



「秋の気配」(三好市) 撮影者: 圓藤由貴子

主な内容

- ・第20回 徳島県社会保険協会 けんこうウォーク参加者大募集!
- ・施設優待事業のご案内
- ・平成30年度 第2回社会保険事務担当者研修会の開催案内について
- ・第21回 社会保険協会健康ボウリング大会を開催しました
- ・日帰りバス旅行のご案内(滋賀県)
- ・平成30年度 第1回社会保険事務担当者研修会を開催しました
- ・平成30年度 年金シニアライフセミナー開催のご案内!
- ・日本年金機構からのお知らせ
- ・協会けんぽからのお知らせ
- ・健康のススメ「オリーブで繁栄を」 ・徳島県年金受給者協会のご案内
- ・保健師だより「こうして改善!生活習慣～歯周病を予防しよう～」

職場内で回覧しましょう!

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

第20回 徳島県社会保険協会 **参加無料** 2018. 10/14日 先着400名様

けんこうウォーク 参加者大募集!

小雨決行

午前8時30分から受付開始
午前9時30分スタート!!

※有料駐車場には台数に限りがございますので、公共交通機関をご利用下さい。

協会けんぽ徳島支部もけんこうウォークを応援しています。

- 開会式／午前9時から
- 集合場所／JAバンク蔵本公園（蔵本野球場前）

参加条件

年齢、性別は問いませんが、健康に不安のある方は必ず医師の許可を受けてから参加して下さい。

申し込み方法

当日、JAバンク蔵本公園で受け付け

携行品その他

各自、水筒、弁当、雨具、タオルなどをご持参のうえ、ウォークに適した服装でご参加下さい。
※中止の場合は、前日10月13日(土)の13時頃に当協会HPにてお知らせします。

コース

- Aコース(約5km)JAバンク蔵本公園～西部公園～剣山本宮(折り返し)
- Bコース(約10km)JAバンク蔵本公園～西部公園～眉山山頂(お花見広場折り返し)

イベント

●阿波踊り体操と健康寿命のば～すエクササイズ

※解散は午後1時30分頃の予定

ウォーキング終了後 12時30分から

講師：徳島大学 大学開放実践センター 教授 田中 俊夫 先生

お楽しみ抽選会もあるよ!

●お問合せ

●主催／一般財団法人徳島県社会保険協会 〒770-0006 徳島市北矢三町3丁目1-77 マイム21-1F TEL (088) 679-6670 FAX (088) 634-3337

●共催／全国健康保険協会徳島支部・徳島県社会保険委員会連合会・徳島県年金受給者協会 ●主管／NPO法人 徳島県ウォーキング協会

宿泊施設等の優待(割引)利用対象施設が増えました!!

「施設利用会員証」を提示することにより、優待料金で利用できる優待利用施設として、新たに次の施設が加わりましたのでお知らせいたします。ご家族・職場での旅行や出張などにご利用下さい。



【これまでお知らせしていた優待対象施設】

- 船員保険会施設(4施設) ●ホテル法華クラブグループ(17施設)
- 高輪・品川プリンスホテルグループ(4施設) ●湯快リゾートグループ(28施設)
- プリンスホテルグループ ●ダイワロイヤルホテルズ(27施設)
- かんぼの宿(150施設) ●その他(15施設)

【追加された優待対象施設】

- HMIホテルグループ(53施設)

対象施設・優待内容・ご利用方法等の詳細は、(一財)徳島県社会保険協会HPでご確認ください。

【施設利用会員証の申込について】

各優待施設の使用にあたり、「施設利用会員証」が必要になります。下記「施設利用会員証」交付申請書または、当協会ホームページから申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえ、FAX(郵送可)にてお申込み下さい。

会員専用の優待料金・内容等については、Eメールにてお知らせしますので、下記申請書にご記入ください。

「施設利用会員証」交付申請書 [申込先] 一般財団法人徳島県社会保険協会
FAX (088) 634-3337 〒770-0006 徳島市北矢三町3丁目1-77 マイム21-1F

会員番号	事業所名			
住所	〒	Eメール		
TEL	FAX			
担当者名	希望枚数	枚(1事業所3枚まで)		

