



## 秋来たりなば

豊かな色彩と、絶妙な味覚がやってくる喜びに、心が弾む。華やかな世界が、私たちの五感に豊かさを味合わせ、こがね色の収穫で感謝の秋祭りをもって冬を迎える。毎年繰り返される季節の営みに、民の知恵が色づけされ、この日本が創られていることを思えば、先人に心から感謝したい。美しい水の惑星・地球も気象の変化で大きく傷ついて来ている。美しい日本の山里も然り。悲しい。しかし自然は動ぜず営々と刻をかけ、造り守り、再生してくれる姿に感動する。こんな古寺の一隅に見る姿がそれを教えてくれている。(池田・久安寺にて)

フォト エッセー 藤本 俊一 (APA.JPS)

- 「健康保険・厚生年金保険被保険者賞与支払届」の提出をお願いします
- 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます
- 協会けんぽからのお知らせ  
・療養費についてのお知らせ ・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
- インターネットサービス「ねんきんネット」で将来の年金額を試算できるようになりました!
- まずは、「ねんきんネット」のご利用登録を!

職場内で回覧しましょう

# 「健康保険・厚生年金保険 被保険者賞与支払届」 の提出をお願いします



## 対象となる賞与

健康保険および厚生年金保険では、被保険者が労働の対償として受ける賃金・給与・俸給・手当等については、標準報酬の基礎としていますが、年末手当・ボーナス・賞与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は標準報酬の基礎から除き、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は、標準報酬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することになっています。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提出します。

なお、育児休業に係る保険料の免除を受けている被保険者は、免除期間中に支払われた賞与についても保険料免除の対象となりますが、賞与支払届への記載は必要です。

賞与の支払いがない場合でも、賞与支払届総括表の届出は必要となります。

被保険者賞与支払届については、磁気媒体（CD・FD・MO）での届出が可能となっており、事業主の皆さまの希望に応じて、被保険者の氏名などを収録した磁気媒体（CD-RW）が配布されます。

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。

## 標準賞与額とは

被保険者ごとの賞与支給額から1,000円未満の端数を切り捨てた額です。

標準賞与額には、健康保険は年度の累計額540万円（年度は毎年4月1日から翌年3月31日）、厚生年金保険は1カ月あたり150万円（同じ月に2回以上支給されたときは合算）の上限額があります。

## 賞与の保険料額

賞与の保険料額は、対象となる賞与が支払われた被保険者の標準賞与額に、一般の保険料と同様の保険料率を乗じて得た額となります（負担割合は、労使で折半となります）。

また、児童手当拠出金については、厚生年金保険の標準賞与額の総額に拠出金率を乗じて計算します（全額事業主負担）。

## 70歳以上の被用者について

70歳以上の被用者に該当する方は、健康保険に係る賞与支払届のほか「厚生年金保険70歳以上被用者 算定基礎・月額変更・賞与支払届」を併せて提出してください。

なお、健康保険が健康保険組合等の加入により、健康保険に係る賞与支払届の提出が不要であっても、「厚生年金保険70歳以上被用者 算定基礎・月額変更・賞与支払届」の提出は必要となります。

ご不明な点は…

管轄の年金事務所までお問い合わせください

# 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」 が発行されます



年末調整・確定申告  
まで大切に保管を！



国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。

この社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成25年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方については、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が本年11月上旬に日本年金機構本部から送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書(または領収証書)を添付してください。

また、10月1日から12月31日までの間に今年はじめに国民年金保険料を納付された方については、翌年の2月上旬に送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている番号にお問い合わせください。

## 控除証明書専用ダイヤル

(平成25年11月1日～平成26年3月14日)

**TEL 0570-070-117(ナビダイヤル)**

050または070から始まる電話でおかけになる場合は

**TEL 03-6700-1130**

\*ナビダイヤルは、一般の固定電話からおかけになる場合は全国どこからでも、市内通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の固定電話以外(携帯電話等)からおかけになる場合は通常の通話料金がかかります。

\*TEL03-6700-1130の電話番号からおかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。

ご不明な点は…

管轄の年金事務所までお問い合わせください

## 協会けんぽからのお知らせ

## 療養費についてのお知らせ

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の医師の指示により作成し、装着した

- ・ コルセットなどの治療用装具の代金
- ・ 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。

- ▼くわしくは、下記協会けんぽホームページをご覧ください。協会けんぽ大阪支部までお問い合わせください。

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat310/sb3110/r137>



## 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・あん摩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、次のページ以降をご覧ください。



協会けんぽからのお知らせ

## 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）

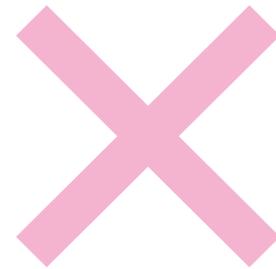
※骨折・脱臼は、応急手当の場合を除き医師の同意が必要です。



### 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）

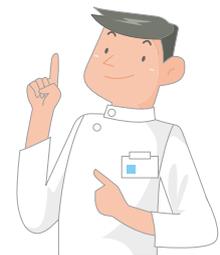


**!** 負傷の原因を正しく伝えましょう。  
外傷性の負傷でない場合は、健康保険の対象とはなりません。

**!** 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。



### 柔道整復施術療養費の啓発事業を推進しています

協会けんぽ大阪支部では、医療費適正化への取り組みの一環として、整骨院・接骨院で受診された加入者の方へ、「柔道整復施術療養費の正しい知識を普及するためのリーフレット」の配付と「受診内容の文書照会」の事務について、外部の業者に一部委託して実施しています。

