



「レッドカーペット」(徳島市) 撮影者: 団 芳男

主な内容

- ・ 会長退任・就任のご挨拶及び新役員のご紹介
- ・ 第23回 社会保険協会健康ボウリング大会を開催しました
- ・ 令和2年度 第1回社会保険事務担当者研修会を開催しました
- ・ 令和2年度 社会保険協会けんこうウオークの開催中止について
- ・ 令和2年度 第2回社会保険事務担当者研修会のご案内
- ・ 日本年金機構からのお知らせ
「時短・コスト削減につながる電子申請が便利!」
「厚生年金保険料等の納付猶予の特例について」
- ・ 協会けんぽ徳島支部からのお知らせ
「ご存じですか? ジェネリック医薬品のこと」「整骨院・接骨院のかかり方」
- ・ 健康のススメ「New Lifestyle with ICT」
- ・ 栄養士だより「～大切な人を守るために～」

職場内で回覧しましょう!

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

退任のご挨拶

前(一財)徳島県社会保険協会長

鹿子 恭志



初秋の候 事業主の皆様には、ますます
すぐ健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、私こと、このたび8月6日付をもちまして一般財団
法人徳島県社会保険協会会長の職を退任いたしました。
平成28年6月に就任以来、この4年間は、経済情勢ははじめ、
社会全体が大きく変化する中、無事職責を全うすることが
出来ました。

これまでお寄せいただきましたご厚情に対し厚くお礼を
申し上げますとともに、皆様方のご健勝とご発展を祈念いた
しまして、退任のご挨拶とさせていただきます。

就任のご挨拶

(一財)徳島県社会保険協会長

玉置 潔



新秋の候 事業主の皆様には、ますます
ご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、私こと、このたび8月6日付をもちまして一般財団
法人徳島県社会保険協会会長に就任いたしました。

今般の経済・社会情勢の変化等により当協会を取り巻く
状況は厳しくなることが予想されますが、当協会の設置目
的であり、社会保険制度の普及発展の事業は益々重要
になっており、微力ではございますが、事業主の皆様方
をはじめ関係各位のご支援をいただきながら、協会発展の
ために最善を尽くしてまいりたいと存じます。

最後になりましたが、前会長同様にご支援ご協力を賜りますよ
うお願い申し上げます、就任のご挨拶とさせていただきます。

一般財団法人 徳島県社会保険協会 評議員・役員 (令和2年8月6日現在)

- 評議員 鹿子 恭志 【鹿子酒類卸(株)】
- 佐藤 忍 【徳島トヨタ自動車(株)】
- 佐藤 允男 【東光(株)】
- 木村 雅彦 【阿波スピンドル(株)】
- 三谷 茂樹 【徳島県農業協同組合中央会】
- 会長 玉置 潔 【徳島トヨペット(株)】
- 副会長 林 香与子 【(株)マルハ物産】
- 常務理事 高橋 利雄 【(一財)徳島県社会保険協会】

- 理事 鶴尾 隆光 【(医)道志社】
- 妹尾 英光 【(株)阿波銀行】
- 邊見 達彦 【(地独)徳島県鳴門病院】
- 市岡 沙織 【市岡製菓(株)】
- 若松 紀章 【(株)徳島大正銀行】
- 仁木 茂博 【徳島電制(株)】
- 高村 千恵子 【(一社)徳島新聞社】
- 監事 山田 佳代子 【(株)姫野組】
- 橋川 正人 【貞光食糧工業(株)】

第23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5日(日)、スエヒロボウル(南末広町)において、第23回 徳島県社会保険協会

健康ボウリング大会が開催されました。
今年は、8チーム32名の方々にご参加を
いただき団体戦を行いました。

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。
結果は左記のとおりです。



個人戦優勝
柳谷芳光
558ピン

準優勝 伊達 智 550ピン
第3位 宮城大輔 549ピン



団体戦優勝
富田製薬(株)A

準優勝 (株)十川コム徳島工場
第3位 新徳レミコン(株)

