

社会保険手続きには、 便利な電子申請をご利用ください！



電子申請とは、申請・届出を書面やCD・DVDではなく、インターネットを利用して行うことです。

電子申請で提出された届書の処理につきましては、書面やCD・DVDで提出された届書よりも処理スケジュールは早くなります。

また、決定通知書も、処理完了後すぐに電子通知書としてお送りしますので、書面での通知書よりも1週間程度早くお届けできます。

本年の算定基礎届、賞与支払届のご提出の機会に、ぜひ電子申請をご利用ください。

令和3年度の算定基礎届は 7月1日(木)～12日(月)までに提出してください



健康保険・厚生年金保険では、被保険者の「標準報酬月額」を実際に受けた報酬に合わせて毎年9月に決定し直します。

決定し直された「標準報酬月額」は、原則9月～翌年8月までの1年間固定され、納めていただく保険料額の計算や将来受け取る年金額等の計算の基礎となります。

事業主の方は、7月1日現在で使用している全被保険者（※）について、4月・5月・6月に支払った報酬を「被保険者報酬月額算定基礎届」に記入し、7月1日～12日に提出してください。6月中旬に、あらかじめ被保険者の氏名などが登録された届出用紙または電子媒体（CD・DVD等）が日本年金機構より送付されますので、期限内のご提出をお願いします。

※提出する年の6月1日以降に資格取得された方など、一部の方については今年度の算定基礎届の対象外です。

「賞与支払届」は すみやかに提出してください



被保険者に賞与を支払ったときは、5日以内に「被保険者賞与支払届」を事務センターに提出することとなっています。（管轄の年金事務所の窓口でも提出は可能です）

登録されている賞与支払予定月の前月に、あらかじめ被保険者の氏名などを印字した届出用紙が日本年金機構より送付されますので、支払年月日や支給額などを記入し提出してください。

なお、登録されている賞与支払予定月に賞与の支払いがない場合、「賞与不支給報告書」の提出が必要です。

（令和3年4月1日新設）

対象となる賞与

賃金、給料、俸給、手当、賞与その他いかなる名称であるかを問わず、労働者が労働の対償として受けるもののうち、年3回以下支給のものをいいます。年4回以上支給されるものは標準報酬月額の対象です。

また、労働の対償とみなされない結婚祝金、病氣見舞金等は対象外です。

※70歳以上の被用者の方も「算定基礎届」「賞与支払届」の提出が必要です。

※令和3年4月1日以降、「被保険者報酬月額算定基礎届総括表」「被保険者賞与支払届総括表」は廃止となりました。遡及分の届出であっても提出の必要はありません。

医療費が高額になりそう…

／ そんな時は ／

限度額適用認定証 を ご使用ください

事前に限度額適用認定証の交付を受けて、病院の窓口で提示すると、医療費の支払いを自己負担限度額までに抑えることができます。

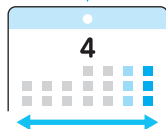


①申請書を
協会けんぽ
大阪支部へ送付



②限度額適用
認定証を
お届け
(1週間程度)

1週間程度



③医療機関
窓口で保険証と
併せて提示



- 交付までに1週間程度かかりますので、日程に余裕を持ってご提出ください。
- 有効期間は、申請書受付月から最長で1年間となります。申請書受付月より前の期間の交付はできません。

～健康保険給付金を速やかにお支払いするため～ 申請書の印刷時にお願いしたいこと

協会けんぽでは、ご申請いただいた申請書を機械で読み取ることで、審査・支払業務の効率化を図っています。

そのため、ご提出いただいた申請書に不鮮明な箇所があると、給付金のお支払いが遅れる原因になります。

ご申請の際には、右の注意点をご確認いただきますよう、ご協力をお願いします。

〈 注意事項 〉

- ①印字のかすれなどは、読み取りエラーにつながりますので、申請を複数回行う場合も、コピーを繰り返し使用するのをご遠慮いただき、その都度新しい申請書をご用意ください。
- ②協会けんぽのホームページから申請書を印刷する場合は、印刷設定にご注意ください。

