



日本年金機構のページ

# 令和2年度の年金額改定について お知らせします

～年金額は昨年度から0.2%のプラス改定です～

総務省から、令和2年1月24日、「2019年平均の全国消費者物価指数」（生鮮食品を含む総合指数）が公表されました。

これを踏まえ、**令和2年度の年金額は、法律の規定により、令和元年度から0.2%プラスで改定されます。**

## ●令和2年度の新規裁定者（67歳以下の方）の年金額の例

|  | 令和元年度(月額) | 令和2年度(月額)           |
|--|-----------|---------------------|
| <b>国民年金</b><br>(老齢基礎年金(満額)：1人分)          | 65,008円   | 65,141円<br>(+133円)  |
| <b>厚生年金※</b><br>(夫婦2人分の老齢基礎年金を含む標準的な年金額) | 220,266円  | 220,724円<br>(+458円) |

※厚生年金は、夫が平均的収入（平均標準報酬（賞与を含む月額換算）43.9万円）で40年間就業し、妻がその期間すべて専業主婦であった世帯が年金を受け取り始める場合の給付水準です。

## 国民年金保険料額の改定について

令和2年度および令和3年度の国民年金保険料額は以下表のとおりです。

|                                     | 令和2年度              | 令和3年度             |
|-------------------------------------|--------------------|-------------------|
| <b>法律に規定された保険料額</b><br>(平成16年度価格水準) | 17,000円            | 17,000円           |
| <b>実際の保険料額</b><br>(前年度の保険料額との比較)    | 16,540円<br>(+130円) | 16,610円<br>(+70円) |

※令和元年度は16,410円

## 国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

納め忘れがあると、将来受け取る年金額が少なくなるだけでなく、年金が受けられなくなる場合があります。保険料は必ず納付期限までに納めましょう。

日本年金機構から送付される納付書により、金融機関（ゆうちょ銀行を含む）やコンビニエンスストアで納めることができるほか、納め忘れがなく便利で安心な口座振替やクレジットカード納付、前払いすると割引となるお得な前納制度もありますので、ぜひご利用ください。

また、経済的な事情により保険料を納めることが困難な場合には、「免除制度」や「納付猶予制度」、「学生納付特例制度」があります。

詳しくは、お住まいの市（区）役所・町村役場の国民年金担当窓口、または年金事務所にお尋ねください。



お手続き方法については[日本年金機構ホームページ](https://www.nenkin.go.jp/)にも掲載しています。

日本年金機構ホームページURL：<https://www.nenkin.go.jp/>

## 事業主の皆さまへ・・・届書提出の際に確認をお願いします

毎年、4月5月は従業員の採用・退職に伴う届書が多く提出されます。  
届書を作成する際には、下記の事項にご注意のうえ、ご提出いただきますようお願いいたします。

### ○資格取得届

**資格取得時報酬月額  
の記入漏れ**

**マイナンバーまたは基礎年金番号  
の記入漏れ**

**資格取得年月日の記入漏れ**

**基礎年金番号を記入して届出する場合の被保険者住所欄の記入漏れ**

|            |                                 |   |       |
|------------|---------------------------------|---|-------|
| ① 被保険者整理番号 | ② 氏名                            | ③ 生年月日  | ④ 性別  |
| 10         | 厚年 一郎                           | 昭和61年10月25日   | 男     |
| ⑤ 取得区分     | ⑥ 個人番号(基礎年金番号)                  | ⑦ 取得(該当)年月日   | ⑧ 被扶養 |
| 1          | 123456789012                    | 令和02年04月01日   | 無     |
| ⑨ 報酬月額     | ⑩ 備考                            | ⑪ 該当する項目を○で囲んでください。   |       |
| 198,000    | 198,000                         | 1. 70歳以上被用者該当<br>2. 二以上事業所勤務者の取得<br>3. 短時間労働者の取得(特定適用事業所等)<br>4. 退職後の継続再雇用者の取得<br>5. その他( ) |       |
| ⑫ 住所       | ⑬ 理由                            |   |       |
| 〒          | 1. 海外在住<br>2. 短期在留<br>3. その他( ) |   |       |