令和2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27日(月) 徳島県立中央テクノスクール(ろうきんホール)において、令和2年度第1回社会保険事務
担当者研修会を開催し、コロナウイルス感染防止の観点から募集人員を縮小し、43
事業所45名の方々にご参加いただきました。

今回の研修会は、八多病院の杉本順子院長から「メンタルヘルス対策セミナー」、
特定社会保険労務士の奥田理恵先生から「社会保険・労働保険の制度について・初級
編」のテーマで、具体例を示しながら分かりやすくご説明いただきました。今後も、皆
様のお役に立てる研修会を開催して参ります。



令和2年度 社会保険協会けんこうウォークの開催中止について

例年開催しております、けんこうウォークについては、開催に向け検討・準備を進めておりましたが、新型コロナウイルス感染拡大の
状況を踏まえ、現状では、感染防止対策も限られていることから、参加者の皆様及び関係者の安全を第一に考え、やむを得ず今年度の
開催を中止することを決定致しました。

ウォークを楽しみにしていただいていた皆さまには大変申し訳ございませんが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

令和2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、「公的年金制度の基礎知識について」の研修会を開催いたしますので、是非ご参加ください。

地区	日時	会場	募集定員(先着順)
徳島市内	10月14日(水) 13:00~16:00	徳島県立中央テクノスクール(ろうきんホール) 徳島市南末広町23-64 (088)678-4690	45名
徳島南部	10月15日(木) 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	40名
徳島西部	10月21日(水) 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	34名

研修内容

公的年金制度の基礎知識について

~これから年金を受給される方・年金のことをもっと
知りたい方へ年金の仕組みを詳しく解説します~

●講師：日本年金機構 徳島県内3年金事務所

- ・何歳から年金を受けられるの？
- ・受けられる年金の種類って？
- ・年金の支給手続きって？

応募方法

下記の参加申込書に記載のうえ、**9月29日(火)**までに
FAX(088-634-3337)にてお申し込みください。
定員になり次第締め切らせていただきます。



その他

新型コロナウイルス感染拡大防止の為、座席数を減らしております。
今後、状況の変化により、研修会の開催中止等変更が生じる場合がございます。
なお、変更が生じた場合は、当協会ホームページにおいてご案内いたします。

なお、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 ●協賛／徳島県年金受給者協会



第2回 社会保険事務担当者研修会 参加申込書

受講希望地区 (○で囲んでください)	・徳島市内 10月14日	・徳島南部 10月15日	・徳島西部 10月21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。

日本年金機構 徳島県内各年金事務所からのお知らせ

社会保険
の手続きは、

時短・コスト削減につながる 電子申請が便利!



「電子申請」とは、インターネットを利用して申請・届出をする方法です。インターネットを経由するため、いつでも・どこでも手続きができます。

また、申請するために移動したり郵送する必要が無いので、書面やCD・DVDで行う申請に比べて、コストが掛からないなどのメリットがあります。皆さま、ぜひこの機会に、電子申請の利用についてご検討ください。

電子申請のメリット

- 24時間365日、いつでも申請が可能です。
- 年金事務所に行かなくても、職場や出先などから申請が可能です。
- 移動時間や交通費、郵送費などのコスト削減が期待できます。

令和2年4月から、 さらに電子申請が利用しやすくなりました!

