

社会保険

No.36

令和元年8月発行

なごり



八ヶ岳・天狗岳

CONTENTS

長野県社会保険協会からのお知らせ

平成30年度事業報告・正味財産増減計算書 …2
温泉施設利用補助のお知らせ ……3

日本年金機構からのお知らせ

「わたしと年金」エッセイ募集中 ……4
平成30年度「わたしと年金」エッセイ
厚生労働大臣賞作品 ……5

協会けんぽからのお知らせ

働き盛り世代の「健康づくりチャレンジ大作戦」グランプリ2019…6
令和元年度被扶養者資格再確認の
ご協力をお願い…7

長野県社会保険協会からのお知らせ

社会保険事務講習会のお知らせ ……8

平成30年度

(一財)長野県社会保険協会

事業報告・収支決算報告



理事会

会員の皆様には、当協会の事業運営にご理解、ご協力を賜り、誠にありがとうございます。5月27日(木)に理事会、6月6日(金)に評議員会を開催し、平成30年度の事業報告及び収支決算(監査報告を含む)について、審議が行われ全て承認されました。

事業内容と収支決算につきまして、次のとおり報告します。

事業報告

□ 社会保険制度、同事業の普及啓発と本会事業の周知

①機関紙の発行

機関紙「社会保険ながの」を発行して、会員及び被保険者に対して社会保険制度及び本会事業の周知を図りました。(年4回発行)

②事務の手引、リーフレット等の作成発行

社会保険の手引及び協会事業案内の冊子並びに、社会保険制度に関するパンフレット及びリーフレットを随時作成または購入し、会員及び被保険者に配布しました。

③社会保険事業の普及発展

「社会保険事務講習会」「ねんきん説明会」「新規適用事業所事務説明会」などを開催し、社会保険事業の普及発展とともに本会事業の周知を図りました。

(1)社会保険事務講習会 計 451名

- ・長野会場 30年 10月 3日 178名
- ・東信会場 30年 9月13日 66名
- ・南信会場 30年 10月16日 53名
- ・伊那会場 30年 9月18日 49名
- ・飯田会場 30年 10月11日 45名
- ・中信会場 30年 9月20日 60名

(2)ねんきん説明会 計 112名

- ・長野会場 31年 1月25日 55名
- ・東信会場 31年 1月22日 16名
- ・南信会場 31年 1月25日 13名
- ・伊那会場 31年 1月22日 2名
- ・飯田会場 31年 1月24日 11名
- ・中信会場 31年 1月29日 15名

(3)新規適用事務説明会 計 92名

- ・長野会場 30年 4月～ 28名
- ・東信会場 30年 4月～ 18名
- ・南信会場 30年 4月～ 10名
- ・伊那会場 30年 4月～ 8名

- ・飯田会場 30年 4月～ 7名
- ・中信会場 30年 4月～ 21名

④ホームページの活用

当協会の情報及び社会保険制度の最新情報を提供するために、ホームページを更新し周知を行いました。

□ 保健・福祉事業

①健康づくり、体育奨励事業

・健康ウォーキングを全国健康保険協会長野支部と共催で実施しました。

30年11月3日 安曇野市あづみ野やまびこ自転車道 参加者39名

②健康増進事業

・プール利用補助券の配付。(7月～8月)

利用枚数 4,596枚

・温泉施設利用補助券の配付(10月～2月)

利用枚数 11,501枚

・スキーリフト補助券の配付(12月～3月)

利用枚数 3,902枚

・温泉宿泊助成券の配付(6月～3月)

利用枚数 86枚

・ディズニーコーポレートプログラム利用券の配付(7月～3月)

利用枚数 873枚

・健康啓発DVDの貸出し

貸出し申込 2事業所

・家庭常備薬等の斡旋(10月)

申込数 1,242件



評議員会

□ 諸会議

事業の適正、円滑な運営を図るため、理事会、評議員会を開催しました。

・理事会 6月、3月 ・評議員会 6月、3月

正味財産増減計算書

平成30年4月1日から平成31年3月31日まで (単位:円)