### ○被扶養者(異動)届

**被保険者および被扶養者の押印  
(または本人署名)漏れ**

**身分関係確認のための添付書類漏れ(戸籍謄本等)**

**以下の要件をいずれも満たすと添付書類を省略できます**

被保険者および扶養認定を受ける方の双方のマイナンバーが記載されている

扶養認定を受ける方の続柄が、届書の記載と相違ないことを事業主が確認し、備考欄「※ 続柄確認済み」にチェックマーク(✓)が付されている

**被扶養者になった日(被扶養者でなくなった日)の記入漏れ**

|                |                |                             |             |                                     |
|----------------|----------------|-----------------------------|-------------|-------------------------------------|
| A. 被保険者欄       | ① 被保険者整理番号     | ② 氏名                        | ③ 生年月日      | ④ 性別                                |
|                | 10             | 厚年 一郎                       | 昭和61年10月25日 | 男                                   |
|                | ⑥ 取得年月日        | ⑦ 収入(年収)                    | ⑧ 住所        | ⑨ 個人番号(基礎年金番号)                      |
|                | 令和2年04月10日     | 2,400,000                   | 〒           | 012123456789                        |
| B. 配偶者である被扶養者欄 | ① 氏名           | ② 生年月日                      | ③ 性別(続柄)    | ④ 個人番号(基礎年金番号)                      |
|                | 厚年 花子          | 昭和62年03月26日                 | 妻           | 123456789012                        |
|                | ⑦ 住所           | ⑧ 電話番号                      | ⑨ 職業        | ⑩ 収入(年収)                            |
|                | 東京都杉並区高井戸2-3-4 | 03(5432)6789                | 無職          | 0                                   |
|                | ⑪ 被扶養者になった日    | ⑫ 理由                        | ⑬ 備考        | ⑭ 続柄確認済み                            |
|                | 令和2年04月01日     | 1. 配偶者の就職<br>2. 婚姻<br>3. 離職 |             | <input checked="" type="checkbox"/> |

### ○資格喪失届

**資格喪失年月日の誤り  
(資格喪失年月日は退職日の翌日となります)**

**資格喪失原因欄の記入漏れ**

|                                     |              |                   |
|-------------------------------------|--------------|-------------------|
| ① 被保険者整理番号                          | ② 氏名         | ③ 生年月日            |
| 6                                   | 厚年 二郎        | 昭和70年08月06日       |
| ④ 個人番号(基礎年金番号)                      | ⑤ 資格喪失年月日    | ⑥ 資格喪失原因          |
| 123456789012                        | 令和02年04月01日  | 退職等(令和2年3月31日退職等) |
| ⑦ 備考                                | ⑧ 70歳不該当     | ⑨ 不該当年月日          |
| 1. 二以上事業所勤務者の喪失<br>2. 退職後の継続再雇用者の喪失 | 1 枚<br>返不能 枚 | 令和02年03月31日       |

詳しくは、日本年金機構ホームページ (<https://www.nenkin.go.jp>) をご覧いただくか、  
管轄の年金事務所までお問い合わせください。

# 労務事務講習会

事業所の事務担当者の方を対象に講習会を開催します

講師：社会保険労務士 後藤田 慶子氏・山口 介衣子氏・高田 千春氏

- テーマ・日程等
  - ①【健康保険・厚生年金保険を知ろう】 令和2年\*5月14日(木)・\*5月19日(火)・6月5日(金) ～しくみと算定基礎届～
  - ②【労災保険・雇用保険を知ろう】 令和2年5月28日(木)・6月16日(火)・6月23日(火) ～しくみと年度更新～

※テーマごとに1事業所1名様で、いずれかの日程を選んでお申し込みください。  
 <開催場所>

- 大阪府病院年金会館 (大阪市天王寺区六万休町4-11)
- 大阪府社会福祉会館 501ホール (大阪市中央区谷町7-4-15)  
 ※5月14日・5月19日は大阪府社会福祉会館で開催しますのでご注意ください。

