

事業主の皆さまへ

社会保険の手続きは 電子申請で カンタンに！

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

なお、2020年4月から特定の事業所について、
電子申請の義務化が始まっています。
詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。



電子申請のメリットは？

24時間365日、いつでもどこでも申請可能です。
郵送費などのコスト削減も期待できます。



手数料はかかりますか？

GビズIDを使うと、手数料なしで
電子申請を始めることができます。

電子申請のやり方がわかりません

日本年金機構ホームページに
利用手順を掲載しています。



電子申請が いちばん早い！

電子申請を利用すると、
紙や電子媒体で申請されたものよりも
早く処理されます。
3～4日早く届きます。
ぜひ電子申請をご利用ください！



日本年金機構 電子申請

検索



日本年金機構
Japan Pension Service

電子申請のご利用方法



STEP
1

G ビズ ID※1 の
アカウント取得

STEP
2

申請データの
作成

STEP
3

届書作成※2
プログラムから
申請

※1 G ビズ ID とは、1つのアカウントで複数の行政サービスにアクセスできる認証システムです。

※2 届書作成プログラムとは、届書を簡易に作成・申請できるプログラムで、日本年金機構ホームページから無料でダウンロードできます。

「G ビズ ID」の詳しい内容、手続きは、
G ビズ ID ホームページをご覧ください。

GビズID

検索



初めて電子申請を利用される方は

電子申請 ご利用案内動画を ご覧ください

日本年金機構ホームページに、初めて電子申請をする方向けの「電子申請ご利用案内動画」を掲載しています。



提出にあたりご不明な点は

電子申請 相談チャットを ご利用ください

日本年金機構ホームページに、電子申請に関するよくあるお問い合わせに自動でお答えする「電子申請相談チャット」を開設しています。24時間いつでも対応しています。



お電話での電子申請のご利用に関するお問い合わせ先はこちらです

《ねんきん加入者ダイヤル（日本年金機構 電子申請・電子媒体申請照会 窓口）》

● 0570-007-123（ナビダイヤル） → 「2番」をお選びください。

● 050 から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913 → 「2番」をお選びください。

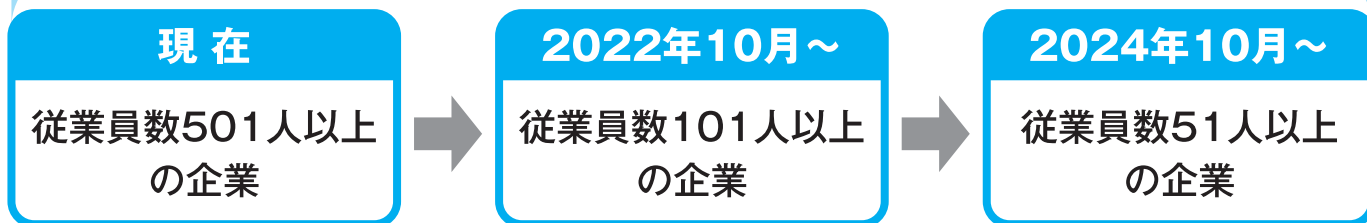
〈受付時間〉月～金曜日：午前8時30分～午後7時／第2土曜日：午前9時30分～午後4時