※この情報は、当協会からのご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

平成30年度

第2回 社会保険事務担当者研修会のご案内

徳島県社会保険協会では、事務担当者向けに様々なテーマで事務担当者研修会を開催しています。今回の研修会は、「雇用保険制度と事務手続きについて」のテーマで、雇用保険の適用関係から給付関係についての研修会を県内3会場で開催しますので、是非ご参加下さい。

地区	日時	会場	募集定員(先着順)
徳島南部	平成30年 10月23日(火) 13:00~16:00	阿南市文化会館(研修室1) 阿南市富岡町西池田135-1 (0884)21-0808	100名
徳島西部	平成30年 10月29日(月) 13:00~16:00	美馬市地域交流センター(ミライズ) 美馬市脇町大字猪尻字西分116-1 (0883)53-1101	70名
徳島市内	平成30年 11月6日(火) 13:00~16:00	アスティとくしま(3階第1特別会議室) 徳島市山城町東浜傍示1-1 (088)624-5111	120名

研修内容 雇用保険制度について

- 給付関係の諸手続き等 -
- 雇用保険におけるマイナンバー・電子申請の届出について -

講師：徳島労働局 職業安定部 職業安定課

雇用保険係長 **青柳 陽子 氏**



雇用保険制度の概要について

- 雇用保険適用事業所及び被保険者に関する手続き、年度更新・保険料の納付等について -

講師：徳島労働局 職業安定部 職業安定課

雇用保険監察官 **箕村 巧 氏**

参加費 会員事業所 **無 料**(平成30年度会費納入済事業所)
非会員事業所 **1,000円**(当日徴収)

応募方法 次の参加申込書に記載のうえ、**10月5日(金)までにFAX(088-634-3337)**にてお申し込み下さい。
各地区とも、申し込み先着順とさせていただきます。定員になり次第締め切りとさせていただきます。参加決定者には、参加票をFAXにてお送りいたします。

お申込み・お問合せ

一般財団法人徳島県社会保険協会 〒770-0006 徳島市北矢三町3丁目1-77 マイム21-1F
TEL (088) 679-6670 FAX (088) 634-3337

- 主催／一般財団法人徳島県社会保険協会
- 共催／徳島県社会保険委員会連合会
- 協賛／徳島県年金受給者協会



社会保険事務担当者研修会 参加申込書

受講希望地区 (○で囲んで下さい)	<input type="checkbox"/> 徳島南部 平成30年10月23日	<input type="checkbox"/> 徳島西部 平成30年10月29日	<input type="checkbox"/> 徳島市内 平成30年11月6日
※ 会員番号	事業所名		参加者氏名
事業所住所・電話番号			
〒 -			
TEL() - FAX() -			

※会員番号は、封筒宛名シール事業所名右下の6桁の数字です。なお、この情報は、研修会の受付のみに使用し、他には使用いたしません。

第21回 社会保険協会 健康ボウリング大会を開催しました!



7月8日(日)、スエヒロボウル(南末広町)において、第21回社会保険協会健康ボウリング大会を開催しました。

本年は、12チーム47名の方々にご参加をいただき団体戦・個人戦を行いました。成績の良かったチーム・個人には賞品が贈られることもあり、気合い十分のチームも見られました。

社員同士の交流も深まり、また、他チームの方々とも交流することができ、とても有意義な大会となりました。結果は右のとおりです。



個人戦優勝
三木真純
562ピン

準優勝 日岡 徹 551ピン
第3位 矢口喜代子 538ピン



団体戦優勝
富田製薬(株)

準優勝 (株)十川ゴム徳島工場A
第3位 (有)大豊建設

日帰りバス旅行のご案内

11月24日(土) 松茸と近江牛の食べ放題「あばれ食い」と信楽焼登り窯・国宝湖南三山紅葉めぐりの旅!

- 日 時 平成30年11月24日(土) ●集合場所 徳島駅前もしくは徳島とくとくターミナル
- 集合時間 午前6時45分まで ●参加人数 40名(最少催行人員30名) ●締切日 平成30年10月4日(木)

●参加料 16,950円

2,150円OFF!