<開催時間> 13時30分～16時30分 (途中休憩あり)  
 <定員> 各回120名 ※5月14日・5月19日は170名

- 参加資格 大阪府内の年金事務所(日本年金機構)または全国健康保険協会大阪支部で厚生年金保険・健康保険の適用を受けている事業所に勤務されている被保険者の方(健康保険組合の被保険者を含む)

- 参加費用 会員事業所の被保険者 **無料**  
 非会員事業所の被保険者 **3,500円/1テーマ1名**  
 (この講習会から入会希望の方は、無料となります)  
 非会員事業所の参加決定者には、郵便払込票を送付し、入金確認後、参加証を送付します。

なお、会員事業所の参加決定者には参加証を送付いたします。

- 申込締切
  - ①5月14日開催分 **4月23日(木)必着**・5月19日開催分 **4月23日(木)必着**  
 6月5日開催分 **5月13日(水)必着**
  - ②5月28日開催分 **4月28日(火)必着**・6月16日開催分 **5月20日(水)必着**  
 6月23日開催分 **5月27日(水)必着**

- 申込方法 (ア) 労務事務講習会 参加申込書 (2テーマのお申し込みの場合は、**申込書をコピーのうえテーマごとに申込書にご記入ください**)  
 (イ) 宛先を明記した返信用はがき(各テーマごとに1枚必要です)  
 (ウ) (イ)を同封のうえ、「(一財)大阪府社会保険協会」へ必ず郵送にてお申し込みください。

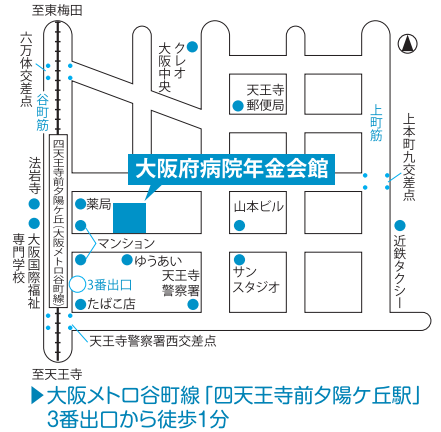
定員を超える申し込みがあった場合は、**抽選**により参加者を決定し、返信用はがきにより抽選結果をご連絡いたします。

**注意** 新型コロナウイルスの関係で、開催が中止となる可能性があります。恐れ入りますが、中止時には協会からご連絡させていただきますので、あらかじめご了承ください。

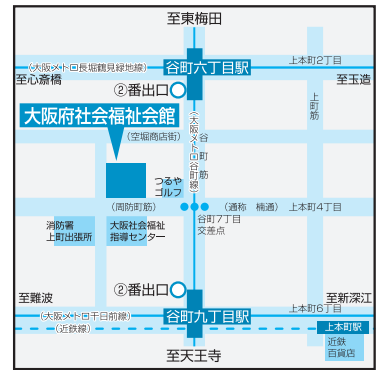
お申し込み  
お問い合わせ先

(一財)大阪府社会保険協会

〒550-0003 大阪市西区京町堀1-3-13 辰巳ビル2階  
 電話 06-6445-3013



至天王寺  
 ▶大阪メトロ谷町線「四天王寺前太陽ヶ丘駅」3番出口から徒歩1分



▶大阪メトロ谷町線・長堀鶴見緑地線「谷町六丁目駅」4番出口(谷町筋を南に280m)

## 労務事務講習会 参加申込書

|            |           |        |                 |              |
|------------|-----------|--------|-----------------|--------------|
| 事業所名称      |           |        |                 | 会員番号(2 - - ) |
| 非会員の方の入会希望 | ある ・ ない   | 連絡担当者名 | 非会員 ・ 不明        |              |
| 事業所所在地     | 〒 - -     |        |                 |              |
| 電話番号       | ( )       |        |                 |              |
| 参加希望       |           | 開催日    | (フリガナ)<br>参加者氏名 | 男・女          |
| テーマ番号      | テーマ(講習内容) |        |                 |              |
|            |           | 月 日( ) |                 |              |