科 目	当年度	前年度	増減
1. 経常収益			
基本財産運用益	848	848	0
特定資産運用益	4,995	9,991	△4,996
受取会費	63,671,520	64,496,640	△825,120
受取負担金	125,000	131,000	△6,000
雑収益	330,246	431,806	△101,560
経常収益計	64,132,609	65,070,285	△937,676
2. 経常費用			
事業費	45,355,281	44,532,345	822,936
広報活動事業	12,754,658	13,060,881	△306,223
制度普及事業	4,074,558	4,221,565	△147,007
体育奨励事業	4,038,644	4,632,413	△593,769
健康増進事業	18,861,251	17,559,464	1,301,787
助成事業	1,297,946	1,255,660	42,286
共通事業	4,328,224	3,802,362	525,862
管理費	17,618,170	18,645,836	△1,027,666
経常費用計	62,973,451	63,178,181	△204,730
3. 当期経常増減額	1,159,158	1,892,104	△732,946

温泉施設利用補助のお知らせ

申込資格 平成31年度の年会費を納入いただいた事業所様

利用対象 上記事業所の事業主、被保険者、被扶養者(大人のみ)

利用期間 2019年10月～2020年2月

補助内容

- 1枚につき、300円の入浴補助券(各施設共通券)
- 下記の長野県内施設のうち、いずれか1カ所で、1名様、当日1回限り、1枚のみ、ご利用いただけます。
- 施設利用時に、補助券を窓口へ提出し、入館料から300円を差し引いた金額をお支払いください。

申込要項

- 下記の申込書と返信用封筒を同封のうえ、郵送にてお申し込みください。
- 券の発行枚数に限りがありますので、事業所の規模(平成31年度社会保険協会費の被保険者数に基づく)に応じて、申込の上限枚数を設定させていただきます。
- 発行枚数を超えた場合は抽選とさせていただきます。
- 落選された場合のお知らせも、返信用封筒を使用いたしますので、予めご了承ください。
- 発送は、9月末となります。

申込の上限枚数

事業所規模	1～9人	10～19人	20～29人	30～49人	50～99人	100人以上
上限枚数	4枚	8枚	12枚	20枚	25枚	30枚
返信用封筒の貼付切手	82円	82円	82円	82円	92円	92円

●券の配布枚数は、
上限枚数までとします。

申込先 北信・東信地域の事業所様 ▶ 〒380-0936 長野市中御所岡田131-10 長野県中小企業会館4階
(一財)長野県社会保険協会

中信・南信地域の事業所様 ▶ 〒394-0028 岡谷市本町1-5-3 武居ビル
(一財)長野県社会保険協会中南信事務センター

利用できる施設

うるおい館	ふれあいさなだ館	フォレスバ木曾あてら荘	尖石温泉縄文の湯	阿智の里ひるがみ
ぶらっと稲田	ささらの湯	木曾福島温泉せせらぎの四季	高浜温泉ゆたん歩	湯ったりいな屋神
まめじま湯ったり苑	うつくしの湯	白馬かたくり温泉十郎の湯	道の駅信州篤木温泉つたの湯	御大の館
広徳の湯	あぐりの湯こもろ	安曇野みさと温泉フィンビュー室山	ハヶ岳温泉もみの湯	信州まつかわ温泉清流苑
大室温泉まきばの湯	八峰(ヤッホー)の湯	蝶ヶ岳温泉ほりてゆ～四季の郷	荒神山温泉湯にいくセンター	かぐらの湯
豊野温泉りんごの湯	林檎の湯屋おぶ～	豊科温泉湯多里山の神	みのわ温泉ながたの湯	飯田健康温泉ほっ湯アップル
むれ温泉天狗の館	ホットプラザ浅間	白馬八方温泉八方の湯	大芝高原温泉大芝の湯・大芝荘	コスモスの湯
湯っ蔵んど	竜島温泉せせらぎの湯	おかや温泉ロマネット	高遠温泉さくらの湯	阿南温泉かじかの湯
子安温泉	乗鞍高原湯けむり館	すわっこランド	羽広温泉みはらしの湯	すいれんどう温泉
ぼんぼこの湯	ゆ～ぶる木崎湖	片倉館	早太郎温泉こまくさの湯	湯～眠
びんぐし湯さん館	湯けむり屋敷薬師の湯	上原温泉アクアランド茅野	信州ふるさとの宿望岳荘	信州平谷温泉ひまわりの湯

----- 切り取り線 -----

温泉施設利用補助券申込書		申込枚数	協会受付欄 (※記入不要)
一般財団法人 長野県社会保険協会 宛 温泉施設利用補助券を右記の枚数申し込みます。		枚	
A	事業所整理記号 ㊤32イロハ・51CB		
B	郵便番号 〒		
	事業所所在地 事業所名		
	電話番号		
	申込責任者氏名		

- 申込枚数、A欄、B欄をご記入のうえ、事業所印を押印してください。
 - 切手を貼付した返信用封筒
- 申込書と返信用封筒を同封のうえ、郵送にてお申し込みください。

