



京都府社会保険協会  
のホームページ

アクセスはこちらから▶

<https://www.shaho-kyoto.or.jp>



## 年金相談所開設日程表

### ●京都南年金事務所

※両会場とも年金相談のみです。

郡市名	開設日		開設時間	開設場所	京都南年金事務所 電話予約 TEL 075-643-2620 【平日 8:30~17:15】
木津川市	6月24日(金)	9月29日(木)	10:00~15:00	木津川市役所	
八幡市	4月15日(金)	7月22日(金)	10:00~15:00	八幡市庁舎第一会議室	

### ●舞鶴年金事務所

※いずれの会場とも年金相談のみです。

郡市名	開設日		開設時間	開設場所	舞鶴年金事務所 電話予約 TEL 0773-76-5772 【平日 8:30~17:15】
福知山市	4月7日(木)	5月12日(木)	10:15~15:45	福知山市役所	
京丹後市	4月28日(木)	5月26日(木)	10:30~15:45	峰山総合福祉センター	

年金相談所では、お待ちいただく時間を少なくするために「予約制」を実施させていただいております。

※出張相談につきましては、新型コロナウイルス感染症の影響等により中止となる場合がありますので、予めご了承ください。

※予約なしでお越しいただいた場合、会場使用の関係上、相談をお受けできない場合がありますのでご了承ください。

### 予約方法

- 1 予約電話にご連絡ください。  
(予約以外のご用件はお受けできませんのでご注意ください)
- 2 受付の際に、「基礎年金番号」「氏名」「住所」「電話番号」「相談内容」等についてお伺いします。(お手元に、「年金手帳」または「基礎年金番号通知書」をご用意ください)
- 3 ご希望の「会場」「予約時間」をお伺いします。  
(予約状況により、ご希望に添えないことがありますのでご了承ください)  
※相談当日は、予約時間の「5分前」までにお越しください。  
※当日、ご都合により来所できない場合は、事前にご連絡をお願いします。

## INDEX

### 日本年金機構からのお知らせ

- 法律改正によりパート・アルバイトの社会保険の加入条件が変わります ..... 2
- 令和4年4月から年金手帳は基礎年金番号通知書に変わります ..... 3
- 年金委員制度のご案内 ..... 4

### 協会けんぽ京都支部からのお知らせ

- 健康保険法等の改正に伴う各種制度の見直しについて ..... 5
- 協会けんぽ京都支部 令和4年度保険料率のお知らせ ..... 6
- 皆様の取組で保険料が節約できる！インセンティブ制度のしくみ ..... 7
- 健診結果を知ろう ..... 8

従業員数500人以下の事業主のみなさまへ

日本年金機構からのお知らせ

# 法律改正により パート・アルバイトの社会保険の加入条件が変わります

## 対象となる企業



従業員数は以下の **A + B** の合計「現在の厚生年金保険の適用対象者」



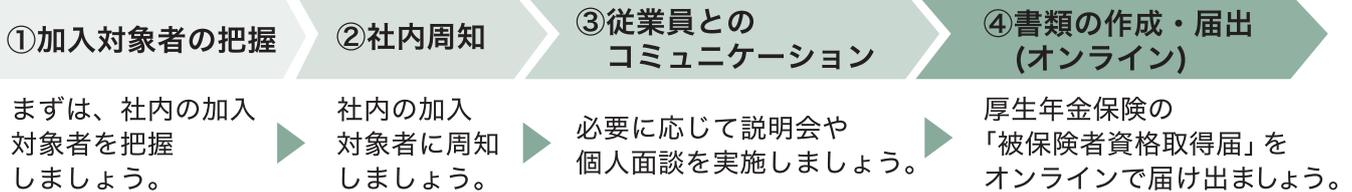
## 新たな加入対象者



新たな加入対象者は、  
右の全てにチェックが入った  
パート・アルバイトの方です。

- 週の所定労働時間が20時間以上
- 月額賃金が8.8万円以上
- 2ヶ月を超える雇用の見込みがある
- 学生ではない

## 社内準備のステップは4つ！



「適用拡大の手続き」に関するご案内  
<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/tekiyokakudai.html>



