

社会保険 あおもり

2012
4
NO.771
偶数月発行



城山公園（三戸城本丸跡）

移動年金相談のお知らせ

会場	日程	時間	予約先
柏葉館（七戸町）	5月23日(水)	10:30~15:00	青森年金事務所 017-734-7498
野辺地町中央公民館	6月27日(水)	10:00~15:00	
五所川原市役所	5月 9日(水)	10:00~15:00	弘前年金事務所 0172-27-1309
	6月13日(水)	10:00~15:00	
つがる市役所	5月23日(水)	10:00~15:00	
	6月27日(水)	10:00~15:00	

※移動年金相談は完全予約制となります。ご予約は相談日の1ヶ月前から1週間前まで受付いたしますが、定員になり次第締め切りいたします。

受付時間 平日の8:30~17:00

※本人確認ができる身分証明書（運転免許証等）が必要となります。
また、本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状を併せてお持ちください。

主な項目

HEAD LINE

- ◎平成24年度算定基礎届事務説明会のお知らせ
- ◎20歳以上の学生を扶養している方へ
- ◎「ねんきんネット」で電子版「ねんきん定期便」スタート
- ◎社会保険料は納期内に納めましょう
- ◎協会けんぽからのお知らせ
- ◎私のひとこと

一般財団法人 青森県社会保険協会ホームページ
<http://www.shaho-aomori.jp/>

電話による相談は下記へお願いします!

0570-05-1165
※IP電話・PHSからは「03-6700-1165」へ

◎職場内で回覧しましょう◎

◆平成24年度算定基礎届事務説明会のお知らせ◆

「算定基礎届」は、被保険者の実際の給料と標準報酬月額との間に大きな差が生じないように、毎年1回、標準報酬月額を決めなおすための大切なものです。

正しい届出がされないと、傷病手当金等の支給額や、保険料額に影響が出ます。正確な届書作成のためにも、ぜひ事務担当者のご出席をお願いします。（初めて事務担当となられた方はぜひご出席ください。）

年金事務所	開催日	時間	会場
青 森	6月 7日 (木)	10:00~11:30 13:00~14:30 15:00~16:30	県民福祉プラザ (4階県民ホール 350人)
	6月13日 (水)	10:30~12:00 13:30~15:00	東北町中央公民館 (ホール 80人)
	6月15日 (金)	10:30~12:00	外ヶ浜町中央公民館 (多目的ホール 100人)
八 戸	6月19日 (火)	10:00~12:00	八戸市総合福祉会館 (2階多目的ホール 300人)
弘 前	6月18日 (月)	10:30~12:00 13:00~14:30 15:00~16:30	弘前市総合学習センター (2階大会議室 100人)
	6月20日 (水)	10:30~12:00 13:30~15:00	鱒ヶ沢町中央公民館 (2階大会議室 100人)
	6月27日 (水)	10:30~12:00 13:30~15:00	スポカルイン黒石 (2階大会議室 100人)
む つ	6月15日 (金)	13:30~15:30	むつ市中央公民館 (講堂 380人)
	6月18日 (月)	10:30~12:00	大間町総合開発センター (大集会室 100人)
	6月19日 (火)	10:30~12:00	六ヶ所村文化交流プラザ・スワニー (大会議室 150人)

※ 該当する地区管轄の事務説明会にご出席できない場合は、他の事務説明会場にお越しいただくこともできます。各会場ともご来場の際には、公共交通機関をご利用ください。また、駐車料金が必要な場合は、各自でご負担いただきますようお願いいたします。

◆◆ 20歳以上の学生を扶養している方へ ◆◆

国民年金『学生納付特例』の申請をお忘れなく!!

..... 学生納付特例の申請について

大学・専門学校等に在学中の20歳以上の方で、収入が少なく保険料の納付が困難な場合、国民年金保険料の納付を猶予する『学生納付特例制度』があります。ご希望される場合は、年金手帳及び在学証明書または学生証の写しを持参のうえ、お住まいの市町村役場の窓口または年金事務所で手続きをお願いします。

◎平成23年度において学生納付特例が承認されている方

平成24年4月以降も在学予定の方に、日本年金機構から4月初めまでに学生納付特例申請書のハガキが送付されております。必要事項をご記入のうえ、返送をお願いします。
なお、ハガキが届かなかった場合は、再度の申請が必要になります。

◎在学予定期間の変更や進学等で学校が変更となる方

新規に学生納付特例の申請が必要となります。お住まいの市町村役場の窓口または年金事務所へ年金手帳及び在学証明書または学生証の写しを持参のうえ、手続きをお願いします。

「ねんきんネット」で電子版「ねんきん定期便」スタート!

●「ねんきん定期便」がパソコンで確認できます!

誕生月に、「ねんきん定期便」や「振込通知書」などのお知らせを、電子メールでご案内します。

●ライフプランに合わせて年金額の試算ができます!