協会会員特別価格(旅行保険含む) 14,800円

旅行取扱

観光庁長官登録旅行業 第1982号
国際航空運送協会公認

株式会社 エアトラベル徳島

〒779-0847 徳島市幸町1丁目47番地3
TEL(088)625-5581 FAX(088)653-2344
総合旅行業務取扱管理者: 吉田 一晴
担当者: 三金 巧

出発 徳島駅前 7:00 → とくとくターミナル 7:15



【昼食】
松茸屋魚松
11:00 12:30

見学 信楽焼登り窯 12:45 13:15

一生分の松茸と近江牛が食べられる伝説の店! 「名物あばれ食い」



【拝観】
国宝湖南三山
紅葉めぐり
14:00 16:30



天台宗の古刹「常楽寺」「長寿寺」「善水寺」の総称が湖南三山です。

徳島 とくとくターミナル 20:00 → 解散 徳島駅前 20:15



申込方法 お問い合わせ

下の申込書に所定事項を記入のうえ、**FAX(088-634-3337)**でお申し込み下さい。
一般財団法人 徳島県社会保険協会 TEL(088)679-6670

日帰りバス旅行参加申込書

事業所名					電話番号		
所在地					集合場所	徳島駅前・とくとくターミナル	
参加者氏名		年齢	性別	参加者氏名		年齢	性別
フリガナ				フリガナ			
フリガナ				フリガナ			
当日連絡のとれる代表者の氏名・電話(携帯TEL)							

※本申込書にご記入いただきました個人情報、当協会からのご連絡・ご案内以外には使用いたしません。
※1事業所4名までとし、申込み多数の場合は抽選となります。

平成
30年度

第1回 社会保険事務担当者研修会を開催しました

7月17(火)徳島県立中央テクノスクール(ろうきんホール)において、平成30年度第1回社会保険事務担当者研修会を開催し、111事業所123名の方々にご参加いただきました。今回の研修は、全国健康保険協会徳島支部から「第三者行為の取扱いについて」、日本年金機構徳島北年金事務所から、「社会保険における個人番号について」のテーマで、パワーポイント・テキストを使い、具体例を示しながらとても分かりやすくご説明いただきました。



また、研修会最後には、日本年金機構徳島北年金事務所から最近の年金制度に関する資料提供及び制度説明がありました。今後も、皆様のお役に立てる研修会を開催して参ります。

平成
30年度

年金シニアライフセミナー開催のご案内

誰もが不安を感じる退職後の生活は、充実した過ごし方によって人生に大きな違いが生じると言われています。生活のセーフティネットである医療保険や年金について学ぶとともに、定年退職後の豊かで健康的な生きがいのあるシニアライフを過ごすため、セミナーを開催いたします。

平成30年 **10月20日(土)**

会場/徳島県JA会館本館8F 2号室
徳島市北佐古一番町5-12 ※駐車場有り

参加費無料

●セミナー内容

実施時間

9:00受付

9:30開始

12:00終了

**① 知っておきたい
年金のはなし**
～ライフステージと年金～

■講師 日本年金機構 徳島北年金事務所

② 生きがいとライフプラン

おがたいつろう

■講師 **緒方逸郎** 先生

■略歴

昭和26年生まれ。昭和45年、山之内製薬(株)入社。大宮営業所課長、所長代理を経て、平成17年同社を退社、平成24年から年金ライフプラン講師をしている。

●個別年金相談会(年金額等について)

■講師 日本年金機構 徳島北年金事務所

対象者 50歳以上の厚生年金保険の被保険者及びその配偶者

募集定員

セミナー **30名** / 個別年金相談会 **2名**

**申し込み
先着順とします**

申込締切 平成30年10月1日(月)

事業所名、電話番号、FAX番号、参加者氏名、年齢を記入のうえ、

FAX(088-634-3337)にてお申し込み下さい。

※受講決定者には後日、参加票・関係書類をお送り致します。

●お申込み・お問合せ

一般財団法人徳島県社会保険協会 〒770-0006 徳島市北矢三町3丁目1-77 マイム21-1F
TEL (088) 679-6670 FAX (088) 634-3337

●主催/徳島県社会保険委員会連合会 ●共催/一般財団法人徳島県社会保険協会・徳島県年金受給者協会

FAX

(088)
634-3337

平成30年度 年金シニアライフセミナー参加申込書

※備考欄は、該当する項目を○で囲んで下さい。

事業所名			TEL		
			FAX		
所在地	〒 -				
参加者氏名	年齢	性別	個別年金相談会参加希望	備考	
		男・女	有・無	被保険者・年金委員・その他	
		男・女	有・無	被保険者・年金委員・その他	