※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

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」

A

フルタイムの
従業員数



B

週労働時間がフルタイムの
3 / 4 以上の従業員数

※従業員には、パート・アルバイトを含みます。

新たな加入対象者

新たな加入対象者は、
右のすべ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

社会保険に加入するメリット

パート・アルバイトの方が社会保険（厚生年金・健康保険）に加入することにより、社会保険料のご負担が変わりますが、パート・アルバイトの方の保障が充実します。

年金

老後・障害・死亡の保障が
さらに充実！

- 1階（基礎年金部分）に加えて2階（報酬比例部分）の上乗せ
- より軽い障害にも保障範囲が広がります

医療保険

あんしんの医療保険が
もっと充実！

- 傷病手当金 病休期間中、給与の2 / 3相当を支給
- 出産手当金 産休期間中、給与の2 / 3相当を支給

第40回

大阪府社会保険協会 ボウリング大会

◆新型コロナ感染防止対策◆

- ①プレー中は必ずマスクの着用をお願いいたします。
 - ②入館時には手指の消毒をお願いいたします。
 - ③当日、微熱がある方、もしくは体調がすぐれない方は、参加をお控えください。
- ※皆さまの安心安全のため、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルスの影響により、競技方法の変更、中止となる場合もございます。あらかじめご了承のほどよろしくお願いいたします。

●開催日 令和3年10月23日(土) 午前10時開始(受付開始9時15分から)

●場所 心斎橋サンボウル 大阪市中央区西心斎橋2-9-28

●競技種目 個人戦(個人戦のみ実施)

●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)。
※ただしプロライセンスを有する者を除く

●参加費 ●会員事業所の被保険者 500円/1名

●非会員事業所の被保険者 1,500円/1名

申込受付後に送付します郵便払込票にてご入金をお願いします。

(入金後の参加費は返還いたしません)

●申込方法 参加申込書(コピー可)に必要事項をご記入のうえ、
(一財)大阪府社会保険協会へ郵送またはFAXにてお申し込みください。

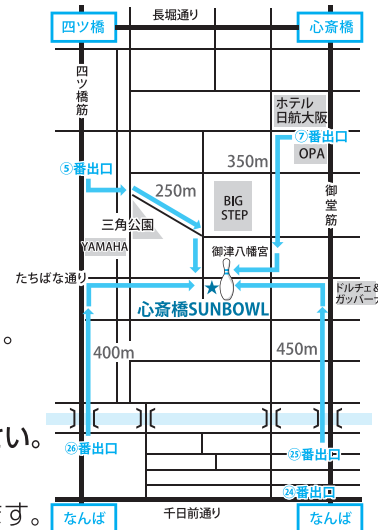
●定員 80名(申込先着順) ※1事業所6名以内とします。

●申込締切 令和3年9月29日(水)必着 ※ただし、定員に達し次第締め切ります。

●競技方法 アメリカン方式で、トータルピンにより順位を決定します。

(はじめに予選3ゲームを行い、上位30名で決勝戦3ゲームを行います)

ハンディキャップ (1ゲーム)	男子	女子
50歳未満	0ピン	20ピン
50歳以上60歳未満	5ピン	25ピン
60歳以上	10ピン	30ピン



- 大阪メトロ御堂筋線「心斎橋駅」
⑦番出口から徒歩5分
 - 大阪メトロ四つ橋線「四つ橋駅」
⑤番出口から徒歩3分
- 注: 駐車場はございませんので、
近隣の駐車場をご利用ください。

●表彰 決勝戦(優勝・準優勝・第3位) ★ラッキー賞(4位・5位・7位・10位・20位・BB)あり

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 FAX 06-6445-3019

第40回 大阪府社会保険協会ボウリング大会 参加申込書

会員の有無

会員番号 (3 - -)

非会員・不明

事業所名称

事業所所在地 〒 -

事業所電話番号 ()

(参加費振替用紙・参加証送付先)

申込責任者

健康保険被保険者証 記号・番号	参加者氏名	フリガナ※必須	性別	生年月日	年齢 (大会当日の)
			男・女		歳
			男・女		歳
			男・女		歳
			男・女		歳
			男・女		歳
			男・女		歳

※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。

労務事務講習会

◆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 後藤田 慶子氏・山口 介衣子氏・高田 千春氏

注意

新型コロナウイルスの関係で、開催が変更・中止となる可能性があります。
変更・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。

- **テーマ・日程等** ①【労働基準法を知る】令和3年9月17日(金)・9月24日(金)・9月28日(火)・10月5日(火)
～労働時間・36協定～
②【年末調整の基礎を学ぼう】令和3年10月12日(火)・10月15日(金)・10月22日(金)・10月27日(水)
～計算の実務～