様々な人生設計に応じた年金額の試算ができます。

平成24年10月から、国民年金保険料を10年間遡って納めることが可能となりますが、納付した場合に増える年金額を試算できます。(平成24年8月開始予定)

●いつでも、最新の年金記録が確認できます!

年金に加入されていない期間、標準報酬額の大きな変動など、ご確認いただきたい記録が、わかりやすく表示されています。

また、持ち主がわからない記録が、氏名や生年月日などで検索できるようになります。

(平成25年1月開始予定)

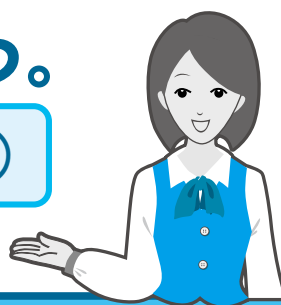


医療費や年金などの大切な財源です!

社会保険料は納期内に納めましょう。

4月分の納付期限 2012年5月31日(木)

保険料の納入は納め忘れや納入の手間が少ない**口座振替**が便利です!
口座振替のお申し込みは、管轄の年金事務所へお問い合わせください。



協会けんぽからのお知らせ

健診を受けよう! ~ 健診の上手な利用 ~

協会けんぽでは、加入者の皆様の健康の保持・増進のため、健診と健康づくりの支援を行っています。

3月に平成24年度の健診のご案内パンフレットを各事業所にお送りしましたので、再度ご確認いただき、従業員の皆様やご家族の健康管理・健康づくりのため、是非、ご利用願います。

(お手続きの詳細は、パンフレットをご覧ください。)

	種類	対象	自己負担額
ご本人	生活習慣病予防健診 (一般健診)	35~74歳の被保険者	最高6,843円 ※
ご家族	特定健康診査	40~74歳の被扶養者	費用から5,400円を差し引いた額

※ 一般健診のみ受診したときの自己負担額です。未実施の検査項目があった場合や、健診項目を増やした場合は金額の増減があります。

1. 健診は、深刻な病気と生活習慣病を予防する絶好のチャンス!

健診は、自分の健康状態を知り、深刻な病気を発見するだけでなく、自分の生活習慣を見直すチャンスです。「異常なし」と結果が出た方も、毎年の検査値の変化を読み取り、体の状態や体調の変化を把握し、健康づくりの「道しるべ」にすることが大切です。

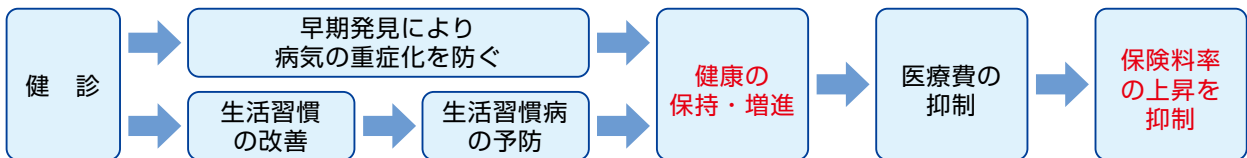
毎年、定期的に健診を受け、健診結果票は必ず保存しましょう。

2. 健診は受けっぱなしでは意味がない! 特定保健指導(生活習慣改善のお手伝い)も是非ご利用を!

「要精検」の結果が出た方は、すぐに精密検査をしてください。ほとんどの病気や生活習慣病は、自覚症状が無いまま進行します。手遅れになる前に、早期治療・改善し、重症化を防ぎましょう。

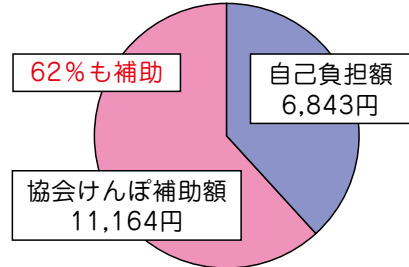
協会けんぽでは、無料で**特定保健指導**も実施しておりますので、こちらも是非ご利用願います。

3. 健診を受けることは、保険料率を抑えることにもつながります! 皆様のご協力をお願いします!



お得なポイント
協会けんぽが健診費用の一部を補助します!

ご本人(被保険者)の一般健診の費用が18,007円の場合



詳しくは、ホームページへ↓①「協会けんぽ青森」で検索、②「青森・全国健康保険協会」を選択

◎職場内で回覧しましょう

私のひとこと

☆職場のPR

特産地鶏「青森シャモロック」を販売しております! 皆さん是非食べて下さい!

☆担当している仕事

事務

☆個人的に最近気になること

地鶏の種類。

☆自己の健康管理について

ちょっと太りぎみなので、野菜中心の食事をしています。



みかみ ゆか
三上 優香さん
有限会社 大鰐振興 (大鰐町)

社会保険協会からお願い 事業所・所在地に変更等があった場合には、当協会へも連絡方お願いします。