これまで

電子申請するためには
電子証明書が必ず必要



令和2年4月から

無料で取得可能なID・パスワード(GBizID)
で電子証明書がなくても電子申請が可能に!

gBiz
ID

ジー・ビズ・アイディー

電子申請にご利用頂ける「GBizID」とは、1つのアカウントで複数の行政サービスにアクセスできる認証システムです。

- 「GBizID」でIDとパスワードを取得すれば、電子申請が簡単に!
- アカウント(ID・パスワード)の取得は、無料でできます。

※「GBizID」の詳細については、以下のホームページをご覧ください。

<https://gbiz-id.go.jp>



お問い合わせ先

【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)

050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913

〈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日はご利用いただけません。



新型コロナウイルス感染症の影響を受けた事業主の皆さまへ 厚生年金保険料等の納付猶予の特例について

猶予(特例)の概要

- 新型コロナウイルス感染症の影響により、事業等に係る収入に相当の減少があった事業主の方には、申請により、厚生年金保険料等の納付を、**1年間猶予**することができます。
- この納付猶予の特例が適用されると、**担保の提供は不要**となり、**延滞金もかかりません**。

対象となる事業所

以下の①、②のいずれも満たす事業所が対象となります。

- ① **新型コロナウイルスの影響により、令和2年2月以降の任意の期間(1か月以上)において、事業等に係る収入が前年同期に比べて概ね20%以上減少していること。**(収入の減少が20%に満たない場合は、管轄の年金事務所にご相談ください。)
- ② **厚生年金保険料等を一時に納付することが困難であること。**

対象となる厚生年金保険料等

- **令和2年2月1日から令和3年2月1日までに納期限が到来する厚生年金保険料等(令和2年1月分から令和2年12月分まで)が対象となります。**

申請方法

- **「納付の猶予(特例)申請書」を管轄の年金事務所に提出してください。**(郵送で申請いただけます。)
 - ※ 申請書は、日本年金機構ホームページからダウンロードできます。
 - ※ 預金通帳や売上帳等をもとに申請書を作成してください。根拠となる書類を確認させていただく場合がありますが、書類の準備が難しい場合は、職員が聞き取りによりお伺いしますので、まずは、申請書のみを提出いただいで差し支えありません。
 - ※ 国税、地方税、労働保険料等の納付猶予の特例が許可された場合は、その際の申請書と許可通知書の写しも合わせて提出いただくことにより、申請書の一部記載が省略できます。
- **指定期限までの申請が必要です。**
 - ※ 「指定期限」は毎月の納期限からおおよそ25日後です。月々の「指定期限」については、納期限までに保険料の納付がない場合に送付される「督促状」に記載されますので、ご注意ください。

※ 申請にあたっては、管轄の年金事務所へご相談ください。猶予制度に関する一般的なご質問については、厚生年金保険料納付猶予相談窓口でもお受けしております。

協会けんぽ徳島支部からのお知らせ

ご存じですか?

ジェネリック医薬品のこと



徳島でも今、
選ばれています!!

徳島支部のジェネリック医薬品使用割合は最下位ですが、使用割合の伸び率は全国2位となっており、ジェネリック医薬品が選ばれています。ではどのようなお薬でしょうか。

Q & A

Q1 ジェネリック医薬品とは、どのようなお薬ですか?

A ジェネリック医薬品とは、先発医薬品（新薬）の特許期間が切れた後に発売される、先発医薬品と同等の有効成分・効能があると国から認められている安価なお薬です。

Q2 なぜ先発医薬品と価格が違うのですか?

A ジェネリック医薬品は、新薬の有効成分を利用して開発されるため、その分開発期間やコストを大幅に抑えることが可能となります。

Q3 どの病気にもジェネリック医薬品はありますか?

A 様々な疾病、例えば、風邪や花粉症などにもジェネリック医薬品の普及が広がっています。しかし、ジェネリック医薬品がない先発医薬品もあります。また、お薬によっては在庫がない等の理由で変更できない場合もあります。

Q4 ジェネリック医薬品を処方してもらうためにはどうしたらいいのですか?