オンライン申請に関するご案内  
<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>



## 支援制度のご案内



### キャリアアップ助成金

- 短時間労働者労働時間延長コース
- 選択的適用拡大導入時処遇改善コース
- 正社員化コース

申請は都道府県労働局 ハローワーク

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/part\\_haken/jigyounushi/career.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/part_haken/jigyounushi/career.html)



### 専門家活用支援事業



適用拡大に関するノウハウ豊かな社会保険労務士を無料で派遣します。適用拡大への対応方針の検討、従業員への説明のサポート、手続きに関するアドバイスなど気軽にご相談いただけます。

詳しくは **適用拡大特設サイト**



## 適用拡大特設サイト

<https://www.mhlw.go.jp/tekiyoukakudai/index.html>



## 令和4年4月から年金手帳は基礎年金番号通知書に変わります

令和4年4月以降、

- 新たに年金制度に加入する方
- 年金手帳の紛失等により再発行を希望する方

には、基礎年金番号通知書を発行いたします。



### 基礎年金番号通知書

基礎年金番号  
××××-××××××

フリガナ      ネンキン   タロウ

氏名            年金   太郎

生年月日      平成×年×月×日

令和×年×月×日   交付

厚生労働大臣

※ 既に年金手帳をお持ちの方には基礎年金番号通知書の発行は行いません。

引き続き、年金手帳を大切に保管してください。

※ 年金に関する照会や申請は、マイナンバーもご利用いただけます。

## 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」はパソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を手軽に確認できるサービスです。

### ご利用登録はカンタン！



日本年金機構のホームページから「ねんきんネット」のご利用登録ができます。

また、マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルから「ねんきんネット」にアクセスできます。

「ねんきんネット」について詳しくはこちら！  
<https://www.nenkin.go.jp/>



## 年金委員制度のご案内

年金制度に関する仕組みや各種手続き方法など、他の従業員が知りたい年金の情報や知識を有する従業員が職場内にいることは、とても心強いものです。

『職域型』年金委員は、こうした期待に応えるための職場と年金事務所を結ぶパイプ役となります。

年金委員とは、政府が管掌する厚生年金保険および国民年金に関する適用・給付・保険料などについて、会社や地域において啓発、相談、助言などの活動を行う民間協力員です。年金委員は、活動により『職域型』と『地域型』の2つに区分されます。

『職域型』は主に厚生年金保険の適用事業所内で活動していただきます。

年金事務所では、定期的に年金委員を対象とした研修会を開催し、制度改正事項などをお伝えしています。

年金委員を設置されていない事業所様は、制度の趣旨をご理解いただき、是非、年金委員の推薦をお願いします。

### 職域型年金委員の推薦方法

厚生年金保険の適用事業所の事業所様が、「年金委員推薦書（職域型）」を管轄の年金事務所へ提出いただくこととなります。

- ※ 様式は、日本年金機構ホームページ「年金委員通信」からダウンロードできます。  
詳しくは管轄の年金事務所までお問い合わせください。

### ◆ 職域型年金委員に変更があった場合について ◆

人事異動や退職などにより、委員を継続できない場合、後任の委員を選出願います。この場合、前任の方の「年金委員辞退届出書」と併せて、後任の方の「年金委員推薦書」を管轄の年金事務所へ提出してください。

