

社会
保険

あomor

2023
10
No.840

偶数月発行

◀ CONTENTS ▶

家族を扶養に入れるときの手続きについて……………2
年金委員を募集いたします……………3
がん検診受診していますか？……………4
令和5年度被扶養者資格再確認への
ご協力をお願いいたします……………5
労働セミナーのご案内……………6

協会費納入ありがとうございました……………7
第30回津軽支部ゴルフ大会を開催しました
会員限定優待事業のお知らせ
私のひとこと……………8
移動年金相談のお知らせ／
家庭常備薬等の斡旋のご案内／会員変更届

年金で支える



みんなの暮らし

第1回青森県年金ポスターコンクール「優秀賞」

六ヶ所村立泊中学校 赤石 莉杏 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



家族を扶養に入れるときの手続きについて

◆収入がある方について被扶養者になれるかの判断

①年間収入が130万円未満であること

- ・認定対象者（被扶養者）の年間収入が130万円未満かつ被保険者の年間収入の半分未満

②別居の場合は仕送り額で判断

- ・年間収入130万円未満かつ被保険者からの仕送り額より少ないとき

③60歳以上は180万円未満

- ・認定対象者が60歳以上又は障害厚生年金を受けられる程度の障害者の場合、年間収入の認定基準が「180万円未満」となる

◆被扶養者になれる家族の範囲

被保険者の収入により生計を維持しており、原則、住民票が日本国内にある人

①被保険者と同居していることが条件でない人

- ・配偶者（内縁を含む）
- ・子、孫及び兄弟姉妹
- ・父母、祖父母など直系尊属

②被保険者と同居していることが条件の人

- ・伯叔父母、甥姪などその配偶者、曾孫、兄弟姉妹の配偶者、配偶者の父母など①以外の3親等内の親族
- ・内縁関係の配偶者の父母及び子

◆被扶養者（異動）届に必要な添付書類

＜収入が確認できる書類＞

- ・課税（非課税）証明書
- ・退職証明書または雇用保険被保険者離職票の写し
- ・雇用保険受給資格者証の写し
- ・現在の年金受給額がわかる「年金額改定通知書」などの写し

※所得税法上の規定による、控除対象配偶者または扶養親族となっている方については、事業主の証明をもって添付書類を不要とすることができます。

＜続柄が確認できる書類＞

- ・被扶養者の戸籍謄本（被保険者との続柄がわかるもの）
- ・被保険者と被扶養者が同一世帯のときは住民票の写し（被保険者が世帯主であるときに限る）

※被保険者と扶養認定を受ける方双方のマイナンバーが届書に記載されており、上記書類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事業主が確認した旨を届書に記載している場合、添付書類を省略することができます。

◆届書の記載例

●所得税法上の控除対象配偶者・扶養親族であることを事業主が確認した場合は、「確認」を○で囲んでください。

⇒収入金額が確認できる書類の添付は不要（非課税対象の収入の確認書類を除く）

●被保険者と扶養認定を受ける方双方のマイナンバーが記載されている
●15備考欄の続柄確認済みにチェックがされている

⇒続柄が確認できる書類の添付について省略可

●このページでご不明な点がございましたら、年金事務所へお問い合わせください。●

青森年金事務所	TEL 017-734-7495	弘前年金事務所	TEL 0172-27-1339
八戸年金事務所	TEL 0178-44-1742	むつ年金事務所	TEL 0175-22-4947

年金委員を募集いたします

●そもそも、年金委員ってなに？

年金委員とは、厚生年金に関する適用・給付・保険料などについて、会社内における周知、相談、助言などのご協力をいただくため、厚生労働大臣が委嘱する民間協力員です。

●年金委員になるといろいろ大変そう…

大変なことや、難しいことは一切ありません！主に会社内の従業員が知りたい年金の情報や知識をお伝えいただくだけです。

●費用がかかるの？

費用がかかることはありません。一方で、年金委員の活動に対する報酬もございません。ただし、活動を行うための交通費などの経費については支払われます。

●年金委員はメリットがいっぱい！

年金委員限定の研修会を開催し、正確な事務手続きを行うための説明会や制度改正事項などをお伝えします。年金の知識が身に付きます。また、年金委員専用の情報誌「スマイル」を無料でお届けします。



～さあ、ぜひ年金委員への手続きを！～

社会保険事務を担われている方は、ぜひ年金委員への手続きをお願いします。手続きには、事業主の推薦が必要です。

お手続きの方法

年金委員のお手続きをいただく際は、事業主の推薦を受ける必要があります。推薦にあたっては、現在、社会保険事務を担っていただいている方あるいは、過去に担っていた方等の推薦をお願いしています。なお、既に年金委員を1名設置している場合は、2名の設置もできます。事業主が「年金委員推薦書（職域型）」を管轄の年金事務所へ提出していただきます。

