



「桜花爛漫」(神山町) 撮影者: 谷 ひつる

## 主な内容

- ・ (一財)徳島県社会保険協会の平成31年度事業計画・収支予算について
- ・ 事業の開催報告[平成30年度 第3回 社会保険事務担当者研修会]
- ・ 「社会保険とくしま」の表紙募集について
- ・ 街角の年金相談センター(オフィス)のご案内
- ・ 日本年金機構からのお知らせ「電子申請を利用してみませんか」
- ・ 協会けんぽからのお知らせ「健康保険給付 よくあるご質問」
- ・ 健康のススメ「AIで寄り添う医療」
- ・ 保健師だより「健診で、守るあなたの笑顔と未来」



職場内で回覧しましょう!

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

# 平成31年度 事業計画・予算が成立しました

(一財)徳島県社会保険協会では、去る3月11日に平成30年度第3回理事会が開催され、平成31年度事業計画(案)及び収入支出予算(案)等が審議され、いずれも原案どおり承認されました。

なお、事業計画の内容、収支予算を次のとおりご報告いたします。

## 1 広報活動の推進

- ① 広報誌「社会保険とくしま」を年4回発行し配布します。当協会ホームページにも各号を掲載し、また、日本年金機構県内3年金事務所・全国健康保険協会徳島支部の各受付コーナーにも設置して、社会保険制度の周知を図ります。
- ② 広報用図書「社会保険の事務手続」を会員事業所へ配布します。
- ③ 各種事業の広報活動を積極的に推進します。

## 2 講習会・セミナーの開催

社会保険制度等に関する社会保険事務担当者研修会や年金シニアライフセミナーを開催して、制度の周知に努めます。

- 2019年7月(1回)・11月(3回)  
2020年2月(1回)  
**社会保険事務担当者研修会**
- 2019年10月  
**年金シニアライフセミナー**

## 3 体育奨励事業の推進

けんこうウォーク、健康ボウリング大会を開催し、健康づくりの実践を通じて健康確保に努めます。

- 2019年7月 **健康ボウリング大会**
- 2019年10月 **けんこうウォーク**

## 4 福利厚生事業の推進

① 健康管理意識の向上を図るため、「史跡めぐり」・「伝統産業の見学」等の日帰りバスツアーを実施します。

- 2019年11月・12月  
② 生活習慣病予防・健康づくりに役立つDVDの貸出しを実施します。

## 5 各種団体への活動協力

徳島県社会保険委員会連合会・徳島県年金受給者協会等社会保険制度の円滑な運営に寄与している関係団体と協力し、各種事業等を実施します。

### 収入支出予算額

#### 収入の部(単位:千円)

科目	予算額
事業活動収入 (内会員会費収入)	24,530 (24,500)
投資活動収入	0
前期繰越収支差額	3,200
<b>収入合計</b>	<b>27,730</b>

#### 支出の部(単位:千円)

科目	予算額
事業活動支出 (内事業費) (内管理費)	26,940 (16,100) (10,840)
予備費	790
<b>支出合計</b>	<b>27,730</b>

## 常備薬等の斡旋について

～もしもの時に役立つ常備薬！

職場やご家庭などにいかがですか？～

当協会では、従業員やご家族の皆様への福利厚生事業の一環として、疾病予防や健康管理にお役立ていただきたく、常備薬等の斡旋をご案内しております。

今年度は、**4月・9月に常備薬の斡旋チラシの送付を予定しておりますので、お見逃しなく！**

## ●会費改定及び会費納入のお願い●

当協会の事業運営につきまして、平素より格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

当協会では、社会保険制度の普及発展のための広報事業や、被保険者及びそのご家族を対象とした福利厚生事業を実施しており、各種事業を行う費用等は、会員事業所の皆様方より年会費としてお納めいただいている社会保険協会費が唯一の財源です。

これまで、当協会では、会員事業所様のご負担を最小限にするため、昭和60年4月から34年間会費を値上げすることなく据え置いたまま現在に至っております。しかしながら、その間、消費税の導入、各種取引先からの値上げ等により、事業を実施する上において厳しい状況が続いていることを踏まえ、本年4月から、やむを得ず会費の改定をさせていただくことになりました。

