができるのだろうか』、様々な心配をしておりました。ところがそんな心配も他所に、勉強やスポーツ少年団活動等に一生懸命に取り組んでいたと思っております。

思い起こせば、私自身にも沢山の出来事がありました。ＰＴＡの副会長、スポ少の会長、幸か不幸か色々な役職を経験させていただきました。特にスポ少の会長については、コロナの対応、他の団体との練習試合の段取り等、仕事も手に付かない時もあり、こんなにも大変なものかと思ったものです。（大変だった分、終わってからは多少スポ少ロスになっておりますが…）

その息子も無事卒業を迎えることになりそうです。卒業式の際は、六年間『頑張ったね』と褒めてあげたいと思いますし、見守ってくれた妻にも感謝したいと思います。また、私自身も様々なことがありましたが、貴重な経験をさせていただきご協力いただいた皆様に感謝したいと思います。

中学進学時も六年前と同じ思いをするかもしれません。卒業の際は、今年と同じく、息子に『頑張ったね』と褒めることができるように全力でサポートしていきたいと思います。

追伸

ＰＴＡやスポ少活動が一段落しましたので、今年は趣味のゴルフに自分の時間を使いたいと思っております。ただ、体重が少々オーバー気味となっており、先ずはダイエットに取り組んでおります。

由利工業株式会社　竹内　靖

健康トピックス

第206回　健康経営に取り組みましょう

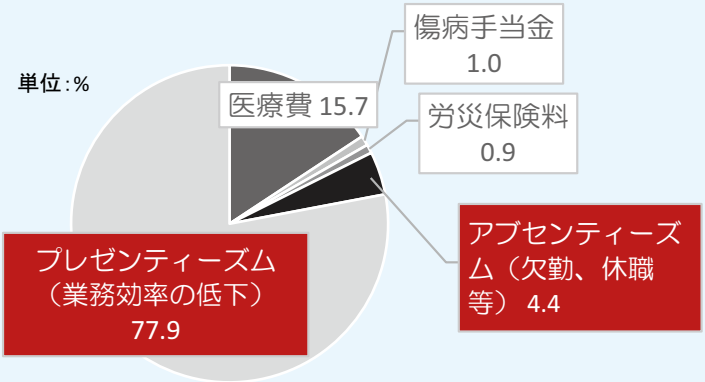
従業員の健康に対する投資収益率（ROI）を測る指標として「プレゼンティーズム」や「アブセンティーズム」という言葉が注目されています。この指標を改善するものとして、近年健康経営に取り組んでいる事業所様が増えてきています。また、すでに「健康経営」に取り組んでいる県内の事業所様では、秋田県や経済産業省の健康経営優良法人への認定数も増えており、県内でも健康経営の輪が広がっています。

健康経営とは

『社員の健康』を重要な『経営資源』ととらえ、健康促進に積極的に取り組む企業スタイル。
人という資源を資本化し、企業が成長することで、社会の発展に寄与することがますます重要になってきます。
代表的なメリットとしてはイメージアップと生産性の向上があげられます。

健康経営優良法人へのステップ
各保険者での健康経営宣言
協会けんぽの場合は各支部へ宣言
↓
秋田県版　健康経営優良法人
経済産業省　健康経営優良法人

従業員の健康に関する企業の負担



出典：東京大学政策ビジョン研究センター健康経営研究ユニット

直接費用

医療費
傷病手当金（健康保険料）
労災保険料

18%　：

間接費用
プレゼンティーズム
アブセンティーズム
82%

◆健康経営の取り組み◆
健康診断の受診率向上、精密検査の受診、保健指導の実施、労働時間や食堂メニューの見直し、定期的にストレスチェックの実施など働きやすい環境の実現を目指しましょう。

プレゼンティーズム	アブセンティーズム
出勤しているにも関わらず、心身の健康上の問題が作用してパフォーマンスが上がらない状態。 アメリカの調査によるとアレルギー・関節痛・喘息・首や腰の痛み・呼吸系の疾患・うつ・糖尿病・偏頭痛・循環器系疾患・胃腸の疾患がパフォーマンスの低下につながるといわれています。	欠勤や休職などで欠員になっている状態。

―職場内で回覧しましょう―

休日・夜間の年金相談窓口をご利用ください

夜間の年金相談はカレンダー　　日です。（開所時間は、午後7時まで）
休日の年金相談はカレンダー　　日です。（開所時間は、午前9時30分から午後4時まで）
年金相談・お手続きの際は、予約相談をご利用ください。

令和５年５月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

令和５年６月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

年金についての相談やお問い合わせ先

★ねんきん定期便・ねんきんネットに関するお問い合わせ
０５７０－０５８－５５５（ナビダイヤル）
０５０で始まる電話でおかけになる場合は（東京）03-6700-1144（一般電話）
★ねんきんダイヤル（一般的な年金相談）
０５７０－０５－１１６５（ナビダイヤル）
０５０で始まる電話でおかけになる場合は（東京）03-6700-1165（一般電話）
（受付時間）月　曜　日：午前8時30分～午後7時まで
火～金曜日：午前8時30分～午後5時15分まで
第２土曜日：午前9時30分～午後4時まで
※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7時まで相談をお受けします。
※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日にはご利用いただけません。

保険料の納期内納入にご協力ください

月末には社会保険料振替口座の残高確認をお願いします。

社会保険 あきた
令和５年４・５月号

発　行　一般財団法人 秋田県社会保険協会
〒010-0001 秋田市中通６丁目7-9
TEL018-831-6205 FAX018-832-3681

資料提供　秋田・鷹巣・大曲・本荘　年金事務所
全国健康保険協会秋田支部