※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＞ ●大阪府社会福祉会館〔大阪府中央区谷町7-4-15〕
●大阪府病院年金会館〔大阪府天王寺区六万休町4-11〕

※9月17日のみ大阪府病院年金会館で開催しますので
ご注意ください。

＜開催時間＞ 14時30分～16時30分

＜定員＞ 社会福祉会館 各回125名／病院年金会館 60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** ① 9月17日・9月24日・9月28日・10月5日開催分

9月 2日(木)必着

- ② 10月12日・10月15日・10月22日・10月27日開催分

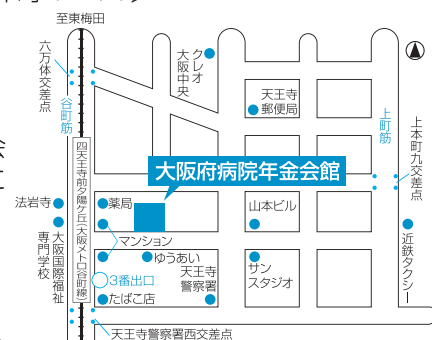
9月 7日(火)必着

- **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)

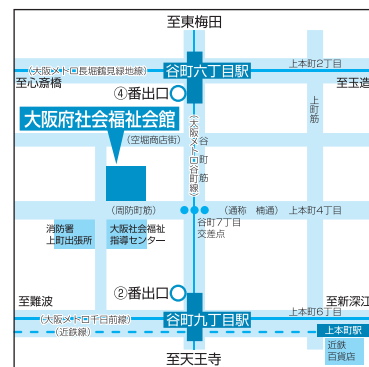
(イ) 宛先を明記し切手を貼付した**返信用はがき(各テーマごとに1
枚必要です)**

(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。(FAX不可)**

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。**



▶大阪メトロ谷町線「四天王寺前」夕陽ヶ丘駅
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番出口から徒歩5分

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

キリトリ線

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
テーマ番号	テーマ(講習内容)		男 ・ 女
		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。

ご存じですか？ 「男性更年期障害」

更年期障害は、女性だけの問題と思っていませんか？ 実は、男性にもホルモンの低下による更年期障害は存在します。男性の場合、不調を相談できずに抱え込んでしまうケースも多いようです。更年期障害は、男性にも起こりえることを覚えておきましょう。



なし……………1
軽い……………2
中等度……………3
重い……………4
非常に重い……5
を記入

原因は「テストステロン」の低下!?

男性更年期障害は「加齢男性性腺機能低下症候群（LOH症候群）」と呼ばれます。筋肉や骨を強くしたり、性機能や判断力、理解力などを高める役割を持つ男性ホルモン「テストステロン」の分泌が、通常よりも大きく低下することで起こると考えられています。しかし、その他の要因も影響しているとみられ、発症のメカニズムははっきりとわかっていません。

女性の更年期障害は閉経前後10年間に起こることが多いのに対し、男性の更年期障害は好発年齢がなく、40代以降なら何歳でも起こります。人によっては長引くケースも散見され、不調を抱えたまま長期間過ごしている人もいることが推測されています。

放置するとうつ病や心筋梗塞などのリスクも高まりますので、気になる症状があれば右のAMSスコアでチェックしてみることをおすすめします。



AMSスコア

Aging males' symptoms

	症状	点数
1	総合的に調子が思わしくない	
2	関節や筋肉の痛み	
3	ひどい発汗	
4	睡眠の悩み	
5	よく眠くなる、しばしば疲れを感じる	
6	イライラする	
7	神経質になった	
8	不安感	
9	体の疲労や行動力の減退	
10	筋力の低下	
11	憂うつな気分	
12	絶頂期は過ぎたと感じる	
13	力尽きた、どん底にいると感じる	
14	ひげの伸びが遅くなった	
15	性的能力の衰え	
16	早朝勃起の回数の減少	
17	性欲の低下	

