

社会
保険

あomor

2023

4

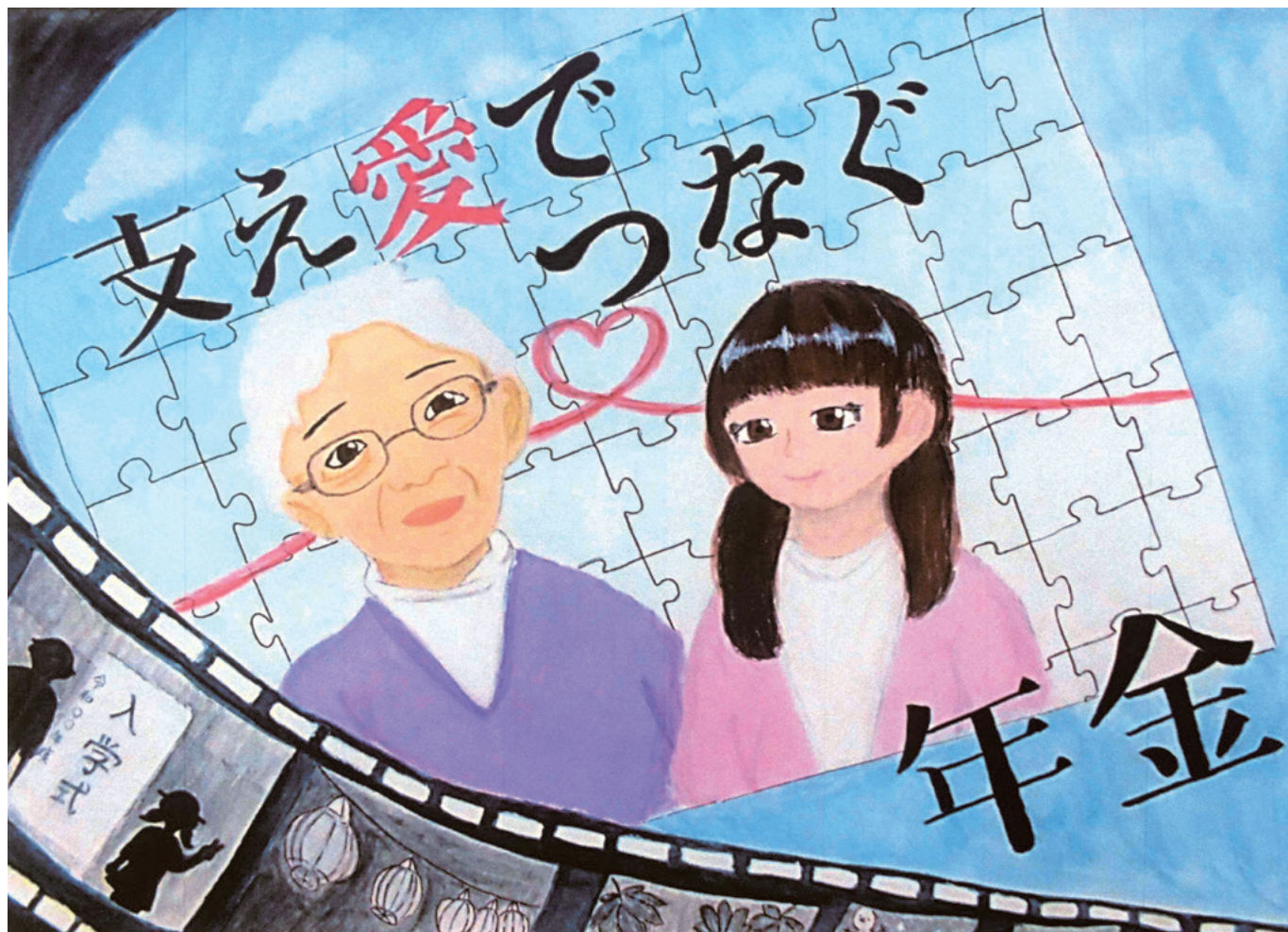
No.837

偶数月発行

◀ CONTENTS ▶

新たに従業員を採用したときなどの手続き……………2
社会保険手続きは電子申請を利用ください……………3
令和5年3月分(4月納付分)からの
保険料率をお知らせいたします……………4
生活習慣病予防健診
(対象：35歳～74歳の被保険者様)のご案内……………5