申込期限 8月19日(月)到着分まで

日本年金機構からのお知らせ

「わたしと年金」 エッセイ募集中

世代を超える。今だからこそ、伝えたい。

応募締切

令和元年9月13日(金) 消印有効

応募作品

公的年金制度をテーマにしたエッセイ。
公的年金の大切さ、応募者ご自身や身近な方と公的年金とのかかわり、公的年金についてのあなたの考えなど、なんでも結構です。
日本語で1,000～2,000文字以内。
氏名、ふりがな、年齢、性別、住所、電話番号、職業または所属（会社名、学校名等）を明記してください。
内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。
応募作品は返却しません。

発表

受賞作品は日本年金機構ホームページに全文を掲載する（11月下旬予定）他、日本年金機構が発行する刊行物への掲載等を行います。
受賞作品の著作権は日本年金機構に帰属します。
受賞者の氏名、年代、性別、住所地の都道府県を公表します。

賞

厚生労働大臣賞、日本年金機構理事長賞、
優秀賞、入選
賞状の授与並びに記念品を贈呈します。

応募資格

中学生以上の方

提出先

日本年金機構 相談・サービス推進部
サービス推進グループ わたしと年金 担当
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24

お問い合わせ先

日本年金機構 相談・サービス推進部
サービス推進グループ わたしと年金 担当
(電話番号) 03-5344-1100 (代表)

主催

 **日本年金機構**
Japan Pension Service

後援

 **厚生労働省**
Ministry of Health, Labour, and Welfare

 **文部科学省**
MINISTRY OF EDUCATION,
CULTURE, SPORTS,
SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN

全国高等学校長協会
全国都道府県教育委員会連合会

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

わたしと年金エッセイ

検索

平成30年度 「わたしと年金」 エッセイ



厚生労働大臣賞

山梨県 入倉 文子様 (60代女性)



今から三十年ほど前のこと。駅前で息子とバスを待っていると、見知らぬ女性が話しかけてきた。

「失礼ですが、サトウ繊維のお嬢さんでしょうか」

平野と名乗るその女性は、五十代ぐらいのきれいな人だった。「お嬢さん」などと呼ばれて気恥ずかしかったが、確かにサトウ繊維は父が以前経営していた工場だ。私がそうだとこたえと、女性は「社長の奥さんによく似ていらっしゃるのでお嬢さんかなと思いました」と感慨深そうに言った。

平野さんは次のような話をしてくれた。

第二次世界大戦後、シベリアに抑留されていた平野さんのお父さんは、栄養失調のため現地で亡くなった。お母さんは、ふたりの子を育て上げるため、私の父の工場で働いた。授業参観や子どもの病気などで早引きを申し出ても、父は嫌な顔をしなかったから働きやすかったそうだ。

工場では主に婦人用のセーターを作っており、昭和三十年代には飛ぶように売れた。戦後まもなく建てた工場だけでは生産が間に合わず、新社屋が出来るまでの数年間は家の二間続きの座敷にテーブルを並べ、大勢の女の人がずらっと並んで作業をしていた。彼女は夏休みなどにアルバイトにきていたから、私のことも覚えていたらしい。

「母はもうすぐ八十になりますが、とても元気です。『サトウの社長が年金をきちんと掛けておいてくれたから、孫やひ孫たちにもお小遣いがあげられる。有り難いことだ』とよく言っています」

平野さんの待っていたバスが来て、「お父さんによろしく」と言って乗り込んでいった。

実家に帰ったとき、父にこの出来事を話した。父は、「お母さんはとても働きもので、娘さんは美人だったなあ」と懐かしそうだった。年金のことで感謝していたと伝えると、「当たり前のことをしただけだ」と照れくさそうに言った。

私は平野さんとの出会いをうれしく思った。だが、その頃三十代だった私は年金のことがよく分かっていなかったので、感謝していると言われてもぴんと来なかった。



それから十数年後、年金問題が報道され、一部の小さな会社や工場では給料から天引きした保険料を流用し、社員が無年金になってしまったケースもあったことを知った。父の言ったとおり、年金加入は雇用主の義務であり、「当たり前のこと」だ。それをおろそかにした経営者のせいで、人生設計を狂わされた人たちがいたことに強い衝撃を受けた。

