



大阪玄関口 大阪駅が新しく完成し、梅田界隈の風景が一変した。明治7年(1874)我が国2番目の鉄道として大阪～神戸間が開通、それに合わせて開業した。イケイケどんどん文明開化の旗印で、木造レンガの駅本屋は、近世フランス式ゴシック風建築様式のモダンなもので、名物の駅前広場は、人と人力車で混雑し大変な人気であったという。幾星霜、今回日本で最大クラスの駅に生まれ変わり、浪華っ子を喜ばせている。日本人は凄い!東北の大災害にも、不幸にもめげず勤勉さと叡知をもって、再建に立ち向かう人たちの姿が美しい。必ず成し遂げるはずだ。なぜならその一人ひとり自分たちだから!頑張ろう。(5F時空の広場にて)

フォト エッセー 藤本 俊一 (APA.JPS)

- 「算定基礎届」は7月1日から11日までに提出しましょう
- 「健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届」はすみやかに提出しましょう
- 合算対象期間(カラ期間)について
- 協会けんぽからのお知らせ・療養費について・整骨院・接骨院(柔道整復師)のかかり方・鍼灸院(はり・きゅう)のかかり方
- 短期在留外国人の脱退一時金の制度について ●インターネットサービス「ねんきんネット」

職場内で回覧しましょう

「算定基礎届」は7月1日から11日までに提出しましょう

健康保険・厚生年金保険では、毎年1回、保険料や健康保険の給付金、厚生年金保険の年金額を計算する基礎となる「標準報酬月額」を決め直すために「健康保険・厚生年金保険被保険者報酬月額算定基礎届」を提出していただくことになっています。

標準報酬月額は、入社等によって被保険者資格を取得したときに、事業主から労働の対償として受ける報酬をもとに決定されます。

ところが、そのときに決められた標準報酬月額を長期間固定しておきますと、定期昇給などによって被保険者が実際に受ける報酬額と標準報酬月額とがかけ離れてし

まいます。このため、毎年決められた時期に被保険者全員の標準報酬月額を見直すことになっています。

具体的には、事業主は算定基礎届に4月・5月・6月に被保険者に対して支払った報酬を記載し、7月1日から11日までに管轄の年金事務所に届け出ることになります。

年金事務所では、この届け出により各被保険者の新しい標準報酬月額を決定し、事業主に通知します。

これを定時決定といい、その年の9月1日から翌年の8月31日までの1年間における健康保険・厚生年金保険の保険料や保険給付の計算の基礎となります。

定時決定によって算定することが困難または著しく不当なとき

標準報酬月額の決定に際して、次に該当する場合には保険者（年金事務所）が算定する額をその被保険者の報酬月額とすることができることとされており、これを「保険者算定」といいます。

- ①4月・5月・6月の3カ月間において、3月分以前の給料の遅配を受け、または、さかのぼった昇給によって数カ月分の差額を一括して受けるなど、通常、受けるべき報酬以外の報酬を当該期間において受けた場合
- ②4月・5月・6月のいずれかの月において低額の休職給を受けた場合
- ③4月・5月・6月のいずれかの月においてストライキによる賃金カットがあった場合

平成23年4月1日から

- ④「当年の4月・5月・6月の3カ月間に受けた報酬の月平均額から算出した標準報酬月額」と、「前年の7月

から当年の6月までの間に受けた報酬の月平均額から算出した標準報酬月額」の間に2等級以上の差を生じた場合であって、当該差が業務の性質上例年発生することが見込まれる場合（いずれも支払基礎日数が17日未満の月を除く）にも保険者算定を行うことができるようになりました。

〈届出方法〉

④により算定する場合は、算定基礎届のほか、次の資料を提出していただく必要があります。

- ・業務の性質上、例年見込まれるものである理由を記載した申立書
- ・保険者算定を申し立てることに関する被保険者の同意書
- ・当年の4、5、6月の3報酬額等と前年の7月から当年6月の報酬額等を比較した書類

なお、この場合には、算定基礎届の備考欄に「年間平均」と付記してください。

「健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届」はすみやかに提出しましょう

・対象となる賞与・

健康保険・厚生年金保険では、被保険者が労働の対償として受ける給与・賃金・俸給・手当等については、標準報酬月額的基础としていますが、賞与・年末手当・ボーナスなど事業所によって名称は異なっていますが、年間を通じて3回以下の回数で支給される賞与等については標準報酬月額的基础から除き、標準賞与額として保険料を賦課することになっています。

なお、年4回以上支給される賞与等は、標準報酬月額を決定する基礎となる報酬の対象となります。

・賞与支払届の提出・

被保険者に賞与を支払ったときは、5日以内に「健康

保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届」を年金事務所に提出しなければなりません。現行の算定基礎届と同様に、あらかじめ被保険者の氏名などを印字した届書用紙と賞与支払届総括表が、登録されている賞与支払予定月の前月に送られてきますので、支払年月日や賞与額などを記入して提出します。