退職される委員におかれましては、これまでの社会保険業務の経験を活かし、引き続き地域型年金委員への移行について、ご検討をお願いします。

日本年金機構

上 京年金事務所 ☎ 075-415-1165  
中 京年金事務所 ☎ 075-251-1165  
下 京年金事務所 ☎ 075-341-1165

京都南年金事務所 ☎ 075-644-1165  
京都西年金事務所 ☎ 075-323-1170  
舞鶴年金事務所 ☎ 0773-78-1165

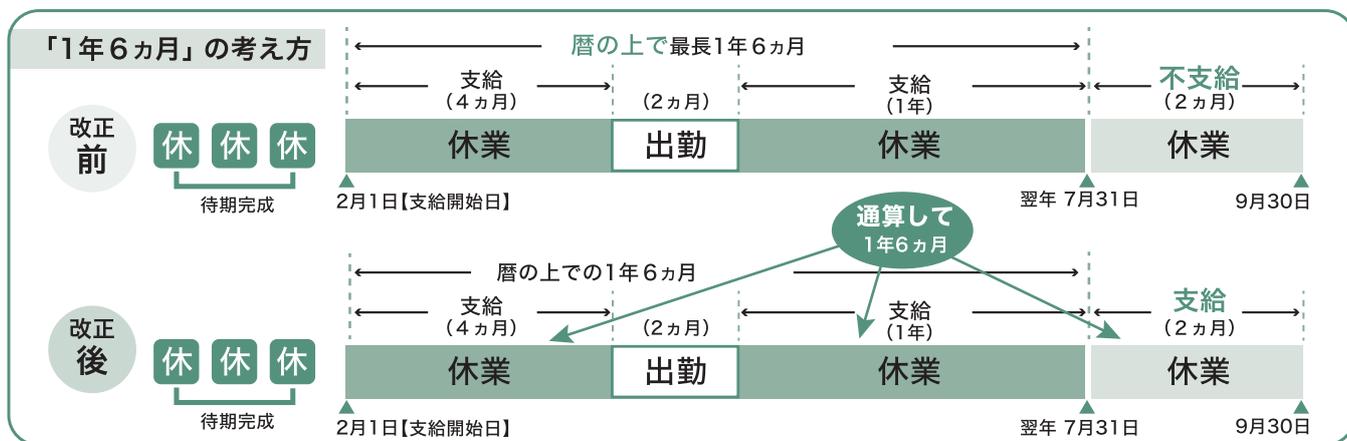
## 健康保険法等の改正に伴う各種制度の見直しについて

令和4年1月1日から施行された「全世代対応型の社会保障制度を構築するための健康保険法等の一部を改正する法律」により、傷病手当金の支給期間及び任意継続被保険者の資格喪失事由の見直しが行われました。また、産科医療補償制度の掛金の引き下げに伴い、出産育児一時金の金額も一部変更となります。

### 制度改正のポイント

#### 傷病手当金の支給期間が通算化されます

傷病手当金が支給される期間が、令和4年1月1日より『支給を始めた日から通算して1年6ヵ月』に変更されました。 ※支給開始日が令和2年7月2日以降のものが対象です。



※同じ原因の傷病について、支給を開始した日から通算して1年6ヵ月間とします。 ※途中、労務不能でない期間は含まれません。初回の申請から連続する3日間の待期間を経て、支給を始める4日目より、暦に従って1年6ヵ月間の計算を行い、傷病手当金の支給期間を確定します。そのため、支給開始日によって支給期間(日数)が変わってきます。

#### 任意継続被保険者の資格喪失事由が追加されます

任意継続被保険者の資格喪失事由の要件が追加されました。被保険者が希望すれば、申出により任意継続をやめることができます。申出による資格喪失は、「任意継続被保険者資格喪失申出書」を協会けんぽが受理した日の翌月1日になります。

例) 申出日:令和4年4月10日 ⇒ 資格喪失日:令和4年5月1日

#### 出産育児一時金の支給額の内訳が変わります

産科医療補償制度に加入されていない医療機関等で出産された場合や妊娠週数22週未満で出産された場合の出産育児一時金は40.8万円に引き上げられました。

産科医療補償制度に加入の医療機関等で妊娠週数22週以降に産出した場合	1児につき <b>42</b> 万円
産科医療補償制度に未加入の医療機関等で産出した場合	1児につき <b>40.8</b> 万円
産科医療補償制度に加入の医療機関等で妊娠週数22週未満で産出した場合	(※令和3年12月31日以前の出産の場合は40.4万円)