委嘱の流れ

会社の事業主からの推薦を受けた方を、日本年金機構から厚生労働省に推薦し、厚生労働大臣が年金委員として委嘱します。委嘱完了後は委嘱状及び年金委員証明書（※希望者のみ）が交付されます。



●年金委員に関するお問い合わせ先は●

青森年金事務所 TEL 017-734-7495	弘前年金事務所 TEL 0172-27-1339
八戸年金事務所 TEL 0178-44-1742	むつ年金事務所 TEL 0175-22-4947

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。

9月分の納付期限 2023年10月31日(火)

10月分の納付期限 2023年11月30日(木)

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。

9月分 10月支払いの給与から控除

- 昭和33年10月2日生まれから
- 昭和58年10月1日生まれまで

10月分 11月支払いの給与から控除

- 昭和33年11月2日生まれから
- 昭和58年11月1日生まれまで

「がん検診」受診していますか？

毎年10月は「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」です

厚生労働省では、わが国の死因の第1位である“がん”の予防の必要性を認識し、検診受診につなげるため、毎年10月を「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」と定めています。

現在は検査法や治療法が進み、早期に発見し、早期に治療すれば「がんは治せる病気」になっています。そのためには、健診やがん検診を定期的に受けることが大切です。

がん検診を受診するには？

■ご本人（被保険者）の場合

毎年の定期健診に、**がん検診がセット**で費用の補助もある「生活習慣病予防健診」をぜひご利用ください（35歳～74歳が対象）。補助率の引き上げにより、一般健診の自己負担額は最高5,282円となります。

協会けんぽの生活習慣病予防健診は、

血圧測定 血液検査 尿検査 心電図検査
 胸部レントゲン検査 胃部レントゲン検査
 便潜血反応検査

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。

※メタボリックシンドロームとは、お腹まわりに内臓脂肪がたまることで悪玉のホルモンが分泌され、高血圧・高血糖・脂質異常等が起こり、生活習慣病になりやすくなっている状態のことです。



いっぽくん

■ご家族（被扶養者）の場合

がん検診は、各市町村で費用の補助を行っています。協会けんぽが費用の一部（最高7,150円）を補助している「特定健診」と合わせてがん検診を受診できる場合もあります。お申し込み方法は、ホームページ等をご確認ください。

生活習慣病予防健診
について
（ご本人）



特定健診とがん検診の
同時受診について
（ご家族）



詳しくは
ホームページを
ご覧ください。

がん検診
受診を習慣化
しましょう



協会けんぽ青森 健診 検索

協会けんぽ青森支部 保健グループ

TEL 017-721-2723

事業主・加入者の皆さまへ

令和5年度 被扶養者資格再確認 へのご協力をお願いいたします

協会けんぽでは、保険給付の適正化を目的に、健康保険法施行規則第50条に基づき、健康保険の被扶養者となっている方が、現在もその状況にあるかを確認させていただくため、毎年、被扶養者資格の再確認を実施しております。

今年度は、10月下旬から11月上旬にかけて「被扶養者状況リスト」をお送りいたしますので、被扶養者資格をご確認いただき、同封の返信用封筒にてご提出いただきますようお願いいたします。

《確認の対象となる方》

令和5年4月1日において18歳以上の被扶養者(協会管掌健康保険)

※令和5年4月1日時点で18歳未満の方、令和5年4月1日以降に被扶養者になられた方は、確認の対象外です。

※事業所さまに確認の対象となる方がいない場合は、再確認の必要がありませんので、被扶養者状況リストはお送りいたしません。

《送付時期》 令和5年10月下旬から11月上旬にかけて順次送付

《提出期限》 令和5年12月8日(金)

《添付書類について》

次に該当する場合、事実を証明する書類の提出をお願いいたします。

被保険者と別居している被扶養者 → 仕送りの事実と仕送り額が確認できる書類
(学生の場合は不要)

海外に在住している被扶養者 → 海外特例要件に該当していることが確認できる書類

《扶養から外れる被扶養者の方がいる場合》

再確認の結果、被扶養者から外れる場合は、被扶養者状況リストに同封の被扶養者調書兼異動届と、該当する方の保険証を添付して、協会けんぽへご提出をお願いいたします。

令和4年度の実績 (全国ベース)

扶養解除者数 約7.8万人

高齢者医療制度への負担軽減額(効果額) 約9億円

被扶養者資格の再確認は、被扶養者の現状確認だけでなく、事業主や加入者の皆さまの保険料負担の軽減につながる大切な確認となりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