令和5年度社会保険協会費のご案内について……………6
県南支部ハイキングのご案内
県南支部パークゴルフ大会のご案内……………7
津軽支部ゴルフ大会のご案内
私のひとこと……………8
移動年金相談のお知らせ／健康啓発DVD／会員変更届



第1回青森県年金ポスターコンクール「最優秀賞」

八戸市立大館中学校 西塚 莉奈 さん 作

社会保険あomorはホームページでもご覧いただけます。

一般財団法人 青森県社会保険協会ホームページ <http://www.shaho-aomori.jp/>

青森県社会保険協会



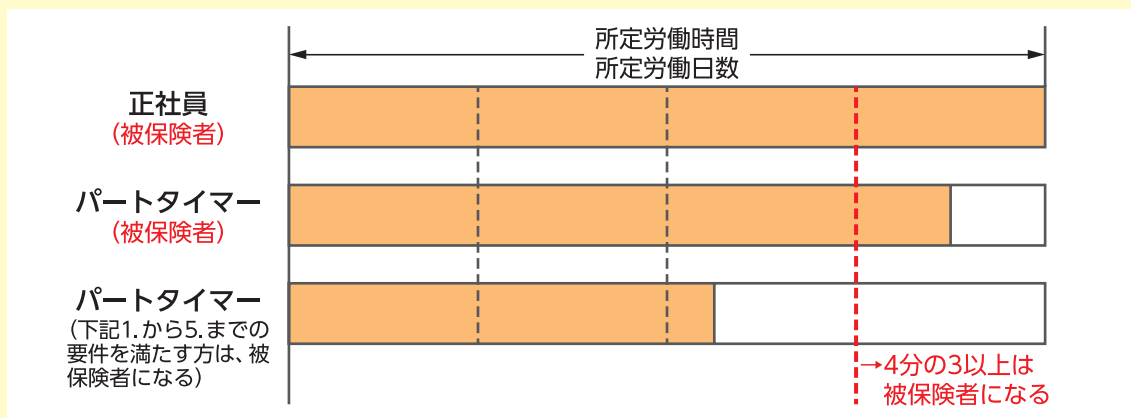
新たに従業員を採用したときなどの手続き

届書・申請書名 健康保険・厚生年金保険 被保険者資格取得届(70歳以上被用者該当届)

従業員を採用するなど、新たに健康保険及び厚生年金保険に加入すべき方が生じたときは届け出が必要です。従業員の国籍や性別、年金の受給の有無にかかわらず、加入要件を満たしている場合は届出をする必要があります。

常用的使用関係のパートタイマー、アルバイト等も被保険者に

パートタイマー・アルバイト等でも事業所と常用的使用関係にある場合は、被保険者となります。1週間の所定労働時間および1か月の所定労働日数が同じ事業所で同様の業務に従事している一般社員の4分の3以上である方は被保険者とされます。



短時間労働者の取り扱いについて

一般社員の所定労働時間および所定労働日数の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. 2ヶ月を超える雇用の見込みがあること
 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. 厚生年金保険の被保険者数が常時101人以上の法人・個人の適用事業所、および国または地方公共団体に属する全ての適用事業所に勤めていること
- なお、厚生年金保険の被保険者数が101人未満の法人・個人の適用事業所であっても、労使合意に基づき申出をした場合は、任意特定適用事業所となります。

ご注意ください!