柔道整復施術療養費の給付適正化のために、ご協力をよろしくお願いいたします。

## 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<sup>けいつい</sup>



### 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。

登録無料



協会けんぽ大阪支部メールマガジン登録者募集中！

毎月2回、健康保険のお役立ち情報をお届けします。

協会けんぽ 大阪 メルマガ

検索

配信登録は  
こちらから

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/osaka/cat130>

### お問い合わせ先

全国健康保険協会(協会けんぽ)大阪支部 <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/osaka>

電話 06-7711-4300 (自動音声案内) おかけ間違いにご注意ください

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)

〒550-8510 大阪市西区靱本町1-11-7 信濃橋三井ビル6階

インターネットサービス「ねんきんネット」で

# 将来の年金額を試算 できるようになりました！

**ライフプランに合わせて  
年金額の試算ができます！**

「将来、年金を受け取りながら働き続けた場合の年金額はいくらになるの？」  
「このまま働き続けた場合、何歳から、どの程度の年金を受け取れるの？」  
など、グラフでわかりやすく表示します。  
※すでに老齢年金をお受け取りの方はご利用いただけませんので、あらかじめご了承ください。

**いつでも、  
最新の年金記録が  
確認できます！**

**記録の「もれ」や  
「誤り」の発見が  
容易になります！**

**「ねんきん定期便」や  
「年金振込通知書」などの  
内容がご自宅で  
確認できます！**



## 具体的な年金見込額試算の例

これまで

ねんきんネット

中高年の方



58歳男性の例

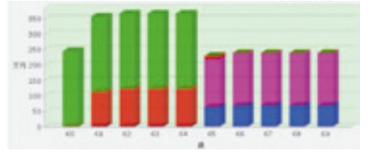
ねんきん定期便での見込額(※)  
61歳～64歳 795,000円  
65歳～ 1,812,500円

※60歳以降、厚生年金に加入されていない前提

今後の給料の入力

現在の仕事を継続  
65歳まで  
給与 240,000円

見込額（在職老齢年金）  
61歳～64歳 637,500円  
65歳～ 1,910,700円



若年の方



33歳女性の例  
(厚生年金に13年加入)

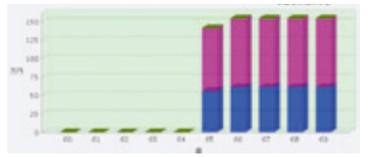
ねんきん定期便での見込額(※)  
380,600円

※これまでの加入実績のみでの見込額

今後の給料の入力

現在の仕事を継続  
60歳まで  
給与 200,000円

60歳まで加入後の見込額  
1,356,000円

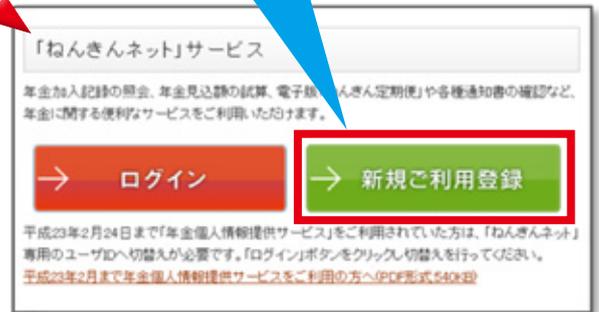


## まずは、「ねんきんネット」のご利用登録を！

### 1. 日本年金機構のホームページにアクセス



「ねんきんネット」トップ画面が表示されますので、「新規ご利用登録」ボタンをクリックします。



日本年金機構のホームページ(<http://www.nenkin.go.jp/>)にアクセスしていただき、画面右側の「ねんきんネット」ボタンをクリックします。

※画面イメージは変更される場合があります。

### 2. 「ねんきんネット」サービス ご利用登録



「ねんきんネット（申請用トップページ）」が表示されますので、**アクセスキー**の有無に応じて「ご利用登録」ボタンをクリックしてください。

#### ●アクセスキーとは…

お客さまの誕生日に送られる「ねんきん定期便」に、平成23年4月より同封されている17ケタの番号です。

#### ①アクセスキーをお持ちの方

アクセスキーで登録すると、ユーザIDが即座に発行され、「ねんきんネット」サービスが利用できるようになります。

なお、アクセスキーの有効期限は発行から3カ月です。

#### ②アクセスキーをお持ちでない方

アクセスキーをお持ちでない場合も、利用登録が可能です。

なお、ユーザIDがお手元に郵送されるまで、5日程度（土日、祝日を除く）かかります。

#### ●登録には基礎年金番号が必要となります。

※基礎年金番号は、年金手帳や、平成22年度以前にお送りした「ねんきん定期便」などで、事前にご確認ください。

#### ●アクセスキーをお持ちの場合は、携帯電話からもユーザIDの申し込みができます。右記バーコードをご利用ください。

※申込時の通信料はお客さまのご負担となりますので、ご注意ください。



くわしくは、「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索

[http://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](http://www.nenkin.go.jp/n_net/)

電話でのお問い合わせは、「ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル」へ



0570-058-555

050または070から始まる電話でおかけになる場合は  
03-6700-1144