印刷設定はこちらから
ご確認ください



申請書は、協会けんぽのホームページから印刷 または 協会けんぽに電話でお取り寄せしてご利用ください。

お問い合わせ先

協会けんぽ 大阪 検索

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

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

◆コロナ感染防止対策◆

- ①講習会中、マスクの着用をお願いいたします。
- ②入館時に、手指の消毒をお願いいたします。
- ③定員数は、対策を取り半数以下となっております。

講師：社会保険労務士 後藤 慶子氏・山口 介衣子氏・高田 千春氏

●テーマ・日程等 【労働・社会保険の実務】 ～採用・退職・給付の手続～

令和3年 ①7月20日(火)・7月29日(木)・8月6日(金)／②8月20日(金)・8月27日(金)

※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＞

①大阪府病院年金会館 [大阪市天王寺区六万町4-11]

②大阪府社会福祉会館 [大阪市中央区谷町7-4・15 / 5F (501ホール)]

＜開催時間＞ 14時30分～16時30分

＜定 員＞ ①各回60名／②各回125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 7月20日・7月29日開催分 6月29日(火)必着

8月 6日・8月20日開催分 7月 6日(火)必着

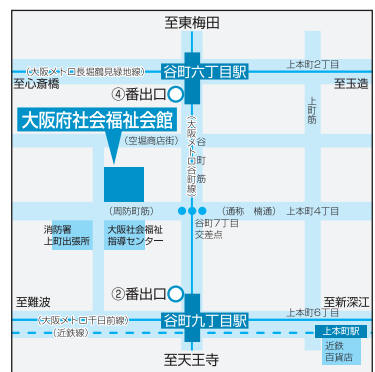
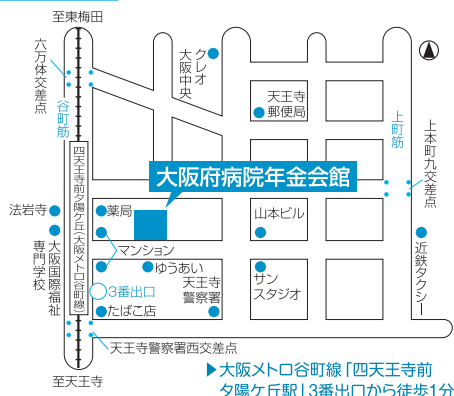
8月27日開催分 7月15日(木)必着

●申込方法 (ア) 労務事務講習会 参加申込書

(イ) 宛先を明記した返信用はがき(切手貼付)

(ア)・(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

労務事務講習会 参加申込書

事業所名称				会員番号(3 - -)
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) 参加者氏名	男 ・ 女	
労働・社会保険の実務	月 日()			

※この申込書にご記入いただきました個人情報、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。

見直そう日本食

The Japan Diet

のすすめ

生活様式の欧米化に伴い、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞など動脈硬化に起因する病気が増えています。日本動脈硬化学会では、動脈硬化予防に役立つ食事として「The Japan Diet」を推奨しています。日本古来からある和食のよい面や、味付けが濃いなどの悪い面を考慮に入れた、より健康的な日本食パターン「The Japan Diet」について紹介します。

「The Japan Diet」のおすすめ食品、控える食品

その1

肉の脂身、動物脂、ココナッツ油、鶏卵、清涼飲料や菓子などの砂糖や果糖を含む加工食品、アルコール飲料を控える。



その2

魚（特に青背魚）、大豆・大豆製品、緑黄色野菜を含めた野菜、海藻・きのこ・こんにゃくを積極的にとる。



その3

精製した穀類を減らし、未精製穀類や雑穀（十六穀米など）・麦を増やす。



その4

甘みの少ない果物（グレープフルーツ、キウイフルーツなど）と乳製品を適度にとる。



その5

減塩して薄味にする。



自分の体格と病気の状態に合わせて、医師や栄養士、保健師から説明を受けながら、望ましい食品の量を組み合わせ、和風、洋風などさまざまに料理を楽しみましょう。当協会の保健師は、事業所に出向いて、個人に合わせた健康相談を実施しています。ぜひご活用ください。

※なお、この食事は65歳未満の方を対象としています。65歳以上の方は主治医とご相談のうえ、適切な食事をこころがけてください。