資格取得届の提出が必要な方について、届出が提出されていないことが後で分かった場合、遡って資格取得届を提出していただくとともに、事実が発生したときに遡って保険料をお支払いいただくことになります。

また、対象となる方が老齢厚生年金の受給者である場合、本人の1か月当たりの年金額と総報酬月額相当額の合計額に応じて年金額の一部または全部が支払停止になることがあります。この場合、本来支払停止が開始されるべき時点に遡って支払の停止が行われます。

お問い合わせ先(管轄の年金事務所)

青森 017-734-7495
八戸 0178-44-1742
弘前 0172-27-1339
むつ 0175-22-4947

年金相談・お手続きの際はご利用ください。

年金相談の予約

■ 予約受付専用電話番号

0570-05-4890

050から始まる電話でおかけになる場合は (東京)03-6631-7521
■ 翌日以降の相談日から予約できます。

お客様のご都合にあわせて、スムーズに相談できます!

電話予約の受付時間

月~金(平日) 8:30~17:15
(土日祝日、年末年始を除く)

事業主の皆さまへ

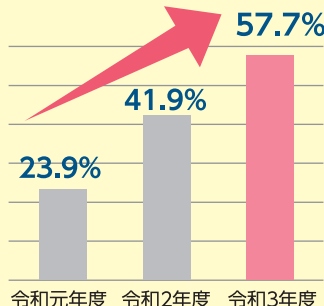
社会保険手続き※は電子申請を利用ください

※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）届等の健康保険や厚生年金保険等に関わる手続き

▶電子申請のメリット

-  **いつでもどこでも申請可能**
オンラインで24時間365日申請ができます
-  **コスト削減**
郵送費・交通費の削減ができます
-  **処理が早い**
例えば健康保険証は、紙で申請するより3～4日早く届きます
-  **安全なネットワーク**
セキュリティに配慮し、安全な仕組みを構築しています

主要な届出※の電子申請割合



令和元年度 令和2年度 令和3年度

※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はカンタン

STEP 1

G.bizIDを取得

STEP 2

申請データを作成

届書作成プログラム※1・労務管理ソフト・自社システムで作成できます

STEP 3

申請

e-Gov※2または届書作成プログラム※1から申請できます

※1 届書作成プログラムとは、届書を簡易に作成・申請できるソフトウェアで、日本年金機構ホームページから無料でダウンロードできます。

※2 e-Gov電子申請サービスは、デジタル庁が運営し、国の行政機関に対する申請・届出等各種手続きをオンラインで行うことができるものです。

G.bizIDとは？ デジタル庁が運営している認証システムです。

1つのアカウント（ID・パスワード）で複数の行政手続きが可能となるサービスで、無料で利用することができます。G.bizIDプライム※3の発行には2週間程度を要しますので、ご準備ください。

※3 G.bizIDで取得できるアカウントの一つ。社会保険の手続きには「G.bizIDプライム」を取得してください。

G.bizIDの詳しい内容、手続きは
G.bizIDのホームページをご覧ください。



G.bizID 検索
<https://gbiz-id.go.jp>

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



日本年金機構 電子申請

検索

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

電子申請の利用に関するお問い合わせはお電話でも承ります

《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日は利用いただけません。

医療費や年金などの大切な財源です！

社会保険料は納期内に納めましょう。

3月分の納付期限 2023年 5 月 1 日(月)

4月分の納付期限 2023年 5 月31日(水)

保険料の納入は納め忘れや納入の手間が少ない口座振替が便利です！
口座振替のお申し込みは、管轄の年金事務所へお問い合わせください。

介護保険料の控除について
控除する方(40歳～64歳)の
生年月日は下記のとおりです。

3月分 4月支払いの給与から控除

- 昭和33年4月2日生まれから
- 昭和58年4月1日生まれまで

4月分 5月支払いの給与から控除

- 昭和33年5月2日生まれから
- 昭和58年5月1日生まれまで

令和5年3月分(4月納付分)からの 保険料率をお知らせいたします

青森支部の
健康保険料率は“引き下げ”となります。

令和5年2月分(3月納付分)まで

10.03%



令和5年3月分(4月納付分)から

9.79%

介護保険料率も“変更”となります。

令和5年2月分(3月納付分)まで

1.64%



令和5年3月分(4月納付分)から

1.82%



※ 健康保険料と介護保険料は、労使折半となります。

※ 40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)には、健康保険料率に全国一律の介護保険料率が加わります。