合計点数が…

17～26点

なし

27～36点

軽度

37～49点

中程度

50点以上

重度

よい睡眠をとる

就寝前は
スマホに触らない、
パジャマに着替える

リラックスする

お風呂に浸かる、
大声で笑う

人とかかわる

刺激を受ける
人付き合い

テストステロンを増やすには？

男性更年期障害の予防・改善のため、テストステロンを増やす生活習慣を心がけましょう。

体を動かす

スポーツでなくても
歩くことを増やす

チャレンジする

競うスポーツや
自分を高める趣味



AMSスコア37点以上なら受診の検討を

AMSスコアは、ドイツで開発された男性更年期障害の質問表です。正確な診断には受診が必要ですが、AMSスコアで37点（中等度）以上の場合は男性更年期障害の可能性がありますので、受診を検討することをおすすめします。

担当科は泌尿器科となりますが、現在もなお研究が進む分野でもありますので、「男性更年期外来」や「メンズヘルス外来」などの専門外来を設けている病院に受診できればベストです。なお、治療は男性ホルモン補充療法が柱となります。

協会けんぽは令和3年度からの3年間、 6つのポイントに重点的・集中的に取り組み、 皆さまの健康を支えます

1 健診・保健指導の推進

ご家族を含めた生活習慣病の早期発見のため、健診を実施します。また、健診結果をもとに、生活習慣病の予防につなげられるよう、生活習慣の改善が必要な方には、保健師等が皆さまの生活に寄り添った丁寧な保健指導を実施します。

【目標】

- ・健診受診率を65%以上とします
- ・保健指導実施率を35%以上とします

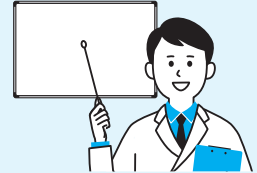


4 ヘルスリテラシーの向上

「日常生活の中でできる健康づくり（運動や食生活）」に役立つ情報をお伝えするため、セミナーや動画配信等による健康教育を通じた若年期からのヘルスリテラシーの向上に取り組みます。

【動画の配信内容について】

- ・運動編
- ・食生活編
- ・健康づくりに取り組む事業所の好事例の紹介 等



2 重症化予防

健診の結果、生活習慣病の治療が必要な方には、直接お手紙をお送りし、早期に受診いただくようご案内します。これにより、糖尿病や循環器疾患による重症化予防に努めます。

【目標】

- ・受診のご案内後、3ヵ月以内に医療機関を受診した方の割合を13.1%以上とします



5 医療費の適正化

高齢化の進展等により増加する医療費の適正化を進め、皆さまの保険料負担を少しでも軽減できるよう、健康づくりの取り組みのほか、ジェネリック医薬品の使用促進や上手な医療のかかり方（不要不急の時間外受診を控える等）の啓発等に取り組みます。

【目標】

- ・協会けんぽのジェネリック医薬品の使用割合を全都道府県支部で80%以上とします



3 コラボヘルス

事業所ごとの健康状況が分かる事業所カルテをお渡しし、健康宣言事業を通じて、事業所における健康づくりをサポートします。また、積極的に健康づくりに取り組み、一定の成果を上げた健康宣言事業所を表彰する制度を創設します。

【目標】

- ・健康宣言事業所数を70,000事業所以上とします



6 効率化によるサービスの向上

より一層の業務の効率化を図ることで、加入者の皆さまに必要なサービス（傷病手当金、出産手当金等）を迅速かつ確実に提供します。また、窓口での負担額が軽減される限度額適用認定証の利用を促進します。