全国健康保険協会 京都支部

協会けんぽ

健康保険法等の改正に伴う各種制度の見直しについてのお問い合わせ先

【業務グループ ☎ 075-256-8631】

協会けんぽ 京都 検索

ホームページはこちら



# 協会けんぽ京都支部 令和4年度保険料率のお知らせ

令和4年度の協会けんぽの健康保険料率及び介護保険料率は、本年3月分（4月納付分）からの適用となります。皆様のご理解をお願い申し上げます。

健康保険料率(京都支部)		
<b>10.06%</b> 令和4年2月分(3月納付分)まで	➡ 0.11% 引き下げ	<b>9.95%</b> 令和4年3月分(4月納付分)から
介護保険料率(全国一律)		
<b>1.80%</b> 令和4年2月分(3月納付分)まで	➡ 0.16% 引き下げ	<b>1.64%</b> 令和4年3月分(4月納付分)から

※40歳から64歳までの方（介護保険第2号被保険者）には、健康保険料率に全国一律の介護保険料率が加わります。

## 健康保険料率の内訳

健康保険料率（9.95%）のうち、6.52%分は加入者の皆様の医療費等に充てられる基本保険料率となり、3.43%分は後期高齢者医療制度への支援金等に充てられる特定保険料率となります。

各都道府県の健康保険料率は、都道府県ごとの医療費水準等に基づいて算出されます。そのため、**事業所を挙げて健康づくり**に取り組んでいただき、**皆様が健診や保健指導を受けていただく**ことで、疾病の予防や早期発見、生活習慣の改善が可能となるとともに、事業所における生産性の維持や向上につながります。また、このような**健康づくりの取組を続ける**ことが、将来の医療費の上昇を抑えて、保険料率の伸びを抑えることにつながります。今後もご協力をお願いいたします。