※この申込書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。



# 令和2年度【労務事務講習会】年間スケジュール表

※開催日、場所、テーマにつきましては、変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

広報・ご案内、申込受付開始等につきましては、各号の広報誌「協会だより おおさか」・「大阪社会保険時報」・HPにてご案内させていただきます。

| 広報誌掲載予定            | 開催月日           | 場所   | テーマ               | 副題          | 概要  |
|--------------------|----------------|------|-------------------|-------------|---|
| 4・5月号<br>4月広報予定    | 5月14日          | 木 福祉 | ① 健康保険・厚生年金保険を知ろう | しくみと算定基礎届   | 医療保険のしくみ・年金保険のしくみ、算定基礎届(作成体験)             |
|                    | 5月19日          | 火 福祉 | ① 健康保険・厚生年金保険を知ろう | しくみと算定基礎届   | 医療保険のしくみ・年金保険のしくみ、算定基礎届(作成体験)             |
|                    | 5月28日          | 木 病院 | ② 労災保険・雇用保険を知ろう   | しくみと年度更新    | 労災保険と雇用保険のしくみ、労働保険の年度更新(作成体験)             |
|                    | 6月5日           | 金 病院 | ① 健康保険・厚生年金保険を知ろう | しくみと算定基礎届   | 医療保険のしくみ・年金保険のしくみ、算定基礎届(作成体験)             |
|                    | 6月16日          | 火 病院 | ② 労災保険・雇用保険を知ろう   | しくみと年度更新    | 労災保険と雇用保険のしくみ、労働保険の年度更新(作成体験)             |
|                    | 6月23日          | 火 病院 | ② 労災保険・雇用保険を知ろう   | しくみと年度更新    | 労災保険と雇用保険のしくみ、労働保険の年度更新(作成体験)             |
| 6・7月号<br>6月広報予定    | 7月10日          | 金 病院 | ③ 労働・社会保険の実務      | 採用・退職・給付の手続 | 入社時の手続、退職時の手続、給付の手続                       |
|                    | 7月21日          | 火 病院 | ③ 労働・社会保険の実務      | 採用・退職・給付の手続 | 入社時の手続、退職時の手続、給付の手続                       |
|                    | 7月28日          | 火 病院 | ★ 社会保険事務説明会       | 事務手続き全般     | 日本年金機構、全国健康保険協会による事務手続きの留意点等の説明           |
|                    | 8月27日          | 木 病院 | ③ 労働・社会保険の実務      | 採用・退職・給付の手続 | 入社時の手続、退職時の手続、給付の手続                       |
| 8・9月号<br>8月広報予定    | 9月11日          | 金 病院 | ④ 労働基準法を知る        | 労働時間・36協定   | 労働時間、休憩・休日・休暇、36協定(作成体験)                  |
|                    | 9月29日          | 火 病院 | ④ 労働基準法を知る        | 労働時間・36協定   | 労働時間、休憩・休日・休暇、36協定(作成体験)                  |
|                    | 10月22日         | 木 福祉 | ⑤ 年末調整の基礎を学ぼう     | 計算の実務       | 年末調整のあらまし、各種申告書の確認、源泉徴収簿の作成(演習)           |
|                    | 10月28日         | 水 福祉 | ⑤ 年末調整の基礎を学ぼう     | 計算の実務       | 年末調整のあらまし、各種申告書の確認、源泉徴収簿の作成(演習)           |
| 10・11月号<br>10月広報予定 | 11月5日          | 木 病院 | ⑤ 年末調整の基礎を学ぼう     | 計算の実務       | 年末調整のあらまし、各種申告書の確認、源泉徴収簿の作成(演習)           |
|                    | 11月17日         | 火 病院 | ⑥ 公的年金のしくみを知ろう    | 老齢・障害・遺族    | 国民年金と厚生年金のしくみ、国民年金と厚生年金の給付、在職老齢年金、最近の年金情報 |
|                    | 11月26日         | 木 病院 | ★ 社会保険事務説明会       | 事務手続き全般     | 日本年金機構、全国健康保険協会による事務手続きの留意点等の説明           |
|                    | 12月4日          | 金 病院 | ⑥ 公的年金のしくみを知ろう    | 老齢・障害・遺族    | 国民年金と厚生年金のしくみ、国民年金と厚生年金の給付、在職老齢年金、最近の年金情報 |
| 12・1月号<br>12月広報予定  | 2021年<br>1月19日 | 火 病院 | ④ 労働基準法を知る        | 労働時間・36協定   | 労働時間、休憩・休日・休暇、36協定(作成体験)                  |
|                    | 2月5日           | 金 病院 | ⑦ 給与計算の基礎を学ぼう     | 計算の実務       | 給与計算の流れ・毎月の給与計算(演習)                       |
|                    | 2月16日          | 火 病院 | ⑦ 給与計算の基礎を学ぼう     | 計算の実務       | 給与計算の流れ・毎月の給与計算(演習)                       |
|                    | 3月11日          | 木 病院 | ⑥ 公的年金のしくみを知ろう    | 老齢・障害・遺族    | 国民年金と厚生年金のしくみ、国民年金と厚生年金の給付、在職老齢年金、最近の年金情報 |