A まずは、かかりつけの医師又は薬剤師に相談をしてみましょう。最近は薬局でも「ジェネリック医薬品でいいですか?」と聞いてくれる場合もあります。気軽に「ジェネリック医薬品、ありますか?」と聞いてみてください。

対象の方へ

ジェネリック医薬品切り替えのご案内をお送りしています。

目的

協会けんぽでは、加入者の皆様のお薬代の負担軽減が図られるほか、健康保険財政の改善にもつながることから、「ジェネリック医薬品」の普及を推進しています。その取り組みとしてジェネリック医薬品に変更した場合の軽減見込み額をお知らせしています。

送付時期

1回目 令和2年8月 既に対象の被保険者の方の住所へお送りしています。
2回目 令和3年2月 予定

対象者

- 主に生活習慣病や慢性疾患などの先発医薬品を長期間服用されている方
- お薬代の自己負担軽減額が一定額以上見込まれる方



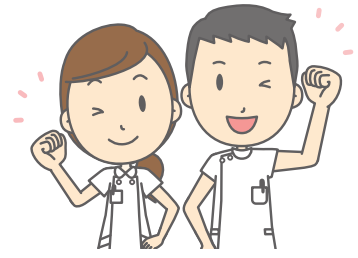
注意事項

※このお知らせは、ジェネリック医薬品への変更を強制するものではありません。
※使用できる病気(効能)が異なるときや在庫がないなどの理由で、ジェネリック医薬品に切り替えることができない場合もあります。まずは医師・薬剤師にご相談ください。

整骨院・接骨院のかかり方

整骨院・接骨院で受ける柔道整復師の施術は、健康保険が使えない場合があります。

どのようなケースが健康保険の対象になるのか、正しく理解しましょう!



健康保険が使えないケース

- 単なる肩こり、筋肉疲労、慢性的な痛み
 - 病気（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど）からくる痛み
 - リラクゼーションを目的とした利用
 - 病院や診療所等で現在治療中のけが
 - 労災保険が適用される仕事・通勤途中でのけが
- たとえば、
- ◆ 日常生活で感じる肩こり など

健康保険が使えるケース

- 外傷性が明らかな骨折、脱臼、打撲、捻挫、挫傷（肉ばなれなど）
- ※但し、骨折や脱臼に対する施術は、応急措置を除き、医師の同意が必要です。
- たとえば、
- ◆ 日常生活やスポーツで足をひねった など

施術を受けるときのPOINT

1 けがの原因をはっきりと伝えましょう!

いつ、どこで、どのようにしてけがをしたのか、きちんと話しましょう。外傷性のけがのみ、健康保険の対象です。



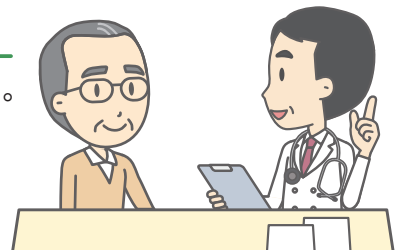
2 療養費支給申請書の内容を確認し、ご自身で必ず署名をしましょう!

「療養費支給申請書」は施術を受けた本人に代わり、施術所等が治療費を「協会けんぽ」に請求し、支払いを受けるための必要な書類です。

白紙の療養費支給申請書に署名をすると、実際の治療とは異なった請求につながる恐れがあります。負傷名、日数、金額などは十分に確認し、署名しましょう。

3 治療が長引く場合は、医師の診察を受けましょう!

長期間、施術を受けても快方に向かわない場合は、内科的要因も考えられます。一度、医師の診察を受けましょう。



4 領収証をもらいましょう!