## 保存版 健康保険等に関する書類の送り先一覧

健康保険等に関する申請書は、種類によって提出先が分かれています。今一度ご確認をお願いいたします。

提出先

郵送がおすすめです

〒604-8508 全国健康保険協会（協会けんぽ）京都支部

京都市中京区烏丸通六角下ル七観音町634  
カラスプラザ21 1階

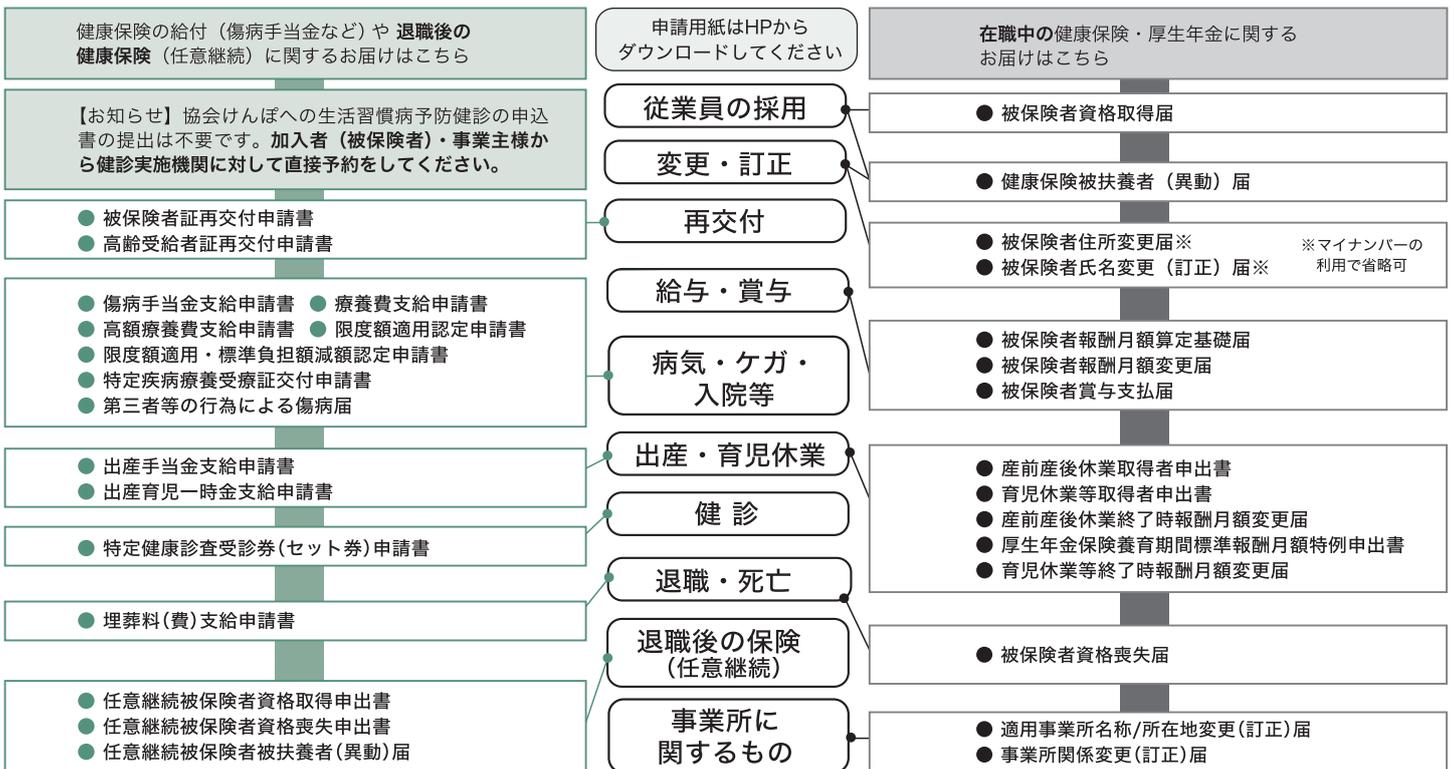


提出先

電子申請がおすすめです

〒600-8642 日本年金機構京都事務センター

※郵便番号と京都事務センターの名称のみで届きます。  
※郵送専用の窓口です。お問い合わせは管轄の年金事務所へ。



新連載

## 皆様の取組で保険料が節約できる！ — インセンティブ制度のしくみ —

### 第1回：インセンティブ制度と5つの取組

協会けんぽでは、平成30年度から「**インセンティブ（報奨金）制度**」を導入しています。この制度は、加入者及び事業主の皆様の**5つの取組**に応じて、47都道府県の協会けんぽの支部間で順位付けをし、**上位**の都道府県支部にインセンティブ（報奨金）を付与（※）し、2年後の健康保険料率に反映させる制度です。

**これから、1年間にわたってこの「インセンティブ制度」を構成する5項目について、特集していきます！**

※制度の財源となる保険料は、あらかじめ全支部の保険料率の中に盛り込まれています。

#### 最新（令和2年度）の実績

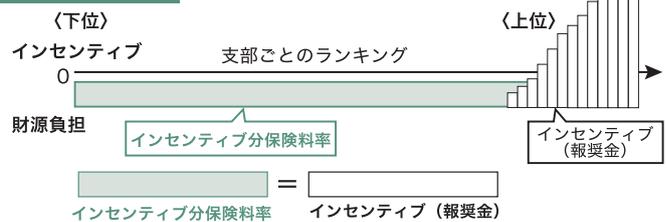
#### 京都支部 総合順位：33位

京都支部は今回（令和4年度）、医療費等の引き下げによる健康保険料率（全体）の引き下げはありましたが、**インセンティブ制度の適用によるさらなる引き下げにはつながりませんでした。**これから協会けんぽとともに、京都支部の成績を伸ばしていきましょう！