※ 賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。

各都道府県の保険料率は、地域の医療費水準に基づいて算出されます。
加入者の皆さまに、

- ① 年に1回健診を受けていただくこと
- ② 保健指導の利用や医療機関への早期受診で重症化を防ぐこと
- ③ 企業を挙げて健康づくりに取り組んでいただくこと(健康宣言)

などに取り組んでいただくことで、青森県の医療費の上昇を抑えることができれば、保険料率の伸びを抑えることができる仕組みとなっています。

皆さまの取組が、保険料率の伸びを抑える“大きな力”になります。



お問い合わせ先：協会けんぽ青森支部 企画総務グループ

TEL 017-721-2713

生活習慣病予防健診 (対象：35歳～74歳の被保険者様)のご案内

令和5年4月より

自己負担が軽減されます！

一般健診

軽減前 最高7,169円



軽減後 最高5,282円

付加健診

軽減前 最高4,802円



軽減後 最高2,689円

生活習慣病予防健診



検査の内容	“おトク”なポイント
●一般健診 診察、問診、身体計測、血圧、血液検査、視力・聴力検査、尿検査、胸・胃レントゲン、心電図、便潜血反応検査 ●追加できる健診※ 付加健診(腹部超音波検査や眼底検査等)、肝炎ウイルス検査、乳がん検診、子宮頸がん検診	●労働安全衛生法による、定期健診の代わりになります ●健診費用の約7割を協会けんぽが補助し、自己負担額最高5,282円で受診できます ●一般的な健診の項目に加え、メタボリックシンドロームとともに5大がん(肺・胃・大腸・子宮・乳房)までカバー！ (子宮頸がん検診・乳がん検診は別途自己負担が必要です) ●健診を受診した後は、結果に合わせた健康サポート(特定保健指導)を無料で受けることができます

※追加できる健診の対象年齢および受診できる健診機関は、事業所へお送りする「生活習慣病予防健診のご案内」をご覧ください。ご案内は、協会けんぽ青森支部ホームページでもご確認いただけます。

健診受診の流れ

①ご希望の健診機関にお電話等で予約する

予約時に「協会けんぽの生活習慣病予防健診」である旨をお申し出いただき、受診者の情報、受診希望日をお伝えください。



②健診を受ける

ご予約後に健診機関より届く問診票や検査キット等、健康保険証、自己負担費用等をご持参ください。

お問い合わせ先：協会けんぽ青森支部 保健グループ

TEL 017-721-2723

令和5年度社会保険協会費のご案内について

会員各位のご協力により、令和4年度事業が終了しました。
令和5年度の会費のご案内と事業計画を4月号に同封しましたので、
引き続きご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

※令和5年度より協会費の払込取扱票の様式が変更となりました。協会費をお支払いされる場合は、
ゆうちょ銀行または郵便局のみの取扱いとなりますので、ご注意ください。
協会費の納付について、詳しくは、今月号に同封の「令和5年度青森県社会保険協会の会費納入と
事業へのご協力方について」をご覧ください。

県南支部 ハイキングのご案内

白神の森トレッキングガイドの案内で、白神山地世界自然遺産登録地域のようなブナの森を散策します。
ハイキング後は、鱒ヶ沢高原温泉で休憩(昼食と入浴)です。

日 時：令和5年7月2日(日) 出発10分前集合

- 本八戸駅前(デリー東北通り) 6時15分出発
- イオンモール下田(高速バス停前) 6時35分出発
- 十和田市民文化センター前 7時05分出発

定 員：30名(1事業所4名以内)

※参加は先着順とし、定員に達した場合のみご連絡いたします。

申込受付：令和5年4月21日(金)までに申し込みください。
(定員になり次第締め切ります)