整骨院・接骨院には領収証を無料で発行することが義務づけられています。領収証は医療費控除を受ける際にも必要になりますので、大切に保管しましょう。

第162回 健康のススメ

板東 浩

モーツァルト作曲のアイネ・クライネ・ナハトムジークが有名だ。Eine kleine Nachtmusikは英語でa little night musicとなる。日本語に訳すと小夜曲に。恋人や女性を称える楽曲のことで別名はセレナーデ(Serenade)。車の名称でSerenaとはスペイン語で晴々と穏やかな意味という。

シェークスピアの舞台では、心寄せる女性に窓下で歌ったり囁いたりする場面がある。古くは気持ちを言葉か歌で直接伝えたものだった。

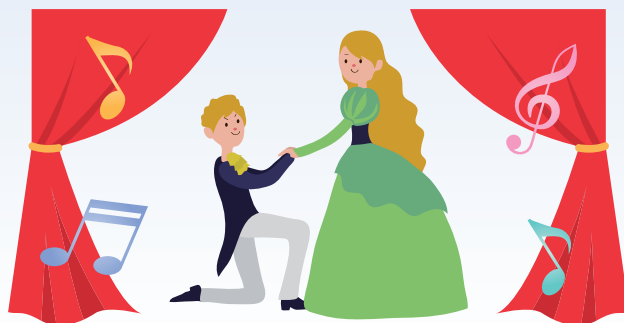
一方、現代は全く異なる。スマホやPCで文字列を送る。果たして心が通じるだろうか?という、時代遅れと笑われるかも。しかし本日の論点は違う。昔は瞬時に連絡する手段がなかった。でも今はSNSやメールでいつでも意思伝達が可能だ。

世界を見渡すとコロナ禍のため誰もが自由に動

けない。ZOOM会議などリモートやオンライン・ウェブが頼みの綱に。ネットを使えば直接会えなくても自由に表現できる。時と場の変容は心にも大きな変容をもたらす。ICTを上手に活用すれば世界中の人々と繋がりを持ち共有するチャンスが得られるだろう。コロナ禍の厳しい変容を受け入れ

各自が会話や音楽、趣味、習慣など新しい生活様式を模索するしかない!?(医学博士・内科医)

New Lifestyle with ICT



○……………として保管しましょう……………○

こうして改善! 生活習慣 ~大切な人を守るために~



栄養士だより
協会けんぽ
管理栄養士
原田友紀

2020年4月1日より、健康増進法の一部を改正する法律が全面施行されました。この法律により、望まない受動喫煙を防止する取り組みは、マナーからルールへと変わりました。「喫煙者の夫を持つと、妻が肺がんになるリスクは2倍になる」(肺がんのうち、腺がんに関するデータ※)そうです。副流煙には主流煙の100倍以上もの濃度の有害物質が含まれています。つまり、部屋の中で副流煙が100倍に薄まったとしても、同じ部屋にいる人は、主流煙を吸ったのと同じ量の有害物質を吸い込んでしまうのです。空気清浄機では、煙草の煙に含まれる有害物質のすべてを取り除くことはできません。自分の身体を蝕むだけではないということ、いま一度考えてみてください。

家族・友人・パートナー・ペット…。大切な人のために、禁煙しましょう。

喫煙は、治療(薬)で止められます。貼り薬や飲み薬を使うことで、自力でがんばるより薬に確実に禁煙できます。期間は3か月(通院は5回)で健康保険が適用になると費用は1.3~2万円程度と

なります。まずは、最寄りの禁煙外来のある医療機関で相談しましょう。

ここまで読んでくださった方で、「加熱式タバコ」にしてよかったと安心されている方もいらっしゃるかもしれませんが。加熱式タバコには、紙巻きたばこには入っていない「未知の有害物質」がふんだんに入っています。それも含めた有害物質の総量は紙巻きたばこの3~10倍といわれています。また、カートリッジ状(個体)にするために、接着剤が使われていて、これが肺に付着するために「紙巻きたばこよりも始末が悪い」そうです。

あなたはそれでも加熱式タバコにしたから大丈夫だと言い切れますか?

健康保険で禁煙治療が受けられる場合があります。まずは、最寄りの医療機関をチェック!!



一般社団法人日本禁煙学会
全国禁煙外来・禁煙クリニック一覧



※参考：国立がん研究センター「受動喫煙とタバコを吸わない女性の肺がんとの関連について」