開催場所 福祉…大阪府社会福祉会館

病院…大阪府病院年金会館



# 健康ウォーク

ウォーキングは体調をよくして健康になる効果があります。習慣としてウォーキングを続けると心肺機能を向上させたり、内臓を強くしたり、ストレスを減少させるなど精神状態の改善まで効果があるといわれています。また、ウォーキングは、酸素を取り入れながら運動する有酸素運動です。脂肪の燃焼を進めることから、ダイエット効果もあるといわれています。

ウォーキングを続けるためには、負担に感じることなく楽しみながら歩くことが大切です。ご夫婦や職場の仲間景色を楽しみながらのウォーキングもいいものですよ。

## 勝尾寺町石道と箕面大滝山コース

暑くもない、寒くもない初夏、箕面の新緑を楽しみませんか。

日本最古と言われる国史跡の町石(石塔)が設置された町石道(ちょういしみち)を山岳宗教の聖地勝尾寺まで歩き、日本の滝100選に選定されている箕面大滝を見て、阪急箕面駅まで里山の自然と木々の青葉を楽しみながら歩きましょう。町石道は旧参道で山道(非舗装)です。すべりにくい靴が安全です。



- 主催 大阪ウォーキング連合
- 後援 一般財団法人 大阪府社会保険協会
- 開催日 2020年5月17日(日) ※雨天決行
- 集合場所・時間 阪急千里線・北千里駅 午前9時30分集合
- コース 阪急・北千里駅→勝尾寺町石道→勝尾寺→箕面大滝→阪急・箕面駅 } 約14km

※解散は午後3時頃の予定

※途中リタイアしていただいても構いませんので、お気軽にご参加ください。

- 参加資格 大阪府内の年金事務所(日本年金機構)または全国健康保険協会大阪支部で厚生年金保険・健康保険の適用を受けている事業所に勤務されている被保険者の方および被扶養者(健康保険組合の被保険者および被扶養者も含まれます)。  
※ただし、小学生以下は保護者同伴で完歩できる方に限ります。

- 参加費用 無料

参加申込書(コピー可)に記載のうえ、当日受付にご提出ください。

【持参されないと有料(500円)になりますのでご注意ください】

- 携行品 弁当・水筒・雨具のほか歩きやすい服装

事前・当日開催のお問い合わせ先

大阪ウォーキング連合 電話 072-805-0002  
(当日以外の連絡時間帯 平日 10時~16時)