会員事業所様には、会費の改定及び会費の納入について、誠に恐縮ではございますが、ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 平成30年度 第3回 社会保険事務担当者研修会を開催しました

2月21日(木)徳島県立中央テクノスクール(ろうきんホール)において、本年度3回目の社会保険事務担当者研修会を開催しました。

第1部では、徳島労働局から講師をお招きし、本年4月から順次施行される働き方改革について、「時間外労働規制」・「年次有給休暇の確実な取得」の見直し等をわかりやすくご説明していただきました。

続いて第2部では、さくら税理士法人から公認会計士・税理士の大寺健司先生をお招きし、10月に予定されている消費税増税に伴う軽減税率への対応と2019年度税制改正等について詳しくご説明いただきました。

今回の研修会には、申込定員を超過する申込があり、123名の方々にご参加いただき、誠にありがとうございました。

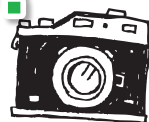




2019年度

# 「社会保険とくしま」表紙(大募集)!

2019年度の広報紙「社会保険とくしま」の表紙の写真などを次の要領により募集します。多数のご応募をお待ちしております。



- 題 材 自由。徳島県内の「四季を通じての風景」「祭り」「行事」など歓迎いたします。(写真・絵手紙・水彩等)
- 発 行 月 2019年6月(夏号)・9月(秋号)  
2020年1月(新年号)・4月(春号)
- 応募資格 当協会会員事業所に勤務されている被保険者とそのご家族。
- サ イ ズ モノクロ・カラーともに表紙サイズ参照。
- 締め切り 2019年5月9日(木)到着分まで。
- 応募方法 右記の応募票をコピーして、必要事項をご記入のうえ、写真などの裏面に貼付し、郵送して下さい。

- 送 り 先 〒770-0006  
徳島市北矢三町3丁目1-77 マイム21  
一般財団法人 徳島県社会保険協会  
TEL(088)679-6670 FAX(088)634-3337
- 記 念 品 各月号の表紙採用者(4名)には、記念品を進呈いたします。
- 発 表 2019年6月号「社会保険とくしま」紙上又採用者についてはご本人宛に通知いたします。

## 応募票

氏 名		男・女	歳
事業所名			
自宅住所	〒		
電話番号			
画 題			
撮影場所			

応募票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。

### ■応募上の注意

- ①作品は未発表のものに限ります。
- ②応募点数は1人4点以内とさせていただきます。
- ③採用作品の著作権は主催者に帰属します。
- ④応募作品は返却いたしません。
- ⑤被写体が人物の場合、肖像権侵害等責任は負いかねます。応募に際しては被写体本人の承諾を得て下さい。
- ⑥採用作品の原版(ネガ・デジカメデータ等)は、提出していただく場合があります。

●年金のご相談は…

## 街角の年金相談センター

徳島(オフィス)

相談・手続き  
全て無料

年金事務所と同様の相談・年金請求手続き等が行えます。

年金の  
受給手続き

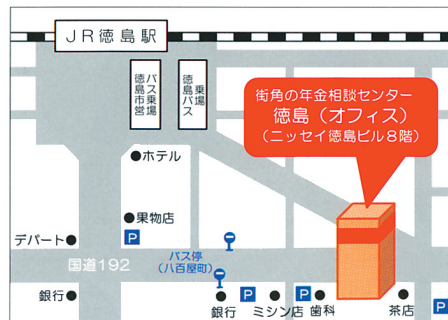
年金見込額  
試算

年金記録  
照会

年金の専門家が  
年金の相談や手続きを承ります。



お電話での相談は  
承っておりません。



※駐車場は、近隣のミニッツパーク(契約駐車場)をご利用ください。駐車証明書をお持ちください。無料チケットをお渡しします。

ご予約はお電話で!