なお、賞与の支払いがない場合であっても、賞与支払届総括表の届出は必要です。

また、被保険者賞与支払届については、磁気媒体（FD・MO）での届出が可能となっており、事業主の皆さまのご希望により、被保険者の氏名などを収録した磁気媒体（FD）を配布することができます。

配布を希望される場合は、管轄の年金事務所まで申し出てください。

くわしくは、管轄の年金事務所にお問い合わせください

「カラ期間」をご確認ください

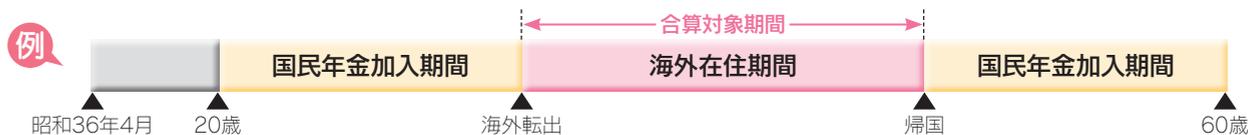
合算対象期間(カラ期間)について

老齢基礎年金を受けるためには、原則として、保険料を納付した期間と保険料を免除された期間等を合算して25年以上の年金加入期間が必要です。しかし、現行の年金制度に整備される過程において、国民年金に任意加入しなかったり、国民年金の被保険者の対象となっていなかった等の理由により、25年の年金加入期間を満たさない場合があります。

そこで、そのような方も年金を受給できるよう、年金額には反映されませんが受給資格期間としてみなすことができる期間があり、この期間を「合算対象期間(カラ期間)」といいます。保険料を納付した期間と免除された期間に合算対象期間を加えた期間が25年以上あれば、老齢基礎年金の受給要件を満たすことになります。

主な合算対象期間には、以下のようなものがあります。他にも対象期間がありますので、**くわしくは、お近くの年金事務所へご相談ください。**

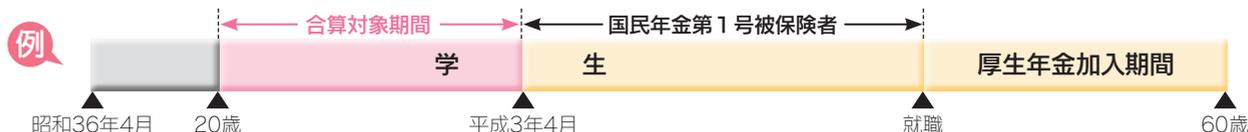
- 1 昭和36年4月以降において、日本人で海外に居住していた20歳以上60歳未満の期間（昭和61年4月以降については、任意加入しなかった期間）



- 2 昭和36年4月から昭和61年3月までの期間のうち、厚生年金保険・共済組合等の加入者の配偶者で、国民年金に任意加入しなかった期間（20歳以上60歳未満）



- 3 昭和36年4月から平成3年3月末までの期間のうち、昼間部の学生で、任意加入しなかった期間（20歳以上60歳未満）



- 4 昭和36年4月以降における厚生年金保険・共済組合等の加入期間のうち、20歳未満の期間および60歳以上の期間



- 5 昭和36年4月から昭和61年3月までの期間のうち、厚生年金保険の脱退手当金を受けた期間（昭和61年4月から65歳に達するまでの間に、免除期間を含む保険料納付済期間があること）



- 6 日本国籍を取得した方または永住許可を受けた方の昭和36年4月から昭和56年12月までの在日期間（20歳以上60歳未満）



合算対象期間

協会けんぽからのお知らせ

療養費について

保険証を使用して病院等の窓口で一部負担金を支払うのが通常の療養の給付ですが、これを補うものとして、以下のような療養費払いという給付があります。

◎療養費は、原則いったん全額を自己負担していただきます。その後ご請求により健康保険の基準で計算した額（実際に支払った額を超える場合は、実際に支払った金額）から、一部負担金（1割～3割※）を差し引いた額が療養費として支給されます。

※年齢、所得により負担割合は異なります。

療養費としてお支払いする主なケース

【治療用装具】

- ・治療上必要であると医師が指示した「コルセット・サポーター・ギプス等の代金」
- ・9歳未満の小児用弱視等治療用の眼鏡・コンタクトレンズの代金
- ・四肢のリンパ浮腫治療のための弾性着衣等の代金

【立替払い】

- ・やむを得ず保険証を提示できずに全額自己負担した医療費
- ※原則健康保険を扱っていない病院等での費用については支給できません。

【海外療養】

- ・海外で受診した場合の医療費（治療目的の海外渡航は除く）
- ※国内において同様の保険診療として算定可能な範囲のものに限ります。海外の医療機関で診療を受けた場合も、日本国内で療養の給付を受けた場合に要する費用に基づき計算されますので、実際に海外の医療機関で支払った医療費と療養費の支給額に差が生じる場合があります。