申し込みに関する  
お問い合わせ先

(一財)大阪府社会保険協会  
電話 06-6445-3013

キリトリ線

### 「健康ウォーク」参加申込書

|         |  |     |   |
|---------|--|-----|---|
| 氏名(代表者) |  | 男・女 | 歳 |
| 氏名      |  | 男・女 | 歳 |
| 氏名      |  | 男・女 | 歳 |

|    |  |     |   |
|----|--|-----|---|
| 氏名 |  | 男・女 | 歳 |
| 氏名 |  | 男・女 | 歳 |
| 氏名 |  | 男・女 | 歳 |

代表者勤務先名称

電話番号

( )

勤務先住所

〒

※この申込書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。

主催 大阪ウォーキング連合 後援 一般財団法人 大阪府社会保険協会

# 食後すぐに歯をみがくとよくないの？



歯とお口の健康に歯みがきは欠かせません。

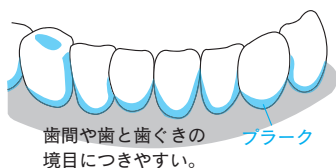
みなさんはプラーク・コントロールに基づいて、タイミングよく歯みがきをしていますか？

**Q.** プラーク・コントロールに基づく歯みがきとは？

**A.** プラークは、歯に残った食べ物のカスなどを栄養にして増えた細菌のかたまりで、虫歯や歯周病を引き起こします。そのため、歯みがきは、タイミングよくプラークを取り除き、コントロールすることが大切です。

細菌が口腔内でもっとも増えるのは、唾液が減少する睡眠中から起床

までの時間帯なので、とくに就寝前に口腔内の細菌を減らすのが重要です。睡眠中に増えた細菌は朝の歯みがきで減らすようにしましょう。



歯間や歯と歯ぐきの境目につきやすい。

**Q.** 食後すぐの歯みがきはよくないの？

**A.** 酸蝕症<sup>さんしゅうせい</sup>を防ぐために食後すぐに歯をみがかないほうがよいという話を聞くことがあります。

しかし通常の食事では、食べたら早めに歯みがきをして、歯についた食べ物のカスやプラークを取り除くことがすすめられます。プラークはうがいで取ることができないため、歯ブラシでのブラッシングが基本です。加えて、歯間ブラシや殺菌力のある洗口液などを併用すると効果的です。

**※酸蝕症とは**

酸性の強い食品や、逆流した胃液などの影響で、歯が溶けてしまう病気です。最近は、炭酸飲料やスポーツドリンクをだらだらと頻繁に飲むことで、酸蝕症になってしまうケースも指摘されています。酸蝕症が気になる人は歯科医を受診しましょう。

## Health Information

たばこの健康影響

豆知識



# 2020年4月から、原則屋内禁煙に！

深刻な健康影響がある受動喫煙。2018年に健康増進法が一部改正され、2019年7月から学校や病院等で敷地内は禁煙になりました。今年4月からは飲食店を含むほとんどの施設が原則屋内禁煙になり、たばこを吸わない人が受動喫煙にあう機会は大きく減少すると考えられています。