インセンティブ（報奨金）が付与されることで、皆様が負担している**健康保険料率（※）**の引き下げにつながります。

事業主様、加入者の皆様の取組が、保険料率の引き下げにつながるとともに、医療費の適正化（節約）につながります。

#### 【制度のイメージ】



協会けんぽも皆様を全力でサポートいたしますので、**下の5つの取組**にチャレンジしていきましょう！

※インセンティブ制度では、全支部一律の保険料率である後期高齢者への仕送り金に係る保険料にインセンティブ（報奨金）を反映する仕組みとしております。

### 都道府県（支部）の成績が決まる5つの取組



特定健診等の受診率

京都支部順位：11位

皆様にお願ひしたいこと

- ・協会けんぽの健診を毎年受診する



特定保健指導の実施率

京都支部順位：46位

皆様にお願ひしたいこと

- ・特定保健指導の案内が届いたら必ず利用する



特定保健指導の対象者の減少率

京都支部順位：6位

皆様にお願ひしたいこと

- ・健康な生活習慣を身につける
- ・会社ぐるみで健康づくりを推進する



要治療者の医療機関受診率

京都支部順位：36位

皆様にお願ひしたいこと

- ・健診で「要検査」「要治療」となったら必ず医療機関を受診する



ジェネリック医薬品の使用割合

京都支部順位：45位

皆様にお願ひしたいこと

- ・お薬を受け取る際にジェネリック医薬品への切り替えを検討する

京都支部は、特に「特定保健指導の実施率」と「ジェネリック医薬品の使用割合」について、積極的な取組が必要です。



次回：「みんなで健診を受けよう」

今号より連載企画がスタートします！

協会けんぽ京都支部のお知らせ

## 新連載 健診結果を知ろう

健診結果を受け取ったものの、検査値の見方がよくわからない…そんな経験はありませんか？

健診結果の「**現在値 (いま)**」を正しく「**みる**」ための情報 ※と、より良くするためのポイントをお伝えします。



※2022年2月、協会けんぽ京都支部の広報プロジェクト

「**現在値 (いま) をみよう**」

が開始！ 特設サイトはこちら！▶



### 第1回: コレステロール

#### コレステロールとは？

コレステロールは、細胞を包んでいる細胞膜の構成成分です。

また、コレステロールは、ホルモンや胆汁酸、ビタミンKの材料になっており、健康維持に不可欠なものです。

コレステロールには主に「HDLコレステロール (善玉)」と「LDLコレステロール (悪玉)」の2種類があります。

HDLコレステロール (善玉)	細胞で使い切れなかったり動脈の壁に付着したりしている <b>コレステロールを回収して肝臓へ運ぶ役割</b> があります。
LDLコレステロール (悪玉)	<b>肝臓で作られたコレステロールを全身へ運ぶ働き</b> があります。しかし増えすぎると動脈の壁の内側に入り込んで蓄積してしまい動脈硬化を進める原因になるため「 <b>悪玉</b> 」と呼ばれています。
中性脂肪	皮下脂肪や内臓脂肪となり <b>体温保持や体を守るクッションの役割</b> を果たします。使われない中性脂肪が増えると動脈硬化の原因になります。

	基準範囲	保健指導 (生活習慣改善)	医療機関を受診	
			生活習慣を見直しても改善しない場合は受診	ただちに受診
HDLコレステロール (mg/dL)	40以上	39以下	34以下	—
LDLコレステロール (mg/dL)	120未満	120以上	140以上	180以上
中性脂肪 (mg/dL)	150未満	150以上	300以上	500以上

標準的な健診・保健指導プログラム「平成30年度版」

コレステロールと中性脂肪などを合わせて『脂質』と呼ばれており、脂質が基準値から外れる病気が「**脂質異常症**」です。

脂質異常症

自覚症状がないため放置されがち

動脈硬化が進行

心疾患や脳血管疾患のリスクが増大



協会けんぽの管理栄養士に聞く！

### コレステロール値を改善するポイント



● 過食しない



● 野菜を積極的にとる

緑黄色野菜がおすすめ！



● 動物性脂肪を控え、青魚などを積極的にとる



● 飲酒は適量を守る

男性はビール500ml、日本酒1合が目安 (女性は上記より少なめに)



● コレステロールを多く含む食品を控える



● 禁煙をする



毎年健診を受けて、体の状態を把握することが大切です。

#### お得がいっぱい！生活習慣病予防健診

- 費用の約6割を補助します。通常18,865円が最高7,169円の自己負担で受診できます。
- がん検診もセットで充実！胃・肺・大腸がん検診が含まれています。
- 特定保健指導が受けられます！保健師・管理栄養士が無料で実施します。(該当者のみ)

健診について詳しくはこちら！



毎年健診を受けて、からだの**現在値 (いま)**を把握しよう

健診についてのお問い合わせ先 【保健グループ ☎ 075-256-8635】  
 広報プロジェクト「現在値 (いま) をみよう」についてのお問い合わせ先 【企画総務グループ ☎ 075-256-8636】