※本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。

電子申請を利用してみませんか

電子申請(e-Gov)のメリット

※「e-Gov(イーガブ)」とは、電子政府の総合窓口(<http://www.e-gov.go.jp>)のことをいいます。

- いつでも**
- どこでも**
- 時間・コスト削減**

- ・24時間いつでも届出できます。
- ・夜間や休日でも届出できます。
- ・自宅や職場インターネットを使ってどこでも届出できます。
- ・届出する際の移動時間や待ち時間がかかりません。
- ・郵送コスト等の削減が期待できます。



電子申請(e-Gov)を利用するまでの流れ



現在、電子媒体申請を行っている事業主の皆様へ
電子申請への変更をご検討ください

電子申請をご利用いただきますと郵送や窓口持参などの経費や時間のコストを削減することができます。
また、現在、電子媒体申請に利用しているCSVファイルを電子申請の際に活用し申請することができます。

●電子申請(CSVファイル)のイメージについては、以下のとおりです。



「届書作成プログラム」等の更新が必要です

これまで、電子申請・電子媒体申請を行っていた方は、平成30年3月5日以降、以下のプログラム等の更新が必要です。

※更新が必要な理由
個人番号による届出に対応し、届出様式の統合による様式変更を行ったため



更新の方法については、日本年金機構ホームページでご確認ください。

●電子申請についての詳細はこちら (<http://www.nenkin.go.jp/denshibenri/e-gov.html>)

あなたの年金 簡単便利なねんきんネットで!

「ねんきんネット」により、お客様ご自身で主に以下のことがご確認いただけます。

- ◇24時間いつでもどこでも、パソコンやスマートフォンで最新の年金加入記録を確認できます!
 - ◇将来受け取る年金の見込額をさまざまな条件に応じて試算できます!
- ぜひ、この機会に「ねんきんネット」に利用登録いただきますようお願いいたします。**

「年金記録照会」で確認できること

- これまでの年金加入履歴
- 厚生年金加入記録
 - ・資格取得・喪失年月日
 - ・お勤め先の名称
 - ・標準報酬月額・標準賞与額など
- 国民年金加入記録
 - ・各月の納付状況など

http://www.nenkin.go.jp/n_net/

●健康保険事務ご担当者の皆さまへ **協会けんぽ徳島支部からのお知らせ**

傷病手当金の支給額の一部または全部が調整されるケースがあります

傷病手当金は、病気やケガで休業中に被保険者とその家族の生活を保障するために設けられた制度です。被保険者が病気やケガのために会社を休み、事業主から十分な報酬が受けられない場合に支給されますが、傷病手当金の支給額の一部または全部が調整されるケースがありますのでご確認をお願いします。

調整されるケース

1 障害厚生年金または障害手当金を受けている場合

同じ病気やケガで障害厚生年金を受けることになったときは、傷病手当金は支給されません。ただし、傷病手当金の日額が障害厚生年金の1/360の額より多い場合は、その差額が支給されます。また、厚生年金保険法による障害手当金が受けられる場合は、傷病手当金の額の合計額が、障害手当金の額に達する日まで傷病手当金は支給されません。

2 労災保険から休業補償給付を受けている場合

業務外の理由による病気やケガのために労務不能となった場合でも、別の原因で労災保険から休業補償給付を受けている期間中は、傷病手当金は支給されません。ただし、傷病手当金の日額が休業補償給付の日額より多い場合は、その差額が支給されます。

3 老齢退職年金を受けている場合

資格喪失後に傷病手当金の継続給付を受けている方が、老齢退職年金を受けている場合、傷病手当金は支給されません。ただし、傷病手当金の日額が老齢退職年金の1/360の額より多い場合は、その差額が支給されます。

4 給与の支払いがあった場合

休んだ期間について、給与の支払いがある場合、傷病手当金は支給されません。ただし、休んだ期間について給与の支払いがあっても、給与の日額より傷病手当金の日額が多い場合は、その差額が支給されます。