# ☎088-657-3081

### あなたの街で年金相談

※相談日が祝日の場合は日程が変更になりますのでお問い合わせください。(2019年4月現在)

街角の年金相談センター徳島(オフィス)では、右記の日程で出張相談を行っています。もちろん、無料ご相談から請求まで年金事務所と同様に行えます。お近くの方は是非ご利用ください。

場所	日程	相談時間
鳴門市役所	毎月第3木曜日	午前10時から 午後3時まで
吉野川市役所	毎月第4木曜日	
阿波市役所	毎月第3火曜日 毎月第4火曜日	

出張  
相談は  
予約制です

事前に上記左の  
電話番号で  
お申込みください。



〒770-0841 徳島市八百屋町2-11 ニッセイ徳島ビル8階  
【受付時間】平日(月~金) 午前8:30~午後5:15

日本年金機構  
Japan Pension Service

運営/  
全国社会保険労務士会連合会  
徳島県社会保険労務士会

事業主の皆さまへ

# 電子申請を利用してみませんか

電子申請とは、書面やCD・DVDで行っていた賞与支払届、算定基礎届などの申請・届出を「e-Gov ※(イーガブ)」を利用して行うことです。電子申請により、年金事務所の窓口に出向くことなくオフィスからインターネットでの申請・届出が可能になります。



※e-Govとは、電子政府の総合窓口 (https://www.e-gov.go.jp/) のことをいいます。

メリット	<b>窓口が開いている時間に間に合わない!</b> …という事業主の皆さま	<b>窓口までいくのが面倒!</b> …という事業主の皆さま	<b>時間がないのに窓口が混んでいる!</b> …という事業主の皆さま
	■電子申請なら時間にとらわれず24時間申請が可能です。夜間や休日でもお手続きできます。	■電子申請なら自宅や職場遠隔地どこでも、インターネットを使って簡単に申請ができます。	■手続きのための移動時間や待ち時間がありません。また、郵送コスト等の削減が期待できます。

## 電子申請ご利用の流れ

**STEP1** ▶ **電子証明書を取得します**

- 電子申請では、申請者の確認をするために電子証明書が必要になります。
- 電子証明書は、書面による手続きの際の印鑑に相当します。
- 電子証明書は、認証局と呼ばれる機関が発行しています。なお、発行には手数料がかかります。
- 詳細は、ホームページをご参照ください。

**STEP2** ▶ **パソコンの環境設定 (利用準備) を行います**

- ご利用のパソコンが電子申請するための条件を満たしているか確認を行います。
- 手順については、ホームページをご参照ください。

**STEP3** ▶ **申請データを作成します**

**現在、書面で申請されている場合**

- 電子申請は、e-Govの画面に1件ずつ直接データを入力する方法とまとめてデータを作成して添付する方法があります。
- 一度にまとめて申請する場合は、日本年金機構が無料で提供しているプログラムで申請データを作成することができます。プログラムのご利用方法は、ホームページをご参照ください。

**現在、CD・DVDで申請されている場合**

- 現在CD・DVDでの申請に使用しているデータを活用して、電子申請をすることができます。

## 電子申請が可能になります

<p><b>STEP1、2</b>についてのお問い合わせ先はこちらです。</p> <p><b>【電子政府利用支援センター】 050-3786-2225</b></p> <p>&lt;受付時間&gt; 月～金曜日：4～7月 午前9時～午後7時 8～3月 午前9時～午後5時 土日 祝日：午前9時～午後5時※</p> <p>※8～3月の日曜日、年末年始(12月30日～1月3日)は受付を休止しております。</p> <p><input type="text" value="電子政府利用支援センター"/> <input type="button" value="検索"/></p>	<p><b>STEP3</b>についてのお問い合わせ先はこちらです。</p> <p><b>【ねんきん加入者ダイヤル】 0570-007-123</b>(ナビダイヤル) (日本年金機構電子申請・電子媒体申請照会窓口)</p> <p><b>050</b> から始まる電話でおかけになる場合は ▶ <b>03-6837-2913</b>(ナビダイヤル)</p> <p>&lt;受付時間&gt; 月～金曜日：午前8時30分～午後7時 第2土曜日：午前9時～午後5時</p> <p>※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。</p>
---	---