協会けんぽ青森支部 業務グループ

TEL 017-721-2714

任意継続、限度額適用認定証、傷病手当金などの申請は郵送でお手続き可能です。ご協力をお願いいたします。

労働セミナーのご案内

青森県社会保険協会主催、青森県社会保険委員会連合会共催による、労働セミナーを青森市で開催します。

参加資格は下記のとおりとなっております。是非ご参加ください。



日 時 令和5年**10月31日**(火) 13:30~15:30

会 場 アップルパレス青森「ねぶた」青森市本町5-1-5

テ ー マ ①「ライフステージにおける社会保険・労働保険について」
及び講師 ②「中小企業退職金共済制度について」

講師：青森県社会保険労務士会青森支部

社会保険労務士 三上 寛 氏

参加資格 青森県社会保険協会各支部の会員事業所と青森県内社会保険委員会の会員

募集定員 70名(1事業所2名まで)

※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。

申込締切 令和5年10月18日(水)必着(定員になり次第締め切ります)

申 込 先 FAX 017-723-9895 (一財)青森県社会保険協会

主催／一般財団法人青森県社会保険協会

共催／青森県社会保険委員会連合会



労働セミナー参加申込書

FAX 017-723-9895

事業所	会員番号	会員番号は「社会保険あおもり」が送付された封筒の宛名シールに印字されております。		
	郵便番号	〒	—	所在地
	名 称	電話番号		— —
参加者氏名				

※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。

協会費納入ありがとうございます

令和5年度社会保険協会費の納入にご協力いただきありがとうございました。

社会保険協会では、引き続き社会保険制度の普及推進に努め、会員事業所の皆様の健康と福利増進のため事業を積極的に進めてまいります。

なお、協会費の納入がお済みでない会員事業主様におかれましては、会費納入にご協力を賜りますようお願い申し上げます。

※払込書が見当たらない場合は、再発行いたしますので当協会までご連絡くださいますようお願いいたします。

一般財団法人 青森県社会保険協会 TEL 017-776-4471



第30回津軽支部 ゴルフ大会を開催しました

7月6日、第30回津軽支部ゴルフ大会が、びわの平ゴルフ倶楽部で開催されました。

晴天に恵まれ、37人が汗を拭いながらプレーを楽しみました。プレー終了後は表彰式を行い、優勝者には立派なトロフィーが授与されました。



会員限定優待事業のお知らせ

一般社団法人全国社会保険協会連合会が優待契約をしている施設優待事業がご利用いただけます。

会員事業所の従業員とそのご家族に限定した優待事業で、宿泊料金等の割引が受けられます。

出張やご家族での旅行などお気軽にご利用ください。

施設利用には、「施設利用会員証」のお申込みが必要です。

詳しくは、当協会ホームページ「会員優待事業」をご覧ください。

対象施設名

- ・船員保険会
- ・ホテル法華クラブグループ
- ・高輪・品川プリンスホテル
- ・プリンスホテルグループ
- ・ダイワロイネットホテルズ
- ・亀の井ホテルグループ
- ・HM I ホテルグループ
- ・クア・アンド・ホテルグループ
- ・湯快リゾート
- ・その他宿泊、日帰り施設

タイムズカーレンタルの優待サービスについて

社会保険協会会員事業所の従業員限定の優待サービスです。

当協会ホームページを開きいただき「会員優待事業」会員特典タイムズカーレンタル優待からご予約の場合、レンタカーが通常料金の25%OFFでご利用いただけます。

なお、電話や来店によるご予約につきましては、割引対象外となりますのでご了承ください。

私のひとこと



おやまだ りさ
小山田 梨沙さん
有限会社日高建設
(六ヶ所村)

★職場のPR

何もできない私にも丁寧に仕事を教えてくれ、ユーモアある先輩もいてとても明るい職場です。

★担当している仕事

経理

★個人的に最近気になること

- ・バスケットボール ワールドカップ
- ・ランクル70

★自己の健康管理について

ジムに行き始めました。基本的には3食手作りでバランスの良い食事を心がけています。

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)	11月15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	12月20日(水)	10:00~15:00	
十和田市役所	11月16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]
	12月14日(木)	10:00~15:00	
三 沢 市 役 所	12月21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	11月 9日(木)	10:00~16:00	
	12月14日(木)	10:30~15:30	
つ が る 市 役 所	11月22日(水)	10:00~16:00	
	12月27日(水)	10:30~15:30	

《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いたします。
※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

家庭常備薬等の 斡旋のご案内

会員事業所の皆様へ

会員事業所に勤務されている被保険者、並びにご家族の皆様の疾病予防や健康管理にお役立ていただきたく安価でお薬をお買い求めできる家庭常備薬等の斡旋をご案内します。同封のチラシをご覧ください。



お申込み／お問い合わせ先

FAX 072-961-7180
TEL 072-940-7085

〒578-0954 東大阪市横枕12番19号
白石薬品株式会社 大阪営業部
「一般財団法人 青森県社会保険協会」係

とじて保管しましょう

《 会員事業主の皆様へ 》

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		