父の工場はドルショックの影響で昭和四十六年に倒産した。父は資金繰りに苦しみ、毎晩遅くまで母と深刻な顔で話していた。銀行からは融資を断られ、親戚からの援助も焼け石に水で、父は裸一貫から築き上げた財産のほとんどを失ってしまった。年金問題が報じられる前に父も母も亡くなっていたので、正確なことは分からないが、勤めていた人たちを悲しませるようなことをしなくて良かったとつくづく思った。

私は、三年前から年金の「報酬比例部分」を受給している。ふたりの息子を育てながらフルタイムで勤めることができたのは、子育てを助けてくれた義父母のおかげだ。現役時代は社会保険料が天引きされ、結構高いなと感じたこともあった。けれど、保険料の半分を雇用主が負担してくれたこと、年金制度は現役世代によって支えられていることを考えると、支給されるのが「当たり前」だとは思えない。平野さんのお母さんの「お小遣いをあげられて有り難い」という言葉も身にしみてわかるようになった。

私は六十五歳の今も、元の職場で週に数日、短時間の仕事をしている。社会との接点を失わずにいられることと、職場の若い人たちから刺激を受けられることに感謝して働いている。これからの目標は、可能な限り細く長く仕事を続けることだ。たまには大好きな滝を見に各地を旅してみたいし、読みたい本も沢山ある。自分に見合った社会貢献もしていきたい。こんな私を後押ししてくれるのが、年金だ。七月からは国民年金も受給している。

「老齢年金」という言葉にはちょっとがっかり来るが、隔月できちんと振り込まれ、暮らしの支柱となっている。心のゆとりと安心感をもたらすもの、それが年金なのだ実感している。



協会けんぽからのお知らせ

ウォーキングラリー参加者募集(無料)

スマートフォンアプリ「協会けんぽウォーク」を使って職場の仲間と明るく楽しく!ウォーキングを習慣化させませんか?

9月~11月
開催

働き盛り世代の『健康づくりチャレンジ大作戦』グランプリ2019

「誰でも手軽に思わず歩きたくなる楽しいウォーキング」をコンセプトにしたスマートフォンアプリ「協会けんぽウォーク」を利用し、「健康づくりチャレンジ大作戦」に参加しませんか?

「協会けんぽウォーク」を利用して事業所同士で歩数を競い合いながら、また社内の仲間同士で楽しくコミュニケーションを図りながら、ゲーム感覚でウォーキングに取り組みましょう!

「協会けんぽウォーク」の3つの特徴

- ①3名1組でチームを作り、事業所で参加します!(何チームでも参加いただけます。)
- ②事業所の参加者の平均、チームの参加者の平均で歩数ランキングを表示します!
- ③仲間同士の競い合いでコミュニケーションが活性化します!



「協会けんぽウォーク」の3つの効果

※昨年のウォーキングラリー実施後のアンケート結果

①ウォーキングが習慣化します!

ウォーキングラリーをきっかけに前より歩くようになった方が約8割、終了後もウォーキングを継続中の方が9割以上。

②事業所内でコミュニケーションが図られます!

歩数を話題にすることで会話が増えた方が約8割。仕事帰りなどに仲間と一緒にウォーキングを行った会社もありました。

③生活習慣が変わります!

意識して階段を利用するようになった方が約5割。車ではなく徒歩や公共交通機関を利用して出かけるようになった方が約3割と、生活習慣に変化が見られました。

ウォーキング大賞1位※を長野県が
「健康ACE企業2019」に認定!
表彰後1年間ポスターやリーフレット等で
PRします!

※参加者の平均歩数が多かった事業所



昨年の
ウォーキングラリーでは
205事業所
2,094名の方に参加
いただきました!

エントリー
受付期間

2019年6月3日(月)
~8月26日(月)

実施期間

2019年9月1日(日)
~11月30日(土)

お申し込みは

健康づくり県民運動 信州ACEプロジェクト

検索

働き盛り世代の『健康づくりチャレンジ大作戦』グランプリ2019

働き盛り世代の「健康づくりチャレンジ大作戦」グランプリ2019に参加し、
仲間と楽しくウォーキングをしましょう!