## 電子申請 よくあるご質問

### Q1 ▶ 電子申請をするのに費用は掛かりますか

- A ▶** 電子申請システムの利用に費用は発生しません。  
ただし、電子申請利用には電子証明書の取得が必要であり、その取得に費用が掛かります。  
※取得する電子証明書の種類や期間によって費用は異なります。

### Q2 ▶ 電子申請を利用したいのですが方法を教えてください

- A ▶** 総務省行政管理局が運営する総合的な行政ポータルサイト(e-Gov)を利用することとなります。

### Q3 ▶ 全ての届書で電子申請は可能ですか

- A ▶** 事業主様の行う届書や申請書のうち、主要なものはすべて申請可能です。  
(「健康保険厚生年金保険 保険料口座振替納付(変更)申出書」等一部利用できない申請もあります。)

### Q4 ▶ 電子申請に切り替えた場合、CDやDVDなどの電子媒体での提出はできなくなるのですか

- A ▶** 電子申請に切り替えた手続きであっても、その後、CDやDVDなどの電子媒体で届出することは可能です。

### Q5 ▶ 電子申請といっても、どのように始めればいいのかわからない

- A ▶** e-Gov電子申請システムを利用して1件ずつ申請を始めることや、日本年金機構の配布している届書作成プログラムを利用して届書データを作成し申請を始めることができます。また、算定基礎届など毎年提出する届出等から電子申請を始めるなど事業所の実態に合わせた形で申請することができます。

### Q6 ▶ 積極的に検討するきっかけがない

- A ▶** 平成30年3月に基本計画書が改定され、大法人の事業所(資本金の額又は出資金の額が1億円を超える法人並びに相互会社、投資法人及び特定目的会社に係る適用事業所)は、原則、平成32年4月1日以後に開始する事業年度または年度から、「被保険者賞与支払届」、「被保険者報酬月額算定基礎届」及び「健康保険・厚生年金保険被保険者月額変更届」について、電子申請による届出を義務化することが定められております。これを一つのきっかけに電子申請を検討いただけないでしょうか。

### Q7 ▶ 既に雇用保険で電子申請を利用しているが年金関係も利用可能か

- A ▶** 年金関係についても以下の利用可能な電子証明書であれば利用可能です。

### Q8 ▶ 電子証明書とはどのようなものですか

- A ▶** 電子証明書は、電子申請の際、申請者が送信する電子データ(申請書・添付書類)に電子的な署名(電子署名)を行い、真正性を証明するためのもので、書面申請の場合の印鑑にあたるものです。電子証明書は、「認証局」という機関が発行しており、有料で有効期間があります。

### Q9 ▶ 電子証明書取得までにどれくらいの期間がかかりますか

- A ▶** 電子証明書の取得までの期間については、取得する認証局によって期間が異なりますので、各認証局へお問い合わせください。

例) 商業登記に基づく電子認証制度(電子認証登記所)の場合の発行までの流れ  
(1) 申請書等の作成 → (2) 登記所へ申請 → (3) 電子証明書取得  
※原則、その日のうちに取得することが可能です。

### Q10 ▶ 法人の事業所ですが、電子申請を行う際、電子署名を行うための電子証明書は、事業主個人の公的個人認証サービスの電子証明でよいですか

- A ▶** 平成27年1月1日から、法人事業所が電子申請を行う場合において、法人に対して発行される電子証明書に加え、事業主や事業主代理人(※)の個人に対して発行される電子証明書を利用して申請できるようになりました。  
※「健康保険・厚生年金保険事業所関係変更(訂正)届」により選任した代理人を届出している場合に限りです。