被保険者のご家族の皆様を対象として、京都水族館、ニフレル、よしもと祇園花月、海遊館のチケットを発行します。  
※対象者は、令和4年度の協会費を納入（口座振替のお申込み）いただいた会員事業所様となります。

## 京都水族館 入館券

有効期限	申込月の翌月から6ヵ月	
料金	大人・大学生 ..... 1,700円 (通常 2,200円) 高校生 ..... 1,200円 (通常 1,700円)	小・中学生 ..... 700円 (通常 1,100円) 幼児 (3歳以上) ..... 300円 (通常 700円)

## ニフレル 入場券

有効期限	① 令和4年9月30日まで ② 令和4年10月1日～令和5年3月31日	申込期限	① 有効期限令和4年9月30日の券は、令和4年7月20日まで ② 有効期限令和5年3月31日の券は、令和4年9月1日から令和5年1月21日まで
料金	大人・大学生 (16歳以上または高校生以上) ..... 1,400円 (通常 2,000円) こども (小・中学生) ..... 600円 (通常 1,000円) 幼児 (3歳以上) ..... 200円 (通常 600円)		

## よしもと祇園花月 指定席予約引換券

有効期限	令和5年3月31日	申込期限	令和5年1月20日	割引料金	3,200円 (通常3,800円)
------	-----------	------	-----------	------	-------------------

## 海遊館 利用補助券

有効期限	令和5年3月31日	申込期限	令和5年1月20日まで (※定員1,500名限定)
料金	大人 (16歳以上または高校生以上) ..... 2,100円 (通常 2,400円) こども (小・中学生) ..... 900円 (通常 1,200円) 幼児 (3歳以上) ..... 300円 (通常 600円)		
利用方法	チケット窓口で、 <u>利用補助券を添えて(割引)料金</u> をお支払いいただき、ご入館ください。		

利用除外日: 令和4年4月29日～5月5日、8月11日～16日、令和5年1月10日・11日(海遊館休館日)

## 申し込み方法

### 【京都水族館・ニフレル・よしもと祇園花月】

- 裏面の申込書に必要事項をご記入し、FAX・メール・郵送で「京都府社会保険協会」へお送りください。

※メールでお送りいただく場合は、京都府社会保険協会ホームページの「お問合せ」からお送りください。

- チケットの代金を指定口座にお振込みいただき、振込金受取書またはご利用明細票等の写しを申込書に貼り付けてください。

- 20日までにお申込みいただきましたら、翌月初旬に送付させていただきます。

### 【海遊館】

- 裏面の申込書（コピー可）に必要事項を記入し、FAX・メール・郵送で「京都府社会保険協会」へお送りください。

※メールでお送りいただく場合は、京都府社会保険協会ホームページの「お問合せ」からお送りください。

#### 指定口座

・京都銀行	三條支店	普通 4117661
・京都中央信用金庫	西陣支店	普通 0678695
・三菱UFJ銀行	京都支店	普通 50112
・京都信用金庫	修学院支店	普通 0043945

口座名義 一般財団法人 京都府社会保険協会

**FAX 075-251-1194**

**京都水族館・ニフレル・よしもと祇園花月・海遊館 優待券申込書**

協会会員番号	※ 広報誌「社会保険きょうと」送付の封筒に記載されている6桁の番号です。	
事業所名称		
事業所所在地	〒	(TEL)
申込者氏名		
連絡先ご住所 (入場(館)券送付先)	〒	(TEL)

**【ご希望枚数】**

京都水族館入場券		
大人・大学生	枚	円
高校生	枚	円
小・中学生	枚	円
幼児(3歳以上)	枚	円
<b>計</b>	枚	円

ニフレル入館券		
大人(16歳以上又は高校生)	枚	円
小・中学生	枚	円
幼児(3歳以上)	枚	円
<b>計</b>	枚	円

よしもと祇園花月 指定席予約引換券	
枚	円

海遊館利用補助券	
枚	※ 大人・こども・幼児 共通券

※ 京都水族館・ニフレル・よしもと祇園花月をお申し込みの場合は、この部分に振込金受取書、またはご利用明細表等の写しを貼り付けてください。