療養費としてお支払いしているその他のケース

- ・整骨院・接骨院で柔道整復師の施術を受けたとき。
- ・医師の同意のもとで、はり・きゅう・あんま・マッサージを受けたとき。
- ※多くは整骨院・接骨院・鍼灸院に直接お支払いしています。

整骨院・接骨院・鍼灸院では健康保険を使用できる場合と、使用できない場合があります。
くわしくは、下記以降をご覧ください。

整骨院・接骨院（柔道整復師）のかかり方

1. 健康保険が使えます 一部自己負担

- 急性または亜急性（急性に準ずる）による外傷性の骨折・脱臼・打撲・ねんざ・ざしょう（肉ばなれなど）

※骨折・脱臼は、応急手当の場合を除き医師の同意が必要です。

2. 健康保険は使えません

全額自己負担

- ×日常生活からくる疲れ、体調不良や単なる肩こり
- ×スポーツなどによる筋肉疲労
- ×病気（神経痛・ヘルニア・五十肩など）からくる痛み
- ×脳疾患後遺症などの慢性病
- ×慰安目的のマッサージ代わりの利用
- ×仕事や通勤途中におきた負傷（労災保険からの給付になります）



負傷の原因を正しく伝えましょう

外傷性の負傷でない場合は、健康保険の対象とはなりません



医療機関で同じ対象疾病の治療を受けている間は、健康保険の対象とはなりません

ただし、診察・検査は除きます



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ので、医師の診断を受けましょう



療養費支給申請書の内容をよく確認しましょう

また、領収証を必ずもらいましょう



鍼灸院（はり・きゅう）のかかり方

健康保険を
使うには一定の
条件があります

慢性的な痛みを主症状とし、医師による適当な治療手段がなく、はり師・きゅう師の施術を受けることについて、医師が**医学的見地から必要と認め、同意した場合のみ**健康保険を使うことができます。

対象となる病気

- 神経痛
- 頸腕症候群
- 腰痛
- リウマチ
- 五十肩
- 頸椎捻挫後遺症



医師の同意書または診断書が必要です

- 初診の日から3カ月を経過した時点でさらに治療を受ける場合は、再度医師の同意が必要となります。



医療機関で同じ対象疾病の治療を受けている場合は、健康保険の対象とはなりません

ただし、医師の検査を受ける場合などは除きます



協会けんぽより治療内容についてお尋ねすることがあります

健康保険の給付適正化のため、ご協力をお願いいたします

お問い合わせ先

全国健康保険協会(協会けんぽ)大阪支部

電話 06-6201-7070(代表) おかけ間違いにご注意ください

自動音声案内を開始しています

受付時間 午前8時30分から午後5時15分まで(土・日・祝日・年末年始を除く)

〒541-8549 大阪市中央区平野町2-3-7 アーバンエース北浜ビル

協会けんぽ 大阪

検索

短期在留外国人の 脱退一時金の制度について

日本国籍を有しない方が、国民年金または厚生年金保険の被保険者資格を喪失し日本を出国した場合、出国後2年以内に脱退一時金を請求することができます。

国民年金の脱退一時金を受け取るためには、第1号被保険者として保険料を納めた月数（4分の3納付月数は4分の3月、半額納付月数は2分の1月、4分の1納付月数は4分の1月として計算）が6月以上必要です。

厚生年金保険の脱退一時金を受け取るためには、厚生年金保険に加入した月数が6月以上必要です。

日本年金機構ホームページより脱退一時金請求書をダウンロードすることができます。



手続き、ご相談はお近くの年金事務所へお問い合わせください

インターネットサービス 「ねんきんネット」

日本年金機構
Japan Pension Service

「ねんきんネット」とは、年金加入者や受給者の方が、いつでもご自身の年金加入記録をインターネットで確認することができるサービスです。

国民年金や厚生年金保険などの加入状況が一覧で確認でき、年金に加入されていない期間や標準報酬額の大きな変動などの記録がわかりやすく表示されています。

※旧法による年金受給者および共済年金加入中の方は、ご利用いただけませんのでご了承ください。



登録はこちら!!

「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索

(<https://www3.idpass-net.nenkin.go.jp/neko/>)
をご覧ください。

「ねんきんネット」についてのお問い合わせは

「ねんきんダイヤル」

0570-05-1165へ

IP電話・PHSからは「03-6700-1165」へ

【受付時間】 月～金曜日：午前8：30～午後5：15まで
〔月曜日（月曜日が休日の場合は次の平日）は午後7：00まで〕
第2土曜日：午前9：30～午後4：00まで