**違反者には罰則も！**

喫煙禁止場所で喫煙した人には30万円以下の過料が科されることもあります。

**ルール①** 多くの施設で、屋内が原則禁煙に

**屋内は原則禁煙**

事務所・工場・飲食店・ホテル・旅館等の施設

**例外あり** 屋内でも所定の要件を満たした喫煙室や、喫煙をサービスの目的とする施設内では喫煙が可能です（標識の掲示が必要）。

※規模の小さい既存の飲食店（客席面積100㎡以下）は喫煙可能な場所である旨を掲示することにより店内での喫煙が可能です。【期限未定の経過措置】

※住居、ホテルや旅館等の客室等は、規制対象外です。

**敷地内は原則禁煙（屋内は完全禁煙）** [2019年7月～]

学校・病院・児童福祉施設等・行政機関の庁舎等

**例外あり** 敷地内の屋外では、必要な措置が取られた場所に限り、喫煙場所の設置ができます。

**ルール②** 喫煙室がある場合、店舗や施設は必ず標識を掲示

（標識例）



喫煙可能な設備を持った施設には必ず、店舗や施設の出入口等に、指定された標識の掲示が義務づけられています。

**ルール③** 20歳未満の人は喫煙エリアへの立ち入りが禁止に



20歳未満の人は、客・従業員ともに、一切、喫煙エリア（屋内、屋外を含めたすべての喫煙室、喫煙設備）に立ち入ることは禁止です。

※自治体によって受動喫煙に関する独自の条例を設けている場合があります。詳細については各自治体へお問い合わせください。



# 令和2年3月分(4月納付分)～の 協会けんぽの保険料率 についてお知らせします



大阪支部の健康保険料率は**変更**となります。  
介護保険料率も**変更**となります。  
皆さまのご理解をお願い申し上げます。

健康  
保険料率

令和2年2月分(3月納付分)まで

給与・賞与の**10.19%**

令和2年3月分(4月納付分)から

給与・賞与の**10.22%**

介護  
保険料率

令和2年2月分(3月納付分)まで

給与・賞与の**1.73%**

令和2年3月分(4月納付分)から

給与・賞与の**1.79%**

※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。  
※賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。

なお、令和2年度の都道府県ごとの健康保険料率は、支部別に「引上げ」「据え置き」「引下げ」に分かれます。

## 基本保険料率・特定保険料率とは

健康保険料率(10.22%)のうち、6.79%分は加入者の皆さま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。

## 介護保険制度・介護保険料とは

介護保険制度は、介護が必要な方を社会全体で支える仕組みであり、公費(税金)や高齢者の介護保険料のほか、40歳から64歳までの健康保険の加入者(介護保険第2号被保険者)の介護保険料(労使折半)等により支えられています。

★保険料は、納付期限までに納めていただくようお願いします。

★健康保険組合における保険料額等については、ご加入の健康保険組合へお問い合わせください。

加入者の皆さま、お一人おひとりの健康の積み重ねが  
保険料率の上昇を抑える大きな力になります。

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

受付時間 ● 8:30~17:15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

協会けんぽ 大阪

検索

登録無料

協会けんぽ大阪支部

# メールマガジン

## のご案内

協会けんぽ大阪支部では、健康保険のお役立ち情報をお送りするメールマガジンを配信しています。登録者は13,000名を突破！健康保険事務担当者さまはもちろん、加入者の皆さまにおすすめてです。



### メールマガジン 配信日

**\*タイムリーな情報提供\***  
～毎月1回+臨時号～

リアルタイムな情報が毎月1回配信されます。また、至急お届けしたい情報は臨時号を配信します。協会けんぽ大阪支部から、ご登録いただいた皆さまへダイレクトに情報提供いたします。

### メールマガジン 内容

- 健康保険の制度改正や保険料率変更などの旬な情報
  - 健康保険の給付申請について、実務的なアドバイス
  - 専門家による健康づくりサポート情報
  - 季節の健康情報、健康レシピ
- ※今までの配信内容については、バックナンバーをご参照ください。

### メールマガジン 登録方法

パソコン、スマートフォンのEメールアドレスをお持ちの方であれば、**どなたでも無料**で登録いただけます。携帯電話・PHSからはご利用いただけません。ご利用は無料です。(通信料は除きます)

**1** 『協会けんぽ大阪支部』ホームページの「大阪支部メールマガジン」をクリック

**2** 「協会けんぽ大阪支部メールマガジンの登録について」の「新規登録」ボタンをクリック

**3** 利用規約に同意の上、「大阪支部配信登録」画面の項目を入力し、登録ボタンをクリック



スマートフォンでの登録はこちらから



登録完了後、完了メールが届きます。

※メールマガジンアドレス(送信専用のアドレスとなります)から配信されます。ドメイン指定・拒否等されている場合はご注意ください。