5 出産手当金を同時に受けられるとき

傷病手当金の額が出産手当金の額よりも多ければ、その差額が支給されます。

ご注意ください

傷病手当金支給後に調整されるケースが判明した場合

傷病手当金を受け取った後に、上記①～④に該当していることが判明した場合は、傷病手当金をお返しいただくことになります。また、①～③に該当する方は、傷病手当金を申請する際に、支給額を確認するための添付書類が必要です。

申請書にも記入が必要です

傷病手当金支給申請書の2枚目(被保険者記入用)の「確認事項」も必ず記入してください。

①～④に該当する方は、申請書の「確認事項」も記入してください。

1	「はい/いいえ」で回答してください。	はい	いいえ
2	「はい/いいえ」で回答してください。	はい	いいえ
3	「はい/いいえ」で回答してください。	はい	いいえ
4	「はい/いいえ」で回答してください。	はい	いいえ
5	「はい/いいえ」で回答してください。	はい	いいえ



第154回

健康のススメ

板東 浩

あなたは「オイル」と聞くと何を思い浮かべるだろうか？ 多くの人はオイルマネーなど石油を思い出すだろう。実は昔からヨーロッパで油(oil)といえばオリーブ油を意味した。重要な食材に加え、身体を清め、薬や燈明油にも使われ、万能のパワーを持つ。いまオリーブオイルが注目されている。

その理由は健康に良いから。私が師と仰ぐ日野原重明先生は毎朝欠かさず摂取し105歳まで

「オリーブで繁栄を」

ご活躍され、食生活では糖質を少なく肉を多くされていた。近年、栄養学は劇的な変化がみられ、昔の常識は今の非常識に。たとえば、日本人の生活では脂質の摂取が多くても大丈夫。ドレッシングではオリーブやゴマなど油をベースに酢、塩、胡椒を加えた油脂系が推奨される。糖質を少なく蛋白質と油を多くするとダイエットにも効果的だ。

そういえば「ノアの箱舟」の逸話では、洪水が収まった後、鳩がオリーブの葉をくわえて戻ってくる。この姿が平和のシンボルとなり、国際連合の旗章にも採用。オリンピックの優勝者にはオリーブの冠が授与される。このようにオリーブは平和や勝利、多産、報償、繁栄のシンボルを表してきた。

東京五輪も近い。平和と健康を願いオリーブの活用はいかがだろうか。(医学博士・内科医)



〇……………として保管しましよつ……………〇

会員募集

徳島県年金受給者協会のご案内!!

徳島県年金受給者協会は、公的年金にご加入されている方なら、どなたでもご入会いただける団体です。会員の皆様の福祉の向上と会員相互の親睦等、年金生活を守るためのさまざまな事業を行っています。

主な事業

- 会員のつどい
- スポーツ大会
- さわやか旅行
- 情報誌の配布
- 団体保険制度
- 同好会活動
- ボランティア活動
- 各種割引サービス
- 葬儀支援サービス

設立50周年記念

「会員のつどい」開催のご案内

11月15日(木)13:10~

会場：あわぎんホール(4F大会議室)

唄と津軽三味線ライブ

津軽三味線ユニット **来世楽**



~笑う門には福来る~

**思いっきり笑うと
元氣になれます**

落語家 三代目 **林家 染二**

●皆様のご来場をお待ちしております●

資料請求・お問い合わせは… **徳島県年金受給者協会**

TEL088-679-6671 FAX088-634-3337

こうして改善!生活習慣

歯周病を 予防しよう



保健師だより

協会けんぽ
保健師
吉積美代



歯周病は、口の中の歯周病菌などが原因で、歯を支えている組織が徐々に破壊されていく病気です。初期段階では自覚症状はありませんが、進行すると歯肉が腫れて出血し、最終的に歯茎が解けて歯が抜け落ちてしまいます。しかも歯周病は、糖尿病や心筋梗塞など、様々な全身疾患とも深い関係があり、歯周病を予防・改善することが全身の健康を維持するために重要であることがわかってきました。いつまでも健康でいきいきとした毎日を送るために、正しいブラッシングと歯垢を取り除き、歯周病を予防しましょう。

11月に開催される、健康保険委員・年金委員研修会では、歯周病と全身の健康との関連について歯科医師による講演を予定しています。是非ともご参加ください。