令和元年度 被扶養者資格再確認のご協力をお願い

協会けんぽでは、高齢者医療制度における拠出金及び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、毎年度、被扶養者資格の再確認を実施しております。

今年度につきましては、9月下旬から10月下旬にかけて「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、提出期限までにご提出いただきますようお願いいたします。

被扶養者資格の再確認は、被扶養者の方の現況確認だけでなく、加入者のみな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。

《確認の対象となる方》

平成31年3月31日において被扶養者として認定されている方

※ 例年、18歳以上の被扶養者の方を対象としておりますが、本年度は18歳未満の被扶養者の方も含めて確認を行います。

《送付時期》

令和元年9月下旬から10月下旬にかけて順次送付いたします。

《提出期限》

令和元年11月20日（水）

《扶養から外れる方がいる場合》

再確認の結果、扶養から外れる場合は、被扶養者調書兼異動届と、該当する方の保険証を添えて、協会けんぽへご提出をお願いいたします。

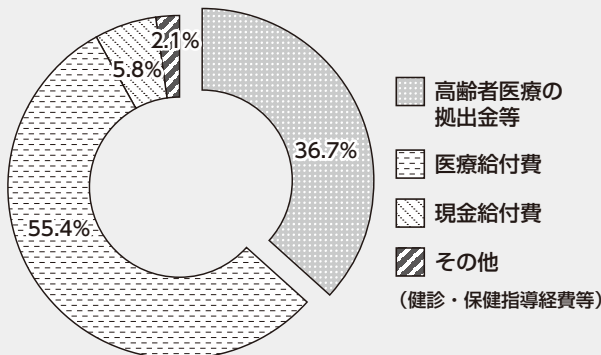
《平成30年度の実績》

○扶養解除者数 約7.1万人

○高齢者医療制度への負担軽減額（効果額） 約17.3億円

協会けんぽの平成29年度決算（医療分）

支出 約9.5兆円



高齢者の皆さまの医療費の一部は現役世代が負担しており、その額は医療給付費に次ぎ協会けんぽの支出の「約4割」を占めています。協会けんぽからの高齢者医療の拠出金等は、加入者の人数等に応じて算出されるため、被扶養者異動届による削除の手続きが済んでいないと、被扶養者の資格がない方の分も拠出金の額に含まれてしまいます。

ご不明な点がございましたら、協会けんぽ長野支部業務グループ（026-238-1250）までお問い合わせください。



メルマガ登録から健康づくりを始めよう♪
毎月10日に健康情報配信中!
登録はこちらから→→→



kyoukaikenpo.or.jp (@の後ろ)からのメールを受信できるように設定してください。

社会保険事務講習会のお知らせ

平素よりご支援をいただき、ありがとうございます。当協会では、下記のとおり講習会を開催いたします。受講を希望される方は、事前にお申込みのうえ、ご参加ください。



長野会場 10/3(木) 長野市若里市民文化ホール(会議室)
 時間 10:00~12:00
 14:00~16:00
 ・長野市若里3-22-2

東信会場 9/6(金) 小諸市文化センター(小諸市公民館)
 時間 14:00~16:00
 ・小諸市乙女甲1275-2

お申し込み **FAX 026-223-4876**

(一財)長野県社会保険協会
 TEL 026-227-1455

南信会場 10/10(木) 諏訪市文化センター
 時間 14:00~16:00
 ・諏訪市湖岸通り5-12-18

伊那会場 9/12(木) 伊那市防災コミュニティセンター
 時間 14:00~16:00
 ・伊那市西町5824-1

飯田会場 10/7(月) 飯田文化会館
 時間 14:00~16:00
 ・飯田市高羽町5-5-1

中信会場 9/19(木) 松本市あがたの森文化会館
 時間 14:00~16:00
 ・松本市県3-1-1

お申し込み **FAX 0266-21-2423**

(一財)長野県社会保険協会中南信事務センター
 TEL 0266-21-2422

内容 健康保険・厚生年金保険及び国民年金の適用及び給付について (120分)

定員 各会場 **100名** ※1事業所2名まで(同一の会場・時間でなくても可)

講師 日本年金機構年金事務所職員、全国健康保険協会長野支部職員

費用 **無料** ※会費未納事業所及び非会員事業所は、1名につき1,200円(資料代)を申し受けます。

申込方法 下記の参加申込書にご記入いただき、**FAX**にてお申し込みください。
 ※受講の決定については、開催日までに受講票をお送りいたします。

申込期限 **開催日の10日前の日** ※ただし、定員になり次第、締切とさせていただきます。

平成31年度社会保険事務講習会 参加申込書

*長野会場については午前・午後も明記してください。

事業所整理記号 (例 32イロハ)	FAX送信日: 月 日	
事業所名称		
事業所所在地	〒	
電話番号	☎() -	FAX() -
フリガナ		
参加者氏名	会場	午前 午後
フリガナ		
参加者氏名	会場	午前 午後

※ご記入いただきました個人情報は、本事業の運営及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。