## 健康保険給付 よくあるご質問

### 傷病手当金

被保険者が業務外の事由による病気やケガの療養のため仕事を休み、給与が受けられないときに支給されます。



Q1

病気で会社を長期間休むことになりました。  
どのようなサイクルで傷病手当金を申請するのがいいですか？

**A 給与の締日で区切り、1か月単位での申請がおすすめです。**

申請にあたり、勤務状況と給与支給状況について事業主の証明が必要となるため、給与の締日ごとに1か月単位で区切って申請されることをおすすめします。

Q2

待期期間(※)には、有給休暇も含んでいいですか？

**A 有給休暇のほか、公休日も待期期間に含むことができます。**

待期期間には、有給休暇や土日・祝日等の公休日も含まれます。  
また、就業時間中に業務外の事由で発生した病気やケガにより就業不能となった場合、その日を待期期間の初日とすることができます。

(※)傷病手当金は、病気やケガの療養のために連続して3日間仕事を休んだ後(待期期間)、4日目以降の仕事に就けなかった日に対して支給されます。

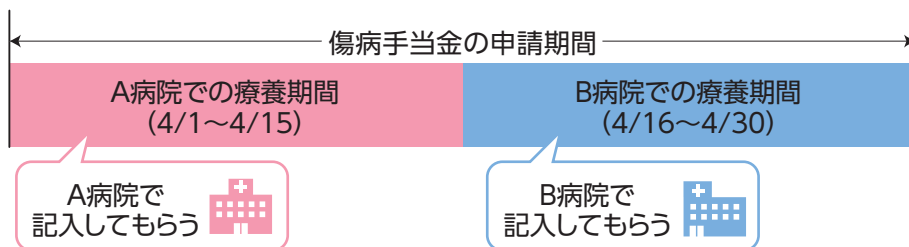
Q3

休業期間の途中で病院が変わることになりました。  
申請書の医師に記入してもらうページはどうすればいいですか？

**A 両方の医療機関で記入していただく必要があります。**

各医療機関での療養期間ごとに記入していただく必要があります。  
下の例の場合、4/1～4/15の分はA病院に、4/16～4/30の分はB病院に記入を依頼してください。(医師が記入するページは、A病院分とB病院分の2枚提出。)

(例)4/1～4/30の期間で傷病手当金を申請する場合





## 高額療養費

1か月(1日～末日)にかかった医療費が高額になった場合、自己負担限度額を超えた額が払い戻されます。自己負担限度額は、年齢及び所得に応じて設定されています。



Q1

入院期間が2か月にまたがりましたが、提出する申請書は1枚でいいですか？

**A** 申請書は1か月ごとに1枚必要です。

高額療養費は1か月(1日～末日)にかかった医療費をもとに計算します。入院期間が2か月にまたがる場合は、診療月ごとに申請いただき、月ごとに自己負担限度額を超えた額が払い戻されます。

Q2

同じ月に複数の医療機関にかかった場合等はどうなりますか？

**A** 自己負担額は合算できる場合があります。

世帯(※)で複数の方が同じ月に医療機関を受診した場合や、お一人が複数の医療機関を受診した場合等は、自己負担額は世帯で合算することができ、その合算した額が自己負担限度額を超えた場合は、超えた額が払い戻されます。ただし、70歳未満の方の合算できる自己負担額は、21,000円以上のものに限られます。70歳以上の方は自己負担額をすべて合算できます。

(※)ここでいう世帯とは、協会けんぽに加入している被保険者とその扶養家族です。

合算の  
ポイント

70歳未満の方の場合は、受診者別に下の基準によりそれぞれ算出された自己負担額が21,000円以上のものを合算することができます。

### 自己負担額の 基準

- 医療機関ごとに計算します。同じ医療機関であっても、①医科入院、②医科外来、③歯科入院、④歯科外来にわけて計算します。
- 医療機関で交付された処方せんにより調剤薬局で調剤を受けた場合は、薬局での自己負担額を処方せんを交付した医療機関に含めて計算します。

## 平成31年度 保険料率改定のお知らせ

【徳島支部の健康保険料率】

10.28% ➡ 10.30%

【介護保険料率(全国一律)】

1.57% ➡ 1.73%

■改定後の保険料率は、3月分(4月納付分)から適用されます。賞与については、3月1日以降の支給分から適用されます。

 全国健康保険協会 徳島支部  
協会けんぽ

〒770-8541  
徳島市沖浜東3-46 Jビル西館1階  
☎088-602-0250(代表)