【目標】

- ・傷病手当金、出産手当金等を、申請受付から10営業日以内にお支払いします



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。

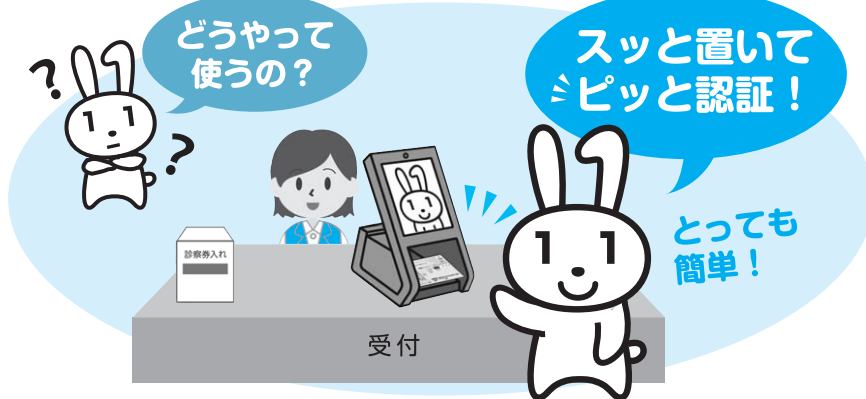
受付時間 8:30~17:15まで（土・日・祝日・年末年始を除く）

〒550-8510 大阪市西区靱本町1-11-7 信濃橋三井ビル6階

事業主の皆さまへ【重要なお知らせ】
従業員の皆さまへご案内いたしますよう、お願いいたします。

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます！

※令和3年10月までに本格運用が開始されます。それまでは健康保険証や高齢受給者証、限度額適用認定証等の併せての持参もお願いします。



1 マイナンバーカードをカードリーダーに置く

カードの顔写真を機器で確認します。
※顔写真は機器に保存されません。



2 オンラインであなたの医療保険資格を確認！

マイナンバーカードのICチップにある電子証明書により医療保険の資格をオンラインで確認します。



利用申込はカンタン！



ここをクリック！

※2021年6月より新デザインに変わる予定です。

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、申込が必要です。利用の申込は、マイナポータル*やセブン銀行のATMでできます。医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーでも利用申込できますが、待ち時間短縮のため、事前の申込をお勧めします。

(*)子育てや介護をはじめとする行政手続の検索やオンライン申請がワンストップでできたり、行政からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。



どんないいことが? 7つのメリット

POINT1

1 より良い医療が可能に！

本人が同意をすれば、初めての医療機関でも、特定健診情報や今までに使った薬剤情報が医師等と共有でき、より快適な医療が受けられるようになります。

※特定健診情報の閲覧は、医療保険者によって開始時期が異なります。
※薬剤情報は2021年10月開始(予定)。



POINT2

2 自身の健康管理に役立つ！

マイナポータルで、2021年10月までに、自分の特定健診情報を順次閲覧できるようになり、2021年10月(予定)から自分の薬剤情報を閲覧できるようになります。

※特定健診情報の閲覧は、医療保険者によって開始時期が異なります。



POINT3

3 オンラインで医療費控除がより簡単に！

マイナポータルで、2021年11月(予定)から自分の医療費通知情報が閲覧できるようになります。また、2021年分所得税の確定申告から、医療費控除の手続で、マイナポータルを通じて医療費通知情報の自動入力が可能となります。



POINT4

4 手続きなしで限度額を超える一時的な支払が不要に！

限度額適用認定証がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。
※自治体独自の医療費助成等については、書類の持参が必要です。



POINT5

5 医療保険の資格確認がスムーズに！

カードリーダーで顔写真を確認すれば、スムーズに医療保険の資格確認ができ、医療機関や薬局の受け付けにおける事務処理の効率化が期待できます。



POINT6

6 医療費の事務コストの削減！

医療保険の請求誤り等が減少することから、医療保険者等の事務処理コストが削減でき、持続可能な制度運営につながる見込みです。



POINT7

7 健康保険証としてずっと使える！

就職や転職、引越をしても、マイナンバーカードを健康保険証としてずっと使うことができます。医療保険者が変わる場合は、加入の届出が引き続き必要です。



健康保険証利用申込のお問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178

音声ガイダンスに従って「4→2」の順にお進みください。【受付】平日9:30～20:00、土日祝9:30～17:30