旅行先：鱒ヶ沢町 白神の森遊山道と鱒ヶ沢高原温泉

参加資格：県南支部会員事業所の被保険者とその家族

2時間程度のハイキングができる方に限ります

参加料：一人 4,000円(昼食、入浴代含む)

納付方法：後日、事業所を通じ納付書を送付します。

5月15日納付書を発送いたしますので、5月
18日まで納付書が届かない場合は、ご連絡く
ださい。

申込先：FAX 017-723-9895

(一財)青森県社会保険協会

〒030-0823 青森市橋本1-9-22-2F

その他：

- ハイキングのできる服装と履物でご参加ください。
- 天候の急変に備え雨具と防寒着の用意も忘れずに！

行程表

本八戸駅 6:15 — 下田 6:35 — 十和田 7:05 — 道の駅しちのへ 7:25 — 青森東IC 7:40 — 浪岡IC 9:00 — 道の駅なみおかアップルヒル 9:15
 — 鱒ヶ沢町：白神の森遊山道ハイキング — 鱒ヶ沢高原温泉：ロックウッド・ホテル&スパ — 道の駅もりた —
 10:35 所要時間 約80分 12:20 12:50 [昼食・入浴・休憩] 14:45 15:05 15:25
 — 浪岡IC — 青森東IC — 道の駅しちのへ — 十和田 17:15 17:30 17:50 18:15 18:45 — 本八戸駅

ハイキング参加申込書

FAX 017-723-9895

事業所	会員番号	会費払込取扱票のご依頼人住所氏名欄()内の数字をご記入ください。			
	郵便番号	〒	—	所在地	
	名称			電話番号	
バス乗車場所(下記に乗車場所番号を記入してください)			① 本八戸駅	② 下田	③ 十和田
	参加者氏名	乗車場所番号		参加者氏名	乗車場所番号
1			3		
2			4		
参加人数合計		名	参加料合計		円
上記参加者の代表者氏名(再掲)		参加代表者の携帯番号(必ず記入ください)			

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

県南支部 パークゴルフ大会のご案内

日 時	令和5年7月22日(土) 受付 9:00 ※小雨決行 プレー開始時間 9:30 解散 12:00	参加資格	県南支部会員事業所の被保険者とその家族
会 場	八戸美保野パークゴルフクラブ	定 員	42名 ※最少催行人数20名
参 加 料	1人 1,000円 (プレー代・貸しクラブ・貸ボール代含む)	競技方法	個人戦 (1組3名)
納付方法	後日事業所を通じ納付書を送付します。 6月16日まで納付書が届かない場合はご連絡ください。	申込方法	6月2日(金)までに、下記参加申込書に記入の上、 FAX送信してください。FAX 017-723-9895
		お問合先	(一財)青森県社会保険協会 Tel 017-776-4471

パークゴルフ大会参加申込書

FAX 017-723-9895

事業所	会員番号	会費払込取扱票のご依頼人住所氏名欄()内の数字をご記入ください。				
	郵便番号	〒	—	所在地		
	名 称	電話番号				
	参加者氏名		参加者氏名		参加者氏名	
①組	1		2		3	
②組	4		5		6	
参加人数合計		名		参加料合計		円
上記参加者の 代表者氏名(再掲)				参加代表者携帯番号 (必ず記入ください)		

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

津軽支部 ゴルフ大会のご案内

日 時	令和5年7月6日(木) 午前9時04分スタート アウト・イン同時スタート(小雨決行)	競技方法	ダブルペリア方式(上限打ち切りなし)
場 所	びわの平ゴルフ倶楽部 (TEL 0172-55-2011)	表 彰 式	プレー終了後、ゴルフ場レストランで 行います。
参加資格	津軽支部会員事業所の被保険者	申込締切	令和5年6月2日(金)
参 加 費	2,000円(当日、会場受付にて申し受けます) ※プレー代は各自負担となります。 (ドリンク・食事代含 10,500円) ※キャディー代は別途になります。希望者はお 申込みください。	定 員	先着40名
		申込方法	下記申込書をFAXしてください。 FAX 0172-44-7567
		お問合先	弘南鉄道(株) 総務課 担当 船越 Tel 0172-44-3136