協会けんぽ徳島



第156回

# 健康のススメ

板東 浩

人工知能(Artificial Intelligence、AI)がいま話題だ。オセロや将棋、囲碁だけではなく、医療分野でも活用され、適用が期待されている。

たとえば乳がんなどに対するX線診断では断然実力を発揮。人間の目では見つけられなくても、AIの目では微細な変化が発見できる。その能力はどれほどか?顕微鏡で行う病理診断について人間とAIとが競ったそうだ。すると、AIが2時間で診断したレベルに、病理医11人が30時間で追いついたという。どうも人間では勝てそうにない。

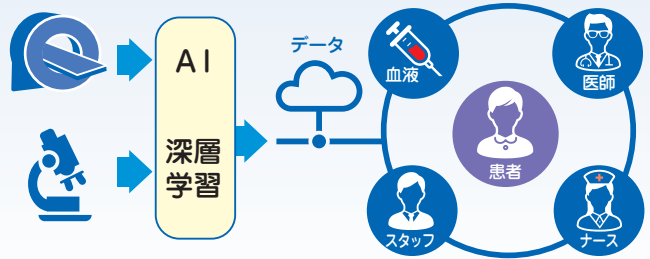
なぜなのか?AIはdeep learning(深層学習)の技術を持ち、イヌやネコなど一般画像を認識する課題ではすでに人間を越えたようだ。人間は1日8時間程度働くが、AIは24時間疲れなく眠らず働き続けられる。AIに高い医療技術があれば、医学領域

で人間は将来不要となるのだろうか?

いや、そうではない。現在医療スタッフは余りにも日常業務に忙殺され、心身共に全く余裕がない。AIに担当可能な仕事を引き受けてもらえれば、より患者に寄り添って創造的な仕事や研究も進む。これから医療現場はどう進化していくだろうか?

AIだけでは医療は難しく、人間の感性や判断のバランスが重要だろう。(医学博士・内科医)

## 「AIで寄り添う医療」



## こうして改善! 生活習慣

『健診で、守るあなたの笑顔と未来』を掲げ、協会けんぽ徳島支部は加入者の皆さまの健診の受診を推進しています。また、健診結果に基づいた生活改善が重要であると考え、健診後のアフターフォローにも力を入れています。中でも、メタボリックシンドロームを予防するために生活改善が必要と判定された方に対する「特定保健指導」を重点的に実施しています。

指導方法としては、健診受診当日に直接医療機関で実施する場合と、後日協会支部から保健師・管理栄養士が事業所にお伺いして実施する場合があります。案内があった場合は、まだ自覚症状のない時だからこそ将来の健康のためにご利用ください。

この特定保健指導は、生活習慣病の発症予防を目的に実施しているものですが、健診結果を見ると、

### 健診で、守るあなたの笑顔と未来

「緊急の事態にならないか」と心配するほど数値の高い方がいることもあります。血圧や血糖値が高いまま放置し続けると、重症化する恐れがあります。さらに、腎機能が低下し人工透析が必要な状態になると生活の質(QOL)が著しく低下することから、協会けんぽでは糖尿病性腎症の重症化予防にも取り組んでいます。

メタボリックシンドローム予防のためには、早めに気付いて取り組むことが大切です。協会けんぽは今後も様々な方法で皆さまの健康維持・増進をサポートしていきます。

3月末に2019年度の生活習慣病予防健診の案内を事業所宛にお送りしておりますので、健康管理のスタートに是非ご利用ください。



社会保険協会 会員事業所様

## 『タイムズカーレンタルの優待サービス』



社会保険協会会員事業所様限定サービスとして、協会ホームページ内の専用バナーにて、インターネット予約を行えば、通常料金の25%OFFでご利用になれます。くわしくは、ホームページでご確認ください。

徳島県社会保険協会

検索

<http://tokusyakyo.sakura.ne.jp>

〇……………として保管しましょう……………〇