津軽支部 参加申込書

弘南鉄道株式会社 総務課あて

FAX 0172-44-7567

事業所	会員番号	会費払込取扱票のご依頼人住所氏名欄()内の数字をご記入ください。		
	郵便番号	〒	—	所在地
	名 称			
	電 話	FAX		キャディー (どちらかに○)
参加者氏名		電話番号(携帯)	生年月日	年 月 日

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

私のひとこと



しろと しょうご
白戸 翔悟さん
協和電気株式会社
(青森市)

★職場のPR

青森市にあり、大型施設から一般住宅の照明などの修理まで幅広く電気工事を担う会社です。
又、先輩方もやさしくお陰様で早く仕事を覚えられました。

★担当している仕事

電気工事の職人ですが、私はまだ新人なので軽めな配線や結線をよく任せられます。

★個人的に最近気になること

新型コロナウイルスの第9波が来るのか心配な事と新発売のプラモデルが買えないこと。

★自己の健康管理について

最近は寝る前に、心地の良い音楽を聴いて心身共にリラックスしてから寝るようにしています。

移動年金相談のお知らせ

会 場	日 程	時 間	予 約 先
柏葉館(七戸町)	5月17日(水)	10:30~15:00	青森年金事務所 017-734-7495 [番号案内①→職員対応②]
野辺地町中央公民館	6月21日(水)	10:00~15:00	
十和田市役所	5月25日(木)	10:00~15:00	八戸年金事務所 0178-44-1742 [番号案内①→職員対応②]
	6月22日(木)	10:00~15:00	
三 沢 市 役 所	6月15日(木)	10:00~15:00	弘前年金事務所 0172-27-1339 [番号案内①→職員対応②]
五所川原市役所	5月11日(木)	10:00~16:00	
	6月 8日(木)	10:00~16:00	
つ が る 市 役 所	5月25日(木)	10:00~16:00	
	6月22日(木)	10:00~16:00	

《予約受付時間》平日 8:30~17:00 お問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

※移動年金相談は完全予約制となります。ご予約は相談日の1か月前から受付いたしますが、定員になり次第締め切ります。
※本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)が必要となります。また、本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状とお見えになる方の本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)が必要となります。

電話によるお問い合わせは「ねんきんダイヤル」へお願いします!



0570-05-1165

※050から始まる電話で
おかけになる場合は
「03-6700-1165」へ

健康啓発DVDを貸し出しています

- ① はじめてのウォーキング&ジョギング(31分)
- ② 若々しい体をキープ!エクササイズ&ダイエット(33分)
- ③ Good-bye ストレス(29分)
- ④ 正しく知れば怖くないがんのお話(26分)
- ⑤ メンタルヘルス5 自分でできるストレスコントロール(25分)
- ⑥ メンタルヘルス6 ストレス・コーピングによるセルフケア(26分)
- ⑦ 毎日筋活部 筋肉を育ててメタボを予防しよう(60分)
- ⑧ 健康サポート体操(60分)
- ⑨ 夏の熱中症 冬のヒートショックに気をつけよう(42分)

詳しくは、ホームページをご確認願います。

青森県社会保険協会

検 索

として保管しましょう

《 会 員 事 業 主 の 皆 さ ま へ 》

社会保険協会からのお願い

事業所の名称・所在地・電話番号を変更された場合は、お手数ですが、下記より当協会までご連絡をお願いいたします。

会員事業所変更届(送付先)FAX017-723-9895 一般財団法人青森県社会保険協会

会員番号	※会費払込用紙や封筒の宛名シールに印字されております。	
	変更前(全事項記入願います)	変更後(変更事項のみ記入願います)
フリガナ		
事業所名		
所 在 地	〒 -	〒 -
電話番号		